كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة
F.P.E.S.S
جامعة طرابلس
University of Tripoli

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة طرابلس
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة طرابلس

المؤتمر الدولي الرابع
للتربية البدنية وعلوم الرياضة

المؤتمر الدولي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة
4
2023
4th International Conference
on physical education and sport Science

تحت شعار

رؤية مستقبلية لعلوم الرياضة
من أجل التطوير والانجاز

13-14/ ديسمبر/2023

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة طرابلس

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المؤتمر الدولي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة



تحت شعار

رؤية مستقبلية لعلوم الرياضة من أجل التطوير والإنجاز

13- 14 / ديسمبر / 2023م

كلمة عميد الكلية

بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف خلق الله أجمعين سيدنا محمد وعلى اله وصحبه ومن ولاه الى يوم الدين.....

تتبنى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة نهجاً تحاول من خلاله تطوير برامجها وأنشطتها لتواكب التطور الحاصل في مختلف مجالات تخصصها ولاسيما النشاط العلمي وتعد المؤتمرات العلمية من أكبر برامج الدعم التي تحرص عليها لتهيئة المناخ ومنح الفرصة لأعضاء هيئة التدريس والباحثين وطلاب الدراسات العليا لتبادل الآراء والافكار المبتكرة وعرض عصارة انتاجهم العلمي.

ولذلك أصبح المؤتمر العلمي للكلية تقليداً ثابتاً يتم تنظيمه كل سنتان بهدف رفع المستوى العلمي و تنشيط حركة البحث والاطلاع على الدراسات والبحوث العلمية الحديثة وتبادل العلم والمعرفة بين الباحثين من مختلف الدول ، وتوطيد روابط التعاون العلمي بين الكلية والمؤسسات والهيئات الاكاديمية المحلية والدولية بالمجال الرياضي . إيماناً بأن هذه المؤسسة العلمية العريقة هي الركيزة العلمية لتطبيق المستجدات العلمية وتطوير المنهجيات البحثية من خلال الابتكار ورسم الاستراتيجيات للتحول الي واقع تطبيقي ولهذا جاء المؤتمر العلمي الرابع تحت شعار رؤية مستقبلية لعلوم الرياضة من أجل التطوير والانجاز بهدف ابراز العلاقة الوثيقة بين العلوم المختلفة والمرتبطة بالتربية البدنية ، ووضع الخطط والاساليب لكيفية استغلال هذه العلوم لما لها من أهمية كبيرة لتطوير المجال وتحقيق الانجاز على مختلف الاصعدة ويأتي هذا المجلد العلمي لتوثيق الأبحاث المشاركة وحفظ الحقوق الفكرية للبحاث ، ونتمنى ان تحوي طياته كل ما هو مفيد وحديث وأن يكون كقاعدة بيانات علمية يتم الاسترشاد بها والاستناد إليها من قبل البحاث ، ويسهم في اثراء المكتبة العلمية .

وفي الختام أشكر كل الباحثين والمقيمون وكل اللجان العاملة والداعمين الذين اسهموا في نجاح هذا المؤتمر سائلين الله دوام التوفيق والنجاح .

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أ. ك. د/ مجدي أبوبكر حمزة

عميد الكلية ورئيس المؤتمر

كلمة اللجنة التحضيرية

بسم الله الرحمن الرحيم والحمد لله حمد الشاكرين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى اله وصحبه أجمعين.

تسعي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقاً لرؤيتها الي تحقيق ابرز اهدافها الاستراتيجية الا وهو الارتقاء بمستوى البحث العلمي وخدمة المجتمع والبيئة لتتمشى مع حركة التطور الاكاديمي والتحسين المستمر لمخرجاتها العلمية وتعتمد على مجموعة من المقومات أهمها اقامة الندوات وورش العمل والمؤتمرات العلمية التي تسهم في تحسين ودعم البحوث ومخرجاتها وجعلها في موقف المنافس القوي على المستوى المحلي والدولي ، ويعد البحث العلمي من العمليات ذات الطبيعة الخاصة والتي تتأثر بعدة عوامل منها الإمكانات والبحاث واللوائح المنظمة وطرق ووسائل النشر العلمي والتي تعتبر المؤتمرات من اهمها ولهذا لا يمكن مواجهة الصعوبات والتحديات بعيداً عن ذلك لتقديم المعرفة ونشرها ، إضافة الي دوره الفاعل في تحقيق جودة المخرجات العلمية في ضوء احتياجات مجتمعاتنا وطبيعتها.

ولهذا يأتي هذا المؤتمر في دورته الربعة تحت عنوان رؤية مستقبلية لعلوم الرياضة من أجل التطوير والانجاز وهو محاولة لترجمة واستغلال كل العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي واستخدامها كبرامج وحلول قابلة للتطبيق لتحقيق أفضل الارقام والبطولات وتحسين الصحة بشكل عام.

ونضع بين أيديكم هذا المجلد للبحوث العلمية المشاركة بالمؤتمر، مع تمنياتنا أن تؤخذ توصيات البحاث بعين الاعتبار وتكون مصدرا مرجعيا لكل المهتمين بالمجال الرياضي من بحاث ومدربين ولاعبين وإداريين وصناع القرار.

وختاماً أقدم بكل اعتزاز الشكر والتقدير لكل الداعمين و أعضاء اللجنة العليا والبحاث المشاركين وأعضاء اللجنة التحضرية واللجان المنفذة والمشرفة على تنفيذ هذا المؤتمر.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

رئيس اللجنة التحضرية

أ.د / سعاد إسماعيل الفقيه

نبذة عن الكلية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة هي أحد المؤسسات الأكاديمية بجامعة طرابلس تهدف الي تحقيق رسالتها بإعداد وتأهيل خريجين متخصصين تتوفر لديهم المهارات التربوية والمهنية التي تمكنهم من مزاولة مهنتهم بمختلف مجالات التربية البدنية والرياضة بكل تميز واجادة وتعتبر الكلية اللبنة الاولي لتخصص التربية البدنية وهي الاعرق بين كليات التربية البدنية يرجع تاريخ تأسيسها لسنة 1979م كقسم للتربية البدنية بكلية التربية جامعة طرابلس ومنذ ذلك وضع حجر الاساس للتعليم الاكاديمي لعلوم التربية البدنية والرياضة بليبيا وكان هدفه الأول تخريج الكوادر المؤهلة للعمل كمدرسي تربية بدنية بمختلف مراحل التعليم الاساسي، ومع تزايد اعداد الطلاب من الجنسين تم استقلال الكلية سنة 1990م لتضم سبعة اقسام علمية تقدم برامجها للذكور والإناث وفقًا لطلب سوق العمل ، واستمرت منذ ذلك الحين في تطوير برامجها لمرحلتي البكالوريوس والدراسات العليا الي أن صدر قرار سنة 2007 بإعادة تنظيمها وتحديد رسالتها وأهدافها لتتميز بمنح درجة البكالوريوس والماجستير التخصصي بمجال التدريس ، التدريب ، والتأهيل مع رؤيا طموحة لتنفيذ برنامج الدكتوراه معتمدة في ذلك على قامات علمية تحمل أعلى الشهادات من مختلف دول العالم ، يساهمون بشكل كبير في قيادة الحركة الرياضية وتنمية البيئة المحلية من خلال الاستشارات العلمية والمهنية.

مقدمة عن المؤتمر

يأتي المؤتمر الدولي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس في دورته الرابعة للمساهمة في الرقي بالتربية البدنية وعلوم الرياضة تزامنا مع ما يشهده العالم من احداث رياضية كبرى اتسمت بأعلى الدرجات التقنية ، كما يوفر فرص عرض وتبادل الممارسات التطبيقية ذات العلاقة بمحاور المؤتمر على المستوى المحلي والدولي والإقليمي . حيث اصبحت علوم الرياضة بمختلف تخصصاتها تشهد تطوراً سريعا بكافة مجالاتها العلمية والنظرية وهي تتجسد في ترجمة تطبيقية بكافة المناسبات والأحداث الرياضية ، تناغما مع ثورة التقنيات الرقمية وتكنولوجيا الاتصال والمعلومات التي ألقت بظلالها على مستوى الأداء بالمجال الرياضي والانتقال به من مرحلة ضبط آليات الأداء الى مرحلة الإنجاز وتطوير مستوياته .

لهذا يقام المؤتمر الرابع تحت شعار

((رؤية مستقبلية لعلوم الرياضة من أجل التطوير والانجاز))

لتسليط الضوء على العلاقة التداخلية بين العلوم المختلفة ذات الصلة بالتربية البدنية وعلوم الرياضة ووضع المقترحات والحلول والخطط للحد من الصعوبات التي تواجهها ومساعدة الباحثين على البحث والتقصي على كل ما يفيد تطوير الرياضة وتحقيق الانجاز ببلدنا الحبيب .

أهداف المؤتمر

- ابراز علاقة العلوم المختلفة بالتربية البدنية وعلوم الرياضة .
- ربط علوم الرياضة مع قضايا الحياة اليومية والمجتمعية.
- مساهمة علوم الرياضة في حل المشاكل والأزمات المعاصرة .
- ابراز دور التكنولوجيا الحديثة بالتربية البدنية وعلوم الرياضة .
- تحديث المنهجيات العلمية بالمجال الاكاديمي للتربية البدنية وعلوم الرياضة .

محـــــــاور المـــؤتمر

- **التدريب الرياضي والانجاز**
  - الانتقاء الرياضي .
  - تدريب المستويات العالية .
  - الاحتراق الرياضي .
  - تغدية الرياضيين .
  - الأسس الفسيولوجية والميكانيكية للتدريب.
  - تدريب الناشئين .
  - رعاية الموهوبين الرياضيين .
  - متطلبات تحقيق الانجاز الرياضي
  - التدريب الرياضي لذوي الاعاقة .
- **مستجدات التعليم الاكاديمي وطرائق التدريس الحديثة**
  - استراتيجيات وطرق التدريس.
  - درس التربية البدنية.
  - الإدارة المدرسية.
  - التعليم الالكتروني في التربية البدنية.
  - مكاتب النشاط المدرسي.
  - التعليم المستمر وتعزيز قدرات المعلم.
  - تكنولوجيا التعلم.
  - دمج ذوي الاعاقة.
  - النشاط الرياضي المدرسي.
  - تحديث وتطوير المناهج.
- **الإدارة الرياضية**
  - إدارة المؤسسات والهيئات الرياضة.
  - إدارة المرافق والمنشآت الرياضية.
  - إدارة الاحداث والمنافسات الرياضية.
  - العقود والقوانين الرياضية.

- **التسويق والأعلام الرياضي**

- تأثير التسويق على العلامات التجارية.
- صناعة الرياضة.
- دور الأعلام في التسويق الرياضي.
- الاستثمار الرياضي.

- **العلوم التقنية والرياضة**

- التقنيات الحديثة في اختبار وقياس القدرات.
- التقنيات الحديثة في التحليل الحركي.
- التقنيات الحديثة في إعادة التأهيل والعلاج.
- التطورات التقنية في التدريب.
- المستجدات التقنية في تقييم الاصابات الرياضية.

- **النشاط البدني للترويح والصحة**

- العلوم الطبية المرتبطة بالجوانب الرياضية.
- الترويح الرياضي.
- الأزمات والمشاكل المعاصرة.
- السياحة الرياضية.
- النشاط البدني وعلاج الأمراض المزمنة والحادة.

- **علوم الرياضة في خدمة الاحتياجات الخاصة**

- التغذية العلاجية.
- علاج صعوبات التعلم وفرط الحركة.
- علم النفس الرياضي.
- العلاج التحفظي والمجهود البدني.
- التمرينات العلاجية.
- برامج إعادة التأهيل للإصابات.

أعضاء اللجنة العليا

أ. د / خالد محمد عون	رئيس جامعة طرابلس - الرئيس الفخري للمؤتمر
أ. ك. د/ مجدي أبوبكر حمزة	عميد الكلية - ورئيس المؤتمر
أ. ك. د/ إسماعيل الهادي حصن	وكيل الشؤون العلمية بالكلية - ونائب رئيس المؤتمر
أ. د / سعاد أسماعيل الفقيه	رئيس اللجنة التحضيرية للمؤتمر
أ. د / كمال رمضان الاسود	رئيس قسم التربية البدنية "تدريس"
أ. د / فتحي الهاي سليمان	رئيس قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي
أ. د / فوزي المبروك الهواري	رئيس قسم التدريب

أعضاء اللجنة العلمية

أ. د / المعزلدين الله محمد شفتر	رئيس اللجنة	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. د / عمر علي العياط	عضواً	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. د / خميس محمد دربي	عضواً	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. د / عبدالكافي عبدالعزيز احمد	عضواً	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. د / محمد سالم العجيلي	عضواً	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. د / علي عبدالجليل الفيتوري	عضواً	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. ك. د/ فدوى كامل الصيد	عضواً ومقرراً	**جامعة طرابلس/ ليبيا**
أ. د / زكية ابراهيم كامل	عضواً	**جامعة الاسكندرية / مصر**
أ. د / عبدالستار جابر الضمد	عضواً	**جامعة البصرة / العراق**
أ. د / عبد الرؤوف بن الطيب	عضواً	**المعهد العالي للرياضة والتربية البدنية / تونس**
أ. د / عطاالله احمد بن محمد	عضواً	**جامعة عبدالحميد بن باديس بمستغانم / الجزائر**
أ. د / قاسم محمد الكناني	عضواً	**جامعة البصرة / العراق**
أ. د / أحمد عبد الفتاح عمران	عضواً	**جامعة الاسكندرية / مصر**
أ. د / نجاح عبدالله المنصوري	عضواً	**جامعة كارديف / بريطانيا**
أ. د / نجلا فتحي خليفة	عضواً	**جامعة الاسكندرية / مصر**
أ. د / قاسمي فيصل بن بشير	عضواً	**جامعة تبسة / الجزائر**
أ. د / ابراهيم ابوالقاسم كساب	عضواً	**جامعة الزاوية/ ليبيا**
أ. د / يحيى محمود لملوم	عضواً	**جامعة بنغازي / ليبيا**
أ. د / مقبل نهار بن جديع	عضواً	**جامعة اليمامة / السعودية**
أ.م.د / عبدالكريم المنقور التميمي	عضواً	**جامعة الملك سعود /السعودية**
أ.م.د / فادي عفيف فياض	عضواً	**الجامعة اللبنانية / لبنان**
أ.م.د / وليد أحمد عواد الكبيسي	عضواً	**وزارة التربية – تربية الأنبار / العراق**

أعضاء لجنة التوثيق والمعلومات

أ. د / خالد جبريل أبوزيان	رئيس اللجنة
أ. ك. د/ هالة مسعود الباروني	عضواً
أ. ك. د/ عيادة أبوبكر الطاهر	عضواً
أ / ربيع الهادي الرفاعي	عضواً

أعضاء لجنة الندوات والأنشطة

أ. ك. د/ لطفية علي الكيب	رئيس اللجنة
أ / شرف الدين علي الزطريني	عضواً
أ / حسان العماري مسعود	عضواً
م/ وجدان الجعفري	عضواً

أعضاء لجنة العلاقات العامة والاستقبال

أ. ك. د/ ابتسام عمار جبارة	رئيس اللجنة
د. / محمد البهلول العلوص	عضواً
أ / عبدالله منصور البركي	عضواً
أ / هادية مختار هدية	عضواً
م/ نوال عمر الجنزوري	عضواً
م / نجية عمر كرشبة	عضواً
م/ حنان شعبان الحضيري	عضواً
م/ نزهة عمر الجنزوري	عضواً

أعضاء اللجنة الادارية والمالية

أ. د / ابراهيم سالم الرقيعي	رئيس اللجنة
أ. ك. د/ فتحي يوسف عبد العزيز	عضواً
أ. / ماجد حسين الصابري	عضواً
م/ اريج عز الدين بيت المال	عضواً
م/ سهام رمضان العبيردي	عضواً

أعضاء اللجنة الإعلامية

أ. ك. د/ عبدالكريم علي ضوء	رئيس اللجنة
م/ معتصم الصويعي	عضواً
م/ محمد الكوني	عضواً
م/ عبدالحكيم امبية	عضواً

أعضاء لجنة التجهيزات والتنظيم

أ/ عاطف علي الشيباني	رئيس اللجنة
م/ رمزي خليفة الوحيشي	عضواً
م/ فتحي سعيد الجيلاني	عضواً
م /عادل الطيب خليفة	عضواً
م /مصطفي مسعود حسن	عضواً
م/ نصر فرج ضياف	عضواً
م / مراد مصطفي م عبيد	عضواً
م / رجب جمعة الشريف	عضواً

أعضاء لجنة التحكيم العلمي

أ. د / طلال فخر الدين أبوخطوة	أ. د / فتحي علي الهادي
أ. د / علي حسن محمد	أ. د / محمد علي عبدالرحيم
أ. د / عبدالعزيز احمد مديقش	أ. د / عصام عبدالله الدناع
أ. د / ليلي عبدالقادر أبوشكيوة	أ. د / حدهم محمد العابد
أ. د / إبراهيم سالم الرقيعي	أ. د / حميدة علي شنينة
أ. د / نادية عبدالله المبسوط	أ. د / سميحة علي الصقري
أ. د / ناجية حستي شلابي	أ. د / عواطف منصور أبوجناح
أ. د / كريمه إمحمد الكوربو	أ. ك. د/ إسماعيل الهادي حصن
أ. ك. د/ ناجي ساسي المندلسي	أ. م. د/ حنان عبدالقادر كحيل
أ. ك. د/ فرج امحمد العتود	أ. ك. د/ عبدالفتاح علي قنبيج
أ. ك. د/ هاله مسعود الباروني	أ. ك. د/ حسن سعد الصغير
أ. ك. د/ لطفية علي الكيب	أ. ك. د/ ابتسام عمار جباره
أ. ك. د/ فائزة جمعة الأخضر	أ. ك. د/ ميلود محمد وداي
أ. ك. د/ ليلي اسعد الفقيه	أ. ك. د/ عيادة أبوبكر الطاهر
أ. ك. د/ أسماء محمد العماري	أ. ك. د/ عبدالحكيم سالم تنتوش
أ. م. د/ علي رمضان المصروب	أ. م. د/ هناء ميلاد ملاطم

مديرو الجلسات

أ. د / عبدالكافي عبدالعزيز احمد
أ. د / علي محمد حسن
أ. د / صالح احمد مسعود
أ. د / البشير ابوعجيلة القنطري
أ. د / عبدالمنعم يوسف زريبه
أ. د / اصلاح محمد شافعي

أ. د / امال عبدالله التومي
أ. د / محمد علي عبدالرحيم
أ. د / محمد علي عامر
أ. د / ليلي عبدالقادر أبوشكيوة
أ. د / خميس محمد دربي
أ. د / محمد سالم العجيلي

مقرري الجلسات

أ. د / نادية عبدالله المبسوط
أ. ك. د/ ليلي اسعد الفقيه
أ. ك. د/ فائزة جمعة الأخضر
أ. ك. د/ بشير محمد الحاراتي
أ. ك. د/ أسماء محمد العماري
أ. ك. د/ اسعد الهادي شقلب
أ. م. د/ حنان عبدالقادر كحيل

أ. ك. د/ عيادة أبوبكر الطاهر
أ. ك. د/ عبير رجب عيسي
أ. ك. د/ فتحي يوسف عبدالعزيز
أ. ك. د/ حاتم سالم الشحومي
أ. ك. د/ سمر ساسي العلو
أ. م. د/ هناء ميلاد ملاطم

الأنشطة العلمية المصاحبة للمؤتمر

- دورة المهارات التقنية في كتابة الرسائل العلمية.

أ. ك. د/ عبدالكريم علي ضوء.

أ. ك. د/ محمد بشير الحداد.

أ. ك. د/ اسعد الهادي شقلب .

- ورشة تدريبية عن كيفية قراءة صورة الرنين المغناطيسي.

أ. ع. ط / فراس طانا.

- دورة تطبيقات الإحصاء في المجال الرياضي باستخدام الحزمة الاحصائية (SPSS) .

أ. د / ابراهيم سالم الرقيعي

- دورة في البرنامج التطبيقي مندلي لإدارة المراجع العلمية.

أ. د / خالد جبريل أبوزيان

الدول المشاركة بالمؤتمر :-

ليبيا – الجزائر - فلسطين - اليمن – العراق – المغرب – الأمارات

فهرس المحتويات

ت	العناوين وأسماء البحاث	الصفحة
1	تحديد الأسس العلمية لاختبار مصمم لقياس الأداء المهارى عند لاعبي مدارس كرة القدم U13 بالجزائر د/ غالي بن هدية د/هوار عبداللطيف د/ بوقشيش مولود	1
2	تأثير النشاط البدني المقنن على القياسات الانثروبومترية والفسيولوجية للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية. أ / أبوبكر أبو القاسم الشيباني أ / لطفي الطاهر علي	14
3	تأثير واجبات غذائية مقننة علي توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة لدي بعض السيدات البدنيات أ.د/ ناجية حسني شلابي أ /هشام عبدالسلام بريكاو	26
4	معايير اختيار مدربي كرة القدم الدرجة الأولى (ليبيا) أ / فتحي إبراهيم جعيدة أ / أسامة حسين سعد أ / عيسى خليفة التائب	34
5	سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطلبة جامعة صبراتة أ / حواء عاشور حرب أ /عيسي عمر العائب	44
6	مستوى الثقافة الرياضية ومصادرها لدى طالبات جامعة الأقصى أ / ألفت جلال أحمد الأقرع	53
7	فاعلية تحليل العضلات العاملة باستخدام "EMG" لتحسين مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة د/ هشام علي الأقرع أ / رائد علي شحادة	64
8	تأثير وحدات تعليمية علي وفق إنموذج دانيال في تعلم مهارتين مركبتين بكرة القدم لطلاب الخامس الاعدادي م.م / ضلال تكليف الجنابي م.م / مسلم محمد حسين م.م / تغريد تكليف حسن	78
9	دور ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في تعزيز الصحة النفسية لدى النساء العوانس بمدينة سطيف د/ بلال حمسي د / الشيخ صافي	88
10	الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا وأسباب حدوثها لدي لاعبي كرة القدم المصغرة (الهواة) المشاركين في بطولة الصداقة الدولية د / مصعب مفتاح الشريف	99
11	واقع تدريس التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات في المرحلة المتوسط في ظل متطلبات العولمة دراسة ميدانية على بعض متوسطات بلدية بسكرة د/ ميمي عبدالله د/ رقيق مداني د/ بن يوسف دحو	111
12	استخدام تدريبات خاصة وفق مؤشر السرعة الحرجة وتأثيرها على استجابة حامض اللاكتيك والقدرة اللاكتيكية اللاهوائية وانجاز عدائي 400م شباب أ.م.د / وليد احمد عواد الكبيسي	121
13	واقع ممارسة الأنشطة البدنية ودور وسائل الإعلام في جائحة كوفيد (19) أ.م.د/ يحي صالح الميتمي أ.م.د/ محمد حسين النظاري أ.م.د/ معين صالح الميتمي	132

ت	العناوين وأسماء البحاث	الصفحة
14	دور حصة التربية البدنية والرضية في تعديل المشاكل السلوكية عند التلاميذ المراهقين د/ دردون كنزه د/ لميتوي فاطمة الزهرة ايمان د/ دردون عكرمة.	157
15	مدي ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية أثناء مرحلة التدريب الميداني أ /عبدالهادي محمد املودة	165
16	دور الإعلام الرياضي في تنمية اتجاهات المراهقين نحو ممارسة كرة اليد د/ بوحاج سباع أ/ عيموش بلال د/ عماري سهيلة	177
17	واقع استخدام وسائل وتقنيات إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الحديثة من وجهة نظر المعالجين وفقاً للتخصص الدراسي أ.م.د/ سعاد سعيد العزابي	191
18	إدارة الجودة الشاملة ودورها في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية أ / محمد عبدالله الحاج	208
19	مقارنة للأطفال الممارسين للألعاب الرياضية والالكترونية وأثرها في بناء الشخصية المتزنة للطفل الروضة د / فاطمة كريم نعمة	219
20	الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراتة أ / حمزة الشعالي أحمد مانيطة	227
21	دراسة وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي بالأهمية الصحية والتطبيقية لممارسة التمرينات البدنية د/ أحمد عبد الله الدرسي أ / فرج محمد الفيتوري	239
22	فعالية النشاط البدني الترويحي لدى الاطفال المعاقين ذهنيا وأثره على الصحة عندهم من وجهة نظر المربين الاولياء أ/ سماعيل توفيق أ.د / الوناس عبدالله	251
23	أهمية التسيير الاستراتيجي للإدارة الرياضية في تطوير المنشآت الرياضية. أ / قدري عبدالناصر أ / بلعابد فاتح الأمين د / فيصل قاسمي	262
24	تقييم بعض القدرات البدنية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة بسكرة بعد إلغاء اختبارات القبول د/ دخيه عادل د/ نواجي دلية	273
25	التعرف على مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته أ/ محمد جبريل طريش	282
26	استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية لمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) بمدينة مصراته في ضوء الأهداف التربوية أ / محمد نوري عبدالقادر	294
27	مستويات الطاقة النفسية المثلى (الصحة النفسية) وعلاقتها بالضغوط النفسية أ/ سوفي رشيد أ.د /حناط عبدالقادر	313
28	تأثير برنامج تعليمي باستخدام أسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي على مستوى أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لطلاب التعليم الإعدادي (دراسة مقارنة) أ / فوزي مفتاح الكريك	328
29	تقييم واقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا د / عبد المنعم علي برق د / دلال الفيتوري سلمان	344

ت	العناوين وأسماء البحاث	الصفحة
30	الاستثمار الرياضي وأثره في تطوير مقومات الممارسة الرياضية على مستوى المنشآت الرياضية أ / بلعابد فاتح الامين أ / قدري عبد الناصر أ. د/ فيصل قاسمي	364
31	أثر الكوفيد علي مدي تباين مستويات الحالة النفسية لدي طلبه معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم د/ حسين عامر د/ زرف محمد د/ بلخير قدور باي	380
32	تأثير بعض التمرينات الحس حركية في تعليم الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن أ.م.د/ فاطمة حسن حسون	403
33	الحالة الغذائية وعلاقتها بالنشاط الرياضي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس أ / نعيمة محمد سلام أ.د/ خولة يوسف العزابي أ.د/ محمد علي عبد الرحيم	412
34	فعالية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية التوافق النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر الأخصائي النفسي ط/ صلاح الدين بن ميلود أ.م/ سعدي سعدي محمد أ / رمضان فرج المغربي	428
35	واقع استخدام المهارات التقنية لتطبيقات الحاسب الآلي في البحث العلمي لطلاب الدراسات العليا جامعة طرابلس أ / شرف الدين علي الزطريني أ.د/ سعاد إسماعيل الفقيه	434
36	الصعوبات التي تواجه تطبيق ادارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة غريان أ / صالح ابراهيم ابوعجيلة	449
37	الممارسات التدريسية في حصة التربية البدنية و الرياضية للألعاب الجماعية و الفردية في المرحلة الثانوية د/ بعزي أحمد أ .د / عطاء الله أحمد د / قزقوز محمد	463
38	واقع استخدام المحاضر الجامعي للوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الالكتروني في التدريس أ.ك.د/ عمران جمعة تنتوش	472
39	اللعب المبرمج وتأثيره على بعض المهارات الحركية للعبة الرود (الهوكي) لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس أ.ك د/ فرج على العتود أ.م. د/ محمد البهلول العلوص	490
40	دراسة مقارنة في تخطيط عضلة القلب بين متسابقي المسافات الطويلة وعدائي المسافات القصيرة أ.ك.د/ حاتم سالم الشحومي أ.م.د/ احمد كامل حسنين	500
41	دور الانتقاء الرياضي في الانجاز لناشئ ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين دراسة ميدانية بولاية جيجل د. طنيبة ساعد	511
42	تأثير التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي على مستوى الكفاءة البدنية والمتغيرات الوظيفية والتركيب الجسمي للممارسين للنشاط الرياضي أ / ايناس رجب القطوس أ.د / ليلي عبدالقادر ابوشكيوه أ.د / محمد علي عبدالرحيم	526

ت	العناوين وأسماء البحاث	الصفحة
43	دور منصة التعليم الالكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته أ / سامي عامر المخلوف	540
44	دور بعض الأساليب علي مستوي التعلم الحركي لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة أ / هادية مختار هدية	554
45	أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ الصف الرابع من التعليم الأساسي د/ محمد عبد القادر الشيخي د/ يوسف عمران النجار د/ مصطفي محمد العويمري	567
46	فاعلية برامج قائمة على التكنولوجيات الحديثة في تطوير الرياضة المدرسية مجموعة برامج ticeps أنموذجا د / محمد كويس أ.ك.د/ عبير رجب	589
47	المهارات التدريسية الحديثة في التربية البدنية والرياضية وأساليب تنميتها د / رابح حشاني د / حسان زمالي	605
48	التسويق والتسويق والاعلام الرياضي (دراسة نظرية) أ.د / عياد مفتاح القاضي د / نجمي مختار الهمالي	624
49	Knowledge, confidence and the role of physiotherapists toward physical activity promotion Ayiman Husayn .Khawla Krayem	634

تحديد الأسس العلمية لاختبار مصمم لقياس الأداء المهاري عند لاعبي مدارس كرة القدم U13 بالجزائر

د / غالي بن هدية د/ هوار عبداللطيف د / بوقشيش مولود

المستخلص

الهدف من هذه الدراسة تحديد الأسس العلمية لاختبار مصمم لقياس الأداء المهاري عند لاعبي كرة القدم u13 للمدارس الكروية للجهة الغربية الجزائرية وفقا لمبادئ ومراحل تصميم الاختبارات، وعلى هذا الأساس افترضنا أن الاختبار المهاري يتمتع بأسس علمية سليمة و صحيحة من صدق و ثبات و موضوعية للاختبار المصمم يمكن العمل به والوثوق في نتائجه، وللتحقق منه استخدمنا المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي ، حيث كان عدد العينة 134 لاعب ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، و بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا تم الخروج بمجموعة من النتائج كان أهمها أن الاختبار يتمتع بدرجات عالية من الصدق والثبات والموضوعية و القدرة التمييزية بين المختبرين، وعليه أوصينا الاعتماد على الاختبار المهاري المصمم والوثوق بنتائجه في قياس الأداء المهاري عند لاعبي كرة القدم.u13

الكلمات المفتاحية: الاختبار، القياس، التصميم والبناء، الأداء المهاري.

Abstract:

The aim of this study is to determine the scientific foundations of a test designed to measure the skill performance of U13 football players in football schools in the western Algerian region in accordance with the principles and stages of test design. On this basis, we assumed that the skill test has sound and valid scientific foundations of validity, stability and objectivity of the designed test. Working with it and trusting its results, and to verify it we used the descriptive method in its survey style, where the sample number was 134 players, who were selected using the method Randomization, and after collecting the results and processing them statistically, a set of results were produced, the most important of which was that the test has high degrees of validity, stability, objectivity, and discriminatory ability between the testers. Accordingly, we recommended relying on the designed skill test and trusting its results in measuring the skill performance of soccer players u13.

Keywords: testing, measurement, design and construction, skill performance.

1. المقدمة.

إن الوصول بمستوى اللاعبين إلى الدرجة التي تمكنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديث بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللعب منذ الصغر وفق برامج مقننة بدنيا ومهاريا وفنيا وخططيا وذهنيا ونفسيا بالإضافة

لمحتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلائم مع قدرات وإمكانيات الناشئين والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشء، وبما يخلق جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة (عفيفي، 2001، صفحة 15)، إذ تعد لعبة كرة القدم من بين الرياضات التي تحتاج إلى الكثير من الاهتمام من قبل الخبراء والباحثين والمدربين وما نلاحظه من تطور في المتغيرات البدنية و المهارية و الخططية والنفسية والذهنية خير دليل على ذلك، ومن خلال تحقيق أفضل الإنجازات و الوصول باللاعبين إلى أفضل المستويات الرياضية العالية في بعض الدول.

وكل هذا لم يكن وليد الصدفة المحضة بل جاء نتيجة الدراسات والبحوث والمجهودات التي تقوم بها هذه الدول، والاعتماد على الأسس العلمية الصحيحة والمقننة وبناء وتكوين الأفراد منذ النشأ و الاعتماد على أساليب التدريب الحديثة والبرامج المخطط لها والأسس العلمية في عملية التوجيه و الانتقاء والاختيار وعملية التقويم ومعرفة مستوى اللاعبين و إمكانياتهم و المحافظة على اللاعب في المستوى العالي (هدية، 2023 ، صفحة 6)، ومن متطلبات كرة القدم الحديثة الأداء المهاري إذ يعد إحدى الصفات الهامة للاعب كرة القدم ولكي يستطيع اللاعب أداء هذه المهارات خلال المباريات بالسرعة المثالية يجب أن يركز المدرب على اختيار التمرينات التي تشابه ما يحدث في المباريات تماما وأن يعمل على تدريب اللاعبين عليها مع التدرج في الأداء لكي يتعود اللاعبون على أدائها بالقوة والسرعة نفسها التي يجب أن تؤدى بها المباريات (حسن، 2011 ، صفحة 30).

ويلعب الأداء المهاري دوراً كبيراً في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق حيث تلعب المهارة دورا بارزا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته على السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف (عبد، 2002، صفحة 27)، ومن أجل التعرف على إمكانيات و قابليات اللاعب بشكل منفرد والفريق بشكل جماعي، عليه إجراء اختبارات و قياسات للتعرف على هذه المستويات، لان هذه الاختبارات من الوسائل المهمة في تقويم اللاعبين، و التعرف على مستوياتهم باستخدام الاساليب والوسائل والاجهزة المتطورة للوصول الى نتائج دقيقة (محمود، 2009 ، صفحة 19) . و تكمن أهمية الاختبارات في مدى حصولها على نتائج موثوقة تفيد في الحكم والبناء، فهي تزودنا بناتج عن الحالة التي يكون عليها المختبر في الجانب الذي نقوم باختباره (حياة، 2020، صفحة 28)، فالاختبارات والمقاييس تعد واحدة من الوسائل التقويمية التي تعني بالتشخيص والتوجيه وكذلك من المؤشرات العلمية للبرامج و المناهج و الخطط المختلفة لجميع المستويات و المراحل العمرية، و للاختبارات و القياس دور بارز في التشخيص و التصنيف و متابعة التقدم ووضع الدرجات و المعايير و المستويات و التنبؤ، و لهذا فقد اجتهد العلماء و الخبراء لتوفير عدد من الاختبارات والمقاييس لقياس القدرات الحركية للأفراد (الياسري، 2005 ، صفحة 9)، وعلى هذا الأساس " فقد أجمع أغلب الخبراء على تخصص ما لا يقل عن (20%) من حجم البرنامج التدريبي لإجراء عمليات الاختبار و القياس من أجل إجراء التقييم الصحيح للاعب ومن ثم تحديد قدراته واستعداداته ضمن متطلبات اللعبة (السيد، 2020، صفحة 121).

إذ تكمن مشكلة البحث في عدم توفر اختبارات مشابهة لحالات اللعب الفعلية وما يتم تصميمه من اختبارات مهارية هو عبارة عن اختبار لقياس متغير واحد للمهارة لا يتشابه فعليا مع مواقف اللعب والأداء أثناء حالة اللعب اختبارات معزولة ومنفردة اختبارات غير مركبة مثل اختبار الدحرجة عبر شواخص ذهابا و ايابا غير

مشابه لحالات اللعب، لذا فإن عملية الربط بين المهارات سواء كانت مهارتين أو أكثر يعطي أهمية علمية في إيجاد اختبارات أكثر واقعية و مشابهة لحالة اللعب وتتماشى مع واقع كرة القدم، و يعد هذا الاختبار قاعدة بيانات تستخدم في معرفة مواطن القوة وتطويرها ومحاولة معرفة مواطن الضعف وتعديلها وتصحيحها ومتابعة التقدم ووضع الدرجات و المستويات والمعايير والتنبؤ بالمستقبل وعلى هذا الأساس تم طرح التساؤل الآتي و المتمثل في :

1.1. **التساؤل العام.**

هل الاختبار المهاري المصمم يتمتع بأسس علمية صحيحة وسليمة من صدق و ثبات و موضوعية؟

1.1.1. الأسئلة الفرعية.

- ما قيمة الصدق المرتبط بالمحك للاختبار المهاري المصمم؟
- ما قيمة الثبات للاختبار المهاري المصمم؟
- ما قيمة الموضوعية للاختبار المهاري المصمم؟

2.1. الفرضية العامة.

الاختبار المهاري المصمم مبني على أسس علمية صحيحة و سليمة من صدق و ثبات و موضوعية.

1.2.1. الفرضيات الجزئية.

- قيمة الصدق المرتبط بالمحك للاختبار المهاري المصمم عالية.
- قيمة الثبات للاختبار المهاري المصمم جيدة.
- قيمة الموضوعية للاختبار المهاري المصمم جيدة.

3.1. أهداف الدراسة.

- يهدف البحث إلى تصميم اختبار للأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم تحت 13 سنة للمدارس الكروية.
- معرفة المستوى الحقيقي بين أفراد العينة.
- التمييز بين اللاعبين والمختبرين من خلال اختبارات الأداء المهاري .

4.1. أهمية الدراسة.

- تصميم اختبارات في كرة القدم نستطيع من خلالها الحكم على الأداء للاعبي كرة القدم
- محاولة معرفة مستوى الأداء المهاري للاعبين.
- أن تكون الدراسة مرجع يستفاد منه من قبل أهل الاختصاص في مجال تدريب رياضة كرة القدم.
- تعتبر من الدراسات القليلة والتي تناولت موضوع التصميم و البناء في البيئة الجزائرية

5.1. مصطلحات الدراسة.

1.5.1. الاختبار: هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة أو المشكلات صممت لتقدير المعرفة أو الذكاء أو غيرها من القدرات و الخصائص (الكريزي، 2015 ، صفحة 17).

يعرف في المجالين النفسي والتربوي على أنه : إجراءات منظمة تستهدف القياس الكمي أو الكيفي لمظهر واحد أو أكثر لسمة أو قدرة من القدرات عن طريق عينة من السلوك اللفظي او غير اللفظي (رضوان، 2006 ، صفحة 21).

2.5.1. القياس: ويعرفه الصراف بأنه العملية التي يتم بواسطتها إعطاء أرقام للأشياء تبعا للقواعد (الصراف، 2002 ، صفحة 23).

ويعرف على أنه تقدير الأشياء و المستويات تقديرا كميا وفق إطار معين من المقاييس المدرجة، و ذلك اعتمادا على فكرة ثورنديك (كل ما يوجد له مقدار وكل مقدار يمكن قياسه (حسانين، 2000 ، صفحة 349).

3.5.1. التصميم و البناء. مفهوم التصميم: يعني وضع خطة نظرية قبلية على أساس معرفي لما يراد الوصول اليه ، وبالتالي نعتبره الاجراءات والترتيبات المتخذة قبل التنفيذ. والتصميم الجيد، يعتمد على وضع القواعد المنهجية ويوضح الاطار العام لوسيلة التقويم، اي جميع الخطوط العريضة للوسيلة النظرية (حياة، 2020، صفحة 51) .

البناء يعني خطوات التنفيذ لإعداد وسيلة التقويم وإخراجها في شكلها النهائي (الأزهري، 2006 ، صفحة 99) .

4.5.1. الأداء المهاري.

هو التعاقب الحركي الأوتوماتيكي المنظم الحاصل نتيجة التدريب باستخدام أداة والذي يمكن بواسطته حل الواجبات المهارية المراد تنفيذها و أن أداء اللاعب للمهارة بشكل صحيح يساعد على تحقيق نتائج جيدة خلال المباريات (محمد، 2022، صفحة 254) .

5.5.1. مفهوم الأداء المهاري في كرة القدم.

هو عبارة عن مجموعة من الأداء البدني والمهاري المركب والتي تهدف الى تحقيق أهداف خططية بكرة القدم وفق عمليات عقلية ونفسية وبدقة عالية لغرض الوصول للأداء الأمثل بكرة القدم (كاطع، 2021 ، صفحة 118).

1.2. منهج البحث:

أنه المنهج الذي يعتمد عليه الباحثون في الحصول على بيانات و معلومات وافية و دقيقة (السامرائي، 2009، صفحة 187) وعلى هذا الأساس تحتم على الباحثين اتباع المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته لطبيعة البحث.

1.1.2. مجتمع البحث و عينته:

و يعرف المجتمع على أنه كامل الأفراد أو الأحداث أو المشاهدات المتعلقة بموضوع البحث (المعجل، 2015-2016، صفحة 30).

و تم تحديد مجتمع البحث الأصلي و المتمثل في لاعبي كرة القدم تحت 13 سنة للمدارس الكروية للرابطة الولائية بتيارت براعم، و يضم 6 فرق ينشطون في قسم واحد و قد تم اختيار 134 لاعب و استبعاد حراس المرمى لكل الفرق .

العينة نموذج يشمل جانبا أو جزءا من محددات المجتمع الأصلي المعني بالبحث التي تكون مماثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة وهذا النموذج يغني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصل خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة كل تلك الوحدات (صالح، 2014 ، صفحة 74).

حيث شملت عينة البحث مجموعة من لاعبي كرة القدم تحت 13 سنة للمدارس الكروية للرابطة الولائية بتيارت براعم وبلغ عددها 134، و تم استبعاد حراس المرمى و ذلك يرجع الى أن المتطلبات المهارية لحراس المرمى تختلف عن بقية اللاعبين و الجدول التالي يوضح مجتمع وعينة البحث.

جدول (1) النسب المئوية للمجتمع و عينة البحث و اللاعبون المستبعدون

الفريق	العدد الكلي	الاستبعاد	العدد الفعلي	النسبة
مدرسة وداد أمل تخمارت	55	9	46	34,33
مدرسة الشباب الرياضي	35	5	03	22,39
مدرسة أفاق كرمان	43	13	30	22,39
مدرسة الآمال	45	17	82	20,90
المجموع	781	44	134	100

2.2. مجالات البحث

1.2.2. المجال المكاني:

اجريت التجربة الاستطلاعية و الدراسة الاساسية على ملاعب و ملاحق الأندية الرياضية قصد الدراسة.

2.2.2. المجال الزمني: امتدت فترة الدراسة من : 2022 /2023 خلال الموسم الرياضية وانتظمت بمراحل زمنية كالتالي :

- فترة تطبيق الاختبار المصمم للتجربة الاستطلاعية للوقوف على المعاملات العلمية فكان الاختبار القبلي يوم 2023/01/05 و بعد أسبوع كان الاختبار البعدي يوم 2023/01/12 .
- فترة تطبيق التجربة الاساسية التي امتدت من 2023/2022 في فترة المنافسة وخلال هاته الفترة تم تطبيق الاختبار المصمم.

3.2.2. المجال البشري:

- شملت عينة الدراسة الاساسية على لاعبي كرة القدم تحت 13 سنة للجهة الغربية الجزائرية المدارس الكروية والمسجلين للموسم الدراسي 2022 – 2023 والبالغ عددهم 134 لاعب، وتمثلت التجربة الاستطلاعية على 15 لاعب تحت 13 سنة لفريق الشباب الرياضي.

وسائل جمع البيانات: لكل بحث اداته المناسبة له ، وأن الباحث الناجح هو الذي يختار الاداة المناسبة لبحثه بدقة ، ولأجل ذلك قام الباحثون بالاستعانة بمجموعة من الادوات ، وفيما يلي استعراض لأهمها : الاستبيان - المقابلة - الملاحظة – الاختبار.

3.2. التجارب الاستطلاعية:

1.3.2. التجربة الاستطلاعية الأولى: من خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية تم تصميم اختبار للأداء المهارى يحاكي ما يجري في مباريات كرة القدم و تم توزيعه على أهل الاختصاص والخبراء، وتم اقتراح تطبيق الاختبار على أرض الميدان من طرف أهل الاختصاص في صورته الأولية، تم تطبيقه على عينة مكونة من (05) لاعبين يوم 12/14 /2022 في تمام الساعة التاسعة والنصف، وهدفت التجربة إلى :

- التعرف على مدى ملاءمة الاختبار المهاري المصمم للعينة.
- التأكد من جاهزية الأدوات والوسائل المستعملة في الاختبار و معرفة توظيفها.
- التعرف على الوقت الذي يستغرقه الاختبار لكل لاعب فضلا عن وقت الاختبار الكلي.
- تدريب فريق العمل على تطبيق الاختبار و طريقة التسجيل و توزيع المهام.
- الوقوف على أهم الصعوبات والاعتراضات التي قد تواجه فريق العمل ومحاولة تفادي ذلك.

- أخذ صورة أولية على تطبيق الاختبار وكيفية توظيف أدوات ووسائل الاختبار .
ومن خلال تطبيق الاختبار في صورته الأولية تم الخروج بمجموعة من النتائج و المتمثلة في: معرفة وقت الاختبار الكلي و صلاحية الأجهزة و الأدوات المستعملة، التأكد من ملائمة الاختبار لعينة البحث وسهولة تطبيقه.

2.3.2. التجربة الاستطلاعية الثانية:

تم انجازها على عينة من لاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة لفريق الشباب الرياضي (تيارت) حيث بلغ حجم العينة (15) لاعب لمعرفة مدى صدق وثبات وموضوعية الاختبار المهارى المصمم في دراستنا هاته، وتم تطبيق الاختبار ثم اعادته بعد ثمانية أيام ، التطبيق الأولى كان يوم 01/05 /2023، التطبيق الثاني كان يوم 01/12 /2023.

4.2. التجربة الأساسية: اجريت التجربة الاساسية على عينة مكونة من (134) لاعب مثلت الجهة الغربية للوطن و للفئة العمرية تحت 13 سنة من لاعبي كرة القدم.

5.2.الوسائل الاحصائية:

وقد استخدم الباحثين انسب الوسائل الاحصائية المتمثلة في ما يلي :

1- النسب المئوية .
2- مقياس النزعة المركزية والذي يتمثل في المتوسط الحسابي -معامل الالتواء – الوسيط – التباين –التفلطح
3- مقياس التشتت والمتمثل في الانحراف المعياري .
4- مقياس الارتباط او ما يسمى العلاقة بين المتغيرات المتمثل في معامل الارتباط البسيط لبيرسون
5- مقياس الدلالة المتمثل في اختبار الدلالة "ت"
6- اختبار حسن المطابقة " كا2 ".

6.2.الاختبار المهارى المصمم .

اسم الاختبار : سرعة التحكم في الكرة في خط مستقيم مع دقة التمرير.

الغرض من الاختبار: قياس سرعة التحكم في الكرة ودقة الدحرجة والتمرير

ادارة الاختبار:

- ميقاتي: يقوم بتسجيل الزمن الذي يستغرقه اللاعب أثناء أدائه للاختبار.
- مسجل : و يقوم بالنداء على اللاعبين و تسجيل نتائج الاختبار(الدرجات).
- طريقة إجراء الاختبار و حسابه:
- الاختبار يتكون من مهارة الدحرجة مع دقة التمرير متسلسلة و متواصلة و يتم حساب الزمن الكلي من بداية الاختبار حتى وصول الكرة الى المرمى.
- يمنح اللاعب محاولتين للاختبار ككل، إلا أنه يتم العمل بالقدم المفضلة.
- يتم حساب مجموع الدرجات المحصل عليها في الاختبار ككل .

ادوات الاختبار: موضحة في الجدول رقم (2)

جدول (2)

الاشكال و الرسومات المستخدمة في الاختبار المهاري المصمم

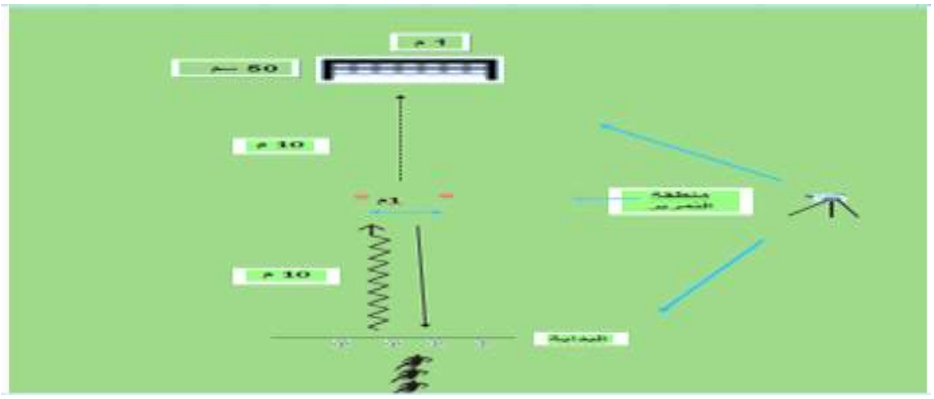
التفسير	الشكل	التفسير	الشكل
مسار الكرة	⟶	**كرة قدم**	
مسار الكرة مع اللاعب	⟿	**أقماع**	
مسار اللاعب	⟶	**مرمى صغير**	
لاعب		**كاميرا**	
المدرب		شاخص	

وصف طريقة الاداء:

يقف المختبر بحوزته الكرة خلف خط يبعد مسافة (10) م عن منطقة تمرير الكرة، وبعد اعطاء اشارة البدء يقوم اللاعب بدحرجة الكرة بالقدم المفضلة باتجاه المنطقة، ثم يقوم بدقة التمرير الكرة بالقدم المفضلة باتجاه هدف صغير طوله (1) م وارتفاعه (50) سم يبعد مسافة (10) م ومحاولة اصابة الهدف، ويتم اعادة المحاولة للمرة الثانية ويتم احتساب أحسنها.

شروط الاختبار:

- القيام بالدحرجة في خط مستقيم مسافة 10م وخلال هذه المسافة على الأقل خمس لمسات للاعب.
- للمختبر محاولتين بالقدم المفضلة وعليه أن يؤدي الاختبار بأقصى سرعة ممكنة .



شكل (1) الاختبار المصمم

طريقة التسجيل:

الدحرجة :

نقطتين للدحرجة الناجحة (على الأقل 5 لمسات من قبل المختبر خلال مسافة 10 متر عند دحرجة الكرة)، نقطة للدحرجة الناجحة أكثر من 5 لمسات للكرة خلال المسافة المحددة، صفر درجة عند الدحرجة الفاشلة (هروب الكرة للمختبر).

دقة التمرير:

تحتسب درجتان للمحاولة الناجحة دخول الكرة في المرمى و درجة للمحاولة التي تلمس العارضة او القائمين وصفر للمحاولة الفاشلة خروج الكرة عن المرمى.

7.2.المواصفات العلمية للاختبار المهاري المصمم:

لكي يحقق الاختبار المهاري المصمم الهدف الذي وضع من أجله و يتم الاعتماد عليه والوثوق بصحته وصدقه ويفضل أن تتوفر فيه مجموعة من الشروط والمواصفات من بينها المعاملات العلمية للاختبار (الصدق- الثبات- الموضوعية)، و هذا ما يؤكد عليه سامي محمد إن الاختبارات وسيلة تساعد على تقييم الأداء ومقارنة مستوياته بأهدافه الموضوعية، إذ يجب أن تتمتع بمعاملات عالية من الصدق والثبات والموضوعية (ملحم، 2000 ، صفحة 252)

صدق مفردات الاختبار ، ثبات مفردات الاختبار، موضوعية الاختبار المهاري المصمم ، اعتدالية التوزيع الطبيعي ، القدرة التمييزية ، معامل الصعوبة .

8.2.عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1.8.2. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

- قيمة الصدق المرتبط بالمحك للاختبار المهاري المصمم عالية.

الصدق الذاتي:

جدول (3)
الصدق الذاتي للاختبار

الرقم	مفردات الاختبار	الصدق الذاتي
01	الدحرجة المستقيمة ودقة التمرير القصير	0,87

صدق المحتوى (المضمون):

جدول (4)
صدق المحتوى لاتفاق الخبراء وقيمة كا2 المحسوبة و الجدولية

مراحل الاختبار	يصلح	لا يصلح	نسبة الاتفاق	قيمة كا2	الدلالة
الدحرجة **المستقيمة** ودقة التمرير القصير	12	00	%100	12	معنوي لصالح القبول

ومن خلال استخدام المعالجة الاحصائية باستخدام اختبار حسن المطابقة أن قيمة كا2 المحسوبة هي أكبر من القيمة الجدولية التي بلغت 3,84 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 للاختبار المهاري المصمم، وهذا ما يعكس وجود دلالة احصائية أي أنه توجد فروق معنوية دالة لصالح العبارات الحاصلة على أعلى نسبة تكرار، و هذا ما تم الاعتماد عليه في عملية تصميم الاختبار بمراحله حيث تحاكي مجريات لعبة كرة القدم أثناء المباراة و ما يعيش اللاعب و ما يتماشى على أرض الواقع للأداء المهاري، حيث تم الاعتماد على مهارتي الدحرجة و دقة التمرير الأكثر تكرارا في كرة القدم و التي نستطيع من خلالها تصميم و بناء الاختبارات.

الصدق المرتبط بالمحك:

جدول (5) الصدق المرتبط بالمحك

مفردات الاختبار	اختبار الدحرجة المستقيمة ودقة المناولة على شواخص
الاختبار المصمم	الدحرجة المستقيمة و دقة التمرير القصير (درجة/ثانية)
الثبات	0,832
الصدق الذاتي	0,912
حجم العينة	15
الدلالة	معنوي

ومن خلال كل هذا فإن الفرضية القائلة قيمة الصدق المرتبط بالمحك للاختبار المهاري المصمم عالية قد تحققت.

2.8.2.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

- قيمة الثبات للاختبار المهاري المصمم جيدة.

الثبات بإعادة الاختبار: قام الباحثين بتطبيق الاختبار على مجموعة من اللاعبين(15 لاعب) تم اختيارهم عشوائيا و بعد مرور فترة من الزمن 8 أيام تم إعادة الاختبار على نفس اللاعبين مع ضبط جميع المتغيرات و الظروف، وتم معالجة البيانات إحصائيا وإيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) حيث تراوحت قيمة (ر) 0,76 والجدول (06) يبين ذلك.

جدول (6)
معاملات الارتباط بين مفردات الاختبار واعادته

الرقم	مفردات الاختبار	حجم العينة	القيمة الجدولية	معاملات الارتباط
01	الدحرجة المستقيمة و دقة التمرير القصير	15	0,641	0,76

ومن خلال استخدام المعالجة الاحصائية باستخدام معامل الارتباط بيرسون فإن قيمة ر المحسوبة هي أكبر من القيمة الجدولية التي بلغت 0,641 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية(ن- 2= 13) للاختبار المهاري المصمم، وهذا ما يعكس وجود دلالة احصائية أي أنه توجد فروق معنوية دالة لصالح العبارات الحاصلة على أعلى نسبة تكرار، ومن خلال النتائج نلاحظ أن درجات المختبرين في اختبار الدحرجة و دقة التمرير النتائج كانت متفاوتة وهذا يرجع الى أن اختبارات الدقة تحتاج الى تركيز كبير من اللاعب و عدم التسرع و اختيار الوقت المناسب في التنفيذ.

ومن خلال كل هذا فإن الفرضية القائلة قيمة الثبات للاختبار المهاري المصمم جيدة قد تحققت.

3.8.2. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

- قيمة الموضوعية للاختبار المهاري المصمم جيدة.

فالاختبارات الموضوعية هي الاختبارات التي لا يختلف فيها المحكمين في الدرجات أو العلامات و على هذا الأساس تم إعداد سلم تنقيط الدرجات من قبل الباحثين للاختبار المهاري المصمم، حيث راعى الباحثين تسجيل النتائج يكون على أساس (الدرجات – الزمن) و الابتعاد عن التأويل و الذاتية، حيث تم إعداد الاختبار

بمراحله و تعليماته بصورة واضحة و سهلة بعيدة عن الغموض و سهل الأداء عند تطبيقه و العمل بنفس الوسائل و الأجهزة مع جميع الفرق، و كذلك تم إعداد فريق العمل الطاقم المساعد لتطبيق الاختبار من أهل الاختصاص وعلى دراية تامة بإجراءات الاختبار وتعليماته وتنفيذه و تقسيم العمل على الطاقم المساعد كل واحد و دوره في الاختبار المصمم تفادي لأي تأويل أو تحيز، وكل هذا كان تحت تعليمات الخبراء و المحكمين في ذلك.

ومن خلال كل هذا فإن الفرضية القائلة قيمة الموضوعية للاختبار المهاري المصمم جيدة قد تحققت.

4.8.2.القدرة التمييزية: بعد تطبيق الاختبار المهاري المصمم على العينة المبحوثة والبالغ عددها (134) وجمع البيانات وتفريغها قام الباحثين بعد ذلك بترتيب النتائج التي تم الحصول عليها بصورة تصاعدية وأخذ قيم لمجموعتين، المجموعة الأولى تشكل نسبة (27%) من القيم من الأعلى ويبلغ عدد أفراد المجموعة (36) لاعبا والمجموعة الثانية تشكل نسبة (27%) من القيم من الأسفل ويبلغ عدد أفراد المجموعة (36) لاعبا أيضا، ثم تم استخراج قيمة (ت) المحسوبة للعينات المستقلة غير المترابطة ومقارنتها بالقيمة الجدولية، وقد أظهرت النتائج أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وهذا يدل على أن الاختبار المهاري المصمم له القدرة على التمييز بين المختبرين وكما هو مبين في الجدول (07).

جدول (7) اختبار ت للفروق القدرة التمييزية بين المختبرين

مفردات الاختبار	المعالجة الاحصائية	الدحرجة المستقيمة + دقة التمرير القصير
المجموعة العليا	المتوسط	3,94
	الانحراف	0,23
المجموعة الدنيا	المتوسط	1,39
	الانحراف	0,49
قيمة T- TEST		28,33
الدلالة		معنوي

من خلال نتائج الجدول رقم (7) يتبين أن قيمة t-test للعينات المستقلة قيمة كبيرة مقارنة بقيمة (ت) الجدولية وهذا يدل على أن الاختبار المصمم له القدرة على التمييز بين المختبرين وكما هو مبيّن في جدول (7) ، وعند مقارنة قيّم (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1,98) بدرجة حرية (70) ونسبة خطأ (0.05) أتضح بأنها أكبر من القيمة الجدولية وذات دلالة إحصائية معنوية وهذا يدل على أن الاختبار يؤخذ بنتائجه ولديه القدرة على التمييز بين الأفراد أو اللاعبين المختبرين، و يؤكد عطاء الله و أخرون أن للاختبار القدرة على التمييز في وجود فروق بين المجموعتين من الأفراد مختلفين سلفا (حياة، 2020، صفحة 56).

5.8.2.معامل الصعوبة:

جدول (8)
معامل الصعوبة للاختبار المهاري المصمم

مفردات الاختبار لدقة الأداء	دحرجة الكرة في خط مستقيم	دقة التمرير القصير
المتوسط	**1,51**	**1,15**
الانحراف	**0.50**	**0.85**
الوسيط	**2**	**1**
الالتواء	**0,06-**	**0,29-**
التفلطح	**2,03-**	**1.54-**
التباين	**0.25**	**0.71**
أدنى درجة	**1**	**0**
أعلى درجة	**2**	**2**
توزيع العينة	**اعتدالي**	**اعتدالي**

من خلال الجدول رقم (8) يظهر لنا أن جميع قيم معاملات الالتواء عند أفراد العينة محصورة ما بين (+3 ، – 3) و التي تشير الى اعتدالية التوزيع وهذا يبين لنا أن نتائج العينة تتوزع توزيعا طبيعيا، و هذا يتيح للباحثين الاستمرار في العمل وإكمال الاجراءات الاحصائية لغرض الحصول على النتائج و عرضها وتحليلها ومناقشتها.

ومن خلال كل ما تقدم فإن الفرضية العامة و التي تمثلت في الاختبار المهاري المصمم مبني على أسس علمية صحيحة و سليمة من صدق و ثبات و موضوعية قد تحققت.

3- الاستنتاجات

في ضوء ما أظهرته النتائج تم التوصل إلى مجموعة من الاستنتاجات المتمثلة في:

1- الاختبار المهاري المصمم يتمتع بأسس علمية حقيقية و صحيحة (من صدق وثبات وموضوعية) وله القدرة على التمييز بين المختبرين.

2- تم التوصل إلى تصميم اختبار مهاري والاعتماد عليه في قياس الأداء المهاري للاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة .

3- الاختبار المهاري المقترح والمصمم صالح لقياس المهارات التي صممت من أجله وإمكانية استخدامه في القياس.

4- يتوزع الاختبار المهاري المصمم توزيعاً طبيعياً اعتدالياً.

4 - التوصيات

على ضوء النتائج المتوصل إليها تم الخروج بمجموعة من التوصيات المتمثلة في ما يلي:

1- الاعتماد على الاختبار المهاري المصمم كوسيلة علمية موضوعية في التقويم المستمر و ضرورة إجبار المدربين باستعمال الاختبارات و القياسات في عملية التقويم.

2- الاعتماد على الاختبار المهاري المصمم من قبل المدربين في التمارين اليومية وفي قياس الأداء المهاري المصمم للاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة.

3- الاهتمام بمهارتي الدحرجة و التمرير من قبل مدربي المدارس الكروية خلال وحداتهم التدريبية لما لها من اهمية كبيرة في لعبة كرة القدم والأكثر استخداما في مباريات كرة القدم .
4- إجراء الاختبارات الدورية من قبل مدربي المدارس الكروية في الجزائر من أجل التعرف على كفاية المتغيرات المهارية لدى لاعبيهم، إضافة إلى ذلك إجراء الاختبارات في المتغيرات البدنية والحركية.
5- الاعتماد على الاختبار المهاري المصمم من قبل المدربين للتعرف على مستوى اللاعبين في هذه المهارات .
6- اهتمام المدربين بنتائج هذه الدراسة والعمل على تنمية المهارات الخاصة و المركبة للاختبار المهاري المصمم في وحداتهم التدريبية لكونه اقرب لحالات اللعب الحقيقية.
7- الاهتمام بموضوع التصميم و البناء للاختبارات في المجال الرياضي عامة و كرة القدم خاصة لأن الدراسات في هذا الموضوع تكاد تنعدم.

5. المراجع

ابراهيم شعلان ، محمد عفيفي. (2001). كرة القدم للناشئين ط1 . مصر: مركز الكتاب للنشر.
أحمد عبدالعزيز النجار، إبراهيم جابر السيد. (2020). القياس و التقويم في الألعاب الرياضية. زرالدة الجزائر: دار الجديد للنشر و التوزيع.
حسن السيد أبو عبد. (2002). الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم ط1. الاسكندرية: مكتبة الاشعاع الفنية.
سامي محمد ملحم. (2000). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ط1. عمان: دار السيرة للنشر والتوزيع.
طلال بن محمد المعجل. (2015-2016). دليل كتابة البحث العلمي . جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز.
عامر قنديلجي ،إيمان السامرائي. (2009). البحث العلمي الكمي و النوعي . الأردن عمان: دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع .
عصام حسن الدليمي ،علي عبد الرحيم صالح. (2014). البحث العلمي أسسه و مناهجه ط1 . عمان الأردن: دار الرضوان للنشر و التوزيع .
عطاء الله أحمد ، بشلاغم يحي ،عادل عبد الرحيم ،حيدر تواتي حياة. (2020). القياس والتقويم و بناء الاختبارات في العلوم الإنسانية و علوم الأنشطة البدنية و الرياضية ط1. الجزائر: الدار الجزائرية.
علي سموم الفرطوسي ،صادق جعفر الحسيني ،علي مطير الكريزي. (2015). القياس و الاختبار و التقويم في المجال الرياضي . بغداد: مطبعة المهيمن .
غالي بن هدية. (2023). تصميم إختبار للأداء المهاري كمؤشر لتحديد مستويات معيارية للاعبي كرة القدم . معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم الجزئر أطروحة الدكتوراه التحضير البدني الرياضي .
غالي بن هدية ،هوار عبداللطيف ، مداني محمد. (2022). واقع تقييم الأداء المهاري للاعبي كرة القدم الجزائريين من وجهة نظر المدربين. مجلة المنظومة الرياضية المجلد 9 العدد 2، 251 - 266.
قاسم علي الصراف. (2002). القياس و التقويم في التربية و التعليم . دار الكتاب الحديث.
كمال ياسين لطيف حازم نوري كاطع. (2021). الاختبارات البدنية و المهارية بكرة القدم الطبعة الاولى . العراق ميسان: مكتبة ومطبعة أشرف وخلدون.
محمد صبحي حسانين. (2000). القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية الجزء الثاني ط4. القاهرة مصر: دار الفكر العربي.
محمد نصر الدين رضوان. (2006). المدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية الطبعة الأولى . القاهرة مصر: مركز الكتاب للنشر.
مروان عبدالمجيد ، محمد جاسم الياسري. (2005). القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ط1. عمان: مؤسسة الوراق للنشر و التوزيع .

مصطفى حسين باهي ، منى أحمد الأزهري. (2006). أدوات التقويم في البحث العلمي التصميم – البناء ط1 . القاهرة مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.
موفق أسعد محمود. (2009). الاختبارات و التكتيك في كرة القدم ط2. عمان الأردن: دار دجلة للنشر و التوزيع.
هاشم ياسر حسن. (2011). تمرينات خاصة لتطوير الآداء الحركي و المهاري للاعبي كرة القدم ط1 . الأردن: مكتبة المجتع العربي للنشر و التوزيع.

تأثير النشاط البدني المقنن على القياسات الانثروبومترية والفسيولوجية للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية.

أ / أبوبكر ابوالقاسم الشيباني أ / لطفي الطاهر ففو

المستخلص

الهدف: تأثير النشاط البدني المقنن على القياسات الانثروبومترية والفسيولوجية للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية الذي بدوره يؤثر على الوزن وهرمونات الغدة الدرقية لديهن فيقل الوزن تدريجياً مما يساعد على رفع العامل النفسي . المنهج: استخدم الباحثان المنهج التجريبي العينة: قام الباحثان باختيار العينة بالطريقة العمدية وكان عددهم (8) تلميذات وبعد جمع البيانات تم معالجتها احصائياً لمعرفة مدى تأثير النشاط البدني المقنن المقترح على متغيرات البحث وكانت أهم النتائج أثر النشاط البدني المقنن القائم على التدريبات تأثيراً إيجابياً لتحسين القياسات الانثروبومترية ومن تم تحسين القياسات الفسيولوجية لدى التلميذات وأوصت الدراسة: بضرورة استخدام تدريبات المقاومة لتقليل الوزن وتنشيط عمل الغدة الدرقية وافرازاتها في الدم.

الكلمات المفتاحية : النشاط البدني ، قصور الغدة الدرقية ، تدريبات المقاومة

Abstract:

Objective: The effect of regulated physical activity on the anthropometric and physiological measurements of overweight Libyan female students with hypothyroidism, which in turn affects their weight and thyroid hormones, so the weight gradually decreases, which helps raise the psychological factor. Method: The researchers used the experimental method. Sample: The researchers selected the sample intentionally, and its number was (8) female students After collecting the data, it was processed statistically to determine the extent of the impact of the proposed regulated physical activity on the research variables. The most important results were the positive impact of regulated physical activity based on exercises to improve anthropometric measurements, and the physiological measurements of the female students were improved. The study recommended: the necessity of using resistance training to reduce weight and stimulate glandular function. Thyroid and its secretions in the blood.

Keywords: physical activity, hypothyroidism, resistance training

مقدمة البحث:

يعاني ملايين البشر من أمراض الغدة الدرقية، وتحدث معظم الإصابات عند النساء, وعند الإصابة بأمراض الدرق فإن الجسم يستهلك الغذاء، بمعدل أبطأ أو أسرع من المعدل الطبيعي لأن حالة الغدة الدرقية غير النشطة بشكل كاف تدعى قصور الدرقية، وهي الأكثر انتشاراً، وتجعل وزن المريض يزداد مع المعاناة من التعب والطقس البارد، أما إذا كانت الغدة الدرقية نشطة أكثر من المعدل الطبيعي فإن هذا يؤدي إلى زيادة في إفراز الدرق عن ما يحتاج الجسم وتدعى هذه الحالة فرط الدرقية وتجعل المريض يصاب بنقص الوزن وسرعة في معدل ضربات القلب كما تجعله أكثر تأثراً بدرجات الحرارة (12 : 27).

مشكلة البحث وأهميته:

بينما يموت الالاف والملايين من البشر سنوياً من الجوع في أنحاء مختلفة من العالم نلاحظ أن مئات والاف من البشر ايضاً يموتون نتيجة أمراض السمنة ونتيجة التهام كمية مضاعفة من الطعام يصرف عليها ملايين الجنيهات وكذلك من اضطرابات في الغدد وخاصة الدرقية. ومن المعدل الطبيعي أن يكون بالجسم نسبة من الدهون محسوبة على وزن الجسم وقد تم تحديد النسبة المئوية للدهون لكل من الرجال والسيدات وأن نسبة الدهون في الرجل إذا زادت عن 25% يعتبر بديناً وإذا زادت عن 35% للسيدات تعتبر بدينه (16 : 34).

وفي الأطفال نجد ان معظم حالات السمنة ناتجه عن سنة أولية والتي تعتبر نتاجاً لمؤثرات وراثية وبيئية يؤثر العامل الوراثي فيها بشكل كبير على كمية الدهنيات في الجسم، على طريقة الاكل وحرق السعرات الحرارية بالإضافة إنه ثم تحديد خلل في جينات تسبب سمنه مثل (خلل في جين، "الليبتين" Leptin، مستقبل الليبيتين، مستقبل الملانوكورتين، Melanocortin، فإن الزيادة السريعة في حالات السمنة تشير إلى أهمية تأثير العوامل البيئية (29 : 42).

ويعتبر ظهور سمنة مبكرة مسبباً خطيراً لارتفاع نسبة الاعتلال المرضي، والموت، وترتبط سمنة البالغين بتضاعف أخطار الإصابة بالأمراض القلبية في جيل الشباب (ضغط دم، مرتفع، زيادة في نسبة الدهنيات في الدم) وارتفاعا في تحليل السكريات مع مقاومة الانسولين وظهور مرض السكري من النوع الثاني (Type2diabites) (8. 132 – 133).

وتنتج الهرمونات بكميات قليلة في الجسم ولكن يعتبر وجودها اساسياً لوظائفه إلا أن ذلك يجب أن يكون في حدود المستويات الخاصة بإفراز كل هرمون حيث أن زيادة إفراز هرمون أو نقصه يؤدي إلى أعراض مرضية(7 : 45).

وهناك دراسات أجريت على الغدة الدرقية وعلاقتها بالنشاط البدني المقنن والوزن الزائد كانت على البالغين والكبار ولم تتم أبحاث على الأطفال ومدى استجابتها وكان هناك توصيات من أجل إجراء الكثير من الدراسات على هذه العينة أو هذه الفئة لتوضيح ذلك ومن توصياتهم إجراء الدراسات على الأطفال ذات الوزن الزائد وعلاقته بوظائف الغدة الدرقية وذلك حتى لا يتم تغيير تركيب أنسجة الغدة الدرقية بالدهون الزائدة للأطفال في مراحل العمر الأولى وبالتالي تؤثر على فاعلية الغدة الدرقية ويكتسب الأطفال صدفة الوزن الزائد في مختلف مراحل العمر ومن هنا جاءت أهمية الدراسة في هذا المجال على الوزن الزائد للتلميذات وعلاقة الوزن الزائد بالغدة الدرقية وهرموناتها في الجسم ومدى استجابتها وتركيز مستوياتها عندهن.

ويشير جورجيو راديتي Gorgeoradity (2011) أن التهابا يضر بالغدة الدرقية التي توجه الهرمونات إلى تنظيم عملية التمثيل الغذائي وغيرها من الوظائف الهامة، وأجرى هؤلاء الباحثون دراسة على 186 طفلاً بديناً ومن ذوي الوزن الزائد لنحو ثلاث سنوات شملت قياس مستويات هرمونات الغدة الدرقية والاجسام المضادة لها وتصوير الغدة الدرقية باستخدام الموجات الفوق صوتيه، حيث دلت النتائج على أن التغيرات في وظيفة الغدة الدرقية وبنائها شائعة في الأطفال البدناء وإنه يوجد ارتباط بين مؤشر كتلة الجسم ومستويات هرمونات الغدة الدرقية يشير إلى أن الدهون الزائدة قد يكون لها دور في تعديل انسجة الغدة الدرقية، وأضاف إن هناك حاجه إلى مزيد من الدراسة لإظهار ما إذا كان إنقاص الوزن من شأنه أن يعيد الغدة الدرقية إلى طبيعتها ويعيد الصحة إلى الأطفال ويمكن ربط انخفاض وظيفة الغدة الدرقية بزيادة الوزن على الرغم من أن تنشيط الغدة الدرقية لا يؤدي تلقائياً إلى فقد الوزن، لكن الدراسات أظهرت أن إنقاص الوزن يعيد وظائف الغدة الدرقية في بعض الحالات.

وأشار كلا من جورجيو راديتي Gorgeo Radety (2011) وروال B.Rawal (2005) وشميد P.Schmid (2004)، وبست سترازينسكي W.Strazynski (2004) وتيمرمان وستاسيا T.Man & Stasea (2003) أن الدراسات التي أجريت على الغدة الدرقية وعلاقتها بالنشاط البدني المقنن، والوزن الزائد كانت على البالغين والكبار ولم تتم أبحاث على الأطفال ومدى استجابتهم وكان هناك توصيات من أجل إجراء الكثير من الدراسات على الأطفال ومدى استجابتهم لتوضيح ذلك ومن توصياتهم إجراء الدراسات على الأطفال ذوي الوزن الزائد وعلاقته بوظائف الغدة الدرقية وذلك حتى لا يتم تغيير تركيب أنسجة الغدة الدرقية بالدهون الزائدة للأطفال في مراحل العمر الأولى وبالتالي تؤثر على فاعلية الغدة الدرقية ويكتسب الأطفال صفة الوزن الزائد في مختلف مراحل العمر (16) (22) (20) (24) (23).

ومن هنا جاءت أهمية الدراسة في هذا المجال على الوزن الزائد للتلميذات وعلاقة الوزن الزائد بالغدة الدرقية وهرموناتها في الجسم ومدى استجابتها وتركيز مستوياتها عندهن. ومن منطلق وظيفة الباحثان في مجال التدريس في التربية البدينة وطبيعة نظام الدراسة عند التلميذات الذي يستمر لساعات طويلة دون ممارسة أي نشاط على مدار اليوم مما يجعل لهن وزن زائد قد يؤثر على فاعلية الغدة الدرقية بالجسم لذلك يدرس هذا البحث عن طريق النشاط البدني المقنن محاولة الباحثان معالجة مشكلة الوزن الزائد للتلميذات في بداية مرحلة البلوغ حتى لا تكتسب صفة البدانة عندهن لمراحل العمر التالية. وهنا جاءت مشكلة البحث بعنوان تأثير النشاط البدني المقنن على القياسات الانثروبومترية والفسيولوجية للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى دراسة:

1. تحديد تأثير النشاط البدني المقنن على القياسات الانثروبومترية للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية.
2. تحديد تأثير النشاط البدني المقنن على القياسات الفسيولوجية للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية.

فروض البحث :

1. يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين (البعدي الأول و البعدي الثاني) للمتغيرات الانثروبومترية لصالح القياس البعدي الثاني للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية.
2. يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين (البعدي الاول و البعدي الثاني) للمتغيرات الفسيولوجية لصالح القياس البعدي الثاني للتلميذات الليبيات ذات الوزن الزائد مع قصور الغدة الدرقية

مصطلحات البحث:

النشاط البدني المقنن. وهو عبارة عن برنامج رياضي مقدم من الباحثان يعتمد على مجموعة من التمرينات الرياضية مختلفة الشدة لأجزاء الجسم باستخدام الأساليب المختلفة لتدريبات المقاومة (تعريف إجرائي).

الغدة الدرقية: هي غدة من الغدد الصماء التي تقع في مقدمة الجسم وتحديداً في منطقة الرقبة أسفل القصبة الهوائية مباشرة وتقوم هذه الغدة بإفراز هرمون في الجسم يسمى هرمون الثيروكسين والثيرويد T4و T3 وتكون هذه الافرازات في الدم مباشرة (أي ليس لها أنابيب تفرز بها) ولذلك اطلق عليها غدة صماء وهذه الهرمونات تفرز بكميات ضئيلة جداً بالدم ورغم ذلك فإن تأثيراتها كبيرة على مختلف انسجة الجسم، ويوجد

ايضـاً الهرمـون المحفز للغدة الدرقيـة Tsh وهـذا الهرمـون يعمـل علـى تحفيـز عمـل الغـدة لإنتـاج هرمـون الثيروكسين، (3 : 35).

الوزن الزائد: زيادة في الانسجة الدهنية في الجسم نسبة إلى السن والجنس وتقاس بمؤشر كتله الجسم (2 : 56).

الدراسات المشابهة:

1- دراسة: رضوان محمد رضوان (1985) (9) بعنوان: أثر المجهود البدني على تركيز هرمون الغدة الدرقية بالدم.

أهداف الدراسة : مقارنة مستوى هرموني الغدة الدرقية لدى الرياضيين وغير الرياضيين في حالة الراحة، مقارنة استجابات هرموني الغدة الدرقية في الدم لدى الرياضيين وغير الرياضيين عند أداء بدني منخفض الشدة.

منهج الدراسة : استخدم المنهج التجريبي لملائمته للبحث ،**عينه الدراسة:** أجريت الدراسة على عينة قوامها 30 طالباً من طلاب جامعة الزقازيق وقسموا إلى مجموعتين كل منهم 15 طالباً إحداهما من الرياضيين والأخرى من غير الرياضيين ، **قياسات الدراسة :** هرمون الغدة الدرقية، **نتائج الدراسة:** نسبة تركيز هرمون الغدة الدرقية في الدم في حالة الراحة لصالح الرياضيين بنسبة كبيرة نسبة تركيز هرمون الغدة الدرقية في الدم بعد أداء المجهود البدني لصالح غير الرياضيين.

2- دراسة: هاشم عدنان الكيلاني (2009) (14) بعنوان: أثر النشاط البدني على مستوى السمنة واللياقة البدنية لدى أطفال الصف الرابع والخامس.

هدف الدراسة : سعت الدراسة إلى تحديد أثر النشاط البدني على مستوى السمنة واللياقة البدنية لدى أطفال الصف الرابع والخامس ، **منهج الدراسة :** استخدم المنهج التجريبي باستخدام القياسين القبلي والبعدي للقياسات قيد الدراسة لمجموعة واحدة ، عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (28) طالب من طلاب الصف الرابع والخامس كان من بينهم (12) طالب و(16) طالبة تطوعوا للمشاركة في البرنامج لمدة لا تقل عن ثلاثة أيام في الأسبوع، وللخضوع للقياسات القبلية والبعدية التي تسبق وتتبع تطبيق البرنامج ، **قياسات الدراسة :** القياسات الانثروبومترية ، وقياسات اللياقة البدنية.

نتائج الدراسة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات من حيث الطول، وكتلة الجسم، حيث أن الطلاب كانوا أقصر من الطالبات بمقدار (1سم).قبل وبعد تنفيذ البرنامج ، كتلة الجسم لدى الطلاب قبل تنفيذ البرنامج كانت اقل بمقدار 0،3 كجم عن الطالبات، إلا أن كتلة الجسم لدى الطلاب انخفضت بمقدار 0،1.

3- دراسة: دينا محمد أحمد (2012) (8) بعنوان :'وظائف الغدة الدرقية في حالة الأطفال الذين يعانون من السمنة:

هدف الدراسة : تقييم وظيفة الغدة الدرقية عند الأطفال والمراهقين الذين يعانون من السمنة المفرطة.

منهج الدراسة : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالمجموعتين (التجريبية والضابطة).

عينة الدراسة : المجموعة الأولى شملت (40) مريضاً كانوا يعانون من السمنة المفرطة.

وقد تم تعريف البدانة وفقاً لمؤشر كتلة الجسم (BMI) بالنسبة للعمر والجنس باستخدام مفرقة العمل الدولية للسمنة في مرحلة الطفولة ، المجموعة الثانية شملت (40) مريضاً من نفس العمر والجنس كمجموعة ضابطه ، **قياسات الدراسة** : 1.الفحص الشامل. 2- القياسات الانثروبومترية. 3- جلوكوز الدم. 4- بعض الدهون

(الكولسترول الكلى والدهون الثلاثية) 5- . قياسات الغدة الدرقية – Thyroid (T4, T3, TSH) **نتائج الدراسة :** وجد أن (35%) من الأطفال الذين يعانون من السمنة المفرطة قد زادت عندهم مستوى TSH وهناك اختلافات بنسبة كبيرة بين المجموعة التجريبية في السمنة والضابطة العادية في مستوى TSH، كما وجد أن نسبة (40%) من الأطفال البدناء لديهم ارتفاع في مستوى T3 وهناك اختلافات ملحوظة بين المجموعة التجريبية والضابطة فيما يتعلق بمستوى T3، ووجد أن نسبة T4 متساوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ، وكان هناك زيادة كبيرة في الدهون الثلاثية والكوليسترول في الأطفال البدناء أيضاً وجد ارتباط كبير بين TSH مع الدهون الثلاثية والكولسترول في الدم ، وكان هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين TSH ومؤشر كتلة الجسم، وكان هناك ارتباط ضعيف بين T3 مع مؤشر كتلة الجسم.

إجراءات الدراسة:

منهج البحث : استخدام الباحثان، المنهج التجريبي وذلك لملائمته لأهداف البحث بتصميم مجموعة واحدة تجريبية ذات القياسين القبلي والبعدي وذلك لطبيعة مشكلة البحث.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من تلميذات مدرسة شهداء ديله حيث بلغ عددهم (10) تلميذات أعمارهن من (10 - 12) سنة بمدينة الزاوية.

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من التلميذات غير الممارسات للرياضة التي تتراوح أعمارهم من (10 – 12) سنة من الصف الخامس إلى الاول إعدادي بمدرسة شهداء ديله بمدينة الزاوية وعددهم (8) تلميذات.

حجم العينة: اشتملت عينة البحث على (8) تلميذات لديهن خلل في الغدة الدرقية وخضعت للنشاط البدني المقنن الذي ثم تطبيقه لمدة 3 أشهر متواصلة.

شروط اختيار العينة:

1. تم اختيار العينة من التلميذات ذات الوزن الزائد بمدرسة شهداء ديله من (10 – 12) سنة.
2. تم اختيارهن طبقاً لنتيجة معادلة مؤشر كتلة الجسم حسب تقسيماته في مجال الدراسة مؤشر كتلة الجسم الوزن كجم / مربع الطول سم.
3. تم تحديد التلميذات المصابات بالوزن الزائد واللاتي يعانين من خلل في الغدة الدرقية وذلك بالاعتماد على التحليل الكيميائي للعينة الكلية.

القياسات المستخدمة في الدراسة وتشمل:

1. القياسات الانثروبومترية:

- قياس الطول لأقرب سم Height.
- قياس الوزن لأقرب كيلو جرام Weight.
- مؤشر كتلة الجسم Body mass index.
- المحيطات وتشتمل على (الصدر – الحوض – البطن – العضد – الساعد – الفخذ – الساق).

2. القياسات الفسيولوجية:

- معدل النبض أثناء الراحة وبعد المجهود مباشر HR (نبضة/ دقيقة).
- ضغط الدم الانقباضي والانبساطي وقت الراحة وبعد المجهود DBS / SBP (ملم / زئبق).
- معدل التنفس أثناء الراحة وبعد المجهود (مرة / دقيقة).
- السعة الحيوية أثناء الراحة وبعد المجهود Vital capacity (مليلتر).

أدوات جمع البيانات:

1. الأدوات والأجهزة المستخدمة :

ميزان طبي لقياس الوزن لأقرب جرام (كجم) – جهاز الرستاميتر الطول الكلي لأقرب سنتميتر (سم) – جهاز السير المتحرك Treadmill – ساعة إيقاف Stop Watch.

جهاز Beurer لقياس النبض (نبضة / دقيقة) وضغط الدم (ملم/ زئبق) – جهاز الاسبيرومتر لقياس السعة الحيوية (مليلتر) Vital capacity حقنة لسحب الدم – أنابيب لحفظ العينة.

الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الأولي والثانية في الفترة يوم 15- 20 / 2 / 2022م الهدف منها

- تحديد المجال المكاني والبشرى للعينة قيد البحث لتنفيذ البرنامج الرياضي.
- تحديد معامل التحليل التي سوف يتم أجراء التحاليل الكيميائية بها.
- معرفة الصعوبات التي تواجه البرنامج من حيت الوقت والمساعدين والادوات.

النشاط البدني المقنن:

يهدف إلى تقليل الوزن عن طريق زيادة مستوى إفرازات الغدة الدرقية في الدم من خلال النشاط البدني المقنن المقترح وهو تدريبات المقاومة.

الدراسة الأساسية: تم تطبيق التجربة الأساسية من خلال الخطوات التالية:

1. **القياسات القبلية**: تم إجراء القياسات القبلية على العينة الأساسية (8) تلميذات وكانت القياسات كالاتي:

أ. القياسات الانثروبومترية. ب. القياسات الفسيولوجية.

وتم القياس البعدي الأول والثاني لعينة البحث لهذه القياسات.

أسس وضع البرنامج:

يعد الرجوع إلى المراجع العلمية والدراسات السابقة والدراسات الاستطلاعية التي أجريت على العينة قيد البحث تم تحديد الأسس الأساسية في وضع البرنامج.

1. تم اختيار الفترة الزمنية الملائمة لتطبيق البرنامج طبقاً لطبيعة الدراسة وطبيعة وجود التلميذات خلال اليوم الدراسي لا يتعارض مع واحدة منهم ولطبيعة البحث .
2. تمشي محتوى البرنامج الرياضي مع خصائص عينة البحث وذلك من خلال المرحلة السنية والحالة الصحية للعينة قيد البحث.
3. تم اختيار طريقة التدريب الفتري منخفض الشدة كواحدة من طرق التدريب التي استخدمها الباحثان وهي كبداية بشدة من 50 – 60 % من الحد الأقصى لمناسبته لطبيعة العينة كبداية للبرنامج.
4. تم تحديد زمن الوحدة التدريبية للنشاط البدني مختلف الشدة المبذول وهو (60) دقيقة حيث يتناسب مع طبيعة العينة قيد البحث.
5. تم تحديد زمن الوحدة التدريبية الكاملة والتي تتناسب مع شدة الحمل حيث تضمنت (3– 5) ث وذلك اعتمادا على رجوع النبض إلى طبيعته.
6. اشتمل البرنامج الرياضي على التنوع في التمرينات حيث شملت الوحدة التدريبية على التنوع في أساليب تمرينات المقاومة (ثقل الجسم – الاحبال – أوزان حرة – السير المتحرك) التي استخدمها الباحثان.
7. تم التنويع في الوحدات التدريبية المتتالية على مجموعة من التمرينات المتنوعة حتى تسهم في إثارة وحماس التلميذات وعدم إصابتهم بالملل للاستمرار في تنفيذ البرنامج.

8. التدرج في شدة حمل الوحدات التدريبية من السهل للصعب مع مراعاة الفروق الفردية للعينة.

المعالجات الإحصائية:

1. المتوسط الحسابي. 2.الوسيط. 3. الانحراف المعياري. 4. معامل التفلطح.
4. معامل الالتواء. 5.تحليل التباين. 6. النسبة المئوية 7. اختيار الفروق معنوي LSD.

جدول (1)

التوصيف الاحصائي لبيانات عينة البحث في المتغيرات الأولية الأساسية قبل التجربة.

المتغيرات		الدلالات الإحصائية للتوصيف				
		المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التفلطح	معامل الالتواء
المتغيرات الأولية	السن سنة	11.00	11.00	0.98	0.71	0.46
	الطول سم	156.19	153.00	5.38	0.20	0.96
	الوزن كجم	75.87	75.00	5.09	0.59	0.19
	مؤشر كتلة الجسم	33.89	32.90	1.43	1.16	0.08

يتضح من جدول (1) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث في القياسات الأولية الأساسية قبل التجربة ، أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (0.96 إلى 0.08) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الاعتدالية تتراوح ما بين+-3. وتقترب جدا من الصفر كما بلغ معامل التفلطح ما بين (1.16 إلى 0.20) وهذا يعني أن تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولا وفي المتوسط وليس متذبذباً لأعلى ولا لأسفل مما يؤكد تجانس افراد مجموعة البحث في المتغيرات الأولية قبل التجربة.

التوصيف الاحصائي لبيانات عينة البحث قبل التجربة:

جدول (2)

التوصيف الاحصائي لبيانات عينة البحث في المحيطات الجسمية قبل التجربة

المتغيرات		الدلالات الإحصائية للتوصيف				
		المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التفلطح	معامل الالتواء
المحيطات (سم)	محيط الصدر	91.13	91.00	5.86	0.64	0.16
	محيط البطن	91.96	93.00	13.19	2.75	1.14
	محيط الحوض	97.60	96.00	7.95	0.91	0.31
	محيط العضد	33.98	34.00	4.03	1.70	0.41
	محيط الساعد	26.98	26.00	3.84	0.01	0.90
	محيط الفخذ	52.55	52.00	4.36	0.34	0.43
	محيط الساق	37.40	37.00	3.23	1.07	0.35

يتضح من جدول (2) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث في المحيطات الجسمية قبل التجربة ،أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (0.14 إلى 0.90) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الاعتدالية تتراوح ما بين 3+.. ونقترب جداً من الصفر كما بلغ معامل التفلطح ما بين (0.56 إلى 2.18) وهذا يعني أن تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولاً وفي المتوسط وليس متذبذباً لأعلى ولا لأسفل مما يؤكد تجانس افراد مجموعة البحث في المحيطات الجسمية قبل التجربة.

جدول (3)

التوصيف الاحصائي لبيانات عينة البحث في القياسات الفسيولوجية قبل التجربة:

المتغيرات				الدلالات الإحصائية للتوصيف				
				المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التفلطح	معامل الالتواء
المتغيرات الفسيولوجية	معدل النبض/ ق		الراحة	75.19	75.00	4.12	1.54	0.03
			المجهود	194.26	190.00	12.11	0.31	0.64
	ضغط الدم ملم / زئبق	الراحة	الانقباضي	127.87	130.00	8.58	0.57	0.21
			الانبساط	90.85	90.00	9.52	0.05	0.33
		المجهود	الانقباضي	174.68	170.00	6.87	0.13	0.09
			الانبساط	140.00	140.00	8.34	0.34	0.47
	عدد مرات التنفس/ ق		الراحة	36.60	40.00	3.92	1.06	0.64
			المجهود	97.02	100.000	9.19	0.01	0.02
	السعة الحيوية (مليلتر)		الراحة	603.13	600.00	14.59	47.00	6.86
			المجهود	901.06	900.00	7.29	47.00	6.86

أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (0.64 إلى 6.86) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الاعتدالية تتراوح ما بين 3^{+}_.

وتقترب جداً من الصفر كما بلغ معامل التفلطح ما بين (1.54 إلى 47.00) وهذا يعني أن تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولاً وفي المتوسط وليس متذبذبا لأعلى ولا لأسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث في القياسات الفسيولوجية قبل التجربة.

أولاً: مناقشة نتائج الفرض الأول الخاص بالقياس (القبلي- البعدي الأول – البعدي الثاني) في المتغيرات الانثروبومترية للمجموعة التجريبية قيد البحث.

يتضح من الجداول والخاص بتحليل التباين بين القياسات الاثنين (القبلي والبعدي الأول والبعدي الثاني) في الوزن مؤشر كتلة الجسم وقياسات المحيطات الاثنين الجسمية للمجموعة التجريبية وجود فروق معنوية بين القياسات الاثنين في الوزن لصالح القياس البعدي الأول على القياس القبلي ولصالح القياس البعدي الثاني على القياس البعدي الأول.

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلى تأثير تدريبات المقاومة والتي أدت إلى تحسن الوزن ووجود فروق بين القياسات الاثنين في جميع المتغيرات الانثروبومترية حيث أدت إلى تفوق القياس البعدي الأول على القياس القبلي وتفوق القياس البعدي الثاني على القياس البعدي الأول بشكل معنوي في جميع القياسات لدى المجموعة التجريبية، ويضيف الباحثان أن ممارسة تدريبات المقاومة سواء بمقاومة الجسم أو بالأثقال الحرة أو بالأحبال المطاطية تؤدي إلى خفض الوزن وتغير في قياس المحيطات الجسمية لدى المجموعة التجريبية. حيث أن معظم التأثيرات الانثروبومترية لتدريبات المقاومة في حدوث بعض التغيرات في تركيب الجسم، تتركز معظمها في مكونين أساسيين هما كتلة الجسم بدون الدهن ووزن الدهن بالجسم، والمكونان معاً يشكلان الوزن الكلي للجسم.

وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة ريبيسس سومسون وآخرون Rebecca L .thomson et al (2013)، والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباط معنوية في القياسات الجسمية ومتغير الوزن، لكل من المحيطات (الصدر، السوط ، الفخذ) (21 : 56).

وأيضاً أكدت ذلك دراسة محمد هلال حمزة (2012) حدوث تغيرات أنثروبومترية حيث حدث فلة في محيطات الجسم وصغر سمك ثناياً الجلد مما أدى إلى نقص الوزن الكلي عند الأطفال وبالتالي قل مؤشر كتلة الجسم لديهم (13).

وفي هذا الصدد أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية معرفة المواصفات الجسمية (الانثروبومترية) كأساس الدعامات الأساسية والواجب توفرها للتعرف على فعالية البرامج التدريبية.

ثانياً : مناقشة نتائج الفرض الثاني الخاص بالقياس (القبلي – البعدي الأول – البعدي الثاني) في المتغيرات الفسيولوجية للمجموعة التجريبية قيد البحث.

يتضح من الجدول وجود فروق إحصائية بين القياسات الاثنين (القبلي – البعدي الأول – البعدي الثاني) لجميع المتغيرات الفسيولوجية الراحة / ق وعدد مرات التنفس / ق والسعة الحيوية (ليتر) ولكن كان هناك فروق للنسبة المئوية بين القياسات الاثنين (القبلي – البعدي الأول – البعدي الثاني) لجميع المتغيرات الفسيولوجية حيث كانت نسب الفروق لصالح القياس البعدي الأول والبعدي الثاني حيث تراوحت النسبة المئوية للفروق ما بين (75% إلى 25.15%).

وهذا ما يشير إليه دراسة كل من كوالسكا وآخرون kowalska et al (2012) (18) هنج وان رايموند وآخرون Hang Wun Raymond Lia et al (2011) (17) في أن زيادة معدل ضربات القلب وضغط الدم الانقباضي والانبساطي يرجع إلى قدرة أداء النشاط البدني المقنن الذي يسبب ارتفاع درجة حرارة الجسم وسرعة سريان الدم وزيادة كمية الدم المدفوعة من القلب وزيادة حجم الضربة.

ويفسر ذلك أبو العلا عبدالفتاح (2003) أن مماسة النشاط الرياضي يؤدي إلى بعض التكيفات في حجم الرئتين، والقدرة على تبادل الغازات وأتساع القفص الصدري وزيادة الغازات بالإضافة إلى حجم عضلات التنفس، وتزداد وظائف التنفس وهو ما يتضح في عمق وقلة مرات التنفس أثناء فترة الراحة وأثناء المجهود (53.1).

وفي هذا الصدد يشير كاظم جابر امين (1996) على أن التدريب بالمقاومة يؤدي إلى تغيرات بيولوجية منها تغيرات بيو كيميائية ومورفولوجية ووظيفية في القلب والأوعية الدموية، تتغير سرعة النبض في أثناء الأداء وبذلك يمكن الاستفادة من هذه الظاهرة في تقويم درجة تكاليف الجهاز الدوري (11 : 150) ويؤكد بهاء الدين سلامة (2000) على أن الفرد كوحدة متكاملة يتأثر بمواقف التدريب، والتي تؤدي إلى حدوث تغيرات فسيولوجية وكيميائية داخل الفرد نتيجة تغير نشاط الهرمونات ومدى إيجابية التغير الفسيولوجية ومؤشرات إنتاج الطاقة، مما يحقق التكييف لأجهزة وأعضاء الجسم لكي يواجه الجهد والتعب وذلك لارتباطها بكثير من المواقف الانفعالية وما يرتبط بذلك من نواحي فسيولوجية وبيوكيماوية (6 : 50).

مما يحقق التكيف لأجهزة الجسم لكي يواجه الجهد والتعب وهو ما تشير إليه النتائج الفسيولوجية خلال القياسات الاثنين وتفوق القياس البعدي الثاني عن القياس القبلي والبعدي الأول وهذه النتائج تؤكد أن تدريبات المقاومة تؤدي إلى أحداث تغيرات فسيولوجية وكذلك على مستوى وقت الراحة وضغط الدم الانقباضي والانبساطي والسعة الحيوية.

وذلك ما يؤكد صحة نتائج الفرض الثاني وهو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس (القبلي البعدي الأول والبعدي الثاني) للمتغيرات الفسيولوجية لصالح البعدي الثاني للتلميذات ذات الوزن الزائد.

أولاً : الاستنتاجات:

في ضوء موضوع البحث والبرنامج التدريبي توصل الباحثان إلى الاتي:

1- النشاط البدني المقنن المقترح أدى إلى تحسن نسبي في هرمونات الغدة ونسبة التحسن كانت لصالح القياسات البعدية الأولى ثم البعدية الثانية.
2- القياسات الانثروبومترية متمثلة في (الطول – الوزن – مؤشر كتلة الجسم – المحيطات) حيث تراوحت نسبة الفروق بين القياس القبلي والبعدي الأول والبعدي الثاني لصالح القياس البعدي الثاني.
3- القياسات الفسيولوجية متمثلة في (النبض أثناء الراحة وبعد المجهود المختلف الشدة – ضغط الدم أثناء الراحة وبعد المجهود (انقباضي – انبساطي – السعة الحيوية أثناء الراحة وبعد المجهود.
4- معدل التنفس أثناء الراحة وبعد المجهود) حيث تراوحت نسبة الفروق بين القياس القبلي والبعدي (الأول والثاني) لصالح القياس البعدي الثاني.

ثانيا : التوصيات

استناداً إلى التحاليل الإحصائية وما اسفرت عنه النتائج توصل الباحثان إلى وضع التوصيات التالية:

1- استخدام نتائج تأثير النشاط البدني المقنن المقترح على القياسات الانثروبومترية و الفسيولوجية كمؤشر لتقييم الحالة الوظيفية والصحية لتحسين جميع وظائف الجسم ومنها الغدة الدرقية.
2- تطبيق النشاط البدني المقنن المقترح لضبط مستويات هرمونات الغدة الدرقية في الدم لهذه المرحلة.
3- نوصي بعمل دراسات مشابهة على باقي المراحل العمرية المختلفة لتقليل الوزن الزائد.
4- توجيه التلميذات لأهمية ممارسة الانشطة و البرامج الرياضية في سن مبكرة للوقاية من مخاطر الإصابة بالسمنة.

أولاً - المراجع العربية:

1. أبو العلا أحمد عبدالفتاح (2003): فسيولوجياً التدريب والرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة.
2. أبو العلا أحمد عبدالفتاح (1997) التدريب الرياضي والاسس الفسيولوجية، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.
3. أبو العلا احمد عبدالفتاح (2003): فسيولوجياً اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
4. احمد نصر الدين سيد (2003): فسيولوجيا الرياضة، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة.
5. أسامة كامل راتب (2003): النشاط البدني والاسترخاء (مدخل المواجهة الضغط وتحسين نوعية الحياة)، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
6. بهاء الدين أبراهيم، (2000): فسيولوجياً الرياضة والأداء البدني (لاكتات الدم) دار الفكر العربي، القاهرة.
7. حسام رفقي (1993) : الصحة واللياقة البدنية، وأنقاص الوزن مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
8. دينا محمد أحمد (2012): وضائف الغدة الدرقية في حالة الأطفال الذين يعانون من السمنة، رسالة منشورة، كلية الطب، جامعة المنيا.
9. رضوان محمد رضوان (1985): أثر المجهود البدني على تركيز الغدة الدرقية بالدم رسالة منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.
10. عزة علي قاسم لطفي (2005): التدريب الهوائي وتأثيره على هرمون اللبتين ونسبة الدهون والكتلة العضلية ومستوى الأداء للبدينات على متوازي الانسان، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
11. كاظم جابر امير (1996): فسيولوجيا الرياضة والتدريب، الطبعة الأولى القاهرة.
12. محمد سمير سعد الدين (1997) : علم وضائف الأعضاء الجهد البدني،ط2، منشأة المعارف الإسكندرية.
13. محمد هلال حمزة (2012): فاعلية برنامج تدريبي مقترح لانقاص الوزن باستخدام أجهزة التدريب، رسالة منشورة كلية التربية البدنية أبوقير.
14. هاشم عدنان الكيلاني (2009): أثر النشاط البدني على مستوى السمنة واللياقة البدنية لدى أطفال الصف الرابع الخامس رسالة انتاج علمي، كلية التربية الرياضية، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.

ثانياً – المراجع الأجنبية:

15.Eleftheriadou, ; Michala, L. ; Stefanid,k. ; lliadi, I ;Lyeridou ; Antsaklis, A. (2012) : Exerise and sedentary Habits Adolesents, PCOS, Pudlished Ouline.

16.Georgeo Radey (2011) : Behavioral Science, Journal of Traumatic Stress, Springer Netherlands.
17.Ha ng Wun Raymond Lia, Rebecca E. Breretona, Riehard A Andersona, A. Michael Wallacec, Clement K.M. Hoa, d (2011) Vitamin D deficiency is common and associated with metabolie risk factors in p atients with polycystic ovary syndrome, Metabolism.
18.Kowalska, lrina; Adamska, Agniezka; Maleckiej, T. ; Karezewska – kupezewska, Monika; Nikolajuk, Agniezka; Szopa, M. ; Gorska, M; Straczkowaki, M.(2012) : The impact of differences in gene FTO in the oxidation of fats and their potential impact on body weight in women with polycystic ovary syndrome, published online.
19.Nilgun Guducul, Uzay Gormus2, Salih Serdar Kutay3, Zehra Nese Kavak4, and Ilkkan Dunderl (2014) : 25 – Hydroxyvitamin D levels are related to hyperinsulinemia in polyeystic ovary syndrome, Department of Obstetrics and Gynecology, Marmara University, Depatyment of Obsterics and Gynecology, Marmara University, Istanbul, Turkey.
20.P. Sehmid (2004) : TSH, T3, r T3 and fT4 in maximal and sub.
21.Redecca L. The mson, Ph, a, Simon Spedding m,A . E. a, rant. Brink wortn, ph. D. bmanny Noakes, Ph. D. b Jonatnan. D. (2013) tia min D status in Fluence of Lifstyle.
22.S.B. Rawal (2005) : effect of yogic exevcises on thyroid Function in SUD Jects residence at sea Level, Earth and.
23.T. man and stasea (2003) : the effect of exnaustive exercise on molecular mesicine, springer berlln, Heideberg.
24.W. Strazynski (2004) : sffect of physical exercise on respiration of endocrine glands, cellutar and Molecular Life sciences, springer New York. Enviromental science, international journal of biometrology, springer, verlin. Heidelberg.

ثالثاً- شبكة المعلومات الدولية:

- http : // content. Karger, com / Produkte DB / produkte. Asp? A Ktion = show F
- Http : // www. Saily medicalinfo. Com / diseases / Diabetes / Metabolie – Syndrom.
- Http : // www. Dasmaaninstitute. Otg/ ar / diabetes – basics / metabolie.
- http : // www. Show. Com / about steroid – hormones. Html.
- http : // www. Tbeeb. Net / a – 967. Htm.
- http : // www. Unm. Edu / - I krravitz / artiel %20 folder - / grohhormone. Html.
- http : // www. Youm7. Com / story.
- http : // www. Badnia. Net / vb / showthread. Php.

برنامج النشاط البدني المقترح أولا: الجزء التمهيدي (الإحماء)				
م	التمرين	الهدف من التمرين	التكرار	المجموعات
1	المشي في المكان	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	4
2	المشي للأمام والخلف	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	8
3	المشي المتقاطع الجانبي	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	8
4	المشي في المكان مع تغيير الاتجاه	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	8
5	المشي في المكان مع رفع الذراع جانباً	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	4
6	المشي في المكان مع مرجحة الذراعين جانباً	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	4
7	المشي في المكان مع مرجحة الذراعين أماما وخلفاً	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	8
8	المشي في المكان مع دوران الكتف أماما وخلفاً	تهيئة مفصل الكتف	4-3	8
9	(وقوف فتحا) تبادل رفع الكتفين	تهيئة مفصل الكتف	4-3	8
10	(وقوف فتحا) مع دوران الكتفين للخلف وثني الراس للأمام ثم دوران الكتفين للأمام وثني الراس للخلف	تهيئة مفصل الكتف تهيئة العضلات الجانبية للرقبة	5-4	8
11	المشي في المكان مع تبادل رفع الركبتين لأعلى	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	8
12	المشي في المكان مع تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا	إعداد الجهاز الدوري التنفسي	4-3	8
13	المشي في المكان مع تبادل مرجحة الرجلين جانبا عاليا	تحسين مرونة عضلات الفخذ المقربة	5-4	8
14	المشي في المكان مع تبادل مرجحة الرجلين عاليا	تحسين مرونة العضلات الخلفية للفخذ	5-4	8
15	(وقوف ذراعين ثبات الوسط) ثني الرقبة للجانب ويكرر في الجانب الاخر	تهيئة العضلات الجانبية للرقبة	5-4	8
16	(الوقوف) دوران الذراعين للخلف	تهيئة مفصل الكتف	5-4	8
ثانياً : الجزء الرئيسي				
أولا: تدريبات باستخدام وزن الجسم عددها (42 تدريب) :				
17	(انبطاح مائل) ثني الذراعين	تقوية عضلات الذراعين	6-5	2
18	(الوقوف فتحاً) تمرين ثني الذراعين من وقوف بالمقاومة زميل	تقوية عضلات الذراعين الأمامية والخلفية	6-5	2
19	(الوقوف ، فتحا) تمرين مد الذراعين جانباً لمقاومة الزميل	تقوية الذراعين والكتفين	6-5	2
20	(الوقوف ، فتحا) تمرين رفع الذراعين بالمقاومة	تقوية الذراعين الخلفية	6-5	2
21	(انبطاح مائل) رجلين على صندوق خطوات ثني مد ذراعين بالضغط العميق	تقوية عضلات الصدر تقوية عضلات الظهر	6-5	2
22	(انبطاح مائل) ثني ومد الذراعين بالضغط العالي	تقوية عضلات الذراعين الأمامية والخلفية	6-5	2
23	(جلوس قرفصاء) مد رجلين للخلف ثم ثني الرجلين إلى الامام	مرونة الجذع وتقوية الرجلين	6-5	2
24	(انبطاح) رفع الجذع الذراعين عاليا	مرونة الجذع والذراعين	6-5	2
25	(وقوف مواجه للحائط) دفع الحائط باليدين	تقوية عضلات الذارعين والرجلين	6-5	2
26	(انبطاح مائل) ثني ومد الذراعين من انبطاح المائل بمعدل ثابت	تقوية عضلات الذراعين والظهر	6-5	2
27	(انبطاح مائل) ثني الذراعين مع رفع الرجلين عاليا بالتبال	تقوية عضلات الصدر والظهر والرجلين	6-5	2

تأثير وجبات غذائية مقننة على توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة لدي بعض السيدات البدينات

أ.د/ ناجية حسني شلابي
أ / هشام عبدالسلام بريكاو

المستخلص

يهدف البحث: التعرف علي تأثير تناول وجبات غذائية مقننة علي توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة لدي السيدات البدينات قيد عينة البحث. تم اختيار عينة البحث من السيدات البدينات والتي تتراوح أعمارهم ما بين 40 الي 50 سنة بالطريقة العمدية وهن من السيدات المشاركات في برنامج أنقاص الوزن بصالة سلطان وصالة قرطبة لتخسيس الوزن بمدينة طرابلس وبلغ عدد أفراد عينة البحث (40) سيدة. تم استخدام المنهج التجريبي ذو تصميم القياس القبلي والبعدي لمجموعتين احداهما تجريبية والأخرى ضابطة نظراً لملائمته لطبيعة البحث. تتلخص استنتاجات البحث في أن البرنامج الغذائي المقترح (الوجبات الغذائية المقننة) قد أدي الي: وجود فروق واضحة في فقدان السعرات الحرارية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية ، وجود فقدان واضح في الوزن بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج الغذائي المقترح (الوجبات الغذائية المقننة) ويتضح ذلك من خلال نتائج القياس البعدي ، وعدم وجود فرق في السعرات الحرارية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة ويتضح ذلك من خلال نتائج القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية : (التغذية – الطاقة – النشاط الرياضي – الايض – التأثير الحراري – السمنة)

Abstract:

Research objective: To identify the effect of eating rationed meals on the balance of energy gained and lost among obese women in the research sample. The research sample was selected from obese women whose ages range from 40 to 50 years in an intentional manner, and they are women participating in the weight loss program in the Sultan Hall and the Sultan Hall. Cordoba Weight Loss Center in the city of Tripoli. The number of members of the research sample was (40) women. The experimental method was used with a pre- and post-measurement design for two groups, one experimental and the other Officer due to its suitability to the nature of the research. The conclusions of the research are that the proposed food program (rationed meals) has led to:

There are clear differences in calorie loss between the pre-measurement and the post-measurement of the experimental group, There is a clear weight loss after completing the implementation of the proposed dietary program (rationed meals), and this is evident through the results of the post-measurement, and

There is no difference in calories between the experimental group and the control group, and this is evident in the results of the post-measurement.

Keywords: (nutrition - energy - sports activity - metabolism - thermic effect - obesity)

المقدمة

يبدو ان موضوع التحكم في الوزن اصبح من الموضوعات العامة التي تشغل الناس على مستوي العالم اجمع وليس هنا الافراد في اي مجتمع لا يعني ان يتمتع بجسم رشيق وصحة جيدة.

وببساطة فأن التحكم في الوزن يرتبط مباسرة بالتحكم في الطاقة الداخلة والخارجة من الجسم، وهذا يعني أنه يجب ضبط عمليات الايض **RMR** والتأثير الحراري للطعام **TEM** والتأثير الحراري للنشاط **TEA** ، وذلك لضرورة الوصول للتحكم في الطاقة الداخلة والخارجة بالجسم من حيث **TEA+TEM + RMR** = الطاقة المفقودة = الطاقة المكتسبة وعندما يحدث خلل في هذه المعادلة يصاب الفرد أما بزيادة الوزن او فقدانه والعملية بشكل عام تعتمد علي عاملين اساسين هما الغذاء الممتص والنشاط الطبيعي والرياضي. (سلامة، 2000)

وعندما نتحدث عن السعرات الحرارية فأننا نحدد كمية الطاقة الداخلة الي الجسم يوميا ، وهي النسبة التي يحتاجها الجسم ، وحينما بقل الدخل يقل المصروف فيحد الجسم من نشاطه ولا يستطيع إكمال نشاطه الطبيعي والشعور بالجوع مصدره هبوط سكر الجلوكوز في الدم والخلايا . (محمود، 2005)

وقد لوحظ الجسم البدين يميل الي تناول السكريات والنشويات وانه عند دخول كمية من السكر الي الدم ينشط هرمون الانسولين لحرق السكر مما يسبب هبوط في السكر ورغبة شديدة في تناول السكريات مرة اخري لتعويض النقص وهذا يدخل الجسم في دائرة مفرغة.

تناول السكريات -- افراز انسولين -- هبوط سكر الدم -- رغبة في تناول السكريات وهكذا .(مبارك، 2003)

والجسم البشري ينظم طاقته بطريقة طبيعية فهو يستخدم نظام دقيق من هرمونات الغدد الصماء ولكل هرمون معدل معين من الجسم وهذه الهرمونات تساعد على اتزان الطاقة في الجسم وأي خلل في عمل الغدد الصماء يحدث كثير من الاضطرابات أقلها ميل الجسم الي السمنة والتي ترتبط بهرمون الانسولين وهو الهرمون المسئول على تخزين الطاقة المسبب المباشر للسمنة . (مفتاح، 2000)

أهمية البحث

تكمن أهمية هذا البحث في انه سيساهم مساهمة فعالة في حل أكثر المشاكل الصحية انتشاراً في العالم بشكل عام وفي المجتمعات العربية بشكل خاص والبحث عن أسلم الطرق في حل مشاكل السمنة وزيادة الوزن التي قد تؤدي الي الاصابة بالعديد من الامراض المزمنة (أمراض العصر) . مثل داء السكري وارتفاع ضغط الدم وامراض الشرارين والاوعية القلبية وغيرها ، والتنويه الي طرق الوقاية واسباب العلاج من هذه المشاكل التي من أهمها وعلى راسها ممارسة النشاط البدني والابتعاد عن الفوضى في تناول الطعام وتغيير العادات الغذائية الخاطئة واتباع نظام غذائي يتماشى مع نمط الجسم ووزنه وطوله وتكويناته ويتفاعل مع المحيط وبشكل خاص ومحدد .

لدى فأن هذا البحث سوف يفيد أفراد المجتمع وخاصة النساء الذين يعانون من البدانة المفرطة في تحديد النظام الغذائي الذي يتماشى مع انماط اجسامهن والذي لا يسبب اي مضاعفات صحية وايضا يتناسب مع نوع النشاط سواء كان هذا النشاط يومي طبيعي او احد انواع الانشطة البدنية ويرى الباحثان ان افضل الانظمة الغذائية المتداولة هو النظام الغذائي بالسعرات.

وهو يعتبر الطريقة المثلي لانقاص الوزن الذي من خلاله يتم تناول جميع انواع الاطعمة ولكن بكميات مقننة ومتوازنة، ورغم ان هذا النظام يسبب انخفاض بطيئا في الوزن لكن نتائجه مؤكدة لاحتوائه على وجبات مدعمة بالأملاح المعدنية والفيتامينات والماء لمنح الجسم احتياجاته من هذه العناصر.

مشكلة البحث

تتثمل مشكلة هذا البحث في أنتشار ظاهرة السمنة والبدانة المفرطة في مجتمعنا الليبي خاصة والمجتمعات الأخرى بشكل عام وهذه الظاهرة ناتجة عن عدة عوامل ، من أهمها تناول الاكل بشكل مفرط، في حين ان هذا الطعام لا تتوفر فيه شروط الاكل الجيد وهي (التنوع - التوازن – التكامل) والذي يجب ان تكتمل فيه وتتوازن العناصر الاساسية للطعام ، بالإضافة الي قلة الحركة وممارسة الحياة المعاصرة وسيطرة التكنولوجيا الي جانب العديد من العوامل الأخرى المحيطة مثل العوامل الجينية والاجتماعية والنفسية وكل ذلك ادي الي انتشار الكثير من الامراض بشكل سريع وكبير جداً.

ومن خلال اجراء البحث الحالي يسعي الباحثان الي ايجاد طرق وقائية وعلاجية لهذه المشكلة ، والتي تتثمل في محاولة التوصل الي إجابات لبعض التساؤلات والتخمينات التي تتمثل في هل تقنين الوجبات الغذائية المتناولة من قبل السيدات البدنيات تعمل على توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة وبالتالي الوصول الي الوزن المثالي والمطلوب وهل ممارسة النشاط البدني متوسط الشدة على السير الكهربائي يساعد في توازن الطاقة .

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في السعرات الحرارية المفقودة.
- توجد فروف ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في السعرات الحرارية المفقودة.

إجراءات البحث

منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي ذو تصميم القياس القبلي والبعدي لمجموعتين احداهما تجريبية والأخرى ضابطة نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث من السيدات البدينات والتي تتراوح أعمارهم ما بين 40 الي 50 سنة بالطريقة العمدية وهن من السيدات المشاركات في برنامج أنقاص الوزن بصالة سلطان وصالة قرطبة لتخسيس الوزن بمدينة طرابلس وبلغ عدد أفراد عينة البحث (40) سيدة.

المجال المكاني: أجري هذا البحث في صالة سلطان وصالة قرطبة للانقاص الوزن بمدينة طرابلس .

المجال الزمني: تم اجراء هذا البحث خلال العام 2021-2022.

جدول (1)

التوصيف الاحصائي للمتغيرات الاساسية لأفراد عينة البحث ن= 40

ت	الاختبارات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الوزن	91.275	92	15.140	0.100
2	الطول	1.55.525	1.55.5	8.425	-0.084
3	القياس القبلي	93.500	90	19.255	0.734

يتضح من الجدول رقم (1) ان قيم معاملات الالتواء بالكامل قريبة من الصفر وهي ضمن القيم المقبولة لمعامل الالتواء (أقل من -3) وبالتالي تحقق الثبات وأتساق مقبول لأغراض البحث .حيث تشير هذه النسبة الي مستوي جيداً في الشكل العام للبيانات التي تم جمعها من خلال القياسات التي اجريت على أفراد عينة البحث.

جدول (2) دلالة الفروق بين مجموعة افراد عينة البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث (تكافؤ المجموعتين)

ت	الاختبارات	الضابطة		التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة T	مستوي الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
1	الوزن	93.45	16.03	89.25	14.25	4.35	0.90	0.370
2	الطول	1.38	9.44	7.26	7.26	2.75	1.03	0.308
3	القياس القبلي	93.75	17.98	93.25	20.92	0.5	0.08	0.936

من الجدول رقم (2) يتضح انه لا يوجد هناك فروق دالة احصائياً بين مجموعتي البحث في القياسات القبلية ، حيث أن قيمة (T) المحسوبة ولكافة المتغيرات أقل من قيم (T) الجدولية عند مستوي دلالة معنوية 0.05 ويؤكد ذلك مستوى الدلالة حيث ان كافة القيم هي أكبر من 0.05 مما يدل على ان هناك تكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

- ساعة إيقاف
- جهاز الميزان الطبي (لقياس الوزن)
- جهاز الرستاميتر (لقياس الطول)
- جهاز السير المتحرك نوع قوة 1.5 حصان أمريكي عرض 18 بوصة وطول 51 بوصة.

البرنامج الغذائي المقترح (الوجبات الغذائية المقننة)

تم تناول عدد (3) وجبات غذائية أساسية خلال اليوم الواحد وكان مكونات السعرات الحرارية خلال اليوم الواحد 1300 سعر حراري وكان مدة البرنامج 45 يوم .

- الوجبة الاولي (غنية بالكربوهيدرات)

5 جرام من عسل نحل مع 100 جرام من الخبز الابيض مع 100 جرام من الحليب كامل الدسم مع 100 جرام من الزبدة وتناول كوب من العصير الطبيعي .

- **الوجبة الثانية (غنية بالبروتينات)**

يتم تناول 100 جرام من البيض مع 100 من اللبن كامل الدسم و 100 جرام من الخبز الابيض كامل مع نصف دجاج مشوي .

- **الوجبة الثالثة (غنية بالدهون)**

يتم تناول 100 جرام من الجبن نوع فيلادلفيا مع 100 جرام من قطعة توست و 100 جرام من زبدة مع تناول كوب من العصير الطبيعي .

ملاحظة : يجب تناول كميات كافية من الماء لا تقل عن 3 لتر يومياً خلال تطبيق البرنامج المقترح.

التجربة الاساسية للبحث:

تم اجراء القياس القبلي علي أفراد عينة البحث الموافق 2021.12.12 حيث تم تطبيق التجربة والمتمثل في برنامج غذائي مقنن خلال اليوم والذي أحتوي علي 1300 سعر حراري خلال الوجبات الثلاثة اليومية (وجبة الافطار- وجبة الغذاء – وجبة العشاء) علي أفراد عينة البحث التجريبية الذي كان عددهم (20) سيدة .تم تنفيد البرنامج الغذائي المقترح بداية من الموافق 2021.12.13 . واستمر تطبيق البرنامج لمدة 45 يوم وقد تم ممارسة النشاط البدني علي جهاز السير المتحرك الكهربائي بسرعة 2 ميل ولفترة زمنية مدتها 30 دقيقة وكانت طبيعة حركة المشي (المتوسط) مع تحريك الذراعين وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج المقترح الذي استمر مدة 45 يوم تم اجراء القياس البعدي في نفس الظروف التي تم اجراءها في القياس القبلي وكان الموافق لتاريخ 2022.2.2 على أفراد عينة البحث .

الإجراءات الاحصائية:

تم استخدام البرنامج الاحصائي **SPSS** (حزمة البرامج الاخصائية للعلوم الاجتماعية) والمعدة خصيصاً لهذا الغرض ، وتم استخدام المعالجات الاحصائية الاتية:

- المتوسط الحسابي – الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - النسبة % المئوية للتحسن
- اختبار (**T**) للفروق.

عرض ومناقشة نتائج البحث:

تم استخدام اختبار (**T**) للفروق و النسبة المئوية للتحسن لإيجاد الفروق بين المتوسط الحسابي بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي .

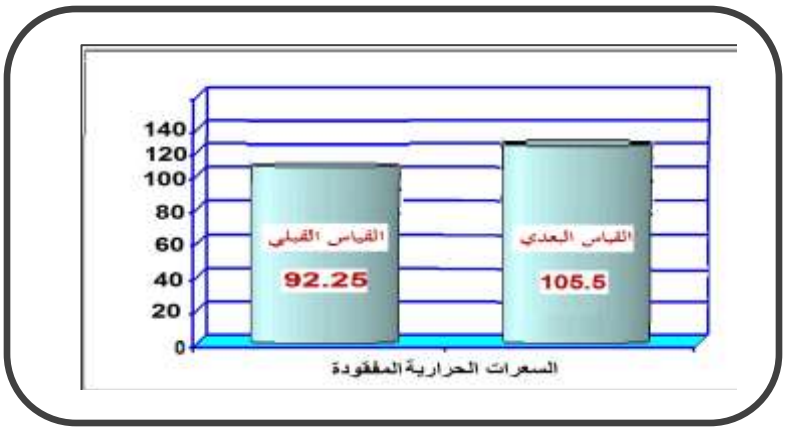
1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في السعرات الحرارية المفقودة.

جدول (3) دلالة الفروق في الاختبار بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة T	مستوي الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
1	السعرات الحرارية المفقودة	92.25	20.55	105.5	24.001	-13.25	-2.206*	0.040

(*) دال إحصائيا عند مستوي دلالة (0.05) **(**) دال إحصائيا عند مستوي دلالة (0.01)**

يتضح من الجدول رقم (3) أن متوسط الاختبار في القياس القبلي بلغ 92.25 و الانحراف المعياري قد بلغ 20.55 ، اما متوسط القياس البعدي قد بلغ 105.5 والانحراف المعياري قد بلغ 24.001 ، وان الفرق بين المتوسطين قد بلغ 13.25- ، لصالح القياس البعدي ، وقد بلغت قيمة (**T**) المحسوبة 2.206- ، وهذا يشير الي وجود دلالة احصائية ، ويتضح ذلك من خلال مستوي الدلالة والذي بلغ 0.040 ، وهو أقل من مستوي دلالة 0.05 ، وبالتالي الفرق الذي يظهر هو فرق معنوي ودلالة احصائية وهذا الفرق يشير الي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط الاختبارين ولصالح القياس البعدي لأفراد عينة الدراسة.



شكل (1) المتوسط الحسابي بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية

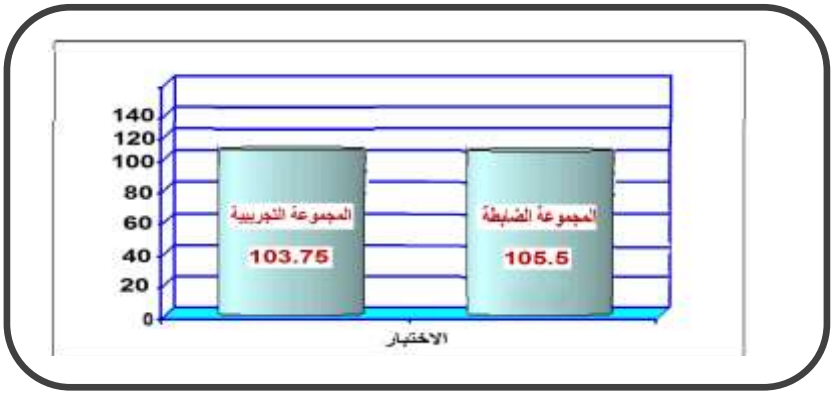
2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في السعرات الحرارية المفقودة.

جدول (4) دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	المجموعة الضابطة بعدي		المجموعة التجريبية بعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة T	مستوي الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
1	السعرات الحرارية المفقودة	103.75	17.08	105.5	24.001	-1.75	-2.232*	0.818

(**) دال إحصائيا عند مستوي دلالة (0.01) **(*) دال إحصائيا عند مستوي دلالة (0.05)**

يتضح من الجدول رقم (4) أن متوسط السعرات الحرارية المفقودة للمجموعة الضابطة قد بلغ في القياس البعدي 103.75 و الانحراف المعياري قد بلغ 17.08 ومتوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية قد بلغ 105.5 والانحراف المعياري قد بلغ 24.001 ، وان الفرق بين المتوسطين قد بلغ 1.75- لصالح المجموعة التجريبية ، وقد بلغت قيمة (**T**) المحسوبة 2.232- ، وهذا يشير الي عدم وجود دلالة احصائية ، ويتضح ذلك من خلال مستوي الدلالة والذي بلغ 0.818 وهو أكبر من مستوي دلالة 0.05 ، وبالتالي الفرق الذي يظهر هو فرق غير معنوي وغير دال احصائياً وهذا الفرق يشير الي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين.

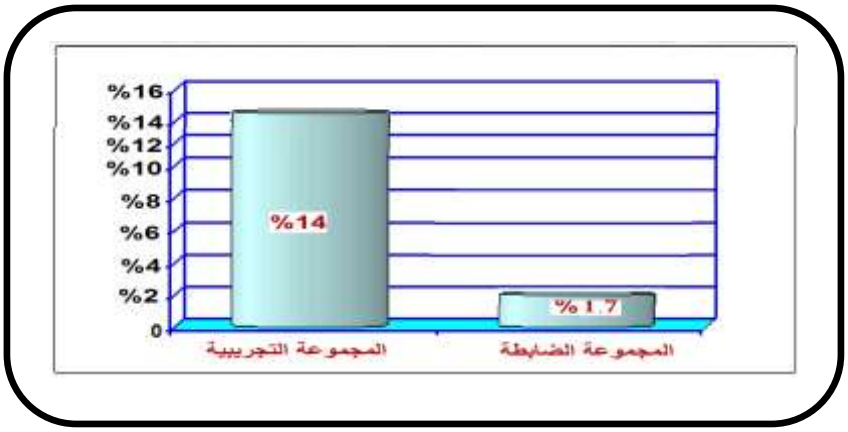


شكل (2) المتوسط الحسابي بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

جدول (5)
نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	المجموعة التجريبية	92.25	20.55	105.5	24.001	%14.4
2	المجموعة الضابطة	103.75	17.08	105.5	24.001	%1.7

يتضح من الجدول رقم (5) أن المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة قد بلغ في القياس القبلي 103.75 اما القياس البعدي 105.5 والانحراف المعياري في القياس القبلي قد بلغ 17.08 اما في القياس البعدي كان 24.001 وان المتوسط الحسابي في القياس القبلي للمجموعة التجريبية قد بلغ 92.25 أما القياس البعدي كان 105.5 والانحراف المعياري في القياس القبلي20.55 اما في القياس البعدي قد بلغ 24.001 ، وان نسبة التحسن في المجموعة الضابطة قد بلغ 1.7- وان نسبة التحسن في المجموعة التجريبية قد بلغ 14،4 ، وهذا يشير الي وجود دلالة احصائية .



شكل (1) نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

مناقشة النتائج :

وفقاً للتحليل الاحصائي للبيانات التي أمكن التوصل اليها يمكن مناقشة النتائج وفقا لأهداف وفروض البحث وهو انه هناك وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير السعرات الحرارية المفقودة بين القياس القبلي والقياس البعدي لدي المجموعة التجريبية ويعزي الباحثون ذلك التحسن الى البرنامج الغذائي المقترح والمتمثل في تقنين السعرات الحرارية التي يتم تناولها من خلال الوجبات الغذائية المقننة التي تم تقنينها (المتغير التجريبي) وبالتالي ادي الي حدوث توازن ما بين الطاقة الإيجابية والطاقة السلبية داخل الجسم وكذلك وجود تحسن في متغير السعرات الحرارية بين القياس القبلي والقياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي للمجموعتين وكانت نسبة التحسن لصالح المجموعة التجريبية.

ومن خلال النتائج يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية وكذلك عدم وجود فرق معنوي بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في متغير السعرات الحرارية المفقودة وقد يرجع ذلك الي طبيعة النشاط البدني الممارس ، وتقارب أفراد عينة البحث في الوزن والطول وايضاً وجود عامل اخر وهو اصرار أفراد عينة المجموعة التجريبية علي إنقاص الوزن وتقليل نسبة السعرات الحرارية التي يتم تناولها في وجباتهم الغذائية .

الاستنتاجات:

تتلخص استنتاجات البحث في أن البرنامج الغذائي المقترح (الوجبات الغذائية المقننة) قد أدي الي:

1- هناك فروق واضحة في فقدان السعرات الحرارية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية.
2- وجود فقدان واضح في الوزن بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج الغذائي المقترح (الوجبات الغذائية المقننة) ويتضح ذلك من خلال نتائج القياس البعدي.
3- عدم وجود فرق في السعرات الحرارية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة ويتضح ذلك في خلال نتائج القياس البعدي.

التوصيات:

1- ضرورة الاهتمام بوضع برامج غذائية مقننة من خلال وضع (وجبات غذائية مقننة) والعمل علي تزويد السيدات البدينات المترددات على الصالات الرياضية للعمل علي إنقاص الوزن.
2- العمل علي تواجد إخصائي التغذية داخل الصالات الرياضية التي تهتم بإنقاص الوزن.
3- الاهتمام بالوزن المثالي في الاعمار السنية المبكرة للوقاية من الاصابة بأمراض السمنة مستقبلاً .

المراجع:

ابو العلا مفتاح. (2000). بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي . مصر. القاهرة: دار الفكر العربي القاهرة .
بهاء الدين سلامة. (2000). صحة الغذاء ووظائف الاعضاء . مصر. القاهرة: دار الفكر العربي القاهرة .
عادل مبارك. (2003). أساسيات الغذاء والتغذية . مصر. الاسكندرية : مكتبة الانجيلوا المصرية .
ماهر محمود. (2005). النظم الغذائية والتدريب البدني . مصر. الاسكندرية : المكتبة المصرية الاسكندرية .
عادل مبارك (2003). أساسيات الغذاء والتغذية ، مكتبة الانجيلوا المصرية، الاسكندرية.
عصام الدين داوود (2002). التوازن الغذائي وعلاقته بمكونات البناء الجسماني واللياقة البدنية لتلاميذ مدارس الرياضة العسكرية. كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان، القاهرة.
محمد السيد لأمين (1999). تأثير توازن الطاقة المأخوذة والمفقودة علي بعض المتغيرات الدالة علي الصحة البدنية لطلاب كلية التربية البدنية بالمملكة العربية السعودية . كلية التربية الرياضية , جامعة حلوان، القاهرة.

معايير اختيار مدربي كرة القدم الدرجة الأولى (ليبيا)

أ/فتحي إبراهيم جعيدة أ / أسامة حسين سعد أ/ عيسى خليفة التائب

المستخلص

يهدف البحث إلى إعداد مقياس لاختيار مدربي كرة القدم لفرق الدرجة الأولى ، و تحديد الترتيب النسبي لأهمية مقياس اختيار مدربي كرة القدم ، منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي باعتباره المنهج الأنسب لتحقيق أهداف البحث، عينة البحث: تمثلت العينة في عدد (22) إداري لعدد (10) أندية من أندية الدرجة الأولى، وعدد (02) من إداريين لجنة المسابقات بالاتحاد العام، وعدد (14) من الأكاديميين المتخصصين في مجال تدريب كرة القدم بكليتي التربية البدنية بجامعتي الزاوية وطرابلس، وعليه فقد كان مجمل عدد العينة (38) مختبر تم اختيارهم بالطريقة العمدية وذلك بما يتوافق وأهداف البحث.أهم النتائج: مكونات مقياس معايير اختيار مدربي كرة القدم للدرجة الأولى كانت إيجابية رغم تفاوت أهميتها والمتمثل في)معيار التأهيل العلمي والعملي، المعيار الفني، معيار القدرة على الضبط وتوطيد العلاقات والقدرة على تحمل الصعاب، وأهم تلك المعايير هي كيفية التخطيط والتطبيق العلمي والعملي، للبرامج التدريبية ، والترتيب النسبي لاختيار مدرب كرة القدم للدرجة الأولى كانت لها الأهمية والأفضلية في الاختيار رغم تفاوت النسب المئوية الموضوعة في المناقشة.

الكلمات المفتاحية: التعلم الحركي, انموذج دانيال, المهارات المركبة, كرة القدم.

Abstract:

The research aims to Preparing a scale for selecting football coaches for first-division teams, and Determining the relative ranking of the importance of the selection of football coaches .Research Methodology: The descriptive survey method was used as the most appropriate method to achieve the research objectives, Research sample : The sample consisted of (22) administrators of (10) first-class clubs, (02) administrators of the Competitions Committee of the General Federation , and (14) academics specialized in the field of football training in both physical education colleges at Al-Zawiya University and Tripoli . Accordingly, the total number of the sample was (38) laboratories who were chosen by the intentional method , in accordance with the objectives of the research ,The most important results: The components of the criteria for selecting football coaches for the first degree were positive, despite their varying importance, which is represented in: (Scientific and practical qualification criterion, technical criterion, criterion of the ability to control and consolidate relations and the ability to bear difficulties , and the most important of these criteria is how to plan and apply scientific and practical training programs) and The relative order of choosing the football coach for the first degree had importance and preference in selection, despite the varying percentages set in the discussion..

Keywords: Motor learning, Daniel's model, complex skills, football.

مقدمة البحث

لقد أصبح البحث العلمي من أهم متطلبات التدريب الرياضي والعملية الإدارية، بهدف تحقيق أفضل المستويات الرياضية للنهوض بمستوى اللعبة. (12: 12) فمهمة المدرب تعتبر من المهام الصعبة وتحتاج إلى شخصية مميزة من خلال التأهيل العلمي والخبرة العلمية والقبول في الوسط الرياضي، فهذه المهمة تحتاج إلى جهد ذهني وجسمي كبيران، لذلك فان التدريب له تأثير بالغ في سلوك اللاعب وتكوينه ليس من خلال توصيل المعارف والمعلومات ولكن من خلال القدوة الحسنة للاعب فالأخير يحاول تقليد مدربه في بعض النواحي الشخصية، والمدرب أحد العوامل الرئيسية في التطوير والارتقاء بأي لعبة. (9: 815).

فالعملية الإدارية لاختيار المدرب من الأمور الهامة التي تحظى بأولوية الاهتمامات الأساسية للأندية الرياضية الكبرى، فمدرب كرة القدم يعد أهم عناصر العملية التدريبية لما له من تأثير كبير على اللاعبين في الفريق، فهو القائد والإداري والموجه للعملية التدريبية، وتناط به مسؤولية وضع برامج التدريب، ويختار طرق وخطط التدريب ويقيم مدى التطبيق، فالأدوار التي يقوم بها من واقع العملية التدريبية متشعبة ومتعددة الجوانب والأبعاد. (14: 102)

ومن المؤكد بأن عملية اختيار المدرب وإعداده وتأهيله أكاديمية، وإعداده للتقويم والمتابعة والتطوير المستمر ينبغي أن تحظى باهتمام بالغ ليضمن سير الفريق في المسار الصحيح، وتحقيق أفضل المستويات. (12: 64)

حيث يؤكد ناجح الذيابات ورائد الرقاد (2012) على أن عملية اختيار المدرب هي إحدى الركائز الأساسية، والمهمة في الأندية الرياضية لما لها من أهمية كبرى في تنظيم، وتخطيط ورقابة العمل في النادي، وتسيير أموره بالشكل الصحيح، لضمان تحقيق الأهداف الموضوعة. (15 : 35)

أهمية ومشكلة البحث

من خلال الزيارات الشخصية التي قام بها الباحثون لمجموعة من أندية الدرجة الأولى المتمثلة في الأولمبي، الترسانة، المدينة، السويحلي، الهلال، النصر، في الفترة من 2023/3/15 إلى 2023/3/28.

اتضح لهم أن عملية اختيار المدرب يشوبها الكثير من القصور فهي لا تخضع لمعايير علمية دقيقة. الأمر الذي جعل بعض إدارات الأندية تقوم بتغيير المدرب الرياضي بعد فترة قصيرة من استلامه مهمة تدريب الفريق. مما يترتب عليه اخفاق الفريق في البطولات المحلية والإقليمية.

فالتغيير الغير مبرر له انعكاساته السلبية على اللاعب حيث يتوه اللاعب وسط أساليب التدريب المختلفة، ويصعب عليه التطبيق ما بين القديم، والجديد، مما يحدث عدم الانسجام ما بين اللاعبين والمدرب بالإضافة إلى الخسائر المادية نتيجة العقد المبرم، وان عدم الاستقرار للأجهزة الفنية، والتغيير المستمر قد جاء نتيجة المزاجية الإدارية، وعدم وضع معايير علمية لهذا الاختيار، ولذلك لا يستطيع الإداري اختيار المدرب الأمثل.

فتغيير المدرب حق مكتسب للنادي أو الاتحاد بشكل عام ولكن يجب إن يكون هناك أسس موضوعية سليمة ومبررات واضحة، تؤكد عدم أهلية المدرب بالاستمرار في مهمته، وان هذا الاختيار الخاطئ يقود الأندية إلى عدم تحقيق أهدافها، مما يترتب عليه عدم التقدم والتطور، ولا يؤدي بنا إلى تحقيق نتائج جيدة خاصة إذا كانت تخضع هذه الاقالات إلى الأهواء الإدارية والمطالبات الشخصية. (1: 12)

ويؤكد ناجح الذيابات ورائد الرقاد (2012) أن ظاهرة إقالة المدربين في وقت قياسي تعبر عن الوضعية المتأزمة للأندية الرياضية التي انعكست نتائجها على ضعف مستوى الفرق وان المتتبع للبطولات يجد إن معظم أندية الدرجة الأولى تقوم بإقالة المدرب لمجرد فشله في مهامه وكأن المدرب هو السبب الوحيد لهذه الخسارة، علما بأن الإدارة هي التي قامت باختياره. (15 : 35).

ومن هنا برزت مشكلة الدراسة فقد رأى الباحثون أهمية وضع معايير اختيار المدرب لفرق الدرجة الأولى لكرة القدم وفق الأسس العلمية.

أهداف البحث

يهدف البحث الي:

1. إعداد مقياس لاختيار مدربي كرة القدم لفرق الدرجة الأولى.
2. تحديد الترتيب النسبي لأهمية مقياس اختيار مدربي كرة القدم.

تساؤلات البحث

1. ماهي أهم مكونات اختيار مدربي كرة القدم لفرق الدرجة الأولى؟
2. ما هو الترتيب النسبي لاختيار مدربي كرة القدم لفرق الدرجة الأولى؟

الدراسات السابقة:

1. دراسة على يوسف صلبيخ (2011): (8)

عنوان الدراسة: أثر السلوك القيادي للمدرب على الاحتراق النفسي والرضا التدريبي لدى ناشئي كرة القدم بفئة الشباب بمملكة البحرين. **وهدفت** الى التعرف على العلاقة بين السلوك القيادي للمدرب والاحتراق النفسي وأيضا التعرف على العلاقة بين السلوك القيادي للمدرب والرضا التدريبي والتعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا التدريبي لدى لاعبي كرة القدم بفئة الشباب بمملكة البحرين.

واستخدم المنهج الوصفي ،واشتملت عينة الدراسة على (104) لاعب.

نتائج الدراسة: أهم النتائج التي توصل اليها هي وجود علاقة سلبية بين السلوك القيادي للمدرب وبين الاحتراق النفسي، توجد علاقة ايجابية بين السلوك القيادي للمدرب وبين الرضا التدريبي.

2. دراسة: كارولين فوس تراخ Carolyn vas Strache (2009): (16)

عنوان الدراسة: نوعيات قيادة المدربين كما يدركها اللاعبون ، **وهدفت** إلى: اختبار نظرية المسار والهدف لهاوس وميتشل في المجال الرياضي، من خلال:

1. المقارنة بين الفرق الفائزة والفرق المهزومة في نوعيات السلوك القيادي للمدربين كما تدركه اللاعبات.
2. المقارنة بين رؤية اللاعبات المبتدئات واللاعبات ذوات الخبرة النوعيات السلوك القيادي لمدربيهم.
3. المقارنة بين رؤى اللاعبات ذوات المستويات التعليمية المتباينة لنوعيات السلوك القيادي للمدربين ، واشتملت العينة على لاعبات كرة السلة بلغ عددهن 390 لاعبة، يمثلن عشرين فريقا من فرق الكليات العامة والخاصة، والجامعات بجنوب كاليفورنيا.

نتائج الدراسة: تم التوصل إلى أهم النتائج التالية:

1. توجد فروق دالة إحصائية بين السلوك القيادي الفعلي، كما تدركه اللاعبات في الفرق الفائزة عن لاعبات الفرق المهزومة، لصالح السلوك الرياضي الفعلي لمدربي الفرق الفائزة.

2. لا توجد فروق دالة إحصائية بين السلوك القيادي المثالي كما تراه لاعبات الفرق الفائزة عن لاعبات الفرق المهزومة.
3. لا توجد فروق دالة إحصائية بين السلوك القيادي الفعلي لما تدركه اللاعبات المبتدئات عن لاعبات الفرق المهزومة.

إجراءات البحث

منهج البحث: اعتمد البحث على المنهج الوصفي المسحي باعتباره المنهج الأنسب لتحقيق أهداف البحث كونه يمكن الباحثون من دراسة الظاهرة في مواقف ميدانية طبيعية ووصفها بالدقة والتعبير.

مجتمع البحث: لقد تمثل المجتمع على عدد (30) إداري للفرق الرياضية من عدد (16) نادي رياضي لفئة الدرجة الأولى المسجلين بالاتحاد العام الليبي لكرة القدم وعدد (5) أعضاء لجنة المسابقات بالاتحاد العام وعدد (18) أكاديمي متخصصي في مجال تدريب كرة القدم من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية وكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس وبالتالي إجمالي عدد المجتمع (53) فرد.

عينة البحث: تمثلت العينة في عدد (10) أندية من مجتمع الدراسة بواقع (22) إداري للفرق الرياضية وعدد (02) من لجنة المسابقات بالاتحاد العام وعدد (14) من الأكاديميين المتخصصين في مجال تدريب كرة القدم بكليتي التربية البدنية جامعة الزاوية وجامعة طرابلس وعليه فقد كانت عدد العينة (38) مختبر تم اختيارهم بالطريقة العمدية وذلك بما يتوافق وأهداف البحث هذا كما كان اختيار العينة عمدية للأسباب التالية:

- أفضل الأندية في الدرجة الأولى من حيث التزامهم بالتدريب وتوفر إمكانياتهم المادية والبشرية.
- التزام تلك الأندية بالإجراءات الإدارية للعقود مع المدربين.
- تعاون العينة المختارة مع الباحثون

أداة البحث: تم استخدام استمارة معايير اختيار مدربي كرة القدم لفئة الدرجة الأولى كوسيلة لجمع البيانات للاختبار بما يناسب هذا البحث تم عرضها على الخبراء للإضافة أو الحذف.

المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحثون المعالجات الإحصائية الملائمة لطبيعة البحث والتي سوف تحقق الأهداف وتجيب على التساؤلات من خلال عرض ومناقشة النتائج للوصول للاستنتاجات والتوصيات الأساسية والمعالجات هي: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، قيمة (ت).

جدول (1)
معامل الارتباط لمحاور الاستبيان

الإحصاء / المحاور	عدد العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التأهيلي	4	0.511	0.60
الفني	4	0.622	0.00
الشخصي	4	0.360	0.03
النفسي	4	0.588	0.00
الاجتماعي	4	0.571	0.00
الاقتصادي	4	0.391	0.02

تم استخدام ثبات المقياس بمعادلة (كرونباخ) للثبات حيث بلغ معامل الثبات مستوى عالي في قياس متطلبات اختيار مدربي كرة القدم والجدول (2) يبين ذلك.

جدول (2)
معامل الثبات للمقياس ككل

الإحصاء / المحاور	عدد العبارات	معامل الارتباط
مقياس المعايير	24	0.763

يتضح من نتائج الجدول (2) أن قيمة معامل الثبات قد بلغت (0.763) وهي أكبر من قيمة (0.70) وهي قيمة معيار (كرونباخ) للقياس وهذه النتيجة تؤكد أن مقياس اختيار مدرب كرة القدم يتميز بمعامل ثبات عالي في قياس متطلبات اختيار مدربي كرة القدم بالدرجة الأولى.

التجربة الاستطلاعية:

قام الدارسون بإجراء تجربة استطلاعية يوم: 15/ 4/ 2023 م على عينة عددها (5) خمسة مختبرين من مجتمع الدراسة وخارج العينة وذلك لغرض التعرف على:

1- المعوقات التي قد تواجه الدارسون في الإجراءات العملية لتوزيع ومتابعة وجمع الاستمارات.
2- مدى ملائمة الاستمارة والزمن المستغرق للإجابة.
3- تدريب المساعدين على توزيع الاستمارة وتوضيحها وجمع الاستمارات وتبويبها.

الدراسة الأساسية: قام الدارسون بإجراء الدراسة على عدد (38) مختبر ((قيد الدراسة)) يوم 2023/5/3 إلى 2023/5/30 وذلك بتحديد الخطوات التالية:

1- تم توزيع الاستمارات على أفراد العينة بصحبة المساعدين بعد توضيح الغرض المطلوب وذلك بالاتصال المباشر بنفس الشروط والظروف لكافة أفراد العينة.
2- جمع الاستمارات والقيام بتفريغها في نماذج التفريغ المعدة من الدارسين.

عرض النتائج: تضمن هذا الجزء عرضاً للنتائج بعد تحليلها احصائياً وفقاً لترتيب تساؤلات الدراسة والجداول التالية تبين نتائج العرض:

جدول (3)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور معيار التأهيل

م	الإحصاء / العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الدرجة	النسبة المئوية
1	يحمل شهادة علمية في تخصص كرة القدم	2.63	0.58	100	%88
2	حاصل على رخصة تدريب واشتغل بها	2.81	0.39	107	%94
3	مشارك في دورة تدريبية في كرة القدم	2.86	0.41	108	%95
4	مستوى تعليمي تربوي	2.55	0.60	97	%85

يتضح من نتائج الجدول (1) والخاص بتقييم النسب المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور معيار التأهيل والتي امتدت من 85% إلى 95% فهذه النسب تشير إلى وجود اتفاق على أهمي مكونات محتوى معيار التأهيل في اختيار مدرب كرة القدم.

جدول (4)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور المعيار الفني

م	الإحصاء / العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الدرجة	النسبة المئوية
5	مارس اللعبة لعدة سنوات	2.39	0.59	91	%80
6	له خبرة تدريبية في أكثر من نادي	2.52	0.68	96	%84
7	حقائق نتائج ايجابية مع الفرق التي دربها	2.60	0.54	99	%87
8	لـه القـدرة علـى التخطـيط والتنظـيم وتحليـل المباريات	2.86	0.34	100	%88

يتضح من الجدول (2) والخاص بقيم النسب المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات المحور الفني والتي امتدت من 80% إلى 88% وهذه النسب تشير إلى وجود اتفاق على أهمية مكونات المعيار الفني في اختيار مدرب كرة القدم.

جدول (5)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم النسبة المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور المعيار النفسي

م	الاحصاء / العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الدرجة	النسبة المئوية
13	القدرة على ضبط النفس في المواقف الحرجة	2.89	0.36	108	%95
14	هادي في المواقف العادي وصارم عند الضرورة	2.86	0.34	109	%96
15	يتمتع بمستوى دافعية جيد	2.73	0.50	104	%91
16	يتمتع بالصبر وله قدرة على حل مشاكل	271	0.56	103	%90

يتضح من نتائج الجدول (3) والخاص بقيم النسب المئوية العلوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور المعيار النفسي والتي امتدت من 90% إلى 96% وهذه النسب تشير إلى وجود اتفاق على أهمية جميع مكونات محتوى المعيار الشخصي لا اختيار مدرب كرة القدم.

جدول (6)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وتقييم النسبة المئوية لمجموع الدرجات إجابات العينة على عبارات محور المعيار الاجتماعي

م	الاحصاء / العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الدرجة	النسبة المئوية
17	ليس له علاقة مع رئيس النادي	1.81	0.83	69	%61
18	من ابناء النادي	1.89	0.60	72	%63
19	له علاقة مع اللاعبين ويحبونه	2.76	0.49	105	%92
20	لاعب دولي معروف	2.02	0.63	77	%67

يتضح من نتائج الجدول (4) والخاص بتقييم النسب المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور المعيار الاجتماعي والتي امتدت من 61% إلى 92% فهذه النسب تشير إلى وجود تباين في أهمية بعض مكونات محتوى المعيار الاجتماعي في اختيار مدرب كرة القدم.

جدول (7)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم النسبة المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات محور المعيار الاقتصادي

م	الإحصاء / العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الدرجة	النسبة المئوية
21	يطلب راتب أقل من غيره	1.52	0.60	58	%51
22	يطلب راتب أعلى من غيره وكثير الطلبات	1.26	0.50	48	%42
23	يراعي ظروف النادي	2.28	0.73	87	%76
24	يضع شروط مسبقة وفيها مبلغ مالي مقدماً	2.36	0.75	90	%79

يتضح من الجدول (5) والخاص بقيم النسب المئوية لمجموع درجات إجابات العينة على عبارات المحور الاقتصادي والتي امتدت من 42% إلى 79% وهذه النسب تشير إلى وجود تباين في أهمية مكونات المعيار الاقتصادي في اختيار مدرب كرة القدم.

جدول (8)
النسب المئوية لدرجة اتفاق العينة على معايير اختيار مدربي كرة القدم لفرق الدرجة الأولى

الإحصاء / المعايير المقترحة	س	ع	مجموع الدرجة	النسبة المئوية
التأهيلي	10.86	1.21	413	%91
الفني	10.39	1.30	395	%87
الشخصي	9.6	1.10	371	%81
النفسي	11.15	1.28	424	%93
الاجتماعي	8.50	1.39	323	%71
الاقتصادي	7.44	1.05	283	%62

يتضح من الجدول (6) الخاص بقيم الترتيب النسبي لمعايير مقياس اختيار المدرب لكرة القدم لفرق الدرجة الأولى. والترتيب النسبي أظهر ان المعيار النفسي قد حقق أهمية نسبة للعينة 93% والمعيار التأهيلي 9% والمعيار الفني 87% والمعيار الشخصي 81% والمعيار الاجتماعي 71% ثم المعيار الاقتصادي بنسبة 62% وفقاً لآراء العينة.

مناقشة النتائج:

من خلال الدراسة الميدانية التي قام بها الدارسون على عينة قوامها (38) من إداريي الأندية قيد الدراسة، وخبراء أكاديميين ولجنة المسابقات بالاتحاد العام الليبي للعبة. ومن خلال التحليل الاحصائي والتعليق على الجداول استخلصت مناقشة النتائج عبر الاجابة على تساؤلات الدراسة وفقا للترتيب التالي:

أولا: ماهي أهم مكونات مقياس معايير اختيار مدربي كرة القدم لدرجة الأولى؟

من خلال الجدول (3) اتضح وجود اتفاق على أهمية مكونات معيار التأهيل في اختيار مدرب كرة القدم (الدرجة الأولى كان من أهم مكونات المدرب الذي له دورات تدريبية وحصوله على رخصة تدريب تم الشغل بها مع الفرق الرياضية.

أما الجدول (4) الذي يشير إلى أهمية مكونات المعيار الفني في اختيار المدرب من حيث القدرة على التخطيط والتنظيم والتحليل للمباريات. ويليه في الأهمية تحقيق النتائج الايجابية مع الفرق التي يقوم بتدريبها، وهذا

يتفق مع كل من علي البيك وعماد الدين عباس (2008)، وعبد الله اللامي (1997) على أن الاعداد المهني يقصد به المام المدرب بالعديد من المعارف في مختلف الاتجاهات العلمية المتعلقة بالإعداد البدني والمهاري والخططي والعلوم المصاحبة في مجال التدريب.

هذا كما يشير الجدول (4) إلى أهمية مكونات الشخصية لدى المدرب المتمثلة في القدرة على ضبط الفريق بخبرته وتوطيد العلاقات مع اللاعبين والاداريين والقدرة على تحمل الصعاب، وهذا ما كان يتفق مع زكي محمد حسن (1997) الذي يشير إلى ضرورة توافر الشخصية التربوية الفريدة والمتميزة التي تستطيع تحقيق انجاز رياضي متفوق ويتفق أيضا مع حنفي مختار (1999م) إلى أن شخصية المدرب وثقافته وعلمه وخبرته وحسن تعامله يلعب دورا هاما في نجاحه وفي احترام جميع من يعملون معه.

والجدول (5) يوضح أهمية المكونات النفسية (السيكولوجية) للمدرب والمنحصرة في الهدوء أثناء المواقف العادية والصرامة والحزم عند الضرورة، وكذلك القدرة على ضبط النفس في المواقف الحرجة وهذا ما يؤكده محمد علاوي (2002) على أن المدرب التربوي الرياضي يتحلى بالصبر والمثابرة والقدرة على مجابهة الصعاب كما يتصف بالصدق والشرف وتحمل المسئولية كما أشار إلى أن المدرب الناجح يتميز عن المدرب الغير ناجح بالسمات التالية: الثبات الانفعالي، التناغم الوجداني والتعاطف، تحمل المسئولية، القدرة على اتخاذ القرار، المرونة، الثقة بالنفس، الطموح، الابداع، القيادة ويشير اليها ايضا عصام عبدالخالق (2005) على أن الشخصية القيادية المتزنة تكتسب ثقة واحترام الجميع.

أما الجدول (6) فقد يشير إلى أن العلاقة الودية مع اللاعبين تعطيه قوة في تكوين الفريق كأسرة واحدة متماسكة وخبرة وشهرة المدرب لدى الاداريين واللاعبين تعطيهم الثقة بالمدرب والاطمئنان له.

وهذا ما يتفق مع محمد علاوي (2002) الذي يشير إلى أنه يجب على المدرب أن تتأسس علاقته باللاعبين على الاحترام والعطف والحب والثقة المتبادلة، وأن يتخذ من اللاعبين جمعية أصدقاء وأخوة وأبناء له يشعر بشعورهم ويحس بأفراحهم وسعادتهم ومشاكلهم الشخصية، واحساس المدرب بجهود اللاعبين يعتبر من بين أهم العوامل التي تعمل على نجاح المدرب الرياضي في عمله، وهذا ما حدده علي البيك وعماد الدين عباس (2003) في المتطلبات الأساسية للمدربين.

والجدول (7) يشير إلى أهمية مكونات المعيار الاقتصادي في اختيار المدرب نظرا للشروط التي يضعها المدرب والتي يجب أن تتوافق وامكانيات النادي الاقتصادية.

هذا كما يؤكد الجدول (8) على أهمية جميع المعايير المقترحة لاختيار مدرب كرة القدم للدرجة الأولى، الا أن المشكلة ليست في اكتسابها بقدر ما كيف يستفيد بها ويطورها في مجال التدريب، كما يذكر مفتي ابراهيم (2001) أن التخطيط أصبح ضرورة.

الاستنتاجات:

في حدود طبيعة مجال الدراسة والهدف منها والإجابة عن التساؤلات وطبيعة العينة ونتائج التحليل الاحصائي للبيانات التي تم الوصول اليها من مقياس معايير الاختيار وتحديد الترتيب النسبي لتلك المعايير ومعرفة العلاقة بين معيار المقياس اختيار مدربي كرة القدم لدرجة الأولى بليبيا تم التوصل إلى الاتي:

1. مكونات مقياس معايير اختيار مدربي كرة القدم للدرجة الأولى كانت إيجابية رغم تفاوت اهميتها المتمثل في:

- معيار التأهيل العلمي والعملي كان هام من حيث ارتباطه المباشر بالوصول للمستويات العليا وقدرات وامكانيات المدرب الرياضي وكلما تميز المدرب بالإعداد المهني العالي كلما كان أقدر على الانجاز الرياضي.
- أما المعيار الفني فكان من ضمن اساسيات اختيار المدرب من حيث القدرة على التخطيط والتنظيم والتحليل للمباريات.
- إن معيار القدرة على الضبط وتوطيد العلاقات والقدرة على تحمل الصعاب من المعايير التي يجب أن تتوافر في الشخصية الرياضية التربوية المميزة في تعامله مع اللاعبين.
- المعايير المقترحة لاختيار مدرب كرة القدم، "قيد الدراسة" كانت هامة ومتفاوتة ولكن الأهم في كيفية التخطيط والتطبيق العلمي والعملي، للبرامج التدريبية.

2. الترتيب النسبي لاختيار مدرب كرة القدم للدرجة الأولى كانت لها الأهمية والأفضلية في الاختيار رغم تفاوت النسب المئوية الموضوعة في المناقشة الا ان التطبيق لتلك المعايير بالأسلوب العلمي المبني على القواعد المستمدة منه أي يعني كيفية استخدامها وتوظيفها بشكل مبدع.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها يوصي الدارسون بالآتي:

- العمل على اعتماد اختيار مدربي كرة القدم لدرجة الأولى كجزء أساس في الاختيار.
- العمل على الاستفادة من الترتيب النسبي عند اختيار مدرب كرة القدم لدرجة الأولى مع ملاحظة تماسكها.
- يوصي الدارسون بالتركيز على المعايير منفردة كل حسب أهميتها وموقفها العلمي والعملي.
- يوصي الدارسون بالتركيز على التأهيل العلمي والعملي فكلما ازداد اتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها كان أفضل في الاختيار.
- يوصي الدارسون على استقرار المدرب بالأندية حتى يستطيع أن يكون جزء لا يتجزأ من الفريق المتماسك بالتعاون مع الادارة.
- يوصي الدارسون بإجراء مثل هذه الدراسة على أن تكون أكثر عمقا من حيث العينة والمجتمع.

المراجع العربية:

1	أبو العلاء أحمد عبد الفتاح وإبراهيم شعلان	1994م. فسيولوجيا التدريب الرياضي في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
2	حنفي محمود مختار	1999م. المدير الفني لكرة القدم، الكتاب للنشر، القاهرة.
3	زكي محمد حسن	1997م. الكرة الطائرة (استراتيجيات تدريبات الدفاع والهجوم)، منشأة المعارف، الإسكندرية.
4	عبد الله حسين اللامي	1997م. تقويم السلوك التدريبي لمدربي أندية الدوري الممتاز الدرجة الأولى لكرة القدم في العراق للموسم (1995- 1996م)، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، العراق.
5	عصام عبد الخالق	2005م. التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، مطبعة دار المعارف، القاهرة.
6	علي فهمي البيك وعماد الدين عباس أبو زيد	2003م. المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية (نظريات وتطبيقات)، منشأة المعارف، الإسكندرية.

7 علي فهمي البيك وعماد الدين عباس أبو زيد 2008م. أسس إعداد لاعبي كرة القدم (الألعاب الجامعية)، دار المعارف، القاهرة.
8 علي يوسف علي صلبيخ 2011م. أثر السلوك القيادي للمدرب على الاحتراق النفسي والرضا التدريبي لدى ناشئي كرة القدم بفئة الشباب بمملكة البحرين، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
9 فرج حسن بيومي 1981م. تقنين طرق تقييم السلوك التدريبي للمدرب الرياضي، الإسكندرية، بحث غير منشور.
10 محمد حسن علاوي 2002م. سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي للطبع والنشر.
11 ـــــــــــــــــــــــــــ 2002م. علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
12 ـــــــــــــــــــــــــــ 2002م. موسوعة الاختبارات والمهارات النفسية، القاهرة.
13 مفتي إبراهيم حماد 2001م. التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة)، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.
14 مكارم حلمي أبو هرجة وآخرون 2002م. مدخل التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر.
15 ناجح الذيابات ورائد الرقاد 2012م. معايير اختيار المدربين في أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، كلية الحصن، الأردن.

المراجع الأجنبية:

16 Caralin Vos 2009. strache: Players perceptions of leadership qualities for coaches research quarter,

سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطلبة جامعة صبراتة

أ/ حواء عاشور حرب
أ/ عيسى عمر سعيد العائب

المستخلص

الهدف: التعرف على مدى سرعة الاستجابة الحركية، وعلاقتها بدقة أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ، **المنهج**: تم اختيار المنهج الوصفي لملائمة طبيعة الدراسة، **العينة:** تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من طلبة السنة الثالثة جامعة صبراتة قسم التربية البدنية (2020-2021) حيث بلغ عددهم (20) من الطلبة من مجموع (24) طالب أي بنسبة 83.33% من الطلبة وكانت **أهم النتائج**: وجود علاقة ذات دلالات معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق.

الكلمات المفتاحية : الاستجابة الحركية ، مهارة الضرب الساحق، الكرة الطائرة

Abstract:

Objective: To identify the relationship between the speed of the motor response and its relationship to the accuracy of performing the crushing hitting skill in volleyball. Curriculum: The descriptive approach was chosen to suit the nature of the study. Sample: The sample was selected intentionally from the third year students of Sabratha University, Department of Physical Education (2020-2021), where they numbered (20) students out of a total of (24) students, i.e. 67% of the students. The most important results were: There is a significant relationship between the speed of the motor response and the accuracy of performing the crushing skill.

Keywords: Motor response, the crushing hitting skill, volleyball

مقدمة البحث

تعد لعبة الكرة الطائرة لها مكانة متميزة في العالم وما تزال تنال الشعبية والإعجاب الجماهيري من متتبعي الرياضة، فقد أولى الباحثون في مجال التربية الرياضية هذه اللعبة اهتماما كبيراً أدى إلى رفع مستواها وزيادة الإقبال على ممارستها وجعلها لعبة مثيرة ذات الانتشار الواسع إذا ما قورنت بعمرها القصير نسبياً كونها تعتبر من الألعاب المليئة بالفرص التي تساعد ممارسيها على النمو البدني والعقلي و الانفعالي، وتتميز لعبة الكرة الطائرة بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة، إذ يتم الانتقال من الهجوم إلى الدفاع وبالعكس بسرعة عالية مما يتطلب إعداد الاعبين بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً لتمكنهم من السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الأمثل. (12: 149)

وفي لعبة الكرة الطائرة تعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات التي لها دوراً مهماً في الأداء التكتيكي للمهارات الهجومية والدفاعية والتي تشكل مع باقي العوامل إحدى الأسس الهامة في حسم الموقف، ويعد

اللاعب المهاجم في الكرة الطائرة يجب أن يتميز بقصر زمن استجابته الحركية لأجل الوصول إلى الكرة وهي فوق الحافة العليا للشبكة، بمساعدة التوقع المسبق لأجل سيرها ودقة الملاحظة والانتباه والتركيز على اللاعب الخصم، ومن هنا تكمن أهمية البحث لدراسة سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء الضربة الساحقة بالكرة الطائرة. (5: 76)

تعد مهارة الضربة الساحقة من أهم المهارات الهجومية الخاصة، إذا كان اللاعب ذو قوة وسرعة ودرجة عالية من الاتقان في الأداء، إذ يعد السلاح الأول في حصول فريقه على نقطة الفوز أو الهدف من الضربة الساحقة في الكرة الطائرة، فلو بقيت هذه اللعبة تلعب من غير الضربات الساحقة إلى أيامنا هذه وافترضت مجرد التمرير للكرة بين اللاعبين ووضعها في المكان الخالي من أرض الملعب للفريق المنافس، لاستمرت الكرة الطائرة يوماً كاملاً بسبب ارتفاع مستوى الفرق الرياضية في تكتيكات الدفاع الحديثة وتحتاج الضربة الساحقة لقدرات وإمكانيات بشرية عالية. (2: 15)

مشكلة البحث

تمثل سرعة الاستجابة الحركية مكانة متميزة في تنفيذ الأداء المهاري للمهارات الدفاعية بالكرة الطائرة نتيجة التعديلات والتغيرات في القواعد القانونية لها وما صاحبها من تغير في إيقاع اللعب الذي يتسم بالسرعة، إذ أن التغير في اتجاه الضرب الهجومي للتخلص من حائط الصد أو أتباع حائط الصد بالضرب الهجومي وإيقافه والدفاع عن الملعب بين مدى الحاجة الضرورية لهذه القدرة الحركية والتركيز عليها في لعبة كرة الطائرة، إذ تعد من أهم القدرات التي تسمح للاعب بالتقدم في المستوى، ومن خلال الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة في لعبة الكرة الطائرة وجدت أنه تم التطرق إلى الاستجابة الحركية بشكل قليل، بالإضافة إلى كونهما من ضمن طلبة التخصص وملاحظتهما ما تشكله سرعة الاستجابة الحركية عند الطلبة من مردود سلبي في سرعة الأداء وكذلك وجد أن الكثير من الضربات الساحقة تكون بطيئة وليس بالمستوى المطلوب على مستوى العينة، لهذا تم التطرق إلى هذه المشكلة ومعرفة تأثيرها السلبي على المستوى المهاري للطلبة من خلال التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء مهارة الضربة الهجومية لكرة الطائرة. (5:10)

وبهذا الخصوص تشير (فاتن محمد رشيد، 1999) أن لسرعة الاستجابة الحركية دوراً بارزاً في لعبة الكرة الطائرة، إذ يستوجب على اللاعب قانوناً عدم الاحتفاظ بالكرة مما يزيد من صعوبة الأداء، فغالباً ما يكون الأداء سريعاً وخاطفاً لذلك يتطلب من اللاعب امتلاك سرعة رد فعل عالية سواء في التكتيك الهجومي عند المشاركة بمركبات اللعب المختلفة أو التكتيك الدفاعي في متابعة الكرات فضلاً عن اتخاذ القرار في التقيد الحركي. (9: 2)

ويؤكد (عصام الوشاحي، 1994) أن سرعة الاستجابة الحركية ضرورية للاعب كرة الطائرة فهو يحتاج إلى التكيف والتحول السريع لما سيقوم به المنافس وهذا يعتمد على سرعة حركته باتجاهات وأوضاع مختلفة وكذلك القدرة على الدوران والتحليق والدحرجة دون هبوط مستواه المهاري والبدني. (7: 9)

ومن خلال متابعة الباحثان للمباريات التي تقام داخل المحاضرات العملية لطلبة الكلية في الكرة الطائرة، وفضلاً عن ممارسة اللعبة في السنة الثالثة لاحظنا وجود ضعف في مستوى سرعة الاستجابة لدى الطلاب في بعض الصفات البدنية ومنها على وجه الخصوص صفة القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين وسرعة الاستجابة الحركية، مما أثر على مستوى أدائهم لمهارة الضربة الساحقة التي تعد من المهارات

الهجومية المهمة في احتساب الفريق نقاط الفوز، لذلك السبيل الوحيد لمعرفة سبب هذا الضعف، هو معرفة العلاقة بين مستوى سرعة الاستجابة وأداء مهارة الضربة الساحقة بالكرة الطائرة، مما برزت مشكلة البحث ومن هنا يرى الباحثان ضرورة وضع برنامج تدريبي لمعالجة هذه المشكلة وهو تحسين أداء الطلبة في مستوى سرعة الاستجابة.

الهدف من البحث

التعرف على سرعة الاستجابة الحركية ومدي علاقتها بدقة أداة مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.

فروض البحث

توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء الضربة الساحقة في الكرة الطائرة.

مصطلحات البحث

1- سرعة الاستجابة: بأنها القدرة على استجابة الحركية لمثير معين في أقص زمن ممكن. (10: 6)

2- الضربة الساحقة: عبارة عن ضرب الكرة بإحدى الذراعين بقوة من فوق الشبكة نحو ملعب الفريق الخصم لمحاولة الحصول على نقطة. (6: 70)

3- الدقة: هو الأداء الدقيق للحركة من خلال الاحساس ومدى أقرب القياسات من بعضها واقتراب النتيجة النهائية من القيمة الحقيقية أي تطابق الإنجاز مع الهدف. (4: 26)

الدراسات السابقة

1- **دراسة علي سيهان صخي (2004) (8) بعنوان: التوقع وسرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة.**

الأهداف: التعرف على العلاقة بين التوقع وسرعة والاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة. المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي. عينة الدراسة: اشتملت الدراسة على عينة قوامها (8) لاعبين يمثلون ستة أندية للدرجة الممتازة. نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- وجود علاقة ارتباطية معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة استقبال الإرسال في مركز رقم (5، 6).
- وجود علاقة ارتباطية معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة استقبال الإرسال في مركز رقم (5، 6).

2- **دراسة فاتن محمد رشيد (1999) بعنوان: سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلي وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لدى لاعبي الكرة الطائرة.**

أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وبعض الاختبارات المهارية وبعض الاختبارات الوظيفية .المنهج المستخدم: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي. عينة الدراسة:اشتملت عينة الدراسة (31) لاعباً من أندية الدرجة الممتازة والذين يمثلون أندية (الجيش، الصناعة، السلام، الرميثة، راوة، الكوفة، الدغارة، الناصرية).**نتائج الدراسة:** توصلت هذه الدراسة إلى:

- ظهور علاقة ارتباطية عكسية احصائياً بين سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الطرف السفلي في اختبار الوثب للصد في المراكز الثلاثة (2-4-3) واختبار الوثب الهجومي في المركز (3) فقط.

- ظهور علاقة ارتباط عكسية احصائياً بين سرعة الاستجابة الحركية مع مهارة الضرب الساحق في مركز رقم (3) فقط ومع مهارة الوثب للصد في المراكز الثلاثة (3-4-2) وفي اختبار الوثب للصد في اختبار الوثب الهجومي في مركز (4) فقط مع مهارة الضرب الساحق وغير دال احصائياً مع مهارة حائط الصد بجميع المراكز.
- ظهور علاقة ارتباط عكسية احصائياً بين القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى ومهارة الضرب الساحق في المركزين (4-2) وغير دال احصائياً مع مهارة حائط الصد في اختبار حائط الصد.

3- دراسة إيمان فائق صالح (2008) (3) بعنوان : (التحليل الديناميكي لبعض المتغيرات لمهارة الضرب الساحق المستقيم العالي) من المنطقة الأمامية للاعبات المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة ومقارنة النموذج،

وهدفت الدراسة الي التعرف على الفروقات في مهارة الضرب الساحق المستقيم بين أداء لاعبات المنتخب والنموذج في الأداء بالكرة الطائرة، وتوصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:

1- إن المرحلة التحضيرية والمتمثلة بمسافة الاقتران وزمن الاقتراب وسرعة الاقتراب لها دور كبير في اعطاء أهمية للمراحل التي تليها.

2- متغير ارتفاع مركز كتلة الجسم أهم المتغيرات ومن الضروري تحقيقه عن طريق حصول اللاعبين إلى أعلى نقطة ارتفاع.

اجراءات البحث

- **منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي والمنهج التحليلي لملائمته لأهداف البحث وطبيعة مشكلة البحث.

- **مجتمع البحث:** يتكون مجتمع البحث من طلاب جامعة صبراتة كلية الآدب والتربية قسم التربية البدنية، حيث بلغ عددهم (24) طالباً المسجلين بالكشوفات للكلية للعام الجامعي (2020- 2021).

- **عينة البحث:** تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من طلاب السنة الثالثة بجامعة صبراتة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الجامعي (2020- 2021)، حيث بلغ عددهم (20) طالب، وقد فضل الباحثان اختيار العينة الأساسية للأسباب الآتية:

1- تعتبر عينة البحث تحت يد الباحثان، كونهما قريبان من عينة البحث.

2- توفر الإمكانيات داخل الكلية من ملاعب وأجهزة ومعدات.

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- ملعب لكرة الطائرة ، شريط قياس لقياس محيط عضلة الساق ومحيط عضلة الفخذ وقياس الساعد والعضد ، شبكة، رسيتامتر لقياس الطول بالسنتيمتر ، ساعة توقيت، ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- فريق عمل مساعد، بطاقة تسجيل، استمارة تسجيل العمر والطول والوزن.
-استمارة استطلاع أراء الخبراء لتقييم سرعة الاستجابة الحركية ومهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.
- استمارة تسجيل تفريغ وتقييم بيانات اللاعبين.
- شريط متر لقياس المسافة.

الدراسة الاستطلاعية:

التجربة الاستطلاعية الأولى والثانية:

قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى على (20) طالب، ثم بعد أسبوع وقبل تنفيذ التجربة قاما بالتجربة الاستطلاعية الثانية على (20) طالب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية أو الأساسية وكان الهدف:

- تحديد الزمن المناسب لكل اختبار والزمن الكلي لتنفيذ التجربة الأساسية.
- التعرف على مدى صلاحية الأدوات والأجهزة واستمارات التسجيل المستخدمة في البحث.
- فهم المساعدين لمواصفات الاختبارات والقياسات المستخدمة في التجربة الأساسية.
- اكتشاف المعوقات التي قد تواجه الباحثان أثناء التجربة الأساسية.
- التعرف على من يضرب الكرة باليد اليمنى واليد اليسرى.

التجربة الأساسية:

تم تطبيق التجربة الأساسية على عينة البحث البالغ عددهم عشرون طالب بتاريخ (20-2-2021) حيث أجرى الباحثان الاختبارات البدنية والمهارية لعينة البحث على ملاعب قسم التربية البدنية – جامعة صبراتة.

المعالجات الاحصائية:

من أجل معالجة البيانات استعان الباحثان بالحقيبة الاحصائية (SPSS) لتحليل بيانات البحث، واستخدموا منها الأساليب الاحصائية التالية:

- الوسط الحسابي.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- النسبة المئوية للتحسن.
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون.

جدول (1)

متغيرات (الطول، الوزن، العمر) وقيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد العينة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	قيمة معامل الالتواء	عدد العينة
الطول/ سم	166.422	7.878	167.4	0.245	20
الوزن/ كغم	71.544	10.636	62.4	0.262	
العمر/ شهر	22 .28	7.542	28.4	0.047	

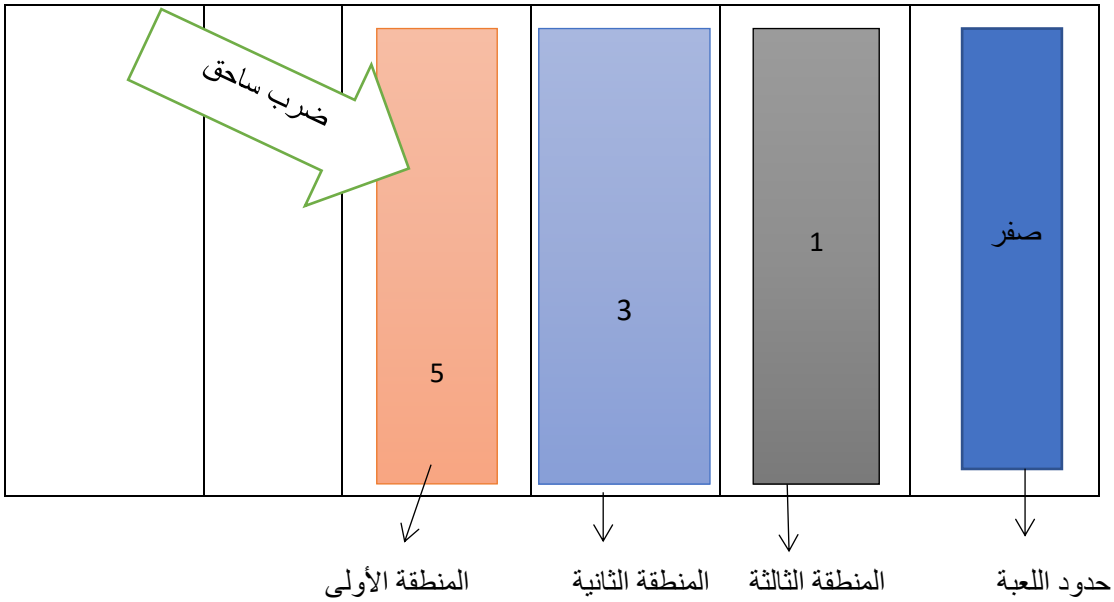
الاختبارات المستخدمة في البحث:

قام الباحثان بإعداد استمارة استبانة خاصة تتضمن اختبار سرعة الاستجابة الحركية واختبارات خاصة بمهارة الضرب الساحق، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال لعبة الكرة الطائرة من أجل اختيار أنسب هذه الاختبارات، وبعد جمع الاستمارات والقيام بتفريغها حصلت هذه الاختبارات على اجماع الخبراء باستخدامها كما هي موضحة كالآتي:

الاختبار الأول: اختبار نيلسون لسرعة الاستجابة الحركية

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختبار المثير.
الأدوات: منطقة فضاء مستوية خالية من العوائق بطول 20م وبعرض 2م – ساعة توقيت- شريط قياس- شريط لاصق.
الاجراءات: تخطط منطقة الاختبارات بثلاثة خطوط المسافة بين كل خط وآخر 6.40م وطول كل خط 1م.
وصف الاختبار: يقف المختبر عند نهايتي خط المنتصف في مواجهة الحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط.
يتخذ المختبر وضع الاستعداد ليكون خط المنتصف بين القدمين بحيث ينحني بجسمه للأمام قليلاً.
يمسك المحكم بساعة التوقيت بإحدى يديه ويرفعها إلى أعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه أما ناحية اليسار أو اليمين وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة.
يستجيب المختبر لإشارة اليد ويحاول الجري بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف. (8: 40)
الاختبار الثاني: اختبار دقة مهارة الضرب الهجومي المواجه
الغرض من الاختبار: قياس دقة الضرب الهجومي المواجه في المثلث الداخلي من ملعب المنافس.
الأدوات: خمس كرات طائرة، تقسيم نص الملعب إلى مثلثين، ثم تقسيم المثلث الداخلي جهة الشبكة إلى ثلاث مناطق، عرض كل منطقة (3م) بواسطة شريط لاصق وطباشير.
مواصفات الأداء: بعد قيام المدرب بإعداد الكرة، يقوم المختبر بالضرب الهجومي نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة.
الشروط: لكل مختبر (5) محاولات، يلزم أن يكون الإعداد جيد وفق مكان سقوط الكرة وكما يلي:
1- في المنطقة الأولى (3) درجات.
2- في المنطقة الثانية (1) درجة.
3- في المنطقة الثالثة (5) درجات.
4- خارج هذه المناطق يحصل المختبر على درجة (صفر).
التسجيل: تسجل الدرجات التي يحصل عليها المختبر من المحاولات الخمس وتعد الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي (25) درجة. (3: 56)
الاختبارات المهارية:
اختبار الضرب الساحق المستقيم:
الغاية من الاختبار: قياس دقة الضرب الساحق المستقيم.
الأدوات: ملعب كرة الطائرة، كرات طائرة، شريط قياس، صافرة، شريط لاصق عرضه 5 سم.
طريقة الأداء: بعد الإعداد يقوم المختبر بالضرب الساحق نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة، ولكل مختبر خمس محاولات في المناطق الثلاثة المقسمة من أرض الملعب، وكما مبين في الشكل وتحسب الدرجات وفقاً لمكان سقوط الطائرة.
التسجيل: تحسب الدرجات كالآتي:
أ- في حالة سقوط الكرة في المنطقة الأولى يعطي للمختبر (3) درجات.
ب- في حالة سقوط الكرة في المنطقة الثانية يعطي للمختبر (درجة واحدة).
ج- في حالة سقوط الكرة في المنطقة الثالثة يعطي للمختبر (5) درجات.

د- أما في حالة سقوط الكرة خارج هذه المناطق يحصل اللاعب على (صفر). (11: 21)



شكل (1) مهارة الضرب الساحق المستقيم

عرض النتائج ومناقشتها

1-1عرض النتائج: عرض نتائج الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية، لسرعة الاستجابة الحركية والضرب الساحق لعينة البحث.

جدول (2)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لسرعة الاستجابات الضربة الساحقة لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
سرعة الاستجابة الحركية	8.473	0.616
الضربة الساحقة	52.155	9.951

جدول (3)

الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة الضربة الهجومية لعينة البحث

المتغيرات	**قيمة (ر) المحتسبة**	**قيمة (ر) الجدولية**
الضرب الساحق	**0.542**	**0.351**

تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28)

ومن خلال الجدول (2) نلاحظ ما يأتي:

وجود ارتباط بين (اختبار سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق) عند نسبة خطأ (0.05) إذ بلغت قيمة (ر) المحتسبة (0.542) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.351).

2-1 مناقشة النتائج

يعزو السبب إلى سهولة تنفيذ هذه المهارة وسرعة الانتقال من مركز إلى آخر، لأن الطالب المعد إعداداً بدنياً ومهارياً جيداً، بإمكانه أداء وتنفيذ هذه المهارة بشكل أفضل.

وسرعة الاستجابة الحركية ضرورية للاعب الكرة الطائرة، فهو يحتاج إلى التكيف والتحول السريع لما سيقوم به المنافس، فهو يعتمد على سرعة تحرك اللاعب والذي يجب أن يكون على درجة عالية من الأداء المهاري. (1: 72- 73)

2-1عرض النتائج: عرض نتائج مهارة الضرب الساحق:

جدول (4)
معامل الارتباط بين القوة الانفجارية ومهارة الضرب الساحق.

المعالجة الاحصائية للمتغيرات	معامل الارتباط	القيمة الجدولية	الدلالة
القفز العمودي من الثبات	0.764	0.444	معنوية
رمي الكرة الطبية	0.612	0.444	معنوية

يتضح من الجدول (4) والذي يبين معامل الارتباط بين القوة الانفجارية ومهارة الضرب الساحق، حيث ظهر في اختبار القفز العمودي من الثبات بأن معامل الارتباط بلغ (0.764) وبما أن القيمة المحتسبة أكبر من القيمة الجدولية فهذا يدل على معنوية الارتباط، أما رمي الكرة الطبية فقد بلغ معامل الارتباط (0.612) والقيمة الجدولية (0.444) والقيمة الجدولية تحت درجة (18) وبمستوى دلالة (0.05) وبما أن القيمة الجدولية أقل من القيمة المحتسبة فهذا يدل على معنوية الارتباط.

2-2 مناقشة النتائج:

من خلال نتائج العرض السابقة، تبين أن هناك علاقة ارتباط معنوية بين القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين والأداء المهاري لمهارة الضربة الساحقة، وبذلك فقد حققنا أهداف البحث من خلال نتائج هذه الاختبارات، بأن هناك ضعفاً في الأداء المهاري وسبب هذا الضعف يعود إلى ضعف اللياقة البدنية، وخصوصاً عنصر القوة الانفجارية وسرعة الاستجابة الحركية عند أغلب الطلاب، الذي أدى إلى عدم التكنيك الصحيح للمهارة، فالإعداد البدني عامل مهم في تدريب الكرة الطائرة، وهوا يعد القاعدة الأساسية للوصول باللاعب إلى أعلى مستوى من الصفات الجسمية الخاصة لنوع النشاط الممارس، إلى جانب الصحة العامة، وتعد القوة العضلية إحدى مكونات اللياقة البدنية المهمة التي يتوقف عليها معظم أداء المهارات في أداء الكرة الطائرة، لذا يجب الاهتمام بتطوير القوة وإعدادها الإعداد الكافي لتمكن الطالب من أداء هذه المهارات بمستوى أفضل. (12: 49)

الاستنتاجات: من خلال النتائج التي توصل إليها الباحثان تم استنتاج الآتي:

1- وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق.

2- وجود علاقة ارتباطية معنوية بين القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين في الأداء المهاري لمهارة الضرب الساحق وبذلك تحقق أهداف البحث.

3- المعدل الزمني المقترح في التربية الأساسية ساعدنا في رفع مستوى تحسين الضرب الساحق ودقته.

4- الاختبارات التي طبقت على عينة البحث لقياس دقة الضرب الساحق وسيلة ثابتة وفاعلة وصادقة في قياس دقة الضرب الساحق.

التوصيات : بناء علي النتائج يوصي الباحثان بما يأتي:

1- ضرورة التأكيد على بعض التمارين لتطوير الاستجابة الحركية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- ابتكار العديد من الوسائل التعليمية والتدريبية المساعدة التي تعمل على تطوير سرعة الاستجابة الحركية لما لها من دور مهم في تطوير دقة أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لدى طلاب كلية التربية البدنية.

3- الاهتمام بمهارة الضرب الساحق والاستفادة من التعديلات القانونية للاعب.

4- الاهتمام بتنمية عناصر اللياقة البدنية لدى الطلاب ومساعديهم على أداء المهارات بشكل أفضل.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

1-أحمد خاطر، علي البلب: القياس في المجال الرياضي، ط1، القاهرة، دار المعارف، 1978

2- إيمان فائق علي: التحليل الديناميكي لبعض المتغيرات المهارة الضرب الساحق المستقيم العالي، ومن المنطقة الاتقانية للاعبات المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة، ومقارنته بالنموذج، رسالة ماجستير، كلية الرياضة بنات، جامعة بغداد، 2008 .

3- تحومين خلف بن عربي: المحددات البيوميكانيكية لأداء بعض المهارات الدقة المرتبطة بالقدرة في المجال الرياضي، رسالة دكتوراه، جامعة الاسكندرية، مصر العربية، 2006

4- حمزة عبد المنعم أحمد: الكرة الطائرة، مهارات فقط قانون الضربة الساحقة***، مؤسسة كليوبترا، 1997

5- سعد محمد قطب، لوي غانم الحميدي: الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، الدار العربية للنشر، القاهرة، 1985م

6- عصام الوشامي: الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.

7- علي سيهان صخى الكعبي: التوقع وسرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بأداء المهارات الدفاعية للاعب الحر للكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية

8- فاتن محمد رشيد الجبوري: سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لدى لاعب الكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه، كلية الرياضة، جامعة بغداد، 1999.

9- قاسم حسن حسين وحسين علي: أثر تمرينات القوة المحفزة بالسرعة على تطوير البداية من الجلوس، بحث منشور، 1980.

10- محمد صبحي حسين: الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس، القاهرة، ط2، مطبعة روز اليوسف، 1997.

11- محمد صبحي علاوي وحمدي عبد المنعم: الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط1، مركز الكتب للنشر، 1997.

12- مروان عبد المجيد: الموسوعة العلمية لكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، الدار العربية للنشر والتوزيع، 2001.

13- الين وديع فرج: الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرب واللاعب، الاسكندرية، منشأة المعارف، 1990

ثانياً: المراجع الأجنبية

14- Nicholls K: Modern volleyball for teacher, coach and player, London, ah , associate comp, 1978.

مستوى الثقافة الرياضية ومصادرها لدى طالبات جامعة الأقصى

د/ الفت جلال احمد الاقراع

المستخلص

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الثقافة الرياضية ومصادرها لدى طالبات جامعة الأقصى، ولتحقيق ذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت من (333) طالبة من طالبات جامعة الأقصى وهن المسجلات لمساق الرياضة المدرسية كمساق حر بالجامعة للفصل الأول 2022-2023م وتم اختيارهم بطريقة عمدية، وقد استخدمت الباحثة استبانة مختار عبد الغني ومعتز حسن ومحمود محمود (2021) والخاصة بتقويم الثقافة الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة بني سويف، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى كانت مرتفعة وبنسبة (84,01%) حيث حصل المحور المرتبط بالأنشطة الرياضية لطالبات الجامعة المرتبة الأولى بوزن نسبي (90,42%)، بينما حصل المحور المرتبط بمفهوم الرياضة المرتبة الثانية بوزن نسبي (85,8%)، وحصل المحور المرتبط بأهداف الرياضة ومميزاتها المرتبة الثالثة بوزن نسبي (85.15%)، وأخيراً حصل المحور المرتبط بالإمكانات المتواجدة المرتبة الرابعة بوزن نسبي (74.67%)، وحصل التلفزيون كأحد أهم مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى على الترتيب الأول وبوزن نسبي 80% ثم الكتب الرياضية على الترتيب الثاني بوزن نسبي 80% يليها وسائل التواصل الاجتماعي الترتيب الثالث بوزن نسبي 79% وأخيراً السينما حصلت على الترتيب الأخير وبوزن نسبي 52%.

وتوصي الباحثة بضرورة الاستمرار بوجود مساق الثقافة الرياضية كمتطلب لطلبة الجامعة مع الاستمرار بالاهتمام بالثقافة الرياضية لأبناء المجتمع الفلسطيني.

الكلمات المفتاحية: الثقافة الرياضية، جامعة الأقصى

Abstract:

This study aiming at identifying the Level of Sport Culture and its Sources among female student of Al-Aqsa University. The researcher used the descriptive approach in conducting this study on a purposive sample of (333) female student of Al-Aqsa University. They are the registered students for the school sports course as a free course at the university for the first semester 2022-2023, and they were chosen deliberately. The researcher used the questionnaire of Mukhtar Abdel-Ghani, Moataz Hassan and Mahmoud Mahmoud (2021), which is related to evaluating the sports culture among students of the Faculty of Physical Education at Beni Suef University. The results of the study showed that the level of sports culture among Al-Aqsa University female students was high, with a rate of (84.01%), where the axis related to sports activities for university students ranked first with a relative weight of (90.42%), while the axis related to the concept of sports ranked second with a relative weight (85.8%), and the axis related to the goals of sports and its advantages ranked third with a relative weight of (85.15%), and finally the axis

related to existing capabilities ranked fourth with a relative weight of (74.67%), and television as one of the most important sources of sports culture among female students of Al-Aqsa University ranked first With a relative weight of 80%, then sports books ranked second, with a relative weight of 80%, followed by social media, third, with a relative weight of 79%, and finally cinema got the last rank, with a relative weight of 52%.The researcher recommends the need to continue the sports culture course as a requirement for university students, while continuing to pay attention to the sports culture of the Palestinian society.

Keyword: Sport culture, Al-Aqsa University

مقدمة وأهمية الدراسة:

تعتبر الثقافة الرياضية في عصرنا الحديث من متطلبات التقدم العلمي والتكنولوجي والذي يدل على مدي تقدم الدول، وهذا ما أكدته وزارة التعليم والبحث العلمي بدولة فلسطين من خلال اعتمادها فتح أقسام تربية رياضية في أغلب جامعات الوطن خلال الخمسة عشر عاماً الماضية، حيث أنها تعمل لإعداد المواطن الفلسطيني القادر على مواجهة الاحتلال الإسرائيلي في جميع الميادين المختلفة وعلى رأسها الجانب المتعلق باللياقة البدنية والثقافة الوطنية والرياضة الفلسطينية.

هذا وقد تطور مفهوم التربية والتعليم في العصر الحديث من حيث الأهداف وأساليب تحقيقها حيث أصبحت الرياضة جزء من الثقافة وأصبحت الحياة الرياضية جزءاً لا يتجزأ من الحياة الثقافية وأصبح النشاط الرياضي ضرورة للإعداد العقلي والفكري والتربوي والفني والثقافي (عواج ودراجي، 2081، 235)

وتعد الجامعة إحدى المؤسسات التربوية التي تضم الكثير من الأنشطة الرياضية والمجالات التربوية التي تعمل على مقابلة الميول والاتجاهات السائدة بين الطلاب باختلاف تطلعاتهم وقدراتهم كافة، حتى تتيح لكل منهم أن يحدد نوع النشاط الرياضي الذي يمكنه من قضاء وقت الفراغ المتاح له بطريقة هادفة تحت إشراف القيادة التربوية. (عبد الغني ومعتز ومحمود، 2021، 365)

والثقافة هي مرآة المجتمع والتي تعبر عن تطوره وتميزه عن غيره من المجتمعات، فهي تعكس تراث المجتمع وقيمه وعقائده وتاريخه والمستوى الفكري والثقافي للأفراد فيه، والثقافة الرياضية جزءاً لا يتجزأ من الثقافة العامة، ولا تقل أهمية عن غيرها من الثقافات الأخرى في المجتمع، كالثقافة الصحية والتربوية والاجتماعية، بل إن لمشاهدة وممارسة الأنشطة الرياضية الدور الفعال الإيجابي في تطوير وتنمية تلك الثقافات. (الصلوي، 2021، 113)

وينظر للثقافة الرياضية بأنها الكم المتراكم عبر الأزمنة المختلفة من المعلومات الرياضية التي تنتقل من جيل إلى آخر في الإطار المعرفي والمعلوماتي الرياضي لتلبية احتياجات ركب التطور الرياضي. (عبد الغني ومعتز ومحمود، 2021،345)

كما ينظر للثقافة الرياضية بأنها مجموعة من القيم المعرفية والاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية (شعبان، 2019، 120)

كما أن الثقافة الرياضية هي مجموعة من العلوم والمعارف والمعلومات من الفنون والأنشطة الرياضية المختلفة والتي يكتسبها الفرد من البيئة ويتزود من خلال خبرته الخاصة سواء بالمشاهدة أو الممارسة أو القراءة لتلك الأنشطة الرياضية. (عواج ودراجي، 2018، 238)

حيث يتمثل جانب من الثقافة بأنه مجموعة من المعارف والقيم والاتجاهات التي ترتبط بالممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية التي سوف تنتقل بأثر الممارسة إلى الحياة العملية للطلاب. (عبد الغني ومعتز ومحمود، 2021، 366)

التربية الرياضية بأوجها المتعددة تتناول الحياة الاجتماعية والمثل الخلقية والقدرة على التفكير والعناية بالصحة لذلك فأثرها عميق وقوي وهي تعد من أقوى أسلحة الدول لتربية أبنائها واعدادهم لحياة سعيدة موفقة (عواج ودراجي، 2081، 234)

ونتيجة لذلك ظهرت الحاجة بضرورة الاهتمام بالثقافة الرياضية في الجامعات وهذا ما أكدته نتائج دراسة عبد الغني ومعتز ومحمود (2021) أنه عندما أجريت دراستهم فقد خلصت الدراسة إلى أن هناك نقص في معدلات الثقافة الرياضية لدى الطلاب بكلية التربية الرياضية بجامعة الفيوم، وأما دراسة الصعوب والزغبلات (2015) فقد أوضحت أن مستوى الثقافة الرياضية لدى أعضاء الهيئة التدريسية بكلية التربية مرتفع، وبالنسبة لدراسة أحمد ومهدي (2012) فقد كانت أهم نتائجها أن مستوى الثقافة الرياضية لدى طلاب معهد إعداد المعلمين كانت عالية.

مشكلة الدراسة:

تري الباحثة بأن الثقافة الرياضية لطلبة الجامعة تعتبر جزء أصيل من ثقافتهم بشكل عام وذلك من خلال ما يكتسبه الطلبة من معارف ومعلومات وبيانات وخبرة وأنشطة رياضية متعددة، والتي أيضاً ترتبط بضرورة فهم ومعرفة كل ما يتعلق بالإنجازات الفلسطينية الرياضية وذلك كأحد مجالات مقاومة الاحتلال الإسرائيلي. فالرياضة لم تعد ذلك النشاط العبثي الخالي من أي معاني أو قيم بل هي نظام فعال في كل المجتمعات وبالذات المجتمعات الشبابية على وجه الخصوص لما تلعبه من أدوار التنشئة والتقويم. (عواج ودراجي، 2081، 241)

وحيث أن عمادة شؤون الطلبة بجامعة الأقصى ووفق رؤية وزارة التعليم العالي والبحث العلمي بدولة فلسطين تعمل على تنفيذ الأنشطة الطلابية المختلفة سواء كانت رياضية وثقافية وتطوعية واجتماعية ووطنية والتي تشمل الأنشطة بين مختلف الكليات في جميع المجالات السابقة. ومن خلال عمل الباحثة كمحاضرة تربية رياضية بالجامعة وعملها كمسئولة النشاط الرياضي بكلية مجتمع الأقصى ومن خلال سؤال الطالبات المسجلات لمساق الرياضية كمساق حر حول مدي معرفتهم بمفهوم الثقافة الرياضية وأهم مصادرها تبين عدم معرفتهن بذلك، وأيضاً من خلال سؤال المحاضرين في كلية التربية البدنية والرياضية بجامعة الأقصى لاحظت الباحثة أن هناك قبول منهم للتعرف على مستوى الثقافة الرياضية ومصادرها لدي طالبات الجامعة وذلك للوقوف على المستوى الحقيقي لها في الجامعة ومن ثم وضع خطوات لتقييمها.

من هنا نبعت مشكلة البحث لدي الباحثة وذلك بالتعرف على مستوى الثقافة الرياضية ومصادرها المختلفة لدى طالبات جامعة الأقصى.

أهداف الدراسة:

1- التعرف على مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى.

2- التعرف على مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى.

تساؤلات الدراسة:

1- ما هو مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى.

2- ما هي مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى.

المصطلحات:

1. **الثقافة الرياضية**: "مجموعة من المعارف والمفاهيم والقيم والاتجاهات التي تكسب الطالب الجامعي الوعي الرياضي اللازم لاستثمار وقت الفراغ بالممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية بطريقة إيجابية". (عبد الغني ومعتز ومحمود، 2021، 367)

2. **جامعة الأقصى:** إحدى الجامعات الفلسطينية بقطاع غزة أنشأت سنة 1955 كمعهد للمعلمين تحت إدارة الحكومة المصرية وفي عام 1991 تحول المعهد إلى كلية عرفت بكلية التربية الحكومية وبداية العام الجامعي 2001/2000 تم تحويل الكلية إلى جامعة الأقصى حيث تضم حالياً إحدى عشر كلية. (جامعة الأقصى)

حدود الدراسة:

1. الحد المكاني: أجريت الدراسة في فلسطين محافظات قطاع غزة - جامعة الأقصى.
2. الحد البشري: أجريت الدراسة على طالبات جامعة الأقصى والمسجلات لمساق الرياضة المدرسية وعددهن (333) طالبة.
3. الحد الزماني: أجريت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2022-2023م.

أدوات جمع البيانات:

- **استمارة الاستبيان:** وقد استخدمت الباحثة استبانة مختار أمين ومعتز حسن ومحمود محمود (2021) والخاصة بتقويم الثقافة الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة بني سويف والتي اشتملت على خمس محاور وهي عبارة عن المحور الأول والخاص بمفهوم الرياضة والمحور الثاني والخاص بأهداف الرياضة ومميزاتها والمحور الثالث والخاص بالأنشطة الرياضية لطالبات الجامعة والمحور الرابع والخاص بالإمكانات المتواجدة والمحور الخاص بمصادر الثقافة الرياضة.
- **تحديد الهدف من الاستمارة:** تم تحديد هدف استمارة الاستبيان بالتعرف على مستوى الثقافة الرياضية ومصادرها لدى طالبات جامعة الأقصى.

المعالجات الإحصائية:

1- مجموع الاستجابات.
2- المتوسط الحسابي.
3- النسب المئوية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

1. عرض مناقشة نتائج التساؤل الأول والذي ينص على: مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى؟

وللإجابة عن السؤال قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابي والوزن النسبي لكل محور من محاور الاستبيان والجداول التالية توضح ذلك.

جدول (1)

رقم الفقرة ومجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب لفقرات الاستبانة (ن= 333)

م	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	م	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
1	917	2,75	92	23	790	2,37	79
2	806	2,42	81	24	900	2,7	90
3	851	2,56	85	25	836	2,51	84
4	885	2,66	89	26	968	2,91	97
5	906	2,72	91	27	973	2,92	97
6	858	2,58	86	28	980	2,94	98
7	739	2,22	74	29	965	2,9	97
8	832	2,5	83	30	928	2,79	93
9	878	2,64	88	31	905	2,72	91
10	885	2,66	89	32	920	2,76	92
11	873	2,62	87	33	887	2,66	89
12	816	2,45	82	34	691	2,08	69
13	852	2,56	85	35	884	2,65	88
14	681	2,05	68	36	726	2,18	73
15	954	2,86	95	37	622	1,87	62
16	913	2,74	91	38	678	2,04	68
17	834	2,5	83	39	703	2,11	70
18	905	2,72	91	40	768	2,31	77
19	925	2,78	93	41	834	2,5	83
20	843	2,53	84	42	861	2,59	86
21	879	2,64	88	43	795	2,39	80
22	812	2,44	81	44	733	2,2	73

المحور الأول: مفهوم الرياضة

جدول (2)

ترتيب كل فقرة تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب (ن=333)

م	رقم الفقرة في الاستبيان	مجموع الاستجابات	المتوسطات	الوزن النسبي	الترتيب
1	1	917	2,75	92	1
2	2	806	2,42	81	9
3	3	851	2,56	85	7
4	4	885	2,66	89	3
5	5	906	2,72	91	2
6	6	858	2,58	86	6
7	7	739	2,22	74	10
8	8	832	2,5	83	8
9	9	878	2,64	88	5
10	10	885	2,66	89	3
	المجموع	8557	2,57	85,8	

يتضح من الجدول (2) مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية والوزن النسبي لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المحور الأول وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (2,22 كأقل قيمة و2,75 كأكبر قيمة)

المحور الثاني: أهداف الرياضة ومميزاتها

جدول (3)

ترتيب كل فقرة تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب (ن=333)

م	رقم الفقرة في الاستبيان	مجموع الاستجابات	المتوسطات	الوزن النسبي	الترتيب
1	11	873	2,62	87	6
2	12	816	2,45	82	10
3	13	852	2,56	85	7
4	14	681	2,05	68	13
5	15	954	2,86	95	1
6	16	913	2,74	91	3
7	17	834	2,5	83	9
8	18	905	2,72	91	3
9	19	925	2,78	93	2
10	20	843	2,53	84	8
11	21	879	2,64	88	5
12	22	812	2,44	81	11
13	23	790	2,37	79	12
المجموع		11077	2,56	85.15	

يتضح من الجدول (3) مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية والوزن النسبي لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المحور الثاني وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (2,05 كأقل قيمة و 2,86 كأكبر قيمة)

المحور الثالث: الأنشطة الرياضية لطالبات الجامعة

جدول (4)

ترتيب كل فقرة تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب (ن=333)

م	رقم الفقرة في الاستبيان	مجموع الاستجابات	المتوسطات	الوزن النسبي	الترتيب
1	24	900	2,7	90	8
2	25	836	2,51	84	11
3	26	968	2,91	97	2
4	27	973	2,92	97	2
5	28	980	2,94	98	1
6	29	965	2,9	97	2
7	30	928	2,79	93	5
8	31	905	2,72	91	7
9	32	920	2,76	92	6

10	33	887	2,66	89	9
11	34	691	2,08	69	12
12	35	884	2,65	88	10
المجموع		10837	2,71	90,42	

يتضح من الجدول (4) مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية والوزن النسبي لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المحور الثالث وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (2,08 كأقل قيمة و2,94 كأكبر قيمة).

المحور الرابع: الإمكانات المتواجدة

جدول (5)

ترتيب كل فقرة تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب (ن=333)

م	رقم الفقرة في الاستبيان	مجموع الاستجابات	المتوسطات	الوزن النسبي	الترتيب
1	36	726	2,18	73	5
2	37	622	1,87	62	9
3	38	678	2,04	68	8
4	39	703	2,11	70	7
5	40	768	2,31	77	4
6	41	834	2,5	83	2
7	42	861	2,59	86	1
8	43	795	2,39	80	3
9	44	733	2,2	73	5
المجموع		6720	2,24	74.67	

يتضح من الجدول (5) مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية والوزن النسبي لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المحور الرابع وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (2,04 كأقل قيمة و2,59 كأكبر قيمة).

الأبعاد الكلية للقائمة:

جدول (6)

مجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب (ن=333)

المحاور	مجموع الاستجابات	المتوسط	الوزن النسبي	الترتيب
مفهوم الرياضة	8557	2,57	85,8	الثاني
أهداف الرياضة ومميزاتها	11077	2,56	85.15	الثالث
الأنشطة الرياضية لطالبات الجامعة	10837	2,71	90,42	الأول
الإمكانات المتواجدة	6720	2,24	74.67	الرابع
المجموع	46449	2,44	81,74	

يتضح من الجدول (6) أن مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى كانت مرتفعة وبنسبة 84,01% ووفق ما يلي:

- حصول المحور المرتبط بالأنشطة الرياضية لطالبات الجامعة المرتبة الأولى بوزن نسبي (90,42%).

- حصول المحور المرتبط بمفهوم الرياضة المرتبة الثانية بوزن نسبي (85,8%).
- حصل المحور المرتبط بأهداف الرياضة ومميزاتها المرتبة الثالثة بوزن نسبي (85.15%).
- حصل المحور المرتبط بالإمكانات المتواجدة المرتبة الرابعة بوزن نسبي (74.67%).

أظهرت النتائج أن هناك تقارب في مستوى مفهوم الثقافة الرياضية في المحاور الخاصة بالأنشطة الرياضية لطالبات الجامعات ومفهوم الرياضية وأهداف الرياضة ومميزاتها، وأن محور الإمكانات المتواجدة كانت بعيدة عن باقي المحاور، وترجع الباحثة هذه النتيجة المرتفعة إلى عدة عوامل وأهمها وجود كلية التربية الرياضية كأحد أهم كليات الجامعة بالإضافة إلى قسم علوم التربية الرياضية بكلية مجتمع الأقصى والتي يقومان بعمل العديد من الدورات وورشات العمل والأيام الدراسية، وكذلك وجود مساقين مهمين في الجامعة الأول هو مساق الثقافة في علوم الرياضة كمتطلب اختياري لطلبة الجامعة ومساق الرياضة المدرسية كمتطلب اختياري لكلية التربية ومساق استراتيجيات تدريس التربية الرياضية كمتطلب اجباري لطلبة مرحلة التعليم الأساسي، هذا بالإضافة إلى وجود الأنشطة الرياضية السنوية في الجامعة والتي تشرف عليها عمادة شؤون الطلبة.

كما تؤكد الباحثة بأن هذه النتيجة تعتبر نتيجة طبيعة لأن محتوي مساق الثقافة في علوم الرياضة ومساق الرياضة المدرسية يمد الطلبة بمعلومات مختلفة وعديدة تتطرق إلى مفهوم والتربية الرياضية وأهدافها وطرق تدريسها وكذلك اخراج درس التربية الرياضية وتنظيم البطولات الرياضية والاصابات الرياضية والقوام بالإضافة إلى علاقة النشاط الرياضي بالصحة وأمراض العصر "كالسمنة وضغط الجم والسكر وهشاشة العظام" وعلاقتها بالتدخين والمكملات الغذائية وكذلك بعناصر اللياقة البدنية المختلفة.

وهذا ما أكدته دراسة عبد الغني ومعتز ومحمود (2021) والتي أشارت إلى ضرورة أن يكون هناك منهاج مقرر وانشطة لجميع طلبة الجامعة تحتوي على مفهوم التربية الرياضية والقيم والاصابات الرياضية وتاريخ الرياضة وسيرة الأبطال، وذلك بسبب وجود ضعف في المعلومات والمعارف الرياضية والتي تهد ركناً أساسياً في كسب الثقافة الرياضية.

وهذا ما اتفقت معه دراسة الغريب (2004) بأن البيئة الرياضية تزخر بالعديد من المعارف والمعلومات والخبرات المهارية والرياضية التي ساهمت في تشكيل وصياغة الخبرات الإنسانية التي يكتسبها الفرد في الملعب وتؤهله لخوض الحياة والوفاء بمتطلبات المهنة في المجتمع.

كما أشار السايح (2011) بأن الثقافة الرياضية تعد بمثابة برامج متداخلة لتكامل قدرات الفرد، فهي تسهم في بناء وتشكيل الوعي الفكري للفرد وتكوين شخصيته المتكاملة التي تؤهله للتكيف مع المجتمع.

وهذا ما أكدته دراسة القدومي والعمد (2017) بأن مستوى الثقافة الرياضية لدي طلبة التربية الرياضية بجامعة النجاح كان عالياً مع ضرورة التأكيد على ضرورة المشاركة في الأنشطة الرياضية للطالبات لأنها تعمل على تكوين مستوى الهوية الرياضية لديهن.

وهذا ما أكدت دراسة أحمد ومهدي (2012) بأن مستوى الثقافة الرياضية لدى طلاب معهد إعداد المعلمين كانت عالية، وأنه حين تم مقارنتها بين طلاب التربية الرياضية وطلاب المعهد كان هناك فروق لصالح طلاب التربية الرياضية.

وهذا ما اتفقت معه دراسة الصلوي (2021) والتي أشارت بأن مستوى الثقافة الرياضية لدي الشباب والشابات بدول الخليج العربي مرتفع والتي أكدت على ضرورة اعتماد الثقافة الرياضية كمقرر دراسي في

الجامعات، وبذلك تم الإجابة على التساؤل الأول والخاص بالتعرف على مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى.

2. **عرض مناقشة نتائج التساؤل الأول والذي ينص على:** ما هي مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى؟

وللإجابة عن السؤال قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابي والوزن النسبي لكل محور من محاور الاستبيان والجداول التالية توضح ذلك.

جدول (7)

ترتيب كل فقرة تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والوزن النسبي والترتيب (ن=333)

م	مصادر الثقافة	مجموع الاستجابات	المتوسطات	الوزن النسبي	الترتيب
1	التلفزيون	801	2,41	80	1
2	الراديو	679	2,04	68	9
3	وسائل التواصل الاجتماعي	786	2,36	79	3
4	الكتب الثقافية	724	2,17	72	7
5	الكتب الدراسية	796	2,39	80	1
6	المجلات	678	2,04	68	9
7	الصحف	619	1.86	62	12
8	الأصدقاء	765	2,3	77	5
9	الأهل والأقارب	760	2,28	76	6
10	السينما	518	1,56	52	13
11	الأخصائي الرياضي	783	2,35	78	4
12	المتاحف والمعارض	632	1,9	63	11
13	النشرات والملصقات	717	2,15	72	7
المجموع		9258	2,14	71,31	

يتضح من الجدول (7) مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية والوزن النسبي لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات مصادر الثقافة الرياضية وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (1,56 كأقل قيمة و2,41 كأكبر قيمة).

كانت أهم مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى بالشكل التالي حيث حصل التلفزيون على الترتيب الأول وبوزن نسبي 80% ثم الكتب الرياضية على الترتيب الثاني بوزن نسبي 80% يليها وسائل التواصل الاجتماعي الترتيب الثالث بوزن نسبي 79% والأخصائي الرياضي على المرتبة الرابعة وبوزن نسبي 78% والأصدقاء على الترتيب الخامس بوزن نسبي 77% والأهل والأقارب على الترتيب السادس بوزن نسبي 76% والكتب الثقافية والنشرات والملصقات على الترتيب السابع بوزن نسبي 72% والمجلات والراديو على الترتيب التاسع بوزن نسبي 68% والمتاحف والمعارض على الترتيب الحادي عشر بوزن نسبي 63% والصحف على الترتيب الثاني عشر بوزن نسبي 62% وأخيراً السينما حصلت على الترتيب الأخير وبوزن نسبي 52%.

وهذا ما أكدته دراسة بشير (2014) والتي إلى أن وسائل الاعلام لها دور هام في الاهتمام بالرياضة والثقافة الرياضية وذلك لدورها التربوي الذي تقوم به في المجتمع وكذلك لتأثيرها في عقول الناس وتفكيرهم وتعريفهم بكل ما هو حديث أو مستحدث في هذا المجال بأبسط الطرق وأرخص الأثمان.

واتفقت على ذلك دراسة عواج وهادية (2021) بأن التلفزيون أهم وسيلة من وسائل الاتصال الجماهيري التي يتعرض لها الأفراد، وتؤثر في تطوينهم وسلوكهم واتجاهاتهم، حيث ينظر للتلفزيون بأنه يساعد على تنمية الوعي والثقافة الرياضية لدى الأفراد عامة وطلبة الثانوية العامة والجامعات.

كما أشارت دراسة بشير (2014) بأن التلفزيون من أهم وسائل الاعلام تأثيراً في عن غيره من الوسائل الأخرى كالصحافة والإذاعة والنشرات والمطبوعات، وذلك لأن التلفزيون يستخدم حاستي السمع والبصر وبذلك يكون التأثير أقوى وأكبر.

وأكدت على ذلك دراسة الزيود (2013) على أن للقنوات الفضائية دور هام وايجابي في اكساب المشاهدين الكثير من المعارف والمعلومات عن الثقافة في المجال الرياضي، وأنه لابد أن يتم الاهتمام بنوعية البرامج الرياضية المقدمة من خلال استضافة خبراء ومحللين ولاعبين في جميع المجالات كالصحة واللياقة لإبراز دور الرياضة.

وكذلك ما أشارت إليه نتائج دراسة دحماني (2013) أن أغلبية عينة الدراسة يشاهدون التلفزيون حيث تستهويهم البرامج الرياضية ثم وسائل الاتصال الاجتماعي عبر الانترنت والتي تؤثر فيهم لدرجة ممارستهم للأنشطة الرياضية،

أما بالنسبة لحصول السينما على الترتيب الأخير فهذا أمر طبيعي حيث أن ذلك يرجع لأنه لا يوجد في قطاع غزة ولا سينما، حيث أنه كان يوجد بها ثلاث دور سينما ولكن مع انطلاق انتفاضة الحجارة عام 1988 فقد قامت القيادة الموحدة للانتفاضة بإغلاقهم ومنذ ذلك الحين وهم مغلقات بشكل نهائي، حيث لم تعمل وزارة الثقافة والفنون على صيانتهن والاستفادة منهن في أي فعاليات وأنشطة ثقافية أو رياضية أو فنية أو فلكلورية شعبية، وبذلك تم الإجابة على التساؤل الثاني والخاص بما هي مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى.

الاستنتاجات:

- مستوى الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى كانت مرتفعة وبنسبة 81,74% حيث حصل المحور المرتبط بالأنشطة الرياضية لطالبات الجامعة المرتبة الأولى بوزن نسبي (90,42%)، بينما حصل المحور المرتبط بمفهوم الرياضة المرتبة الثانية بوزن نسبي (85,8%)، وحصل المحور المرتبط بأهداف الرياضة ومميزاتها المرتبة الثالثة بوزن نسبي (85.15%)، وأخيراً حصل المحور المرتبط بالإمكانات المتواجدة المرتبة الرابعة بوزن نسبي (74.67%).

- حصل التلفزيون كأحد أهم مصادر الثقافة الرياضية لدى طالبات جامعة الأقصى على الترتيب الأول وبوزن نسبي 80% ثم الكتب الرياضية على الترتيب الثاني بوزن نسبي 80% يليها وسائل التواصل الاجتماعي الترتيب الثالث بوزن نسبي 79% والأخصائي الرياضي على المرتبة الرابعة وبوزن نسبي 78% والأصدقاء على الترتيب الخامس بوزن نسبي 77% والأهل والأقارب على الترتيب السادس بوزن نسبي 76% والكتب الثقافية والنشرات والملصقات على الترتيب السابع بوزن نسبي 72% والمجلات والراديو على الترتيب التاسع بوزن نسبي 68% والمتاحف والمعارض على الترتيب الحادي عشر بوزن

نسبي 63% والصحف على الترتيب الثاني عشر بوزن نسبي 62% وأخيراً السينما حصلت على الترتيب الأخير وبوزن نسبي 52%.

التوصيات:

- ضرورة الاستمرار على وجود متطلب تربية رياضية جامعي يدرس لجميع طلبة الجامعة يهدف لرفع مستوى الثقافة الرياضية لديهم.
- الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع من خلال مشاركة الأكاديميين الرياضيين في البرامج التحليلية والخاصة بالنشاط الرياضي وعلاقته بالصحة.
- ضرورة نشر الثقافة والوعي الرياضي بين أفراد المجتمع من خلال وسائل الاعلام الرياضية بمختلف أنواعها.
- ضرورة أن تحتوي الثقافة الرياضية على القيم والمبادئ والسلوك الرياضي السليم.

المراجع:

- بشير، حسام. (2014). دور الاعلام الرياضي في نشر الثقافة الرياضية في الجزائر، مجلة التحدي، العدد 7، ص 57-70، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، الجزائر.
- دحماني، نعيمة. (2013). أهمية الاعلام التربوي في نشر الثقافة الرياضية، مجلة الابداع الرياضي، العدد 10، ص 84-94، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.
- الزيود، خالد. (2013). دور مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلد 21، العدد 4، ص 321-345، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- السايح، مصطفي. (2011). فلسفة التربية الرياضية، دار الوفاء للنشر والطباعة، الإسكندرية، مصر.
- الصعوب، سامر والزغبلات، مهند. (2015). مستوى الثقافة الرياضية لدي أعضاء الهيئة التدريسية بكلية في جامعة مؤتة، مجلة التربية، العدد 166 الجزء 1، ص 428- 455، جامعة الأزهر، مصر.
- الصلوي، عبد اللاله. (2021). مستوى الثقافة الرياضية لدي الشباب والشابات بدول الخليج العربي، مجلة علوم الرياضة والتربية البدنية، المجلد 6 العدد1، ص 11-132، كلية علوم الرياضة والنشاط البدني، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.
- عبد الغني، مختار ومعتز، حسن ومحمود، محمود. (2021). معدلات الثقافة الرياضية لدى الطلاب بكلية التربية الرياضية بجامعة الفيوم، مجلة بني سويف، لعلوم التربية البدنية والرياضة المجلد 3، العدد 6، ص 342-362، كلية التربية الرياضية، جامعة بني سويف، مصر.
- عبد الغني، مختار ومعتز، حسن ومحمود، محمود. (2021). تقويم الثقافة الرياضية لدى الطلاب بكلية التربية الرياضية بجامعة الفيوم، مجلة بني سويف، لعلوم التربية البدنية والرياضة المجلد 4، العدد 7، ص 363-384، كلية التربية الرياضية، جامعة بني سويف، مصر.
- عواج، سامية ودراجي، هادية. (2018). دور الاعلام الرياضي ومسؤوليته نحو تكريس الثقافة الرياضية لدى المراهقين: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي بمدينة عنابة، المجلة العلمية العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 15، عدد خاص، ص 234-242، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر.
- الغريب، بدران. (2004). الثقافة المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- القدومي، محمد والعمد، سليمان. (2017). مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالهوية الرياضية لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، مجلة النجاح للعلوم الإنسانية، المجلد 31 العدد1، ص 35-58، جامعة النجاح، فلسطين.
- https://www.alaqsa.edu.ps

فاعليةُ تحليل العضلات العاملة باستخدام "EMG" لتحسين مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة

د/ هشام علي الأقرع
أ / رائد علي شحادة

المستخلص

هدفت الدراسة الى التعرف على العضلات العاملة باستخدام "EMG" لتحسين مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة وتحديد نسب مساهمتها في المهارة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 4 لاعبين وهم لاعبي نادي سموحة وسبورتينج الرياضي، وكانت أهم النتائج تحديد نسب مساهمة العضلات العاملة لمهارة الصد وبالترتيب التالي: العضلة القصبية الأمامية اليسرى (12.26%)، العضلة التوأمية اليسرى (9.94%)، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى (9.89%)، العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى (9.62%)، العضلة التوأمية اليمنى (8.93%)، العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى (8.85%)، العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى (8.66%)، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى (8.56%)، العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى (7.98%)، العضلة القصبية الأمامية اليمنى (7.02%)، العضلة المستقيمة البطنية اليمنى (4.60%)، العضلة المستقيمة البطنية اليسرى (3.70%).

ويوصي الباحثان بضرورة التركيز بشكل كبير على العضلات التي حصلت على نسب عالية في البرامج التدريبية.

الكلمات المفتاحية: التحليل، التخطيط الكهربائي، مهارة الصد.

Abstract:

The study aims to analyze used muscles for enhancing the single blocking skill for volleyball players under 19 years, by electromyography "EMG", and determine the percentage of muscles' contribution when performing the skill. The researcher used the descriptive method. The study sample consists of (4 players) from smoha and sporting club. The most important findings were to determine the percentages of the used muscles' contribution in the blocking skill- and they are in the following order: L- Tibialis anterior muscle (%12.26), L- lateral Gastrocnemius muscle (%9.94), R- Biceps femoris muscle (%9.89), L- Rectus femoris muscle (%9.62), R- lateral Gastrocnemius muscle (%8.93), R- Erector spinae muscle (thoracic region) (%8.85), L- Erector spinae muscle (thoracic region) (%8.66), L- Biceps femoris muscle (%8.56), R- Rectus femoris muscle (%7.98), muscle R- Tibialis anterior muscle (%7.02), R- Rectus abdominis muscle (%4.60), L- Rectus abdominis muscle (%3.70).The researcher recommends great focusing on the muscles with high percentages in the training programs.

Keywords: Analyzing, EMG, The blocking skill

مقدمة وأهمية الدراسة:

يشهد العالم في العصر الحديث تطوراً منقطع النظير في مختلف الميادين الرياضية والاقتصادية والاجتماعية والتكنولوجية وغيرها من الميادين، ويقوم هذا التطور على أساس من البحث العلمي والدراسة الموضوعية للهدف.

ولقد ساهمت المؤتمرات الرياضية المتعددة بفتح آفاق جديدة في مجال البحث العلمي والتي كان آخرها المؤتمر العلمي الدولي في علوم الرياضة بعنوان "مسرعات التطوير الرياضي في الألفية الثالثة" والذي عقد بتاريخ 23-2021/10/24 والذي أقامته أكاديمية دراسا في كلية التربية الرياضية بجامعة الإسكندرية. وقد تناول البحث أهمية استخدام التكنولوجيا الحديثة والتحليل الحركي في تحسين مستوى الأداء الحركي وتطوير المستويات الرياضية لتحقيق أفضل النتائج.

ويعتبر البحث العلمي هو أساس الوصول إلى نتائج تشكيل إضافة علمية جديدة تزداد أهميتها عند استخدامها في الميدان العلمي، ويهدف ذلك تحقيق طفرة رياضية تهدف إلى زيادة فعالية الأداء وتطويره للمساهمة في الارتقاء بمستوى أداء اللاعبين. (Dempster: 2003، ص 289)

كما أن البحث العلمي يعتبر الأسلوب الأمثل الذي يمكن من خلاله التحقق من النظريات العلمية المختلفة في مجال التدريب الرياضي والاستفادة منها وتطويعها لخدمة الرياضة وتطورها. (الأقرع: 2013، ص 494)

فالتحليل الحركي هو تحليل تشريحي ميكانيكي للمهارة المراد دراستها. يعتمد التحليل التشريحي على عاملين أساسين هما: تحليل الفعل الحركي للمفاصل والزوايا التي تتكون نتيجة حركة العظام وتفصلهما عن بعضهما وتحليل القوة العضلية التي تعطيها العضلات بسبب الانقباضات المختلفة الشدة بصورة سليمة. (فهمي: 2011، ص 401)

ويعتبر التحليل الحركي علم يبحث في الأداء ويسعى إلى دراسة أجزاء الحركة ومكوناتها للوصول إلى دقائقها سعياً وراء تكنيك أفضل. وهو أحد وسائل المعرفة الدقيقة للمسار بهدف التحسين والتطوير. أي أن التحليل الحركي ما هو إلا وسيلة توصلنا إلى المعرفة وتساعد العاملين في المجال الرياضي على اكتشاف دقائق الأخطاء والعمل بعد قياسها على تقويمها في ضوء الاعتبارات المحددة لمواصفات الأداء. (حسين وشاكر: 1998، ص 13)

وتعتبر المهارات الفنية في الكرة الطائرة هي الحركات التي يتحتم على اللاعب أداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها الرياضة بغرض الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد في المجهود، لذلك يجب أن يجيدها كل لاعب إجادة تامة حتى يتحقق الفوز للفريق. ومهارة الصد الفردي من المهارات الأساسية ذات الأهمية الكبيرة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات الهجومية المختلفة فوق الشبكة وهي وسيلة لإحباط الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرات الهجومية فوق الشبكة أو امتصاص قوة الكرة المضروبة، بالإضافة إلى أن تشكيل الصد (الزوجي – الثلاثي) يعطي الوقت الكافي لبقية اللاعبين لاتخاذ مواقعهم الدفاعية في المنطقة الخلفية والأمامية. (عبد الجواد: 2011، ص 3)

وتعتبر مهارة الصد من المهارات الدفاعية في رياضة الكرة الطائرة، وهي خط الدفاع الأول ضد اللاعب المهاجم الذي يقوم بأداء الضرب الهجومي من خلال الوثب عالياً فوق الشبكة وإيقاف عبور الكرة المضروبة من خلال ملامستها باليدين والذراعين (جويد: 2006، ص 159)

ونتيجة فعالية الضرب الهجومي فإن ذلك أدى إلى الاهتمام بتطوير الخطط الدفاعية بتشكيلاتها المختلفة لمحاولة تقليل فعالية الضرب الهجومي للفريق المنافس باستخدام الصد والدفاع خلف الصد. (Deeper & Brenzikofer: 2001، ص 3)

ويشير الباحثان إلى أن مهارة الصد هي في الأساس الحد من قدرة المنافس من ضرب الكرة بسهولة من فوق الشبكة، لأنه في حال فشل لاعب الصد في إيقاف الهجمة فإن ذلك يعطي الفريق المنافس القدرة على تسجيل نقطة، بالإضافة إلى أن الصد الناجح يمكن أن يسجل من خلاله نقطة مباشرة.

وينظر للتخطيط الكهربائي للعضلة على أنه ذلك النشاط الناتج عن توارد الإشارات العصبية بين الجهاز العصبي المركزي إلى غشاء العضلة، والتي تُحدث فرقا في جهد جدار الخلية العضلية ينتج عنه تبادل الشحنات الكهربائية على هذا الجدار، ويتوقف مدى تبادل الشحنة على مدى قوة الإشارة العصبية الواردة من الجهاز العصبي. (بريقع وعقل: 2014، ص 8).

ويعتبر الرسم الكهربي للنشاط العضلي بأنه أسلوباً لقياس النشاط الذي يحدث أثناء الانقباض والاسترخاء العضلي، وهو وسيلة فريدة من نوعها في الكشف عن نشاط العضلات في أي لحظة أثناء الحركة والمواقف المختلفة، وبالإضافة إلى ذلك، فهو يكشف بموضوعية التفاعل والتنسيق الذي يحدث ما بين العضلات وكذلك ترتيب العمل العضلي وهو ما لا يمكن أن يحدث بأي وسيلة أخرى. (Finsterer : 2001، ص 8)

وقد أجريت العديد من الدراسات العلمية في هذا المجال والتي أكدت على أهمية التعرف على العضلات العاملة في الألعاب الرياضية المختلفة مثل دراسة زايد وفرج (2020) والتي هدفت إلى التعرف على الترتيب النسبي للتمرينات النوعية المحددة عند تدريب الوثب العمودي بمرجحة الذراعين للاعبي الكرة الطائرة، وخلُصت الدراسة إلى أن التمرين النوعي باستخدام الأستيك الموزع هو التمرين الأفضل في تدريب معدل تنامي القوة بالنسبة للزمن والنشاط الكهربي للعضلات لحركة الوثب العمودي بمرجحة الذراعين في الكرة الطائرة. إضافة إلى دراسة جاسم (2015) التي هدفت إلى تحليل النشاط الكهربي العضلي لمهارة الإعداد الأمامي كأساس لوضع تمرينات نوعية في الكرة الطائرة وتحديد نسبة مساهمة العضلات في مهارة الإعداد الأمامي أثناء المرحلة التمهيدية، وتوصلت نتائج البحث إلى أن نسبة مساهمة العضلات العاملة في الطرفين العلوي والسفلي لمهارة الإعداد من أعلى الأمامي في كل من: المرحلة التمهيدية والمرحلة الأساسية واختبار (30) ثانية.

لذلك يرى الباحثان أنه يُنظر إلى مهارة الضرب الهجومي في المنافسات ذات المستوى العادي أنها الأكثر أهمية وفاعلية بشكل أكبر جداً من مهارة الصد، ويُنظر إلى مهارة الصد في المنافسات ذات المستوى المرتفع أنها المهارة الثانية من حيث الأهمية بعد مهارة الضرب الهجومي.

مشكلة الدراسة:

نظراً لعدم وجود دراسة فلسطينية –حسب علم الباحثان- تناولت تحليل العضلات العاملة لمهارة الصد الفردي في الكرة الطائرة، ومن خلال خبرة الباحثان حيث كانا لاعبين سابقين وكذلك عملهما في تعليم وتدريب الكرة الطائرة وعمل أحدهما كمدرب منتخب فلسطين تحت 19 سنة، لاحظا أن هناك ثبات في مستوى اللاعبين في مهارة الصد، كما أن عموم مدربي قطاع غزة في رياضة الكرة الطائرة يدربون بشكل غير مقنن في الجزء الخاص بالعضلات العاملة لمهارة الصد، لذلك فقد قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية بهدف التعرف على

مدى معرفة المدربين واللاعبين لطبيعة ونسب مساهمة العضلات في الجسم والخاصة بمهارة الصد الفردي بالإضافة إلى مدى الفائدة التي ستعود عليهم في حال معرفتهم بالعضلات العاملة بمهارة الصد الفردي، فعقد الباحثان لقاءات مع مدربي منتخب فلسطين للكرة الطائرة للكبار والناشئين في المحافظات الجنوبية وتواصلا مع بعض المدربين من جمهورية مصر العربية لمناقشة مدى أهمية التعرف على العضلات العاملة الخاصة بمهارة الصد الفردي فوجدا عندهم القبول لمعرفة العضلات العاملة من أجل إدراجها ضمن برامجهم التدريبية.

كما أن الباحثان قاما بعقد لقاءات مع المختصين في تدريب الكرة الطائرة بكلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى للوقوف على مدى أهمية التعرف على العضلات العاملة لمهارة الصد وخلُصت هذه اللقاءات إلى أنه من الضروري التعرف عليها، كما قابل الباحثان لاعبين من أندية الدرجة الممتازة وقام بسؤالهم عن مدى معرفتهم بطبيعة العضلات العاملة لمهارة الصد الفردي وتبين عدم معرفتهم بطبيعة العضلات بشكل كبير.

ومن هنا انبثقت مشكلة الدراسة في كونها محاولة علمية موجهة لتحليل العضلات العاملة باستخدام "EMG" لتحسين مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحليل العضلات العاملة باستخدام جهاز "EMG" لتحسين مهارة الصد الفردي من خلال:

1. تحديد العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة.
2. تحديد نسبة مساهمة العضلات في مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة.

تساؤلات الدراسة:

1. ما هي العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة؟
2. ما نسبة مساهمة العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة؟

مصطلحات الدراسة:

1. التحليل: دراسة مسار حركة الرياضي، أي عملية توزيع أو تجزئة الكل إلى أجزاء لكي يتم تقرير طبيعة تلك الأجزاء ووظائفها والعلاقة بينهما. (حسين: 1998، ص 165)

2. (EMG): اختصار لكلمة Electromyography: ويقصد به جهاز تسجيل النشاط الكهربي للعضلات. (Karpovich: 1991، ص 14)

3. النشاط الكهربي للعضلات: هي عملية استجابة العضلات كهربياً من خلال الإشارات العصبية الواردة إلى العضلة من الجهاز العصبي. (Karpovich: 1991، ص14)

4. مهارة الصد: هي عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين في المنطقة الأمامية مواجهاً للشبكة لاعتراض الكرة المضروبة من ملعب الفريق المنافس فوق حافة الشبكة العليا. (طه: 1999، ص 11)

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي وذلك لملاءمته طبيعة البحث.

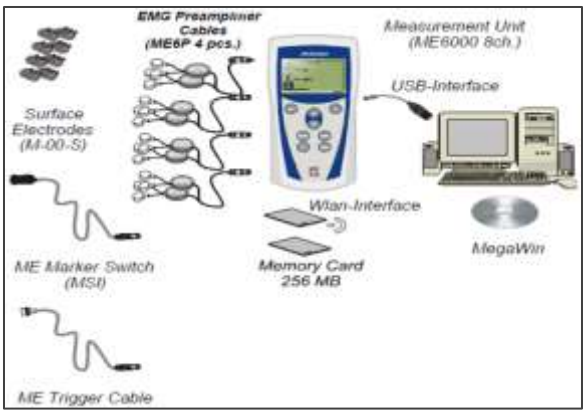
مجالات الدراسة:

المجال المكاني: تم تطبيق الدارسة على العينة في معمل الميكانيكا الحيوية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية – جمهورية مصر العربية.

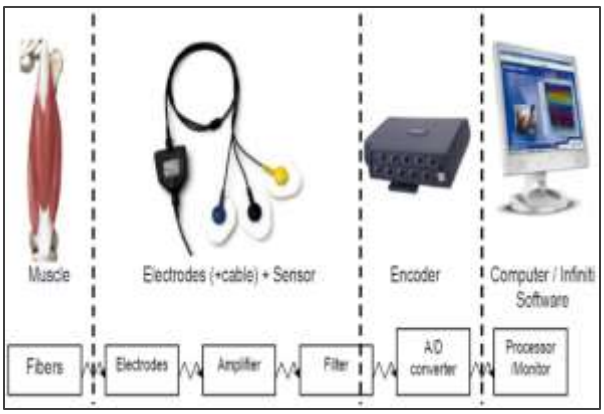
عينة الدراسة: قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد (4) من لاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة من المستويات العليا من نادي سموحة الرياضي وسبورتينج، لتطبيق الدراسة الأساسية "تحليل العضلات العاملة باستخدام "EMG" لمهارة الصد الفردي في الكرة الطائرة".

- الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة:

- جهاز ريستاميتر لقياس الطول (سم).
- ميزان طبي لقياس الوزن (كجم).
- جهاز الإلكترو ميوجراف (EMG Myon Simply Wireless) .
- جهاز كمبيوتر من نوع (Dell OptiPlex 380) عليه برنامج (**b12 Magawin VERSION 3-1-**) لتحليل النشاط الكهربي العضلي.
- جهاز التسجيل (amplifier): يحتوي على 16 قناة يمكن التسجيل لاسلكيا (Wireless).
- جهاز مستقبل الإشارة اللاسلكية (Wireless) لجهاز الكمبيوتر (desk tap) من نوع (tp link).
- كاميرا من نوع (Nikon Coolpix s2700).
- حامل كاميرا ثلاثي.
- أسلاك كهربائية لتوصيل مصدر التيار الكهربي.
- أقطاب سطحية الكترودات (surface electrodes).
- ماكينات حلاقة لإزالة الشعر مكان وضع الالكترون على الجسم.
- كحول أبيض لتطهير وتنظيف مكان الحلاقة قبل وضع الالكترود.
- قطن لتنظيف وإزالة الكحول.
- لاصقات طبية.



شكل (1) **مكونات جهاز الرسم الكهربي للنشاط العضلي** (EMG)



شكل (2) **الرسم الكهربي للنشاط العضلي**

جدول (1) أهم العضلات التي أسفرت عنها الدراسات السابقة وأماكن وضع الإلكترونات

م	اسم العضلة	Muscle	اماكن وضع الإلكترونات على العضة
1	العضلة المستقيمة البطنية اليمنى	R_ Rectus abdominis	
2	العضلة المستقيمة البطنية اليسرى	L_ Rectus abdominis	
3	العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى	R_ Erector spine (thoracic region)	
4	العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى	L_ Erector spine (thoracic region)	
5	العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى	R_ Rectus femora's	
6	العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى	L_ Rectus femora's	
7	العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى	R_ Biceps femora's	
8	العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى	L_ Biceps femora's	
9	العضلة القصبية الأمامية اليمنى	R_ Tibialis anterior	
10	العضلة القصبية الأمامية اليسرى	L_ Tibialis anterior	
11	العضلة التوأمية اليمنى	R_ Gastrocnemius lat	
12	العضلة التوأمية اليسرى	L_ Gastrocnemius Lat	

- تجهيز اللاعبين لتحليل العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي باستخدام **EMG**.

- قام اللاعبون بعمل تمرين إحماء لمدة 15 دقائق قبل إجراء القياسات ثم تنفيذ محاولة تجريبية يقوم فيها كل لاعب بأداء محاولة للمهارة. وقد تم مراجعة كل محاولة أثناء القياس وعند ملاحظة أي خطأ في الأداء أو في القياس يتم حذف المحاولة وعدم تسجيلها ثم يقوم اللاعب بإعادة المحاولة.

- تم تجهيز اللاعبين والأدوات من خلال وضع الكاميرا في مكانها وضبطها، وتم إعداد اللاعبين عن طريق وضع الالكترودات في أماكنها المحددة على العضلات عن طريق حلاقة الشعر ووضع الكحول قبل وضع الالكترودات على العضلات وذلك لضمان جودة الإشارة ودقتها.
- بعد ذلك، تم التأكد من صلاحية التوصيلات والأجهزة للعمل من خلال ضبط جهاز EMG والتأكد من تزامنه مع الكاميرا مع التأكد من استقبال الإشارة من الأجهزة بصورة جيدة.

- خطوات تحليل العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي باستخدام EMG.

تضمنت هذه المرحلة مشاهدة الفيديو المسجل والتأكد من وضوح رؤية جميع اللاعبين داخل مجال التصوير المحدد، وتم تحديد أفضل محاولة صحيحة في مجال التصوير لكل لاعب أثناء أداء مهارة الصد الفردي لاستخراج رسام النشاط الكهربي العضلي للمهارة قيد البحث، وتم تحليل القياسات واستخراج البيانات.

1. المعالجات الاحصائية:

قام الباحثان بمعالجة بيانات الدراسة باستخدام برنامج IBM SPSS Statistics 20 الإحصائي باستخدام المعالجات الاحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - معامل الالتواء. - معامل الاختلاف. - النسبة المئوية.

مناقشة النتائج:

أولاً: مناقشة نتائج التساؤل الأول والذي ينص على ما هي العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة؟

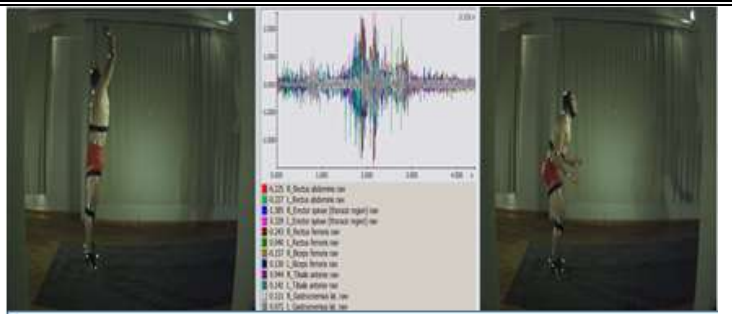
قام الباحثان بمسح علمي شامل داخل الإنترنت وقواعد البيانات العالمية في محاولة للوصول إلى العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي "لتحديد العضلات المراد دراستها بالدراسة" وذلك من خلال اتجاهين وهما:

الاتجاه الأول: وهذا الاتجاه خاص بالرجوع إلى المراجع العلمية كالكتب والأبحاث العلمية التي تناولت مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة؟

الاتجاه الثاني: وهذا الاتجاه خاص بالعرض العلمي للكتب والدراسات العلمية الخاصة بأبحاث الترقي ورسائل الدكتوراه والماجستير، وبالرجوع للمحكمين والأكاديميين المختصين في كليات التربية الرياضية في دولة فلسطين وجمهورية مصر العربية وجمهورية العراق وليبيا أمكن التوصل إلى العضلات العاملة وهي:

- العضلة المستقيمة البطنية اليمنى واليسرى.
- العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى واليسرى.
- العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى واليسرى.
- العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى واليسرى.
- العضلة القصبية الأمامية اليمنى واليسرى.
- العضلة التوأمية اليمنى واليسرى.

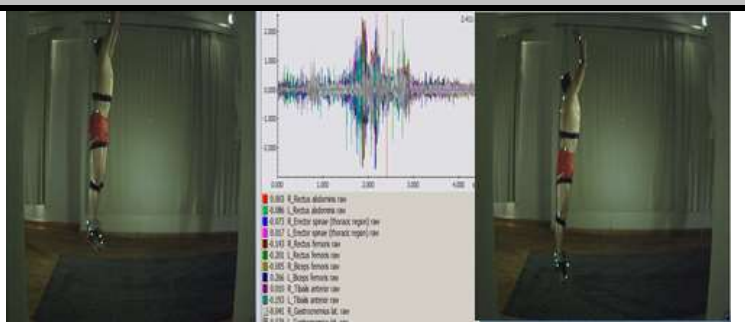
ثانياً: مناقشة نتائج التساؤل الثاني والذي ينص على ما نسبة مساهمة العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة؟



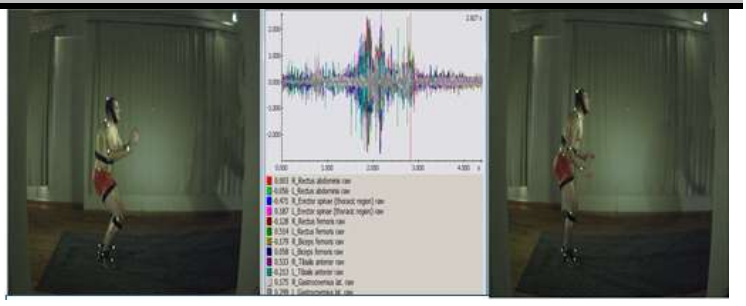
مرحلة الارتقاء من بداية التخميد حتى ترك الأرض



مرحلة الهبوط من أقصى ارتفاع لمس الكرة حتى التوازن على الأرض

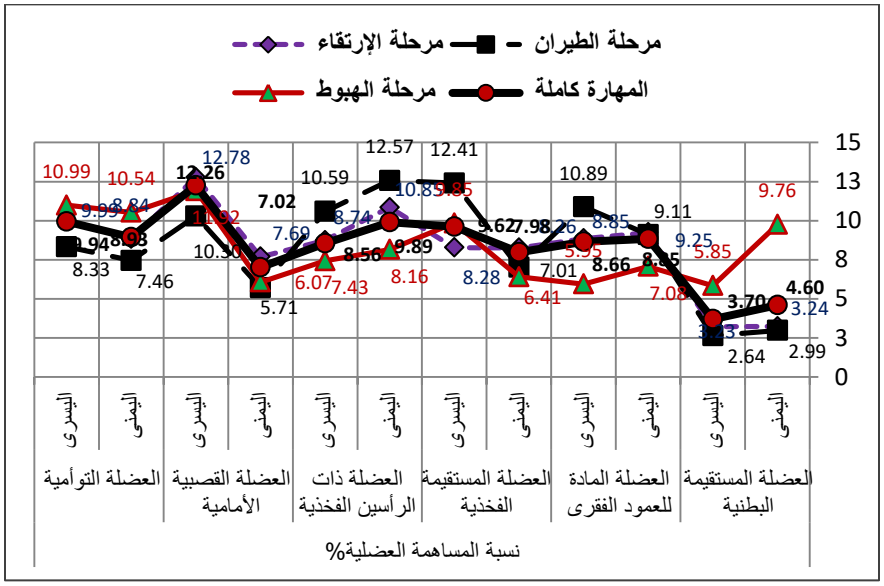


مرحلة الطيران من ترك الأرض حتى أقصى ارتفاع لمس الكرة

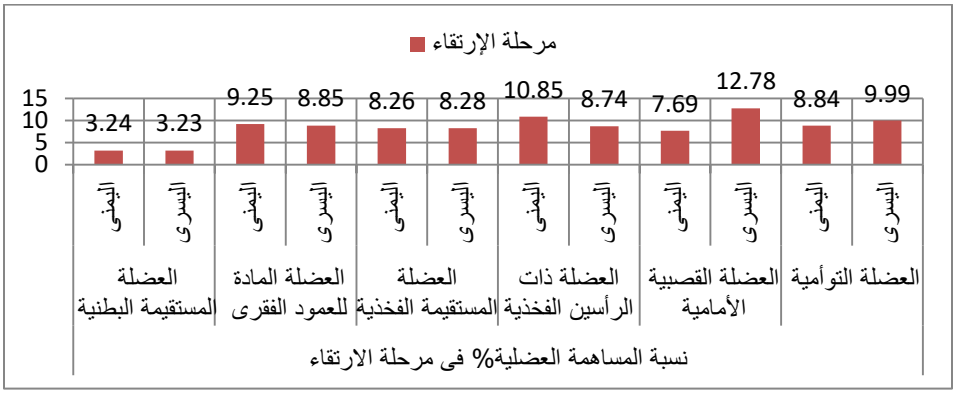


المهارة كاملة من بداية التخميد حتى التوازن على الأرض

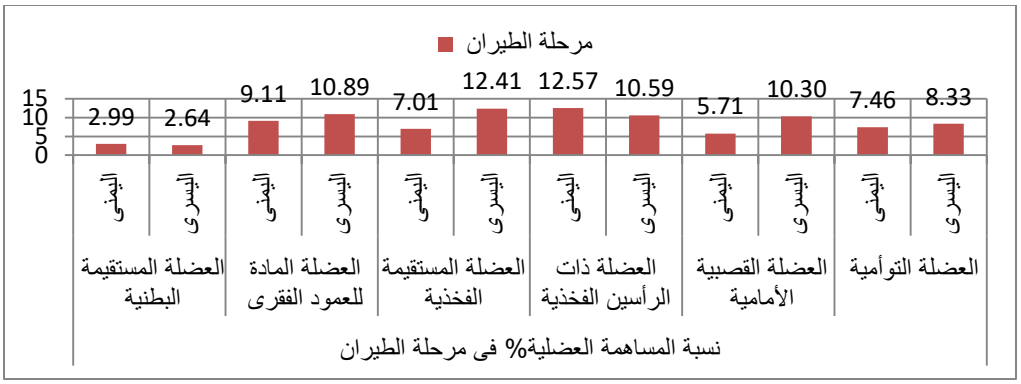
شكل (3) تسجيل متغيرات النشاط الكهربي للعضلات للمهارة المختارة.



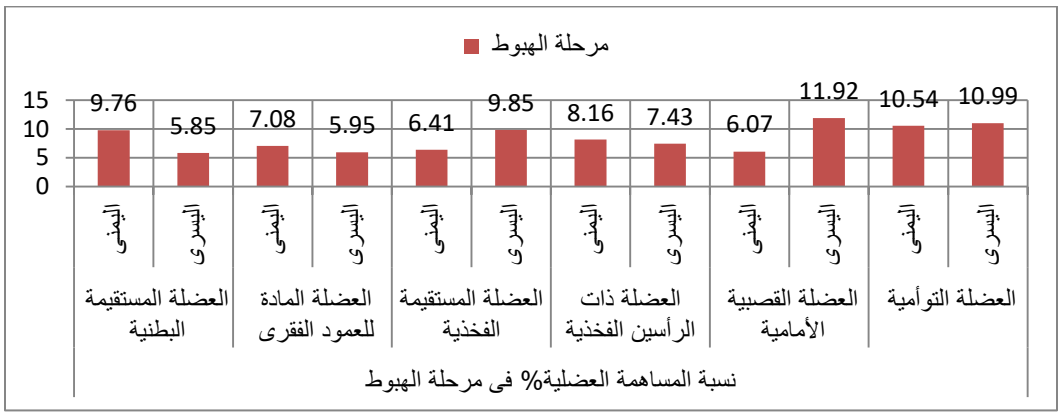
شكل (4)
المتوسط الحسابي لنسبة المساهمة العضلية خلال مراحل مهارة الصد الفردي للاعبي الكرة الطائرة تحت 19 سنة



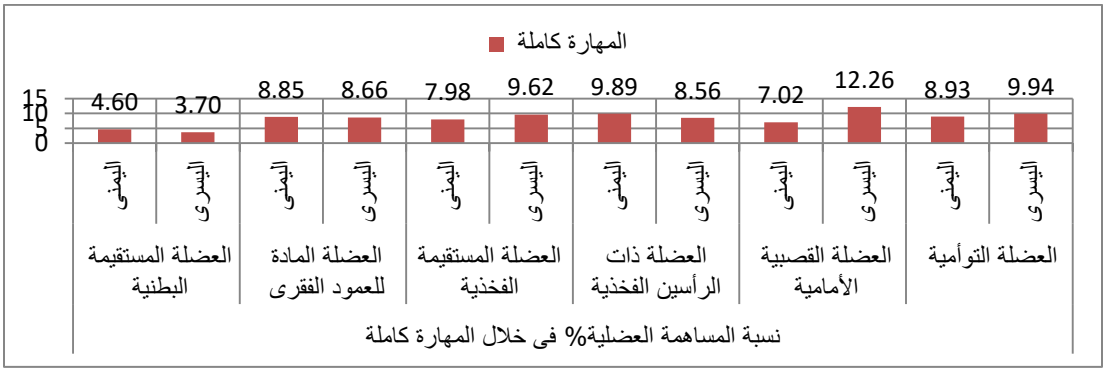
شكل (5) نسبة المساهمة العضلية في مهارة الصد الفردي (مرحلة الارتقاء من بداية التخميد حتى ترك الأرض) للاعبي الكرة الطائرة تحت19سنة



شكل (6) نسبة المساهمة العضلية في مهارة الصد الفردي
(مرحلة الطيران من ترك الأرض حتى أقصى ارتفاع لمس الكرة) للاعبي الكرة الطائرة تحت19سنة



شكل (7) نسبة المساهمة العضلية في مهارة الصد الفردي
(مرحلة الهبوط من أقصى ارتفاع لمس الكرة حتى التوازن على الأرض) للاعبي الكرة الطائرة تحت19سنة



شكل (8) نسبة المساهمة العضلية في مهارة الصد الفردي
(المهارة كاملة من بداية التخميد حتى التوازن على الأرض) للاعبي الكرة الطائرة تحت19سنة

من العرض السابق للأشكال (**4+5+6+7+8**) يلاحظ نسب المساهمة للعضلات العاملة خلال مهارة الصد الفردي تبعاً لنسبة المساهمة هي: العضلة القصبية الأمامية اليسرى (12.26%)، العضلة التوأمية اليسرى (9.94%)، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى (9.89%)، العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى (9.62%)،

العضلة التوأمية اليمنى (8.93%)، العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى (8.85%)، العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى (8.66%)، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى (8.56%)، العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى (7.98%)، العضلة القصبية الأمامية اليمنى (7.02%)، العضلة المستقيمة البطنية اليمنى (4.60%)، العضلة المستقيمة البطنية اليسرى (3.70%) يتضح من هذا التباين في نتائج ترتيب العضلات من حيث الاستجابة للنشاط أن جميع العضلات التي خضعت للتحليل الحركي تتميز بالفاعلية والمشاركة في الأداء المهاري لمهارة الدراسة وهي مهارة الصد، مما يعطي أولوية تدريب هذه العضلات تدريباً مكثفاً للاستفادة منها لتحسين الأداء المهاري.

