

الجمهورية العربية الليبية الشعبية الاشتراكية العظمى



جامعة الفاتح

مجلة علمية تخصصية

ثقافية للعلوم الرياضية

والاجتماعية

منشورات كلية علوم التربية

البدنية والرياضة

العدد السابع

الكانون 2007 ديسمبر

المجلة العلمية

الجمهورية العربية الليبية  
الشعبية الاشتراكية العظمى  
جامعة الفاتح

## المجلة العلمية

مجلة تخصصية ثقافية للعلوم الرياضية والاجتماعية  
منشورات كلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح

العدد السابع  
2007

## المجلة العلمية

مجلة تخصصية ثقافية لعلوم التربية البدنية والرياضة والعلوم الأخرى المرتبطة

دورية محكمة نصف سنوية

منشورات كلية علوم التربية البدنية والرياضة

جامعة الفاتح

العدد السابع

2007 مسيحي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ (3) الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ (4) عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ (5)

صدق الله العظيم

## هيئة التحرير

رئيس التحرير

مدير التحرير

عضواً

عضواً

عضواً

أ. د. الصديق سالم الخبولي

أ.م.د. محمد علي عبد الرحيم

أ.م.د. كمال رمضان الأسود

أ. الحبيب بلقاسم عاشور

عماد إبراهيم الغراري

### المراسلات

مجلة كلية علوم التربية البدنية والرياضة - جامعة الفاتح - طرابلس - ليبيا

00 218 21 462 63 57 : Fax  00 218 91 372 02 42 : 

 00 218 21 462 30 98

E. mail : jedu\_sports@yahoo.com

## الهيئة الاستشارية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

- 1- أ.د. علي محمد مطاوع
- 2- أ.د. ابوبكر محمد كريميد
- 3- أ.د. علي خليفة الهنشيري
- 4- أ.د. محمد عبد الله عكاشة
- 5- أ.د. الصديق سالم الخبولي
- 6- أ.د. علي الفيتوري عبد الجليل

## هيئة التحكيم والتقييم العلمي

السادة الأساتذة أعضاء اللجان العلمية الدائمة وأساتذة  
الكليات المتميزين في كل تخصص دقيق

## كلمة أمين اللجنة الشعبية لكلية علوم التربية البدنية والرياضة

إن أهداف التربية البدنية والرياضة الجماهيرية تدخل ضمن الأهداف العامة للمجتمع ، ومنطلقاته الفلسفية .

الأمر الذي أدى إلى الاعتراف بالتربية البدنية كمادة منهجية ، تساهم مساهمة فاعلة في تشكيل عناصر التربية المستديمة في النظام التعليمي للمجتمع . ومحاولة لوضع مفهوم " الرياضة للجميع " كمفهوم علمي متطور بتطور الإنسان على سلم الحضارة ، وفي كل المجالات .

الأمر الذي تطلب السعي للاهتمام ببحث المشكلات التي تهم المجتمع في مجالات التربية البدنية والرياضة الجماهيرية والتي تصب كلها في زيادة القدرة الإنتاجية للفرد في مجال تخصصه ، وتكمن أهمية المشكلات المتناولة بأنها تستند إلى الأسلوب العلمي في البحث ووضع الحلول التي قد يكون لها أكبر الأثر في استباق الزمن للوصول إلى الأهداف المنشودة وانطلاقاً من هذا الطرح تسعى كلية التربية البدنية إلى المساهمة من خلال خبرات أعضاء هيئة التدريس في تسليط الضوء على بعض المشاكل ووضع الحلول العلمية لها متوخية في ذلك التأكيد على الدقة المنهجية والأمانة العلمية مع تشجيع البحوث التي تتناول المشاكل الملحة وتشجيع الجيل لتحمل المسؤولية .

والله الموفق ..

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أ.د. الصديق سالم الخبولي

أمين اللجنة الشعبية لكلية علوم التربية البدنية والرياضة

## شروط النشر

### بالمجلة العلمية لكلية علوم التربية البدنية والرياضة

- أن تتضمن البحوث إضافة جديدة ومبتكرة في مجال التخصص بشرط ألا يكون قد سبق نشرها .
- تكتب البحوث باللغة العربية .
- أن تشمل الصفحة الأولى على عنوان البحث ، اسم الباحث أو الباحثون ، الدرجة العلمية ، الوظيفة .
- ألا تزيد عدد صفحات البحث عن ( 20 ) صفحة ، وألا يزيد عدد السطور بالصفحة عن (24) سطراً .
- أن يشتمل محتويات البحث على ( المقدمة ، مشكلة البحث ، الأهداف ، الفروض ، عرض مختصر للدراسات السابقة ، إجراءات البحث ، نتائج وتوصيات البحث ، المراجع )
- تسلم البحوث إلى مكتب المجلة العلمية من ثلاث نسخ بالإضافة إلى قرص مرن أو قرص ضوئي يحمل آخر التعديلات الخاصة بالبحث .
- تحال الأبحاث للجنة تقويم البحوث المكونة من قبل أساتذة متخصصون بهذا المجال.
- الباحث ملزم بإجراء التعديلات الواردة من قبل لجنة التقويم إن وجدت.
- تنشر البحوث بمجلة متخصصة من إصدارات جامعة الفاتح .
- تنشر مستخلصات البحوث على الموقع الإلكتروني لكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح .

هيئة تحرير المجلة العلمية بالكلية

## فهرس المحتويات

| ت  | اسم الباحث  | عنوان البحث   | الصف    |
|----|---|---|---------|
| 1- | د. الهادي أحمد عبد السيد<br>أ. البشير محمد خلف<br>د. علي يوسف زربية                 | تنظيم مقترح لمقرر التدريب الميداني لطلاب كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح   | 17 - 1  |
| 2- | د. سعيد سليمان معيوف<br>د. عادل سالم الزيتوني<br>د. ناجية حسني شلابي                | تأثير برنامج تمرينات موجه لدرس التربية البدنية على بعض مكونات اللياقة البدنية للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة ( الكفيف ).      | 35-18   |
| 3- | أ. عاشور ميلود العمامي<br>أ. م. د يوسف لازم كماش                                    | دراسة لبعض الإصابات وأسباب حدوثها لدى طلاب كلية التربية البدنية   | 42 -36  |
| 4- | د علي يوسف زربية<br>د. عبدالمنعم يوسف زربية   | دراسة تحليلية للأهداف المسجلة في بطولة كأس العالم لكرة القدم (2006) ألمانيا   | 58-43   |
| 5- | د. سعدون محمد علوان<br>د. محمد أحمد فياض  | الإعلام الرياضي العربي بين النزعة الإخبارية وانحسار التنقيف الرياضي   | 67-59   |
| 6- | د. عمر علي سالم العياط<br>د. إبراهيم علي المختار عطية                               | الإصابة الرياضية وآثارها السلبية على متسابقى ألعاب القوى في زيادة حدة أعراض حالة الاحتراق النفسي وانسحابهم المبكر من الممارسة | 79-68   |
| 7- | د. ناجية حسني علي شلابي<br>د. سعيد سليمان معيوف<br>د. عادل سالم الزيتوني            | تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على بعض الدلالات الوظيفية للاعبى الجودو بمدينة طرابلس                           | 87 -80  |
| 8- | د.الصادق سالم الخبولي<br>د.محمد عبد الله عكاشة<br>د. الهادي احمد عبد السيد          | تأثير التدريب البليومتري على تحسين القدرة العضلية وقوة ودقة التصويب لناشئ كرة القدم   | 103 -88 |
| 9- | د. طلال فخر الدين ابوخطوة<br>د. جمال بلقاسم الزروق<br>د. عبد الكافي عبد العزيز احمد | دراسة تحليلية لبعض القرارات واللوائح الرياضية الصادرة بالجماهيرية   | 113-104 |

| الصفحة    | ت   |
|-----------|---|
| 129 - 114 | 10- أ. صالح أحمد مسعود<br>د. رضاء العيوني<br>د. محمد القزاح             |
| 141 - 130 | 11- د. عبد المنعم يوسف زربية<br>د. فتحي على الهادي                      |
| 172-142   | 12- د. رضاء العيوني<br>أ. صالح احمد مسعود<br>د. محمد القزاح             |
| 184-173   | 13- د. عمر سالم العياط<br>د. عادل سالم الزيتوني<br>د. سعيد سليمان معيوف |
| 199-185   | 14- أ.د. إبراهيم محمد العقربي<br>د. ياسين عرفة<br>أ. علي أحمد شناك      |
|           | أ. منصور إبراهيم دياب   |
|           | أ. أحمد مسعود العرضاوي<br>أ. د. عياد بن أرجم<br>د. محمد المنجي شايبير   |

(\*) د. الهادي أحمد عبد السيد

(\*\*) أ. البشير محمد خلف

(\*\*\*) د. علي يوسف زربية

## المقدمة :

تهدف العملية التعليمية إلى تحقيق النمو الشامل المتكامل المتزن للطلاب من جميع الجوانب المعرفية والانفعالية والنفس حركية وذلك لمراحل التعليم المختلفة ، ويعتمد ذلك على عدة عوامل أهمها إعداد المعلم مهنيًا، المناهج الدراسية ، الإمكانيات . (4 : 23)

إن متطلبات المجتمع المتطور نحو التربية البدنية للأجيال لا يمكن تحقيقها إلا بالتأهل العلمي والعملية والمهني لمعلمي التربية البدنية ، وبذلك يجب أن يكون معلم التربية البدنية على معرفة كاملة بالأهداف والمحتويات والأساليب والخطوات والوسائل والأدوات التي تساعد على نجاح العملية التعليمية والتربوية في مجال التربية البدنية سواء عن طريق درس التربية البدنية أو النشاط الرياضي . (7 : 41)

والمربي الذي يعمل في هذا الميدان الحيوي هو معلم التربية البدنية ، ومن ثم كان من الضروري أن يكون هذا المعلم مؤهلاً تأهيلاً تربوياً ومعرفياً وانفعالياً ومهاريًا بالقدر الكافي الذي يجعله صالحاً لتولى مثل هذه المهمة الحيوية، وإلا أمكن أن يصيب الدولة ضرر بليغ في مستقبلها عن طريق الضرر الذي قد يصيب أطفالها وفتياتها وشبابها في المدارس في فترة هم منها أحوج ما يمكن إلى التوجيه الصحيح والإرشاد القويم . (10 : 16)

فإعداد المعلم في التربية البدنية أمر حيوي، وكان الاهتمام منذ عهد قريب بالمادة التي تعطى للمعلم أثناء إعداده من علوم نظرية وأخرى عملية ويضم أوجه نشاط مختلفة دون الاهتمام بطريقة تدريس هذه الألوان من الأنشطة ، في حين أن طريقة التدريس أو التدريب هي الوسيلة التي تضمن حسن الاستفادة من معلومات وقدرات المعلم المختلفة . (2-5 ، 6)

والتربية العملية هي المجال الميداني لتطبيق ما يتم تدريسه للطلاب بكليات التربية البدنية من برامج إعداد و تأهيل لمواجهة الواقع الميداني والتدريب على مسؤوليات مهنية في المستقبل ، لذا تعد من أهم المجالات لاكتساب الطالب الخبرات التدريسية والمهنية .

