

الأنشطة الترويحية المنزلية وعلاقتها بالوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعه طنطا تجاه جائحة كورونا (COVID-19)

د/ زينب مسعود محمد البليطي(*)

المقدمة :

تعد الازمات الوبائية من اخطر الازمات التي قد تواجه البشرية لأنها أزمات تتخطي الحدود المكانية والزمانية والطبقية، فلا مفر منها إلا بإنتاج لقاح أو العزلة في المنزل لضمان عدم الإصابة بالعدوى، إلا أن ذلك يؤدي إلي زيادة وقت الفراغ للفرد مما يجعله دائم الشعور بالملل والحاجة للخروج من المنزل، ولكن مع استغلال وقت الفراغ بشكل إيجابي وفعال يسهم ذلك في تجديد حيوية الفرد وضمان بقاءه أماناً في المنزل. (١٥) .

وأشار محمد إبراهيم (٢٠٢٠) إلي ان بسبب وباء كورونا فرضت الحكومات الحجر الصحي المنزلي علي أكثر من مليار شخص حول العالم وهو امر لا يستهان به لانه إجراء استثنائي غير مسبوق ، وهذا الامر يتسبب في مشاكل نفسية واجتماعية كثيرة لغالبية الافراد حول العالم ، ولتجنب الوقوع في تلك المشكلات يجب الاستغلال الأمثل لهذا الوقت. (١٣) .

كما أشار محمد صيام (٢٠٢٠) إلي أن القطاع الصحي قد أعطي للجانب الرياضي والترويحي أهمية لمواجهة الأوبئة وذلك لما في الرياضة من فائدة وتأثير مباشر علي مناعة الجسم، حيث ان منظمات الصحة المصرية والعالمية من خلال وسائل الاعلام أكدو علي ضرورة ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية بالمنزل. (١٧) .

وترى الباحثة وبالمقابل تؤدي الاسرة مهما ومحوريا في تعزيز التوعية لدي الأبناء بإتباع السلوكيات والممارسات الصحية التي يجب أن تقترن منذ الصغر وعلي ضوء الحالة الاستثنائية التي يعيشها العالم في مواجهه فيروس كورونا المستجد COVID-19 فإن توعية الاسرة بأهمية المحافظة علي العادات والسلوكيات الصحية السليمة وغرس ثقافة النظافة في نفوسهم للوقاية ، تعد امرا ضروريا ويزيد مسئولية الاسرة تجاه أبنائهم والمجتمع .

ويعد الاسهام في زرع الوعي لدي الاسرة ، خاصة الوعي الصحي أحد مهام وسائل الاعلام ، فالصحة من اهم أوليات كل أسرة لاسيما مع ارتفاع الأوبئة والامراض في العالم ، وباعتبار مواقع التواصل الاجتماعي وموقع وزارة الصحة المصرية أضحت أهم مصدر للأخبار والمعلومات خلال جائحة كورونا ،

فقد أصبحت تؤدي دورا كبيرا ومهما في بناء الفرد وتكوينه المعرفي والوجداني والسلوكي من خلال عملها علي زيادة رصيده من المعلومات والخبرات التي تتبع مواقفه وأراءه وسلوكياته من خلال اعتماد الافراد عليها . (٦) .

(*) مدرس بقسم الإدارة والترويج كلية التربية الرياضية جامعه طنطا

وأصبحت ممارسه الأنشطة الترويحية الرياضية المنزلية جراء جائحه كورونا ضرورة حياتية يومية لأنها تعزز الحالة البدنية والصحية للممارسين حيث تعمل علي تنمية السلوكيات الصحية كالنظافة والتغذية السليمة ، ودعم المناعة والوقاية من الامراض ، والتخلص من الطاقة الزائدة وتحقيق الاسترخاء وتنشيط الدورة الدموية وتحسين الصحة العامة ، والمحافظة علي رشاقة الجسم والجسم الرياضي

وتتنوع الأنشطة الترويحية التي يمكن ممارستها في المنزل حيث تمتد لتشمل مجموعة من الأنشطة الرياضية والاجتماعية والثقافية والفنية ، ولكي تؤدي الاسرة دورها في استغلال وقت الفراغ في المنزل نحو رعايه أعضاء الاسره عن طريق اللعب والترويح ينبغي ان تراعي العوامل الثلاثة الاتية . ١- طريقة الزيادة في اللعب . ٢- إعداد البيئة المناسبة لها . ٣- اختيار الأدوات المناسبة لهما . (٣١) .

ومما سبق تري الباحثة أن الاسرة يجب أن توفر لابنائها جوا من الحرية وأن تتيح لهم فرص الممارسة الترويحية داخل المنزل بشرط أن تنظم هذه الفرص وتهيئ لها الوسائل الصحيحة ، ورعاية الاب والام للابناء خلال ممارسه الأنشطة الترويحية داخل المنزل أو اشتراكهم فيها شرط واجب لنجاح فكره ممارسة الأنشطة الترويحية في المنزل ، حيث التوجيه لافراد الاسرة نحو سلوك أفضل ومن هنا نبعت فكره البحث حيث تري الباحثة ضرورة التعرف علي الأنشطة الترويحية التي تمارسها الاسرة داخل المنزل وعلاقتها بالوعي الصحي تجاه جائحه كورونا لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعه طنطا .

هدف البحث:

التعرف علي الأنشطة الترويحية المنزلية وعلاقتها بالوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعه طنطا تجاه جائحه كورونا COVID-19 ، وذلك من خلال الاجابه علي التساؤلات التالية :

تساؤلات البحث :

١- ما الأنشطة الترويحية المنزلية التي تمارسها طالبات كلية التربية الرياضية جامعه

طنطا؟

٢- ما مستوي الوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحة كورونا؟

٣- هل توجد علاقة بين ممارسة الأنشطة الترويحية المنزلية لطلاب كلية التربية الرياضية

جامعة طنطا والوعي الصحي تجاه جائحة كورونا ؟

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته .

مجتمع وعينة البحث

يمثل مجتمع البحث طالبات كلية التربية الرياضية جامعته طنطا للعام الجامعي ٢٠٢٠/٢٠٢١ م ، والبالغ عددهم (١٨٩٠) طالبة ، كما تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث بعدد يبلغ ، (٨٠٠) طالبة بنسبة مئوية قدرها (٤٢.٣٠%) من حجم المجتمع الأصلي ، كما تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٥٠) طالبة بنسبة مئوية قدرها (٢.٤٦%) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية ، وقامت الباحثة بتطبيق استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية ومقياس الوعي الصحي قيد الدراسة باستخدام نماذج جوجل Google علي جوجل درايف Google Drive وذلك من خلال المنصة التعليمية للكلية وشبكات التواصل الاجتماعي فيس بوك Facebook والواتس أب WhatsApp وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث وفقا لمتغيرات البحث. وجدول (١) يوضح حجم العينة ونسبتها للمجتمع الأصلي.

