

مساهمة بعض القياسات البدنية والأنثروبومترية في مستوى أداء ممارتي القفز فتحاً و القفز ضحاً لدى ناشئي رياضة الجمباز

* **م / عبدالمحميد عبدالقادر حسين ابودية

**د / نورالدين الصغير سالم المصراتي

*د / عبدالسلام الشارف ميلاد النعمي

المقدمة: حققت رياضة الجمباز في الآونة الأخيرة طفرات في الأداء تمثلت في مقدرة لاعبيها على أداء تمارين تتميز بالصعوبة و في ذات الوقت بالشكل الجمالي السليم ، وهذا بطبيعة الحال يفرض على لاعب الجمباز ضرورة أن يتمتع ببعض الصفات البدنية والجسمية (الأنثروبومترية) ، الأمر الذي يحتم على اللاعب قضاء فترة زمنية كبيرة في التدريب من أجل تنمية تلك الصفات ، وبهذا التطور في أداء المهارات تبعة بالضرورة تطور في برامج الإعداد المختلفة بالنسبة للاعبين و ارتباطها بالأساليب العلمية الحديثة .

وأصبح من الأهمية معرفة المواصفات البدنية والجسمية (الأنثروبومترية) كأساس الدعائم الأساسية الواجب توفرها للوصول بالفرد الرياضي لأعلى مستوى ممكن ، ومن ناحية أخرى فإن التركيب الهيكلي للجسم يلعب دوراً كبيراً وأساسياً في الأداء الرياضي ، وتبدو أهمية القياسات الأنثروبومترية في أنها غالباً ما تستخدم كأساس للنجاح أو الفشل في النشاط الرياضي ، وهذا ما أكدت عليه دراسات كل من كولر وآخرين (Kolar & etal, 1997)، وبشارد وآخرون (Bouchard & et al, 1993)، نيكيتوك (Nikituk, 1989)، حيث يؤثر طولها وقصرها في المواصفات الميكانيكية للأداء المهاري، ويعني ذلك أن الاختلاف في أطوال العظام سوف يؤثر في الأداء المهاري للرياضيين ، سواء بصورة إيجابية أو سلبية، ورغم هذا فإنهم يستطيعون تحسين أدائهم عند ممارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة عند مراعاة مبدأ الفروق الفردية في العملية التعليمية أو التدريبية على السواء. وبصفة خاصة الفروق الفردية "التي يتم تحديدها عن طريق القياسات الأنثروبومترية، ويشير بشارد وآخرون (Bouchard & etal, 1993) إلى أن القياسات الجسمية (الأنثروبومترية) ذات أهمية خاصة، حيث أن توفرها يعطي فرصة أكبر لاستيعاب الأداء الحركي السليم للمهارات، لذا احتلت القياسات الأنثروبومترية مكاناً هاماً في المجالات الرياضية المختلفة.

وبين نيكيتوك (Nikituk, 1989) أهمية معرفة القياسات البدنية والأنثروبومترية ودراستها لدى اللاعبين، ذلك أن لكل نشاط رياضي متطلبات بدنية خاصة به تميزه عن غيره من الأنشطة الأخرى، وتنعكس هذه المتطلبات على الصفات الواجب توفرها فيمن يمارس هذا النشاط.

وهذا يعني أن اختيار الناشئين الذين يتمتعون بمقومات النجاح في رياضة الجمباز ، بالأسلوب العلمي و التخطيط المدروس للوصول إلى أفضل الحامات **ومن أهم محدداته ما يلي:**

- القياسات الأنثروبومترية
- الخصائص الفسيولوجية
- الصفات البدنية
- الثقة و الشجاعة
- الذكاء و القدرات العقلية

من هنا تحاول الدراسة الحالية التعرف إلى أهم القياسات البدنية، والأنثروبومترية التي تساهم في أداء مهارة القفز في رياضة الجمباز ، حيث إن الدراسات التي تم التوصل إليها في مجال القياسات البدنية، والأنثروبومترية للاعبين كرهة القدم اقتضت على دراسة العلاقة بين هذه الدراسات مثل دراسة نمر (2003)، ودراسات أخرى اهتمت بإجراء مقارنات في هذه الدراسات تبعاً لمركز اللعب مثل دراسة هارون (1992). في المقابل كان هناك اهتمام بإجراء دراسات في ألعاب أخرى مثل دراسة متولي (2000)، السيد وآخرين (1986) وجاسم (1988) ومتولي (2000) وخنفر (2004) للاعبين كرة السلة، وهابم وآخرون (Heimer, et al 1988) للاعبين الكرة الطائرة، وهارون (1993) والتدومي وآخرين (2006) للاعبين كرة القدم، وفي ظل النقص في الدراسات حول هذا الموضوع في رياضة الجمباز ظهرت مشكلة هذه الدراسة.

ومن الدراسات ذات العلاقة دراسة قام بها السيد وآخرين (1986) القياسات الجسمية والقدرات الحركية وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية لناشئي كرة السلة، حيث أجريت الدراسة على الفرق التي احتلت المراكز الأربعة الأولى في دوري المدارس للمرحلة الإعدادية للبنين بالإسكندرية، وقد استخدم المنهج الوصفي للدراسة، وأشارت النتائج إلى أنه يعتبر الطول الكلي وطول الذراع النسبي، وطول كف اليد وعرضها النسبي من أهم القياسات الجسمية لناشئي لعبة كرة السلة. دراسة قام بها جاسم، (1988) بهدف دراسة العلاقة بين بعض القياسات الأنثروبومترية ومستوى الأداء المهاري في كرة السلة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة، وأجريت الدراسة على عينة عمدية بلغ قوامها (14) طالباً، وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة إيجابية طردية ارتباطية بين التصويب السريع من تحت السلة مع طول الذراع، ومحيط الصدر.

دراسة كشك (1991) التي هدفت إلى معرفة بعض القدرات الحركية وعلاقتها بالأداء الحركي لبعض الأنشطة المتغيرة في المرحلة السنية من (9-12) سنة، وأجريت الدراسة على عينة (356) من تلاميذ الصفين الرابع والخامس بمحافظة الإسكندرية وفي حدود العينة تم التعرف إلى معدلات تطور القدرات الحركية خلال المرحلة السنية، كذلك تم التعرف إلى فترات ظهور النمو، وكذلك فترات الهبوط لهذه القدرات، واستخدم المنهج المسحي نظراً لمناسبتها لأغراض الدراسة، وأظهرت النتائج أن التطور الحركي للمرحلة السنية (9-12) سنة يعتبر أفضل المراحل لتعلم المهارات الحركية وأكسبها لتمييزها بالقدرة على التركيز والإدراك السريع والتوقع والقدرة على التحكم والسيطرة. دراسة جونسون (Johnson) والتي نشرها مالينا وآخرون (Melina & etal, 1991) والتي هدفت إلى تحديد الخصائص الأنثروبومترية عند الطلبة الأمريكيين (9-10) سنوات، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن متوسط ساق البنات الأمريكية (26) سم، (27) سم لهذه المرحلة العمرية، ومحيط الساق (25) سم، (27) سم، وبلغ محيط العضد للبنات الأمريكية (24.68) سم، (26.28) سم لنفس المرحلة العمرية. وبلغ متوسط سمك ثنايا دهن البطن (11.69) ملم.

دراسة هارون (1993) بهدف التعرف إلى الفروق في القياسات الأنثروبومترية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى لكرة القدم العرب تبعاً لمراكز اللعب المختلفة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على (60) لاعباً وتم إجراء قياسات الأطوال، والمحيطات، والأعراض، وسمك الشحوم، والعمر، وكتلة الجسم، وطول القامة. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في قياس طول الذراع، وطول الساق تبعاً لمراكز اللعب، إضافة إلى وجود فروق في بعض القياسات بين اللاعبين الأردنيين، واللعبين العرب. دراسة مندور (1997) والتي هدفت إلى تحديد الخصائص الأنثروبومترية والفسيولوجية لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9-10) سنوات بمحافظة الإسكندرية، وتكونت عينة الدراسة من (2374) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصفين الرابع والخامس الأساسيين، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي من الأسلوب المسحي لمناسبتة لطبيعة البحث، وقد أظهرت نتائج الدراسة تفوق البنين على الإناث في أطوال الفخذ والجذع والعضد والساعد والقدم بينما تفوقت الإناث في طول الساق وطول الساعد. كما أظهرت نتائج الدراسة تفوق الإناث على البنين في الطول الكلي للجسم، وفي الوزن على مستوى الصف الرابع، وتفوق الإناث على البنين في جميع قياسات سمك الدهن والجلد.

دراسة متولي (2000) بهدف التعرف إلى مساهمة بعض المتغيرات الديناميكية والأنثروبومترية على دقة التصويب الثلاثية من الوثب لدى لاعبي كرة السلة، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (10) لاعبين؛ وتوصلت الدراسة إلى أن المركبة الأفقية للقوة كانت أكثر المتغيرات الديناميكية مساهمة في دقة التصويب، وكانت نسبة مساهمتها (77%). كما أظهرت النتائج أن طول الساعد، والطول الكلي للقامة كانا أكثر المتغيرات الأنثروبومترية مساهمة في دقة التصويب ووصلت نسبة مساهمتها إلى (78%). دراسة نمر (2003) بهدف التعرف إلى العلاقة بين بعض القياسات الأنثروبومترية، وبعض عناصر اللياقة البدنية عند لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم في شمال فلسطين. وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (90) لاعباً، وتم إجراء قياسات طول القامة، وأطوال الذراع والجذع مع الرأس، وطول الطرف السفلي، ومحيطات العضد، والصدر، والفخذ، والساق، وقطري الكتفين والوركين، إضافة للاختبارات البدنية، وهي عدو (30) متراً، ورمي كرة طبية من فوق الرأس بكتلة الياقوت، والجري المتعرج، وثني الجذع للأمام من الوقوف، والوثب العمودي وجري (1000) متر. وقد أظهرت هذه الدراسة وجود علاقة دالة إحصائية بين السرعة الانتقالية، ومتغيرات العمر، والوزن، وطول الجذع مع الرأس، وطول الذراع، وطول الطرف السفلي، ومحيط الصدر. كما أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين التحمل ومتغيرات العمر، وكتلة الجسم، وطول الجسم وطول الطرف السفلي، وطول الجذع، ولم تكن العلاقات الأخرى دالة إحصائية.

وقام خنفر (2004) بإجراء دراسة حول العلاقة بين القياسات الأنثروبومترية، والبدنية، ودقة التصويب من الثبات والحركة في لعبة كرة السلة. تكونت عينة الدراسة من (52) طالباً وطالبة من تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. وتوصلت الدراسة إلى أن القدرة العضلية تمثل أكثر العناصر البدنية تأثيراً في دقة التصويب. كذلك كانت أفضل علاقة بين دقة التصويب من الثبات مع طول القامة حيث وصلت قيمة معامل الارتباط إلى (0.70)؛ بينما كانت أفضل علاقة بين دقة التصويب من الحركة مع طول الكف، حيث وصلت قيمة معامل الارتباط إلى (0.54).

دراسة عبد الحق (2005) والتي هدفت إلى تحديد بعض الخصائص الأنثروبومترية (القياسات الجسمية من حيث الأطوال والمحيطات والأعراض وسمك ثنايا الدهن) عند طلبة الصفين الرابع والخامس الأساسيين في مدارس محافظة نابلس، بالإضافة إلى معرفة الفروق في هذه القياسات تبعاً لمتغيري الجنس والصف. وتكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الأساسية في مدارس محافظة نابلس. أظهرت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha = 0.05$ بين الذكور والإناث (9-10) سنوات تبعاً لمتغيري طول ووزن الجسم، بينما كانت الفروق دالة لصالح الذكور في أطوال الرجل والساق والساعد والكتف، وكانت الفروق لصالح الإناث في طول الفخذ والجذع. كما أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث في محيطات العضد والفخذ، بينما لم تكن الفروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في محيط الساعد وأعراض الكتفين والفخذين ورسغ اليد ورسغ القدم والمرفق.

دراسة القدومي وآخرين (2006) والتي هدفت إلى التعرف إلى مساهمة بعض القياسات البدنية والأنثروبومترية في مسافة رمية التماس من الثبات والحركة عند لاعبي كرة القدم، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (31) لاعباً لكرة القدم في جامعة النجاح الوطنية، وتم إجراء القياسات البدنية والقياسات الأنثروبومترية. أظهرت النتائج أن أفضل علاقة في القياسات البدنية بين قوة الرجلين مع مسافة رمية التماس من الثبات والحركة، أما القياسات الأنثروبومترية فكانت أفضل علاقة بين طول القامة ومسافة رمية التماس من الثبات، وكانت أفضل علاقة بين كتلة الجسم ومسافة رمية التماس من الحركة.

مشكلة الدراسة وأهميتها: تنبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية القياسات البدنية والأنثروبومترية في المجال الرياضي عامة ورياضة الجباز خاصة لما لها من دور مهم للنجاح في الأداء المهاري في مختلف الألعاب والفعاليات الرياضية، والانتقاء الرياضي، والتأثير على مستوى الأداء المهاري للاعبين، ويشير عبد الحق (1999)، وسمليسنكي (Smalensky, 1996) إلى أن لكل رياضة متطلبات وصفات خاصة بها، وخصوصاً رياضة الجباز، فإنها تتطلب قياسات بدنية وأنثروبومترية دقيقة، وأن معرفة هذه القياسات بالصورة الصحيحة ينعكس على الأداء المهاري للاعب. وتظهر أهمية الدراسة الحالية في معرفة القياسات البدنية والأنثروبومترية التي تساهم في نجاح أداء مهارات القفز على طاولة القفز لدى ناشئي رياضة الجباز، والتعرف على مساهمة هذه القياسات والنسب المتوقعة للمساهمة في الأداء المهاري، والتعرف على المعادلات العلمية التنبؤية لها. وفي ضوء ما سبق ونظراً لما تلعبه القياسات البدنية والأنثروبومترية في الأداء المهاري، وقلة الدراسات التي أجريت على ناشئي رياضة الجباز في ليبيا، ومن خلال عمل الباحثون في تدريس مادة الجباز، ظهرت مشكلة الدراسة الحالية بهدف التعرف إلى علاقة القياسات البدنية والأنثروبومترية بمستوى أداء مهارة القفز فتحاً والقفز ضماً لدى ناشئي رياضة الجباز، ومدى مساهمة هذه القياسات في الأداء المهاري لدى الناشئين.

أهداف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى:

- 1- التعرف إلى مستوى بعض القياسات البدنية والأنثروبومترية المختارة لدى ناشئي رياضة الجباز.
- 2- التعرف إلى العلاقة بين القياسات البدنية والأنثروبومترية وقيد الدراسة ومستوى أداء مهارة القفز عند ناشئي الجباز، ومن ثم تحديد أكثر القياسات مساهمة في القفز لدى ناشئي رياضة الجباز.

أسئلة الدراسة: سعت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤلات العلمية الآتية:

- 1- ما مستوى بعض القياسات البدنية والأنثروبومترية المختارة وممارتي القفز فتحاً والقفز ضباً عند ناشئي رياضة الجمباز ؟
2- ما العلاقة بين القياسات البدنية والأنثروبومترية قيد الدراسة ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضباً عند ناشئي الجمباز ، وما أكثر هذه القياسات مساهمة في مستوى أداء مهارة القفز فتحاً والقفز ضباً عند ناشئي رياضة الجمباز ؟

مصطلحات الدراسة:

الأنثروبومتري (Anthropometry): هو فرع من الأنتروبولوجيا يبحث في قياسات الجسم البشري، (Farkar &etal, 1997).

مجالات الدراسة:

المجال المكاني: ملاعب وساحات مدارس التعليم الأساسي في بلدية طرابلس، وصالة الجمباز بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة طرابلس .
المجال البشري: ناشئي رياضة الجمباز من منتخبات عشر مدارس من مدارس التعليم الأساسي في بلدية طرابلس.
المجال الزمني: من 2017/2/1 وحتى 2017/2/15.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة: استخدم المنهج الوصفي بإحدى صوره "الدراسة الارتباطية" نظراً لمناسبته لهذه الدراسة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من منتخبات ناشئي رياضة الجمباز في مدارس التعليم الأساسي ببلدية طرابلس والبالغ عددهم (65) ناشئي في عشر مدارس.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من عينة عمدية بلغت (30) ناشئاً من منتخبات عشر مدارس من مدارس التعليم الأساسي في بلدية طرابلس ممن شاركوا في بطولة الجمباز ، وتم اختيار أحسن ثلاث ناشئين من كل مدرسة حسب ترتيبهم في البطولة، والجدول (1) يوضح خصائص عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات العمر والطول وكتلة الجسم.

الجدول (1) خصائص عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات العمر والطول وكتلة الجسم (ن = 30)

الرقم	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري
1.	العمر	سنة	10.70	0.64
2.	الطول	سم	1.35	0.03
3.	الكتلة	كغم	33.63	3.05
4.	مؤشر كتلة الجسم	كغم/م ²	18.29	1.17

الأدوات والقياسات المستخدمة في الدراسة:

من أجل جمع البيانات، تم استخدام الأدوات الآتية:

- استشارة جمع البيانات التي اشتملت على المعلومات التالية لكل ناشئ: العمر والطول وكتلة الجسم، والقياسات الأنثروبومترية (الأطوال والمحيطات)، والقياسات البدنية (الوثب الطويل، والجلوس من الرقود على الظهر، مرونة الظهر والعضلات الخلفية للفخذ ، وجري 30 متر، وقوة عضلات الرجلين)، والاختبارات المهارية (القفز فتحاً وضباً على المهر).

- ميزان ميكانيكي من نوع (Deteco) ، مزود برستامتر لقياس كتلة الجسم والطول معاً، حيث تم قياس كتلة الجسم لأقرب (500) غم بدون حذاء وبارتداء شورت وفانلة، وبالنسبة للطول كان القياس بدون حذاء لأقرب (1) سم.

القياسات الأنثروبومترية:

قياس الأطوال: تم قياسها بواسطة شريط القياس لأقرب (1) سم وذلك على النحو الآتي:

- طول الساق: تم القياس بتحديد المسافة بين شق الركبة من الجهة الوحشية وحتى الكعب الوحشي لعظمة الشظية (Nikituk,1989).
- طول الفخذ: تم القياس من وضع الوقوف بحساب المسافة بين المدور الكبير لعظم الفخذ حتى شق مفصل الركبة من الجهة الوحشية (Nikituk,1989).
- طول الجذع: من وضع الجلوس على مقعد دون ظهر يتم القياس من حافة المقعد وحتى ناتي الفقرة العنقية السابعة (حسانين، 1996).
- طول الذراع: تم تحديد المسافة بين القمة الوحشية للناقي الأخرى وحتى الناتي الأبري لعظمة الكعبرة (Nikituk,1989).
- طول الكف: تم قياس طول الكف باستخدام شريط القياس من منتصف الرسغ حتى نهاية الأصبع الأوسط وهو مفرد (حسانين، 1996).

قياس المحيطات: تم قياسها بواسطة شريط القياس لأقرب (1) سم وذلك على النحو الآتي:

- محيط الساعد: تم القياس والذراع مفردة، وتم اعتماد أكبر محيط للساعد (حسانين،1996).

- محيط العضد: لف شريط القياس من منتصف العضلة ذات الرأسين والذراع مفردة (حسانين، 1996).
- محيط الساق: لف شريط القياس حول منتصف سمانة الساق (Nikituk, 1989).
- محيط الفخذ: وقوف الناشئ على مقعد سويدي بحيث تكون المسافة بين القدمين باتساع الكتفين، ويتم لف شريط القياس من أسفل طية الاليلية مباشرة، أما من الأمام فيكون محاذياً لنفس المستوى وتحديد مسافة نقطة التقائها (Nikituk, 1989).
- محيط البطن: تثبيت طرف شريط القياس عند الصرة، ولف شريط القياس حول الجسم وتحديد مسافة التقائها (Nikituk, 1989).

القياسات البدنية:

- الوثب الطويل:
الوثب الطويل من الثبات وتسجيل المحاولة الأفضل لناشئ على أن يؤدي محاولتين، كما وصفه برهم (1995)، وكان ثبات وصدق الاختبار (0.91).
- الجلوس من الرقود على الظهر:
تسجيل عدد المرات الصحيحة التي يقوم بها الناشئ خلال (30ث) من وضع الرقود على الظهر، كما وصفه فلين (Filin, 1987, p.34)، وكان ثبات وصدق الاختبار (0.92).
- مرونة الظهر والعضلات الخلفية للفخذ:
استخدم اختبار ثني الجذع من الوقوف (Standing Bending Reach Test) كما وصفه علاوي ورضوان (1994، ص 341)، وكان ثبات وصدق الاختبار (0.89).
- السرعة:
تم استخدام اختبار العدو 30 بخط مستقيم، كما وصفه فلين (Filin, 1987, p.34)، وكان ثبات وصدق الاختبار (0.92).
- قوة عضلات الرجلين (Leg Lift Strength):
تم أداء الاختبار باستخدام جهاز الدينامومتر (Dynamometer) وفق الإجراءات التي أشار لها علاوي ورضوان (1994، ص 19).
- ** جميع القياسات المستخدمة من نوع المقاييس النسبية (Ratio Scale) وإمكانية الخطأ فيها قليلة، وتمتاز بصدق وثبات عالية، كما يشير كركندال وآخرين (Kirkendall, et al, 1987).

الاختبارات المهارية:

النواحي الفنية: تتكون النواحي الفنية للقفز فتحاً وضاً من ست مراحل أساسية:

القفز فتحاً:

- (1) الاقتراب (بخط مستقيم وبسرعة متزايدة خاصة في الخطوات الأخيرة).
- (2) الارتقاء (الارتقاء السريع بالقدمين معاً وبزاوية كبيرة).
- (3) الطيران الأول (بعد الارتقاء مباشرة مرحة الرجلين خلفاً عالياً للوصول إلى مستوى أعلى من المستوى الأفقي للرأس).
- (4) الارتكاز (اليدين باتساع الصدر وفي منتصف السطح العلوي لطاولة القفز).
- (5) الطيران الثاني (الدفع بكلتا اليدين عندما تصل الكتفان قرب المستوى العمودي وفتح الرجلين مع مراعاة فرد الركبتين بعد عملية الدفع مباشرة).
- (6) الهبوط (يكون بالقدمين معاً، مع اثناء بسيط في الركبتين عقب الهبوط يليها فرد الركبتين للوصول إلى وضع الوقوف واليدين بجانب الجسم).

القفز ضاً:

- (1) الاقتراب (بخط مستقيم وبسرعة متزايدة خاصة في الخطوات الأخيرة).
- (2) الارتقاء (الارتقاء السريع بالقدمين معاً وبزاوية كبيرة).
- (3) الطيران الأول (بعد الارتقاء مباشرة مرحة الرجلين خلفاً عالياً للوصول إلى مستوى أعلى من المستوى الأفقي للرأس).
- (4) الارتكاز (اليدين باتساع الصدر وفي منتصف السطح العلوي لطاولة القفز).
- (5) الطيران الثاني (الدفع بكلتا اليدين عندما تصل الكتفان قرب المستوى العمودي مع تكور الجسم، بحيث تكون الركبتين مضمومة على الصدر ومحصورة بين اليدين عقب عملية الدفع مباشرة).
- (6) الهبوط (يكون بالقدمين معاً وفرد الجسم أثناء مرحلة الطيران الثانية عقب الدفع مع اثناء بسيط في الركبتين أثناء الهبوط).

غرض الاختباران: فحص الأداء المهاري للناشئ في مهارة القفز فتحاً وضاً عن المهر.

الأدوات اللازمة: صالة الجيمز بكلية التربية البدنية والرياضة، المهر، السلم، مراتب.

إداء الاختبار: يقوم أربعة محكمين (وهم حكام معتمدين بالاتحاد الفرعي للجيمز بطرابلس) بالتحكيم ومراقبة الأداء المهاري ووضع الدرجة المستحقة من (10) درجات، بالإضافة إلى حكم الفصل كما ينص عليه القانون، ويتم إعطاء الناشئين محاولتين ويسجل له المحاولة الأفضل، يؤدي جميع الناشئين اختبار القفز فتحاً أولاً، ومن ثم اختبار القفز ضاً.

صدق الاختبار:

للتحقق من صدق الاختبار استخدمت طريقة الصدق التمييزي، حيث طبق الاختبار على

(8) من الناشئين المتميزين في الجيمز ممن حصلوا على أعلى الدرجات في بطولة الجيمز للمدارس من خارج عينة الدراسة، و(8) من الناشئين الغير متميزين في الجيمز ممن حصلوا على أقل الدرجات في بطولة الجيمز للمدارس، وقد تم جمع البيانات للمجموعتين وفق الشروط السابقة للاختبار، واستخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين وذلك بهدف تحديد الفروق بينها ونتائج الجدول رقم (2) يبين ذلك.

الجدول (2) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الناشئين المميزين وغير المميزين على اختبار القفز فتحاً والقفز ضماً

المهارة	المتميزون (ن=8)		غير متميزون (ن=8)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
القفز فتحاً	9.10	0.65	6.8	0.79	6.56	*0.0001
القفز ضماً	8.90	0.71	6.2	0.86	5.45	*0.0001

دال إحصائياً عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ (ت) الجدولية (2.22) بدرجات حرية (14)

يتضح من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في اختبار القفز فتحاً وضماً بين الناشئين المميزين وغير المميزين ولصالح المميزين، ومثل هذه النتيجة تؤكد الصدق التمييزي للاختبار وصلاحيته في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات الاختبار: لتحديد ثبات الاختبار تم تطبيقه مرتين على (8) ناشئين ومن خارج عينة الدراسة وبفارق زمني (3) أيام بين التطبيقين، واستخدمت طريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار (Test-retest) لتحديد معامل الثبات باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين ونتائج الجدول (3) تبين ذلك.

الجدول (3) ثبات اختبار القفز فتحاً وضماً

المهارة	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		الثبات (ر)	مستوى الدلالة*
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
القفز فتحاً	8.2	0.85	8.3	1.26	0.94	*0.001
القفز ضماً	7.8	1.05	7.6	1.36	0.82	*0.002

دال إحصائياً عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ قيمة (ر) بدرجات حرية (6) تساوي (0.63)

يتضح من الجدول (3) أن معاملي الثبات بالإعادة لاختبار القفز فتحاً وضماً كانا على التوالي (0.94، 0.84) وهاتان القيمتان جيدتان وفق المعايير التي حددها كير كندال وآخرون (Kirkendall et al, 1987, p.81).

المعالجات الإحصائية: لمعالجة البيانات استخدم برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SBSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- 1- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- 2- معامل الارتباط بيرسون.
- 3- معامل الانحدار المتدرج (R2).
- 4- اختبار (ت) (t-test).

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض ومناقشة السؤال الأول:

ما مستوى بعض القياسات البدنية والأنثروبومترية المختارة وممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشئي الجمباز؟ للإجابة عن السؤال الأول استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل متغيرات الدراسة ونتائج الجدول رقم (4) تبين ذلك.

الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات البدنية والأنثروبومترية المختارة والمستوى المهاري للقفز فتحاً وضماً لدى ناشئي الجمباز (ن=30)

الرقم	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري
1.	العمر	سنة	10.70	0.64
2.	الطول	م	1.35	0.03
3.	الكتلة	كغم	33.63	3.05
4.	طول الساق	سم	34.40	1.26
5.	طول الفخذ	سم	36.66	2.81
6.	طول الجذع	سم	37.46	1.99
7.	طول الذراع	سم	46.46	1.38
8.	طول الكف	سم	15.06	1.32
9.	محيط الساعد	سم	16.13	1.39
10.	محيط العضد	سم	19.76	1.19
11.	محيط الساق	سم	26.30	1.55

1.59	35.76	سم	محيط الفخذ	.12
3.48	59.83	سم	محيط البطن	.13
6.29	126.90	سم	الوثب الطويل	.14
2.61	14.93	سم	مرونة الظهر وعضلات الفخذ	.15
0.36	4.08	ثانية	عدو 30 متر	.16
3.12	40.56	كغم	قوة عضلات الرجلين	.17
0.48	9.20	درجة	القفر فتحاً	.18
0.49	9.00	درجة	القفر ضماً	.19

يتضح من نتائج الجدول (4) أن متوسطات العمر والطول وكتلة الجسم عند ناشئي الجهاز كانت على التوالي (10.70 سنة، 1.35 م ، 33.63 كغم)، ومتوسطات أطوال الساق والفخذ والجذع والذراع والكف كانت على التوالي (34.40، 36.66، 37.46، 46.46، 15.06سم)، ومتوسطات محيطات الساعد والعضد والساق والفخذ والبطن كانت على التوالي (16.13، 19.76، 26.30، 35.76، 59.83 سم)، وفيما يتعلق بالقياسات البدنية الوثب الطويل ومرونة أسفل الظهر والعضلات الخلفية للفخذ وعدو 30 متر وقوة عضلات الرجلين كانت المتوسطات على التوالي (126.90 سم، 14.93 سم، 4.08 ث، 40.56 كغم)، وفيما يتعلق في الأداء المهاري للقفر فتحاً وضماً كان المتوسطين (9.20، 9.00 درجة). وعند النظر إلى القياسات الأنتروبومترية، تبين أنها جاءت متقاربة مع القياسات في دراسة مندور (1997) لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9-10 سنوات بمحافظة الإسكندرية، ودراسة عبد الحق (2005) لطلبة الصفين الرابع والخامس الأساسيين.

أما بالنسبة للقياسات البدنية: مسافة الوثب، ومرونة أسفل الظهر، وجري (30م)، تبين أنها جاءت متوسطة، أقل من المتوسط لناشئي الجهاز حسب تصنيف جورافن (Goraven, 2002)، حيث أن المتوسطات حسب التصنيف على التوالي (138 سم، 17.5 سم، 3.74 ث)، ويرى الباحثون أن السبب يعود إلى طبيعة الإعداد البدني والمستوى المهاري الذي يتمتع به الناشئين، وكذلك إلى العمر الزمني وعملية الانتقاء الرياضي الصحيحة للبدء في ممارسة رياضة الجهاز. أما بالنسبة إلى قوة عضلات الرجلين، فكان المتوسط جيداً يقع ضمن تصنيف (Goraven, 2002)، حيث أن المتوسط الجيد حسب التصنيف يتراوح بين (39.50-44.50 كغم).

ثانياً: عرض ومناقشة السؤال الثاني:

ما العلاقة بين القياسات البدنية والأنتروبومترية قيد الدراسة ومستوى أداء مهارتي القفر فتحاً وضماً عند ناشئي الجهاز، وما أكثر هذه القياسات مساهمة في مستوى أداء مهارة القفر فتحاً والقفر ضماً عند ناشئي الجهاز؟
للإجابة عن الجزء الأول من السؤال استخدم معامل ارتباط بيرسون، إما من أجل الإجابة عن الجزء الثاني من السؤال، فقد استخدم معامل الانحدار المتدرج، والجدول (5) يوضح ذلك.

الرقم	المتغيرات	القفر فتحاً	القفر ضماً
1.	العمر	0.033	0.165-
2.	الطول	0.081-	0.171-
3.	الكتلة	*0.385-	*0.364-
4.	طول الساق	0.068-	0.165-
5.	طول الفخذ	0.048-	0.239-
6.	طول الجذع	0.088	0.105-
7.	طول الذراع	0.105-	0.327-
8.	طول الكف	0.072-	0.212-
9.	محيط الساعد	0.091	0.133-
10.	محيط العضد	0.014 -	0.195-
11.	محيط الساق	0.112-	0.230-
12.	محيط الفخذ	0.057-	0.218-
13.	محيط البطن	*0.592-	*0.542-
14.	الوثب الطويل	0.092	0.127-
15.	مرونة أسفل الظهر وعضلات الفخذ	0.023	0.023-
16.	جري 30 متر	0.031	0.051-
17.	قوة عضلات الرجلين	*0.690	*0.562

دال إحصائياً عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ ، (ر) الجدولية (0.33)، بدرجات حرية (29)

1) القياسات البدنية:

تبين من نتائج الجدول (5) أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الوثب الطويل، ومرونة أسفل الظهر والعضلات الخلفية للفخذ، وجري (30) م، ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز. بينما تبين وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين قوة عضلات الرجلين ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز. وكانت هذه العلاقة أقوى في القفز فتحاً، حيث وصلت قيمة معامل الارتباط بيرسون إلى (0.69)، وفي القفز ضماً وصلت إلى (0.56).

2) القياسات الأثرومترية :

تبين من نتائج الجدول (5) أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين طول الساق والفخذ والجذع والذراع والكف ومحيط الساعد والعضد والساق والفخذ، ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز. بينما تبين وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين محيط البطن، ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز. وكانت العلاقة أقوى مع محيط البطن، حيث وصلت قيمة معامل الارتباط بيرسون إلى (0.59) مع القفز فتحاً، ومع القفز ضماً إلى (0.54).

ومن خلال عرض نتائج الجدول (5) كخطوة أولى لتحليل الانحدار المتدرج، تبين وجود علاقات دالة إحصائياً، ولحاولة تحديد مساهمة القياسات البدنية والأثرومترية في مستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز. تبين نتائج تحليل التباين الأحادي العلاقة بين القياسات البدنية والأثرومترية ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً للتعرف إلى معامل الانحدار.

الجدول (6) نتائج تحليل التباين الأحادي للعلاقة بين القياسات البدنية والأثرومترية ومستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً للتعرف إلى معامل الانحدار

القفز	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	(ف)	الدلالة*
فتحاً	الانحدار	4.261	2	2.131	22.466	*0.000
	الخطأ	2.561	27	0.095		
	المجموع	6.822	29			
	(R2)	0.625				
ضماً	الانحدار	3.315	2	1.657	11.437	*0.000
	الخطأ	3.912	27	0.145		
	المجموع	7.227	29			
	(R2)	0.459				

لقد تم استخدام مجازة القفز فتحاً وضماً كمتغيرين تابعين، ومتغيرات (القياسات البدنية والقياسات الأثرومترية) كمتغيرات مستقلة، ويتضح من نتيجة تحليل الانحدار المتدرج أن متغير قوة عضلات الرجلين كان المتغير البدني الوحيد الذي ساهم بمستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز، وكان متغير محيط البطن المتغير الأثرومترية الوحيد الذي ساهم بمستوى أداء ممارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجمباز، حيث وصلت قيمة معامل الانحدار (R2) للقفز فتحاً إلى (0.625)، وللقفز ضماً إلى (0.459)، ونتائج الجدول (6) تبين ذلك. ومن أجل الوصول إلى معادلة خط الانحدار، استخدم اختبار (ت) لتحديد مكونات معادلة الانحدار، ونتائج الجدول رقم (7) تبين ذلك.

الجدول (7) نتائج اختبار " ت " ومعامل بيتا لمعادلة الانحدار

القفز	مكونات المعادلة	القيمة	الخطأ المعياري	معامل بيتا	(ت)	مستوى الدلالة
فتحاً	الثابت	8.233	1.497		5.498	*0.000
	قوة الرجلين	0.0860	0.019	0.555	4.441	*0.000
	محيط البطن	0.05694	0.017	0.409	3.276	*0.003
ضماً	الثابت	8.656	1.851		4.677	*0.000
	قوة الرجلين	0.0686	0.024	0.430	2.866	*0.008
	محيط البطن	0.0573	0.021	0.400	2.669	*0.013

* دال إحصائياً عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$)

يتضح من نتائج الجدول (7) أن قيمة (ت) كانت دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$)، وفيما يتعلق بمكونات المعادلتين:
القفز فتحاً (درجة) = $8.233 + (0.0860 \times \text{قوة الرجلين (كغم)}) + (0.05694 \times \text{محيط البطن (سم)})$
القفز ضماً (درجة) = $8.656 + (0.0686 \times \text{قوة الرجلين (كغم)}) + (0.0573 \times \text{محيط البطن (سم)})$

ومن خلال عرض المعادلتين تبين أن قيمة معامل الانحدار وصل إلى (0.625) للقفز فتحاً، و(0.450) للقفز ضماً، أي أن قوة عضلات الرجلين ومحيط البطن يفسران ما نسبته (62.5%) مهارة القفز فتحاً، و(45.9%) مهارة القفز ضماً. وهذه النتيجة تؤكد أهمية النقل الحركي والاستفادة من قوة عضلات الطرف السفلي في عملية القفز،

والانتقال من المركبة الأفقية إلى العمودية والتغلب على الجاذبية الأرضية، ويتطلب ذلك السرعة في عملية الارتقاء لعدم ضياع أي جزء من القوة، والحفاظ على القوة المميزة بالسرعة، هاي (Hay,1987,p.299).

وفيا يتعلق بمحيط البطن تبين أن العلاقة كانت عكسية مع الأداء المهاري للقفز فتحاً والقفز ضماً، بمعنى انه كلما زادت نسبة الشحوم في منطقة البطن يصاحبها تراجع في الأداء المهاري ومرونة أسفل الظهر، وهذا ما أكدت عليه دراسة جورافن (Goraven, 2002) والتي أظهرت أهمية مرونة أسفل الظهر في الأداء المهاري للقفز فتحاً والقفز ضماً.

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحثون ما يلي:

- 1- أن أفضل علاقة بين القياسات البدنية ومستوى أداء مهارتي القفز فتحاً والقفز ضماً عند ناشي الجباز كانت مع قوة عضلات الرجلين، وكانت هذه العلاقة أقوى في القفز فتحاً.
- 2- القياسات الأثروبومترية كانت أفضل علاقة عند محيط البطن ومستوى أداء مهارتي القفز فتحاً والقفز ضماً لدى ناشي الجباز.
- 3- أن قوة عضلات الرجلين ومحيط البطن يفسران ما نسبته (62.5%) لمهارة القفز فتحاً، و (45.9%) لمهارة القفز ضماً.

التوصيات:

في ضوء اهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحثون بالتوصيات الآتية:

- 1- ضرورة التركيز على القياسات البدنية وبخاصة قوة عضلات الرجلين عند اختيار وانتقاء ناشئي الجباز وبخاصة للقفز على طاولة القفز.
- 2- ضرورة التركيز على القياسات الأثروبومترية وبخاصة محيط البطن عند اختيار وانتقاء ناشئي الجباز وبخاصة للقفز على طاولة القفز.
- 3- إجراء دراسات مشابهة على الأسمرة المختلفة في رياضة الجباز.

المراجع العربية:

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، محمد صبحي حسنين (1997) " فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم"، دار الفكر العربي، القاهرة، .
- 2- آمال جابر ممتولي، (2000). مساهمة بعض التغيرات الديناميكية الأثروبومترية على دقة التصوية الثلاثية من الوثب لدى لاعبي كرة السلة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، 1(1)، 146-174.
- 3- بسام سعود هارون، (1993). القياسات الأثروبومترية للاعبين كرة القدم العرب في مراكز اللعب المختلفة (دراسة مقارنة). مؤنة للبحوث والدراسات (السلسلة: العلوم الإنسانية والاجتماعية)، 77-102.
- 4- ثناء السيد محمد، نجوى سليمان جاد، (1986). القياسات الجسمية والقدرات الحركية وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية لناشئي كرة السلة، المؤتمر العلمي وتطوير علوم الجامعة، المجلد (1)، جامعة المنيا.
- 5- صبحي عيسى نمر، (2003). العلاقة بين بعض القياسات الأثروبومترية وبعض عناصر اللياقة البدنية عند لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم في شمال فلسطين، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، (3)، 129-160.
- 6- عبد المنعم برهم، (1995). موسوعة الجباز العصرية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 7- عبد الناصر القدومي ، بدر رفعت، (2006). مساهمة بعض القياسات البدنية الأثروبومترية في مسافة رمية التماس من الثبات والحركة لدى لاعبي كرة القدم. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (7)، العدد (1)، البحرين.
- 8- عباد الحق، (1999). "الطريقة العلمية الحديثة في انتقاء ناشئي الجباز"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (أ) للعلوم الإنسانية، المجلد 13، العدد 1 (ص 61-90).
- 9- عباد عبد الحق، (2005). "بعض الخصائص الأثروبومترية لطلبة الصفين الرابع والخامس (9-10) سنوات في محافظة نابلس" مجلة جامعة النجاح للأبحاث (ب) للعلوم الإنسانية، المجلد (19)، العدد (2)، ص (371-397).
- 10- محمد حسن علاوي ، ونصر الدين رضوان، (1994). اختبارات الأداء الحركي، (ط3)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 11- محمد صبحي حسنين، (1996). التقييم والقياس في التربية الرياضية. الجزء الثاني، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 12- مهدي صالح جاسم (1988): "دراسة العلاقة بين القياسات الجسمية ومستوى الأداء المهاري في كرة السلة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة"، المؤتمر التعليمي الرابع لمعهد وكليات التربية الرياضية في القطر العراقي .
- 13- هالة يوسف مندور، (1997). "تحديد بعض الخصائص الأثروبومترية والفسيولوجية لتلاميذ وتلميذات الصف الرابع والخامس"، المؤتمر العلمي الدولي "الرياضة وتحديات القرن الحادي والعشرون"، المجلد (3)، 26-28 مارس.
- 14- وليد خنفر، (2004). العلاقة بين بعض القياسات الأثروبومترية والبدنية ودقة التصويب للرمية الحرة من الثبات والحركة في لعبة كرة السلة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، المجلد (5)، عدد (3)، 10-33.

المراجع الأجنبية:

1. Bouchard C., Depress JP. Tremblay A., Exercise and obesity Research, 1. (1993), P. 133-147.
2. Filin V.B.,(1987),Theory and Methods of Youth Sports. booklet for Physical Education Institute, Physical Culture and Sport, Moscow.
3. Frakas, LG, ,(1997).Anthropometric Facial Proportions in Medicine. Charles C Thomas: Springfield,pp334.
4. Gladeshiva AA , Somatotype in different age groups of athete Bingers, problem of physical Development, Moscow, (1976): P-104.
5. Goraven M. L.(2002).Gymnastic, Physical Culture and Sport, ACADEMA, Moscow.P.P440.
6. Hay. J.(1987). The Biomechanics of sports Techniques. Prince- Hall. Englewood Cliffs. USA.
7. Heimer, S. Misigoj, M. (1988).Some anthropological char-acterist of top volleyball players in SFR, Yugoslavia journal of sport. journal of Sports Medicine & Physical Fitness, 28, 200- 208.
8. Kolar, JC and Salter, EM , Craniofacial Anthropometry. Practical measurement of the head and face for clinical, surgical and research use. Charles C Thomas: Springfield,(1997), pp334.
9. Kirkendall, B. Gruber, J. Johnson, R. (1987).Measurement and evaluation in physical education. (2nd, Ed), Champaign, Illinois:Human kinetics.
10. Lilia R. Prado-Leon, Rosalio Avila-Chauand, Anthropometric study of Mexican primary school children, (2001).
11. Malina & Claude Bouchard, Groth, Maturation and Physical Activity, Human Kinetics Books Champaign, Illinois, (1991).
12. Nikituk B.A.(1989). Anatomy and Sport Morphology, published by "Physical Education and Culture" Moscow ,(1989).
13. Smolensky M. (1996). Gymnastics for physical Education majors, Physical Education and Culture publishers, Moscow.
14. Sabrina Harden Bergh. (1997). Why Are Boys So Small? Child Growth, Diet And Gender Near Ranomafana, Madagascar, Soc. Sic. Med.Vol. 44, No.11, Pp. 1725-1738.

"الاتجاه نحو تعلم السباحة و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية البدنية بجامعة الزاوية"

* د. الصديق سالم السائح ***

** د. إبراهيم محمد البليعزي

* د. عير رجب مسعود

المقدمة ومشكلة الدراسة تعتبر السباحة من أقدم الرياضات المعروفة التي كانت تمارس من طرق عدة شعوب في العصور القديمة حيث نالت اهتمام الكثير من الرياضيين ، وتمتاز السباحة كإحدى أنواع الرياضات المائية بتعدد طرقها كما أنها تختلف عن سائر الأنشطة الرياضية الأخرى من حيث الوسيط الذي تمارس فيه ووضع الجسم في الماء وطريقة التأقلم في الماء والتعود عليها .

كما تتميز السباحة بأنها احد الأنشطة الرياضية التي يمكن ممارستها في مراحل العمر المختلفة ، وليس بالضرورة أن تمارس بالقوة والعنف اللذين يظهران أحيانا في منافسات الألعاب الجماعية ، وتمارس السباحة لأهداف ترويحية ، لأنها تساعد في خلق الشخصية المتكاملة من الناحية النفسية والاجتماعية ، حيث أشار (راتب) (1999) ، عن وليام مانجر **William manger** (أن الشخص المتمتع بالصحة الجيدة هو شخصية ذو الهوايات الترويحية) (1) ، والإنسان منذ البداية يسعى إلى إصدار أحكام تقدمية على الظواهر والموضوعات والأفراد و أن اتسمت هذه الأحكام البدائية في ذلك الوقت إلا أنها لم تستقر طويلا حيث تطور التقويم بتطور المعرفة فوصل الآن إلى قدر كبير من الدقة والتقدم كما بلغت أهميته مدى واسعاً إذا أصبح مقياساً للعمل العلمي الجيد وواحد الأعمدة الأساسية التي تعتمد عليها الأنشطة الرياضية المختلفة في تحقيق أهدافها وتعتبر السباحة من الرياضات المهمة التي يمارسها الأفراد من القاعدة العريضة لأكساب الكثير من المهارات للوصول إلى أعلى مستوى ممكن تسمح به إمكانياتهم وقدراتهم حيث تتميز في الأنشطة الرياضية الأخرى بمتطلبات مختلفة .

ويرى المختصون بأن عملية تعلم السباحة وبخاصة للمبتدئين عملية معقدة وصعبة وتحتاج إلى الإعداد الصحيح والإشراف المباشر وذلك لوجود عدة عوامل تؤثر سلبا في العملية التعليمية للسباحة منها إن الوسط المائي يعتبر وسطا غريبا مقارنة مع البيئة التي نعيشها، وأيضا الشكل الذي يتخذه الجسم في الماء والخوف من الفرق ودرجة حرارة cross (maglischo , 2003) (1)، (2)، (3)، (4)، الماء (عراي، مسار، 1994)، (القط، 2004)، (1991)

ويعتبر موضوع من أكثر موضوعات علم النفس إثارة لاهتمام العديد من الباحثين، وهي مكون من مكونات شخصية الفرد وتلعب دورا مهما في توجه سلوكه من مختلف أنشطة الحياة ومنها الأنشطة التعليمية، حيث إن الاتجاهات لها دور إيجابي في تحديد وتغيير تطلعات الفرد الحاضرة والمستقبلية في مجالات متعددة وخصوصا نحو النشاط الرياضي، حيث أنها تساهم وبشكل كبير في الارتقاء بهذا النوع من النشاط البشري، لأنها تمثل القوى التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة، وان معرفة وفهم الاتجاه يمكن أن يساهم في تصميم مدخلات النشاط الرياضي وبالتالي دفع الكثير من الأفراد للمشاركة في هذا النشاط (راتب، 1995 ؛ علاوي، 1998؛ الطويل، 2001) (5)، (6)، (7).

وتعد مادة السباحة من المواد الأساسية والضرورية في برامج ومناهج أقسام وكليات التربية البدنية والرياضية التي تتضمن أنواعا متعددة من المهارات والحركات المرتبطة مع بعضها بعضا، التي يحتاج تعلمها وإتقانها إلى قدر كبير من الجهد البدني والتركيز العقلي والتوازن الانفعالي والى (مستوى على من التوافق العصبي العضلي) على، 2008، (1).

ومن المتعارف عليه أثناء البدء بتعليم المهارات الحركية لطرق السباحة في الوسط الجديد (الماء) في إمكانية حدوث اضعافات قوية والتخلص من بعض العوامل النفسية السالبة لدى المبتدئين، وكلا الظاهرتين تؤثر على عملية التعليم، وعليه ولكي لا يقع المعلم أو المدرب في أخطاء قد لا يمكن تجاوزها مستقبلا لنا يجب معرفة العوامل المؤثرة على عملية التعليم وهي العوامل النفسية، العوامل الفيزيولوجية، العوامل الفيزيائية سلبا أو إيجابا لغرض الاستفادة من العوامل الإيجابية ومحاولة إبعاد العوامل السلبية عن المبتدئ. والعالم يسعى نحو أمة السباحة لجعلها مشهورة ضمن الرياضات الأخرى.

ولقد لاحظ الدارسين خلال تخصصهم، أن الكثير من طلبة كلية التربية البدنية والرياضة لا يوجد لديهم رغبة ولا ميل في تسجيل مادة السباحة "كخصص" لعل وعسى أن يأخذ مادة بديلة مكان السباحة، وما ينتج عنه الكثير من الآثار السلبية والتي تتمثل في الضغط النفسي المزدوج الواقع على الطالب والمدرس في نفس الوقت وانخفاض في مستوى التعلم وبطء في العملية التعليمية وبالتالي تدني المستوى المهاري لدى الطلبة. مما يؤثر سلباً على تحصيلهم الأكاديمي في هذا التخصص، ويرى الدارسين أن أموراً أخرى قد تكون لها ارتباط مثل هذه التوجهات والتي منها التحاق بعض الطلبة في كلية التربية البدنية والرياضة كان مجرد معدلم الضعيف في الثانوية العامة أو أن يكون الهدف في التحاقهم بالكلية هو التحويل إلى تخصصات أخرى،

وهنا تكمن المشكلة في عدم وجود اتجاهات وقيم إيجابية نحو التخصص العام مما ينعكس سلباً في المستقبل على التحصيل الحركي والأكاديمي للطلبة، ناهيك أن تعلم السباحة يتم في وسط غير مألوف للطلبة وقد يعرض حياتهم للخطر في بعض الأحيان مما يشعرهم بالقلق والخوف والتوتر النفسي الدائم اتجاه السباحة. وكما ذكر علاوي، (1992) أن قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي يساعد وبشكل كبير المرابي على تشجيع الاتجاهات الإيجابية، بل ويساهم بقوة في تغيير أو تعديل الاتجاهات السلبية، كذلك إمكانية غرس اتجاهات إيجابية جديدة للفرد.