(\*) محاضر بقسم المناهج وطرق التدريس ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم المناهج وطرق التدريس ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

وتعد برامج التربية العملية ( التدريب الميداني ) من البرامج الهامة والضرورية لإعداد معلمي التربية البدنية قبل الخدمة للحياة المستقبلية ومن أبرز أهدافها تدريب الطالب على الأساليب والطرق المختلفة للتدريس حتى يمكن الاستفادة في فترة التدريب الميداني بأقصى ما يمكن لتأهيله وإعداده لمعلم تربية بدنية . ( 8 : 34 )  
**مشكلة البحث :**

أخذت كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح بالنظام العام للكلية وهو تخريج معلمي التربية البدنية بالرغم من تعدد الاختصاصات في الكلية ، حيث صدر القرار رقم (200) لسنة 1369 و.ر ( 2001 ف ) بشأن إصدار لائحة نظام الدراسة والامتحانات وتطبيق اللائحة الداخلية للكلية والتي فيها تبدأ فترة التدريب الميداني من السنة الثالثة والرابعة بهدف إعداد معلم التربية البدنية لمراحل التعليم المختلفة .

وبما أن اللائحة لم تشمل على تنظيم أو برنامج لكيفية تأدية أو تدريب الطلاب لمقرر التدريب الميداني للسنتين الثالثة والرابعة ، الأمر الذي دفع الباحثان إلى اقتراح تنظيم لمقرر التدريب الميداني للمعلم ، يحتوي على الأهداف الخاصة بالمقرر ، والأنشطة المقدمة وأساليب التنفيذ والتقييم المناسبة .

#### **أهمية البحث والحاجة إليه :**

لما كان هذا البحث مرتبط بتنظيم مقترح لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم فإن أهميته تتضح فيما يلي :

- إن وضع تنظيم لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم ، يحتوي على الأهداف والأنشطة ، وأساليب التنفيذ وأساليب التقييم ، يجعل كل من الطالب المعلم والمشرف على علم بالواجبات والمسؤوليات والحقوق .
- إن وضع تنظيم لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم وفق الأصول العملية والعلمية ، الأمر الذي يستبعد معه تقويم الطالب المعلم بطريقة عشوائية غير علمية أو تربوية .
- إن وضع تنظيم لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم فيه من الطرق والأساليب الخاصة بالتدريس للأنشطة الرياضية المختلفة ، يجعله على معرفة بما سيقوم به مستقبلاً من حيث الممارسة العملية لعملية التدريس .
- قد يمثل هذا البحث إضافة حيث يفتقد الميدان في حدود علم الباحث لهذا التنظيم .

#### **أهداف البحث :**

- يهدف هذا البحث إلى اقتراح تنظيم لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم ، يعمل على تنمية وتطوير النواحي المعرفية والانفعالية والمهارية ويتطلب ذلك تحديد :
- أهداف المقرر .

- محتوى المقرر .
- الوقت المناسب لتنفيذ المقرر .
- أساليب تنفيذ المقرر .
- أسلوب التقويم المناسب للطالب المعلم في مقرر التدريب الميداني .

#### مفاهيم واردة في البحث :

- التنظيم المقترح ، ويقصد به العملية التي تحدد الأسلوب المتبع لأداء عمل ما في إطار تنظيمي تتضح فيه الأهداف والمحتوى والوقت وأساليب التنفيذ وأسلوب التقويم ليسير هذا العمل وفق إجراءات مبسطة تمكن العاملين من الإنتاج بأعلى كفاية ممكنة .
- الطالب المعلم ، ويقصد به طالب السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية والذي يتلقى تدريبه في مقرر التدريب الميداني بالمدارس الابتدائية والإعدادية .

#### الدراسات السابقة :

أجريت عدة دراسات عربية وأجنبية في مجال التدريب الميداني وبناء البرامج الخاصة بها منها :

1- دراسة " زينب علي عمر " (1977) (3) ، استهدفت ، دراسة العوامل المؤثرة على درس التربية الرياضية للصفين الخامس والسادس بالمرحلة الابتدائية ، وأشارت هذه الدراسة إلى أن التدريب الميداني يعد من أهم أساسيات الإعداد المهني لمعلم التربية الرياضية ، فهو متطلب ضروري للنجاح في إعداد معلم التربية الرياضية ، حيث يتعرف المعلم على القدرات البدنية والعقلية المتفاوتة بين التلاميذ ، وتجربة تطبيق ما يلزم لرفع هذه القدرات ، علاوة على تطبيق ما درس له من مواد دراسية في مجال الواقع بالمدارس ، ومن ثم يمكن القول أن إعداد معلم التربية الرياضية يتضمن إعداده وتزويده بالدراسات النظرية الفنية والدراسات العملية المهنية لما سيقوم بتدريسه بعد التخرج .

2- دراسة " جلييلة السويركي " (1979) (1) ، هدفت إلى التعرف على الصعوبات التي تواجه طالبات كلية التربية الرياضية بالقاهرة في التدريب الميداني ووضع مقترحات لحلها ، وأشارت هذه الدراسة إلى أن الإعداد المهني للمعلم لا يكتفي بقراءة المراجع أو الاستماع إلى المحاضرات أو الإعداد النظري لكيفية طرق التدريس ، ولكن تتجه أهمية الإعداد من خلال تحويل هذا الجانب النظري إلى الميدان العملي التطبيقي الذي يتحقق من خلاله نجاح معلم التربية الرياضية.