جدول (١)

حجم العينة ونسبتها للمجتمع الأصلي

م	العينة	عدد الطالبات	النسبة المئوية %
١	العينة الأساسية	٨٠٠	٤٢.٣٢%
٢	عينة الدراسة الاستطلاعية	٥٠	٢.٤٦%
٣	باقي أفراد المجتمع	١٠٩٠	٥٧.٦٧%
٤	إجمالي المجتمع الأصلي	١٨٩٠	١٠٠%

أسباب اختيار عينة البحث :

- ان تتراوح أعمارهن ما بين (١٨-٢١) سنة .
- تمثيل الطالبات جميع الفرق الدراسية.
- المستوي الاجتماعي والاقتصادي متوسط .
- امتلاك هاتف محمول .
- تم اختيار الاناث لسهولة التواصل والتطبيق .

وسائل وأدوات جمع البيانات :

١- استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية قيد البحث: إعداد الباحثة مرفق(٢)

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات العلمية المرتبطة بمجال هذا البحث، كدراسة محمد كمال السمودي وآخرون (٢٠١٥) (١٨) ودراسة نورهان الحسيني رمضان (٢٠١٧) (٢٤) ودراسة محمد السيد إبراهيم (٢٠٢٠) (١٣) ودراسة محمد عبدالحكيم

صيام (٢٠٢٠) (١٧) ودراسه محمد حمدي الصاوي (٢٠٢١) (١٥) ومرجع كمال عبد الحميد (٢٠١٥) (١٢) ومرجع محمود أسماعيل طلبه (٢٠١٠) ومرجع محمد محمد الحماحي ، وليد أحمد عبدالرازق (٢٠١٧) (١٩) .

- وكذلك استطلاع آراء الساده الخبراء والذي بلغ عددهم (٩) مرفق (١) من الخبراء المتخصصين في مجال التربويح في الصورة المبدئية لمحاوور وعبارات استبيان الأنشطة التربويحية المنزلية لطالبات كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم في الصورة المبدئية (٤) محور وهم (الوعي التربويح للأسرة - الإمكانيات المتوفرة بالمنزل - الأنشطة التربويحية الممارسه بالأسرة - العائد من ممارسه الأنشطة التربويحية المنزلية) ويتكون من (٤٥) عباره.

- تحديد النسبة المئوية لكل محور وكل عباره من محاوور وعبارات استبيان الأنشطة التربويحية المنزلية لطالبات كلية التربية الرياضية ، قامت الباحثة باختيار المحاوور والعبارات التي حصلت علي نسبه (٨٥.٧١% - ١٠٠%) من مجموع آراء السادة الخبراء ، والوصول إلي الصورة النهائية لاستبيان الأنشطة التربويحية المنزلية والذي يحتوي علي (٤١) عباره مرفق (٢) وهذا ما يوضحه جدول (٢)

جدول (٢)

العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة

لاستبيان الأنشطة التربويحية المنزلية لطالبات كلية التربية الرياضية

المحور	العدد المبدئي للعبارات	عدد العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المستبعدة	العدد النهائي للعبارات
الأول	١٠	٢	٥-٢	٨
الثاني	١٠	١	٦	٩
الثالث	١٥	--	--	١٥
الرابع	١٠	١	٩	٩
الإجمالي	٤٥	٤	٤	٤١

يوضح جدول (٢) العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لاستبيان الأنشطة التربويحية لطالبات كلية التربية الرياضية ، وتتم الاستجابة علي الاستبيان من خلال ثلاثه اختيارات (نعم - إلي حد ما - لا) وتأخذ العبارات (١-٢-٣) علي الترتيب ، والدرجة الكلية للاستبيان تتراوح ما بين (٤١ - ١٢٣) . علما بأن عبارات الاستبيان كلها في الاتجاه الإيجابي .

وقامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات الاستبيان بإجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى وذلك بتطبيق ذلك الاستبيان علي عينه عددها (٥٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج عينه البحث الأساسية وذلك يوم الاثنين الموافق ٢٠٢١/٤/١٢، وقامت الباحثة بإيجاد الصدق عن طريق إيجاد صدق الاتساق الداخلي بين المحور والمجموع الكلي لمحاور الاستبيان وهذا ما يوضحه جدول (٣) ، و جدول (٤) ، كما قامت الباحثة بإيجاد الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ ، وهذا ما يوضحه جدول (٥)

جدول (٣)

الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية

م	العبارة مع المحور	العبارة مع الكلي	م	العبارة مع المحور	العبارة مع الكلي	م	العبارة مع المحور	العبارة مع الكلي
						١٤	الوعي الترويحي للأسرة	
١	*.٦٤٩	*.٦٥٤	٢٨	*.٦٥٠	*.٦٥٤	١٥	*.٧٧٧	*.٦٤٩
٢	*.٦١٥	*.٦٤١	٢٩	*.٧٢٠	*.٦٤١	١٦	*.٦٧٦	*.٦١٥
٣	*.٧٧٥	*.٦٦٩	٣٠	*.٦١٦	*.٦٦٩	١٧	*.٨٤٥	*.٧٧٥
٤	*.٦٣٠	الأنشطة الترويحية التي تمارس داخل المنزل			*.٨٨٧	٣٢	*.٨٨٧	*.٦٣٠
٥	*.٧٨٣	*.٩٦٠	العائد من ممارسه الاشطة الترويحية المنزلية			١٨	*.٦٢٢	*.٧٨٣
٦	*.٨٥٢	*.٦٥٧	٣٣	*.٦٦٥	*.٦٥٧	١٩	*.٦٤٥	*.٨٥٢
٧	*.٧٣٣	*.٨٢٢	٣٤	*.٨٩١	*.٨٢٢	٢٠	*.٧٧١	*.٧٣٣
٨	*.٦١٩	*.٦٩٣	٣٥	*.٧٣٩	*.٦٩٣	٢١	*.٧٨٨	*.٦١٩
						٢٢	الإمكانات المتوفرة داخل المنزل	
٩	*.٧٧٦	*.٦٦٩	٣٦	*.٦٩٤	*.٦٦٩	٢٣	*.٦٥١	*.٧٧٦
١٠	*.٧٧٠	*.٨٤٢	٣٧	*.٧٣٦	*.٨٤٢	٢٤	*.٧١٣	*.٧٧٠
١١	*.٧٤١	*.٨٠٦	٣٨	*.٦٢٩	*.٨٠٦	٢٥	*.٦٦٥	*.٧٤١
١٢	*.٧٣٤	*.٧٦٩	٣٩	*.٨٧٦	*.٧٦٩	٢٦	*.٨٦٩	*.٧٣٤
١٣	*.٨٠٢	*.٨٨٤	٤٠	*.٥٩٤	*.٨٨٤	٢٧	*.٨٧٤	*.٨٠٢
			٤١					

