

دور الانشطة الترويحية المنزلية فى استثمار وقت الفراغ للأفراد ذوى الإعاقة

أ. د/ يحيى محمد الجيوشى

استاذ الترويح الرياضى بقسم الترويح الرياضى

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

أ.م.د/ محمود عصام جبر

استاذ مساعد دكتور بقسم الترويح الرياضى

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

الباحث/ احمد على احمد اسماعيل

ادارى لجهاز ذوى القدرات الخاصه بالنادى الاهلى

Doi: 10.21608/jsbsh.2024.271845.2666

مقدمة ومشكلة البحث

قد اصبحت الانشطة الترويحية الرياضيه وسيط فعال للأفراد ذو الاعاقه من خلالها تحسين وتنميه مهاراتهم وقدراتهم ، كما تتعدد مجالات الانشطة الترويحية للأفراد ذو الاعاقه والتي تتنوع لكل فئاتها ، حيث ادرجها علماء النفس والاجتماع فى مقدمه الانشطه التى تساعد الأفراد ذو الاعاقه على التحرر والانطلاق والمشاركه فى الانشطه المختلفه للمجتمع.

حيث ان الترويح مجموعه من الأنشطة التى يمارسها الفرد بمحض إرادته فى وقت الفراغ بعد الانتهاء من عملة الأساسى، وذلك للبحث عن الرضا والمتعة أو لتنمية معلوماته، وتحسين مهاراته، فالترويح يسهم فى تحقيق السعادة للأفراد، ويعمل على تطوير الصحة البدنية والعقلية، وكذلك ترقية انفعالاته وأخلاقه (٢٣:٢٦).

كما ان الانشطة الترويحية تعكس حاله النفسىه للأفراد عند اختيارهم بعض الانشطة دون الاخرى وفقا لرغباتهم وما ينتج عن ذلك الشعور بالرضا للأفراد مما يحقق اكبر قدر من النجاح فى ممارسة الرياضة (٢٦:٣٣)

حيث أن العديد من الدراسات العلمية قد أوضحت نتائجها أن ممارسة انشطه وبرامج الرياضة بانتظام تؤدي إلى تحسين كل من الجانب البدني والجانب العقلي والجانب النفسى والجانب الإجتماعي فى جميع مراحل عمر الانسان بوجه عام ، وكبار السن والمعاقين بوجه خاص (٢٤: 34)

فأهم فوائد ممارسة انشطه الترويحية الرياضية للأفراد ذوى الإعاقة هى تنمية وتطوير القدرات البدنية وفقا لنوع ودرجة الأعاقه والمحافظة على اللياقة البدنية والحد من مخاطر الإكتئاب وتنمية كل من القدرات العقلية القدرات والقدرات النفسية والقدرات الإجتماعية (٨: ٢٠٣، ٢٠٤)

كما أوضحت ديفيد جيمينيز وآخرون David Jimenez at.all أن ممارسة انشطه ترويحية رياضة بإعتدال تؤدي إلى تحسين كفاءة الأجهزة الحيوية بالجسم وتقلل من الاصابة لدى الأفراد ذوى

الإعاقة، وكذلك تؤدي إلى تنمية الصداقات والشعور بالانتماء وزيادة التفاعل الإجتماعي ، مما زاد من اهتمام الأفراد ذوي الإعاقة بالإقبال على ممارسة انشطه وبرامج الرياضة بصفة عامة (٤٧)

كما ان وقت الفراغ هو عبارة عن وقت حر بعد قضاء الاعمال والضروريات العملية للحياة وتحديد وقت الفراغ واشكاله يتنوع خلال حساب وقت العمل ووقت النزم واخر الضروريات خلال عدد الـ ٢٤ ساعة الذي يسمح بحساب الوقت الفائض واعتباره وقت فراغ يستخدم في اى شئ ممتع ومبهج.

(٢٠ : ٧٨) (٣١ : ٤٧)

فوقت الفراغ له أهمية كبيرة، فإن بعض الدول لاتهتم بتوفير وقت الفراغ لأفرادها فحسب؛ بل تهتم في المقام الأول بالتخطيط العلمي لطرق وأشكال استثماره، حتى لايتحول هذا الوقت إلى وقت ترتكب خلاله الجرائم والإنحرافات النفسية والإجتماعية غير التربوية التي تضر بحياة الفرد والمجتمع. (١٨ : ٢٦)

ويتفق "مجدى عزيز" ان الانشطه الترويحية تسهم في تحسين اللياقة البدنية والصحة العامه للأفراد ذوي الاعاقة ، وفي تنمية التوافقات العضلية العصبية والحركية للأفراد ذوي الاعاقة وفي رفع مستوى تركيزهم وانتباههم وقدراتهم على الاحساس. (٢٢)

حيث تؤثر الاعاقة علي قدرة هؤلاء الأفراد في الاستمتاع بوقت فراغهم سواء بالنشاط الترويحي الذاتي الفردي أو النشاط الترويحي الجماعي او الانشطه الرياضية المتنوعه ويرجع هذا لعدم تواجد اماكن متخصصه لخدمه هذه الفئة رياضيا ، وقد يرجع ذلك إلي ما قد يجده الفرد من صعوبة في التعبير عما يريد لان تحقيق ذلك يتطلب شخصا يمتلك مهارة خاصة ، وقد يؤدي عدم استثمار شغل وقت الفراغ بالنسبة للشخص ذوي الاعاقه بطريقة سليمة إلي سلوك انحرافي في بعض الاحيان. (٢١ : ٥١)

وتقدر منظمة الصحة العالمية (WHO)، نسبة الأشخاص ذوي الإعاقة بحوالي (١٥%) من سكان العالم أي ما يعادل مليار شخص، ويقدر عدد الافراد ذوي الإعاقة بمصر وفقا لأخر تعداد سكاني لعام ٢٠١٧ بحوالي (١٠.٦٧%). (٥٥)

فمن خلال قراءات الباحث للمراجع العلمي المرتبطه بموضوع البحث وللبحوث العلميه التي تناولت دراسته موضوع الانشطة الترويحية المنزلية للأفراد ذوي الاعاقة ، ونظرا للدور الحيوي للانشطه الترويحية الرياضة في تحسين حياة الأفراد ذوي الاعاقة ، مما يساعد على استثمار وقت فراغهم من خلال ممارسة الانشطه المختلفة مما يؤدي الى توازننا صحي وبدني ونفسي واجتماعي ، ويساعد في الحفاظ على الصحة العامة للجسم وتحسين نوعيه حياتهم ، كما لها من قيمه وحاجه علميه لتحقيق حياه افضل لتلك الفئة التي تستحق كل الاهتمام والرعايه من كل المؤسسات والهيئات والمنظمات المسئوله عن رعايتها ، وقد تبين للباحث وجود ندره على مستوى المجتمعات العربيه في البحوث والدراسات العلميه التي إلى تناول ممارسه الافراد ذوي الاعاقه للانشطه المنزلية ، باعتبارهم شريحة لا يجوز الاستهانة بها .

وتكمن مشكلة البحث في معرفة دور ممارسة الانشطة الترويحية المنزلية في استثمار وقت الفراغ

للأفراد ذوي الإعاقة ، ويرى الباحث أن التعرف على هذه الأنشطة يساعد على تلبية رغباتهم واحتياجاتهم وبالتالي استثمار اوقات فراغهم من خلال مشاركتهم في أنشطة منزلية مختلفة.

ولنا خبرات اثناء ازمة كورونا تم غلق الاندية ومراكز الشباب والصالات الرياضية ولم يكن هناك اى مكان لممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام والأنشطة الترويحية بشكل خاص مما اضطر الافراد ذوي الاعاقة الى عدم ممارسة انشطه بصفه عامة و صعوبة ممارسة أنشطة رياضية صريحة بصفه خاصة فكان الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الترويحية المنزلية فى المنزل هو الحل الوحيد لكي تساعدهم على بناء ونمو صحي لهم ومن هذا المنطلق اتجه الباحث الى معرفة ما هي الأنشطة الترويحية التي يمكن للفرد ذوي الاعاقه ممارستها فى المنزل لاستثمار وقت فراغه.

فالفراغ يجعل صاحبه في حير؛ فضلاً عن أن وقت الفراغ الغير مستغل بشكل إيجابي يؤثر سلباً على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والجماعات، وقد يؤدي بالفرد إلى الإصابة بأمراض نفسية نظراً للمكوث في المنزل فترات طويلة.

بالاضافة الى زياده وقت الفراغ أصبحت من المشكلات الرئيسة فى حياة عدد كبير منا وبالاخص الافراد ذوي الاعاقة ، بسبب عدم الاستثمار الجيد لها ، حيث أن جميع الافراد ذوي الاعاقة بمختلف فئاتهم يحتاجون إلى ممارسة الأنشطة الترويحية التي تسهم في تنمية وتطوير شخصيتهم من خلال المشاركة في ممارسة مناشطه المختلف كما أن الأسرة تلعب دوراً هاماً فى استثمار اوقات الفراغ لاعضائها ، من خلال توفير فرص الممارسة للأنشطة الترويحية لهم.

وهذا مادفع الباحث لإجراء هذه الدراسة لمعرفة دور الأنشطة الترويحية المنزلية في استثمار أوقات الفراغ لدى الافراد ذوي الاعاقة وفقاً لبعض المتغيرات ، لما لها من أثر إيجابي على تطوير ونمو شخصيتهم ، وإشباع حاجاتهم، وبالتالي التقليل من المشكلات المرتبطة بوقت الفراغ لديهم اثناء البقاء بالمنزل لفترات طويلة .

و يتفق مع هذا الراي كلا من رامي ميخائيل فخري مسعد(٢٠٢٣) (٧)، سمر عبدالله احمد البصيلي البصيلي (٢٠٢٣) (١١) ، محمد حمدى الصاوى السنيطى(٢٠٢١) (٢١) **K Pedersen Klarlund** ، **And Bengt Saltin** (٢٠١٥)(٤٢) ، **حلمي ابراهيم وليلى فرحات** (١٩٩٨)(٦) ، **Kathryn Berlin** (٢٠١٨) (٤٤)(٤٦) ، **Giovanna Coiogiuri and Lewis Elliot** (٢٠١٧) (4) في التاكيد على ممارسه الأنشطة الترويحية المنزلية المتنوعه للفرد ذوي الاعاقة تساعده على استثمار وقت الفراغ من خلال الأنشطة الترويحية المنزلية و أن وقت الفراغ غير مستغل بالشكل الامثل وعدم توافر الإمكانيات المرتبطة بالممارسة الترويحية المنزلية وعدم التنوع والإبتكار في أنشطة الممارسة الترويحية المنزلية بجانب افتقادها للتنظيم بسبب عدم وعي الاسرة بدور هذه الأنشطة.

أهمية البحث:

- الأهمية العلمية:

- ينظر البحث الحالي إلى موضوع على درجة كبيرة من الأهمية في مجال الترويج، وهو معرفة دور الأنشطة الترويحية المنزلية في استثمار وقت الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة، بحيث يسهم في إثراء مجال الترويج لدى المجتمعات العربية بصفة عامة، والمجتمعات المصرية بصفة خاصة، كما أنه يوجد ندرة في الدراسات التي تناولت موضوع البحث الحالي على حد علم الباحث.
- قد يؤثر البحث الحالي إلى إجراء المزيد من الدراسات المرتبطة في هذا المجال وزيادة عدد الدراسات التي تساعد العاملين في مجال الترويج الرياضي على معرفته وابتكار أنشطة ترويحية تمارس في المنزل تتناسب مع جميع الأعمار.