3- دراسة " محمد علي نصر " (1981) (16) ، استهدفت تشكيل برنامج تدريبي لإنماء المحاضرين الحديثين لتدريس العلوم في جامعة المنيا ، وكانت الخطوات المتبعة لبناء هذا البرنامج هي : تحديد الأهداف ، اختيار المحتوى ، اختيار خبرات تعليمية للأفراد ،

- أنماط التعليم والتعلم ، الإمكانات المادية أدوار الأفراد ، المواد العملية ولتجهيزات ، التقويم ، ثم التحسين في ضوء النتائج والتي تم الحصول عليها من التقويم.
- 4- دراسة " محمد حمص " (1982) (13) ، هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف بعض الأسس للإعداد المهني المتكامل لمدرسي التربية الرياضية بالمدارس الإعدادية والثانوية بنين من خلال دراستهم بكليات التربية الرياضية ، وقد أظهرت النتائج عدم استمرارية تفاعل الأسس المعرفية والعوامل التطبيقية مع الإعداد المهني المتكامل.
- 5- دراسة " اونيال واخرون " Ounyal et.al. (1992) (15) ، استهدفت بناء برنامج ركز فيه على الإصلاح التعليمي واثار ذلك على النمو المهني لطلاب التربية البدنية في ولاية مسيسيبي ، وأشارت أهم نتائجها إلى أن التغييرات الشاملة وإعادة بناء برامج إعداد المعلم كانت ذات فعالية.
- 6- دراسة " ادوارد " Edward (1993) (17) ، اقترح فيها لإعداد المعلم بالمدارس أن يتمتع بالمقومات التالية :
- أن يعمل فريق الطالبة المعلمون الذين يتم إعدادهم للتدريس بالتعليم الثانوي وأولئك الذين يتم إعدادهم للتعليم الخاص والابتدائي سويًا في برامج الإعداد ( أن يدرسوا مقررات الإعداد سويًا ) .
  - أن تركز مقررات الطرق على عمل المعلم كفرد في فريق للوصول إلى قرار فعال في صالح التلاميذ .
  - أن يقوم المعلمين قبل الخدمة بممارسة أساليب التدريس في مدارس التعليم العام .
  - أن يتضمن البرنامج خدمة البيئة للطالب المعلم .
- 7- دراسة " محسن إسماعيل " (1994) (12) ، وكان الهدف منها بناء برنامج لإنماء الخصائص المهنية لمعلمي التربية البدنية قبل الخدمة والتعرف على مدى تأثيره على الخصائص المهنية لهؤلاء المدرسين ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة إن البرنامج المقترح يعمل على إنماء الخصائص المهنية لمعلمي التربية البدنية قبل الخدمة وأثناء فترة التربية العملية .
- 8- دراسة " عبد الحفيظ همام " (1994) (12) ، استهدفت الكشف عن مدى وعى مشرف التربية العلمية بمسؤولياتهم تجاه الطلاب المعلمين بكلية التربية بقنا ، وأشارت هذه الدراسة إلى أن التدريب الميداني يعد من أهم العناصر الأساسية من مناهج إعداد المعلمين فهي فترة خصبة تتمثل فيها العلاقة الوثيقة بين الأكاديمي التأهيلي والمدارس وعملها التطبيقي فبها يتعرف طالب اليوم ومعلم الغد على أهم خصائص مهنة التدريس ، فهي فرصة ليكون فيها معلم الغد اتجاهات إيجابية نحو مهنة التدريس .

### من الدراسات السابقة يتضح :

- إن التدريب الميداني يعد من أهم أساسيات الإعداد المهني وهو كذلك ضرورة ملحة من ضرورات نجاح معلم التربية البدنية وأهمية الجانب النظري لكيفية طرق التدريس وتحويلها إلى الميدان العملي التطبيقي الذي يساعد على نجاح معلم التربية البدنية ، وحيث تعتبر فترة تدريب الطالب المعلم فترة خصبة تتمثل فيها العلاقة الوثيقة بين الإعداد الأكاديمي التأهيلي والمدارس و عملها التطبيقي، فهي تعد معلم الغد وتساعد على تكوين اتجاهات إيجابية نحو مهنة التدريس وعدم استمرارية تفاعل الأسس المعرفية والعوامل التطبيقية مع الإعداد المهني المتكامل .
- إن إعداد برنامج تدريبي للطالب المعلم يساعد على إنماء الخصائص المهنية لديهم .

### منهج البحث :

اتبع الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث .

### مجتمع البحث وعينة البحث :

يمثل مجتمع المستفيدين من البحث طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح بالسنه الثالثة والرابعة للعام الدراسي 2005-2006 ف .

### أدوات جمع البيانات :

استعان الباحث لتحقيق أهداف البحث بالأدوات التالية :

- تحليل الوثائق واللائحة الخاصة بكلية التربية البدنية بجامعة الفاتح والصادرة بقرار اللجنة الشعبية العامة رقم (200) لسنة 1369 و.ر (2001) إفرنجي .
- تحليل المنهاج الراسي لمادة طرق التدريس والتدريب الميداني بكلية التربية البدنية بجامعة الفاتح .
- استطلاع آراء الخبراء ، حيث يتم عرض التنظيم المقترح على عدد (5) خمس من الخبراء في مجال التربية البدنية وطرق التدريس ، ملحق رقم (2) .