وظهر لأهمية الاتجاهات في مختلف الأنشطة الرياضية بشكل عام والسباحة بشكل خاص فقد ارتأى الدارسين توضيح أهمية التعرف على اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية و الرياضة بجامعة الزاوية نحو تعلم المهارات الأساسية للسباحة ومدى تأثير هذه الاتجاهات سواء كانت إيجابية أو سلبية على التحصيل الدراسي من خلال تطبيق الحطة الدراسية والمتضمنة المهارات العملية والخبرات النظرية وبالتالي تحديد أهم الإيجابيات والسلبيات لضمان استمرارية التعلم وجودة الأداء وإمكانية أن تساهم هذه نتائج الدراسة في

إعطاء المعلمين والمدرسين بعض التصورات النظرية عن اتجاهات الطلبة، والتي قد تكون عوناً ومرجعاً لهم للاسترشاد بها عند وضع وتطبيق الخطة الدراسية لسباحة. مما دفع الدارسين إلى دراسة مدى ارتباط اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة على مستوى تحصيلهم الأكاديمي في هذا المجال. (1)

أهداف الدراسة:

سع الدارسين التعرف إلى مستوى اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية والرياضة نحو تعلم السباحة وعلاقته بالتحصيل الدراسي "جامعة الزاوية".

1- التعرف إلى مستوى اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية والرياضة نحو تعلم السباحة.

2- التعرف إلى الفروق في اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة والتحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس.

أسئلة الدراسة:

1- ما هو مستوى اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية والرياضة نحو تعلم السباحة في جامعة الزاوية؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية والرياضة تبعاً لمتغير الجنس في جامعة الزاوية؟

3- هل توجد علاقة بين اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية والرياضة نحو تعلم

السباحة وتحصيلهم الدراسي تبعاً لمتغير الجنس في جامعة الزاوية؟

مصطلحات الدراسة:

1. **التعلم:** يعرفه (يونس، 2001) بأنه استجابة إيجابية نشطة يقوم بها الفرد إذا ما شعر بحاجة أو دافع ويكون التعلم واضحاً بمقدار وضوح الدافع أو الهدف، وهنا يجب أن تفرق بين التعلم ونتائجه، فعملية التعلم تمثل ذلك النشاط الفعلي الذي يحدث حيث يمارس الإنسان نوعاً معيناً من الخبرة الجديدة التي لم يسبق له أن واجهها أما نتائج التعلم فهي تعديل في السلوك بحيث يجعله يكتسب تنظيمًا جديدًا تحت شروط الخبرة والممارسة" (1)

2. السباحة:

يعرفه (الكرديني وآخرون، 2002) "هي رياضة كاملة لأنها تحرك كافة عضلات الجسم ورياضة ترويحوية تبعد الإنسان عن المحيط الذي يعيش فيه" (2). وتعرفها (عيسى، 2013) "هي حركة الكائنات الحية في الماء دون المشي في القاع.

"تعريف إجرائياً" (3)

3. **التحصيل الدراسي:** هو ذلك النوع من التحصيل الذي يتعلق بدراسة أو تعلم العلوم والمواد الدراسية المختلفة، والعلامة التي يحصل عليها الطالب عبارة عن تلك الدرجة التي يحققها في امتحان مقنن يتقدم إليه عندما يطلب منه ذلك، ويمكن أن يمتلكها الطالب بعد تعرضه لخبرات تربوية في مادة دراسية معينة أو مجموعة من المواد "تعريف إجرائياً".

الدراسات المرتبطة:

1- **دراسة** (رباعه، ' أبو زع 2013)، (1) **عنوانها** " مستوى اتجاهات طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة نحو تعلم السباحة ومستوى تحصيلهم الدراسي) **ويهدف إلى التعرف على:** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى اتجاهات طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة نحو تعلم السباحة ومستوى تحصيلهم الدراسي، كذلك هدفت إلى التعرف على طبيعة الفروق في كل من اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة وتحصيلهم الدراسي في مساق السباحة تبعاً لمتغير الجنس،

استخدم الباحثان المنهج الوصفي في صورته المسحية وذلك بتصميم استبانة خضعت

للمواصفات العلمية وتكونت من (27) فقرة، حيث تكونت عينة الدراسة من (69) طالب وطالبة والمسجلين في السباحة (1) خلال الفصل الدراسي 2011-2012

وكانت من أهم نتائجها - أن هناك اتجاهات إيجابية لطلبة كلية علوم الرياضة نحو تعلم السباحة.

(وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة تبعاً لمتغير الجنس)

ولكن بالنسبة للتحصيل الدراسي ولنفس المتغير فقد كان هناك وجود فروق دالة إحصائية ولصالح

الذكور وأخيراً دلت النتائج على عدم وجود أي علاقة ارتباطية بين اتجاهات الطلبة) الذكور أو

الإناث (ومستوى تحصيلهم الدراسي في هذا المساق.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة:- استخدم الدارسين المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لتحقيق أهداف الدراسة.

عينة الدراسة :- تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من طلاب كلية التربية البدنية والرياضة مجموع الطلاب (240) مجتمع الدراسة عددها (40) وهم (33) طالب (7) طالبة تم اختيارت عينة عشوائية تمثل نسبة (20%) من مجتمع الدراسة.

أداة الدراسة :-

تكونت أداة الدراسة من مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني (A.T.P.A)

ويتكون المقياس من 45 عبارة موزعة على ستة محاور ومحاور تقيس اتجاه وراي الطالب الشخصي نحو النشاط الرياضي ويتكون سلام الاجابة من خمسة استجابات هي

-وافق بدرجة كبيرة لها خمسة درجات

-وافق بدرجة متوسطة لها اربعة درجات

-لم أكون رأي لها ثلاث درجات

-غير موافق بدرجة متوسطة لها درجتان

-غير موافق بدرجة كبيرة لها درجة واحدة)

وقد عد المقياس على درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية وذلك لاستخدامه في العديد من الدراسات التي اجريت على البيئة الجامعية.

4.3. تنفيذ الدراسة- قام الدارس بتوزيع الاستبيان على افراد عينة البحث وذلك من خلال دخوله لقاءات المحاضرات وكانت الاجابة في نفس اليوم من قبل الطلبة حيث تم التوزيع وجمع الاستمارات خلال ثلاث ايام ومن ثم قام الدارس بتنظيم الاستمارات وبلغت (50) استمارة من اصل (44) استمارة وزعت على افراد العينة اهتمت (4) استمارة لعدم تكاملها واصبح العدد النهائي (40) استمارة .

. الأدوات المستخدمة في البحث:-

أ. استمارة الأستبيان

ب. استمارة تفرغ

ج. آلة حاسبة .

. المعالجات الإحصائية :-

استخدم الدارس الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعي (spss) في تحليل بيانات الدراسة

المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار

__ عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

التساؤل الأول /

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاتجاهات لاستجابات عينة الدراسة لكل فقرة من فقرات الاستبيان كما هو موضح في الجدول (1) .

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة على استمارة الاستبيان ن=40

رقم	ترتيب الفقرة	الفرقات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاتجاه
1	4	إتقان السباحة تعرس في الطالب درجة عالية من الثقة بالنفس	4.20	17.64	إيجابي
2	10	لا ضرورة لوجود مادة السباحة في برامج تخصص التربية الرياضية	3.95	15.99	إيجابي
3	1	الانتظام بتعلم الطلبة للسباحة له دور في تحسين الصحة	4.35	18.02	إيجابي
4	27	تعلم السباحة يكسب الطالب مستوى عالي من اللياقة البدنية	1.63	6.39	سلي
5	23	المهارات المكتسبة من دروس السباحة لا تصيف شيئاً ذا قيمة للطلاب	2.50	10.15	سلي
6	24	تعلم السباحة يعمل على إكساب الطالب قوام رشيق ومتناسق	2.03	8.33	سلي
7	3	تعلم السباحة يسهم في التخلص من التوتر النفسي	4.28	18.51	إيجابي
8	11	تعلم السباحة مع الزملاء / الزميلات يزيد من التفاعل بين الطلبة	3.95	15.79	إيجابي
9	5	وجود مسبح في كل منطقة أصبح من عوامل التخطيط السليم للمدن الحديثة	4.18	17.24	إيجابي
10	13	الاشتراك في حصة السباحة يعمل على تخفيف حدة التوترات الاجتماعية الصارة	3.85	15.54	إيجابي
11	7	تعلم السباحة من الرياضات التي تهم في بناء الفرد بناءً متكاملاً	4.10	17.33	إيجابي
12	26	يضيف تعلم السباحة ومهاراتها قيم إيجابية في حياة الطلبة	1.88	8.77	سلي
13	12	تعلم السباحة من الضروريات الهامة لكل طالب	3.88	14.43	إيجابي
14	19	يمكن استغلال الوقت المخصص لمحاضرات السباحة في نشاط أكثر فائدة	3.20	11.31	إيجابي
15	2	مشاهدة الطلبة في الماء يعمل على تشجيع الآخرين على تعلم السباحة	4.30	18.20	إيجابي
16	8	ضرورة وضع حصص للسباحة في مناهج الرياضة المدرسية	4.10	18.68	إيجابي
17	17	تعلم السباحة يهيئ التركيز الذهني بعد المكوث بعض الوقت في حوض السباحة	3.73	13.02	إيجابي
18	25	أشعر بالملل أثناء دروس السباحة	1.98	6.83	سلي
19	22	تسهم السباحة إسهاماً بسيطاً في إكساب الطلبة الرشاقة والمرونة	2.65	8.57	سلي
20	9	تعلم السباحة يجعل الطالب عرضة للغرق	3.98	14.85	إيجابي
21	15	يجب زيادة الساعات المخصصة للسباحة في الخطة الدراسية	3.83	14.90	إيجابي
22	6	يشعر الطلبة بالحجل من ارتداء اللباس الخاص أثناء تعلم السباحة	4.18	17.69	إيجابي
23	21	الفائدة من ممارسة السباحة لا تكفي لتبرير الوقت المستغل في تعلمها	2.88	9.93	سلي
24	16	يمكن اعتبار السباحة مقياساً لقدرة الأفراد على الأداء الرياضي السليم	3.80	16.43	إيجابي
25	14	يفضل وضع محاضرات السباحة في البرنامج الدراسي الصباحي	3.85	14.33	إيجابي
26	20	توجد صعوبة في تعلم مهارات السباحة بالنسبة لي	3.10	10.04	إيجابي
27	18	لا يؤثر تعلم السباحة على زيادة النشاط والحيوية	3.48	11.68	إيجابي
الكل	3.49	0.86	إيجابي		

أقصى درجة للاستجابة (5درجات)

من خلال الجدول (1) الخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري وترتيب كل فقرة من فقرات الاستبيان وذلك بحسب المتوسطات الحسابية يتضح أن قيم المتوسط الحسابي للاتجاهات الإيجابية للطلبة نحو تعلم السباحة تنحصر ما بين (3.10 _ 4.35) وكانت والاتجاهات السلبية انحصرت المتوسط الحسابي لها ما بين (1.63 _ 2.88) ومن خلال الجدول يتضح أيضاً أن الفقرة الثالثة والتي تنص على " الانتظام بتعلم الطلبة للسباحة له دور في تحسين الصحة " ، قد احتلت المرتبة الأولى من بين الفقرات بمتوسط حسابي بلغ (4.35) وبانحراف معياري بلغ (18.02) ويعزي الدارس هذه النتيجة إلى أن مهارات السباحة تتميز بدرجة كبيرة من الصعوبة وتحتاج إلى جهد بدني وعقلي لذا يجب أن يتم الالتزام بالانتظام بتعلمها وذلك لما يرافق الأداء من توافق عضلي عصبي دقيق وبالتالي فعند تعلم مهارات السباحة وإتقانها فيتولد شعور إيجابي يتمثل بالانتظام وتحقيق الذات والانجاز والتي توجد من خلال ممارسة مهارات السباحة والتي تتميز بالتوافق وهذا ما يتفق مع دراسة رابعه و أبو زمع (2013) (1) ودراسة أبو طامع (2013) (2) .

ويتضح من الجدول أن العبارة (26) والتي تنص على " توجد صعوبة في تعلم مهارات السباحة بالنسبة لي " قد احتلت المرتبة الأخيرة بالنسبة للفقرات ذات الاتجاه الإيجابي وهي المرتبة العشرون وكان قد بلغ متوسطها الحسابي (3.10) وبانحراف معياري بلغ (10.04) ويرى الدارس أن عينة الدراسة تؤكد على أن مهارات السباحة تتميز

بطابع الصعوبة عند تعلمها لدى يرى الدارس أنه يجب إعطاء فترة زمنية أكبر لتعلم المهارات الأساسية للسباحة فقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة رابعه وأبو زمع (2013) (1)

كما يشير الجدول إلى أن المتوسط الحسابي الكلي لجميع الفترات (3.49) مما يدل على أن اتجاه الطلبة بوجه عام نحو تعلم السباحة يكون ايجابي ، حيث يرى الدارس أن تدريبات الماء تمنح الطلبة وتكسيهم مقاومة ضد الأمراض من خلال تطوير الوظائف الحيوية لأجهزة الجسم المختلفة كالقلب والرئتين ، كما أن تدريبات الماء أو السباحة تعد وسيلة يمكن الاستفادة منها في أوقات الفراغ كما تمكن من محافظة الأفراد على أنفسهم وإنقاذ الآخرين من الغرق فممارسة السباحة تعمل على إكساب الفرد العديد من الميول والاتجاهات والمعارف التي تسعده وتشعره بالسرور وتدفعه إلى العمل وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة هجة أبو طامع (2013) (1)

كما قام الدارسين بحساب النسبة المئوية للعبارة ذات الاتجاه الايجابي وذات الاتجاه السلبي وفقاً للمتوسط الحسابي لكل فقرة على حدا وذلك كما هو مبين في الجدول الآتي

جدول (2) النسبة المئوية لاتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة ن=27

الاتجاه	العدد	النسبة المئوية
الاتجاه الايجابي	20	74.07 %
الاتجاه السلبي	7	25.93 %

من خلال الجدول (2) الخاص بالنسبة المئوية لاتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة يتضح أن الاتجاه الايجابي كان بنسبة مئوية (74.07) من عبارات الاستبيان كاملة (27) أما العبارات ذات الاتجاه السلبي فكان بنسبة مئوية (25.93) ، ومن خلال هذا العرض نجد أن مستوى اتجاه الطلبة نحو ممارسة السباحة تميزت بالاتجاه الايجابي ، ويرى الدارسين أن هذه النتيجة تعكس وجود معرفي يحتوي على أفكار ومعلومات إيجابية نحو أهمية وفوائد السباحة من النواحي الصحية والبدنية والترفيهية والاجتماعية ، وهذه النتيجة تتفق مع النتائج التي توصل إليها كل جمال رابعة وعلي أبو زمع (2013) والعطيات خالد وحسن السعود (2006) ومهجت أبو طامع (2013) وبهذا تم الإجابة على التساؤل الأول .

التساؤل الثاني /

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة لحساب دلالة الفروق بين الجنسين من الطلبة وذلك كما هو مبين في الجدول الآتي :

جدول (3) دلالة الفروق في اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
ذكور	33	3.41	0.822	-0.209	0.565
إناث	7	3.619	1.051		

* معنوي عند مستوى 0.05 = 1.684

من خلال الجدول (3) الخاص بدلالة الفروق في اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة تبعاً لمتغير الجنس يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في اتجاهاتهم نحو تعلم السباحة حيث بلغت قيمة "ت" المحتسبة (0.565) وهي قيمة أقل من القيمة الجدولية (1.684) عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم جوهرية الفروق في الاتجاهات بين الذكور والإناث ، ويعزى الدارسين عدم وجود الفروق إلى أن عدم توفر مساح تعليمية يؤثر سلباً على الخبرة العملية للسباحة وإنما تقتصر هذه الخبرة فقط على الناحية النظرية ، وأيضاً عدم وجود وقت مخصص للنشاط الحر في الكلية لتعلم السباحة حيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة جمال رابعة وعلي أبو زمع (2013) وبهذا تمت الإجابة على التساؤل الثاني .

التساؤل الثالث /

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة وتحصيلهم الدراسي وذلك كما هو موضح في الجدولين (4) (5) الآتيين :

جدول (4) قيمة معامل الارتباط بين اتجاهات الطلاب نحو تعلم السباحة وتحصيلهم الدراسي ن=33

المتغيرات	معامل ارتباط بيرسون
اتجاهات الطلاب	0.49
التحصيل الدراسي	

* معنوي عند مستوى 0.05 = 0.349

من خلال الجدول رقم (4) الخاص قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم معامل الارتباط بين اتجاهات الطلاب نحو تعلم السباحة والتحصيل الدراسي لدى الطلاب يتضح أن القيمة المحتسبة لمعامل الارتباط بلغت (0.49) بينما كانت القيمة الجدولية (0.349) عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم جوهرية العلاقة الارتباطية بين الاتجاهات والتحصيل الدراسي .

جدول (5) قيمة معامل الارتباط بين اتجاهات الطالبات نحو تعلم السباحة وتحصيلهم الدراسي $n=7$

المتغيرات	معامل ارتباط بيرسون
اتجاهات الطالبات	0.19
التحصيل الدراسي	

* معنوي عند مستوى $0.05 = 0.707$

من خلال الجدول (4) الخاص قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم معامل الارتباط بين اتجاهات الطالبات نحو تعلم السباحة والتحصيل الدراسي لدى الطالبات يتضح أن القيمة المحتمسبة لمعامل الارتباط بلغت (0.19) بينما كانت القيمة الجدولية (0.707) عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم جوهرية العلاقة الارتباطية بين الاتجاهات والتحصيل الدراسي .

ويعزي الدارسين هذه النتائج والمتمثلة في عدم وجود علاقة جوهرية بين اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة والتحصيل الدراسي بالرغم من توجهاتهم الإيجابية إلا أن هذه التوجهات لا تكفي للحصول على تحصيل دراسي عالي ، لما تحتويه هذه المادة من مهارات ذات صعوبة ومركبة من الناحية العملية والتي تحتاج إلى خبرة عملية ، وذلك لقلة فرص التعليم ولقلة وجود وتوفير المساح التعليمية وأيضاً خلو مناهج الرياضة المدرسية من تعليم للمهارات الأساسية لمادة السباحة حتى ولو من الناحية النظرية ، وأيضاً يعزي الدارسين عدم وجود ارتباط بين الاتجاهات نحو تعلم السباحة والتحصيل الدراسي إلى عدم وجود وسائل تعليمية كافية ، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة كل من العطيات خالد وحسن السعود (2006) ودراسة جمال رابعة وعلي أبو زمع (2013) ودراسة بهجت أبو طامع (2005) (2013) . وبهذا تمت الإجابة على التساؤل الثالث .

5-5 الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات :

- في ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاته ، وفي ضوء عينة الدراسة ، وكذلك في ضوء المعالجات الإحصائية تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :
- 1_ مستوى اتجاهات طلبة كلية التربية البدنية والرياضة ايجابي نحو تعلم السباحة .
 - 2_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات نحو تعلم السباحة تبعاً لمتغير الجنس .
 - 3_ ليس لاتجاه الطلبة نحو تعلم السباحة علاقة بمستوى تحصيلهم الدراسي .

التوصيات :

- بناء على ما أسفرت عنه النتائج ، وفي حدود عينة الدراسة يوصي الدارسين بالآتي :
- _ ضرورة الاهتمام بمادة السباحة في برامج التربية الرياضية المدرسية .
 - _ إجراء المزيد من الدراسات في تخصص السباحة لطلبة كلية التربية البدنية والرياضة
 - _ الاهتمام بالسنوات الدراسية المختلفة عند وضع المناهج مع الاهتمام بالجانب الاتجاه لكل مادة دراسية .
 - تزويد المكتبة بالكتب والنشرات الحديثة حتى تعطي دافعا لطلاب الكلية على الاطلاع والبحث في مجال التخصص.

المراجع العربية والأجنبية:

- 1 أبو زمع ،علي (2008): فاعلية استخدام بعض الوسائل التعليمية على تحسين الأداء المهاري في سباحة الزحف على البطن، مجلة النظريات وتطبيقات العدد 65، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، مصر.
- 2 أنتصار يونس(2001): السلوك الإنساني، المكتبة الجامعية، الإسكندرية
- 3 راتب. أسامة (1995) : علم النفس الرياضي، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4 راتب، أسامة كامل(1999) : تعلم السباحة، ط3 ، دار الفكر العربي.
- 5 بهجت أحمد أبو طامع(2005) : اتجاهات طلبة قسم التربية الرياضية في كلية خضوري في فلسطين نحو ممارسة السباحة ، مجلة جامعة بيت لحم، المجلد 24 ، فلسطين ،
- 7 جمال رابعة وعلي أبو زمع : مستوى اتجاهات طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة نحو تعلم السباحة ومستوى تحصيلهم الدراسي ، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات ، المجلد 28 ، العدد 7 ، الأردن ، 2013

- 8 مسعود عبير رجب (2013) : أثر استخدام أسلوبي التدريبي والتعلم التبادلي في تعلم سباحة الصدر وبعض السيات النفسية المصاحبة لدى طلاب السنة الثانية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الزاوية-دكتوراه.
- 9 عرابي سميرة، مسمار، بسام (1994) برنامج مقترح لتعلم المهارات الأساسية في السباحة 14 سنة"، المؤتمر الرياضي العلمي الثاني، مجلة دراسات، الجزء - للمبتدئات) من سنة 7 الثاني، الجامعة الأردنية.
- 10 علاوي، محمد. (1998) : علم النفس الرياضي، ط 1 مركز الكتاب للنشر القاهرة.
- 11 علاوي، محمد (1992) : علم النفس الرياضي، ط 6، دار المعارف 1119، القاهرة.
- 12 الكر داني محمد فتحي (2002) علوم الرياضات المائية، سباحة إنقاذ، كرة الماء، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنين، مركز الكتاب للنشر، .
يجي علي مصطفى
مجدي محمد إبراهيم
عدلي أشرف إبراهيم
- 13 الطويل حسن، (2001) : "تأثير تدريس مساق مبادئ التربية الرياضية على تغيير الاتجاهات لدى طلبة جامعة مؤتة نحو التربية الرياضية"، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، المجلد السادس عشر، العدد الرابع، الأردن.
الطويل محمد (2004)
- 14 الموجز في الرياضات المائية"، المركز العربي للنشر، الزقازيق
- 15 نزار الطالب وكامل الهويس (2000) علم النفس الرياضي ط 2. الموصل، دار الكتب
- 16 زكريا بن يحيى لال (2012): الاتجاه نحو التعليم الإلكتروني لدى معلمي ومعلمات المدارس الثانوية بمدينة مكة المكرمة – بالمملكة العربية السعودية
- 17 خالد وحسن السعود: العطايات (2006) . تقييم اتجاه طلبة الجامعات الأردنية نحو ممارسة النشاط البدني لأغراض اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين، العدد 58، الإسكندرية،
- 18 الطويل حسن (2001) : تأثير تدريس مساق مبادئ التربية الرياضية على تغيير الاتجاهات لدى طلبة جامعة مؤتة نحو التربية الرياضية، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، المجلد السادس عشر، العدد الرابع، الأردن.
19. Swimming teaching and coaching, published by ASA, (1998); Swimming Fastest, Human Kinetic America(1998) Maglischo ,Ernest W.4
Swimming fastest, Human kinetic America maglischo, Emest 1998.
-Swimming Teaching and Coahing, published Py ASA cross R 1991

" تأثير الألعاب الصغيرة والقصة الحركية على تنمية بعض الحركات الأساسية والصفات البدنية في التعبير الحركي لدى رياض الأطفال بمدينة الزاوية "

*د. عائشة الهلول محمد

مقدمة البحث : تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان ، فهي بمثابة الركيزة الأساسية للبناء السليم والمتكامل للطفل ، وعلى كافة المستويات المهارية والبدنية والمعرفية والنفسية ، كما أنها تؤثر على سلوك الطفل وشخصيته بكل أبعادها ، فالاهتمام بتنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال أصبح من الأمور التي يهتم بها العلم الحديث ذلك من خلال العلاقة الوثيقة بينها وبين تطور الإنسان ، لذلك فإن هذا الاهتمام يتطلب إعداداً متكاملاً من مرحلة الطفولة المبكرة حتى الوصول إلى أعلى المستويات في جميع النواحي العقلية والنفسية والمهارية والبدنية . (2 : 167)

لذلك نجد أن الطفل يحتاج إلى الحركة فهي تساعد على الاكتشاف ، ومعرفة أشياء كثيرة عن أنفسهم وعن العالم حوهم ، فكلما زادت قدرة الطفل الحركية زاد شعوره بالاستقلال وتمت ثقته بنفسه ، فالأطفال يميلون إلى قياس قدرتهم وكفاءتهم بما يحققونه من مهارات حركية ، ويجب أن يعطوا الفرصة لتنمية هذه القدرات . (7 : 142)

ومن هذا المنطلق نجد أن للتربية البدنية دوراً مؤثراً وفعالاً في تنمية وتطوير قدرات الأطفال في جوانبها المتعددة (البدنية والعقلية والصحية والنفسية والاجتماعية) باعتبار أنها نشاط تربوي هادف وموجه ، له تأثير مباشر على الأطفال في مختلف النواحي وصولاً إلى التربية الشاملة والمتزنة عن طريق التعديل المطلق للسلوك الإنساني . (8 : 201)

والتعبير الحركي يعد من الأنشطة التي لها مكانة عالية نظراً لأهميته الكبرى لما يعطيه للجسم من القدرة والقوة على التحرك بسهولة والمرونة المناسبة ، كما يعمل على تشكيل وبناء الجسم واكتساب القوام الجيد والاحتفاظ بالصحة والتأثير المباشر على الأجهزة العضوية الحيوية للجسم . (5 : 19)

كما أن الألعاب الصغيرة والقصة الحركية تعمل على وجود تفاعل بين الإدراك والحركة ، حيث يتم تعلم المهارات الحركية من خلال هذه الألعاب والقصة الحركية ومن هنا توجد عمليات التكيف المختلفة التي يقوم بها الطفل تجاه متطلبات المهمة كما يدركها وهو يعتمد على تفسيراته للمعلومات الحسية المتاحة وذلك يعني أن الإدراك عامل هام في تعديل النشاط البدني وتنميته لدى الطفل . (8 : 202)

1_2 أهمية ومشكلة البحث : إن أهداف الأنشطة الحركية لمرحلة رياض الأطفال إكسابهم مهارات حركية مثل التوازن وغيره من عناصر اللياقة البدنية ، كما تعمل على تقوية أجهزة الجسم المختلفة وتقويمها بإتباع الأنشطة في اللعب والحركة ، وتنمية الروح الرياضية روح الفريق الجماعي ، وخلق الإبداع في التعبير الحركي ، وتعويد الأطفال النظام وإشباع حاجاتهم . (10)

وتشترك فروع مادة التعبير الحركي في الأساسيات والحركات الأساسية وذلك من خلال الربط والدمج فيما بينها ، كذلك في المفاهيم والخصائص وعناصر وقوانين الحركة التي يمكن تطبيقها لكل نوع من أنواع الرقص ، وهناك ارتباط بين عناصر العرض المسرحي والابتكار الحركي والارتجال . (5 : 19)

من خلال نزول الباحثة إلى مدارس رياض الأطفال وإجابة الأسئلة الموجهة إلى معلمات رياض الأطفال لاحظت الباحثة بأنه لا توجد برامج منظمة تحتوي على الألعاب الصغيرة والقصة الحركية والتي من شأنها تنمية قدراتهم الإبداعية ، لما كان من الضروري وضع مواقف وأنشطة تعليمية متعددة يمكن من خلالها أن يشارك الأطفال في تحقيق أهداف رياض الأطفال ، فعملت على وضع برنامج مقنن لهذه المؤسسات يمس جميع الجوانب التي تمس حياة الأطفال مثل التعبير الحركي فقد أرادت الباحثة معرفة مدى تأثير البرنامج على أداء بعض الحركات الأساسية في التعبير الحركي والقدرات البدنية .

كما وقد اطلعت الباحثة على العديد من الدراسات السابقة والبحوث العلمية فوجدت هناك ندرة في استخدام الألعاب الصغيرة والقصة الحركية لمرحلة رياض الأطفال في عمر 4_5 سنوات ، كما لاحظت (وفي حدود علمها) أنه لم تحصل على دراسات تطرقت إلى استخدام الألعاب الصغيرة والقصة الحركية في تنمية وتطوير المهارات أو الحركات الأساسية لمادة التعبير الحركي في هذه المرحلة العمرية .

1_3 أهداف البحث :

- 1_ تأثير الألعاب الصغيرة والقصة الحركية على تنمية بعض الحركات الأساسية في التعبير الحركي لدى أطفال الروضة بمدينة الزاوية .
- 2_ تأثير الألعاب الصغيرة والقصة الحركية على تنمية بعض الصفات البدنية قيد البحث لدى أطفال الروضة بمدينة الزاوية .

1_4 فروض البحث :

- 1_ للألعاب الصغيرة والقصة الحركية تأثير إيجابي على تنمية بعض الحركات الأساسية في التعبير الحركي لدى أطفال الروضة بمدينة الزاوية .
- 2_ للألعاب الصغيرة والقصة الحركية تأثير إيجابي على تنمية بعض الصفات البدنية قيد البحث لدى أطفال الروضة بمدينة الزاوية .

1_5 المصطلحات المستخدمة :

الألعاب الصغيرة : " هي مجموعة من ألعاب الجري وألعاب اللياقة البدنية التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس ومرونة قواعدها وسهولة ممارستها " . (8 : 203)

القصة الحركية : " هي نشاط ذهني للأطفال ، ومن أحدث الطرق لإعطاء التمرينات البدنية للأطفال ، فهي تستثير فيهم حب التقليد الإيجابي والمحاكاة " . (10)

_ الدراسات المشابهة :

2_2_1 دراسة: احمد مسلم ، حاسم عبد الجبار ، ثائرة عبد الجبار ، عباس كاظم ، حسين علي ، محمد جابر (2012) :

بعنوان " تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب القصص الحركية لتعلم بعض الحركات الأساسية التمهيدية بكرة اليد لأطفال ما قبل المدرسة " بهدف التعرف على تأثير البرنامج التعليمي في تعلم بعض الحركات الأساسية التمهيدية بكرة اليد لأطفال ما قبل المدرسة ، استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة وبأسلوب العينات المتكافئة ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية حيث اشتملت على (40) طفلاً مقسمين عشوائياً بالتساوي على المجموعتين ، وأسفرت النتائج إلى أن الفروق واضحة جداً بين الأسلوب المنهج من إدارة رياض الأطفال وأسلوب القصص الحركية المطبق من الباحثين ولصالح أسلوب القصص الحركية ، مما يدل على فاعلية الأسلوب في تعلم بعض الأشكال الأساسية . (4)

2_2_2 دراسة: أسعد حسين عبد الرزاق ، ميثم محسن عبد الكاظم ، سعد تايه (2013) :

بعنوان " تأثير اللعب التمثيلي في تطوير التفكير الإبداعي لدى الأطفال بعمر (5-4) سنوات " بهدف التعرف على تأثير اللعب التمثيلي في تطوير التفكير الإبداعي لدى الأطفال بعمر قيد البحث ، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ، وتم اختيار عينة البحث من أطفال الروضة بعمر (5-4) سنوات وعددهم (40) طفلاً مقسمين بالطريقة العشوائية على المجموعتين وبواقع (20) طفلاً لكل مجموعة ، وأسفرت النتائج إلى أن الألعاب التمثيلية لها تأثير إيجابي في تطوير التفكير الإبداعي لدى أطفال الروضة بعمر (5-4) سنوات . (3)

3_ منهج وإجراءات البحث :

3_1 منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة باستخدام القياس القبلي والبعدى للملاءمة لطبيعة البحث وأهدافه .

3_2 عينة البحث : تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية من المرحلة السنية 4_5 سنوات من مدرستين لرياض الأطفال من مدينة الزاوية ومدرستين من مدينة صرمان للعام الدراسي 2014_2015م ، وكان إجمالي العينة (83) طفلة وتم استبعاد (3) أطفال من إجمالي العينة نظراً للظروف الصحية ، كما تم استبعاد الأطفال اللواتي تمت عليهن الدراسة الاستطلاعية وعددهم (10) ، وبذلك أصبح عدد أفراد العينة الأساسية للبحث (70) طفلة ، وقد قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد العينة كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة الالتواء لقياسات النمو لدى أفراد العينة الأساسية للبحث ن=70

المتغيرات	المعالجات الإحصائية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
المتغيرات	الطول	سم	0.848	0.087	0.870	0.454-
	الوزن	كجم	12.444	2.111	12.000	0.493
	العمر	سنة	4.386	0.490	4.000	0.480

يتضح من الجدول (1) أن جميع قيم الالتواء لدى إجمالي العينة في قياسات النمو تنحصر ما بين (0.454- _ 0.493) وهي أقل من (3±) مما يدل على تجانس أفراد العينة في قياسات النمو .

جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة الالتواء لاختبارات مستوى الأداء والاختبارات البدنية لدى أفراد العينة الأساسية للبحث ن=70

المتغيرات	المعالجات الإحصائية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء	
المتغيرات	الوضع الأول للقدمين	درجة	0.864	0.329	1.000	0.351	
	الوضع الثاني للقدمين	درجة	0.986	0.318	1.000	0.023	
	الوضع الثالث للقدمين	درجة	1.036	0.322	1.000	0.065-	
	الوضع الرابع للقدمين	درجة	1.007	0.356	1.000	0.020-	
	الوضع الخامس للقدمين	درجة	1.043	0.338	1.000	0.104-	
	الوضع الأول للذراعين	درجة	1.029	0.350	1.000	0.079-	
	الوضع الثاني للذراعين	درجة	1.014	0.318	1.000	0.020-	
	الوضع الثالث للذراعين	درجة	1.021	0.323	1.000	0.040-	
	الوضع الرابع للذراعين	درجة	1.029	0.380	1.000	0.100-	
	النتي الصفي والفردي للقدمين	درجة	1.957	0.378	2.000	0.145	
	فرد الرجل ملاسمة للأرض	درجة	1.964	0.364	2.000	0.111	
	نتي الجذع للأمام	درجة	0.993	0.376	1.000	0.024	
نتي الجذع للخلف	درجة	1.043	0.348	1.000	0.117-		
محاذاة الورك	درجة	1.929	0.383	2.000	0.251		
المتغيرات	السرعة	الجرى 20 متر	0.161	0.016	0.160	0.102-	
	الرشاقة	الجرى زجراج في أقل زمن ممكن	0.173	0.014	0.170	0.352-	
	المرونة	نتي الجذع من الوقوف	-8.229	1.342	-8.000	0.210	
	المتغيرات	المشي للأمام على عارضة	درجة	1.164	0.569	1.000	0.287
			درجة	1.250	0.502	1.000	0.177

يتضح من الجدول (2) أن جميع قيم الالتواء لدى إجمالي العينة في جميع المتغيرات تنحصر ما بين (0.352-0.351) وهي أقل من (3±) مما يدل على التجانس بين أفراد العينة الأساسية في مهارات مستوى الأداء والاختبارات البدنية قيد البحث .

3_3 الاختبارات المستخدمة في البحث :

3_3_1 الاختبارات البدنية :

بعد اطلاع الباحثة على العديد من المراجع والدراسات السابقة (في حدود علم الباحثة) (1)(2)(6)(9) تم تحديد الاختبارات الخاصة بالمتغيرات البدنية قيد البحث

جدول (3) اختبارات القدرات البدنية التي تمشي مع المرحلة السنوية 4_5 سنوات .

الاختبارات	القدرات البدنية	ت
الجري 20 متر	السرعة	1
الجري الزجراج في أقل زمن ممكن	الرشاقة	2
ثني الجذع من الوقوف	المرونة	3
المشي الأمامي والجانبى على عارضة .	التوازن	4

3_3_2 اختبارات الأداء المهاري :

تم تقييم الأداء المهاري لعينة البحث باستخدام استمارة تقييم .

3_3_4 الأجهز المستخدمة في البحث :

- __ جهاز ريستاميتير لقياس الطول .
- __ جهاز الميزان لقياس الوزن .
- __ ساعة إيقاف .
- __ مقعد سويدي .
- __ شواخص (أعلام) .
- __ جهاز الكمبيوتر (CD) .
- __ صافرة .
- __ كور (تنس ، يد) .
- __ لعب أطفال .
- __ أوراق وأقلام ملونة .

3_3_5 المعاملات الإحصائية للاختبارات :

3_3_5_1 معامل ثبات الاختبارات : قامت الباحثة بحساب معامل الثبات على عينة استطلاعية ماثلة للعينة الأساسية للبحث وعدد أفرادها (10) لها نفس مواصفات العينة الأساسية للبحث ، ذلك بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه تحت نفس الظروف ، حيث قامت الباحثة بإجراء التطبيق الأول في الفترة 24_26/2/2015م والتطبيق الثاني في الفترة 3/5/2015م ، وقد تم حساب معامل الثبات بحساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني .

جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الثبات (الارتباط) بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات ن=10

الاختبارات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الثبات
	س	ع	س	ع	
الجري 20 متر	0.156	0.013	0.158	0.015	*0.848
الجري الزجراج في أقل زمن ممكن	0.170	0.014	0.170	0.016	*0.866
ثني الجذع من الوقوف	8.800-	1.229	8.500	1.270	*0.855
المشي الأمامي على عارضة	1.250	0.635	1.250	0.540	*0.851
المشي الجانبى على عارضة	1.000	0.471	1.150	0.474	*0.870

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632

يتضح من الجدول (4) أن القيمة المحتسبة لمعامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني تنحصر ما بين (0.870_0.848) وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة 0.05 (0.632) وبهذا تعد الاختبارات ثابتة لما تقيسه .

3_3_5_2 معامل صدق الاختبارات :

تم حساب معامل الصدق باستخدام الصدق الذاتي على نفس أفراد العينة الاستطلاعية ، حيث تم حسابه باستخراج معامل الثبات من الجذر التربيعي لكل اختبار من الاختبارات المستخدمة قيد البحث . معامل الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات .

جدول (5) معامل الصدق الذاتي للاختبارات ن=10

الاختبارات	معامل الصدق الذاتي
الجري 20 متر	*0.921
الجري الزجراج في أقل زمن ممكن	*0.931
ثني الجذع من الوقوف	*0.925
المشي الأمامي على عارضة	*0.922
المشي الجانبى على عارضة	*0.933

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632

يتضح من الجدول (5) أن قيمة معامل الصدق الذاتي للاختبارات قيد البحث تنحصر ما بين (0.921_0.933) وهي أكبر من القيمة الحولية عند مستوى 0.05 (0.632) مما يعني أن الاختبارات ذات معامل صدق عالي والاختبارات صادقة فيما أعدت لأجله .

3_6 الدراسة الاستطلاعية : تم اختيار أفراد العينة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية وقد بلغ عددها (10) من نفس مواصفات أفراد العينة الأساسية للبحث ، وقد أجريت هذه الدراسة من 24_2015/2/26م إلى 03_2015/3/05م للوقوف على كفاءة الأدوات والأجهزة المستخدمة في البرنامج المقترح ومدى مناسبتها لإفراد العينة الأساسية ، وكذلك اكتشاف الصعوبات ومحاولة معالجتها .

3_7 الدراسة الأساسية : بعد استكمال كافة الإجراءات الإدارية ، قد قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي للعينة الأساسية للبحث في الفترة 07_2015/3/09 . وتم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح في الفترة من 10_2015/3/10م إلى 07_2015/5/07م . وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي وذلك في الفترة من 09_2015/5/11م .

3_8 الوسائل الإحصائية :

بعد أن تم بتجميع البيانات وإعدادها للمعالجات الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وقد تضمنت المعالجات الإحصائية الآتية :
 _ المتوسط الحسابي .
 _ الانحراف المعياري .
 _ معامل الارتباط .
 _ معامل التحسن % .
 _ اختبار الفروق بين المتوسطين الغير مستقلين .

4_ عرض ومناقشة النتائج :

4_1 عرض النتائج : من خلال الاختبارات التي طبقت على عينة البحث توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية :

جدول (6) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في مستوى أداء المهارات ن=70

اختبارات مستوى الأداء	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق المتوسطات	قيمة "ت"	نسبة التحسن %
	س	ع	س	ع			
الوضع الأول للقدمين	0.864	0.329	4.279	0.494	3.415	*81.459	%79.808
الوضع الثاني للقدمين	0.986	0.318	4.414	0.425	3.428	*65.840	%77.662
الوضع الثالث للقدمين	1.036	0.322	4.393	0.525	3.357	*68.593	%76.417
الوضع الرابع للقدمين	1.007	0.356	4.336	0.530	3.329	*70.780	%76.776
الوضع الخامس للقدمين	1.043	0.338	4.350	0.534	3.307	*59.216	%76.023
الوضع الأول للذراعين	1.029	0.350	4.514	0.434	3.485	*99.026	%77.204
الوضع الثاني للذراعين	1.014	0.318	4.464	0.411	3.450	*77.542	%77.285
الوضع الثالث للذراعين	1.021	0.323	4.193	0.703	3172-	*56.087	%75.650
الوضع الرابع للذراعين	1.029	0.380	4.243	0.784	3.214	*58.445	%75.748
النتي الضفي والفرد للقدمين	1.957	0.378	7.829	0.803	5.872	*14.993	%75.003
فرد الرجل ملاسمة للأرض	1.964	0.364	7.707	0.715	5.743	*16.985	%74.517
نتي الجذع للأمام	0.993	0.376	4.021	0.709	3.028	*48.686	%75.305
نتي الجذع للجانبين	1.057	0.346	4.450	0.401	3.393	*78.825	%76.247
مهاره الوثب	1.929	0.383	7.879	0.586	5.950	*88.081	%75.517

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.232

الجدول (6) يوضح أن قيمة "ت" الفروق لاختبارات مستوى الأداء تراوحت ما بين (14.993_99.026) وهي قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 (0.232) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات مستوى الأداء المهارات ، كما قد تراوحت نسبة التحسن في مستوى الأداء المهاري ما بين (74.517% _ 79.808%) .

جدول (7) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة البحث في القدرات البدنية ن=70

الاختبارات البدنية	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق المتوسطات	قيمة "ت"	نسبة التحسن %
	س	ع	س	ع			
الجري 20 متر	0.161	0.016	0.106	0.012	0.055	*29.814	%51.887
الجري الزجراج في أقل زمن يمكن	0.173	0.014	0.108	0.012	0.065	*54.643	%60.185
نتي الجذع من الوقوف	8.229-	1.342	0.029-	1.597	8.200-	*48.130-	%99.648
المشي الأمامي على عارضة	1.164	0.569	3.850	0.739	2.686-	*52.617-	%69.766
المشي الجانبي على عارضة	1.250	0.502	3.993	0.617	2.743-	*46.410	%68.695

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.232

الجدول (7) يوضح أن قيمة "ت" الفروق لاختبارات مستوى الأداء تراوحت ما بين (29.814_54.643) وهي قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 (0.232) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات القدرات البدنية ، كما قد تراوحت نسبة التحسن في مستوى أداء القدرات البدنية ما بين (51.887%_99.648%) .

4_2 مناقشة النتائج :

اعتاداً على النتائج التي تم الحصول عليها والتي تمت معالجتها إحصائياً قامت الباحثة وبحسب الفروض واسترشاداً بالدراسات المشابهة لهذا البحث وكذلك المراجع العلمية وقد تمت المناقشة كما يلي :

تشير النتائج من خلال عرض الجدول (6) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في مستوى أداء المهارات ، إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 في اختبارات مستوى الأداء المهاري في التعبير الحركي ولصالح القياس البعدي ، والنتائج التي توصلت إليها الباحثة تؤكد على أهمية برنامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية المقترح والذي اشتمل على مجموعة من الألعاب الصغيرة والقصص الحركية والتي تمتشى مع المرحلة السنية 4_5 سنوات والتي لها تأثير إيجابي على مستوى أداء الحركات الأساسية في التعبير الحركي وتمييزها وتطويرها بسهولة ودقة ، وهذا التفوق في مستوى القدرات البدنية في القياس البعدي عنه في القياس القبلي ترى الباحثة أنه ناتج عن استخدام البرنامج المقترح ، وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من طارق عطية وآخرون (2006)(8) ، أسعد حسين عبد الرزاق (2009)(2) ، أسعد حسين عبد الرزاق (2013)(3) ، وبهذا تكون قد تحققت نتائج الفرض الأول .

وتشير النتائج التي تم عرضها من خلال الجدول (7) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة البحث في القدرات البدنية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 في اختبارات القدرات البدنية ولصالح القياس البعدي ، وهذه النتائج تؤكد على أهمية برنامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية المقترح والتي تمتشى مع المرحلة السنية 4_5 سنوات والتي لها تأثير إيجابي على أداء القدرات البدنية وتمييزها وتطويرها بسهولة ، كما أن التفوق في مستوى القدرات البدنية في القياس البعدي عنه في القياس القبلي ناتج عن استخدام البرنامج المقترح وهذا ما اتفقت عليه هذه النتائج مع نتائج دراسة أسعد حسين عبد الرزاق (2009)(2) ، وبهذا تكون قد تحققت نتائج الفرض الثاني .

5_ الاستنتاجات والتوصيات :

5_1 الاستنتاجات :

- في ضوء المنهج المستخدم وعرض ومناقشة النتائج التي تحصلت عليها الباحثة توصلت إلى الاستنتاجات الآتية :
- 1_ أن مجموعة الألعاب الصغيرة والقصص الحركية المقترحة لها تأثير إيجابي على عينة الدراسة في تنمية المهارات الأساسية للتعبير الحركي .
 - 2_ أن مجموعة الألعاب الصغيرة والقصص الحركية المقترحة لها تأثير إيجابي على عينة الدراسة في تنمية بعض القدرات البدنية .

5_2 التوصيات :

- بناء على نتائج الدراسة الميدانية التي توصلت إليها الباحثة توصي بالآتي :
- 1_ ضرورة الاهتمام برياض الأطفال من حيث برامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية وحركات التعبير الحركي التي تعد من الحركات الأساسية للأطفال .
 - 2_ إجراء المزيد من الدراسات المشابهة لتطوير الحركات في مختلف الرياضات الأخرى .

المراجع :

أولاً/ المراجع العربية :

المراجع العربية :

- 1_ إبراهيم أبو زيد الدويبي : فاعلية وحدات دراسية باستخدام القصص الرقمية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والمفاهيم المعرفية لمرحلة رياض الأطفال ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 2014م .
- 2_ أسعد حسين عبد الرزاق : تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية للأطفال بعمر (7-8) سنوات ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثاني ، المجلد الثاني ، 2009م .
- 3_ أسعد حسين عبد الرزاق ، ميثم محسن عبد الكاظم ، سعد تابه : تأثير اللعب التمثيلي في تطوير التفكير الإبداعي لدى الأطفال بعمر (4-5) سنوات ، بحث منشور ، 2013م .
- 4_ امجد مسلم ، حاسم عبد الجبار ، نائرة عبد الجبار ، عباس كاظم ، حسين علي ، محمد جابر : تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب القصص الحركية لتعلم بعض الحركات الأساسية التمهيدية للمهارات بكرة اليد للأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الأول ، المجلد الخامس ، 2012م .
- 5_ أمينة مصطفى أبو عجيبة كساب : تأكيد استخدام التعليم المبرمج على مستوى أداء بعض الحركات الأساسية في الباليه ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الزاوية ، 1997م .
- 6_ خيرية إبراهيم السكري ، محمد عبد الوهاب محمد : البرامج الرياضية لرياض الأطفال ، دار المعارف ، القاهرة ، 1997م .
- 7_ شيلاولير ، بث لفين(ترجمة هدى محمد الناشف) : جاعات اللعب " من 18 شهراً حتى الروضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999م .
- 8_ طارق عطية ، عبد السلام الفيتوري عثمان ، السيد محمد العقاد : تأثير الألعاب الصغيرة والقصص الحركية على العزلة الاجتماعية وبعض الصفات البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الشق الأول) ، بحث منشور ، المؤتمر الثالث لعلوم الرياضة ، المجلد الثالث ، 2006م .

9_ عزمة محمد الحراري اللافي : تأثير اللعب التمثيلي في بعض القدرات الإدراكية _ الحركية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الزاوية ، ليبيا ، 2007م .

الانترنت :

10_ www.startimes.com/f.aspx?t=23038636 .

دور المعرفة لأعضاء الاتحادات الرياضية واللجان الفنية وأثرها على الأداء الإداري

** د فرج بن سليم

* د.نوري محمد زراع

المقدمة ومشكلة البحث . تلعب الإدارة دورا محميا ورئيسيا في جميع مجالات الرياضة , سواء علي مستوي الهيئات الرياضية أو المؤسسات التربوية , ومن أهم العوامل التي تبرز أهمية الإدارة أنها مظهر من مظاهر التربية التي تعمل علي تحقيق أغراضها عن طريق النشاط الحركي الذي يتم تحت إشراف قيادة واعية تهدف إلي تحقيق أسمى القيم الإنسانية أو تعديل السلوك , أو تحقيق النمو الشامل للفرد , وهذه الأهداف يمكن اعتبارها هدفا عاما للرياضة . كما أن الإدارة تعد نشاطا حتميا وحيويا لكل محمد جماعي , فهي التي تتوجه الجهود الإنسانية بالفاعلية والجدوى , فجهودات الجماعات تحتاج إلي تخطيط وتوجيه وتنظيم ومتابعة , حتى تحقق الأهداف المطلوبة , ويعني هذا أن وجود عدد من الأفراد الرياضيين والمدربين و توافر المال لا يكفي لأن تحقق المؤسسة الرياضية أهدافا فديرا النادي والاتحاد لا يخطط ولا ينظم ولا يوجه خطته لن يكون قادرا علي تحقيق الأهداف المطلوبة . (23:1)

والإدارة تمثل الأساس والقوة الرئيسية الدافعة لعملية التنمية في كل مظاهر ونواحي النشاط الإنساني وهي تختص بإنجازات كما أن الإدارة الناجحة هي الدليل على أن المؤسسة قد حققت الأهداف التي أنشئت من أجلها والوصول إلى ذلك بطريقة مرضية تتطلب خبرة في العلاقات الإنسانية والمقدرة على تصور المستقبل ووضع تخطيط له , وكذلك القدرة على توحيد وتنظيم جهود أفرادها , كما تساعد على توجيه الجهود المشتركة إلى نتائج ملموسة ولتحقيق ذلك يجب أن يكون للإدارة القدرة على تشجيع الأفراد على بذل الجهود وإظهار الإبداعية لكل عضو من أعضاء المؤسسة . (13:3)

ويذكر إبراهيم عبد المقصود, وحسين الشافعي(2003) أن كفاءة أداء الفرد لعمله تتوقف على عنصرين أساسيين, هما القدرة على العمل والرغبة في العمل وتمثل القدرة على العمل في مهارات الفرد وقدرته والتي يكتسبها بالتعلم والتدريب والخبرة العملية مع الاستعداد الشخصي للفرد, أما الرغبة في العمل فتمثلها الحوافز التي تدفع سلوك الفرد في الاتجاه الذي يحقق أهداف المنظمة. (40,39:2).