بينما جاءت العضلة المستقيمة البطنية اليسرى في الترتيب الأخير، وعلى الرغم من نسبة مساهمتها الجيدة إلا أنها لم ترتقِ لأن تكون ذات نسبة مساهمة كبيرة.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة زايد وفرج (2020) ودراسة جاسم (2015) والتي خلصت إلى أن نتائج العضلة القصبية الأمامية اليسرى كان لديها نسب مساهمة عضلية أكبر خلال مهارة الصد، حيث أن نسبة مساهمتها واستجابتها للأداء في الصد كانت في الترتيب الأول مقارنة بالعضلات الأخرى. وأن ما يميزها عن باقي العضلات هو قدرتها على إنتاج معدلات متقاربة من القوة والسرعة معاً، بينما جاءت في الترتيب الثاني والثالث العضلتان التوأمية اليسرى وذات الرأسين الفخذية اليمنى، ويري الباحث أن هذه النتيجة تعتبر منطقية من حيث أن معدلات إنتاج القوة عندها تكون أكبر مقارنة بباقي العضلات الأخرى. يُرجع الباحث ذلك إلى ضعف العضلة، ولذلك يجب التركيز على هذه العضلة بإعطاء تدريبات تخصصية تحسينية لمساعدة اللاعب للارتقاء بالعضلة من أجل الوصول لنسب مساهمة أفضل ثم التوصل إلى أداء مهارة الصد بشكل أفضل. كما يُرجع الباحث ذلك إلى أهمية العضلة القصبية الأمامية اليسرى لما لها من أهمية كبيرة في حركات الدفع؛ فزيادة نسبة مساهمة نشاط هذه العضلات يعمل على تحقيق أقصى قوة دفع للأرض، وهذا أمر منطقي. حيث أن حركة الدفع تبدأ أولاً من عضلات الساق ثم تنتقل إلى العضلات الفخذية، وهذا ما اتفق مع نتائج دراسة Wulfوآخرون (2010) التي أشارت إلى أن أكثر العضلات نشاطاً في ارتفاع القفزة كانت عضلات الساق. كما تؤكد دراسة زايد وفرج (2020) أن العضلة ذات الرأسين الفخذية أظهرت نشاطاً عالياً أثناء تأدية الوثب العمودي بمرجحة الذراعين في الكرة الطائرة.

وهذا ما أكده جمال علاء الدين وناهد الصباغ (2007) أنه في حال قصرت الفترة الزمنية اللازمة لأداء الحركة فإن الأفضلية تصبح للرياضي صاحب المستوى العالي لمعدل تنامي القوة لأن أزمنة أداء الحركات للمراحل الأساسية تقل باطراد مع ترقي الرياضيين في درجات مستوى التأهيل البدني. مما سبق، يرى الباحثان أنه من الضروري تغيير برامج الإعداد الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة وذلك بالتركيز على العضلات التي كانت لها النصيب الأكبر في نسب المساهمة العضلية في مهارة الصد.

الاستنتاجات: في حدود عينة البحث وخصائصها والإمكانيات المتاحة، وفى ضوء أهداف البحث وأدواته والأجهزة المستخدمة واعتماداً على نتائج الأسلوب الإحصائي أمكن التوصل للاستنتاجات التالية:

1. بعد قيام الباحثان بمسح علمي شامل داخل الإنترنت وقواعد البيانات العالمية في محاولة للوصول إلى العضلات العاملة في مهارة الصد الفردي "لتحديد العضلات المراد دراستها بالدراسة" وذلك من خلال اتجاهين وهما:

الاتجاه الأول: وهذا الاتجاه خاص بالرجوع إلى المراجع العلمية كالكتب والأبحاث العلمية التي تناولت مهارات الكرة الطائرة والخاصة بالذراعين.

الاتجاه الثاني: وهذا الاتجاه خاص بالعرض العلمي للكتب والدراسات العلمية الخاصة بأبحاث الترقي ورسائل الدكتوراه والماجستير، وبالرجوع للمحكمين والأكاديميين المختصين في كليات التربية الرياضية في دولة فلسطين وجمهورية مصر العربية وجمهورية العراق وليبيا حيث **أمكن التوصل إلى العضلات العاملة وهي:**

- العضلة المستقيمة البطنية اليمنى واليسرى.
- العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى واليسرى.
- العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى واليسرى.
- العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى واليسرى.
- العضلة القصبية الأمامية اليمنى واليسرى.
- العضلة التوأمية اليمنى واليسرى.

2. **أما بالنسبة لنسب المساهمة للعضلات العاملة خلال مهارة الصد الفردي كاملة فكانت تبعاً لنسبة المساهمة هي**: العضلة القصبية الأمامية اليسرى (12.26%)، العضلة التوأمية اليسرى (9.94%)، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى (9.89%)، العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى (9.62%)، العضلة التوأمية اليمنى (8.93%)، العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى (8.85%)، العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى (8.66%)، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى (8.56%)، العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى (7.98%)، العضلة القصبية الأمامية اليمنى **(7.02%)**، العضلة المستقيمة البطنية اليمنى (4.60%)، العضلة المستقيمة البطنية اليسرى (3.70%).

3. **العضلات العاملة خلال مرحلة الارتقاء من بداية التخميد حتى ترك الأرض لمهارة الصد الفردي تبعاً لنسبة المساهمة هي:** العضلة القصبية الأمامية اليسرى 12.78%، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى 10.85%، العضلة التوأمية اليسرى 9.99%، العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى 9.25%، العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى 8.85%، العضلة التوأمية اليمنى 8.84%، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى 8.74%، العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى 8.28%، العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى 8.26%، العضلة القصبية الأمامية اليمنى 7.69%، العضلة المستقيمة البطنية اليمنى 3.24%، العضلة المستقيمة البطنية اليسرى 3.23%.

4. **العضلات العاملة خلال مرحلة الطيران من ترك الأرض حتى أقصى ارتفاع لمس الكرة لمهارة الصد الفردي تبعاً لنسبة المساهمة هي:** العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى 12.57%، العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى 12.41%، العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى 10.89%، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى 0.591%، العضلة القصبية الأمامية اليسرى 10.30%، العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى \9.11%، العضلة التوأمية اليسرى \8.33%، العضلة التوأمية اليمنى 7.46%، العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى

7.01%، العضلة القصبية الأمامية اليمنى 5.71%، العضلة المستقيمة البطنية اليمنى 2.99%، العضلة المستقيمة البطنية اليسرى 2.64%.

5. العضلات العاملة خلال مرحلة الهبوط من أقصى ارتفاع لمس الكرة حتى التوازن على الأرض لمهارة الصد الفردي تبعاً لنسبة المساهمة هي: العضلة القصبية الأمامية اليسرى 11.92%، العضلة التوأمية اليسرى 10.99%، العضلة التوأمية اليمنى 10.54%، العضلة المستقيمة الفخذية اليسرى 9.85%، العضلة المستقيمة البطنية اليمنى 9.76%، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى 8.16%، العضلة ذات الرأسين الفخذية اليسرى 7.43%، العضلة المادة للعمود الفقري اليمنى 7.08%، العضلة المستقيمة الفخذية اليمنى 6.41%، العضلة القصبية الأمامية اليمنى 6.07%، العضلة المادة للعمود الفقري اليسرى 5.95%، العضلة المستقيمة البطنية اليسرى 5.85%.

التوصيات: في ضوء الاستنتاجات فإن الباحثان يوصي بما يلي:

1. يجب على المدرب التركيز على العضلات الأكثر مشاركة في الأداء المهاري لمهارة الصد ووضع البرامج التدريبية التي تعمل على تطوير الانقباض العضلي لها.
2. التركيز على العضلة القصبية الأمامية اليسرى والعضلة التوأمية اليسرى والعضلة ذات الرأسين الفخذية اليمنى عند تخطيط برامج الإعداد للاعبي الكرة الطائرة في مهارة الصد.
3. تدريب لاعبي الكرة الطائرة على الارتقاء بقوة عالية في زمن أقل من خلال تدريبات القوة المميزة بالسرعة والتدريب النوعي والبليومتري مع المقاومة.
4. إجراء البحوث على المهارات الأساسية في الكرة الطائرة للوقوف على أهم العضلات العاملة والمشاركة في كل أداء مهاري ومن ثم تقنين الأحمال التدريبية المناسبة.
5. ضرورة تصميم تدريبات متطورة مشابهة للأداء المهاري وفقاً للعمل العضلي داخل المهارة وذلك من خلال طبيعة الانقباض العضلي، ونسبة مساهمة العضلات العاملة أثناء الأداء.

المراجع:

- *الأقرع، هشام. (**2013**). أثر التدريب التخصصي على تحسين القدرات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لمنتخب جامعة الأقصى بدفع الجلة، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد **20** العدد **64**، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.*
- *بريقع، محمد وعقل، عبد الرحمن. (**2014**). المبادئ الأساسية لقياس النشاط الكهربائي للعضلات، الطبعة الأولي، منشأة المعارف، الاسكندرية، مصر.*
- *جاسم، أمير. (**2015**). النشاط الكهربي العضلي لمهارة الإعداد الأمامي كأساس لوضع تمرينات نوعية في الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، مصر.*
- *جويد، محمد. (**2006**). الكرة الطائرة، مقدمة في تخطيط التدريب، مفاهيم وتطبيقات، ط**1**، الاسكندرية، مصر.*
- *حسين، قاسم. (**1998**). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، دار الفكر، عمان، الأردن.*
- *حسين، قاسم وشاكر، إيمان. (**1998**). طرق البحث في التحليل الحركي، الطبعة الأولى، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.*

- *زايد، محمد وفرج، أحمد. (**2020**). التوزيع النسبي لمتغيرات قوة دفع الأرض والنشاط الكهربي للعضلات لبعض التمرينات النوعية لأداء الوثب العمودي بمرجحة الذراعين في الكرة الطائرة، المجلة العلمية لفنون الرياضة، العدد 35، ص **85-95**، كلية التربية الرياضية بالهرم، جامعة حلوان، مصر.*
- *طه، على. (**1999**). الكرة الطائرة تاريخ-تعليم-تدريب – تحليل – قانون – ط**1**، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.*
- *عبد الجواد، ياسر. (**2011**). تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس-حركي لناشئ الكرة الطائرة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، مصر.*
- *علاء الدين، جمال والصباغ، ناهد. (**2007**). الأسس المترولوجية لتقويم مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي للرياضيين، منشأة المعارف، الاسكندرية، مصر.*
- *فهمي، محمد. (**2011**). دراسة النشاط الكهربائي **EMG** للعضلات العامة في التصويب بالوثب وتغيير مسافة التصويب في كرة السلة، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد **63**، ص **399-441**، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان، القاهرة، مصر.*
- Wilfrid Taylor Dempster. (2003). The anthropometry of body action, Ann, NY, Acad, sci.
- Pedro Deeper &Rene Brenzikofer (2001). Fluid Mechanics Analysis in Volleyball Services University de Estrada DE Champions, Brazil & Universidad Estrada de Miring? Brazil.
- Peter V. Karpovich (1991). Singing – W.F :Physiology of muscular activity the Saunders company, Philadelphia.
- Josef Finsterer (2001). "EMG – interference pattern an analysis" journal of electromyography and kinesiology, Netherlands

تأثير وحدات تعليمية على وفق إنموذج دانيال في تعلم مهارتين مركَّبتين بكرة القدم لطلاب الخامس الاعدادي

م.م / ضلال تكليف الجنابي م.م / مسلم محمد حسين تغريد تكليف حسن

المستخلص

هَدَفَ البحث الى اعداد وحدات تعليمية على وفق إنموذج دانيال لتعلم بعض المهارات المركبة بكرة القدم, ومعرفة تأثير هذا الانموذج في تعلم تلك المهارات. استُخدِم المنهج التجريبي في البحث وبتصميم المجموعتين التجريبية (استخدم معها انموذج دانيال) والضابطة (استخدمت معها الطريقة المتبعة من المدرس) على عينة متجانسة من طلاب الخامس الاعدادي بلغ عددها (30) طالباً أُختيرت بالطريقة العشوائية بوساطة القرعة من مجتمع البحث المكوَّن من (99) طالباً في مدرسة الخُلد الاعدادية للبنين التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد الكرخ الاولى. اختار الباحثون مهارتين مركبتين وهما (اخماد – مناولة) و (اخماد- دحرجة- تهديف), واجريا التجربة الاستطلاعية على عينة من (10) طلاب من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الرئيسة, ثم اجريا الاختبارات القبلية للمهارات والتي تم التأكد فيها من تكافؤ المجموعتين للبدء بالتجربة الرئيسة من نقطة شروع واحدة, طبَّقا بعد ذلك الوحدات التعليمية لمدة (8) اسابيع وبمجموع (16) وحدة تعليمية لكل مجموعة, وبعدها تم اجراء الاختبارات البعدية وبنفس ظروف الاختبارات القبلية. وبعد معالجة بيانات الاختبارين القبلي والبعدي احصائياً, توصَّل الباحثون الى ان لانموذج دانيال تأثير ايجابي في تعلم المهارتين المركبتين بكرة القدم موضوعة البحث, وتفوقت المجموعة التجريبية (مجموعة انموذج دانيال) على المجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات البعدية.

الكلمات المفتاحية: التعلم الحركي, انموذج دانيال, المهارات المركبة, كرة القدم.

Abstract:

The research aimed to prepare educational units according to the Daniel model to learn some compound skills in football, and to know the effect of this model on learning those skills , and to know the effect of this model on learning those skills. The experimental method was used in the research and the design of the two experimental groups (Daniel's model was used with her) and the control group (the teacher's method was used with her) on a homogeneous sample of fifth preparatory students, numbering (30) students, randomly selected by lottery from the research community consisting of (99) students At Al-Khol Preparatory School for Boys affiliated to the General Directorate of Education of Baghdad Al-Karkh First. The researchers chose two complex skills, namely (putting down - passing) and (putting down - rolling - shootting), and they conducted the exploratory experiment on a sample of (10) students from the research community and outside the main research sample. They conducted the pretests for the skills, in which it was confirmed that the two groups were equal To start with the main experiment from one starting point, they applied the educational units for a period of (8) weeks, with a total of (16) educational units for each group, after which the post-tests were conducted under the same conditions as the pre-tests. In addition, after processing the data of the pre and post-tests statistically, the researchers concluded that the Daniel model had a positive effect on learning the

two compound skills in football, the subject of the research, and the experimental group (Daniel's model group) outperformed the control group in the results of the post-tests.
Keywords: Motor learning, Daniel's model, complex skills, football.

مقدمة البحث

تواجه العملية التعليمية في وقتنا الحاضر العديد من التحديات والتطورات، مما جعل معظم الدول تتجه نحو البحث عن كيفية إعداد أفرادها إعدادا سليماً لمسايرة تلك التغيرات والتطورات في المجالات كافة, وان مجالات علوم الرياضة ايضاً شملها التقدم العلمي كعلم التعلم الحركي الذي يهتم بكيفية حدوث تعلم الحركات والمهارات الرياضية, كما وتوجد العديد من النظريات التي تفسر كيفية حدوث عملية التعلم ومنها النظرية البنائية التي ينتمي اليها انموذج دانيال التعليمي الذي يعد واحد من النماذج التي تهدف لتحقيق التعلم من خلال مراحل تمكن المتعلم من تقييم تفكيره واتجاهه نحو المادة التعليمية من خلال نوع من المهام, وتسخيره في تعليم المهارات المركبة بكرة القدم قيد البحث, اذ تع لعبة كرة القدم واحدة من الالعاب الفرقية ذات المنافسة الكبيرة بما تحتويه من اثارة وتشويق وتعتمد في اغلب اوقات المباراة على المهارات المركبة التي تتكون من دمج مهارتين او اكثر في وقت واحد. وتكمن اهمية البحث بعمل محاولة علمية جديّة لتعليم بعض مهارات كرة القدم المركبة لطلاب الخامس الاعدادي والوصول بهم الى أفضل تعلم من خلال استخدام انموذج تعليمي جديد بالنسبة لهم في درس التربية الرياضية.

مشكلة البحث:

عند إطّلاع الباحثون بشكل ميداني على العديد من دروس التربية الرياضية في المدارس الاعدادية، لاحظا ان الكثير من الطلاب يعانون بطئاً في تعلم واداء المهارات المركبة في لعبة كرة القدم الذي قد يكون سببها الاسلوب او الطريقة التعليمية المتبعة, لذلك طرحا السؤال التالي: هل ان استخدام انموذج تعليمي جديد(بالنسبة للطلاب) يساعد في تسريع التعلم لبعض المهارات المركبة بكرة القدم لدى الطلاب ضمن عينة البحث؟ لذلك استخدما انموذج دانيال كمحاولة للإجابة عن ذلك السؤال.

هدف البحث:

- اعداد وحدات تعليمية على وفق إنموذج دانيال لتعلم بعض المهارات المركبة بكرة القدم.

-التعرف على تأثير الوحدات تعليمية على وفق إنموذج دانيال في تعلم مهارتين مركَّبتين بكرة القدم لطلاب الخامس الاعدادي.

فروض البحث:

1 – وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في تعلم مهارتين مركبتين بكرة القدم لعينة البحث.

2– وجود فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في تعلم مهارتين مركبتين بكرة القدم لعينة البحث لصالح المجموعة التجريبية.

مجالات البحث

المجال البشري: طلاب الصف الخامس الاعدادي في اعدادية الخُلد للبنين التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد / الكرخ الاولى.

المجال الزماني: من 2023/1/15 الى 2023/5/15 .

المجال المكاني: الساحة الخارجية لإعدادية الخُلد للبنين.

مصطلحات البحث:

انموذج دانيال إنموذج للتعليم يقوم أساساً على فكرة النظرية البنائية ويتكون من تسع مراحل تتفاعل فيما بينها لتحقيق التعلم. (البيلي، 2022، صفحة 178)

اجراءات البحث

منهج البحث استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة لملائمته طبيعة البحث ومشكلته واهدافه.تم تحديد مجتمع البحث متمثلاً بطلاب الخامس الاعدادي في اعدادية الخُلد للبنين, التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد/ الكرخ الاولى, للعام الدراسي (2022-2023م) البالغ عددهم (99) طالباً, اختير منهم بالطريقة العشوائية بعد استبعاد الراسبين واللاعبين في الاندية والمدارس والاكاديميات الكروية, (15) طالب للمجموعة التجريبية و(15) طالباً للمجموعة الضابطة, اذ بلغت النسبة المئوية لعينة البحث (30.30%).

تكافؤ عينة البحث

تم التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في المهارات المركبة قيد البحث لغرض البدء من نقطة شروع واحدة للمجموعتين وذلك باستخدام اختبار t test للعينات غير المترابطة اذ كانت قيمة sig اكبر من 0.05 كما مبيَّن في جدول (1).

جدول (1) تكافؤ مجموعتَّي البحث في الاختبارات القبلية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		T المحسوبة	sig	الدلالة
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
1	اخماد-مناولة	د/ثا	0.176	0.075	0.195	0.066	0.747	0.461	غير معنوي
2	اخماد-دحرجة-تهديف	د/ثا	0.215	0.033	0.217	0.035	0.155	0.878	غير معنوي

كل قيمة في عمود (sig) ≥ 0.05 معنوي.

وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث استخدم الباحثون وسائل جمع المعلومات المتمثلة بالمصادر والمراجع والمقابلة والاستبانة, والادوات المتمثلة بهدف كرة قدم قانوني واهداف صغيرة عدد (2) قياس 60×60 سم وكرات قدم قانونية والشواخص والاجهزة المتمثلة بحاسوب محمول وساعة الكترونية.

المهارات والاختبارات المستخدمة : تم اختيار مهارتين مركبتين هما (اخماد-مناولة) و (اخماد-دحرجة-تهديف) بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والمصادر العلمية واجراء المقابلات مع الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم لتحديد المهارات والاختبارات المناسبة لها. وكانت الاختبارات المطبقة كما يلي:

اولاً: اختبار الاخماد والمناولة

اسم الاختبار: الاخماد والمناولة من اتجاهين مختلفين. (حران، صاحب، و عبد النبي، 2022)

الغرض: ان يقيس الاختبار سرعة الطالب ودقته في اخماد الكرة ومناولتها.

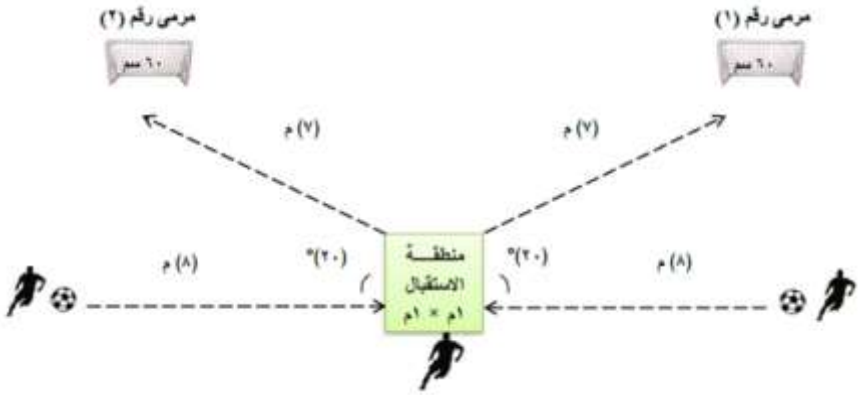
الادوات: كرات قانونية بعدد (2) كرة, اداة قياس مترية, صبغ بخاخ, هدف حديدي صغير ابعاده (60 × 60) سنتمتر, بعدد (2) هدف, ساعة لحساب الوقت.

الوصف: يقوم الطالب بالوقوف وراء الخط لمنطقة الاخماد المرسومة بمسافة (8) متر عن المدرس الذي يناول الكرة باتجاهين ايسر وايمن، وعندما تُسمع الصافرة يناول المدرس الكرة الى الطالب من اليمين الى منطقة الاخماد, فيتقدم الطالب داخل منطقة الاخماد ويحاول اخمادها بأي جزء من اجزاء قدمه ومناولتها باتجاه الهدف (1), والمحاولة الثانية من اليسار ويناول الطالب الكرة الى الهدف(2), ينظر الشكل (1).

الشروط: يكون الاخماد في المنطقة المرسومة للإخماد، وان يكون اداء الطالب للمهارتين بسرعة ودقة قدر المستطاع.

التسجيل: لكل طالب محاولتين اثنتين، واحدة من اليمين والثانية من اليسار, يعطى (درجة واحدة) للاخماد الناجح, يعطى (صفر) للاخماد غير الصحيح, يعطى (درجة واحدة) للمناولة الناجحة, يعطى (صفر) للمناولة غير الصحيحة.

توجيهات: اعلى حد للدقة التي يمكن منحها للطالب هي (4) درجات, (2) للاخماد و(2) للمناولة, يتم حساب الوقت بالساعة الالكترونية, وتكون وحدة القياس هي (الدرجة/ ثانية), يحسب وقت الاختبار النهائي بجمع وقتَّي المحاولتين الاثنتين, على ان يكون احتساب وقت المحاولة عندما يمس الطالب الكرة الى حين وصولها الى الخط للهدف الحديدي الصغير, اما مجموع الدقة يحتسب بجمع درجتَّي الاخماد والمناولة, ويطبق قانون (فت): "الاداء المهاري= مج الدقة/ مج الزمن". (خيون، 2010، صفحة 45)



شكل (1) اختبار الاخماد والمناولة

ثانياً: اختبار الاخماد والدحرجة والتهديف

اسم الاختبار: الاخماد ودحرجة الكرة بين الشواخص ثم التهديف. (غاوي، 2020، صفحة 124)

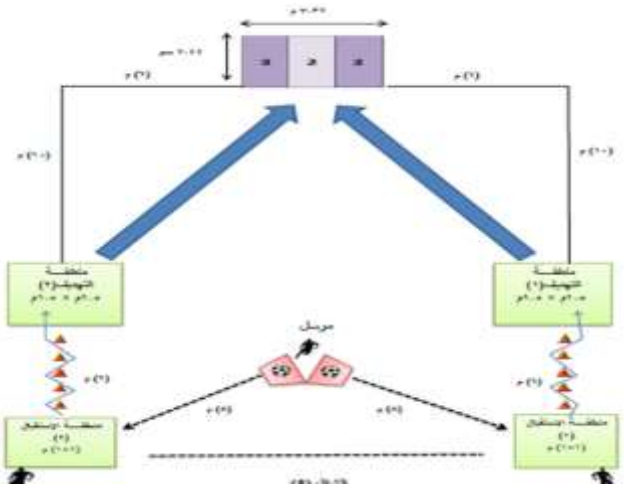
الغرض: ان يقيس الاختبار الدقة والسرعة لمهارات اخماد الكرة ودحرجتها وتهديفها نحو المرمى.

التجهيزات المطلوبة: كرات قانونية بعدد (2) كرة, اداة قياس مترية, صفارة, هدف كرة قدم قانوني ابعاده (7.32× 2.44)م يقسم الى ثلاثة اقسام, ابعاد كل قسم (2.44 x2.44) م عدد (1),ترسم منطقة الاخماد بشكل مربع على الارض ابعاده (1 x1) م, ترسم منطقة التهديف بشكل مربع على الارض ابعاده (1.5 1.5 x) م, اقماع بلاستيكية عدد (10), اشرطة مطاطية لتقسيم المرمى, ساعة الكترونية لحساب الوقت.

الوصف: يقوم الطالب بالوقوف وراء منطقة الاخماد رقم (1) , والتي تبعد عن منطقة التهديف رقم (1) مسافة (6) م, وعند اعطاء اشارة البداية يناول المدرس الكرة ارضية الى منطقة الاخماد (1), ويحاول الطالب ان يخمد الكرة في المنطقة المحددة المرسومة على الارض ثم يدحرجها بين الشواخص لمسافة (6)م ليصل الى المنطقة المحددة للتهديف المرسومة على الارض, ثم يُهدّف نحو المناطق المحددة في الهدف, ويكون موضع المدرس امام المرمى اسفل منطقتي التهديف ويتوسط منطقتي الاخماد (1) و (2) ويبعد عن كل منطقة اخماد مسافة (8) م , ينظر الشكل (2).

الشروط: يخمد الطالب كرة القدم في مكانها المخصص المرسوم على الارض, ويُهدِّف من المكان المخصص لذلك, والحرص على انهاء الاختبار بأعلى سرعة ودقة ممكنتين من قبل الطالب.

النتيجة: يمنح كل طالب محاولتين, واحدة من اليمين والثانية من اليسار, يعطى (درجة واحدة) للاخماد الناجح, يعطى (صفر) للاخماد غير الصحيح, يعطى (درجة واحدة) للدحرجة الناجحة, يعطى (صفر) اذا خرجت الكرة من سيطرة الطالب أو اسقاطه لأحد الشواخص, يحتسب له ثلاث نقاط عند دخول الكرة للحيّز الثالث, ويعطى (نقطتين) في الحيّز الثاني, يعطى (نقطة فقط) اذا لامست كرته احد القائمين او العارضة, يعطى (صفر) اذا لم تدخل الكرة الى المرمى. ملاحظات: الحد الاعلى لدرجات الدقة (10) درجات, (2) منها للاخماد و(2) للدحرجة و (6) للتهديف, يتم حساب الوقت بالساعة الالكترونية, وتكون وحدة القياس هي (الدرجة/ ثانية), يحسب وقت الاختبار النهائي بوساطة جمع اوقات المحاولتين, على ان يكون احتساب وقت المحاولة عندما يمس الطالب الكرة الى حين وصولها الى خط الهدف, ويطبق قانون (فت): "الاداء المهاري= مج الدقة/ مج الزمن".



شكل (2) اختبار الاخماد والدحرجة والتهديف

التجربة الاستطلاعية :قام الباحثون بأجراء تجربة استطلاعية على عينة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الرئيسة كانت الغاية منها اجراء الاسس العلمية للاختبارات ومعرفة مدى ملائمتها للعينة, والتعرف على وقت اجرائها وكفاءة فريق العمل المساعد وحساب عدد تكرارات التمرينات.

التجربة الرئيسة

1- الاختبارات القبلية :تم اجراء الاختبارات القبلية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المهارات المركبة قيد البحث بعد اعطائهم محاضرة عن كيفية تطبيقها, وفي الساحة الخارجية للمدرسة, وحرصا على تثبيت ظروف اجراءها كافة لتطبيقها نفسها قدر الامكان في الاختبارات البعدية.

2 - الوحدات التعليمية: تم تطبيق الوحدات التعليمية المعدة على وفق انموذج دانيال على المجموعة التجريبية, اما المجموعة الضابطة فقد تم استخدام طريقة المدرس المتبعة معها, وكان عدد الوحدات التعليمية (16) وحدة لكل مجموعة امتدت لثمانية اسابيع بواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع حسب جدول الدروس الاسبوعي, وكانت اجراءات انموذج دانيال الذي يتكون من تسع مراحل, يتم تطبيق مراحل الانموذج في القسم الرئيس للدرس وبجانبيه التعليمي والتطبيقي الذي مدته (30) دقيقة, اذ تضمَّن الجزء التعليمي من الدرس مرحلتين مدتهما (5 دقائق) هما: (السعدني و عودة، 2006).

1- المرحلة الاولى (التعليم المباشر) (2.5) دقيقة : يشرح المدرس اي مهارة من مهارات كرة القدم مثل المناولة ويقوم بتوضيح هدف الدرس بشكل نظري للطلاب.

2- المرحلة الثانية (المراجعة) (2.5) دقيقة : يؤدي المدرس المناولة بأنواعها بشكل عملي وربط انواع المناولات المختلفة امام الطلاب ليتمكنوا من تأديتها في المرحلة اللاحقة.

وبعد انتهاء وقت المرحلتين السابقتين يتم الانتقال الى الجزء التطبيقي من الدرس والذي يتضمن (7) مراحل مدتها (25 دقيقة) وكما يلي:

3– المرحلة الثالثة (الاستعراض) (3) دقائق: يؤدي الطلاب المهارة المشروحة والمعروضة لهم بشكل عملي عن طريق التمارين, ويسألهم المدرس اثناء ذلك: هل تستطيع اداء المناولة باستخدام القدم اليمنى مرة والقدم اليسرى مرة اخرى؟ (حاول ذلك) فيحاول الطلاب الاداء كما مطلوب منهم.

4– المرحلة الخامسة (الاستقصاء) (5) دقائق: اداء الطالب للمناولة باستخدام الادوات المتاحة مرة مع الجدار او المصاطب ومع الزميل مرة اخرى والمدرس يقوم بتقديم أسئلة وتلميحات عن الاداء للطالب لكي يعدل من اداءه.

5- المرحلة الخامسة (التبيان والتعبير) (5) دقائق : يستمر اداء المناولة فيما بين الطلاب ويساعدون بعضهم بشكل حر وملاحظة الاخطاء التي قد يقعون فيها فيما بينهم, وعدم تدخّل المدرس في هذه المرحلة.

6- المرحلة السادسة (الحوار والمناقشة) (4) دقائق : يحاور المدرس الطلاب ويطلب منهم المناقشة لماذا لم تؤدي المهارة بشكلها الصحيح ؟ وماذا عملت لتحسين ادائك المهاري ؟ هل تعتقد انك افضل من زميلك؟ ويكون جواب الطالب مقروناً بالتطبيق العملي اي عن طريق التمارين.

7– المرحلة السابعة (الاختراع) (2) دقيقة : يعيد المدرس في هذه المرحلة شرح المهارة من جديد ويبين الاخطاء التي وقع بها الطلاب وكيفية تلافيها, وربط انواع مهارة المناولة.

8- المرحلة الثامنة (التطبيق) (5) دقائق: يعيد الطلاب اداء المناولة مع الزملاء وهذه المرة يتم استخدام الادوات المتاحة (شواخص ،مسطبة ،جدار) حسب الشرح والتصحيح الذي تم في المرحلة السابعة لغرض ضبط الاداء الفني للمهارة.

9- المرحلة التاسعة (التلخيص والغلق) (1) دقيقة: يقوم المدرس بإعطاء خاتمة عن اداء الطلاب للمهارة وما تحقق من نتائج

3 - الاختبارات البعدية: بعد الانتهاء من الوحدات التعليمية تم اجراء الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الساحة الخارجية للمدرسة, وبنفس وقت وظروف الاختبارات القبلية.

الوسائل الإحصائية : تمّ معالجة البيانات احصائياً باستخدام برنامج spss من خلال استخدام: الوسط الحسابي, الانحراف المعياري, اختبار t test للعينات المترابطة , واختبار t test للعينات غير المترابطة.

عرض النتائج

جدول (2) الاحصاء الوصفي وفروق الاوساط و (t)
للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي		بعدي		فرق الاوساط	T المحسوبة	sig	الدلالة
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
اخماد- مناولة	د/ثا	0.176	0.075	0.890	0.076	0.714	56.99	0.00	معنوي
اخماد- دحرجة- تهديف	د/ثا	0.215	0.035	0.873	0.081	0.658	42.63	0.00	معنوي

كل قيمة في عمود (sig) ≥ 0.05 معنوي

جدول (3) الاحصاء الوصفي وفروق الاوساط و (t)
للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي		بعدي		فرق الاوساط	T المحسوبة	sig	الدلالة
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
اخماد- مناولة	د/ثا	0.195	0.066	0.566	0.152	0.371	8.034	0.00	معنوي
اخماد- دحرجة- تهديف	د/ثا	0.217	0.035	0.530	0.105	0.312	11.588	0.00	معنوي

كل قيمة في عمود (sig) ≥ 0.05 معنوي.

جدول (4) الاحصاء الوصفي و (t)
والدلالة للمجموعتين في الاختبار البعدي

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		T المحسوبة	sig	الدلالة
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
اخماد-مناولة	د/ثا	0.890	0.076	0.566	0.152	7.356	0.000	معنوي
اخماد-دحرجة-تهديف	د/ثا	0.873	0.081	0.530	0.105	9.936	0.000	معنوي

كل قيمة في عمود (sig) ≤ 0.05 معنوي.

المناقشة

يتبين من النتائج المعروضة في الجدولين (2) و(3) وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيري البحث ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة, تدلنا هذه الفروق الى حصول التعلم الحركي للمهارات المركبة قيد البحث , ولكن بقيم متفاوتة بين المجموعتين, ويعزو الباحثون السبب في ذلك الى انموذج التعليم الذي استخدم مع الطلاب في كل مجموعة, ففي المجموعة التجريبية يعزو الباحثون حدوث الفروق المعنوية إلى فاعلية الوحدات التعليمية المُعدَّة بإنموذج دانيال, وما يتضمنه هذا الانموذج من مراحل تسع, التي يستعرض فيها مدرس المادة المعلومات الرئيسة المختصة بموضوع الدرس ويربط الدرس الحالي مع الدروس السابقة لتهيئة اذهان الطلاب ويقوم الطالب بالتطبيق العملي لما شاهده وسمعه من المدرس اذ يذكر (المردني، 2020، صفحة 70) و:"انه حينما يطبق الطالب الأداء سيبدأ عندها التعلم الفعلي، إذ أن مراحل التعلم تبدأ بالاستيعاب للمفردات المطلوب تعلمها من المتعلم, هذا يكون بوساطة شرح وعرض الحركات". وعندما يعود المدرس لتعليم المهارات مرة اخرى في المرحلة السابعة وهي الاختراع باستخدام خرائط المفاهيم من خلال ربط المهارة بالمهارات الاخرى وتحديد الاخطاء التي وقع بها الطلاب ووجوب تصحيحها مما ادى الى تحسين الاداء. اذ تذكر (عبد الرسول، 2018) "أن وجود الخرائط المعرفية المفاهيمية للمتعلمين التي تكون لها صلات بفهم المضمون فيؤدي ذلك بأن يستخدم المتعلم الخرائط الجديدة والتعديل عليها ليصل الى فهم جديد لمضمون فيتحسن الاداء".

اما في المجموعة الضابطة فيعزو الباحثون اسباب الفروق المعنوية الى الاسلوب المتبع من المدرس, اذ ساهم التزام الطلاب بتطبيق الواجبات المطلوبة منهم من المدرس والتقيد بها الى تحقيق التحسن لديهم وهذه نتيجة منطقية لاستخدام اي طريقة تعليم ولكن تكون نسب الاستفادة منها متفاوتة. اذ يذكر& و (كطان، 2020): "ان المتعلم يعمل ضمن ما معد له, وان الاسلوب الامري يعمل على تنمية استجابات المتعلمين الآنية من خلال الحافز الصادر من المدرس للطالب بأن يبدأ بالتمرين".

ومن المؤثرات التي ساهمت بحصول الفروق المعنوية للمجموعتين فيرى الباحثون ان تراكم الخبرات الذاتية للمتعلمين بسبب حضورهم للوحدات التعليمية في دروس التربية الرياضية والتكرارات للتمرينات والتغذية الراجعة قد ساهمت بذلك. اذ يذكر (كماش و الشاويش، 2011، صفحة 48) و "انه عن طريق الممارسة في الدروس سنعرف حصول التعلم والتحسن بالأداء , لان الممارسة واحدة من أنماط السلوك التي يؤديها المتعلم لتحسين أداءه الحركي".

ويتبين من النتائج المعروضة في الجدول(4) وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية لمتغيري البحث ولصالح المجموعة التجريبية, ويعزو الباحثون سبب تحقيق الافضلية والتفوق في المجموعة التجريبية الى إنموذج دانيال الذي اثَّر بشكل واضح في تعلم المهارتين المركبتين, ويعود الفضل بذلك الى مراحل هذا الانموذج التي ساهمت في اخذ التصور الكافي عن المهارات المركبة, وان عملية الربط بين انواع المهارات ساهم بتكوين تعلم ذي معنى عند الطلاب وحسب النظرية البنائية, واستثارة افكار الطلاب في الوحدات التعليمية واداء النشاطات التجريبية بصورة بعيدة عن التعصب بالرأي وعدم تدخل مدرس المادة فيها, وكذلك المحاورة والمناقشة بين الطلاب والمدرس في الاخطاء الشائعة التي وقعوا فيها ونتائج النشاطات التي قاموا بها وكيفية تصحيح الاخطاء للوصول الى الاداء الامثل. وتذكر (صباح و عبد الكريم، 2022) : "ان الهدف من استخدام انموذج دانيال هو لإشباع حاجات الطلاب المتعلمين وزيادة الدافعية للتعلم لديهم, وبالتالي تزداد وتنمو وتتحسن لديهم الخبرة والمهارة والقابلية والقدرات العقلية والحركية والبدنية".

الاستنتاجات

- وجود تأثير ايجابي للوحدات تعليمية بإنموذج دانيال في تعلم المهارتين المركبتين (اخماد-مناولة) و(اخماد-دحرجة-تهديف) .
- جاء انموذج دانيال بالمرتبة الاولى من حيث افضلية التأثير الايجابي في تعلم المهارتين المركبتين اكثر من الاسلوب المتبع من مدرس المادة.

التوصيات

- استخدام وتطبيق الانموذج التعليمي (دانيال) في تعليم المهارات المركبة بكرة القدم لطلاب المرحلة الاعدادية.
- اجراء دراسات اخرى باستخدام انموذج دانيال على فعاليات وفئات عمرية اخرى.
- اجراء دورات تدريبية وتطويرية لمدرسي التربية الرياضية على النماذج التعليمية مثل انموذج دانيال.

المراجع

احمد جلاب حران، سلام جبار صاحب، و احمد حيدر عبد النبي. (2022). تأثير انموذج (a.s.s.u.r.e) بوسائل مساعدة على وفق اسلوب الدافعية (تحكم-عجز) وتعلم بعض المهارات المركبة بكرة القدم للموهوبين. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية,22(2),1-11.

احمد زهير كطان. (2020). تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني في تعليم مهارة التصويب بكرة القدم للطلاب. بحث منشور,مجلة علوم التربية الرياضية, المجلد 13, العدد 2.

اميرة باسم البيلي. (2022). فاعلية استخدام نموذج دانيال البنائي في تحسين دافعية الانجاز والتحصيل المعرفي بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية وفقاً للرؤية الاستراتيجية للتعلم 2030م. بحث منشور,مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية,العدد 51, المجلد 24.

انتصار صباح، و اسراء عبد الكريم. (2022). اثرأنموذج دانيال المعرفي في تنمية التفكير الجانبي و تعلم مهارتي الدحرجة الامامية والخلفية بالجمناستك الفني لطالبات قسم التربية البدنية. بحث منشور,مجلةكليةالتربيةالاساسيةالعدد(116) المجلد (82) .

حيدر رحيم غاوي. (2020). تأثير تمرينات خاصة باستعمال جهازي fitlight وqualiy response لتطوير سرعة ودقة اداء بعض المهارات المركبة والقدرات الحركية للاعبي كرة القدم بأعمار (14) سنة. اطروحة دكتوراه, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة,جامعة بغداد، 111.

طيبة حسين عبد الرسول. (2018). تأثير أنموذجي دانيال وثيلين في تنمية الطلاقة الحركية والتحصيل المعرفي والمهاري بكرة القدم للصالات. اطروحة دكتوراه,كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة,جامعة البصرة.

عبد الرحمن السعدني، و ثناء عودة. (2006). التربية المستقبلية مداخلها و استراتيجيتها. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

علي محمد المردني. (2020). فسيولوجيا الرياضة. Yazouri Group for Publication and Distribution.

يعرب خيون. (2010). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد: مطبعة الكلمة الطيبة.

يوسف لازم كماش، و نايف زهدي الشاويش. (2011). التعلم الحركي والنمو الانساني. عمان: دار زهران للنشر والتوزيع.

دور ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في تعزيز الصحة النفسية لدى النساء العوانس بمدينة سطيف

د / بلال حمسي د / الشيخ الصافي

المستخلص

يهدف هذا البحث إلى إبراز أثر ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية في تحسين الصحة النفسية لدى النساء العوانس، ولأجل هذا اتبعنا المنهج الوصفي لملامته طبيعة الدراسة وخصوصياتها، وقد استهدفت هذه الدراسة عينة بلغ تعدادها (16) تنحصر أعمارهن العينة ما بين(35 – 45سنة)، تم اختيارهن بطريقة قصديه و يمثلون مجتمع البحث تمثيلا صادقا، وقد استعملنا الاستبيان كأداة لجمع البيانات مبنى على مقياس الصحة النفسية ل (D.R, leonard'S-Linocovi) وتم الاعتماد على برنامج (spss) لمعالجة البيانات احصائيا، في الأخير خلصت نتائج الدراسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور إيجابي في تحسين جودة الحياة لدى النساء العوانس.

الكلمات المفتاحية: الأنشطة الرياضية الترويحية، الصحة النفسية، النساء العوانس

Abstract:

This research aims to highlight the effect of practicing recreational sports in improving the mental health of spinster women, and for this reason we followed the descriptive approach due to its relevance to the nature and specifics of the study. They were chosen in an intentional way and they represent the research community with a sincere representation. We used the questionnaire as a data collection tool based on the mental health scale of (D.R, Leonard's-Linocovi) and relied on the program (spss) to process the data statistically, Finally ; the results of the study concluded that recreational sports activities have a positive role In improving the quality of life of unmarried women.

key words :Recreational sports activitiesp, sychological health, spinster women

1.مقدمة

حث الدين الاسلامي على الاهتمام بالصحة الجسدية و النفسية لدرجة إدراجه كأحد مقاصد الشريعة الاسلامية متمثلا في حفظ النفس ،ومن هذا بَين الرسول (ص)أن أي ممارسة تخدم هذا المقصد لا تعد مضيعة للوقت وقال مصداقا لقوله " كلُّ شيءٍ ليس فيه ذِكْرُ اللهِ ، فهو [لَغْوٌ] وسَهْوٌ ولَعِبٌ ، إلا أَرْبَعَ: ملاعبةُ الرجلِ امرأتَه ، وتأديبُ الرجلِ فَرَسَه ، ومَشْيُه بين الغَرَضَيْنِ ، وتعليمُ الرجلِ السباحةَ" (الألباني،205)، من هنا يتجلى لنا وبكل وضوح أن السباحة التي تعتبر وجه من أوجه الترويح في زمانه و لم يشملها النبذ في هذا المقام بل العكس ،فللأنشطة الرياضية الترويحية مكانة مهمة في الدين الاسلامي وهذا لدورها في تنمية الكثير من الجوانب الذاتية للإنسان.

يعتبر الترويح الرياضي في وقتنا الحاضر مرادفا تماما لمفهوم حربة النشاط و التسلية واللعب، ومرتبطا بالنسيج و النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد، لذا فقد تزايد الاهتمام بالترويح وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة النامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر وشملت هذه

الاهتمامات آثاره على الأشخاص العاديين وغير لعاديين على حد السواء، واهتمت الدول المتقدمة بالترويح الرياضي لإدراكها بأنه يعد أفضل وسيلة لاستثمار وقت الفراغ والذي يكون من نواتجه اكتساب العديد من القيم البدنية والخلقية و الاجتماعية والمعرفية (كمال درويش و آخرون ،1997، 56)

تعد الصحة النفسية أحد الجوانب الهامة للصحة العامة والرفاهية البشرية. فهي تشمل حالة الوجدان والمشاعر والتفكير، وتؤثر بشكل كبير على سلوكيات الأفراد وجودة الحياة التي يعيشونها. على الرغم من أهمية الصحة النفسية، فإنها لا تزال قضية مهمشة في كثير من المجتمعات حول العالم، فالضغط النفسي والتوتر والقلق من أكثر المشاكل الصحية النفسية انتشارا في العصر الحديث والتي سببها غالبا الضغوط اليومية و المشاكل العائلية، والعملية، والاقتصادية، والاجتماعية في تأثير سلبي على الصحة النفسية للأفراد. قد يؤدي هذا الواقع إلى تفاقم مشكلات الصحة النفسية وظهور اضطرابات نفسية أكثر خطورة، مثل الاكتئاب والقلق المستمر واضطرابات الشخصية، من الجدير بالذكر أن الصحة النفسية ليست مجرد غياب للمشاكل النفسية، ولا يكون هذا إلا بتحقيق التوازن بين الحياة الأسرية والحياة الشخصية خصوصا لدى المرأة.

كثيرا ما تسمى المرأة المتأخرة عن الزواج بتوصيف العانس ،فما بين مؤيد ومتقبل للمصطلح باعتباره يعبر عن إحدى المشكلات النفسية والاجتماعية الموجودة فعلا في جميع المجتمعات ،وبين معارض لاستخدام هذا المصطلح باعتباره ينتقص من قيمة من يوصفون به ولا يليق بإنسانيتهم، وعلى الرغم من أن العنوسة هي لفظ أطلق على الجنسين ذكورا وإناثا إلا أن ثقافة مجتمعاتنا العربية تركز على عنوسة المرأة أكثر من عنوسة الرجل باعتباره واقعا مفروضا على النساء وليس باختيارهن في كثير من الحالات، وأيضا لارتباطه بسن الإنجاب لديهن ،بينما في حالة الرجال فهو على الغالب باختيارهم وإن كانت الظروف الاجتماعية والاقتصادية في كثير من الأحيان تعيق قدرة الشباب وتجبرهم على تأجيل قرار الزواج. إلا أن مفهوم العنوسة من المفاهيم الاجتماعية المتغيرة بناء على عوامل ديمغرافية عدة، منها مكان السكن وأنماط المعيشة وثقافة المجتمع وما يرتبط بها من العادات والتقاليد، والمستوى الاقتصادي والمستوى التعليمي وصفات شخصية مرتبطة بطبيعة الأفراد ومدى المرونة والقدرة على مواجهة الضغوط، والنضج ومستوى الثقة بالنفس ودرجة المساندة الاجتماعية والاستقلالية. وكلما زادت عوامل انعدام الأمن الاجتماعي والتفكك الأسري والبطالة وضعف الوازع الديني، كلما أدى ذلك إلى مضاعفة الآثار النفسية والاجتماعية والصحية على الأفراد خصوصا المرأة، فمن الملاحظ ارتفاع سن الزواج خاصة مع التحولات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية في الوطن العربي.

1.1.الإشكالية:

تعد ظاهرة العنوسة أحد المواضيع التي لا تزال تعتبر من الطابوهات المسكوت عنها في المجتمع العربي هذا ما يفسر قلة البحث في مجال الدراسات النفسية و السوسيولوجية المتعلقة بهذه الظاهرة، ورغم الأبعاد التي يأخذها هذا الموضوع الا أن هناك عدة متغيرات تتحكم فيه كالتنشئة الاجتماعية والتركيبة الديمغرافية والجوانب الثقافية والعادات والتقاليد التي يفرضها المجتمع ،فالمرأة لا تتواجد بمعزل عن المجتمع بل تعتبر نصف هذا الأخير(بغداد خيرة، 2013، 84)، فالتأخر عن الزواج أصبح كابوس يؤرق النسوة في المجتمعات العربي عموما وفي المجتمع الجزائري على وجه الخصوص، فالمرأة التي فاق سنها الثلاثين ولم تتمكن من تكوين أسرة في إطار الزواج كثيرا ما تتعرض للتنمر وسوء المعاملة بأنواعها من طرف الأقارب والعائلة وحتى في المحيط المهني بسبب عدم تمكنهن من الارتباط، وكون طبيعة المرأة مطبوعة بمشاعر حساسة ومرهفة في تركيبتها الوجدانية هذا ما يتسبب غالبا بضغوط نفسية لدي كثير من النسوة المتأخرات عن الزواج

مما يُتسبب لديهن في كثير من الأحيان باضطرابات عاطفية ووجدانية كالانطواء وعقد كعقدة النقص وبتراكمها قد تصدر عنهن في ما بعد سلوكيات انفعالية مشحونة بالقلق (Sigmund Freud, 21, 1916)، وكون النشاط الرياضي الترويحي أحد الوسائل الرئيسية لاستغلال وقت فراغ الأفراد، فالأنشطة التي تمارس ضمنه تتسم بخلوها من المنافسة الشديدة و قوانين اللعب الصارمة مما يجعل منها منبع للفرح و السرور و يحولها إلى مساحة للتنفيس عن الضغوطات والمكبوتات المتراكمة سوءا أكانت اجتماعية أو مهنية (أمين الخولي،12،1997)، وكون الترويح الرياضي أحد الوسائل التي يعتمد عليها خبراء علم النفس في توصياتهم في هكذا شؤون ارتأينا في هذه الدراسة تسليط الضوء وكشف الدور الذي تلعبه النشاطات المرتبطة بهذا الأخير في تعزيز الجوانب النفسية والوجدانية للنساء العوانس و معرفة مدى مساهمته في تحسين جودة الحياة لديهن.

2.1.تساؤلات الدراسة:

1.2.1.السؤال العام:

هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في تعزيز الصحة النفسية لدى النسوة العوانس ؟

2.2.1.الأسئلة الفرعية:

- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في التقليل من سمة القلق لدى النسوة العوانس؟
- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في التقليل من سمة العدوانية لدى النسوة العوانس؟

3.الفرضيات:

1.3.الفرضية العامة :لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في تعزيز الصحة النفسية للمرأة العانس

2.3. الفرضيات الجزئية :

- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في التقليل من سمة القلق لدى النسوة العوانس.
- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في التقليل من سمة العدوانية لدى النسوة العوانس.

4.أهمية الدراسة:

- معرفة الدور الذي تلعبه ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الجانب النفسي للمرأة العانس
- الإحاطة بالمشاكل النفسية التي تواجهها فئة النساء اللائي صنفن من فئة العوانس.
- الاطلاع على واقع استغلال النشاط الرياضي الترويحي كنشاط متكاملة الخصوصيات لبلوغ أهداف على مستوى الجوانب النفسية لدى النساء العوانس.
- معرفة العلاقة الارتباطية بين ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية والصحة النفسية لدى فئة النسوة العوانس.
- الإحاطة بمختلف الجوانب التي ينبغي إدراكها خلال التعامل مع هذه الشريحة.

5. أهداف الدراسة:

1.5. هدف رئيسي: إبراز الدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية في تعزيز الصحة النفسية لدى النساء العوانس.

2.5. أهداف فرعية:

- إبراز مدى مساهمة الأنشطة الرياضية الترويحية في تحسين الصحة النفسية لفئة النسوة العوانس.
- الكشف على التأثير الذي تخلفه ممارسة النسوة العوانس للأنشطة الرياضية ذات الطابع الترويحي في خفض مستويات القلق لديهن.

- الكشف على دور الممارسة الرياضية الترويحية و الدور الذي تلعبه في التقليل من القلق و السلوكيات العدوانية.

6. تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

1.6.الأنشطة الرياضية الترويحية:

- **التعريف الاصطلاحي:** هي أحد الأركان الأساسية في الترويح الرياضي لما تتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميتها في التنمية الشاملة للفرد: شخصيا ،اجتماعيا، نفسيا....الخ(صغير نورا لدين،77،2009).

- **التعريف الإجرائي:** هي تلك النشاطات ذات الطابع الرياضية التي تمارس وقت الفراغ التى لا تخضع لقوانين صارمة وتخلوا من المنافسة الحادة بحيث؛ تهدف لزرع الفرح والسرور والبهجة في نفوس ممارسيها وتمثلت في بحثنا هذا في نشاط السباحة الترويحية.

2.6. الصحة النفسية :

- **التعريف الاصطلاحي:** تعنى مدى قدرة الفرد على التوافق مع نفسه و مع المجتمع الذي يعيش فيه، هذا ما يؤدى إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب، مليئة بالتحمس والرضا و الإشباع العاطفي، الاجتماعي، البدني ....الخ(سالم الراسبي، 135،2006)

- **التعريف الإجرائي:** هو قدرة الفرد على تحقيق التوازن النفسي و التكيف مع المحيط و البيئة التي ينتمى اليها دون أي اضطراب .

3.6. المرأة العانس:

- **التعريف الاصطلاحي**: هي المرأة التي تجاوز سنها الحد الافتراضي لسن الزواج المتعارف عليه في المجتمع الذى تنتمي له (رحيمة شرقي، 2007، 41).

- **التعريف الإجرائي**: هو قرب سن المرأة لمرحلة اليأس أو الدخول فيه دون الارتباط برجل قصد تكوين أسرة.

7. الدراسات السابقة و المشابهة:

الدراسة الأولى :

دراسة هدى عبد العزيز الدغيري(2021) بعنوان: تأثير النشاط الرياضي على نوعية حياة المرأة السعودية.

تهدف هذه الورقة البحثية إلى تحديد تأثير النشاط الرياضي على نوعية حياة المرأة السعودية (أي اللياقة والصحة، والجوانب الاجتماعية، والجوانب النفسية، والجوانب الأخلاقية، والجوانب العقلية). كما يهدف إلى تطوير آليات لتفعيل النشاط الرياضي لتحسين نوعية حياة المرأة السعودية. العينة تتألف من (384) امرأة سعودية في الرياض. وطبق صاحب البلاغ استبياناً لجمع البيانات، النتائج أظهر أن النشاط الرياضي له تأثير كبير على اللياقة البدنية والجوانب النفسية والمعنوية ويرتفع إلى تأثير معتدل على الجوانب الاجتماعية والعقلية للمرأة السعودية ويؤثر على السلوكيات الصادرة عنها بحيث؛ يقلل العدوانية و العصبية، توصي الدراسة بتنشيط دور وسائط الإعلام في نشر الثقافة الرياضية والتوعية بين النساء (الأطفال - المراهقات - المسنات) نشر نشرة عن النشاط الرياضي تحت الإشراف لتغطية الأنشطة الرياضية والأهداف والبرامج وكذلك الزمان ومكان الممارسة، وهذا بدوره يمكن أن يعزز الجوانب الإيجابية لممارسة الأنشطة الرياضية

الدراسة الثانية:

دراسة أودينة آسيا(2021) بعنوان: دور ممارسة السباحة الترويحية في تحسين الصحة النفسية لدى المرأة خلال سن اليأس.

تهدف هذه الدراسة إلى إظهار الدور الذي يمكن أن تلعبه السباحة الترويحية في تحسين الصحة النفسية لدى المرأة خلال سن اليأس. فكانت تساؤلات الإشكالية على النحو التالي : هل ممارسة السباحة الترويحية كفيلة بخفض مستوى العصابية الذي ينعكس على الصحة النفسية لدى المرأة خلال سن اليأس ؟و للتوصل إلى نتيجة اختارت الباحثة عينة قصدية تكونت من (50)امرأة موزعين على النحو التالي (25) منهن مارسن السباحة الترويحية بانتظام و (25) لم تمارسن أي نشاط بدني رياضي ولاسيما السباحة واللاّتي يتراوح سنهن ما بين (48) و (55) سنة. وكان الغرض من البحث هو تقييم الصحة النفسية لهذه الفئة من الأفراد فخضعت (25) امرأة ممارسة للسباحة الترويحية و (25) امرأة غير ممارسة لأي نشاط بدني رياضي ترويحي لمقياس يقيم مستوى العصابية لديهن الذي يعتبر مؤشر للصحة النفسية. مع العلم أنّ هذا العامل يشمل السمات الست التالية: القلق ،و الغضب أو العدائية ،و الاكتئاب، والشعور بالذات، والاندفاع، والضغط العصبي، من الناحية المنهجية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي. ولجمع البيانات تمّ استخدام مقياس نموذج الأبعاد الخمس للشخصية (NEO PI-R) بواسطة " كوستا و مك كراي" (Costa &McCrae 1992) الذي سمح لها بتقييم مستوى العصابية لدى النساء خلال سن اليأس. أشارت النتائج التي تم الحصول عليها بوضوح إلى أنّ النساء اللواتي لا تمارسان نشاط بدني رياضي ترويحي واجهن مشاكل عصابية حيث يشعرن معظمهن بعدم الاتزان الانفعالي الذي ينعكس على صحتهن النفسية. في المقابل فإن النساء اللواتي مارسن السباحة الترويحية بانتظام كنّ أكثر استقرارًا من الناحية الانفعالية على مستوى عامل العصابية. أخيرًا لاحظت الباحثة أنه بصرف النظر عن الفرضيتين المتعلقتين بسمتي "الاندفاع" و"الضغط العصبي" فقد تم التحقق من و جود فروق ذات دلالة إحصائيا بين النساء الممارسات للسباحة الترويحية و النساء غير ممارسات لأي نشاط بدني رياضي ترويحي على مستوى السمات الأربع لعامل العدوانية (القلق، والغضب أو العدائية، و الاكتئاب و الشعور بالذات). كما تمّ التحقق من الفرضية التي تنص إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين النساء الممارسات للسباحة الترويحية على مستوى العصابية يعزى لمدة الممارسة.

الدراسة الثالثة:

دراسة العيد بن شميسة (2023) بعنوان: مؤشرات الرضا الحركي لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية الرياضية و علاقتها بالصحة النفسية.

هدفت الدراسة الى التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقته بالصحة النفسية، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالدراسة الارتباطية وشملت عينة الدراسة (260) طالبة من المركز الجامعي البيض تم اختيارها بالطريقة العشوائية و طبق الباحث مقياس الرضا الحركي و مقياس الصحة النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الرضا الحركي ومستوى الصحة النفسية بكل أبعادها لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية جاء بدرجة مرتفعة خصوصا على مستوى سمة القلق وأنه توجد علاقة ايجابية بين درجة الرضا الحركي والصحة النفسية لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية الرياضية، يوصى الباحث على ضرورة التأكيد على أهمية تطور الجانب النفسي وتنمية الرضا الحركي لدى الطالبات نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وإيجاد وسائل جديدة وحديثة تزيد من تنمية الدافع والميل والرغبة نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

2. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.2. منهج المتبع : تم الاعتماد في هذا البحث على المنهج الوصفي المقارن وهذا لملاءمته وخصوصيات البحث.

2.2. مجتمع وعينة البحث:

1.2.2. مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من تعداد (16) امرأة ممارسة من أصل (185) يمارسن السباحة الترويحية بالمركب الرياضي لمدينة سطيف.

2.2.2. عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بطريقة المسح الشامل لعينة قدرها (16) امرأة تتراوح أعمارهن ما بين (35-45 سنة) لم يسبق لهن الزواج من قبل و يتمتعن بصحة بدنية جيدة.

3.2. المجال الزماني والمكاني للدراسة:

1.3.2. المجال الزماني : انطلقت مجريات البحث ابتداء من شهر(15) ماي إلى غاية (15) سبتمبر سنة 2022

2.3.2. المجال المكاني: تم إجراء البحث في شقه الميداني بمسبح 08 ماي1945 بالمركب الرياضي المتعدد الاختصاصات بمدينة سطيف.

4.2. متغيرات البحث:

- **المتغير المستقل:** الأنشطة الرياضية الترويحية.
- **المتغير التابع:** الصحة النفسية، النساء العوانس.

5.2. أدوات جمع البيانات:

1.5.2. الاستبيان:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والبحوث المشابهة، قام الباحث بإنجاز استبيان مغلق يحتوي على (30) عبارة، كل (15) عباره منه تخدم محور ، وكان تعداد المحاور (02) هما: محور قياس مستوى القلق و محور قياس درجة العدوان تم الاعتماد في هذه الدراسة على مقياس الصحة النفسية المعدل في البيئة الجزائرية من قبل الباحث عبد الله عبد الله وهو مقياس(Speilbergerand and London) ، وهو مقياس درجات القلق و العدوانية مكيف على البيئة الجزائرية (زندي يمينة،2016).

جدول (1) درجات تقييم عبارات الاستبيان

غالبا	أحيانا	أبدا
1	2	3

2.5.2 .الوحدات الرياضية للألعاب الترويحية : يتكون البرنامج الرياضي الترويحي من عدة ألعاب شبه رياضية صغيرة فردية و جماعية ،مكونة لوحدة ترويحية مدتها ساعة واحدة، يطبق البرنامج بمعدل حصتين في الأسبوع ،و يتكون البرنامج الترويحي ككل من (24) وحد .

6.2. الدراسة الاستطلاعية :

من أجل الوصول إلى أفضل طريقة لإجراء الاستبيان بهدف الوصول إلى نتائج صحيحة ودقيقة من خلال تطبيق الطرق العلمية المتبعة كان لزاما على الطالب الباحث القيام بالدراسة الاستطلاعية، حيث قام بالتوجه للميدان (المسبح) يوم :2022/05/15الى غاية : 2022/05/30 و تم ما يلي:

- إجراء المعاملات الادارية والقانونية لسير البحث ميدانيا
- الاطلاع على القانون الداخلي للمسبح
- جرد الوسائل و الأجهزة المتاحة للاستخدام
- التعرف على الطاقم الإداري و التقني للمسبح
- التعرف على مجتمع البحث وضبط خصوصياته واختيار العينة الملائمة للمشاركة في البحث
- تم التحقق من الأسس العلمية لأداه جمع البيانات بإجراء الاختبار وإعادة و كانت النتائج كما يلي كما يلي :

7.2.أدوات جمع البيانات:

1.2.7.الصدق:

جدول(2) معاملات الاختبار وإعادة الاختبار

السمة	الاختبار		إعادة الاختبار	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
القلق	10.50	1.60	10.15	1.46
العدوان	8.50	2.45	8.75	2.12

جدول (3) معامل الثبات و الصدق الذاتي

معامل الثبات	الصدق الذاتي
0.83	0.91
0.96	0.98

2.7.2 .الثبات:

بعد أن تم التأكد من صدق الاستبانة واعتمادها بشكلها النهائي تم التأكد من ثباتها، ونظرا لكثرة الطرق الإحصائية لإيجاد معامل الثبات فقد تم الاعتماد على طريقة التطبيق وإعادة التطبيق(test-retest) باستخدام برنامج spss، حيث تم تطبيق أداة القياس على مجموعة من النسوة العازبات اللائي تأخرن عن الزواج و هن المشكلين لعينة البحث و البالغ تعدادهم ب: (16) امرأة، وبعد أسبوعين تم إعادة التطبيق على نفس المجموعة وفي ظروف مشابهة تماما للتطبيق الأول، وبعدها تمت المعالجة الإحصائية للنتائج المتحصل عليها بحساب معامل الارتباط بيرسون وتحصلنا على النتائج التالية:

جدول (4) معامل الارتباط بيرسون
بين التطبيق وإعادة التطبيق لا ستبانه الصحة النفسية

المتغيرات	معامل الارتباط بيرسون
القلق	0.55
العدوان	0.97
الاختبار ككل	**0.99

من خلال البيانات المدونة في الجدول رقم(3) أعلاه يتبين أن أداة البحث على درجة عالية من الثبات، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار ككل(0.99) وهي قيمة مرتفعة جدا، أما بالنسبة للمحاور فقد تراوحت بين: (0.55-0.97)، وهي أيضا قيم مرتفعة، وعليه يمكن القول أن الأداة تخدم أهداف البحث ويمكن الاعتماد عليها للوصول إلى نتائج حقيقية و موثوقة.

8.2.الأساليب الإحصائية المستعملة :

بعد استرجاع جميع استمارات الاستبيان الموزعة على عينة البحث والمقدرة ب (16)استمارة موجهة ، تم تفريغها وباستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(SPSS)، وتهيئتها للمعالجة الإحصائية عن طريق اختبار " ت " ستيودنت.

9.2.عرض و مناقشة النتائج:

1.9.2.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

- **الفرضية الأولى:** لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في التقليل من سمة القلق لدى النسوة العوانس

- **التحليل الاستدلالي لنتائج الفرضية الأولى:**

جدول(5)

طبيعة الفروق بين نتائج الاستبيان القبلية والبعدية لبعد القلق

	القبلي		البعدي		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة الخطأ	درجة الحرية	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
النتائج	7.94	2.64	13.06	2.95	16.29	2.13	0.05	15	يوجد فرق

من خلال نتائج الجدول (5) وجد أن قيمة المتوسط الحسابي للاستجواب القبلي و الذي يساوي (7.94) أقل من قيمة المتوسط الحسابي للاستجواب البعدي (13.06) ،و بمقارنة قيمة "ت" المحسوبة والتي تساوي (16.29) بقيمتي "ت" الجدولية (2.13) عند درجة حرية (15) و مستوى الدلالة (0.05) وُجِدَ أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية ، إذا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي، ومنه فالفرضية محققة.

- مناقشة الفرضية الأولى:

تبين النتائج المحصل عليها من الجدول أن هناك أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الإجابات ب" غالبا"، ومنه تبيّن لنا أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت من خلال إجابات النسوة ، أي أن للألعاب الرياضية الترويحية دور فعال في خفض القلق لديهن بعد الممارسين ويمكن أن يرجع ذلك إلى الدور الكبير

الذي تلعبه الرياضية الترويحية من خلال النشاطات التنافسية في الألعاب الشبه رياضية ذات الطابع المرح، وهذا ما أكدته دراسة أودينة آسيا (2021) بعنوان: دور ممارسة السباحة الترويحية في تحسين الصحة النفسية لدى المرأة خلال سن اليأس، حيث توصلت الباحثة إلى أن فإن النساء اللواتي مارسن السباحة الترويحية بانتظام كنّ أكثر استقرارًا من الناحية الانفعالية على مستوى عامل العصابية أخيرًا ،لاحظت الباحثة أنّه بصرف النظر عن الفرضيتين المتعلقتين بسمتي "الاندفاع" و"الضغط العصبي " فقد تمّ التحقق من و جود فروق ذات دلالة إحصائيا بين النساء الممارسات للسباحة الترويحية و النساء غير ممارسات لأي نشاط بدني رياضي ترويحي على مستوى القلق يعزى لمدة الممارسة، كما سارت نتائج دراسة العيد بن شميسة (2023) بعنوان: مؤشرات الرضا الحركي لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بالصحة النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الرضا الحركي ومستوى الصحة النفسية بكل أبعادها لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية جاء بدرجة مرتفعة خصوصا على مستوى سمة القلق وأنه توجد علاقة ايجابية بين درجة الرضا الحركي والصحة النفسية لدى الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية الرياضية وهذا ما يدعم صحة الفرضية محل المناقشة.

2.9.2.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

-الفرضية الثانية: لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور في التقليل من سمة العدوان لدى النسوة العوانس

-التحليل الاستدلالي لنتائج الفرضية الثانية :

جدول (6)

طبيعة الفروق بين نتائج الاستبيان القبلية و البعدية للعينة لبعد العدوان

	القبلي		البعدي		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة الخطأ	درجة الحرية	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
النتائج	8.25	3.47	10.50	3.33	5.73	2.13	0.05	15	يوجد فرق

من خلال نتائج الجدول (6) وجد أن قيمة المتوسط الحسابي للاستجواب القبلي و الذي يساوي (8.25) أقل من قيمة المتوسط الحسابي للاستجواب البعدي (10.50) ،و بمقارنة قيمة "ت" المحسوبة والتي تساوي (5.73) بقيمتي "ت" الجدولية (2.13) عند درجة حرية (15) و مستوى الدلالة (0.05) وُجِدَ أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية، إذا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي، **ومنه فالفرضية محققة.**

- مناقشة الفرضية الثانية: تبين من خلال النتائج المحصل عليها أن كل العبارات أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الإجابات ب" غالبا"، ومنه تبين لنا أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت أي أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور فعال خفض من مستوى السلوك العدواني بعد ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية من قبل النسوة العانسات بحيث؛ لاحظن أن معاملتهن للآخرين أصبحت لحد كبير هادئة ومتزنة خالية من الأفعال و الأقوال الموسومة بالاندفاع والتعصبية، و يرجع ذلك إلى الدور الكبير الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية من خلال التمارين و الألعاب الصغير والشبه الرياضية في توجيه تهذيب السلوك أثناء الممارسة و خلال الحياة اليومية، وهذا ما توصلت إليه أيضا دراسة هدى عبد العزيز

الدغيري(2021) بعنوان: تأثير النشاط الرياضي على نوعية حياة المرأة السعودية، حيث توصلت الدراسة إلى أن النشاط الرياضي له تأثير كبير على اللياقة البدنية والجوانب النفسية والمعنوية ويرتفع إلى تأثير معتدل على الجوانب الاجتماعية والعقلية للمرأة السعودية ويؤثر على السلوكيات الصادرة عنها بحيث؛ يقلل العدوانية و العصبية وهذا ما يدعم الفرضية الحالية.

3.الاستنتاج العام : إن الهدف المراد الوصول إليه من خلال هذه الدراسة هو معرفة ما إذا كانت الأنشطة الرياضية الترويحية الممارسة من قبل النساء العوانس متمثلا في نشاط السباحة ،وبعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية اتضح لنا أن الفرضيات تحققت، حيث أثبتت النتائج أن:

- للأنشطة الرياضية الترويحية دور ايجابي في خفض مستويات القلق لدى النساء العوانس الممارسات لها
- للألعاب الرياضية الترويحية دور ايجابي في خفض مستويات العدوانية لدى النساء الممارسات لها.

وعليه يمكن القول أن الفرضية العامة التي مفادها أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور إيجابي في تحسين جودة الحياة للنساء العوانس الممارسات لها.

4. خاتمة : في الأخيرة وبعد عرض الفرض و تحليل نتائجها و بالاستناد إلى الدراسة النظرية من خلال المقدمة والإطار العام للدراسة وكذا الخلفية النظرية المعرفية للدراسات السابقة والدراسة النظرية، وبعد بالاستعانة بالمنهجية العلمية و بإتباع الإجراءات العلمية المناسبة لموضوع بحثنا تمت معالجة المعلومات إحصائيا وخلص البحث إلى أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور إيجابي في تحسين جودة الحياة للنساء العوانس الممارسات لها، وعليه تحققت الفرضية العامة وكذا الفرضيات الجزئية ،أي أن جودة الحياة تتأثر ايجابا بالممارسة الرياضية الترويحية على كل من بعدي : القلق و العدوانية.

5.التوصيات والاقتراحات: كل جهد فكري أو بحث علمي أكاديمي يهدف للحصول إلى نتائج يمكن أن تعود بالفائدة على الباحثين الآخرين في دراسات مستقبلية حيث يمكن اعتبارها كمرجع أو بداية لدراساتهم وإثراء بحوثهم بمعلومات والاستفادة منها ولو بقدر قليل، لهذا يمكن اقتراح توصيات قد تكون منطلق لبحوث مستقبلية في سياق هذه الدراسة نلخصها كالآتي:

- حث الباحثين العاملين في المجال النفسي المتعلق بالنساء على اعتماد الرياضة بصفة عامة و الأنشطة الرياضية الترويحية بصفة خاصة في علاجاتهن و خصوصياتهن.
- محاول تحفيز الباحثين الأكاديميين على كشف فوائد ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على المستوى النفسي لدى النساء العانسات.
- تكوين مختصين نفسانيين لتصميم البرامج الرياضية الترويحية خاصة بالنساء العانسات لمحاولة تحسين جودة الحياة لهن.
- تشجيع النسوة المتأخرات على الزواج على ممارسة الأنشطة الرياضية عموما و الترويحية على وجه الخصوص.

6.المصادر و المراجع

أ:الكتب :

1.أمين أنور الخولي.(1997)، أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة
2.كمال درويش و آخرون.(1997)، رؤية عصرية للترويح و أوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر ،القاهرة
3.محمد ناصر الدين الألباني.(1988)،آداب الزفاف في السنة المطهرة، الناشر: المكتب الاسلامي ،دمشق

ب : رسائل التخرج:

4.بغداد خيرة.(2013)، ظاهرة العنوسة في المجتمع الجزائري و تأثيرها على المرأة، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية، عدد13

5.الراسبي خمس سالم.(2006)، تجربة وزارة التربية والتعليم في تعزيز جودة حياة العاملين بمدارس السلطنة، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، 17-19 ديسمبر، مسقط

6.رحيمة شرقي.(2017)، تأخر سن الزواج بين الاختبار والإجبار، رسالة دكتوراه، جامعة بسكرة، الجزائر

7.زندي يمينة.(2016)، السلوك العدواني وعلاقته بسمة القلق والغضب لدى طلبة الجامعة، مجلة البحوث التربوية و التعليمية ،عدد10، ص73.95

8.صغير،نور الدين.(2009)، دور النشاط الدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلبة جامعة مستغانم. رسالة ماجيستير منشورة. معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة مستغانم

9.عبدالله عبدالله.(2007-2008)،الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، مذكرة ماجستير في علم النفس الاجتماعي، اشراف: بوطاف مسعود، جامعة الجزائر

ج : المواقع الالكترونية الأجنبية :

10. -https://psychaanalyse.com/pdf/Freud-introduction-psychanalyse.pdf

الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً وأسباب حدوثها لدى لاعبي كرة القدم المصغرة (الهواة) المشاركين في بطولة الصداقة الدولية

د/ مصعب مفتاح محمد الشريف

المستخلص

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعًا، وأكثر الأماكن التشريحية في الجسم عرضة لتلك الإصابات، والأسباب المؤدية لحدوثها لدى لاعبي كرة القدم المصغرة " هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية. استخدام الباحث المنهج الوصفي بصورته المسحية، كما تكون مجتمع الدراسة من لاعبي كرة القدم المصغرة " الهواة "، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وبلغ عددها (60) لاعب والتي تمثل نسبة (75%) من مجتمع الدراسة. ولجمع المعلومات قام الباحث بإعداد استمارة استبيان لتحقيق أهداف الدراسة. وبالاستناد إلى نتائج التحليل الإحصائي المستخدم وتفسيراته تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :أن نقص الإحماء والحركات الخاطئة والمفاجئة من أهم الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية وكانت أكثر الإصابات الرياضية حدوثا هي الإصابات العضلية كالكدمات، و الشد، والتمزق العضلي ،أكثر المواقع التشريحية لجسم الإنسان عرضة للإصابة الرياضية هي الفخذ، يليها مفصل الركبة فالكاحل. واوصى الباحث بزيادة وعي اللاعبين بأهمية الإحماء قبل بداية التدريبات والمنافسات، واتباع الأسس العلمية لذلك ورفع مستوى الأداء المهاري، والتدريب على اتخاذ الأوضاع التكنيكية المناسبة، وأداء المهارات بالطريقة الصحيحة ، مع رفع مستوى اللياقة البدنية، والتركيز على زيادة جرعة تدريبات القوة العضلية للمساهمة في تقليل نسبة الإصابات الرياضية.

الكلمات المفتاحية: (الإصابات الرياضية، كرة القدم المصغرة، لاعبي كرة القدم الهواة).

Abstract

This study aims to identify the most common types of sports injuries, the most anatomical locations in the body susceptible to these injuries, and the reasons leading to their occurrence among “amateur” mini-soccer players participating in the International Friendship Tournament. The researcher used the descriptive method in its survey form, and the study population consisted of “amateur” mini-soccer players. The sample was chosen intentionally and numbered (60) players, which represents (75%) of the study population. To collect information, the researcher prepared a questionnaire to achieve the objectives of the study. Based on the results of the statistical analysis used and its interpretations, the following conclusions were reached: Lack of warm-up and incorrect and sudden movements are among the most important causes of sports injuries. The most common sports injuries are muscle injuries such as bruises, strains, and muscle tears. The most anatomical site of the human body susceptible to sports injury is the thigh, followed by the knee joint and the ankle. The researcher recommended increasing players' awareness of the importance of warming up before the start of training and competitions, following the scientific foundations for that, raising the level of skill performance, training in adopting appropriate technical positions, and performing skills in the correct way, while raising

the level of physical fitness, and focusing on increasing the dose of muscular strength training to contribute to reducing the percentage of Sports injuries.
Keywords (sports injuries, mini-football, amateur soccer players)

مقدمة الدراسة :

الإصابات الرياضية أحد أكبر المعوقات التي تواجه الرياضيين بشكل عام، ولاعبي كرة القدم على وجه الخصوص، إذ تحدد الإصابة الرياضية في كثير من الأحيان مستقبل الرياضي، مما يجعلها هاجسًا مقلقًا للرياضيين والمدربين والأندية الرياضية على حدٍ سواء.
يؤكد (عطية و عبدالخالق، 2015)على أن حدوث الإصابات الرياضية في أي جزء من أجزاء الجسم المختلفة سواء في التدريب أو المنافسات يعد من أكبر المعوقات التي تواجه الرياضيين، وهي السبب الرئيس في فقدان الرياضي للياقته، وتدني مستواه، إضافة إلى زيادة نسبة تكرر الإصابة لديه مستقبلًا.
وتعتبر سلامة الرياضيين أهم الأهداف التي تسعى لها الرياضة بجميع مجالاتها وتخصصاتها، وذلك من خلال سن القوانين التي تهدف إلى حماية الرياضي، إضافةً لذلك فإن فهم اللعبة وكيفية حدوث الإصابات وكذلك توقيت حدوثها يتيح للقائمين على اللعبة العمل على تلافيها، أو التقليل من نسبة شدتها، كما يسهل لهم استخدام الأساليب التدريبية المناسبة التي تحد منها أو تمنع من حصولها في كثيرٍ من الأحيان.
تذكر (محمد، 2004) أن دراسة أسباب حدوث الإصابات الرياضية من الأمور المعينة على الوقاية، ومن السبل المهمة لتطوير الرياضة خصوصًا للمدرب، كونَ دراسة أسباب حدوث الإصابات الرياضية تساعده على اتخاذ الإجراءات الصحيحة لحماية اللاعب من خطر الإصابة، والتقليل من مضعفاتها التي قد تضع حدًا لمسيرة الرياضي بشكل مبكر.
وتتميز لعبة كرة القدم عن غيرها من الرياضات كونها تحتوي على العديد من المتغيرات والمهارات المركبة، التي تحتاج من ممارسيها حضورًا ذهنيًا وبدنيًا ونفسيًا عاليًا، وأن غياب أحد هذه العناصر من شأنه أن يكون سببًا في حدوث الإصابات الرياضية، سواء كان ذلك أثناء التدريب أو المنافسات.

مشكلة الدراسة :
تختلف رياضة الهواة عن رياضة المحترفين في العديد من الجوانب، لعل أبرزها الجانب المادي، والذي بدوره يبرز لنا بقية جوانب الاختلاف بين رياضة الهواة ورياضة المحترفين، ويتضح ذلك في درجة الاهتمام بالرياضي ومدى تلبية متطلباته، سواء التدريبية أو الاحتياجات الحياتية، وتأثير ذلك على اللاعب في العديد من الأمور لعل أبرزها حالة اللعب النفسية، ومستوى لياقته البدنية.
كما تبرز لنا هذه الاختلافات بين المجالين رياضة الهواة ورياضة المحترفين، معضلة يعاني منها الرياضيين الهواة وهي كثرة الإصابات الرياضية، وخصوصاً لاعبي كرة القدم الهواة، وتعتبر

محاولة الوقوف على مشكلة الإصابات الرياضية، ومعرفة أسباب حدوثها أمرًا مهمًا لهذه الشريحة من اللاعبين.

ومن خلال قُرب الباحث من عينة الدراسة - وهم لاعبي كرة القدم المصغرة " الهواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية لكرة القدم المصغرة، والتي تقام كل عام - لاحظ الباحث كثرة الإصابات لهذه الفئة، وهذا ما دعاني لتسليط الضوء على هذه الشريحة من اللاعبين الذين هم في أمس الحاجة لمثل هذه الدراسات، وهي الإصابات الرياضية الأكثر شيوعًا وأسباب حدوثها لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "الهواة".

وما يدعم أهمية هذه المحاولة هو ما تُعانيه رياضة الهواة من إهمال سواء كان هذا الإهمال من حيث نوعية الملاعب أو الأدوات الرياضية المستخدمة، أومن حيث الالتزام بتطبيق القواعد واللوائح والتشريعات التي تكفل سلامة ممارسي هذا النوع من الرياضة، وتكمن أهمية الدراسة في الالتفات والاهتمام بشريحة من الرياضيين هم في أمس الحاجة لمثل هذه الدراسات، وتسلط الضوء على لعبة كرة القدم المصغرة، كذلك لقلة الدراسات في هذا المجال، وللفت عناية المهتمين برياضة الهواة لموضوع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة للتعرف على أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعًا والأسباب المؤدية لحدوثها لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية. من خلال التعرف على:

1- أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعًا لدى لاعبي كرة القدم المصغرة " هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية.
2- أكثر الأماكن التشريحية في الجسم عرضةً للإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية.
3- أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية.

تساؤلات الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى الإجابة على التساؤلات التالية:

1- ماهي أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعًا لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية؟
2- ماهي أكثر الأماكن التشريحية في الجسم عرضة للإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية؟
3- ماهي أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية؟

أهم مصطلحات الدراسة:

الإصابات الرياضية: تعرفها (محمد، 2004) بأنها تعرض أنسجة الجسم المختلفة لمؤثرات خارجية أو داخلية تؤدي إلى إحداث تغييرات تشريحية وفسيولوجية في مكان الإصابة مما يعطل عمل أو وظيفة ذلك النسيج.

كرة القدم المصغرة: يعرفها (بن ساري و بوعشة، 2020) بأنها نوع من أنواع لعبة كرة القدم وهي أحد الرياضات التي يشرف عليها الاتحاد الدولي لكرة القدم، تلعب على ملاعب مفتوحة وقوانينها هي مزيج بين قوانين كرة القدم وكرة الصالات حيث تختلف عنهم في عدد اللاعبين ومساحة الملعب.

لاعبي كرة القدم الهواة: (تعريف إجرائي) هو رياضي يمارس لعبة كرة القدم بأحد الأندية الرياضية، دون شرط الحصول على عائد مادي نظير ذلك، إضافةً إلى كونه غير مسجل بالاتحاد الوطني للعبة.

بطولة الصداقة الدولية: (تعريف إجرائي) هي بطولة ودية دولية مغاربية لكرة القدم المصغرة، تُقام بشكل سنوي في دولة تونس برعاية ودعم وإشراف وتنظيم بعض الجهات الأهلية الليبية، نبعت فكرة إقامتها من أجل وإعطاء مساحة لفرق الهواة من دول المغرب العربي للالتقاء والتنافس في مثل هذه المهرجانات الرياضية، حيث نظمت أول نسخة لها سنة 2018 .

الدراسات المرتبطة:

1- **دراسة** (مصطفى و خويلدي، 2018) والتي هدفت إلى التعرف على العوامل المسببة لكثرة الإصابات الرياضية لدى اللاعبين الهواة في مجال كرة القدم، وتكونت عينة الدراسة من (50) لاعب كرة قدم، واعتمدا في دراستهما على المنهج الوصفي واستخدما أداة الاستبيان في جمع المعلومات، وكانت أهم نتائج الدراسة أن إهمال اللاعبين للإعداد البدني ساهم بدرجة كبيرة في كثرة الإصابات الرياضية، إضافةً إلى الحالة السيئة لكثير من الملاعب التي تقام عليها مبارياتهم، كما أنه لقلة الإحماء كذلك دور في كثرة الإصابات الرياضية.

2- **دراسة** (راشد، الأطرش، عمر، و البقاعي، 2020) والتي هدفت إلى التعرف على أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعا لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، بالإضافة للتعرف على أكثر مواقع الجسم عرضةً للإصابات الرياضية وأكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لديهم، وتم استخدام المنهج الوصفي في الدراسة، و الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وتكونت عينة الدراسة من (475) طالباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وكانت أبرز النتائج أن أكثر الإصابات التي تعرضت لها عينة الدراسة هي إصابة الشد العضلي، وأن أكثر مواقع الجسم التشريحية تعرضًا للإصابات الرياضية هي منطقة أمشاط اليد ويليها مفصل الركبة، وأن أعلى معدل إصابات يتعرض لها الطلبة في مساق الإعداد البدني، وأن أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لديهم هو سوء الأحوال الجوية، وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحثون بضرورة الاهتمام بالإحماء الجيد والمناسب لكافة العضلات العاملة، وذلك لتجنب حدوث الإصابة.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة وأهداف هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من لاعبي كرة القدم المصغرة "الهواة" المشاركين في بطولة الصداقة الدولية لكرة القدم المصغرة "الهواة" النسخة الخامسة والبالغ عددهم (80) لاعب.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (60) لاعب من لاعبي كرة القدم المصغرة "الهواة" للفرق المشاركة في البطولة، تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتمثل نسبة (75%) من مجتمع الدراسة حيث تم توزيع استمارات الاستبيان على جميع أفراد العينة بالكامل، واسترجاعها دون وجود فاقد أو استمارات غير صالحة.

جدول (1) توصيف عينة الدراسة

ت	اسم الفريق الرياضي	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
1	الأولمبي	10	% 10
2	الاتحاد	10	% 10
3	الاتصالات	10	% 10
4	الكهرباء	10	% 10
5	الأحوال المدنية	10	% 10
6	الشباب الوحدوي	10	% 10
	المجموع	60	% 100

أداة جمع البيانات:

من خلال الاطلاع على دراسات تناولت موضوع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعًا، وأسباب حدوثها لدى لاعبي كرة القدم، وبعض الرياضات الأخرى كدراسة (مصطفى و خويلدي، 2018)، ودراسة (راشد، الأطرش، عمر، و البقاعي، 2020) قام الباحث بإعداد استمارة الاستبيان لتحقيق أهداف الدراسة، حيث تكونت الاستمارة من ثلاثة محاور كما موضح في الجدول رقم (2):

المحور الأول: أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعًا للعينة قيد الدراسة.

المحور الثاني: أكثر الأماكن التشريحية في الجسم عرضة للإصابات الرياضية للعينة قيد الدراسة.

المحور الثالث: أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية للعينة قيد الدراسة

جدول (2)
استبيان جمع البيانات الخاصة بأنواع الإصابات الرياضة الأكثر شيوعًا واكثر المواقع التشريحية في الجسم عرضةً للإصابات الرياضية والأسباب المؤدية لحدوثها الخاصة بعينة الدراسة

ت	أنواع الإصابات			المواقع التشريحية في الجسم عرضة للإصابات الرياضية							الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية		
				الحوض	الفخذ	الركبة	الساق	الكاحل	القدم	غير ذلك			
1	الكدمات	نعم									نقص الاحماء	نعم	
		لا										لا	
2	الكسور	نعم									نقص اللياقة البدنية	نعم	
		لا										لا	
3	تمزق الأوتار	نعم									العودة للعب قبل الشفاء التام	نعم	
		لا										لا	
4	تمزق عضلي	نعم									التعب	نعم	
		لا										لا	
5	التقلص العضلي	نعم									أثناء الدفاع	نعم	
		لا										لا	
6	الشد العضلي	نعم									أثناء الهجوم	نعم	
		لا										لا	
7	الالتواءات	نعم									حركة خاطئة	نعم	
		لا										لا	
8	الانزلاق الغضروفي	نعم									حركة مفاجئة	نعم	
		لا										لا	
9	الخلع	نعم									أرضية الملعب	نعم	
		لا										لا	
10	غير ذلك	نعم									نوعية الحذاء الرياضي	نعم	
		لا										لا	
11											عدم لبس الواقي	نعم	
												لا	
12											أسباب أخرى	نعم	
												لا	

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء دراسة استطلاعية من تاريخ (2022/6/26 إلى 2022،/6/30)، كان الهدف منها التعرف على مجتمع الدراسة من حيث العدد والرغبة في المشاركة في الدراسة، والتعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث عند توزيع الاستبيان، والوقت المستغرق لتنفيذه وسهولة فهم مفرداته، بالإضافة لغرض التحقق من الشروط العلمية للاستبيان.

المعاملات العلمية للاستبيان:

أولاً: صدق الاستبيان:

استخدم الباحث الصدق الذاتي لحساب درجة الصدق للاستبيان قيد الدراسة كما هو موضح بجدول رقم (3).

ثانياً: ثبات الاستبيان:

استخدم الباحث طريقة تطبيق الاستبيان وإعادة تطبيقه على عينة مكونة من (5) لاعبين من نفس مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأصلية كما هو موضح بجدول رقم (3).

جدول (3)

الصدق الذاتي ومعامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمحاور الاستبيان قيد الدراسة

ت	اسم المحور	معامل الارتباط	الصدق الذاتي
1	أنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً	0.80	0.89
2	المواقع التشريحية في الجسم الأكثر عرضة للإصابات الرياضية	0.84	0.92
3	الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية	0.82	0.91

يتضح من نتائج جدول رقم (3) أن درجات الصدق الذاتي تراوحت ما بين (0.89، 0.91) وهي درجات عالية مما يشير إلى صدق هذا الاستبيان، كما اتضح أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (0.80، 0.82) وهي درجات عالية مما يشير إلى ثبات هذا الاستبيان وصلاحيته لقياس وتحقيق الهدف الذي وضع من أجله.

الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق الاستبيان قيد الدراسة على العينة خلال الفترة (من 2/ 7/ 2022 م إلى 3/ 7/ 2022م).

المعالجة الإحصائية:

لمعالجة البيانات الخاصة بالدراسة استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية: معامل الارتباط - النسبة المئوية - الأهمية النسبية - الوسط المرجح - اختبار كا2

عرض ومناقشة النتائج:

جدول (4)
النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا2
لأنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً لدى عينة الدراسة.

ت	أنواع الإصابات الرياضية	النسبة		الأهمية	الوسط المرجح	كا2
		نعم	لا			
1	الكدمات	100.00	0.00	100.00	2.00	60.00
2	الكسور	93.33	6.67	96.67	1.93	45.06
3	تمزق الأوتار	91.67	8.33	95.83	1.92	41.66
4	تمزق عضلي	93.33	6.67	96.67	1.93	45.06
5	التقلص العضلي	86.67	13.33	93.33	1.87	32.26
6	الشد العضلي	98.33	1.67	99.17	1.98	56.06
7	الالتواءات	91.67	8.33	95.83	1.92	41.66
8	الانزلاق الغضروفي	81.67	18.33	90.83	1.82	24.06
9	الخلع	78.33	21.67	89.17	1.78	19.26
10	غير ذلك	55.00	45.00	77.50	1.55	0.60

يتضح من نتائج جدول رقم (4) أن أنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعًا لدى عينة الدراسة هي الكدمات حيث جاءت في الترتيب الأول وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (2.00)، يليها الشد العضلي وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.98)، فيما كانت الكسور والتمزق العضلي في الترتيب الثالث لأكثر الإصابات شيوعا لدى عينة الدراسة وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.93)، تليها رابعًا تمزق الأوتار والالتواءات وبذات المتوسط الحسابي المرجح وهو (1.92)، فيما كانت أقل الإصابات شيوعا لدى عينة الدراسة هي التقلص العضلي والانزلاق الغضروفي والخلع على التوالي.

بالرغم من أن المتوسطات الحسابية المرجحة لمحور أنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعًا لدى عينة الدراسة متقاربة في بعض الأحيان، إلا أنها استطاعت أن تجيب على تساؤل الدراسة الأول وهو: **ما هي أكثر أنواع الإصابات الرياضية شيوعًا لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة" عينة الدراسة؟** حيث كانت الاجابة وهي الكدمات والشد العضلي والكسور والتمزق العضلي، كأكثر الإصابات حدوثا، وكذلك تحديد الإصابات الرياضية قليلة الحدوث كالانزلاق الغضروفي والخلع.

وتتفق نتائج هذه الدراسة من حيث أكثر الإصابات حدوثًا مع دراسة (مجلي و الصالح، 2007) ودراسة (الدليمي، عبدالرسول، و كاظم، 2013) و دراسة (الجار الله، 2015) ودراسة (آدم، 2019) حيث اتفقت جميعها على أن الكدمات والشد العضلي هي أكثر الإصابات الرياضية حدوثًا في الملاعب الرياضية، ويعزو الباحث هذه النتائج لطبيعة لعبة كرة القدم ومتطلباتها من جهة، وطبيعة وخصوصية عينة الدراسة وهم لاعبي كرة قدم هواة من جهة أخرى، وهذا ما أكدته دراسة (مصطفى و خويلدي، 2018) كون مجال رياضة الهواة يُعاني من الإهمال في جميع جوانبه؛ سواء من ناحية المشرفين أومن ناحية الإمكانيات أومن ناحية ما يتعلق باللاعب ذاته، حيث إن اللاعبين الهواة لا يؤلون الاهتمام الكافي بالأمور الوقائية والالتزام بالأمور العلمية التي من شأنها الحد من حدوث الإصابة أو التقليل من درجة شدتها.

جدول (5)

النسبة المئوية للمواقع التشريحية في الجسم الأكثر عرضة للإصابات الرياضية لدى عينة الدراسة.

ت	أنواع الإصابات الرياضية	المواقع التشريحية في الجسم الأكثر عرضة للإصابات الرياضية						
		الحوض	الفخذ	الركبة	الساق	الكاحل	القدم	غير ذلك
1	الكدمات	46.66	60.00	38.33	30.00	35.00	13.33	6.66
2	الكسور	3.33	8.33	33.33	56.66	20.00	26.66	21.66
3	تمزق الأوتار	3.33	21.66	46.66	15.00	20.00	21.66	15.00
4	تمزق عضلي	18.33	68.33	18.33	16.66	3.33	6.66	5.00
5	التقلص العضلي	13.33	50.00	21.66	20.00	8.33	1.66	13.33
6	الشد العضلي	15.00	65.00	18.33	20.00	1.66	3.33	8.33
7	الالتواءات	3.33	3.33	36.66	16.66	41.66	26.66	6.66
8	الانزلاق الغضروفي	10.00	3.33	66.66	18.33	6.66	1.66	13.33
9	الخلع	10.00	1.66	33.33	21.66	11.66	11.66	23.33
10	غير ذلك	1.66	10.00	31.66	21.66	6.66	3.33	35.00

يتضح من نتائج جدول رقم (5) أن المواقع التشريحية في الجسم الأكثر عرضة للإصابات الرياضية لدى عينة الدراسة والتي كانت بحسب نوع الإصابة كانت كالتالي: بالنسبة لإصابات الكدمات جاء ترتيب المواقع الأكثر عرضة لهذه الإصابة على النحو التالي: (الفخذ بنسبة مئوية قدرت بـــ 60.00% فالحوض بـــ 46.66% ، ثم الركبة بـــ 38.33%). فيما كانت ترتيب مواقع إصابات الكسور (الساق بنسبة مئوية قدرت بـــ 56.66% فالركبة والحوض بـــ 33.33%، ثم القدم بـــ 26.66%). وبالنسبة لإصابات تمزق الأوتار جاءت بالترتيب الآتي: (الركبة بنسبة مئوية قدرت بـــ 46.66% فالفخذ والقدم بنسبة مئوية قدرت بـــ 21.66% ثم الكاحل بنسبة 20.00%).

فيما كان ترتيب الموقع الأكثر عرضة لإصابات التمزق عضلي هو (الفخذ بنسبة مئوية قدرت بـــ 68.33% ، الحوض والركبة بنسبة مئوية قدرت بـــ 18.33%).أما إصابات التقلص العضلي وإصابات الشد العضلي كانت المواقع التشريحية الأكثر عرضة لهاتين الإصابتين على النحو التالي: (الفخذ بنسبة مئوية قدرت بـــ 50.00% للإصابات التقلص العضلي) (الفخذ بنسبة مئوية قدرت بـــ 65.00% للإصابات الشد العضلي).

بينما كان ترتيب الموقع التشريحي الأكثر عرضة لإصابات الالتواءات (الكاحل بنسبة مئوية قدرت بـــ 41.66% فالركبة بـــ 36.66%). وبالنسبة لإصابات الانزلاق الغضروفي جاءت بالترتيب الآتي: (الركبة، الساق، غير ذلك، الحوض، الكاحل، الفخذ، القدم).

أما المواقع التشريحية في الجسم الأكثر عرضة لإصابات الخلع كانت (الركبة، غير ذلك، الساق، الكاحل، القدم، الحوض، الفخذ).

ومن خلال النتائج المستخلصة من الجدول رقم (5) والتعليق عليها أمكننا الإجابة على تساؤل الدراسة الثاني وهو **ماهي أكثر الأماكن التشريحية في الجسم عرضة للإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " عينة الدراسة؟**. حيث يتضح ذلك في وجود (الفخذ، في الترتيب الأول) كأكثر المواقع التشريحية في الجسم عرضة للإصابة لأربع أنواع من أنواع الإصابات الرياضية قيد الدراسة، وهي التمزق العضلي

والشد العضلي والكدمات والتقلص العضلي، يلي ذلك (الركبة في الترتيب الثاني) كأكثر المواقع التشريحية عرضة للإصابة حيث جاءت الأعلى تكرارًا في ثلاثة أنواع من أنواع الإصابات الرياضية قيد الدراسة، وهي الانزلاق الغضروفي - تمزق الأوتار – الخلع، ثم يأتي (الكاحل ثالثًا) كأكثر المواقع التشريحية في الجسم عرضة للإصابة، بالنسبة لعينة الدراسة،

حيث جاءت كأكثر تكراراً في إصابات الالتواءات، وتتفق نتائج هذه الدراسة من حيث أكثر المواقع التشريحية في الجسم عرضةً للإصابة مع دراسة (الخفاف و البياتي، 2013) والتي نصت دراستهم على أن أكثر أجزاء الجسم تعرضًا للإصابات هي العضلات والمتمثلة في عضلات الجزء السفلي، تليها المفاصل كونها المسؤول بشكل مباشر على الكثير من حركات الأداءات المهارية التي يقوم بها الرياضيين.

ويرجع الباحث هذه النتائج لأمرين اثنين: أولهما أن الإصابات الرياضية قيد الدراسة أغلبها من إصابات الجهاز العضلي، وثانيها نقص الإحماء، فبالرجوع إلى نتائج الجدول رقم (6) لهذه الدراسة يتبين أن أعلى نسبة للأسباب المؤدية للإصابات نقص الإحماء، وهو من أهم أسباب الإصابات العضلية، وهذا ما سنأتي على ذكره في مناقشتنا للجدول السادس.

جدول (6)
النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا2
للأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لدى عينة الدراسة.

ت	الأسباب المؤدية	النسبة		الأهمية	الوسط المرجح	كا2
		نعم	لا			
1	نقص الإحماء	93.33	6.67	96.67	1.93	45.06
2	نقص اللياقة البدنية	88.33	11.67	94.17	1.88	35.26
3	العودة للعب قبل الشفاء التام	88.33	11.67	94.17	1.88	35.26
4	التعب	85.00	15.00	92.50	1.85	29.40
5	أثناء الدفاع	63.33	36.67	81.67	1.63	4.26
6	أثناء الهجوم	66.67	33.33	83.33	1.67	6.66
7	حركة خاطئة	91.67	8.33	95.83	1.92	41.66
8	حركة مفاجئة	90.00	10.00	95.00	1.90	38.40
9	أرضية الملعب	88.33	11.67	94.17	1.88	35.26
10	نوعية الحذاء الرياضي	85.00	15.00	92.50	1.85	29.40
11	عدم لبس الواقي	68.33	31.67	84.17	1.68	8.06
12	أسباب أخرى	26.67	73.33	63.33	1.27	13.06

يتضح من نتائج جدول رقم (6) والمعني بتحديد الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لدى عينة الدراسة أن أهم وأكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية هي نقص الإحماء حيث جاءت في الترتيب الأول وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـ (1.93)، وجاءت حركة خاطئة في الترتيب الثاني وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.92)، يليها في الترتيب الثالث حركة مفاجئة، وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.90)، فيما كان السبب الرابع من الأسباب المؤدية لحدوث الإصابة هو نقص اللياقة البدنية.

والعودة للعب قبل الشفاء التام وكذلك أرضية الملعب وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.88)، وجاء التعب و نوعية الحذاء الرياضي في الترتيب الخامس وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.85)، وكان

الترتيب السادس للأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية هو عدم لبس الواقي وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.68)، فيما جاءت ترتيب أسباب حدوث الإصابات أثناء الهجوم وأثناء الدفاع سابعًا وثامنًا على التوالي وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.67) (1.63) وكانت فقرة أسباب أخرى في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي مرجح قدر بـــــ (1.27). وتتفق نتائج هذه الدراسة من حيث كون نقص الإحماء هو أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابة مع نتائج دراسة كل من (أمزيان، 2015) ودراسة (مصطفى و خويلدي، 2018) و دراسة (راشد، الأطرش، عمر، و البقاعي، 2020) حيث اتفقوا جميعا على أن عدم الاهتمام بالإحماء من أهم أسباب حدوث الإصابات الرياضية.

ويرى الباحث أن ذلك يبدو طبيعيًّا إذا ما نظرنا إلى أنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعًا لنتائج هذه الدراسات، إضافةً إلى نتائج هذه الدراسة، حيث تحتل الإصابات العضلية الترتيب الأول في جميعها، وبالتالي يكون **عدم الاهتمام بالإحماء** أهم الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية؛ للعلاقة بين نقص الإحماء والإصابات الرياضية العضلية، وهذا ما أكدته (محمد، 2004) بأنه لمنع حدوث الإصابات الرياضية وخصوصا العضلية منها

يجب على الرياضي القيام بالإحماء الكافي لما له من تأثيرات إيجابية تتلخص في إطالة العضلات والأوتار وتسخين الأجزاء العميق في العضلات، كما اتفقت (محمد، 2004) ودراسة (عياد، 2015) في كون سوء تنظيم التدريبات وعدم تنسيق العمل والتوافق في المجموعات العضلية، يُعتبر من أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية، وهذا ما يتفق ونتائج الدراسة الحالية والتي وضعت الحركات الخاطئة في الترتيب الثاني لأكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية، وهذه إجابة التساؤل الثالث لهذه الدراسة والذي ينص على ماهي أكثر الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم المصغرة "هواة " المشاركين في بطولة الصداقة الدولية؟

الاستنتاجات والتوصيات:

في ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاتها وفي حدود عينة الدراسة وخصائصها والمنهج المستخدم واستنادًا إلى نتائج التحليل الإحصائي المستخدم وتفسيراته تم التوصل إلى الاستنتاجات والتوصيات التالية:

أولًا - الاستنتاجات:

- غياب الوعي بأهمية الإحماء وعدم إعطاءه الوقت الكافي جعل من نقص الإحماء والحركات الخاطئة والمفاجئة من أهم الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية.
- معدل حدوث الإصابات الرياضية لعينة الدراسة كان كبيرًا، وأكثر الإصابات الرياضية حدوثا هي الإصابات العضلية كالكدمات والشد والتمزق العضلي.
- أكثر المواقع التشريحية لجسم الإنسان عرضة للإصابة الرياضية هي الفخذ يليها مفصل الركبة فالكاحل، وهذا ما يظهر توافق بين نوع الإصابات والموقع التشريحي وأسباب حدوث الإصابات الرياضية.

ثانيًا - التوصيات:

- زيادة وعي اللاعبين بأهمية الإحماء قبل بداية التدريبات والمنافسات واتباع الأسس العلمية لذلك.
- رفع مستوى الأداء المهاري و التدريب على اتخاذ الأوضاع التكنيكية المناسبة وأداء المهارات بالطريقة الصحيحة.

- رفع مستوى اللياقة البدنية والتركيز على زيادة جرعة تدريبات القوة العضلية للمساهمة في تقليل نسبة الإصابات الرياضية.
- إجراء المزيد من الدراسات على نفس مجتمع الدراسة الحالية تبحث في العلاقة بين الإصابات الرياضية ومستوى الأداء المهاري.

المراجع

- أسامة أمزيان. (2015). الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا في الرياضات الجماعية والفردية وأسباب حدوثها، دراسة ميدانية على أندية المجمع الرياضي النفطي الجزائر العاصمة. مجلة التحدي، الصفحات 173-216.
- حسن هادي عطية، و احمد محمد عبدالخالق. (2015). دراسة مقارنة لإصابات مفصل الكاحل لدى لاعبي كرة القدم للساحات الخارجية والصالات المغلقة. مجلة كلية التربية الرياضية،مجلد 27،العدد 1، الصفحات 90-105.
- سكينة كامل الجار الله. (2015).) دراسة تحليلية لأنواع الإصابات الرياضية واسباب حدوثها للاعبي الرياضات الفردية، مجلة علوم التربية الرياضية،المجلد 8، العدد 2، الصفحات 15-33.
- سمعية خليل محمد. (2004). الإصابات الرياضية. بغداد: كلية التربية البدنية للبنات – جامعة بغداد.
- علي محمد آدم. (2019). الإصابات الرياضية الشائعة لطلاب قسم التربية البدنية والرياضة بكلية التربية جامعة الخرطوم. الخرطوم، السودان: رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، التربية البدنية والرياضة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- عماد الدين إحسان عياد. (2015). العلاج الطبيعي والإصابات الرياضية. عمان: دار أمجد للنشر والتوزيع، الاردن.
- ماجد فايز مجلي، و ماجد سليم الصالح. (2007). دراسة تحليلية لأسباب الإصابات الرياضية عند لاعبي المنتخبات الوطنية تبعاً لفترة الموسم الرياضي في الأردن. مجلة دراسات العلوم التربوية.، الصفحات 179-199.
- محمود بن سعيد مصطفى، و مجادي الهواري خويلدي. (2018). العوامل المسببة لكثرة الإصابات الرياضية لدى لاعبين كرة القدم الهواة. المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية، المجلد 17 العدد 1، الصفحات 262-276.
- مروان تاج الدين بن ساري، و محمد اسلام بوعشة. (بلا تاريخ). دراسة مقارنة بين كرة القدم المصغرة و كرة القدم الخماسية من وجهة نظر اللاعبين، 31-34. رسالة ماجستير غير منشورة، معهد العلوم و التقنيات البدنية و الرياضية، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم، الجزائر.
- مصعب سمير راشد، محمود حسني الأطرش، مريم عبدالهادي عمر، و ابراهيم خالد البقاعي. (بلا تاريخ). تشخيص الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً وأسباب حدوثها لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. مجلة الابداع الرياضي، المجلد 11 العدد 1جامعة محمد بوضياف، الجزائر. ، الصفحات 19-57.
- ناهد عبد زيد الدليمي، سميرة عبدالرسول، و سوسن جدوع كاظم. (2013). دراسة تحليلية لأنواع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها للاعبي الألعاب الجماعية. مجلة جامعة بابل، العلوم الإنسانية، المجلد 21،العدد 4. ص 1410- 1424.، الصفحات 1410-1424.
- نغم خالد الخفاف، و عثمان عدنان البياتي. (2013). دراسة تحليلية للإصابات الرياضية لدى طلاب كليات جامعة الموصل بالأنشطة الرياضية. مجلة كلية التربية الاساسية للعلوم التربوية والإنسانية، المجلد 1، العدد 13، جامعة بابل، العراق، الصفحات 140-147.

واقع تدريس التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات في المرحلة المتوسط في ظل متطلبات العولمة دراسة ميدانية على بعض متوسطات بلدية بسكرة

د / ميمي عبد الله د/ رقيق مداني د/ بن يوسف دحو

المستخلص

واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات في المرحلة المتوسط وفق متطلبات العولمة وهدفت هذه الدراسة الى معرفة البيئة البيداغوجية المناسبة لتدريس التلميذ بالمقاربة بالكفاءات في ظل متطلبات العولمة، معرفة إمكانية تطبيق للمقاربة بالكفاءات في ميدانيا كما هو مسطر في المنهاج الجديد وفق متطلبات العولمة واعتمد الباحثون على المنهج الوصفي وشملت الدراسة على 170 أساتذة التعليم المتوسط وكانت العينة 30استاذ وتم الاعتماد على الاستبيان لجمع البيانات وكانت النتائج على النحو التالي : يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة ما يدرسه أساتذة التربية البدنية والرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد وفق متطلبات العولمة .

الكلمات المفتاحية: (تدريس التربية البدنية والرياضية، المقاربة بالكفاءات ، المرحلة المتوسط ، ظل متطلبات العولمة)

Abstract:

The reality of teaching physical education and sports in light of the approach to ompetencies in the intermediate stage in accordance with the requirements of globalization , This study aimed to know the appropriate pedagogical environment for teaching the student using the competency approach in light of the requirements of globalization, and to know the possibility of applying the competency approach in the field as written in the new curriculum in accordance with the requirements of globalization. The researchers relied on the descriptive approach. The study included 170 middle education teachers, and the sample was 30 professors, and the study was approved. On the questionnaire to collect data, the results were as follows: Physical education and sports teachers believe that the students are adapted to this new pedagogy in light of the requirements of globalization. What the physical education and sports professors teach is identical to what is in the new curriculum in accordance with the requirements of globalization.

Keywords: (Teaching physical education and sports, the competency approach, the intermediate stage, under the requirements of globalization)

1-المقدمة و الإشكالية:

لاشك ان التقدم الأمم وتخلفها يقاس بمدى فاعلية نظامها التربوي التعليمي الذي يتماشى والعصر الحالي ،كانت النتائج افضل ومساهمته فعالة في تطوير المجتمع ورقيه اذ اصبحت مسالة التحصيل الدراسي محور اهتمام المجتمعات لان الاهتمام بتحسين التحصيل الدراسي للتلميذ سيؤدي الى رفع مستوى مخرجات التعليم الذي ينعكس بدوره على تقدم المجتمع حيث تقاس

إنجـازات وكفـاءات هـذه المخرجـات التعليميـة بمسـتوى التحصـيل الدراسـي الـذي هـو الأداة المسـتخدمة في عصرنا هذا لقياس الجدارة والكفاءة .

فالبيداغوجيـة جديـدة جلبـت إلـى القطـاع مفـاهيم جديـدة ومختلفـة أربكـت فـي حقيقـة الامـر عقـول وأفكـار القـائمين علـى العمليـة التعليميـة رغـم اعتقـاد هـؤلاء بـأن المفهـوم الجديـد سـيحدث طفـرة نوعيـة وتغييـر جذري في الفعل التعليمي وجعله أكثر نفعا.

ومـن هـذا المنطلـق تسـعى هـذه الدراسـة معرفـة واقـع التـدريس فـي ظـل المقاربـة بالكفـاءات ومـن هنـا نطرح التساؤل التالي:

هـل أسـاتذة التربيـة البدنيـة والرياضـية يعتمـدون فـي التـدريس علـى المقاربـة بالكفـاءات فـي ظـل متطلبات العولمة .؟

التساؤلات الجزئية :

- ✓ هـل يـرى أسـاتذة التربيـة البدنيـة والرياضـية ان التلاميـذ متكيفـين مـع هـذه البيـداغوجيا الجديـدة فـي ظل متطلبات العولمة
- ✓ هـل مـا يدرسـه أسـاتذة التربيـة البدنيـة والرياضـية مطـابق لمـا فـي المنهـاج الجديـد فـي ظـل متطلبـات العولمة

2- الفرضية العامة:

- ✓ لأساتذة التربية البدنية والرياضية يعتمدون في التدريس على المقاربة بالكفاءات في الطور المتوسط في ظل متطلبات العولمة .

2-1- الفرضيات الجزئية:

- ✓ يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة.
- ✓ ما يدرسه أساتذة التربية البدنية والرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة.

3- أهداف البحث:

- ✓ معرفة البيئة البيداغوجية لمناسبة لتدريس التلميذ بالمقاربة بالكفاءات في ظل متطلبات العولمة
- ✓ معرفة إمكانية تطبيق للمقاربة بالكفاءات في ميدانيا كما هو مسطر في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة

4- مصطلحات الدراسة ذات الصلة

تعريف المنهاج: هو " الطريق الواضح " كما جاء في لسان العرب لابن منظور ، ويمكن القول أن كلمة المنهاج تعني الطريق التي ينتهجها الفرد حتى يصل إلى هدف معين ، فمثلا المدرسة أو الكلية تتبع المنهاج العلمي في الأهداف

والمعارف والأنشطة المختلفة لتحقيق أهدافها التربوية ، فهذا الأسلوب المتبع يسمى منهجا (اكرم زكي خطابية ، 1997، صفحة 19)

التربية البدنية الرياضية: تعرف بأنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني عن وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق الأهداف ويقصد بها ذلك الجزء من العملية التربوية التي يساهم في تنمية

التربية البدنية، الانفعالية، الاجتماعية ، العقلية لكل فرد من خلال وسط الأنشطة البدنية (أنور الخولي ،جمال الدين الشافعي، 2000، صفحة 57)

التدريس: يحدث التدريس عندما يحاول فرد مثقف واحد مساعدة فرد آخر أو مجموعة أفراد في أداء أو تعلم نشاط خاص، ويقصد به هو توافر القصد أو النية من جانب المدرس ليمد بالمساعدة، وهذه المحاولة المثقفة أو المدروسة تعتبر مفهوما أساسيا له ، ولقد عرف التدريس بأنه "أي تأثير يهدف إلى تحسين تعليم شخص آخر" وغرض التدريس هو مساعدة التلاميذ عند التعلم والنمو، لتصميم بيئة تغير من السلوك المعرفي والحركي والانفعالي في الاتجاه المرغوب، وأداء هذا كله بسلوك يجذب التلاميذ لخبرات التعلم التي يدرسونها (أنور الخولي ،جمال الدين الشافعي، 2000، صفحة 79)

المقاربة: هي طريقة تناول موضوع ما وتمثل الإطار النظري الذي يعالج قضية ما ، وهي كيفية معينة لدراسة مشكلة أو تناول موضوع ما بغرض الوصول إلى نتائج معينة ، وترتكز كل مقاربة على استراتيجية عمل وضحها " لوجندر " : إن كل مقاربة تتطلب استراتيجية ، وكل استراتيجية تتطلب طريقة ، وكل طريقة تتطلب تقنية أو تقنيات ، وكل تقنية تتطلب إجراء ، وهكذا حتى الوصول إلى الوصفة. (محمد الصالح حثروبي، 2002، صفحة 76)

المقاربة بالكفاءات : هي بيداغوجية وظيفية تعمل على التحكم في مجريات الحياة بكل ما تحمله من تشابك العلاقات وتعقيد في الظواهر الاجتماعية ، ومن ثم فهي اختبار منهجي يمكن المتعلم من النجاح في هذه الحياة على صورتها، وذلك بالسعي إلى تثمين المعارف المدرسية وجعلها صالحة للاستعمال في مختلف الحياة . (وزارة التربية الوطنية)

العولمة :هي نظام عالمي جديد يقوم على العقل الالكتروني والثروة المعلوماتية القائمة على المعلومات والابداع غير المحدود دون اعتبار لأنظمة والحضارات والثقافات والقيم والحدود الجغرافية والسياسية القائمة في العالم (فاطمة الزهراء شطيبي، 2011/2010، صفحة 110)

5- الدراسة الاستطلاعية :

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من إبعادها وجوانبها (ناصر ثابت، 1984م، صفحة 47)

وفي دراستنا حول موضوع " واقع تدريس التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات في المرحلة المتوسط في ظل متطلبات العولمة على عملية قمنا بختيار عينة من الأساتذة التعليم المتوسط تم توزيع الاستبيان عليهم وهذا من اجل جمع المعلومات والأفكار والتحقق من الفرضيات

ومن خلال هذه الدراسة تمكنا من وضع الاستبيان والذي وجهناه إلى المعلمين ، ومن بين الأسئلة التي وجهناها إليهم .

6- المنهج العلمي المتبع:

نظرا لطبيعة الموضوع واستعمالنا للاستبيان اعتمدنا على المنهج الوصفي لإجراء بحثنا الميداني الذي يعرف في التربية البدنية والرياضية على أنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض علمية

7- مجتمع البحث:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث و بذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوب من العينة. (محمد نصر الدين رضوان، 2003، صفحة 23)
حيث كان المجتمع الأصلي مكون من 170 أستاذ تعليم المتوسط

8- عينة البحث:

حرصا للوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية مطابقة للواقع قمنا باختبار عينة البحث عشوائيا، ومن عدة متوسطات ، ولم تخصص العينة لجنس واحد(ذكور، إناث)، ولكن خصصت لأساتذة التربية البدنية والرياضية - من الجنسين - المدرسين للطور المتوسط وتتكون العينة من 30 أستاذ في الطور المتوسط .

9- مجالات البحث:

9-1- المجال البشري :

تكون المجتمع الأصلي من 170 أستاذ وقد تم توزيع الاستبيان على 30 أستاذ من المرحلة المتوسطة

9-2- المجال المكاني:

أجريت الدراسة في بعض متوسطات بلدية بسكرة (متوسطة الاخوة بركات ، الاخوة عصمان ،احمد زيد العالية)

9-3- المجال الزماني:

أجريت الدراسة في الفترة الممتدة بين 16جانفي 2022الى غاية ر12مارس 2022، وخلال هذه المرحلة تم تحرير الأسئلة المناسبة للموضوع على شكل استبيان وتم توزيعه في شهر افريل2022 على العينة ومن بعدها تم جمع النتائج وتحليلها والوصول إلى استنتاج عام في أواخر شهر ماي 2022.

10- أدوات البحث:

تم استخدام طريقة الاستبيان باعتباره الأمثل وأنجع الطرق للتحقق من الإشكالية التي تم طرحها، ما أنه يسهل لنا عملية جمع المعلومات المراد الحصول عليها انطلاقا من الفرضيات.

10-1- تعريف الاستبيان:

هو قائمة تحتوي على مجموعة أسئلة يستخدمها الباحث لبناء أسئلة وتوجيهها إلى المجيب حيث يقوم بنفسه بتوجيه الأسئلة، والاستبيان ليس إلا صحيفة استخبار يطبقها الباحث بدلا من المجيب، ويسمح استخدام استمارة الاستبيان للمجيب أن يسجل إجابات في الحال. (وزارة التربية الوطنية)

10-2- أنواع اسئلة الاستبيان :

7-1-1-الأسئلة المغلقة:

هي أسئلة بسيطة في أغلب الأحيان وتكمن خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة، وتحديدها يعتمد على أفكار الباحث وأغراض الباحث والنتائج المتوخاة منه، إذا يتطلب من المستجوب بالإجابة بـ: "نعم" أو "لا" أو اختيار الإجابة الصحيحة.

7-1-2-الأسئلة الاختيارية:

يحتوي هذا النوع من الأسئلة على مجموعة من الاقتراحات تقدم بعد السؤال ليختار منها المجيب اقتراح او أكثر يكون جواب للسؤال المطروح.

7-1-3-الأسئلة المفتوحة:

تكون بإعطاء الحرية الكاملة للمجيبين في إبداء آرائهم للتعبير عن المشكلة المطروحة، من فوائدها أنها لا تقيد المبحوث بحصر إجابته ضمن إجابات محددة من طرف الباحث، وكذلك أيضا تحديد الآراء السائدة في المجتمع.

11- خطوات بناء أداة جمع البيانات

المرحلة الأولى :

-معاينة جميع الدراسات السابقة في المكتبة والاستمارات السابقة

انطلاقا من المراجع السالفة الذكر كان الباحث قد استفاد منها من خلال :

-تحديد مختلف المحاور الدراسة وأدوات جمع البيانات (الاستبيان – المقابلة)

-حصر ابعاد ومتغيرات الدراسة والعبارات المتعلقة بها

-تفادي الأخطاء التي وقع فيها بعض الباحثين

وبعدها تم تحديد المحاور والعبارات الدراسة على الشكل التالي :

المحور الأول: يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة.

المحور الثاني : ما يدرسه أساتذة التربية البدنية والرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة

يتكون كل محور من هاته المحاور من (10 عبارات) عبارة أعدت لقياس الآراء اتجاه ذلك البعد، و قد تبنى الباحث إعداد استبانة الشكل المغلق closed question الذي يحدد الإجابات المحتملة لكل سؤال لإجابات أفراد عينة الدراسة

المرحلة الثانية

بعد أن حدد الباحث محور الدراسة والعبارات الخاصة بكل محور من خلال المصادر والمراجع ، قام بتصميم وثيقة استطلاع للمحكم. وهذا يشمل عنوان الدراسة ، ومسألة الدراسة ، والمصطلحات والكلمات الرئيسية للدراسة ويتم تعيين مكان للتعبير عن رأي لغرض التحكيم.

12- الأساليب الإحصائية

- ✓ المتوسط الحسابي
- ✓ النسبة المئوية

13- عرض النتائج

- جنس الأساتذة:

جدول (1)

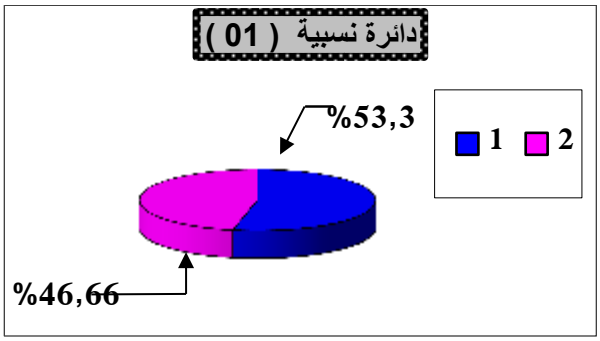
جنس الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
ذكر	27	%90
أنثى	03	%10
المجموع	30	%100

- الشهادة العلمية:

جدول (2) الشهادة العلمية للأساتذة الذين وزعت عليهم الاستمارات

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
تقني سامي (1)	16	%53.33
ليسانس (2)	14	%46.66
المجموع	30	%100

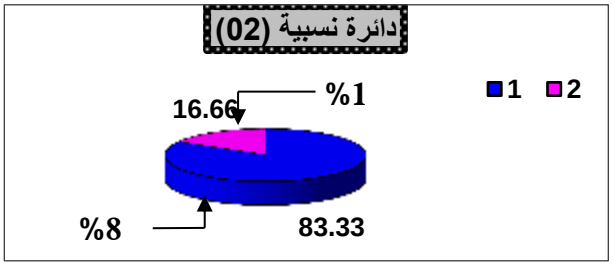


الدائرة النسبية رقم (1) توضح نتائج إجابات السؤال على الشهادة العلمية

- الخبرة المهنية :

جدول (3) الخبرة المهنية للأساتذة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
أكثر من أربع سنوات (1)	25	%83.33
اقل من أربع سنوات (2)	05	%16.66
المجموع	30	%100



الدائرة النسبية رقم (2): توضح نتائج إجابات على الخبرة المهنية

13-1-عرض الفرضية الأولى :

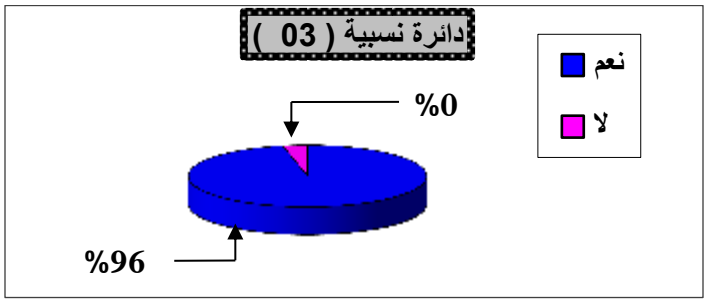
يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة.

- السؤال رقم (1): هل اعتماد المقاربة بالكفاءات يعني حقا الانتقال من منطلق التعليم الى منطق التعلم في ظل متطلبات العولمة ؟

9-1-1- عرض النتائج:

جدول (4) النتائج الخاصة بالسؤال رقم (1)

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	29	%96.66
لا	01	%03.33
المجموع	30	%100



الدائرة النسبية رقم (3): توضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (1) بالنسبة المئوية.

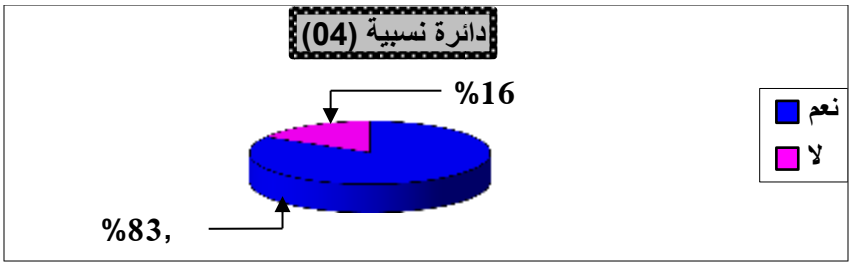
- السؤال رقم (2):

هل المقاربة بالكفاءات أحدثت تغييرا في سلوك وتصرفات التلاميذ في ظل متطلبات العولمة ؟

9-1-2- عرض النتائج:

جدول (5) لنا نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (2).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	25	%83.33
لا	05	%16.66
المجموع	30	%100



الدائرة النسبية رقم (4): تعرض لنا النتائج الخاصة بالسؤال رقم (2) بالنسب المئوية

- تحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أن آراء الأساتذة متباعدة ، بحيث نسبتهم (83.33 %) ، يؤكدون بأن المقاربة بالكفاءات في ظل متطلبات العولمة أحدثت تغييرا في سلوك وتصرفات التلاميذ، أما نسبة (16.66 %) يؤكدون أنها لم تحدث تغييرا في سلوك وتصرفات التلاميذ.

في نظرنا هذا راجع، إلى قدرة الأساتذة على إدراك التغيير الحادث في سلوك وتصرفات التلاميذ، أو أنه حقا المقاربة بالكفاءات في ظل متطلبات العولمة أحدثت تغييرا في سلوك وتصرفات التلاميذ.

13-2- عرض الفرضية الثانية

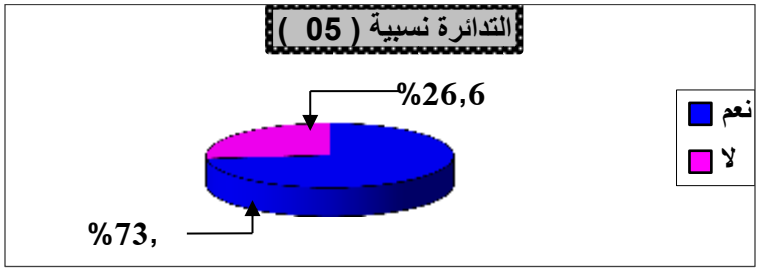
ما يدرسه أساتذة التربية البدنية والرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة.

- السؤال رقم (3):

هل هناك فرق بين المحتوى النظري للمقاربة بالكفاءات و تطبيقها ميدانيا في ظل متطلبات العولمة؟

جدول (6) النتائج الخاصة بالسؤال رقم (3).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	22	%73.33
لا	08	%26.66
المجموع	30	%100



الدائرة النسبية رقم (5): تبين نتائج السؤال رقم (3) بالنسب المئوية

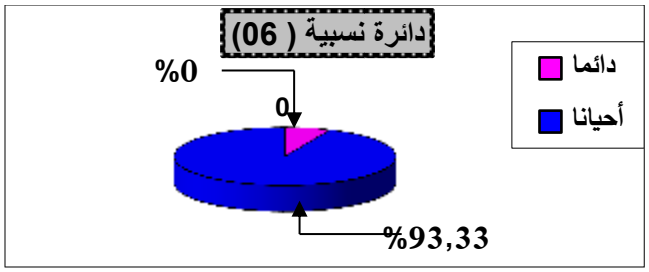
السؤال رقم (4):

هل يتم الوصول إلى تحقيق الأهداف التعلمية للحصص المطبقة في التربية البدنية والرياضية في ظل متطلبات العولمة ؟

9-2-2- عرض النتائج:

جدول (7) نتائج السؤال رقم (4).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
دائما	02	%06.66
أحيانا	28	%93.33
أبدا	00	%00.00
المجموع	30	%100



الدائرة النسبية رقم (6): توضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (4) بالنسبة المئوية

- تحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن معظم الأساتذة (93.33%) يؤكدون على الوصول الى تحقيق الأهداف التعلمية للحصص المطبقة أحيانا ، بينما الأقلية منهم (06.66%) يؤكدون دائما على الوصول الى تحقيق الأهداف التعلمية للحصص المطبقة أحيانا في التربية البدنية والرياضية في ظل متطلبات العولمة.

وفي رأينا هذا راجع، إما إلى غموض برنامج المقاربة بالكفاءات بالنسبة للأساتذة وصعوبة تطبيقه، أو صعوبة تكيف التلاميذ مع هذا البرنامج الجديد في ظل متطلبات العولمة.

14- مناقشة الفرضيات

14-1- مناقشة الفرضية الأولى :

لقد افترضنا أن يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة ظن ولقد تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الاول وذلك في الأسئلة ، وكنموذج لذلك ما لاحظناه من خلال أجوبة الأساتذة على السؤال رقم (1) بنسبة (93.33%)، على أن طريقة التدريس بالمقاربة بالكفاءات في ظل متطلبات العولمة تعتمد أساسا على وضع المتعلم في حالة مشكلات تؤثر عليه ايجابيا.

إضافة إلى أجوبتهم على السؤال(2)، الذي أكد فيها على أن المقاربة بالكفاءات أحدثت تغييرا في سلوك وتصرفات التلاميذ في ظل متطلبات العولمة ، وهذا ما يثبت ما ذكرناه سابقا في هذه الفرضية.

ومنه ان الفرضية القائلة ان يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة محققة

14-2- مناقشة الفرضية الثانية :

لقد افترضنا أن ما يلقنه أساتذة التربية البدنية و الرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة ، حيث تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الثاني وذلك في السؤال (3)، وكنموذج لذلك ما التمسناه خاصة من خلال أجوبة الأساتذة على السؤال رقم (3) بنسبة (73.33%)، حيث أكدوا فيه أن هناك فرق بين المحتوى النظري للمقاربة بالكفاءات و تطبيقها ميدانيا في ظل متطلبات العولمة ،الذي يؤكد فيه السؤال (4) فيه بأنه يمكن الوصول بالتلميذ إلى تحقيق نتائج جديدة تفوق ما حققه من قبله على ضوء المنهاج القديم.

ومنه الفرضية القائلة ان ما يدرسه أساتذة التربية البدنية والرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة محققة .

15- الاستنتاج العام:

يرى أساتذة التربية البدنية والرياضية ان التلاميذ متكيفين مع هذه البيداغوجيا الجديدة في ظل متطلبات العولمة.

ما يدرسه أساتذة التربية البدنية والرياضية مطابق لما في المنهاج الجديد في ظل متطلبات العولمة.

ومن هذا نستنتج أن هناك توافق بين طريقة تدريس التربية البدنية والرياضية و المقاربة بالكفاءات في ظل متطلبات العولمة.

16- المراجع

1. اكرم زكي خطابية . (1997). *المنهاج المعاصر في التربية البدنية والرياضية* . الاردن : دار الفكرة .
2. أنور الخولي ،جمال الدين الشافعي. (2000). *مناهج التربية البدنية المعاصرة*. القاهرة: دار الفكر العربي.
3. محمد الصالح حثروبي. (2002). *المدخل إلى التدريس بالكفاءات* . الجزائر : دار الهدى .
4. محمد نصر الدين رضوان. (2003). *الإحصاء الاستدلالي في التربية البدنية والرياضية*. مصر: دار الفكر العربي.
5. ناصر ثابت. (1984م). *أضواء على الدراسة الميدانية* . الكويت: مكتبة الفلاح.
6. وزارة التربية الوطنية. (بلا تاريخ). *البيداغوجيا بالكفاءات كبيداغوجيا إدماجية*. الجزائر: المركز الوطني للوثائق التربوية .

استخدام تدريبات خاصة وفق مؤشر السرعة الحرجة وتأثيرها على استجابة حامض اللاكتيك والقدرة اللاكتيكية اللاهوائية وانجاز عدائي 400 م شباب.

أ.م.د / وليد احمد عواد الكبيسي .

المستخلص

وتمثلت عينة البحث راكضي 400م والذين يمثلون منتخب شباب العراق) والبالغ عددهم(6)عدائين، وتم اختيارهم بطريقة العمدية واستخدم المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي، وهدف البحث الى التعرف على تأثير جهد المنافسة في استجابة حامض اللاكتيك للأفراد عينة البحث. والتعرف على تأثير جهد المنافسة على مستوى تركيز المتغيرات المبحوثة ، فيما كان فرض البحث هناك فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح القياسات البعدية في تطوير مستوى التحمل الخاص واستجابة حامض اللاكتيك والقدرة اللاكتيكية وانجاز 400م لأفراد عينة البحث ، واستنتج الباحث بأن تدريبات اللاهوائية وفق مؤشر السرعة الحرجة، لها دور في تحسين تحمل السرعة وتحمل القوة لعدائي 400م. أن التدريبات اللاهوائية بشدة عالية ومسافات قصيرة تزيد من القدرة اللاكتيكية وتحقق مستوى ايجابي للقدرات البدنية والوظيفية لعدائي 400م، وأن استخدام تدريبات مؤشر السرعة الحرجة، يساهم بزيادة القدرة لتكيف الوظيفي ومقاومة التعب من خلال زيادة التحمل اللاكتيكي لمخلفات الايض الخلوي. واوصى الباحث ضرورة اهتمام المدربين والمختصين بفعاليات العاب القوى بتدريبات مؤشر السرعة الحرجة وفقا للاختبارات العلمية لتطوير السرعة القصوية للعدائين. استخدام تدريبات مؤشر السرعة الحرجة في فترة الاعداد الخاص، وبمسافات قصيرة وشدة عالية، مع مراعاة فترات الراحة الايجابية بين تكرارات والمجاميع بحيث تكون راحة غير نامة.

الكلمات المفتاحية: التدريبات الخاصة- السرعة الحرجة - القدرة اللاكتيكية اللاهوائية- فعالية 400م.

Abstract:

The research sample consisted of 400-meter runners, who represented the Iraqi youth team, and they numbered (6) runners. They were selected intentionally and the experimental method of one group with a pre- and post-test was used. The research aimed to identify the effect of competition effort on the lactic acid response of the individuals in the research sample. And to identify the effect of competition effort on the level of concentration of the variables investigated, while the research hypothesis was that there are statistically significant differences between the pre- and post-measurements and in favor of the post-measurements in developing the level of personal endurance, lactic acid response, lactic ability, and the completion of the 400 m for the members of the research sample,The researcher concluded that anaerobic training, according to the critical speed index, has a role in improving speed endurance and strength endurance for 400m runners. Anaerobic training at high intensity and short distances increases lactic capacity and achieves a positive level of physical and functional capabilities for 400m runners, and the use of critical speed index exercises contributes to increasing the ability to function and resist fatigue by increasing lactic endurance to cellular metabolic waste. The researcher recommended the need

for trainers and specialists to pay attention to the activities Athletics with Critical Speed Index training according to scientific tests to develop maximum speed for runners. Use critical speed index exercises during the special preparation period, with short distances and high intensity, taking into account positive rest periods between repetitions and sets so that there is a non-drowsy rest.
Keywords: special training - critical speed - anaerobic lactic capacity - 400m event.

1- التعريف بالبحث

1-1المقدمة وأهمية البحث

مما لاشك فيه ، بأن العالم في تتطور مستمر وسريع في كافة مجالات الحياة، ولا سيما المجال الرياضي ،وخاصة العاب القوى ذات المجالات الاولمبية والدولية والتي تحظى بشعبية واسعة في جميع أنحاء العالم من حيث متابعة مجريات مسابقاتها لما تحويه من إثارة وتشويق في التنافس في التوصل إلى الأسرع والأعلى والأقوى، ولذا نرى بأن تلك الدول المتقدمة قد وضعت كل إمكانياتها لرفع مستوى الانجاز الرياضي، معتمدة على طرائق واساليب علمية متقدمة في التدريب، فضلا عن تهيئة الاجواء المثالية لحياة كريمة للرياضين باعتبارهم ثروة وطنية، ذات عائد مادي ومعنوي لتلك الدول، ومن هذا المنطلق اخذت تلك الدول على عاتقها استثمار الإمكانيات الفنية والبدنية للرياضيين كافة, مما جعل الرياضيين يصلون إلى المستويات ونيل الأوسمة على النطاق الدولي والأولمبي وهذا لم يأتِ محض الصدفة أو التكهن بل ثمرة التخطيط العالي للتدريب الرياضي الذي اعتمد أساساً على البحوث والخبرات والتجارب العلمية وفي وقت مبكر إذ أن العملية التدريبية تهدف إلى تحقيق الإنجاز من اجل التفوق الرياضي. وبناء على تلك المعطيات، يجب أن يستخدم المدربون الطريقة الصحيحة للتدريب في الفعاليات الرياضية كافة ، ومن هذه الفعاليات ركض المسافات القصيرة التي لها التأثير المهم في التغيرات الوظيفية الداخلية للعداء ورفع مستوى كفاءته سواء بدنيا أو وظيفيا أو فسلجيا . ولتحقيق تلك الكفاية، لابد أن يزود جسم الإنسان وباستمرار بالطاقة الكيميائية حتى يتمكن من القيام بالمهام المتعددة والمعقدة، ولذا تكمن أهمية البحث في وضع منهاج تدريبي باستخدام الشدة العالية من خلال تدريبات السرعة الحرجة، وبما يتناسب مع فعالية 400م ونظام الطاقة الخاص بها، والتعرف على مدى انعكاس ذلك على استجابات بعض المتغيرات الفسيولوجية والانجاز، كأحد نماذج التدريب الحديثية، إذ أن المنهج التدريبي المعد لعينة البحث من قبل الباحث, قد وضع بشكل علمي ومنظم ومدروس وعرض على خبراء علم التدريب وبشكل مباشر ولقد أدلوا بملاحظاتهم بشكل جدي بالنسبة للمنهج التدريبي لركض 400م, إذ أن هذه الفعالية لها أهمية كبيرة لأنها تعتبر من الأركاض القوية في فعاليات العاب القوى والعنيفة ،إذ تتطلب قدراً من السرعة والتحمّل والقوة ،نظراً لطول مسافتها النسبي التي لا يمكن أدائها بالسرعة القصوى ، كما أن تطوير هذه الفعالية يحتاج إلى قدرات بدنية خاصة ومتطلبات فسيولوجية تتناسب مع أدائها ونظام الطاقة العامل فيها هو نظام الطاقة اللأوكسجيني اللاكتيكي لأن زمن أدائها يقع ضمن زمن هذا النظام ما بين 30 ثانية وحتى 2,30 دقيقة.

1-2 مشكلة البحث:

يسعى المدربون والرياضين في كافة مجالات الرياضة ،وفي العاب القوى على وجه الخصوص الى مواكبة التقدم الحاصل في علم التدريب، من خلال طرائقه واساليبه، ومقدار تأثير ذلك التدريب على الحالة

الفسيولوجية وخاصة في فعاليات الأركاض القصيرة التي تحتاج إلى قدرات بدنية وتوافقية، ومما تتطلب تلك القدرات من تغيرات عديده على مستوى عمليات الأيض الخلوي ، ولكي يتم الكشف عن تلك المتغيرات المصاحبة لعمليات التدريب لابد من فحوصات مختبرية للقدرات البدنية والفسيولوجية، تساعد المدرب على تقويم حالة الرياضي فسيولوجيا وكيميائيا للتعرف على مقدار التطور الحاصل نتيجة للتدريب الرياضي والذي ينعكس على زمن الانجاز، لذلك سعى الباحث الى بناء منهاج تدريبي باستخدام مؤشر السرعة الحرجة وبدلالة الاختبارات البدنية والفسيولوجية قيد الدراسة، أذ لاحظ الباحث قلة استخدام الاختبارات البدنية والفحوصات المختبرية، المتزامنه وبصورة مستمرة مع التدريب ،والتي هي بمثابة المرآة والكاشف الحقيقي لانعكاس المنهاج التدريبي على عمليات الأيض الخلوي وما يصاحبه من التغيرات تحدث داخل الجسم من الناحية الكيميائية والفسيولوجية والتي لها الأثر الواضح بالتعرف على مستوى تطور الإنجاز ، كون هذه المتغيرات تعطي لنا مؤشرا إيجابيا في تحديد مواطن القوة والضعف ومدى انعكاس ذلك على صحة الرياضي وبالتالي لها تأثير مباشر في مستوى الأداء وبذلك تكون مؤشرا دقيقا لتطور الرياضي والوصول به إلى المستويات العليا عن طريق وضع منهج تدريبي باستخدام السرعة الحرجة ومدى استجابة هذه المتغيرات لحمل هذا الأسلوب التدريبي ومقدار تأثيره في انجاز 400 متر شباب .

أهداف البحث:-

1 – التعرف على واقع مؤشر السرعة الحرجة وتأثيره على استجابة حامض اللاكتيك والقدرة اللاكتيكية وانجاز عدائي 400م لأفراد عينة البحث.

2- اعداد منهج تدريبي وفقا لمؤشر السرعة الحرجة بغية تطوير قدرات التحمل الخاص وتأثيره على استجابة حامض اللاكتيك والقدرة اللاكتيكية وإنجاز ركض 400 متر .

1 – 4 فرض البحث

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد عينة البحث ولصالح القياسات البعدية.

1-5 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري:- مجموعة من عدائي (فئة منتخب الشباب) لفعالية 400م المشاركين في بطولات الاتحاد المركزي للألعاب القوى للموسم 2022.

1-5-2 المجال الزماني: 7/ 3/ 2022 الى 2022/6/14

1-5-3 المجال المكاني:- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد.

المختبرات: بغداد شارع فلسطين: مختبر الهدى للتحليلات المرضية، مختبر اكرم العزاوي للتحليلات البايوكيميائية والمرضية.

- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث: أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته طبيعة البحث واهدفه.

2-3 عينة البحث لقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة(6) من عدائين المنتخب العراقي للشباب وقد شكلت نسبة العينة الى مجتمع الاصل 75 **%**

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات التالية :-
- المصادر العلمية العربية والأجنبية وشبكة المعلومات الدولية.
- ساعة توقيت لقياس الزمن عدد(3).
- شواخص.
- قطن طبي ومواد معقمة.
- جهاز قياس حامض اللاكتيك وبصورة مباشرة (Lactate protest Meter)
- كتات لتحديد مستوى تركيز حامض اللاكتيك في الدم.
- جهاز حاسوب نوع (HP) .

3-4 استمارة استبيان:

لغرض الحصول على المعلومات والبيانات التي تغني الدراسة ، تم الاستعانة باستمارة استبيان لاستطلاع أراء المختصين في مجال التدريب والفسلجة الرياضية من حيث الاختبارات المستخدمة والمنهج التدريبي والمتغيرات الوظيفية حيث اتفقت اغلب آراء المختصين على المتغيرات المبحوثة قيد الدراسة وبنسبة (76.9 %).

3-5 الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث.

3-5-1 الاختبارات البدنية:-

أولا:- أختبار تحمل السرعة الخاص ركض 300م (عبد الجبار واحمد،1994، 316)

الهـدف من الاختبار : قياس تحمل السرعة الخاص .

الأدوات المستخدمة : ساعات توقيت يدوية أستمارات تسجيل .

وصف الأداء : يبدأ الاختبار عند سماع اسم أول ثلاثة عدائين في أستمارة التسجيل ، إذ يأخذ العداءون مكانهم خلف خط البداية وعند سماع إيعاز على الخط إذ يأخذ العداءون وضع الوقوف خلف الخط ، وهنا تمت مراعاة مبدأ التنافس بين العدائين .ويبدأ السباق عند سماع إشارة البدء إذ يركض العداءون على مجال محيطه 400 متر لمسافة 300 متر ويخصص مؤقت لكل عداء ، إذ تبدأ الساعة بالتوقيت عند إشارة البدء ، وتوقف الساعة عند وصول صدر العداء خط النهاية .

التسجيل : يقوم المسجل بتسجيل زمن كل عداء في أستمارة تسجيل معدة لهذا الغرض بالثواني إلى أقرب عشر من الثاني.

ثانيا:- اختبار الركض بالقفز لمسافة (200م) من البداية العالية:(عبد،2003، 29)

الغرض من الاختبار : قياس تحمل القوة .

متطلبات الاختبار : مجال ركض لا يقل طوله عن (250م) ، ساعات توقيت ، مطلق مؤقتون .

وصف الاختبار : يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلا ومتوازيتان بحث يلامس مشطا القدمين خط البداية من الخارج ، ثم يأخذ المختبر وضع التهيؤ (ثني الركبتين قليلا والميل بالجذع الى الأمام مع مرجحة الذراعين للخلف) وعند سماع صافرة البداية تمرجح الذراعان أماما مع مد الركبتين بقوة على امتداد الجذع لدفع الأرض بالقدمين بقوة للوثب أماما على احد القدمين وتبادل الدفع بالقدم الأخرى وهكذا الى نهاية المسافة .

التسجيل : يتم تسجيل الزمن المستغرق لقطع المسافة الى أقرب 100/1 جزء من الثانية

ثالثا :- اختبار ركض (400م) من بداية الجلوس :

الغرض من الاختبار : قياس الانجاز .

متطلبات الاختبار : مضمار قانوني لألعاب القوى ، ساعات توقيت ، مطلق ، مؤقتون .

التسجيل : يتم تسجيل الزمن المستغرق لقطع المسافة الى أقرب 100/1 جزء من الثانية .

3-5-2 الاختبارات والقياسات الحيوية

اولا:- قياس تركيز حامض اللاكتيك في الدم قبل وبعد المنافسة **:**

- الهدف من الاختبار : قياس مستوى تركيز حامض اللاكتيك في الدم قبل و بعد المنافسة. وبطريقة مباشرة عن طريق جهاز الكتروني خاص محمول.
- **الأدوات المستخدمة** : تم استخدام جهاز من نوع **(**Lactate Pro LT - 1710**)** المصنعة من قِبَل شركة **(**Arakray**)** اليابانية ، مثقاب ابري عدد (20)، شريط فاحص **(**Check Strip**)** عدد (20)، شريط مدرج **(**Calibration Strip**)** عدد (20)، أشرطة قياس **(**Test Strip**)**، قطن طبي، مواد معقمة، منشفة يد صغيرة عدد (20)، فريق عمل مساعد، استمارة تسجيل.

وصف الأداء : يقوم فريق العمل المساعد بتصفير الجهاز بالشريط المدرج الخاص به، ووغز(حلمة أذن) المختبر بالإبرة الخاصة بالجهاز، ثم أخذ عينة من الدم ب(الكت) الموضوع بالجهاز للحصول على القراءة ومسح(حلمة أذن) وتعقيمها بالقطن الطبي والمحلول المعقم، ولكل مختبر(كت) خاص به ويستخدم لمرة واحدة فقط. وبهذه الطريقة يتم قياس مستوى تركيز حامض اللاكتيك في الدم قبل و بعد المنافسة ، أذ تظهر نتيجة القياس بصورة مباشرة على شاشة الجهاز بوحدة قياس هي (المليمول/لتر).

وتمت عملية القياس بعد مرور (5) دقائق من الجهد وهذه المدة تُعدّ مناسبة لضمان انتقال حامض اللاكتيك من العضلات إلى الدم، وكما أشارا الى ذلك كل من(القط، 1999، 27) و(سلامة، 1999، 127) و(عثمان،2018، 322)

التسجيل : تسجل القراءة التي يظهرها الجهاز بعد القياس لكل لاعب قبل وبعد المنافسة .

ثانيا:- اختبار القدرة اللاكتيكية اللاهوائية:-(Genem,Adams,1990,22-25)

- **الهدف من الاختبار :**

قياس القدرة اللاأوكسجنية اللاكتيكية ميدانياً .

- **الأدوات المستعملة :** ملعب ساحة وميدان ، ساعات توقيت يدوية، استمارات تسجيل فريق عمل مساعد ، صافرة، علامات عدد 3.

وصف الأداء :يقوم المختبر بالركض على مجال محيطه 400 متر، وتم تجزئة المسافة إلى مسافتين الأولى على بعد 256 متراً وتوضع علامة ، والمسافة الأخرى على بعد 329 متراً وتوضع علامة أخرى ، يقف المؤقت الأول بموضع يكون فيه بصورة عمودية مع العلامة الأولى والثانية ، إذ يبدأ التوقيت عند العلامة الأولى وينتهي عند العلامة الأخرى لقياس زمن مسافة 256 متر وزمن 400 متر، أما المؤقت الثاني فيكون بموضع يكون فيه بصورة عمودية مع العلامة الثانية والثالثة ، وكما هو موضح في الشكل (7) ، إذ يبدأ التوقيت عند العلامة الثانية وينتهي عند العلامة الثالثة ، يتم الاختبار بصورة منفردة ولمرة واحدة لكل مختبر

التسجيل : تستخرج القدرة اللاأوكسجنية اللاكتيكية بإتباع المعادلة الآتية:

القدرة اللاأوكسجنية اللاكتيكية=1,72–(B×o,o22 + A×0,027) كيلو سعرة كغم

إذ إن A = الزمن بالثانية لمسافة 256 م . B = السرعة م / د المسافة بين 256 م و 329م .

6-3 المنهج التدريبي:-

بعد الاطلاع على المصادر والدارسات السابقة أعد الباحث المنهج التدريبي لعدائي فعالية (400م) شباب، في مرحلة الاعداد الخاص وبطريقة التدريب الفتري مرتفع الشدة والتكراري، مستندا على الاختبارات البدنية على أسس أنظمة الطاقة لفعالية باستخدام مؤشر السرعة الحرجة، أذ أن الاختبارات ماهي إلا مجموعة من المواقف مصممة لإظهار سلوك معين للجسم أو أحد أجزائه، من خلال أداء الاختبار، ومن خلال النتائج نستطيع أن نقدر حالة الرياضي من كافة المجالات(البدنية، البيولوجية، الفيسيولوجية، ...) وتأسيسا على ذلك ولخلق حالة من التوازن في مكونات الحمل التدريبي، وفقا لمؤشر السرعة الحرجة باستخدام مسافات أقل وبشدة عالية وبأسلوب التدريب التكراري والذي يعتمد على نظامي الطاقة الفوسفاجيني واللاكتيكي والتي تعد الحجر الاساس للارتقاء بالمستوى الوظيفي والبدني. ونتيجة لذلك كانت مدة المهج التدريبي(12 أسبوعا) وبواقع وحدتين تدريبية في الاسبوع، ليومي(الاحد، والاربعاء) والهدف من ذلك تطوير وتحسين المسافات المقطوعة ضمن مفهوم السرعة الحرجة والتي تعمل على تطوير السرعة القصوية، وتحمل السرعة ، وتحمل القوة للوصول أعلى مستوى من الانجاز.

السرعة الحرجة V = (م $_2$ – م$_1$) ÷ (زمن م $_2$ –زمن م$_1$) (Emestw:Maglish;2003,571)

م$_1$ = المسافة الاولى م $_2$ = المسافة الثانية

7-3 التجربة الاستطلاعية

بنظر لترابط إجراءات المتغيرات المبحوثة مع بعضها البعض وللمحافظة على التسلسل العلمي لأجراء الاختبارات ، وتلافيا لتجنب الاجهاد الذي قد يقع على الاجهزة الحيوية لعينة البحث، ولاسيما الجهاز العصبي، أقترح الباحث وفريق العمل المساعد إجراء تجربتين استطلاعية بحيث يكون اختبار تحمل السرعة الخاص أولا، لان السرعة بكل اشكالها تحتاج الى راحة تامة للجهاز العصبي، ومن هذا المنطلق باشر فريق العمل المساعد بالواجبات الملاقاة على عاتقه، وقد أعتمد فريق العمل المساعد على أجراء الاختبارات، وفقا لما أشارت له المصادر من حيث الادوات والاجهزة، وكيفية تسجيل الزمن والمحاولات، وكما بينا ذلك عند ذكر تفصيل الاختبارات أعلاه، أذ تم أجراء جميع الاختبارات قيد الدراسة في ملعب الساحة والميدان في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد وبحضور أفراد عينة البحث وقام الباحث بشرح أهمية الدراسة بالنسبة للاعبين والمدربين والمتخصصين في مجال فسيولوجيا التدريب الرياضي، وقبل البدء بالاختبارات قيد الدراسة، يباشر العدائين بأجراء عملية الاحماء ولمدة(10د)، وعند الانتهاء من قياس الاختبارات المبحوثة قيد الدراسة تسجل تلك البيانات في الاستمارات الخاصة بكل عداء .أذ تم إجراء التجربة الاستطلاعية الاولى على أثنين من عدائي(400م) يوم (الاثنين) الموافق(7 / 3 / 2022)،وتضمنت التجربة الأولى اختبارات (تحمل السرعة الخاص، تحمل القوة، القدرة اللاأوكسجنية اللاكتيكية) على التوالي ، وكما مبين أدناه، ففي تمام الساعة(10) صباحا ، تم اختبار تحمل السرعة الخاص ، وفي تمام الساعة(12صباحا) تم اختبار تحمل القوة ، وفي الساعة (الخامسة عصرا) تم أداء اختبار القدرة اللاأوكسجنية، بينما التجربة الاستطلاعية الثانية كانت يوم (الخميس) الموافق (10 / 3 / 2022) وفي تمام الساعة (4) مساء تم اختبار عدو مسافة 400م، وحسب القانون الدولي وعند الانتهاء من قطع المسافة ، تم قياس حامض اللاكتيك وكما بينا ذلك في وصف

قياس حامض اللاكتيك. وقد حققت التجربتين الاستطلاعية الهدف الرئيس من أجراءها. من حيث كفاءة فريق العمل المساعد، والتسلسل العلمي لأجراء الاختبارات المبحوثة .

3-7 التجربة الرئيسة

لقد تم القيام بتنفيذ التجربة الرئيسة للاختبارات القبلية والبعدية بنفس الاسلوب المتبع في التجربتين الاستطلاعية من حيث المكان والزمان وبنفس الاجهزة والادوات.

3-8-1 الاختبارات القبلية: تم أجراء الاختبارات القبلية يوم(الاثنين) الموافق 14-2022/3/17.

3-8-1 الاختبارات البعدية:- تم اجراء الاختبارات البعدية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي وذلك في يوم (الاحد) الموافق 19-22 /6/ 2022

3-9 الوسائل الإحصائية :استخدم الباحث حزمة من الحقيبة الاحصائية SPSS.

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-

لقد تم عرض نتائج الاختبارات الخاصة في البحث بشكل واضح في الجدول(1) وبصورة علمية وأظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية.

جدول(1) اختبار الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية للمتغيرات

المتغيرات ووحدة القياس	قبلي		بعدي		س-ف	ح2 ف	المحتسبة	الجدولية	مستوى الخطأ	الدلالة
	س-	ع	س-	ع						
تحمل السرعة 300م **ث**	**34.857**	**0.635**	**32.0002**	**0.544**	**0.970**	**0.396**	**4.687**		**0.005**	**معنوي**
تحمل القوة 200م **ث**	**26.600**	**1.302**	**25.209**	**0.960**	**0.643**	**0.262**	**5.293**		**0.003**	**معنوي**
حامض اللاكتيك **ملي مول/ لتر**	**8.519**	**0.423**	**9.708**	**0.548**	**0.512**	**0.249**	**4.759**	**2.571**	**0.005**	**معنوي**
القدرة اللاكتيكية **كغم. سعرة**	**33.857**	**0.635**	**32.0002**	**0.544**	**0.970**	**0.396**	**4.687**		**0.005**	**معنوي**
الانجاز **ث**	**53.095**	**0.649**	**52.365**	**0.514**	**0.730**	**0.410**	**4.351**		**0.007**	**معنوي**

عند درجة حرية (5) معنوي عند مستوى الخطأ(0.05)

يبين الجدول رقم(1) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لجميع المتغيرات المبحوثة ولصالح الاختبارات البعدية ويرى الباحث، بأن الاختبارات البدنية والفسيولوجية هي المحور الاساسي في اختبارات بحثنا هذا على وفق مؤشر السرعة الحرجة ,أذ انها تعطي فكرة اساسية تساعدنا في الوصول الى كم التطور الحاصل ومعنويته لإنجاز فعالية (400م) . ويعزو الباحث بأن معنوية اختبار (تحمل السرعة الخاص 300م)، برجع ذلك الى فاعلية البرامج التدريبي المستخدم ، إذ تم استخدام أحمال تدريبية مناسبة لأفراد عينة البحث ،أذ كان لفهم والتزام اللاعبين لمفردات المنهاج وتنوع التمارين المستخدمة له الأثر

الكبير في تطوير القدرة البدنية وفق مؤشر السرعة الحرجة، فضلا عن مراعاة الشدة المطلوبة بحيث تكون عالية مع مسافات قليلة وفترات الراحة بين تمرين وآخر وفقا للمستوى الرقمي للعداء، وتماشيا مع ماتم ذكره، يرى(الربضي،2008، 127) بأن التنوع في إعطاء التمارين الرياضة في الوحدة التدريبية يجنب الارتباك الفكري للرياضي ويعمل على زيادة الرغبة في التدريب كما إنه يؤدي الى اكتساب الخبرة في تنوع الأداء الرياضي واكتساب صفات وقدرات بدنية متنوعة ايضا.

وفي هذا الصدد يؤكد(أحمد،2001، 135) بأن تحديد مسافة الركض وتقنين الاحمال التدريبية (الشدة، والحجم، وفترات الراحة) بما يتناسب مع أمكانية الرياضي يمثل القاعدة الاساسية للارتقاء بمستوى التدريب. بينما تنطوي وجهة النظر(أثير صبري ،1983، 106). بأن اختيار مسافات الركض والتي تتراوح بين (100-400) متر تساعد في تطوير تحمل السرعة بشكل مباشر. ومن زاوية اخرى تناول(عبد الفتاح،1997، 195) تأثير تدريبات تحمل السرعة والتي تؤدى بشدة مقاربة الى الشدة القصوى للرياضي على الحالة الفسيولوجية، ولاسيما قدرة الجهاز العصبي ،أذ أكد بأن تلك التدريبات تعمل على تحسين مقدرة الجهاز العصبي المركزي على توصيل الإشارات العصبية للعضلة وفاعلية هذه الإشارات وقيامها بدورها لتنبيه العضلة للانقباض بالرغم من ظروف زيادة تراكم مخلفات الأيض الخلوي بالعضلات والدم. بينما تناول(مفتي إبراهيم حماد،1999، 164) نظام الطاقة العامل وتأثيره ، أذ أكد بان التدريب اللاهوائي والذي يستخدم بأداء تمرينات ذات شدة عالية يؤدي الى زيادة نظام أنتاج الطاقة اللاكتيكي ،والذي يسمح بمستويات عالية من الكفاءة العضلية ومستويات أفضل من حامض اللاكتيك والذي يسمح للأوكسجين بالتحرر من حامض اللاكتيك وفق مسارات النقل الإلكتروني مما يقلل التعب بينما يرى الباحث معنوية القياسات بين لاختبارات القبلية والبعدية(تحمل القوة 200م) الى أن تمارين المنهج المعد من قبل الباحث تضمنت تمارين خاصة لتطوير الجوانب الفنية، والمتمثلة بتدريبات القوة السريعة والتي تساهم بصورة في زيادة السرعة للمسافات القصيرة، وخصوصا عندما تطول هذه المسافات إذ أن تلك تدريبات(تحمل السرعة، تحمل القوة) تساهم في زيادة طول الخطوة وترددها، وهذا ما يؤكده(درويش وحسانين،1984، 125) بأن طول الخطوة يعتمد بشكل رئيسي على القوة المنتجة في المجاميع العضلية العاملة، وان تردد الخطوات يعتمد على فاعلية الجهاز العصبي المركزي ونشاطه في الإبقاء على التحفيز العضلي بأعلى استعداد، مما يظهر انتاج قوة في اثناء الاداء وبشكل سريع بالرغم المسافة المنجزة. بينما يعزو الباحث معنوية الفروق في القياسات القبلية والبعدية لحامض اللاكتيك، نتيجة طبيعة، فهناك علاقة طردية بين مستوى تراكم حامض اللاكتيك وشدة المجهود المبذول، أذ كلما كانت الشدة قصوى أو قريبه من القصوى ، كان هناك زيادة في مستوى حامض اللاكتيك، بسبب النقص الحاصل في امداد الطاقة لعضيات الجسم، أذ تدريبات وفق مؤشر السرعة الحرجة ، تزيد من قابلية تحمل السرعة لدى العداء عند استخدام أسلوب المسافات القصيرة المتغيرة، ووفق تلك الرؤية يؤكد على ذلك(عبد الفتاح وسيد، 2003، 191) بأن تدريبات تحمل السرعة يكون تكرار الأداء في الجري بالسرعات الأقل من القصوى أو القريبة من القصوى ولمسافات تزيد عن المسافة الأصلية مع استخدام أسلوب السرعات المتغيرة خلال قطع المسافة مع أداء تكرارات مرتفعة الشدة ولمسافات قصيرة. ومن الرؤى الداعة لذلك ما أشار له(قاسم المندلاوي واخرون، 1990، 191) بأن تدريبات تحمل السرعة ساهمت في تطوير الحمل الفسيولوجي لأجهزة الجسم، أذ أن تلك التدريبات من أهم العناصر المطلوبة في تدريب ركض المسافات المتوسطة من أجل المحافظة على نوعية الشدة المطلوبة في التدريب، ومن زاوية اخرى فأن هذا النوع من التدريب مصمم لمساعدة تحسين نظام طاقة حامض اللاكتيك، وبناء على تلك المعطيات يفسر.

(زاهر،2011، 169-176) ذلك بأن تدريبات تحمل السرعة تؤدي الى استثارة عالية لمسارات كل من الكرياتين كينيز والكلايكوجينك، وكلما كانت شدة التمرين عالية ولمسافة قصيرة والتي تصل الى الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين نتج عن ذلك تكيفات تنعكس على قدرة الرياضي لتحمل التعب العضلي للعضلات العاملة والعجز الاوكسجيني وتراكم مخلفات الأيض، مما يدل على تحسن في القدرة على انتاج الطاقة خلال التأثير اللاهوائي لكلايكوجين. بينما يرى الباحث معنوية الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية(لاختبار القدرة اللاكتيكية) بأن البرنامج التدريبي وفق مفهوم السرعة الحرجة اثر بشكل ملموس على مستوى التحمل الخاص(تحمل السرعة، تحمل القوة)، مما نتج عنه زيادة في القابلية الانتاجية للطاقة، وخلق نوع من التوزان في سرعة التكيف للعضلات العاملة لتدريبات القدرة اللاكتيكية، وفي ظل تلك الفكرة يؤكد(علاوي وأحمد،2000، 21) بأن من أهم المتغيرات المصاحبة لتدريبات السرعة الخاصة هي تحسين وتسريع عملية انتاج وتحرير الطاقة اللاهوائية اللاكتيكية(ATP-CP) نتيجة لتطوير النشاطات الأنزيمية اللاهوائية من أجل اعادة وتحرير مصادر الطاقة وبمدة زمنية قصيرة. وفي ذات السياق يوكد(عبد الفتاح،1997، 336) بأن تدريبات القدرة اللاكتيكية تعمل على تحسين القدرات الوظيفية والبدنية ،أذ أن تدريبات انتاج اللاكتات تنطوي تحت مفهوم تدريبات النظام اللاهوائي القصير والمتوسط ، والذي يخلق حالة من التكيف والتوزان في الاحتفاظ والاستهلاك ، أذ يعمل بأقصى درجة لتكسير أكبر قدر ممكن من الكلايكوجين لإنتاج الطاقة بالسلسلة من التفاعلات الايضية لاستهلاكها في نشاطاتها، فضلا عن القدرة من التخلص من الترسبات اللاكتيكية.

ويرى الباحث معنوية الفروق في مستوى الانجاز ولصالح الاختبارات البعدية الى طبيعة ونوعية التمرينات التي طبقت في التدريب وفقا لمؤشر السرعة الحرجة، كانت ملائمة لعينة البحث وخاصة شدتها وتنوعها واختلاف مسافاتها وتكراراتها ،أذ أن المسافات الجزئية وفق مؤشر السرعة الحرجة لركض 400م، عمل على تحسين تحمل السرعة القصوية للعدائين، مما يدل على وجود تناغم بين الحمل التدريب الخارجي والداخلي، على الرغم من نقص الاوكسجين في ظل العمل اللاهوائي اللاكتيكي، والذي أكسب العضلات القدرة على تحمل أعباء العمل اللاهوائي من خلال التكرارات ومستوى الشدة المستخدمة، وفي ضوء ذلك يشير (سلامة، 1996، 196) بأن الرياضي عندما يصبح أكثر كفاءة في التدريب والمنافسة، فأن احتياجه للطاقة يقل وينخفض مقارنة بالرياضي قليل الكفاءة أي هناك اقتصادية في الاستهلاك والانتاج من خلال التكيف والتطبع الوظيفي والبدني. وتماشيا مع ما تم ذكره يؤكد(القط،1999، 12)بأن المناهج التدريبية يقاس نجاحها بمدى التقدم الذي يحققه الرياضي في نشاط الممارس من خلال المستوى البدني والمهاري والوظيفي، ويتعمد ذلك على مقدار التكيف المكتسب من تمرينات المنهاج التدريبي. واستخلاصا لما سبق يرى الباحث بأن تدريبات السرعة الحرجة وفق الاختبارات المبحوثة قد أكسبت عدائين 400م صفة السرعة بأنواعها ، لان تدريبات السرعة بالحقيقة هي تدريبات للجهاز العصبي، أذ أن العمل العضلي المتحرك يحفز الجهاز العصبي، من أجل أن يزيد من القوة العضلية ويحسن من التوافق والسرعة من خلال سرعة الاستجابة للمنبهات والمثيرات خلال عملتي الكف والاثارة، وقد ننوه الى ذلك(البشتاوي و اسماعيل،2006، 329) بأن السرعة ترتبط بكفاءة الجهاز العصبي، أذ أن كل عمليات السيطرة والتوجيه التي يقوم بها الجهاز العصبي من العوامل المهمة ، التي تستند عليها قدرة الرياضي على تنفيذ الحركات المختلفة بأقصى سرعة وان التوافق التام بين الوظائف المختلفة للمراكز الحسية من العوامل التي تساهم في تطوير السرعة.

5-1 الاستنتاجات والتوصيات:-

5-1-1 الاستنتاجات:-

1- أن تدريبات اللاهوائية وفق مؤشر السرعة الحرجة، لها دور في تحسين تحمل السرعة وتحمل القوة لعدائي 400م.

2- أن التدريبات اللاهوائية بشدة عالية ومسافات قصيرة تزيد من القدرة اللاكتيكية وتحقق مستوى ايجابي للقدرات البدنية والوظيفية لعدائي 400م.

3- أن استخدام تدريبات مؤشر السرعة الحرجة، يساهم بزيادة القدرة لتكيف الوظيفي ومقاومة التعب من خلال زيادة التحمل اللاكتيكي لمخلفات الايض الخلوي.

4- أن تدريبات اللاهوائية ذات الشدة العالية ولمسافات قصيرة مختلفة، قد ساهمت بشكل مباشر في تطوير الحمل البدني والحمل الفسيولوجي، مما أنعكس على الانجاز.

5-2-1التوصيات:-

1- ضرورة اهتمام المدربين والمختصين بفعاليات العاب القوى بتدريبات مؤشر السرعة الحرجة وفقا للاختبارات العلمية لتطوير السرعة القصوية للعدائين.

2- استخدام تدريبات مؤشر السرعة الحرجة في فترة الاعداد الخاص، وبمسافات قصيرة وشدة عالية، مع مراعاة فترات الراحة الايجابية بين تكرارات والمجاميع بحيث تكون راحة غير تامة.

3- اجراء دراسات بحثية مشابهة باستخدام التمرينات المعدة على عينات وفعاليات اخرى في الأركاض ومن كلا الجنسين، ولمختلف الفئات العمرية.

المصادر العربية والاجنبية:

- ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين سيد؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية،ط2:(القاهرة، دار الفكر العربي،2003).
- ابو العلا احمد عبد الفتاح؛ التدريب الرياضي، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997).
- ابو العلا عبد الفتاح؛ التدريب الرياضي والاسس الفسيولوجية:(القاهرة، دار الفكر العربي،1997).
- أثير صبري؛ تأثير تطوير مطاولة القوة على انجاز ركض المسافات المتوسطة، رسالة ماجستر ،غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد،1983.
- أمر الله أحمد؛ التدريب البدني الوظيفي بكرة القدم:(الاسكندرية دار الجامعة،2001.
- بهاء الدين سلامة؛ التمثيل الحيوي للطاقة الهوائية واللاهوائية للاعبي التحمل والسرعة:(القاهرة، نشرة العاب القوى، العدد الرابع والعشرون، مركز التنقية الإقليمي،1999).
- بهاء الدين سلامة؛ فسيولوجيا الرياضة :(القاهرة، دار الفكر العربي،1996).
- قاسم المندلاوي واخرون؛ الاسس التدريبية لفعاليات العاب القوى:(الموصل، مطابع التعليم العالي،1990).
- قيس ناجي عبد الجبار ، بسطويسي احمد ؛الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، (بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1984).
- كمال جميل الربضي؛ التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، عمان، دار المطبوعات للنشر،2001.
- كمال درويش ومحمد صبحي حسنانين؛ التدريب الدائري،ط1:(القاهرة، دار الفكر العربي،1984).
- محمد حسن علاوي وابو العلا احمد؛ فسيولوجية التدريب الرياضي:(القاهرة ،دار الفكر العربي، 2000).

- محمد عبادي عبد ؛ اثر تنمية التحمل الخاص في التحكم بخطوات الركض وانجاز 400 م حواجز ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2003 .
- محمد عثمان؛ التدريب والطب الرياضي،ط1:(مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2018).
- محمد علي احمد القط ؛ وظائف اعضاء التدريب الرياضي ، ط1:(القاهرة ، دار الفكر العربي ،1999)
- محمد علي القط؛ وظائف الأعضاء والتدريب:-(القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- مفتي ابراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث،(القاهرة، دار الفكر العربي،1999).

- Gene M . Adams : Exercise physiology Laboratory Manual , U.S.A , WM.C. Brown Publishers , 1990 .
- Emestw:Maglish;(2003) swimming fastes,Human kinetice

واقع ممارسة الأنشطة البدنية ودور وسائل الإعلام في جائحة كوفيد (19)

أ.م.د/ يحيى صالح الميتمي أ.م.د/محمد حسين النظاري أ.م.د/ معين صالح الميتمي

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع ممارسة الأنشطة البدنية، ودور وسائل الإعلام في جائحة كوفيد (19) بين أفراد المجتمعين العربيين (الإمارات العربية المتحدة والأردن) الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية، خلال جائحة كورونا. وكذلك التعرف إلى دور وسائل الإعلام العربي، في توجيه أفراد مجتمعاتهم لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة. وايضاً التعرف إلى الفروق في مستوى الدلالة بين أفراد عينة الدراسة لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الجنس، المؤهل العلمي، الوظيفة، مكان الممارسة، الدولة)، وتكونت عينة الدراسة من (366) فرداً فقط منهم (281) ممارس للأنشطة البدنية و (85) غير ممارس. واستخدم الباحثون الاستبانة كأداة للدراسة مكونة من (34) فقرة قسمت إلى ثلاث محاور منها (11) فقرة لمحور الأفراد الممارسين للأنشطة البدنية، و(12) فقرة لمحور الأفراد غير الممارسين للأنشطة البدنية، و(11) فقرات لدور وسائل الإعلام يتم الإجابة عليها من جميع أفراد العينة. وتم توزيعها عبر موقع التواصل الاجتماعي (الواتس اب) للإجابة عن فقرات الاستبانة. استخدم الباحثون المنهج الوصفي لتحليل هذه الدراسة، وتم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار "ت" للفروقات وتحليل التباين الاحادي. وقد أشارت النتائج إلى واقع الأفراد المدركين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الجائحة جاء بشكل عام كبير، وأن واقع الأفراد غير المدركين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الجائحة جاء أيضاً كبير. وأن دور وسائل الإعلام العربية في تشجيع أفراد مجتمعاتهم على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية خلال الجائحة جاء بشكل عام كبير جداً. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية في واقع الأفراد المدركين وغير المدركين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الجائحة بين أفراد المجتمعين تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الجنس، المؤهل العلمي، الوظيفة، مكان الممارسة، الدولة). وأوصى الباحثون إجراء دراسات بحثية مستقبلية متخصصة لتقييم تأثير جائحة «كورونا» على جوانب أخرى مثل الصحة النفسية والعقلية لجميع الفئات العمرية. وكذلك عمل برامج رياضية وانشطة افتراضية لجميع أفراد المجتمع لكل دولة لجميع الفئات العمرية.

الكلمات المفتاحية: الواقع ،الأنشطة البدنية ،وسائل الإعلام ، جائحة كوفيد (19).

Abstract:

The study aimed to identify the reality of practicing physical activities, and the role of the media in the Covid (19) pandemic among members of the two Arab societies (the United Arab Emirates and Jordan) who practice and do not practice physical activities, during the Corona pandemic. As well as learning about the role of Arab media in guiding members of their communities to the importance of practicing physical activities in light of the pandemic. Also, identifying the differences in the level of significance among the members of the study sample regarding the importance of practicing physical activities in light of the pandemic according to the variables of the study (age, gender, educational qualification, job, place of practice, country). The study sample consisted of (366) individuals only, of whom (281) A practitioner of physical activities

and (85) a non-practitioner. The researchers used the questionnaire As a tool for the study, it consists of (34) paragraphs divided into three axes, including (11) paragraphs for the axis of individuals who practice physical activities, (12) paragraphs for the axis of individuals who do not practice physical activities, and (11) paragraphs for the role of the media, which are answered by all members of the sample. . It was distributed via the social networking site (WhatsApp) to answer the questionnaire items. The researchers used the descriptive approach to analyze this study, and statistical treatments were performed using the arithmetic mean, standard deviation, t-test for differences, and one-way analysis of variance. The results indicated the reality of individuals being aware of the importance of exercise Physical activities during the pandemic were generally great, and the reality of individuals who are not aware of the importance of practicing physical activities during the pandemic was also great. The role of the Arab media in encouraging members of their communities about the importance of practicing physical activities during the pandemic was generally very great. The results also showed that there are no fundamental differences in the reality of individuals who are aware and who are not aware of the importance of practicing physical activities during the pandemic between members of both communities according to the variables of the study (age, gender, Educational qualification, job, place of practice, country). The researchers recommended conducting specialized future research studies to evaluate the impact of the Corona pandemic on other aspects, such as psychological and mental health for all age groups. As well as creating sports programs and virtual activities for all members of society in each country for all age groups.

Keywords: reality, physical activities, media, Covid (19) pandemic.

مقدمة الدراسة :

شهدت السنوات الأخيرة تزايدا كبيراً لاهتمام العلماء والمختصين بممارسة الأنشطة البدنية، ليس بهدف المنافسة، ولكن كنوع من وسائل الوقاية والعلاج من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة (Hypokinetic Diseases) والتأثيرات السلبية والأضرار النفسية والاجتماعية الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية في ظل التقدم التكنولوجي السريع الذي يشهده العالم مثل التوتر وزيادة القلق. (الجفري،2013.نقلاً عن راتب.ص2)

فأصبحت الرياضة ضرورة من ضروريات الحياة، فمع استمرار التقدم الحضاري واكتفاء الأنسان الى وسائل التكنولوجيا التي تعفيه عن ما كان يبذله من مجهود بدني وحركي، ركن إلى الراحة، ولم يعد يؤدي إلا النذر اليسير من الأعمال البدنية، إذ تتطلب أنماط الحياة العصرية ان يجلس الكثيرين خلف مكاتبهم او امام شاشات الحاسوب الألي ساعات طويلة من النهار، ويمكث آخرون في حيز محدود اغلب ايام الأسبوع وقد حرموا بذلك من الحد الأدنى من معدلات الحركة البدنية المطلوبة للتمتع بالصحة والحيوية، تلك التقنيات التي شاعت وسادت اوجه النشاط الانساني في مجالات العمل وفي مؤسسات التعليم والتدريب، وفي مناحي الحياة داخل البيوت وفي نطاق الاسرة ذاتها، وليس الامر قاصر على فئة دون غيرها او على مهنة دون الاخرى او جنس او عمر بذاته. (السعد، 1999ص167).

ولما كانت الحركة والرياضة من المقومات الهامه لأحداث التنسيق والانسجام بين اجزاء الجسم والمحافظة على مرونة الاعضاء وتقويتها؛ لابد أن يؤدي الفرد بعض التمرينات التي توفر للجسم ما يلزمه من نشاط وحيوية، فعلينا أن نهيئ لأنفسنا قسطا من الأعمال البدنية والحركية وخاصة من كان عمله يتطلب البقاء في مكان محدود طيلة ساعات العمل.(عبد الخالق، 1999،252.ص)

وبمجرد انخراط الناس في عادة تخصيص الوقت في معظم أيام الأسبوع لممارسة النشاط البدني، فهم يميلون لأن يكونوا أكثر انفتاحا على أنواع جديدة من الأنشطة -لأنهم يشعرون بأنهم أقوى وأكثر قدرة على ممارسة التمارين الرياضية. وقد يجد الأشخاص الذين لم يفكروا في ممارسة رياضة جديدة أنفسهم يميلون إلى تجربة الرقص، أو تمارين ترفيهية، ثم يصبحون أكثر نشاطا مع مرور الوقت، مما يساعدهم في علاج زيادة الوزن . (Semeco.2017)

ومن هنا يرى الباحثون أنه لابد من التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية الذي يقع على عاتق المجتمع بجميع مؤسساته على نشر الثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع عبر وسائلها الإعلامية بمختلف أنواعها، ويحتاج ذلك إلى تكثيف الجهود، واستثمار الأفكار المفيدة، لأن كثيراً من الأفراد في المجتمعات العربية لا يمارسون الأنشطة الرياضية بصورة منتظمة، الأمر الذي لا بد أن نبذل فيه الجهود الكبيرة جماعياً وتصبح ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية جزءاً ثقافياً من حياة الأفراد ،حيث اصبح الاعلام السمة المميزة للعصر الحديث، واضحى تأثيره في حياتنا طاغيا لا يستطيع معه أي فرد في أي ركن من اركان الدنيا ان يتجنبه ، او يصنع العقول ويحركها ، ويغير اتجاهات الافراد ويوجهها الى حيث يشاء ، بل هو يصنع الاحداث ، ويصنع الاخبار ، ويجعل من الشعوب والدول التقدم الى الامام، وللإعلام الرياضي دور متشعب في المجتمع ظهر بجلاء بعد انتشاره على نطاق واسع في القرن العشرين ولذلك اخذت الحكومات على اختلاف سياستها الفكرية تخصص لها الصحف والقنوات الاذاعية والتلفزيونية وتوجيهها نحو تحقيق اهدافها الداخلية من حيث رفع مستوى الثقافة الرياضية للجمهور وزيادة الوعي الرياضي لهم وتعريفهم بأهمية الرياضة في حياتهم العامة والخاصة واستخدامها أيضاً للوصول الى اهدافهم الخارجية من حيث تعريف دول العالم بحضارة شعوبها الرياضية والذي يعكس بدوره رقي هذه الدول وتقدمها في شتى المجالات وفي ظل التقدم العلمي والتكنولوجي الكبير والسريع في المجال الرياضي ، يبرز اهمية الاعلام الرياضي بضرورة احاطة الافراد بالمجتمع علما بكل ما يدور من احداث وتطورات في هذا المجال. (محسن . 2013. ص77).

وما نشده في عصرنا الحالي من عدة تطورات وتغيرات حديثة في العلوم والمعارف والتكنولوجيا ،وأثر هذا التطور والتغيير على المنظمات والمؤسسات الأمر الذي أدى الى بروز العديد من الأزمات التي بدورها تؤثر على سير العمل، سواء أكانت هذه الأزمات سياسية ، اقتصادية ،اجتماعية ،تنظيمية ،رياضية، بيولوجية ،وعلى مستوى هذه الأخيرة حدوث أزمة فيروس كورونا على المستوى دول العالم العظمى وداخل أنظمتها المحصنة ،وفي ظل وجود هذه الأزمات والصعوبات والتحديات خلال جائحة كوفيد 19 كان من الاجباري والإلزامي أن يكون لوسائل الإعلام المختلفة دور في هذا الشأن في التصدي له، لأن الأزمة قد تأتي بإنذار مسبق أو بدونه .غير أن حدوث الأزمات أصبح واقع حتمي تواجه حتى أفراد المجتمعات وبالتالي فقد تؤثر على سلامتهم وممتلكاتهم بما فيها حياتهم.

أن فيروس كورونا أو الفيروس التاجي الجديد المعروف أيضاً باسم COVID – 2019 ، هو نوع من الفيروسات التي تسبب مرضاً في الجهاز التنفسي. وهذا قد يؤدي إلى التهاب وتراكم المخاط السائل في مجرى الهواء وفي الرئتين (الالتهاب الرئوي). حيث هناك العديد من الفيروسات التاجية المختلفة ومعظمها

تـؤثر فقـط فـي الحيوانـات، ولكـن فـي بعـض الأحيـان يمكـن أن تتغيـر هـذه الفيروسـات وتصـيب البشـر. (WHO,2020)

ومن هنا شهد العالم انتشارا كبيراً لجائحة كورونا «كوفيد ١٩» وتأثيراته المختلفة على البشر ،والذي تم تصنيفه من منظمة الصحة العالمية من الامراض المتفشية التي انتشرت بصورة سريعة وعلى نطاق واسع، حيث تفاوتت أساليب التعامل مع أزمة فيروس كورونا في شتى أرجاء العالم من دولة إلى دولة على نطاق واسع مما أثر على نمط الحياة اليومي لدى أفراد المجتمع واختلفت احتياجات الفرد قبل وخلال جائحة كورونا في كثير من الأنشطة، وأدت القيود الصحية العامة الناجمة عن الجائحة إلى إلغاء جميع الأنشطة البدنية والرياضية المختلفة من بطولات عالمية ومهرجانات والحفلات الموسيقية وغيرها من الفعاليات الكبيرة أو تعليقها. وعلى الرغم من التغييرات التي سببتها جائحة كوفيد 19، إلا ما يزال هناك الكثير من الأنشطة الممتعة التي يمكن القيام بها في واقع حياتنا اليومية رغم فرض الحجر الصحي على ممارستها ومن ضمنها الأنشطة البدنية كتمرينات اللياقة البدنية المنزلية من الصحة.

مشكلة الدراسة وأهميتها:

عندما يتحول الحجر المنزلي إلى سجن يقبع فيه الفرد يناظر جدرانه طوال فترة الحجر جراء انتشار فيروس كوفيد 19. فأصبح الفرد بين ليلة وضحاها عاجزاً عن ممارسة نشاطاته اليومية الاعتيادية وتحول أسلوب حياته المفعم بالحيوية والنشاط إلى خضوع تام للأمر الواقع ومكوثه أمام وسائل الإعلام المختلفة، وما تنشره عن الجائحة من ارتفاع حصيلة الإصابات والوفيات حول العالم والتي كان لها الدور الأكبر في التعريف بهذا الوباء وكيفية أنتشاره وأساليب الوقاية منه وما صرحت به منظمة الصحة العالمية وما تناقلته وسائل الإعلام عن خطورة الإصابة " حيث يعزو خبراء الفيروسات والأوبئة فيها إلى أن السبب الأهم في الإصابة بالفيروس والذي قد يؤدي أحيانا إلى وفاة الأفراد هو ضعف الجهاز المناعي في أجسامهم بالإضافة إلى تاريخهم المرضي بأحد أمراض العصر كأمراض القلب وضغط الدم والسكري وأمراض الجهاز التنفسي والعضلي لديهم بالإضافة لقلة الحركة وعدم ممارستهم للأنشطة البدنية والرياضية التي تسهم بشكل فاعل في الحد من أعراض الإصابة بالفيروس.

كل هذه الأحداث خلفت لدى الكثير من الأفراد مشكلات نفسية أثناء وبعد الجائحة متمثلة (بالتوتر والقلق والاكتئاب والخوف من خطر الإصابة)، ومشكلات صحية متمثلة (بأمراض قلة الحركة) وضعف الجهاز المناعي، ومشكلات اجتماعية ومعيشية وأسرية.

وبالمقابل لم تكن لوسائل الإعلام العربية أي دور بارز وجاد في طرح أية حلول استراتيجية في أثناء الجائحة الأولى والثانية والتي تتصدر فيها واقع ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية داخل المنزل وخارجه كواحدة من أهم الحلول الوقائية والعلاجية لمثل هذه الأمراض والأوبئة القاتلة بناءً على ما أثبتته العديد من الدراسات العلمية حول فوائد ممارسة هذه الأنشطة لمكافحة مثل هذه الأمراض القاتلة. وفي شهر فبراير بداية عام (2022) بدأت بعض الدول بالإعلان عن ألغاء الحظر وعودة الناس إلى الحياة الطبيعية وممارسة أنشطتهم الحياتية مع التقيد بالتباعد بين الأفراد ولبس الكمامات في الأماكن المغلقة.

ومن هنا جاءت مشكلة وأهمية الدراسة التي تبحث عن واقع ممارسة الأنشطة البدنية ودور وسائل الإعلام العربية في ظل هذه الجائحة.

أهداف الدراسة:

1- التعرف إلى واقع الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة.
2- التعرف إلى واقع الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة.
3- التعرف إلى دور وسائل الإعلام العربي في توجيه أفراد مجتمعاتهم لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة.
4- التعرف إلى الفروق في مستوى الدلالة بين أفراد عينة الدراسة لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الجنس ، المؤهل العلمي، الوظيفة، مكان الممارسة ، الدولة).

تساؤلات الدراسة:

1- ما هو واقع الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة؟
2- ما هو واقع الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة؟
3- ما الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم في ظل الجائحة؟
4- هل هناك فروق في مستوى الدلالة بين أفراد عينة الدراسة لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الجنس، المؤهل العلمي، الوظيفة، مكان الممارسة، الدولة)؟

مجالات الدراسة:

- **المجال الزماني**: أجريت هذه الدراسة بتاريخ (2021/12/14) إلى (2022/1/25)
- **المجال المكاني**: أجريت هذه الدراسة على دولتين عربية وهي: الإمارات، الأردن.
- **المجال البشري:** أجريت هذه الدراسة على بعض أفراد المجتمع العربي للدولتين ممارسين وغير ممارسين للأنشطة البدنية والرياضية.

الدراسات السابقة:

دراسة ليسر وآخرون (Lesser et al.,2020) إلى تقييم تأثير الحجر الصحي لجائحة كورونا على النشاط البدني والترفيهي للمجتمع الكندي ، تشير النتائج إلى أن (40%) من الأفراد غير النشطين و (22.4%) من الأفراد النشطين أصبحوا أقل نشاط. كما أثبتت الدراسة أن الصحة النفسية أفضل لدى الأفراد الذين يمارسون النشاط البدني خاصة الذين يمارسون نشاط في الأماكن المفتوحة أو الخارجية.

وقامت **دراسة ببارو وآخرون (Babarro,et al,2020)** باستعمال الاستبيان الدولي للنشاط البدني لدراسة عادات المجتمع الاسباني قبل الحجر الصحي لجائحة كورنا وبعده. واثبتت النتائج انخفاض الوقت المخصص لرياضة المشي والنوادي الرياضية بـ(52%) و(16%) على التوالي في حين زادت نسبة الخمول البدني بـ (23.8%) كما استنتج الباحثون من خلال نتائج الدراسة أن الرجال أصبحوا أقل حركية من النساء خلال الحجر الصحي وبالمثل الطلاب والشباب ممن سنهم لا يتجاوز (30) سنة.

وذكرت **دراسة فيزيك وآخرون (Füzéki et al.,2020)** أن الأثار السلبية الحادة لانخفاض نسبة ممارسة النشاط الرياضي خلال الحجر الصحي أدت إلى ارتفاع ضغط الدم، ومؤشر السمنة، إضافة إلى الأمراض

المزمنة. أيضاً حددت الدارسة أن ممارسة النشاط البدني خلال الحجر الصحي يساهم في التحكم في القلق ورفع معنويات الفرد إضافة إلى التقليل من اضطرابات النوم .

واهتمت دراسة سلفا واخرون (Silva et al., 2020) بخصائص ممارسة النشاط الرياضي لدى المجتمع البرازيلي. وأشارت أهم نتائجها إلى ارتفاع مؤشر ممارسة النشاط البدني خلال فترة الحجر الصحي لدى الرجال أكثر من النساء، و لدى الأفراد الذين لديهم مؤهلات علمية عالية أكثر ممن هم أقل تعليماً. كما أوضحت النتائج عدم وجود فرق في ممارسة النشاط البدني بناءً على الحالة الاجتماعية (متزوج/ مطلق/ أعزب) أو بناء على الحالة الوظيفية (موظف/ طالب.) وأوصت الدراسة بضرورة وضع استراتيجية وطنية شاملة لحث الأفراد على ممارسة النشاط البدني بصفة دورية خلال الحجر الصحي.

كما اهتمت **دراسة كارتر وآخرون (Carter et al., 2020)** بدراسة الأفراد الذين يعانون من السمنة وأوصت بضرورة استغلال فترة الحجر الصحي لوضع برنامج رياضي، وغذائي متكامل يساهم في تقليل نسبة السمنة لدى هذه الفئة من المجتمع من أجل تحسين صحتهم بصفة عامة وخاصة ومن أجل رفع كفاءة الجهاز التنفسي.

وقام الفواز وأخرون (Alfawaz et al., 2020) باستكشاف آثر الحجر الصحي على النشاط البدني لسكان المملكة العربية السعودية. وقد أشارت النتائج إلى انخفاض ذات دلالة إحصائية في نسبة الأفراد الذين يمارسون نشاطا بدنيا بمعدل أربعة أيام اسبوعياً (من 30% إلى 29%) كما سجل ارتفاع في نسبة الأفراد الذين يمارسون رياضة المشي وانخفاض نسبة الأفراد غير النشيطين.

ودراسة عمار وآخرون (Ammar et al., 2020) والتي تم اجراؤها في مجموعة من البلدان العربية منها تونس، والمغرب والجزائر. وأفرزت النتائج النهائية لهذه الدراسة عن ارتفاع معدل ساعات الجلوس والراحة اليومية من (5 إلى 8) ساعات وتغير سلوكيات النشاط البدني بالانخفاض مع اضطراب العادات الغذائية.

المذخوري وآخرون (2020،10) النشاط البدني هو عبارة عن القيام بمجهود بدني طوعي إرادي، حيث تُكسب الجسم الصحّة والحماية من الأمراض ، وهنالك أنواع كثيرة ومتنوّعة من الانشطة للقيام بها كالمشي ، و الركض ، و القفز ، و التسلق فتلك الأمور مهمّة في حياة الإنسان ، وفي حالة أن الفرد لا يحبّ أي نوعاً منها فهناك خيارات كثيرة تُمارس كنوع من الرياضة المسلية ككرة القدم ، كرة السلة، والألعاب الصغيرة ولهذا فكل شخص عليه أن يحدد ساعات يومية لمزاولة التمارين ولا سيما خلال الحجر المنزلي والتي نتج عنها قصور في الحركة والافراط في الأكل والنوم الكثير والذي قد يؤدي إلى تأثير في زيادة الوزن وبالتالي حدوث خطورة عالية عليه بسبب الأمراض المزمنة مثل السكري ، ارتفاع ضغط الدم، التهاب المفاصل، بالإضافة إلى الأمراض النفسية كالاكتئاب، والقلق، والملل والتعب والتوتر والتي بدورها تؤدي إلى وقوع اضطرابات نفسية حركية. واستخدم الباحث استبيان وزع على (80) فرد جزائري الذين تتراوح أعمارهم بين(45-60) سنة وتوصلت نتائج الدراسة إلى ان ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية في نطاق محدد داخل المنزل قد أسهمت اسهاما فاعلاً في توليد الشعور بالصحة والأمان النفسي من الامراض مما ساعد في تطوير الجانب الترفيهي للجسم وتفادي الضغوط النفسية.

ودراسة يوسف (2020) بأن تمارين الرياضة المنزليّة تساعد في رفع اللّياقة البدنيّة للأشخاص المحجورين في المنازل، وفي الترويح عنهم نفسيًّا، وفي تقوية جهاز المناعة عندهم، وتخفيف نسبة تعرّضهم للمرض، وتهدف هذه الدراسة إلى تشجيعهم على القيام بالأنشطة، والتمارين البدنيّة، وإلى معرفة مدى تأثيرها عليهم صحّيًّا، ونفسيًّا، وبدنيًّا. وقد أجابت عيّنة الدراسة المؤلّفة من 1209 شخصًا، من مختلف الأعمار، الموزّعة

إلكترونيًّا بشكل عشوائيّ على أسئلة الاستبيان . وقد أظهرت النتائج أنّ الوقت المخصّص لممارسة الرياضة يوميًّا وأسبوعيًّا، علاوة على وجود أدوات رياضيّة، والاستعانة بوسائل التواصل الاجتماعيّ، يساعد في التنميّة البدنيّة والصحّيّة، والنفسيّة، للأشخاص المحجورين، عدا من ساعدتهم في القدرة على البقاء في المنزل بشكل أفضل.

و**دراسة محمد النظاري و إيهاب النزيلي (2020)** تأثير فيروس كورونا على المسابقات الرياضية عالميا، والتي هدفت للتعريف بأهمية النشاط الرياضي والآثار المترتبة على توقفه، وكذا التعريف بفيروس كورونا من حيث طرق انتقاله والوقاية منه، إلى جانب التعريف بطرق ممارسة النشاط البدني أثناء الحجر الصحي في المنزل ، بالإضافة التعريف بدور الاعلام الرياضي في التثقيف الصحي بفيروس كورونا . وبلغت عينة الدراسة (200) فرد من القيادات الرياضية والاكاديميين والاعلاميين الرياضيين والرياضيين الحاليين والمعتزلين، وتم أخذهم بصورة عشوائية، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي وتمثلت أداة البحث في الاستبيان . وخلصت الى أن أغلبية العينة يرون بأن وسائل الإعلام الرياضية لم تنبه الرياضيين بشكل كافٍ لمختلف جوانب الفيروس، وفشلت في إظهار الأساليب المناسبة لممارسة الرياضة في المنزل أثناء الحجر الصحي.

و**هدفت دراسة (السهيل،2021)** إلى بيان مدى الإعلام الإلكتروني الرياضي في رفع مستوى الثقافة الصحية في جائحة كورونا كوفيد (19). واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي. وتمثلت أداة الدراسة في استبانة، تم تطبيقها على عينة مكونة من (343) متابع من متابعي وسائل الإعلام الإلكتروني الرياضي بمدينة الكويت، منهم (84) أنثي، و(259) من الذكور. وجاءت نتائج الدراسة مؤكدة على أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الإعلام الإلكتروني الرياضي في رفع مستوى الثقافة الصحية في جائحة كورونا كوفيد (19) في الكويت. كما أكدت النتائج على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفرد عينة الدراسة حول تأثير الإعلام الإلكتروني الرياضي في رفع مستوى الثقافة الصحية في جائحة كورونا (19) في الكويت التي تعزي للمتغيرات التالية (العمر، المستوى التعليمي، الحالة الوظيفية). وأوصت الدراسة بضرورة تقديم وسائل الإعلام الإلكتروني الرياضي برامج صحية متخصصة حول الإجراءات الوقائية والاحترازية لتجنب الإصابة بمرض كورونا.

وهدفت **دراسة محمد النظاري واخرون** (2022) الإعلام الرياضي ودوره في التوعية الصحية بين حكام كرة القدم أثناء جائحة كوفيد 19، هدفت للتعرف على دور وسائل الإعلام في التوعية الصحية بين أوساط حكام كرة القدم أثناء جائحة كوفيد 19 ، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وتكون مجتمع البحث من حكام كرة القدم في الجمهورية اليمنية والمتمثلة في حكام الدرجات : الدولية، الأولى، الثانية، الثالثة لكرة القدم وعددهم (400) حكم ، فيما بلغت العينة 70 حكما تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، 60 منهم للتطبيق النهائي و10 للتجربة الاستطلاعية، وتمثل الاستبيان المكون من 10 فقرات أداة للدراسة ، وخلصت الدراسة الى أن غالبية الحكام يتابعون أخبار فيروس كوفيد 19 ، ويرون بأنه يمثل خطورة عالية . وأنهم يتابعون وسائل الإعلام الرياضي بصورة دائمة ومنها وسائل التواصل الاجتماعي . وأن أكثرية الحكام يرون بأن حالات الاغلاق تمثل أكثر الأخبار التي تتناولها وسائل الإعلام عن فيروس كوفيد 19، وأن التوعية بالبقاء في المنزل عند الإصابة بالزكام لتجنب الإصابة أو نقلها ، يعد الموضوع الاكثر طرحا في التوعية عبر وسائل الإعلام ،كما بينت النتائج ايضا بأن أكثرية الحكام ثقتهم منعدمة بما تتناوله وسائل الإعلام عن فيروس كوفيد 19. وأن الغالبية العظمى منهم, يرون بأن السفر الخارجي هو من يجعلهم يأخذون اللقاح، عند تعيينهم

للتحكيم في الخارج . كما أن أكثرهم يرون بأن دور وسائل الإعلام في التعاطي مع فيروس كوفيد 19 كان سلبيا .

منهجية الدراسة:

منهج الدراسة :

تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية نظراً لمناسبته لطبيعة وأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة :

اشتملت الدراسة التي تمت من خلال استمارة إلكترونية تم نشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي (واتس اب) على أفراد المجتمع العربي للدولتين (الأمارات، الأردن) ممارسين وغير ممارسين للأنشطة البدنية ويتمثل مجتمع الدراسة للفئة العمرية من 18 عام فما فوق .

عينة الدراسة:

كانت الدراسة متوقعة ان تشمل العينة عدداً كبيراً من الأفراد للإجابة على الاستبيان ولكن بسبب صعوبة التواصل مع أفراد العينة في الدولتين المشاركة بشكل فردي فلم نحصل إلا على عدد قليل من المشاركين بشكل عشوائي في هذه الدراسة والتي لا يتجاوز عددهم عن (366) فردا فقط منهم (281) ممارس للأنشطة البدنية و (85) غير ممارس للأنشطة البدنية.
وبذلك بلغت عينة الدراسة التي تم إجراء التحليل الإحصائي على استجاباتهم (366) فرداً. والجدول رقم (1) يوضح ذلك.

جدول (1) البيانات الاساسية لعينة الدراسة

المتغير المستقل	العينة	الفئة	العدد	النسبة المئوية
العمر الزمني	ممارسين	أقل من 20سنة	9	% 3
		من 20 إلى 40 سنة	221	% 79
		أكثر من 40 سنة	51	% 18
		المجموع	281	% 100
	غير ممارسين	من 20 إلى 40سنة	71	% 84
		أكثر من 40 سنة	14	% 16
		المجموع	85	% 100
	ممارسين	المجموع	281	% 100
	غير ممارسين		85	
الجنس	ممارسين	ذكور	169	% 60
		اناث	112	% 40
	غير ممارسين	ذكور	45	% 53
		اناث	40	% 47
المؤهل العلمي	ممارسين	بكالوريوس	166	%59
	غير ممارسين		64	75%
	ممارسين	ماجستير	56	% 20
	غير ممارسين		8	10%
	ممارسين	دكتوراه	59	% 21
	غير ممارسين		13	15%
	ممارسين	المجموع	281	% 100
	غير ممارسين		85	
الوظيفة	ممارسين	عاطل عن العمل	130	% 46
	غير ممارسين		40	47%
	ممارسين	موظف	151	% 54
	غير ممارسين		45	53%
	ممارسين	المجموع	281	% 100
	غير ممارسين		85	
مكان الممارسة	ممارسين	خارج المنزل	177	% 48
	غير ممارسين	المنزل	189	% 52
البلد	ممارسين	الأردن	193	% 82
	غير ممارسين		37	% 18
	ممارسين	الامارات	173	% 77
	غير ممارسين		48	% 23

أداة الدراسة:

قام الباحثون باستخدام الاستبيان الخاص بموضوع الدراسة والذي استخدم في دراسة الميتمي (2023) على المجتمع اليمني والمنشور في المؤتمر العلمي الرابع لجامعة البيضاء (دور الجامعات في تحقيق التنمية المستدامة) بتاريخ 21-2023/8/23 على المجتمع اليمني مع إضافة محور الإعلام من خلال دراسات النظاري، واجراء بعض التعديلات عليه بما يتناسب مع مجتمع الدراسة الحالية وتتكون من (34) فقرة قسمت (11) فقرة يتم الإجابة عليها من قبل الأفراد الممارسين للأنشطة البدنية، و(12) فقرة يتم الإجابة عليها من

قبل الأفراد غير الممارسين للأنشطة البدنية، و(11) فقرات لدور وسائل الإعلام يتم الإجابة عليها من جميع أفراد العينة.

جدول (2) سلم الاستجابة على فقرات الاستبيان

أ- تنطبق بدرجة كبيرة جداً	(5) درجات.
ب- تنطبق بدرجة كبيرة	(4) درجات
ج- تنطبق بدرجة متوسطة	(3) درجات
د- تنطبق بدرجة ضعيفة	(2) درجتان
هـ- تنطبق بدرجة ضعيفة جداً	(1) درجة واحدة

بناءً على مقياس (ليكارت) الخماسي الذي أعتمده الباحثون كانت تقديرات سلم الاستجابة كما يلي:
تم حساب المتوسط الحسابي (المتوسط المرجح) حيث أدخلنا الأوزان فيما يتعلق بفقرات المحور الأول والذي اشتمل على سلم ليكارت الخماسي ثم يحدد الاتجاه حيث اعتمدنا الترميز الآتي:

جدول (3) وزن ليكارت الخماسي لمستويات الرأي

مستوى الرأي	الوزن	المتوسط المرجح
تنطبق بدرجة كبيرة جداً	5	من 4.20 إلى 5
تنطبق بدرجة كبيرة	4	من 3.40 إلى 4.19
تنطبق بدرجة متوسطة	3	من 2.60 إلى 3.39
تنطبق بدرجة ضعيفة	2	من 1.80 إلى 2.59
تنطبق بدرجة ضعيفة جداً	1	من 1 إلى 1.79

ثم بعد ذلك تم حساب المتوسط المرجح ثم تم تحديد الاتجاه حسب قيم المتوسط المرجح كما في الجدول جدول (3) بعد ان تم تقسيم المدى الممتد من (1 إلى 5) الى خمس فترات متساوية حيث طول كل فترة 0.80.

$$\text{طول الفترة} = \frac{\text{المدى}}{\text{عدد الفترات}} = \frac{5-1}{5} = \frac{4}{5} = 0.80$$

وبناء على هذا التصنيف سيتم التعليق عليها في مناقشة نتائج الدراسة الحالية.

الصدق والثبات:

صدق المقياس:

أولاً: صدق المحكمين.

قام الباحثون بعرضه على) 9) من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية والرياضة من حملة درجة الدكتوراه ومن ذوي الاختصاص في الجامعات اليمنية والأردن والأمارات لإبداء الرأي حول صدق المقياس وتم الموافقة عليه وصلاحية تطبيقه بعد اجراء التعديل اللازم لبعض الفقرات والملحق رقم (1) يوضح ذلك.
ومن الناحية الإحصائية تم حساب معامل الصدق والذي بلغ (81%) وهي قيمة مرتفعة ويؤكد صحة وصلاحية الاستبيان في هذا البحث.

ثانياً: معامل الثبات :

جرى التحقق من ثبات المقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (36) فرد من الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية في الامارات والأردن عبر (الواتس أب) حيث تم ارسال الدراسة إلى حساباتهم والاجابة عليها وتم استبعادهم من عينة الدراسة الأصلية، وتم حساب معامل الثبات (الفا كرونباخ) الذي يقيس الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان حيث بلغ معامل الثبات (84%) وهي قيمة مرتفعة تشير إلى تجانس عبارات الاستبيان وثباته وصلاحيته للتطبيق.

المعالجات الاحصائية:

استخدم الباحثون مجموعة من المعالجات الاحصائية المناسبة بهدف الإجابة على تساؤلات الدراسة وتمثلت بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية واختبار (T) للمجموعات المستقلة (Independent .T. Test).وتحليل التباين الأحادي.

متغيرات الدراسة:

أ- المتغيرات المستقلة:

1- العمر (أقل من 20) سنة ، (من 20 إلى 40) سنة،(فوق 40) سنة.
2- الجنس (ذكر ، أنثى)
3- المؤهل العلمي (بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه)
4- الوظيفة (عاطل عن العمل ، موظف)
5- مكان الممارسة (خارج المنزل، المنزل)
6- الدولة (الأمارات، الأردن)

ب- المتغيرات التابعة:

يتمثل في استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات الاستبيان.

عرض النتائج ومناقشتها:

إجابة السؤال الأول

ما هو واقع الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة؟

للإجابة عن تساؤل الدراسة الأول والذي ينص " ما هو واقع الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة؟" فقد استخدم الباحثون المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية والجدول رقم (4) يوضح ذلك.

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للأفراد الممارسين

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاهمية	الترتيب
1	تمثل التمارين البدنية المنزلية الأولوية في ممارستها عن بقية الأنشطة التنافسية الأخرى (كرة القدم، كرة اليد، كرة السلة، ...الخ) أثناء الجائحة	3.94	1.02	كبيرة	3
2	أهملت ممارسة التمارين البدنية في المنزل أثناء الجائحة.	2.58	1.24	ضعيفة	11
3	معظم أفراد الأسرة مهتمين بممارسة التمارين المنزلية أثناء الجائحة.	3.44	1.15	كبيرة	9
4	أنا مدرك تماماً لأهمية ممارسة التمارين البدنية داخل أو خارج المنزل أثناء جائحة كورونا.	3.24	1.18	متوسطة	10
5	أدرك تماماً أن ممارسة التمارين البدنية أثناء جائحة كورونا مهمة للحفاظ على الصحة.	3.87	1.03	كبيرة	4
6	إهمال ممارسة الأنشطة البدنية أثناء جائحة كورونا أثرت سلباً على الأفراد من الناحية النفسية.	3.67	1.14	كبيرة	6
7	إهمال ممارسة الأنشطة البدنية أثناء جائحة كورونا أثرت سلباً على الأفراد من الناحية الصحية.	3.74	1.11	كبيرة	5
8	إهمال ممارسة الأنشطة البدنية أثناء جائحة كورونا أثرت سلباً على الأفراد من الناحية البدنية.	3.57	1.16	كبيرة	8
9	إهمال ممارسة الأنشطة البدنية أثناء جائحة كورونا أثرت سلباً على الأفراد من الناحية الاجتماعية.	3.64	1.18	كبيرة	7
10	قمت بأداء أنشطة بدنية أثناء الحجر الصحي أثناء الجائحة	4.42	0.71	كبيرة جدا	1
11	شاركني بعض أفراد أسرتي في ممارسة بعض هذه الأنشطة في بداية الجائحة؟	4.27	0.76	كبيرة جدا	2

يبين الجدول رقم (4) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، إذ تشير القيم الواردة في الجدول أعلاه إلى أن محور (الممارسين للأنشطة البدنية) قد أحتلت الفقرة رقم (10) المرتبة الأولى من بين فقرات محور الممارسين بمتوسط حسابي وانحراف معياري مقداره (4.42 ± 0.71) ، في حين أحتلت الفقرة رقم (11) المرتبة الثانية بمتوسط حسابي وانحراف معياري مقداره (4.27±0.76) ، في حين أحتلت الفقرة رقم (2) المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي وانحراف معياري (2.58 ±1.24).ويعتقد الباحثون أن حصول الفقرتين (10)،(11) على أعلى متوسط حسابي وانحراف معياري يعود إلى اهتمام الأفراد الممارسين مع أسرهم لكل ما يهم الأنشطة البدنية وتطبيقها للحفاظ على صحتهم من كافة الجوانب العقلية والبدنية والصحية حيث ان الأنشطة البدنية تتيح الفرصة لإظهار جمال الحركات والتي تشعرهم بالسعادة والألفة والمرح، بالإضافة الى تركيزهم على القيمة الصحية واكتسابها والاهتمام باللياقة البدنية، بينما احتلت الفقرة رقم (2) على أقل متوسط حسابي وانحراف معياري، ويعتقد الباحثون أن حب الأفراد على الاستمرار في ممارسة النشاط البدني والرغبة الأكيدة في تحسين مستوى قدراتهم البدنية والوظيفية هو السبيل الوحيد لتطوير قدراتهم البدنية من اجل المحافظة على مستواهم الذي كانوا فيه قبل الجائحة وتقوية جهازهم المناعي للحد من أعراض الاصابة بالفيروس. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة سلفا وآخرون(Silva,et al.2020) إلى ان ارتفاع مؤشر

المجتمع البرازيلي نحو ممارسة الأنشطة البدنية خلال فترة الحجر الصحي المنزلي لدى الرجال أكثر من النساء. وكذلك دراسة الفواز وآخرون(Alfawaz,et al.2020) حيث أشارت النتائج إلى ارتفاع في نسبة الذين يمارسون رياضة المشي وانخفاض نسبة الأفراد غير النشيطين. وتتعارض هذه النتائج مع نتائج دراسة كلاً من ليسر وآخرون(Lesser et al.2020) ، بيارو وآخرون(Babarro,et al.2020)، فيزك وآخرون Füzéki et al.,2020)) إلى أن ممارسة الأنشطة البدنية قلت بشكل كبير أثناء الحجر الصحي المنزلي في المجتمع الكندي، الاسباني وغيره على التوالي.

وللإجابة عن تساؤل الدراسة الثاني والذي ينص " ما هو واقع الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة؟" فقد استخدم الباحثون المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية والجدول رقم (5) يوضح ذلك.

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للأفراد غير الممارسين

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاهمية	الترتيب
1	أعلم بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية وفوائدها على صحتي	4.49	0.64	كبيرة جدا	2
2	مارست أنشطة بدنية (رياضية) قبل جائحة كورونا	4.43	0.68	كبيرة جدا	3
3	أعلم أن عدم ممارستي للأنشطة البدنية تسبب كثير من المشاكل الصحية والنفسية والبدنية والاجتماعية	4.31	0.72	كبيرة جدا	4
4	أعلم أن ممارستي للأنشطة البدنية تقلل من خطر الإصابة من أمراض القلب والجهاز التنفسي والسكري وضغط الدم.	4.06	0.83	كبيرة	5
5	أعلم أن ممارستي للأنشطة البدنية ترفع من جهازك المناعي و تحسن من قدرته على مواجهة كثير من الأمراض المعدية و الفيروسات.	3.84	1.10	كبيرة	6
6	أعلم أن ممارستي للأنشطة البدنية تحسن من الضغوط النفسية وتزيل القلق والاكتئاب والتوتر وتحسين المزاج.	3.63	1.14	كبيرة	7
7	أعلم أن القلق والاكتئاب والتوتر والخوف والمزاج السيء وقلة النشاط البدني يسبب في انخفاض الجهاز المناعي إلى أقل من 50% تقريباً من قدرته ويسهل من الإصابة بالفيروسات المعدية.	3.11	1.41	متوسطة	10
8	أعلم أن ممارستي للأنشطة البدنية مع أفراد أسرتي تخفف من الضغوط النفسية والاجتماعية وتحسن المزاج وترفع من عمل الجهاز المناعي بأجسامهم.	3.57	1.19	كبيرة	9
9	أعلم أن فيروس كورونا أول ما يصيب بالجسم هو الجهاز المناعي الضعيف.	3.59	1.17	كبيرة	8
10	أعلم أن ممارسة الأنشطة البدنية هي الخيار الأمثل للوقاية في مواجهة أعراض الإصابة بكورونا لعدم وجود لقاح نهائي له.	3.07	1.53	متوسطة	11
11	لفت انتباهي أثناء متابعتي لأي من وسائل الإعلام(التلفزيوني) أثناء الجائحة بتوعيتها للأفراد بممارسة الأنشطة البدنية أو تقديم برامج بدنية تمارس في المنزل	2.86	1.78	متوسطة	12
12	بعد اطلاعك على المعلومات السابقة: هل لديك الاستعداد والرغبة في ممارسة أنشطة بدنية أثناء الجائحة وبعدها.	4.51	0.58	كبيرة جدا	1

يبين الجدول رقم (5) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، إذ تشير القيم الواردة في الجدول أعلاه إلى أن محور (غير الممارسين للأنشطة البدنية) قد أحتلت الفقرة رقم (12) المرتبة الأولى من بين

فقرات محور الممارسين بمتوسط حسابي وانحراف معياري مقداره (0.58 ± 4.51) ، في حين أحتلت الفقرة رقم (1) المرتبة الثانية بمتوسط حسابي وانحراف معياري مقداره (4.49±0.64) ، في حين أحتلت الفقرة رقم (11) المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي وانحراف معياري (2.86 ±1.78).

ويعتقد الباحثون أن حصول الفقرتين (12)،(1) على أعلى متوسط حسابي وانحراف معياري يعود إلى مدى اهتمام الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية ولديهم الرغبة والميول والاستعداد لممارستها لما لها من تأثيرات وفوائد إيجابية على ممارستها من الناحية البدنية والصحة والعقلية والنفسية والاجتماعية فهي تساعدهم في التقليل من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة كأمراض القلب وضغط الدم والسكري والسرطان والبدانة وتحسن الجهاز المناعي لمقاومة الأمراض وخاصة الأمراض المعدية والمتفشية كالإصابة بفيروس كورونا خلال هذه الأزمة ، بينما احتلت الفقرة رقم (11) على أقل متوسط حسابي وانحراف معياري، حيث يعتقد الباحثون أن من الأسباب الرئيسية التي أدت إلى زيادة خوف وقلق افراد المجتمع هو ما لمسوه من اهتمام وسائل الإعلام المختلفة بشكل عام والمتلفزة بشكل خاص وذلك بنشر وقائع الجائحة ومتابعة الحصيلة اليومية من المصابين والوفيات ونشرها على مدار (24) ساعة واهتمت بالحجر المنزلي والتوعية من الاختلاط في بداية الجائحة فقط وتغافلت عن اهتمامها بالأفراد وتغير نمط حياتهم المعيشة وسلوكهم من أفراد أحرار يعيشون حياة طبيعية ويمارسون كثير من الأنشطة البدنية والحياتية إلى إغلاق تام وعزل كلي في منازلهم دون التنفيس عن طاقاتهم ومشاعرهم.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة سلفا وآخرون(Silva,et al.2020) إلى ان ارتفاع مؤشر المجتمع البرازيلي نحو ممارسة الأنشطة البدنية خلال فترة الحجر الصحي المنزلي لدى الرجال أكثر من النساء. وكذلك دراسة الفواز وآخرون(Alfawaz,et al.2020) حيث أشارت النتائج إلى ارتفاع في نسبة الذين يمارسون رياضة المشي وانخفاض نسبة الأفراد غير النشيطين لدى المجتمع السعودي. ودراسة (المذخوري وآخرون.2020) حيث توصلت نتائج الدراسة إلى ان ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية في نطاق محدد داخل المنزل قد أسهمت اسهاما فاعلاً في توليد الشعور بالصحة والأمان النفسي من الامراض مما ساعد في تطوير الجانب الترفيهي للجسم وتفادي الضغوط النفسية.

وتتعارض هذه النتائج مع نتائج دراسة كلاً من ليسر وآخرون(Lesser et al.2020) ، ببارو وآخرون(Babarro,et al.2020)، فيزك وآخرون Füzéki et al.,2020)) إلى أن ممارسة الأنشطة البدنية قلت بشكل كبير أثناء الحجر الصحي المنزلي في المجتمع الكندي، الاسباني وغيره على التوالي. وكذلك دراسة عمار وآخرون (Ammar et al., 2020) والتي تم اجراؤها في مجموعة من البلدان العربية منها تونس، والمغرب والجزائر. وأفرزت النتائج النهائية لهذه الدراسة عن ارتفاع معدل ساعات الجلوس والراحة اليومية من (5 إلى 8) ساعات وتغير سلوكيات النشاط البدني بالانخفاض مع اضطراب العادات الغذائية.

وللإجابة عن تساؤل الدراسة الثالث والذي ينص "ما الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم في ظل الجائحة؟؟" فقد استخدم الباحثون المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية والجدول رقم (6) يوضح ذلك.

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و درجة دور الإعلام

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاهمية	الترتيب
1	أثرت سلباً قنوات التواصل الاجتماعي على إهمال الأفراد لممارسة الأنشطة البدنية داخل المنزل أو خارجه أثناء الجائحة.	3.51	1.42	كبيرة	11
2	ساعدت قنوات التواصل الاجتماعي الأفراد على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية لجميع فئات المجتمع أثناء الجائحة.	3.92	1.06	كبيرة	8
3	كان لوسائل الإعلام المرئي(التلفزيون) أثراً إيجابياً على تحفيز كافة فئات المجتمع بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الجائحة.	3.88	1.06	كبيرة	9
4	كان لوسائل الإعلام الإلكتروني أثراً إيجابياً على نشر ممارسة الأنشطة البدنية المنزلية لجميع فئات المجتمع أثناء الجائحة	3.53	1.26	كبيرة	10
5	كان لوسائل الإعلام العالمي أثراً سلبياً على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية المنزلية لجميع فئات المجتمع أثناء الجائحة	4.14	1.01	كبيرة	7
6	ساهمت وسائل الإعلام العربي بأنواعه على ضرورة ممارسة الأنشطة البدنية لفوائدها الصحية والبدنية والنفسية والاجتماعية على أفراد مجتمعاتهم	4.31	0.78	كبيرة جدا	6
7	بالغت وسائل الإعلام العالمي والعربي في تهويل خطر الفيروس على نفسية أفراد المجتمعات بدلاً من تحفيزهم على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية المنزلية أثناء الجائحة	4.52	0.71	كبيرة جدا	3
8	أؤيد وسائل الإعلام العربية عبر مواقعها في الأنترنت لدعمها لممارسة التمارين البدنية عبر وسائلها المختلفة أثناء جائحة كورونا	4.45	0.91	كبيرة جدا	5
9	أشارك وسائل الإعلام العربية (الأنترنت) لكل ما تقدمه من محتوى (فيديوهات، فقرات، برامج...إلخ) لتعليم التمارين البدنية الصحية.	4.49	0.75	كبيرة جدا	4
10	أدرك أن الأنشطة البدنية المنزلية لاقت اهتمام وسائل الإعلام الرياضية في مواقع التواصل الاجتماعي في الوطن العربي في تشجيع الناس على ممارسة التمارين الرياضية	4.53	0.67	كبيرة جدا	2
11	أتابع كل ما يتعلق بممارسة التمارين البدنية على وسائل الإعلام أو مواقع التواصل الاجتماعي.	4.67	0.60	كبيرة جدا	1

يبين الجدول رقم (6) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، إذ تشير القيم الواردة في الجدول أعلاه إلى أن محور (دور وسائل الإعلام العربية) قد أحتلت الفقرة رقم (11) المرتبة الأولى من بين فقرات محور الممارسين بمتوسط حسابي وانحراف معياري مقداره (4.67 ± 0.60) ، في حين أحتلت الفقرة رقم (10) المرتبة الثانية بمتوسط حسابي وانحراف معياري مقداره (4.53±0.67) ، في حين أحتلت الفقرة رقم (1) المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي وانحراف معياري (3.51 ±1.42). ويعتقد الباحثون أن حصول الفقرتين (11)،(10) على أعلى متوسط حسابي وانحراف معياري يعود إلى مدى الاهتمام الكبير من عينة الدراسة لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية داخل أو خارج المنزل لما لها من تأثيرات إيجابية على صحتهم بغض النظر عن أفراد العينة ممارسين أو غير ممارسين لهذه الأنشطة بالتنمّية البدنيّة، والصحّيّة، والنفسيّة، للأشخاص المحجورين والتي كانت مرتفعة جدًّا، مما يدل على أنّ التمارين داخل المنزل أو خارجه مهمّة جدا لهم، فهي تساهم بشكل كبير في رفع لياقتهم البدنيّة، وفي الحفاظ على صحّتهم، وعلى تجنّبهم الأمراض، والأهمّ أنّها تساهم نفسيًّا في تخطّي مرحلة الحجر وما خلفته من مشكلات نفسية وبدنية وصحية واجتماعية

وأسرية، والناتجة عن المكوث طويلاً داخل منازلهم أمام شاشات التلفزيون ولفترات طويلة مما أدى ذلك إلى التعب النفسي والجسدي لديهم نتيجة ما تعرضه قنوات التلفزيون من احصائيات عدد الإصابات والوفيات كل ساعة وعلى مدار (24) ساعة لكل دولة.

مما جعلهم يتجهون نحو مواقع التواصل الاجتماعي والبحث عن المتعة والراحة النفسية من خلال متابعة كل ما يتعلق بممارسة الأنشطة البدنية للتنفيس عن أنفسهم وحمايتها من الخمول والكسل وزيادة الوزن والتي تسبب لهم كثير من المشاكل النفسية والصحة والاجتماعية وتحسين الجهاز المناعي لمقاومة الأمراض وخاصة الأمراض المعدية والمتفشية كالإصابة بفيروس كورونا خلال هذه الأزمة ، بينما احتلت الفقرة رقم (1) على أقل متوسط حسابي وانحراف معياري واحتلت المرتبة الأخيرة، حيث يعتقد الباحثون أن هذا دليل كافي على أن أفراد عينة الدراسة أهتمت فعلا بمتابعة كل ما هو مفيد وجديد ومناسب لقدراتهم البدنية من أجل ممارسة هذه الأنشطة البدنية والرياضية لتساعدهم في تخطي هذه الأزمة والخروج منها وهم في لياقة بدنية وصحية ممتازة وهذا ما أكدته الفقرتان رقم (11) و(10) على إيجابية متابعتهم لمواقع التواصل الاجتماعي وكان له دور كبير في ممارسة الأنشطة البدنية.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (يوسف،2020) والتي أظهرت النتائج الاستعانة بوسائل التواصل الاجتماعيّ، يساعد في التنميّة البدنيّة والصحّيّة، والنفسيّة، للأشخاص المحجورين، عدا من ساعدتهم في القدرة على البقاء في المنزل بشكل أفضل.

واتفقت مع دراسة النظاري واخرون (2022) والتي خلصت الى أن غالبية الحكام يتابعون أخبار فيروس كوفيد 19 ، ويرون بأنه يمثل خطورة عالية . وأنهم يتابعون وسائل الإعلام الرياضي بصورة دائمة ومنها وسائل التواصل الاجتماعي .

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة (السهيل،2021) والتي جاءت نتائج الدراسة مؤكدة على أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الإعلام الإلكتروني الرياضي في رفع مستوى الثقافة الصحية في جائحة كورونا كوفيد (19) في الكويت.

ولم تتفق النتائج مع دراسة النظاري والنزيلي (Al-Nadhari، Alnuzaili 2000) التي تؤكد بأن وسائل الإعلام الرياضية لم تنبه الرياضيين بشكل كافٍ لمختلف جوانب الفيروس، وفشلت في إظهار الأساليب المناسبة لممارسة الرياضة في المنزل أثناء الحجر الصحي. ويعتقد الباحثون أن السبب في ذلك هو أن الإعلام الإلكتروني نابع أصلاً من الإعلام التلفزيوني والذي أعتمد فقط على نقل الاحصائيات حول الإصابات والوفيات فقط دون التطرق إلى التوعية بالثقافة الرياضية وأهمية ممارسة الأنشطة البدنية وفوائدها الإيجابية للممارسين.

وللإجابة على تساؤل الدراسة الرابع الذي مفاده هل هناك فروق في مستوى الدلالة بين أفراد عينة الدراسة لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة تبعاً لمتغير ات الدراسة (العمر، الجنس، المؤهل العلمي، الوظيفة، مكان الممارسة، الدولة)؟

وللإجابة على التساؤل الرابع في متغير العمر فقد استخدم الباحثون اختبار (T.Test) للعينات المستقلة وتحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين المتوسطات في متغير العمر والجدول رقم (7) و (8) يوضح ذلك:

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (T.Test) للعينات المستقلة

المحاور	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	اقل من 20 سنة	9	3.84	0.53
	من 20 إلى 40سنة	221	3.86	0.61
	أكثر من 40 سنة	51	3.89	0.45
	المجموع	281	3.86	0.58
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	اقل من 20 سنة	9	4.17	0.70
	من 20 إلى 40سنة	221	3.94	0.76
	أكثر من 40 سنة	51	3.88	0.71
	المجموع	281	3.94	0.74
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	من 20 إلى 40سنة	71	4.18	0.59
	أكثر من 40 سنة	14	4.07	0.73
	المجموع	85	4.09	0.70

جدول (8) اختبار ت للفروق للعينات المستقلة في متغير العمر

المحاور	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	من 20 إلى 40 سنة	71	4.18	0.59	0.429	0.670	غير دالة
	أكثر من 40 سنة	14	4.07	0.73			

يبين الجدول رقم (8) لاختبار(ت) للعينات المستقلة في متغير العمر لمحور غير الممارسين للأنشطة البدنية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين (20-40) وبين عمر من أهم أكثر من (40) سنة

جدول (9) تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين المتوسطات في متغير العمر

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة ف	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	بين المجموعات	0.03	2.00	0.01	0.04	0.96	غير دالة
	داخل المجموعات	54.32	161.00	0.34			
	المجموع	54.35	163.00				
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية خلال الجائحة	بين المجموعات	0.61	2.00	0.31	0.55	0.58	غير دالة
	داخل المجموعات	106.44	192.00	0.55			
	المجموع	107.05	194.00				

يشير الجدول رقم (8) و(9) إلى نتائج تحليل اختبار (T-Test) وتحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) والتي تبين عدم وجود فروق بين اجابات أفراد العينة حول ممارسة الانشطة البدنية تبعاً لمتغير

العمر، إذ تشير قيمة "ف" المحسوبة الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية على اختبار (T-Test) أو اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) ، حيث كانت قيمة "ف" المحسوبة للمحاور أقل من القيمة الجدولية.

ويعتقد الباحثون أن عدم وجود فروق بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية هو نتيجة الكبت والملل والقلق والخوف من الوضع الصعب الذي يعيشوه أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة وتعطشهم إلى الحرية والتنفيس وإخراج طاقاتهم المخزونة بسبب قلة الحركة سواءً من الاعمار تحت (20) او بين(20-40) سنة او فوق (40) سنة فجميعهم مدركين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية وفوائدها الإيجابية عليهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (المذخوري وآخرون،2020) إلى ان ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية في نطاق محدد داخل المنزل قد أسهمت اسهاما فاعلاً في توليد الشعور بالصحة والأمان النفسي من الامراض مما ساعد في تطوير الجانب الترفيهي للجسم وتفادي الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة التي تكون أعمارهم بين (45-60).

وتتعارض مع دراسة بارو وآخرون (Babarro,et al,2020) بالاستعمال الاستبيان الدولي للنشاط البدني لدراسة عادات المجتمع الاسباني قبل الحجر الصحي لجائحة كورنا وبعده. واثبتت النتائج انخفاض الوقت المخصص لرياضة المشي والنوادي الرياضية بـ(52%) و(16%) على التوالي في حين زادت نسبة الخمول البدني بـ (23.8%) كما استنتج الباحثون من خلال نتائج الدراسة أن الرجال أصبحوا أقل حركية من النساء خلال الحجر الصحي وبالمثل الطلاب والشباب ممن سنهم لا يتجاوز (30) سنة.

وللإجابة على التساؤل الرابع في متغير الجنس فقد استخدم الباحثون اختبار (T.Test) للعينات المستقلة وتحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين المتوسطات في متغير الجنس والجدول رقم (10) يوضح ذلك:

جدول (10) اختبار ت لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في متغير الجنس

المحاور	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	ذكور	169	3.87	0.54	0.213	0.832	غير دالة
	اناث	112	3.85	0.62			
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	ذكور	169	3.97	0.70	0.688	0.492	غير دالة
	اناث	169	3.89	0.80			
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	ذكور	45	4.24	0.61	0.879	0.385	غير دالة
	اناث	40	4.08	0.61			

يتضح من الجدول رقم (10) أنه ليس هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجة استجابة أفراد العينة لجميع المحاور حيث كانت قيم مستوى الدلالة (P-value) أكبر من (0.05) وذلك باستخدام اختبار(T.Test) حيث

بلغت قيمة مستوى الدلالة للممارسين (0.832) وبلغت قيمة مستوى الدلالة لمحور الإعلام(0.492) وبلغت قيمة مستوى الدلالة غير الممارسين(0.385).
ويعتقد الباحثون أن متغير الجنس ذكر أم أنثى يمرون بنفس الظروف وبنفس المشاكل الحاصلة لهم نتيجة الجائحة وجميعهم يحتاجون إلى الخروج من هذه الجائحة ولديهم وعي بالثقافة الرياضية لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية وما تحمل من فوائد إيجابية على ممارستها.

وتتعارض هذه الدراسة مع دراسة سلفا واخرون (Silva et al., 2020) بخصائص ممارسة النشاط الرياضي لدى المجتمع البرازيلي. وأشارت أهم نتائجها إلى ارتفاع مؤشر ممارسة النشاط البدني خلال فترة الحجر الصحي لدى الرجال أكثر من النساء. وكذلك دراسة ببارو وآخرون (Babarro,et al,2020) بالاستعمال الاستبيان الدولي للنشاط البدني لدراسة عادات المجتمع الاسباني قبل الحجر الصحي لجائحة كورنا وبعده استنتج الباحثون من خلال نتائج الدراسة أن الرجال أصبحوا أقل حركية من النساء خلال الحجر الصحي وبالمثل الطلاب والشباب ممن سنهم لا يتجاوز (30) سنة.
وللإجابة على التساؤل الرابع في متغير المؤهل العلمي فقد استخدم الباحثون اختبار (T.Test) للعينات المستقلة وتحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين المتوسطات في متغير المؤهل العلمي والجدول رقم (11) و(12) يوضح ذلك:

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير المؤهل العلمي

المحاور	المؤهل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	بكالوريوس	166	3.89	0.60
	ماجستير	56	3.65	0.52
	دكتوراه	59	3.94	0.45
	المجموع	281	3.86	0.58
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	بكالوريوس	166	3.89	0.73
	ماجستير	56	4.01	0.80
	دكتوراه	59	4.08	0.75
	المجموع	281	3.94	0.74
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	بكالوريوس	64	4.19	0.61
	ماجستير	8	4.25	0.29
	دكتوراه	13	4.00	0.76
	المجموع	85	4.16	0.61

جدول (12) تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين متوسطات في متغير المؤهل العلمي

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة ف	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	بين المجموعات	1.19	2.00	0.59	1.80	0.17	غير دالة
	داخل المجموعات	53.16	161.00	0.33			
	المجموع	54.35	163.00				
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	بين المجموعات	0.97	2.00	0.49	0.88	0.42	غير دالة
	داخل المجموعات	106.08	192.00	0.55			
	المجموع	107.05	194.00				
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	بين المجموعات	0.24	2.00	0.12	0.31	0.74	غير دالة
	داخل المجموعات	15.35	40.00	0.38			
	المجموع	15.58	42.00				

يشير الجدول رقم (12) إلى نتائج تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) والذي يبين عدم وجود فروق بين اجابات أفراد العينة حول ممارسة الانشطة البدنية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي، إذ تشير قيمة "ف" المحسوبة الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية على كل المحاور ، حيث كانت قيمة "ف" المحسوبة لكل المحاور أقل من القيمة الجدولية. ويعتقد الباحثون أنه قد يكون ناتج عن زيادة الضغوط النفسية والاجتماعية والصحية والبدنية التي يواجهها أفراد العينة على حد سواء نتيجة الجائحة وخوفهم من الإصابة بالفيروس ، بالإضافة الى تمتع الأردن والأمارات بتطور بلدانهم في الحياة المعيشية ومستوى التعليم العالي والاستقرار الاقتصادي والمعيشي إلا أنهم جميعا يعانون من الوباء القاتل الذي لا يفرق بين متعلم وغير متعلم والأهم هو الحفاظ على صحتهم من الأمراض القاتلة والخروج من الملل والعزلة التي سببتها الجائحة، مما جعلهم يتوجهون جميعاً لممارسة الأنشطة البدنية المنزلية أثناء وبعد الجائحة كوسيلة للتخفيف من حدة الضغوط النفسية وخفض التوتر لديهم والحد من زيادة الأمراض المزمنة والترويح عن أنفسهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (المذخوري وآخرون،2020) إلى ان ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية في نطاق محدد داخل المنزل قد أسهمت اسهاما فاعلاً في توليد الشعور بالصحة والأمان النفسي من الامراض مما ساعد في تطوير الجانب الترفيهي للجسم وتفادي الضغوط النفسية. وتتفق مع دراسة سلفا واخرون (Silva et al., 2020) بخصائص ممارسة النشاط الرياضي لدى المجتمع البرازيلي. وأشارت أهم نتائجها إلى ارتفاع مؤشر ممارسة النشاط البدني خلال فترة الحجر الصحي، ولكنها تتعارض مع نفس الدراسة مع متغير المؤهل حيث كانت في دراسة سلفا لدى الأفراد الذين لديهم مؤهلات علمية عالية أكثر ممن هم أقل تعليماً.

وللإجابة على التساؤل الرابع في متغير الوظيفة فقد استخدم الباحثون اختبار (T.Test) للعينات المستقلة في متغير الوظيفة والجدول رقم (13) يوضح ذلك:

جدول (13) اختبار ت لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في متغير الوظيفة

المحاور	الوظيفة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	عاطل عن العمل	130	3.83	0.60	0.659	0.511	غير دالة
	موظف	151	3.89	0.56			
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	عاطل عن العمل	130	3.96	0.78	0.363	0.717	غير دالة
	موظف	151	3.92	0.72			
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	عاطل عن العمل	40	4.24	0.60	0.788	0.435	غير دالة
	موظف	45	4.09	0.63			

يتضح من الجدول رقم (13) أنه ليس هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجة استجابة أفراد العينة على جميع المحاور لمتغير الوظيفة حيث كانت قيم مستوى الدلالة (P-value) أكبر من (0.05) وذلك باستخدام اختبار (T.Test) حيث بلغت قيمة محور الممارسين (0.511) وبلغت قيمة محور الإعلام (0.717) وبلغت قيمة محور غير الممارسين (0.435) =P-value .

ويعتقد الباحثون أن عدم وجود فروق بينهم بغض النظر موظف أو عاطل فجميعهم يمرون بنفس المشاكل الاجتماعية والنفسية والبدنية والصحية بسبب ملازمتهم لمنازلهم أثناء الحجر الصحي المنزلي ولذلك جميعهم يحتاجون إلى الترفيه عن أنفسهم وممارسة الأنشطة البدنية بسبب الضغوط التي ولدتها الجائحة. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة سلفا واخرون (Silva et al., 2020) بخصائص ممارسة النشاط الرياضي لدى المجتمع البرازيلي. وأشارت أهم نتائجها إلى ارتفاع مؤشر ممارسة النشاط البدني خلال فترة الحجر الصحي. كما أوضحت النتائج عدم وجود فرق في ممارسة النشاط البدني بناءً على الحالة الوظيفية (موظف/ طالب.)

وللإجابة على التساؤل الرابع في متغير مكان ممارسة النشاط فقد استخدم الباحثون اختبار (T.Test) للعينات المستقلة في متغير الممارسة والجدول رقم (14) يوضح ذلك:

جدول (14) اختبار ت لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في متغير الممارسة

المحاور	مكان الممارسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	خارج المنزل	177	3.94	0.53	1.719	0.088	غير دالة
	المنزل	189	3.78	0.62			
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	خارج المنزل	177	3.91	0.71	-0.520	0.604	غير دالة
	المنزل	189	3.97	0.78			
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	خارج المنزل	177	3.92	0.52	1.622	0.085	غير دالة
	المنزل	189	3.81	0.64			

يتضح من الجدول رقم (14) أنه ليس هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجة استجابة أفراد العينة على جميع المحاور لمتغير مكان الممارسة للنشاط حيث كانت قيم مستوى الدلالة (P-value) أكبر من (0.05) وذلك باستخدام اختبار (T.Test) حيث بلغت قيمة محور الممارسين (0.088) وبلغت قيمة محور الإعلام (0.604) وبلغت قيمة محور غير الممارسين (0.085) =P-value .

ويعتقد الباحثون أنه قد يكون ناتج عن زيادة الضغوط النفسية والاجتماعية والصحية والبدنية وكثرة الممل التي يواجهها أفراد العينة على حد سواء نتيجة الحجر الصحي المنزلي وخوفهم من الإصابة بالفيروس ، مما جعل بعضهم يتوجهون إلى خارج المنزل وفي الهواء الطلق للأماكن غير المزدحمة لممارسة الأنشطة البدنية خارج المنزل مع التقيد بالنظام والتباعد والذي يعتبر وسيلة للتخفيف من حدة الضغوط النفسية وخفض التوتر لديهم والحد من زيادة الأمراض المزمنة والترويح عن أنفسهم وكذلك ما تتميز به الدولتين من بنية تحتية رياضية لممارسة الأنشطة البدنية. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (المذخوري وآخرون،2020) إلى ان ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية في نطاق محدد داخل المنزل قد أسهمت اسهاما فاعلاً في توليد الشعور بالصحة والأمان النفسي من الامراض مما ساعد في تطوير الجانب الترفيهي للجسم وتفادي الضغوط النفسية.

وتتفق كذلك مع ودراسة يوسف (2020) بأن تمارين الرياضة المنزليّة تساعد في رفع اللّياقة البدنيّة للأشخاص المحجورين في المنازل، وفي الترويح عنهم نفسيًّا، وفي تقوية جهاز المناعة عندهم، وتخفيف نسبة تعرّضهم للمرض، وتهدف هذه الدراسة إلى تشجيعهم على القيام بالأنشطة، والتمارين البدنيّة، وإلى معرفة مدى تأثيرها عليهم صحّيًّا، ونفسيًّا. وتتفق أيضاً مع دراسة سلفا واخرون (Silva et al., 2020) بخصائص ممارسة النشاط الرياضي لدى المجتمع البرازيلي. وأشارت أهم نتائجها إلى ارتفاع مؤشر ممارسة النشاط البدني خلال فترة الحجر الصحي. وتتفق أيضاً مع دراسة ليسر وآخرون (Lesser et al.,2020) على المجتمع الكندي حيث أثبتت الدراسة أن الصحة النفسية أفضل لدى الأفراد الذين يمارسون النشاط البدني خاصة في الأماكن المفتوحة أو الخارجية.

وللإجابة على التساؤل الرابع في متغير البلد فقد استخدم الباحثون اختبار (T.Test) للعينات المستقلة والجدول رقم (15) يوضح ذلك:

جدول (15) اختبار ت لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في متغير البلد

المحاور	مكان الممارسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	الأردن	156	3.81	0.58	0.893-	0.670	غير دالة
	الامارات	125	3.92	0.56			
الدور الذي لعبته وسائل الإعلام العربية في توجيه الأفراد بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية لأفراد مجتمعاتهم أثناء الحجر المنزلي خلال الجائحة	الأردن	156	4.06	0.68	0.800-	0.436	غير دالة
	الامارات	125	3.76	0.78			
وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي أثناء الجائحة	الأردن	37	4.35	0.56	-0.124	0.904	غير دالة
	الامارات	48	3.97	0.60			

يتضح من الجدول رقم (15) أنه ليس هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجة استجابة أفراد العينة على جميع المحاور لمتغير البلد حيث كانت قيم مستوى الدلالة (P-value) أكبر من (0.05) وذلك باستخدام اختبار (T.Test) حيث بلغت قيمة محور الممارسين (0.670) وبلغت قيمة محور الإعلام (0.436) وبلغت قيمة محور غير الممارسين (0.904) =P-value ويعتقد الباحثون أن عدم وجود فروق في مستوى الدلالة بين استجابات أفراد العينة بين الدولتين يأتي من اهتمام الدولتين على تشجيع أفراد مجتمعاتهم على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية لما لها من فوائد إيجابية على ممارستها وكذلك على رقي مستوى التعليم والتحضر لأفراد المجتمع وما نلاحظ من مستوى التقدم والتطور في المجال الرياضي في كثرة البنى التحتية للمنشآت الرياضية والحدائق العامة التي تسهل على أفرادها في ممارسة هذه الأنشطة البدنية والرياضية والترفيه عنهم.

النتائج والتوصيات

النتائج:

1- وعي الأفراد الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي خلال الجائحة جاء بدرجة كبيرة.
2- وعي الأفراد غير الممارسين بأهمية ممارسة الأنشطة البدنية أثناء الحجر الصحي المنزلي خلال الجائحة جاء أيضاً بدرجة كبيرة.
3- دور وسائل الإعلام العربية في تشجيع أفراد مجتمعاتهم على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية خلال الجائحة جاء بشكل عام بدرجة كبيرة جداً.
4- عدم وجود فروق في مستوى الدلالة بين أفراد عينة الدراسة لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية في ظل الجائحة تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الجنس، المؤهل العلمي، الوظيفة، مكان الممارسة، الدولة).

التوصيات:

1- وضع نصائح وارشادات للأمراض المستقبلية وكيفية الوقاية وعمل التدابير الاحترازية اللازمة لها.
2- إجراء دراسات بحثية مستقبلية متخصصة لتقييم تأثير جائحة «كورونا» على جوانب أخرى، لاسيما الصحة النفسية والعقلية لجميع الفئات العمرية.
3- عمل برامج رياضية وانشطة افتراضية لجميع أفراد المجتمع لكل دولة لجميع الفئات العمرية.
4- اجراء محاضرات وورش عمل بصفة دورية عبر وسائل التواصل الاجتماعي حول أهمية ممارسة الأنشطة البدنية.
5- زيادة العمل على وضع الية للتواصل مع أفراد المجتمع نحو اهمية ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.
6- توحيد جهود جميع المؤسسات المجتمعية في تقديم استشارات صحية ورياضية من خلال التواصل المباشر.
7- ممارسة الرياضة بشدة معتدلة بصفة يومية كما اوصت منظمة الصحة العالمية وذلك لمدة لا تقل عن (30. ق) وقد تصل الى (60.ق)
8- زيادة التوعية لكيفية زيادة مناعة الجسم خاصة في مثل هذه الأوبئة من خلال التغذية وممارسة الأنشطة البدنية.

المراجع العربية:

- الجفري علي (2014). اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية نحو ممارسة النشاط البدني. مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية. المجلد (28) (8).فلسطين.
- السعد عثمان. (١٩٩٩)." رياضة المرأة والاتحاد العربي للألعاب الرياضية." وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثالث للرياضة والمرأة وموضوعه رياضه المرأة وعلوم المستقبل. جامعه الإسكندرية. كليه التربية الرياضية.٥٢٣
- السهيل محمد صباح زيد (2021). مدى تأثير الإعلام الإلكتروني الرياضي في رفع مستوى الثقافة الصحية في جائحة كوفيد 19. مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية. جامعة أسيوط. كلية التربية الرياضية. المجلد (57).العدد(3). https://search.mandumah.com/Record/1182190
- المذخوري رفاهية بوشارب (4/2020) أهمية ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية خلال فترة الحجر الصحي خلال جائحة كورونا المستجد 19. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/340938468_ahmyt_mmarst_alanshtt_albdnyt_walryadyt_khlal_ftrt_alhjr_alshy_athna_jayht_fyrws_kwrwna_almstjd_kwfyd_19
- النظاري محمد و النزيلي إيهاب .(2020). تأثير فيروس كورونا على المسابقات الرياضية عالميا. المجلة الاوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة. العدد 30. السويد.
- النظاري محمد وأخرون . (2022) . الإعلام الرياضي ودوره في التوعية الصحية بين حكام كرة القدم أثناء جائحة كوفيد 19 ، المؤتمر الدولي الاول لجامعة جده – السعودية.
- عبد الخالق عصام الدين. (١٩٩٩)" . ممارسة النشاط الرياضي لحياة افضل للمرأة فوق سن الاربعين." وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثالث للرياضة والمرأة وموضوعه رياضة المرأة وعلوم المستقبل. جامعه الاسكندرية كليه التربية الرياضية .٢٥٥-٢٥٢
- محسن عبدالجبار سعيد.(2013). التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بظاهرة العنف في الرياضة ودور الإعلام الرياضي. مجلة الأبداع الرياضي. جامعة المسيلة. الجزائر. العدد 11. (ص 70). نوفمبر. 2013.
- يوسف عاد فرج (2020). الرياضة المنزليّة في زمن فيروس كورونا (Covid-19). أوراق ثقافية. مجلة الآداب والعلوم الإنسانية. السنة الثانية. العدد الثامن. لبنان. https://www.awraqthaqafya.com/920/
- WHO نشرة منظمة الصحة العالمية 29 فبراير 2020 WHO/2019-

المراجع الأجنبية:

- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi,L.,...&ECLB-COVID19Consortium.(2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: results of theECLB-COVID19 international online survey. Nutrients, 12(6), 1583.
- Arlene Semeco (2017-2-10), "The Top 10 Benefits of Regular Exercise" www.healthline.com, Retrieved 2018-8-3. Edited.
- Alfawaz, H., Amer, O. E., Aljumah, A. A., Aldisi, D. A., Enani, M. A.,Aljohani, N. J., ... & Al-Daghri, N. M. (2021). Effects of home quarantine during COVID-19 lockdown on physical activity and dietary habits of adults in Saudi Arabia. Scientific reports, 11(1), 1-7.
- Carter, S. J., Baranauskas, M. N., & Fly, A. D. (2020). Considerations for obesity, vitamin D, and physical activity amid the COVID-19 pandemic. Obesity, 28(7), 1176-1177.
- Castañeda-Babarro, A., Arbillaga-Etxarri, A., Gutiérrez-Santamaría, B.,& Coca, A. (2020). Physical activity change during COVID-19 confinement. International journal of environmental research and public health, 17(18), 6878.
- Crochemore-Silva, I., Knuth, A. G., Wendt, A., Nunes, B. P., Hallal, P.C., Santos, L. P., ... & Pellegrini, D. D. C. P. (2020.(Physical activity during the COVID-19 pandemic: a population-based cross-sectional study in a city of

South Brazil. Ciência & Saúde Coletiva, 25, 4249-4258.
- Füzéki, E., Groneberg, D. A., & Banzer, W. (2020). Physical activity during COVID-19 induced lockdown: recommendations. Journal of Occupational Medicine and Toxicology, 15(1), 1-5.
- Almathkoori1, Hikmat, Rafahiya Bouchareb2, María José Flores-Tena.(2020,10) Physical Activity Practitioners: Reducing Infection with Coronavirus. IJERE,International Journal of Educational Research Review,
- Lesser, I. A., & Nienhuis, C. P. (2020). The impact of COVID-19 on physical activity behavior and well-being of Canadians. International journal of environmental research and public health, 17(11), 3899.

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تعديل بعض المشاكل السلوكية عند التلاميذ المراهقين

د / دردون كنزة د / لمتيوي فاطمة الزهرة ايمان د/ دردون عكرمة

المستخلص

يعتبر الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش إلا في جماعات تربطه بها جملة من القواعد والمحددات الاجتماعية والأخلاقية وفي هذا السياق فأنه يحدث تفاعل بين المحددات الاجتماعية والأخلاقية ، قد يؤدي هذا التفاعل وهذا الاختلاف إلى ظهور عدة سلوكات بين أفراد هذه الجماعات أحيانا قد تكون سلوكات إيجابية أحيانا ، وقد تكون هذه السلوكات غير إيجابية نتيجة لعدة أسباب سواء داخلية تخص الفرد ذاته أو خارجية يتأثر بها الفرد من خلال تفاعله مع المحيط ، هدفت الدراسة إلى تبين الأنشطة البدنية والرياضية في خفض من المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي، حيث اعتمدنا المنهج الوصفي، ولغرض تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، ولتأكد من مصداقية الفرضيات تم استعمال أداة الدراسة الاستبيان، حيث وزعت على عينة من التلاميذ والذي بلغ عددهم 120، تم اختيارهم بطريقة عشوائية حيث تمت المعالجة الإحصائية باستخدام النسبة المئوية، كا2 وبعد تحليل ومناقشة النتائج البحث تم التوصل الى:أن اغلب النتائج كانت ايجابية، و هذا ما يبين أن الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية يتأثرون بشكل كبير يرجع ذلك لأن الأنشطة البدنية والرياضية تعد من بين الوسائل و الطرق العلاجية التي تساعد المراهق على التخلص من العدوان و تحاول تحرير طاقاته بشكل ايجابي، كما أن اغلب النتائج كانت ايجابية فالتهجم ، فهو ينخفض بشكل ملحوظ من خلال ممارسة الرياضة.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني والرياضي ؛ المشاكل السلوكية ؛ المراهقة .