ن=٥٠

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٠.٢٨٧

يوضح جدول () وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والبعد وبين العبارة والمجموع الكلي للمحاور حيث تراوحت معامل الارتباط بين العبارة ومحورها بنسبة (٠.٩٥١) كأكبر قيمة، وبنسبة (٠.٥٩٤) كأصغر قيمة، وتراوح معامل الارتباط بين العبارة والمجموع الكلي للمحاور ما بين (٠.٩٦٠)، كأكبر قيمة، (٠.٦٠٤) كأصغر قيمة، بينما بلغت قيمة ر

الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 0.287، مما يشير إلي صدق الاتساق الداخلي لمحاور استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية.

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلي لاستبيان الأنشطة الترويحية .

ن = ٥٠

م	محاور الاستبيان	معامل الارتباط
١.	الوعي الترويحي للأسرة .	* ٠.٦٩٨
٢.	الإمكانات المتوفرة بالمنزل .	* ٠.٧٧٦
٣.	الأنشطة الترويحية التي تمارس داخل المنزل .	* ٠.٨٤٢
٤.	العائد من ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية .	* ٠.٧٤٥

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 0.287

يوضح جدول (٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع المحور وبين المجموع الكلي لمحاور استبيان الأنشطة الترويحية، حيث تراوح معامل ارتباط المحور مع المقياس ككل (0.842) كأكبر قيمة، (0.698) كأصغر قيمة، بينما بلغت قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 0.287

جدول (٥)

معامل الفا لكرونباخ لمحاور استبيان الأنشطة الترويحية

ن = ٥٠

م	المحاور	معامل الفا لكرونباخ	
		لمحاور الاستبيان	لعبارات المحاور
١.	الوعي الترويحي للأسرة .	٠.٧٩٤	٠.٧٤٨
٢.	الإمكانات المتوفرة بالمنزل .		٠.٧٧٩
٣.	الأنشطة الترويحية التي تمارس داخل المنزل .		٠.٨٠٢
٤.	العائد من ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية .		٠.٧٦٠

يتضح من جدول (٥) والخاص بمعامل الفا لكرونباخ لمفردات محاور استبيان الأنشطة الترويحية ، حيث تراوحت قيم معامل الفا لكرونباخ للمفردات ما بين (0.748) إلي (0.802) ومعامل الفا لكرونباخ للاستبيان بلغ (0.794) مما يؤكد أن المحاور متجانسة فيما بينها وتتسم بالثبات وأنها متكاملة تسهم في بناء استبيان الأنشطة الترويحية ، وأن أي حذف أو إضافة لأي من هذه الابعاد من الممكن أن يؤثر سلبياً في بناء الاستبيان.

٢- مقياس الوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحة كورونا: إعداد الباحثة مرفق (٤)

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات العلمية المرتبطة بمجال هذا البحث عامه ومجال علوم الصحة والصحة الرياضية بوجه خاص ، كدراسة عيسي براهيمى وآخرون (٢٠١٦)(١١) ، ودراسة استقلال عبد الوهاب (٢٠٢٠) (٢) ، ودراسه خديجه بن سالم (٢٠٢٠)(٤) ، ودراسة عبد المجيد محمد سالم(٢٠٢٠)(٩) ، ودراسة أحمد سعودي (٢٠٢١)(١).

- وكذلك استطلاع آراء الساده الخبراء والذي بلغ عددهم (٩) مرفق(٣) من الخبراء المتخصصين في مجال علوم الصحة في الصورة المبدئية لمحاور وعبارات مقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا COVID -19 لطالبات كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم في الصورة المبدئية (٣) محور (الاجراءات الاحترازية - العادات الصحيه - مصادر المعلومات) وهم يتكون من (٢٨) عباره.

- تحديد النسبة المئوية لكل محور وكل عباره من محاور وعبارات مقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا COVID -19 لطالبات كلية التربية الرياضية ، قامت الباحثة باختيار المحاور والعبارات التي حصلت علي نسبه (٨٥.٧١% - ١٠٠%) من مجموع آراء الساده الخبراء ، والوصول إلي الصورة النهائية لمقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا COVID -19 والذي يحتوي علي (٢٤) عباره مرفق (٤) وهذا ما يوضحه جدول (٦)

جدول (٦)

العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لمقياس

الوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحة كورونا COVID -19

المحور	العدد المبدئي للعبارات	عدد العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المستبعدة	العدد النهائي للعبارات
الأول	١١	٢	٣ - ٥	٩
الثاني	١٠	١	٧	٩
الثالث	٧	١	١	٦
الإجمالي	٢٨	٤	---	٢٤

يوضح جدول (٦) العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لمقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا COVID -19 لطالبات كلية التربية الرياضية ، وتتم الاستجابة علي المقياس من

خلال ثلاثه اختيارات (دائما - أحيانا - نادرا) وتأخذ العبارات (٣-٢-١) علي الترتيب في الاتجاه الإيجابي للمقياس ، والدرجة الكلية للاستبيان تتراوح ما بين (٢٤ - ٧٢) .

وقامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات الاستبيان بإجراء الدراسة الاستطلاعية الاولي وذلك بتطبيق ذلك الاستبيان علي عينه عددها (٥٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج عينه البحث الأساسية وذلك يوم الاثنين ٢٠٢١/٤/١٢م ، وقامت الباحثة بإيجاد الصدق عن طريق إيجاد صدق الاتساق الداخلي بين المحور والمجموع الكلي لمحاور الاستبيان وهذا ما يوضحه جدول (٦) ، وجدول (٧)، كما قامت الباحثة بإيجاد الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ ، وهذا ما يوضحه جدول (٨) .