### خطوات البحث :

بعد تحديد منهج البحث وعينته وأدوات جمع البيانات ، اتبع الباحث الخطوات التالية :

### أ- تحديد الأسس العامة للتنظيم المقترح :

قام الباحث بأعداد التنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم للسنتين الثالثة والرابعة وطبقا للائحة كلية التربية البدنية - جامعة الفاتح مع مراعاة الأسس التالية :

- يحقق أهداف التدريب الميداني للطالب المعلم .
  - يحقق الأهداف الإدراكية والانفعالية والنفس حركية للطالب المعلم .
  - مناسبة المحتوى الخاص بمقرر التدريب الميداني لقدرات واستعدادات الطلاب المعلمين على أن تتوافر المعايير التالية :
  - التسلسل والاستمرار : بحيث تتزايد خبرات التنظيم بتعقيد المهارة وصعوبتها أي أن تسير المهارة من السهل إلى الصعب ومن المعلوم إلى المجهول ومن البسيط إلى المركب .
  - الترابط والتكامل : أي الربط بين جميع مجالات التعلم لدى الطلاب نفس حركياً وإدراكياً وانفعالياً من جانب والاستفادة بما يحتويه التنظيم من أنشطة وخبرات من جانب آخر .
  - التتابع : أي تبنى الخبرة الحالية على خبرة سابقة وتعد لخبرات مستقبلية فتكون هناك وحدة في العملية التعليمية وربط بين الخبرات المختلفة في التنظيم .
  - وضوح المفاهيم : التي يبنى عليها تنظيم الخبرات بالنسبة للمسؤولين عن التقيد والمتعلم حتى تتحقق الأهداف المرسومة .
  - الاتزان : أي يكون تنظيم الأنشطة في إطار من الاتزان بين فعالية المتعلم في النمو مع ذاته ومع جماعته .
  - وضوح أساليب التقويم : لمختلف وحدات التنظيم حتى يمكن من خلالها تحديد مدى مناسبة التنظيم المستخدم في تحقيق الحصائل المتوقعة وإعادة النظر في تنظيم المحتوى بناءً على النتائج الحادثة .
  - إشباع ميول الطلاب المعلمين والتنوع في التدريب على استخدام طرق التدريس المختلفة للتربية البدنية .
  - استشارة الطلاب المعلمين للاستمرار والمداومة بجد ونشاط في تنفيذ التنظيم المقترح .
  - مراعاة الوقت الخاص بتنفيذ التنظيم المقترح .
  - ب- تم إعداد استمارة استطلاع رأى وعرضها على (5) خمسة من الخبراء وذلك الفترة من 02/18 إلى 2006/02/27 ف ، وتضمنت الآتي :
  - 1- الهدف العام والأهداف السلوكية للتنظيم المقترح للمقرر .
  - 2- محتوى المقرر .
  - 3- أسلوب تنفيذ المقرر .
  - 4- الوقت المناسب المخصص للمقرر .
  - 5- أسلوب التقويم المناسب للطالب المعلم في مقرر التدريب الميداني .
- أولاً : الهدف العام والأهداف السلوكية للتنظيم المقترح للمقرر :
- الهدف العام :

يعمل التنظيم المقترح على تنمية وتطوير النواحي الإدراكية والانفعالية والنفس حركية للطلاب المعلمين بكلية التربية البدنية - جامعة الفاتح .

### الأهداف السلوكية :

في إطار الهدف العام للتنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني للطلاب المعلم يمكن تحديد الأهداف السلوكية على النحو التالي :

باستخدام التنظيم المقترح يصبح كل طالب معلم قادراً على أن :

- يتقن المعارف والمعلومات المرتبطة بمبادئ التدريس وأصوله والأسس العملية التي تساعد على تحسين مستوى الأداء التدريسي .
- يستخدم قدراته العقلية لتنفيذ المهارات التدريسية والعملية والإدارية في إطارها الدقيق .
- يتكيف مع ذاته وعمله في مهنة تدريس التربية البدنية .
- يتكيف ويتعاون مع الآخرين في المواقف التعليمية والاجتماعية المختلفة .
- يمارس عملية التدريس واكتساب الخبرة لإعداده لمهنة التدريس في التربية البدنية .
- يتقن المهارات التدريسية والعملية والإدارية المختلفة للتربية البدنية .
- وكانت نسبة آراء الخبراء في مناسبة الهدف العام والأهداف السلوكية للتنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني (100%) .

### ثانياً : محتوى المقرر :

استند الباحث عند اختيار محتوى مقرر التدريب الميداني للطلاب المعلم في ضوء ما استخلصه مما يأتي :

- تحليل مقررات طرق التدريس في التربية البدنية طبق لما ورد باللائحة الخاصة بكلية التربية البدنية بجامعة الفاتح .
- الاطلاع على الدراسات السابقة في مجال التدريب الميداني (1،3،5،12،13) .
- الاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في مجال التدريب الميداني وتدريب التربية البدنية (2،4،6،7،8،14) .
- الاطلاع على الدراسات السابقة والمراجع في مجال إعداد البرامج في مجال التدريب الميداني (10،11،15،16،17) .
- بالإضافة إلى آراء الخبراء في مجال التربية البدنية وطرق التدريس قيد البحث ، وقد أسفرت نتائج استطلاع آرائهم على الجداول (1،2،3،4) .

### جدول (1)

آراء الخبراء نحو مناسبة محاور مقرر التدريب الميداني للطالب المعلم

(ن = 5)

| آراء الخبراء % | المحاور                | السنة الدراسية |
|----------------|------------------------|----------------|
| مناسب          |                        |                |
| 100            | درس التربية البدنية    | الثالثة        |
| 100            | النشاط الرياضي الداخلي | الرابعة        |
| 100            | النشاط الرياضي الخارجي |                |

من الجدول السابق (1) يتضح :

- أن نسبة آراء الخبراء لمناسبة المحاور بلغت (100 %).