Abstract

Man is considered a social being who cannot live except in groups to which he is bound by a set of social and moral rules and determinants. In this context, an interaction occurs between the social and moral determinants. This interaction and this difference may lead to the emergence of several behaviors among the members of these groups. Sometimes they may be positive behaviors. These behaviors may not be positive as a result of several reasons, whether internal related to the individual himself or external that are affected by the individual through his interaction with the environment. The study aimed to identify physical and sporting activities in reducing behavioral problems among secondary school students, where we adopted the descriptive approach, for the purpose of achieving the goals of The study used a descriptive approach to ensure the credibility of the hypotheses The study tool, the questionnaire, was used, and it was distributed to a sample of students, which numbered 120, who were chosen randomly. The statistical treatment was done using percentage, K2, and after analyzing and discussing the research results, it was concluded that most of the results were positive, and this shows that Those who practice physical education and sports are greatly affected. This is because physical and sports activities are among the means and therapeutic methods that help the teenager get rid

of aggression and try to release his energies in a positive way. Also, most of the results were positive. Aggression is significantly reduced through... Playing sports.

Keywords: physical and sports activity; behavioral problems; adolescence .

1. المقدمة:

تختلف درجة الحدة عند المراهقين فالبعض تمر فترة المراهقة عليه بشكل خطير يعاني فيها من مشاكل سلوكية كبيرة قد تأثر على حياته المستقبلية لهذا حاولنا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة الأكثر شمولية حول دور التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الرياضية بكل أنواعها في تفعيل و التخفيف من حدة المشاكل السلوكية من خلال الممارسة الرياضية في المرحلة الثانوي و جعلها أكثر ديناميكية (حقي ألفة محمد، 1990).

حيث تقوم الرياضة بمختلف أنواعها بدور متميز في مكافحة هذه الظاهرة ، لاسيما الأنشطة الرياضية التي يقوم بها المراهق داخل المؤسسات التربوية التي وضعت لها قوانين ولوائح وأنظمة التي تحاول الحد من مظاهر المشاكل السلوكية.

2. الإشكالية :

يرى علماء النفس والاجتماع أن أكثر المراحل صعوبة وحساسة في حياة الإنسان هي حياة المراهقة من الجانب النفسي والاجتماعي بشكل عام لما تمر به من تقلبات مزاجية وصراعات نفسية واجتماعية وجسمية وانفعالية ونخص بالذكر تلميذ المرحلة الثانوي فالتربية البدنية و الرياضية تأثر على حياة التلميذ الممارس للرياضة من الناحية السلوكية والاجتماعية التي قد تساهم في إحداث تغيرات سلوكية تجعل منه فردا صالحا يتأثر ويؤثر في المجتمع (محمد ماهدي احمد ، 2000).

ومن أجل ذلك تعتبر التربية البدنية و الرياضية ذات الأهداف النبيلة وبرامجها المتنوعة من العوامل والعناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة والحديثة، فحصة التربية البدنية و الرياضية تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين ومعافين جسميا وعقليا، ومحاولة إدماجهم في المجتمع لكن هناك بعض العوائق والمشاكل التي يتأثر بها الفرد تحول دون تحقيق الهدف المنشود و من هذا يتبادر على أذهاننا العديد من التساؤلات أهمها :

- **التساؤل العام :**

هل للأنشطة الرياضية داخل الحصة دور في خفض المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المراهقين ؟

التساؤلات الجزئية

- هل للأنشطة الرياضية داخل الحصة دور في خفض من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ؟
- هل للأنشطة الرياضية داخل الحصة دور في خفض من حدة تهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ؟

3. الفرضيات :

الفرضية العامة :

- للأنشطة الرياضية دور في التقليل من المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

الفرضيات الجزئية :

- للأنشطة الرياضية دور في التقليل من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .
- للأنشطة الرياضية دور في التقليل من حدة التهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

4. أهداف البحث :

- تبين دور حصة التربية البدنية و الرياضية في خفض من المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي.
- معرفة دور حصة التربية البدنية و الرياضية في خفض من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .
- تبين دور حصة التربية البدنية و الرياضية في خفض من حدة التهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي.

5. الإطار النظري :

تعريف درس التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية والرياضية:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي، وهو أساس كل مناهج التربية كما يجب أن نراعي فيه حاجات التلاميذ بالإضافة الى ميولهم ورغباتهم وذلك عن طريق أستاذ ت.ب.ر. (غسان الصادق، سامي الصقار: ص209).

مفهوم المشاكل السلوكية :

يعتبر السلوك العدواني أحد الموضوعات التي اختلف العلماء في تحديد مفهومها تحديدا دقيقا بل أن ألبرت باندورا- "A.BENDURU"،وهو أكثر الباحثين في المجال العدواني اعتبر دراسة السلوك العدواني من الموضوعات المعقدة التي لا يمكن تحديدها من جانب الدلالة اللفظية . (إبراهيم ريكان ، 1992)

ولإعطاء مفهوم شامل للعدوان اخترنا عدة تعاريف تطرقت إليه وهي كالتالي :حيث عرف باص – BASS "أي شكل من أشكال السلوك الذي يتم توجيهه إلى كائن حي أخر ويكون هذا السلوك مزعجا له

بين هذا التعريف أن السلوك العدواني هو كل سلوك مزعج ، وعرف لين – LINN 1961 هو فعل عنيف موجه نحوهدف معين وقد يكون هذا الفعل بدنيا أو لفظيا وهو بمثابة الجانب السلوكي لانفعال الغضب والهيجان والمعدات.(عزت إسماعيل ،1987).

المراهقة :

هي فترة عواطف وتوتر وشدة تكتنفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق. **عرفها ستالي هول :** المراهقة بأنها المرحلة التي تسبق البلوغ وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج ، أي الاقتراب من الحلم والنضج (مريم سليم : 2002 ، ص 379).

6. الإجراءات المنهجية للبحث :

1.6. الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذا من خلالها يمكن وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها (محي الدين مختار: 1995، ص47).

إن أدوات البحث هي الجانب التطبيقي الذي يعطي مصداقية للإشكالية المطروحة وبما أن الاستبيان هو أحد الأدوات المعتمدة في انجاز البحث فقد قمنا بزيارة استطلاعية خلال زيارتنا لبعض المؤسسات التربوية، وخلالها قمنا بتوزيع استبيان بصورته الأولية على مجموعة من تلميذات التربية البدنية والرياضية واجراء مقابلة من أجل الوقوف على النقائص وتغيرات الاستبيان قبل توزيع النهائي له، كذلك التعرف على مدى وضوح الأسئلة.

2.6. المنهج المتبع:

يعد المنهج الوصفي من أحسن طرق البحث التي تتسم بالموضوعية ذلك أن المستجوبين يجدون الحرية في التطرق لآرائهم وزيادة على هذا فطبيعة موضوعنا تتطلب مثل هذا المنهج، أما عن طريق جمع المعلومات فيتم عن طريق البيانات ووصف الظروف والممارسات الشائعة ومن أهم أدوات الملاحظة والاستبيان (محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ: 1992، ص207).

3.6. مجتمع البحث و كيفية اختيار العينة:

يتكون مجتمع البحث من 1200 تلاميذ المرحلة الثانوي وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية من عدد تلاميذ ، وقام باختيار عدد العينة البحث من مجتمع قدر ب 10% تلميذ و بالتالي كانت عينة البحث مقدر ب 120 تلميذ من المرحلة الثانوي تم اختيارهم بشكل عشوائي.

- ثانوية النقيب عبد الهادي : **60 تلميذ**
- ثانوية العربي بن مهيدي : **60 تلميذ**

4.6. أدوات البحث:

أ- الاستبيان:

يعتبر الاستبيان من أهم أدوات في البحث العلمي للحصول على معلومات صحيحة بنسبة عالية، كما أنها وسيلة يمكن بواسطتها الحصول على عدد من الإجابات لعدد من الأسئلة المنظمة والمدونة في نموذج يعد ويهيئ خصيصا لذلك ويقوم المجيب بملئه بعد قراءة وفهم محتواه، حيث صممت استمارة بغية الحصول على اجابات واضحة تخص موضوع البحث، باستعمال عبارات بسيطة وسهلة الفهم وهناك اشكالا متعددة للاستبيان أسئلة مغلقة، أسئلة نصف مفتوحة، أسئلة مفتوحة حيث تم الاعتماد في الغالب على الأسئلة المغلقة (محمد موسى عثمان: 1996، ص18).

تعد أدوات البحث تعد المحور الأساسي في منهجية البحث وذلك بغية الوصول إلى كشف الحقيقة التي يصبوا إليها بحثه، ومن هذا المنطلق وصف الباحث عدة وسائل في جميع المعلومات، قد ساعدته في الكشف عن جوانب البحث، فقد تم الاستعانة باستبيان خاص بالمشاكل السلوكية و يشمل المحاول التالية :

- المحور الأول : الاعتداء.
- المحور الثاني : التهجم.

7. نتائج الدراسة :

2.7.عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

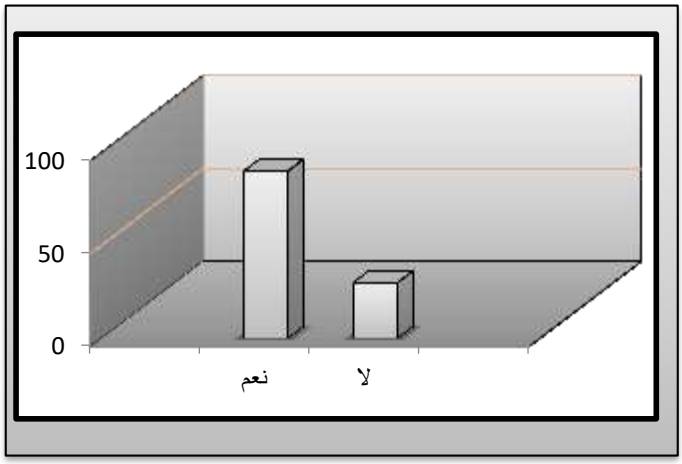
"لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة الاعتداء عند المراهقين في المرحلة الثانوي."

السؤال 1 : هل تستطيع التحكم في نفسك عندما يؤذيك الآخرون أثناء ممارسة الرياضة في حصة التربية البدنية و الرياضية؟

الغرض منه : مدى التحكم في نفسك عندما يؤذيك الآخرون أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية

جدول (1) عدد التكرارات و النسبة المئوية لسؤال الأول

الأجوبة	تكرار	نسبة%	كا2 محسوبة	كا2جدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة
نعم	90	%75	30	03.84	01	0.05
لا	30	%25				
المجموع	120	%100				



شكل (1) : التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول .

يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه أن هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة 0.05، إذ بلغت قيمة كا2 المحسوبة 30 وهي بذلك أكبر من قيمة كا2 الجدولية 03.84

2.7. عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية:

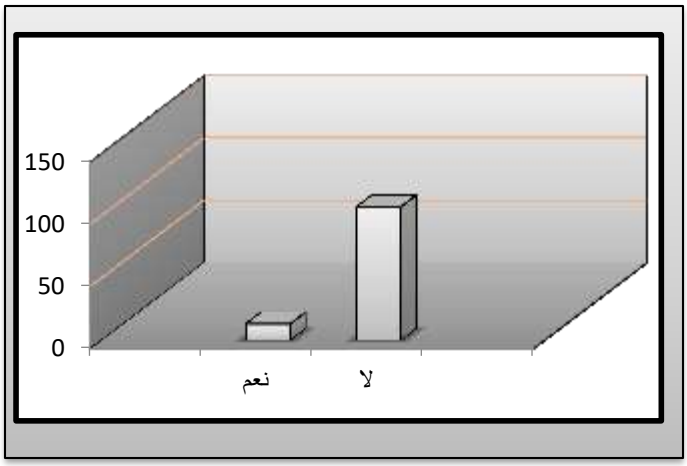
" لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة التهجم عند المراهقين في المرحلة الثانوي"

السؤال 12: هل يظهر عليك الاضطراب والارتباك عندما تكون في مواقف غضب أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية؟

الغرض منه : مدى ظهور الاضطراب و الارتباك عندما تكون في مواقف غضب أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.

جدول (12) عدد التكرارات و النسبة المئوية لسؤال الثاني عشر

الأجوبة	التكرار	النسبة	كا2 محسوبة	كا2 جدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	13	%10.83	73.63	03.84	01	0.05
لا	107	%89.16				
المجموع	120	%100				



شكل (12): التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني عشر

يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه أن هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة 0.05، إذ بلغت قيمة كا2 المحسوبة 73.63 وهي بذلك أكبر من قيمة كا2 الجدولية 03.84.

8- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

8-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية على : **" لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة الاعتداء عند المراهقين في المرحلة الثانوي."**

من خلال النتائج المتوصل إليها من طرف تلاميذ المرحلة الثانوي الممارسين للأنشطة الرياضية لاحظنا إن اغلب النتائج كانت ايجابية ، وهذا ما يبين أن الممارسين للأنشطة الرياضية يتأثرون بشكل كبير.

و يرجع ذلك لان التربية البدنية والرياضية تعد من بين الوسائل و الطرق العلاجية التي تساعد المراهق على التخلص من العدوان وتحاول تحرير طاقاته بشكل ايجابي يسمح له بتكوين شخصية سليمة و متكاملة مع المجتمع بحيث يصبح المراهق أو التلميذ أكثر تفاعلا و انسجاما مع زملائه ، كما تجعل التربية البدنية والرياضية التلميذ قادر على تكوين علاقات اجتماعية أخرى ، وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الاولى قد تحققت.

8-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية على : **" لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة التهجم عند المراهقين في المرحلة الثانوي."**

من خلال النتائج المتوصل إليها من طرف التلاميذ المرحلة الثانوي الممارسين للأنشطة الرياضية أن اغلب النتائج كانت ايجابية فالتهجم ، فهو ينخفض بشكل ملحوظ من خلال ممارسة الرياضة و بالتالي عدم ظهور هذا النوع من المشاكل في الأنشطة الرياضية عند التلاميذ و لكن ينبغي أن تكون هذه الممارسة تحتوي على أنشطة متنوعة و مبنية على أسس علمية تسمح للتلاميذ بالتفاعل فيما بينهم و التواصل الايجابي و الابتعاد عن السلوكات العدوانية و التعامل بطريقة تجعل التلميذ أكثر تفاعلا مع غيره من التلاميذ خلال الأنشطة الرياضية التي يزاولها ، و بالتالي يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

9- الاستنتاج العام :

انطلاقا من النتائج والتحليل ومناقشة النتائج يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى والفرضية الجزئية الثانية قد تحققت التي كانت تهدف إلى معرفة نتائج كل من محاور المشاكل السلوكية عند تلاميذ المراهقين في المرحلة الثانوي كانت النتائج ايجابية .

وفي هذا يمكننا القول أن هذه النتائج تتفق إلى درجة كبيرة مع نتائج الدراسات السابقة والتي أظهرت أن في المجال الرياضي توجد علاقة إيجابية بين ممارسة التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة بمختلف أنواعها و التخلص من المشاكل السلوكية التي يتعرض لها التلميذ المراهق سواء خلال ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام أو ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية أو كل ما يتعلق بها كما تبني الفرد من الناحية الاجتماعية من خلال بناء علاقات بين الأفراد سليمة بعيد عن العنف بمختلف أشكاله و الاتصال الجيد مع من هم في أقرانه من المراهقين.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها تبين لنا أن الأنشطة البدنية والرياضية المستخدم من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية هي وسيلة لتحقيق غاية كبرى وهي بناء الفرد ذو الشخصية متوازنة متكاملة من جميع النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية.

و بالتالي يمكن القول إن للأنشطة الرياضية دور في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين كما تؤثر في التلاميذ والحد من سلوكهم العدواني و تكسبهم بعض السمات الشخصية التي تجعلهم يحسنون المعاملة والاحترام بين الآخرين ، و تعلمهم النظام واحترام الزملاء ، فهي وسيلة فعالة لتعاون مع الآخرين والتحلي بالروح الرياضية ، كما تجعل عند من يمارسها لا يعتدون على الغير بأي سبب من الأسباب ولا يمتازون بالسلوك العدواني خلال ممارستها إنما يمتازون ببعض جوانبه وهذا راجع لحداثة سنهم ، كما تخلق علاقة تخاصميه نموذجية و ليست عدوانية.

الخاتمة :

ما نستطيع أن نقوله في الأخير هو إننا حاولنا أن نكون قد تناولنا ببحثنا هذا ومن كل الجوانب وهذا لما لهذا الموضوع من أهمية بالغة على حياة المراهق بما فيها السلوك العدواني و المشاكل السلوكية التي تظهر عليه في فترة المراهقة لأنها تعد مرحلة صعبة على الإنسان لما لها من تغيرات فيزيولوجية و نفسية و اجتماعية .

كما تختلف درجة الحدة عند المراهقين فالبعض تمر فترة المراهقة عليه بشكل خطير يعاني فيها من مشاكل سلوكية كبيرة قد تأثر على حياته المستقبلية لهذا حاولنا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة الأكثر شمولية حول دور التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الرياضية بكل أنواعها في تفعيل و التخفيف من حدة المشاكل السلوكية من خلال الممارسة الرياضية في المرحلة الثانوي و جعلها أكثر ديناميكية. أن هذا بطريقة تعد وسيلة غير مباشرة إلا أن التلميذ عندما يجد نفسه يمارس أنشطة محببة بالنسبة له فانه لا محال سيبدع و سوف نرى منه أمورا كثيرة ومواهب و طاقات هائلة كانت ربما ستضيع مثلما ضاعت الكثير من المواهب في صمت ولم يسمع بها احد لان مرحلة التعليم الثانوي كما يعلم الجميع مرحلة مهمة جدا و حساسة يتم من خلالها اكتشاف شخصية الفرد و رغباته ومن بعدها توجيهها توجيها سليما قصد صقلها و تحقيق توافق شامل من جميع الجوانب و إنشاء فرد يتمتع بالراحة و الصحة النفسية السليمة بعيد عن الاضطرابات و المشاكل السلوكية و بالتالي تتوافق مع قيم و مبادئ المجتمع و البيئة التي يعيش فيها هذا المراهق.

المراجع العربية :

- إبراهيم ريكان : النفس والعدوان ، ط1 ، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد 1987
- حقي ألفة محمد : علم النفس المعاصر ، منشآت المعارف ، 1983 .
- محمد سعيد مرسي : فن تربية الأولاد في الإسلام ، دار التوزيع والنشر , مصر ، 1998
- عزت إسماعيل : سيكولوجية الإرهاب وجرائم العنف ، ذات السلاسل ، الكويت ، 1977 .
- مريم سليم : علم النفس النمو ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع ، ط1، لبنان ، 2002
- محمد موسى عثمان، أسس ومناهج البحث، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 1996.
- غسان الصادق، سامي الصقار، للتربية البدنية والرياضية، كتاب منهجي.
- محي الدين مختار: بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية،1995.
- محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ط2، 1992.

مدي ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية أثناء مرحلة التدريب الميداني

أ / عبد الهادي محمد املوده

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على « مدى ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية أثناء مرحلة التدريب الميداني من وجهة نظر **المشرف الجامعي** »، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت أداة الدراسة الاستبانة وطبقت على عينة الدراسة البالغة (18) مشرف من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وبعد جمع البيانات وتحليلها توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: يعرف الطالب المعلم كيفية تقسيم زمن الدرس ويراعي الظروف الخارجية الطارئة ويقوم بإعطاء نموذج للمهارة وتصحيح الأخطاء كما يقوم الطالب المعلم بالتدرج في تعليم المهارة للتلاميذ ويراعي الفروق الفردية أثناء عملية التقويم. وقد أوصت الدراسة بعدة توصيات منها: تدريب طلبة كليات التربية البدنية أثناء الإعداد الأكاديمي على الابتكار واستخدام أساليب ووسائل التخطيط والتنفيذ والتقويم الحديثة بدروس التربية البدنية وكذلك عقد دورات تدريبية للطلبة التدريب الميداني من خلال أعضاء هيئة التدريس لتنمية مهارات التدريس الفعال.

الكلمات المفتاحية : الكفايات التدريسية ، التدريب الميداني ، المشرف الجامعي.

Abstract:

The study aimed to identify “the extent to which the student teacher at the College of Physical Education and Sports Sciences, Misrata University, practices teaching competencies during the field training phase from the point of view of the university supervisor”, The study followed the descriptive analytical approach, and the study tool used the questionnaire and was applied to a sample consisted of (18) faculty supervisors at the College of Physical Education and Sports Sciences, and after collecting and analyzing data, the study reached the following results: The student teacher knows how to divide the lesson time, takes into account emergency external circumstances, gives a model of skill and corrects errors, and the student teacher gradually progresses in teaching. Develops skills for students and takes into account individual differences during the evaluation process. The study recommended several recommendations, including: training students of physical education colleges during academic preparation to innovate and use modern methods and means of planning, implementation and evaluation of physical education lessons, as well as holding training courses for students and field training through faculty members to develop effective teaching skills.

Keywords: Teaching competencies, Field training, University supervisor.

1.المقدمة ومشكلة البحث:-

يعد التعليم بشكل عام والتعليم الجامعي بشكل خاص مرآه حقيقية للمجتمعات وتنميتها و يسعي إلى تحقيق نموها الفكري و العلمي والثقافي والاقتصادي والاجتماعي والأخلاقي بشتّى صوره، و يدخل الدول في مصاف الدول المتقدمة والحضارية ويزيد من البناء المتكامل الذي يضمن الحياة السعيدة والرفاهية للمجتمعات، وذلك من خلال مخرجاتها التعليمية التي تتمثل في الخرجين. حيث يمثل قطاع التعليم مكانه بارزه في وسط المجتمع التربوي كونه الركيزة الأساسية، لذلك لقد لفت أنظار العالم بأسره سعياً لتطوير مناهج وأساليب وطرق التدريس لنشر المواد التربوية فيكون لتربيه البدنية والرياضية نصيب من هذا الاهتمام، حيث سعت الدول إلي إدراجها كماده أساسيه في المدارس التعليمية لأهميتها البالغة في تثقيف الأطفال والتلاميذ والترفيه عنهم وتربيتهم ليكونن بذلك أفراد صالحين وسط المجتمع و ذلك من خلال التشجيع على النشاط أثناء أوقات الفراغ وتنميه الجوانب الأساسية والحركية للفرد (زكريا والأخضر، 2020، ص 13).

كما حظيت التربية منذ الأزل وحتى يومنا هذا بعناية بالغه واهتمام كبير على مختلف الأصعدة والمجالات من جميع فئات المجتمع نظراً لحساسية الدور الذي تؤديه في تربية الأجيال الناشئة لقيادة المستقبل، وذلك عبر إعداد القوى البشرية الدربة والمؤهلة، فالتربية هي علمية تفاعل مستمر مع المجتمع بكل مؤسساته، وبهذا يكون هدفها الأسمى هو تنشئه الجيل الجديد إعداده إعداداً يساعد على تقبل التغيير والتكيف مع الوضع القائم والاستعداد للمستقبل (العجرمي، 2011، ص 2).

وإن أهمية المعلم هذه لم يؤكدها المختصون والتربويون فقط، بل أكدتها العديد من المؤتمرات والندوات العلمية العربية والعالمية، التي أوصت بتقديم المزيد من الجهد والعطاء والإبداع بما يخدم عملية إعداد المعلم فتأهيله ثم تدريبه لرفع مستوى أداءه (الفتلاوي، 2004، ص47).

2.مشكلة البحث:

تعد علمية إعداد المعلم مسؤولية جماعية وهي مسؤولية كبيرة وذلك لأهمية المجتمع الذي يتعامل معه المعلم، أنه مجتمع الطلاب، فالمعلم هو الإنسان الذي يتطلب إعداده إعداداً متكاملاً في كافه الجوانب العلمية والمهنية و الثقافية، نظراً لأهمية مهنة التدريسية وإلي ما يتركه المدرس من آثار علي التلاميذ بشكل خاص والمجتمع بشكل عام وذلك من خلال الكم الكافي من المعلومات والمهارات التي يكتسبها من خلال دراسته في كلية التربية البدنية حيث يفترض على الطالب في كلية التربية البدنية في مرحلة التربية التعليمة أن يكون لدية الكفايات التدريسية التي تمكنه من النجاح في مهنة التدريس وان يتمكن في استخدام هذه الكفايات وتطبيقها بكفاءة عالية وهذا يتطلب المعرفة الكاملة بمجال تخصصه إلي جانب المهارات في المجالات الحياتية الأخرى.

ولقد أكدت (الكنين،2008) في ندوة التدريب الميداني المنعقدة بشأن تطوير وتحديث برامج التدريب الميداني على ضرورة الاهتمام بالجانب التطبيقي والميداني في مقررات الإعداد التربوي المهني بكليات التربية لخدمة الكفايات المهنية للطالب المعلم، كما أوصت بزيادة الترابط بين المقررات التخصصية في برامج إعداد الطالب المعلم من جانب، وما يتم تدريسه بمرحلة تدريب المعلم التي سيقوم بالتدريس فيها بعد التخرج من جانب آخر، وضرورة توفر العمق والشمول في المقررات التخصصية. (الكنين، 2008، ص 190)

حيث أصبح على عاتق المؤسسات المعنية بالتعليم البحث عن أفضل الطرق التي تضمن تحقيق عمليتي التعليم والتعلم بطريقة تتناسب ومتطلبات العصر، واحتياجات المجتمع، وتغيرات المستقبل، وحاجة المعلمين الجديدة التي تنمي وتطور مهارتهم، ولتعدد طرق التدريس أصبح المعلم ملزماً بتحسين ورفع كفاءته، مما زاد الاهتمام بموضع الكفايات التدريسية كأحد مهارات التدريس الحديثة (البربوعي، 2020، ص1).

3.أهمية البحث: تكمن أهمية البحث في النقاط التالية:

1- إظهار أهمية الكفايات التدريسية لدى الطالب المعلم بأقسام وكليات التربية البدنية.
2- الوقوف على مدى امتلاك الطالب المعلم للكفايات التدريسية خلال مرحلة التربية العملية.
3- الوقوف على مستوى الكفايات التدريسية لدى الطالب المعلم ومعالجة مكامن الضعف إن وجدت وتعزيز نقاط القوة.

4. أهداف البحث: التعرف على مستوى كفايات التخطيط، والتنفيذ، والتقويم، للدرس لدى الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعه مصراته خلال مرحلة التدريب الميداني من وجهة نظر المشرف الجامعي.

5. تساؤلات البحث:

1-هل تساهم التربية العملية في تحسين الكفايات التدريسية لدى الطالب المتعلم؟

2-ما هو مستوى كفايات التخطيط والتنفيذ والتقويم للحصة لدى الطالب المعلم بكلية التربية البدنية لعلوم الرياضة بجامعة مصراته

6. حدود البحث:

1-الحدود المكانية: تم اجراء البحث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بقسمي التدريس والتدريب.

2-الحدود البشرية: اقتصر البحث على أعضاء هيئة التدريس المشرفين على الطالب المعلم اثناء التدريب الميداني.

3-الحدود الزمنية: تم اجراء البحث بالفصل الدراسي الربيع من العام الدراسي 2023/2022.

7.المصطلحات العلمية للبحث: الكفايات التدريسية: عرفها (الأزرق2000) بأنها" امتلاك المعلم لقدر كافي من المعارف والمهارات والاتجاهات الايجابية المتصلة بأدواره ومهامه المهنية، والتي تظهر في أداءاه وتوجه سلوكه في المواقف التعليمية المدرسية بمستوى محدد من الإتقان، ويمكن ملاحظتها وقياسها بأدوات معدة لهذا الغرض"(الأزرق،2000،صـ19) **الطالب المعلم:** هو الطالب الجامعي الذي يتوقع له أن يعمل معلما بعد الانتهاء من متطلبات البرنامج الدراسي المطروح بما فيه برنامج التدريب الميداني. (تعريف أجرائي)

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة: هي المؤسسة التعليمية التي تهيء الطلاب ليكونوا معلمين تربية بدنية في مراحل التعليم الأساسي والثانوي بشقيه العام والخاص ،كما تقوم بإعداد الطلاب للتعليم العالي (الماجستير) بالإضافة إلى فرص أخرى في مجالات اللياقة البدنية والرياضة. (تعريف أجرائي)

8.القراءات النظرية والدراسات السابقة:

أولا :- القراءات النظرية

يعتبر مفهوم الكفايات من المفاهيم الجديدة في المجال التربوي، سواء مجال التدريس بالمؤسسات التربوية أو في مجال التكوين وقد أصبح نجاح المعلم في أداءه التدريس مقرون بمدي امتلاكه للكفايات اللازمة للتدريس إذ يمكن لهذه الكفايات أن تنمي و تتطور لدي المعلم من خلال المؤهل الأكاديمي لديه ولهذا يجب أن تتوفر في

المعلم مجموعه من الكفايات التدريسية التي تمكنه من أداء عملة على أحسن وجه وبالشكل الأمثل و تضمن له النجاح.

تعريف الكفايات التدريسية: عرفها (العطية، 2009) بأنها "مجموعة المهارات والمعارف والأساليب وأنماط السلوك التي يبديها المعلم بشكل ثابت ومستمر في أثناء التدريس" (العطية, 2009, ص 6).

وينعكس مفهوم الكفايات في القدرات المرتبطة بمهام الطالب المعلم المختلفة وأدواره، سواء كانت على المستوى النظري التي تتضح من خلال التخطيط، والإعداد للأعمال اليومية المطلوبة أو خلال السلوك الوظيفي أول الأداء الفعلي الذي يمارسه الطالب بالمعلم داخل المؤسسة التربوية وخارجها مما يعكس الأثر الحقيقي لعملية التدريب المقترنة بالكفاية والفاعلية الوظيفية (البدراوي، 1988، ص 15).

9.أنواع الكفايات التدريسية:

1.كفايات التخطيط للدرس: يعرف(الهويدي،2005)التخطيط الدراسي على أنه: " تصور مسبق لما سيقوم به المعلم من أساليب وأنشطة وإجراءات واستخدام أدوات وأجهزة ووسائل تعليمية وأساليب تقويم لتحقيق الأهداف التربوية المرغوبة".(الهويدي،2005،ص87)

ويعد التخطيط للتدريس أهم مرحلة من المراحل الرئيسية للتدريس، وهو على درجة كبيرة من الأهمية، لأن أي عمل جاد لبد أن يخطط له بطريقة معينة ليحقق الهدف المنشود منه، وتتطلب عملية التخطيط للتدريس إيجاده كثير من مهارات التدريس الفرعية مثل: صياغة الأهداف التعليمية، وتحليل المحتوى الدراسي، وتنظيم تتابع الخبرات، واختيار الأنشطة والوسائل، وتحديد الأساليب الملائمة للتقويم إلى غير ذلك من مهارات عديدة (خليفة، 2007، ص55).

كما أن عملية التخطيط لابد أن تتضمن مرحلتي التنفيذ والتقويم، ولابد أن تحتوي على أهداف واضحة ومحددة يتم من خلالها توضيح الخطة، أو تفضيل خطة على أخرى، فالتخطيط الجيد شرط لازم وضروري للتدريس الجيد (كوجك، 2001، ص55).

2.كفايات تنفيذ الدرس: عرفه معجم مصطلحات في المناهج وطرق التدريس تنفيذ الدرس بأنه: مجموعة الاجراءات التي تتخذ داخل غرفة الصف لترجمة عملية تخطيط التدريس الى واقع محسوس، و هذه الاجراءات هي: التقديم التدريسي، اختيار التعلم القبلي، تقرير استراتيجيات التدريس، تعزيز و توجيه التعلم، تلخيص الدرس، وأخيرا ادارة اساليب التقويم (الكسباني، 2010, ص111).

بعد عملية تخطيط الدرس وتحديد أهدافه و عناصره ووسائله و خطواته يقوم المعلم بتنفيذ هذا التخطيط وتطبيق الاستراتيجية التدريسية التي حددها في تخطيطه، فالمعلم مع تلاميذه يحاول أن يحقق أهدافه التعليمية التي اختارها من خلال الاستراتيجيات التدريسية المنتقاة، و طرق التدريس المستخدمة، و الأنشطة التعليمية التي يمارسها التلاميذ هي في الواقع الأداء الحقيقي لاستراتيجيات المعلم التي اختارها لدرسه (راشد، 2005, ص 63).

ويدور السؤال في هذه العملية حول كيف يتم تحقيق الأهداف والغايات التي تم تخطيطها، و رصدها في عملية التخطيط، ويصبح جوهر هذه العملية منصبا حول اختيار طريقة أو عدة طرائق تدريسية و تقنيات مطلوبة مناسبة للمواقف التعليمية المختلفة الموجودة خلال زمن التدريس في الحصة، أو خلال تنفيذ الوحدة الدراسية، أو خلال المقرر و المنهج بشكل عام، حيث أن عملية اختيار أفضل طريقة تدريسية مرهونة بنوع الهدف

والغاية المطلوب تحقيقها، وذلك حسب طبيعة الخصائص النفسية والعقلية للتلاميذ و الأسلوب المعرفي التدريسي للمعلم (قلادة، 2004, ص 45-46).

3.كفايات التقويم: أ- التقويم لغة: تعني كلمة التقويم في أصلها اللغوي: تقدير الشيء و إعطائه قيمة ماء والحكم عليه، و إصلاح اعوجاجه (ابراهيم و سعادة، 2011, ص 349).

ب – التقويم اصطلاحا: عرف معجم مصطلحات التربية و علم النفس التقويم بأنه: الإجراءات التي تهدف إلى تحديد مدى تقدم الطلبة، ومدى تحقق مستوى الجودة في أدائهم وفق معايير محددة، وفيه يمكن تحديد مستويات الطلبة، وتحليل أخطائهم، وفي ضوئه يمكن توجيههم إلى الأنشطة التي تلائم مستوياتهم، لذا فهو عملية تشخيصية علاجية، ووقائية (عبد الحميد, 2008، ص 64).

كما وقد عرف بأنه الطريقة التي يتحقق بها المعلم من وصول الطلبة إلى الأهداف المرجوة (نبهان، 2008, ص 101). والتقويم حسب المفهوم الحديث هو عملية مقصودة منهجية تهدف إلى جمع المعلومات و البيانات عن العملية التعليمية، وتفسير الأدلة بما يؤدي الى اصدار أحكام تتعلق بالمتعلمين، أو المعلمين، أو البرامج، مما يساعد في توجيه العمل التربوي، و اتخاذ الإجراءات المناسبة في ضوء ذلك لتحقيق الأهداف المرسومة (العياصرة, 2010, ص 707).

ثانيا:- الدراسات السابقة:

1-دراسة رانية حسن (2003م) بعنوان: "الكفايات التدريسية الواجب وافرها لدى معلمي التربية الرياضية في مملكة البحرين", هدفت الدراسة إلي التعرف علي أهم الكفايات التدريسية الواجب توافرها لدى معلمي التربية الرياضية في مملكة البحرين، و إجراء مقارنات بدرجة أهمية هذه الكفايات تبعاً لمتغيرات المرحلة التعليمية، الخبرة، الجنس، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لأجراء الدراسة، كما استخدمت الباحثة الاستبانة كأداء لجمع البيانات، وتكونت عينة الدراسة من (203) معلم و معلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد توصلت الدراسة إلي عدة نتائج من أهمها: أشارت نتائج الدراسة إلى أن درجة الكفايات على المجالات مجتمعة كانت كبيرة جداً، وأشارت النتائج إلى فروق ذات دلاله إحصائية عند 0.05 تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلة الثانوية و الإعدادية، و الخبرة. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية تبعاً لمتغير الجنس.

2-دراسة وليد بن معتوق زعرفاني (2007م) بعنوان: "الكفايات التربوية الازمه لمعلم التربية البدنية من وجه نظر المشرفين التربويين و مدري المدارس بمنطقة مكة المكرمة", هدفت هده الدراسة إلي تحقيق عدة أهداف أهمها: تحديد قائمة بالكفايات التربوية ألازمه لمعلم التربية البدنية في المرحلة الثانوية من وجهت نظر أفراد مجتمع الدراسة, و التعرف على درجة استخدام معلم التربية البدنية للكفايات التربوية في المرحلة الثانوية من وجهت نظر أفراد مجتمع الدراسة، و استخدم الباحث المنهج الوصفي باعتباره انسب المناهج لطبيعة الدراسة و أهدافها، كما استخدم الباحث الاستبانة كأداء لجمع البيانات، و تكون مجتمع الدراسة من جميع مشرفي التربية البدنية ومدري المدارس بالمرحلة الثانوية بمنطقة مكة المكرمة وعددهم (246) فرداً، كما توصلت الدراسة إلي عدة نتائج أهمها: حازت 91 كفاية فرعية علي درجة أهمية عالية جداً من الكفايات التي شملتها أداة الدراسة، من خلال وجهه نظر المشرفين التربويين و مدري المدارس بالمرحلة الثانوية، وتدني مستوى استخدام معلمي التربية البدنية للكفايات التربوية حيث كانت بدرجة ضعيفة، ومتوسط عام حسابي 2.57من وجهت نظر المشرفين التربويين، كما كانت بدرجة متوسطة و متوسط حسابي عام 2.66 من وجهت نظر مدري المدارس بالمرحلة الثانوية.

3-دراسة أبو لطيفة (2016م) والتي كانت بعنوان: "مستويات ممارسة معلمي ومعلمات العلوم الشرعية للكفايات التدريسية من وجهة نظر طلبة المرحلة الأساسية العليا", هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات ممارسة معلمي ومعلمات العلوم الشرعية للكفايات التدريسية من وجهة نظر طلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظة الطفيلة ، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت أداة الدراسة الاستبانة وطبقت على عينة الدراسة البالغة (220) طالباً وطالبة ويمثلون (15) من مجتمع الدراسة، وبعد جمع البيانات وتحليلها توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن المتوسط العام لتصورات الطلبة الدرجة ممارسة معلمي ومعلمات العلوم الشرعية للكفايات التدريسية جاءت بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي بلغ (3.07) وبانحراف معياري (0.21)، وقد أوصت الدراسة بعدة توصيات منها: عقد دورات تدريبية لمعلمي ومعلمات العلوم الشرعية في مديرية تربية الطفيلة، في الكفايات التدريسية بشكل خاص والكفايات التعليمية بشكل عام من خلال برامج قائمة على مدخل الكفايات التدريسية.

4-دراسة يونس شقرة (2020م) بعنوان: "مستوى الكفايات التدريسية لدى أستاذ التربية البدنية و الرياضة و علاقتها ببعض المتغيرات (الجنس، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي), هدفت الدراسة إلي معرفة درجة مستوى الكفايات التدريسية لأساتذة التربية البدنية و الرياضة مقارنة ببعض المتغيرات مثل جنس الأستاذ و سنوات الخبرة و مؤهله العلمي لمدرية التربية بوسط الجزائر العاصمة, واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لإجراء الدراسة, كما استخدم الباحث الاستبانة كأداة لجمع البيانات، وتكونت عينة الدراسة من (57) أستاذا من كل الجنسين تم اختيارهم بطريقة قصديه, وجاءت النتائج في التالي: يمتلك أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة مستوى عال من الكفايات التدريسية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في درجة امتلاك الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية وعلوم الرياضة في المرحلة المتوسطة تعزى إلى متغير المؤهل العلمي.

التعقيب على الدراسات السابقة: وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في معرفة تصنيف محاور الكفايات التدريسية والصياغة اللغوية المطلوبة للقدرة على قياس مدى توفر الكفاية المطلوبة، كما اتضح للباحث من خلال الدراسات السابقة المنهج العلمي الذي يتناسب مع مجتمع الدراسة الحالية لاستخدامه في الدراسة الحالية.

10. **إجراءات البحث:**

1-منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

2- مجتمع البحث: أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المشرفين على الطلبة المطبقين.

3-عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وشملت العينة جميع أعضاء هيئة التدريس المشرفين على الطالب المعلم أثناء فترة التدريب الميداني، والبالغ عددهم (18).

4-أدوات جمع البيانات: استخدم الباحث استمارة الاستبيان في جمع البيانات الخاصة بالبحث، وتكون من ثلاثة محاور هي كالتالي: الأول: كفايات تخطيط الدرس. الثاني: كفايات تنفيذ الدرس. الثالث: كفايات تقويم الدرس، وتضمنت هذه المحاور 14 عبارة.

1- **خطوات اعداد الاستبيان:** بعد تحديد محاور الاستبيان تم وضع العبارات اسفل كل محور من المحاور السابقة حيث بلغ عدد هذه العبارات 14 عبارة وتم توزيعها كالتالي عبارات المحور الاول (5) عبارات المحور الثاني (5) وعبارات المحور الثالث (4).

2- **صدق أداة الاستبيان**: تم عرض أداة البحث على مجموعة من المتخصصين والذين لديهم خبرة في هذا المجال وقد بلغ عددهم (6) محكمين وقد طلب من المحكمين من خلال كتاب موجه إليهم لإبداء رأيهم في أداة البحث من حيث العبارات وصياغتها والموافقة عليها، وأبداء الرأي في إعادة صياغتها أو حذفها ،حيث كانت الاستبانة في صورتها الاولية تشتمل على (15) عبارة وبعد أنتم عرضها على المحكمين أصبحت بصورتها النهائية تتكون من (14) عبارة ضمن (3) محاور رئيسية، حيث تم الأخذ برأي 80% من أراء السادة المحكمين، وبذلك قد تحقق الصدق الظاهري.

1- **الدراسات الأساسية:** تم تطبيق الاستبيان على عينة البحث خلال الفترة من 2023/6/15 إلى 2023/7/15م

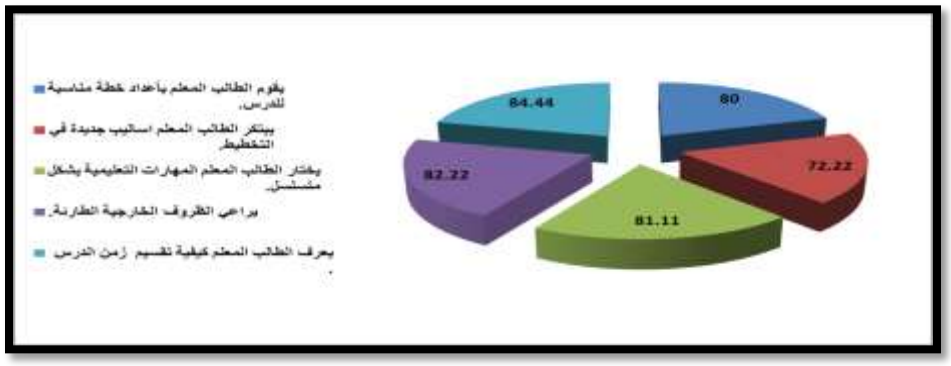
2- **أساليب المعالجة الإحصائية:** تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: النسبة المئوية/ الوسط المرجح/ الأهمية النسبية / قيمة كا2.

11.عرض النتائج:

جدول (1) النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول (كفايات التخطيط للدرس)

م	العبارات	النسبة المئوية					الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		موافق تماماً	موافق	إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا			
1	يقوم الطالب المعلم بأعداد خطة مناسبة للدرس.	22.22	55.55	22.22	0.00	0.00	80.00	4.00	15.00
2	يبتكر الطالب المعلم اساليب جديدة في التخطيط.	22.22	33.33	27.77	16.66	0.00	72.22	3.61	4.25
3	يختار الطالب المعلم المهارات التعليمية بشكل متسلسل.	33.33	38.88	27.77	0.00	0.00	81.11	4.05	9.50
4	يراعي الظروف الخارجية الطارئة.	33.33	44.44	22.22	0.00	0.00	82.22	4.11	11.00
5	يعرف الطالب المعلم كيفية تقسيم زمن الدرس	38.88	44.44	16.66	0.00	0.00	84.44	4.22	12.50
	درجة التحقيق							79.99	

يتضح من نتائج جدول (1) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث على عبارات المحور الأول (كفايات التخطيط للدرس) في الاستبيان قيد البحث البالغ عددها (5) عبارات تراوحت ما بين (84.44%) كحد أعلى، (72.22%) كحد أدنى، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (4.22) كحد أعلى، (3.61) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الخماسي فيما يلي: خانة موافق تماماً ما بين (38.88،22.22)، وخانة موافق ما بين (55.55،33.33)، وخانة إلى حد ما ما بين (27.77،16.66)، وخانة غير موافق ما بين (16.66،0.00)، وخانة غير موافق إطلاقاً ما بين (0.00،0.00).



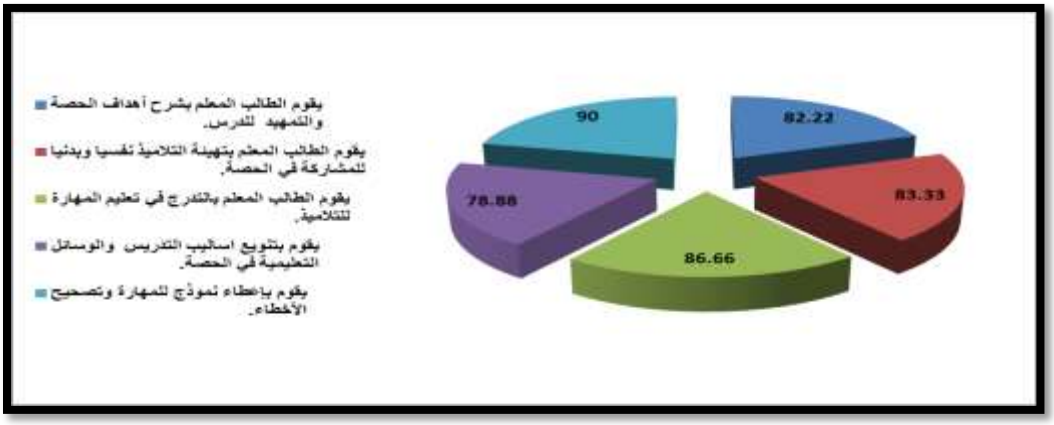
شكل (1) الأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول (كفايات التخطيط للدرس)

جدول (2) النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثاني (كفايات تنفيذ الدرس)

م	العبارات	النسبة المئوية					الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		موافق تماماً	موافق	إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا			
1	يقوم الطالب المعلم بشرح أهداف الحصة والتمهيد للدرس.	44.44	33.33	11.11	11.11	0.00	82.22	4.11	9.33
2	يقوم الطالب المعلم بتهيئة التلاميذ نفسيا وبدنيا للمشاركة في الحصة.	44.44	27.77	27.77	0.00	0.00	83.33	4.16	10.50
3	يقوم الطالب المعلم بالتدرج في تعليم المهارة للتلاميذ.	38.88	55.55	5.55	0.00	0.00	86.66	4.33	19.50
4	يقوم بتنويع اساليب التدريس والوسائل التعليمية في الحصة.	50.00	11.11	27.77	5.55	5.55	78.88	3.94	10.16
5	يقوم بإعطاء نموذج للمهارة وتصحيح الأخطاء.	61.11	27.77	11.11	0.00	0.00	90.00	4.5	19.50
	درجة التحقيق						84.21		

يتضح من نتائج جدول (2) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث على عبارات المحور الثاني (كفايات تنفيذ الدرس) في الاستبيان قيد البحث البالغ عددها (5) عبارات تراوحت ما بين (90.00%) كحد أعلي، (78.88%) كحد أدني، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (4.5) كحد أعلى، (3.94) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الخماسي فيما يلي: خانة موافق تماماً ما بين

(38.88،61.11)، وخانة موافق ما بين (11.11،55.55)، وخانة إلى حد ما بين (5.55،27.77)، وخانة غير موافق ما بين (0.00،11.11)، وخانة غير موافق إطلاقاً ما بين (0.00،5.55).

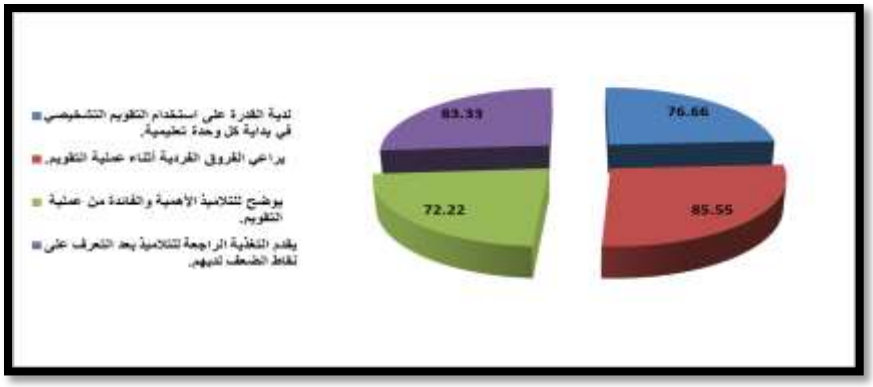


شكل (2) الأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثاني (كفايات تنفيذ الدرس)

جدول (3)النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثالث (كفايات تقويم الدرس)

م	العبارات	النسبة المئوية					الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		موافق تماماً	موافق	إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقاً			
1	لدية القدرة على استخدام التقويم التشخيصي في بداية كل وحدة تعليمية.	22.22	44.44	27.77	5.55	0.00	76.66	3.83	8.58
2	يراعي الفروق الفردية أثناء عملية التقويم.	44.44	44.44	5.55	5.55	0.00	85.55	4.27	14.58
3	يوضح للتلاميذ الأهمية والفائدة من عملية التقويم.	22.22	33.33	27.77	16.66	0.00	72.22	3.61	4.25
4	يقدم التغذية الراجعة للتلاميذ بعد التعرف على نقاط الضعف لديهم.	44.44	33.33	16.66	5.55	0.00	83.33	4.16	9.58
	درجة التحقيق						79.44		

يتضح من نتائج جدول (3) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث على عبارات المحور الثالث (كفايات التقويم) في الاستبيان قيد البحث البالغ عددها (4) عبارات تراوحت ما بين (85.55%) كحد أعلي، (72.22%) كحد أدني، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (4.27) كحد أعلى، (3.61) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الخماسي فيما يلي: خانة موافق تماماً ما بين (22.22،44.44)، وخانة موافق ما بين (33.33،44.44)، وخانة إلى حد ما ما بين (5.55،27.77)، وخانة غير موافق ما بين (5.55،16.66)، وخانة غير موافق إطلاقاً ما بين (0.00،0.00).



شكل (3) الأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثالث (كفايات تقويم الدرس)

11. مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج جدول (1)، وشكل (1) أن مدى ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية المرتبطة بتخطيط الدرس أثناء مرحلة التدريب الميداني من وجهة نظر المشرف الجامعي جاءت بالترتيب الآتي: يعرف الطالب المعلم كيفية تقسيم زمن الدرس, ويراعي الظروف الخارجية الطارئة, ويختار الطالب المعلم المهارات التعليمية بشكل متسلسل, ويقوم الطالب المعلم بأعداد خطة مناسبة للدرس. ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه بعض المراجع العلمية ونتائج بعض الدراسات السابقة.

كما يتضح من نتائج جدول (2) وشكل (2) أن مدى ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية المرتبطة بتنفيذ الدرس أثناء مرحلة التدريب الميداني من وجهة نظر المشرف الجامعي جاءت بالترتيب الآتي: يقوم بإعطاء نموذج للمهارة وتصحيح الأخطاء, ويقوم الطالب المعلم بالتدرج في تعليم المهارة للتلاميذ, وبتهيئة التلاميذ نفسيا وبدنيا للمشاركة في الحصة, ويشرح أهداف الحصة والتمهيد للدرس. ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه بعض المراجع العلمية ونتائج بعض الدراسات السابقة.

ويتضح من نتائج جدول (3)، وشكل (3) أن مدى ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية المرتبطة بتقويم الدرس أثناء مرحلة التدريب الميداني من وجهة نظر المشرف الجامعي جاءت بالترتيب الآتي: يراعي الفروق الفردية أثناء عملية التقويم, ويقدم التغذية الراجعة للتلاميذ بعد التعرف على نقاط الضعف لديهم. ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه بعض المراجع العلمية ونتائج بعض الدراسات السابقة.

12. أهم الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث يستنتج الباحث أن مدى ممارسة الطالب المعلم بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للكفايات التدريسية أثناء مرحلة التدريب الميداني من وجهة نظر المشرف الجامعي جاءت بالترتيب الآتي:

أولاً: الكفايات التدريسية المرتبطة بتخطيط الدرس كالآتي:

1. يعرف الطالب المعلم كيفية تقسيم زمن الدرس. 2. يراعي الظروف الخارجية الطارئة.

ثانياً: الكفايات التدريسية المرتبطة بتنفيذ الدرس كالآتي:

1. يقوم بإعطاء نموذج للمهارة وتصحيح الأخطاء. 2. يقوم الطالب المعلم بالتدرج في تعليم المهارة للتلاميذ.

ثالثاً: الكفايات التدريسية المرتبطة بالتقويم كالآتي:

1. يراعي الفروق الفردية أثناء عملية التقويم. 2. يقدم التغذية الراجعة للتلاميذ بعد التعرف على نقاط الضعف لديهم.

13. التوصيات:

في ضوء استنتاجات البحث يوصي الباحث بالآتي:

1. تدريب طلبة كليات التربية البدنية أثناء الإعداد الأكاديمي على الابتكار واستخدام أساليب ووسائل التخطيط والتنفيذ والتقويم الحديثة بدروس التربية البدنية.
2. عقد دورات تدريبية للطلبة التدريب الميداني من خلال أعضاء هيئة التدريس لتنمية مهارات التدريس الفعال.
3. إجراء أبحاث مشابهة.

المراجع

1.أبو لطيفة شادي فخر 2016م, مستويات ممارسة معلمي ومعلمات التربية الاسلامية للكفايات التدريسية من وجهة نظر طلبة المرحلة الاساسية العليا، المجلة التربوية ،جامعة الكويت، العدد 119.
2.إبراهيم عبد الله، وسعادة، وجودت 2001م, المنهج المدرسي المعاصر ط6، الأردن دار الفكر.
3.البربوعي، شيخه جابر علي الفسل 2020م, درجة امتلاك معلمي التربية الإسلامية للمرحلة الأساسية في دولة قطر للكفايات التعليمية من وجهة نظرهم، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة قطر.
4.الزبون حمدان 2014م, درجة امتلاك معلمي العلوم الشرعية في المرحلة الثانوية للكفايات التدريسية بدولة الامارات العربية المتحدة من وجهة نظرهم، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، العدد8.
5.الأزرق عبد الرحمن صالح 2000م, علم النفس التربوي، ط1، دار الفكر العربي، لبنان.
6.الزهراني، محسن جابر عوض 2013م, دور مواقع التواصل الاجتماعي في حل المشكلات التي تواجه طلاب التربية العملية واتجاهاتهم نحوها، ط1، كلية التربية، جامعة ام القرى، المملكة العربية السعودية.
7.لعياصرة، وليد 2010م, التربية الاسلامية واستراتيجيات تدريسها و تطبيقاتها العملية، (ط1). الأردن: دار المسيرة.
8.الكسباني، محمد 2010م, مصطلحات في المناهج وطرق التدريس (ط1) مصر: مؤسسة حورب الدولية.
9.المحاسنة، إبراهيم، ومهيدات، عبد الحكيم 2009م، القياس والتقويم الصفي (ط1) الأردن: دار جرير.
10.باسم صالح مصطفى العجرمي2011م, فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتطوير الكفايات المهنية لطلبة معلمي التعليم الأساسي بجامعة الأزهر- غزة في ضوء استراتيجية إعداد المعلمين.
11.براون جورج، التدريس المصغر والتربية العملية الميدانية، محمد رضا البغدادي, وهيام محمد رضا البغدادي 2005م، ط2, دار الفكر العربي للطباعة والنشر, القاهرة.
12.رانية حسن شوكت 2004م, الكفايات التدريسية الواجب توفرها لدى معلمي التربية الرياضية في مملكة البحرين، جامعة البحرين، مركز النشر العلمي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العدد2.
13.راشد، علي 2005م, كفايات الأداء التدريسي (ط1) مصر: دار الفكر العربي.
14. زعفراني وليد بن معتوق محمد 2008م, الكفايات التربوية اللازمة لمعلم التربية البدنية من وجهة نظر المشرفين التربويين ومديري المدارس بمنطقة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القري كلية التربية.
15.سهيلة الفتلاوي 2004م. كفايات تدريس الاجتماعيات بين النظرية والتطبيق، غزة، دار الشروق.
16.عبد الحميد، هبة 2008م، معجم مصطلحات التربية وعلم النفس (ط1) الأردن دار البداية.
17.فاطمة محمد مصطفى الكنين 2008م, ندوة التربية العملية من أجل تحديث برامج التربية العملية بكليات التربية وتطويرها، التقرير الختامي والتوصيات للندوة، مجلة الدراسات التربوية، ع 19.
18.قلادة فؤاد 2004م, الأساسيات في تدريس العلوم. (ط1) مصر دار المعرفة الجامعية.
19.كوجك، كوثر2001م ,اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس، ط2، علم الكتب، القاهرة.
20.محسن على عطية 2009م، الجودة الشاملة والجديد في التدريس، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
21.مرعي توفيق، وشريف مصطفى، التربية العملية، ط1، جامعة القدس المفتوحة، عمان، الاردن.
22.مطاوع ابراهيم عصمت، واصف عزيز واصف 1986م, التربية العملية واسس طرق التدريس، دار النهضة العربية للطباعة والنشر, بيروت.
23.نبهان، يحي 2008م, مهارة التدريس, (ط (1) الأردن: دار اليازوري العلمية.

24.همام زيدان البدراوي 1988م، كفايات المعلم في ضوء مهنة التعليم، مجلة التربية، قطر، العدد 87.
25.يونس شقرة 2020م، مستوى الكفايات التدريسية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها ببعض المتغيرات، أطروحة دكتوراه، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر- بسكرة، الجزائر.

دور الإعلام الرياضي في تنمية اتجاهات المراهقين نحو ممارسة كرة اليد

د/ بوحاج سباع أ / عيموش بلال د/عماري سهيلة

المستخلص

هدفت الدراسة إلى معرفة دور الإعلام الرياضي نحو ممارسة كرة اليد لدى المراهقين من خلال التعرف على أهمية تأثير هذه البرامج دون غيرها على المراهق نحو ممارسة كرة اليد، إيجاد العلاقة المتبادلة بين المراهقين والإعلام الرياضي، حيث اعتمد الباحث على المنهج الوصفي في دراسته، حيث قدرت عينة البحث ب90 تلميذ من ثانوية برج الأمير عبد القادر ، اختيرت بطريقة عشوائية، اعتمد الدراسة على الاستبيان كأداة لجمع المعلومات حيث توصلت النتائج إلى ما يلي: النهوض بالبرامج الإعلامية الرياضية، من خلال التلفزة الوطنية كما وكيفا، الاهتمام برياضة كرة اليد، تنويع البرامج الإعلامية الرياضية المتلفزة.

الكلمات المفتاحية:الإعلام ، الإعلام الرياضي ، كرة اليد ، المراهقة.

Abstract:

The study aims at the role of sports media and exercise for everyone around the world by recognizing the importance of the influence of these programs on others in adolescence towards the knowledge of exercise, and arriving at a gender consensus between gender and sports media, where descriptive options can be found in each A place where I was able to carry out this research with 90 students from Prince Abdul Ustad Al Qadir High School, which was chosen in a way. The study relies on a statement as a tool for extracting information, and the results reached the following: Increase in televised sports programs, through national television, in quantity and quality, interest in the sport of handball. Diversifying the program for the appearance of televised sports.

Keywords: media, sports media, hand, sleeve

مقدمة والإشكالية :

إن المعلومة العلمية التي تنقل للطفل عبر وسائل الإعلام تساعده على إدراك العالم، واستخدام القوى الطبيعية لصالح المجتمع والاستفادة من الاكتشافات العلمية لتلبية حاجاته ،كما أن المعلومة التي تتناول مواقع الوطن تلعب دورا فعالا في تكوين العواطف القومية والوطنية لدى المراهقين والتي تتضمن بدورها انفعالات الفرح والبهجة والسرور.

كما أن وسائل الإعلام تعتبر وسيلة هامة لتكوين اتجاهات المراهق ،وترسيخ قيم وعادات تهيؤه للقيام بدوره والاشتراك في تقدم المجتمع والنهوض به ،ذلك من خلال الرصيد المشترك من المعرفة الاجتماعية التي تقدمه ،ويتأثر بها كافة أفراد المجتمع ،وتتيح له مجال المشاركة الإيجابية في الحياة العامة وشؤونها. وإذا احتك الإنسان بوسائل الإعلام أو الاتصالات الجماهيرية بوجه عام فإن هذه الأخيرة سوف تتوجه إليه لتقدم له كل ما يدور حوله من الأحداث المحلية أو الدولية وتزوده بالمعرفة وتكوين العديد من الاتجاهات لديه

،وبوجه خاص بعد أن فرضت التقنيات المعاصرة وثورة المعلومات على الوسائل المتعددة للاتصال .
كما تعتبر كرة اليد من أحدث الألعاب الكثيرة التي استخدمت فيها الكرة ،وخاصة إذ قورنت بألعاب أخرى سبقتها بمئات السنين لكرة القدم أو الهوكي ،وقد دخلت لعبة كرة اليد في معظم البلدان العربية حديثا وبدأ الاهتمام بها ،وبالرغم من حداثة عمرها فقد أخذت هذه اللعبة الانتشار بسرعة وقد ساعد على ذلك طبيعتها فهي تتميز بالبساطة وتعليماتها سهلة نوعا ما ،وهي مشوقة لكل لاعب ومتفرج .ولقد ساهم في هذا الانتشار بشكل رئيسي الإعلام الرياضي المرئي على غرس وحب مشاهدتها.
وموضوع بحثنا هذا هو " دور الإعلام الرياضي نحو ممارسة كرة اليد لدى المراهقين" ومن خلال هذا الموضوع وعلى ضوء هذه المعطيات السابقة نطرح التساؤل التالي :
- هل للإعلام الرياضي أثر على دافعية المراهقين نحو ممارسة كرة اليد؟
وتندرج تحت المشكلة العامة التساؤلات الفرعية التالية :
- هل لوقت المشاهدة تأثير على المراهق نحو ممارسة كرة اليد؟
- هل يساهم الإعلام الرياضي المرئي في تنمية صفة التعاون لدى المراهقين ؟
- هل يؤثر الإعلام الرياضي المرئي على المراهقين في تنمية صفة التنافس لدى المراهقين نحو ممارسة كرة اليد؟

الفرضيات:

الفرضية العامة:

للإعلام الرياضي المرئي أثر على المراهقين نحو ممارسة كرة اليد من خلال عرضه لبرامج وشخصيات يرغب المراهق في الاتصاف بها.

الفرضيات الجزئية :

1- لحجم المشاهدة المرئية تأثير على المراهق في ممارسة كرة اليد .
2- يساهم الإعلام الرياضي المرئي في تنمية صفة التعاون لدى المراهقين .
3- يؤثر الإعلام الرياضي المرئي على المراهقين في تنمية صفة التنافس نحو ممارسة كرة اليد.

أهداف الدراسة :

التعرف على أهمية تأثير هذه البرامج دون غيرها على المراهق نحو ممارسة كرة اليد .
- الإسهام في توجيه المراهقين إلى الرياضات الفردية وعدم التركيز على الرياضات الجماعية.
- معرفة المبادئ والمعارف العلمية المؤثرة في اختيار المراهقين لنشاطاتهم البدنية والرياضية.
- إيجاد العلاقة المتبادلة بين المراهقين والإعلام الرياضي.
- إثراء المكتبة بإنجازنا لهذا النوع من المواضيع.

الدراسات السابقة والمشابهة:

تعد هذه الدراسة التي نحن بصدد الخوض فيها من أهم الدراسات في مجال تأثير الإعلام الرياضي المرئي على دافعية المراهقين نحو ممارسة كرة اليد ، كما أن هذا الموضوع من الأبحاث شبه منعدم مما شجعنا على

الخوض في مثل هذه الدراسات لما لها من خصوصيات ، أهمها أنها حديثة النشأة ، ولكن من جهة أخرى هناك أبحاث ذات توجه متخصص في دراسة أثار البرامج التلفزيونية وتأثيرها على شريحة الأطفال لما لهذه الشريحة من مميزات سيكولوجية وانفعالية تسمح للباحثين في الولوج بكل ما لديهم من فرضيات سعيا منهم للإجابة عن تساؤلاتهم.

-دراسة ولبر شرام: إذ قام ولبر شرام بإجراء دراسة حول أثار التلفزيون على الطفل وقد دامت هذه الدراسة سنتين أي من عام 1958-1960 وتضمنت عينة كبيرة من الأطفال وأسفرت على ما يلي : قدرة التلفزيون في التأثير على رغبة الطفل في إتمام البرامج المشاهدة ، مما يؤدي إلى التأخر في النوم ، ومن ثمة التعب في الذهاب إلى المدرسة ، ومنه ينقص استيعاب المعلومات كما يمنعهم عن أداء واجباتهم المنزلية ويقلعهم عن المطالعة ، استسلام الطفل للمشاهدة بشكل سلبي، يظهر التلفزيون الراشدين على أساس أنهم مندمجون في الصراعات مما يؤدي إلى تكوين مفاهيم خاطئة لدى الطفل المشاهد، الاهتمام الكبير من قبل الأطفال بالبرامج التي تصمم من أجلهم الأمر الذي يؤثر على مستوى الذكاء لديهم، لم يتوصل إلى إيجاد علاقة واضحة ما بين ضعف المستوى لدى الطفل وكثرة مشاهدة التلفزيون

-دراسة لوفاس : أجرى إيفار لوفاس دراسة بغرض الكشف عن تأثير البرامج التلفزيونية الخاصة بالرسوم المتحركة ، وهي برامج تتميز بالعنف ، الحنان... وحاول معرفة مدى تأثيرها على درجة العدوانية ، فتبين له بعد ذلك أن برامج العنف المشاهدة قد ساعدت فعلا على إثارة الدوافع العدوانية لدى الطفل. (إبراهيم ، الإعلام الإذاعي والتلفزيوني ، 1976، صفحة 12)

-دراسة بوزكري شهرزاد ، بن سالم جميلة ، مبروكي أم الضاهر " وكانت تحت عنوان الإعلام الرياضي المرئي وتأثيره في نشر الثقافة الرياضية وقد خلصت الدراسة للنتائج التالية : الوسائل المعتمدة في البرامج الرياضية بالتلفزيون الجزائري وأسلوب تقديم هذه البرامج لا يساعد على جذب الجمهور المشاهد لمتابعتها ، هناك نقائص وسلبيات عديدة لدا مقدمي البرامج الرياضية التي يقدمونها كونها فعلا لا تهتم بكل الرياضات ولا تعطي جميع شرائح الجمهور حقه من الإعلام الرياضي، الإعلام الرياضي المرئي يساعد في نشر الثقافة الرياضية لدى طلاب أقسام الأنشطة البدنية والرياضية في جامعة الجلفة .

-دراسة تحليلية في الوسط المدرسي من إعداد الباحثة صخري عقيلة ،واتبعت المنهج الوصفي التحليلي وزعت 315 استمارة وزعت على 35 مؤسسة وخلصت إلى النتائج التالية: إن اهتمام الشباب وخاصة الذكور بالإعلام الرياضي حيث يتوجهون أكثر إلى الأخبار الرياضية التنافسية، الشباب يتوجهون إلى التلفزيون والقنوات الرياضية المختصة والجرائد الرياضية، مضمون وسائل الإعلام ليس لها دور فعال في توجيه المراهقين لممارسة الرياضة ذات الأهداف التربوية والصحية، البرامج الرياضية لا تتماشى مع الأبعاد الثقافية للمجتمع الجزائري الشباب الجزائري وأن الرسالة الإعلامية لا تؤثر بطريقة إيجابية على سلوك المراهق، نسبة كبيرة من الشباب لا يعتقدون أن الإعلام الرياضي يلبي ميولهم ورغباتهم.

تحديد مصطلحات الدراسة:

- **الإعلام**: والإعلام بمعناه الواسع هو نقل وقد اتسع نطاقه ليصبح نقل الحقائق والمعلومات الدقيقة والصادقة بهدف التقرير والإقناع (إبراهيم ، 1969، صفحة 96)
- **الإعلام الرياضي**: يشير كل من خير الدين عويس وعطا عبد الرحيم إلى أن :" الإعلام الرياضي هو

تلك العملية التي تهتم بنشر الأخبار والمعلومات والحقائق المرتبطة بالرياضة وتفسير القواعد والقوانين المنظمة للألعاب وأوجه النشاط الرياضي ، وذلك للجمهور بقصد نشر ثقافة الرياضة بين أفراد المجتمع وتنمية الوعي الرياضي ، وأنه من خلال وسائل الاتصال الجماهيرية يتم التأثير في النمو السلوكي والقيمي (محمد و أحمد ، 2006، صفحة 98)

- **المراهقة**: يعرفها أحمد زكي على أنها :" المرحلة التي تسبق الرشد، وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج فهي تبدأ منذ البلوغ حتى سن الرشد في 21 سنة تقريبا ، فالمراهقة هي المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الفرد أو الناشئ أو غير ناضج جسما وعقلا ومجتمعا نحو النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي ". (محمود ، 1997 ، صفحة 98)
- **كرة اليد**: يقول محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد اسماعيل أن :" كرة اليد لعبة جماعية تلعب باليد ، تجرى داخل ملعب خاص ، حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل أهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفدرالية العالمية لكرة اليد ". (محمد و كمال ، 2001، صفحة 22)
- وتعتبر كرة اليد من الألعاب الرياضية القديمة تجرى بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وخمسة احتياطيين، تتصف بسرعة الأداء والتنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين لها قواعد وقوانين .

الدراسة الاستطلاعية:

- الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية ،تهدف إلى التعرف على المشكلة ،وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها ،أو عندما تكن المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة.
- وعلى هذا الأساس تعتبر الدراسة الاستطلاعية من أهم المراحل التي يجب على الباحث القيام بها قصد التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ومدى صلاحية الأداء المستعملة حول موضوع البحث ،ولهذا قمنا بدراسة استطلاعية على مستوى بعض ثانويات بلدية تيسمسيلت وثانوية بلدية برج الأمير عبد القادر ،وقد كان الهدف من هذه الدراسة جمع المعلومات التي لها ارتباط وثيق ومباشر بمتغيرات الدراسة والتي يمكن من خلالها التأكد من ملائمة الثانويات لموضوع دراستنا

المنهج المستخدم:

- نظرا لطبيعة موضوع بحثنا الذي يتلاءم مع المنهج الوصفي والذي يمثل في البحث العلمي مجموعة من القواعد والأمثلة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة، حيث يعتبر من أرقى الطرق في الحصول على المعرفة وهذا المنهج قوامه الاستقرار الذي يتضمن الملاحظة العلمية وفرض الفروض والتحقق من صحتها و إجراء التجارب واستخدام أساليب القياس الدقيقة والتحليل الأخصائي للبيانات. (اخلاص و مصطفى، 2000، صفحة 34)
- تعريف المنهج الوصفي: يعرف المنهج الوصفي في مجال البحث العلمي بأنه كل استقصاء ينصب حول ظاهرة من الظواهر الاجتماعية أو النفسية قائمة الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر اجتماعية أو نفسية أخر".

الإطار الزماني والمكاني:

-الإطار المكاني: تم توزيع الاستبيان على تلاميذ بعض ثانويات ولاية تيسمسيلت : ثانوية برج الامير عبد القادر

- الإطار الزماني: شرعنا في إنجاز البحث في الموسم الدراسي 2023/2022

مجتمع الدراسة والعينة

مجتمع الدراسة:

يعرفه " Grawitz" على أنه مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي ترتكز عليها الملاحظات. (موريس ، 2004، صفحة 298)

يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي لبلدية برج الأمير عبد القادر

العينة:

وحدة مصغرة من المجتمع الأصلي حيث أنه يصعب إجراء اتصالات وبحوث بعدد كبير من المعنيين بالدراسة وهذا ما جعلنا نختار العينة العشوائية البسيطة والتي يتم فيها الاختيار على أساس إعطاء فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع الأصلي، وهذا بتوزيع الاستمارات عشوائيا على المبحوثين. (اخلاص و مصطفى، 2000، صفحة 34)

حجم العينة:

بالنظر إلى حجم مجتمع الدراسة وإلى القاعدة العلمية في اختيار حجم العينة لتكون ممثلة لمجتمع البحث قمنا باختيار عينة من هذا المجتمع وحيث أن عدد التلاميذ الذين يدرسون في قسم السنة الأولى ثانوي ما تلميذ وتلميذة على مستوى ثانويات بلدية برج الأمير عبد القادر فإن عينة بحثنا كانت 90 تلميذ بطريقة عشوائية.

أدوات الدراسة :

في هذا البحث تناولنا تقنية الاستبيان الذي يعتبر من أنجع الطرق للتحقيق حول الرأي العام ومن أنسب الطرق لنتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها ، كما يسهل علينا جمع المعلومات المراد الوصول إليها انطلاقا من الفرضيات السابقة .

ويعرف الاستبيان على أنه : " أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة ، ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية. (حسين و سوزان، 1999، صفحة 203)

صدق الأداة:

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه. (فاطمة و ميرفت ، 2002 ، صفحة 167) وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من التلاميذ .

وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون ،قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الأخر.

- وللتأكد من صدق الاختبار قمنا بحساب الصدق الذاتي ويقصد به صدق نتائج الاختبار وأن هذه النتائج خالية من أخطاء القياس ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات .

- معامل الصدق الذاتي= $\sqrt{\text{معامل الثبات}}$

ثبات الأداة:

إن ثبات أداة الدراسة يعني التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريبا لو تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات مختلفة، وهناك عدد من الطرق الإحصائية التي تستخدم لقياس مدى ثبات أداة الدراسة يعتمد في معظمها على حساب معامل الارتباط بين إجابات الأشخاص في المرة الأولى وبين إجابات نفس الأشخاص في المرة الثانية ،وعلى هذا الأساس تم توزيع الاستبيان على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة عددها 10 تلاميذ ،وتم إعادة توزيع الاستبيان بعدة فترة على نفس العينة ،وقد استعملنا معامل الارتباط بيرسون و ألفاكرونباخ للتأكد من ثبات أداة الدراسة ، والجدول التالي يبين قيم ألفاكرونباخ وفقا لمتغيرات كل محور ،وقد تحصلنا على هذه القيم بعد توزيع الاستبيان

جدول (1)

معامل الصدق ومعامل الثبات في الأداة المستعملة (الاستبيان)

المحاور	معامل الارتباط بيرسون	معامل الثبات	معامل الصدق
المحور الأول	0.98	0.98	0.98
المحور الثاني	1	1	1
المحور الثالث	1	1	1

التقنية الإحصائية المستعملة :

من اجل الإجابة عن أسئلة الدراسة والوصول إلى أهدافها باستخدام المعالجة الإحصائية حيث استعملنا في تحليل الاستبيان الذي يحتوي على مجموعة من الأسئلة بالنسبة المئوية والدلالة الإحصائية.

النسبة المئوية :نسمي النسبة المئوية أو المعدل المئوي بالنسبة الثابتة لمقدارين متناسبين عندما يكون القياس الثاني هو 100 ويعبر عنها بالمعادلة التالية

$$\text{النسبة المئوية}(\%) = \frac{\text{س}}{\text{ن}} \times 100$$

حيث : س: عدد التكرارات . ن : حجم العينة .

معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون :

ويسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة ويرمز له بالرمز "ر" ويشير هذا المعامل على مقدار العلاقة الموجودة بين المتغيرات والتي تنحصر في المجال (-1، +1)

فإذا كان الارتباط سالباً دل ذلك على أن العلاقة بين المتغيرين علاقة عكسية بينما معامل الارتباط الموجب يدل على وجود علاقة طردية بين المتغيرين .

- إذا بلغت "ر" قيمة + 1 أو 1 فإن هذا يعني وجود ارتباط تام .
- إذا بلغت "ر" قيمة + 0.95 أو 0.88 فإن هذا يعني وجود ارتباط عالي.
- إذا بلغت "ر" قيمت صفر فهذا يعني عد وجود ارتباط أو علاقة. (موريس ، 2004) (نبيل، 1999 ، صفحة 141)

ويحسب معامل الارتباط وفق المعادلة الإحصائية التالية:

$$ر = \frac{ن \times مج\ س \times مج\ ص - مج\ س \times مج\ ص}{\sqrt{[ن \times مج\ س^2 - (مج\ س)^2][ن \times مج\ ص^2 - (مج\ ص)^2]}}$$

حيث ر: قيمة معامل الارتباط البسيط. ن: عد أفراد العينة
س: عدد تكرارات الدراسة القبلية ص: عدد تكرارات الدراسة الأصلية

اختبار كا^2 :

يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للاعبين والمدربين وذلك بمقارنة التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة:

$$كا^2 = \frac{(ت_ح - ت_ن)^2}{ت_ن}$$

حيث :كا^2 : القيمة المحسوبة من خلال الاختبار
ت ح: التكرارات الحقيقة (الواقعية) (المشاهدة). ت ن: التكرارات النظرية(المتوقعة).
- درجة الخطأ المعياري " مستوي الدلالة": 0.05

كيفية حساب التكرارات المتوقعة (النظرية) :

$$التكرار\ المتوقع = \frac{ن}{و}$$

حيث أن: ن: عدد أفراد العينة. و: عدد الاختيارات الموضوعة للإجابة على الأسئلة

درجة الحرية:

درجة الحرية في أي مجموعة هي عدد الحالات في المجموعة ناقص واحد ويرمز لها بالرمز: درجة الحرية (DF)= ن-1

عرض ومناقشة نتائج الاستبيان:

المحور الأول : لحجم المشاهدة المرئية تأثير على المراهق في ممارسة كرة اليد.

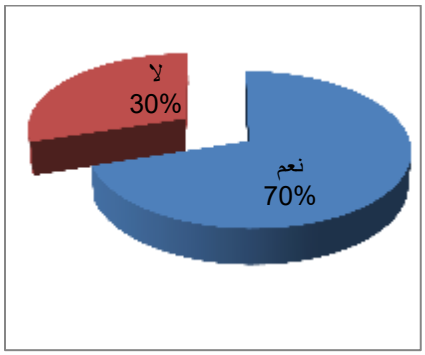
السؤال رقم1 : هل تحب مشاهدة التلفزيون؟

الغرض منه: معرفة تأثير برامج التلفزيون على التلاميذ.

جدول (2)

إجابات التلاميذ فيما يخص مدى تأثير برامج التلفزيون على المشاهدين .

الإجابة	التكرار	النسبة %	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجدولية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	63	70	14.4	3.84	دال	1	0.05
لا	27	30					
المجموع	90	100					



شكل (1) نسبة مدى تأثير برامج التلفزيون على المشاهدين

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم نلاحظ أن نسبة 70 % من التلاميذ يجيبون على أنهم يحبون مشاهدة التلفزيون على غرار نسبة 30 % من التلاميذ يرون أنهم لا يحبون مشاهدة برامج التلفزيون ، ومن خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة كا^2 المحسوبة والمقدرة ب 14.42أكبر من كا^2 الجدولية المقدرة ب 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 وبالتالي يوجد فرق دال إحصائيا

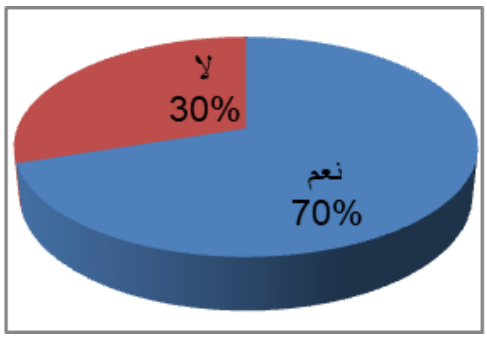
السؤال رقم 07: من خلال مشاهدتك لمقابلات كرة اليد هل تحصلت على بعض المعلومات منها؟

الغرض منه: مدى اكتساب التلاميذ للمعلومات من خلال مشاهدة مقابلات كرة اليد.

جدول (3)

إجابات التلاميذ فيما يخص مدى اكتساب التلاميذ للمعلومات من خلال مشاهدة مقابلات كرة اليد.

الإجابة	التكرار	النسبة %	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجدولية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	63	70	14.42	3.84	دال	1	0.05
لا	27	30					
المجموع	90	100					

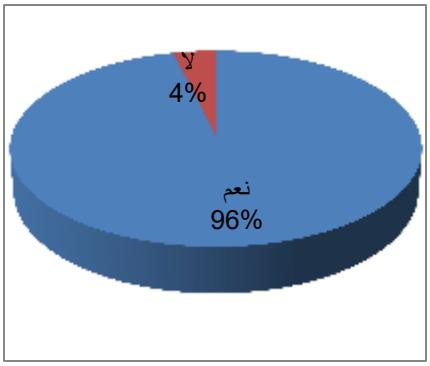


شكل (2) نسبة مدى اكتساب التلاميذ للمعلومات من خلال مشاهدة مقابلات كرة اليد.

جدول (4)

إجابات التلاميذ فيما يخص مدى مساهمة الرسالة الاعلامية الرياضية في تعزيز روح التعاون بين الزملاء

الإجابة	التكرار	النسبة %	كا² المحسوبة	كا² الجدولية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	72	80	32.4	3.84	دال	1	0.05
لا	18	20					
المجموع	90	100					



شكل (3) نسبة مدى مساهمة الرسالة الاعلامية الرياضية في تعزيز روح التعاون بين الزملاء

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% يجيبون على أنهم اكتسبوا معلومات من خلال مشاهدتهم لمقابلات كرة اليد ،على غرار أن نسبة 30% من التلاميذ يرون أنهم لم يكتسبوا معلومات من خلال مشاهدتهم لمقابلات كرة اليد ومن خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 14.4 أكبر من كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 وبالتالي يوجد فرق دال إحصائيا.

المحور الثاني : " يساهم الاعلام الرياضي المرئي في تنمية صفة التعاون لدى المراهقين

السؤال رقم 10 : هل من خلال الرسالة الاعلامية الرياضية يتعزز عندك روح التعاون مع زملائك ؟

الغرض منه : معرفة تحقيق صفة التعاون بين الزملاء من خلال الرسالة الاعلامية الرياضي.

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة 96 % من التلاميذ يجدون أن الرسالة الاعلامية المرئية الرياضية تعزز عندهم روح التعاون ،في حين أن نسبة 4% من التلاميذ يرون أن الرسالة الاعلامية لا تعزز لديهم روح التعاون .

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة كا² المحسوبة و المقدرة ب57.5 أكبر من كا² الجدولية المقدرة ب 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 و بالتالي يوجد فرق دال احصائيا.

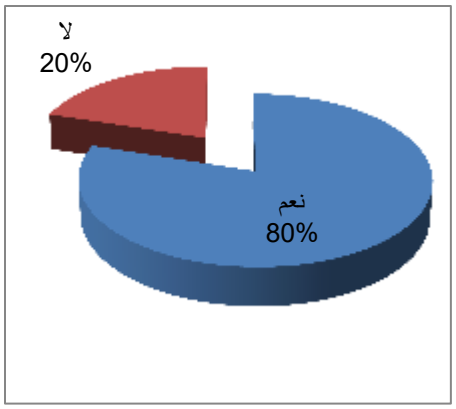
السؤال رقم 11: هل تكسبك مشاهدة المباريات الخاصة بكرة اليد الشعور بالمشاركة رفقة الجماعة؟

الغرض منه: معرفة مدى مساهمة المباريات الخاصة بكرة اليد بالمشاركة رفقة الجماعة

جدول (5)

إجابات التلاميذ فيما يخص مدى مساهمة المباريات الخاصة بكرة اليد بالمشاركة رفقة الجماعة

الإجابة	التكرار	النسبة %	كا² المحسوبة	كا² الجدولية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	81	96	57.5	3.84	دال	1	0.05
لا	9	4					
المجموع	90	100					



شكل (4) نسبة مدى مساهمة المباريات الخاصة بكرة اليد بالمشاركة رفقة الجماعة

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 80 % من التلاميذ يجبون أن المباريات المرئية الخاصة بكرة اليد تحفزهم على المشاركة رفقة الجماعة في حين يرى 20% من التلاميذ أن المباريات الخاصة بكرة اليد لا تساهم في المشاركة رفقة الجماعة.

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة ب 32.4 أكبر من كا² الجدولية المقدرة ب 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 1 و بالتالي يوجد فرق دال احصائيا.

المحور الثالث : يؤثر الإعلام الرياضي المرئي على المراهقين في تنمية صفة التنافس نحو ممارسة كرة اليد؟

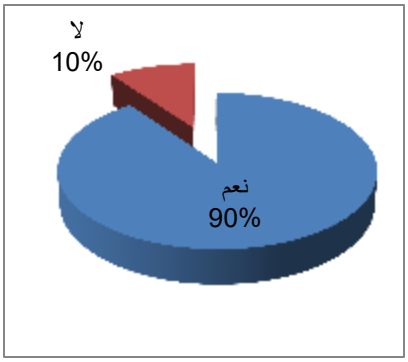
السؤال رقم 18: هل التلفاز يعتبر مصدر تثقيفي لترسيخ ثقافة المنافسة ؟

الغرض منه: دور التلفاز كمصدر تثقيفي لترسيخ ثقافة المنافسة.

جدول (6)

إجابات التلاميذ فيما يخص مدى دور التلفاز كمصدر تثقيفي لترسيخ ثقافة المنافسة.

الإجابة	التكرار	النسبة %	كا² المحسوبة	كا² الجدولية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	81	90	57.5	3.84	دال	1	0.05
لا	9	10					
المجموع	90	100					



شكل (5) نسبة دور التلفاز كمصدر تثقيفي لترسيخ ثقافة المنافسة.

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة 90% من التلاميذ لهم اهتمام بالتلفاز حيث يعتبرونه مصدر تثقيفي لترسيخ ثقافة المنافسة على غرار أن نسبة 10% من التلاميذ ليس لهم اهتمام بالتلفاز ويعتبرونه غير تثقيفي ولا يدعو إلى المنافسة .

ومن خلال هذه النتائج نلاحظ أن نسبة كا^2 المحسوبة والمقدرة بـ 57.5 أكبر من كا^2 الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 وبالتالي يوجد فرق دال احصائيا.

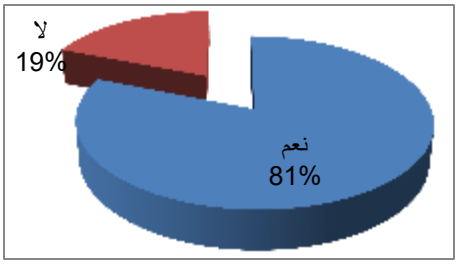
السؤال رقم 19: هل من خلال مشاهدتك للحصص الرياضية التلفزيونية الخاصة بكرة اليد تتعلم كيف تنهي المنافسة بروح رياضية عالية ؟

الغرض منه: مدى تأثير مشاهدة الحصص الرياضية الخاصة بكرة اليد على كيفية إنهاء المنافسة بروح رياضية .

جدول رقم (7)

إجابات التلاميذ فيما يخص مدى تأثير مشاهدة الحصص الرياضية التلفزيونية الخاصة بكرة اليد على كيفية إنهاء المنافسة بروح رياضية عالية.

الإجابة	التكرار	النسبة %	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجدولية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	73	81.11	34.84	3.84	دال	1	0.05
لا	17	18.89					
المجموع	90	100					



شكل (6) نسبة مدى تأثير مشاهدة الحصص الرياضية التلفزيونية الخاصة بكرة اليد على كيفية إنهاء المنافسة بروح رياضية عالية.

من خلال النتائج المتحصل في الجدول نلاحظ أن نسبة 81.11% من التلاميذ يرون أنه من خلال مشاهدتهم للحصص الرياضية التلفزيونية الخاصة بكرة اليد يتعلمون كيف ينهون المنافسة بروح رياضية عالية على غرار نسبة 18.89% من التلاميذ لا يرون أن مشاهدة الحصص الرياضية المرئية الخاصة بكرة اليد لا تعلمهم كيف ينهون المنافسة بروح رياضية عالية.

ومن خلال هذه النتائج نلاحظ أن نسبة كا^2 المحسوبة والمقدرة بـ 34.84 أكبر من كا^2 الجدولية والمقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 وبالتالي يوجد فرق دال احصائيا.

مقارنة النتائج بالفرضيات:

بغية توظيف النتائج والبيانات التي توصلت إليها الدراسة في خدمة موضوع البحث وإيجاد الحل لهذه المشكلة المطروحة ،سوف نتطرق إلى مقارنة النتائج بالفرضيات.

مقارنة النتائج بالفرضية الأولى:

أشارت نتائج هذه الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية وأن لحجم المشاهدة المرئية تأثير على المراهق نحو ممارسة كرة اليد وذلك بالنظر لإجابات التلاميذ والممثلة في الجدول رقم (1-2-4-7-8-) فمثلا في السؤال رقم 4 من خلال مشاهدتك للحصص الرياضية المرئية الخاصة برياضة كرة اليد هل أثر هذا في اختيارك لممارستها؟ وهي العبارة التي اختار فيها المستجوبون عندها نعم بنسبة 60% مما يدل على أن للإعلام الرياضي المرئي دور بارز على الممارسين في اختيارهم لممارسة كرة اليد حيث يتبين ذلك من نسبة الإجابة المتحصل عليها.

وكخلاصة لمناقشة نتائج هذه الفرضية القائلة بأن لحجم المشاهدة المرئية تأثير على المراهق نحو ممارسة كرة اليد قد تحققت لما جاءت به نتائج جدول اختبار كا^2 ذات الدلالة الإحصائية.

مقارنة النتائج بالفرضية الثانية:

أشارت نتائج هذه الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مساهمة الإعلام الرياضي المرئي في تنمية صفة التعاون لدى المراهقين، وذلك بالنظر لإجابات التلاميذ والممثلة في الجدول رقم (11-12-13-14-15-16) ،فمثلا في السؤال رقم 14 هل من خلال مشاهدتك المرئية لمنافسات كرة اليد تتعلم كيف يتعاون أعضاء الفريق في رفع التحدي وكسب الانتصار؟ وهي العبارة التي اختار فيها المستجوبون عندها نعم بنسبة 90% ،وذلك لعلمهم بأن للإعلام الرياضي المرئي دور بارز وجبار في تنمية صفة التعاون المهمة في الميدان الرياضي وذلك لما يحققه من مكاسب ونجاحات

وكخلاصة لمناقشة نتائج هذه الفرضية القائلة بأن الإعلام الرياضي المرئي يساهم في تنمية صفة التعاون لدى المراهقين قد تحققت لما جاءت به نتائج جدول اختبار كا^2 ذات الدلالة الإحصائية.

مقارنة النتائج بالفرضية الثالثة:

أشارت نتائج هذه الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مساهمة الإعلام الرياضي المرئي في تنمية صفة التنافس لدى المراهقين نحو ممارسة كرة اليد، وذلك بالنظر لإجابات التلاميذ والممثلة في الجدول رقم (18-19-20-21-22-23-24-25) فمثلا في السؤال رقم 24 هل المنافسة الحقيقية هي الحفاظ على نفس العزيمة والإرادة حتى النهاية؟ وهي العبارة التي اختار فيها المستجوبون عندها نعم بنسبة 85.56% ،لأن

الإعلام من خلال اهتماماته بالمباريات والأحداث الرياضية يساهم في تنمية صفة التنافس وهذا ما سيعود بالنفع على أداء الفريق وتحقيق الانتصارات .

كخلاصة لمناقشة نتائج هذه الفرضية القائلة بأن الإعلام الرياضي المرئي يساهم في تنمية صفة التنافس لدى المراهقين نحو ممارسة كرة اليد قد تحققت لما جاءت به نتائج جدول اختبار كا^2 ذات الدلالة الإحصائية.

خاتمة:

إن الدور الذي يلعبه الإعلام الرياضي المتلفز من عملية تقديم وتحسين صورة الرياضة من خلال قدرته على التأثير في ميول واتجاهات المراهقين في اختيار ممارسة كرة اليد حيث يمكن إيجاد مكانة متقدمة لهذه الرياضة لما لها من أهمية بالغة .

ومن خلال تحليل وتفسير المحاور الثلاث الخاصة بالفرضيات توصلنا إلى أن الإعلام الرياضي المرئي يؤثر بنسبة كبيرة على المراهقين وهذا ما يؤكد صحة الفرضية العامة والتي قلنا فيها مدى تأثير الإعلام الرياضي المرئي على دافعية المراهقين نحو ممارسة كرة اليد .

ويمكن تفسير ذلك بأن الإعلام الرياضي المرئي مرغوب فيه عن باقي ألوان الإعلام الرياضية الأخرى وهو الذي يتيح للمراهق اهتماما اضافيا بالنشاطات الرياضية عامة ورياضة كرة اليد خاصة ومن هنا يكتسب الصفات الاجتماعية المختلفة كالتنافس والتعاون.....

وعليه فالإعلام الرياضي المرئي هو المحدد والفاصل في اكتساب الفرد الرياضي وهذا ما اتفق مع النتائج والبيانات الإحصائية والتي صبت في صالح تأكيد الفرضية العامة.

التوصيات:

- وضع سياسة إعلامية رياضية تعتمد على أساس عملية وميدانية مدروسة.
- النهوض بالبرامج الإعلامية الرياضية، من خلال التلفزة الوطنية كما وكيفا.
- توفير الوسائل الصحفية الضرورية للعمل من أجل إعلام رياضي متلفز هادف.
- وضع الإمكانيات والوسائل التي يحتاجها الإعلام الرياضي تحت تصرفه.
- تنويع البرامج الإعلامية الرياضية المتلفزة.
- التمديد في مدة الحصص الرياضية المقترحة مع التكثيف منها.
- الاهتمام برياضة كرة اليد.
- تسليط الضوء والاهتمام بالرياضة الفردية على الخصوص.
- الإكثار من البرامج الإعلامية الرياضية الهادفة والجادة التي تقوم على أساس علمي وتقني، فالتلفزيون ليس أداة للترفيه والتسلية فقط، وإنما هو أداة للتوعية والتربية والتكوين.

المراجع

فاطمة ، عوض صابر.، و ميرفت ، علي خفاجة .(2002) .أسس البحث العلمي .الإسكندرية :مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
كمال عبد الحميد إسماعيل ومحمد صبحي حسانين .(2001) .رباعية كرة اليد الحديثة .القاهرة :دار النشر .
سيد محمود الطواب .(1997) .النمو الإنساني)أسسه وتطبيقاته . (مصر :دار المعرفة الجامعية .
موريس ، انجلس. (2004). نمنهجية البحث العلمي) .ب .ص .واخرون، (.Trad الجزائر :دار القصبة للنشر.
مصطفى حسين باهي ،إخلاص محمد عبد الحفيظ .(2000) .طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية .القاهرة :مركز الكتاب للنشر.

الحماحمي محمد ، و سعيد أحمد . (2006). الإعلام التربوي في مجالات الرياضة واستثمار أوقات الفراغ. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
إمام إبراهيم . (1969). الإعلام والإتصال بالجماهير. مصر: المكتبة الأنجلو مصرية.
إمام إبراهيم . (1976). الإعلام الإذاعي والتلفزيوني . القاهرة: دار الفكر العربي.
أحسن أحمد الشافعي ، سوزان علي مرزي .(1999) .مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية .الإسكندرية :منشئة المعارف.
نبيل عبد الهادي .(1999) .القياس والتقويم التربوي واستخدامه في مجال التدريب الصفي .الأردن :دار وائل للنشر.

واقع استخدام وسائل وتقنيات إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الحديثة من وجهة نظر المعالجين وفقاً للتخصص الدراسي

د/سعاد سعيد العزابي

المستخلص

رغم تطور تقنيات مجال إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بشكل كبير والتي تساعد في توفير الوقت والجهد وتقديم خدمة أفضل الا أن استخدام هذه التقنيات محدود جدا وبعضها غير معروف ومعتمد لذلك يهدف البحث الي التعرف على واقع استخدام وسائل وتقنيات إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الحديثة من وجهة نظر المعالجين العاملين بمراكز واقسام العلاج الطبيعي بمدينة طرابلس والزاوية ،لأهمية النتائج في التخطيط لمحتوى المناهج وبرامج التدريب، بلغ عدد العينة 49 شخص واستخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات وكانت اهم النتائج المتواصل اليها أن العلاج اليدوي والعلاج الحركي من أكثر الوسائل المستخدمة في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي من قبل أفراد العينة كما يوجد تأثير مرتفع لتخصص الدارسة بوجود فروق ذات دلالة معنوية بين المعالجين في استخدامهم لوسائل العلاج الطبيعي وأدوات إعادة التأهيل بينما لا يوجد هذا التأثير بينهما في أجهزة التقييم والتشخيص .

الكلمات المفتاحية : تقنيات العلاج الطبيعي ، أدوات إعادة التأهيل ، تقييم الاصابات.

Abstract

Although techniques in the field of rehabilitation and physical therapy have developed significantly, which help in saving time and effort and providing better service, the use of these techniques is very limited and some of them are not known and approved. Therefore, the research aims to identify the reality of using modern rehabilitation and physical therapy methods and techniques from the point of view of working therapists. In physical therapy centers and departments in the city of Tripoli and Al-Zawiya, due to the importance of the results in planning the content of curricula and training programs, The sample number was 49 people, and the questionnaire was used as a tool for collecting data. The most important results were that manual therapy and movement therapy are among the most used methods in rehabilitation and physical therapy by the sample members. There is also a high influence of the study's specialization, with significant differences between therapists in their use of treatment methods. Natural and rehabilitation tools, while this effect does not exist between them in evaluation and diagnostic devices.

key words : physical therapy techniques, rehabilitation tools, injury assessment.

مقدمة البحث

يقوم المتخصصون بإعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بتقييم وعلاج اختلال الوظيفة الجسدية المرتبطة بإصابة، أو إعاقة، أو مرض أو حالة صحية معينة. حيث إن جلسات اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي قد تكون خياراً قائماً بحد ذاته لعلاج أمراض مختلفة، أو قد تكون نوع من العلاج المساعد والذي يوصف إلى جانب علاجات أخرى ، وتوجد عدة تقنيات للعلاج الطبيعي، تعمل بطرق مختلفة على تقوية العضلات، وتخفيف الألم، وتحسين المرونة، وبعضها يساعد على التعايش مع بعض المشكلات الصحية مثل أمراض المناعة الذاتية وأعراضها التي قد تؤثر على اجهزة الجسم بشكل عام.

وحسب منظمة الصحة العالمية فأن حوالي 2,4 مليار شخص في العالم حالياً يتعايش مع حالة صحية قد تستفيد من التأهيل والعلاج الطبيعي " الفيزيائي" وبحسب التقديرات، فإن هذه الحاجة إلى خدمات التأهيل ستتزايد بشكل أكبر في السنوات القادمة في ظل التغيرات الطارئة على صحة السكان وسماتهم في جميع أنحاء العالم. ويعيش الناس الآن عمراً أطول، ومن المتوقع أن يتضاعف عدد من تتجاوز أعمارهم الستين بحلول عام 2050، وأن يتزايد عدد المتعايشين مع الأمراض المزمنة مثل داء السكري والسكتة والسرطان. ويتواصل في الوقت نفسه التعرض للإصابات والحالات الصحية المعيقة لنمو الطفل (مثل الشلل الدماغي)، وهي حالات يمكن أن تؤثر على أداء الفرد لوظائفه وتتسبب في زيادة معدلات الإعاقة التي يمكن أن تستفيد من خدمات التأهيل. (منظمة الصحة العالمية، 2023)

يعرف العلاج الطبيعي على انه العلاج بقوة الطبيعة , ويعني استخدام وسائل وتقنيات متعددة من مأخذ طبيعية طورت بما يتناسب والخلل التركيبي الوظيفي الحاصل بعد الإصابة أو المرض أو الإعاقة , حيث يتم استخدام الوسائل الطبيعية من حرارة وماء وكهرباء وحركه وغيرها بعد تقنينها لتتلاءم مع الإصابة الحاصلة أو الضرر. (محمد، 2010)

وهناك العديد من الأساليب ، أو الطرق لإعادة التأهيل والعلاج الطبيعي يمكن الاختيار من بينها للمساعدة في تقليل الألم والالتهاب ، وكذلك تحسين القدرة على التحمل ، والقوة ، ونطاق الحركة أثناء إعادة التأهيل من إصابة أو خلل في الحركة ، و الحرارة والتحفيز الكهربائي والتدليك ليست سوى عدد قليل من طرق العلاج الطبيعي التي يمكن استخدامها في مراحل مختلفة من الشفاء في حين أن بعض الأساليب قد لا يمكن استخدامها إلا أثناء جلسة العلاج ، كما يمكن استخدام طرق أخرى بالمنزل(Sears, 2023) .

وشهدت السنوات الأخيرة تطورا كبيرا وتنوعا في الوسائل والتقنيات المستخدمة في العلاج الطبيعي وذلك لكون هذا العلاج لا يترتب من جراء استخدامه أي أعراض جانبية ويمكن ان يستخدم لكافة الأعمار والمراحل ولمختلف انواع الاصابات والامراض والاعاقات ولكافة انحاء الجسم , لذا تم استحداث الكثير من الوسائل والتقنيات العلاجية كما تم تطوير القديم منها بالاعتماد على نفس المبدأ ولكن تم التحوير من اجل زيادة التأثير العلاجي واختصار الزمن او لأجل ازدواجية التأثير لأكثر من عامل كل ذلك يهدف الي بلوغ اقصي مستوي في أعادة تأهيل المصابين والرجوع لممارسة الانشطة الرياضية او لإعادة تأهيل غير الرياضيين. (محمد، 2010)

وتستخدم تقنيات مختلفة في العلاج الطبيعي لعلاج مجموعة مختلفة من الأمراض و يتم تصنيفها إلى مجموعتين العلاجات اليدوية وهي التي تتم من خلال العوامل الفيزيائية باستخدام أيدي أخصائي العلاج الطبيعي مثل العلاج بالتدليك ، والعلاج الحركي ، والعلاج الطبيعي اليدوي لتقويم العظام ، والطرق اليدوية

للحد من السلوك الوضعي ، والتمدد ، والعلاج الطبيعي العصبي ، والعلاج الطبيعي للجهاز التنفسي والتوليد ، والضمادات العصبية العضلية والتحلل الليفي الجلدي ، والعلاجات بالأجهزة مثل العلاج الكهربائي والعلاج بالموجات فوق الصوتية و العلاج الحراري والعلاج بالتبريد والمعالجة المائية و العلاج الميكانيكي والعلاج بالضغط والعلاج المغناطيسي والعلاج بالضوء ومعظم هذه التقنيات والأساليب والتمارين التي يتم تطبيقها على المرضى في العلاج الطبيعي لها تأثير كبير على صحة الناس و تساهم في التمتع بالوظيفة الصحيحة للجسم(Dynamic PT Michigan , 2023) .

يضطر الأطباء لتحقيق نتائج إيجابية بموارد ووقت محدود ، إلى البحث عن التقنيات الجديدة المستخدمة لتحسين التقييم والنتائج للمرضى الذين يحتاجون تأهيل على أمل تحقيق نتائج أفضل ، وامتثال أفضل للمرضى وسلامتهم ، والعودة إلى الأداء الرياضي وتستمر التجارب العلمية جيدة التنظيم وتتمحور حول فعالية وسلامة هذه التقنيات الجديدة للمساعدة في توجيه التطبيق المناسب للمعالجة السريرية وتشمل هذه التقنيات المطبقة مباشرة على المريض مثل الهياكل الخارجية والنعال المجهزة وتطبيقات الارتجاع البيولوجي واجهزة إصابات العظام وتقويم المفاصل(Owens, et al., 2020) .

كما قللت هذه التقنيات من أوقات مكوث المريض وتكاليفها وتزيد من عدد المرضى الذين يمكن علاجهم في نفس الوقت جانب إيجابي آخر لهذه الأساليب التأهيلية هو التفاعل المباشر والمستمر بين المريض ومقدم الرعاية الصحية ، مما يزيد من الامتثال للعلاج أظهرت الدراسات أن إعادة التأهيل الافتراضي عن بعد يعزز دافعية المريض لتحسين الالتزام بالعلاج يعتمد مفهوم التلعيب على تطبيق عناصر تصميم الالعاب لتحفيز المشاركة تم الإبلاغ عن آثار مفيدة في العديد من مجالا ت الإعاقة (على سبيل المثال ، الجنف مجهول السبب وإعادة تأهيل السكتة الدماغية) على الرغم من هذه الفوائد ، لايزال هناك العديد من جوانب التقنيات عن بعد لإعادة تأهيل العظام التي تحتاج إلى تحليل واستنتاجات نهائية حول مزاياها مقارنة بإعادة التأهيل وجها لوجه(Berton, et al., 2020) .

وتري الباحثة انه رغم تطور تقنيات مجال اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بشكل كبير التي تساعد في توفير الوقت والجهد وتقديم خدمة أفضل الا ان استخدام هذه التقنيات محدود جدا وبعضها غير معروف ومعتمد ولذلك من المهم التعرف على اراء المتخصصين بمجال اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي من اساتذة وأخصائيين العلاج الطبيعي واعادة التأهيل الحركي في التعرف على اكثر التقنيات والأساليب استخداما في تقييم الحالات وعلاجها.

مشكلة البحث:

لاحظت الباحثة من خلال الاطلاع على المراجع والمصادر العلمية وشبكة المعلومات الدولية ان هناك تطور كبير في استخدام التقنيات التكنولوجية الحديثة بمجال إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي . وربما من أهم الأسئلة التي تفرض نفسها ما مدي تطبيق تلك التقنيات من قبل المعالجين بالمجال العملي بليبيا مع الشعور بأن مجال العلاج الطبيعي لا يزال غير ناضج من حيث تطبيق التكنولوجيا التي تغير أنماط العمل المعتادة في الممارسة العملية لإعادة التأهيل والعلاج الطبيعي لذلك هدف هذه البحث الي التعرف على واقع استخدام التطبيقات التكنولوجيا الحديثة بالعلاج الطبيعي حيث يعد معرفة مدى تطبيق واعتماد هذه التطبيقات ذو أهمية كبيرة لمعرفة الفجوة الخاصة بإيصال المعلومات والمعارف عن التطورات الحديث بالمجال، وكذلك تطوير مجال إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي ومواكبته للتطورات العالمية التكنولوجية والرقمنة، بالإضافة الي تسليط الضوء على التقنيات الجديدة المستخدمة لتحسين مهارات المعالجين وتقديم أفضل الخدمات للحالات

والمرضي ، وبما إن التعليم جزء أساسي من تنفيذ نموذج العمل المعتمد على كل ما هو حديث ومدعم بالأدلة العلمية في العلاج الطبيعي ، سيكون من المنطقي التفكير في ضرورة إدخال تلك التقنيات في مناهج اقسام إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالكليات.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على واقع استخدام وسائل وتقنيات إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الحديثة من وجهة نظر المعالجين وفقاً للتخصص الدراسي

من خلال التعرف على :

1- أراء المعالجين حول واقع استخدام وسائل إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي.
2- أرا ء المعالجين حول واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي.
3- أراء المعالجين حول واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في إعادة التأهيل .
4- الفرق بين أراء المعالجين تخصص كليات التقنية الطبية وتخصص كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .

تساؤلات البحث:

1- ماهي أراء المعالجين حول واقع استخدام وسائل إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي؟
2- ماهي أرا المعالجين حول واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي؟
3- ماهي أراء المعالجين حول واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في إعادة التأهيل ؟
4- هل هناك فرق بين أراء المعالجين تخصص كليات التقنية الطبية وتخصص كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة؟

الدراسات السابقة:

- **دراسة أسامة السيد ، نادية سرور** (2022) بعنوان واقع الأجهزة والمعدات المستخدمة في عملية التأهيل المهني لذوي الإعاقة الحركية من وجهة نظر العاملين في مراكز التأهيل لذوي الإعاقة في إقليم الوسط بهدف الكشف عن واقع الأجهزة والمعدات المستخدمة في عملية التأهيل المهني لذوي الإعاقة الحركية من وجهة نظر العاملين في مراكز التأهيل لذوي الإعاقة في إقليم الوسط تم استخدام المنهج الوصفي ،وتم اختيار (250) فرد من المستفيدين من هذه المراكز وتم استخدام مقياس تقييم خدمات التأهيل المهني لذوي الإعاقة الحركية، وكانت اهم النتائج : أن خدمات التأهيل المهني المقدم لذوي الإعاقة الحركية في مراكز التأهيل المهني في إقليم الوسط من وجهة نظر المستفيدين جاءت بدرجة متوسطة، ولا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لواقع الأجهزة والمعدات المستخدمة في عملية التأهيل المهني لذوي الإعاقة الحركية من وجهة نظر العاملين في مراكز التأهيل لذوي الإعاقة في إقليم الوسط تعزى لمتغير المحافظة، ولا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لواقع الأجهزة والمعدات المستخدمة في عملية التأهيل المهني لذوي الإعاقة الحركية من وجهة نظر العاملين في مراكز التأهيل لذوي الإعاقة في إقليم الوسط تعزى لمتغير نوع المركز، كما لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الأبعاد (هيكل مباني مراكز التأهيل المهني والبنية التحتية، برامج مراكز التأهيل المهني، خدمات التقييم والتشخيص، الكوادر والأجهزة العاملة في المركز، الأجهزة والمعدات) تبعا لمتغير الجنس، ولا يوجد فروق دالة إحصائياً في جميع الأبعاد (هيكل

مباني مراكز التأهيل المهني والبنية التحتية، برامج مراكز التأهيل المهني، خدمات التقييم والتشخيص، الكوادر والأجهزة العاملة في المركز، الأجهزة والمعدات) تبعا لمتغير نوع المركز.(السيد و سرور، 2022)

2 - دراسة حنان وأخرون (2022) بعنوان " دراسة للمستجدات التكنولوجية الحديثة في تقييم الإصابات الرياضية ومجالات التأهيل البدني " بهدف التعرف على المستجدات التكنولوجية الحديثة في مجالات الإصابات الرياضية والتأهيل البدني من خلال التعرف أراء الأطباء حول الأجهزة التكنولوجية المستخدمة في تقييم الإصابات الرياضية والتعرف على أراء أخصائي العلاج الطبيعي ، أخصائي الإصابات والتأهيل البدني والفرق بينهم حول المستجدات التكنولوجية المستخدمة في تقييم الإصابات الرياضية واستخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واختيرت العينة بالطريقة العمدية بعدد 260 فرد وكتنت اهم النتائج أكد أفراد العينة على أهمية المستجدات التكنولوجية الحديثة في تشخيص وتقييم الإصابات الرياضية. (عبد الطيف، زيادة، زكريا ، و محمد، 2022)

3 - دراسة نيلسون وآخرون (2022) بعنوان التغييرات في تقنيات العلاج اليدوي من منظور العلاج الطبيعي بهدف تقييم التغييرات في تقنيات العلاج اليدوي من منظور المعالجين الطبيعيين وتكونت العينة من 18 مشتركا و تم استخدام المنهج المسحي واستخدم استبيان لجمع البيانات حول تجربتهم مع العلاج اليدوي والتقنيات وما إذا كانوا قد نفذوا تغييرات في ممارساتهم لهذه التقنيات وكانت اهم نتائج أن التغييرات في تقنيات العلاج اليدوي تحدث مع اكتساب المعالجين للمزيد من الخبرة في العمل مع العديد من الحالات ومعالجة الامراض والاصابات المختلفة. وكانت التقنيات الاكثر استخداما تقنيات العلاج اليدوي إطلاق اللفافة العضلية (مزيج من حركا ت الضغط لتمديد وإطالة اللفافة العضلية) تقنيات طاقة العضلات (تحريك المفاصل وشد العضلات المشدودة واللفافة) تقنيات تعبئة الأنسجة (مزيج من التقنيات اليدوية التي تستخدم الشد والضغط العميق لتحسين وظيفة العضلات والعظام) ،وان جميع التعديلات والتغيرات في التقنيات تحدث بمرور الوقت وباكتساب الخبرة (Rojas, Jones, Goetz, & Prashad, 2022) .

4 - دراسة جون وآخرون (2020) بعنوان "كيف تعمل التكنولوجيا الجديدة على تحسين العلاج الطبيعي " بهدف تسليط الضوء على التقنيات الجديدة المستخدمة لتحسين التشخيص والنتائج للمرضى الذين يحتاجون لتأهيل إصابات العظام وتقويم المفاصل ، ودراسة وتحليل التجارب جيدة التنظيم والتي تتمحور حول فعالية وسلامة هذه التقنيات الجديدة للمساعدة في توجيه الاستخدام السريري الضروري والتطبيق المناسب. واستخدم المنهج الوصفي المسحي لمراجعة الادلة العلمية باستخدام المراجعة المنهجية وتحليل تلوي بتسليط الضوء على الأوراق ذات الأهمية الخاصة ، التي نُشرت مؤخرًا من سنة 2018 pubmed ببمد الرياضة ، وقسمت على النحو التالي(ذات أهمية ، ذا ت أهمية كبرى) وخلصت النتائج الي أن هذه التجارب تقدم مجموعة من التقنيات الجديدة التي قد تساعد في علاج مجموعة متنوعة من أمراض العظام ،والعديد من هذه التدخلات مدعومة بالفعل من خلال أدلة المستوى 1وتبدو آمنة وممكنة لمعظم البيئات السريرية(2020 (Owens, et al

5 - دراسة براون وآخرون (2018) بعنوان الاستخدام الحالي لأدوات التقييم من قبل أخصائيو العلاج الطبيعي العاملين في ألمانيا: مسح مقطعي عبر الإنترنت بهدف التعرف على الاستخدام الحالي لأدوات التقييم من قبل أخصائيو العلاج الطبيعي العاملين في ألمانيا والتحقيق من العوائق التي تحول دون استخدام أدوات التقييم ، تم استخدام المنهج الوصفي المسحي باستخدام الاستبيان الالكتروني عبر الانترنت وشملت العينة جميع اخصائيين العلاج الطبيعي بألمانيا وصل عدد الاستبانات التي تم استردادها الي 522 استبيان كان

متوسط عمر المستجيبين 38سنة ، و 53٪ منهم لديهم خبرة عمل تزيد عن 10سنوات ، وكانت أهم النتائج استخدم واحد وثلاثون بالمائة من المستجيبين أدوات التقييم في 80٪من مرضاهم ، و 26٪استخدموا أدوات التقييم في 20٪ ، كما تم استخدام أدوات التقييم لأغراض التشخيص بنسبة 69٪ كانت أدوات التقييم الثلاثة الأكثر شيوعا هي "مقياس الزوايا ، المقياس التناظري ،والفحص اليدوي لقوة العضلات" كما كانت اهم المعوقات نقص المعرفة والمهارات اللازمة لتطبيق أدوات التقييم (Braun, Rieckmann, Weber, & Grüneberg, 2018)

6 - دراسة ليو وآخرون (2015) بعنوان ما هي العوامل التي تحدد قبول المعالجين للتقنيات الجديدة لإعادة التأهيل - دراسة باستخدام النظرية الموحدة لقبول واستخدام التكنولوجيا (UTAUT) بهدف فحص العوامل التي تؤثر على سلوك القبول واستخدام التقنيات الجديدة لإعادة التأهيل من قبل المعالجين في مستشفى إعادة التأهيل الكبير بكندا ،. تم استخدام المنهج المسحي باستخدام الاستبيان الورقي بمقياس ليكارت المكون من 7 دراجات تبدا من لا أوافق بشدة (1) الي أوافق بشدة (7) وكانت أهم النتائج ان اهم العوامل التي تحدد قبول المعالجين لاستخدام التقنيات الحديثة هي معرفة طريقة الاداء والدعم بينما كان مضاعفة الجهد والعامل الاجتماعي من اضعف العوامل المؤثرة حسب وجهة نظر المعالجين بالمستشفى(Liu, et al., 2015) .

اجراءات البحث:

منهج البحث: تم اختيار المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته لطبيعة اهداف وتساؤلات موضوع البحث.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من أخصائيو اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي العاملين بمراكز واقسام العلاج الطبيعي بالمستشفيات العامة والمصحات الخاصة بمدينة طرابلس والزاوية.

عينة البحث: تكونت العينة من (49) فرد تم اختيارهم بالطريقة العمدية من المشاركين بدورة قراءة صورة الرنين المغناطيسي ضمن انشطة المؤتمر الرابع لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس.

جدول (1)التوصيف الاحصائي لأفراد عينة البحث حسب متغير(كلية الدراسة)

(ن = 49)

المتغير	التصنيف	التكرار	النسبة المئوية
التخصص الدراسي	تخصص التقنية الطبية	31	٪63.3
	تخصص التربية البدنية وعلوم الرياضة	18	٪36.7

وسائل جمع البيانات: تم استخدم الوسائل التالية لجمع البيانات (شبكة المعلومات الدولية ، المراجع والدراسات العلمية ، الاستبيان) وبعد الاطلاع والبحث في المصادر والدراسات العلمية تم الاستعانة باستبيان المستجدات التكنولوجية الحديثة في تقييم الإصابات الرياضية والتأهيل البدني (عبد الطيف، زيادة، زكريا ، و محمد، 2022) مع اضافة بعض التعديل في محاور الاستبيان ليضم وسائل إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي والأجهزة والادوات التقنية الحديثة في إعادة التأهيل . ثم وضع الاستبيان وفقاً للاتي :

اولاً: تم تحديد متغيرات البحث

1 - المتغير المستقل : التخصص الدراسي .

2 - المتغيرات التابعة : وتتمثل في اجابة عينة البحث على سؤال رئيسي وهو ما مدي استخدام وسائل وتقنيات إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الحديثة متضمن 42 فقرة ضمن ثلاث محاور ، احتوى المحور الاول على عدد (10) فقرات لاستطلاع أراء عينة البحث حول واقع استخدام وسائل إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بينما ضم المحور الثاني (9) فقرات لاستطلاع أراء عينة البحث حول واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي ، بينما ضم المحور الثالث (23) فقرة حول واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في إعادة التأهيل .

3 - تم استخدام مقياس ليكارت الخماسي (اوافق بشدة - اوافق – الي حد ما – لا اوافق – لا أوافق بشدة)، كما اعطي كل رأي وزنه (Weights) وفق الترتيب التالي (اوافق بشدة = 5 ، اوافق =4 ، الي حد ما = 3 ، لا اوافق = 2،لا أوافق بشدة=1)

4 - تم اعتماد ميزان تقديري وفقا لمقياس ليكارت الخماسي على النحو التالي :

الاتجاه	اوافق بشدة	أوافق	الي حد ما	لا اوفق	لا اوافق بشدة
الفئة	5 - 4.20	4.19 – 3.40	3.39 – 2.60	2.59 – 1.80	1.79 – 1
المستوى	جيد		متوسط	منخفض	

5 - حساب معامل الثبات

تم استخدام معامل الثبات باستخدام الفاكرونباخ للتأكد من ثبات اداة البحث الاستبيان على عينة تكونت من عشرة افراد وتم التأكد من درجة الثبات العام للاستبيان ودرجة ثبات كل محور على حدة والجدول (2) يوضع معاملات ثبات اداة البحث .

جدول (2) معامل الفاكرونباخ لقياس ثبات اداة البحث

المحاور	عدد الفقرات	درجة الثبات
المحور الاول	10	0.928
المحور الثاني	9	0.962
المحور الثالث	23	0.980
درجة الثبات العام للاستبيان	42	0.971

يتضح من الجدول (2) أن معامل الثبات العام لمحاور اداة البحث مرتفع حيث بلغ (0.971) لمجموع فقرات الاستبيان الاثنان والاربعون فقرة ، فيما تروحت درجات ثبات المحاور ما بين (0.928) كحد أدني وبين (0.980) كحد أقصى مما يدل على ان الاستبيان يتمتع بدرجة ثبات عالية حيث أن جميع درجات الثبات أكبر من 0.70 حسب مقياس نانلي لاعتماد الثبات وبالتالي يمكن الاعتماد عليها للتطبيق الميداني للبحث .

6 - حساب صدق الاتساق الداخلي

تم استخدام صدق الاتساق الداخلي للتأكد من صدق اداة البحث للمحاور الثلاث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات المحور الذي تنتمي اليه والجداول (3 ، 4 ، 5) توضح ذلك.

جدول (3)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات المحور الأول

فقرات المحور	معامل الارتباط	مستوي الدلالة	فقرات المحور	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	**0.821	0.004	6	0.803**	0.005
2	**0.822	0.004	7	0.802**	0.005
3	*0.719	0.019	8	0.749*	0.013
4	**0.832	0.003	9	0.817**	0.004
5	**0.892	0.001	10	0.652*	0.041

**** دال عند مستوى. 0.001** *** دال عند مستوي 0.005**

يتضح من نتائج الجدول (3) أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا بين فقرات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور حيث بلغ الحد الأدنى لمعاملات ارتباط بيرسون (0.652) فيما بلغ الحد الأعلى (0.892) عند مستوي معنوية (0.001 ، 0.005) مما يدل على اتساق الفقرات مع محورها الذي تنتمي اليه ويثبت ذلك صدق اتساق فقرات المحور الاول .

جدول (4)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات المحور الثاني

فقرات المحور	معامل الارتباط	مستوي الدلالة	فقرات المحور	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	**0.792	0.006	6	0.723*	0.018
2	**0.858	0.000	7	0.958**	0.000
3	**0.957	0.000	8	0.957**	0.000
4	**0.793	0.006	9	0.958**	0.000
5	**0.794	0.006			

**** دال عند مستوى. 0.001** *** دال عند مستوي 0.005**

يتضح من نتائج الجدول (4) أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا بين فقرات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور حيث بلغ الحد الأدنى لمعاملات ارتباط بيرسون (0.723) فيما بلغ الحد الأعلى (0.958) عند مستوي معنوية (0.001 ، 0.005) مما يدل على اتساق الفقرات مع محورها الذي تنتمي اليه ويثبت ذلك صدق اتساق فقرات المحور الثاني .

جدول (5)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات المحور الثالث

فقرات المحور	معامل الارتباط	مستوي الدلالة	فقرات المحور	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	**0.840	0.002	13	**0.800	0.005
2	**0.911	0.000	14	**0.837	0.003
3	**0.914	0.000	15	**0.919	0.000
4	**0.864	0.001	16	**0.833	0.003
5	**0.775	0.008	17	*0.668	0.035
6	**0.907	0.000	18	**0.946	0.000
7	**0.782	0.008	19	**0.856	0.002
8	**0.777	0.008	20	**0.976	0.000
9	**0.928	0.000	21	**0.835	0.003
10	**0.915	0.000	22	**0.795	0.006
11	**0.888	0.001	23	*0.641	0.046
12	**0.873	0.001			

** دال عند مستوى. 0.001 * دال عند مستوي 0.005

يتضح من نتائج الجدول (5) أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا بين فقرات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور حيث بلغ الحد الأدنى لمعاملات ارتباط بيرسون (0.641) فيما بلغ الحد الأعلى (0.976) عند مستوي معنوية (0.001 ، 0.005) مما يدل على اتساق الفقرات مع محورها الذي تنتمي اليه ويثبت ذلك صدق اتساق فقرات المحور الثالث .

الدراسة الاساسية : تم توزيع الاستبيان يوم 24 يوليو/2023م على المشاركين بدورة قراءة صورة الرنين المغناطيسي ضمن انشطة المؤتمر الرابع لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس بواقع 55 استبيان وتم استرداد 49 من اجمالي العدد.

المعالجات الإحصائية : تم استخدام برنامج SPSS وتم معالجة البيانات باستخدام التكرارات ، النسب المئوية ، المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الفاكرونباخ للثبات ، ومعامل بيرسون للارتباط ، واختبار T.Test للفروق، ومعامل ايتا لدرجة التأثير .

عرض نتائج البحث:

1 – عرض نتائج التساؤل الاول : ماهي أراء المعالجين حول واقع استخدام وسائل اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي؟ وللإجابة على التساؤل تم استخدام التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي وكانت النتائج كما يلي :

جدول (6)

أراء عينة الدراسة حول واقع استخدام وسائل إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي

وسائل العلاج	التكرار والنسبة ٪	مفتاح التقييم					المعالجات الاحصائية			
		أوافق بشدة	أوافق	الي حد ما	لا أوافق	لا أوافق بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الاتجاه
العلاج المائي **Hydrotherapy**	التكرار	16	12	20	0	1	3.86	0.96	7	أوافق
	النسبة	32.7	24.5	40.8	0	2.0				
العلاج الحراري **Heat therapy**	التكرار	10	25	14	0	0	3.92	0.70	6	أوافق
	النسبة	20.4	51.0	28.6	0	0				
العلاج بالليزر **Laser Therapy**	التكرار	9	17	21	2	0	3.67	0.86	8	أوافق
	النسبة	18.4	34.7	42.9	4.1	0				
العلاج الكهربائي **Electrotherapy**	التكرار	13	30	6	0	0	4.14	0.61	3	أوافق
	النسبة	26.5	61.2	12.2	0	0				
العلاج المغناطيسي **Magnet therapy**	التكرار	10	8	28	2	1	3.49	0.94	9	أوافق
	النسبة	20.4	16.3	57.1	4.1	2.0				
العلاج اليدوي **Manual therapy**	التكرار	32	14	3	0	0	4.59	0.61	1	أوافق بشدة
	النسبة	65.3	28.6	6.1	0	0				
العلاج الحركي **Mechanic therapy**	التكرار	26	21	2	0	0	4.49	0.58	2	أوافق بشدة
	النسبة	53.1	42.9	4.1	0	0				
العلاج بالتبريد **Cryotherapy**	التكرار	11	27	11	0	0	4.00	0.68	4	أوافق
	النسبة	22.4	55.1	22.4	0	0				
العلاج بالموجات فوق الصوتية **Ultrasound**	التكرار	16	16	16	1	0	3.96	0.87	5	أوافق
	النسبة	32.7	32.7	32.7	2.0	0				
العلاج بالأوزون **Ozone therapy**	التكرار	5	12	13	19	0	3.06	1.02	10	الي حد ما
	النسبة	10.2	24.5	26.5	38.8	0				
المتوسط الحسابي المرجح للمحور							3.92	أوافق		

يتضح من نتائج الجدول (5) التكرارات والنسب المئوية لإجابات العينة بالمحور الاول حول واقع استخدام وسائل العلاج الطبيعي حيث جاء في المرتبة الاولي العلاج اليدويManual therapy بأجمالي (اوافق بشدة) بمتوسط حسابي (4.59) وانحراف معياري (0.61) وجاء في المرتبة الاخيرة العلاج بالأوزون Ozone therapy بأجمالي(الي حد ما) و بمتوسط حسابي (3.06) وانحراف معياري (1.02) .

جدول (7)

أراء عينة الدراسة حول واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي

وسائل العلاج	التكرار والنسبة ٪	مفتاح التقييم					المعالجات الاحصائية			
		أوافق بشدة	أوافق	الي حد ما	لا أوافق	لا أوافق بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الاتجاه
الأشعة العادية	التكرار	17	19	10	3	0	4.02	0.90	1	أوافق
Ordinary x-rays	النسبة	34.7	38.8	20.4	6.1	0				
الأشعة المقطعية	التكرار	13	22	11	3	0	3.97	0.86	2	أوافق
CT scans	النسبة	26.5	44.9	22.4	6.1	0				
أشعة الرنين المغناطيسي	التكرار	16	15	16	2	0	3.92	0.91	3	أوافق
Magnetic resonance imaging	النسبة	32.7	30.6	32.7	4.1	0				
أشعة الموجات فوق الصوتية	التكرار	6	15	19	7	2	3.33	1.00	7	أوافق
Ultrasound	النسبة	12.2	30.6	38.8	14.3	4.1				
جهاز رسم الأعصاب	التكرار	15	14	15	5	0	3.79	0.99	5	أوافق
Neuroimaging device	النسبة	330.6	28.6	30.6	10.2	0				
جهاز رسم العضلات	التكرار	14	16	17	2	0	3.86	0.89	4	أوافق
Muscle plotter	النسبة	28.6	32.7	34.7	4.1	0				
أشعة المسح الذرى	التكرار	7	10	16	16	0	3.16	1.04	9	الي حد ما
Atomic scanning rays	النسبة	14.3	20.4	32.7	32.7	0				
أشعة الميلوجرام **(الصبغة)**	التكرار	9	12	13	14	1	3.29	1.14	8	الي حد ما
Milligram (dye)	النسبة	18.4	24.5	26.5	28.6	2.0				
المنظار الجراحي	التكرار	15	15	9	9	1	3.69	1.16	6	أوافق
Surgical endoscope	النسبة	30.6	30.6	18.4	18.4	2.0				
المتوسط الحسابي المرجح للمحور							3.92	أوافق		

يتضح من نتائج الجدول (6) التكرارات والنسب المئوية لإجابات العينة بالمحور الثاني حول واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي حيث جاءت في المرتبة الاولي الأشعة العادية Ordinary x-rays بأجمالي (اوافق) بمتوسط حسابي (4.02) وانحراف معياري (0.90) وجاءت في المرتبة الاخيرة أشعة المسح الذرىAtomic scanning rays بأجمالي (الي حد ما) و بمتوسط حسابي (3.16) وانحراف معياري (1.04) .

جدول (8)

أراء عينة الدراسة حول واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في اعادة التأهيل

وسائل العلاج	التكرار والنسبة٪	مفتاح التقييم					المعالجات الاحصائية			
		أوافق بشدة	أوافق	الي حد ما	لا أوافق	لا أوافق بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الاتجاه
جهاز أيزوكينيتك **Isomed200**	التكرار	7	8	15	12	7	2.92	1.25	23	الي حد ما
	النسبة	14.3	16.3	30.6	24.5	14.3				
لوحات قياس القوة **Force Plates**	التكرار	9	14	14	11	1	3.38	1.09	15	الي حد ما
	النسبة	18.4	28.6	28.6	22.4	2.0				
جهاز ترينقو اللاسلكي لقياس الحركة **Tringo Wireless Motion Measurement Device**	التكرار	5	9	18	16	1	3.02	1.01	22	الي حد ما
	النسبة	10.2	18.4	36.7	32.7	2.0				
قياس ميني ويف المقاوم للماء **EMG Mini Wave Waterproof**	التكرار	7	5	20	17	0	3.04	1.02	21	الي حد ما
	النسبة	14.3	10.2	40.8	34.7	0				
المايوميتر الرقمي لقياس وظيفة العضلات **Myometer M550**	التكرار	6	16	17	10	0	3.36	0.95	16	الي حد ما
	النسبة	12.2	32.7	34.7	20.4	0				
جهاز قياس قوة الانقباض العضلي **Tensiomyography TMG**	التكرار	15	18	15	1	0	3.96	0.84	3	أوافق
	النسبة	30.6	36.7	30.6	2.0	0				
جهاز قياس دقة القفز الرأسي **VertJump Monitor**	التكرار	5	8	29	7	0	3.22	0.82	17	الي حد ما
	النسبة	10.2	16.3	592	14.3	0				
الجينوميتر الرقمي **Digital Goniometer**	التكرار	22	8	15	4	0	3.97	1.05	2	أوافق
	النسبة	44.9	16.3	30.6	8.2	0				
جهاز قياس الزوايا الرقمي **Halo Digital Goniometer**	التكرار	24	8	15	2	0	4.10	0.98	1	أوافق
	النسبة	49.0	16.3	30.6	2.1	0				
جهاز قياس التوازن **MFT BalanceTestS3**	التكرار	17	12	19	1	0	3.91	0.91	4	أوافق
	النسبة	34.7	24.5	38.8	2.0	0				
جهاز امادو لأصابع اليد **Amado-Finger-HandRehabilition**	التكرار	13	12	10	14	0	3.49	1.17	12	أوافق
	النسبة	26.5	24.5	20.4	28.6	0				
جهاز قياس التحكم في الحركة (نظام الارتجاع البيولوجي اللاسلكي) **PhysioPlux-EMG-solo**	التكرار	9	8	17	15	0	3.22	1.08	18	الي حد ما
	النسبة	18.4	16.3	34.7	30.6	0				
جهاز التحليل الحركي **Motion Metrix 2D-Marker LESS**	التكرار	12	10	23	4	0	3.61	0.95	11	أوافق
	النسبة	24.5	20.4	46.9	8.2	0				
جهاز كينو الذكي للتقييم الشامل للقوة **Kineo Intelligent Load**	التكرار	9	7	19	12	2	3.18	1.13	19	الي حد ما
	النسبة	18.4	14.3	38.8	24.5	4.1				
جهاز الضغط للتقييم الموضعي للألم **J TECH Commander Algometer**	التكرار	13	15	13	7	1	3.65	1.09	10	أوافق
	النسبة	26.5	30.6	26.5	14.3	2.0				
جهاز تقييم القدرات البدنية	التكرار	7	15	20	6	1	3.42	0.96	13	أوافق

وسائل العلاج	ـ ٥ ـ	مفتاح التقييم					المعالجات الاحصائية			
Opto Jump Next	النسبة	14.3	30.6	40.8	12.2	2.0				
السجادة الالكترونية للتوافق **Maze Electronic**	التكرار	7	7	19	15	1	3.08	1.05	20	الي حد ما
	النسبة	14.3	14.3	38.8	30.6	2.0				
الجينوميتر الالكتروني لتقييم مرونة المفصل **Goniometer Electronic**	التكرار	16	12	18	3	0	3.83	0.96	6	أوافق
	النسبة	32.7	24.5	36.7	6.1	0				
جهاز اختبار تحمل الالم **Wagner FPX Algometer**	التكرار	13	12	23	1	0	3.76	0.88	8	أوافق
	النسبة	26.5	24.5	46.9	2.0	0				
جهاز اختبار العمود الفقري **CTT-Pegasus**	التكرار	16	13	13	7	0	3.77	1.06	7	أوافق
	النسبة	32.7	26.5	26.5	14.3	0				
المستشعرات القابلة للارتداء لتقييم حركة العضلات **Dorsa vi wearable sensor techology**	التكرار	8	12	20	9	0	3.38	0.97	14	الي حد ما
	النسبة	16.3	24.5	40.8	18.4	0				
جهاز اختبار سرعة رد فعل الجسم **Automated Body Reaction Device**	التكرار	13	12	22	2	0	3.73	0.91	9	أوافق
	النسبة	26.5	24.5	44.9	4.1	0				
مستشعرات الرسم الكهربائي للعضلات **wireless EMG in tertial senors /myon AG**	التكرار	12	21	13	3	0	3.85	0.87	5	أوافق
	النسبة	24.5	42.0	26.5	6.1	0				
المتوسط الحسابي المرجح للمحور							3.52	أوافق		

يتضح من نتائج الجدول (8) التكرارات والنسب المئوية لإجابات العينة بالمحور الثالث حول واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في اعادة التأهيل حيث جاء في المرتبة الاولي جهاز قياس الزوايا الرقمي Halo Digital Goniometerبأجمالي (اوافق) بمتوسط حسابي (4.10) وانحراف معياري (0.98) وجاء في المرتبة الاخيرة جهاز أيزوكينيتك Isomed200 بأجمالي (الي حد ما) و بمتوسط حسابي (2.92) وانحراف معياري (1.25) .

4 - عرض نتائج التساؤل الرابع : هل هناك فرق بين أراء المعالجين تخصص كليات التقنية الطبية وتخصص كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ؟ وللإجابة على التساؤل تم استخدام اختبار ت للفروق وكانت النتائج كما يلي :

جدول (9)

دلالة الفروق بين متوسط آراء العينة حول محاور البحث حسب اختلاف كلية الدراسة

ت	المحاور	التخصص الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوي الدلالة	الدلالة الإحصائية
1	واقع استخدام وسائل إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي.	كلية التقنية الطبية	31	3.79	0.404	2.62	0.012	دال
		كلية التربية البدنية	18	4.13	0.488			
2	واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي	كلية التقنية الطبية	31	3.54	0.578	1.72	0.091	غير دال
		كلية التربية البدنية	18	3.86	0.680			
3	واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في اعادة التأهيل	كلية التقنية الطبية	31	3.31	0.541	3.17	0.003	دال
		كلية التربية البدنية	18	3.87	0.683			

يتبين من الجدول (9) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اراء مجموعتي البحث في عبارات المحور الثاني , حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (1.72) عند مستوي دلالة (0.091) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≤ 0.05 وامام درجة حرية (47) كما تبين نتائج الجدول وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اراء مجموعتي البحث في عبارات المحور الاول والثالث حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (2.62 ، 3.17) عند مستوي دلالة (0.012 ، 0.003) وهي اقل من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≤ 0.05 وامام درجة حرية (47)

مناقشة نتائج البحث:

1 – مناقشة نتائج التساؤل الاول :

اراء المعالجين في المحور الاول حول واقع استخدام وسائل العلاج الطبيعي كما بينته نتائج الجدول (5) ونلاحظ ان المتوسط المرجح للمحور يتجه الي أوافق حيث بلغ المتوسط المرجح (3.92) وعليه يكون واقع استخدام تلك الوسائل من وجهة نظر العينة بمستوى جيد ، ومن خلال عرض نتائج آراء العينة جاء ترتيب استخدام هذه الوسائل قيد البحث على التوالي الوسائل التي تستخدم بشكل كبير والتي جاءت الموافقة عليها بشدة (العلاج اليدوي ، والعلاج الحركي) ثم جاءت الوسائل التي تستخدم بشكل جيد وجاءت الموافقة عليها بالتوالي (العلاج الكهرباء، العلاج بالتبريد ، العلاج بالموجات فوق الصوتية ، العلاج الحراري ، العلاج المائي ، العلاج بالليزر ، وجاء العلاج المغناطيسي في أخر الترتيب) ثم جاءت الوسيلة التي تستخدم بشكل متوسط العلاج بالأوزون، ومن خلال هذه النتائج التي تأكد على اهمية العلاج اليدوي والحركي وهي من اكثر العلاجات الآمنة والفعالة وتتميز بفوائد متنوعة قائمة على الأدلة العلمية ، واهمها تقليل الألم والإجهاد ، وتحسين نطاق الحركة والقوة والتوازن للعضلات والمفاصل وتحسين صحة القلب والأوعية الدموية واللياقة البدنية بشكل عام كما انها غير مكلفة ، وهذا ما تأكد عليه دراسات سابقة مثل دراسة كل من (Bishop, et al., 2015)، ودراسة (Taub, Uswatte, & Pidikiti, 1999)

2 - مناقشة نتائج التساؤل الثاني :

اراء المعالجين في المحور الثاني حول واقع استخدام اجهزة التقييم والتشخيص التقنية في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي كما هو موضح بنتائج الجدول (6) ونلاحظ ان المتوسط المرجح للمحور يتجه الي أوافق حيث بلغ المتوسط المرجح (3.67). وبناء عليه يكون واقع استخدام تلك الاجهزة التقنية من وجهة نظر العينة بمستوى جيد ، ومن خلال عرض نتائج آراء العينة جاء ترتيب استخدام اجهزة التقييم والتشخيص قيد البحث على التوالي الاجهزة التي تستخدم بشكل كبير والتي جاءت الموافقة عليها (الأشعة العادية ، الأشعة المقطعية، أشعة الرنين المغناطيسي ، جهاز رسم العضلات ، جهاز رسم الاعصاب ، المنظار الجراحي ،أشعة الموجات فوق الصوتية) ثم جاءت الاجهزة التي تستخدم بشكل متوسط (أشعة الميلوجرام (الصبغة ، أشعة المسح الذرى) ، ومن خلال هذه النتائج التي توضح الترتيب لأكثر الاجهزة المستخدمة من قبل المعالجين والتي تؤكد اهميتها في برامج إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (Owens, et al., 2020) ودراسة (Panigrahy & Bluml, 2007) (عبد الطيف، زيادة، زكريا ، و محمد، 2022) .

3 - مناقشة نتائج التساؤل الثالث :

اراء المعالجين في المحور يتضح من نتائج الجدول (8) الثالث حول واقع استخدام الأجهزة والادوات التقنية الحديثة في إعادة التأهيل ونلاحظ ان المتوسط المرجح للمحور يتجه الي أوافق حيث بلغ المتوسط

المرجح (3.52) وبناء عليه يكون واقع استخدام تلك الادوات والاجهزة بمستوى جيد ، ومن خلال عرض نتائج آراء العينة جاء ترتيب استخدام هذه الادوات والاجهزة الحديثة في اعادة التأهيل قيد البحث على التوالي الأدوات والاجهزة التي تستخدم بشكل جيد والتي جاءت الموافقة عليها (جهاز قياس الزوايا الرقمي، الجينوميتر الرقمي ، جهاز قياس قوة الانقباض العضلي ، جهاز قياس التوازن ، مستشعرات الرسم الكهربائي للعضلات، الجينوميتر الالكتروني لتقييم مرونة المفصل، جهاز اختبار العمود الفقري ،جهاز اختبار تحمل الالم، جهاز اختبار سرعة رد فعل الجسم، جهاز الضغط للتقييم الموضوعي للألم ، جهاز التحليل الحركي، جهاز امادو لأصابع اليد، جهاز تقييم القدرات البدنية) ثم جاءت الاجهزة والادوات التي تستخدم بشكل متوسط (المستشعرات القابلة للارتداء لتقييم حركة العضلات، لوحات قياس القوة، المايوميتر الرقمي لقياس وظيفة العضلات، جهاز قياس دقة القفز الرأسي، جهاز قياس التحكم في الحركة (نظام الارتجاع البيولوجي اللاسلكي ، جهاز كينو الذكي للتقييم الشامل للقوة ، السجادة الالكترونية للتوافق، قياس ميني ويف المقاوم للماء، جهاز ترينقو اللاسلكي لقياس الحركة، جهاز أيزوكينيتك) ، ومن خلال هذه النتائج التي توضح الترتيب لأكثر الاجهزة والادوات المستخدمة من قبل المعالجين والتي تؤكد اهميتها في برامج إعادة التأهيل وتتفق هذه النتيجة وهذا ما تأكد عليه دراسات سابقة مثل دراسة (Correll, et al., 2018) ودراسة (Esposito, et al., 2018) .

4 ـ مناقشة نتائج التساؤل الرابع :

الفروق بين اراء المعالجين حسب التخصص الدراسي كما هو مبين بالجدول (9) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اراء مجموعتي البحث في عبارات المحور الثاني , وهذا يعني عدم وجود فرق بين اراء المجموعتين في استخدام اجهزة المحور الثاني ، بينما اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اراء مجموعتي البحث في عبارات المحور الاول والثالث مما يعني وجود فرق بين اراء المجموعتين في استخدام اجهزة المحور الاول والثالث ، وبالعودة لاختبار ايتا لاستخراج معامل الدلالة العملية لمعرفة درجة تأثير تخصص الدراسة على اراء المجموعتين كانت نتائج اختبار ايتا (0.128) وعند مقارنتها بميزان مربع ايتا فأن تأثير تخصص الدراسة مرتفع ، وبالتالي نستنتج ان كليات التربية البدنية يعتمدون على استخدام العلاج اليدوي والحركي أكثر من الوسائل الأخرى كما يعتمدون اكثر على الادوات والاجهزة التي تقيس مدي التحسن في القدرات البدنية بعد تنفيذ برامجهم .

الاستنتاجات:

في ضوء اهداف البحث والنتائج وفى حدود العينة تم التوصل الي اهم الاستنتاجات التالية:

1- اكد افراد العينة على استخدام وسائل وتقنيات اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الحديثة من خلال آرائهم حول المحاور الثلاث والتي جاءت بمستوي جيد
2- العلاج اليدوي والعلاج الحركي من اكثر الوسائل المستخدمة في إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالمصحات والمستشفيات العامة والخاصة من قبل افراد العينة .
3- العلاج المغناطيسي والعلاج بالأوزون من اقل الوسائل المستخدمة في اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالمصحات والمستشفيات العامة والخاصة من قبل افراد العينة ..

4- الأشعة العادية و الأشعة المقطعية من اكثر اجهزة التشخيص والتقييم المستخدمة في اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالمصحات والمستشفيات العامة والخاصة من قبل افراد العينة .
5- أشعة المسح الذرى و أشعة الميلوجرام (الصبغة) من أقل اجهزة التشخيص والتقييم المستخدمة في اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالمصحات والمستشفيات العامة والخاصة من قبل افراد العينة .
6- جهاز قياس الزوايا الرقمي والجينوميتروجهاز قياس قوة الانقباض العضلي من اكثر ادوات و اجهزة إعادة التأهيل المستخدمة في اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالمصحات والمستشفيات العامة والخاصة من قبل افراد العينة .
7- جهاز قياس ميني ويف المقاوم للماء و جهاز ترينقو اللاسلكي لقياس الحركة و جهاز أيزوكينيتك من أقل ادوات و اجهزة إعادة التأهيل المستخدمة في اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بالمصحات والمستشفيات العامة والخاصة من قبل افراد العينة .
8- يوجد تأثير مرتفع لتخصص الدارسة بوجود فروق ذات دلالة معنوية بين المعالجين تخصص كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وتخصص كلية التقنية الطبية في استخدامهم لوسائل العلاج الطبيعي وادوات اعادة التأهيل بينما لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بينهما في اجهزة التقييم والتشخيص .

التوصيات: في ضوء نتائج الدراسة يوصى بما يأتي:-

1 - ضرورة التأكيد على زيادة التوظيف الامثل لهذه التقنيات ودمجها بالمناهج والمقررات التأسيسية داخل الكليات التخصصية

2 - اجراء المزيد من الدراسات للتعرف على فاعلية التقنيات الحديثة ودعم تأثيرها بالأدلة العلمية لزيادة درجة الأمان والمصداقية .

3 - توفير هذه التقنيات سوء للتدريب العملي بالكليات او بمجال التدريب المهني بالمستشفيات العامة والخاصة لتوفير الجهد والوقت ومواكبة كل ما هو حديث بمجال إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي.

المراجع :

اسامة حسن السيد، و نادية علي سرور. (2022). واقع الأجهزة والمعدات المستخدمة في عملية التأهيل المهني لذوي الإعاقة الحركية من وجهة نظر العاملين في مراكز التأهيل لذوي الإعاقة في إقليم الوسط. مجلة كلية التربية , جامعة اسيوط، الصفحات 319-343.

حنان محمد عبداللطيف، محمد محمود زيادة، ياسر زكريا متولى، و محمد عثمان محمد. (2022). دراسة للمستجدات التكنولوجية الحديثة فى تقييم الاصابات الرياضية ومجالات التأهيل البدني. مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة ،جامعة بنها، الصفحات 1- 23.

سميعة خليل محمد. (2010). العلاج الطبيعي الوسائل والتقنيات. بغداد: الاكاديمية الرياضية العراقية.

منظمة الصحة العالمية. (2023). إعادة التأهيل. https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/rehabilitation

Berton, A., Longo, U., Candela, V., Fioravanti, S., Giannone, L., Arcangeli, V., . . . Denaro, V. (2020, 8 7). Virtual Reality, Augmented Reality, Gamification,and Telerehabilitation: Psychological Impacton Orthopedic Patients' Rehabilitation. Journal of Clinical Medicine, pp. 1-13.

Bishop, M. D., Cueco, R. T., Gay, C. W., Girbés, E. L., Beneciuk, J. M., & Bialosky, J. E. (2015, 5). What effect can manual therapy have on a patient's pain experience? Future Medicine Ltd,Pain Manag, pp. 455 - 464.

Braun, T., Rieckmann, A., Weber, F., & Grüneberg, C. (2018, 8). Current use of measurement instruments by physiotherapists working in Germany: across-sectional online survey. BMC Health Services Research, pp. 1 - 16.

Correll, S., Field, J., Hutchinson, H., Mickevicius, G., Fitzsimmons, A., & Smoot, B. (2018, 8). RELIABILITY AND VALIDITY OF THE HALO DIGITALGONIOMETER FOR SHOULDER RANGE OF MOTION IN HEALTHY SUBJECTS. The International Journal of Sports Physical Therapy , pp. Volume 13, Number 4 , p707.

Dynamic PT Michigan . (2023). Learn About 8 Of The Most Used Techniques In Physiotherapy. Retrieved from https://www.dynamicptmichigan.com.

Esposito, D., Andreozzi, E., Fratini , A., Gargiulo, G., Savino, S., Niola, V., & Bifulco, P. (2018, 8). A Piezoresistive Sensor to Measure Muscle Contraction and Mechanomyography. journal sensors, pp. 2- 12.

Liu, L., Cruz, A., Rincon, A., Buttar, V., Ranson, Q., & Goertzen, D. (2015). What factors determine therapists' acceptance of new technologies for rehabilitation – a study using the Unified Theory of Acceptance and Use of Technology (UTAUT). Disability and Rehabilitation , pp. 455 - 447.

Owens, J. G., Rauzi, M. R., Kittelson, A., Graber, J., Bade, M. J., Johnson, J., & Nabhan, D. (2020, 3 12). How New Technology Is Improving Physical Therapy. Springer Science, pp. 200-211.

Taub, E., Uswatte, G., & Pidikiti, R. (1999, 6). Constraint-Induced Movement Therapy: A New Family of Techniques with Broad Application to Physical Rehabilitation--A Clinical Review. Joumal of Rehabilitation Research and Development, pp. Vol. 36,No3.

Owens, J. G., Rauz, M. R., Kittelson, A., Graber, J., Bade, M. J., Johnson, J., & Nabhan, D. (2020). How New Technology Is Improving Physical Therapy. Published Springer Science ,Current Reviews in Musculoskeletal Medicine 13:200 –211.

Panigrahy, A., & Bluml, S. (2007). Advances in Magnetic Resonance Neuroimaging Techniques in the Evaluation of Neonatal Encephalopathy. Journal of Topics in Magnetic Resonance ImagingTopics 18(1):p 3-29.

Sears, B. (2023, 1 16). 12 Common Physical Therapy Treatments and Modalities. Retrieved from https://www.verywellhealth.com.

Rojas, N., Jones, K., Goetz, T., & Prashad, S. (2022, 9 4). Changes in Manual Therapy Techniques from the Perspective of Physical Therapists. Retrieved from https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2022.09.02.22279416v1.full.pdf.

إدارة الجودة الشاملة ودورها في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية

أ / محمد عبدالله الحاج

المستخلص

يهدف البحث في التعرف على دور إدارة الجودة الشاملة في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث ، وقد اشتملت عينة البحث على أعضاء مجلس الإدارة من بعض أندية الدوري الممتاز المسجلة بالاتحاد الليبي لكرة القدم الموسم الرياضي (2022-2023) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أعضاء مجالس (10) إدارة أندية رياضية محترفة بالدوري الممتاز، حيث بلغ عددهم (70) عضو ، وقد أظهرت نتائج هذا البحث بضرورة العمل على تطوير المناخ الثقافي والتنظيمي من خلال إقامة ندوات وورش عمل لتدعيم مفهوم إدارة الجودة الشاملة في تطوير العمل الإداري بالأندية الرياضية.

الكلمات الافتتاحية: إدارة الجودة الشاملة ،الأندية الرياضية .

Abstract:

The research aims to identify the role of comprehensive quality management in developing the management of some sports clubs. The researcher used the descriptive approach to suit the nature of the research. The research sample included members of the board of directors from some Premier League clubs registered with the Libyan Football Federation for the sports season (2022-2023), and the sports season (2022-2023) was chosen. The research sample was randomly drawn from members of the boards of (10) management of professional sports clubs in the Premier League, where their number reached (70) members. The results of this research showed the necessity of working to develop the cultural and organizational climate by holding seminars and workshops to support the concept of total quality management in developing Administrative work in sports clubs.

Keywords: Total quality management, sports clubs.

مقدمة ومشكلة البحث: -

إن ما شهدته المجتمعات الحديثة من تطور ملحوظ في شتى مجالات الحياة السياسية والاجتماعية والاقتصادية والرياضية، ما هو إلا انعكاساً طبيعياً لمدى التطور والتقدم التكنولوجي لهذه المجتمعات، ولمسايرة هذا التقدم والتطور كان لا بد من الاهتمام بكفاءة الإدارة والموارد البشرية العاملة بها، حيث أنها أساس قدم وتطور جميع المؤسسات والهيئات المختلفة.

وأن تناول موضوع إدارة الجودة الشاملة بالتحليل والتقويم والتطوير يقع في صميم الدراسات المستقبلية للرفع من مستوى العمل الإداري في بعض الأندية الرياضية، كما أنه ينمي الوعي بضرورة إعداد استراتيجية لتطويرها، فضلاً عن أهمية التخطيط الرياضي للجودة الشاملة.

ويُعرف عمر قشطة (2018) إدارة الجودة الشاملة بأنها فلسفة إدارية حديثة تأخذ شكلاً ونهجً ونظاماً إدارياً شاملاً قائماً على أساس إحداث تغييرات إيجابية جذرية لكل شيء داخل المؤسسة، بحيث تشمل هذه التغيرات الفكر والسلوك والقيم والمعتقدات التنظيمية، والمفاهيم الإدارية، ونمط القيادة الإدارية، ونظم وإجراءات العمل المختلفة، وذلك من أجل تحسين وتطوير كل مكونات المؤسسة للوصول إلى أعلى جودة في مخرجاتها. (قشطة، 2018، الصفحات 12-19)

ويرى الباحث أن هذا العصر الذي نعيشه الآن فيه يمتاز بأنه عصر الجودة، حيث أن طبيعة العصر الذي نحن فيه يؤكد على الحرية والجودة معاً، ويظهر ذلك في جميع أوجه النشاط الاقتصادي، والسياسي، والاجتماعي، والرياضي، وقد أصبح الاهتمام بالجودة مهماً في الفترة الحديثة في المؤسسات والهيئات الإدارية والرياضية، وأصبحت مصطلحاً ملحاً للعمل الإداري.

ويذكر أحمد سرور (2015) نقلاً عن حسن الشافعي (2003) أن إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات الرياضية هي كل أنشطة ووظائف الإدارة التي تطبق في المؤسسات الرياضية والتي تقوم بتحديد أهداف الجودة وسياساتها ومسؤولياتها وتطبيقها بواسطة تخطيط الجودة، وضبط وتوكيد الجودة، وتحسين الجودة بداخل نظام الجودة. (سرور، 2015، صفحة 56)

كما تؤكد سماح أحمد (2015) على أهمية تبني أسلوب إدارة الجودة الشاملة في إدارة المؤسسات الرياضية، وذلك لمواكبة ثورة الإدارة الرياضية الحادثة على مستوى العالم، و بحيث تعمل على استمرار المنافسة في مجال إدارة المؤسسات الرياضية المختلفة بفاعلية، وهذا يحتم علينا ضرورة تبني فلسفة إدارية جديدة تتماشى مع متطلبات المجتمع. (أحمد، 2015، صفحة 2)

ويعزز وليد المرغني (2014) أن العالم المعاصر يهتم بتطبيق إدارة الجودة الشاملة في جميع المؤسسات؛ لا سيما الرياضية منها، وذلك لعدة أسباب، منها: -

اتصافها بالشمولية في كافة المجالات، والمساهمة في اتخاذ القرارات، وحل المشكلات بسهولة ويسر، عدم جدوى بعض الأنظمة والأساليب الإدارية في تحقيق الجودة المطلوبة، مواكبة نظام الجودة مع خطط التنمية الحديثة، تدعيم الترابط والتنسيق بين إدارات المؤسسة ككل. (المرغني، 2014، صفحة 3)

وتعد الأندية الرياضية في أي دولة هي القاعدة الأساسية للرياضة، وأن الاتحادات الأهلية الرياضية تتكون أساساً من الأندية الرياضية وغيرها من المؤسسات الرياضية المختلفة، وأن أي تقدم رياضي تحققه أي دولة من الدول يكون مرتبطاً بدرجة كبيرة بما تقدمه هذه الأندية.

وتؤكد آمال محمد وأحمد آدم (2009) أن مقدار النجاح الذي يحققه أي نادي رياضي إنما يتوقف في المقام الأول على قدرة وكفاءة القادة الإداريين وفهمهم للعمل الإداري ووظائفه، كالتخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة واتخاذ القرار. (أمال محمد وأحمد أدم ، 2009، صفحة 558)

وأن تطبيق متطلبات إدارة الجودة الشاملة داخل كل مؤسسة أو هيئة رياضية بصفة عامة، والأندية الرياضية بصفة خاصة تعد الخطوة الأولى اتجاه التحسين المستمر بين النظام التكويني، وهي الأساس في دراسة الواقع

القائم وتقويمه، للتعرف على نقاط القوة وتدعيمها، ونقاط الضعف وتقويتها من أجل إعداد وتأهيل قادة إداريين متميزين بالشمول والتكامل لنجاح العملية الإدارية بالأندية الرياضية.

ومن خلال ما سبق ذكره، يرى الباحث بضرورة الاهتمام بمجالس إدارة الأندية الرياضية، وذلك من خلال تطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة بالأندية لتحقيق أهدافها، والعمل على تحسين وتطوير جميع أنشطة النادي في جميع المجالات الرياضية والثقافية والاجتماعية، وتعد الأندية الرياضية من أكثر المؤسسات تأثراً بالتغيرات العالمية والمحلية، وذلك لما للرياضة من تأثير واضح محلياً وعالمياً، وهي تمثل مظهراً من مظاهر تقدم الأمم والشعوب.

أهمية البحث: -

تبرز أهمية هذا البحث في أنه يسعى إلى تأصيل ثقافة الجودة الشاملة، ووضع إطار متكامل لتوفير الظروف الملائمة للتطبيق الناجح والفعال لمدخل إدارة الجودة الشاملة بالأندية الرياضية، لما له من أهمية في تحقيق رضا العملاء(المستفيدين) والاستخدام الأمثل للموارد المتاحة، وزيادة قدرة الأندية على التطوير والابتكار، وزيادة الفاعلية التنظيمية، والقدرة التنافسية فيما بينها.

هدف البحث:-

يهدف البحث للتعرف على دور إدارة الجودة الشاملة في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية.

تساؤل البحث:-

ما هو دور إدارة الجودة الشاملة في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية؟

المصطلحات المستخدمة:-

- **إدارة الجودة الشاملة:-** بأنها نظام إداري يركز على المستفيدين والعاملين والموارد، ويعتمد التحديث المستمر والتشغيل الكامل والتخطيط الاستراتيجي للجودة في المؤسسة. (الشافعي، 2003، صفحة 12)
- **الأندية الرياضية:-** تعتبر أحد أهم الهيئات الأهلية في المجتمع والمرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالمجال الرياضي والشبابي.

فالنادي هو هيئة تكونها جماعة من الأفراد بهدف تكوين الشخصية بصورة متكاملة عن طريق نشر التربية الرياضية والاجتماعية والثقافية، وبث روح التعاون وتنمية قدراتهم وشغل أوقات فراغهم. (تمراز، 2015، صفحة 31)

الدراسات السابقة: -

1. **دراسة عبد الرزاق الملموس (2022)**

بعنوان مقترح تطوير الرياضة الليبية في ضوء إدارة الجودة الشاملة، وتهدف الدراسة إلى وضع مقترح لتطوير الرياضة الليبية في ضوء إدارة الجودة الشاملة، وذلك من خلال دعم والتزام الإدارة العليا اتجاه تحقيق إدارة الجودة الشاملة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، ويتكون مجتمع وعينة الدراسة من فئتين وظيفية وهي الإدارة العليا والوسطى وعددهم (58) فرد، والاتحادات الرياضية العامة وعددهم (39) اتحاد رياضي، وقد استخدم الباحث أدوات جمع البيانات (الاستبيان)، وكانت أهم نتائج الدراسة بأن هناك وضوح في العلاقة بين التخطيط في الوضع الإداري الحالي وتطوير الرياضة الليبية في ضوء إدارة الجودة الشاملة

بأبعاده، وقد أوصت الدراسة على ضرورة اهتمام المجال الإعلامي من أجل التعريف الصحيح بمفهوم وأسس إدارة الجودة الشاملة وكيفية تطبيقها، وأيضا إيضاحها للمجتمع الليبي.

2. **دراسة أبو صلاح النذير (2017)**

بعنوان إدارة الجودة الشاملة كمدخل لعمل إدارة النوادي الرياضية في ظل سياسة الاحتراف الرياضي بالجزائر، وسلطت الدراسة الضوء على إدارة الجودة الشاملة كمدخل لعمل إدارة النوادي الرياضية في ظل سياسة الاحتراف الرياضي بالجزائر، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتمثلت أداة البحث في استمارة الاستبيان، والتي تم تطبيقها على عينة مكونة من أعضاء مجالس إدارة (8) أندية رياضية محترفة والبالغ عددهم (35)عضو. وأوصت الدراسة بزيادة وعي واهتمام الإدارة العليا بالعاملين في الأندية الرياضية بفلسفة إدارة الجودة الشاملة، خاصة في ظل تطبيق الاحتراف الرياضي.

3. **دراسة عبد المالك سربوت (2015)**

بعنوان إدارة الجودة الشاملة في الأندية الرياضية الجزائرية بين الواقع والمأمول، دراسة ميدانية على عينة من فرق النخبة، وهدفت الدراسة إلى معرفة واقع إدارة الجودة الشاملة في الأندية الرياضية الجزائرية، ومدى إدراك القائمين على الرياضة في الجزائر لأهمية تطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة التي تمثلت في رضا وتحقيق النتائج الإيجابية على المستويين الداخلي والخارجي، والتحسين المستمر، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة فقد تم إعداد استبانة كأداة بحث لجمع البيانات وتوزيعها على عينة من الأندية الرياضية، وثملت في (6) فرق، وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير الخبرة والمستوى التعليمي، وتطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة في فرق كرة القدم الجزائرية.

4. **دراسة بول دينوب، جوفا نفيرلدي (2004)**

بعنوان إدارة الجودة في النوادي الرياضية، وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على كيفية مساعدة الأندية والاتحادات الرياضية مع إدخال إدارة الجودة في الألعاب الرياضية المختصة بكل منها، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وشملت عينة الدراسة على قيادات الأندية الرياضية التقليدية، وقد استخدم الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات، وقد توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها التقييم يمكن تطوير خطة محددة لمساعدة هذه الأندية على تحسين نظم إدارتها في هذه الطريقة تأمل الحكومة لتحسين نوعية النظم الرياضية التقليدية.

❖ **الاستفادة من الدراسات السابقة: -**

من خلال اطلاع الباحث على العديد من الدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة دور إدارة الجودة الشاملة في التطوير والتحسين والتنظيم، والتي أمكن الاستفادة منها في هذا البحث من خلال:-

- يعتبر البحث الحالي امتداد للدراسات السابقة من حيث استخدام إدارة الجودة الشاملة.
- اختبار مشكلة البحث من خلال توصيات تلك الدراسات.
- ساعدت الباحث في صياغة هدف وتساؤل البحث.
- تحديد المنهج المناسب لهدف البحث.
- تحديد أسلوب اختيار العينة وتحديد عددها.
- تحديد الإجراءات الإحصائية المناسبة لهذا البحث.
- التوصل إلى مجموعة نقاط ساعدت الباحث في مناقشة النتائج، وتدعيم النتائج المتوصل إليها.

إجراءات البحث: -

- **منهج البحث: -** استخدم الباحث المنهج الوصفي كونه أنسب المناهج لطبيعة هذا البحث.
- **مجتمع وعينة البحث: -**اشتمل مجتمع البحث على أعضاء مجالس الإدارة من أندية الدوري الممتاز والبالغ عددهم (20) نادي المسجلة بالاتحاد الليبي لكرة القدم الموسم الرياضي (2022-2023) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أعضاء مجالس (10) إدارة أندية رياضية محترفة بالدوري الممتاز بالمنطقة الغربية ، حيث بلغ عددهم (70) عضو .
- **أداة البحث جمع البيانات: -**استخدم الباحث استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات التي يمكن من خلالها التعرف على إدارة الجودة الشاملة ودورها في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية بالمنطقة العربية، وتحتوي الاستمارة علي (5) محاور، وكل محور يحتوي على مجموعة من العبارات، كما هو موضح في خطوات إعداد استمارة الاستبيان.
- **خطوات إعداد استمارة الاستبيان:** من خلال اطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية الحديثة، والدراسات المرجعية والبحوث وبإجراء العديد من المقابلات الشخصية مع بعض الخبراء والمحكمين، قام الباحث بإعداد أداة البحث (استمارة الاستبيان) حول إدارة الجودة الشاملة ودورها في تطوير النظام الإداري لبعض الأندية الرياضية، وتم عرضها على الخبراء والمحكمين، وقام كل خبير بإبداء الرأي في الاستمارة سواء بالحذف أو الإضافة أو التعديل، وقام الباحث بتعديل الاستمارة وفقاً لآراء الخبراء المحكمين، وتمت الموافقة على أن تكون المحاور الأساسية على النحو الآتي:
  - محور التخطيط.
  - محور التنظيم.
  - محور التوجيه.
  - محور الرقابة.
  - محور ضمان الجودة والتحسين المستمر.

الدراسة الاستطلاعية: - قام الباحث باختيار عينة استطلاعية بالطريقة العشوائية من الإداريين بالأندية الرياضية (أعضاء مجالس إدارة الأندية)، حيث بلغ عددهم (25) عضواً تم اختيارهم من خارج العينة الأساسية.

- **الدراسة الأساسية: -** قام الباحث بالتطبيق الميداني بتوزيع الاستبيان على عينة قوامها (70) عضواً عن طريق المقابلة الشخصية، وتم إجراء هذا البحث في الفترة من 4-2023/6/28

المعالجات الإحصائية:-

- النسب المئوية، معامل الارتباط.
- اختبار كا^2.

عرض ومناقشة النتائج: -

يتضمن هذا الفصل عرض نتائج هذا البحث لآراء عينة أفراد البحث من خلال استمارات الاستبانة الخاصة برؤساء وأعضاء مجالس إدارات بعض الأندية الرياضية، وذلك بمناقشة وتفسير النتائج المتعلقة لوضع تصور لإدارة الجودة الشاملة في الأندية الرياضية.

جدول (1) التكرارات والنسب المئوية وقيمة مربع كا2
لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول "التخطيط

ن=70

ر.م	العبارات	موافق		إلى حد ما		غير موافق		قيمة كا^2
		ت	%	ت	%	ت	%	
1	يحدد التخطيط تحسين الجودة الشاملة لكل الأندية الرياضية.	55	78.57	10	14.28	5	7.14	17.35
2	توجد أهداف واضحة ومحددة لكل نادي.	49	70	13	18.57	8	11.42	15.20
3	يتم توضيح الخطة وأهدافها لإمكانية مساهمة العاملين في تنفيذها.	53	75.71	12	17.14	5	7.14	16.27
4	توجد وحدة إدارة الجودة الشاملة بالأندية الرياضية.	47	67.14	11	15.71	12	17.14	14.33
5	الوعاء الزمني للخطة يمكن أن يحقق الجودة الشاملة.	63	90	5	7.14	2	2.85	23.45
6	يتوفر خطط طويلة المدى لبرامج التدريب والإعداد للمراحل السنية المختلفة لدى النادي.	56	80	8	11.42	6	8.57	17.80
7	يوجد استقرار للقيادات الإدارية بالأندية الرياضية.	60	85.71	6	8.57	4	5.71	18.23
8	الميزانيات كافية لوضع مخطط يحقق الجودة الشاملة.	58	82.85	4	5.71	8	11.42	18.65
9	يوجد مقر متكامل لزيادة عدد الممارسين بالنادي.	59	84.28	3	4.28	8	11.42	18.92
10	الأندية الرياضية متبعة تطورات إعداد الخطة التنفيذية.	51	72.85	6	8.57	13	18.57	15.43

يتضح من الجدول رقم (1) آراء عينة البحث بالاستجابة على عبارات المحور الأول، حيث تراوحت نسبة الموافقة ما بين (67.14-90.00%) وكانت الفروق بين استجابات العينة دالة إحصائية عند مستوى (0.05)، حيث أجمعت عينة البحث على أن التخطيط يعتبر ضروري جدا في تحسين إدارة الجودة الشاملة بكل فاعلية في الأندية الرياضية من خلال وضع الخطط والبرامج العلمية لتحقيق أهداف النادي واستنارة دافعية العاملين بالنادي لفلسفة الجودة الشاملة.

ويؤكد عمر قشطة (2018) أن تطبيق مبادئ الجودة يرتبط بمدى افتتاح القيادة أو الإدارة العليا بهذه الأفكار وتبنيها ودعمها.

وتضيف سماح أحمد (2015) بأن تطوير إدارة الأندية لابد من تحقيق وإشباع احتياجات ورغبات الأعضاء كإحدى مسؤوليات الإدارة التي تعي بفلسفة الجودة الشاملة، ووضع الأهداف طويلة المدى التي تسعى إدارة النادي لتحقيقها في المستقبل البعيد؟

جدول (2) التكرارات والنسب المئوية، وقيمة مربع كاي2
لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثاني "التنظيم"

ن=70

ر.م	العبارات	موافق		إلى حد ما		غير موافق		قيمة كا^2
		ت	%	ت	%	ت	%	
11	يوجد بالنادي نظام لتطوير الأداء الإداري.	53	75.71	7	10.00	10	14.28	15.35
12	يحدد النادي مسؤوليات وسلطات العاملين بدقة وموزعة على العاملين توزيعاً سليماً.	48	68.57	13	18.57	9	12.85	14.20
13	يضمن التنظيم اختبار أصلح العاملين للوظائف المختلفة.	57	81.42	11	15.71	2	2.85	17.81
14	الهيكل التنظيمي يحتوي على إدارة أو أقسام أو وحدات تختص بالجودة الشاملة.	51	72.85	8	11.42	11	15.71	15.41
15	يوجد هيكل تنظيمي يحدد التسلسل والارتباط الإداري والمرجعيات بالأندية الرياضية.	56	80.00	5	7.14	9	12.85	17.53
16	توجد معايير محددة لشغل الوظائف الإدارية بالأندية الرياضية.	46	65.71	16	22.85	8	11.42	13.32
17	يتم تطوير الهيكل التنظيمي للإدارة بالأندية الرياضية بما يناسب برامج تحسين الجودة الشاملة.	50	71.42	7	10.00	13	18.57	14.63
18	يوجد نظام فعّال للتعرف على شكاوى المستفيدين لـ (الإداريين – المدربين – اللاعبين).	55	78.57	10	14.28	5	7.14	17.67
19	يتم مساءلة العاملين باستمرار عن استخدام الموارد المادية والإمكانيات التي وضعت تحت تصرفهم وعن نتائجها.	58	82.85	4	5.71	8	11.42	18.40
20	يجب بناء الهيكل التنظيمي للنادي بأخذ الطابع الهرمي.	48	68.57	12	17.14	10	14.28	14.82

يتضح من الجدول رقم (2) اتفاق آراء عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على عبارات المحور الثاني التنظيم، حيث تراوحت نسبة الموافقة ما بين (65.71- 82.85%) وكانت الفروق بين استجابة العينة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) حيث أجمعت عينة البحث على أن نجاح تطبيق فلسفة إدارة الجودة الشاملة في الأندية الرياضية يتطلب تنظيم إداري يعمل على بدل الجهد لإيجاد بيئة تنظيمية مناسبة تسمح للعاملين فيها بممارسة العمل الجماعي.

وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه **رشاد تمراز (2015)** أن التنظيم يفيد في تحديد كل السلطات والمسؤوليات، فيظهر التحديد السليم لعلاقات العمل داخل المؤسسة الرياضية، حيث يعرف كل شخص علاقته التنظيمية، السلطات التي لا يجوز أن يتجاوزها.

ويرى الباحث أن التنظيم يعد ضرورة حتمية للهيئات والمؤسسات الرياضية، كما يخدم الاستخدام الأمثل للطاقات البشرية والمادية في البرامج الرياضية.

جدول (3) التكرارات والنسب المئوية، وقيمة مربع كاي2
لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثالث "التوجيه"

ن=70

ر.م	العبارات	موافق		إلى حد ما		غير موافق		قيمة كا^2
		ت	%	ت	%	ت	%	
21	يجب توجيه المرؤوسين نحو بلوغ الأهداف المرجوة.	59	84.28	6	8.57	5	7.14	18.90
22	الحرص على تحقيق رضا الأفراد عن العمل ورفع معنوياتهم داخل النادي.	50	51.42	10	14.28	10	14.28	14.26
23	يتم تشجيع العاملين بصفة منتظمة، ويكافئ الأفراد عن الأعمال المتميزة.	56	80.00	3	4.28	11	15.17	16.10
24	يستمر توجيه العاملين بالأندية الرياضية طوال فترة تنفيذ المبادرات والخطط التشغيلية والبرامج وفق برنامج زمني.	48	68.57	12	17.14	10	14.28	12.63
25	يجب الاهتمام بالفروق الفردية بين المرؤوسين عن تكليفهم بالأعمال الإدارية المختلفة بالنادي.	61	87.14	8	11.42	1	1.42	19.07
26	توجد معايير واضحة لمن يقوم بالتوجيه.	62	66.34	5	7.14	3	4.28	20.51
27	تعمل الإدارة العليا على التحسين المستمر في طرق وإجراءات أداء الأعمال بالأندية الرياضية.	60	85.33	4	5.71	6	8.57	18.89
28	توجد لقاءات مفتوحة بين المديرين والمرؤوسين لتحديد التحسينات المطلوبة.	56	80.00	12	17.14	2	2.85	15.93
29	يتم التنسيق المستمر بين أعمال جميع الإدارات بالأندية الرياضية.	55	78.57	9	12.85	6	8.57	14.17

يتضح من الجدول رقم (3) اتفاق آراء عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على عبارات المحور الثالث، حيث تراوحت نسبة الموافقة ما بين (51.42 -85.33%) وكانت الفروق بين استجابات العينة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) حيث أجمعت عينة البحث على أن التوجيه يعد من الأركان الأساسية للعملية الإدارية والعصب الحيوي لتحقيق الاستثمار الأمثل للطاقات البشرية في العمل، فهو يهدف إلى تحقيق التوافق بين الفرد والعمل أو المهنة، ومن هنا تبرز أهمية التوجيه والإرشاد الذي يقوم على مساعدة الفرد على تحقيق أهداف المنظمة التي يعمل بها.

وهذا ما تؤكده دراسة حسن الشافعي (2003)، على أن تركيز الإدارة العليا بالأندية الرياضية يقوم بتحقيق التعاون بين العاملين في المؤسسة وتحفيزهم للعمل بأقصى طاقاتهم، وتوفير بيئة العمل الملائمة، وأن أهمية التوجيه تكمن في اكتشاف نقاط الضعف في التنظيم ومحاولة علاجها، واختبار الطرق والوسائل التي تساعده على تحقيق الأهداف.

كما أوصت دراسة سماح أحمد (2015) بضرورة اهتمام الإدارة العليا بالأندية الرياضية بتطبيق برامج الدعم والتحفيز المادي والمعنوي للعاملين بالأندية، مما يشعرهم بروح الانتماء والولاء والتفاعل المتبادل بين العاملين، وتدعيم قنوات الاتصال بين الأندية.

جدول (4) التكرارات والنسب المئوية، وقيمة مربع كاي2
لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الرابع "الرقابة"

ن=70

ر.م	العبارات	موافق		إلى حد ما		غير موافق		قيمة كا^2
		ت	%	ت	%	ت	%	
30	تساهم الرقابة في معرفة الأخطار والانحرافات بالسرعة المطلوبة.	51	72.85	7	10.00	12	17.14	15.27
31	يجب أن يكون النظام الرقابي مفهوماً وأهدافه واضحة.	48	68.57	11	15.71	11	15.71	13.90
32	تساهم الرقابة في التأكد من تحقيق الأهداف والمبادرات والخطط التشغيلية والبرامج داخل الأندية الرياضية.	63	90.00	4	5.71	3	4.28	18.87
33	يوجد مختصون لمراقبة العمل بالنادي.	45	64.28	16	22.85	9	12.85	12.24
34	يوجد نظام فعال لدراسة شكاوى واستفسارات المرؤوسين ودرجة رضاهم.	57	81.42	7	10.00	6	8.57	17.88
35	يجب الاسترشاد بمعايير رقابية مستحدثة في هيئات أخرى للارتقاء بمستوى كفاءة الأداء.	58	82.85	10	14.28	2	2.85	17.52
36	يتطابق ما يتم تنفيذه من أعمال مع ما يجب أن يتم طبقا للخطة الاستراتيجية الموضوعة بالأندية الرياضية.	54	77.68	8	11.42	8	11.42	15.20
37	يجب أن تتم الرقابة وفق اللوائح المنظمة للعمل بالنادي.	80	85.25	6	8.57	4	5.74	18.34
38	يجب تحقيق الإدارة على المزيد من العمل.	59	84.24	5	7.14	6	8.57	17.90
39	يجب التأكد من أن إجراءات الصرف تسير وفقاً للخطة المقررة وعدم الإسراف في تكاليف عملية الرقابة.	53	75.71	9	12.85	8	11.42	16.47

يتضح من الجدول رقم (4) اتفاق آراء عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على عبارات المحور الرابع، حيث تراوحت نسبة الموافقة ما بين (64.28 – 90.00 %) وكانت الفروق بين استجابات العينة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، حيث أجمعت عينة البحث على أن الرقابة تهدف أساساً إلى التأكد من أن الأنشطة تسير في اتجاه الأهداف المراد الوصول إليها، وأيضا الكشف عن الأخطاء والانحرافات ومعالجتها، وتحديد المسئول عنها.

وهذا ما تؤكده دراسة رشاد تمراز (2015) للرقابة دور فعال في قياس نتائج التنفيذ ومقارنتها بالمعايير الموضوعية، حيث يمثل التخطيط المرحلة الفكرية التي تسبق التنفيذ والتنظيم هو تحديد المسؤوليات والسلطة عن الأعمال المطلوب تنفيذها، والتوجيه هو إرشاد المرؤوسين في تنفيذهم للأعمال ببعض من النشاط الإداري والتأكد من أن ما تم أو يتم طابق كما نريد إتمامه، وهذا يسمى بالرقابة.

جدول (5)
التكرارات والنسب المئوية، وقيمة مربع كاي^2
لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الخامس "التركيز علي التطوير والتحسين المستمر"

ر.م	العبارات	موافق		إلى حد ما		غير موافق		قيمة كا^2
		ت	%	ت	%	ت	%	
40	يتوفر بالنادي مكتب إدارة ضمان الجودة والتحسين المستمر.	59	84.28	6	8.57	5	7.14	16.40
41	يُؤمن مجلس إدارة النادي بفلسفة التطوير والتحسين المستمر.	55	78.57	9	12.85	6	8.57	15.23
42	توجد قناعة تامة لدى إدارة النادي بأهمية التحسين والتطوير اتجاه المستفيدين (الإداريين –المدربين – اللاعبين).	60	85.25	4	5.71	6	8.57	11.47
43	تقام ورش عمل بشكل دوري لمناقشة المشكلات المتعلقة بالنادي وحلها.	44	62.85	13	18.85	13	18.85	13.37
44	تهتم إدارة النادي بتنمية مهارات العاملين بهدف تحسين الخدمة المقدمة.	53	75.71	9	18.75	8	11.42	14.85
45	توجد خطط لتحسين معايير الأداء بالنادي.	50	71.42	8	11.42	12	17.14	14.47
46	يهدف النادي للتحسين المتميز من أجل تقليل الأخطاء الإدارية الناتجة عن قلة الخبرة وتوسيع قاعدة المستفيدين.	49	70.00	11	15.71	10	14.28	13.86
47	يجب دعم الإدارة العليا لبرامج إدارة الجودة الشاملة.	62	88.57	6	8.57	2	2.85	2.85
48	يجب بناء فرق العمل ذاتية الإدارة والتعاون في إظهار المشاكل وتقييم الحلول.	52	74.28	13	18.85	5	7.14	14.37

يتضح من الجدول رقم (5) اتفاق آراء عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على عبارات المحور الخامس، حيث تراوحت نسبة الموافقة ما بين(62.85- 88.37 %) وكانت الفروق بين استجابات العينة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، وهذا يدل على إدراك و وعي المسئولين بالأندية الرياضية على أهمية التطوير والتحسين المستمر بالأندية كإحدى متطلبات تطبيق الجودة الشاملة، وذلك من خلال تدريب الأعضاء على كيفية تطبيق الجودة.

وقد أكدت نتائج دراسة سماح أحمد (2015) نقلا عن حسن الشافعي ويسرية إبراهيم (2007)، على أن التحسين المستمر بالأندية يتم من خلال وضع خطط لتحسين الأداء وتطويره لجميع العاملين، مع استفادة الإدارة من قياس وتقييم أداء العاملين في القدرة على اتخاذ قرارات التحسين والتطوير في العمل.

ويرى الباحث أن نتائج هذه الدراسة تسعى إلى نشر ثقافة الجودة الشاملة والوعي بمفهوم وأهمية إدارة الجودة الشاملة لتطوير عمل إدارة الأندية الرياضية.

الاستنتاجات: - في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث نستخلص الاستنتاجات الآتية : -

1. هناك وضوح في العلاقة بين التخطيط في الوضع الإداري الحالي وتطوير الأندية الرياضية في ضوء إدارة الجودة الشاملة.
2. توجد هناك علاقة بين التنظيم في الوضع الإداري الحالي وتطوير الأندية الرياضية في ضوء إدارة الجودة الشاملة.

3. يجب تقوية العلاقات بين التوجيه في الوضع الإداري الحالي وتطوير الأندية في ضوء إدارة الجودة الشاملة.
4. هناك علاقة بين الرقابة في الوضع الإداري الحالي وتطوير الأندية الرياضية في ضوء إدارة الجودة الشاملة.
5. توجد علاقة بين التركيز على التطوير والتحسين المستمر وتطوير الأندية الرياضية في ضوء إدارة الجودة الشاملة.

التوصيات: - يوصي الباحث بما يلي: -

1. تطوير الهيكل التنظيمي باستمرار في ضوء احتياجات العمل.
2. تحديد شروط ومؤهلات شاغلي الوظائف بالأندية.
3. تدريب الأعضاء على كيفية تطبيق متطلبات الجودة الشاملة.
4. العمل على تطوير المناخ الثقافي والتنظيمي بالأندية الرياضية من خلال إقامة ندوات وورش عمل لتدعيم مفهوم إدارة الجودة الشاملة في تطوير العمل الإداري.
5. مشاركة الكوادر العاملة في اقتراح خطط التدريب والتأهيل للإداريين والعاملين بالأندية الرياضية لتنمية قدراتهم ومهاراتهم في تنفيذ الوظائف الإدارية.
6. إجراء المزيد من الدراسات في التخصصات المختلفة والتي تهتم بتطبيق الجودة الشاملة.

المراجع :-

1- أبوضلاح النذير. (2017)، إدارة الجودة الشاملة كمدخل لعمل إدارة النوادي الرياضية في ظل سياسة الاحتراف الرياضي بالجزائر- الأكاديمية الدولية للتكنولوجيا الرياضية الإمارات.
2- أحمد سرور(2015) متطلبات تطبيق مبادى أدارة الجودة الشاملة في بعض المؤسسات الرياضية الليبية . الاسكندرية : رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية .
3- أمال محمد وأحمد أدم . (2009). مدركات القادة الاداريين بالاتحادات الرياضية لعمليتي القيادة واتخاد القرار. الزاوية: مجلد المؤتمر العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضة.
4-حسن الشافعي (2003). إدارة الجودة الشاملة في التربية البدنية الرياضية . الاسكندرية : دار الوفاء لدنيا الطباعة .
5- رشاد تمراز (2015). تضور مقترح لادارة الاندية الرياضية الفلسطينية بقطاع غزة في ضوء معايير الجودة الشاملة . القاهرة : رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الدول العربية.
6- سماح أحمد (2015). متطلبات تطبيق الجودة الشاملة كمدخل لتطوير الاتحاد المضري للجمباز كلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية . الاسكندرية .
7- عبدالرزاق الملوس(2022). مقترح تطوير الرياضة الليبية في ضوء إدارة الجودة الشاملة، تونس : رسالة دكتوراه غير منشورة، المعهد العالي للرياضة والتربية البدنية بقصر السعيد.
8- عبدالمالك سربوت (2015). إدارة الجودة الشاملة في الأندية الرياضية الجزائرية بين الواقع والمأمول، المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي، جامعة العلوم والتكنولوجيا.
9- عمر قشطة (2018). تصور مقترح للإدارة بالجودة الشاملة في الاندية الرياضية الفلسطينية. فلسطين : مجلة جامعة الاقصى للعلوم التربوية والنفسية.
10- وليد المرغني (2014). موذج مقترح لتطوير مقومات العملية التدريبية لناشئ الطرة الطائرة بأستخدام معايير الجودة الشاملة . رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية .

11- Quality Management in sports clubs Original Research Article sport Management Review Volume 7.Issue1.May

مقارنة للأطفال الممارسين للألعاب الرياضية والالكترونية وأثرها في بناء الشخصية المتزنة لطفل الروضة

د / فاطمة كريم نعمة

المستخلص

يعتبر اللعب المتنوع من الامور المهمة التي وجدت لخدمة الاطفال نظراً لانتشاره لمدى واسع والتي تنتج عنها قيم إيجابية ، وهو قناة للتواصل ما بين الاطفال أينما وجدوا حيث تبرز بواسطته قدرتهم على إزالة الحواجز فيما بينهم وتساعد على اكتساب الشعور بالرضا والراحة , كما ويعتبر اللعب مفيد جداً للأطفال أما مشكلة البحث أن الكثير من الاطفال يمارسون الألعاب الالكترونية ويفضلونها على بقية الألعاب مما يسبب بأضرار للطفل فضلا عن مساهمتها في انطوائية الطفل واصابته بأمراض كثيرة مثل التوحد وغيرها ولكون الباحثة قامت بعدة بحوث على الاطفال في الروضة وملاحظتها لشخصيات مختلفة لدى الاطفال في درس الرياضة وما يميز هذه الشخصيات من ضعف وقوة في التعلم وقوة الشخصية من خلال اللعب وممارسة الالعاب الرياضية الجماعية في الدرس ارتأت الباحثة الى عمل استبيان لأولياء الامور الذين يمارس ابناءهم هذا النوع من الالعاب , وكانت أهداف البحث التعرف على الشخصية المتزنة لدى الاطفال الممارسين للألعاب الرياضية والألعاب الالكترونية بعمر (4) سنوات ,و التعرف على الفروق في شخصية الطفل لدى الاطفال الممارسين للألعاب الرياضية والألعاب الالكترونية بعمر (4) سنوات أما فرض البحث التعرف على الفروق في شخصية الطفل لدى الاطفال الممارسين للألعاب الرياضية والألعاب الالكترونية بعمر (4) سنوات اما عينة البحث البالغ عددهم (10) اطفال في روضة خطوة بخطوة الاهلية بعمر (4) سنوات للمجموعة التي مارست الألعاب الرياضية و(10) أطفال ممارسين للألعاب الالكترونية , وتم تنفيذ التجربة الرئيسة خلال (8) اسابيع وبواقع وحدة تعليمية في كل اسبوع لتكون مجموعها (8) وحدات تعليمية للمجموعتين , وتمت معالجة البحث احصائيا بنظام spss واستنتجت الباحثة مشاركة الأطفال في الألعاب الرياضية لها تأثير كبير في زيادة نشاطه الجسماني ومهاراته الاجتماعية ومهارات القيادة وتشجيعه على اتخاذ القرار الصائب مما سيؤثر ايجاباً عل بناء شخصيته

الكلمات المفتاحية : الالعاب الرياضية , الشخصية المتزنة للطفل.

Abstract:

Diversified play is one of the important things found to serve children due to its spread over a wide range, which results in positive values, and it is a channel of communication between children wherever they are, as it highlights their ability to remove barriers between them and helps to gain a sense of satisfaction and comfort, and play is very useful for children. The problem of the research is that many children play videogames and prefer them over other games, which causes harm to the child, as well as its contribution to the child's introvertedness and many diseases such as autism and others. Personalities of weakness and strength in learning and strength of personality through playing and practicing collective sports in the lesson. The researcher decided to make a questionnaire for parents whose children practice this type of

games. years, and to identify the differences in the child's personality among children practicing sports and video games at the age of (4) years. Children in a step-by-step kindergarten at the age of (4) years for the group that practiced sports games and (10) children who practiced video games. Treating the research statistically using the spss system, the researcher concluded that children's participation in sports has a significant impact on increasing his physical activity, social skills, leadership skills, and encouraging him to make the right decision, which will positively affect the building of his personality.

Keywords: Sports, balanced personality of the child.

المقدمة وأهمية البحث :

يعتبر اللعب المتنوع من الامور المهمة التي وجدت لخدمة الاطفال نظراً لانتشاره لمدى واسع والتي تنتج عنها قيم إيجابية ، وهو قناة للتواصل ما بين الاطفال أينما وجدوا حيث تبرز بواسطته قدرتهم على إزالة الحواجز فيما بينهم وتساعد على اكتساب الشعور بالرضا والراحة , كما ويعتبر اللعب مفيد جداً للأطفال ، حيث تشير الدراسات أنّ ممارسة اللعب يساعد الأطفال على بناء وتطوير شخصياتهم المتزنة ومهاراتهم الجسدية والعقلية والعاطفية، وتكوينهم لصداقات جديدة ، والاستمتاع والترفيه بها ، وتحسين احترام الاطفال لذاتهم وللآخرين، وما إلى ذلك ومن المؤكد أن تعزيز النمو البدني للأطفال هو أهم مساهمة للعب ، والشخصية المتزنة هي نوع من الشخصيات التي تملك الاعتدال السلوكي والشعوري والنفسي وتتميز بالصدق وتحمل المسؤولية والاحترام والمرونة في التفكير فضلا عن المستوى العالي من الطموح .

أن للألعاب التي يمارسها الطفل الدور المهم في اكتسابه النمو الشامل كالقيم الايجابية والسلوك الصحيح والتي تتطور بواسطتها شخصيته وتساعده في احترام ذاته والأخرين وأن الانجاز الذي يتحقق بواسطة اللعب يساهم في تعزيز ثقة الطفل بنفسه وتساهم الالعاب وخاصة الرياضية الجماعية منها بدور كبير في اكساب الطفل روح القيادة والتي تصب بدورها في تكوين شخصية قيادية له من خلال قيادة الفريق والمشاركة في قيادة المجموعة كما تساهم الالعاب الرياضية في تحقيق صورة ايجابية للذات لدى الطفل مما يؤدي الى تكوين شخصية محبة للذات واثقة من النفس لدى الاطفال الذين يشاركون بها , وتهدف الالعاب الرياضية بصورة عامة الى اعداد الاطفال اعدادا يصب في مصلحة الشخصية المتزنة المتسمة بالتعاون مع الاخرين وضبط النفس وهذه من الصفات التي تساهم في بناء شخصية الطفل وانتمائه للمجتمع وأن الالعاب الرياضية لها تأثيرها الايجابي على شخصية الطفل من خلال ما تغرسه من قيم وعادات .

أن المراحل الاولى من عمر الاطفال هي من المراحل الاساسية التي تتكون بها شخصيتهم ونشيته في بيئة مثالية متعاونة متكاتفة تساهم بشكل كبير في اكسابه الصفات الايجابية التي تكون بدورها عامل اساسي في بناء شخصيته في المستقبل , والطفل يحتاج الى ممارسة اللعب في سن الطفولة المبكرة لنمو الجسم المستمر والتي تساعده في بناء اعضائه بشكل سليم اضافة الى ذلك بناء شخصيته السليمة وأن اللعب المنظم تعزز من الثقة بالنفس والنمو بصورته الصحيحة ويساعده على التعلم ومعرفة محيطه, وتأتي أهمية الالعاب في هذه المرحلة من عمر الطفل من كونها

المرحلة التي يبدأ فيها في اكتشاف العالم من حوله ومعرفته بنفسه وبالمجتمع لذا من المهم إعطاء الطفل الفرص والمواقف التي تساعده في التعامل مع محيطه ويساهم اللعب في تخلص الطفل من الطاقة الزائدة والتوتر من خلال التفريغ من طاقاته بممارسة اللعب والتي يساهم في تنمية الجوانب المهمة من شخصية الطفل وتثقيفه وإتاحة الفرصة للطفل للمشاركة بهذا اللعب تنمي الشخصية السوية لديه وزيادة تفاعله معا اذ أكدت الدراسات أن التفاعل بسن مبكرة للطفل مع اللعب يمكن أن يبقى معه للكبر دون التغير بتغير عمر الطفل

مشكلة البحث : أن الكثير من الاطفال يمارسون الألعاب الالكترونية ويفضلونها على بقية الألعاب مما يسبب بأضرار للطفل فضلا عن مساهمتها في انطوائية الطفل واصابته بأمراض كثيرة مثل التوحد وغيرها ولكون الباحثة قامت بعدة بحوث على الاطفال في الروضة وملاحظتها لشخصيات مختلفة لدى الاطفال في درس الرياضة وما يميز هذه الشخصيات من ضعف وقوة في التعلم وقوة الشخصية من خلال اللعب وممارسة الالعاب الرياضية الجماعية في الدرس ارتأت الباحثة الى عمل استبيان لأولياء الامور الذين يمارس ابناءهم هذا النوع من الالعاب

اهداف البحث :

1- التعرف على تأثير الالعاب الالكترونية والرياضية على الشخصية المتزنة لدى طفل الروضة بعمر (4) سنوات .

2- التعرف على الفروق في الشخصية لدى اطفال الروضة الممارسين للألعاب الرياضية والألعاب الالكترونية بعمر (4) سنوات .

فرض البحث :

1- توجد فروق معنوية بين الأطفال الممارسين للألعاب الرياضية والالكترونية وأثرها في بناء الشخصية المتزنة لطفل الروضة بعمر (4) سنوات .

2- توجد فروق معنوية بين في شخصية الطفل لدى الاطفال الممارسين للألعاب الرياضية والألعاب الالكترونية ولصالح الاطفال الممارسين للألعاب الرياضية بعمر (4) سنوات.

مجالات البحث :

المجال الزماني : من 1- 7 -2023 الى 1 –8- 2023 .

المجال البشري : أطفال روضة خطوة بخطوة بعمر 4 سنوات .

المجال المكاني : القاعات الداخلية والخارجية لروضة خطوة بخطوة / بغداد .

منهج البحث:- قامت الباحثة باختيار المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة

مجتمع البحث وعينته :- تحدد مجتمع البحث بأطفال روضة خطوة بخطوة الاهلية في بغداد والبالغ عددهم (20) طفل وطفلة بعمر (4) سنوات مقسمين الى مجموعتين تجريبيتين المجموعة الاولى الأطفال الممارسين للألعاب الرياضية والمجموعة الثانية الأطفال الممارسين للألعاب الالكترونية وعينة لبناء المقياس بالغ عددهم (60) طفل وطفلة من روضتي قطر الندى واوركيد الاهليتين وتم توزيع استمارة المقياس على المعلمات بصفتهم أكثر معرفة بالأطفال اثناء لعبهم باللعبتين موضوع البحث .

الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة :

1- المراجع والمصادر العربية.
2- فريق العمل المساعد .
3- استمارة استبيان تتضمن مقياس معد لقياس الشخصية المتزنة للأطفال (محمد محمود بني يونس , 2005 , ص240) يوزع هذا المقياس على أولياء أمور الاطفال والمربون والمقربون من الاطفال وقد قامت الباحثة باختيار المعلمات لفحص الاطفال ومعرفة تأثير الالعاب على شخصيتهم خلال اسبوع كامل للحصول على أهم النتائج للبحث .

تحديد الالعاب الرياضية قيد البحث :

قامت الباحثة بتحديد العاب رياضية جماعية للمجموعة التجريبية الاولى للأطفال الذين يمارسون الالعاب الرياضية والمجموعة الثانية الاطفال الذين يمارسون الالعاب الالكترونية بواسطة جهاز الايباد الخاص بهم.

الأسس العلمية للاختبار قامت الباحثة بأعداد مقياس الشخصية المتزنة لأطفال بعمر 4 سنوات اذ تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (60) طفلاً وطفلة يمثلون روضتي قطر الندى وأوركيد الاهليتين في بغداد ، وذلك بالرغم من ان المقياس معد ومطبق على عينات كثيرة الا انه يعد التطبيق الأول في البيئة العراقية وعلى المجال الرياضي، لذا فقد حرصت الباحثة ان يكون المقياس المعد يتصف بأعلى درجات الصدق والثبات لذا فقد تم تطبيق المقياس المعد للشخصية المتزنة ، اذ حرصت الباحثة على تقييم كل طفل وطفلة من قبل المعلمة ، اذ تم تخصيص كل معلمة (10) أطفال لمدة أسبوع لمتابعة تصرفاتهم وسلوكهم الشخصي اثناء الدوام الرسمي واثناء اللعب ومن ثم تم تقييم ذلك وفق المقياس المعد وحسب ما موضح في الملحق (1)

الصدق

القدرة التميزية للمقياس

قامت الباحثة بالتحقق من عملية صدق مقياس (الشخصية المتزنة) في الكشف عن إمكانية قدرة كل فقرة من فقرات كل مقياس على التمييز باستعمال أسلوب المجموعتان الطرفيتان لعينة الاعداد والبالغ عددها (60) طفلاً وطفلة ، اذ قامت الباحثة باختيار نسبة ما تشكل 33% من المجموع الكلي للاستمارات تم اختيار ما يمثل بالتقريب (20) استمارة لكل من المجموعتين العليا والدنيا وان عملية حساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات مقياسي الدراسة البالغ عددها (30) فقرة لمقياس القيادة الخادمة و(20) فقرة لمقياس الولاء التنظيمي، وعن طريق الاعتماد على قيمة t.test للعينات المستقلة وقيمة (sig) المقابلة لها ، تم الوصول الى معرفة دلالة الفروق بين المجموعتين (ذات الدرجات العليا مع الدرجات الدنيا)، لكل فقرة من فقرات المقياس، وتم حسابها بالاعتماد على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) وعدت قيمة مستوى الدلالة (sig) دالة إحصائياً لأصغر من (0.05)، والجدول (2) يُبين نتائج الاختبار لجميع الفقرات.

جدول (1)
الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة والدلالة الإحصائية لمقياس الشخصية المتزنة

ت	الحدود العليا 33%		الحدود الدنيا 33%		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة المعنوية
	سَ	±ع	سَ	±ع			
1	2.31	0.24	1.66	0.47	4.11	0.000	**مميزة**
2	1.71	0.31	1	0.27	3.89	0.002	**مميزة**
3	1.95	0.57	1.18	0.55	4.16	0.000	**مميزة**
4	2.68	0.40	1.12	0.37	7.82	0.000	**مميزة**
5	1.45	0.38	1.77	0.47	3.97	0.001	**مميزة**
6	1.71	0.29	2.65	0.36	6.70	0.000	**مميزة**
7	1.92	0.48	1.33	0.33	2.69	0.004	**مميزة**
8	2.15	0.47	1.38	0.75	5.16	0.000	**مميزة**
9	2	0	1.23	0.57	8.89	0.000	**مميزة**
10	2.42	0.52	1.77	0.72	5.79	0.000	**مميزة**

وعند اجراء تحليل نتائج فقرات المقياس تبين لنا أن قيمة مستوى الدلالة (sig) لكل فقرة مع مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (58)، وأظهرت نتائج التحليل الإحصائي ان جميع الفقرات تتمتع بالقدرة على التميز عن طريق الاعتماد على قيمة (sig) التي كانت اقل من 0.05

جدول (2)
معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجموع الكلي للمجال والمقياس لمقياس الشخصية المتزنة

ت	ارتباط الفقرة بالمجموع الكلي	قيمة sig	الدلالة
1	0.57	**0.000**	**معنوية**
2	0.59	**0.000**	**معنوية**
3	0.61	**0.000**	**معنوية**
4	0.56	**0.000**	**معنوية**
5	0.66	**0.000**	**معنوية**
6	0.57	**0.000**	**معنوية**
7	0.54	**0.000**	**معنوية**
8	0.75	**0.000**	**معنوية**
9	0.69	**0.000**	**معنوية**
10	0.65	**0.000**	**معنوية**

ثبات مقياس الدراسة:

قامت الباحثة بحساب الثبات بالاعتماد في استعماله لطريقتي الثبات التجزئة النصفية والفا كرونباخ، اذ قامت الباحثة في إيجاد التجزئة النصفية لكل مقياس من خلال تقسيم فقرات المقياس الى قسمين (فقرات فردية وأخرى زوجية وكل منهما تمثل مجموعة)، اذ تمثل هذه الطريقة مؤشراً حقيقياً لأجل تزويدنا مقياس ذات اتساق فيما يتعلق بمعاينة المحتوى، اذ حساب التجزئة النصفية عن طريق حساب تباين الفقرات الفردية والزوجية وأخضعها لمعامل (F) التباين لأجل ضمان التأكد من وجود تجانس كلا النصفين، وبعد ايجاده ومقارنة القيمة المحسوبة والبالغة (1.818) بالقيمة الجدولية البالغة (4.421) ومستوى دلالة بلغ (0.164)،

عند درجتي حرية (58 -58) ومستوى دلالة (0.05)، بين عدم دلالتها الإحصائية، وهذا يعني تجانس تباين كلاً من الفقرات الفردية والزوجية للمقياس، بعدها قامت الباحثة في حساب الارتباط (بيرسون) للمقياس ككل، اذ بلغ معامل الثبات نصف الاختبار(0.631) ،ولأجل الحصول على ثبات كامل للاختبار طبق معادلة (سبيرمان – براون)، إذ بلغ معامل الثبات (0.742) وهي قيمة عالية و تدل على ثبات المقياس، فضلاً عن ذلك قامت الباحثة بحساب قيمة الثبات عن طريق معامل (الفا كرونباخ) للمقياس ككل والذي بلغت قيمته (0.812) والتي تدل على ان المقياس يتمتع بمعامل ارتباط عالٍ.

أداة البحث :قامت الباحثة باستخدام مقياس يتكون من (10) فقرات كل فقرة تتكون من (4) اجابات وتكون الاجابات (نعم , لا, ليس دائما , لا اعرف) وتكون الدرجة التي يحصل عليها الطفل المفحوص درجة واحدة اذا كانت الاجابة بنعم وصفر اذا كانت الاجابة لا وتحدد نصف درجة لكل من لا اعرف وليس دائما .

التجربة الرئيسة : قامت الباحثة بإعداد وحدات تعليمية وتضمنت العاب رياضية للمجموعتين التجريبيتين البالغ عددهم (10) أطفال بعمر (4) سنوات لكل مجموعة والعاب الكترونية بواسطة الايباد الخاص بكل طفل وعددهم (10) أطفال وكان عدد الوحدات (8) وحدة خلال (4) اسابيع بواقع وحدتين تعليمية في الاسبوع للمجموعتين التجريبيتين وقد تم استخدام الالعاب الرياضية والألعاب الالكترونية في القسم الرئيس / الجانب التعليمي من الوحدة التعليمية والبالغ وقته (25) لشرح اللعبة المستخدمة في البحث , وتم تقسيم القسم الرئيسي للوحدة التعليمية الى (10) دقائق لشرح الجانب التعليمي الخاص بكل وحدة , اما الجانب التطبيقي فيكون وقته (15) دقيقة والذي سيطبق فيه الاطفال ما تم شرحه في الجانب التعليمي وقد وزعت الباحثة استمارة استبيان للمعلمات المسؤولات عن الصفوف التي تحتوي عينة البحث بصفتهم الاقرب الى الطفال عند ممارسة الالعاب وملاحظة التغيير في شخصية الطفل على مدى اسبوع كامل خارج الوحدة التعليمية التي تقوم بها الباحثة وقد تم تقسيم اعداد الاطفال عينة البحث على المعلمات فتكون كل معلمة مسؤولة عن ملاحظة (10) اطفال ومن ثم الاجابة على فقرات الاستبيان على ضوء هذه الملاحظة والتأثير الذي يبينه كلا النوعين من الالعاب .

جدول (3)
قيم متغير الشخصية المتزنة لدى الممارسين للألعاب الرياضية والممارسين للألعاب الالكترونية والفرق بينهما

المتغيرات	المجموعات	س-	±ع	T	Sig
الشخصية المتزنة	الممارسين للألعاب الرياضية	6.25	1.247	7.982	0.000
	الممارسين للألعاب الالكترونية	4.75	1.167		

مناقشة النتائج : نتائج البحث التي يبينها الجدول (3) للمجموعتين التجريبيتين والذي يبين النتائج الايجابية للمجموعة التي استخدمت الألعاب الرياضية نلحظ وجود فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية الاولى والتي استخدمت الالعاب الرياضية وتعزو الباحثة بوجود هذه الفروق الى الدور الكبير الذي قامت به هذه الالعاب الرياضية والتغيير المهم الذي طرأ على نفسية الطفل وللرياضة أهمية كبيرة وخاصة في المراحل الاولى من عمر الطفل والتي تعتبر مرحلة البناء لينمو فعالا في المجتمع حيث ساعدت هذه الالعاب على ثباته الانفعالي واتزان شخصيته فضلا عن حب التنافس واللعب والقدرة على المواجهة فالألعاب الرياضية تشكل وسيلة تنموية حضارية للأطفال وتعتبر الرياضة متمثلة بالألعاب التي يمارسها الاطفال اساساً لنموهم البدني

وقد أشار (خطابية , 2011, ص 18) ," أنا الألعاب الرياضية فرصة لتعليم اسس التعاون والعمل مع الجماعة وتقبل الهزيمة بروح رياضية والتواضع والبعد عن العدوانية كما لها أثر هام في نمو الشخصية المتزنة " , ومن الضروري تشجيع الاطفال على اللعب والحركة لضمان نموهم السليم وتفاعلهم مع الاخرين والالعاب الرياضية هي نشاط حركي تعطى للأطفال بطريقة مبسطة و سهلة ومشوقة لأجل تحفيزهم على الاداء وتساهم بشكل كبير في تنمية مهاراتهم الحركية ولياقتهم البدنية , وتعمل الالعاب الرياضية على ازالة التوتر النفسي الذي يصب في ثبات شخصيته ويكتشف من خلالها الطفل نفسه وعالمه وأكد (غبيش , 2022 , ص14) , " الحركة والنشاط المرتكزان على اللعب هي عملية استنفاذ طاقة جسم الطفل الحركية بكل متعة وسرور " أن شاشات الهواتف النقالة وما تحتويه من افلام والوان تشد بها وتجذب اطفالنا وهنا يأتي دور اولياء الامور في التوجيه الصحيح واختيار ما يفيدهم وترى الباحثة أن التكنلوجيا وما تحتويه من عالم واسع يجب استغلالها بالوجه الصحيح والامثل أن الالعاب الموجودة في علم التكنلوجيا الواسع تسبب لأطفالنا مشاكل نفسية وتؤثر بشكل كبير على شخصيتهم المتزنة والحد من استخدام الهاتف لما فيه من ضرر على النظر والنطق بالنسبة لهم وتجنب المقارنة بين الاخوة والاصدقاء والاقرباء وقد أشار كل من (علي , القرشي ,2009 , ص22) , " يجب على الآباء والامهات أن يقلعوا عن المقارنة الصريحة واعتبار كل طفل له شخصيته المستقلة لها استعداداتها ومزاياها الخاصة بها " أن الالعاب الرياضية من وسائل اللعب الفعالة في تنمية وتربية الطفل ومن خلالها يتحقق النمو الاجتماعي والحركي وتنمية الشخصية لديه وقد اشارت (عبيد , 2013 , ص22) , " يتعلم الطفل من خلال اللعب مفاهيم الخطأ والصواب كما يتعلم المعايير الخلقية كالصدق والامانة وضبط النفس والروح الرياضية " من خلال ممارسة الطفل للألعاب الرياضية فأنه يتعلم الخطأ والصواب من خلال الاداء فبالأداء الصحيح يتعلم الصواب وبخسارته يتعرف على خطأ الاداء ويكون صادقاً بنقل مشاركته لمعلمته وامينا كذلك الرياضة لا تؤدي الى تعلم المهارات فحسب وإنما تعمل على ترسيخ معايير مهمة في شخصية الطفل فالاندماج واللعب مع الجماعة يثبت في نفسية الطفل مبادئ مهمة تصب في مصلحة شخصيته وقد أكد كل من (حوحو , غرايسة , 2020, ص2)," المدرسة , المعلم , جماعة الرفاق هم الذين يسهمون في تكوين شخصية الطفل " وقد اكد (نقاز, 2006 , ص4) ," للنشاط البدني الرياضي الذي يكون خلال حصص التربية البدنية والرياضية أثر كبير والفعالية التي تعود بها محتوى هذه الحصص في تكوين شخصيته " وقد أشارت كل من (عبد الغفار , صلاح الدين , 2021 , ص 10) , " هناك تأكيد على أهمية وفائدة الالعاب في تنمية الجوانب العاطفية والمعرفية للطفل وتلعب دوراً في بماء شخصيته المستقبلية " وترى الباحثة أن هناك مخلفات سلبية لشبكة الانترنيت وخصوصاً على الاطفال نتيجة الاستخدام السلبي وعلى الاسرة والقائمين على تربية الاطفال معرفة الألعاب التي يمارسها أطفالهم من أجل حمايتهم وتجنبهم الوقوع في مشاكل صحية ونفسية ويمكن أن نعزو سبب الحياة الخاملة بالنسبة للأطفال يكون سببها التكنلوجيا .

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات :

1- أن قضاء الطفل لوقت طويل أمام شاشات الهواتف الذكية لممارسة الالعاب الالكترونية لها تأثير ضار على ذاكرته وعلى دماغه .

2- كان هناك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية التي مارس فيها الطفل الألعاب الرياضية حيث ساهمت بشكل كبير في بناء شخصيته والسيطرة على الوزن الزائد وتحسين مزاجه وتفريغ الطاقة السلبية .

3- مشاركة الأطفال في الألعاب الرياضية لها تأثير كبير في زيادة نشاطه الجسماني ومهاراته الاجتماعية ومهارات القيادة وتشجيعه على اتخاذ القرار الصائب مما سيؤثر ايجاباً عل بناء شخصيته .

التوصيات :

1- لابد من تقليل الوقت لبقاء الطفل أمام الشاشة وممارسته للألعاب الالكترونية لما لها من أضرار على صحته وشخصيته .

2- ضرورة ممارسة الأطفال للألعاب ذات الطابع الحركي والعقلي وهي تتوفر في الألعاب الرياضية وتساهم بشكل كبير في بناء شخصية ذكية متعاونة تحترم رأي الآخرين ويمكن اندماجها في المجتمع .

3- وممارسة الألعاب الرياضية من قبل الأطفال تنمي لديهم روح القيادة والمنافسة الشريفة والطاعة والالتزام .

المراجع

1- أكرم زكي خطابية , التربية الرياضية للأطفال والناشئة , دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع عمان , الاردن , 2011

2- حنان عبد الغفار , أمل صلاح الدين , الالعاب التقليدية والأثرية في تنمية شخصية الطفل دراسة وصفية , مجلة سرة مانرا , المجلد 17 , العدد 69 , 2021 .

3- ريان حوحو, عمار غرايسة , دور الوسط المدرسي في بناء شخصية الطفل , جامعة الوادي , 2020 .

4 - عبد الحميد محمد علي , منى ابراهيم قرشي , مشاكل الطفل النفسية , ط 1 , مصر , مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع , 2009

5- محمد محمود بني يونس : سيكولوجية الطفولة المبكرة نحو الاستثمار الامثل في تربية الطفولة المبكرة , عمان , دار الثقافة للنشر والتوزيع , ط1 , 2005 .

6- ناصر فؤاد غبيش , استراتيجيات التعليم والتعلم في الطفولة المبكرة , دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة , ط1 , عمان , 2022 .

7- نقاز محمد , أثر النشاط البدني والرياضي في تكوين شخصية الطفل في المرحلة التحضيرية , جامعة الجزائر , معهد التربية البدنية والرياضية , 2006 .

8- هبة عبيد , العاب وحفلات الاطفال , دار اليازوري للنشر والتوزيع , عمان , الاردن , 2013 .

الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته

أ/ حمزة الشعالي أحمد مانيطة

المستخلص

يجب العناية بالأبناء في مرحلة رياض الأطفال حيث أنها مرحلة مهمة في تأسيس الأطفال لغد مشرق، ويأتي هذا من خلال الاهتمام بمكونات العملية التعليمية بتوفير كافة الإمكانيات اللازمة لبناء شباب المستقبل في مؤسسات رياض الأطفال. ولذلك يجب الاهتمام بهذه المرحلة الهامة وبكل القائمين عليها لما لهم من دور كبير في الرعاية المتكاملة لهؤلاء الأطفال، خاصة معلمات رياض الأطفال فيقع على عاتقهن مسؤولية تربوية وتعليمية بمؤسسات رياض الأطفال.ونتيجة لكثرة المشاكل التي تتعرض لها معلمات رياض الأطفال بسبب أعباء الحياة اليومية مثل المتطلبات الأسرية والالتزامات المدرسية وضغوط العمل، فقد ظهرت العديد من الآثار السلبية التي أثرت على مستوى أدائهن أثناء الخدمة بمؤسسات رياض الأطفال، ومن هنا جاءت الفكرة للباحث بعمل دراسة للتعرف على "الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراتة" وذلك من أجل وضع مقترحات لعلاج هذه الضغوط النفسية للارتقاء بمؤسسات رياض الأطفال وتحسين العملية التعليمية.ويهدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذا البحث، واشتملت عينة البحث على (31) معلمة، وبنسبة مئوية قدرها (20.12%) من مجتمع البحث، واستعان الباحث بمقياس الضغوط النفسية لمعلمات رياض الأطفال من إعداد "نجلاء محمد" (2017) لجمع البيانات الخاصة بهذا البحث، وكان من النتائج أن مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراتة بصفة عامة متوسط بنسبة 65.77، وكان من أهم التوصيات:
توفير الدعم المادي الكافي لمرحلة رياض الأطفال، توفير الكوادر البشرية اللازمة لمرحلة رياض الأطفال ،عقد دورات تدريبية لتنمية قدرات معلمات رياض الأطفال.

الكلمات المفتاحية: (الضغوط النفسية، رياض الأطفال).

Abstract:

Children must be taken care of during the kindergarten stage, as it is an important stage in establishing children for a bright tomorrow. This comes through paying attention to the components of the educational process by providing all the necessary capabilities to build future youth in kindergarten institutions. Therefore, attention must be paid to this important stage and to all those responsible for it, because they have a major role in the comprehensive care of these children, especially kindergarten teachers, as they have an educational responsibility in kindergarten institutions.

As a result of the many problems that kindergarten teachers are exposed to due to the burdens of daily life, such as family requirements and obligations School and work pressures. Many negative effects have appeared that affected their level of performance while serving in kindergarten institutions. Hence, the idea came to the researcher to conduct a study to identify “psychological pressures among kindergarten teachers in the city of Misrata” in order to develop

proposals to treat these psychological pressures to improve their performance. Kindergarten institutions and improving the educational process. This research aims to identify the level of psychological stress among kindergarten teachers in the city of Misrata. The researcher used the descriptive approach as it suits the nature of this research. The research sample included (31) teachers, with a percentage of(20.12%) of the research community, and the researcher used the psychological stress scale for kindergarten teachers prepared by "Najla Muhammad" (2017) to collect data for this research, and the results were that the level of psychological stress among kindergarten teachers in the city of Misrata in general was an average of 65.77, Among the most important recommendations were:
Providing sufficient financial support for kindergarten, Providing the necessary human resources for the kindergarten stage , Holding training courses to develop the capabilities of kindergarten teachers.

Keywords: (psychological stress, kindergarten).

مقدمة البحث

يجب العناية بالأبناء خاصة في مرحلة رياض الأطفال حيث أنها مرحلة مهمة في تأسيس الأطفال لغد مشرق، ويأتي هذا من خلال الاهتمام بمكونات العملية التعليمية بتوفير كافة الإمكانيات اللازمة لبناء شباب المستقبل في مؤسسات رياض الأطفال، وتعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته وفيها تشتد قابليته للتأثر بالعوامل المحيطة وتتفتح ميوله واتجاهاته، ويكتسب ألواناً من المعرفة والمفاهيم والقيم وأساليب التفكير ومبادئ السلوك مما يجعل السنوات الأولي حاسمة في مستقبله وتظل أثارها العميقة في تكوينه مدي العمر، ويجعل الاهتمام بالطفولة من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمعات لأن تربية الأطفال وإعدادهم لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور تعد اهتمام بواقع الأمة ومستقبلها (شبل بدران، 2002: 5).

وأصبحت مرحلة الطفولة المبكرة في سن ما قبل المدرسة من المراحل المناسبة للتعلم من خلال اللعب والنشاط الحركي حيث يمثل اللعب في هذه المرحلة من عمر الطفل مطلباً أساسياً وحقاً طبيعياً له، ويتحتم علي الآباء والمربيين تهيئة فرصه وتوفير وسائله لكي يمارسه الطفل، فحاجة الطفل إلي النشاط الحركي لا تقل أهمية عن حاجته إلي الغذاء إذا ما قدر له أن ينمو نمواً سليماً وأن تكون له شخصية متكاملة في الحياة (علي محمد، 2013: 47).

ولذلك يجب الاهتمام بهذه المرحلة الهامة وبكل القائمين عليها لما لهم من دور كبير في الرعاية المتكاملة لهؤلاء الأطفال، خاصة معلمات رياض الأطفال فيقع على عاتقهن مسؤولية تربوية وتعليمية بمؤسسات رياض الأطفال.

وتتضح أهمية هذا البحث في أنه يساعد على النهوض بالعملية التعليمية بمؤسسات رياض الأطفال، ويساهم في التغلب على المشكلات التي تواجه معلمات رياض الأطفال، وتطوير مهارات معلمات رياض الأطفال بما ينعكس بالإيجاب على الأطفال بتلك المؤسسات التعليمية.

مشكلة البحث:

نتيجة لكثرة المشاكل التي تتعرض لها معلمات رياض الأطفال بسبب أعباء الحياة اليومية مثل المتطلبات الأسرية والالتزامات المدرسية وضغوط العمل، فقد ظهرت العديد من الآثار السلبية التي أثرت على مستوى

أدائهن أثناء الخدمة بمؤسسات رياض الأطفال، وتعتبر الضغوط النفسية من أهم سمات العصر الراهن الذي يشهد تطورات وتغيرات سريعة في جميع مجالات الحياة، وأصبحت الضغوط النفسية تشكل جزء من حياة الإنسان نظراً لكثرة التحديات التي يواجها في هذا العصر، فهي تكاد تنتشر في مختلف البيئات والمجتمعات وخاصة في بيئات العمل التي تتطلب من القائمين عليها التفاعل المباشر مع الناس مثل المعلمين المعلمات وعلى وجه الخصوص الذين يعملون في المرحلة الأساسية الدنيا (إيمان الخفاف، 2017).

ومن هنا جاءت الفكرة للباحث بعمل دراسة للتعرف على **"الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته"** وذلك من أجل وضع مقترحات لعلاج هذه الضغوط النفسية للارتقاء بمؤسسات رياض الأطفال وتحسين العملية التعليمية.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته.

تساؤل البحث:

ما مستوى الضغوط النفسية الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته؟

مصطلحا البحث:

الضغوط النفسية: هي مجموعة من التفاعلات بين الفرد وبيئته والتي تسببت في حالة عاطفية أو وجدانية غير سارة من التوتر وعدم الشعور بالأمان (راوية حسن، 2003: 399).

رياض الأطفال: هي المرحلة التعليمية التي يقبل فيه الأطفال بمؤسسات رياض الأطفال من سن 4- 6 سنوات (إجرائي).

الدراسات السابقة:

1. قامت "أسماء عبداللطيف" (2010) بدراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين مصادر الضغوط النفسية والمهنية لمعلمة رياض الأطفال وبعض المتغيرات الشخصية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وذلك على عينة قوامها (448) معلمة، وتمثلت أدوات البحث في مقياس الضغوط المهنية لفونتانا ورضا أبوسريع (1993)، ترجمة أنسي قاسم، وبطارية قياس المتغيرات الشخصية، واستبيان مصادر الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال، وكان من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العصاب والضغوط النفسية المهنية لدى معلمة رياض الأطفال، كما أشارت إلى أعباء العمل والوضع المادي، والإدارة، والعلاقة بالزملاء، وعلاقة المعلمة بالأطفال، والمكانة الاجتماعية، ومنهج الروضة، والتوجيه، والإشراف، والعلاقة مع أولياء الأمور، كلها مصادر ضغوط مهنية لمعلمة رياض الأطفال وعوامل مساهمة في الرضا الوظيفي.
2. قامت " عبير فهمي " (2005) بدراسة استهدفت تقييم بعض مدخلات مؤسسات الرياض في محافظة بورسعيد من حيث : الموقع ، شكل ومواصفات المبني ، الأركان التعليمية ، الهيئة الإدارية ، المعلمات بالروضة ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وشملت العينة جميع الروضات في محافظة بورسعيد وعددها (54) روضة ، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، وتمثلت أدوات الدراسة في قائمة لرصد البيانات عن موقع الروضة والمبني ومكوناته ، وقائمة عن الهيئة الإدارية والمعلمات برياض الأطفال ، وكان من أهم النتائج ما يلي : (معظم الرياض لا يوجد بها صالات للألعاب وقلة المساحات الخضراء ، معظم الرياض بها وسائل تعليمية ، عجز في أعداد المعلمات بالنسبة لأعداد الأطفال) .

3. قام " عبدالعظيم عبدالسلام " (2002) بدراسة استهدفت التعرف علي واقع رياض الأطفال ، وتأثير هذا الواقع علي جودة العملية التربوية، ثم وضع تصور مقترح لتحسين الجودة في رياض الأطفال في ضوء معايير الجودة الشاملة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وشملت العينة مجموعة من مؤسسات رياض الأطفال في محافظة الشرقية بمصر، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، وتمثلت أدوات الدراسة في الاستبيان ، وكان من أهم النتائج ما يلي: (عدم مناسبة معظم مباني رياض الأطفال لطبيعة العملية التربوية والتعليمية بتلك المؤسسات من حيث الموقع والحجم والشكل والمرافق ، وجود عجز كبير في أعداد المعلمات ، انخفاض معايير جودة البرامج ، وجود عجز في المؤهلات التربوية للعاملين بتلك المؤسسات ، قلة الاهتمام بالإشراف والمتابعة) .
4. قام "سعد محجوب" (2001) بدراسة استهدفت التعرف علي الحالة الراهنة لبرامج النشاط الحركي في رياض الأطفال بمحافظة الجيزة من الجوانب التالية : المعلم ، المساحات والأجهزة والأدوات، الإدارة والإشراف والتوجيه، وتحديد المشكلات التي تواجه تنفيذ برامج النشاط الحركي، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وشملت العينة مجموعة من مؤسسات رياض الأطفال في محافظة الجيزة بمصر، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، وتمثلت أدوات الدراسة في الاستبيان وتحليل الوثائق والملاحظة والمقابلة، وكان من أهم النتائج ما يلي:(لا توجد برامج مخططة للنشاط الحركي، يحقق النشاط الحركي في تعليم المهارات الحركية الأساسية فقط، لا توجد ميزانية خاصة بالنشاط الحركي، الإمكانيات اللازمة لتنفيذ النشاط الحركي غير متوفرة بدرجة كافية).

مدي الاستفادة من الدراسات السابقة: استفاد الباحث من الدراسات السابقة في اختيار موضوع البحث والمنهج المستخدم وأدوات جمع البيانات وكذلك الأسلوب الإحصائي المستخدم .

إجراءات البحث

منهج البحث: استخدم الباحث "المنهج الوصفي" لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

مجتمع البحث: اشتمل مجتمع هذا البحث على معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته بالمنطقة الغربية بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (154) معلمة.

جدول (1) توصيف عينة البحث

م	اسم الروضة	المعلمات المتخصصات	المعلمات غير المتخصصات	المجموع
1	مصراته المركزية	4	6	10
2	شهداء المقاصبة	4	6	10
3	الأمل	4	6	10
4	المحبة	1	0	1
المجموع الكلي				31

أدوات البحث: استعان الباحث بمقياس الضغوط النفسية لمعلمات رياض الأطفال من إعداد "نجلاء محمد" (2017) لجمع البيانات الخاصة بهذا البحث، والبالغ عدد عباراته (74) عبارة لقياس الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته، وتم عرض عبارات هذا المقياس على الخبراء في الفترة من 2023/6/1 م إلى 2023/6/10 م وذلك لإبداء الرأي في مدى كفاية عبارات المقياس فيما وضعت من أجله، وكذلك الأهمية النسبية لهذا المقياس، وتقدير أهمية العبارات وفقاً لميزان التقدير الثلاثي: (نعم ويقدر لها "3"

ثلاث درجات، إلي حد ما ويقدر لها "2" درجتان، لا ويقدر لها "1" درجة واحدة)، وسلامة ووضوح الصياغة اللغوية لكل عبارة. وقد أفادوا بالموافقة على هذا المقياس بعد إجراء بعض التعديلات بحيث يكون عدد عباراته (51) عبارة، وبذلك أصبح صالح للتطبيق على عينة البحث.

وصف المقياس: يتألف المقياس من محورين أساسيين هما كالآتي:

المحور الأول: الضغوط النفسية الشخصية:

يقيس هذا المحور مدى وجود سمات شخصية لدى معلمة رياض الأطفال تلعب دوراً مهماً في وقوعها تحت تأثير الضغط النفسي، والتي تتمثل في الآتي: (الكفاءة الذاتية، الثقة بالنفس، المرونة، الاتجاه، الإدراك والتقدير المعرفي، التفاؤل، الرضا الوظيفي)، ويتكون هذا المحور من 13 عبارة، وهي كالآتي: 1، 6، 15، 20، 25، 29، 33، 36، 39، 42، 45، 48، 51.

المحور الثاني: الضغوط النفسية الخارجية:

ويتألف من أربعة أبعاد هي كالآتي:

1- **الضغوط المهنية:** يقيس هذا البعد مدى وجود المشكلات في التفاعل الاجتماعي لمعلمة رياض الأطفال مع الآخرين، والتي تتمثل في (ضغوط المكانة والأهمية، ضغوط الأطفال، ضغوط الإدارة المدرسية، ضغوط التوجيه، ضغوط أولياء الأمور، ضغوط المنهج المطور، ضغوط الإمكانيات المادية لبيئة العمل، نقص فرص الترقي، ضغوط إدارية)، ويتكون هذا البعد من 13 عبارة، وهي كالآتي: 2، 7، 11، 16، 21، 26، 30، 34، 37، 40، 43، 46، 49.
2- **الضغوط الأسرية:** يقيس هذا البعد مدى وجود بعض المشكلات الأسرية التي تتعرض لها معلمة رياض الأطفال من زوجها وأبنائها وتفرض عليها نوعاً من عدم التوافق، ويتكون هذا البعد من 5 عبارات، وهي كالآتي: 3، 8، 12، 17، 22.
3- **الضغوط الصحية:** يقيس هذا البعد مدى وجود بعض المشكلات الصحية التي من شأنها التأثير على الجانب النفسي والانفعالي لدى معلمة رياض الأطفال، ويتكون هذ البعد من 13 عبارة، وهي كالآتي: 4، 9، 13، 18، 23، 27، 31، 35، 38، 41، 44، 47، 50.
4- **الضغوط الاقتصادية:** يقيس هذا البعد مدى وجود بعض المشكلات المالية التي تتعلق بتكاليف الحياة مثل (المأكل، الملبس، الرعاية الصحية، الخدمات التعليمية، الخدمات الترفيهية)، ويتكون هذا البعد من 7 عبارات، وهي كالآتي: 5، 10، 14، 19، 24، 28، 32.

طريقة القياس بالمقياس: تم تحديد طريقة القياس بحيث يكون التطبيق بشكل فردي، أي كل معلمة على حدة، وتقوم بتطبيقه بنفسها دون التقيد بزمن معين.

طريقة تصحيح المقياس: يتم تقدير الدرجات في ضوء مقياس متدرج للاستجابة أمام كل عبارة وفقاً لميزان التقدير السالف ذكره، وتدل الدرجة الكلية المرتفعة على ارتفاع مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، بينما تدل الدرجة الكلية المنخفضة على انخفاض مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال.

المعاملات العلمية للمقياس:

1- **صدق المقياس:** تم حساب صدق المقياس بناءً على آراء المحكمين في مدى صدق المقياس في تحقيق الهدف الذي وضع من أجله وتم التطبيق على المحكمين (مرفق 1) في الفترة من 2023/6/11 م إلى

2023/6/20 م واتفق المحكمين بنسبة 85 % على المقياس وبنسبة تراوحت من 80 % إلى 90 % على العبارات مما يشير إلى صدق المقياس كما هو موضح بجدول (2).

جدول (2)
نسبة الاتفاق لصدق المحكمين للمقياس وعباراته (ن = 10)

م	المتغيرات	نسبة الاتفاق %
1	عبارات المقياس	% 85.00

2- **ثبات المقياس:**

تم تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه في الفترة من 2023/6/21 م إلى 2023/6/30 م على عينة قوامها (10) أفراد من مجتمع البحث ومن خارج العينة، وبحساب معامل الارتباط بين التطبيقين تم حساب معامل الثبات كما هو موضح بجدول (3).

جدول (3)
معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس (ن=10)

م	المتغيرات	معامل الارتباط	الصدق الذاتي
1	عبارات المقياس	0.82	0.91

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 0.549

يتضح من جدول (3) أن معامل الارتباط بلغ (0.82) وهو دال إحصائياً عند مستوى دلالة (00.05) مما يشير إلى ثبات المقياس.

الدراسة الأساسية:

بعد إعداد المقياس في صورته النهائية **مرفق (2)** تم تطبيقها على عينة البحث وذلك في الفترة من 2023/7/1 م إلى 2023/7/23 م.

المعالجة الإحصائية للبيانات:

تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ارتباط بيرسون، النسبة المئوية، الأهمية النسبية، الوسط المرجح، اختبار كا^2).

عرض النتائج:

جدول (4)

النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث

حول عبارات المحور الأول (الضغوط النفسية الشخصية) في المقياس قيد البحث

م	العبارات	النسبة المئوية			الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		نعم	إلى حد ما	لا			
1	أشعر بضغط شديد لأن عملي يتطلب مهارات عالية.	35.48	50.06	6.45	76.34	2.29	12.8
6	وجود بمفردي بدون مساعدة في القاعة أثقل كاهلي بأعباء كثيرة.	61.29	16.12	22.58	79.56	2.38	9.21
15	لا أستطيع القيام بواجباتي نحو أسرتي بشكل جيد بسبب أعباء العمل.	19.35	41.93	38.70	60.21	1.80	3.57
20	لا أشعر بالفخر والاعتزاز لكوني معلمة رياض أطفال.	80.64	12.90	6.45	91.39	2.74	27.81
25	أعاني من الإجراءات الروتينية اليومية.	19.35	41.93	38.70	60.21	1.80	3.57
29	لو أتيح لي فرصة اختيار مهنة أخرى لن أتردد في ذلك.	48.38	12.90	38.70	69.89	2.09	5.45
33	تنتابني أحلام مزعجة (كوابيس) عند التعرض لمواقف صعبة.	9.97	29.03	61.29	49.46	1.48	14.01
36	أعاني من عدم مرونة التوجيه المالي في صرف المستحقات المالية لرياض الأطفال.	32.25	19.35	48.38	61.29	1.83	4.19
39	لا أستطيع السيطرة على أمور حياتي.	58.06	41.93	0.00	86.02	2.58	15.35
42	أتضايق لعدم إدراك مدراء المدارس لطبيعة وأهمية مرحلة رياض الأطفال.	19.35	41.93	38.70	60.21	1.80	3.57
45	أشعر بالقصور في أدائي نتيجة تناقض محتوى المنهج الخاص بمرحلة رياض الأطفال مع محتوى المنهج الخاص بمرحلة التعليم الابتدائي.	22.58	25.80	51.61	56.98	1.70	5.45
48	أعاني من عدم إدراك أولياء الأمور لطبيعة العمل بمرحلة رياض الأطفال.	51.61	32.25	16.12	78.49	2.35	4.77
51	لا يوجد ما يشجعني لزيادة أدائي في العمل.	6.45	32.25	61.29	48.38	1.45	15.46
مستوى البعد					67.57	متوسط	

يتضح من نتائج جدول (4) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول (الضغوط الشخصية) في المقياس قيد البحث البالغ عددها (13) عبارة تراوحت ما بين (91.39%) كحد أعلي، (48.38%) كحد أدني، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (2.74) كحد أعلى، (1.45) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة نعم ما بين (80.64،6.45)، وخانة إلى حد ما بين (50.06،12.90)، وخانة لا ما بين (61.29،0.00).

جدول (5)

النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات البعد الأول (الضغوط المهنية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث

م	العبارات	النسبة المئوية			الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		نعم	إلى حد ما	لا			
2	أعتقد أن مهنة تعليم الأطفال مرحلة بمرحلة رياض الأطفال من أكثر المهن إثقالاً بالأعباء.	50.06	32.25	9.67	82.79	2.48	9.35
7	أتضايق لأنني أثقل على زوجي في مساعدتي في مهام عملي.	16.12	41.93	41.93	58.06	1.74	5.07
11	أشعر بنوع من التقصير اتجاه حقوق زوجي نتيجة الإجهاد الذي ينتابني بعد تلبية متطلبات عملي ومتطلبات أبنائي.	19.35	41.93	70.96	60.21	1.80	3.97
16	يضطرب نومي عندما تقابلني مشاكل في العمل.	29.03	45.16	25.80	67.74	2.03	2.36
21	أشعر بالعجز عندما لا أستطيع تطبيق أنشطة المنهج المطور لرياض الأطفال (حقي ألعب، أتعلم، أبتكر)، لنقص وقلة الإمكانات المادية والبشرية.	51.61	48.38	0.00	83.87	2.51	14.77
26	أشعر بالصداع في وقت الأزمات.	45.16	48.38	6.45	79.56	2.38	9.71
30	أعاني من نقص الإمكانات أو عدم توفر الوسائل التعليمية.	45.16	32.25	22.58	74.19	2.22	1.71
34	أتضايق من تعنت بعض الموجهات في تطبيق النشرات والقرارات الوزارية.	12.90	61.29	25.80	62.36	1.87	12.95
37	طبعي الحاد يسبب لي المتاعب.	0.00	22.58	77.41	40.86	1.22	31.5
40	أعاني من نقص فرص الترقي والتقدم في عملي بعكس التخصصات الأخرى.	22.58	32.25	45.16	59.14	1.77	3.05
43	أشعر بأنني أقل من معلمات المراحل الأكبر.	19.35	12.90	67.74	50.53	1.51	17.97
46	أتضايق بسبب عدم مناسبة مساحة القاعة لأعداد الأطفال.	45.16	35.48	19.35	75.26	2.25	2.51
49	أعاني من عدم تقبل أولياء الأمور لفكرة أن الطفل لديه بعض المشكلات السلوكية.	54.83	38.70	6.45	82.79	2.48	10.07
	مستوى البعد				67.48	متوسط	

يتضح من نتائج جدول (5) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث حول عبارات البعد الأول (الضغوط المهنية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث البالغ عددها (13) عبارة تراوحت ما بين (83.87%) كحد أعلى، (40.36%) كحد أدنى، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (2.51) كحد أعلى، (1.22) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة نعم ما بين (54.83،0.00)، وخانة إلى حد ما بين (61.29،12.90)، وخانة لا ما بين (77.41،0.00).

جدول (6)

النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات البعد الثاني (الضغوط الأسرية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث

م	العبارات	النسبة المئوية			الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		نعم	إلى حد ما	لا			
3	أتضايق لأنني وفائي بالتزاماتي الشخصية والأسرية قل بسبب الإرهاق الشديد في العمل.	25.80	38.70	35.48	63.44	1.90	1.31
8	أشعر بآلام في المعدة والقولون بسبب الأعباء الكثيرة التي أقوم بها.	16.12	35.48	48.38	55.91	1.67	5.87
12	أشعر بالإنهاك الجسمي نتيجة مسؤولياتي المتعددة.	38.70	54.83	6.45	77.41	2.32	11.39
17	لا استطيع توفير مخصصات مادية للتسلية والترفيه لأبنائي.	54.83	41.93	3.22	83.87	2.51	12.27
22	أشعر بالإجهاد من زيادة كثافة الأطفال في القاعة.	83.87	12.90	3.22	93.54	2.80	32.15
مستوى البعد					74.83	عالي	

يتضح من نتائج جدول (6) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث حول عبارات البعد الثاني (الضغوط الأسرية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث البالغ عددها (5) عبارات تراوحت ما بين (93.54%) كحد أعلي، (55.91%) كحد أدني، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (2.80) كحد أعلى، (1.67) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة نعم ما بين (83.87،16.12)، وخانة إلى حد ما بين (54.83،12.90)، وخانة لا ما بين (48.38،3.22).

جدول (7)

النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات البعد الثالث (الضغوط الصحية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث

م	العبارات	النسبة المئوية			الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		نعم	إلى حد ما	لا			
4	أتضايق عندما ألجأ إلى تأجيل سداد الرسوم الدراسية لأولادي.	29.03	22.58	48.38	60.21	1.80	3.76
9	أعاني مادياً عند شراء الكتب الدراسية لأبنائي.	9.67	19.35	70.96	46.23	1.38	21.8
13	أشعر بعدم تقدير زوجي لجهودي داخل المنزل وخارجه.	6.45	22.58	70.96	45.16	1.35	22.6
18	أعاني من كثرة الأعمال الإدارية والكتابية المسندة لي مع عدم وجود الوقت اللازم لإنجازها، مثل: (السجلات والملفات، أداة التقويم المستمر).	6.45	48.38	45.16	53.76	1.61	11.4

23	أتضايق عندما لا أستطيع تحقيق أهدافي.	74.2	22.58	3.22	90.32	2.70	22.1
27	لا أشعر بأنني راضية عن مهنتي كمعلمة رياض أطفال.	70.9	22.58	6.45	88.17	2.64	18.3
31	أعاني من آلام في أذني بسبب الضوضاء التي يحدثها الأطفال.	0.00	38.70	61.29	46.23	1.38	19.5
35	أشعر بالندم لعملي في رياض الأطفال لمشقتها الزائدة.	19.2	16.12	64.51	51.61	1.54	14.7
38	أعاني من الفجوة بين تطبيق ما تم دراسته والواقع الفعلي في الروضة.	35.5	41.93	22.58	70.96	2.12	1.8
41	أشعر بالضيق وأنا ذاهبة للعمل.	0.00	22.58	77.41	40.86	1.22	31.5
44	أعاني من عدم إتاحة الفرصة الكافية لي للتعبير عن آرائي الشخصية.	9.67	41.93	48.38	53.76	1.61	9.21
47	أشعر بالإجهاد بعد تقديم الفترة الخاصة بمراكز التعلم وذلك بسبب كثرة عدد الأطفال، ووجودي بمفردي بالقاعة، (عدم مناسبة مساحة القاعة).	45.2	22.58	32.25	70.96	2.12	1.71
50	أتضايق من تدخل أولياء الأمور في عملي.	32.3	41.93	25.80	68.81	2.06	1.39
مستوى البعد					**60.54**	**متوسط**	

يتضح من نتائج جدول (7) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث حول عبارات البعد الثالث (الضغوط الصحية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث البالغ عددها (7) عبارات تراوحت ما بين (90.32%) كحد أعلي، (40.86%) كحد أدني، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (2.70) كحد أعلى، (1.22) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة نعم ما بين (74.19،0.00)، وخانة إلى حد ما بين (48.38،16.12)، وخانة لا ما بين (77.41،3.22).

جدول (8)

النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 لاستجابات عينة البحث حول عبارات البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث

م	العبارات	النسبة المئوية			الأهمية	الوسط المرجح	كا^2
		نعم	إلى حد ما	لا			
5	تأثيري على الآخرين محدود.	9.67	48.38	41.93	55.91	1.67	9.21
10	أعاني من طول الوقت الذي أمضيه في القاعة دون استراحة.	41.93	32.25	25.80	72.04	2.16	1.66
14	ينتابني الشعور بسرعة ضربات القلب وعدم انتظام ضغط الدم.	9.67	32.25	58.06	50.53	1.51	12.21
19	أشعر بالإنهاك الشديد بعد العمل.	32.25	51.61	16.21	72.04	2.16	6.19
24	تتعرق يداي وترتعشان في المواقف الصعبة.	16.12	58.06	25.80	63.44	1.90	10.07
28	أعاني من آلام في جسمي (الظهر والعنق) من الوقوف فترات طويل في القاعة.	32.25	45.16	22.58	69.89	2.09	2.59
32	أشعر بالدوخة (دوار) عند مواجهة مواقف صعبة.	12.90	35.48	51.61	53.76	1.61	8.15
مستوى البعد					62.51	متوسط	

يتضح من نتائج جدول (8) أن الأهمية النسبية التي تعبر عن استجابات عينة البحث حول عبارات البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية) بالمحور الثاني (الضغوط النفسية الخارجية) في المقياس قيد البحث البالغ عددها (7) عبارات تراوحت ما بين (72.04%) كحد أعلي، (50.53%) كحد أدني، كما تراوح الوسط المرجح ما بين (2.16) كحد أعلى، (1.51) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة نعم ما بين (41.93،9.67)، وخانة إلى حد ما بين (58.06،32.25)، وخانة لا ما بين (16.21،58.06).

جدول (9)
مستوى الضغوط النفسية وفقاً لاستجابات عينة البحث حول محاور المقياس وأبعاده قيد البحث

م	المحاور وأبعادها			الأهمية النسبية	المستوى
1	الأول	الضغوط النفسية الشخصية		67.57	متوسط
2	الثاني	الضغوط النفسية الخارجية	المهنية	67.48	متوسط
3			الأسرية	74.83	عالي
4			الصحية	60.54	متوسط
5			الاقتصادية	62.51	متوسط
6	المقياس ككل			65.77	متوسط

يتضح من نتائج جدول (9) أن مستوى الضغوط النفسية الشخصية في المحور الأول جاء متوسط بنسبة قدرها 67.57، وبالنسبة للمحور الثاني جاء بعد الضغوط النفسية المهنية بمستوى متوسط بنسبة قدرها 67.48، بينما جاء بعد الضغوط النفسية الأسرية بمستوى عالي بنسبة قدرها 74.83، في حين جاء بعد الضغوط النفسية الصحية بمستوى متوسط بنسبة قدرها 60.54، وجاء بعد الضغوط النفسية الاقتصادية بمستوى متوسط بنسبة قدرها 62.51، وجاء المقياس ككل بمستوى متوسط بنسبة قدرها 65.77.

مناقشة النتائج: يتضح من نتائج جدول (4) أن مستوى الضغوط النفسية الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة 67.57. كما يتضح من نتائج جدول (5) أن مستوى الضغوط النفسية المهنية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة 67.48. ويتضح من نتائج جدول (6) أن مستوى الضغوط النفسية الأسرية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته عالي بنسبة 74.83. ويتضح من نتائج جدول (7) أن مستوى الضغوط النفسية الصحية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة 60.54. ويتضح من نتائج جدول (8) أن مستوى الضغوط النفسية الاقتصادية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة 62.51، ويتضح من نتائج جدول (9) أن مستوى الضغوط النفسية الشخصية في المحور الأول جاء متوسط بنسبة قدرها 67.57، وبالنسبة للمحور الثاني جاء بعد الضغوط النفسية المهنية بمستوى متوسط بنسبة قدرها 67.48، بينما جاء بعد الضغوط النفسية الأسرية بمستوى عالي بنسبة قدرها 74.83، في حين جاء بعد الضغوط النفسية الصحية بمستوى متوسط بنسبة قدرها 60.54، وجاء بعد الضغوط النفسية الاقتصادية بمستوى متوسط بنسبة قدرها 62.51، وجاء المقياس ككل بمستوى متوسط بنسبة قدرها 65.77. ويتفق ذلك مع نتائج بعض الدراسات السابقة.

أهم الاستنتاجات:

- أن مستوى الضغوط النفسية الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة قدرها 67.57.

- أن مستوى الضغوط النفسية المهنية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة قدرها 67.48.
- أن مستوى الضغوط النفسية الأسرية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته عالي بنسبة قدرها 74.83.
- أن مستوى الضغوط النفسية الصحية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة قدرها 60.54.
- أن مستوى الضغوط النفسية الاقتصادية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته متوسط بنسبة قدرها 62.51.
- أن مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة مصراته بصفة عامة متوسط بنسبة 65.77.

التوصيات:

1. توفير الدعم المادي الكافي لمرحلة رياض الأطفال.
2. منح الحوافز المادية والمعنوية المشجعة لمعلمات رياض الأطفال.
3. توفير الكوادر البشرية اللازمة لمرحلة رياض الأطفال.
4. عقد دورات تدريبية لتنمية قدرات معلمات رياض الأطفال.
5. إجراء أبحاث مشابهة.

المراجع:

1- أسماء عبدالعزيز عبداللطيف: الضغوط المهنية لمعلمة رياض الأطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية، رسالة ماجستير، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة، 2010 م.
2- أحمد محمد عبدالعزيز محمد، عمار سويسي الشيباني، إبراهيم محمد الجدي: الإمكانيات المادية والبشرية المتاحة لتنفيذ برامج التربية الحركية في مرحلة رياض الأطفال في مدينة قنا بجمهورية مصر العربية في ضوء معايير الجودة، بحث منشور، مجلة العلوم الرياضية والمرتبطة، العدد 25، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس،2017 م .
3- إيمان عباس الخفاف: الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة العلوم النفسية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، العدد 25، العراق، 2017 م.
4- راوية حسن: السلوك التنظيمي المعاصر، الدار الجامعية للنشر والتوزيع، مصر، 2003 م.
5- سعد إبراهيم محجوب: دراسة تحليلية لبرامج النشاط الحركي لرياض الأطفال بمحافظة الجيزة ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان ، 2001 م .
6- شبل بدران: الاتجاهات الحديثة في تربية طفل ما قبل المدرسة، ط 2 ، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، 2002 م .
7- عبدالعظيم عبدالسلام: العملية التربوية في رياض الأطفال في ضوء معايير الجودة الشاملة، بحث منشور ، المؤتمر السنوي الأول حول تربية الطفل من أجل مصر المستقبل – الواقع والطموح، مركز رعاية وتنمية الطفولة، جامعة المنصورة ، 25 – 26 ديسمبر 2002 م .
8- عبير محمود فهمي : تقييم مدخلات مؤسسات رياض الأطفال في ضوء معايير الجودة، بحث منشور ، المؤتمر العلمي الأول حول دور كليات التربية النوعية في مشروع تطوير التعليم الجامعي بمصر ، كلية التربية النوعية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، 13 – 14 أبريل 2005 م .
9- علي محمد علي: تصور مقترح لتطوير برامج التربية الحركية بمؤسسات رياض الأطفال الليبية في ضوء معايير الجودة والاعتماد، رسالة دكتوراه ، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة ، 2013 م .
10- نجلاء إبراهيم: مقياس الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، د.ت.

دراسة وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي بالأهمية الصحية والتطبيقية لممارسة التمرينات البدنية

أ.ك. د/ أحمد عبد الله الدرسي. **أ.م.د/ فرج محمد الفيتوري**

المستخلص

يهدف البحث إلى التعرف على وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بنغازي بالأهمية الصحية والتطبيقية لممارسة التمرينات البدنية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي و اشتملت عينة البحث على (70) طالب من طلاب السنة الثانية والثالثة بالكلية، وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، حيث أجريت الدراسة الاستطلاعية على (10) طلاب، بينما أجريت الدراسة الأساسية على (60) طالب، وأستخدم الباحثان مقياس الأهمية الصحية والتطبيقية لممارسة التمرينات البدنية، وأشارت النتائج إلى وجود ارتفاع في وعي الطلاب بأهمية ممارسة التمرينات في محاور(الجانب الصحي، الجانب العقلي ،الجانب الاجتماعي، الجانب النفسي) ، بينما كان وعي الطلاب بالأهمية ممارسة التمرينات البدنية في محور (الجانب البدني) منخفض وأقل من المتوسط.

الكلمات المفتاحية : الأهمية الصحية ، التمرينات البدنية.

Abstract:

The research aims to identify the awareness of the students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Benghazi, of the health and application importance of physical exercise. On (10) students, while the main study was conducted on (60) students, and the researchers used the measure of the health and applied importance of physical exercise, and the results indicated that there was a rise in students' awareness of the importance of exercising in the axes (the health aspect, the mental aspect, the social aspect, The psychological aspect), while the students' awareness of the importance of physical exercise in the (physical aspect) axis was low and below average.

Keywords: Health importance, physical exercise

المقدمة :

تمثل التمرينات البدنية بأشكالها المختلفة، سواء أكانت حرة أم بالأدوات وأجهزة أم زوجية المظهر الأساسي للأنشطة الحركية بشكل عام والرياضية بشكل خاص، وتعد الأساس الأول للإعداد والتدريب للألعاب والرياضات التي تتطلب مستويات معينة من اللياقة البدنية، فهي تعمل على تحسين وتطوير مختلف العناصر البدنية، كما تنمي لدى المتدرب الشعور بالعلاقة بين الزمان والمكان والإحساس بالحركة وديناميكيتها، وبالتالي تعمل على تنمية الإيقاع الحركي وسرعة الاستجابة للعمل العضلي والاستمرارية في هذا العمل في إطار متوافق لما تتميز به من تنوع وشمول .