ويذكر مفتي إبراهيم(1999) م (أن الهيئات الرياضية في حاجة إلي إحداث تغيرات لتواكب ثورة الإدارة الرياضية الحادثة علي مستوي العالم في القرن الحادي والعشرين , ومن ثم يجب عليها أن تضي قدما في سبيل تبني فلسفة وتوجهات إدارية جديدة , تتماشى مع متطلبات الإنتاج الرياضي في كافة مجالاتها . (76: 16) .

يعرفالباحثان الأداء هو "العمل الذي يؤديه الفرد ومدى تفهمه لدوره واختصاصاته وفهمه للتوقعات المطلوبة منه, ومدى إتباعه لطريقة أو أسلوب عمل الذي ترشد له الإدارة عن طريق المشرف المباشر كما يعرفان الاتحاد الرياضي بأنه هيئة رياضية لها شخصية اعتبارية وذمة مالية مستقلة. حيث يؤكد عصام بدوي(2001) إن مجلس إدارة الاتحاد يمثل قمة السلطة المسؤولة عن إدارة اللعبة أداريا وفنيا وماليا كما يتولى تشكيل اللجان الفنية الدائمة من أعضاء فنيين حسب نظم الاتحاد ولوائحه وهي لجان تخصصية تعاون مجلس الإدارة فنيا وكل لجنة فيما يخصها وأهم هذه اللجان على سبيل المثال لا الحصر هي(المسابقات – الحكام – المدربين – المنتخب). (402:9)

المصطلحات.

1- الإدارة :-

أن الإدارة نشاط ذهني يختص بتنفيذ الأعمال بواسطة أشخاص أخر , ويحتوي على عدد من المهام المكتملة بعضها البعض, والتي يتعين أن تؤدي في النهاية إلى تحقيق الأهداف المرجوة. (3:17)

والإدارة تهدف إلى التنظيم الشامل للعلاقات السياسية والاقتصادية والأيدولوجية والاجتماعية والى تنظيم العمل وتحقيق روح الفريق في العمل (7:18)

فالإدارة عملية مستمرة ولها أهداف متجددة دائما يسعى التنظيم إلى تحقيقها . (32:4)

أن مفهوم الإدارة لم يعد قاصرا على مجرد اتخاذ القرارات والتتويج بل أصبح يتضمن عناصر أخرى هامة مثل التخطيط والتنظيم والقيادة والقدرة على خلق جو من العلاقات الإنسانية(11:6) .

ويعتقد الباحثان إن الإدارة الحقيقية هي الدافع الأول والأهم لعملية التنمية في كل مظاهر النشاط الإنساني , فالإدارة الناجحة يهيمها أن توجه الجهود البشرية المشتركة إلي إنتاج جيد , والوصول إلي ذلك يجب أن يكون للإدارة القدرة علي استقطاب المنفذين وتدريبهم على بذل الجهود وإظهار الناحية الإبداعية لكل عضو من أعضاء المؤسسة لتكوين المحصلة النهائية لتحقيق أكبر قدر من الأهداف.

والإدارة الحديثة أصبح لزاما عليها أن تتميز بالقدرة على التكيف مع التغير المستمر والتطور المتنامي في مختلف مجالات الحياة في المجتمعات المختلفة, وذلك من خلال اكتسابها أنماط تنظيمية مرنة ومتداخلة وما يتناسب مع طبيعة العمليات والأدوار التي تؤديها . (8:8)

والإدارة ليست غاية أما هي وسيلة تستخدم بغرض الوصول إلى تحقيق أهداف معينة بناء كما لم تعد قاصرة على التخطيط والتنظيم والقيادة ومرحل اتخاذ القرارات بل تتضمن التقييم لجميع عناصر العملية الإدارية(40:11)

- ويشير أحمد عوضين (1995) أن مجالس إدارات الرياضة هم الأشخاص المسئولون عن تحقيق الأهداف التي وجدت من أجلها هذه الهيئات وعلى ذلك فإن الإدارة في المجال الرياضي مسئولة وملتزمة أمام الجميع بعدة أمور أساسية لتحقيق أهدافها والأمور هي:
- اختيار العناصر الملائمة لتحقيق الأهداف.
 - الاستمرارية وتحقيق التوازن بين متطلبات الأجل القصير والطويل. (3: 18)

ويؤكد كمال درويش، إسماعيل حامد (2000) إلى إن المتخصصون الفنيون يستخدمون المهارات الفنية المتخصصة والمعارف والقدرات كمدبرين رغم كونهم ليسوا مدبرين ولكنهم بحاجة إلى مهارات الإدارة حتى يمكنهم إنجاز أعمالهم اليومية، ومرفوض تماماً تصور البعض أن المتخصصين الفنيين لا يلزمهم مهارات الإدارة للنجاح في أعمالهم وهذا بعيد عن الواقع فمن الصعب تصور أي وظائف أيا كانت لا تستخدم المهارات الإدارية بشكل مطلق. (37:13)

2- الأداء:-

- لقد تعددت مفاهيم الأداء بتعدد الباحثين والدارسين في هذا المجال ولم يستطع علماء الإدارة الوصول إلى مفهوم دقيق وشامل فكل واحد وجهة نظر الخاصة به. وفيما يلي أهم وأكثر المفاهيم شمولاً للأداء:
- الأداء لغويًا مستمد من الكلمة الإنجليزية "To perform" والذي اشتق بدوره من الفرنسية القديمة "Performer" والذي يعني تنفيذ المهمة أو تأدية عمل.
 - الأداء هو تحقيق الأهداف التنظيمية مما كانت طبيعة وتنوع هذه الأخيرة. هذا التحقيق يمكن أن يفهم في اتجاه المباشر "النتائج" أو بالمفهوم الواسع للعملية التي تؤدي إلى النتائج "عمل".
 - الأداء هو تنفيذ العامل لأعماله ومسؤولياته التي تكلفه بها المنظمة أو الجهة التي ترتبط وظيفته بها ويعني النتائج التي يحققها الفرد بالمنظمة.
- أما العناصر المكونة للأداء فهي:
- القدرة: تعني بها إن يستطيع العامل أداء العمل الموكل إليه بالدرجة المطلوبة من الإلتقان مقابل في ذلك المعايير الموضوعية مسبقاً. وتعتبر القدرة بدرجاتها المختلفة حصيلية التفاعل متغيرين هامين هما: المعرفة والمهارة.
 - المهارة: يقصد بها تطبيق ما يعرفه الإنسان واكتساب خبرة من هذا التطبيق تساعد على صقل قدرته على ما يقوم به من أعمال.
 - المعرفة: تعتبر حصيلية المعلومات التي توجد عند الفرد اتجاه شيء معين.

3- الاتحاد الرياضي:

الاتحاد الرياضي هو هيئة رياضية لها شخصية اعتبارية مستقلة، وتعتبر من الهيئات الخاصة ذات النفع العام ومقرها العاصمة، ويهدف الاتحاد الرياضي إلى نشر اللعبة والارتقاء بمستواها وتنظيم وتنسيق النشاط بين أعضائه (3: 4)

4- المعرفة:-

هي تلك المجال الذي يتضمن المقام والمبادئ التي تشكل موضوعات ذات الطبيعة المعرفية المرتبطة بالنشاط الرياضي وتحكم أدائه بشكل عام وتهدف المعرفة الرياضية إلى التعرف على العلاقة بين النشاط البدني والرياضة ولبن القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي اكتسبها من خلال ممارسة هذا النشاط أهميتها أنها وسيلة فعالة في مساعدة الفرد على ممارسة النشاط الرياضي وتنمية الجانب البدني وتوظيف المعرفة الحركية في حل مشكلات الفرد وقد يعزى التفوق الرياضي بين لاعب وآخر إلى الإلمام بالجانب المعرفي للنشاط الرياضي الممارس لدى اللاعب أقدر على تنمية وتطوير المستوى المهارة إلى أقصى حد تسمح به قدراته.

(14:14)

المعرفة الرياضية:

تهدف إلى تنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالقيم والتطبيق والتحليل والترتيب والتقديم لجوانب معرفية في جوهرها رغم اتساعها للتربية البدنية (15:159)

من هنا يرى الباحثان إن يلم كل من الرياضي والاداري بالمعلومات والمعارف الرياضية التي تخص اللعبة، وانه ليس بالإمكان أن يمارس اللاعب أو الاداري نشاطه ويتقنه دون أن يكون ملماً بالمعارف التي تساعد على ذلك.

ثانياً الدراسات السابقة:

1- دراسة حمادة محمد طلبة (1999) م (بعنوان "تقييم العمل الإداري بالاتحاد المصري لكرة القدم (6) " وتهدف الدراسة إلى: التعرف على العناصر الإدارية والتي تتمثل في التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة)

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) لأجراء هذه الدراسة

عينة البحث: أشتملت عينة البحث على عدد (90) إداري بالدرجة الأولى بفرعيها (أ.ب) من بين الإداريين ومديري كرة القدم وقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية العشوائية

الأدوات المستخدمة: الاستبيان

أهم النتائج:

1. أهداف الاتحاد تحتاج إلى صياغة
2. عدم توفر متخصصين من الخبراء للقيام بعملية التخطيط
3. عدم وجود خطة عامة للاتحاد يعمل من خلالها جميع مدربي الأندية
4. عدم وجود إستراتيجية واضحة للاتحاد على المدى الطويل والمتوسط

2- دراسة سر الحتم محمد أبو عوف (1981م) بعنوان " دراسة تحليلية للهيكل التنظيمي للتربية الرياضية في الاتحادات والأندية الرياضية بجمهورية السودان (7) وتهدف الدراسة إلى: التعرف على الهيكل التنظيمي والإداري للاتحادات الرياضية والأندية بالسودان
 منهج البحث : أستخدم الباحث المنهج الوصفي " الدراسات المسحية لتحقيق أهدافه
 عينة البحث: اشتملت عينة البحث على عدد (20) فرد قسموا على ثلاث فئات خبراء الإدارة (6) أفراد متخصصين في التربية البدنية (6) أفراد عاملين في الاتحادات الرياضية (8)

الأدوات المستخدمة: الملاحظة العلمية - المقابلة الشخصية - استمارة استطلاع رأي - تحليل النتائج
 أهم النتائج:

1. وجود تضارب واضح في الاختصاصات بين الاتحادات العامة والاتحادات الفرعية بالمحافظات
2. وجود تضارب بين قوانين الرياضة وقوانين الحكم الشعبي
3. علاقات الأهمزة الرياضية ببعضها البعض غير واضحة في الهيكل التنظيمي الموجود حالياً.

3 - دراسة حسن مصطفى موسى (1988م) بعنوان " العوامل الإدارية المرتبطة بنجاح الاتحادات والأندية الرياضية في أداء رسالتها(5)" وتهدف الدراسة إلى: "الرد على التساؤل التالي:"

- ما هي العوامل الإدارية المرتبطة بنجاح الاتحادات الرياضية والمتعلقة بكل من:-

- التخطيط، اتخاذ القرار، السلطة وتفويض المسؤول.

- الإمكانيات المادية و البشرية

- إدارة الاجتماعات

- التقويم والمتابعة

منهج البحث: ولتحقيق ذلك أستخدم الباحث المنهج الوصفي

الأدوات المستخدمة: أستخدم الباحث الأدوات التالية) استمارة استبيان - المقابلة الشخصية - تحليل الوثائق)

عينة البحث: اشتملت عينة البحث على عدد(63) قيادي من أعضاء المكاتب التنفيذية وعدد (166) من مديري وأعضاء مجالس إدارات الاتحادات الرياضية المختلفة.

أهم النتائج:

- أهم العوامل الإدارية الخاصة بالتخطيط تمثلت في اتفاق الخطة مع السياسة العامة للدولة

- أهم العوامل الإدارية الخاصة بالرقابة والمتابعة تمثلت في أن الإجراءات المتبعة نظمية وتم الرقابة على النتائج السنوية فقط

- أهم العوامل الإدارية الخاصة بالتقويم تمثلت في أن التقرير تأخذ الشكل الروتيني في الصياغة والمعني، ويتم التقويم عن طريق ملاحظة مسؤوليات كل عضو.

إجراءات البحث:-

- منهج البحث: نظراً لطبيعة البحث استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للملائمة للبحث.
- مجتمع البحث :تكون مجتمع البحث من رؤوسا وأعضاء الاتحادات والإداريين واللجان الفنية للألعاب بليبيا.
- عينة البحث : اشتملت العينة على من رجعوا أداة الاستبيان من مجتمع البحث وكان عددهم (40)
- المجال المكاني مقر الاتحادات الرياضية بطرابلس
- المجال الزمني الفترة من 2016 /1/ 30 -3 م
- أداة جمع البيانات : قام الباحث بمراجعة الكتب والمراجع العلمية المرتبطة بموضوع البحث وبناء على ذلك صممت استبانته البحث وتم عرضها على الخبراء والتي تكونت من (30) عبارة شاملة لكل المحاور المطلوبة للبحث
- الإجراءات الإحصائية : استخدم الباحث المعاملات الإحصائية التالية:-
- النسب المئوية- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري

عرض ومناقشة النتائج.

أولاً:المعلومات العامة

جدول(1) توزيع أفراد عينة البحث حسب الفئة العمرية والنسبة المئوية

النسبة المئوية	العدد	الفئة العمرية
15%	6	اقل من 30 سنة
30%	12	من 30 إلى 40 سنة
45%	15	من 40 إلى 60 سنة
17,5%	7	من 60 سنة فما فوق

جدول (2) توزيع أفراد عينة البحث حسب المؤهل العلمي والنسبة المئوية

النسبة المئوية	العدد	الفترة العمرية
35%	14	الثانوية
47.5%	19	الجامعية
5%	2	ماجستير
12.5%	5	دكتوراه

جدول (3) توزيع أفراد عينة البحث حسب سنوات الخبرة والنسبة المئوية

النسبة المئوية	العدد	الفترة العمرية
20%	8	اقل من 10 سنة
50%	20	من 10 إلى 20 سنة
20%	8	من 20 إلى 30 سنة
10%	4	من 30 سنة فما فوق

جدول (4) توزيع أفراد عينة البحث حسب الصفة بالاتحاد والنسبة المئوية

النسبة المئوية	العدد	الفترة العمرية
20%	8	رئيس الاتحاد
25%	10	سكرتير الاتحاد
10%	4	أمين صندوق
30%	12	عضو بالاتحاد
15%	6	اداري بالاتحاد

جدول (5) يوضح التكرارات والنسب المئوية لإجابات أفراد العينة

ثانياً : تحليل عبارات الإستبانه:

المجموع	الإجابات						العبارات	٢	
	إلى حد ما		غير موافق		موافق				
	عدد	% ن	عدد	% ن	عدد	% ن			
100%	40	37.5%	15	12.5%	5	50%	20	1	هناك ثقة متبادلة للملاقات بين الرئيس والأعضاء.
100%	40	30%	12	20%	8	45%	18	2	هناك ثقة متبادلة للملاقات بين الإداريين وأعضاء الاتحاد.
100%	40	35%	14	22.5%	9%	42%	17	3	يوجد تبادل للمعلومات الهامة التي تتعلق بالعمل بين الأعضاء
100%	40	32.5%	13	15%	6	52%	21	4	يتبادل أعضاء الاتحاد الأفكار والآراء لتطوير العمل.
100%	40	35%	14	25%	10	40%	16	5	يدرك أعضاء الاتحاد أنهم مسئولون عن تحسين أداء أعمالهم دون الحاجة إلى تدخل خارجي.
100%	40	40%	16	27.5%	11	32.5%	13	6	هناك دافعية كبيرة لعمل أعضاء الاتحاد
100%	40	30%	12	22.5%	9	47.5%	19	7	يغلب على العلاقات بين الأعضاء روح الأخوة والزمالة.
100%	40	42%	17	27.5%	11	30%	12	8	يشعر العضو أنه يأخذ كل حقوقه دون مطالبة.
100%	40	45%	15	17.5%	7	45%	18	9	يستخدم الأعضاء قدراتهم في إنجاز العمل بالاتحاد.
100%	40	50%	15	12.5%	5	50%	20	10	تبادل الأعضاء خدماتهم لمساعدة بعضها لبعضها في إنجاز الأعمال .
100%	40	35%	14	17.5%	7	47.5%	19	11	يكلف الأعضاء بمهامهم إلى إداريين لإنجاز أعماله تخصهم .
100%	40	30%	12	30%	12	40%	16	12	يشارك الإداريين في أعمال مختلفة في فرق العمل التي تشكل.
100%	40	32.5%	13	32.5%	13	35%	14	13	يخضع الإداري أهدافه لأهداف أعضاء الاتحاد .
100%	40	42%	17	17.5%	7	40%	16	14	يخضع الإداري مصالحه لمصلحة الاتحاد .
100%	40	50%	20	5%	2	45%	18	15	تسود روح التعاون في العمل بين الجميع.

المجموع	الإجابات						العبارة	٢
	إلى حد ما		غير موافق		موافق			
	عدد	% ن	عدد	% ن	عدد	% ن		
100%	40	35%	14	25%	10	40%	16	يضع أعضاء الاتحاد الأهداف بصورة جماعية.
100%	40	32.5%	13	30%	12	37.5%	15	يعمل أعضاء الاتحاد معاً بشكل جماعي .
100%	40	40%	16	12.5%	5	47.5%	19	تتطلب مهام وظيفتي المزيد من التطور في المعارف.
100%	40	45%	18	15%	6	40%	16	لدى أعضاء الاتحاد رؤية واضحة مشتركة لطبيعة العمل الذي يؤديه.
100%	40	35%	14	27.5%	11	37.5%	15	لدى أعضاء الاتحاد منظومة عمل مشتركة حول العمل.
100%	40	32.5%	13	30%	12	37.5%	15	يسود الفهم المتبادل بين الأعضاء
100%	40	30%	12	25%	10	45%	18	يتعامل الأعضاء في أمور العمل بلغة مشتركة.
100%	40	35%	14	25%	10	40%	16	يتم عمل اجتماعات دورية يُدلى فيها الأعضاء بأرائهم نحو العمل.
100%	40	30%	12	35%	14	35%	14	يتم الإدارة بتطوير لأعضاء والإداريين من خلال التدريب
100%	40	37.5%	15	22.5%	9	40%	16	يتم ترشيح الأعضاء والإداريين للتدريب حسب إمكانياتهم المعرفية
100%	40	32.5%	13	25%	10	42%	17	يوجد تحديد واضح لمهام كل وظيفة
100%	40	40%	16	25%	10	35%	14	العضو الإداري منفتح على الأفكار والمعارف الجديدة
100%	40	35%	14	27.5%	11	40%	15	يقبل العضو الإداري اقتنادات الآخرين له..
100%	40	35%	14	25%	10	40%	16	يتم الاعتراف بالأخطاء واكتشافها وتصويبها
100%	40	35%	14	22.5%	9	42%	17	تسمح لي وظيفتي استعمال تقديري الشخصي في طريقة تنفيذ العمل

من خلال الجدول السابق (5) والذي يوضح النسب المئوية لإجابات أفراد عينة البحث العبارات المتعلقة بالمعرفة كأحد الإبعاد وتأثيرها على أداء الأفراد بالاتحادات الرياضية تبين أن عدد (1) عبارة واحدة قد جاءت بنسبة 52.5% تقع في درجة موافق في حين جاء عدد (2) عبارات بنسبة 50% تقع في درجة موافق. وان عدد (3) بنسبة 47.5% تقع أيضاً تحت درجة موافق

وان عدد (4) عبارات بنسبة 45% وان عدد (3) عبارات بنسبة 42% وان عدد (8) عبارات بنسبة 40% وتراوحت بقية العبارات بين نسبة 37.5% و 30% تحت درجة موافق. إما عن إجابات أفراد العينة للعبارات تحت إجابة غير موافق فكانت أعلى نسبة مئوية لعبارة (1) واحدة وهي العبارة رقم 13 بنسبة 32.5% تليها العبارات 12 و 17 و 21 بنسبة مئوية 30% والعبارات 6 و 8 و 20 و 28 بنسبة مئوية 27.5% أما بقية العبارات فتراوحت النسبة ما بين 25% و 5% وعن الإجابة إلى حد ما فكانت أعلى نسبة مؤيدة للعبارات 15 بنسبة 50% والعبارة 19 بنسبة 45% وأقل نسبة لهذه الإجابة للعبارة 2 و 7 و 12 و 22 و 24 بنسبة مئوية 30% ومن خلال ترتيب العبارات في الجدول رقم (6) حسب المتوسطات الحسابية لهذه العبارات تتضح أهمية هذه العبارات في علاقة المعرفة بالأداء الإداري لأعضاء الاتحادات الرياضية.

جدول (6) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

المعاملات الإحصائية	موافق	غير موافق	إلى حد ما
الوسط الحسابي	16.533	9.033	14.367
الانحراف المعياري	2.161	2.748	1.921
الالتواء	0.105	0.582	1.032

من خلال الجدول السابق (6) والذي يوضح المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة نحو مدى تأثير المعرفة على الأداء الإداري لأعضاء الاتحادات الرياضية فكان المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث للعبارات بدرجة موافق بقيمة (16.533) وغير موافق بقيمة (9.033) وإلى حد ما بقيمة (14.367)، وكان الانحراف المعياري لدرجة موافق بقيمة (2.161) وغير موافق (2.748) وإلى حد ما بقيمة (1.921)، وكان معامل الالتواء لأفراد العينة لدرجة موافق بقيمة (0.105) وغير موافق بقيمة (0.582) وإلى حد ما بقيمة (1.032).

وبذلك نجد أن درجة موافق عبارات البحث بمتوسط حسابي (16.533) مما يعبر على أن أفراد العينة لهم معرفة بالجانب الإداري ، وقد كان الانحراف المعياري (2.161) ، ومن خلال الجدول رقم (2) والجدول رقم (3) يتضح أن المؤهل العلمي يمثل المؤهل الجامعي 47.5% والخبرة كانت بنسبة 50% كان لها الدور الفعال للأداء الإداري. وقد كانت درجة غير موافق بأقل متوسط حسابي عن درجة موافق بقيمة (9.033) وهذا يدل على وعي أفراد العينة بجانب المعرفة للأداء الرياضي.

وكانت درجة إلى حد ما بقيمة (14.367) ويعزي الباحث ذلك إلى بعض أفراد العينة الذين ليس لديهم معرفة بفهم معاني العبارات وضعف للمستوى العلمي والخبرة، كما أن هذه النتيجة تبين أثر متغير الفئة العمرية على تأثير الأداء الإداري للأفراد، وكان الانحراف المعياري بقيمة (1.921)

النتائج التوصيات:

- إن أغلب الفئة العمرية كانت تتراوح بين 40-60 سنة .
- وان الأغلبية من أفراد العينة من ناحية المؤهل كان بالدرجة الجامعية.
- وان سنوات الخبرة كانت ما بين 10-20 سنة .
- يستخدم أعضاء الاتحادات الرياضية قدراتهم في إنجاز أعمالهم .
- تغلب روح الإخوة والزمالة وتبادل الأفكار والآراء على تطوير العمل

التوصيات:-

- إتاحة الفرصة للتدريب المستمر على المهام المختلفة التي يشغلها كل عضو.
- إعطاء الأعضاء والإداريين المرونة الكافية التي تتيح لهم تنفيذ مهام عملهم
- إجراء دراسات مشابهة لمعالجة المواضيع الأخرى و التي تهتم بالاتحادات الرياضية .

المراجع

1- العربية

- 1 إبراهيم عبد الهادي المليحي الإدارة ومفاهيمها وأنواعها وعملياتها ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية (2000)
- 2 إبراهيم محمود عبدا لمقصود وحسن احمد الشافعي الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية والتخطيط في المجال الرياضي منشأة المعارف الطبعة الأولى ، الإسكندرية(2003)
- 3 احمد ماهر ، جلال الهجرس، حمد الدعيج، راشد الإدارة المبادئ والمهارات ، الدار الجامعية (2002)
- 4 جمال بالقاسم الزروق معوقات العمل الإداري في الاتحادات الرياضية بليبيا ،رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بنها.(2006)
- 5 حسن مصطفى موسى العوامل الإدارية المرتبطة بنجاح الاتحادات الرياضية والأندية الرياضية في أداء رسالتها ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، القاهرة ، 1988
- 6 حمادة محمد طلبة تقويم العمل الإداري بالاتحاد المصري لكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الإسكندرية 1999 م
- 7 سر الحتم محمد ابوعوف دراسة تحليلية للهيكل التنظيمي للتربية الرياضية في الاتحادات والأندية الرياضية بجمهورية السودان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، القاهرة ، 1981
- 8 طلحة حسام الدين وعدله عيسي مطر مقدمة في الإدارة الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة (1997).
- 9 عصام بدوى الإدارة الرياضية، دار المعارف ، القاهرة ، 2001 م
- 10 علي السليبي الإدارة العامة مكتبة غريب القاهر ، (1994)
- 11 كمال درويش ، إسما عيل حامد التنظيم في المجال الرياضي ط 1 دار السعادة للطباعة القاهرة(2000)
- 12 كمال درويش ، محمد الحماسي ، وسهير المهندس الإدارة الرياضية والأسس والتطبيقات ، ط 21 لهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة (1996) .
- 13 كمال درويش ، إسما عيل حامد التنظيمات في المجال الرياضي ، دار السعادة للطباعة القاهرة ط 2 ، (2000)
- 14 متولي سيد متولي الإدارة رؤية عصرية ، دار النهضة العربية ، القاهرة(2003)

- 15 محمد كمال السموندي ونبيل عبد المطلب الإدارة في المجال الرياضي ، مكتبة دار الأصدقاء ، المنصورة، (2005)
- 16 مفتي إبراهيم حماد تطبيقات الإدارة الرياضية ، المدارس – الجامعات – الاتحادات الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، (1999)

2 - الأجنبية

- 17 Chebib Soubhi (2001), The E-Government Imperatives for Success .Symposium E-Government Experiences and Applications. Addawha
- 18 Patricia Buhler (2001), Management Skills, Hlpha Books, Indianapolis(USA)

بعض المشكلات الاجتماعية وعلقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة على ممارسة النشاط الرياضي

*د.عبدالحافظ المبروك غوار(جامعة الزيتونة) ** د.عبدالحكيم ضو غريبي (جامعة الزاوية) ***د.جمال سوندي بخلف (جامعة طرابلس)

المقدمة ومشكلة البحث. إن الاهتمام المتزايد من قبل الدول المتقدمة بالممارسة الرياضية أصبحت لا تمثل واحدة من أبرز السمات الحضارية لتلك الدول فحسب ، بل إنها أصبحت مؤشر هاماً لمستوى التقدم والتطور التي وصلتها تلك الشعوب في مختلف ميادين الحياة . بالإضافة إلى الميدان الرياضي. كما يمكننا لقول بأن هذه الظاهرة قد أصبحت عالمية ، وذلك لما للتربية البدنية والرياضية من تأثيرات إيجابية على جميع قدرات الإنسان سواء كانت (بدنية ، عقلية ، اجتماعية، نفسية). وفي هذا السياق فإن تأثير هذه الظاهرة في مجتمعنا أخذ بالتوسع بقوة بين أوساط مختلف الشرائح الاجتماعية وبالذات الشباب منهم ، حيث تمثل المرحلة الجامعية واحد من المجالات و الميادين الهامة في المجتمع ، لما تتمتع من أهمية مواقع علمية تربوية متقدمة لها تأثيرها الكبير في حياة الافراد والجماعات .

وكما أن توجه قطاعات واسعة في تلك الدول نحو الممارسة الرياضية قد أفرز العديد من المشكلات كذلك فإن توجه شرائح مجتمعنا نحو الممارسة الرياضية قد أفرز العديد من المشكلات والتي تمثل عائقاً أمام ذلك التوجه وفي مقدمتها المشكلات الاجتماعية والتي تتقف حائلاً أمام ممارسة الرياضة وتطورها. وبهذا الصدد يذكر علي الهادي الحوات (1985) بأن "العديد من علماء الاجتماع منهم هديتل هارت (H.Hart) و ايديك فيلسون (F.Filson) ولجمرت (Lemert) وليدنتون بورك (Lenolen Burge) يتفقون على أن المشكلات الاجتماعية هي اضطراب في العلاقات الإنسانية تهدد المجتمع لأنها تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على عدد كبير من الناس ويتطلب علاجها في إطار عام وليس بالتعامل مع الحالات الفردية". (7:10-12)

إن الرياضة الجامعية تمثل الميدان المتطور للواقع الرياضي في الدول المتقدمة ، سواء كان ذلك من حيث حجم القاعدة لممارسة الأنشطة الرياضية أو من حيث مستوى الإنجاز الرياضي المتحقق ،لذا فإن الباحثون ومن خلال عملهم في الوسط الجامعي في مجال الإشراف الرياضي في إدارة النشاط العام بجامعة الزيتونة لاحظوا عزوفاً كبيراً من الطلبة عند ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام والألعاب الرياضية الجماعية بشكل خاص مما يؤدي إلى غياب عنصرها فاعلاً ومهماً في عملية الأعداد الشاملة للطلبة والمتمثل بالإعداد البدني والذي يعتبر مكملاً لها تسعى الجامعة إلى تحقيقه والمتمثل بتزويدهم بالعلوم والمعارف المختلفة وفق تخصصاتهم ، خلال فترة دراستهم ،ومن هنا فقد تبلورت لديهم مشكلة الدراسة ، وما زاد تمسكهم بها هو أنه ومن خلال اطلاعهم ومحاولتهم الحصول على دراسات أو بحوث عملية تكون قد تناولت هذا الموضوع فإنه لم يوفق في ذلك بل وجد ندرة في تلك الدراسات كما إنها قد تناولت جانباً معيناً منه ، ولكي يتمكن من تقديم حلول علمية و عملية للمشكلات الاجتماعية التي تواجه الممارسة الرياضية وبشكل خاص الألعاب الرياضية الجماعية منها فقد رأى الباحثون أن يكون بحثهم بعنوان :
(بعض المشكلات الاجتماعية وعلقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة على ممارسة النشاط الرياضي))

أهمية الدراسة :- تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تلقي الضوء على طبيعة المشكلات الاجتماعية التي تواجه طلبة جامعة الزيتونة والتي تشكل عاملاً مهماً في عزوفهم عن ممارسة الرياضة ، وكذلك فإنها تبين لنا أهمية ممارسة النشاط الرياضي وخصوصاً تلك المتمثلة بالألعاب الرياضية الجماعية والتي لها دوراً مؤثراً في بناء ونمو العلاقات الاجتماعية السليمة و بأبعادها المختلفة لدى هذه الشريحة الهامة في المجتمع الليبي.

أهداف الدراسة :- تهدف الدراسة التعرف على مايلي :

- 1- طبيعة المشكلات الاجتماعية ذات العلاقة بعزوف طلبة جامعة الزيتونة على ممارسة الألعاب الرياضية الجماعية .
- 2- الفروق في طبيعة المشكلات الاجتماعية التي تواجه الطلاب عن تلك التي تواجه الطالبات ذات العلاقة بعزوفهم على ممارسة النشاط الرياضي بموجب متغير (الجنس).
- 3- الفروق في طبيعة المشكلات الاجتماعية التي تواجه طلبة الكليات العلمية عن طلبة الكليات الإنسانية ذات العلاقة بعزوفهم على ممارسة النشاط الرياضي بموجب متغير (التخصص).

5-1 تساؤلات الدراسة :-

- 1- ماهي المشكلات الاجتماعية ذات العلاقة بعزوف طلبة جامعة الزيتونة على ممارسة النشاط الرياضي .
- 2- هل توجد فروق دالة إحصائية في طبيعة المشكلات التي تواجه الطلاب عن تلك التي تواجه الطالبات ذات العلاقة بعزوفهم على ممارسة النشاط الرياضي وبموجب متغير (الجنس) .
- 3- هل توجد فروق دالة إحصائية في طبيعة المشكلات الاجتماعية التي تواجه طلبة الكليات العلمية عن طلبة الكليات الإنسانية ذات العلاقة بعزوفهم على ممارسة النشاط الرياضي وبموجب متغير (التخصص).

الاطار النظري

المشكلات الاجتماعية ، مفهوم وتعريف .

تختلف طبيعة ومفهوم المشكلة من مجتمع إلى اخر ومن زمن إلى اخر كما أن دراسة وفهم المشكلات الاجتماعية لا تقتصر فقط على محاولة وضع الحلول المناسبة للمشكلة بل وأيضاً التنبؤ بالمستقبل ووضع الترتيبات اللازمة للوقاية من المشكلات الاجتماعية المستقبلية. فالمشكلات بشكل عام تمثل انحرافاً عن المعايير السائدة في المجتمع والبعض يعتبره أمبيراً داخل المجتمع. (24:6)

وهناك العديد من التعريفات التي أطلقت على المشكلات الاجتماعية إذ ليس من السهل الوصول الى تعريف جامع للمشكلة الاجتماعية .

وذلك لاختلاف طبيعة تكوين المشكلة من حيث المحتوى أو الشكل ومن حيث التنوع والتشابك والتداخل بين العناصر المكونة لها من حيث صلتها بالبناء الاجتماعي وثقافة المجتمع من جانب أو من المدرسة الفكرية والاجتماعية التي ينتمي اليها العالم والمتخصص من جانب ، وبهذا الصدد يذكر علي الحوات (1985) نقلاً عن هورتيل هارت (H.Hart) بأن المشكلة الاجتماعية ((هي المشكلة التي تؤثر مباشرة أو غير مباشرة في عدد كبير من الناس والتي يمكن علاجها في اطار عام وليس بالتعامل مع الحالات الفردية ، وكل على حدة والتي تتطلب أيضاً معالجتها أنسائياً منطاً)). (11:6)

ويعتقد أيريك فيلسون (E.Filson) " بأن المشكلة الاجتماعية هي المشكلة التي ترتبط بصراع القيم " (32:2)

مقومات أو اركان المشكلة الاجتماعية :-

- لكي نطلق تسمية مشكلة على حالة أو وضع معين لا بد وان تنطبق عليها المعايير أو أن تتوفر فيها مقومات معينة منها :-
- 1- وجود قيم ومعايير عامة يحترهما الجميع ، بمعنى وجود نسق في القيم يحدد ما ينبغي أن يكون عليه السلوك العام ، وهذا أداة لمعرفة ما إذ كان السلوك العام قد انحرف عن هذه المعايير والقيم أم لا .
 - 2- وجود ظاهرة اجتماعية سلوك عام انحرفت عن القيم والمعايير المتفق عليها عرفاً أو ديناً أو قانوناً ، ومن هنا يمكن معرفة مدى التهديد الذي تشكله هذه الظاهرة المنحرفة للمجتمع ككل أو جزء من المجتمع ، وبالتالي معرفة ما اذا كانت المشكلة أخذت طابع المشكلة الاجتماعية أم لا .
 - 3- وجود شعور عام أو شعور قوي لدى المجتمع بأن ظاهرة اجتماعية انحرفت عن القيم والمعايير وإنه يتوجب تدخل المجتمع لحماية نفسه منها .
- ولابد من التعليق على هذه الجوانب الثلاثة بالقول بأن عوامل المطاف والزمان والثقافة تتدخل الي درجة كبيرة في تحديد المشكلة الاجتماعية" (13:14)

تصنيف المشكلات الاجتماعية :-

لغرض التصدي لحل المشكلات التي يواجهها أي مجتمع فإن الأمر يتطلب تحديدها ثم ترتيبها وفقاً لأهميتها ، وبهذا الصدد فقد صنفت المشكلات الاجتماعية الى ثلاثة صنف وهي :-

أولاً / مشكلات أساسية :-

وتتمثل في عدم قدرة الخدمات الموجودة على الوفاء بحاجات كل الأفراد في المجتمع .

ثانياً / مشكلات تنظيمية :-

وتتمثل في أن الخدمات موجودة ولكنها بدون تنظيم مما يجعلها لا تقابل حاجات المجتمع.

ثالثاً / مشكلات مجتمعية :-

وتتمثل في سوء العلاقات الاجتماعية في المجتمع وعدم اهتمام المواطنين بحل مشكلتهم ، وترك أمر هذه المشكلات للظروف ومن أهم هذه المشكلات اقتصادية ، ومشكلات اجتماعية (222-221:10).

-النشاط الرياضي ، المفهوم ،التعريف :-

إن النشاط الرياضي بأنواعه المتعددة يعتبر ميداناً مهماً من الميادين التربوية وعاملاً أساسياً في أعداد النشئ ، حيث يزودهم بالخبرات والمهارات التي تمكنهم من مواكبة العصر وتطوره لقد أصبحت التربية البدنية والرياضة من الأساليب المهمة في أعداد الفرد دينياً وعقلياً ، و نفسياً و اجتماعياً وذلك لأنها تستهدف نموهم شاملاً ومتكاملاً ، كذلك أصبحت علماً له أحواله و قواعده وأهدافه .

لقد اشار عبد الرزق الطائي (1990) "الى أن التربية الرياضية كقيمة العلوم تطورت بحيث أصبحت وسيلة مؤثرة في تحقيق أغراض المجتمع ، وأنها قد اتجهت اتجاهات متعددة الأغراض والأهداف" (17:5).

كما ذكر محمد محمد الشحات (2007) "بأن النشاط الرياضي ليس مقصوراً على الناحية البدنية فقط بل يصاحبه قدر من التفكير ، وإكساب معارف مختلفة تتعلق بطبيعة النشاط ، كتاريخ اللعبة التي يمارسها وفوائدها كما تنتج الأنشطة الرياضية فرصاً عديدة للتكوين الخلق الاجتماعي " (35:11).

تصنيف النشاط الرياضي :-

ذكرت محم مختار (2003) نقلاً عن بوك والتر (book walter) "ان الانشطة الرياضية تنقسم وفقاً لعدد المشاركين الى أنشطة فردية وأنشطة جماعية (17:12). كذلك قام أمين خولي(1996) "بتقسيم الانشطة الرياضية إستناداً الى عدة أسس منها:-

- عدد الممارسين (فردي ، زوجي ، جماعي) .
 - طبيعة الوسط (ملاعب ، ماء ، جليد) .
 - الأداء المستخدمة (كرات ، مضارب ، اسلحة) .
 - توقيت الممارسة (صيفية ، شتوية) (294:4).
- ويتفق هشام الرباني (2008) مع محم مختار " في تقسيم الأنشطة الرياضية وفقاً لعدد المشاركين بها وهي :-
- أنشطة فردية
 - أنشطة جماعية

كما يرى بأن الأنشطة الفردية هي تلك الأنشطة التي يمارسها الفرد بمفرده وتبقى ملازمة له طيلة حياته ، أما الأنشطة الجماعية فهي تلك الأنشطة التي يمارسها أثنان أو أكثر" (18:13)

– أهداف ممارسة النشاط الرياضي :-

توجد أهداف عديدة يسعى الفرد والمجتمع الى تحقيقها من جراء ممارسته للنشاط الرياضي ومن أهمها تلك التي أشار اليها محمد حسن علاوي (1994) حيث ذكر " أنه أهم الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق النشاط الرياضي مايلي :-

- 1- رفع مستوى الصحي وتقوية الوظائف الحيوية .
- 2- اكتساب مكونات اللياقة البدنية والأرتقاء بها كالقوة والسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة وغيرها .
- 3- اكتساب القوام الجيد والوقاية من التشوهات القوامية .
- 4- اكتساب المهارات الحركية الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة .
- 5- اكتساب صفات خلقية مثل الروح الرياضية وتمحيم واحترام القوانين.(22:10)

الدراسات السابقة

1- **دراسة فاطمة الشلوبوط (2010) (6)** بعنوان " دور بعض العوامل الاجتماعية في عزوف طالبات مرحلة المتوسط عن الممارسة النشاط الرياضي " هدفت الدراسة التعرف على دور بعض العوامل الاجتماعية(التنشئة الاسرية، البيئة الاجتماعية، القيم الاجتماعية) في عزوف طالبات مرحلة التعليم المتوسط عن ممارسة النشاط الرياضي وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للملائمة وطبيعة دراسته المسحي، وقد تكون مجتمع الدراسة من طالبات مرحلة التعليم المتوسط بمدينة جفارة للعام الدراسي (2008-2009)م. حيث تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية وتكونت أداة الدراسة من استمارة استبيان أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي مايلي : وجود تأثير كبير للمشكلات والقيم الاجتماعية السائدة في المجتمع على عزوف طالبات مرحلة التعليم المتوسط عن ممارسة النشاط الرياضي .

2- **دراسة إيناس محرم موسى (2010) (4)** بعنوان "الثقافة الرياضية للأسرة وعلاقتها بالممارسة الرياضية للأبناء في مرحلة التعليم المتوسط بشعبية طرابلس . هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الثقافة الرياضية للأسرة وعلاقتها بالممارسة الرياضية لأبناء غير الممارسين للنشاط الرياضي في مرحلة التعليم المتوسط بشعبية طرابلس حيث استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للملائمة ومتطلبات الدراسة ، وقد تكون مجتمع وعينة الدراسة من طلاب وطالبات مرحلة التعليم المتوسط البالغ عددهم (500) وكأنت أداة الدراسة عبارة عن أداة استبيان في أعداد الدراسة وقد توصلت الدراسة للعديد من الاستنتاجات منها:- وجود علاقة وثيقة وطردية ما بين مستوى الثقافة الرياضية للأسرة وبين موقف الأبناء من الممارسة الرياضية، كذلك إن الأسر التي مارست الرياضة ومازالت تمارسها لها تأثيرها الواضح على علاقة الطالبات بالنشاط الرياضي وخصوصاً الوالدين . كذلك فأن ضعف الدخل الشهري للأسرة يؤثر سلباً على ممارسة الأبناء للرياضة .

إجراءات الدراسة :-

1-3- **منهج الدراسة :-** استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وذلك للملائمة لطبيعة البحث.

2-3- **مجتمع الدراسة :-** تكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة الزيتونة للعام الجامعي 2015/2016.

3-3- عينة الدراسة :-

وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من الكليات : (إنسانية وعلمية) وذلك حسب الجدول (1) والذي يبين فيه توصيف للمجتمع وعينة الدراسة .

جدول (1) يوضح فيه توصيف للمجتمع وافراد عينة الدراسة

النسبة المئوية	العينة	المجموع	عدد الطالبة غير الممارسين	عدد الطالبة الممارسين	الكليات
28.89%	39	190	135	55	كلية الآداب
21.29%	33	220	155	65	كلية الاقتصاد
20.71%	29	218	140	78	كلية التربية
20.61%	34	235	165	70	كلية العلوم
22.69%	135	863	595	268	المجموع

أدوات الدراسة . تكونت أداة الدراسة من استمارة استبيان تضمنت على (3) محاور لمعرفة المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وقد تضمنت استمارة الاستبيان على (30) عبارة تضمنتها محاور الدراسة للتعرف على المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي ، والتي تم تنظيمها بالشكل التالي:

الجزء الأول : البيانات الأولية لعينة الدراسة تتضمن على (6) عبارات.

الجزء الثاني : تضمن على ثلاث محاور لتحقيق أهداف الدراسة.

المحور الأول : محور مشكلات التنشئة الاجتماعية ضمن على (10) عبارات.

المحور الثاني : محور مشكلات الفراغ والترويح تضمنت على (10) عبارات.

المحور الثالث : محور مشكلات الثقافة الاجتماعية تضمنت على (10) عبارات.

وللمخروج بنتائج علمية دقيقة لهذه الدراسة قام الباحثون باستخدام مقياس ليكرت ثلاثياً لأبعاد للإجابة عن الفقرات وهي:

3-5-: استخراج معايير الصدق والثبات للاستبيان :

أ. صدق الأداة:

لقد أتمد الباحثين في تقرير صدق الأداة على ما يعرف بالصدق الظاهري أو صدق المحكمين، حيث تم عرض الأداة على عدد من أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالجامعات الليبية.

ثبات استمارة الاستبيان :

قام الباحثون بحساب معامل ثبات الأستبانة من خلال استخدام طريقة ألفا من الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لحساب معامل ألفا كرونباخ (Chronback Alpha ، وكانت قيمة معامل ألفا كرونباخ قد بلغت (70 %) وهو معامل ثبات عالي ويعني توفر درجة عالية في ثبات وصحة إجابات المبحوثين.

جدول (2) نتائج اختبار ألفا للصدق والثبات لعبارات محاور الاستبيان

ت	فقرات الاستبيان	متوسط المقياس	تباين المقياس	مؤشر الصدق	مؤشر الثبات
1	محور مشكلات التنشئة الاجتماعية	3.72	0.45	0.51	0.63
2	محور مشكلات الفراغ والترويح	3.60	0.46	0.52	0.61
3	محور مشكلات الثقافة الاجتماعية	3.74	0.31	0.56	0.58
	قيمة ألفا الاستبيان	0.700			

3-6- الدراسة الاستطلاعية : قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية بتاريخ 2015 /11/22م على عينة يبلغ عددها (10) طلبة من خارج العينة ومن ضمن مجتمع الدراسة .

3-7: الدراسة الأساسية: تم إجراء الدراسة الأساسية من الفترة 1 / 1 / 2015 ولغاية 11 / 1 / 2016

3-8- الإجراءات الإحصائية:

الوسط الحسابي . الانحراف المعياري . معامل الارتباط . الوسط الحسابي المرجح . النسبة المئوية . اختبار "ت" للعينات المرتبطة.

عرض نتائج التساؤل الأول :

ما هي المشكلات الاجتماعية ذات العلاقة بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي؟

- المحور الأول :- جدول (1) يبين فيه إجابة أفراد عينة الدراسة على العبارات المتعلقة بالمحور الأول (مشكلات التنشئة الاجتماعية)

ت	العبارات	النسبة المئوية	معدل الانحراف	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
1	هل أن ضغوط الأسرة الواقعة عليك من أجل تفوقك الدراسي له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	74.57%	35.48%	0.79	2.24
2	هل للمجتمع المحلي المتجمل بالأقارب والجيران علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي.	71.85%	36.67%	0.79	2.16
3	هل أن انعدام التشجيع والحوافز من قبل الأسرة والكلية له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	71.85%	40.42%	0.87	2.16
4	هل قلة الاهتمام وعدم إقامة مسابقات والمهرجانات الرياضية له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي.	67.41%	43.76%	0.88	2.02
5	هل تتمتع أسرتك من المشاركة في النشاطات الرياضية التي تقام في الكلية .	58.27%	45.68%	0.80	1.75
6	هل أن تأثير الأصدقاء له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	56.05%	46.89%	0.79	1.68
7	هل أن ضعف العناية المادية والمخلة في (الصالات الرياضية ، والملاعب والمساحات ، وأماكن تغير الملابس، والحمامات ..) له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	55.31%	46.08%	0.76	1.66
8	هل أن ممارستك للنشاط الرياضي من وجهة نظر أسرتك تعتبر مضنية للوقت .	50.12%	45.14%	0.68	1.50
9	هل أن غياب التنسيق والتواصل ما بين الأسرة وإدارة الكلية له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	49.38%	51.40%	0.76	1.48
10	هل تتمتع أسرتك من الذهاب للنادي الرياضي .	49.14%	50.98%	0.75	1.47
	الدرجة الكلية	60.40%	18.47%	0.33	1.81

الجدول (1) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى أن ضغوط الأسرة الواقعة عليك من أجل تفوقك الدراسي له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي ، يحتل المرتبة الأولى بنسبة 74.57% ،

وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعدها المشكلات التنشئة الاجتماعية كان يشير إلى اتفاق عينة الدراسة بالكامل على وجود علاقة بين بعض المشكلات التنشئة الاجتماعية وعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي.

- المحور الثاني :- جدول (2) إجابات أفراد عينة الدراسة على العبارات المتعلقة: بالمحور الثاني (مشكلات الفراغ والترجيع)

ت	العبارات	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	النسبة المئوية
1	هل تعتبر عدم وجود ثقافة اجتماعية واضحة لأهمية وقت الفراغ وكيفية استثماره بشكل عقلائي له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي.	2.30	0.82	35.72%	76.54%
2	هل إن المتطلبات الدراسية تأخذ فيك معظم الوقت بحيث لا تبقي منه ما يكفي لممارسة النشاط الرياضي .	2.21	0.80	36.33%	73.83%
3	هل لديك هوايات أخرى تمارسها والتي تستغنى معظم وقت فراغك لها علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	2.19	0.84	38.40%	73.09%
4	هل تشعر بأن عدم مقدرتك على الفصل والتحديد ما بين الوقت المخصص للدراسة والوقت الضروري لتفاهد الحاجات الأساسية و وقت الفراغ له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.98	0.78	39.29%	65.93%
5	هل إن الأنشطة الرياضية المتيسرة لا تتنجم مع ميولك ورغباتك لها علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.98	0.75	37.81%	65.93%
6	هل إن متطلبات العمل المنزلي يأخذ منك وقتاً طويلاً مما يؤثر على ممارستك للنشاط الرياضي .	1.91	0.80	41.66%	63.70%
7	هل إن عدم قيام الأسرة بمساعدتك في تنظيم أوقات الفراغ له علاقة في عزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.87	0.86	46.19%	62.22%
8	هل عدم اقتناعك للملابس والتجهيزات الرياضية له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.79	0.88	49.19%	59.75%
9	هل أن الأنشطة الرياضية المتيسرة في الكلية والتي تنجم مع ميولك لا تتوافق مع فدايتك المالية لها علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.63	0.76	46.66%	54.32%
10	هل أن الدخل الشهري الضعيف للأسرة والذي يجعلك تتجه للعمل لمساعدتها في وقت فراغك له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.41	0.69	49.33%	46.91%
	الدرجة الكلية	1.93	0.33	17.12%	64.22%

الجدول (2) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول محور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين على عبارة "هل تعتبر عدم وجود ثقافة اجتماعية واضحة لأهمية وقت الفراغ وكيفية استثماره بشكل عقلائي له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي" قد احتلت المرتبة الأولى ونسبة مئوية قدرها 76.54% وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعدها مشكلات الفراغ والترجيع كان يشير إلى اتفاق عينة الدراسة بالكامل على وجود علاقة بين بعض مشكلات الفراغ والترجيع بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي.