جدول (٦)

الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي لمحاور لمقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا

ن=٥٠

م	العبارة مع المحور	العبارة مع المجموع الكلي	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المجموع الكلي	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المجموع الكلي
مصادر المعلومات			العادات الصحية			الإجراءات الاحترازية		
١	*.٧٤٥	*.٦٤٨	١٠	*.٦٨٤	*.٨٣١	١٩	*.٨٦٠	*.٨٣٥
٢	*.٦٨٥	*.٧٥٨	١١	*.٦٣٣	*.٧٢٨	٢٠	*.٦٤٣	*.٨٠٤
٣	*.٧١٥	*.٧٤٧	١٢	*.٧٨٠	*.٨٤٨	٢١	*.٧٣٢	*.٨٣١
٤	*.٦٣٨	*.٦٧٧	١٣	*.٨٨٧	*.٥٧٥	٢٢	*.٨٥٥	*.٨٦٢
٥	*.٧٩٨	*.٨٩٣	١٤	*.٧١٩	*.٧٣٩			
٦	*.٧٠٨	*.٦٩٨	١٥	*.٦٢٧	*.٧٢٤	٢٣	*.٧٤٣	*.٦٣٩
٧	*.٦٩١	*.٧٧٠	١٦	*.٨٥٣	*.٧٨١			
٨	*.٦٦٤	*.٧٠٩	١٧	*.٦٢٩	*.٨٢٠	٢٤	*.٧٦٢	*.٧١٠
٩	*.٦٣٩	*.٧١١	١٨	*.٨٣٦	*.٨٠٥			

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٠.٢٨٧

يوضح جدول (٦) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والبعد وبين العبارة والمجموع الكلي للمحاور حيث تراوحت معامل الارتباط بين العبارة ومحورها بنسبة (٠.٨٨٧) كأكبر قيمة، وبنسبة (٠.٦٢٧) كأصغر قيمة، وتراوح معامل الارتباط بين العبارة والمجموع الكلي للمحاور ما بين (٠.٨٩٣)، كأكبر قيمة، (٠.٥٧٥) كأصغر قيمة، بينما بلغت قيمة ر الجدولية عند مستوي

معنوية (0.05) = 0.287، مما يشير إلي صدق الاتساق الداخلي لمقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلي لمقياس الوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحة كورونا.

ن = 50

م	محاور الاستبيان	معامل الارتباط
١.	الإجراءات الاحترازية	*٠.٧٦٩
٢.	العادات الصحية .	*٠.٨١١
٣.	مصادر المعلومات	*٠.٨٠٩

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 0.287

يوضح جدول (٧) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع المحور وبين المجموع الكلي لمحاور استبيان الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا ، حيث تراوح معامل ارتباط المحور مع المقياس ككل (٠.٨١١) كأكبر قيمة، (٠.٧٦٩) كأصغر قيمة، بينما بلغت قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 0.287

جدول (٨)

معامل الفا لكرونباخ لمحاور مقياس الوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحة كورونا

ن = 50

م	المحاور	معامل الفا لكرونباخ	
		لمحاور الاستبيان	لعبارات المحاور
١.	الإجراءات الاحترازية	٠.٨٣١	٠.٧٤١
٢.	العادات الصحية .		٠.٨٦٤

٣.	مصادر المعلومات	٠.٧٩٩
----	-----------------	-------

يتضح من جدول (٨) والخاص بمعامل الفا لكرونباخ لمفردات محاور مقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا، حيث تراوحت قيم معامل الفا لكرونباخ للمفردات ما بين (٠.٧٤١) إلى (٠.٨٦٤) ومعامل الفا لكرونباخ للاستبيان بلغ (٠.٨٣١) مما يؤكد أن المحاور متجانسة فيما بينها وتنتم بالثبات وأنها متكاملة تسهم في بناء مقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا، وأن أي حذف أو إضافة لأي من هذه الابعاد من الممكن أن يؤثر سلبياً في بناء المقياس.

خامساً: قياسات البحث:

بعد التأكد من توافر كل الشروط العلمية والفنية والإدارية وصلاحيه استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية ومقياس الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا واختيار عينة عشوائية عددها (٨٠٠) طالبة، وذلك وفق التعليمات التي حددت لاستخدامه على عينة الدراسة الأساسية، وذلك في الفترة من الثلاثاء ٢٠٢١/٤/٢٠م وحتى الأربعاء ٢٠٢١/٥/٢٠م وقد راعت الباحثة قبل تنفيذها للدراسة ما يلي:

- كتابة المقياس على إحدى مواقع Google وهو جوجل درايف Google Drive
- طبع استمارات التسجيل وكشوف التفريغ.
- إعطاء شرح وافى لأفراد العينة حول المقياس.
- التأكيد على أفراد العينة بالتالي:
 - عدم وضع أكثر من علامة أمام كل عبارة.
 - عدم ترك عبارة دون علامة أمامها.
 - التوضيح أن نتائج الاستجابات على المقياس سرية وسوف تستخدم هذه البيانات بغرض البحث العلمي فقط.
 - لا يوجد إجابته صحيحه وأخرى خاطئة

المعالجات الإحصائية :

استخدمت الباحثة برنامج الحزم الإحصائية Spss لمعالجة البيانات إحصائياً ، واستعانت بالأساليب الإحصائية التالية : معامل الارتباط ، معامل الفا (كرونباخ) ، كا ٢ ، التقدير النسبي ، الأهمية النسبية ، مصفوفة الارتباط البسيط .

عرض ومناقشة النتائج :

ستقوم الباحثة بعرض ومناقشة النتائج التي توصلت إليها والخاصة بالتساؤل الأول " ما الأنشطة الترويحية المنزلية التي تمارسها طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا ؟

جدول (٩)
التكرار والنسبة المئوية والاهمية النسبية وقيمة (كا)
لاستجابات عينه البحث في الاستبيان الخاص بالأنشطة الترويحية المنزلية