وتري زهران (1997) إن التمرينات البدنية من الأنشطة الحركية التي تسعي الدول المتقدمة إلى تنشيط ممارستها، حيث أنها تهدف إلي تحقيق أهداف التربية الرياضية، وذلك من خلال تنمية عناصر اللياقة البدنية

وإكساب الجسم القوام الجيد، أما من الناحية الحركية فأنها تهدف إلي إكساب خبرة في اكتشاف الحركة الإيقاعية للحصول علي فرص التعبير الفردي، وأيضا فهم مبادئ الأنماط الحركية وتنظيمها في تتابع مؤثر وفعال. (زهران،1997، ص 334)

ويضيف كل من مرسال، ومحمد (2002) أن التمرينات البدنية تعتبر من الجوانب الأساسية في رفع مستوى الأفراد في معظم الأنشطة البدنية والرياضية، وتساعدهم على النمو المتكامل المتزن في جميع النواحي البدنية والمهارية والنفسية والعقلية والاجتماعية، ولكونها تتناسب أيضاً مع كل القطاعات والأعمار والفئات المختلفة للشعب أثناء ممارستها، إذا ما وجهت توجيهاً صحيحاً وفقاً للمبادئ التربوية والأسس العلمية المختلفة. (مرسال، ومحمد،2002، ص 3)

ونظراً إلى أن مادة التمرينات هي إحدى المواد التطبيقية التي تدرس لطلاب كليات التربية البدنية، فهي تساهم بالتكامل مع المواد التطبيقية الأخرى في تحسين قدرات الطلاب في العديد من المجالات كمجال الحركية والبدنية والصحية وغيرها، فمعرفة وأدراك الطلاب لأهمية التمرينات البدنية في الارتقاء بمستوى الممارسة الرياضية على جميع المستويات يحتاج لأعدادهم معرفياً لأهمية التمرينات بجانب أعدادهم البدني والمهاري، فتنمية المهارات العقلية لا تقل أهمية عن تنمية المهارات البدنية.

والاهتمام بالجانب المعرفي في ممارسة التمرينات له دور فاعل في إتقان المهارات الرياضية وتحسين مستوى الأداء والذي بدوره يحقق الفائدة المرجوة من ممارستها وهي اكتساب اللياقة البدنية العامة والتنمية لكل الجوانب البدنية والمهارية والعقلية والاجتماعية والنفسية والصحية، ولأن غياب الجانب المعرفي في ممارسة التمرينات يترك آثار سلبية في تحسن فن الأداء المهاري والإلمام بكل الجوانب الايجابية والسلبية في مزاولة النشاط الرياضي.

حيث إن تدريب وتعليم القدرات المعرفية والاهتمام بتزويد الطلاب بالمعارف والمعلومات النظرية المرتبطة بالتمرينات البدنية يعتبر جزءاً لا يمكن الاستغناء عنه في مراحل دراستهم بكليات التربية البدنية، فضعف إلمام الطلاب بالمبادئ الأساسية لاختيار التمرينات قد يضعف من قدرته عند الأعداد والتخطيط للبرامج التدريبية أو التأهيلية مستقبلاً أو حتى عند تنفيذ منهج التربية البدنية.

مشكلة البحث:

أن المعرفة الرياضية تمثل إحدى الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية والرياضية، فعدم إلمام طلاب كلية التربية البدنية بالمبادئ الأساسية لاختيار التمرينات قد يضعف من قدرتهم عند التخطيط والأعداد للبرامج الرياضية، أو حتى عند تنفيذ منهج التربية البدنية بعد تخرجهم.

حيث يذكر شحاته، وآخرون (1998) أن التمرينات البدنية لا تخلو منها برامج التربية البدنية فهي تهدف الى التدريب على الانضباط والالتزام داخل الدرس أو الوحدة التدريبية وتنمي القدرات البدنية والحركية للممارسين، وبالرغم من أهميتها ألا أنها تفقد دورها في العديد من الأحيان لعدة أسباب ربما لقلة خبرة ودراية القائمين على التدريب والتعليم بالمبادئ الأساسية للتمرينات سواء أهميتها وأنواعها وتقسيماتها أو بالأوضاع وحركات التمرينات والنداء عليها وقواعد كتابتها ومهاراتها مما يجعله عرضة للحرج اثناء أدائها .(شحاته، واخرون، 1998، ص 86)

فيجب أن يدرك الطلاب أهمية اختيار التمرينات بعناية طبقا للمبادئ والأسس التربوية والنفسية والفسيولوجية والنمط الجسمي للفرد. فالتمرينات الرياضية لا يتوقف تأثيرها على الجانب البدني فقط بل يتعدى تأثيرها إلى الجانب المهاري والعقلي والنفسي والاجتماعي فهي ليست تمرينات بدنية تهتم بالبدن دون غيره من مجالات

بناء الفرد وإنما تهدف إلى تنمية وتطوير الفرد من كل جوانبه البدنية والنفسية والصحية والاجتماعية وذلك بشكل متكامل ومتوازن.

وتعتبر قضية الطلاب ومواصفاتهم وإعدادهم ليكونوا معلمين ومدربين مستقبلاً القاسم المشترك الذي تركز عليه معظم المشاريع التربوية التطويرية بلا استثناء من أن اختيار المدربين والمعلمين الأكفاء مسألة على رأس قائمة الأولويات في جميع الدول.

ولاحظ الباحثان من خلال دراستهم في الكلية بأن المعلومات المتعلقة بالجوانب المعرفية بالتمرينات البدنية يمثل فجوة في العملية التعليمية لا يمكن تفاديها حتى في ظل وجود المقرر الدراسي المكتمل المواصفات، ويمكننا القول في هذا المجال أنه حالة ضمان أن يعمل الطلاب بعد تخرجهم في مدارس ومراكز تتوافر فيها جميع الإمكانيات والمنشآت الرياضية، وفى حالة اقتناع مدراء هذه المراكز والمدرس بأهمية رسالة التربية الرياضية في إعداد النشء، فإن عدم إلمامهم بالمعلومات المتعلقة بالجوانب المعرفية والحركية للتمرينات البدنية، يصعب على الطلاب القيام بدورهم في نشر الوعي الرياضي والصحي وتعليم السلوك الصحي والحركي السليم من خلال البرامج والأنشطة الرياضية المختلفة .

لذا توجه الباحثان إلى إجراء الدراسة الحالية بهدف التعرف على وعي طلاب كلية التربية البدنية بأهمية التمرينات بجوانبها (البدني، العقلي، الاجتماعي، النفسي، التطبيقية).

هدف البحث:

ـ التعرف على وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالأهمية الصحية لممارسة التمرينات البدنية.

ـ التعرف على وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالأهمية التطبيقية لممارسة التمرينات البدنية.

تساؤل البحث:

ـ ما مدى وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالأهمية الصحية لممارسة التمرينات البدنية ؟

ـ ما مدى وعي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالأهمية التطبيقية لممارسة التمرينات البدنية ؟

مصطلحات البحث:

التمرينات البدنية: عرفها إبراهيم (2008) بأنها " الأوضاع والحركات البدنية التي تشكل الجسم وتنمي مقدرته الحركية, والتي تؤدي إلى غرض تربوي وذلك للوصول إلى أحسن قدرة ممكنة للأداء بالنسبة للميدان الرياضي والمهني والعمل في مجالات الحياة المختلفة، وتختار وفق قواعد خاصة يراعي فيها الأسس التربوية (علم النفس، الاجتماع، طرق التدريس) والمبادئ العلمية (علم وظائف الأعضاء، علم الحركة، الصحة العامة)". (إبراهيم، 2008، ص4)

الدراسات السابقة:

دراســـــة: المزيني، العنقري (2003) العنـــوان: " الحصيلة المعرفية في فسيولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية لدى معلمي التربية البدنية في مدينة الرياض "

الـــهـــدف: التعرف على الحصيلة المعرفية في فسيولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية لدى معلمي التربية البدنية في مدينة الرياض. المنـــهـــج: الوصفي. العيـنـــــة: 40 معلما للتربية البدنية من معلمي المرحلة المتوسطة. أهم النتائج: توصلت الدراسة إلى أن الحصيلة المعرفية لدى معلمي التربية البدنية في فسيولوجيا الجهد البدني كانت في المستوى الضعيف.

دراســـــة: زياد، وآخرون (2004) العنـــوان: " اتجاهات طلبة جامعة السلطان قابوس نحو النشاط الرياضي وعلاقتها ببعض المتغيرات ".

الـــهـــدف: هدفت الدراسة إلى الكشف عن اتجاهات طالب وطالبات جامعة السلطان قابوس الجدد نحو النشاط الرياضي. المنـــهـــج: المنهج الوصفي العـينـــــة: تم اختيار عينة عشوائياً حيث بلغ حجم العينة (352) طالب وطالبة أهم النتائج: توجد اتجاهات إيجابية لدى طالب وطالبات جامعة السلطان قابوس نحو النشاط الرياضي بنسبة عالية نحو أبعاد الصحة واللياقة، الخبرة الاجتماعية،

دراســـــة: عبد الحق، وآخرون (2012) العنـــوان: " مستوى الوعي الصحي لدي طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس "

الـــهـــدف: هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدي طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس. المنـــهـــج: المنهج الوصفي العـينـــــة: اختيرت العينة عشوائياً بواقع 500 طالب من جامعة النجاح و300 طالب من جامعة القدس. أهم النتائج: مستوى الوعي الصحي كان جيد وبلغت نسبة الوعي الصحي حوالي 65 %.

دراســـــة: محمد (2017). العنـــوان: " مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى بعض طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم ".

الـــهـــدف: هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الليسانس بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم. المنـــهـــج: المنهج الوصفي. العـينـــــة: وبلغ حجم عينة الدراسة حوالي (300) طالب. أهم النتائج: من أهم النتائج التي تم التوصل إليه أن طلبة المعهد يتميزون بوعي الصحي. حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى 64. %

دراســـــة: بايز (2017) العنـــوان: " قياس الحصيلة المعرفية في فسيولوجيا التدريب الرياضي واللياقة البدنية لدى مدرسي التربية الرياضية بالمعاهد الرياضية بإقليم كردستان "

الـــهـــدف: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على النتائج المعرفية في فسيولوجيا التدريب واللياقة البدنية لدى معلمي التربية الرياضية في معاهد الرياضيات في إقليم كردستان. المنـــهـــج: المنهج الوصفي العـينـــــة: تكونت عينة الدراسة من (40) معلم تربية بدنية في معاهد التربية الرياضية، تم اختيارهم عشوائياً، أهم النتائج: خلصت الباحثة إلى أن المخرجات التعليمية لمعلمي التربية البدنية في المعاهد الرياضية في فسيولوجيا التدريب الرياضي كانت في مستوى ضعيف وفي مجال اللياقة البدنية كانت في المستوى المتوسط.

دراســـــة: دراسة الذنيبات، (2020). العنـــوان: " الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ".

الـــهـــدف: هدفت هذه الدراسة للتعرف على الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، المنـــهـــج: المنهج الوصفي. العـينـــــة: وتكونت عينة الدراسة من (189) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. أهم النتائج: اظهرت نتائج الدراسة تدني مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة حيث جاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية بمستوى متدني لدى الطالب والطالبات وعدم وجود فروق بين النوع الاجتماعيين.

اجراءات البحث:

أولاً ـ منهج البحث أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح الميداني وذلك لجمع البيانات الخاصة بالبحث.

ثانياً ـ عينة البحث: اختيرت العينة بالطريقة العمدية من مجتمع طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي البالغ عددهم عند تنفيذ الدراسة (340) طالب ، وتم اختيار العينة من السنوات الثالثة والرابعة المنتظمون في الدراسة نظرا لأنهم تلقوا أكبر قدر من دراسة التمرينات سواء من الجانب العملي أو النظري حيث بلغ حجم العينة (70) ، يمثلون حوالي (21 %) من المجتمع وقسمت العينة إلى مجموعتين (60) طالب تم إجراء الدراسة الأساسية عليهم و(10) طلاب تم أجراء الدراسة الاستطلاعية الخاصة بصدق وثبات المقياس.

ثالثاً ـ مجالات البحث:

المجال الزمني: تم إجراء الدراسة الاستطلاعية والأساسية في الفترة من **28 / 5 / 2022 م** حتى **14 / 6 / 2022 م.**

المجال المكاني: القاعات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي.

رابعاً ـ أدوات ووسائل جمع البيانات:استخدم الباحثان مقياس دراسة الوعي الصحي والتطبيقي لممارسة التمرينات تصميم كل من (الجوهري، سعيد محمد، وفرج، صالح مسعود، 2018).

حيث اشتمل المقياس على خمس محاور هي:

1 ـ محور الجانب الصحي حيث وأشتمل هذا المحور على **(8)** عبارات.

2 ـ محور الجانب العقلي وأشتمل هذا المحور على **(4)** عبارات.

3 ـ محور الجانب الاجتماعي وأحتوى هذا المحور على **(7)** عبارات.

4 ـ محور الجانب النفسي وتضمن هذا المحور على **(6)** عبارات.

5 ـ محور الجانب التطبيقي ويحتوي هذا المحور على **(12)** عبارة.

حيث يحتوي المقياس على اجمالي **(37)** عبارة.

ولقد اعتمد مصمما المقياس التصحيح وفقاً لميزان الثنائي (موافق ، غير موافق) أمام كل عبارة من عبارات المقياس بغرض حساب درجات تصحيح المقياس وأجرى مصمما المقياس المعاملات العلمية للمقياس وكان منها لإيجاد صدق المقياس الصدق عن طريق المقارنة الطرفية بين الأرباع الأعلى والأدنى باختبار (ت) بين مجموعتين مختلفتين وكانت النتائج توضح مدى صدق المقياس في البيئة التي أجريت بها الدراسة، وبلغ معامل الصدق للاستبيان ككل 0.930، وكذلك قام بإجراء إيجاد معامل ثبات المقياس باستخدام معامل آلفا كرو نباخ وقد بلغ معامل ثبات المقياس الكلي **(0.765)** .

خامساً ـ الدراسة الاستطلاعية:

ثبات وصدق المقياس:

استخدم الباحثان طريقة إعادة الاختبار لحساب ثباته وصدقه، حيث أجري التطبيق الأول على عدد **(10)** طلاب من خارج العينة الأصلية بتاريخ **28 / 5 / 2022 م** وتمت إعادته في التطبيق الثاني بعد **(10)** أيام بتاريخ **7 / 6 / 2022 م** على نفس العينة وفي نفس ظروف التطبيق الأول، وتم حساب صدق المقياس بطريقة الصدق الذاتي الذي يعتمد على استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات، ويوضح الجدول **(1)** معاملات الثبات للمقياس لمحاور المقياس:

جدول (1)
الثبـات والصدق لمحاور مقياس دراسة الوعي الصحي والتطبيقي لممارسة التمرينات

م	المعـالجات الإحصـائية / محـاور المقياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي	قيمة (R) الجدولية
1	محور الجانب الصحي	0.991	0.995	0.549
2	محور الجانب العقلي	0.973	0.986	
3	محور الجانب الاجتماعي	0.971	0.985	
4	محور الجانب النفسي	0.984	0.992	
5	محور الجانب التطبيقي	0.980	0.989	

يتبين من الجدول **(1)** وجود ارتباط في جميع محاور مقياس دراسة الوعي الصحي والتطبيقي لممارسة التمرينات بين التطبيقين (الأول والثاني) وكلها كانت قيماً ذات دلالة إحصائية عند درجة ثقة **(0.05)** إذا قورنت بقيمة **(R)** الجدولية البالغة **(0.549)**

سادساً ـ الدراسة الأساسية: بعد أن تم التأكد من المعاملات العلمية للمقياس من صدق وثبات، قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية والبالغ عددهم **(60)** طالب من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، في الفترة من **12 / 6 / 2022 م حتى يـوم 14 / 6 / 2022 م.**

سابعاً ـ المعالجات الإحصائية: تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج **Spss (21)**، حيث استخدمت المعاملات الإحصائية الآتية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسب المئوية، معامل الارتباط، اختبار (كا²) .

عرض النتائج ومناقشتها:

أولا: عرض النتائج:

جدول (2) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات الجانب الصحي
ن = 60

م	الدلالات الإحصائية / محتوى العبارة	نعم		لا		المتوسط الحسابي	كا²	دلالة كا²
		التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%			
1	التمرينات لا تحدث تغير في عملية التمثيل الغذائي.	54	% 90	6	% 10	1.90	* 38.4	0.00
2	التمرينات قد تسبب مشاكل في عمليات الامتصاص والإخراج.	45	% 75	15	% 25	1.75	* 15.0	0.00
3	التمرينات تزيد نسبة من النسيج الدهني.	38	% 63	22	% 37	1.63	* 4.27	0.04
4	التمرينات لا تؤثر في حجم وقوة العضلات.	55	% 91	5	% 9	1.90	* 41.7	0.00
5	لا نحتاج لاستخدام التمرينات في التأهيل بعد الإصابة.	53	% 88	7	% 12	1.88	* 35.3	0.00
6	التمرينات تزيد من التشوهات التي يسببها العمل المهني.	53	% 88	7	% 12	1.88	* 35.3	0.00
7	التمرينات تؤثر على اعتدال القوام.	48	% 80	12	% 20	1.20	* 21.6	0.00
8	التمرينات تغير في ديناميكية النمو.	50	% 83.3	10	% 17.5	1.17	* 26.7	0.00
	مجموع المحور	396	% 82.5	157	% 32.7	1.83	* 103.3	0.00

يتضح من الجدول (2)أن النسب المئوية للتكرارات بالموافقة على العبارات تراوحت ما بين(63 % – 91 %) وكانت دالة حسب قيم مربع (كا²) بتحقيقها أقل من (0.05) عند مستوى دلالة (كا²).

جدول (3) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات الجانب العقلي

ن = 60

م	الدلالات الإحصائية / محتوى العبارة	موافق		غير موافق		المتوسط الحسابي	كا²	دلالة كا²
		التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%			
1	التمرينات لا تكسب الفرد المعارف والمعلومات.	59	% 98.3	1	% 1.7	1.98	* 56.1	0.00
2	التمرينات لا تغير مستوى التفكير.	53	% 88.3	7	11.7	1.88	* 35.3	0.00
3	التمرينات تزيد حدة المشاكل الذهنية.	52	% 86.7	8	% 13.3	1.87	* 32.3	0.00
4	التمرينات لا تعمل على الاستقرار الذهني.	56	% 93.3	4	% 6.7	1.93	* 45.1	0.00
مجموع المحور		220	% 91.7	20	% 8.3	1.92	* 166.7	0.00

يتضح من الجدول **(3)** أن النسب المئوية للتكرارات بالموافقة على العبارات تراوحت ما بين (86.7 % – 98.3 %) و كانت دالة حسب قيم مربع (كاى2) بتحقيقها أقل من (0.05) عند مستوى دلالة (كا²).

جدول (4) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات الجانب الاجتماعي

ن = 60

م	الدلالات الإحصائية / محتوى العبارة	نعم		لا		المتوسط الحسابي	كا²	دلالة كا²
		التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%			
1	التمرينات لا تساعد في اكتساب الطاعة.	55	% 91	5	% 9	1.92	* 41.7	0.00
2	التمرينات لا تساعد في اكتساب النظام.	58	% 96.7	2	% 3.3	1.97	* 52.3	0.00
3	التمرينات تقلل القدرة على حل المشكلات.	45	% 75	15	% 25	1.75	* 15.0	0.00
4	التمرينات تؤدي إلى الشعور بالملل.	51	% 85	9	% 15	1.85	* 29.4	0.00
5	التمرينات تكسب الميل إلى العمل الفردي.	42	% 70	18	% 30	1.70	* 9.6	0.02
6	التمرينات لا تكسب الفرد القدرة على تكوين صداقات.	55	% 91	5	% 9	1.92	* 41.7	0.00
7	التمرينات تكسب الفرد مشاعر سلبية تجاه الآخرين.	47	% 78.3	13	% 21.7	1.78	* 19.3	0.00
مجموع المحور		353	% 84	67	% 16	1.84	* 194.8	0.00

يتضح من الجدول **(4)** أن النسب المئوية للتكرارات بالموافقة على العبارات تراوحت ما بين (70 % ــ 96.7 %) و كانت دالة حسب قيم مربع (كاى2) بتحقيقها أقل من (0.05) عند مستوى دلالة (كا²) .

جدول (5) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات الجانب النفسي

ن = 60

	الدلالات الإحصائية / محتوى العبارة	موافق		غير موافق		المتوسط الحسابي	كا²	دلالة كا²
		التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%			
1	التمرينات لا تكسب الفرد الإحساس بالمرح والسرور.	55	% 91	5	% 9	1.92	* 41.7	0.00
2	التمرينات لا تنمى التذوق الجمالي.	57	% 95	3	% 5	1.95	* 48.6	0.00
3	التمرينات لا تكسب حسن التصرف.	57	% 95	3	% 5	1.95	* 48.6	0.00
4	التمرينات تؤدي إلى الشد العصبي.	49	% 81.7	11	% 18.3	1.82	* 24.1	0.00
5	التمرينات لا تكسب الفرد الثقة بالنفس.	56	% 93.3	4	% 6.7	1.93	* 45.1	0.00
6	التمرينات ليس لها تأثير في تحسين الناحية النفسية.	55	% 91	5	% 9	1.92	* 41.7	0.00
مجموع المحور		329	% 91.4	31	% 8.6	1.92	* 246.7	0.00

يتضح من الجدول **(5)** أن النسب المئوية للتكرارات بالموافقة على العبارات تراوحت ما بين (81.7 % ــ 95 %) وكانت دالة حسب قيم مربع **(كا²)** بتحقيقها أقل من (0.05) عند مستوى دلالة (كا²).

جدول (6) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات الجانب التطبيقي

ن = 60

م	الدلالات الإحصائية / محتوى العبارة	نعم		لا		المتوسط الحسابي	كا²	دلالة كا²
		التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%			
1	أستخدم تمرينات محددة ثابتة في طابور الصباح لتهيئة للتلاميذ.	47	% 78.3	13	% 21.7	1.78	19.7 *	0.00
2	استخدم تمرينات القوة العضلية مع جميع الأعمار.	15	% 25	45	% 45	1.25	0.00	1.00
3	لا استخدم تمرينات الإطالة العضلية للتلاميذ حيث قد تؤدي إلى التمزق العضلي.	17	% 28.3	43	% 71.7	1.72	0.00	0.99
4	استخدام تمرينات لمرونة الذراعين فقط إذا كانت المهارة تعتمد على الذراعين.	29	48.3	31	% 51.7	1.48	0.00	0.99
5	استخدام التمرينات في الإحماء لمدة خمس دقائق على مدار العام الدراسي في بداية الدرس.	35	% 58.3	25	% 41.7	1.58	1.7	0.20
6	لا أستخدم التمرينات في النشاط الختامي واعتمد على لعبة صغيرة.	29	48.3	31	% 51.7	1.48	0.00	0.99
7	استخدم تمرينات لمجموعة عضلية واحدة في الإعداد البدني العام.	41	% 68.3	19	% 31.7	1.68	8.1	0.05

8	أستخدم تمرينات لجميع عضلات الجسم بالتساوي في الإعداد البدني الخاص.	24	% 40	36	% 60	1.60	0.00	0.99
9	أعتمد على القدرات البدنية للتلاميذ دون استخدام تمرينات اللياقة البدينة.	12	% 20	48	% 80	1.20	0.00	1.00
10	لا أستخدم التمرينات لرفع المستوى المهاري للتلاميذ بل أعتمد كليا على تعليم وتثبيت المهارة فقط.	12	% 20	48	% 80	1.80	0.00	1.00
11	أستخدم التمرينات كوسيلة للراحة السلبية.	26	% 43	34	% 57	1.43	0.00	0.99
12	أعتمد على التمرينات المستخدمة خلال درس التربية الرياضية مع الفرق الرياضية بالمدرسة.	14	% 23.3	46	% 76.7	1.73	0.00	1.00
13	لا أعتمد على التمرينات في العروض الرياضية ولكن أهتم بالتشكيلات والتكوينات.	42	% 70	18	% 30	1.70	9.6	0.02
مجموع المحور		340	% 43.6	440	% 56.4	1.44	0.00	1.00

يتضح من الجدول **(6)** أن النسب المئوية للتكرارات بالموافقة العبارات تراوحت ما بين (20 % – 78.3 %) وأن جميع العبارات لم تكن دالة باستثناء العبارتين (1 ، 7) وكان مجموع المحور غير دال حسب قيم مربع (**كا²**) بتحقيقه أعلى من (0.05) عند مستوى دلالة (كا²).

ثانيا: مناقشة النتائج:

يتضح من الجدول **(2، 3، 4، 5)** والخاصة بالتكرارات والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات كل من الجانب (الصحي، العقلي، الاجتماعي، النفسي) وجود فروق معنوية بين الاستجابات لصالح الموافقين وهذه القيم لمربع (كا²) كانت معنوية عند مستوى **(0.05)**، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (63 % إلى 98.3%)، في عبارات هذه العبارات هذه المحاور.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من عبد الحق، وآخرون (2012) ومحمد (2017)، والتي أشارت نتائجها العلمية إلى ارتفاع في مستوى الحصيلة المعرفية في المجال الصحي، وكذلك دراسة زياد، وآخرون (2004) والتي أشارت نتائجها إلى أن الطلاب لديهم وعي اتجاهات إيجابية نحو البعد الصحي والاجتماعي والنفسي لممارسة النشاط الرياضي بنسبة عالية. (عبد الحق، وآخرون، 2012)، و(محمد، 2017)، **و**(زياد، وآخرون،2004)

ويعزو الباحثان ظهور هذا المستوى المعرفي المرتفع من الوعي بأهمية التمرينات من الناحية الصحية والعقلية والاجتماعية والنفسية إلى أدراك الطلاب لأهمية ممارسة التمرينات لصحتهم البدنية كما أن تسهم مقررات التمرينات التي يدرسها الطلبة بالكلية في أثراء المعلومات عن أهمية التمرينات في تنمية هذه الجوانب مما يشجعهم على ممارستها لأدراكهم لفائدتها، كما يرجع ذلك إلى أنواع التمرينات التي تتضمنها مقررات هذه المادة والتي يدرسها الطلبة خلال مسارهم الدراسي، وما تتضمنه من تمرينات بناء جسمي وتمرينات استرخاء وتمرينات فنية إيقاعية وتمرينات علاجية بشقيه العملي والنظري، والتي تكسبهم كم لا

بأس به من المعلومات والمعارف العملية والنظرية التي بلا شك تنمي وعيهم بأهمية ممارسة التمرينات من هذه الجوانب، وبتالي يكون لها تأثير ايجابي عليهم حيث أنها تساهم في بناء شخصيتهم من الناحية الاجتماعية والصحية والنفسية والعقلية.

حيث ذكرت العبد (1986) أن التمرينات تساعد على إكساب الجمال والصحة للجسم وتحافظ على عضلاته وأجهزته في حالة توازن، كما أن لها فوائدها النفسية والاجتماعية والتربوية يتطلب تحقيقها تخطيطا تربويا خاصا لبرامجها. (العبد، 1986، ص 17، 19)

أذ أن الوعي المعرفي الرياضي يمثل أحد الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية والرياضية، فضعف وعي طلاب التربية البدنية بالمبادئ الأساسية لاختيار التمرينات قد يضعف من قدرتهم عند تنفيذ منهج التمرينات، مما قد يتسبب في تعريضهم لبعض المشاكل الصحية والإصابات نتيجة لعدم الوعي بأبسط قواعد السلامة الصحية أو الأدائية فالثقافة الرياضية هي مظهر من مظاهر المجتمع وجزءً من الثقافة العامة ولها أثرها الواضح على الجانب الصحي والاجتماعي والتربوي والثقافي للإنسان.

ويرى فياض (2003) وإن تنمية المهارات العقلية لا تقل أهمية عن تنمية المهارات البدنية، إلا أن كثيرًا من العاملين في المجال الرياضي يهملوا أهمية هذا الجانب لكونه غير ملموس أثناء التطبيق حيث إن الارتقاء بمستوى الممارسة الرياضية على جميع المستويات يحتاج الإعداد المعرفي بجانب الإعداد البدني والمهاري. (فياض، 2003، ص 217)

بينما يشير الذنيبات (2020) أن مستوى الوعي المعرفي لطلاب التربية الرياضية يمثل أهم العناصر التي تساعد على رفع مستواهم الرياضي، وخاصة أدا توافر هذا الوعي في الجوانب المعرفية المرتبطة بالممارسة العملية، حيث أنه يساعد على سرعة تعلم المهارات البدنية المختلفة وسهولة تطبيق المعلومات الخططية، كما أنه يعتبر أساساً يعتمد عليه لتقييم العديد من الأمور المرتبطة بالخطة الدراسية التي تطرحها إدارة الكلية علوم كونها أساساً تبنى عليه العديد من الأمور (الذنيبات، 2020، ص 645)

ويتضح من الجدول (6) والخاصة بالتكرارات والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بعبارات كل من الجانب (التطبيقي) وجود فروق معنوية بين الاستجابات لصالح غير الموافقين وهذه القيم لمربع (كا^2) لم تكن معنوية عند مستوى (0.05)، حيث كانت نسب الموافقة أقل من (50 %) في جميع عبارات المحور ما عدا العبارتين رقم (1، 13) والتي حققت نسبة موافقة (78 % و70 %) على التوالي.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من المزيني، والعنقري (2003) والذنيبات (2020)، وبايز (2017)، والتي أشارت نتائج دراساتهم إلى ضعف في مستوى الوعي والحصيلة المعرفية في الناحية البدنية والفسيولوجية. (المزيني، والعنقري، 2003) و(الذنيبات، 2020)، و(بايز، 2017)

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن هناك خلل في تطبيق خطط الكلية في المواد العملية من حيث عدم اهتمام القائمين على تدريس هذه المواد بالنواحي المتعلقة بفسيولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية وأسس التدريب، ربما لاعتقادهم بأن الطلبة مستقبلاً سوف يكونوا مدرسون وليسوا مدربين، ودورهم يتجلى في تعليم المهارات الأساسية للألعاب عن طريق أساليب التدريس المختلفة أكثر من اعتمادهم على طرق ومبادئ التدريب الرياضي واللياقة البدنية.

حيث أشار الجوهري، وفرج (2018) أن الوعي والمعرفة الرياضية تمثل إحدى الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية والرياضية. فضعف إلمام الطلبة بالمبادئ الأساسية لاختيار التمرينات قد يضعف من قدرته

مستقبلاً بعد تخرجهم عند التخطيط لبرامج التأهيل لياقياً وصحيا أو حتى عند تنفيذ منهج التربية البدنية، مما قد يتسبب لبعض المشاكل نتيجة لعدم الوعي بأبسط قواعد السلامة الصحية أو الأدائية التي أساسها هذان المجالان. (الجوهري، وفرج، 2018، ص3)

كما يشير الخولي (2005) على أن الوعي بأهمية التمرينات من الناحية التطبيقية يمكن الطالب المعلم مستقبلاً من القيام بدور هام جداً في نشر الوعي الصحي وتعليم السلوك الصحي السليم من برامج التربية الرياضية والأنشطة المختلفة سواء في المدارس أو الأندية. (الخولي، 2005، ص 34)

وأكد زايد (2010) على أن إشكالية الطالب المعلم تكمن ليس فقط في ضرورة إلمامه بالطريقة التي عليه أن يقدم بها المعلومات، وما يصاحب ذلك من ملاحظة الأخطاء والقدرة على اكتشافها، ولكن فيما إذا كان يعي المعلومات التي ينبغي عليه تقديمها ومدى صحة تلك المعلومات. فهو في حاجة ماسة لإلمام كاف بفسيولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية وأسس اختيار التمرينات وتعليمها، وذلك لإثراء معرفته فيما يتعلق بتطوير اللياقة البدنية وتحسين الصحة الجسمية والنفسية وتجنب حدوث الإصابات (زايد، 2010، ص 28)

الاستنتاجات والتوصيات:

أولا ـ الاستنتاجات :

من خلال التحليل الإحصائي للبيانات أمكن التوصل للاستنتاجات الآتية:

1 ـ ارتفاع وعي الطلاب بأهمية ممارسة التمرينات في محاور (الجانب الصحي، الجانب العقلي، الجانب الاجتماعي، الجانب النفسي).

2 ـ انخفاض وعي الطلاب بأهمية ممارسة التمرينات في محور (الجانب التطبيقي).

ثانيا ـ التوصيات:

استناداً على ما تم التوصل إليه من نتائج وفي ضوء أهداف البحث يوصي الباحثان بما يلي:

1 ـ زيادة الاهتمام بالجانب النظري لمادة التمرينات التي يتم طرحها لطلبة لجميع السنوات بحي يتم التركيز على أهمية التمرينات والجوانب التي تخدمها التمرينات.

2 ـ جعل مادة التمرينات مادة إجبارية بجميع الأقسام وفي جميع السنوات.

3 ـ عقد ورش عمل للقائمين على تدريس مادة التمرينات بالكلية لمناقشة وتحليل محتويات المناهج الدراسية المتعلقة بمادة التمرينات.

المـــــــــــراجع:

1. **إبراهيم ، فتحي أحمد (2008)** المبادئ والأسس العلمية للتمرينات البدنية والعروض الرياضية الفرقة الأولي. كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
2. **الجوهري ، رضوان سعيد، وفرج، صالح مسعود (2019)** دراسة تحليلية لوعي مدرسي التربية الرياضية بالأهمية الصحية والتطبيقية لممارسة التمرينات البدنية. مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية، ع (12)، كلية التربية الرياضية، جامعة جنوب الوادي، ص 345 ـــ 366.
3. **الخولي،أنور امين (2009)** أصول التربية البدنية والرياضة. ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.
4. **الذنيبات ، بكر، والذنيبات، أحمد (2020)** الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. مجلة جامعة النجاح لأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد 34، (4)، ص 644 ـــ 660.
5. **العبد، نائرة عبد الرحمن (1986).** التمرينات الحديثة صعوباتها وأسلوب تقييمها. الإسكندرية: دار المعارف.
6. **المزيني، خالد، والعنقري عبد الرحمن (2003)** الحصيلة المعرفية في فسيولوجيا الجهد البدني والميكانيكا الحيوية لدى معلمي التربية البدنية في مدينة الرياض، مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربوية والدراسات الإسلامية، مجلد 15، العدد (1)، ص 243 ـــ 257.

7. **بايز،هيدي قاسم (2017).** قياس الحصيلة المعرفية في فسيولوجيا التدريب الرياضي واللياقة البدنية لدى مدرسي التربية الرياضية بالمعاهد الرياضية بإقليم كردستان، مجلة المحترف، العدد (13)، جامعة زيان عاشور بالجلفة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ص 79 ـــ 96.
8. **زايد، زياد عيسى (2010)** الحصيلة المعرفية في فسيولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية لدى معلمي التربية البدنية بمدينة الرياض، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد 8، ص 25 – 39 .
9. **زهران، ليلى عبد العزيز (1997)** التمرينات الفنية والإيقاعية الأسس العلمية والتطبيقية. القاهرة: دار الفكر العربي.
10. **زياد، كاشف وآخرون (2004)** اتجاهات طلبة جامعة السلطان قابوس نحو النشاط الرياضي وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة سلسلة الدراسات النفسية والتربوية، المجلد 8، جامعة السلطان قابوس، ص. 48 ـــ 77.
11. **شحاته، محمد إبراهيم، وآخرون (1998)** أساسيات التمرينات البدنية، الإسكندرية: منشأة المعارف.
12. **عبدالحق، عماد، وآخرون (2012)** مستوى الوعي الصحي لدي طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد26 (4)، ص 940 ـــ 956.
13. **فياض، محمد محمود (2003).** الحصيلة المعرفية لدى مدربي الكاراتيه في الأردن ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، الأردن.
14. **محمد، العربي (2017)** مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى بعض طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم. مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد (5)، جامعة الجزائر. ص 174 ـــــ 187.
15. **مرسال، محمد ، ومحمد ، عبد الباسط (2002)** تأثير برنامج تمرينات مقترح على مستوى إنجاز بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية. نظريات وتطبيقات كلية التربية الرياضية، المؤتمر العلمي الدولي، استراتيجيات انتقاء وإعداد المواهب الرياضية في ضوء التطور التكنولوجي والثورة المعلوماتية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية ، ص 342 ـــ 357.

فعالية النشاط البدني الترويحي لدى الاطفال المعاقين ذهنيا وآثره على الصحة عندهم من وجهة نظر المربين الاولياء

أ / سماعل توفيق أ. د/ الوناس عبدالله

المستخلص

هدفت الدراسة للتعرف على دور ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وأهميتها على الصحة النفسية لدى أطفال المعاقين ذهنيا، وبذلك تهدف هذه الدراسة الى معرفة دور الممارسة الانشطة الرياضية الترويحية في تحقيق مبدأ الصحة النفسية وتطوير التواصل والمشاركة في الانشطة وإدماج الطفل في محيطه الاجتماعي، كما استخدمنا المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث وقد اختارنا عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من اولياء أطفال المعاقين ذهنيا وعددهم 60 ولي، و 35 مربي ينتمون الى المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة، توصلنا إلى وجود دلالة إحصائية لصالح ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى أطفال المعاقين ذهنيا وانعكاسها الإيجابي على الصحة النفسية من وجهة نظر الأولياء والمربين.

الكلمات المفتاحية: الترويح، النشاط البدني الرياضي، انشطة رياضية ترويحية، الأطفال المعاقين ذهنيا، الصحة النفسية.

Abstract:

The study aimed to identify the role of recreational sports activity and its importance on the mental health of children with intellectual disabilities, Thus, this study aims to find out the role of practicing recreational sports activities in achieving the principle of mental health, developing communication, participating in activities and integrating the child into his social environment, We also used the descriptive method to suit the nature of the research, and we selected the study sample by random method from 60 parents of children with intellectual disabilities, and 35 educators belonging to the psychological-pedagogical Center for the municipality of El-hajib, and the psychological-pedagogical Center for mentally disabled children of the state of Biskra, We found that there is a statistical significance in favor of practicing recreational sports activities among children with intellectual disabilities and its positive impact on mental health from the point of view of parents and educators.

Keywords: recreational, Sports Physical Activity, recreational sports activities, children with intellectual disabilities, Mental health.

المقدمة:

إن الطفل المعاق عقليا كائن بشري له أحاسيس وشعور وطموحه التي لا يمكن ان يحققها تماما ،او يخفف من جدة أثارها عليه إلا من خلال طريقة هادفة ،لذا فقد حاول المختصون في علم النفس والطب والرياضة ايجاد افضل سبل الحل الامثل لرعاية الاطفال المعاقين ذهنيا، وفد استدعى ذلك التوسع الكبير في الخدمات المقدمة لهم من الناحية البدنية والصحية والاجتماعية والتربوية والنفسية التي تفي باحتياجاتهم ان الاطفال المعاقين ذهنيا لديهم الرغبة وميل لممارسة الانشطة الرياضية الترويحية، وعلى المربي أن يستغل هذا الجانب في تدريبهم وتعليمهم الكثير من المهارات الحركية الرياضية باستعمال تمرينات وألعاب في تربية وتنمية كل مجالات وخاصة المجال الصحي النفسي كتطوير قدراته النفسية والخلقية التي تساهم في تفاعل الطفل واندماجه في الوسط الذي يعيش فيه.

وانه لمن المسلمات التربوية لكل طفل الحق في الترويح، ولا فرق في ذلك بين السوي وغير السوي، بل معظم الدراسات التي تناولت الرياضة والترويح كانت تنادي بأهميتها للأطفال ذوي احتياجات الخاصة بصفة عامة والمعاقين ذهنيا بصفة خاصة، ومن المشكلات التي تواجه أطفال المعاقين ذهنيا صعوبة تجاوز المشاكل النفسية ونظرة الاخرين لهم والحقيقة فإن العيب ليس فيهم على الاطلاق ولكن غياب الثقافة المجتمعية السليمة للتعامل مع مثل هذه الفئة هو السبب الرئيسي.

ومن خلال التجربة الاستطلاعية تبين أنه هناك أثر للأنشطة الرياضية الترويحية، وطريقة تكييفها وبرمجتها على هذه الفئة للوصول إلى نتائج ملموسة تنعكس على الصحة النفسية، لذا يجب دمجهم مع الاخرين وتعويدهم على التحكم في الذات لينمي لديهم القدرة على التفاعل مع الاخرين من اجل تشجيعهم على ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية وإتاحة الفرصة لهم لتعبير عن أنفسهم وابراز قدراتهم في المجتمع.

ومما سبق يتبادر الى اذهاننا التساؤل العام:

- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية؟

التساؤلات الفرعية:

- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء؟
- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين؟

الفرضية الرئيسية:

- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية

الفرضيات الجزئية:

لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.

لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

اهمية الدراسة: تنقسم هذه الأهمية الى أهمية نظرية وأهمية علمية.

الاهمية النظرية: إن الغرض من أي دراسة هو الوصول إلى نتائج تفيد المعرفة الإنسانية من خلال المساهمة في إثراء المكتبة الجامعية بالإضافة إلى الحرص على تطبيق الخطوات المنهجية المتسلسلة في إعداد البحوث.

الاهمية العلمية: حيث نرجو من هذه الدراسة كسائر الدراسات والبحوث العلمية الوصول الى الاقتراحات وتوصيات علمية يستفاد منها في تحسين النتائج الرياضية التي هي الشغل الشاغل لكل الفاعلين في الرياضة الجزائرية وعلى رأسهم وزارة الشباب والرياضة مرورا بالمديريات الولائية التابعة لها بفئة ذوي الحاجات الخاصة على اختلافهم وبشكل ملحوظ.

فضلا عن ذلك فان البحث يحاول تحديد ما اذا كان النشاط البدني الرياضي الترويجي دورا في عملية التفاعل ، و المعوقات التي تحول دون رعاية هؤلاء داخل المراكز الطبية البيداغوجية المخصصة لذلك , و زيادة اهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي و اهمية تحديد الوقت لذلك و ذلك من اجل تدارك النقائص وتجاوز العقبات دون تحقيق التفاعل لأطفال المعاقين ذهنيا.

اهداف الدراسة:

تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التعرف على انعكاسات الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا على الصحة النفسية.
- التعرف على انعكاسات الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.
- التعرف على انعكاسات الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

- **الترويح:**

- **التعريف الاصطلاحي:** " رد فعل عاطفي أو حالة نفسية أو شعور يحسه الفرد قبل وأثناء وبعد ممارسته لنشاط ما سلبيا أو إيجابيا، هادف ويتم أثناء وقت الفراغ، وأن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية ويتصف بحرية الاختيار وغرضه في ذاته". (تهاني، 2001، صفحة 104)
- **التعريف الاجرائي:** هو مشاط اختياري يحدث في اوقات الفراغ ودوافعه الاولية هي الرضا والسرور الناتج عن هذا النشاط.

- **النشاط البدني الرياضي:**

- **التعريف الاصطلاحي:** تعرف بأنها:" هو وسيلة لبلوغ أهداف عديدة بتكيفه مع مختلف ميادين الثقافة فهو يخدم الأهداف الصحيحة إذا تمت الممارسة من اجل ذلك، ويخدم المستوى الرياضي العالي إذ كان متخصصا ويمارس للترويح عن النفس لدى العامة من الناس" (محمد م.، 2010، الصفحات 151-152)
- التعريف الاجرائي: هو " أنه عملية تطوير وتعديل في طرق ممارسة الأنشطة الرياضية بما يتلاءم مع قدرات الأفراد.

- **الأطفال المعاقين ذهنيا:**

- **التعريف الاصطلاحي:** تعرف بانها:" نقص جوهري في الأداء الوظيفي الراهن، يتصف بأداء ذهني وظيفي دون المتوسط يكون متلازما مع جوانب قصور في اثنين أو أكثر من مجالات المهارات التكيفية". (عبيد، 2007، صفحة 03)
- **التعريف الاجرائي:** هي نقص في اداء الذهني عند الاطفال والذي يؤثر على قدرة الفرد في التواصل واداء الوظائف المختلفة.

- **انشطة رياضية ترويحية:**

- **التعريف الاصطلاحي:** هو جميع أوجا النشاط البناء، والمقبولة اجتماعيا وعقائديا والتي تؤدى أثناء وقات الفراغ ويتم اختيارها والاشتراك فيها نتيجة لدوافع داخلية وفقا للإدراك الفرد، وذلك بغرض اكتساب العديد من القيم الشخصية وتطوير الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والسعادة، من لمشاركة ذاتها وليس لدوافع خارجية كالكسب المادي والمعنوي". (الفاضل، 2002، صفحة 81)
- **التعريف الاجرائي:** هو نوع من الانشطة البدنية والرياضية التي تهدف للترويح وفق برامج عديدة ما يؤثر على الفرد من الجوانب النفسية والفسيولوجية.

- **الصحة النفسية:**

- **التعريف الاصطلاحي**: تعني قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية، من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس وتعني كذلك أن الفرد برضى عن نفسه وتقبل ذاته والآخرين. (فهمي، 1995، صفحة 54)
- **التعريف الاجرائي:** تمثل الصحة النفسية العامل الاساسي لتوافق الفرد مع نفسه والمجتمع الكائن فيه، وذلك للتخلص من الاضطرابات وتحقيق الرضى النفسي للفرد في مجتمعه.

الدراسات السابقة والمشابهة:

الدراسة الاولى: دراسة(تركي احمد، 2004): دور النشاط الرياضي التنافسي في الادماج الاجتماعي للمعاقين حركيا :مذكرة ماجستير، قسم التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، هدفت الدراسة تناول الباحث موضوع الادماج الاجتماعي حركيا كمتغير يتأثر ايجابيا بممارسة النشاط الرياضي التنافسي المكيف و استخدم الباحث المنهج الوصفي، وحجم العينة هو 20 معاق حركيا، وتمثلت نتائج الدراسة في وجود ارتباط بين النشاط البدني التنافسي المكيف و تقبل الاعاقة و ذلك من خلال اثبات الفروق بين الممارسين و الغير ممارسين للنشاط البدني الرياضي. كذلك وجود علاقة بين الخصائص الفردية للفرد المعوق حركيا وادماجه الاجتماعي ووجود فروق في السلوك الاجتماعي الايجابي بين الممارسين والغير ممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف. وبعد تطبيق أدوات البحث المتمثلة في مقياس تقبل الاعاقة و الاستبيان على مجموعتين (مجموعة ممارسة تمثلت في الأندية الرياضية لألعاب القوى، والأخرى الغير ممارسة للنشاط البدني الرياضي تمثلت في طلبة مراكز التكوين المهني).

الدراسة الثانية: دراسة (الشيخ الصافي، 2013): ثر برنامج ترويحي رياضي مقترح على بعض المهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعيا، تخصص رياضة وصحة، مذكرة ماجيستير، هدفت الدراسة لمعرفة أثر برنامج ترويحي الرياضي الترويحي في تحسين بعض المهارات الاجتماعية (الاتصال حل المشكلات) عند المعاقين سمعيا، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، لعينة تلميذ من الاعاقة السمعية. وقد اعتمدت هذه الدراسة على مقابلات الشخصية، الاستبيان اختبار قياس السمع، قياس المهارات الاجتماعية، وتمثلت النتائج في انه

حقق برنامج الرياضي الترويحي المقترح تطور ايجابي بين اختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الاجتماعية ولذلك تناسبه مع فئة المعاقين سمعيا، حققت العينتين الضابطة والتجريبية تطورا ايجابيا بين اختبارين القبلي والبعدي في اختبار المهارات الاجتماعية (الاتصال حل المشكلات)، حقق برنامج الرياضي الترويحي المقترح تطور ايجابي في نتائج اختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح العينة التجريبية.

الدراسة الثالثة: دراسة (بشير حسام، 2011) فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية و ادماج المعاق حركيا، دراسة ميدانية بالمراكز الطبية التربوية للمعاقين حركيا بجيجل و أم البواقي، أطروحة الدكتوراه في التربية البدنية و الرياضية بجامعة الجزائر، تهدف هذه الدراسة الى فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق صحته النفسية، و بالتالي التخلص من مختلف المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا من قلق و اكتئاب كذلك تبن كيفية دمج المعاق حركيا داخل المجتمع ليصبح مثل باقي الأطفال الأسوياء، و ذلك بفضل ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

الدراسة الرابعة: (دراسة تمار محمد 2011)، بعنوان" تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا9-12 سنة، دراسة ميدانية على مستوى مركز الشبان المكفوفين العاشور لولاية الجزار، اطروحة دكتوراه، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا من خلال اعادة ادماجهم وتكييفهم في ا {تمع وكذلك زرع الثقة في النفس التي تعد جوهرة الذات وتقديرها، لأن الاطفال المعاقين بصريا تتأثر عندهم الكفاءة الادراكية.

التعليق على الدراسات المشابهة: مما سبق ان كل الدراسات السابقة ركزت على وجود رعاية المتخلفين ذهنيا والاهتمام بهم بالإضافة إلى أنها أكدت انه يمكن تعديل سلوكهم بكفاءة إذا وفرنا الرعاية اللازمة لذلك كما بينت استفادت هؤلاء من برامج الرعاية التربوية والنفسية والاجتماعية التي تقدم لهم مثلما أكدت بعض الدراسات، واستخدمت معظم هذه الدراسات السابقة الاستبيان والمقابلات الشخصية كأداة في جمع البيانات، بالإضافة إلى الاعتماد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، كما اعتمدت على العينة العشوائية البسيطة.

الجانب التطبيقي:

1 - الدراسة الاستطلاعية:

لا يخفى على أي باحث ان اساس انطلاق أي دراسة لابد من الضبط الدقيق للإشكالية، اما بالنسبة للجانب الميداني فلا بد من تحديد الاداة المناسبة لإجراء الدراسة، والذي بدورها تعطي مصداقية للإشكالية، ولما كان الاستبيان هو احج ادوات المعتمدة عليها لإنجاز هذه الدراسة.

حيث قمنا في الخطوة الاولى بزيارة المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة أجرينا مقابله حره مع المسؤولين في المركزين، وذلك بهدف الحصول على المعلومات والبيانات المتعلقة بالمركز وعدد المربيين فيها، حيث قمنا بتوزيع استبيان اولي على مجموعه من المربيين وعددهم (10) بقصد الوقوف على النقائص وثغرات الاستبيان قبل توزيع النهائي له.

وبعد احتكاكنا بإطارات واداري ومربيي المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة واولياء الاطفال في هذين المركزين، واجراء مناقشه معهم للتعرف على مدى وضوح الأسئلة بصفه عامة وملائمتها لموضوع الدراسة، تم تحديد واعاده صياغة فقرات الاستبيان بكل دقه ومعرفه ظروف الانجاز الميداني، والتي لها ارتباط وثيق ومباشر بمتغيرات الدراسة ولمكان الدراسة، واداه البحث وذلك للقيام بتوزيع الاستبيان على المربيين والاولياء.

الدراسة الأساسية:

لقد تم إجراء الدراسة الأساسية بتطبيق استبيان موجه للمربيين واولياء الأطفال المعاقين ذهنيا التابعين للمركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولية بسكرة، وفي الأخير تحليلها بالأدوات الإحصائية للوصول إلى النتائج، وكل هذه الخطوات سنقوم بعرضها بالتفصيل في الخطوات والعناوين التالية:

مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة: المربيين التابعين للمركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة، واولياء الاطفال المعاقين ذهنيا المنخرطين في هذه المراكز.

عينة الدراسة: حرصا منا على الوصول إلى نتائج الأكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية بسيطة أي أننا لم نخص العينة بأي خصائص أو مميزات.

ضبط افراد العينة: وتتكون من اولياء أطفال المعاقين ذهنيا وعددهم 60 ولي، و35 مربي ينتمون الى المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة

منهج الدراسة:

المنهج هو:" الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج". (السماك، 1980، صفحة 42)

ونظرا لطبيعة الموضوع الذي تناولناه في دراستنا، وقصد تحليل النتائج ودراسة الإشكالية التي طرحناها فإننا نعتمد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي الذي يختص بجمع البيانات والتقارير أو الجداول الكمية أوكلاهما معا والمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كيفيا وتعبيرا كميا.

ادوات الدراسة:

الشروط العلمية لأداة الدراسة:

التأكد من صدق الاختبار:

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتبار صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية، والتي خلصت من ورائها أخطاء القياس، والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات. وهذا ما يوضحه الجدول (1):

جدول (1) معامل صدق وثبات الاختبار عند الأولياء والمربين.

الاجابات	العينة	درجة الحرية	الدلالة	الثبات	الصدق	ر الجدولية
الاولياء	60	8	0,05	0,97	0,98	0,63
المربين	35			0,96	0,97	

المصدر: اعداد الطالب بمحرجات نظام.SPSS

من خلال النتائج الموضحة في الجدول1: يتضح أن القيم المحصل عليها في ثبات الاختبار وصدقه ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى أطفال المعاقين ذهنيا وانعكاسها على الصحة النفسية من جهة نظر الأولياء والمربين أكبر من القيمة الجدولية والتي تقدر بـ 0.63عند مستوى.

مجالات البحث: تم إجراء البحث وفق المجالات الثلاثة التالية:

المجال المكاني: أجري البحث على المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولية بسكرة.

المجال البشري: ويتكون من اولياء أطفال المعاقين ذهنيا وعددهم 60 ولي، و35 مربي ينتمون الى المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة.

الاساليب الاحصائية:

- اختبار كا ^{2} تربيع.
- معامل الارتباط بيرسون Pearsonلدراسة الارتباطات بين عبارات وأبعاد المقياس وبالتالي صدق الأداة
- معادلة كرونباخ ألفا Alpha Cronbachلحساب الثبات للأداة

عرض فرضيات الدراسة:

عرض نتائج الفرضية الاولى

جدول (2) ان لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء

العبارات	كا^2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	الدالة
.1	18,52	5,99	0,05	دال
.2	9,72	5,99	0,05	دال
.3	10,52	5,99	0,05	دال
.4	29,18	5,99	0,05	دال
.5	3,32	5,99	0,05	غير دال
.6	40,12	5,99	0,05	دال
.7	14,52	5,99	0,05	دال
.8	19,72	5,99	0,05	دال

المصدر: اعداد الطالب بمحرجات نظام.SPSS

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول الفرضية الاول، حيث نجد أن معظم أسئلة الفرضية الاولى دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة (غالبا)، عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.

عرض نتائج الفرضية الثانية:

الجدول(3) ان لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

العبارات	كا^2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	الدالة
.1	33,80	5,99	0,05	دال
.2	38,40	5,99	0,05	دال
.3	44,20	5,99	0,05	دال
.4	29,60	5,99	0,05	دال
.5	25,40	5,99	0,05	دال
.6	52,20	5,99	0,05	دال
.7	48,60	5,99	0,05	دال
.8	15	5,99	0,05	دال

المصدر: اعداد الطالب بمحرجات نظام.SPSS

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول الفرضية الاول، حيث نجد أن معظم أسئلة الفرضية الاولى دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة (غالبا)، عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربيين.

مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

مناقشة الفرضية الاولى:

كما نلاحظ من خلال الجدول رقم 2 تمثل المحور الاول الخاص بممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء، و التي اجاب عليها الاولياء تبين انه توجد دلالة احصائية بالنسبة للفرضية الاولى والتي كانت لصالح الاولياء .حيث ان القيم كا^2 المحسوبة للعبارات من 1الى 4 ومن 6الى 8والتي هي اكبر من كا^2 الجدولية ومنه يمكننا القول انه لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء، ذلك الطابع المميز لممارسة الانشطة الرياضية الترويحية يدفع الطفل لتحقيق حاجاته الاساسية اذ يندفع الطفل بشكل جدي يفيض بالحيوية لتحقيق نتيجة افضل خلال ممارسته للأنشطة الترويحية الرياضية.

وهذا ما اتفق مع دراسة فيمر عبد القادر وبوبكري رشيد مع بن ضياف حسان 2007، والتي اظهرت نتائجها ان الانشطة الرياضية الترويحية لها دور ايجابي في تحسين سلوك الحسي لطفل وتساهم في الوصول بالطفل الى استكشاف ما حوله.

مناقشة الفرضية الثانية:

كما نلاحظ من خلال الجدول رقم 2 تمثل المحور الثاني الخاص بممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربيين، و التي اجاب عليها الاولياء تبين انه توجد دلالة احصائية بالنسبة للفرضية الاولى والتي كانت لصالح الاولياء .حيث ان القيم كا^2 المحسوبة للعبارات من 1الى 4الى 8 والتي هي اكبر من كا^2 الجدولية ومنه يمكننا القول انه لممارسة

الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربيين، و بالتالي يمكن القول أن ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية تزيد من حيوية الأطفال في الموقف التعليمي اذ يعمل على تحرير حلات الصمت السلبية و الاستجابة الى حالة بث الروح النفسية و تبادل وجهة النظر حيث يساعد على اكساب الأطفال اتجاهات ايجابية نحو المربي و النشاط, حيث ينمي لديهم المهارات الاجتماعية.

وهذا ما بينته الدراسة السابقة (لتمار محمد ،2011) بعنوان" تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على بصريا تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين9-12 سن، دف هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا من خلال اعادة ادماجهم وتكييفهم في المجتمع.

مناقشة الفرضية العامة:

خلال ما بينته نتائج الجدولين 2 و3 الذين اكدا صحة الفرضيتين هذا أدى الى تحقيق الفرضية العامة التي قدمناها في البحث وهي ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى لأطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية، ذلك الأنشطة الرياضية تسعى لبناء نظام نفسي متفتح بتحسين عوامل فعالة بين الافراد المجتمع واشباع رغبة التحرك والنشاط من جهة ورغبة الاحتكاك والتواصل وتجاوز الذات للوصول الى روح الجماعة من جهة اخرى وتعزيز الثقة والعوامل النفسية للفرد بواسطة العمل الاجتماعي في عدة نشاطاته.

وهذا ما أظهرته الدراسة السابقة (لبشير حسام ،2011) بعنوان فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق حركيا الصحة النفسية وادماج المعاق، دراسة ميدانية بالمراكز الطبية التربوية للمعاقين حر كيا بجيجل وأم البواقي، وتهدف هذه الدراسة الى فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق صحته النفسية، وبالتالي التخلص من مختلف المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حر كيا من قلق واكتئاب كذلك تبن كيفية دمج المعاق حر كيا داخل المجتمع ليصبح مثل باقي الأطفال الأسوياء، وذلك بفضل ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

الاستنتاج العام:

خلال دراستنا هذه حاولنا التوصل الى نتائج موضوعية لممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى أطفال المعاقين ذهنيا وانعكاسها على الصحة النفسية من وجهة نظر الأولياء والمربيين. ومن خلال تحليل النتائج التي تحصلنا عليها والتي تم معالجتها بطرق احصائية نجد ان الطفل يحاول استكشاف ما حوله في المنزل ويشترك في الانشطة الرياضية الترويحية إذا كان التشجيع والحث على المشاركة، كما توصلنا الى الاستنتاجات التالية:

1- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية
2- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.
3- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

الخاتمة:

لقد عرفت الانشطة الترويحية تطورا كبيرا على مدى العصور، بحيث انتقلت من العشوائية الى التنظيم ومنهجية في تسطير برامجها التربوية. ولعل الشيء الذي أضاف الكثير الى هذه المادة هو ارتباطها بمجموعة من العلوم الانسانية والعلوم الدقيقة.

وانطلاقا من دراستنا لهذا الموضوع والالمام لبعض جوانبه حول أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى أطفال متلازمة داون . وبناء على النتائج المتحصل عليها وبعد تحليل ومناقشة كل المعطيات تبين لنا أن للأنشطة الرياضية الترويحية لها انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية للطفل المعاق ذهنيا، وتعتبر فئة الطفال المعاقين ذهنيا جزء من المجتمع الذي يندرج ضمن ذوي الاحتياجات الخاصة التي تستوجب الرعاية والعناية الخاصة في جميع النواحي الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية وفسيولوجية ،وبهذا فهي من أكثر الفئات حاجة الى التربية والعناية الخاصة ،كما أشرت عدة دراسات الى أن هذه الفئة حساسة ولا تتمتع بمناعة قوية ولابد من اهتمام والعناية الطبية والنفسية والاجتماعية والرياضية.

من خلال دراستنا فقد حاولنا معالجة مختلف الجوانب التي لها علاقة بالصحة النفسية ،أردنا أن نبرز علاقة الانشطة الترويحية بهذه الجوانب وانعكاسها الايجابي على الصحة النفسية وتوصلنا الى ان لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية، و كذلك لها دور في عملية دمج الطفل في بيئته رياضيا واجتماعيا، و كذلك يتفاعل ويتواصل مع الاخرين ورغبة الاحتكاك والتواصل وتجاوز الذات للوصول الى الرضى النفسي من جهة اخرى وتعزيز الثقة بالنفس بواسطة العمل الاجتماعي والراحة النفسية التامة اثناء ممارسة النشطة الترويحية.

الاقتراحات والتوصيات:

- إن يتجه الباحثون لتطبيق دراسات عن الدمج على فئات مختلفة من الأطفال المعاقين
- إعداد برامج مكيفة وهادفة ومسلية لهذه الفئة.
- اهتمام الأسرة بالطفل المعاق وإدماجه في نوادي التوعية الإعلامية حول فئتهم ومشاكلهم.
- الاهتمام بالجانب المادي الذي يعد الدعم الكبير على تعزيز دوافع النجاح.
- التكفل بهذه الشريحة خاصة عند خروجهم من المراكز المخصصة بعد السن 18كما هو معمول به قانونا وإدماجه في المجتمع عن طريق توظيفهم وإعطائهم الأولوية وتكليفهم بأعمال بسيطة.
- مساعدة الأسر التي تضم ذوي الاحتياجات الخاصة لاسيما الفقيرة منها.
- الاهتمام بالأنشطة الرياضية الترويحية من طرف الجهات المسؤولة عن هاته الفئة.
- ضرورة استعمال الأنشطة الرياضية الترويحية فيكل من الرياضات الفردية والجماعية
- كييف الأنشطة الرياضية الترويحية حسب قدراتهم.

قائمة المصادر والمراجع:

1- احمد الفاضل. (2002). لا توجد قيادة للبرامج الترويحية. مجلة المعرفة(العدد27).
2- عبد السلام محمد تهاني. (2001). الترويح والتربية الترويحية. (الطبعة الاولى، المحرر) القاهرة: دار الفكر العربي.
3- عماد مخيمر. (2005). إدراك القبول /الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، المجلد 06(العدد 02).
4- ماجدة بهاء الدين السيد عبيد. (2007). إلعاقة العقلية. (الطبعة الثانية، المحرر) عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

5- مجيدي محمد. (ديسمبر, 2010). سمات الشخصية وانعكاساتها علي اتجاهات اللاعبين نحو النشاط البدني و الرياضي و الدافعية للإنجاز الرياضي. (العدد الاول).
6- محمد ازهر السماك. (1980). الأصول في البحث العلمي. الموصل: دار الحكمة للطباعة والنشر .
7- مصطفى فهمي. (1995). الصحة النفسية(دراسات في سيكولوجية التكيف)،(الطبعة الثالثة، المحرر) القاهرة: مطبعة الخانجي.

أهمية التسيير الاستراتيجي للإدارة الرياضية في تطوير المنشآت الرياضية

أ / قدري عبد الناصر أ / بلعابد فاتح الامين أ.د / فيصل قاسمي

المستخلص

تهدف هذه الدراسة الى تحديد الاهمية التي يلعبها التسيير الاستراتيجي في تطوير المنشآت الرياضية، وسبل تفعيلها والتعرف على التحديات ومعوقات تطبيق التسيير الاستراتيجي في المنشآت الرياضية في الجزائر، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي لملائمته طبيعة المشكلة، وتمثلت عينة الدراسة بـ 45 اداري على مستوى مديرية الشباب لولاية بسكرة، ولجمع البيانات استخدمنا الاستبيان وتحليله عن طريق البرنامج الإحصائي SPSS وتحصلنا على نتائج متمثل في ان مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة تعتمد على التسيير الاستراتيجي في عملية ترقية المنشآت الرياضية.

الكلمات المفتاحية: الادارة الرياضية، الاستراتيجية، التسيير الاستراتيجي، المنشآت الرياضية.

Abstract:

This research paper aims to determine the importance played by strategic management in the development of sports facilities, and ways to activate them and identify the challenges and obstacles to the application of strategic management in sports facilities in Algeria, has been relying on the descriptive analytical approach to suit the nature of the problem, and the study sample was represented by 45 administrators at the level of the Directorate of Youth of the state of Biskra, and to collect data we used the questionnaire and analysis through the statistical program SPSS We obtained results that the Directorate of Youth and Sports of the state of Biskra relies on strategic management in the process of upgrading sports facilities.

Keywords: Sports management, strategy, strategic management, sports facilities.

مقدمة:

تعد الرياضة منذ العصور القديمة عنصر جدّ فعال في الحياة الاجتماعية لبناء جسم سليم وبمرور الزمن تطورت وأصبح لها قوانين وأماكن مخصصة.

إما في هذا العصر فقد صار لها اهتمام خاص نلمس هذا من خلال ما وفر لهم من منشآت رياضية لاستقطاب كل من يرغب في تطوير مواهبه الرياضية وتعتبر المنشاة الرياضية من أهم أقطاب ممارسة الرياضية لها أهداف ومهام عديدة.

أما لتسيير في الإدارة الرياضية هو:" عملية إدارية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة تعمل على الوصول بالرياضية إلى التكامل، والارتقاء بقدراتهم واكتسابهم للخبرات في مجال التسيير الإداري، وتعتبر الإدارة فن وعلم من العلوم الإدارية البارزة، وهي علم يبحث على كيفية إقامة علاقات طيبة بين المؤسسات من ناحية التنظيم، التخطيط في المنشآت ومن ناحية الأفراد والجماهير، (الطيب ، 2003، صفحة 05).

وفيما يخص المنشآت الرياضية في بلادنا في السنوات الماضية كانت سببا في التألق من حيث المردود و الأداء ولكن الملاحظ في العشرية الأخيرة أنها باتت تعيش تدهور على مستوى النتائج المحصل عليها،

والوجه الغير مشرف الذي ظهرت به سواء في البطولة الوطنية والمنافسات المحلية والمشاركات الخارجية الإفريقية والعربية، هذا بالرغم من أن المنشآت تحظى بالاهتمام أو بدعم مادي معتبر من طرف الدولة، ودعم الشركات الأخرى، ومع هذا كله يبقى مستوى الرياضي متدني. وهنا يجب علينا دق ناقوس الخطر فإذا فقدنا منشاتنا الرياضية سنفقد بطبيعة الحال فرقنا الرياضية، وسيتقلب هذا الأمر على مجتمعنا سلبا، ومما لا شك فيه أن تعامل البشر داخل المؤسسة ذات طابع خدماتي من الأمور الأشد صعوبة وذلك من جراء تضارب الآراء و الأفكار، حيث نجد أن لكل إنسان سلوكا خاصا به و مميزا له، ومن الصعب أن نخضعه للدراسة، أو أن نتكهن بسلوكياته أو ردود أفعاله في عدة مواقف، بحث تهدف المنشأة الرياضية إلى تحقيق أهدافها وفق سير أفرادها بالاعتناء بهم وبالتالي الوصول إلى التوازن والاستقرار والتكامل بين مختلف الوظائف الإدارية و تحقيق أهداف المنشأة.

ونظرا لما أصبح يتميز به التسيير الحالي من قدرة فائقة عن الأداء الإداري الدقيق في بناء الإدارة حيث أن متابعة تسيير الإدارة الرياضية وتحركات الإداريين تتطلب منه أن يأخذ مكانا مناسبا للتسيير الإداري لهذا أصبح لزاما على الإداريين الإلمام المعرفي بالأسس العلمية الحديثة أثناء اختيار المبادئ أو العناصر الفعالة لتحقيق أهدافهم المنشودة، كما تعمل الإدارة الرياضية على تحقيق أهدافها المنشودة في أي مؤسسة أو منشأة رياضية حيث ركزت الإدارة الرياضية على عدة عناصر منها التخطيط، التنظيم، الرقابة في مجال التسيير و التي تعمل لصالحها. ومما سبق طرحه يمكننا الخروج بالإشكالية التالية:

هل عامل التسيير الاستراتيجي له أهمية في تطوير المنشآت الرياضية؟

التساؤلات الجزئية:

- هل للتخطيط الاستراتيجي أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية؟
- هل للتنظيم أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية؟
- هل للرقابة أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية؟

الفرضية الرئيسية:

- ان عامل التسيير الاستراتيجي له اهمية كبيرة في تطوير المنشآت الرياضية.

الفرضيات الجزئية:

- للتخطيط الاستراتيجي أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية.
- للتنظيم الاستراتيجي أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية.
- للرقابة أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية.

اهمية الدراسة:

من الجانب العلمي: يعتبر هذا البحث كمحاولة منهجية للتقويم يحاول فيه الباحث تمكين الاستفادة من النتائج الموضوعية العلمية لهذا البحث، مع التعرف على اهمية التسيير الاستراتيجي كمتغير مستقل، ونطور المنشآت الرياضية كمتغير تابع، وهذا ما يحقق التنمية وخلق الميزة التنافسية بين الهياكل والمنشآت الرياضية وهذا ما ينعكس إيجابا على تحسين ورفع مستوى الممارسة الرياضية للإداريين و المدربين وكذلك اللاعبين والوصول إلى المستوى العالي وتمكين المنظمة الرياضية من المنافسة العالمية ذلك بتطبيق استراتيجية تسييريه ناجعة ترتبط بالتنمية الشاملة والمستدامة وفق فلسفة الادارة الحديثة، إضافة إلى إبراز أهم العوائق التي تواجه المسيرين في تطبيق هذه الاستراتيجيات في رفع وتحسين الأداء.

من الجانب العملي: يتضح الغرض العملي من هذه الدراسة هو معرفة اهمية التسيير الاستراتيجية في تطوير المنشآت الرياضية، وهذا ما يسمح بالفعل في تحسين الممارسة الرياضية، وذلك من خلال إبراز العلاقة بين استراتيجيات الأساسية للتسيير الإداري للمنشآت الرياضية وتطوير اداء المنشآت الرياضية من خلال تحسين أداء العاملين وتحقيق النتائج المرجوة، والعمل على تنظيم الجيد لبيئة العمل والوقاية من كل التحديات والمشاكل التي قد تواجه المؤسسات الرياضية..

اهداف الدراسة:

سنحاول من خلال هاته الدراسة إبراز الجانب العلمي حول أهمية التسيير الاستراتيجي في تطوير المنشآت الرياضية ونحاول من خلال هذا البحث توضيح أهمية الإدارة في تطوير المنشئة الرياضية لإضافة شيء يسير جدا للتسيير الإداري من خلال إبراز هذه الأسباب التي حالت دون تطور المنشآت الرياضية في بلادنا.

أما في يخص الجانب العملي، سنحاول توضيحه في بعض النقاط:

- معرفة أثر الإدارة الرياضية في تطوير وتسيير المنشآت الرياضية.
- الكشف على أهمية مساهمة الإدارة الرياضية في تطوير سير المنشآت الرياضية.
- التعرف على مدى تأثير الإدارة الرياضية في تنويع التسيير داخل المنشآت الرياضية.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

- **التسيير:**

- التعريف الاصطلاحي: يعرفها P. Bergeron" على انها: تلك العملية التي من خلالها نخطط وندير ونراقب موارد المؤسسة من اجل تحقيق الاهداف المسطرة".(عدون و واخرون، 2003، صفحة 09)
- التعريف الاجرائي: ومنه نستنتج ان التسيير هو: "عملية يشترك فيها العلم والفن وتقنية قيادة شؤون تنظيم وتخطيط وتدبير وتنشيط ومراقبة الأعمال، كما يعني إسناد جملة النشاطات والقدرات الفردية ذات نوعية عالية، ويعمل على توصيل الخطة لإدراك هذه الفرضيات مع تحديد مسؤولية تكلف كل خطة".
- التعريف الاصطلاحي: التسيير هو "تلك المجموعة من العمليات المنسقة والمتكاملة. التي تشمل أساسا التخطيط، التنظيم، التوجيه، والرقابة إنه، باختصار تحديد الأهداف وتنسيق جهود الأشخاص لبلوغها، ه هذا وجوهر مهمة المسير". (بن يحي، 2019، صفحة 81)
- **التعريف الاجرائي**: ومنه نستنتج ان التسيير هو: "عملية يشترك فيها العلم والفن وتقنية قيادة شؤون تنظيم وتخطيط وتدبير وتنشيط ومراقبة الأعمال، كما يعني إسناد جملة النشاطات والقدرات الفردية ذات نوعية عالية، ويعمل على توصيل الخطة لإدراك هذه الفرضيات مع تحديد مسؤولية تكلف كل خطة".

- **الاستراتيجية:**

- التعريف الاصطلاحي: كلمة مشتقة من التعبير اليوناني" Stratego":"وهي تعني فن قيادة الجيوش ويتماشى مع مفهوم الاستراتيجية يعرف العصور القديمة انطلاقا من الجذور العسكرية لمفهوم الاستراتيجية"

كما نعرف الاستراتيجية بانها: "مجموعة القرارات المهمة للاختبارات الكبرى للمنظمة المتعلقة بالإدارة في مجموعها والرامية إلى تكييف الإدارة مع التغير وكذا تحديد الغايات الأساسية والحركات من أجل الوصول إليها والقرارات السياسية لاختيار الهيكل التنظيمي والأخذ بعين الاعتبار تطبيق الاستراتيجية"(عدوان، 2001، الصفحات 9-8)

- **التعريف الاجرائي**: نعرف الاستراتيجية بانها:" خطة تتعلق بالتعامل مع الخصم أو المنافس، ويمكن أن تتمثل في برنامج عمل واسع لتعبئة الموارد من أجل بلوغ هدف معين".
- **التعريف الاصطلاحي**: ويعرفها توماس Tomasعلى أنها خطط وأنشطة المنظمة التي يتم وضعها بطريقة تضمن خلق درجة من التطابق بين رسالة المنظمة وأهدافها، وبين هذه الرسالة والبيئة التي تعمل بها بصورة فعالة وذات كفاءة عالية (صباطي، 2022، صفحة 60)
- **التعريف الاجرائي**: نعرف الاستراتيجية بانها:" خطة تتعلق بالتعامل مع الخصم أو المنافس، ويمكن أن تتمثل في برنامج عمل واسع لتعبئة الموارد من أجل بلوغ هدف معين".

- **التسيير الاستراتيجي:**

- **التعريف الاصطلاحي**: نعرف التسيير الاستراتيجي بانه:" وهو عبارة عن التبصر بالشكل المثالي للمنظمة في المستقبل وتحقيق الاهداف، وهو رد فعل لكل من نقاط الضعف والقوة في أداء المنظمة وللتعديلات والفرص الموجودة في البيئة وذلك لتطور وتنمية مجالات التميز والتنافس للمنظمة في المستقبل، كما انه اسلوب العمل على مستوى الإدارة العليا والإدارة التنفيذية وبشكل يحدد ويميز مساهمة كل مستوى ووظيفة داخل المؤسسة."(أحمد، 1999، صفحة 24)
- التعريف الاجرائي: نستنتج ان التسيير الاستراتيجي عملية ترتكز على الأنشطة التي تهدف إلى تحقيق هدف معين من خلال تنمية الأهداف المنطقية وفحص واختيار البدائل ورسم الخطط التي تسبق الأفعال والتصرفات.
- التعريف الاصطلاحي: أشار الغالبي طاهر محسن منصور وصبحي وائل محمد إدريس2007 إلى أن تبني الإدارة الاستراتيجية من قبل إدارة المؤسسة يساعدها على تحقيق الآتي:
- توضيح الرؤية المستقبلية للعمل ورسم صورة مستقبلية للمؤسسة تحاول الوصول إليها؛
- التفاعل البيئي على المدى البعيد، حيث يساعد هذا التفاعل المؤسسة على التعامل مع الظروف والمستجدات، ويعطيها القدرة على التكيف مع التغيرات؛
- إمكانية تبني أفكار إبداعية جديدة تساهم في تطوير قدرات وقابليات تولد رغبة في تطوير واقع المؤسسة من خلال إجراء تغييرات مستمرة وايجابية؛
- توفر أساس معين لتحديد الحاجة للتغيير وابرازها لجميع المستويات الإدارية، إضافة إلى المساعدة في النظر إلى التغيير كفرصة، وليس كتهديد؛
- تضع أسس علمية لتخصيص الموارد والإمكانات وخاصة النادرة منها على مختلف وحدات الأعمال والأنشطة الوظائفية في المؤسسة" (وهاب، 2022، صفحة 78)
- التعريف الاجرائي: نستنتج ان التسيير الاستراتيجي عملية ترتكز على الأنشطة التي تهدف إلى تحقيق هدف معين من خلال تنمية الأهداف المنطقية وفحص واختيار البدائل ورسم الخطط التي تسبق الأفعال والتصرفات.

- **المنشآت الرياضية:**

- **التعريف الاصطلاحي**: عرفها امين انور خولي على انها:" ذلك الواقع المادي الذي تعهد اليه الرياضة" (خولي، 1996، صفحة 329)

حسب المرسوم التنفيذي 91-416المؤرخ في 02نوفمبر 1991:"هي كل هيكل مهيأ للنشاط الرياضي التابعة لسلطة دواوين المركبات المتعددة الرياضات في الوليات والقاعات المتعددة الرياضات والملاعب التابعة لسلطة الإدارة المكلفة بالشبيبة والرياضة" (بلعروسي و لكحل، 2006، صفحة 384)

- **التعريف الاجرائي**: يمكننا ان نعرف المنشآت الرياضية بانها:" كل بناية أو عقار موجه لممارسة النشاطات البدنية والرياضية ويضم أيضا كل الهياكل الثابتة أو المتحركة من عتاد ولوازم رياضية، والتي تخص المركبات الرياضية.
- المنشآت الرياضية:
- **التعريف الاصطلاحي:** هي تلك المؤسسات التي ينشئها المجتمع لخدمة القطاع الرياضي من كافة الجوانب بحيث يكون لها هيكل تنظيمي يتفق وحجم تلك المؤسسات وأهدافها، بما يعود بالنفع لخدمة ذلك المجتمع متناسبا مع أهدافه " (خالف، 2012، صفحة 09)
- حسب المرسوم التنفيذي 91-416المؤرخ في 02نوفمبر 1991:"هي كل هيكل مهيأ للنشاط الرياض ي التابعة لسلطة دواوين المركبات المتعددة الرياضات في الوليات والقاعات المتعددة الرياضات والملاعب التابعة لسلطة الإدارة المكلفة بالشبيبة والرياضة" (بلعروسي ولكحل، 2006، صفحة 384)

التعريف الاجرائي: يمكننا ان نعرف المنشآت الرياضية بانها:" كل بناية أو عقار موجه للممارسة النشاطات البدنية والرياضية ويضم أيضا كل الهياكل الثابتة أو المتحركة من عتاد ولوازم رياضية، والتي تخص المركبات الرياضية.

الدراسات السابقة والمشابهة:

- الدراسة الاولى: دراسة ناضور ياسين في مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر بعنوان": دور الإدارة الرياضية والتسيير الرياضي في ترقية تحسين تسيير المنشآت الرياضية. في الموسم الجامعي 2012/2011وكانت تهدف هذه الدراسة إلى إثراء البحث العلمي مع كشف أسباب تدهور المنشآت الرياضية كذلك التعرف على أثر الإدارة والتسيير الرياضي في تحسين المنشآت الرياضية، اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي ويتكون مجتمع البحث من إداري للمنشآت الرياضية على مستوى ولاية بومرداس، ومن أهم النتائج التي ّ تم التوصل إليها:

- إن أسباب تدهور المنشآت الرياضية إما أن تكون بشرية أو مادية، هذه الأخيرة تتمثل في نقص الدعم والإمكانيات داخل المنشأة وتهاون الجهات المعنية المهتمة بسير المنشآت الرياضية، ّ أما الأسباب البشرية تتمثل في نقص خبرة التسيير لدى الإداريين في المنشآت الرياضية ودعم تخصصهم في مجال التسيير الرياضي.

- الدراسة الثانية: دراسة بن عقيلة جمال الدين في مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماجيستر في الموسم الجامعي 2011/2010تحت عنوان:" أساليب الإدارة والتسيير في تطوير رياضة النخبة الجزائرية" وكانت مشكلة دراسته هي: هل تتبع الإدارة الرياضية الأساليب العلمية والمنهجية في تسيير الهيئة الرياضية النخبوية لكرة القدم الجزائرية. تهدف هذه الدراسة الى تحسين طرق العمل في لإدارة الرياضية وتطوير أساليبها بما يساير ظاهرة العولمة والتقدم السريع الذي يشهده العالم في كافة الميادين"، وتم الاعتماد على لمنهج الذي أتبعته هذه الدراسة هو المنهج الوصفي وتوصل الى النتائج التالية:

- الإدارة الرياضية لا تتبع أساليب علمية ومنهجية في تسيير الهيئة الرياضية النخبوية لكرة القدم في الجزائر.

- الإدارة العليا لا تقوم بما يلزم من جهود من اجل تطوير الإدارة الرياضية الذي ينبغي أن يكون عبر عملية التقييم والقويم والتدريب والتغيير.
- النمط القيادي في المنظمة الرياضية هو النمط الديمقراطي والأوتوقراطي إلى جانب أنماط أخرى.

التعليق على الدراسات المشابهة:

اعتمدت هذه الدراسات على المنهج الوصفي في العمل وهو المنهج الذي واعتمدناه في دراستنا، كما اعتمدت على العينة المقصودة وهنا اختلفنا نحن اعتمدنا على العينة العشوائية البسيطة وتناولت أداة الاستبيان في جمع المعلومات كذلك اعتمدنا على هذه الأداة، وقد اشتركت دراستنا مع هذه الدراسة في أن التسيير الاستراتيجي يقوم بتطوير الرياضة.

الجانب التطبيقي:

الدراسة الاستطلاعية: لا يخفى على أي باحث ان اساس انطلاق أي دراسة لابد من الضبط الدقيق للإشكالية، اما بالنسبة للجانب الميداني فلا بد من تحديد الاداة المناسبة لإجراء الدراسة، والذي بدورها تعطي مصداقية للإشكالية، ولما كان الاستبيان هو احج ادوات المعتمدة عليها لإنجاز هذه الدراسة.

حيث قمنا في الخطوة الاولى بزيارة مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة، وقمنا بإجراء مقابله حره مع المسؤولين وذلك بهدف الحصول على المعلومات والبيانات المتعلقة بالمنشئة الرياضية وعدد العاملين فيها، حيث قمنا بتوزيع استبيان اولي على مجموعه من الموظفين وعددهم ثمانية بقصد الوقوف على النقائص وثغرات الاستبيان قبل توزيع النهائي له.

وبعد احتكاكنا بإطارات مركب الديوان المتعدد النشاطات بسكرة واجراء مناقشه معهم للتعرف على مدى وضوح الأسئلة بصفه عامة وملائمتها لموضوع الدراسة، تم تحديد واعاده صياغة فقرات الاستبيان بكل دقه ومعرفه ظروف الانجاز الميداني، والتي لها ارتباط وثيق ومباشر بمتغيرات الدراسة ولمكان الدراسة، واداه البحث وذلك للقيام بتوزيع الاستبيان على العاملين.

الدراسة الأساسية: لقد تم إجراء الدراسة الأساسية بتطبيق استبيان موجه للعمال الإداريين في مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة، وفي الأخير تحليلها بالأدوات الإحصائية للوصول إلى النتائج، وكل هذه الخطوات سنقوم بعرضها بالتفصيل في الخطوات والعناوين التالية:

مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة: بعض المنشآت الرياضية التابعة لمديرية الشباب والرياضة ولاية بسكرة.

عينة الدراسة: حرصا منا على الوصول إلى نتائج الأكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية بسيطة أي أننا لم نخص العينة بأي خصائص أو مميزات.

ضبط افراد العينة: وتتكون من 45إداري موزعين على إدارة مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة.

منهج الدراسة :المنهج هو:" الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج".(السماك، 1980، صفحة 42)

ونظرا لطبيعة الموضوع الذي تناولناه في دراستنا، وقصد تحليل النتائج ودراسة الإشكالية التي طرحناها فإننا نعتمد على المنهج الوصفي الذي يختص بجمع البيانات والتقارير أو الجداول الكمية أو كلاهما معا والمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كيفيا وتعبيرا كميا فالأول يصف لنا ظاهرة ويوضح خصائصها أما الثاني فيعطيها وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى.

ادوات الدراسة: وقع اختيارنا في هذا البحث على التقنية السائدة والشائعة وهي الاستبيان كأداة لجمع البيانات والذي وجدناها أنجع طريقة للتحقق من إشكاليتنا التي نحن بصدد البحث فيها، ويعتبر الاستبيان أكثر أدوات جمع البيانات والمعلومات استخداما وشيوعا في البحوث الاجتماعية والتربوية الرياضية، كما يستعين الباحثون بهذه الأداة، نظرا لكونها اقتصادية سهلة وسريعة في تطبيقها لذلك قمنا بتحضير الاستمارات الاستبيانية واعتمدنا في بنائها على استمارة للإداريين ويضم الاستبيان 22سؤال وتتمثل هذه الأسئلة في الأسئلة المغلقة، وقد تم تقسيم الاستمارة الى ثلاث محاور وهي كالتالي:

المحور الاول: اشتمل على 7اسئلة حول "أهمية التخطيط الاستراتيجي في تطوير تسيير المنشآت الرياضية".

المحور الثاني: اشتمل على 8 اسئلة حول:" أهمية التنظيم الاستراتيجي في تطوير تسيير المنشآت الرياضية".

المحور الثالث: وقد اشتمل على 7 اسئلة حول:" الرقابة أهمية في تطوير تسيير المنشآت الرياضية".

الشروط العلمية لأداة الدراسة:

صدق الاتساق الداخلي لمحاور الاستبيان: وفقا لمعامل الارتباط بيرسون:

جدول (1)

صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة.

المحاور	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
المحور الاول	0.844	0,000
المحور الثاني	0.712	0,000
المحور الثالث	0,754	0,000

من خلال الجدول نجد معاملات الارتباط بيرسون بين كل محور من محاور الاستبيان والدرجة الكلية للإجمالي عبارات الاستبيان، قد بلغت للمحور الاول 0.844وللمحور الثاني0.712 والمحور الثالث 0,754 وهي قيم ذات دالة إحصائيا لان قيمة مستوى الدلالة المعنوية لكل معامل ارتباط، هي أقل من مستوى دلالة0.05، ومنه تعتبر محاور الاستبيان صادقة ومتسقة، لما وضعت لقياسه.

حساب ثبات الاستبيان وفق طريقة الفا كرونباخ:

وفي دراستنا تم التحقق من ثبات عبارات محاور الاستبيان الدراسة، من خلال استخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ:

جدول (2)

معامل الفا كرونباخ.

الاستبيان	عدد العبارات	معامل الفا كرونباخ
	22	**0.894**

نجد أن قيمة معامل ألفا كرونباخ ذات قيم مقبولة وأن القيمة إجمالية لجميع عبارات الاستبيان بلغت 0.894 ويضم 22عبارة وهي أكبر من الحد الأدنى 0.6مما يدل على ثبات أداة الدراسة.

مجالات البحث:

تم إجراء البحث وفق المجالات الثلاثة التالية:

المجال المكاني: أجري البحث على مستوى مديرية الشباب والرياضة بولاية بسكرة.

المجال البشري: يحوى المجال البشري للدراسة على 45موظف اداري تابع الى مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة.

الاساليب الاحصائية:

- **النسبة المئوية:** تحول التكرارات إلى نسب مئوية، وذلك اعتماداً على القانون التالي:

النسب المئوية = عدد التكراراتx 100 / مجموع أفراد العينة

- اختبار كاي تربيع: يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها، يتم حساب الاختبار من الخلال العلاقة التالية:
- **كا^2= (مجموع التكرارات المشاهدة – التكرارات المتوقعة)^2 / التكرارات المتوقعة**

-**التكرارات المشاهدة :**هي التكرارات الملاحظة أو الحقيقية.

-**التكرارات المتوقعة :**تساوي مجموع العينة على الاحتمالات

عندما تكون كا ^{2}المحسوبة أكبر من كا ^{2}المجدولة تكون هناك دالة إحصائية وإذا كان العكس ليس هناك دالة إحصائية، ولحساب كا ^{2} المجدولة يجب توافر شرطين أساسين هما:

- مستوى الدلالة التي تساوي0.01.
- درجة الحرية

عرض ومناقشة فرضيات الدراسة:

عرض نتائج الفرضية الاولى:

جدول (3)

أهمية التخطيط الاستراتيجي في تطوير تسيير المنشآت الرياضية.

العبارات	كا^2	الدرجة	مستوى الدلالة	الدالة
-1	18,2	1	0,05	دالة
-2	45,32	4	0,05	دالة
-3	10,98	4	0,05	دالة
-4	53,5	4	0,05	دالة
-5	45,98	4	0,05	دالة
-6	31,32	4	0,05	دالة
-7	60,32	4	0,05	دالة

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول المحور الاول، .نجد أن معظم أسئلة المحور 01دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة بموافق تماما عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه يمكن الاعتماد على التخطيط الاستراتيجي في تطوير المنشآت الرياضية، وهو ما يتوافق وسياسة الجزائر الرامية الى تعزيز وبناء المنشآت الرياضية وتحقيق ابعاد مختلفة لتنمية القدرات على التسيير الاستراتيجي.

عرض نتائج الفرضية الثالثة:

جدول (4)
أهمية الرقابة في تطوير
تسيير المنشآت الرياضية.

العبارات	كا^2	الدرجة	مستوى الدلالة	الدالة
-1	6,2	4	0,05	غير دالة
-2	3,8	1	0,05	دالة
-3	33,82	4	0,05	دالة
-4	50	4	0,05	دالة
-5	50,31	4	0,05	دالة
-6	56	4	0,05	دالة
-7	11,64	4	0,05	دالة

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول المحور الثاني، نجد أن معظم أسئلة المحور 02 دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة بموافق تماما عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه يمكن الاعتماد على الرقابة في تطوير تسيير المنشآت الرياضية، من خلال التدريب على الرقابة الفعالة للداء ومحاولة ايجاد الحلول المبتكرة في مواجهة المشاكل المفاجئة، وتحسين الممارسات القانونية والتنمية الإقليمية للمؤسسة الرياضية.

مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

مناقشة الفرضية الاولى:

من خلال ما بينته نتائج أسئلة الفرضية الأولى الخاصة بالمحور الأول التي افترضناها والتي تقول أن للتخطيط الاستراتيجي أهمية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية يتضح لنا هذا الأمر جليا من خلال إجابات المسيرين على أسئلة الاستبيان وهذا ما توضحه نتائج الأسئلة01 ،02،03،04،05،06،07، إذن من خلال تحليلنا لبعض أسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنها تدل على أن التخطيط الاستراتيجي له أهمية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية، كما ان أن فعالية وكفاءة التخطيط له دور في تحسين تسيير المنشأة الرياضية واعتمادها على برنامج تخطيطي أمر ضروري إذا اراد تحقيق نتائج إيجابية وهذا ما يتفق مع أهمية ومبادئ التخطيط، وكانت معظم أجوبتنا لها فروقات دلالة إحصائية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى.

مناقشة الفرضية الثانية:

خلال ما بينته نتائج أسئلة الفرضية الثانية الخاصة بالمحور الثاني التي افترضناها والتي تقول أن للتنظيم دور فيتحسين المنشآت الرياضية يتضح لنا هذا الأمر جليا من خلال إجابات الإداريين على الأسئلة الاستبيان وهذا ما توضحه نتائج الأسئلة08،09،10،11،12،13،14،15، ومن خلال تحليلنا لبعض أسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنها تدل على أن التنظيم له أهمية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية، كما انه جزء لا يتجزأ من اجل تحقيق أهداف التسيير الاستراتيجي باعتبار ان التنظيم هو حلقة الوصل بين الاداء الجيد، والحفاظ على الديمومة والاستمرارية في تطوير المنشآت، ومنه نستخلص أن

التنظيم له أهمية فعالة فيتحسين تسيير المنشأة الرياضية، وكانت معظم أجوبتنا لها فروق ذات دلالة إحصائية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثانية.

مناقشة الفرضية الثالثة:

خلال ما بينته نتائج أسئلة الفرضية الثالثة الخاصة بالمحور الثالث التي افترضناها والتي تقول أن للتنظيم دور فيتحسين المنشآت الرياضية يتضح لنا هذا الأمر جليا من خلال إجابات الإداريين على الأسئلة الاستبيان وهذا ما توضحه نتائج الأسئلة16،17،18،19،20،21،22، ومن خلال تحليلنا لبعض أسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنها تدل على أن الرقابة لها أهمية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية، حيث أكد أن المتابعة تسير وفق استراتيجية فعالة مردها وجود الانسجام على مستوى إدارة المنشأة الرياضية، وكانت معظم أجوبتنا لها فروق ذات دلالة إحصائية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة.

مناقشة الفرضية العامة:

ومن هنا يمكننا القول إن الفرضية العامة القائلة: ان عامل التسيير الاستراتيجي له اهمية كبيرة في تطوير المنشآت الرياضية حيث تم القيام بالدراسة الميدانية على مستوى مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة، وبالتالي فان مديرية الشباب والرياضة لولاية بسكرة تولي اهتمام واضح بعملية التسيير الاستراتيجي لتطوير المنشأة الرياضية وبالتالي هذا يؤكد صحة الفرضية العامة.

الخاتمة:

عملنا في هذا البحث على إبراز أهم الأدوار التي تلعبها الإدارة الرياضية في ترقية وتحسين تسيير المنشآت الرياضية سواء أكانت هذه الأدوار داخلية أو خارجية.

ومن خلا هذا البحث خرجنا بنتائج يمكن أن نقول على أساسها أن الإدارة والتسيير الرياضي وجميع وظائفه تلعب دورا مهما ومميزا في ترقية وتحسين المنشآت الرياضية، لكن تبقى الإدارة الرياضية ومعها التسيير الرياضي يعيشان تدني ملحوظ وتراجع على مستوى المنشآت الرياضية، حيث يتبين من خلال تحليل وضعيتها الحالية ضعف الاهتمام بالعنصر البشري وفق منظور الحاجات الضرورية والتفريق بين الأهداف.

واستنادا على الفرضيات المختلفة التي وظفناها في هذا المجال وبعد مناقشة وتحليل الاستبيان يتبين لنا من خلال الفرضية الأولى فعلا أن التخطيط يلعب دورا هاماً في ترقية المنشآت الرياضية وذلك من خلال الإجابة على الأسئلة المقترحة والمطروحة في استمارة الاستبيان إذ يعتبر التخطيط الوظيفة الإدارية الأولى من الوظائف الأخرى لهذا فهو أساس تحديد الأهداف.

ومن خلال الفرضية الثانية توصلنا إلى أن التنظيم كذلك هو أيضاً يلعب دوراً مهماً في تحسين وترقية المنشآت الرياضية، إذ يعتبر التنظيم الجيد للاستخدام الأمثل لطاقات البشرية والمادية كما يهدف التنظيم إلى تحديد المسؤوليات.ومن خلال الفرضية الثالثة توصلنا إلى الرقابة تلعب دوراً ّ فعال ومهم في تحسين وترقية المنشآت الرياضية، فالرقابة تهدف إلى تحقيق الأهداف وتعتبر الوسيلة التي تستطيع بها السلطات الإدارية كيفية تسيير الأعمال داخل المنشآت الرياضية. وفي الأخير يمكن القول إن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا، كان واسعا جدا، حيث كانت غايتنا الوصول إلى إجابات عن الأسئلة المقترحة في دور التسيير الاستراتيجي في تطوير وترقية المنشآت الرياضية وهذا ما استخلصناه.

الاقتراحات والتوصيات:

- التعمق في دراسة صعوبات ومعوقات تطبيق قوانين وشروط التسيير الاستراتيجي للمنشآت.

- ❖ اقتراح برامج ولجان مختلفة لتطبيق مختلف المفاهيم والاتجاهات الحديثة في مجال التسيير الاستراتيجي خاصة أننا لا زلنا نعاني تأخرا فادحا في هذا المجل نظرا لحداثة فكرة تطوير عمارة المنشآت الرياضية في بلادنا.
- ❖ تشجيع الباحثين على الخوض في مثل هذه المواضيع لإثراء الرصيد المعرفي في هذا المجال وإيجاد بدائل متعددة في خدمة التسيير الاستراتيجي الرياضي والبحث العلمي.
- ❖ تشجيع النوادي التي تتجه نحو الاحتراف وتقديم لها كل ما تحتاج إليه من معونة ودعم على أعلى مستوى على غرار المنشئة الرياضية.
- ❖ اعداد دورات تدريبية في التخطيط لعملية التسيير الاستراتيجي في المجال الرياضي
- ❖ اعداد نص تشريعي لإنشاء هيئة رياضية وطنية تتمتع بأحدث أساليب الإدارة والتسيير الاستراتيجي وبطاقم من الكفاءات الفنية المتخصصة والمؤهلة في التسيير والتنظيم، المالية، المحاسبة، التسويق والاتصال.
- ❖ تكوين إطارات مختصة في مجال التسيير الرياضي.
- ❖ يجب أن تستفيد الادارات الرياضية في الجزائر من التجارب الناجحة للأندية الأوربية في فن انشاء العمارة الرياضية.

قائمة المصادر والمراجع:

1- احمد التيجاني بلعروسي، و الجيلالي لكحل. (2006). *أنون الرياضة*. الجزائر: دار هومه.
2- انور امين خولي. (1996). *اصول التربية البدنية والرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
3- ماهر أحمد. (1999). *دليل المدير خطوة بخطوة في الإدارة الإستراتيجية*. مصر: الدار الجامعية الاسكندرية.
4- محمد ازهر السماك. (1980). *الأصول في البحث العلمي*. الموصل: دار الحكمة للطباعة والنشر .
5- محمد رفيق الطيب . (2003). *مخل التسيير وأساسيات ووظائف التقنيات* . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
6- ناصر دادي عدوان. (2001). *الإستراتيجية الجزائر*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
7- ناصر دادي عدون، واخرون. (2003). *مراقبة التسيير في المؤسسة الاقتصادية*. الجزائر: دار المحمدية العامة.
8- راهيم بن يحي. (2019). الكفاءة الادارية لدى مسيري المنشآت الرياضية اثناء المنافسة. اطروحة ذكنوراه في ادارة وتسيير الموارد البشرية والمنشآت الرياضية . الجزائر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة الجزائر 03.
9- احمد التيجاني بلعروسي، و الجيلالي لكحل. (2006). أنون الرياضة. الجزائر: دار هومه.
10- محمد ازهر السماك. (1980). الأصول في البحث العلمي. الموصل: دار الحكمة للطباعة والنشر .
11- محمد رفيق الطيب . (2003). مخل التسيير وأساسيات ووظائف التقنيات . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
12- محمد صباطي. (2022). استرتيجية التسيير الاداري للمركبات الرياضية ودورها في تحسين الممارسة الرياضية. اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في الادارة والتسيير الرياضي . الجزائر، معهد دالي براهيم جامعة الجزائر 03.
13- ناصر قسيم خالف. (2012). نموذج مقترح لادارة العلاقات العامة في المؤسسات الرياضية في العراق. مجلة علوم الرياضة ، 2 (4).
14- يوسف وهاب. (2022). تطوير استراتيجية تسيير المنظمات الرياضية وفق متطلبات الجودة الشاملة. اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في الادارة والتسيير الرياضي . الجزائر، جامعة الجزائر 03 معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية- دالي براهيم.

تقييم بعض القدرات البدنية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة بسكرة بعد إلغاء اختبارات القبول

أ .د / دخية عادل
أ / نواجي دليلة

المستخلص

هدف البحث إلى معرفة أثر إلغاء اختبارات القبول لمزاولة تكوين التربية البدنية والرياضية على المستوى البدني للطلبة وذلك في صفات التحمل والقوة العضلية والسرعة الانتقالية. ولتحقيق أهداف البحث قام الباحث بتقييم مستوى الصفات البدنية للطلبة باستخدام اختبارات (35) متر سرعة واختبار سارجنت واختبار نصف كوبر، وقد اشتملت عينة البحث على (60) طالبا، (30) منهم من طلبة السنة الثانية ليسانس الذين اجتازوا امتحانات القبول و(30) طالبا أخر من السنة الأولى ليسانس الذين لم يجتازوا هذه الامتحانات، ومن أبرز ما توصلت إليه نتائج البحث إن هناك أفضلية ذات دلالة احصائية لصالح طلبة السنة الثانية متر سرعة واختبار سارجنت واختبار نصف كوبر، وقد اشتملت عينة البحث على (60) طالبا، (30) منهم من طلبة السنة الثانية ليسانس الذين اجتازوا امتحانات القبول و(30) طالبا أخر من السنة الأولى ليسانس الذين لم يجتازوا هذه الامتحانات، ومن أبرز ما توصلت إليه نتائج البحث إن هناك أفضلية ذات دلالة احصائية لصالح طلبة السنة الثانية

الكلمات المفتاحية: امتحانات القبول؛ المستوى البدني، الطلبة، التربية البدنية.

Abstract:

The research aimed to determine the impact of canceling admission tests to practice physical education and sports training on the physical level of students, in terms of endurance, muscular strength, and transitional speed. To achieve the objectives of the research, the researcher evaluated the level of physical characteristics of the students using (35) meter speed tests, the Sargent test, and the Cooper's half test. The research sample included (60) students, (30) of whom were second-year bachelor's degree students who passed the entrance exams, and (30) Another student from the first year of the Bachelor's degreeThey did not pass these exams, and one of the most prominent findings of the research results is that there is a statistically significant advantage in favor of second-year students in the speed meter, the Sargent test, and the Cooper's semi-test. The research sample included (60) students, (30) of whom were second-year bachelor's degree students who They passed the entrance exams and (30) other students from the first year of the Bachelor's degree who did not pass these exams. One of the most prominent findings of the research results is that there is a statistically significant advantage in favor of second-year students.

Keywords: entrance examinations; Physical level, students, physical education.

مقدمة واشكالية البحث:

أصبحت اللياقة البدنية من المتطلبات المميزة للوقت الحاضر فقد صار إعداد الفرد بدنيا ضرورة من ضروريات الحياة، لذا اهتمت الدولة الجزائرية بتخصص علوم الرياضة وأدمجته في المنظومة الأكاديمية، وأنشأت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الجزائرية معاهد التربية البدنية والرياضية بعديد الجامعات الجزائرية. ويعتبر هذا التخصص من التخصصات التي تهدف إلى اكساب الطالب للمهارات والخبرات الحركية بالإضافة إلى تدعيم وتعزيز مختلف المعارف المرتبطة بالجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية وهذا خلال سيرورة التكوين المدمج.

إن سيرورة تكوين المدربين والمدرسين في تخصص التربية البدنية والرياضية ليس من المهام الهينة فهو يتطلب اكتساب خبرات نظرية وميدانية لذلك فهو يحتاج إلى برامج تكوينية وصياغة للأهداف ومقررات للتدريس وإعداد للمناهج واختيار الطرق والوسائل والأدوات الأنسب للتعلم، ومن أهم المدخلات التي تتطلبها عملية التكوين هي النجاح في اختيار الأفراد التي تتوفر فيهم شروط التعلم. (حشاني، 2017، صفحة 9)

وبالنسبة للتكوين التطبيقي (الميداني) والذي يعتبر موضوع بحثنا الحالي فهو يحوي العديد من المقررات الرياضية الفردية والجماعية نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر: كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة، سباحة، ألعاب القوى، الجيدو...إلخ، ونجد أن من أهم متطلبات النجاح والتوفيق في اكتساب أرصدة هذه المقررات الميدانية هو امتلاك الطالب لقدرات بدنية وجسمية جيدة.

لذلك يعتبر مستوى الصفات البدنية من أهم عوامل إعداد برامج التكوين التطبيقية وتقييم الطلبة في المقررات التطبيقية خلال مشوارهم الدراسي وهذا المعيار يعبر بشكل كبير عن مدى فهمهم البرنامج الدراسي. (عمر و عبد الحكيم، 2008، صفحة 268)

ومن خلال ما سبق ذكره فإن معرفة وتحديد مستوى الصفات البدنية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية يعد أمرا ضروريا لممارسة الأنشطة الرياضية التطبيقية ذلك للكشف عن أبعاد تكوينهم التطبيقي خلال مشوارهم الدراسي، لكن ورغم هذه الأهمية البالغة للقدرات البدنية التي يتطلبها التكوين في ميدان التربية البدنية إلا أن أعضاء هيئات التدريس الأكاديمية بمختلف المعاهد الجزائرية فوجئت بإلغاء امتحانات القبول البدنية للالتحاق بالسنة الأولى ليسانس تربية بدنية والذي جاءت ضمن القرار الوزاري رقم 01 المؤرخ في 26 شعبان 1437 الموافق ل 02 جوان 2016 المتعلق بتسجيل حاملي شهادة البكالوريا. (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الجزائرية ، 2016، صفحة 59)

يرى العديد من الأساتذة والباحثين أن هذا القرار قد يكون له تأثيرا مباشرا على مستوى وقدرات الطلبة مستقبلا كما أنه قد يؤثر على جودة التكوين في تخصص التربية البدنية.

لذلك يتساءل الباحث من خلال إجراء هذا البحث الحالي عن تأثير إلغاء اختبارات القبول البدنية للالتحاق بالسنة الأولى ليسانس تخصص التربية البدنية على المستوى البدني للطلبة الملتحقين حديثا أي خلال السنة الجامعية 2017/2016 التي ألغى فيها امتحان القبول وذلك من خلال إجراء مقارنة بين هذه الفئة من الطلبة التي التحقت بتكوين التربية البدنية حديثا أي بدون اجتياز امتحان القبول مع الفئة الأخرى من الطلبة التي اجتازت هذا الامتحان.

1.أهداف البحث:

- كشف مستوى القدرات البدنية لطلبة السنة الأولى ليسانس المقبولين بمعهد التربية البدنية والرياضية لجامعة بسكرة الجزائر.

- تقييم مستوى التكوين التطبيقي مقارنة مع السنوات الماضية.
- معرفة أثر إلغاء امتحانات القبول لولوج تخصص التربية البدنية والرياضية على المستوى البدني للطلبة الملتحقين.
- إبراز أهمية امتحانات القبول كمدخلات أساسية لنجاح منظومة تكوين في التربية البدنية.

2.مصطلحات البحث

1.2. الاختبار والقياس: هو تقدير الأشياء تقديرا كميا وفق إطار معين من المقاييس المدرجة وغالبا ما يتضمن القياس جمع ملاحظات ومعلومات كمية عن موضوع القياس، كما أنه يتضمن المقارنة ويتأثر بالسمات المقاسة، فبعض السمات يمكن التحكم بها في حين البعض الأخر يصعب التحكم في قياسها. (حسن عثمان، 2018، صفحة 12)

2.2. التكوين: التكوين عملية إعداد وتحضير الفرد لمنصب تسيير وإشراف من خلال اكتسابه رصيدا معرفيا جديدا يؤهله لإبراز قدراته وكذا تكييفه مع الوضع الجديد في ظروف جديدة وذلك قصد النهوض بالطاقات وتحسين الأداء وزيادة الفاعلية والاستمرارية. (بن عشي، 2006، صفحة 56)

3.2.الطالب: عُرَف الطالب في قاموس الدليل (2008) بأنه : التلميذ في مرحلة التعليم الجامعي. (الدليل، 2014، صفحة 69)

ويعرف الباحث إجرائيا الطالب الجامعي بأنه الفرد الحاصل على شهادة الباكالوريا ويكون متفرغ للدراسة بمعاهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية، يدرس تخصص من التخصصات المتوفرة بالمعهد، أو الذي يتدرب على التدريس من خلال برنامج التكوين الذي يقدم له قبل التخرج ليصبح أستاذا أو مدربا في المستقبل.

4.2.اللياقة البدنية: تعرف بأنها وصف مفهوم الذات لبعض الصفات البدنية التي يمكن أن تشكل في مجموعها أهم الصفات الجسمية والصفات الحركية والقدرات الفزيولوجية الأساسية للفرد، والتي لها تأثير في حياته ونموه واتزانه والتي تتكون من الصفات التالية: التحمل، السرعة، القوة، المرونة والرشاقة (بسطويسي و السامراني، 1984، صفحة 148).

5.2.معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة بسكرة: نشأ معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة بسكرة الجزائر بتاريخ 05 أفريل 2014 وفقا للمرسوم التنفيذي رقم 14-129 المؤرخ في 05 أفريل 2014 والمتمم للمرسوم التنفيذي رقم 98-219 المؤرخ في 07 جويلية 1998 المتضمن إنشاء جامعة بسكرة.
ويعتبر المعهد علوم فضاء بيداغوجي للطلبة يضمن تكوين عالي و متخصص للطلبة في مختلف الأطوار: الليسانس، الماستر والدكتوراه وفي تخصصات عديدة كالتدريب الرياضي والتربية الحركية وتسيير المنشأة الرياضية، ويحتوي المعهد على مخبر بيداغوجي فيه عتاد متطور يضمن إجراء تجارب ودراسات وبحوث للطلبة ومخبر بحث ويهدف المعهد إلى تخريج إطارات لتطوير ممارسة الرياضة في مختلف مؤسسات المجتمع.

3.مجالات البحث:

1.3.المجال المكاني: شملت الدراسة الحالية طلبة السنة الأولى والثانية ليسانس لمعهد التربية البدنية والرياضية لجامعة بسكرة الجزائر، كما كان إجراء الاختبارات البدنية يتم في مرافق الجامعة من قاعات رياضية ومضمار ألعاب القوى.

2.3.المجال الزماني: تم إجراء الاختبارات البدنية وفق الرزنامة الزمنية التالية:

- اليوم الأول: 2017/04/10، سنة ثانية الفوج الرابع تخصص تدريب رياضي والفوج الرابع سنة ثانية تخصص تربية حركية.
- اليوم الثاني: 2017/04/11، الفوجين الرابع والسابع للسنة الأولي ليسانس.

4.عينة البحث: اشتملت عينة البحث على:

- طلبة السنة الأولى ليسانس الذين لم يجتازوا امتحانات القبول للالتحاق بالتكوين وعددهم (30) طالبا.
- طلبة السنة الثانية ليسانس الذين اجتازوا امتحانات القبول وعددهم (30) طالبا.

أي أن العدد الإجمالي لعدد أفراد العينة كان (60) طالبا، وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة.

5.أدوات ووسائل البحث:

1.5.الاختبارات البدنية:

لقد اعتمدنا في بحثنا الحالي على ثلاثة اختبارات لتقييم مستوى اللياقة البدنية وهي: اختبار سرعة (35) متر، اختبار سارجنت واختبار نصف كوبر.

1.1.5.اختبار (35) متر سرعة:

تحدد فيه مسافة (35) متر مع وضع أقماع تشير إلى خط البداية وخط النهاية، يجري الرياضي بأقصى سرعة ممكنة عند سماع إشارة البدء وحتى خط النهاية.

❖ **الهدف:**

يهدف اختبار السرعة إلى قطع مسافة (35) متر بأقصى سرعة ممكنة.

❖ **الوسائل والإجراءات المطلوبة لإجراء الاختبار:**

- طريق مستوي.
- ساعة إيقاف (ميقاتي).
- استمارة تسجيل.

❖ **كيفية إجراء الاختبار:**

- إحماء مع تمرينات إطالة.
- يتخذ الرياضي وضع الاستعداد خلف خط البدء.
- عند سماع إشارة البدء ينطلق الرياضي بأقصى سرعة حتى يتجاوز خط النهاية.
- يسجل الزمن الذي قطع فيه المسافة المحددة بالثانية (حسين، 2011، صفحة 11).

2.1.5.اختبار سارجنت:

اختبار الوثب العمودي من الثبات وهو اختبار سارجنت للوثب طوره ألن دولي سارجنت (1849-1924) وهو إحدى اختبارات القدرة العضلية في القفز من الثبات إلى أعلى مدى ممكن.

❖ **الهدف:**

- يهدف الاختبار إلى قياس قوة عضلات الأرجل وهو إحدى اختبارات القدرة الانفجارية للأطراف السفلى من عضلات الجسم، وهي قابلية العضلات على الانقباض بسرعة وقوة.

❖ **الوسائل والإجراءات المطلوبة لإجراء الاختبار:**

- جدار ملصق عليه شريط قياس.
- طباشير لوضع العلامات على الجدار أو صبغ يوضع على أطراف الأصابع.

- استمارة تسجيل.

❖ **كيفية إجراء الاختبار:**

- إحماء مع تمرينات إطالة.
- يقف الرياضي مواجها لوحة الاختبار.
- يقوم الرياضي برفع إحدى الذراعين رافعا لوحة الاختبار لتحديد نقطة الصفر.
- توضع صبغة من الألوان في طرف الأصبع.
- يقوم الرياضي بأداء أعلى قفزة رافعا الذراع إلى أعلى نقطة مستخدما الأصابع التي بها الألوان ملامسا لوحة الاختبار. (حسين، 2011، صفحة 45)

3.1.5.اختبار نصف كوبر:

نصف كوبر هو اختبار جري حول مضمار (400) متر وقطع أكبر مسافة ممكنة في (6) دقائق، وقد صمم من طرف كسيث كوبر عام (1968) ويتم فيه قطع أكبر مسافة ممكنة في غضون (6) دقائق، والمطلوب أن يتم الجري بخطى ثابتة بدلا من الجري السريع، وتستند النتائج على المسافة المقطوعة للرياضي، وهو اختبار سهل القيام به على مجموعات كبيرة من الرياضيين.

❖ **الهدف:**

يهدف الاختبار إلى قياس كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي (التحمل الهوائي) من خلال الجري.

❖ **الوسائل والإجراءات المطلوبة لإجراء الاختبار:**

- ساعة توقيت.
- مضمار جري (400) متر.
- تحديد نقطة بدء الاختبار.
- أقماع كل (50) متر.
- استمارة تسجيل.

❖ **كيفية إجراء الاختبار:**

- إحماء مع تمرينات إطالة.
- يتطلب على الرياضي الوقوف عند نقطة البداية.
- تعطى إشارة البدء وينطلق الاختبار.
- المحافظة على تزايد مستوى السرعة.
- تعطى إشارة انتهاء الاختبار.
- يتطلب على الرياضي الوقوف عندما تعطى إشارة انتهاء الاختبار.
- احتساب المسافة الكلية المقطوعة خلال (6) دقائق. (حسين، 2011، صفحة 12)

2.5. المعالجة الاحصائية تتضمن معالجة الحسابات التي تمكننا من ترجمة النتائج بطريقة دقيقة للاختبارات التي قمنا بها، لأجل هذا الغرض استعملنا نوعين من المؤشرات الإحصائية:

- المؤشرات الوصفية: تمثلت في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- المؤشرات الاستدلالية: تمثل في اختبار ستودنت لدلالة الفروق.

6.عرض وتحليل نتائج البحث

1.6.اختبار (35) متر سرعة

جدول (1)
نتائج اختبار (35) متر سرعة على طلبة السنة الأولى والثانية ليسانس

سنوات الدراسة	عدد العينة	المتوسط الحسابي (م/ثا)	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	(ت) المجدولة	الدلالة الاحصائية عند مستوى (0.05)
السنة الأولى ليسانس	30	5.866	0.345	2.981	2.001	دال احصائيا
السنة الثانية ليسانس	30	6.100	0.376			

من خلال الجدول (1) يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لنتائج اختبار (35) متر سرعة لطلبة السنة الأولى ليسانس هو (5.866) م/ثا والانحراف المعياري (0.345) أما المتوسط الحسابي لنتائج اختبار (35) متر سرعة لطلبة السنة الثانية ليسانس يقدر ب (6.100) م/ثا وبانحراف معياري قدره (0.376).
وبتطبيق اختبار ستودنت لدلالة الفروق عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجة الحرية (ن-2) وجدنا أن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (2.981) وهي أكبر من قيمة (ت) المجدولة التي تساوي (2.001) ومنه نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في اختبار السرعة الانتقالية (35) متر بين طلبة السنة الأولى ليسانس الذين لم يجتازوا امتحان القبول وطلبة السنة الثانية ليسانس الذين اجتازوا امتحان القبول، هذه الفروق كانت لصالح طلبة السنة الثانية ليسانس لامتلاكهم المتوسط الحسابي الأكبر (6.100) م/ثا.

2.6.نتائج اختبار نصف كوبر

جدول (2)
نتائج اختبار نصف كوبر على طلبة السنة الأولى والثانية ليسانس

سنوات الدراسة	عدد العينة	المتوسط الحسابي (م/ثا)	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	(ت) المجدولة	الدلالة الاحصائية عند مستوى (0.05)
السنة الأولى ليسانس	30	1226.6	308.6	3.503	2.001	دال احصائيا
السنة الثانية ليسانس	30	1506.6	299.6			

من خلال البيانات الموضحة في الجدول (2) وجدنا أن المتوسط الحسابي لنتائج اختبار نصف كوبر لطلبة السنة الأولى ليسانس هو (1226.6) متر وبانحراف معياري قدره (308.6) في حين أن المتوسط الحسابي لنتائج اختبار نصف كوبر على طلبة السنة الثانية ليسانس يساوي (1506.6) متر وبانحراف معياري قدره (299.6). وبتطبيق اختبار ستونت عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجة الحرية (ن-2) وجدنا أن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (3.503) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) المجدولة التي تساوي (2.001)، ومنه نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج اختبار نصف كوبر بين طلبة السنة الأولى ليسانس وطلبة السنة الثانية ليسانس، هذه الفروق كانت لصالح طلبة السنة الثانية ليسانس لامتلاكهم المتوسط الحسابي الأكبر (1506.6) متر.

3.6.عرض نتائج اختبار سارجنت

جدول (3)
نتائج اختبار سارجنت على طلبة السنة الأولى والثانية ليسانس

سنوات الدراسة	عدد العينة	المتوسط الحسابي (م/ثا)	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	(ت) المجدولة	الدلالة الاحصائية عند مستوى (0.05)
السنة الأولى ليسانس	30	44.1	8.07	2.297	2.001	دال احصائيا
السنة الثانية ليسانس	30	48.8	5.86			

من خلال بيانات الجدول السابق لنتائج اختبار سارجنت يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لطلبة السنة الأولى ليسانس يساوي (44.1) سم وبانحراف معياري قدره (8.07)، في حين أن المتوسط الحسابي في نتائج اختبار سارجنت لطلبة السنة الثانية ليسانس يساوي (48.8) وبانحراف معياري قدره (5.86). وبتطبيق اختبار ستودنت لدلالة الفروق بين الفئتين عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجة الحرية (ن-2) وجدنا أن قيمة (ت) المحسوبة المتحصل عليها تساوي (2.297) وهي أكبر من قيمة (ت) المجدولة التي تساوي (2.001)، ومنه نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج اختبار القدرة العضلية سارجنت بين طلبة السنة الأولى ليسانس وطلبة السنة الثانية ليسانس، هذه الفروق كانت لصالح طلبة السنة الثانية ليسانس الذين اجتازوا امتحانات القبول لمزاولة تخصص التربية البدنية وذلك لامتلاكهم المتوسط الحسابي الأكبر المقدر ب (48.8) سم

7.مناقشة نتائج البحث:

من خلال بحثنا هذا الذي تطرق إلى أثر إلغاء امتحانات القبول البدنية على التكوين التطبيقي لطلبة معهد التربية البدنية لجامعة بسكرة الجزائرية، أي أن الباحث سعى إلى الإجابة إن كان لإلغاء امتحانات القبول أثر على المستوى البدني للطلبة الملتحقين بالمعهد وما سيترتب عنه خلال سيرورة التكوين التطبيقي. ومن خلال الاختبارات البدنية التي أجريت على الطلبة والتي شملت اختبار (35) متر سرعة لقياس السرعة الانتقالية واختبار نصف كوبر لقياس التحمل واختبار سارجنت لقياس القوة الانفجارية للأطراف السفلية.

وقد كانت النتائج التي تحصل عليها طلبة السنة الأولى ليسانس الذين لم يجتازوا امتحانات القبول في اختبار (35) متر سرعة أقل من نتائج طلبة السنة الثانية ليسانس الذين اجتازوا امتحانات القبول، حيث تحصلت الفئة الأولى على متوسط حسابي قدره (5.9) م/ثا في حين تحصلت الفئة الثانية من الطلبة على متوسط حسابي قدره (5.6) م/ثا. وحسب تصنيف طه حسين وأخرون (2011) فإن نتائج اختبار (35) متر سرعة تعتبر في المستوى المقبول عند مجال (5.3-5.6) م/ثا ، في حين أنها تعتبر ضمن المستوى الضعيف إذا كانت أكثر من (5.61) م/ثا. (حسين، 2011، صفحة 51)

وبالعودة إلى نتائج هذا الاختبار فنجد أن فئة طلبة السنة الثانية ليسانس كانت نتائجها مقبولة، في حين أن فئة طلبة السنة الأولى ليسانس كانت نتائجها ضعيفة وهذا ما يثبت أن لإلغاء امتحانات القبول البدنية أثر سلبي على الأفراد المقبولين، حيث أنهم لم يكونوا سريعين كفاية خلال إجرائهم للاختبار وخاصة عندما يتعلق الأمر بصفة السرعة الانتقالية التي تعتبر من أهم الصفات البدنية التي ترتكز عليها المقررات التطبيقية كألعاب القوى وكرة القدم والسباحة...إلخ. هذا ما سيؤثر بالتأكيد على سيرورة هذه المقررات خلال السنة الدراسية ويفرض ضغطا على أعضاء هيئة التدريس بغية تعديل الطرق والوسائل لتحقيق أهداف مقرراتهم التطبيقية.

ويذكر أبو العلا (1997) أن صفة السرعة من أهم عناصر اللياقة البدنية كما أنها مكون هام للعديد من جوانب الأداء البدني في الرياضات المختلفة، كما تعتبر أحد العوامل الرئيسية للنجاح في تنفيذ المهارات الحركية. (أبو العلا، 1997، صفحة 78)

أما فيما يتعلق بنتائج اختبار نصف كوبر فالشيء نفسه يمكن أن نقوله بما أن فئة طلبة السنة الأولى ليسانس تحصلت على نتائج أقل من فئة طلبة السنة الثانية ليسانس، حيث قدر متوسطهم الحسابي في هذا الاختبار ب (1506.6) متر مقابل (1226.6) متر لصالح طلبة السنة الأولى ليسانس. وحسب تصنيف طه حسين وأخرون (2011) لنتائج اختبار نصف كوبر فإن الفرد يعتبر ذو قدرات تحملية ممتازة إذا تجاوزت نتيجته في هذا الاختبار (1500) متر وهذا ما حققته فئة طلبة السنة الثانية ليسانس، في حين أنه يعتبر ذو قدرات تحملية مقبولة إذا كانت نتيجته في الاختبار تتراوح بين (1150-1249) متر وهذا هو المجال الذي حققته فئة طلبة السنة الأولى ليسانس (بسطويسي، 1999، صفحة 128) .

إن هذه النتائج المتحصل عليها في اختبار نصف كوبر تؤكد أفضلية وتفوق الطلبة الذين اجتازوا امتحانات القبول الأولية في قدراتهم التحملية، ويرى الباحث أن إلغاء امتحانات القبول قد يكون أثر سلبا على القدرات التحملية أي أنه سابقا عندما كان يجرى امتحان القبول كان يتم انتقاء مجموعة من الطلبة الذين يمتلكون مستوى ممتاز في صفة التحمل، في حين أنه حاليا يتم توجيه طلبة أقل تحملا ويقترب مستواهم من المستوى الضعيف، هذا ما قد يؤثر على تحقيق أهداف عديد المقررات الميدانية فعلى سبيل المثال فأستاذ مقياس السباحة الذي يريد تعليم مبادئ السباحة التحملية (400) متر فإنه لن يتمكن من إيجاد الطلبة القادرين على تحقيق هذا الهدف، مثال أخر فأستاذ مقياس ألعاب القوى الذي يسعى أثناء إجراء أحدى حصصه الدراسية إلى تعليم الطلبة مبادئ السباقات النصف الطويلة كسباق (1500) متر فإنه هو الأخر لن يتمكن من تحقيق هذا الهدف في ظل وجود هذه المجموعة من الطلبة التي تفتقر إلى صفة القدرة الهوائية اللازمة لإنجاز مثل هكذا أهداف. لأن صفة التحمل تعتبر قاعدة الصفات البدنية، حيث تعتبر صفة التحمل صفة بدنية جسمية عامة حيث تسمح بتنفيذ التقنيات و الاداء الحركي الدائم الذي يتميز بقوة التعب وشدة متوسطة عالية فهي لها اهمية خاصة وكبيرة حيث تعمل على تحقيق قابلية الرياضي العالي في الالعاب الرياضية المتعددة، ويذكر بسطويسي (1999) بأن لصفة التحمل أهمية كبيرة للعديد من الرياضات المختلفة لأنها تعمل على مساعدة الفرد على اكتساب عناصر اللياقة البدنية الأخرى كما أن صفة التحمل ترتبط بالجانب الصحي والبيولوجي للفرد من حيث تأثيرها على أعضائه ووظائف الجسم الحيوية (بسطويسي، 1999، صفحة 128)

أما فيما يتعلق بصفة القوة العضلية التي تم تقييمها بواسطة اختبار سارجنت نجد أن نتائج المتوسط الحسابي المتحصل عليه من طرف فئة طلبة السنة الأولى ليسانس وطلبة السنة الثانية ليسانس يقدر ب (44.1) سم و(48.8) سم على التوالي، وعند اسقاط هذه النتائج في جدول التقييم الخاص بنتائج هذا الاختبار نجدها ضمن المستوى المتوسط أي ضمن مجال من (41-50) سم، رغم هذا نستطيع القول أن فئة طلبة السنة الثانية ليسانس تتفوق في قوتها العضلية على فئة طلبة السنة الأولى ليسانس، ومستواها يقترب نسبيا من المستوى فوق المتوسط الذي يتراوح بين (51-60) سم، كذلك فإن فارق (4.7) سم بين الفئتين في نتائج هذا الاختبار قد تحدث فارقا في الأداء الحركي في كثير من المهارات الحركية المختلفة في عديد الرياضات كمهارة السحق في كرة السلة ومهارة الصد في كرة الطائرة...إلخ. وبصفة عامة نستنتج أن إلغاء امتحانات القبول يحدث أثر سلبي على الطلبة في مستوى القوة العضلية مثل باقي الصفات البدنية الأخرى المدروسة في هذا البحث.

8.استنتاجات البحث:

- توجد فروق في مستوى الصفات البدنية بين طلبة السنة الأولى ليسانس (2017/2016) وطلبة السنة الثانية ليسانس في كل من صفات السرعة والقوة والتحمل.
- الفرق في مستوى الصفات البدنية بين طلبة السنة الأولى ليسانس وطلبة السنة الثانية ليسانس يثبت أثر إلغاء امتحانات القبول لمزاولة تكوين التربية البدنية.
- إن لإلغاء امتحانات القبول لمزاولة تكوين التربية البدنية يسمح بدخول أفراد مستواهم البدني لا يتوافق مع المتطلبات البدنية لمزاولة تخصص التربية البدنية.
- كمحصلة لهذا فإن قرار الإلغاء سوف يؤثر سلبا على نوعية منتوج التكوين ومخرجاته ولن يسمح بتحقيق أهداف التكوين التطبيقي بمعهد التربية البدنية لجامعة بسكرة.

9.اقتراحات البحث:

- إرجاع برمجة امتحانات القبول لدخول تخصص التربية البدنية للمحافظة على جودة هذا التكوين.
- الاهتمام بضبط وتنظيم امتحانات القبول البدنية لمعهد التربية البدنية لجامعة بسكرة.
- تعديل المقررات الدراسية بما يتناسب والقدرات البدنية للطلبة.
- إعداد بطارية اختبارات بدنية متخصصة عند عملية انتقاء طلبة السنة الأولى ليسانس.
- إنشاء لجنة من الأساتذة المختصين لتوحيد معايير انتقاء وتقييم الطلبة في امتحانات القبول والمقررات الدراسية التطبيقية.

قائمة المراجع:

إبراهيم عثمان حسن عثمان. (2018). الأسس النفسية والتربوية للقياس والتقويم. السودان : مطبعة جامعة الخرطوم.
أحمد بسطويسي. (1999). أسس ونظريات التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
أحمد بسطويسي، و عباس السامراني. (1984). طرق التدريس فى مجال التربية الرياضية. العراق: طبعة جامعة الموصل.
رابح حشاني. (2017). دور برنامج التربية العملية في اكتساب المهارات التدريسية لدى طلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. الجزائر: أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجزائر: جامعة محمد خيضر بسكرة،.
زينب علي عمر، و جلال غادة عبد الحكيم. (2008). طرق تدريس التربية الرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي.
عبد الفتاح أبو العلا. (1997). التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية. القاهرة: دار الفكر العربي.
عمار بن عشي. (2006). دور تقييم أداء العاملين في تحديد احتياجات التدريب. الجزائر: رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المسيلة.
قاموس الدليل. (2014). قاموس عربي عربي. دار الأنيس للنشر والتوزيع: الجزائر.
نبيل طه حسين. (2011). شهاب اختبارات اللياقة البدنية. المنامة: مطبعة اللجنة الألومبية البحرينية.
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الجزائرية ، القرار الوزاري رقم 01 (المتعلق بتسجيل حاملي شهادة البكالوريا، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 02 جوان, 2016).

التعرف على مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته

أ / محمد جبريل طريش

المستخلص

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للعناصر السرعة والمرونة والقوة الانفجارية وكان تساؤلها ما مستوى اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته؟

وتمثل مجتمع البحث من طلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته والبالغ عددهم (9) طلبة من إجمالي العدد والبالغ (14) طالب وتمثل 60%. واشتملت عينة البحث من طلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته والبالغ عددهم (9) طلبة وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وهي تمثل 60% من مجتمع البحث.وكانت اهم النتائج أن عينة البحث حققت في جميع الاختبارات البدنية التي خضعت لها مستوى عام (متوسط) في اللياقة البدنية حيث ان الاختبارات البدنية لمكونات اللياقة البدنية الثلاثة (السرعة، القوة، المرونة) والاستنتاجات: حققت عينة البحث في جميع الاختبارات البدنية التي خضعت لها مستوى عام (متوسط) في اللياقة البدنية. عدم الاهتمام بالجانب الرياضي والاهمال من بعض الطلبة والأساتذة وكذلك غياب أو قلة الوعي الفكري والثقافة الرياضية لممارسة الأنشطة كما ان غياب الجانب الترويحي خلال ممارسة الأنشطة الرياضية وقلة الأنشطة الرياضية داخل الكلية وبين الكليات.

الكلمات المفتاحية: اللياقة البدنية ، الاختبارات البدنية

Abstract

The study aimed to identify the level of physical fitness of the students of the first semester of the College of Physical Education and Sports Sciences, Misurata University, for the elements speed, flexibility, and explosive power. Its question was: What is the level of physical fitness of the students of the first semester of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Misurata?

The research community was represented by the students of the first semester of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Misurata University, who numbered (9) students out of a total number of (14) students, representing 60%. The research sample included (9) students in the first semester of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Misurata University. The sample was chosen intentionally and represents 60% of the research community.The most important results were that the research sample achieved a general (average) level of physical fitness in all the physical tests it underwent, as the physical tests for the three components of physical fitness (speed, strength, flexibility). Conclusions: The research sample achieved a general (average) level of physical fitness in all the physical tests it underwent. General

(average) physical fitness. Lack of interest in the sports aspect and neglect by some students and professors, as well as the absence or lack of intellectual awareness and sports culture for practicing activities, as well as the absence of the recreational side while practicing sports activities and the lack of sports activities within the college and between colleges.

Keywords :Fitness, physical tests

مقدمة ومشكلة البحث

تعد اللياقة البدنية من العوامل الأساسية التي تتأسس عليها صحة الفرد وحمايته من العديد من الأمراض، فهي أحد الجوانب الهامة التي تعين الشخص على تحقيق متطلبات الحياة اليومية سواء داخل الكلية أو خارجها، وأيضا النجاح مهنيا واجتماعيا ورياضيا.

إن امتلاك حد أدني من عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة أمر هام لتحقيق الوقاية من بعض الأمراض التي تتعلق بكفاءة أداء الحركة والجهد البدني والوصول إلي الحالة الصحية الجيدة (حمادة. 2004: حسن, 2004)

لذا لابد للياقة البدنية أن تأخذ المكان اللائق باعتبارها وسيلة إلي غاية نبيلة هي سلامة الفرد ككل، ليكون فرداً متكاملاً بدنياً وبيولوجياً، من خلال العناية باللياقة البدنية والتي أصبحت أمراً ملحاً ومهماً، وخاصة بعد أن شهد العصر الحالي تغيرات سريعة أدت إلي اختصار حجم العمل وزيادة وقت الفراغ (إبراهيم, 2000).

ولقد أصبح نقص النشاط الحركي والبدني لدي الطلبة ظاهرة مقلقة حقا، وهي تتنامي بمرور الوقت، وسوف تكون النتيجة الحتمية لها تناقص لياقتهم البدنية حينما يتقدموا في السن، مما يمكن أن يؤثر على صحتهم مستقبلا (حسانين, 2020) .

وأظهرت الدراسات بما لا يدع مجالا للشك، أن الطلبة يقضون أوقاتهم إما في الدراسة، وإما في مشاهدة الاذاعات المرئية، أو بعض الأعمال المريحة، أو بعض الألعاب على الهاتف تبين أنهم يعانون من نقص النشاط والحركة أكثر من غيرهم (حمادة. 2004).

ومن خلال دراسة الطالب بالكلية والتعرف على عناصر اللياقة البدنية وأهميتها وعمله بالتعليم والتدريب في الكلية والاندية، وأيضا ملاحظة ضعف طلبة الكلية في أغلب عناصر اللياقة البدنية، لذلك رأى الباحث إجراء هذه الدراسة للتعرف على مستوى اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته.

2.1. أهمية البحث

تتمثل أهمية هذا البحث في الآتي

1. يأتي هذا البحث استجابة لما يطالب به التربويون من ضرورة العناية بمستوى اللياقة البدنية لطلبة الكليات باعتبارها هدفاً رئيسياً من أهداف التربية البدنية بمراحلها المختلفة.
2. التعرف على مستوى اللياقة البدنية ووضع البرامج اللازمة لتطويرها.
3. قد يفتح هذا البحث المجال أمام الباحثون لإجراء بحوث أخرى بهدف التعرف على مستوى اللياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية وبمؤسسات التعليمية الأخرى ومراحل سنية أخرى غير التي استهدفها البحث الحالي.

3.1. هدف البحث :

يهدف هذا البحث للتعرف على مستوى اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته للعناصر التالية:

1- اختبار العدو 30م من البدء العالي لقياس السرعة الانتقالية (ثانية)
2- اختبار المرونة ثني الجدع من وضع الجلوس لقياس مرونة الجدع (سم)
3- اختبار القوة الوثب العريض من الثبات لقياس القوة الانفجارية للرجلين (سم)

4.1. تساؤلات البحث .

يحاول البحث الحالي الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي :

ما مستوى اللياقة البدنية لطلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة ؟

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية :

أ- ما مستوى عنصر القوة الانفجارية لعضلات الرجلين لدى طلبة عينة البحث ؟
ب- ما مستوى عنصر السرعة (30م) لدى طلبة عينة البحث ؟
ت- ما مستوى عنصر المرونة من وضع الجلوس لعضلات الظهر لدى طلبة عينة البحث ؟

5.1.حدود البحث :

يلتزم الباحث بالحدود التالية :

1.تقتصر الدراسة الميدانية على عينة طلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته خلال فصل الربيع (2023) .

2.اقتصر التعرف على مستوى اللياقة البدنية على العناصر التالية :

(القوة العضلية لعضلات الرجلين – السرعة – المرونة) .

6.1. مصطلحات البحث :

اللياقة البدنية: هي قدرة الفرد على العمل وأداء الواجبات والمتطلبات الحياتية دون الشعور بالتعب مع توافر الجهد الكافي للتمتع بالأنشطة وقت الفراغ والاحتياجات الغير متوقعة. (عبد الخالق, 2005)

القوة الانفجارية :هي الحركة التي تستخدم فيها القوة في فترة زمنية قصيرة وقوة كبيرة جداً (أقصى قوة بأقل زمن) وتؤدى لمرة واحدة فقط أساس عمل القوة الانفجارية هو الأداء القصوى والاقتصاد بالجهد والوقت في آن واحد (حسن, 2004).

السرعة : تعرف على أنّها قدرة الشخص على تجاوز أو إنهاء عمل أو نشاط معين في أقل مدة زمنية ممكنة، وتقاس فيزيائياً بوحدة متر لكل ثانية (حسين, 1998: عبد الخالق, 2005)

المرونة : هي قدرة المفصل أو مجموعة من المفاصل على الحركة بشكل حر وخالي من الآلام، كما تختلف المرونة بشكل كبير من شخص لآخر، إلا أنه يجب امتلاك أدنى مستويات المرونة للحفاظ على صحة الجسم وسلامة المفاصل، فقلة المرونة لدى الشخص وعدم أداء تمارين الإطالة يتسبب في قصر الأنسجة الرخوة، وعند أداء أي نشاط رياضي سيتعرض المفصل والأنسجة الرخوة إلى إجهاد بشكل ملحوظ (Joseph, et.,al 2001).

7.1 الدراسات السابقة و المرتبطة :

قام الباحث بمسح للدراسات السابقة التي أجريت في المجال الرياضي والمرتبطة بموضوع البحث في العديد من المصادر العلمية من أجل التعرف على ما استخدمته هذه الدراسات من أدوات مساعدة والمنهج المستخدم وعينة البحث، وأهم ما توصلت إليه من نتائج حتى تكون عونا للباحث في إجراء بحثه وإنه من خلال البحث والتنقيب وفي حدود علم الباحث قد توجد دراسات عربية أو أجنبية في رياضات مختلفة وخاصة في عناصر اللياقة البدنية تطرقت لمثل هذا البحث ولذا جاءت الدراسات في رياضات أخرى .

1.7.1 دراسة علي العبيدي (2010)

بعنوان " دراسة مقارنة لبعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة الانتقالية – المرونة – الرشاقة – القوة) وبعض الحركات الأساسية " يهدف البحث إلي التعرف على بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة الانتقالية – المرونة – الرشاقة – القوة) وبعض الحركات الأساسية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (40) طالب بواقع (20) طالب من كل شعبة دراسية تم اختيارهم بصورة عمدية (أ)، (ب) وتم تحديد التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات (العمر، الوزن، الطول) فضلا عن بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض الحركات الأساسية، واستخدام الوسائل الإحصائية التالية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، T.test) (العبيدي، 2010)

2.7.1 دراسة شوية بوجمعة (2014)

بعنوان " دراسة مقارنة لمستوى بعض عناصر اللياقة البدنية مع المعايير الدولية للاعبي نادي الهواة السباحة بالمسيلة. وكانت أهم الاجراءات التي استخدمها الباحث المنهج الوصفي وكانت العينة (30) لاعبا واختيرت بالطريقة العمدية واستخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط والنسبة المئوية، كانت أهم النتائج – وجود فروق دالة احصائيا في مستوى القدرات البدنية في اختبار كوبر(12) دقيقة والجلوس الطويل من الرقود كما عدم وجود فروق دالة احصائيا في الوثب الطويل من الثبات ومرونة ثني الجسم للأمام والسرعة 25م، (بوجمعة، 2014)

3.7.1 دراسة مجيد أسد، حسين شفيق (2019):

تقييم مستوى النشاط البدني لدى طالبات جامعة السليمانية، ويهدف البحث إلى تقييم مستوى النشاط البدني لدى طالبات جامعة السليمانية من خلال الآتي:

أ- معرفة مستوى النشاط البدني ونوع النشاط الممارس وشدتهِ وتكرارهِ .

ب- أسباب ممارسة النشاط البدني بشكل منتظم لدى الطالبات الممارسات في جامعة السليمانية.

ج- أسباب عدم ممارسة النشاط البدني بشكل منتظم لدى الطالبات الغير ممارسات في جامعة السليمانية.

واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث، أما في ما يخص مجتمع البحث فقد تم تحديده من طالبات الكليات العلمية والانسانية لجامعة السليمانية بواقع (3) كليات علمية و(3) كليات إنسانية وتم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية بواقع (500) طالبة ، وتم اعتماد مقياس مقنن لقياس النشاط البدني، وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على مكونة عينة من (15) طالبة وبعد التأكد من جاهزية المقياس تم تطبيق التجربة النهائية على العينة وبعد جمع البيانات تم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة للتوصل للنتائج ومنها الآتي:

- عدد طالبات جامعة السليمانية اللاتي لا تمارسن أي نشاط بدني بشكل منتظم أكبر من الممارسات.
- أكثر نشاط بدني مارسته الطالبات هو الأعمال المنزلية ومن ثم المشي.

- أفضل تكرار للنشاط البدني الممارس كان من (2-3) مرات في الأسبوع ومدته من (30-60) دقيقة. غالبية الطالبات مارسنَ النشاط البدني في المنزل وفي وقت العصر.

4.7.1 دراسة "مخلد محمد جاسم، سلام محمد حمزة، غيث حسن علي (2014):

بعنوان (تقويم مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/ جامعة بابل)، وقد هدف البحث إلى تقويم مستوى اللياقة البدنية لدى طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية – جامعة بابل/ للعام الدراسي 2012-2013 م، ووضع درجات ومستويات معيارية اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية – جامعة بابل، وقد حدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية – جامعة بابل/ للعام الدراسي 2012 -2013 والبالغ عددهم (80) طالب, اختيرت عينة البحث بواقع (30) طالب اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) وقد استخدام الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبي المسح والدراسات الارتباطية ملائمة وطبيعة المشكلة، ومن خلال عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث تم التوصل للاستنتاجات الآتية:

- حققت العينة وعند جميع الاختبارات التي خضعت لها المستوى الضعيف.
- حققت العينة وعند جميع الاختبارات المستوى المتوسط ما عدا اختبار الوثب من الثبات .
- حققت العينة في اختبار الوثب من الثبات المستوى الجيد .
- حققت العينة المستوى المتوسط في اللياقة البدنية .

ومن هذه الاستنتاجات يوصي الباحثون :

- من الأهمية بمكان إن يتم التقويم البدني للطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية, وبشكل دوري لبيان المستويات الحقيقية للياقة البدنية عندهم .
- ضرورة الاهتمام بالدروس العملية للتربية الرياضية والمواظبة على الزام الطلاب عليها لتحقيق الغاية المرجوة منها .
- ضرورة الاعتماد على المستويات المتحققة عند الطلاب في اختيار المنتخبات الرياضية .

5.7.1 دراسة قيس محمد ، لؤي ساطع ، نبيل عبد الوهاب (1995):

" تقويم مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة كلية المعلمين ، الجامعة المستنصرية ، 1995 "، ويهدف البحث الى تقويم بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة المرحلة الاولى (الفرع العام)، وكان من أهم الاستنتاجات ما يلي:

1- ان مستوى الطلاب البدنية افضل من الطالبات .
2- ان العينة وبفئتيها كانت نسبتهم في مستوى (ضعيف جداً) هي اعلى النسب المقررة لهذا المستوى في منحنى التوزيع الطبيعي .
3- في اختبار السرعة لكى الجنسين كان في مستوى مقبول .
4- لم يرتقي الى مستوى جيد او جيد جداً أي من الطلاب او الطالبات ولجميع الاختبارات عدى طالب واحد فقط في اختبار السرعة حصل على جيد جداً.

وكان من أهم التوصيات ما يلي:

1- التأكيد على رفع مستوى اللياقة البدنية لطلبة الكلية من خلال درس التربية الرياضية.
2- الاهتمام بالأنشطة الصفية لغرض رفع مستوى اللياقة البدنية للطلبة .
3- ادخال درس التربية الرياضية الاجباري لجميع كليات القطر .

4- اجراء بحوث ودراسات مشابهة لبقية المراحل في الكلية لمعرفة مستوى اللياقة البدنية للطلبة وبصورة مستمرة .

6.7.1 دراسة إيمان شاكر محمود (1988):

" دراسة مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الأولى في كلية الأداء ، جامعة بغداد ، 1988، وكان من أهم الاستنتاجات ما يلي:

1- تفوق طلاب المنطقة الوسطى في اختبار السرعة على طلاب المنطقتين الشمالية والجنوبية الا انها بصورة عامة تتصف بصورة بطيئة .
2- تفوق طلبة المنطقة الشمالية في اختبار الوثب العريض من الثبات واختبار البطن .
3- وفي اختبار المطاولة اظهر طلاب المنطقة الجنوبية تفوقاً على طلاب المنطقة الوسطى والشمالية .

وكان من أهم التوصيات ما يلي:

1- الاهتمام بتطوير الصفات البدنية لجميع الطلبة ولجميع المراحل على أسس علمية .
2- وضع برامج تعليمية وتدريبية لكافة مدارسنا تهتم باللياقة البدنية للمواطن العراقي .
3- الاهتمام بالاختبارات الخاصة بقياس اللياقة البدنية ولكافة المراحل العمرية للوقوف على نقاط الضعف والقوة لمستوى طلابنا في بداية كل سنة ونهايتها .

8.1 مدى الاستفادة من الدراسات السابقة :

1- الخطوات المتبعة في اجراءات البحث واختيار عينة البحث .
2- اختيار المنهج المناسب ووسائل جمع البيانات المناسبة لطبيعة البحث .
3- الاستفادة من كيفية الاستعانة بالأجهزة والادوات المناسبة .
4- كيفية اجراء القياسات التي تسهم في جمع البيانات .
5- تحديد واستخدام الاساليب الاحصائية المناسبة لطبيعة البحث،
6- الاستفادة من كيفية العرض الامثل لعرض البيانات وتفسيرها ومناقشتها .

1.2 إجراءات البحث

1.1.2 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث .

2.1.2 مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث من طلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته والبالغ عددهم (9) طلبة من إجمالي العدد والبالغ (14) طالب وتمثل 60%.

3.1.2 عينة البحث:

اشتملت عينة البحث من طلبة الفصل الأول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته والبالغ عددهم (9) طلبة وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وهي تمثل 60% من مجتمع البحث .

4.1.2 شروط اختيار العينة

- التزام الطلبة بتنقيد القياس.
- العينة تحت السيطرة.
- وجود ملعب والأدوات الخاصة بالقياس.

5.1.2 تجانس العينة

تم عمل تجانس للعينة الواحدة (**توزيع أفراد العينة توزيعاً اعتدالياً**) .
تم التأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد العينة ككل في ضوء المتغيرات التالية: معدل النمو "السن"، والاختبارات البدنية قيد البحث، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمتغيرات السن والطول والوزن والاختبارات البدنية قيد البحث للعينة الكلية

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	السن	بالسنة	20.66	2.10	21.00	-0.48
2	العدو 30 م (لقياس السرعة)	بالثانية	4.72	0.32	4.76	-0.18
3	الوثب العريض من الثبات(لقياس القوة)	بالمتر	1.89	0.27	1.90	-0.11
4	ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل(لقياس المرونة)	بالسنتيمتر	9.00	9.17	9.00	0.00

يتضح من جدول (1) أن معامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث تراوح ما بين (0.48-: 0.00) وهو تراوح ما بين (3+،3) مما يشير إلى اعتدالية التوزيع التكراري لعينة البحث.

6.1.2 وسائل جمع البيانات

1.6.1.2 تحليل المراجع والأبحاث العلمية :

قام الباحث بتحليل المراجع والأبحاث العلمية المتخصصة في علم التدريب الرياضي ومعرفة عناصر اللياقة البدنية مع الأخذ في الاعتبار أن الباحث قد تم الاعتماد على مكونات اللياقة البدنية .

2.6.1.2 الأدوات المستخدمة في البحث :

- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات والقياس .
- ملعب .
- صافرة .
- مسطرة .
- صندوق مدرج لقياس مرونة الجدع .
- جهاز رسيتا متر لقياس الطول .
- جهاز ميزان طبي لقياس الوزن .
- شريط قياس متري لقياس المسافة .
- ساعة توقيت إلكترونية لقياس الزمن .
- شريط لاصق، شواخص، قلم خطاط .

2.1.6.3 استمارة تسجيل البيانات :

قام الباحث بتصميم استمارات تسجيل بيانات القياسات كما يلي :

- استمارة تسجيل البيانات الشخصية (العمر، الطول، الوزن)
-استمارة تسجيل بيانات لاختبارات البدنية (المرونة، الرشاقة، القوة الانفجارية للرجلين)

7.1.2 الاختبارات المستخدمة :

1.7.1.2 الاختبارات البدنية :

- اختبار العدو 30م من البدء العالي لقياس السرعة الانتقالية (ثانية)
- اختبار المرونة ثني الجدع من وضع الجلوس لقياس مرونة الجدع (سم)
- اختبار القوة الوثب العريض من الثبات لقياس القوة الانفجارية للرجلين (سم)

8.1.2 الدراسة الاستطلاعية .

قام الباحث بإجراء الدراسات الاستطلاعية في فترة (2023/05/15-01) عن طريق بعض المقابلات الشخصية على بعض طلبة الفصل الاول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة مصراته .

1.3 عرض وتحليل نتائج عينة البحث ومناقشتها.

لمناقشة البحث الذي كان يهدف إلى التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطلاب الجدد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته. وتساؤله الذي كان نصه ما مستوى اللياقة البدنية لدى الطلاب الجدد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته؟

جدول (2)

الدرجات الخام لعينة البحث في المتغيرات قيد البحث

م	السن	الاختبارات البدنية		
		العدو 30 م	الوثب العريض من الثبات	ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل
1	19	4.53	2.00	16.00
2	18	4.76	1.55	7.00
3	23	4.70	2.40	0.00
4	21	4.88	1.72	0.01
5	25	5.06	1.90	9.00
6	21	5.18	2.10	10.00
7	21	4.18	1.85	-1.00
8	19	4.94	1.45	110.0
9	19	4.28	2.05	30.00

جدول (3)

الدرجات الذاتية لعينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	الاختبارات البدنية		
	العدو 30 م	الوثب العريض من الثبات	ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل
1	-0.59	0.40	0.76
2	0.12	-1.25	-0.21
3	-0.06	1.88	-0.98
4	0.50	-0.62	-0.98
5	1.06	0.03	0.00
6	1.43	0.77	0.10
7	-1.68	-0.14	-1.09
8	0.68	-1.62	0.11
9	-1.37	0.59	2.29

جدول (4)

الدرجات التائية لعينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	الاختبارات البدنية		
	العدو 30 م	الوثب العريض من الثبات	ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل
1	44	54	57
2	51	37	47
3	49	68	40
4	55	43	41
5	60	50	50
6	64	57	51
7	33	48	39
8	56	33	51
9	36	55	72

جدول (5)

الدرجات المئوية لعينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	الاختبارات البدنية		
	العدو 30 م	الوثب العريض من الثبات	ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل
1	55.00	67.50	71.25
2	63.75	46.25	58.75
3	61.25	85.00	50.00
4	68.75	53.75	50.01
5	75.00	62.50	62.50
6	80.00	71.25	63.75
7	41.25	60.00	48.75
8	70.00	41.25	63.76
9	45.00	68.75	90.00

جدول (6)

الرتب المئينية لعينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	الاختبارات البدنية		
	العدو 30 م	الوثب العريض من الثبات	ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل
1	55.88	27.77	183.33
2	58.44	22.77	83.33
3	57.77	32.22	5.66
4	59.77	24.66	5.55
5	61.77	26.66	105.55
6	63.11	28.88	116.77
7	52.00	26.11	16.66
8	60.44	21.66	116.66
9	53.11	28.33	338.88

جدول (7)
الدرجات الخام والدرجات الذاتية والدرجات التائية والدرجات المئوية للعينة في الاختبارات البدنية قيد البحث.

م	السن	الدرجات الخام للاختبارات البدنية			الدرجات الذاتية للاختبارات البدنية			الدرجات التائية للاختبارات البدنية			الدرجات المئوية للاختبارات البدنية			مجموع الدرجات التائية	الترتيب النسبي
		السرعة	القوة	المرونة	السرعة	القوة	المرونة	السرعة	القوة	المرونة	السرعة	القوة	المرونة		
1	19	4.53	2.00	16.00	-0.59	0.40	0.76	44	54	57	55.00	67.50	71.25	155	5
2	18	4.76	1.55	7.00	0.12	-1.25	-0.21	51	37	47	63.75	46.25	58.75	135	8
3	23	4.70	2.40	0.00	-0.06	1.88	-0.98	49	68	40	61.25	85.00	50.00	157	4
4	21	4.88	1.72	0.01	0.50	-0.62	-0.98	55	43	41	68.75	53.75	50.01	138	7
5	25	5.06	1.90	9.00	1.06	0.03	0.00	60	50	50	75.00	62.50	62.50	160	3
6	21	5.18	2.10	10.00	1.43	0.77	0.10	64	57	51	80.00	71.25	63.75	172	1
7	21	4.18	1.85	-1.00	-1.68	-0.14	-1.09	33	48	39	41.25	60.00	48.75	120	9
8	19	4.94	1.45	110.0	0.68	-1.62	0.11	56	33	51	70.00	41.25	63.76	140	6
9	19	4.28	2.05	30.00	-1.37	0.59	2.29	36	55	72	45.00	68.75	90.00	163	2

جدول (8)
الدرجات الخام والدرجات الذاتية والدرجات التائية والدرجات المئوية المتجمعة للعينة في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	المستوى	الدرجات الخام للاختبارات البدنية			الدرجات الذاتية للاختبارات البدنية			الدرجات التائية للاختبارات البدنية			الدرجات المئوية للاختبارات البدنية		
		السرعة	القوة	المرونة	السرعة	القوة	المرونة	السرعة	القوة	المرونة	السرعة	القوة	المرونة
1	ضعيف	5.18	1.45	30.0	1.43	-1.62	2.29	64	33	72	80.00	41.25	90.00
2		5.06	1.55	16.0	1.06	-1.25	0.76	60	37	57	75.00	46.25	71.25
3		4.94	1.72	10.0	0.68	-0.62	0.11	56	43	52	70.00	53.75	63.76
4	متوسط	4.88	1.85	10.0	0.50	-0.14	0.10	55	48	51	68.75	60.00	63.75
5		4.76	1.90	9.00	0.12	0.40	0.00	51	50	50	63.75	62.50	62.50
6		4.70	2.00	7.00	-0.06	0.59	-0.21	49	54	47	61.25	67.50	58.75
7	جيد	4.53	2.05	0.01	-0.59	0.62	-0.98	44	55	41	55.00	68.75	50.01
8		4.28	2.10	0.00	-1.37	1.25	-0.99	36	57	40	45.00	71.25	50.00
9		4.18	2.40	-1.0	-1.68	1.88	-1.09	33	68	39	41.25	85.00	48.75

جدول (9)

الدرجات الخام والرتب المئينية والمتوسط الحسابي والمستوى البدني للعينة في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	السن	الاختبارات البدنية لمكونات اللياقة البدنية والمستوى البدني								
		العدو 30 م (السرعة)			الوثب العريض من الثبات (القوة)			ثني الجذع أماماً أسفل من الجلوس الطويل (المرونة)		
		الدرجة	الرتبة	المستوى	الدرجة	الرتبة	المستوى	الدرجة	الرتبة	المستوى
1	19	4.53	55.88	جيد	2.00	27.77	متوسط	16.00	183.33	ضعيف
2	18	4.76	58.44	متوسط	1.55	22.77	ضعيف	7.00	83.33	متوسط
3	23	4.70	57.77	متوسط	2.40	32.22	جيد	0.00	5.66	جيد
4	21	4.88	59.77	متوسط	1.72	24.66	ضعيف	0.01	5.55	جيد
5	25	5.06	61.77	ضعيف	1.90	26.66	ضعيف	9.00	105.55	متوسط
6	21	5.18	63.11	ضعيف	2.10	28.88	جيد	10.00	116.77	ضعيف
7	21	4.18	52.00	جيد	1.85	26.11	متوسط	-1.00	16.66	جيد
8	19	4.94	60.44	ضعيف	1.45	21.66	ضعيف	110.0	116.66	متوسط
9	19	4.28	53.11	جيد	2.05	28.33	جيد	30.00	338.88	ضعيف
المتوسط الحسابي والمستوى البدني	20.66	4.72	-	متوسط	1.89	-	متوسط	9.00	-	متوسط
المستوى البدني العام	متوسط									

يتضح من نتائج الجدول (2)، (3)، (4)، (5)، (6)، (7)، (8)، (9) أن عينة البحث حققت في جميع الاختبارات البدنية التي خضعت لها مستوى عام (**متوسط**) في اللياقة البدنية حيث أنها حصلت في الاختبارات البدنية لمكونات اللياقة البدنية الثلاثة (السرعة، القوة، المرونة) على متوسطات درجات حسابية كانت متتالية بالترتيب الآتي:

- أولاً: بالنسبة للدرجات الخام: (4.72، 1.89، 9.00).
- ثانياً: بالنسبة للدرجات الذاتية: (0.01، 0.00، 0.00).
- ثالثاً: بالنسبة للدرجات التائية: (49.77، 49.44، 49.66).
- رابعاً: بالنسبة للدرجات المئوية: (62.22، 61.80، 62.08).

1.4 الاستنتاجات:

من خلال عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث تم التوصل للاستنتاجات الآتية:

1- حققت عينة البحث في جميع الاختبارات البدنية التي خضعت لها مستوى عام (**متوسط**) في اللياقة البدنية.
2- عدم الاهتمام بالجانب الرياضي والاهمال من بعض الطلبة والأساتذة .
3- غياب أو قلة الوعي الفكري والثقافة الرياضية لممارسة الأنشطة .
4- غياب الجانب الترويحي خلال ممارسة الأنشطة الرياضية .
5- قلة الأنشطة الرياضية داخل الكلية وبين الكليات .

2.4 التوصيات:

1- الاهتمام بجانب الإعداد البدني وعمل برامج تدريبية لتنمية عناصر اللياقة البدنية للطلبة الجدد بكليات التربية البدنية في الجامعات الليبية.
2- قياس المستوى البدني للطلبة بصفة دورية منتظمة بكليات التربية البدنية في الجامعات الليبية.
3- إعداد بطارية اختبارات بدنية موحدة لقبول الطلبة الجدد بكليات التربية البدنية في الجامعات الليبية.
4- إجراء أبحاث مشابهة ويكون حجم العينة كبير لإعطاء نتائج أشمل وأدق .
5- هناك عزوف للطلبة الجدد للالتحاق بالدراسة في بعض كليات التربية البدنية في ليبيا .

المراجع

العبيدي, ع .(2010). مقارنة لبعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة الانتقالية – المرونة – الرشاقة – القوة) وبعض الحركات الأساسية.

بوجمعة, ش .(2014). دراسة مقارنة لمستوى بعض عناصر اللياقة البدنية مع المعايير الدولية للاعبي نادي الهواة للسباحة بالمسيلة.

زكي محمد حسن 2004 :"اللياقة البدنية في حياتنا اليومية"، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الاسكندرية.

عصام عبد الخالق 2005 :"التدريب الرياضي (نظريات – تطبيقات)"، منشأة المعارف، الإسكندرية.

قاسم حسن حسين 1998 :"أسس التدريب الرياضي"، دار الفكر العربي ،عمان .

محمد صبحي حسانين 2020 :"علم التدريب الرياضي الحديث"، القاهرة .

مروان عبد الحميد ابراهيم 2000 :"تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي"، مؤسسة الوراق للنشر، عمان .

مفتي ابراهيم حمادة (2004) :"الطرق الي الصحة والبطولة الرياضية"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .

Joseph, et.,al 2001 : The Interval Training Workout, Build Muscle and Burn Fat with Anaerobic Exercise, Hunter House, U.S.A.

استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية لمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) بمدينة مصراته في ضوء الأهداف التربوية

أ / محمد نوري عبدالقادر.

المستخلص

يهدف هذا البحث إلى وضع استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية للتعليم الأساسي بمدينة مصراته في ضوء الأهداف التربوية، وذلك من خلال التعرف على : أسس ومراحل بناء استراتيجية تطوير الإمكانات والأنشطة الرياضية المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة مصراته في ليبيا ، المعوقات والمشكلات التي تواجه برامج الأنشطة الرياضية المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة مصراته في ليبيا ، الاستراتيجية الخاصة بتطوير برامج الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة مصراته في ليبيا ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة البحث .**مجتمع البحث** : واشتمل مجتمع البحث البالغ قوامه (100) فرد على الفئات التالية: أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (23) عضو هيئة تدريس ، الموجهين التابعين لإدارة الأنشطة الرياضية المدرسية بالإدارة التعليمية بمدينة مصراته بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (27) موجه تربوي ، معلمي التربية البدنية بالإدارة التعليمية بمدينة مصراته بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (50) معلماً تربية بدنية.

الكلمات المفتاحية: الرياضة المدرسية ، التعليم الأساسي ، الادارة المدرسية

Abstract:

This research aims to develop a proposed strategy for developing school sports for basic education in the city of Misrata in light of educational objectives, by identifying:
The foundations and stages of building a strategy for developing school sports capabilities and activities in the basic education stage in the city of Misrata in Libya , Obstacles and problems facing school sports activities programs at the basic education stage in the city of Misrata in Libya , The strategy for developing school sports programs in the basic education stage in the city of Misrata in Libya. The researcher used the descriptive approach (survey studies) with its steps and procedures in order to suit the nature of the research. Research community: The research community, which consisted of (100) individuals, included the following groups: Faculty members at the College of Physical Education and Sports Sciences, Misrata University, Libya, numbering (23) faculty members , Mentors affiliated with the Department of School Sports Activities in the Educational Administration in the city of Misrata, Libya, who number (27) educational mentors. Physical education teachers in the educational administration in the city of Misrata, Libya, numbering (50) physical education teachers.

Keywords :School sports, basic education, school administration

مقدمة البحث

يعد التعليم من أهم مؤشرات النجاح لأي دولة، ولذلك اهتمت الشعوب بتطوير التعليم من خلال توفير كافة الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة لنهضة لأبنائها خاصة في المراحل التعليمية، وبتضافر جهود المسئولون عن المؤسسات التربوية والرعاية المتكاملة يحدث النمو الشامل المتزن للأفراد بالمجتمع في المجالات المختلفة.

وتعبر الرياضة في العصور الحديثة عن نظام اجتماعي متماسك ومنسجم عضوياً في نسيج المجتمع المعاصر ومؤسساته لذا فإنها أصبحت في هذا الوقت من أهم مقومات الانطلاق لمواكبة متطلبات العصر فهي تعتبر نظامًا تربويًا تنبثق أهدافه من استراتيجية المجتمع , كما يعد وضع استراتيجية للعمل تراعي الشمولية والوفاء بمتطلبات أجيال العلم في مختلف المراحل الدراسية لتحقق الرياضة المدرسية هدفها التربوي وفق المنظومة السياسية التعليمية في ضوء توجهات وزارة التربية والتعليم لتطوير التعليم عبر صياغة خطط عمل تأخذ بعين الاعتبار المبادئ التربوية (.www.thawra.alwehda.gov,)

واستراتيجيات التدريس الأكثر استخداماً في التربية البدنية هي التدريس المباشر ، والتدريس بالمهام و المحطات ، والتدريس بالأقران، والتدريس المتفاعل، التعلم الذاتي . ورغم ما قد يبدو للملاحظ غير الخبير من اختلافات بين هذه الاستراتيجيات إلا أنها جميعاً تحرص على التعريف الواضح للمهام التعليمية ، وتوفير قدر من التطبيق، مع تقديم تغذية راجعة منتظمة، والحث على البقاء ضمن المهام، في إطار نظام محاسبة . (ماهر, 2002, 38)

والنشاط الرياضي المدرسي له قيمة كبيرة تربوية حيث إنه ينمي قيم المنافسة وقوة التحمل والجلد والشجاعة والجرأة والمبادرة والصبر والمثابرة والتعاون والعمل الجماعي والانتماء والولاء وجميعها قيم تشارك بنصيب وافر في تأهيل شبابنا وتكوين شخصيات حميدة قادرة على العطاء للمجتمع وهذا يأتي عن طريق توفير الصحة البدنية من خلال النشاط الرياضي حيث تعتبر الصحة البدنية أقصر الطرق للوصول للصحة النفسية والعقلية على حد سواء (بهاء الدين, 1997، 124) .

ويعتبر النشاط الداخلي والخارجي هو ذلك الجزء المتكامل من برنامج الأنشطة الرياضية المدرسية وأحد وأهم ركائز الرياضة المدرسية ويعتبر بمثابة المرشد لاختيار الإطار الملائم للأنشطة ومهارات الألعاب الجماعية والفردية، والذي يتيح الفرصة للتلاميذ لممارسة أنواع الأنشطة التي يميلون إليها كما أنه مجالٌ يكشف فيه التلاميذ عن قدراتهم الحركية والنفسية باعتبارهما من أفضل الميادين التي يتعلم فيها الفرد الممارسة الفعالة لألوان النشاط المتعددة عن رغبة نابعة من الذات, فيختار كل تلميذ النشاط المناسب له من حيث قدراته وحاجته وميوله ويقبل على ممارسته مما يهيئ له الفرصة للاستفادة من النشاط أكبر فائدة ممكنة مع حرية الاختيار والتوجيه المناسب، وكذل التعرف على ميول ورغبات التلاميذ لتحديد أنواع النشاط التي تستوجب التركيز والاهتمام وزيادة مساحة المنافسات بين الفصول الدراسية أو داخل الفصل الواحد متضمناً مباريات الفرق المدرسية انطلاقاً إلى اتساع مجالات ومحاور المنافسة بين المدارس باعتبارها مواجهات أساسية لكل من النشاط الداخلي والخارجي . (أنور وآخرون، 2007، 157– 158)

مشكلة البحث :

تعتبر المدارس إحدى المؤسسات المجتمعية الهامة التي تسعى إلى إحداث تنمية فكرية ومجتمعية واضحة، كما أنها شريك أساسي في تكوين الوعي المجتمعي لكافة الفئات بصفة عامة، والنشء بصفة خاصة.
ولذلك يجب بناء الاستراتيجيات اللازمة للنهوض بالعملية التعليمية بالمؤسسات التعليمية في مرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني)، وذلك من خلال الدراسات الميدانية خاصة في مجال التربية البدنية، والتي تحاكي الواقع وتكشف نقاط القوة والضعف في المنظومة التعليمية بهدف تطوير الرياضة المدرسية بهذه المرحلة المهمة في ضوء أهداف التربية الرياضية.
ومن خلال عمل كعضو هيئة تدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته والإشراف على طلبة التدريب الميداني بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) بمدينة مصراته في ليبيا عدم وضوح الرؤية والأهداف لاستخدام الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية واستخدام المنشآت الرياضية الموجودة داخل المدارس في مدينة مصراته بشكل فعال من خلال تنفيذ برامج الرياضة المدرسية.
ومن هنا جاءت الفكرة للباحث بإجراء هذا البحث للتعرف على الرؤية والرسالة ومشكلات تطوير الأنشطة والمنشآت الرياضية المدرسية والتعرف على الأنشطة الرياضية الواجب توافرها داخل المدارس وكيفية الاستفادة من هذه المنشآت الرياضية بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) في ليبيا بهدف وضع استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية للتعليم الأساسي (الشق الثاني) في ضوء الأهداف التربوية

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى وضع استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية للتعليم الأساسي(الشق الثاني) بمدينة مصراته في ضوء الأهداف التربوية، وذلك من خلال التعرف على :

1. أسس ومراحل بناء استراتيجية تطوير الإمكانات والأنشطة الرياضية المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي(الشق الثاني) بمدينة مصراته في ليبيا.
2. المعوقات والمشكلات التي تواجه برامج الأنشطة الرياضية المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) بمدينة مصراته في ليبيا.
3. الاستراتيجية الخاصة بتطوير برامج الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي(الشق الثاني) بمدينة مصراته في ليبيا.

تساؤلات البحث :

1- ما أسس ومراحل بناء استراتيجية تطوير الأنشطة الرياضية المدرسية لمرحلة التعليم الأساسي(الشق الثاني) ؟ بمدينة مصراته في ليبيا ؟
2- ما المعوقات والمشكلات التي تواجه برامج الأنشطة الرياضية المدرسية ؟ بمدينة مصراته في ليبيا ؟
3- ما الاستراتيجية الخاصة بتطوير برامج الرياضة المدرسية ؟ بمدينة مصراته في ليبيا ؟

أهمية البحث : تتمثل أهمية البحث في جانبين رئيسيين هما :

أ- الأهمية العلمية: تتضح أهمية هذا البحث العلمية في أنه أحد البحوث العلمية التي تساعد على دراسة وتطوير الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الشق الثاني بمدينة مصراته في ليبيا.

ب- الأهمية التطبيقية: تتبين أهمية هذا البحث التطبيقية في النقاط الآتية:

- وضع استراتيجية لتنفيذ برامج الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الشق الثاني بمدينة مصراته في ليبيا.
- الوقوف علي الحالة الراهنة للرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الشق الثاني بمدينة مصراته في ليبيا.

- الاستفادة من الإمكانات المادية والبشرية المتاحة في تنفيذ برامج الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الشق الثاني بمدينة مصراته في ليبيا.

المصطلحات المستخدمة في البحث :

- **الاستراتيجية:** هي " خطط وأنشطة يتم وضعها بطريقة ما لخلق درجة من التطابق بين رسالة المنظمة وأهدافها وبين رسالة البيئة التي تعمل بها بصورة فعالة وذات كفاءة عالية " (السيد, 1990, 12).
- **درس التربية البدنية** هو ذلك النشاط الحركي الذي يقدم للطالب في وقت محدد, وله مكان في الجدول الدراسي ويؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على الطالب في مختلف النواحي البدنية ,والمهارية, والعقلية , والنفسية, والاجتماعية (.www.almrsal.com)
- **الرياضة المدرسية:** هي " أنواع الأنشطة البدنية والألعاب الرياضية التي يمارسها التلاميذ خلال درس التربية الرياضية والأنشطة خارج الدرس والتي تهدف إلى الارتقاء بقدرات التلاميذ عقلياً وبدنياً ونفسياً واجتماعياً " (أنور وآخرون, 2007, 166)
- **النشاط الرياضي:** يعرف بأنه " جانب من جوانب التربية العامة التي تعمل على تربية الفرد تربية شاملة ومتزنة من جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية عن طريق ممارسة النشاطات الرياضية المختلفة تحت إشراف قيادة واعية ومتخصصة لتحقيق الأهداف المرجوة من ممارستها" (بن سالم, 2007, 17).
- **النشاط الرياضي الداخلي :**هو " الجزء المتكامل من برنامج التربية البدنية والذي يعبر عن الأنشطة البدنية والترويحية التي تجري داخل جدران المدرسة بهدف استكمال أهداف درس التربية البدنية " . (الخولي، الشافعي, 2005, 37)
- **النشاط الرياضي الخارجي :**هو " النشاط الذي تنظمه المدرسة أو تشترك فيه مع هيئات أخرى بتنظيم مسابقات أو مباريات تشترك فيها فرق المدرسة الرياضية والطلاب النخبة في كل رياضة " . (الخولي، الشافعي, 2005, 37)

الدراسات السابقة:

1- قام **أحمد عبدالعزيز وآخرون** عام (2014) بدراسة عنوانها "المشكلات التي تواجه معلمي التربية البدنية في تنفيذ برامج التربية البدنية بمرحلة التعليم الإعدادي بمدينة مصراته"، هدفت الدراسة إلى التعرف على المشكلات التي تواجه معلمي التربية البدنية في تنفيذ برامج التربية البدنية بمرحلة التعليم الإعدادي بمدينة مصراته، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وتمثلت أدوات جمع البيانات في الاستبيان، ومن أهم نتائج الدراسة: تواجه معلمي التربية البدنية في مرحلة التعليم الإعدادي بمدينة مصراته الكثير من المشكلات، تم تحديد وترتيب المشكلات وهى المشكلات المرتبطة: (بمنهج التربية البدنية- بالمتعلم- بالإدارة المدرسية- بالتوجيه التربوي- بالإمكانيات).

2- قامت **رشا جاسر سعيد** عام (2014) بدراسة عنوانها " استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية بالمعاهد الأزهرية الإعدادية للفتيات بجمهورية مصر العربية " ، هدفت الدراسة إلى وضع استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية بالمعاهد الأزهرية الإعدادية للفتيات بجمهورية مصر العربية ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وتمثلت أدوات جمع البيانات في الاستبيان ، ومن أهم نتائج الدراسة التوصل إلى بناء استراتيجية لتطوير الرياضة المدرسية بالمعاهد الأزهرية الإعدادية للفتيات بجمهورية مصر العربية

3- قام **أحمد عبد النبي محمد** عام (2013) بدراسة عنوانها " استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الإعدادي بجمهورية مصر العربية " ، هدفت الدراسة إلى وضع استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الإعدادي ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقد توصل الباحث الى عدة استنتاجات أهمها يراعى عند تحديد أهداف الرياضة المدرسية خصائص نمو المتعلمين بحيث يسهل تحقيقها ، يتم اعلان الرؤية والرسالة بأشكال مختلفة وواضحة على المدرسين بالمدارس ، تتم أنشطة درس التربية الرياضية بالمرونة التي تضمن عدم التقيد بأسلوب واحد ، أن لا يحرص التوجيه الفني على تنظيم اجتماعات دورية اصدار نشرات توضح الاتجاهات الحديثة في التربية الرياضية لرفع مستوى المعلم أثناء الخدمة .

4- قام **علي عبدالله حسين** عام (2012) بدراسة عنوانها " معوقات ممارسه الأنشطة الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالمعاهد الأزهرية بمحافظه الفيوم " ، هدفت الدراسة الي التعرف علي المعوقات التي تحول دون مشاركه التلاميذ بالمعاهد الأزهرية بمحافظه الفيوم في النشاط الرياضي والتعرف علي أهم أسبابها واقتراح حلول التي يمكن من خلالها التغلب علي تلك المعوقات ، وقد استخدم الباحث المهج الوصفي ، تمثلت عينة البحث في (600) تلميذ و (120) مدرس تربيه رياضيه ، ومن أهم نتائج الدراسة عدم وجود ملاعب لإقامة الأنشطة الرياضية ، عدم توافر الملابس والأجهزة والأدوات لتلاميذ ، عدم وجود غرف للتربية الرياضية ، عدم اهتمام مدرس التربية الرياضية بالإشراف علي النشاط الرياضي ، لا يتناسب محتوي النشاط الرياضي مع الإمكانيات المتوفرة بالمعاهد الأزهرية.

5- قامت **شريفة محمد شبيب** عام (2011) بدراسة عنوانها " دراسة تحليلية لواقع الرياضة المدرسية في ضوء معايير جودة التعليم والاعتماد التربوي"، هدفت الدراسة إلى التعرف على الأهداف التربوية والفلسفة والتخطيط ، واستراتيجيات التعلم المستخدمة ، وكذلك التعرف على إعداد المعلم وتدريبه، والتعرف على المنهج من حيث فلسفته وأهدافه ومحتواه وطرق التعليم والتعلم ، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) ، تمثلت عينة البحث في (117) و(56) مدير مدرسة و(1800) طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، ومن أهم نتائج الدراسة وجود قصور في الأهداف التربوية واستراتيجيات التعلم المستخدمة ، ضعف المنهج من حيث فلسفته ومحتواه ، إن طرق التدريس المستخدمة تعتمد على الطابع النظري وقلة استخدام الجانب التطبيقي.

6- قامت **إيمان أحمد ماهر** عام (2002) بدراسة عنوانها " وضع استراتيجية النهوض بالتربية الرياضية في المرحلة الإعدادية " ، هدفت الدراسة إلى التعرف على الوضع الراهن للتربية الرياضية في المرحلة الإعدادية، والمشكلات والتحديات التي تواجه التربية الرياضية في المرحلة الإعدادية، وضع استراتيجية مقترحة للنهوض بالتربية الرياضية في المرحلة الإعدادية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (575) طالب و(15) خبيرا و(39) موجها وموجهة و(512) معلما ومعلمة تربية رياضية ، ومن أهم نتائج الدراسة وضع إطار للاستراتيجية المقترحة للنهوض بالتربية الرياضية في المرحلة الإعدادية .

استفاد الباحث من الدراسات السابقة في البحث الحالي من خلال استخدام (6) دراسات العربية ، ومن خلال تحليل **الباحث لهذه الدراسات تم الاستفادة منها في ما يلى :**

- كيفية إعداد وصياغة مشكلة البحث الحالي مستفيداً من نتائجها وارتباطها بموضوع البحث الحالي .

- تحديد المنهج المستخدم في البحث الحالي ، حيث وجد الباحث أن المنهج الوصفي هو انسب المناهج للبحث الحالي
- تحديد عينة البحث وأدوات جمع البيانات الخاصة بالبحث الحالي .
- تحديد أساليب المعالجات الإحصائية المناسبة التي سوف يتم استخدامها في البحث الحالي .
- كيفية التعليق والاستفادة من نتائج الدراسات السابقة ومدى الاتفاق والاختلاف مع نتائج البحث الحالي.

إجراءات البحث

منهج البحث :استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة البحث .

مجتمع البحث : اشتمل مجتمع البحث البالغ قوامه (100) فرد على الفئات التالية:

أ- أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (23) عضو هيئة تدريس.

ب- الموجهين التابعين لإدارة الانشطة الرياضية المدرسية بالإدارة التعليمية بمدينة مصراته بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (27) موجه تربوي.

جـ- معلمي التربية البدنية بالإدارة التعليمية بمدينة مصراته بدولة ليبيا، والبالغ عددهم (50) معلم تربية بدنية.

مجلات البحث :

أ - المجال الزمني

تم إجراء هذا البحث خلال العام 2023/2021.

ب- المجال المكاني :

1- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته بدولة ليبيا .

2- الإدارة التعليمية بمدينة مصراته بدولة ليبيا ، وجدول (1) يبين توصيف العينة .

ج- المجال البشري: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من الفئات المكونة لمجتمع البحث، وبلغ قوام عينة البحث (65) فرد بنسبة مئوية 65 % من مجتمع البحث، وكانت كالآتي:

1- (10) أفراد من أعضاء هيئة التدريس.

2- (08) موجهين تربويين.

3- (47) معلمين تربية بدنية.

جدول (1)
توصيف عينة البحث

(ن= 65)

المتغيرات	الفئة	العدد	النسبة
نوع العينة	عضو هيئة تدريس	10	%15.38
	موجه	8	%12.31
	معلم	47	%72.31
	المجموع	65	%100

أدوات ووسائل جمع البيانات:

قام الباحث بتصميم استمارة استبيان استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضية المدرسية للتعليم الشق الثاني في ضوء الأهداف التربوية كأداة لجمع البيانات، حيث تم تحديد المحاور الرئيسية والعبارات الفرعية بالاستبيان التي قام الباحث بتصميمها ، وقد قام الباحث بإتباع الخطوات العلمية التالية في تصميمه للاستبيان:

1- تحليل الدراسات السابقة:

تم دراسة وتحليل الدراسات السابقة المتعلقة بمجال المناهج وتدريس التربية البدنية والإدارة الرياضية والتي وجد أنها مرتبطة بموضوع البحث وذلك للتعرف على المحاور التي يمكن أن يستفيد منها البحث.

2- تحديد المحاور الرئيسة لاستمارة الاستبيان:

قام الباحث بتحديد المحاور الرئيسة لاستمارة الاستبيان وفقاً لنتائج تحليل المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة، وقد بلغ عدد المحاور (5) محاور جاءت على النحو التالي:

- **المحور الأول:** الفلسفة والأهداف .
- **المحور الثاني:** برامج الرياضة المدرسية ويحتوى على ثلاثة أبعاد هي (الدرس، النشاط الداخلي، النشاط الخارجي).
- **المحور الثالث:** الإمكانات ويحتوى على بعدين هما (الإمكانات المادية، الإمكانات البشرية).
- **المحور الرابع:** التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية.
- **المحور الخامس**: المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية ويحتوى على ثلاثة أبعاد هي (معوقات خاصة بالمعلم، معوقات خاصة بالطالب، معوقات خاصة بالدرس).

المعاملات العلمية لتقنين الاستبيان: قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية وذلك على عينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وبلغ قوامها (16) فرد من أعضاء هيئة التدريس وذلك في الفترة من 22/ 12/ 2021 م إلى 06/ 01/ 2022 وذلك للتأكد من صدق الاستبيان المستخدم في البحث .

◄ **المعاملات العلمية للاستبيان المستخدم في البحث :**

أ- **الصدق :**قام الباحث بإيجاد الصدق على النحو التالي:

1- صدق المحكمين:

استخدم الباحث صدق المحتوى حيث تم عرض استمارة الاستبيان في صورتها الأولية على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين في مجال المناهج وتدريس التربية البدنية حيث بلغ عدد السادة الخبراء (16) خبير **مرفق (1)**.

جدول (2)
استطلاع رأى الخبراء حول المحاور الرئيسية للاستبيان (ن = 16)

م	المحور	نسبة الاتفاق
1	الفلسفة والأهداف .	86.76
2	برامج الرياضة المدرسية :	
	- الدرس .	88.99
	- النشاط الداخلي .	90.77
	- النشاط الخارجي .	89.77
3	الإمكانات :	
	- المادية .	77.84
	- البشرية .	81.25
4	التقويم والمتابع للرياضة المدرسية.	86.58
5	المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية:	
	- معوقات خاصة بالمعلم .	83.39
	- معوقات خاصة بالطالب.	87.50
	- معوقات خاصة بالدرس .	85.07
	الإجمالي	85.79

يتضح من جدول (2) أن جميع المحاور قد حققت نسبة موافقة تراوحت ما بين (81.25 %: 90.77 %) مما يدل على صدق محاور الاستبيان، أي جاء اتجاه استجابة الخبراء على المحاور بأنها مناسبة لذا سيقوم الباحث بوضعها كمحاور رئيسة لاستمارة الاستبيان قيد البحث ، كما وافق الخبراء بنسبة (100%) على ميزان التقدير الثلاثي (موافق – إلى حد ما – غير موافق).

ب- ثبات الاستبيان :

تم حساب درجة الثبات لاستمارة الاستبيان بطريقة تطبيق الاستبيان وإعادة تطبيقه على عينة من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية حيث بلغ قوامها (8) أفراد خلال الفترة من 07/ 01/ 2022 م إلى 17/ 01/ 2022 م وذلك للتأكد من ثبات الاستبيان المستخدم في البحث.

جدول (3)
معامل ثبات الاستبيان باستخدام تطبيق الاستبيان وإعادة تطبيقه

م	المحور		معامل الارتباط	الصدق الذاتي
1	الفلسفة والأهداف		0.90	0.94
2	برامج الرياضة المدرسية	أ- الدرس	0.96	0.97
		ب- النشاط الداخلي		
		جـ- النشاط الرياضي الخارجي		
3	الإمكانات	أ- المادية	0.94	0.96
		ب- البشرية		
4	التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية		0.92	0.95
5	المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية	أ- معوقات خاصة بالمعلم	0.94.	0.96
		ب- معوقات خاصة بالطالب		
		ج- معوقات خاصة بالدرس		

*** قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.622**

تشير نتائج الجدول رقم (3) إلى أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين (0.90: 0.96) مما يدل على ثبات المحاور والاستبيان.

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية للبحث خلال الفترة من 1/ 03/ 2023 م وحتى 31/ 03/ 2023 م على العينة الأساسية للبحث.

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث :

استخدم الباحث في إجراء المعالجات الإحصائية الحاسب الألى باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS، واستخدم المعالجات التالية:

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط – التكرارات - النسب المئوية - الأهمية النسبية - اختبار كا2.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول:

جدول (4)

النسبة المئوية والأهمية النسبية وكا^{2}للعبارات الخاصة بالمحور الأول: الفلسفة والأهداف

م	العبارات	النسبة المئوية %			الأهمية النسبية	كا^2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق		
-	الرياضة المدرسية تحقق الأهداف التالية:					
1	عرض المعلومات والمعارف الرياضية وفقا للمنهاج	64.61	24.61	10.76	84.61	29.14
2	استخدام التقنيات الحديثة في التدريس .	78.46	21.53	0	92.82	62.12
3	استخدام مهارات تدريسية وفقا لقدرات التلاميذ	83.07	16.92	0	94.35	73.04
4	تدريب التلاميذ على التفكير الإبداعي .	69.23	30.76	0	89.74	45.22
5	إكساب التلاميذ معارف و مهارات حركية جديدة .	67.69	32.30	0	89.23	43.04
6	مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ .	89.23	10.76	0	96.41	90.12
7	زيادة التحصيل الدراسي في مجال الرياضة.	86.15	13.84	0	95.38	81.22
8	استخدام الأساليب الحديثة والتكنولوجيا في التعليم بما يتماشى مع جودة التعلم في مجال التربية الرياضية .	58.46	41.53	0	86.15	33.76
9	سهولة التعرف على المعلومات والوصول إليها .	56.92	43.07	0	85.64	32.85
10	التفاعل بين المنهاج والتلاميذ والمعلمين .	67.69	32.30	0	89.23	43.04
11	تنمية المهارات المختلفة لدى التلاميذ من خلال منهاج الرياضة.	80.00	20.00	0	93.33	65.58
12	التعلم الذاتي بدافع من الطلاب من خلال الوسائط المتعددة.	43.07	35.38	21.53	73.84	4.00
13	تحقيق التواصل بين التلاميذ والمعلمين من خلال الأنشطة الرياضة المدرسية.	95.38	4.61	0	98.46	110.12
14	رعاية الطلاب الموهوبين عبر برامج خاصة في مجال الرياضة.	69.23	21.53	9.23	86.66	37.65
15	إتاحة الفرصة للتلاميذ للتعبير عن أنفسهم بوسائل متعددة.	90.76	9.23	0	96.92	94.85
16	استخدام طرق ووسائل تعليمية مختلفة تسمح للطلاب بالتفاعل مع الدروس	87.69	12.30	0	95.89	85.58
17	تقييم دروس الرياضة بطرق مختلفة والاهتمام بالتغذية المرتدة للمعلمين .	67.69	32.30	0	89.23	43.04

18	استخدام الأدوات البديلة لتلاشي ضعف الإمكانيات في مجال الرياضة.	58.46	41.53	0	86.15	33.76
19	تدريب المعلم على أساليب الشرح وطرق التدريس وفقاً للأساليب العلمية في مجال تدريس الرياضة.	89.23	10.76	0	96.41	90.12
20	إتاحة الفرص المناسبة لمعلمي التربية الرياضية لتحقيق التأهيل والتدريب الذاتي للمعلم .	69.23	30.76	0	89.74	45.22
21	إكساب المعلم مهارة اختيار الشكل المناسب لعرض الدروس .	55.38	44.61	0	85.12	32.12
22	اكتساب المعلم خبرات تعليمية جديدة باستخدام الوسائط المتعددة .	75.38	24.61	0	91.79	55.76
23	حضور دورات تدريبية وندوات لرفع كفاءة المعلمين وتطوير أدائهم .	76.92	23.07	0	92.30	58.85
24	تنمية القدرة لدى المعلم على فهم احتياجات الطلاب .	55.38	44.61	0	85.12	32.12
25	العمل علي تلاشي ضعف الإمكانيات.	58.46	41.53	0	86.15	33.76

*** قيمة كا^2 عند مستوى دلالة معنوية (0.05) = 5.99**

يتضح من نتائج جدول (4) أن النسبة المئوية بناءً علي استجابات العينة حول المحور الأول: الفلسفة والأهداف في الاستبيان قيد البحث في موافق تراوحت ما بين (43.07، 95.38)، بينما جاءت في موافق إلي حد ما (44.61، 4.61)، وكانت في غير موافق (0.00، 21.53)، وتراوحت درجة الأهمية النسبية ما بين (98.46، 73.84).

جدول (5)

النسبة المئوية والأهمية النسبية وكا2لعبارات المجالات الخاصة بالمحور الثاني

برامج الرياضة المدرسية

م	المجالات وعباراتها	النسبة المئوية %			الأهمية النسبية	كا^2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق		
أولاً	الدرس:					
1	يجب أن يحتوي الدرس على الأهداف التربوية والتعليمية والمهارية .	69.23	21.53	9.23	86.66	37.65
2	يجب أن يحقق الدرس الأهداف التربوية والتعليمة والمهارية.	69.23	30.76	0	89.74	45.22
3	تنمية القدرة لدى الطلاب على (التفكير والفهم - الاستنتاج والربط - النقد والتحليل).	90.76	9.23	0	96.92	94.85
4	تعلم مهارات جديدة على أسس علمية سليمة	86.15	13.84	0	95.38	80.92
5	استخدام نماذج مختلفة للمهارات التي يصعب أدائها	55.38	44.61	0	85.12	32.12
6	إتباع الأسلوب العلمي في شرح المهارات الحركية.	58.46	41.53	0	86.15	33.76
7	تدريب المعلمين على كيفية استخدام التقنيات الحديثة وربطها بالمنهاج .	75.38	23.07	1.53	91.28	54.39
8	إتاحة الفرصة للتلاميذ للبحث والتعلم من خلال المواقع الالكترونية حول مهارات الرياضة.	44.61	55.38	0	81.53	32.12
9	تجهيز وإعداد الأدوات التي تتلاءم مع الدرس .	80.00	20.00	0	93.33	65.58
10	اكتشاف المواهب الرياضية الجديدة .	90.76	9.23	0	96.92	94.85
11	الاهتمام بالتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة وإعطاء الفرصة للاشتراك بما يناسب إعاقتهم .	80.00	20.00	0	93.33	65.58
12	تحقيق ميول ورغبات التلاميذ .	76.92	23.07	0	92.30	58.85
13	مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ .	90.76	9.23	0	96.92	94.85

14	تقديم الدرس طبقا لأسس تربوية سليمة .	69.23	30.76	0	89.74	45.22
15	استخدام استراتيجيات وأساليب تدريسية حديثة .	75.38	24.61	0	91.79	55.76
16	زيادة اعتماد التلاميذ علي أنفسهم في تعليم المهارات الرياضية وخاصة البسيطة منها .	55.38	44.61	0	85.12	32.12
17	التحول من التعليم الصفي (وجهاً لوجه) إلى التعليم بمساعدة التقنيات والتكنولوجيا الحديثة.	23.07	75.38	1.53	73.84	54.39
18	رفع مستوى تحصيل التلاميذ المعرفي والمهارة والوجداني	55.38	44.61	0	85.12	32.12
19	تقديم الدرس بما يتناسب مع الأدوات الرياضية المتوفرة بالمدرسة من حيث الكم والكيف .	56.92	43.07	0	85.64	32.85
20	استخدام التكنولوجيا الحديثة في تعلم مهارات التربية الرياضية.	73.84	26.15	0	91.28	52.85
21	التكامل في التدريس بين التربية الرياضية والمواد الدراسية الأخرى.	66.15	33.84	0	88.71	41.04
ثانياً	النشاط الرياضي الداخلي:					
1	يجب توفير الوقت لتنظيم النشاط الرياضي الداخلي .	100.00	0	0	100.0	127.04
2	تحديث الملاعب الخاصة بتنفيذ الأنشطة الرياضية الداخلية.	90.76	9.23	0	96.92	94.85
3	اختيار الأوقات المناسبة لكل نشاط .	100.00	9.23	0	100.0	127.04
4	وضع خطة زمنية وجدول لتنظيم هذه الأنشطة .	89.23	10.76	0	96.41	90.12
5	اختيار الأنشطة التي تتناسب مع الإمكانات المتاحة .	69.23	30.76	0	89.74	45.22
6	اكتساب خبرات جديدة من خلال تنفيذ النشاط الرياضي الداخلي.	80.00	20.00	0	93.33	65.58
7	تعليم التلاميذ أنشطة وقت الفراغ .	69.23	30.76	0	89.74	45.22
8	اكتساب التلاميذ الأنشطة الكشفية والمعسكرات .	53.84	36.92	0	81.53	18.57
9	نشر أسماء التلاميذ الأكثر فعالية في ممارسة الأنشطة الرياضية الداخلية	64.61	26.15	9.23	85.12	30.02
10	رصد جوائز ومكافآت عينية ومادية للتلاميذ المشاركين في النشاط الرياضي الداخلي.	100.00	0	9.23	100.00	127.04
11	عمل مسابقات رياضية بين الفصول في مختلف الأنشطة	100.00	0	0	100.0	127.04
12	تعليم التلاميذ على كيفية إعداد الملاعب والأجهزة لممارسة النشاط الرياضي الداخلي.	69.23	30.76	0	89.74	45.22
13	تعليم التلاميذ كيفية إدارة وتنظيم النشاط الرياضي الداخلي	87.69	12.30	0	95.89	85.58
14	اشتراك أكبر عدد من التلاميذ في النشاط الداخلي .	90.76	9.23	0	96.92	94.85
15	إكساب الطلاب الصحة واللياقة البدنية من ممارستهم للأنشطة الرياضية الداخلية	76.92	12.30	10.76	88.71	53.86
16	الاحتفاظ بسجل مكتوب عن المشاركات في الأنشطة الرياضية الداخلية .	76.92	23.07	0	92.30	58.85
17	تطوير أهداف خطة النشاط الرياضي الداخلي بشكل مستمر لتتمشى مع كل جديد	80.00	18.46	1.53	92.82	64.48
18	صيانة الملاعب الخاصة بتنفيذ الأنشطة الرياضية الداخلية.	90.76	9.23	0	96.92	94.85
19	تحفيز التلاميذ الأكثر فعالية في ممارسة الأنشطة الرياضية الداخلية بوسائل مختلفة .	78.46	21.53	0	92.82	62.12
ثالثاً	النشاط الرياضي الخارجي:					
1	اختيار الأوقات المناسبة لكل نشاط رياضي خارجي كلما أمكن ذلك .	90.76	9.23	0	96.92	94.85

2	اختيار الأنشطة التي تتناسب مع الإمكانات للأنشطة الرياضية الخارجية.	47.69	52.30	0	82.56	31.22
3	التعرف على احدث القوانين المطبقة على الألعاب المختلفة في النشاط الخارجي للاستفادة منها في البطولات المختلفة .	80.00	20.00	0	93.33	65.58
4	اشتراك معلمي التربية الرياضية في تنفيذ النشاط الرياضي الخارجي .	76.92	23.07	0	92.30	58.85
5	التواصل مع الطلبة وأولياء الأمور قبل مواعيد المباريات للأنشطة الرياضية الخارجية بوقت كاف حتى تتلاءم مع ظروفهم الدراسية .	61.53	38.46	0	87.17	36.12
6	التواصل مع الطلاب وأولياء الأمور لعرض نتائج مشاركة الطلاب في الأنشطة الرياضية الخارجية .	53.84	46.15	0	84.61	31.58
7	التوعية بأهمية الاشتراك في النشاط الرياضي الخارجي وعدم تأثيرها على مستوى التحصيل الدراسي للطلاب .	80.00	20.00	0	93.33	65.58
8	تدريب الطلاب على الإعداد والتجهيز لتنفيذ الأنشطة الرياضية الخارجية على ملاعبهم.	80.00	10.76	9.23	96.41	61.83
9	الاستفادة من التغطية الإعلامية حول الأنشطة الرياضية الخارجية لزيادة أعداد الممارسين.	90.76	9.23	0	96.92	94.85
10	رصد جوائز ومكافآت عينية للمدارس الأكثر اشتراكاً في النشاط الرياضي الخارجي	100.00	9.23	0	100.0	127.04

*** قيمة كا2 عند مستوى دلالة معنوية (0.05) = 5.99**

يتضح من نتائج جدول (5) أن النسبة المئوية بناءً علي استجابات العينة حول المحور الثاني: برامج الرياضة المدرسية في الاستبيان قيد البحث في موافق تراوحت ما بين (100.00،23.07)، بينما جاءت في موافق إلي حد ما (75.38،0.00)، وكانت في غير موافق (0.00، 10.76)، وتراوحت درجة الأهمية النسبية ما بين (100.00،73.84).

جدول (6)

النسبة المئوية والأهمية النسبية وكا2لعبارات المجالات الخاصة بالمحور الثالث

الإمكانات

م	المجالات وعباراتها	النسبة المئوية %			الأهمية النسبية	كا^2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق		
أولاً	المادية:					
1	توفر التقنيات الحديثة في التعليم مثل (الكمبيوتر – السبورة الالكترونية – داتا شو - شاشات العرض).	90.76	9.23	0	96.92	94.85
2	تغيير الأجهزة والأدوات التالفة بشكل مستمر.	100.0	0	0	100.0	127.04
3	توفر غرف مخصصة لتبديل ملابس التلاميذ.	87.69	12.30	0	95.89	85.58
4	توفر غرف خاصة لمعلمي التربية الرياضية .	87.69	12.30	0	95.89	85.58
5	يتناسب عدد الأدوات والأجهزة مع عدد التلاميذ .	56.92	43.07	0	85.64	32.85
6	يوجد مكان لتخزين الأدوات الرياضية بالمدرسة.	90.76	0	9.23	93.84	94.93
7	المرافق الموجودة مناسبة لعدد التلاميذ .	32.30	47.69	20.00	70.76	6.76
8	يوجد سجلات عن الأنشطة الرياضية المختلفة عن الأعوام السابقة.	63.07	36.92	0	87.69	37.58
9	يتم تدريب المعلمين والإداريين على كيفية استخدام الحاسب الأحلى وحفظ السجلات الكترونياً .	66.15	24.61	9.23	85.64	32.38
ثانياً	البشرية:					

1	يتم تأهيل معلمي التربية الرياضية بشكل مستمر .	67.69	32.30	0	89.23	43.04
2	إعداد معلمي التربية الرياضية للتخطيط الجيد لاستخدام التقنيات الحديثة.	64.61	35.38	0	88.20	39.22
3	يستطيع معلم التربية الرياضية انجاز المهام المطلوبة منه باستخدام التقنيات الحديثة.	41.53	58.46	0	80.51	33.76
4	تدريب ودعم المعلمين والإداريين وفقاً للتقنيات الحديثة.	46.15	52.30	1.53	81.53	28.48
5	متابعة إجراءات العمل باستخدام أجهزة وأدوات متطورة تمكن من الإشراف على القوى البشرية بأسلوب علمي سليم.	76.92	23.07	0	92.30	58.85
6	يتم تعيين مدرسين جدد لسد العجز في مدرسي التربية الرياضية بالمدارس .	67.69	32.30	0	89.23	43.04

*** قيمة كا2 عند مستوى دلالة معنوية (0.05) = 5.99**

يتضح من نتائج جدول (6) أن النسبة المئوية بناءً علي استجابات العينة حول المحور الثالث: الإمكانات في الاستبيان قيد البحث في موافق تراوحت ما بين (32.30 ، 100.00)، بينما جاءت في موافق إلي حد ما (0.00 ، 58.46)، وكانت في غير موافق (0.00 ، 20.00)، وتراوحت درجة الأهمية النسبية ما بين (70.76 ، 100.00).

جدول (7)
النسبة المئوية والأهمية النسبية وكا^{2}للعبارات الخاصة بالمحور الرابع
التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية

م	العبارات	النسبة المئوية %			الأهمية النسبية	كا^2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق		
1	إعداد نماذج لتقويم التلاميذ .	87.69	12.30	0	95.89	85.58
2	الاحتفاظ بنماذج الكترونية من استمارات التقويم .	55.38	44.61	0	85.12	32.12
3	تحديد آليات لتقويم مادة التربية الرياضية .	86.15	13.84	0	95.38	81.22
4	أعداد دورات تدريبية لتدريس المنهج المقرر .	56.92	43.07	0	85.64	32.85
5	تقويم سلوك الطلاب وطريقة سيرهم في الدروس .	80.00	9.23	10.76	89.74	61.86
6	تقديم اختبارات التشخيص وتحديد المستوى للطلاب ثم وضعهم في المستوى المناسب .	75.38	24.61	0	91.79	35.69
7	تقويم عدد الدروس المنجزة ووقت الإنجاز مقارنة بمعايير محددة سابقاً.	44.61	55.38	0	81.53	32.12
8	إطلاع الطلاب على مستوياتهم من السجلات الخاصة.	87.69	10.76	1.53	95.38	84.94
9	تقويم خطط النشاط الرياضي السابقة.	69.23	30.76	0	89.74	45.22
10	بناء الاختبارات النظرية لتقديمها إلى الطلاب.	66.15	33.84	0	88.71	41.04
11	الاحتفاظ بدرجات الطالب فبالاختبارات والمسابقات المختلفة في سجلات الكترونية وورقية.	90.76	9.23	0	96.92	94.85
12	إعداد مجموعة من الأسئلة الموضوعية للمقرر كنوع من الاختبار الذاتي .	43.07	56.92	0	81.02	32.85
13	عرض الاختبارات بوسائل مختلفة يسهل للتلاميذ الرجوع إليها في أي وقت.	46.15	53.84	0	82.05	23.94
14	يقدم نظام التعليم تقرير بأنشطة التلاميذ .	64.61	35.38	0	88.20	39.22
15	يحتفظ المعلم بسجل عن أنشطة التلاميذ وتعليقاته الشخصية عن تفاعلهم في الدرس .	84.61	15.38	0	94.87	77.04
16	تقييم الواقع الحالي وعرض النتائج على المسئولين وذلك من خلال بيانات دقيقة	76.92	23.07	0	92.30	58.85

17	حل المشكلات والمعوقات التي تعترض تنفيذ خطة النشاط الرياضي الداخلي.	90.76	9.23	0	96.92	94.85
18	تزويد التلاميذ بالتغذية الراجعة فور إنهاء المهارة.	46.15	53.84	0	82.05	23.94
19	تحليل احتياجات الطلاب والتعرف علي اهتماماتهم وظروفهم	80.00	20.00	0	93.33	29.58
20	تتم عملية تقويم التعليم بشكل مستمر.	64.61	35.38	0	88.20	39.22
21	إعداد الملفات لكل تلميذ تمكنه من الحصول على نتائجه في المدرسة بكل بساطة	87.69	10.76	1.53	95.38	84.94
22	تواصل مجلس الآباء مع المعلم من خلال الاتصال بموقع المدرسة وتسجيل الملاحظات.	87.69	12.30	0	95.89	85.58
23	يوجد نموذج ودليلاً الكترونياً للطلاب للتعرف على مستواهم .	75.38	24.61	0	91.79	55.76
24	يتم بناء الاختبارات وتقديمها للتلاميذ وتسجيل نتائجها وإصدار تقارير فورية عن حالة كل تلميذ.	66.15	33.84	0	88.71	41.04

*** قيمة كا2 عند مستوى دلالة معنوية (0.05) = 5.99**

يتضح من نتائج جدول (7) أن النسبة المئوية بناءً علي استجابات العينة حول المحور الرابع: التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية في الاستبيان قيد البحث في موافق تراوحت ما بين (90.76،43.07)، بينما جاءت في موافق إلي حد ما (56.92،9.23)، وكانت في غير موافق (0.00، 10.76)، وتراوحت درجة الأهمية النسبية ما بين (96.92،81.02).

جدول (8)
النسبة المئوية والأهمية النسبية وكا2 لعبارات المجالات الخاصة بالمحور الخامس
المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية

م	المجالات وعباراتها	النسبة المئوية %			الأهمية النسبية	كا^2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق		
أولاً	**معوقات خاصة بالمعلم:**					
1	قلة معلمي التربية الرياضية المؤهلين .	98.46	1.53	0	99.48	121.22
2	عدم قدرة المعلم على إتقان مهارة التواصل والتعليم الحديثة	55.38	43.07	1.53	84.61	29.57
3	ضعف المعلم في إدارة صف التربية الرياضية بفعالية	30.76	69.23	0	76.92	45.22
4	كثرة الأعباء المكلف بها معلمي التربية الرياضية .	55.38	44.61	0	85.12	32.12
5	قلة الحوافز التشجيعية لمعلمي التربية الرياضة .	53.84	35.38	10.76	81.02	17.05
6	نصاب معلم التربية الرياضية يحول دون القيام بالأعباء المهنية الأخرى	43.07	46.15	10.76	77.43	13.86
7	ضعف الاهتمام من قبل وزارة التربية والتعليم تجاه معلمي التربية الرياضية	89.23	10.76	0	96.41	90.12
8	عدم استعانة معلمي التربية الرياضية بالمواقع العلمية والكتب والمراجع عند تحضير الدروس	56.92	33.84	9.23	82.56	20.93
9	معلمي التربية الرياضية لا يجيدون إعداد سجلات أنشطة التربية الرياضية سواء الورقية أو الالكترونية	30.76	44.61	24.61	68.71	3.59
10	تدني نظرة المجتمع لمهنة تدريس التربية الرياضية	67.69	23.07	9.23	86.15	34.93
11	ضعف اهتمام المسئولين بالمدرسة تجاه معلمي التربية الرياضية	76.92	23.07	0	92.30	58.85
12	عدم اقتناع الطلاب بالدور الذي يقوم به معلمي التربية الرياضية	43.07	24.61	32.30	70.25	3.26
13	إدارة المدرسة غير مقتنعة بأهمية معلمي التربية الرياضية	43.07	36.92	20.00	74.35	4.85
14	عدم توافر الإمكانات الملائمة لتدريس التربية الرياضية	76.92	23.07	0	92.30	58.85
15	عدم اهتمام وزارة التربية والتعليم بالدورات التي تعمل على صقل معلمي التربية الرياضية	76.92	23.07	0	92.30	58.85

16	عدم استشارة معلمي التربية الرياضية عند تطوير مناهج التربية الرياضية	75.38	24.61	0	91.79	55.76
17	ضعف الدافع لدى معلمي التربية الرياضية لإنجاح عملية التطوير.	64.61	35.38	0	88.20	39.22
18	عدم إحساس معلمي التربية الرياضية بأنهم جزء من عملية التحول والنجاح	56.92	23.07	20.00	78.97	15.84
19	نقص في الدورات التدريبية والندوات والمؤتمرات في مجال التربية الرياضية .	67.69	32.30	0	89.23	43.04
20	القصور في صقل المعلمين المؤهلين في مجال التقنيات الحديثة	78.46	21.53	0	92.82	62.12
ثانياً	**معوقات خاصة بالطالب:**					
1	قلة الأدوات المستخدمة بالنسبة لعدد الطلاب .	100.00	0	0	100.00	127.04
2	ضيق الوقت في الحصة .	56.92	43.07	0	85.04	32.85
3	صعوبة التحول من طريقة تعلم تقليدية إلى طريقة تعلم حديثة.	58.46	21.53	20.00	79.48	17.57
4	عدم تشجيع مديري المدارس على اقتناء واستخدام التكنولوجيا المتقدمة للتربية الرياضية في المدارس	69.23	30.76	0	89.74	45.22
5	الخوف من الإصابة أثناء درس التربية الرياضية	56.92	32.30	10.76	82.05	19.59
ثالثاً	**معوقات خاصة بتنفيذ الدرس:**					
1	قلة الأدوات والإمكانات لتنفيذ الدرس .	90.76	9.23	0	96.92	94.85
2	صغر حجم المساحة المخصصة لتنفيذ درس التربية الرياضية.	46.15	53.84	0	82.05	31.58
3	عدم وجود التقنيات الحديثة للتربية الرياضية .	96.92	3.07	0	98.97	115.58
4	أعداد التلاميذ في الدرس كبير بشكل لا يتيح تكرار المهارات للتعليم.	67.69	32.30	0	89.23	43.04
5	عدم وجود كوادر ذات خبرة لتطبيق درس التربية الرياضية .	30.76	47.69	21.53	69.74	6.19
6	تتطلب مادة التربية الرياضية جهد كبير في تحويلها إلى مقررات بالوسائط المتعددة .	64.61	26.15	9.23	85.12	30.02
7	الوقت الزمني المخصص لحصص التربية الرياضية غير ملائم.	61.53	38.46	0	87.17	36.12
8	عدم وجود حوافز تشجيعية للطلاب اثناء ممارسة الحصص	75.38	24.61	0	91.79	55.76
9	عدم مناسبة الوقت المخصص لحصص التربية الرياضية اثناء اليوم الدراسي .	35.38	64.61	0	78.46	39.22
10	ضعف تشجيع أولياء الأمور لأبنائهم الطلاب على ممارسة أنشطة دروس التربية الرياضية .	53.84	46.15	0	84.61	31.58
11	بعض معلمي التربية الرياضية لا يلتزمون بعملية التدريس	61.53	38.46	0	87.17	36.12
12	حصص التربية الرياضية تعتبر قليلة مقارنة بحصص المواد الأخرى .	55.38	44.61	0	85.12	32.12
13	وجود أكثر من فصل دراسي اثناء درس التربية الرياضية في وقت واحد .	73.84	16.92	9.23	88.20	46.93
14	وضع درس التربية الرياضية في نهاية الجدول الدراسي .	64.61	24.61	10.76	84.61	29.14
15	عدم كفاية عدد حصص التربية الرياضية	75.38	24.61	0	91.79	55.76
16	ضعف البنية التحتية للتربية الرياضية	67.69	32.30	0	89.23	43.04
17	تلف الأدوات الخاصة بتنفيذ الدرس	80.00	20.00	0	93.33	65.58

*قيمة كا2 عند مستوى دلالة معنوية (0.05) = 5.99

يتضح من نتائج جدول (8) أن النسبة المئوية بناءً علي استجابات العينة حول المحور الخامس: المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية في الاستبيان قيد البحث في موافق تراوحت ما بين (30.76، 100.00)، بينما جاءت في موافق إلي حد ما (0.00،69.23)، وكانت في غير موافق (0.00، 32.30)، وتراوحت درجة الأهمية النسبية ما بين (69.74، 100.00).

جدول (9)
الأهمية النسبية والترتيب لمحاور الاستبيان

م	المحاور	الأهمية النسبية	الترتيب
1	الفلسفة والأهداف	90.03	3
2	برامج الرياضة المدرسية	91.59	1
3	الإمكانات	88.88	4
4	التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية	90.27	2
5	المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية	86.31	5

مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج جدول (4) أن الرياضة المدرسية تحقق الأهداف المرتبطة بالمحور الأول: الفلسفة والأهداف وفقاً لاستجابات العينة، وقد توصلت المعالجات الإحصائية للبيانات الخاصة بهذا البحث إلي أن جميع العبارات في هذا المحور تحققت بنسبة أكثر من 85 %، ويؤكد علي ذلك أن قيمة كا^2 المحسوبة جاءت أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، فيما عدا العبارة رقم 1 تحققت بنسبة 84.61 %وكانت قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وكذلك العبارة رقم 12 تحققت بنسبة 73.84 %إلا أن قيمة كا^2 المحسوبة أقل من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05).

كما يتضح من نتائج جدول (5) أن برامج الرياضة المدرسيةالمرتبطة بالمحور الثاني: برامج الرياضة المدرسية تختلف من مجال لآخر وفقاً لاستجابات العينة، وقد توصلت المعالجات الإحصائية للبيانات الخاصة بهذا البحث إلي أن جميع العبارات في هذا المحور تحققت بنسبة أكثر من 85 %، ويؤكد علي ذلك أن قيمة كا^2 المحسوبة جاءت أكبر من قيمة كا^2 الجدولة عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، فيما عدا العبارة رقم 8 تحققت بنسبة 81.53 %وكانت قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من قيمة كا^2 الجدولة عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وكذلك العبارة رقم 17 تحققت بنسبة 73.84 %وكانت قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من قيمة كا^2 الجدولة عند مستوى دلالة معنوية (0.05) بمجال الدرس، وأيضاً العبارة رقم 8 تحققت بنسبة 81.53 %وكانت قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) بمجال النشاط الرياضي الداخلي، وكذلك العبارة رقم 2 تحققت بنسبة 82.56 %وكانت قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 6 تحققت بنسبة 84.61 %وكانت قيمة كا^2 المحسوبة أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) بمجال النشاط الرياضي الخارجي.

ويتضح من نتائج جدول (6) أن الإمكانات المادية والبشرية المرتبطة بالمحور الثالث: الإمكانات تحققت بنسب عالية وفقا لاستجابات العينة، وقد توصلت المعالجات الإحصائية للبيانات الخاصة بهذا البحث إلي أن جميع العبارات في هذا المحور تحققت بنسبة أكثر من 85 %، ويؤكد علي ذلك أن قيمة كا2 المحسوبة جاءت أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)،فيما عدا العبارة رقم 7حيث تحققت بنسبة 70.76 % إلا أن قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)بمجال الإمكانات المادية، وكذلك العبارة رقم 3 تحققت بنسبة 80.51 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة

كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وأيضاً العبارة رقم 4 تحققت بنسبة 81.53 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) بمجال الإمكانات البشرية.

ويتضح من نتائج جدول (7) أن التقويم والمتابعة لبرامج الرياضة المدرسية بمدارس التعليم الشق الثاني المرتبط بالمحور الرابع: التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية يتم بصورة متميزة وفقاً لاستجابات العينة، وقد توصلت المعالجات الإحصائية للبيانات الخاصة بهذا البحث إلي أن جميع العبارات في هذا المحور تحققت بنسبة أكثر من 85 %، ويؤكد علي ذلك أن قيمة كا^2 المحسوبة جاءت أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، فيما عدا العبارة رقم 7حيث تحققت بنسبة 81.53 % إلا أن قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وكذلك العبارة رقم 12 تحققت بنسبة 81.02 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 13 تحققت بنسبة 82.05 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وأيضاً العبارة رقم 18 تحققت بنسبة 82.05 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05).

يتضح من نتائج جدول (8) أن المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية المرتبطة بالمحور الخامس: المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية كانت متباينة في الثلاثة مجالاتوفقاً لاستجابات العينة، وقد توصلت المعالجات الإحصائية للبيانات الخاصة بهذا البحث إلي أن جميع العبارات في هذا المحور تحققت بنسبة أكثر من 85 %، ويؤكد علي ذلك أن قيمة كا^2 المحسوبة جاءت أكبر من قيمة كا^2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، فيما عدا العبارة رقم 2حيث تحققت بنسبة 84.61 % إلا أن قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وكذلك العبارة رقم 3 تحققت بنسبة 76.92 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وأيضاً العبارة رقم 5 تحققت بنسبة 81.02 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 6 تحققت بنسبة 77.43 % وكانت قيمة كا2المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 8 تحققت بنسبة 82.56 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 9 تحققت بنسبة 68.71 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أقل من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، أما العبارة رقم 12 تحققت بنسبة 70.25 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أقل من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 13 تحققت بنسبة 74.35 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أقل من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وبالنسبة للعبارة رقم 18 تحققت بنسبة 78.97 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) وذلك بمجال المعوقات الخاصة بالمعلم، والعبارة رقم 3 تحققت بنسبة 79.48 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، وكذلك العبارة رقم 5 تحققت بنسبة 82.05 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) وذلك بمجال المعوقات الخاصة بالطالب، وأيضاً العبارة رقم 2 تحققت بنسبة 82.05 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 5 تحققت بنسبة 69.74 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارة رقم 9 تحققت بنسبة 78.46 % وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05)، والعبارتان رقم 10، 14 تحققتا بنسبة 84.61 %

وكانت قيمة كا2 المحسوبة أكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) وذلك بمجال المعوقات الخاصة بتنفيذ الدرس.

ويتضح من نتائج جدول (9) وشكل (3) الأهمية النسبية والترتيب لمحاور الاستبيان حيث جاء محور برامج الرياضة المدرسية في الترتيب الأول بدرجة أهمية نسبية 91.59 %، وجاء محور التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية في الترتيب الثاني بدرجة أهمية نسبية 90.27 %، بينما جاء محور الفلسفة والأهداف في الترتيب الثالث بدرجة أهمية نسبية 90.03 %، كما جاء محور الإمكانات في الترتيب الرابع بدرجة أهمية نسبية 88.88 %، وأخيراً جاء محور المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية في الترتيب الخامس بدرجة أهمية نسبية 86.31 %.

الاستنتاجات :

من خلال أهداف البحث وتساؤلاته وفى حدود عينة البحث وما توصل إليه الباحث من نتائج التحليل الإحصائي أستنتج الباحث الآتي:

1 –جاء محور " برامج الرياضة المدرسية " في الترتيب الأول بدرجة أهمية نسبية بلغت (91.59 %).

2-جاء محور " التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية " في الترتيب الثاني بدرجة أهمية نسبية بلغت (90.27%) .

3 - جاء محور " الفلسفة والأهداف " في الترتيب الثالث بدرجة أهمية نسبية بلغت (90.03 %).

4 - جاء محور " الإمكانات " " في الترتيب الرابع بدرجة أهمية نسبية بلغت (88.88 %) .

5 – جاء محور " المعوقات التي تواجه برامج الرياضة المدرسية " في الترتيب الخامس بدرجة أهمية نسبية بلغت (86.31 %).

التوصيات :

من خلال أهداف البحث وتساؤلاته وفى حدود عينة البحث وما توصل إليه الباحث من نتائج يوصى بالآتي:

- إتباع الأساليب الحديثة أثناء عملية التقويم والمتابعة للرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) في ليبيا.
- وضع برامج الرياضة المدرسية في ضوء فلسفة وأهداف التربية الرياضية بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني)
- توفير الإمكانات اللازمة لتنفيذ برامج الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) في ليبيا.
- تدريب المعلمين على كيفية استخدام الأساليب التكنولوجية الحديثة.
- تطوير مناهج التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) في ليبيا من خلال خبراء متخصصين في المناهج وطرق تدريس التربية البدنية.
- إجراء أبحاث مشابهة على عينات أخرى .

المراجع:

1- محمد, أحمد عبد النبي (2013): " استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية بمرحلة التعليم الإعدادي بجمهورية مصر العربية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.

2- أنور, أحمد ماهر، عبدا لمجيد, على محمد، ماهر, إيمان احمد (2007): " التدريس في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق " ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
3- عبد العزيز, أحمد محمد، أبو جناح, على، مانيطة, حمزة(2014): المشكلات التي تواجه معلمي التربية البدنية في تنفيذ برامج التربية البدنية بمرحلة التعليم الإعدادي بمدينة مصراته، بحث منشور، المؤتمر العلمي الدولي حول حلول تطبيقية لبعض مشكلات الرياضة في ليبيا، كلية التربية، جامعة مصراته.
4- السيد, إسماعيل (1990): " الإدارة الاستراتيجية " ، المكتب العربي الحديث ، الإسكندرية.
5- الخولى, أمين أنور، الشافعي, جمال الدين(2005): " مناهج التربية البدنية المعاصرة " ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
6- الخولي, أمين أنور ، الشافعي, جمال(2005): مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية.
7- الخولي, أمين أنور، عنان, محمود عبد الفتاح (1990): " التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملي " ، دار الفكر العربي.
8- ماهر, إيمان أحمد (2002): " وضع استراتيجية للنهوض بالتربية الرياضية في المرحلة الإعدادية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة.
9- سعيد, رشا جاسر(2014): " استراتيجية مقترحة لتطوير الرياضة المدرسية بالمعاهد الأزهرية الإعدادية للفتيات بجمهورية مصر العربية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.
10- علي عبد الله حسين (2012): " معوقات الأنشطة الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة الفيوم " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، القاهرة.
11- بن سالم, بدر بن مقعد(2007): " عوامل تطوير برامج النشاط الرياضي في جامعات المملكة العربية السعودية " ، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، السعودية.
12- محمد شبيب, شريفة, (2011): بدراسة عنوانها " دراسة تحليلية لواقع الرياضة المدرسية في ضوء معايير جودة التعليم والاعتماد التربوي
13- www.thawra.alwehda.gov,15/3/2023,5:30
14- https:// www.almrsal.com 26-10-2023

مستويات الطاقة النفسية المثلى (الصحة النفسية) وعلاقتها بالضغوط النفسية

أ / سوفي رشيد
أ.د/ حناط عبدالقادر

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الطاقة النفسية المثلى كأحد أبعاد الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية ،العينة متكونة من 21 لاعب تم استخدام المنهج الوصفي ،وتكونت الدراسة من مقياس الطاقة النفسية المثلى لراتب والمرسى و السيد (2004) و المكون من 72 فقرة موزعة على 06 أبعاد ومن اجل قياس الطاقة النفسية المثلى تم استخدام المتوسطات الحسابية و النسب المئوية أما بالنسبة للضغوط النفسية تم استخدام مقياس الدكتور غازي صالح محمود المتكون من 42 فقرة . وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الطاقة النفسية المثلى لدى عينة الدراسة مرتفعة ، في الأبعاد الستة مما يؤكد صحة الفرضية الأولى بان مستوى الطاقة النفسية المثلى مرتفعة وهذا نتيجة انخفاض الضغوط النفسية مما اثر على ارتفاع طاقتهم النفسية . أما بخصوص الضغوط النفسية سجلنا أن مستوياته منخفضة بشكل ملحوظ مما أدى إلى ارتفاع الطاقة النفسية حيث تأكدت صحة الفرضية الثانية بان الضغوط النفسية منخفضة لدى لاعبي كرة القدم أكابر . كما سجلنا انه توجد علاقة بين مستويات الطاقة النفسية المثلى بأبعادها الستة مع الضغوط النفسية فكلما انخفضت الضغوط النفسية ارتفعت الطاقة النفسية المثلى وبطبيعة الحال كلما ارتفعت الضغوط النفسية انخفضت الطاقة النفسية المثلى وهنا تأكدت لنا صحة الفرضية الثالثة بأنه توجد علاقة بين الطاقة النفسية و الضغوط النفسية.

الكلمات المفتاحية : الطاقة النفسية /الصحة النفسية /الضغوط النفسية /لاعبي كرة القدم .

Abstract_:
The study aimed to identify the levels of psychological energy as one of the dimensions of health and its relationship to the degrees of pessimism in a sample of undergraduate students specializing in sports training at the University of Tissemsilt. The sample consisted of 22 students. The descriptive approach was used. the study consisted of the psychological energyscale of Ratib, Al-Mursi and Al-Sayed (2004), consisted of 72 items distributed on 06dimensions In order to measurepsychologicalenergy, arithmeticaverages. percentages wereused. The results of the study showed that the optimal psychological energy level for the studys ampleislow, in the six dimensions, which confirms the validity of the first hypothesis that the optimal psychological energylevelislow, In order to measure psychological energy, arithmetic averages and percentages were used. As for pessimism, the pessimism scale of Dr. Ahmed Abdel-Khalek was used, consisting of 15 items. The results of the study showed that the level of optimal psychological energy among the study sample is low in the six dimensions, which confirms the validity of the first hypothesis that the level of optimal psychological energy is low, and this is the result of the effect of pessimism on their psychological energy. As for pessimism, we recorded that its levels were significantly high, which led to a decrease in psychological energy, which confirmed the validity of the second hypothesis that the degrees of

pessimism are high among undergraduate students majoring in sports training .We also recorded that there is a relationship between the levels of psychological energy in its six dimensions with the degrees of pessimism. The higher the degrees of pessimism, the lower the psychological energy. Of course, the lower the degrees of pessimism, the higher the psychological energy.

Keywords: psychological energy / mental health / psychological stress / football players.

مقدمة :

احتل مفهوم الطاقة النفسية في الفترات الأخيرة المراتب الأولى عبر مختلف نظريات علم النفس ,حيث دلت دراسات كثيرة على أن التشاؤم له دور في انخفاض دافعية الإنجاز مما يؤثر على الحالة النفسية لدى اللاعبين و جعلهم أكثر قلق للمستقبل و رؤيتهم المتشائمة منه وتوقع الأمور السلبية في الحياة وكل هذا يؤدي إلى انخفاض مستويات الطاقة النفسية المثلى في جميع أبعادها مما يجعل اللاعبين الضغوط النفسية ليس لديهم الثقة بالنفس وغير مستمتعين بالمنافسة مما يتكون لهم قلق داخلي لا يستطيعون مواجهته بأفكارهم المتشائمة لدى نظرتهم للمسار المهني والحياة بصفة عامة . إن الارتقاء بحياة الإنسان وتحقيق الأهداف المنشودة الذي يسعى إليها. ومن المؤكد أن الضغوط النفسية والطاقة النفسية يؤثران على سلوك الفرد من نواحي عدة ,حيث يسيطر على السلوك أحيانا نزعة إلى توقع الخير والأمل بغد أفضل ومشرق وتارة أخرى توقع الشر وسوء التطلع لغد مظلم ,حيث يؤثر كل من هما على الحالة النفسية للإنسان وقلقه بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء كانت تفاؤلية أو تشاؤمية. وعلى هذا الأساس يمكن صياغة إشكالية الدراسة على النحو التالي: ماهي مستويات الطاقة النفسية المثلى وعلاقاتها بالضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم اكابر.

اشكالية الدراسة:

ماهي مستويات الطاقة النفسية المثلى وعلاقاتها بالضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم اكابر

الإشكاليات الفرعية:

ما مستوى الطاقة النفسية المثلى لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

ما مستوى الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

ما هي العلاقة بين الطاقة النفسية والضغوط النفسية.

الفرضية العامة: توجد علاقة بين مستويات الطاقة النفسية المثلى و الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر .

الفرضيات الجزئية:

مستوى الطاقة النفسية المثلى لدى لاعبي كرة القدم أكابر عال.

مستوى الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر منخفض.

توجد علاقة بين الطاقة النفسية المثلى و الضغوط النفسية.

أهمية البحث: تسليط الضوء على الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر من الناحية النفسية والتعرف على أهم التغيرات التي تطرأ على مستويات الطاقة النفسية في مراحلها.

أهداف البحث:

الهدف العام: معرفة مستويات الطاقة النفسية المثلى وعلاقاتها بالضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

الأهداف الفردية:

معرفة مستوى الطاقة النفسية المثلى لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

معرفة الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

معرفة العلاقة بين الطاقة النفسية المثلى و الضغوط النفسية.

التعريف بمصطلحات البحث : الضغوط النفسية /الطاقة النفسية المثلى / لاعبي كرة القدم.

الطاقة النفسية: مصطلح الطاقة النفسة في مجال علم النفس على نحو مرادف لمصطلحات أخرى عديدة مثل الدافع ، التنشيط ، الاستثارة لكل من العقل والجسم.

التعريف الإجرائي : الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على المقياس في الدراسة الحالية لراتب والسيد 2004 المتكون من 72 فقرة مقسم على 06 أبعاد (الثقة بالنفس، تركيز الانتباه ،التحكم والسيطرة ، الية الأداء، مواجهة القلق ، الاستمتاع

الطاقة النفسية: يتم استخدام مصطلح الطاقة النفسية في مجال علم النفس على نحو مرادف لمصطلحات أخرى مثل (الدافع، التنشيط، الاستثارة) لكل من العقل والجسم. وهي الأساليب أو الإجراءات التي يستخدمها المحضر النفسي أو الرياضي نفسه لزيادة الطاقة النفسية إلى الدرجة المثلى التي تلائم الأداء (راتب 2000).

ولذلك فإن استخدامها في مجال التدريب الرياضي وتدريب المهارات النفسية للرياضيين يسبب نوعا من الغموض في الوقت الذي يعتبر فيه مصطلح الطاقة النفسية أيسر فهماً وتحديداً، إذ المطلوب في مجال التدريب النفسي تمرين الذهن وتنشيطه مستقلاً عن الجسم وعلى الرغم من إننا لا نستطيع أن نغفل النظرة المتكاملة من حيث التأثير، والتأثير بين العقل والجسم ولكن يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار أن تنشيط الذهن قد يسبب تنشيط الجسم ولكن قد لا يكون سبباً لذلك.

وينظر إلى الطاقة النفسية على أنها أكثر من كونها نوعا من النشاط أو الحيوية والشدة لوظائف العقل وهي أساس الدافعية كما إن الطاقة النفسية يمكن أن تتخذ الشكل الايجابي أو السلبي ويتوقف ذلك على طبيعة انفعالات مصدر الطاقة، فالإثارة والسعادة مصدران للطاقة الايجابية، أما القلق والغضب فإنهما مصدران للطاقة السلبية وكما هو الحال بالنسبة لأغلب السمات النفسية فإن الطاقة النفسية تتميز بالتدرج .

1. الضغوط النفسية:

2-1 تعريف الضغط النفسي في الميدان الرياضي : هو إدراك الرياضي عدم التوازن بين ما هو مطلوب عمله وقدرته على إنجاز هذا العمل، مع الأخذ في الاعتبار أن نتيجة هذا العمل تمثل أهمية لهذا الرياضي، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسيولوجية تؤثر على الجوانب الشخصية للاعب، فقد يعرف كمتغير بيئي مثل زيادة ضغط الجمهور، وقد يعرف كاستجابة انفعالية لموقف معين مثل الضغط النفسي بعد خبرة فشل في مسابقة أو مباراة هامة. (راتب . 2004 ، ص . 210)-

2-2نظريات الضغط النفسي : لقد تعددت النظريات التي تناولت تفسير الضغوط، وذلك تبعا لاختلاف توجهات العلماء والباحثين في دراسة الضغوط، حيث ينظر كل منهما من جانب مختلف في تفسير الضغوط، فأصحاب التوجه الأول يركزون على الضغوط كمثير، والاتجاه الثاني يركز على الضغوط كرد فعل أو استجابة للأحداث التي تواجه الفرد، والاتجاه الثالث يركز على التفاعل بين الشخص والبيئة .) طه ، سالمة عبد العظيم حسين (2006 ، ص . 53).

أي أن النظريات التي حاولت تفسير الضغط لم تختلف في تعريفه بل اختلفت فيما بينها بناء على ذلك من مسلمات كل منها وكذلك حسب اختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فسيولوجية

أو نفسية أو اجتماعية، كما اختلفت في تفسير الأسباب والعوامل التي تساهم في حدوثه، ومن بين هذه التناولات النظرية(نميز)

2-2-1 نظرية سيلي هانز Hans Selye : وهانة النظرية لسيلي كان يطلق عليها باسم نظرية التناذر العام للتكيف (Adaptation Général Syndrome "AGS") أو اسم: التناذر البيولوجي للضغط .

لقد كان هانز سيلي بحكم تخصصه كطبيب متأثرا بتفسير الضغوط تفسيرا فسيولوجيا، وتنطلق نظريته من سلسة ترى أن الضغط متغير غير مستقل، وهو استجابة لعامل ضاغط ويميز الفرد ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الفرد يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر سيلي أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغوط العامة، وهدفها المحافظة على الكيان والحياة .(فاروق السيد عثمان .2001 ، ص . 99) وحدد سيلي ثالث مراحل متعاقبة للدفاع ضد الضغط، ويرى أن هذه المراحل تمثل التناذر العام للتكيف والتي تحدد الميكانيزمات الفسيولوجية للتكيف وهي كما يلي :

01-مرحلة الإنذار الفزع réaction Alarme حيث تظهر تغيرات واستجابات – نتيجة درجة العرض للضاغط ونتيجة هذه التغيرات تقل مقاومة الجسم وقد تحدث الوفاة عند الزيادة الشديدة للضغط.

02مرحلة المقاومة Résistance : وتختفي فيها التغيرات التي ظهرت في المرحلة السابقة ويتالزم معها ظهور تغيرات تدل على التكيف مع هذه الضغوط.

03-الإنهاك والإجهاد Exhaustion : في هذه المرحلة تكون الطاقة الضرورية قد استنفذت، ويؤدي استمرار الاستجابات الدفاعية إلى أمراض التكيف كالجهاد الذي يليه الاحتراق .كالاكتئاب ...إلخ ، وعليه فالضغط عند سيلي يمر بمراحل : عامل مسبب رد فعل يثيره وعامل ضاغط يتفاعل بين قوة ومقاومة تعاكسها .

2-2 نظرية سبيلبرجر Speilberger : تعتبر نظرية (سبيلبرجر) في القلق مقدمة ضرورية لفهم الضغوط عنده، فقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين القلق كسمة Anxiety Trait والقلق كحالة State Anxiety،ويقول أن للقلق شقين: سمة القلق أو القلق العصبي أو المزمن وهو استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد بصورة أساسية على الخبرة الماضية، وقلق الحالة هو قلق موضوعي أو موقفي يعتمد على الظروف الضاغطة (سبيلبرجر، 1972)وعلى هذا الأساس يربط (سبيلبرجر) بين الضغط وقلق الحالة، ويعتبر الضغط الناتج ضاغطا مسببا لحالة القلق، ويستبعد ذلك عن القلق كسمة حيث يكون من سمات شخصية الفرد أصال . وفي الإطار المرجعي للنظرية اهتم (سبيلبرجر) بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها، ويفسر العالقات بينهما وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة (كبت– إنكار– إسقاط) وتستدعي سلوك التجنب ويميز (سبيلبرجر) بين مفهوم الضغط ومفهوم القلق، فالقلق عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغوط .كما يميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد من حيث إن الضغط يشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف، وكان لنظرية (سبيلبرجر) قيمة خاصة في فهم طبيعة القلق واستفادت منها كثير من الدراسات تحقق خلالها من صدق فروض ومسلمات نظريته.

(فاروق السيد عثمان .2001 ، ص . 99 – 100').

2-2-3 نظرية موراي هنري Moray : إن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط لدى موراي من المفاهيم الأساسية على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك. ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة . ويعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي أو شخصي تيسر أو تعوق مجهود الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز موراي بين نوعين من الضغوط هما : ضغط بيتا : stress Beta ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد .ضغط ألفا : stress Alpha ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالتها كما هي. ويؤكد على أن سلوك الفرد حسب موراي يرتبط بالنوع الأول ضغط بيتا وبخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة. أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة فيعبر عنه بمفهوم ألفا .) فاروق السيد عثمان .2001 ، ص 100 -1970

2-2-4 نظرية التقدير المعرفي (Lazarus): لقد قدم لازاروس هذه النظرية نتيجة الاهتمام الكبير بعملية الإدراك الحس حركي، حيث يعتمد التقدير المعرفي على طبيعة الفرد بينما يكون إدراك كم التهديد ليس لإدراك مصدر الضغوط فقط بل للعالقة بين الضغوط البيئية المحيطية بالفرد وخبراته الشخصية، حيث يعتمد تقدير الموقف على العديد من العوامل الشخصية وعلى عوامل أخرى خارجية بيئية اجتماعية (عبد العزيز. 2005 ، ص . 36 – 37) وتتحدد هذه النظرية بأن الضغط ينشأ بوجود تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين:

1-.معرفة الأحداث التي تسبب الضغط . 2- تحديد الطرق التي تلائم التغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف

المراهقة: تعرف المراهقة على أنها مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة وهي انتقالية لأن المراهق يسعى للانتقال من الطفولة المعتمدة على الكبار ، محاولا ولوج باحات الاستقلال الذاتي،(عبد العلي الجسماني :سيكولوجية الطفولة والمراهقة وخصائصها الثلاثة).

الدراسات السابقة:

أولا : الدراسات التي تناولت موضوع الطاقة النفسية المثلى :

أ/الدراسات الجزائرية:

دراسة منصوري نبيل 2017: هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الطاقة النفسية بدافعية الإنجاز للاعبي كرة القدم ولتحقيق ذلك أستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة 60لاعبا من 3اندية لاعبي كرة القدم لولاية البويرة وطبق عليهم مقياسي الطلاقة النفسية و دافعية الإنجاز ونتائج الدراسة وصلت إلى أنه توجد علاقة طردية إيجابية بين الطاقة النفسية و دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم .

ب/الدراسات العربية:

دراسة محمد وعلي وجرجيس 2010: هدفت إلى تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة وعلاقتها بمستوي الإنجاز ، واشتملت عينة البحث على 140لاعبا موزعة على الاندية الرياضية المشاركة في بطولة (أندية العراق المفتوحة للسيدات 2009)وتم استخدام مقياس الطلاقة النفسية المعد من قيل إبراهيم 2005:اداة لجمع البيانات كما وصلت نتائج الدراسة على انه توجد علاقة ارتباط معنوية إيجابية بين مستوى الطاقة النفسية ومستوى الإنجاز لدى لاعبات أندية العراق لكرة الطائرة.

ج/الدراسات الأجنبية :

دراسة سكوت فلتشر (Scott Fletcher،2003) : هدفت هاته الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الطاقة النفسية المثلى والمتغيرات النفسية داخل عملية التدريب للرياضيين كما استخدم المنهج الوصفي ، واشتملت عينة الدراسة على (83) لاعبا من منتخب نيوزيلاندا واسفرت النتائج على أن الطاقة النفسية المثلى تزداد لمن لديهم خبرة أكثر من 11سنة مقارنة مع الذين لديهم 5سنوات واقل .

الدراسات التي تناولت موضوع الضغوط النفسية :

أ/الدراسات الجزائرية:

- 4-1-4 رسالة ماجستير بعنوان" دراسة مصادر الضغط النفسي لدى مدربي العبي كرة القدم وعلاقتها بأساليب قيادته للفريق الرياضي (فرق النخبة الوطنية) " إعداد الباحث : بن رابح خير الدين (2010 ،)المدرسة الوطنية العليا في علوم الرياضة وتكنولوجياتها، رشيد حرايق، دالي إبراهيم، الجزائر هدفت الدراسة إلى محاولة تحديد العالقة بين مصادر الضغط النفسي و أساليب القيادة لدى مدربي العبي كرة القدم الجزائريين. واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت عينة البحث على (20)مدرب يمارسون مهنة التدريب في فرق النخبة الوطنية بقسميها الأول و الثاني لصنف الأكابر، بالإضافة إلى (20)العبا من صنف الأكابر من كل فريق يدربونهم 16هؤلاء المدربون ومن أدوات البحث: مقياس أسباب الضغط النفسي عند المدرب لمحمد حسن علاوي ومقياس سلم القيادة في الرياضة للمدربين لصالح و شيال دوراى Chelladurai & Saleh"،"وطبقا على العينة عند بداية الموسم الرياضي وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين مصادر الضغط النفسي و أساليب القيادة لدى المدرب، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مدربي لاعبي فرق القسم الوطني الأول و مدربي لاعبي فرق القسم الوطني الثاني لكلا الاختبارين أي اختبار مصادر الضغط النفسي و اختبار القيادة، كما تم حساب مستويات مصادر الضغط النفسي و تبين أن العوامل المتعلقة بالعالم والمشجعين الأكثر تسببا للضغط النفسي لدى مدربي العبي كرة القدم أما بالنسبة لمستويات الأساليب المتبعة من طرف مدربي العبي كرة القدم فقد تبين أن الأسلوب التدريبي والاجتماعي والأسلوب القيادي الإثابة هم الأكثر اهتماما من طرف المدربين مقارنة بالأساليب القيادية الأخرى.

ب/الدراسات العربية:

- 4-1-10 أطروحة دكتوراه بعنوان " الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض الجوانب الدافعية والانفعالية لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة المنيا "إعداد الباحث : شحاتة، إبراهيم (2002) جامعة المنيا، (مصر) هدفت الدراسة إلى التعرف على العالقة بين الضغوط النفسية وبعض الجوانب الدافعية متمثلة في الدافعية للإنجاز، والعالقة بين الضغوط النفسية وبعض الجوانب الانفعالية متمثلة في القلق كحالة السلوك العدواني لدى ناشئ كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (100)ناشئ، وقام الباحث باستخدام مقياس للضغوط النفسية للرياضيين و مقياس دافعية الانجاز الرياضي و مقياس القلق كحالة، وأظهرت النتائج

- ✓وجود عالقة ارتباطيه سالبة ودالة بين الضغوط النفسية والدافع الإنجاز لدى ناشئ كرة القدم
- ✓وجود عالقة ارتباطيه سالبة ودالة بين الضغوط النفسية ومستوى الطموح لدى ناشئ كرة القدم
- ✓وجود عالقة ارتباطيه موجبة ودالة بين الضغوط النفسية والقلق كحالة
- ✓وجود عالقة ارتباطيه موجبة ودالة بين الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى ناشئ كرة القدم.

ج/الدراسات الأجنبية :

- 1-3-4دراسة بعنوان "تحديد مصادر الضغوط وأساليب التكيف معها "إعداد الباحثان : أنشل وسوتارسو Sutarso & Anshel (2007) هدفت الدراسة إلى التعرف على تحديد مصادر الضغوط وأساليب التكيف معها لدى عينة مكونة من (332) رياضي، وقد أستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وقاما الباحثان بتصميم أداة الدراسة، وأظهرت النتائج أن هناك مصدرين للضغوط التي يعاني منها اللاعبون هما الضغوط المرتبطة بالأداء، والضغوط المرتبطة بشخصية المدرب الرياضي وسلوكه القيادي، كما أشارت الدراسة إلى أساليب التكيف المستخدمة والتي شملت التفكير الايجابي، الاسترخاء البدني والذهني، مناقشة المشكلة مع الآخرين، وطلب النصح والمشورة، ومحاولة الحصول على المعلومات

التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال البحث في الدراسات السابقة بخصوص الضغوط النفسية والطاقة النفسية المثلى واستعراضها تبين الاتي :

-1تناولت الدراسات السابقة الضغوط النفسية والطاقة النفسية المثلى في المجال الرياضي وعلاقة كل منهما مثل (التشاؤم. القلق. الضغط. الدافعية. الانجاز). وتم اختيار هذه الدراسات و العينات من فئات عمرية مختلفة وبمختلف الألعاب الرياضية.

2- استخدمت معظم الدراسات المنهج الوصفي مثل دراسة (ناصرباي كريمة ، بوملاح اسامة ،علوان رفيق 2018). ودراسة (محمدوعلي،وجرجيس2010) ودراسة سكوت فلتشر (Scott Fletcher،2003). ودراسة القدومي (2013)

مما جعل الباحثان يستخدم المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسات الحالية.

كما تميزت هذه الدراسة بإيجاد العلاقة بين التشاؤم والطاقة النفسية المثلى حيث انه في - حدود علم الباحثان - لم تجرى دراسة تدرس العلاقة بينهما حتى الآن. وخاصة على مجتمع الدراسة المتمثل في طلبة الليسانس تدريب رياضي .في ضوء ما اشارت اليه الدراسات السابقة فقد استفاد الباحثان من هذه الدراسات كالآتي :

تحديد مشكلة الدراسة والخطوات الواجب إتباعها.

تحديد منهجية الدراسة.

طريقة اختبار العينة وحجمها.

اختيار اداة القياس المناسبة لهذه الدراسة وطرق تقنينها.

استخدام الأساليب والمعالجات الإحصائية المناسبة.

طريقة عرض نتائج الدراسة وتفسيرها.

من خلال الدراسات السابقة تبين ان الطاقة النفسية المثلى او ما يسمى بالطلاقة النفسية هي أفضل تهيئة أو تعبئة نفسية لدى الرياضي يستطيع من خلالها تحقيق أفضل أداء أثناء المنافسة وتكون خبرتها عادة نتيجة ارتفاع مصادر الطاقة الايجابية مقابل انخفاض مصادر الطاقة النفسية السلبية، وهي حالة من الخبرة الايجابية تحدث عندما يكون الفرد المؤدي مرتبطا كليا بالأداء في موقف ما تتساوي فيه المهارات الشخصية والتحديات المطلوبة للموقف كما أنها حالة يتطلع إليها صفوة الرياضيين وهي حالة يستطيع أن يستمتع بها اللاعب وذلك في أي مستوى من مستويات الاشتراك في الرياضة(علاوي، 1998، صفحة 251).

أنواع الطلاقة النفسية: لقد حدد كسكز نيمهالي نوعين من الطلاقة: الطلاقة الاختيارية مقابل الطلاقة الموجهة بهدف:

الطلاقة الاختيارية: وهي التي ترتبط بالأنشطة الترويجية.

الطلاقة الموجهة بهدف: وهي التي ترتبط بالبحث وغير ذلك من الأهداف المحددة.
ويتطلب كلا النوعين أنشطة مختلفة تصمم لتسهيل حدوث حالة الطلاقة النفسية ويتجه الأفراد الأقل خبرة لرؤية الطلاقة على أنها متعلقة بالمتعة واللذة وترتبط بكل من تحريف الوقت، وهناك اتجاه بأن حالة الطلاقة أكثر ظهورا في أثناء الأنشطة التي يحكمها توجه المهمة من الأنشطة الترويحية. (Crikszentmihalyi M, 1990, p. 18).

أهمية الطلاقة النفسية:

أولا: التخلص من مصادر الطاقة النفسية السلبية. **ثانيا:** تدعيم مصادر الطاقة النفسية الايجابية.
ثالثا: تركيز التفكير نحو الأداء. **رابعا:** التكيف مع بيئة وظروف المنافسة.

الإجراءات المنهجية للدراسة:

مجتمع الدراسة: لاعبي كرة القدم أكابر تيسمسيلت .
عينة البحث: عينة عشوائية لاعبي كرة القدم أكابر عددهم 22 لاعب.
أداة الدراسة: مقياس الطاقة النفسية لراتب وآخرون متكون من 72 فقرة موزعة على 06 محاور
مقياس الضغوط النفسية لأحمد عبد الخالق متكون من 15 فقرة .
مقياس الطلاقة النفسية: بعد الاطلاع على الأدبيات التربوية والنفسية والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة والاطلاع على موضوع الطلاقة النفسية تم اعتماده على دراسة القدومي والخواجا (2010) ودراسة أحمد جرادات (2012). وكذا دافعية الانجاز تم اعتماد النسب المئوية الآتية بناء على دراستي هنداوي (2012) ودراسة راضي عليوي (2012) وتم في ضوء ذلك:
- (تحديد فقرات المقياسين ، تحديد أبعاد المقياس) في ضوء دراستنا.
الصدق الظاهري: من الطرائق التي يلجأ اليها الباحث للحصول على صدق المحتوى اللجوء إلى عدد من المحكمين ليقوموا بالحكم على ما إذا كان كل بند يمثل تمثيلا صادقا ما وضع له وما إذا كان يقيسه بكل موضوعية أو ما يعرف بالصدق الظاهري، إذ بعد رجوع الباحثان إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي تتمحور حول موضوع الصلابة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى تم اختيار مقياس الصلابة النفسية وقد تم عرض المحاور على عينة من الأساتذة المختصين في التربية البدنية والرياضية والذي بلغ عددهم (5) أساتذة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وفق الجدول:

جدول (1) مجالات القياس المستخدم

الرقم	البعد	عدد الفقرات
01	مجال الثقة بالنفس	13
02	مجال تركيز الانتباه	16
03	مجال مواجهة القلق	13
04	مجال الاستمتاع	05
05	مجال التحكم والسيطرة	16
06	مجال آلية الأداء	09
مقياس الطلاقة النفسية		72

صدق الاتساق الداخلي: جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس المعد على عينة استطلاعية من 23 لاعب استبعدوا من عينة الدراسة الأساسية وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (2) معاملات ارتباط كل مجال من مجالات المقياس مع الدرجة الكلية

مجالات المقياس	الطلاقة	الثقة بالنفس	تركيز الانتباه	مواجهة القلق	الاستمتاع	التحكم والسيطرة	آلية الأداء
الطلاقة	1.000						
الثقة بالنفس	0.851	1.000					
تركيز الانتباه	0.831	0.5330	1.000				
مواجهة القلق	0.883	0.7870	0.346	1.000			
الاستمتاع	0.791	0.671	0.541	0.691	1.000		
التحكم والسيطرة	0.831	0.778	0.671	0.744	0.834	1.000	
آلية الأداء	0.847	0.711	0.571	0.793	0.874	0.854	1.000

ثبات المقياس: تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية وذلك باستخدام طريقتي معامل ألفا كرونباخ:

جدول (3) درجات ثبات المقياس

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
مجال الثقة بالنفس	13	0.72
تركيز الانتباه	16	0.75
مجال مواجهة القلق	13	0.65
مجال الاستمتاع	05	0.79
مجال التحكم والسيطرة	16	0.74
مجال آلية الأداء	09	0.69
مقياس الطلاقة النفسية	72	0.71

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ألفا كرونباخ جميعها جيدة وأن معامل الثبات الكلي بلغ 0.71 مما يدل على أن المقياس يدل على درجة عالية من الثبات.

صدق المقياس: يهدف التحقق من صدق المقياس لاستخدامه في الدراسة الحالية تم استخدام الصدق الظاهري (المنطقي) وذلك بعرض المقياس وتصحيح عباراته على (5) محكمين (3) في التربية البدنية والرياضية و(2) في علم النفس. وذلك بهدف التحقق من مناسبة المقياس لهدف الدراسة، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات المعدلة، ومدى انتمائها لأبعاد التي وضعت لقياسها، وفي ضوء مقترحات وملاحظات المحكمين، تم اجراء التعديلات اللازمة التي أجمع المحكمين عليها وتجدر الإشارة إلى أن المقياس الحالي لا يختلف في جوهره عن المقياس الأصلي.

ثبات المقياس: تعد الأداة ثابتة إذا أعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة لمرات عديدة(العبديد وآخرون، 1990، صفحة 143) إذ يعد أسلوب ثبات المقياس عن طريق إعادة الاختبار (Abilityretestyli Test) أكثر الطرق استخداما في ايجاد معامل الثبات وأكثرها شيوعا.(حسنين صبحي، 1995، صفحة 197).

وفي ضوء ذلك تم تحديد عدد فقرات المقياس 72 فقرة و6 أبعاد وتم عرض المقياس على 5 أساتذة محكمين الذين قاموا بتعديل بعض الفقرات حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (تنطبق دائما، تنطبق أحيانا، تنطبق نادرا)

1 .مقياس الضغوط النفسية لدى الرياضيون :

لاعبي لكرة القدم أكابر : لكي يحاول الرياضي أن يعرف مدى إحساسه بالضغط النفسي في الوقت الحالي، أو مدى اقترابه من هذه الظاهرة فإنه يستطيع تقييم حالته باستخدام المقياس الذي صممه "الدكتور غازي صالح محمود" عام 2002م تحت عنوان مقياس الضغوط النفسية وتم إعداده وبناءه وفق كل الشروط والأسس العلمية المتبعة في بناء المقاييس النفسية في المجال الرياضي، واستخدمت عدة أساليب في بناء المقياس من أجل ظهور الدلائل الواقعية والمقبولة في الصدق والثبات والتي تعتبر من أهم الخصائص السيكومترية وتم استخدام معامل الاتساق الداخلي لإيجاد العلاقة الارتباطية بين كل فقرة في المقياس، ويتكون المقياس من 45عبارة لها تأثيرها على الحالة النفسية للاعبي كرة القدم. (غازي صالح محمود ص159، 2011).