- المحور الثالث :- جدول (3) إجابات أفراد عينة الدراسة على العبارات المتعلقة: بالمحور الثالث (محور مشكلات الثقافة الاجتماعية)

ت	العبارات	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	النسبة المئوية
1	هل إن نقص التوعية عن أهمية الممارسة الرياضية في وسائل الإعلام (المرئية ، المقروءة، المسموعة) له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي.	2.10	0.83	39.50%	70.12%
2	هل أن الضغوط المتعارضة الواقعة عليك من قبل نظم التنشئة الاجتماعية لها علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.96	0.82	41.85%	65.19%
3	هل إن نظرة المجتمع التوتونية إلى مكانة الرياضة واعتبارها نشاط غير هام يقع في مرتبة أدنى من بقية العلوم له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.93	0.87	44.77%	64.44%
4	هل إن النقص في الثقافة الرياضية لديك له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.81	0.85	46.73%	60.49%
5	هل تعتقد بأن الثقافة الرياضية في الوسط الجامعي هي ذاتها ثقافة المجتمع وبالتالي لها علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.81	0.85	46.73%	60.49%
6	هل منظومة القيم الاجتماعية السائدة علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.73	0.78	45.24%	57.78%
7	هل إن النقص في الثقافة الرياضية للأسرة والمهتلة في عدم متابعة الأحداث الرياضية وعدم قراءة الصحف والمجلات الرياضية له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.71	0.85	49.40%	57.04%
8	هل إن النقص في الثقافة الرياضية للأسرة والمهتلة في عدم الاحتساب لأحد الأندية الرياضية أو لمركز الشباب أو المساهمة الفكرية ، بنوات معارض ، مهرجانات له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.70	0.83	48.99%	56.54%
9	هل البعض الاعتقادات الصحية الخاطئة عن الثورات السلبية للرياضة علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي.	1.60	0.75	46.57%	53.33%
10	أن تحوفاك من انضادات المجتمع والمهتلة (العائلة ، الجيران ، الأصدقاء ، الأقارب) له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي .	1.53	0.71	46.57%	50.86%
	الدرجة الكلية	1.79	0.45	25.21%	59.63%

الجدول (3) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول محور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى إن نقص التوعية عن أهمية الممارسة الرياضية في وسائل الإعلام (المرئية ، المقروءة، المسموعة) له علاقة بعزوفك عن ممارسة النشاط الرياضي.

المرتبة الأولى بنسبة 70.12% وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعدها المشكلات الثقافية الاجتماعية كان يشير إلى اتفاق عينة الدراسة بالكامل على وجود علاقة ببعض المشكلات الثقافية الاجتماعية بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي .

خلاصة تحليل المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي .

الجدول التالي يتضمن تقييم أفراد العينة حول المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي في كل بعد من الأبعاد المتعلقة بمحاور الدراسة، وهي تحتوي على المتوسط المرجح والوزن النسبي كما يلي :

جدول (4) تقييم أفراد العينة حول المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي في كل محور من المحاور

ت	المجال	المتوسط المرجح	الوزن النسبي
1	محور مشكلات الفراغ والترويح	1.93	64.22%
2	محور مشكلات التنشئة الاجتماعية	1.81	60.40%
3	محور مشكلات الثقافة الاجتماعية	1.79	59.63%
	المتوسط العام	1.84	61.42%

عرض نتائج التساؤل الثاني :

"هل توجد فروق دالة إحصائية في طبيعة المشكلات الاجتماعية التي تواجه الطلاب عن تلك التي تواجه الطالبات ذات العلاقة بعزوفهم عن ممارسة النشاط الرياضي وبموجب متغير (الجنس)؟".

قام الباحثون باستخدام اختبار "ت" t.test " بين عيّنتين مترابطتين لإيجاد الفروق بين المتوسطات الحسابية للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وبموجب متغير الجنس.

جدول (5) يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ت" لإجابات الباحثين من عينة الدراسة للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وبموجب متغير الجنس

ت	الجنس	المشكلات الاجتماعية	المتوسط الحسابي		الفرق	قيمة ت	مستوى الدلالة
			ذكور	إناث			
2		محور مشكلات الفراغ والترويح	1.82	2.01	-0.19	-3.498**	0.001
1		محور مشكلات التنشئة الاجتماعية	1.72	1.88	-0.16	-2.820**	0.006
3		محور مشكلات الثقافة الاجتماعية	1.62	1.93	-0.31	-4.163**	0.000
4		الدرجة الكلية	1.72	1.94	-0.22	-4.566**	0.000

(**) دال إحصائية عند مستوى دلالة (0.01). (*) دال إحصائية عند مستوى دلالة (0.05).

يبين الجدول (5) بان نتائج التحليل الميداني للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وفقاً لمتغير الجنس ، وقد رتبت تنازلياً بحسب قيم متوسطاتها الحسابية ، و يتضح من خلال التحليل أن محور مشكلات الفراغ والترويح يأتي بالمرتبة الأولى ، في حين جاء في المرتبة الثانية مشكلات التنشئة الاجتماعية وفي المرتبة الثالثة مشكلات الثقافة الاجتماعية ، وذلك بحسب رأي الذكور من عينة الدراسة. أما بالنسبة لأراء الإناث فجاء في المرتبة الأولى مشكلات الفراغ والترويح، في حين جاء في المرتبة الثانية مشكلات الثقافة الاجتماعية، وجاء في المرتبة الثالثة مشكلات التنشئة الاجتماعية.

وقد تم استخدام اختبار "ت" t.test لتحليل معنوية الفرق بين متوسطي العيّنتين (متوسط أراء العينة بحسب الجنس)، وقد أشارت نتائج الدراسة الميدانية إلى : وجود فروق معنوية بين متوسط أراء العينة من الذكور و الإناث ، وبين للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وفقاً لمتغير الجنس، لان قيمة "ت" المحسوبة وكل العبارات، وهي أقل من قيمة "ت" الجدولة وعند مستوى دلالة "0.05" ، وهذا واضح من خلال احتمال الدلالة والذي هو أقل من "0.05" وبالتالي فان كل العبارات ذات دلالة إحصائية ، عليه فان الفرق الظاهر هو فرق حقيقي و غير خاضع للصدفة وبالتالي ينبغي رفض الفرض العدمي وقبول الفرض البديل ، والذي ينص على انه توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ثقة "95%" بين متوسط العيّنتين، أي عدم وجود فروق معنوية بين متوسط أراء عينة الدراسة، وبين متغير الجنس.

عرض نتائج التساؤل الثالث : "هل توجد فروق دالة إحصائية في طبيعة المشكلات الاجتماعية التي تواجه طلبة الكليات العلمية عن طلبة الكليات الإنسانية ذات العلاقة بعزوفهم عن ممارسة النشاط الرياضي وبموجب متغير (التخصص)؟".

قام الباحثون باستخدام المتوسط الحسابي للإجابات عينة الدراسة واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي "ANOVA" لمقارنة المتوسطات الحسابية لأكثر من متغيرين وفي آن واحد و لكل متغير تابع (المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي) مع عدد من المتغيرات المستقلة (التخصص) عند مستوى معنوية ($\alpha = 0.05$) وكما يلي:

جدول (6) يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ف" لإجابات المبحوثين للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وفقاً للتخصص العينة

ت	التخصص	ف				
		كلية العلوم	كلية التربية	كلية الآداب	كلية الاقتصاد	المتوسط الحسابي
1	محور مشكلات الفراغ والترويح	1.98	1.87	2.00	1.84	2.099
2	محور مشكلات التنشئة الاجتماعية	1.83	1.82	1.90	1.68	2.606
3	محور مشكلات الثقافة الاجتماعية	1.83	1.59	1.99	1.67	5.908**
	المتوسط العام	1.88	1.76	1.96	1.74	5.000**

(**) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01). (*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

يبين من الجدول نتائج تحليل لمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة وفقاً لتخصص العينة، ويتضح من التحليل أن متوسط الآراء كانت تشير إلى أن مشكلات الفراغ والترويح جاءت في المرتبة الأولى، وفي المرتبة الثانية مشكلات التنشئة الاجتماعية، وفي المرتبة الثالثة جاء مشكلات الثقافة الاجتماعية. باختبار معنوية الفروق بين المتوسط الحسابي لآراء عينة الدراسة فيما يتعلق للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي وفقاً لتخصص العينة، أشارت نتائج الدراسة الميدانية إلى ما يلي:

1. عدم وجود فروق معنوية للمشكلات الفراغ والترويح و المشكلات التنشئة الاجتماعية تعزى للتخصص، وهذا يدل على اتفاق عينة الدراسة على تلك المسببات.
2. وجود فروق معنوية بين الأبعاد الأخرى لأسباب للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي، واختبار الفرضية الصفرية القائلة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة بين متوسطات تقديرات أفراد عينة الدراسة وفقاً لخصائص العينة، حيث بلغت قيمة (F) لتلك الأبعاد على قيم معنوية ذات دلالة إحصائية لانا احتمال الدلالة لها هو أقل من (0.05) وبالتالي الفرق الظاهر هو فرق معنوي ودال إحصائياً، وبالتالي ينبغي رفض الفرض العدمي وقبول الفرض البديل، والذي ينص على أنه توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ثقة "95%" بين متوسطات العينات. عليه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض المحاور للمشكلات الاجتماعية وعلاقتها بعزوف طلبة جامعة الزيتونة عن ممارسة النشاط الرياضي لصالح كلية الآداب.

الاستنتاجات:

- 1 - كانت نسبة الطلبة الغير ممارسين للانشطة الرياضية في المحور الاول كبيرة وكانت ضغوط الاسرة من اجل التفوق الدراسي لها علاقة بعزوف الطلبة عن ممارسة الانشطة الرياضية.
- 2 - عدم استثمار وقت الفراغ بشكل عقلائي له علاقة بعزوف الطلبة عن ممارسة الانشطة الرياضية وذلك لعدم وجود ثقافة اجتماعية واضحة لاهمية وقت الفراغ.
- 3 - عدم النوعية عن اهمية ممارسة الانشطة الرياضية في وسائل الاعلام له علاقة بعزوف الطلبة عن ممارسة الانشطة الرياضية، بالاضافة الى نظرة المجتمع الدونية على مكانة الرياضة.

التوصيات:

- 1 - الاهتمام بتوعية المجتمع على اهمية ممارسة الانشطة الرياضية، وان ممارسة الانشطة الرياضية لا تؤثر سلباً على الدراسة.
- 3 - ضرورة استثمار وقت الفراغ بالشكل الصحيح وبالامكان شغل وقت الفراغ بممارسة الانشطة الرياضية.
- 3 - الاهتمام بالرياضة والعمل على تغيير رؤية المجتمع الدونية تجاه الرياضة.
- 4 - توفير الامكانيات اللازمة لممارسة الرياضة من صالات وملاعب.

المراجع العلمية:

- 1-أحسان محمد الحسن ، كامل الويس (1990) : أسس علم الاجتماع الرياضي ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية .
- 2-أشرف ميلاد أبو جعفر (2008) : التنشئة الاجتماعية للأسرة وعلاقتها باتجاهات الأبناء نحو ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي /الشق الثاني / طرابلس .
- 3-أمين الخولي (1996) : أصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ،القاهرة .
- 4-إيناس محرم موسى (2010) : الثقافة الرياضية للأسرة وعلاقتها بالممارسة الرياضية للأبناء في مرحلة التعليم المتوسط لمدينة طرابلس / رسالة ماجستير غير منشورة .
- 5- حسن مصطفى (1990) : اتجاهات جديدة في الإدارة المدرسية ، مكتبة الأنجلو
- 6-سعد جمعه (1983) : علم الاجتماع ، مكتبة القاهرة .
- 7-علي الحوات وآخرون (1985) دراسات في المشكلات الاجتماعية ، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية ، طرابلس .
- 8-فاطمة الشلبوط (2010) (دور بعض العوامل الاجتماعية في عزوف طالبات مرحلة التعليم المتوسط عن ممارسة النشاط الرياضي ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس ، رسالة ماجستير غير منشورة.
- 9- محمد حسن علاوي (1983): سيكولوجية التدريب والمنافسات ، دار المعارف ، القاهرة
- 10- محمد محمد الشحات (2007) نحو مفهوم جديد لتدريس التربية الرياضية ، دار العلم للنشر ، القاهرة ، مصر.
- 11- مها مختار (2003): دراسة بعض الانشطة الرياضية للمرحلة الاعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية البدنية ، جامعة الإسكندرية ، مصر .
- 12- هشام الرياني (2008): أثر ممارسة الأنشطة الرياضية على النضج الاجتماعي خلال مرحلة المراهقة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية وعلوم الرياضة ، جامعة طرابلس ، ليبيا .

دراسة لبعض الانحرافات القوامية لتلاميذ المرحلة السنية من (12-15) سنة بمدارس بفرن المدينة

*** عبدالله صبري الاحرش

** ماجدة الطاهر شني

*تومين بخلف بن عربي

1.1 المقدمة وأهمية البحث :-

يعد القوم البشري من الموضوعات المهمة، واحدي مؤشرات الحالة الصحية ، فعن طريق القوام يستطيع الإنسان أن يمارس شتي أنواع الأنشطة البدنية كما أن القوام الجيد مظاهر الحياة العصرية ودليل علي تقدم الشعوب ، واحدي المؤشرات الصحية (2:10).

تجسم الإنسان عبارة عن الأجزاء مترابطة بعضها فوق بعض ، فإذا انخرقت عن وضعها الطبيعي أصيب الإنسان بما يعرف بالانحراف القوامي (2:6).

ويعتبر العمود الفقري هو المعيار الأساسي للحكم علي قوام الفرد، سواء كان معتدلاً أو منحرفاً ، وذلك لتعدد مفاصله وبذلك يكون عرضه لتأثير والأوضاع المختلفة التي يقوم بها الأفراد (19:23).

وذكر محمد صبحي حسنين (1997) أن وجود الانحرافات القوامية يقلل من عمل وكفاءة المفاصل والعضلات العامة في منطقة الانحراف سواء كانت من ناحية وظيفياً والحركة وهذا بدوره يؤدي إلي خلل في منطقة الانحراف (21:140).

وأشار فرج عبد الحميد (2005) بأن الجميع يحرص علي أن يتمتع بقوام جيد وشرط في ذلك المحافظة علي صحة العامة والمحافظة علي صحة العامة وتباعد العادات السليمة في المشي والجلوس وغيرها (17:29).

وللمحافظة علي القوام الجيد المتناسق لأبد أن نهتم بالنشء وترعاهم صحياً وبدنياً حتى يكتسبوا قواماً معتدلاً خالياً من الانحرافات (5:63).

وقد تناول العديد من البحوث والدراسات السابقة بدارسة الانحرافات القوامية علي مراحل سنية مختلفة ومن هذه الدراسات دراسة منال عبد العزيز إبراهيم (26) بعنوان دراسة بعض التشوهات القوامية لطرف السفلي لتلاميذ وتلميذات المراحل الابتدائية بدولة الكويت وقد استخدمت الباحثة النهج الوصفي وقد توصلت الي النتائج التالية :

تشوه اصطلاك الركبتين أكثر تشوهات الطرف السفلي انتشارا لدي تلاميذ العينة بنسبة 43% ولدي تلميذات العينة 25% وتشوه فلتحة القدمين أكثر انتشارا من التلاميذ والتلميذات

وكذلك دراسة إساعيل صالح (4) بعنوان بعض الانحرافات القوامية وعلاقتها بمكونات الجسم الداخلية لدي تلاميذ المرحلة العمرية من (12-15) وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت أهم النتائج انتشار الانحرافات القوامية بين تلاميذ هذه المرحلة العمرية وخاصة انحراف التفرع القطني واستدارة الكتفين وهناك اختلاف في مكونات الجسم الداخلية بين عينات البحث وحدود الانحرافات القوامية ويمكن الاعتماد علي سحار تحليل مكونات الجسم الداخلية في اكتشاف الانحرافات القوامية وتكمن أهمية هذا البحث في أن القوام الجيد ويعتبر من اهم ما يجب أن نعتني به ببناء جيل سليم قادر علي المشاركة الإيجابية في بناء المجتمع وبذلك إرتاء الباحثين دراسة بعض الانحرافات القوامية التي اصحبت منتشرة بين تلاميذنا في المراحل السنية المختلفة فرأينا اننا بحاجة إلى معرفة الكثير من اجسام تلاميذنا وما يصببها من انحرافات وتشوهات قوامية مختلفة حتى نستطيع أن نساعدهم علي النمو المتزن والمتكامل واكتسابهم للعادات القوامية الصحيحة لأن القوام الجيد مرتبط بالعديد من المجالات المهمة للإنسان كالصحة والنمو والنجاح والنواحي النفسية والسلوكية وممارسة الأنشطة الرياضية وغيرها

1 - 2 مشكلة البحث :-

يعتبر اعتدال القوام هو الوقاية المطلوبة من الإصابة بالانحرافات والتشوهات القوامية، فالجسم المعتدل يجب ان تتوفر في حالة توازن ثابته بين القوة العضلية له والجاذبية الأرضية ، ويكون ترتيب العضلات والعظام في الوضع الطبيعي بحيث يحفظ انحناءات الجسم الطبيعية حتى يقوم الانسان بجميع الحركات التي يحتاج إليها بأقل جهد (18:6).

حيث يرتبط ظهور الانحرافات القوامية لدي التلاميذ داخل المؤسسة التعليمية بالعديد من العوامل المباشرة والغير مباشرة وبذلك يتأثر الفرد بمختلف هذه العوامل التي تساعد علي إخلال التوازن بين أجزاء الجسم مما يؤدي إلى حدوث الانحرافات القوامية (10:14).

وأشار صالح محمد سعد (2013) إن أكثر المناطق تأثراً بالانحرافات القوامية هو العمود الفقري الذي يصيب بالعديد من التشوهات كالإنحاء الجانبي الذي يحدث في العمود الفقري كله أو في بعض فقراته، والذي يمكن ملاحظته من إخلال ارتفاع إحدى الكتفين علي الآخر عند وضع الذراعين بجانب الجسم (12:34).

وتعتبر فلتحة القدمين من المعوقات التي تحد من إنجاز الفرد لأعماله اليومية كما تؤثر علي النشاط البدني وهي تظهر واضحة في سقوط أقدام القدم من الناحية الإنسية مما يؤدي إلى تفلطح القدم (14:136).

تتحدد مشكلة البحث في أن انتشار الانحرافات القوامية بين تلاميذ المدارس أصبحت ظاهرة تحتاج مئا إلى الكثير من الاهتمام والدراسة ، ومن هنا إرتاء الباحثين دراسة هذه المشكلة باعتبار أن سلامة القوام يعد هدفاً رئيسياً ، ينبغي أن يحمي بالكثير من الاهتمام والدراسة في كافة المراحل السنية بالمؤسسات التعليمية باعتباره إحدى علامات الصحة المدرسية ومؤشراً لمدي إهتمام المجتمع بأبنائه وبالرغم من تعدد البحوث التي درست الانحرافات القوامية إلا أنه مازال هناك الكثير من القصور في الاجابات علي الكثير من التساؤلات التي تدور حول حدوث الانحرافات القوامية ، ومدى انتشارها المراحل السنية المختلفة داخل مؤسساتنا التعليمية .

3.1 مفاهيم وتعريفات للقوام :-

تعدد المفاهيم والتعريفات الخاصة بالقوام نذكر منها مايلي :

1- القوام المعتدل :هو الذي يكون في حالة توازنه ثابته بين القوة العضلية والجاذبية الأرضية ويكون تركيب العضلات والعظام في وضع طبيعي بحيث تحفظ انحناءات الجسم الطبيعية دون زيادة أو نقصان حتي يؤدي جميع الحركات التي يحتاج إليها دون تعب (18:320)

2- ويعرف القوام المعتدل أيضا بأنه العلاقة الميكانيكية بين أجزاء الجسم المختلفة المعظمية والعصبية والحيوية ، وكلما تحسنت هذه العلاقة كلما كان القوام سليماً (21:140)

3- القوام المعتدل :هو صحة وكفاءة وتعاون جميع الأجهزة الحيوية في الجسم (13:29)

وذكر محمد راغب ، ومحمد حسنين (1995) بأن القوام الجيد يعزز القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم الحيوية ، ويقلل الإجهاد يؤخره ويجسّن المظهر الخارجي ، ويجسّن مفهوم الذات لدي الفرد (23:30)

القوام المعتدل : يدل علي نشاط العقل وقوة الإرادة والحيوية ، والقوام الرديء أو المشوه يوحي بضعف العقلية وتراخي التفكير واعتلال الصحة (1:125)

وذكر سمية جمعة الطيبتي (2007) إن القوام هو عناية الترتيب النسبي لأجزاء الجسم حيث تتغير الحالة القومية باختلاف الأوضاع ، وحركات الجسم خلال اليوم وطول فترة الحياة وهو ما يمثل ضرورة لازمة لتشكيل وبناء الجسم الإنساني (12:10)

وأشار إبراهيم الصالحين الماعزي (2006) ناقلاً عن ماسي (masg) إلى تعريف القوام الجيد والذي قسمه إلى قسمين: -

1- التعريف الوصفي: - يعتمد على الوصف الخارجي لإوضاع أجزاء الجسم المختلفة بالنسبة لبعضها البعض والنسبة لقاعدة الارتكاز .

2- التعريف التشريحي: - ويتناول الوضع الطبيعي في المستوى الأمامي والخلفي ، وفقاً لوضع الأجزاء التشريحية للجسم بالنسبة لخط الثقل (9:2)

وأكدت عفاف عبدالكريم (1982) إن القوام المعتدل جزء هاماً من اللياقة البدنية ، حيث إن القوام يعتمد على القوة العضلية التي ترفع الجسم ضد الجاذبية الأرضية ، وتعمل عضلات القوام باستمرار على إنتاج القوة الكافية والطاقة اللازمة للاحتفاظ بالجسم في الوضع الصحيح ، لأن القوام الذي يتخذه الفرد يمكن أن يكون مؤشراً لدرجة لياقته البدنية (36:16) .

4.1 مظاهر القوام الجيد :-

إن الحكم على القوام الجيد من عدمه يمكن من خلال عدة مظاهر تأتي من توافق الجاذبية الأرضية والإنحاء الطبيعي للجسم ومن أهمها :-

1- أن يكون وضع الراس معتدلاً ، وتكون الذقن إلى الداخل وفي نفس الوقت يتجه النظر للأمام.

2- أن يكون تعلق الذراعين بالكنتفين على الشكل الطبيعي.

3- أن يكون الصدر مفتوحاً مع حرية التنفس .

4- أن يكون ارتكاز الجسم على القدمين بالتساوي ، وبالنسبة للقدم يكون مشطها إلى الإمام والأصابع مضمومة.

5- أن يكون الوضع على الشكل الطبيعي ، دون تشنج أو توتر في العضلات (11:8)

وأشار محمد راغب محمد حسنين (1995) أن هناك خصائص القوام الجيد تميزه عن القوام الرديء وهما تتحدد في

1- أن يعمل القوام بحركة ميكانيكية

2- سلامة الحقائق التشريحية للقوام.

3- سلامة الأعضاء الداخلية وأدائها لوظائفها على أكمل وجه.

4- التوازن الذي يساعد على استقرار القوام (116:23).

إن الجسم الأكثر انحرافاً عن الوصف الخاص بالقوام الجيد يحتاج إلى الطاقة أكثر ليحتفظ بالوضع المنتصب وذلك لما يصيب العضلات الهيكلية المستوية عن حفظ القوام ببعض الضعف ويجعله أكثر قدره على حفظ التوازن (14:11)

5.1 ميكانيكية القوام: لا يقصر القوام الجيد على الجمال والتناسق الجسمي في حالة الوقوف فقط إنما يمتد إلى سلامة الأداء أثناء الحركة بحيث تتم حركة الجسم بآزران بأقل مجهود وكفاءة عالية وتلعب العضلات دوراً رئيسياً في محافظة علي اتزان الجسم ضد الجاذبية الأرضية، فمثلاً تقوم عضلات القدم والساق وما يتصل بها من أوتار تقوم بتثبيت انحناءات القوام وتعمل عضلات الأطراف السفلي وعضلات الجذع علي محافظة علي انتصاب القوام وعنداله في أثناء ذلك تعتمد كل عضلة علي الأخرى بحيث تعمل كلها في تناسق تام فإذا ما إختلت توازن الجسم زادا نشاط مجموعة منها نشاطاً زائداً علي الحد انحراف الجهاز العظمي نحو الاتجاه الذي يزيد من ناحية النشاط وبذلك يتغير القوام بسبب عدم الاتزان، وينشأ عنه انحرافات القوام ، ويعد العمود الفقري حجر الزاوية في أكساب الفرد للقوام الجيد ، حيث يقوم العمود الفقري بما يلي :

1- يكون العمود الفقري سلسلة من نقاط اتصالات العضلات التي تمسك الرأس والرقبة والقوس العظمي للطرف العلوي للفقرات

2- سينقل الوزن الجذع والرأس إلى الحوض عن طريق منطقة العجز.

3- يقوم العمود الفقري بامتصاص الصدمات التي يتعرض لها الفرد أثناء قيامه بنشاطه اليومي .

4- يساعد العمود الفقري علي تحقيق مرونة جسم الإنسان وتكيفه (100:8).

6.1 العضلات التي تعمل علي حفظ اعتدال القوام:

عضلات العنق الخلفية والجانبية ، هما العضلة المعنية الصغريلاها تحافظ علي وضع الرأس وتمنع سقوطه للأمام وللجانبا
-عضلات ما بين العنق وأعلى الكتفين كالعضلة المربعة المنحرفة وهي تساعد علي تثبيت عظمي اللوح وحفظها في مكانها وتعمل مع العضلة المسننة الأمامية علي رفع الرأس.
-عضلات الظهر كالعضلة الظهرية وهي تعمل علي شد الجذع الي أعلى وللأمام (156:24)

7.1 الانحراف القوامي:

هو تغير جزئي أو كلي في عضو أو أكثر من أعضاء الجسم وإتباعه عن الشكل الطبيعي المسلم به وتشريحاً وهذا التغير قد يكون مورثاً أو مكتسباً (61:20).

8.1 الانحرافات القوامية:

جسم الإنسان عبارة عن أجزاء مترابطة ومتراصة مع بعضها البعض فإذا انخرقت هذه الأجزاء عن وضعها الطبيعي أصيب الفرد بالانحراف القوامي (6:2)

9.1 تقسيم الانحرافات القوامية :

1 الانحرافات الوظيفية: وهي الانحرافات التي تعمل علي اختلال التوازن في عمل الأنسجة الرخوة وهي العضلات الأربعة لذلك يمكن إصلاحها بالاعتدال علي التمرينات العلاجية ، والوسائل التربوية المختلفة التي تعمل علي زيادة الوعي القوامي ، زيادة المعرفة عن القوام الصحيح ، ويطلق علي هذا النوع الانحرافات البسيطة ، يمكن علاجها بالتمرينات التعويضية ، وباستثناء الانحرافات القوامية الوراثية أو الناتجة عن إصابة أو مرض فإنها تبدأ انحرافات وظيفية ، بسيطة وتحول إلي انحرافات بنائية إذا أهملت (17:21)

2 الانحرافات البنائية : وهي الانحرافات التي تحدث نتيجة لتعرض العظام للإجهاد لمدة طويلة مما يؤدي إلي تغير شكل العظام للإجهاد لمدة طويلة مما يؤدي إلي تغير شكل العظام ، وفي هذه الحالة يلزم التدخل الجراحي أو استخدام أنواع من الجبائر لفترات زمنية طويلة ، ويطلق علي هذا النوع من الانحرافات بالانحرافات المتقدمة ، وهي التي يزداد فيها التأثير إلي أن يصل إلي العظام ويتغير شكلها ووضعها الطبيعي بعد أن أثر علي العضلات (17:23).

10.1 أسباب الانحرافات القوامية. يتأثر الفرد بمختلف العوامل الميكانيكية والفسيولوجية والبيئية التي تقوم بإخلال التوازن بين أجزاء الجسم الذي يؤدي بدوره إلي

حدوث الانحرافات القوامية بمساهمة الاسباب الآتية:

1- الإصابة

عرفت الإصابة علي أنها إصابة عضلة أو رباط من الأربعة يؤدي إلي وجود ضعف بمكان الإصابة ، مما يؤدي إلي اختلال التوازن بين أجزاء الجسم ، لذلك يصعب الاحتفاظ بالقوام الجيد في حالة الإصابة ، وإذا استمر هذا الحلل طويلاً فإن الجسم يتخذ شكلاً خاصاً يرتاح إليه ويؤدي إلي الانحراف القوامي (84:7)
والإصابة : هي أختلاف في الأنشطة الوظيفية للعضلات والأربطة والأوتار العاملة علي العضلات وكذلك العظام بالإضافة إلي الأنسجة الرخوة بشكل عام نتيجة لعامل خارجي أو داخلي مباشرة أو غير مباشرة وتتوقف درجة الإصابة علي ما يسمي بالفعل ورد الفعل مما يؤدي إلي حدوث إعاقة مؤقتة أو دائمة ويرتبط ذلك بدرجة الضرر الفسيولوجي والتشريح (24:22).

وتتأثر أنسجة الجسم والمجموعات العضلية بالمؤثرات الخارجية والداخلية مما يؤدي إلي تعطيل وظيفي في ذلك العضو ومنها الاصطدام الخارجي المباشر وتراكم حمض اللاكتيك وقلة الماء كؤثر داخلي (17:15)

وقد يكون سبب الإصابة أسباباً أخرى كالتدريب والأدوات والأجهزة والحالة الصحية والتغذية ويرجع السبب إلي الجفاف أو النقص الماء والسوائل بالجسم وبالتالي يؤثر علي النواحي الوظيفية والفسيولوجية للعضلات والعظام مما يقلل من القدرة العضلية للعضلات ويزيد التعب فيسبب حدوث الانحراف القوامي (60:3).

2 الأمراض

هناك العديد من الأمراض غالباً ما يؤدي إلي ضعف العظام والعضلات وكذلك نقص مدي الحركة وهذا بدوره يؤدي إلي اختلال توازن القوى الميكانيكية العاملة علي المحافظة علي حالة القوام وبالتالي يصبح عرضة للانحرافات القوامية (149:23)

3العادات القوامية :

مما لاشك فيه الأطفال يتأثرون بالمحيط الذي حولهم من أفراد العائلة والمدرسين والمرين إلي حد كبير ، مما يساهم في تقويم عاداتهم القوامية (10:8)

4-الضعف العضلي

إن مشكلة ضعف العضلات تعتبر من الأسباب الشائعة للإصابة بانحرافات القوامية وذلك لسببين هما:

- الاحتفاظ بوضع معين للجسم يتطلب بالدرجة الأولى توازن القوى العضلة في تقابل الجاذبية الأرضية ، وضعف العضلات يقلل من كفاءتها في القيام بهذه الوظيفة .
- العضلات الضعيفة سريعة التعب ، وبالتالي تترك العمل الأربعة من أجل توفير الطاقة وهذا يؤدي إلي انحراف القوام من ناحية وإلي ضعف الأربعة من ناحية أخرى (153:19)

5.النواحي النفسية:

إن النواحي النفسية تلعب دوراً كبيراً في تشكيل القوام ، فالطفل الخجول المنزول غالباً ما يصاب بالعديد من الانحرافات التي تكون انعكاسياً لبعض المتاعب النفسية أو الاضطرابات الانفعالية في الشخصية وفي بعض العادات والتقاليد (16:10)

6. الأدوات غير المناسبة :

إن الكثير من الأدوات والأجهزة غير المناسبة للفرد هي إحدى المسببات الكبرى في حدوث الانحرافات القومية ، وعلى سبيل المثال ، المراتب الأسفنجية المرنّة ، الأحذية الضيقة ، الملابس واستخدام أجهزة الحاسوب (81:13)

7. النمو السريع :

بعض أجزاء الجسم قد تنمو في فترة المراهقة من غيرها مما يترتب عنه إخفاق في الاحتفاظ بالوضع المعتدل لقوامه (25:20)

11.1 درجات الانحراف القوامي :

هناك ثلاث درجات للانحراف القوامي وهي علي النحو التالي:

1. انحرافات القوامية من الدرجة الاولى :

وفيها يحدث التغير في النغمة العضلية مما يساهم في تغير الأوضاع القوامية المعتادة ولا يحدث تغير في العظام ويكون العلاج سهلاً بواسطة التمرينات العلاجية .

2-انحرافات قوامية من الدرجة الثانية

في هذه المرحلة يكون الانقباض واضحاً في الأنسجة الرخوة ، وفي العضلات والأربطة مع درجة خفيفة في التغير العظمي ، وتحتاج هذه المراحل من الانحرافات القوامية إشرافاً فنياً في العلاج الطبيعي

3 انحرافات القوامية من درجة الثالثة:

وفيها يكون التغير واضحاً في العظام والغضاريف و العضلات و الأربطة وتحتاج هذه المرحلة للعلاج وإلي تدخل الجراحي ثم تعطي التمرينات العلاجية كمساعدة علي الشفاء (37:25)

12.1 التشوهات القوامية الشائعة:

هناك مجموعة من التشوهات الشائعة والتي يمكن ملاحظتها بسهولة ومنها:

1.12.1 الانحناء الجانبي Scoliosis

انشاء العمود الفقري لأحد الجانبين مع لف الفقري (أجسام الفقرات ناحية التحدب..... التواء الشوكي ناحية التقعر)

- أشكاله:

أ- بسيط : تقوس واحد في اتجاه واحد (عنقي /صدري/قطني) أو تقوس علي شكل ثنائي (صدري قطني/محل العمود الفقري)

ب مركب : قوسين أو أكثر في اتجاهات مختلفة.

1- مزدوجة علي شكل قوسين

مقطعة صدري تحذب أيمن وبالمنطقة القطنية تحذب أيسر

2- ثلاثي ، ثلاث تقوسات :

تحذب أيسر عنق ، تحذب أيمن صدر ، وتحذب أيسر قطني

- أسبابه

1- **ابتدائي** : نقص نشاط و ضعيف عضلات القوام والظهر في إحدى الجانبين العمود الفقري فيحن الظهر ناحية العضلات الأقوى ،العادات الخاطئة في الوقف و الجلوس للكتابة وأثناء العمل .

2- **ثانوي** : تشوه بظرف سفلي أو قصر بسبب ميل الحوض وبالتالي الظهر

- شلل العضلات البطن أو الظهر (شلل الأطفال) الجانب الأقوى يجني الظهر تجاهه

- خليقياً تشوه عظام الفقرات أو تركيبها

- الكساح ولين العظام فتحنق الفقرات الضعيفة الرخوة نتيجة ثقل الجسم

- الإصابات-استئصال ضلوع أو جزء من الرئة

- انزلاق غضروفي ضاغظ علي العصب الوركي

- درجاته :

- **أولي** :متحرك / قوامي :

يمكن إصلاحه إدارياً.....عند التعليق بختني التقوس وكذلك عند ثني الجذع للأمام

- **ثانية** : ثابت /بنائي:

لا يمكن إصلاحه زاوياعند التعليق أو ثني الجذع للأمام لا يختفي – يحتاج إلي شد للفقرات و تمرينات قسرية

ثالثة

البنائي /الثابت :لا يمكن إصلاحه إرادياً أو قسرياً بالشد ولكن يحتاج إلي جراحة عظام لتقويمه (27:9)

2.12.1 القدم الفسلطحة Flat foot

وهي تعني هبوط أقواس أي سقوط القوس الطولي ينتج عنه تلاصق الجانب الإنسي للقيم للأرض عند الوقوف

أسباب

1. الخلفي : قصر الوتر أكيلسأو قصر العضلات اباسطة للقدم
 2. قوامي: خلل توازن القدم وفقد التناسل بين ثقل الجسم وتمو وقوة عضلات القدم
 3. عظمية: إصابة عظام القدم (عقب العظمة الزورقية)أو التهاب صديدي
 4. مرضية: كساح/تمزق الأربطة القدم/ التهاب صديدي أو روماتيزمي
- _ درجاته:

أولسي قواي يمكن إصلاحه بالتمرينات

ثانية: استرخاء بالأربطة وتقلص العضلات ويمكن إصلاحه قسراً بواسطة المعالج

ثالثة : عظمي مع التهاب عظمي غضروفي وتصلب (جراحة تقويم) (35:9)

13-1. المرحلة من (12-15) سنة

هي المرحلة التي يتضاعف فيها السلوك الطفلي وتبدأ المظاهر الجسمية والفسولوجية والعقلية والانتفاعلية المميزة للمراهقة في الظهور (332:6).

1.1.3.1 خصائص المرحلة السنية من 12_15 سنة

1. النمو الجسمي: يتميز النمو الجسمي في المرحلة بسرعه الكبيرة ، ومن أهم مظاهره الطفرة العالية في ازدياد النمو وسرعته ، وذلك بعد فترة النمو الهادي في المرحلة السابقة ويزداد الطول زيادة سريعة ويتسع الكتفان ومحيط الأرداف ويزداد نمو العضلات والقوة العضلية والعظام وتوجد فروق فردية واسعة في الأبعاد المختلفة للنمو الجسمي في هذه المرحلة

2.النمو الحركي : يرتبط النمو الحركي في هذه المرحلة بشكل واضح بالنمو الجسمي والاجتماعي ، حيث تنمو القوة والقدرة الحركية بصفة عامة ، ويلاحظ الميل نحو الجمول والكسل والتراخي "سن الارتباك" ، فقد يكثر تعثر المراهق وسقوط الأشياء من يديه وتكون حركة غير دقيقة والسبب طفر النمو في المراهقة التي تجعل النمو الجسمي يتصف بنقص الإنسان واختلاف أبعاد الجسم وضرورة تعلم حسن استخدام أعضاء الجسم ، ويزداد طول وارتفاع القفز ، وقد وجد في بعض البحوث أن المراهقين الأكبر سناً والأطول وأقل وزناً يكونون أقوى وأكثر في النشاط الحركي من رفاقهم الأصغر سناً والأضعف وزناً

3.النمو العقلي:

تشهد مرحلة المراهقة مند بدايتها الطفرة النهائية في النمو العقلي ، وتتميز هذه المرحلة بأنها فترة تميز ونضج في القدرات ، وفي النمو العقلي عموماً ومن تم فإن تعليم المراهقة كله يشمل تزويده بقوة عقلية علي النمو المتكامل ويطرأ نمو الذكاء ويكون الذكاء العام أكثر وضوحاً من تميز القدرات الخاصة ، وتظهر في هذه المرحلة الفروق الفردية الواضحة ومن الملاحظة في هذه المرحلة أن يبدأ النمو العقلي من البسيط (الحسي الحركي) وينتهي بالمعقد (إدراك العلاقات والمتعلقات)

4.النمو الانفعالي: تعدد مظاهر النمو الانفعالي في هذه المرحلة وتوضح الفروق بين الأفراد وبين الجنسين ومن مظاهره تنصف الانفعالات بأنها عنيفة منطلقة منهورة لا تتناسب مع مبرأها وقد لا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في مظاهرها الخارجية ويظهر التذبذب الانفعالي في سطحية الافعال وفي تقلب سلوك المراهق بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار وقد يلاحظ التناقض الانفعالي بين الحب ثنائية المشاعر في نفس الشخص كما يحدث حين تذبذب الانفعال بين الحب والكراه والشجاعة والخوف

5.النمو الاجتماعي : يشهد النمو الجماعي في هذه المرحلة تغيرات كثيرة ويجاول المراهقون والمراهقات اكتساب الصفات المرغوبة وتجنب الصفات الغير مرغوبة وبين أهم مظاهره تستمر عملية التنشئة الاجتماعية والتطبيع الاجتماعي وتعتبر هذه المرحلة مرحلة التطبيع الاجتماعي في سلوك المراهق ويتسع نطاق الاتصال الاجتماعي مع النمو ففي حالة الشخصية حيث يسعد المراهق بمشاركة الآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار ويظهر الاهتمام بالمظهر الشخصي ويبدو ذلك في اختيار الملابس والاهتمام بالألوان الزاهية للالفة النظر والتفصيلات الحديثة خاصة ما تظهر محاسن الجسم ويلاحظ الميل إلى الزعامة ونمو الوعي الاجتماعي والمسؤولية الاجتماعية(332:6-367)

14-1 هدف البحث:

يهدف البحث الي التعرف علي بعض الانحرافات القوامية لتلاميذ المرحلة السنية من(12-15) سنة بمدينة بفرن المدينة.

15-1 فرض البحث

توجد انحرافات قوامية لدى تلاميذ المرحلة السنية من(12-15) سنة بمدينة بفرن

2-طرق العمل

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وذلك للملائمة لطبيعة هذا البحث

2-2 مجتمع البحث

شمل مجتمع البحث تلاميذ المرحلة السنية من (12-15) سنة بمدينة بفرن المدينة

3-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية شملت ثلاثة مدارس ب بفرن المدينة وهم

*مدرسة رابعة العدوية 75

*مدرسة الجبل 87

*مدرسة طارق بن زياد 77

والبالغ عددهم 239 تلميذ تم استبعاد منهم ثلاثة تلميذ والباقي تم توزيعهم علي ثلاث مراحل سنية وهم كالآتي

الجدول (1) والخاص بالمرحلتين السنتين الثالثة لعينة البحث

المرحلة السنية	من 13-12 سنة	من 14-13 سنة	من 15-14 سنة
العدد	92	81	63

4-4 الاختبارات المستخدمة في البحث

1-4-2 اختبار شاشة القوام Posture screen test (74:12)

12-4-2 اختبار بصمة القدم علي ورقة بيضاء Foot print test (74:14)

5-2 أدوات البحث

1-5-2 استمارة تسجيل البيانات

6-2 الدراسة الاستطلاعية

قام الباحثين بإجراء دراسة استطلاعية بتاريخ 26-1-2016 وعلي عدد (3) تلاميذ من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث وكان الغرض منه

1. التعرف علي الصعوبات التي قد تواجه الباحثين

2. التعرف علي الطريقة تنفيذ وإجراء الاختبارات

7-2 الدراسة الاساسية

ثم تنفيذ الدراسة الاساسية ابتداء من تاريخ 2-3-2016 والي غاية 20-2-2016

8-2 الوسائل الاحصائية

-النسبة المئوية

3. النتائج

من خلال الاختبارات و التحليل الإحصائي توصل الباحثين إلي :

جدول (2) الخاص بالانحرافاتالقواميه للمرحلة السنيه من (13.12)سنه

حجم العينة	الانحناء الجانبي	فلطحة القدمين	المشركون في الانحراف	الأسوياء	النسبة المئوية
92	12	6	3	71	22%

يتضح من خلال الجدول (2) والخاص بالمرحلة السنيه من (13.12) سنة وحيث إن إجمالي العينة يبلغ (92) تلميذ وإن عدد التلاميذ الذين لديهم انحراف جانبي (12) تلميذ بينما كان عدد التلاميذ الذي ن لديهم فلطحة القدمين (6) تلميذ وإن التلاميذ المشتركين في الانحرافين كان عددهم (3) تلاميذ وكانت النسبة المئوية للتلاميذ المصابون بالانحراف قواميهبلغت في هذه المرحلة السنيه بنسبة مئوية 22%

جدول (3) الجدول الخاص بالانحرافاتالقواميه للمرحلة السنيه من(14.13) سنه

حجم العينة	الانحناء الجانبي	فلطحة القدمين	المشركون في الانحراف	الأسوياء	النسبة المئوية
81	11	7	3	60	25%

يتضح من خلال الجدول(3)والخاص بالمرحلة السنيه من (14.13) سنه ولتي إجمالي العينة فيها تبلغ (81)تلميذ وإن عدد التلاميذ الذين لديهم انحراف جانبي كان (11)تلميذ بينما كان عدد التلاميذ الذين لديهم فلطحة في القدمين (7) تلميذ وإن عدد التلاميذ الذين لديهم انحناء جانبي و فلطحة في القدمين كان (3) تلاميذ وكانت النسبة المئوية للتلاميذ الذين لديهم انحراف قدميه بلغت في هد المرحلة السنيه 25%

جدول (4) الجدول الخاص بالانحرافات القواميه للمرحلة من(15.14)سنه

حجم العينة	الانحناء الجانبي	فلطحة القدمين	المشركين في الانحرافات	الأسوياء	النسبة المئوية
63	14	5	2	42	33%

يتضح من خلال الجدول (4) والخاص بالمرحلة السنيه من (15.14)سنة وحيث إن إجمالي العينة بلغ (63) تلميذ وإن عدد التلاميذ الذين لديهم انحناء جانبي كان (14) تلميذ بينما كان عدد التلاميذ الذين لديهم فلطحة في القدمين (5) تلاميذ وإن عدد التلاميذ المشتركين في الانحرافين (الانحناء الجانبي - والفلطحة القدمين) كان (2) تلميذ حيث بلغت النسبة المئوية للتلاميذ الذين لديهم انحراف قواميه في هذه المرحلة السنيه 33% وهي تعتبر نسبة مرتفعة.

1.3 مناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال النتائج التي أسفرت عنها الجداول السابقة إن هناك انحراف قواميه لاسيما الانحناء الجانبي كذلك فلطحة القدمين ويتضح من خلال الجدول رق (2) وخاصة المرحلة السنيه من (13-12) سنة حيث كان عدد التلاميذ في هذه المرحلة السنيه (92) تلميذ وكان عدد التلاميذ الذين لديهم انحناء جانبي (12) تلميذ بينما كان عدد التلاميذ الذين لديهم فلطحة في القدمين (6) وكان عدد التلاميذ المشتركين في الانحرافين (3) تلاميذ وكانت النسبة المئوية للانحراف القواميه في هذه المرحلة 22% كما يتضح من خلال الجدول رقم(3) والخاص بالمرحلة السنيه من(14-13) سنة والبالغ عددهم في هذه المرحلة (81) تلميذ وكان عدد التلاميذ الذين لديهم انحناء جانبي (11) بينما كان عدد التلاميذ الذين لديهم فلطحة في القدمين (7) تلاميذ و ان عدد التلاميذ المشتركين في الانحرافين (3) تلاميذ وكانت النسبة المئوية للانحراف القواميه في هذه المرحلة السنيه 25%

كما يتضح من خلال الجدول رقم (4) والخاص بالمرحلة السنيه من (15-14) سنة والبالغ عددهم (63) تلميذ حيث كان عدد التلاميذ الذين لديهم انحناء جانبي (14) تلميذ بينما كان عدد التلاميذ الذين لديهم فلطحة في القدمين (5) تلاميذ وإن التلاميذ المشتركين في الانحرافين كان عددهم (2) تلميذ حيث بلغت النسبة المئوية للانحراف القواميه في هذه المرحلة السنيه 33% حيث تتفق نتائج هذا البحث مع دراسة إساعيل صالح (2009) والتي أكدت إن انحراف الانحناء الجانبي أكثر انتشاراً لدي تلاميذ هذه المرحلة.

وكذلك تتفق نتائج هذا البحث مع دراسة منال عبدالعزيز هذه المرحلة.

ومقارنة لنتائج البحث يتضح ان هناك فروق في نسبة الانحرافات القوامية بين المراحل السنوية الثلاثة حيث كانت النسبة المتوقعة في المرحلة السنوية من (12-13) سنة 22% وكانت في المرحلة السنوية (13-14) سنة 25% بينما كانت النسبة المتوقعة في المرحلة السنوية من (14-15) سنة 33% حيث تعتبر هذه النسبة مرتفعة مقارنة بالمرحلتين السابقتين

الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات:

في ضوء اهداف البحث وفي حدود العينات والإجراءات والنتائج المستخلصة من خلال معالجات الإحصائية توصل الباحثين إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- توجد انحراف قوامية بين تلاميذ المرحلة السنوية من (12-15) سنة بمدرسه بقرن المدينة وخاصة انحراف الانحناء الجانبي وقلطحة القدمين .
 - 2 -تمثل النسبة المتوقعة للانحراف القوامية موضوع البحث لدى المرحلة السنوية من (12-13) سنة بنسبة 22%
 - 3-بينما كانت النسبة المتوقعة للانحراف القوامية لدى تلاميذ المرحلة السنوية (13-14) سنة وصلة إلى نسبة 25%
 - 4- أما المرحلة السنوية من (14-15) سنة فكانت النسبة المتوقعة للانحراف القوامية تمثل 33%
- 4-2 التوصيات: في ضوء أهداف البحث واستنتاجاته وفي حدود العينة يوصي الباحثين بما يلي :
- 1- ضرورة الاهتمام بتلاميذ هذه المرحلة السنوية و وضع البرامج العلاجية اللازمة للانحرافات القوامية
 - 2- نشر الثقافة القوام الجيد بين التلاميذ في جميع المراحل السنوية المختلفة.
 - 3- ضرورة إجراء اختبارات دورية للقوام تساعد علي اكتشاف الانحرافات القوامية لدي تلاميذ داخل المؤسسات التعليمية.
 - 4- كما يوصي الباحثين بضرورة إجراء المزيد من الدراسات في هذا الجانب.