- الأهمية التطبيقية :

- توفير أداة مقننة للتعرف على دور الأنشطة الترويحية المنزلية في استثمار وقت الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة .
- تقديم دراسة تعد بداية نتائجها نواة للعديد من الدراسات، حيث تقدم تصوراً جديداً للأنشطة الترويحية المنزلية يسهم في استثمار اوقات الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة.
- هدف البحث : يهدف هذا البحث إلى معرفة دور الأنشطة الترويحية المنزلية في استثمار وقت الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة ، وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:
- ١- ما هي الأنشطة الترويحية المنزلية (رياضية - فنية - ثقافية - اجتماعية) التي يمارسها للأفراد ذوي الإعاقة ؟

٢- هل توجد فروق دالة احصائيا في حجم اوقات الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة وفقا لبعض المتغيرات ؟

٣- ما هو حجم وقت الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة ؟

- المصطلحات المستخدمة في البحث :

- الأنشطة الترويحية المنزلية: هي تلك الاوجه من النشاط او الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ والتي يتم تحديدها وفقا لارادة الفرد وذلك بغرض تحقيق السرور والمتعه لذاته واكتساب العديدمن القيم الشخصية واجتماعية والتي تمارس في المنزل سواء كانت فردية او جماعية وذلك للبقاء في المنزل. (تعريف اجرائي)
- الأفراد ذوي الإعاقة: كل شخص لديه قصور أو خلل كلي أو جزئي يرتبط بالجانب البدني أو الجانب الحسي أو الجانب الذهني ويكون ذلك الخلل أو القصور مزمن، مما يمنع الفرد المعاق من المشاركة بصورة كاملة وفعالة مع المجتمع ومع أقرانه الآخرين. (٤٠ : ٣)

الدراسات السابقة

أولاً : الدراسات السابقة العربية

- ١- دراسة احمد محمد شوقي (٢٠٢٢) (١) يهدف البحث إلى التعرف على الأنشطة الترويحية المنزلية وعلاقتها بالهزيمة النفسية جراء جائحة كورونا (COVID-١٩) لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، وتم استخدام المنهج الوصفي ، وتطبيق كل من استبيان الأنشطة الترويحية المنزلية لطلاب كلية التربية الرياضية تم تطبيق البحث على عينة بلغ قوامها (٥٠٠) طالب وقد توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الدرجة الكلية لاستبيان الأنشطة الترويحية المنزلية والدرجة الكلية لمقياس الهزيمة النفسية جراء جائحة كورونا
- ٢- قام محمود جابر (2022) (٣٢) بدراسة بعنوان " دوافع ممارسة أوجه نشاط الترويح الرياضي للأفراد ذوي الإعاقة في ضوء الجنس ونوع الإعاقة" بهدف التعرف على دوافع ممارسة أوجه نشاط الترويح الرياضي للأفراد ذوي الإعاقة واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وطبقت الدراسة على عينة قوامها ١٢٠ من الأفراد ذوي الإعاقة ببعض محافظات القاهرة والجيزة، واستخدم الباحث أداة . جمع بيانات للتعرف على دوافع ممارسة أوجه نشاط الترويح الرياضي للأفراد ذوي الإعاقة ، وكان من أهم نتائج الدراسة جاءت (الدوافع المعرفية) في المرتبة الأولى يليها (دوافع الصحة العامة) ثم (الدوافع النفسية) لممارسة أوجه نشاط الترويح الرياضي للأفراد ذوي الإعاقة
- ٣- دراسة محمد السيد اسماعيل (٢٠٢٠) (٢٦) بعنوان دوافع ممارسة الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحة كورونا COVID19 وهدفت الدراسة الى تحديدهم الدوافع البدنية والصحية والاجتماعية والنفسية والعقلية والدوافع المتعلقة بازمة كورونا المحركة لعينة البحث لممارسة الأنشطة الترويحية في المنزل في ظل جائحة كورونا، جاءت الدوافع النفسية في المرتبة الاولى يليها الدوافع البدنية والصحية لممارسة الأنشطة الترويحية في المنزل في ظل الجائحة، توجد فروق دالة احصائية بين الذكور والاناث في الدوافع العقلية المتعلقة بازمة فيروس كورونا لصالح الذكور توجد فروق دالة احصائية بين الممارسين للنشاط الترويحي قبل الجائحة وغير الممارسين في الدوافع العقلية. اهم التوصيات اهتمام الاندية ومراكز الشباب بتوفير برامج ترويحية مختلفة تمارس في المنزل، التاكيد على نشر الثقافة الترويحية لاصحاب التعليم المتوسط وسكان الريف.
- ٤- دراسة امل محمد احمد (٢٠١٧) (٣) بعنوان فاعالية برنامج قائم على الأنشطة الدرامية المنزلية لأكساب طفل الروضة الهوية الوطنية وهدفت الدراسة الى التنوع في الاستراتيجيات التربوية ما بين الدراما والانشطة المنزلية جعل الاطفال يفكرون بايجابية ساعدت بشكل كبير في اكساب الاطفال المفاهيم الاساسية للهوية الوطنية المتضمنة في البرنامج، التنوع في الانشطة المقدمه جعل النتائج ايجابية مما ادى الى ارتفاع حجم الاثر الذي احدثه البرنامج.

ثانياً : الدراسات السابقة الأجنبية

١- دراسة أليخاندر كاريدو وآخرون (٢٠٢٠) (٤٢) تقييم أولي المرونة والنشاط البدني لدى الأشخاص الخاضعين للعزل في المنزل بسبب كوفيد -١٩ وهدفت الدراسة إلى دراسة تأثير هذا السيناريو على صمود المواطنين ، بالإضافة إلى الروابط بين المرونة والنشاط البدني (PA) والجنس والوزن ومؤشر كتلة الجسم (BMI) قبل الحجز وبعده ، والمعلومات المتعلقة بـ COVID-19، النتائج: أظهرت النتائج أن الأفراد الذين شاركوا بانتظام في السلطة الفلسطينية القوية خلال الأسبوع الأول من أفاد الحبس عن مرونة أعلى من حيث موضع التحكم الأعلى ، والكفاءة الذاتية الأعلى، والأعلى التفاضل. علاوة على ذلك ، لوحظت اختلافات المرونة الشخصية على أساس الجنس، والفئات العمرية.

٢- دراسة مايكل أنتونيوس ليم وريموند براناتا (٢٠٢٠) (٤٩) بعنوان الأنشطة الرياضية خلال أي إغلاق وبائي وهدفت الدراسة الى انه لا توجد إرشادات قوية بشأن استخدام أقنعة الوجه في الهواء الطلق تمارين أثناء جائحة COVID-19. ننصح الناس قم بارتداء أقنعة الوجه أثناء التمارين منخفضة إلى متوسطة الشدة بالخارج مثل المشي السريع والركض مع الحفاظ على الأمان ، المسافة المادية (٢ متر) والنظافة الشخصية في الأماكن العامة ،ومع ذلك ، فإن استخدام أقنعة الوجه قد يضر بالتنفس وامتصاص الأكسجين بكثافة عالية ، والتي لا ينصح بها خلال هذه الأوقات، لا يزال يتم تشجيع البقاء في المنزل يوصي مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) يوميًا النشاط البدني للأطفال (٦٠ دقيقة / يوم) والكبار (٣٠ دقيقة / يوم). يتم تصنيف كل رياضة ونشاط حسب المخاطر.

٣- دراسة بينار جوزيل (٢٠٢٠) (٥٢) بعنوان "الدراسة الفنية" لقضاء بعض الوقت في العزلة المنزلية والأنشطة الترفيهية تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الحالات العاطفية والجسدية والنفسية والاجتماعية للأفراد الذين اضطروا للبقاء في المنزل لفترة من الوقت بسبب التدابير المتخذة لمنع انتشار COVID-19 الجائحة وتحديد نوع الأنشطة الترفيهية التي يفضلونها خلال هذه الفترة ، النتائج تعالج هذا الترفيه الأنشطة خلال فترة الإقامة الطويلة في الجائحة لها نفسية واجتماعية وثقافية وجسدية، ولكن مع نقشي المرض ؛ كان للبقاء في عزلة اجتماعية آثار إيجابية على أسرهم مثل استكشاف أشياء جديدة معًا والسعادة وقضاء الوقت بشكل فعال. إلى الأمام ومن الجوانب الأخرى اللافتة للنظر أن المستجيبين أفادوا بأنهم سيقومون بأنشطة ترفيهية قريبًا بعد انتهاء فترة العزلة الاجتماعية. في نتائج البحث ، يقترح أنه ضروري اللجوء إلى الأنشطة الترفيهية من أجل الحد من انتشار الفيروس في عزلة في الداخل والتغلب على هذه العملية بأقل تأثير سلبي ، فردي ومؤسسي يجب بذل الجهود من أجل ذلك.

مدى استفادة الباحث من الدراسات المرتبطة

ساهمت هذه الدراسات في التعرف على المراجع العلمية وتوجيه الباحث لأختيار مشكلة البحث الحالي، وكذلك تحديد مجتمع وعينة البحث، ووسائل وأدوات جمع البيانات التي استخدمتها هذه الدراسات مثل الاستبيان والقوائم وتحليل الوثائق والسجلات والمقابلات الشخصية، وقد استفاد الباحث منها في تحديد وبناء أداة جمع البيانات ، واختيار أسلوب عرض ومناقشة النتائج.

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحث "المنهج الوصفي" الاسلوب المسحي نظراً لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

أشتمل مجتمع البحث على اللاعبين المقيدون بأكاديمية تحدي لرعاية وتأهيل ذوى الاعاقة لعام ٢٠٢٣/٢٠٢٤م والبالغ عددهم (٣٦٥) فرد من الافراد ذوى الاعاقة ، مرفق (١) .

عينة البحث

قام "الباحث" بأختيار عينة البحث بالطريقة "العشوائية" من الافراد ذوى الاعاقة الذهنية من المقيدون بأكاديمية تحدي لرعاية وتأهيل ذوى الاعاقة والبالغ عددهم (٢١٦) ، وهي تمثل نسبة (٥٩.١)% من مجتمع البحث ، ويوضح جدول رقم (١) توزيع عينة البحث:

شروط إختيار عينة البحث :

١- موافقة ولى الامر على تطبيق البحث بعد توضيح فوائده وإجراءاته .

٣- ان لا يكون لديه اعاقه مزدوجه .

جدول (١) توزيع أفراد عينة البحث (ن = ٢١٦)

الاجمالي	النسبة	نوع الاعاقه			العدد		فروع الاكاديمية
		توحد	فكرى	داون	اناث	ذكور	
٦٢	%٢٨.٥٠	٣٥	١٢	١٥	٢٣	٣٩	فرع البساتين
٤٦	%٢١.٢٠	١٠	١٩	١٧	٢٨	١٨	فرع صقر قريش
٣٤	%١٥.٧٠	١٥	١٠	٩	١٩	١٥	فرع المركز الاولمبي
٢٩	%١٣.٤٠	١٤	٨	٧	١٧	١٢	فرع المعادى الجديدة
٢٤	%١١.١٠	٨	١١	٥	٦	١٨	فرع كلية التربية الرياضية
٢١	%١٠.١٠	٧	١٠	٤	٥	١٦	فرع نادى المقطم
٢١٦	% ١٠٠	٨٩	٧٠	٥٧	٩٨	١١٨	الاجمالي

وأعتمد "الباحث" في تطبيق الاستبيان على المقابلات الشخصية مع اولياء امور الافراد ذوى الاعاقه

الذهنية لضمان إستجاباتهم الفعلية على الاستبيان، وللإجابة على أية تساؤلات تتعلق بالغرض من إجراء هذا البحث، وقد تم تطبيق البحث في الفترة من ١/٩/٢٠٢٣ م - ١/١/٢٠٢٤ م.

أدوات جمع البيانات

أولاً : قائمة الأنشطة الترويحية المنزلية

من اعداد أ.د. / يحيى الجيوشى ، تتضمن قائمة الأنشطة الترويحية المنزلية عدد (١٣٣) نشاطا ترويحيا منزليا مقسما على الأنشطة الترويحية (الرياضية - الفنية - الثقافية - الاجتماعية) التي يمكن أن تمارس وتؤدى بالمنزل لجميع أفراد الأسرة ، مرفق (٢).

المعاملات العلمية للقائمة:

أولاً: معاملات الصدق: للتحقق من مدى ملائمة القائمة ، قام الباحث بتطبيق القائمة على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) فرد ، ومن خارج العينة الأساسية للدراسة بتاريخ ١/٨/٢٠٢٣ م إلي ٢٣/٨/٢٠٢٣ م ، وقد استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي بحساب دلالة معامل الارتباط بين أبعاد القائمة معامل ارتباط بيرسون، جدول(٣).

جدول (٢): قيم معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للقائمة (ن=٥٠)

المحاور	مسمى المحور	قيمة ر
الأول	الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية	٠.٧٦٢
الثاني	الانشطة الترويحية الفنية المنزلية	٠.٦٦١
الثالث	الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية	٠.٨٦١
الرابع	الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية	٠.٨٠٢

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٤٨) وعند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٢٨٠

يتضح من الجدول (٢) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من ابعاد المقياس والدرجة الكلية للاستبيان ما بين (٠.٦٦١ : ٠.٨٦١) وبمقارنة قيمة (ر) الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائيا بين ابعاد والمجموع الكلي للاستبيان مما يدل على ان الاستبيان يتسم بدرجة عالية من الصدق .

- صدق الاتساق الداخلي : لحساب صدق الاتساق الداخلي للاستبيان قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (٥٠) خمسون فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الاساسية ولها نفس المواصفات ، ثم قام الباحث بحساب معامل الارتباط بيرسون كما يلي :

- تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه

- كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية للاستبيان ، والجدول التالية توضح النتيجة على التوالي .