يتكون المقياس من 45 عبارة (أسئلة) ويقوم الرياضي بالاستجابة لكل عبارة بكل صدق وأمانة على مقياس خماسي التدريج تشكل ضغطا كبيرا جدا ، تشكل ضغطا كبيرا، تشكل ضغطا متوسطا، تشكل ضغطا قليلا، تشكل ضغطا والدرجة العظمى للمقياس 225 درجة على أساس منح الدرجة (5) عند الإجابة تشكل ضغطا كبيرا جدا، والدرجة(4)عند الإجابة تشكل ضغطا كبيرا، والدرجة (3) عند الإجابة تشكل ضغطا متوسطا، والدرجة (2) عند الإجابة تشكل ضغطا قليلا، والدرجة (1) عند الإجابة تشكل ضغطا .

ومطلوب من اللاعب وضع علامة (√) على العبارة الذي يجدها في العبارات تشكل ضغطا، تشكل ضغطا متوسطا، تشكل ضغطا كبيرا، تشكل ضغطا كبيرا جدا.

بلغت فقرات المقياس بصيغته النهائية على (45)عبارة فقرة وتتسم الإجابة على فقراته باختيار واحد من البدائل الخمسة التالية:

1 تشكل ضغطا وزنها درجة واجدة.
2 .تشكل ضغطا قليلا وزنها درجتان.
3 .تشكل ضغطا متوسطا وزنها ثالث درجات.
4 .تشكل ضغطا كبيرا وزنها أربع درجات.
5 .تشكل ضغطا كبيرا جدا وزنها خمس درجات.

ومن الناحية النظرية تكون أقل درجة لهذا المقياس هي (45) درجة وأعلى درجة (225) درجة.

وهذا المقياس ما هو إلا وسيلة مساعدة للرياضي، حتى يصبح هذا الأخير أكثر وعيا بمدى زيادة الضغوط النفسية التي يتعرض لها، ويصبح أكثر عرضة لحدوث الاحتراق النفسي، ويعبر هذا المقياس بدقة عن الضغوط الكامنة.

تصحيح المقياس: يمكن للرياضي جمع درجاته على جميع الأسئلة (45)التي يتكون منها المقياس، وأن يضع نفسه – طبقا للدرجات الحاصل عليها – في إحدى المجموعات الأربع التالية :

- ضغط منخفض : من 45 إلى 90 درجة .
- ضغط متوسط : من 91 إلى 135 درجة .
- ضغط عالي : من 136 إلى 180 درجة .

- ضغط عالي جدا : من 181 إلى 225 درجة .

الصدق :Validity يعني الصدق أن تقيس أسئلة الاستبانة أو الاختبار ما وضعت لقياسه أي يقيس فعال الوظيفة التي يفترض أنه يقيسها، فالاختبار الصادق هو الذي يقيس الجانب الذي أعد من أجل قياسه (مروان عبد المجيد.1999،ص 13) ومن أجل التأكد من صدق أدوات البحث تم استخدام صدق المحتوى صدق الاتساق الداخلي لفقرات المقياس ويقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى اتساق كل فقرة من فقرات المقياس أو الاستبانة مع المجال الذي تنتمي إليه هذه الفقرة، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مجالات المقياس والدرجة الكلية للمجال نفسه للتحقق من صدق أدوات البحث: الضغوط النفسية و الطاقة النفسية تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس قيد البحث وذلك بتطبيقها على عينة عشوائية قوامها (23) لاعبا من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس,

أ ـ صدق مقياس الضغوط النفسية لدى الرياضيون : معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية له :تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية له ما بين (43.0 ، 75.0) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيا مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ثبات مقياس الضغوط النفسية: معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمقياس الضغوط النفسية وألفا كرونباخ (ر) الجدولية عند مستوى (05.0) = (404.0) ن = 23 يتضح من الجدول ما يلي : بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الضغوط النفسية (65.0) كما بلغ معامل ألفا كرونباخ (73.0) وهو معامل دال إحصائيا مما يشير إلى ثبات المقياس.

1-النتائج والتحاليل:

1-2: النتائج المتعلقة بالتساؤل الاول والذي نصه:

ما مستوى الطاقة النفسية لدى طلبة السنة ثانية ليسانس تخصص تدريب رياضي ؟

للإجابة عن هذا التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لكل فقرة ولكل مجال وللدرجة الكلية للطلاقة النفسية ونتائج الجداول (4)، (5)، (6)، (7)، (8)، (9) تبين ذلك، بينما تبين نتائج الجدول (10) خلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل.

ومن أجل تفسير النتائج وبناء على دراسة القدومي والخواجا (2010) اعتمدت النسب المئوية الآتية:

- 70% فأكثر مستوى طلاقة نفسية عال.
- 50 – 69.9% مستوى طلاقة نفسية متوسط.
- أقل من 50% مستوى طلاقة نفسية منخفض.

1-3خلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل الاول:

جدول (4)
الترتيب والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية والنسب المئوية لمجالات الطلاقة النفسية المثلى لتلاميذ السنة الثانية ثانوي " قسم رياضة"

الترتيب	مجالات الطلاقة النفسية	متوسط الاجابة	النسبة المئوية	المستوى
2	مجال الثقة بالنفس	2.28	75.94	عال
5	مجال تركيز الانتباه	2.14	71.60	عال
6	مجال مواجهة القلق	2.08	69.56	عال
1	مجال الاستمتاع	2.40	80.16	عال
4	مجال التحكم والسيطرة الرياضية	2.16	72.32	عال
3	مجال آلية الأداء	2.22	74.48	عال
المستوى الكلي للطلاقة النفسية		2.20	74	عال

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول (4) أن مستوى الطاقة النفسية لدى تلاميذ أقسام خاصة رياضة بالتعليم الثانوي كان منخفضا في جميع المجالات ، وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للطلاقة النفسية كان مرتفعا حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى 74%، وفيما يتعلق بترتيب المجالات فقد كان على النحو الآتي:

المرتبة الأولى: مجال الاستمتاع (80.16%).

المرتبة الثانية: مجال الثقة بالنفس (75.94%).

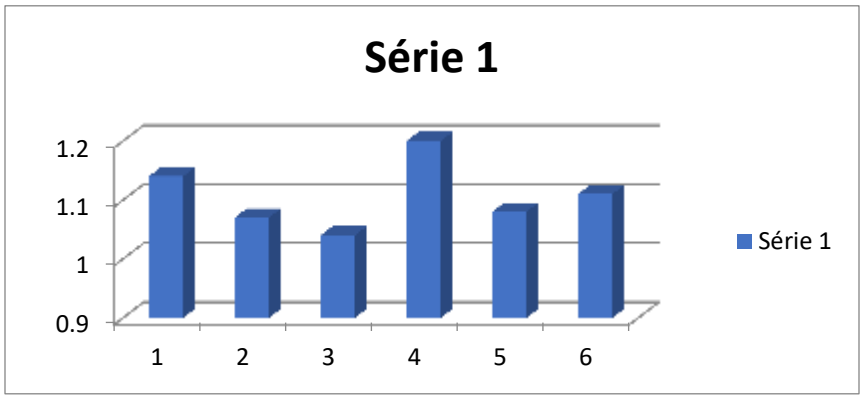
المرتبة الثالثة: مجال آلية الأداء (74.48%)

المرتبة الرابعة: مجال التحكم والسيطرة الرياضية (72.32%).

المرتبة الخامسة: مجال تركيز الانتباه (71.16%).

المرتبة السادسة: مجال مواجهة القلق (69.56%).

وبهذه النتيجة يكون أعلى مستوى الاستمتاع حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة إلى (80.16%)، بينما كان أقل مستوى في مجال مواجهة القلق (69.56%)، وتظهر هذه النتيجة بوضوح في الشكل البياني (1).



شكل (1): المتوسطات الحسابية لمجالات الطاقة النفسية المثلى لدى طلبة السنة الثانية ليسانس تدريب رياضي

1= مجال الثقة بالنفس. 2= مجال تركيز الانتباه. 3= مجال مواجهة القلق. 4= مجال الاستمتاع.
5= مجال التحكم والسيطرة الرياضية. 6= مجال آلية الأداء.

جدول (5) نتائج مقياس الضغوط النفسية

المستوى	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقييم
عالي جدا	00	00	21	4.85	منخفض
عالي	04	%22			
متوسط	06	%23			
منخفض	10	%55			
المجموع	20	%100			

من خلال نتائج الجدول رقم 5 سجلنا الضغوط النفسية في العبارة عالي بنسبة 22% وفي عبارة متوسط بنسبة 23% ومنخفض بنسبة 55 % لدى عينة الدراسة حيث بلغ المتوسط الحسابي ب21 والانحراف المعياري 4.85 ومن خلال هذا نستنتج أن مستوى الضغوط النفسية منخفضة وفق تقييم الضغوط النفسية.

	الثقة بالنفس	تركيز الانتباه	مواجهة القلق	الاستمتاع	التحكم والسيطرة	آلية الأداء	المجموع
الضغط النفسي	0.518	0.488	0.592	0.635	0.412	0.655	0.550

يتضح من الجدول رقم 5أن معاملات الارتباط بين ابعاد الطاقة النفسية والمجموع الكلي قدرت قيمة بيرسون أكبر من قيمها المجدولة والبالغة 0.275 عند مستوى الدلالة (0.005) ودرجة الحرية 56 ،وهي دالة إحصائيا، مما يؤكد وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين الطاقة النفسية و الضغوط النفسية وتتفق هذه النتيجة مع ما ذهبت إليه الدراسات السابقة في علاقة الثقة بالنفس بمتغيرات اخرى رغم عدم وجود دراسة درست العالقة بين هاذين المتغيرين أن كل من دراسة سعود بن شايش العنزي، (2003)ودراسة ودادبنت أحمد محمد الوشيلي،(2008)التي اهتمت بمعرفة نوع العالقة بين الثقة بالنفس وعلاقتها بدرجة التفاؤل لدى الطلبة أ. ناصرباي كريمة أ /بوملاح أسامة د/ علوان رفيق مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية العدد التاسع (9) سبتمبر 2018 بالثقة بالنفس ومتغيرات أخرى نجد منها سمات الشخصية، دافع الإنجاز، والتي أثبتت وجود علاقة بين الثقة بالنفس وتلك المتغيرات.

2- مناقشة الفرضيات :

الفرضية الجزئية الأولى: مستوى الطاقة النفسية المثلى لدى لاعبي كرة القدم أكابر عال.
من خلال تحليل نتائج الجدول رقم 1 الملخص ومن خلال القيم المحصل عليها تبين لنا بأن مستوى الطاقة النفسية لدى الطلبة مرتفع في جميع المراحل الستة مما سبق نصل الى صدق الفرضية الأولى مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر. مرتفع.
الفرضية الجزئية الثانية: الضغط النفسي لدى لاعبي كرة القدم أكابر. منخفض
ومن خلال تحليل نتائج الجدول رقم 2 الملخص ومن خلال القيم المحصل عليها تبين لنا بأن الضغط النفسي لدى لاعبي كرة القدم أكابر منخفض , مما سبق نصل الى صدق الفرضية الثانية: الضغط النفسي لدى لاعبي كرة القدم أكابر. منخفض

الفرضية الجزئية الثالثة: توجد علاقة بين الطاقة النفسية المثلى والضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر من خلال تحليل النتائج السابقة بكل ما تعلق ب الطاقة النفسية والضغوط النفسية لاحظنا انه توجد علاقة ارتباطية بين الطاقة النفسية والضغوط النفسية لأنه كلما ارتفعت الطاقة النفسية انخفضت الضغوط النفسية وكلما ارتفعت الضغوط النفسية انخفضت الطاقة النفسية المثلى لدى اللاعبين وعليه, مما سبق نصل الى صدق الفرضية الثالثة: توجد علاقة بين الطاقة النفسية المثلى والضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

3-الاستنتاجات:

وقد يعزى ذلك إلى وعي اللاعبين بالمسؤولية الواقعة على عاتقهم في تحقيق الهدف والرغبة في التفوق وإحراز البطولة بحكم أن لاعبي النخبة ذوي المستوى العالي يهتمون بالإنجاز والسعي للامتياز والتفوق والانجذاب نحو المهام التي تتميز بالصعوبة بالإضافة إلى امتلاكهم للقدر الكبير من الدافعية الداخلية والثقة بالنفس وتحمل المسؤولية الشخصية، فتذل الصعوبات وتخف الضغوط فال يأبهون لما يصادفونه من عقبات والتي تضعف عزيمتهم لما يتعرضون إليه من ضغوط مهما كانت مصادرها فيندفعون بقوة أكثر وحماس أعلى نحو الأداء الأفضل من أجل التفوق، ألن لديهم أهداف وعليهم واجبات ال بد من القيام بها على أحسن وجه لتحقيق أفضل النتائج وإنجاز مستوى عال ، وفي نفس السياق يرى " عبد العزيز " " أنه من العراض المعرفية للضغوط النفسية لدى الرياضيين : الخوف والقلق وفقدان الثقة،..."

(Anxiety and Fear)ص.34

ويؤكد (مصطفى حسين باهي ، 2000) " أن زيادة مستوى الضغوط النفسية تؤدي إلى ظهور أعراض الضغط والقلق التي تعيق الإنجاز والأداء الجيد. "

ويرجع الباحثان هذه النتيجة إلى أن حرص كل لاعب على تحقيق أعلى مستوى رقمي في اللعب الفردي أو اللعب الجماعي، والظهور بشكل جيد في البطولة الأمر الذي يولد لدى اللاعب الطاقة النفسية المثلى وذلك للوصول إلى الإنجاز الذي يريده، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه " علاوى " (2002)أن وصول اللاعب إلى المستويات الرياضية العالية يتأسس على الطلاقة النفسية وعي اكبر تعبئة لدى الرياضي ، والتي يقصد بها استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى معين من مستويات التفوق والامتياز عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق في مواقف المنافسة الرياضية" .(ص . 142).

استنتجنا من خلال النتائج المتحصل عليها أن معظم اللاعبين يتمتعون بطاقة نفسية مثلى بدرجة عالية جدا، وهو الدافع الداخلي الذي يجعل لاعبي كرة القدم يقبلون على أداء أدوارهم بأعلى مستوى ويدفعهم لمحاولة تحقيق التفوق والفوز في المباريات وإنجاز مستوى عال .

4-التوصيات:

مراعاة مبادئ الاتصال الفعال بين اللاعب والمدرب وذلك من أجل مساعدة اللاعب في التغلب على الآثار السلبية للضغوط

•الاهتمام بالرعية النفسية للرياضي ليس قبل المنافسة فقط ولكن بعد المنافسة حيث تزداد مشاعر التوتر والقلق بعد نهاية المنافسة وخاصة في لحظات الفشل.

• التغلب على الضغوط النفسية عن طريق برامج تنمية المهارات النفسية) الاسترخاء - التصور العقلي - تركيز الانتباه)

• التدريب على الأنواع المختلفة لتدريبات الاسترخاء، لما لها من عظيم الأثر في التغلب على مظاهر الضغوط النفسية

•معرفة طبيعة تأثير القلق لدى كل لاعب وطرق مواجهة قلق الحالة لديه.

•العمل على التعرف على دوافع الرياضي باستمرار وعلى تغيير ما هو غير مرغوب فيه منها .

•ضرورة الاهتمام بإجراء دراسات أخرى وذلك لإعداد برامج وأساليب لمعالجة الضغوط النفسية.

•مراعاة العوامل الشخصية والمحيطية(الموقفية) باعتبارها عنصرين متكاملين في بناء الدافعية فهي تقوم على التفاعل بين ميول الفرد الذاتية والظروف المادية والاجتماعية المحفزة.

5- الخلاصة:

من خلال تحليل ومناقشة النتائج توصلنا الى صدق الفرضيات البحثية الموضوعة وكذلك الى استنتاجات عامة وخاصة وخلصنا الى توصيات واقتراحات بشأن الدراسات المستقبلية في هذا الجانب.

المراجع باللغة العربية

أسامة راتب كامل (2004) تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، مصر.

أسامة راتب كامل (1995) علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات) دار الفكر العربي، مصر.

أسامة راتب كامل (2002) تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي دار الفكر العربي، مصر.

محمد عبد العزيز (2008) الفروق الفردية في حالة الطلاقة النفسية وفق بعض المتغيرات وعلاقتها -

الديب محمد (2007) حالة الطلاقة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبي كرة الطائرة، مجلة كلية التربية البدنية الرياضية العراق.

محمد حسن علاوي (1998) مدخل في علم النفس الرياضي. ط2: مركز الكتاب للنشر القاهرة.

هويدة إسماعيل إبراهيم (2005) بناء مقياس الطلاقة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق. جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية العراق.

الخيكاني، عامر سعيد، خماس، رياض خليل، عبيد، سوسن هدود (2005) الطلاقة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات المهارية للاعبي الكرة الطائرة في العراق، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول، المجلد الخامس، جامعة بابل، العراق.

وكيبيديا2020

المراجع باللغة الاجنبية :

A. Balk (1997) Le stretching. ed.VigotParis.

Bernard Turpin (2002) : Preparation et entrainement du footballeur. Tome 2 edamphora .paris

Csikszentmihalyi (1994) : Finding flow in web design the psychology of engagement witheverdaylife . New York basic book.

Eric.Mombaerts(1996) : entrainment et performance collective en football. ed .vigot.paris

Jurgen.Wei neck (1997) : Manuel d entrainement 4ème ed. vigot.Paris.

R. Tealman(1990) : Football techniques nouvelles d entrainement.

تأثير برنامج تعليمي باستخدام أسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي على مستوى أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لطلاب التعليم الإعدادي (دراسة مقارنة)

أ / فوزي مفتاح الكريك

المستخلص

استهدفت الدراسة تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي ومعرفة تأثيره على مستوى أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لطلاب التعليم الإعدادي بدولة ليبيا (دراسة مقارنة). واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين تجريبيتين المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب التعلم الذاتي)، والمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التعلم التبادلي)، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من مجتمع البحث وتتراوح أعمارهم من(14- 16) سنه حيث بلغت العينة الكلية للبحث(80) تلميذاً، وقد تم تقسيم عينه البحث الأساسية إلى مجموعتين تجريبيتين قوام كل منها(30) تلميذ، وكانت من أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث في استخدام أساليب التعلم (الذاتي- التبادلي) على مستوي أداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة لصالح أسلوب التعلم التبادلي.

الكلمات المفتاحية: أسلوب التعلم الذاتي ، أسلوب التعلم التبادلي ، الكرة الطائرة .

Abstract:

The study aimed to design an educational program using self- and reciprocal learning methods and determine its impact on the level of performance of basic skills in volleyball for preparatory education students in Libya (a comparative study). The researcher used the experimental method by designing two experimental groups, the first experimental group (self-learning method), and the second experimental group (reciprocal learning method). The research sample was chosen randomly from the research community and their ages ranged from (14-16) years. The total sample for the research was (80) students. The basic research sample was divided into two experimental groups, each consisting of (30) students. One of the most important results was There are statistically significant differences between the average scores of the two post-measurements for the two research groups in the use of learning methods (self-reciprocal) at the level of performance of basic volleyball skills in favor of the reciprocal learning method.

Keywords: Self-learning style, reciprocal learning style, volleyball

1/1 المقدمة

يتميز هذا العصر بأنه عصر التقدم التكنولوجي الحديث الذي غمر مختلف مجالات الحياة كما أنه أيضا غمر مجالات التعليم والتعلم على أن التعليم هو المؤسسة التي تسعي إلى الارتقاء بالشعوب وصنع المستقبل وأن التعليم هو العمود الفقري لبناء الأمم، كما أنه يجب على المؤسسات التعليمية أن تأخذ في عين الاعتبار

بالطرق والأساليب والاستراتيجيات العلمية الحديثة وذلك لمسايرة التغير السريع والارتقاء بالعملية التعليمية وجعلها عمليه متطورة وعمليه تسعي الي النمو الشامل.

وتعتبر لعبه الكرة الطائرة من الألعاب المناسبة لكل سن فيمارسها الإفراد من كلا الجنسين كما يمكن اختلاط الجنسين معا عند ممارستها لتصبح بذلك وسيله اجتماعيه مناسبة، كما تعد لعبه الكرة الطائرة من اقل الألعاب الجماعية تكلفه من الناحية المادية وهذه الناحية لها اعتبارها لانتشار الكرة الطائرة فأدوات اللعبة تنحصر في شبكه وقائمين وكرة ومساحه صغيرة من اللعب كما يسهل مزاولتها في أي مكان. (خضري، 2010، ص38)

ويشير كلا من "(حسانين، أحمد، 1997، ص155) الي أن المهارات الأساسية هي الحركات التي يتحتم علي اللاعب أداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول إلي أفضل النتائج مع الاقتصاد في المجهود لذلك يجب أن يجيدها كل لاعب أجاده تامة، وتعد القدرة عل الأداء الفني للحركة شرطا أساسيا للأداء حيث أن هذا الأداء هو نوع وطريقه تنفيذ الحركة وخطوات سيرها مع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة الذي يعد عنصرا هاما من عناصر فن الحركة وبالرغم من أن المهارات تبدو سهله الأداء الا أنها تتطلب جهدا كبيرا في إتقانها وتنفيذها وذلك لما يفرضه قانون اللعبة من حيث: لمس الكرة لفترة قصيرة يزيد من صعوبة الحركة، وعدم السماح للكرة بملامسه الأرض يتطلب سرعه رد الفعل من اللاعبين، لمس الكرة بأطراف الأصابع فقط .

وتؤكد (والي، 2006، ص37) أن الكرة الطائرة إحدى أنواع الألعاب الجماعية تحت قسم الضربات المرتدة وتختص بالعديد من المهارات الحركية ولابد للفريق الواحد من أن يتقن جميع إفراده تلك المهارات مجتمعه حتى تصل باللعبة إلى المستوي المنشود.

وشير (حسن، 2012، ص45) على أن العديد من العاملين في مجال الكرة الطائرة سواء معلمين او مدربين بمختلف مستوياتهم أو معلمين يقومون بتدريس هذه اللعبة في مدارس التربية الرياضية وكذا الخبراء والمتخصصين والأكاديميين اتفقوا على أن نجاح أي فريق كرة طائرة وتقدمه يتوقف إلى حد كبير على مدي إتقان إفراده للمبادئ الأساسية أو المهارات الحركية الأساسية للعبه.

ويري (إبراهيم، 2004، ص21) أن التعليم يلعب دورا حيويا وهاما في بناء المجتمعات البشرية وتنظيمها فهو يتعامل مع الملايين من التلاميذ الذين يشكلون جزء من الحاضر وكل المستقبل وعلى قدر ما يوفر النظام التعليمي البيئة الصالحة والجو المدرسي المنظم يمكن له أن يزود المتعلمين بالمعارف والمهارات كما يجعلهم مستعدين لتقبل المزيد من المعارف والمعلومات.

كما يضيف (ثابت، 2006، ص7) الي أن المؤسسات التربوية والتعليمية تعتبر الدعامة الأولي في إعداد جيل الحاضر والمستقبل والذي يقوم علي أكتافه نهضه المجتمع ورقيه، وذلك عن طريق التعلم المبني علي اسس علميه، كما أن الفترة الحالية تشهد محاولات جادة لتطوير التعليم بشكل جاد في جميع مراحله، واحتلت العملية التعليمية مكانا بارزا ضمن أولويات هذا التطوير باعتبارها عمليه شامله تتناول جميع جوانب شخصيه المتعلم بالتغيير والتنمية عن طريق خلق مواقف تعليمية فيتعرض المتعلم لخبرات متنوعة تتفاعل فيها جوانب الأداء والإدراك والوجدان بشكل كامل ومتوازن.

وتري كلاً من "(سعد، فهيم، 1998، ص22) أن التربية الرياضية تساعد علي تحسين الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبيعية، والتربية الرياضية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ.

وتري (حسن، 1999، ص182) أن أساليب التدريس تعد أحد الركائز الأساسية في جوانب العملية التعليمية فهي أداه للربط بين المعلم والمتعلم فمن خلالها ينقل المعلم المعلومات والمعارف والأفكار إلى التلاميذ ويكسبهم الكثير من المهارات والمفاهيم بهدف تحسين وتطوير مستوي أدائهم وتحقيق الأهداف المرجوة من عمليه التدريس.

ويري (إبراهيم، 2004، ص23) أن التدريس يقوم علي أساس التخطيط والتنفيذ وفق استراتيجية بعينها يتم في ضوئها تحديد طريقه التدريس التي يمكن استخدامها لتحقيق أهداف بعينها ومن خلال هذه الطريقة يتم تحديد أسلوب التدريس الذي يمكن تنفيذه إجرائيا داخل الفصل مع مراعاة إمكانيه تعديل هذا الأسلوب أو تطويره حسب مقتضيات ومتطلبات المواقف التدريسية.

وتشير (شلتوت، خفاجة، 2002، ص58) على أن أسلوب التعلم التبادلي يعطي للطالب دورا رئيسيا في العملية التعليمية وهو قائم على التغذية الراجعة من جانب الزميل لتصحيح الأداء الحركي، في هذا الأسلوب يقوم المعلم بتقسيم التلاميذ في الفصل الواحد إلى أزواج للعمل معا بالتبادل فأحدهما يؤدي والأخر يلاحظ ويكون دور الملاحظ تقديم تغذيه راجعه لزميله المؤدي.

ويذكر (عبد الكريم، 2006، ص251) أن أسلوب التعلم التبادلي يعتمد على النظريات المعرفية في التعلم حيث يؤدي تعاون التلميذ في أداء الحركات مع زميله إلي تحسين المستوي العام للمجموعة عن طريق رفع مستوي الأداء الفردي حيث يتم ذلك عن طريق مراقبه كل تلميذ لأداء زميله وبالتالي تحدث عمليه مقارنه تؤدي في النهاية الي الحصول إلى أفضل النتائج بمعني أن هذا الأسلوب يحسن من مدي استفادة التلاميذ ويشجعهم على تحليل الأداء لأنفسهم وللآخرين.

كما يؤكد (عبد الكريم، 2015، ص128) على أن أسلوب التعلم التبادلي يتعلم فيه التلاميذ بقدر ما يتحملون من مسئوليه ومن الاعتماد على النفس في تلقي المعلومة حيث يقوم التلاميذ بالعمل في مجموعات زوجيه ويقوم كل فريق بمحاوله معرفه المعلومة والأداء ثم يقومون باستيعابها وإيضاحها لزملائهم بطريق ذاتيه وهكذا بالتبادل الي أن ينتهي الدرس.

في حين يري (أنور، واخرون، 2007، ص125) أن أسلوب التعلم الذاتي هو من أهم أساليب التعلم التي تتيح توظيف مهارات التعلم بفاعليه عالية مما يسهم في تطوير الأنسان سلوكيا ومعرفيا ووجدانيا وتزويده بسلاح مهم يمكنه من استيعاب معطيات العصر القادم وهو نمط من أنماط التعلم الذي يتعلم فيه التلميذ كيف يتعلم وما يريد هو بنفسه أن يتعلمه، أن إتقان وامتلاك مهارات التعلم الذاتي تمكن الفرد من التعلم في كل الأوقات وطوال العمر خارج المدرسة وداخلها وهو ما يعرف بالتربية المستمرة.

وتُؤيد ذلك (نظمي، 2013، ص305) أن التعلم الذاتي هو من الأساليب والاستراتيجيات التي تسعي إلي وضع الأسس والقواعد المعينة للمتعلم لاكتساب المهارات المختلفة ويعلم نفسه، والتعلم الذاتي نوعين الأول عمليه يبدؤوها الشخص بنفسه ويحدد فيها حاجاته وأهدافه التي يريدها ويضع خطته ويختار مصادر المعرفة والأنشطة ثم ينفذوها ويقوم نتائجها ، والثاني تدخل المعلم وتهيئه المواقف التعليمية للمتعلم هذه المواقف صممت وفق أهداف سلوكيه محددة ومتناسبة مع قدرات المتعلم ويوجه المتعلم خلالها كيف يعلم نفسه بنفسه حسب قدراته واستعداداته ومن ثم يقوم نتائج تعلمه وفق الأهداف المحددة له سلفا لتحقيق المواقف التعليمية.

وتشير (أبو الفضل، 2005، ص71) إلى أهمية المرحلة الإعدادية في أن يهيئ التلميذ للدخول في سوق العمل وهو بمثابة بوتقة تكشف عما لدي التلاميذ في هذه المرحلة من قدرات واستعدادات ومواهب واعتبار مهام التعليم الإعدادي للوظائف التالية: اكتساب مهارات التعليم الذاتي، الانفتاح عل أساسيات المعرفة، تثبيت البناء

القيمي على أساس عقلاني، الاستمرار في تحقيق التعاون والتكامل الاجتماعي، اكتساب مبادئ ومهارات العمل والتفاعل مع المجتمع التكنولوجي.

2/1 مشكله البحث

من خلال عمل الباحث مشرف تربيه عملية على طلاب التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية لاحظ الباحث أثناء تنفيذ الدروس الخاصة بمهارات الكرة الطائرة انخفاض مستوى الأداء المهارى للتلاميذ في الكرة الطائرة، مما دعي الباحث إلي البحث للكشف عن أسباب ذلك ، ويرجع الباحث انخفاض مستوي أداء التلاميذ الي عدم استخدام معلمي التربية البدنية أساليب تدريسية حديثه ومتنوعة، مما دعا ذلك الي قيام الباحث باستمارة استطلاع رأي مبدئية لمعلمي التربية البدنية لمعرفه أساليب التدريس التي يتم استخدامها أثناء تنفيذ درس التربية البدنية مرفق (1) ، وقد أظهرت نتائج الاستطلاع قلة استخدام معلمي التربية البدنية لأساليب التدريس الحديثة والاقتصار علي الأسلوب التقليدي وهو الشرح اللفظي للمهارة وإعطاء نموذج لها، والذي يكون فيه المعلم هو حجر الزاوية في العملية التعليمية ويكون فيه المتعلم متلقيا لجميع أوامر وتوجيهات المعلم، وباستخدام أساليب تدريسية حديثه يمكن تطوير وتحسين الجانب المهاري لمستوي أداء التلاميذ في الكرة الطائرة كأحد الأنشطة الرياضية المقررة ، ويري الباحث من خلال القراءات للدراسات السابقة مثل دراسة (موافى، 2004، ص87)، ودراسة (سلامة، 2006، ص127)، ودراسة (بدير، 2005، ص97)، ودراسة محمد، 2011، ص34)، قد أجمعت نتائج هذه الدراسات علي نجاح استخدام بعض أساليب التدريس مثل (التقليدي _الذاتي – التبادلي _ توجيه الإقران - التعاوني) حيث تعتمد أساليب التدريس الحديثة (الذاتي - التبادلي) علي المشاركة الايجابية بين المعلم والمتعلم في إتمام العملية التعليمية بنجاح والتي يقوم فيها المعلم بدور التوجيه المباشر للمتعلم، مما قد يسهم في تنمية شخصيته، واعتماد التلاميذ علي أنفسهم، وتحمل المسئولية، وممارسة أساليب القيادة الامر الذي دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة العلمية وهى تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي ومعرفة تأثيره على مستوى أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لطلاب التعليم الإعدادي بدولة ليبيا (**دراسة مقارنة**)، وقد تكون هذه الدراسة إضافة علمية أمام المعلمين والمتخصصين في المجال التعليمي للارتقاء بمستوى العملية التعليمية في المهارات المختلفة.

3/1 أهمية البحث والحاجة إليه:-

1- قد يُسهم هذا البحث في إلقاء المزيد من الضوء علي أهمية أسلوبي التعلم التبادلي والذاتي وفاعليتهم خاصة في المرحلة الإعدادية .

2- سهوله استيعاب تلاميذ المرحلة الإعدادية للمهارات الأساسية للكرة الطائرة باستخدام أسلوبي التعلم التبادلي والذاتي في ظل الكثافة العددية داخل الملعب.

3- يأتي البحث استجابة للعديد من توصيات البحوث والدراسات فيسعي الي استخدام اساليب تدريسية غير تقليديه لتحسين نتائج العملية التعليمية.

4/1 هدف البحث

يهدف البحث الي تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي ومعرفة تأثيره على مستوى أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لطلاب التعليم الإعدادي بدولة ليبيا (**دراسة مقارنة**).

5/1 فروض البحث

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولي (التعلم الذاتي) علي مستوي أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي .
2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (التعلم التبادلي) علي مستوي اداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي.
3- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث في استخدام أساليب التعلم (الذاتي- التبادلي) علي مستوي أداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة لصالح أسلوب التعلم التبادلي.

6/1 بعض المصطلحات الواردة في البحث

1- التعلم : **Learning**: هو اكتساب للمعرفة المبنية علي الخبرة والتجربة.(بسطويسي، 1996، ص46)
2- أسلوب التعلم الذاتي: Style self-learning : هو النشاط التعليمي الذي يقوم به المتعلم مدفوعا برغبته الذاتية بهدف تنميه استعداداته وإمكاناته وقدراته مستجيبا لميوله واهتماماته بما يحقق شخصيته وتكامل التفاعل الناجح مع مجتمعه . (أنور، وآخرون، 2007، ص135)
3- أسلوب التعلم التبادلي: Interactive learning : هو عبارة عن أنشطه تعليمية تأتي علي هيئه حوار بين المعلم والمتعلمين او بين المتعلمين بعضهم البعض بحيث يتبادلون الأدوار. (سونيا علي، 2012، ص47)

1/2 الدراسات السابقة

1- دراسة " امير صبري بدير ابو العطا " (2005م)(4) بعنوان " فاعليه استخدام اسلوب التعلم التعاوني والتبادلي علي التحصيل المعرفي والمهارى لبعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية " بهدف التعرف علي فاعليه استخدام اسلوب التعلم التعاوني والتبادلي علي التحصيل المعرفي والمهارى لبعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت العينة علي 60 تلميذا تم اختيارهم بالطريقة العمدية العشوائية واظهرت النتائج مدي صدق وصلاحيه استمارة تقييم الاداء.
2- دراسة " رحاب محمد محمود سلامه " (2006م)(7) بعنوان "اثر استخدام اسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي علي مستوي اداء طالبات كليه التربية الرياضية في رياضه المبارزة " بهدف تأثير استخدام اسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي علي مستوي اداء طالبات كليه التربية الرياضية في رياضه المبارزة واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت العينة علي 39 طالبه تم اختيارهم بالطريق العشوائية واظهرت النتائج ان استخدام اسلوب التبادلي له تأثير فعال علي تحسين مستوي الاداء ، ايضا من خلاله اسهم بصورة ايجابيه وفعاله في تعلم الهجوم والدفاع والتفكير ،كما انه اثبت اسلوب التعلم التبادلي فاعليه اللاعبة نحو التعلم وزياد دافعيتها للمشاركة الإيجابية ، كما انها اثبتت مدي صدق وثبات الاختبارات.
3- دراسة " محمد عبد رب النبي " (2011م)(16) بعنوان " تأثير استخدام اسلوبي العمل التبادلي والاوامر في تعلم بعض مهارات كرة اليد لطلبه الحلقة الثانية من التعليم الاساسي " بهدف التعرف عل تأثير استخدام اسلوبي العمل التبادلي والاوامر في تعلم بعض مهارات كرة اليد لطلبه الحلقة الثانية من التعليم الاساسي، استخدم الباحث المنهج التجريبي ،اشتملت عينه البحث علي تلاميذ الصف الاول الاعدادي البالغ عددهم 70 تلميذ تم اختياره بالطريقة العمدية العشوائية واظهرت النتائج مدي صدق وصلاحيه استمارة تقييم الاداء.
4- دراسة شيماء عبدالسلام حامد (2013م)(12) بهدف التعرف علي تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني والذاتي على مخرجات التعلم في الكرة الطائرة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي 60 تلميذة من الصف الاول الاعدادي بالطريقة العشوائية، وكانت اهم النتائج البرنامج التعليمي المقترح له تأثير فعال علي تعلم بعض المهارات الاساسية في

الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الاعدادية – البرنامج التعليمي المقترح له تأثير فعال علي مخرجات التعلم في الكرة الطائرة – البرنامج التعليمي المقترح له تأثير علي تنمية المهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

1/3 خطة وإجراءات البحث

1/1/3 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين وذلك لمناسبته لهدف وطبيعة هذا البحث.

2/1/3 مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الصف الثالث الاعدادي للمدارس الاعدادية بإدارة مصراته التعليمية بالمنطقة الوسطى بدولة ليبيا والبالغ عددهم 80 تلميذ للعام الدراسي 2022م/2023م.

3/1/3 عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من مجتمع البحث وتتراوح أعمارهم من(14-16) سنه حيث بلغت العينة الكلية للبحث(80) تلميذاً، وقد تم تقسيم عينه البحث الأساسية إلى مجموعتين تجريبيتين قوام كل منها(30) تلميذ. وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

توصيف مجتمع وعينة البحث الكلية

(ن= 80)

البيان	عدد العينة	النسبة المئوية
عينة البحث الكلية	80 طالب	%100
المجموعة التجريبية الأولى (التعلم الذاتي)	30 طالب	%37.5
المجموعة التجريبية الثانية (التعلم التبادلي)	30 طالب	%37.5
العينة الاستطلاعية	20 طالب	%25

5/1/3 تجانس عينة البحث الكلية

تم إجراء القياسات الخاصة بالتجانس لأفراد عينة البحث الكلية البالغ عددهم (80) طالب قبل بدء تطبيق البرنامج وذلك للدلالة على تجانس أفراد العينة في المتغيرات (الانثروبومترية، المهارية) قيد البحث، والتي قد تؤثر على نتائج البحث. وكانت معاملات الالتواء كما يوضحها جدول (1).

جـدول (1)

حساب درجة تجانس عينة البحث في المتغيرات الانثروبومترية والمهارية قيد البحث ن = 80

المتغيرات	القياس	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الانثروبومترية	العمر	سنة	15.20	0.403	1.53
	الطول	سم	166.63	4.079	1.12
	الوزن	كجم	57.26	5.92	1.05
الاختبارات المهارية	اختبار دقة الإرسال	درجة	25.55	2.86	0.67
	اختبار تكرار حائط الصد	درجة	34.05	2.82	0.36
	اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	3.061	751.	0.11
	اختبار الدفاع عن الملعب لمراكز مختلفة	درجة	24.60	2.61	0.33

يتضح من جدول (1) أن معاملات الالتواء قد انحصرت بين (+3 ، -3) في المتغيرات الأنثروبومترية، والمهارية قيد البحث، مما يدل على خلو عينة البحث الكلية من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية، وبذلك يُعد مجتمع البحث مجتمعاً اعتداليا متجانساً في تلك المتغيرات.

6/1/3 التقنين العلمي للاختبارات والمقاييس قيد البحث

1- معامل الصدق (صدق المقارنة الطرفية)

للتأكد من صدق الاختبارات المهارية قيد البحث استخدم الباحث صدق المقارنة الطرفية، وذلك عن طريق تطبيق تلك الاختبارات على العينة الاستطلاعية التي قوامها (20) تلميذاً من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وقد تم حساب دلالة الفروق الإحصائية بين الربيع الأعلى، والربيع الأدنى، وجدول (2) يوضح ذلك.

جـدول (2)

دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى للاختبارات المهارية قيد البحث ن = 20

المتغيرات	القياس	وحدة القياس	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		قيمة(Z)	الدلالة الإحصائية
			المتوسط	المجموع	المتوسط	المجموع		
الاختبارات المهارية	اختبار دقة الإرسال من أسفل	درجة	27.75	3.55	15.53	2.99	12.01	دال
	اختبار تكرار حائط الصد	درجة	15.33	3.25	12.55	3.55	2.63	دال
	اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	22.45	2.45	18.32	2.33	4.99	دال
	الدفاع عن الملعب لمراكز مختلفة	درجة	23.44	3.86	20.33	3.23	3.10	دال

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.73

يتضح من جدول (2) وجود فروق دالة إحصائياً بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في الاختبارات المهارية قيد البحث لصالح الربيع الأعلى وهذا يعني أن الاختبارات قادرة على التمييز بين المجموعات المختلفة.

2- معامل الثبات: لحساب ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث استخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق وذلك على عينة قوامها (20) عشرون تلميذ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وبفاصل زمني مدته (8) أيام بين التطبيقين الأول والثاني، وجدول (3) يوضح ذلك.

جـدول (3)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المهارية قيد البحث ن = 20

المتغيرات	القياس	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
			المتوسط	المجموع	المتوسط	المجموع	
الاختبارات المهارية	اختبار دقة الإرسال من أسفل	درجة	13.75	2.48	14.35	2.43	0.71
	اختبار تكرار حائط الصد	درجة	12.63	1.55	13.25	1.25	0.60
	اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	15.22	2.45	16.33	2.41	0.93

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) = 1.73

يتضح من خلال جدول (3) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد البحث قد تراوحت بين (0.60 : 0.93)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات الاختبارات.

7/1/3 تكافؤ المجموعتين التجريبيتين قيد البحث

جـدول (4) دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين التجريبيتين في الاختبارات المهارية قيد البحث ن = 30

المتغيرات	القياس	وحدة القياس	مجموعة تجريبية 1		مجموعة تجريبية 2		قيمة (T)	الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الاختبارات المهارية	اختبار دقة الإرسال من أسفل	درجة	24.03	3.01	25.06	2.67	1.14	غير دال
	اختبار تكرار حائط الصد	درجة	3.10	0.76	3.03	0.76	0.32	غير دال
	اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	33.43	3.35	44.63	2.88	0.37	غير دال
	الدفاع عن الملعب لمراكز مختلفة	درجة	24.37	2.31	24.83	2.84	0.64	غير دال

قيمة (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.70

يتضح من جدول (4) تكافؤ المجموعتين التجريبيتين الاولي والثانية في المتغيرات المهارية قيد البحث، حيث اتضح إن قيم (T) المحسوبة في المتغيرات المهارية قد انحصرت ما بين ما بين (0.32) الى (1.14) وهذه القيم المحسوبة أقل من قيمه (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، وهذا يدل على عدم وجود فروق داله إحصائيا بين المجموعتين في المتغيرات المهارية قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات.

8/1/3 أدوات ووسائل جمع البيانات

أولا- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

ساعة ايقاف stope watch لقياس الزمن لأقرب 100/1 من الثانية - أقماع بلاستيك (بالألوان مختلفة) - أرقام حسابية - أطواق - شريط قياس - كرات طبية - كرات طائرة - صفارة - صندوق خشبي - علامات لاصقة - ملعب كرة طائرة - طباشير الألوان - كرات طائرة - لوحه قياس النظر - أشكال هندسية - جهاز الرستاميتر لقياس الارتفاع (الطول) بالسنتيمتر - جهاز الميزان الطبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.

ثانياً- وسائل جمع البيانات المستخدمة في البحث:

1- استمارة تسجيل بيانات الطالب الشخصية (اسم الطالب – الطول – السن - الوزن).

2- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات البدنية.

3- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات المهارية للمهارات الأساسية قيد البحث.

9/1/3 تجربة البحث الأساسية

تتمثل التجربة الأساسية في الخطوات التي اتخذها الباحث من بداية وضع الوحدات التعليمية وما به من التطبيقات القبلية والبعدية وذلك عن طريق تحديد الاهداف العامة والخاصة بكل درس وتحديد المهارة الخاصة بكل وحدة تعليمية.

أولاً: تنفيذ الوحدات الخاصة بأسلوب التعلم التبادلي:

والتي تم تنفيذها يوم الاثنين من كل اسبوع على عينة البحث والتي عددها 30 تلميذ ويقوم الباحث بشرح الفترة ويرافقه أحد معلمي المدرسة لمساعدته في اداء الفترة على أكمل وجه مع مراعاة الخطوات التالية داخل اسلوب التعلم التبادلي:

1- يقسم الباحث التلاميذ الي مجموعات زوجية بحيث يكون كل تلميذين فريق (تلميذ مؤدي وتلميذ ملاحظ).

2- توزيع ورقة المعيار على التلاميذ الملاحظين لفهم ما بداخلها من خطوات تعليمية.

3- يبدأ التلاميذ في الاداء وذلك عن طريق اخذ المعلومات من زميلة الملاحظ.
4- لا ينتقل التلميذ من خطوة تعليمية الي اخري حتى يتقنها.
5- تقديم الباحث لتغذية راجعة مستمرة في حالة وجود خطا متكرر بين التلاميذ.
6- بعد اداء التلميذ المؤدي لجميع الخطوات يقوم التلاميذ بتبديل الادوار فيما بينهم.

ثانياً: تنفيذ الوحدات الخاصة بأسلوب التعلم الذاتي:

ويتم تنفيذ الوحدات التعليمية بأسلوب التعلم الذاتي يوم الاربعاء من كل اسبوع على عينة البحث الأخرى وعددها 30 تلميذ بمساعدة معلمين التربية البدنية بالمدرسة مع مراعاة:

1- فهم التلاميذ ما بداخل ورقة المعيار الخاصة بالأسلوب.

2- التدرج في تعليم الخطوات.

3- تقديم التغذية الراجعة المستمرة للتلاميذ.

4- تقويم اداء التلاميذ باستمرار. وتقويم التلاميذ الاداء بأنفسهم وتصحيح الأخطاء.

10/1/3 الخطوات التنفيذية للبحث

1- الدراسة الاستطلاعية الأولي: قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولي يوم السبت (2022/10/11) حتى يوم الأربعاء (2022/10/18) واستهدفت الاتي:-

- معرفة المساعدين للأدوار المكلفة لهم أثناء تنفيذ البرنامج التعليمي على عينة البحث وكيفية التسجيل لنتائج الاختبارات في استمارة التسجيل.
- مدى صلاحية الملعب المدرسي لتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح واجراء الاختبارات المختارة قيد الدراسة.
- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في القياس ومدى ملائمتها للدراسة.
- معرفة الطرق الصحيحة التي تستخدم لأجراء القياسات بطريقة سليمة.
- ترتيب الاختبارات المختارة وذلك لتحقيق النتائج المرجوة وتوفير الوقت والجهد، وكانت من اهم نتائجها:

تم تحديد اثنين معلمين تربية بدنية من داخل المدرسة، وقد فهم كل منهم الأدوار المكلفة لهم أثناء تنفيذ البرنامج التعليمي على عينة البحث، كما تم تحديد أماكن اجراء الاختبارات داخل ملعب الكرة الطائرة، أما الادوات فهي مناسبة للاستعمال.

2- الدراسة الاستطلاعية الثانية: قام الباحث بإجراء هذه الدراسة يوم السبت (2022/10/19 حتي يوم 2022/10/22) بهدف التأكد من أمكانية تنفيذ التدريبات ومدي مناسبتها لعينة البحث، حيث تم تنفيذ نماذج من التدريبات المستخدمة في وحدات البحث وتجريبها علي أفراد العينة الاستطلاعية لمعرفة مدي مناسبتها وأسلوب تنفيذها خلال الدراسة الأساسية، واستهدفت الاتي:-

- مدى مناسبة التمرينات وأجزاء كل درس لتلاميذ الصف الثالث الاعدادي.
- اكتشاف ما يظهر من صعوبات تواجه الباحث أثناء عملية تطبيق الاختبارات المهارية وبعض الدروس التعليمية والتغلب عليها.
- توفير عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج التعليمي، من أهم نتائجها، تنفيذ الاختبارات المهارية قيد البحث.

وقد تم التأكد من سهولة التدوين في استمارات القياس ومن أن المساعدين يفهمون طريقة تسجيل النتائج للاختبارات، تم التأكد من أن التمرينات البدنية يستطيع التلاميذ أدائها، تم الوقوف على بعض الصعوبات التي

قد تواجه تطبيق البرنامج التعليمي والعمل على حلها، تم توفير عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج التعليمي.

3- القياسات القبلية: أُجريت القياسات القبلية في متغيرات البحث لمجموعتي البحث في الفترة من يوم السبت الموافق 10/23 / 2022 إلى يوم الأربعاء الموافق 11/18 / 2022.

4- تنفيذ البرنامج: تم تنفيذ البرنامج باستخدام اسلوب التعلم الذاتي واسلوب التعلم التبادلي لتعليم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة على تلاميذ الصف الثالث الاعدادي بمدرسة مصراته المركزية على المجموعتين التجريبيتين، لمدة (10) أسابيع وتم التطبيق في الفترة من يوم الاحد الموافق 2023/2/11 إلى يوم الأربعاء الموافق 2023/4/25 بواقع فترة أسبوعياً، أيام (الاثنين- الاربعاء)، حيث بلغ زمن الفترة (90ق) وقد راعى الباحث أن يتم التدريس كالآتي

- تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة (اسلوب التعلم الذاتي) على المجموعة التجريبية الأولى قيد البحث وذلك يوم الاربعاء من كل اسبوع.
- تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة (اسلوب التعلم التبادلي) على المجموعة التجريبية الثانية قيد البحث وذلك يوم الاثنين من كل اسبوع.

5- القياسات البعدية: بعد الانتهاء من تطبيق البرامج تم إجراء القياسات البعدية للمجموعة التجريبية في الفترة من الاحد الموافق 26/ 4/ 2023 إلى يوم الأربعاء الموافق 5/6/ 2023 وبنفس الشروط التي اتبعت في القياس القبلي للمجموعتين التجريبيتين المجموعة التجريبية الأولى (اسلوب التعلم الذاتي)، والمجموعة التجريبية الثانية (اسلوب التعلم التبادلي).

1/4 عرض النتائج تفسيرها ومناقشتها

1/1/4 عرض النتائج:

1- عرض نتائج الفرض الاول والذي ينص علي أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولي (التعلم الذاتي) علي مستوي أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي.

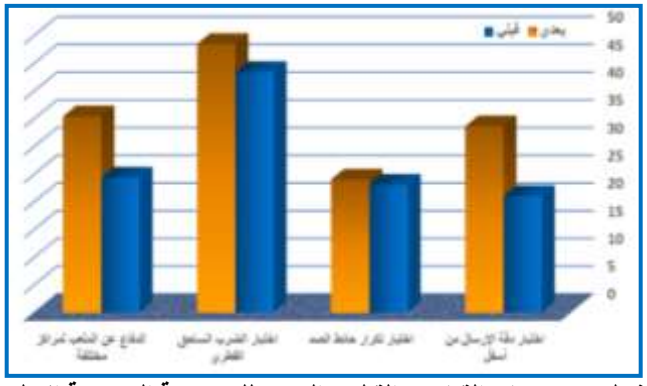
جدول رقم (5)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى قيد البحث (ن 30)

المتغيرات	وحدة القياس	فترة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
اختبار دقة الإرسال من أسفل	درجة	قبلي	21.03	3.018	15.88	12.6	%59.9
		بعدي	33.633	2.962			
اختبار تكرار حائط الصد	درجة	قبلي	3.10	.786	7.99	.933	%30.1
		بعدي	4.03	.802			
اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	قبلي	43.433	3.313	9.76	5.033	%11.59
		بعدي	48.47	3.481			
الدفاع عن الملعب لمراكز مختلفة	درجة	قبلي	24.367	2.386	21.21	11.033	%45.28
		بعدي	35.40	2.540			

قيمة (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.70

يتضح من جدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (اسلوب التعلم الذاتي) في مستوى اداء مهارات الكرة الطائرة وهي (الإرسال من أسفل، الضرب الساحق، حائط الصد، الدفاع عن الملعب) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 وتراوحت نسبة التحسن ما بين (11.59% - 59.9%)



شكل (1) درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى

2- عرض نتائج الفرض الثاني والذي ينص علي أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (التعلم التبادلي) علي مستوي اداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي.

جدول رقم (6)

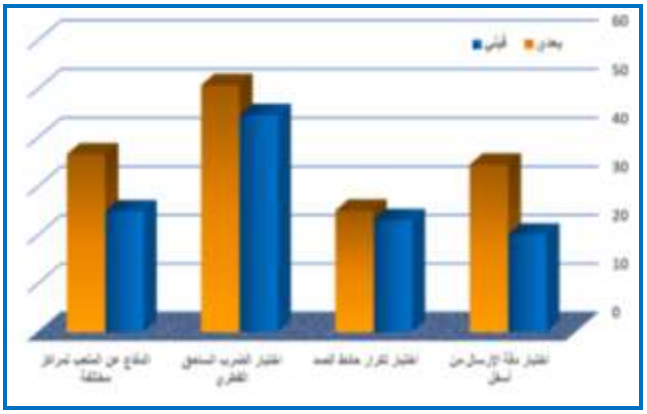
دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية قيد البحث (ن 30)

المتغيرات	وحدة القياس	فترة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
اختبار دقة الإرسال من أسفل	درجة	قبلي	20.06	2.677	19.78	14.4	%71.76
		بعدي	34.46	3.191			
اختبار تكرار حائط الصد	درجة	قبلي	3.03	.764	10.10	1.96	%64.83
		بعدي	5.00	.879			
اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	قبلي	44.63	2.882	10.71	6.16	%13.81
		بعدي	50.80	3.458			
الدفاع عن الملعب لمراكز مختلفة	درجة	قبلي	24.83	2.80	15.96	11.73	%47.24
		بعدي	36.56	2.090			

قيمة (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.70

يتضح من جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (اسلوب التعلم التبادلي) في مستوى اداء مهارات الكرة الطائرة وهي (الإرسال

من أسفل، حائط الصد، الضرب الساحق القطري، الدفاع عن الملعب) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 وتراوحت نسبة التحسن ما بين (13.81% - 71.76%)



شكل (2) درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية

3- عرض نتائج الفرض الثالث والذي ينص علي أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث في استخدام أساليب التعلم (الذاتي- التبادلي) علي مستوي أداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة لصالح أسلوب التعلم التبادلي.

جدول رقم (7)

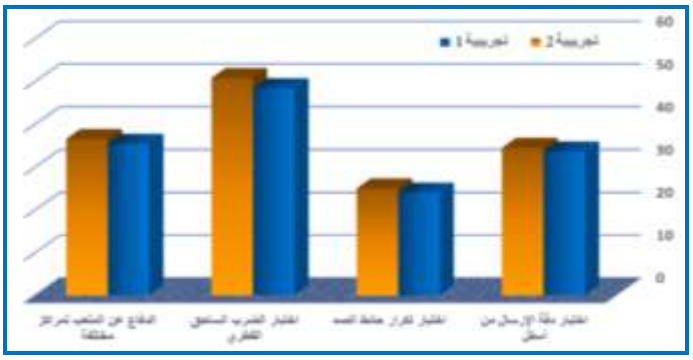
دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعدي للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية قيد البحث (ن 30)

القياس	وحدة القياس	مجموعة تجريبية 1		مجموعة تجريبية 2		قيمة (T)	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
اختبار دقة الإرسال من أسفل	درجة	33.63	2.96	34.47	3.19	1.36	0.83	%2.48
اختبار تكرار حائط الصد	درجة	4.03	0.80	5.00	0.87	4.56	0.97	%23.9
اختبار الضرب الساحق القطري	درجة	48.40	3.48	50.80	3.45	2.97	2.33	%4.81
الدفاع عن الملعب لمراكز مختلفة	درجة	35.40	2.54	36.56	2.09	1.86	1.16	%3.29

قيمة (T) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.70

يتضح من جدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية الاولى (اسلوب التعلم الذاتي)، والمجموعة التجريبية الثانية (اسلوب التعلم التبادلي) في مهارات (الضرب الساحق، وحائط الصد، الدفاع عن الملعب) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند

مستوى 0.05 ولا توجد فروق بين المجموعتين في مهارة الارسال حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05



شكل (3) درجات القياسين البعدي للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية

2/4 تفسير النتائج تفسيرها ومناقشتها

من خلال أهداف البحث وفروضه ومن خلال ما تم اتخاذه من إجراءات وفي حدود عينة البحث توصل الباحث إلى النتائج التالية:

1- تفسير نتائج الفرض الاول:

يتضح من جدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (اسلوب التعلم الذاتي) في مستوى اداء مهارات الكرة الطائرة (قيد البحث) وهى (الإرسال، الضرب، الصد، الدفاع) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 ولصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (0.93 : 12.60) وقد بلغت أكبر قيم (ت) (12.6) وهو ما يتمثل في اختبار الارسال، في حين بلغت أقل قيم (ت) (0،93) وهو ما يتمثل في اختبار حائط الصد، وقد بلغت نسبة التحسن لدى المجموعة التجريبية الاولي بين(11.59%إلى 59.9%). ويعزى الباحث ذلك التحسن في المهارات الأساسية لدى أفراد المجموعة التجريبية الاولي إلى فاعلية محتوى الوحدات التعليمية بأسلوب التعلم الذاتي، والتي أثر تأثيراً واضحاً في كل المهارات الأساسية للكرة الطائرة لطلاب الصف الثالث الاعدادي وكان التأثير واضح من خلال نتائج القياس البعدي. وهو ما اكدته دراسة (ريهام نظمي، 2013، ص305) حيث اكدت ان الوحدات المستخدمة بأسلوب التعلم الذاتي كان لها تأثير واضح على تنمية المهارات الحركية الأساسية، وايضا دراسة (شيماء حامد، 2013، ص98) حيث اكدت الي ان البرنامج التعليمي المستخدم اسلوب التعلم الذاتي كان له تأثير على مخرجات التعلم ف الكرة الطائرة. كما يري (أنور، واخرون، 2007، ص125)، أن أسلوب التعلم الذاتي هو من أهم أساليب التعلم التي تتيح توظيف مهارات التعلم بفاعليه عالية مما يسهم في تطوير الإنسان سلوكيا ومعرفيا ووجدانيا وتزويده بسلاح مهم يمكنه من استيعاب معطيات العصر القادم وهو نمط من أنماط التعلم الذي يتعلم فيه التلميذ كيف يتعلم وما يريد هو بنفسه ان يتعلمه، وأن إتقان وامتلاك مهارات التعلم الذاتي تمكن الفرد من التعلم في كل الأوقات وطوال العمر خارج المدرسة وداخلها وهو ما يعرف بالتربية المستمرة. وهذا ما تشير الية (ريهام نظمي، 2013، ص307)ان التعلم الذاتي هو من الأساليب والاستراتيجيات التي تسعي إلي وضع الأسس والقواعد المعينة للمتعلم لاكتساب المهارات المختلفة ويعلم نفسه، وبذلك يكون الباحث قد حقق صحة الفرض الاول والذي

ينص على أنه: **توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولي (التعلم الذاتي) على مستوي أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي.**

2- تفسير نتائج الفرض الثاني:

يتضح من خلال نتائج جدول رقم(6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (اسلوب التعلم التبادلي) في مستوى اداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (قيد البحث) وهى (الإرسال ، الضرب، الصد، الدفاع) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى0،05 ولصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (1،96 : 14،40) وقد بلغت أكبر قيم (ت) (14،40) وهو ما يتمثل في اختبار الارسال، في حين بلغت أقل قيمه (ت) (1،96) وهو ما يتمثل في اختبار حائط الصد، كما بلغت نسبه التحسن لدى المجموعة التجريبية الثانية ما بين (13،81%إلى 71،76%). ويرجع الباحث هذا التقدم الي ان استخدام اساليب حديثة كأسلوب التعلم التبادلي أثر تأثيراً واضحاً في كل المهارات الأساسية للكرة الطائرة لطلاب الصف الثالث الاعدادي وكان التأثير واضح من خلال نتائج القياس البعدي، وهذا ما أكدته دراسة (موافى، 2004، ص87)، حيث اشارت الي ان برنامج اسلوب التعلم التبادلي يساعد على قياس المستوي المهارى في الكرة الطائرة. وايضا دراسة (بدير، 2005، ص97)، والتي اشارت الي استخدام اسلوب التعلم التبادلي يساعد على قياس المستوي المهارى في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الاعدادية. ودراسة (اميرة رشاد، 2014م، ص91)، والتي اشارت الي استخدام اسلوب التعلم التبادلي كانت اهم النتائج استخدام الاسلوب التبادلي في التدريس اثناء تعلم مهارات الإسكواش أثر تأثيرا ايجابيا على نتيجة التعلم وذلك من خلال القياس البعدي، وهذا ما أشارت إليه (مكارم أبو هرجه، 1994م، ص221) الي ان اسلوب التعلم التبادلي له تأثير كبير وواضح من قدرة التلميذ علي الملاحظة والحكم على اداء زميلة وقدرة التلميذ علي الاداء بحرية أكبر. وتشير (نوال شلتوت، ميرفت علي خفاجة، 2002م، ص58)، إلى أن أسلوب التعلم التبادلي يعطي للطالب دورا رئيسيا في العملية التعليمية وهو قائم علي التغذية الراجعة من جانب الزميل لتصحيح الأداء الحركي، كما يؤكد (عبد الكريم، 2015م، ص128) علي أن أسلوب التعلم التبادلي يتعلم فيه التلاميذ بقدر ما يتحملون من مسئوليه ومن الاعتماد علي النفس في تلقي المعلومة حيث يقوم التلاميذ بالعمل في مجموعات زوجيه ويقوم كل فريق بمحاوله معرفه المعلومة، ويعزى الباحث ذلك التحسن في المهارات الأساسية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية إلى فاعلية محتوى الوحدات التعليمية بأسلوب التعلم التبادلي، والتي تعتبر أساس تحسين المهارات المنهجية قيد البحث. وبذلك قد يكون الباحث حقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على أنه: **توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (التعلم التبادلي) على مستوي اداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي.**

3- تفسير نتائج الفرض الثالث:

يتضح من نتائج جدول (7) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين البعدي للمجموعة التجريبية الأولى المستخدمة **أسلوب التعلم الذاتي**، والمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة **اسلوب التعلم التبادلي** في مستوي اداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 ولا توجد فروق بين المجموعتين في مهارة الارسال حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى

0.05 ، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (0.833 : 2.33) وقد بلغت أكبر قيم (ت) (2،33) وهو ما يتمثل في اختبار الضرب الساحق، في حين بلغت أقل قيمه (ت) (0،833) وهو ما يتمثل في اختبار الارسال، كما بلغت نسبه التحسن لدى المجموعة التجريبية الثانية بين(2،477%إلى 23،97%). ويرجع الباحث هذا التقدم الي استخدام اساليب علمية حديثة التي تسعي دائما الي مشاركة التلميذ الايجابية في العملية التعلمية ولكن كان اسلوب التعلم التبادلي اكثر فاعلية عن اسلوب التعلم الذاتي في مهارة (الضرب الساحق – حائط الصد- الدفاع عن الملعب) وكان هناك تساوي في المجموعتين التجريبية الاولي والثانية في مهارة الارسال، وهذا ما تشير إلية دراسة (رحاب سلامة، 2006م، ص127)، والتي اكدت علي استخدام اسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي واظهرت النتائج ان استخدام اسلوب التبادلي له تأثير فعال علي تحسين مستوي الأداء، ويعزى الباحث ذلك التحسن في المهارات الأساسية لتلاميذ الصف الثالث الاعدادي في الكرة الطائرة لدى أفراد المجموعتين التجريبيتين الاولي والثانية إلى فاعلية محتوى الوحدات التعليمية بأساليب التعلم الذاتي واسلوب التعلم التبادلي، ولكن كان اسلوب التعلم التبادلي اكثر فاعلية من اسلوب التعلم الذاتي لتلاميذ الصف الثالث الاعدادي، والتي من خلالها يكون الباحث قد حقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على أنه: **وجود فروق دالة بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث في استخدام أساليب التعلم (الذاتي- التبادلي) علي مستوي أداء المهارات الأساسية للكرة الطائرة لصالح أسلوب التعلم التبادلي.**

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

1- احمد السيد موافى (2004م): "تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي مستوي التحصيل المهادي والمعرفي في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.

2- احمد خضري محمد (2010م): "كيف تكون في الكرة الطائرة (معلم- مدرب- حكم)"، كليه التربية الرياضية، مطبعه أم المؤمنين، أسيوط .

3- احمد ماهر أنور ،علي محمد عبد المجيد ،إيمان احمد ماهر(2007م): "التدريس في التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة.

4- امير صبري بدير (2005م) : "فاعلية استخدام اسلوب التعلم التعاوني والتبادلي علي التحصيل المعرفي والمهارى لبعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

5- أميرة احمد رشاد (2014م): "تأثير استخدام الأسلوب التبادلي علي تعلم بعض المهارات الدفاعية في رياضة الاسكواش" ،رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

6- بسطو يسي احمد بسطو يسي (1996م): "أسس ونظريات الحركة" ،دار الفكر العربي ،القاهرة.

7- رحاب محمد سلامة (2006م): "اثر استخدام اسلوب التعلم الذاتي والتبادلي علي مستوي اداء طالبات كلية التربية الرياضية جامعة اسيوط في رياضة المبارزة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط .

8- ريهام جمال نظمي (2013م): "فاعلية استخدام استراتيجية التعلم الذاتي في تنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدي طفل ما قبل المدرسة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة عين شمس، القاهرة.

9- زكي محمد محمد (2012): " الاستراتيجيات الحديثة في تدريس وتدريب المهارات الاساسية في الكرة الطائرة"، دار الكتاب الحديث، القاهرة .

10- سوزان يوسف ابو الفضل (2005م): "تطوير مدارس الفصل الواحد ف ضوء تطبيق معايير القومية للتعليم "دراسة ميدانية" (تكوين المعلم ف ضوء معايير الجودة الشاملة بكليات التربية) كلية التربية بقنا، جامعه جنوب الوادي.

11- سونيا هانم علي (2012م): "طرق التدريس المعاصرة" ،عالم الكتاب ،القاهرة .

12- شيماء عبد السلام حامد (2013م): "تأثير برنامج تعليمي باستخدام أسلوبي التعلم التعاوني والذاتي علي مخرجات التعلم في الكرة الطائرة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي"، رسالة ماجستير، المنصورة.
13- علي زكي ثابت (2006م): "عوامل ضعف استخدام المدرسين لسلطاتهم في الضبط المدرسي " بحث علمي ،مجله البحث في التربية وعلم النفس ،كليه التربية الرياضية بنين ، جامعه الزقازيق.
14- عفاف عبد الكريم حسن (1999م): " التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضة ، (أساليب واستراتيجيات وتقويم) ،ط3 ، دار المعارف ، الإسكندرية.
15- مجدي عزيز إبراهيم (2004م): "استراتيجيات التعليم وأساليب التعلم"، مكتبه الانجلو المصرية، القاهرة.
16- محمد عبد رب النبي محمد (2011م): "تأثير استخدام اسلوب العمل التبادلي والاوامر في التعلم لبعض مهارات كرة اليد لطلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنضورة.
17- محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم احمد (1997م): "الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم (بدني، مهاري، نفسي، تحليلي)"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
18- مكارم حلمي أبو هرجه (1994م): "مناهج التربية الرياضية"، مركز الكتاب للنشر ،القاهرة .
19- محمود عبدالحليم عبدالكريم (2006م): "ديناميكية تدريس ألتربيه الرياضية" ،مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
20- محمود عبدالحليم عبدالكريم (2015م): "منظومة الرياضة المدرسية" (التعليم الجيد)"، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.
21- ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهيم (1998م): "طرق التدريس في التربية الرياضية" ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
22- نسيمه محمود إبراهيم (2006م): "استخدام أسلوب النظم لتعليم مهارات الكرة الطائرة"، دار الوفاء للطباعة، الإسكندرية.
23- نوال إبراهيم شلتوت ، ميرفت علي خفاجة (2002م): "طرق التدريس في التربية الرياضية"، الجزء الثاني التدريس للتعليم والتعلم ،مكتبه ومطبعه الإشعاع الفنية جامعه الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية

24- Guskey،T.R: Mastry learning in N. J. Smelser& P. B. Baltes (Eds)International Encylobedia of Social & Behavior Sciences oxford، England :Elsevier Scince 2001.
25- Schilling، Mary Lou ،E; The effect of the three style of teaching on university students sport performance ،http;ericir .sys.edu /pluals .cgi/2000.

ثالثاً: المراجع عبر شبكة المعلومات الدولية

26- http://www.sport.ta4a.us/team-sports/volleyball/968-volleyball.html

تقييم واقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا

د/ عبد المنعم علي برق
د / دلال الفيتوري سلمان

المستخلص

تجلت أهمية البحث من خلال تقييم واقع الاجهاد الوظيفي لمعلمات التربية البدنية في المنطقة الغربية بليبيا لمنطقة الزاوية، أذ ان هناك عدة عوامل أدت الى تقليل مستوى اداء معلم التربية البدنية ولمواكبة التغيرات والتطورات في مجتمعنا التي تحدث داخل العملية التعليمية، أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وتمثل مجتمع البحث البالغ عددهن (223) معلمه لتربية البدنية وهم يمثلون نسبة (100%) من المعلمات المكلفات بجداول دراسية، وقد تم توزيع الاستبيان عليهم جميعا وقد تم الحصول على (127) استمارة وهم يمثلون نسبة (57%) من مجتمع البحث الاصلي وهذا يعبر عن اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية والتي بلغ قوامها (127) معلمة وقد تم تصميم استمارة الاستبيان لقياس مستوى الاجهاد الوظيفي حيث تحتوي على (40) عبارة وهي مقسمة على (6) ابعاد وبمعامل ثبات (79%) ويحتوي الاستبيان على عدة فقرات تضمنت جوانب عديدة، وبعد توزيع الاستبيان وتحليل النتائج توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية، حيث حققت نتائج المقياس الى وجود مستوى عالي من الاجهاد الوظيفي لدى معلمات التربية البدنية ، والى عدم وجود فروق بين استجابات عينة البحث بحسب متغيرات المؤهل العلمي و سنوات الخبرة، والى وجود نقص حاد في معلمات التربية البدنية بالمدارس وعدد كبير منهم اصبحت في مرحلة سن التقاعد من المهنة، وقد أوصى الباحثان لتعزيز وتنمية العلاقات الاجتماعية بين المعلمات وتنظيم البيئة التعليمية والعمل على تعويض النقص الحاد في معلمات التربية البدنية بالمدارس وخاصة انه عدد كبير منهم اصبحت في مرحلة سن التقاعد من المهنة، وحث وزارة التعليم العالي والبحث العلمي لتوجيه خريجات طالبات الشهادة الثانوية العامة الى الالتحاق بكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وخاصة في عدم وجود خريجات جدد من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية من سنة (2017).

الكلمات المفتاحية : معلم التربية البدنية ، الاجهاد الوظيفي.

Abstract

The importance of the research was demonstrated by evaluating the reality of job stress for physical education teachers in the western region of Libya, for the Al-Zawiya region, as there are several factors that led to a reduction in the level of performance of the physical education teacher. To keep pace with the changes and developments in our society that occur within the educational process, the researchers used the descriptive approach using the survey method and it includes The research community numbered (223) physical education teachers, and they represent (100%) of the teachers assigned to study schedules. The questionnaire was distributed to all of them. (127) forms were obtained, and they represent (57%) of the original research community, and this expresses On selecting the research sample by a random, intentional method, which included (127) female teachers. The questionnaire form was designed to measure the level of job stress, as it contains (40) statements and is divided into (6) dimensions with a

reliability coefficient of (79%). The questionnaire contains several paragraphs that include aspects After distributing the questionnaire and analyzing the results, the researchers reached the following conclusions. The results of the scale indicated that there was a high level of job stress among physical education teachers, and that there were no differences between the responses of the research sample according to the variables of academic qualification and years of experience, and that there was a severe shortage in Physical education teachers in schools, a large number of whom are in the retirement age stage of the profession. The two researchers recommended strengthening and developing social relations between teachers, organizing the educational environment, and working to compensate for the acute shortage of physical education teachers in schools, especially since a large number of them have become in the retirement age stage of the profession. He urged the Ministry of Higher Education and Scientific Research to direct female graduates of high school diploma students to join the colleges of physical education and sports sciences, especially in the absence of new female graduates from the college of physical education and sports sciences in Zawiya since the year (2017).

Keywords :Physical education teacher, job stress

1-1- المقدمة ومشكلة البحث:

تعد مهنة التدريس إحدى المهن الاجتماعية الضاغطة والمجهدة للمعلم، نظراً لكثرة مسئولياتها وأعبائها التي تجعل بعض المدرسين غير راضيين عن مهنتهم، وغير مطمئنين على حياتهم ومستقبلهم المهني، مما يكون له أثار سلبية على عطائهم وكفاءاتهم في الأداء الوظيفي، وعلى رأسهم معلم التربية البدنية لما لتخصصه الأهمية البالغة للطلبة، والتي تتطلب جهد بدني ونفسي وحركي، وكثرة الإجهاد الوظيفي تنعكس سلباً على أداء واجباته بصورة متكاملة دون إجهاد وقلق وتوتر. (إيهاب الببلاوي ،**2006**)

وأشار ستانتون وآخرون (**2001**) يمكن تصنيف الاجهاد الوظيفي إلى نوعين ضغوط العمل السلبية، النوع الأول ويرتبط الإجهاد الوظيفي السلبي في مكان العمل بُعْدُد من المشاكل الفردية الضارة والمكلفة (مثل الصداع، واضطرابات الجهاز الهضمي، والقلق، وارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب التاجية، والاكتئاب)،ويرتبط النوع الثاني مع النتائج التنظيمية (مثل عدم الرضا الوظيفي، والإرهاق، وما إلى ذلك)، وقد حافظت هذه النتائج على الاهتمام المستمر بتقييم ضغوط العمل في العمل في محاولة لفهم مسببات الإجهاد في مكان العمل، وتحديد مصادر الإجهاد، وتوجيه استخدام تدخلات الحد من ضغوط العمل وهي مفيدة لتقييم مستويات التوتر لدى الموظفين أو كتدابير تابعة لدراسة تأثير التغييرات التنظيمية (مثل تقاعد الموظفين، وإعادة تصميم المهام المهنية، وإقامة ورش عمل الحد من التوتر) على مستويات الاجهاد الوظيفي للمعلمين. (Stanton et al,2001).

ويذكر براون وجيرين بيرق (2007) "الاجهاد الوظيفي من مجموعة من العوامل الخارجية الضارة في بيئة العمل، والتي قد تكون نفسية أو جسدية أو اجتماعية." (Baron & Greenberg,2007).

وأضاف دوس سانتوس واخرون (2010) يتميز الاجهاد الوظيفي المرتفع بالعلاقات الشخصية المتضاربة وغير المتعاونة والعداء بين أعضاء المنظمة، وقد يؤدي إلى عدم الثقة. تشمل المظاهر التعبيرية لضغوط

العمل المشاعر الصعبة والتواصل المقيد والعلاقات غير الإبداعية وما إلى ذلك. (dos Santos, et al, 2018).

وذكر **أوكلاندر، وفليشمان** (2010) إن الاجهاد الوظيفي المنخفض فيتميز بمجموعة من الظروف المعاكسة مع سلوك أقل دفاعية والمزيد من تعبيرات العلاقات المتناغمة والتعاونية. (Oaklander, H., & , 2010 .Fleishman, E. A).

و يشير كيلالي واخرون (2011) يعتبر الاجهاد الوظيفي عبئاً جسدياً وعصبياً كبيراً، ولكن إذا لم يتم التعامل معها بلباقة فإن ضغوط العمل موجودة دائماً في جميع مراحل حياتنا وهي بالتأكيد ليست سيئة، ويمكن أن يؤدي بالفرد إلى حالة من الاكتئاب إلى حد ما، وعلى مدى فترة طويلة من الزمن قد يكون له آثار سلبية، ومنها الآثار الجانبية التي تضر الفرد نفسياً وجسدياً في مكان العمل، حيث قد تؤثر على أدائه الوظيفي، وبالتالي تؤثر على إنتاجية الوظيفي. (Kelley, et al, 2011).

ويؤكد زافر واخرون (2015) ان الاجهاد الوظيفي مفيدة إذا شعر الفرد بالتحدي. وستكون أسباب التوتر هي الفرص التي لها معنى بالنسبة له، لأنها تساعد في إمداده بالطاقة والدافع للقيام بمسؤولياته وتحقيق أهدافه. من المفترض أن يكون هذا النوع في حالة رائعة ومن غير المرجح أن يؤدي أداءً جيدًا. مستوى إجهاد منخفض أو معدوم، حيث لا يواجه الفرد تحديًا ولكن عند مستوى متوسط أو مرتفع من التوتر، على سبيل المثال المدير الذي يحدد مستوى متوسط أو عالٍ من التوتر، سوف يقوم الأفراد بتسليم موعد نهائي مبكر أو قصير بسبب الضغط الذي يجعل بالكاد يعمل الموظفون بفعالية لتحقيق أهدافهم التنظيمية. تعتقد بعض الإدارات التنظيمية أن ممارسة درجة معقولة من الضغط على الموظفين يمكن أن يعزز أداءهم الوظيفي. (Zafar, et al, 2015).

ويعرفه غريب واخرون (2016) الاجهاد الوظيفي على انه "الوضع الذي يحدث عندما يدرك الافراد أن الظروف أو الضغوط التي تواجههم قد تكون أكثر من قدرة تحملهم". (غريب،2016)

وتعتبر المدرسة المصدر الرئيسي للمعرفة وتقدم وازدهار العملية التعليمية في مجتمعات العالم عامة ، حتى يتسنى تحقيق أهداف المدرسة التربوية ولرعاية نمو التلاميذ بصورة متكاملة من جميع الجوانب (العقلية والنفسية والبدنية والصحية والاجتماعية) وتعد معلمة التربية البدنية من أهم الكوادر التربوية والاجتماعية المؤثرة داخل المدرسة ، ومن الأهمية بمكان فقد احتلت معلمة التربية البدنية مكانة خاصة داخل المدرسة ، وذلك لقيامها بتنفيذ أدوارها ومهامها المناطة إليها داخل المدرسة وخارجها ، من خلال المشاركة بالنشاطات في المدرسة المنتمية إليها أو بين المدارس الواقعة في المنطقة ، مما نتج عن القيام بتلك المهام إلى حدوث الإجهاد الوظيفي ، الذي نتج بسبب بيئة العمل ونظام العمل والظروف الاقتصادية وقلة وتدني عدد معلمات التربية البدنية داخل كل مدرسة ، مما لا يَتيح لهن القيام بمهامهن التدريسية على أكمل وجه ، ووصول بعضهن الى سن التقاعد ، مما لا يَتيح لهن القيام بمهامهن التدريسية على أكمل وجه وباطلاع الباحثان على البحوث والدراسات المختصة بالمعلم والعملية التعليمية المتخصصين في تدريس مادة التربية البنية، ولكي تتمكن إدارات المدارس وإدارات التربية والتعليم من الاستمرار ومواكبة التغيرات الكبيرة في مجتمعنا الليبي والتطورات التي تحدث داخل العملية التربوية والتعليمية ، وعليه وجب أن تتمتع المعلمة بصحة بدنية ونفسية وفكرية عالية لكي تتمكن من أداء مهامها من خلال التقليل من مستوى الإجهاد الوظيفي السلبي، وبالتالي حدوث خلل في العملية التعليمية عند تنفيذ درس التربية البدنية النموذجي داخل المدرسة ، إذ أن هناك عدة عوامل أدت إلى حدوث الإجهاد الوظيفي السلبي لمعلمات التربية البدنية بالتالي انعكس سلبا على نجاح تنفيذ

درس التربية البدنية مما أدى إلى ضعف مستوى الإجهاد الوظيفي الايجابي لمعلمات التربية البدنية وعلى ما سبق ارتى الباحثان الى تحديد مشكلة البحث على النحو التالي (تقييم واقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا).

1-2-أهداف البحث:

يهدف البحث للتعرف على: -

- تحديد مستوى الضغوط الخاصة والعامة لواقع الإجهاد الوظيفي (الإيجابي والسلبي) لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا.
- الفروق في مستوى واقع الاجهاد الوظيفي في الأساسيات الخاصة والعامة (دور المعلم، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلم، التنظيم المهني، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) بين المعلمات حسب متغير المؤهل العلمي.
- الفروق في مستوى واقع الاجهاد الوظيفي في الأساسيات الخاصة والعامة (دور المعلم، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلم، التنظيم المهني، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) بين المعلمات حسب متغير سنوات الخبرة.

1-3-فرضيات البحث:

- يوجد ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة والعامة لواقع الإجهاد الوظيفي السلبي لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا.
- لا توجد فروق دالة احصائيا بين مجموعات المؤهل العلمي عند مستوى دلاله (0.05) في الأساسيات الخاصة والعامة لواقع الاجهاد الوظيفي الإيجابي والسلبي (دور المعلم، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلم، التنظيم المهني، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) بين المعلمات حسب متغير المؤهل العلمي.
- لا توجد الفروق دالة احصائيا بين مجموعات سنوات الخبرة عند مستوى دلاله (0.05) في الأساسيات الخاصة والعامة لواقع الاجهاد الوظيفي الإيجابي والسلبي (دور المعلم، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلم، التنظيم المهني، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) بين المعلمات حسب متغير سنوات الخبرة.

1-4-مصطلحات البحث:

الإجهاد الوظيفي: هو كل التغييرات التي يمكن ملاحظتها في أداء العمل والتي ترجع إلى الاستمرار في أداء هذا العمل لفترة طويلة تحت الظروف العادية، والتي ينتج عنها في الحال أو بُعْدُ فترة تدهور في أداء العمل أو مظاهر غير مرغوب فيها في هذا الأداء المهني ". (ابن منظور محمد بن مكرم ،2010)

معلم التربية البدنية: هو الشخص المؤهل علمياً وتربوياً لتدريس منهاج التربية الرياضية للمرحلة الأساسية والثانوية، وهو المشرف على جميع الأنشطة الداخلية والخارجية. (احمد اسماعيل عوجان ،1993)

2-الدراسات السابقة:

2-1-دراسة تيطراوي سمير (2016).عنوان الدراسة مصادر الضغوط المهنية التي تؤثر على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب مواجهتا. منهج الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث وعينة الدراسة تم تطبيق أدوات البحث على عينة عشوائية بسيطة والبالغ عددها (30) أستاذ من

الطور لثانوي ونتائج الدراسة وقد أسفرت النتائج النهائية على ما يلي يتعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية الى مستوى مرتفع من الضغوط توجد فروق ذات دلالة إحصائية بني مصادر الضغوط المهنية وعامل الخبرة المهنية توجد علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين مصادر الضغوط المهنية ما عدا الأعباء المهنية حيث لم تكن هناك علاقة ارتباطية تكون استراتيجيات المواجهة مرتكزة على الموقف (الانسحاب ، التفريغ الانفعالي، الانكار) أكثر استخداماً من تلك المرتكزة على الانفعال الخوف ، الغضب ، الشعور بالذنب) عند أساتذة التربية البدنية.

2-2-دراسة أثير عبد السادة حسين (2019).وعنوانها دراسة واقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمي التربية الرياضية في بغداد.وهدفت الدراسة الى التعرف الى التعرف على واقع الاجهاد الوظيفي لدى معلمي التربية الرياضية في بغداد منهج الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته ومتطلبات الدراسة وعينة الدراسة بلغت عينة البناء (82) معلم وبُعْدُ استرجاع البيانات وفرزها تم إسقاط (6) استمارات غير صالحة أو غير واصلة وتوصل الباحث للاستنتاجات الاتية ،أن معلمي التربية الرياضية في بغداد يمتلكون مستوى متوسط من الإجهاد الوظيفي ،أن أعلى مستوى للإجهاد الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في بغداد كان بسبب نوع المهام أن أقل مستوى للإجهاد الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في بغداد كان بسبب نوع التنظيم ،وجود تشابه في المستوى بين محاور الإجهاد الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية وكانت بمستوى متوسط باستثناء التنظيم فكان بمستوى مقبول .

2-3-دراسة خالد عاشور محمد مسعود وحسين الهادي فرج إجعية (2020).عنوان الدراسة الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمصراته (دراسة استطلاعية على معلمي التربية البدنية بمراقبة التعليم بمصراته). هدفت الدراسة التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي عينة الدراسة. عينة الدراسة تتمثل عينة البحث في معلمي التربية البدنية والبالغ عددهم (108) معلم . اختلاف معلمي العينة تبعاً لشخصياتهم وقدراتهم في الاستجابة والتكيف مع الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل. أظهرت نتائج تشخيص واقع متغيرات الدراسة انخفاض مستوى الدافعية لدى معلمي عينة الدراسة رغم وجود القدرة على الأداء وهذا ما يتماشى مع أدبيات الجانب النظري في امتلاك المعلم للقدرة على أداء عمل معين إلا أنه لن يكون قادراً على أداءه بشكل جيد في ظل غياب الدافع لذلك ضغوط العمل تؤدي الى انخفاض دافعية المعلمين متمثلاً في عدم القدرة على التركيز وارتفاع معدل النزاعات والخلافات ومعدل التأخير في إنجاز العمل وزيادة معدل الغياب.

3-إجراءات البحث:

3-1-منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث.

3-2- الوسائل الإحصائية :

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS) وفق القوانين الاتية (النسبة المئوية والتكرارات و معامل الفاكرونباخ والوسط الحسابي والانحراف المعياري والاهمية النسبية و المتوسط الفرضي و اختبار T لعينة واحدة (one sample T Test) و اختبار **كروسكال واليس** (Kruskal-Wallis Test) لدلالة الفروق بين المجموعات الغير متجانسة).

3-3-مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث جميع المعلمات من القوة الفعلية في تدريس مادة التربية البدنية في المدارس (الابتدائية والإعدادية والثانوية) من معلمه لتربية البدنية وهم يمثلون نسبة (**100%**) من المعلمات

المكلفات بجداول دراسية في المنطقة الزاوية الكبرى وهم مقسمات على ثلاث بلديات ومنها (الزاوية المركز، الزاوية الغرب، الزاوية الجنوب) بليبيا.

3-3-1-عينة البحث: اشتملت على معلمات التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي والثانوي والبالغ عددهن (127) معلمة وهم يمثلون نسبة (57%) من مجتمع البحث الكلي وهي نسبة عالية تمثل مجتمع البحث تمثيلا صادقا، وقد تم تقسيم العينة الى شريحتين كما يلي :

- الشريحة الأولى من معلمات التربية البدنية قسمت بحسب متغير المؤهل العلمي كما موضحة **بالجدول (1)**

جدول (1)

المؤشرات الاحصائية للتكرارات و النسبة المئوية بحسب متغير المؤهل العلمي

م	المؤهل العلمي	النسبة المئوية	التكرارات
1	دبلوم متوسط	% 67.2	86
2	دبلوم عالي	% 63	8
3	بكالوريوس	% 25.8	33
4	الحجم الكلي للعينة	% 100	127

- الشريحة الثانية من معلمات التربية البدنية قسمت بحسب متغير سنوات الخبرة كما موضحة بالجدول (2)

جدول (2)

المؤشرات الإحصائية للتكرارات والنسبة المئوية بحسب متغير سنوات الخبرة

م	سنوات الخبرة	النسبة المئوية	التكرارات
1	من5 الى 8 سنوات	% 5.5	7
2	من9 الى 11 سنة	% 10.2	13
3	من12 الى 15 سنة	% 5.5	7
4	من16 الى 19 سنة	% 9.4	12
م	سنوات الخبرة	النسبة المئوية	التكرارات
5	من20 الى 23 سنة	% 29.9	38
6	من27 الى 24 سنة	% 14.2	18
7	من28 الى 33 سنة	% 21.3	27
8	من34سنة فما فوق	% 3.9	5
9	الحجم الكلي للعينة	% 100	127

3-4-مجالات البحث:

3-4-1-المجال البشري: يشتمل المجال البشري على معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية (بلدية الزاوية المركز، بلدية الزاوية الغرب، بلدية الزاوية الجنوب) بليبيا، والبالغ عددهم على (223) معلمه من مؤهلات مختلفة ما بين الدبلوم المتوسط والعالي والبكالوريوس.

3-4-2-المجال الزماني: كان المجال الزماني لتنفيذ بداية الدراسة في يوم الاحد الموافق 5/03/2023 وإلى الموافق ليوم الاثنين بتاريخ 5/06/2023م.

3-4-3-المجال المكاني: المدارس الواقعة في المنطقة الغربية بليبيا.

3-5-أدوات البحث:

3-5-1-مراحل إعداد أداة الدراسة (استمارة الاستبيان):

قام الباحثان بتصميم استمارة الاستبيان من خلال الاستعانة ببعض المراجع العلمية والدراسات السابقة، وقد اشتملت الاستمارة على محورين وهما كما يلي:

3-5-1-1- أولا محور الأساسيات الخاصة بالإجهاد الوظيفي ويتكون من ثلاث ابعاد وهي دور المعلمة، بيئة المدرسة، نوع المهام الموكلة للمعلمة.

3-5-1-2- ثانيا محور الأساسيات العامة بالإجهاد الوظيفي ويتكون من ثلاث ابعاد وهي التنظيم المهني، العلاقات الاجتماعية، التقاعد من المهنة).

3-6-مكونات أداة الدراسة:

3-6-1-الجزء الأول: اشتمل على المعلومات الشخصية وهي المؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، والبلدية التابع لها.

3-6-2-الجزء الثاني: ويتكون من (40) عبارة موزعة على محورين ويتكون المحور الأول يتكون من ثلاث ابعاد وهي (دور المعلمة، بيئة المدرسة، المهام المؤاكلة للمعلمة) وموزعه على (24) عبارة كما هي موضحه في جدول (3)، واما بخصوص المحور الثاني ويتكون من ثلاث ابعاد وهي (التنظيم المهني، العلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) وموزعه على (16) عبارة كما هي موضحه في جدول (3) ومجموع عبارات المحورين (40) عبارة تخص مستوى واقع الاجهاد الوظيفي لمعلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية.

جدول (3) عدد العبارات في الابعاد والمحاور

م	الابعاد	أبعاد الدراسة	عدد العبارات في الابعاد	عدد العبارات لكل محور
1	ابعاد المحور الأول	بُعْدُ دور المعلم	8	-
2		بُعْدُ بيئة المدرسة	7	24
3		بُعْدُ نوع المهام المؤاكلة	9	-
4	ابعاد المحور الثاني	بُعْدُ التنظيم المهني	9	-
5		بُعْدُ العلاقات الاجتماعية مع الزملاء	4	16
6		بُعْدُ التقاعد من المهنة	3	-
مجموع الفقرات			40	40

-الجزء الثالث معيار أداة البحث:

- وتعتمد أداة البحث في اعدادها على أساس سلم (ليكارث الخماسي) الذي يتكون من تحديد سلم الاستجابة في خمس مستويات كما هو موضح في جدول (4)

جدول (4)

المتوسط الحسابي الفرضي والمستوى المعياري

لدور كل فقره من فقرات الابعاد والمحاور

م	المتوسط الفرضي	اتجاه عينة الدراسة
1	1.80 : 1	منخفض جداً
2	2.66 : 1.81	منخفض
3	3.40 : 2.61	متوسط
4	4.20 : 3.41	مرتفع
5	5 : 4.21	مرتفع جداً

- واما بخصوص تحديد مستوي الأهمية النسبية لدور كل الابعاد والفقرات موضحة في جدول (5) بحسب مقياس ليكارث الخماسي.

جدول (5)
مستوي الأهمية النسبية والنسبة المئوية للأهمية النسبية
لدور كل عبارة من عبارات الإبعاد والمحاور

م	النسبة المئوية للأهمية النسبية	مستوي الأهمية النسبية
1	من 0 % : 19%	الأهمية منخفضة جداً
2	من 20 % : 39%	منخفضة الأهمية
3	من 40 % : 59%	متوسطة الأهمية
4	من 60 % : 79%	مرتفعة الأهمية
5	من 80% :1.00	الأهمية مرتفعة جداً

3-7- المعاملات العلمية لأداة الدراسة:

3-7-1-أولا الصدق:
ولقد اعتمد البحثان على الصدق المرجعي صدق المحك وتحديد محاور وأبعاد استمارة الاستبيان وصياغة العبارات لكل محور ولكل بُعْدُ من ابعاده على حده.

3-7-2- ثانيا الثبات:
استخدم البحثان معامل الثبات (الفاكرونباخ) لأبعاد أداة البحث فقد تراوحت نسبته ما بين (0.71%) و (0.84%) اما بخصوص محاور أداة البحث فقد تراوحت نسبته ما بين (0.78%) و (0.82%) وهي قيم مرتفعة تدل على ثبات أداة الدراسة وبخصوص أداة الدراسة فقد كانت قيمة ثبات أداة البحث بمعامل ثبات (0.79) وهي قيمه قوية تؤكد ثبات أداة البحث وصلاحيتها للتطبيق لتحقق أهداف البحث كما هي موضحة في جدول (6)

جدول(6)
نتائج معادلة معامل الثبات (ألفا كرو نباخ) وعدد العبارات و المحاور والأبعاد لأداة البحث

م	محاور وأبعاد الدراسة	عدد الفقرات	درجة الثبات
1	بُعْدُ دور المعلمة في المحور الأول	8	0.76
2	بُعْدُ بيئة المدرسة في المحور الأول	7	0.71
3	بُعْدُ نوع المهام الموكلة للمعلم في المحور الأول	9	0.72
4	فقرات المحور الأول	24	0.78
5	بُعْدُ التنظيم المهني في المحور الثاني	9	0.84
6	بُعْدُ العلاقات الاجتماعية مع الزملاء في المحور الثاني	4	0.71
7	بُعْدُ التقاعد من المهنة في المحور الثاني	3	0.72
8	فقرات المحور الثاني	16	0.82
9	ثبات استمارة الاستبيان بكل محاورها وإبعاده	40	0.79

3-8- الدراسة الأساسية: قام الباحثان بتنفيذ الدراسة الأساسية بُعْدُ الحصول على الموافقة الإدارية من مراقبه التربية والتعليم بالزاوية وكان يوم الاثنين الموافق بتاريخ (17/04/2023) حيت تم بُعْدُها مباشرة تم توزيع أداة البحث (استمارة الاستبيان) على جميع افراد مجتمع البحث والبالغ عددهن (223) معلمة من مرحلة التعليم الأساسي والثانوي في البلديات المذكور سابقه بمنطقة الزاوية وقد تمكن الباحثان من الحصول على (127) استمارة فقط حيت تم فقدان (96) استمارة من الاستمارات التي تم توزيعها عللا مجتمع البحث وفد استعان الباحثان بالحقيبة الإحصائية (spss) لتحليل البيانات والخاصة بالعلوم الاجتماعية.

4-عرض النتائج ومناقشتها:

4-1- عرض و مناقشة الفرض الأول والذي مفاده: يوجد ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة والعامة لواقع الإجهاد الوظيفي (الإيجابي والسلبي) لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا.

ومن خلال المعطيات الإحصائية في جدول (7) يتضح في بُعْدُ دور المعلمة ان قيمة الانحراف المعياري (4.49) وقيمة المتوسط الفرضي (24) و قيمة المتوسط الحسابي (29.50) وهي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي و هذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة في بُعْدُ دور المعلمة لدى المعلمات، ومن المعطيات الإحصائية في الجدول يتضح في بُعْدُ بيئة المدرسة ان قيمة الانحراف المعياري (3.59) وقيمة المتوسط الفرضي (21) وقيمة المتوسط الحسابي (23.71) وهي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي و هذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة في بُعْدُ بيئة المدرسة لدى المعلمات، ومن المعطيات الإحصائية في الجدول يتضح في بُعْدُ نوع المهام الموكلة للمعلمة ان قيمة الانحراف المعياري (3.28) وقيمة المتوسط الفرضي (27) و قيمة المتوسط الحسابي (30.14) و هي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي و هذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة في بُعْدُ نوع المهام المؤاكلة للمعلمة لدى المعلمات، ومن المعطيات الإحصائية في الجدول يتضح في بُعْدُ التنظيم المهني ان قيمة الانحراف المعياري (6.48) وقيمة المتوسط الفرضي (27) و قيمة المتوسط الحسابي (36.26) وهي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي وهذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط العامة في بُعْدُ التنظيم المهني للمعلمات، ومن المعطيات الإحصائية في الجدول يتضح في بُعْدُ العلاقات الاجتماعية مع الزملاء ان قيمة الانحراف المعياري (2.28) وقيمة المتوسط الفرضي (12) و قيمة المتوسط الحسابي (13.33) و هي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي و هذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط العامة في بُعْدُ العلاقات الاجتماعية مع الزملاء لدى المعلمات، ومن المعطيات الإحصائية في الجدول يتضح في بُعْدُ التقاعد من المهنة ان قيمة الانحراف المعياري (2.50) وقيمة المتوسط الفرضي (12) و قيمة المتوسط الحسابي (13.33) وهي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي و هذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط العامة والرغبة في بُعْدُ التقاعد من المهنة لدى المعلمات، ومن المعطيات الإحصائية في الجدول يتضح في بُعْدُ التقاعد من المهنة ان قيمة الانحراف المعياري (14.94) وقيمة المتوسط الفرضي (120) و قيمة المتوسط الحسابي (144) و هي قيمه اكبر من المتوسط الفرضي و هذا يعني ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة و العامة لواقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا،ومن المعطيات الإحصائية اختبار (ت) لعينة واحده (one sample T Test) حيت كانت قيمة (ت) المحسوبة في أداة البحث ككل وفي جميع ابعاد الدراسة عند مستوى (0.05) تراوحت ما بين (6.57 : 18.07) وبمعنوية دلالة (**.000**) وهي اصغر من (0.05) وهذا يوضح وجود فروق في استجابات افراد العينة وعلية نرفض الفرضية (الصفرية) ونقبل الفرضية البديلة بوجود فروق بين استجابات افراد العينة،

ومما سبق ذكره يتحقق الفرض الأول والذي مفاده يوجد ارتفاع في مستوى الضغوط الخاصة والعامة لواقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمات التربية البدنية بالمنطقة الغربية في ليبيا

جدول (7)
مستوى الاجهاد الوظيفي وقيمة اختبار (ت) لعينة واحده (one sample T Test)
المحسوبة لاختبار فروق استجابات العينة لدى معلمات المنطقة الغربية

م	ابعاد الفرض الثاني حسب متغير المؤهل العلمي	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	معنوية الدلالة	اتجاه العينة
1	دور المعلمة	24	29.50	4.49	5.50	13.81	0.05	.000	مرتفع
2	بيئة المدرسة	21	23.71	3.59	2.71	8.52	0.05	.000	مرتفع
3	نوع المهام الموكلة للمعلمة	27	30.10	3.28	3.10	10.80	0.05	.000	مرتفع
4	التنظيم المهني	27	36.26	6.489	9.27	16.10	0.05	.000	مرتفع
م	ابعاد الفرض الثاني حسب متغير المؤهل العلمي	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	معنوية الدلالة	اتجاه العينة
5	العلاقات الاجتماعية مع الزملاء	12	13.33	2.283	1.33	6.57	0.05	.000	مرتفع
6	التقاعد من المهنة	9	11.02	2.507	2.02	9.11	0.05	.000	مرتفع
اتجاه العينة ككل		120	143	14.93	23.24	18.07	0.05	.000	مرتفع

واتفقت نتائج البحث مع دراسة **تيطراوي سمير** (2016) في جزئية يتعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية الى مستوى مرتفع من الضغوط المهنية والأعباء عند أساتذة التربية البدنية. (تيطراوي سمير،2016)
واتفقت نتائج البحث مع دراسة **أثير عبد السادة حسين** (2019) في جزئية أن معلمي التربية الرياضية في بغداد يمتلكون مستوى متوسط من الإجهاد الوظيفي ،وجزئية أعلى مستوى للإجهاد الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في بغداد كان بسبب نوع المهام.(أثير حسين،2019).
واتفقت نتائج البحث مع دراسة **خالد عاشور محمد مسعود وحسين الهادي فرج إجعية** (2020) في جزئية ضغوط العمل تؤدي الى انخفاض دافعية المعلمين متمثلاً في عدم القدرة على التركيز وارتفاع معدل النزاعات والخلافات مع الزملاء. (خالد عاشور محمد واخرون،2020).
واتفقت نتائج البحث مع ما ذكره دوس سانتوس واخرون (2010) وعلى ذكر **أوكلاندر، وفليشمان** (2010)وعلى ما اشار اليه ذكرة **كيلالي واخرون** (2011) وما أشار اليه **زافر واخرون** (2015) ومع ذكرة **غريب واخرون** (2016) تميز الاجهاد الوظيفي المرتفع بالعلاقات الشخصية المتضاربة وغير المتعاونة والعداء بين أعضاء المنظمة، والاجهاد الذي يحدث عندما يدرك الافراد أن الظروف أو الضغوط التي تواجههم قد تكون أكثر من قدرة تحملهم ، تشمل المظاهر التعبيرية لضغوط العمل المشاعر الصعبة والتواصل المقيد والعلاقات غير الإبداعية وما إلى ذلك.
إن الاجهاد الوظيفي المنخفض فيتميز بمجموعة من الظروف المعاكسة مع سلوك أقل دفاعية والمزيد من تعبيرات العلاقات المتناغمة والتعاونية.
يعتبر الاجهاد الوظيفي عبئاً جسدياً وعصبياً كبيراً، ولكن إذا لم يتم التعامل معها بلباقة فإن ضغوط العمل موجودة دائماً في جميع مراحل حياتنا وهي بالتأكيد ليست سيئة، ويمكن أن يؤدي بالفرد إلى حالة من الاكتئاب

إلى حد ما، وعلى مدى فترة طويلة من الزمن قد يكون له آثار سلبية، ومنها الآثار الجانبية التي تضر الفرد نفسياً وجسدياً في مكان العمل، حيث قد تؤثر على أدائه الوظيفي، وبالتالي تؤثر على إنتاجية الوظيفي .
ان الاجهاد الوظيفي مفيد إذا شعر الفرد بالتحدي، وستكون أسباب التوتر هي الفرص التي لها معنى بالنسبة له، لأنها تساعد في إمداده بالطاقة والدافع للقيام بمسؤولياته وتحقيق أهدافه. من المفترض أن يكون هذا النوع في حالة رائعة ومن غير المرجح أن يؤدي أداءً جيدًا .مستوى إجهاد منخفض أو معدوم، حيث لا يواجه الفرد تحديًا ولكن عند مستوى متوسط أو مرتفع من التوتر، على سبيل المثال المدير الذي يحدد مستوى متوسط أو عالٍ من التوتر، سوف يقوم الأفراد بتسليم موعد نهائي مبكر أو قصير بسبب الضغط الذي يجعل بالكاد يعمل الموظفون بفعالية لتحقيق أهدافهم التنظيمية .
تعتقد بعض الإدارات التنظيمية أن ممارسة درجة معقولة من الضغط على الموظفين يمكن أن يعزز أداءهم الوظيفي.(dos Santos, et al, 2018) (Oaklander, H., & Fleishman, E. A , 2010) (Kelley, et al, 2011) (Zafar, et al, 2015) (غريب،2016) (dos Santos, et al, 2018).

4-1-1-عرض ومناقشة البُعْدُ الأول دور المعلمة في الفرض الاول:

ومن خلال نتائج البيانات الإحصائية يتبين من جدول (8) وعنوانه متوسط الاستجابة والأهمية النسبية ومستوى التقييم والترتيب لعبارات واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة حيث جاءت العبارة (2) في الترتيب الأول أعاني من تشتت في الدور المهني الذي اقوم به في المدرسة بمتوسط استجابة (3.93) وبأهمية نسبية (79%) وبمستوى تقييم مرتفع
بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (1،5،6،8) أعاني من زيادة الدور المهني في المدرسة ومتوسط الاستجابة (3.81) وبأهمية نسبية (76%) وبمستوى تقييم مرتفع والعبارة أعاني من حمل كبير في مهمات الدور المناط على عاتقي ومتوسط الاستجابة (3.78) و بأهمية نسبية (76%) وبمستوى تقييم مرتفع والعبارة أعاني من قله حمل المهمات للدور المكلف به في المدرسة ومتوسط الاستجابة (3.80) وبأهمية نسبية (76%) وبمستوى تقييم مرتفع
والعبارة أشعر أنى امارس دوري المهني بطريقه خاطئة ومتوسطات الاستجابة (4.28) وبأهمية نسبية (76%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا فيما جاءت في الترتيب الثالث العبارة (7) أعاني من ضعف دعم الادارة المدرسية للدور الذي اقوم به في المدرسة بمتوسط استجابة (3.66) وبأهمية نسبية (73%) وبمستوى تقييم مرتفع وأخيراً جاء التقييم الكلي للبُعْدُ وبمتوسط استجابة (3.69) وبأهمية نسبية (73%)
وبمستوى تقيم مرتفع لاتجاه العينة.

4-1-2-عرض ومناقشة البُعْدُ الثاني بيئة المدرسة في الفرض الاول:

جدول (8)
المؤشرات الإحصائية للمتوسط الحسابي والأهمية النسبة للاستجابات والترتيب واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة

م	عبارات البُعْدُ الأول دور المعلمة	المتوسط الحسابي	مستوي الأهمية النسبية	اتجاه العينة	الترتيب
1	أعاني من زيادة الدور المهني في المدرسة	3.81	%76	مرتفع	2
2	أعاني من تشتت في الدور المهني الذي اقوم به في المدرسة	3.93	%79	مرتفع	1
3	أشعر بالرغبة في العمل الموكل لي	3.39	%68	متوسط	4
4	أشعر بحجم العمل الواقع على عاتقي	2.86	%57	متوسط	5
5	أعاني من حمل كبير في مهمات الدور المناط على عاتقي	3.78	%76	مرتفع	2
6	أعاني من قله حمل المهمات للدور المكلف به في المدرسة	3.80	%76	مرتفع	2
7	أعاني من ضعف دعم الادارة المدرسية للدور الذي اقوم به في المدرسة	3.66	%73	مرتفع	3
8	أشعر أني امارس دوري المهني بطريقه خاطئة	4.28	%76	مرتفع جدا	2
اتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة		3.69	%73	مرتفع	

ومن خلال نتائج البيانات الإحصائية يتبين من جدول (9) وعنوانه متوسط الاستجابة والأهمية النسبية ومستوى التقييم والترتيب لعبارات واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة حيث جاءت العبارة (6) في الترتيب الأول المدرسة بعيده عن مكان سكني بمتوسط استجابة (4.13) وبأهمية نسبية (83%) وبمستوى تقييم مرتفع بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (7) لا توجد بيئة ملائمة لتنفيذ درس التربية البدنية بالمدرسة ومتوسط الاستجابة (3.64) وبأهمية نسبية (73%)

وبمستوى تقييم مرتفع وبينما جاءت في الترتيب الثالث العبارة (4) توجد مخاطر في الأمان المهني اثناء تنفيذ درس التربية البدنية ومتوسط الاستجابة (3.61) وبأهمية نسبية (72%) وبمستوى تقييم مرتفع وبينما جاءت في الترتيب الرابع العبارة (4) هنالك ضوضاء عالية في مكان تنفيذ درس التربية البدنية ومتوسط الاستجابة (3.57) وبأهمية نسبية (71%) وبمستوى تقييم مرتفع

فيما جاءت في الترتيب الخامس العبارة (5) أثناء تنفذ درس التربية البدنية في الاجواء الممطرة حيت تعد الإضاءة غير كافية في الفصل او الصالة ومتوسط الاستجابة (3.35) وبأهمية نسبية (67%) وبمستوى تقييم متوسط.

فيما جاءت في الترتيب السادس العبارة (3،1) لمدرسة تعاني من نقص كبير في الادوات والأجهزة الرياضية تعيق تنفيذ درس التربية البدنية والعبارة نمارس العمل مع وجود ظروف غير مناسبة لمزاولة المهنة بمتوسطات استجابة (2.72) وبأهمية نسبية (54%) وبمستوى تقييم متوسط وأخيراً جاء التقييم الكلي للبُعْدُ وبمتوسط استجابة (3.39) وبأهمية نسبية (67%) وبمستوى تقيم متوسط لاتجاه العينة.

جدول (9)
المؤشرات الإحصائية للمتوسط الحسابي والأهمية النسبة للاستجابات والترتيب واتجاه العينة في بُعْدُ بيئة المدرسة

م	عبارات البُعْدُ الثاني بيئة المدرسة	المتوسط الحسابي	مستوي الأهمية النسبية	اتجاه العينة	الترتيب
1	المدرسة تعاني من نقص كبير في الادوات والأجهزة الرياضية تعيق تنفيذ درس التربية البدنية	2.72	%54	متوسط	6
2	هنالك ضوضاء عالية في مكان تنفيذ درس التربية البدنية	3.57	%71	مرتفع	4
3	نمارس العمل مع وجود ظروف غير مناسبة لمزاولة المهنة	2.72	%54	متوسط	6
4	توجد مخاطر في الأمان المهني اثناء تنفيذ درس التربية البدنية	3.61	%72	مرتفع	3
5	أثناء تنفذ درس التربية البدنية في الاجواء الممطرة حيت تعد الإضاءة غير كافية في الفصل او الصالة	3.35	%67	متوسط	5
6	المدرسة بعيده عن مكان سكني	4.13	%83	مرتفع	1
7	لا توجد بيئة ملائمة لتنفيذ درس التربية البدنية بالمدرسة	3.64	%73	مرتفع	2
	اتجاه العينة في بُعْدُ بيئة المدرسة	3.69	%67	متوسط	

4-1 3-عرض ومناقشة البُعْدُ الثالث نوع المهام الموكلة للمعلمة في الفرض الاول:

ومن خلال نتائج البيانات الإحصائية يتبين من جدول (10) وعنوانه متوسط الاستجابة والأهمية النسبية ومستوى التقييم والترتيب لعبارات واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة حيث جاءت العبارة (4) في الترتيب الأول أشعر أن مدير المدرسة يعاملني بطريقه استبدادية بصورة مستمرة بمتوسط استجابة (4.52) وبأهمية نسبية (90%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (7) كثرة الخلافات الشخصية بين المعلمين في المدرسة ومتوسط الاستجابة (4.30) وبأهمية نسبية (86%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا وبينما جاءت في الترتيب الثالث العبارة (3) يوجد ضعف في المسؤوليات الوظيفة التي أؤديها في المدرسة ومتوسط الاستجابة (4.23) وبأهمية نسبية (85%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا وبينما جاءت في الترتيب الرابع العبارة (4) تقوم وزارة التربية والتعليم على كثرة تنقيل معلمي التربية البدنية بين المدارس ومتوسط الاستجابة (4.12) بأهمية نسبية (82%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا فيما جاءت في الترتيب الخامس العبارة (1) توزيع الاعمال والمهام على معلمي التربية البدنية في المدرسة بطريقة غير عادله ومتوسط الاستجابة (3.98) وبأهمية نسبية (80%) وبمستوى تقييم مرتفع فيما جاءت في الترتيب السادس العبارة (8) توجد استقلالية إدارية ذاتية داخل المدرسة لتنظيم العمل بمتوسط استجابة (2.82) وبأهمية نسبية (56%) وبمستوى تقييم متوسط فيما جاءت في الترتيب السابع العبارة (9) وبمتوسط استجابة (2.22) وبأهمية نسبية (44%) وبمستوى منخفض، فيما جاءت في الترتيب الثامن العبارة (5) ، وبمتوسط استجابة (2.11) وبأهمية نسبية (42%) وبمستوى منخفض فيما جاءت في الترتيب التاسع العبارة (2) وبمتوسط استجابة (1.83) وبأهمية نسبية (37%) وبمستوى منخفض وأخيراً جاء التقييم الكلي للبُعْدُ وبمتوسط استجابة (3.35) وبأهمية نسبية (67%) وبمستوى تقيم متوسط لاتجاه العينة.

جدول (10)
المؤشرات الإحصائية للمتوسط الحسابي والأهمية النسبة للاستجابات والترتيب واتجاه العينة في بُعْدُ نوع المهام الموكلة للمعلمة

م	عبارات البُعْدُ الثالث نوع المهام الموكلة للمعلمة	المتوسط الحسابي	مستوي الأهمية النسبية	اتجاه العينة	الترتيب
1	توزيع الاعمال والمهام على معلمي التربية البدنية في المدرسة بطريقة غير عادله	3.98	%80	مرتفع	5
2	اقوم بأعمال اخرى في المدرسة لا تناسب مع شهادتي ومؤهلي العلمي	1.83	%37	منخفض	9
3	يوجد ضعف في المسؤوليات الوظيفة التي أؤديها في المدرسة	4.23	%85	مرتفع جدا	3
4	أشعر أن مدير المدرسة يعاملني بطريقه استبدادية بصورة مستمرة	4.52	%90	مرتفع جدا	1
5	لا أعاني من ضغط الوقت اثناء ممارسة العمل في المدرسة	2.11	%42	منخفض	8
6	تقوم وزارة التربية والتعليم على كثرة تنقيل معلمي التربية البدنية بين المدارس	4.12	%82	مرتفع	4
7	كثرة الخلافات الشخصية بين المعلمين في المدرسة	4.30	%86	مرتفع جدا	2
8	توجد استقلالية إدارية ذاتية داخل المدرسة لتنظيم العمل	2.82	%56	متوسط	6
9	معلم التربية البدنية يقوم بالعمل الوظيفي لساعات عمل طويلة	2.22	%44	منخفض	7
	اتجاه العينة في بُعْدُ نوع المهام الموكلة للمعلمة	3.35	%67	متوسط	

4-1-4-عرض ومناقشة البُعْدُ الرابع التنظيم المهني في الفرض الاول:

ومن خلال نتائج البيانات الإحصائية يتبين من جدول (11) وعنوانه متوسط الاستجابة والأهمية النسبية ومستوى التقييم والترتيب لعبارات واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة حيث جاءت العبارة (5) في الترتيب الأول يوجد ضعف واضح في العلاقات الاجتماعية بين المعلمين في المدرسة بمتوسط استجابة (4.31) وبأهمية نسبية (86%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (3،8،9) توجد صراعات وخلافات واضحة بين المعلمين داخل المدرسة، والعبارة توجد صراعات وخلافات واضحة بين المعلمين داخل المدرسة ،والعبارة يُعد التماسك والتعاون بين أعضاء الإدارة المدرسية والمعلمين مفقود ومتوسط الاستجابة (4.17) وبأهمية نسبية (83%) وبمستوى تقييم مرتفع وبينما جاءت في الترتيب الثالث العبارة (1،2) يوجد تقصير من الإدارة لمنحنى المشاركة عند اتخاذ القرارات لمواضيع معينه داخل المدرسة ،والعبارة طرق التواصل والاتصالات ضعيفة بين معلمي التربية البدنية والادارة المدرسية ومتوسط الاستجابة (4.06) وبأهمية نسبية (81%) وبمستوى تقييم مرتفع وبينما جاءت في الترتيب الرابع العبارة (6) الضعف الواضح في العلاقات الاجتماعية بين المعلمين يؤثر سلباً على الأداء المهني ومتوسط الاستجابة (3.93) وبأهمية نسبية (79%) وبمستوى تقييم مرتفع فيما جاءت في الترتيب الخامس العبارة (4) أثناء تنفيذ درس التربية البدنية في الاجواء الممطرة حيت تعد الإضاءة غير كافية في الفصل او الصالة ومتوسط الاستجابة (3.93) وبأهمية نسبية (78%) وبمستوى تقييم مرتفع، فيما جاءت في الترتيب السادس العبارة (7) لمدرسة تعاني من نقص كبير في الادوات والأجهزة الرياضية تعيق تنفيذ درس التربية البدنية والعبارة نمارس العمل مع وجود ظروف غير مناسبة لمزاولة المهنة بمتوسط استجابة (3.54) وبأهمية نسبية (71%) وبمستوى تقييم مرتفع، وأخيراً جاء التقييم الكلي للبُعْدُ وبمتوسط استجابة (4.03) وبأهمية نسبية (80.%) وبمستوى تقيم مرتفع لاتجاه العينة.

جدول (11)
المؤشرات الإحصائية للمتوسط الحسابي والأهمية النسبة للاستجابات والترتيب واتجاه العينة في بُعْدُ التنظيم المهني

م	عبارات البُعْدُ الرابع التنظيم المهني	المتوسط الحسابي	مستوي الأهمية النسبية	اتجاه العينة	الترتيب
1	يوجد تقصير من الإدارة لمنحنا المشاركة عند اتخاذ القرارات لمواضيع معينه داخل المدرسة	4.06	%81	مرتفع	3
2	طرق التواصل والاتصالات ضعيفة بين معلمي التربية البدنية والادارة المدرسية	4.06	%81	مرتفع	3
3	طرق التواصل والاتصالات ضعيفة بين معلمي التربية البدنية وباقي الزملاء	4.17	%83	مرتفع	2
4	يوجد ضعف في تقييم مستوى الأداء المهني لمعلمي التربية البدنية من قبل التوجيه التربوي	3.90	%78	مرتفع	5
5	يوجد ضعف واضح في العلاقات الاجتماعية بين المعلمين في المدرسة	4.31	%86	مرتفع جدا	1
6	الضعف الواضح في العلاقات الاجتماعية بين المعلمين يؤثر سلباً على الأداء المهني	3.93	%79	مرتفع	4
7	يوجد نقص في الدعم الاجتماعي لمعلمي التربية البدنية داخل المدرسة	3.54	%71	مرتفع	6
8	توجد صراعات وخلافات واضحة بين المعلمين داخل المدرسة	4.17	%83	مرتفع	2
9	يُعد التماسك والتعاون بين أعضاء الإدارة المدرسية والمعلمين مفقود	4.17	%83	مرتفع	2
اتجاه العينة في بُعْدُ التنظيم المهني		4.03	%.80	مرتفع	

4-1-5-عرض ومناقشة البُعْدُ الخامس العلاقات الاجتماعية مع الزملاء في الفرض الاول:

ومن خلال نتائج البيانات الإحصائية يتبين من جدول (12) وعنوانه متوسط الاستجابة والأهمية النسبية ومستوى التقييم والترتيب لعبارات واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة حيث جاءت العبارة (2) في الترتيب الأول يشارك معلمي التربية البدنية في المناسبات الاجتماعية لزملائهم بمتوسط استجابة (4.19) وبأهمية نسبية (84%) وبمستوى تقييم مرتفع

بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (3) رغم الإحباط والتذمر عند ممارسة مهنتي إلا أنني أمارس مهنتي بأمانه وضمير ومتوسط الاستجابة (3.28) و بأهمية نسبية (66%) وبمستوى تقييم متوسط وبينما جاءت في الترتيب الثالث العبارة (1) يشارك معلمي التربية البدنية في المناسبات الاجتماعية لزملائهم ومتوسط الاستجابة (3.06) وبأهمية نسبية (6%) وبمستوى تقييم متوسط وبينما جاءت في الترتيب الرابع العبارة (4) ارفض تدخل الآخرين من المعلمين والإداريين في أمور تخصصي التعليمي ومتوسط الاستجابة (2.80) وبأهمية نسبية (56%) وبمستوى تقييم متوسط وأخيراً جاء التقييم الكلي للبُعْدُ وبمتوسط استجابة (3.33) وبأهمية نسبية (66.%) وبمستوى تقيم متوسط لاتجاه العينة.

جدول (12)
المؤشرات الإحصائية للمتوسط الحسابي والأهمية النسبة للاستجابات والترتيب واتجاه العينة في بُعْدُ العلاقات الاجتماعية مع الزملاء

م	عبارات البُعْدُ الخامس العلاقات الاجتماعية مع الزملاء	المتوسط الحسابي	مستوي الأهمية النسبية	اتجاه العينة	الترتيب
1	يشارك معلمي التربية البدنية في المناسبات الاجتماعية لزملائهم	3.06	%61	متوسط	3
2	أجد صعوبة في التعارف على زميل جديد في المدرسة	4.19	%84	مرتفع	1
3	رغم الإحباط والتذمر عند ممارسة مهنتي إلا أنني أمارس مهنتي بأمانه وضمير	3.28	%66	متوسط	2
4	ارفض تدخل الآخرين من المعلمين والإداريين في أمور تخصصي التعليمي	2.80	%56	متوسط	4
اتجاه العينة في بُعْدُ العلاقات الاجتماعية مع الزملاء		3.33	%.66	متوسط	

4 – 1 – 6 - عرض ومناقشة البُعْدُ السادس التقاعد من المهنة في الفرض الأول:

ومن خلال نتائج البيانات الإحصائية يتبين من جدول (13) وعنوانه متوسط الاستجابة والأهمية النسبية ومستوى التقييم والترتيب لعبارات واتجاه العينة في بُعْدُ دور المعلمة حيث جاءت العبارة (2) في الترتيب الأول الإجهاد المهني يجعلني أفكر في التقاعد الاختياري أثناء الخدمة في الوظيفة ما بين (20 الى 27) سنه بمتوسط استجابة (4.23) وبأهمية نسبية (85%) وبمستوى تقييم مرتفع جدا بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (3) الإجهاد المهني يجعلني أرغب في التقاعد الإجباري من الخدمة في الوظيفة (لأكثر من 30) سنه ومتوسط الاستجابة (3.95) وبأهمية نسبية (79%) وبمستوى تقييم مرتفع وبينما جاءت في الترتيب الثالث العبارة (1) توجد مخاطر في الأمان المهني اثناء تنفيذ درس التربية البدنية ومتوسط الاستجابة (2.84) وبأهمية نسبية (57%) وبمستوى تقييم متوسط وأخيراً جاء التقييم الكلي للبُعْدُ وبمتوسط استجابة (3.67) وبأهمية نسبية (73%) وبمستوى تقييم مرتفع لاتجاه العينة.

جدول (13)
المؤشرات الإحصائية للمتوسط الحسابي والأهمية النسبة للاستجابات والترتيب واتجاه العينة في بُعْدُ التقاعد من المهنة

م	عبارات البُعْدُ السادس التقاعد من المهنة	المتوسط الحسابي	مستوي الأهمية النسبية	اتجاه العينة	الترتيب
1	رغم الاجهاد المهني إلا أنه مازال الوقت مبكراً على التقاعد الاختياري	2.84	%57	متوسط	3
2	الإجهاد المهني يجعلني أفكر في التقاعد الاختياري أثناء الخدمة في الوظيفة ما بين 20 الى 27 سنه	4.23	%85	مرتفع جدا	1
3	الإجهاد المهني يجعلني أرغب في التقاعد الإجباري من الخدمة في الوظيفة لأكثر من 30 سنة	3.95	%79	مرتفع	2
اتجاه العينة في بُعْدُ بيئة المدرسة		3.67	%73	مرتفع	

4 -2 - عرض ومناقشة التحقق من الفرض الثاني والذي مفادة حسب متغير المؤهل العلمي:

لا توجد فروق دالة احصائيا بين مجموعات سنوات الخبرة عند مستوى دلاله (0.05) في الأساسيات الخاصة والعامة لواقع الاجهاد الوظيفي الإيجابي والسلبي (دور المعلم، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلم، التنظيم المهني، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) بين المعلمات حسب متغير المؤهل العلمي.

ومن خلال المعطيات الإحصائية في جدول (14) ان قيمة (k-w) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (4.91:1.11) وان قيمة الدلالة **(Asymp.Sig)** في جميع الابعاد كانت ما بين **(.086 :.574)** وهي اكبر (0.05) في جميع ابعاد الدراسة المذكورة في الجدول بحسب متغير المؤهل العلمي ومن هذه النتائج نقبل الفرضية الصفرية (فرضية العدم) والتي تقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في محور (دور المعلمة، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلمة، العلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة، التنظيم المهني) حسب متغير المؤهل العلمي، ونرفض الفرضية (البديلة) التي تقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين دور المعلمة، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلمة، العلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة، التنظيم المهني) حسب متغير المؤهل العلمي.

جدول (14)

قيمة اختبار (Kruskal-Wallis Test) لدلالة الفروق في الفرض الثاني

للعينات الغير متجانسه حسب متغير المؤهل العلمي

م	الفرض الثاني وابعاده	قيمة (k-w) المحسوبة	درجة الحرية	Asymp.SIg قيمة الدلالة	مستوى الدلالة	معنوية الدلالة
1	دور المعلمة	2.93	2	.230	0.05	غير دال
2	بيئة المدرسة	4.91	2	.086	0.05	غير دال
3	نوع المهام المؤاكلة للمعلمة	1.24	2	.537	0.05	غير دال
4	التنظيم المهني	3.20	2	.201	0.05	غير دال
5	العلاقات الاجتماعية مع الزملاء	1.11	2	.574	0.05	غير دال
6	التقاعد من المهنة	2.62	2	.269	0.05	غير دال
7	محور الاجهاد الوظيفي	2.44	2	.295	0.05	غير دال

عرض ومناقشة التحقق من الفرض الثالث والذي مفادة حسب متغير المؤهل العلمي:

لا توجد فروق دالة احصائيا بين مجموعات سنوات الخبرة عند مستوى دلاله (0.05) في الأساسيات الخاصة والعامة لواقع الاجهاد الوظيفي الإيجابي والسلبي (دور المعلم، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلم، التنظيم المهني، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة) بين المعلمات حسب متغير سموات الخبرة.

ومن خلال المعطيات الإحصائية في جدول (15) ان قيمة (k-w) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (6.45 :13.79) وقيمة الدلالة (Asymp.Sig) في جميع الابعاد كانت ما بين (.055 : .488) وهي اكبر (0.05) في جميع ابعاد الدراسة المذكورة في الجدول بحسب متغير سنوات الخبرة، ومن هذه النتائج نقبل الفرضية الصفرية (فرضية العدم) والتي تقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في محور (دور المعلمة، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلمة، العلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة، التنظيم المهني) حسب متغير المؤهل العلمي ، ونرفض الفرضية (البديلة) التي تقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين دور المعلمة، البيئة المدرسية، نوع المهام الموكلة للمعلمة، العلاقات الاجتماعية مع الزملاء، التقاعد من المهنة، التنظيم المهني) حسب متغير سنوات الخبرة.

جدول (15)
قيمة اختبار (Kruskal-Wallis Test) لدلالة الفروق في الفرض الثالث
للعينات الغير متجانسه حسب متغير سنوات الخبرة

م	الفرض الثاني وابعاده	قيمة (k-w) المحسوبة	درجة الحرية	Asymp.SIg قيمة الدلالة	مستوى الدلالة	معنوية الدلالة
1	دور المعلمة	6.75	7	.455	0.05	غير دال
2	بيئة المدرسة	6.89	7	.440	0.05	غير دال
3	نوع المهام المؤاكلة للمعلمة	9.23	7	.237	0.05	غير دال
4	التنظيم المهني	11.10	7	.134	0.05	غير دال
5	العلاقات الاجتماعية مع الزملاء	6.45	7	.488	0.05	غير دال
6	التقاعد من المهنة	13.79	7	.055	0.05	غير دال
7	محور الاجهاد الوظيفي	11.99	7	.101	0.05	غير دال

7 - الاستنتاجات والتوصيات:

5-1- الاستنتاجات:

في حدود عينة البحث والإجراءات المستخدمة توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية:

- كانت نتائج استجابات عينة البحث حول تقييم مستوى الاجهاد الوظيفي لأبعاد البحث ككل بمتوسط حسابي (**143**) وبأهمية نسبية (71%) (وبمستوى تقييم مرتفع).
- تحصل المحور الرابع (التنظيم المهني) على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (**80.%**) وبأهمية نسبية (80%) وبمستوى اتجاه العينة بتقييم مرتفع.
- وتحصل البُعْدُ الأول (دور المعلمة) على المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (**3.69**) وبأهمية نسبية (**73.%**) وبمستوى اتجاه العينة بتقييم مرتفع.
- تحصل البُعْدُ الثاني (بيئة المدرسة) على المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (**3.39**) وبأهمية نسبية (**67%**) وبمستوى اتجاه العينة بتقييم متوسط.
- وتحصل البُعْدُ السادس (التقاعد من المهنة) على المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (**3.67**) وبأهمية نسبية (**73.%**) وبمستوى اتجاه العينة بتقييم مرتفع.
- وتحصل البُعْدُ الخامس (العلاقات الاجتماعية مع الزملاء) على المرتبة السادس بمتوسط حسابي (**3.33**) وبأهمية نسبية (**66%**) وبمستوى اتجاه العينة بتقييم متوسط.
- وتحصل المحور الثالث (نوع المهام الموكلة للمعلمة) على المرتبة الخامس بمتوسط حسابي (**3.35**) وبأهمية نسبية (67%) وبمستوى اتجاه العينة بتقييم متوسط .
- وجود عدد كبير من المعلمات في مرحله سن التقاعد من المهنة وهذا سوف يسبب في نسبة عجز كبيرة في المعلمات التربية البدنية.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في استجابات أفراد العينة حول تقييم مستوى الاجهاد الوظيفي وفقاً لمتغيرات البحث حسب متغير (المؤهل العلمي – سنوات الخبرة).

5-2- التوصيات:

في ضوء نتائج البحث التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بالاتي:

- تنمية وتعزيز العمل الاداري المنظم داخل مدارس المنطقة الغربية بليبيا.
- تعزيز العلاقات الاجتماعية بين المعلمات والحث على العمل الجماعي التربوي المنظم.
- توفير الأدوات والأجهزة والمعدات وتنظيم البيئة التعليمية داخل المدارس.
- مراقبة التربية والتعليم في تقنين نقل المعلمات بين المدارس بطريقة تضمن توزيعهم وفق احتياجات المدراس مع سوق العمل.
- توجيه طالبات الشهادة الثانوية العامة من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الى الالتحاق بكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وخاصة في عدم وجود خريجات جدد بالمنطقة الغربية منذ سنة (2017).
- مراقبة التربية والتعليم العمل على تعويض النقص الحاد في معلمات التربية البدنية بالمدارس وخاصة ان عدد كبير منهن اصبحت في مرحلة سن التقاعد من المهنة.
- إجراء ابحاث ميدانية مشابهه على معلمي التربية البدنية لتقييم مستوى الاجهاد الوظيفي.

المراجع والمصادر العربية:

احمد اسماعيل عوجان.(1993)، الكفايات التعليمية و درجة تطبيق معلمي التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي في الأردن عليها، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن

إيهاب الببلاوي،(2006)، مقياس ضغوطات العمل لدى معلمي التربية الخاصة ، دار الزهراء للنشر والتوزيع ، اليمن ص5.

ابن منظور محمد بن مكرم .(2010)، لسان العرب، مجلد 1، دار صادر للنشر والطباعة، بيروت لبنان.

أثير عبد السادة حسين .(2019)، دراسة واقع الإجهاد الوظيفي لدى معلمي التربية الرياضية في بغداد، مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية ، المجلد الرابع ، العدد التاسع عشر ، العراق

معاذ غريب، سهيل محمد غوس، ومعين الدين أحمد. (2016)، أثر ضغوط العمل على الأداء الوظيفي: دراسة حالة على أعضاء هيئة التدريس في جامعة ظفار، مقال في المجلة الدولية للبحوث الاقتصادية، 13(1): 21- 33

خالد عاشور محمد مسعود وحسين الهادي فرج إجعية .(2020)، مصادر الضغوط المهنية التي تؤثر على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب مواجهتا ،المجلة العلمية لكلية التربية ، جامعة مصراته ، المجلد الأول ، العدد الخامس عشر ، ليبيا ، مارس 2020 م.

تيطراوي سمير .(2016) ، مصادر الضغوط المهنية التي تؤثر على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب مواجهتا، رسالة ماجستير ، جامعة محمد بوضياف-المسيلة ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

المصادر الأجنبية:

Zafar, Q., Ali, A., Hameed, T., Ilyas, T., & Younas, H. (2015), The Influence of Job Stress on Employees Performance in Pakistan. American Journal of Social Science Research, 1(4), 221-225

Stanton, J. M., Balzer, W. K., Smith, P. C., Parra, L. F., & Ironson, G. (2001). A general measure of work stress: The stress in general scale. Educational and Psychological Measurement, 61(5), 866-888..

Oaklander, H., & Fleishman, E. A. (2010). Patterns of leadership related to organi ational stress in hospital settings. Administrative Science Quarterly, 8 meaning the human side of work, Prentice Hall.p:1-43. (4)..z

Kunter, M., Frenzel, A., Nagy, G., Baumert, J., & Pekrun, R. (2011). Teacher enthusiasm: Dimensionality and context specificity. Contemporary Educational Psychology, 36(4), 289-301.

Keller Melanie M. 1 & Thomas Goetz 2 & Anita Woolfolk Hoy 3 & Anne C. Frenzel 4 '(2015)Teacher Enthusiasm: Reviewing and Redefining a Complex Construct Springer Science + Business Media New York.

Greenberg, J and Baron, R.A. (2007), Behavior in organizations: understanding and meaning the human side of work, Prentice Hall.p:1-43 .

dos Santos, M. J. H., Moreira, S., Carreiras, J., Cooper, C., Smeed, M., de Fátima Reis, M., & Miguel, J. P. (2018). Portuguese version of a stress and well-being evaluation tool (ASSET) at the workplace: validation of the psychometric properties. BMJ open, 8(2), e018401.

Carr J, Kelley B, Keaton R & Albrecht C. (2011) "Getting the grips with stress in the workplace: Strategies for promoting a healthier, more productive environment", HRM International Digest, Volume 19 Number 4.

الاستثمار الرياضي وأثره في تطوير مقومات الممارسة الرياضية على مستوى المنشآت الرياضية

أ / بلعابد فاتح الأمين أ / قدري عبد الناصر أ.د / فيصل قاسمي

المستخلص

تهدف هذه الورقة البحثية لتحديد الدور المهم الذي يلعبه الاستثمار الرياضي في تطوير الرياضة وأثره في زيادة الممارسة الرياضية وتوسيع رقعة الاستثمار الرياضي، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي لملائمته طبيعة المشكلة، وتمثلت عينة الدراسة بـ 30 موظف على مستوى ديوان المركب متعدد الرياضات قسنطينة، ولجمع البيانات استخدمنا الاستبيان وتحليله عن طريق البرنامج الإحصائي **SPSS** وتحصلنا على نتائج متمثل في توفر الاستثمار الرياضي على مستوى المؤسسة أو المنشأة الرياضية وانعدام وجود استراتيجية العمل من خلال التمكين، ويرجع ذلك عادة إلى كون المسير قليل الفكرة وبعيد عن التأهيل العلمي والعملي وطرق التسيير الحديث.

الكلمات المفتاحية: الاستثمار، الاستثمار الرياضي، تطوير الممارسة الرياضية، المنشآت الرياضية.

Abstract:

This research paper aims to identify the important role played by sports investment in the development of sports and its impact on increasing sports practice and expanding the area of sports investment, and the descriptive analytical approach was relied on to suit the nature of the problem, and the study sample was represented by 30 employees at the level of the Dewan of the multi-sports complex in Constantine, and to collect data we used the questionnaire and analyzed it through the statistical program SPSS We obtained results represented in the availability of sports investment at the level of the institution or sports facility and the lack of a work strategy through empowerment, usually due to the fact that the manager has little idea and is far from scientific and practical qualification and modern management methods.

Keywords: Investment, sports investment, development of sports practice, sports facilit

مقدمة:

تعد الرياضة أحد أسباب رقي المجتمعات وهي نشاط لا ينفصل عن النشاطات الأخرى التي ترقى بالمجتمع إلى مصاف الأمم المتقدمة، وبالتالي فإن من الواجب دعم هذا النشاط متى ما طلب دلك، وكلما كانت الظروف المحيطة تساعد على تقديم هذا العون.

وتعد من أبرز دعائم التنمية الشاملة فيها، ورغم أن الأنظمة الاقتصادية في الماضي كانت تنظر إلى الرياضة من زاوية محدودة، على أنها عملية ترويح عن النفس، وكذا ملأ أوقات الفراغ والراحة فقط ، و مع التطور التي شهدته الأمم ، تغيرت تلك النظرة اتجاه الرياضة حيث أصبح ينظر للرياضة على أنها علم قائم بذاته، فهي ترتكز على عدة عوامل هامة وأساسية أعطت للرياضة الطابع المهني والصحي والترفيهي والثقافي في

آن واحد، لهذا بات من الضروري على المجتمعات الراقية تنمية وتطوير الرياضة من كافة جوانبها التقنية و التسييرية، لقد أصبحت الرياضة في الوقت الحالي عملية تجارية مربحة في كثير من بلدان العالم و هذا باقترانها باقتصاد حيث أصبحت تمثل صناعة عالمية بلا منازع ، وغدت جميع مؤسسات المجتمع سواء العامة أو الخاصة تنظر للرياضة على أنها مصدر للتمويل، فنجد الجامعات والثانويات على سبيل المثال في الولايات المتحدة الأمريكية أصبحت تجري عقود رعاية لفرقها الرياضية والبطولات والمنافسات التي تنظمها مع شركات ومؤسسات اقتصادية لزيادة المداخل وتمويل أنشطتها ،2فتكامل الأنشطة الرياضية مع المصالح الاقتصادية أدى هده الأخيرة إلى احتلال الرياضة مكانة رفيعة في الحياة ، و لأن الغرض الأول من العلاقة بين الرياضة والاقتصاد هو أن الرياضة تعتمد على الاقتصاد لتمويل مختلف أوجه النشاط بها حتى تزدهر، فاستحدثت عدة مجالات من اجل النهوض بهذا المجال ، فأصبحت الرياضة تعامل كخدمة و سلعة لها قيمتها، ومن هنا ظهر مصطلح الاستثمار الرياضي الذي يعتبر من أهم دعامات الممارسة والنهضة الرياضية في العالم، فهذا الأخير يلعب دورا مهما في تطوير الرياضة و يعتبر من أهم الأدوات الاقتصادية ذات النفع الإيجابي لبناء استراتيجية مستقبلية ترتكز عليها الأجيال القادمة.

و الاستثمار الرياضي يعد من أقصر الطرق وصولا إلى النجاحات الاقتصادية في المجتمعات كافة وقد استثمرت تلك المجتمعات القطاع الرياضي ففادها إلى الازدهار الاقتصادي وذلك لوجود القاعدة الشعبية الواسعة عالميا في ممارسة وتشجيع و دعم هذا القطاع فأصبح هذا الأخير يحتل في دول العالم مرتبة قوية في اقتصاد الدول و هذا بسبب ارتفاع عدد الشباب الممارسين والمهتمين بالنشاط الرياضي وبذلك فهي تصنع حجر أساس في بناء الاقتصاد للدولة ، و في نفس الوقت تستخدم الأنشطة الرياضية والمراكز و الأندية كعامل قوي لصيانة وحماية الشباب والشابات من الانحرافات الخطيرة وسلوك الطرق المشبوهة بسبب الفراغ والملل، كما أن الاستثمار الرياضي له علاقة وثيقة بالعلوم الاجتماعية فهو يقوم بدراسة سلوك الأفراد من خلال إشباع حاجات المتنوعة للممارسين ، كما أن الاستثمار في المجال الرياضي يعمل على توفير التمويل الرياضي فهو يعد عملية البحث عن موارد مالية لإنفاق على الأنشطة المرتبطة بالمجال الرياضي ، لذا فالجميع أدرك أن هذا الأخير يعد من أهم المجالات التي تساهم في تنمية الاقتصاد فاستفادت العديد من الدول من دلك أمثال أمريكا في صناعة الرياضة، حيث تطورت و أصبحت من الاقتصاديات المفتوحة الأمريكية والتي توفر القيمة المالية للدولة..

وهنا جاءت دراستنا لهذا الموضوع لما له دور كبير على كل المستويات وما يدر به من نفع وتطور البلاد، ومن أجل معالجة هذا الموضوع.

الإشكالية:

تعتبر الرياضة من النشاطات التي عرفتها المجتمعات الإنسانية منذ القدم وتغيرت أبعادها من مجرد اعتبارها هواية إلى عملية احترافية تجارية واقتصادية وخدماتية مربحة وتنموية في جميع دول العالم، فلم تعد الرياضة عاملا منهكا للاقتصاد بل أصبحت تمثل أحد المنافذ التنموية للمجتمعات الإنسانية.، لذلك أضحى التنافس على أشده بين الدول والمنظمات والشركات المنتجة، للاستثمار في المجال الرياضي، بوصفه يهدف الى تحسين الدخل الفردي والقومي، ويعمل على تنمية الموارد البشرية من خلال تنظيم الدورات التكوينية وإنشاء القاعات المرافق والأجهزة الرياضية، وتأسيس الأندية والمنتخبات الرياضية ودعمها وفقا لمعايير دولية، وتوفير الفضاءات الجيدة لممارسة الأنشطة الرياضية العامة والخاصة، والسعي الجاد لاكتشاف المواهب الرياضية وتسويقها أيضا.

يعمل الاستثمار في المجال الرياضي على توفير التمويل الرياضي، وخلق فرصا للعمل وامتصاص البطالة، فهو يبحث عن الموارد المالية للأنفاق على الأنشطة المرتبطة بالمجال الرياضي. وللتمويل في المجال الرياضي دور مهم لحل المشاكل الموجودة على مستوى الهيئات الرياضية بمختلف أنواعها سواء تعلق الأمر بالتسويق الرياضي أو الإعلام الرياضي أو الممارسة الرياضية.

وإجمالا يمكن الجزم بأن الاستثمار في المجال الرياضي هو استثمار استراتيجي أثبت فاعليته ونجاعته عموما رغم كونه بات من القطاعات الحيوية التي يعول عليها في قيادة الشباب وتوجيهه للقيام بمسؤولياته كاملة

ومما سبق طرحه يمكننا الخروج الإشكالية التالية:

كيف يؤثر الاستثمار الرياضي في تطوير الممارسة الرياضة على مستوى المنشآت الرياضية؟

التساؤلات الجزئية:

هل القوانين المتعلقة بالاستثمار بالجزائر تشجع غلى الاستثمار في المجال الرياضي؟

هل وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية؟

هل توفر الإمكانات المادية والمالية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة؟

الفرضية الرئيسية:

الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية على مستوى المنشآت الرياضية.

الفرضيات الجزئية:

ان القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي.

ان وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية.

إن توفر الإمكانات المادية والمالية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة.

أسباب اختيار الموضوع:

أسباب موضوعية:

البحث عن واقع الاستثمار في المجال الرياضي وأهميته في الاقتصاد ومحاولة التعرف عن قرب في كيفيات الاستثمار بهذا المجال الهام؛

سبب اختيار لهذا الموضوع لأهميته ولأنه واقعا لا مفر منه لجأت له الدول حتى تلك التي لا تتوفر على إمكانات؛

إبراز فلسفة اقتصاد السوق وما يحمله من فرص يمكن الاستفادة منها في المجال الرياضي؛

التعرف على الموضوع لأهميته في الوقت الحالي؛

محاولة توسيع المعارف النظرية والفكرية قى هذا المجال؛

بالإضافة إلى أن بحثنا هذا مساهمة لإثراء الأعمال البحثية في هذا المجال باعتبار موضوع بحثنا من المواضيع التي قلى التطرق إليها من قبل الباحثين؛

اقتناعنا بأن الاستثمار يفترض أن يكون له دور كبير في تطوير الممارسة الرياضية؛

إثراء المكتبة بمواضيع جديدة.

أسباب ذاتية:

الرغبة الكثيرة في انجاز الموضوع؛

ميلنا إلى هذا الموضوع وحب الاطلاع عليه.

أهمية الدراسة:

يعتبر موضوع الاستثمار الرياضي من المواضيع التي لها أهمية كبيرة، والتي تتطلب دراستها نظرا للأدوار التعليمية والرياضية والتطورية الهامة لمستقبل الرياضة وممارستها في الجزائر، التي تقوم بها في تحسين تسيير المنشآت الرياضية، وفي هذا السياق أردنا تحسين عملية تقدم ممارسة الرياضية، من خلال دراسة العوامل المؤثرة في إدارة الاستثمار الرياضي في المؤسسات الرياضية والهيئات الرياضية والأنماط التسييرية في هياكلنا الرياضية، كما يمكننا إبراز الأهمية فيما يلي:

تكمن أهمية الدراسة في تسليط الضوء على دور الاستثمار الرياضي في تطوير الممارسة الرياضية؛

وكذلك إبراز أهمية الاستثمار الرياضي من خلال الاستثمارات للخواص ورجال الإعمال وكذلك البنى التحتية في جلب الاستثمارات وكذلك الجوانب التشريعية ودورها في تسهيل الاستثمارات؛

تكمن أهمية الدراسة كذلك في كونها تتعرض لموضوع الاستثمار الرياضي ودوره في تطوير الممارسة الرياضية، بما قد يعمل على توفير بعض المعلومات من أصحاب المؤسسات الاقتصادية والراغبين في الاستثمار في المجال الرياضي، لتكون في متناولهم من أجل تطوير الممارسة الرياضة والبنية التحتية لها، وربما يساهم في التعرف على أهم المشكلات التي يعاني منها الاستثمار الرياضي.

أهداف الدراسة:

سنحاول من خلال هاته الدراسة إبراز أهمية الاستثمار الرياضي وأثره في تطوير الممارسة الرياضية، ونحاول من خلال هذا البحث توضيح أهداف الإدارة الاستثمارية في تطوير المنشئة الرياضية لإضافة شيء يسير جدا للتسيير الإداري من خلال إبراز هذه الأسباب التي حالت دون تطور المنشآت الرياضية في بلادنا.

سنحاول توضيح في بعض النقاط كالتالي:

معرفة القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار ودورها في تشجيع على الاستثمار في المجال الرياضي؛

توضيح مدى وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي ومساهمتها في تطوير الممارسة الرياضية؛

معرفة مدى توفر الإمكانات المادية والمالية ومساهمتها في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضي.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

الاستثمار:

التعريف الاصطلاحي: هو "التنازل عن السيولة التي يمتلكها الفرد في لحظة معينة ولفترة معينة من الزمن، قد تطول أو تقصر وربطها بأصل أو أكثر من الأصول التي يحتفظ بها لتلك الفترة الزمنية. بقصد الحصول على تدفقات مالية مستقبلية". (البقاعي، 2006، صفحة 41)

التعريف الإجرائي: ومنه نستنتج أن الاستثمار هو: "توظيف المال والجهد في نشاط اقتصادي مشروع، بهدف الحصول على نفع يعود عليه أو على غيره في الحال أو المال وهنا في دراستنا نقصد بالاستثمار الرياضي الذي يكون في النوادي الرياضية الجزائرية المحترفة بقصد الإنتاج وإضافته لرؤوس الأموال الثابتة (كالمباني – الأراضي – المدرب – الأجهزة الرياضية) من طرف المؤسسات الاقتصادية".

الاستثمار الرياضي:

التعريف الاصطلاحي: الاستثمار في المؤسسة الرياضية يهدف إلى زيادة رأس مال المؤسسات الرياضية عن طريق توظيف هذه الأصول في الأنشطة الرياضية المختلفة مما يتيح تبادل المنفعة بني المستثمرين والموارد البشرية (اللاعبين، الإداريين، الجمهور)" (بوكشيرد، 2019، صفحة 25)

التعريف الإجرائي: الاستثمار الرياضي هو "عملية تهدف إلى تحسين الوضع الاقتصادي وذلك بتشغيل قسط من رأس مال أو كله من أجل منوه وتحقيق الراحة المالية تساهم في تطوير المؤسسة واستمرار نشاطها لغرض الو صول الأهداف المسطرة طويلة الأجل.

تطوير الممارسة الرياضية:

التعريف الاصطلاحي: يقصد بتطوير الممارسة الرياضية هنا "جميع الأدوات والوسائل اللازمة لممارسة ومزاولة نشاط رياضي بدني معين تبعا لنوع الرياضة الممارسة ويشمل ذلك الجوانب التقنية والتنظيمية لنوع الرياضة ويدخل في ذلك اللباس الرياضي، الحذاء الرياضي، شروط الانخراط، تسعيرة الاشتراك، توقيت الممارسة، مدة الممارسة ... إلخ."(خلول، 2017، صفحة 30)

التعريف الإجرائي: نستنتج أن تطوير الممارسة الرياضية هو العمل على زيادة الكفاءة في الأداء الرياضي من خلال توفير جميع الاحتياجات اللازمة لممارسة الرياضة سواء الاحتياجات التقنية والتنظيمية مهما كانت نوعية الرياضة.

المنشآت الرياضية:

التعريف الاصطلاحي: هي تلك المؤسسات التي ينشئها المجتمع لخدمة القطاع الرياضي من كافة الجوانب بحيث يكون لها هيكل تنظيمي يتفق وحجم تلك المؤسسات وأهدافها، بما يعود بالنفع لخدمة ذلك المجتمع متناسبا مع أهدافه " (خالف، 2012، صفحة 09)

حسب المرسوم التنفيذي 91-416 المؤرخ في 02نوفمبر 1991:"هي كل هيكل مهيأ للنشاط الرياضي التابعة لسلطة دواوين المركبات المتعددة الرياضات في الوليات والقاعات المتعددة الرياضات والملاعب التابعة لسلطة الإدارة المكلفة بالشبيبة والرياضة" (بلعروسي و لكحل، 2006، صفحة 384)

التعريف الإجرائي: يمكننا ان نعرف المنشآت الرياضية بأنها:" كل بناية أو عقار موجه للممارسة النشاطات البدنية والرياضية ويضم أيضا كل الهياكل الثابتة أو المتحركة من عتاد ولوازم رياضية، والتي تخص المركبات الرياضية.

الدراسات السابقة والمشابهة:

الدراسة الأولى: دراسة الطالب بن سالم صلاح الدين بعنوان:" دور الاستثمار الرياضي في تحقيق التوازن المالي لدى المؤسسات الرياضية الجزائرية"، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه في تخصص إدارة الموارد البشرية وتسيير المنشآت الرياضية، جامعة دالي إبراهيم الجزائر 03- (2022-2021)، تهدف الدراسة إلى التعرف على دور الاستثمار الرياضي في تحقيق التوازن المالي لدى دواوين المركبات المتعددة الرياضات ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي في دراستنا على عينة متكونة من 60 مسير ينتمون إلى 08 دواوين مركبات متعددة الرياضات على المستوى الوطني، و التي تم اختيارها بشكل عشوائي منتظم، كما استخدمنا استمارة الاستبيان لجمع البيانات، حيث انه وبعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا تم التوصل إلى أن دواوين المركبات المتعددة الرياضات و وفقا للإمكانات المالية و الموارد البشرية و المنشآت الرياضية المتاحة بإمكانها تحقيق التوازن المالي في ميزانيتها بعيدا عن الدعم المالي للدولة، إذا ما تم تهيئة بيئة تشريعية تسمح بذلك، بالإضافة إلى تكوين مورد بشري كفء و الابتعاد عن مركزية اتخاذ القرار مع تهيئة منشاتها الرياضية لمنافسة القطاع الخاص.

الدراسة الثانية: دراسة الطالب بوكشيريدة علي بعنوانك "علاقة الاستثمار الرياضي بتحسين المنشآت الرياضية والموارد البشرية"، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه في تخصص إدارة الموارد البشرية وتسيير

المنشآت الرياضية، جامعة دالي إبراهيم الجزائر 03- (2019-2018)، تهدف هذه الدراسة إلى إبراز العلاقة بين الاستثمار الرياضي والمنشآت الرياضية والموارد البشرية في مركب محمد بوضياف بالجزائر العاصمة، وتم التطرق في هذه الدراسة إلى التسويق الرياضي الذي يعتبر عنصر من عناصر الاستثمار الرياضي ولما له دور في تمويل المنشآت الرياضية وزيادة دخلها المادي والعمل على توسعها، ومعرفة واقعه في المنشآت الرياضية، والعمل على كشف المشاكل، ومحاولة إعطاء حلول لها، كما شملت الدراسة المسحية 30 عضو بين مدراء ورؤساء الوحدات الرياضية الموجودة في المركب الرياضي، وقد تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة المراد القيام بها ، وتمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام طرقتين تمثلت في النسبة المئوية و كا2، وقد أسفرت النتائج إلى تجاوب أفراد العينة مما يعني تحقق الفرضية الأولى بأن هناك علاقة بين الاستثمار الرياضي وتحسين المنشآت الرياضية من حيث البنية التحتية، أما الفرضية الثانية بينت النتائج أن هناك علاقة بين التسويق والرياضة ونوعها تبادلية و الفرضية الثالثة التي جاءت نتائجها بأن الاستثمار في الموارد البشرية يرفع من كفاءة العاملين ويحقق الانضباط في العمل ويزيد من قوة المنظمة وهذا تفسيراً لإجابة عينة الدراسة، ولهذا تم وجوب تثمين رأي المدراء بوضع اقتراحات تحث على ضرورة التوجه بالاستثمار في المجال الرياضي من جميع الجوانب المادية كانت أو في المورد البشرية من أجل تحسين مستوى أداء المنشآت الرياضية والنهوض بقطاع الرياضة في المستقبل القريب.

الدراسة الثالثة: دراسة الطالب باديس بوغرة بعنوان: "تقييم الربحية التجارية والاجتماعية للاستثمارات في قطاع الرياضة، دراسة ميدانية على عينة من المؤسسات الرياضية الجزائرية التي تنشط بالرابطة المحترفة لكرة القدم"، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه علوم و علوم التسيير ، تخصص إدارة مالية ، كلية العلوم الاقتصادية و التجارية وعلوم التسيير، قسم علوم التسيير ، جامعة محمد خيضر قسنطينة (2017-2016)، هدفت الدراسة إلى إعطاء تصور عام لتقييم الربحية التجارية والاجتماعية للمشروع الرياضية، مع محاولة معرفة واقع تطبيق دراسات الجدوى وتقييم ربحية المشروعات الرياضية من وجهة النظر المؤسسات الرياضية التي تنشط في الرابطة المحترفة" موبيليس "لكرة القدم من جهة، ومن وجهة نظر الدولة ممثلة بالجهات المختصة بتقييم المشروعات الرياضية ومنح تراخيص تنفيذها من جهة أخرى؛

الدراسة الرابعة: دراسة حسين علي كدبار العبودي بعنوان:" أهمية الاستثمار الرياضي في تطوير المنشآت الرياضية العراقية"، مقال علمي لمجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 13، العدد 13، 2016، وهدفت هذه الدراسة إلى توضيح أهمية الاستثمار الرياضي في إعادة تأهيل المنشآت الرياضية وكيفية تطويرها وفقاً للمعايير العالمية ومدى الاستفادة من قانون الاستثمار رقم 13 لسنة 2006 المعدل في الحصول على التمويل الكافي وتسخيره لصالح تطوير المنشآت والمؤسسات الرياضية العراقية. وقد تكونت عينة الدراسة من (219) فرداً، إذ بلغ عدد أفراد هيئات الاستثمار في العراق (173) فرداً منهم (36) فردا من الهيئة الوطنية للاستثمار و(137) من هيئات الاستثمار في العراق أما عينة وزارة الشباب والرياضة فقد بلغت (26) فردا، فيما بلغ عدد إداريو الأندية الرياضية العراقية (20) فردا. وقد تم تطبيق المنهج الوصفي المسحي لأنه المنهج المناسب الذي يحقق أهداف الدراسة، كما يهتم بوصفها وصفا دقيقاً. وقد تم جمع البيانات باستخدام أداة الاستبيان الخاصة بمحور المنشآت الرياضية وقد استنتجت هذه الدراسة إلى أن قانون الاستثمار النافذ هو الحل الأمثل لإنشاء وتطوير وإعادة تأهيل المنشآت الرياضية ، وان هناك ضعف في ثقافة الاستثمار الرياضي لدى عموم المجتمع فضلاً عن تدهور حالة البنية التحتية للمنشآت الرياضية ، أما ابرز التوصيات فهي تشكيل لجنة عليا مهمتها تهيئة الملفات الرياضية للاستثمار لكافة الأنشطة الرياضية في العراق ، وتوفير

الأراضي الكافية لإقامة المشاريع الرياضية وبناء منشآت جديدة بطريقة الاستثمار فضلاً عن إدخال نظام الخصخصة الرياضية وتطبيقه على ارض الواقع.

الدراسة الخامسة: دراسة مخلوف منجحي بعنوان:" متطلبات الاستثمار في مجال الإعلام الرياضي في ظل نظام الاحتراف الرياضي (دراسة ميدانية بالنوادي الرياضية المحترفة لكرة القدم)، المجلد 07، العدد 01، 2016، هدفت الدراسة إلى إبراز أهم متطلبات الاستثمار في مجال الإعلام الرياضي لدى الأندية الرياضية لكرة القدم في ظل نظام الاحتراف الرياضي، حيث يشكل الاستثمار في هذا المجال مصدر مهم في تمويل الأندية، تم الاعتماد على المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة، وتم استخدام الاستبيان كأداة الدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى أن المناخ الاستثماري في مجال الإعلام الرياضي في الجزائر ما يزال غير مكتمل تجاه المتطلبات الأساسية للاستثمار، وهناك مؤهلات تساهم لتشجيع الاستثمار في هذا المجال.

التعليق على الدراسات المشابهة:

أوجه التشابه: اعتمدت كل الدراسات على متغير الاستثمار في المجال الرياضي كمتغير أساسي للدراسة وهو ما المتغير الرئيس لدراستنا، واعتمدت هذه الدراسات على المنهج الوصفي في العمل وهو المنهج الذي واعتمدنا في دراستنا، كما اعتمدت على نفس مجتمع البحث وهو الموظفين في الادارات والأندية الرياضية، واستخدمت كل الدراسات السابقة أداة الاستبيان لجمع المعلومات مثل دراستنا تماما، كما أن الأساليب الإحصائية المتبعة لتحليل نتائج الاستبيان كانت كلها تعتمد على نفس الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها، وقد اشتركت دراستنا مع هذه الدراسة في أن الاستثمار الرياضي يقوم بتطوير الممارسة الرياضة وتطوير الأداء الرياضي.

أوجه الاختلاف: رغم التشابه الواضح بين دراستنا والدراسات السابقة إلى أن هناك اختلافات سنذكرها فيما يلي:

- منهج الدراسة: اعتمدت دراسة بوكشريد على (2019)، وحسين على كديار العبودي (2016)، على المنهج الوصفي المسحي، في حين دراستنا اعتمدت على المنهج الوصفي.
- مكان الدراسة: أجريت دراسة حسين علي كديار العبودي (2016) في العراق، عكس دراستنا وباقي الدراسات حيث كانت كلها في الجزائر.
- متغيرات الدراسة: اختلفت كل الدراسات في المتغير التابع عن دراستنا حيث تمثل المتغير المستقل الخاص بدراستنا بتطوير مقومات الممارسة الرياضية.
- عينة الدراسة: اعتمدت دراسة بوكشريد على (2019)، وحسين على كديار العبودي (2016)، على المسح الشامل في اختيار العينة، عكس دراستنا التي اعتمدنا على العينة العشوائية.

الجانب التطبيقي:

الدراسة الاستطلاعية:

في هذه المرحلة قمنا بجمع المعلومات والاطلاع على البحوث السابقة والمذكرات التي لها صلة بموضوع البحث أو الاتصال بالمختصين في هذا الميدان من أجل توفير المعطيات الكافية والإلمام بالموضوع من جميع النواحي حتى يتسنى لنا تكوين فكرة شاملة وكاملة وبالتالي إعداد الإطار النظري لهذا الموضوع وقبل توزيع الاستمارات المتعلقة بالبحث قمنا بدراسة استطلاعية كان الغرض منها ما يلي:

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته؛
- التأكد من صلاحية أداة البحث المتمثلة في الاستبيان وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:

- وضوح البنود وملائمتها للعينة وخصائصها؛
- التأكد من وضوح التعليمات؛
- المعرفة المسبقة لظروف إجراءات الدراسة وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل المحتملة؛
- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث؛

الدراسة الأساسية:

تم إجراء الدراسة الأساسية بتطبيق استبيان موجه للعمال الإداريين بديوان المركب متعدد الرياضات قسنطينة، وفي الأخير تحليلها بالأدوات الإحصائية للوصول إلى النتائج، وكل هذه الخطوات سنقوم بعرضها بالتفصيل في الخطوات والعناوين التالية:

مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة: موظفو ديوان المركب متعدد الرياضات لولاية قسنطينة وجميع فروعه.

عينة الدراسة: حرصا منا على الوصول إلى نتائج الأكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية بسيطة أي أننا لم نخص العينة بأي خصائص أو مميزات.

ضبط أفراد العينة: وتتكون من30 إداري موزعين على ديوان المركب متعدد الرياضات لولاية قسنطينة.

منهج الدراسة:

المنهج هو:" الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج".(السماك، 1980، صفحة 42)

ونظرا لطبيعة الموضوع الذي تناولناه في دراستنا، وقصد تحليل النتائج ودراسة الإشكالية التي طرحناها فإننا نعتمد على المنهج الوصفي الذي يختص بجمع البيانات والتقارير أو الجداول الكمية أو كلاهما معا والمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كيفيا وتعبيرا كميا فالأول يصف لنا ظاهرة ويوضح خصائصها أما الثاني فيعطيها وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى.

من أجل الحصول على نتائج علمية موثوقة بها يشترط على كل باحث أن يضبط متغيرات بحثه حتى تعزل المتغيرات الأخرى والتي تعرقل البحث وكانت متغيرات بحثنا هي:

ضبط متغيرات البحث:

المتغير المستقل: وهو الذي يؤدي التغير فيه إلى التأثير في قيم متغيرات أخرى لها علاقة به، أو هو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير أخر وحدد المتغير المستقل في بحثنا وهو "الاستثمار الرياضي".

المتغير التابع: وهو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى ومعنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع والمتغير التابع في بحثنا هو"تطوير الممارسة الرياضية".

أدوات الدراسة:

وقع اختيارنا في هذا البحث على التقنية السائدة والشائعة وهي الاستبيان كأداة لجمع البيانات والذي وجدناها أنجع طريقة للتحقق من إشكاليتنا التي نحن بصدد البحث فيها، ويعتبر الاستبيان أكثر أدوات جمع البيانات والمعلومات استخداما وشيوعا في البحوث الاجتماعية والتربوية الرياضية، كما يستعين الباحثون بهذه الأداة، نظرا لكونها اقتصادية سهلة وسريعة في تطبيقها لذلك قمنا بتحضير الاستمارات الاستبانة واعتمدنا في بنائها

على استمارة للإداريين ويضم الاستبيان 22سؤال وتتمثل هذه الأسئلة في الأسئلة المغلقة، وقد تم تقسيم الاستمارة إلى ثلاث محاور وهي كالتالي:

- **المحور الأول:** اشتمل على 15 سؤال حول " القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار لا تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي".
- **المحور الثاني:** اشتمل على 09 أسئلة حول:" وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية ".
- **المحور الثالث:** وقد اشتمل على 06 أسئلة حول: "توفر الإمكانات المادية والمالية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة ".

وكل عباراتها مدرجة وفق وزن مقياس ليكارت الخماسي كما هو موضح في الشكل:

الجدول (1)

مقياس ليكارت الخماسي

غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة
1	2	3	4	5

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

صدق أداة الدراسة:

تم حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس على عينة استطلاعية البالغ حجمها 10 موظفين.

اختبار صدق الاتساق لكل محور من محاور الدراسة:

أ. **المحور الأول:** "القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار لا تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي" لاحظ الجدول رقم 02:

الجدول (2)

ارتباط كل سؤال بالمحور الأول

العبارات								
م	1	2	3	4	5	6	7	8
معامل الارتباط	**0.879	**0.766	**0.678	**0.745	**O.656	**0.772	**0.777	**0.705
قيمةSIG	0.1	0.039	0.010	0.039	0.009	0.008	0.022	0.010
مستوى الدلالة	0.05							
الدالة	دال	دال	دال	دال	دال	دال	دال	دال
العبارات								
م	9	10	11	12	13	14	15	
معامل الارتباط	**0.698	**0.846	**0.702	**0.787	**6.990	**0.834	**0.81	
قيمةSIG	0.039	0.008	0.1	0.039	0.022	0.1	0.010	
مستوى الدلالة	0.05							
الدالة	دال	دال	دال	دال	دال	دال	دال	

المصدر: إعداد الطالب SPSS

من خلال الجدول نجد معاملات الارتباط بيرسون كانت قيمتاه الحديتين 0,656 كأدنى قيمة، و0,879 كأعلى قيمة وهذا يخص كل العبارات من 01 إلى 15 حيث أن كل هذه القيم لها دلالة إحصائية وذلك بالنظر إلى نتائج قيمة SIG الدلالة الإحصائية والمحصورة بين (0,080 -0,039) وهذا يدل على أن كل قيم معامل الارتباط دالة لان كل قيمها اقل من مستوى الدلالة 0,05، ومنه نستنتج أن عبارات المحور الأول لها علاقة ارتباطية مع المحور التابعة له، حيث تتفاوت العلاقة من قوية إلى قوية جدا ذات طابع ارتباطي طردي.

ب. المحور الثالث: " توفر الإمكانيات المالية والمادية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة "الجدول 04:

الجدول (4)

ارتباط كل سؤال بالمحور الثالث

العبارات						
30	29	28	27	26	25	
**O.867	**0.948	**0.724	**0.910	**0.833	**0.876	معامل الارتباط
0.001	0.000	0.018	0.000	0;003	0.001	قيمةSIG
0.05						مستوى الدلالة
دال	دال	دال	دال	دال	دال	الدالة

المصدر: إعداد الطالب SPSS

من خلال الجدول نجد معاملات الارتباط بيرسون كانت قيمتاه الحديتين 0,724 كأدنى قيمة، و0,948 كأعلى قيمة وهذا يخص كل العبارات من 25 إلى 30 حيث أن كل هذه القيم لها دلالة إحصائية وذلك بالنظر إلى نتائج قيمة SIG الدلالة الإحصائية والمحصورة بين (0,000 -0,018) وهذا يدل على ان كل قيم معامل الارتباط دالة لان كل قيمها اقل من مستوى الدلالة 0,05، ومنه نستنتج أن عبارات المحور الثالث لها علاقة ارتباطية مع المحور التابعة له، حيث تتفاوت العلاقة من قوية إلى قوية جدا ذات طابع ارتباطي طردي.

حساب الصدق البنائي:

جدول (5)

ارتباط كل محور بالدرجة الكلية للاستبيان.

	المحاور		
معامل الارتباط	الأول	الثاني	الثالث
قيمةSIG	**0. 943	**0. 928	**0. 796
مستوى الدلالة	0.000	0.000	0.000
الدالة	0.05		
معامل الارتباط	دال	دال	دال

المصدر: إعداد الطالب SPSS

من خلال الجدول نجد أن قيم معامل الارتباط بيرسون لمحاور الاستبيان بالنظر إلى قيم SIG الدلالة الإحصائية هيم قيم اقل من مستوى الدلالة 0,05 أي لها دلالة وقيمة إحصائية وهذا يدل على ان جميع محاور الاستبيان لها ارتباط مع الدرجة الكلية للاستبيان وكذلك الجداول 2-3-4 نلاحظ من خلالها أن جميع أسئلة الاستبيان ترتبط ارتباطا دالا إحصائيا مع الدرجة الكلية للمحاور التي تنتمي إليها، إذن فالاستبيان يتمتع بالصدق.

اختبار ثبات أداة الدراسة:

الجدول (6)
معامل الثبات ألفا كرونباخ

	قيمة ألفا كرونباخ	عدد العبارات	العينة
المحور الأول	0.921	15	10
المحور الثاني	0,920	09	
المحور الثالث	0.959	06	
المجموع	0.949	30	

المصدر: إعداد الطالب SPSS

نجد أن قيمة معامل ألفا كرونباخ ذات قيم مقبولة وأن القيمة إجمالية لجميع عبارات الاستبيان بلغت **0.949** ويضم 30عبارة وهي أكبر من الحد الأدنى 0.6مما يدل على ثبات أداة الدراسة.

موضوعية أداة البحث: اعتمادا على الدراسة الاستطلاعية وبعد صياغة الشكل الأولي للاستبيان قمنا بعرضه على المحكمين والمتمثلين في أعضاء هيئة التدريس وأساتذة خبراء وتم الأخذ بعين الاعتبار كافة ملاحظاتهم والآراء والتصويبات التي أبداها المحكمين، ومن ثم تم صياغته بشكله النهائي.

مجالات البحث: تم إجراء البحث وفق المجالات الثلاثة التالية:

المجال المكاني: أحري البحث على مستوى مديرية الشباب والرياضة بولاية قسنطينة.

المجال البشري: يحوي المجال البشري للدراسة على 30موظف إداري تابع إلى مديرية الشباب والرياضة لولاية قسنطينة.

الأساليب الإحصائية:

- **اختبار كاف تربع**: يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها، يتم حساب الاختبار من الخلال العلاقة التالية:
- **كا^2= (مجموع التكرارات المشاهدة – التكرارات المتوقعة)^2 / التكرارات المتوقعة**

عندما تكون كا ^{2} المحسوبة أكبر من كا ^{2} المجدولة تكون هناك دالة إحصائية وإذا كان العكس ليس هناك دالة إحصائية، ولحساب كا ^{2} المجدولة يجب توافر شرطين أساسين هما:

- درجة الحرية ومستوى الدلالة التي تساوي0.01.
- اختبار الارتباط بيرسون.
- اختبار ألفا كرونباخ.

عرض وتحليل فرضيات الدراسة:

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

جدول (7)

أن القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار

تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي

العبارات	كا^2 المحسوبة	كا2 الجدولية	الدرجة	مستوى الدلالة	الدالة
.1	7.13	5.99	1	0,05	دالة
.2	9.20	5.99	3	0,05	دالة
.3	16.90	3,84	2	0,05	دالة
.4	16.45	3,84	2	0,05	دالة
.5	6.20	7.82	2	0,05	غير دالة
.6	16.20	3,84	2	0,05	دالة
.7	9.49	3,84	2	0,05	دالة
.8	15.60	3,84	3	0,05	دالة
.9	18.33	3,84	4	0,05	دالة
.10	11.67	3,84	4	0,05	دالة
.11	19.40	5.99	2	0,05	دالة
.12	24.67	3,84	3	0,05	دالة
.13	23.40	3,84	2	0,05	دالة
.14	12.33	3,84	4	0,05	دالة
.15	3.33	7,82	1	0,05	غير دالة

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول المحور الأول، نجد أن معظم أسئلة المحور 01دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة بموافق بشدةعند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه يمكن الاعتماد على القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار التي تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي.

عرض نتائج الفرضية الثانية:

جدول (8)

وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي

يساهم في تطوير الممارسة الرياضية

العبارات	كا^2 المحسوبة	كا2 الجدولية	الدرجة	مستوى الدلالة	الدالة
.16	9,06	3,84	1	0,05	دالة
.17	6.77	3,84	1	0,05	دالة
.18	22.44	3,84	2	0,05	دالة
.19	6.53	7.82	1	0,05	غير دالة
.20	23.44	3,84	2	0,05	دالة
.21	26.04	5.99	3	0,05	دالة
.22	13.60	5.99	4	0,05	دالة
.23	12.33	3,84	4	0,05	دالة
.24	18.33	3,84	3	0,05	دالة

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول المحور الثاني، نجد أن معظم أسئلة المحور 02 دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة بموافق بشدة عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم أنها. تعتمد على وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية.

عرض نتائج الفرضية الثالثة:

جدول (8)
توفر الإمكانيات المالية والمادية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة

العبارات	كا^2 المحسوبة	كا2 الجدولية	الدرجة	مستوى الدلالة	الدالة
.25	11.67	3,84	4	0,05	دالة
.26	18.33	5.99	4	0,05	دالة
.27	5.60	7.82	3	0,05	غير دالة
.28	16.20	5.99	2	0,05	دالة
.29	16.20	5.99	2	0,05	دالة
.30	9.20	3,84	3	0,05	دالة

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول المحور الثالث، نجد أن معظم أسئلة المحور 03 دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة بموافق بشدةعند مستوى دلالة 0.05 حيث كا ^{2} المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه المؤسسة تسعى لتوفر الإمكانيات المالية والمادية التي تساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة.

مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

مناقشة الفرضية الأولى: من خلال ما بينته نتائج أسئلة الفرضية الأولى الخاصة بالمحور الأول التي افترضناها والتي تقول أن **"القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي"** يتضح لنا هذا الأمر جليا من خلال إجابات المسيرين على أسئلة الاستبيان وهذا ما توضحه نتائج الأسئلة من السؤال الأول إلى السؤال الخامس عشر، إذن من خلال تحليلنا لبعض أسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنها تدل على أن توضيح القوانين والتشريعات له أهمية في تسهيل عملية الاستثمار الرياضي بالمنشآت الرياضية، كما أن لها فعالية وكفاءة في تحسين وتطوير الممارسة الرياضية في البيئة التي تعتمد على الاستثمار، والاعتماد على برنامج تخطيطي أمر ضروري إذا أراد تحقيق نتائج إيجابية وهذا ما يتفق مع أهمية ومبادئ الاستمارة الرياضي، وقد كانت معظم أجوبتنا لها فروق ذات دلالة إحصائية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى.

مناقشة الفرضية الثانية:

خلال ما بينته نتائج أسئلة الفرضية الثانية الخاصة بالمحور الثاني التي افترضناها والتي تقول أن" **وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية** "، يتضح لنا هذا الأمر جليا من خلال إجابات الإداريين على الأسئلة الاستبيان وهذا ما توضحه نتائج من السؤال رقم 16 إلى السؤال رقم 24، ومن خلال تحليلنا لبعض أسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن

دلت على شيء فإنها تدل على أن توفير الكفاءات البشرية المؤهلة والمتخصصة في مجال الاستثمار الرياضي فانه يساهم في تطوير الممارسة الرياضية، كما انه جزء لا يتجزأ من اجل تحقيق أهداف المنشآت الرياضية بتحقيق التطور والتنمية المستدامة، باعتبار أن كفاءة المورد البشري هو حلقة الوصل بين تحقيق أهداف الاستثمار الجيد، و الوصول إلى التطور المستر في الممارسة الرياضية، ومنه نستخلص أن كفاءة الموارد البشرية في مجال الاستثمار الرياضي له أهمية كبيرة في تطوير أسس الممارسة الرياضية في المؤسسات والمنشئات الرياضية، وكانت معظم أجوبتنا لها فروق ذات دلالة إحصائية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثانية.

مناقشة الفرضية الثالثة:

خلال ما بينته نتائج أسئلة الفرضية الثالثة الخاصة بالمحور الثالث التي افترضناها والتي تقول"**: توفر الإمكانيات المالية والمادية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة"** يتضح لنا هذا الأمر جليا من خلال إجابات الإداريين على الأسئلة الاستبيان وهذا ما توضحه نتائج الأسئلة من السؤال رقم 25 إلى السؤال 26، ومن خلال تحليلنا لبعض أسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنها تدل على أن توفير جل الإمكانيات سواء كانت المادية أو المالية فانه حتما سيشجع على الاستثمار في المجال الرياضي، وبالتالي فتح الأسواق الخارجية من اجل الاستثمار في البيئة الجزائرية، وبالتالي تطوير الممارسة الرياضية وزيادة المستثمرين الأجانب لتطوير الرياضة في الجزائر، فتوفير الإمكانيات المالية لأهمية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية وتسهيل عملية الاستثمار وزيادة قيمة رأس المال، حيث نؤكد أن الاستثمار الرياضي يحتاج إلى تسيير وفق استراتيجية مالية وتمويلية عالية الدقة والكفاءة مرادها وجود الانسجام على مستوى إدارة المنشأة الرياضية، وكانت معظم أجوبتنا لها فروق ذات دلالة إحصائية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة.

مناقشة الفرضية العامة:

ومن هنا يمكننا القول إن الفرضية العامة القائلة:"**الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية على مستوى المنشآت الرياضية "**حيث تم القيام بالدراسة الميدانية على ديوان مركب متعدد الرياضات لولاية قسنطينة، وبالتالي فان ديوان مركب متعدد الرياضات لولاية قسنطينة يولي اهتمام واضح بعملية الاستثمار الرياضي وذلك لتطوير الممارسة الرياضية على مستوى المنشأة الرياضية، وبالتالي نؤكد صحة الفرضية العامة.

الخاتمة:

أصبح الاستثمار في المجال الرياضي يلعب دورا مهما في تطوير الممارسة الرياضية وهو واحد من أهم الأدوات الاقتصادية ذات النفع الايجابي نحو بناء استراتيجية رياضية مستقبلية ترتكز عليها الأجيال القادمة.

وان عملية الاستثمار في المجال الرياضي يتم بها توظيف الأموال أو تخصيصها في المجال الرياضي أو الفرص الاستثمارية المتاحة التي يعتقد المستثمر بأنها فرص مناسبة ومقبولة وتحققه العائد الذي يرغب بأقل مستوى من المخاطرة.

وبدا الاستثمار الرياضي في دول العالم يحتل مرتبة قوية في اقتصاد الدول وذلك بسبب ارتفاع عدد الشباب الممارسين والمهتمين بالنشاط الرياضي وبذلك تصنع الهواية الرياضية حجر أساس في بناء الاقتصاد للدولة, وفي الوقت نفسه تستخدم الأنشطة الرياضية والمراكز و الأندية كعامل قوي لتطوير الرياضة و لصيانة

وحماية الشباب والشابات من الانحرافات الخطيرة, هذا بالإضافة إن للاستثمار وتطبيقاته في المجال الرياضي له علاقة وثيقة بالعلوم الاجتماعية التي تقوم على دراسة سلوك الإفراد والتي تتضح من خلال إشباع الحاجات المتنوعة للممارسين فأن الاستثمار في المجال الرياضي يؤدي إلى دراسة الفرد والبيئة التي يتعامل معها فالفرد يمثل الحاجات الاقتصادية بينما البيئة تمثل الموارد الاقتصادية, وان الاستثمار في المجال الرياضي يعمل على توفير التمويل الرياضي فهو يعد عملية البحث عن موارد مالية للأنفاق على الأنشطة المرتبطة بالمجال الرياضي و في نفس الوقت تطويرها لمواجهة متطلبات الاحتراف كنظام مؤثر فرض نفسه في المجال الرياضي وللتمويل في المجال الرياضي دور مهم لحل المشاكل الموجودة على مستوى الهيئات الرياضية بمختلف أنواعها.

واني أرى من وجهة نظري أن الحل الأمثل لمستقبل الرياضة وتطويرها هو الاستثمار في المجال الرياضي حيث ان الاستثمار في المجال الرياضي يؤدي إلى أنشاء قاعات و مرافق وأندية رياضية بمواصفات عالمية وبوقت أقصر وبالتالي يؤدي هذا إلى توفر الأماكن الجيدة لممارسة الأنشطة الرياضية و اكتشاف المواهب الرياضية ودعم الأندية والمنتخبات الوطنية بها ,هذا بالإضافة أيجاد منابع جديدة للتمويل الرياضي ,لذا نرجو من السادة المسؤولين العاملين في المجال الرياضي أن يكونوا أصحاب الخطوة الأولى باتجاه الاستثمار في المجال الرياضي و تطويره بكافة مجالاته وان يقوموا بأعداد الخطط الاستراتيجية لهذا الأمر ,ونسأل الله أن يوفقنا ويوفقكم لخدمة الرياضة.

الاستنتاجات:

من خلال تحليلنا لنتائج الاستبيان توصلنا إلى النتائج التالية ومن خلال أكدنا على تحقيق الفرضيات وهي كما يلي:

- الاستثمار الرياضي على مستوى المؤسسة أو المنشأة الرياضية؛
- الاستثمار الرياضي على مستوى العمليات؛
- الاستثمار الرياضي على مستوى الأفراد؛
- انعدام وجود استراتيجية العمل من خلال التمكين، ويرجع ذلك عادة إلى كون المسير قليل الفكرة وبعيد عن التأهيل العلمي والعملي وطرق التسيير الحديث؛
- انعدام المؤهلات الكافية لدى بعض المسيرين والنقص الملحوظ في الإطارات الرياضية من إداريين ومسيرين في هذا المجال مما أدى إلى اللجوء إلى الإداريين ومسيرين يفتقرون إلى التأهيل والتأطير العلمي والأساليب الحديثة في المجال التسيير والإداري مما أدى إلى استعمال طرق بدائية لا يمكن ن تصنع شيء من التقدم وتحسن الاستثمار الرياضي في تطوير الرياضة.
- كلما كان تشريعات التطوير واضحة ودقيقة ساهمت ذلك إلى إنجاح الاستثمار الرياضي، وهذا يؤدي إلى تحقيق الفرضية الأولى القائلة" **إن القوانين والتشريعات المتعلقة بالاستثمار تشجع على الاستثمار في المجال الرياضي"**؛
- كلما كانت الأساليب والوسائل والكفاءات البشرية التي يعتمد عليها الاستثمار مضبوطة بدقة أدى ذلك إلى اكتشاف الأخطاء ووضع الحلول المناسبة لها، وهذا يحقق الفرضية الثانية القائلة " **أن وجود الكفاءات البشرية المختصة في مجال الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية"**؛

- تطوير الممارسة الرياضة يحتاج لتوفير كل الإمكانيات المادية والمالية وهذا له دور كبير في تصحيح مسار العمل الاستثماري الإداري، وهذا يؤكد تحقيق الفرضية الثالثة: **"ان توفر الإمكانات المادية والمالية يساهم في تشجيع الاستثمار في مجال الرياضة"**؛
- ومن خلال تحقق الفرضيات الجزئية الثلاثة نقول إن الفرضية العامة للبحث والتي نصها " **الاستثمار الرياضي يساهم في تطوير الممارسة الرياضية على مستوى المنشآت الرياضية"** قد تحققت.

- الاقتراحات والتوصيات:

- يجب ان يتولى قيادة القطاعات الرياضية والمنشآت متخصصون في مجال الاستثمار الرياضي في تطوير الرياضة؛
- على المدير انتهاج السبل والوظائف الملائمة للاستثمار الرياضي في تطوير الممارسة الرياضية؛
- وضع إدارة رياضية تهتم بتكوين الإطارات في مجال تطوير الممارسة الرياضية؛
- تشجيع الأفكار الجديدة المفيدة لتطوير تسيير النابعة في الأفراد العاملين في المنشأة الرياضية وعلى كافة المستويات؛
- تسطير برامج عمل تضمن وضع آليات واضحة المعالم تستند إلى منهجية علمية بحتة تأخذ بعين الاعتبار جميع لعوائق والمسببات التي تعيق الاستثمار الرياضي في تطوير الممارسة الرياضية؛
- وضع خطط طويلة المدى على أن تقسم هذه الخطط إلى مراحل زمنية" سنوية "بهدف تأهيل وصقل المسيرين الإداريين على مستوى المنشآت؛
- زيادة الاهتمام بالاستثمار الرياضي وتطوير الممارسة الرياضية؛
- وضع بعض الحوافز لتطوير مردود المسيرين.

قائمة المصادر والمراجع:

1. احمد التيجاني بلعروسي، و الجيلالي لكحل. (2006). أنون الرياضة. الجزائر: دار هومه.
2. علي بوكشيرد. (2019). علاقة الاستثمار الرياضي بتحسين المنشآت الرياضية والموارد البشرية. اطروحة ذكنوراه في ادارة وتسيير الموارد البشرية والمنشآت الرياضية . الجزائر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة الجزائر 03.
3. غنية خلول. (2017). عامل تكاليف الممارسة الرياضية وعلاقته بتدني مستوى الممارسة الرياضية. مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، 2 (4).
4. محمد ازهر السماك. (1980). الأصول في البحث العلمي. الموصل: دار الحكمة للطباعة والنشر .
5. محمد يوسف البقاعي. (2006). قاموس الطالب. المغرب: دار المعرفة.
6. ناصر قسيم خالف. (2012). نموذج مقترح لادارة العلاقات العامة في المؤسسات الرياضية في العراق. مجلة علوم الرياضة، 2 (4).

أثر الكوفيد على مدى تباين مستويات الحالة النفسية لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم

د/ حسين عامر د/ زرف محمد د/ بلخير قدور بأي

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى تعرف على مستويات القلق الناجمة عن جائحة كورونا لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم، ولأجل ذلك استخدمنا المنهاج الوصفي ودلك لمناسبته لدراسة الحالية حيث اشملت عينة البحث على 61 طالب/49 ذكر و12 انثى تم استجوابهم باستبانة قلق الكوفيد. وبعد جمع وتبويب البيانات واستخدامنا للإحصاء المطلوب خلصة الدراسة الى تباين تأثير الجائحة على الحالة النفسية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. بنسبة منخفضة فترة وجودهم في المعهد وبين متوسط والعالي حالة خروجهم من المعهد. ويعزيه طاقم الباحث الى الاجراءات الصارمة التي اتخذتها ادارة المعهد تطبيقا لتعليمات السلطات العليا. بالإضافة الى مدى وعي الطلبة بتصرفاتهم خارج المعهد والتي قدرة بين المتوسط والمرتفع خوفا من نقل الفيروس الى اهالهم.

الكلمات المفتاحية: الحالة النفسية، الكوفيد، الطلبة، الجامعة الجزائرية، معهد التربية البدنية والرياضة

Abstract:

The current study aimed to identify the levels of anxiety resulting from the Corona pandemic among students of the Institute of Physical Education and Sports of the University of Mostaganem. To do this, we used the descriptive curriculum due to its suitability to the current study, as the research sample included 61 students/49 males and 12 females who were interrogated using the Covid anxiety questionnaire. After collecting and tabulating the data and using the required statistics, the study concluded that the impact of the pandemic on the psychological state of the students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities varied. in the rate of The duration of their stay in the institute is low and between medium and high is the case of their exit from the institute. The researcher's staff attributes this to the strict measures taken by the institute's administration in implementation of the instructions of the higher authorities. In addition to the extent of students' awareness of their actions outside the institute, which ranges between medium and high, for fear of transmitting the virus to their families.

Keywords: psychological state, Covid, students, Algerian University, Institute of Physical Education and Sports

1.المقدمــة.

تعد فيروسات كورونا فصيلة كبيرة من الفيروسات المعروف أنها تسبب اعتلالات تتنوع بين الزكام وأمراض أكثر وخامة، مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية، ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (سارس). وتم تحديد فيروس كورونا جديد في عام 2019، في مدينة وهان، الصينية. ويُمثِّل هذا الفيروس سلالة جديدة لم يسبق تحديدها لدى البشر من قبل. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

وقد ادى انتشار هذا الفيروس الى أزمة إنسانية وصحية لم تعهدها البشرية من قبل. أحدثت مخاوف كبيرة في تحديد مدى حدته وطول المدة في التغلب عليه. وعلى غرار الدول الأخرى سجلت الجزائر 666 979 حالة منها 860 حالة جديدة ومن بينها 2 154 وفاة و44 633 حالة تعافٍ حتى 15 نوفمبر 2020. واحتلت الصدارة ولاية الجزائر بـ 8 491 حالة وتلتها ولاية وهران بـ 5 317 حالة وولاية البليدة بـ 5 569 حالة ثم رابعًا ولاية سطيف بـ 3 958 حالة؛ مما دفع صانع القرار في بلدنا الى اتخاذ قرارات إدارية تضمنت اغلاق المدارس والجامعات وكذلك المنتزهات والملاعب. التي نرى ان من شأنها الاخلال بنمط حياة المواطن الاعتيادية قبل كوفيد. والتي نعتبرها كطلبة جزائريين مصدر لزيادة الضغط والارتباك والقلق، لدى مختلف طوائف مجتمعنا. (sparng & saliman, 2013)

ومن اعتبار ان تعرض الأفراد داخل مجتمعاتهم لمثل هذه الجوائح يؤدي الى تأثر سلبي في صحتهم النفسية والعقلية. (ابو عيشة زاهدة، وعبد الله تيسير، 2012).

تأتي اهمية هذه الدراسة في تقصي دلالة تباين مستويات أثر جائحة الكوفيد على الحالة النفسية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم. عملا بتعليمات رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، القائد الأعلى للقوات المسلحة ووزير الدفاع الوطني، وعقب المشاورات مع اللجنة العلمية لمتابعة تطور جائحة فيروس كورونا (كوفيد-19) والسلطة الصحية، قررت السلطات العليا للبلاد الى إغلاق المؤسسات التعليمية بسبب جائحة كوفيد -19 التي فرضة على القطاع الجامعي استراتيجية توظيف تكنولوجيا التعليم عن بعد بالنسبة للمواد النظرية وتفويج الحضوري بالنسبة طلبة الليسانس لكثرة المواد التطبيقية في هذا المستوى التكوني والتي دفعتنا الى صياغة الاشكال الموالي:

- ما هو فرق تباين مستويات اثر الكوفيد على الحالة النفسية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم؟. اعتمادا على استبانة سعود ملك البدري.

2. المتن او النهجية.

2-1-**المنهج المتبع**: إن مناهج البحث تختلف في البحوث باختلاف مشكلة البحث وأهدافها، فالمنهج "هو عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه " .

اما عمار بوحوش فيصفه بأنه "الطريقة الموضوعية لوصف الظاهرة المدروسة"، وتصويرها كميا وهذا عن طريق جمع المعلومات المقننة من المشكلة ومن ثمة القيام بتصنيفها وتحليل إخضاعها للدراسة العميقة. (بوحوش، 1995)

أما رابح تركي فيعرفه على أنه "عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهره من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخصيها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها". (تركي، 1984)

ومن هذا المنطلق اعتمد طاقم البحث على المنهج الوصفي بطريقة المسح في جمع البيانات الميدانية مستندين في دلك على الدراسات السابقة واستبانة سعود الملك البدري.

كأداة قياس محكمة تخدم الموضوع الحالي استندا مصممها على الأوضاع الاجتماعية، وتحليل تلك الأوضاع والوقوف على الظروف المحيطة بها أو الأسباب الدافعة إلى ظهورها".(بوحوش، 1995)
حيث يؤكد محمد شفيق أن استخدامنا للمنهج الوصفي يتطلب اداة وطريقة تصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع المعلومات المتقنة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة. (شفيق، 1985)
فالمنهج الوصفي هو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين. (ذنينات، 1995)

2-2- الدراسة الاستطلاعية: من اعتبار ان الدراسة الاستطلاعية هي بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها. (مختار، 1995)

يؤكد طاقم البحث الحالي ان دراستهم الاستطلاعية استندت الى مراجعة ادبية وتطبيقية اسندا فيه على المصادر و المراجع والدراسات السابقة سواء في :

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه.
- التأكد من صلاحية أداة البحث(المقياس)وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:
- وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها.
- التأكد من وضوح التعليمات.
- سهولة ووضوح الأسئلة
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهنا.

ولهذا الغرض قمنا بتوزيع الاستمارة على عينة قوامها 8 طلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم تم استبعادهم من التجربة الاساسية.

3-- أدوات البحث:

جمع المعلومات وكيفية تطبيقها: إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة سهلت علينا الإلمام (الإحاطة) بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة استعملنا في بحثنا مجموعة من الطرق المتمثلة في:

-طريقة الاستبيان: يعرف محمد حسن علاوي أن الاستبانة هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة ومن بين وسائل هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهة والوقت كما أنها تساهم الحصول على عينات من البيانات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية. (راتب، 1999)
حيث تعد وسيلة لجمع المعلومات مستعملة وبكثرة في البحوث العلمية ومن خلالها تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي وتتمثل في جملة من الأسئلة مقسمة إلى (مغلقة، نصف مغلقة، مفتوحة) ويقوم الباحث

بتوزيعها على العينة المختارة كالإجراء الأولي ثم يقوم بجمعها ودراستها وتحليلها ثم استخلاص النتائج منها وقد قمنا باختيار الاستبانة لكي يسمح لنا بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة وقلة تكاليفها.

والأسئلة هي استجابة للمحاور وبالتالي استجابة للفرضيات، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات.
حيث اننا استخدمنا في الدراسة الحالية الاستبيان او استمارة معدة من 21 سؤال مرفقة بعد مراجع الموردة في هده الدراسة.
كما اننا استخدمنا صدق الذاتي من خلال استوجاب عينة قوامها 8 طلبة لمرتين في خضون اسبوع تم استبعادهم من التجربة الاساسية و بعد حساب ت للعينات المرتبطة و التي قدرة ب1,18 عند مستوى الدلالة 0,05و التي هي اقل من الجدولية و التي تساوي 1,86 . يؤكد الطلبة الباحثين ان الاجابات كانت تقريبا متشابهة في كل اسئلة الاستبانة بمعامل ارتباط قوي قدر ب 0,98 وهدا ما يؤكد لهم مدى موضوعية ومصداقية الاستبانة المطبق في هده الدراسة.

4-ضبط متغيرات الدراسة:

4-1-تعريف المتغير المستقل: هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.
تحديد المتغير المستقل: الكوفيد.
4-2-**تعريف المتغير التابع:** متغير يؤثر فيه المتغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع. (زرواتي، 2007، صفحة 78)
تحديد المتغير التابع: الحالة النفسية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم.

5-**مجتمع البحث**: من الناحية الاصطلاحية: "هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة: مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى". (رضوان، 2000) وتكون مجتمع البحث في دراستنا من طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بولاية مستغانم.

6-عينة البحث: تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث، حيث عينة البحث هي معلومات عن عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي لموضوع الدراسة، بحيث تكون ممثلة تمثيلا صادقا.
"العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث، وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية والرياضية تكون هي" أشخاص" والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين وفي بحثنا شملت جزءا من مجتمع الدراسة طلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم.
حرصا منا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع، قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية، أي أننا لم نخص العينة بأية خصائص أو مميزات وذلك لسببين:

- العينة العشوائية تعطي فرص متكافئة لكل الأفراد لأنها لا تأخذ أي اعتبارات أو تميز أو إعفاء أو صفات أخرى غير التي حددها البحث.

- اختيار العينة العشوائية لأنها هي ابسط طرق اختيار العينات.

وقد احتوى بحثنا على عينة تمثلت في 61 طالب وطالبة في معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم.

7-مجالات البحث:

7-1-المجال المكاني: تم توزيع الاستبانة على طلبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم.

7-2-المجال الزمني: لقد تم ابتداء البحث منذ أوائل شهر مارس 2022 عن طريق البحث في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد تم توزيع الاستمارات على الطلبة خلال الفترة الممتدة ما بين 03افريل2022إلى10 بالنسبة للتجربة الاستطلاعية اما الأساسية فكانت في 19افريل 2022.

8-الطريقة الإحصائية :لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام وتمثلت الوسائل الإحصائية المستخدمة في:

أ. معامل الارتباط البسيط لبيرسون ب. المتوسط الحسابي ج. الانحراف المعياري

هـ النسبة المئوية د. ت ستيودنت

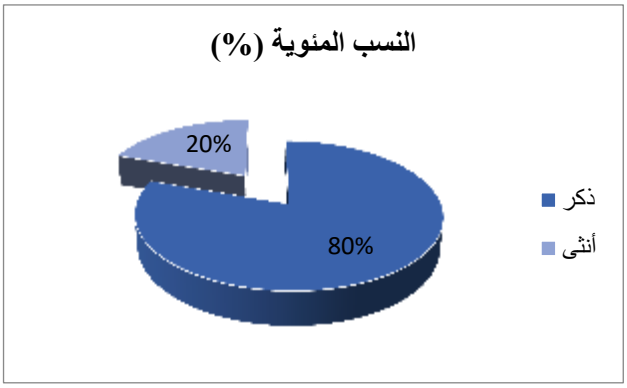
-عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1-1-عرض وتحليل ومناقشة البطاقة التعريفية:

توزيع العينة وفق متغير الجنس:

جدول (1)
توزيع العينة وفق متغير الجنس

الجنس	التكرارات	النسب المئوية (%)
ذكر	**12**	**19,67**
أنثى	**49**	**80,32**
المجموع	**61**	**100**

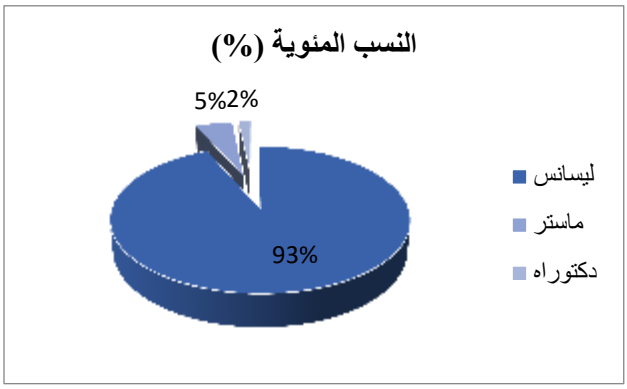


شكل (1)يوضح توزيع العينة وفق متغير الجنس

من خلال الجدول رقم01 نلاحظ أن نسبة الأكبر من الطلبة والبالغة 80% ذكور، أما النسبة الأقل من الطلبة والذين يمثلون نسبة 20% فمن جنس الإناث. ومن هنا نستنتج ان النسبة الأكبر التي اجابت على الاستبانة هي لمصلحة الذكور مقارنتا بالإناث.

جدول (2)
توزيع العينة وفق متغير المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	التكرارات	النسب المئوية (%)
ليسانس	**57**	**93**
ماستر	**03**	**05**
دكتوراه	**01**	**02**
المجموع	**61**	**100**



شكل (2) توزيع العينة وفق متغير المستوى التعليمي

من خلال الجدول رقم02 نلاحظ أن نسبة الأكبر من الطلبة والبالغة 93% يدرسون في طور الليسانس، في حين أن نسبة 05% يدرسون في طور الماستر، أما النسبة الأقل من الطلبة والذين يمثلون نسبة 02% يدرسون في الطور الثالث دكتوراه.

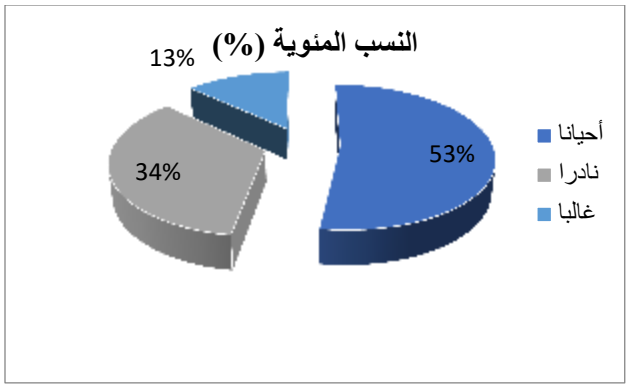
نستنتج ان الطلبة الذين ملزمون بالحضور الجسدي بغرض الدراسة هم طور الليسانس مقارنة بالأطوار المتبقية. وهدا ما يؤكد الاجراءات المتخذة من قبل ادارة معهد التربية البدنية والرياضة فيما يخص الدروس الحضورية خاصة وان اغلبية مقايس الليسانس هي دروس تطبيقية.

1-2-مناقشة وتحليل نتائج استبانة القلق الكوفيد:

العبارة الأولى: أشعر بالقلق اثناء تواجدي في الأماكن المزدحمة.

جدول (3)
التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الأولى

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**32**	**53**
نادرا	**21**	**34**
غالبا	**08**	**13**
المجموع	**61**	**100**



شكل (3) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 01

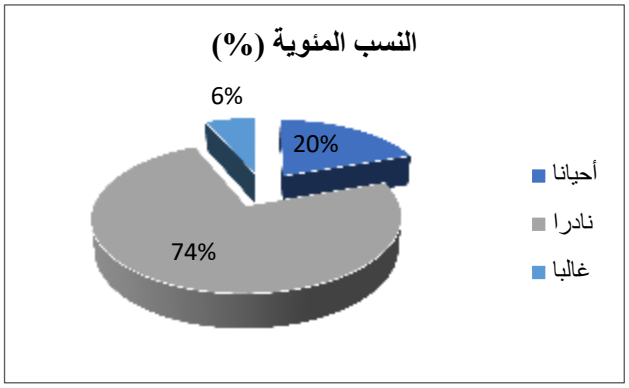
من خلال الجدول رقم 03 والشكل رقم 03 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 53% يشعرون بالقلق أحيانا أثناء تواجدهم في الأماكن المزدحمة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 13% غالبا ما يشعرون بذلك. يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يشعرون بالقلق أحيانا أثناء تواجدهم في الأماكن المزدحمة. نستنتج من هنا ان الطلبة يشعرون بالقلق أحيانا حين تواجدهم في الأماكن المزدحمة

العبارة الثانية: أشعر بالقلق اثناء تواجدي في وسائل المواصلات.

جدول (4)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الثانية

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**12**	**20**
نادرا	**45**	**74**
غالبا	**04**	**06**
المجموع	**61**	**100**



شكل (4) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 02

من خلال الجدول رقم 04 والشكل رقم 04 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 74%نادرا ما يشعرون بالقلق اثناء تواجدهم في وسائل المواصلات، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 06%

غالبا ما يشعرون بذلك ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما يشعرون بالقلق اثناء تواجدهم في وسائل المواصلات.

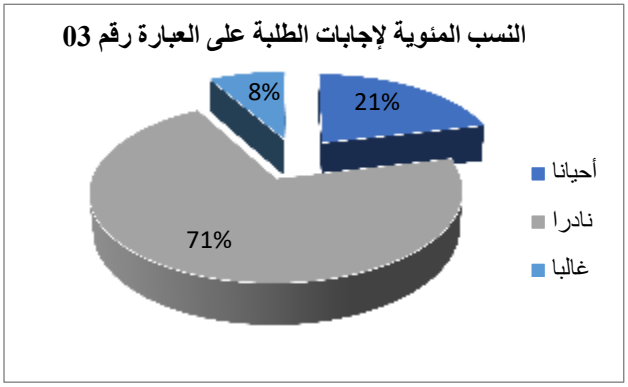
نستنتج ان الطلبة نادرا ما يشعرون بالقلق اثناء تواجدهم في وسائل المواصلات

العبارة الثالثة: أثارت جائحة كورونا مشاعر القلق بداخلي وبالتالي اثرت على تصرفاتي.

جدول (5)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الثالثة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**13**	**21**
نادرا	**43**	**71**
غالبا	**05**	**08**
المجموع	**61**	**100**



شكل (5) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 03

من خلال الجدول رقم 05 والشكل رقم 05 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 71% نادرا ما أثارت جائحة كورونا مشاعر القلق بداخلهم ما أثر على تصرفاتهم، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 08% غالبا ما أثرت جائحة كورونا على تصرفاتهم واهد ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما أثارت جائحة كورونا مشاعر القلق بداخلهم ما أثر على تصرفاتهم.

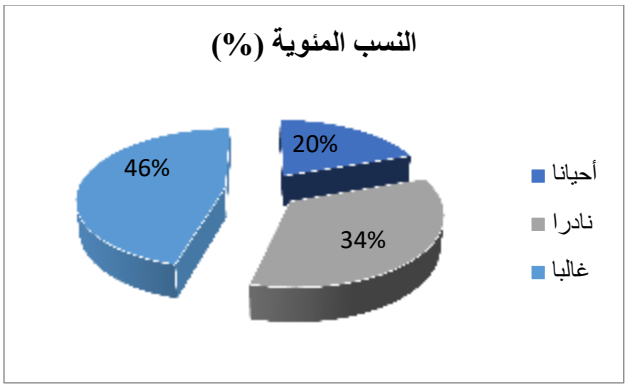
نستنتج انه نادرا ما تثار مشاعر القلق لدى الطلب بسبب جائحة كورونا

العبارة الرابعة: أشعر بالقلق اثناء السير في الطرق العامة.

جدول (6)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الرابعة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**12**	**20**
نادرا	**21**	**34**
غالبا	**28**	**46**
المجموع	**61**	**100**



شكل (6) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 04

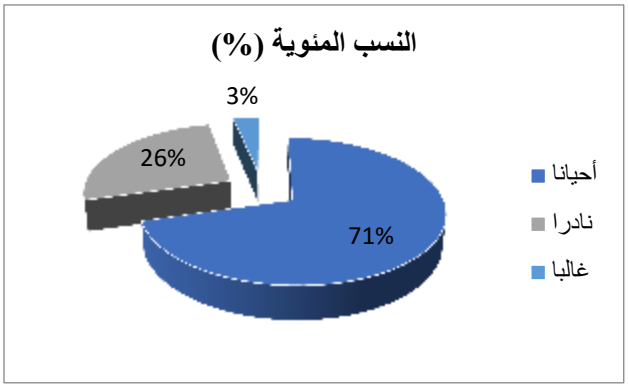
من خلال الجدول رقم 06 والشكل رقم 06 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 46% غالبا ما يشعرون بالقلق اثناء السير في الطرق العامة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 20% يشعرون بذلك في بعض الأحيان، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين غالبا ما يشعرون بالقلق اثناء السير في الطرق العامة.

ومن هنا نستنتج ان الطلبة غالبا ما يشعرون بالقلق اثناء السير في الطرق العامة

العبارة الخامسة: أشعر بالقلق عند التعامل مع الاخرين.

جدول (7)
التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الخامسة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**43**	**71**
نادرا	**16**	**26**
غالبا	**02**	**03**
المجموع	**61**	**100**



شكل (7) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 05

من خلال الجدول رقم 07 والشكل رقم 07 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 71% يشعرون أحيانا بالقلق عند التعامل مع الاخرين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 03% غالبا ما يشعرون

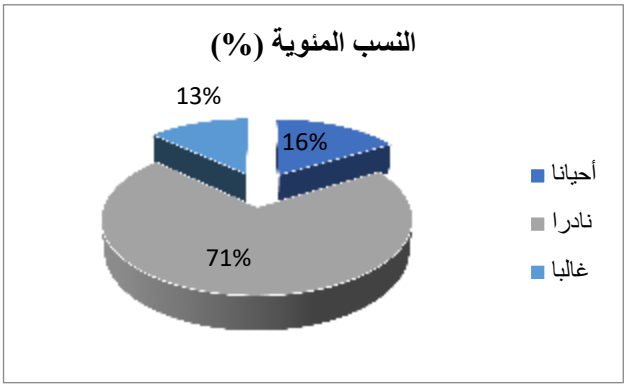
بذلك، وهذه القيمة تعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يشعرون أحيانا بالقلق عند التعامل مع الاخرين ، من خلال قراءتنا للنتائج السالفة الذكر تبين لنا ان الطلبة يشعرون بالقلق أحيانا عند التعامل مع الاخرين

العبارة السادسة: أحرص على خلع الحذاء وتركه خارج المنزل.

جدول (8)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة السادسة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**10**	**16**
نادرا	**43**	**71**
غالبا	**08**	**13**
المجموع	**61**	**100**



شكل (8) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 06

من خلال الجدول رقم 08 والشكل رقم 08 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 71% نادرا ما يحرصون على خلع الحذاء وتركه خارج المنزل، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 13% غالبا ما يقومون بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما يحرصون على خلع الحذاء وتركه خارج المنزل.

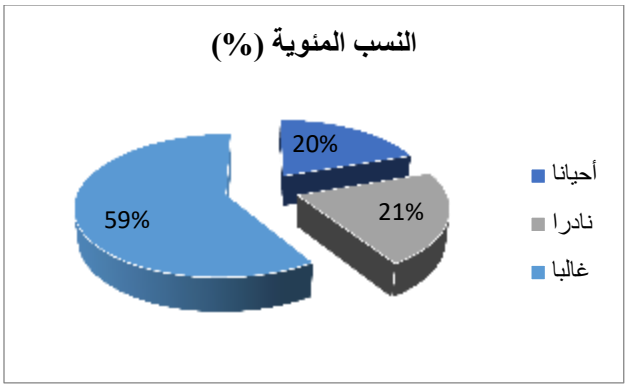
اتضح لنا انه نادرا ما يتم خلع الحذاء وتركه خارج المنزل من قبل طلبة المعهد

العبارة السابعة: أستحم مباشرة بعد وصولي الى المنزل.

جدول (9)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة السابعة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**12**	**20**
نادرا	**13**	**21**
غالبا	**36**	**59**
المجموع	**61**	**100**



شكل (9) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 07

من خلال الجدول رقم 09 والشكل رقم09 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 59% يستحمون في الغالب مباشرة بعد وصولهم إلى المنزل، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 20% يقومون بذلك في بعض الأحيان، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يستحمون في الغالب مباشرة بعد وصولهم إلى المنزل.

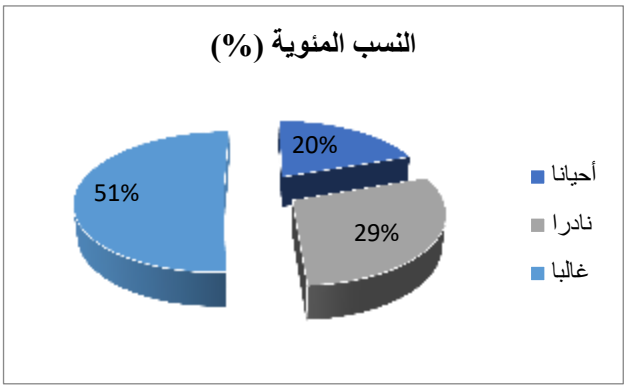
نستنتج من إجابات الطلبة ومن الدالة الإحصائية ان الطلبة يستحمون في الغالب مباشرة بعد وصولهم الى المنزل

العبارة الثامنة: عندما ادخل المنزل احرص على غسل الملابس فورا بعد خلعها.

جدول (10)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الثامنة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**12**	**20**
نادرا	**18**	**29**
غالبا	**31**	**51**
المجموع	**61**	**100**



شكل (10) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 08

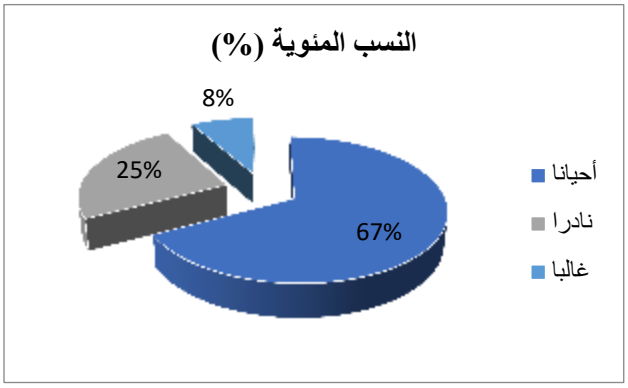
من خلال الجدول رقم10 والشكل رقم 10 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 51% يحرصون في الغالب على غسل الملابس فورا بعد خلعها عند الدخول للمنزل، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون

نسبة 20% يقومون بذلك في بعض الأحيان، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يحرصون في الغالب على غسل الملابس فورا بعد خلعها عند الدخول للمنزل.
نستنتج تن الطلبة حريصون على غسل الملابس فورا بعد خلعها عن الدخول الى المنزل
العبارة التاسعة: أحاول قدر الإمكان عدم الخروج من المنزل الا في حالة الضرورة القصوى.

جدول (11)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة التاسعة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**41**	**67**
نادرا	**15**	**25**
غالبا	**05**	**08**
المجموع	**61**	**100**



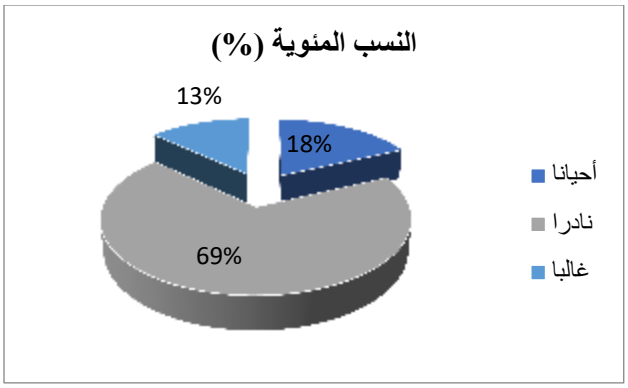
شكل (11) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 09

من خلال الجدول رقم 11 والشكل رقم 11 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 67% يحاولون في بعض الأحيان عدم الخروج من المنزل إلا في حالة الضرورة القصوى، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 08% غالبا ما يقومون بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يحاولون في بعض الأحيان عدم الخروج من المنزل إلا في حالة الضرورة القصوى.
العبارة العاشرة: أتجنب الزيارات العائلية وزيارات الأصدقاء.

جدول (12)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة العاشرة

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**11**	**18**
نادرا	**42**	**69**
غالبا	**08**	**13**
المجموع	**61**	**100**



شكل (12) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 10

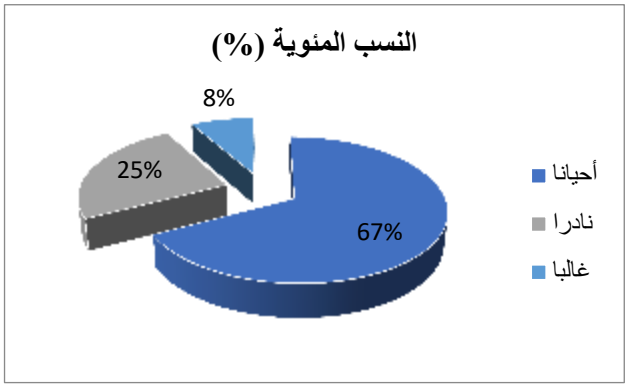
من خلال الجدول رقم 12 والشكل رقم 12 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 69% نادرا ما يتجنبون الزيارات العائلية وزيارات الأصدقاء، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 13% غالبا ما يقومون بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما يتجنبون الزيارات العائلية وزيارات الأصدقاء.

من خلال قراءتنا للنتائج السابقة الذر يتبين لنا ام الطلبة نادرا ما يتجنبون الزيارات العائلية وزيارات الأصدقاء

العبارة الحادية عشر: لا أخرج من المنزل إلا وأنا أرتدي الكمامة ومعي زجاجة التعقيم.

جدول (13)
التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الحادية عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**41**	**67**
نادرا	**15**	**25**
غالبا	**05**	**08**
المجموع	**61**	**100**



شكل (13) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 11

من خلال الجدول رقم 13 والشكل رقم 13 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 67% يخرجون في بعض الأحيان من المنزل مرتدين الكمامة ومعهم زجاجة التعقيم، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 08% غالبا ما يقومون بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يخرجون في بعض الأحيان من المنزل مرتدين الكمامة ومعهم زجاجة التعقيم.

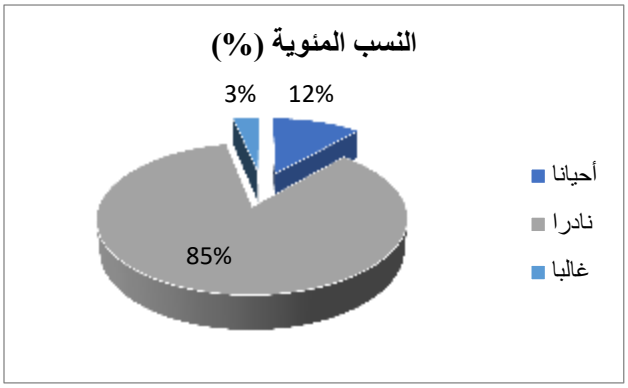
نستنتج ان الطلبة يخرجون في بعض الأحيان مرتدين الكمامة ومعهم زجاجة التعقيم

العبارة الثانية عشر: أرتدي القفازات أثناء تواجدي خارج المنزل.

جدول (14)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الثانية عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**07**	**12**
نادرا	**52**	**85**
غالبا	**02**	**03**
المجموع	**61**	**100**



شكل (14) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 12

من خلال الجدول رقم 14 والشكل رقم 14 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 85% نادرا ما يرتدون القفازات أثناء تواجدهم خارج المنزل، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما يرتدون القفازات أثناء تواجدهم خارج المنزل.

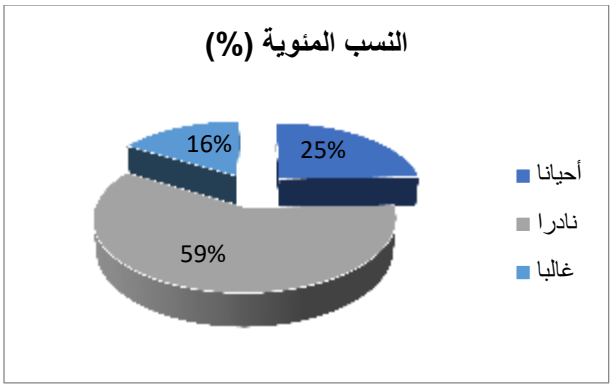
فمن هنا نستنتج ان الطلبة نادرا ما يرتدون القفازات اثناء تواجدهم خارج المنزل

العبارة الثالثة عشر: أحرص على تعقيم المنزل بالمطهرات.

جدول (15)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الثالثة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**15**	**25**
نادرا	**36**	**59**
غالبا	**10**	**16**
المجموع	**61**	**100**



(15) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 13

من خلال الجدول رقم 15 والشكل رقم 15 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 59% نادرا ما يحرصون على تعقيم المنزل بالمطهرات، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 16% غالبا ما يقومون بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما يحرصون على تعقيم المنزل بالمطهرات.

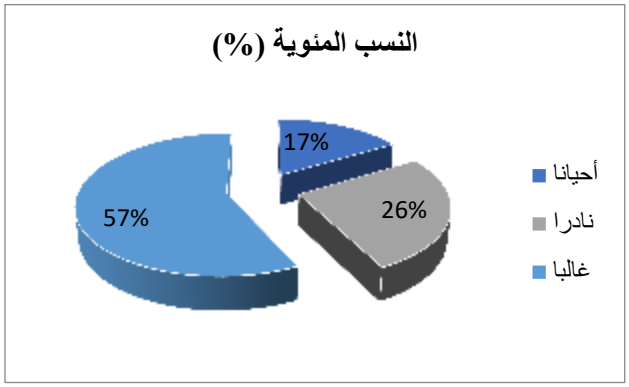
نستنتج ان الطلبة نادرا ما يحرصون على تعقيم المنزل بالمطهرات

العبارة الرابعة عشر: أحرص على تعقيم كافة المنتجات التي أشتريها بمجرد الوصول الى المنزل.

جدول (16)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الرابعة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	**10**	**17**
نادرا	**16**	**26**
غالبا	**35**	**57**
المجموع	**61**	**100**



(16) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 14

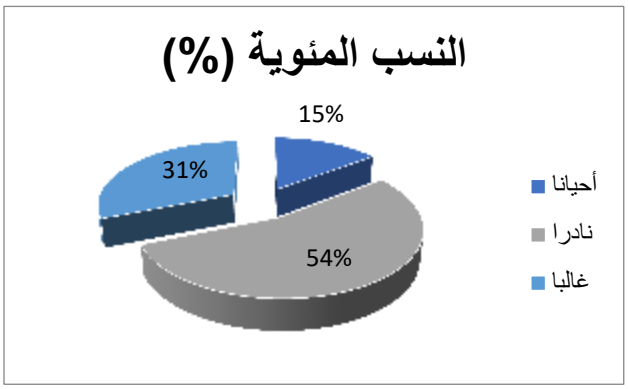
من خلال الجدول رقم 16 والشكل رقم 16 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 57% غالبا ما يحرصون على تعقيم كافة المنتجات التي يشترونها بمجرد الوصول الى المنزل، ما يعني وجود فروق ذات

دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يحرصون على تعقيم كافة المنتجات التي يشترونها بمجرد الوصول الى المنزل في غالب الأحيان.

العبارة الخامسة عشر: أتجنب الاختلاط بالجيران والزملاء في الدراسة.

جدول (17)
التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الخامسة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	09	15
نادرا	33	54
غالبا	19	31
المجموع	61	100



شكل (17) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 15

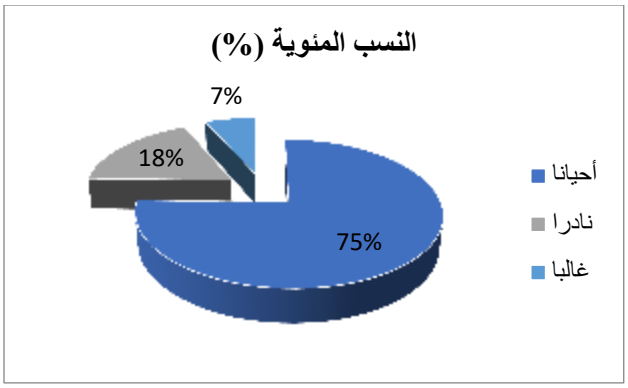
من خلال الجدول رقم17 والشكل رقم 17نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 54% غالبا ما يتجنبون الاختلاط بالجيران والزملاء في الدراسة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 15% يقومون بذلك في بعض الأحيان ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يتجنبون الاختلاط بالجيران والزملاء في الدراسة في الغالب.

ومن هنا نستنتج انه غالبا ما يتجنب الطلبة الاختلاط بالجيران والزملاء في الدراسة

العبارة السادسة عشر: في حالة شعوري بأعراض شبيهة بأعراض جائحة كورونا اذهب الى المستشفى للكشف والاستشارة.

جدول (18)
التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة السادسة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	46	75
نادرا	**11**	**18**
غالبا	04	07
المجموع	**61**	**100**



شكل (18)النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 16

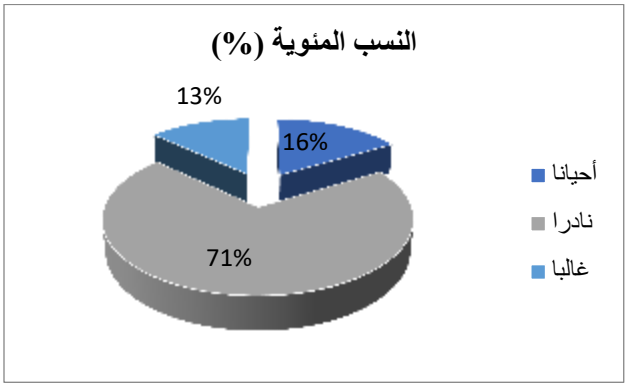
من خلال الجدول رقم 18 والشكل رقم 18نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 75% يذهبون الى المستشفى في بعض الأحيان للكشف والاستشارة عند شعورهم بأعراض شبيهة بأعراض كورونا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 07% غالبا ما يقومون بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يذهبون الى المستشفى في بعض الأحيان للكشف والاستشارة عند شعورهم بأعراض شبيهة بأعراض كورونا.

العبارة السابعة عشر: أحرص على غسل يدي أو استخدام المعقم عقب مصافحة الاخرين.

جدول (19)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة السابعة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	10	16
نادرا	43	71
غالبا	08	13
المجموع	61	100



شكل (19) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 17

من خلال الجدول رقم 19 والشكل رقم 19 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 71% يحرصون نادرا على غسل أيديهم أو استخدام المعقم عقب مصافحة الآخرين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون

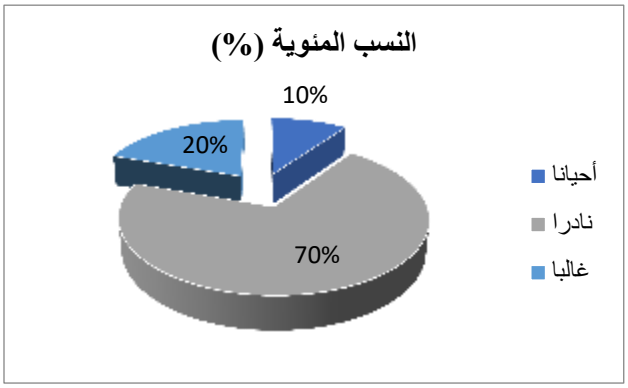
نسبة 13% غالبا ما يقومون بذلك ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يحرصون نادرا على غسل أيديهم أو استخدام المعقم عقب مصافحة الآخرين.

العبارة الثامنة عشر: أحرص على عدم التواجد في مكان سبق وان ظهرت به حالة إصابة.

جدول (20)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الثامنة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	06	10
نادرا	43	70
غالبا	12	20
المجموع	61	100



شكل (20)النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 18

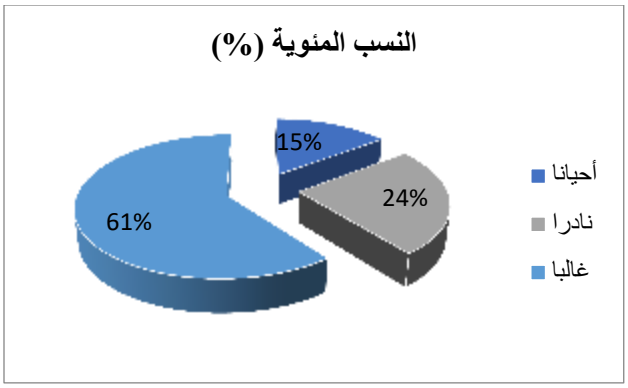
من خلال الجدول رقم 20 والشكل رقم 20 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 70% نادرا ما يحرصون على عدم التواجد في مكان سبق وأن ظهرت به حالة إصابة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 10% يحرصون على ذلك في بعض الأحيان، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين نادرا ما يحرصون على عدم التواجد في مكان سبق وأن ظهرت به حالة إصابة.

العبارة التاسعة عشر: أحرص على عدم شراء المأكولات الجاهزة من المطاعم والمخابز.

جدول (21)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة التاسعة عشر

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	09	15
نادرا	15	24
غالبا	37	61
المجموع	61	100



شكل (21) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 19

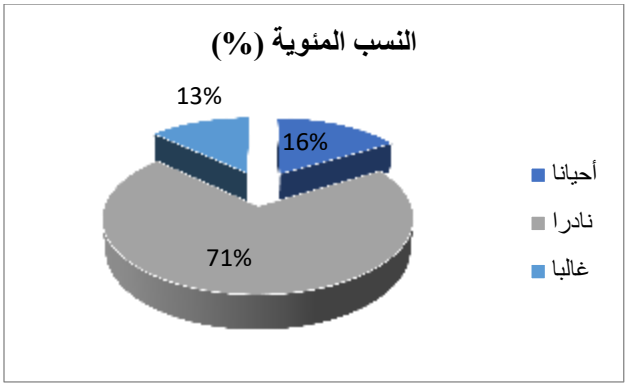
من خلال الجدول رقم21 والشكل رقم 21 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 61% غالبا ما يحرصون على عدم شراء المأكولات الجاهزة من المطاعم والمخابز، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 15% يحرصون على ذلك في بعض الأحيان، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين غالبا ما يحرصون على عدم شراء المأكولات الجاهزة من المطاعم والمخابز.

العبارة العشرون: ينتابني شعور بالخوف من كثرة حالات الوفيات بسبب جائحة كورونا.

جدول (22)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة العشرين

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	10	16
نادرا	43	71
غالبا	08	13
المجموع	61	100



شكل (22) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 20

من خلال الجدول رقم22 والشكل رقم 22 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 71% ينتابهم نادرا الشعور بالخوف من كثرة حالات الوفيات بسبب جائحة كورونا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة

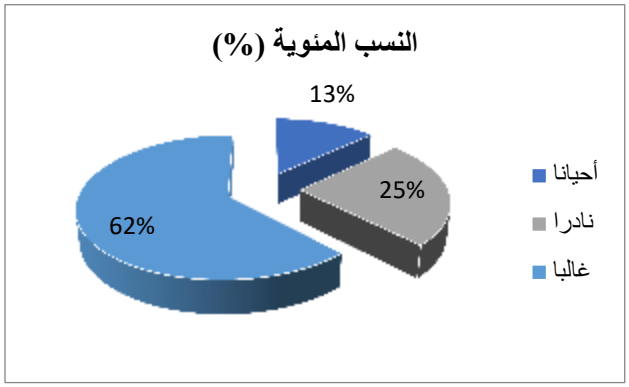
13% غالبا ما ينتابهم بذلك، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين ينتابهم نادرا الشعور بالخوف من كثرة حالات الوفيات بسبب جائحة كورونا.

العبارة الواحدة والعشرون: أتجنب حضور إجراءات ومراسم الدفن وتقديم التعازي.

جدول (23)

التحليل الإحصائي لإجابات الطلبة على العبارة الواحدة والعشرين

	التكرارات	النسب المئوية (%)
أحيانا	08	13
نادرا	15	25
غالبا	38	62
المجموع	61	100



شكل (23) النسب المئوية لإجابات الطلبة على العبارة رقم 21

من خلال الجدول رقم 23 والشكل رقم 23 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الطلبة والتي تمثل 62% غالبا ما يتجنبون حضور إجراءات ومراسم الدفن وتقديم التعازي، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون نسبة 13% يقومون بذلك أحيانا، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الطلبة لصالح الذين يتجنبون حضور إجراءات ومراسم الدفن وتقديم التعازي غالبا.

ومن هنا نستنتج ان الطلبة غالبا ما يتجنبون حضور إجراءات ومراسم الدفن وتقديم التعازي

3. مناقشة النتائج

من خلال تحليل نتائج الجداول من 3 الى 23 تبين لنا ان مستويات القلق من جائحة كورونا كانت متباينة لمصلحة القلق الضعيف او المنخفض حيث ان نتائج الدراسة الحالية لا تتفق مع نتائج شريط أسامة وحمادوش خالد بن الوليد سنة 2021في دراستهما تحت عنوان جائحة كورونا وأثرها على درس التربية الدنية والرياضية من الجانب النفسي الاجتماعي، حيث انعكاس حجر الصحي كبروتوكول سلبا على سير التعليم في الانشطة البدنية والرياضية في ظل جائحة كورونا، يرجعه طاقم البحث الى فارق الاجراءات الامنية التي تصب في مصلحة معهد مستغانم الدي لم يسجل اي حالة عدوة خلال تواجد الطلبة في الدروس الحضورية حيث سهر طاقم البيداغوجي و الاداري للمعهد على تطبيق البروتكول الصحي عكس دراسة احمد يونس عماد الدين وعبد الحفيظ دراجي بجامعة باتنة 02، سنة20201-2021التي أكدت وجود تذبذب واضح للممارسة الرياضية، كما بينت النتائج عن وجود درجة ومستوى مرتفع من القلق، ومستوى متوسط لكل من الإحباط

والاكتئاب لدى عينة الدراسة، بسبب تفشي وباء كوفيد، ومن هنا نصل الى تباين اثر الجائحة بين معاهد التربية البدنية والرياضة الجزائرية يكمن في مقياس القلق المطبق. حيث يرى طاقم البحث ان نسبة القلق المرتفعة او المتوسط المسجلة في هده الدراسة تعود بالأساس الى ظروف الاجتماعية لطالب اليومية خارج نطاق التمدرس والتي نجد ان وعي الطالب في نقل الفيروس من تلك المواقف الاجتماعية يكمن في الاحتراز من نقل الفيروس الى البيت العائلي.

و على ضوء مناقشة النتائج و مقابلتها بالفرضيات توصل طاقم البحث الى الاستنتاجات الموالية:

في حدود هدف وتساؤلات البحث ومن واقع البيانات التي توصل اليها الباحث الموالي، وفي إطار المعالجات الإحصائية المستخدمة، وفي حدود عينة البحث وعلى ضوء عرض النتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها فقد توصلنا إلى:

- وجود تباين واضح في تأثير الجائحة على الحالة النفسية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. ويعزيه الطلبة الى الاجراءات المتخذة من طاقم الاداري للمعهد تطبيقا لتعليمات السلطات العليا. بالنسبة لمستوى القلق المنخفض والدي نجده ارتبط بأسئلة تخص فترة وجود الطالب في المعهد عكس متوسط والعالي التي ارتبط بالأسئلة التي تخص تصرفاتهم خرج المعهد. ويعزيه الطلبة الى الاجراءات الصارمة التي اتخذتها ادارة المعهد تطبيقا لتعليمات السلطات العليا. بالإضافة الى مدى وعي الطلبة ب تصرفاتهم خارج المعهد والتي قدرة بين المتوسط والمرتفع خوفا من نقل الفيروس الى اهالهم.

4. التوصيات

على ضوء نتائج الدراسة الحالية نوصي طلبة المعهد:

-الالتزام بتطبيق برامج المسطر من قبل ادارة معهد التربية البدنية و الرياضة لمعهدنا ساهم في تخفيض نسبة القلق.

-إجراء دراسات للتعرف على أثر مدى الطويل لقلق كورونا (كوفيد19) على الطلبة الجامعيين بشكل عام و معهد التربية البدنية بشكل خاص.

-التفكير في بناء مقياس يقس القلق في مختلف الظروف و الموقف فمنها الاحترازية التي يمكن ان تكون ايجابية رغم ارتفاعها.

5. المراجع

1) أديب محمد الخالدي. (2009). المرجع في الصحة النفسية. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

2) جمعة يوسف سيد، وعبد الكريم مبروك. (2006). الصحة الجسمية والنفسية للمسنين. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

3) جميل سامر. (2007). الصحة النفسية. الاردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

4) حافظ بطرس بطرس. (2008). التكليف والصحة النفسية للطفل. عمان، الأردن: دار المسيرة والتوزيع.

5) حامد عبد السلام زهران. (1997). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: نشر وتوزيع وطباعة عالم الكتب.

6) حنان عبد الحميد العناني. (2000). الصحة النفسية. الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر.

7) ربيع محمد شحاتة. (2000). أصول الصحة النفسية. القاهرة: مؤسسة نبيل للطباعة.

8) صالح حسن الداهري. (2010). مبادئ الصحة النفسية. الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.

9) عبد الحميد الشاذلي. (1999). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. الاسكندرية: المكتبة الجامعية.

10) عبد الحميد محمد الشاذلي. (2001). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. الإسكندرية: المكتب العلمي.

11) عبد الرحمان سي موسى، ومحمود بن خليفة. (2008). علم النفس المرضي والتحليلي والإسقاطي -الأنظمة النفسية ومظاهرها في الاختبارات الإسقاطية-. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
12) عبد الغني صلاح الدين. (2000). في الصحة النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
13) عمار بوحوش. (1995). مناهج ابحث العلمي وطرق اعداد البحث.
14) عويد سلطان مشعان. (1993). علم النفس الصناعي. بيروت: مكتبة الفلاح للنشر.
15) محمد عبد الله قاسم. (2004). مدخل إلى الصحة النفسية. الأردن: دار الفكر.
16) محمد علي صبرة، و أشرف محمد عبد الغني شريت. (2005). الصحة النفسية والتوافق النفسي. القاهرة: دار المعرفة الجامعية.
17) مختار صفوة وفيق. (2001). سيكولوجية الطفولة (دراسة تربوية في الفترة من عامين إلى اثني عشر عاما). القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
18) مصطفى حجازي. (2000). الصحة النفسية منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة. المغرب: المركز العربي الثقافي.
19) مصطفى خليل الشرقاوي. (2004). علم الصحة النفسية. لبنان: دار النهضة العربي.
المجلات:
20) إسماعيل العيس، و خالد سليمان شاهر. (2012). الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية (9)25..الويبوغرافيا:
21) (بلا تاريخ). BBC NEWS
22)htpp://www.france24 .com(بلا تاريخ). تاريخ الاسترداد 15 04, 2021، من france 24
23)htpps://www.ilajek.com. (بلا تاريخ). تاريخ الاسترداد 12 04, 2021، من ilajek
24) الدليل الإرشادي للوقاية من مرض فيروس كورونا "كوفيد 19". (بلا تاريخ).
25) الدليل التوعوي الصحي الشامل " الاونروا " . (بلا تاريخ).
26) منظمة الصحة العالمية . (2020). مقدمة لكوفيد-19 : طرق الكشف والوقاية والاستجابة والمكافحة.
27) مؤسسة مايو للتعليم والبحث الطبي. (2021).
28) وزارة الصحة ووقاية المجتمع. (15 مارس, 2020). الإمارات العربية المتحدة.
29) دليل الاتحاد الدولي للترايثلون للمدربين واللاعبين في فترة جائحة فيروس كورونا . (بلا تاريخ).
30) Rychman. (1994). Psychology of personality. new york: craw-hill ine.

الاستبيان

الرقم	الفقرات
01	اشعر بالقلق اثناء تواجدي في الأماكن المزدحمة
02	اشعر بالقلق اثناء تواجدي في وسائل المواصلات
03	اثارت جائحة كورونا مشاعر القلق بداخلي وبالتالي اثرت على تصرفاتي
04	اشعر بالقلق اثناء السير في الطرق العامة
05	اشعر بالقلق عند التعامل مع الاخرين
06	احرص على خلع الحذاء وتركه خارج المنزل
07	استحم مباشرة بعد وصولي الى المنزل
08	عندما ادخل المنزل احرص على غسل الملابس فورا بعد خلعها
09	أحاول قدر الإمكان عدم الخروج من المنزل الا في حالة الضرورة القصوى
10	اتجنب الزيارات العائلية وزيارات الأصدقاء
11	لا اخرج من المنزل الا وانا ارتدي الكمامة ومعي زجاجة التعقيم
12	ارتدي القفازات اثناء تواجدي خارج المنزل
13	احرص على تعقيم المنزل بالمطهرات
14	احرص على تعقيم كافة المنتجات التي اشتريها بمجرد الوصول الى المنزل
15	اتجنب الاختلاط بالجيران والزملاء في الدراسة
16	في حالة شعوري بأعراض شبيهة بأعراض جائحة كورونا اذهب الى المستشفى للكشف والاستشارة
17	احرص على غسل يدي او استخدام المعقم عقب مصافحة الاخرين
18	احرص على عدم التواجد في مكان سبق وان ظهرت به حالة إصابة
19	احرص على عدم شراء المأكولات الجاهزة من المطاعم والمخابر
20	ينتابني شعور بالخوف من كثرة حالات الوفيات بسبب جائحة كورونا
21	اتجنب حضور إجراءات ومراسم الدفن وتقديم التعازي

تأثير بعض التمرينات الحس حركية في تعليم الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن

أ.م.د / فاطمة حسن حسون .

المستخلص

هناك ضعف اهتمام في تطوير الجوانب العصبية والنفسية وخصوصا الحسية للطالبات في محاضرات الجمناستك وبذلك ارتأت الباحثة دراسة هذا الموضوع كمشكلة لبحثها لما لها من اهمية في تطوير الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن ، تم اعتماد المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة وبقياس قبلي وبعدي تمثلت عينة البحث بطالبات المرحلة الثالثة للعام الدراسي 2023/2022 أهم الاستنتاجات لتمرينات الحس حركية اثر ايجابي في تعليم و تطوير مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن لدى المجموعة التجريبية ، وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية في تطوير مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن.

الكلمات المفتاحية : الدحرجة الأمامية، التمرينات الحس حركية.

Abstract:

There is a lack of interest in developing the neurological and psychological aspects, especially the sensory aspects, for female students in gymnastics lectures. Therefore, the researcher decided to study this topic as a problem for her research because of its importance in developing the forward ball rolling on the balance beam. The experimental method was adopted by designing the experimental and control groups and with a pre- and post-measurement. The research sample was represented by female students. The third stage for the academic year 2022/2023. The most important conclusions of the sensations exercises have a positive impact on teaching and developing the skill of the forward ball roll on the balance beam among the experimental group , The experimental group outperformed the control group in the post-tests in developing the skill of rolling forward on the balance beam.

Keywords: Forward rolling, sensory-motor exercises.

1- مقدمة البحث واهميته:

تعد رياضة الجمناستك من الرياضات المنتشرة في كثير من بلاد العالم وهناك أثر تصاعدي في زيادة عدد ممارسيها ويرجع ذلك الى أنها رياضة ممتعة لجميع الأعمار كل على حسب قدراته ومهاراته، كما أنها رياضة ملائمة لكلا الجنسين وتمارس في كل الأوقات، كذلك هي لعبة تنافسية تحتاج لمن يمارسها الى قدر كبير من اللياقة البدنية والمهارات الاساسية فضلا عن العوامل النفسية التي يحتاجها الرياضي في ضبط تحركاته واداء مهاراته.

والاحساسات من العوامل الهامة في عملية تعليم وتطوير المهارات الاساسية الرياضية بشكل عام و بالجمناستك بشكل خاص و بشكل أدق في أداء مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن نظرا لصعوبة الأداء المهاري، ولذلك تحتاج الى تمييز الرياضي بالإحساسات لأنه يحتاجه في عملية الأداء، ويرتبط المفهوم التطبيقي

للقدرات الحركية بعملية استقبال وتنسيق الأوامر العصبية الحركية للتحكم والتوافق العضلي العصبي سواء كانت لحركة الرجلين أو الذراع.

تتضح **أهمية البحث** في اعداد تمرينات مناسبة لتطوير الاحساسات يساهم في الاستفادة منها بشكل مناسب واستثمارها في تطوير أكثر من صفة حسية كتوجيه الجسم وأجزاءه في الفراغ ووضع الذراع والرجل والاحساس بالقوة والحركة ومدى الاحساس بالزمن والمسافة فضلا عن أنها لها دور في زيادة قدرة الرياضي على وضع الذراعين او الرجلين و في المكان المناسب، فالذين لديهم قصور في تحديد وضع اجسامهم تجد لديهم صعوبة في وضعها في المكان الذي يتناسب مع مكان افضل الأداء.

2-1 مشكلة البحث:

تلعب المدركات الحس حركية دورا كبيرا في تعلم الحركات الرياضية بشكل عام و حركات الجمناستك بشكل خاص مع هذا لاحظت الباحثة ضعف الاهتمام بها في محاضرات الجمناستك للطالبات وبذلك ارتأت دراسة هذا الموضوع كمشكلة لبحثها لما لها من اهمية في تطوير الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن

3-1 أهداف البحث:

1- وضع تمرينات حس حركية(ادراك الاحساس بالمسافة, ادراك الاحساس بالزمن, ادراك الاحساس بالقوة, ادراك الاحساس بالحركة, ادراك الاحساس بالفراغ) لطالبات المرحلة الثالثة.

2- التعرف على تأثير التمرينات الحس حركية في تعليم الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن

3- التعرف على الفروق في الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

1-4 فروض البحث:

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تعليم الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح البعدي لدى المجموعة التجريبية.

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تعليم الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح التجريبية في الاختبار البعدي.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة للعام الدراسي 2023/2022.

2-5-1 المجال المكاني: . القاعة الرياضية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة.

3-5-1 المجال الزماني : من 2022/3/18 الى 2023/5/18

6-1 مصطلحات البحث:

الحس حركية: "هي اثارة الاعضاء الحسية الموجودة في العضلات والاعصاب والمفاصل فهي تزود العقل بالمعلومات بما يجب ان تفعله اجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ اية مهارة " (6: 874) , وتعرف ايضا" قدرة الفرد على استقبال المثيرات الخارجية والداخلية عن طريق الحواس وتحويلها الى مراكز معينة في الدماغ الذي يقوم بدوره بتفسيرها وارسالها كأوامر للجهاز الحركي للاستجابة لها"(12: 29).

2- **الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:**

1-2 الدراسات النظرية :

مفهوم الإحساس الحركي: ان عملية نقل المثيرات المختلفة من البيئة الخارجية الى المخ بوساطة الحواس الخمس والمستقبلات الحسية تسمى(الاحساس), وتحدث عندما يتوفر مثير مناسب لأي حاسة وبشدة كافية ليتاح للعصب الخاص بهذه العملية(المستقبل) من تلقي الاشارة ونقلها عبر الجهاز العصبي المحيطي الى المخ الذي يسجل هذه الاشارة كإحساس, ويعرف الاحساس على انه" ابسط عملية نفسية للتأثير المباشر للمؤثرات المادية في الحواس".(5: 214)

وتحدث عملية الاحساس نتيجة دخول المثير من خلال الحواس, وبعدها يتم نقله عبر الجهاز العصبي الطرفي(الاعصاب الحسية) الى المخ فتنشط الاشارة جزءا معينا من المخ الذي يسجل الاشارة كإحساس, حيث ان الاحساس " هو العملية المعرفية الاولى والاستجابة الاولية لعضو الحس تعتمد على استقبال المعلومات من خلال اعضاء الحس وفيها يتعرف الفرد على الخصائص الفردية للأشياء او الاحداث التي تقع في العالم المحيط به او نتيجة للتغيرات الداخلية كما "هو استجابة نفسية لمنبه يقع على عضو الاحساس ويسير في عصب حسي حتى يصل الى مركز معين في الدماغ " (9: 49) . ويعرف الاحساس ايضا بأنه" العملية النفسية لانعكاس الخصائص المفردة للأشياء الخارجية , وكذلك للحالات الداخلية للفرد التي تنشأ بسبب التأثير المباشر لمؤثرات مادية في أعضاء الحواس المطابقة " فنحن مثلا نحس بالوان الاشياء وطبيعة سطحها (املس ام خشن) كما اننا نشعر بتوتر العضلات عند قيامنا بحركات مختلفة , ونشعر كذلك بحالة الاعضاء الداخلية على نحو ما كما في حالة الالم". (1: 22) تعتمد عملية الاحساس على كل من النظام الحسي والمخ ، فالنظام الحسي يكتشف المعلومات ويحولها الى استشارات عصبية يجهز بعضها ويرسل معظمها الى المخ عن طريق الانسجة العصبية ، كما يلعب المخ الدور الرئيسي في تجهيز المعلومات الحسية:" (10: 12). وهنا لا بد من الاشارة الى ان الاحساس يختلف عن الإدراك فالإحساس هو يسبق الإدراك والإدراك هو عملية تفسير الاحساس, كما ان الاحساس هو عملية تسقط فيها موضوعات العالم الخارجي على حواسنا المختلفة

2-2 الدراسات المشابهة:

دارسة فاطمة عبد مالح ومنتهى محمد مخلف

تأثير تمرينات خاصة في بعض قدرات الإدراك الحسي-حركي وأداء السلسلة الحركية بالكرة في الجمناستك الإيقاعي ، تكمن أهمية البحث في استثمار تمرينات خاصة للعبة الجمناستك الايقاعي تتميز بالإدراك للزمن والمسافة والقوة بأجزاء مختلفة من الجسم وبأوضاع متنوعة من الثبات والحركة مما يعطي للطالبة المتعلمة الوعي بالإحساس بالحركة وتقدير المسافة والزمن والقوة المناسبة لأداء أي حركة وبأي جزء من الجسم لتظهر السلسلة الحركية بشكل متكامل وأكثر جمالية.

هدف البحث تعرف تأثير التمرينات الخاصة في بعض قدرات الإدراك الحسي والحركي وأداء سلسلة حركية في الجمناستك الايقاعي ، استعمل المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة التجريبية الواحدة ذو الاختبار القبلي والاختبار البعدي ,وحدد مجتمع البحث بطالبات كلية التربية البدنية وعلوم اللعبة للبنات المرحلة الرابعة والمتعلمات للعبة الجمناستك الايقاعي في المرحلة الثالثة والبالغ عددهن (37) طالبة. وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من المرحلة الرابعة من خلال توجيه اعلان إلى الطالبات الراغبات في تطوير مهاراتهن في الجمناستك خلال وحدات منفصلة من الدروس وثم تسجيل 7 طالبات من العينة وبذلك تكون نسبتها من المجتمع 18% وهي تمثل المجتمع تمثيلا حقيقيا وصادقا. ومن ثم اجري لهم التجانس لغرض الشروع من نقطة بدء واحدة ، تم اجراء الاختبارات القبلية ومن ثم تطبيق التمرينات الخاصة التي تكون مشابهة لمتطلبات الأداء في التشكيلة الحركية لغرض الإفادة في تأثيرات هذه التمرينات لتحقيق الانسيابية المطلوبة. وبعد ان تم

الانتهاء من تنفيذ التمرينات أجريت الاختبارات البعدية وعولجت النتاج احصائيا. واستنتجت الباحثتان ان التمرينات الخاصة لها دور فعال في تطوير القدرات الإدراكية الحسية واداء التشكيلة الحركية بالكرة في الجمناستك الايقاعي ، لذا اوصت الباحثتان باستعمال تلك التمرينات لما لها من دور فعال في تحسين التشكيلة الحركية بالكرة في الجمناستك الايقاعي.

دارسة خلود لايذ عبد الكريم وسعادة حسنين

تأثير استخدام تمرينات الإدراك الحس – حركي في تعلم مهارة رمي واستلام الطوق مع اداء قفزة القطة في الجمناستك الايقاعي ، تعتبر مهارات الجمناستك الإيقاعي من مهارات مغلقة التي تتطلب تمرينات تخدم إدراك الطالبة للمكان والزمان واحساسها بالمحيط بشكل فعّال وقد هدفت الدراسة الى اعداد تمرينات خاصة بالأدراك الحس-حركي في تعلم مهارة رمي واستلام الطوق مع اداء قفزة القطة في الجمناستك الإيقاعي وكذلك معرفة تأثير تمرينات الادراك الحس حركي- في تعلم مهارة رمي واستلام الطوق مع اداء قفزة القطة في الجمناستك الإيقاعي وقد طبق المنهج التجريبي على طالبات الصف الثالث في جامعة واسط- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغ عددهن (24) طالبة, قسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع كل مجموعة (12) طالبة ومن خلال استنتاجات البحث تبين وجود تباين في الاختبارات البعدية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية وبهذا تكون المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في متغيرات البحث

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

3-1منهج البحث:اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة وبقياس قبلي وبعدي، وذلك لكونه من التصاميم التجريبية الأساسية المناسبة لدراسة أثر متغير مستقل في معالجة المتغيرات التابعة ، يعد المنهج التجريبي "هو تغير متعمد ومضبوط للشروط المحددة للواقعة او الظاهرة التي تكون موضوع للدراسة وملاحظة نواتج التغير في الواقعة و الظاهرة او ملاحظة تتم تحت ظروف مضبوطة لأثبات الفروض ومعرفة العلاقة السببية " (11: 78)

3-2 مجتمع وعينة البحث :مجتمع البحث هو " جميع العناصر او المفردات للظاهرة المدروسة او جميع الافراد او الاشخاص او اللاعبين" الذين تتمحور حولهم مشكلة البحث وتم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طالبات المرحلة الثالثة للعام الدراسي 2023/2022 والعينة " هي جزء من مجتمع البحث تمثله تمثيلا دقيقا" (3: 21) وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وقد وزعت الباحثة عينة البحث إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالطريقة العشوائية وكما مبين في جدول (1)

جدول (1) مجموعات وعدد عينات البحث

المجاميع	العدد
المجموعة التجريبية	10 طالبات
المجموعة الضابطة	10طالبات
العينات الاستطلاعية	5 طالبات

على الرغم من إن الباحثة استخدمت التوزيع العشوائي للمجموعتين التجريبية الضابطة الذي يعد وسيلة من وسائل ضبط المتغيرات الدخيلة فأنها ارتأت ضبط بعض المتغيرات التي لها تأثير في المتغيرات التابعة

للبحث عن طريق التجانس والتكافؤ الإحصائي، " إذ يمكن تكوين مجموعات متكافئة فيما يتعلق بالمتغيرات ذات العلاقة بالمتغير التابع" (4: 241) لهذا استخدمت الباحثة التكافؤ الإحصائي في ضبط المتغيرات وهي : (**العمر والطول والوزن**) وقد وجدت ان العينة متجانسة ومن أجل أن تتعرف الباحثة على حدود التكافؤ بين أفراد مجموعتي البحث المجموعة الضابطة والتجريبية عمدت إلى اختبار (ت) : كذلك وجدت عدم وجود فروق معنوية بين المجموعة التجريبية والضابطة مما يدل على التكافؤ في هذه المتغيرات.