المراجع

- 11- أحمد الصباحي : الصحة الرياضية والعلاج الرياضي المكتبة المصرية ، صيدا لبنان (1988)
- 2- إبراهيم الصالحين : اثر التمرينات العلاجية علي تحدد الظهر وبعض المتغيرات الوظيفية للبينين بأعمار (10-11) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية البدنية ،جامعة الزاوية 2006
- 3- إبراهيم بالقاسم كساب : بعض الأصابات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالأنشطة الرياضية لدي الناشئين في ليبيا رسالة دكتوراه منشورة كلية التربية البدنية للبنات جامعة الاسكندرية (2007)
- 4- إسماعيل صالح: بعض الانحرافات القوامية وعلاقتها بمكونات الجسم الداخلية لدي التلاميذ المرحلة العمرية من (12-15) كلية التربية البدنية جامعة الزاوية (2009)
- 5- إقبال رسمي : الوعي القوامي وعلاقتها بالانحرافات القوامية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية بالزاوية ،المؤتمر الثالث لعلوم التربية البدنية ،المجد الأول (2006)
- 6- حامد عبدالسلام زهران: علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة) عالم الكتاب ، القاهرة (1990)
- 7- حياة عياد: اللياقة البدنية والتدليك الرياضي ، مشاة المعارف، الاسكندرية (1991)
- صفاء صفاء الدين
- 8- رجاء أحمد بلال: دراسة عن الانحرافات القوام لطلبات المرحلة الاعيادية بمدينة الاسكندرية وعلاقتها بالمستوي الاقتصادي والاجتماعي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، المعهد العالي للتربية الرياضية للمعلومات الاسكندرية (1973)
- 9- زكي محمد حسن :القوام التشوه والعلاج المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع الاسكندرية (2004)
- محمد صلاح الدين
- 10- سميرة جمعة الطريقي: تأثير برنامج مقترح للتمرينات البدنية لوقاية من الانحرافات القوامية للعمود الفقري للمرحلة السنوية (9-12) سنة رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية ،جامعة طرابلس (1984)
- 11- سرور أسعد منصور : القوام و عيوبه وتشوهات وطرق محافظة عليه، دار القاهرة (1985)
- 12- صالح بسير سعد :القوام البشري وسبل المحافظة عليه الطبعة الاولى
- 13- عباس الرملي : تربية القوام ، دار الفكر العربي القاهرة (1981) دار زهران للنشر والتوزيع الاردن (2013)
- 14- عبدالباسط صديق عبدالجواد: تأثير برنامج تأهيلي علي درجات قلطحة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة ،الاسكندرية (1989)
- 15- عبدالرحمن عبد الحميد زاهر : مبادئ علم التشريح الوصفي والوظيفي الطبعة الاولى ، مركز الكتاب ، القاهرة (2005)

- 16- عفاف عبدالكريم:- البرامج الحركية والتدريبي بالإسكندرية للصغار منشأة المعارف (1995)
- 17-فراج عبدالحيد : أهمية التمرينات البدنية في علاج التشوهات القوامية دار الوفاء لدنيا الطباعة (2005)
- 18-محمد السيد شطا: تشوهات القوام والتدليك الرياضي ،الهيئة المصرية العامة للكتاب الاسكندرية (1984)
- 19-محمد أنور فتحي : مبادئ العلاج الرياضي دار الفكر العربي القاهرة (1988)
- 20-محمد حسن غامدي : القوام المثالي البار القومية للطباعة والنشر الاسكندرية (1997)
- 21-محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية دار الفكر العربي ،الجزء الثالث الطباعة الاولى ، القاهرة (1997)
- 22-محمد عادل رشدي : ميكانيكية إصابة العمود الفقري دار المعارف الاسكندرية (1995)
- 23-محمد عبدالسلام راغب : القوام السليم للمجتمع ،دار الفكر العربي القاهرة (1995)
- 24-محمد فتحي هنيدي : علم التشريح الطبي للرياضيين ،دار الفكر العربي القاهرة (1991)
- 25-محمد واجيه سكر: التشوهات القوامية للاعبين الدرجة الاولى في كرة القدم في جمهورية مصر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية للبنين ،القاهرة جامعة حلوان (1976)
- 26-منال عبدالعزيز إبراهيم : دراسة بعض التشوهات القوامية للطرف السفلي لتلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية لدولة الكويت

فاعلية برنامج تدريبي لخفض السلوك العدواني لذوي الإعاقة البصرية في مرحلة الروضة

*د. حنان مبارك محمد القحطاني

استاذ رياض الاطفال المساعد - كلية العلوم والآداب - جامعة الحدود الشمالية

المقدمة ومشكلة البحث:

إن المعاقين بصرياً إذا ما أحسنا مساعدتها على تحقيق قدر ممكن من التقبل على المستوى الأسري والشخصي والاجتماعي فإننا سوف نتمكن من تأهيلهم للانخراط بالمجتمع مما قد يعود على أسرهم والحيز والمنفعة ومن ثم المجتمع بأسره، ذلك أن هؤلاء الأطفال تنخفض لديهم قدراتهم المعرفية بشكل ملحوظ والتي تعتبر هي الأساس في مشكلاتهم كنتيجة للإعاقة البصرية، إنلك فهناك محاولات مستمرة تتسم بالجدية من قبل علماء النفس والتربية لمحاولة تخفيف شدة هذه المشكلات على الأقل إن لم يكن هناك أمل في علاجها نهائياً.

ولهذا فإن التنبؤ بنجاح المعاق بصرياً في الحصول على التقبل الأسري يتوقف في المقام الأول على ما يتوفر لنا من معلومات عن مختلف جوانب شخصيته، وخصوصاً الذي تلعبه أنماط التنشئة الاجتماعية في سلوكه داخل إطار المجتمع الذي ينتمي إليه، ولا نستطيع أن نغفل التأثير من جانب المجتمع على أي فرد لا يكون في نفس الدرجة وكذلك عنصر الفروق الفردية والقدرة على فهم الآخرين، والتصرف بحكمه في المواقف الاجتماعية تكون تابعة ضمن التفاعل الاجتماعي المعقد لإدراكات الأفراد الاجتماعية، والمعرفة الاجتماعية، وقدرات الأداء الاجتماعي. (Daniel et al., 1988, 109).

وفيما يخص التقبل الأسري - وهو المقابل للرفض الأسري فهو يلعب دوراً تكاملياً في كيفية تحول الشباب الصغار إلى كبار فبدون تلك المهارات التفاعلية الكافية فإن الفرد يواجه العديد من المشاكل في مجالات الحياة (Bates et al., 2003, 110)

كما يرى كمال سالم (1997، 99) أن الطفل ذو الإعاقة البصرية يعاني من الصراع الدائم، فهو في صراع بين الدافع إلى التمتع بمباهج الحياة والدافع إلى الانزواء طلباً للأمان، ودافع إلى الاستقلال، ودافع إلى الرعاية، فهو يرغب من جهة أن يكون شخصية مستقلة دون تدخل من الآخرين، ولكنه في نفس الوقت يدرك أنه مهما نال من استقلال، فإنه يظل في حاجة لمساعدتهم مما يولد في نفسه مشاعر العجز والعزلة والنقص، وبعض الصراعات والسلوكيات غير المألوفة، ومنها السلوك العدواني إذ كثيراً ما يظهر سلوك عدواني وانحرافات سلوكية لدى المكفوفين نتيجة ما يلاقونه من إحباطات في الحياة اليومية، وهو ما يجعلهم يتسمون من الناحية الانفعالية بعدد من السمات التي يأتي العدوان في مقدمتها.

وقد توصلت دراسة Condreil et al. (1998) إلى أن العلاقة بين الشعور بالعدوانية والسلوك العدواني لدى المعاقين بصرياً هي علاقة مرتبطة بشكل كبير، كما أشارت نتائج دراسة McClellan and Werry (2003)، والتي تكونت من (17) طفلاً من المعاقين بصرياً تراوحت أعمارهم ما بين (7-12) سنة، إلى أنه كلما تم تدريب الأطفال المعاقين بصرياً على المهارات الاجتماعية والسلوك الاجتماعي السوي يتحقق التوافق الاجتماعي لديهم ويتخلصون من السلوكيات غير المرغوب فيها.

وذوي الإعاقة البصرية يغلب عليهم سوء التوافق النفسي- الذي يتبدى في تكوين مفهومًا سالبًا عن ذواتهم بما يؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس، وانخفاض الإحساس بالأمن، فضلاً عن مشاعر العجز والدونية التي ترفع مستوى الإذعائية والاعتماد المسرف على الآخرين، والإحساس بالحجل الذي يرجع إلى الإحساس بأن الإعاقة لها دور كبير في تشويه صورة الوجه، فيحاول المعاق بصرياً إخفائها بالابتعاد عن الآخرين والانعطاف، كما يترتب على هذه الإعاقة بعض المشكلات في عملية النمو الاجتماعي، واكتساب المهارات الاجتماعية اللازمة لتحقيق الاستقلالية والشعور بالاكتمال الذاتي، لذا يفترض تدريبهم للحد من السلوك العدواني وتخفيف الرفض الاجتماعي، واستخدام البرامج الإرشادية المناسبة التي تؤدي إلى القبول الاجتماعي.

وبدءاً من مرحلة الطفولة فهي من أهم المراحل في حياة الفرد، حيث تشكل شخصيته بأبعادها المختلفة، وهذا التشكيل يخضع لاعتبارات تتصل بذات الطفل من جهة من حيث استعداداته وقدراته وفعاليتته واستجابته للمؤثرات، كما تخضع لنوعية هذه المؤثرات المحيطة به ودرجتها وهي التي تشكل شخصيته بكل جوانبها (صحي الكفور، 2005، 204).

وفي هذه المرحلة تبدأ علاقات الطفل الاجتماعية والتي تكسبه الشعور بقيمته وذاته مع أفراد أسرته، حيث إنه من خلال هذه العلاقات الأولية تنمي خبراته في الحب والعاطفة والحماية ويزداد نموه بزيادة تفاعله مع المحيطين به وقيامه بدوره الخاص ويخوض لديه الشعور بالطمأنينة وعن طريق التفاعل تأخذ شخصيته في التبلور والاعتزان (محمد الفزاز، 2005، 34).

وتذكر Howard (2004, 201) كيفية التعرف على الطفل المرفوض إما داخل الفصل أو داخل الأسرة، فداخل الفصل قد يتمكن المعلم من خلال توجيه مجموعة من الأسئلة على سبيل المثال، من هم الذين تحب أن تلعب معهم؟ وغيرها من الأسئلة المألوفة، وذلك لتحديد درجة قبول هؤلاء الأطفال من أقرانهم، وكذلك يمكن للمعلمين وفريق العمل في المدرسة ملاحظة الطفل في الملعب وفي حالة انفراد مع نفسه، وفي علاقته بأقرانه، وفي درجة قبول الآخرين له، أما في المنزل فيمكن للوالدين التعرف على طفلهم هل هو منبوذ أم مقبول، ويتم ذلك من خلال الملاحظة المستمرة لطفلهم من حيث كيف يحل صراعاته مع أقرانه وأثناء اللعب معهم ومشاعر تجاههم ومشاعرهم تجاهه، وهل يدعو أحد أقرانه للعب معه وهل يقبل أو يرفض.

والرفض الاجتماعي هو العقبة الكبرى لدى الأطفال المعاقين في سبيل إدماجهم في المجتمع، والرفض مفهوم مرن يتطور عبر الزمن ويمكن تقليبه، وهذا يتوقف بدرجة كبيرة على مجموعة من العوامل الأسرية وخبرات الطفولة ومدى تشجيع الآباء لأبنائهم (Michael et al. (2003, 267).

وترى الباحثة أن الأسرة هي نواة المجتمع والبيئة الحاضنة الأولى في التنشئة الاجتماعية، وبالتالي فإن الإلمام بمعانيها يسهم في تحقيق التوافق الأسري ومن ثم الاجتماعي، ويجب الاهتمام بالإرشاد الأسري أو العلاج الأسري الذي يعتبر الأسرة وحدة العمل العلاجي وليس الفرد المريض فيجب علاج الأسرة قبل علاج الفرد والعمل على تغيير العلاقات بين أفراد الأسرة المضطربة بحيث يخفني السلوك المضطرب.

وبناءً على ما تقدم، ومن خلال إطلاع الباحثة على الكثير من الدراسات السابقة والبحوث العربية والأجنبية والتي تعارضت فيها بينها والتي لم تتعرض لمغريات الدراسة بصورة مجمعة، مما دفع الباحثة إلى إجراء مثل هذه الدراسة وهي الكشف عن فعالية برنامج تدريبي لخفض السلوك العدواني لذوي الإعاقة البصرية في مرحلة الروضة.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن فعالية برنامج تدريبي لخفض السلوك العدواني لذوي الإعاقة البصرية في مرحلة الروضة.

فروض البحث:

فمن خلال الاطلاع على المصطلحات النظرية وتناج الدراسات السابقة تم صياغة فروض البحث الحالية على النحو التالي:

- 1) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للسلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين بصرياً.
- 2) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للسلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين بصرياً.
- 3) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي للسلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين بصرياً.

مصطلحات البحث:

المعاقون بصرياً:

هم الذين فقدوا حاسة البصر منذ الميلاد أو قبل سن الخامسة من عمرهم، بحيث لا يملكون الإحساس بالضوء، ولا يرون شيئاً على الإطلاق، ويتعين عليهم الاعتماد على حواسهم الأخرى والوسائل المساعدة في الإدراك والتعلم، والتوجه والحركة، ولتحتقن بمدارس النور والأمل للمكفوفين.

الدراسات السابقة:

قام Agrotou (2003) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج في خفض العدوان لدى المكفوفين وتكونت أدوات الدراسة من برنامج يقوم على استخدام الطقوس الدينية واستخدام الموسيقى والمسرحيات، وتكونت عينة الدراسة من طفلين أحدهما عمره (9) سنوات وكيف ولديه سلوك عدواني والثاني عمره (15) سنة ولديه سلوك عدواني، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى أن الطقوس الدينية والعلاج بالموسيقى والمسرحيات لها دور فعال في خفض السلوك العدواني لدى الأطفال والمراهقين المعاقين بصرياً.

كما أجرى Ncadam, et al. (2003) دراسة موضوعها توجيه الذات والتغذية المرتدة اللفظية لخفض سلوك ضرب الجسم النطفي لدى العميان، وهدفت الدراسة إلى فحص كفاءة العد الذاتي والتغذية المرتدة والمدح اللفظي في خفض ضرب الجسم النطفي لدى العميان، وتكونت عينة الدراسة من شاب يتراوح عمره (23) عاماً ولديه سلوك عدواني، وعرفت الدراسة سلوك ضرب الجسم النطفي لدى العميان (بأنه هو المقارنة بين السلوك الشخصي ومجموعة مستويات لتحديد جوانب مختلفة من الأداء تقابل هذه المستويات والحاجة إلى الملاحظة الفردية الذاتية والسلوك التنظيمي)، وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج القائم على التغذية المرتدة اللفظية وتوجيه الذات في خفض سلوك ضرب الجسم النطفي لدى العميان، وأوصت الدراسة بفاعلية البرنامج مع المراهقين المعاقين بصرياً.

وقد قام حسيب محمد حسيب (2006) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية التدريب على إدارة الغضب في تحسين جودة الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، وتكونت عينة الدراسة من أربع مجموعات، مجموعتين من الذكور إحداها تجريبية والأخرى ضابطة، ومجموعتين من الإناث إحداها تجريبية والأخرى ضابطة، وقوام كل مجموعة (10) أفراد من مدارس النور الثانوية للمكفوفين بمحافظة القاهرة، أعمارهم تتراوح بين (16-19) عاماً، وكشفت الدراسة عن إيجابية فاعلية التدريب على إدارة الغضب في تحسين جودة الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، وذلك بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج مباشرة، واستمرار هذه الفاعلية بعد انتهاء فترة المتابعة بشهرين.

وقام لزام عوض لزام (2011) بدراسة هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج تدريبي للحد من السلوك العدواني لدى المراهقين بالتعليم الصناعي بدولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (20) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية بالتعليم الصناعي بدولة الكويت، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين إحداها تجريبية وتكونت من (10) طلاب والأخرى ضابطة وتكونت من (10) طلاب، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس السلوك العدواني للمراهقين بالتعليم الصناعي بدولة الكويت، برنامج تدريبي يعتمد على بعض الأنشطة (الاجتماعية-الرياضية-الفنية) لخفض السلوك العدواني، وتمت المعالجة الإحصائية باستخدام اختبار مان-ويتني واختبار ويلكوكسون، وكشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات السلوك العدواني لأفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج.

وسعت دراسة Riaz et al. (2015) إلى المقارنة بين الأطفال العاديين وذوي الإعاقة البصرية في المشكلات السلوكية وتنظيم الذات، الكشف عن نوعية العلاقة بين هذين المتغيرين، بالإضافة إلى تحديد الفروق في المشكلات السلوكية وتنظيم الذات طبقاً لبعض المتغيرات الديموجرافية. وشارك في الدراسة (50) من الأطفال المكفوفين في أحد المراكز التربوية الخاصة، و(50) من الأطفال العاديين في إحدى المدارس الحكومية في لاهور وجوجرانوالا. واستخدمت الدراسة القائمة المرجعية للسلوك الطفلي، ومقياس تنظيم الذات، والذات تمت ترجمتها وحساب خصائصها السيكموترية. وتجدر الإشارة إلى أنه تم تحويل هاتين الأداتين إلى لغة برايل لتناسب خصائص عينة المكفوفين. وبالنسبة للنتائج، فقد أشارت إلى تفوق الأطفال العاديين وحصولهم على درجات مرتفعة في تنظيم الذات، وذلك بخلاف المكفوفين الذين كثر مشكلاتهم السلوكية مقارنة بالعاديين. ووجدت كذلك علاقة سلبية بين المشكلات السلوكية والتنظيم الانفعالي. وبالنسبة لعامل النوع، فقد كانت المشكلات السلوكية أكثر بين الذكور، بينما كانت الإناث أكثر تنظيماً لانفعاليتهن. أيضاً، تميز الأطفال في الأسر ذات المستويات التعليمية المرتفعة بارتفاع مستوى التنظيم الانفعالي وانخفاض المشكلات السلوكية. وانتهت الدراسة إلى القول بضرورة تقديم المزيد من الرعاية والدعم الاجتماعي للأطفال المكفوفين نظراً لانتشار المشكلات السلوكية وانخفاض مستوى التنظيم الانفعالي بين هذه الفئة.

وحاولت دراسة Runjić et al. (2015) تقصي العلاقة بين المهارات الاجتماعية والمشكلات السلوكية لدى الطلاب ذوي الإعاقة البصرية. واشتملت عينة الدراسة على (39) من أولياء الأمور لمجموعة من الطلاب ذوي الإعاقة البصرية ممن تراوحت أعمارهم ما بين 13-17 عاماً. ولجمع البيانات، ارتكبت الدراسة إلى مقياس تقدير المهارات الاجتماعية (SSRS)، والذي أعده كل من Gresham and Elliott (1990). وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين المهارات الاجتماعية والمشكلات السلوكية لدى الأطفال ذوي الإعاقة البصرية، حيث أظهر الأطفال ذوو المستويات المنخفضة من المهارات الاجتماعية مشكلات سلوكية أكثر مقارنة بغيرهم، وقد تجلت هذه العلاقة بشكل كبير في مجال التعاون، ذلك أن الأطفال الأكثر تحملاً للمسئولية والأكثر تعاوناً مع غيرهم كانوا أقل ارتكاباً للمشكلات السلوكية.

واستهدفت دراسة Heyl and Hintermair (2015) تقصي العلاقة بين الوظائف التنفيذية وكلاً من المشكلات السلوكية والكفاءة التواصلية لدى الأطفال المكفوفين وضعاف البصر. وقام المعلمون المشاركون في هذه الدراسة بتقدير الوظائف التنفيذية لـ (226) من الأطفال المعاقين بصرياً في المدارس العامة أو المدارس الخاصة بتلك الفئة، وذلك باستخدام النسخة الألمانية لمقياس التقدير السلوكي للوظائف التنفيذية، ومقياس القوى والصعوبات لتقدير الكفاءة التواصلية والمشكلات السلوكية. وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية مرتفعة في جميع مجالات الوظائف التنفيذية بين الأطفال ذوي الإعاقة البصرية والمبصرين، حيث انخفضت درجات الأطفال المعاقين بصرياً مقارنة بأفراد المجموعة الأخرى. وأظهرت النتائج وجود علاقة بين الوظائف التنفيذية والمشكلات السلوكية والكفاءة التواصلية لدى الأطفال ذوي الإعاقة البصرية. ومما سبق يتضح أن مدى واسع من مظاهر الوظائف التنفيذية ذات الأثر الهام فيما يتعلق بالموافاة الاجتماعية الانفعالي لا تتم بشكل ملائم لدى العديد من الأطفال ذوي الإعاقة البصرية، الأمر الذي يؤدي إلى تفاقم المشكلات السلوكية وانخفاض الكفاءة التواصلية لديهم. وبناءً على ما سبق، أوصت الدراسة بضرورة التركيز على الكفاءات الخاصة بتحويل الانتباه والفهم الانفعالي ذات الأثر الهام في سياق الدمج، بالإضافة إلى تعزيز الكفاءة التواصلية لدى هذه الفئة سعياً لتحسين الوظائف التنفيذية وخفض المشكلات السلوكية لديهم.

وهدف دراسة Hashemian et al. (2015) إلى تقصي فعالية العلاج بالموسيقى لخفض السلوك العدواني لدى المراهقين المعاقين بصرياً. وقد تم تطبيق التدخل العلاجي القائم على استخدام الموسيقى على أربعة فصول قوام كل منها 7 طلاب. واستخدمت الدراسة مقياس العدوان لـ Buss & Perry، بالإضافة لمقياس مقياس السلوك لـ Rutter والذان تمت الاستجابة عليهما من قبل المعلمين. وانطوى ذلك التدخل على اثني عشر جلة علاجية بواقع (90) دقيقة لكل جلسة. واستخدمت الدراسة اختبار (ت)، وتحليل التباين من أجل تحليل البيانات إحصائياً. وتجدر الإشارة إلى مراعاة التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في السن، المكانة الاجتماعية - الاقتصادية، ومستوى تعليم الوالدين. وخلصت الدراسة إلى القول بفعالية التدخل القائم على الموسيقى في خفض السلوك العدواني لدى أفراد المجموعة التجريبية.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث والتصميم التجريبي: يعتمد البحث على المنهج التجريبي وهدفه التعرف على فاعلية برنامج تدريبي (كمتغير مستقل) لخفض السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصرياً (كمتغير تابع)، إلى جانب استخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (التجريبية - الضابطة) للوقوف على أثر البرنامج (المقياس البعدي) على المتغيرات محل البحث، فضلاً عن استخدام التصميم ذو المجموعتين للوقوف على استمرارية أثر البرنامج بعد فترة المتابعة (المقياس التبعي).

ثانياً: عينة البحث: اشتملت العينة النهائية للدراسة الحالية بعد استبعاد الحالات المتطرفة في متغيرات التكافؤ على (20) طفلاً، وتم اختيار أطفال المجموعتين (التجريبية والضابطة) من خلال ملفات الأطفال، وقد تراوحت أعمار الأطفال ما بين (3 - 6) سنوات من الأطفال المنتهين برياض الأطفال في الرياض وتم إيجاد الفرق بين متوسطي رتب أعمار أعضاء المجموعتين، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين الأولى تجريبية وعددها (10) أطفال، والثانية ضابطة وعددها (10) أطفال، وقد تم التكافؤ بين أفراد المجموعتين في كل من العمر الزمني والسلوك العدواني، والجدول التالي يوضح نتائج تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة في هذه المتغيرات:

جدول (1) نتائج اختبار مان - ويتني (U) Mann-Whitney للفروق بين رتب درجات مجموعتي البحث ودلالاتها في العمر والسلوك العدواني

المتغيرات	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	10	4.54	0.32	9.70	97.0	42.00	0.635	غير دال
	الضابطة	10	4.31	0.28	11.30	113.00			
السلوك العدواني	التجريبية	10	141.2	10.53	10.45	104.5	49.5	0.038	غير دال
	الضابطة	10	141.0	7.61	10.55	105.5			

يتضح من خلال جدول (1) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني والسلوك العدواني، مما يعني تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

ثالثاً: أدوات البحث:

(1) مقياس السلوك العدواني (إعداد: الباحثة)

ولإعداد مقياس بعض السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصرياً، قامت الباحثة بالآتي:
أ- الإطلاع على الأطر النظرية وبعض الدراسات السابقة التي تناولت السلوك العدواني.

ب- تم الإطلاع على عدد من المقاييس التي استُخدمت لمقياس السلوك العدواني، ومنها:

أحمد البهي السيد (1991)، إيهاب عبدالعزيز البيلاوي (1995)، أيمن عباس الكومي (2001)، (Kazdin, 2002)، خالد رمضان عبد الفتاح سليمان (2005)، محمود محمد سليمان عمر (2006)، (Whitty & Carr, 2006)، إيمان محمد جمال الدين ابراهيم (2008).

ج - في ضوء ذلك قامت الباحثة بإعداد مقياس السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصريا في صورته الأولية، مكوناً من (69) مفردة تُعبر عن السلوك العدواني التي يعانى منها طفل الروضة المعاق بصريا ومنها العناد والخوف والانسحاب وإيذاء الآخرين. حيث اهتمت الباحثة بالدقة في صياغة أبعاد وعبارات المقياس، بحيث لا تحمل العبارة أكثر من معنى، وأن تكون محددة وواضحة بالنسبة للطلبة، وأن تكون مصاغة باللغة العربية، وألا تشمل على أكثر من فكرة واحدة. وبناءً على ذلك، تم تحديد أبعاد المقياس وتحديد العبارات من خلال الاطلاع على بعض الدراسات السابقة التي تناولت السلوك العدواني. ومن خلال ما سبق تم إعداد الصورة الأولية للمقياس والتي اشتملت على أربعة أبعاد وهي

1- العناد، 2- الخوف، 3- الانسحاب، 4 - إيذاء الآخرين. وترتبط هذه الأبعاد التي تم تحديدها بطبيعة وفلسفة وأهداف البحث حيث يشتمل كل بعد من هذه الأبعاد على مؤشرات وعبارات محصلتها النهائية قياس كل بعد على حدة. وبناءً على ذلك تم صياغة العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس وذلك قبل التحكيم وهي: 1- البعد الأول (25) مفردة، 2- البعد الثاني (25) مفردة، 3- البعد الثالث (21) مفردة، 4- البعد الرابع (25) مفردة.

أولاً: حساب صدق المقياس:

1- صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس، وتم إجراء التعديلات المقترحة بحذف بعض المفردات والتي قل الانفاق عليها عن (90%) بين المحكمين وإعادة صياغة مفردات أخرى وفق ما اتفق عليه المحكمون، والجدول التالي يوضح نسب اتفاق السادة المحكمين على مفردات مقياس السلوك العدواني، وقد قامت الباحثة باستبعاد المفردات التي لم تصل نسبة اتفاق المحكمين عليها إلى (90%). والجدول التالي يوضح العبارات التي تم حذفها.

جدول (2) العبارات التي تم حذفها

المفردة التي تم حذفها	رقم المفردة	مسلسل
البعد الأول: العناد.		
يكره الآخرين.	4	1
يستخدم العنف مع الآخرين للحصول على حقوقه.	9	2
لديه رغبة شديدة في استغلال الآخرين.	13	3
يسخر من الآخرين.	19	4
يتضايق عندما يبدي الآخرون اقتراحات بشأن ما فعله.	21	5
البعد الثاني: الخوف.		
يكون مغموماً في محاولته ترك انطباعات طيبة عند الآخرين.	5	6
تراوده أحلام مزعجة (كوابيس).	10	7
يفضل الجلوس بمفرده معظم الوقت.	14	8
يشعر بالوحدة وهو وسط الزحمة.	17	9
يصير متوتراً إذا علم أنك سوف تكون موضع تقييم من أشخاص مهمين في حياته	25	10
البعد الثالث: الانسحاب.		
يرفض إقامة علاقات مع الآخرين.	1	11
البعد الرابع: إيذاء الآخرين.		
يقوم ببعثرة أغراض الآخرين عندما يفضيه أحد.	3	12
يهدد ويتوعد زملاءه بالضرب.	4	13
يهرب من المدرسة عندما يفضيه الآخرون.	8	14
يستخدم الصياح عند اللعب مع زملائه.	20	15
يقوم بالبصق على الآخرين.	23	16

وبناءً على الخطوة السابقة تم حذف (16) مفردة من المقياس ليصبح عدد مفرداته (80) مفردة، كما تم إعادة صياغة بعض المفردات بناءً على آراء السادة المحكمين بحيث تم حذف بعض الكلمات أو استبدال بعض الكلمات بكلمات أخرى مناسبة.

3- صدق البناء: تم حساب صدق المقياس بطريقة الصدق العاملي للمقياس وذلك بتطبيقه على العينة الاستطلاعية وقوامها (100) طفل من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول (3) التحليل العاملي لأبعاد مقياس السلوك العدواني

الأبعاد	قيم التشبع بالعامل	نسب الشيع
العناد	0.863	0.745
الخوف	0.881	0.776
الانسحاب	0.850	0.723
إيذاء الآخرين	0.789	0.622
الجذر الكامن	2.866	
نسبة التباين	71.660	

يتضح من الجدول (3) تشبع أبعاد مقياس السلوك العدواني على عامل واحد، وبلغت نسبة التباين (71.660)، والجذر الكامن (2.866)، مما يعني أنّ هذه الأبعاد الأربعة التي تكون هذا العامل تعبر تعبيراً جيداً عن عامل واحد هو السلوك العدواني التي وضع المقياس لقياسها بالفعل، مما يؤكد تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعة.

3- صدق المحك (التلازمي):

تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات العينة الاستطلاعية على المقياس الحالي (إعداد الباحثه) ودرجاته على مقياس المشكلات السلوكية إعداد/ خالد رمضان (2005) كحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (0.425) وهي دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق المقياس الحالي.

4- اتساق المفردات مع الدرجة الكلية للمقياس:

وذلك من خلال درجات العينة الاستطلاعية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح

ذلك:

جدول (4)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية

العناد		الخوف		الانسحاب		إيذاء الآخرين	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
1	0.117	1	0.502**	1	0.356**	1	0.299**
2	0.071	2	0.249*	2	0.334**	2	0.177
3	0.237*	3	0.143	3	0.446**	3	0.506**
4	0.399*	4	0.456**	4	0.474**	4	0.321**
5	0.376**	5	0.294**	5	0.383**	5	0.275**
6	0.277**	6	0.457**	6	0.566**	6	0.118
7	0.258**	7	0.571**	7	0.299**	7	0.321**
8	0.361**	8	0.515**	8	0.368**	8	0.383**
9	0.278**	9	0.624**	9	0.284**	9	0.366**
10	0.545**	10	0.504**	10	0.400**	10	0.197*
11	0.391**	11	0.494**	11	0.183	11	0.352**
12	0.267**	12	0.527**	12	0.105	12	0.177
13	0.580**	13	0.488**	13	0.268**	13	0.192
14	0.347**	14	0.494**	14	0.257**	14	0.364**
15	0.286**	15	0.239*	15	0.373**	15	0.376**
16	0.150	16	0.449**	16	0.410**	16	0.452**
17	0.286**	17	0.203*	17	0.323**	17	0.499**
18	0.392**	18	0.334**	18	0.427**	18	0.427**
19	0.308**	19	0.289**	19	0.276**	19	0.601**
20	0.149	20	0.212*	20	0.620**	20	0.435**

** مستوى الدلالة 0.01

* مستوى الدلالة 0.05

يتضح من الجدول (4) أنّ معظم مفردات مقياس السلوك العدواني لأطفال الروضة المعاقين بصريا معاملات ارتباطها دالة إحصائياً، أي أنّها صادقة، باستثناء (11) مفردة، إذ تبين أنّ معاملات ارتباط هذه المفردات بالمقياس معاملات صغيرة القيمة، وغير دالة إحصائياً مما يعني أنّ هذه المفردات غير صادقة، مما يستدعي استبعادها تماماً من المقياس، وتبين الباحثة المفردات التي تم استبعادها من المقياس كنتيجة لعدم صدقها، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (5) المفردات التي تم استبعادها من المقياس لعدم صدقها والأبعاد التابعة لها

المفردة التي تم حذفها	رقم المفردة	مسلسل
البعد الأول: العناد.		
عندما يأمره شخص لا يثق به في القيام بعمل ما فإنه يشعر برغبة شديدة بعمل عكس ما يطلب منه.	1	1
يشعر في العادة بالتوتر عندما يسيء الآخريين الظن به.	2	2
يشعر بالاستياء من كل شيء.	16	3
يشعر أنه فاقد الثقة بنفسه.	20	4
البعد الثاني: الخوف.		
يشعر بالضعف والتعب بسهولة.	3	5
البعد الثالث: الانسحاب.		
يرتبك عندما يسأله المرء.	11	6
ينتبه لما يقوله زملائه بالفصل.	12	7
البعد الرابع: إيذاء الآخرين.		
يقوم بعض شفاهه حتى يدميها أو يصيبها بأذى.	2	8
يعتدى على الأطفال الذين يلعب معهم بالضرب.	6	9
يقوم بقضم (عض) يده عندما يغضب.	12	10
يمزق كتب وكراسات زملاءه.	13	11

وبعد أن تم استبعاد العبارات التي لم تحصل على درجات الصدق، يصبح العدد الكلي لمفردات المقياس هو (69) مفردة تتمتعون بالصدق في قياسهم للسلوك العدواني.

ثانياً: ثبات المقياس

1- طريقة إعادة التطبيق: تم ذلك بحساب ثبات مقياس السلوك العدواني من خلال إعادة تطبيق الاختبار بفاصل زمني قدره أسبوعين وذلك على العينة الاستطلاعية، وتم استخراج معاملات الارتباط بين درجات أطفال العينة باستخدام معامل بيرسون (Pearson)، وكانت جميع معاملات الارتباط لأبعاد الاختبار دالة عند (0.01) مما يشير إلى أن الاختبار يعطي نفس النتائج تقريباً إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة وبيان ذلك في الجدول التالي:

جدول (6) نتائج الثبات بطريقة إعادة التطبيق

المتغيرات	معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني	مستوى الدلالة
العناد	0.808	0.01
الخوف	0.940	0.01
الانسحاب	0.963	0.01
إيذاء الآخرين	0.923	0.01
الدرجة الكلية	0.971	0.01

يتضح من خلال الجدول (6) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لأبعاد مقياس السلوك العدواني، والدرجة الكلية، مما يدل على ثبات المقياس، ويؤكد ذلك صلاحية مقياس السلوك العدواني لقياس السمة التي وُضع من أجلها.

2- طريقة معامل ألفا - كرونباخ:

تم حساب معامل الثبات لمقياس السلوك العدواني باستخدام معامل ألفا - كرونباخ لدراسة الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس لعينة الأطفال وكانت كل القيم مرتفعة ودالة عند (0.01) وهذا يدل على أن قيمته مرتفعة، ويجمع بدرجة عالية من الثبات، وبيان ذلك في الجدول التالي:

جدول (7) معاملات ثبات مقياس السلوك العدواني باستخدام معامل ألفا - كرونباخ

م	أبعاد المقياس	معامل ألفا - كرونباخ
1	العناد	0.678
2	الخوف	0.721
3	الانسحاب	0.707
4	إيذاء الآخرين	0.715
5	الدرجة الكلية	0.732

يتضح من خلال الجدول (7) أنَّ معاملات الثبات مرتفعة، مما يعطى مؤشراً جيداً لثبات المقياس، وبناء عليه يمكن العمل به.

3- طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس السلوك العدواني على العينة الاستطلاعية التي اشتملت على (100) طفلاً وطفلة، ثم تصحيح المقياس، ثم تجزئته إلى قسمين، القسم الأول اشتمل على المفردات الفردية، والثاني على المفردات الزوجية، وذلك لكل طفل على حدة، ثم تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات المفردات الفردية، والمفردات الزوجية، فكانت قيمة مُعامل سبيرمان - براون، ومعامل جتان العامة للتجزئة النصفية، وكانت قيمة مُعامل الثبات مرتفعة، حيث تدل على أنَّ المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، وبيان ذلك في الجدول التالي:

جدول (8) مُعاملات ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

م	أبعاد المقياس	سبيرمان - براون	جتان
1	العناد	0.863	0.723
2	الخوف	0.915	0.754
3	الانسحاب	0.905	0.806
4	إيذاء الآخرين	0.829	0.709
5	الدرجة الكلية	0.947	0.733

يتضح من الجدول (8) أنَّ معاملات ثبات المقياس الخاصة بكل من أبعاده بطريقة التجزئة النصفية سبيرمان - براون متقاربة مع مثيلتها بطريقة جتان، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياسه للسلوك العدواني.

4- طريقة الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط باستخدام مُعامل بيرسون (Pearson) بين أبعاد مقياس السلوك العدواني بعضها البعض من ناحية، وارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس من ناحية أخرى، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (9) مصفوفة ارتباطات مقياس السلوك العدواني

م	أبعاد المقياس	1	2	3	4	5
1	العناد	-				
	الخوف	**0.692	-			
2	الانسحاب	**0.664	**0.668	-		
	إيذاء الآخرين	**0.553	**0.607	**0.540	-	
4	الدرجة الكلية	**0.846	**0.885	**0.853	**0.799	-

** دال عند مستوى دلالة (0.01)

وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (0.01) مما يدل على تمتع المقياس بالاتساق الداخلي والثبات.

الصورة النهائية لمقياس السلوك العدواني:

وهكذا، تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس، والصالحة للتطبيق، وتتضمن (69) مفردة، كل مفردة تتضمن ثلاث استجابات موزعة على الأبعاد الأربعة على النحو التالي:

البعد الأول: العناد (16) مفردة، البعد الثاني: الخوف (19) مفردة، البعد الثالث: الانسحاب (18) مفردة، والبعد الرابع: إيذاء الآخرين (16) مفردة.

وقد قامت الباحثة بإعادة ترتيب مفردات الصورة النهائية لمقياس السلوك العدواني، وذلك بعد استبعاد المفردات غير الدالة من قبل في الصورة الأولية للمقياس، كما تمت صياغة تعليمات المقياس، بحيث تكون أعلى درجة كلية يحصل عليها المفحوص هي (207)، وأدنى درجة هي (69)، وتمثل الدرجات المرتفعة أشد مستوى للسلوك العدواني بينما تمثل الدرجات المنخفضة مستوى منخفض للسلوك العدواني. ويوضح جدول (10) أبعاد وأرقام المفردات التي تقيسها الصورة النهائية.

جدول (11) أبعاد مقياس السلوك العدواني والمفردات التي تقيس كل بعد

م	البعد	أرقام المفردات	المجموع
1	العناد	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37, 41, 45, 49, 53, 57, 61	16
2	الخوف	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 54, 58, 62, 66, 69	19
3	الانسحاب	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39, 43, 47, 51, 55, 59, 63, 66	18
4	إيذاء الآخرين	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 64	16

(2) البرنامج التدريبي:

تم إعداد البرنامج في ضوء الأطر النظرية للسلوك العدواني والدراسات السابقة في هذا الصدد وخاصة التي تناولت إعداد برامج خفض السلوك العدواني لدى الأطفال عامة ولذوى الإعاقة البصرية خاصة، وقد تناولتها الباحثة في موضعها في هذه البحث، إلى جانب الاطلاع على مقاييس السلوك العدواني للوقوف على أبعاده، ومن ثم العمل على إعداد أنشطة للتدريب عليها، في ضوء ما سبق إلى جانب خصائص الأطفال ذوى الإعاقة البصرية تم إعداد البرنامج بصورته الأولية عرضه على مجموعة من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة والمعلمين في برامج الإعاقة البصرية وغرف المصادر، وتم الأخذ بالملاحظات التي قدمت منهم، كما تم تطبيق البرنامج على (5) تلاميذ من المتخفين ببرامج الإعاقة البصرية من غير العينة الأساسية وذلك للوقوف على مدى مناسبة لهم من حيث الأسلوب والمحتوى، والوقوف على ما يمكن أن يظهر من عقبات خلال التطبيق ومن ثم تلافيها، إلى جانب الوقوف على الزمن الأمثل للجلسة بما يتناسب مع الأطفال.

هدف البرنامج: استهدف البرنامج خفض السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين بصرياً في مرحلة الروضة.

محتويات البرنامج: تكون البرنامج من أنشطة متنوعة للتدريب على خفض السلوك العدواني.

الإطار الزمني للبرنامج:

تكون البرنامج التدريبي من (30) جلسة، في مدة شهرين ونصف بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، ومدة الجلسة (35 - 45) دقيقة، وكان توزيع جلسات البرنامج كالتالي: (1) جلسة للتعرف بين أفراد العينة، (24) للتدريب بواقع (3) جلسات لكل نشاط من أنشطة البرنامج المحس سألقة الذكر (2) جلسة لمراجعة ما تم التدريب عليه.

خطوات البحث:

- إعداد مقياس السلوك العدواني.
- قياس مستوى السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصرياً.
- اختيار عينة الدراسة من بين من يعانون ارتفاع واضح في السلوك العدواني.
- إجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة).
- إعداد البرنامج التدريبي.
- التطبيق القبلي لمقياس الدراسة (السلوك العدواني) على أفراد العينة.
- تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية.
- التطبيق البعدي لمقياس الدراسة (السلوك العدواني) على أفراد العينة.
- التطبيق التبعي لنفس المقياس على أعضاء أفراد المجموعة التجريبية بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج.
- تصحيح الاستجابات وجدولة الدرجات ومعاملتها إحصائياً، واستخلاص النتائج ومناقشتها.

الأساليب الإحصائية المستخدمة: تمثلت الأساليب الإحصائية المستخدمة في الأساليب اللابارامترية التالية:

- 1- اختبار مان - ويتني (U) Mann-Whitney للمجموعات المستقلة،
 - 2- معادلة وويلكوكسون (W) Wilcoxon للمجموعات المرتبطة.
- وقد تمت المعالجة الإحصائية من خلال حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصاراً بـ Spss.

النتائج:

نتائج الفرض الأول: ينص الفرض الأول للدراسة على أنه "توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني، وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي" ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون "W" و يوضح الجدول التالي نتائج هذا الفرض:

جدول (11) قيمة Z دلالتها الفرق بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني

الأبعاد	ن	القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	القياس القبلي/ البعدي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	الدلالة
العناد	10	قبلي	33.4	3.68	الرتب السالبة	10	5.5	55	2.807	0.01
	10	بعدي	21.6	2.91	الرتب الموجبة	صفر	0.00	0.00		
					التساوي	صفر				
الحرف	10	قبلي	36.5	3.74	الرتب السالبة	10	5.5	55	2.805	0.01
	10	بعدي	25.2	4.1	الرتب الموجبة	صفر	0.00	0.00		
					التساوي	صفر				
الاستجاب	10	قبلي	36.3	4.11	الرتب السالبة	10	5.5	55	2.812	0.01
	10	بعدي	23.7	3.19	الرتب الموجبة	صفر	0.00	0.00		
					التساوي	صفر				
إنهاء الآخرين	10	قبلي	35	3.68	الرتب السالبة	10	5.5	55	2.814	0.01
	10	بعدي	26.9	2.28	الرتب الموجبة	صفر	0.00	0.00		
					التساوي	صفر				
الدرجة الكلية	10	قبلي	141.2	10.53	الرتب السالبة	10	5.5	55	2.812	0.01
	10	بعدي	97.4	6.81	الرتب الموجبة	صفر	0.00	0.00		
					التساوي	صفر				

يتضح من الجدول (11) أن الفرق بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي دال عند (0.01) في اتجاه القياس البعدي وهذا ما يحقق صحة الفرض الثاني.

جدول (12) قيمة Z ودالتها للفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس السلوك العدواني

الإعداد	المجموعة	ن	متوسط	انحراف معياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
العناد	التجريبية	10	21.6	2.91	5.5	55	0.00	3.790	0.01
	الضابطة	10	31.8	3.48	15.5	155			
الخوف	التجريبية	10	25.2	4.1	5.5	55	2.5	3.597	0.01
	الضابطة	10	34.9	3.1	15.5	155			
الانسحاب	التجريبية	10	23.7	3.19	5.5	55	0.00	3.785	0.01
	الضابطة	10	34.6	3.16	15.5	155			
إنهاء الآخرين	التجريبية	10	26.9	2.28	5.5	55	10	3.041	0.01
	الضابطة	10	32.7	3.52	15.5	155			
الدرجة الكلية	التجريبية	10	97.4	6.81	5.5	55	0.00	3.79	0.01
	الضابطة	10	134	7.61	15.5	155			

يتضح من الجدول (12) أن الفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصريا دال عند مستوى (0.01) وهو في اتجاه القياس البعدي وهذا ما يحقق صحة الفرض الثاني.

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس بعض السلوك العدواني في القياسين البعدي والتبقي" ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوسون "W" والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض:

جدول (14) قيمة Z ودالتها للفرق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتبقي لدى المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني

الأعداد	ن	القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	القياس البعدي/التبقي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	الدلالة
العناد	10	بعدي	21.6	2.91	الرتب السالبة	3	3.67	11	1.751	غير دالة
	10	تبقي	22.5	2.79	الرتب الموجبة	7	6.29	44		
					التساوي الاجمالي	10				
الخوف	10	بعدي	25.2	4.1	الرتب السالبة	3	7	21	0.676	غير دالة
	10	تبقي	25.7	3.68	الرتب الموجبة	7	4.86	34		
					التساوي الاجمالي	10				
الانسحاب	10	بعدي	23.7	3.19	الرتب السالبة	3	4.5	13.5	1.513	غير دالة
	10	تبقي	24.3	3.26	الرتب الموجبة	7	5.93	41.5		
					التساوي الاجمالي	10				
إنهاء الآخرين	10	بعدي	26.9	2.28	الرتب السالبة	5	5.5	27.5	0.00	غير دالة
	10	تبقي	26.9	2.99	الرتب الموجبة	5	5.5	275		
					التساوي الاجمالي	10				
الدرجة الكلية	10	بعدي	97.4	6.81	الرتب السالبة	2	3.58	7	1.55	غير دالة
	10	تبقي	99.4	6.41	الرتب الموجبة	6	4.83	29		
					التساوي الاجمالي	10				

تضح من الجدول (14) أنه لا توجد فروق دالة بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتبقي في مقياس السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصريا وهذا ما يحقق صحة الفرض الثالث.

مناقشة النتائج: أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج في خفض السلوك العدواني لدى أطفال الروضة المعاقين بصريا كما اتضح من نتائج الفرض الأول والثاني والثالث من فروض الدراسة، وهذا يعكس التحسن الملموس في أبعاد السلوك العدواني التي يقيسها المقياس بعد تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية، كما استمر هذا الأثر الإيجابي بعد انتهاء البرنامج كما تبين من نتائج الفرض الثالث، وهذا يدل على جدوى البرنامج في خفض السلوك العدواني، وهذا يتفق مع ما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة التي تناولت التدخل التجريبي لخفض السلوك العدواني لدى المعاقين بصريا مثل دراسة (Agrotou, 2003)، ودراسة (Ncadam, et al., 2003)، ودراسة (حسيب محمد حسيب، 2006)، ودراسة (لزام عوض لزام، 2011)، ودراسة (Hashemian et al., 2015). ولعل اعتماد البرنامج على الأنشطة التدريسية لما لها من ميزات قد زاد من فاعلية البرنامج التدريبي، كما أن مراعاة خصائص أفراد العينة من ذوي الإعاقة البصرية في إعداد البرنامج قد زاد من فاعليته، وبالتالي عندما هيئت لهم بيئة تعليمية مناسبة تمكنهم من الاستفادة من قدراتهم أسفرت عن تعلمهم كما بدا في خفض السلوك العدواني لديهم بعد تطبيق البرنامج.

كما أن ما صاحب البرنامج من تعزيز سواء من المدرسه أو تعزيز ذاتي من الطفل لنفسه من خلال ما يحققه من نجاح قد حسن من نتائجه، وما زاد من فاعلية البرنامج ما تم تدريب الأطفال عليه في بدايته على الانتباه، مما انتقل أثره وزاد من قدرات الأطفال على المهارات الاجتماعية فيما بعد، وهو الأساس في خفض السلوك العدواني، كما أن ما زاد من فاعلية البرنامج التدريج في التدريب من الأبعاد الأسهل إلى الأصعب. ولعل مرد فاعلية البرنامج إلى طريقة التدريب الجماعي وروح المرح التي غلبت عليها

وجعلها في سياق ألعاب تنافسية بين الاطفال مما زاد إدراكهم. كما أن اعتماد البرنامج على بعض الأنشطة ومما تجيز به من إثارة وتشويق ومتعة للأطفال قد زاد من انتباههم وخفض قصور الانتباه لديهم، مما انعكس ايجابيا على خفض السلوك العدواني. كما أدى ذلك كله إلى ثبات ما تعلمه الأطفال كما بدا ذلك في نتائج المتابعة من عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتبعي للسلوك العدواني لدى أفراد المجموعة التجريبية.

التوصيات: في ضوء نتائج الدراسة يمكن التوصية بما يلي:

- 1- تبني فلسفة تقوم على إيجاد برامج متطورة ومحوسبة مستندة إلى التدريب على المهارات الاجتماعية لخفض السلوك العدواني.
- 2- اعتبار تدريبات خفض السلوك العدواني محورا أساسيا في بناء برامج لخفض المشكلات الاجتماعية الأخرى لدى أطفال الروضة المعاقين بصريا.