جدول (٣) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المحور الأول الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ٥٠) الارتباط بين درجة كل عبارة من الدرجة الكلية للمحور

المحور الأول			المحور الثاني			المحور الثالث			المحور الرابع		
الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية			الانشطة الترويحية الفنية المنزلية			الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية			الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية		
م	قيمة ر	م	قيمة ر	م	قيمة ر	م	قيمة ر	م	قيمة ر	م	قيمة ر
١	٠.٥٤٧	١٩	٠.٧١١	١	٠.٨٣٢	١٩	٠.٧٣٨	١	٠.٦٢٦	١٩	٠.٥٤٢
٢	٠.٥١٢	٢٠	٠.٦٦٢	٢	٠.٦٠٧	٢٠	٠.٤٦٤	٢	٠.٧٦٨	٢٠	٠.٥٥٥
٣	٠.٦٤٢	٢١	٠.٥٤٠	٣	٠.٤٢٥	٢١	٠.٣٥٢	٣	٠.٥٠٦	٢١	٠.٦٢٢
٤	٠.٥٠٨	٢٢	٠.٦٥١	٤	٠.٤٤٩	٢٢	٠.٦٢٦	٤	٠.٧٣١	٢٢	٠.٥٩٣
٥	٠.٣٩٢	٢٣	٠.٥٥٠	٥	٠.٥٤٩	٢٣	٠.٦٧٤	٥	٠.٣٠٨	٢٣	٠.٦٩٨
٦	٠.٧٧٢	٢٤	٠.٦٦٦	٦	٠.٧٣٤	٢٤	٠.٦٣١	٦	٠.٧٤٤	٢٤	٠.٣٧٢
٧	٠.٧٥٣	٢٥	٠.٥٦٨	٧	٠.٤٤١	٢٥	٠.٥٦٨	٧	٠.٥٩٢	٢٥	٠.٥٠٨
٨	٠.٥٢٦	٢٦	٠.٤٨٣	٨	٠.٥٣٩	٢٦	٠.٦٥٦	٨	٠.٤٣٣	٢٦	٠.٣٩٣
٩	٠.٧٠٠	٢٧	٠.٥٢٥	٩	٠.٨٢٥	٢٧	٠.٦٦٦	٩	٠.٧٢٦	٢٧	٠.٣٧٦
١٠	٠.٢٨٦	٢٨	٠.٥٨١	١٠	٠.٤٩٧	٢٨	٠.٦٦١	١٠	٠.٥٨٤	٢٨	٠.٤٤٥
١١	٠.٤٦٢	٢٩	٠.٦١٣	١١	٠.٧٧٠	٢٩	٠.٥١٦	١١	٠.٦٢١	٢٩	٠.٣٦٧
١٢	٠.٣٧٣	٣٠	٠.٣٦١	١٢	٠.٣٦١	٣٠	٠.٥٦٨	١٢	٠.٦٣٩	٣٠	٠.٤٥٨
١٣	٠.٦٤٣	٣١	٠.٦٣١	١٣	٠.٦٣١	٣١	٠.٦٠٢	١٣	٠.٥٩٠	٣١	٠.٥٩٠
١٤	٠.٧٢١	٣٢	٠.٤٣٣	١٤	٠.٤٣٣	٣٢	٠.٣٥٨	١٤	٠.٦٥١	٣٢	٠.٦٥١
١٥	٠.٦٠٢	٣٣	٠.٥١٢	١٥	٠.٥١٢	٣٣	٠.٢٩٤	١٥	٠.٧٥٦	٣٣	٠.٧٥٦
١٦	٠.٤٤١	٣٤	٠.٥٥٢	١٦	٠.٥٥٢	٣٤	٠.٤٧٠	١٦	٠.٦٤٤	٣٤	٠.٦٤٤
١٧	٠.٦٩٩	٣٥	٠.٤٥٩	١٧	٠.٤٥٩	٣٥	٠.٥٩٩	١٧	٠.٤٢٤	٣٥	٠.٤٢٤
١٨	٠.٥٩٧	٣٦	٠.٦١٠	١٨	٠.٦١٠	٣٦	٠.٥٩٠	١٨	٠.٦١٣	٣٦	٠.٦١٣

ثانياً: معاملات الثبات:

ولتحقيق ثبات الاستبيان، قام الباحث باستخدام معامل (الفكرونباخ) والتجزئة النصفية، وكانت نتيجة حساب معاملات الثبات على النحو الآتي:

جدول (٤) معاملات الثبات باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا لكرونباخ لمحاور الاستبيان (ن = ٥٠)

م	محاور الاستبيان	معامل الفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			سبيرمان براون	جتمان
١	الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية	٠.٨٦٦	٠.٨٤٩	٠.٩١٨
٢	الانشطة الترويحية الفنية المنزلية	٠.٨٩٥	٠.٨٠٧	٠.٨٩٣
٣	الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية	٠.٩٠٧	٠.٨١٧	٠.٩٠٠
٤	الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية	٠.٩٠٣	٠.٧٣٤	٠.٨٤٧

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٢٨٠

ينتضح من جدول (٤) ما يلي :

جاءت قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئية النصفية لمحاور المقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ علي جميع محاور الاستبيان مما يشير إلى ان محاور الاستبيان تتسم بدرجة عالية من الثبات . وتم إجراء المعاملات العلمية وتراوحت درجة صدق الاتساق الداخلي ما بين (٠.٧٨٦ - ٠.٨٧٥) وتراوحت درجة ثبات القائمة ما بين (٠.٧٩٨ - ٠.٩١٤) مما يدل على صلاحية القائمة للاستخدام .

ثانياً : استمارة تقدير حجم وقت الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة (اعداد الباحث)

• اعتمد الباحث علي الاطلاع على المراجع والدراسات السابقة حيث قام الباحث بالاطلاع على الدراسات السابقة والمراجع العلمية المرتبطة بموضوع البحث المقابلة الشخصية حيث قام الباحث باجراء مقابلات شخصية غير مقننة مع عدد (٧) من الخبراء مرفق (٣)، من الحاصلين على درجة دكتوراة الفلسفة في التربية الرياضية، ولا تقل خبراتهم في المجال عن (١٠) سنوات، وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبتها ومدى كفايتها لبناء الاستمارة مرفق (٤)، وبناء على آراء الخبراء تم قبول جميع الأبعاد الحاصلة على نسبة موافقة (٧٥%) فأكثر، جدول (٦).

• عبارات الاستمارة

تم تحديد عدد ٧ عبارات لتقدير وقت الفراغ لدى عينة البحث وهي:-

١. النوم (اجمال عدد ساعات النوم على مدار اليوم)
٢. الدراسة (وتشمل وقت الذهاب للمدرسة او الجامعة)
٣. العمل (اجمال عدد ساعات العمل على مدار اليوم شامل وقت الانتقال للعمل)
٤. الطعام (الوقت المستغرق في تناول الطعام)
٥. العناية الشخصية (الاستحمام، دخول الحمام.....)
٦. العبادات الدينية (الصلاة والاذكار وقراءة القران)
٧. المذاكرة و التعليم (عدد الساعات المستغرقة في المذاكرة والتعليم)

جدول رقم (٥)

م	العبرة	موافق	النسبة
١	النوم (اجمال عدد ساعات النوم على مدار اليوم)	٧	%١٠٠
٢	الدراسة (وتشمل وقت الذهاب للمدرسة او الجامعة)	٧	%١٠٠
٣	العمل (اجمال عدد ساعات العمل على مدار اليوم شامل وقت الانتقال للعمل)	٧	%١٠٠
٤	الطعام (الوقت المستغرق في تناول الطعام)	٧	%١٠٠
٥	العناية الشخصية (الاستحمام، دخول الحمام.....)	٧	%١٠٠
٦	العبادات الدينية (الصلاة والاذكار وقراءة القران)	٧	%١٠٠
٧	المذاكرة و التعليم (عدد الساعات المستغرقة في المذاكرة والتعليم)	٦	%٨٥.٧

يتضح من الجدول ان النسب المئوية لموافقة المحكمين على العبارات تتراوح ما بين ٨٥.٧% الى ١٠٠% وقد ارتضى الباحث قبول العبارات التي تحصل على ٧٥% فاكثراً لذلك تم قبول جميع العبارات **المعاملات العلمية:**

قام الباحث بحساب المعاملات العلمية لاداء جمع البيانات (الاستبيان) على النحو التالي:
أ. الصدق : لحساب صدق الاستبيان استخدم الباحث الطرق التالية :

- صدق المحكمين : تم عرض "الاستبيان" علي عدد (٧) من السادة المحكمين ، وقد وافق الخبراء بنسبة تتراوح ما بين ٨٥.٧% الى ١٠٠% على الاستبيان وذلك خلال الفترة الزمنية : من ٢٠٢٣/٧/٣ م وحتى ٢٠٢٣/٨/١ م.

التطبيق الميداني للبحث:

وقام "الباحث" بتطبيق "قائمة قائمة الانشطة الترويحية المنزلية" و " استمارة تقدير حجم وقت الفراغ" على عينة البحث على عينة البحث ، وذلك بعد التأكد من الصدق والثبات في الفترة من ٢٠٢٣/٩/١ م إلي ٢٠٢٤/١/١ م، مرفق (٥)

المعالجات الإحصائية:

إستعان "الباحث" في معالجه البيانات بالمعاملات الإحصائية التالية:
المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري - معامل ارتباط بيرسون - معامل ألفا Alpha لكرونباخ - Cornbach - التكرارات - معامل الإلتواء- معامل الانحدار البسيط - الدرجة التقديرية - النسبة التقديرية - النسبة المئوية - كا^٢ - إختبار " ت "

وقد إرتضى "الباحث" مستوي معنوي (٠.٠٥) لقبول نتائج هذا البحث.

عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

١- سوف يقوم الباحث بعرض وتفسير ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها والخاصة بالإجابة على

التساؤل الاول " ما هي الأنشطة الترويحية المنزلية (رياضية - فنية- ثقافية- اجتماعية) التي

يمارسها للافراد ذوي الإعاقة؟"، وذلك من خلال الجداول أرقام (٦)،(٧)،(٨)،(٩).

جدول (٦) التكرارات والنسب المئوية وكا^٢ لاستجابات عينة البحث علي المحور الاول الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية

رقم العبارة	موافق		غير موافق		مجموع الدرجات المقدره	الاهمية النسبية	كا ^٢
	ك	%	ك	%			
١	١٦٨	٧٧.٨	٤٨	٢٢.٢	384	88.9	66.7
٢	٥٤	٢٥.٠	١٦٢	٧٥.٠	270	62.5	54.0
٣	٤٨	٢٢.٢	١٦٨	٧٧.٨	264	61.1	66.7
٤	٧٨	٣٦.١	١٣٨	٦٣.٩	294	68.1	16.7
٥	٥٤	٢٥.٠	١٦٢	٧٥.٠	270	62.5	54.0
٦	١٠٢	٤٧.٢	١١٤	٥٢.٨	318	73.6	0.7

24.0	66.7	288	٦٦.٧	١٤٤	٣٣.٣	٧٢	٧
10.7	69.4	300	٦١.١	١٣٢	٣٨.٩	٨٤	٨
32.7	65.3	282	٦٩.٤	١٥٠	٣٠.٣	٦٦	٩
112.7	56.9	246	٨٦.١	١٨٦	١٣.٩	٣٠	١٠
32.7	84.7	366	٣٠.٦	٦٦	٦٩.٤	١٥٠	١١
10.7	69.4	300	٦١.١	١٣٢	٣٨.٩	٨٤	١٢
2.7	77.8	336	٤٤.٤	٩٦	٥٥.٦	١٢٠	١٣
16.7	68.1	294	٦٣.٩	١٣٨	٣٦.١	٧٨	١٤
10.7	69.4	300	٦١.١	١٣٢	٣٨.٩	٨٤	١٥
10.7	69.4	300	٦١.١	١٣٢	٣٨.٩	٨٤	١٦
2.7	72.2	312	٥٥.٦	١٢٠	٤٤.٤	٩٦	١٧
16.7	68.1	294	٦٣.٩	١٣٨	٣٦.١	٧٨	١٨
42.7	63.9	276	٧٢.٢	١٥٦	٢٧.٨	٦٠	١٩
42.7	63.9	276	٧٢.٢	١٥٦	٢٧.٨	٦٠	٢٠
10.7	69.4	300	٦١.١	١٣٢	٣٨.٩	٨٤	٢١
2.7	72.2	312	٥٥.٦	١٢٠	٤٤.٤	٩٦	٢٢
24.0	66.7	288	٦٦.٧	١٤٤	٣٣.٣	٧٢	٢٣
32.7	65.3	282	٦٩.٤	١٥٠	٣٠.٣	٦٦	٢٤
16.7	81.9	354	٣٦.١	٧٨	٦٣.٩	١٣٨	٢٥
112.7	56.9	246	٨٦.١	١٨٦	١٣.٩	٣٠	٢٦
2.7	77.8	336	٤٤.٤	٩٦	٥٥.٦	١٢٠	٢٧
0.1	74.5	322	٥٠.٩	١١٠	٤٩.١	١٠٦	٢٨
24.0	66.7	288	٦٦.٧	١٤٤	٣٣.٣	٧٢	٢٩

قيمة كا ٢١ الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول (٦) ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث علي المحور الاول الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية قد انحصرت ما بين (١٣.٩% ، ٧٧.٨%) وجاءت استجابات عينة البحث ب موافق علي العبارات ارقام (١ ، ١١ ، ١٣ ، ٢٥ ، ٢٧) ويرجع الباحث ذلك النتائج الي : ان الانشطة الترويحية الرياضية التي يتم ممارستها داخل المنزل مستخدمين تدريبات اللياقة البدنية كصعود ونزول السلم بشرط السلامة الصحية والتدريبات علي جهاز المالتى جيم (متعدد الاستخدام) للحفاظ علي اللياقة الصحية واستثمار اوقات الفراغ في ممارسة هذه الانشطة داخل المنزل.