3-3 ادوات ووسائل جمع المعلومات :

1-3-3 وسائل جمع المعلومات:

يعتمد كل بحث على مجموعة من الأدوات والوسائل لإتمام تجربته وهي " الوسائل التي يستطيع بها الباحث جمع بياناته وحل مشكلته لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات والأجهزة " (7: 57)

- الاطلاع على المصادر العربية والاجنبية .
- الشبكة الدولية للمعلومات .
- شريط قياس الطول .
- جهاز قياس الوزن .

2-3-3 الادوات المساعدة في تمرينات الاحساسات:

- طباشير ملون، شريط لاصق، شريط قياس.
- استمارة تسجيل، أقلام.
- اقمعه, مضرب مثقل, كرة طبية, كرة سلة, حائط الصد , كرة يد, ساعة توقيت
- شريط متري, كرسي, جدار, كرات مختلفة الاوزان والاحجام , اعمدة وحبل, حامل وحلقات
- جهاز داينموميتر, جهاز اضاءة.

4-3 اختبار الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن :

اعتمدت الباحثة الدرجة التي تعطى للطالبة في الامتحان العملي النهائي للجمناستك وبالأخص مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن هي الدرجة التي تعبر عن مدى تعلم وتطور المهارة باعتبار أنها أصدق درجة تعبر عن ذلك لأنها تعطى من أستاذة المنهج والتي تعرف بشكل دقيق قدرة و قابلية الطالبة و لهذا استخدمت الباحثة (3) أستاذات تمنح كل واحدة منهن درجة بمعزل عن الأخريات ثم تقوم الباحثة بجمع الدرجات و تقسيمهم على (3) لنصل الى الدرجة النهائية من (10) درجات.

6-3 الإجراءات التطبيقية لتمرينات الحس حركية :

لابد من وضع (التمرينات الحس حركية) بطريقة منظمة وموظفة لتحقيق أهداف محددة في شتى مستوياتها وأشكالها لإتاحة الفرصة لتحسين الأداء في الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن، لذا قامت الباحثة بتصميم عدد من (تمرينات الحس حركية) ملحق(1) و تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمحكمين ملحق(2) للحكم على صلاحية كل تمرين للغرض المخصص له وكانت آراء المحكمين إعادة صياغة بعض التمرينات وتعديلها وبما يناسب والغرض الذي وضعت من أجله, وقد شملت الاحساسات التالية (الاحساس بالحركة, الاحساس بالفراغ, الاحساس بالزمن, الاحساس بالمسافة, الاحساس بالقوة).

وبعد تحديد عينة البحث وتوزيعها على المجموعتين التجريبية والضابطة، استمرت التجربة لمدة شهر وقد حرصت الباحثة على أن يتم تطبيق التمرينات المقترحة من الباحثة على المجموعة التجريبية فقط وبدون أن

تطلع عليه المجموعة الضابطة لمدة (30) دقيقة بواقع وحدتين في الأسبوع ، وكان دور الباحثة الأشراف وتوفير الاحتياجات فقط ولم تتدخل الباحثة في التعامل مع المجموعة الضابطة فهي تعمل على وفق البرنامج الاعتيادي.

وقد راعت الباحثة الأسس الآتية في وضع التمرينات الحس حركية:

- أن تتناسب (التمرينات الحس حركية) مع مستوى الطالبات.
- العمل على إثارة انتباه وتشويق الطالبات.
- أن تقوم التمرينات على مبدأ التدرج من البسيط إلى المركب ومن السهل إلى الصعب .
- أن تعمل التمرينات على إثراء روح البهجة والسعادة.

3-7 التجارب الاستطلاعية :

3-7-1 التجربة الاستطلاعية الأولى :

تعد التجربة الاستطلاعية تدريبا على أجراء تجربة البحث الرئيسة لهذا يتوجب على الباحثة أن تأخذ بالاعتبار جميع العوامل والمتغيرات التي لها دور في بحثها ، لهذا أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية الأولى يوم 23/ 3/ 2022 على عينة من (5) طالبات من المرحلة الثالثة (التمرينات الحس حركية) وهي عينة من مجتمع البحث وخارج عينة البحث ، وكان الغرض منها ما يأتي :

1- معرفة معوقات الضبط التجريبي للمتغير المستقل .
2- التعرف على مدى مناسبة وضع (التمرينات الحس حركية) في القسم الرئيسي للوحدة.
3- صلاحية الأدوات المستخدمة في البحث .
4- الوصول إلى التعامل المناسب لكيفية تطبيق التمرينات المقترحة.

3-8 التجربة الرئيسية :بعد أن تأكدت الباحثة من تصميم التمرينات الحس حركية وتهيئة الأدوات المناسبة قامت الباحثة بما يلي :

القياسات القبلية : تم إجراء القياسات القبلية في 2023/3/25

تطبيق التمرينات الحس حركية :شرعت الباحثة بتطبيق تمرينات الحس حركية وذلك ابتداءا" من الوحدة الأولى في 2023/3/27وبواقع وحدتين في الأسبوع وإنتهاءاً بالوحدة السادسة عشر (الأخيرة) في يوم 2023/4/28.

القياسات البعدية :أُجريت القياسات البعدية في 2/ 5/ 2023 وذلك على وفق سياق إجراءات القياسات القبلية من حيث التسلسل والمكان والتوقيتات.

3-9 الوسائل الإحصائية : استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الاتية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الاختلاف.
- اختبار (ت) للمجموعات المرتبطة وغير المرتبطة غير المتساوية. (2: 15-57)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج وتحليلها

جدول (2)
الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة للمجموعة التجريبية لمهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن

المهارة	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	قيمة ف	قيمة ت المحتسبة	الدلالة الاحصائية	نسبة التحسن
الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن	1.021	7.898	6.877	9.87	معنوي	%85

يتضح من خلال الجدول(2) ان قيمة(ت) المحتسبة لاختبار مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن بلغت (9.87) وهي قيمة معنوية عند مستوى دلالة0,01 حيث أن القيمة الجدولية (3.58) وبذلك تكون هناك فروق معنوية بين القياس القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي وبلغت نسبة التحسن(85%).

جدول (3)
الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة للمجموعة التجريبية والضابطة لمهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن

المهارة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحتسبة	الدلالة الاحصائية
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن	6.877	1.58	4.24	1.02	4.58	معنوي

يتضح من خلال الجدول (3) ان قيمة(ت) المحتسبة بلغت (4.58) وهي قيمة معنوية حيث انها اكبر من مستوى الدلالة عند مستوى دلالة 0,01 وبذلك تكون هنالك فروق معنوية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن ولصالح المجموعة التجريبية.

4- 2 مناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجداول(2) ان هناك فروقا دالة في مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية بسبب استخدام تمرينات الحس حركية وتأثيرها المعنوي على المهارة وهناك نسبة تحسن كبيرة بلغت (85%) وهناك فروق بين الضابطة والتجريبية ولصالح التجريبية كما يتضح من خلال الجدول (3) وتعزو الباحثة الى استخدام تمرينات الحس حركية حيث عملت الباحثة على تنميتها وتطويرها و التي تعتبر مهمة جدا في فهم وادراك واداء المهارة اذ ان الطالبة لا تستطيع ان تؤدي المهارة بصورة جيدة الا من خلال تطوير الاحساسات، لما لها من اهمية في القدرة على دقة الاداء للمهارة والتحسين في الخصائص المكانية والزمانية للحركة.

فتمرينات الحس حركي ساهمت في تحسين القدرة على ضبط العلاقات المتبادلة بين الجهاز العصبي والعضلي- الحركي وتنميتها من اجل تعليم و تطوير مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن.

وتجدر الاشارة ان الربط بين التمرينات لتطوير الاحساسات ساهم في تطوير المهارة من خلال استخدام الوسائل المساعدة في التمرينات التي جعلت الطالبة تسيطر على الاداء واعطاءها الثقة بالنفس للوصول الى المستويات الأفضل.

حيث يؤكد (محمد حسن علاوي, ومحمد رضوان,1987) "ان الاحساس بالمهارة عقليا وبدنيا يساهم في تطوير مستوى الأداء اذا كان ضمن برنامج تدريبي يستند الى المعايير العلمية التي تخضع لها العمليات التدريبية". (8: 115)

وتؤكد الباحثة ان الاحساس الحركي يمكن تنميته وتطويره من خلال التدريب المتواصل وبذل الجهد, وانه يمكن تطوير الاداء من خلال الاستخدام الجيد للإحساسات فيكون تأثيرها على اداء المهارة ايجابيا لكي تحقق الطالبة المستوى العالي من الاداء المهاري ويتم ذلك من خلال التدريب المستمر، وتضيف الباحثة الى أهمية احساس الطالبة بالمكان والزمان في الاختبار البعدي من خلال حركة اجزاء جسمها وخاصة الذراعين وحركة الرجلين، كما ترجع الباحثة التحسن الواضح في مستوى اداء المهارة الى التحسن في التكنيك التي ساهمت فيه تطوير الاحساسات .

وتؤكد الباحثة ان إدراك الإحساس بالمسافة يعد مهما جدا للطالبة في تقدير المسافة عند أداء مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5- 1 الاستنتاجات:

في ضوء ما تقدم توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الاتية:

1- للتمرينات الحس حركية اثر ايجابي في تعليم و تطوير مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن لدى المجموعة التجريبية.

2- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية في تطوير مهارة الدحرجة الأمامية المكورة على عارضة التوازن.

5-2 التوصيات:

في ضوء ما توصلت اليه الدراسة من نتائج توصي الباحثة الى:

1- استخدام تمرينات الحس حركية المستخدمة في البحث لطالبات المرحلة الثالثة.

2- اضافة تمرينات الحس حركية الى محاضرات الجمناستك للطالبات.

3- عدم اغفال العوامل النفسية في المحاضرات العملية.

المصادر :

1- عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، 2000.

2- _____: البحث العلمي وتطبيقات الاحصاء الرياضي , دار الشموع, ليبيا, 2002,

3- عبد المنعم احمد جاسم, عمر سمير ذنون: ادوات البحث العلمي في بحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة, مركز الكتاب للنشر, القاهرة, 2019.

4- فان دالين وديوبولد: مناهج البحث في التربية وعلم النفس, ترجمة محمد نبيل نوفل واخرون, ط2, مكتبة الانجلو المصرية, مصر, 1977.

5- فراس كسوب راشد: العمليات العقلية بين المثير والاستجابة, دار الضياء للطباعة, النجف الاشرف, 2020.

6-قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعاب والفعاليات والعلوم الرياضية, الاردن, دار الفكر العربي, 1998.

7- محسن السعداوي, سلمان الحاج عكاب: ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية, مكتبة المجتمع العربي, عمان, 2013.

8-محمد حسن علاوي, محمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي, دار الفكر العربي, مصر,1987.

9- وسام صلاح عبد الحسين واخرون: العمليات العقلية ومعالجة المعلومات , دار الضياء للطباعة, النجف الاشرف, 2021.
10- وفاء درويش : علم النفس الرياضي(نظريات وتطبيقات) , الاسكندرية, مصر,2014.
11-يوسف لازم كماش: اساسيات البحث العلمي واساليبه الاحصائية , دار دجلة للنشر والتوزيع, عمان, 2019.
12-Rhodes, B : Learning and Production of Movement, Behavioural Physiological and Modelling Perspectives, Human Movement Sciense, London. 2009

الحالة الغذائية وعلاقتها بالنشاط الرياضي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ـ جامعة طرابلس

أ / نعيمة محمد سلام أ.د / خولة يوسف العزابي أ.د / محمد علي عبد الرحيم

المستخلص

تم أجراء هذه الدراسة بهدف تقييم الحالة الغذائية وعلاقتها بالنشاط الرياضي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس، وذلك للوصول بهن إلى أفضل المستويات خلال العام الجامعي 2019 /2020 م. تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقد تراوح عددهن (50) طالبة للمجموعتين، حيث تمثلت المجموعة الأولى الفصلين الأول والثاني والمجموعة الثانية من الفصل الثالث إلى الفصل الثامن من قسمي التدريس والتدريب، وقد أخذت القياسات الأساسية (العمر، الطول، الوزن)، اما الاختبارات البدنية كانت (السرعة، والقوة، المرونة، التحمل، القدرة، وقوة القبضة)، اما القياسات الوظيفية تمثلت في السعة التنفسية والتركيب الجسمي (BMI)، وكذلك تم استخدام استمارة الحالة الغذائية لأربعة وعشرون (24) ساعة السابقة، حيث تضمنت الاستبانة الأسئلة المتعلقة بالدراسة عن الحالة الاجتماعية والاقتصادية والحالة الصحية والوعي الغذائي ،وقد أظهرت النتائج عند مستوى $P\leq0.05$ ان هناك فروق معنوية بين المجموعتين الأولى والثانية في بعض متغيرات الدراسة منها وجود فروق معنوية في متغيرات العناصر الغذائية والنشاط الرياضي بين قبضة اليد اليمنى واليسرى، وهى مؤشر لقوة عضلات الجسم، وكان معامل الارتباط (r) للمجموعتين (0.745) و(0.808) على التوالي، وكان أيضاً (r) بين الوثب والمرونة (0.415) و (0.403) للمجموعتين على التوالي. أما بخصوص الارتباطات بين القياسات البدنية والتنفسية والعناصر الغذائية والتركيب الجسمي للمجموعتين، فكان أقوى ارتباط بين حجم الزفير القسري في الثانية الواحدة (FEV1) و جريان الزفير الأقصى الأعظمي (PEF) ، وهو مؤشر لقدرة الجهاز التنفسي، حيث كان معامل الارتباط (0.744) و (0.284) على التوالي، أما النتائج المتعلقة باختبار(t) للفروق بين القياسات البدنية والقياسات التنفسية للمجموعتين، لوحظ وجود فرق معنوي عند مستوى (0.01) في متغير قوة قبضة اليد اليسرى، حيث اتضح أن قيمة (t) المحسوبة (3.487)، بينت النتائج أن المجموعة الأولى أفضل من المجموعة الثانية في قوة القبضة وكذلك دلت النتائج على وجود فرق معنوي عند مستوى (0.01) لمتغير الوثب من الثابت، وهو مؤشر لقدرة عضلات الرجلين بالإضافة إلى وجود فرق معنوي لقياس السعة الحيوية القسرية (FVC) وحجم الزفير القسري في الثانية الواحدة (FEV1) عند مستوى $P\leq0.05$ وهذا كان لصالح المجموعة الثانية، أم التركيب الجسمي والعناصر الغذائية فكانت هناك فروق معنوية عند أكبر قيمة للسعرات الحرارية (2.166). في العموم، توصل الدارسون إلى عدة استنتاجات أهمها، عدم وجود وعي ثقافي غذائي لذا طالبات كلية التربية البدنية أثناء ممارسة النشاط الرياضي، وعدم التزام الطالبات بتناول الوجبات الأساسية وخاصة وجبة الإفطار، وكذلك عدم تناسب مكونات العناصر الغذائية مع زمن الأداء للنشاط الرياضي أدى إلى عدم وجود علاقة ارتباط بين مستويات النشاط الرياضي والتركيب الجسمي. كما بينت الدراسة أن هناك تباين بين العناصر الغذائية وعدد المتغيرات ذات العلاقة بالنشاط البدني. كما لوحظ وجود تقارب في مؤشر كتلة الجسم بين المجوعتين من خلال نتائج التركيب الجسمي (BMI). ويوصي الباحثون بضرورة إتباع نظام غذائي متوا زن والحفاظ على تناول وجبة الإفطار ونشر الوعي الغذائي بين طالبات كلية التربية البدنية لأثره الإيجابي على الصحة والأداء الرياضي لهن.

الكلمات المفتاحية: التغذية، النشاط الرياضي، الاختبارات البدنية، الأداء الرياضي

Abstract:

This study was conducted in order to evaluate the nutritional status and its relationship to sports activity among female students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Tripoli, in order to reach their best levels during the year. University 2019/2020 AD. The research sample was chosen intentionally, and its number ranged from (50) students to the two groups, where the first group represented the first and second semesters, and the second group from the third semester to the eighth semester from the teaching and training departments. The basic measurements (age, height, weight) were taken, and the tests were The physical measurements were (speed, strength, flexibility, endurance, ability, and grip strength), while the functional measurements were respiratory capacity and body composition (BMI), and a nutritional status form for the previous twenty-four (24) hours was also used, as the questionnaire included questions related to the study. Regarding the social and economic status, health status and nutritional awareness, the results showed at the level of P≤0.05 that there are significant differences between the first and second groups in some variables of the study, including the presence of significant differences in the variables of nutrients and sports activity between the grip of the right and left hand, which is an indicator of the strength of the body's muscles. The correlation coefficient (r) for the two groups was (0.745) and (0.808), respectively, and the (r) between bounce and flexibility was (0.415) and (0.403) for the two groups, respectively. As for the correlations between the physical and respiratory measurements, nutritional elements, and body composition of the two groups, the strongest correlation was between the forced expiratory volume per second (FEV1) and the maximum expiratory flow (PEF), which is an indicator of the capacity of the respiratory system, where the correlation coefficient was (0.744) and (0.284) respectively. As for the results related to the (t) test for the differences between the physical measurements and respiratory measurements for the two groups, it was observed that there was a significant difference at the level (0.01) in the left hand grip strength variable, as it became clear that the calculated (t) value was (3.487). The results showed The first group is better than the second group in grip strength. The results also indicated that there was a significant difference at the level of (0.01) for the jumping variable from the constant, which is an indicator of the ability of the leg muscles, in addition to the presence of a significant difference in measuring forced vital capacity (FVC) and forced expiratory volume per second. (FEV1) at the level of P≤0.05, and this was in favor of the second group. As for the body composition and nutrients, there were significant differences at the largest value of calories (2.166). In general, the researchers reached several conclusions, the most important of which is the lack of nutritional cultural awareness for female students of the College of Physical Education while practicing sports activity, and the lack of commitment by female students to eating basic meals, especially breakfast, as well as the lack of proportionality of the nutritional components with the time of performance of the sports activity, which led to the lack of Correlation between levels of sports activity and body composition. The study also showed that there is a discrepancy between nutritional elements and a number of variables related to physical activity. It was also observed that there was a convergence in the body mass index between the two groups through the results of the body composition (BMI). The researchers recommend the necessity of following a balanced diet, continuing to eat breakfast, and spreading nutritional awareness among female students of the College of Physical Education because of its positive impact on their health and athletic performance.

Keywords: nutrition, sports activity, physical tests, sports performance

المقدمة: -

يشكل الغذاء المحتوي على مزيج من المنتجات الحيوانية والنباتية أهمية كبيرة في حياة الفرد لنموه وبناء جسمه لما يحتويه من عناصر غذائية متنوعة، مثل الكربوهيدرات والبروتينات والدهون والفيتامينات و الأملاح والمعادن والألياف والماء، التي تجعل عملية التمثيل الغذائي تسير بشكل جيد(احمد، عبد الرؤف 2002) بالإضافة إلى تأثيرها الإيجابي على مناعة الجسم ضد الكثير من الامراض وزيادة القابلية على الاداء وتنمية التحمل لديهم ولجعل اللياقة البدنية تسير بشكل سليم ومرضى (أنيتافيك2002)، لذلك وجد أن النشاط الرياضي والتغذية عنصران أساسيان للتفوق والنجاح في ممارسة الانشطة البدنية التي تعمل على تحسين عمليات الهضم والامتصاص وبالتالي زيادة تحسين عمليات التمثيل الغذائي بالجسم التي يتم من خلال تخطيط وجبات غذائية متنوعة في مكونتها، وقد يتأثر استهلاك الفرد للغذاء بمجموعة من العوامل الاقتصادية والاجتماعية والصحية التي تحدد نوع وكمية الغذاء المتناول (احمد، 2008)، ومن هذه العوامل المستوى التعليمي ومستوى الدخل وغيرها، ومن أبسط طرائق تقييم المتناول الغذائي للفرد هو دراسة القياسات الجسمانية له.

وتعتبر القياسات الجسمانية من العوامل الهامة الأساسية التي يمكن بها تقييم تأثير المتناول الغذائي للفرد، وفى هذا الصدد أوضحت العديد من الدراسات والمراجع الأهمية الكبيرة للتعرف على متغيرات النمو الهيكلي التي تتمثل في الطول والوزن ونسبة تركيب الجسم ومؤشر كتلة الجسم، كما تجدر الملاحظة إلى أن القياسات الجسمانية تقيم كل من صحية النظام الغذائي المتبع عند ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة. كما تعتبر من أهم الأدوات المستخدمة في تقييم الأداء الرياضي للوصول إلى المستوى التنافسي. بالنظر إلى العادات الغذائية بين العديد من الرياضيين، فقد لوحظ أن هناك العديد من الأخطاء والسلبيات فيما يخص الأسلوب أو النمط الغذائي، والذي قد يؤثر سلبا على مخرجات الممارسة اليومية للرياضة الذي قد يترتب عليه عدم الاستمرار في الأداء الرياضي بالشكل المطلوب، وحدوث بعض الإصابات مثل الجفاف أو الشد العضلي أو التعب أو الإجهاد. (Elzaki 2019) الحالة والعادات والمعرفة التغذوية لدى طلاب جامعة المنصورة في مصر، حيث تم اختيار (658 طلاب) 37.5% طالباً و 62.4% طالبة تراوح أعمارهم بين (17 و 25) عاما من كليات الزراعة والتجارة والتمريض، تم قياس الوزن والطول ومؤشر كتلة الجسم، و تحليل البيانات إحصائيا مع تصميم وجبة رئيسية مقترحة على أساس علمي متوازن لتلبية الاحتياجات الغذائية اليومية التي تناسب هذه الفئة العمرية. والتي تتكون من جميع العناصر الصحية. وأوضحت النتائج أن طالب مؤشر كتلة الجسم العادي كانوا أغلبية 56.5% حيث بلغ 21.2% طالباً مقابل 35.3% طالبات شكلت المعرفة الغذائية الصحيحة 78.1%. وتناول وجبات بانتظام وكان المستوى العادل وكان الاستهلاك اليومي لفطور 45.3% والمشروبات الغازية 76.6 % والوجبات الخفيفة 32.2 %كما أن 40.7% من الطلاب فضلوا المنزل لتناول الطعام وأيضا أن الطلاب الذين لا يطبقون عادات النظام الغذائي الصحي حتى مع المعرفة الجيدة .وأيضا تشير الدراسة إلى زيادة في الوزن وإتباع العادات الغذائية السيئة المرتبطة بالمعرفة الغذائية التي تحتاج إلى برنامج لتعليم ممارسات النظام الغذائي الصحي .حاول (Siregar وآخرون 2019) معرفة العلاقة بين الحالة والمعرفة التغذوية للطالب في كلية العلوم الرياضية بجامعة نيجريا، حيث كان عدد العينة 27 طالبا واستخدم استبيان المعرفة الغذائية، وتم قياس مؤشر كتلة الجسم(BMI)، وكان تحليل البيانات الوظيفية وتحليل الانحدار في المتوسط وهذا كان لمعرفة الغذائية للفئة الفقيرة بينما كانت معرفة النظام الغذائي المتوازن في الفئة الجيدة وفى الوقت نفسه كانت الكربوهيدرات والبروتينات والدهون والفيتامينات والمعادن في الفئة

الفقيرة ،واتضح من النتيجة أن 81.5% من الطلاب لديهم مؤشر كتلة جسم طبيعي بينما 14.5% و3.7%من زيادة ونقص الوزن يعنى أن المعرفة التغذوية تؤثرعلى الحالة الصحية. قام Musaiger وآخرون 2017) بدراسة العادات والسلوكيات الغذائية بين الطالب في جامعة البحرين حيث شملت الدراسة 642 طالب 90 من الطلاب و552 من الطالبات، وكان متوسط أعمارهم 20.1 - 20.0 سنة، وتم استخدم استبيان لجمع المعلومات عن تناول وجبة الإفطار، والوجبات الخفيفة. وتناول الطعام المتكرر، والعادات المستقرة للطالب. وأوضحت النتائج 50% من الطلاب ال يتناولون وجبة الإفطار على أساس يومي، كما لوحظ وجود فروق معنوية بين الطالب (19%) والطالبات (35%) فيما يتعلق بتناول بوجبة خفيفة بعد الظهر، بينما لم يلاحظ وجود اختلافات كبيرة بين الجنسين فيما يتعلق بتكرار تناول الغذاء، باستثناء المشروبات الغازية والمكسرات، حيث كانت الطالبات يقضين وقت أكبر في مشاهدة الإذاعة المرئية واستخدام الأنترنت والهاتف المحمول. كما وجدت الدراسة أن النشاط البدني اليومي الطالب هو 41.6% والطالبات. 39.9% أشارت الدراسة أن نسبة عالية من الطلاب في البحرين لديهم عادات غذائية غير صحيحة، مما يدعوا إلى تعزيز النظام الغذائي الصحي بين الطلاب.

أشار(Baranauskas وآخرون2020) في دراسة المعرفة بين المدخول الغذائي والمكملات الغذائية و التغذية الفعلية للرياضيين في جامعة أتنيا حيث كان عددهم 247 تم معرفة النظام الغذائي باستخدام استمارة الغذاء على مدار 24 ساعة وأيضا تمت دراسة المكملات الغذائية باستخدام الاستبيان، قياسات الجسمية وأشارت النتائج إلى أن 62% من الرياضيين يستخدمون القليل جدا من الكربوهيدرات، 77% يستخدمون الكثير من الدهون بالرغم من زيادة في وزنهما هذا يساعد على الحصول على كمية متزايدة من البروتين مع طعام الكربوهيدرات 86% والفيتامينات 81% ومكملات البروتين 70% والفيتامينات المتعددة 62% ولذلك إعطاء الرياضيون الأولوية لتشكيل نظام غذائي سليم. مما تقدم تبرز أهمية تقييم الحالة الغذائية وعلاقتها بالنشاط الرياضي بين الرياضيات، حيث أجريت هذه الدراسة بهدف تتبع الحالة الغذائية بواسطة استمارة الغذاء 24 ساعة والقياسات البدنية، الحالة الاقتصادية والاجتماعية وتقييم الغذاء المأخوذ لدى عينات من الرياضيات، ممثلة في طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس ومقارنتها بالاحتياجات اليومية الموصي بها من منظمة الصحة العالمية وهيئة الغذاء والتغذية، والوصول إلى التوصيات السليمة لضمان التوازن بين النشاط الرياضي والمتناول الغذائي.

اجراءات البحث: - تصميم البحث لتحقيق أهداف البحث تم تصميمي الدراسة بحيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية غير العشوائية من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وكان عددهن (103)طالبة مثلوا نسبة .100% وهذا العدد مثل نسبة 8.44% من المجموع الكلي للذكور والإناث بالكلية، حيث تم اختيار طالبات الفصلان الأول والثاني كمجموعة أولى، اللاتي تراوح عددهن (25)(طالبة ومثلوا نسبة 24.27% من المجموع الكلي للبنات، بينما اشتملت المجموعة الثانية على طالبات الفصول من الثالث إلى الثامن من قسمي التدريس والتدريب، اللاتي تراوح عددهن (28)طالبة ومثلوا نسبة 27.18 % من المجموع الكلي للبنات، وقد استقرت الدارسة على(25) طالبة، حيث تم استبعاد الطالبات غير الملتزمات ببرنامج الدراسة، تم تصميم الدراسة والخطوات التي تمت لإنجازها.

منهج البحث:

تم استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ذو المجموعتين الأولى والثانية ذو القياس الواحد لملائمته لطبيعة البحث.

مجالات البحث:

أ. المجال البشرى: طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس

ب. المجال الزماني: العام الجامعي خريف 2019 .2020

ج. المجال المكاني: صالات وملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس

د. مجتمع البحث تمثل مجتمع البحث من طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة. طرابلس الذي تراوح عددهم 1220طالبا مثلوا نسبة 100% من المجتمع الكلي.

هـ. عينة البحث تم جمع البيانات لهذه الدارسة من خلال مسارين هما الدراسات الاستطلاعية والدراسة الأساسية.

الدراسات الاستطلاعية: -

اولاً: من خلال الزيارة الميدانية لملاعب وصالات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من اجل التعرف على أهمية دارسة موضوع البحث للرفع من مستوى الثقافة الغذائية والنشاط البدني.

ثانيا: تم تحضير الأجهزة والمعدات التي استخدمت في الدراسة الأساسية للتعرف على صلاحية وقدرة الأجهزة على الاختبارات والقياسات التي تم تحديدها

الدراسة الأساسية:

اعتمدت الدراسة الأساسية على شقين أساسيين الشق الأول هو تجميع البيانات من خلال عدد من الاستمارات المستخدمة في مجال البحث، والشق الثاني هو إجراء القياسات البدنية اللازمة للوصول لهدف البحث. حيث تم تجميع البيانات باستخدام عدد من الاستمارات وهي استمارة استرجاع الغداء (24 ساعة) واستمارة الاستبيان التي اشتملت على استبيان الوعي الغذائي والحالة الاقتصادية والاجتماعية والصحية.

استمارة استرجاع الغذاء:

هي تقييم الغذاء المتناول لمدة ثالثة أيام للتعرف على مكونات الغذاء المتناول في الطعام وذلك بتعبئة الاستمارة خلال 24 ساعة الماضية وطريقة الطهي المستخدمة والأنشطة اليومية وعلاقتها بنوعية وكمية الغذاء والأطعمة المتناولة، ويتم تحليل الأطعمة المتناولة خلال المدة المتفق عليها ثالثة أيام (استرجاع 24 ساعة) بناء على المراجع السابقة وذلك باستخدام جداول تحليل الأغذية (حمد، 2008، العزابي، 2010) المتعارف عليها وذلك لمعرفة محتواها من العناصر الغذائية كالطاقة والبروتينات والدهون والفيتامينات والأملاح للتعرف على النقص أو الزيادة في العناصر التي بدورها تؤثر على الحالة الصحية ومقارنتها. بالقيم التي توصي بها اللجنة المشتركة لمنظمتي الأغذية والزراعة (World Health Organization (Food and Agricultural Organization ومنظمة الصحة العالمية لسنة 1978 .

نموذج (استمارة استرجاع غذاء 24 ساعة)

الاسم : ..... العمر: ..... الوزن : .....
الطول : ..... التاريخ ..../ ..../2023. الفصل الدراسي : .....

الوجبة	الطعام والشراب	الوصف	الكمية المكيال	جرام	ملاحظات
الافطار					
الترديدة					
الغذاء					
الترديدة					
العشاء					

*الوصف: يقصد بها طريقة الطهي (مقلى: مطبوخ، مسلوق مشاوي وغيرها)

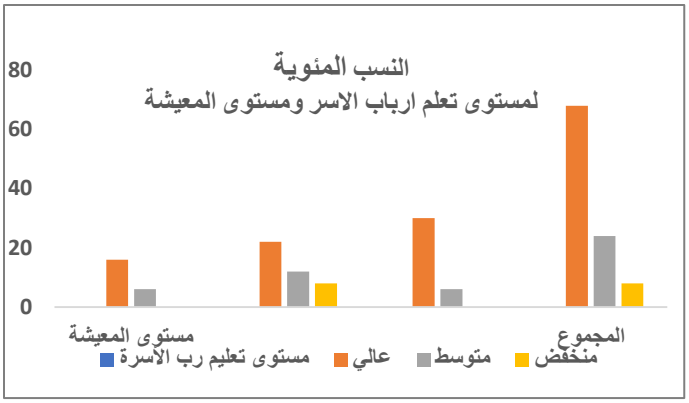
ملاحظة: - الرجاء تقدير الوزن بالملعقة بالنسبة للأطعمة وبالكوب بالنسبة للسوائل وبعدد القطع بالنسبة للفاكهة وتقدير حجم الصحن بالنسبة للسلطات.

تم إجراء القياسات الكمية التالية على الطالبات محل الدراسة وهي:

أ) قياس الطول والوزن باستخدام جهاز الرستامتير.
ب) اختبار السرعة لمسافة 20 متر .
ج) اختبار قوة عضلات الظهر والرجلين بواسطة جهاز الدينامو ميتر.
د) اختبار مرونة العمود الفقري بواسطة صندوق اختبار المرونة.
ه) اختبار قدرة عضلات الرجلين باستخدام الوثب الطويل من الثبات.
و) قياس قوة القبضة بواسطة جهاز المانومتر.
ز) اختبار قياس التركيب الجسمي.
ح) قياس السعة الحيوية بواسطة جهاز السبيروميتر.

جدول (1)
النسب المئوية بين مستوى تعلم ارباب الاسر
ومستوى المعيشة لأفراد الدراسة

مستوى تعليم رب الأسرة		مستوى المعيشة			المجموع
		متوسط	جيد	جيد جداً	
تعليم عالي	%	%16.0	%22.0	%30.0	34
تعليم متوسط	%	%6.0	%12.0	%6.0	12
غير متعلم	%	%0.0	%8.0	%0.0	4



شكل (1) النسب المئوية لمستوى تعلم ارباب الاسر ومستوى المعيشة

التحليل الإحصائي للبيانات المتحصل عليها حللت باستخدام برنامج Statistical Package For Social Sciences (SPSS) (أبو سريع، 2004) . كما اعتمدت الدراسة على عدة مناهج وهي المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والأسلوب الاستنتاجي من خلال استنتاج العلاقات بين بعض متغيرات الدراسة وتفسيرها ، والمنهج التحليلي وتم استخدامه في تحليل النتائج باستخدام الاساليب التالية : المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء ، اختبار T يوضح الفروق بين متغيرات الدراسة ، ومعامل الارتباط الذي يوضح ارتباط العلاقة بين المتغيرات .

مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (1) النسب المئوية بين مستوى تعلم ارباب الاسر ومستوى المعيشة لأرباب الاسر، حيث تبين أن مستوى تعلم أرباب الأسر في المستوى العالي وجود علاقة مع مستوى المعيشة بنسبة 30% بينما مستوى تعلم أرباب الأسر في المتوسطين وجود علاقة مع مستوى المعيشة بنسبة 12% بينما مستوى تعلم أرباب الأسر في مستوى الأميين غير متعلمين كانت اقل نسبة وهي 8% ، وهذا يوضح أن هناك فروق في مستوى تعلم أرباب الأسر، وهذا يتفق مع ما أوردته دراسة نبق (2012) و ((Elmabsout 2016بأن المستوى التعليمي للوالدين كان له تأثير إيجابي في الحالة التغذوية للطلاب وفي طريقة اختيار الغذاء المناسب لهم، وأكدته أيضا منظمة الصحة العالميةWorld Health Organization (، (1995بأن الزيادة في الدخل يتبعها زيادة في الدخل يتبعها زيادة في الإنفاق .

ولخصت الدراسة من جدول (2) وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض القياسات البدنية والعناصر الغذائية الأساسية حيث تمثلوا في 26 متغير قيد الدراسة، في حين نجد أغلب المتغيرات الاخرى لا يوجد بها علاقة ارتباط، وبما أن هناك علاقة ارتباط دالة إحصائيا في متغير قوة قبضة اليد اليسرى وقوة قبضة اليد اليمني بمعامل ارتباط بقيمة r0.745 = بمستوى معنويةp<0.01) ، وأيضا توجد علاقة ارتباط بين متغير الوثب ومتغير القوة بمعامل ارتباط قيمته0.533عقند مستوى معنوية p<0.01)) ونجد أيضا هناك علاقة ارتباط موجبة بين متغير المرونة ومسافة 20 متر (السرعة الانتقالية) بقيمة r 0.403=وبقيمة r= 0.413 بمستوى معنوية (p≥0.05)، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير الدهون المتناولة ومتغير السعرات بقيمة r 0.563=عند مستوى 0.01 ، وأيضا وجود علاقة ارتباط بين متغير الكربوهيدرات والطاقة المتداولة بقيمة r= 0.534 وبمستوى 0.01، كذلك وجود علاقة ارتباط بين متغير الكربوهيدرات والدهون المتناولة وبقيمةr= 0.408

عند مستوى 0.05 توجد علاقة ارتباط بين فيتامين التايمين وقوة القبضة اليمنى بقيمة 0.436 =r وعند مستوى(p>0.05) والكربوهيدرات المتناولة بقيمة 469 r=عند مستوى p>0.05 ، وأيضا توجد علاقة ارتباط دالة احصائيا بين عنصر البوتاسيوم وعنصري الكربوهيدرات المتناولة والكالسيوم عند مستوى 0.05 وبقيمة r=0.503 وبقيمة r=0.487 اما باقي المتغيرات توجد علاقات ارتباط ولكنها غير دالة احصائيا. ويعزي الباحثون النتائج الذين تحصلوا عليها من خلال القياسات سالفة الذكر وهي تتفق مع فرج (2007) بان كمية الطعام الذي يتناوله الرياضي ليس فقط لمتطلبات التدريب او المنافسة بل ينبغي ان يعي على كمية الطاقة المطلوبة والمستهلكة حسب نوع وشدة التدريب صوان (2013)

عليه ينبغي على الأشخاص الممارسين للنشاط الرياضي معرفة كمية الغذاء المأخوذة بالكيفية وليس بالكم ومن هنا نأتي بأهمية نتائج هذه الدراسة، علاقة ارتباط دالة احصائيا في متغير قبضة اليد اليسرى ومتغير القوة عند معامل ارتباط 0.449 r= مستوى p>0.05 .

جدول (2)

علاقة الارتباط المعنوية بين بعض القياسات البدنية

وبعض مكونات العناصر الغذائية الأساسية

المتغيرات		القياسات البدنية						مكونات العناصر الغذائية الأساسية											
	المتغيرات	القوة	القبضة اليمنى	القبضة اليسرى	المرونة	عدو 20م	الوثب من ثبات	السعرات	طاقة متناولة	بروتين متناول	دهون متناولة	كربوهيدرات م	VIT-A	VIT	رايبوفلافين	فيتامين	VIT-C	Ca	fe	p
القياسات البدنية	القوة																		
	القبضة اليمنى	0.109																	
	القبضة اليسرى	0.172	0.745																
	المرونة	0.227	0.251	0.201															
	عدو 20م	0.129	0.028	0.001-	0.023														
	الوثب من ثبات	0.533	0.120	0.283	0.403	0.413													
العناصر الغذائية الأساسية	السعرات	0.179	0.050	0.064	0.258-	0.118	0.149-												
	طاقة متناولة	0.154	0.067	0.084	0.042-	0.028-	0.252	0.180											
	بروتين متناول	0.040	0.106	0.056	0.049-	0.139	0.327	0.015	0.584										
	دهون متناولة	0.015	0.328	0.175	0.017-	0.189-	0.256-	0.563	0.329	0.084									
	كربوهيدرات م	0.095	0.165	0.117	0.057	0.228-	0.153	0.071	0.534	0.067	0.408								
	VIT-A	0.240	0.139	0.055	0.049	0.132	0.046-	0.118-	0.136	0.196-	0.018-	0.250							
	VIT	0.062	0.436	0.364	0.201	0.104	0.257	0.073-	0.209	0.129	0.018-	0.166	0.148						
	رايبوفلافين	0.044	0.182-	0.025-	0.332	0.099-	0.187	0.053-	0.064	0.139	0.193-	0.228-	0.092	0.123-					
	فيتامين	0.066	0.087-	0.221-	0.187	0.008-	0.094	0.162-	0.361	0.193	0.007	0.395	0.214	0.112-	0.068-				
	VIT-C	0.182	0.000	0.011	0.387	0.011-	0.243	0.112-	0.010	0.176-	0.006	0.185	0.148	0.150	0.374	0.222			
	Ca	0.085	0.081	0.013	0.153-	0.051-	0.018-	0.061-	0.562	0.162	0.187	0.496	0.337	0.275	0.190-	0.310	0.087		
	fe	0.079	0.211-	0.114-	0.260-	0.252	0.154-	0.010-	0.223	0.226-	0.287-	0.240-	0.116	0.183-	0.041-	0.087	0.068	0.062	
	p	0.322	0.155-	0.214-	0.037	0.037	0.250	0.117	0.356	0.003-	0.352	0.503	0.219	0.038-	0.195-	0.336	0.294	0.487	0.102

ومن نفس الجدول وجود علاقة ارتباط بين قبضة اليد اليسرى وقبضة اليد اليمني عند معامل ارتباط r0.808 =كما توجد علاقة ارتباط بين متغير المرونة ومتغير القوة عند معامل ارتباط بقيمة 0.484 r=

كما توجد علاقة ارتباط بين متغير السرعة الانتقالية مسافة 20مترومتغير القوة عند معامل ارتباط بقيمة r=0.452 p<0.01 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير الوثب ومتغير المرونة عند معامل ارتباط بقيمة r=0.415مستوى p>0.0 توجد علاقة ارتباط بين كمية السعرات الحرارية ومتغير قون قبضة اليد اليمنى عند معامل ارتباط بقيمةr=0.444 p>0.05 وتوجد علاقة ارتباط بين كمية الكربوهيدرات المتناولة ومسافة 20 متر السرعة الانتقالية عند معامل ارتباط ب قيمة r=0.497مستوى,p>0.05 وهدا يعنى أن القيمة المحسوبة أكبر من p>0.05 توجد علاقة ارتباط بين فيتامين التايمين ومتغير مسافة 20متر عند معامل ارتباط بقيمةr=0.437. p>0.01وتوجد علاقة ارتباط بين عنصرا لكالسيوم والكربوهيدرات المتناولة عند معامل ارتباط بقيمةr=0.544 مستوى p<0.01 توجد علاقة ارتباط بين متغير عنصر الحديد والكربوهيدرات المتناولة عن معامل ارتباط 0.05 وبقيمة r=453 وكذلك فيتامين A عند معامل ارتباط 0.05 وبقيمة r = 0.473 ,.

هذا يعنى ان قيمتها أعلى من p>0.05 توجد علاقة ارتباط بين متغير البوتاسيوم ومتغير الطاقة المتداولة عند معامل ارتباط0.05 وبقيمة r=426ودا يعنى أن القيمة المحسوبة أكبر من p>0.01 أم الباقي توجد علاقة ارتباط ولكنها غير دالة احصائيا لا توجد فروق معنوية.

ويعزي الباحثون هذه التغيرات التي حددت في بعض المتغيرات وعدم وجود علاقات في المتغيرات الاخرى من خلال القياسات المأخوذة وقد تركزت جميعها عند طالبات المجموعة الاولى وهو ما تؤكده دراسة عبد الفتاح (2003) بأن تأثير البرامج اليومية والمتنوعة والموجه بشكل مباشر تؤدي إلى تنمية وتحسين المكونات البدنية التي تعمل على تحسين عمل الأجهزة الحيوية وجميع أجهزة الجسم الأخرى.

ويؤكد William (2003) بأن المطلب الاساسي هو تنمية وتحسين المكونات البدنية لأنها توضح مدي توافر هذه العناصر من (قوة- سرعة- تحمل) باعتبارها حجر الأساس ألي برنامج تدريبي سواء كان فردي أو جماعي.

ويتضح من جدول (3) العلاقة بين القياسات البدنية والتنفسية والتركيب الجسمي ومكونات العناصر الغذائية الأساسية للمجموعتين الأولى والثانية حيث يتضح وجود علاقة ارتباط معنوية تمثلوا في 42 متغير قيد الدراسة في حين نجد اغلب المتغيرات الأخرى لا يوجد بها علاقة ارتباط. بينما توجد علاقة ارتباط بين متغير قبضة اليد اليسرى ومتغير قبضة اليد اليمني عند معامل ارتباط بقيمة r 0.787 = ارتباط 37 r p<0.01 = وتوجد علاقة ارتباط بين متغير Fvc ومتغير p>0.01 القوة عند معامل ارتباط بقيمة 0.596 r (p<0.01= (وكذلك متغير الوثب من الثبات عند معامل ارتباط وبقيمة r = 0.340 ,p>0.05، وتوجد علاقة ارتباط بين متغيرPEF ومتغير القوة عند معامل ارتباط بقيمة r =0.599.

جدول (3)
العلاقة بين القياسات البدنية والتنفسية والتركيب الجسمي
ومكونات العناصر الغذائية الأساسية للمجموعتين الأولى والثانية

المتغيرات	المتغيرات	القياسات البدنية																التنفسية				التركيب الجسمي					مكونات العناصر الغذائية الاساسية												
		القوة	القبضة اليمنى	القبضة اليسرى	المرونة	عدو 20م	الوثب من ثبات																															
																		FEV1	PER	FER	FVC	body Fat	body Wate	body musc	BMI	Calories	طاقة متناولة	بروتين متناول	دهون متناولة	كربوهيدرات م	VIT-A	VIT	رايبوفلافين	فيتامين	VIT-C	Ca	fe	p
المتغيرات البدنية	القوة																																					
	القبضة اليمنى	0.150																																				
	القبضة اليسرى	0.170	0.707																																			
	المرونة	0.376	0.090	0.120																																		
	عدو 20م	0.230-	0.030	0.000	0.200-																																	
	الوثب من ثبات	0.460	0.150-	0.110-	0.307	0.190-																																
المتغيرات التنفسية	FVC	0.596	0.210	0.070	0.150	0.090-	0.340																															
	FER	0.260	0.260	0.230	0.090	0.030-	0.100-	0.120																														
	PER	0.599	0.286	0.120	0.090	0.230-	0.110	0.633	0.514																													
	FEV1	0.628	0.280	0.160	0.140	0.110-	0.270	0.961	0.364	0.744																												
المتغيرات التركيب الجسمي	body Fat	0.220-	0.130-	0.200-	0.010-	0.090-	0.260	0.100-	0.540-	0.408-	0.220-																										
	body Wate	0.020	0.059-	0.130	0.200-	0.020	0.310-	0.160-	0.356	0.100	0.060-	0.527-																									
	body musc	0.190	0.070	0.130	0.010	0.070	0.285-	0.080	0.507	0.372	0.190	0.979-	0.542																								
	BMI	0.040-	0.260	0.160	0.330-	0.291-	0.240-	0.130	0.030	0.050	0.140	0.100	0.040	0.120-																							
	Calories	0.060	0.260	0.204	0.260-	0.140	0.319-	0.120	0.110	0.150	0.160	0.060-	0.090	0.020	0.651																						
مكونات العناصر الغذائية الاساسية	طاقة متناولة	0.110	0.090	0.190	0.100	0.160-	0.020-	0.250	0.220	0.090	0.020-	0.040	0.020-	0.020-	0.080																						
	بروتين متناول	0.010-	0.040-	0.120-	0.010	0.190	0.150	0.240	0.110	0.120	0.230	0.000	0.010	0.050-	0.060-	0.180																						
	دهون متناولة	0.170	0.100	0.020	0.210-	0.090-	0.060	0.160	0.140	0.200	0.200	0.150	0.200	0.050-	0.060-	0.040	0.050																				
	كربوهيدرات م	0.080	0.040	0.030-	0.130	0.383-	0.130	0.160	0.336	0.322	0.250	0.220-	0.130	0.190-	0.060-	0.170	0.080	0.110																			
	VIT-A	0.060	0.060-	0.050-	0.160	0.010-	0.374	0.220	0.100-	0.110	0.160	0.200	0.140	0.220-	0.050-	0.200	0.020-	0.240-	0.040																		
	VIT	0.070-	0.382	0.317	0.080	0.250	0.010	0.000	0.060	0.060	0.000	0.070	0.020-	0.070-	0.220	0.070	0.020	0.070	0.130	-0.020	-0.070	0.020	0.070														
	رايبوفلافين	0.140-	0.050	0.160	0.070	0.010-	0.070-	0.190-	0.100	0.180-	0.130-	0.220-	0.210	0.070-	0.080	0.040-	0.040	0.120-	0.180-	0.040	0.100-	0.040	0.150	0.080													
	فيتامين	0.100-	0.030-	0.080	0.070	0.040	0.030	0.010	0.160-	0.030	0.040	0.070	0.030	0.090-	0.020-	0.080	0.150	0.040-	0.140	0.170	0.030	0.240	0.020														
	VIT-C	0.060	0.050-	0.080	0.283	0.080-	0.060	0.170-	0.314-	0.070-	0.260-	0.220-	0.240	0.090-	0.070-	0.220	0.060	0.160-	0.190	0.110	0.080	0.190	0.020	0.240													
	Ca	0.040-	0.050	0.160-	0.080-	0.120-	0.050-	0.090-	0.050	0.344	0.310	0.020-	0.080	0.016-	0.050-	0.130	0.230	0.060	0.160	0.521	0.060	0.160	0.120	0.120-	0.050-												
	fe	0.130-	0.080-	0.050	0.130-	0.210	0.180-	0.090-	0.120-	0.190-	0.130-	0.010	0.060	0.040	0.070	0.070	0.180-	0.160-	0.120-	0.120-	0.160-	0.180-	0.100	0.020-	0.070	0.020										
	p	0.150	0.210-	0.240-	0.180	0.110-	0.100	0.090	0.610	0.130	0.130	0.010	0.170-	0.070	0.050	0.393	0.040	0.090-	0.377	0.285	0.110-	0.140-	0.170-	0.250	0.353	0.150	0.140										

وكذلك بين متغير FVC عند مستوى معنوية0.01 وبقيمة r=0.633 ، وبين متغير FER عند مستوى معنوية 0.01 بقيمة r=0.514، وأيضا بين قبضة اليد اليمني عند مستوى معنوية 0.05 بقيمة r=0.286، كما توجد علاقة ارتباط بين متغير FEV1 ومتغير القوة عند مستوى معنوية 0.01وبقيمة r=0.628، وكذلك بين FVC السعة الحيوية الصرية وبقيمة r 0.96 = ، وأيضا بين FER (السعة الوظيفية الباقية(بقيمة r=0.364، وكذلك بين PEF(جريان الزفير القصوى) بقيمة r=0.744، p<0.01) وتوجد علاقة ارتباط بين مستوى نسبة الدهن FER عند معامل ارتباط بقيمة r= -0.540 وكذلك بين PEF وبقيمة r=0.408- ، كما توجد علاقة ارتباط بين نسبة الماء والوثب من الثبات عند مستوى معنوية 0.05 بقيمة r=0.310-، وأيضا بين FER وبقيمة 0.356 ، وتوجد علاقة ارتباط بين نسبة العضلات والوثب من الثابت عند معامل ارتباط بقيمة .285-=p>0.05 rوكذلك علاقة ارتباط بين العضلات ومتغير FER عند معامل ارتباط بقيمة

r=0.507، وكذلك بين PER بقيمة r=-0.372 ، وكذلك بين نسبة الدهن بقيمة r=-0.979- ، وأيضا بين نسبة الماء r=0.542 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير BMI والمرونة عند معامل ارتباط بقيمة 0.338- r= من p>0.05وكذلك ارتباط بين مسافة 20 متر وبقيمة r=0.291 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير سعرات ومتغير قبضة اليدي اليسرى عند معامل ارتباط بقيمة p>0.05=0.284 rوكذلك بين متغير السعرات ومتغير BMI عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.651 r وتوجد علاقة ارتباط بين متغير الكربوهيدرات ومتغير مسافة 20متر عند معامل ارتباط بقيمة .383=p<0.01 r، وكذلك بين FER وبقيمة 0.336 وper بقيمة p>0.05=0.322 r، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين A ومتغير الوثب من الثابت عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.374 r وأيضا بين وكذلك توجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين الثيامين ومتغير قبضة اليد اليمني عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.382)rوكذلك بين قبضة اليد اليسرى عند معامل ارتباط بقيمة p>0.05=0.317 -rوكذلك، وكذلك توجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين C ومتغير المرونة بمعامل ارتباط بقيمة r=0.283 وكذلك بين FVC وبقيمة r=-0.314 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير الكالسيوم وFVC عند معامل ارتباط بقيمة p>0=0.344 r. معنوية 0.05 بقيمة r=0.286، كما توجد علاقة ارتباط بين متغير FEV1 ومتغير القوة عند مستوى معنوية 0.01 وبقيمة r=0.628، وكذلك بين FVC السعة الحيوية الصدرية وبقيمة r=0.96، وأيضا بين FER (السعة الوظيفة الباقية) بقيمة r=0.364، وكذلك بين PEF(جريان الزفير القصوى) بقيمة r=0.744،p<0.01)) وتوجد علاقة ارتباط بين مستوى نسبة الدهن FER عند معامل ارتباط بقيمة 0.540- =p> 0.01)r(، وكذلك بين PEFوبقيمة r=0.408- ، كما توجد علاقة ارتباط بين نسبة الماء والوثب من الثبات عند مستوى معنوية 0.05 بقيمة r=0.310-، وأيضا بين FER وبقيمة 0.356 ، وتوجد علاقة ارتباط بين نسبة العضلات والوثب من الثابت عند معامل ارتباط بقيمة .285-=p>0.05 rوكذلك علاقة ارتباط بين العضلات ومتغير FER عند معامل ارتباط بقيمة r=0.507، وكذلك بين PER بقيمة r=-0.372 ، وكذلك بين نسبة الدهن بقيمة r=-0.979- ، وأيضا بين نسبة الماء r=0.542 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير BMI والمرونة عند معامل ارتباط بقيمة r=-0.338 من p>0.05وكذلك ارتباط بين مسافة 20 متر وبقيمة r=0.291 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير سعرات ومتغير قبضة اليدي اليسرى عند معامل ارتباط بقيمة p>0.05=0.284 rوكذلك بين متغير السعرات ومتغير BMI عند معامل ارتباط بقيمة r =0.651 p<0.01 وتوجد علاقة ارتباط بين متغير الكربوهيدرات ومتغير مسافة 20 متر عند معامل ارتباط بقيمة .383=p<0.01 r، وكذلك بين FER وبقيمة 0.336 وper بقيمة p>0.05=0.322 r، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين A ومتغير الوثب من الثابت عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.374 r وأيضا بين وكذلك توجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين الثيامين ومتغير قبضة اليد اليمني عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.382)rوذلك بين قبضة اليد اليسرى عند معامل ارتباط بقيمة p>0.05=0.317 -rوكذلك توجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين C ومتغير المرونة بمعامل ارتباط بقيمة r=0.283 وكذلك بين FVC وبقيمة r=-0.314 ، وتوجد علاقة ارتباط بين متغير الكالسيوم وFVC عند معامل ارتباط بقيمة r=0.344 p>0.05 وكذلك بين متغير PE1 وبقيمة r =0.310، p>0.05وكذلك وأيضا توجد علاقة ارتباط بين متغير الكالسيوم ومتغير الكربوهيدرات المتداولة عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.521 r r وتوجد علاقة ارتباط بين متغير بوتاسيوم ومتغير الطاقة المتناولة عند معامل ارتباط بقيمة p<0.01=0.393 r وتوجد علاقة ارتباط بين متغير فيتامين A عند معامل ارتباط وبقيمة r=0.285 وأيضا بين متغير الكالسيوم وبقيمة

r=353 ، أما باقي المتغيرات فتوجد علاقات ارتباط ولكن غير دالة احصائيا. يعزي الباحثون أن القياسات ما بين المجموعتين الأولي والثانية ارتكزت جميع الطالبات على الأداء البدني للتدريبات البدنية والعمل في ضوء تنافس المجموعة الأولي والثانية، وهذا ما تؤكده القطوس (2016) بأن الممارسة الرياضية المستمرة تؤدي إلى تحسين جميع كفاءات الفسيولوجية وتركيب الجسمي ومكونات البدنية. وأن زيادة تركيز على كميات الكربوهيدرات والبروتينات والمياه المعدنية هذا يؤدي إلى تحسين نسبة العضلات في الجسم وهو ما أكده رشدي (2003) بأن تناول الكربوهيدرات قبل أو أثناء التدريب أو المنافسات تؤدي على تحسين في مستوى الأداء يضيف عليوة (2006) بأن التغذية المتوازية مكون هام في برنامج التدريب الرياضي، فالتدريب والتغذية عنصرين اساسين يرتبطان بمستوى الأداء الرياضي إلى وهذا يتفق مع دراسة Tulley (2000) أن الحديد يعتبر من الأملاح المعدنية الأساسية التي يحتاجها الجسم حيث يدخل في تكوين الهيموجلوبين وكذلك العديد من الأنزيمات الهامة والتي تعتمد على الحديد في ميتابوليزم الطاقة. ويؤدي نقص الحديد إلى الانيميا وتعزز أنيتافيك Anitafik (2002) بأن المعادن لها أهمية ضرورية في جسم الانسان فأن الكالسيوم يهتم ببناء الهيكل العظمي والاسنان وأن الحديد له دور في بناء كرات الدم الحمراء، ويضيف الحمامي (2000) بأن حاجة الجسم للأملاح المعدنية للاعبي القوة والسرعة والتحمل يكون البوتاسيوم (2-2.4)غرام وحديد(35-25)ملغرام ويؤكد اسماعيل (2002) بأن فيتامين التيامين المعروف بفيتامين B1 وهو الموجود بشكل اساسي في الدم في شكله تيامين احادي الفوسفات يمكن أن يتحول التيامين داخل الجسم إلى شكله الفوسفور تيامين ثنائي الفوسفات وهو يعمل كأنزيم مساعد لتوليد الأندونيزين ثالثي الفوسفات الذي يزود الجسم بالطاقة وهو أمر بالغ الأهمية من أجل تحسين أداء العضلات وهو الموصل للنبضات العصبية وهو المؤثر على استيل كولين عبارة عن ناقل عصبي موجود في الذاكرة ،أما فيتامين الريبوفلافين المعروف بفيتامين B2 له عدة فوائد منها عملية التمثيل الغذائي داخل الجسم يعمل كعوامل مؤكسدة بالإضافة إلى كونه جزاء من عملية التمثيل الغذائي للكولين وتحتاج بعض الناقلات العصبية مثل الدوبامين dopamine إلى الفلافين أدنيين داء نكولين في عملية التمثيل الغذائي لها وهو محفز المستويات الطاقة أثناء ممارسة التمرينات الرياضية نظرا لأن الدوبامين باستطاعته التحول إلى هرمون الأيبفرين والنورايبنفوين، وتضيف عالوى (2000) أن فيتامين النياسين المعروف بفيتامين B3 فهو يدخل في العديد من العمليات ومن بينها تكوين الاحماض الدهنية والكوليسترول والهرمونات الاستيرويدية وأكسدة مركب الجلوتامان وربما المساعدة في تقليل الشكل المؤكسد من فيتامين C، لقد ثبت أيضا أن فيتامين B3 يقلل من مستويات الكوليسترول، وبما أنه يعمل كموسع للأوعية الدموية فإنه يجعلها بشكل أوسع وأكبر عددا وربما يزيد من معدلات الطاقة أثناء ممارسة التمرينات الرياضية ونجد أن من وظائف الفيتامينات B2B1B3 ضرورية في تقوية الأداء الرياضي، حيث تحسن التمثيل الغذائي للخلايا لزيادة الطاقة وهو ما أكده السيد (2002)، ويضيف كل من داود (2002) وسيد (2003) أن الفيتامينات من العناصر الغذائية الهامة التي يجب يتضمنها غذاء الرياضي في جميع الرياضيات، فتزداد الحاجة إلى تناولها اثناء ممارسة التدريب الرياضي، ونظرا لسرعة إصابة اللاعبين ببعض الامراض كنتيجة الانخفاض مستوى مناعة الجسم خلال هذه الفترة، وأن زيادة تناول الفيتامينات وخاصة ما هو منها على شكل عقاقير يكون ضار. إن للفيتامينات وظائف متعددة ففيتامين A ضروري للنمو الطبيعي وهو يقوم بدور مهم في نمو العظام عند تعرضهم للإصابة وفيتامين C معالج للأمراض الجلد ويساعد في تكوين بروتين الدم ويزيد من مقاومة الجلد لأمراض الحساسية.

جدول (4)

الفرق بين متغيرات التركيب الجسمي والعناصر الغذائية لمجموعتين الأولى والثانية

المتغير	مجموعة 1	مجموعة 2	T	المعنوية
نسبة الدهن	6.37 ± 28.01	7.42 ± 30.06	-1.048	0.300
نسبة الماء	5.04 ± 52.15	10.65 ± 48.83	1.408	0.166
نسبة العضلات	6.11 ± 67.94	6.98 ± 66.35	0.858	0.395
BMI	5.83 ± 24.92	7.95 ± 24.52	0.203	0.840
سعرات	227.52 ± 2065.44	140.04 ± 1949.72	2.166	*0.035
الطاقة المتداولة	461.51 ± 1280.28	690.99 ± 1233.78	0.280	0.781
البروتين المتداول	28.35 ± 49.40	20.61 ± 58.22	-1.258	0.214
الدهون المتداولة	33.83 ± 46.61	176.31 ± 88.02	-1.153	0.255
الكربوهيدرات المتداولة	97.32 ± 176.04	85.67 ± 201.62	-0.987	0.329
فيتامين أ	202.42 ± 419.27	346.71 ± 565.67	-1.823	0.074
فيتامين التايمين	104.95 ± 50.03	63.76 ± 31.76	0.744	0.460
فيتامين الريبوفلافين	49.24 ± 38.81	41.97 ± 22.97	1.224	0.227
فيتامين النايسين	80.63 ± 60.57	50.82 ± 37.07	1.232	0.224
فيتامين ج	12.10 ± 12.10	12.15 ± 14.60	-0.727	0.471
كالسيوم	124.86 ± 340.18	184.47 ± 430.69	-2.032	*0.048
حديد	12.89 ± 12.70	3.76 ± 7.50	1.934	0.059
بوتاسيوم	177.93 ± 385.12	222.67 ± 428.72	-0.765	0.448

يتضح من جدول (4)الفرق بين متغيرات التركيب الجسمي والعناصر الغذائية للمجموعتين الاولى والثانية أن هناك علاقة ارتباط للعناصر الغذائية ومكونات التركيب الجسمي لأفراد العينة حيث كانت قيمة t المحسوبة أكبر من t الجدولية وأيضا وجود فروق دالة احصائيا في بعض المتغيرات بين المجموعتين الأولى والثانية، حيث نجد في متغير العمر هناك فرق معنوي عند مستوى 0.01حيث تتضح قيمة t المحسوبة 3.114-، وهذا يعني أن قيمة t المحسوبة أكبر من قيمة t الجدولية، وهذا مؤشر على وجود فروق بين المجموعة الاولى والثانية من الناحية العمرية، كما يتضح من الجدول أن هناك فرق معنوي عند مستوى 0.01 في متغير قوة القبضة اليسرى، حيث اتضح أن قيمةt المحسوبة 3.487- وهي درجة الفرق بين قياس المجموعة الاولى وقياس المجموعة الثانية، وتؤكد هذه النتائج أن المجموعة الأولى أفضل من المجموعة الثانية في قوة القبضة، وتعزي الدارسة تلك النتيجة نتيجة تعود وتأقلم أفراد المجموعة على التمرينات الرياضية، مما أدى إلى تحسين أدائهم من خلال تدريباتهم. ويتضح أيضا من خلال الجدول وجود فرق معنوي عند مستوى 0.01 لمتغير الوثب من الثابت كمؤشر قياس قدرة عضلات الرجلين، حيث يتضح من خلال القراءات أن نتائج المجموعة الثانية أفضل من الاولى، ولزيادة التأكيد، وجد أن هناك فرق معنوي أيضا لقياس FVC و كذلك FEV1 عند مستوى 0.05 ولصالح المجموعة الثانية، وتعزي الدارسة ذلك لتعود وتأقلم وتأثر المجموعة الثانية على كيفية إخراج هواء الزفير بشكل كامل أثناء تطبيق البرنامج التدريبي أو التدريسي بالكلية، مما أدي إلى تحسين أدائهم من خلال تدريبات الجري المستمر حسب قدرة الطلبة وهو أكده البحيرى (2000) وجمعة (2006) بأن معدل ضربات القلب تتحسن أثناء أداء المجهود البدني وهو مؤشر

فسيولوجي يحدد شدة عمل الجسم أثناء المجهود. وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين المجموعة الأولى والمجموعة الثانية في متغيرات التركيب الجسمي ومتمثلة في التركيب الجسمي بينما باقي المتغيرات الأخرى في للتركيب الجسمي) نسبة الدهن بالجسم- نسبة الماء بالجسم –نسبة العضلات بالجسم – مؤشر كتلة الجسم (لم تحقق فروق معنوية على الرغم وجود فروق غير معنوية).

الاستنتاج:

يستنتج الباحثون من خلال مقارنة نتائج قياسات المجموعة الأولى والثانية أن المحاضرات العملية اليومية جعلت كل الطالبات يؤديان هذه التدريبات في قدراتهم الأمر الذي أذي إلى وجود تحسن ضئيل في متغيرات التركيب الجسمي وهو ما يتفق مع نتائج دراسة القطوس (2016) وأكد على ذلك عبدربه (2002) بأن الزيادة المستمرة في الأحمال التدريبية أو محاضرات عملية التدريبية تعتبر عنصرا مع مؤثرا فد يؤدي إلى حدوث تطور وتكيف في قدرات البدنية والفسيولوجية .كما يتضح من نفس الجدول دلالة فروق العناصر الغذائية بين المجموعتين الأولى والثانية حيث تمثل في وجود فروق معنوية عند مستوى 0.05 بين المجموعة الأولى والثانية في متغير الكالسيوم ولصالح المجموعة الثانية بينما باقي المتغيرات في العناصر الغذائية على الرغم من وجود فروق ضئيلة وغير معنوية من)طاقة متداولة – البروتين – الدهون- الكربوهيدرات- فيتامين A – ريبوفلاقين- نياسين- فيتامينC – الحديد –البوتاسيوم وهو ما يتفق مع دراسة صوان (2016) وزاهر (2011) بأن علاقة العناصر الغذائية بعدة متغيرات منها)العمر، والحالة البيولوجية ،والحالة الصحية، ونوع النشاط الممارس(لهم حدود إيجابية على مستوى الأداء الرياضي. والفيتامينات ونتائج الفروق أن كانت معنوية أو غير معنوية في العناصر الغذائية الأساسية أو بعض الفيتامينات هو ما يشير بنتائج السابقة بين ارتباط الطاقة والفيتامينات وهو ما يبين بضرورة إتباع الطالبات نظام غذائي متوازن يوفر إمدادات كافية من فيتامينات والعناصر الغذائية الأخرى للجميع بعض النظر على العمر الزمني ومستوى النشاط البدني الممارس. لما ورد في الإطار النظري لهذا البحث وفي حدود أهدف وإجراءات وعينة البحث واستنادا خلال ًمناقشة وتفسير النتائج عن طريق التحليل الاحصائي توصلوا الباحثون الاستنتاجات التالية:

أ- عدم وجود وعي ثقافي غذائي لذا طالبات كلية التربية البدنية أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

ب- عدم التزام الطالبات بتناول الوجبات الأساسية وخاصة وجبة الإفطار.

ت- عدم تناسب مكونات العناصر الغذائية مع زمن الأداء للنشاط الرياضي أدى إلى عدم وجود علاقة ارتباط بين مستويات النشاط الرياضي والتركيب الجسمي.

ث- هناك تباين بين العناصر الغذائية وعدد المتغيرات ذات العلاقة بالنشاط البدني.

ج- وجود تقارب في مؤشر كتلة الجسم بين المجوعتين من خلال نتائج التركيب الجسمي (BMI). من خلال الاستنتاجات **السابقة نوصي بالتالي:**

1. الاهتمام بالنشاط الرياضي دو الطابع الصحي بأتباع نظام غذائي متوازن عن طريق أخصائي التغذية.
2. الحرص على تناول وجبة إفطار متوازنة يومياً لأنها تساعد على حرق الدهون والتحكم في مستوى الكولسترول وإمداد الجسم بالطاقة كذلك الحرص على تناول الألبان ومشتقاته والخضروات والفواكه بجميع أنواعها لأنها غنية بالكالسيوم والحديد والفيتامينات.
3. التقليل من تناول الحلويات وخاصة في وجبة الافطار واستبدالها بطعام صحي مثل الفواكه والعصائر الطبيعية.

4. الحرص على تناول أغذية قبل ممارسة الرياضة لتجنب حدوث أي تلبك معوي وإعطاء فرصة للعضلات للقيام بوظائفها على أكمل وجه.
5. الابتعاد عن تناول المشروبات الغازية والمصنعة واستبدالها بالماء لتعويض السوائل المفقودة وتجنب الإصابة بالجفاف
6. إقامة دورات موجه في مجال التغذية وفقاً لأنشطة الرياضية المختلفة والمجهود المبذول للطالبات كلية التربية البدنية.
7. نشر الوعي الكافي بأهمية التربية البدنية وأثرها الايجابية على الصحة والاهتمام بتوصيات منظمة الصحة العالمية والوكالة والمؤسسات ذات العلاقة بالصحة والغذاء.
8. الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في استخدام تقييم الحالة الغذائية والقياسات البدنية والقياسات التنفسية والتركيب الجسمي.

المراجع

المراجع العربية : -

أبو سريع، رضاء عبد هلا. .2004 تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS. الطبعة الأولى. دار الفكر. عمان، الأردن.
أحمد، سمير محمد وعبد الرؤوف، حسن. .2002 تغذية الانسان. قسم الاقتصاد المنزلي، كلية الزراعة. جامعة الاسكندرية.
أحمد، أحمد عاشور. .2008 القيمة الغذائية للأطعمة الجداول المبسطة لتحليل الأطعمة. الطبعة الثانية. إدارة المطبوعات والنشر، جامعة طرابلس، ليبيا.
إسماعيل، إيهاب أحمد. .2002 تأثير مؤشر جلوكوز الدم كأساس تغذية السباحين على مستوى الأداء وبعض الاستجابات الفسيولوجية. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، مصر.
أنيتافيك. .2002 نظام غذائي صحي متكامل. ترجمة خالد العامري، الطبعة الثانية، دار الفاروق للنشر والتوزيع، مصر. البحيرى،
محمد العزب. .2000 دراسة الاستجابات اللاكتيك لبعض أساليب التدريب لدى سباحي السرعة والتحمل للناشئين. رسالة دكتورة غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية، مصر.
السيد، عائشة عبد المولى. .2002 الأسس العلمية لتغذية الرياضيين وغير الرياضيين. الدار العربية للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
العزابي، خولة يوسف. .2010 الوجبات الليبية الغذائية. الطبعة الأولى، إدارة المطبوعات والنشر، جامعة طرابلس. ليبيا. ص-13.
القطوس، إيناس رجب. .2016 استخدام أسلوب التدريب الذاتي وأثره على مستوى الكفاءة البدنية والوظيفية للممارسين للنشاط الرياضي بطرابلس. رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، ليبيا.
جمعة، سامي مسعود. .2006 تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام طريقة الفارتلك على بعض المتغيرات الفسيولوجية الكينماتيكية لمتسابقي المسافات المتوسطة بشعبية الجفارة. رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، ليبيا.
رشدي، محمود عادل. .2003 التغذية وقوائم الطعام. النيل العربية للنشر، القاهرة، مصر.
زاهر، عبد الرحمن. .2011 فسيولوجيا الرياضة. الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
سيد، أبو العال عبد الفتاح نصر الدين. .2003 فسيولوجيا اللياقة البدنية. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
شلابي، بهلول العجيلي وأبو جناح، عواطف منصور. .2014 تأثير تناول مركب غذائي مقترح على تحسين مستوى الأداء البدني لذي طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. مجلة العلوم الرياضية والمرتبطة، 142 – 132.
صالح، سونيا المرسى. .2010 التثقيف الغذائي. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
صوان، إيمان صالح. .2013 تقييم الأساليب الغذائية المتبعة لمتسابقي المنتخب الليبي أللعاب القوى. رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، ليبيا.

عبد الفتاح، أبو العال أحمد. (2003). فسيولوجيا التدريب الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
عبد الفتاح، سيد وأحمد، نصر الدين. 2003. فسيولوجيا اللياقة البدنية. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
فرج، إلين وديع. 2000. اللياقة الطريق للحياة الصحية. منشاة المعارف، الإسكندرية، مصر.
فرج، كريم فرج. 2007. هل غذائي امن مشاكل الهرمونات والمجسدات والمواد المسرطنة إجابات علمية لتساؤلات الرأي العام . الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة، الإسكندرية، مصر.
نبق، فاطمة عمر. 2012. تقيم الحالة التغذوية لطالب كلية الدراسات الزراعية. مجلة العلوم الإنسانية، (1): 90-100.
يوسف، رشوان، فادية عبد المجيد، نبيلة. 2008 تغذية الأنسان في الصحة والمرض. دار الزهراء. الرياض. الطبعة الأولى.

المراجع الانجليزية: -

Baranauskas, M., Jablonskienė, V., Abaravičius, J. A., and Stukas, R. 2020. Actual nutrition and dietary supplementation in lithuanian elite athletes. Medicina, 56(247): 1 -14.

Elmabsout, A. A., Senussinouh, F. G., Nasser, M., and Hussein, R. 2016. Body weight among medical students at Benghazi university in relation to BMI based weight status and socioeconomic factors. Scholars Journal of Applied Medical Sciences, 4(3A): 653 -663.

Elzaki, B. E., and Motawei, A. M. 2019. Assessment of knowledge, dietary habits and nutritional status among mansoura university students. Journal of Food and Dairy Sciences, 10(9): 337-348.

Ozgen, L. 2016. Nutritional knowledge, attitudes and practices among university students in Turkey and the US. The Anthropologist, 26(3): 158-166.

Siregar, N. S., Harahap, N. S., Sinaga, R. N., and Affandi, A. 2019. The Effect of Nutrition knowledge on nutritional status in sport science students. In: The 6th Annual International Seminar on Trends in Science and Science Education, 16-17 October 2019, North Sumatera Province, Indonesia.

فعالية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية التوافق النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر الأخصائي النفسي

أ / صلاح الدين بن ميلود أ / سعدي سعدي محمد أ / رمضان المغربي

المستخلص

تهدف هذه الدراسة الى معرفة دور الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية التكيف النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر الأخصائي النفسي، ولهذا الغرض أجرينا دراسة ميدانية على عينة قصدية شملت 07 أخصائيين نفسانيين من الجزائر، معتمدين على المنهج الوصفي التحليلي وأداة الاستبيان لجمع المعلومات، حيث أسفرت نتائج الدراسة بعد المعالجة على أن الأنشطة الرياضية الترويحية تلعب دور كبير في تنمية التكيف النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر الأخصائي النفسي.

الكلمات المفتاحية: الترويح الرياضي، الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، التوافق النفسي

Abstract:

This study aims to know the role of recreational sports activities in developing psychological adaptation in children with mental disabilities from the point of view of the psychologist. For this purpose, we conducted a field study on a purposive sample that included 7 psychologists from Algeria, relying on the descriptive analytical approach and the questionnaire tool to collect information. The results of the post-treatment study showed that recreational sports activities play a major role in developing psychological adaptation in children with mental disabilities from the psychologist's point of view.

Keywords: sports recreation, children with intellectual disabilities, psychological adjustment

1. المقدمــة.

نظرا للتطورات التي يشهدها العالم بكله في العلوم التطبيقية والعلوم الإنسانية التي من شانها اثراء كل الجوانب والمعارف والعلم في شتى الميادين، وبما أن العلم يركز بشكل كبير على الفرد بدراسة سلوكه وتطوراته البيولوجية والنفسية والاجتماعية، محاولين الرقي به لأعلى الدرجات والسمات كونه الكائن الأكثر تطورا في الكون، ولقيمة هذا الفرد نجد عدة دراسات وبحوث لازالت متواصلة عن فئاته المختلفة واعامرها، فكانت دراستنا تصب في فئة معينة ألا وهي فئة ذوي الهمم المعاقون ذهنيا، وربطنا بحثنا على الجانب النفسي لهم محاولين دراسة مدى فعالية الأنشطة الرياضية في تنمية التكيف النفسي لهم وهل توجد علاقة إجابيه إزاء الممارسات الرياضية او لا، طارحين الإشكالية التالية: ما مدى فعالية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية التكيف النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر الأخصائي النفسي؟.

2. المتن او النهجية.

1.2 الفرضية العامة للبحث:

لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور كبير في تنمية التكيف النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية

2.2 أهداف الدراسة:

تمثلت اهداف الدراسة في النقاط الاتية:

-التعرف على دور الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية التكيف النفسي لأطفال ذوي الهمم.

-معرفة وجهة نظر الاخصائي النفسي للترويح الرياضي و معرفة اثر الترويح لدى للأطفال بصفة عامة والمعاقين بصفة خاصة.

-معرفة علاقة الرياضات الترويحية بعلم النفس وفائدتها في المجالات العلاجية.

-التعرف على أهمية الرياضات في العلوم حياة الفرد من الناحية العلاجية والنفسية

أهمية الدراسة: تمثلت أهمية الدراسة في:

تبيان أهمية الرياضات الترويحية للمجتمع وفائدتها المرجوة للأطفال المصابون بقصور ذهنية سببت لهم إعاقة ذهنية اثرت في سلوكهم النفسي، حيث قمنا بتقديم نصائح هامة تفيد في استمرارية العمل بالأنشطة الترويحية قصد تنمية قدرات الطفل ذوي الهمم، وأيضا تسليط الضوء على فائدة العلوم الرياضية في تحسين سلوك الفرد والرقي به.

3. تحديد المصطلحات:

-**الترويح الرياضي:** هو ذلك النوع من الترويح الذي يتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية، كما انه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية والفيزيولوجية للفرد الممارس لأوجه النشاط التي تشتمل على الألعاب والرياضات، كما تمثل الرياضات والألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويح الرياضي (طه، 2006، صفحة 27).

-**الأطفال ذوي الهمم**: هو ذلك الشخص الذي يعاني عجزا او عاهة من العاهات التي تحد من نشاطه وفعاليته، وتعوقه عن القيام بما يقوم به الشخص السليم، ولما كانت هذه العاهات او الاعاقات التي يعاني منها المعاقون ليست واحدة بل هي متعددة، فإنه من الصعب على الباحث أن يجد تعريفا ينطبق على جميع المعاقين على اختلاف فئاتهم واختلاف درجة اعاقتهم، وهذا ما يقتضي ان يعرف كل فئة بتعريف خاص بها **(الشباني، 1989، صفحة 13)**

-**التوافق النفسي :** يشير الباحث "حامد زهران" إلى التوافق النفسي هو مرادف للتوافق الشخصي ويعني السعادة عن النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع الفطرية الأولية (الداخلية) والدوافع الثانوية المكتسبة (الخارجية) وبالتالي عبر عن سلام داخلي كما يتضمن التوافق مطالب النمو في مختلف مراحله المتتابعة. **(عبد السلام ، 1994، صفحة 08)**

-**تعريف اخر للتوافق:** هو توافق الفرد مع ذاته وتوافقه مع الوسط المحيط به وكل منهما لا ينفصل عن الآخر وإنما يؤثر فيه ويتأثر به، فالفرد المتوافق ذاتيا هو المتوافق اجتماعيا ويضيف علماء النفس بقولهم: "التوافق الذاتي هي قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع بحث لا يكون هناك صراع داخلي." **(جمال أبو دلو، الصحة النفسية، 2009، صفحة 228)**

1.3 الدراسات السابقة:

- **الدراسة الأولى:** دراسة الباحث يونسي حسين سنة 2021 لمقال في مجلة المنظومة الرياضية المجلد 03 العدد 08 تحت عنوان تأثير النشاط الرياضي الترويحي في التفاعل الاجتماعي للأطفال المعاقين

سمعيا من 09 الى 12 سنة، دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي بمدرسة المعاقين بصريا بالجلفة، حيث هدفت الدراسة الى التعرف على مدى تأثير النشاط الرياضي الترويحي في التفاعل الاجتماعي للأطفال المعاقين سمعيا من 09 الى 12 سنة، حيث اعتمد الباحث على مقياس التفاعل الاجتماعي كأداة لجمع البيانات وكما اقترح فرضية عامة كانت الاتي للنشاط الرياضي الترويحي تأثير في التفاعل الاجتماعي للأطفال المعاقين سمعيا من 09 الى 12 سنة وكنتائج لبحثه نجد فرضية بحثه تحققت.

- **الدراسة الثانية:** مقال للدكتورة نادية بوضياف سنة 2016 من مجلة علون الانسان والمجتمع العدد 18 تحت عنوان دور اللعب في التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين ذهنيا من وجهة نظر المربي واستخلصت الباحثة في دراستها على ان المعاق ذهنيا يستطيع تعلم بعض المهارات الاجتماعية بفضل اللعب كما يمكنه الوصول **الى** مستوى طيب من الكفاءة الشخصية والاجتماعية.
- **الدراسة الثالثة:** مقال للدكتور رحلي مراد 2011 مجلة الابداع الرياضي العدد 04 تحت عنوان دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي للمتخلفين ذهنيا حيث استعمل الباحث المنهج التجريبي لدراسة الظاهرة مستعينا بأداة مقياس السلوك التوافقي لعينة شملت 20 طفلا معوقا عقليا، حيث اقترح الباحث فرضية تتمثل في ان للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين عقليا حيث اتفقت الدراسة مع الفرضية العامة المقترحة.

- **مجتمع وعينة البحث:**

قام الباحثون بأخذ عينة قصدية شملت 07 اخصائيين نفسانيين من ولاية الجزائر بطريقة المعاينة عن طريق استعمال كرة الثلج.

- **المنهج المتبع:**

اختار الباحثون المنهج الوصفي التحليلي لأنه المناسب لدراسة الظاهرة.

- **أداة البحث:**

استعان الباحثون في دراستهم بأداة الاستبيان وقاموا بتحكيمه وفقا لأساتذة مختصين في علم النفس الرياضي لكي يحيطون بكل بالموضوع من كل جوانبه.

- **عرض النتائج وتحليلها**

جدول (1)

عدد تكرارات العبارات والنسبة المئوية لكل سؤال

س 07	**05**	**00**	**02**	**71,4**
س 07	05	00	02	71,4
س 07	05	00	02	71,4
س 07	05	00	02	71,4
س 07	05	00	02	71,4
س 07	05	00	02	71,4
س 07	05	00	02	71,4
س 07	05	00	02	71,4

من اعداد الباحث باستعمال المعالج الاحصائي *spss*

تحليل الجدول رقم (01):

نلاحظ في الجدول أعلاه 07 أسئلة مبنية حسب الفرضية العامة للبحث والتي تتمثل في:

لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور كبير في تنمية التكيف النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

حيث كانت الأسئلة تصب في محور واحد فقط شمل كل الأسئلة التي من شأنها دراسة الفرضية حسب اراء الاخصائيين النفسانيين فكانت النتيجة كالاتي:

س1: هل ترى أن الترويح الرياضي يساهم في تنمية التوافق النفسي للطفل من ذوي الهمم؟

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة **%** 85,7 من الأخصائيين النفسانيين كانت اجابتهم نعم و14,3**%** كانت أحيانا، ومنه نستنتج أن الترويح الرياضي يساهم في تنمية التوافق النفسي للطفل من ذوي الهمم.

س2: ممارسة الالعاب الترويحية الرياضية تساعد الاطفال ذوي الهمم في التعبير عن ذاتهم

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة **%** 100 من الأخصائيين النفسانيين كانت اجابتهم نعم، ومنه نستنتج ان للألعاب الرياضية الترويحية دور في تنمية التوافق النفسي للأطفال ذوي الهمم.

س3: يجدون الاطفال ذوي الهمم صحتهم النفسية عندما يمارسون نشاط رياضي ترويحي

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة 57,1 **%** من الأخصائيين النفسانيين كانت اجابتهم نعم و42,7 % كانت احيانا ومنه النشاط الرياضي الترويحي يساعد في تنمية التوافق النفسي وهذا ما يتفق مع الفرضية العامة للبحث

س4: غالبا ما يميل الاطفال ذوي الهمم الى الانشطة الترويحية باحثين عن رغبة في تقدير ذاتهم

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة 85,7% من الأخصائيين النفسانيين كانت اجابتهم نعم و14,3**%** كانت أحيانا، ومنه نستنتج أن للترويج الرياضي دور في تنمية رغبة القيادة بالنسبة للأطفال طبقا للفرضية العامة للبحث

س5: تساعد الانشطة الترويحية الرياضية الاطفال ذوي الهمم في تنمية مهارات التواصل مع الاخرين

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة **%**100 من الأخصائيين النفسانيين كانت اجابتهم نعم ومنه نستنتج أن الترويح الرياضي للأطفال ذوي الهمم يساعد في تنمية التوافق النفسي لهم وبذلك نثبت صحة الفرضية العامة للبحث

س6: الترويح الرياضي يساعد في تعديل سلوك الطفل وتفاعله مع الأشياء المحيطة به

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة **%** 85,7 من الأخصائيين النفسيين كانت اجابتهم نعم و14,3**%** كانت أحيانا، ومنه نستنتج ان للألعاب الرياضية الترويحية دور في تنمية التوافق النفسي للأطفال ذوي الهمم.

س7: هل من الضروري ادراج الترويح الرياضي في البرامج الشفائية لمساعدة الاطفال ذوي الهمم على تنمية جانبهم النفسي من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة 71,4 **%** من الأخصائيين النفسيين كانت اجابتهم نعم و 28,6 **%** كانت أحيانا ومنه نستنتج أن الترويح الرياضي له دور كبير في تنمية التوافق النفسي للطفل من ذوي الهمم، وهذا ما يؤكد أيضا صحة الفرضية العامة.

5. الاستنتاجات

من خلال معطيات الجدول نلاحظ ان الانحراف المعياري يساوي 0,50 لي المتوسط الحسابي المقدرة قيمة بـ 1,33 حيث هذه القيمة محصورة بين الوزن النسبي (1,33 -03)، مما يدل على ان الترويح الرياضي يساهم

بشكل كبير في تنمية التوافق النفسي للأطفال ذوي الهمم من وجهة نظر الاخصائي النفسي، حيث اتفقت دراسة بحثنا مع الدراسة السابقة للباحث يونسي حسين التي تتمثل في ان للنشاط الرياضي الترويحي تأثير في التفاعل الاجتماعي للأطفال المعاقين سمعيا، و مع الدراسة السابقة للباحث رحلي مراد و تمثلت في ان للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين عقليا، وهذا ما يدعم أيضا صحة فرضية البحث، وحتى داست الباحثة نادية بوضياف التي اكدت على ضرورة اللعب في تنمية المهارات الشخصية للطفل المعاق ذهنيا، وفي الأخير ختاما نقول ان الدراسات النفسية والاجتماعية والتربوية اكدت أن ما يتميز به الفرد من سمات إنما يكتسب جلّها نتيجة تفاعله مع متغيرات معينة في محيط أسرته أو مدرسته أو بيئته، وهذا ما أكدته هذه الدراسة، والتي أسفرت عن نتائج متعلقة بطبيعة العلاقة بين التوافق النفسي وممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية، حيث سلط الباحثون في هذه الدراسة أيضا لوجهة نظر الاخصائي النفسي لهذه الاشكالية المطروحة باحثا عن حلول و اقتراحات تساعد ولو بالقليل في البحث العلمي وتقدم المجتمع.

6. التوصيات

بعد تحليل أسئلة الاستبيان الموجهة لمختلف الاخصائيين والتي نتمنى أن تكون ذات فائدة ولو نسبية في المستقبل، اتضح لنا طرح بعض التوصيات والاقتراحات أملا في النظر لفئة ذوي الهمم، حيث بنيت هذه الاقتراحات على ما تطرقنا إليه في بحثنا هذا ومن أهمها:

- اشراك الأطفال المعاقون ذهنيا في النشاطات الترويحية الرياضية، ولا سيما النشاطات الترفيهية
- ادراج بعض النشاطات التي تنمي الجانب النفسي أو تشييد قاعات رياضة للترويح شرط أن يتوافق نوع الرياضة مع نوع الإعاقة.
- ادراج رياضات متعددة كل حسب اعاقته وايضا لتنفيس وتخفيف الضغط على الاطفال ذوي الهمم مثل سباحة مسابقات والعاب ترفيهية وتعليمية في نفس الوقت.
- توفير الأجهزة والامكانيات اللازمة في المؤسسات لمساعدة هذه الفئة على أداء الأنشطة الرياضية الترويحية.
- انشاء مساحات واسعة تخص النشاطات الترويحية لذوي الهمم ولاسيما الأطفال منهم كونهم الفئة أكثر اهتماما قصد تنمية التوافق النفسي لهم.

المراجع

- جمال أبو دلو .(2009) .*الصحة النفسية* .عمان، الأردن: الطبعة الأولى ،دار أسامة للنشر والتوزيع.
- حسين أحمد حشمة و مصطفى حسين باهي .(2007) .*التوافق النفسي و التوازن الوظيفي* .مصر: الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- حموي, ص .(2007) .*المنجد في اللغة العربية المعاصرة* .بيروت: دار المشرق بيروت.
- عبد الرحيم طه طه. (2006). *مدخل الى الترويح*. جامعة الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الباعة و النشر.
- عمر التومي الشباني. (1989). *الرعاية الثقافية للمعاقين*. تونس: الدار العربية للكتاب.
- فاطمة عبد المالح مع اخرون. (2011). *التدريب الرياضي لطلبة المرحلة الثانية في كليات التربية الرياضية*. الأردن: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- مأمور بن حسن السلمان. (1998). *كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية*. بيروت، لبنان: دار بن حزم، بدون طبعة.

- محمد بن ابي بكر بن عبد القادر الرازي. (2002). *قاموس عربي عربي مختار الصحاح*. بيروت لبنان: دار الفكر العربي.
- مفتي ابراهيم حماد. (2001). *التدريب الرياضي الحديث تطبيق قيادة تخطيط*. القاهرة: دار الفكر العربي.

واقع استخدام المهارات التقنية لتطبيقات الحاسب الآلي في البحث العلمي لطلاب الدراسات العليا جامعة طرابلس

أ / شرف الدين علي الزطريني
أ.د / سعاد إسماعيل الفقيه

المستخلص

يهدف البحث إلى التعرف على واقع استخدام المهارات التقنية لتطبيقات الحاسب الآلي في البحث العلمي لطلاب الدراسات العليا بجامعة طرابلس ، انطلاقا من أهمية المهارات التقنية في الكتابة الأكاديمية للدارسين لمرحلة الدراسات العليا ابتداء من امتلاك مهارة التعامل مع شبكة الإنترنت في عملية البحث العلمي أو امتلاك مهارات استخدام الحاسب الآلي ، والتقييم الصحيح لمدى امتلاك طلبة الدراسات العليا للمهارات التقنية لهذه التطبيقات يُمَكِّنُنا من اكتشاف مواطن الضعف بمحتوى المناهج والمقررات الدراسية ويضع بيانات يمكن الاستفادة منها في سد تلك الثغرات بالمناهج للعمل على تطويرها وتحسين مستواها . تم استخدام المنهج المسحي ، ضمت العينة (38) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلاب الدراسات العليا المشاركين بدورات المؤتمر العلمي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة وكانت أهم الاستنتاجات أن نسبة 68.9٪ من (عينة البحث) يمتلكون مستوى جيد من مهارات استخدام الحاسب الآلي كما أن ما نسبته 61.92٪من (عينة البحث) يمتلكون مستوى متوسط من مهارات التقنية التفاعلية الحديثة .

الكلمات المفتاحية: المهارات، البحث العلمي ، تقنيات التعليم والتعلم، طلبة الدراسات العليا، جامعة طرابلس.

Abstract:

The research aims to identify the reality of using technical skills for computer applications in scientific research for postgraduate students at the University of Tripoli, based on the importance of technical skills in academic writing for postgraduate students, starting from possessing the skill of dealing with the Internet in the process of scientific research or possessing skills The use of computers, and the correct assessment of the extent to which graduate students possess the technical skills for these applications, enables us to discover weaknesses in the content of curricula and courses and provides data that can be used to fill those gaps in the curricula to work on developing them and improving their level. The survey method was used. The sample included (38) male and female students who were intentionally selected from postgraduate students participating in the courses of the Fourth Scientific Conference for Physical Education and Sports Sciences. The most important conclusions were that 68.9% of the (research sample) possessed a good level of computer skills as well. 61.92% of (the research sample) possessed an average level of modern interactive technology skills.

Keywords: skills, scientific research, teaching and learning techniques, graduate students, University of Tripoli.

مقدمة البحث:

يقف التعليم العالي في العصر الحالي على بوابة كبيرة من التقدم التقني باستخدام الحاسوب في العملية التعليمية وإن نجاح المؤسسات التعليمية أصبح مرهون بمدى استخدامها للأسس والاستراتيجيات والمبادئ التعلمية الحديثة وأهمها استخدام التكنولوجيا لتحسين البيئة العلمية الداخلية وتحسين مخرجاتها وهي جودة العنصر البشري ألا وهو الطالب.

ونظراً للتحديات الكبيرة التي تفرضها ثورة التكنولوجيا والمعلومات وتطوير الأداء بالمؤسسات التعليمية بشكل عام وأنشطتها التعلمية بشكل خاص، لابد من تنمية قدرات الطالب ومهارته بتوظيف تكنولوجيا المعلومات مما يسهم في تحسين مخرجات تلك المؤسسات بمساعدة المنتسبين على اكتساب الأدوات والمهارات اللازمة التي تساعدهم على الانتاج العلمي المبتكر والمتميز مع ربط عملية التعلم بتطبيقات عملية بمجال التخصص تُكسبهم مهارات وأدوات تُمكنهم من التميّز و مواكبة متطلبات سوق العمل بمجالهم .

إن استخدام الحواسيب والتقنية الحديثة المرافقة للنظام المعلوماتي هي أهم الدعائم الأساسية في العملية التعليمية، حيث يعد قطاع التعليم بما فيه من أنظمة تعليمية ومناهج دراسية مفتاح التنمية، ومرتكز أساسي واحد للأهداف السامية التي تُسَخر لها الدولة إمكانيات بُغية تطويرها وتزويدها بشتى علوم المعرفة والتكنولوجيا المتطورة (جلبان و التير، 2016).

لقد أصبح للتعليم دور بارز في الحياة المعاصرة في مختلف جوانبها، وتزايد الإدراك بأن قضية التعليم ليست مجرد عملية تقليدية، وإنما تعليم من نوع جديد يحقق للمتعلم المعطيات والمهارات التي يحتاجها لكي يكون قادرا ، على استخدام عمليات التفكير في تحويل المعرفة الإنسانية إلى معنى يستخدمه لمواجهة جميع المشكلات التي تتحداه، والعقبات التي تقف أمامه، وتوظيف المعرفة الإنسانية لخدمة المجتمع (موسي، 2016).

لقد أحدثت التقنيات الحديثة ووسائل الاتصال تغييرات جذرية في طرائق التعلم، وأصبح على "المؤسسات التعليمية التي تسعى للتميز الأكاديمي أن تكون على أهبة الاستعداد لمواكبة هذا التغيير والتطور المستمر والاستفادة من هذه التقنيات لتطوير ورفع كفاءة العملية التعليمية" (الحبيشي، 2010).

ولهذا أصبح إتقان المهارات الاساسية اللازمة لاستخدام تقنية المعلومات من الضرورات الهامة في التعليم، لما لها من دور هام في تسهيل التواصل والحصول على المعلومات وإعداد البحوث والدراسات، وإن عدم إتقان هذه المهارات العصرية يَحُد من تفاعل المدرسين مع طلبتهم ، والوصول إلى مصادر المعرفة الضرورية لعملية التدريس (شوملي، 2007).

وعلى الصعيد العالمي كونت هذه التكنولوجيا بيئة تعلم استحدثت ممارسات جديدة في ميدان التعليم الإلكتروني بما يشمل المعلومات المتضمنة في الكتب والمكتبات والمؤسسات وتحقق الاتصالات بالزملاء و المعلمين والباحثين والعلماء، علاوة على تطوير أنماط جديدة لعمليتي التعليم والتعلم داخل وخارج قاعات الدراسة، الأمر الذي يوجب ادماجه وتوظيفه محليا لاستحداث صياغة جديدة لأهداف ومحتوى التعليم وأيضا طُرُقه وتقويمه لمعاصرة التطلعات و التوجيهات العالمية والإفادة منها (جلبان و التير، 2016).

وتُعَد الجامعات من أهم مؤسسات تطوير المهارات والمعارف، وتوسيع قاعدة التعليم، وتوفير المناخ العلمي الذي يساعد على قيام مُنْتَسِبيها بالأبحاث العلمية، وإثراء حركة البحث العلمي ، فالجامعة مؤسسة تحاول إيجاد الحلول للكثير من مشكلات المجتمع، وتتصدى للتحديات القائمة (غانم، 2000).

يُعَد البحث العلمي ركيزة أساسية من ركائز المعرفة الإنسانية في ميادين الحياة كافة، بل أضحى أحد مقاييس الرُقي والحضارة في العالم فمن خلاله استطاع الإنسان اكتشاف الجهود وتسخيرها لصالح المجتمع بما يحقق التنمية والازدهار في مجالات الحياة وبفضله تمكن الإنسان من امتلاك التكنولوجيا والمعرفة بوصفها الأداة الفعالة لتحقيق الاستثمار الأمثل للموارد المتاحة من أجل تحقيق التنمية والتقدم (الخطيب، 2003).

وللاستفادة من شبكات الإنترنت في البحث العلمي أصبح لَزَاما على الباحثين أن يمتلكوا المهارات اللازمة التي تمكنهم من الاستفادة المُثْلى من الإنترنت كمهارات البحث في قواعد البيانات، ومحركات البحث وأدلة الإنترنت وغيرها من أدوات البحث على الأنترنت (بامفلح ، 2009).

لقد أصبح استعمال الحاسوب وشبكة المعلومات الإلكترونية من المتطلبات الرئيسية في عملية التدريس والبحث وأصبح التعليم وتزويد الطلبة بالمعلومات يحتاج إلى استخدام الحاسوب وغيره من وسائل التكنولوجيا الحديثة، لمواكبة كل ما هو جديد في العملية التعليمية، خاصة وأن العديد من المصادر والمراجع والمعلومات أصبحت تُخَزَّن بصورة إلكترونية، وأصبحت إمكانية العودة إليها واستخدامها، تَفْرِض معرفة ومهارة في استخدام التقنية الحديثة إضافة إلى ما توفره مثل هذه التقنية من سهولة وسرعة في الوصول إلى المعلومات (شوملي، 2007).

مشكلة البحث:

إن العثور على موضوع بحثي قائم على أُسس علمية يؤدي إلى نتائج هادفة يتطلب قدرًا كبيرًا من الدراسة والبحث والتقصي بالمصادر والمراجع العلمية مع قدرة الباحث على التفكير والابتكار وفي الغالب يُحْبَط الكثير من البُحَّاث في عملية البحث، وهو ما يُفسر سبب الدراسات غير المكتملة أو الطويلة كونه أحد الأسباب الرئيسية والمؤثرة ولكن قد يكون عدم امتلاك الباحث للمهارات الأساسية والتقنية لكتابة الرسائل العملية الجانب الآخر لإحباطه أو تأخره ، فالكتابة الأكاديمية هي أسلوب كتابة تحكمه قواعد وممارسات مثل: الشكل والنظام الرسمي للجامعة ، وكيفية الاقتباس والاستشهاد بالمراجع والمصادر للبحث لدعم الأفكار، واستخدام اللغة السليمة ، وانطلاقا من أهمية المهارات التقنية في الكتابة الأكاديمية سواء لطلبة البكالوريوس أو للدارسين لمرحلة الماجستير والدكتوراه ابتداء من امتلاك مهارة التعامل مع شبكة الإنترنت في عملية البحث العلمي أو امتلاك مهارات استخدام الحاسب الآلي بالبحث العلمي حيث تساعد برامج الحاسب الآلي وتطبيقاته في مجال البحث العلمي في تسهيل تنسيق البيانات وتصنيفها وحفظها واختيار اللغة المناسبة للباحث والتحكم في نوع الخط وحجمه كما تُمَكِّن الباحث من الإضافة والتعديل أو الحذف بالإضافة إلى تبويب المراجع وتوثيقها وإمكانية الحصول عليها وتخزينها والاقتباس منها وسهولة الحصول على كافة المعلومات بمجال تخصص الباحث وسهولة التواصل مع البُحَّاث والهيئات والمؤسسات العلمية من شبكة المعلومات كما يمكن استخدام البرامج والتطبيقات الحسابية والإحصائية ولأعداد كبيرة لا سيما أن رسائل الماجستير والدكتوراه تحتوي على الكثير من الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات المتحصل عليها وِفْقا لأهدافها وتحقيقا لفروضها لذلك يعتبر استخدام الحاسب الآلي من الضروريات في التعليم وخاصة لطلاب المراحل المتقدمة ومن أهم معوقات طلاب الدراسات العليا عدم امتلاكهم لهذه المهارات لذلك يجب على أي طالب علم أن يكون على معرفة تامة بهذه التطبيقات والبرامج كما أن التقييم الصحيح لمدى امتلاك طلبة الدراسات العليا للمهارات التقنية لهذه التطبيقات يُمَكِّنُنا من اكتشاف مواطن الضعف بمحتوى المناهج والمقررات الدراسية ويضع بيانات يمكن الاستفادة منها في سد تلك الثغرات بالمناهج للعمل على تطويرها وتحسين مستواها .

أهداف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على واقع استخدام المهارات التقنية لتطبيقات الحاسب الآلي في البحث العلمي لطلاب الدراسات العليا

من خلال التعرف على :

1- آراء طلاب الدراسات العليا حول امتلاكهم مهارات استخدم الحاسب الآلي.

2- آراء طلاب الدراسات العليا حول امتلاكهم المهارات التقنية التفاعلية.

تساؤلات البحث:

1- هل يمتلك طلاب الدراسات العليا مهارات استخدم الحاسب الآلي ؟

2- هل يمتلك طلاب الدراسات العليا مهارات استخدام التقنية التفاعلية؟

المصطلحات المستخدمة:

مايكروسوفت بلانر(Microsoft Planner) : هو تطبيق متاح من شركة مايكروسوفت على نظام Microsoft 365 للتخطيط وتنظيم مهام الفريق والاطلاع على تقارير التقدم وتعقب الواجبات الفردية والمحادثات ، ومشاركه الملفات في مكان واحد، يستخدم في إدارة المشاريع والتعليم (Microsoft, 2016).

الموارد التعليمية المفتوحة (Open Educational Resources) : عبارة عن موارد تدريس و تعليم وبحث متوفرة للجميع كملك عام مشترك أو كَمُشَاع، تم إصدارها باستخدام رخصة ملكية فكرية معينة، تسمح بتوزيع وتعديل هذه الموارد والتعاون مع الآخرين لإعادة استخدامها ،تشمل العديد من المواد مثل: الكتب المجانية و المواد التعليمية و المحاضرات الصوتية و المرئية و الاختبارات و برامج الحاسوب و العديد من الأدوات أو التقنيات الأخرى التي تُستخدم في نقل المعرفة ولها تأثير واضح على أساليب التدريس والتعليم وتكون متوفرة للاستخدام مجانا (اوباري، 2014).

نظام إدارة المحتوى التعليمي (Moodle) : هو أحد نُظُم إدارة التعلم وأهم منصات التعليم الإلكتروني يدعم النظام عددًا من الأدوات التي من الممكن استثمارها في توجيه العملية التعليمية في البيئة الإلكترونية لتحقيق جودة عالية (حمودة و هادي، 2019).

الدراسات السابقة:

دراسة الحلاق وآخرون (2020) بعنوان (درجة توافر المهارات الأساسية للبحث في مصادر المعلومات عبر شبكة الإنترنت لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة جدارا من وجهة نظرهم) بهدف التعرف على درجة توافر المهارات الأساسية للبحث عن مصادر المعلومات عبر شبكة الأنترنت لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة جدارا من وجهة نظرهم ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من 98 فردا من طلبة الدراسات العليا، بينت نتائج الدراسة أن درجة توافر المهارات الأساسية للبحث في مصادر المعلومات عبر شبكة الأنترنت لدى طلبة الدراسات العليا كانت مرتفعة، وكان تقييم جميع المجالات مرتفعا، حيث جاء المجال الأول "مهارات البحث الأساسية عن مصادر المعلومات "بالمرتبة الأولى، وجاء في المرتبة الرابعة والأخيرة المجال الثاني "مهارات البحث في محركات البحث والأدلة الموضوعية" كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة توافر المهارات الأساسية للبحث عن مصادر المعلومات عبر شبكة الأنترنت لدى طلبة جامعة جدارا تبعا لمتغير الجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الدورات التدريبية لصالح المشاركين، و فرع الثانوية العامة لصالح الفرع العلمي، و الكلية لصالح طلبة كلية اللغات والآداب، و المعرفة باللغة الإنجليزية لصالح التقدير الممتاز والجيد (الحلاق، الجرادات، و الشقران، 2020).

دراسة العجمي وآخرون (2020) بعنوان (مدى توافر مهارات تقنيات التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية في سلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات) بهدف قياس مدى توافر مهارات تقنيات التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية بسلطنة عمان، والتعرف على الفروق بين متوسطات درجات بعض هذه المهارات التقنية تبعا لمتغيرات (الجنس، الكلية، و السنة الدراسية) واستخدم المنهج الوصفي التحليلي و تكونت العينة من 256 طالبا وطالبة وأظهرت النتائج بأن مهارات تقنيات التعلم عن بعد متوفرة لدى الطلاب عينة الدراسة بدرجة متوسطة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لمتوسط المهارات بين الذكور والاناث، بينما كانت هناك فروقا ذات دلالة إحصائية تُعْزَى لمتغير الكُلية ولصالح طلبة كُلية الآداب و العلوم الإنسانية، وكذلك أظهرت النتائج وجود فروق إحصائية لمتغير السنة الدراسية لصالح طلبة السنة الثانية (العجمي ، الصوافية ، و السعودي، 2020).

دراسة شيلي الهام (2020) بعنوان (واقع اعتماد التطبيقات التكنولوجية الذكية في التعليم من وجهة نظر الهيئة التدريسية) بهدف التعرف على واقع اعتماد التطبيقات التكنولوجية الذكية في التعليم العالي من طرف الهيئة التدريسية بكلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير بجامعة سكيكدة بدولة الجزائر، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي وضمت العينة 60 فرد وتوصلت الدراسة لوجود مستوى ضعيف لتطبيق التطبيقات التكنولوجية الذكية في التعليم من وجهة نظر الهيئة التدريسية للمؤسسة المبحوثة ،كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود مستوى متوسط لنية استخدام التطبيقات التكنولوجية الرقمية بكلية العلوم الاقتصادية بجامعة سكيكدة، بمعنى أن الهيئة التدريسية لها نية تحسين أدائها واهتمامها بالمنظومة التعليمية، لتحقيق ضمان مدخلات ومخرجات والعمليات التعليمية لضمان تطوير التعليم العالي وكذلك كشفت نتائج الدراسة عن وجود مستوى منخفض لسهولة استخدام التطبيقات التكنولوجية الرقمية بكلية العلوم الاقتصادية بجامعة سكيكدة، بمعنى أن الهيئة التدريسية لها تفتقر للتدريب الخاص بتطبيق التطبيقات التكنولوجية وتجد صعوبة في ذلك؛ كما بينت النتائج عن وجود مستوى عال لصعوبة استخدام التطبيقات التكنولوجية الرقمية بكلية العلوم الاقتصادية بجامعة سكيكدة، بمعنى أن على الجامعة تطوير المتطلبات المادية والمالية وتشجيع استخدام الرقمنة لضمان تطوير التعليم العالي (الهام، 2020).

دراسة احمد الرشيدي (2022) بعنوان (أهمية ودور استخدام الحاسوب في تطوير التعلم والتدريب "دراسة ميدانية على أساتذة وطلبة بعض معاهد قطاع التدريب في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب" في دولة الكويت) بهدف استقصاء أثر استخدام الحاسوب في التحصيل العلمي والعملي للمتدربين/المتدربات وما قد ينتج عن ذلك من التأكيد على أهمية استخدام الحاسوب في تطوير العملية التعليمية والتدريبية في المعاهد التدريبية بقطاع التدريب في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب وبيان المزايا التي يمكن من خلال استخدام الحاسوب الوصول لها من تطوير أساليب استراتيجيات قد تزيد من فاعلية التحصيل العلمي للمتدربين واستطلاع أراء المدربين والمتدربين حول تجربة استخدام الحاسوب ومعرفة مدى قدرتهم ورغبتهم في تطبيقه عملياً داخل وخارج القاعات الدراسية والوقوف على واقع تطبيق الحاسوب في العملية التدريبية والتعليمية وبيان المعوقات التي قد تحد من عملية التطبيق لمعالجتها والحد منها ، وقد تم استخدام المنهج الوصفي وضمت العينة 50 فرد من أساتذة وطلبة بعض معاهد قطاع التدريب في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب وكانت أهم النتائج أن استخدام الحاسب الآلي ذو فعالية مرتفعة رغم وجود معوقات التطبيق ، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للعمر أو المستوى التعليمي في محور فعالية استخدام

الحاسوب في التعليم والتدريب مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للمستوى التعليمي في محوري متطلبات استخدام الحاسوب ، ومعوقات استخدام الحاسوب (الرشيدي، 2022)

إجراءات البحث:

منهج البحث: تم اختيار المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته لطبيعة أهداف وتساؤلات موضوع البحث.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من طلبة الدراسات العليا بجامعة طرابلس.

عينة البحث: تكونت العينة من (38) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلاب الدراسات العليا (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، كلية الآداب ، كلية التربية) المشاركين بدورات المؤتمر العلمي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة طرابلس ، تم توزيع الاستبيان يوم 27/26 يوليو/2023م بواقع 50 استبيان وتم استرداد 38 من إجمالي العدد.

جدول (1) توزيع عينة البحث حسب متغير الجنس

الجنس	التكرار	النسبة
ذكر	13	٪34.2
انثى	25	٪65.8

المعالجات الإحصائية : تم استخدام برنامج **SPSS** وتم معالجة البيانات باستخدام التكرارات ، النسب المئوية ، المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل ألفا كرونباخ للثبات ، ومعامل بيرسون للارتباط .

وسائل جمع البيانات: اعتمد الباحثين في جمع البيانات والمعلومات على شبكة المعلومات الدولية ، المراجع والدراسات العلمية التي لها علاقة بموضوع البحث ، الاستبيان .

أداة البحث: بعد الاطلاع والبحث في المصادر والدراسات العلمية تم استخدام قياس مهارات تقنيات التعلم عن بُعْد الذي صممه العجمي وآخرون (2020) وهو خاضع لصدق المحكمين وبالتالي وضع الاستبيان مع إضافة بعض التعديل بإضافة محورين للاستبيان وفقاً للاتي :

تتمثل في إجابة عينة البحث على سؤال رئيسي بهدف معرفة مدى امتلاك طلاب الدراسات العليا للمهارات التقنية لتطبيقات الحاسب الآلي في البحث العلمي متضمن 26 سؤال ضمن محورين ، ضم المحور الأول (11) سؤال لاستطلاع آراء عينة البحث حول امتلاكهم لمهارات استخدام الحاسب الآلي، بينما ضم المحور الثاني (15) سؤال لاستطلاع آراء عينة البحث حول امتلاكهم للمهارات التقنية التفاعلية ، وتم استخدام مقياس ليكارت الخماسي و اعتماد ميزان تقديري لكل رأي على النحو التالي :

الاتجاه	أمتلك بشدة	أمتلك	إلى حد ما	لا أمتلك	لا أمتلك بشدة
الوزن	5	4	3	2	1
الفئة	5 - 4.20	4.19 – 3.40	3.39 – 2.60	2.59 – 1.80	1.79 – 1
المستوى	جيد		متوسط	منخفض	

ثبات اداة البحث: تم التأكد من درجة ثبات الاستبيان ودرجة ثبات محاوره باستخدام الفاكرونباخ لمعامل الثبات على عينة تكونت من (8) دارسين بعد حذف الفقرات ذات الثبات المنخفض والجدول (2) يوضح ذلك .

جدول (2) معامل الفاكرونباخ لقياس ثبات اداة جمع البيانات

المحاور	عدد الفقرات	درجة الثبات	درجة الثبات العام للاستبيان
المحور الاول	11	0.972	0.974
المحور الثاني	15	0.967	

يتضح من الجدول (2) أن درجة ثبات المحور الأول كانت (0،972) ودرجة ثبات المحور الثاني (0.967) وأن درجة الثبات العام للاستبيان مرتفع حيث بلغ (0.974) لمجموع فقرات الاستبيان (26) فقرة ، مما يدل على إن الاستبيان يتمتع بدرجة ثبات جيدة ويمكن الاعتماد عليها بتمرير الاداة على عينة البحث حيث أن جميع درجات الثبات أكبر من (0.70) .

صدق أداة البحث: تم استخدام صدق البناء بدلالة الفقرة (الاتساق الداخلي) للتأكد من صدق أداة البحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات المحور الذي تنتمي إليه والجدولين (3 ، 4) يبينان ذلك.

جدول (3)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات محور مهارات استخدام الحاسب الآلي

ت	فقرات المحور الاول	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	هل تمتلك القدرة على التعامل مع نظام التشغيلwindows	0.988**	0.000
2	هل تمتلك القدرة على تخزين الملفات	0.828*	0.011
3	هل تمتلك القدرة على إنشاء الملفات والمجلدات	0.952**	0.000
4	هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج word	0.944**	0.000
5	هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج spss	0.854**	0.007
6	هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج power point	0.931**	0.001
7	هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج excel	0.916**	0.001
8	هل تمتلك القدرة علي التعامل مع ملفات الصوت والصور	0.831*	0.011
9	هل تمتلك القدرة على استخدام أجهزة العرض	0..950**	0.000
10	هل تمتلك القدرة على استخدام الكاميرات والفيديو	0.846**	0.008
11	هل تمتلك القدرة على استخدام الماسحات الضوئية والطابعات	0.786*	0.021

**** دال عند مستوى. 0.001** *** دال عند مستوي 0.005**

تظهر نتائج الجدول (3) أن جميع معاملات الارتباط ذات دلالة معنوية بين فقرات المحور الأول (مهارات استخدام الحاسب الآلي) والدرجة الكلية للمحور حيث بلغ الحد الأدنى لدرجات الارتباط بيرسون (0.786) فيما بلغ الحد الأعلى (0.988) بمستوى دلالة (0.021 ، 0.00) عند مستوي معنوية (0.001 ، 0.005) مما يدل على اتساق الفقرات مع محورها الذي تنتمي إليه ويثبت ذلك صدق اتساق فقرات المحور الأول .

جدول (4)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة ودرجات محور المهارات التفاعلية

ت	فقرات المحور الثاني	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	هل تمتلك القدرة على استخدام شبكة المعلومات الانترنت	0.940**	0.001
2	هل تمتلك القدرة على استخدام البريد الإلكتروني E-mail	0.895**	0.003
3	هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج الباحث العلمي Google scholar	0.827*	0.011
4	هل تمتلك القدرة على تحميل الملفات download	0.765*	0.027
5	هل تمتلك القدرة علي تصفح برنامج Google chrome	0.776*	0.024
6	هل تمتلك القدرة علي المشاركة بالدورات التي تقام اون لاين بمجال تخصصك	0.874**	0.005
7	هل تمتلك القدرة على الدخول الي المكتبات الالكترونية	0.940**	0.001
8	هل تمتلك القدرة على تحميل ملفات على المواقع الإلكترونية	0.715*	0.046
9	هل تمتلك القدرة على إجراء مقابلات ومحاضرات اون لاين	0.865**	0.005
10	هل تمتلك القدرة على استخدام منصّة التعلّم الالكتروني Moodle	0.863**	0.006
11	هل تمتلك القدرة علي استخدام Drive Microsoft One	0.865**	0.005
12	هل تمتلك القدرة علي استخدام Microsoft Teams	0.883**	0.004
13	هل تمتلك القدرة علي كتابة المراجع في word	0.776*	0.024
14	هل تمتلك القدرة على استخدام الموارد التعليمية المفتوحة مجانا OER	0.846**	0..008
15	هل تمتلك القدرة على استخدام مايكروسوفت بلانر Microsoft Planner	0.857**	0.007

**** دال عند مستوى. 0.001** *** دال عند مستوي 0.005**

تظهر نتائج الجدول (4) أن جميع معاملات الارتباط ذات دلالة معنوية بين فقرات المحور الثاني (المهارات التقنية التفاعلية) والدرجة الكلية للمحور حيث بلغ الحد الأدنى لدرجات الارتباط بيرسون (0.715) فيما بلغ الحد الأعلى (0.940) بمستوى دلالة (0.046 ، 0.001) عند مستوي معنوية (0.001 ، 0.005) مما يدل على اتساق الفقرات مع محورها الذي تنتمي إليه ويثبت ذلك صدق اتساق فقرات المحور الثاني.

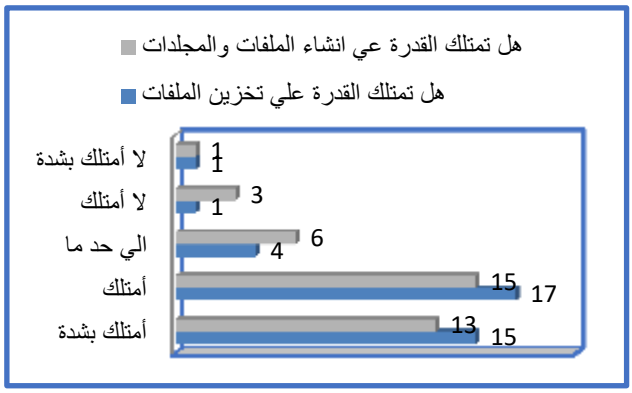
عرض نتائج البحث:

1 – عرض نتائج التساؤل الأول: هل يمتلك طلاب الدراسات العليا مهارات استخدم الحاسب الآلي؟ وللإجابة على التساؤل تم استخدام المعالجات الإحصائية متمثلة في التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي وكانت النتائج كما يلي :

جدول (5)
المعالجة الإحصائية لآراء عينة البحث حول مدى امتلاكهم
لمهارات استخدام الحاسب الآلي

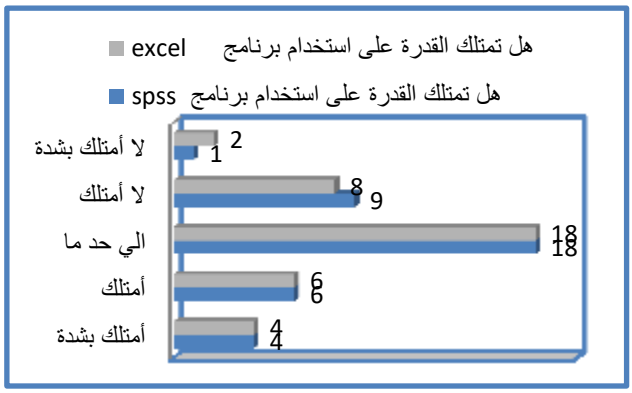
ت	التكرار والنسبة المئوية	مفتاح التقييم					المعالجات الإحصائية				الاتجاه
		أمتلك بشدة	أمتلك	الي حد ما	لا أمتلك	لا أمتلك بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	النسبة المئوية للعينة	
1	ت	9	9	19	1	0	3.68	0.87	4	٪73.6	أمتلك
	%	23.7	23.7	50.0	2.6	0					
2	ت	15	17	4	1	1	4.16	0.92	1	٪83.2	أمتلك
	%	39.5	44.7	10.5	2.6	2.6					
3	ت	13	15	6	3	1	3.95	1.03	2	٪79	أمتلك
	%	34.2	39.5	15.8	7.9	2.6					
4	ت	8	17	8	4	1	3.71	1.01	3	٪74.2	أمتلك
	%	21.1	44.7	21.1	10.5	2.6					
5	ت	4	6	18	9	1	3.07	0.96	10	٪61.4	إلى حد ما
	%	10.5	15.8	47.4	23.7	2.6					
6	ت	5	10	13	8	2	3.21	1.09	7	٪64.2	إلى حد ما
	%	13.2	26.3	34.2	21.1	5.3					
7	ت	4	6	18	8	2	3.05	1.01	11	٪61	إلى حد ما
	%	10.5	15.8	47.4	21.1	5.3					
8	ت	5	12	14	6	1	3.37	0.99	6	٪67.4	الي حد ما
	%	13.2	31.6	36.8	15.8	2.6					
9	ت	6	9	9	12	2	3.13	1.18	8	٪62.6	إلى حد ما
	%	15.8	23.7	23.7	31.6	5.3					
10	ت	7	12	11	7	1	3.45	1.08	5	٪69	أمتلك
	%	18.4	31.6	28.9	18.4	2.6					
11	ت	3	11	12	11	1	3.11	1.01	9	٪62.2	إلى حد ما
	%	7.9	28.9	31.6	28.9	2.6					
المتوسط المرجح للمحور							3.445			٪68.9	أمتلك

تظهر نتائج الجدول (5) التكرارات والنسب المئوية لإجابات العينة حول المحور الأول (مهارات استخدم الكمبيوتر) حيث جاءت الفقرة (هل تمتلك القدرة على تخزين الملفات) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.16) وبانحراف معياري (0.92) باتجاه إجمالي (أمتلك) حيث أن (83.2٪) من إجمالي العينة يمتلكون القدرة على تخزين الملفات على جهاز الحاسوب ، كما جاءت الفقرة (هل تمتلك القدرة على إنشاء الملفات والمجلدات) في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.95) وبانحراف معياري (1.03) باتجاه إجمالي (أمتلك) حيث أن (79٪) من إجمالي العينة يمتلكون القدرة على إنشاء الملفات والمجلدات على جهاز الحاسوب وكما هو مبين بالشكل البياني (1)



شكل (1) توزيع إجابات العينة التي جاءت بالمرتبتين الاولي والثانية بالمحور الاول

كما أظهرت النتائج أن الفقرة (هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج Spss) جاءت في المرتبة العاشرة و بمتوسط حسابي (3.07) وانحراف معياري (0.96) باتجاه إجمالي (إلى حدٍ ما) حيث أن ما نسبته (61.4٪) من إجمالي العينة يمتلكون القدرة على استخدام برنامج Spss بدرجة محدودة ، بينما كانت الفقرة الأخيرة (هل تمتلك القدرة على استخدام برنامج Excel) وبمتوسط حسابي (3.05) وانحراف معياري (1.01) باتجاه إجمالي (إلى حدٍ ما) حيث أن ما نسبته (61٪) من إجمالي العينة يمتلكون القدرة على استخدام برنامج Excel بدرجة محدودة، وكما هو مبين بالشكل البياني (2)



شكل (2) توزيع إجابات العينة التي جاءت بالمرتبتين العاشرة والاخيرة بالمحور الاول

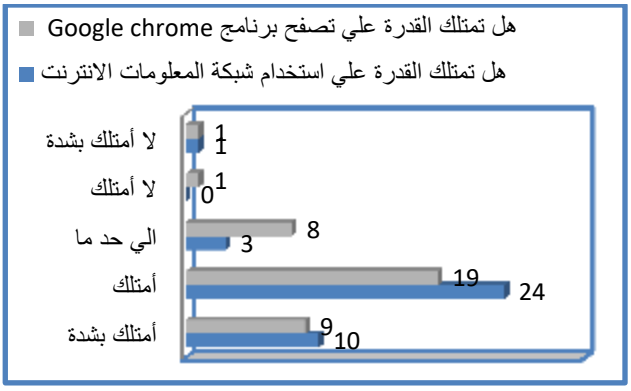
2 – عرض نتائج التساؤل الثاني :

هل يمتلكون طلاب الدراسات العليا مهارات التقنية التفاعلية ؟ وللإجابة على التساؤل تم استخدام المعالجات الاحصائية متمثلة في التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي وكانت النتائج كما يلي:

جدول (6)
المعالجة الاحصائية لآراء عينة الدراسة حول مدى امتلكهم للمهارات التقنية التفاعلية

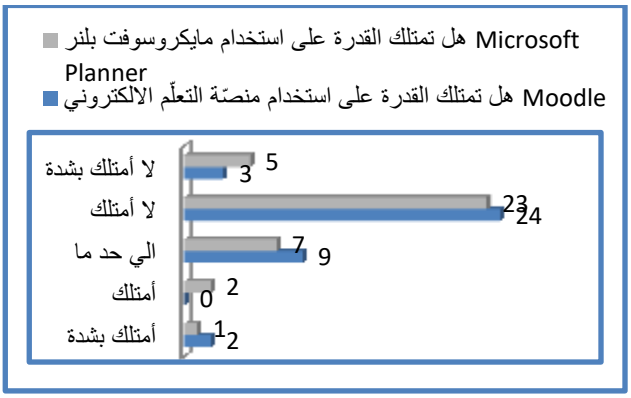
ت	التكرار والنسبة المئوية	مفتاح التقييم					المعالجات الاحصائية				الاتجاه
		أمتلك بشدة	أمتلك	الي حد ما	لا أمتلك	لا أمتلك بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	النسبة المئوية	
1	ت	10	24	3	0	1	4.11	0.76	1	٪82.2	امتلك
	%	26.3	63.2	7.9	0	2.6					
2	ت	6	14	12	5	1	3.50	1.01	5	٪70	امتلك
	%	15.8	36.8	31.6	13.2	2.6					
3	ت	8	13	8	8	1	3.50	1.13	6	٪70	امتلك
	%	21.1	34.2	21.1	21.1	2.6					
4	ت	6	16	9	7	0	3.55	0.98	3	٪71	امتلك
	%	15.8	42.1	23.7	18.4	0					
5	ت	9	19	8	1	1	3.89	0.89	2	٪77.8	امتلك
	%	23.7	50.0	21.1	2.6	2.6					
6	ت	7	7	16	7	1	3.31	1.06	7	٪66.2	الي حد ما
	%	18.4	18.4	42.1	18.4	2.6					
7	ت	3	4	19	9	3	2.87	0.99	9	٪57.4	الي حد ما
	%	7.9	10.5	50.0	23.7	7.9					
8	ت	5	10	14	8	1	3.26	1.03	8	٪65.2	الي حد ما
	%	13.2	26.3	36.8	21.1	2.6					
9	ت	4	5	10	17	2	2.79	1.09	10	٪55.8	الي حدما
	%	10.5	13.2	26.3	44.7	5.3					
10	ت	2	0	9	24	3	2.32	0.84	14	٪46.4	لا امتلك
	%	5.3	0	23.7	63.2	7.9					
11	ت	2	5	9	18	4	2.55	1.03	11	٪51	لا امتلك
	%	5.3	13.2	23.7	47.4	10.5					
12	ت	2	5	9	18	4	2.55	1.03	12	٪51	لا امتلك
	%	5.3	13.2	23.7	47.4	10.5					
13	ت	9	9	14	6	0	3.55	1.03	4	٪71	الي حد ما
	%	23.7	23.7	36.8	15.8	0					
14	ت	1	3	12	18	4	2.45	0.89	13	٪49	لا امتلك
	%	2.6	7.9	31.6	47.4	10.5					
15	ت	1	2	7	23	5	2.23	0.85	15	٪44.6	لا امتلك
	%	2.6	5.3	18.4	60.5	13.2					
المتوسط المرجح للمحور							3.096			61.92 ٪	الي حد ما

تُظْهِر نتائج الجدول (6) التكرارات والنسب المئوية لإجابات العينة حول المحور الثاني (مهارات التقنية التفاعلية) حيث جاءت الفقرة (هل تمتلك القدرة على استخدام شبكة المعلومات الإنترنت) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.11) وبانحراف معياري (0.76) باتجاه إجمالي (أمتلك) حيث أن (82.2٪) من إجمالي العينة يمتلكون القدرة على استخدام شبكة المعلومات الإنترنت ، كما جاءت الفقرة (هل تمتلك القدرة على تصفح برنامج Google chrome) في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.89) وبانحراف معياري (0.89) باتجاه إجمالي (أمتلك) حيث أن (77.8٪) من إجمالي العينة يمتلكون القدرة على تصفح برنامج Google chrome وكما هو مبين بالشكل البياني (3)



شكل (3) توزيع إجابات العينة التي جاءت بالمرتبتين الاولي والثانية بالمحور الثاني

كما أظهرت النتائج إن الفقرة (هل تمتلك القدرة على استخدام منصّة التعلّم الالكترونيMoodle) جاءت في المرتبة الرابعة عشر و بمتوسط حسابي (2.32) وانحراف معياري (0.84) باتجاه أجمالي (لا أمتلك) حيث أن ما نسبته (46.4٪) من أجمالي العينة لا يمتلكون القدرة على استخدام منصّة التعلّم الالكتروني Moodle ، بينما كانت الفقرة الاخيرة (هل تمتلك القدرة على استخدام مايكروسوفت بلنر Microsoft Planner) وبمتوسط حسابي (2.23) وانحراف معياري (0.85) باتجاه أجمالي (لا أمتلك) حيث أن ما نسبته (44.6٪) من أجمالي العينة لا يمتلكون القدرة على استخدام مايكروسوفت بلنر Microsoft Planner ، وكما هو مبين بالشكل البياني (4)



شكل (4) توزيع إجابات العينة التي جاءت بالمرتبتين الرابعة عشر والاخيرة بالمحور الثاني

مناقشة نتائج البحث

يتضح من نتائج الجدول (5) أن المتوسط المُرجَّح للمحور يتجه إلى أمتلك حيث بلغ المتوسط المرجح (3.445) وبالنظر إلى النسبة المئوية لاتجاه آراء العينة الإجمالي نستنتج أن ما نسبته (68.9 ٪) من إجمالي طلاب الدراسات العليا من أفراد العينة يمتلك مستوى جيد من المهارات الخاصة باستخدام الحاسوب ، كما تَبين من النتائج أن أكثر المهارات التي يجيدونها طلاب الدراسات العليا في استخدام

تطبيقات الحاسوب كالتالي: (تخزين الملفات ، إنشاء الملفات والمجلدات ، استخدام برنامج Word ، التعامل مع نظام التشغيلWindows بشكل عام ، واستخدام الكاميرات والفيديو) بينما كانت المهارات الأقل على التوالي: (التعامل مع ملفات الصوت والصور ، استخدام برنامجPower Point استخدام أجهزة العرض ، استخدام الماسحات الضوئية والطابعات ، استخدام برنامج SPSS ، استخدام برنامج Excel) ونستنتج من ذلك أن طلاب الدراسات العليا رغم أنهم يُجِيدون استخدام نظام التشغيل Windowsبشكل عام إلا أنهم يمتلكون مهارات محدودة في استخدام معظم تطبيقات الحاسوب وربما يعود ذلك إلى عدم التدريب على استخدام هذه التطبيقات ضمن المناهج العملية واستخدام تقنيات التعليم الحديثة وخاصة لمقررات الحاسب الآلي و الإحصاء سواء إن كان ذلك بمرحلة البكالوريوس أو الماجستير رغم احتياج طلاب المراحل المتقدمة لهذه التطبيقات في إعداد رسائلهم وأطروحاتهم ، كما وأن غياب برامج التأهيل والتدريب للطلبة بصورة عامة يُعَدُّ من الصعوبات والعوائق ، ويعود بالسلب على المخرجات التعليمية ، وهذا ما أشارت وأكدت عليه النتائج التي توصلت إليها دراسة (بدرخان، محمود، غنيم، و النعيمي، 2021) بضرورة توفير جميع مستلزمات البيئة التعليمية اللازمة لاستخدام التقنيات التعليمية الحديثة في الجامعة، وتدريب الطلبة والمدرسين على استخدام الحاسوب.

كما يتضح من نتائج الجدول (6) أن المتوسط المرجح للمحور يتجه (إلى حد ما) حيث بلغ المتوسط المُرجَّح (3.096) وبالنظر إلى النسبة المئوية لاتجاه آراء العينة الإجمالي نستنتج أن ما نسبته (61.92٪) من إجمالي طلاب الدراسات العليا من أفراد العينة يمتلك مستوى متوسط من المهارات التقنية التفاعلية الخاصة باستخدام الحاسوب ، كما تبين من النتائج أن أكثر المهارات التي يُجِيدُونها طلاب الدراسات العليا في استخدام التقنية التفاعلية كالتالي: (استخدام شبكة المعلومات الإنترنت ، تصفح برنامجGoogle chrome ، تحميل الملفاتdownload ، كتابة المراجع فيword ، استخدام البريد الإلكترونيE-mail) بينما كانت المهارات التي يمتلكونها بشكل محدود على التوالي (استخدام برنامج الباحث العلمي Google scholar ، المشاركة بالدورات التي تقام أون لاين ، تحميل ملفات على المواقع الإلكترونية ، الدخول إلى المكتبات الإلكترونية ، إجراء مقابلات ومحاضرات أون لاين) بينما كانت المهارات التي لا يمتلكونها على التوالي: (استخدام Drive Microsoft On ، استخدام Microsoft Teams ، استخدام الموارد التعليمية المفتوحة مجاناOER ، استخدام منصّة التعلّم الالكترونيMoodle ، استخدام مايكروسوفت بلنرMicrosoft Planner) ونستنتج من ذلك أن طلاب الدراسات العليا يمتلكون مهارات محدودة بشكل عام في استخدام معظم التطبيقات التقنية التفاعلية وربما يعود ذلك إلى عدم استخدام التعليم الإلكتروني ، والتعلم المستمر والتعليم المتعدد الوسائط، وتوفير الإمكانيات اللازمة التي يحتاجها هذا الأسلوب في التعليم من تحديث المقررات وتدريب أعضاء الهيئة التدريسية والطلاب حتى يتمكنوا من استخدام هذا الأسلوب في التعلم والتعليم ، وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسة ، (شوملي، 2007)

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث والنتائج وفى حدود العينة تم التوصل إلى أهم الاستنتاجات التالية:

1- أن نسبة 68.9٪ من طلاب الدراسات العليا (عينة البحث) يمتلكون مستوى جيد من مهارات استخدام الحاسب الآلي .

2- من أكثر مهارات استخدام الحاسب الآلي التي يمتلكها طلاب الدراسات العليا مهارة تخزين الملفات وإنشاء الملفات والمجلدات واستخدام برنامج word بنسب 83.2٪ ، 79٪ ، 74.2٪ من (عينة البحث).
3- من أكثر مهارات استخدام الحاسب الآلي التي لا يمتلكها طلاب الدراسات العليا مهارة استخدام الماسحات الضوئية والطابعات واستخدام برنامج spss و استخدام برنامج excel بنسب 62.2٪ ، 61.4٪ ، 61٪ من (عينة البحث) .
4- أن نسبة 61.92٪من طلاب الدراسات العليا (عينة البحث) يمتلكون مستوى متوسط من مهارات التقنية التفاعلية الحديثة .
5- من أكثر مهارات التقنية التفاعلية التي يمتلكها طلاب الدراسات العليا مهارة استخدام شبكة المعلومات الإنترنت ومهارة تصفح برنامج Google chrome ومهارة تحميل الملفات download بنسب 82.2٪ ، 77.8٪ ، 71٪ من (عينة البحث).
6- من أكثر مهارات التقنية التفاعلية التي لا يمتلكها طلاب الدراسات العليا مهارة استخدام الموارد التعليمية المفتوحة مجاناOER ومهارة استخدام منصّة التعلّم الإلكترونيMoodle ومهارة استخدام مايكروسوفت بلنر Microsoft Planner بنسب 49٪ ، 46.4٪، 44.6٪من (عينة البحث) .

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يُوْصَى بالآتي:-

1- تفعيل دور مكتب الاستشارات والبحوث ومراكز التدريب بالكليات ووضع برامج لتأهيل وتدريب الطلبة وأعضاء هيئة التدريس على التقنيات الحديثة في التعليم .
2- توفير شبكة اتصالات أكاديمية علمية بين الكليات و الجامعات الدولية والإقليمية لتبادل المعلومات وتشجيع البحث العلمي المشترك المتمثل في الإشراف والمناقشات العلمية والمؤتمرات وتبادل الخبرات بمجال التعليم والتدريب.
3- زيادة الاهتمام بالأنشطة التكنولوجية الحديثة في التعليم والتعلم وذلك من خلال دعمها بالتجهيزات اللازمة والكوادر التدريبية.
4- استخدام العروض العملية التي تعتمد على المهارات التقنية التفاعلية بحيث تتيح الفرصة للباحثين والدارسين لتكوين وتنمية عمليات استخدام منصات التعلم الإلكتروني والدخول إلى المكتبات الإلكترونية و إجراء المقابلات والمحاضرات أون لاين .
5- اجراء دراسات اخرى واعداد أكبر للتعرف على مدى امتلاك طلاب الدراسات العليا لمهارات استخدام تطبيقات الحاسب الآلي والوقوف على مكمن الضعف لديهم .

المراجع والمصادر:

أولاً: المراجع العربية :

ابو عبيدة محمد حمودة، و إيناس جاسم هادي. (2019). أثر استخدام منصة التعليم الالكتروني Moodle على مستوى طلاب قسم المعلومات والمكتبات (دراسة تجريبية). مجلة آداب المستنصرية ، العراق، الصفحات 73 - 98.

أحمد امحمد جلبان، و فائق بشير التير. (2016). تقنية المعلومات والاتصالات في وحدات التعليم الجامعي وأثرها على جودة مخرجات العملية التعليمية . الجامعي ، النقابة العامة لأعضاء هيئة التدريس الجامعي ، الهيئة الليبية للبحث العلمي، الصفحات 212 - 229.

أحمد الخطيب. (2003). البحث العلمي والتعليم العالي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

احمد عليان الرشيدي. (أبريل, 2022). أهمية ودور استخدام الحاسوب في تطوير التعلم والتدريب "دراسة ميدانية على أساتذة وطلبة بعض معاهد قطاع التدريب في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب" في دولة الكويت. إدارة البحوث والنشر العلمي، المجلة العلمية، الصفحات 231 - 257.

حسين اوباري. (2014). https://www.new-educ.com/open-educational-resources. تم الاسترداد من ماذا تعرف عن الموارد التعليمية المفتوحة OER.

سوسن سعدالدين بدرخان، حفيظة محمد محمود، فداء محمد غنيم، و سليمان طلال النعيمي. (2021). درجة تأثير استخدام التقنيات التعليمية الحديثة على جودة التعليم وتطويره في جامعة عمان الأهلية من وجهة نظر أعضاء الهيئة الاكاديمية. مجلة البلقاء للبحوث والدراسات ، جامعة عمان الأهلية ، المجلد 23،العدد3 ، الصفحات 65 - 76.

شيلى الهام. (ديسمبر, 2020). واقع اعتماد التطبيقات التكنولوجية الذكية في التعليم من وجهة نظر الهيئة التدريسية. المجلة الدولية للتعليم بالأنترنت ، الصفحات 119 - 152.

صفاء محمد الحبيشي. (2010). مدى توافر المهارات التقنية لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية بالمدينة و إلمامهن بمفهوم التعليم الإلكتروني. المنظومة ، دراسات عربية في التربية وعلم النفس: رابطة التربويين العرب، الصفحات 147 - 175 .

علي سامي الحلاق، عمر محمد الجرادات، و عبدالله عبدالكريم الشقران. (31 مارس, 2020). درجة توافر المهارات الأساسية للبحث في مصادر المعلومات عبر شبكة الإنترنت لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة جدارا من وجهة نظرهم. جامعة القاهرة كلية الآداب مركز بحوث نظم و خدمات المعلومات، قاعدة البيانات العربية الرقمية "معرفة"، الصفحات 257 - 297.

فاتن سعيد بامفلح . (2009). خدمات المعلومات في ظل البيئة الإلكترونية. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.

قاسم عبدالله العجمي ، جوخة محمد الصوافية ، و شريف عبدالرحمن السعودي. (30 مارس, 2020). مدى توافر مهارات تقنيات التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية في سلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث، الصفحات 103 - 118.

قسطندي شوملي. (2007). الأنماط الحديثة في التعليم العالي التعليم الالكتروني المتعدد الوسائط. المؤتمر السادس لعمداء كليات الآداب في الجامعات الأعضاء في اتحاد الجامعات العربية (الصفحات 1 - 20). بيت لحم: ندوة ضمان جودة التعليم والاعتماد الأكاديمي ، جامعة الجنان.

محمد غانم. (2000). تكامل البحث العلمي في الجامعات العربية وأثرة على التنمية الصناعية العربية. عمان ، الاردان: اتحاد الجامعات العرب.

موسي حسن موسي. (2016). رؤية مستقبلية للتعليم العالي الليبي بين تحديات الواقع وطموحات المستقبل. الجامعي ، النقابة العامة لأعضاء هيئة التدريس الجامعي ، الهيئة الليبية للبحث العلمي، الصفحات 46 - 90.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Bishop, M. D., Cueco, R. T., Gay, C. W., Girbés, E. L., Beneciuk, J. M., & Bialosky, J. E. (2015, 5). What effect can manual therapy have on a patient's pain experience? Future Medicine Ltd,Pain Manag, pp. 455 - 464.

Taub, E., Uswatte, G., & Pidikiti, R. (1999, 6). Constraint-Induced Movement Therapy: A New Family of Techniques with Broad Application to Physical Rehabilitation--A Clinical Review. Joumal of Rehabilitation Research and Development, pp. Vol. 36,No3.

Microsoft. (2016). Retrieved from https://support.microsoft.com.

الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة غريان

أ / صالح ابراهيم ابوعجيلة

المستخلص

تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة غريان كما هدفت هذه الدراسة التعرف على استجابات أفراد العينة حول مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة الشاملة وفقآ لمتغيري (سنوات الخبرة والمؤهل العلمي) وقام الباحث بإعداد استبانة من (68) عبارة موزعة على خمس محاور الشؤون الإدارية واعضاء هيئة التدريس والمرافق والمنشئات والبحث العلمي وخدمة المجتمع وتكونت عينة البحث من (20) عضو هيئة التدريس بالكلية واظهرت نتائج البحث في جميع المحاور مرتفعة الصعوبة.

الكلمات المفتاحية: إدارة الجودة الشاملة .

Abstract:

The study aims to identify the level of difficulties facing the application of total quality management in the College of Physical Education and Sports Sciences, Gharyan. This study also aimed to identify the responses of the sample members regarding the level of difficulties facing the application of total quality management according to the variables (years of experience and academic qualification). The researcher prepared a questionnaire. Of (68) statements distributed among five axes: administrative affairs, faculty members, facilities and establishments, scientific research, and community service. The research sample consisted of (20) faculty members at the college, and the results of the research in all axes showed high difficulty.

Keywords: Total Quality Management

1-المقدمة ومشكلة البحث: (Introduction problem)

إدارة الجودة الشاملة هي فلسفة إدارية حديثة فرضت نفسها خلال عقد التسعينات بحيث أصبحت أسلوب حياة للمنظمات الاقتصادية ومنهجاً للمنافسة والبقاء في الأسواق، وتعتبر التربية البدنية والرياضية أحد النظم التي التزمت بتطبيق الجودة الشاملة في تسيير مؤسساتها المختلفة على اعتبارها مجال تطبيقي لجميع علوم الحياة في الأنشطة الرياضية المختلفة سواء كانت فردية و جماعية، وتعتبر المؤسسات الرياضية أحد النظم الاقتصادية التي دخلت اقتصاد السوق والمنافسة، فإدارة الجودة الشاملة في

المؤسسات الرياضية والانشطة الرياضية هي كل أنشطة الإدارة التي تطبق والتي تقوم بتحديد أهداف الجودة وسياستها ومسؤولياتها وتطبيقيها.

ولقد أصبحت الجودة الشاملة محور اهتمام معظم دول العالم باعتبارها ركيزة أساسيـــة لنموذج الإدارة الجديدة الذي تتيح لها مواكبة المستحدثات العالمية من خلال مسايرة المتغيرات الدولية والمحلية فإدارة الجودة الشاملة تعتمد على تطبيق أساليب متقدمة لإدارة الجودة وتهدف إلى التحسين والتطوير المستمر وتحقيق أعلى المستويات الممكنة في الممارسات والعمليات والنواتج والخدمات. **(شندي، 2008)**

لقد اهتم المسؤولون في بعض الدول في مؤسسات التعليم بالجودة وكيفية استخدام أساليب وادوات ضمان الجودة في تحسين مستوى أداة هذه المؤسسات واهتمت حكومات هذه الدول بكيفية تقديم برامج أكاديمية تستند الى مجموعة من المعايير، وتنامت الحاجة إلى التأكيد من أن هذه المعايير يتم وضعها وتحقيقها علي المستوى المناسب ويتضح ذلك في سعي قيادات التعليم الجامعي إلى بذل مزيد من الجهد في تحسين البرامج التعليمية التي تهدف إلى تحسين المخرج التعليمي وجودة الخريج لإشباع حاجات أصحاب العمل. (عبده سعيد، 2008)

وتأسيساً على ما سبق، تحاول الدراسة الحالية تقييم واقع إدارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان وكيفية توفير متطلبات تطبيق نظام الجودة، حتى يتسنى لكليتنا الموقرة القيام بالدور المنوط بها.

ومن هنا فان عملية التطوير الشامل لتطبيق الجودة للمرحلة الجامعية تعتمد اعتماد كبيرا علي الواقع التنفيذي في داخل كلية التربية وعلوم الرياضة في جامعة غريان وذلك للتعرف علي مدي تحقيق الاهداف المرجوة لهذه المنظومة .

ويُعد موضوع إدارة الجودة الشاملة من مفاهيم الإدارة الحديثة و هو أسلوب للقيام بالأعمال لتعظيم القدرة التنافسية للمنظمة من خلال التحسين المستمر لجودة منتجاتها و خدماتها و اشخاصها و عملياتها و بيئتها من خلال دمج أساليب الإدارة الأساسية و جهود التحسين الموجودة و الأدوات الفنية في أسلوب منضبط يركز على التحسين المستمر للعملية المتمثلة في بلوغ الرضا للعميل، من خلال نظام متكامل للأدوات و الأساليب و التدريب. (الراشد، 2011)

ويعتبر تحسين أداء المؤسسات التعليمية من الاهتمامات الرئيسية في جميع دول العالم وتحسين أداء الإدارات بالمنظومات التعليمية يعتمد على نظام متكامل من المعلومات لتقييم وتشخيص الوضع القائم ومعرفة أوجه القصور.

حيث بدأت العديد من المؤسسات الإدارية في تطبيق هذا المفهوم لتطوير نوعية خدماتها والمساعدة في مواجهة التحديات الصعبة وكسب رضا المجتمع وقد حققت المؤسسات الإدارية نجاحات كبيرة إثر تطبيق هذا المفهوم خاصة في الدول المتقدمة و أصبح مفهوم إدارة الجودة الشاملة أسلوباً إدارياً مهماً من خلال ما حققه هذا النمط من نجاحات ملموسة في الإدارة . (السعود، 2002)

ويذكر أحمد إبراهيم أحمد (2003) أن الاهتمام بإدارة الجودة الشاملة في المؤسسات التعليمية لا يعني التخطيط لجعل المؤسسات التعليمية وخصوصاً الجامعات منشآت تجارية أو صناعية تسعى إلى مضاعفة أرباحها عن طريق تحسين منتجاتها ولكن ينبغي أن يستفاد من مدخل إدارة الجودة الشاملة في تطوير أساليب الإدارة التعليمية تحقيقاً لجودة المنتج، وسعياً إلى مضاعفة إفادة المستفيد الأول من كافة الجهود التعليمية وهو المجتمع بكل مؤسساته، وجماعاته، وأفراده في مجال التعليم، وهناك حاجة إلى

إطلاق شرارة المنافسة بين الجامعات من أجل تحقيق أفضل نتائج منتج يرضي الجهود التعليمية. (أحمد، 2003)

فإدارة الجودة الشاملة تعتمد على تطبيق أساليب متقدمة لإدارة الجودة وتهدف للتحسين والتطوير المستمر وتحقيق أعلى المستويات الممكنة في الممارسات والعمليات والنواتج والخدمات. (علام، 2003)

حيث يذكر أحمد حمدان (2011) ان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة حجر الزاوية في إعداد معلم التربية الرياضية وفق مناهج تعمل على الارتقاء بتطور مفهوم التربية و التعليم وتهدف التربية الرياضية لتحقيق النمو المتكامل للتلاميذ من كافة الجوانب الجسمية والعقلية و الانفعالية و الاجتماعية و الروحية والجمالية والاخلاقية بما يكفل بتكوين الشخصية المتزنة المتكاملة و إكساب الفرد قدراً من اللياقة الشاملة والصحة العامة وما يتناسب مع مرحلة نموهم و تزويدهم بالمعلومات و المعارف، لذا كان من الضروري الاهتمام بجودة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على أسس علمية تضمن تحقيق أهدافها العامة والخاصة، فجودة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جزء من الخطة التربوية العامة للدولة التى تهتم بتربية الفرد عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية بهدف التنمية الشاملة المتزنة ومواكبة التقدم العلمي في مختلف ميادين الحياة. (حمدان، 2011)

1 – 2 مصطلحات الدراسة :

إدارة الجودة الشاملة (Total Quality Management)

"هي فكر فلسفي يهدف إلى تطوير نشاط المؤسسة باستخدام أساليب تحليلية وإحصائية متطورة ومتنوعة للحصول على أفضل النتائج وأشترك جميع عناصر المنظومة وإدارتها في ذلك" **(الشافعي ح.، 2003)**

إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات التعليمية (TQM.)

هي أسلوب إداري حديث يعتمد على تحقيق توقعات الطلاب والأساتذة وحاجات المجتمع المحلي والعالمي بهدف النجاح في المدى الطويل من خلال مشاركة كل أفراد المؤسسة التعليمية في التحسين المستمر للعمليات والخدمات باستخدام الأدوات العلمية. (إبراهيم، 2007)

3-1 أهداف البحث : يهدف البحث إلى (Research Aims)

1. التعرف على مستوي الصعوبات التي تواجه تطبيق ادارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان.
2. التعرف على الفروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقاً لمتغيري (سنوات الخبرة – المؤهل العلمي).

4-2 تساؤلات البحث : (Research questions)

1. ما مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان؟
2. هل توجد فروق دالة في استجابات أفراد العينة حول مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة و فقاً لمتغيري البحث (- سنوات الخبرة – المؤهل العلمي)؟

3-منهج وإجراءات البحث :

1-3 منهج البحث: (Researsh Methodology) استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وذلك لملائمته طبيعة هذا البحث.

2-3 مجتمع البحث : (Researsh Community) تمثل مجتمع البحث بجميع أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان .

3-3عينة البحث : (Researsh Sample)

تم اختيار العينة بطريقة العمدية والبالغ عددها (20) عضو هيئة تدريس بكلية في التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان.

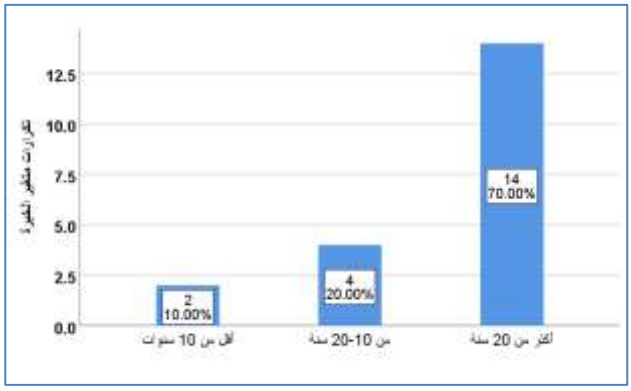
4-3 خصائص عينة البحث : (Researsh Sample Properties)

اقتصرت هذه الدراسة على تناول بعض الخصائص الديمغرافية لعينة البحث وتتمثل في ،سنوات الخبرة ، المؤهل العلمي ويمكن توضيح هذه الخصائص فيما يلي:

جدول (1) سنوات الخبرة لعينة البحث

المتغير	التكرار	فئات الخبرة			المجموع
	%	تحت 10 سنوات	من 10-20 سنوات	فوق 20 سنوات	
سنوات الخبرة	التكرار	2	4	14	20
	%	% 10	% 20	% 70	%100

يتبين من الجدول 1 أن أكثر أعضاء عينة البحث لمتغير الخبرة كانت فوق 20 سنة حيث جاءت بتكرار (14) عضواً وبنسبة مئوية (70%) بينما كانت سنوات الخبرة لديهم من 10 - 20 سنة جاء تكرارها (4) عضواً وبنسبة مئوية (20%) بينما انحصرت في الفئة الأخيرة تحت 10 سنوات بتكرار (2) أعضاء وبنسبة مئوية (10%) من حجم العينة.

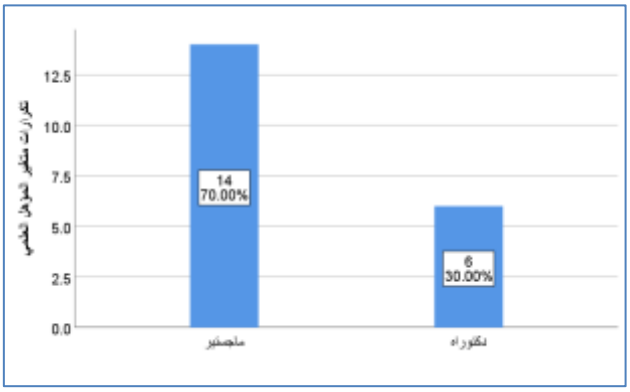


شكل 1 توصيف عينة البحث حسب متغير الخبرة

جدول (2)التوصيف الإحصائي لمتغير المؤهل العلمي

المتغير	حجم العينة	النسبة المئوية%
دكتوراه	6	%30
ماجستير	14	%70
المجموع	20	%100

يتبين من الجدول 2 أن حجم عينة متغير المؤهل العلمي يتكون من (20) عضو هيئة تدريس مقسمين إلى (6) دكتوراه وبنسبة مئوية (30 %) و(14) ماجستير وبنسبة مئوية (70 %)



شكل(2) توصيف عينة البحث حسب متغير المؤهل العلمي

5-3 متغيرات البحث : (Researsh Variables)

أولاً: المتغير المستقل. (Independent Variable)

- متغير سنوات الخبرة. - متغير المؤهل العلمي.

ثانياً: المتغير التابع. (Dependent Variable)

ويتمثل في المحاور الخمسة.

- محور الشؤون الادارية.
- محور أعضاء هيئة التدريس.
- محور المرافق والمنشآت
- محور البحث العلمي
- محور الخدمة المجتمع.

6-3 الدراسة الاستطلاعية : (Surver Study)

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية يوم 10-2-2022 بغرض التحقق من الشروط العلمية للاستمارة من صدق وثبات.

أولاً: صدق الاستبانة. (The accuracy the resolution)

لقد تم التحقق من صدق الاستبانة - صدق الاتساق الداخلي.

جدول (3) صدق الاتساق الداخلي لمحاور أداة الدراسة (الاستبانة)

ت	محاور الاستبانة	معامل الارتباط	المعنوية
1	محور الشؤون الادارية	0.66	00.001
2	محور اعضاء هيئة التدريس	0.59	00.001
3	محور المرافق والمنشآت	0.63	00.001
4	محور البحث العلمي	0.71	00.001
5	محور خدمة المجتمع	0.90	00.001

يتبين من الجدول رقم 3 أن محاور الاستبانة تتمتع بمعامل ارتباط مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه هذه العبارة مما يدل على صدق الاتساق الداخلي بين هذه العبارات.

ثانياً: ثبات الاستبانة. (Resolution stability)

لقد تم استخدام معامل الثبات لمحاور استبانة البحث بطريقة ألفا كرونباخ .

جدول (4) معامل الفاكرونباخ لقياس ثبات الاستبانة

المحاور	رقم المحور	معامل الفا كرنباخ	
		للمحور	للعبارات
1	0.83	محور الشؤون الادارية	0.92
2	0.84	محور اعضاء هيئة التدريس	
3	0.76	محور المرافق والمنشآت	
4	0.96	محور البحث العلمي	
5	0.95	محور خدمة المجتمع	

يتبين من خلال الجدول 4 أن معامل الثبات لمحاور الاستبانة يتراوح ما بين (0.76-0.96) وأن الثبات الكلي للاستبانة وصل إلى (0.92) وهي نسبة ثبات عالية وتفي بأغراض البحث.

3-7خطوات إعداد الاستبانة. (Questionnaire Preparation Steps)

1- تحديد محاور الاستبانة.

2- صياغة العبارات لكل محور على حده.

3-عرض العبارات المناسبة على خبراء في مجال التخصص لتحديد صدق المحتوى.

4- تطبيق الاستبانة على العينة الاستطلاعية لتحقق من الشروط العلمية (الصدق – الثبات).

5- تطبيق الاستبانة في صورته النهائية على العينة الأساسية.

6-تكونت الاستبانة من ثلاثة أجزاء: -

-الجزء الأول: اشتمل على المعلومات الشخصية، سنوات الخبرة ، و المؤهل العلمي.

-الجزء الثاني: يتكون من (68) عبارة موزعة على خمسة محاور من محاور الصعوبات التي تواجه تطبيق الجودة الشاملة.

-الجزء الثالث: وتعتمد هذه الاستبانة في اعدادها على أساس سلم ليكارث الخماسي (Likert Scale) الذي يتكون في تحديد سلم الاستجابة من خمس درجات .

- من أجل تفسير النتائج أعتمد الباحث على المتوسط الحسابي، المبين في الجدول التالي رقم 5.

$$0.8 = \frac{4}{5} = \frac{1-5}{5}$$

جدول (5) المتوسط الحسابي ومستوى الصعوبة

المتوسط الحسابي	مستوى الصعوبة
1.00 -1.79	منخفض جداً
1.80 -2.60	منخفض
2.61 -3.40	متوسط
3.41 -4.20	مرتفع
4.21 -5.00	مرتفع جداً

3-8 الدراسة الاساسية: (Basic Study)

قام الباحث بتطبيق الاستبانة على العينة الاساسية من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان 2022.

3-9 الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث: (Statistical Methods)

بعد جمع أداة البحث من افراد العينة الأساسية تم ترميز البيانات وبعد ذلك تم إدخالها إلى الحاسب الآلي وباستخدام برنامج (SPSS) الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ثم تحليل البيانات باستخدام الدوال الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي. (Mean)
- الانحراف المعياري. (Std deviation)
- الأهمية النسبية. (Relative Importance)
- اختبار T لعينتين مستقلتين. (Independent-Samples T. test)
- تحليل التباين. (ANOVA)

4- عرض ومناقشة النتائج

4-1 عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول

1. ما مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق ادارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان؟

جدول (6)

المتوسط الحسابي و نسبة الموافقة ومستوى الصعوبة والترتيب للمحور الأول (الشؤون الادارية)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى الصعوبة	الترتيب
1	ضعف مناسبة كفايات المواطنين مع مسؤولياتهم	3.50	%70	مرتفع	4
2	عدم الاهتمام الكافي من قبل الاداريين للوائح الكلية.	3.49	%69.8	مرتفع	5
3	عدم وجود النزاهة والشفافية عند التوظيف.	3.35	%67.00	متوسط	8
4	عدم توافر الثقة بين الاداريين.	3.20	%64.00	متوسط	11
5	قلة احترام الاداريين للسلم الاداري في العمل.	3.10	%62.00	متوسط	12
6	ضعف قيام ادارة الكلية بتدريب الاداريين علي تحديد المشاكل ومن ثم حلها	3.52	%70.4	مرتفع	2
7	اهمال ادارة الكلية لشكاوي واقتراحات الاداريين.	3.51	%70.2	مرتفع	3
8	ضعف تشجيع ادارة الجامعة للإداريين علي المشاركة في المؤتمرات والندوات العلمية	4.05	%81.00	مرتفع	1
9	كثرة عدد الاداريين بالنسبة للمهام الموكلة اليهم	3.40	%68	متوسط	7
10	ضعف عمل ادارة الكلية علي تنمية كفايات العالمين من خلال تدريبهم.	3.45	%69	مرتفع	6
11	قلة العلاقات الانسانية بين الاداريين والعاملين	3.34	%66.8	متوسط	10
12	وجود درجة عالية من المركزية في اتخاذ القرارات في الكلية	3.36	%67.2	متوسط	9
مستوى الصعوبات الكلي لمحور الشؤون الادارية		3.43	%68.6	مرتفع	

يتبين من الجدول رقم **6** وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى الصعوبة والترتيب لعبارات المحور الأول (الشؤون الادارية) حيث جاءت العبارة (**8**) في الترتيب الأول " ضعف تشجيع ادارة الجامعة للإداريين علي المشاركة في المؤتمرات والندوات العلمية " بمتوسط حسابي (**4.05**) و بنسبة موافقة (**81.00**) % وبمستوى الصعوبة مرتفع بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (**6**) " ضعف قيام

ادارة الكلية بتدريب الاداريين علي تحديد المشاكل ومن ثم حلها " بمتوسط حسابي (3.52) و بنسبة موافقة **(70.4)** % وبمستوى الصعوبة مرتفع فيما جاءت في الترتيب الأخير العبارة (5) " **قلة احترام الاداريين للسلم الاداري في العمل** " بمتوسط حسابي (**10.3**) وبنسبة موافقة (**62.0**) % بينما جاء نسبة الموافقة لهذا المحور **(68.6)** وبمستوى الصعوبة مرتفع.

جدول (7)

المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوي الصعوبة للمحور الثاني اعضاء هيئة التدريس

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى الصعوبة	الترتيب
1	ضعف ملائمة اعداد اعضاء هيئة التدريس بالنسبة لعد الطلاب	3.14	% 62.8	متوسط	12
2	ضعف الكفاءة الاكاديمية لدي اعضاء هيئة التدريس	2.70	% 54.0	متوسط	15
3	استخدام اعضاء هيئة التدريس للخبرات التربوية الكافية	3.55	% 71.0	مرتفع	7
4	قلة توافر حوافز كافية لأعضاء هيئة التدريس	3.40	% 68.0	متوسط	8
5	ضعف التزام اعضاء هيئة التدريس باللوائح والقوانين	3.15	% 63.0	متوسط	11
6	افتقار اعضاء هيئة التدريس للمعرفة الكافية بمبادي الجودة الشاملة	3.60	% 72.0	متوسط	6
7	قلة تعاون اعضاء هيئة التدريس مع ادارة القسم او الكلية	3.20	% 64.0	متوسط	10
8	قلة اهتمام ادارة الكلية بخلق روح معنوية عالية لدي اعضاء هيئة التدريس	3.30	% 66.0	متوسط	9
9	ضعف العلاقات الانسانية بين اعضاء هيئة التدريس	3.00	% 60.0	متوسط	14
10	عدم توفير مكان خاص لاستراحة اعضاء هيئة التدريس	4.15	% 83.0	مرتفع	1
11	قلة توفير الكلية مكاتب لأعضاء هيئة التدريس	4.10	% 82.0	مرتفع	2
12	قلة توافر مواقف السيارات الخاصة بأعضاء هيئة التدريس	3.95	% 79.0	مرتفع	3
13	افتقار الكلية للأليات ومعايير معتمدة لاختيار اعضاء هيئة التدريس	3.13	% 62.0	متوسط	13
14	افتقار أو ضعف إدارة الكلية لتقيم أعضاء هيئة التدريس والكوادر المساندة بصفة مستمرة	3.94	%78.0	مرتفع	4
15	افتقار الكلية للأليات قياس رضاء أعضاء هيئة التدريس والكوادر المساندة	3.85	%77.0	مرتفع	5
مستوى الصعوبات الكلي للمحور أعضاء هيئة التدريس		3.47	%69.4	مرتفع	

يتبين من الجدول رقم **7** وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى الصعوبة والترتيب لعبارات المحور الثاني (اعضاء هيئة التدريس) حيث جاءت العبارة (**10**) في الترتيب الأول عدم توفير مكان خاص لاستراحة اعضاء هيئة التدريس بمتوسط حسابي **(14.15)** و بنسبة موافقة **(83.0)** وبمستوى الصعوبة مرتفع بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة **(11)** قلة توفير الكلية مكاتب لأعضاء هيئة التدريس بمتوسط حسابي (**10.4**) و بنسبة موافقة **(82.0)** وبمستوى صعوبة مرتفع فيما جاءت في الترتيب الأخير العبارة (**2**) ضعف الكفاءة الاكاديمية لدي اعضاء هيئة التدريس بمتوسط حسابي (**2.70**) و بنسبة موافقة (**0.54**) وبمستوي صعوبة متوسطة. بينما جاءت نسبة الموافقة لهذا المحور **(4. 69)** وبمستوى صعوبة مرتفع.

جدول 8
المتوسط الحسابي و نسبة الموافقة ومستوى الصعوبة والترتيب للمحور الثالث (المرافق والمنشآت)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى الصعوبة	الترتيب
1	غياب عوامل الامن والسلامة في المباني داخل الكلية	4.00	%80	مرتفع	7
2	قلة مراعات شروط السلامة والاجراءات المتبعة في حالة الطواري داخل الكلية	4.15	%83	مرتفع	5
3	افتقار الكلية الي ساحات خضراء كامنة للطلاب	3.70	%74	مرتفع	11
4	.ازدحام القاعات الدراسية بالطلاب	3.30	%66	مرتفع	16
5	ضعف الصيانة الدورية للملاعب والصالات الكلية	4 .10	%82.0	مرتفع	6
6	قلة اماكن المطالبة لمرتدي المكتبة من الطلبة والعاملين	3.95	%79.0	مرتفع	8
7	قلة توافر التهوية المناسبة في القاعات الدراسية	3.65	%73.0	مرتفع	12
8	قلة توافر التخصيصات الاكاديمية في المجال الرياضي	3.45	%69.0	مرتفع	13
9	ضعف قيام خدمات الحرس الجامعي	3.35	%67.0	متوسط	15
10	مجاورة القاعات الدراسية مقاهي يشيع الصخب والضوضاء	2.70	%54.0	متوسط	17
11	ضعف كفاية المختبرات العلمية لممارسة التجارب العلمية	3.90	%78.0	مرتفع	10
12	قلة توافر مختبرات الحاسوب	3.94	%78.8	مرتفع	9
13	تكرار انقطاع التيار الكهربائي	4.30	%86.0	مرتفع جداً	4
14	انقطاع التيار الكهربائي لفترة طويلة	4.55	%91.0	مرتفع جداً	2
15	قلة وجود دورات مياه داخل الكلية	3.44	%68.8	مرتفع	14
16	عدم وجود سيارة إسعاف مزودة بالأجهزة الطبية اللازمة	4.60	%92.0	مرتفع جداً	1
17	عدم توافر المياه الصالحة للشرب داخل الكلية	4.40	%88.0	مرتفع جداً	3
مستوى الصعوبات الكلي لمحور المرافق والمنشآت		3.85	%77.00	مرتفع	

يتبين من الجدول رقم **8** وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى الصعوبة و الترتيب لعبارات المحور الثالث (المرافق و المنشآت) حيث جاءت العبارة (**16**) في الترتيب الأول عدم وجود سيارة اسعاف مزودة بالأجهزة الطبية اللازمة بمتوسط حسابي (**60.4**) و بنسبة موافقة (**92.0**) وبمستوى الصعوبة مرتفع جدا بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (**14**) انقطاع التيار الكهربائي لفترات طويلة بمتوسط حسابي (**4.55**) و بنسبة موافقة (**91.0**) وبمستوى صعوبة مرتفع جدا فيما جاءت في الترتيب الأخير العبارة (**10**) مجاورة القاعات الدراسية لبعض مقاهي يشيع الصخب والضوضاء بمتوسط حسابي (**2.70**) و بنسبة موافقة (**54.0**) بينما جاءت نسبة الموافقة لهذا المحور (**77.00**) وبمستوى صعوبة مرتفع.

جدول (9) المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى الصعوبة (البحث العلمي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى الصعوبة	الترتيب
1	تركيز الابحاث العلمية علي مواضيع تقليدية	3.80	% 76.0	مرتفع	4
2	ضعف التعاون بين الكلية والمؤسسات المحلية والعالمية في البحث العلمي	3.60	% 72.0	مرتفع	9
3	قلة الحوافز المادية والمعنوية التي تقدمها الكلية لأثراء البحث العلمي	3.50	% 70.0	مرتفع	10
4	قلة الميزانية المخصصة للبحث العلمي من ميزانية الجامعة	3.90	% 78.0	مرتفع	1
5	غياب التعاون بين الباحثين في الكليات الاخرى	3.35	% 67.0	متوسط	13
6	افتقار الكلية الي مراكز تهتم بالمعلومات والاحصاءات	3.75	% 75.0	مرتفع	6
7	افتقار الكلية الي شبكة معلومات تقنية حديثة لاستخدامات الطلبة والعاملين	3.89	% 77.8	مرتفع	2
8	قلة اصدار المجلات العلمية المحكمة	3.85	% 77.0	مرتفع	3
9	ضعف التنسيق بين المكتبة والكليات الاخر لتوفير المعلومات	3.74	% 74.8	مرتفع	7
10	افتقار الكلية الي مراكز بحثية متخصصة	3.70	% 74.0	مرتفع	8
11	قلة توافر المناخ الصحي في العامة والمختبرات داخل الكلية	3.76	% 75.2	مرتفع	5
12	قلة تواجد ادلة ارشادية لكيفية تشغيل استخدام الاجهزة والمعدات	3.48	% 69.6	مرتفع	12
13	عدم التزام الكلية بمعايير الاجهزة والمعدات المستخدمة في المعامل	3.49	% 69.8		11
14	افتقار الكلية للكوادر الفنية الفعالة داخل المعامل والصالات والملاعب	3.25	% 65.0	مرتفع	15
15	افتقار الكلية لاماكن العبادة	3.40	% 68.0	متوسط	14
مستوى الصعوبات الكلى لمحور البحث العلمي		3.63	%72.60	مرتفع	

تبين من الجدول رقم 9 المحور الرابع البحث العلمي حيث جاءت العبارة (4) في الترتيب الاول قلة الميزانية المخصصة للبحث العلمي من ميزانية الجامعة بمتوسط حسابي (3.90) وبنسبة موافقة (78.00) ومستوى صعوبة مرتفع .

بينما جاءت الترتيب الثاني العبارة (7) افتقار الكلية الي شبكة معلومات تقنية حديثة لاستخدام الطلبة والعاملين بمتوسط حسابي (38.9) وبنسبة موافقة (77.8) بمستوى صعوبة مرتفع بينما جاءت في الترتيب الاخير العبارة (14) افتقار الكلية للكوادر الفنية الفعالة داخل المعامل والصالات في الملاعب وبمتوسط حسابي (3.25) وبنسبة موافق (65.0) وصعوبة متوسطة بينما نسبة الموافقة لهذا المحور(72.60) وبمستوى صعوبة مرتفع.

جدول (10)المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى الصعوبة والترتيب لمحور خدمة المجتمع

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى الصعوبة	الترتيب
1	قلة ربط برامج الكلية بخطط التنمية في المجتمع	3.65	%73.0	مرتفع	4
2	ضعف سعي الكلية لإيجاد فرص عمل لخرجيها	3.70	%74.0	مرتفع	1
3	غياب التنسيق مع قطاعات المجتمع المختصة بتقديم خدمة التأهيل والتدريب للمجتمع المحلي	3.69	%73.8	مرتفع	2
4	ضعف التواصل بين مؤسسات المجتمع المحلي والكلية	3.40	%68.0	متوسط	5
5	ضعف مشاركة المجتمع المحلي لأنشطة الكلية المختلفة	3.68	%73.60	مرتفع	3
6	ضعف مشاركة أساتذة الكلية ومؤسسات المجتمع في المناشط المختلفة مثل. الندوات. المؤتمرات...الخ	3.38	%67.6	متوسط	8
7	ضعف الاهتمام بتزويد مؤسسات المجتمع بالخبرات اللازمة	3.35	%67.0	متوسط	7
8	قلة مساهمة الكلية في حل المشكلات التي تواجه المجتمع	3.15	%63.0	متوسط	6
9	قلة استثمار الكلية لوسائل الاعلام المتعددة لتنوير المجتمع	3.39	%67.8	متوسط	9
مستوى الصعوبات الكلي لمحور خدمة المجتمع		3.48	%69.60	مرتفع	

تبين من الجدول رقم 10 وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى الصعوبة والترتيب لعبارة المحور الخامس خدمة المجتمع حيث جاءت العبارة (2) في الترتيب الاول ضعف سعي الكلية لإيجاد فرص عمل لخرجيها بمتوسط حسابي3.70) وبنسبة موافقة (74.00) وبمستوى صعوبة مرتفعة بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (3) غياب التنسيق مع قطاعات المجتمع المختصة بتقديم خدمة التأهيل والتدريب للمجتمع المحلي بمتوسط حسابي(3.69) وبنسبة موافقة (33.8) وبمستوى صعوبة مرتفعة فيما جاءت في الترتيب الاخير العبارة(9) قلة استثمار الكلية لوسائل الاعلام المتعدد لتنوير المجتمع بمتوسط حسابي (3.39) وبنسبة موافقة (67.08) وبينما جاءت نسبة الموافقة لهذا المحور(69.60) وبمستوى صعوبة مرتفع.

جدول (11)

المتوسط الحسابي و نسبة الموافقة ومستوى الصعوبة لجميع محاور

الصعوبات التي تواجه تطبيق ادارة الجودة الشاملة

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى الصعوبة	الترتيب
1	محور صعوبات الشؤون الادارية	3.43	**%68.6**	**مرتفع**	**5**
2	محور صعوبات تتعلق بأعضاء هيئة التدريس	3.47	**%69.4**	**مرتفع**	**4**
3	محور صعوبات تتعلق بالمرافق والمنشآت	3.85	**%77.00**	**مرتفع**	**1**
4	محور صعوبات تتعلق بالبحث العلمي	3.63	**%72.60**	**مرتفع**	**2**
5	محور صعوبات تتعلق بالخدمة المجتمع	3.48	**%69.6**	**مرتفع**	**3**
مستوى الصعوبات الكلي لمحاور البحث		3.57	**%71.40**	**مرتفع**	

يتبين من الجدول رقم 11 ان المتوسطات الحسابية لمحاور قيد البحث تراوحت ما بين (3.43-3.85) وبمستوى صعوبة مرتفع لمحاور حيث جاء المحور الثالث محور المرافق والمنشآت في المرتبة الاولى وبمتوسط حسابي (3. 85) وبنسبة موافقة (77.00%) حيث تحصل المحور الرابع البحث العلمي علي

المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.63) وبنسبة موافقة (72.60%) وتحصل المحور الخامس محور خدمة المجتمع علي الترتيب الثالث بمتوسط حسابي (3.48) وبنسبة موافقة (69.60) وتحصل المحور الثاني محور أعضاء هيئة التدريس علي الترتيب الرابع بمتوسط حسابي (3.47) وبنسبة موافقة (69.40%) وتحصل المحور الاول محور الشؤون الإدارية على الترتيب الخامس بمتوسط حسابي (3.43) وبنسبة موافقة (68.60%) بينما جاء مستوى الصعوبة الكلي لجميع محاور البحث بمتوسط حسابي(3.57) وبنسبة موافقة (71.40%) وبمستوى صعوبة مرتفع.

4-2عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني

1- هل توجد فروق دالة في استجابات أفراد العينة حول الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة وفقاً لمتغيري البحث (سنوات الخبرة – المؤهل العلمي)؟

4-2-2 متغير الخبرة

جدول (12) اختبار تحليل التباين بين متغير الخبرة و محاور البحث

المحاور	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
الشؤون الادارية	بين المجموعات	2	1.816	.908	2.306	.130
	داخل المجموعات	17	6.696	.394		
	المجموع	19	8.512			
أعضاء هيئة التدريس	بين المجموعات	2	3.000	1.500	1.270	.306
	داخل المجموعات	17	20.073	1.181		
	المجموع	19	23.073			
المرفقات والمنشآت	بين المجموعات	2	.299	.150	.392	.682
	داخل المجموعات	17	6.494	.382		
	المجموع	19	6.794			
البحث العلمي	بين المجموعات	2	.746	.373	1.297	.299
	داخل المجموعات	17	4.891	.288		
	المجموع	19	5.637			
خدمة المجتمع	بين المجموعات	2	1.851	.926	.317	.504
	داخل المجموعات	17	22.064			
	المجموع					

للتعرف على الفروق الدالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب متغير الخبرة حول محاور الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة تم استخدام اختبار تحليل التباين وتبين من الجدول 12 أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت جميعها أكبر من مستوى (0,05) ، مما يدل على أن متغير الخبرة وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد العينة حول محاور الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة.

جدول (13) دلالة الفروق لاختبار T بين متغير المؤهل العلمي و محاور البحث

المحاور	المتغير	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الشؤون الادارية	ماجستير	14	3.46	.504	.838
	دكتوراه	6	3.39	1.019	
هيئة التدريس	ماجستير	14	3.48	.594	.880
	دكتوراه	6	3.52	.663	
المرفقات والمنشآت	ماجستير	14	3.76	.561	.264
	دكتوراه	6	4.07	.481	
البحث العلمي	ماجستير	14	3.42	1.261	.200
	دكتوراه	6	4.13	.471	
خدمة المجتمع	ماجستير	14	3.24	1.219	.114
	دكتوراه	6	4.09	.368	

للتعرف على الفروق الدالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب متغير المؤهل العلمي حول الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة تم استخدام اختبار t لمجموعتين مستقلتين وتبين من الجدول 13 أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت جميعها أكبر من مستوى (0,05) ، مما يدل على أن متغير المؤهل العلمي وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد العينة حول الصعوبات التي تواجه تطبيق إدارة الجودة.

الاستنتاجات والتوصيات

أولا: الاستنتاجات:

1. كانت نتائج استجابات عينة البحث حول مستوى الصعوبة التي تواجه تطبيق ادارة الجودة الشاملة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة غريان لمحاور البحث ككل وبمتوسط حسابي(3.57) وبمستوى موافقة (71.40%) وبمستوى صعوبة مرتفع
2. تحصل المحور الثالث محور المرافق والمنشآت في المرتبة الاولي بمتوسط حسابي (3.85) وبنسبة موافقة(77.00%) ومستوى صعوبة مرتفعة
3. تحصل المحور الرابع محور البحث العلمي في المريبة الثانية وبمتوسط حسابي (3.63) وبنسبة موافقة (72.60%) وبمستوى صعوبة مرتفع
4. تحصل المحور الخامس محور خدمة المجتمع في المرتبة الثالثة وبمتوسط حسابي (3.48) وبنسبة موافقة (69.60%) وبمستوى صعوبة مرتفع
5. تحصل المحور الثاني محور اعضاء هيئة التدريس في المرتبة الرابعة وبمتوسط حسابي(3.47) وبنسبة موافقة(4. 69%) وبمستوى صعوبة مرتفع
6. تحصل المحور الاول محور الشؤون الادارية في المرتبة الخامسة وبمتوسط الحسابي (3.43) وبنسبة موافقة (68.6 %) بمستوى صعوبة مرتفع
7. لا توجد فروق دالة احصائية في استجابات افراد العينة حول مستوى الصعوبات التي تواجه تطبيق ادارة الجودة الشاملة وفقاً لمتغيري البحث (سنوات الخبرة- المؤهل العلمي).

ثانياً: التوصيات

في ضوء ما توصل اليه الباحث من نتائج يمكن للباحث ان يوصي بما يلي:

1. تشجيع ادارة الجامعة للإداريين علي المشاركة في المؤتمرات والندوات العلمية.
2. توفير أماكن خاص لاستراحة اعضاء هيئة التدريس.
3. الصيانة الدورية للملاعب والصالات والمرافق داخل الكلية.
4. العمل على تخصيص ميزانية للبحث العلمي من ميزانية الجامعة.
5. التنسيق مع قطاعات المجتمع المختصة بتقديم خدمة التأهيل والتدريب للمجتمع المحلي.
6. مشاركة أساتذة الكلية في المناشط المختلفة مثل الندوات, المؤتمرات, الدورات العلمية.

المراجع

أحمد إبراهيم أحمد. (2003). الجودة الشاملة في الإدارة التعليمية والمدرسية . الإسكندرية: دار الوفاء.

أحمد الخطيب. (2000). إدارة الجودة الشاملة تطبيقات في الإدارة الجامعية. جامعة اليرموك . الأردن: مجلة اتحاد الجامعات العربية.

أحمد الشافعي. (2006). معايير تطبيق الجودة الشاملة في المؤسسات الرياضية (الإصدار المجلد الاول). الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

أحمد يوسف حمدان. (2011). مدى مواكبة كلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى / غزة لمعايير الجودة العالمية. غزة: جامعة الأزهر سلسلة العوم الإنسانية.

حسن أحمد الشافعي. (2003). إدارة الجودة الشاملة في التربية البدنية والرياضة. الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.

راتب السعود. (2002). إدارة الجودة الشاملة نموذج مقترح لتطوير الإدارة المدرسية في الأردن. سوريا: كجلة جامعة دمشق.

صلاح الدين علام. (2003). التقويم التربوي المؤسس . القاهرة: دار الفكر العربي.

عبدالغني محمد عبده سعيد. (2008). معايير اعتماد وضمان جودة التعليم الجامعي في الجمهورية اليمنية في ضوء بعض التجارب التربوية المعاصرة. القاهرة: قسم أصول التربية القاهرة.

مجدي أحمد شندي. (2008). مقدمة معوقات تطبيق إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات الرياضية. الإسكندرية: مؤتمر الإسكندرية.

محمد بن عبدالعزيز الراشد. (2011). إدارة الجودة الشاملة دراسة نظرية و نموذج مقترح لها. السعودية: مجلة مكتبة الملك فهد الوطنية.

محمد عبدالرزاق إبراهيم. (2007). منظومة تكوين المعلم في ضوء معايير الجودة الشاملة . عمان: دار الفكر الأردن.

الممارسات التدريسية في حصة التربية البدنية والرياضية
للألعاب الجماعية و الفردية في المرحلة الثانوية

د / بعزي أحمد أ. د / عطاء الله أحمد د/ قزقوز محمد

المستخلص

هدفت الدراسة إلى تقييم بعض الممارسات التدريسية في حصة التربية البدنية و الرياضية للرياضات الجماعية و الفردية و قد اقتصرت الدراسة على تقييم التفاعل اللفظي السائد بين الأستاذ و التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية للرياضات الفردية من جهة و الجماعية من جهة أخرى و ترتيب هذه الانماط حسب درجة استخدامها ومعرفة ما إذا كان هنالك فروق بين الرياضات الجماعية و الفردية حيث حاول الباحث الاجابة على التساؤلات التالية :

- ما هي طبيعة التفاعل اللفظي السائد بين الأستاذ والتلميذ في حصة التربية البدنية و الرياضة ؟
- ما نمط التفاعل الصفي اللفظي السائد بين الاستاذ والتلميذ للرياضات الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية؟
- ما نمط التفاعل الصفي اللفظي السائد بين الاستاذ والتلميذ للرياضات الجماعية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أنماط التفاعل اللفظي بين الأستاذ والتلميذ للرياضات الفردية و الجماعية

و قد استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي المقارن عن طريق الملاحظة الصفية المباشرة و المسجلة و تكون مجتمع الدراسة من أساتذة التعليم الثانوي وكذا تلاميذ التعليم الثانوي حيث تكون مجتمع الدراسة من 70 أستاذا موزعين على 31 ثانوية وتلميذ من ولاية تيسمسيلت أما عينة الدراسة فقد تم اختيارها بالطريقة القصدية نظرا للتسهيلات المتاحة من قبل الادارة حيث تكونت من 6 أساتذة موزعين على 3 ثانويات و 210 تلميذا، و بعد المعالجة الاحصائية كانت النتائج كالآتي :

- السلوك التفاعلي السائد في حصة التربية البدنية والرياضة بين الاستاذ والتلميذ عموما هو النمط غير المباشر، نمط التفاعل اللفظي السائد في حصة التربية البدنية والرياضة للرياضات الفردية بين الاستاذ والتلميذ هو النمط المباشر، النمط التفاعلي السائد في حصة التربية البدنية و الرياضة للرياضات الجماعية بين الاستاذ والتلميذ هو النمط غير المباشر

الكلمات المفتاحية: الممارسات التدريسية ، الرياضات الجماعية ، الرياضات الفردية، التفاعل اللفظي ، التقييم ، حصة التربية البدنية و الرياضية

Abstract:

The study aimed to evaluate some teaching practices in the physical and sports education class for group and individual sports. The study was limited to evaluating the prevailing verbal interaction between the professor and the students in the physical and sports education class for individual sports on the one hand and group sports on the other hand, and

arranging these patterns according to The degree of its use and whether there are differences between team and individual sports, as the researcher tried to answer the following questions:
- What is the nature of the prevailing verbal interaction between the teacher and the student in the physical education and sports class?
- What is the prevailing pattern of verbal classroom interaction between the professor and the student for individual sports in the physical education and sports class?
- What is the prevailing pattern of verbal classroom interaction between the professor and the student for group sports in the physical education and sports class?
- Are there statistically significant differences between the patterns of verbal interaction between the teacher and the student for individual and team sports?
The researcher used the descriptive analytical comparative method through direct and recorded classroom observation and the formation of a community The study included secondary education teachers and secondary education students, where the study population consisted of 70 teachers distributed among 31 secondary schools and students from the state of Tissemsilt. As for the study sample, it was chosen intentionally due to the facilities available by the administration, as it consisted of 6 teachers distributed over 3 secondary schools, and 210 students، After statistical treatment, the results were as follows: The prevailing interactive behavior in the physical education and sports class between the teacher and the student in general is the indirect style، The prevailing pattern of verbal interaction in the physical education and sports class for individual sports between the teacher and the student is the pattern Direct The dominant interactive style in the physical education and sports class for team sports between the teacher and the student is the indirect style.

Keywords: teaching practices, team sports, individual sports, verbal interaction, evaluation, physical education and sports class

1. المقدمــة.

مما لا شك فيه أن التدريس هو نشاط هادف و مخطط و تنفيذي يتم فيه تفاعل بين المعلم و المتعلم و موضوع التعلم و بيئته فالتدريس الفعال يقوم على أساس المشاركة الإيجابية بين جميع أطراف العملية التعليمية التعلمية ، و لذلك فإن قطبي التفاعل الصفي هما المعلم و المتعلم فلا يكتفي التلميذ بدور المتلقي بل لا بد عليه إدراك أهمية أن يكون فاعلا نشطا في العملية التعليمية التعلمية و المشاركة الإيجابية في صنع خطوات الدرس خطوة بخطوة تحت إشراف الأستاذ و توجيهه الذي يعتبر بمثابة المدير للعملية التعليمية ، وتعتبر الأنشطة التدريسية عملية لتشكيل التعليم و التعلم الهادف، و التحصيل الايجابي للأسس التعليمية و التربوية، و تدريس المواد المنهجية في جميع مرحلة التعليم كالتربية البدنية و الرياضية التي تسهم في تنمية الجوانب الشخصية من تحصيل معلومات و تكوين قناعات بقيم المجتمع، و تنمية القدرات المهارية و تكوين الصفات الخلقية و الميول و لذلك كان للتدريس دورا هاما في العملية التربوية، ووظفت الرياضة في حضارات أخرى كطريقة تربوية، حيث تفطن المفكرون القدماء إلى الإطار القيم الذي تحفل به الرياضة، وقدرتها الكبيرة على التنشئة والتطبيع وبناء الشخصية الاجتماعية المتوازنة. (الخولي، الرياضة والمجتمع، 1996، صفحة 7). و في ظل هذا السياق وجد التقويم لدرس

التربية البدنية و الرياضية ، إذ يعد التقويم ركنا أساسيا من الأركان العملية التربوية. ويعتبر عملية منهجية ترمي إلى توفير معلومات التي تساعد على إصدار قرارات أو الأحكام حول تحقيق مساعي البرامج التربوية، حيث عرفه "فؤاد أبو حطب" و "سيد عثمان: " هو إصدار حكم على مدى تحقيق الأهداف المنشودة على النحو الذي تحدد به تلك الأهداف، و يتضمن ذلك دراسة الآثار التي تحددها بعض العوامل والظروف في تسيير الوصول إلى تلك الأهداف أو تعطيلها. (ابراهيم، 1999، صفحة 37)

وكون للتدريس دورا هاما وبراز في العملية التربوية، فهو الأخر يسعى إلى تحقيق الهدف المنشود باعتباره عملية لتشكيل التعليم والتعلم الهادف والتحصيل الايجابي للأسس التعليمية والتربوية، إذ يسهم في تنمية الجوانب الشخصية من تحصيل المعلومات و تكوين الاقتناعات بقيم المجتمع وتنمية القدرات والمهارات، و في هذا الصدد يقول عصام الدين متولي "بأن التدريس سلسلة الفعاليات المنظمة التي يديرها المعلم داخل الشعبة الدراسية لتحقيق أهدافه، أي الكيفية التي ينظم بها المعلم المواقف التعليمية واستخدامه للوسائل والأنشطة المختلفة وفقًا لخطوات منظمة، لإكساب المتعلمين المعرفة والمهارات والاتجاهات المرغوبة، أو هي النهج الذي يسلكه المعلم في توصيل ما جاء في المناهج الدراسية من معلومات ومعارف ونشاطات للمتعلم بسهولة ويسر" (بدوى، 2006، صفحة 23).

كما أن شريحة الشباب هي اللبنة الأولى لصناعة البطل الرياضي من المدرسة حتى يصبح بطلا وانتقال الفرد من الحياة الأسرية إلى الحياة الاجتماعية ، و زيادة الاختلاط بالعالم الأخر و لذا يجب على المدرسة تنمية التلميذ عقليا و بدنيا، و المحافظة على سلوك التلميذ و نشأته نشأة اجتماعية سليمة يخدم نفسه و المجتمع، و هو ما يتفق مع نتائج دراسة كل من شكر محمود سعيد المولى "أن لمعلمي ومعلمات التربية الرياضية في مختلف المؤسسات تخرجهم، وسنوات خبرتهم في مدينة الموصل يمتلكون قدرا كافيا من الممارسات التدريسية لدرس التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية". (مولى، 2005)

و بذلك فهي تسهم في تنمية قيم المجتمع الوطنية الجمالية ، و يمكن للتربية البدنية و الرياضية أن تكونا مجالاً لممارسة المساواة، و الحرية و التمكين من السيطرة على الجسد أثناء ممارسة الرياضة ، حيث نجد النساء و الفتيات أو الأشخاص ذوي الإعاقة أو الذين يحيون في مناطق تشتد فيها النزاعات أو الأشخاص المتماثلين للشفاء من أمراض مختلفة، وهي تمارس من طرف جميع الأجناس و الأعمار و الشعوب، حيث يقول الدكتور أديجار فرنس: " إن التربية على المواطنة من خلال الأنشطة البدنية و الرياضية هو سعي إلى تنمية المعارف و الكفاءات، التي تمكن الشباب من تطوير قدراتهم الاجتماعية مثل العمل ضمن الفريق و التضامن و التسامح والروح الرياضية في إطار متعدد الثقافات (بالنسبة لأوروبا) وكذلك خلق توازن بين الأنشطة الفكرية و البدنية خلال المسيرة التعليمية مدعما للرياضة داخل الأنشطة المدرسية". (audigier.francois، 2000)

ويتوقف نجاح العملية التعليمية والتربوية على عدد من العوامل الأساسية مثل حسن اختيار وبناء المناهج الدراسية بطريقة سليمة، واستخدام طرق التدريس وأساليب التقويم المناسبة، والاستعانة بالوسائل التعليمية وتكنولوجيا التعليم، وكذلك توافر المباني الدراسية المناسبة، وتوفير الإدارة المدرسية الناجحة، ولكن أهم من كل هذه العوامل هو الاستاذ الصالح ذو المهارات التدريسية القادر على القيام بوظيفته بطريقة فعالة مجدية. حيث تسعى التربية الحديثة إلى تطوير مهارات المتعلمين على التفكير والتقصي والدراسة والإبداع ، وذلك ما زاد الحاجة إلى توظيف مختلف الطرق والأساليب التعليمية الحديثة، من

أجل إحداث توافق بين احتياجات المتعلمين والكفايات المهنية للمدرس، قصد مواكبة التغيرات الحضارية السريعة وفي ضوء ما سبق نلخص أهم أدوار الأستاذ في العملية التعليمية الحديثة في الاتي: "يتمثل الدور الرئيسي للمعلم أو الأستاذ في كونه ميسرا، و ذلك بالنظر الى اعتماد تعليم المستقبل على التعلم الذاتي، وتوظيف الحاسوب في الحصول على المعرفة، وقيامه بصور معينة مع التعليم الجماعي. لذا لكى يتوقع أن يقوم المعلم أو الأستاذ بإدارة جلسات الحوار ، وتحديد التكليفات التي يقوم بها التلميذ ومناقشة ما قد يتوصلون اليه...الخ، اضافة الى الادارة الانسانية للصف الدراسي، التثقيف الذاتي المستمر، وفي مجالات متعددة ، وذلك فضلا عن متابعة ما يحدث في المجتمع المحلي وغيره، والاشراف على مجال أو أكثر من مجالات الأنشطة التعليمية، ويتحمل المعلم أو الأستاذ مسؤولية التقويم". (مراد، 2003، صفحة 99) في ضوء ما تقدم جاءت فكرة الدراسة بإلقاء الضوء على بعض التفاعلات الصفية السائدة في حصة التربية البدنية و الرياضية

مشكلة الدراسة:

إن درس التربية البدنية والرياضية كأحد مكونات التربية العامة لا بد له من ضوابط تحكمه و تقيده من أجل الاخراج الحسن لحصة التربية و البدنية و الرياضية و بالتالي تحيق جودة العملية التعليمية التعلمية و الأهداف المسطرة المراد تحقيقها و كون حصة التربية البدنية و الرياضية لا بد أن تمر بمراحل ثلاث و هي التخطيط و التنفيذ و التقويم أراد الباحث تسليط الضوء على الجزء الذي لا يقل أهمية عن الباقي و هو تنفيذ الحصة و تقييم بعض الممارسات التدريسية المساعدة على تحقيق الأهداف التعليمية التعلمية و المقصود بالممارسات التدريسية هي ذلك التفاعل الصفي السائد بين المدرس و التلميذ و قد اقتصرت الدراسة على التفاعل اللفظي من هنا جاء تساؤل الباحث حول طبيعة التفاعل الصفي اللفظي السائد بين المدرس و التلميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية .

من هنا جاء تساؤل الدراسة على النحو الآتي :

- ما هي طبيعة التفاعل اللفظي السائد بين الأستاذ و التلميذ في حصة التربية البدنية و الرياضة ؟

أهداف الدراسة: القاء الضوء على الممارسات التدريسية السائدة في حصة التربية البدنية و الرياضي

التعرف على السلوك التفاعلي السائد في حصة التربية البدنية و الرياضية

التعرف على طبيعة التفاعل اللفظي للرياضات الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية

التعرف على طبيعة التفاعل اللفظي للرياضات الجماعية في حصة التربية البدنية و الرياضية

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في حداثة موضوعها و الحاجة الماسة للبحث فيها و المتوقع لإضافته من نتائج للمعرفة الحالية و تظهر هذه الأهمية في :

توفير مرجع علمي للاستناد عليه من طرف طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بصفة عامة ولمنتسبي ميدان التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، لمعرفة مستوى الممارسات التدريسية لأساتذة التربية البدنية في التعليم الثانوي لمدينة تيسمسيلت وفقا لما يقتضيه مبدأ التدريس بالكفاءات التربية البدنية والرياضية.

المنهجية: إجراءات الدراسة وأدواته 2

- المنهج العلمي المتبع:1

استخدم الطالب الباحث المنهج الوصفي بالتصميم المسحي لعينة الدراسة.

2- مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في أساتذة التربية البدنية و الرياضية لتعليم الثانوي لولاية تيسمسلت ، و الذي بلغ عددهم (70) أستاذا ،منهم (65) أستاذا مرسمين بصفة دائمة ،و (05) أساتذة بصفة مؤقتة، خلال السنة الدراسية 2202/2021.

3- عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية منتظمة من المجتمع الأصلي للبحث، وتمثلت عينة الدراسة الدراسة في أساتذة التربية البدنية والرياضية، والذي بلغ عددهم (06) أساتذة، موزعين بين (03) ثانويات في مدينة تيسمسيلت.

4- مجالات الدراسة

4-1- المجال البشري: تمثل في تلاميذ و أساتذة ولاية تيسمسلت

4-2- المجال المكاني: تمثل في:

الجدول (1) المجال المكاني للدراسة.

الرقم	المؤسسة
01	ثانوية محمد بونعامة.- تيسمسيلت
02	ثانوية محمد سراي .– لرجام تيسمسيلت
03	ثانوية المصالحة - تيسمسيلت

4-3- المجال الزمني:

شرع الطالب الباحث في هذه الدراسة منذ بداية شهر نوفمبر 2021.

أما بالنسبة للدراسة الاستطلاعية الملاحظة و إعادة الملاحظة في الفترة:

- الملاحظة من 2202/03/28 إلى 2202/04/01.

-إعادة الملاحظة من 2022/04/11 إلى 2022/04/15.

- أما بالنسبة للدراسة الأساسية 2022/04/18 إلى 2022/05/06.

5- أدوات الدراسة:

أ- بطاقة الملاحظة الخاصة بتقييم الممارسات التدريسية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية. التفاعل اللفظي لفلاندرز

الإطار النظري:

يقوم التعليم و التعلم الصفي على عمليات من بينها التفاعل المباشر و غير المباشر بين المعلمين و الطلبة ، و تحدد فاعلية التفاعل الصفي المدى الذي ستحقق فيها العملية التعليمية التعلمية لأهدافها التربوية ، و يفشل الكثير من المعلمين و التلاميذ في الوصول إلى أهدافهم نتيجة أخطاء يرتكبونها أثناء عملية الاتصال ، أو نتيجة ظهور عوائق تعطل عملية هذه الأخيرة و من المفيد أن نذكر أن التفاعل الفي ليس عملية عشوائية و لا يحدث في إطار غير رسمي خاصة إذا تذكرنا انه يحدث بين مهني محترف يقدم خدمة (المعلم) و عميل يطلبها (التلميذ) و يسبب عدم تخطيط المعلم للتفاعل الصفي في معاناة مع الطلبة

التفاعل الصفي : class room interaction

يمثل التفاعل الصفي جميع الأفعال السلوكية اللفظية و غير اللفظية التي تجري في الحصة التعليمية التعلمية بهدف تهيئة المتعلم ذهنيا و نفسيا لتحقيق تعلم أفضل ، فهو عبارة عن مجموعة من الآراء و الأنشطة و الحوارات التي تدور في الغرفة الصفية بصورة منظمة و هادفة لزيادة دافعية المتعلمين و تطوير رغبتهم في التعلم ، و يتضمن كذلك عملية إيصال الأفكار و المشاعر و الانفعالات لهؤلاء المتعلمين ، وعرفه الكسواني على أنه : ما يجري داخل الصف من أفعال سلوكية لفظية و غير لفظية بهدف زيادة فاعلية المتعلم نحو تعلم أفضل ، وهو ما يسود الصف من مناقشة و حوار و تبادل آراء بطريقة هادئة و نظمية لمساعدة الطلبة على الاستمرار في التعلم بدافعية حقيقة

و عرفه حمدان على أنه : كل الأفعال السلوكية التي تجري داخل الصف اللفظية (الكلامية) أو غير اللفظي (الإيماءات) بهدف تهيئة المتعلم ذهنيا و نفسيا لتحقيق تعلم أفضل.

و عرفه نمشواتي بأنه : عبارة عن الآراء و الأنشطة و الحوارات التي تدور في الصف بصورة منظمة وهادفة لزيادة دافعية المتعلم و تطوير رغبته الحقيقية للتعلم.

و عرفه القلا و ناصر (1995) : بأنه اتصال الأفكار و المشاعر أو الانفعالات من شخص لآخر أو من مجموعة لأخرى .

يتضح مما سبق أن التفاعل الصفي هو عملية انسانية تفاعلية بين الأستاذ و التلاميذ من جهة أو بين الأستاذ و تلميذ من جهة أو بين التلاميذ فيما بينهم من جهة أخرى بقصد تبادل الأفكار ومناقشتها لإيجاد نوع من التكيف الصفي و حالة الانسجام التي تسمح بممارسة عملية التعلم بفاعلية . و يرى الباحثون أن التفاعل الصفي هو جملة العمليات الحاصلة و الفاعلة بين المعلم و المتعلم و التلاميذ فيما بينهم و التي تهدف إلى زيادة و تحقيق الدافعية نحو التعلم بحيث تكون هذه السلوكات قابلة للملاحظة و القياس.

أهداف التفاعل الصفي :

للتفاعل الصفي إسهامات في تحقيق أهداف معينة تظهر فيما يلي :

تواصل و تبادل الأفكار بين المعلم و المتعلمين و بين المتعلمين أنفسهم مما يساعد في زيادة خبراتهم و نمو قدراتهم العقلية

تهيئة المناخ الاجتماعي الانفعالي المناسب لحدوث التعلم الفعال.

تنمية مهارات الضبط الذاتي لدى المتعلمين.

تنمية القيم و المهارات الاجتماعية لدى المتعلمين بالإضافة إلى تنمية الجوانب الانفعالية

تنمية قدرات المتعلمين على التعبير عن أفكارهم و قدراتهم

وظائف التفاعل الصفي :

يؤدي التفاعل الصفي إذا ما أحسن تنظيمه الوظائف التالية:

أولا : استثارة اهتمام المتعلمين بما يجري من الموقف من حيث الشكل و المضمون و الكشف عن مدى احتياجهم لأهداف الموقف و مضامينه ، و تحديد مدى استعدادهم لتعلمه دون إعاقات و إحباطات

ثانيا : تحقيق المشاركة الفعالة في ألوان النشاط المدرسي و توجيه خطأ المتعلمين نحو الأهداف المرصودة و تحقيق جو تواصلي سليم من الناحيتين المادية و النفسية.

ثالثا : تعزيز التعلم و أنماط السلوك المرغوب فيها و مساعدة الطلبة على الاحتفاظ به و نقله و توظيفه في مواقف أخرى بثقة و حرية تحسن اتجاهات الطلبة و مواقفهم نحو المعلمين و التعلم و المدرسة ، و تنمية علاقات انسانية و اجتماعية ايجابية بين جميع عناصر العملية التربوية.

رابعا: تقويم التعلم و توجيه خطأه نحو تلبية احتياجات المتعلم و اشباعه و حفظ النظام و الانضباط و تعديل السلوك الصفي في الاتجاه المرغوب فيه

أنماط التفاعل الصفي:

تقوم العملية التربوية على ما يجري من اتصال بين المعلم و التلاميذ فغي المواقف التعليمية، و يعد الحديث أو الكلام وسيلة هذا الاتصال بالإضافة إلى الإيماءات و التعابير الوجيهة و كل ماله علاقة بعملية الإتصال لإحداث تفاعل داخل الصف و من هذا المنطلق يمكن تقسيمه إلى ثلاث أقسام رئيسية

النمط الأحادي (وحيد الإتجاه)

النمط الثنائي (الإتجاه التعاقبي بين المعلم و الطالب)

النمط متعدد الاتجاهات بين المعلم و الطلاب و الطلاب فيما بينهم.

3. الخاتمة و الاستنتاجات

مناقشة نتائج الدراسة:

عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

- ما نمط التفاعل الصفي اللفظي السائد بين الاستاذ و التلميذ للرياضات الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

جدول (2)
طبيعة التفاعل اللفظي السائد بين الأستاذ والتلميذ
للرياضات الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية

النسب	كلام الأستاذ	كلام المتعلم	الهدوء أو الفوضى	التأثير غير المباشر	التأثير المباشر	استجابة المتعلم	مبادرة المتعلم
	% 74	% 18	% 08	% 32	% 40	% 14	% 04

من حلال الجدول رقم (2) نلاحظ أن نمط سيرورة التفاعل اللفظي جاء على النحو الآتي :

نسبة كلام المعلم تمثل في 74% تم جمع نسب الكلام المباشر و غير المباشر

نسب كلام التلميذ أو المتعلم 18%

نسبة الهدوء أو الفوضى 08 %

تفسير و تحليل النتائج : نلاحظ من خلال تحليل و تفسير هذه القيم أن نمط التفاعل اللفظي السائد في الرياضات الفردية لحصة التربية البدنية و الرياضية هو النمط المباشر (السلطوي) و حسب فلاندرز أن النمط المباشر يسهل التعليمات عندما تكون تصورات المتعلمين عن الأهداف واضحة المعالم و تدخلات المدرس تأخذ طابعا سلطويا وتكون مؤسسة على ضوء متطلبات المهام المطلوبة من المتعلم بحيث تكون توجيهاته مطلوبة و ضرورية و مفيدة و يفسر الباحث تغلب هذا النمط التفاعلي أن الأستاذ كثير التوجيهات و الأوامر و كثير النقد و يرجع ذلك لطبيعة المادة التعليمية و طبيعة تلميذ المرحلة الثانوية الذي يتميز بكثرة الحركة والنشاط الزائد مما ينعكس على بعض الأمور الانضباطية كما يتأثر النمط التفاعلي بكثرة و اكتظاظ الأقسام بالتلاميذ خاصة مع وجود مساحات لملاعب ضيقة تصعب من مهمة الأستاذ في التحكم في تلاميذه وقد توافقت نتائج الفرضية مع نتائج دراسة عبد الحفيظ قادري (2019) و دراسة محمد بدر الدين سيد منصور (2000)

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية : ما نمط التفاعل الصفي اللفظي السائد بين الاستاذ والتلميذ للرياضات الجماعية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟

جدول (3)
طبيعة التفاعل اللفظي السائد بين الأستاذ والتلميذ
للرياضات الجماعية في حصة التربية البدنية و الرياضية

النسب	كلام الأستاذ	كلام المتعلم	الهدوء أو الفوضى	التأثير غير المباشر	التأثير المباشر	استجابة المتعلم	مبادرة المتعلم
	% 66.67	%21.57	%11.76	%39.22	%27.45	%9.80	%11.76

من خلال الجدول رقم (03) و الذي يبين سيرورة التفاعل اللفظي في الرياضات الجماعية في حصة التربية البدنية و الرياضية جاء على النحو الآتي :

1--نسبة كلام الأستاذ = 66.67% (نسبة الكلام غير المباشر 39.22% أما نسبة الكلام المباشر فهي 27.45%)

2- نسبة كلام التلاميذ = 21.57% (استجابة التلاميذ = 9.8% و مبادرة التلاميذ = 11.76%)

3 – نسبة الصمت و الفوضى = 11.76%

تفسير و تحليل النتائج :

نلاحظ من خلال تفسر وتحليل هذه القيم ان نمط التفاعل الصفي السائد في الرياضات الجماعية كان غير مباشرا وحسب فلاندرز لما تكون الأهداف التعليمية غامضة والمهام المطلوب من التلميذ إنجازها ملتبسة ، فلا بد من إعطاء المتعلم الفرصة للتحليل والإدراك الواضح والتي تمكنه من الوصول الى الأهداف المرجوة.

والسبب انه عندما يشارك التلميذ في توضيح الأهداف التعليمية وينتبه الى المتطلبات المرجو إنجازها من قبله فانه يتخلص نسبيا من سلطة المدرس الذي يفرض عليه الخضوع الأعمى للتوجيهات والأوامر دون ادراكه لفائدتها .وتدل هذه النتائج على

-نمط التفاعل والتواصل السائد في الرياضات الجماعية هو النمط غري المباشر (دميقراطي)

-ارتفاع استجابة المعلم لأفكار التلاميذ ومشاعرهم .

-ارتفاع نسبة مبادرة التلاميذ.

3 الاستنتاجات : إن الأستاذ هو أساس العملية التدريسية . فهو المربي الأمين الذي يعهد إليه أولياء الأمور بثقة واطمئنان لضمان مستقبل أبنائهم ، وبأمل عريض على أنه سيعمل بكل جد و إخلاص، من أجل إعداد النشء إعدادا جيدا . فعملية التدريس الناجحة تحدث نتيجة الانسجام بين الهدف المطلوب ، وبين ما يحدث في الحقيقة و بصورة فعلية خلال حصة التربية البدنية و الرياضية . ولغرض التوصل إلى حالة الانسجام ، و التوافق يجب على المدرس امتلاك القدرة على توجيه ، وإدارة عدد من العوامل التي يمكن أن تؤدي إلى تعزيز هذه حالة . و بهذه الدراسة نكون قد لاحظنا بعض السلوكات للأساتذة خلال أدائهم للعملية التدريسية ، من أجل ضمان أن المستوى و الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية ذو كفاءة جيدة. و قد لاحظنا من خلال دراستنا أن معظم الأساتذة باختلاف أعمارهم ، و كذلك باختلاف الجنس (إناث و ذكور) ، و باختلاف الخبرة المهنية إلى أن أداءهم كان جيدا خلال العملية التدريسية ، و كانت لكل أستاذ لمسته الخاصة التي تجعل من حصة التربية البدنية والرياضية مادة

محبوبة في نفوس التلاميذ ، و هذا ما لوحظ كذلك في أعين التلاميذ و سلوكاتهم التي كانت تعبر عن حبهم لحصة التربية البدنية والرياضية ، من خلال العمل و المثابرة و التفاعل مع الأساتذة و التجاوب معهم، و يعود هذا إلى تفاني الأساتذة في عملهم ، حيث لوحظ أن هذا المستوى كان لدى جميع أساتذة التربية البدنية والرياضية في ثانويات مدينة البيض. ومن ناحية مقابلة النتائج بالفرضيات يمكن القول بأن هذه الأخيرة تطابقت مع نتائج الدراسة. و بالتالي يمكن القول أيضا بأن فرضيات الدراسة قد تحققت.

4 التوصيات :تفعيل واستعمال أدوات ملاحظة التدريس في بحوث علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تدريب وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية ، وكذا مفتشي المادة على استعمال بطاقة ملاحظة تقويم الممارسات التدريسية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية ، لتكون بالنسبة لهم كأداة تقويمية خلال الموسم الدراسي

إجراء دراسات مماثلة تهدف إلى معرفة سلوكات أخرى لأساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

5. المراجع

جغدم بن ذهيبة. (2009). تقويم أداء مدرس التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية في ظل المقاربة بالكفاءات. الشلف: جامعة حسيبة بن بوعلي

حلمي عبد القادر. (1993). مدخل إلى الإحصاء. ط 2. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

خير الدين هني. (2005). كتاب مقاربة التدريس بالكفاءات. أهم المباحث، ط 1

زينب علي عم و ر غادة خلال عبد الحكيم. (2007). طرق تدريس التربية الرياضية، ط ،1 الأسس النظرية و التطبيقات العلمية دار الفكر العربي.

محمد السايح محمد. (2001). اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية. ط1 مكتبة و مطبعة إشعاع.

واقع استخدام المحاضر الجامعي للوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الالكتروني في التدريس

أ. ك . د/ عمران جمعة تنتوش .

المستخلص

تهدف الدراسة الي التعرف على واقع استخدام المحاضر الجامعي في الكليات قيد البحث للوسائط والتقنيات والوسائل التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني في التدريس والتدريب الجامعي. واستخدم الباحث المنهج الوصفي، والاستبيان كأداة لجمع البيانات من تصميم الباحث، وتحدد مجتمع وعينة الدراسة في بعض أعضاء هيئة التدريس بكليات جامعة الجفارة للعام الجامعي (2022- 2023م) والبالغ عددهم (103) محاضرًا جامعيًا.واوضحت أهم النتائج ان التعليم الإلكتروني من الأساليب التعليمية الحديثة التي أثبتت فاعليتها في تحسين وتجويد العملية التعليمية والتدريبية إذا طُبق فعليًاً وكليًاً في مؤسسات التعليم العالي، وانهم يمتلكون دوافع واتجاهات إيجابية ويؤيدون استخدام الوسائط التكنولوجية والتعليم الإلكتروني في العملية التعليمية والتدريبية. وأنهم عادة ما يواجهون صعوبات تتعلق بالمفاهيم واستخدام الوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الالكتروني في التعليم والتدريب الجامعي، التي تتنوع بتنوع تكوينهم وإعدادهم وبيئاتهم الأكاديمية والعلمية مما يؤدى بدوره إلى تدني أو عدم الاستخدام بالكلية للتقنية في العملية التعليمية والتدريبية. وذلك بسبب عدم تنفيد الدورات التدريبية من قبل الكلية والجامعة ووزارة التعليم العالي، وعدم توافر الوقت الكافي للتعلم والتدريب، وعدم اتاحة فرص تدريب مناسبة، وافتقار الجامعة بشكل عام إلى خطة منظمة واستراتيجية عملية واضحة، ذات أهداف محددة تتعلق بتدريب وتأهيل أعضاء هيئة التدريس وتطوير مهاراتهم في مجال استخدام الوسائط الالكترونية الحديثة في التدريس والتدريب الجامعي وفى نشر ابحاثهم العلمية بدلاً من النشر في المجلات الورقية التقليدية. كما تشير النتائج إلى ضعف الدور المؤسسي والدعم الإداري المتمثل في الجامعات في دعم الوصول الحر للمعلومات والمعارف، وقلة الوعي بأهمية التعليم والتدريب الالكتروني كأحد معايير الجودة والتقييم العالمي لمستوي الجامعات من قبل الجهات العليا المسئولة.

الكلمات المفتاحية: (الوسائط الالكترونية، أعضاء هيئة التدريس، التعليم الالكتروني، التدريس الجامعي، جامعة الجفارة).

Abstract

The study aims to identify the reality of the use of the university lecturers in the faculties under study for the modern media, techniques and technological means in teaching and university training. The researcher used the descriptive approach, and the questionnaire as a tool for data collection designed by the researcher, and the study community and sample were identified in some faculty members in the faculties of Al-Jaffara University for the academic year (2022-2023), who numbered (117) university lecturers.The most important results showed that e-learning is one of the modern educational methods that have proven

effective in improving and improving the educational and training process if it is actually and completely applied in higher education institutions. They have positive motives and trends and support the use of technological media and e-learning in the educational and training process.And that they usually face difficulties related to the definition and use of modern media and technologies and e-learning in university education and training, which vary in the diversity of their composition, preparation, and academic and scientific environments, which in turn leads to the low or non-use of technology in the educational and training process. This is due to the failure to implement training courses by the college, university and the Ministry of Higher Education, the lack of sufficient time for learning and training, the lack of suitable training opportunities, and the university's general lack of a clear, organized and strategic plan with specific objectives related to training and qualifying faculty members and developing their skills in The field of using modern electronic media in teaching and university training and in publishing their scientific research instead of publishing in traditional paper journals.The results also indicate the weakness of the institutional role and administrative support represented by universities in supporting free access to information and knowledge, and the lack of awareness of the importance of e-education and training as one of the quality standards and global assessment of the level of universities by the responsible higher authorities.

Keywords: (reality of use, faculty members, e-learning, university education and teaching, Al-Jafara University).

مقدمة:

لقد أدت تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الحديثة إلى تغيير كبير في سرعة إنتاج واستخدام وتوزيع المعرفة، ولهذا فإن تبنى اساليب التعليم الإلكتروني في الميدان الجامعي ليس بالأمر اليسير، ذلك لأن إدخال التكنولوجيا عملية تدريجية تتطلب دوام الصبر والمثابرة ودمج عملية التعليم والتعلم بكاملها في عملية التطوير والاستخدام.

كما أن موضوع إدخالها لا يتأتى بقرار سياسي أو كتاب رسمي وإنما يحتاج إلى اقتناع كامل من جانب كافة الاطراف، وعلى مختلف مواقعهم بأهميتها وبضرورة النظر إليها على أنها الأداة الحقيقية لتطوير التعليم والتدريب الجامعي.

ويعد التعليم الالكتروني أسلوب من أساليب التعليم والتعلم لإيصال المعلومة للمتعلم، كما يعتبر تحدٍ جديد من التحديات التي تواجه الاساتذة والطلاب على حداً سواء، ويتم فيه استخدام آليات الاتصال الحديثة من حاسب آلي وشبكاته ووسائطه المتعددة من صوت وصورة وآليات بحث ومكتبات إلكترونية، ومواقع الإنترنت سواء كان عن بعد أو في القاعات الدراسية، أي استخدام التقنيات الحديثة بجميع أنواعها في إيصال المعلومة للمتعلم بأقصر وقت وأقل جهد وأكبر فائدة.

وقد جعلت ثورة المعلومات والاتصالات العالم أشبه بشاشة إلكترونية صغيرة في عصر الامتزاج بين تكنولوجيا الإعلام والمعلومات والثقافة والتكنولوجيا، وأصبح الاتصال إلكترونياً وتبادل المعلومات بين الافراد والمجتمعات حقيقة ملموسة، مما أتاح سرعة الوصول إلى مراكز العلم والمعرفة والمكتبات والاطلاع على كل جديد لحظة بلحظة.

والوسائط التكنولوجية والتعليم الالكتروني تعتبر أحد المصطلحات الحديثة وأكثرها انتشاراً في الآونة الأخيرة، حيث ظهرت كنمط جديد من التعليم الذي يطبق في مختلف المستويات، ويهدف إلى تقديم تعليم عالٍ متميز موجه لقاعدة كبيرة من الطلبة والمستفيدين، معتمداً بدرجة اساسية على احدث التطورات في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصال.

ويعد التعليم الجامعي أحد المستويات التعليمية التي تسعى الدول جاهدة لتطوير نظمها والاستفادة قدر الإمكان من مختلف التطورات من أجل النهوض به وتنمية كفاءات بشرية قادرة على التعامل مع هذا الزخم الهائل من المعلومات وضمان تكوين فعال لمختلف فئاته.

فالوسائط التكنولوجية والتعليم الإلكتروني يساعد في توفير أنماط متعددة من التعليم منها التعليم عن بعد الذي سيؤدي حتماً الى اختزال الفوارق المعرفية والاجتماعية والطبقية بين الأفراد بتحقيقه مبدأ تكافؤ الفرص وتعزيز التعلم مدى الحياة، كما يساعد الطالب على أن يكون هو محور العملية التعليمية والتدريبية أو هو العنصر الأكثر نشاطاً فيها، بينما يكون دور الاستاذ المساعدة وتقديم الاستشارة وتصحيح الاخطاء وتلقي التغذية الراجعة، أي أنه مرشد وموجه وناصح.

وكغيرها من القطاعات بدأت مؤسسات التعليم العالي بمختلف مستوياتها في كثير من بلدان العالم تراجع سياساتها وتغير في أهدافها من أجل إيجاد بدائل أفضل تتيح فرص أكثر للتعليم بشكل أكثر يسراً واتساعاً.

ولعل أهم ما تم التوصل إليه لتقديم أفضل صورة وتحقيق أكثر الأهداف للتعليم الحديث هو دعم مختلف مستويات التعليم بأكثر التطورات التكنولوجية من خلال دمج تكنولوجيا الاتصال والمعلومات في العملية التعليمية، والذي يعد اليوم مؤشراً على مستوى رقي وتقدم الدول.

أهداف الدراسة:

1. التعرف على واقع إدراك وامتلاك وإلمام بعض أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة بمفهوم الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني في التعليم الجامعي.
2. التعرف على واقع استخدام وتوظيف الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم والتدريب الالكتروني في العملية التعليمية والتدريبية لدى بعض أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة.
3. التعرف على الصعوبات والعقبات التي قد تحول دون استخدام وتوظيف الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني في العملية التعليمية والتدريبية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة.

تساؤلات الدراسة:

1. ما مدى إدراك وامتلاك وإلمام بعض أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة بمفهوم الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني في العملية التعليمية والتدريبية؟
2. ما مدى استخدام وتوظيف الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني في العملية التعليمية والتدريبية من وجهة نظر بعض أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة؟
3. ما اهم الصعوبات والعقبات والتحديات التي قد تحول دون تطبيق الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني في العملية التعليمية والتدريبية من وجهة نظر بعض أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة؟

مصطلحات الدراسة:-

الوسائط التكنولوجية الحديثة: "هي توظيف إمكانات الحاسوب الرقمي من صوت ونص وصور ثابتة ومتحركة بشكل تفاعلي ومتكامل".(https://sitessite/desproocourse)

التعليم الإلكتروني: "هو تقديم المحتوى التعليمي مع ما يتضمنه من شروحات وتمارين وتفاعل ومتابعة بصورة جزئية أو شاملة في الفصل أو عن بعد بواسطة برامج متقدمة مخزنة في الحاسب الآلي أو عبر شبكة الإنترنت". (العريفي، يوسف: 2003)

تكنولوجيا التعليم: "تكنولوجيا التعليم في أوسع معانيها هي تخطيط، وإعداد، وتطوير، وتنفيذ، وتقويم كامل للعملية التعليمية من مختلف جوانبها من خلال وسائل تقنية متنوعة، تعمل جميعها وبشكل منسجم مع العناصر البشرية لتحقيق أهداف التعليم".https://instec.wordpress.com

التدريب الإلكتروني: "عملية تدريبية تهدف إلى تقديم المحتوى التدريبي من خلال أي وسيط من آليات الاتصال الحديثة من أجهزة حاسوب وشبكة إنترنت لتخطي المسافة الجغرافية بين المتدربين والمدرب".(يماني، هناء. 2006)

التعليم الجامعي: "هو قمة الهرم التعليمي، والذي يتم بفضله إعداد الثروة البشرية اللازمة لخدمة المجتمع، وتحقيق تقدمه بما يتيح تحقيق الرفاه والرخاء للوطن والمواطن، قصد الوصول به إلى مستوى الأمن والأمان". (السيد وعمار. 2002)

الدراسات السابقة والمرتبطة:

دراسة أحمد العرضاوي (2008) بعنوان: "تقويم استخدام التقنيات التعليمية فى تدريس مقررات مناهج كلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة طرابلس" هدفت الدراسة الى تحديد التقنيات التعليمية اللازمة لتدريس مقررات مناهج كلية التربية البدنية من حيث تحديد التقنيات التعليمية الاكثر أهمية لإعداد الطالب المعلم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتم اختيار عينة البحث من أعضاء هيئة التدريس بالكلية البالغ عددهم (27) عضو هيئة تدريس، وطلاب الصف الرابع للعام الدراسي (2004- 2005) والبالغ عددهم (112) طالباً باعتبارهم قد مروا بأغلب محتويات المنهج، وأشارت النتائج الى أن نسبة متوسط الإجابات كانت لصالح الطلاب في عبارات استبيان التقنيات التعليمية التي يحتاجها الطالب المعلم، وتشير الى عدم وجود فروق في إجابات أعضاء هيئة التدريس بأقسام الكلية في ترتيب التقنيات التعليمية المستخدمة في عملية التدريس.

دراسة تيسير محمود نشوان (2004) بعنوان " واقع توافر واستخدام تقنيات التعليم لأعضاء هيئة التدريس بجامعة الأقصى" تناولت الدراسة واقع توافر واستخدام تقنيات التعليم من أعضاء هيئة التدريس في جامعة الأقصى.

وقد أعد لذلك قائمة بتقنيات التعليم اللازمة للتعليم الجامعي على شكل استبانة طبقت على عينة مكونة من (90) محاضراً في جامعة الأقصى.

وقد تبين أن غالبية تقنيات التعليم الواردة في القائمة غير متوفرة في الجامعة أو متوفرة بدرجة قليلة. وأن أفراد العينة لديهم معرفة نادرة باستخدام مستحدثات تقنيات

التعليم، كذلك وجود ارتباط بين توافر تقنيات التعليم ومعرفة استخدامها.

دراسة سوسن سعد الدين بدرخان وآخرون (2020) بعنوان "درجة تأثير استخدام التقنيات التعليمية الحديثة على جودة التعليم وتطويره في جامعة عمان الاهلية من وجهة نظر أعضاء الهيئة الاكاديمية".

هدفت الدراسة الى معرفة درجة تأثير استخدام التقنيات التعليمية الحديثة على جودة التعليم وتطويره في جامعة عمان الاهلية بالأردن من وجهة نظر أعضاء الهيئة الاكاديمية، وذلك عبر تطوير استبيان ضم (20) فقرة، وزعت عشوائيًا على (198) عضواً أكاديمياً بالكليات العلمية والانسانية. أظهرت النتائج

أن أهم التقنيات المستخدمة في التعليم الجامعي، هي: شبكة الانترنت في المرتبة الاولى بنسبة بلغت (70.18%) يليها في الترتيب الثاني مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة (9.15 %) وقد جاءت درجة تأثير استخدام التقنيات الحديثة على جودة التعليم الجامعي وتطويره مرتفعاً في المجالات الاتية: (الطلبة، والمقررات الدراسية، وأداء المدرس، وإدارة الكلية الجامعة) كما أظهرت أن المجالات لها ارتباطات إيجابية مع بعضها، وذات دلالة إحصائية؛ ويشكل ارتباط مجال تحسين تعلم الطلبة وتطويره أقوى الارتباطات، في حين عد ارتباط مجال تحسين جودة المقررات الدراسية وتطويرها أضعف الارتباطات، وأظهرت عدم وجود فُروق دالة إحصائياً بين استجابات أفراد الدراسة يُعزى لمتغيرات الجنس، والكلية، والرتبة الاكاديمية، وعدد سنوات العمل بالجامعة.

إجراءات الدراسة:

1. منهج الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على التساؤلات تم استخدام المنهج الوصفي لكونه يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً أو كمياً، وقد تم استخدام هذا المنهج بوصفه أكثر المناهج استخداماً وملائمة لإجراء مثل هذا النوع من الدراسات.

1.1. مجتمع الدراسة: تحدد مجتمع الدراسة في أعضاء هيئة التدريس فى كليات جامعة الجفارة للعام الجامعي (2022 - 2023) والبالغ عددهم (297) محاضراً جامعياً.

1.2. عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من بعض أعضاء هيئة التدريس ببعض الكليات بجامعة الجفارة، لأنها من أكثر كليات الجامعة من حيث أعداد أعضاء هيئة التدريس والطلبة وتنوع التخصصات الانسانية والتطبيقية. وبلغ عددهم (103) محاضراً جامعياً. بعد استبعاد (14) من أفراد العينة لعدم استيفاء بيانات الاستبيان او الاجابة عليه في الموعد المحدد، وتم استخدام (20) محاضراً للعينة الاستطلاعية، و (83) للعينة الاساسية، وجدول (1) يوضح توصيف مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والاساسية.

جدول (1) توصيف مجتمع وعينة الدراسة

ن = 103

الكلية	العدد الكلي	النسبة المئوية	العينة الاستطلاعية	النسبة المئوية	العينة الاساسية	النسبة المئوية
التربية الزهراء	57	%26.76	4	%7.01	15	%7.04
الاقتصاد	44	%20.65	4	%9.09	15	%7.04
التربية اسبيعة	33	%15.49	4	%12.12	13	%6.10
القانون	28	%13.14	3	%10.71	13	%6.10
التربية البدنية	26	%12.20	3	%11.53	14	%6.57
العلوم	25	%11.73	2	%8	13	%6.10
المجموع	213	%100	20	%51.26	83	%38.35

1.3. أداة الدراسة: تم استخدم الاستبيان كأداة ووسيلة رئيسية لجمع البيانات في هذه الدراسة، ونظراً لعدم الحصول على استبيان مناسب لعينة الدراسة وللبيئة المحلية، فقد ارتأ الباحث إعداد وتصميم استبيان خاص لأعضاء هيئة التدريس قيد الدراسة، وتم إعداد الاستبيان اعتماداً على الادبيات والاطر

النظرية، الى جانب الخبرة التي يمتلكها الباحث بهذا المجال، وقد مرا الاستبيان بالمراحل والخطوات العلمية لتصميم وبناء الاستبيانات كالصدق والثبات قبل اعتماده بصيغته النهائية.

1.1.3. صدق أداة الدراسة : الصدق الظاهري:

تم عرض الاستبيان في صورته الاولية (50) عبارة على عدد (7) من الاساتذة المحكمين من ذوي الاختصاص في تقنية المعلومات وطرق التدريس والوسائل التعليمية والمناهج بالجامعات الليبية وجميعهم من حملة درجة الدكتوراه بغرض التأكد من الصدق الظاهري للاستبيان، ومدى مناسبته لموضوع وعينة الدراسة، ومدى دقة ووضوح وسلامة الصياغة اللغوية واللفظية للعبارات المقترحة ومدى ملائمتها لأهداف الدراسة، ولجمع البيانات، وبحساب الأهمية النسبية وفقاً لرأى الخبراء فقد اجمعوا على مناسبة الاستبيان لما وضع من أجله، وتم قبول العبارات التي زادت نسبة الموافقة عليها بـ (75%) من آراء الخبراء، مع حذف وتعديل صياغة بعض العبارات للاستبيان.

2.1.3. صدق الاتساق الداخلي: تم حساب صدق الاتساق الداخلي بتوزيع الاستبيان في صورته الثانية (41) عبارة على عينة الدراسة الاستطلاعية التي قوامها (20) محاضراً من الكليات الخمس عينة الدراسة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الاساسية، وتم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور التي تنتمي اليه، وكذلك بين درجة المحور ودرجة الاستبيان ككل، من خلال معامل ارتباط (بيرسون - Pearson) كما هو موضح بالجداول (2،3).

جدول (2)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لعبارات المحور التي تنتمي اليه

العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الاول	11	.933**	.000	22	.981**	.000	32	.939**	.000		
1	.898**	.000	12	.971**	.000	23	.939**	.000	33	.822**	.000
2	.868**	.000	13	.867**	.000	24	.981**	.000	34	.913**	.000
3	.919**	.000	14	.725**	.000	المحور الثاني	35	.517*	.020		
4	.668**	.001	15	.579**	.007	25	.861**	.000	36	.801**	.000
5	.926**	.000	16	.858**	.000	26	.829**	.000	37	.735**	.000
6	.867**	.000	17	.971**	.000	27	.463*	.040	38	.622**	.003
7	.971**	.000	18	.896**	.000	28	.843**	.000	39	.825**	.000
8	.586**	.007	19	.926**	.000	29	.799**	.000	40	.796**	.000
9	.909**	.000	20	.902**	.000	30	.851**	.000	41	.798**	.000
10	.857**	.000	21	.865**	.000	31	.746**	.000			

**** قيمة ر الجدولية عند مستوى 0.01 = 0.561** *** قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.01 = 0.444**

جدول (3)
معامل الارتباط بين كل محور والمعدل الكلي للاستبيان

المحور	مسمي المحور	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاول	أعضاء هيئة التدريس	.989**	0.000
الثاني	الجامعة والكلية	.984**	0.000

** قيمة ر الجدولية عند مستوى 0.01 = 0.561 * قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.01 = 0.444

3.1.3. ثبات أداة الدراسة:

ولغرض إجراء ثبات الاستبيان ثم تطبيقه في صورته الثانية (41) عبارة على عينة قوامها (20) محاضراً جامعياً تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الاساسية، وبحساب ثبات الاستبيان بطريقة (ألفا كرونباخ - Cronbach's alpha) أوضحت النتائج أن معامل الثبات بين درجة كل عبارة والمحور التي تنتمي إليه وثبات محاور الاستبيان كانت مرتفعة حيث تراوحت بين (0.986 - 0.958) ، في حين بلغت قيمة معامل الثبات للاستبيان ككل (0.967) وجدول (4،5) يوضح ذلك.

جدول (4)
معاملات الثبات لعبارات كل محور من محاور الاستبيان بطريقة "ألفا كرونباخ"

العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات
المحور الاول		8	.987	16	.986	24	.985	31	.956	39	.954
1	.985	9	.985	17	.985	**المحور الثاني**		32	.952	40	.955
2	.985	10	.986	18	.985	25	.953	33	.954	41	.955
3	.985	11	.985	19	.985	26	.954	34	.953		
4	.987	12	.985	20	.985	27	.961	35	.960		
5	.985	13	.985	21	.986	28	.954	36	.955		
6	.985	14	.986	22	.985	29	.955	37	.956		
7	.985	15	.987	23	.985	30	.954	38	.958		

جدول (5)
معامل الثبات للمحاور مع الاداة ككل بطريقة ألفا كرونباخ

المحور	مسمي المحور	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
الأول	أعضاء هيئة التدريس	24	0.986
الثاني	ادارات الجامعات والكليات	17	0.958
الاستبيان ككل		41	0.967

2.3. عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (6)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية
ومستوى الاستجابة لعبارات المحور الأول

العبارة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الاستجابة	مستوى الاستجابة	العبارة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الاستجابة	مستوى الاستجابة
1	2.27	0.586	%75.6	متوسطة	13	1.48	0.738	% 49.3	منخفضة
2	1.33	0.565	%44.3	منخفضة	14	1.45	0.703	% 48.3	منخفضة
3	2.22	0.443	%74	متوسطة	15	2.65	0.613	% 88.3	مرتفعة
4	2.62	0.580	% 87.3	مرتفعة	16	1.63	0.556	% 54.3	منخفضة
5	2.40	0.623	% 80.0	مرتفعة	17	2.99	0.109	% 99.7	مرتفعة
6	1.41	0.585	% 47.0	منخفضة	18	1.55	0.589	% 51.7	منخفضة
7	1.27	0.444	% 42.3	منخفضة	19	2.08	0.609	% 69.3	متوسطة
8	1.96	0.613	% 65.3	متوسطة	20	1.39	0.514	% 46.3	منخفضة
9	1.12	0.327	% 37.3	منخفضة	21	1.66	0.753	% 55.3	منخفضة
10	2.48	0.687	% 82.7	مرتفعة	22	1.50	0.651	% 50.0	منخفضة
11	2.30	0.851	% 76.7	متوسطة	23	2.49	0.631	% 83.0	مرتفعة
12	2.25	0.824	% 75.0	متوسطة	24	2.39	0.803	% 79.7	مرتفعة
المحور ككل						1.95	0.1231	% 65	متوسطة

يتضح من الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لعبارات المحور الأول قد تراوحت بين (1.12 - 2.99) وقد جاءت الفقرة (17) في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي (2.99) وبمستوى استجابة مرتفعة، في حين كان المتوسط الحسابي للمحور ككل (1.95) بنسبة مئوية (65%) وبمستوى استجابة متوسطة.

جدول (7)
الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة
ومستوى الاستجابة لعبارات المحور الثاني

العبارة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الاستجابة	مستوى الاستجابة	العبارة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الاستجابة	مستوى الاستجابة
25	2.62	0.489	% 87.3	مرتفعة	34	2.54	0.501	% 84.7	مرتفعة
26	2.33	0.646	% 77.7	متوسطة	35	2.64	0.483	% 88.0	مرتفعة
27	2.45	0.568	% 81.7	مرتفعة	36	1.64	0.483	% 54.7	منخفضة
28	2.55	0.609	% 85.0	مرتفعة	37	2.66	0.590	% 88.7	مرتفعة
29	2.11	0.698	% 70.3	متوسطة	38	2.40	0.516	% 80.0	مرتفعة
30	2.46	0.590	% 82.0	مرتفعة	39	2.47	0.754	% 82.3	مرتفعة
31	2.71	0.456	% 90.3	مرتفعة	40	2.48	0.631	% 82.7	مرتفعة
32	2.71	0.456	% 90.3	مرتفعة	41	2.41	0.494	% 80.3	مرتفعة
33	2.30	0.619	% 76.7	متوسطة					
المحور ككل						2.44	0.1267	% 81.3	مرتفعة

يتضح من الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية لعبارات المحور الثاني قد تراوحت بين (1.64-2.71) وقد جاءت الفقرتان (31،32) في المرتبة الاولى وبمتوسط حسابي مقداره (2.71) وبمستوى استجابة مرتفعة، في حين كان المتوسط الحسابي للمحور ككل (2.44) وبنسبة استجابة (81.33 %) وبمستوى استجابة مرتفعة.

جدول (8)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الاستبيان تبعاً لمتغير الجنس

المحور	مسمي المحور	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار (ت)	مستوى الدلالة
الأول	أعضاء هيئة التدريس	ذكور	66	1.95	0.1134	0.205	0.838
		أناث	17	1.96	0.1593		
الثاني	الجامعة والكلية	ذكور	66	2.46	0.1014	**3.654	0.000
		أناث	17	2.35	0.1701		

** قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.01 = 2.374 * قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.664

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في المحور الأول تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث)، بينما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) تبعاً لمتغير الجنس ولصالح المتوسط الحسابي الأعلى وهو لمتغير الذكور في المحور الثاني وفي الدرجة الكلية للاستبيان.

جدول (9)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الدرجة العلمية

المحور	مسمي المحور	الدرجة العلمية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأول	أعضاء هيئة التدريس	أستاذ مشارك	3	1.94	0.0481
		أستاذ مساعد	12	1.94	0.1551
		محاضر	16	1.93	0.1092
		محاضر مساعد	52	1.96	0.1235
		المجموع	83	1.95	0.1231
الثاني	الجامعة والكلية	أستاذ مشارك	3	2.57	0.0340
		أستاذ مساعد	12	2.44	0.0986
		محاضر	16	2.45	0.1620
		محاضر مساعد	52	2.43	0.1219
		المجموع	83	2.44	0.1267

يُلاحظ من الجدول (9) وجود تبايناً وفروق ظاهرية فى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الدرجة العلمية، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية عند مستوى دلالة (0.05)، تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA)، وجاءت النتائج على النحو الذي يوضحه الجدول (10).

جدول (10)

تحليل التباين الاحادي لإيجاد دلالة الفروق بين المتوسطات تبعاً لمتغير الدرجة العلمية

المحور	مسمي المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الأول	أعضاء هيئة التدريس	بين المجموعات	0.017	4	0.006	0.362	0.781
		داخل المجموعات	1.226	79	0.016		
		المجموع	1.243	83			
الثاني	الجامعة والكلية	بين المجموعات	0.056	4	0.019	1.175	0.325
		داخل المجموعات	1.261	79	0.016		
		المجموع	1.317	83			

*** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.7581** **** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.01 = 4.1260**

تشير النتائج في الجدول (10) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الدرجة العلمية استناداً إلى قيمة (ف) المحسوبة ومستوى الدلالة الموضحة في الجدول قرين كل منها، ومقارنتها بقيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05) وهذا يعني أن أعضاء الهيئة التدريسية بمختلف درجاتهم العلمية وعلى الرغم من تباين متغيرات الدراسة فأنهم لا يختلفون اختلافات جوهرية واضحة في آرائهم حول عبارات الاستبيان.

جدول (11)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الفئات العمرية

المحور	مسمي المحور	الفئات العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأول	أعضاء هيئة التدريس	أقل من 30 سنة	16	1.98	0.0986
		من 30 : 39 سنة	34	1.98	0.1261
		من 40 : 49 سنة	22	1.89	0.1352
		من 50 سنة فأكثر	11	1.94	0.0818
		المجموع	83	1.95	0.1231
الثاني	الجامعة والكلية	أقل من 30 سنة	16	2.46	0.0882
		من 30 : 39 سنة	34	2.42	0.1367
		من 40 : 49 سنة	22	2.42	0.1414
		من 50 سنة فأكثر	11	2.50	0.0997
		المجموع	83	2.44	0.1267

يُلاحظ من الجدول (11) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الفئات العمرية، ولتحديد فيما إذا كانت الفروق بين المتوسطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، تم تطبيق تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) وجاءت النتائج على النحو الذي يوضحه الجدول (12).

جدول (12)
تحليل التباين الاحادي لإيجاد دلالة الفروق بين المتوسطات تبعاً لمتغير الفئات العمرية

المحور	مسمي المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الأول	أعضاء هيئة التدريس	بين المجموعات	0.122	3	0.041	2.860*	0.04
		داخل المجموعات	1.121	79	0.014		
		المجموع	1.243	82			
الثاني	الجامعة والكلية	بين المجموعات	.065	3	0.022	1.357	0.262
		داخل المجموعات	1.253	79	0.016		
		المجموع	1.317	83			

*** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.7581** **** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.01 = 4.126**

تشير النتائج في الجدول (12) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المتوسطات لاستجابات عينة الدراسة على المحور الأول تبعاً لمتغير الفئات العمرية، استناداً إلى قيمة (ف) المحسوبة ومستوى الدلالة الموضحة في الجدول قرين كل منها ومقارنتها بقيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05) بينما لم تكن هناك فروق دالة احصائياً عند مستوى (0.05) فيما يخص المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث على المحور الثاني للاستبيان.

جدول (13)
اختبار أقل فرق معنوي LSD للكشف عن اتجاه الفروق بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث تبعاً لمتغير الفئات العمرية

الفئات العمرية	أقل من 30 سنة	من 30: 39 سنة	من 40 : 49 سنة	من 50 سنة فأكثر
أقل من 30 سنة		0.844	0.035*	0.476
من 30 : 39 سنة			0.007**	0.330
من 40 : 49 سنة				0.255
من 50 سنة فأكثر				

يتضح من الجدول (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في المحور الأول بين الفئة العمرية (أقل من 30 سنة) والفئة العمرية من (40 : 49 سنة) ولصالح الفئة (أقل من 30 سنة) وبين الفئة العمرية من (30 : 39 سنة) والفئة العمرية من (40: 49 سنة) ولصالح الفئة (30: 39 سنة). وقد يعود السبب في الوصول إلى هذه النتيجة الى عدم إدراك أو معرفة عينة الدراسة من الفئات العمرية الأكثر من ثلاثون سنة بأهمية وضرورة استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني في عملية التدريس والتدريب، ويمكن استقراء ذلك من خلال تدني المتوسطات الحسابية لهذه الفئات لدرجات استخدامهم الفعلي لها.

جدول (14)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة الاداة
تبعاً لمتغير الخبرة التدريسية

المحور	مسمي المحور	الفئات العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأول	أعضاء هيئة التدريس	من 5 سنوات فأقل	45	1.97	0.1183
		من 6 الى 10 سنوات	22	1.98	0.0860
		من 11 الى 15 سنة	10	1.80	0.1477
		من 16 الى 20 سنة	6	1.94	0.0430
		المجموع	83	1.95	0.1231
الثاني	الجامعة والكلية	من 5 سنوات فأقل	45	2.43	0.1380
		من 6 الى 10 سنوات	22	2.45	0.1139
		من 11 الى 15 سنة	10	2.39	0.0879
		من 16 الى 20 سنة	6	2.57	0.0304
		المجموع	83	2.44	0.1267

يُلاحظ من الجدول (14) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الخبرة التدريسية لعينة الدراسة، ولتحديد فيما إذا كانت الفروق بين المتوسطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، تم تطبيق تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) وجاءت النتائج على النحو الذي يوضحه الجدول (15).

جدول (15)

تحليل التباين الأحادي لإيجاد دلالة الفروق بين المتوسطات
تبعاً لمتغير الخبرة التدريسية

المحور	مسمي المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الأول	أعضاء هيئة التدريس	بين المجموعات	.266	3	0.089	7.183**	0.000
		داخل المجموعات	.976	79	0.012		
		المجموع	1.243	82			
الثاني	الجامعة والكلية	بين المجموعات	.132	3	0.044	2.934*	0.038
		داخل المجموعات	1.185	79	0.015		
		المجموع	1.317	83			

*** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.7581** **** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.01 = 4.126**

تشير النتائج في الجدول (15) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المتوسطات لاستجابات عينة الدراسة على المحور الأول تبعاً لمتغير الخبرة التدريسية، استناداً إلى قيمة (ف) المحسوبة ومستوى الدلالة الموضحة في الجدول قرين كل منها ومقارنتها بقيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05)، كما أن هناك فروق دالة احصائياً عند مستوى (0.05) فيما يخص المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة الدراسة على المحور الثاني.

جدول (16)
اختبار أقل فرق معنوي LSD للكشف عن اتجاه الفروق
بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الخبرة التدريسية

الخبرة التدريسية	من 5 سنوات فأقل	من 6 الى 10 سنوات	من 11 الى 15 سنة	من 16 الى 20 سنة
من 5 سنوات فأقل		0.802	0.000 **	0.545
من 6 الى 10 سنوات			0.000 **	0.477
من 11 الى 15 سنة				0.015 *
من 16 الى 20 سنة				

يتضح من الجدول (16) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في المحور الأول بين الخبرة التدريسية من (11 الى 15 سنة) وكل من الخبرة التدريسية من (5 سنوات فأقل) والخبرة التدريسية من (6 الى 10 سنوات) والخبرة التدريسية من (16 الى 20 سنة) ولصالح الفئة العمرية من (11 الى 15 سنة).

جدول (17)
اختبار أقل فرق معنوي LSD للكشف عن اتجاه الفروق
بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الخبرة التدريسية

الخبرة التدريسية	من 5 سنوات فأقل	من 6 الى 10 سنوات	من 11 الى 15 سنة	من 16 الى 20 سنة
من 5 سنوات فأقل		0.422	0.457	0.009 **
من 6 الى 10 سنوات			0.220	0.042 *
من 11 الى 15 سنة				0.007 **
من 16 الى 20 سنة				

يتضح من الجدول (17) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في المحور الثاني بين الخبرة التدريسية من (16 الى 20 سنة) وكلاً من الخبرة التدريسية من (5 سنوات فأقل) والخبرة التدريسية من (16 الى 20 سنة) والخبرة التدريسية من (16 الى 20 سنة) ولصالح الفئات الثلاث المذكورة آنفاً.

جدول (18)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة الاستبيان تبعًا لمتغير الكلية

المحور	مسمي المحور	الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأول	أعضاء هيئة التدريس	التربية الزهراء	22	1.92	0.1196
		الاقتصاد	16	1.96	0.1106
		التربية اسبيعة	24	1.93	0.1045
		القانون	21	2.01	0.1434
		التربية البدنية	22	1.99	0.1411
		العلوم	16	2.04	0.1443
		المجموع	83	1.95	0.1231
الثاني	الجامعة والكلية	التربية الزهراء	22	2.44	0.1130
		الاقتصاد	16	2.45	0.0904
		التربية اسبيعة	24	2.46	0.1155
		القانون	21	2.40	0.1684
		التربية البدنية	22	2.43	0.1146
		العلوم	16	2.39	0.1693
		المجموع	83	2.44	0.1267

يُلاحظ من الجدول (18) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الكلية، ولتحديد فيما إذا كانت الفروق بين المتوسطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، تم تطبيق تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA)، وجاءت النتائج على النحو الذي يوضحه الجدول (19).

جدول (19)

تحليل التباين الاحادي لإيجاد دلالة الفروق بين المتوسطات تبعًا لمتغير الكلية

المحور	مسمي المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الأول	أعضاء هيئة التدريس	بين المجموعات	0.096	3	0.032	2.208	0.094
		داخل المجموعات	1.147	79	0.015		
		المجموع	1.243	82			
الثاني	الجامعة والكلية	بين المجموعات	0.053	3	0.018	1.106	0.352
		داخل المجموعات	1.264	79	0.016		
		المجموع	1.317	83			

*** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.7581** **** قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.01 = 4.126**

أظهرت النتائج في الجدول (19) وجود فرق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين المتوسطات الحسابية تبعاً لمتغير الكلية، استناداً إلى قيمة (ف) المحسوبة ومستوى الدلالة الموضحة في الجدول قرين كل منها ومقارنتها بقيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05) تبعاً لمتغير الكلية. وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية وجد أن المتوسطات للكليات التطبيقية أعلى منه للكليات الانسانية، مما يعني أن أعضاء هيئة التدريس في الكليات الإنسانية يعزفون عن استخدام الوسائط التعليمية الحديثة والتعليم الإلكتروني وبدرجة اقل من نظرائهم في الكليات العلمية والتطبيقية قيد الدراسة.

وقد يعزى هذا إلى أن أعضاء هيئة التدريس في الكليات العلمية والتطبيقية وأثناء دراستهم في الجامعات قد درسوا الكثير من المقررات في تخصص تقنية المعلومات واستخدامهم للغات الاجنبية في تخصصهم، كما قد يرجع ذلك الى طبيعة التخصص وسهولة الاستخدام، فهم بذلك يميلون لاستخدام التعليم الإلكتروني مع طلبتهم أكثر من أعضاء هيئة التدريس في الكليات الإنسانية.

وتشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وهذا يعني أن أعضاء هيئة التدريس وعلى الرغم من تباين متغيرات الدراسة من (الجنس والدرجة العلمية وسنوات الخبرة التدريسية والفئات العمرية) إلا أنهم لا يختلفون في آرائهم حول عبارات الاستبيان ، كما أن هناك تبايناً واضحاً في الاستخدام العام، ويعد في مجمله منخفضاً نسبياً، ويعزو الباحث هذا الانخفاض النسبي في الاستخدام للوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الالكتروني لدى عينة الدراسة، الى استمرارية سيادة وسيطرة الطرق والأساليب التعليمية التقليدية التي تعتمد على الألقاء والتلقين في التدريس الجامعي (المحاضرة)، وأن عضو هيئة التدريس مازال هو المحور الأساس في إيصال المعرفة وهذا يتطلب ضرورة سعى أعضاء هيئة التدريس نحو الإفادة من التكنولوجيا الحديثة وتطبيقاتها التقنية في العملية التعليمية والتدريبية.

ويري الباحث ان النتيجة مبررة وتشير الى قلت فرص التدريب وعدم تفريغ أعضاء هيئة التدريس للتدريب، وعدم توفير الاحتياجات الضرورية المناسبة لاستخدام هذه التقنيات، وعدم وجود الحوافز

المادية والمعنوية، وأن نسبة أعضاء هيئة التدريس الذين سبق لهم الالتحاق بدورات تدريبية متخصصة، سواء تلك التي عقدت داخل الجامعة أو خارجها تعد منخفضة جداً.

وتظهر النتائج أن جميع فئات الخبرة الأربع واقع الدراسة تمارس التعليم الجامعي تحت نفس الظروف التدريسية تقريباً مع تدني استخدام الوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الإلكتروني، وعدم تلقي دورات تدريبية على استخدام هذه التقنيات في التدريس، لذا جاءت المتوسطات الحسابية بينها متقاربة جداً.

كما ويمكن إرجاع هذا الانخفاض إلى أن أعضاء هيئة التدريس عادة ما يواجهون صعوبات تتعلق بالمفهوم والتعريف لاستخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني في التعليم والتدريب الجامعي، التي تتنوع بتنوع تكوينهم وإعدادهم وبيئاتهم الأكاديمية والعلمية مما يؤدى بدوره إلى تدني أو عدم الاستخدام بالكلية من جانبهم للوسائط والتقنيات الحديثة في العملية التعليمية والتدريبية في كلياتهم.