### جدول (2)

آراء الخبراء نحو مناسبة محتوى درس التربية البدنية

(ن=5)

| المحتوى   | الزمن بالدقيقة | السنة   | الوحدة أسبوعيا | عدد الوحدات | نسبة الآراء % |
|---|----------------|---------|----------------|-------------|---------------|
| أعمال إدارية تضم ( مقدمة الدرس والإحماء وختام الدرس )   | 05             | الثالثة | مرة واحدة      | 12          | 100           |
| الإعداد البدني ويضم ( تمارين لمختلف العضلات الكبيرة لتطوير اللياقة البدنية والحركية )           | 10             | الرابعة | مرة واحدة      | 12          | 100           |
| الألعاب الأساسية (جمباز/ألعاب الميدان والمضمار) الألعاب ( كرة القدم/كرة يد/ كرة طائرة/كرة سلة ) | 30             | الرابعة | مرة واحدة      | 12          | 100           |
| <b>الإجمالي</b>   | <b>45</b>      |         |                | <b>36</b>   |               |

ويتم تدريس درس التربية البدنية طبقا للخطة التنفيذية للمنهاج المطور للمدارس

الإعدادية للسنة الثالثة والمدارس الثانوية للسنة الرابعة من حصص التربية البدنية بالجدول

الدراسي .

وقد بلغت جميع آراء الخبراء على مناسبة الأهداف السلوكية لدرس التربية

البدنية 100% .

### جدول (3)

آراء الخبراء نحو مناسبة محتوى النشاط الرياضي الداخلي

(ن=5)

| المحتوى  | الزمن<br>بالدقيقة | الوحدة<br>أسبوعيا | السنة   | عدد<br>الوحدات | نسبة<br>الآراء % |
|--|-------------------|-------------------|---------|----------------|------------------|
| مسابقات في الألعاب المختلف من<br>الفصول و السنوات (تنس<br>طاولة/خماسي كرة قدم/خماسي كرة<br>يد/رباعي كرة طائرة/ثلاثي كرة<br>سلة/عدو 50 متر/رمى كرة طبية اكغ<br>لأبعد مسافة/وخلافه) وأنشطة الخلاء<br>(كشافة) وأنشطة ترويحية وفقا<br>للإمكانات المتاحة. | 30                | مرة<br>واحدة      | الثالثة | 12             | 100              |
|  |                   |                   | الرابعة | 12             | 100              |
|  |                   |                   |         | 12             | 100              |
| <b>الإجمالي</b>  | <b>1080</b>       |                   |         | <b>36</b>      |                  |

ويتم تنفيذ هذا النشاط في الصباح قبل اليوم الدراسي ، أو أثناء الفسحة أو بعد انتهاء

جدول الحصص اليومي .

وقد بلغت نسبة آراء الخبراء على مناسبة محتوى النشاط الرياضي الداخلي 100 % .

### جدول (4)

آراء الخبراء نحو مناسبة محتوى النشاط الرياضي الخارجي

(ن=5)

| المحتوى  | الزمن<br>بالدقيقة | الوحدة<br>أسبوعيا | السنة   | عدد<br>الوحدات | نسبة<br>الآراء % |
|--|-------------------|-------------------|---------|----------------|------------------|
| يقوم الطالب المعلم بتدريب إحدى فرق<br>المدرسة ويتم وفق خطة تدريب تتناسب<br>ونوع النشاط . | 60                | مرة<br>واحدة      | الثالثة | 12             | 100              |
|  |                   |                   | الرابعة | 12             | 100              |
|  |                   |                   |         | 12             | 100              |
| <b>الإجمالي</b>  | <b>2160</b>       |                   |         | <b>36</b>      |                  |

ويتم تنفيذ هذا النشاط في الصباح قبل بداية اليوم الدراسي ، أو بعد انتهاء جدول الحصص اليومي وقد بلغت نسبة آراء الخبراء على محتوى النشاط الرياضي الخارجي 100% .

**ثالثاً : أسلوب تنفيذ المقرر :**

يتم تنفيذ التنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني على النحو التالي :

- **السنة الثالثة :** بواقع (12) أثنى عشر أسبوعاً بإجمالي عدد ساعات تطبيقية (48) ثمانية وأربعون ساعة لدرس التربية البدنية داخل الجدول الدراسي ، (6) ساعات للنشاط الرياضي الداخلي ، (12) أثنى عشر ساعة للنشاط الرياضي الخارجي خارج ساعات الجدول الدراسي ، ويمكن أن تمارس قبل الدراسة في الصباح وأثناء الفسحة أو بعد انتهاء جدول الحصص اليومي.

- **أما السنة الرابعة :** فتكون بواقع (12) أثنى عشر أسبوعاً بإجمالي عدد ساعات للنشاط الرياضي الخارجي ، وذلك خارج ساعات الجدول الرسمي ، ويمكن أن تكون قبل الدراسة في الصباح أو أثناء الفسحة أو بعد انتهاء جدول الحصص اليومي.

- **أما في الفترة الثانية :** للسنة الرابعة (المتصلة) فتكون بواقع (12) أسبوعاً بإجمالي عدد ساعات تطبيقية (48) ثماني وأربعون ساعة لدرس التربية البدنية داخل الجدول الدراسي ، (6) ست ساعات للنشاط الرياضي الداخلي ، (12) أثنى عشر ساعة للنشاط الرياضي الخارجي ، وذلك خارج ساعات الجدول الدراسي ويمكن أن تمارس قبل الدراسة في الصباح أو أثناء الفسحة أو بعد انتهاء جدول الحصص اليومي وكانت نسبة آراء الخبراء لمناسبة أسلوب التنفيذ 80%.

**متابعة تنفيذ المقترح :**

يقوم الطلاب المعلمون بتنفيذ التنظيم المقترح على طلاب بالمدارس الابتدائية والإعدادية أثناء فترة التدريب الميداني ، كما يقوم أعضاء هيئة التدريس المشرفين على الطلاب والموجهين بقطاع التعليم بالإشراف و التوجيه ومدرسي التربية البدنية بالمدارس الابتدائية والإعدادية بمتابعة وتنفيذ المقترح .