كما اكد علي ذلك كل من محمد الحماحمي عايد عبد العزيز " نقلا عن " بول دودلي هوابث (٢٠٠٩) (٣٠) بضرورة العمل علي تكوين اتجاهات إيجابية نحو الترويج (Paul.D.White) الضمان إقبال الأفراد علي ممارسه مناشطه، كما يجب أن يكون الإهتمام بالترويج بقدر الإهتمام بالعمل والتغذية

والنوم .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات **يحيى الجبوشي** (٢٠٠٨) (٤١) ، إلى أن ممارسة الفرد للأنشطة الترويحية الرياضية المختلفة في وقت الفراغ تؤدي إلى اعتزاز وثقة الفرد بنفسه، فهو يتفاعل مع الآخرين، ويشاركهم ويتبادل معهم الأفكار والآراء ومن خلال المواقف والعلاقات الاجتماعية وينمي معارفه المختلفة.

وهذا ما اتفق عليه كلا من **محمد الحماحي** ، **عايدة عبد العزيز** (٢٠٠٩) (٣٠) إلى ضرورة توفير المتخصصين في التخطيط والتنفيذ لممارسة برامج الرياضة للجميع ومرعاه حالتهم الصحية كما أوضح **محمد السيد اسماعيل** (٢٠٢٠) (٢٦) الدوافع البدنية والصحية والاجتماعية والنفسية والعقلية والدوافع المتعلقة بازمة كورونا ، كما جاءت اهم نتائجها ان الدوافع البدنية والصحية لممارسة الانشطة الترويحية في المنزل من اهم الدوافع.

وهذا ما اوصي به **عبد الله السدحان** (٢٠٠٧م) في ضرورة تنمية الثقافة الترويحية بين الأسر وحث الوالدين علي التوسع في مشاركتهم للأبناء اثناء ممارسة الترويح لما في ذلك من آثار إيجابية علي الأسرة والأبناء(١٣: ٥٧)

كما جاءت استجابات عينة البحث بـ غير موافق علي العبارات ارقام (٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١٢ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢١ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٦ ، ٢٨ ، ٢٩)

ويرجع الباحث نتائج عدم ممارسة الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية ك (ممارسة الزومبا، نظ الحبل، ممارسة كرة السرعة) الى صعوبة ممارسة هذه الانشطة داخل المنزل والشعور بملل من ممارسة هذه الانشطة واحتياجها الى اماكن مخصصة لممارستها

كما تتفق مع دراسة " مريم ابراهيم " ان الافراد ذوي الاعاقة يتأخرون في نموهم الحركي مما يظهر في ضعف مهاراتهم الحركية في الوقوف والمشي والجلوس والقفز وفي تناول الاشياء بالفك والتركيب والدفع الشديد ويرجع ذلك التنافر لاصابهم بأمراض السمنة و التشوهات الخلقية وسوء التغذية ونقص فرص التدريب الحركي وغالبا يؤدي الى ضمور العضلات الضعيفة وانحراف قوامه ، ومن هنا تأتي اهمية الرعاية البدنية والرياضية التي تتم بمعرفة متخصصين لوقايتهم من الترهل الجسمي ومساعدتهم على تنمية مهاراتهم البدنية.(٣٦: ١٦٤)

كما اشار **Ginsburg** (٢٠٠٧) إلي وجود قصور في توافر المواد والإمكانات الترويحية بالمنزل في حين أن توافرها يساهم في زيادة الإقبال علي الممارسة الترويحية وكذلك رفع مستوي التخيل والإبتكار لدي أفراد الأسرة في فنون وأشكال اللعب (٤٦: ١٢٠)

واشار ايضا **singh** (٢٠١١) إلي أن الأسرة تمتلك الكثير من الوقت الحر غير المستغل فيجب

أن تدرك بأن الفوائد الحقيقية للعب تظهر مستقبلاً لذلك إذا وفر الآباء والأمهات بيئة فريدة ومحفزة لأطفالهم في المنزل من المرجح أن تخرج أجيال أكثر إنتاجية في المستقبل بجانب تمتع تلك الأجيال مستقبلاً بصفات قيادية مثالية (٥٣: ٢٤٧)

وتتفق أيضاً مع بلقاسم دودو، احميده نصير (٢٠١٣م) إلى وجود قصور في حجم المشاركة الترويحية للأفراد ذوي الإعاقة لذلك يجب علي الأسرة أن تدرك دورها الهام تجاه ابنائها من ذوي الإعاقة وذلك بتهيئة الوسائل الترويحية المناسبة من الناحية العمرية والتربوية وكذلك مشاركة الأبوين للأبناء أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ وكذلك تهيئة الجو الترويحي المناسب من الناحية المادية والمعنوية (٤: ١)

جدول (٧) التكرارات والنسب المئوية وكا ٢ لاستجابات عينة البحث علي المحور الثاني الانشطة الترويحية الفنية المنزلية

رقم العبارة	موافق		غير موافق		مجموع الدرجات المقدره	الاهمية النسبية	كا
	ك	%	ك	%			
١	٧٨	٣٦.١	١٣٨	٦٣.٩	294	68.1	16.7
٢	٤٢	١٩.٤	١٧٤	٨٠.٦	258	59.7	80.7
٣	١٤٤	٦٦.٧	٧٢	٣٣.٣	360	83.3	24.0
٤	٢٤	١١.١	١٩٢	٨٨.٩	240	55.6	130.7
٥	٢٤	١١.١	١٩٢	٨٨.٩	240	55.6	130.7
٦	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7
٧	٧٨	٣٦.١	١٣٨	٦٣.٩	294	68.1	16.7
٨	١٠٢	٤٧.٢	١١٤	٥٢.٨	318	73.6	0.7
٩	١٩٨	٩١.٧	١٨	٨.٣	414	95.8	150.0
١٠	٩٦	٤٤.٤	١٢٠	٥٥.٦	312	72.2	2.7
١١	٩٦	٤٤.٤	١٢٠	٥٥.٦	312	72.2	2.7
١٢	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7
١٣	٦٦	٣٠.٣	١٥٠	٦٩.٤	282	65.3	32.7
١٤	٩٦	٤.٤	١٢٠	٥٥.٦	312	72.2	2.7
١٥	٧٨	٣٦.١	١٣٨	٦٣.٩	294	68.1	16.7
١٦	٦٦	٣٠.٦	١٥٠	٦٩.٤	282	65.3	32.7
١٧	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7
١٨	١١٤	٥٢.٨	١٠٢	٤٧.٢	330	76.4	0.7
١٩	٩٦	٤٤.٤	١٢٠	٥٥.٦	312	72.2	2.7
٢٠	١٥٦	٧٢.٢	٦٠	٢٧.٨	372	86.1	42.7
٢١	١٥٦	٧٢.٢	٦٠	٢٧.٨	372	86.1	42.7
٢٢	٤٢	١٩.٤	١٧٤	٨٠.٦	258	59.7	80.7
٢٣	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7

6.0	70.8	306	٥٨.٣	١٢٦	٤١.٧	٩٠	٢٤
42.7	63.9	276	٧٢.٢	١٥٦	٢٧.٨	٦٠	٢٥
2.7	72.2	312	٥٥.٦	١٢٠	٤٤.٤	٩٦	٢٦
66.7	61.1	264	٧٧.٨	١٦٨	٢٢.٢	٤٨	٢٧
42.7	63.9	276	٧٢.٢	١٥٦	٢٧.٨	٦٠	٢٨
32.7	65.3	282	٦٩.٤	١٥٠	٣٠.٦	٦٦	٢٩
6.0	70.8	306	٥٨.٣	١٢٦	٤١.٧	٩٠	٣٠
24.0	66.7	288	٦٦.٧	١٤٤	٣٣.٣	٧٢	٣١
32.7	65.3	282	٦٩.٤	١٥٠	٣٠.٦	٦٦	٣٢
0.7	73.6	318	٥٢.٨	١١٤	٤٧.٢	١٠٢	٣٣
0.3	75.9	328	٤٨.١	١٠٤	٥١.٩	١١٢	٣٤
15.4	59.7	258	٥٥.٦	١٢٠	٤٤.٤	٦٩	٣٥
0.7	73.6	318	٥٢.٨	١١٤	٤٧.٢	١٠٢	٣٦

قيمة كا ٢٤ الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول (٧) ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث علي المحور الثاني الانشطة الترويحية الفنية المنزلية قد انحصرت ما بين (١١.١ % ، ٩١.٧ %) وجاءت قيم كا ٢٤ دالة في اتجاه الاستجابة ب موافق علي العبارات ارقام (٣ ، ٩ ، ١٨ ، ٢٠ ، ٢١ ، ٣٤)

ويرجع الباحث ذلك لعدم مشاركة الافراد ذوى الاعاقة في انشطه داخل منازلهم وقت طويل وليس لديهم خبرات استغلال وقت الفراغ بشكل مبتكر فلجئو للبدائل التقليدية في استغلال وقت الفراغ سواء بمشاهدة التلفزيون او الاستماع للموسيقى او التصوير كما ان الانشطة الترويحية تساعد على وقاية الفرد من الملل والضغوط النفسية والعصبية وفيه يعبر الفرد عن نفسه وينمي عقله وتزداد معرفته

وهذا ما اتفق عليه يحيى الجبوشى (٢٠٠٨) (٤١) إلى أن ممارسة الفرد للأنشطة الترويحية الرياضية المختلفة في وقت الفراغ تؤدي إلى اعتزاز وثقة الفرد بنفسه، فهو يتفاعل مع الآخرين، ويشاركهم ويتبادل معهم الأفكار والآراء ومن خلال المواقف والعلاقات الاجتماعية وينمي معارفه المختلفة.

كما اكد محمد اسماعيل (٢٠٢٠) (٢٦) في الانشطة الترويحية التي اجريت خلال فترة انتشار الكورونا التي تؤدي إلى اعتزاز وثقة الفرد بنفسه، فهو يتفاعل مع الآخرين، ويشاركهم ويتبادل معهم الأفكار والآراء ومن خلال المواقف والعلاقات الاجتماعية وينمي معارفه المختلفة

وهذا يتفق مع نتائج دراسة محمود عصام جبر (٢٠١٦) (٣٤) حيث تشير الى ان معظم مؤسسات عينة البحث تقدم بعض الخدمات الفنية للممارسين من ذوى الاعاقات الفكرية ، حيث تسهم التربية الفنية في تحقيق الفرص المناسبة لتحقيق ذواتهم، والتقليل من شعورهم بعدم الذات وعدم الاهتمام وتنمية ثقتهم بانفسهم

حيث اشار "تاديه العربى محمد" (٣٧) ان الانشطه الفنية التي يمكن استخدامها في اوقات

الفرغ للمعاقين فكريا هي تكميل بعض الرسومات في المنزل ، يشرحه ما قام برسمه للاخرين ، رؤيه البرامج التلفزيونية ، تكوين فرق تمثيل للمؤسسه ، التمكن من تعليم بعض المهارات اليدويه والاعمال الفنية اليدوية البسيطة.

واتفق مع هذا الراى " مجدى عزيز ابراهيم (٢٢) " ان النشاطات الفنية منافذ للتعبير والاتصال بالآخرين ، وتساعدهم على ترجمه افكارهم ، مشاعرهم ومخاوفهم دون الحاجة الى افصاح عنها بالكلمات ، كما تنمى هذه الانشطه والخدمات الفنية فى تطوير قوى التوافق والتحكم الحركى.

كما اكدت " هنادى حسين القحطانى (٣٩) " ان ذو الاعاقه الفكرية البسيطة يحتاج الى الرعاية والاشراف الفنى ويسمح له بالتصرفات بعض الشئ فى شئونه الخاصة بمعنى الرسم او الاعمال الفنية التى يميل اليها وقد توفر المؤسسات هذه الرعاية الابداعية لهذه الفئة.

كما جاءت استجابة عينة البحث ب غير موافق علي العبارات ارقام (١ ، ٢ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ١٠ ، ، ١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٧ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣٠ ، ٣١ ، ٣٢ ، ٣٥ ، ٣٦) ويرجع الباحث ذلك النتائج الى : اهمال بعض الافراد ذوى الاعاقه لبعض الانشطة الترويحية المعقدة التى تتطلب مهارات خاصة ووقت فراغ كبير جدا وهذا غير متوافر مع اغلب العينة كما ان بعض افراد المجتمع تشعر بالخوف والقلل نتيجة ازمة كورونا مما يدفعهم للاكتئاب وعدم ممارسة اى نشاط مع ان ممارسة الانشطة الترويحية المنزلية وخالصة الفنية.

وهذا يتفق مع **Ginsburg (٢٠٠٧)** إلي وجود قصور في توافر المواد والإمكانات الترويحية بالمنزل في حين أن توافرها يساهم في زيادة الإقبال علي الممارسة الترويحية وكذلك رفع مستوي التخيل والإبتكار لدي أفراد الأسرة في فنون وأشكال اللعب (٤٦ : ١٢٠).