ويعزو الباحث انخفاض نسبة المشاركين في الدورات التدريبية يمكن أن يعود إلى عدم تنفيذ تلك الدورات من قبل الكلية والجامعة ووزارة التعليم العالي، وعدم توافر الوقت الكافي للتعلم والتدريب، وعدم اتاحة فرص تدريب مناسبة، وافتقار الكليات والجامعة بشكل عام إلى خطة منظمة واستراتيجية عملية واضحة وذات أهداف محددة تتعلق بتدريب وتأهيل أعضاء هيئة التدريس وتطوير مهاراتهم في مجال استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني في التدريس والتدريب الجامعي والحصول على المعلومات الحديثة، وفى نشر ابحاثهم العلمية في المجلات والمنصات الالكترونية العالمية المعتمدة بدلاً من النشر في المجلات الورقية التقليدية.

كما أن غالبية أعضاء هيئة التدريس ممن سبق لهم الالتحاق بدورة أو دورات تدريبية قد حصلوا عليها خارج الجامعة، وتدل هذه النتيجة على أن هناك ضآلة في فرص التدريب المتاحة في الكليات واقع الدراسة في مجال استخدامها وتوفير الحوافز المادية والمعنوية لمن يستخدمها في التعليم والتدريب حسب تخصصاتهم ، وتشير النتائج إلى ضعف الدور المؤسسي والدعم الإداري المتمثل في الجامعات لتوفير الوسائل والتقنيات التعليمية الحديثة المستخدمة، ودعم الوصول الحر للمعلومات والمعارف، وقلة الوعي بأهمية التعليم والتدريب الالكتروني كأحد معايير الجودة والتقييم العالمي لمستوي الجامعات من قبل الجهات العليا المسئولة ، ويواجه استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني العديد من التحديات حسب آراء أفراد العينة، أهمها: انخفاض مستوى وعي القيادات في الكليات والجامعات بخطط الوصول الحر للمعلومات الحديثة وبأقل التكاليف في الوقت والجهد والمال، وكذلك ضعف التعاون في تزويد وإمداد المكتبات بالمحتوى الرقمي للمقررات الدراسية ونتائج أعمال المؤتمرات والبحوث والرسائل العلمية لكلاً من الطلاب والاساتذة، وضعف التوعية والإعلام بأهمية استخدام تلك الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني وفوائده التعليمية الكبيرة.

أهم نتائج الدراسة:

1. تم التوصل الي بناء استبيان مقنن وعلى درجة عالية من الصدق والثبات لقياس مدى إدراك وامتلاك واستخدام وتوظيف المحاضر الجامعي للوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الإلكتروني في العملية التعليمية والتدريبية في التعليم الجامعي.
2. أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة بشكل عام يمتلكون دوافع واتجاهات إيجابية ويؤيدون استخدام الوسائط التكنولوجية الحديثة والتعليم الإلكتروني في العملية التعليمية والتدريبية، رغم تدني استخدامها

وتوظيفها في التدريس، غير أن نسبة صغيرة جداً منهم ترى أن التدريس بالطرق التقليدية تعطى نتائج أفضل.

3. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متغير الجنس (ذكور وانات) واتجاهات المحاضرين نحو استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الإلكتروني فى العملية التعليمية والتدريبية. وبالتالي فإن رؤيتهم في الغالب في اتجاه واحد وتتفق على درجة عالية واتجاهات ايجابية من الرغبة في اكتسابهم لتلك المعارف نتيجة لاشتراكهم في نفس الظروف المجتمعية.

4. أظهرت نتائج الدراسة وجود اتجاهات ايجابية منخفضة تبعاً لمتغير الدرجات العلمية لأعضاء هيئة التدريس قيد الدراسة على عبارات الاستبيان وعن تقارب نسبي لمعدلات الاستخدام للوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني في عملية التدريس والتدريب، ويمكن استقراء ذلك من تدني المتوسطات الحسابية لهذه الفئات لدرجات استخدامهم الفعلي لها.

5. اتضح من نتائج المقارنة بين الفئات العمرية من الجنسين عينة الدراسة وجود مؤشرات أعلي نسبياً لصالح الفئة العمرية من (30: 39 سنة) عن باقي الفئات الأخرى نحو استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني في عملية التدريس والتدريب حسب اجاباتهم على اسئلة محاور الاستبيان، وقد يعود سبب هذه النتيجة الى عدم إدراك أو معرفة وامتلاك المهارات التقنية المناسبة وبضرورة استخدامها في عملية التدريس والتدريب.

6. جاءت متوسطات درجات أفراد العينة حسب فئات الخبرة الأربع واقع الدراسة متقاربة جداً لجميع الفئات، الا ان متوسطات الفئة من (11: 15 سنة) في المحور الأول وفى الاستبيان بشكل عام كانت الأعلى نسبياً بين الفئات قيد الدراسة، وقد يرجع ذلك لأنها تمارس التعليم الجامعي تحت نفس الظروف التدريسية تقريباً مع تدني استخدام الوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الإلكتروني، وعدم تلقي دورات تدريبية على استخدام هذه التقنيات.

7. أظهرت النتائج أن أعضاء هيئة التدريس في الكليات الإنسانية يعزفون عن استخدام الوسائط التعليمية الحديثة والتعليم الإلكتروني وبدرجة اقل من نظرائهم في الكليات العلمية والتطبيقية قيد الدراسة. وقد يعزى هذا إلى أنهم وأثناء دراستهم في الجامعات قد درسوا بعض المقررات في تخصص تقنية المعلومات واستخدامهم للغات الاجنبية في تخصصاتهم، كما قد يرجع ذلك الى طبيعة التخصص وسهولة الاستخدام لديهم.

8. يري الباحث ان هذه النتائج لا تتفق غالباً مع خصائص أفراد الدراسة بصفتهم أعضاء هيئة تدريس في الجامعات، والذين هم أكثر الفئات الواعية والمثقفة في المجتمع والمدركين لأهمية التعليم الإلكتروني واستخدام الوسائط والتقنيات التعليمية والأساليب الحديثة في التعليم والتدريب والتي أثبتت فاعليتها في تحسين وتجويد العملية التعليمية والتدريبية إذا طُبق فعلياً وكلياً في مؤسسات التعليم العالي والبحث العلمي.

9. اظهرت النتائج القصور الواضح في إعداد وتأهيل الكوادر البشرية المؤهلة والمدربة في مجال استخدام الوسائط والتقنيات الحديثة وتكنولوجيا المعلومات، وعدم توافر مهارات الاستخدام، وضعف البنية التحتية والتجهيزات الاساسية والاتصالات المتطورة، فضلاً عن المعيقات المتعلقة بدمج التعليم التقليدي بالتعليم الإلكتروني.

10. إن للوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الالكتروني دور مهم في تسهيل العملية التعليمية والتدريبية والاستيعاب ومشاركة الطلبة، خصوصاً ذوي الاحتياجات الخاصة، حيث تلعب دوراً هاماً في إعداد وتصميم المناهج الدراسية والأنشطة المصاحبة لها.

11. ان العمل الأكاديمي يتطور بشكل مستمر وكذلك تقنيات التعليم والتدريس وأساليبه، مما يجعل أعضاء هيئة التدريس بحاجة إلى التدريب المستمر لتطوير قدراتهم وأدائهم بغض النظر عن سنوات الخدمة لديهم.

12. يواجه التعليم الإلكتروني كثيراً من المشكلات والمعيقات التي من شأنها أن تجعل تطبيقه في مؤسسات التعليم العالي من الصعوبة بمكان، ومن هذه المعيقات والصعوبات ما يلي:

- نقص الوعي لدى أفراد المجتمع بشكل عام بمدى أهمية التعليم الإلكتروني.
- عدم القدرة على التكيف والاستخدام الجيد للتكنولوجيات الحديثة.
- ضعف البنى التحتية والتكنولوجية من مباني وشبكات عالية الجودة.
- صعوبة استخدام التعليم الإلكتروني في تدريس وتدريب بعض التخصصات التطبيقية.
- عدم استعداد المؤسسات والأسرة الجامعية والأساتذة للتحديات التي يفرضها هذا النظام.
- عدم تطور الجامعات والكليات بما يكفي لتساير عالم المعلوماتية واستفادة الطلبة من خدمتها.
- وجود الكثير من التحديات التي تواجه الجامعات اليوم وتتطلب منها التطوير والتحديث المستمر.
- الشعور بأن استخدام الوسائط التعليمية والتكنولوجية الحديثة وبرامج التعليم الالكتروني سيزيد من أعباء الأستاذ والمحاضر الجامعي.
- مقاومة الأساتذة للتعليم الالكتروني الذي يعتمد على التكنولوجيا الحديثة، والتمسك بالأساليب التعليمية التقليدية.

التوصيات والمقترحات: في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة اقترح الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات منها ما يلي:

1. توفير المعلومات والبيانات لصناع القرار للعمل مستقبلاً على إيجاد حلول لجميع المشاكل وتذليلها، وتوفير التنظيم التشريعي والمعايير التي تحكم التعليم الالكتروني في المؤسسات التعليمية للتحول من نمط التعليم التقليدي إلى نمط التعليم الالكتروني.
2. توفير البنية التحتية الضرورية والأجهزة والمعدات الازمة لاستخدام الوسائط التعليمية والتكنولوجية الحديثة وبرامج التعليم الالكتروني، وربطها بشبكة المعلومات الدولية، وإعداد الكوادر البشرية المتخصصة والمدربة.
3. البدء في تطبيق التعليم الإلكتروني بشكل تجريبي، وقيام المؤسسات التعليمية الأكاديمية بتدريس مقررات تكسب الطالب مهارات استخدام تكنولوجيا المعلومات, وذلك يسهل عملية التفاعل والاستفادة من قبل الطلبة مع المواد التعليمية المعروضة الكترونياً.
4. تبني وتشجيع البحث العلمي في مجال استخدام التكنولوجيا الحديثة والتعليم الالكتروني (الافتراضي) بتخصيص دعم مادي لإجراء هذه البحوث وتعميمها، للوسائل والوسائط والتقنيات المستخدمة في التعليم والتدريب الالكتروني.

5. تشجيع الاتجاه نحو استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني، مع ضرورة دعم المكتبات الالكترونية ومراكز المعلومات بالجامعات والكليات بتوفير المصادر والمراجع للدارسين في نظام التعليم الالكتروني، ومنح المكافآت المادية والمعنوية لهم.
6. التركيز على إقامة الدورات والورش التدريبية والندوات العلمية المتخصصة لأعضاء هيئة التدريس والعاملين بالكليات، خصوصاً في الكليات الإنسانية على استخدام الوسائط والتقنيات الحديثة والتعليم الالكتروني من أجل رفع كفاياتهم وتحسين مهاراتهم الفنية في استخدام تقنياته.
7. الزم مؤسسات التعليم العالي بضرورة الاسراع في تبني استراتيجية واضحة ترمي الى التحول نحو استخدام الوسائط والتقنيات التعليمية الحديثة والتعليم الالكتروني وتفعيل استخدامه للوصول الى مجتمع المعرفة وجعل الجامعات أكثر انفتاحاً على التطورات العالمية في العلوم والتكنولوجيا.
8. استثمار أوقات الفراغ الجامعي، والإجازات لتفعيل الدورات التدريبية في المجالات المختلفة، مع ضرورة تحفيز أعضاء هيئة التدريس بصرف مكافأة مادية لذوي الدورات التدريبية الأكثر.
9. ضرورة تكييف المناهج الدراسية في مؤسسات التعليم العالي بما يتناسب وعملية دمج تكنولوجيا المعلومات والاتصالات والتعليم الالكتروني معها وتطوير محتوى تعليمي رقمي وبرمجيات تعليمية حديثة.
10. ضرورة دراسة احتياجات أعضاء هيئة التدريس التدريبية من حين لأخر لتطوير أدائهم المهني.
11. مواكبة التطورات في تكنولوجيا المعلومات وتوظيفها في البرامج الأكاديمية للجامعات من خلال أساليب التدريس والتقويم الحديثة.

المصادر والمراجع:

العريفي، يوسف، (2003) *التعليم الإلكتروني تقنية رائده وطريقة واعدة*، ورقة عمل مقدمة إلى الندوة الأولى للتعليم الإلكتروني، مدارس الملك فيصل، الرياض السعودية.
يماني، هناء (2006)، *"التعليم الالكتروني لمواجهة التحديات التي تواجه التعليم العالي السعودي في ضوء عصر متطلبات تقانة المعلومات"* ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.
لمياء السيد أحمد، وحامد عمار. (2002) *العولمة ورسالة الجامعة رؤية مستقبلية* . بيروت: الدار المصرية واللبنانية للنشر.
اليونسكو، هيئة الأمم المتحدة للتربية والتعليم والثقافة (2005)، *التقرير العالمي لليونسكو: من مجتمع المعلومات إلى مجتمعات المعرفة*، مركز مطبوعات اليونسكو، القاهرة، ص 4.
اليونسكو، هيئة الأمم المتحدة للتربية والتعليم والثقافة (1998)، *التعليم العالي في القرن الواحد والعشرين الرؤية والعمل*، باريس.
العرضاوي، أحمد مسعود: *"تقويم استخدام التقنيات التعليمية فى تدريس مقررات مناهج كلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة طرابلس"* بحث منشور في المجلة العلمية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، العدد التاسع (2008).
بدرخان، سوسن سعدالدين وآخرون، *"درجة تأثير استخدام التقنيات التعليمية الحديثة على جودة التعليم وتطويره في جامعة عمان الاهلية من وجهة نظر أعضاء الهيئة الاكاديمية"*، بحث منشور بمجلة البلقاء للبحوث والدراسات، جامعة عمان الاهلية، المجلد (23) العدد (2)، 2020.
نشوان، تيسير محمود: مجلة جامعة الأقصى: سلسلة العلوم الإنسانية، مجلد8، عدد. 2، (ديسمبر- 2004) ص / 164-202.

https://search.emarefa.net/detail
https://sites. Site/desproocourse
https://instec.wordpress.com

اللعب المبرمج وتأثيره على بعض المهارات الحركية للعبة الرود (الهوكي) لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس

أ.ك. د/ فرج على العتود
أ.م د/ محمد البهلول العلوص

المستخلص

تعتبر عملية تصميم الالعاب المبرمجة مرحلة تمهيدية أساسية من أجل الارتقاء بالجانب الحركي والبدني لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة بشكل عام، ولعبة الرود (الهوكي) بشكل خاص بالإضافة إلى أنها تشكل ركناً أساسياً لا ينبغي الاستغناء عنه في عملية تدريب وتعليم الطلاب، لما تتضمنه من عناصر التشويق المختلفة والمتعددة ويمكن تشكيلها تبعاً للظروف، وتفسير قوانينها حسب الإمكانيات ورغبة المدربين. يهدف البحث يهدف البحث إلى وضع برنامج تعليمي باستخدام اللعب المبرمج والتعرف على فاعلية في تعليم بعض المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة - دفع الكرة) في للعبة الرود (الهوكي) لطلبة الفصل الاول لكلية التربية الدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين ذو القياس القبلي البعدي لملأمته لطبيعة البحث. عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس المرحلة الاولى من (تحت 23 سنة) قوامهم، (20) طالب. اهم النتائج :توصل الباحثين بان اللعب المبرمج أكثر الأساليب التدريبية تكيفاً وانسجاماً في تطوير المتغيرات المهارية والحركية قيد البحث لهذه المرحلة مما يساهم هذا الأسلوب في تطوير الإنجاز لعبة الرود (الهوكي).

الكلمات المفتاحية : اللعب المبرمج، المهارات الحركية ، لعبة الهوكي.

Abstract:

The process of designing programmed games is considered an essential preliminary stage in order to improve the motor and physical aspect of practicing various sports activities in general, and the game of hockey in particular. In addition, it constitutes a basic pillar that should not be dispensed with in the process of training and educating students, because of the various elements of excitement it contains. It is multiple and can be formed according to circumstances, and its laws can be interpreted according to the capabilities and desire of managers. The research aims to develop An educational program using programmed play and identifying the effectiveness of teaching some basic skills (push advance - roll advance - push the ball) in the game of hockey for students of the first semester of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tripoli. Research methodology: The researchers used the experimental method by designing two groups with measurement. Pre-post because it suits the nature of the research. Research sample: The research sample was chosen intentionally from the College of Physical Education and Sports Sciences University of Tripoli Research Methodology: The researchers used the experimental method with a two-group design with pre-post measurement because it suits the nature of the research.

Research sample: The research sample was chosen intentionally from the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Tripoli, first stage, from (under 23 years of age), consisting of (20) students. The most important results: The researchers concluded that programmed play is the most adaptable and harmonious training method in developing the skill and motor variables under research at this stage, which contributes to the development of achievement in the game of hockey.

Keywords: Programmed play, motor skills, hockey.

مقدمة البحث :

تعتبر عملية تصميم الالعاب المبرمجة مرحلة تمهيدية أساسية من أجل الارتقاء بالجانب الحركي والبدني لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة بشكل عام، ولعبة الرود (الهوكي) بشكل خاص بالإضافة إلى أنها تشكل ركناً أساسياً لا ينبغي الاستغناء عنه في عملية تدريب وتعليم الطلاب، لما تتضمنه من عناصر التشويق المختلفة والمتعددة ويمكن تشكيلها تبعاً للظروف، وتفسير قوانينها حسب الإمكانيات ورغبة المدربين.

ويذكر محمد زغلول (2001) إن استخدام الكتيب المبرمج في الواجبات النظرية والعملية، يجعل الطلبة يعتمدون على أنفسهم في تعليم المهارات الحركية وهو يختلف عن الكتيب الدراسية الأخرى، حيث وصفت مادته العلمية بطريقة خاصة لتمكنهم من تعليم المهارات الحركية بأقصر وقت وبأقل مجهود وبأسهل وأحدث الأساليب العلمية. (12:17)

تعتبر الألعاب المبرمجة هي مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها الطالب، ذات قوانين بسيطة وغير معقدة ويمكن التعديل فيها وفقاً لمستوى قدرات المتعلم، وهي محددة بملعب أو بأدوات، والتي منها ألعاب المحاورة وألعاب الكرة ومسابقات التتابع .(21: 15)

يذكر سالم سودان (2000) بأن الألعاب بشكل عام ولعبة الرود بشكل خاص تعتبر من أنسب الأنشطة الرياضية للمبتدئين الصغار والكبار معاً، كما أنها تعد إعداداً تمهيدياً لبعض الألعاب الكبيرة حيث تتيح الفرصة لتعلم المهارات الأساسية المختلفة، وبالتالي تنمية القدرات البدنية والحركات الأساسية إلى أن تصبح أقرب ما يمكن للعبة الرود، والألعاب المبرمجة هي مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها الطالب، ذات قوانين بسيطة وغير معقدة ويمكن التعديل فيها وفقاً لمستوى قدرات الطلاب، والتي منها ألعاب نطر الكرة وغرف الكرة والتقدم بالكرة واستقبال الكرة والتصويب (10: 175)

ويرى صباح علي (2001) أن التعليم المبرمج يقصد به إعداد المادة التعليمية في صورة نماذج تدريبية تراعى فيها الاستجابة التعليمية. (12: 115)

بينما تذكر وفيقة سالم (2001) أن التعليم المبرمج هو أسلوب التعلم الذاتي، ويعتبر من أوائل الاستراتيجيات العلمية التي سمحت بفردية التعليم بمعنى أنها تمكن المتعلم من أن يعلم نفسه بنفسه، ويتدرج في تعليمه بالسرعة التي تتناسب مع قدرته واستعداداته، بمعنى أنه أسلوب يمكن أن يراعى الفروق الفردية بين المتعلمين.(18: 125)

ويتفق كل من محمد خليل وأحمد عبد العظيم (2003) إلى أن المهارات الحركية الأساسية هي القاعدة الأساسية لتطوير المهارات اليومية الهادفة والآمنة كما تعد الأساس لجميع المهارات المتخصصة والتي تحتويها الألعاب الرقص والجمباز و الرود (الهوكي) . (17: 47)

أهمية البحث : -

تكمن أهمية البحث في أن اللعب المبرمج في محاضرات التربية البدنية قد يسهم في تحسين المهارات الحركية و المهارية التي بدورها تحقق التعلم بشكل اسرع واكثر دقة، كما يعتبر من الوسائل التي تخرج بالمحاضرة من إطارها التقليدي إلي التشويق والإثارة والمرح، وهذا بدورها يتوقف على نوع أدوات اللعب وعلى ومدى حريتهم في اللعب، لذا ينبغي تزويد الطلبة بأدوات اللعب المختلفة والمناسبة لقدراتهم وإمكانياتهم .

هدف البحث :-

يهدف البحث إلى وضع برنامج تعليمي باستخدام اللعب المبرمج والتعرف على فاعلية في تعليم بعض المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة - دفع الكرة) في للعبة الرود (الهوكي) لطلبة الفصل الاول لكلية التربية الدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس

فروض البحث :-

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث الأساسية (المجموعة الواحدة) في مستوى أداء بعض المهارات الاساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في لعبة الرود (الهوكي) ولصالح القياس البعدي .

2 - توجد نسب تحسن للقياس البعدي عن القياس القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في لعبة الرد (الهوكي) .

المصطلحات الواردة بالبحث :-

1 اللعب المبرمج :- هو نشاط حركي منظم ومقنن وموجه لتنمية وتحسين وتغيير سلوك تربوي إلى الأفضل سواء كان هذا السلوك معرفي أو حركي.(14 : 8)

2- الكتيب المبرمج :- هو اسلوب للتعليم يمكن الطلبة من أن يتعلم بشكل اسرع بحيث يسير في عملية عمله حسب قدراته الخاصة واهتماماته وميوله وحاجاته وحسب سرعته في اكتساب الخبرات وتحقيق الاهداف (9: 91)

3 الأنشطة الحركية :هي جزء من التربية البدنية التي تتم عن طريق ممارسة النشاط البدني أو الحركي ، التي تعمل علي اكتساب الفرد قدرات حركية وبدنية وصحية واكتسابهم الاتجاهات السلوكية عن طريق الحركة. (17: 24)

الدراسات المرجعية :-

1 - دراسة : محمد البهلول العلوص (2012) (14)

عنوان الدراسة :- اللعب المبرمج وتأثيره على بعض المهارات الحركية والمكونات البدنية لمسابقات العاب القوى لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي هدف الدراسة :- التعرف على فاعلية اللعب المبرمج و تأثيره على بعض المهارات الحركية والمكونات البدنية لمسابقات العاب القوى لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي منهج الدراسة :- استخدم الدارس المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة .

عينة الدراسة :- تلاميذ المرحلة السنية من (12- 14سنة) قوامهم (50) تلميذاً من مرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني (بنين) نتائج الدراسة :- استخدام اللعب المبرمج له تأثير إيجابي على بعض المهارات الحركية .

2- دراسة : هند محمد أحمد فرحات (2001) (16)

عنوان الدراسة : تأثير استخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعلم على تعليم بعض المهارات الحركية الاساسية في الكرة الطائرة وكرة السلة .هدف الدراسة : التعرف على تأثير برنامج باستخدام تكنولوجيا التعلم على اختلاف أنواعها (سمعية - بصرية - سمعية بصرية) على المهارات الحركية الاساسية في الكرة الطائرة وكرة السلة .منهج الدراسة : استخدمت الدارسة المنهج التجريبي بتصميم الأربع مجموعات متكاملة لملائمته لطبيعة الدراسة . عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة طالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية الرياضية بجامعة الزقازيق وعددها (120طالبة)اهم النتائج :

1- إن بعض أنواع وسائل تكنولوجيا التعلم سواء المرئي أو السمعي لها الاثر الإيجابي على تعلم إتقان الأداء المهاري لبعض المهارات الحركية الاساسية بالكرة الطائرة وكرة السلة .

1- لقد حققت المجموعات التجريبية الثلاث تفوقا على التجريبية الرابعة (التقليدية) في تحسين أداء مهارة الإرسال الموجة من أسفل في الكرة الطائرة .

3-- دراسة : فستر ماشر – كيفن – مايكل Fester. Kevin. Maichl(2001)(19)

عنـــــوان الدراسة :- برنامج تدريب المهارات الحركية المبني على استخدام الفيديو التفاعلي وأثرة على تعلم تلك المهارات. هدف الدراسة:- إدماج طرق تدريب جيدة وجديدة ومعرفة فاعليتها من خلال الوسائط المتعددة .منهج الدراسة :- استخدم الدارس المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة .عينة الدراسة:- اشتملت عينة الدراسة على (40) تلميذا من إحدى المدارس الثانوية .نتائج الدراسة :- إن البرنامج التجريبي له أثر إيجابي على المجموعة التجريبية عن مستوى مهارات المجموعة الضابطة بدلالة إحصائية معنوية .

بعد اطلاع الباحثين على الدراسات المرجعية التي أمكن الحصول عليها وجد أنها ألقت الضوء على الكثير من المعلومات التي تفيد الباحثون وتعتبر دليلاً لعمله من خلال:

1. المنهج المستخدم من قبل كافة الدراسات المرجعية وهو المنهج الذي اعتمده الباحثين لملاءمته لطبيعة دراسته {المنهج التجريبي}.
2. جميع عينات الدراسات المرجعية كانت من كليات التربية الرياضية وهي نفس المرحلة المستهدفة من قبل الباحثين .
3. أعطت الدراسات المرجعية الطريق السليم لاختيار الاختبارات ، والقياسات ، والمعالجات الإحصائية المناسبة .
4. اعتمد الباحثين في مناقشة وتحليل النتائج على بعض الدراسات المرجعية .

إجراءات البحث :-

منهج البحث :- استخدم الباحثين المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين ذو القياس القبلي البعدي لملأمته لطبيعة البحث..

مجتمع البحث :- يمثل مجتمع البحث طلاب كلية التربية البدنية في مدينة طرابلس تحت (23) سنة وبلغ عددهم (20) طالب.

مجالات البحث:-

المجال البشري:- طلاب كلية التربية البدنية جامعة طرابلس تحت 23 سنة.

المجال الزماني:- الموسم التدريبي (2022 - 2023).

المجال المكاني:- تم تطبيق الدراسات الاستطلاعية والدراسة الأساسية بالصالة الرياضية بالمدينة الرياضية .

عينة البحث :- تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس المرحلة الاولى من (تحت 23 سنة) قوامهم، (20) طالب.

جدول (1)

توصيف أفراد العينة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للقياسات الأساسية لأفراد البحث

ن =20

الدلالات الإحصائية / المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر بالنسبة	سنه	22.54	22.50	1.22	0.75
الطول	متر	173.23	2.90	876.	0.49
الوزن	كجم	69.00	66.50	3.17	1.49

يتضح من الجدول (1) أن معاملات الالتواء للمتغيرات الأساسية قيد البحث تنحصر ما بين (أقل من ± 3) مما يدل على تكافؤ وتجانس أفراد العينة مجال البحث .

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :-

1- استمارة جمع البيانات .
2- ميزان طبي.
3- مسطرة .
4- مضارب هوكي .
5 - شريط قياس.
6- جهاز حاسب آلي
7- ساعة إيقاف.
8- قرص صلب CD.

القيـــاســـات المستخدمة في البحث :-

القياسات الأساسية :- (العمر - الوزن - الطول)

القياسات البدنيـــة :-

- اختبار ثنى الذراعين من الانبطاح المائل :- لقياس القوة العضلية للذراعين .
- اختبـــار الوثب العريض من الثبـات :- لقياس القدرة العضلية للرجلين .
- رمـي كرة طبيـة أماماً وزن (2 ك) :- لقياس قدرة عضلات الذراعين والصدر.
- رمي كـرة طبية خلـفاً وزن (2 ك) :- لقياس قدرة عضلات الذراعين والظهر.
- جلوس طويـل لمـس القدمـين :- لقياس مرونة العمود الفقري.
- اختبار ثني الجدع امام اسفل من الوقوف :- لقياس مرونة الجدع و الفخذ .

الاختبارات المهارية :-

- اختبار سرعة التقدم عن طريق دفع الكرة لمسافة (30م)
- اختبار سرعة التقدم عن طريق دحرجة الكرة لمسافة (20م)
-اختبار قوة دفع الكورة .

- اختبار سرعة دفع الكورة.
- اختبار دقة دفع الكورة .

الدراسة الاستطلاعية :

- تم تطبيق استمارة استطلاع رأي المدربين للتعرف على محتوى البرنامج التدريبي للألعاب المبرمجة

الدراسات الأساسية :

أجريت في الفترة ما بين (19 / 4/ 2023) - (20 / 6 / 2023) طيلة أيام الأحد والاثنين وذلك.

المعالجات الإحصائية :

المتوسط الحسابي ، الوسيط ،الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ،اختبار T الفروق .

أولاً : معامل الصدق :-

تم حساب معامل الصدق للاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث باستخدام الصدق بين مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية (أ))(10) طلاب بالفصل الاول بكلية التربية البدنية والاخرى مجموعة تجريبية (ب) (10) طلاب عينة البحث الاستطلاعية (من مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية ، وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين في نتائج الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث وجدول (2) يوضح ذلك (دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية (أ) والمجموعة التجريبية (ب) في الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث .

جدول (2)
دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية (أ)) والمجموعة التجريبية (ب)
للاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث

ن=10

الاختبارات	وحدة القياس	مجموعة تجريبية (أ)		مجموعة تجريبية (ب)		قيمة (ت)
		م	ع	م	ع	
القوة العضلية للذراعين	عدد	6.12	1.02	3.90	0.95	*4.77
القدرة العضلية للذرعين	متر	30.75	0.43	22.3	0.31	*2.99
القدرة العضلية للدراعين	متر	10.22	0.05	5.1	0.10	*4.59
مرونة الجدع	سم	5.15	1.57	3.2	1.33	*3.26
التوافق بين الذراع والعين	درجة	13.20	1.33	12.33	1.71	*2.92
التقدم بالكرة	ثانية	31.24	1.61	29.2	2.29	*6.15
التقدم بدحرجة الكرة	ثانية	27.71	1.48	25.37	2.11	*4.32
قوة دفع الكرة	متر	5.95	1.16	5.30	27.1	*2.25
سرعة دفع الكرة	ثانية	25.16	1.29	.23	24.1	*5.23
دقة دفع الكرة	عدد	1.30	0.57	0.45	51.0	*2.75

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى 05.0 = 2.10

يتضح من الجدول (2) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين المجموعتين (أ) و (ب) في الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث لصالح المجموعة (أ) مما يشير إلى صدق الاختبارات لما وضعت من أجله.

ثانياً : معامل الثبات:لحساب معامل الثبات أستخدم الباحثين طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة التطبيق ، وذلك بتطبيق الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث علي أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق

مرة أخرى علي نفس العينة بعد مرور يومان من التطبيق الأول ثم تم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني ، وجدول(3) يوضح ذلك.

جدول (3)

معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

ن=10

الاختبارات	وحدة القياس	مجموعة تجريبية (أ)		مجموعة تجريبية (ب)		قيمة (ت)
		م	ع	م	ع	
القوة العضلية للذراعين	عدد	20	0.90	13.7	1.11	*0.79
القدرة العضلية للذرعين	متر	40.75	0.31	24.34	0.39	*0.34
القدرة العضلية للدراعين	متر	15.12	0.10	8.87	0.15	*0.59
مرونة الجدع	سم	9.39	1.33	6.76	1.59	*0.56
التوافق بين الذراع والعين	درجة	19.44	1.71	12.33	1.48	*0.92
التقدم بالكرة	ثانية	44.12	2.29	29.2	2.11	*0.15
التقدم بدحرجة الكرة	ثانية	30.4	2.11	29.37	2.71	*0.32
قوة دفع الكرة	متر	15.25	27.1	11.30	1.31	*0.25
سرعة دفع الكرة	ثانية	29.4	42.1	23.22	1.22	*0.23
دقة دفع الكرة	عدد	8.98	51.0	5.88	0.57	*0.98

يتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين التطبيقين الاول و الثاني في الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث مما يشير إلى ثبات الاختبارات عند التطبيق

جدول (4)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي و البعدي لأفراد عينة البحث الأساسية

في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الرود (الهوكي)

ن=10

الاختبارات	وحدة القياس	مجموعة تجريبية (أ)		مجموعة تجريبية (ب)		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		م	ع	م	ع		
التقدم بالكرة	ثانية	36.92	3.51	30.24	5.64	6.69	*5.64
التقدم بدحرجة الكرة	ثانية	31.11	3.14	27.02	3.91	4.09	*3.91
قوة دفع الكرة	متر	75.4	62.1	7.30	4.76	2.75	*4.76
سرعة دفع الكرة	ثانية	29.28	07.3	22.21	5.28	5.68	*5.28
دقة دفع الكرة	عدد	64.0	53.0	2.33	5.63	1.69	*5.63

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.201

يتضح من جدول (4) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى أداء المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الهوكي ولصالح القياس البعدي

جدول (5)
نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية
في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الرود (الهوكي)

ن=10

المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة تجريبية (أ)	مجموعة تجريبية (ب)	نسبة التحسن
		قبلي	بعدي	
التقدم بالكرة	ثانية	36.92	30.24	%22.12
التقدم بدحرجة الكرة	ثانية	31.11	27.02	%15.14
قوة دفع الكرة	متر	75.4	7.30	%57.89
سرعة دفع الكرة	ثانية	29.28	22.21	%25.12
دقة دفع الكرة	عدد	64.0	2.33	%26.04

- عرض النتائج ومناقشتها :-

في ضوء النتائج المتحصل عليها والتي تمّ معالجتها إحصائياً، قام الباحثين بمناقشتها وتفسيرها:-

أ- مناقشة نتائج فرض البحث الأول:-

أسفرت نتائج جدول (4) عن عند مستوى وجود فروق دالة إحصائيا 05.0 بين ً القياسين القبلي والبعدي الأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى أداء المهارات الأساسية) التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الرود (الهوكي) ولصالح القياس البعدي.

ويعزو الباحثين التحسن في مستوى أداء المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الهوكي لدى أفراد عينة البحث الأساسية إلى استخدام الالعاب المبرمجة المقترح وما تضمنه من مجموعة متنوعة من الالعاب التمهيدية ساعدت على تعلم المهارات بطريقة كلية دون تجزئة للمهارة من خلا ل الممارسة الفعلية بين الطلاب وبعضهم البعض مما أدى إلى زيادة نشر روح المرح والسرور والتنافس بين الطلبة ، وزيادة دافعية الطلاب نحو عملية التعلم مما أدي إلى وجود فعالية في تعليم المهارات الأساسية المختلفة قيد البحث ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه ديفيد (Devid 1996) نيكولز Nichols)(1997)أن الألعاب التمهيدية تعمل على تطوير المهارات الأساسية لأنها تتيح الفرصة لممارسة القواعد الأساسية للعبة، كما تسهم أيضا في الرياضات ًالاخرى (20 : 175)

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الأول والذى ينص على:" توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث الاساسية)المجموعة الواحدة(في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الرود (الهوكي) ولصالح القياس البعدي"

ب - مناقشة نتائج فرض البحث الثاني:

أشارت نتائج جدول (5) إلى وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى أداء المهارات الاساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الهوكي تراوحت ما بين (15.14% . 26.04%)

ويعزو الباحثين وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى أداء المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الرود (الهوكي) إلي فاعلية استخدام الالعاب المبرمجة في تعلم المهارات الاساسية قيد البحث لطلاب المجموعة الثانية مما أعطى

لهم فرصة ممارسة وأداء المهارات بصورة كلية داخل مواقف وفقاً اللعب المختلفة الأمر الذى أسهم في الارتقاء بإدراكهم للمهارات وإتقانها لأهداف البرنامج الموضوع

ويضيف كل من : إيلين وديع (2002) (مفتي حماد) 2002)أن الألعاب التمهيدية وألعاب الفرق تمد الطفل بخبرات هامة في المدرسة علي اختلاف مستوياتها فهي تساعد في تحقيق الحاجه إلي نشاط العضلات الكبيرة ، وإلي تنمية المهارات الاساسية ، كما أن الاستخدام الجيد لألعاب الكرات التمهيدية الالعاب الجماعية (الهوكي) سوف يعمل على توفير واعطاء الفرص المتنوعة لاستخدام المهارات الحركية ، وتحقيقها لأهداف التربوية (.5: 45- 76)

الاستنتاجات:-

من خلال مناقشة وتفسير نتائج البحث توصل الباحثين إلى الاستنتاجات التالية:-

1- الالعاب المبرمجة لها تأثير فعال دال إحصائياً عند مستوى 0.05 في مستوى أداء بعض المهارات الاساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الرود (الهوكي) لدى طلاب المجموعة الاولي .

2- وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى أداء المهارات الأساسية قيد البحث في الرود (الهوكي) تراوحت ما بين (14.15%) (26.04%)

3-توصل الباحثين بان اللعب المبرمج أكثر الأساليب التدريبية تكيفاً وانسجاماً في تطوير المتغيرات المهارية والحركية قيد البحث لهذه المرحلة مما يساهم هذا الأسلوب في تطوير الإنجاز لعبة الرود (الهوكي).

5/ 2 التوصيات:-

1- الاهتمام باستخدام الألعاب المبرمجة لتعلم وإتقان المهارات الأساسية (التقدم بالدفع - التقدم بالدحرجة – دفع الكرة) في الهوكي للطلاب الصف الاول جامعة طرابلس .

2- العمل على إدراج الرود (الهوكي) ضمن المنهاج المدرسي للتلاميذ بالمرحلة الإعدادية والثانوية .

3 - إجراء دراسات علمية عن باقي مهارات الهوكي ، والتي لم تخضع للدراسة الحالية ، وعلى فئات أخرى حيث أن المجال مازال في حاجة شديدة إلى دراسات علمية لحل كثير من القضايا الخاصة بتعليم المهارات في قطاع العام و الخاص.

المـــــــراجع:

1- أبو العلاء عبد الفتاح (2012). التدريب الرياضي المعاصر "الاسس الفسيولوجية – الخطط التدريبية - تدريب الناشئين - التدريب طويل المدى - اخطاء حمل التدريب، الطبعة الاولى، دار الفكر العربي.

2- اشرف محمد السيد, محمد لطفي السيد عمر محمد لبيب (2008). الإعداد البدني في المجال الرياضي رؤية تطبيقية لتنمية القدرات البدنية، دار الهدى للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.

3- السيد صلاح قاسم (2017). تأثير برنامج تدريبي مقترح وفقاً لنسبة مساهمة العضلات العاملة على بعض مؤشرات الأداء المهارى والمستوى الرقمي لمسابقة دفع الجلة، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.

4- السيد عبد المقصود (1999). نظريات التدريب الرياضي في الجوانب الاساسية في العملية التدريبية، القاهرة.

5- ألين وديع فرج (2002). خبرات في الألعاب للصغار والكبار، الطبعة الثانية، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر.

6- أمحمد الفيتوري الحداد (2012). تأثير استخدام نماذج بليومترية على تحسين بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي لمسابقة دفع الجلة بليبيا، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
7- بسطويسي أحمد بسطويسي (2014). اسس تنمية القوة العضلية في مجال الفعاليات والالعاب الرياضية، مركز الكتاب الحديث، الطبعة الاولى.
8- تامر عويس الجبالى (2009). اسس "الاعداد البدني " القدرة في الانشطة الرياضية.
9- خيرية إبراهيم السكري, محمد جابر بريقع (2008). التدريب البليومتري للرياضيين " لكل المستويات - رياضات مختلفة "، الجزء الثالث، منشأة المعارف.
10- سالم عبد اللطيف سودان (2000) تدريس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ملتقى الفكر العربي ، الإسكندرية
11- شريفي علـي مـحمد (2010) تأثير برنامج مقترح للأنشطة الحركية على بعض عناصر اللياقة البدنية ومفهوم الذات لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي ، مجلة علمية تخصصية ثقافية للعلوم الرياضية والاجتماعية ، منشورات كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الفاتح .
12- صـباح علـي صـــقر (2001) تأثير التعليم المبرمج باستخدام بعض الوسائط المرئية على تعلم مهارات رياضة التاكواندو، المجلة العلمية للتربية الرياضية ، ع38 ، جامعة حلوان ، الهرم.
13- عادل مفتاح ضؤ (2008) تأثير أساليب التدريس في تعلم الوثب الثلاثي لطلاب الصف التاسع في التعليم الاساسي رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة السابع من ابريل ، كلية التربية البدنية .
14- محمد البهلول العلوص (2012) اللعب المبرمج وتأثيره على بعض المهارات الحركية والمكونات البدنية لمسابقات العاب القوى لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي ،رسالة ماجستير
15- محمد الســيد خليل (2003) وأحمد عبد العظيم عبد الله التربية الحركية النظرية والتطبيق، الطبعة الثالثة، مطبعة الأمل للأوفست ،المنصورة.
16-هند محمد أحمد فرحات **(2001)** تأثير استخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعلم على تعليم بعض المهارات الحركية الاساسية في الكرة الطائرة وكرة السلة رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.
17- محمد سعد زغلول وآخرون (2001) تكنولوجية التعليم والتعلم وأساليبها في التربية البدنية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
18- وفيقة مصطفي سالم (2001) تكنولوجية التعليم والتعلم في التربية الرياضية، الجزء الأول، منشأة المعارف، الطبعة الأولي ،الإسكندرية .
19-, Fester. Kevin. Maichl (2001) An interactive computer. Based social. Skills training program. Development. And use with children attention deficit hyperacidity. Disorder. The

20- Devid (1996) نيكولز Nichols. Dependence of release variables in the shot put,journal of biomechanics 34, 449-456, 2001.
21-Michael Young. Critical factors in the shot put Trach coachkrall, com, 2004.
22-Patrick Dale Main Muscles Used During a Shot Put. http:// www.livestrong.com/article/332750-main -muscles-used-during-shot-pu, 2014.

دراسة مقارنة في تخطيط عضلة القلب بين متسابقي المسافات الطويلة وعدائي المسافات القصيرة

أ.ك.د/ حاتم سالم الشحومي
أ.م.د/ احمد كامل حسنين

المستخلص

يهدف البحث الي التعرف على الخصائص التي تميز رياضيي العاب القوى في التخطيط الكهربائي لعضلة نتيجة برامج التدريب الرياضي المتخصصة في تدريب المسافات الطويلة والقصيرة والمتمثلة في زمن الدورة القلبية R:R وزمن المرحلة (المركب. QRS) وتحقيقا لأهداف البحث صاغ الباحثان هذا التساؤل:- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في تخطيط الكهربائي لعضلة القلب بين عدائي المسافات القصيرة ولاعبي المسافات الطويلة. واهم المصطلحات المستخدمة في البحث:الفترة RR: هي زمن دورة قلبية كاملة بين انقباض وارتخاء عضلة القلب . وذلك بقياس المسافة بين الذبذبتين RR وتقاس بالملي ثانية. المركب :QRS تمثل هذه الموجة انقباض البطينين أي فترة انتقال الاشارة خلال البطينين ويقاس بالملي ثانية.وكانت اهم النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات زمن المرحلة RRوكذلك في مرحلة QRS حيث يزيد زمن مرحلة RR لدى لاعبي المسافات الطويلة عنها لدى عدائي المسافات القصيرة انها دلالة عن زيادة زمن الدورة القلبية لدي لاعبي المسافات الطويلة عن عدائي المسافات القصيرة وان ارتباط هذه الزيادة دليل عن زيادة حجم القلب لدى لاعبي المسافات الطويلة مقارنة بعدائي المسافات القصيرة ، وان ارتباط هذا الزمن بحجم القلب يشير الي زيادة المساحة التي تسري فيها الموجة الكهربائية للقلب وبالتالي تقل عدد ضربات القلب.

الكلمات المفتاحية : التخطيط الكهربائي للقلب ، العدو ، الجري .

Abstract

The research aims to identify the characteristics that distinguish athletics athletes in the Electrocardiography of the heart as a result of sports training programs specialized in long and short distance training, represented by the cardiac cycle time R:R and Phase time) Composite QRS . In order to achieve the objectives of the research, the researchers formulated this question-:Are there any significant differences in electromyography between short-distance runners and long-distance runners.The most important terms used in the research:Period: RR is the time of a full cardiac cycle between contraction and relaxation of the heart muscle. By measuring the distance between the two oscillations RR is measured in milliseconds.Composite QRS: this wave represents the contraction of the ventricles, that is, the period of signal transmission through the ventricles and is measured in milliseconds.

The most important results were the presence of statistically significant differences between the averages of the RR Phase time as well as in the QRS phase, where the RR Phase time is higher for long-distance runners than for short-distance runners.it is an indication of an increase in cardiac cycle time for long-distance runners than for short-distance runners. and the correlation of this increase is evidence of an increase in heart size in long-distance players compared to short-distance runners. and the correlation of this time with heart size

indicates an increase in the area in which the electric wave of the heart runs and therefore the number of heartbeats decreases.

Keywords: Electrocardiogram, jogging, running.

المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر الاختبارات الفسيولوجية (الوظيفية) واحدة من المجلات التي يمكن عن طريقها دراسة الاداء الرياضي ومن ثم تحسينه فقد اظهرت نتائج البحوث والدراسات المختلفة ان المستوى العالي يتطلب قدرة فسيولوجيا عاليا بجانب الاستعداد البدنية والنفسية لنوع النشاط الممارس حيث يؤكد اغلب العلماء والدارسين في هذا المجال ان أي قياسات لتقييم اللياقة البدنية ليس له قيمة اذا لم تكن قائمة على اعتبارات فسيولوجية .

وفي مجال التدريب في العاب القوي هناك تنوع واختلاف في طريقة التدريب والعمل الحركي من حيث السرعة والتحمل في مسابقات الجري الامر الذي شغل اغلب المدربين والباحثين في الكشف عن افضل الطرق والاختبارات لتقييم الحالة التدريبية والوظيفية للاعبين حيث ان صفة السرعة والتحمل ترتبط ارتباطا كبيرا بالخصائص الفسيولوجية للاعب وهذا مما حث الباحث الي اجراء مثل هذه الاختبارات الوظيفية الفسيولوجية والمتمثلة في التخطيط الكهربائي لنشاط عضلة القلب.

يعتبر القلب من أهم مكونات الجهاز الدوري فهو عضو عضلي ذو أربعة تجاويف يعمل على شكل مضخة مزدوجة .فالجزء الأيمن يضخ الدم إلى الرئتين لكي يتزود بالأوكسجين، ويتخلص من ثاني أكسيد الكربون، والجزء الأيسر وظيفته ضخ الدم إلى الجسم لتزويد الأنسجة بالأوكسجين، وحمل ثاني أكسيد الكربون إلى الرئتين لطرحه إلى الخارج في هواء الزفير(غصون فاضل هادي ص 105 2010).

و يتفق أغلب المهتمين بمجال فسيولوجيا الرياضة في ذكر المقاييس والموصفات لعضلة القلب، حيث يعتبر القلب عضو عضلي مجوف ينقسم طولياً بحاجز يعزل النصف الأيمن عن الأيسر، وكل نصف ينقسم إلى أذين وبطين يفصلهما حاجز ليفي ينقل الدم في اتجاه واحد من الأذين إلى البطين، ومنها إلى الأوردة والشرايين الرئوية بفضل صمامات تجود عند الفتحات الداخلة من البطين، ويرتبط غلق وفتح الصمامات بمقدار الضغط الواقع على كلا الجانبين.

و يذكر محمد حسن علاوي(1984 ص164) ان سمك جدار القلب تختلف تبعاً لاختلاف شدة العمل الذي يقوم به كل جزء من أجزاء القلب .فيبلغ سمك جدار البطين الأيسر حوالي(15:10) ملم ، بينما يقل عن ذلك سم جدار البطين الأيمن ملم(8:5) ، ويبلغ سمك جدار الأذنيين حوالي ملم (2:3)، ويتحدد حجم القلب بحجم تجويفه، وكذلك سمك جدرانه، ويرتبط هذا الحجم بمقاييس الجسم والعمر، والنشاط الحركي للإنسان ويصل حجم القلب بالنسبة للرجال في المتوسط 800:700 سم3 ، وللسيدات من600:500 سم^3 ويزيد عادة بالنسبة للرياضيين بحوالي 300:100 سم ^{3} ويمكن أن يصل في بعض الأحيان من 1200:1000سم ^{3} إلا أن الزيادة المفرطة في حجم القلب يمكن أن تضر الموجات الانقباضية لعضلة القلب، ويبلغ وزن القلب حوالي 300:250 جرام ، ويقل عن ذلك للسيدات من(15:10%) ، ويبلغ طول القلب في المتوسط 14 سم، والعرض12 سم، ويبلغ حجم تجاويف البطين حوالي من 300:250 ملليلتر ، ويقل بعض الشيء بالنسبة للسيدات، ونظراً لارتباط حجم القلب ووزن الجسم يفضل مراعاة ذلك عند حساب حجم القلب بالنسبة إلى تلك القياسات .

ويشير في الصدد احمد سيد محمد وعادل ابراهيم عمر (2001) ان طرق التدريب تشترك جميعها في التأثير على وظائف القلب خاصة الدفع القلبي وحجم الضربة، لأنها تؤدي الي زيادة التجويف البطيني للقلب دون حدوث زيادة في سمك الجدار وهذا يؤدي الي دفع كمية اكبر من الدم في القلب ، وأضاف مسترشدا برائي الكثير من العلماء ان هناك حدود للتمدد الفسيولوجي للقلب الرياضي وأن هذه الزيادة المفرطة قد تؤدي الي تمدد مرضي ، حيق تعكس هذه الزيادة نواحي مرضية في عضلة القلب، والتي قد يكون احد اسبابها التدريب الرياضي الخاطئ والغير مقنن .

ويذكر علي نعمه 1984 ان الدفع القلبي هو كمية الدم التي يضخها القلب في الدقيقة الواحدة، وتقاس باللتر أو المليلتر، ويكون الدم المدفوع من البطين الأيسر، ويتراوح حجم الدفع القلبي عادة ما بين (6:5)لتر في الدقيقة .ويعتمد الدفع القلبي على عالين هما:

- **حجم الضربة:**

يبلغ متوسط حجم الضربة أثناء الراحة في وضع الوقوف للأشخاص العاديين من (90:70) ملليلتر، ويقل عن ذلك بالنسبة للإناث حيث يتراوح ما بين (70:50) ملليلتر، ويرتبط حجم الضربة أيضاً بحجم تجويف عضلة القلب، وكلما كان حجم الضربة أكبر، لما ان معدل القلب أقل، وهذا يفسر سبب انخفاض معدل القلب لدى الرياضيين.

- **معدل دقات القلب:**

يتحدد معدل القلب عن طريق ايقاع الاستثارة في العقدة الأذينية ، ويحسب معدل القلب عن طريق حساب معدل النبض الشرياني أو بواسطة عدد ضربات القلب على القفص الصدري عن طريق السمع عند الضلع الخامس من اليسار.(نعمة علي,1984. ص 160).

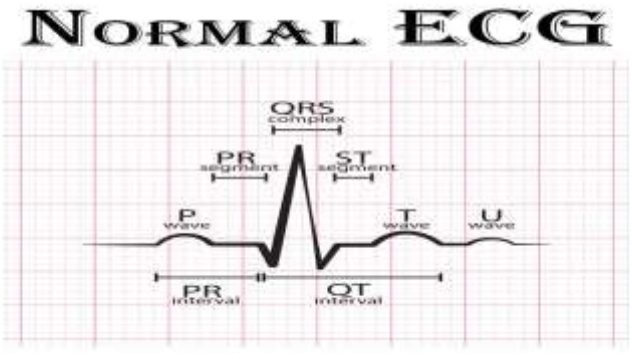
و تستخدم طريقة رسم نشاط القلب الكهربائي Electro Cardiograph "E.C.G" لتسجيل نشاط عضلة القلب الكهربائي، كما يحدث بالنسبة لأي عضلة أثناء عملها، ويسمى رسم القلب الكهربائي Electro Cardiographوتظهر موجات القلب على شكل منحنيات لها خمس ذبذبات هي-P-Q-R-S-T)، ومن خلال مؤشرات هذه المنحنيات يمكنني التعرف على كثير من وظائف القلب من حيث التلقائية والاستثارة والتوصيل، كما يمكن الحكم على التغيرات التشريعية لعضلة القلب مثل التضخم (الاحتشاء) وتصلب القلب ونقص عمليات التغذية لعضلة القلب من المهم جداً للرياضيين استخدام رسم القلب الكهربائي لتقييم تغيرات نشاط القلب الكهربائي بعد الحمل البدني المقنن أو حمل المنافسة، وكذلك طبيعة وفترة استعادة النشاط الكهربائي للقلب لحالته الطبيعية.

ومن خلال دراسة رسم القلب يمكن تحديد معدل القلب، وذلك بقياس المسافة بين الذبذبتين(R.R) ، وتقاس المسافة بين الذبذبة (P.Q) حيث تدل هذه المسافة على انتقال الاستثارة الكهربائية من الاذنين إلى البطين، ثم تدل المسافة (Q.R.S) على انتقال الاستثارة خلال البطين، وكما تدل المسافة (Q.T) على النشاط الكهربائي لانقباض عضلة القلب ولحساب هذه المسافات يتم عد الخطوط الطولية بالضرب في 0.04 ثانية، فيتم تحديد الزمن بين كل ذبذبة وأخرى.

كما تدل زيادة فترة توصيل الاستثارة من البطين عن/0.10 ث على زيادة حجم القلب أو على سوء توصيل الاستثارة في الحزمة البطنية .

مخطط القلب الكهربائي الطبيعي: يعتبر الرموز التموجات P-Q-R-S-T الكهربائية في مخطط القلب الكهربائي سواء كانت فوق أو تحت خط التعادل الكهربائي أو الخط القاعدي وتعتبر Liger debase

ايجابية كل التموجات الواقعة فوق الخط القاعدي، وبالعكس فالتي تقع تحته تعتبر سلبية (على نعمة 1984ص8.)



شكل (1) النبضة الكهربائية الواحدة الطبيعية

- **الموجة:(P)**

هي موجه صغيرة تنشأ عندما يتجه التنبه من العقدة الجيبية الاذينية إلى الاذينية، وتكون فوق الخط القاعدي عادة في الاتصال الأول والثاني، ويمكن أن تصبح مزدوجة في الاتصال الثالث ترتفع عن الخط القاعدي 3-1.5 ملم، وتستمر/ 0.11 : 0.09) ث .(

- **المركب:(Q.R.S)**

وهو ينشأ من عدم استقطاب البطينات هي موجات سريعة، وكبيرة السعة وأن الموجة Q هي أول موجة سلبية تسبقها موجة إيجابية، أما الموجة R فهي أول موجة إيجابية تتلوها الموجة Sوهي موجة سلبية تأتي بعد الموجة الإيجابية الأولى .

- **الموجة:(T)**

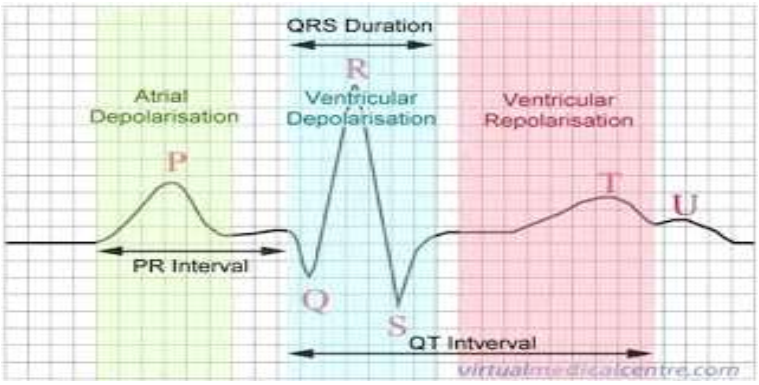
هي تنشأ من انسحاب موجة التنبيه من البطين، وهي ذات سعة أقل من سعة المركب Q.R.S وتستغرق مدة أطول/0.20) ث (أو أكثر وتتألف من فرعين غير متشابهين في الطول، فالفرع الأول أطول من الثاني ولا يشابهه لذلك يقال بأن الموجة غير متساوية .

فسيولوجية القلب الكهربائية:

أن التخطيط الكهربائي للقلب، هو شاهد على عمل القلب ونشاطه الكهربائي، و عادة يعبر عنه بثلاثة أحرف لاتينية هي E.C.G وهو رمز عالمي سهل التداول Electro -Cardio E.C.G: -Gramm ويدون التخطيط الكهربائي للقلب على شريط من الورق المليمتري فنحصل بذلك على معلومات مقبولة عن نشاط القلب.

ويسجل التخطيط الكهربائي للقلب النبضات الكهربائية التي تحدث نتيجة تقلص القلب، أي أن المعلومات التي يسجلها التخطيط هي تمثيل لهذه النبضات الكهربائية وهذه النبضات الكهربائية تمثل مختلف مراحل الشحذ القلبي و تختلف درجات تحفزه تبعا للمثير البدني او النفسي ، فالتخطيط يعطينا معلومات عن القلب أثناء مرحلتي الراحة والانقباض أو التقبض والانبساط.

ويكون داخل الخلايا القلبية في حالة الراحة أي في حالة الاستقطاب (مشحوناً سلبياً، بمعنى أدق أن الخلية المستقطبة في حالة الراحة يكون داخلها مشحوناً سلبياً، ويكون سطحها مشحوناً ايجابياً .ولتوضيح أكثر ذكر علي نعمه (1984) أن داخل الخلايا القلبية الذي هو عادة مشحون سلبياً سوف يتعبأ ايجابياً عندما تتنبه هذه الخلايا أثناء التقلص, و عند تنبيه الخلية تزداد نفاذية الغشاء للصوديوم لأن الصوديوم يوجد بتركيز كبير في خارج الخلية عنه في داخلها و يندفع إلى الداخل مما يعادل الفرق الموجود في الجهد) إزالة الاستقطاب وهذا يتبعه زيادة النفاذية للبوتاسيوم، والذي يندفع للخارج مما يؤدي إلى عودة الاستقطاب



شكل (2) مرحلة الانقباض والاسترخاء في الضربة القلبية الواحدة.

و أن موجات فقدان الاستقطاب داخل الخلية يصبح إيجابيا واسترجاع الاستقطاب أو استقطاب جديد الخلايا تصبح من جديد سلبية و يسجل بواسطة التخطيط الكهربائي للقلب على هيئة ارتفاع وانخفاض المؤشر ,و فقدان الاستقطاب واسترجاعه هما حدثان كهربائيان، لذا فإننا بواسطة جهاز كاشف يمكننا من خلال الجلد تسجيل النشاط الكهربائي للقلب .،خلال دراسة رسم القلب البياني ترى أن الموجة Q هي أول انعطاف نحو الأسفل في المركب Q.R.S ويتبع هذه الموجه انعطاف نحو الاعلى هو الموجهR في أغلب الأحيان لا نتبين الموجه Q في التخطيط الكهربائي للقلب .فالموجه Q عندما توجد تأتي في بداية المركب Q.R.S وهي أول انعطاف فيه نحو الأسفل تتبعها الموجة R المتجه نحو الأعلى تبتع الموجه Rنحو الأعلى موجه S متجه نحو الأسفل، وأن الموجه R هي أول انعطاف نحو الأعلى في المركب Q.R.S، وبالتالي فكل انعطاف نحو الأسفل مسبوق بانعطاف نحو الأعلى يكون موجه .ويعتبر على نعمه (1984)أن مجموع المركب Q.R.S يمثل فقدان الاستقطاب البطيني . بعد المركب Q.R.S تحدث استراحة أو توقف ثم تظهر الموجه T هذه الاستراحة هي الفلقة ST ، وهذه الفلقة ST مهمة كما سنتبين ذلك .تأتي الموجهT مباشرة بهد الاستراحة، وهي تمثل الاستقطاب الجديد للبطين نسميه أيضاً الاسترجاع .هذا الاسترجاع هو الذي يجعل البطين مشحذين كهربائياً من جديد, إذن نقول إن الدورة القلبية تتمثل بالموجه P بالمركب Q.R.S وبالموجهT ، وهذه الدورة تتكرر إلى مالا نهاية.

ويؤكد احمد سيد محمد وعادل ابراهيم عمر (2001) نقلا عن محمد حسن علاوي و ابو العلاء عبد الفتاح. بان هناك اتفاق يستند على الناحية العلمية، ان تحقيق المستويات الرياضية العليا يأتي نتيجة التدريب المنتظم لفترة طويلة واحمال تدريبية مقننة واساليب الفحص الطبي لتأكد من الكفاءة الوظيفية

للرياضيين ، خاصة تأثير القلب بالجهد الرياضي اثناء التدريب، مما يؤدي الي حدوث تغيرات مورفولوجيه وفسيولوجية تظهر بشكل واضح في عضلة القلب وهذا ما يسمي بالقلب الرياضي .
ويوصي اطباء الطب الرياضي والمهتمين بالجانب الصحي للرياضيين انه لابد من اجراء التخطيط الكهربائي لعضلة القلب حيث يكشف هذا التخطيط اذا كان هناك عيوب او وجود مشاكل صحية في القلب وذلك تجنبا للموت المفاجئ للرياضيين الذي يحدث اثناء المجهود الرياضي.
ومن خلال ما سبق عرضه وتجميعه من مادة علمية توضح اهمية الاتجاه الي تسليط الضوء على فسيولوجية الرياضة في اجراء البحوث وخاصة المقارنة بين انواع مختلفة من الانشطة الرياضية الجماعية والفردية ولمعرفة تأثير الاحمال التدريبية المختلفة الشدة على نشاط الجهد الكهربائي اثناء الراحة والمجهود ومقارنة تلك المتغيرات ببعضها للوصول الي التطور العلمي في كشف المجهول نتيجة البحث العلمي لهذه التطورات والاستفادة منها في تطوير الانتقاء العلمي للألعاب الرياضية كل ذلك حفز الباحثان في اجراء هذه الدراسة وبشكل مبدئي ومع قلة الابحاث في هذا المجال في ليبيا، من الكشف وتقييم النواحي التدريبية وتطوير الاحمال التدريبية من اجل الوصل بالكفاءة البدنية وتطوير مدارس الناشئين في ليبيا الحبيبية.

- **هدف البحث :**مقارنة الخصائص الفسيولوجية لتخطيط الكهربائي لعضلة القلب بين عدائي المسافات القصيرة و متسابقي المسافات الطويلة والمتمثلة في تحديد زمن كل مرحلة من المراحل الاتية-RR) QRS) :

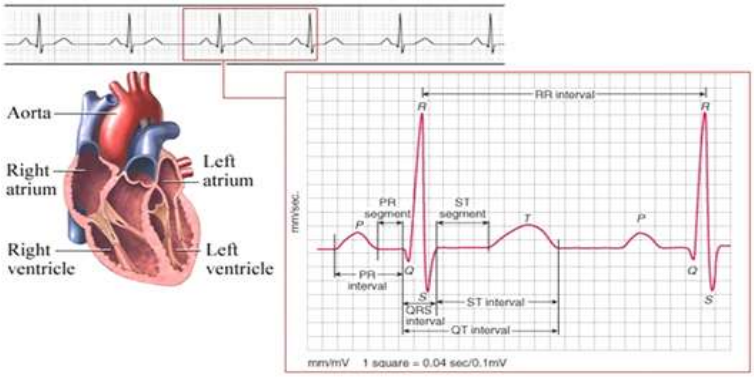
- **تساؤلات البحث:** لتوجيه العمل في اجراءات البحث وتحقيقا لأهدافه وضع الباحث هذا التساؤل

-هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في تخطيط الكهربائي لعضلة القلب بين عدائي المسافات القصيرة و متسابقي المسافات الطويلة.

المصطلحات المستخدمة في البحث:

الفترة RR: هي زمن دورة قلبية كاملة بين انقباض وارتخاء عضلة القلب . وذلك بقياس المسافة بين الذبذبتين RR وتقاس بالملي ثانية.

المركب QRS: تمثل هذه الموجة انقباض البطينين أي فترة انتقال الاشارة خلال البطينين ويقاس بالملي ثانية.



شكل (3) فترات الانقباض الواحد ولكل موجة ومداها .

اجراءات البحث:

منهج البحث:لتحقيق اهداف البحث واختبارا لفروضه استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لهذه الدراسة.

مجتمع البحث : يمثل مجتمع بحث هذه الدراسة متسابقي العاب القوى والمعتمدين من اتحاد العاب القوى ببلدية بنغازي وعددهم 25 لاعب.

عينة البحث : تم اختيار عدد 14 من اللاعبين المتحصلين على افضل الارقام وممن لا تقل اعمارهم التدريبية عن ثلاث سنوات . سبع لاعبين في المسافات القصيرة وسبع لاعبين في المسافات الطويلة والمسجلين بنادي برنيق التخصصي في العاب القوى .

وتم اجراء تكافؤ بين اللاعبين لمتغيرات الطول والوزن وكانت النتائج انهم متكافئين .

جدول (1)

التكافؤ لا فراد العينة لمتغيرات الطول والوزن

المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	1.70	6.135	1.289
الوزن	كجم	61.12	3.89	0.231

قام الباحثان بإيجاد الوسط الحسابي والانجراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات الطول والوزن ، وكما في الجدول السابق والذي يظهر من خلاله تجانس العينة في متغيري الطول والوزن ، هذا ولم يقوم الباحثان باستخدام معامل الالتواء لمتغير العمر لا نه تم تحديد العمر التدريبي بثلاث سنوات وتم اختيار اعمار متقاربة ومتجانسة لهذا المتغير ، ويمتد الالتواء من -3 الي +3 حيث كان التوزيع معتدلا .

ادوات جمع البيانات: الأجهزة جهاز لقياس الطول والوزن رستا ميتر .جهاز قياس التخطيط الكهربائي لعضلة القلب موديل.(CARDISMY"" 501) بالإضافة الي الكريم خاص يوضع تحت اللواقط للقياس لكي يساعد في عملية تحسين الاشارة الكهربائية .



شكل (4) طريق القياس ومكان وضع اللواقط للجهاز القياس.

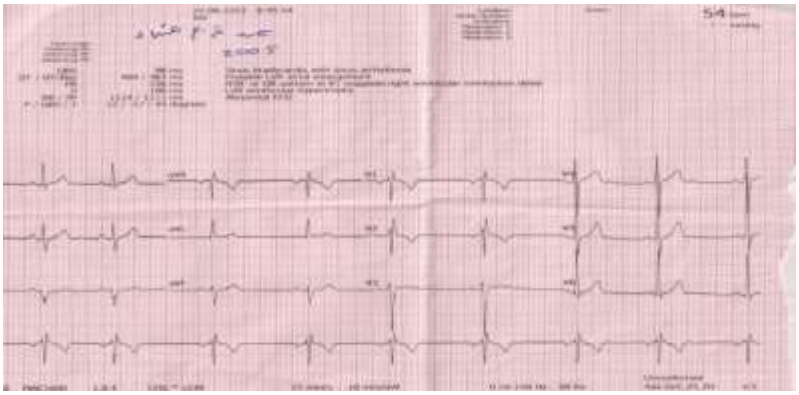
طريقة اجراء القياس: قبل الشروع في عملية القياس راع الباحث نقاط هامة منها:

-اعطاء اللاعب فترة كافية من الراحة والاطمئنان والتأكد من انتظام ضربات القلب

-ان يكون القياس في الفترة الصباحية أي قبل تناول وجبة غذائية كبيرة

-ان يكون القياس قبل الوحدة التدريبية الصباحية ان وجدت

تحليل رسم القلب : كانت عملية حساب وتسجيل مؤشرات رسم القلب الكهربائي يصدرها الجهاز بعد كل عملية قياس على ورق خاص كما هو موضح بالشكل. (5)



شكل (5) النتائج وطريق تسجل البيانات .

الوسائل الاحصائية المستخدمة:

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - اختبار **T TEST**.

الدراسات السابقة والمرتبطة :

1 - دراسة (عباس فاضل جابر ، ماهر عبداللطيف عارف) 2010م"دراسة مقارنة لبعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى التراي كليسرين T.G **في الدم لسباحي المسافات القصيرة والطويلة ".**تهدف الدراسة الي التعرف على بعض المتغيرات الفسيولوجية لسباحي المسافات الطويلة والقصيرة وعلى تركيز مستوى التراي كليسرين **T.G** في الدم .

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وكانت عينة البحث ابطال العراق في السباحة وعددهم 12 سباح.

وكانت اهم النتائج التي توصل اليها الباحثان : ان معدل ضربات القلب في الدقيقة **H. R** وضغط الدم وثلاثي الكلسرين كان افضل في الاختبار البعدي للمجموعتين السباحين من الاختبار القبلي في سباق 1500- 50 متر.

2- دراسة (هوارية حلوز) 2019م "اثر التدريب البليومتري بطريقتى الفتري المرتفع الشدة والتكراري على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية على عدائي 400 متر" استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، و من اهم اهداف الدراسة التعرف على مدى تأثير مزج التدريب البليومتري بالطريقتين الفترى مرتفع الشدة والتكراري على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية، وكانت عينة الدراسة عدد 12 عداء لسباق 400 متر من فريق ولاية تيارت لألعاب القوى اقل من سن 19 سنة بالجزائر ومقسمة الي مجموعتين .وكانت اهم النتائج التي توصلت اليها الباحثة :انه توجد فلروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي و البعدي لدى المجموعة التجريبية في بعض المتغيرات الفسيولوجية (القدرة والسعة اللاهوائية اللبنية ومؤشر التعب).

3- دراسة (نبيل خليل إبراهيم الشمري) 2009م" تأثير أحمال تدريبية لتطوير التحمل في بعض المتغيرات الفسيولوجية للجهازين الدوري والتنفسي" اجريت الدراسة على عينة من طلاب المدارس

الثانوية للعام الجامعي (2008-2009)والبالغ عددهم 30 طالب .واسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض المتغيرات الفسيولوجية للجهازين الدوري والتنفسي (معدل ضربات القلب ،كفاءة العمل البدني ، الحد الاقصى للاستهلاك الاكسجين ، السعة الحيوية) ومن اهم النتائج التي توصل اليها انه هناك اثر ايجابي للحمل البدني على المتغيرات الفسيولوجية.

4- دراسة (**احمد محمد سيد . عادل ابراهيم عمر**) **2001**م " **اختلاف تأثير ممارسة بعض الانشطة الرياضية الجماعية والفردية على نشاط الجهد الكهربائي لعضلة القلب** "بهدف دراسة تغيرات نشاط الجهد الكهربائي لعضلة القلب اثناء الراحة والمجهود للاعب كرة القدم وكرة اليد ورفع الاثقال وسباق المارثون . واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية ومن اندية بور سعيد مصر قوامها 24 رياضي .وقد توصل الباحثان الي اهم النتائج وهي :التحسن في محصلة فرق الجهد الكهربائي لعضلة القلب للاعبي المارثون وكرة القدم عن لاعبي رفع الاثقال وكرة اليد يمثل الكفاية والكفاءة الوظيفية وارتفاع اللياقة البدنية .

عرض النتائج ومناقشتها :

عرض النتائج

جدول(2)

الفروق بين متوسطات مراحل نشاط القلب الكهربائي

لدى عدائي المسافات القصيرة ولاعبي المسافات الطويلة

ن = 14

مراحل نشاط القلب	وحدة القياس	عدائي المسافات القصيرة		لاعبي المسافات الطويلة		الفرق بين القياسين	قيمة ت		مستوى الدلالة
		س+-	ع+-	س+-	ع+-		المحسوبة	الجدولية	
R:R	مللي ثانية	1.02	0.09	1.16	0.11	0.14	2.61		دال
QRS	مللي ثانية	0.04	0.01	0.07	0.02	0.03	3.55	2.45	دال

من خلال النتائج الموضحة بالجدول رقم (2) ان قيمة متوسط القياس لمرحلة QRS و RR بلغت 1.16 للاعبي المسافات الطويلة بينما بلغت لدى عدائي المسافات القصيرة 1.02 ثانية و يتضح من نتائج الجدول وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات في مرحلتي QRS > RR حيث كانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمة ت الجدولية وكانت الفروق لصالح لاعبي المسافات الطويلة عند مستوى دلالة 0.05 .

ويري الباحثان ان وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات زمن المرحلة RR وكذلك في مرحلة QRSحيث يزيد زمن مرحلةRR لدى لاعبي المسافات الطويلة عنها لدى عدائي المسافات القصيرة انها دلالة عن زيادة زمن الدورة القلبية لدي لاعبي المسافات الطويلة عن عدائي المسافات القصيرة وان ارتباط هذه الزيادة دليل عن زيادة حجم القلب لدى لاعبي المسافات الطويلة مقارنة بعدائي المسافات القصيرة ، وان ارتباط هذا الزمن بحجم القلب يشير الي زيادة المساحة التي تسري فيها الموجة الكهربائية للقلب وبالتالي تقل عدد ضربات القلب ، وتتفق هذه الدراسة مع Huaiming 2022 -

.Pascal , Bojan Makivic• , - MICHAEL JOHN ACKERMAN 2013.وWang
.2023Bauer Mag

اليوم وبفضل التطور العلمي يمكن تقييم معد ضربات القلب بسهولة لدى الرياضيين بمساعدة انظمة HRV المحمولة حيث تشمل هذه الانظمة شاشات مراقبة اليد واحزمة HR والهواتف الذكية المزودة ببرامج لقياس فترات R-R ومع تقنيات التحليل المطورة اصبح الحصول على النتائج مثالية وموثوقة ، ويوصي الباحثون في هذا المجال بحد ادنى لمدة تتراوح من 5 الي 10 دقائق ، ومع ذلك إذا كان الغرض من القياس هو تقييم توزيع الاحمال التدريبية والاستشفاء على مدار اليوم حيث يلزم اجراء قياسات لفترة اطول (قياس التعافي بين الوحدات التدريبية والادارة الاحمال التدريبية اليومية) بالإضافة الى ذلك فان احدى اكبر مزايا تحليل HRV هي انه يمكن تقييم التباين اليومي للاستجابات الجسدية لعمليات التدريب المستمر بأقل وقت وجهد وليس هناك حاجة الى معدات باهظة التمن ونقل الرياضيين الى معامل التحليل والقياس والعمل خارج ظروف التدريب المعتادة في المختبرات .

الاستنتاجات:

من خلال القياسات التي اجريت والتحليل و المعاملات الاحصائي وتحليل النتائج كانت اهمها هي :

- يزيد زمن الفترة RR لدي متسابقي المسافات الطويلة عنه بالنسبة لعدائي المسافات القصيرة.
- يزيد زمن المركب QRS لدي متسابقي المسافات الطويلة عنه بالنسبة لعدائي المسافات القصيرة.

التوصيات:

- يوصي الباحثان بإجراء المزيد من الدراسات التي تخص مؤشرات عضلة القلب عند رياضيي العاب القوى والاستفادة منها في عملية تقييم الجانب الصحي والفسيولوجي للرياضيين من اجل تقويم وتقييم البرامج التدريبية ومدى مناسبتها لحالتهم الوظيفية.
- الاسترشاد بمعدل ضربات القلب لتقييم الحالة التدريبية للاعبي المسافات الطويلة وعدائي المسافات القصيرة وتطورها من عدمه ولتجنب الاجهاد والاحمال الزائدة التي قد توثر على صحة القلب .
- الاسترشاد بمعدل ضربات القلب عند وضع البرامج التدريبية والخطط السنوية والاولمبية وكذلك المعسكرات التدريبية .
- يوصي الباحثان جهات الاختصاص في انشاء معامل للاختبارات والقياس سواء في القطاع العام او الخاص لتنمية الكوادر البشرية ولإجراء القياسات لتقييم وتقويم الحالة الرياضية وكذلك البرامج التدريبية من حيث شدتها ومدي توافقها مع مستوي الرياضيين.

اولا المراجع العربية :

1- احمد محمد سيد . عادل ابراهيم عمر : " اختلاف تأثير ممارسة بعض الانشطة الرياضية الجماعية والفردية على نشاط الجهد الكهربائي لعضلة القلب " المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية . المجلد الثاني يناير 2001 .ص 83-112.
2- علي نعمة . مدخل الي التخطيط الكهربائي للقلب - سلسلة الكتب العلمية- الطبعة الاولى. بيروت.1984
3- عباس فاضل جابر ، ماهر عبداللطيف عارف "دراسة مقارنة لبعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى التراي كليسرين T.G في الدم لسباحي المسافات القصيرة والطويلة ".بحث منشور مجلة علوم الرياضة العدد الاول. 2010.
4- غصون فاضل هادي : علاقة بعض المؤشرات الوظيفية القلبية وأثرها على كفاءة عمل القلب , مجلة القادسية لعلوم الرياضية, Volume 10, Issue 3, Pages 101-108. 2010
5 - فاروق السيد عبد الوهاب . مبادى فسيولوجيا الرياضة. القاهرة دار الكتب.1983 .

6- محمد حسن علاوي- ابو العلا احمد عبدالفتاح . فسيولوجيا التدريب الرياضي القاهرة، 1984
7- نبيل خليل إبراهيم الشمري : " تأثير أحمال تدريبية لتطوير التحمل في بعض المتغيرات الفسيولوجية للجهازين الدوري والتنفسي" بحث منشور . مجلة التربية الرياضية ، المجلد الحادي والعشرون ، العدد الاول ،2009.
8- هوارية حلوز : "اثر التدريب البليومتري بطريقتي الفتري المرتفع الشدة والتكراري على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية على عدائي 400 متر" رسالة دكتوراه منشورة . جامعة زيان عاشور الجلفة / الجزائر- 2019.
9 - هزاع محمد : الأسس النظرية والإجراءات المعملية للقياسات الفسيولوجية. الفصل الثاني عشر. إصدار جامعة الملك سعود. تحت الطبع.

ثانيا المراجع الاجنبية :

10 - Huaiming Wang "CARDIOVASCULAR MONITORING IN THE TRAINING OF LONG-DISTANCE RUNNERS" 65974 Revista Brasileira de Medicina do Esporte 27 MAY 2022 Physical Education Professional ARTICLE • Rev Bras Med Esporte 28 (6) Tianjin University of Sport, Tianjin, China.

11 - MICHAEL JOHN ACKERMAN "Abnormal electrocardiographic findings in athletes: Recognising changes suggestive of primary electrical disease"February 2013 British Journal of Sports Medicine 47(3):153-67

12 - Bojan Makivic M.Sc, Pascal Bauer Mag. HEART RATE VARIABILITY ANALYSIS IN SPORT, Aspetar Sports Medicine Journa. No:12 ,2023 p326:331

13 -Robson PJ, Blannin AK, Walsh NP, Castell LM, Gleeson M. Effects of exercise intensity, duration and recovery on in vitro neutrophil function in male athletes. Int J Sports Med 1999; 20:128-135

دور الانتقاء الرياضي في الانجاز لناشئ ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين
دراسة ميدانية بولاية جيجل

د/ طنيبة ساعد

المستخلص

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على دور الانتقاء الرياضي في الإنجاز لناشئي ألعاب القوى الذين ينتمون إلى النوادي الرياضية بولاية جيجل من وجهة نظر المدربين ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لطبيعة البحث ، بحيث قام بتصميم استمارة استبيان إلكترونية تتكون من 3 محاور وتتضمن 21 سؤال موجهة لمدربي الناشئين في هذه الفرق والبالغ عدد 32 مدرب تم اختيارهم بطريقة عمدية وتوصلت الدراسة إلى مساهمة المحددات والأسس العمية التي تستعملها المدربين في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى و يستعملون خطوات منهجية للانتقاء في الإنجاز الرياضي لناشئين ألعاب القوى، وأن للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز الرياضي لدى ناشئين ألعاب القوى .

الكلمات المفتاحية: الانتقاء الرياضي- الإنجاز الرياضي- الناشئين- ألعاب القوى- المدرب .

Abstract:

This study aims to know the role of sports selection in the achievement of junior athletics who belong to sports clubs in the state of Jijel from the coaches' point of view. The researcher used the descriptive analytical method to suit the nature of the research, so he designed an electronic questionnaire consisting of 3 axes and including 21 questions directed to junior coaches. In these teams, numbering 32 coaches, they were chosen intentionally. The study concluded that the determinants and general foundations used by the coaches contribute to the athletic achievement of junior athletics, and they use systematic steps for selection in the athletic achievement of junior athletics, and that athletic selection has great importance in the athletic achievement of junior athletics.

Keywords: sports selection - sports achievement - juniors – athletics

1.المقدمة ومشكلة:

إن الدراسات والبحوث العلمية في المجال الرياضي تقدم الأسس المهمة لتحقيق الإنجازات الرياضية العالية عن طريق استنادها إلى الحقائق العلمية المدروسة التي غالباً ما تكون ذات موضوعية عالية، لذا فإن الأسلوب العلمي المدروس أساس الوصول إلى الإنجاز العالي في أية فعالية من الفعاليات الرياضية.
ومما لاشك فيه أن عملية اختيار العدائين وانتقائهم في أية لعبة من الألعاب الرياضية تعد من أهم المشاكل التي تواجه العاملين في ميدان التدريب الرياضي بصورة عامة وفي رياضة ألعاب القوى خاصة على وجه الخصوص.
ويعد الانتقاء الرياضي في رياضة ألعاب القوى موضوعاً ذا أهمية بالغة وذو دور بارز جدا في عملية البحث العلمي، إذ أن عدم الانتقاء الدقيق والعملي قد يؤدي نتائج غير متوقعة و إهدار الجهد الشاق الذي يقوم به أهل الاختصاص في المجال ويؤدي بالنتيجة إلى الإخفاق بعيداً في الإنجاز الرياضي.
وتعد رياضة ألعاب القوى من الألعاب الرياضية الفردية و الممتعة والأكثر شعبية ، من خلال ما تحتويه من فعاليات ومنافسة شرسة وإثارة وكونها رياضة أولمبية بامتياز وتتمتع بمواصفات خاصة ميزتها عن باقي الرياضات بحيث تحقق لنا متعة الممارسة والمشاهدة ،فإن نتائج الرياضيين أخذت تتقارب أيضاً في المستويات العالية، عن طريق تطوير قدرات اللاعبين من النواحي البدنية الخاصة والمتغيرات الوظيفية والمهارات الحركية والتكنولوجيا الحديثة في التدريب فضلاً عن ارتكاز هذه المتغيرات على مجموعة من القياسات الجسدية الخاصة بكل لاعب من اللاعبين.
ومما لا شك في أن عملية انتقاء مجموعة من اللاعبين تخضع للكثير من الجهد من خلال وضع الرياضيين في المستويات العليا ضمن إطار منتخب وطني يمثل البلد في الألعاب الاولمبية، فضلاً عن هذه الجهود المبذولة من قبل المدربين ، بحيث يجب الاهتمام بالانتقاء الدقيق على وفق بعض المتغيرات التي يكون لها العامل الحاسم في تمثيل المنتخب خير تمثيل وتحقيق الانجاز في البطولات العربية والدولية والاولمبية، ومن خلال تجربة الباحث كونه عداء سابق ومن خلال خبرات الحالية له كمدرب ولملاحظته المستمرة لأداء الرياضيين التي تم انتقائهم للمنتخب الوطني لمواسم رياضية سابقة لاحظ بشكل واضح ضعف بعض القدرات اللاعبين المهارية وقدراتهم الوظيفية فضلاً عن ضعفهم في الجانب البدني من خلال الاداء في المنافسات الخاصة بالبطولات التي يشتركون فيها،
وعليه ارتأى الباحث أن يولج لمشكلة حقيقية موجودة لدى مدربي ألعاب القوى هو على وفق ماذا تم انتقاء لاعبي المنتخب الوطني لألعاب القوى وهذا لوضع الحلول المناسبة لهذه المشكلة من خلال بحثنا هذا.

2. أهداف الدراسة:

1.التعرف على المحددات والأسس العلمية في تطوير الصفات البدنية لناشئ ألعاب القوى.
2. التعرف على خطوات منهجية التي يستعملونها للانتقاء في الإنجاز لناشئ ألعاب القوى
3.التعرف على أهمية الانتقاء الرياضي في الإنجاز لدى ناشئ ألعاب القوى.

تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام: ما هو دور الانتقاء الرياضي في الإنجاز لناشئ ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين؟

التساؤلات الفرعية:

1.هل تستعملون المحددات والأسس العلمية للانتقاء الرياضي في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى ؟
2.ماهي الخطوات التي تستعملونها للانتقاء في الإنجاز لناشئي ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين ؟
3.ماهي أهمية الانتقاء في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى وجهة نظر المدربين ؟

2. فرضيات الدراسة:

1.2. الفرضية العامة: للانتقاء الرياضي دور في الانجاز لناشئ ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين.

2.2. الفرضيات الجزئية:

- تساهم المحددات والأسس العمية التي تستعملونها في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين.
- يستعملون خطوات منهجية للانتقاء في الإنجاز لناشئي ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين.
- للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى من وجهة نظر المدربين.

4.أهمية الدراسة:

وتكمن أهمية هذه الدراسة في محاولة الكشف عن دور الانتقاء الرياضي في الإنجاز لناشئي ألعاب القوى في ولاية جيجل من وجهة نظر المدربين المختصين، والسعي نحو تحقيق الأهداف المنشودة والمتمثلة بتحقيق الإنجاز من خلال تطبيق بعض المحددات والأسس العلمية وخطوات منهجية للانتقاء في الإنجاز من قبل المدرب التي يجب أن يتبنى الوسائل والأساليب الحديثة بعملها، ومن المؤمل أن تقدم نتائج هذه الدراسة معلومات وتوصيات لأصحاب القرار والمسؤولين والمدربين واللاعبين في الأندية الرياضية بشكل خاص، مما يساعدهم على الوصول إلى تحقيق أهدافهم بنجاح في المستقبل .

5.مصطلحات الدراسة :

1.5. الانتقاء الرياضي:

الانتقاء: يعرفه زاتيورسكي بأنه عملية يتم من خلالها اختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية وبناء مراحل الإعداد المختلفة (فنكروز، 30 سبتمبر 2017، الصفحات 458-503)

فقد عرف عبد المنعم الدايم وحسانين(1990) الانتقاء على انه اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في الرياضي المعني، وعرفه أبو المجد والنمكي (1997)على أنه عملية يتم من خلالها اختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية مبينة على المراحل المختلفة للأعداد الرياضي. (رنيم، 2021)

وهو عملية اختيار انسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط (محمد لطفى طه، 2002، صفحة 13)

الانتقاء إجرائيا: يعرفه الباحث في المجال الرياضي بانه عملية متواصلة يتم من خلالها اختيار أحسن الرياضيين وأكثرها ملائمة لنوع التخصص الرياضي والتي يتصف بمواصفات جسمية وبدنية تعطيك فرصة للتنبؤ مستقبلا.

2.5. الانجاز الرياضي:

التعريف اللغوي: أنجز ينجز إنجازا أي قام بأداء العمل وقضائه، والانجاز هو العمل الذي يتم تحقيقه بنجاح وعلى أكمل وجه .

الانجاز الرياضي : هو عبارة عن نتيجة رقمية يتحصل عليها الرياضي من خلال المنافسة رياضية ما، وهو كذلك الكفاءة والقدرة والقوة (عدة، 1998، صفحة 25)

التعريف الاجرائي: هو الوصول إلى الحد الأقصى من العناصر التي تحدد رفع المستوى في فعالية الاختصاص مع استعداد عالي للمستوى المطلوب ، لذلك فان تدريب رياضة الانجاز العالي لا بد من أن يوجه الرياضي إلى استخدام الطرق والوسائل الخاصة والتوسع من أجل الوصول إلى حالة الكمال الثبات.

3.5. الناشئين : لغة: جمع نشء ونشأ، مؤنث ناشئ: غلام جاوز حد (مفرد) الصغر وشب، ناهز سن الرشد "نشء صاعد – وينشأ ناشئ الفتيان منا. على ما كان عوده أبوه. (مختار،2008، ص 76).

هم صغار من الجنسين البنين والبنات الذين تتراوح أعمارهم ما بين (5-13) سنة وتتدرج هذه السنوات تحت كل المراحل الطفولة المتوسطة(8-10) ومرحلة الطفولة المتأخرة (11-12) سنة ومرحلة المراهقة الاولى بداية 17 سنة (يحي السيد إسماعيل الحاوي، 2004، صفحة 13)

التعريف الاصطلاحي: يرى مفتى إبراهيم حماد أنهم الصغار من الجنسين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 6-14 عاما ، وتندرج هده السنوات تحت كل من مراحل الطفولة المتوسطة (7-10 سنوات تقريبا) مرحلة الطفولة المتأخرة (11-13 سنة تقريبا) ومرحلة المراهقة حتى سن 14 عاما ، بينما قد تنحصر بين(8-15 سنة). (علاوي، 1998، صفحة 289)

التعريف الاجرائي: الناشئ هو اللاعب من سن 6 إلى16 سنة بصفة عامة مع مراعاة الفروق الفردية التي تميزهم عن غيرهم سواء البدنية والبيولوجية والنفسية

4.5. ألعاب القوى : جاء تعريفها في قانون الاتحاد الدولي لا لعاب القوى " ألعاب المضمار والميدان جري الطريق، وسباق المشي وجري اختراق الضاحية وجري الجبال (القوى، 2005، صفحة 11)

وعرفها إميل بديع يعقوب" بأنها تمارين رياضية تهدف إلى تنمية جسدية متناسقة مع تنمية ذهنية للإنسان، فهي تعتبر أساسا لكل الألعاب الرياضية وهي محور الدورات الأولمبية ومقياسا للقدرات البشرية في تحديدها للزمن والمسافة والثقل. (يعقوب، 1996، صفحة 11)

عرفها أمين أنور الخولي وأشار" أنها رياضة يتنافس فيها الرياضيون في مسابقات الجري والمشي والرمي وتتكون مسابقات المضمار من سباقات في الجري والمشي لمختلف المسافات والمسابقات الميدانية ومباريات في الوثب أو الرمي ويمكن ان يقام المضمار والميدان في صالات مغلقة او في الهواء الطلق ويتنافس فيها الرجال والنساء بشكل منفصل في اللقاءات (أيت وازو محند وعمر، 2018، الصفحات 159-166)

إجرائيا: هي مجموعة من الفعاليات التي تتضمن الجري، القفز، الرمي، وكل منها لديها فروع خاصة ، بالإضافة إلى سباقات الطريق والمشي والعدو الريفي وداخل القاعة يتنافس فيها الرياضيون من أجل تحقيق أحسن الأرقام بنزاهة.

6.4.المدرب

التعريف اللغوي: درب ، يدرب، تدريبا، فهو مدرب ، والمفعول مدرب، دربه على الشيء عوده عليه ومرنه عليه (سديرة سعد، 2019، الصفحات 132-151)

التعريف الاصطلاحي هو الفرد الذي اكتسب شهادة تؤكد أنه وصل درجة كافية من القدرة على خلق برامج تدريب فعالة وآمنة للأفراد والمجموعات الأصحاء أو المسموح لهم طبيا بممارسة التمارين (إليزابيتا فرانسيوني، 2020)

يعد المدرب الرياضي من الشخصيات التربوية يقود دور القيادة في عملية تربوية والتعليم ويؤثر تأثيرا كبيرا ومباشرا في شخصية الفرد الرياضي. (لقوقي أحمد، 2018، الصفحات 459-468)

يقصد به ذلك الخبير الكفء في عمله القادر على ربط عالقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه. (حسين, قاسم حسن، 1998، صفحة 79)

التعريف الإجرائي: هو الشخص الذي يعمل على إعداد رياضي ألعاب القوى إعدادا بدنيا وتقنيا وتكتيكيا ومعرفيًا و نفسيًا واجتماعيا من أجل المنافسة على البطولات والميداليات، وتوجيهم والتأثير فيهم.

6. الدراسات السابقة والمشابهة:

الدراسة الأولى: خالد فنكروز 2017 تحت عنوان: القياسات الانثروبومترية المعتمدة لانتقاء عداء 110 حواجز من وجهة نظر المدرب الجزائري ،هدفت الدراسة: إلى التعرف على القياسات الانثروبومترية التي يعتمدها المدرب الجزائري في انتقاء عداء 110 حواجز. والمراحل الفنية وخصائص الأداء لهذا التخصص .منهج البحث : منهج وصفي مجتمع وعينة البحث : مدربي العدائين 20 مدرب نتائج الدراسة: اهتمام أغلب المدربين بالأطوال الجسمية للعداء والتركيز على طول القامة وطول الطرف السفلي في الانتقاء وانهم لا يعطون أهمية القدر الكافي للعروض الجسمية ولا بمحيطات العضلات في الانتقاء.

الدراسة الثانية: بن الطاهر إسماعيل، وليد ولد أحمد 2019 تحت عنوان: دراسة تغيرات التركيب الجسمي لرياضي ألعاب القوى من خلال الموسم التدريبي دراسة مقارنة بين المسافات الطويلة والقصيرة. هدفت الدراسة: الي دراسة التركيب الجسمي للرياضيين الجزائريين في سباقات العدو تخصص المسافات القصيرة 100 و200 والسباقات الطويلة 300 م والماراتون عينة الدراسة: رياضي اختصاص جري المسافات القصيرة 7 رياضيين والمتوسطة 9 رياضيين نتائج الدراسة : لدى العدائين بعض الخصائص مميزة لهم مقارنة بين مرحلة التحضير العام ومرحلة التحضير الخاص هذه المجموعة متوسط قيمة أعلى كتلة في العينة، مع نسبة الدهون في الجسم أكثر بكثير بين المرحلتين ولكن مع قيمة نسبة كتلة العضلات بشكل كبير . تقدم قيم كتلة الجسم ونقص كتلة الدهون في مرحلة التحضير العام

الدراسة الثالثة: كمال الدين درويش:1983 (الدنف، 1986) تحت عنوان: العلاقة بين بعض المقاييس المورفولوجيا وبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبي الفريق القومي المصري بكرة اليد. هدفت الدراسة :التوصل إلى:

- معرفة متوسطات السن والطول لأعضاء الفريق القومي المصري بكرة اليد.
- معرفة متوسطات المقاييس المورفولوجية للاعبي عينة البحث.
- التعرف على متوسطات قدرات عناصر اللياقة البدنية الخاصة التي تؤثر على الأداء المهاري للاعبين (القوة والقدرة العضلية والمطاولة).

.التعرف على العلاقة بين:

- السن والطول والوزن والمقاييس الجسمية.
- المقاييس الجسمية والعناصر البدنية الخاصة.

•السن والطول والوزن والعناصر البدنية الخاصة.
وتكونت العينة من (18) لاعبا يمثلون منتخب مصر وقد كان متوسط أعمارهم (24.4) بانحراف معياري (1.5). وقد استخدم الباحث (14) قياسا جسميا وهي (الطول الكلي وطول الذراع وطول الكف وطول الرجل ومحيط الرقبة ومحيط الكتفين ومحيط الصدر ومحيط العضد ومحيط الساعد ومحيط رسغ اليد ومحيط الحوض ومحيط الفخذ ومحيط سمانة الساق)
أما اختبارات اللياقة البدنية فهي: قوة عضلات الرجلين.، قوة عضلات الظهر.، قوة القبضة (اليمنى و اليسرى) ،الوثب العريض من الثبات، دفع الكرة الطبية.، اختبار كوبر (جري ومشي (12) دقيقة).السعة الحيوية. وقد أظهرت الدراسة النتائج الآتية:
-وجود ارتباط طردي عال بين كل من الطول ومقاييس الأطوال.
-عدم وجود ارتباط بين السن وكل من الطول والوزن.
-عدم وجود ارتباط بين الطول والوزن وكل من قوة القبضة وقوة عضلات الظهر، وقوة عضلات الرجلين والوثب العريض وقوة الرمي واختبار كوبر- مطاولة.
-وجود ارتباط طردي بين قوة القبضة ومحيط كل من (الكتفين والصدر والعضد).
الدراسة الرابعة: دراسة عبد الوهاب غازي حمود 1990 (درويش، 1983، صفحة 257) تحت عنوان: تحديد أهم القياسات الجسمية والمهارات الحركية لاختبار حراس المرمى الناشئين بكرة اليد بأعمار (13-15) سنة. هدفت الدراسة إلى: تحديد أهم القياسات الجسمية الخاصة بحراس المرمى الناشئين بكرة اليد بأعمار (13-15) سنة ، تحديد أهم الاختبارات المهارية الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية لحارس المرمى الناشئ بكرة اليد بأعمار (13-15) سنة.
وقد تكونت عينة البحث من (33) حارس مرمى من ناشئ وبأعمار (13-15) سنة وقد اعتمد الباحث عند اختيارهم على الطريقة العمدية لملائمتها ومتغيرات الدراسة.
وقد أثمرت نتائج البحث على:
- استخدام القياسات الجسمية والاختبارات المهارية المستخلصة في ضوء الدراسة في عملية الاختبار الخاص بحراس المرمى الناشئ بأعمار (13-15) سنة .
- إجراء دراسة مشابهة في الجوانب النفسية والبدنية والفسيولوجية.
- إعادة تحليل البيانات على عينة أخرى من مراحل سنية مختلفة لم تشملها هذه الدراسة.
- إجراء بيانات هذه الدراسة وإعادة تحليلها بطريقة التدوير المائل والذي يقدم حلا أفضل وأكثر تناسقا.
- دراسة المقاييس الجسمية والاختبارات المهارية للاعبي كرة اليد وخاصة حراس المرمى بصفة دورية لإمكانية التوجيه.
الدراسة الخامسة: دراسة مداسي لطفى، عبورة رابح 2020 (رابح، 2020، الصفحات 570-588)
تحت عنوان: دراسة المحددات المرفووظيفية ودورها في انتقاء البطل الناشيء12-15 سنة في السباقات المتوسطة هدفت الدراسة : إلى تسليط الضوء على عملية انتقاء وتوجيه المواهب الشابة في السباقات المتوسطة على مستوى الرابطة الولائية لولاية برج بوعريريج من خلال معرفة أهم المحددات التي يرتكز عليها المدربون في عملية اختيار وتوجيه الأبطال الناشئين للوصول إلى تحديد أهم الجوانب التي يعتمد عليها المدربون في عملية الانتقاء المنهج المتبع: منهج وصفي عينة الدراسة: تمثلت في 20 مدرب ينشطون ضمن نوادي رابطة ولاية برج بوعريريج. **النتائج:** اعتماد المدربين في عملية الانتقاء بصورة

كبيرة على المحددات البدنية وبدرجة أقل المحددات الفسيولوجية في حين وجد أنهم يهملون القياسات الجسمية كمحدد مرفو لوجي نظرا لجهل البعض وانعدام أدوات القياس عند البعض الأخر.

الجانب التطبيقي: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1.منهج البحث: المنهج "هو الطريق العلمي الذي يتبعه الباحث لحل مشكلة معينة وأن تتلأم منهجية البحث مع الاهداف والمشكلة لمعالجتها" (الكاظمي، التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية (التخطيط والتصميم)، 2012، صفحة 84) ، لذا أعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب (التحليلي) كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث ، وتحقيق أهدافه.

فالمنهج الوصفي" تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية (المنيوي، 2021، الصفحات 446-461)

2. مجتمع البحث وعينته: من الأمور الواجب مراعاتها في مجال البحث هو اختيار العينة التي تمثل تمثيلاً حقيقياً مجتمع البحث "إذ أنها هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين والتي يسعى الباحث من خلاله دراستها على تعميم النتيجة على المجتمع" (مجاهد، 2022، الصفحات 176-190) ، تم تحديد مجتمع البحث بمدربين ألعاب القوى في ولاية جيجل والبالغ عددهم (35) مدربا للموسم الرياضي 2022-2023 ، وقد توزعوا على 24بلدية ، وتم تحديد عدد عينة البحث وفق الأساليب العلمية المستعملة في ذلك بالاعتماد على معادلة خاصة ، ولاستعمالها يجب معرفة حجم المجتمع الكلي ومستوى الخطأ المطلوب وعلى وفق ذلك يبلغ حجم عينة البحث المتوقع الكلي 32 مدربا وشكلت نسبة مئوية مقدارها 91.42% وتم اختيارهم بالطريقة العمدية ، وتم تحديد عدد العينة عند مستوى الخطأ المطلوب للدراسة البالغ (0.05) على وفق إجراء معادلة حجم العينة المتوقع: (الزهري،1999، ص 64) ، حجم العينة المتوقع = عدد أفراد المجتمع1/ (عدد أفراد المجتمع × مربع مستوى الخطأ)

3.مجالات البحث :

1.3.المجال البشري: مدربي ألعاب القوى بولاية جيجل للموسم الرياضي 2022-2023 .

2.3.المجال الزماني: للمدة من 2023/10/09 ولغاية 2023/10/14 .

3.3.المجال المكاني: ولاية جيجل

4. الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة:

أداة الدراسة: الاستبيان: تم تقديم الاستبيان على شكل استمارة إلكترونية ترسل إلى الأشخاص المعنيين عن طريق البريد الالكتروني تم إعداد أسئلة استبيان مغلقة (**استبيان ثلاثي)** يتضمن أجوبة (أحيانا ، دائما ،أبدا) لمجموعة من مدربي ألعاب القوى، تم إرسالها للباحثين في الفترة الممتدة من 08-11-2023 إلى غاية 12-11-2023 ، وتم إرسال 35 استمارة استبيان وتم استرجاع 32 استمارة مما استلزم حصر عينتنا على 32 مدرب.

محاول الاستبيان: اشتمل (07) أسئلة لكل محور

المحور الأول: تساهم المحددات والأسس العمية التي تستعملونها في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى

المحور الثاني: استعمال خطوات منهجية علمية للانتقاء في الإنجاز الرياضي لناشئين ألعاب القوى.

المحور الثالث: للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز الرياضي لدى ناشئين ألعاب القوى.

5. المعالجة الاحصائية: لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستبيان بصورة واضحة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الاحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للمدربين إلى أرقام من خلال : معادلة النسبة المئوية.

•النسبة المئوية=عدد العينة/ مجموع التكرارات100* ، التكرارات ، المتوسط الحسابي، برنامج المعالجة الإحصائية spss

6.صدق الاستبانة: تم التحقق من صدق الاستبانة باستخدام كل من :

1.6. الصدق الظاهري: تم عرض الاستبانة على مجموعة من المحكمين المتخصصين في المجال الرياضي ، وتم تعديلها وفقا لمقترحاتهم حيث تم حذف ثلاث عبارات من المحور الأول والثاني وعبارتين من المحور الثالث وإعادة الصياغة اللغوية لبعض العبارات، وتكونت الاستبانة في صورتها النهائية من 21 عبارة ويعد اتفاق المحكمين بيانا لصدق محتوى الاستبانة.

الصدق الذاتي: قام الباحث بتوزيع وإعادة توزيع وذلك قصد التأكد من ثبات الاستبيان ثم قمنا بحساب معامل الارتباط بين نتيجتي التوزيع الأول والثاني بين الفترة الممتدة من 26-11-2023إلى06-11-2023.

2.6صدق الاتساق الداخلي: تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي للاستبانة عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للاستبانة التي تم الحصول عليها من الدراسة الاستطلاعية، حيث تم تطبيقها على 32 مدربا ينشطون بولاية جيجل وقد استخدم الباحث الرزمة الاحصائية spss لحساب معاملات الارتباط ورصد النتائج في الجدول التالي

جدول (1) معامل الارتباط لمحاور الاستبانة

المحور	معامل الارتباط
الأول	0,832**
الثاني	0,685**
الثالث	0,769**

(**) دال عند مستوى الدلالة 0,01

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للاستبانة مرتفعة ودال احصائيا عند مستوى دلالة 0,05 وتراوحت ما بين (0,685 – 0,832).

3.6. ثبات الاستبانة: تم حساب معامل ثبات الاستبانة عن طريق ايجاد معامل ثبات ألفا كرو نباخ للاستبانة من خلال الرزمة الاحصائية spss بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية ويوضحها الجدول التالي.

جدول (2) معامل الثبات ألفا كرو نباخ لمحاور الاستبانة.

المحور	عدد العبارات	معامل الثبات
الأول	7	0,84
الثاني	7	0,81
الثالث	7	0,85
الاستبانة ككل	21	0,83

يتضح من الجدول السابق أعلاه أن محاور الاستبانة تتسم بدرجة ثبات دالة احصائيا وتراوحت ما بين (0,81-0,85) وبلغ معامل ثبات الاستبانة ككل (0,83) ومن ثم يمكن تعميم الاستبانة على عينة الدراسة الأساسية.

7. نتائج الدراسة ومناقشتها: يتناول هذا الجزء عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة بعد التحليل الاحصائي للبينات، والاجابة عن أسئلة الدراسة تم حصر استجابات أفراد عينة الدراسة ومعالجتها احصائيا باستخدام الرزمة الاحصائية spss

1.6.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى :" تساهم المحددات والأسس العمية التي تستعملونها في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى "

الجدول (3)

التكرارات والنسب المئوية ودلالة بين استنتاجات أفراد العينة

في عبارات المحور (تساهم المحددات والأسس العمية التي تستعملونها في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى)

م	العبارات	أبدا		دائما		أحيانا		كا2
		ت	%	ت	%	ت	%	
1	تستعملون القياسات الجسمية (الطول والوزن، المحيطات) في انتقاء الرياضيين حسب التخصص.	1	3,12	28	87,5	3	9,38	42,42
2	تأخذون في الحسبان السن المناسب للاختيار وفق احتياجات التخصص	3	9,38	23	71,87	6	18.75	21,81
3	تراعون القدرات البدنية والحس حركي في الانتقاء الرياضي	4	12,5	22	68,75	6	18,75	19,81
4	تأخذون في الحسبان الاستعداد للأداء وما يرتبط به من ميول ورغبات نحو ممارسة التخصص الرياضي	2	6,25	21	65,63	9	28,12	17,31
5	تعطون للعمر التدريبي أهمية في الانتقاء الرياضي للناشئين	5	15,62	19	59,38	8	25	10,18
6	تستعملون العمر التدريبي للانتقاء الرياضي	7	21,87	6	18.75	19	59,38	9,81
7	تضعون في الحسبان القدرات العقلية والجوانب الاجتماعية في الانتقاء الرياضي	7	21,87	9	28,13	16	50	4,18

المصدر :إعداد الباحث بالاعتماد على نتائج spss- verson23

من خلال الجدول رقم (03) يتضح أن (كا^2 المحسوبة) للسؤال (1-2-3-5-6-7) أكبر من (كا^2 الجدولية) والتي قدرت ب 5.99 عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية 2 وعليه فهي دالة احصائيا ،في حين نجد السؤال الرابع غير دال احصائيا حيث قدرت (كا^2 المحسوبة) للسؤال ب 4.18 في حين (كا^2 الجدولية) بقيمة 5.99

يلاحظ من بيانات الجدول أعلاه الخاص بالمحور الأول والذي ينص تساهم المحددات والأسس العمية التي تستعملونها في الإنجاز لدى ناشئي ألعاب القوى حيث يحتوي على سبع عبارات وقد تباينت استنتاجات أفراد العينة حول هذه العبارات فقد جاء في الترتيب الأول العبارة رقم (05) بنسبة مئوية قدرت ب 87,5% "دائما ما يراعون القياسات الجسمية (الطول والوزن، المحيطات) في انتقاء الرياضيين حسب نوع التخصص الرياضي" ، وجاء في الترتيب الثاني العبارة رقم (01) " دائما ما يأخذون في الحسبان السن المناسب للاختيار وفق احتياجات التخصص" بنسبة مئوية قدرت ب 71,87% ، وجاء في الترتيب الثالث العبارة رقم (02)"دائما ما يراعون القدرات البدنية والحس حركي في الانتقاء الرياضي " بنسبة قدرت ب 68,75%، بينما جاء في الترتيب الرابع العبارة رقم (06) " دائما ما يأخذون في الحسبان الاستعداد للأداء الرياضي وما يرتبط به من ميول ورغبات نحو ممارسة التخصص الرياضي " بنسبة مئوية قدرت ب 65,63%، في حين جاءت العبارة رقم 07 في المرتبة الخامسة "دائما ما يعطون للعمر التدريبي أهمية في الانتقاء الرياضي للناشئين " في حين جاءت

في المرتبة الأخيرة العبارة 04 "أحيانا ما يضعون في الحسبان القدرات العقلية والجوانب الاجتماعية في الانتقاء الرياضي" بنسبة مئوية قدرت ب 50 بالمئة .

ويرى الباحث أن لكل رياضة من الرياضات قياسات جسمية وصفات بدنية خاصة به يمكن أن تؤهل المشاركين للوصول إلى مستويات عُليا، لذا فإن لكل فعالية خصوصية معينة تتطلب صفات ومقاييس جسمية خاصة بها، وهو ما أكدته دراسات كولر (وآخرون Kolar & et al, 1997)، وبوشارد وآخرون (Bouchard & et al, 1993)، ونيكتيوك (Nikituk, 1989) إضافة إلى أهمية معرفة القياسات الجسمية والصفات البدنية ودراستها لدى اللاعبين، ذلك أنّ لكل نشاط رياضي متطلبات بدنية خاصة به تميزه عن غيره من الأنشطة الأخرى، وتنعكس هذه المتطلبات على الصفات الواجب توفرها فيمن يمارس هذا النشاط. وتتفق نتائج هذه الدراسة الحالية مع دراسة كل من (علي، 2013)، (آغا، 2010)، و(المومني، والعكور، 2009)، و(القدومي، 2006) ودراسة (أسامة، وزكي، 1983) بخصوص وجود علاقة ايجابية بين طول الجسم ومسافة الانجاز، ولكي تتم هذه العملية يجب الأخذ بعين الاعتبار مصدرين أساسين حسب عبد الدايم وحسانين (1990) و إبراهيم(2001) وهما تحليل مفردات ومتطلبات الأداء في النشاط الرياضي و التعرف على مواصفات الأبطال (رنيم، 2021)

بحيث أن عملية الاتقاء بالطريقة العلمية الصحيحة لابد أن تتضمن هذه العملية محددات وجوانب وقياسات لكي تصل للهدف المراد الوصول أليه وهذا ما يؤكده كلا من السباطي (1998) وعبد الخالق (1992) والتي اختصرها في القياسات الجسمية والمقاييس الفسيولوجية والقدرات العقلية والبدنية والحس حركية واستعداد الرياضي للأداء والسن المناسب وفق احتياجات كل لعبة.

2.7. عرض و مناقشة الفرضية الثانية : يستعملون خطوات منهجية للانتقاء في الإنجاز الرياضي لناشئين ألعاب القوى.

الجدول (4)

التكرارات والنسب المئوية ودلالة بين استنتاجات أفراد العينة

في عبارات المحور (يستعملون خطوات منهجية للانتقاء في الإنجاز الرياضي لناشئين ألعاب القوى)

م	العبارات	أبدا		دائما		أحيانا		كا2
		ت	%	ت	%	ت	%	
1	تشكلون لجنة من أهل الاختصاص من أجل الانتقاء الرياضي	01	3,12	28	87,5	03	9,38	42,42
2	تقومون بالمراقبة الطية للرياضين	01	3,12	28	87,5	03	9,38	42,42
3	يصوغون البرامج التدريبية بصورة علمية مدروسة وفق خطط مناسبة	01	3,12	28	87,5	03	9,38	42,42
4	تستعملون القياسات الجسمية والبدنية والوظيفية للانتقاء الرياضي	00	00	05	15.62	27	78.13	38.68
5	تبنون تلك النتائج المتحصل عليها من القياس والاختبار في الانتقاء الرياضي	00	00	05	15.62	27	78.13	38.68
6	تأخذون في الحسبان رغبة الناشئ لممارسة النشاط وموافقة الأهل	02	6.25	22	68.75	08	25	19.81
7	تراعون الخصائص الفطرية والوراثة والماضي الرياضي للأبوين	02	6.25	22	68.75	08	25	19.81

المصدر :إعداد الباحث بالاعتماد على نتائج spss- verson23

من خلال الجدول رقم (04) يتضح أن (كا^2 المحسوبة) للسؤال (1-2-3-4-5-6-7) أكبر من (كا^2 الجدولية) والتي قدرت ب 5.99 عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية 2 وعليه فهي دالة احصائيا.

يلاحظ من بيانات الجدول أعلاه الخاص بالمحور الثاني والذي ينص على استعمال خطوات منهجية علمية للانتقاء في الإنجاز الرياضي لناشئين ألعاب القوى. حيث يحتوي على سبع عبارات وقد تباينت استنتاجات أفراد العينة حول هذه العبارات فقد جاء في الترتيب الأول مناصفة العبارات رقم (01-05-06) بنسبة مئوية قدرت ب 87,5% دائما ما يشكلون لجنة من أهل الاختصاص من أجل الانتقاء الرياضي ، ودائما ما يقومون بالمراقبة الطية للرياضين، و دائما ما يصوغون البرامج التدريبية بصورة علمية مدروسة وفق خطط مناسبة ، وجاء في الترتيب الثاني مناصفة العبارة رقم (03-07) بنسبة مئوية قدرت ب78,13% " دائما ما يستعملون القياسات الجسمية والبدنية والوظيفية للانتقاء الرياضي "،و "دائما يبنون تلك النتائج المتحصل عليها من القياس والاختبار في الانتقاء الرياضي " ، وجاء في الترتيب الثالث العبارتين رقم (-02-04)"دائما ما يأخذون في الحسبان رغبة الناشئ لممارسة النشاط وموافقة الأهل "، و " دائما ما يراعون الخصائص الفطرية والوراثة والماضي الرياضي للأبوين " بنسبة قدرت ب 68,75%.

مما سبق يرى الباحث أن الخطوات المنهجية العمية تساهم في انتقاء الناشئين بصورة واضحة ومرتبة من خلال إتباع مراحل الانتقاء الرياضي وهذا ما يؤكده كل من مجيد (1998) و كاشف (1996) حيث لخصه في تشكيل لجان من أهل الاختصاص لأجرا بعض القياسات الأولية خاصة الجسمية والبدني بصوة مبسطة بناءا على النتائج والقياسات التي تم تجميعها والتأكد من رغبة الناشئ في ممارسة التخصص وإجراء قياسات صحية ووضع برامج تدريبية بصورة علمية. (رنيم، 2021) ،

وهذا ما يكده حلمي وبريقع (1997) أنها يجب أن تراعي التخطيط للاختيار الجيد وبشكل علمي والقدرات البدنية التي تحدد على أساس العمر البيولوجي والخصائص الفطرية والوراثية وحب العمل والحماس .

وعليه فالخطوات المنهجية المدروسة يجب أن توضع في الحسبان عن طريق تسطير أهداف لعملية الانتقاء وفق خطوات مقننة من أجل النجاح والتفوق الرياضي في المستقبل.

3.7. عرض ومناقشة الفرضية الثالثة: للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز الرياضي لدى ناشئين ألعاب القوى .

الجدول (5)
التكرارات والنسب المئوية ودلالة بين استنتاجات أفراد العينة
في عبارات محور للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز الرياضي لدى ناشئين ألعاب

م	العبارات	أبدا		دائما		أحيانا		كا2
		ت	%	ت	%	ت	%	
1	يساهم الانتقاء الرياضي في التنبؤ بالمستويات المستقبلية للرياضيين	0	0	32	100	0	0	32
2	يحسن مستويات الرياضيين والانجاز الرقمي والنتائج بصفة عامة	0	0	32	100	0	0	32
3	يساهم الانتقاء الرياضي في اختيار الطريقة العلمية المناسبة لتحديد الوقت المناسب للوصول للمستويات العليا	0	0	02	3.12	30	93.75	24.5
4	كسب اللاعب الثقة في النفس والإرادة سواء في التدريب أو المنافسة	0	0	02	3.12	30	93.75	24.5
5	يساهم الانتقاء الرياضي في الاقتصاد في الوقت والجهد	1	3.12	02	6.25	01	90,63	21.12
6	يساهم في تصميم وإعداد البرامج التدريبية المقننة اعتمادا على قدراتهم	1	3.12	02	6.25	01	90,63	21.12
7	يساهم الانتقاء الرياضي في التنبؤ بالمستويات المستقبلية للرياضيين	1	3.12	02	6.25	01	90,63	32

المصدر :إعداد الباحث بالاعتماد على نتائج spss- verson23

من خلال الجدول رقم (05) يتضح أن (كا2 المحسوبة) للأسئلة 07 أكبر من (كا2 الجدولية) والتي قدرت ب 5.99 عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية 2 وعليه فهي دالة احصائيا،

يلاحظ من بيانات الجدول السابق أن المحور الثالث الخاص للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز الرياضي لدى ناشئين ألعاب القوى يحتوي على سبع عبارات وقد تباينت استنتاجات أفراد العينة حول هذه العبارات فقد جاء في الترتيب الأول العبارتين رقم (01-04) " دائما ما يساهم الانتقاء الرياضي في التنبؤ بالمستويات المستقبلية للرياضيين " دائما يحسن مستويات الرياضيين والانجاز الرقمي والنتائج بصفة عامة" بنسبة مئوية 100 % وجاء في الترتيب الثاني العبارتين رقم (03-07)" أحيانا ما يساهم الانتقاء الرياضي في اختيار الطريقة العلمية المناسبة لتحديد الوقت المناسب للوصول للمستويات العليا "أحيانا ما ويساهم كسب اللاعب الثقة في النفس والإرادة سواء في التدريب أو المنافسة " بنسبة مئوية 93.75 %وجاء في الترتيب الثالث بالتساوي العبارات رقم (02-05-06) "أحيانا يساهم الانتقاء الرياضي في الاقتصاد في الوقت والجهد "و" وتصميم وإعداد البرامج التدريبية المقننة اعتمادا على قدراتهم "و" أحيانا ما يساهم الانتقاء الرياضي في حمايتهم واختيار نوع الرياضة التخصصية" بنسبة مئوية 90,63 ،مما سبق يتضح أن للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في رياضة ألعاب القوى وخصوصا عند الناشئين خاصة في ظل ثورة التقدم العلمي وانعكاسه على التقدم والتطور الرياضي من أجل الوصول إلى أفضل المستويات الرياضية، من خلال اختيار أفضل المواهب واكتشاف قدراتهم وسقلها واستغلالها لرفع المستوى الفني والبدني ن كما يضيف كلا من جيمس ووليم 1983 إلى الأهمية من الانتقاء أو الاختيار أن هذه العملية تساعد على تقييم اللاعبين عند وضع البرامج المدروسة لهم وكذلك

تعمل على تحديد النقطة التي يجب أن يبدأ بها المدرب في وضع البرامج التدريبية بالإضافة إلى وضوح مستوى ونوعية البرامج التي يقدمها المدرب لهؤلاء اللاعبين ومدى مناسبتها لهم.
ويشير كل من ماك أردل وأخرون 1994 وأبو العلا عبد الفاتح ومحمد صبحي حسنين وروجرز وروبرت 1997 إلي أهمية المحددات الانثروبومترية في عملية الانتقاء بأن لكل نشاط رياضي متطلبات جسمانية خاصة يلزم توافرها في من يستهدف إحراز البطولات والميداليات في هذا النشاط ،كما أن الحجم والشكل والبناء والتكوين لجسم شخص تمثل العوامل الحاسمة في الانجاز والتفوق الرياضي كما ان القياسات الانثروبومترية تتيح الفرصة لدراسة العلاقة بين شكل الجسم والأداء. (رنيم، 2021)
ويرى أيضا الجبالي 2003 أن الانتقاء الرياضي له أهمية اكتساب اللاعب الثقة بالنفس سواء في التدريب أو المنافسات.

8.الاستنتاجات والتوصيات

1.8. الاستنتاجات:

1- دائما ما تساهم المحددات والأسس العمية التي تستعملها المدربين في الإنجاز الرياضي لدى ناشئي ألعاب القوى.
2- دائما يستعملون خطوات منهجية للانتقاء في الإنجاز الرياضي لناشئين ألعاب القوى.
3- للانتقاء الرياضي أهمية كبيرة في الإنجاز الرياضي لدى ناشئين ألعاب القوى .

2.8.التوصيات:

يوصي الباحث في ضوء ما توصلت اليه نتائج الدراسة بما يلي:

1- ضرورة اهتمام المدربين بآلية انتقاء اللاعبين وأن تكون مبنية على المؤشرات التي تسهم في الحصول على أفضل انجاز خاصة في مسابقات الوثب والرمي في العاب القوى.
2- ضرورة التركيز على القياسات الجسمية (وزن الجسم، والطول الكلي, طول الطرف السفلي والعلوي) في الانتقاء الرياضيين.
3- ضرورة تركيز المدربين وأهل الاختصاص على المقاييس الفسيولوجية والعمر البيولوجي لانتقاء الرياضيين.
4- الاعتماد على ميول ورغبات الرياضين ومدى استعدادهم لممارسة الرياضة التخصصية.
5- ضرورة إعطاء أهمية كبيرة للقدرات البدنية في الانتقاء والعمل من أجل تطويرها
6- استخدام النتائج المتحصل عليها من الانتقاء في بناء برامج التدريب والتخطيط .
7- اعطاء اهمية كبيرة للمراقبة الطبية للرياضيين المقبولين .
8- إجراء بحوث ودراسات مشابهة في رياضة العاب القوى أُخرى ولفئات عمرية مختلفة وذلك لغرض الكشف عن نتائج أُخرى خدمة للبحث العلمي.

المراجع

1- احمد عزت راجح. (1967). أصول علم النفس (الإصدار ط10). الاسكندرية، مصر: مطابع روز يوسف.
2- أسامه كامل راتب. (1999). النمو الحركي – مدخل للنمو المتكامل للطفل المراهق - القاهرة: دار الفكر العربي.

3- الدنف ,م .ح .(1986) .دراسة للتعرف على علاقة القوة العضلية ببعض المقاييس الجسمية للاعبي كرة اليد . مجلة دراسات وبحوث، المجلد التاسع، العدد الرابع جامعة حلوان.219 ,
4- الرملي ,ع .ع .(1977) .تربية القوام .القاهرة :دار الفكر العربي.
5- الزهري ,م .ح .(1999) .أصول البحث العلمي التربويةوالنفسية والاجتماعية والرياضية .القاهرة، مصر : مركز الكتاب للنشر.
6- القوى ,ق .ا .(2005) .قواعد المنافسة .ط.2
7- المنيوي ,ف .(2021) .دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية) السرعة ، القوةن الرشاقة (والمهارية حسب خطوط اللعب .دار المنظومة.461-446 ,(08)03
8- إليزابيتا فرانسيوني .(2020, 11 11). Wikipedia. Consulté le 11 17, 2023, sur المدرب الشخصي : https://thes.bncf.firenze.sbn.it/termine.php?id=44898
9- أيت وازو محند وعمر .(2018) .تدريب الناشئين على ضوء المواءمة الرياضية النخبوية .مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية.166-159 ,
10- حسانين ,م .ص .(1987) .التقويم والقياس في التربية البدنية ، 3 ط .القاهرة ,مصر.
11- حسين, قاسم حسن. (1998). علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة. عمان: دار الفكر.
12- درويش ,ك .ا .(1983) .العلاقة بين بعض المقاييس المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبي الفريق القومي المصري بكرة اليد .مجلة دراسات وبحوث، المجلد السادس، العدد الأول،جامعة حلوان، , 257.
13- رابح ,م .ل .(2020) .دراسة المحددات المرفووظيفية ودورها في انتقاء البطل الناشئ 15-12سنة في السباقات .مجلة الابداع الرياضي.588-570 ,
14- رنيم ,أ .(2021, 03 21) .بوابة التربية الرياضية Consulté le 09 24, 2023, sur .الانتقاء في المجال الرياضيhttps://tarbiah.mam9.com
15- ريسان خريبط مجيد. (1989). موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية . البصرة: مطابع التعليم العالي.
16- سديرة سعد. (2019). دور المدرب الجيد في تحديد مبادئ العناصر البدنية وعلاقتها بالجانب الفيزيولوجي لدى ناشيء كرة القدم. مجلة التحدي مجلد رقم 11 عدد 01، 132-151.
17- ظافر هاشم الكاظمي. (2012). التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية (التخطيط والتصميم). بغداد، العراق: دار الكتب والوثائق.
18- عدة ,س .أ .(1998) .أثر التدريب بأسلوبي التطبيق بتوجيه المدرسة على تنمية عناصر الأداء البدني في القفزة الثلاثية .جامعة مستغانم ، الجزائر .25 ,
19- علاوي ,م .ح .(1998) .عالم التدريب الرياضي .القاهرة، مصر :دار المعارف ط.13
20- فنكروز ,خ (30 .سبتمبر .(2017القياسات الانتربرومترية المعتمدة لانتقاء عداء 110متر حواجز من وجهة نظر المدرب الجزائري .مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية.503-489 ,
21- لقوقي أحمد .(2018) .دور المدرب في الرفع من دافعية الانجاز لدى لاعبي الجمباز .مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية.468-459 ,
22- مجاهد ,ب .(2022) .أثر جائحة كورونا على الجانب البدني والتقني لدى لاعبي كرة القدم تحت 17سنة .دار المنظومة.190-176 ,(03)09
23- محمد صبحي حسانين. (2003). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية (الإصدار ط5). القاهرة: دار الفكر العربي.
24- محمد لطفى طه .(2002) .الأسس النفسيةلانتقاء الرياضيين .البيئة العامة المطابع الاميرية.
25- مختار ,ع .أ .(2008) .معجم اللغة العربية المعاصرة، عالم الكتب .القاهرة، مصر :ط.1

26- مروان عبد المجيد. (2002). الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية (الإصدار ط1). عمان: دار الفكر للطباعة.
27- مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري. (2003). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية (الإصدار ط1). عمان: مؤسسة الورق للنشر والتوزيع.
28- يحي السيد إسماعيل الحاوي. (2004). الموهبة الرياضية والابداع الحركي. المركز العربي للنشر.
29- يعقوب ,إ .ب .(1996) .موسوعة كنوز المعرفة الرياضية .بيروت :دار نظير عبود.

تأثير التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي على مستوى الكفاءة البدنية والمتغيرات الوظيفية والتركيب الجسمي للممارسين للنشاط الرياضي

أ / ايناس رجب القطوس أ.د / ليلى عبد القادر ابوشكيوة أ.د/ محمد علي عبد الرحيم

المستخلص

أصبح الإنسان يحتاج إلى درجة عالية من اللياقة البدنية مع توافر حالة صحية جيدة أمر غاية الأهمية لكل إنسان و إن حاجته للاحتفاظ بلياقته البدنية والصحية العامة أمر ضروري إذ يتطلب منه ممارسة التدريبات الرياضية بشكل مستمر وأن يكون ذلك عن وعي وإدراك وفهم لأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية لحركة الإنسان البشري بشكل كبير، مما لا شك فيه أن الحاجة إلى ممارسة النشاط الرياضي والمحافظة على الصحة ازدادت في الآونة الأخيرة أكثر من أي وقت مضى نتيجة للمتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والصحية التي ظهرت في المجتمعات المتقدمة وأفرزت ما يطلق عليه بأمراض ومشكلات قلة الحركة والسمنة منها (تصلب الشرايين، ارتفاع ضغط الدم، السكري، ارتفاع مستوى الكولسترول) ويهدف البحث إلى التعرف على تأثير التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي على مستوى الكفاءة البدنية والمتغيرات الوظيفية والتركيب الجسمي للممارسين للنشاط الرياضي، فـــروض البحث: توجد فروق داله إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة الدراسة ولصالح القياس البعدي في الكفاءة البدنية والمتغيرات الوظيفية وبعض متغيرات التركيب الجسمي، اهم الإجـــراءات: استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم الأحادي للمجموعة الواحدة، مجتمع الدراسة تمثل من الممارسين للنشاط الرياضي الحر والمنتظم ببعض الملاعب الرياضية بمدينة طرابلس، تم اختبار عينة البحث بالطريقة العمدية من الممارسين النشاط الرياضي الحر المنتظم حيث تراوح عددهم 45 متريض مثلوا نسبة 10.67%من اجمالي افراد مجتمع البحث (481) متريض، وقد استبعد الأفراد الغير منتظمين في البرنامج التدريبي أو القياسات، اهم الاستنتاجات: - توصل الباحثون للاستنتاجات التالية: التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي ادى إلى حدوث تغيرات في نسبة التحسن لوزن الجسم قد بلغت 3.50 %، ومتغير النبض فقد انخفضت نسبته 7.44%، التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي ادى إلى تحسن السعة التنفسية حيث أظهرت اختلافات في نسبة التنفس كانت ما بين 0.93 – 1.36 – 2.51 % الخاصة بحجم الزفير والسعة الحيوية القصرية والسعة الحيوية الوظيفية، وهناك نسبة تحسن وصلت إلى 15.14% لجريان الزفير الأقصى، التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي ادى إلى تحسين متغيرات التركيب الجسمي في نسبة الدهون حيث وصلت11.07 %، اهم التوصيات: - توصل الباحثون الي التوصيات التالية: التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي ادى الى (إمكانية دمج أكثر من عنصر بدني في الوحدة التدريبية)، الاستفادة من نتائج هذا البحث في استخدام التدريب الذاتي لتطوير الكفاءة البدنية والوظيفية لممارسي النشاط الرياضي لكافة المراحل العمرية.

الكلمات المفتاحية: التقييم، التدريب الرياضي، التدريب الذاتي، الكفاءة البدنية، المتغيرات الوظيفية، التركيب الجسمي، النشاط الرياضي

Abstract:

A person has become in need of a high degree of physical fitness, along with the availability of a good health condition, which is extremely important for every person, and his need to maintain his physical fitness and general health is essential, as it requires him to practice sports exercises continuously and to do so with awareness, awareness, and understanding of the importance of practicing sports activities for human movement. There is no doubt that the need to practice sports activity and maintain health has increased recently more than ever before as a result of the economic, social and health changes that have emerged in developed societies and produced so-called diseases and problems. Lack of movement and obesity, including (atherosclerosis, high blood pressure, diabetes, high cholesterol levels). The research aims to identify the effect of regulated self-method training on the level of physical efficiency, functional variables, and body composition of those practicing sports activity. Research hypotheses: There are statistically significant differences between the two pre-measurements. The most important procedures are: The researchers used the experimental method with a single-group design. The study population was represented by those practicing free and regular sports activity in some sports stadiums in the city of Tripoli. The research sample was tested using the method Intentionality of activity practitioners

The regular freestyle athlete, whose number ranged from 45 nurses, represented 10.67% of the total members of the research community (481) nurses. Individuals who were not regular in the training program or measurements were excluded. The most important conclusions: - The researchers reached the following conclusions: Codified training in the self-style led to changes. The percentage of improvement in body weight reached 3.50%, and the pulse variable decreased by 7.44%. Training according to the self-guided method led to an improvement in respiratory capacity, as differences in the respiratory rate were shown that were between 0.93 - 1.36 - 2.51% related to expiratory volume and vital capacity. Shortness of breath and functional vital capacity, and there was an improvement rate that reached 15.14% for maximum expiratory flow. Training regulated by the self-method led to an improvement in the body composition variables in fat percentage, reaching 11.07%. The most important recommendations: - The researchers reached the following recommendations: Training regulated by the self-method led to (the possibility of incorporating more than one physical component into the training unit), benefiting from the results of this research in using self-training to develop the physical and functional competence of those practicing sports activities for all age stages.

Keywords: Evaluation , Sports training, Self-training, Physical efficiency, Functional variables, Body composition, Sports activity

مقدمة البحث

إن حاجة الإنسان لدرجة عالية من اللياقة البدنية مع توافر حالة صحية جيدة أمر في غاية الأهمية لكل إنسان، وإن حاجته للاحتفاظ بهذه اللياقة والصحة يتطلب منه ممارسة التدريبات الرياضية بشكل مستمر وأن يكون ذلك عن وعي وإدراك وفهم لأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية لحركة الإنسان البشري بشكل كبير. (امال: 2008)، (رندة: 2016).

اللياقة البدنية تعتبر أحد أوجه اللياقة البدنية الشاملة أو الكاملة " فهي الخلو من الأمراض المختلفة العضوية والوظيفية "وقيام أعضاء الجسم بوظائفها علي أكمل وجه، وقدرة الفرد على مواجهة متطلباته الحياتية، ومن المعروف أن الأنشطة الرياضية تجمع كل المكونات التي تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة فهي تتضمن جميع الأبعاد المكونة للإنسان السعيد سواء كانت النفسية أو العقلية أو الاجتماعية أو العاطفية أو الوجدانية أو البدنية، وان الرياضة كنشاط حر أصبحت تشكل في كل دولة أداة للترويح لدي الأفراد في جميع مراحلهم وأصبحت تمثل نظاما تربويا واجتماعيا في المجتمع وفي وقتنا الحاضر أصبحت اللياقة البدنية لها أهمية كبيرة في الحياة بشكل عام نظرا لتأثيرها الملحوظ على تحسين صحة الأفراد ودورها الفعال في تطوير مستوى عامة الناس من خلال الممارسة الرياضية.(Aahperd:2002)(أبو العلاء: 2003)، (مفتي: 2009)

كما تسهم ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة في تنمية اللياقة البدنية العامة والقدرات الحركية المختلفة وتساعد ممارسيها على تحسين وظائف أعضاء وأجهزة الجسم المختلفة مثل الجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي، وتساعده على اتزان الجسم واعتدال القوام والتخلص من بعض المشكلات المؤثرة في الصحة مثل التشوهات او التعب العضلي او الزيادة في الوزن.

ان التقييم عملية متابعة ومعرفة لأي مجال من مجالات الحياة سواء كان تخطيطاً أو تنفيذاً أو متابعة. (عبد الرحيم: 2009)، (جابر: 2000)، (نشوان: 2010)، (articles :2015).

والتقييم في التدريب عموما هو (تقييم محتوى البرنامج التدريبي وتقنياته وكفاءة المدربين) حيث يمكن في هذه المرحلة تقييم أهداف البرنامج وسير العملية التدريبية، ومدى ملائمة التصميم الموضوع للبرنامج، وتسلسل الموضوعات وتكامل محتوياتها، وتقييم النتائج التي يحققها البرنامج والمعلومات والمفاهيم والاتجاهات التي يستطيع البرنامج من خلال الجلسات التدريبية المتتابعة أن يزود ويطور بها الممارسين للنشاط الرياضي. (عبد الرحمن زهر: 2001)، (الخفاجي: 2010).

وتعد التدريبات المقننة بالأسلوب الذاتي هي أحد الاتجاهات الحديثة في مجال التدريب الرياضي الذي يهدف الى تحسين مستوى الأداء البدني في النشاط الحركي وذلك من خلال استخدام العديد من الأنشطة الرياضية التي تشمل مجموعة متنوعة من التدريبات الحديثة. (عبد الخالق: 2000)

مما لا شك فيه أن الحاجة إلى ممارسة النشاط الرياضي والمحافظة على الصحة ازدادت في الآونة الأخيرة أكثر من أي وقت مضى نتيجة للمتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والصحية، وظهور العديد من المشكلات الصحة "امراض العصر" مثل (قلة الحركة والسمنة وتصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم او السكري وغيره من الامراض الاخرى) وقد نجد بعض الاشخاص الذين يمارسون الأنشطة الرياضية بالملاعب والغابات والأماكن المفتوحة على الرغم من اختلاف بنيتهم الجسمية او مستوى لياقتهم البدنية، الا انهم ومن أكبر الأخطاء تجدهم يقومون بممارسة نفس التدريبات الرياضية من حيث الشدة والتكرارات والحجم، بل هناك من وصل لتطبيق برامج تدريبية جاهزة مطبقة على افراد ذو مستوى

عالي، وهذا اعتقاد خاطي وتقليد اعمى بين المتدربين بالأماكن الرياضية المفتوحة، الامر الذي جعل الباحثون يسعون في إمكانية تقييم تدريبات مقننة وتنفيذها بالأسلوب الذاتي وذلك وفق إمكانيات وقدرات كل متريض وان تشابهه التدريبات ولكن التطبيق يكون مختلف كلا حسب قدراته، من اجل تحقيق التوازن الصحي وتحسن القدرة البدنية والسلامة الجسدية. (جمال الدين :2000)، (هزاع: 2002)، (wiki :2015).

وهو ما أكدته العديد من المؤسسات والمنظمات الصحية والطبية العالمية بان أهمية اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وهذه اللياقة المرتبطة بالصحة تعد قابلة للتطوير من خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية التي تؤثر بشكل مباشر على نسبة الشحوم في الجسم، كما تعتبر هذه اللياقة قابلة للقياس الموضوعي سوى كانت معمليا او ميدانيا، وذلك لوجود دلائل علمية تؤكد ارتباط اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. (الين وديع: 2000)، (هزاع: 2001)، (الخفاجي: 2010)، (JOURNAL: 2014).

بهذا برزت أهمية هذه الدراسة للممارسين للأنشطة والتدريبات الرياضية المختلفة وذلك للوصول بهم لأفضل مستويات الصحة البدنية ومحاربة امراض العصر وغرس ثقافة تنفيذ البرامج التدريبية كلا حسب قدراته.

هدف البحث: - التعرف على تأثير التدريب المقنن بالأسلوب الذاتي على مستوى الكفاءة البدنية والمتغيرات الوظيفية والتركيب الجسمي للممارسين للنشاط الرياضي.

فـــروض الدراسة: - وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة الدراسة ولصالح القياس البعدي في مستوى الكفاءة البدنية والمتغيرات الوظيفية.

الدراسات السابقة: -

دراسة : مصطفي عمر (2004)

عنوانها: أثر بعض التمرينات البدنية باستخدام الوسط المائي علي تحسين الكفاءة الوظيفية لدى الافراد ذوي بعض عوامل المخاطرة التاجية.

هدف الدراسة: العمل على تقليص خطورة عوامل المخاطرة التاجية وتحسين الكفاءة الوظيفية للعينة.

إجراءات الدراسة: تم استخدام المنهج التجريبي، واشتملت العينة على 20 فرداً تم تقسيمهم لمجموعتين المجموعة التجريبية تقوم بالتمرينات البدنية باستخدام الوسط المائي والمجموعة الضابطة تتلقي العلاج.

أهم النتائج: تحسين الكفاءة الوظيفية للمجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة واستخدام التمرينات البدنية باستخدام الوسط المائي هو أحد وسائل تحسين الكفاءة لأفراد العينة.

دراسة: سمير أبو شادي، محمد عبد السلام (2006)

عنوانها: أثر استخدام الجهد البدني المقنن كعامل وقائي من أمراض القلب على بعض المتغيرات البيو كيميائية والفسيولوجية لمرضي السكر بمصر.

هـــدف الدراسة: التعرف على تأثير جهد بدني مقنن على بعض المتغيرات البيو كيميائية والفسيولوجية لعينة البحث وذلك من خلال تقنين جهد بدني مقترح ملائم للحالة الصحية للمصابين.

إجراءات الدراسة: تم استخدام المنهج التجريبي واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من كبار السن والممارسين للنشاط البدني الخفيف على الفترات متباعدة قوامهم 30 فرداً تم تقسيمهم إلى ثلاثة مجموعات بجهد مقنن ومختلف عن الأخرى.

أهم النتائج: تحسين كفاءة الأجهزة الوظيفية للجسم مع انخفاض مستوي السكر بالجسم وزيادة معدل الليبوبروتين مرتفع الكثافة إلى جانب وجود فروق بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعات الثلاثة ولصالح القياسات البعدية في بعض التغيرات الكيميائية والفسيولوجية لأفراد الدراسة.

دراسة: محمد عبد الرحيم وآخرون (2009)

عنوانها: المجهود البدني المقنن كعامل وقائي (صحي) لمرضي السكري وضغط الدم وأثره على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية.

هـــدف الدراسة: تحسين الكفاءة الوظيفية للمصابين بارتفاع ضغط الدم، تحسين مستوي دهون الدم (الكولسترول ثلاثي الجلسرايد السكر).

إجراءات الدراسة: استخدام المنهج التجريبي ذو التصميم الأحادي للمجموعة الواحدة(التجريبية) بالقياس القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة البحث.

أهم النتائج: تقنين أحمال المجهود البدني من خلال الشدة المطلوبة عن طريق احتساب احتياطي أقصى معدل لنبضات القلب لمعدل النبض أثناء الراحة وبعد المجهود الذي ادى إلي تحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية.

دراســـة: وفاء الخفاجي (2010)

عنوانها: تأثير استخدام المتقاطع في تطوير الكفاية البدنية الخاصة بالسباحة عند النبض 170 والكفاية البدنية النسبية.

هـــدف الدراسة: التعرف على تأثير التدريب المتقاطع من خلال إعداد المنهج التدريبي في تطوير الكفاية البدنية الخاصة بالسباحة عند النبض 170 PWC(v) والكفاية البدنية النسبية (الوزن w.t.pwc170).

إجراءات الدراسة: استخدمت المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة.

أهم النتائج: للحصول علي أكتر التدريبات المتقاطعة فائدة بعيدة عن التدريب الروتيني يتم اختيار ثلاثة من التمارين الموجودة في الأسفل اعتماد علي الهدف من برنامج اللياقة البدنية والرياضية التخصصية نستطيع أن نخرج ونوافق بين التمارين.

دراسة: السيد إبراهيم (2023)

عنوانها: تأثير التدريب بالأثقال بأسلوب الدفع والسحب والرجلين على بعض القدرات البدنية والمهارية الخاصة للاعبي كرة اليد.

هـــدف الدراسة: التعرف على تأثير التدريب بالأثقال بأسلوب الدفع والسحب والرجلين على بعض القدرات البدنية والمهارية الخاصة للاعبي كرة اليد.

اهم الإجراءات: وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي واشتملت عينه البحث علي ناشئ فريق مواليد 2004 لكرة اليد بنادي الزمالك للموسم الرياضي 2022/2021 بدوري المحترفين والبالغ عددهم 16 ناشئ، وقد اتبع الباحث اسلوب leg push, pull وهو أحد الأساليب التدريبية الحديثة لبرامج تدريب الأثقال، والتي تعتمد على ترتيب التمرينات بحيث تتناوب بين تمرينات الدفع والسحب والرجلين بحث تقوم على الاختيار السليم للتمرينات ودرجة الحمل وعدد المجموعات والتكرارات وفترات الراحة الكافية وأيام التدريب المناسبة أسبوعيا.

اهم الاستنتاجات والتوصيات: أن البرنامج التدريبي باستخدام الأثقال أثر إيجابيا في تطوير القدرات البدنية والمهارية قيد البحث، التركيز على التدريبات النوعية فترات الاعداد ولكافة المراحل العمرية ولأغلب الألعاب الرياضية الأخرى.

دراسة: مروه حسن (2023)

عنوانها: - أثر برنامج ترويحي رياضي مقترح على تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لمدارس الغطس

هـــدف الدراسة: التعرف على أثر برنامج ترويحي رياضي مقترح على تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لمدارس الغطس.

اهم الإجراءات: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الغطسين، وقد استخدم المنهج التجريبي حيث تم قياس مكونة من (6) مجموعات حركية يتم أدائها من ارتفاعات مختلفة (1 م– 3 م) ارتفاعات السلم المتحرك، اما ارتفاعات السلم الثابت (5 م – 7 م – 10 م) لتحسين المهارات الأساسية لمهارة الغطس، وقد تم استخدام العاب صغيرة والعاب مبسطة مع استخدام أدوات مساعدة، كما تم التركيز على تنمية عناصر اللياقة البدنية والفسيولوجية.

اهم الاستنتاجات والتوصيات: وجود قصور وانخفاض في مستوى المهارات الحركية الأساسية في براعم الغطس حيث يهتم المدربين في هذه المرحلة بتعلم المهارة بشكل كلى دون محاولة استخدام طرق تعلم مختلفة مثل الاستعانة بألعاب مبسطه أو استخدام أدوات مساعدة لكي تضفي عوامل التشويق والإثارة عند الأطفال ومن ثم تنمية تلك المهارات الأساسية والمتطلبات البدنية الخاصة بتلك المرحلة، الارتقاء بمستوى الأداء الفني مما يساعد الأطفال على النجاح في اجتياز الاختبارات الخاصة بمدارس الغطس وبالتالي الاشتراك في فريق البراعم.

إجـــراءات البحث: -

المـــنـــهـــج: استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم الأحادي للمجموعة الواحدة باستخدام القياس القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة الدراسة.

المـــجـــتـــمـــع: تمثل مجتمع البحث في الممارسين للنشاط الرياضي الحر والمنتظم بالملاعب المكشوفة بمدينة طرابلس وعددهم (481) متريض.

العـــيـــنـــة: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الممارسين (الذكور) للنشاط الرياضي الحر المنتظم حيث تراوح عددهم 45 متريضاً مثلوا نسبة 10.35%من مجتمع البحث الكلي الذين وافقوا على الانضمام لخطوات الدراسة والبحث وقد أخضعوا لقياسات البحث وتم استبعاد كل الأفراد الغير منتظمين في البرنامج التدريبي أو القياسات.

جدول (1) توصيف أفراد عينة البحث للمتغيرات الاساسية

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
العمر	37.00	10.852	37.36	0.18
الطول	176.00	0.070	175.15	0.38
الوزن	72.00	12.286	71.21	0.19

يتضح من الجدول (1) انحصار معامل الالتواء للمتغيرات الأساسية للبحث ما بين (±3) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث.

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث.

-دينامومتر لقياس قوة عضلات الظهر وقياس قوة عضلات الرجلين.

-سبيرومتر لقياس السعة الحيوية. يشتمل القياس على حجم الزفير القسري في الثانية الواحدةFEV1 - السعة الحيوية القسرية FVC -جريان الزفير الأقصى الاعظمي PEF-السعة الوظيفية الباقية (المثالية) FEC

-جهاز قياس التركيب الجسمي يشتمل القياس على (نسبة الدهون بالجسم % نسبة العضلات بالجسم% نسبة الماء بالجسم % مؤشر كتلة الجسم الكالوري.

-جهاز رستاميتر لقياس الطول. -ميزان طبي لقياس الوزن.

-ساعة إيقاف. -استمارات تسجيل (فردية، جماعية)

-حبال- سلالم أرضية- صناديق مختلفة الأحجام والارتفاعات- أقماع – علامات محددة –شريط قياس – كور طبية مختلفة الأوزان وشرائط مطاطية – مسطرة مرقمه.

الاختبارات المستخدمة:

الاختبارات والغرض منها

الوثب الطويل من الثبات لقياس قدرة عضلات الرجلين

الجلوس من الرقود / دقيقه لقياس قدرة عضلات البطن

الانبطاح المائل ثني الذراعين/دقيقه لقياس قدرة عضلات الذراعين

شد جهاز الدينا ميتر لقياس قوة عضلات الظهر

الوقوف وثني الجدع أماما أسفل مع لمس القدمين لقياس مرونة العمود الفقري

العدو 4×10م الجري ارتدادي لقياس الرشاقة

الجري والمشي 600م لقياس التحمل

القياسات المحددة: -

- القياسات الأساسية (العمر – الطول – الوزن).

- القياسات البدنية (قدرة عضلات الرجلين- قدرة عضلات البطن – قدرة عضلات الذراعين- قوة عضلات الظهر – مرونة العمود الفقري- الرشاقة- التحمل).

- القياسات الوظيفية (النبض أثناء الراحة – السعه الحيوية).

- قياس التركيب الجسمي.

خطوات تنفيذ الدراسة: -

القياسات القبلية: - أجريت القياسات القبلية في الفترة (24 – 29 -06 -2023) حيث اشتملت على قياس المتغيرات الأساسية والوظيفية والتركيب الجسمي والقياسات البدنية: -

اليوم الأول أشتمل على قياسات (العمر – الطول – الوزن- النبض أثناء الراحة.

اليوم الثاني اشتمل على قياس تركيب الجسم والسعه الحيوية لأفراد الدراسة.

اليوم الثالث تم قياس المتغيرات البدنية.

اليوم الرابع والخامس والسادس تم تفريغ القياسات في الأوراق.

الدراسة الأساسية: - أجريت الدراسة في الفترة (01- 07 الى 24- 08 – 2023) واشتملت الدراسة الأساسية على ثلاث وحدات تدريبه في الأسبوع زمن كل وحدة تدريبه تراوح ما بين (90-120) دقيقة

بأحمال تدريبيه مختلفة وذلك وفقاً لقدرات المتريضين ليصبح عدد الوحدات التدريبية (24) أربعة وعشرون وحدة تدريبيه لمدة ثمانية أسابيع.

نموذج توزيع البرنامج التدريبي المقترح على أفراد العينة.

وقد أشتمل البرنامج التدريبي المقترح على التالي:

- الإحماء تراوح ما بين 20-30 دقيقة.
- التمرينات البدنية العامة 15-20 دقيقة.
- التمرينات الخاصة 20-25 دقيقة.
- الجزء الرئيسي 20-30 دقيقة.
- الجزء الختامي 10 -15 دقيقة.
- زمن الوحدة التدريبية تراوح ما بين 90 دقيقة – 120 دقيقة.
- تقييم وضبط البرنامج التدريبي بناء على قدرات كل متريض.
- زمن العمل لكل تمرين محدد من 1:30 -2-00 دقيقة.
- زمن الراحة بناء على الفروق الفردية من 1-3 دقائق بين التكرارات.
- زمن الراحة بناء على الفروق الفردية من 5-10 دقائق بين المجموعات.
- تم استخدام الأسلوب التدريبي الدائري.
- عدد محطات كل وحدة تدريبية تراوح ما بين 6-10 محطات.
- عدد تكرارات التمرينات بكل محطة تراوح ما بين 1-3 مرات.
- قياس النبض كمؤشر فسيولوجي كل ثلاثة أسابيع.
- تم استخدام تدريبات المقاومة. -تم استخدام تدريبات الرشاقة.
- تم استخدام تدريبات المرونة. –تم استخدام تدريبات القدرة.
- تم استخدام تدريبات بعض الألعاب الصغيرة. -تم استخدام شدة الحمل 1:2.
- تم استخدام التسجيل الفردي لكل متريض بناء على تنفيذ كل تمرين.

القياسات البعدية: - أجريت القياسات البعدية في الفترة (26 -31 -08- 2023) وقد نفذت القياسات بنفس الترتيب السابق الذي أجرى في القياسات القبلية لإفراد العينة.

المعالجات الإحصائية: تم استخدام الحزمة الإحصائية (SPSS) في ضوء طبيعة الدراسة وأهدافها حيث اشتملت على المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، قيمة ت، حجم التأثير، نسبة التحسن.

عرض ومناقشة النتائج: -

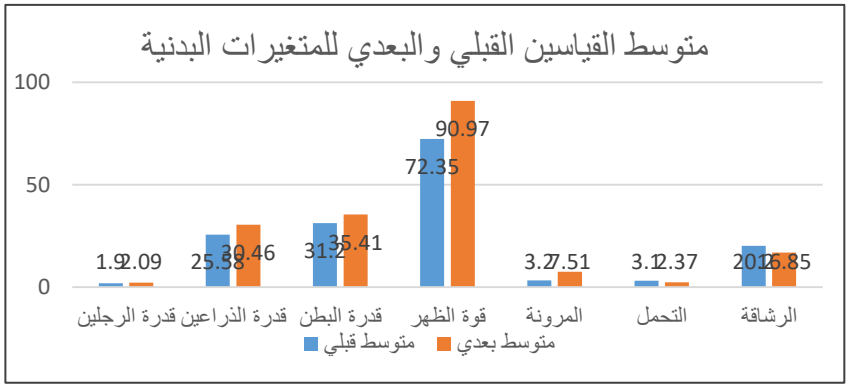
يتضمن هذا الفصل عرض ومناقشة نتائج البحث بعد تحليلها إحصائيا والجداول والأشكال التالية تبين المقارنات بين القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات البحث.

جدول (2)
متوسط القياسين القبلي والبعدي وقيمة ت وحجم التأثير ونسبة التحسن للمتغيرات البدنية لأفراد عينة البحث

الإحصاء المتغيرات	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	الانحراف المعياري	قمة (ت)	مستوي الدلالة	حجم التأثير	نسبة التحسين
الرجلين	1.90	2.09	0.26	4.70	0.00**	0.36	%10
الذراعين	25.58	30.46	7.40	4.10	0.00**	0.31	%19
البطن	31.20	35.41	6.04	4.34	0.00**	0.33	%13.46
الظهر	42.35	60.97	19.49	5.96	0.00**	0.48	%25.72
المرونة	3.20	7.51	4.30	3.71	0.00**	0.26	%57.25
التحمل	3.10	2.37	1.07	4.37	0.00**	0.33	%23.22
الرشاقة	20.20	16.85	5.86	3.56	0.00**	0.25	%16.53

(**) معامل الدلالة الإحصائية عند مستوى دلالة (0.01). (*) معامل الدلالة الإحصائية عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من الجدول (1) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية في جميع المتغيرات البدنية (قدرة عضلات الرجلين، وقدرة عضلات الذراعين، وقدرة عضلات البطن، والظهر، ومرونة العمود الفقري، والتحمل والرشاقة) وهو ما أكدته قيمة مستوى الدلالة حيث تراوحت ما بين (3.56 – 5.96)، كما أظهرت النتائج بأن حجم التأثير قد تراوح ما بين (0.25 – 0.48) وهو حجم تأثير كبير ولزيادة التأكيد فقد أوضحت نسبة التحسن بأن نتائجها تراوحت ما بين (10% - 57.25%) وهي نسبة عالية، ويعزي الباحثون هذا التحسن في القياسات البعدية عن القبلية للمتغيرات البدنية تركيز جميع المتريضين على الأداء البدني للتمرينات البدنية والعمل في ضوء التنافس الفردي لديهم وملاحظة التغير في النتائج على الصعيد الفردي الشخصي أو ضد المجموعات بناء على سجل البيانات الفردية، وهو ما تؤكده دراسة أبو العلاء عبدالفتاح (2003) بأن تأثير البرامج التدريبية المقترحة المتنوعة والموجه بشكل مباشر تؤدي إلى تنمية وتحسين المكونات البدنية التي تعمل على تحسين عمل الأجهزة الحيوية وجميع أجهزة الجسم الأخرى. (أبو العلاء :45)، ويعزز كلا من ويليمWilliam (2003)، وMather's (2006)، بأن المطلب الاساسي هو تنمية مكونات اللياقة البدنية لأنها توضح مدى توافر هذه العناصر من (قوة – سرعة – تحمل) باعتبارها حجر الأساس لأي برنامج تدريبي سواء كان فردي أو جماعي.



شكل (1) القياسين القبلي والبعدي للمتغيرات البدنية

جدول (4)

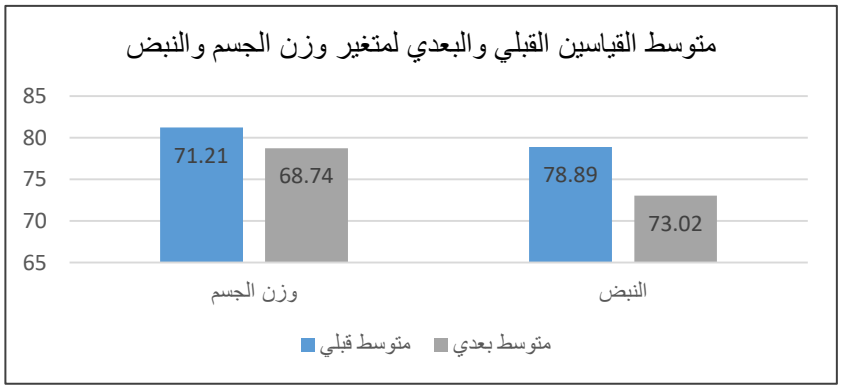
متوسط القياس القبلي والبعدي وقيمة ت وحجم التأثير ونسبة التحسن لمتغيرات وزن الجسم والنبض أثناء الراحة لأفراد العينة

الإحصاء المتغيرات	التوسط القبلي	المتوسط البعدي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوي الدلالة	حجم التأثير	نسبة التحسين
وزن الجسم	71.21	68.74	12.53	1.23	0.23	0.04	%3.50
النبض	78.89	73.02	9.81	3.73**	0.00	0.27	%7.44

(**) معامل الدلالة الإحصائية عند مستوى دلالة (0.01). **(*) معامل الدلالة الإحصائية عند مستوى دلالة (0.05).**

يتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي لمتغير النبض ولصالح القياس البعدي وهو ما أكدته مستوى الدلالة وهي أصغر من مستوى المعنوية (0.05)، ويعزي الباحثون هذا التحسن في معدل النبض إلى تأثير التدريب الذاتي، وهذا التغير أو الانخفاض في معدل النبض يعد مؤشراً إيجابياً في تحسن الحالة الوظيفية للقلب وأجهزة الجسم، كما يتضح عدم وجود فروق معنوية بين القياس القبلي والبعدي في متغير وزن الجسم، بينما نلاحظ من نفس الجدول أن حجم تأثير البرنامج على متغير الوزن بلغ 0.04 وهو ضئيل، أما متغير النبض فكان حجم التأثير 0.27 وهو كبير جداً. وللتأكيد أظهرت النتائج أن نسبة التحسن في وزن الجسم قد بلغت 3.05%، أما متغير النبض فقد انخفض بنسبة 7.44%.

وهذا يتفق مع كل من مفتي إبراهيم (2005) وأشرف فضل الله (2014) حيث يؤكدون بأن البدانة والسمنة الزائدة محور اهتمام على الصعيد العربي أو الدولي لأنها سبب لعدة أمراض. (مفتي: 36)، (أشرف: 54)، ويعزز بهاء الدين سلامة (2000) بأن النشاط الرياضي يتأثر بضخامة الجسم وسبب وعائق للأجهزة الحيوية بالجسم. (بهاء الدين: 12).



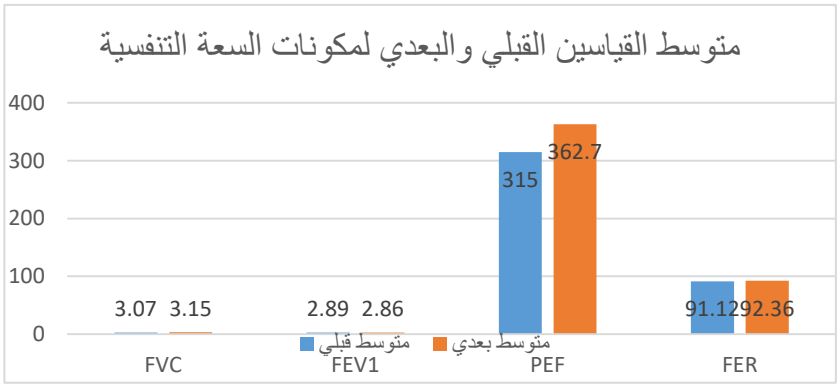
شكل (2) متوسط القياسين القبلي والبعدي المتغير الجسم والنبض لأفراد الدراسة

جدول (4)
متوسط القياس القبلي والبعدي وقيمة ت وحجم التأثير ونسبة التحسن
لمتغيرات السعة التنفسية لأفراد العينة

الإحصاء المتغيرات	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	فرق الوسطين	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوي الدلالة	حجم التأثير	نسبة التحسين
FVC	3.07	3.15	0.077	1.02	0.47	0.64	0.006	%2.51
FEV1	2.89	2.86	0.027	1.07	0.15	0.87	0.005	%0.93
PEF	315	362.7	47.68	188.24	1.58	0.12	0.06	%15.14
FER	91.12	92.36	1.23	12.11	0.66	0.52	0.01	%1.34

يتضح من نتائج الجدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائياً لمكونات متغير السعة التنفسية الذي تمثل في (FEV1) حجم الزفير في الثانية الواحدة، (FVC) السعة الحيوية التنفسية، (PEF) جريان الزفير الأقصى، (FER) السعة الوظيفية الباقية المثالية، الأمر الذي توضحه نتائج حجم التأثير التي ظهرت بمستوى ضئيل جدا بناء على القيم التي تراوحت ما بين 0.006 – 0.06، وظهرت اختلافات في نسبة التحسن حيث كانت ما بين (0.93 – 1.34 – 2.51 %) الخاصة بحجم الزفير والسعة الحيوية القصرية والسعة الحيوية الوظيفية الباقية، بينما هناك نسبة تحسن عالية وصلت إلى 15.14% لجريان الزفير الأقصى، ويعزي الباحثون ذلك نتيجة لتأقلم أفراد العينة على كيفية إخراج هواء الزفير بشكل كامل أثناء تطبيق البرنامج التدريبي الذاتي، مما أدى إلى تحسين أدائهم من خلال تدريبات الجري المستمر حسب قدرة كل متريض.

وهو ما أكده محمد العزب (2000)، سامي مسعود (2006) بأن معدل ضربات القلب تتحسن بحجم الدفع القلبي أثناء أداء المجهود البدني وهو مؤشر فسيولوجي يحدد شدة عمل الجسم أثناء المجهود (العزب: 19)، (سامي: 39).

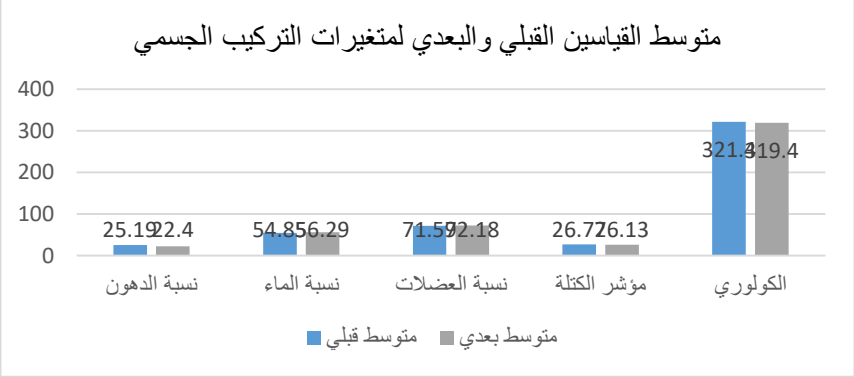


شكل (3) متوسط القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات السعه الحيوية لأفراد الدراسة

جدول (5)
متوسط القياس القبلي والبعدي وقيمة ت وحجم التأثير ونسبة التحسن
لمتغيرات التركيب الجسمي لأفراد العينة

الاحصاء المتغيرات	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوي الدلالة	حجم التأثير	نسبة التحسين
نسبة الدهن	25.19	22.40	6.52	2.67	0.01**	0.16	%11.07
نسبة الماء	54.85	56.29	6.45	1.39	0.17	0.05	%2.61
نسبة العضلات	71.59	72.18	8	0.46	0.65	0.005	%0.81
مؤشر الكتلة	26.77	26.13	3.86	1.04	0.31	0.03	%2.30
السعرات الحرارية	3214	3194	334	0.37	0.71	0.004	%0.62

يتضح من نتائج الجدول (5) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات التركيب الجسمي متمثلة في نسبة (الدهون) وقد وصلت قيمته إلى 2.67% ولصالح القياس البعدي، بينما باقي المتغيرات الأخرى للتركيب الجسمي (نسبة الماء بالجسم – نسبة العضلات بالجسم – مؤشر كتلة الجسم - الكالوري) لم تحقق فروق معنوية على الرغم من وجود نسبة تحسن تراوحت ما بين (0.62 - 0.81 - 2.30 - 2.61 %) في حين نجد أن هناك نسبة تحسن عالية وصلت إلى 11.07% متغير نسبة الدهن وبالرجوع إلى حجم التأثير هناك تأثير ضئيل وصل (0.004 - 0.005 – 0.03 – 0.05 – 0.16) ويستنتج الباحثون من خلال مقارنة نتائج القياسات القبلية بالقياسات البعدية أن التدرب الذاتي جعل كل متريض يؤدي التمرينات الرياضية في ضوء قدراته الشخصية ، وهذا يتفق مع دراسة أحمد العلوص (2010) بأن البرامج التدريبية ذات الطابع التدريبي المحدد بواقع من ثلاثة الى أربعة او خمسة وحدات تدريبية في الأسبوع له تأثير فعال على المستوى البدني او الكفاءة الفسيولوجية، وان زمن كل وحدة تدريبية 90 – 120 بأسلوب متدرج ومقنن قد يؤدي إلى تحسن في المستوى الفني أو التعليمي أو البدني. (العلوص: 77)، ويؤكد عمر عبدربه (2002) بأن الزيادة المقننة في الأحمال التدريبية تعتبر عنصراً مؤثراً قد يؤدي إلى حدوث تطور وتكيف في القدرات البدنية والفسيولوجية، الأمر الذي دفع الباحثون إلى استخدام أفضل الطرق والوسائل والبرامج التدريبية التي تساعد المتريضين في توازن بين الأحمال التدريبية والراحة. (عبد ربه: 1).



شكل (5) القياسين القبلي والبعدي المتغيرات التركيب الجسمي

الاستنتاجات: - في حدود أهداف وإجراءات وعينة البحث واستناداً لما ورد في الإطار النظري لهذه الدراسة ومن خلال مناقشة وتفسير النتائج عن طريق التحليل الإحصائي توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية:

1- التدريب الذاتي ادى إلى حدوث تغيرات في الوزن والنبض حيث كانت نسبة التحسن في وزن الجسم قد بلغت 3.50 %، أما متغير النبض فقد انخفض إلى نسبة 7.44%.
2- التدريب بالأسلوب الذاتي في المتغيرات البدنية قدرة عضلات الرجلين وقدرة عضلات الذراعين وقدرة عضلات البطن والظهر ومرونة العمود الفقري والتحمل والرشاقة ونسبة النبض وبلغت نسبة التحسن (10%- 57.25 %) وهي نسبة عالية.
3- التدريب الذاتي ادى إلى تحسن السعة التنفسية التي تحدث في بعض مكونات السعة الحيوية حيث ظهرت بمستوى اختلافات في نسبة التنفس وكانت ما بين 0.93 – 1.36 – 2.51 % الخاصة بحجم الزفير والسعة الحيوية القصرية والسعة الحيوية الوظيفية، بينما هناك نسبة تحسن عالية وصلت إلى 15.14% لجريان الزفير الأقصى.
4- التدريب الذاتي يؤدي إلى تحسين متغيرات التركيب الجسمي في نسبة الدهون حيث وصلت11.07 %، بينما باقي المتغيرات في نسبة الماء بلغت 2.61% ونسبة تحسن العضلات بلغت 081% بالجسم ومؤشر كتلة الجسم بلغت 2.30% السعرات الحرارية بلغت 0.62%.

التوصيات: - من خلال الاستنتاجات توصل الباحثون الي التوصيات التالية:

1- الاهتمام بالقياسات الأساسية البدنية والوظيفية بنظام التدريب بالأسلوب الذاتي للممارسين.
2- تقديم دليل ارشادي او بعض البرامج التدريبية العلمية للأفراد الممارسين لأي نشاط بدني او رياضي.
3- تشجيع الراغبين على ممارسة الأنشطة الرياضية استخدام نظام التدريب الذاتي "الاعتماد على النفس في ضوء قدراته البدنية".
4- التأكيد على استخدام الأدوات والأجهزة عند إجراء القياسات او الاختبارات الجسمية او البدنية او الفسيولوجية لما تتصف به من دقة في النتائج.
5- الاستفادة من نتائج البحث في كيفية استخدام التدريب الذاتي لتطوير الكفاءة البدنية والوظيفية.

المراجع العربية

1- ابو العلا أحمد عبد الفتاح:(2003) فسيولوجيا التدريب الرياضي، الطبعة الأولي، دار الفكر العربي القاهرة.
2- أحمد البهلول العلوص: (2010) أثر استخدام تكنولوجيا التعليم على التعلم الحرفي مسابقات الميدان (إطاحة المطرقة) كلية التربية البدينة والرياضة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس.
3- أشرف بدر مجيد فضل الله:(2014) تأثير برنامج مقترح مدمج لتحسين الكفاءة البدنية الفسيولوجية للناشئين رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة طرابلس.
4- آمال محمد أسعد: (2008) الثقافة الصحية، إصدار ثقافة الرياضية، بيروت.
5- إلين وديع فرج: (2000) اللياقة الطريق للحياة الصحية، منشاة المعارف، الإسكندرية.
6- بهاء الدين ابراهيم سلامة: (2000) فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني لاكتات الدم، دار الفكر العربي – القاهرة.
7- جابر عبد الحميد جابر: (2000) التعلم وتكنولوجيا التعلم، دار النهضة العربية 2000، القاهرة.
8- جمال الدين الشافعي (2000) مناهج التربية البدنية المعاصرة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي 2000

القاهرة.
9- راند الحبيب الزرقاني: (2016) مستوي الأنشطة البدنية والسمنة واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدي طالبات مرحلة التعليم المتوسط، رسالة غير منشورة.
10- سامي مسعود جمعة: (2006) تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام طريقة الفار تلك على بعض المتغيرات الفسيولوجية الكينماتيكية لمتسابقي المسافات المتوسطة بشعبية الجفارة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس.
11- سمير أبو شادي: محمد عبد السلام: (2006) أثر استخدام جهد بدني مقنن كعامل وقائي من أمراض القلب وبعض المتغيرات البيوكيميائية والفسيولوجية لمرضي السكر بمصر.
12- عبد الرحمن عبد الحميد زهر:(2001) موسوعة فسيولوجيا مسابقات الرمي 1000 تدريب للكفاءة الفسيولوجية والحركية والمهارية، الطبعة الأولي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
13- عصام عبد الخالق مصطفي: (2000) التدريب الرياضي نظريات مطبقات، الطبعة العاشرة، دار المعارف 2000 الإسكندرية.
14- عمر شكر عبد ربه: (2002) الاتجاهات الحديثة في دراسة وتحليل الشقوق الطليقة ومضادات الأكسدة وعلاقتها بالأداء الرياضي، بحث منشور، مجلة التربية الرياضية، أسيوط.
15- محمد العزب البحيري: (2000) دراسة الاستجابات اللاكتيك لبعض أساليب التدريب لدى سباحي السرعة والتحمل للناشئين، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
16- محمد علي عبد الرحيم، واخرون: (2009) المجهود البدني المقنن كعامل وقائي (صحي) لمرضى السكر وضغط الدم وأثره على بعض المتغيرات، بحث منشور، المؤتمر العلمي الثالث عمان، الأردن.
17- مصطفي فتحي عمر: (2004) أثر بعض التمرينات البدنية باستخدام الوسط المائي علي تحسين الكفاءة الوظيفية لدي الأفراد ذوي بعض عوامل المخاطرة التاجية.
18- مفتي إبراهيم حماد : (2005) التدريب الرياضي الحديث، تخطيط تطبيق وقيادة طـ 2، دار الفكر العريق – القاهرة.
19- ـــــــــــــــــ: (2009) اللياقة البدنية للصحة والرياضة، دار الكتاب الحديث، القاهر ط1.
20- نشوان عبد الله: (2010) فن الرياضة والصحة ط1، دار الحامد للنشر والتوزيع.
21- هزاع محمد هزاع : (2001) أهمية قياس النشاط الرياضي البدني والطاقة المصروفة لدي الإنسان، المجلة العربية للغداء والتغذية.
22- ـــــــــــــــــ: (2002) النشاط البدني وعلاقته بالصحة الناشئة في المجتمعات الخليجية المجلة العلمية للتغذية.
23- وفاء صباح الخفاجي:(2010) تأثير استخدام التدريب المتقاطع في تطوير الكفاية البدنية الخاصة بالسباحة عند النبض 170 والكفاية البدنية.
24- AAhperd ahperd physical Best activity qaide .secondary level 2002
25---------- www.iraqacad.org/JOURNAL2014 PDT
26---------- http://www.webteb.com/articleS.2015
27---------- School server.xsce.org:3000/wiki Pedia ar aLl 2015
28- Mather's: the training program of 400-meter hurdle, universe of st Thomas2006
29- William's a-m : Ward. Training perceptual skill in field hockey, U.S.L 2003
30----------: https.ar.wikpedia.org/wiki2016
31----------: https//sport and health.2016Ward press.com
32----------: www.Hakeem.sy.com/main/2007

دور منصة التعليم الالكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته

أ/ سامي عامر المخلوف

المستخلص

يهدف هذ البحث لتعرف على دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد وكذلك معوقاتها من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لمناسبته لطبيعة وهدف البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الطلاب الذين درسوا أثناء فترة جائحة كورونا من خلال منصة الجامعة التعليمية والمنصات الأخرى حيث بلغ عددها (30) طالب وطالبة، وبنسبة مئوية 28.85% من مجتمع البحث ، وقام الباحث بإعداد استمارة الاستبيان الخاصة بالبحث وذلك بعد الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث فيما يتعلق بدور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر الطلاب، أن التعليم الالكتروني من خلال المنصة يساعد في زيادة المهارات في التعلم، وأيضاً يساعد استخدام التعليم الالكتروني عبر المنصة في زيادة قدراتهم على استخدام الحاسوب والتكنولوجيا والانترنت، وأنه يساعد في عملية التعلم في أي وقت وفي أي مكان، و من النتائج المتعلقة بالمعوقات جاءت أغلبها في جانب نقص الإمكانيات التكنولوجية والتي تعتبر أساساً في التعليم الالكتروني وعنصر مهم في إدارة العملية التعليمية عن بعد.

الكلمات المفتاحية: المنصة، التعليم الالكتروني، إدارة العملية التعليمية

Abstract

This research aims at identifying the role the E-learning platform plays in distance education process, as well as to detecting its obstacles, from view point of the Faculty of Physical Education & Sports Sciences' students, Misurata University. The researcher used the descriptive-survey method, being appropriate to the nature and purpose of the research. 30 male and female students selected- by non-probability sampling, from among students whom pursued their study during COVID-19 pandemic outbreak, via university educational platform and other platforms, i.e.; represents %28.85 of the research population. The researcher designed the questionnaire form relating to the research after reviewing scientific references and previous studies. The most significant results the researcher came to in connection to the role the e-learning platform plays in managing the distance educational process, from the students' point of view, was that e-learning, via the platform; helps in maximizing the learning skills, as well as helps in building up their abilities to use computer, technology, and the Internet, furthermore; it helps in learning process at any time and in any place. The significant results related to the obstacles were mostly those attributed to lack of

technological capabilities which is the foundation of e-learning and a substantial element in managing the distance educational process.

Keywords: Platform, e-learning, management of the educational process

مقدمة البحث

يعيش العالم في هذه الأيام ظروفاً استثنائية لم يشهد لها مثيل على الأقل في عصرنا الحالي وهو تفشي مرض وبائي غريب يسمى (فيرس كورونا أو كوفيد 19) والذي غير وجه العالم في العديد من المجالات سواء أكانت هذه المجالات اجتماعية أو اقتصادية أو سياسية، ويعتبر المجال التعليمي من أهم المجالات الذي يتناول شريحة كبيرة من أفراد المجتمع فاستخدام الوسائل التعليمية المتنوعة أصبح ضرورة حتمية للمساهمة في رقي الفكر والتفكير عند الطلاب وخاصتاً في هذا العصر الذي يطلق عليه عصر التكنولوجيا.

فمما أفرزته هذه الجائحة التي أصابه العالم هو استخدام الوسائل التكنولوجيا بشكل واسع وخاصتاً بعد أن أقرت أغلب دول العالم الأغلاق على نفسها وتخاذ الاجراءات الاحترازية حفاظاً على بلدانهم وشعوبهم، ومن بين المجالات التي طالها الأغلاق المجال التعليمي حيث أصبحت المدارس والمعاهد والكليات خاليه من الطلاب والمدرسين والاستاذة مما فتح الباب لإيجاد حلول ووسائل تعليمية بديلة تساعد على استمرار العملية التعليمية وتغلب على هذه الظروف الاستثنائية فلم يكن أمام دول العالم الا استخدام التعليم الالكتروني كوسيلة تعليمية متاحة يمكن التواصل عن طريقها بين الاستاذ والطالب سواء كانت فصول افتراضية أو محاضرات مباشرة أو مسجلة مرئية أو مذكرات وكتب مصورة إلكترونية.

فلا يختلف التعليم الإلكتروني عن التعليم التقليدي من حيث المضمون والجوهر، ومن حيث محتوى المنهاج الدراسية، والأنشطة التعليمية والأنشطة التقويمية، ولكن الاختلاف بينهما يظهر على مستوى الأساليب والوسائل المستعملة في العملية التعليمية وفي طرق الاتصال بين المعلم والمتعلم. (الحجوجي 2020م ص400)

فمن خلال التطورات التقنية في السنوات القليلة الماضية انطلقت العديد من الطرق الحديثة في التعليم وكان أهمها التعليم الالكتروني، وهناك الكثير الذين ينادون الآن بتحسين التدريس التقليدي باستخدام التكنولوجيا الجديدة واستكمال الحلقات الدراسية بطريقة ذات هدف مع استخدام أدوات التعليم الالكتروني.(أبوعقيل 2014م ص4)

ويعتبر توظيف المستحدثات التكنولوجية التي أفرزها التزاوج الحادث بين مجالي تكنولوجيا المعلومات وتكنولوجيا التعليم في العملية التعليمية، الذي أصبح ضرورة حتمية تفرض على النظم التعليمية احداث نقلة نوعية في الأهداف التي تسعى الي تحقيقها، ليكون التركيز على اكساب المتعلمين مجموعة من المهارات التي يحتاجها في عصر المعلومات، ومنها التعليم الذاتي، ومهارة المعلوماتية، وما تتضمنه من مهارات التعامل مع المستحدثات التكنولوجية، ومهارات أدارة الذات، بدلاً من التركيز على اكسابهم المعلومات.

وتذكر مينة الحجوجي نقلاً عن Bin Rayhan (2019) أن التعليم الالكتروني هو نظام تعليمي يستخدم تقنيات المعلومات وشبكات الحاسوب في تدعيم وتوسيع العملية التعليمية من خلال مجموعة من الوسائل منها الانترنت.

وتضيف أيضا أن التعلم عن بعد يعتمد على وجود المتعلم في مكان بعيد عن مصدر التعلم من الناحية الجغرافية، وهو أحد أساليب التعلم الذي تمثل فيه وسائل الاتصال والتواصل المتوفرة دورا أساسيا في التغلب على مشكلة المسافات البعيدة التي تفصل بين المدرس والمتعلم.(الحجوجي 2020م ص397-398)

فاتخذ التعليم عن بعد أشكالاً مختلفة فمنهم من أكتفى بالبث التلفزيوني الذي بعضها تفاعلي والأخر غير تفاعلي، ومنهم من استخدم الراديو في بعض الدول، ومنهم من سعى الى دمج بين وسائل تعليمية عدة ودروس عبر الأنترنت من خلال منصات تعليمية مختلفة.(الهمامي ، حجازي 2020م ص20)

ويذكر عبدالله بن يحي آل محي (2019) نقلاً عن Sursock (2015) Alleh & Seamah (2017) أن التعليم الالكتروني يزداد انتشاراً عالمياً ومحلياً، فعلى مستوى العالمي أجرت رابطة الجامعات الأوربية دراسة شملت (48) دولة من دول الاتحاد الأوروبي وأوروبا الشرقية وروسيا وتركيا وقبرص، استجاب لاستبانتها (451) جامعة يدرس بها قرابة (10 مليون) طالب، ومن نتائجها أن (74%) من الجامعات تطبق التعليم الالكتروني المدمج، و(75%) تطبق التعليم الالكتروني الكامل، و(38%) تمنح درجات علمية بنظام التعليم الالكتروني الكامل، (34%) تطبق تعليماً إلكترونياً مشتركاً مع جامعات أخرى، و(22%) تطبق المقررات الالكترونية هائلة الالتحاق Massive Open Online Courses وفي الولايات المتحدة في عام (2015) بلغت نسبة طلاب الجامعات الدارسين مقررات بنظام التعليم الالكتروني (29.7%) من طلاب التعليم العالي وتجاوز عددهم ستة ملايين، نصفهم تقريباً درس مقرراً الكترونياً أو أكثر ضمن برنامج تعليمي جامعي داخل الحرم الجامعي والنصف الآخر درس جميع مقرراته الكترونياً بنظام التعليم عن بعد (آل محي 2019م ص104).

وتضيف فايزة أحمد مجاهد (2020م) أن منصات التعليم الالكترونية في مقدمة تقنيات الجيل الثاني من الويب التي تشهد إقبالا متزايداً على توظيفها من قبل المعنيين بالعملية التعليمية في الوقت الحالي بسبب الانتشار السريع لجائحة كورونا أو كوفيد19، الذي عطل الحياة وشل جميع التحركات، وقررت جميع الدول تعليق الدراسة في المدارس والجامعات للحفاظ على سلامة المواطنين، ووفق البيان الصادر عن منظمة اليونيسكو "فإن الأزمة تؤثر الآن على ما يقارب 363 مليون طالب في جميع أنحاء العالم، من مرحلة ما قبل الابتدائي إلى التعليم العالي، بما في ذلك 57.8 مليون طالب في التعليم الجامعي، واتجهت الدول الى مواصلة العملية التعليمية عن بُعد من خلال المنصات التعليمية الالكترونية ووجد الطلاب أنفسهم فجأة في أكثر من 102 دولة مجبرين على التعلم في المنزل بواسطة التقنيات الحديثة، وبعد أن كانت المؤسسات التعليمية تنظر إلى التعليم الإلكتروني كمعينات للتعليم، وأنه مجرد ترف، أصبح اليوم ضرورة، ووسيلة لتمكين ملايين الطلاب من التعلم، بعد أن فقدوا فرصة الذهاب إلى المؤسسات التعليمية، ويبدو أن أزمة جائحة كورونا مستمرة ولا يلوح في الافق عودة الطلاب الى المؤسسات التعليمية قريباً، وأعلنت العديد من الجامعات في الولايات المتحدة أن فصل الخريف لهذا العام سيكون أيضا عن بُعد وهناك آلاف الجامعات والمعاهد الأخرى حول العالم التي تدرس إمكانية استمرار التعليم الإلكتروني خلال العام الدراسي المقبل أو على الأقل خلال النصف الأول منه، وفي مصر، قررت وزارتي التربية والتعليم العالي إطلاق منصات دراسية تجمع الطلاب بالمعلمين، ويلتحق بها الطالب عن طريق كود رقمي تخصصه له الوزارة ليسمح له بالانضمام لتلك المنصات وتلقي الدروس، من أجل استمرار العملية التعليمية وعدم تأثرها بالأزمة (مجاهد 2020م ص310).

"إن نجاح التعليم الالكتروني يتطلب أن يكون المتعلم هو محور العملية التعليمية وذلك من خلال اشراف المعلم وتوجيه مع قدرة المتعلم على التفاعل ومشاركة زملائه وفتح الباب أمام المناقشات العلمية البناءة التي تساهم في الفهم الكامل للمقررات الدراسية ولهذا كان على مصمم المقرر الالكتروني أن يضع في ذهنه احتياجات المتعلم فالمقررات الدراسية التي تكون منظمها ومزودة بعناوين واضحها وعروض مرئية وموضوعات لتفاعل وغيرها تؤثر على معدلات الاستيعاب عند المتعلم" (عبدالنعيم 2016م ص7).

مشكلة البحث:

إن ما تم عرضه عن استخدام التعليم الالكتروني في التعليم عن بعد من خلال منصات التعليم الالكتروني وغيرها من الوسائل التكنولوجية المتاحة يوضح أن التعليم الالكتروني قادر على تحسين العملية التعلمية إذا وجدت الأرضية الصلبة له التي ترتكز في الأساس على الجامعة في إعطاء هذا النوع من التعليم الاهتمام الأكبر وكذلك وعي الأساتذة والطلاب بأهمية التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد سواء كانت في الوقت الحالي أو في ظل ما مر به العالم وبلادنا من جمود في العملية التعليمية بسبب تفشي وباء (كرونا أوكوفيد19) حيث لوحظ أن هناك ضعف في إقبال الطلاب على النمط الجديد من التعليم وتفاعلهم معه من خلال هذه المنصة التعليمية الإلكترونية، وفي ضوء ما سبق حاول الباحث إلقاء الضوء على الاستفادة التي يحصل عليها الطلاب من خلال الدور الذي تلعبه منصة التعليم الإلكتروني ووعيهم بأهمية التعليم الإلكتروني ومعرفة أهم المعوقات التي واجهتهم والتي كانت حاجزاً أمام الاستفادة من هذه المنصة التعليمية الالكترونية، ولهذا يسعى هذا البحث إلى معرفة دور منصة التعليم الالكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد، ومن هذا المنطلق يعتبر هذا البحث حول التعليم الإلكتروني إحدى الإسهامات التي نرجو أن يكون لها الأثر الطيب في النهوض بالمنظومة التعليمية في الجامعة بشكل عام والكلية بشكل خاص.

أهمية البحث:

1- توظيف التقنيات التكنولوجية الحديثة المتاحة من منصات للطلاب الجامعيين في الحصول على المعلومات والتفاعل معها أيضاً.

2- يساهم التعليم الالكتروني في تطوير التعليم الجامعي إذا أحسن استخدامه.

3- يساعد في معرفة مدى تقبل ووعي الطلاب بالتعليم الإلكتروني من خلال المنصة التعليمية الالكترونية .

4- إبراز أهمية التعليم الالكتروني في الجامعة والكلية بمعرفة المعوقات والمتطلبات وإمكانيات هذا النوع من التعليم.

هدف البحث

1- دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته.

2- معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته.

تساؤلات البحث:

1- ما دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته؟

2- ما معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد من وجهة نظر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته؟

مصطلحات البحث:

التعليم الالكتروني: هو محتوى إلكتروني متاح عبر الويب ويشتمل على عناصر الوسائط المتعددة, وله أدوات إبحار تساعد الطالبة على التجول بداخله, كما يشتمل على أنشطة تعاونية تتيح للطالبة التفاعل معها, لتحقيق الأهداف التعليمية المنشودة (الغامدي ، قطب 2020م ص102).

التعليم: عملية تفاعلية تقوم على وجود معلم ومتعلم ومادة تعليمية في بيئة محددة، يؤدي المعلم دوره في ايصال المعلومة أو الخبرة أو المهارة الى المتعلم بطريقة منظمة مقصودة لزيادة قدراته وخبراته المختلفة (الحايك 2017م ص60).

المنصة التعليمية: عرفها عبدالله بن أحمد الراشدي و عبدالله بن فالح السكران (2018) نقلاً عن هومانوفا وبريكستوفا (2017) " على أنها مجموعة متكاملة من الخدمات التفاعلية عبر الانترنت والتي توفر للمعلمين والمتعلمين والآباء وغيرهم من المشاركين في التعليم بالمعلومات والأدوات والموارد لدعم وتعزيز تقدم التعليم والادارة " (الراشدي ، السكران 2018م ص560).

التعليم عن بعد: العملية التعليمية التي يكون فيها الطالب مفصولاً أو بعيداً عن الأستاذ بمسافة جغرافية يتم عادة سدها باستخدام وسائل الاتصال الحديثة (عبد النعيم 2016م ص6).

الدراسات السابقة:

1- **دراسة الشواربة (2019)** والتي كانت بعنوان "مدى استخدام طلاب الدراسات العليا في الجامعات الخاصة في الأردن لمنصات التعليم الإلكتروني ومواقفهم تجاه هذه المنصات" واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لتحقيق هدف الدراسة، وتم استخدام الاستبيان كأداة للبحث وبلغت عينة البحث (302) طالباً وطالبة دراسات عليا، تم اختيارهم بطريقة عشوائية وأظهرت النتائج أن هناك درجة عالية في استخدام المنصات التعليمية من قبل طلاب الدراسات العليا في الجامعات الخاصة الأردنية ، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاستخدام من قبل الباحثين تعزى لمتغيري الجنس وكانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التخصص ودرجة استخدام الباحث تعزى لمتغير العمر، كما أظهرت النتائج أن طلبة الدراسات العليا لديهم اتجاهات إيجابية للغاية تجاه المنصة التعليمية.

2- **دراسة المندلاوي (2021)** والتي كانت بعنوان "دور منصات التعلم الالكتروني في تعزيز الأداء الأكاديمي لطلبة الدراسات الأولية، ومعوقات تطبيقها بقسم التاريخ" حيث كان هدف البحث التعرف على دور (منصة كوكل كلاس روم) في تعزيز الأداء الالكتروني لدى طلبة الدراسات الأولية في قسم التاريخ، وأيضاً معوقات استخدام المنصات التعليمية الالكترونية (منصة كوكل كلاس روم) في العملية التعليمية ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته للبحث، وكان حجم العينة (200) طالب و طالبة موزعين بالتساوي حسب المرحلة (المرحلة الأولى، و المرحلة الثانية)، ومتغير الجنس (ذكور، أناث) وكانت نتائج البحث أن تقييم عينة البحث لفاعلية التعلم الالكتروني وفق منصة كوكل كلاس روم كان (مرتفع) أما معوقات استخدام منصة كوكل كلاس روم كانت (منخفض) ولم توجد دلالات احصائية في متغير المرحلة والجنس.

3- **دراسة المشيقح ، الشبل (2023)** والتي كانت بعنوان "دور التعلم عن بُعد عبر المنصات التعليمية في تطوير مهارات طالبات مقرر تقنيات التعليم بالمرحلة الجامعية" وهدف هذا البحث إلى الكشف عن دور التعلم عن بُعد عبر المنصات التعليمية في تطوير مهارات طالبات مقرر تقنيات التعليم بالمرحلة الجامعية، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وقد تكونت عينة البحث من (365) طالبة، وتم استخدام مقياس أداة لجمع البيانات حيث تكون من ثلاثة محاور هي: المكون المعرفي والمكون المهاري والمكون الوجداني، وتوصلت نتائج البحث إلى أن دور التعلم عن بُعد عبر المنصات التعليمية في تطوير مهارات طالبات مقرر تقنيات التعليم بالمرحلة الجامعية جاء بدرجة متوسطة بشكل عام، كما أوضحت النتائج أن التعليم عن بُعد عبر المنصات التعليمية يسهم في تطوير المكون المعرفي والمكون المهاري والمكون الوجداني لدى الطالبات بدرجة متوسطة. وأهم ما توصل إليه البحث هو العمل على تطوير الأدوات اللازمة لتنمية مهارات الطالبات عند استخدامهن المنصات التعليمية، وتكوين مخزون معرفي يتناسب مع أدوات التقنية المتاحة، بالإضافة إلى تعزيز اتجاه الطالبات من الناحية الوجدانية نحو استخدام منصات التعلم الإلكتروني في عملية التعلم.

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة: استفاد الباحث من الدراسات السابقة في اختيار موضوع البحث وهدفه, وكذلك المنهج المستخدم والعينة والأسلوب الإحصائي المناسب لطبيعة البحث.

إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لمناسبته لطبيعة وهدف البحث.

مجتمع البحث: يتمثل مجتمع البحث في طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة والبالغ عددهم (104) طالب وطالبة.

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الطلاب الذين درسوا أثناء فترة جائحة كورونا من خلال منصة الجامعة التعليمية والمنصات الأخرى حيث بلغ عددها (30) طالب وطالبة، وبنسبة مئوية 28.85% من مجتمع البحث.

أدوات جمع البيانات:

1- المقابلة الشخصية: قام الباحث بإجراء المقابلة الشخصية مع عدد من الطلاب بالكلية قيد البحث بهدف التعرف على دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد وأيضاً المعوقات التي واجهتهم عند تطبيقها وذلك للاسترشاد بها عند وضع عبارات الاستبيان.

2- الاستبيان: قام الباحث بإعداد استمارة الاستبيان الخاصة بالبحث بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة، والتي تم من خلالها التوصل إلى المحاور التالية: المحور الأول (دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد)، المحور الثاني (معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد).

خطوات إعداد الاستبيان:

1- بعد تحديد محاور الاستبيان تم وضع مجموعة من العبارات أمام كل محور من المحاور السابقة, وقد قام الباحث بتوزيعها على النحو التالي: (28) عبارة للمحور الأول والخاص بدور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد، (28) عبارة للمحور الثاني والخاص بمعوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد.

2- تم تقدير العبارات والاجابة عليها وفقاً لميزان التقدير الثلاثي كالآتي: موافق ويقدر لها (3) درجات، موافق إلى حد ما ويقدر لها (2) درجات، وغير موافق يقدر لها (1) درجة.

المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان :

1- صدق الاستبيان : اعتمد الباحث في حساب صدق استمارة الاستبيان على الصدق الذاتي في مدى صدق الاستمارة لتحقيق الهدف الذي وضعت من أجله وتم التطبيق في الفترة من 18 / 10 / 2023م حتى 20/ 10 /2023م، وانحصر معدل الصدق الذاتي لمحاور الاستبيان وعباراته ما بين (0.91، 0.93) مما يشير إلى صدق الاستبيان كما هو موضح بجدول (1).

جدول (1)
الصدق الذاتي لمحاور الاستبيان وعباراته
(ن = 10)

م	المحاور	الصدق الذاتي
1	دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد	0.93
2	معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد	0.91

2 - ثبات الاستبيان : تم تطبيق الاستبيان وإعادة تطبيقه في الفترة من 2023/10/2م إلى 2023/10/17م على عينة قوامها (10) من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وبحساب معامل الارتباط بين التطبيقين تم حساب معامل الثبات حيث تراوح ما بين (0.82، 0.86) وهما معاملان ارتباط دالين إحصائياً مما يشير إلى ثبات الاستبيان كما هو موضح بجدول (2).

جدول (2)
معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمحاور الاستبيان وعباراته
(ن = 10)

م	المحاور	معامل الارتباط
1	**دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد**	**0.86**
2	**معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد**	**0.82**

الدراسة الأساسية: تم تطبيق الاستبيان على عينة البحث في الفترة من 2023/10/21م إلى 2023/11/14م.

عرض النتائج:

جدول (3)
النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا2 الخاصة بالمحور الأول
(دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد)
في الاستبيان وفقاً لاستجابات عينة البحث

م	العبـــارات	النسبة المئوية			الأهمية النسبية	الوسط المرجح	كا^2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق			
1	توجد قناعة منكم بجدوى التعليم الالكتروني من خلال المنصة في التعليم الجامعي	53.33	46.66	0.00	84.44	2.53	15.2
2	توجد معلومات حول كيفية استخدام منصة التعليم الإلكتروني	56.66	26.66	16.66	80.00	2.4	7.8
3	سبق لك استخدام نسخ الكترونية من الكتب أو المذكرات الدراسية	50.00	20.00	30.00	73.33	2.2	4.2
4	توجد لديك فكرة عن مفهوم التعليم الالكتروني من خلال منصة (الكامل، المدمج)	23.33	60.00	16.66	68.88	2.06	9.8
5	التعليم الالكتروني من خلال المنصة يساهم في استقلالك في تلقي المعلومة ذاتية (التعلم الذاتي)	66.66	30.00	3.33	87.77	2.63	18.2
6	يتيح لك التعليم الالكتروني من خلال المنصة التعلم في أي وقت وفي أي مكان	90.00	6.66	3.33	95.55	2.86	43.4
7	يساعدك التعليم الالكتروني من خلال المنصة في زيادة مهارتك في التعلم	83.33	23.33	0.00	98.88	2.96	33.4
8	يساعدك تحويل المقررات الدراسية الالكترونية على المنصة من خلال المرئيات والصوتيات الى زيادة فهم المقرر	63.33	36.66	0.00	87.77	2.63	18.2
9	يساعدك التعليم الالكتروني من خلال المنصة من رفع مستواك الدراسي وكفاءة التحصيل العلمي	70.00	30.00	0.00	90.00	2.7	22.2
10	تتناسب المقررات الموجودة على المنصة مع احتياجاتك المستقبلية	46.66	46.66	6.66	80.00	2.4	9.6
11	يساعدك وجود المقرر إلكتروني على المنصة من توفير المعلومات بشكل سريع عند الحاجة اليها	93.33	6.66	0.00	97.77	2.93	48.8
12	وجود المقرر الدراسي على المنصة يساعدك على الدراسة أكثر ويقلل من المشاكل العلمية التي تواجهك	63.33	36.66	0.00	87.77	2.63	18.2
13	ينمي التعليم الالكتروني من خلال المنصة الانطوائية وعدم التفاعل الاجتماعي مع الاخرين	40.00	40.00	20.00	73.33	2.2	2.4
14	يساعدك التعليم الالكتروني عبر المنصة على التواصل أكثر مع عضو هيئة التدريس	60.00	33.33	6.66	84.44	2.53	12.8
15	تساعد الطرق والأساليب المستخدمة في التعليم الالكتروني على استيعاب المقرر	63.33	36.33	0.00	87.77	2.63	18.2
16	طرق التقويم المستخدمة من خلال المنصة لكل مقرر مناسبة ومتنوعة	66.66	33.33	0.00	88.88	2.66	20.00

17	تختلف المقررات الدراسية التقليدية والمقررات الدراسية الالكترونية من حيث الفائدة	56.66	33.33	10.00	82.22	2.46	9.8
18	المقررات الدراسية الالكترونية الموجودة على المنصة ذات قيمة ومفيدة	73.33	26.66	0.00	91.11	2.73	24.8
19	يساعد استخدام التعليم الالكتروني عبر المنصة من زيادة قدراتك على استخدام الحاسوب والتكنولوجيا والانترنت	80.00	20.00	0.00	93.33	2.8	31.2
20	يساعدك التعليم الالكتروني عبر المنصة على التواصل أكثر مع زملائك	66.66	16.66	16.66	83.33	2.5	15.00
21	تساعدك المقررات الدراسية الموجودة على المنصة في فهم تطبيق المقررات العملية	53.33	36.66	10.00	81.11	2.43	8.6
22	يساعدك التعليم الالكتروني عبر المنصة على زيادة قدرتك على التعليم الذاتي	73.33	23.33	3.33	90.00	2.7	23.4
23	التعليم الالكتروني من خلال المنصة أكثر متعة وتشويق من التعليم التقليدي	56.66	33.33	10.00	82.22	2.46	9.8
24	يساعدك التعليم الإلكتروني عبر المنصة على فهم أكثر للمقرر الدراسية	50.00	33.33	16.66	77.77	2.33	5.00
25	يساعدك التعليم الإلكتروني من خلال المنصة في تطوير الجوانب المعرفية والمهارية والوجدانية	60.00	26.66	13.33	82.22	2.46	10.4
26	يسهم التعليم الالكتروني من خلال المنصة في تنمية مهارات إدارة الوقت	73.33	23.33	3.33	90.00	2.7	23.4
27	ينمي التعليم الالكتروني من خلال المنصة القدرة على التعبير عن الرأي	56.66	30.00	13.33	81.11	2.43	8.6
28	يسهل التعليم الالكتروني من خلال المنصة التعلم بالمشاركة والعمل كمجموعة	56.66	30.00	13.33	81.11	2.43	8.6

يتضح من نتائج جدول (3) أن النسب المئوية التي تعبر عن استجابات عينة البحث على عبارات الاستبيان الخاصة بالمحور الأول (دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد) البالغ عددها (28) عبارة، وذلك بنسب مئوية تراوحت ما بين (98.88 %) كحد أعلى، (68.88 %) كحد أدنى، وتراوح الوسط المرجح ما بين (2.96) كحد أعلى، (2.06) كحد أدنى، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة موافق ما بين (23.33، 93.33)، وخانة موافق إلي حد ما بين (6.66، 46.66)، وخانة غير موافق ما بين (0.00، 30.00).

جدول (4)
النسبة المئوية والأهمية النسبية والوسط المرجح وقيمة كا^2 الخاصة بالمحور الثاني
(معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد)
في الاستبيان وفقاً لاستجابات عينة البحث

م	العبـــارات	النسبة المئوية			الأهمية النسبية	الوسط المرجح	كا2
		موافق	إلي حد ما	غير موافق			
1	اشتركت في دورة تدريبية عن التعليم الالكتروني من قبل	60.00	23.33	16.66	81.11	2.43	9.8
2	هناك مرشد إداري يساعد على كيفية استخدام منصة التعليم الالكتروني	40.00	30.00	30.00	70.00	2.1	0.6
3	عدم درايتك بالأمور التكنولوجية يؤدي إلى قلة الاستفادة من التعليم الالكتروني من خلال المنصة	50.00	40.00	10.00	80.00	2.4	7.8
4	يوجد دعم إداري وفني مقدم من خلال القائمين على المنصة عند حدوث أي مشكلة في استخدامها	40.00	43.33	20.00	75.55	2.26	2.9
5	التعليم الالكتروني من خلال المنصة لا يعطي الفرصة لإبراز الامكانيات العلمية لطالب و الأستاذ	40.00	33.33	26.66	71.11	2.13	0.8
6	يتطلب منك التعليم الالكتروني عبر المنصة قدرة كبيرة على الالتزام بالوقت	56.66	33.33	10.00	82.22	2.46	9.8
7	تواجه صعوبة في التعامل مع منصة التعليم الالكتروني	60.00	20.00	20.00	80.00	2.4	9.6
8	عدم توفر الوقت لدخول واستخدام المنصة العلمية	60.00	23.33	16.66	81.11	2.43	9.8
9	جودة المقرر وظروف طباعته وطريقة تقديمه لك كانت مناسبة	53.33	43.33	3.33	83.33	2.5	12.6
10	عدم وجود مرشد أكاديمي لتعليم الالكتروني من خلال المنصة يعيق فهمك لاستخدام هذا النوع من التعلم	50.00	40.00	10.00	80.00	2.4	7.8
11	يتوفر لديك جهاز حاسوب في البيت	70.00	16.66	13.33	85.55	2.56	18.2
12	يتوفر لديك هاتف ذكي للاستفادة منه في مثل هذا نوع من التعلم	90.00	10.00	0.00	96.66	2.9	43.8
13	هل توجد مكتبة إلكترونية من ضمن مكونات المنصة تساعدك على التحصيل والبحث العلمي	43.33	30.00	26.66	72.22	2.16	1.4
14	أهداف التعليم الالكتروني من خلال المنصة كانت واضحة لك ومحددة	60.00	33.33	6.66	84.44	2.53	12.8
15	توجد ورشة تعريفية خاصة بالتعليم الالكتروني من خلال المنصة على موقع الجامعة	43.33	33.33	23.33	73.33	2.2	1.8
16	توجد فيديوهات كافية لشرح طريقة استخدام المنصة على موقع الكلية أو الجامعة	33.33	36.66	30.00	67.77	2.03	0.2

17	توجد روابط لمواقع على الانترنت للبحث عن المعلومات وإثراء المقرر الدراسي من خلال المنصة	60.00	26.66	13.33	82.22	2.46	10.4
18	يؤثر انقطاع التيار الكهربائي لفترات طويلة على الدخول للمنصة في الوقت المناسب	66.66	30.00	3.33	87.77	2.63	18.2
19	يوجد تقسيم لطلاب في المقررات ذات العدد الكبير لتسهيل الاتصال بالأستاذ	56.66	26.66	16.66	80.00	2.4	7.8
20	كثرة المقررات الدراسية لكل طالب لا يساهم في استخدام التعليم الالكتروني	56.66	40.00	3.33	84.44	2.53	13.4
21	توفر منصة التعليم الالكتروني السرعة والخصوصية لكل طالب	76.66	20.00	3.33	91.11	2.73	26.6
22	توجد بيئة مناسبة لتطبيق التعليم الالكتروني من خلال المنصة يساعد على النمو الأكاديمي	50.00	26.66	23.33	75.55	2.26	3.8
23	يوجد ضعف في البنية التحتية للتعليم الالكتروني من خلال المنصة	50.00	33.33	16.66	77.77	2.33	5.00
24	تجد رسوم وتكلفة استخدام الانترنت عالية	43.33	36.66	20.00	74.44	2.23	2.6
25	ارتفاع تكلفة التجهيزات المطلوبة لاستخدام التعليم الالكتروني	50.00	40.00	10.00	80.00	2.4	7.8
26	صعوبة تطبيق أساليب وأدوات التقويم المناسبة للتعليم الالكتروني من خلال المنصة	50.00	40.00	10.00	80.00	2.4	7.8
27	الانترنت متاح ومتوفر لك كطالب في البيت	66.66	0.00	3.33	87.77	2.63	18.2
28	تشجع الكلية أو الجامعة الطلاب على استخدام التعليم الالكتروني	66.66	20.00	13.33	84.44	2.53	15.2

يتضح من نتائج جدول (4) أن النسب المئوية التي تعبر عن استجابات عينة البحث على عبارات الاستبيان الخاصة بالمحور الثاني (معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد) البالغ عددها (28) عبارة ، وذلك بنسب مئوية تراوحت ما بين (96.66 %) كحد أعلي، (67.77 %) كحد أدني، وتراوح الوسط المرجح ما بين (2.9) كحد أعلي، (2.03) كحد أدني، وقد انحصرت استجابات عينة البحث في ميزان التقدير الثلاثي فيما يلي: خانة موافق ما بين (33.33، 90.00)، وخانة موافق إلي حد ما بين (10.00، 43.33)، وخانة غير موافق ما بين (0.00، 30.00).

ثانياً: تفسير النتائج ومناقشتها:

يتضح من نتائج جدول (3) أن دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته المرتبط بالمحور الأول (دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد) وفقاً لاستجابات العينة هو كالآتي: يساعدك التعليم الالكتروني من خلال المنصة في زيادة مهارتك في التعلم، يساعدك وجود المقرر إلكتروني على المنصة من توفير المعلومات بشكل سريع عند الحاجة اليها، يتيح لك التعليم الالكتروني من خلال المنصة التعلم في أي وقت وفي أي مكان، يساعد استخدام التعليم الالكتروني عبر المنصة من زيادة قدراتك على استخدام الحاسوب والتكنولوجيا والانترنت، المقررات الدراسية الالكترونية الموجودة على المنصة ذات قيمة ومفيدة، يساعدك التعليم الالكتروني من خلال المنصة من رفع مستواك الدراسي وكفاءة التحصيل العلمي، يساعدك التعليم الالكتروني عبر المنصة على زيادة قدرتك على التعليم الذاتي، يسهم التعليم

الالكتروني من خلال المنصة في تنمية مهارات إدارة الوقت، طرق التقويم المستخدمة من خلال المنصة لكل مقرر مناسبة ومتنوعة، التعليم الالكتروني من خلال المنصة يساهم في استقلالك في تلقي المعلومة ذاتية (التعلم الذاتي)، يساعدك تحويل المقررات الدراسية الالكترونية على المنصة من خلال المرئيات والصوتيات إلى زيادة فهم المقرر، وجود المقرر الدراسي على المنصة يساعدك على الدراسة أكثر ويقلل من المشاكل العلمية التي تواجهك، تساعد الطرق والأساليب المستخدمة في التعليم الالكتروني على استيعاب المقرر، توجد قناعة منكم بجدوى التعليم الالكتروني من خلال المنصة في التعليم الجامعي، يساعدك التعليم الالكتروني عبر المنصة على التواصل أكثر مع عضو هيئة التدريس، يساعدك التعليم الالكتروني عبر المنصة على التواصل أكثر مع زملائك، تختلف المقررات الدراسية التقليدية والمقررات الدراسية الالكترونية من حيث الفائدة، التعليم الالكتروني من خلال المنصة أكثر متعة وتشويق من التعليم التقليدي، يساعدك التعليم الإلكتروني من خلال المنصة في تطوير الجوانب المعرفية والمهارية والوجدانية، تساعدك المقررات الدراسية الموجودة على المنصة في فهم تطبيق المقررات العملية، ينمي التعليم الالكتروني من خلال المنصة القدرة على التعبير عن الرأي، يسهل التعليم الالكتروني من خلال المنصة التعلم بالمشاركة والعمل كمجموعة، توجد معلومات حول كيفية استخدام منصة التعليم الإلكتروني، تتناسب المقررات الموجودة على المنصة مع احتياجاتك المستقبلية.

ويعزو الباحث الدور الإيجابي لمنصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته وفقاً لاستجابات عينة البحث إلى ما توفر من معلومات ومعارف متنوعة وقيمة حول المقررات الدراسية وأسلوب عرضها والمؤثرات الصوتية والحركية المصاحبة لها وإمكانية الوصول لهذه المقررات بسهولة والقدرة على استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة والتواصل مع أعضاء هيئة التدريس، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسة الشوارية (2019) حيث أشارت إلى أن هناك درجة عالية في استخدام المنصات التعليمية من قبل طلاب الدراسات العليا في الجامعات الخاصة الأردنية، وأن طلبة الدراسات العليا لديهم اتجاهات إيجابية للغاية تجاه المنصة التعليمية، وأن تقييم عينة البحث لفاعلية التعلم الالكتروني وفق منصة كوكل كلاس روم كان (مرتفع)، كما يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (المشيقح، الشبل (2023))حيث أشارت إلى أن التعليم عن بُعد عبر المنصات التعليمية يسهم في تطوير المكون المعرفي والمهاري والوجداني لدى الطالبات بدرجة متوسطة. وأهم ما توصل إليه البحث هو العمل على تطوير الأدوات اللازمة لتنمية مهارات الطالبات عند استخدامهن المنصات التعليمية، وتكوين مخزون معرفي يتناسب مع أدوات التقنية المتاحة، بالإضافة إلى تعزيز اتجاه الطالبات من الناحية الوجدانية نحو استخدام منصات التعلم الإلكتروني في عملية التعلم.

كما يتضح من نتائج جدول (4) أن دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته المرتبط بالمحور الثاني (معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد) وفقاً لاستجابات العينة هو كالآتي: يتوفر لديك هاتف ذكي للاستفادة منه في مثل هذا نوع من التعلم، توفر منصة التعليم الالكتروني السرعة والخصوصية لكل طالب، يؤثر انقطاع التيار الكهربائي لفترات طويلة على الدخول للمنصة في الوقت المناسب، الانترنت متاح ومتوفر لك كطالب في البيت، يتوفر لديك جهاز حاسوب في البيت، أهداف التعليم الالكتروني من خلال المنصة كانت واضحة لك ومحددة، كثرة المقررات الدراسية لكل طالب لا يساهم في استخدام التعليم الالكتروني، تشجع الكلية أو الجامعة الطلاب على استخدام التعليم الالكتروني، جودة المقرر وظروف طباعته وطريقة تقديمه لك كانت مناسبة، يتطلب منك التعليم الالكتروني عبر المنصة قدرة كبيرة على الالتزام بالوقت، توجد روابط لمواقع على الانترنت للبحث عن المعلومات وإثراء المقرر

الدراسي من خلال المنصة، اشتركت في دورة تدريبية عن التعليم الالكتروني من قبل، عدم توفر الوقت لدخول واستخدام المنصة العلمية، عدم درايتك بالأمور التكنولوجية يؤدي إلى قلة الاستفادة من التعليم الالكتروني من خلال المنصة، تواجه صعوبة في التعامل مع منصة التعليم الالكتروني، عدم وجود مرشد أكاديمي لتعليم الالكتروني من خلال المنصة يعيق فهمك لاستخدام هذا النوع من التعلم، يوجد تقسيم لطلاب في المقررات ذات العدد الكبير لتسهيل الاتصال بالأستاذ، ارتفاع تكلفة التجهيزات المطلوبة لاستخدام التعليم الالكتروني، صعوبة تطبيق أساليب وأدوات التقويم المناسبة للتعليم الالكتروني من خلال المنصة.

ويرجع الباحث معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته وفقاً لاستجابات عينة البحث إلى قلة تشجيع الطلبة وتدريبهم على استخدام منصة التعليم الإلكتروني وعدم توفر شبكة الانترنت بسبب انقطاع التيار الكهربائي لفترات طويلة بالإضافة إلى كثرة المقررات الدراسية والتكلفة العالية للأدوات التقنية المستخدمة، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسة المشيقح، الشبل (2023) حيث أشارت إلى أن دور التعلم عن بُعد عبر المنصات التعليمية في تطوير مهارات طالبات مقرر تقنيات التعليم بالمرحلة الجامعية جاء بدرجة متوسطة بشكل عام، كما ساهم التعليم عن بُعد عبر المنصات التعليمية في تطوير المكون المعرفي والمكون المهاري والمكون الوجداني لدى الطالبات بدرجة متوسطة، ويجب العمل على تطوير الأدوات اللازمة لتنمية مهارات الطالبات عند استخدامهن المنصات التعليمية، وتكوين مخزون معرفي يتناسب مع أدوات التقنية المتاحة، بالإضافة إلى تعزيز اتجاه الطالبات من الناحية الوجدانية نحو استخدام منصات التعلم الإلكتروني في عملية التعلم.

أهم الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث استنتج الباحث ما يلي:

أولاً: دور منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته كالآتي:

1. يساعدك التعليم الالكتروني من خلال المنصة في زيادة مهارتك في التعلم.
2. يساعدك وجود المقرر إلكتروني على المنصة من توفير المعلومات بشكل سريع عند الحاجة اليها.
3. يتيح لك التعليم الالكتروني من خلال المنصة التعلم في أي وقت وفي أي مكان.
4. يساعد استخدام التعليم الالكتروني عبر المنصة من زيادة قدراتك على استخدام الحاسوب والتكنولوجيا والانترنت.
5. المقررات الدراسية الالكترونية الموجودة على المنصة ذات قيمة ومفيدة.

ثانياً: معوقات منصة التعليم الإلكتروني في إدارة العملية التعليمية عن بعد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراته كالآتي:

1. يتوفر لديك هاتف ذكي للاستفادة منه في مثل هذا نوع من التعلم.
2. توفر منصة التعليم الالكتروني السرعة والخصوصية لكل طالب.
3. يؤثر انقطاع التيار الكهربائي لفترات طويلة على الدخول للمنصة في الوقت المناسب.
4. الانترنت متاح ومتوفر لك كطالب في البيت.
5. يتوفر لديك جهاز حاسوب في البيت.

التوصيات:

1. نشر المقررات الدراسية الإلكترونية عبر منصة التعليم الإلكتروني.
2. توفير التيار الكهربائي اللازم للدخول على منصة التعليم الإلكتروني. يتم حذفها ويتم تغير الترقيم
3. توفير شبكة إنترنت سريعة للاستفادة من منصة التعليم الإلكتروني.
4. توفير هواتف ذكية وأجهزة حاسوب محمولة للطلبة للتفاعل مع منصة التعليم الإلكتروني.

5. تبني وزارة التعليم العالي والدفع نحو استخدام التعليم المدمج في العملية التعليمية. (يتم إضافتها قبل النقطة الاخيرة)
6. إجراء أبحاث مشابهة.

المراجع

1. أبو عقيل ابراهيم ابراهيم. (2014). واقع التعليم الإلكتروني ومعيقات استخدامه في التعليم الجامعي من وجهة نظر طلبة جامعة الخليل. مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات مجلة علمية نصف سنوية. تصدر عن عمادة البحث العلمي جامعة فلسطين غزة. العدد السابع. يوليو. غزة
2. الراشدي عبدالله بن أحمد. السكران عبدالله بن فالح. (2018). المتطلبات التربوية لتوظيف المنصات التعليمية الالكترونية في العملية التعليمية في المرحلة الثانوية من وجهة نظر المشرفين التربويين والمعلمين بتعليم الخرج. مجلة البحث العلمي في التربية. مجلة نصف سنوية محكمة. العدد(19). الجزاء(1). جامعة عين شمس. كلية البنات للآداب والعلوم التربية. القاهرة.
3. الشواربة. دالية خليل.(2019).درجة استخدام طلبة الدراسات العليا في الجامعات الأردنية الخاصة للمنصات التعليمية الالكترونية واتجاههم نحوها. رسالة ماجستير. جامعة الشرق الأوسط. كلية العلوم التربوية. عمان. الأردن.
4. الحايك. صادق خالد. (2017). مناهج واستراتيجيات معاصرة في تدريس التربية الرياضية. الناشر دائرة المكتبة الوطنية. عمان. المملكة الاردنية الهاشمية.
5. الحجوجي. مينة. (2020). مزيا التعليم الالكتروني وآفاقه بالمدرسة العمومية المغربية. مجلة التنمية البشرية والتعليم للأبحاث التخصصية. العدد 3. المجلد6. تصدر عن المعهد العلمي للتدريب المتقدم والدراسات .المغرب.
6. المشيقح. لطفية بنت محمد. الشبل منال بنت عبدالرحمن.(2023). دور التعليم عن بعد عبر المنصات التعليمية في تطوير مهارات طالبات مقرر تقنيات التعليم بالمرحلة الجامعية. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية. العدد(28).
7. الغامدي. إيمان امبارك. قطب. إيمان محمد. (2020). فاعلية التعليم الإلكتروني في تنمية مهارات البحث العلمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية. المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث مجلة العلوم التربوية والنفسية المجلد الرابع العدد (32). المملكة العربية السعودية.
8. الهمامي. حمد بن يوسف. حجازي. أبراهيم. (2020). التعليم عن بعد، مفهومة، أدواته واستراتيجياته، دليل لصانعي السياسات في التعليم الأكاديمي والمهني والتقني. منظمة الأمم المتحدة للتربية والتعليم والثقافة (اليونسكو2020).
9. المندلاوي. ضياء عبدالخالق. (2021). دور منصات التعليم الالكتروني في تعزيز الأداء الأكاديمي لطلبة الدراسات الأولية ومعوقات تطبيقها بقسم التاريخ. مجلة إشراقات تنموية. العدد(28) سبتمبر. العراق.
10. آل محي. عبدالله بن يحي. (2019). درجة رضا أعضاء هيئة التدريس عن التدريس الالكتروني في جامعة الملك خالد. مجلة العلوم التربوية مجلة علمية فصلية محكمة. العدد (22). الجزء الأول. المملكة العربية السعودية.
11. عبدالنعيم. رضوان. (2016). المنصات التعليمية المقررات التعليمية المتاحة عبر الأنترنت. ط1. دار العلم للنشر والتوزيع.
12. مجاهد. فايزة أحمد الحسيني. (2020). التعليم الالكتروني في زمن كرونا: المآل والآمال. المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية، المجلد(3) العدد(4). تالين. استونيا.

دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ / هادية مختار محمد هدية

المستخلص

يهدف البحث للتعرف علي على دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة.
والتعرف على الفروق في استجابات أفراد العينة حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وفقاً لمتغيرات البحث (النوع - سنوات الخبرة)، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأتباع الأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث و حيث كان مجتمع البحث على معلم التربية البدنية وعلوم الرياضة بمراقبة تعليم طرابلس المركز بمرحلة التعليم الأساسي من العام الدراسي (2021- 2022) والبالغ عددهم (50) معلم ،وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة تكونت عينة البحث وبلغ عددهم (20) معلم ،و كانت اهم نتائج استجابات عينة البحث حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي لمحاور البحث ككل بمتوسط حسابي (2.31) وبنسبة موافقة (77) وبمستوى تعلم متوسط.
الكلمات المفتاحية: أساليب التدريس ، التعلم الحركي.

Abstract:

The research aims to allocate a role for some teachers at the level of motor learning with students in the basic educational stage from the point of view of education and sports science teachers.And to identify the differences in the sample's responses regarding the role of some researchers in the level of motor learning enjoyed by students in the basic education stage from the point of view of education teachers. According to the research variables (gender - years of experience), descriptive layers were used following light diversity to suit the nature of the research and since the research population was based on a teacher. Education and Sports Sciences, Tripoli Education Center, in the basic education stage of the year Academic year (2021-2022), numbering (50) teachers, and the research sample was chosen intentionally from physical education and sports science teachers. The research sample consisted of (20) teachers, and the most important results of the research sample's responses were about the role of some teaching methods on the learning level. Motor skills among basic education students for the research topics as a whole, with an arithmetic average of (2.31), an agreement percentage of (77), and an average learning level.

Keywords: Teaching methods, kinesthetic learning

مقدمة البحث

تعتبر التربية البدنية والرياضة من أهم فروع التربية الأساسية التي يتم تحقيقها من خلال النشاط الجسمي والبدني المنظم لبناء وتهيئة أفراد المجتمع بصورة متكاملة ومتناغمة مع ما يتناسب مع حاجاتهم وطموحاتهم ، لذلك الاهتمام بالتربية البدنية والرياضة في الآونة الأخيرة في عصرنا الحديث . (3:2)

مع التطور الكبير الذى عرفه علم النفس التربوي الذى أكد على ضرورة الاهتمام بالمتعلم وجعله محور العملية التعليمية التعلمية أدرك القائمون على شؤون التربية والتعليم انه لم يعد يكفي أن يتلقن المعلم المادة العلمية ليقوم بمهمته بفعالية ونجاح كما أنه لم يعد مجرد موقف للمعرفة بل يجب أن يتركز عمله على التحفيز والتشجيع وبات من الضروري أن يتمتع بشخصيته المتكاملة مهد إعداد جيدا علميا ثقافيا مهنيا ومهاريا وقادر على فهم احتياجات المتعلمين وخصائص نموهم (7:2)

فمن الأهداف العامة لبرامج التربية البدنية والرياضة التعلم الحركي وإتقان المهارات الحركية الخاصة بأنشطة المنهج حيث أن هذه المهارات يتأسس عليها الوصول لأعلى المستويات الرياضية لأنه مهما بلغ مستوى الصفات البدنية للمتعلم ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية فإنها لن تحقق النتائج المرجوة مالم يرتبط ذلك كله بالتعلم الحركي في نوع النشاط الذي يمارسه المتعلم. (4:2)

مشكلة البحث:

يعد التدريس الجانب التطبيقي للعملية التعليمية والتربوية ويشتمل على استراتيجيات وطرائق وأساليب ونماذج تمثل أدوات وإجراءات تعالج كيفية إلمام المتعلمين بالمنهج المدرسي ومحتواه التعليمي بغية توصيله للمتعلمين ، أن التدريس الجيد هو الذى يمكن فيه للمعلم أن يوفر أهدافا جيدة في الانتقال من فعالية أو تمرين أصعب وفيه شيء من التشويق لذلك يجب على المدرس أن يدرس ويحلل عمله تحليلا موجزا قبل مباشرته وأخذ بعين الاعتبار وضع البيئة التعليمية .(10:2)

كل عمل أو فعل تدريسي يكون ناتجا عن القرار الذى سبق اتخاذه ، وهذا يعد حقيقة بالنسبة لأي عملية في مجال التدريس في أي موضوع من المواضيع وفى أي وقت معين ولهذا فأن أسلوب التدريس هي عبارة عن سلسلة من اتخاذ القرارات التي تكون منظمة في ثلاث مجموعات وهى قرارات تتخذ قبل العمل وتعرف بقرارات التخطيط وقرارات أثناء العمل وتعرف بالتنفيذ وقرارات بعد العمل وتعرف بالتقويم وعليه فإن هذه القرارات هي التي تحدد البنية الأساسية لكل أسلوب من الأساليب وهي أساس أساليب التدريس . (2:3)

ازدادت الحاجة في مجتمعاتنا إلى أساليب تدريسية حديثة تعمل على استيعاب مستجدات العصر ونقي بمتطلبات المجتمع وحاجاته ، وتتلافى سلبيات الطرق التقليدية التي أثبتت فشلها على مر الأجيال نجد أن مختلف النظريات التربوية الحديثة تدعو إلى ضرورة الاهتمام بالتعليم حتى يصبح طرفا فعالا من أطراف العملية التعليمية التعلمية ، بل جعله محور العملية التربوية ، كما نادت أيضا هذه الاتجاهات إلى حتمية تطوير وتعديل سلوك ودور المعلم ليصبح مهما جدا وكفء للبيئة التعليمية

بهذا المبدأ انشغل العديد من الباحثين التربويين في ابتكار وتصميم تدريسية في مجال التربية البدنية والرياضة تتلاءم مع مختلف المواقف التعليمية وتنسجم مع ما ينبغي أن تكون عليه العملية التعليمية في مراحل التعليم المختلف فأسلوب التدريس ، يتخذه المعلم كوسيلة لتعليم المتعلمين .(8:3)

نقلا عن (موسكا موستن) سلسلة المتصل التدريسي والتي تشمل الأطروحة النظرية لأساليب التدريس والقابلة للتطبيق والتي تكون مرتبطة مع بعضها البعض ، حيث وضع مجموعة من الأساليب المباشرة

وغير المباشرة ، كما حدد موستن خصوصية كل أسلوب حتى يتمكن معلم التربية البدنية وعلوم الرياضة من اختيار الأسلوب المناسب بما يتناسب ويتلاءم مع البيئة الموجود فيها تلعب أساليب التدريس دورا هاما في عملية التعلم الحركي (6:3)

أهداف البحث : يهدف البحث إلى (Research Aims)

1- التعرف على دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة.
2- التعرف على الفروق في استجابات أفراد العينة حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وفقاً لمتغيرات البحث (النوع - سنوات الخبرة)

تساؤلات البحث : (Research questions)

1- ما دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة؟
2- هل توجد فروق دالة في استجابات أفراد العينة حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وفقاً لمتغيرات البحث (النوع - سنوات الخبرة)؟

المصطلحات المستخدمة في البحث : (Search terms)

- **اساليب التدريس :**

اصطلاحا " الوكيل أحمد 2002 " على أنها مجموعة خبرات يتبعها المعلم من أجل تحقيق أهداف العملية التعليمية التعلمية مع الأخذ بعين الاعتبار الواجب المراد تعلميه وعمر المتعلم "(8:4)

" اسلوب التدريس هو الحصيلة الناتجة من تفاعل المعلم والمتعلم والمنهاج فقد عرفت الجامعة الأمريكية البريطانية أسلوب التدريس بأنه هو الشكل العام الذى ينشأ عن استخدام مجموعة من الاستراتيجية التدريسية" (14:4)

"التعلم: -عملية مستمرة تهدف إلى تعديل السلوك من خلال الخبرة والتجارب التي مر بها الأنسان والتي تساعده على النمو والتقدم ومواجهة أخطار البيئة والطبيعة والسيطرة عليها "(13:4)

"الحركة:- "جيمس وسوليتر" بانتقال أو دورات الجسم أو احد أجزائه في اتجاه معين وسرعة معينة باستخدام أداة أو بدونها وتحدث نتيجة لانقباض العضلات والذي ينتج الحركة بالجسم كله أو احد أجزائه (9:5)

التعلم الحركي:-

"هو مجموعة عمليات مترابطة بالممارسة او الخبرة وتؤدي إلى تغيير دائمي نسبيا في التصرفات الحركية " (1:5)

أنواع أساليب التدريس:-

يمكن تصنيف أساليب التدريس بصفة عامة إلى مجموعتين مختلفتين حيث تعرف المجموعة الأولى باسترجاع ما هو معروف والمجموعة الثانية باكتشاف وانتاج ما هو غير معروف .

1-الأساليب المباشرة :-

هي الأساليب التي تبرز دور المعلم وسيطرته على الفصل فهو يكسب التلاميذ المعلومات والمهارات

والخبرات التعليمية المتعددة ويقوم بتقويم مستويات تحصيلهم وهو الأسلوب الذي يتكون من أراء أفكار المعلم الذاتية يقوم فيه المعلم بتوجيه عمل التلاميذ ونقد سلوكيهم.(11:5)

كما يعد هذا الأسلوب من الأساليب التي تبرز استخدام المعلم للسلطة داخل الفصل وتتمثل في

الأسلوب الأمري.

الأسلوب التدريبي.

أسلوب التبادلي (التطبيق بتوجيه القرءان)

أسلوب التطبيق الذاتي (التصميم الفردي)

أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات (12:5)

2-الأساليب الغير المباشرة:-

وهي الأساليب التي تؤكد على اشتراك التلاميذ في عملية تعلمهم والوصول إلى حلول لمشكلاتهم التعليمية حيث إن هذا الأسلوب يتمثل في امتصاص أراء المتعلمين وأفكارهم مع تشجيع واضح من قبل المعلم لاشتراكهم في العملية التعليمية وكذلك قبول مشاعرهم .(11:5)

وتتمثل في :

1-أسلوب الاكتشاف الموجه.

2-أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلات) (12:5)

الدراسات السابقة:-

1-دراسة: قليل ريهام اميمة – العمري صهيب 2020-2021.

عنوانها: فعالية بعض أساليب التدريس الحديثة على مستوى التعلم الحركي لدى طلاب تلاميذ التعليم المتوسط (12- 15 سنة) من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية.

يهدف البحث إلى الكشف عن مدى فعالية بعض اساليب التدريس الحديثة على التعلم الحركي لدى تلاميذ التعليم المتوسط (12-15 سنة) من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية.

استخدام الباحثان المنهج الوصفي للاءمته لطبيعة البحث وهذا للتحقق من فرضيات البحث فيما تكونت عينة البحث من بعض أساتذة التعليم المتوسط لدائرة عين البيضاء والتي بلغ عددهم 26 أستاذ من 15 متوسطة تم اختيارهم عشوائيا.

كما استخدام الباحثان أداة الاستبيان للتعرف عن مدى فعالية (أسلوب الاكتشاف الموجه ، اسلوب التفكير المتشعب أسلوب التطبيق الذاتي) على التعلم الحركي واستنتج الباحثان من خلال الفرضية الأولى أن أسلوب الاكتشاف الموجه يؤثر بدرجة عالية على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ التعليم المتوسط وكذا من الفرضية الثانية أن أسلوب التفكير المتشعب يؤثر بشكل متوسط على التعلم الحركي ، أما أسلوب التطبيق الذاتي فيؤثر على التعلم الحركي بشكل جيد.

أخير من بين ما أوصى به الباحثان بضرورة إجراء برامج تعليمية تخص كل من أسلوب الاكتشاف الموجه نظر لاختياره كأفضل أسلوب بالنسبة لأساتذة دائرة عين البيضاء ، وأسلوب التفكير المتشعب والتطبيق الذاتي .

2-دراسة : زيد محمد الساسي 2018-2019.

عنوانها: دور بعض أساليب التدريس في تحقيق التعلم الحركي والأداء المهاري لدي تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضة

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور بعض أساليب التدريس في تحقيق التعلم الحركي والأداء المهاري من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضة في ظل النظام التربوي الجديد داخل الحصص التربوية وكذلك مدى انسجامها ومستوى أداء التلاميذ واستخدام الدراس الباحث المنهج الوصفي لأنه الأنسب لدراسة الموضوع وتمثلت عينة البحث في 32 أستاذ لطور الثانوي من 102 أستاذ واعتمد الدراس الباحث على الأساليب الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط برسون .كما استخدام الباحث استبيان موجه لأساتذة يعتمدون على المنهاج التربوي في عملية أساليب التدريس ،وخصلت الدراسة إلى النتائج التالية.

1-لبعض أساليب التدريس دور في تحقيق التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي في ظل نظام المقارنة بالكفاءات.

لبعض أساليب التدريس دور في تحقيق الأداء المهاري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي في ظل نظام المقارنة بالكفاءات.

أساليب التدريس دور في تحقيق التعلم الحركي والأداء المهاري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي في ظل نظام المقارنة بالكفاءات من وجهة نظر أساتذة تربية البدنية والرياضية.

3-دراسة: عدنان طهير : سيد علي بن عبدالرحمان 2022.

عنوانها: دور بعض الأساليب التدريسية في عملية التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

هدفت الدراسة إلى معرفة دور بعض الأساليب التدريسية في عملية التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط ، وفى ضوء هذه الدراسة قمنا باستعمال المنهج الوصفي الذي يعد الأنسب لهذه الدراسة ، وقد استعملنا الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات والبيانات وقمنا بتوزيع استمارات استبيان على لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور المتوسط والمقدر ب 25 أستاذ للتربية البدنية والرياضية بالطور المتوسط التابعين لولاية الجزائر شرق.

وكانت النتائج المتواصل إليها لأن لأسلوب حل المشكلات دور في عملية التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور المتوسط حيث يعتمد على قدرات التلاميذ على التنوع في استجاباتهم الحركية والاعتماد على مجموعة من العمليات الفكرية تساعد على إنتاج استجابات متشبعة وإتاحة الفرصة للمتعلمين لإنتاج الأفكار وتنفيذ هذه الأفكار في نشاط معين وإدراك العلاقة بين الأفكار والأداء البدني وتكوين استجابات حركية وتكون متشبعة.

3-منهج وإجراءات البحث :

منهج البحث: **(Researsh Methodology)** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وذلك لملائمته طبيعة هذه البحث.

مجتمع البحث : (Researsh Community) تمثل مجتمع البحث بجميع معلمي التربية البدنية وعلوم الرياضة .

عينة البحث : (Researsh Sample) تم اختيار العينة بطريقة العمدية والبالغ عددهم الإجمالي (50) معلم ومعلمة وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة تكونت عينة البحث وبلغ عددهم (20) معلم **خصائص عينة البحث :** Researsh Sample (Properties)

اقتصرت هذه الدراسة على تناول بعض الخصائص لعينة البحث وتتمثل في النوع (الجنس) سنوات الخبرة ويمكن توضيح هذه الخصائص فيما يلي:

متغيرات البحث : (Researsh Variables)

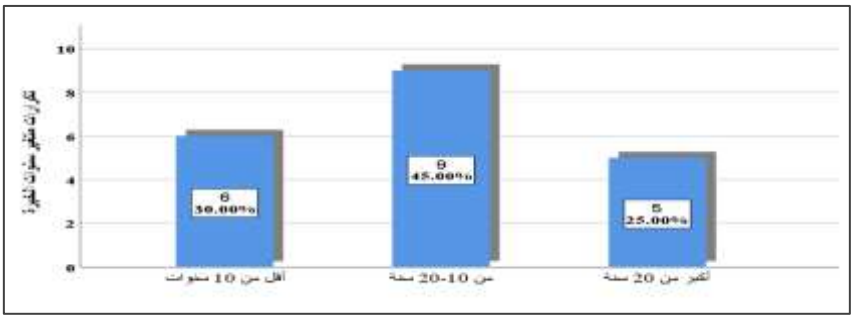
أولاً: المتغير المستقل. (Independent Variable)

متغير سنوات الخبرة ، متغير النوع (الجنس)

جدول (1) سنوات الخبرة لعينة البحث

المتغير	التكرار	فئات الخبرة			المجموع
	%	تحت 10 سنوات	من 10-20 سنة	فوق 20 سنوات	
سنوات الخبرة	التكرار	6	9	5	20
	%	30.0	45.0	25.0	%100

يتبين من الجدول 1 أن أكثر معلمي عينة البحث لمتغير الخبرة كانت من 10-20 سنة حيث جاءت بتكرار (9) معلمين وبنسبة مئوية (45%) بينما كانت سنوات الخبرة لديهم تحت 10 سنوات جاء تكرارها (6) معلمين و بنسبة مئوية (30%) بينما انحصرت في الفئة الأخيرة فوق 20 سنة بتكرار (5) معلمين وبنسبة مئوية (25%) من حجم العينة.

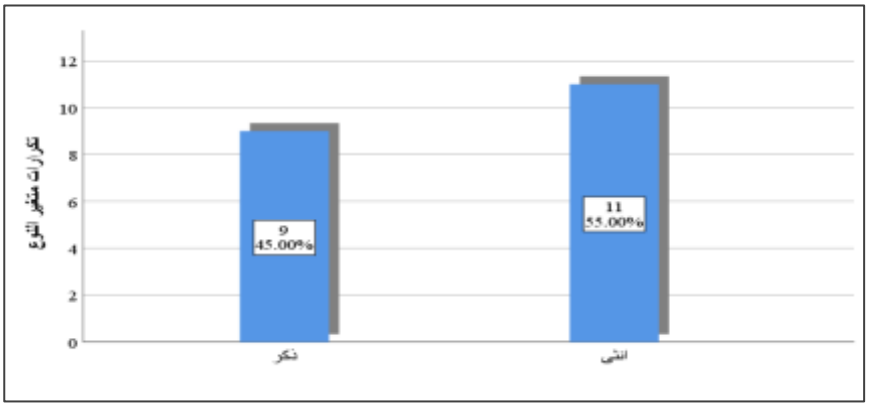


شكل (1) توصيف عينة البحث حسب متغير سنوات الخبرة

جدول (2) متغير النوع (الجنس)

ت	متغير الجنس (النوع)	التكرارات	النسبة المئوية
1	ذكر	9	% 45
2	أنثى	11	% 55
	المجموع	20	% 100

يتضح من الجدول 2 متغير الجنس لعينة البحث حيث كان أكبر تكرار بالنسبة لفئة الإناث (11) معلمة وبنسبة مئوية (55%) بينما جاءت الذكور بتكرار (9) معلم وبنسبة مئوية (45%).



شكل (2) توصيف عينة البحث حسب متغير النوع

ثانياً: المتغير التابع. (Dependent Variable)

ويتمثل في المحاور الثلاثة التالية :

(محور الاكتشاف الموجه ، محور التفكير المتشعب ، محور التطبيق الذاتي)

6-3 الدراسة الاستطلاعية : (Surver Study)

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية يوم الاثنين 2022/12/5 لغاية 2022/12/15 بغرض التحقق من الشروط العلمية للاستمارة من صدق وثبات.

- صدق الاستبانة. (The accuracy the resolution)

لقد تم التحقق من صدق الاستبانة عن طريق صدق الاتساق الداخلي

جدول (3)

صدق الاتساق الداخلي لمحاور أداة الدراسة (الاستبانة)

ت	محاور الاستبانة	معامل الارتباط	المعنوية
1	الاكتشاف الموجه	.582	10.00
2	التفكير المتشعب	.662	10.00
3	التطبيق الذاتي	.878	0.001

يتبين من الجدول رقم 3 أن محاور الاستبانة تتمتع بمعامل ارتباط مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه هذه العبارة مما يدل على صدق الاتساق الداخلي بين هذه العبارات

خطوات إعداد الاستبانة. (Questionnaire Preparation Steps)

1- استعانة الباحثة باستبيانات بعض الدراسات السابقة ومنها: -

- قائمة عبدالحفيظ سعيد مقدم (2011). (مقدم، 2011)
- قائمة محمد خميس خليل ، إلهام محمد علي (2022). (خليل و علي، 2022)

2- تحديد محاور الاستبانة.

- قائمة قليل ريهام اميمة - (2020-2021) العمري صهيب(2020-2021)

3- صياغة العبارات لكل محور على حده.

4-عرض العبارات المناسبة على خبراء في مجال التخصص لتحديد صدق المحتوى.
5- تطبيق الاستبانة على العينة الاستطلاعية لتحقق من الشروط العلمية (الصدق – الثبات).
6- تطبيق الاستبانة في صورته النهائية على العينة الأساسية.
7- تكونت الاستبانة من تلات أجزاء: -
الجزء الأول: اشتمل على المعلومات الشخصية متل الاسم ، سنوات الخبرة ، النوع.
الجزء الثاني: يتكون من (24) عبارة موزعة على ثلاث محاور من محاور دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.
الجزء الثالث: وتعتمد هده الاستبانة في اعدادها على أساس سلم ليكارث الثلاثي.
(Likert Scale) الذي يتكون في تحديد سلم الاستجابة من ثلاث درجات .
- من أجل تفسير النتائج اعتمدت الباحثة على المتوسط الحسابي، المبين في الجدول التالي (4).

جدول (4)
المتوسط الحسابي ومستوى الجودة

المتوسط الحسابي	مستوى التعليم الحركي
1.00-1.66	منخفض
1.67-2.33	متوسط
2.34-3.00	مرتفع

8-استخدمت الباحثة أسلوب الاستبانة لجمع البيانات لأنها تغطي جوانب كثيره من موضوع البحث مقارنتا بالأساليب الأخرى لجمع البيانات.

الدراسة الاساسية: (Basic Study)

قامت الباحثة بتطبيق الاستبانة على العينة الاساسية من معلمي التربية البدنية للفصل الدراسي من الفترة 2022/12/20 لغاية 2023/2/16 .

3-9 الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث: (Statistical Methods)

بعد جمع أداة البحث من افراد العينة الأساسية تم ترميز البيانات وبعد ذلك تم إدخالها إلى الحاسب الآلي وباستخدام برنامج (SPSS) الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ثم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي. (Mean)
- الأهمية النسبية. (Relative Importance)
- اختبار T لعينتين مستقلتين. (Independent-Samples T. test)
- تحليل التباين. (ANOVA)

4- عرض ومناقشة النتائج

4-1 عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول

- ما دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وعلوم الرياضة؟

جدول (5)
المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوي التعلم والترتيب
للمحور الاول (الاكتشاف الموجه)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى التعلم	الترتيب
1	هل تقوم بتطبيق الأساليب الحديثة في التدريس.	2.45	81.67	مرتفع	2
2	هل تقوم بالتنوع في الاساليب التدريسية.	2.35	78.34	مرتفع	4
3	هل ترى أن التشجيع المستمر للتلاميذ يزيد من اقبالهم على تعلم المهارات الحركية.	2.46	82	مرتفع	1
4	هل تعطي لتلاميذك فرصا متكافئة للأداء حسب رغباتهم اتجاه مختلف الانشطة الحركية عند تعلم بعض المهارات الحركية.	2.25	75	متوسط	7
5	هل يساعدك اسلوب الاكتشاف الموجه على تحليل السلوك التعليمي للمتعلم أثناء حدوثه.	2.36	78.67	مرتفع	3
6	هل يسمح لك اسلوب الاكتشاف الموجه بفهم خصائص المتعلم	2.31	77	متوسط	5
7	هل يساعد اسلوب الاكتشاف الموجه على تنمية قدرات التلاميذ	2.30	76.66	متوسط	6
8	هل ترى أن هذا الاسلوب يتطلب الكفاءة العالية في استخدامه	2.20	73.34	متوسط	8
9	هل ينعكس تطبيق اسلوب الاكتشاف الموجه على مستوى التلاميذ.	2.15	71.66	متوسط	9
مستوى التعلم الكلي لمحور الاكتشاف الموجه		2.31	77	متوسط	

يتبين من الجدول رقم 5 وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى التعلم و الترتيب لعبارات المحور الأول (الاستكشاف الموجه) حيث جاءت العبارة (**3**) في الترتيب الأول " هل ترى أن التشجيع المستمر للتلاميذ يزيد من اقبالهم على تعلم المهارات الحركية " بمتوسط حسابي (**2.46**) و بنسبة موافقة (**82**%) وبمستوى تعلم مرتفع بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (**1**) " هل تقوم بتطبيق الأساليب الحديثة في التدريس." بمتوسط حسابي (**2.45**) و بنسبة موافقة (**81.67**) % وبمستوى تعلم مرتفع فيما جاءت في الترتيب الأخير العبارة (**9**) " هل ينعكس تطبيق اسلوب الاكتشاف الموجه على مستوى التلاميذ." بمتوسط حسابي (**2.15**) و بنسبة موافقة (**71.66**%) وبمستوى تعلم متوسط بينما جاء نسبة الموافقة لهذا المحور (**58.00**) وبمستوى تعلم متوسط.

جدول (6)
المتوسط الحسابي و نسبة الموافقة ومستوى التعلم والترتيب
للمحور الثاني (التفكير المتشعب)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى التعلم	الترتيب
1	**هل يؤثر اسلوب التفكير المتشعب على تعلم المهارات الحركية بالنسبة للتلاميذ.**	2.15	71.67	متوسط	4
2	**هل يؤثر استخدامك لأسلوب التفكير المتشعب على مستوى المعرفي والبدني للتلميذ**	2.60	86.67	مرتفع	1
3	**هل ترى أن استخدامك لأسلوب التفكير المتشعب ينمي الإبداع عند التلاميذ**	2.35	78.34	مرتفع	2
4	**هل يسبب استخدامك لهذا الأسلوب حدوث الفوضى اثناء الحصص التربوية.**	2.25	75	متوسط	3
5	**هل يتماش ى اسلوب التفكير المتشعب مع طبيعة عملية التعلم**	1.75	58.34	متوسط	6
6	**هل ترى أن هذا الاسلوب يطور وينمى روح الإبداع والمثابرة لدى المتعلمين**	1.85	61.67	متوسط	5
	مستوى التعلم الكلي لمحور التفكير المتشعب	2.16	72	متوسط	

يتبين من الجدول رقم 6 وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى التعلم و الترتيب لعبارات المحور الثاني (التفكير المتشعب) حيت جاءت العبارة (2) في الترتيب الأول هل يؤثر استخدامك لأسلوب التفكير المتشعب على مستوى المعرفي والبدني للتلميذ بمتوسط حسابي (2.60) و بنسبة موافقة (71.67) وبمستوى تعلم مرتفع بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (3) هل ترى أن استخدامك لأسلوب التفكير المتشعب ينمي الإبداع عند التلاميذ بمتوسط حسابي (2.35) و بنسبة موافقة (78.34) وبمستوى تعلم مرتفع فيما جاءت في الترتيب الأخير العبارة (5) هل يتماشى اسلوب التفكير المتشعب مع طبيعة عملية التعلم بمتوسط حسابي (1.75) و بنسبة موافقة (58.34) بينما جاءت نسبة الموافقة لهذا المحور (72) وبمستوى تعلم متوسط.

جدول (7)
المتوسط الحسابي و نسبة الموافقة ومستوى التعلم والترتيب
للمحور الثالث (التطبيق الذاتي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى التعلم	الترتيب
1	**هل تقوم بتطبيق اسلوب التطبيق الذاتي على التلاميذ خلال الحصص**	2.60	86.67	مرتفع	3
2	**هل يؤثر استخدامك لأسلوب التطبيق الذاتي على تعلم**	2.61	87	مرتفع	2
3	**المهارات الحركية بالنسبة للتلاميذ.**	2.85	95	مرتفع	1
4	**هل ترى ان اسلوب التطبيق الذاتي فعال لتعليم المهارات الحركية.**	2.36	78.67	مرتفع	6
5	**هل يسمح لك استخدام اسلوب التطبيق الذاتي بمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ**	2.46	82	مرتفع	4
6	**هل ترى أن اسلوب التطبيق الذاتي يتحكم في مستوى إتقان المهارة الحركية.**	2.26	75.34	متوسط	8
7	**هل يحقق استخدام هذا الاسلوب الاهداف التعليمية للحصص التربوية**	2.35	78.34	مرتفع	7
8	**هل يسمح اسلوب التطبيق الذاتي للتلاميذ بتصحيح الأخطاء لأنفسهم**	2.45	81.67	مرتفع	5
9	**هل يحتاج هذا الأسلوب لأجهزة كثيرة من أجل استخدامه بشكل فعال**	2.25	75	متوسط	9
	مستوى التعلم الكلي لمحور التطبيق الذاتي	2.46	82	مرتفع	

يتبين من الجدول رقم 7 وعنوانه المتوسطات الحسابية ونسبة الموافقة ومستوى التعلم و الترتيب لعبارات المحور الثالث (التطبيق الذاتي) حيث جاءت العبارة (2) في الترتيب الأول هل ترى ان اسلوب التطبيق الذاتي فعال لتعليم المهارات الحركية بمتوسط حسابي (2.85) و بنسبة موافقة (95%) وبمستوى تعلم مرتفع بينما جاءت في الترتيب الثاني العبارة (2) هل يؤثر استخدامك لأسلوب التطبيق الذاتي على تعلم المهارات الحركية بالنسبة للتلاميذ بمتوسط حسابي (2.61) و بنسبة موافقة (87%) وبمستوى تعلم مرتفع فيما جاءت في الترتيب الأخير العبارة (9) هل ينعكس اسلوب التطبيق الذاتي على مستوى التلاميذ بمتوسط حسابي (2.25) و بنسبة موافقة (75%) بينما جاءت نسبة الموافقة لهذا المحور (82) وبمستوى تعلم مرتفع.

جدول (8)

المتوسط الحسابي و نسبة الموافقة ومستوى التعلم لجميع محاور

دور أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي العلمية

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى التعلم	الترتيب
1	محور الاكتشاف الموجه	2.31	77	متوسط	2
2	محور التفكير المتشعب	2.16	72	متوسط	3
3	محور التطبيق الذاتي	2.46	82	مرتفع	1
مستوى التعلم الكلي لمحاور البحث		2.31	77	متوسط	

يتبين من جدول 8 أن المتوسطات الحسابية لمحاور قيد البحث تراوحت ما بين (2.16 – 2.46) وبمستوى تعلم متوسط لمحور الاكتشاف المبكر ، التفكير المتشعب ، التطبيق الذاتي حيث جاء المحور الثالث (محور التطبيق الذاتي) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.46) وبنسبة موافقة (82%) حيث تحصل المحور الأول (محور الاكتشاف الموجه) على المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (2.31) وبنسبة موافقة (77%) ، وتحصل المحور الثاني (محور التفكير المتشعب) على المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (2.16) وبنسبة موافقة (72%) بينما جاء مستوى التعلم الكلي لجميع محاور البحث بمتوسط حسابي (2.31) وبنسبة موافقة (77%).

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني

1-هل توجد فروق دالة في استجابات أفراد العينة حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر معلمين التربية البدنية وفقاً لمتغيرات البحث (النوع **(الجنس)** - سنوات الخبرة)؟

جدول (9)

اختبار T للفروق بين استجابات أفراد العينة حسب متغير النوع (الجنس)

المحاور	النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الاكتشاف الموجه	ذكر	2.24	.219	.215
	أنثى	2.36	.196	
التفكير المتشعب	ذكر	2.17	.062	.428
	أنثى	2.24	.259	
التطبيق الذاتي	ذكر	2.42	.265	.606
	أنثى	2.36	.251	

يتضح من جدول 9 أن جميع قيم اختبار T كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت أكبر من مستوى (0.05) ، مما يدل على أن متغير النوع وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد العينة.

جدول (10)

اختبار تحليل التباين بين متغير الخبرة و محاور البحث

المحاور	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
الاكتشاف الموجه	بين المجموعات	2	.034	.017	.364	.700
	داخل المجموعات	17	.804	.047		
	المجموع	19	.838			
التفكير المتشعب	بين المجموعات	2	.032	.016	.387	.685
	داخل المجموعات	17	.696	.041		
	المجموع	19	.727			
التطبيق الذاتي	بين المجموعات	2	.045	.022	.326	.726
	داخل المجموعات	17	1.164	.068		
	المجموع	19	1.208			

للتعرف على الفروق الدالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب متغير الخبرة حول محاور حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي تم استخدام اختبار تحليل التباين وتبين من الجدول (10) أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت جميعها أكبر من مستوى (0.05) ، مما يدل على أن متغير الخبرة وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد العينة حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.

- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

في حدود عينة البحث والإجراءات المستخدمة تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1. كانت نتائج استجابات عينة البحث حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي لمحاور البحث ككل بمتوسط حسابي (2.31) وبنسبة موافقة (77) وبمستوى تعلم متوسط.
2. تحصل المحور الثالث (محور التطبيق الذاتي) على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.46) وبنسبة موافقة (82%) وبمستوى تعلم متوسط.
3. تحصل المحور الأول (محور الاكتشاف الموجه) على المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (2.31) وبنسبة موافقة (77%) وبمستوى تعلم متوسط .
4. وتحصل المحور الثاني (محور التفكير المتشعب) على المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (2.16) وبنسبة موافقة (72%) وبمستوى تعلم متوسط.
5. لا توجد فروق دالة إحصائية في استجابات أفراد العينة حول دور بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي وفقاً لمتغيرات البحث (النوع - سنوات الخبرة).