ن=٨٠٠

الترتيب	كا ^٢	الاهمية النسبية	الوزن التقديري	الى حد ما		لا		تعم		عبارة
				%	ت	%	ت	%	ت	
المحور الأول : الوعي الترويحي للأسرة:										
٦	١٠٠.٠٠	٧٥.٠٠	١٨٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.١
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٢
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٣
٥	٣٢٥.٠١	٧٩.١٧	١٩٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٤
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٥
٤	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٦
٨	١٧٥.٠٠	٧٠.٨٣	١٧٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.٧
٦	١٠٠.٠٠	٧٥.٠٠	١٨٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.٨
المحور الثاني : الإمكانيات المتوفرة داخل المنزل:										
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٩
٧	١٧٥.٠٠	٧٠.٨٣	١٧٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.١٠
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.١١
٥	١٠٧٥.٠٣	٩١.٦٧	٢٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	-	٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.١٢
٧	١٧٥.٠٠	٧٠.٨٣	١٧٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.١٣
٦	٣٢٥.٠١	٧٩.١٧	١٩٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.١٤
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.١٥
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.١٦
٩	٤٠٠.٠١	٦٦.٦٧	١٦٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	-	٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.١٧
المحور الثالث : الأنشطة الترويحية التي تمارس داخل المنزل:										
٣	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.١٨
٦	٣٢٥.٠١	٧٩.١٧	١٩٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.١٩
٣	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٢٠
٣	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٢١
١٢	١٧٥.٠٠	٦٢.٥٠	١٥٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	.٢٢

الترتيب	كا	الأهمية النسبية	الوزن التقديري	الى حد ما		لا		تعم		عبارة
				%	ت	%	ت	%	ت	
١٢	١٧٥.٠٠	٦٢.٥٠	١٥٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	.٢٣
٦	٣٢٥.٠١	٧٩.١٧	١٩٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٢٤
١٠	٢٥.٠٠	٦٦.٦٧	١٦٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	.٢٥
١٠	٤٠٠.٠١	٦٦.٦٧	١٦٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	-	٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.٢٦
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٢٧
١٤	٤٧٥.٠١	٥٨.٣٣	١٤٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	-	٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	.٢٨
٢	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٢٩
٨	٤٧٥.٠١	٧٥.٠٠	١٨٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	-	٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٣٠
٩	١٧٥.٠٠	٧٠.٨٣	١٧٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.٣١
١٤	٤٧٥.٠١	٥٨.٣٣	١٤٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	-	٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	.٣٢
المحور الرابع : العائد من ممارسه الاشطة الترويحية المنزلية:										
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٣٣
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٣٤
٦	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٣٥
٩	٣٢٥.٠١	٧٩.١٧	١٩٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٣٦
٧	٧٠٠.٠٢	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	-	٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٣٧
٧	٧٠٠.٠٢	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	-	٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٣٨
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٣٩
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٤٠
٥	١٠٧٥.٠٣	٩١.٦٧	٢٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠		٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.٤١

قيمة كا الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يتضح من جدول (٩) أن الأهمية النسبية لجميع عبارات استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية لدي طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا بلغت جميعها بمستوي مرتفع ، حيث احتلت العبارة رقم (٩) والعبارة رقم (١١) والعبارة رقم (١٥) والعبارة رقم (١٦) والعبارة رقم (٢٧) والعبارة رقم (٣٣) والعبارة رقم (٣٤) والعبارة رقم (٣٩) والعبارة رقم (٤٠) المرتبة الاولى بنسبه (١٠٠%) ، وتلتها العبارة رقم (١٢) والعبارة رقم (٤١) المرتبة الثانية بنسبة (٩١.٦٧%) ، وتليها العبارة رقم (٢) والعبارة رقم (٣) والعبارة رقم (٢٩) والعبارة رقم (٣٦) في المرتبة الثالثة بنسبة (٨٧.٥٠%) بينما المرتبة الخيره بنسبة (٥٨.٣٣%) .

كما يتضح من جدول (٨) أن طالبات كلية التربية الرياضية يمارسون الأنشطة الترويحية المنزلية خلال جائحه كورونا وذلك لما يتضح من أهميتها في تنمية الوعي الصحي لديهم وأيضاً لاستغلال وقت الفراغ لديهم الناتج عن الحظر الذي فرضته الدوله نتيجة تلك الجائحه ، حيث أن قيمه كا المحسوبه تتراوح ما بين (٢٥.٠٠) إلي (١٦٠٠.٠٤) وهي أكبر من قيمتها الجدولية .

ويؤكد ويؤكد (Pierce et al (2009) علي أهميه انتاج أنشطة ترويحية متطوره تساعد علي استغلال وقت الفراغ بالمنزل لاعضاء الاسرة وذلك لضمان إستقرار وتماسك الاسرة من خلال إنقاف وبقاء الأعضاء داخل المنزل لاطول فتره ممكنه . (٢٩) .

كما أشارت نتائج دراسته **ربيع نوفل واخرون (٢٠١٥)** إلي ضرورة مشاركة الإباء والامهات مع الأبناء في الألعاب الترويحية داخل المنزل لما في ذلك من تأثير ملحوظ علي مستوي السعادة الشخصية للفرد وكذلك حسن إستغلال وإدارة وقت الفراغ ، بجانب الاهتمام من قبل وسائل الاعلام المختلفة في تقديم مواد اعلاميه تحث علي غدارة وقت الفراغ بالمنزل واستغلاله في الممارسة الترويحية . (٢٥)

وأشار زيتاي بلال (٢٠١٨) إلي انه يقع علي عاتق الاسرة دور فتوعية الأبناء بضرورة الممارسة الترويحية وتوفير الإمكانيات والدعم المادي والمعنوي للبناء وكذلك مرافقتهم والاشتراك معهم في ممارسه الترويحية لتشجيعهم ، وتعليمهم كيفية الممارسه الصحيحة وأيضا توضيح كيفية المحافظة علي النظافة الشخصية أثناء الممارسه وبعدها . (٧) .

وترى الباحثة أن للأسرة دور هام وكبير في ممارسه الأنشطة الترويحية بشكل عام وبشكل خاص وقت الازمات لما لها من دور فعال في تنشيط الجسم وحسن استغلال وقت افراغ الناتج عن الحظر ، وأيضا مع الممارسه الصحيحة ييزيد الوعي لدي أفراد الاسره بأهميه اتباع الإجراءات الاحترازية والمحافظة علي النظافة الشخصية للفرد قبل وأثناء وبعد الممارسه الترويحية .