كما اوضح **Mijuskovi (٢٠٢٠)** إلي أن الكثير من المواطنين علي مستوي العالم يهملون اتباع الإجراءات الاحترازية الوقائية أثناء الممارسة الترويحية والرياضية مما قد تسبب ذلك في توقف الأنشطة الرياضية واغلاق الأماكن الترويحية لفترة كبيرة خوفاً من نقشي المرض (٥٠ : ٢٧)

كما اشار **singh (٢٠١١)** إلي أن الأسرة تمتلك الكثير من الوقت الحر غير المستغل فيجب أن تدرك بأن الفوائد الحقيقيه للعب تظهر مستقبلاً لذلك إذا وفر الآباء والأمهات بيئة فريدة ومحفزة لأطفالهم في المنزل من المرجح أن تخرج أجيال أكثر إنتاجية في المستقبل بجانب تمتع تلك الأجيال مستقبلاً بصفات قيادية مثالية (٥٣ : ٢٤٧)

وهذا يتفق مع دراسة **عايدة حلمي (١٢)** كانت درجة التفضيل قليلة على المجال الفني، وقليلة جدا على مجالي هوايات الجمع ومجال النشاط الرياضي، وأن أكثر العوامل المشجعة على الاشتراك في الانشطة هو الميل والرغبة يليها قضاء الوقت الحر يليها اكتساب الياقة البدنية، يليها اكتساب النواحي الاجتماعية، يليها التفوق في النشاط، وأخيرا المكاسب الشخصية.

جدول (٨) التكرارات والنسب المئوية وكا ٢ لاستجابات عينة البحث علي المحور الثالث الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية

رقم العبارة	موافق		غير موافق		مجموع الدرجات المقدرة	الاهمية النسبية	كا ٢
	ك	%	ك	%			
١	٦٠	٢٧.٨	١٥٦	٧٢.٢	276	63.9	42.7
٢	٤٨	٢٢.٢	١٦٨	٧٧.٨	264	61.1	66.7
٣	٢٤	١١.١	١٩٢	٨٨.٩	240	55.6	130.7
٤	٤٨	٢٢.٢	١٦٨	٧٧.٨	264	61.1	66.7
٥	١٢٠	٥٥.٦	٩٦	٤٤.٤	336	77.8	2.7
٦	١٨٦	٨٦.١	٣٠	١٣.٩	402	93.1	112.7
٧	٦٠	٢٧.٨	١٥٦	٧٢.٢	276	63.9	42.7
٨	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7
٩	٩٠	٤١.٧	١٢٦	٥٨.٣	306	70.8	6.0
١٠	٤٢	١٩.٤	١٧٤	٨٠.٦	258	59.7	80.7
١١	٦٠	٢٧.٨	١٥٦	٧٢.٢	276	63.9	42.7
١٢	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7
١٣	١٢٦	٥٨.٣	٩٠	٤١.٧	342	79.2	6.0
١٤	٩٠	٤١.٧	١٢٦	٥٨.٣	306	70.8	6.0
١٥	٦٠	٢٧.٨	١٥٦	٧٢.٢	276	63.9	42.7
١٦	١٣٢	٦١.١	٨٤	٣٨.٩	348	80.6	10.7
١٧	١١٢	٥١.٩	١٠٤	٤٨.١	328	75.9	0.3
١٨	٢٤	١١.١	١٩٢	٨٨.٩	240	55.6	130.7
١٩	٥٤	٢٥.٠	١٦٢	٧٥.٠	270	62.5	54.0
٢٠	٩٦	٤٤.٤	١٢٠	٥٥.٦	312	72.2	2.7
٢١	١٢٠	٥٥.٦	٩٦	٤٤.٤	336	77.8	2.7
٢٢	١٢٠	٥٥.٦	٩٦	٤٤.٤	336	77.8	2.7
٢٣	١٣٨	٦٣.٩	٧٨	٣٦.١	354	81.9	16.7
٢٤	٩٠	٤١.٧	١٢٦	٥٨.٣	306	70.8	6.0
٢٥	١١٤	٥٢.٨	١٠٢	٤٧.٢	330	76.4	0.7
٢٦	١١٤	٥٢.٨	١٠٢	٤٧.٢	330	76.4	0.7
٢٧	١٤٤	٦٦.٧	٧٢	٣٣.٣	100	23.1	93.8
٢٨	١٠٥	٤٨.٦	١١١	٥١.٤	321	74.3	0.2
٢٩	٦٦	٣٠.٦	١٥٠	٦٩.٤	282	65.3	32.7
٣٠	٨٤	٣٨.٩	١٣٢	٦١.١	300	69.4	10.7

قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

ستضح من جدول (٨) ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث علي المحور الثالث الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية قد انحصرت ما بين (١٩.٤% ، ٨٦.١%) وجاءت استجابات عينة البحث

بـ موافق علي العبارات ارقام (٥ ، ٦ ، ١٣ ، ١٦ ، ١٧ ، ٢١ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٧) ويرجع الباحث ذلك النتائج الى ان الثقافة تقوم بالتنوير والصلق الناشئ عن التعارف والاهتمام بما يعتبر ممتازاً في الفنون والآداب والأخلاق ، ومجموع طرق المعيشة التي أنشأتها مجموعة من البشر و تنتقل من جيل إلى جيل كما يرى الباحث ان الثقافة بعداً أساسيا في التنمية الشاملة للمجتمع، إذ بدون الفكر الواعي تظل التنمية مظاهر مادية قابلة للاندثار، فالثقافة تلعب دوراً بارزاً في التنمية، وتعتبر ركيزة أساسية لا يمكن إغفالها في كل تخطيط تنموي قائم على أسس علمية مدروسة ، وفي هذا الإطار يصبح الكشف عن عناصر الثقافة ورصدها وفهمها وتحليلها والوصول إلى الجانب الضمني منها والصريح غاية مهمة لخدمة قضايا التنمية الاجتماعية.

وهذا يتفق مع محمود عصام (٢٠١٦) (٣٤) الذي يرى ان النتائج تشير الى ان معظم مؤسسات عينة البحث تقدم خدمات الثقافية للممارسين من ذوى الاعاقات الفكرية ، حيث ان تقوم مؤسسة المعاقين فكريا بالتركيز على البرامج الثقافية لأنها تكون الفرصة الوحيدة للطفل المعاق فكريا والمناسبة لتعليمه مهارات القراءة والكتابة والمهارات الخاصة به.

كما تتفق مع عصام حمدي الصفتي " (١٥) ان البرامج التثقيفية والتربوية تتمثل في الاتصال بالآخرين، ان كانت هناك اعاقة نصيفيه تعالج بواسطة معالج النطق او الاشارة او باستعمال لوحه الرموز والرسومات ومساعدتهم على التكيف والتفاعل مع الاخرين وبناء اتجاه ايجابي نحوهم.

كما اشار كلا من "سعيد محمد السعيد وآخرون" على انه ينبغي توفير فرص التعليم المناسبة للمعاقين واعداد مناهج تتناسب مع احتياجاتهم واعاقاتهم وقدرتهم بما يساهم في اشبات الاحتياجات التعليمية اللازمه لهم واستخدام اسالي تدري تختلف عن تلك الاسالي المتبعه مع العاديين وذلك لمساعدتهم على التغل على اعاقاتهم(١٠: ٣)

كما جاءت استجابة عينة البحث بـ غير موافق علي العبارات ارقام (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢٤ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣٠) ويرى الباحث ان الثقافة هي إحدى الركائز الأساسية لتنمية واستدامة المجتمعات ولا يمكن لأي مجتمع أن يتقدم في غيابها ، إنها الهوية التي تُنسب فيها القيم والمواقف والتفضيلات والمعرفة المشتركة إلى السلوك في مجموعة اجتماعية معينة ، ولها تأثير إيجابي على التنمية الاجتماعية في أي بلد معين وان صعوبة وكتابة الشعر والزجل و المقالات تجعل منها ليست الاختيار الاول للافراد مثل قراءة الكتب وحل الكلمات المتقاطعة لهذا السبب قلت ممارسة هذه الانشطة عن الانشطة.

ويتفق ايضا مع دراسة " فيروز السيد " (٢٠١٢) (١٧) حيث أظهرت نتائجها أن الإعلام التربوي كوظيفة له دوره في نشر الثقافة الرياضية ويتضح أنه توجد الكثير من المعوقات لنشر الثقافة . كما يتفق مع راي هبه بهجت (٣٨) ان الثورة التكنولوجية الحديثة والمتغيرات المحلية والعالمية

التي تجذب انتباه الافراد ذوى الاعاقة ، كما أن توفر أجهزة الكمبيوتر فى أغلب المنازل المصرية الآن أتاح الفرصة لأغلبية الافراد ذوى الاعاقة لاستخدام شبكات الانترنت إما للألعاب التي يشغف بها ذوى الاعاقة أو المعرفة المزيد من المعلومات عن العالم .

جدول (٩) التكرارات والنسب المئوية وكما لاستجابات عينة البحث علي المحور الرابع الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية

رقم العبارة	موافق		غير موافق		مجموع الدرجات المقدرة	الاهمية النسبية	٢١٤
	ك	%	ك	%			
١	١٣٢	٦١.١	٨٤	٣٨.٩	348	80.6	10.7
٢	١٢٦	٥٨.٣	٩٠	٤١.٧	342	79.2	6.0
٣	١٢٠	٥٥.٦	٩٦	٤٤.٤	336	77.8	2.7
٤	١٠٢	٤٧.٢	١١٤	٥٢.٨	318	73.6	0.7
٥	١٩٢	٨٨.٩	٢٤	١١.١	408	94.4	130.7
٦	١٥٠	٦٩.٤	٦٦	٣٠.٦	366	84.7	32.7
٧	١٢٦	٥٨.٣	٩٠	٤١.٧	342	79.2	6.0
٨	١٢٦	٥٨.٣	٩٠	٤١.٧	342	79.2	6.0
٩	١٩٢	٨٨.٩	٢٤	١١.١	408	94.4	130.7
١٠	١٨٠	٨٣.٣	٣٦	١٦.٧	396	91.7	96.0
١١	١٥٠	٦٩.٤	٦٦	٣٠.٦	366	84.7	32.7
١٢	١٢٦	٥٨.٣	٩٠	٤١.٧	342	79.2	6.0
١٣	١٥٦	٧٢.٢	٦٠	٢٧.٨	372	86.1	42.7
١٤	١٨٠	٨٣.٣	٣٦	١٦.٧	396	91.7	96.0
١٥	١١٤	٥٢.٨	١٠٢	٤٧.٢	330	76.4	0.7
١٦	١١١	٥١.٤	١٠٥	٤٨.٦	327	75.7	0.2
١٧	٩٦	٤٤.٤	١٢٠	٥٥.٦	312	72.2	2.7
١٨	١١٠	٥٠.٩	١٠٦	٤٩.١	326	75.5	0.1
١٩	١٠٢	٤٧.٢	١١٤	٥٢.٨	318	73.6	0.7
٢٠	١٠٦	٤٩.١	١١٠	٥٠.٩	322	74.5	0.1
٢١	١٥٦	٧٢.٢	٦٠	٢٧.٨	372	86.1	42.7
٢٢	٦٠	٢٧.٨	١٥٦	٧٢.٢	276	63.9	42.7
٢٣	١٣٢	٦١.١	٨٤	٣٨.٩	348	80.6	10.7
٢٤	١٦٢	٧٥.٠	٥٤	٢٥.٠	378	87.5	54.0
٢٥	١٦٢	٧٥.٠	٥٤	٢٥.٠	378	87.5	54.0
٢٦	١٣٢	٦١.١	٨٤	٣٨.٩	348	80.6	10.7
٢٧	٤٨	٢٢.٢	١٦٨	٧٧.٨	264	61.1	66.7
٢٨	٤٨	٢٢.٢	١٦٨	٧٧.٨	264	61.1	66.7
٢٩	١٠٩	٥٠.٥	١٠٧	٤٩.٥	325	75.2	0.0

66.7	61.1	264	٧٧.٨	١٦٨	٢٢.٢	٤٨	٣٠
6.0	79.2	342	٤١.٧	٩٠	٥٨.٣	١٢٦	٣١
10.7	80.6	348	٣٨.٩	٨٤	٦١.١	١٣٢	٣٢
0.7	73.6	318	٥٢.٨	١١٤	٤٧.٢	١٠٢	٣٣
2.7	77.8	336	٤٤.٤	٩٦	٥٥.٦	١٢٠	٣٤
6.0	79.2	342	٤١.٧	٩٠	٥٨.٣	١٢٦	٣٥
10.7	80.6	348	٣٨.٩	٨٤	٦١.١	١٣٢	٣٦
42.7	86.1	372	٢٧.٨	٦٠	٧٢.٢	١٥٦	٣٧

قيمة كا ٢١ الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول (٩) ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث علي المحور الرابع الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية قد انحصرت ما بين (٢٢.٢% ، ٨٨.٩%) وجاءت استجابات عينة البحث ب موافق علي العبارات ارقام (١ ، ٢ ، ٣ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٨ ، ٢١ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٩ ، ٣١ ، ٣٢ ، ٣٤ ، ٣٥ ، ٣٦ ، ٣٧) ويرجع الباحث ذلك إلى ما فرضته الظروف السابقة لجائحة كورونا (COVID-١٩) من إجراءات احترازية وحظر منزلي وتباعد اجتماعي ، الأمر الذي دفع الأفراد إلى التواصل عبر منصات التواصل الاجتماعي الإلكترونية مثل الفيس بوك - واتس اب - انستجرام - تويتر) وذلك للاطمئنان على الأهل والأقارب والأصدقاء

وهذا يتفق مع دراسة عمرو محمد رضا هلالي (٢٠٢٠) (١٦) حيث أن أنشطة التواصل الإلكتروني هي أكثر الأنشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية التي يمارسها الأفراد جراء جائحة كورونا . كما تتفق مع دراسة زيناى بلال (٢٠١٨م) أن الأنشطة الترويحية تعد ضمن الوسائل المساعدة في التنشئة الاجتماعية نظرا للدور الكبير التي تلعبه في حياة الانسان بمختلف فئاته العمرية فهي ضرورة لكل من الطفل، والمراهق، والرجل والمسن، بحيث أنها تعمل علي المساهمة الفعالة في البناء الشخصي للأفراد كما أن فوائدها لا تعد ولا تحصى، فهي تقوم بتنشئة الفرد تنشئة اجتماعية سليمة خالية من الامراض والعاهات والافات الاجتماعية الهدامة، وتدمجهم في مجتمعهم الاصلي ، وتحجز لهم مكانا بين أفراد المجتمع، وتجعل منهم أناسا صالحين يساهمون في بناء المجتمع بشكل ايجابي ونافع. (٩: ٥٠٧) كام اوصي محمد انيس ٢٠٠٦ (٢٧) أن الأسرة تهتم بأن تقضى أجازاتها مع أبنائها الافراد ذوى الاعاقة فيرى الآباء أن ارتياد المصايف والشواطئ فرصة لاجتماع كل أفراد الأسرة معاً كما أنها مكان يساعد على إعادة للأبناء نشاطها وحيويتها بعد أيام الدراسة والذاكرة.