2-5 التوصيات:

استنادا إلى النتائج التي تم التوصل إليها في هذا البحث توصي الباحثة بما يلي:

1-يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضة اختيار الأسلوب التدريسي المناسب الذي يحقق الأهداف المرجوة.

2-ضرورة استخدام أساليب التدريس في جميع عمليات التعلم الحركي لما لها من فعالية وتأثير إيجابي قلة الوسائل لا يعني أنه لا يحفز التلاميذ على الممارسة.

3- العمل على وضع دليل لمدرسي التربية البدنية والرياضة بالطور المتوسط يكون مرشدا لهم ويساعدهم على اختيار الأسلوب المناسب .

4-زيادة الاهتمام من قبل وزارة التربية والتعليم بمادة التربية البدنية والرياضة يراعى ميول الأساتذة على وجه الخصوص والتلاميذ على العموم.

5-اعداد برامج خاصة لمساعدة الأساتذة على فهم المعيقات التي تواجههم .

المراجع

1- الدليمي ناهده: (2013) أساليب في التعلم الحركي د، 1،دار الكتب العلمية ، بيروت لبنات .

2-عطاالله : (2006) أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، بن عكنون ، الجزائز.

3-عدنان طهير ، سيد علي بن عبدالرحمان : (2022) (المجلد 17 – العدد 1) دور بعض الأساليب التدريسية في عملية التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

4-زيد محمد الساسي (2018-2019) دور بعض أساليب التدريس في تحقيق التعلم الحركي والإداء المهاري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي من وجهة نظر أستاذ التربية البدنية والرياضية.

5-قليل ريهام اميمة - العمرى صهيب :(2021)فعالية بعض أساليب التدريس الحديثة على مستوى التعلم الحركي لدى تلاميذ التعليم المتوسط من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية.

6-موسكاموستن: (1991) تدريس التربية الرياضية.

7-محسن محمد درويش حمص : (2013)أساليب التدريس التربية الرياضية والذكاءات المتعددة ، ط ، 1الاسكندرية ، دار الوفاء مصر.

8-مسعود (2016): مقياس طرائق وأساليب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي

9-نان سعيدي : (2020)اكتساب المهارات الحركية معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي

10-عدنان طهير ، سيد علي بن عبدالرحمان : (2022)دور بعض الأساليب التدريسية في عملية التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط. (المجلد 17 – العدد 1)

أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ الصف الرابع من التعليم الأساسي

د/ محمد عبد القادر الشيخي د/ يوسف عمران النجار د/ مصطفي محمد العويمري

المستخلص

تمثل التربية الحركية أهمية كبيرة في تحسين القدرات المختلفة للتلاميذ بحيث أن برامج التربية الحركية تهتم بتنمية اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية فبقدر ما يملك الطفل من اللياقة الحركية يكون مستوي لياقته البدنية والصحية واستمتاعه بأوقات فراغه مرتفعاً يحقق من خلال الأداء ذاته وكيانه حتي يصبح عضواً نافعاً في مجتمعه ورغم دور التربية الحركية الفعال نجد في المقابل إهمال وتقصير واضح أو اهتمام بما تحققه برامج التربية الحركية حيث لوحظ من خلال استطلاعات الباحثون أن هناك عدم اكتراث أو اهتمام بما تحققه من تطوير وتحسين لقدرات التلاميذ البدنية والجسمية والتعليمية والانفعالية مما يؤثر علي معدلات النمو البدني والحركي ويؤدي بطبيعة الحال الي ضعف شديد في القدرات الحركية للأطفال . وهدف البحث الي تصميم برنامج مقترح للتربية الحركية و التعرف على أثر البرنامج التعليمي المقترح على مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ الصف الرابع من التعليم الأساسي. استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم الثنائي باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعتين متكافئتين أحداهما ضابطة والأخرى تجريبية لملائمته مع طبيعة أهداف البحث والادوات المستخدمة كانت تتمثل في اختبارات اللياقة الحركية ومعالجة الاختبارات كانت عن طريق برنامج spss ويتكون مجتمع البحث من تلاميذ الصف الرابع من التعليم الاساسي وكان عددهم (12) تلميذ من الذكور وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية للعام الدراسي 2017 – 2018 م •أهم النتائج: حقق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التربية الحركية الأهداف المتوقعة لتلاميذ المرحلة الابتدائية ،كما ظهر هناك تأثيراً إيجابياً للبرنامج التعليمي المقترح على تنمية وتحسين مكونات اللياقة الحركية من خلال وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث ، عدم وجود تأثيراً إيجابياً للبرنامج التعليمي التقليدي على تنمية مكونات اللياقة الحركية من خلال عدم وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث ، بينما وجدت فروق معنوية بين القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية. ، واضافة الي وجود فروق في نسب التحسن لمكونات اللياقة الحركية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية : التربية الحركية ، اللياقة الحركية

Abstract

Kinetic education represents a great importance in improving the various abilities of pupils, so that the kinetic education programs are concerned with the development of the kinetic fitness of primary school pupils. To the extent that the child has motor fitness, the level of his physical and health fitness and enjoyment of his spare time is high, achieved through the same performance and being in order to become a useful member of his society Despite the

effective role of kinetic education, we find on the other hand a clear negligence and negligence or interest in what the kinetic education programs achieve, It was noted through researchers' surveys that there is a lack of interest or interest in the development and improvement of students' physical, physical, educational and emotional abilities .which affects the rates of physical and motor development and leads naturally The case is severely impaired in the motor abilities of children. The aim of the research is to design a proposed program for kinetic education and to identify the effect of the proposed educational program on the components of the kinetic fitness of fourth grade students of basic education.The researcher used the experimental approach with a dual design, using the pre and post measurement of two equivalent groups, one of them is a control, and the other is experimental for its suitability with the nature of the research objectives and the tools used were in the kinetic fitness tests and the treatment of the tests was through the spss program, and the research community consists of fourth-grade students of basic education, and it was Their number is (40) male students, and the subjects was chosen by the deliberate method for the academic year 2017-2018 , The most important results :The proposed training program using kinetic education achieved the expected goals for primary school students. And There is a positive impact of the proposed educational program on developing and improving the components of kinetic fitness through the presence of significant differences between the pre and post measurements of the experimental group in the variables under consideration, The lack of a positive effect of the traditional educational program on developing the components of kinetic fitness through the absence of significant differences between the pre and post measurements of the control group in the variables under consideration.There are significant differences between the two dimensional measures of the experimental and control groups in the variables under investigation in favor of the experimental group.and There are differences in the improvement rates for the components of kinetic fitness between the two dimensions of the experimental and control groups in favor of the experimental group.

Keywords :Motor education, motor fitness

مقدمة البحث

إن التقدم والتطور الذي يعيشه العالم اليوم لم يكن وليد الصدفة ولكن كان نتيجة للجهود التي يقوم بها العاملين والمتخصصين في الميدان من أجل تحقيق اقصى درجات الرقي وهذا التقدم والتطور مطلب مهما وأساسي في جميع مجالات الحياة ولعل تطوير الطفل وتنميته هو مستقبل الأمة بأسرها ليصبح فرداً قادراً على الانتاج والتنمية والدفاع عن الوطن ويتميز هذا العصر الذي نعيش فيه بتقدم علمي كبير حيث تتجه الدول وهي تعيد بناء المجتمع على أسس علمية الى تطوير التعليم واستخدام احدث الأساليب المطورة لبناء الشخصية المتكاملة المتزنة لأبنائها من جميع الجوانب ا فتلميذ اليوم هو دعامة الغد وعماد المستقبل وثروة الوطن وارتقائها فقد اصبح معيار الحضارة بين الامم هو مقدار اهتمام كل أمة بتلاميذها ومن ثم فإن التلاميذ يمثلون البداية حيث يتميزون بقابليتهم للتشكيل الاجتماعي.

ولقد اهتمت جميع الدول المتقدمة بالمراحل الابتدائية من التعليم من خلال تكليف أساتذة متخصصين في تدريسهم لأن الطفل في هذه المرحلة يمكن تشكيله وتدريبه على العديد من الأنشطة الرياضية التي يصل فيها التلاميذ بعد ذلك أعلى مستوى رياضي لذلك وجب الاهتمام بمرحلة الانطلاق التي تعتبر الأساس الذي يمكن أن تبنى عليه المستويات العالمية للتلاميذ. التربية الرياضية تمثل النظام الاجتماعي الذي يعمل على تشكيل الافراد وتكوين اتجاهاتهم التربوية.

وهنا يذكر احمد عبدالعظيم (2002) إن السنوات الاولى من حياة الطفل تعد من أهم مراحل حياتها إن لم تكن اهمها جميعا لأنها تغرس البذور الاولى للشخصية وتتشكل العادات والاتجاهات وتنمي قدرات الطفل وتتضح مواهبه ويكون قابلاً للتأثر والتوجيه والتشكيل كما انها الفترة الحيوية لنمو الحركات الاساسية إذ يحدث فيها تغيرات ملحوظة في كيفية أدائه الحركات الاساسية .

إن الاهتمام بدراسة الأنشطة الحركية الخاصة بتلاميذ المرحلة الابتدائية يمثل أهمية كبيرة في الكشف عن الموهوبين والتنبؤ بمستقبلهم الرياضي .وذلك لأن الجانب الحركي الذي تتبناه التربية الحركية يحتل مكانة هامة وأساسية في إطار مفهوم التربية الشاملة التي تستهدف النمو المتكامل للشخصية من النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية والعقلية وتمثل برامج التربية الحركية أهمية كبيرة في مرحلة الطفولة لذلك يجب أن يزداد الاهتمام بوضع برامج التربية الحركية بما يتناسب وخصائص هذه المرحلة فنحن نفتقر لمثل هذه البرامج التعليمية المتخصصة لهذه الفئة العمرية.

حيث يرى حسن عبد السلام ونجلاء فتحي (2013) إن التربية الحركية تعد أحد الأنشطة الابتكارية التي تسعى لأحداث الشعور بالرضا والسعادة والارتياح للطفل من خلال الحركة. كما إن لها إسهاماتها الفعالة للأطفال ورغم ذلك فهي لم تأخذ مكانها الطبيعي، إلا في فترات متأخرة من القرن الماضي .

وتتفق معظم الدراسات والابحاث السابقة على أن مرحلة الطفولة تعد من أهم مراحل النمو، كما تري دراسة اكرام محمد (1990) وعنايات أحمد (1990) الى أن المرحلة الابتدائية تمثل أهم مراحل نمو التلميذ وتكوينها لأنها تشكل الأساس الأول في تكوينه" بدنياً ، عقلياً، نفسياً، اجتماعياً والذي سوف يكون له تأثير إيجابي في حياته المستقبلية لذلك تمثل الحركة ركيزة هامة وجوهرية لنمو التلميذ ففيها تنمو قدرات الطفل وتتضح مواهبها وتكون قابلة للتأثير والتوجيه والتشكيل وتحديد اتجاهاته في المستقبل ومن ثم وجب العناية بها وتطويرها عن طريق اللعب وممارسة الأنشطة الرياضية، وهنا تؤكد دراسة بن فاضل (2018) و ليلي بوشكيوة (2008) علي اهمية البرامج الحركية في تنمية المهارات الحركية الاساسية لدي الاطفال، كما اظهرت دراسة بيريفان المفتي (2014) و دراسة نور محمد عبدالجليل (2013) تأثيرا ايجابيا لبرنامج التربية الحركية في تنمية البراعة الحركية لدي الاطفال المكفوفين، اضافة الي دراسة حبيب الصنوي (2010) التي اظهرت تأثيرا ايجابيا للتربية الحركية علي الابداع الحركي لدي الاطفال من سن 6-9 سنوات ، كما يتفق كل من نشوان عبدالله (2003) وابراهيم المحمدي(2005) و مرفت فريد عثمان (2001) في تأكيدهم علي فاعلية برامج التربية الحركية علي تنمية وتطوير القدرات البدنية والحس الحركي للأطفال.

ويذكر ماجد محمود (1996) أن المدرسة الابتدائية هي حجر الزاوية والأساس الهاما والقاعدة العريضة ا للانطلاق نحو تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية وبناء جيل قويا يمتلك القدرة على تحقيق طموحاتها وأمانيه الاجتماعية والقومية وايجاد مكان لها ولمجتمعه بين الدول المتحضرة التي تسارع على امتلاك أسباب تكنولوجيا القوة .

كما يذكر حسن عبدالسلام ونجلاء فتحي (2013) أن النشاط الحركي يجب ان يقدم عن أي شيء لجميع الافراد وخاصة بمرحلة الطفولة، لما يتيحه من فرص تعلم واكتساب للأنماط الحركية الطبيعية للطفل ، لكي ينمو بتوازنا ويتطبع على الانماط الحركية اللازمة لمناشط الحياة بمختلف جوانبها.

وتتفق ايضاً ناهد محمود (2001) علي أن التربية الحركية تعد من أفضل الأساليب التعليمية، التي تستهدف تعلم الأفراد ، وتدريبهم في المراحل التعليمية المختلفة ، وخاصة في مرحلة رياض الأطفال ، والمرحلة الابتدائية، فهي تعمل على تزويد الطفل بكل المعلومات الخاصة بالحركة، وتتيح له الفرصة للتقدم بعيداً عن شكل المنافسات.

ويشير كل من أمين أنور وأسامة كامل (1994) إلى أن التربية الحركية، هي أكثر برامج التربية الرياضية تحقيقاً لأهداف التربية العامة، بمفهومها الشامل ، حيث تعتبر التربية الحركية، هدفاً وبرنامجاً تمهيداً ملائماً للتربية الرياضية، باعتبار أن الأولى ، تبدأ مبكرة من الميلاد حتي البلوغ تقريبا .

كما يشير أحمد عبد العظيم (2002) إلى إن التربية الحركية تمهد، وتقود إلى إنجاح برامج التربية الرياضية في مرحلة التعليم الابتدائي من (6 : 9) سنوات من خلال برامجها المتخصصة" الالعاب التربوية والمهارات الحركية والطلاقة الحركية"، والتي استحدثتها الدول المتقدمة، ويضيف محمد عبد الغني (1994) نقلاً عن" ماتفيف " Matvveef إن المهارات الحركية الاساسية يمكن تطويرها في تلك المرحلة، والوصول بمستواها إلى الآلة، وذلك في نهاية المرحلة، ويعتمد ذلك على امكانية وضع وتنفيذ البرامج الرياضية المدرسية، وأن محتوى برامج الأنشطة الرياضية، لهذه المرحلة السنية من أهدافها تنمية ، وتطوير المهارات الحركية الأساسية المختلفة من"حركات انتقالية ، حركات غير انتقالية ، حركات تحكم وسيطرة "

وان الحركة هي محور التربية الحركية، هدفاً كانت أو وسيلة أو مضمونا، حسب ما تراه فريدة إبراهيم (1984)التي تؤكد، على أن التعليم أيضاً عن طريق الحركة تتسع فيه دائرة التعليم ، فتشمل جميع جوانب نمو الفرد، وتكون أداة هذه الدوائر في تحقيق الأهداف المرجوة، وهي اللياقة البدنية، والحركية واللياقة الوجدانية، واللياقة الخلقية والعقلية .

وهنا يذكر محمد السيد أن أهمية التربية الحركية ، تنحصر في أنها، وسيلة من الوسائل الفعالة لتدريس التربية الرياضية لأطفال المرحلة الابتدائية، لما تحققه من رفع لمستوى اللياقة البدنية، والحركية، ورفع درجة مستوى التكيف النفسي للأطفال للنشاط الرياضي.

ويؤكد محمد الافندي (1997) إن أغلب الخبرات الحركية لأطفال هذه المرحلة استكشافية بطبيعتها ، وتشير معظم الدراسات النظرية إلى أهمية اللياقة البدنية ، وعلاقتها باللياقة الحركية، حيث يذكر كل من أمين أنور وأسامة كامل (1994) أن الاصطلاحين ، لياقة بدنية ولياقة حركية، إنما هما مصطلحان وثيقا الصلة بعضهما البعض ، كما انهما وثيقا الصلة بالتربية الرياضية، والتربية الحركية، على اعتبار إنهما من الأهداف الرئيسية في برنامج التربية البدنية، والرياضية للأطفال وتعتبر التربية الحركية، كما ذكرت الكثير من الدراسات إنها من افضل الاساليب التعليمية التي تستهدف تعليم الأطفال ، وتدريبهم في المراحل التعليمية المختلفة ، فهي تعمل على تزويد الطفل بكل المعلومات الخاصة بالحركة، وتتيح له الفرصة للتقدم بها بعيدا على شكل منافسات .

ويتفق هاني محمد (2003) علي إنه بقدر ما يملك الطفل من اللياقة الحركية ، والتي تعتمد على مكونات السرعة، والتوافق والرشاقة، والقدرة والاتزان، يكون مستوى لياقته البدنية والصحية،

واستمتاعه بأوقات فراغه مرتفعاً، وبذلك يمكن أن يحقق من خلال الاداء ذاته ، وكيانه حتى يصبح عضواً نافعاً في مجتمعه .

كما يتفق حاتم سالم (2012) علي أن اسلوب التربية الحركية يعتبر من الاساليب التقليدية الحديثة والتي تطورت تطوراً كبيراً ، بعدما تبين أن مكونات اللياقة الحركية في مرحلة التربية الحركية من الأهمية ان تعطى الوقت الاكبر والجهد لأنها تعتبر الركيزة في تطوير جميع عناصر اللياقة البدنية فيما بعد ، حيث ان قابلية العضلات والاجهزة الأخرى تكون في حالة أفضل ويسهل تطورها إذا ما تدرجت في العمل العضلي المقنن والدروس ، والذي يخضع لمتغيرات تلك المرحلة العمرية .

وتكمن أهمية البحث في كونها محاولة لإيجاد برامج تربية حركية تهتم بتنمية اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، من خلال اعداد برنامج بالألعاب الحركية، تهدف إلى تعليم انشطة متنوعة قائمة على المنافسة مع الذات ، والأخرين ، مقارنة بالبرامج التقليدية إضافة إلى تنمية تفكير التلميذ ، وتعلمه وتوسع أفاقه المعرفية، وتطور المها ا رت الحركية الاساسية.

مشكلة البحث :

تمثل التربية الحركية، أهمية كبيرة في تحسين القدرات المختلفة للتلاميذ ، ورغم دورها نجد في المقابل إهمال وتقصير واضح بالاهتمام بوضع برامجها بما يحقق اهدافها، حيث لوحظ من خلال استطلاعات الباحثون، إن هناك عدم اكتراث ، أو اهتمام بما تحققه برامج التربية الحركية من تطوير ، وتحسين لقدرات التلاميذ البدنية ، والحركية والجسمية والتعليمية والانفعالية، وهذا مما يؤثر على معدلات النمو البدني والحركي ، ويؤدي بطبيعة الحال إلى ضعف شديد في القدرات الحركية للأطفال.

ويشير أمين الخولي وأسامة راتب (1994) إلى أن إهمال هذه المرحلة من الناحية التربوية، والحركية يؤدي إلى الكثير من العيوب، والانحرافات القوامية، وضعف للمهارات الحركية والأساسية والبراعات الحركية، ومفهوم الذات، وخاصة الذات الجسمية، الأمر الذي يجعل برامج التربية الرياضية في المراحل الأولى، وما بعدها برامج لإصلاح ما فسد، وعلاج ما أهمل في هذه المرحلة .

كما يشير أحمد عبدالرحمن وفريدة ابراهيم (1993) علي إن التربية الحركية، إذا أحسن تعليمها، فإنها تسهم في تحقيق أهداف عديدة من أهمها تشجيع المبادرة، الرضا عن مستوى الاداء، التعاون والمؤاخاة، الاعتماد على النفس .كما يؤدي استخدام أسلوب التربية الحركية إلى التقليل من احتمالات الإصابات والحوادث .

وتذكر فاطمة عوض (2006) إن التربية الحركية، او التربية من خلال الحركة ، نظرية جديدة أو اتجاه جديد في التربية . ومن خلال ما تقدم ، وفي ظل الجهود التي تبذلها الدولة للارتقاء بالعناصر البدنية والحركية لا للتلاميذ بشكل عام والمرحلة الابتدائية بشكل خاص فقد كان ولابد ان يتم اتباع الاسلوب العلمي الدقيق في البحث عن استخدام افضل الطرق والوسائل للمساعدة علي تحقيق أفضل النتائج لتنمية وتطوير وتحسين اللياقة الحركية لأف ا رد هذه الشريحة.

وبناءً علي ما تقدم فقد تبلورت مشكلة البحث في التعرف علي تأثير استخدام برنامج للتربية الحركية مقترح علي مكونات اللياقة الحركية علي تلاميذ الصف الرابع الابتدائي بمدينة بنغازي حيث أن الباحثون لم يجدوا من خلال قراءتهم واطلاعهم علي العديد من الأبحاث الرياضية من قام بتطبيق برنامج تربية حركية علي أفراد هذه العينة ، علاوة علي عدم وجود برامج تعليمية رياضية مخططة تمارس بشكل دائم لأفراد هذه الشريحة. وانطلاقاً من استطلاعات الباحثون التي تؤكد عدم وجود، أو استخدام لأي برامج

تعليمية ترتكز على بعض مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ المدارس وتأتي أهمية هذا البحث في سعيه لأعداد برامج بالألعاب الحركية والذي يهدف إلى تعليم التلاميذ، أنشطة متنوعة قائمة على المنافسة مع الذات، والأخرين، ومقارنة تأثيره بالأساليب المعتادة في تدريس التربية البدنية، والحركية لأطفال الصف الرابع الابتدائي.

أهداف البحث:

1 ـ تصميم برنامج تعليمي مقترح للتربية الحركية، يعنى بتنمية اللياقة الحركية لتلاميذ الصف من التعليم الأساسي.

2ـ التعرف على أثر البرنامج التعليمي المقترح على مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ الصف الرابع من التعليم الأساسي.

3ـ مقارنة أثر الدروس والحصص التعليمية المطبقة في تدريس التربية البدنية بالمدارس ومقارنتها بأثر البرنامج التعليمي المقترح.

4- تحديد نسب التحسن لمكونات اللياقة الحركية بين القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

فروض البحث.

بعد الاطلاع على الدارسات والبحوث السابقة تمت صياغة الفروض التالية:-

1. إن للبرنامج التعليمي المقترح تأثيراً ايجابياً على تنمية، وتحسين مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي يتحقق بوجود فروق معنوية بين القياسين (القبلي والبعدي) ، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث.

2. لا توجد فروق معنوية بين القياسين (القبلي والبعدي) ، للمجموعة الضابطة في تنمية مكونات اللياقة الحركية في المتغيرات قيد البحث.

3. توجد فروق معنوية بين القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبية، والضابطة في المتغيرات قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

4. توجد فروق في نسب التحسن لمكونات اللياقة الحركية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

منهج البحث.

استخدمت الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم الثنائي ، باستخدام القياس القبلي والبعدي ، لمجموعتين متكافئتين أحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

الدارسات الاستطلاعية للبحث.

أجري الباحثون عدة دراسات استطلاعية في مراحل مختلفة للبحث ، كل دراسة منها كانت لتحقيق هدف معينا حيث تم في الدراسة الاستطلاعية الاولي تحديد ابعاد المشكلة بأجراء عدة مقابلات مع المدرسين والموجهين التربويين حيث ادت الي تحديد أهداف البحث وتحديد منهجيته، ثم اجريت دراسة استطلاعية ثانية تم فيها تحديد المجتمع البحثي ، وحدوده وعينة البحث ، باختيار أنسب المدارس التي يتم تطبيق الدراسة عليها بما يتطلبه البحث من دعم وامكانات و للوقوف على حدود إمكانيات التلاميذ بالصف الرابع ابتدائي.

وفي دراسة استطلاعية ثالثة تم تحديد الاختبارات، والقياسات التي تناسب كل القدرات والصفات الحركية التي تمثلت في المرونة والقوة والرشاقة والتوازن والسرعة والتوافق ، وذلك بأن قام الباحثون

بإعداد استمارة أري الخبراء في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة بصفة عامة، والتربية الحركية بصفة خاصة، وذلك لاستطلاع الرأي وجمع البيانات بهدف تحديد الاختبارات التي تتناسب مع قياس تلك العناصر اضافة الي ذلك وبعد تحديد الصفات والمكونات الحركية والاختبارات التي تتناسب مع تلاميذ الصف الرابع للتعليم الاساسي تم الشروع في بناء وتصميم البرنامج التعليمي المقترح الذي يستهدف تنمية تلك الصفات ومن ثم عرضه علي لجنة من الخبراء المختصين بذلك.

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث بتلاميذ الصف (الرابع ابتدائي) ذكور(لمرحلة التعليم الأساسي ببلدية بنغازي الصغرى، والدارسين بالمدارس العامة، والتي يبلغ عددها(23) مدرسة، وبواقع (50) طالباً تقريباً في كل مدرسة، وبعدد إجمالي للطلبة الذكور المسجلين في هذه المرحلة وبلغ عددهم 844 ،وفق إحصائية وازرة التعليم، كما هو موضح في الجدول رقم(1)

جدول (1)

عدد المدارس ببلدية بنغازي الصغرى والعدد الاجمالي لتلاميذ الصف الرابع

عدد مدارس التعليم الأساسي	عدد الذكور	العام الدراسي
23	844	2018 2019

عينة البحث.

بعد إجراء دراسة استطلاعية لعدد كبير من المدارس الابتدائية العامة ببلدية بنغازي الصغرى، تم اختيار مدرسة عقبة بن نافع لتطبيق تجربة البحث عليها لعدة أسباب منها: توفر معظم ما نحتاج إليه في هذه المؤسسة، وايضاً لتقارب المستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى تلاميذ المدرسة، وموافقة وتشجيع إدارة المدرسة على تطبيق البرنامج ، وحسن تعاونها وتجاوبها واقتناعها بطبيعة البحث ، وفكرته وأهمية إجراءه مع وجود أغلب الأدوات ، والإمكانيات التي يحتاجها الباحثون، واشتملت عينة البحث جميع الطلاب الذكور، والبالغ عددهم(12) تلميذا، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وبعد اجراء الفحوصات الصحية أشرف عليها مكتب الخدمة الاجتماعية بالمدرسة أدت إلى استبعاد ستة طلاب منهم ممن يعانون من (مرضى سكريا وتشوهات خلقية بسيطة وحساسية الصدر)، ورغم حرصنا على إقحامهم في البرنامج التعليمي المقترح ، مع مراعاة حالتهم الصحية بتخفيف الأحمال عليهما وعدم عزلهم عن بقية التلاميذ، ألا إننا تعرضنا للرفض القطعي من أولياء أمور التلاميذ المعنيين ، ولذلك تم استبعادهم من تجربة البحث ، واشراكهم في مناشط ثقافية بالتعاون مع مكتب الخدمة الاجتماعية بالمدرسة، وقد تم تحديد عدد العينة(12) تلميذاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين بواقع(20) تلميذاً لكل مجموعة.

وبعد قيام الباحثون بضبط جميع متغيرات البحث، واجراء القياسات القبلية للمجموعتين ، وتوفير كل ما تتطلبه تجربة البحث ، شرع الباحثون في تطبيق التجربة الأساسية على المجموعة التجريبية، فيما تركت المجموعة الضابطة لمعلمة التربية البدنية بالمدرسة، لتطبيق برنامجها المعتاد في التدريس.

تجانس عينة البحث:

بعد إن تم تحديد حجم عينة البحث ، والتي تحوي 12 تلميذ من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي ، قام الباحثون بالتحقق من درجة تجانس العينة ككل ، وتماثلها في التوزيع مع المجتمع البحثي ، كما يوضح جدول رقم(2).

جدول(2)

المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث.

المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
القياسات الانثروبومترية	السن	السنة	9.98	0.48	0.08
	الطول	سم	135.45	6.47	0.18
	الوزن	كجم	33.93	5.06	0.26
القدرة العضلية	الوثب العمودي من الثبات	م	0.21	0.11	0.14
	الوثب العريض من الثبات	م	1.01	0.17	0.42
	دفع "رمي" كرة طبية	م	2.62	0.87	0.03
	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	ك	11.62	2.41	0.05
التوافق	الدوائر الرقمية	ث	10.67	2.59	0.41
	رمي واستقبال الكرات	ك	9.37	3.18	0.63
التوازن	الشكل الثماني	ك	4.27	0.64	0.31
	الاتزان على لوحة الجهاز	ث	8.62	9.77	1.57
السرعة	العدو70.45 متر من البدء العالي	ث	9.12	1.16	2.72
	نيلسون للاستجابة الحركية	ث	2.22	0.19	0.80
	المسطرة لسرعة رد الفعل	ث	32.52	5.99	0.50
الرشاقة	الجري المتعرج	ث	4.95	0.45	0.26
	الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	ث	20.35	2.48	0.60
المرونة	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	سم	01.02	1.11	2.32
	اللمس السفلي والجانبي	ك	13.23	2.85	0.14

يتضح من جدول رقم(2) إن هناك تجانس في عينة البحث في المتغيرات قيد البحث، حيث تراوح معامل الالتواء ما بين 2.32 ، 0.03، وهو يقع بين (±3) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث ، وإنها تتوزع توزيعاً طبيعياً يتوافق مع توزيع مجتمع البحث.

تكافؤ مجموعتي البحث:

لتطبيق تجربة البحث كان لزاماً التحقق من درجة التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية، لضبط كافة المتغيرات التي يمكن أن يؤثر على نتائج البحث ، كما يوضح جدول رقم (3).

جدول(3)
تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات		وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
القياسات الانثروبومترية	السن	السنة	10.00	0.46	9.95	0.51	0.33
	الطول	سم	133.50	4.62	137.40	7.52	1.98
	الوزن	كجم	32.90	3.68	34.95	6.07	1.29
القدرة العضلية	الوثب العمودي من الثبات	م	0.25	0.08	0.30	0.12	1.46
	الوثب العريض من الثبات	م	1.01	0.17	1.02	0.16	0.38
	دفع " رمي" كرة طبية	م	2.64	2.58	2.58	0.90	0.22
	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	ك	11.60	2.16	11.65	2.70	0.06
التوافق	الدوائر الرقمية	ث	11.28	2.75	10.05	2.30	1.33
	رمي واستقبال الكرات	ك	9.25	2.91	9.50	3.50	0.21
التوازن	الشكل الثماني	ك	4.45	0.51	4.10	0.71	1.58
	الاتزان على لوحة الجهاز	ث	8.06	9.32	9.17	10.40	0.32
السرعة	العدو45.70 متر من البدء العالي	ث	9.16	1.12	9.07	1.24	0.22
	نيلسون للاستجابة الحركية	ث	2.21	0.17	2.29	0.19	1.58
	المسطرة لسرعة رد الفعل	ث	33.45	6.43	31.58	5.51	0.90
الرشاقة	الجري المتعرج	ث	4.97	0.40	4.93	0.50	0.26
	الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	ث	20.38	2.25	20.32	2.73	0.08
المرونة	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	سم	01.32	1.12	01.02	1.23	2.22
	اللمس السفلي والجانبي	ك	13.45	3.00	13.00	2.75	0.48

*** قيمة ت الجدولية عند مستوى 22.2 = 12.0**

يتضح من جدول رقم(3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في جميع المتغيرات الخاصة بالبحث.

وسائل جمع البيانات:

قياس العمر الزمني: تم حساب تاريخ الميلاد بالسنة.

قياس الطول: وكانت وحدة القياس السنتيمتر.

قياس الوزن: وكانت وحدة القياس الكيلو جرام .

اختبارات اللياقة الحركية.

تتعدد اختبارات اللياقة الحركية وتتنوعا طبقاً للمراجع والبحوث النظرية السابقة، واعتمدت الباحثون في جمع بياناتهم في البحث على مجموعة من القياسات، والاختبارات الخاصة بالمتغيرات قيد البحث وبعد تحديد أهم الصفات الحركية التي يحتاجها تلاميذ مرحلة الصف الرابع للتعليم الاساسي وفقاً لآراء مجموعة من الخبراء المتخصصين كان من السهل تحديد الاختبارات المناسبة لقياس تلك الصفات ومع ذلك فقد جمعت الباحثة مجموعة من الاختبارات المتنوعة التي تعني بقياس واختبار لكل الصفات وعرضها علي مجموعة من الخبراء المختصين في مجال التربية الرياضية، وعلوم الرياضة، لأجل تحديد أنسب وأهم الاختبارات المناسبة لظروف البحث ، ولعينته من خلال تحديد نسب معينة لاختيار كل اختبار، حيث أنه بمجرد الاتفاق بنسبة تفوق 22% من أراء الخبراء ، يتم اعتماد الاختبار، لارتباطه بتلك السمه، وأن أستوجب استخدام اختبارين أو أكثر لذات السمه لاختلاف المجاميع العضلية المستهدفة بالقياس واختلاف اهمية عناصر اللياقة الحركية للتلاميذ.

المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث:

رغم تمتع الاختبارات بالقيمة العلمية العالية إلا أن الباحثون أبو إلا أن يتأكدوا من ذلك ، من خلال دراسة استطلاعية لأدوات جمع البيانات، لتتحقق من مناسبتها لأهداف البحث، بإجراء الاختبارات على عينة من داخل المجتمع البحثي وخارج اطار عينة البحث للتأكد من الثقل العلمي الذي تتمتع بها أدوات جمع البيانات وذلك على النحو التالي-:

الثبات :

للتحقق من ثبات أدوات جمع البيانات استخدم الباحثون طريقة إعادة التطبيق، لحساب ثبات الاختبارات قيد البحث على عينة استطلاعية مكونة من 20 تلميذ من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي , من مدرسة الأنصار الابتدائية وتم إعادة تطبيق الاختبارات على نفس العينة الاستطلاعية بعد أسبوعين من التطبيق الأول ، وذلك لحساب معامل ثبات الاختبارات قيد البحث ، وتم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول ، والثاني للعينة الاستطلاعية، وأوضحت النتائج وجود معامل ارتباط عاليا كما هو موضح بالجدول رقم (4)

جدول (4) معاملات ثبات الاختبارات المستخدمة.

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		س	ع	س	ع	
الوثب العمودي من الثبات	م	.256	2.08	2.11	0.13	2.30
الوثب العريض من الثبات	م	1.61	2.03	2.92	0.16	1.02
دفع" رمي "كرة طبية	م	2.63	2.85	2.11	2.92	2.58
الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	تكرار	11.60	2.16	2.10	2.70	11.65
الدوائر الرقمية	م	11.28	2.75	2.92	2.33	10.05
رمي واستقبال الكرات	زمن	9.25	2.91	2.90	3.50	9.50
الشكل الثماني	تكرار	4.45	2.22	2.20	2.71	4.10
الاتزان على لوحة الجهاز	تكرار	0.22	2.29	2.99	10.40	9.17
العدو45.70 متر من البدء العالي	زمن	9.15	1.11	2.92	1.24	9.07
نيلسون للاستجابة الحركية	زمن	2.21	2.17	2.90	2.29	2.29
المسطرة لسرعة رد الفعل	زمن	1.30	2 .21	2.99	5.51	31.58
الجري المتعرج	تكرار	4.97	2.46	2.22	5.09	4.93
الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	زمن	0.91	123	2.99	2.73	20.32
ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	سم	01.32	1.12	0.96	1.23	01.02
اللمس السفلي والجانبي	تكرار	13.45	3.00	2.20	2.75	13.00

***قيمة الارتباط الجدولية عند مستوى معنوية 0.01=0.55**

يتضح من الجدول رقم(4) أن هناك ارتباط دال عند مستوى معنوية 0.01 بين التطبيق الأول ، والثاني لعينة الدراسة الاستطلاعية، مما يدل على ثبات اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث.

الصدق:

استخدمت الباحثون طريقة صدق التمايز، لحساب صدق اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث ، وذلك عن طريق تطبيق الاختبار على مجموعة مميزة ومجموعة غير مميزة من تلاميذ المرحلة الابتدائية للصف الرابع الابتدائي بتقسيم العينة الاستطلاعية الي مجموعتين قوام كل منها 10تلاميذ لمعرفة مستوي الفروق بينهم وبيان القدرة التمييزية للاختبارات المستخدمة في البحث كما هو موضح بالجدول رقم(5).

جدول (5) معاملات صدق التمايز لاختبارات اللياقة الحركية قيد البحث

الاختبارات	وصف القياس	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		قيمة ت
		س	ع	س	ع	
الوثب العمودي من الثبات	سم	2.30	2.22	2.29	2.22	5.24
الوثب العريض من الثبات	سم	2.22	2.22	2.12	2.20	6.56
دفع " رمي" كرة طبية	سم	3.31	2.23	2.93	2.31	6.76
الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	تكرار	23.22	2.11	22.22	2.22	4.30
الدوائر الرقمية	مسافة	32.12	0.29	01.12	3.00	5.75
رمي واستقبال الك ارت	زمن	23.20	2.22	1.93	2.22	7.60
الشكل الثماني	تكرار	22.22	2.11	2.22	2.23	5.93
الات ازن على لوحة الجهاز	تكرار	1.22	2.22	1.92	2.32	9.00
العدو45.70 متر من البدء العالي	زمن	23.22	22.10	0.29	2.32	3.18
نيلسون للاستجابة الحركية	زمن	1.21	2.00	9.23	2.32	2.62
المسطرة لسرعة رد الفعل	زمن	0.22	2.21	0.32	2.22	3.52
الجري المتعرج	تكرار	01.22	2.12	31.31	0.02	5.27
الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	زمن	1.20	2.21	2.32	2.03	7.21
ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	زمن	21.22	2.21	00.02	2.22	6.83
اللمس السفلي والجانبي	تكرار	22.92	2.01	22.22	0.22	6.51

*قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.01 = 1.55

يتضح من الجدول رقم(5) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01 بين المجموعة المميزة، والمجموعة الغير مميزة في جميع المتغيرات ما عدا متغير نيلسون للاستجابة الحركية الذي كان دالاً عند مستوى معنوية 0.05 مما يدل على صدق اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث، وأن لدى الاختبارات قدرة تمييزية بين أفراد عينة البحث.

برنامج التربية الحركية:

البرنامج التعليمي للتربية الحركية:

طبقاً للمراجع النظرية، والدراسات السابقة قامت الباحثون بتصميم برنامج تعليمي للتربية الحركية يتلاءم مع تلاميذ الصف الرابع ، وميولهم واحتياجاتهم ومتطلباتهما وبما يتناسب مع قدراتهم ويراعي الإمكانيات المتوفرة في المدرسة لكي يقبل التلاميذ على الاشتراك بحماس وجدية، فقد عرض على مجموعة من الخبراء من حملة المؤهلات العليا، ومن خبراء التوجيه التربوي بحكم خبرتهم في هذا المجال.

ولقد تم التعديل وفق أراء الخبراء ، حيث توصل الباحثون على مجموعة من الأنشطة الحركية التي تحقق هدف البحث وأهميتها وقد ارتض الباحثون بمجموعة الأنشطة التي حصلت على(22%) فأكثر من نسب الاتفاق بين الخبراء .

هدف البرنامج:

يهدف البرنامج إلى تنمية مكونات اللياقة الحركية لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي.

أسس وضع البرنامج:

لبناء وتصميم برنامج تعليمي يتناسب مع تلاميذ الصف الرابع ابتدائي تحت مراعاة النقاط التالية:

ـ مناسبة الانشطة الحركية مع الخصائص السنية لأطفال هذه المرحلة، واشباع ميولهم نحو النشاط الحركي المستمر.
- احتوي البرنامج بالسلاسة مع مراعاة التغيير والتنويع في أنشطة البرنامج.
- التدرج من السهل إلى الصعب مع توفر عنصر التشويق والأثارة.
- مراعاة توفير الإمكانات المناسبة لتنفيذ البرنامج مع الاهتمام بعوامل الأمن والسلامة.
-.يحتوي البرنامج على تدريبات تساعد الأطفال على المشاركة الإيجابية.

محتوى البرنامج: أشتمل برنامج التربية الحركية على الاجزاء الرئيسية التالية :

أولاً : **الجزء التمهيدي:**

ومدت(7) دقائق والغرض الرئيسي منه تهيئة، واحماء أجزاء الجسم المختلفة، ويشمل على الحركات الأساسية كالجري، والحجل والوثب في صورة ألعاب صغيرة، أو قصة حركية أو نشاط حر.

ثانياً: الجزء الاساسي:

ومدته(30) دقيقة والهدف الرئيسي منه تنمية مكونات اللياقة الحركية لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، وذلك للمرحلة السنية قيد البحث عن طريق الأنشطة الحركية التي تم توزيعها في دروس التربية الحركية، وفقاً للمهارات الحركية الأساسية بما تتضمنه من حركات الانتقال الأساسية، وحركات التحكم والسيطرة ثم حركات الاتزان الثابت والمتحرك، بالإضافة إلى الألعاب الجماعية، والرياضات الأساسية، وفقاً للمناهج المطورة للصف الرابع الابتدائي.

ثالث : الجزء الختامي:

ومدته(3) دقائق، ويشمل مسابقات وألعاب صغيرة، وأناشيد وتمرينات تهدئة، بالإضافة إلى إرشادات صحية، والهدف منه الرجوع بالجسم إلى حالته الطبيعية.

المدة الزمنية للبرنامج:

الفترة الزمنية لتنفيذ البرنامج(10) عشرة أسابيع وبواقع درسين كل أسبوع ، حيث يبلغ أجمالي عدد الدروس(20) درساً، وزمن الدرس الواحد (40) دقيقة.

الدارسة الأساسية للبحث (تجربة البحث) :

القياسات القبلية:

قام الباحثون بإجراء القياس القبلي لمكونات اللياقة الحركية قيد البحث لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك من الفترة 1/20 /2019 إلى 1/25 /2019 م .

مرحلة تنفيذ البرنامج:

تم تنفيذ برنامج التربية الحركية المقترح على تلاميذ المجموعة التجريبية، فيما طبق البرنامج التقليدي على المجموعة الضابطة لمدة 22 اسابيع ،وذلك فالفترة من 1/27 /2019 إلى 2019/4/21 م .

القياس البعدي: تم إجراء القياسات البعدية لمكونات اللياقة الحركية قيد البحث لكل من المجموعتين التجريبية، والضابطة في الفترة من 2019/4/14 إلى 2019/4/21، وبنفس الشروط التي تم إتباعها في القياس القبلي.

المعالجات الاحصائية: المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار(T) للعينات المستقلة والغير مستقلة ، معامل الارتباط بيرسون ، معامل الالتواء ، النسبة المئوية للتحسن.
وقد قام الباحثون باستخدام البرنامج الإحصائي spss الإصدار 2019م.

مجالات البحث:

المجال البشري: يتكون من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي للعام الدراسي 2018 – 2019 م.

المجال المكاني: المجال المكاني بمحيط بلدية بنغازي الصغرى – مكتب خدمات تعليم البركة 2 – مدرسة عقبة بن نافع للتعليم الاساسي.

المجال الزمني: الفترة من 20 -2 -2019 م إلى 20- 11- 2020 م.

عرض نتائج البحث ومناقشتها.

اولاً : فيما يتعلق بنتائج الفرض الأول مناقشته:

جدول (6)
التوصيف الإحصائي للمتغيرات قيد البحث ودلالة الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية.

م	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت
			س	ع	س	ع	
1	الوثب العمودي من الثبات	سم	0.26	0.09	0.48	0.07	*22.89
2	الوثب العريض من الثبات	سم	1.01	0.18	1.62	0.20	*9.70
3	دفع " رمي" كرة طبية	سم	2.64	0.85	4.39	0.75	*17.09
4	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	تكرار	11.60	2.16	17.25	2.45	*17.74
5	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	سم	7.55	2.13	11.45	1.93	*7.10
6	الدوائر الرقمية	زمن	11.28	2.76	8.79	2.77	*10.21
7	رمي واستقبال الكرات	تكرار	9.25	2.92	17.95	2.96	*15.22
8	الشكل الثماني	تكرار	4.45	0.51	2.65	0.59	*9.00
9	الاتزان على لوحة الجهاز	زمن	8.06	9.32	12.92	2.99	*3.25
10	العدو45.70 متر من البدء العالي	زمن	9.16	1.11	7.03	0.95	*22.49
11	نيلسون للاستجابة الحركية	زمن	2.21	0.18	1.29	0.15	*17.38
12	المسطرة لسرعة رد الفعل	تكرار	33.45	6.43	21.09	5.00	*10.12
13	الجري المتعرج	زمن	4.97	0.41	2.85	0.40	*23.16
14	الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	زمن	20.39	2.26	17.65	1.98	*17.49
15	اللمس السفلي والجانبي	تكرار	13.45	3.00	24.75	2.29	*24.30

*** دال عند مستوى دلالة 0.01 ، حيث كانت قيمة T (N – 1) = 2.86**

يتبين من الجدول رقم(6) والذي يتعلق بدراسة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبارات اللياقة الحركية إن هناك تحسن واضح في القياسات البعدية لمكونات اللياقة الحركية للمتغيرات قيد البحث (اختبار الوثب العمودي من الثبات الوثب العريض من الثبات دفع "رمي" كرة طبية الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الدوائر الرقمية رمي واستقبال الكرات الشكل الثماني الاتزان على لوحة الجهاز العدو 22.12 متر من البدء العالي نيلسون للاستجابة الحركية المسطرة لسرعة رد الفعل جري الزق ازق الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين اللمس السفلي والجانبي).

حيث تؤكد النتائج وجود تحسن معنوي واضح بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج التعليمي المطبق على المجموعة التجريبية للبحث.

يعزو الباحثون هذه النتائج إلى فاعلية البرنامج المقترح للتربية الحركية، والذي يؤكد تناسبه مع خصائص وامكانيات وقدرات تلاميذ الصف الرابع من المرحلة الابتدائية، وذلك بما يحتويه من كم حركي، يتسم بالتنوع إضافة إلى توافر الأدوات والأجهزة المستخدمة للتعلم، حيث تحوي أنشطة متنوعة تشمل حركات الانتقال الأساسية من مشي جري قفز وثب حجل ، وكذلك حركات التحكم والسيطرة من دحرجة وتنطيط وضرب ورمي ومسك وركل ، ناهيك عن حركات الاتزان الثابت ، والمتحرك من انثناء وتكور امتداد لف ودوران مرجحات.

إضافة إلى إن البرنامج يتيح فرصة أفضل للمشاركة في أنشطة حركية تتسم بالمتعة، والاثارة والتنويع، يدفع التلاميذ إلى التعبير عن ذاتهم بما يتيح لهم قدراً كبيراً من مشاعر الرضا، وزيادة الثقة بأنفسهم، ورضاهم عن مستوي أدائهم الحركي، بصرف النظر عن مستوى أداء الأخرين.

وكذلك أوضحت النتائج فاعلية التدريس بأسلوب التربية الحركية عن الأسلوب المتبع "التقليدي". وهذه النتائج تتفق مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة، كدراسة كل من: مروة يوسف(2001) والتي أظهرت نتائجه تأثير البرنامج المقترح على تنمية مكونات اللياقة البدنية، والقدرة على التعلم الحركي، وأيضاً دراسة أمين أنور الخولي أسامة كامل ارتب (1988) وكانت النتائج تؤكد وجود تأثير إيجابي دال لبرنامج التربية الحركية ، وكذلك دراسة بن فاضل فؤاد (2018) وأكدت نتائج الدراسة إن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي على تحقيق الأهداف التربوية لدى الأطفال.

وأكدت نتائج دراسة أحمد عبدالعظيم عبدالله (2002) إن البرنامج المقترح للتربية الحركية له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية، أدى إلى تفوق المجموعة التجريبية الاولى والثانية على المجموعة الضابطة، وقد تفوقت المجموعة التجريبية الثانية على التجريبية الاولى، وأيضاً دراسة رشيد عامر محمد عامر (2004) تؤكد نتائج الدراسة إن البرنامج المقترح للتربية الحركية، له تأثير إيجابي على المهارت الحركية الإدراكية الأساسية وتنمية القدرات البدنية ورفع مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية لدى الأطفال ما قبل المدرسة، كل ذلك يؤكد أنه بالإمكان تحسين وتطوير مستويات اللياقة الحركية، إذا ما تم الاهتمام بوضع البرامج التعليمية المناسبة للمراحل التعليمية. ونتائج هذا البحث تؤكد صحة الفرض الأول ، الذي ينص علناً هناك تأثيراً إيجابياً للبرنامج التعليمي المقترح على تنمية، وتحسين مكونات اللياقة الحركية بوجود فارق معنوي بين القياسين القبلي ، والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث لدى تلاميذ الصف الرابع من المرحلة الابتدائية

ثانياً : فيما يتعلق بنتائج الفرض الثاني مناقشته:

جدول (7)
التوصيف الإحصائي للمتغيرات قيد البحث ودلالة الفروق
بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

م	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت
			س	ع	س	ع	
1	الوثب العمودي من الثبات	سم	0.31	0.12	0.36	0.16	2.32
2	الوثب العريض من الثبات	سم	1.02	0.17	1.32	0.23	*6.957
3	دفع " رمي" كرة طبية	سم	2.59	0.90	2.70	0.58	0.445
4	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	تكرار	11.65	2.70	13.50	2.52	*9.454
5	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	سم	5.00	3.10	6.30	2.06	*2.89
6	الدوائر الرقمية	زمن	10.06	2.33	10.79	0.72	1.466
7	رمي واستقبال الكرات	تكرار	9.50	3.50	11.10	2.69	*5.141
8	الشكل الثماني	تكرار	4.10	0.72	3.65	0.88	2.269
9	الاتزان على لوحة الجهاز	زمن	9.18	10.41	9.22	1.25	0.019
10	العدو45.70 متر من البدء العالي	زمن	9.07	1.25	8.16	1.26	*5.176
11	نيلسون للاستجابة الحركية	زمن	2.30	0.20	2.28	0.31	0.217
12	المسطرة لسرعة رد الفعل	تكرار	31.59	5.52	29.89	6.19	1.166
13	الجري المتعرج	زمن	4.93	0.51	4.67	0.43	2.107
14	الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	زمن	20.32	2.74	19.55	1.98	1.464
15	اللمس السفلي والجانبي	تكرار	13.00	2.75	14.35	2.11	1.897

دال عند مستوى دلالة 0.01 ، حيث كانت قيمة T (N – 1) = 2.86

يتضح من جدول رقم(7) والخاص بالقياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة، وجود تباين في مستوى التأثير على بعض قياسات، واختبارات اللياقة الحركية قيد البحث للمجموعة الضابطة، حيث أشارت النتائج إلى ضعف في بعض القياسات، بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة، حيث توجد فروق معنوية لصالح القياس البعدي في الاختبارات ، ومستوى التباين على القياسات واضحاً على مكونات اللياقة الحركية للمتغيرات قيد البحث للمجموعة الضابطة، حيث تشير النتائج إلى فاعلية البرامج المتبعة في التعليم لمرحلة التعليم الابتدائي ، بتأثيره على بعض المتغيرات (الوثب العريض من الثبات الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس رمي واستقبال الك ارت العدو45.70 متر من البدء العالي) ، في حين إن النتائج لم تظهر أي تأثير معنوي في باقي المتغيرات قيد البحث (الوثب العمودي من الثبات دفع ورمي كرة طبية الدوائر الرقمية الشكل الثماني الاتزان على لوحة الجهاز نيلسون للاستجابة الحركية المسطرة لسرعة رد الفعل جري الزقزاق الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين اللمس السفلي والجانبي).

ويرجع الباحثون السبب في ذلك قلة عدد التدريبات بالبرنامج التقليدي ، إلى جانب إنها غير شيقة ، ولا تتميز بالإثارة ، والمتعة للتلاميذ ، ولا تثير دوافع التلاميذ. أما فيما يتعلق بالتحسن الواضح في باقي القياسات يعود إلى وجود تأثير إيجابيا ولكن بنسبة ضعيفة لأسلوب التدريس المتبع ، والبرنامج التقليدي المطبق ، بالإضافة إلى أن البرنامج التقليدي يفتقد إلى الأثارة والتشويق، مما يقلل من الاستمرارية في الممارسة، وعدم المشاركة الإيجابية المستخدمة له. وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة جليلة مصطفى السويركي (1990) والتي أظهرت نتائجها تأثيراً ايجابياً على بعض العناصر البدنية، كالقوة والسرعة في القدرة على التعلم الحركي لدي تلميذات المرحلة الاولى، وبأن البرنامج التقليدي يؤدي إلى تحسن بعض متغيرات اللياقة الحركية ، وبالنظر إلى نص الفرض الثاني الذي يشير إلى عدم وجود فعالية في بعض مكونات اللياقة الحركية ، بذلك تحقق جزئية تبين فيها إيجابية البرنامج التقليدي المستخدم.

ثالثاً : فيما يتعلق بنتائج الفرض الثالث مناقشته

جدول (8)

التوصيف الإحصائي للمتغيرات قيد البحث ودلالة الفروق بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة .

م	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت
			س	ع	س	ع	
1	الوثب العمودي من الثبات	سم	0.48	0.07	0.36	0.16	*3.027
2	الوثب العريض من الثبات	سم	1.62	0.20	1.32	0.23	*4.367
3	دفع " رمي" كرة طبية	سم	4.39	0.75	2.70	0.58	*7.080
4	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	تكرار	17.25	2.45	13.50	2.52	*4.251
5	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	سم	11.45	2.16	6.30	2.06	*4.150
6	الدوائر الرقمية	زمن	8.79	2.77	10.79	0.72	*2.980
7	رمي واستقبال الكرات	تكرار	17.95	2.96	11.10	2.69	*7.577
8	الشكل الثماني	تكرار	2.65	0.59	3.65	0.88	*4.595
9	الاتزان على لوحة الجهاز	زمن	12.92	2.99	9.22	1.25	*4.722
10	العدو45.70 متر من البدء العالي	زمن	7.03	0.95	8.16	1.26	*3.090
11	نيلسون للاستجابة الحركية	زمن	1.29	0.15	2.28	0.31	*12.514
12	المسطرة لسرعة رد الفعل	تكرار	21.09	5.00	29.89	6.19	*4.560
13	الجري المتعرج	زمن	2.85	0.40	4.67	0.43	*13.930
14	الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	زمن	17.65	1.98	19.55	1.98	*3.270
15	اللمس السفلي والجانبي	تكرار	24.75	2.29	14.35	2.11	*14.030

*** قيمة ت الجدولية عند مستوى 22.2 = 12.0**

يتضح من الجدول رقم(8) والخاص بالقياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ، وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع القياسات، والاختبارات الخاصة بمكونات اللياقة الحركية قيد البحث، حيث كان هناك تميز واضح في نتائج المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، يعزو الباحثون إلى التأثير الفعال للمتغير المستقل، الذي خضعت له المجموعة التجريبية "البرنامج التعليمي المقترح للتربية الحركية" لما يحتويه من أنشطة متعددة للمهارات الحركية الأساسية (حركات الانتقال الأساسية حركات التحكم والسيطرة حركات الات ازن الثابت والمتحرك)، ولما له من تأثير على الخصائص السنية لأطفال هذه المرحلة من حيث واشباع ميولهم نحو النشاط الحركي المستمر، والتغيير والتنويع في أنشطة البرنامج ، مع توفر عنصر التشويق والأثارة، ومساعدة الأطفال على المشاركة الإيجابية.

وتتفق نتائج هذا البحث مع ما توصلت إليه دراسة كل من بيريفان عبدالله المفتي (2014) حيث أظهرت النتائج فاعلية البرنامج التعليمي المطبق على المجموعات التجريبية في تنمية البراعة الحركية، لدى ضعاف البصر والكفيف التام في المرحلة الابتدائية.

وأيضا دراسة هاني محمد فتحي(2003) ، والتي أكدت نتائجها على وجود تأثير إيجابي على مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، وأكدت نتائج دراسة عزت احمد فضل الهواري(1999) إن استخدام أسلوب التربية الحركية له تأثير إيجابي بطريقة فعالة في تنمية الابتكار الحركي.

ودراسة وائل سلامة مصطفى المصري(2000) تؤكد نتائجها على فاعلية برنامج تربية حركية مقترح على بعض المهارات الأساسية، وعناصر الإدراك الحركي لتلاميذ الصف الاول بالمرحلة الابتدائية، بأن البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي على المهارات الأساسية قيد البحث، وعناصر الإدراك الحركي لتلاميذ الصف الاول الابتدائي.

وهكذا يتبين أتفاق الدراسات على إن الطفل في هذه المرحلة يستطيع أداء القدرات الحركية بطلاقة، كما إن الحركات الانتقالية تتطورا ويستطيع أداء أنماط حركية بدرجة جيدة إذا ما تم الاهتمام بوضع برامج مقننة تتناسب مع المراحل العمرية وبهذا يتحقق الفرض الثالث الذي ينص على إن هناك تأثيراً إيجابياً للبرنامج التعليمي المقترح على تنمية، وتحسين مكونات اللياقة الحركية من خلال وجود فروق معنوية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية، والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث لدى تلاميذ الصف الرابع من المرحلة الابتدائية.

رابعاً : فيما يتعلق بنتائج الفرض الرابع و مناقشته:

جدول (9)
الفرق بين نسبة التحسن للقياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

م	الاختبارات	نسبة التحسن للمجموعة التجريبية	نسبة التحسن للمجموعة الضابطة	الفرق في نسبة التحسن
1	الوثب العمودي من الثبات	% 85.38	% 19.02	% 66.36
2	الوثب العريض من الثبات	% 61.59	% 28.70	% 32.90
3	دفع "رمي" كرة طبية	% 66.52	% 4.37	% 62.15
4	الجلوس من الرقود من وضع مد الرجلين	% 48.71	% 15.88	% 32.83
5	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس	% 51.65	% 21.15	% 30.05
6	الدوائر الرقمية	% 22.11	% -7.29	% 29.40
7	رمي واستقبال الك ارت	% 94.05	% 16.84	% 77.21
8	الشكل الثماني	% 40.45	% 10.98	% 29.47
9	الات ازن على لوحة الجهاز	% 60.40	% 0.46	% 59.93
10	العدو45.70 متر من البدء العالي	% 23.23	% 10.07	% 13.16
11	نيلسون للاستجابة الحركية	% 41.63	% 0.67	% 40.95
12	المسطرة لسرعة رد الفعل	% 36.95	% 5.36	% 31.59
13	جري الزق ازق	% 42.61	% 5.31	% 37.30
14	الجري والدوران ربع دورة جهة اليمين	% 13.41	% 3.81	% 9.60
15	اللمس السفلي والجانبي	% 84.01	% 10.38	% 73.63

يتضح من الجداول رقم (9) المتعلقة بتبيان نسب التحسن في المتغيرات قيد البحث(7 ،9 ،11) ، إن هناك تحسن ملحوظ في كثير من المتغيرات قيد البحث بالنسبة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي إذا ما قورنت بالقياسات القبلية للمتغيرات قيد البحث، وأيضاً عند مقارنة نسب التحسن في القياسات البعدية بين المجموعتين، نلاحظ إن المجموعة التجريبية كانت أفضل من المجموعة الضابطة في متغير التوافق "رمي واستقبال الكرات "، فقد بلغت نسبة التحسن (94.05 %) ، بينما بلغت "الوثب العمودي(85.38 %) "ودفع كرة طبية" بلغت(66.52 %) و"الوثب العريض "بلغت(61.59 %) في متغير القوة العضلية "القدرة" وبلغت متغير المرونة "اللمس السفلي والجانبي(84.01 %)، ومتغير التوازن" الاتزان على لوحة الاتزان" وصلت إلى(60.40 %) ، بينما تراوحت باقي الاختبارات ما بين(13.41 %) إلى (48.71 %) .

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة، فقد أتضح إن هناك تباين في نسب التحسن فقد كانت أعلى نسبة تحسن في متغير القوة العضلية "القدرة" بلغت نسبة التحسن(28.70 %) ووصلت نسبة "الوثب العمودي "إلى(19.02 %)، بينما كانت أقل نسبة تحسن في متغير الرشاقة "الجري والدوران ربع لفة(3.18 %)، وتراوحت نسب التحسن ما بين(15.88 %)و (4.37 %) في باقي الاختبارات ، بينما كانت هناك بعض المتغيرات ، لم يتم فيها التحسن مثل متغير التوازن في اختبار" الاتزان على لوحة الاتزان "، فقد كانت

النسبة(0.46 %)، ومتغير السرعة في اختبار "نيلسون للاستجابة الحركية"، وكانت(0.67 %) ، ومتغير التوافق في اختبار "الدوائر الرقمية" كانت (7.29 - %)

ويشير الباحثون في الفرق بين نسب التحسن بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بأن أعلى نسبة تحسن كانت في متغير التوافق "رمي واستقبال الكرات وبلغت(77.21 %) ، وكانت أقل نسبة تحسن في متغير الرشاقة "الجري والدوران ربع لفة" وبلغت(9.60 %) وتراوحت نسب التحسن في باقي الاختبارات ما بين(13.16 %) و(73.63 %) ، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من محاسن احمد عدنان خليفة (2007) إن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي على تعليم بعض المها ارت الحركية الأساسية، ودراسة أشرف عباس جبر رمضان (2018) حيث أظهرت النتائج إن البرنامج المقترح للتربية الحركية له تأثير إيجابي على خفض اضطراب نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد ودراسة فاطمة ناصر حسين وحاتم صابر (2014) التي أكدت النتائج التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي المقترح للتربية الحركية في تنمية النشاط الحركي لأطفال ضعاف البصر.

ودراسة هاني محمد فتحي(2003) قد أظهرت نتائجها وجود تأثير إيجابي على مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، وأيضاً دراسة إبراهيم عبدالرزاق احمد سليم (2000) التي تؤكد إن لبرنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي على القدرات البدنية قيد البحث ، وتؤكد معظم الدراسات إن استخدام برامج التربية الحركية في مرحلة التعليم الابتدائي له تأثير فعالا وايجابي على مكونات اللياقة الحركية قيد البحث ، ويري الباحثون إن التحسن في مكونات اللياقة الحركية قيد البحث هي زيادة الممارسة الفعلية للتلاميذ للبرنامج المقترح.

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث وأهدافها ومن خلال إجراءاته والإمكانيات المتاحة، وما تم تطبيقه من معاملات إحصائية ومناقشة النتائج توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية:-

1. إن تطبيق البرنامج التعليمي المقترح للتربية الحركية على المجموعة التجريبية له تأثير إيجابي دال إحصائياً على جميع مكونات اللياقة الحركية قيد البحث "السرعة، القدرة العضلية ،المرونة، الرشاقة، التوافق، والتوازن."
2. إن البرنامج التطبيقي المتبع في تنمية مكونات اللياقة الحركية بمدارس التعليم الأساسي، له تأثير محدود في تحسين وتطوير اللياقة الحركية لطلاب المدارس الابتدائية.
3. **وفقاً لنتائج البحث تبين إن البرنامج التعليمي المقترح لمكونات اللياقة الحركية يظهر تحسناً** واضحاً إذا ما قورن بالبرامج التعليمية المطبقة في المدارس، مما يؤكد تميز هذا البرنامج التعليمي المقترح، حيث أدى إلى تنمية المهارات الحركية الأساسية "المشي، الوثب، الجري، الحجل، الرمي واللقف، التنطيط والضرب، الركل، والدحرجة" لتلاميذ هذه المرحلة (الصف الرابع الابتدائي) .

التوصيات:

وفقاً لما توصل إليه الباحثون من نتائج، وفي ضوء الاستنتاجات نوصي بالآتي:-

1. تطبيق البرنامج التعليمي المقترح لتنمية مكونات اللياقة في هذا البحث، لما أظهرته النتائج من تأثير إيجابي، وفعال على تحسين القدرات الحركية لطلاب المرحلة الابتدائية.
2. انطلاقاً من أهمية برامج التربية الحركية، فأننا نوصي المسؤولين بوزارة التعليم بالاهتمام بنشر الوعي بأهمية وجود برامج للتربية الحركية في المدارس.

3. الاهتمام ببرامج التربية الحركية للأطفال، وأسس بناؤها ضمن البرامج الأكاديمية لطلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، كونه يمثل أهمية كبيرة في تحسين قدرات التلاميذ الحركية.

4 نوصي أيضاً بضرورة التركيز عند إنشاء الدورات التأهيلية، والتنشيطية لمعلمي ومعلمات التربية البدنية على كيفية تطبيق برامج التربية الحركية، وفقاً للأسس العلمية التي تضمن تحقيق نتائج إيجابية على طلاب هذه المرحلة.

5 يوصي الباحثون بضرورة الاهتمام بتوفير الأدوات، والمعدات الرياضية بالمدارس التعليمية لأهميتها في التطبيقات العملية لبرامج التربية الحركية.

قائمة المراجع والمصادر

1. **إبراهيم عبد الرزاق أحمد:** تأثير برنامج تربية حركية على بعض القدرات البدنية لطفل ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا،2000 م.
2. **ابراهيم المحمدي ابراهيم:** تأثير برنامج للتربية الحركية على تنمية مفهوم الذات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من (6 ـــ 9) سنوات ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ،2005 .
3. **أحمد عبد العظيم عبدالله:** تأثير برنامج تربية حركية باستخدام الألعاب الصغيرة الترويحية على المتغيرات الحركية والرضا الحركي لأطفال من(9 ـــــ 12) سنوات ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية البدنية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 2002 م.
4. **أشرف عباس جبر:** تأثير برنامج تربية حركية على خفض اضطراب نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى التلاميذ الصم بالمرحلة الابتدائية من(9-12) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، قسم المناهج وطرق التدريس، جامعة بنها 2018م.
5. **إكارم محمد أنيس:** تأثير برنامج مقترح لتنمية القدرات الإدراكية– الحركية على المهارات الحركية الأساسية (عدو، وثب، رمي) لأطفال المرحلة الابتدائية ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الثاني، العدد السابع ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان، 1990م.
6. **أمين أنور الخولي وأسامة كامل ارتب:** أثر برنامج التربية الحركية على الرضا الحركي وبعض الأداء الحركي لتلاميذ الصف الثالث بمكة المكرمة ، بحوث مؤتمر التربية في مصر، المجلد الثاني، كلية التربية ، جامعة قناة السويس ، الإسماعيلية ، 24 – 26 سبتمبر ، 1988م.
7. **أمين أنور الخولي وأسامة كامل ارتب:** التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة الثالثة، القاهرة ، 1994م.
8. **بيريفان عبدالله المفتي:** تأثير برنامج تربية حركية في تنمية البراعة الحركية لدى الاطفال المكفوفين بالمرحلة الابتدائية ، كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين ، 2014م.
9. **جليلة مصطفي السويركي:** تأثير برنامج طلاقة حركية مقترح على مفهوم الذات والقدرة على التعلم الحركي لتلميذات المرحلة الاولى من التعليم الأساسي ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الرابع، العدد الاول والثاني ، كلية التربية البدنية للبنات ، جامعة حلوان ، 1992م.
10. **حاتم سالم سليمان الشحومي** : خصائص وطرق تنظيم التدريب المبدئي لرياضة الجمباز للناشئين في ليبيا ، رسالة دكتوراه منشورة ، الجامعة الحكومية البيلاروسية للتربية البدنية والرياضة ، روسيا البيضاء ، 2012 م.
11. **حبيب احمد الصنوي :** تأثير أسلوب التربية الحركية على الإبداع الحركي للأطفال (6 ـــ 9) سنوات ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، 2010.
12. **حسن عبد السلام محفوظ و نجلاء فتحي خليفة:** التربية الحركية نظريات وتطبيقات ، منشأة المعارف ، الطبعة الأولى ، الإسكندرية ، 2013 م.
13. **حمد عبد الرحمن السرهيد وفريدة إبراهيم عثمان:** الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية ، الطبعة الثانية ، دار القلم، الكويت، 1993 م.

14. **رشيد عامر محمد عامر**: تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الأساسية والقدرات البدنية وعلاقتها بمستوي الكفاءة الإدراكية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة من 4-6 سنوات ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية ، جامعة المنصورة ، كلية التربية الرياضية ، المجلد الثاني ، مصر، 2004م.
15. **عنايات أحمد فرج**: دليل مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي ، دار الفكر العربي ، 1990 م.
16. **عزت أحمد فضل الهواري**: أثر استخدام أسلوب التربية الحركية في التدريس على الابتكار الحركي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، بحوث مؤتمر ، رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضية في الوطن العربي ، المجلد الاول ، القاهرة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، 1993م.
17. **فاطمة عوض جابر**: التربية الحركية وتطبيقاتها ، دار الوفاء ، دنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، 2006 م.
18. **فاطمة ناصر حسين وحاتم صابر قادر**: تأثير برنامج بالتربية الحركية في تنمية النشاط الحركي لأطفال ضعاف البصر بأعمار(7-8) سنوات ،مجلة علوم التربية الرياضية العدد 6، المجلد 26، 2014 م.
19. **فريدة إبراهيم عثمان:** التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، دار القلم، الكويت، 1984 م.
20. **فؤاد بن فاضل**: برنامج مقترح في التربية الحركية وأثره على تحقيق بعض الاهداف التربوية لدى أطفال التحضيري، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة المسيلة، الجزائر 2018 .
21. **ليلي عبد القادر بو شكيوة :** دراسة بعض الخصائص البدنية والحركية لدى أطفال المرحلة السنية 6 ـــ 9 سنوات وعلاقتها ببعض الحركات الأساسية المركبة ، كلية التربية الرياضية - بنين ، اصول التربية الرياضية ، جامعة الاسكندرية ، 2008.
22. **ماجد محمود محمد:** ديناميكية تطور بعض انماط الحركة الأساسية المركبة (الجري والوثب) لدى الأطفال من سن(5 – 9) سنوات، رسالة ماجستير مجازة ، جامعة الإسكندرية، 1996 م.
23. **محاسن أحمد عدنان خليفة:** فاعلية برنامج مقترح لتعليم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لتلاميذ الصف الرابع من التعليم الأساسي، كلية التربية الرياضية للبنات ، قسم المناهج وطرق التدريس ، الإسكندرية، 2007 م.
24. **محمد عبد الغني عثمان:** التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، دار القلم، الكويت ، 1994 م .
25. **محمد محمد حامد الافندي**: ألعاب المرحلة الأولى ، الطبعة الخامسة، دار المعارف ، القاهرة ، 1997 م.
26. **مرفت فريد عثمان :** برنامج التربية الحركية وأثره على القدرات الحركية والإدراكية والمهارات الأساسية ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان،2001 .
27. **مروة يوسف الدهشوري**: تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على بعض مكونات اللياقة البدنية والقدرة على التعلم الحركي بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2001 م.
28. **ناهد محمود شريف**: التربية الحركية للأطفال ، كلية رياض الأطفال ، جامعة القاهرة ،2001م.
29. **هاني محمد فتحي علي**: تأثير برنامج تعليمي مقترح للتربية الحركية على بعض مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 2003 م.
30. **وائل سلامة مصطفى المصري**: تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الأساسية وعناصر الإدراك الحركي لتلاميذ الصف الأول بمرحلة التعليم الأساسي، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية، جامعة الفاتح، طرابلس ، 2000
31. **نشوان عبد الله نشوان :** تأثير منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس الحركية للأطفال (حملة اعراض داون) بعمر (9 ـــ 20) سنة ، عن كلية التربية الرياضية ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الرابع ، 2003.
32. **نور محمد عبدالجليل عبد الباسط :** فاعلية برنامج في التربية الحركية قائم على التعلم النشط باستخدام الألعاب التمهيدية في تنمية الإدراك الحركي وبعض المهارات الأساسية لألعاب القوى لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي ، سوهاج ، مصر ، 2013.

فاعلية برامج قائمة على التكنولوجيات الحديثة في تطوير الرياضة المدرسية
مجموعة برامج TICEPS أنموذجا

د/محمد كويس
أ.ك.د/عبير رجب

المستخلص

تهدف الدارسة الي معرفة مدى تأثير تطبيقات ticeps على مستوى أداء المتعلمين وتطوير اليات اشتغال المدرسين والمفتشين بالإضافة لمعرفة مدى إمكانية استخدام استاذ التربية البدنية للوسائل التكنولوجية ، و**تطبيقات Ticeps** تعني "تكنولوجيا المعلومات والاتصال المستخدمة في التربية البدنية والرياضية" وهي مجموعة من تطبيقات الاندرويد والمواقع الإلكترونية لمساعدة الاستاد على تجاوز صعوباته في المهام التي يقوم بها داخل وخارج المؤسسة ومساعدة المتعلم على الفهم والاستيعاب. هذه التطبيقات تم ابتكارها د. محمد كويس شهر يونيو 2020، استخدمت الدراسة المنهج التجريبي وأجريت دراسة الاستطلاعية على عينة عددها مفتش واحد و 36 فردا من أساتذة التربية البدنية والرياضية و300 متعلم من المغرب على شكل استبيان ومقابلات شخصية عن بعد في صورته الأولية كأداة لجمع المشاكل والصعوبات و اكتشاف النقائص، بعدها تم تجريب التطبيق من قِبل10 مفتشين و 400 أستاذ و3000 متعلم للتعرف على مدى صلاحية التطبيق في الميدان. يحتوي التطبيق واجهه بسيطة جدا حيث يسهل على المدرس تتبع اداء المتعلمين داخل وخارج المؤسسة الشهري والاسبوعي مع تفاصيل كل حصه على حده وبيانات (عنوان الحصه تاريخ انجاز الحصه ، وقت الانطلاق السرعة الهوائية القصوى ، شده نبضات القلب القصوى ، شده التمرين، مده مجموع الاستراحات ، مده مجموعه تمارين ، معدل ايقاع ابطاء دوره في كل التمارين، اسرع دوره في كل التمارين ، عدد الدورات المطلوبة في كل التمارين ، عدد الدورات التي قام بها المتعلم ، فارق الدورات عدد الدورات الصحيحة بنسبه اقل من 10% ، عدد الدورات الخاطئة بنسبه فوق 10% ، شده التمرين المطلوبة ، شده التمرين التي قام بها المتعلم ، المسافة المطلوبة ، المسافة الحقيقية التي قام بها المتعلم)، واهم الاستنتاجات يساعد هذا التطبيق مدرس التربية البدنية والرياضية اثناء عمليه التقويم المتعلمين من خلال انتظاميه الجري دون مساعده وبدون تكلفة مع اختصار للوقت والجهد وعدد المساعدين ، ويمكن للمتعلم استخراج ادائه ومشروعه الشخصي داخل وخارج المؤسسة في نهاية حلقه الجري الطويل بإمكانه مشاركه نتائج كل حصه من الحصص عبر مختلف وسائل التواصل الاجتماعي عبر خاصيه مشاركه النتائج ويتوافق التطبيق مع جميع اجهزه الاندرويد .

الكلمات المفتاحية : تكنولوجيا المعلومات والاتصال، حصة التربية البدنية ، معلم التربية البدنية.

Abstract:
The study aims to know the extent of the impact of Ticeps applications on the level of learners' performance and developing the working mechanisms of teachers and inspectors, in addition to knowing the extent to which the physical education teacher can use technological means. Ticeps applications means "media and communication technology used in physical education and sports," and it is a group of Android applications and

websites. To help the teacher overcome his difficulties in the tasks he performs inside and outside the institution and to help the learner understand and assimilate. . These applications were created by Dr. Muhammad Kwais, June 2020. The study used the experimental method and conducted a reconnaissance study on a sample of one inspector, 36 physical education and sports teachers, and 300 learners from Morocco in the form of a questionnaire and remote personal interviews in its initial form as a tool to collect problems and difficulties and discover shortcomings. The application was tested by 10 inspectors, 400 professors, and 3,000 learners to determine the validity of the application in the field. The application contains a very simple interface that makes it easy for the teacher to track the monthly and weekly performance of learners inside and outside the institution with details of each individual class and data. (Title of the class, date of completion of the class, starting time, maximum aerobic speed, maximum heart rate intensity, exercise intensity, duration of total rest breaks, duration of a set of exercises, rate of deceleration of one cycle in all exercises, fastest cycle in all exercises, number of cycles required in all exercises, The number of cycles performed by the learner, the difference in cycles, the number of correct cycles with a percentage of less than 10%, the number of incorrect cycles with a percentage of more than 10%, the required exercise intensity, the exercise intensity performed by the learner, the required distance, the actual distance performed by the learner), The most important conclusions are that this application helps the physical education and sports teacher during the evaluation process for the learners through running regularly without assistance and at no cost, while reducing time, effort and the number of assistants. The learner can extract his performance and personal project inside and outside the institution. At the end of the long running session, he can share the results of each class via Various social media via the results sharing feature, and the application is compatible with all Android devices.
Keywords: Information and communication technology, physical education class, physical education teacher.

مقدمة ومشكلة البحث

ان تعدد قدرات المتعلمين وتفكيرهم من مرحلة إلى مرحلة عمرية اخرى او من مرحلة الى مرحلة تعليمية اخرى دائما ما يتبعها تعدد مداخل وطرائق التدريس فمدرس التربية البدنية مطالب ايضا بالبحث والخروج من عباءة التعليم التقليدي الذي يحصر علمه وفهمه في الميدان اي في الملعب كالعادة يقوم بالتخطيط لجدادة الدرس ثم ينزل الى المعلب يشرح وينفذ الحصة التعليمية انطلاقا من التسخينات العامة والخاصة مع تقسيم المتعلمين الى عدة فرق ثم يشرح المهارات والتمارين المطلوبة وفي نهاية الحصة يعطي ملاحظاته.. هذه الطريقة التقليدية التي اعتمدت على وسائل محددة مدرس متعلم ملعب ووسائل ديدياكتيكية كانت من الاربعينات لكن اليوم مع التطور التكنولوجي الهائل كان لابد لقطاع التعليم ان يواكب هذا التطور حتى وصلنا اليوم الى التعليم التكنولوجي فأصبحنا نتحدث عن الحاسوب الانترنت الكتب والمقررات الالكترونية الفيديو التفاعلي...,فتوظيف ودمج التقنية في دروس التربية البدنية والرياضية اصبح مطلب من مطالب التربية الحديثة في عمليات تحديد استراتيجيات طرق تدريس

والوسائل المهيمنة في هذا المجال لتحقيق فعالية المتعلم داخل بيئات المتعلم الحديثة، ومن هنا نطرح التساؤل التالي

أ- التساؤلات

التساؤل العام : الى أي حد تساهم التكنولوجيا الحديثة في تطوير الرياضة المدرسية ؟

التساؤلات الجزئية :

1- هل يمكن احترام الفروقات الفردية للتعليمين اثناء حصص حلقة الجري المتوسط والطويل باستخدام تكنولوجيا التعليم ؟

2- ما مدى مساهمة Ticeps في تقليص اتعاب المدرس ومساعدته في تنظيم التظاهرات الرياضية المدرسية؟

ب- الفرضيات

الفرضية العامة : يمكن لاستخدام التكنولوجيا ان يساهم في تطوير الرياضة المدرسية

الفرضيات الجزئية :

1- يمكن احترام الفروقات الفردية للمتعلمين اثناء حصص حلقة الجري المتوسط والطويل باستخدام تطبيقcorreya

2- تساهم ticeps في تقليص اتعاب مدرسي التربية البدنية والرياضية بنسبة 90٪ كما تساهم في تبسيط وتسهيل الإجراءات التنظيمية التظاهرات الرياضية (العدو الريفي المدرسي واختبارات البكالوريا احرار) بنسبة 90٪.

اجراءات الدراسة

أ- **منهج الدراسة** كلمة المنهج تعني الطريق والسبيل، فهو أفن التنظيم الصحيح لأفكار عديدة ويتم تحديد المنهج حسب طبيعة الموضوع أو الدراسة والأهداف المحددة مسبقا , ونظرا لنوعية وطبيعة موضوع دراستنا ومن خلال ما تم عرضه في الدراسة تبين لنا أنه من المناسب استخدام المنهج التجريبي، وذلك لملائمته مع هدف الدراسة وذلك لأهمية الابتكار الرقمي وتطبيق التكنولوجيا في تدريس وتطوير الرياضة المدرسية.

ب- **أهداف الدراسة** لكل دراسة من الدراسات تسعى إلى تحقيق أهداف والوصول إلى الغايات المطلوبة والمرجوة من أجل تقديم الجديد واختيار الأفضل للبحث العلمي بصفة عامة ومجال الرياضة بصفة خاصة ويمكن توضيحها فيما يلي:

- ابراز دور وأهمية التكنولوجيا الحديثة في تطوير الرياضة المدرسية.
- معرفة مدى تأثير تطبيقات ticeps على مستوى أداء المتعلمين وتطوير اليات اشتغال المدرسين والمفتشين
- تحديد صعوبات استخدام الوسائل التكنولوجية.
- معرفة مدى إمكانية استخدام الأستاذ للوسائل التكنولوجية.

أهمية الدراسة : تكمن أهمية هذا البحث في معرفة النقاشات العلمية النظرية التي اهتمت بتطوير الرياضة المدرسية بالاعتماد على التكنولوجيات الحديثة، بالإضافة الى المساهمة في ذلك عبر اختبار مجموعة تطبيقات ميدانيا في محاولة للإجابة على أسئلة البحث والمساهمة قدر الإمكان في النهوض بالرياضة المدرسية.

المفاهيم الاجرائية :

تعريف التكنولوجيا:

أ- لغةً: الكلمة مكونة من مقطعين: Technoبمعنى فن أو صنعة أو تقنية، أما المقطع الثاني logy أي مذهب أو علم أو نظرية، فإذا اجتمع اللفظان بكلمة واحدة سنجد أن كل فن أو صنعة لابد أن يأطرها العلم أو نظرية علمية معينة.

ب- اصطلاحاً: هي أجهزة وأدوات و مواد يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعلم والتعليم و توضيح المعاني وشرح الأفكار، وتدريب المتعلمين على المهارات و غرس العادات الحسنة في نفوسهم تنمية الاتجاهات وغرس القيم دون أن يعتمد المدرس على الالفاظ والرموز والارقام ، و ذلك للوصول بالمتعلمين الى الحقائق العلمية و التربوية، بسرعة و كفاءة.

ج-اجرائياً: هي كل الوسائل (وسائط، أدوات، أجهزة...) التي توصلت اليها التكنولوجيا بغرض تسهيل حياة الإنسان، و التي تساهم في تسريع مختلف العمليات التعليمية و العملية، و في بحثنا هذا استعنا بحاسوب مجهز ببرامج التحليل الحركي، كميرا و أداة عرض.

استخدام الوسائل التكنولوجية التعليمية الحديثة في حصة التربية الرياضية:

إن التربية الرياضية تهدف إلى تنمية الفرد تنمية شاملة متزنة في جوانبه الأربعة الرئيسية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، كما تعمل على تعديل سلوك الفرد لكي يتكيف مع البيئة التي يعيش بها. وحتى تتمكن التربية الرياضية من تحقيق هذه الأهداف السامية لا بد لها من الاعتماد على الأسلوب العلمي وهذا الأسلوب العلمي يكمن في الاعتماد على تكنولوجيا التعليم. وبشكل آخر لا يمكن للتربية الرياضية أن تحقق التنمية الشاملة المتزنة لمختلف قوى الفرد كما هو مطلوب منها في أقل وقت وبأقل تكلفة إلا عن طريق استخدام تكنولوجيا التعليم. ومن هنا يمكن القول بأن العلاقة بين التربية الرياضية و تكنولوجيا التعليم علاقة موجبة بين كل منهما، حيث أن استخدام تكنولوجيا التعليم في أنشطة التربية الرياضية تحقق مبدأ السرعة في التعلم واستثمار الوقت والجهد، وبذلك تكون تكنولوجيا التعليم ضرورية لنجاح هذا النوع الحيوي من التربية وتحقيق أهدافه المنشودة. يعد درس التربية الرياضية أصغر وحدة في البرنامج التعليمي إلا أنه يحمل في طياته أهداف سامية، وتكمن أهميته في:

- التحليل الحركي: من خلال البعد الثنائي والثلاثي للحركة الرياضية وباستخدام حزم الحاسب الآلي المخصصة للتحليل ومعالجة نتائج التحليل لاستخراج النتائج المطلوبة.
- التعلم الحركي: باستخدام البرامج التعليمة للتعرف علي النواحي الفنية للأداء الفني والتحركات التكنيكية لإعطاء صورة متكاملة لمواصفات الأداء المثالي ليستفيد بها المتعلم.
- تقويم فعالية الأداء ميكانيكيا: من خلال التحليل الحركي بالحاسب الآلي للأداء الامثل ووضع منحنيات ذلك تمكننا من تقويم أداء الرياضيين ومعالجة البيانات المستخلصة من التحليل الحركي للحصول علي معلومات بيوميكانيكية

ومثال على استخدام تكنولوجيا التعليم في الحصص الرياضية نجد:

- استخدام جهاز عرض الشرائح في توضيح التسلسل الحركي للمهارة، مثل مهارة التصويب أو الخداع في كرة اليد... الخ

- استخدام جهاز عرض الشرائح لعمل مقارنات بين المهارات أو الملاعب المختلفة فمثال يمكن استخدامه في المقارنة بين التصويب من القفز والتصويب من السقوط في كرة اليد.
- يمكن استخدام الجهاز في عرض نماذج في رياضات مختلفة لمجموعة من اللاعبين الدوليين، فمثال يمكن استخدامه في نموذج لضربة أو ركلة من ركلات الكاراتيه أو الشكل التشريحي للجسم أثناء الطيران أو الوثب

التعليم التكنولوجي التعليم التكنولوجي هو عملية تستهدف التعليم او بمعنى اخر تسخير الادوات والوسائط التكنولوجيا الحديثة في توصيل المعرفة وتحسينها وتنقلها بين أطراف العملية التعليمية التعلمية وله عدة ابعاد كبيرة جدا و واسعة. فتكنولوجيا التعليم كلمة مكونة من كلمتين التعليم وهو الاساس والتكنولوجيا هي فقط أداة تستهدف تعزيز التعليم عبر التواصل الفعال بين المعلم والمتعلمين في الصف لتلبية حاجاتهم واحترام فرقاتهم الفردية وذلك من الانترنت ، الواي فاي ، الكمبيوتر، وغيرها.

الرياضة المدرسية : هي مجموع الانشطة الرياضية المزاولة داخل المؤسسات التعليمية والتي تتوج ببطولات محلية ووطنية يبدع من خلالها الطلبة ويبرزون كفاءتهم ومواهبهم. كما يمكن تصنيف هذا النشاط نوعين من الرياضة.

البرنامج : هو قائمة من المواد الدراسية مصحوبة ب شارات منهجية , ومرفقة بتعليمات حول الطريقة التي ينبغي أن تتبع في عملية التدريس .ويرى دينو أن يعبر عنه بما يسمى البرنامج البيداغوجي الإجرائي الذي يتضمن قائمة النشاطات والمهارات والكفاءات والمواقف التي سيعبر عنها المتعلمين في شكل سلوكيات في نهاية العملية التعليمية .(1)هو خطة محكمة لعمل منسق أو سلسلة من العمليات المعدة مسبقا والتي تشكل في ومجموعها عمليات تعليمية متكاملة .ويقصد به أيضا ومجموعة المعارف المتصلة بالموضوع (محتوى البرنامج) مكيفة بأسلوب التعليم المبرمج الذي يعده المبرمج.

حصة التربية البدنية الرياضية: عرف "بيتر أرنولد" حصة التربية البدنية والرياضية على أنها: "الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني المباشر".(2) أما إجرائيا فهي: حصة يتم برمجتها في المنهاج التعليمي للمرحلة الثانوية تقدر بساعتين يتم فيها تعليم المتعلمين مختلف الانشطة الحركية والرياضية

تطبيقات Ticeps هي مجموعة من التطبيقات وهي اختصار لجملة باللغة الفرنسية :

((**T**echnologies de l'**I**nformation et de la **C**ommunication utilisées dans l'**E**ducation **P**hysique et le **S**port))

وتعني "تكنولوجيا المعلومات والاتصال المستخدمة في التربية البدنية والرياضية" هي مجموعة من تطبيقات الاندرويد والمواقع الإلكترونية التي تم انشاءها شهر يونيو 2020 لمساعدة الاستاذ على تجاوز صعوباته في المهام التي يقوم بها داخل وخارج المؤسسة ومساعدة المتعلم على الفهم والاستيعاب. هده التطبيقات الجديدة تم ابتكارها من طرف د. محمد كويس وتستخدمها 5 دول الى حدود اللحظة (المغرب ، الجزائر، تونس ،بوركينا ،فاسو ، الامارات العربية المتحدة)

الدراسات السابقة

دراسة 1: أ/ **رحالي عبد الكريم** بعنوان: أهمية التكنولوجيات الحديثة في تطوير المهارات الرياضية من وجهة نظر مدرسين التربية البدنية والرياضية **:** كان الهدف من الدراسة هي التعرف على الأساليب الأكثر استخداما في حصة التربية البدنية والرياضية .الكشف عن دور التدريس باستخدام التكنولوجيا الحاسوب في تطوير المهارات الرياضية للمتعلمين .التعرف على المعوقات التقنية والشخصية التي تحد من استخدام التكنولوجيات الحديثة .استخدم الباحث المنهي الوصفي, واحتوت العينة على 30 مدرس للتربية البدنية والرياضية في التعليم المتوسط , وبعد الدراسة والمعالجة الإحصائية كانت أبرز النتائج هي: أساليب التدريس الأكثر استعمالاً هي الأمري ثم التبادلي من وجهة نمر مدرسين التربية البدنية والرياضية .للتكنولوجيا الحديثة أهمية في تطوير المهارات الرياضية للمتعلمين من وجهة نمر مدرسين التربية البدنية والرياضية .وجود معوقات تقنية وبشرية تحول دون توظيف التكنولوجيات الحديثة في التدريس من وجهة نظر مدرسين التربية البدنية والرياضية (نقص المعدات , عدم ملائمة البنية التحتية للمؤسسات التربوية , مقاومة التغيير من طرف العنصر البشري) .وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات الدراسة في أهمية توظيف التكنولوجيات الحديثة في التدريس تعزى لمتغير الخبرة.

دراسة 2 : بوكراتم بلقاسم وخلول غانية،2012،: الدراسة بعنوان ""دور تكنولوجيا المعلومات الرقمية في التربية والتعليم"، تهدف الدراسة الى عمل مسح ميداني لمعرفة واقع الأساتذة الحالي نحو توظيف الاساليب التكنولوجية في مجال التعليم والتدريس ومدى توافرها في معاهد التربية البدنية والرياضية في الجزائر. واستخدم المنهج الوصفي وقد تم توزيع الاستبيان على 12معهدا وقسما ، وتم استخدام اسلوب العينات العشوائية ، وبلغ عدد أفراد العينة 03مدرسا.و أظهرت نتائج الدراسة:-أن درجة توفر الوسائل التكنولوجية الحديثة في معاهد الرياضة الجزائرية كانت منخفضة بشكل عام ، فقد بلغ المتوسط الحسابي العام1.00.-المتوسطات الحسابية لدرجة استخدام مدرسينا لتربية البدنية والرياضية للوسائل التكنولوجية كانت منخفضة فقد بلغ المتوسط الحسابي العام 1.44. حيث أن استعمال المدرسين هاته الوسائل فانه نادر جدا أو يكاد يكون منعدم. -هناك صعوبات تحول دون استخدام الوسائل التكنولوجية على مستوى معاهد الرياضة في الجزائر فقد بلغ المتوسط الحسابي العام لدرجة الصعوبات 2.65 واتفقوا جميعا على العراقيل الناتجة عن الادارة الوصية أو عن عدم تدريب المدرس عليها وكذا المشكلات المادية .-درجة المهارات عند مدرسين التربية البدنية والرياضية لاستعمال الوسائل التكنولوجية كانت منخفضة .

دراسة 3: مجيد فرنان حول دور تكنولوجيا التعليم في تطوير و تحديث الأنشطة الرياضية ، حيث يفرض الواقع التربوي ضرورة و ا إلى الأفضل و إيصال حتمية استخدام التكنولوجيا في التعليم، و هو ما يسهل العملية التعليمية. و الارتقاء المعلومة للمتعلم في أقل وقت، إن نقل المعلومة من مصادر متعددة و متنوعة تعطى إيضاحا أكثر للمفاهيم و تشد من انتباه المتلقي و تخيله العلمي و جذب انتباهه نحو التقاط المهمة و كانت عينة البحث مكونة من 100متعلم موزعين على ثلاث متوسطات بولاية البويرة حيث كشفت الدراسة عندور تكنولوجيا التعليم في تطوير و تحديد الأنشطة الرياضية المقدمة لمتعلمين التعليم المتوسط ، وعن إعداد البرامج التعليمية و المناهج الدراسية و المشاريع التربوية و الدروس العملية كافة بشكل يكفل تحقيق الأهداف التعليمية المرسومة2 .

دراسة 4: سلمى كوندة2018 بعنوان :تكنولوجيا الإعلام والاتصال في وال الرياضة المدرسية الواقع والتحديات .وكان الهدف من الدراسة: التعرف على استخدامات تكنولوجيا الإعلام والاتصال في مجال التربية البدنية والرياضية المدرسية كما تهدف إعطاء نتائج إمبريقية واقعية عن دور هذه التكنولوجيات

في تغيير اتجاهات المتعلمين نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية .التعرف على تلف الوسائل والبرامج التكنولوجية الحديثة التي يستخدمها مدرس التربية البدنية والرياضية في تقديم وشرح النشاط الرياضي .إبراز دور الرياضة المدرسية الحديثة في تنمية مهارات وتكوين شخصية المتعلم صحيا ونفسيا وعقليا وأخلاقيا .واستخدم الباحث المنهي الوصفي , واحتوت عينة الدراسة بطريقة المسح الشامل لمدرسين التربية البدنية بالطور الثانوي والمتوسط لبلدية صالح باي , وبعد الدراسة والمعالجة الإحصائية كانت أبرز النتائج المتحصل عليها هي: أن تكنولوجيات الإعلام والاتصال في وال التربية البدنية والرياضية كثيرة ومتعددة نذكر منها الحاسب الألي , وجهاز عرض الشرائح والوسائط المتعددة ....إلخ .كما أن تكنولوجيات الإعلام والاتصال تساهم بشكل كبير وفعال في تطوير الرياضة

دراسة 5: بوازيد مختار(2015): تطرق الباحث إلى إسهامات جودة التدريس من خلال استعمال الوسائط التكنولوجية الحديثة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة الثانوية، قد تحدث عن برنامج تكنولوجي حديث يسمى ببرنامج التحليل الحركي kinovea، واختار رياضة القفز الطويل كأنموذجا للتربية البدنية يتم فيها تطبيق هذه التكنولوجيا الحديثة. وفي هذه الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم شبه تجريبي ذي مجموعتين متساويتين وغير متكافئتين، مع اختيار العينة القصدية لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي شعبة العلوم التجريبية بثانوية زرالدة المختلطة، وقد بلغ حجم العينة 10 متعلما في المجموعة الضابطة، و10 آخر في المجموعة التجريبية، وتم تحليل بياناتها بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية SPSS. وخلصت الدراسة إلى أن جودة التدريس باستعمال الوسائط التكنولوجية (kinovea) تساهم في تحسين أداء ونتيجة التلاميذ في نشاط القفز الطويل المندرج ضمن حصة التربية الرياضية في مرحلة الثانوية.

التعليق على الدراسات السابقة

مما سبق أجمعه الدراسات على الدور المهم الدي تلعبه تكنولوجيا الرقمية في تدريس التربية البدنية والرياضية ، حيث تبين كذلك أن استخدام هده الاليات الجديدة هل الطريق الأفضل لتطوير الرياضة المدرسية حيث **إستفادنا من الدراسات السابقة أن المناسب** لتحقيق أهداف الدراسة هو الاعتماد على المنهج التجريبي وأخدنا فكرة عن طريقة اجراء اختبارات ميدانية تناسب طبيعة دراستنا

مجتمع وعينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة عددها مفتش واحد و 36 فردا من أساتذة التربية البدنية والرياضية و300 متعلم من المغرب حيث طبق عليهم دراسة استكشافية على شكل الاستبيان ومقابلات شخصية وعن بعد في صورته الأولية كأداة لجمع المشاكل والصعوبات و اكتشاف النقائص، بعدها تم تجريب التطبيق من قِبل10 مفتشين و 400 أستاذ و3000 متعلم للتعرف على مدى صلاحيته في الميدان. وذلك في بلدان مختلفة (المغرب والجزائر وتونس وبوركينافاسو)

الحدود الزمنية للدراسة: استغرق انجاز الدراسة حوالي ثلاث سنوات ونصف من منتصف سنة 2020 ولا زالت مستمرة،

أداة الدراسة:

لقد قمنا بإعداد استبيانين للدراسة

الاستبيان الأول موجه للمفتشات والمفتشين التربويين وأستاذات وأساتذة التربية البدنية الهدف منه الكشف عن واقع استخدام تكنولوجيا المعلومات في حصة التربية البدنية والرياضية وهو ويتكون من خمسة أسئلة هي:

- ما هو النشاط الرياضي الاكثر اهمية للمتعلمين
- ما هو النشاط الرياضي الاكثر تعقيد في تدريسك للمتعلمين
- ما هي الصعوبات التي تواجهك أثناء تخطيطك لحصص هذا النشاط خارج المؤسسة واثناء انجازها مع المتعلمين؟
- هل تستخدم التكنولوجيا الحديثة في حل هذه الصعوبات وذلك بوضع علامة Xعلى إحدى الخيارات:(نعم، لا اعلم، لا) مع ' ان كان الجواب نعم أذكر بعضا منها؟
- حدد التظاهرة الرياضية الأكثر صعوبة من حيث التنظيم العدو الريفي ، الرياضيات الجماعية، اللعاب القوى ، بكالوريا احرار .
- اذكر ابرز هذه الصعوبات التي تواجهك أثناء تنظيم هذه التظاهرات؟
- اعط اقتراحات أو حلول لتجاوز هذه الصعوبات.

الاستبيان الثاني : بعدما قمنا بتحديد النشاط الرياضي الاكثر أهمية والأكثر تعقيدا انطلاقا من الاستبيان الاول قمنا بمشاركة استبيان ثاني موجه للمتعلمين للوقوف على صعوبات التعلم أثناء نشاط جري الجلد الحصص التعليمية الخاصة بحلقة الجري المتوسط والطويل :

- ما هي الصعوبات التي تواجهك في كل مرحلة من مراحل التعلم الحصص التعليمية؟
- اكتب اقتراحات جديدة تريد من المدرس إضافتها لتحفيزك على التعليم

التحليل والمناقشة:

من خلال تفريغ النتائج المحصل عليها من الاستبيان الاول يمكننا القول أن :

1. النشاط الرياضي الاكثر أهمية هو نشاط الجري الطويل والمتوسط وفي نفس الوقت هو الأكثر تعقيدا بنسبة كبيرة مقارنة مع باقي الانشطة يليه نشاط الكرة الطائرة بالأخص في الثانوي المتوسط لعدم قدرة المتعلم على رد والتحكم في الكرة
2. أبرز الصعوبات التي يوجهه الأساتذة أثناء التخطيط للحصص التعليمية:
   أ- ضعف المراجع
   ب-كثرة الحسابات المعقدة
   ج- التقويم التشخيصي والاجمالي
3. أبرز الصعوبات التي يوجهه الأساتذة أثناء انجاز للحصص التعليمية:
   أ- قلة الوسائل الدرداكتيكية
   ب-كثرة المستويات والفروقات بين المتعلمين
4. فئة قليلة من الأساتذة تستخدم تكنولوجيا المعلومات الا ان هده التكنولوجيا المستعملة تبقى تقليدية ولا تلبي طلبات المدرس.
5. ابرز الحلول أو الاقتراحات :

من خلال تفريغ النتائج المحصل عليها من الاستبيان الثاني ...

1. أبرز الصعوبات التي يوجهه الأساتذة أثناء انجاز للحصص التعليمية:

أ-عدم القدرة على التوفيق بين الجري، ورقة التتبع وساعة التوقيت

ب- المجموعات لا تحترم الفروقات الفردية

التساؤل الأول احترام الفروقات الفردية للمتعلمين اثناء حصص حلقة جري الجلد (الجري المتوسط والطويل) باستخدام تطبيق correya

الصعوبة الاولى التقويم التشخيصي:من خلال المعطيات السابقة والاختبارات التشخيصية بالإضافة الى معطيات الاستبيان الأول يتبين ان تحديد السرعة الهوائية القصوى كانت تتطلب حضور الاستاد والتلاميذ من خلال مجموعه من الاختبارات الميدانية لكن غياب بعض التلاميذ لحصة الاختبارات البدنية دائما ما يفرض في كل مره اعاده الاختبار للمتعلمين قصد تفيئهم حسب مستواهم الحقيقي

حل الصعوبة الأولى باستخدام تطبيق correyaمن خلال تطوير تطبيق **correya** ضمن مجموعة تطبيقات TICEPSوالمختص في حلقة الجري المتوسط والطويل، وأخذا بعين الاعتبار الصعوبات المشار اليها في الاستبيان الأول، فقد أصبح بإمكان كل متعلم تحديد سرعته الهوائية القصوى بدون حضور المدرس كما بإمكانه الحصول على بعض مؤشرات سلامته الصحية (نبضات القلب القصوى، كتله الجسم مع ما اذا كان الوزن المثالي وسليم وكذلك السعرات الحرارية التي يحتاجها الجسم يوميا)

الصعوبة الثانية برمجه الحصص التعليمية خارج المؤسسة بعد تحديد السرعة الهوائية القصوى لكل المتعلمين وتجميعها يقوم المدرس بمجموعه من العمليات الحسابية المعقدة ترتكز على ثلاث متغيرات اساسيه السرعة الهوائية القصوى مسافه مضمار الجري الشده باستخراج البرامج التدريبية المخصصة لكل فئه بعدها يقوم المدرس بتقسيم المتعلمين الى مجموعات مع استخراج وطباعه الوثائق اللازمة لتوجيه المتعلمين طيلة الحصص التعليمية مشاركه نفس مضمار الجري مع احد او مجموعه من الزملاء أساتذة التربية البدنية والرياضية دائما ما يتسبب في ازدحام المتعلمين الشيء الذي يستوجب تغيير مضمار الجري اي اعاده كل الحسابات المعقدة من جديد

حل الصعوبة الثانية عند الاتصال بالأنترنت لمره واحده فقط بإمكان المدرس والمتعلمين تحميل مجموعه من البرامج التدريبية الجاهزة على هواتفهم مع قابليه. الحذف او اضافه حصص تعليميه بسرعه كبيره. تغيير مضمار الجديد لا يكلف المدرس والمتعلمين الا ثلاث ثواني فقط بطريقه بسيطة ودون ايه حسابات معقده وبما ان الجانب المعرفي مهم في العملية التعليمية التعلمية ارفقنا اداه التفاعلية للتعرف والاطلاع على مجموعه من البرامج التدريبية المخصصة للرياضة المدرسية . عند اضافه السرعة الهوائية القصوى ومسافه مضمار الجري ثم الضغط على زر التحديث يصبح البرنامج التدريبي بالكامل يتناسب 100% مع مستوى المتعلم وتوجيهات المدرس

الصعوبة الثالثة انجاز الحصص داخل المؤسسة. أثناء الحصه يشرح المدرس الدرس ثم يوزعها على كل مجموعه مطبوع وساعات التوقيت لتوجيهها اثناء الحصه. دون الحديث عن قله او فساد بعض الساعات التوقيت في بعض المؤسسات الناشئة. يحرص كذلك على مراقبه وتتبع تحركات المتعلمين اثناء الجري بشكل تقريبي والإجابة على اسئلتهم الشائعة والمتكررة. صعوبة التعلم وذلك لعدم قدره بعض المتعلمين على التوفيق بين المطبوع وساعه التوقيت والجري في ان واحد

حل الصعوبة الثالثة احترام تام للفروقات الفردية للمتعلمين دون الحاجه الى مجموعات او ساعات التوقيت وذلك يتوفر المتعلمين على عدد كبير من الهواتف النقالة. المدرس يذكر رقم الحصه المراد

انجازها والتطبيق يقوم بشرح الحصه باللغة التي يفهمها المتعلم بالصوت و الصورة يجيب على الأسئلة الشائعة يتتبع يصحح الاخطاء المرتكبة اثناء الجري دون تدخل منه. التطبيق يظهر عناوين الحصص المراد انجازها مع امكانيه التعرف على محتوى كل الحصه عنوان الحصه وصف الحصه السرعة الهوائية القصوى مسافه مضمار الجري شده السرعة الهوائية القصوى. بالإضافة الى معرفه عدد ومده كل تمرين عدده كل استرجاع نفس او تعافي المدة الزمنية لمجموعه التمارين المدة الزمنية لمجموع استرجاع النفس المدة الزمنية الكلية للحصه مع امكانيه تعديل او حذف كل جزء من اجزاء الحصه لتشغيل الحصه نقوم بالضغط على زر التشغيل ثم قبول ثم زر البدء التمرين حيث بإمكان كل المتعلم معرفه مده التمرين ترتيب كل تمرين على العدد الاجمالي للتمارين مده كل دوره في مضمار الجري ترتيب كل دوره على العدد الاجمالي للدورات المفروض انجازها في كل تمرين، عداد تنازلي لمده التمارين عند نهايتها ينتقل التطبيق مباشره لفتره الاستراحة عداد التنازلي يظهر مده كل دوره مع اشعار صوتي لتنبيه المتعلم في نهاية كل دوره بشكل متكرر المسافة المقطوعة المتوسط السرعة اثناء الجري مده الاستراحة الموالية في حاله ارتفاع. قلب المتعلم اثناء الجري يستطيع من خلال التطبيق اختبار نبضات قلبه والحصول على نتائجه فورا مع توجيهه في حاله الخطر عند نهاية التمرين يدخل المتعلم عدد النبضات قلبه لمده 10 ثواني مع ما شهر به اثناء الجري لأضافتهم في مشروعه الشخصي. ولتحفيزي المتعلم على الرياضة اصبح بإمكانهم مشاركه نتائجه على مواقع التواصل الاجتماعي عبر الضغط على زر المشاركة.

واجهه تطبيق بسيطة جدا حيث يسهل على المدرس تتبع اداء المتعلمين داخل وخارج المؤسسة الشهري والاسبوعي مع تفاصيل كل حصه على حده وبيانات توضيحيه في حاله تطلب الامر ذلك. عنوان الحصه شعور متعلم اثناء الحصه تاريخ انجاز الحصه وقت الانطلاق السرعة الهوائية القصوى شده نبضات القلب القصوى شده التمرين مده مجموع الاستراحات مده مجموعه تمارين معدل ايقاع ابطاء دوره في كل التمارين اسرع دوره في كل التمارين عدد الدورات المطلوبة في كل التمارين عدد الدورات التي قام بها المتعلم فارق الدورات عدد الدورات الصحيحة بنسبه اقل من 10% عدد الدورات الخاطئة بنسبه فوق 10% مده الدورة الافتراضية متوسط مدد الدورات التي قام بها المتعلم شده التمرين المطلوبة شده التمرين التي قام بها المتعلم المسافة الحقيقية المطلوبة المسافة الحقيقية التي قام بها المتعلم بيان توضيحي لعدد ومده دورات كل تمرين لمده الاستراحات التي قام بها المتعلم اجمل ما في هذا التطبيق فهو مساعد للمدرس التربية البدنية والرياضية اثناء عمليه التقويم المتعلمين من خلال انتظاميه الجري دون مساعده اي متعلم اخر في امكان المتعلم استخراج ادائه ومشروعه الشخصي داخل وخارج المؤسسة في نهاية حلقه الجري الطويل بإمكانه مشاركه نتائج كل حصه من الحصص عبر مختلف وسائل التواصل الاجتماعي عبر خاصيه مشاركه النتائج لا يتطلب اي تسجيل دخول مجاني 100% يتوافق مع جميع اجهزه الاندرويد لا يتطلب انترنت الا لمره واحده فقط برامج تدريبيه خاصه بالمدارس ، والصور التالية توضح بعض التطبيقات:



صورة رقم 1 تبين طريقة تحميل التطبيق



صورة رقم 2 تبين احصائيات التطبيق للمتعلم والاستاذ



صورة رقم 3 تبين تسجيل التحركات



صورة 4 تبين طريقة ادخال بيانات النتائج

للإجابة على التساؤل الثاني كيف تساهم Ticeps في تقليص اتعاب المدرس وفي تنظيم التظاهرات الرياضية قمنا بتلخيص أبرز المقارنات بين الطريقة التقليدية والطريقة.

جدول (1) مقارنة بين الطريقة التقليدية والطريقة المقترحة

الخصائص	الطريقة التقليدية	الطريقة الحديثة تطبيقات TICEPS
التقويم التشخيصي	تحديد مستوى المتعلم يحتاج الى حضور المدرس والتعلمين كما يحتاج الى عادة الاختبار لكل متعلم غائب	المتعلم يقوم باختبار نفسه ولا تحتاج الى حضور مدرس
التقويم الإجمالي	انتظامية الجري تقديرية وغير مضبوطة كما يحتاج الى مساعدة المتعلمين اثناء التقويم ولا تحقق تكافئ الفرص	انتظامية الجري مضبوطة وتحقق مبدئ تكافئ الفرص بين المتعلمين دون أي مساعدة
اثناء الحصة	مكان وزمان الحصة محدد وعدم جاهزية بعضهم ينعكس سلبا على أداء المتعلم	في أي مكان واي زمان حسب رغبة المتعلم
	المدرس يقوم بشرح، تتبع، مراقبة، الإجابة على الأسئلة، تصحيح الأخطاء كل مجموعة وفي كل حصة	التطبيق يقوم بكل تلك دون تدخل المدرس ومراقبة المتعلمين تكون بعد نهاية كل الحصص.
	الإسعافات الأولية مؤشرات السلامة الصحية والوقائية غير ممكنة	الإسعافات الأولية مؤشرات السلامة الصحية والوقائية متوفرة لتجنب الإصابات الرياضية المحتملة
	معقد جدا على المتعلم لأنه مطالب بحمل ورقة التتبع وساعة التوقيت والجري في نفس الوقت الشيء الدي يخلق ملل المتعلم	طريقة محفزة جدا حيث أن التطبيق يقوم بالتحدث بثلاث لغات العربية الفرنسية والانجليزية يوجه المتعلم طيلة الحصة ويسمح للمتعلم بالاستماع الى الموسيقى او الأناشيد وبمشاركة نتائجه في مختلف مواقع التواصل الاجتماعي لتحفيز متعلمين اخرين على الرياضة
	عدد المجموعات محدودة في 4 لصعوبة مراقبة جد محدودة للمدرس اثناء الحصة	احترام تام للفروقات الفردية عدد المجموعات غير محدودة مع استخراج أكثر من 23 معلومة

	دون احترام للفروقات الفردية	في كل حصة ولكل متعلم
المشروع الشخصي	لا يوجد لعدم القدرة على احترام الفروقات الفردية للمتعلمين	ممكن لكل متعلم استخراج بطاقة تتبع من التطبيق تظهر ما قام به داخل وخارج المؤسسة
التخطيط	بناء الدروس يحتاج مراجع موثوقة حيث ان انجاز كل درس من الدروس يحتاج الى انجاز جداداة تتكون مع عدة فئات وكل فئة تحتاج الى عدة حسابات معقدة تعتمد على كل نظام الاستقلاب - طبيعة العمل - مسافة مضمار الجري - الشدة -السرعة الهوائية القصوى الشيء الدي يجعل التخطيط اكثر تعقيد وفي حالة تغيير أي جزء يتم إعادة الحسابات من جديد.	التطبيق يحتوي على مراجع موثوقة بشكل تفاعلي ولا يحتاج اية حسابات معقدة حتى وان تم تغير أي جزء من أجزاء الحصة.
للتواصل اللاسلكي	صعوبة التواصل والتنسيق بين المتعلمين او بين الأستاذ\ والمتعلمين اثناء المباريات او التقويم في المسافة البعيدة نسبيا	التطبيق يسهل التواصل الدائم بين المدرس والمتعلمين لأتخاد القرارات المناسبة في الوقت الصحيح
انشاء رسومات متحركة قوية وتكتيكات بالفيديو	صعوبة تكرار شرح المهارة وتكتيكات في الألعاب الجماعية لكل صف دراسي دائما ما يرهق المدرس	لا يحتاج الى تكرار او كثرة الشرح بإمكان المدرس انشاء رسومات متحركة قوية وتكتيكات لمرة واحدة فقط في غضون ثوانٍ للحصص التعليمية أو الجلسات التدريبية بأسماء السماء وأرقام المتعلمين مع امكانية تحميل هده الفيديوهات ومشاركتها مع كل صف دراسي جديد
سلم التنقيط	المدرس يحتاج الى وقت طويل جدا لتحويل أداء المتعلمين في الألعاب الفردية الى العلامات وفق مدكرة التقويم التربوي 142-12	المدرس يقوم بتقويم كل المتعلمين في وقت وجيز جدا وبدون تعقيد التطبيق يحتوي على جميع الألعاب الفردية وجميع المستويات
حقيبة المدرس الالكترونية	دفتر الورقي لتتبع غياب المتعلمين وتقويم المتعلمين	تطبيق الكتروني لتتبع الحضور والتقويم بشكل بسيط يساعد المدرس ربح الوقت والجهد
جمع المعطيات	ارسال الوثائق يكون من الأساتذة الى اللجنة المكلفة بالتظاهر ورقيا بعدها يتم تجميع وفرز المعطيات الى جداول حسب المؤسسة ، المدرس ثم الفئة العمرية ثم كتابة ارقام الصدريات	الفرز وأرقام الصدريات يكون تلقائيا دون اية وثيقة او تدخل من اللجنة .
يوم التظاهرة	لا يمكن إضافة او تعديل أي مشاركين يوم التظاهرة لتجنب الوقوع في المشاكل التحقق من الوثائق المشاركين ويأخذ وقت أطول	ممكن إضافة أو التعديل على المشاركين يوم التظاهرة ، سهولة التحقق باستعمال خاصية البحث في البرنامج
اصدار النتائج	حساب النتائج الجماعية يحتاج الى 4 أساتذة على الأقل في نقطة الوصول لتسريع اصدار النتائج	اصدار النتائج يكون في نفس اللحظة وبسرعة كبيرة
الوثائق	لوائح المشاركة، لوائح الحضور، لوائح الغياب، لوائح النتائج التفصيلية، النتائج الاجمالية... يدويا	تلقائيا من خلال التطبيق وبسرعة كبيرة
من الأداء الى الدرجات	يدويا من طرف عدد كبير من الأساتذة مع الأخطاء واردة	تلقائيا والنتائج مضبوطة

واقع وتحديات الابداع الرقمي والاستخدام التكنولوجي في تدريس وتطوير الرياضة المدرسية " نموذجا "ticeps

خلاصة وتوصيات

من خلال الدراسة التي قمنا بها والموسومة بـ " واقع وتحديات الابداع الرقمي والاستخدام التكنولوجي في تدريس وتطوير الرياضة المدرسية " نموذجا ticeps" ، ومن خلال عرض وتحليل الملاحظات والاقتراحات و مقابلات شخصية وهاتفية مع عينة مجتمع الدراسة تبين لنا ان حسانات الاشتغال ب ticeps هي :

- احترامه التام للفروقات الفردية بين المتعلمين في نشاط الجري الطويل
- خلقه لجو من المتعة والتنافسية وقدرته على تتبع المشروع الشخصي لكل متعلم داخل وخارج المؤسسة.
- خلقه لتكافئ الفرص بين المتعلمين أثناء عملية تقويم الألعاب الفردية بشكل مضبوط وبدون اخطاء
- تسهيل عمل المدرس بنسبة كبيرة في التخطيط وإنجاز الحصص التعليمية
- تسهيل تنظيم التظاهرات دون أخطاء
- غير مكلفة

الا ان محدودية ticeps تتجلى في:

- ربط المدرس بالمتعلمين غير متوفرة أي ان ارسال الحصص واستقبال المعلومات والنتائج بين المدرس والمدرس غير متوفرة
- شروحات أجزاء التطبيق غير كافية على الانترنت
- تطبيقات تنظيم التظاهرات الرياضية تقتصر على 10 أقاليم فقط وتحتاج الى النشر والتعميم.

وفي الخلاصة بعد تجربة التطبيق اظهرت النتائج ان 100 في المئة من المدرسين الدين توصلوا بالتطبيقات قاموا بالاعتماد عليها مع قطيعة تامة للطريقة التقليدية حيث حصل تطبيق cazorla سابقا و correya حاليا (وهو اسم اسباني يعني باللغة العربية اركض الان(في اول مسابقة له على تتويج وطني سنة 2021 في المسابقة الوطنية لدعم وتشجيع المبادرات في مجال التطبيقات الرقمية المنظمة من طرف وزارة التربية الوطنية والتعليم الاولي والرياضة بالمغرب والجامعة الملكية للرياضة المدرسية لقدرته على 90 % من الصعوبات التي تواجه المتعلمين والأساتذة في حلقة جري الجلد وفي أكتوبر 2023 تم نشر نسخة تجريبية ثانية للتطبيق على متجر بلاي فوجد اقبال كبير في الأسبوع الأول حيث وصل عدد المستخدمين الى 340 مدرس في مختلف دول (المغرب تونس الجزائر وبوركينا فاسو...) الى 1200 مستخدم وحصل على تقييم 4.8. كما تم اعتماد Cross app كتطبيق رسمي لتنظيم تظاهرة العدو الريفي المدرسي بإقليم الرشيدية بالمغرب سنة 2022. هدا دليل على ان الرياضة المدرسية تحتاج الى تطبيقات مساعدة..

•الان نحن بصدد الاشتغال على استبيانات وتحديثات جديدة تأخذ بعين الاعتبار محدودية ticeps وكل نواقصه بعدها سيتم نشر النسخة التجريبية المقبلة تحتوي على كل التطبيقات في مارس 2024 ان شاء الله

توصيات:

- العمل على تنظيم دورات تكوينية للمدرسين والمتعلمين للحث على استخدام ticeps في سير العملية التعلمية.
- استخدام الطرق الحديثة مثل باستخدام ticeps يسهل عملية فهم وتعلم المهارات المعقدة عند المتعلمين و خلق تكافئ الفرص بينهم.

- الاعتماد على تطبيقات ticeps لمساعدة المدرس على انجاز مهامه الروتينية بسرعة وبدقة وبدون اخطاء والتفرغ لما هو اهم توجيه للمتعلمين.
- نشر كفايات التعلم الالكتروني والتعلم الذاتي بين المتعلمين وإنجاز مشايعيهم الشخصية بدون معلم.
- تطبيقات ticeps تحتاج الى هواتف اندرايد فقط دون أية وسائل تكنولوجية أخرى او مسائل ديداكتيكية أخرى ساعات التوقيت.
- وجود فروقات كبيرة بين الطريقة التقليدية والطريقة الحديثة.
- ابتكار تطبيقات رقمية تحتاج الى طول نفس كبير يمتد الى سنوات ودعم مادي كبير.

المصادر والمراجع :

1- أحمد شوقي محمد محمد(2020) : تأثير استخدام تقنية أكادوكس في تدريس مقرر تكنولوجيا التعلم علي تنمية التحصيل المعرفي ومهارات التواصل الإلكتروني لطالب كلية التربية الرياضية.
2- أحمد السعيد عبد الفتاح الجلمه (2021) : فـاعلية مقرر إلكتروني لمادة تكنولوجيا التعليم واستخدامها في التربية الرياضية في بعض جوانب التعلم لدي طالب شعبة التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة كفر الشيخ.
3- اسماعيل سعود حنيان العون، هيثم ممدوح قفطان القاضي (2012) : درجة ممارسة الكفايات التكنولوجية اللازمة لتدريس منهاج التربية الرياضية من وجهة نظر المعلمين والمعلمات في الأردن.
4- الشيماء زكي محمد زكي (2022) :الكفايات التكنولوجية لدى معلمي التربية الرياضية بإدارة الإبراهيمية التعليمية بمحافظة الشرقية.
5- الاء بدر نوري(2022) : تأثير أنموذج روفيني في تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة التنس الأرضي للطالبات .
6- بن جديدي سعاد ، بوحجار سناء (2017) : واقع استخدام الوسائل التكنولوجية التعليمية الحديثة في حصة التربية الرياضية. "دراسة ميدانية على عينة من ثانويات مدينة بسكرة جامعة بسكرة- الجزائر.
7- بن طاطة عبد الرزاق، توميات فاتح ، كرميش عبد المالي فريد(2021) دور تكنولوجيا المعلومات في تنمية وتطوير النشاط البدني الرياضي التربوي في المؤسسات التربوية.
8- بوازيد مختار ، هواورة مولود(2022) : استخدام الوسائط التكنولوجية وتأثيره في جودة تدريس التربية البدنية والرياضية.
9- يوسفي بلال ، بن دقفل رشيد (2021) : :دور تكنولوجيا المعلومات في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.
10- تنية فايزة خلود ، رقيق مداني (2020) : دور الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.
11- حسن إبراهيم علي (2007) : فاعلية استخدام بعض أساليب تكنولوجيا التعليم على تعلم مهارات كرة القدم لطلاب كلية التربية الرياضية بالزقازيق بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية.
12- دادن بو زيان ، بن عائشة أسامة ، مسالتي لخضر (2020) : واقع استخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي بولاية معسكر.
13- زروال محمد ، نواصر مصطفى (2020) : أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام التكنولوجيا الحديثة لتحسين بعض المهارات الأساسية للاعبي الفرق المدرسية لكرة اليد في ظل جائحة كورونا برمجية kinovea نموذجا.
14- زياد لطفي الطحاينة ، محمود موسى الشديفات (2021) : المعوقات التي تواجه طالب التربية البدنية أثناء تعلم المقررات الرياضية العملية عن بعد في ظل جائحة كورونا.
15- سلماني أيوب ، منصر يحي، .قاسمي فيصل (3023) : مدى اعتماد أستاذ التربية البدنية والرياضية على الوسائط التكنولوجية في إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية.
16- سليمان لاوسين ، محمد قليل (2018): استعمال الوسائل التعليمية التكنولوجية في حصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوي .

17- سلمى كوندة (2018) : تكنولوجيا الإعلام والاتصال في مجال الرياضة المدرسية –الواقع والتحديات"
18- صادق عمرة ، جواعة سعاد ، حمزة الصديق (2023) مدى توافر الكفايات التربوية والتكنولوجية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية من وجهة نظر مفتشي المادة.
19- طرباخ عبد المنعم (2021) أهمية تطبيق تكنولوجيا المعلومات في التدريس في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
20- عبد العزيز السليم، راشد الجساس(2015) إعداد معلم التربية البدنية تكنولوجياً
21- عمي عبد الحسن حسين (2012) : التربية الرياضة النسوية في المدارس والجامعات.
22- قارة أيوب ، أمجوج نبيل ، مرابط مسعودي (2021) : تأثير تكنولوجيا المعلومات و الاتصال على تنمية اتجاه التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة التعليم الثانوي
23- لعامري حذيفة، موهوب حسام (2022) : دور التكنولوجيا الحديثة في التدريب في تطوير أداء لاعبي كرة القدم من وجهة نظر المدربين .
24- مجيد فرنان ، إبراهيم حماني (2021) : دور تكنولوجيا التعليم في تطوير وتحديث الأنشطة الرياضية المدرسية"
25- مصطفى مدقن ، فارس بكة (2020) : درجة استخدام أساتذة التربية البدنية والرياضة لأساليب التدريس الحديثة والصعوبات التي تواجههم بالطور الثانوي بمدينة ورقلة .
26- ماجد محمد السعيد (2023) : تأثير استخدام الكتيب الالكتروني في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.
27- مصطفى نواصر(2021) أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام التكنولوجيا الحديثة(برمجية kinovea نموذجا (لتحسين بعض المهارات الأساسية (التمرير, الاستقبال والتصويب) لدى لاعبي الفرق المدرسية لكرة اليد في ظل جائحة كورونا.
28- مقرح عمر اشراف ، بوساق فتيحة (2020): معوقات تحقيق الفعالية التنظيمية في الرياضة المدرسية خلال مراحل تنظيم المنافسات الرياضية .
29- مهى أمني عيل (2022) : دور تطبيقات التكنولوجيا الرياضية في تعليم المهارات الحركية وتحسين التدريب في لعبة كرة الطائرة.
30- مصطفى السايح محمد : تكنولوجيا المعلومات والإعداد الذاتي لمعلمي التربية الرياضية
31- نصير بولرباح ، غريب نجيب ، بوجرادة عبدالله (2014) : واقع استخدام طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي ، دراسة ميدانية اساتذة ثانويات ولاية ورقله .
32- وفيقة مصطفى حسن أبو سالم (2007) : تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية . ط2 ك1 ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
33- يسرى بنت جمعه السناني ، عمرو محمود أبو الفضل (2021) : مستوي الوعي التكنولوجي لدى معلمي الرياضة المدرسية بسلطنة عمان.

المهارات التدريسية الحديثة في التربية البدنية والرياضية وأساليب تنميتها

د/ رابح حشاني
د/ حسان زمالي

المستخلص

ان نجاح عملية التدريس والعملية التربوية ككل تتطلب وجود استاذ كفء قادر على القيام بمختلف الأدوار، وهذا ما جعل مختلف نظم إعداد وتكوين المعلمين سواء قبل الخدمة أو إثنائها أو اثناء مرحلة التكوين الجامعي تقوم على الاهتمام بمهارات التدريس ،بهدف اعداد مدرسين ماهرين و تدريبهم وفق نظريات التعليم والتعلم على مهارات التدريس اللازمة لهم حتى يقوموا بعملهم التدريسي على نحو سليم، فقد ظهر الاهتمام بمهارات التدريس كرد فعل للأساليب التقليدية التي كانت سائدة في كليات ومعاهد اعداد الأساتذة ، وعليه فأن مهارات التدريس أصبحت الشغل الشاغل للقائمين على تكوين الطلبة والأساتذة، ومحاولته تحديد الطرق والسبل التي تكفل اكسابهم للمهارات التدريسية كل حسب تخصصه .وانطلاقا من هذا تناولنا في هذه الدراسة مختلف المهارات التدريسية التي يجب أن تتوفر في أساتذة التربية البدنية والرياضية بشكل من التفصيل تفصيلها حيث تم التطرق فيها الى مفهوم المهارات التدريسية ومختلف أنواعها وتصنيفتها وطرق تنميتها وعلاقتها بمختلف مكونات التدريس وكذا معوقات اكتسابها وما الى ذلك من النقاط التي لها علاقة بالمهارات التدريسية.

الكلمات المفتاحية: (المهارات التدريسية، مهارات التخطيط، مهارات التنفيذ ، مهارات التقويم، مهارات الإدارة الصفية)

Abstract:

The success of the teaching process and the educational process as a whole requires the presence of a competent professor capable of performing various roles, and this is what made the various systems of preparing and training teachers, whether before or during service or during the university training stage, based on attention to teaching skills, with the aim of preparing skilled teachers and training them according to the theories of teaching and learning on the teaching skills necessary for them so that they carry out their teaching work properly, interest in teaching skills has emerged as a reaction to the traditional methods that were prevalent in Faculties and institutes for the preparation of professors, and therefore the teaching skills have become the main concern of those in charge of training students and professors, and his attempt to determine the ways and means to ensure that they acquire teaching skills, each according to his specialization. Based on this, we dealt in this study with the various teaching skills that must be available in professors of physical education and sports in detail, where the concept of teaching skills, their various types, classification, methods of development, their relationship to the various components of teaching, as well as obstacles to their acquisition and other points related to teaching skills, were addressed.

Keywords: (Teaching skills, planning skills, implementation skills, evaluation skills, classroom management skills, teaching skills development)

1 - مفهوم المهارات التدريسية :

- هي أداء الأستاذ أو الطالب في القدرة على احداث التعلم وتنمو من خلال الاعداد التربوي .
- تختلف المهارة التدريسية باختلاف المادة الدراسية وطبيعتها وخصائصها وأهدافها .
- هي مجموعة السلوكيات التي يظهرها الأستاذ أو الطالب في نشاطه التعليمي من خلال الممارسات التدريسية.
- تمتاز المهارات التدريسية بعنصر الدقة والسرعة والتكيف مع ظروف المواقف التعليمية .
- يمكن أن تصدر المهارات التدريسية في صورة استجابات عقلية أو لفضية أو حركية .

تساعد المهارات التدريسية الأستاذ أو الطالب في تحقيق الأهداف التربوية المرجوة من خلال تخطيط وتنفيذ المواقف التعليمية وكذا تقويمها . يمكن تحليل كل مهارة تدريسية إلى عدد من السلوكيات الفرعية المكونة لها.

2- أنواع المهارات التدريسية (تقسيم الدراسة للمهارات التدريسية) :

تعتبر المهارات التدريسية أحد أهم الجوانب التي من خلالها يمكن الحكم على مدى فاعلية برامج اعداد وتكوين الطلبة بالمعاهد والأقسام بالجامعات الجزائرية، فمن خلال تقويم أداء الطلبة ومدى اكتسابهم للمهارات التدريسية وتمكنهم منها يمكن الحكم على الدور الذي تلعبه هذه البرامج في تكوين واعداد الطلبة وبالتالي يمكن أن تكون عملية تقويم أيضا للبرنامج من خلال المهارات التدريسية ، حيث يرى الباحث في هذه الدراسة أنه على طلاب معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية اكتساب مجموعة من المهارات التدريسية مقسمة كما يلي:

- مهارات ما قبل التدريس (مهارات التخطيط) .
- مهارات أثناء التدريس (مهارات التنفيذ) .
- مهارات ما بعد التدريس (مهارات التقويم) .
- مهارات الاتصال وادارة القسم .

3- مهارات ما قبل التدريس (مهارات التخطيط للتدريس) :

ان التعليم الحقيقي والفعال لا يمكن أن يتم ويحقق أهدافه دون الاستناد الي التخطيط السليم لإدارة الموقف التعليمي الذي يستند بدوره الى مجموعة من المهارات التدريسية العالية المستوى ليتمكن الأستاذ وطالب التربية العملية من تحقيق الأهداف المنشودة ، وبغير القدرة على التخطيط للمواقف التعليمية يفقد الأستاذ جانب مهمة من أهليته وكفاءته لمهنة التدريس، وعملية التخطيط الجيد والفعال تتطلب اكتساب الطالب والأستاذ لمجموعة من المهارات التدريسية حيث يقصد الباحثان في هذه الدراسة بمهارات التخطيط كل الإجراءات والسلوكيات التي يجب أن يقوم بها الطالب من أجل اعداد جيد للدروس وتشمل : مهارة التخطيط للدرس ، مهارة صياغة الأهداف ، مهارة تحليل المحتوى التعليمي ومهارة تحديد الوسائل التعليمية

حيث ان مرحلة تخطيط الدرس وتحضيره أو ما يطلق بمرحلة الاعداد والتخطيط للدرس هي تلك المرحلة التي تسبق تنفيذ الدرس والتي ترتيب كل ما يمكن أن يساعد في تنفيذ عملية التدريس .

3-1- مهارة التخطيط للتدريس :

ان مرحلة تخطيط الدرس وتحضيره أو ما يطلق بمرحلة الاعداد والتخطيط للدرس هي تلك المرحلة التي تسبق تنفيذ الدرس والتي ترتب كل ما يمكن أن يساعد في تنفيذ عملية التدريس .

3-1-1 مفهوم التخطيط :

يعرف عبد السلام يوسف الجعافرة التخطيط بأنه : الأسلوب العلمي والعملي للربط بين الأهداف والوسائل المستخدمة لتحقيقها، ورسم معالم الطريق الذي يحدد جميع السياسات و القرارات وكيفية تنفيذها.

ويقول أيضا بأنه : عملية منظمة واعية لاختيار أحسن الحلول الممكنة للوصول الى أهداف معينة، وبعبارة أخرى هو عملية ترتيب الأولويات في ضوء الامكانات المادية والبشرية المتاحة . (الجعافرة، 2015، ص175)

ومنه يمكن تعريف التخطيط للتدريس بأنه : عملية منهجية وأسلوب منظم يعطي للأستاذ تصور مستقبلي للموقف التعليمي بإجراءاته المختلفة ، حيث يتم في هذه العملية وضع اطار شامل للخطوات والاجراءات والأساليب المستخدمة لتحقيق أهداف محددة خلال زمن معين ، ويساعد الأستاذ على تنظيم جهوده، وجهود التلاميذ وتنظيم الوقت، فهو عملية عقلية ذهنية تؤدي الى تحقيق الأهداف المسطرة .

3-1-2- خصائص التخطيط للتدريس :

تمتاز خطة التدريس بمجموعة من الخصائص أبرزها كل من كمال زيتون و أحمد عايش هي :

- مكتوبة : على المعلم أن يعتمد على خطط مفصلة ؛ حيث أنه لا يستطيع أن يتحكم في الأفكار التي تطرأ على ذهنه ، وذلك ضمانا لعدم الشرود أثناء التدريس.
- موقوتة : يجب أن يراعى في خطة الدرس عنصر الزمن ، بمعنى أن خطة الدرس يجب أن تعطي أنشطة أو مواد كافية لتغطية كل زمن الحصة، كذلك أن يكتب في خطة الدرس الزمن اللازم لكل نشاط.
- مرنة : يجب أن تتسم خطة الدرس بالمرونة ، حيث يجب على المعلم ألا يعتمد على ما كتبه في السابق ؛ بل يضيف إليه ويعدل فيه ، وكذلك يجب أن تراعي الظروف التي قد تحدث في أثناء التدريس.
- مستمرة :عملية التخطيط يجب أن تكون مستمرة ، وذلك لتحقيق المرونة ومواكبة التغيير وعدم التضحية بفعالية التدريس وبالتالي استمرارية عملية التخطيط.(زيتون، 2003، ص372).
- شاملة : أي تشمل جميع الأنشطة المرتبطة بالخطة ، و تشمل جميع جوانب المتعلم العقلية ، الوجدانية المهارية و الاجتماعية و غيرها .
- أهدافها محددة و مدروسة : مرتبطة بالمنهاج و بالأهداف التربوية العامة و الخاصة لكل مقرر.
- واضحة و دقيقة : يجب أن تكون الخطة واضحة و دقيقة و غير متشعبة .
- واقعية : لابد أن تكون الخطة واقعية قابلة للتحقيق في الوقت و الزمن المحددين .
- التنبؤ : القدرة على تبصر الظروف المحيطة و التعامل الوقائي مع الصعوبات المحتملة.
- التنسيق : توظيف العناصر المختلفة للموقف التعليمي و النظر اليه من خلال شبكة علاقات تعمل مع وصولا لتحقيق الأهداف المنشودة . (عايش، 2008، ص126).

3-1-3- أنواع التخطيط للتدريس :

يحتوي التخطيط على نوعين حسب المدة الزمنية التي يتطلبها تنفيذ الخطة و هما :

أ- **التخطيط بعيد المدى** : يُطلب من المعلم إعداد خطة سنوية يوضح فيها خطة سير العملية التعليمية على مدار العام الدراسي لتنظيم عمله في تنفيذ أهداف العملية التعليمية ، فالخطة السنوية بمثابة الدليل

الذي يقود عمل المعلم ، حيث يتضمن هذا الدليل الأهداف والخبرات ، والأساليب والإجراءات التعليمية، والفترة الزمنية.

ب- التخطيط قصير المدى : وهو التخطيط الذي يتم خلال لفترة وجيزة ، كالتخطيط الأسبوعي ، أو التخطيط اليومي الذي يتم من أجل درس واحد أو درسين ،ويفضل عادة القيام بتخطيط عام لكل أسبوع في الأسبوع السابق له مباشرة، وهذا يساعد على وضعه لخطة الدرس اليومية . (زيتون، 2003، ص376).

3-1-4- مستويات التخطيط للتدريس :

تتمثل مستويات التخطيط للتدريس كل من الخطة السنوية ، الخطة الفصلية ، التخطيط اليومي ، و نتناولها بشيء من التفصيل كما يلي :

أ- الخطة السنوية_: وهي خطة بعيدة المدى يرمي المعلم من ورائها تحقيق أهداف المقرر الدراسي خلال السنة الدراسية لصف معين أو مرحلة معينة.

ب-الخطة الفصلية : وهي خطة متوسطة المدى يخطط منها لإنجاز وحدات تعليمية خلال فصل دراسي (شهر أو شهرين) وتوزع الموضوعات على مدار الأسابيع الأربعة للشهر، وتتضمن الخطة الفصلية العناصر نفسها للخطة السنوية ولكن الدار فصل دراسي واحد تكون من شهرين او اكثر. (الفتلاوي، 2010، ص196)

ج- الخطة اليومية_: الخطة التي يضعها المعلم ويقوم بتنفيذها في حصة دراسية واحدة، أو مجموعة من الحصص التي تكون فيما بينها وحدة متكاملة ، وتختلف الخطة اليومية عن الخطة السنوية أو الفصلية فالأولى تتضمن أهدافاً تعليمية يمكن تحقيقها خلال حصة دراسية واحدة ، كما أن النشاطات والخبرات التي تشملها تكون أكثر تحديداً وتفصيلا من تلك الموضحة بالخطة السنوية أو الفصلية (حلس، أبو شقير، ب س، ص84).

3-1-5- أخطاء شائعة في التخطيط للتدريس :

- ✓ عدم تحضير دروس التربية الرياضية بصورة منظمة .
- ✓ عدم توافق الدروس اليومية مع الخطة الفصلية أو السنوية .عدم الربط بين معلومات الدروس السابقة و اللاحقة .
- ✓ عدم الاهتمام بمستويات الأهداف السلوكية .
- ✓ عدم اعداد الملعب و الأدوات بالشكل المسبق . (عايش، 2008، ص218).

3-1-6- أنماط السلوك الواجب توفرها في مهارة تخطيط الدرس و تحضيره :

يحتاج الطالب و الأستاذ الى إظهار مجموعة من أنماط السلوك التي تعبر عن امتلاكه لمهارة التخطيط ، فقط وضع محمد سعد زغلول مجموعة من الأنماط السلوكية نختصرها في مايلي :

- يحضر الدرس قبل ميعاده بفترة مناسبة و ينبع التحضير من وحدات المنهاج .
- يرتب خطة التحضير على النحو السليم حسب مراحل الدرس .
- تتضمن خطة الدرس الأهداف التربوية العامة و الأهداف السلوكية ويفكر في طريقة عرض الدرس .
- يحتوي التحضير على الجدول الزمني لتنفيذ مراحل الدرس .
- يتضمن التحضير الوسائل التعليمية المستخدمة في الدرس .يقوم بتحضير المهارة التي سيتناولها الدرس ويضع في تفكيره اسلوب التدريس المناسب .

- يتخيل شكل و مضمون الحصة و ما يمكن أن يحدث فيها .(زغلول، محمد،2004، ص73)

3-2- مهارة صياغة الأهداف السلوكية :

تعتبر مهارة تحديد وصياغة الأهداف السلوكية من أهم مهارات التخطيط ، وذلك لان أكثر مهارات التدريس تسعى جميعها للتحقق من الأهداف التعليمية، وان نواتج التدريس ما هي إلا تحقيقا لهذه الأهداف ، لذا يعتبر تحديدها وصياغتها من أهم المهارات، لان اختيار الهدف الصحيح وصياغته يؤدي إلى نجاح التدريس .

3-2-1- تعريف الهدف السلوكي :يعرف بأنه وصف دقيق وواضح ومحدد لناتج التعلم المرغوب تحقيقه من المتعلم على هيئة سلوك قابل للملاحظة والقياس . (عايش، 2008، ص136).

3-2-2- أهمية تحديد الأهداف التعليمية السلوكية :

- أساس لاختيار الأنشطة التعليمية المنهجية واساليب تدريسها.
- تحديد مسار العملية التعليمية و توجيهها وتعديل مسارها كلما احتاج الأمر .
- تقديم المعلومات في صورة واضحة متكاملة مما يزيد من الحماس وتدفع للعمل .
- تزيد من فرص النجاح و تقلل من الفاقد في خبرات التعلم .تزويد المتعلم بمعيار يساعده على تقويم تقدمه.
- ربط عناصر العملية التعليمية التربوية ببعضها البعض .
- تتحدد في ضوء تحديد مستوى التعلم (عبد الكريم، 2015، ص198).

3-2-3- صياغة الأهداف التعليمية السلوكية :

يصاغ الهدف السلوكي بعبارة محددة ، وواضحة لا تدعو الى الاختلاف في تفسيرها، على أن تضمن فعلا سلوكيا اجرائيا يمثل ناتجا تعليميا محددا يمكن ملاحظته و قياسه، وأن تصف سلوك المتعلم لا سلوك المعلم ،ويصاغ الهدف السلوكي بإحدى الطرق التالية :

- الأولى : أن + فعل سلوكي مضارع + الطالب + المحتوى+ المعيار .
- الثانية : أن + فعل سلوكي مضارع + الطالب + المعيار + المحتوى (عايش، 2008، ص141).

3-2-4- الشروط الواجب مراعاتها في صياغة الأهداف السلوكية:

- أن يكون الهدف محددا وواضحا ،فاذا كان الهدف غامضا أصبح تفسيره مختلفا ويحدث التخبط.
- أن يذكر الهدف على أساس مستوى التلاميذ وليس على مستوى المعلم .
- أن يمكن ملاحظته وقياسه، وقياس الهدف يساعدنا على تقويم نتيجة المتعلم وبالتالي تقويم مدى تعديل السلوك .
- أن تحتوي عبارة الهدف على فعل سلوكي أو أدائي وهذا الفعل لابد أن يشير الى نوع السلوك .
- أن تحتوي عبارة الهدف على ما يسمى بالحد الأدنى للأداء، وهذا يساعد التلميذ على ادراك مدى صحة عمله من ناحية ويساعد المعلم على معرفة انجازات كل تلميذ على حدى من ناحية أخرى (سعد ،2000، 124) .

3-3- مهارة تحليل المحتوى التعليمي :تعتبر مهارة تحليل المحتوى التعليمي أحد أهم المهارات التخطيطية لأنه لا يمكن وضع خطة تدريسية جيدة دون المام الطالب و الأستاذ بمحتوى المنهاج و المعارف التي تخص مجال تخصصه المهني، حيث أن تحليل المحتوى التعليمي يجعل الطالب

والأستاذ أكثر قدرة على تنظيم مجموع المعارف والمهارات بشكل يساعده على تحقيق الأهداف المخطط لها

3-3-1- مفهوم تحليل المحتوى التعليمي :ويعرف عبد الرحمان الجعيد تحليل المحتوى التعليمي بأنه : انه الدراسة العلمية الدقيقة والشاملة التي تعتمد على بعض الطرق والمصادر (الملاحظة ، القياس ...) بهدف معرفة العناصر الأساسية التي تتكون منها المادة العلمية التي يتم تحليلها. (الجعيد، ب س، ص16).

3-3-2- أنواع تحليل المحتوى :

أ- تحليل المحتوى المهاري: يخضع تعلم المهارات الحركية لنوع من التحليل يطلق عليه تحليل المهارة أو تحليل الخطوات المتتابعة ، وفي هذا النوع من التحليل نجد أن المحتوى يتكون أساسا من سلسلة من الخطوات أو المهارات الفرعية التي ينبغي أداؤها في تتابع معين حتى يتحقق.

ب- تحليل المحتوى المعرفي : يخضع المحتوى المعرفي لنوع من التحليل يطلق عليه التحليل الهرمي ، ويتطلب هذا النوع دراية كاملة بالمحتوى حتى يمكن تحليله إلي مكوناته الفرعية، ولكن ينبغي للمحلل أن يتعرف علي المهارات العقلية الفرعية التي ينبغي على التلميذ تعلمها لكي يتمكن من تعلم مهارات عقلية أعلي ، ومثال ذلك: إذا أراد المعلم أن يعلم تلاميذه مهارة ما، فعلية القيام بتحليل هذه المهارة إلى مهارات فرعية رئيسية . (زيتون، 2003، ص2005).

3-3-2- أهداف تحليل محتوى التدريس :

ان عملية تحليل المحتوى تمثل احدى المهارات التدريسية المتطلبة لتخطيط عملية التدريس و تهدف هذه العملية حسب ما أورده المختصون الى :

- تحديد العناصر الأساسية للتعلم من معارف ومهارات واتجاهات .
- تجنب المعلم للعشوائية في التدريس .
- الرفع من مستوى الثقة في اختيار استراتيجيات التدريس .تمكن الأستاذ من جميع عناصر موضوع التدريس (مصطفى، 2014، ص167).
- القدرة على اعداد الخطة السنوية ، الفصلية و اليومية .
- اشتقاق الأهداف التدريسية وكذا اختيار الوسائل التعليمية المناسبة .
- تنصيف عناصر المحتوى لتسهيل عملية تنفيذ الدرس . (حلس، أبو شقير، ب س، ص67)

3-3-3- خطوات تحليل محتوى التدريس :

هناك أربع خطوات لعملية تحليل المحتوى حددها كمال زيتون كما يلي :

- تحديد الهدف من عملية التحليل : تستهدف عملية تحليل المحتوى ووحداته المتضمنة في الوحدة .
- تحديد التعريف الإجرائي لوحدات المحتوى : يقصد بوحدات المحتوى تلك العناصر المكونة لمحتوى الوحدة والتي تمثل الهيكل البنائي لمادة التعلم .
- تحديد محتوى المادة العلمية لتحديد وحدات المحتوى : في هذه الخطوة يتم قراءة المحتوى في ضوء التعريف الإجرائي الذي يتم تحديده لهذه الوحدة .
- صدق التحليل : ويقصد به أن يكون التحليل صالحا لترجمة الظاهرة التي يحللها، ويتحدد صدق التحليل بالحكم عليه في ضوء معايير لعملية التحليل (زيتون، 2003، ص200).

3-4- مهارة اختيار الوسائل التعليمية :

ان مهارة اختيار الوسائل التعليمية تعتبر من بين أهم المهارات التدريسية ولذلك لما تلعبه الوسائل التعليمية من دور كبير في العملية التعليمية فقد أكدت العديد من الدراسات أن الوسائل التعليمية لها دور فعال في زيادة نواتج التعلم وتسهل عملية ايصال المعارف وتثبيتها في ذهن المتعلم، وعليه فان اكتساب الأستاذ وطالب التربية العملية لهذه المهارة يجعله أكثر قدرة على تحقيق الأهداف، و تجعل من العملية التربوية أكثر سهولة و أكثر نجاعة .

3-4-1- مفهوم الوسائل التعليمية :

عرفها كمال زيتون بأنها : مجموعة مواقف وأجهزة وأدوات ومواد يستخدمها المعلم ضمن اجراءات استراتيجيات التدريس لتحسين عملية التعليم والتعلم، وقد تدرج المربون في تسمية الوسائل التعليمية فكان لها أسماء متعددة منها : وسائل الايضاح، الوسائل السمعية والبصرية (زيتون، 2003، ص343).

3-4-2- معايير اختيار الوسائل التعليمية:

حسب سهيلة الفتلاوي هناك مجموعة من المعايير يجب مراعاتها أثناء اختيار الوسيلة التعليمية وتتمثل:

- توافق الوسيلة مع الأهداف العامة والسلوكية .
- ملائمة الوسيلة لطبيعة المادة التعليمية المعطاة بحيث تشكل جزءاً أساسياً منها .
- أن تكون مناسبة للعمر الزمني والعقلي للمتعلمين، فضلاً عن ملاءمتها لقدراتهم وخبراتهم وحاجاتهم.
- يراعى في اختيار الوسيلة واستخدامها توفير الجهد والوقت .
- أن تكون الوسيلة التعليمية أداة مكملة للتدريس ولا تحتل في حد ذاتها مواقف تعليمية تام.
- التعرف على مبادئ وأسس وقواعد استخدام وتشغيل وإعداد وتنفيذ الوسيلة التعليمية .
- اعتماد نتائج التطبيق العملي التجريبي لاستخدام وتشغيل وإعداد وتنفيذ الوسيلة التعليمية ومعرفة تأثيرها على المتعلمين(الفتلاوي، 2010، ص240).

4- مهارات أثناء التدريس (المهارات التنفيذية) :

على الرغم من أن الاتجاهات التربوية الحديثة تأكد على أهمة الدور الذي يلعبه التلميذ في عملية التعلم والتعليم ، حيث أصبح المتعلم هو محور العملية التربوية ونقص الدور الذي كان يلعب الأستاذ سابقا أي أن مشاركة الأستاذ أثناء الدرس قد قلت، إلا أن هناك مواقف كثيرة تتطلب من الأستاذ أن يضطلع بالدور الرئيسي فيها، فبغض النظر عن المستوى التعليمي الذي يدرس فيه الأستاذ فهناك حاجة دائمة لدور الأستاذ في تنفيذ الحصة وخاصة في مادة التربية البدنية و الرياضية .

و عليه فان امتلاك أستاذ التربية البدنية وطالب التربية العملية لمجموعة المهارات التنفيذية تساعده كثيرا في تنفيذ درسه وتقديم الدور المطلوب منه على أكمل وجه، وبالتالي استفادة المتعلمين أكثر من حصة التربية البدنية والرياضية، فالمهارات التنفيذية لدرس التربية البدنية والرياضية تعددت كثيرا وهذا ما أكدته مختلف الدراسات و التصنيفات فهناك مجموعة كبيرة من المهارات التنفيذية يحتاج الطالب والأستاذ الى اكتسابها و التمكن منها سوف نقوم بعرض أهمها في هذا العنصر، والمهارات التنفيذية أو مهارات تنفيذ الدرس تأتي في المرحلة الثانية من تصنيف الدراسة للمهارات التدريسية بعد مهارات التخطيط للدرس ومنها : مهارة التهيئة، الشرح، التعزيز، اثارة الدافعية، تنويع المثيرات،

مهارة الملاحظة، استخدام الصافرة والصوت ومهارة تقديم التغذية الرجعية وغيرها من المهارات التنفيذية .

4-1- مهارة التهيئة (التمهيد للدرس) :

4-1-1- مفهوم مهارة التهيئة:

يعرف أحمد علي عبد المجيد مهارة تقديم الدرس أو التهيئة بأنها : الوسيلة التي يستخدمها المدرس لإثارة اهتمام التلاميذ وزيادة دافعيتهم وجذب انتباههم للدرس، حيث كانت في الماضي تعتمد على المعلم والفطرية ومدى ابتكاريته في التدريس إلا أنه تم ادخال هذه المهارة ضمن المهارات التي يتدرب عليها المعلمون قبل الخدمة (ماهر، آخرون، 2008، ص138) .

4-1-2- أنواع التهيئة:

أ- التهيئة التوجيهية : ويستخدمها المعلم بهدف توجيه انتباه التلاميذ نحو الموضوع الذي يعتزم تدريسه

ب - التهيئة الانتقالية : ويستخدمها المعلم بهدف تسهيل الانتقال التدريجي من المادة التي سبق معالجتها إلى المادة الجديدة أو من نشاط تعليمي إلى آخر .

جـ- التهيئة التقويمية : ويستخدمها المعلم لتقويم ما تم تعلمه قبل الانتقال إلى أنشطة أو خبرات جديدة، ويعتمد إلى حد كبير على الأنشطة المتمركزة حول التلميذ (مختار، آخرون، 2003، ص121).

4-1-3- أهم المهارات الفرعية المكونة لمهارة التهيئة:

يشير الخليفة كما تطرق اليه عبد الرحمان الجعيد إلى عدة مهارات فرعية مكونه لمهارة التهيئة هي:

- ✓ ربط الخبرات التعليمية الجديدة بالخبرات السابقة بصورة بنائية .
- ✓ التحقق من توافر المتطلبات السابقة للتعلم الجديد.
- ✓ توفير بيئة تعليمية مواتية للتعلم الفعال و توظيف الأحداث الجارية في التمهيد للدرس.
- ✓ تنويع أساليب التهيئة وفقا لطبيعة الدرس.
- ✓ استخدام الأهداف السلوكية مدخلا لعرض الموضوع.
- ✓ قضاء وقت مناسب في التمهيد للدرس **.(الجعيد، ب س، ص26).**

4-2- مهارة اثارة الدافعية :

إن مهارة استثارة الدافعية للتعلم لدى التلميذ تعد من أبرز مهارات التدريس وأهمها، وإخفاق الأستاذ في استثارة الدافعية لدى تلاميذه قد يتسبب في كثير من المشكلات التعليمية منها: التهرب من الممارسة ، التسرب المدرسي، غياب النشاط في الحصة، عدم تفاعل التلاميذ مع مختلف الأنشطة وعليه فان اكتساب طالب التربية العملية وأستاذ التربية البدنية لهذه المهارة من شأنه أن يذلل الكثير من المشكلات التربوية ويزيد في رغبة التلاميذ في الممارسة ويساهم في زيادة درجة تحقيق الأهداف .

4-2-1- مفهوم اثارة الدافعية:

تناولت عفاف عثمان مصطفى موضوع اثارة الدافعية حيث تقول : الدافعية حالة داخلية في الفرد تستثير سلوكه و توجه نحو تحقيق الهدف المنشود، ويمكن اثارة الدافعية من خلال تعزيز الاستجابات الصحيحة في الموقف التعليمي، فالإشارة الى تلميذ ما تستثير دوافع باقي التلاميذ (مصطفى، 2014، ص160).

و تعرف نايفة القطامي دافعية التعلم في النقاط التالية :

– حالة المتعلم الداخلية التي تحرك سلوكه وأدائاته وتعمل على استمرار السلوك وتوجيهه نحو تحقيق هدف أو غاية محددة .

- حالة داخلية تحرك أفكار المتعلم، ومعارفه ويُناه المعرفية، ووعيه وانتباهه، وتلح عليه لمواصلة الأداء والاستمرار فيه للوصول إلى حالة توازن معرفية.

- حالة استشارة داخلية تحرك المتعلم لاستغلال أقصى طاقاته في أي موقف تعليمي يشترك فيه بهدف إشباع دوافعه للمعرفة وتحقيق ذاته (القطامي، 2004، ص132).

4-2-2- اساليب استثارة الدافعية نحو التعلم:

من بين الاساليب التي يجب أن يتبعها الأستاذ من أجل زيادة الدافعية لدى التلاميذ نذكر مايلي :

- ✓ أن يوقظ لدى المتعلمين أهمية وضرورة التعلم وبيان أهميته، وبالعمل على تحفيزهم بالقيام بأنشطة لتحقيق الأهداف المرجوة والمشاركة الجادة.
- ✓ تهيئة المناخ الصفي الاجتماعي وصولاً لأنسنة التعليم التي تتطلب: " التسامح ،الإثارة ،التشجيع الخ.
- ✓ خلق مواقف تعليمية مثيرة لدهشة الطلاب نحو موضوع الدرس يساعد على تحفيزهم على التعلم.
- ✓ الاستمرار في كشف المعلم عن توقعاته الايجابية عن أداء طلابه لموضوع التعلم بما يرفع من مستوى الطموح لديهم الأمر الذي يؤدي إلى تحفيزهم.
- ✓ أن يجعل المعلم طلابه في قلب مشكلة الموضوع المراد تعليمه؛ لتتحدى قدراتهم وبما يكون لديهم الدافع للبحث عن الحل وهذا هو الدافع نحو التعلم. (حلس، أبو شقير، ب س، ص203)

4-2-3- المهارات الفرعية التي تتضمنها مهارة اثارة الدافعية :

حددها الخليفة كما أشار اليها عبد الرحمان الجعيد في النقاط التالية :

- ✓ تشجيع المتعلمين للتعلم بأساليب تربوية شيقة.
- ✓ تهيئة البيئة النفسية والاجتماعية الحافزة للتعلم و مراعاة ميول المتعلمين واهتمامهم في أثناء الدرس.
- ✓ إبراز قيمة العلم والتعلم في حياة الطلاب والمجتمع .
- ✓ تحدي قدرات المتعلمين بمواقف ومشكلات تدفعهم للتفكير والتعلم.
- ✓ توظيف إيماءات المعلم في توصيل المطلوب للمتعلمين داخل الحيوية.(الجعيد، ب س، ص33).

4-2-4- أنماط السلوك الواجب توفرها في مهارة اثارة الدافعية :

- ✓ يستخدم أنشطة متعددة لتحقيق هدف محدد يقصد التشويق و الإثارة .
- ✓ يهتم بالمواقف الناجحة ويعمل على تشجيعها .
- ✓ يستثير المنافسة في إجادة وسرعة تعلم المهارات .
- ✓ يستخدم الحوافز في حدود مستوى نضج التلاميذ
- ✓ يستجيب لميول التلاميذ وحاجاتهم .(زغلول، محمد،2004، ص79)

4-3- مهارة التعزيز :

ان مهارة التعزيز من شأنها ان تقوي نمطا سلوكيا معينا حيث تزيد من احتمال تكراره فالاستجابة التي يتم تعزيزها تكون أكثر قابلية للتكرار من التي لا تعزز والانسان بطبعه الى السعي للحصول على اعتراف بما يفعله من اجابات، ومن خلال هذا تظهر الأهمية الكبيرة لمهارة التعزيز وما يمكن أن تقدمه من افادة للعملية التعليمية في حال اكتساب الأستاذ لها وتوظيفها أثناء تنفيذه للدروس .

4-3-1- مفهوم مهارة التعزيز :

يعرف كمال عبد الحميد زيتون التعزيز بأنه : عملية زيادة تكرار حدوث سلوك قليل التكرار أو الإبقاء على درجة تكرار سلوك كثير التكرار، أي المكافأة على السلوك المرغوب للطالب(زيتون، 2003، ص463).

4-3-2- أهمية التعزيز :

أوضح أحمد ماهر و آخرون أهمية التعزيز في العملية التعليمية في النقاط الأتية :

- ✓ اذا كان التعزيز ايجابيا فانه يساعد على احتمال تكرار السلوك.
- ✓ كلما كان التعزيز فوريا أي عقب حدوث السلوك مباشرة زاد احتمال حدوث السلوك المعزز وتكراراه.
- ✓ يعمل على زيادة التعلم ومشاركة التلاميذ في الأنشطة التعليمية المختلفة .
- ✓ يساعد في حفظ نظام وضبط الفصل الدراسي اثناء العملية التعليمية .
- ✓ ان مهارة التعزيز تعتبر من أهم المهارات لأنها تتيح للمعلم أن ينمي امكاناته كقائد(ماهر، آخرون، 2008، ص143)

4-3-3- أنواع التعزيز :

حدد أبو شقير نوعيين أساسين للتعزيز هما :

أ- التعزيز الموجب : يعني زيادة احتمالات ظهور سلوك في مواقف جديدة لاحقة عن طريق مثيرات جديدة بعد السلوك ومن ألفاظ التعزيز الايجابي: صحيح ، مدهش، جيد، رائع، ممتاز.

ب- التعزيز السلبي :_عملية استبعاد أو إزالة المثير غير المرغوب فيه، ويطلق على المثيرات المستبعدة أو المزالة هذه بالمعززات السلبي ،و التعزيز السلبي مناسب لإزالة سلوك سلبي أو خاطئ أحياناً عن طريق حافز غير محبوب للتلميذ(حلس، أبو شقير، ص227)

4-3-14- أنماط السلوك الواجب توفرها في مهارة التعزيز :

- ✓ يستخدم الثواب و العقاب بشكل متوازن .
- ✓ يشجع التلاميذ بكلمات المدح والإثابة .
- ✓ يقوم بتعزيز سلوك التلميذ فور حدوثه .
- ✓ يستخدم الأقران في التعزيز .
- ✓ يركز على الحوافز الانسانية العليا كالمصداقية والانتماء والذات والاستقلال .
- ✓ يؤكد على حرية التلميذ و اعتماده على نفسه .
- ✓ لا يستخدم تحفيز التعليم بوسائل سلبية كالتأنيب و العقاب الجسدي (زغلول، محمد،2004، ص79)

4-4- مهارة تنويع المثيرات :

عرف احمد ماهر وآخرون مهارة تنويع المثيرات حيث يقول : يقصد بتنويع المثيرات جميع الأفعال التي يقوم بها المعلم داخل الدرس بهدف الاستحواذ على انتباه التلاميذ أثناء سير الدرس ، وذلك من خلال التغيير المقصود في أساليب العرض .

4-4-1- أنماط السلوك الواجب توفرها في مهارة تنويع المثيرات :

تطرق كل من مكارم حلمي و مصطفي السايح الى أنماط السلوك التي تعبر عن مهارة تنويع المثيرات نذكر منها :

- ✓ يوزع اهتمامه على التلاميذ بشكل متساوي .
- ✓ يستخدم تشكيلات مناسبة تعطي الدرس شكلا جماليا .
- ✓ يجهز بيئة مشجعة وجذابة تستهوي الرغبة في التعلم (محمد، زغلول، 1991، ص89).
- ✓ يعمل على تنويع طرق وأساليب التدريس .
- ✓ يقوم بتنويع الأدوات والأجهزة أثناء التدريس .
- ✓ يقوم بتنويع الصوت والحركات التعبيرية (زغلول، محمد، 2004، ص78).

4-5- مهارة استخدام الصافرة :

تعتبر الصافرة عنصرا مهما في تدريس التربية البدنية والرياضية فهي أحد مميزات المادة وأحد مستلزمات أستاذ التربية البدنية والرياضية والتي تميزه عن غيره من الزملاء، وعليه فان استخدام هذه الوسيلة التعليمية يحتاج الى مهارة في توظيفها أثناء الحصة واستغلالها لشد انتباه التلاميذ .

تعتبر الصافرة من أهم الأدوات التي يجب الاستعانة بها في التدريس ويجب على تعلم كيفية استخدامها كأي أداة أخرى .

تطرقت ناهد محمود ونيللي فهيم الى مهارة استخدام الصافرة حيث أوضحتا هذه النقاط :

- من الأفضل أخذ شهيق قبل استخدام الصافرة وكيفية التحكم في الصوت الصادر منها عن طريق استخدام جزء من اللسان أثناء النفخ .
- تستخدم الصافرة كوسيلة للاتصال .
- من أسس التعامل بالصافرة أن يتم وضع أسس لصوت الصافرة – الصادر أثناء التدريس.
- ليس من المحبب أن تزيد من استخدامات الصافرة حتى لا يرهق المعلم نفسه وأيضا حتى يشعر التلاميذ بأهمية استخدام الصافرة .
- عدم استخدام نفس الاشارة لأغراض مختلفة مثلا استخدم نفس الصوت في حالة المناداة فهذا يساعد في فهم المطلوب .
- استخدام الصافرة يكون من العوامل المساعدة في حالة التدريس في مكان واسع حيث يفضل استخدام الاشارات اليدوية مع الصافرة بدون كلام ، وبالتالي تبنى اسس للصافرة واستخداماتها (فهيم، سعد، 2004، ص224).

4-5- مهارة تقديم التغذية الراجعة:

تعتبر التغذية الراجعة من أهم أدوات العملية التعليمية فهي وسيلة مهمة لتسهيل عملية التعلم ، حيث يتدخل بواسطتها الأستاذ أو طالب التربية العملية من أجل تقديم المعلومات والمعارف حول السلوك المقدم من قبل التلميذ، حيث أنا هذا التدخل اذا كان في وقته وفق شروط معينة يفيد المتعلم في تحسين سلوكه وكذا تعلم المهارات الحركية خاصة في التربية البدنية و الرياضية، لهذا وجب على طالب

التربية العملية اكتساب هذه المهارة لما لها من أهمية في تقنين وتنظيم مختلف تدخلاته أثناء تنفيذ الدرس ، وكذا في تحسين أداء التلاميذ للمهارات وكذا تحسين نواتج العملية التربوية ككل .

يعرف مزروع السعيد و آخرون التغذية الراجعة بأنها : جميع المعلومات التي تؤثر على المتعلم خلال العملية التعليمية لمعرفة وتقييم سلوكه من أجل تقويمه وكذلك تصحيح أدائه، وهي جد مهمة بالنسبة للمتعلم باعتبارها نهاية وبداية عملية التواصل بين المتعلم والمعلم (مزروع، آخرون، 2016، ص207).

وظائف التغذية الرجعية :

للتغذية الرجعية وظائف رئيسية في مساعدة التلاميذ على تحسين أدائهم حصرها محمود عبد الحليم في ثلاث نقاط أساسية هي :

أ- توجيه الأداء : الوظيفة الأولى للتغذية الراجعة عبارة عن المعلومات التي تقدمها التغذية الرجعية من أجل تصحيح الأخطاء الحركية و تخطيط الاستجابة الحركية الموالية في عملية ممارسة و تعلم الحركة ، حيث أن القيمة الأولية لها هي التوجيه الذي نقدمه في تشكيل الاستجابات المستقبلية .

ب- تعزيز الأداء :الوظيفة الثانية للتغذية الرجعية هي التعزيز، والذي يمكن أن يكون ايجابيا للمساعدة في التشجيع على الأسلوب الصحيح أو سلبيا لإنقاص تكرار الأفعال غير المرغوبة .

جـ- التحفيز (دافعية الأداء) : الوظيفة الثالثة لها تشبه التعزيز لكنها ترتكز على تقديم التحفيز أو الدافعية للممارسة ويجب على المعلمين تقديم تغذية رجعية ايجابية تكافئ الجهد المتسق والمرتبط وتميل الى خلق اتجاه ومناخ ايجابيين .(عبد الكريم، 2015، ص308).

4-6- مهارة الملاحظة :

ويقصد بها الباحثان قدرة الأستاذ أو الطالب على ملاحظة كل ما يدور في الحصة أثناء تنفيذه للدرس حيث تقول ناهد محمود و نيلي رمزي حول مهارة الملاحظة أنه : يجب العمل على ملاحظة تصرفات التلاميذ أثناء وجودهم في الساحة المخصصة لتنفيذ الدرس و يجب عليك التحرك نحو المجموعة مع ضرورة أن يكون باقي التلاميذ تحت نظرك مع اعطائهم أي ملاحظة يمكن القاءها اليهم و يجب تكرارا نفس العمل مع باقي مجموعات الفصل وملاحظة تصرفات التلاميذ في كافة المجموعات .

تعطي الباحثتين ارشادات حول مهارة الملاحظة تتمثل في :

- عندما يكون التلاميذ يتنقلون من مكان لأخر فيجب أن يبقى الأستاذ بعيدا وملاحظا للتلميذ أو اثنين لوقت قصير ومن الممكن اعطاء تعليمات وارشادات للتلاميذ خلال ممارستهم للأنشطة .
- أياً كان نوع المباراة والمهارات التي يتم تدريسها فيجب الابقاء على ملاحظة التلاميذ طوال الوقت (فهيم، سعد، 2004، ص224).

وعليه فان الباحثان يبرزان أهمية اكتساب مهارة الملاحظة في النقاط التالية :

- تعطي الأستاذ فرصة مشاهدة كل ما يحدث أثناء الحصة
- تمكنه من تتبع تحركات التلاميذ وتجنب وقوع المشاكل التي تترتب عن عدم ملاحظة الأستاذ .
- تساهم في التعرف على الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ أثناء التدرب على المهارات .
- تعطي الفرصة للأستاذ على تقديم التغذية الرجعية في الوقت المناسب كنتيجة للملاحظة المستمرة للأداء .

- تشعر التلاميذ أنهم محل اهتمام ومتابعة الأستاذ ما يزيد من دافعية الانجاز لديهم .
- تسمح للأستاذ بأخذ فكرة صحيحة عن مدى تحقيق الأهداف الاجرائية و تفيدة أثناء التقويم النهائي للحصة.
- تساهم في استمرارية الدرس من خلال تتبع مختلف المراحل والمواقف التي يتم تنفيذها في الحصة .

4-7- مهارة استخدام الوسائل التعليمية :

تعتبر مهارة اختيار الوسائل التعليمية من أهم مهارات التخطيط للتدريس مثلما تم التطرق اليه سابقا في إلا انه بعد اكتساب طالب التربية العملية أو الأستاذ لهذه المهارة وجب عليه اكتساب مهارة أخرى تدخل في المهارات التنفيذية وهي مهارة استخدام الوسائل التعليمية بعد تحديدها، حيث أن التمكن من الاستخدامات المختلفة للوسائل التعليمية وقدرة الأستاذ على توظيف هذه الوسائل أثناء تنفيذ الدرس تزيد من تسهيل المهمة على التلاميذ في أداء مختلف المهارات الحركية .

4-7-1- أنماط السلوك الواجب توفرها في مهارة استخدام الوسائل التعليمية :

- ✓ يقوم بالتأكد من صلاحية الوسائل المستخدمة قبل موعد الدرس .
- ✓ يراعي عند اختيارها أن تتميز بالبساطة والجودة والوضوح .
- ✓ يستخدم الوسيلة المناسبة والتي تتماشى مع الدرس .
- ✓ ينوع في الوسائل التعليمية خلال الدرس .
- ✓ يستعمل الوسائل المناسبة لخصائص التلاميذ .
- ✓ يتأكد من أن جميع التلاميذ يلاحظون الوسيلة التعليمية .(زغلول، محمد،2004، ص82)

4-8- مهارة استخدام الصوت :

يعتبر استخدام الصوت في التربية البدنية و الرياضية من اهم مميزات المادة نظرا لكون الحصة تنفذ في مجال مفتوح و في الساحات والملاعب لهذا فان على طالب التربية العملية وأستاذ التربية البدنية أن يجيد استخدام صوته بما يفيد في التحكم الجيد للتلاميذ و كذا ضبط الفوج التربوي، حيث أن قدرة الأستاذ الى توظيف صوته بشكل تربوي مناسب يعتبر من بين المهارات التنفيذية التي يجب عليه أن يكتسبها ويوليها اهتمام كبير

تطرقت كل من ناهد محمود و نيللي رمزي الي مهارة استخدام الصوت حيث يبرزان هذه النقاط :

- تدريس التربية الرياضية يتطلب مجهودا كبيرا من أصواتنا لأن أغلب هذا النشاط يتم في مجال به كثير من الأصوات المتداخلة مثل صوت ارتطام الكرات، وكثير من المدرسين يتعب كثيرا حتى يستطيع سماع صوته أثناء التدريس .
- حاول أن تأخذ نفسا عميقا قبل التحدث وحاول أن تتحدث بهدوء وبصوت واضح بحيث تجعل صوت الزفير هو الذي يحمل الكلمة .
- حاول ان تقف في اتجاه الرياح ان وجدت بحيث تقوم هذه الرياح بحمل الكلمات التي تقولها وتقوم هذه الرياح بتوصيلها . (فهيم، سعد، 2004، ص223).

5- مهارات التقويم :

ان عملية التقويم عملية جوهرية في العملية التربوية فمن خلاله يمكن معرفة مدى اكتساب التلاميذ لمختلف المهارات والكفاءات، ومن دونه لا يمكن معرفة مدى تحقيق الأهداف المسطرة ، كما يمكن للطالب أو الأستاذ ، من خلال التقويم الحكم على درسه وكذا تقويم انعكاسات قراراته التعليمية على

المتعلمين وتحصيلهم المعرفي والحركي، وعيله تبرز أهمية التقويم في العملية التربوية فيجب على طالب التربية العملية ان يلم بكل ما يتعلق من مهارات خاصة بالتقويم .

5-1- مفهوم التقويم :

عرف فتحي الكرداني و مصطفى السايح التقويم بانه :الوسيلة التي تمكن المسؤولين والمشرفين على العمل التربوي التعليمي بكافة تخصصاتهم من التعرف على فعالية العملية التعليمية وما يحدث من تغيير على سلوك المتعلم من خلال الأهداف المنشودة .

فالتقويم هو العملية التي يمكن عن طريقها التعرف على درجة تحقيق الأهداف المرسومة، فهو عملية مستمرة باستمرار تنفيذ المنهاج والبرنامج كما أنه مكملة للخبرات المكتسبة منه ويقوم بها المعلم والمتعلم. (الكرداني، سايح، 2002، ص187).

5-2- أنواع التقويم :

أ- التقويم القبلي (التشخيصي): وهنا تقوم عملية التعليم والتعلم قبل بدئها ويهدف إلى: - تحديد مستوى استعداد الطلبة للتعلم، كشف نواحي القوة أو الضعف في تعلم الطلبة، كشف المشكلات الدراسية التي تعوق تقدم تعلم الطلبة، تحديد مستوى قدرات واهتمامات وميول الطلبة.

ب- التقويم التكويني: و يقوم على مبدأ تقويم عمليتي التعليم والتعلم التكويني أثناء سير التدريس، بهدف تحديد مدى تعلم الطلبة ومدى فهمهم لموضوع محدد في حصة أو حصتين.

جـ- التقويم الختامي (التحصيلي) : تقويم عمليتي التعليم والتعلم بعد انتهاءها ويهدف إلى معرفة ما تحقق من الأهداف التعليمية الطويلة المدى المنشودة، ويكون في نهاية فصل دراسي أو نصف العام أو نهايته.(الفتلاوي، 2010، ص267)

5-3- عوامل تساعد على نجاح التقويم :

ابرز وليد أحمد جابر أهم العوامل التي تساعد على نجاح عملية التقويم في النقاط التالية :

- اعتبار التقويم جزاء اساسيا من الموقف التعليمي ،كما يذكر فيه اساليب التقويم التي توضح مدى تحقيقه .
- يجب أن يقوم المعلم بتقويم تتبعي للأهداف المرحلية بدون ملاحظاته على الجزئية التي تحققت منها
- يراعي في التقويم أن يكون تشخيصيا وعلاجيا في آن واحد .
- يجب أن تراعى الشمولية في التقويم اي مختلف الجوانب التي تخص الطالب .
- التنوع في استخدام أدوات التقويم مثل الملاحظة المباشرة وغيرها .
- يجب أن يراعي التقويم ما يوجد من فروق في القدرات بين الطلبة (الجابر، آخرون، 2005، ص345)

5-6- أنماط السلوك الواجب توفرها في مهارة التقويم

- ✓ يتعرف باستمرار على الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ اثناء الدرس .
- ✓ يستخدم الاختبارات المقننة للتأكد من مستوى التلاميذ البدني والمعرفي والمهاري والنفسي .
- ✓ يراعي الفروق الفردية أثناء الاختبارات البدنية والمهارية .
- ✓ يستخدم وسيلة التقويم كأنها جزء من الدرس .
- ✓ يشجع التلاميذ على التقويم الذاتي والمشترك .
- ✓ يستخدم أساليب مختلفة أثناء التقويم، بطاقات التسجيل وكتابة التقرير .

✓ يحتفظ بسجل دائم لأعمال التقويم .(زغلول، محمد،2004، ص83)

6- مهارات الاتصال و إدارة القسم :ان مهارة الاتصال وادارة القسم تنضوي ضمن المهارات التنفيذية ولما لها من أهمية كبيرة في بناء العلاقات بين الأستاذ وبين مختلف مكونات البيئة التعليمية من زملاء (أساتذة و موظفين عمال ..) ، تلاميذ وأوليائهم ، جعل الباحث يصنف هذه المهارة خارج المهارات التنفيذية لتسليط الضوء عليها أكثر، حيث أن شكل هذه العلاقة يلعب دورا مهما في العملية التربوية ككل، وكذلك فن ادارة القسم وضبط التلاميذ فالاتصال وادارة القسم يحتاج الى أنماط معينة من السلوك الذي من خلاله يتم التحكم في هذه المهارة وهذا ما يجب أن يكتسبه الطالب من خلال برنامج التربية العملية .

6-1- عملية الاتصال و التفاعل الصفي_:ان الباحثان في هذه الدراسة يقصد بعملية الاتصال والتفاعل الصفي : عملية خلق البيئية التعليمية الجيدة والفعالة من خلال العلاقة التي تربط طالب التربية العملية بمختلف عناصر العملية التعليمية والبيئة الصفية، أي علاقته بمدير المؤسسة، العمال، الموظفين ،الأساتذة، وبما في ذلك علاقته بالتلاميذ، حيث يتطلب هذه القدرة على خلق التفاعل الايجابي بينه وبين مختلف هذه العناصر في سبيل نجاح العملية التربوية .

6-2- أهمية الاتصال و التفاعل الصفي_:أبرز الجعيد أهمية الاتصال والتفاعل الصفي بالنسبة للتلاميذ من خلال النقاط التالية :

- أنه يدعو إلى تنوير دور التلميذ لجعله أكثر التصاقا بالحداثة المعاصرة في عصر الديمقراطية.
- يساعد على التواصل وتبادل الآراء ونقل الأفكار بين التلاميذ مما يسهم في تطوير مستويات أفكارهم.
- يساعد التلاميذ في تطوير اتجاهاتهم الإيجابية نحو الآخرين ومواقفهم وآرائهم، فيستمعون للرأي الأخر ويحترمونه.
- ينتج التفاعل للطالب فرصا للتدرب على الانتقال والتخلص تدريجيا من تمركز تفكيره حول ذاته، والسير نحو ممارسة عضويته الاجتماعية (الجعيد ، ص29).

6-3- أنماط الاتصال:

أ- الاتصال اللفظي : يقصد به كل ما يصدر عن المعلم من كلام و ذلك من خلال التعبير اللفظي.

ب- الاتصال غير اللفظي : الاتصال غير اللفظي يمثل قيمة هامة للمعلمين فكثيرا ما يرسل المعلم رسائل من خلال حركات الجسم فان الاتصال غير اللفظي يساعد في فهم الاتصال اللفظي أو التعبير عنه.

ج-_الاتصال مع الاباء : يمثل الاباء سندا كبيرا للمعلمين في العملية التعليمية ، لذا فمن الاشياء الهامة الواجب مراعاتها هو التأكيد على الاتصال بين المعلمين والاباء منذ بداية العام الدراسي .

د- الاستماع : ان الاستماع مهارة خاصة وفن من نوع خاص ، فنجد أن الظاهرة العمة هي الكلام لأن الاستماع فقط صعب وشاق إذا قورن بالكلام ،فالاستماع يجب أن ينميه الانسان بداخله واول خطوة اتجاه اثراء مهارة الاستماع هي قلة الكلام (زيتون، 2003، ص419).

6-4- الادارة الصفية الفعالة :

حدد محمود حسان سعد أهم الخصائص التي تميز الادارة الصفية الفعالة في ما يلي :

✓ توافر المعلمين المؤهلين علميا ومسلكيا .

- ✓ امتلاك المعلمين السمات الشخصية، والوظيفية التي تعمل على تفعيل الادارة الصفية.
- ✓ تنظيم البيئة الصفية المادية وتهيئة الجو النفسي الصفي لحدوث التعلم .
- ✓ خلق جو صفي ديمقراطي وجو المحبة والطمأنينة والثقة والاحترام .
- ✓ ربط التعلم بواقع الحياة ومراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ .
- ✓ العلاقة مع المجتمع المحلي .
- ✓ استغلال كل مصادر التعلم(سعد ،2000، 256) .

6-5اتجاهات حديثة في ادارة الفصل :

يقول أحمد جميل عايش أن هناك اتجاهات حديثة لإدارة الفصول فرضتها الأنظمة التربوية الحديثة لتكون عملية ادارة وضبط الفصل اكثر فاعلية تتمثل في النقاط التالية

- ✓ اعتبار المعلم قائدا تربويا .
- ✓ الممارسة الموقفية لعملية التعليم والتعلم .
- ✓ التركيز على البعد الانساني في ادارة الفصل .
- ✓ للطلبة أدوارهم في القرارات التي تهمهم .
- ✓ التواصل الفعال مع الطلبة واولياء أمورهم .
- ✓ اعتبار أخطاء الطلاب مصدرا لتعليمهم وتعلمهم، وتوجيه سلوكياتهم توجيها ايجابيا (عايش، 2008، ص166).

7- أساليب تنمية المهارات التدريسية :بعدما تم التطرق الى مكونات المهارات التدريسية وأهميتها في المجال التربوي حيث أنها تلعب دورا مهما في تحقيق أهداف التربية العامة، وجب التطرق الى الأساليب المتبعة في معاهد وأقسام التربية البدنية والرياضية بالجزائر لإكساب الطالب المهارات التدريسية، حيث أن الطالب يكتسب الجانب المعرفي للمهارات التدريسية اللازمة له من خلال العديد من المقاييس التي يدرسها بالجامعة ثم يمر الى مرحلة تنفيذ المهارات التدريسية وكذا تطويرها و من بين الأساليب المتبعة في تنمية و تطوير المهارات التدريسية نذكر ما يلي :

7-1- حصة البيداغوجيا التطبيقية (الموديول):هي وحدة دراسية أو مقياس ضمن مجموعة من الوحدات و المقاييس التي تدرس بالجامعة تظم مجموعة من النشاطات التعليمية المتكاملة ،تكون مستقلة ومتكيفة بذاتها تساعد الطلاب على اكتساب وتنمية المهارات التدريسية حيث يقوم خلالها الطالب بمختلف المهام التدريسية على مجموعة من الزملاء، تصمم هذه الوحدة لغرض تدريب الطالب على مهنة التدريس، وتكون من تنفيذ الطلبة أنفسهم حيث تعتمد على أسلوب التعلم الذاتي للطالب حسب قدراته تحت اشراف أستاذ جامعي، ويتم من خلالها قياس مدى امتلاك الطلبة للمهارات التدريسية .وتعرف بدول المشرق العربي مثل مصر بالموديول.

أبرز امام مختار حميدة أهمية الموديول في تنمية المهارات التدريسية في النقاط التالية :

أ- المرونة : يمتاز بالمرونة في طريقة الإعداد وبالتالي يمكن بناءه أساسا على تنمية مهارات التدريس .

ب – التمركز حول الأهداف المباشرة وقريبة المدى : أي له أهداف سلوكية واضحة ومحددة .

ج- تنوع الخبرات يتيح الموديول استخدام استراتيجيات التدريس الحديثة والمتنوعة .

د- التعلم الذاتي : يعتبر التعلم الذاتي من أهم الاسس التي يقوم عليها الموديول حيث إيجابية التعلم ونشاطه الذاتي ويتضمن الموديول تعليمات وارشادات وتغذية راجعة لتصحيح مسار المتعلم .

هـ- الفروق الفردية : يتيح الموديول أفضل الفرص لمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين، حيث يثير فيهم النشاط وضرورة إعمال الفكر واتخاذ القرارات بأنفسهم مما يساعد على تنمية المهارات المطلوبة لديهم (حميد، آخرون، 2003، ص35)

7-2- التربية العملية الميدانية (التربص الميداني) :مثلما تم التطرق اليه في الفصل السابق للتربية العملية في هذه الدراسة فان التربية العملية الميدانية أو ما يعرف في الجزائر بالتربص الميداني، وضعت ضمن برامج اعداد الطلبة وتكوينهم نحو مهنة التدريس، كأحد المجالات التي يتم فيها تنمية وتطوير المهارات التدريسية للطلبة المقبلين على التخرج، وقد بينت الدراسات السابقة سواء الغربية أو العربية مدى الدور الفاعل الذي تلعبه التربية العملية الميدانية في تنمية وتطوير المهارات التدريسية، حيث يتم توجيه الطلبة الى المؤسسات التربوية التابعة لوزارة التربية الوطنية بعد التنسيق بين إدارة الأقسام والمعاهد من جهة ومديريات التربية من جهة اخرى لتحديد المؤسسات التربوية التي يزاول فيها الطلبة تربصهم الميداني والتي تعرف باسم المؤسسات التطبيقية بغرض وضع الطالب في المواقف التعليمية الحقيقة وتطبيق المهارات التدريسية المكتسبة نظريا ومعرفة مدى ملائمتها للمواقف التعليمية الحقيقة وكذا تنمية و تطوير هذه المهارات .

7-3- التدريس المصغر: يعتبر التدريس المصغر أحد الأساليب المتبعة في الجزائر والدول العربية لتنمية المهارات التدريسية لدى الطلبة وتطويرها وتم التطرق الى مفهوم التدريس المصغر وكيفية تنفيذه في الفصل السابق للتربية العملية

ويبرز امام حميدة أهمية التدريس المصغر في تنمية المهارات التدريسية كما يلي :

أ-يمتاز عن غيره من أساليب تعليم وتدريب المعلمين في انه يقدم تغذية راجعة فورية ومن مصادر متعددة مثل مشاهدة الطالب المعلم لنفسه وتحليل سلوكه ومعرفة الأخطاء و المناقشة مع المشرف وغيرها من المصادر المتوافرة في الموقف التعليمي .

ب - أنه بالرغم من أن موقف التعليم أو التدريب الذي يستخدم فيه أسلوب التدريس المصغر موقف صناعي إلا انه يتم فيه التدريب على مهارات التدريس بصورة حقيقية ويمكن أن نصل بها إلى مستوى الاتقان المطلوب.

جـ- صغر حجم الفصل وعدد التلاميذ والوقت الذي يستغرق في عملية التدريس يؤدي إلى خفض التعقيدات إلى حد كبير ويوفر وقت المشرفين على تدريب الطلاب المعلمين(حميد، آخرون، 2003، ص30)

8- الاستنتاجات

من خلال ما تم تناوله في هذا البحث يمكن تحديد النقاط التالية كنتائج لهذه الدراسة:

- ✓ تبرز أهمية اكتساب الطالب والمدرس للمهارات التدريسية بمختلف أنواعها فهي أساس الحكم على كفاءته، وبدون اكتسابه للمهارات التدريسية لا يمكن أن يقوم بدوره بالشكل السليم المطلوب.
- ✓ بدون اكتساب كافي للمهارات التدريسية تظهر المشاكل والصعوبات في عملية التعلم مما يؤدي على عدم احداث التغير المطلوب في سلوك المتعلمين، وعدم تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية .

- ✓ المهارات التدريسية تختلف باختلاف المادة الدراسية وطبيعتها، وهي مجموعة من السلوكيات التي يظهرها الأستاذ في نشاطه التعليمي حيث تمتاز بالدقة والسرعة والتكيف مع المواقف التعليمية، ويمكن أن تصدر في صورة استجابات مختلفة ويمكن تنميتها من خلال الاعداد و التدريب .
- ✓ اكتساب الطلبة للمهارات التدريسية وتمكنهم من مختلف جزئياتها تساعد في تسهيل عملية التعليم والتعلم وتزيد فاعليتها كما تزيد من معرفته وخبرته وتساعده في التكيف مع مختلف المواقف وتجعله ذو قدرات عالية يمتاز بالذكاء ما يزيد من ثقته بنفسه أثناء المواقف التعليمية .
- ✓ المهارات التدريسية تمتاز بمجموعة من الخصائص كالعمومية، عدم الثبات، التداخل، قابلية التدريب اي يمكن اكتسابها وتنميها كما يمكن أيضا اشتقاقها من مصادر مختلفة .

9- الاقتراحات والتوصيات:

- التركيز أكثر على مختلف مراحل التربية العملية بالجامعات (مرحلة الاعداد ،التمهيد، الاستعداد، التهيئة، المشاهدات ، التدريس المصغر، المشاركة الفعلية ، مرحلة التقويم ..) وتوفير الزمن الكافي لكل مرحلة من أجل اكتساب أفضل لمختلف المهارات التدريسية اللازمة.
- الاعتماد على الأساليب الحديثة المتبعة في التربية العملية و خاصة في مقياس البيداغوجيا التطبيقية كأسلوب التدريس المصغر ، والمشاهدات التلفزيونية سواء لحصص نموذجية في التربية العملية ومناقشتها مع الطلبة أو تسجيل الحصص التي يؤديها الطلبة ومناقشتها بشكل جماعي مع المشرف ، وكذلك الاعتماد على مرحلة المشاهدة الصفية للطلبة بالمؤسسات التربوية للحصص التي يؤديها الأستاذ المتعاون بحضور المشرف الجامعي بحيث يؤثر هذا إيجابا على اكتساب الطلبة الجامعيين لمختلف المهارات التدريسية.
- التركيز أكثر على الجانب التطبيقي للمهارات التدريسية من خلال الحصص التطبيقية و الموازنة بين ما يتلقاه الطالب من معارف و معلومات نظرية وما يمارسه تطبيقيا، لأن هناك فارق بين المعارف النظرية والقدرات الأدائية للطالب حسب مختلف الدراسات .
- ان ترتكز مختلف أدوات التقويم لطلبة التربية العملية على السلوك الأدائي للطالب في ما يخص المهارات التدريسية .
- إشراك كل من المدير والأستاذ المتعاون في عملية تقويم الطالب وذلك من خلال بطاقات الملاحظة التقويمية لأدائه والتي تكون معدة من قبل اللجنة القائمة بمتابعة تنفيذ برنامج التربية العملية، وكذلك إنشاء بطاقة تقويم للطالب تعبأ من قبل المشرفين الجامعيين تحتوي على مختلف المهارات التدريسية الأساسية .

9-قائمة المراجع:

- الجابر، وليد، اخرون. (2004). **طرق التدريس العامة**، ط2، دار الفكر العربي، الأردن.
- الجعافرة ، عبد السلام .(2015) .**المناهج أسسها و تنظيمها**،ط1،دار وائل للنشر و التوزيع، عمان- الاردن ،2015
- الجعيد، عبد الرحمان (بدون سنة). **مهارات التدريس الفاعل ، سلسلة التنمية المهنية المبسطة للمعلم** ، مجلة الكترونية ، العدد 3.
- الجعيد، عبد الرحمان. (بدون سنة). **التدريس الفاعل** ، سلسلة التنمية المهنية المبسطة للمعلم ، مجلة الكترونية ، العدد3 .
- حلس ، ابو شقير. (بدون سنة).**محاضرات في مهارات التدريس** ، كتاب الكتروني غير مطبوع.
- حميدة، امام، آخرون. (2003). **مهارات التدريس** ، ط2 ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة-مصر.
- زغلول، محمد .(2004). **تكنلوجيا إعداد و تأهيل معلم التربية الرياضية** ، ط2 ،دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الاسكندرية-مصر .
- زيتون ، كمال (2003). **التدريس –نماذجه و مهاراته** ، ط1 ، عالم الكتاب ، القاهرة-مصر.
- سعد، فهيم. (2004). **طرق التدريس في التربية الرياضية** ،ط2 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة- مصر.

- عايش، أحمد. (2008). **أساليب تدريس التربية الفنية و الرياضية** ،ط1 ،دار المسيرة ، عمان – الاردن.
- عبد الكريم، محمود .(2015). **منظومة الرياضة المدرسية** ،ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة- مصر.
- قطامي، نايفة. (2004). **مهارات التدريس الفعال**، دار الفكر، الأردن.
- ماهر ، آخرون. (2008). **التدريس في التربية الرياضية** ، درا الفكر العربي ،القاهرة-مصر
- مزروع، السعيد، آخرون. (2016). **تطبيقات في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية** ،دار الخلدونية ، الجزائر.
- مصطفى، عفاف. (2014). **استراتيجيات التدريس الفعال** ، دار الوفاء ، الاسكندرية – مصر.
-الفتلاوي، سهيلة.(2010). **المدخل الى التدريس** ، دار الشروق ، الأردن.

التسويق والتسويق والاعلام الرياضي: دراسة نظرية

د/عياد مفتاح محمد القاضي
د/ نجمي مختار سعد الهمالي

المستخلص

تشكل الرياضة احد عواميد لاقتصاد للعديد من البلدان . حيث تعمل كثير من الحكومات على صياغة سياسات تهدف إلى جعل قطاع الرياضة قطاعًا مساهمًا في قاعدتها الاقتصادية عن طريق الاستثمار في التسويق والاعلام الرياضي. حيث أنه تعتبر نفسها المالك الرئيسي للقطاع الرياضي ومؤسساته من حيث التمويل والإدارة. ومع ذلك، استنجت الدراسة الحالية إن السياسات التي تسعى إليها تلك الحكومات بتزاوج نموذج الشراكة بين القطاعين العام والخاص في هذا القطاعات الرياضي لم تنفذ بعد على وجه الخصوص في التسويق والتسويق الرياضي. يصور التسويق الرياضي بأنه تسويق المنتجات والخدمات الرياضية مباشرة إلى جمهور مستهلكي الرياضة، ومن ناحية أخرى، فإنه يستلزم تسويق المنتجات أو الخدمات الاستهلاكية والصناعية الأخرى من خلال الترويج الرياضي. يذكر شلوسبيرج (1996) أن "الرياضة أصبحت وسيلة تسويقية في حد ذاتها مع القدرة على استهداف المنتجات والخدمات وتقسيمها والترويج لها وإلقاء الضوء عليها في الأضواء البطولية". ويرى أيضًا أن عددًا كبيرًا من الشركات، التي لا ترتبط بالرياضة بأي شكل من الأشكال، تستخدم الرياضة كأحد المكونات الحيوية لمزيجها الترويجي. فمن ثم سيكون التسويق الرياضي فعالاً فيحال تم تصميم النشطات الرياضية من قبل منظومة القطاع الرياضي من اجل لبية ورغبات المستهلكين الرياضيين واحتياجاتهم الرياضية من خلال عمليات التبادل التي تهدف إلى توليد إيرادات من شأنها تطوير الرياضة وتعزيز الاقتصاد وللمساهمة في الدخل والناتج المحلي.. يحدد المقال النظري الاسس والمفاهيم للتسويق الرياضي الفعال لتحقيق رؤية شفافة من خلال يتم اعتماد وتنفيذ مزيج التسويق الرياضي في قطاع الرياضة مع مشاركة أصحاب النشطة للشركات والمنظمات الخاصة وكذلك المصلحة الآخرين. ولذلك (أكارا،2007، 2009 ، 2010 أ، 2010 ب، 2012) يقول: سيكون من المناسب أن يدمج التسويق الرياضي في مزيج التنمية الاقتصادية .

الكلمات المفتاحية: التسويق، التسويق الرياضي، مزيج التسويق، مزيج التسويق ق الرياضي

مقدمة

الظاهر للعيان أن مجالات التسويق والتسويق والاعلام الرياضي تشهد كل لحظة من أيام القرن الواحد والعشرين طفرة عظيمة واسعة الأبعاد والمستويات، متمثلة في ظاهرة ثورة معلوماتية و انفجارا لتكنولوجيات الاتصال وسائل الاعلام تلقي بظلالها على مختلف مناحي الحياة، ونتيجة لذلك حاول كثير من المتخصصين المهتمين في مختلف المجالات الاستفادة من هذا الظاهرة و توظيفها في حقول تخصصاتهم في تسويق القطاع الرياضي الاعلام الرياضي الجديد. فالتسويق الرياضي عملية معقدة ،مركبة له أسس و مكونات ووظائف ونشاطات أساسية وطرق معروفة، وله أدبياته و مادة تعليمية ووسائله و بيئة موجودة من حولنا تحيط بنا. من هذا المنطلق فإن وجود تكنولوجيات التسويق وأدواته

في مجال التعليم الرياضي أمرا حتميا كي ينسجم توافقيا مع تطور المجالات الرياضية. الامر هذا أدى بالمسؤولين عن مؤسسات الرياضة في القطاعين الحكومي والخاص تتسابق في مضمار التسويق والاعلام الرياضي باتجاه إيجاد وتوفير الوسائل الفعالة التي تساعد الصناعة الرياضة على الإبداع بشكل متطور وذلك بالاستغلال الصحيح لأدوات تقنيات المعلومات والإعلام (الإعلان والعروض الترويجية والعلاقات العامة (الاتصال)، الحديثي، وشبكات مواقع التواصل الاجتماعي عبر الانترنت في الشبكة العنكبوتية.

المشكلة البحثية للورقة: الوضع الراهن للمشكلة في الداخل والخارج

ماذا يعنيه حقًا التسويق والتسويق الرياضي؟ بالنسبة للكثير منا" ولماذا؟ نظرًا لأن التسويق هو شيء يؤثر على كل واحد منا في كل لحظة يقظة من حياتنا - على الرغم من أن قد لا نكون بالضرورة واعين بذلك (Palgrave , 2011)؛ (ليمان، 2002) . وما دام التسويق مجالاً محورياً، فإن هدفنا أيضاً مناقشة ماهية التسويق وتأثيره على الافراد والمجتمعات والدول ومؤسساتها ، ناهيك عن مدى تأثير الحيوية على الحياة اليومية للمؤسسات والأفراد، فالتسويق ، والتسويق الرياضي يمسان كل شيء في حياتنا اليومية، ويؤثران فيها، وفي كل جانب من جوانب تشغيل الأعمال (MSB&TDC, 2010)، والمجتمع ككل الداخلي والخارجي. وفي هذه الحالة، لا يقتصر التسويق على الكيانات التجارية ولكنه يشمل الوحدات الحكومية وغير التجارية أيضًا؛ وهذا يؤكد على دور الحكومات في الإدارة في توفير البنية التحتية لتطوير العمليات التسويقية مع تطبيق تقنياتها. لا يتم تطبيق تقنيات التسويق على السلع فحسب، بل أيضًا على الأفكار والخدمات (Czinkota & Ronkainen, 1998). ولكن مفهوم نشاطها عند (سولومون وستيوارت (1997م)؛ سوانيس (2001)، محرر قاموس أكسفورد المرجعي المدمج؛ سولومون وستيوارت، (1997)؛ زينبوكس، (2008)؛ و عطية (2007) غالبًا ما يتم فهم بشكل جزئي فقط من قبل المشاركين في العملية التسويقية والمزيج التسويقي، والمفاهيم الرئيسية للتسويق كما تمارس اليوم في الشركات التطلعية أيضًا. كما يتم تقديم التعريف بمفاهيم ومصطلحات التسويق وممارسة الأعمال التجارية لتنطباقها على الأعمال التجارية بشكل عام وعلى صناعة الرياضة بشكل خاص لأن التسويق والتسويق الرياضي لهما وظائف تجارية واقتصادية وترفيهية وتعليمية وثقافية مهمة جدًا(, Hemmali 2013)؛ لذا يجب على أي شخص يخطط لمهنة الأعمال أن يعرفها (سولومون وستيوارت) ، 1997)؛ ويرى الباحثان أن مفهوم مصطلح التسويق والتسويق الرياضي مازالت تعتريهما الغموض لدى الكثرين من غير المتخصيين وجمهور الناس في المجتمع، ووفقا لزكي والمقري (1998)؛ فعليه فإن مفهوم التسويق بشكل عام لا يزال تشغله العديد من التساؤلات، لدى الموردين ، والتجار والمستهلك، وغيرهم الكثير من الجمهور العام، كل منهم لديه اهتماماته وآرائه الخاصة حول مفهوم التسويق وأنشطته التي تدعم مهام المؤسسة الرياضية. فالتسويق و الرياضة ظاهرتان اجتماعية وحضارية، دائما تعكس قيم المجتمعات وتطورها و رقيها ، فما يعدان من أبرز دعائم التنمية الشاملة، وخاصة الرياضة لاهتمامها وعنايتها عناصر المجتمع فكرا و جسدا . وعليه يقول Aaron (2008) C.T. Smith : إن مبادئ وأدوات التسويق الرياضي تمثل المعرفة الأساسية التي يحتاجها مسؤولو الرياضة من أجل وضع رياضتهم أو جمعيتهم أو ناديهم أو فريقهم أو لاعبهم أو رمزهم أو حدثهم في سوق الرياضة عالي التنافسية.

أسباب ودوافع اختيار الموضوع: لماذا هذه المقال؟

بالرغم من أن القطاع الرياضي يحظى بتركيز كبير في رؤية وسياسات الكثير من الدول، إذ تشدد على ضرورة النهوض بالرياضات لرفع من معدل ممارسة المجتمع للرياضة؛ و تسعى تلك الدول إلى ترسيخ أهمية وعى المجتمع بالرياضة، وربطها بالتسويق، وذلك من خلال توفير البيئة المناسبة، ليكون سلوكا راسخا بين جميع المواطنين في مجتمعاتها. ومما لاشك فيه ان صناعة التسويق و الصناعة الرياضية كل يوم تشهدان تطورا متناميا ملموسا متلاحقة في مختلف تخصصاتها العلمية النظرية والتطبيقية والمهنية على المستويات المحلية والإقليمية والدولية، وهذا يجسده ما تترجمه التطبيقات المحسوسة للأحداث الرياضية التي تنسجم تناغما مع ثورة المعلومات والاتصالات وتقنيتها التي تلقي بشعاعها وتضفي بمظلتها ضلالها المؤثرة على مستويات الاداء الرياضي ، وذلك للقفز به من مرحلة ضبط ميكانيزم الأداء الرياضي إلى الإنجاز وتنمية مستوياته للنهوض بالرياضة والراعين والرياضيين والمسوقين معا ومن ثم تأتي هذه الدراسة للمشاركة في المؤتمر الدولي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة برعاية اللجنة الأولمبية الليبية، والذي تساهم فيه كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية بجامعة طرابلس الليبية ، سعيا منها للرقي بالرياضة الليبية وعلومها. فبالنظر الى الهيكل التنظيمي للرياضة في كثير من الدول بما فيها ليبيا فإنه يمكن للبحثين تحديد الدولة هي المالك الرئيسي للرياضة من حيث الإدارة و التمويل. فغالبا ما تقوم الحكومة بصياغة السياسات التي تهدف إلى جعل قطاع الرياضة قطاعًا مساهمًا في قاعدتها الاقتصادية، وإلى استخدام نموذج الشراكة بين القطاعين العام والخاص في هذا القطاع ليتم تنفيذ السياسات المتعلقة بالتسويق . حيث يصور التسويق الرياضي في تسويق المنتجات والخدمات الرياضية مباشرة لمستهلكي الرياضة، ومن ناحية أخرى، يستلزم تسويق المنتجات، أو الخدمات الاستهلاكية والصناعية الأخرى من خلال الترويج الرياضي. ومن ثم سيكون التسويق الرياضي فعالاً في المجتمع إذا تم تصميم الأنشطة الرياضية من قبل قطاع الرياضة والتسويقية لتلبية الاحتياجات والرغبات الرياضية لمستهلكي الرياضة من خلال عمليات التبادل التي الهادفة إلى توليد إيرادات من شأنها تطوير الرياضة وتعزيز الاقتصاد المجتمعي المحلي. خاصة وأن كثير من الدول تستخدم تسويقًا رياضيًا غير فعال وغير مناسب واستراتيجيات التسويق الرياضي غير مؤثرة. لذا قام الباحثان بإجراء هذه الدراسة النظرية للمساهم في هذا المؤتمر، التي تهدف إلى زيادة المعرفة بالتسويق والتسويق الرياضي ودور الاعلام في تسويق الرياضة وبرامجها، ورفع المعرفة حول كيفية استخدام المسوقين الرياضيين المحليين للمزيج التسويقي الرياضي، لتطوير تسويق الصناع الرياضية، وفي هذا اعتمد على الباحثان على خبراتهما في مجال التسويق والعلوم الرياضية، وكذلك الاستناد على وثائق الادب المنشور في هذين المجالين. ومن ثم فهذه الورقة تأتي لتحدد المفاهيم الرئيسة للتسويق والتسويق الرياضي ودور الاعلام الفعال لتحقيق رؤية شفافة ، وذلك من خلال اعتماد وتنفيذ مزيج السوق الرياضي في قطاع الرياضة مع المشاركة النشطة للشركات والمنظمات الخاصة بالإضافة إلى أصحاب المصلحة الآخرين في القطاعين الحكومي والخاص على المستويين المحلي والخارجي.. إلا أن القطاع الرياضي يواجه معوقات اجتماعية واقتصادية وتكنولوجية وتسويقية جديدة. الامر الذي يستدعي التغلب على هذه التعقيدات. فمن ثم فهناك عدة أسباب لاختيار الباحثان لهذا البحث والقيام به. منها دافعية شخصية (ميول و رغبة في خوض هذا المبحث)؛ وأخرى اكاديمية؛ وثالثة الموضوعية.. يمكن الإحاطة بها في الفقرات التالية وأخيرا أن هذا الموضع يلمس مجالا دراسيا يتماشى مع التوجهات الاجتماعية والاكاديمية و الاقتصادي لصناعة الرياضة والتسويق والاعلام الحديثة؛ وكذلك لتعرف المشاكل التي

تواجه التسويق الرياضي وإبرازها من حيث الرؤية، و الأسس، والاهمية و الأهداف التنظيمية والاستراتيجية

أهمية موضوع الورقة

الأهمية العلمية والمجتمعية:

تلتصق أهمية هذه الدراسة بموضوع الورقة نفسه " الرياضة والتسويق والتسويق والاعلام الرياضي ". فالرياضة أولا - تلعب دورًا مهمًا في المجتمع ، لما لها توفره فوائد رفاهية، وصحية بدنية وعقلية وعاطفية، وتأثير على فئات الأفراد، والمجتمعات ككل، فالرياضة ليست مجرد متعة وألعاب، فهي مهمة في الحياة اليومية، فهي رؤى واهداف واسس ونمط حياة. حيث تعمل على تعزيز العمل الجماعي والانضباط، فهي تتمتع بمزايا عديدة للأشخاص من جميع الأعمار. فالرياضة هي مجموعة من الألعاب والنشاطات تجذب ملايين الأشخاص في جميع أنحاء العالم، فهي ظاهرة، كما أنها موضوع شائع في وسائل الإعلام المختلفة والمقابلات والدراسات. ومن أجل فهم أفضل للتسويق والتسويق والاعلام الرياضي على المستويات المحلية والإقليمية والدولية، والتسويق والتسويق الرياضي ثانيا- يعتبر التسويق من الأدوات الضرورية -له أسس، أهداف ، ورؤى، و استراتيجيات واضحة - التي تساهم في حل المشاكل التي تعترض المؤسسات الرياضية والتغلب عليها، وتعمل على معاونتها في النمو والتطور. فالتسويق و الاعلام الرياضي مهمون لضرورتهم في المجال الرياضي، فهم حلقات في سلسلة مترابطة لكونهم البوصلة التي تحدد الوجهة الصحيحة وترسم اتجاهات الطريق السليمة للتوجهات الرياضية المأمولة والتي يفضل السير بها من خلال إعلام استراتيجي شفاف له قيم ومعايير للمنظمات الرياضية، فالتسويق والتسويق والاعلام الرياضي كل عمليات متكاملة مكملة لبعضها البعض. ومن ذلك تستمد هذه الدراسة أهميتها من الجوانب التالية:

الأهمية الفكرية والعملية:

يعتبر تناول دراسة العوامل (بداية من النظام الاجتماعي السياسي والاقتصادي ، وتكنولوجيات المعلومات والاعلام والاتصال؛ وصولا الى التسويق المؤثرة على التسويق الرياضي من المواضيع المهمة التي تساهم في تنمية التوعية بالفكر التسويقي الحديث كونها من مصادر الارتقاء بالقطاع الرياضي ، وذلك لتطوير وتوسيع قاعدته الرياضية وتقدم مسيرتها، و ضمان استمرارها، و تجاوز المعوقات التي تعيق أهداف ورسالة المجال الرياضي المتمثلة في تحقيق الرعاية الكاملة وإتاحة الفرص لتنمية الملكات الذهنية والبدنية والفكرية. والتي تعمل على السعي إلى تبني استراتيجيات التسويق والاعلام الرياضي الحديث، والتي تسمح بإتاحة الفرص للمنضوين تحت مظلة القطاع الرياضي المساهم بالمشاركة في صناعة واتخاذ القرارات؛ لزيادة القدرة التنافسية. وإبراز دور التسويق الرياضي الناجح في تحقيق أهداف الحقول الرياضية.

ولكون التسويق والتسويق والاعلام الرياضي يعد موضوع مهما في أدبيات الكثير من الهيئات، والكتاب والباحثين . قام الباحثات بإعداد هذه الورقة لدراسة التسويق الاعلام الرياضي بالشكل المناسب، ولتسليط الضوء على التسويق الاعلام الرياضي وإبراز أهمية وجوده كنوعية مميزة ومساندة للصناعة الرياضية، وللدولة واقتصادها، لتخدم الفئات المستهدفة المهتمين من مسوقين ، ورعاة الرياضة من اتحادات رياضية ورؤساء أندية ، والأشخاص الاعتباريين ، والمدربين، والباحثين، والطلاب

المتخصصين، واللاعبين الذين يحاولون الانخراط في ارتباطات عبر الحدود، من لاعبين ، ومدربين، وحكام ، بالخصوص المسؤولين ، والجمهور المستهدف (المشجعين).

أهداف الدراسة:

تسعى هذه الورقة أن تكون لمساهمة في إبراز التسويق والتسويق والاعلام الرياضي تزامنا مع ما يشهده العالم متغيرات تقنية في كافة المجالات منها رياضية، كما تقدم عرضا راجعا لأدبيات الموضوع ذات العلاقة بأحد محاور المؤتمر ، خاصة وان اصبحت علوم الرياضة بمختلف تخصصاتها تشهد تطوراً سريعا بكافة مجالاتها العلمية والنظرية، وهي تتجسد في ترجمة تطبيقية بكافة الأحداث والمناسبات الرياضية ، تناغما مع ثورة التقنيات الرقمية وتكنولوجيا الاتصال والمعلومات التي ألقت بظلالها على مستوى الأداء التسويقي والإعلامي بالمجال الرياضي والانتقال به من مرحلة ضبط آليات الأداء الى مرحلة الإنجاز وتطوير مستوياته. وأخيرا يهدف الباحثان في أن تكون هذه الورقة دعامة للمؤتمر "المؤتمر الدولي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة " تضيف شيء من القوة في مجال التسويق والاعلام الرياضي ومراكز المعلومات الرياضية. وتثري المكتبة الرياضية بمساهمة بحثية تضاف إلى الدراسات والبحوث السابقة الامر الذي يعطي هذه الورقة أهمية لتناول هذا الموضوع.

مفاهيم المصطلحات المذكورة "المستخدمة" في ورقة البحث

استعراض أدبيات الموضوع: مداخل نظرية

ليس بخفي على رواد المعرفة والبحث العلمي التخصصي أهمية ادبيات الموضوع التي تكتسب اهمية ليس فقط في تحديد مسارات البحث العلمي، وإنما أيضا في وتوجيه وتدعيم مسارات الباحثين. فهي تعد القاعدة الرئيسية لجغرافية بحوثهم، تلك البحوث العلمية لا تخرج من فراغ وإنما ينطلق ارضية الدراسات راجعة للمجالات الموضوعية، ويرى الباحثين أن ذلك يجعلهما على معرفة وفهم جوانب موضوع هذه الدراسة اكثر واخذ فكرة عامة عن طريقة دراستها ،ناهيك عن أن أدبيات الدراسات لنفس الموضوع تتفتح عيني الفكر للباحث و تزود ه بدراسات تخدم موضوع دراسته .لهذا وقدر المكان يحاول البحثان في هذه الورقة الحصول على دراسات منشورة لها صلة، او، مشابهة لمقالتهما هذه، وقد افرز جهدهما في البحث في متصفحات البحث في الشبكة العنكبوتية (باستخدام اداة البحث الانترنت) استرجاع إذا، بالضرورة فإن احدى الخطوات الأساسية في إجراء دراسة بحثية، هي الاطلاع على الأدبيات المتعلقة بمجال البحث من أجل التعرف على مجموعة المعرفة الحالية.. في الواقع إن مراجعة أدبيات الموضوع هي جزء أساسي من عملية البحث ولها تأثيرات كبيرة على جميع أجزاء البحث اللاحقة. لأنها بشكل أساسي تشكل النظرة العامة للدراسة البحثية. الغرض من استخدام مراجعة الأدبيات هو الحصول على صورة كبيرة لمجال البحث. ولإنجاز ذلك، فالبحثان قام بإجراء بأجراء مسح في محرك البحث جوجل في الفترة ما بين بداية ونهاية شهر نوفمبر 2023، للتعرف على أدبيات الدراسات ذات العلاقة ببحثهما و مرتبطة ببيان غرضه؛ -على حد سواء كانت تجريبية، أو نوعية، أو كمية أو مختلطة - ذات العلاقة ، وذلك بالاطلاع عليها للتعرف على المفاهيم التي تدعم الموضوع وتبرهن الحاجة إلى الدراسة " التسويق والاعلام الرياضي " فكانت محصلة نتيجة البحث تساوي About 16,500 results؛ بينما كانت النتيجة حول " التسويق والاعلام" هي : About 39,100 results؛ وموضوع التسويق بلغ About 55,200 results ؛ و التسويق الرياضي هي About 33,600 results ؛ والتسويق والتسويق الرياضي About 31,800 results ؛ حول موضوع التسويق والتسويق الاستراتيجي

الرياضي ، و التسويق الاستراتيجي الرياضي About 23,300 results ؛ حول موضوع التسويق الاستراتيجي About 27,400 results ؛ حول موضوع استراتيجية التسويق About 44,000 results حول موضوع استراتيجية التسويق الرياضي About 27,000 result ، حول موضوع علاقة التسويق بالتسويق الرياضي About 49,900 results، حول موضوع التسويق المعاصر About 44,500 results، حول موضوع التسويق الرياضي المعاصر About 25,600 results ؛ حول موضوع التسويق الرياضي الالكتروني About 30,400 results حول موضوع التسويق الالكتروني ، About 26,200 result ، حول موضوع التسويق بالعلاقات About 41,500 results ؛ حول موضوع التسويق الرياضي بالعلاقات . في هذا الجزء ، تتم تناول الأدبيات المتعلقة بالتسويق والتسويق والاعلام الرياضي.

التسويق العام و التسويق والاعلام الرياضي الأسس والمفهوم والاهمية و التطور

ينقسم هذا الجزء إلى قسمين رئيسيين. في الأول، سيتناول الباحثان فيه الأسس النظرية للتسويق، وذلك بألقاء نظرة عامة على المفاهيم العامة . يقدم القسم الثاني نظرة مركزة على التسويق والاعلام الرياضي، متضمنة مناقشة الأدبيات المتعلقة بالتسويق بصفة عامة والتسويق والاعلم الرياضي بصفة خاصة. بمعنى أنه سيتم أيضًا إجراء محاولة للجمع بين مجالي التسويق ، والتسويق والاعلام الرياضي. بالنتيجة، يرى الباحثان أنه للتعرف على التسويق الرياضي، بداية هو التعرف على التسويق، و على مفاهيم واهداف التسويق واهمياته ومزيجه؛ وصولا إلى ماهية التسويق الرياضي.

أولا- التسويق - اسس نظرية

المفهوم المشترك الشائع للتسويق

الأساس الكبير للمناقشة التالية مستمدة من العديد من أعمال متمثلة في أدبيات و**كتب منهجية تعليمية ، وابحاث** التسويق. فهناك العديد من المفاهيم التسويقية متنوعة متناولة حسب تنوع الأفراد والباحثين والجمعيات والمنظمات. وكل تعريف لها يشتمل على عدة جوانب، يخدم فترة زمنية معينة وأهداف محددة، ويعكس أبعادا ووجهات نظر بشكل خاص. هنا سيكون تركيز الباحثان منصبًا على التسويق بشكل عام وعلى الرياضي بشكل خاص. هناك عدة أسئلة مهمة في ذهن الباحثين يجب أن تطرح. هنا سيحاول الباحثان الإجابة عن الأسئلة التالية:

متى نشأ التسويق، وما هي ومراحل تطوره . • ما المقصود بالتسويق؟ ؛ • ما هو مجال التسويق؟

تاريخ التسويق ومراحل تطوره

للتعرف على نقطة البداية لتعريف مصطلح التسويق، يجد الباحثان أنه من الأفضل أن يقتصر على التعريفات الأكثر شهرة، لذا يريان البدء ببعض التعريفات الشهيرة للتسويق ومن ثم مناقشة دلالات تلك التعريفات فيما يتعلق بالتسويق الرياضي..

هناك من المقارنات والتعريفات للتسويق. فبعض المؤلفين Ali, H., Gomez, R., (2011) يقارن التسويق بالاقتصاد؟. السبب الرئيسي، من بين أسباب أخرى، هو أن التسويق كان في الأصل جزءًا لا يتجزأ من دورات الاقتصاد ولم يكن تخصصًا مستقلاً إلا بعد سنوات عديدة من تأسيس علم الاقتصاد. بعد مقارنة التسويق بالاقتصاد، سنواصل تتبع تاريخ التسويق باعتباره نظامًا أكاديميًا مستقلاً في مجال الإدارة.

هناك العديد من الادبيات والأبحاث والكتب المصدرية، التي تغطي معظم المواضيع الرئيسية المتعلقة بالتسويق وبمبادئه. وقد اطلع الباحثان وقرأ العديد من المصادر الأساسية القديمة والجديدة المتعلقة بالموضوع، والتي من بينها:

Kotler and Armstrong , (2010) ; Berry, L.L. and A. Parasuraman(2004); Kotler, P., S.H. و Jagpal, P. (1999); و Brassington, F. and S. Pettitt (2007); Ang, S.M. Leong and C.T. Tan (2007); Lambin, J. (2000). بالنسبة الى موقع تويتر (2000) فإن التسويق لا يبدأ بمنتج جديد مبتكر ولكنه يبدأ مع العملاء، وهم الأشخاص الذين يجعلون العمل ناجحاً، وهنا تبدأ الأنشطة التسويقية، وليس عند النقطة التي يكون فيها المنتج الواحد، الخدمة والفكرة جاهزة للتسويق. وبشكل عام، يقدم الباحثان هنا لأهم أربعة من الإصدارات ل ("AMA " American Marketing Association و "CIM " The Chartered Institute of Marketing) الأكثر شيوعا، واستخدامًا لمعنى التسويق ،منذ بداية التسويق وحتى الوقت الحاضر:

1- يتكون التسويق من تلك الأنشطة التي تشارك في تدفق السلع والخدمات من نقطة الإنتاج إلى نقطة الاستهلاك. (1938، جمعية التسويق الأمريكية)

2- التسويق وفقا *Peter Drucker, 1954).*)- الذي كان مستشارًا إداريًا ومعلمًا ومؤلفًا أمريكيًا نمساويًا، ساهمت كتاباته في وضع الأسس الفلسفية والعملية لنظرية الإدارة الحديثة. كما كان رائداً في تطوير التعليم الإداري، واخترع المفاهيم المعروفة بالإدارة بالأهداف وضبط النفس، وقد وُصف بأنه "مؤسس الإدارة الحديثة"- هو واحد من المكونات الأساسية لإدارة الأعمال والتجارة.

3- التسويق هو عملية تخطيط وتنفيذ التصور والتسعير والترويج وتوزيع الأفكار والسلع والخدمات لخلق التبادل وإرضاء الأهداف الفردية والتنظيمية (1985)

4- التسويق هو العملية الإدارية التي تحدد متطلبات العملاء وتتوقعها وتوفرها بكفاءة وبشكل مربح. (معهد تشارترد للتسويق، 2003)

5- التسويق هو نشاط مجموعة من المؤسسات وعمليات إنشاء وتوصيل وتقديم وتبادل العروض التي لها قيمة للعملاء والعملاء والشركاء والمجتمع ككل. (2007، جمعية التسويق الأمريكية).

6- التسويق هو عملية تحديد العملاء و"إنشاء وتوصيل وتسليم وتبادل" السلع والخدمات من أجل إرضاء هؤلاء العملاء والاحتفاظ بهم. (lumenlearning.com , 2011) أي التسويق عبارة عن مجموعة من الأنشطة المتعلقة بإنشاء العروض التي لها قيمة للآخرين والتواصل معها وتقديمها وتبادلها. في الأعمال التجارية، تتمثل وظيفة التسويق في جلب القيمة للعملاء، الذين تسعى المؤسسة إلى تحديدهم وإرضائهم والاحتفاظ بهم. فالمفاهيم و الدور التسويقي هذه في الأعمال التجارية ،تنطبق على المنظمات غير الربحية، والمنظمات الأخرى مثل الرياضة، وحملات المناصرة، وغيرها من الأنشطة التي تهدف إلى التأثير على التصورات والسلوك.

وجد الباحثان أن هناك اختلافات جوهرية موجودة بين التعريفات المذكورة أعلاه، وهذا يفسر التخصص ووجهات النظر. و لتوضيح ما الذي يفسر التغييرات والاختلافات، والتي مر على بعضها اكثر من ثمانين (80) سنة ونيق، وللحصول على المزيد من المعلومات حول هذه التعريفات الرسمية وغير الرسمية، يمكن مراجعة:

((Brassington and Pettitt (2007) و ؛ Ali, H., Gomez, R., (2011);))

ما هي أنشطة التسويق؟

من وجهة نظر الباحثين فإن التسويق يمكن أن يشمل أنشطة مثل:

اختيار الجمهور (المستهلكين) المستهدف، واختيار سمات أو موضوعات معينة للتأكيد عليها في الإعلانات، و

تشغيل الحملات الإعلانية، و الحضور في المعارض التجارية والمناسبات العامة، ومفهوم المنتجات، وتصميم المنتجات والتغليف لتكون أكثر جاذبية للمشترين، و العلامة التجارية (الولاء للعلامة التجارية)، واختيار شروط البيع مثل السعر والخصومات والضمان وسياسة الإرجاع، وضع المنتج في وسائل الإعلام، أو، مع الأشخاص الذين يُعتقد أنهم يؤثرون على عادات الشراء لدى الآخرين، والعقود المبرمة مع تجار التجزئة أو موزعي الجملة أو البائعين، و محاولات لخلق الوعي والولاء والمشاعر الإيجابية حول العلامة التجارية، و الاتصال (الترويج والاعلان)، اختيار سمات أو مواضيع معينة للتأكيد عليها في الإعلان، تشغيل الحملات الإعلانية، ومواقع (أدوات التواصل الاجتماعي عبر الشبكة العنكبوتية "الانترنت")، وحضور المعارض التجارية والمناسبات العامة، وتصميم المنتجات والتعبئة والتغليف لتكون أكثر جاذبية للمشترين، واختيار شروط البيع كالسعر والخصومات والضمان وسياسة الإرجاع، وضع المنتج في وسائل الإعلام، أو، مع أشخاص يُعتقد أنهم يؤثرون على عادات الشراء لدى الآخرين، والعقود المبرمة مع تجار التجزئة أو موزعي الجملة، أو، البائعين، ومحاولات لخلق الوعي والولاء والمشاعر الإيجابية حول العلامة التجارية

ثانيا - تاريخ التسويق

الاتجاهات الفكرية التاريخية للتطور التسويقي

يلعب التسويق دوراً حيوياً في حياة كافة المنظمات الربحية وغير الربحية، الرسمية وغير الرسمية؛ وذلك بالعمل على تحقيق الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها سواءً ما يتعلق بالبقاء والنمو وتحقيق الأرباح، أو ما يتعلق بالمجتمعات والأفراد في تلبية احتياجات ورغبات الأفراد. وللوصول الى ذلك ينبغي أن تكون مؤسساتهم فاعلة مجتمعياً وداخلياً وخارجياً، وبالنظر الى الحساب التاريخي للتسويق والتسويق الرياضي وجدا الباحثان أن مصطلح التسويق تغير وتطور على مدى فترات من الزمن. ومن هذه النقطة سيحاول الباحثان تسليط الضوء على مراحل تطور التسويق حتى اصبح تدريجيا تسويق تقدمي، وأيضا سيقومان بقراءة الاتجاهات الفكرية في مجال التسويق عبر مراحل تاريخه المتدرج .عموما فإن التقاويم التاريخي الصحيح لـ "التسويق" بدأ مع الشركات الرأسمالية المبكرة والنظريات الاجتماعية لنمو الثقافة الاستهلاكية. وهكذا فإن تطور المؤسسات والتسويق يرتبطان بتطور لتكنولوجيات المعلومات ولاتصال كذلك، وهذا يعني أن استثمار التكنولوجيات المتقدمة، و التوظيف الجيد لها في التسويق والاعلام الرياضي سيكون له أثر كبير على كليهما. وهكذا، يرى الباحث أن هناك بعض الحقائق التي يجب معالجتها. إذا كانت المؤسسات والعلوم الإدارية توأماً لا ينفصلان في النشأة، فالتسويق هو المساعد الثالث لنموها، فالمنظمة طوال تاريخها لم تتردد في استخدام أي ابتكارات تكنولوجية ما دامت تلك التقنيات تخدم أهدافها وتحقق أغراضها. وتحقق المنفعة لوجودها. ومن هنا فإن الباحثين سوف يتتبعان بإيجاز مراحل تطور نمو إطار مفهوم التسويق، الذي بدأ في القرن العشرين عندما بدأ التسويق في فصل نفسه عن الانضباط المؤسسي للاقتصاد. و سيعرض الباحثان كذلك، بالتوضيح سبب ادعاء بعض المسوقين بأن إطار التسويق هو الأكثر "تقدمًا" بين جميع التوجهات التجارية، غافلين عن التوجهات

غير التجارية عموما، فبداية أهتم كثيرون من الرواد الفكر بموضوع التسويق وتطوره، من هؤلاء فيليب كوتلر(Kretter et al., (2007)، الذي أشار: إلى أن التسويق مر بمراحل مختلفة من تطوره، في حين سلط Webster, (2005) الضوء على المؤسسات والوظائف، بالإضافة إلى السلع والأسواق والمستهلكين وإدارة الشركة والمجتمع ككل. وأيضا لقد كتب العديد من المؤلفين عن تطور مفهومه وفلسفته التسويق مثل (المنياوي، وآخرون (2008) تطور مفهوم التسويق، (خير الدين 2005)؛ و(السهين وعباس، 2004) تطور النشاط التسويقي (عطية، 2007)؛ وتطوير فلسفة التسويق. (الغرباوي وآخرون، 2007) كيف تطور الفكر التسويقي ؛ و (رزق الله، 2006) التطور التاريخي لأفكار إدارة التسويق؛ (2007؛ Kretter et al .2010) تطور التسويق؛ (Hosford-، 2006 Dunn) مراحل تطور التسويق؛ (Eliášová، 2007) تطوير التسويق الاستراتيجي؛ و (2005 Webster،) وجهة نظر حول تطور إدارة التسويق. و التطور التاريخي لأفكار إدارة التسويق (2005 ، Economic Studies Club)؛ ومن ثم فأن تطور الفكر والمفهوم و التسويقي ، بحسب المؤلفين والاكاديميين المذكورين أعلاه وآخرين مثل Wilkie and Moore (2003)؛ مر بحقب متتالية كل عصر متميز عن الاخر ومكمل له.

مراحل تطور الفكر والمفهوم التسويقي وتوجهاته الادارية:

- العصر الأول: المدرسة الكلاسيكية (1900-1950): "تأسيس المجال وإضفاء الطابع الرسمي عليه"
- العصر الثاني: التسويق الإداري (1950-1975)،
- العصر الثالث: مدارس التسويق السلوكي (1965 إلى الوقت الحاضر)، "التحول النموذجي "النقلة النوعية"- التسويق والإدارة والعلوم"، و
- العصر الرابع: مدرسة التسويق التكيفي/الاستراتيجية (1980 - حتى الآن) "التحول يشتد - تجزئة التيار السائد"

بينما (Kretter et al. (2010 ميزوا بين ثلاث عصور مختلفة:

1. عصر الإنتاج2. عصر البيع 3. عصر التسويق.

في العموم، إن تطور التسويق وفقا لـ: (Ali, H., Gomez, R., (2011 اقتضى على الرواد البحث عن منافذ علمية لمسيرة التطور التسويقي. والجدول التالي يوضح مراحل تطور مفهوم التسويق طبقا للتوجهات في إدارة التسويق.:

جدول يبين مراحل تطور المفهوم التسويقي وفقا لتوجهات الإدارة التسويقية.

ثانيا – التسويق الرياضي؛ ثالثا- مزيج التسويق

- **التسويق الرياضي = Sports Marketing**

أصبحت الاحداث والمناسبات و المنتجات والادوات الرياضية هدفا موضوعيا لتسويق الرياضة كما اصبحت الاحداث والمناسبات الرياضية مجالا للربح المادي عبر توظيف الاستثماري لوسائل الاعلام من لدعاية الإعلامية في شبكات ابث المسموع و البث المرئي، وعبر قنوات التواصل الاجتماعي .

- **تعريف مفهوم التسويق الرياضي**

يشير (Moore and Till, 1994; Gray and McEvoy, 2005). تقليديا . كان يُنظر إلى التسويق الرياضي على أنه: "تطبيق مفاهيم التسويق على المنتجات والخدمات الرياضية المشتملة كذلك تسويق المنتجات غير المتعلقة بالرياضة، وذلك من خلال بعض والعلاقات والارتباط بالرياضة. ومن

المثير للاهتمام أن مفهوم "التسويق الرياضي" لا يزال غامضا بالنسبة لكل من الممارسين والأكاديميين (Fullerton and Merz, 2008). فمما لاشك فيه أن فئات مفهوم التسويق الرياضي متعددة تتراوح ما الاشتراكات و بيع تذاكر المسابقات الرياضية إلى المراهنات القانونية .. فأقتصر هنا تعريف التسويق على أنه بيع التذاكر لفعاليات وضع المقعد بشكل صحيح وفقًا للتنظيمات عينها. وبالتالي تم تضييق نطاق عرض "المنتج الرياضي" على تذاكر المسابقات التي اشتراها جمهور المتفرجين فقط . فكثير من الأدبيات الموجودة (استطلاعات التسويق الرياضي، 2002)؛ ناقشت مفهوم "التسويق الرياضي" في حدود ضيقة. فإننا لا نفضل تضييق حدود مفهوم سويق القطاع الرياضي. في عالم اليوم، من الأهمية بمكان أن يتم الاعتراف بتسويق المنتجات غير الرياضية من خلال الأحداث الرياضية كأحد المكونات الأساسية للتسويق الرياضي. يستخدم العديد من المسوقين استراتيجية تسويق الأحداث الرياضية كمنصات لجذب المستهلكين لبيع مجموعة كبيرة ومتنوعة من المنتجات. معظم هذه المنتجات إما أن تكون لها علاقة ضئيلة للغاية أو لا علاقة لها بالرياضة على الإطلاق.. هذه الاستراتيجية التي لم يطبقها المسوقون الرياضيون لتسويق المنتجات غير المرتبطة بالرياضة يعرفها (Gray and McEvoy, 2005)؛ باسم "التسويق من خلال الرياضة" عموما يمكننا القول بأن التسويق الرياضي هو مجموعة من الوظائف والنشطات الرياضية العاملة على انسياب الخدمات والسلع المنتجات الرياضية من المصنع الى المستهلك والعمل على ارضاء حاجات ورغبات الافراد لإتمام اهداف مؤسسات القطاع الرياضي. انطلاقا من أن الرياضة ليست محلية الصنع فممارسة نشاطاتها في كل مكان، فلرياضية في وقتنا هذا أهمية كبيرة لأنها تحظى باهتمامات على المستويات المحلية والإقليمية والقارية والدولية من تشجيع ليست فقط الممارسة بل والتعليم والتسويق والاعلام الرياضي، وأيضا لما لها من تصنيفات كثيرة ، وناهيك عن السمة التنافسية التي تتميز بها الألعاب الرياضية في مختلف المجالات دولية، الامر الذي أدى الى تأسيس الوزرات والاتحادات والكليات والاقسام التعليمية، والهيئات والأندية الرياضية، وانشاء الملاعب المفتوحة والمغلقة، والساحات، والمؤتمرات. وهذه العوامل كانت الدافع وراء توظيف التسويق والاعلام الرياضي. فالرياضة الان وسيلة تسويقية لها القدرة على استهداف المنتجات والخدمات وتقسيمها والترويج التسويقي لها وإلقاء الضوء عليها في الألعاب البطولية. فكثير من الشركات التي لا ترتبط بالرياضة تستخدم المزيج التسويقي، وذلك باستثمار الرياضة كأحد المكونات الحيوية لمزيجها الترويجي.

Fullerton, S., & Merz, R. (2008). The four domains of sports marketing: A conceptual framework. Sport Marketing Quarterly, 17(2), 90–108.

Knowledge, confidence and the role of physiotherapists toward physical activity promotion

Khawla Krayem **Ayiman Husayn**

Abstract

Physical activity has been recognized as first-line therapy and accepted as an important priority in public health worldwide. Therefore, healthcare professionals play a central role in the promotion of a variety of health behaviors and are ideally positioned to promote physical activity. While, health care professionals trained in exercise prescription have the potential to play an important role in promoting regular physical activity. Therefore, this study aimed to determine the perception of physiotherapists about their knowledge, confidence and role in promoting physical activity. Method design used in this study is the Quantitative, the self-questionnaire assessed with knowledge, role perception, and confidence regarding physical activity promotion. The data collected by e-mails, for (106) physiotherapists invited to participate. There were 87 physiotherapists' responses to questionnaire. Results: show responses to the questions of knowledge of physical activity promotion were in agree to disagree options with the highest one 97.8%, the questions of confidence about physical activity promotion with 96.6% and on the questions of the role perceptions of physical activity promotion with 100%. Conclusion: physiotherapists have good enough knowledge, confidence and role perceived concerning physical activity promotion practices.

Keywords: physical activity, physiotherapists, knowledge, role.

1-Introduction

The health benefits of physical activity for people are well established (Cunningham et al., 2020). There is strong evidence that physical activity contributes to increased physical function, reduced impairment, independent living, and improved quality of life (Davies et al., 2019). Scientific evidence has emphasis on promotion of physical activity to positive impact on physical and mental wellbeing (Van Dyck & Salmon, 2015; Kesaniemi et al., 2010; Albert et al., 2020).

Regular physical activity is one of the most powerful health promoting practices that healthcare professionals can recommend for patient (Berra et al., 2015). Epidemiological studies have indicated that physical activity is accepted worldwide as a public health priority (Lee et al., 2020 & Bauman A, E 2012) and the recommendation states that adults should be active 5 days per week and have at least 30 minutes of moderate-intensity activity daily (Aweto et al., 2013).

It is recognised that primary healthcare professionals such as physiotherapists are ideally play an important role in the promotion of a variety of health behaviour and are ideally positioned to promote physical activity (Wheeller et al., 2017).

physical therapist is a health care professional specializing in human movement and its relationship with health. Most of studies were conducted on the physical therapists have reported that, physical therapists are experts in movement and exercise, with their skills and knowledge of the risk factors, ideally placed to promote, guide and prescribe safe of physical activity (Verhagen et al., 2009; Shirley et al., 2010; Aweto et al., 2013).

In this study will show the healthcare professionals such as physiotherapists their role of promote physical activity participation to patients plan treatment, through find and identify the knowledge, confidence and the role perception of physical therapists with incorporation of health promotion in their practices.

2-METHODOLOGY

The study was conducted in public and private centres at physiotherapy departments in Az-Zawia city. The public centres were at Zawia teaching hospital, medical technology college that are in the centre of Az-Zawia city, Almotred general hospital is in the west of the Az-Zawia city. Private centres were in physiotherapy departments as Adeqa medicalservices, Nawat al mustakbal hospital, Active clinic, Albaraka centre, Allibye Alajnaby centre and Alsanabil centre.

The study was quantitative design (questionnaire) to investigate and determine the knowledge, confidence and the role of physiotherapists toward physical activity promotion. The participants in this study included all available physiotherapists who practicing the physical activity in the public and private centres and also academic physiotherapists at physiotherapy department in medical technology college who have experience with activity promotion.

The data collected by e-mails, for (106) physiotherapists invited to participate. There were 87 physiotherapists' responses to questionnaire.

Data analysis was used counting the number of values present for the sampled data elements by Microsoft Excel Version 2016 and the Microsoft Word 2016 packages. Descriptive statistics in form of means, percentage, and frequencies were calculated and the results were presented in form of graphs and tables illustrative diagram.

3-RESULTS and DISCUSSION

A total of 106 physiotherapists invited. 87 physiotherapists agreed to participate in the study and the response rate of 82.1%.

More than three-quarters of the sample 70.10% were female and 29.9% were male. The majority of the participants were a baccalaureate degree approximately 79.3% of the study sample. The demographic characteristic of the study is summarised in table 1.

Table 1: demographic characteristics

variable	frequency(n)	Percentage (%)
Gender		
Female	61	70.10%
Male	26	29.90%
Academic qualification		
baccalaureate	69	79.30%
Masters	9	10.30%
Doctoral	1	1.10%
Other	8	9.20%
Work at		
public center	19	21.80%
private center	39	44.80%
both	32	36.80%
Experience years		
1-5 years	54	62.10%
5-10 years	19	21.80%
10-20 years	11	12.60%
>20 years	4	4.60%

2.1 knowledge of physical activity promotion

The responses to the questions of knowledge of physical activity promotion were in agree to disagree options and the responses are summarized in table 2 below.

Table 2 physiotherapists' knowledge of promotion of physical activity

ITEMS	AGREE	DISAGREE
taking the stairs at work and general being more active each day is enough physical activity to health	35(40.2%)	52(59.8%)
half an hour of walking on most day is all the exercises that needed for good health	79(90.8%)	8(9.2%)
exercises that is good for health and weight loss	85(97.7%)	2(2.3%)

Physiotherapists who participate in regular physical activity program can prescribe the physical activity to their patient that it considered as intervention to their patient due to the knowledge and skill in using exercises (Ngarambe, 2011).

That confirmed by American physical therapy association (2014), prescribing structured exercises programs as therapeutic intervention and promoting physical activity as physiotherapists' role.

Pears et al. (2020) indicated that health care professional as physiotherapists are well placed to promote the physical activity, and organise their effort based on knowledge and skills of physical activity (Simons et al., 2009).

This study found that, the majority of participants (97.7%) agreed for "exercises that is good for health and weight loss". These findings are similar to the studies conducted in South wales, Australia on physiotherapists and physiotherapy students by Shirley et al. (2010) and conducted in Nigeria on physiotherapists by Aweto et al. (2013) in which the physiotherapists agreed to exercises that is good for health and weight loss.

Most of the participants (90.8%) in this study were also agreed to "half an hour of walking on most day is all the exercises needed for good health". These findings also were similar to studies conducted in Nigeria by Aweto et al. (2013) and in South wales, Australian by Shirley et al. (2010). In another study about physical activity promotion, most of participates agreed to exercises that good for health and must be from moderate to vigorous in intensity (Cliffort et al., 2018). The physiotherapists in this study therefore had good knowledge to enable them to promote physical activity to their clients. Adult should participate in regular physical activity 150 min of moderate aerobic intensity physical activity per week or 75min of vigorous intensity physical activity (Deans et al., 2020) and they have lower risk developing diseases.

2.2 Confidence about physical activity promotion

The responses on questions of confidence about physical activity promotion were on agree and disagree. The responses are summarized in
table 3 below.

Table 3: physiotherapists' confidence about physical activity promotion

ITEMS	AGREE	DISAGREE
I feel confident in giving general advice to patients on a physically active lifestyle	84(96.6%)	3(3.4%)
I feel confident in suggesting specific physical activity programs for my patients	79(90.8%)	8(9.2%)

Most of the physiotherapists in this study reported that they were confident in giving both general advice and specific physical activity programmes to their patients. These findings were similar to Aweto et al. (2013) who identified that Nigerian physiotherapists were also very good confident to physical activity promotion. And physiotherapists in Australia were very confident in giving general advice and in suggesting specific physical activity programmes to their patients (Shirley et al., 2010).

2.3 The role perception of physical activity promotion

The responses on the questions of the role perceptions of physical activity promotion in were on agree and disagree. The responses are summarized in table 4 below

Table 4: physiothapists' role perceptions of physical activity promotion.

ITEMS	AGREE	DISAGREE
discussing the benefits of a physically active lifestyle with patients is part of the physiotherapist's role	87(100%)	0%
suggestion to patients' ways to increase daily physical activity is part of physiotherapists role	85(97.7%)	2(2.3%)
physiotherapists should be physically active to act as a role model for their patients	84(96.6%)	3(3.4%)

Several studies highlighted on the role of the physiotherapists toward physical activity in healthy lifestyle. Physiotherapists as their best position in discuss and encourage their patient to participate in regular physical activity and also to explain more the benefits of the physical activity.

Black et al. (2012) indicated that physiotherapists are ideally appropriate to involve in discussions with their patients about the benefits of engaging in regular physical activity.

The current study found that all the participants (100%) agreed that "discussing the benefits of a physically active lifestyle with patients is part of the physiotherapists' role and suggesting ways to their patients to increase daily physical activity considered as physiotherapists' role. These findings were similar to Shirley et al. (2010) agreed that physiotherapists in South Wale in Australia reported that providing the non-treatment advice are one of the physiotherapists roles toward their patients and they believed the physical activity promotion for health should be a part of their role. Physiotherapists in Nigeria also believed that discussing the benefits of a physically active lifestyle to their patients is a part of their role (Aweto, 2013).

The surveyed conducted about physical activity for health in UK confirmed that discussing the benefits of PA and promotion of PA for health considered as part of physiotherapy programme (Cliffort et al., 2018). Abaraogu et al. (2019) reported that physiotherapists should model good health behaviour to give health promotion advice and should engage in health promotion activity for example encouraging physical activity to their patients (Taukobon et al., 2015).

4- Conclusion

The aim of the study was to investigate knowledge, confidence and role perception of the physiotherapists toward physical activity promotion.

This aim was achieved in the current study outcomes, which physiotherapists have good knowledge of physical activity promotion and have enough confidence and role perception to their patient, and they have high confident to discuss ways of improving physical activity and to provide information about physical activity.

Finally, physiotherapists indicated that they are counselling and motivating their patients to incorporate physical activity in their daily lifestyle, and they considered the counselling as the part of their education

5-Limitation

The questionnaire was self-administered, thus vulnerable to misinterpretation through errors in simplification or exaggeration.

Some of physiotherapists at Az- zawiya city had not have email.

Few studies were done on physiotherapists alone and comparisons to other studies were made to explore the experiences to promote physical activity in the other health professions too.

6-Recommendations

Physiotherapists should be encouraged to participate in moderate to vigorous intensities of physical activity at least 30 minutes per day to enable them to act as a role-models to their patients.

Physiotherapists should work with other healthcare professionals such as physicians, general practitioners, and nurses to make the practice of physical activity a reality.

REFERENCESAmerican Physical Therapy Association. Physical therapists' role in –

1-Abaraogu, U. O., Onah, U., Abaraogu, O. D., Fawole, H. O., Kalu, M. E., & Seenan, C. A. (2019). Knowledge, attitudes, and the practice of health promotion among physiotherapists in Nigeria. Physiotherapy Canada, 71(1), 92-100.

2-Albert, F. A., Crowe, M. J., Malau-Aduli, A. E., & Malau-Aduli, B. S. (2020). Physical activity promotion: a systematic review of the perceptions of healthcare professionals. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(12), 4358.

3-Aweto, H. A., Oligbo, C. N., Fapojuwo, O. A. and Olawale, O. A. (2013). Knowledge, Attitude and Practice of Physiotherapists towards Promotion of Physically Active Lifestyles in Patient Management. British Medical Centre. Health Services Research, 13(1), 21.

4-Bauman, A.E. (2012). Sport and Exercise as Contributors to the Health of Nations. The Lancet, 380(9836), 59-64. doi:10.1016/s0140-6736 (12)60865-4.

5-Berra, K., Rippe, J. and Manson, J. E. (2015). Making Physical Activity Counseling a Priority in Clinical Practice: The Time for Action is Now. Journal of the American medical association, 314(24), 2617-2618

6-Black, B., Marcoux, B. C., Stiller, C., Qu, X. and Gellish, R. (2012). Personal Health Behaviors and Role-Modeling Attitudes of Physical Therapists and Physical Therapist Students: A Cross-Sectional Study. Physical Therapy, 92(11), 1419-1436.

7-Clifford, R. (2018). Promoting physical activity for health. A survey of knowledge, confidence and role-perception in final-year UK physiotherapy students. Physiotherapy Practice and Research, 39(1), 53-62.

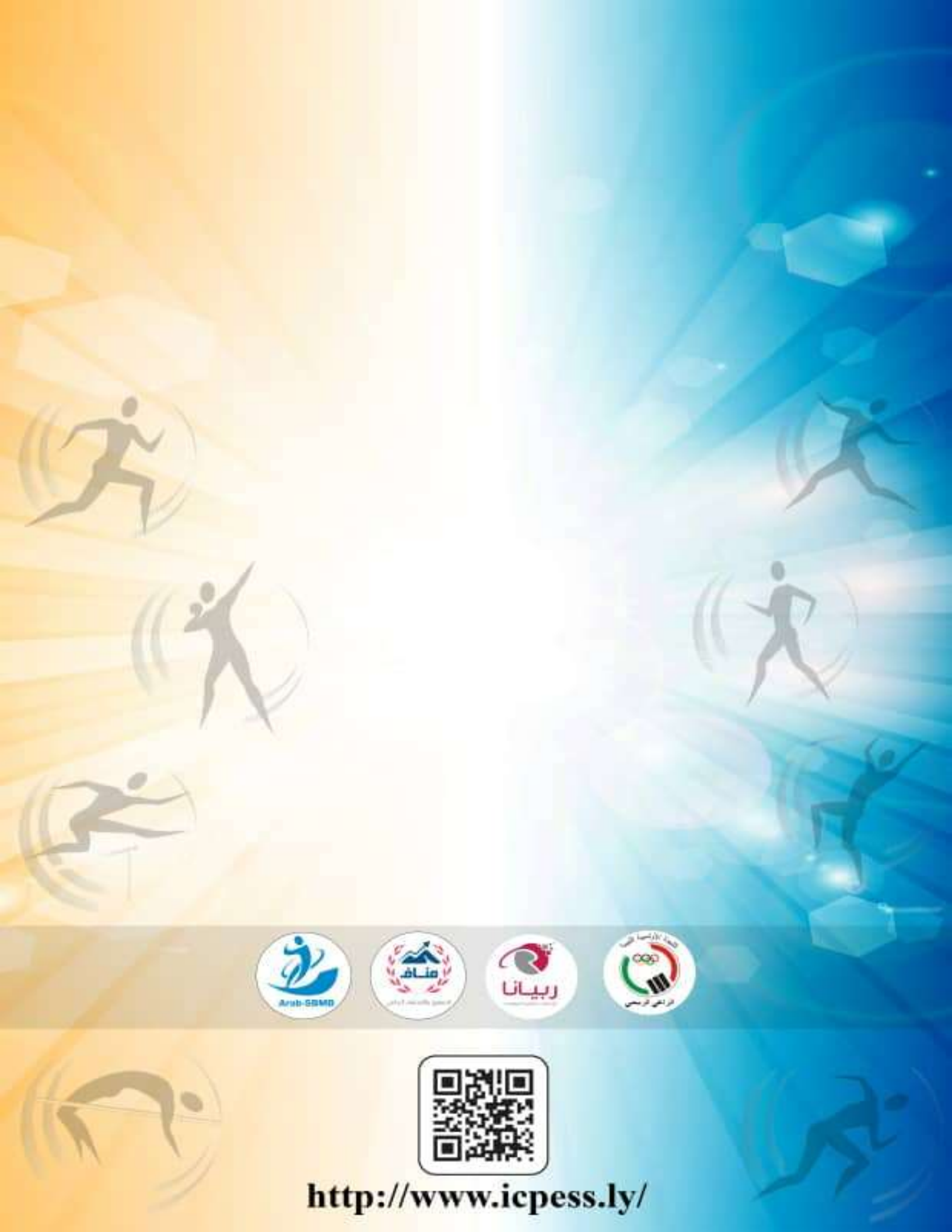
8-Cunningham, C., O'Sullivan, R., Caserotti, P., & Tully, M. A. (2020). Consequences of physical inactivity in older adults: A systematic review of reviews and meta-analyses. Scandinavian journal of medicine & science in sports, 30(5), 816-827.

9-Davies, D.S.C.; Atherton, F.; McBride, M.; Calderwood, C. UK Chief Medical Officers' Physical Activity Guidelines. Dep. Heal.Soc. Care, no. September; 2019; pp. 1–65. Available online: https://www.gov.uk/government/publications/physical-activityguidelines-uk-chief-medical-officers-report (accessed on 15 April 2021).
10-Deans, S., Kirk, A., McGarry, A., & Rowe, D. (2020). Physical activity guidelines and promotion: An online survey of United Kingdom's prosthetic rehabilitation healthcare professionals. Prosthetics and orthotics international, 44(4), 192-201.
11- Taukobong, N. P., Myezwa, H., Pengpid, S., & Van Geertruyden, J. P. (2015). Knowledge, attitude and practice about health promotion amongst physiotherapists in South Africa. Physiotherapy, 101, e1491-e1492.
12-Kesäniemi, A., Riddoch, C. J., Reeder, B., Blair, S. N. and Sørensen, T. I. (2010). Advancing the Future of Physical Activity Guidelines in Canada: An Independent Expert Panel Interpretation of the Evidence. International Journal of Behavioral Nutrition and Activity, 7(1), 41.
13-Lee, M. K., & Oh, J. (2020, October). Health-related quality of life in older adults: its association with health literacy, self-efficacy, social support, and health-promoting behavior. In Healthcare (Vol. 8, No. 4, p. 407). MDPI.
14-Ngarambe, R. (2011). Physical Activity Levels and Health Promotion Strategies Among Physiotherapists in Rwanda.
15-Pears, S., Bijker, M., Morton, K., Vasconcelos, J., Parker, R. A., Westgate, K., ... & Hardeman, W. (2020). A randomised controlled trial of three very brief interventions for physical activity in primary care. BMC Public Health, 16(1), 1-13.
16-Shirley, D., Van der Ploeg, H. P. and Bauman, A. E. (2010). Physical Activity Promotion in the Physical Therapy Setting: Perspectives from Practitioners and Students. Physical Therapy, 90(9), 1311-1322.
17-Simon, P., Gonzalez, E., Ginsburg, D., Abrams, J. and Fielding, J. (2009). Physical Activity Promotion: A Local and State Health Department Perspective. Preventive Medicine, 49(4), 297-298.
18-Van Dyck, D., Teychenne, M., McNaughton, S.A., De Bourdeaudhuij, I. and Salmon, J. (2015). Relationship of the Perceived Social and Physical Environment with Mental Health-Related Quality of Life in Middle-Aged and Older Adults: Mediating Effects of Physical Activity. Plo S One, 10(3), E0120475.
19-Verhagen, E. and Engbers, L. (2009). The Physical Therapist's Role in Physical Activity Promotion. British a of Sports Medicine, 43(2), 99-101.
20-Wheeler, P. C., Mitchell, R., Ghaly, M., & Buxton, K. (2017). Primary care knowledge and beliefs about physical activity and health: a survey of primary healthcare team members. BJGP open, 1(2).

APPENDIX

If any, the appendix should appear directly after the references without numbering, and not on a new page.


المؤتمر الدولي الرابع للتربية البدنية وعلوم الرياضة
2023
4th International Conference
on Physical Education and Sport Science



http://www.icpess.ly/