أولاً: المراجع العربية:

- أحمد، البيبي السيد. (1991). استخدام برامج تعليمية في تعديل بعض السلوكيات غير التوافقية لدى الأحداث الجانحين، (رسالة دكتوراه). كلية التربية، جامعة المنصورة. القاهرة.
- إيمان، محمد جمال الدين إبراهيم. (2008). العنف المراهق كما يدركه المراهق، (رسالة ماجستير). معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس. القاهرة.
- أمين، عباس الكومي. (2001). علاقة بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية الاقتصادية بمشكلة أطفال الشوارع دراسة ميدانية، (رسالة دكتوراه). معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس. القاهرة.
- إيهاب، عبدالعزيز البيلالوي. (1995). العلاقة بين أساليب المعاملة الوالديه والسلوك العدواني لدى ذوي الإعاقة السمعية، (رسالة ماجستير). كلية التربية، جامعة الزقازيق. القاهرة.
- حسيب، محمد حسيب. (2006). فاعلية التدريب على إدارة الغضب في تحسين جودة الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية. *مجلة كلية التربية بجامعة بني سويف*، (5). خالد، رمضان عبد الفتاح سليمان. (2005). فعالية التدريب على التواصل في تعديل السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين عقلياً، (رسالة ماجستير). كلية التربية بنها، جامعة الزقازيق. القاهرة.
- صبيح، عبد الفتاح الكفور. (2005). فعالية برنامج علاجي سلوكي معرفي في إدارة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية. *مجلة كلية البحوث النفسية والتربوية بجامعة المنوفية*، (5).
- كيال، سلم سيسالم. (1997). المعاقون بصرياً خصائصهم ومناهجهم. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.
- لزام، عوض لزام الرشيد. (2011). فعالية برنامج تدريبي للحد من السلوك العدواني لدى المراهقين بالتعليم الصناعي بدولة الكويت، (رسالة دكتوراه). كلية التربية، جامعة بني سويف. القاهرة.
- محمد، سعد القزاز. (2005). التربية الوالدية في مرحلة الطفولة المبكرة. القاهرة: دار فرحة للنشر والتوزيع.
- محمود، محمد سليمان عمر. (2006). فاعلية برنامج إرشادي لتحسين بعض السمات الشخصية لدى أطفال الشوارع، (رسالة ماجستير). كلية التربية، جامعة عين شمس. القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Agrotou, A. (2003). Spontaneous ritualinsed play in music therapy: A technical and theoretical analysis, *American Journal of Psychiatry*, 160(8), 1396-1404.
- Bates L., Luster, T. & Vandebelt, M. (2003). Factors related to social competence in elementary school among children of adolescent mothers. *Social Development*, 12(1), 107-124.
- Condrell, C., Karp, S. A., Holmstrom, R. W., & Silber, D. E. (1998). Measures of aggression in questionnaire ratings and stories from the apperceptive personality test. *Perceptual and motor skills*, 86(3_suppl), 1187-1191.
- Daniel, A. W. & Alan, M. G. (1988). Knowledge, perception and performance of assertive Behavior in children with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 21(2), 109-117.
- Hashemian, P., Mashoogh, N., & Jarahi, L. (2015). Effectiveness of music therapy on aggressive behavior of visually impaired adolescents. *Journal of Behavioral and Brain Science*, 5(03), 96-100.
- Heyl, V., & Hintermair, M. (2015). Executive function and behavioral problems in students with visual impairments at mainstream and special schools. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 109(4), 251-263.
- Howard, A. G. (2004). *Peer-rejection: Information and support strategies*. USA: Howard for National Association of School Psychologists.
- Kazdin, A. (2002). *Encyclopedia of psychology*, (vol. 4). USA: American Psychological Association, Oxford University Press.
- McAdam, D. B., O'Clairigh, C. M., & Cuvo, A. J. (1993). Self-monitoring and verbal feedback to reduce stereotypic body rocking in a congenitally blind adult. *RE: View: Rehabilitation and Education for Blindness and Visual Impairment*, 24(4), 163-172.
- McCELLAN, J. M., & Werry, J. S. (2003). Evidence-based treatments in child and adolescent psychiatry: an inventory. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 42(12), 1388-1400.
- Michael, J, Brian, N., Robert, R. & Hammond, A. (2003). Family factors associated with the peer social competence of young children with mild delays. *American Journal on Mental Retardation*, 108(4) 272-287.
- Riaz, M. A., Hafeez, A., Riaz, M. N., & Batool, N. (2015). Behavioral problems and emotion regulation in blind and normal children. *Pakistan Journal of Medical Research*, 54(4), 105-108.
- Runjić, T., Bilić-Prčić, A., & Alimović, S. (2015). The relationship between social skills and behavioral problems in children with visual impairment. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 51(2), 64-76.
- Whitty, M. T., & Carr, A. N. (2006). New rules in the workplace. Applying object-relations theory to explain problem Internet and email behavior in the workplace. *Computers in Human Behavior*, 22(2), 235-250.

دراسة بعض المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية لطلبة مرحلة التعليم الثانوي

*د.عبدالحكم ضو غريبي **د.العجيلي علي الشاوش ***د.محمد الباروني خريش

المقدمة وأهمية البحث :

تعتبر المنافسة الرياضية sport competition من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي ، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة منافس آخر وجهما لوجه أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين .وتعد المنافسة من العوامل الهامة في اظهار القوة الكامنة لدى الرياضيين . والمنافسة الرياضية هي موقف أو حدث رياضي محدد بقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها ، وفيها يحاول اللاعب إظهار وإبراز أقصى ما لديه من قدرات ومهارات واستعدادات كنتيجة لعمليات التدريب المنظمة .وذلك لمحاولة الفوز على المنافس أو تحقيق مستوى الأداء الموضوعي المتوقع من اللاعب .

وأن هدف كل منافس يختلف عن هدف المنافس الآخر ويتعارض معه ، ففي الرياضة مثلاً يكون هدف اللاعب هو الفوز على منافسه .6:28 كما تأخذ المنافسة الرياضية في حياة الرياضي لما تقدمها من فوائد جسمية و نفسية واجتماعية ومدى تأثيرها على جانب من جوانب سلوك الرياضي والتي تتمثل في تخلصه من الصراعات النفسية والسلوكيات العدوانية التي تؤثر على نمو الشخصية .10: 61

والمنافسة الرياضية هي النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثابتة بالمقارنة مع الدقة التصوي ، وهي صراع بين عدة أشخاص للوصول إلى الهدف المنشود أو النتيجة المنتظرة:2:56 أن سمة التنافسية والقلق التنافسي يمكن اعتبارها من بين أهم العوامل الشخصية التي تؤثر بصورة واضحة على إدراكات وتقييم الفرد لعملية المنافسة ، وهذا التقييم الذي يعتبر بمثابة الموقف التنافسي الناتج هو الذي يحدد استجابة الفرد للمنافسة 8:36

ولكي نستطيع الفهم المتكامل للمنافسة الرياضية فإنه ينبغي علينا النظر إليها على أنها "عملية process" تتضمن العديد من الجوانب والمراحل في إطار مدخل التقييم الاجتماعي . وهناك أربعة مراحل في إطار المنافسة الرياضية كعملية ترتبط كل منها بالأخرى وتتأثر بها وهي " الموقف التنافسي الموضوعي - الموقف التنافسي الناتج - الاستجابة - النتائج " 9:57 وللمنافسة الرياضية بعض الجوانب السلبية حين تتسم بالعنف الزائد والعدوان العسائ والاضطرابات الانفعالية للمتنافسين ، أوحينا يحدث بين متنافسين يختلفون اختلافاً كبيراً في قدراتهم ومهاراتهم مما يجعل الفوز والنجاح مقصوراً على فريق معين منهم .

وقد ينظر البعض إلى المنافسة الرياضية نظرة فيها الكثير من المغالاة عندما لا يرون فسي المنافسات الرياضية سوى السبق الجنوني لتسجيل الأرقام والتفوق والفوز .

ويجب مراعاة أن الطابع الذي تتميز به المنافسات الرياضية إذا ما أحسن استثماره وإذا ما تم في حدود الأسس والقواعد التربوية التي تؤكد ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي واللعاب النظيف وقبول الأحكام والتواضع وعدم الغرور فإنه يصبح من أهم القوى التي تدفع إلى ممارسة الرياضة والتي تحفز الرياضيين للوصول إلى المستويات الرياضية العليا 6:35.

مشكلة البحث : للمنافسة الرياضية بعض المظاهر السلبية حين تتسم بالعنف الزائد والعدوان العسائ والاضطرابات الانفعالية للمتنافسين ، أو حينما يحدث بين متنافسين يختلفون اختلافاً كبيراً في قدراتهم ومهاراتهم مما يجعل النجاح مقصوراً على فريق معين منهم أو حينما ينقلب التنافس الرياضي إلى تنافس عدواني أو صراع للوصول إلى الصدارة: 4:634

ومن بين المظاهر السلبية المرتبطة بالمنافسة الرياضية :-

- **التوجيه الاجتماعي السيئ :** قد يتوهم الرياضيون أن الكثير من فرصهم في بناء حياتهم و حياة أسرهم متوقف على النجاح الذي يجرزونه في المنافسات الرياضية ولكنهم لا ينجحون في تحقيق هذه التصورات إلا في فرص نادرة وبالتالي فإنهم اختاروا الطريق الخطأ وعرضو مستقبلهم للخطر والضباب 6: 36

- تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دولياً :يعتبر تعاطي الرياضيين للعقاقير المنشطة المحرمة دولياً من أخطر ما يمكن على الصحة ويعد بمثابة غش يتنافى مع الروح الرياضية .وفي الوقت الحالي تكافئ الهيئات الرياضية الدولية للقضاء على ظاهرة تعاطي العقاقير المنشطة والتي تهدف الي الفوز الغير شريف من أجل الإبقاء على أمانة التنافس والحفاظ على القيم التربوية والفوائد النفسية للرياضة (6:36)

- **العدوان والعنف :** ويقصد بالعدوان في مجال المنافسة بين الفرق الرياضية السلوك الذي يقوم به لاعب أو أكثر من أفراد الفريق الرياضي لمحاولة أو أحداث ضرر للاعب الفريق المنافس(7: 58)

التعصب : - التعصب اتجاه عدائي ضد شخص ينتمي إلى جماعة ما، لا لسبب سوى أنه ينتمي إلى هذه الجماعة ، أي أنه يتصف بالصفات التي توصف بها الجماعة والتي تثير اعتراض صاحب الاتجاه العدائي 6: 37

أهداف البحث:

- 1- التعرف على بعض المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية لطلبة مرحلة التعليم الثانوي.
- 2- التعرف على أسباب حدوث المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية لطلبة مرحلة التعليم الثانوي .

تساؤلات البحث

1- ما هي أكثر المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية لطلبة مرحلة التعلم الثانوي ؟

2- ما هي اسباب حدوث المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية ؟

الدراسات السابقة :

1- دراسة أحمد مديوني مصرن (1993) م بعنوان العدوان الجسدي عند لاعبي الرياضات الجماعية وتمثل هدف الدراسة معرفة العوامل المسؤولة عن ظهور السلوك العدواني عند لاعبي رياضة كرة السلة واقتصرت عينة البحث على (96) لاعب من فئة الكبار ذكور ومن خلال تحليل نتائج البحث توصل الباحث إلى أن عامل النتيجة وأهمية الفوز تساهم بصورة كبيرة في القيام بأعمال العدوان الجسدي . (1)

2- دراسة فوزي خليل ديموس (1984) م بعنوان كيفية التقليل من العدوان في المسانسة الرياضية عند لاعبي النخبة وتمثل هدف البحث في العدوان والقدرة على مكافئته أو التقليل منه لأنه يؤثر إيجابيا على مستوى المنافسة الرياضية واقتصرت عينة البحث على (110) لاعب لكرة السلة وبعد تحليل النتائج توصل إلى أنه كلما زاد السلوك الحازم نقص العدوان الرياضي وكما ان الاحباط يلعب دور هام في العدوان وظهور الغضب والعنف (4)

3- دراسة قاسم حسن حسين ، عبد الإله ناجي الجميلي (1990) م بعنوان السلوك المدان في النشاط الرياضي وتمثل هدف البحث التعرف على الأسباب التي تكمن وراء السلوك الرياضي في أثناء المسابقات واقتصرت عينة البحث على (160) ومن خلال تحليل النتائج توصل الباحثان أن الشعور باليأس وانعدام الأمل في الفوز يؤدي إلى السلوك المدان كما أن الثواب المادي يؤثر في السلوك المدان ويدفع اللاعبين إلى استخدام وسائل عديدة للحصول على المال(5)

إجراءات البحث :

منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي وذلك للملائمة لطبيعة البحث .

مجالات البحث :

- المجال الزمني .

أجريت جميع إجراءات الدراسة في الفترة من 20 / 11 / 2016 إلى 25 / 3 / 2017

- المجال المكاني :

أجريت الدراسة الأساسية في نطاق بلدية بن غشير وشملت ثلاثة مدارس وهي (مدرسة الميثاق الوطني - مدرسة الطالب المتفوق - مدرسة بئر الشرفة)

عينة البحث :

شملت عينة البحث طلبة ثلاثة مدارس في منطقة قصر بن غشير وهي (مدرسة الميثاق الوطني - مدرسة الطالب المتفوق - مدرسة بئر الشرفة) وقد بلغ عددهم (74) من المرحلة الثانوية للعام الدراسي 2016 - 2017

أدوات البحث : قام الباحثون بتصميم استبانة استبيان تضمنت أربعة محاور بعدد 19 عبارة تقيس بعض المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية ، وقد تم عرض هذا الاستبيان على مجموعة من الخبراء

الاجراءات الاحصائية :

- المتوسط الحسابي . إختبار مربع كاي - النسبة المئوية .

جدول (1) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستنتاجات عينة البحث على عبارات المحور الأول (التوجيه الاجتماعي السئ)

م	محتوى العبارة	مستوى الإجابة						مربع كاي	النسبة المئوية للموافقة
		لا		إلى حد ما		نعم			
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
1	هل تشعر أن المنافسة الرياضية ستحقق لك فرص النجاح	9.46	7	16.22	12	74.32	55	82.43	
2	هل تشعر أن المجال الرياضي أفضل وسيلة لتحقيق هدفك	1.35	1	18.92	14	79.73	59	89.19	
3	هزيمة المنافس نفسياً عن طريق السخرية منه	25.68	19	6.76	5	67.57	50	70.95	
4	وصولك إلى مرتبة رياضية عالية يشعرك بالغرور	10.81	8	13.51	10	75.68	56	82.43	
5	هل الفوز في المنافسة الرياضية تعتبره أفضل وسيلة لتحقيق الشهرة	13.51	10	8.11	6	78.38	58	82.43	

يتضح من جدول (1) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية باستجابات عينة الدراسة على عبارات المحور الأول (التوجيه الاجتماعي السيئ) وجود فروق بين الإجابات حيث تراوحت قيمة مربع كاي ما بين (43.00 إلى 75.11) وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 وقد حققت عبارة هل تشعر أن المجال الرياضي أفضل وسيلة لتحقيق هدفك أعلى نسبة موافقة حيث بلغت 79.73% تلتها عبارة هل الفوز في المنافسة الرياضية تعتبره أفضل وسيلة لتحقيق الشخصية والشهرة بنسبة موافقة بلغت 79.38% ثم عبارة وصولك إلى مرتبة عالية يشعرك بالغرور بنسبة موافقة بلغت 75.68% ثم عبارة هل تشعر أن المنافسة الرياضية ستحقق لك فرص النجاح بنسبة موافقة بلغت 74.32% ثم عبارة هزيمة المنافس نفسياً عن طريق السخرية منه بنسبة موافقة بلغت 67.73%

ويتفق الدارسون مع ما أشار إليه "محمد حسن علاوي" أن إحراز الفوز وتحقيق النجاح وتسجيل أحسن ما يمكن من مستوى. ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للاعبين فحسب مثل تحقيق الذات والحصول على إثابة أو مكاسب شخصية بل إن الأمر يرتبط أيضاً بالدوافع الاجتماعية مثل الإعلاء من شأن أو سمعة الفريق الرياضي أو النادي الرياضي الذي يمثله اللاعب أو الفريق أو حسن تمثيل الوطن في المنافسات على المستوى الدولي. 32:6

جدول (2) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة باستنتاجات عينة البحث على عبارات المحور الثاني (تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دولياً)

م	محتوى العبارة	مستوى الإجابة						النسبة المئوية للموافقة	المتوسط الحسابي	مربع كاي
		لا		إلى حد ما		نعم				
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار			
1	نادراً ما أستخدم العقاقير المنشطات	13.51	10	10.81	8	75.68	56	1.62	59.78	
2	الفوز تحت تأثير المنشطات فوز شريف في المنافسات الرياضية	70.27	52	13.51	10	16.22	12	0.46	45.51	
3	عدم تناول المنشطات والعقاقير للإبقاء على أمانة التنافس الشريف والحفاظ على القيم التربوية	21.62	16	10.81	8	67.57	50	1.46	40.32	
4	هل ترغب في تناول المنشطات تفادياً للهزيمة	48.65	36	16.22	12	35.14	26	0.86	11.78	

يتضح من جدول (2) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة باستنتاجات عينة الدراسة على عبارات المحور الثاني (تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دولياً) وجود فروق بين الإجابات حيث تراوحت قيمة مربع كاي ما بين 11.78 إلى 59.78 وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 وقد حققت عبارة نادراً ما أستخدم العقاقير المنشطات أعلى نسبة موافقة والتي بلغت 75.68% تلتها عبارة عدم تناول المنشطات والعقاقير للإبقاء على أمانة التنافس الشريف والحفاظ على القيم التربوية بنسبة موافقة بلغت 67.57% ثم عبارة هل ترغب في تناول المنشطات تفادياً للهزيمة بنسبة موافقة بلغت 35.14% ثم عبارة الفوز تحت تأثير المنشطات فوز شريف في المنافسات الرياضية بنسبة موافقة بلغت 16.22%.

ويرى "محمد حسن علاوي" أن تعاطي العقاقير المنشطة دولياً من أخطر ما يمكن على الصحة العامة وبعد بمثابة عيش يتنافى مع الروح الرياضية. وفي الوقت الحالي تكافح الهيئات الرياضية الدولية واللجنة الأولمبية الدولية للقضاء على ظاهرة تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دولياً والتي تهدف إلى الفوز غير الشريف في المنافسات الرياضية من أجل الإبقاء على أمانة التنافس والحفاظ على القيم التربوية والفوائد النفسية للرياضة. 64: 7

جدول (3) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة باستنتاجات عينة البحث على عبارات المحور الثالث (العدوان والعنف)

م	محتوى العبارة	مستوى الإجابة						النسبة المئوية للموافقة	المتوسط الحسابي	مربع كاي
		لا		إلى حد ما		نعم				
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار			
1	لا أستخدم العدوان في المنافسة الرياضية	12.16	9	13.51	10	74.32	55	1.62	55.97	
2	التكيز في المنافسة الرياضية بدلاً من الجدل مع الخصم	17.57	13	10.81	8	71.62	53	1.54	49.32	
3	القوانين واللوائح والأنظمة تحد من مظاهر العدوان والعنف في المنافسات الرياضية	13.51	10	10.81	8	75.68	56	1.62	59.78	
4	الجدال بين المتنافسين يؤدي أحياناً إلى العنف	13.51	10	12.16	9	74.32	55	1.61	55.97	
5	التحكيم الخاطئ يؤدي إلى العدوان والعنف	24.32	18	8.11	6	67.57	50	1.43	41.95	

يتضح من جدول (3) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة باستنتاجات عينة الدراسة على عبارات المحور الثالث (العدوان والعنف) وجود فروق بين الإجابات حيث تراوحت قيمة مربع كاي ما بين 41.95 إلى 59.78 وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 وقد حققت عبارة القوانين واللوائح والأنظمة تحد من مظاهر العدوان والعنف في المنافسات الرياضية أعلى نسبة موافقة والتي بلغت 75.68% تلتها عبارة لا أستخدم العدوان في المنافسة الرياضية وعبارة الجدل بين المتنافسين يؤدي أحياناً إلى العنف بنسبة موافقة بلغت 74.32% ثم عبارة التكيز في المنافسة الرياضية بدلاً من الجدل مع الخصم بنسبة موافقة بلغت 71.62% ثم عبارة التحكيم الخاطئ يؤدي إلى العدوان والعنف بنسبة موافقة بلغت 67.57%.

ويتفق الدارسون مع "هويد موريس" نقلاً عن "عماروش راضية" حيث أكد أن أغلب اللاعبين هدفهم الرئيسي هو المنافسة ولم يكن لديهم الدافع للقيام بأي سلوك عدواني إلا أنه من المتوقع الاستجابة لأي عمل عدواني ، وكان اللوم هو مسؤولية منافسيهم والإداريين في السبب في مثل هذه الأعمال العدوانية ، كذلك أعمال السلوك العدواني هي غالباً نتيجة لسن المراهقة وتأثير النموذج 3: 74

جدول (4) التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستنتاجات عينة البحث على عبارات المحور الرابع (التعصب)

النسبة المئوية للموافقة	المتوسط الحسابي	مربع كاي	مستوى الإجابة						محتوى العبارة	م
			لا		إلى حد ما		نعم			
			النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
80.41	1.61	64.57	16.22	12	6.76	5	77.03	57	عدم إثارة الرأي العام أثناء المنافسة الرياضية	1
78.38	1.57	61.73	18.92	14	5.41	4	75.68	56	عدم تقبل فوز الخصم بروح رياضية	2
83.78	1.68	81.92	14.86	11	2.70	2	82.43	61	أشعر دائماً بكراهيتي للمنافسين أثناء المنافسة الرياضية	3
39.19	0.78	36.43	59.46	44	2.70	2	37.84	28	قد أخرج عن قوانين اللعبة في سبيل الوصول للفوز	4
69.59	1.39	28.41	22.97	17	14.86	11	62.16	46	الحب الأعمى للفريق	5

يتضح من جدول (4) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستنتاجات عينة الدراسة على عبارات المحور الرابع (التعصب) وجود فروق بين الاجابات حيث تراوحت قيمة مربع كاي ما بين 28.41 إلى 81.92 وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 وقد حققت عبارة أشعر دائماً بكراهيتي للمنافسين أثناء المنافسة الرياضية أعلى نسبة موافقة والتي بلغت 82.43 % تلتها عبارة عدم إثارة الرأي أثناء المنافسة الرياضية 77.03 % ثم عبارة عدم تقبل فوز الخصم بروح رياضية بنسبة موافقة بلغت 75.68 % ثم عبارة الحب الأعمى للفريق بنسبة موافقة بلغت 62.16 % ثم عبارة قد أخرج عن قوانين اللعبة في سبيل الوصول للفوز بنسبة موافقة بلغت 37.84 %.

ويتفق الدارسون مع "عماروش راضية" أنه يزداد تعصب الرياضي لآرائه وأراء رفاقه وأساليبهم وهو يتأثر في تعصبه هذا لعوامل ترجع إلى علاقته بوالديه وعلاقته بالمدرّب وتقاليده وعادات بيئته 3: 40

الاستنتاجات :

من خلال النتائج التي توصلت اليها الدراسة تم استنتاج ما يلي :

- 1- أن أغلب إجابات عبارات المحور الأول (التوجيه الاجتماعي السيئ) كانت نسبة الموافقة فيها بنعم .
- 2- أن إجابات عبارات المحور الثاني (تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دولياً) كانت نسبة الموافقة فيها متفاوتة حيث كانت العبارتان الأولى والثالثة كبيرة بينما العبارتان الثانية والرابعة كانت نسبة الموافقة ضعيفة .
- 3- أن أغلب إجابات عبارات المحور الثالث (العدوان والعنف) كانت نسبة الموافقة فيها بنعم .
- 4- أن أغلب عبارات المحور الرابع (التعصب) كانت نسبة الموافقة فيها بنعم باستثناء العبارة الثالثة .

التوصيات :

- 1- الاهتمام بالبرامج الرياضية بالمدارس وإعطاء الطلاب فرصة لإظهار مواهبهم وغرس المفاهيم والقيم التربوية والاجتماعية عند الطلاب .
- 2- ضرورة التنبيه على خطورة تناول العقاقير المنشطة المحرمة دولياً وما لها من تأثيرات في المستقبل على صحة الفرد .
- 3- ضرورة الاهتمام بالطلاب من الناحية النفسية ومعرفتهم أن العنف لا يولد إلا العنف .
- 5 - عدم غرس الحب الأعمى للفريق لدى الطالب .

المراجع

- 1 - أحمد مديوني
 - 2 - عزت محمود الكاشف
 - 3 - عاروش راضية
 - 4 - فوزي خليل دعموس
 - 5 - قاسم حسن حسين
 - 6 - محمد حسن علاوي
 - 7 - محمد حسن علاوي
- العدوان الجسدي عند لاعبي الرياضات الجماعية - كرة السلة .
الاعداد النفسي الرياضي - دار الفكر العربي - 1991 .
مظاهر السلوك العدواني عند الرياضيين أثناء المنافسة الرياضية دراسة وصفية تحليلية لبعض نوادي الجزائر العاصمة لكرة السلة
رسالة ماجستير غير منشورة .معهد التربية البدنية والرياضة جامعة الجزائر 2011.
كيفية التقليل من العدوان في المنافسة الرياضية لاعبي النخبة القاهرة - 1984 .
السلوك المدان في النشاط الرياضي . مجلة التربية الرياضية جامعة بغداد - 1990 .
6 - محمد حسن علاوي علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية . دار الفكر العربي . 2002 .
سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة . مركز الكتاب للنشر 1998 .

8GILL. D.I .psycholocaldynamics of sport . champaiQh

Human kinetics . 1995

9Martens .R

successful coachinQ 2nd ed . champaiQn

Kinetics 1995

10 Nicola.dechavane

.leducateur sportive pourttous . vqot .paris .1998

السلوك الصحي وعلاقته باتجاهات طلاب كلية التربية البدنية والرياضة نحو ممارسة النشاط الرياضي

***نوال الطاهر أحمد شني

** ابراهيم ابوالقاسم كساب

* د. ماجدة الطاهر أحمد شني

1.1 مقدمة البحث وأهميته :

تهدف الاتجاهات الحديثة في التربية البدنية إلى استغلال كل النواحي المتاحة التي تهيؤها المؤسسة العلمية للتربية الصحية وغرس العادات الصحية عند الطلبة ، ويجب ضرورة بيان الغرض من التربية الصحية كنعويع الطلاب علي تناول الغذاء اللازم لصحتهم ونوهم وتصبرهم بالقيمة الغذائية للأطعمة المختلفة التي توجد في بيئتهم وكيف يختارون منها ما يناسبهم ويفيدهم ، كذلك توجيههم إلى السلوك الصحي السليم في كل ما يتعلق بطعامهم والحرص على نظافة الأطعمة وعدم تعرضها للتلوث عن طريق الأيدي أو عن طريق أدوات الطهي ، وضرورة غسل الخضروات قبل أكلها .

وقياس الاتجاهات يسمح بتوقع سلوك الفرد تجاه أنشطة التربية البدنية والرياضية نظراً لأن الاتجاه يوجه سلوك الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبياً ، ومن ناحية أخرى فإن قياس هذه الاتجاهات يساعد المرابي الرياضي علي تشجيع الاتجاهات الإيجابية المرغوب فيها ، والتهميد لتنمية اتجاهات جديدة وإكسابها للأفراد ، ومجتمعنا بحاجة ماسة للتوعية بقواعد السلوك الصحي ومعرفة الضار والنافع منه حتى يسير وفقاً ل دستور صحي سليم ، والمدارس هي أداة المجتمع وبخاصة في السن الصغير حيث يسهل التعلم والتثيت ، والنشاط اليومي للطلبة يتطلب سلامة النواحي الوظيفية لأجهزة الجسم لتجنب أي قصور أو خلل يؤثر علي شخصية الطالب وسلوكه ، وبالتالي قدرته للارتقاء بمستواه في جميع المجالات والذي يمكنه أن يصبح عائقاً لتحقيق دوره في الحياة ، فالإنسان شاباً أو كهلاً لا يمكن أن يستمتع بالحياة إلا بقدر ما يمتلك من صحة وما يتبع من سلوك صحي للمحافظة علي هذه الصحة. (14 : 23)

حيث ان التطور العلمي السريع في المجال الرياضي و ما حدث من تغير في حياة الافراد ونظرتهم نحو الرياضة وأهميتها لم يعد فقد للممارسة الرياضية للوصول للبطولات في حد ذاتها بل كوسيلة لاكتساب الصحة واللياقة مما جعل الرياضة ضرورية لكل فرد في المجتمع وان محاولة الوصول بالفرد الي اعلي مستوي ممكن في نوع النشاط الرياضي التخصصي يرتبط ارتباط وثيقا بتربية الرياضي تربيته شاملة مترنة اي تنمية وتطوير مختلف قدراته ومهارات وصفات ومعارف الفرد الرياضي بصورة تسهم في قدراته علي تحقيق المستويات الرياضية العالية ، وحيث ان التطور في المجال الرياضي وما طر علي حياة الافراد و مفاهيم ونظرتهم نحو الرياضة و اهميتها لم يعد يقتصر فقط على ممارسة الرياضة بهدف الوصول للبطولات في حد ذاتها بل تعدد اهمية الممارسة من بينها اكتساب الصحة واللياقة والوقاية من الامراض مما جعل الرياضة ضرورة من ضروريات الحياة لكل فرد في المجتمع . (2 : 19)

وان انخفاض المستوي الصحي لا يرجع فقط الي نقص الخدمات الصحية الوقائية منها والعلاجية بقدر ما يرجع الي عدم معرفة الفرد كيف يسلك السلوك الصحي السليم ليحافظ علي الثقافة الصحية يمكنه من ادراك ما قد يحده من الاخطار الصحية و معرفة العادات والاتجاهات الصحية التي تقيه وغيره من الامراض فيجعل سلوكه وعاداته و انماط وتصرفاته تتفق مع ما يحميه ومجتمعه من الاخطار صحية . (6 : 54)

ويشير الي ان جهل الانسان بالسلوك الصحي السليم يرجع الي عدم معرفة الفرد للعادات والاتجاهات الصحية التي تقيه وتقي غيره من الامراض ويضيف الي ان هناك من المشكلات الصحية مالا يمكن التحكم فيها بدون الاعتماد علي فهم الفرد و ادراكه وافتراس المسؤولية الشخصية فيه مثل نظام الغذاء والعمل والراحة والنوم واللعب والامان والانتفاع بالخدمات الصحية في المجتمع كل هذه الامور وغيرها لا يمكن ان تحل الا عن طريق فهم الفرد لها وتكوين اتجاهات ايجابية لديه عن طريق التنقيط الصحي ثم الممارسة السليمة . (22:44)

حيث تحتل مسألة السلوك الصحي وتتميته أهمية متزايدة ، وقد قاد الفهم المتزايد للعلاقة الكامنة بين السلوك والصحة إلى حدوث تحولات كبيرة في العقود الثلاثة الأخيرة من القرن العشرين في فهم الصحة و تمييزها ، وإمكانية التأثير فيها على المستوى الفردي ، ولم تعد الصحة مفهوماً سلبياً ، يمكن تحقيقها في كل الأحوال ، بل أصبحت مفهوماً ديناميكياً ، يحتاج إلى جهد وبذل من قبل الأفراد في سبيل تحقيقها والحفاظ عليها ، ومن أجل ذلك تعد دراسة وفهم الممارسات السلوكية المضرة بالصحة والتمية لها والاتجاهات نحو الصحة والسلوك الصحي ، الخطوة الأولى نحو إيجاد الموارد المنمية للصحة والعمل على تطويرها ، وتحديد العوامل والاتجاهات المعيقة للصحة من أجل العمل على تعديلها ، الأمر الذي ينعكس في النهاية على النمو الصحي وتخطيط تنمية الصحة وتطوير برامج الوقاية المناسبة والنوعية ، وهذا ما يتوافق مع ما تنادي به منظمة الصحة العالمية من أجل تطوير برامج صحية لاكتشاف عوامل الخطر على الصحة والأسباب السلوكية البنيوية المسببة للمرض التي يمكن التأثير فيها اجتماعياً والتغلب عليها. (33 : 227)

وينطلق البحث الحالي من أن تنمية وتعديل أنماط السلوك الصحي لا بد وأن تقوم بالأصل على أساس ما هو موجود ، وتحديد الموارد الإيجابية وتدعيمها و تمييزها ، والعمل على تعديل وتغيير ما يمكن أن يسهم في الأذى الصحي على المدى القريب والبعيد ، وبسبب كون ميدان البحث من الميادين التي ما زالت في البلدان العربية غير مطروقة إلى مدى بعيد ، فقد كان من الضروري تقديم تصور نظري حول موضوع الصحة والتصورات حوله ، والتي تشكل في كل الأحوال المنطلقات النظرية للبحث.

حيث إن التطور الهائل الذي حدث في مستوى المنافسات الرياضية في الألعاب المختلفة رافقته زيادة كبيرة في الأجيال التدريبية التي يخضع إليها اللاعبون في التدريب والمنافسة ، وان هذه الزيادة تتطلب بطبيعة الحال أن يكون اللاعب على مستوى عالٍ من الصحة واللياقة البدنية والوظيفية ، لكي يكون مؤهلاً لمواجهة

الحجوم و الشدد التدريبية المتزايدة ،وان للسلوك الصحي ومتابعته أهمية كبيرة لجميع الممارسين للأنشطة الرياضية بصورة عامة والرياضيين الذين ينظمون في تدريبات عالية وشاقة على وجه الخصوص ،وان هذه الأهمية لا تتعلق بالجوانب الجسدية فحسب بل تمتد إلى النواحي الوظيفية أيضا وقد قاد الفهم المتزايد للعلاقة الكامنة بين السلوك والصحة إلى حدوث تحولات كبيرة في مستوى إدراك الرياضيين إلى أهمية الاهتمام بالسلوك الصحي لديهم ،وان دراسة وفهم الممارسات السلوكية المعززة بالصحة هي الخطوط الأولى نحو الابتعاد عن المخاطر الكبيرة الناتجة عن عدم الاهتمام بها ،وان أهمية البحث الحالي تتجلى في دراسة وتحليل السلوك الصحي للرياضيين ومحاولة تعديل أنماط هذا السلوك ،الأمر الذي يجنب الرياضيين العادات الصحية غير الجيدة التي تسهم في الأذى الصحي وتعرضهم لمشاكل صحية متعددة وفي الوقت نفسه تقف حائلا دون التطور الذي يشهده الرياضي على المستوى البدني و المهاري من أجل تحقيق أفضل الانجازات الرياضية. (21: 28)

2.1 مشكلة البحث: ظهر لنا مدى تأثير الحالة الصحية للطلاب بمدى العلاقة بين السلوك الصحي والاتجاه نحو السلوك الصحي وذلك من خلال المعلومات والسلوكيات الصحية لديهم وما للغذاء من أهمية في تكوين وتجديد أنسجة الجسم وتوفير الصحة والحيوية والمقاومة للأمراض وبالتالي يكون هناك تحصيل دراسي جيد ، ومن خلال الخبرة الميدانية للباحثة في المجال الرياضي لوحظت أن معظم الاقسام في كلية التربية البدنية و الرياضة لا تعطي للسلوك الصحي للطلبة اي اهتمام ، ناهيك عن أنها لا تكلف اختصاصيا طبيا في متابعة الجوانب الصحية للطلبة وبالتالي فإن من يقومون بتطبيق المناهج التدريبية دون أي فكرة عن المستوى الصحي للطلبة ولا عن اتجاهاته الصحية مما يؤدي إلى حدوث العديد من الإصابات البدنية والوظيفية ،وهذا يؤدي إلى الحد من الأداء البدني والذهني لدى الطلبة في المحاضرات والأنشطة الرياضية فكان ذلك دافعا لدراسة تلك الظاهرة للوقوف على أسبابها ومن ثم وضع الحلول المناسبة لها .

وقد حدث بالفعل أن تعرض بعض الرياضيين إلى حالات الوفاة المفاجئة أثناء المنافسة الرياضية نتيجة الجهد العالي المبذول الذي يزيد من القابليات البدنية والصحية للرياضيين مما يؤدي إلى زيادة الإجهاد على عمل الأجهزة الوظيفية الداخلية ويؤدي إلى حدوث مضاعفات قاتلة ،لذا لابد من التعرف على السلوك الصحي واتجاهاته للرياضيين لكي يستطيع المدربون مراعاة الحالة الصحية للاعب قبل الشروع في إعطائه الجرعات التدريبية. (9 : 280)

ومن هنا تولدت لدي فكرة تسليط الضوء على دراسة السلوك الصحي وعلاقته بالاتجاهات لدى طلبة كلية التربية البدنية والرياضة نحو ممارسة النشاط الرياضي وأن حدوث أي خلل في المفاهيم التي تتعلق بالصحة والغذاء الخاص بالطلبة يؤدي إلى العديد من المشاكل كظهور التعب المبكر وعدم العودة إلى حالة الاستشفاء بسرعة وحدوث بعض التغيرات في المتغيرات البيولوجية ، مما يؤدي إلى عدم القدرة على أداء الدروس العملية بكفاءة بدنية ووظيفية عالية ، وهذا ما آثار اهتمام الباحثة نحو إجراء دراسة مسحية والتي يمكن من خلالها نتائجهما التعرف على السلوك الصحي وعلاقته بالاتجاهات لدى طلبة كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الزاوية .

تهدف الدراسة الى تحقيق الأهداف التالية :

- 1 - التعرف على انماط السلوك الصحي لدى طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة في جامعة الزاوية.
- 2 - التعرف على اتجاهات طلاب كلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الزاوية .
- 3 - التعرف على العلاقة بين الاتجاه نحو الصحة الشخصية والسلوك الصحي لدى طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة في جامعة الزاوية .

4.1 تساؤلات البحث :

- 1 - ما مستوى السلوك الصحي لدى طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة بالزاوية في جامعة الزاوية .
- 2 - ما هي اتجاهات طلاب كلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الزاوية نحو السلوك الصحي .
- 3 - هل هناك علاقة دالة احصائيا بين الاتجاه نحو الصحة الشخصية والسلوك الصحي لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الزاوية .

1_5 تفسير لأهم المصطلحات المستخدمة في البحث :

الوعي الصحي : يقصد بالوعي الصحي إلمام المواطنين بالحقائق والمعلومات الصحية وأيضاً إحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم من المواطنين . (20 : 23)

السلوك : يعرف السلوك بأنه كل الافعال و النشاطات التي تصدر عن الفرد سواء كانت ظاهره او غير ظاهره يعرفه اخرين بأنه نشاط يصدر الانسان سواء كان افعال يمكن ملاحظتها قياسها كالنشاطات الفسيولوجية . (21 : 23)

السلوك الصحي : كما يعرف السلوك الصحي بأنه التصرف الصحي للأفراد في المواقف الصحية المختلفة فيما يتعلق بصحتهم الشخصية وصحة المجتمع ككل ويرجع حمل الإنسان بالسلوك الصحي السليم إلى عدم معرفة الفرد العادات والاتجاهات الصحية التي تعمل على وقايتها ووقاية غيره من الأمراض . (5 : 47)

العادات الصحية : تعرف بأنها السلوك أو الطرق المتبعة في إعداد وتناول الغذاء وهي تبدأ من فترة إنتاج أو حصاد الغذاء وحتى تناوله وتعتمد على مزيج من العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية . (24: 45)

السلوك الغذائي : و يعرف بأنه التصرف الغذائي السليم للأفراد في المواقف الغذائية المختلفة فيما يتعلق بصحتهم الشخصية وصحة المجتمع ككل ويرجع حمل الإنسان بالسلوك الغذائي السليم إلى عدم معرفة الفرد العادات والاتجاهات الغذائية التي تعمل على وقايتها ووقاية غيره من الأمراض . (25 : 47)

الدراسات السابقة :

أولا : الدراسات العربية :

1- دراسة صالح سعيد العائش (2012) (12) بعنوان " برنامج معلومات وتوظيف للسلوك الصحي كأحد أساليب الوقاية من الإصابات الشائعة لدى الرياضيين بليبيا " هدفت الدراسة الى التعرف على بعض المعلومات والسلوك الصحي المتعلقة بالإصابات و ايضا وضع برنامج للمعلومات وتوظيف السلوك الصحي المرتبط بالإصابات كأحد اساليب الوقاية من الإصابات والتعرف على تأثير البرنامج في الحد من حدوث الإصابات ، حيث تم اختبار عينة البحث بطريقة العشوائية من لاعبين واشتملت على (66) وكانت أهم النتائج ان البرنامج له تأثير على المعلومات الصحية ، و ايضا له تأثير معنوي على السلوك الصحي ، وان البرنامج أدى الى زيادة الوعي الصحي الخاص بالإصابات كأحد اساليب الوقاية من الإصابات الشائعة لدى الرياضيين .

2 - دراسة عبد الأمير محمد سلطان (2008) (13) بعنوان " دراسة للسلوك الصحي الرياضي و الإصابات الرياضية للاعبين بعض الأنشطة الرياضية في دولة الكويت " هدفت الدراسة الى التعرف على السلوك الصحي للاعبين بعض أنشطة الرياضية المائية (سباحة - غطس - كرة ماء) بدولة الكويت و التعرف على الإصابات الرياضية للاعبين بعض أنشطة الرياضات المائية (سباحة - غطس - كرة ماء) بدولة الكويت و التعرف على العلاقة بين السلوك الصحي والإصابات الرياضية للاعبين بعض أنشطة الرياضات المائية بدولة الكويت ، حيث تم اختبار العينة عمدا من لاعبي الألعاب المائية الممارسين للأنشطة الرياضية بصورة منتظمة على عينة قوامها (372) رياضيا - مدرب - أخصائي علاج طبيعي) وكانت أهم النتائج اختلاف وتباين في الآراء في النشاط الواحد و بين الأنشطة الثلاثة في جميع الإصابات الرياضية فيما عدا الإصابات و دراجاتها فقد اتفقت الأنشطة الثلاثة فيها .

3 - دراسة خالد يوسف يعقوب النجم (2007) (7) بعنوان " الإصابات الرياضية و علاقتها بالاتجاهات الصحية و السلوك الصحي للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الكويت " هدفت الدراسة الى التعرف على الإصابات الرياضية و علاقتها بالاتجاهات الصحية و السلوك الصحي و ذلك عبر دراسة بعض الجوانب الهامة في حياة ذوي الاحتياجات الخاصة و كانت اتجاهات الوقاية من حدوث الإصابة والاتجاهات الرياضية والصحة الشخصية و العادات الغذائية و الوعي الصحي حيث تم اختبار عينة البحث بطريقة العمدية من الرياضيين لفتيته العمرية من (20 - 35) سنة وكانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي للرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية وكذلك وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين الاتجاهات الصحية و السلوك الصحي للرياضيين من ذوي الإعاقة البصرية .

ثانيا : الدراسات الأجنبية

5 - دراسة فهد درس ألفور وآخرين (Allgower, 2001) (27) بعنوان " اعراض الاكتئابية والدعم الاجتماعي والسلوك الصحي الشخصي لدى عينة قوامها 2091 طالب ذكر و 3438 طالبة أثنى من طلاب الجامعة في 16 بلد من بلدان العالم ، باستخدام مقياس بيك المختصر للاكتئاب و تم قياس الدعم الاجتماعي و تسعة أبعاد من مقياس السلوك الصحي. وقد أخذ البلد و السن بعين الاعتبار في هذه الدراسة. وقد ارتبطت الأعراض الاكتئابية بشكل دال مع نقص النشاطات الجسدية وعدم تناول الفطور وعدم انتظام ساعات النوم وعدم استخدام حزام الأمان عند كل من الذكور والإناث. وارتبط الاكتئاب بشكل دال عند النساء مع عدم استخدام كميات الوقاية من الشمس والتدخين وعدم تناول طعام الفطور. أما الدعم الاجتماعي المنخفض فقد ارتبط مع الاستهلاك المنخفض للكحول ونقص النشاطات الجسدية وعدم انتظام ساعات النوم وعدم استعمال أحزمة الأمان في السيارة. ويحتمل أن تكون هناك علاقة سببية متبادلة بين السلوك الصحي و المزاج الاكتئابية.

6 - دراسة لواردل وآخرين (Wardle, et al.,1997) (33) بعنوان " سلوك الحمية الصحية بين الطلاب الأوروبيين باستخدام استبيان السلوك الصحي-Health Behavior Survey إلى عينة اشتملت على أكثر من 16000 طالباً وطالبة من 21 بلد أوروبي بلغت أعمارها بين (19-29) سنة بمتوسط مقداره (3 ، 21) سنة الارتباطات الأحادية المتغير لعادات الحمية الصحية وجود ارتباطات دالة بين السلوك الصحي والجنس و الوزن ، والحالة الاجتماعية و قناعات الحمية الصحية ، والمعارف الغذائية ، ومركز الضبط Locus of Control. وفي التحليل متعدد المتغيرات ارتبط كل من الجنس والحالة الصحية و القناعات الغذائية الصحية بشك .

3 / إجراءات البحث :

3-1 / منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي (العلاقات المتبادلة) للملائمة لطبيعة الدراسة .

3-2 / مجالات البحث :

- المجال البشري : أجريت هذه الدراسة على عينة من طلبة كلية التربية البدنية والرياضة جامعة الزاوية .
- المجال الزمني : أجريت الدراسة الخاصة بالبحث في الفترة الزمنية بين 14 / 3 / 2015 ولغاية 19 / 3 / 2015 كلية التربية البدنية و الرياضة ، جامعة الزاوية
- المجال المكاني : تم إجراء الدراسة في كلية التربية البدنية والرياضة بالزاوية .

3-3 / عينة البحث : اختيرت العينة بالطريقة العشوائية من طلبة كلية التربية البدنية والرياضة ، جامعة الزاوية ، ويتراوح أعمارهم بين (20 _ 40) سنة ، وقوامها (30) طالب .

43 / أدوات البحث : استخدم الباحثان في هذه الدراسة استبيان السلوك الصحي وهو عبارة عن استبيان لقياس السلوك الصحي ويحتوي هذا الاستبيان على مظاهر معينة من السلوك الصحي والاتجاهات نحوه ، وقد استخدم هذا الاستبيان بهدف الحصول على معطيات دقيقة لدرجة السلوك الصحي عند الطلبة ، ويساعد في تحليل النمو الصحي وتخطيط تنمية الصحة وتطوير برامج الوقاية المناسبة والنوعية .

ويتبع الاستبيان بمعاملات صدق وثبات مرتفعة ، تجعل منه أداة قياس موثوقة وصالحة للأغراض التي وضع من أجلها .

3-5 / وسائل جمع البيانات:

1 - الملاحظة "هي الانتباه إلى ظاهرة أو حادثة معينة أو شيء ما بهدف الكشف عن أسبابها وقوانينه (8 : 226) الاصيلي ،ومن خلال ملاحظة ومتابعة الباحثة للطلبة داخل الكلية حددت مشكلة البحث الحالي.

2 - الاستبيان "يعد الاستبيان أو الاستقصاء أداة ملائمة للحصول على معلومات وبيانات وحقائق مرتبطة بواقع معين ، ويقدم الاستبيان بشكل عدد من الأسئلة يطلب

الإجابة عنها من قبل عدد من الأفراد المعنيين بموضوع الاستبيان " .

وقد استخدم الباحثان مقياسين للاستبيان لاستكمال إجراءات البحث منها:

● مقياس السلوك الصحي و مقياس الاتجاهات : يتألف هذا المقياس من جزأين الجزء الأول لقياس السلوك الصحي والجزء الثاني لقياس الاتجاهات نحو السلوك الصحي ويحتوي المقياس على مظاهر معينة من السلوك الصحي والاتجاهات نحوه ، وقد وضع هذا المقياس بهدف الحصول على معطيات دقيقة من الطلبة في المجال الرياضي . وقد احتوى المقياس على المحاور التالية:

أ - الجزء الأول : مقياس السلوك الصحي ، ويتكون من المحاور الآتية:

- التدخين والكحول.

- الممارسات الصحية الإيجابية : الحالة الجسمية ، مدة النوم والوقاية من الشمس ، تكرار تنظيف الأسنان.

- عادات التغذية و الطعام : تناول اللحوم ، الفاكهة ، الملح ، المواد الغذائية بالألياف ، تجنب تناول الدهون ، الكسترول ، عدد وجبات الطعام والوجبات الثانوية التي يتم تناولها بين الوجبات الرئيسية ، انتظام الفطور وإجراءات الحمية.

- اتخاذ الإجراءات الصحية و الوقائية : المراجعة المنتظمة للأطباء وأطباء الأسنان ، القياس المنتظم لضغط الدم ، وفحوصات ذاتية أخرى.

ب - الجزء الثاني : مقياس الاتجاهات نحو السلوك الصحي ومحددات هامة للسلوك الصحي وقد تم تطوير العديد من النماذج التي تفسر العلاقة بين الاتجاهات والسلوك الصحي وقد تكون المقياس من عبارات بسيطة تراعي الكثير من الاتجاهات الصحية وتوضح مدى أهمية القيام بأنماط سلوكية صحية مختلفة.

وان طريقة بناء فقرات الجزء الأول من المقياس (السلوك الصحي) فقد كانت عبارة عن سؤال متبوع ببدائل الإجابة بما يتناسب مع نوع السلوك باستخدام طريقة (ثرستون) وبعضها باستخدام طريقة (ليكرت) وبعضها الآخر باستخدام طريقة (الصواب والخطأ) .

أما طريقة بناء فقرات الجزء الثاني من المقياس (الاتجاه نحو السلوك الصحي) فكانت باستخدام طريقة (ليكرت) ، وذلك بأن تطرح الفقرة متبوعة بدرجات للأهمية تمتد من (1-5) إذ أن رقم (1) يمثل أقل أهمية ورقم (5) أكثر أهمية والأرقام بينها تتدرج في الأهمية .

استبيان تعديل مقياس السلوك والاتجاه الصحي ، إذ تم عرض المقياس على السادة الخبراء لغرض الحكم على ملائمة التعديلات التي أجريت على المقياس ليتناسب مع الطلاب . مرفق (1) .

3.6 / وسائل جمع المعلومات:

1 - المصادر والمراجع العلمية.

2 - الدراسات والبحوث السابقة.

3.7 / وسائل تحليل البيانات:

1- استمارات جمع البيانات وتفرغها.

2- جهاز الحاسب الآلي .

3- الوسائل الإحصائية.