كما جاءت قيمة كا ٢١ دالة في اتجاه الاستجابة ب غير موافق علي العبارات ارقام (٤ ، ١٧ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢٢ ، ٢٧ ، ٢٨ ، ٣٠ ، ٣٣) ويرى الباحث أن للاسرة دور هام وكبير في ممارسة الأنشطة الترويحية بشكل عام وبشكل خاص لافرادها من ذوى الاعاقة لما لها من دور فعال في تنشيط

الجسم وحسن استغلال وقت الفراغ ، وأيضا مع الممارسه الصحيحه ييزيد الوعي لدي أفراد الاسره بأهميه المحافظ علي الصحه العامة للجسم للأفراد ذوى الاعاقه قبل وأثناء وبعد الممارسه الترويحيه.

كما اشار كل من " **سعيد محمد السعيد** وآخرون على ان يجب يراعى دائما الربط الدائم والمباشر بين الخبرات التعليمية المقدمة للمعاقين والواقع البيئي والاجتماعى الذين يعيشون فيه ، وتشجيع التواصل بين المعاقين ومعلموهم وبين الافراد ذوى الاعاقه بعضهم البعض بشكل يساعد على اقامة نوع من الحوار ، و العمل على تنمية المهارات الحياتية والحركية والاجتماعية لدي الافراد ذوى الاعاقه بصفة عامة الافراد ذوى الاعاقه الذهنية بصفة خاصة لان لديهم عجز شديد فى هذه المهارات ويحتاجون اليها ومن المهارات التى يجب العمل على اكسابها للأفراد ذوى الاعاقه فالمهارات الحركية مثل مسك الاشياء والتحكم فيها فى خطوط منتظمة والرسم والمهارات الاجتماعية مثل التعاون والعمل الجماع واتبات التعليمات والتفهم بين التلاميذ وتكوين حوار مشترك بينهم باستخدام اسلو تواصل مناسب والمهارات المهنية الاكاديمية مثل التعرف على الالات البسيطة واستخدام كل منها واهميتها ووظيفتها والتعرف على بعض الاشياء باللمس ووصفها وملاحظتها جيدا واستنتاج بعض المعلومات منها (١٠ : ٣٢)

كما اتفق " **محمد سيد فهمي** " ان البرامج الاجتماعية للأفراد ذوى الاعاقه تهدف الى تنمية شخصية ذوى الاعاقه وزيادة ادائه الاجتماعى ودعم السلوك الاجتماعى لديه ، وأن فقد ذوى الاعاقه جزء من قواه الجسمية او الحسية او الفكرية يجعله يقوم بعملية التمريض الزائد لتنمية القدرات المتبقية حتى تعوض القدرات المفقوده. (٢٩ : 188-189)

كما اشارت " **عبله حنفى عثمان** " (١٤) ان الافراد ذوى الاعاقه تفشل فى اقامه علاقات اجتماعية مع الاخرين الذين فى نفس عمرة وذلك لعجزه عن مشاركتهم فيما يقومون به من انشطه ورفضهم له وعدم تقبلهم له فيما بينهم هذا الدافع الاساسى لتقديم الخدمات الاجتماعية لهم.

كما اكدت " **اشواق عبدالله احمد حلوانى** " ان الخدمات الاجتماعية تساعد على التغلب على المشاكل التى تواجه الافراد ذوى الاعاقه وتزويدهم بالعادات الاجتماعية والخلفية السليمه ودعم سلوكه الاجتماعى من خلال برامج الترويح المختلفة فالافراد ذوى الاعاقه لا ينبغي ان تحرمه اعاقته من الاستمتاع بالترفيه عن طريق ادخال بعض التعديلات فى برامج الترويح المختلفة لتصبح ملائمه لاشبات حاجات ذوى الاعاقه ، فمن خلال البرامج الترويحية يكتسب ويدعم العديد من مظاهر السلوك الاجتماعى السليم كالعمل الجماعى والقيادة والتعاون والمباداه . (٢ : ١٤٠)

يؤكد **يحيى الجيوشي** (٢٠٠٨) على ان التغيرات الاجتماعية الحديثة ساهمت فى زيادة الاهتمام باستثمار وقت الفراغ وذلك نظرا للتشريعات الجديدة التى قللت من ساعات العمل الأسبوعية وزيادة الأجازات والعطلات السنوية، وكذلك العطلات المدرسية الصيفية الطويلة التى تحتاج إلى الاستغلال والاستثمار الأمثل لوقت الفراغ الذى يعد ظاهرة اجتماعية لها جوانبها المختلفة الإيجابية والسلبية، وقد

أدت هذه الظاهرة إلى نشأة فرع من فروع علم الاجتماع متخصص في دراستها وهو علم اجتماع أوقات الفراغ الذي يبحث في معطيات هذه الظاهرة وفي جوانبها المختلفة وفي ارتباطاتها بعناصر البنية الاجتماعية للمجتمع (٤١)

ويتفق هذا مع نتائج دراسات كلا من يحيى الجيوشي (٢٠٠٨) (٤١) ، محمد اسماعيل (٢٠٢٠) (٢٦) ، عمرو هلال (٢٠٢٠) (١٦) على أن استثمار وقت الفراغ في أنشطة مفيدة وبناءة يساهم في تنمية الشخصية الإنسانية من خلال المشاعر الإيجابية، والتفاعل والحماس الذي يكون مصدره الرضا والسعادة، من خلال ذاتية وحرية النشاط، وكذلك حرية التصرف أثناء ممارسته، وهذا من شأنه أن يحقق إشباعاً للشخصية، واثراء للحياة، فتضفي عليها معنى وتمنحها قيمة حقيقية للوجود. وأشار زيناى بلال (٢٠١٨) إلى انه يقع على عاتق اسرة الافراد ذوى الاعاقة دور فتوعية الأبناء بضرورة الممارسة الترويحية وتوفير الإمكانيات والدعم المادي والمعنوي للابناء وكذلك مرافقتهم والاشتراك معهم في الممارسة الترويحية لتشجيعهم ، وتعليمهم كيفية ممارسه الصحيحة وأيضا توضيح كيفية المحافظة علي النظافة الشخصية أثناء الممارسه وبعدها . (٩) .

سيقوم الباحث بعرض وتفسير ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها والخاصة بالإجابة على التساؤل الثانى " هل توجد فروق دالة احصائيا في حجم اوقات الفراغ للافراد ذوى الإعاقة وفقا لبعض المتغيرات؟"، جدول (١٠) ، (١١) ، (١٢)

جدول (١٠) دلالة الفروق علي محاور الاستبيان وفقا لمتغير نوع الجنس

قيمة ت	الذكور		الاناث		المحاور
	ع	م	ع	م	
١.٠٣١	٨.٤٠٦	٤٠.٥٨٣	٦.١٣٩	٣٩.٤٨٨	الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية
٦.٩٩٣	٦.١٢٨	٣٩.٩٦٢	٧.٣٤٠	٤٦.٤٢٨	الانشطة الترويحية الفنية المنزلية
٤.١٦٢	٩.٠٠١	٤٨.٦٦٦	٧.٤٧٧	٥٣.٥٧١	الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية
٧.٣٤٥	٧.٢٠٧	٥٢.٢٤٢	٥.٧٧٢	٥٩.٠٩٥	الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

وجود فروق دالة احصائيا بين عينة البحث وفقا لمتغير نوع الجنس علي المحور الثانى والثالث

والرابع ولصالح عينة الاناث .

ويرى الباحث أن ذلك يرجع إلى أن الإناث أكثر إماماً بالأنشطة الترويحية المختلفة، وخاصة الأنشطة الفنية والاجتماعية والثقافية ، نظراً لأنها الأكثر ممارسة بالنسبة لهم، لأن طبيعة الأنثى تميل إلى

الأنشطة التي تعتمد على الجانب الجمالي والإبداعي، مقارنة بالذكور الذين يميلون للأنشطة البدنية والحركية؛ فضلاً عن تنوع مصادر الأنشطة الفنية الترويحية لديهم من حيث الاعمال اليدوية والرسم. ويتفق ذلك مع دراسة حسام جودة (٢٠٠٨م) (٥)، التي توصلت إلى إختلاف إدراك الأنشطة الترويحية بين الذكور والإناث لصالح الإناث.

كما أن الوقت ثروة قومية، وأسلوب استخدامه وتنظيمه هو معيار التقدم في المجتمع، وقد أبرزت أول دراسة استطلاعية حول ميزان الوقت لدى المصريين وكيفية تنظيمه وقضاء أوقات الفراغ أن الإناث أكثر قلقاً على وقتهن عن الذكور (٥٦).

كما اشار محمود عصام ٢٠٢٢م (٣٤) على حرص الاناث الأفراد ذوى الاعاقة علي إستغلال فترة ممارسة الانشطة المختلفة فى توطيد العلاقات بين اصدقائهم واقربانهم بالنشاط وتحقيق التوافق الإجتماعي وخلق روح الألفة بينهم مما يساعدهم على تحسين جوده حياتهم.

جدول (١١) تحليل التباين بين عينة البحث علي محاور الاستبيان وفقا لمتغير نوع الاعاقة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية	بين المجموعات	758.231	2	379.116	6.908	دال
	داخل المجموعات	11690.417	213	54.885		
	المجموع	12448.648	215			
الانشطة الترويحية الفنية المنزلية	بين المجموعات	683.338	2	341.669	6.703	دال
	داخل المجموعات	10856.546	213	50.970		
	المجموع	11539.884	215			
الانشطة الترويحية الثقافية المنزلية	بين المجموعات	350.259	2	175.130	2.311	غير دال
	داخل المجموعات	16140.556	213	75.777		
	المجموع	16490.815	215			
الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية	بين المجموعات	1164.000	2	582.000	11.470	دال
	داخل المجموعات	10808.148	213	50.742		
	المجموع	11972.148	215			

ينضح من جدول (١١) ما يلي :

ان قيمة ف المحسوبة جاءت دالة احصائيا بين عينة البحث علي كل من المحور الاول والثاني والرابع وفقا لمتغير نوع الاعاقة لذا سوف يستخدم الباحث اختبار اقل فرق معنوي لايجاد الفروق.

جدول (١٢) دلالة الفروق بين عينة البحث علي المحاور الدالة وفقا لمتغير نوع الاعاقة باستخدام اختبار اقل فرق معنوي

المحاور	المتوسطات الحسابية	الصفة	متلازم الداون	فكرى	توحد
الانشطة الترويحية الرياضية المنزلية	٣٧.٧٧٧	داون		١.٠٩٢	*٤.٢١٢
	٣٨.٨٧٠	فكرى			*٣.١٢٠
	٤١.٩٩٠	توحد			

*٤.١١١	*٦.٤٤٤		داون	٥٨.٥٧٤	الانشطة الترويحية الفنية المنزلية
٢.٣٣٣			فكرى	٥٢.١٢٩	
			توحد	٥٤.٤٥٣	
*٤.١٥٧	*٤.٠٠٠		داون	٤٥.٥٥٥	الانشطة الترويحية الاجتماعية المنزلية
٠.١٥٧			فكرى	٤١.٥٥٥	
			توحد	٤١.٣٩٨	

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

المحور الاول : وجود فروق دالة احصائيا بين عينة متلازم الدوان والفكرى وعينة الفكرى والتوحد ولصالح عينة التوحد .

المحور الثاني : وجود فروق دالة احصائيا بين عينة متلازم الدوان وعينة الفكرى وبين عينة متلازم الداون وعينة التوحد ولصالح عينة متلازم الدوان .

المحور الرابع : وجود فروق دالة احصائيا بين عينة متلازم الدوان وعينة الفكرى وبين عينة متلازم الدوان وعينة التوحد ولصالح عينة متلازم الدوان .

سوف يقوم الباحث بعرض وتفسير ومناقشة النتائج التى تم التوصل إليها والخاصة بالإجابة على التساؤل الثالث " ما هو حجم وقت الفراغ للأفراد ذوي الإعاقة؟"، وذلك من خلال الجداول ارقام (١٣) / (١٤) / (١٥) .