عرض ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها والخاصة بالإجابة علي التساؤل الثاني " ما مستوي الوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحة كورونا؟ وذلك من خلال جدول (١٠) :

جدول (١٠)

التكرار والنسبة المئوية والاهمية النسبية وقيمة (٢٤)

لاستجابات عينه البحث في استبيان الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا

ن=٨٠٠

الترتيب	ك ^٢	الأهمية النسبية	الوزن التقديري	الى حد ما		لا		تعم		عبارة
				%	ت	%	ت	%	ت	
المحور الأول : الإجراءات الاحترازية:										
٦	٦٢٥.٠٢	٦٦.٦٧	١٦٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	.١
٢	١٠٧٥.٠٣	٩٥.٨٣	٢٣٠٠	-	٠	١٢.٥٠	١٠٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.٢

الترتيب	كا ^٢	الأهمية النسبية	الوزن التقديري	الى حد ما		لا		تعم		عبارة
				%	ت	%	ت	%	ت	
٦	١٠٠.٠٠	٦٦.٦٧	١٦٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	.٣
٢	١٠٧٥.٠٣	٩٥.٨٣	٢٣٠٠	-	٠	١٢.٥٠	١٠٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.٤
٥	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٥
١	١٦٠٠.٠٤	١٠٠.٠٠	٢٤٠٠	-	٠	-	٠	١٠٠.٠٠	٨٠٠	.٦
٦	٦٢٥.٠٢	٦٦.٦٧	١٦٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	.٧
٩	٣٢٥.٠١	٦٢.٥٠	١٥٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	.٨
٢	١٠٧٥.٠٣	٩٥.٨٣	٢٣٠٠	-	٠	١٢.٥٠	١٠٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.٩
المحور الثاني : العادات الصحية:										
١	١٠٧٥.٠٣	٩٥.٨٣	٢٣٠٠	-	٠	١٢.٥٠	١٠٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.١٠
٤	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.١١
٤	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.١٢
٤	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.١٣
٩	١٧٥.٠٠	٧٩.١٧	١٩٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٣٧.٥٠	٣٠٠	٥٠.٠٠	٤٠٠	.١٤
٤	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.١٥
٨	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.١٦
١	١٠٧٥.٠٣	٩٥.٨٣	٢٣٠٠	-	٠	١٢.٥٠	١٠٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.١٧
١	١٠٧٥.٠٣	٩٥.٨٣	٢٣٠٠	-	٠	١٢.٥٠	١٠٠	٨٧.٥٠	٧٠٠	.١٨
المحور الثالث : مصادر المعلومات:										
٥	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.١٩
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٢٠
٥	٣٢٥.٠١	٨٣.٣٣	٢٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٢٥.٠٠	٢٠٠	٦٢.٥٠	٥٠٠	.٢١
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٢٢
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٢٣
١	٦٢٥.٠٢	٨٧.٥٠	٢١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	١٢.٥٠	١٠٠	٧٥.٠٠	٦٠٠	.٢٤

قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يتضح من جدول (١٠) الخاص بالنسبة المئوية والاهمية النسبية وقيمة (كا^٢) لاستجابات عينه البحث في استبيان الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا ، حيث تراوح الوزن التقديري لجميع محاو

الاستبيان ما بين (١٥٠٠ - ٢٤٠٠)، كما تراوحت الاهمية النسبية للعبارات في الاستبيان ما بين (٦٢.٥٠% - ١٠٠%)، كما تراوحت قيمة (كا ٢) للعبارات ما بين (١٠٠.٠٠٠ الي ١٦٠٠.٠٠٤) وهذه القيم داله احصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠٥)

يتضح من جدول (١٠) أن طالبات كلية التربية الرياضية يمارسون الأنشطة الترويحية المنزلية خلال جائحه كورونا لديهم وعي صحي كبير تجاه جائحه كورونا بأهمية النظافة الشخصية وعدم استخدام الأدوات الشخصية بالآخرين ، وأيضا المحافظة علي التباعد الاجتماعي في الأماكن العامة و حيث أن قيمه كا ٢ المحسوبه تتراوح ما بين (٢٥.٠٠٠ إلي ١٦٠٠.٠٠٤) وهي أكبر من قيمتها الجدولية .

ومفهوم التنقيف والوعي الصحي يعني تنقيف الافراد وإثارة وعيهم لغرض تغيير سلوكهم وعاداتهم خاصة في حالة انتشار الامراض داخل المجتمع ، وكذلك غرس العادات والتقاليد الاجتماعية التي من شأنها تدعيم الجانب الصحي وتطوره مثل ممارسة الرياضة والتغذية الصحية والعادات القوامية السليمة . (٣٢).

ويذكر أن الشخص الواعي صحيا هو الشخص المثالي المتمتع بدرجات ومستويات عالية من الصحة المتمثلة بالتكامل البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والصحي وأن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل علي الوقاية من اهم أمراض العصر (٦) .

وترجع الباحثة ذلك بإهتمام النظافة الشخصية وإظهار المظهر الطيب للطالبات وبذلك تزداد الثقة بالنفس والشعور بالاهمية وتوسيع الأفق والنشاط الاجتماعي ، وتوطيد العلاقات الاسرية بين جميع أفرادها ، حيث الاشتراك في أنشطة ترويحية ترفيهيه تدخل لهم السعاده والمرح .

وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسه نسرين نادي (٢٠٢٠) (٢١) حيث أن التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضة لديهم وعي صحي واهتمام بالصحة والنظافة الشخصية أكثر من أقرانهم غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.

عرض ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها والخاصة بالإجابة علي التساؤل الثاني " ما العلاقة بين الأنشطة الترويحية المنزلية والوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية تجاه جائحه كورونا COVID- 19.؟ وذلك من خلال جدول (١١) :

جدول (١١)

مصفوفة الارتباط البسيط لبيان العلاقة بين الأنشطة الترويحية المنزلية

والوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا تجاه جائحة كورونا

ن=٨٠٠

المتغيرات	الإجراءات الاحترافية	العادات الصحية	مصادر المعلومات	الوعي الصحي تجاه جائحة كورونا
الوعي الترويحي للأسرة	*.٠٥٦٣	*.٠٧٤٠	*.٠٣٤٦	*.٠٨٦١
الإمكانات المتوفرة بالمنزل	*.٠٥٨٩	*.٠٠٩٨	*.٠٠٨٧	*.٠٠٥٤٩
الأنشطة الترويحية التي تمارس داخل المنزل .	*.٠٧٩٤	*.٠٢٩٦	*.٠١٢٥	*.٠٠٦٣٩
العائد من ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية .	*.٠٣٤١	*.٠١٩١	*.٠١٧٩	*.٠٠٤٦٢
الأنشطة الترويحية	*.٠٦٩٨	*.٠٧٨٠	*.٠٠٩٧	*.٠٠٨٠١