**رابعاً : الوقت المناسب المخصص للمقرر:**

يستغرق التنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني (36) ستة وثلاثون أسبوعاً موزعة على

النحو التالي :

- (12) أثنى عشر أسبوعاً لطلاب السنة الثالثة .

- (24) أربعة وعشرون أسبوعاً لطلاب السنة الرابعة موزعة على فترتين الأولى والثانية .

**ويشتمل التنظيم المقترح على :**

- (أ): درس التربية البدنية، ويشمل على (4) أربع ساعات أسبوعياً بإجمالي عدد ساعات (144) مائة وأربعة وأربعون ساعة موزعة على السنتين الثالثة والرابعة من الجدول الدراسي .
- (ب): النشاط الرياضي الداخلي ، ويشتمل على (30) ثلاثون دقيقة أسبوعياً بإجمالي (1080) ألف وثمانون دقيقة ، أي (18)ثمانية عشر ساعة موزعة على السنتين الثالثة والرابعة خارج الجدول الدراسي .
- (ج): النشاط الرياضي الخارجي ، ويشتمل على (60)ستون دقيقة أسبوعياً بإجمالي (2160) ألفين ومائة وستون دقيقة ، أي (36) ستة وثلاثون ساعة موزعة على السنتين الثالثة والرابعة خارج الجدول الدراسي .
- وكانت نسبة آراء الخبراء لمناسبة الوقت المخصص للمقرر .

**جدول (5)**

| آراء الخبراء مناسبة % | عدد الساعات         |                     | عدد الأسابيع | المحاور                | السنة   |
|-----------------------|---------------------|---------------------|--------------|------------------------|---------|
|                       | خارج الجدول الدراسي | داخل الجدول الدراسي |              |                        |         |
| 100                   |                     |                     | 12           | درس التربية البدنية    | الثالثة |
| 100                   | 6                   | 48                  | 12           | النشاط الرياضي الداخلي |         |
| 100                   | 12                  |                     | 12           | النشاط الرياضي الخارجي |         |
| 100                   |                     |                     | 12           | درس التربية البدنية    | الرابعة |
| 100                   | 6                   | 48                  | 12           | النشاط الرياضي الداخلي |         |
| 100                   | 12                  |                     | 12           | النشاط الرياضي الخارجي |         |
|                       |                     | <b>148</b>          | <b>36</b>    | <b>الإجمالي</b>        |         |

**من الجدول السابق (5) يتضح :**

أن نسبة آراء الخبراء في عدد الأسابيع لتنظيم المقترح المناسب 100% طبقاً للائحة .

خامساً : أسلوب التقويم المناسب للطالب المعلم في هذا المقرر :

قام الباحث بتصميم بطاقة لتقويم الطالب المعلم لمقرر التدريب الميداني موزعة على محاور التنظيم المقترح ، درس التربية البدنية،النشاط الرياضي الداخلي ، النشاط الرياضي الخارجي ، على أن يكون للمشرف من أعضاء هيئة التدريس بالكلية 60% والمشرف الخارجي 40% من مجموع درجات مقرر التدريب الميداني .  
وتم عرض هذه البطاقة على الخبراء، وكانت نسبة مناسبتها (100%) بعد إجراء بعض التعديلات عليها .

وقد تم وضع بنود التقويم تحت (4) أربع تقديرات تبدأ من الدرجات (1,2,3,4) بالتوالي طبقاً للتقديرات التالية ( تنفذ تماماً . تنفذ أغلبها . تنفذ القليل منها . لا تنفذ ) .

جدول (6)

| المشرف  | النسبة (%) | درس التربية البدنية | النشاط الرياضي الداخلي | النشاط الرياضي الخارجي | المجموع | النسبة المئوية لمجموع الدرجات % | التقدير |
|---------|------------|---------------------|------------------------|------------------------|---------|---------------------------------|---------|
| الداخلي | 60         | 200                 | 44                     | 32                     | 276     | -                               |         |
| الخارجي | 40         | 200                 | 44                     | 32                     | 276     | -                               |         |

\* التقدير :

- أقل من 50% ( ضعيف )
- من 50% إلى 64% ( مقبول )
- من 65% إلى 74% ( جيد )
- من 75% إلى 85% ( جيد جداً )
- من 85% إلى 100% ( ممتاز )

الاستنتاجات :

- في ضوء أهداف البحث ونتائج استطلاع آراء الخبراء في كل من :
  - أهداف التنظيم المقترح، ومحتواه، والوقت المناسب لتنفيذه، وأسلوب تنفيذه، وأسلوب تقويمه يستنتج الباحث ما يلي :

- 1- مناسبة الهدف العام والأهداف السلوكية للتنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم .
- 2- مناسبة محتوى التنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم .
- 3- مناسبة الوقت المخصص لتنفيذ التنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم .
- 4- مناسبة أسلوب تنفيذ التنظيم المقترح .
- 5- مناسبة أسلوب تقييم الطالب المعلم في مقرر التدريب الميداني .

#### التوصيات :

##### في ضوء ما توصل إليه الباحث من استنتاجات يقدم التوصيات الآتية :

- الاستفادة من نتائج هذا البحث في تنظيم مقرر التدريب الميداني للطالب المعلم بكلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .
- إجراء المزيد من البحوث والدراسات العلمية حول التعرف على فعالية التنظيم المقترح لمقرر التدريب الميداني للطالب المعلم نحو الكفاءة التدريسية وكذلك الخصائص المهنية لهم .