جدول (١٣) المتوسطات الحسابية لاوقات الانشغال لدي عينة البحث

المتوسطات الحسابية	وقت الانشغال
٧.٦٥٢	النوم (اجمال عدد ساعات النوم على مدار اليوم)
٣.٢٦٨	الدراسة (وتشمل وقت الذهاب للمدرسة او الجامعة ووقت المذاكرة)
٣.٨٥٦	العمل (اجمال عدد ساعات العمل على مدار اليوم شامل وقت الانتقال للعمل)
١.١٥١	الطعام (الوقت المستغرق فى تناول الطعام)
١.١٩٠	العناية الشخصية (الاستحمام، دخول الحمام.....)
٠.٩٤٧	العبادات الدينية (الصلاة والاذكار وقراءة القران)
٠.٩٨٤	الدراسة او التعليم (عدد الساعات المستغرقة ف التعليم)
١.٣٤٢	اعمال اخرى ()
٢٠.٣١٠	اجمالي عدد الساعات المستخدمة خلال اليوم
٣.٧١٢	اجمالي عدد ساعات وقت الفراغ

يتضح من جدول (١٣) والخاص باوقات الانشغال لدي عينة البحث الكلية حيث بلغ اجمالي

عدد الساعات المستخدمة خلال اليوم ٢٠.٣١٠ ، وبلغ عدد ساعات وقت الفراغ ٣.٧١٢

جدول (١٤) المتوسطات الحسابية لافترات الانشغال لدي عينة من الافراد ذوى الاعاقة الفكرية ومتلازم الدوان

وقت الانشغال	المتوسطات الحسابية
النوم (اجمال عدد ساعات النوم على مدار اليوم)	٧.٧٧٣
الدراسة (وتشمل وقت الذهاب للمدرسة او الجامعة ووقت المذاكرة)	٣.٣٦٩
العمل (اجمال عدد ساعات العمل على مدار اليوم شامل وقت الانتقال للعمل)	٣.٨٤٥
الطعام (الوقت المستغرق فى تناول الطعام)	١.٠٨٣
العناية الشخصية (الاستحمام، دخول الحمام.....)	١.١١٠
العبادات الدينية (الصلاة والاذكار وقراءة القران)	٠.٩٠٢
الدراسة او التعليم (عدد الساعات المستغرقة ف التعليم)	٠.٩٤٤٦
اعمال اخرى ()	١.٣٥٧
اجمالى عدد الساعات المستخدمة خلال اليوم	٢٠.٠٨٣
اجمالى عدد ساعات وقت الفراغ	٤.٠٠١

يتضح من جدول (١٤) والخاص باوقات الانشغال لدي عينة البحث من الفكرية ومتلازم الدوان حيث بلغ اجمالى عدد الساعات المستخدمة خلال اليوم ٢٠.٠٨٣ ، وبلغ عدد ساعات وقت الفراغ ٤.٠٠١

جدول (١٥) المتوسطات الحسابية لافترات الانشغال لدي عينة البحث من الافراد ذوى الاعاقة التوحدين

وقت الانشغال	المتوسطات الحسابية
النوم (اجمال عدد ساعات النوم على مدار اليوم)	٧.٥٧٥
الدراسة (وتشمل وقت الذهاب للمدرسة او الجامعة ووقت المذاكرة)	٣.٢٠٤
العمل (اجمال عدد ساعات العمل على مدار اليوم شامل وقت الانتقال للعمل)	٣.٨٦٣
الطعام (الوقت المستغرق فى تناول الطعام)	١.١٩٤
العناية الشخصية (الاستحمام، دخول الحمام.....)	١.٢٤١
العبادات الدينية (الصلاة والاذكار وقراءة القران)	٠.٩٧٥
الدراسة او التعليم (عدد الساعات المستغرقة ف التعليم)	١.٠١٠
اعمال اخرى ()	١.٣٣٣
اجمالى عدد الساعات المستخدمة خلال اليوم	٢٠.٤٥٤
اجمالى عدد ساعات وقت الفراغ	٣.٥٢٨

يتضح من جدول (١٥) والخاص باوقات الانشغال لدي عينة البحث من التوحد حيث بلغ اجمالى عدد الساعات المستخدمة خلال اليوم ٢٠.٤٥٤ ، وبلغ عدد ساعات وقت الفراغ ٣.٥٢٨ كما اتضح من الجداول السابقة ان متوسط وقت الفراغ ٣.٥ ساعة وهذا ناتج لمكوث لقللة الانشطة اليومية الفعالة وغير مستغل فاذا تم استغلال هذا الوقت سيحسن من المشاكل النفسية ويزيد المعرفة والخبرات الحياتية وهذا ما اكدت عليه الكثير من الدراسات والاراء السابقة لذا كان من الهام تسليط الضوء على هذا الوقت الغير مستغل والتاكيد على انه يمكن استغلاله بشكل امثل ، كما انه اتضح ان فئة الاعاقة الفكرية ومتلازم الداون لديهم وقت فراغ اكثر من فئة التوحد ، وذلك قد يرجع الى عدم

اشتركهم في انشطه متنوعه بنمط ثابت خلال اليوم فهذه الفئة تسعى جاهدا الى التكيف الاجتماعي والمشاركة الاجتماعية والدمج بصورة اسرع مع المجتمع مما يجعلهم الاشتراك في انشطه متنوعه وشغل وقت فراغهم في بداية حياتهم في السن الصغير وعندما يمر الوقت ويصبحون في سن المراهقة او اكبر من ذلك يعتمدون على علاقاتهم والدمج المسبق لهم في المجتم مما يقلل ذلك من استثمار اوقات فراغهم عند البلوغ ، فاصبح لديهم الكثير من الوقت اما فئة التوحد تحتاج الى انشطه متنوعه ومكثفة طوال اليوم مما يساعدهم على التغلب على التكيف الاجتماعي كما كونهم البعض منهم مؤهل للتعامل مع التكنولوجيا اصبحو من اكثر مستخدمين الانترنت ومنصات التواصل الاجتماعي عن غيرهم من الفئات الاخرى وبالتالي التزام اولياء امورهم بتكثيف الانشطه لديهم وبالاخص عند سن البلوغ او اكبر من ذلك لما فيه من بعض السمات التي تظهر عليهم يحتاجون اليها الى تعديل بعض السلوكيات الغير مرغوبة في المجتمع لذلك اصبر ليس لديهم اوقات فراغ مثل اقرانهم.

لذا يرى الباحث ضرورة أن استثمار وقت الفراغ، ويجب علي اولياء امور هذه الفئات استغلال وقت الفراغ في ممارسة العديد من الأنشطة الترويحية، فهي في حد ذاتها كفيلة بخلق أجواء من الأناج والسعادة والسرور، وخلق جوانب مضيئة من المعرفة والثقافة والعلم لسائر فئات الافراد ذوى الاعاقة.

كما يرى (priece) ٢٠٠٠ (٥١) أن الكثير من الاباء والامهات لا يمتلكون الوعي الكافي لاستغلال وقت الفراغ ، لذا يجب ان يكونوا علي دراية بالتقنيات الالزمة لبناء شخص بالغ ومسئول ومبدع واجتماعي وناجح ويعد تيسير وتوفير المتطلبات الترويحية داخل المنزل عاملا اساسيا لنمو الطفل وتماسك الاسرة .

كما يرى كمال عبدالحميد حيث وقت الفراغ هو عبارة عن وقت حر بعد قضاء الضروريات العملية للحياة وتحديد وقت الفراغ واشكاله يتنوع خلال حساب وقت العمل ووقت النزم واخر الضروريات خلال عدد الـ ٢٤ ساعة الذي يسمح بحساب الوقت الفائض واعتباره وقت فراغ يستخدم في اى شئ ممتع ومبهج. (١٩: ٧٨)

وهذا يتفق مع ما يؤكد عليه كمال درويش ومحمد الحماحمي(٢٠٠٤م)، أن لوقت الفراغ أهمية كبيرة، فإن بعض الدول لاتهم بتوفير وقت الفراغ لأفرادها فحسب؛ بل تهتم في المقام الأول بالتخطيط العلمي لطرق وأشكال استثماره، حتى لا يتحول هذا الوقت إلى وقت ترتكب خلاله الجرائم والإنحرافات النفسية والإجتماعية غير التربوية التي تضر بحياة الفرد والمجتمع. (١٨: ٢٦)

ويشير محمود طلبة (٢٠١٠م)، إلى إن استثمار وقت الفراغ في أنشطة مفيدة وبناءة يساهم في تنمية شخصية الفرد من خلال المشاعر الإيجابية والتفاعل والحماس الذي يكون مصدره الرضا والسعادة من خلال ذاتية وحرية النشاط وكذلك حرية التصرف أثناء ممارسته، وهذا من شأنه أن يحقق إشباعاً للشخصية واثراً للحياة فتضفي عليها معنى وتمنحها قيمة حقيقية للوجود (٤٧: ٣١).

الاستخلاصات

- في ضوء تحقيق الهدف من البحث، وفي حدود العينة، والإجراءات، والنتائج، توصل الباحث إلى أن:
- تحديد اهم الانشطة الانشطة (الترويحية الرياضية - الترويحية الفنية - الترويحية الثقافية - الترويحية الاجتماعية) المنزلية والعمل على تطويرها بسبب قلتها للافراد ذوى الاعاقة.
 - تحديد حجم وقت الفراغ لكل فئة من فئات من الافراد ذوى الاعاقة.
 - توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة البحث وفقا لمتغير نوع الجنس ولصالح الاناث.
 - توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة البحث وفقا لمتغير "نوع الاعاقة" فى المحور الأول (الترويحية الرياضية) بين عينة متلازم الدوان والفكرى وعينة الفكرى والتوحد ولصالح عينة التوحد .
 - توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة البحث وفقا لمتغير "نوع الاعاقة" فى المحور الثانى (الترويحية الفنية) بين عينة متلازم الدوان وعينة الفكرى وبين عينة متلازم الداون وعينة التوحد ولصالح عينة متلازم الدوان .
 - لا توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة البحث وفقا لمتغير "نوع الاعاقة" فى المحور الثالث (الترويحية الثقافية)
 - توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة البحث وفقا لمتغير "نوع الاعاقة" فى المحور الرابع (الترويحية الاجتماعية) بين عينة متلازم الدوان وعينة الفكرى وبين عينة متلازم الدوان وعينة التوحد ولصالح عينة متلازم الدوان.

التوصيات

استنادًا إلى ما أسفرت عنه نتائج واستخلاصات هذا البحث وفي حدود عينة البحث يوصى

الباحث بالآتى:

١. وضع تصور مقترح للانشطة المنزلية للافرد ذوى الاعاقة لتحسين جوده حياتهم.
٢. التأكيد على نشر ثقافة الانشطة المنزلية الترويحية للافراد ذوى الاعاقة .
٣. استثمار اوقات الفراغ للافراد ذوى الاعاقة من خلال الانشطه المنزلية الحركية تساعد فى تنمية مهارات وتطوير نموهم بشكل افضل من استثمار هذا الوقت فى التكنولوجيا الحديثة (العاب الكمبيوتر والموبيل ومشاهده التلفزيون) .
٤. عمل ندوات تثقيفية لاولياء امور الافراد ذوى الاعاقة لنشر ثقافة الترويح لمعرفة كيفية استغلال وقت الفراغ بشكل امثل وفي ضوء ميول الفرد.
٥. استخدام ادوات بديلة فى الانشطة الترويحية يمكن توافرها بسهولة وبدون تكلفة.

المراجع

١- المراجع العربية

- ١- احمد محمد شوقي (٢٠٢٢) الانشطة الترويحية المنزلية وعلاقتها بالهزيم النفسية جراء جائحة كورونا (COVID19) لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة طنطا
- ٢- اشواق عبدالله احمد حلوانى : فاعلية برنامج الجمعيات الاهلية فى تقديم خدمات الرعاية المتكامله للمعاقين حركيا ، رساله ماجستير ، كلية الخدمه الاجتماعيه (قسم تنظيم المجتمع) ، جامعه حلوان ٢٠١٠م
- ٣- امل محمد احمد (٢٠١٧) : " فاعلية برنامج قائم على الانشطة الدراميه المنزليه لاكساب طفل الروضة الهوية الوطنيه " ، مجله الطفولة والتربية، كلية التربية ، جامعة الاسكندرية.
- ٤- بلقاسم دودو ، أحميده نصير (٢٠١٣م) : أهمية التوجهات والممارسات الترويحية في إستقرار وتماسك الأسرة، الملتقى الوطني الثاني حول الإتصال وجودة الحياة في الأسرة ايام ٩ ١٠ ابريل، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة
- ٥- حسام جودة: دراسة تقييمية للثقافة الترويحية لطلاب جامعة المنصورة، رساله ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٨م
- ٦- حلمى ابراهيم ، لىلى فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .
- ٧- رامى ميخائيل فخري مسعد (٢٠٢٣)) تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية المنزلية على بعض الجوانب الحياتية للإنسان في ظل جائحة فيروس كورونا (كوفيد - ١٩) بحث منشور بمجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية العدد(١)
- ٨- رضا عبد الحميد عامر : رؤية مستقبلية للرياضة للجميع ، الجيزه ، مؤسسة رؤى للابداع للطباعة والنشر والتوزيع ، ٢٠٢٠م
- ٩- زيناى بلال (٢٠١٨م) دور الاسرة في نشر ثقافة الممارسة الرياضية البدنية الترفيهية لدى المراهقين، مجلة العلوم النسائية والاجتماعية، ع ٢٧، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر، ٢٠١٨م.
- ١٠- سعيد محمد السعيد ، فاطمه محمد عبد الوهاب ، عبد القادر محمد عبد القادر :برامج التربية الخاصة ومناهجها ، مكتبة المكتبة ، دار النشر عالم الكتا ، ط 2006 ، 1م
- ١١- سمر عبدالله احمد البصيلى البصيلى (٢٠٢٣) واقع ممارسة أنشطة الترويح المنزلي بعد الانتهاء من مرحلة التباعد الاجتماعي المصاحب لجائحة كورونا بحث منشور بمجلة علوم الرياضة العدد(٣٦)
- ١٢- عايدة حلمي ذياب حسين ٢٠١٧ الأنشطة الترويحية المفضلة أثناء الوقت الحر عند طلبة جامعة

النجاح الوطنية.