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 0.194$

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥) بين الدرجة الكلية لاستبيان الأنشطة الترويحية المنزلية وبعد الإجراءات الاحترافية لدي طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا وبلغ الارتباط (٠.٦٩٨) .
- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥) بين الدرجة الكلية لاستبيان الأنشطة الترويحية المنزلية وبعد العادات الصحية لدي طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا وبلغ معامل الارتباط (٠.٧٨٠) .
- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥) بين الدرجة الكلية لاستبيان الأنشطة الترويحية المنزلية وبعد مصادر المعلومات لدي طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا وبلغ معامل الارتباط (٠.٠٩٧) .
- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥) بين الدرجة الكلية لاستبيان الأنشطة الترويحية المنزلية والدرجة الكلية لمقياس الوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا تجاه جائحة كورونا وبلغ معامل الارتباط (٠.٨٠١) . وترجع الباحثة ذلك إلي أن ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية يجب أن تكون أسلوب حياة لجميع الافراد والاعمار لما لها من أهميه كبيرة في زيادة الوعي بشكل عام للممارسين وزيادة الوعي الصحي وقت الازمات ، حيث أنها تعمل علي تنمية شخصية الفرد من جميع الجوانب البدنية والصحية والنفسية والعقلية والاجتماعية ومن ثم توازن الشخصية ، وبذلك تساعد في زيادة الوعي الصحي (الإجراءات الاحترافية - العادات الصحية - مصادر المعلومات) لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا تجاه جائحة كورونا .

ويذكر أن الشخص الواعي صحيا هو الشخص المثالي المتمتع بدرجات ومستويات عالية من الصحة المتمثلة بالتكامل البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والصحي وأن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل علي الوقاية من اهم أمراض العصر (٦) .

كما توضح دراسة (Barrows .p (2003)، ودراسة (Majed.Z(2013) ، بأن أولياء الأمور يساعدون أفراد أسرهم علي استثمار وقت الفراغ من خلال توفير البيئة الترويحية وذلك بغرض تقوية الروابط الاسرية ومساعدته الإباء في التعرف علي ميول واتجاهات الأبناء وكذلك ممارسة أنشطة ممتعه بين أفراد الاسرة .(٢٥).

وتشير نتائج دراسة كلا من نوره محمد (٢٠١١)(٢٣) ، محمد سيد (٢٠٠٩)(١٦) ، مها الحقباني(٢٠١٦)(٢٠) ، ان الأنشطة الترويحية الاجتماعية والثقافية من أهم الاهتمامات الترويحية التي يفضل ممارستها بين أعضاء الاسرة في وقت الفراغ وذلك لإشباع رغباتهم وميولهم الاجتماعية .

لذلك تري الباحثة انه يجب أن تشارك الطالبات الاسرة في المنزل حيث تأخذ القيم الاجتماعية في الظهور نتيجة الاشتراك في نشاطات جماعية مما يؤدي إلي تحقيق الذات وإشباع رغباتهن . وبذلك يتحقق صحة التساؤل الثالث بأن هناك علاقة إيجابية بين ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية وزيادة الوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعه طنطا تجاه جائحة كورونا .

الاستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث، وفي حدود العينة، والإجراءات، والنتائج المستخلصة، توصلت الباحثة إلى :

- يوجد وعي من أولياء الأمور بمكانة الترويح داخل السياق الاسري واهمية ممارسة الأنشطة الترويحية وتوفير الجو الملائم للقيام بها والتي تمنح الطالبات الفرصة لاستثمار وقت فراغهم في وقت الحظر بإعتباره جزء هام من أجزاء الوقت .
- هناك وعي من طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية المنزلية في وقت الحظر ومدى تأثير تلك الممارسه علي زيادة الوعي الصحي .
- معظم الاسر تهتم بممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية التي تحقق الأهداف التي يغلب عليها الطابع الاجتماعي والثقافي والفني والرياضي عند استثمار وقت الفراغ .
- حرص أولياء الأمور علي استغلال وقت الفراغ لابنائهم من خلال المشاركة في بعض الأنشطة الترويحية سواء داخل المنزل او خارجه .

- وجود علاقة ارتباطية موجبه بين استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية والوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعہ طنطا تجاه جائحه كورونا .

التوصيات :

- ضرورة دعم الدولة لانشاء المراكز الترويحية والصحية المتكاملة والتي تخدم الوسط الاسري والعائلي وذلك في كل محافظات الجمهورية .
- العمل علي تفعيل المشاركة المجتمعية بين المؤسسات الترويحية والمؤسسات التعليمية لتقديم الرعاية الترويحية للطلاب بغرض استثمار وقت فراغهم بما يتماشى مع المتطلبات الصحية لهم .
- اهتمام وزارة التعليم العالي بعقد لقاءات وندوات لنشر الثقافة الترويحية والثقافة الصحية وتعريف أولياء الأمور بأهميتها وأثر ذلك الإيجابي علي مستوي الصحة الشخصية لهم .
- العمل علي تصميم واستحداث أنشطة ترويحية مختلفة تمارس من خلال الوسائل مؤسسات الترويحية المختلفة لتلبية رغبات وميول الافراد في ظل مواجهه انتشار فيروس كورونا COVID-19 ، وذلك لاستثمار وقت الفراغ .
- ضرورة الاهتمام بإجراء برامج ترويحية حول قضاء وقت الفراغ من خلال ترويج الواقع الافتراضي.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد سعودي (٢٠٢١) . مستويات ومصادر الوعي الصحي لدي تلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحه كورونا ، رسالة دكتوراه ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعه محمد أبو ضياف ، الجزائر .
- ٢- استقلال عبد الوهاب الرقم (٢٠٢٠) . مستوي الوعي الصحي لدي طالبات كلية التربية الرياضية للوقاية من إصابات الملاعب ، بحث منشور ، مجلة العلوم التربوية ، جامعه القاهرة ، العدد ٤ المجلد ٢٨ ، أكتوبر .
- ٣- خالد بين فيصل الفرم (٢٠١٦) . دور مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز الوعي الصحي لمرض كورونا ، دراسة تطبيقية علي المدن الطبية ومستشفياتها الحكومية بمدينة الرياض السعودية ، بحث منشور ، المجله العربية لعلوم الاتصال والاعلام ، العدد ١٥ ، يوليو .
- ٤- خديجه بن سالم (٢٠٢٠) . دور الاعلام المحلي في نشر الوعي الصحي في ظل أزمة كورونا ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعه أحمد دراية ، الجزائر .
- ٥- رقيه محمد خضر (٢٠٢٠) . واقع ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية لدي طالبات كلية التربية الرياضية أسرهم في ظل الازمات ، بحث منشور ، مجله بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية ، المجلد ٤ ، العدد الثامن .
- ٦- ريم بلحسن ، مريم زعتر (٢٠٢١) . اعتماد مواقع التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي

- خلال الازمات بالجزائر جائحة كورونا نموذجا ، بحث منشور ، مجلة الرسالة للدراسات الإعلامية ، المجلد ٥ العدد ٢ ، يوليو ٢٠٢١ .
- ٧- زيتاي بلال (٢٠١٨) . دور النظام الاجتماعي الاسري في تفعيل الممارسه الرياضية الترويحية لدي المراهقين ، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد ٣٣ ، مارس .
- ٨- سمير كيم ، يوسف كواشي (٢٠٢٠) . دور مواقع التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي الصحي لدي الجزائريين - دراسة تحليلية لبعض المجموعات الفيسبوكية ، بحث منشور ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، المجلد ٢١ ، العدد ٢ ، الجزائر .
- ٩- عبد المجيد محمد سالم (٢٠٢٠) . دور معلم التربية البدنية والرياضة في نشر الوعي الصحي ، بحث منشور ، مجله عالم الرياضة والعلوم التربوية ، جامعه الزاوية ، ليبيا ، العدد ٢٤ ، مجلد ٦ .
- ١٠- عمر محمد هلالى (٢٠٢٠) . دور الوعي الترويحي في استثمار أوقات الفراغ لدي الاسرة المصرية في ظل جائحة كورونا المستجد COVID-19 ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، العدد (٨٩) ، الجزء (٤) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعه حلوان .
- ١١- عيسى براهيمى وآخرون (٢٠١٦) . دراسة مقارنة لمستوي الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ، بحث منشور ، جامعه بسكرة ، العدد ١٧ .
- ١٢- كمال عبد الحميد إسماعيل ، عز الدين الحسيني سليمان ، عبد المحسن مبارك العازمي (٢٠١٢) . الترويج الرياضي للشباب ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٣- محمد السيد إبراهيم (٢٠٢٠) . دوافع ممارسة الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا ، بحث منشور ، المجله العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، العدد ٨٩ ، مايو ٢٠٢٠ .
- ١٤- محمد السيد مطر ، حازم يوسف منصور (٢٠١٨) . البيئة الترويحية وعلاقتها ببعض القيم لمرحلة التعليم الثانوي بمحافظة الدقهلية ، بحث مشترك ، مجله التربية الرياضية [أسيوط] .
- ١٥- محمد حمدي الصاوي (٢٠٢١) . تصور مقترح لممارسه الأنشطة الترويحية في الازمات

الوبائية ، المجلة العلمية لعلوم الرياضة لكلية التربية الرياضية بنات ، جامعه حلوان ،
العدد ٥٩ ، المجلد ٥٩ ، يونيو ٢٠٢١ .

^{١٦}- محمد سيد (٢٠٠٩) . الاهتمامات الترويحية المشتركة وتأثيرها علي الترابط الاسري ، رسالة ماجستير
، كلية التربية الرياضية بحلوان .

^{١٧}- محمد عبد الحكيم صيام (٢٠٢٠) . إمكانية تطبيق الإجراءات الاحترازية لعودة النشاط
الرياضي بالقري في ظل مواجهه فيروس كورونا المستجد COVID-19 ،
بحث منشور ، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ، جامعه
بورسعيد ، المجلد ٤٠ ، العدد ٤٠ ، ديسمبر ٢٠٢٠ .

^{١٨}- محمد كمال السموندي ، أحمد البيومي علي ، محمد السيد مطر ، نوال توفيق الشوكي
(٢٠١٥) . التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بممارسة الأنشطة الترويحية لدي
طالبات بعض الجامعات المصرية ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي لقسم
الترويح الرياضي ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية ، العدد ١ ،
كلية التربية الرياضية جامعه المنصورة .

^{١٩}- محمد محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز مصطفى (٢٠٠٩) . الترويح بين النظرية
والتطبيق ، ط٦ ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، القاهرة .

^{٢٠}- مها عبدالله الحقباني (٢٠١٦) . الوعي الخاص باللعب والعلاج باللعب بين الوالدين
والمربين في الرياض ، بحث منشور ، مجله رابطة التربية الحديثة ، المجلد ٨ ،
العدد ٢٩ .

^{٢١}- نسرین نادی عبد المجید (٢٠١٩) . البيئة الترويحية الاسرية وعلاقتها بالوعي الصحي
لتلاميذ المرحلة الابتدائية بأسويط ، بحث منشور ، مجله أسويط لعلوم وفنون
التربية الرياضية ، العدد ٤٩ المجلد ١ ، يونيو ، ٢٨- ٥٧ .

^{٢٢}- نوال توفيق الشوكي (٢٠١٥) . التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بممارسة الأنشطة الترويحية لدي
المرأة في محافظة الدقهلية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعه
المنصورة

^{٢٣}- توره محمد (٢٠١١) . دور الاسرة في استثمار وقت الفراغ عند التلاميذ المرحلة الابتدائية ، رسالة

- ماجستير ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعه الامام محمد بن سعود .
 ٢٤- نورهان الحسيني رمضان (٢٠١٧) . الثقافة الترويجية وعلاقتها بسلوك وقت الفراغ لدي طالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعه الإسكندرية ، رساله ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعه الإسكندرية .
 ٢٥- هامل عبد النور (٢٠١٩) . دور مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز الوعي الصحي لدي الشباب ، بحث منشور ، مجله العلوم القانونية والإنسانية ، المجلد ٣ ، العدد ٤ .

ثانياً: مراجع الأجنبية

- 26- Kraus,R(2015) ; Recreation and leisure in modern society , 10th Edition, Jones and Bartlett publishers , Canada .
 27- M, Schintzer , S.E . Schottl , M . kopp , M . Barth “ Covid- 19 stay at home order in tyrol . Austria : sorts and exercise behavior in change ? the rovl society for public health , published by Elsevier 185 p 218 – 220
 28- Mijuskovi , Nikola . J . Anthr (2020) ; sport and physical Activity in corona virus isolation ‘ sport educ . 4 p ; 27- 28
 29- Wong , Ashlev .(2020) ‘Impact of the COVID-19 pandemic on sports and exercise . ‘ Asia pacific journal of sport medicine , Arthroscopy , Rehabilitation & technology 39 E 44
 30- Zeij , Elke & te Poel & Others (2000) ‘The rile of parents and peer in the lisure activities of young adolescents ‘ Journal of leisure

ثالثاً: مواقع شبكة المعلومات الدولية

- 31- <https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>.