3.8 / إجراءات البحث الرئيسية:

3.8.1 / تعديل مقياس السلوك والاتجاه الصحي :

قام الباحثان بتعديل مقياس السلوك والاتجاه الصحي ليتلائم مع الطلاب ، إذ تم حذف بعض الفقرات في الاستبيان بعد توزيعها على السادة الخبراء كجبال سلوك قيادة السيارات ، كما تم إضافة فقرة (تناول المنبهات) كونها من الظواهر المنتشرة ، وقد أضيفت هذه الفقرة إلى المجال الأول (التدخين والكحول) ، وتم عرض هذه التعديلات على السادة الخبراء المشار إليهم ، وقد حظيت بموافقتهم وتأييدهم .

3.8.2 / التجربة الاستطلاعية :

أجري الباحثان تجربة استطلاعية بتاريخ 1 / 3 / 2015م على عينة من طلبة الكلية بلغ عددهم (10) طلبة ، وتم استبعادهم من عينة التجربة الرئيسية للمقياس لغرض تحديد الزمن اللازم للإجابة على المقياس والتعرف على الصعوبات والعقبات وتنظيم إدارة المفحوصين.

3.8.3 / استخراج الأسس العلمية للمقياس (التقنين) :

صدق اداة البحث : قام الباحثان بأعداد استبيان لاستطلاع آراء الطلاب نحو السلوك الصحي واتجاهاته وبعد الاطلاع على عدد من الدراسات السابقة قامت بأعداد الاستبيان وعرضه على عدد من الأساتذة المحكمين من المتخصصين بالعلوم الصحية في كلية التربية البدنية والرياضة جامعة الزاوية وقد أبدء المحكمون عدد من الملاحظات تم الأخذ بها .

النتائج : للتأكد من ثبات المقياس استخدم الباحثان طريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) إذ تم تطبيق المقياس على عينة من طلبة الكلية وبلغ عددهم (10) طلاب بتاريخ 4 / 3 / 2015م وتم إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها بتاريخ 7 / 3 / 2015 م وبعد معالجة نتائج التطبيق إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بدرجات العينة الاستطلاعية على مجموع كل محور من المحاور الأربعة للاستبيان وكانت قيمة معامل الارتباط عالية تؤكد ثبات أداة البحث و تبلغ (0.82) وهو معامل ثبات عالي.

موضوعية المقياس : من أجل التأكد من موضوعية المقياس استعانت الباحثة بمقومين اثنين عند تطبيق المقياس يوم 12 / 3 / 2015 م يقومان بتفريغ نتائج المقياس في الوقت نفسه ، وبعد إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج المقومين ظهر أن معامل الموضوعية يبلغ (0.91) وهو معامل موضوعية عالي.

4.8.3 / التجربة الميدانية الأساسية :

أجريت الباحثان التجربة الميدانية الأساسية للمقياس على أفراد عينة البحث للفترة من 11/4/2015 ولغاية 16/4/2015 إذ تم توزيع الاستمارات على الطلبة ، وقد جرت عملية توزيع الاستبيان وجمعه بكل سهولة ويسر وتعاون جيد من قبل أفراد عينة البحث.

5.8.3 / الوسائل الإحصائية :

1- الأهمية النسبية

2 - الوسط الحسابي

3 - الانحراف المعياري

4 - النسبة المئوية

5 - اختبار (ت)

6 - معامل الارتباط البسيط (بيرسون

4- عرض ومناقشة نتائج البحث:

1.4 عرض ومناقشة نتائج السلوك الصحي لأفراد العينة :

1.1.4. عرض ومناقشة نتائج المجال الأول (التدخين و الكحول ، والمخدرات و المنشطات ، والمنبهات)

جدول(1) يبين نتائج أفراد العينة على المجال الأول

جدول (1) يبين تكرارات ونسب إجابات عينة الدراسة على عبارات المجال الأول (التدخين والكحول والمنشطات و المنبهات) :

المجموع	بدائل الإجابة						العبارة
	ك	%	ك	%	ك	%	
30	50.0	15	13.3	4	36.7	11	هل تدخن السجائر؟
30	73.3	22	16.7	5	10.0	3	هل تدخن الشيشة ما يسمى بالأركيلة؟
30	76.7	23	13.3	4	10.0	3	هل تتناول الكحول أو احد المواد المخدرة؟
30	80	24	10.0	3	10.0	3	هل تتناول المواد المنشطة؟
30	30	9	60	18	10.0	3	كم مرة تشرب المواد المنبه (الشاي الأحمر)؟
30	36.7	11	43.30	13	20	6	كم مرة تشرب المنبه (القهوة)؟
30	33.33	16	23.33	11	3.33	3	كم مرة تشرب المواد المنبه (الشاي الأخضر)؟

يتبين من الجدول(1) ما يلي:

ظهر أن النسبة المئوية للذين يدخنون بانتظام تبلغ (36.7%) فإذا أضفنا هذه النسبة للطلبة الذين يدخنون بين الحين والآخر والذين بلغت نسبتهم (13.3%) فإن المجموع الكلي للذين يدخنون سيكون (50%) وهي نسبة عالية جدا خصوصا إذا ما عرفنا أن هؤلاء شريحة الرياضيين المنتظمين في التدريب والذين يتلقون جرعات تدريبية إذ أن التدخين يؤدي إلى الكثير من الأمراض كأمراض القلب والشرايين والسرطان كما أن ذلك يؤثر على اللياقة البدنية والوظيفية لهؤلاء الطلبة . وفي هذا الصدد يذكر سامي الصغار وآخرون (1990) أن على الرياضي الامتناع عن التدخين والمشروبات الكحولية لما لها من أضرار جسمية على صحته . (11 : 380) . لذا تنصح الباحثة الطلبة بالابتعاد عن كل أنواع التدخين سواء أكان السجائر بأنواعها أو اللاركيلة حفاظا على صحتهم وتحقيقا لأفضل المستويات التنافسية.

فما بلغت النسبة المئوية لطلبة الذين لم يدخنوا أبدا في حياتهم والذين بلغت نسبتهم (50%) وهي نسبة متساوية بالمقارنة مع نسبة المدخنين ، وتؤكد الباحثة ضرورة الإقلاع نهائيا عن ممارسة عادة التدخين غير الصحية وبالخصوص للأفراد الرياضيين .

وتبين من الجدول(1) أيضا إن النسبة المئوية للطلبة الذين يتناولون الكحول أو أحد المواد المخدرة بانتظام قد بلغت (10.0%) والنسبة المئوية للذين يتناولون الكحول أو المواد المخدرة بين الحين والآخر قد بلغت (16.7%) ، ليكون مجموع الذين يتناولون الكحول أو أحد المواد المخدرة تبلغ (26.7%) وهي نسبة لا بأس بها، وتعتقد الباحثة أن سبب انخفاض نسبة الذين يتناولون الكحول أو المخدرات يعود إلى الاعتقاد والتمسك بتعاليم الدين الإسلامي الحنيف التي تنهى وتتوعد بالعقاب الشديد لشاربي الخمر إذ قال سبحانه وتعالى في محكم كتابه الكريم: ﴿يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ﴾ (1) ، وكذلك إلى التقاليد الاجتماعية السائدة في ليبيا والتي تحققر مدمني الخمر والمخدرات وتحط من وضعهم الاجتماعي.

فما بلغت النسبة المئوية للطلبة الذين لم يتناولوا الكحول أو المخدرات أبدا في حياتهم (73.3%) وهي نسبة عالية جدا وتعود لإدراك أفراد العينة لمخاطر ذلك العمل ، وتذكر فاطمة صقر (1999م) أن الشباب هم الثروة البشرية والكحول والمخدرات ما هي إلا تدمير لطاقتهم وقوتهم وغالبا ما يرتبط الإدمان بفئة الشباب بسن المراهقة وهي من المراحل الخطرة إذ يبدأ الشباب في البحث عن أساليب جديدة غير متبعة من قبل لإثبات الذات وان لتعاطي الكحول والمخدرات آثار صحية خطيرة على الرئتين والكبد وأجهزة المناعة بالجسم والجهاز العصبي وغيرها (17) .

وتبين من الجدول (1) ما يلي إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون المنشطات بانتظام قد بلغت (10.0%) وأن النسبة المئوية للطلبة الذين يتناولون المنشطات بين الحين والآخر قد بلغت (10.0%) ، ليكون مجموع الذين قد جربوا تناول المنشطات (20%) وهي نسبة مرتفعة من وجهة نظر الباحثة تعود إلى عدم إدراك الرياضيين لمخاطر تناول المواد المنشطة ولاعتقادهم أنها تحسن وترفع من لياقتهم البدنية ، إذ يذكر عمار قبع (1999م) أن المنشطات هي سرطان الرياضة وقال عنها اللورد كيلابن الرئيس السابق للجنة الاولمبية الدولية بأنها تقتل الرياضة وتعد خطرا كبيرا على الحركة الاولمبية العالمية كذلك خطرها على الناحية الصحية والبدنية وحوادث الوفاة شاهد على ذلك وكان موت لاعب الدرجات الانكليزي (سيمون) عام 1967م في سباق حول فرنسا وثبتت تعاطيه المنشطات إنذارا للجميع بمدى الضرر الصحي الكامن في استخدامها (15 : 63) .

فما بلغت النسبة المئوية لأفراد العينة الذين لم يتناولوا المنشطات أبدا في حياتهم قد بلغ (80%) وهي نسبة لا بأس بها ، وتؤكد الباحثة على ضرورة زيادة وعي وثقافة الطلاب إلى مخاطر المخدرات وعدم فائدتها في تحسين مستوى الطلبة وصولا إلى نسبة (100 %) من الطلبة الذين لا يتناولون المنشطات أبدا.

وتبين من الجدول (1) أيضا ما يلي إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون المنبهات (الشاي الأحمر) أكثر من ثلاث مرات يوميا بلغت (10.0%) أما النسبة المئوية للطلبة الذين يتناولون المنبهات بين (2-3) مرات يوميا قد بلغت (60%) ، وإذا ما جمعنا هذه النسب نحصل على نسبة (70%) من أفراد العينة الذين يتناولون

المواد المنبهة يوميا وهذه نسبة عالية جدا ، كما إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون المنبهات (القهوة) أكثر من ثلاث مرات يوميا بلغت (20%) أما النسبة المئوية للطلبة الذين يتناولون المنبهات بين (2-3) مرات يوميا قد بلغت (43.33%) ، وإذا ما جمعنا هذه النسب نحصل على نسبة (63.33%) من أفراد العينة الذين يتناولون المواد المنبهة يوميا وهذه نسبة عالية أيضا ، كما إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون المنبهات (الشاي الأخضر) أكثر من ثلاث مرات يوميا بلغت (3.33%) أما النسبة المئوية للطلبة الذين يتناولون المنبهات بين (2-3) مرات يوميا قد بلغت (23.33%) ، وإذا ما جمعنا هذه النسب نحصل على نسبة (26.66%) من أفراد العينة الذين يتناولون المواد المنبهة يوميا وهذه نسبة ضعيفة ، وهي تعود بالتأكد على طبيعة الفرد والعائلة الليبية التي تداوم على تناول المواد المنبهة ، باستمرار كما أن تناول هذه المشروبات يعد أحد سمات كرم الضيافة للعائلة الليبية الأمر الذي أظهر هذه النسب دون أن يدرك أفراد العينة الأضرار الصحية من تناول المواد المنبهة .

وترى الباحثة على الطلبة عدم الإكثار أو الإفلاع عن تناول المنبهات والاستعاضة عنها بمواد ذات قيمة غذائية تفيد الجسم ويؤكد سامي الصفار وآخرون (1990م) أن على الرياضي التقليل من الشاي الاحمر والتركيز على الحليب ، وهناك أنواع وتراكيب خاصة من الشراب الصحي للرياضي قدمه أحد المهتمين بالتغذية ويتكون من (250غم ماء، 25غم من الكليكويز ، 1 غم من الكالسيوم، 1 ملعقة طعام من البوتاسيوم) ويمكن للرياضي أن يتناول بعد المباراة شراب مكون من (300 غم من الماء، 1 غم من الملح، 5 غم من البوتاسيوم ، 30 غم من العسل) (384:11)

فما بلغت النسب المئوية على التوالي لأفراد العينة الذين لا يتناولون المنبهات ولا مرة في اليوم (30%) (36.7 %) (33.33 %) وهي نسبة واطنة نوعا ما .

2.14 عرض ومناقشة نتائج المجال الثاني(الممارسات الصحية الايجابية) :

بين الجدول(2) نتائج اجابات أفراد العينة على المجال الثاني(الممارسات الصحية الايجابية):

جدول(2)بين نتائج أفراد العينة على المجال الثاني

جدول (2) تكرارات ونسب إجابات عينة الدراسة على عبارات المجال الثاني (الممارسات الصحية الايجابية) :

المجموع	بمائل الإجابة						العبرة
	ك	%	ك	%	ك	%	
30	6	20	13	43.33	11	36.67	كم ساعة تنام في اليوم ؟
30	4	13.33	5	16.7	21	69.97	هل تستخدم أدوات الوقاية من الشمس (النظارة، الطاقة، زيوت) ؟
30	6	20	18	60	6	20	كم مرة تنظف أسنانك في اليوم ؟

تبين من الجدول (2) ما يلي :

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يحصلون على فترات نوم أكثر من (8) ساعات قد بلغت (20%) أما النسبة المئوية للأفراد الذين يحصلون على فترات نوم بين (8.7) ساعات يوميا قد بلغت (43.33%) ليكون مجموع الطلبة الذين يحصلون على فترات نوم صحية تبلغ (63.33%) وهي نسبة جيدة إذ ترى الباحثة أن الرياضي يجب أن يحصل على أوقات راحة تامة لاستعادة الشفاء والنشاط بعد أداء المجهود البدني العالي إذ إن عملية التدريب الرياضي تتعامل في المقام الأول مع الجسم بما يتضمن من أعضاء وأجهزة ولكي يمكن تلافي حدوث إصابات لدى اللاعبين أو حدوث موعات أخرى لا بد من الخلود إلى الراحة وفق الصيغ العلمية الصحيحة إذ إن "إحدى مميزات أجهزة جسم الإنسان هي أنها لا يمكن أن تبقى باستمرار فعالة ولكن تتطلب الراحة على فترات تصل إلى توقف لكل النشاط الإرادي والراحة هي الضرورة الشائعة للحياة لكل مستويات الأنظمة" ، ويؤكد مفتي حاد (1998م) "أن المدة المثالية للنوم التي يجب أن يحصل عليها الرياضي هي ما بين (7-8) ساعات يوميا" (33:25) . أما النسبة المئوية لأفراد عينة البحث الذين يحصلون على فترات نوم تقل عن (8) ساعات يوميا فقد بلغت (36.67%) وهي نسبة قليلة وتنصح كل الطلبة بالخلود للنوم والراحة ضمن الحدود التي يحتاج إليها الجسم للمحافظة على حيوية ونشاط الأجهزة الداخلية والخارجية ولضمان استمرار عملها لفترات أطول.

وتبين من الجدول(2) إن النسبة المئوية لأفراد عينة البحث الذين يستخدمون وسائل الوقاية من الشمس والحرارة العالية تبلغ (13.33%) وهي نسبة لا تكاد تذكر إذا ما أضيفت إليها نسبة الذين يستخدمون وسائل الوقاية من الشمس أحيانا وهي (16.7%) و يبلغ المجموع الكلي لأفراد عينة البحث الذين يستخدمون وسائل الوقاية من الشمس تبلغ (30.03%) وهذه النسبة إذا ما قورنت بأفراد العينة الذين لا يستعملون أبدا أي وسيلة للوقاية من حرارة الشمس والتي تبلغ (69.97%) سنجد أنها نسبة جيدة و يوضح أن أفراد العينة غير مدركين لإضرار التعرض إلى درجات الحرارة العالية إذ تشير المصادر إلى أن التعرض لدرجات الحرارة العالية يؤدي إلى فقدان كبير للسوائل من الجسم وبالتالي نقصان وزن الرياضي لذا يجب تشجيع الطالب على تناول السوائل بكثرة وتناول الطعام الذي يحتوي على نسبة من الماء كالفواكه والسلطة وكذلك تناول فيتامين (C) يوميا . (11 : 63)

وترى الباحثة يجب على الرياضي تجنب التعرض إلى درجات الحرارة العالية وخاصة أشعة الشمس التي قد تعرض الفرد إلى الإصابة بضرية الشمس التي تؤدي إلى فقدان كبير لسوائل في الجسم وأن فقدان السوائل له مضاعفات على سلامة الإنسان عامة والرياضي على وجه الخصوص وخاصة عند التدريب أو المنافسة إذ يذكر سامي الصفار وآخرون . (1990م) "إن قلة السوائل في الدم يسبب حدوث تشنجات عند اللاعب (11 : 134) .

وبين الجدول (2) أيضا ما يلي إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين ينظفون أسنانهم ثلاثة مرات في اليوم أو أكثر تبلغ (20%) ونسبة الأفراد الذين ينظفون أسنانهم مرة أو مرتين في اليوم تبلغ (60%) ليكون المجموع الكلي للطلبة الذين ينظفون أسنانهم تبلغ (80%) وهي نسبة عالية ، أما النسبة المئوية لأفراد العينة الذين لا ينظفون أسنانهم ولا مرة في اليوم فتبلغ (20%) وهي نسبة متوسطة ، وتذكر الباحثة الأهمية القصوى لتنظيف الأسنان وأن عدم تنظيفها يؤدي إلى تلفها وبالتالي فقدان الوسيلة الأولى من وسائل الهضم الطبيعية للإنسان مما يؤدي إلى عدم هضم الطعام في الفم ويلحق أضرار كبيرة بالمعدة ويسبب تكرار عسر الهضم لدى الإنسان ناهيك عن الرائحة الكريهة للفم مما يخل باللياقة العامة للإنسان في المجتمع.

3.1.4 عرض ومناقشة نتائج المجال الثالث (عادات التغذية والطعام) :

بين الجدول (3) نتائج استجابات أفراد العينة على المجال الثالث (عادات التغذية والطعام):

جدول (3) تكرارات ونسب إجابات عينة الدراسة على عبارات المجال الثالث (عادات التغذية والطعام):

المجموع	بناقل الإجابة					العبرة	
	ك %	ك %	ك %	ك %	ك %		
30	38.5	10	11.5	5	50	15	هل تقوم بإضافة نسبة عالية من الملح إلى طعامك ؟
30	26.7	9	50	15	23.3	6	هل تتناول المواد الغذائية الغنية بالألياف (بعض الخضروات والفاكهة الطازجة والبقوليات والمكسرات وأطعمة الحبوب الكاملة) ؟
30	13.3	9	13.3	9	33.3	12	هل تتجنب تناول المواد الغذائية الغنية بالدهون و الكوليسترول (المنتجات الحيوانية واللحوم والدهون المشبعة وصفار البيض) ؟
30	10.0	3	30	11	60	16	هل تتناول اللحوم الحمراء ؟
30	13.3	4	36.7	11	50	15	هل تتناول اللحوم البيضاء ؟
30	24.7	7	26.6	9	48.7	14	هل تتناول الفاكهة ؟
30	22.5	5	27.5	10	50	15	هل تتناول الخضروات ؟
30	19.9	6	22.8	10	57.3	14	كم وجبة غذائية رئيسية تتناول في اليوم ؟
30	57.3	16	26.1	9	16.6	5	هل تتناول الفطور بشكل يومي ؟
30	66	14	10	4	24	12.0	إذا شعرت بزيادة في وزنك هل تحاول إتباع حمية ((رجيم)) معينة ؟
30	72.5	18	11.3	4	16.2	8	هل تتناول أي مواد غذائية بين الوجبات الرئيسية ؟

تبيّن من خلال الجدول (3) ما يلي:

إن النسبة المئوية للطلبة الذين يكثرون من تناول الأملاح ويفضلون إضافة نسبة عالية من الأملاح إلى الأطعمة قد بلغت (50%) وهي نسبة مرتفعة إذ إن الإكثار من تناول الأملاح أو المواد الملحة بشكل كبير يعد أمراً غير صحي إذ تشير المصادر إلى "أن يتعد الرياضي عن الأغذية الملحة بشكل زائد التي تسبب العطش وخصوصاً في يوم المباراة". (11 : 381)

إن النسبة المئوية لإفراد العينة الذين يتناولون المواد الملحة أحياناً قد بلغت (11.5%) وهي نسبة معقولة ، فيما بلغت النسبة المئوية للطلبة الذين لا يتناولون المواد عالية الملوحة فتبلغ (38.5 %) ويجب الإشارة إلى أن على الرياضي وعلى الوجه الأعم عدم الإفراط في تناول الأملاح ، وإنه يحتاج بعد المباراة أو التدريب إلى تناول طعام معتدل الملوحة مع شرب العصائر الطبيعية لتعديل فقدان الأملاح نتيجة التعرق إذ يرى ريسان خريط (1991م) أن بعض الرياضيين ينسون تعاطي الكميات المناسبة من ملح الطعام يومياً والتي يفقدونها عن طريق العرق الذي يفقد أثناء التدريب إذ إن ما يحتاجه الجسم من ملح الطعام في حدود (20) غرام يومياً وعلى ذلك فإن فقدان الجسم للعرق يعمل على نقص عنصر الكلور الذي يؤثر على نشاط العنصر المعدني في الجسم ويزيد من كفاءتها كما أنه يعمل على فتح الشهية (10 : 135) .

ويتبين من الجدول (3) إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين غالباً ما يتجنبون تناول الأغذية التي تحتوي نسبة عالية من المواد الغنية بالألياف فتبلغ (23.3%) فيما بلغت النسبة المئوية للذين يتناولون مرتين أو ثلاث مرات من الأغذية ذات النسبة العالية من الألياف تبلغ (50 %) ليكون المجموع الكلي للطلبة الذين يتناولون المواد الغنية بالألياف تبلغ (73.3%) وهي نسبة عالية إذ يجب على الرياضي تجنب الأغذية ذات النسبة العالية من الألياف .

أما النسبة المئوية لأفراد العينة الذين أبداً لا يتناولون هذه الأغذية (26.7%) وهي نسبة متوسطة تؤكد عدم حرص أفراد العينة على تجنب تناول الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من الألياف ، وفي هذا الصدد يذكر ريسان خريط (1991م) أن المواد الغنية بالألياف مادة غذائية هامة عادة يحتاج إليها الجسم في كثير من الوظائف المعقدة . (10 : 130)

ويتبين من الجدول (3) إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين غالباً ما يتجنبون تناول الأغذية التي تحتوي نسبة عالية من الدهون والكوليسترول فتبلغ (33.3%) فيما بلغت النسبة المئوية للذين أحياناً ما يتجنبون تناول الأغذية ذات النسبة العالية من الدهون والكوليسترول تبلغ (13.3%) ليكون المجموع الكلي للطلبة الذين يتناولون المواد الغنية بالدهون والكوليسترول تبلغ (46.6%) وهي نسبة قليلة إذ يجب على الرياضي تجنب الأغذية ذات النسبة العالية من الدهون والكوليسترول وذلك للأضرار الصحية الناشئة عن ذلك إذ إن تناول كمية كبيرة من المواد الغذائية التي تحتوي على نسبة كبيرة من الكوليسترول في الدم يمكن أن ترتفع لمستويات تعد غير صحية ما يزيد من الخطورة للإصابة بأمراض مثل تصلب الشرايين والذي يؤدي إلى التعرض إلى الجلطات الدموية والنوبات القلبية.

أما النسبة المئوية لأفراد العينة الذين أبداً لا يتجنبون تناول هذه الأغذية البالغة (13.3%) وهي نسبة قليلة جداً تؤكد عدم حرص أفراد العينة على تجنب تناول الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من الكوليسترول والدهون ، وفي هذا الصدد يذكر ريسان خريط (1991م) أن الكوليسترول مادة غذائية هامة عادة يحتاج إليها في كثير من الوظائف المعقدة ويحتاج إليها في تكوين أو تخليق الهرمونات في الخلايا حتى تقطع معينة بعدها زيادته تسبب خطورة على الصحة وأن لم يحصل إمداد كافٍ من الأحماض الدهنية الأساسية تزيد نسبة الكوليسترول في الشرايين ويؤدي إلى ضيق الأوعية الدموية واندسداها ويسبب مرض تصلب الشرايين وتتكون مادة الكوليسترول من الدهون وتنتشر في جميع خلايا الجسم وخاصة في خلايا الكبد ومصدرها الرئيسي الطعام الذي يتناوله الفرد كدهون الحيوانات (الكوليسترول) أو تصنع داخل الخلايا الحية (الكوليسترول الداخلي) (10 : 135) .

ويتبين من الجدول (3) إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون اللحوم الحمراء مرة واحدة في اليوم بلغت (60%) وهي نسبة عالية أما النسبة المئوية للأفراد الذين يتناولون اللحوم الحمراء (3.2) مرة في الأسبوع فقد بلغت (30%)، أما الأفراد الذين لا يتناولون اللحوم الحمراء ولا مرة في الأسبوع فقد بلغ (10%)، أما النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون اللحوم البيضاء مرة واحدة في اليوم بلغت (50%) وهي نسبة عالية أما النسبة المئوية للأفراد الذين يتناولون اللحوم البيضاء (3.2) مرة في الأسبوع فقد بلغت (36.7%) وهي نسبة عالية، أما الأفراد الذين لا يتناولون اللحوم البيضاء ولا مرة في الأسبوع فقد بلغ (13.3%)، وبالتأكيد فإن اللحوم (البروتين) مهمة جدا للإنسان عموما وللرياضي على وجه الخصوص، واللحوم بأنواعها الحمراء والبيضاء تعد مصادر رئيسة للبروتين وبشير ريسان خربيط (1991) إلى أن البروتين لا يخزن الطاقة وإنما يستعمل للتمتع وتصليح الخلايا الجسمية فالبروتين ليس طاقة وإنما يفيد خلايا الجسم في النمو والتكوين والتصلب، وفي الأسبوع الذي يسبق المباراة يجب زيادة كمية البروتين وخاصة الحيواني في الأيام الثلاثة الأولى من الأسبوع، أما في الأيام الثلاثة الأخيرة فيجب الإقلال من البروتينات (10 : 380)، ومن خلال ذلك نرى أهمية تنظيم تناول البروتينات للطلاب في التدريب والمنافسة.

كما يتبين من الجدول (3) إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون الفواكه مرة واحدة في اليوم قد بلغت (48.7%) وهي نسبة عالية نظرا للأهمية الكبيرة لتناول الفواكه بشكل يومي للإنسان وبالخصوص الرياضيون إذ إن تناول الرياضي للفواكه مثل البرتقال والنفاح وغيرها يعد مرطب ومغذ لجسم الرياضي وكذلك الحال بالنسبة للخضراوات ويذكر سامي الصفار وآخرون (1990 م) أن "من الأغذية الواجب زيادتها وتأكيد تناولها يوم المباراة هي الفواكه وذلك لاحتوائها على الفيتامينات بشكل كبير والتي يحتاج إليها الرياضي إلى حد كبير من حمه وسهولة هضمها من حمه أخرى". (11 : 71)

فما بلغت نسبة أفراد العينة الذين يتناولون الفواكه (3.2) مرات كل أسبوع (26.6%) وهي نسبة عالية فيما بلغت نسبة أفراد العينة الذين لا يتناولون الفواكه ولا مرة في الأسبوع (24.7%)

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون الخضراوات مرة واحدة في اليوم قد بلغت (50%) وهي نسبة عالية، فيما بلغت نسبة أفراد العينة الذين يتناولون الخضراوات (3.2) مرات كل أسبوع (27.5%) وهي نسبة عالية فيما بلغت نسبة أفراد العينة الذين لا يتناولون الخضراوات ولا مرة في الأسبوع (22.5%) وهي نسبة عالية أيضا إذ يجب التأكيد على تناول كمية كبيرة من الخضراوات الطازجة والطبيعية لما لها من أهمية كبيرة لجسم الرياضي. إذ يشير مجي (1991م) إلى أن الأغذية السائلة والمواد السيلولوزية والخضراوات أسرع امتصاصا من الصلبة لسهولة امتزاج العصارات الهضمية بجزيئاتها وأن هذه المواد بما تحويه من ماء تساعد على ترطيب الجهاز الهضمي وتسهل تحريك المواد الغذائية (10 : 71).

ويتبين من الجدول (3) أيضا إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون ثلاثه وجبات غذائية رئيسية في اليوم تبلغ (57.3%) وهي نسبة عالية إذ إن "من الضروري تناول ثلاث وجبات رئيسية يوميا في فترات منتظمة يراعى فيها إلا تشمل سرعات حرارية أكثر مما يحتاجه الرياضي في أنشطته اليومية". (25)

فما بلغت النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون وجبتين غذائيتين رئيسيتين في اليوم تبلغ (22.8%) وهي نسبة عالية إذ يعد الغذاء المنتظم والمحتوي على قيمة غذائية كافية المصدر الرئيسي للطاقة التي يحتاجها الجسم لمواجهة متطلبات الفعاليات الحيوية الطبيعية للجسم والطاقة المصروفة نتيجة ممارسة الأنشطة الرياضية وغير الرياضية. وإن تطور الأداء والاندماج مقرون بالتغذية المنتظمة المطلوبة وأن الإنسان يحتاج إلى طاقة حتى يتمكن من أداء واجباته الرياضية بالشكل الأمثل وهو يستمد هذه الطاقة من الغذاء إذ إن الغذاء ليس ضروريا فقط كطاقة للجسم عند أداء المهارات والحركات الرياضية ولكنه مهم جدا لعملية البناء والحفاظة على الخلايا خلال التدريب، فضلا عن مرحلة المراهقة وخلال النمو السريع للجسم يحتاج الرياضي إلى تغذية كبيرة ومتنوعة تفوق حتى تغذية الرجل البالغ وهذا ما تحتاج إليه أنسجة الجسم المختلفة لمساعدة عملية النمو في هذه المرحلة. (11 : 375)

وتبين من الجدول (3) إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يحرصون على تناول وجبة الفطور بصورة دائمة تبلغ (16.6%) وهي نسبة واطئة، أما النسبة المئوية للذين أحيانا يتناولون الفطور فتبلغ (26.1%)، وهذه النسب منخفضة ومهمة وهؤلاء الأفراد لا يقدرن أهمية تناول وجبة الفطور بصورة منتظمة لما توفره من طاقة ضرورية للجسم في بداية اليوم بالنسبة للطلاب الذي يخضع إلى وحدات تدريبية مجهد.

أما النسبة المئوية للأفراد الذين لا يتناولون أبدا وجبة الفطور فبلغ (57.3%) وهي نسبة عالية إذ يجب على الإنسان الاعتيادي، فضلا عن الرياضي تناول وجبة صحية ومتكاملة من حيث مصادر الطاقة إذ يشير سامي الصفار وآخرون (1990م) إلى أن وجبة الفطور يجب أن تحتوي على مصادر الطاقة الغذائية الثلاثة (كربوهيدرات وبروتينات ودهون)، ففي العادة تحتوي على الحبز (كربوهيدرات) والبيض (بروتين) وأحد أنواع الزيوت، ويجب أن تحتوي وجبة الفطور على (1500) سعره حرارية للرياضي الذي يتدرب مرة واحدة في اليوم. (11 : 386)

وتبين من الجدول (3) أيضا ان النسبة المئوية بلغت لأفراد العينة الذين يحرصون على إتباع الحمية عندما تكون هناك زيادة في الوزن تبلغ (24%)، أما النسبة المئوية لأفراد العينة الذين لا يتبعون ولا يراقبون أوزانهم فبلغ (66%) ويوضح من النسب المذكورة عدم اهتمام الطلاب بالمحافظة على وزن مثالي والذي يعد أمرا مهما للرياضيين "إذ إن الرياضي يجب أن يحافظ على وزن لا يتجاوز 5 كغم من الوزن النموذجي" (23)

ويضيف سامي الصفار وآخرون (1990م) بالقول يجب ملاحظة وزن الرياضي أسبوعيا ومترين على الأقل لملاحظة زيادة وزنه أو نقصه ويجب أن يكون محافظا على الوزن الصحي الاعتيادي المناسب له. (11 : 384)

ومن خلال ما تقدم أن على الرياضي مراقبة وزنه باستمرار وعدم السماح بزيادة أو نقصان الوزن عن الحدود المثالية. وتبين من الجدول (3) ان النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون مواد غذائية بين الوجبات بصورة دائمة تبلغ (16.2%) إذ ما أضيفت إلى الذين أحيانا ما يفعلون ذلك البالغة نسبتهم (11.3%) فإن مجموع الذين يتناولون وجبات غذائية ثانوية يبلغ (27.5%) وهي نسبة قليلة إذ إن الرياضي يحتاج إلى طاقة أكبر من الإنسان الاعتيادي

ليتمكن من أداء مهامه بدنية عالية ، ولهذا يجب أن يكون حساب التغذية مقرونا بأداء اللاعب لمهامه ولتتمكن أجهزته من أداء جهد عالي دون التأثير في سلامة الأجهزة الداخلية والخارجية للجسم . (11 : 377)

وبلغت النسبة المئوية لأفراد عينة البحث الذين لا يتناولون أبدا وجبات غذائية ثانوية (72.5 %) وهي نسبة عالية إذ إن برامج تغذية الرياضيين تضم في الغالب وجبات غذائية ثانوية إذ يذكر سامي الصفار وآخرون(1990م) أن برنامج تغذية الرياضي وأوقاته في التدريب وفي يوم المباراة محممة جدا بمواعيد معينه وثابتة حتى لا تؤثر على الرياضي سلبا. (11: 376)

4.1.4 عرض ومناقشة نتائج المجال الرابع (اتخاذ الإجراءات الصحية الوقائية) :

جدول (4) تكرارات ونسب إجابات عينة الدراسة على عبارات المجال الرابع (اتخاذ الإجراءات الصحية الوقائية):

المجموع	بدائل الإجابة						العبارة
	ك	%	ك	%	ك	%	
30	73.3	22	13.4	4	13.3	4	هل سبق أن راجعت المستشفى لإجراء فحوصات للجسم ؟
30	60	18	20	6	20	6	هل تراجع طبيب الأسنان بدون الشعور بألم ؟
30	45	14	20	12	16.7	4	هل تجري فحوصات دورية لقياس ضغط الدم ؟
30	70	21	30	9	0	0	هل تجري فحوصات للقلب في الراحة أو بعد الجهد ؟
30	50	15	43.3	13	6.7	2	هل تجري تحاليل لفقر الدم والسكر ؟

يتبين من خلال الجدول (4) ما يلي: إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين لا يهتمون أبدا باتخاذ الإجراءات الصحية الوقائية (فحصها عامة ، مراجعة طبيب الأسنان بدون الشعور بألم ، القياس الدوري لضغط الدم ، إجراءات تحطيط للقلب ، إجراء تحاليل لقياس فقر الدم والسكري) قد تراوح بين (45%- 73.3 %) وهذه بطبيعة الحال نسب عالية تؤثر عدم الاهتمام بهذا الجانب الصحي المهم وتبين عدم توفر الكوادر الطبية التي تعنى بهذا الجانب داخل المؤسسة الرياضية وضعف الثقافة الصحية للطلبة وللعاملين في الأندية الرياضية لما لهذا الأمر من أهمية كبيرة إذ أن عدم الاهتمام بذلك يمكن أن يعرض حياة اللاعب للخطر وخاصة انه يتعرض على أحوال تدريبية عالية ومستمرة إذ يذكر عبد الحميد و حسانين (1997) أن الطب الرياضي له دور كبير في مجال التدريب الرياضي فالحاجة للأوكسجين ومعدل ضربات القلب في الدقيقة وضغط الدم والعمليات الكيميائية الحادثة أثناء المجهود كل ذلك يساعد على معرفة وتثبيت أسلوب ودرجة الحمل الداخلي على أساس أن الحمل الداخلي هو الأساس في متابعة متطلبات التدريب من حيث الحمل الخارجي (19 : 114) .

إذ إن الحمل الخارجي يعتمد على جاهزية الطالب الصحية ومن غير الصحيح إعطاء الطالب الجرعات التدريبية دون تدقيق حالة الصحية ، ويتبين أيضا من الجدول نفسه أن استجابات أفراد العينة على بدائل الإجابة الأخرى كانت في مستويات متدنية تؤكد عدم الاهتمام بالجانب الصحي للطلبة وعدم اتخاذ إجراءات احترازية حفاظا على صحة الطالب وهذا يعرض الكثير من الطلبة إلى خطر التعرض للوعكات الصحية المفاجئة وتقف حائلا أمام تقدم المستوى الرياضي وفي هذا الصدد يضيف فراج توفيق (1999) أن من الواجب على المشتغلين في حقل التدريب البدني الوقوف على التغيرات الفسيولوجية والكيميائية التي تحدث للرياضي والتي قد تكون عائق أمام تقدم مستواه والعمل على تلافي هذه المعوقات بالإعداد الجيد المسبق باستخدام الوسائل والأساليب العلمية الحديثة. (18 : 3)

ويضيف محمد علاوي (1995) أن من العوامل الجسمية التي لها أثرها الواضح على المستوى الرياضي ويتأسس عليها إمكانية الوصول لأعلى المستويات الرياضية هي الأسس الوظيفية لأجهزة الجسم إذ أن النشاط الرياضي وخاصة في رياضة المستويات العالمية يتطلب سلامة النواحي الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة . (21 : 28)

2.4 عرض ومناقشة نتائج الاتجاه نحو السلوك الصحي لأفراد العينة: بين الجدول (5) نتائج استجابات أفراد العينة على مقياس الاتجاه للسلوك الصحي :

جدول (5) بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي مرتبة تنازليا

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أهمية التغذية الصحية للرياضي ؟	4.29	1.21
2	أهمية تنظيف الأسنان للرياضي ؟	4.14	1.38
3	أهمية المحافظة على الوزن مثالي للرياضي ؟	4.04	1.70
4	أهمية مراجعة الأطباء وأطباء الأسنان للرياضي ؟	4.04	1.31
5	أهمية استخدام أدوات الوقاية من الشمس ؟	3.96	1.26
6	أهمية خضوع الرياضي لاختبارات تشوهات التوأم ؟	3.66	1.63
7	أهمية الحصول على وقت نوم كاف للرياضي ؟	3.41	1.63
8	أهمية عدم تناول المواد المنشطة للرياضي ؟	2.97	1.80
9	أهمية عدم التدخين للرياضي ؟	2.90	2.0
10	أهمية عدم تناول الكحول أو المواد المخدرة للرياضي ؟	2.86	1.84
11	أهمية عدم شرب المواد المنبهة للرياضي ؟	2.66	1.73
12	أهمية إجراء فحوصات دورية للقلب و الدم والسكر و غيرها للرياضي ؟	1.71	2.10

يتبين من خلال الجدول (5) ما يلي:

إن الأوساط الحسابية لفقرات (التغذية الصحية و تنظيف الأسنان و المحافظة على وزن مثالي و مراجعة الأطباء و أطباء الأسنان و استخدام أدوات الوقاية من الشمس و اختبارات تشوهات التوأم) قد بلغت (4.29 ، 4.14 ، 4.04 ، 4.04 ، 3.96 ، 3.66) على التوالي وهي اتجاهات إيجابية ولكن بدرجة متوسطة ، مما يدل على أن أفراد عينة البحث يملكون اتجاهات إيجابية متوسطة نحو هذه المجالات وهذا يتطابق مع النسب المتوقعة المتباينة لأفراد العينة في مقياس السلوك الصحي المتعلقة بالمواضع نفسها. ويتبين كذلك من الجدول نفسه أن الأوساط الحسابية لفقرات (الحصول على وقت نوم كاف و عدم تناول المواد المنشطة و عدم التدخين و عدم تناول الكحول أو المواد المخدرة و عدم شرب المواد المنبهة و إجراء فحوصات دورية للقلب و الدم و السكر) قد بلغت (3.41 ، 2.97 ، 2.90 ، 2.86 ، 2.66 ، 1.71) على التوالي وهي اتجاهات سلبية مما يدل على أن أفراد العينة يملكون اتجاهات سلبية أو لا تهتمون بهذه المجالات وهذا يتطابق أيضا مع نتائج أفراد العينة على مقياس السلوك الصحي على الفقرات التي تهتم بالسلوك نفسه.

جدول (6) نتائج اختبارات لعينة واحدة بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الاتجاهات نحو السلوك الصحي للرياضي :

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي للمقياس	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
الاتجاهات نحو السلوك الصحي	39.86	11.58	36	3.86	1.795	.086

يتبين من جدول (6) قيم نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الاتجاهات نحو السلوك الصحي للرياضي ، حيث يمثل المتوسط الفرضي الدرجة الوسطى على مجموع العبارات ، وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمحور ، استخدم اختبار (ت) لعينة واحدة حيث يتبين من الجدول أن جميع قيم الاختبار (ت) كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات دلالتها كانت جميعها أقل من مستوي 0.05 و يوضح جدول رقم (6) أنه لا توجد فروق دالة بين متوسط العينة على مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي والمتوسط الفرضي لأن قيمة اختبار ت غير دالة إحصائياً و ترجح الباحثة هذا إلى تأثير البيئة واهتمام الأسرة بالنواحي الصحية وان المستوى الثقافي للأسرة يؤثر في فرص اكتساب السلوك الصحي وظهر أن المتوسط الحسابي للعينة كان

(39.86) حيث تزيد عن قيمة المتوسط الفرضي (36) وكانت الفروق بين المتوسطات غير دالة احصائيا ، ومن ذلك نستدل على ان مستوى السلوك الصحي لدي الباحثين كان دون المتوسط ، وتفسر الباحثة ايضا ذلك المستوى الى عدم توافر المعلومات التي تؤثر على السلوك الصحي في الكلية .

5.1 الاستنتاجات والتوصيات:

15 الاستنتاجات " توصلت الباحثة إلى الآتي " :

- 1- وجود نسبة عالية من أفراد العينة الذين يدخنون السكائر.
- 2- انخفاض نسبة أفراد العينة الذين يتناولون الكحول أو أحد المواد المخدرة.
- 3- وجود نسبة عالية من أفراد العينة الذين جربوا تناول المنشطات.
- 4- ارتفاع نسبة الطلبة الذين يتناولون المواد المنبهة.
- 5- انخفاض واضح في نسبة أفراد العينة الذين يحافظون أو يلتزمون بالممارسات الصحية الإيجابية (القوام، النوم، الوقاية من الشمس، تنظيف الأسنان).
- 6- عدم التزام نسبة عالية من أفراد العينة بالأسس الصحية لعادات التغذية والطعام.
- 7- انخفاض نسبة أفراد العينة الذين يتخذون إجراءات صحية وقائية.

25 التوصيات " توصي الباحثة بما يلي " :

- 1- إقامة دورات توعية للرياضيين بأهمية المحافظة على السلوك والعادات الصحية.
- 2- ضرورة وجود كادر طبية متخصصة في المؤسسات الرياضية تعنى بأنواع السلوك الصحي.
- 3 - زيادة التوعية الصحية بالأندية لدي الرياضيين .
- 4 ضرورة اهتمام وزارة الشباب والرياضة بأهمية المعلومات الصحية التي من شأنها تغير العادات والسلوكيات الصحية إلى الأفضل .
- 5- الاهتمام بتزويد الفرق الرياضية بالمعلومات الصحية المختلفة و ذلك لأكسابهم الكثير من المعلومات الصحية التي تساهم في تغير عاداتهم و سلوكهم الصحي إلى الأفضل .
- 6- إجراء الرياضيين لفحوصات طبية دورية للتعرف على حالتهم الصحية بدقة.
- 7- تقديم معونات مادية للرياضيين لأغراض الوقاية الصحية.
- 8- إجراء دراسات حول انتشار الأمراض بين الرياضيين أو الإصابات التي تنشأ من خلال التدريب والمنافسة

قائمة المراجع

أولا : المراجع العربية

- 1- القرآن الكريم :- سورة البقرة، الآية 218.
- 2- إقبال رسمي ، آمال زكي :- العلاقة بين الانحرافات القومية وكلاً من التوافق واللياقة البدنية لطلبة المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة ،، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة ،،كلية التربية البدنية للبنين بالهرم القاهرة ، 2000 .
- 3 - احمد كمال أصرارى ، -:- عماد أبو القاسم محمد مدي فاعلية برنامج مقترح للتربية البدنية علي السلوك الصحي ومركز التحكم الصحي لدي طلاب كلية التربية البدنية والرياضة 2014 .

- 4 - احمد محمد عبد السلام :-
أثر برنامج التربية الصحية على اكتساب الثقافة الصحية للتلاميذ المرحلة الابتدائية ، مجلة أسبوت لعلوم وفنون التربية الرياضية ، بحث كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة أسبوت العدد الخامس عشر ، الجزء الثاني ، نوفمبر 2003 .
- 5-آمال زكي محمود :-
الحالة الغذائية لطلالات كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، إنتاج علي ، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة ، العدد 39 ، نوفمبر 2002 م .
- 6 - خالد رمضان الدعاس :-
تأثير تناول محلول الجلوكوز علي فاعلية التدريب البليوميتري والمستوي الرقي للوثب الطويل ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين الإسكندرية .
- خالد يوسف يعقوب النجم :-
الإصابات الرياضية و علاقتها بالاتجاهات الصحية و السلوك الصحي للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية البدنية والرياضة للبنين جامعة الإسكندرية (2007)
- 8 - ذوقان عبيدات وآخرون :-
البحث العلمي - أدواته - أساليبه، عمان دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، 1988م.
- 9- راتب عبد الوهاب السمان :-
التغذية الصحية أصول علاج السممة وإتقاص الوزن ، دار الفكر ، دمشق ، سورية ، الطبعة الاولى ، 1996م .
- 10- ريسان خريط مجيد :-
التحليل البيوكيميائي و الفسلجي في التدريب الرياضي ، البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، 1991م .
- 11 - سامي الصغار وآخرون :-
أسس التدريب بكرة القدم ، بغداد ، 1990م .
- 12 - صالح سعيد محمد العائب :-
برنامج معلومات و توظيف للسلوك الصحي كأحد أساليب الوقاية من الاصابات الشائعة لدي الرياضيين بليبيا ،رسالة غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، 2012 .
- 13- عبد الأمير محمد سلطان :-
دراسة السلوك الصحي لدي طلاب كلية التربية البدنية والرياضة ، والإصابات الرياضية،،رسالة غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة الزاوية ، 2008 .
- 14 - عصام حسن عويضة :-
تغذية الرياضيين لمزيد من الصحة و اللياقة و حسن الأداء ،مكتبة الملك فهد الوطنية ، المدينة المنورة ، 1422 .
- 15- عمار عبد الرحمن قيع :-
الطب الرياضي ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1992.
- 16- عويد سلطان و محمد خليفة :-
تعاطي المواد المؤثرة في الأعصاب بين طلاب جامعة الكويت. مؤتمر الخدمة النفسية والتنمية ، 5 - 7 أبريل . جامعة الكويت. الكويت ، 1999.
- 17 - فاطمة إبراهيم صقر :-
برنامج ترويجي رياضي لتنمية القدرة على الاسترخاء وتنظيم التنفس وأثره على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ومفهوم الذات الجسمية لدى المدمنين ، مجلة المؤتمر العلمي لواقع الرياضة العربية وطموحاتها المستقبلية ، الإمارات ، جامعة الإمارات ، كلية التربية ، قسم التربية الرياضية ، 1999م.
- 18- فراج عبد الحميد توفيق :-
دراسة تأثير الارتفاع عن سطح البحر على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمكونات الكيميائية في الدم والمستوى الرقي لدى متسابقين جري المسافات الطويلة ، مجلة المؤتمر العلمي واقع الرياضة وطموحاتها المستقبلية ، الإمارات ، جامعة الإمارات ، كلية التربية ، قسم التربية الرياضية ، 1999م .

- 19- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسائين :- اللياقة البدنية ومكوناتها - الأسس النظرية - البدني - طرق القياس ، ط 3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 م .
- 20- محمد السيد الأمين ، عصام الدين بدوي :- السلوك الصحي للاعبين بعض المنتخبات القومية المصرية ، المؤتمر العلمي الأول للتربية الرياضية والبطولة ، المجلد الرابع كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1987 .
- 21- محمد حسن علاوي :- سيكولوجية التدريب والمنافسات ، القاهرة ، دار المعارف ، 1995 م .
- 22- محمد مسعود إبراهيم :- الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لطلاب الكلية المرحلة السنوية المختلفة من (20 إلى 40) سنة ، داخل كلية التربية البدنية والرياضة 2013 .
- 23- محمد علي الخليفة :- برنامج معرفي صحي و أثره علي الاتجاهات والسلوك الصحي لطلبة الكلية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية 2011 .
- 24- محمود عبد الحليم عبد الرحمن عبد الباسط :- اتجاهات معلمي التربية الرياضية نحو السلوك الصحي ، بحث منشور بمجلة علوم الفنون الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، المجلد الثاني عشر ، العدد الثاني ، مايو ، 1990 .
- 25- مفتي إبراهيم حماد :- التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتدريب وقيادة ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1988م .
- 26- محم خليل محمد :- دراسة العلاقة بين الثقافة الغذائية و بعض دلالات الصحة لطالبات كلية التربية البدنية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، 1990 م .

ثانيا : المراجع الأجنبية :

- 27- Allgower, A., Warde, J., Steptoe, A. (2001) Depressive Symptoms, social support, and personal health behaviours in young men and women Health Psychology, May 20-3(223-227).
- 28 - Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action, Englewood Cliffs, NJ; Prentice Hall.
- 29- Bengel , J., BELZ-Merk, M. (1990). Subjektive Gesundheitskonzept. In: Schwarzer, R.(Hrsg), Gesundheitspsychologie.Göttingen: Hogrefe.fdkr
- 30- Ferber, V. (1979). Gesundheitsverhalten. In: J. Siegrist, A. Hendel-Kramer, Wege zum Arzt, Ergebnisse medizinsoziologischer Untersuchungen zur Arzt-Patient-Beziehung (S. 7-23). München: Urban und Schwarzenberg.
- 31 - ROGERS, R.W. (1975). A protection motivation theory of fear appeals and attitude change. Jornal of Psychology, 91,39-114.
- 32- UDRIS, I. , KRAFT, U. , MUSSMANN, C. , (1992). Warum sind „gesunde“ Personen „gesund“? Untersuchungen zu Ressourcen von Gesundheit. Forschungsprojekt Salute. Personale und organisationale Ressourcen der Salutogenese. Bericht 1.
- 33- Wardle, J., Steptoe, A., Bellisle, F & Davou, P (1997). (443-450)

الحالة البدنية لمقدمي الرعاية التأهيلية وعلاقتها بالأداء الوظيفي

*د.سعاد علي زبون **د.حميدة محمد مجاهد

مقدمة البحث :

تعتبر العناصر البشرية من أهم مدخلات المؤسسة ويشكلون الأساس في تحقيق أهدافها وفي تطورها، وجميع المدخلات مرتبطة بالقوى البشرية العاملة سواء أكانت مدخلات مادية أو تنظيمية، وإذا كانت مؤهلات الموظفين ومهاراتهم وقدراتهم على الاداء عظيمة الاهمية فان صحتهم هي المسؤولة عن الاداء الوظيفي الفعال.