- ١٣- عبد الله ناصر السدحان (٢٠٠٧م) : الترويح لدي الشباب واثر توجيه الأسرة فيه ، مؤتمر الشباب ١٣- العربي وتحديات القرن الحادي والعشرين. جامعة الشارقة ٦-٧ / ١١ / ٢٠٠٧
- ١٤- عبلة حنفى عثمان :الخصائص النفسية لطفل الحاجات الخاصة، المؤتمر الاول من كت الاطفال ذوى الاحتياجات الخاصة ، الهيئه المصريه العامه للكتاب ، القاهرة ، 2001م
- ١٥- عصام حمدى الصفتى :الاعاقه الحركية والشلل الدماغى ، عمان ، دار اليازورى العلمية للنشر ، عام 2007م
- ١٦- عمرو محمد رضا هلالى (٢٠٢٠) : دور الوعي الترويحي في استثمار أوقات الفراغ لدى الأسرة المصرية في ظل جائحة فيروس كورونا المستجد (١٩-COVID) ، بحث منشور المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، العدد (٨٩) ، الجزء (٤) ، ص ١ - ١٨ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
- ١٧- فيروز علي الدين عبد الجواد السيد (٢٠١٢) : الإعلام التربوي كوظيفة ودوره في نشر الثقافة الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان
- ١٨- كمال درويش ومحمد الحماحمي(٢٠٠٤): " رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، القاهرة، ط٢ ، مركز الكتاب للنشر .
- ١٩- كمال عبد الحميد إسماعيل ، أبو العلا عبد الفتاح (٢٠٠١) : الثقافة الصحية للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٢٠- كمال عبد الحميد اسماعيل(٢٠١٩): الاسس الفلسفية للترويح الرياضى، القاهرة، ط٢ ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع .
- ٢١- ماهر ابو المعاطى على : الخدمه الاجتماعيه فى مجال الفئات الخاصة ،كلية الخدمه الاجتماعيه ، جامعه حلوان ، ٢٠٠٤ م
- ٢٢- مجدى عزيز ابراهيم : مناهج تعليم ذوى الاحتياجات الخاصة ، مكتبة الانجلو المصرية ، ط ١ ، ٢٠٠٢ م
- ٢٣- محمد الحماحمى وعائده عبد العزيز(٢٠٠٩): الترويح بين النظرية والتطبيق، القاهرة، ط٢ ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع
- ٢٤- محمد الحماحمي : بناء وتطوير برامج الترويح الرياضي وفقا للاسس العلمية والتوجيهات التربوية والفلسفية المعاصرة ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٢٢م
- ٢٥- محمد السموندى(٢٠١٤): الترويح الرياضى وأوقات الفراغ " ، المنصورة، ط٢ ، دار شجرة الدر للنشر والتوزيع .

- ٢٦- محمد السيد اسماعيل (٢٠٢٠) : دوافع ممارسة الانشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحة كورونا COVID1 بحث انتاج علمى منشورة بالمجلة العلمية للعلوم والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان
- ٢٧- محمد أنيس متولى (٢٠٠٦) : دور الأسرة فى تكوين الوعى الثقافى الترويحي على استثمار أوقات الفراغ، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
- ٢٨- محمد حمدى الصاوى السنيطى(٢٠٢١) ، تصور مقترح لممارسة الأنشطة الترويحية المنزلية في الأزمات الوبائية بحث منشور المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة العدد (١) فبراير ٢٠٢١
- ٢٩- محمد سيد فهمى ، غريب سيد احمد :السلوك الاجتماعى للمعوقين دراسه فى خدمه الاجتماعية، الاسكندرية ، دار المعرفة الجامعيه ، 1995م
- ٣٠- محمد محمد الحماحمى، وعائده عبد العزيز محمد (٢٠٠٩) : الترويح بين النظرية والتطبيق (٢)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٣١- محمود اسماعيل طلبة : "سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ" ، القاهرة ، إسلاميك جرافيك ، ٢٠١٠م.
- ٣٢- محمود رجب جابر: دوافع ممارسة اوجه نشاط الترويح الرياضي للأفراد ذوى الاعاقة خلال جائحه فيروس كورونا فى ضوء الجنس ونوع الاعاقة ، المجلة العلمية للتربية وعلوم الرياضة. جامعة حلوان، المجلد ٩٦، جزء (٥)، ٢٠٢٢.
- ٣٣- محمود طلبة (٢٠١٠) : " سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ" ، القاهرة، إسلاميك جرافيك للنشر.
- ٣٤- محمود عصام جبر (٢٠١٦) :منظومة مقترحة لتطوير الخدمات الترويحية بمؤسسات المعاقين ذهنيا ، رسالة دكتوراه ،كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان
- ٣٥- محمود عصام جبر دوافع ممارسة الرياضة للجميع وعلاقتها بجوده الحياه للأفراد ذوى الإعاقة فى ضوء بعض المتغيرات ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة المنيا ، ٢٠٢٢م
- ٣٦- مريم ابراهيم حنا : الرعاية الاجتماعية والنفسية للفئات الخاصة والمعاقين ، المكتب الجامعى الحديث ، كلية خدمه الاجتماعية ، جامعه حلوان ، ٢٠١٠ م
- ٣٧- نادية العربى محمد : فاعلية انشطه الرسم لتنمية بعض المهارات الشخصية والاجتماعية للمعاقين عقليا ، رساله ماجستير ، كلية التربية ، جامعه عين شم ، 2003م
- ٣٨- هبه بهجت السمرى (٢٠٠٣) : استخدام الاطفال للانترنت وعلاقته التفاعلية بين الأباء والأبناء المجلة المصرية لبحوث الإعلام جامعة القاهرة ، كلية الإعلام .
- ٣٩- هنادى حسين القحطانى :فاعلية برنامج اثرائى لتنمية المهارات اللغوية لدى الاطفال ذوى الاعاقة العقلية ، رساله دكتوراه ، كلية التربية ، جامعه عين شم ، 2011م

٤٠- الوقائع المصرية الجريدة الرسمية ٢٠١٨: قانون حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة. العدد ٧ مكرر. القاهرة. ١٩ فبراير ٢٠١٨ م

٤١- يحيى محمد الجيوشى ، نيفين أحمد السيد (٢٠٠٨) " تفعيل برامج الأنشطة الترويحية المفضلة للمتريدين على المركز الثقافي بجمعية الرعاية المتكاملة " انتاج علمى ، المؤتمر الدولي الرابع ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية
٢- المراجع الاجنبية

42- Alejandro Carriedo et al,(2020) Resilience and physical activity in people under home isolation due to COVID-19: A preliminary evaluation, el Safari Mental Health and Physical Activity Volume 19, October 2020, 100361

43- Berlin, Kathryn & Tina M Kruger: Early career reflections of three female gerontologists: Motivations, perceptions, and the life course. Gerontology & Geriatrics Education. Volume 39, – Issue 4.2018

44- Berlin, Kathryn et al: A mixed-methods investigation of successful aging among older women engaged in sports-based versus exercise-based Leisure Time Physical Activities. Journal of Women Aging. Vol (30), No (1).2018

45- Ginsburg, K. r. (2007). The importance of play in promoting healthy child

46- Ginsburg, K. r. (2007). The importance of play in promoting healthy child

47- Jiménez-Pavón, D., Carbonell-Baeza, A., & Lavie, C. J. (2020). Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. Progress in cardiovascular diseases, 63(3)

48- Klarlund, Pedersen., and Saltin, Bengt.: Exercise as medicine – evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports published by John Wiley & Sons Ltd, Vol (25), No (53), 2015.

49- Michael Anthonius Lim & Raymond Pranata(2020) : Sports activities during any pandemic lockdown, Irish Journal of Medical Science (1971 –), 2020

- 50- Mijuskovi, Nikola. J. Anthr (2020) "Sport and Physical Activity in Corona Virus Isolation". Sport Phys. Educ. 4 P 3: 27-28.
- 51- Pierce, D. (2000). Maternal management of the home as a developmental play space for infants and toddlers. The American journal of occupational therapy 54 (3).(٢٩٠)
- 52- Pinar Güzel et al, (2020)"Know-How" to Spend Time in Home Isolation during COVID-19; Restrictions and Recreational Activities , International Journal of Psychology and Educational Studies, 2020, 7(2), 122-131.
- 53- Singh A. (2011). Contexts of child hood and play; exploring parental
- 54- Singh A. (2011). Contexts of child hood and play; exploring parental
- ٣- شبكة الانترنت
- 55- <https://www.who.int/teams/noncommunicable-diseases/sensory-functions-disability-and-rehabilitation/world-report-on-disability>
- 56- <https://www.albayan.ae/five-senses/2001-11-01-1.1128804>

دور الانشطة الترويحية المنزلية فى استثمار وقت الفراغ للأفراد ذوى الإعاقة

أ. د/ يحيى محمد الجيوشى

أ.م.د/ محمود عصام جبر

الباحث/ احمد على احمد اسماعيل

قد اصبحت الانشطة الترويحية الرياضيه وسيط فعال للأفراد ذو الاعاقه من خلالها تحسين وتنميه مهاراتهم وقدراتهم وهذا مادفع الباحث لإجراء هذه الدراسة لمعرفة دور الانشطة الترويحية المنزلية فى استثمار أوقات الفراغ لدى الافراد ذوى الاعاقه وفقا لبعض المتغيرات ، لما لها من أثر إيجابي على تطوير ونمو الشخصيتهم ، وإشباع حاجاتهم، وبالتالي التقليل من المشكلات المرتبطة بوقت الفراغ لديهم اثناء البقاء بالمنزل لفترات طويلة ويهدف هذا البحث إلى معرفة دور الانشطة الترويحية المنزلية فى استثمار وقت الفراغ للأفراد ذوى الاعاقه ، وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

ما هي الأنشطة الترويحية المنزلية (رياضية - فنية- ثقافية- اجتماعية) التي يمارسها للأفراد ذوى الإعاقة ؟ هل توجد فروق دالة احصائيا فى حجم اوقات الفراغ للأفراد ذوى الإعاقة وفقا لبعض المتغيرات؟ ما هو حجم وقت الفراغ للأفراد ذوى الإعاقة ؟ واستخدم الباحث "المنهج الوصفي

أدوات جمع البيانات قائمة الانشطة الترويحية المنزلية من اعداد أ.د / يحيى الجيوشى استمارة تقدير حجم وقت الفراغ للأفراد ذوى الاعاقه (اعداد الباحث) ،اهم النتائج عدم مشاركة الافراد ذوى الاعاقه فى انشطه داخل منازلهم وقت طويل وليس لديهم خبرات استغلال وقت الفراغ

اهم التوصيات وضع تصور مقترح للانشطة المنزلية للأفراد ذوى الاعاقه لتحسين جوده حياتهم ،التأكيد على نشر ثقافة الانشطة المنزلية الترويحية للأفراد ذوى الاعاقه

Abstract**The role of domestic recreational activities in investing leisure time for Individuals with disabilities****Prof. Yahya Mohammed Al-Gyoushi****Dr. Mahmoud Essam Jabr****Researcher. Ahmed Ali Ahmed Ismail**

Recreational sports activities are an effective mediator for individuals with disabilities through which they improve their skills and abilities. This prompted the researcher to conduct the study to find out the role of home recreational activities in investing in the leisure time of individuals with disabilities according to some variables because of their positive impact on the development and growth of their personality and satisfying their needs. This research aims to Knowing the role of home recreational activities in investing in leisure time for individuals with disabilities, by answering the following questions:

What are the recreational activities at home for individuals with disabilities? Are there statistically significant differences in the amount of leisure time for individuals with disabilities according to some variables? What is the amount of free time for individuals with disabilities? The researcher used the descriptive method

Data collection tools: List of recreational activities. Prof. Dr. Yahya Al-Jayoushi. Form for estimating the amount of free time for individuals with disabilities (prepared by the researcher). The most important results are that individuals with disabilities do not participate in activities within their homes and do not have experience in using their free time.

The most important recommendations are to develop a proposed vision for home activities for individuals with disabilities to improve their quality of life, and to emphasize spreading the culture of recreational home activities for individuals with disabilities.