وتركز المنظمات الحديثة جهودها للارتقاء المستمر بمستوى أداءها واداء العاملين فيها، وتخصص الكثير من ميزانيتها لإيجاد السبل الكفيلة برفع الاداء وتحقيق مستويات انتاجية عالية، وذلك من خلال البحث عن العوامل المؤثرة في أداء وكفاءة العاملين، حيث يسعى المسئولون إلى أن يصل العاملون في أدائهم إلى أقصى كفاءة ممكنة، ولتحقيق هذا الهدف تعمل هذه الإدارات على توفير العالة الجيدة والمؤهلة وأكسابهم المهارات المطلوبة للقيام بأعمالهم.

ولأن العنصر البشري يعد أهم مورد من بين موارد المؤسسة، فإن إدارة وتسيير الموارد البشرية أصبحت تمثل مهمة ومسؤولية جد صعبة، هذا لأن تحقيق المؤسسة لأهدافها وعلى رأسها تحسين أدائها المرتبط بشكل كبير بتحسين أداء الأفراد العاملين بها، لأن التركيز على أداء كل موظف هو السبيل لتحسين وزيادة نجاح المؤسسة، ولبلوغ هذه الغاية لا بد من إدارة المؤسسة العمل على تنمية قدرات ومهارات ومواهب الأفراد وكذا خلق المناخ والجو الملائمين للإبداع البشري (5) (20 36: _ 41)

حيث تشكل صحة العاملين عاملا أساسيا في تحقيق أهداف العمل ورفع مستوى الانتاجية لديهم، كما ان صحة الموظفين تعني مؤسسة مفعمة بالحياة والنشاط والتطور والابداع، فاذا تكاملت صحة الانسان المؤهل بالعلم والخبرة فانه يكون قويا بعلمه وبطاقته على اداء العمل متمتعا بالنشاط والحياة، فالقوة تعني في معانيها الكفاءة والقدرة على الأداء الوظيفي الفعال، وهذه القدرة تصبح متدنية او معدومة اذا كان العامل مريضا، سواء أكان في منصب قيادي او في وظيفة عادية، ومن أهم مكونات القوة الوظيفية الصحة، وبتدني الصحة تتدني قدراته، وتتناقص طاقته فلا يستطيع الأداء الوظيفي المطلوب، وقد يضطر الى طلب اجازة مرضية او معالجة في المستشفى على حساب صاحب العمل، وبسبب ذلك تفقد المؤسسة أحد العناصر البشرية، كما تفقد عاملي الوقت والمال الذي تنفقه في علاجه او تخسره لأجارتته على صعيد الانتاج وعلى صعيد الراتب لذلك يصبح من الاهمية بمكان العناية بصحة العاملين.(39)

ويشير كمال جميل الرضي (2008) ان تحسين اللياقة البدنية للفرد له مردودات ايجابية على زيادة انتاجه اليومي، لذا تؤكد على ضرورة اهتمام الدول في توفير فرص واطواق خاصة للعاملين في المؤسسات الحكومية والخاصة لممارسة الانشطة الرياضية خلال اوقات دوامهم (24: 33)

ان مفهوم "الحالة البدنية *Kondition* يعطي نفس مفهوم اللياقة البدنية *physical fitness*، والتي تعد من الأمور الأساسية التي يجب الاهتمام بها وذلك لارتباطها بالصحة العامة للجسم والأداء. (21: 124)

حيث ذكرت نعمات عبد الرحمن (2000) ان اللياقة هي الحالة البدنية السليمة التي تسمح للأفراد بأداء الانشطة اليومية وتقليل مخاطر المشاكل الصحية، وتضيف ان اللياقة هي القدرة على القيام بنشاط ما بأقصى كفاءة دون الشعور بالتعب. (33: 81)

ويشمل مفهوم الحالة البدنية أيضاً الخصائص البدنية الأساسية للفرد التي تؤثر على نموه وتطوره فالغرض من تنمية اللياقة البدنية الوصول الي الكفاءة كقاعدة أساسية لبناء السليم والوصول الي الانجاز الأعلى. (9: 62-63)

وعرفتها الاكاديمية الامريكية بأنها "المقدرة على تنفيذ الواجبات اليومية بنشاط وبقظة وبدون تعب مع توفر قدر من الطاقة يسمح بمواصلة العمل والأداء خلال الوقت ومواجهة الضغوط البدنية في الحالات الطارئة". (1: 14)

إذن يمكننا القول أن اللياقة البدنية هي الحالة السليمة للفرد من حيث كفاءة حالته الجسدية والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني و الحركي بأفضل درجة وأقل جهد ممكن.

ويشمل مصطلح اللياقة البدنية *physical fitness* على ثلاث مكونات هي: مكونات البعد الصحي والذي يتضمن سلامة أجهزة الجسم المختلفة، ومكونات البعد البدني الذي يجوي القوة العضلية، التحمل البوري التنفسي، والمرونة الحركية، ومكونات البعد العصبي ويشمل القدرة العضلية، السرعة، والتوازن. (17)

ويعد الاداء مفهوماً جوهرياً وهاماً بالنسبة للمنظمات الحكومية ومنظمات الاعمال على حد سواء ويختلف مفهوم الاداء من باحث الى اخر تبعاً لمعطيات وأهداف البحث وتبعاً للمدخل الذي ينظرون من خلاله الى الاداء فقد عرفه كل من، (1992) daft، (1995) Robbins & Wie، بأنه الاستخدام الافضل للموارد المادية والبشرية المتاحة لتحقيق اهداف المنظمة وديمومتها والمحافظة على ميزتها التنافسية، حيث ربط مفهوم الاداء هنا بالاستخدام الامثل للموارد المتاحة بطريقة كفاءة وفاعلة. (35) (36)

أما الأداء الوظيفي هو الأثر الصافي لجهود الفرد التي تبدأ بالقرارات، وإدراك الدور (المهام) ويعني هذا أن الأداء في موقف معين يمكن أن ينظر إليه على أنه نتاج العلاقة المتداخلة بين كل من: الجهد، القدرات، وإدراك الدور (المهام)، ويشير الجهد الناتج عن حصول الفرد على الدعم (الحوافز) إلى الطاقة الجسدية والعقلية، التي يبذلها الفرد لأداء مهمته، أما القدرات فهي الخصائص الشخصية المستخدمة لأداء الوظيفة، ولا تتغير هذه القدرات عبر فترة زمنية قصيرة في حين يشير إدراك الدور أو المهمة إلى الاتجاه الذي يوجه

به الفرد سمحه في العمل من خلاله ويمثل ذلك في مجموعة من الأنشطة والسلوكيات التي يقوم بها الفرد في أداء مهامه ولتحقيق مستوى مرضي من الأداء، لا بد من وجود حد أدنى من الإبتقان في كل مكون من مكونات الأداء.(10 : 209).

فهناك من اولى النتائج المرغوبة اهتماما بالغاً كمحصلة للاداء حيث عرفه سمير الخطيب (2002) بأنه النتيجة النهائية لنشاطات الفرد او هو انعكاس لقدرة الفرد وقبلته على تحقيق اهداف المنظمة.(15)

ويعتبر تقييم الأداء أحد الوظائف المتعارف عليه في إدارة الافراد والموارد البشرية في المنظمات الحديثة ،وتقييم الأداء هو نظام يتم من خلاله تحديد مدى كفاءة أداء العاملين لأعمالهم. (4 : 284)

وقد ميزت ثلاثة أبعاد جزئية يمكن أن يقاس أداء الفرد عليها وهي كمية الجهد المبذول ،ونوعية الجهد ،ومنط الأداء ،فكمية الجهد تعبر عن مقدار الطاقة الجسدية او العقلية التي يبذلها الفرد في العمل في خلال فترة زمنية معينة ،وتعتبر المقاييس التي تقاس سرعة الأداء او كميته في خلال فترة زمنية معينة وهذا يعبر عن البعد الكمي للطاقة المبذولة ،اما نوعية الجهد فتعني مستوى الدقة والجودة ودرجة مطابفة الجهد المبذول لمواصفات ونوعية معينة ،واما منط الأداء المقصود به الأسلوب او الطريقة التي يبذل بها الجهد في العمل .(2 : 41)

وإذا القينا نظرة فاحصة على عملية تقييم الاداء بصفتها عملية ادارية وسلوكية للإدارة وللعاملين فأنا نجدتها تتضمن عنصرين اساسيين هما وجود معدل او مستوى ينبغي ان يصل اليه الفرد ثم قياس الاداء الفعلي ومقارنته بالمعدل المحدد .

ويعتبر تقويم الاداء ضرورة تحتّمها مصلحة العمل والموظف معا ، فهو بالنسبة للإدارة وسيلة تعينها للتعرف على مواطن القوة والضعف لدى الموظف وبالتالي محاولة تحسين ادائه وتطويره الى المستوى المطلوب ، كما يعد اداة تعين الادارة في التعرف على قدرات الموظفين ومهاراتهم واستعداداتهم مما يهيئ لها حسن الاختيار لشغل مختلف الوظائف ومنح المكافآت المادية والمعنوية .

وبالنسبة للموظف يعتبر تقويم الاداء نافذة يطل من خلالها على انطباعات وتصورات المسؤولين بالإدارة عن سلوكه وادائه مما يساعد على التعديل فيها بما يتناسب والمستوى المطلوب وفق معايير منطقية وموضوعية ، ونظرا لأهمية تقويم الاداء فإنه من الضروري ان يتم اعاده على اسس سليمة من مصداقية المعلومات وشموليتها . (20 : 36_41)

أن الوصول بالمرضى إلى الحالة الصحية الجيدة التي تمكنه من أداء وظائفه بسهولة و بسر دون الاعتماد علي الآخرين لا يتحقق إلا من خلال وجود شخص متمكن يتمتع بمجموعة من المعايير الفعالة التي تساعده من القيام بعمله بكفاءة وقدرة عالية ، وهذا لا يتأتى الا بامتلاك مقدمي الرعاية التأهيلية اللياقة البدنية الكافية التي تمكنهم من أداء أعمالهم.

حيث يعد مقدمي الرعاية التأهيلية اساس نجاح المؤسسة الصحية سواء كانت العامة او الخاصة من خلال العمل الذي يؤديه ومقدار الجهد الذي يبذله باعتباره القادر الوحيد على تقديم الرعاية الصحية للمتريدين على تلك المؤسسة الامر الذي استلزم الاهتمام به ومتابعة حالته البدنية بشكل يؤدي الى رفع روحه المعنوية وبالتالي مستوى ادائه واداء المنظمة التي يعمل لها.

وبشكل عام حاول هذا البحث الاجابة على التساؤل الآتي : ما هو مستوى الحالة البدنية لدى مقدمي الرعاية التأهيلية ،وما مدى تأثيرها في مستوى الاداء الوظيفي ؟

مشكلة البحث : نظراً لان اغلب الدراسات التي توصلت لها الباحثان سواء في مجال اللياقة البدنية او في مجال الاداء الوظيفي لم تهتم بشريحة مقدمي الرعاية التأهيلية ،فالدراسات التي اهتمت باللياقة البدنية تناولتها في الاغلب على شريحة الرياضيين والتلاميذ وتأثيرها على مستوى التحصيل والذكاء والمهارات والأنشطة الرياضية كدراسة عبدالعزيز عبد الكريم (2000) (18) ،محمد قاطع(2002) (30) ، بوراشيد هاشم (2005) (8) ، سعاد زبون (2013) (14) ، في حين ان الدراسات التي تطرقت الى موضوع الاداء الوظيفي اهتمت بشريحة العمال والموظفين و تناولته من حيث تأثير متغيرات أخرى كضغوط العمل والامن النفسي ، كدراسة ماجد الميع ،حمود السهلي (2007) (25) ،عبد القادر بنات (2009) (19) ، عيسى إبراهيم(2009) (22) ، دراسة موسى اللوزي وعمر الزهراني (2012) (32) سعراء حسين (2013) (13) ، وكادي الحاج ،وزكور محمد (2014) (23) ، ولم تهتم بدراسة الخصائص البدنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي على الشريحة المستهدفة في هذا البحث.

ونظرا لغياب الاهتمام بالجوانب البدنية للموظف في الغالبية العظمى في مؤسساتنا الليبية بشكل عام وفي المجال الصحي بشكل خاص ،وسيادة الاساليب الكمية في مجالات العمل التطبيقية، وكأحد المتغيرات المؤثرة على الاداء الوظيفي لا يمكن تحسين ذلك الاداء إلا من خلال اجراء العديد من البحوث على العلاقة بين أداء الموظف وحالته البدنية ،وقد استشعرت الباحثان مشكلة البحث الحالي من خلال زيارتها لبعض مراكز العلاج الطبيعي كمرافقين لمرضى او كمشرفين على طلبة تخصص علاج طبيعي في المؤسسات العمومية مجتمع البحث الحالي حيث لاحظنا التعب والاجهاد السريع وانخفاض مستوى العمل لدى مقدمي الرعاية التأهيلية .لذا أرتأنت الباحثان ضرورة دراسة العلاقة التي تربط الحالة البدنية لمقدمي الخدمات التأهيلية ومستوى أدائهم الوظيفي في المؤسسات الصحية.

وتؤكد الباحثان على أهمية الدراسة والخوض في هذا المجال لما له من أهمية كبيرة في صحة الافراد سواء المقدمين او المتلقين للخدمات وبالتالي ينعكس ذلك على صحة المجتمع ولاسبما في بلدنا الذي يمر بمنحنى خطير على جميع الأصعدة .

أهداف الدراسة: انطلاقاً مما سبق فإن البحث الحالي يهدف الى التعرف على:

1. مستوى الحالة البدنية لمقدمي الرعاية التأهيلية ببعض المؤسسات الصحية.
2. العلاقة بين الحالة البدنية لمقدمي الخدمات التأهيلية والاداء الوظيفي ببعض المؤسسات الصحية .
3. عناصر اللياقة البدنية الأكثر ارتباطاً بمستوى الاداء الوظيفي لدى العينة المبحوثة .

تساؤلات البحث :

1. ما هو مستوى الحالة البدنية لمقدمي الخدمات التأهيلية ببعض المؤسسات الصحية.
2. ما هي العلاقة بين الحالة البدنية لمقدمي الخدمات التأهيلية وأدائهم الوظيفي ببعض المؤسسات الصحية.
3. ما هي أكثر عناصر اللياقة البدنية ارتباطاً بمستوى الأداء الوظيفي لدى العينة المبحوثة.

أهمية البحث :

- توجيه انظار المسؤولين لأهمية الحالة البدنية لمقدمي الخدمات التأهيلية ومحاولة وضع برامج خاصة لرفع مستوى اللياقة البدنية لهم لزيادة فاعلية الاداء لموظفيهم ، وبالتالي زيادة مستوى انتاجيتهم بأقل ما يمكن من الجهد والوقت والحسائر.
- أهمية الفئة المبحوثة والمتمثلة في مقدمي الخدمات التأهيلية حيث ان اغلب البحوث التي اهتمت بدراسة اللياقة البدنية انصبت على فئة (التلاميذ ، الطلاب ، الرياضيين) واهمال شريحة الموظفين.

مصطلحات البحث:

مقدمي الرعاية التأهيلية: هو أي مؤسسة او شخص توفر خدمات الرعاية الوقائية او العلاجية ، او الرعاية التي تهدف الي تعزيز الصحة او الرعاية التأهيلية بطريقة منظمة للأفراد والعائلات او المنظمات . (38)

إجراءات البحث

منهج البحث: استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي بأسلوب الدراسات المسحية لمناسبتها لموضوع البحث.

مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث على المعالجين (سيدات) في بعض مراكز العلاج الطبيعي بالمؤسسات الصحية العامة بالمنطقة الغربية بليبيا.

عينة البحث: تم إجراء الدراسة الأساسية على عينة عشوائية بلغ عددها 50 سيدة من مقدمي الرعاية التأهيلية ببعض المؤسسات الصحية (مركز تأهيل وإعادة التأهيل المعاقين بالزاوية ،مركز ام الحشان ،مستشفى صبراتة التعليمي).

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للعمر والطول والوزن لعينة البحث بالمؤسسات الصحية قيد البحث

م.ن	مركز العلاج الطبيعي	الزاوية			صرمان			صبراتة		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1.	العمر	33.91	6.962	-163-	37.50	6.716	-880-	31.45	8.534	377-
2.	الطول	159.00	4.106	-054-	159.00	3.406	-1367-	162.09	5.380	028-
3.	الوزن	69.27	13.474	.164	65.17	12.384	.517	67.64	12.625	-174-

يوضح الجدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء (للعمر - الطول - الوزن) لعينة البحث ،وقد تحقق المنحني الاعتمادي حيث تقترب قيم معاملات الالتواء من الصفر ولا تزيد عن ± 3 .

متغيرات البحث: يشمل هذا البحث على عدد من المتغيرات المستقلة ومتغير تابع وهي **أولاً/المتغيرات المستقلة وتشمل:**

1/ **اللياقة البدنية:** وتتمثل في قياس بعض عناصر اللياقة البدنية: المرونة (لمفصلي الكتفين ، والجذع للأمام ، وللجانين يمين ،يسار) ،والقوة (قوة عضلات الظهر ،الطن ،الذراعين) ،الرشاقة ،الجلد العضلي العام للجسم .

2/ **الحالة البدنية :** تم استخدام متعدد الأبعاد لمفهوم الذات لبعض الصفات البدنية التي يمكن أن تشكل في مجموعها أهم عناصر اللياقة البدنية والأبعاد التي يقيسها الاختبار هي: (القوة العضلية - التحمل - السرعة - المرونة - الرشاقة) .

ثانياً / المتغير التابع :

الأداء الوظيفي : تم قياس الأداء الوظيفي من خلال الرجوع إلى السجل اليومي لكل اخصائي علاج وقد تم تسجيل عدد الحالات التي قام بعلاجها خلال 10 أيام والتي اشرف عليها كل معالج .

وقد اعتمد في تقييم الأداء الوظيفي في هذا البحث من خلال الملف الشخصي لكل معالج استناداً على ما ذكره شاويش مصطفى (2005) (16) في مصادر تقييم الأداء الوظيفي حيث أشار الي ان الملف الشخصي يعد مرجعاً رئيسياً يتضمن كل ما يخص الموظف لذا يجب الرجوع اليه قبل اجراء التقييم النهائي للموظف .مرفق (1)

أداة البحث : في ضوء أهداف البحث وطبيعته قامت الباحثتان ببناء **استمارة قياس الحالة البدنية** حيث تم اختيار العبارات التي تتمشى قدر الإمكان مع أخصائي العلاج الطبيعي واستبعاد العبارات الأخرى واشتملت الاستمارة على (18) فقرة . المرفق (2)

وصف الاستمارة: تم اقتباس العبارات من اختبار وصف الحالة البدنية الذي صممه "محمد حسن علاوي" (2000) (27: 120) كقياس متعدد الأبعاد لمفهوم الذات لبعض الصفات البدنية التي يمكن أن تشكل في مجموعها أهم عناصر اللياقة البدنية الدرجات العالية في كل بُعد تشير إلى التميز في ذلك العنصر- والأبعاد التي يقيسها الاختبار هي: (القوة العضلية ،التحمل ،المرونة ،والرشاقة) .

صدق المحكمين:

للتحقق من صدق الاستبيان وصلحيته، قامت الباحثتان بعرضه على مجموعة من الخبراء المتخصصين في العلاج الطبيعي بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بالزاوية قسم العلوم الصحية وخبراء من المعهد العالي للمهن الشاملة صبراتة قسم المهن الطبية وعددهم (10) خبراء ، حيث قاموا بإبداء آراءهم وملاحظاتهم لمناسبة فقرات الاستمارة ، وتم الموافقة عليها وهذا يؤكد صدق المحكمين ،وبذلك أصبحت الاستمارة في صورتها النهائية معدة للتطبيق .

صدق الاستمارة : تم حساب الصدق الذاتي للاستمارة ككل عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وقد بلغ الصدق الذاتي للاستمارة (0.95).

ثبات الاستمارة: تم تطبيق الاستمارة على عينة استطلاعية من خارج افراد العينة الأساسية بلغ قوامها (5) من اخصائي العلاج الطبيعي حيث تم توزيع الاستمارة على افراد العينة الاستطلاعية وبعد مرور أسبوع تم إعادة تطبيق الاستمارة على نفس العينة لإيجاد معامل ثبات الاستمارة ككل عن طريق استخدام معادلة ألفا كرونباخ ، وقد بلغ معامل ثبات الاستمارة (0.90) ، وذلك يدل على ثبات مرتفع جداً لمحتويات الاستمارة ، وقد وجد ثبات عالي في درجة إجابة المفحوصين ، وهذا دليل على ان الاستبانة تتمتع بدرجة ثبات عالية تصلح لاستخدامها للقياس في الدراسة الأساسية .

الاختبارات المستخدمة في البحث : تم وضع اختبارات بدنية لقياس مستوي اللياقة البدنية لأخصائي العلاج الطبيعي تتضمن الاختبارات التالية :

أولاً/ اختبارات المرونة :

1. اختبار تدوير العنقا (سم).
2. اختبار ثني الجذع للإمام (سم).
3. اختبار ثني الجذع جانباً (سم) .

ثانياً/اختبارات القوة :

1. اختبار رفع وخنض الجذع من وضع الانبطاح في (30) ثانية .
2. قوة عضلات البطن.
3. قوة عضلات الذراعين.
4. اختبار ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل المعدل للبنات (30 ث).

ثالثاً/ اختبار الرشاقة :

1. اختبار الانبطاح المائل من الوقوف (30) ث

رابعاً/اختبار الجلد العضلي العام للجسم:

2. اختبار الانبطاح المائل من الوقوف (عدد مرات) . (28) (29)

أجهزة وادوات البحث: جهاز رستمير لقياس الطول ، جهاز قياس الوزن ، مسطرة قياس ، ساعة إيقاف ، عصا ، متر قياس ،مراتب أرضية .

الأسلوب الإحصائي المستخدم :

تبعاً لطبيعة البحث استخدمت المعالجات الإحصائية وتحليل البيانات عن طريق برنامج الإحصاء للعلوم التربوية (SPSS) حيث تم استخراج :

1. معامل ألفا كرونباخ Cronbach's alpha للحصول على مدى ثبات أداة القياس .
2. التكرارات والنسبة المئوية لوصف خصائص أفراد العينة.
3. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري .
4. معامل الارتباط لبيرسون

عرض و مناقشة النتائج :

جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات البحث لدى افراد العينة ن=5

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	اسم الاختبار	الصفة المقاسة	ن
23.780	109.60	اختبار تدوير العضا (سم)	مرونة الكفين	1.
5.143	1.66	اختبار ثني الجذع للإمام من الوقوف (سم)	مرونة الجذع للإمام	2.
2.746	41.64	اختبار ثني الجذع لليسار من الوقوف (سم)	مرونة الجذع للجانبين	
2.172	42.76	ثني الجذع لليمين من الوقوف (سم)		
5.759	49.01		المرونة بشكل عام للعينة كاملة	
5.681	21.34	رفع الجذع من وضع الانبطاح على البطن وتشبيك اليدين خلف الرقبة (30 ث).	قوة عضلات الظهر	3.
4.597	8.36	الجلوس من رقاد الترفصاه (30 ث)	القوة العضلية للبطن	4.
5.449	17.68	اختبار ثني ومد اليراعين من الانبطاح المائل المعدل للبنات (30 ث)	قوة عضلات اليراعين	5.
4.257	3.20		القوة بشكل عام للعينة كاملة	6.
2.624	3.82	الانبطاح المائل من الوقوف (30 ث)	الرشاقة	7.
4.257	3.20	الانبطاح المائل من الوقوف (عدد مرات)	التحمل العضلي العام	8.
3.722	38.68	استمارة وصف الحالة البدنية (درجة)	الحالة البدنية	9.
32.693	50.66	عدد الحالات التي يتولاها المعالج	الاداء الوظيفي	10.

يوضح الجدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعناصر اللياقة البدنية الحالة البدنية و الاداء الوظيفي لدى افراد العينة

الجدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و مجموع الدرجة والترتيب لعبارات استمارة الحالة البدنية لدى افراد العينة

الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الدرجة	العبارات	الترتيب
14	.640	1.72	86	شعر بالضعف في بعض عضلات جسي أثناء أداء الوظيفي.	1
6	.757	2.28	114	استطيع أن أعود لحالتي الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود بدني مع المريض أثناء جلسة العلاج.	2
15	.763	1.70	85	جد صعوبة في أداء الحركات التي تتطلب درجة من الرشاقة خلال جلسة العلاج مع المريض.	3
5	.741	2.32	116	شعر بالتعب عند بذل جهد بدني لفترة طويلة خلال جلسات العلاج.	4
11	.601	2.08	104	يجد أداء الحركات التي تتطلب السرعة دون تعب خلال جلسة العلاج مع المريض.	5
4	.667	2.38	119	برونة جسي تساعدني على أداء عملي بسهولة ويسر.	6
2	.613	2.46	123	استطيع بسهولة تغيير أوضاع جسي عند أدائي لجلسة العلاج للمريض.	7
9	.708	2.22	111	حس زللائي بصفتي بأن جسي عتيز بالبرونة الجيدة.	8
3	.642	2.42	121	تميز بخفة الحركة أثناء أداء عملي الوظيفي.	9
10	.710	2.16	108	عظم زللائي بصفتي بأنني قوي بدنيا.	10
13	.808	1.80	90	استطيع العمل بشكل متواصل دون فترات راحة خلال اليوم.	11
7	.600	2.26	113	أدري جيدة في الجلسات العلاجية التي تتطلب مجهود بدني كبير.	12
12	.714	2.02	101	حس زللائي بصفتي بأنني لا أتعب بسرعة أثناء ممارسة عملي.	13
8	.657	2.24	112	استطيع بسهولة أداء بعض الحركات التي تتطلب تحمل عضلي أثناء جلسة العلاج للمرضي.	14
11	.724	2.08	104	زللائي بصفتي بالرشاقة أثناء أداء عملي.	15
13	.700	1.80	90	حظا لوقت طويل حتى أسترد أعفاسي عقب بذلي لمجهود بدني عالي مع المريض خلال جلسة العلاج.	16
8	.555	2.24	112	أنا أسرع من معظم زللائي في أدائي لعملي.	17
1	.707	2.50	125	استطيع تأدية عملي الوظيفي اليومي بسهولة ويسر.	18

يتضح من الجدول (3) ان العبارات رقم (9،7،18) على التوالي احتلت الترتيب الثالث الأولى والتي اوضحت ان عينة البحث يصفون حالتهم البدنية بانها جيدة وانهم يستطيعون أداء أعمالهم و تغيير أوضاع اجسامهم عند أدائهم لجلسة العلاج للمريض بسهولة ، كما تتميزون بخفة الحركة أثناء

أداء عملهم الوظيفي ، في حين نلاحظ في إجابات افراد العينة في العبارتين (4 ، 2) أنهم يشعرون بالتعب عند بذل جهد بدني لفترة طويلة خلال جلسات العلاج ، كما يستطيعون أن يعود لحالتهم الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود بدني مع المريض أثناء جلسة العلاج.

وهذا يتناقض مع إجابات أفراد العينة في العبارتين (16،11) والتي اوضحت ان مقدمي الرعاية التأهيلية. يستطيعون العمل بشكل متواصل دون فترات راحة خلال اليوم و في نفس الوقت يحتاجون لوقت طويل لاسترداد أنفسهم عقب بذل مجهود بدني عالي مع المريض خلال جلسة العلاج.

وترى الباحثان ان هناك تناقض في اراء العينة ، وترجع الباحثان هذه النتيجة إلى عدم وجود مصداقيه أثناء الإجابة علي تساؤلات الاستمارة ،وقد يكون السبب إن أفراد العينة يريدون إظهار أنفسهم بصحة جيدة،

ويذكر سالم الشمري (2009) في نتائج دراسته إن ما نسبته 90 % من العاملين راضون بشكل جيد جداً وممتاز عن أدائهم الوظيفي، بالتالي يمكن أن نقول أن الموظفون يشعرون بأنهم يقدمون للعمل أفضل ما يقدرون عليه. (11 : 43)

وتشير هالة علي مرسي (2008) (34) أن وصف اللاعب لحالته البدنية تأثر ايجابيا بطبيعة المسابق الذي يمارسه، كما تأثرت معدلات اللياقة البدنية بمفهوم اللاعب لذاته، وأن متسابقو العدو كانوا أكثر لاعبي ألعاب القوى صدقاً في وصف حالتهم البدنية بالمقارنة بمتسابقي الرمي والوثب .

جدول (4) مستويات وصف الحالة البدنية لعينة البحث

رقم	مستويات الحالة البدنية	الدرجة	الحالة
1	مستوى منخفض	18 _ 0	ضعيفة
2	مستوى متوسط	36 _ 19	متوسطة
3	مستوى عالي	54 _ 37	عالية
	متوسط الاستمارة	38.68	عالية

يوضح الجدول (4) ان متوسط مستويات الحالة البدنية لعينة البحث (38.68) وهو يمثل المستوى العالي مما يدل على ان افراد العينة يصفون حالتهم البدنية بانها عالية

الاداء الوظيفي	الحالة البدنية	ع 18	ع 17	ع 16	ع 14	ع 13	ع 12	ع 11	ع 10	ع 9	ع 8	ع 7	ع 6	ع 5	ع 4	ع 3	ع 2	الاصطفاء المتغيرات	
1	1	*357.	*314.	0.147	**525.	**456.	0.129	**528.	*298.	**553.	**554.	**379.	**404.	0.24	0.073-	-	*300.	الحالة البدنية	
		0.011	0.026	0.307	0	0.001	0.37	0	0.036	0	0	0.007	0.004	0.093	0.614	0.968	0.034		
1	1	0.119	0.067	-	0.11-	0.035-	0.108-	*290.	0.212	0.071-	0.184	0.07	0.125	0.148	0.11	0.208-	-	0.278	الاداء الوظيفي
		0.41	0.646	0.696	0.448	0.811	0.456	0.041	0.139	0.625	0.201	0.631	0.387	0.305	0.448	0.148	0.328	0.051	

يوضح جدول (5) وجود علاقة ارتباط معنوية بين السؤالين الثاني والثاني عشر بالأداء الوظيفي ، والتي تذكر فيها عينة البحث أنهم يستطيعون العودة لحالتهم الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود بدني مع المريض أثناء جلسة العلاج و قدرتهم جيدة في الجلسات العلاجية التي تتطلب مجهود بدني كبير بالأداء الوظيفي، وهذا الارتباط منطقي لان المتغيرات التي تم ذكرها تؤثر سلبا على الاداء الوظيفي في حالة عدم توفرها.

ويتفق هذا مع دراسة الزهرة بن بركة و طارق بن قسبي (2015) (5) والتي اظهرت ان أن المتوسطات الحسابية للفقرات التي تقيس الأداء الوظيفي هي متوسطات مرتفعة جدا حيث احتلت العبارتين " أداؤك في العمل يوصف من قبل المشرف المباشر بالكفاءة" ، حضورك لبرامج التدريب المتكررة يحسن من مستوى الأداء الوظيفي " الترتيب الأول على التوالي .

كما يتضح من الجدول السابق عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين باقي الاستغلة والأداء الوظيفي.

جدول (6) مصفوفة الارتباط لمتوسط عناصر اللياقة البدنية والحالة البدنية والاداء الوظيفي لعينة البحث

المتغيرات	المرونة	القوة	الرشاقة	التحمل	الحالة البدنية	الاداء وظيفي
المرونة	1					
القوة		1				
الرشاقة			1			
التحمل				1		
الاستغارة					1	
الاداء الوظيفي						1

الجدول (7) يوضح مصفوفة الارتباط لعناصر اللياقة البدنية والحالة البدنية والاداء الوظيفي لعينة البحث

المتغيرات	مرونة الكتفين	مرونة الجذع للامام	مرونة الجذع لليسار	مرونة الجذع لليمين	قوة عضلات الظهر	القوة العضلية للبطن	قوة عضلات الارباعين	الرشاقة	التصل العضلي العام	الحالة البدنية	الاداء الوظيفي
مرونة الكتفين	1										
مرونة الجذع للامام		1									
مرونة الجذع لليسار			1								
مرونة الجذع لليمين				1							
قوة عضلات الظهر					1						
القوة العضلية للبطن						1					
قوة عضلات الارباعين							1				
التصل العضلي العام								1			
الحالة البدنية									1		
الاداء الوظيفي										1	

يتضح من الجدولين (6 ، 7) وجود علاقة ارتباط معنوية بين المرونة بشكل عام والأداء الوظيفي وكذلك مرونة الكتفين ومرونة الجذع ناحية اليمين بالأداء الوظيفي، ويتفق هذا مع دراسة مجدى شوقي (2013) (26) التي اظهرت ان صفة المرونة سادت أجمالي نتائج الحالة البدنية لجميع عينة البحث كما بلغت درجة أكبر من المتوسط، وتميزت طالبات قسم التربية الرياضية بجامعة صحار بهذه الصفة في وصف الحالة البدنية.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية في هذا المتغير مع دراسة سعاد زبون (2013) (14) والتي اظهرت نتائجها وجود ارتباط معنوي بين بعض الصفات البدنية المتمثلة في المرونة للعمود الفقري والكتفين و(قوة عضلات البطن) والتوافق الكلي للجسم والدقة ومعدل التحصيل . ويشير محمد علاوي ومحمد رضوان (2001) ان العديد من الباحثين يرون ان المرونة الحركية من الصفات الهامة للأداء الحركي سواء من الناحية النوعية او الكمية ، كما انها تشكل مع بقية مكونات الاداء البدني او الحركي كالتقوية العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة الركائز التي يتأسس عليها اكتساب واتقان الاداء الحركي . (28 :

ويذكر محمد حسنين (2004) ان المرونة مكون ضروري للإنسان في ممارسة حياته ، فهي مرتبطة بالصحة والقدرة على الاداء والكفاءة سواء كان للذكور او الإناث . (29 : 262)

وهذا ما أشار إليه بهجت أبو طامع (2006) أن امتلاك الفرد لمستوى جيد من اللياقة البدنية يساعد في اكتساب مهارات وقدرات بدنية وعقلية ونفسية يستطيع توظيفها واستخدامها بشكل ناجح في المواقف الضاغطة (7 : 76)

كما يتضح من الجدول (7) وجود علاقة ارتباط معنوية بين الحالة البدنية والأداء الوظيفي ويتفق هذا مع نتائج مصطفى عميرة، وياسر محفوظ (2006) والتي أسفرت عن وجود ارتباط دال بين وصف الحالة البدنية والمستوى البدني والسيكولوجي لعينة البحث خاصة لاعبي كرة القدم، الذين أظهرت تنوعاً واضحاً في هذه العلاقة.(31)

وفي دراسة سامي نابتي (2009) (12) اظهرت النتائج أن هناك دور إيجابي لبرامج تدريب الأطباء في تحسين نوعية الخدمات الصحية التي يقدمونها ، في حين تبين من نتائج دراسة سمراء انور حسين (2013) (13) وجود تأثير ذو دلالة معنوية لبعدي المتغير المستقل والمتمثلة (بطبيعة العمل ، وعبء العمل) في مستوى الاداء الوظيفي ، دراسة موسى اللوزي الزهراني (2012) (32) والتي اظهرت وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات المستقلة مجتمعة ، و بين كل عامل وحده (بيئة العمل ، الاتصال الوظيفي ، الخوف ، التدريب ، القيادة الإدارية) والاداء الوظيفي ، كما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في أثر العوامل التنظيمية في الأداء الوظيفي

ويذكر كمال الرضي (2008) ان العديد من الدراسات اشارت ان العامل الذي يمارس نشاطا بدنيا يتمتع بمعدلات عالية في الانتاج من حيث الكم والنوع .(24 : 34) ويشير بسام عبد الرزاق (2014) ان المؤسسات والشركات التي اعتمدت برامج لياقة بدنية لموظفيها كان لهذه البرامج الاثر الفعال في زيادة الانتاج و التزامهم بالعمل وخفض مصاريف العلاج .(6 : 170)

ويذكر احمد الشاذلي ، يوسف عبد الرسول (2001) ان من اغراض اللياقة البدنية زيادة كفاءة الفرد الانتاجية مع الاقتصاد في الجهد المبذول في الاعمال البدنية والعقلية ، والتقليل من حالات الشعور بالتعب المزمع والاصابات الرياضية التي تعترض الحياة اليومية ، كذلك تحسين مقدرة الفرد على الاسترخاء والتحكم في تقليل التوتر العضلي ، و تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الامراض . (3 : 279)

كما يتضح من الجدول عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين باقي عناصر اللياقة البدنية متمثلة في القوة لعضلات (الظهر ، البطن ، الذراعين) ، الرشاقة ، التحمل العضلي العام بالأداء الوظيفي ، وهذا يؤكد انخفاض مستوى اللياقة البدنية لمقدي الرعاية التأهيلية داخل المؤسسات الصحية مما يؤثر سلبا على ادائهم الوظيفي ،ويؤدي الى شعورهم بالتعب بسرعة وحاجتهم لفترات راحة طويلة بين جلسة علاجية واخرى . وهذا يتفق مع ما ذكره كمال الرضي (2008) بأنه ثبت ارتباط قدرة الفرد على الانتاج ارتباطا طرديا مع لياقته البدنية ، وهذه الدراسات تعطي دلالة واضحة على ان الذي يتمتع بلياقة بدنية جيدة لديه القدرة على الانتاجية افضل ، وقدرته على مواصلة العمل دون تعب احسن من الفرد غير اللائق بدنيا ، كما ان لديه القدرة على العمل لفترات إضافية . (24 : 34)

الاستنتاجات:

في ضوء حدود البحث وامكانياته وما اسفرت عليه المعالجات الإحصائية للبيانات قيد البحث تمكنت الباحثان من استخلاص النتائج التالية:

1. مستوى الحالة البدنية لأفراد العينة المفحوصة كان جيد حسب إجاباتهم على عبارات الاستمارة الخاصة بذلك .
 2. وجود علاقة ارتباط معنوية بين المرونة بشكل عام بالأداء الوظيفي والتي تمثلت في مرونة الكتفين ومرونة الجذع ناحية اليمين بالأداء الوظيفي.
 3. وجود علاقة ارتباط معنوية بين الحالة البدنية والأداء الوظيفي.
 4. عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين باقي عناصر اللياقة البدنية والمتمثلة في القوة لعضلات (الظهر ، البطن ، الذراعين) ، الرشاقة ، التحمل العضلي العام بالأداء الوظيفي.
- التوصيات :**
1. الاهتمام بالحالة البدنية لمقدي الرعاية التأهيلية من خلال دورات تثقيفية دورية في أهمية النشاط البدني على صحة الفرد وأداءه بأشراف ملاكات متخصصة في المجال الرياضي.
 2. تخصيص مكان مناسب داخل المؤسسات الصحية لممارسة العاملين النشاط البدني لينعكس ذلك على الاداء والابداع .
 3. اجراء دراسات تطبيقية تهدف لرفع الكفاءة البدنية لمقدي الرعاية التأهيلية في المؤسسات الصحية العامة والخاصة.
 4. استخدام الاختبارات الخاص بعناصر اللياقة البدنية التي اسفرت عليها نتائج هذا البحث كوسائل مساعدة للارتقاء بمستوى الاداء الوظيفي للعاملين
 5. اجراء بحوث مشابهة لتحديد متغيرات جديدة كمتغيرات البعد النفسي ، والخوف وعلاقتها بالأداء الوظيفي لمقدي الخدمات الصحية.

المراجع

1. ابو العلا احمد عبدالفتاح ، احمد نصرالدين سيد
 2. احمد عاشور
 3. أحمد فؤاد الشاذلي ، يوسف عبد الرسول بوعباس
 4. أحمد ماهر
 5. الزهرة بن بريكة وطارق بن قسي
 6. بسام عبد الرزاق الطوباسي
 7. بهجت احمد أبو طامع،
 8. بوراشيد هاشم
 9. حنفي مختار
 10. راوية حسن
 11. سالم عواد الشمري
 12. سامي ناتي
 13. سمراء انور حسين
 14. سعاد علي زبون
 15. سمير كامل الخطيب
 16. شاويش مصطفى
 17. صادق فرج ذياب :
 18. عبد العزيز عبد الكريم المصطفى
 19. عبد القادر سعيد بنات
 20. عبدالكريم بن رزوق
- فسيولوجيا اللياقة البدنية للياقة البدنية ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2003 ،
ادارة القوى العاملة لاسس السلوكية وادوات البحث التطبيقي ، دار المعرفة الجامعية ،
الاسكندرية ، 1984 .
الأسس العلمية لتدريس التمرينات البدنية ، ذات السلاسل ، الكويت ، 2001 .
إدارة الموارد البشرية " ،الدار الجامعية ، مصر ،الإسكندرية 2004
محددات الأداء الوظيفي للعاملين بالقطاع الصحي _ دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية
الاستشفائية سلجان عميرات بريكة كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير ، جامعة محمد
خضر ، بسكرة - الجزائر 2015
تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ، المؤتمر العلمي الدولي
السادس ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اليرموك ، 2014 .
القلق الناجم عن اختبار القدرات البدنية و المهارة للطلبة المتقدمين للالتحاق بأقسام التربية
الرياضية في الجامعات والمعاهد الفلسطينية " . مجلة جامعة الأزهر ، المجلد 8 ، بغزة ، 2006 .
دور واهمية بعض عناصر اللياقة البدنية (المداومة والسرعة والقوة) وتأثيرها على التحضير في
الرياضات الجماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط 12-13 سنة ،رسالة ماجستير ،معهد علوم
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ،جامعة قسنطينة 2، الجزائر، 2005.
الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ،دار الفكر العربي 1985
إدارة الموارد البشرية " رؤيا مستقبلية" ، الدار الجامعية، الاسكندرية، 2004
الرضا الوظيفي لدى العاملين وآثاره على الأداء الوظيفي دراسة تطبيقية على : (القطاع الصناعي
في عمليات الخفجي المشتركة) ، كلية الإقتصاد والإدارة ، قسم ادارة الأعمال ، جامعة الملك عبد
العزیز ، المملكة العربية السعودية ، 2009 ، www.rsscra.info
دور برامج تدريب الموارد البشرية في تحسين نوعية الخدمة بالمؤسسة (محاولة دراسة حالة بالمركز
الإستشفائي الجامعي الحكيم بن باديس بقسنطينة CHUC)، مذكرة ماجستير غير منشورة،
جامعة منتوري، قسنطينة ، 2009.
قياس تأثير ضغوط العمل في مستوى الإداء الوظيفي دراسة استطلاعية تحليلية لآراء عينة من
العاملين في هيئة التعليم التقني ، مجلة كلية بغداد للعلوم الاقتصادية الجامعة العدد السادس
والثلاثون 2013
علاقة بعض الصفات البدنية و مستوى الذكاء بمعدل التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية علوم
التربية البدنية والرياضة _مجلة العلوم الرياضية و المرتبطة _العدد التاسع عشر، كلية التربية
البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة طرابلس ، 2013 .
قياس دور المقارنة المرجعية في تحسين الأداء المنظمي ،أطروحة دكتوراه ،الجامعة المستنصرية ،
العراق، 2002.
إدارة الموارد البشرية (إدارة الافراد) ،الطبعة الثالثة،الأردن، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع
،2005.
مفاهيم حديثة من التكيف البدني ،نشرة داخلية ،كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد،1999
دراسة مقارنة للياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية قطاع التعليم الابتدائي في المنطقة
الشرقية بالمملكة العربية السعودية بالإحساء ،المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل (العلوم
الإنسانية والإدارية) ،المجلد الأول ،العدد الأول، 2000.
ضغوط العمل واثرة على أداء الموظفين في شركة الاتصالات الفلسطينية في منطقة قطاع غزة
،رسالة ماجستير ، كلية التجارة قسم إدارة اعمال ،الجامعة الإسلامية ،فلسطين، 2009.
الأداء الوظيفي مقال مقتبس من " نمط الريادة وعلاقتها بالأداء والرضا الوظيفيين بالأكاديمية

- الجهوية للتربية والتكوين لجهة مراكش تانسيفت الحوز ونياباتها الإقليمية " ، بحث لنيل دبلوم مفتش في التوجيه التربوي ، مركز التوجيه والتخطيط التربوي ، 2012 .
- Enseignement » /International/NationalEnseignement
- التدريب الرياضي نظريات - تطبيقات ، الطبعة الثانية عشر ، منشأة المعارف ، الاسكندرية 2005 .
21. عصام عبد الخالق
22. عيسى إبراهيم المشعر
- اثر ضغوط العمل على أداء العاملين في الفنادق الأردنية فئة الخمس نجوم (دراسة ميدانية) ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الإدارية والمالية ، جامعة الشرق الاوسط للدراسات العليا ، الأردن ، 2009 .
23. كادى الحاج ، و زكور محمد
24. كمال جميل الرضي
- الصحة النفسية و علاقتها بالأداء لدى العاملين بالمحطة الجهوية للإذاعة والتلفزيون ، 2014
- الرياضة لغير الرياضيين (لياقة - صحة - جمال) ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الاردنية ، امانة عمان ، 2008 .
25. ماجد المميع ، حمود السهلي
26. مجدى أحمد شوقي
- العلاقة بين الأمن النفسي ومستوى الأداء الوظيفي لدى موظفين مجلس الشوري ، 2007 .
- الحالة البدنية لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعه صحار " دراسة تقييمية " ، المؤتمر العلمي الدولي الخامس ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اليرموك ، 2013 .
27. محمد حسن علاوي
28. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان
29. محمد صبحي حسانين
- موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 .
- اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 200
- القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة الجزء الأول ، الطبعة السادسة ، دار الفكر العربي ، القاهرة 2004
30. محمد علي قاطع
- دراسة تحليلية لبعض عناصر اللياقة البدنية إطلالات مرحلة الأختصاص لكلية التربية الرياضية ، مجلة التربية الرياضية - المجلد الحادي عشر ، العدد الثالث ، 2002 .
31. مصطفى سامي عميرة ، وياسر محفوظ
- دراسة تقييمية للتنبؤ بمستوى الحالة البدنية للاعبين بعض الأنشطة الرياضية ، بحث منشور ، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، العدد التاسع ، ديسمبر ، 2006
- العوامل المؤثرة في الأداء الوظيفي للعاملين بإمارة منطقة الباحة والمحافظات التابعة لها بالمملكة العربية السعودية (دراسة تحليلية) ، مجلة دراسات ، العلوم الإدارية ، المجلد 39 ، العدد 1 ، 2012 .
32. موسى سلامة اللوزي ، عمر عطية الزهراني
33. نعات احمد عبد الرحمن
34. هالة علي مرسي
- الانشطة الهوائية ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 2000 .
- تقويم حالة متسابقتي العاب القوى العائنين نفسيا وبدنيا وفسولوجيا ، المؤتمر الدولي الرياضي الأول بالجامعة الهاشمية ، كلية ، 2008 .

35. Daft, R.,L., Organization : Theory and design , 4th ed , west publishing co., U.S.A.1992
36. -Robbins, j., & Wiersema, M., : "Aresource Based Approach to Multibusiness firm :Empirical Analysis of portfolio Inter relationships and Corporat Financial performance" , Strategic Management Journal, Vol , No. , p.278 . 1995

المواقع الالكترونية :

37. <http://sst5.com/> (businessknowledgesource مهارات النجاح
38. ar.wikipedia.org ويكيبيديا الموسوعة الحرة
39. مجلة اليوم (العدد 10677) ، alyaum.com ، 2002

مرفق (2) استارة قياس الحالة البدنية استارة قياس الحالة البدنية

الترقيم	العبارة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة
.1	أشعر بالضعف في بعض عضلات جسمي أثناء أدائي لعملي.			
.2	أستطيع أن أعود لحالتي الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود بدني مع المريض أثناء جلسة العلاج .			
.3	أجد صعوبة في أداء الحركات التي تتطلب درجة من الرشاقة خلال جلسة العلاج مع المريض .			
.4	أشعر بالتعب عند بذل جهد بدني لفترة طويلة خلال جلسات العلاج .			
.5	أجيد أداء الحركات التي تتطلب السرعة دون تعب خلال جلسة العلاج مع المريض .			
.6	مرونة جسمي تساعدني علي أداء عملي بسهولة و يسر .			
.7	أستطيع بسهولة تغير أوضاع جسمي عند أدائي لجلسة العلاج للمريض.			
.8	بعض زملائي يصفونني بأن جسمي يتميز بالمرونة الجيدة .			
.9	أتميز بالخفة أثناء أداء عملي الوظيفي.			
.10	معظم زملائي يصفونني بأنني قوي بدنيا .			
.11	أستطيع العمل بشكل متواصل دون فترات راحة خلال اليوم.			
.12	قدرتي جيدة في الجلسات العلاجية التي تتطلب مجهود بدني كبير .			
.13	بعض زملائي يصفونني بأنني لا أتعب بسرعة أثناء ممارسة عملي			
.14	استطيع بسهولة أداء بعض الحركات التي تتطلب تحمل عضلي أثناء جلسة العلاج للمريض .			
.15	زملائي يصفونني بالرشاقة أثناء أداء عملي .			
.16	أحتاج لوقت طويل حتى استرد أقباسي عقب بذلي لمجهود بدني عالي مع المريض خلال جلسة العلاج .			
.17	أنا أسرع من معظم زملائي في أدائي لعملي .			
.18	أستطيع تأدية عملي الوظيفي اليومي بسهولة ويسر .			