#### المراجع

##### أولاً : المراجع العربية :

- 1- جلييلة مصطفى السويركي (1979) ، الصعوبات التي تواجه طالبات كلية التربية الرياضية بالقاهرة في التدريب الميداني ووضع مقترحات لحلها ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة .
- 2- حسن سيد معوض ، (1970) ، طرق التدريس في التربية الرياضية ، مكتبة القاهرة الحديثة ، القاهرة ، ص 5 : 6 .
- 3- زينب على محمد عمر ، (1977) ، العوامل المؤثرة على درس التربية الرياضية للصغار الخامس والسادس بالمرحلة الابتدائية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
- 4- سهام عفت ، (1983) ، التدريب الميداني في التربية الرياضية ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة.
- 5- عبد الحفيظ محمود حنفي همام ، (1994) ، مدى وعى مشرف التربية العملية بمسؤولياتهم تجاه الطلاب المعلمين بكلية التربية بقنا ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، العدد الرابع ، الجزء الأول ، كلية التربية بأسسيوط .

- 6- عفاف عبد الكريم ، (1989) ، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 7- ، (1990) ، التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 8- عنايات محمد احمد فرج ، (1983) ، مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية ، القاهرة .
- 9- جامعة الفاتح (2001) ، لائحة الدراسة والامتحانات ، قرار رقم (200) .
- 10- ليلى عبد العزيز زهران ، (1998) ، الأصول العلمية والفنية لبناء المناهج في التربية الرياضية ، ط2 ، دار زهران ، القاهرة .
- 11- محسن اسماعيل ابراهيم ، (1991) ، برنامج مقترح في النشاط الرياضي لطلاب جامعة المنيا وقياس مدى فعاليته في تعديل اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط الرياضي دراسة تجريبية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة، كلية التربية ، جامعة المنيا .
- 12- ، (1994) ، برنامج مقترح لإنماء الخصائص المهنية لمدرسي التربية الرياضية قبل الخدمة ، بحث تجريبي ، مجلة علوم الرياضة والتربية الرياضية .
- 13- محسن محمد درويش حمص ، (1982) ، دراسة بعض الخصائص المهنية لمدرسي التربية الرياضية للمدارس الإعدادية والثانوية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية .
- 14- مكارم أبوهرجه ، محمد سعد ، (1991) ، طرق التدريس والتربية العملية في مجال التربية الرياضية المدرسية ، المنيا .

#### ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 15- Nasr, M,A,(1981),{Shaping a training program for developing the junior lecturers oh teaching science in Elminia university” paper presented to Kassel university , sept,14.
- 16- O’Neal , E.C. , & Lirk, 1992, Panela Acouedge, “ Effects of Educational Reforms on Pre-Post Re form NTE scoresal Physical Education Majors “ , Paper Presented at the Annual of the Mid-south Educational Research Association , Knoxville , November.
- 17-Sullivan,Edward.A,(1993),A preparation program for qualifying teachers, position paper, march.



تأثير برنامج تمرينات موجه لدرس التربية البدنية على بعض مكونات اللياقة البدنية  
للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة ( الكفيف ) .

(\*) د. سعيد سليمان معيوف

(\*\*) د. عادل سالم الزيتوني

(\*\*\*) د. ناجية حسني شلابي

## المقدمة :

لقد ازدادت الأدلة العلمية التي تؤكد بأن النشاط البدني الملائم وبالتالي ما يترتب عليه من لياقة بدنية جيدة يمكن أن تسهم إسهاماً رئيسياً في الصحة العامة، خاصة وأن عدد من القطاعات السكنية تمارس أساليب حياتية ترتبط ارتباطاً واضحاً بمخاطر الإصابة بالأمراض ، ومن وجهة نظر الصحة العامة ، فإن الأفراد الغير ممارسين للنشاط البدني يصبحون أكثر عرضة للإصابة بأمراض العصر المتعددة .

فالصحة لا تعني مجرد الخلو من الأمراض ولكنها وبنفس الأهمية القدرة على الاستجابة لمواجهة التحديات المتعددة التي تواجهها في حياتنا اليومية، وهي بمثابة المصدر الذي من خلاله يستطيع الفرد تحقيق كافة أهدافه وطموحاته ( W.H.O ) ( 1 ) .

وقد أكدت منظمة الصحة العالمية على أهمية التعرف على الحالة الصحية لطفل المرحلة الأساسية من التعليم حتى لا تعوقه الأمراض من التحصيل الدراسي والممارسة الفعالة للأنشطة الرياضية، حيث أكدت هذه المنظمة على أن يكون التمتع بأعلى مستوى من الصحة هو أحد الحقوق الأساسية لكل إنسان دون تمييز، وعلى ذلك فإن تحقيق الصحة يعتبر حقاً يكفله المجتمع لجميع أفراداه .

وقد أوضح كل من ( Bucher 1983 & Mc Ardle 1991 ) أن كفاءة القلب والرئتين هي إحدى مكونات اللياقة البدنية وعنصر أساسي في حياة أفضل للإنسان . ( 5 ) ، ( 12 )

وقد أصبحت تنمية اللياقة البدنية هدفاً تسعى الدولة إلى تحقيقه من خلال درس التربية البدنية في مراحل التعليم المختلفة ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه نوال شلتوت (1985) أن العمل على زيادة فعالية درس التربية البدنية من العوامل الهامة التي تساعد وتزيد من قيمة وفعالية المنهج ككل لأن درس التربية البدنية يعتبر الأداة العلمية المناسبة لتحقيق أهداف التربية البدنية

(\*) محاضر بقسم العلوم النظرية التخصصية ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*\*) محاضر بقسم الرياضات المائية والدفاع عن النفس ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

في أي مرحلة تعليمية كما أصبح ضرورياً العمل على تطوير درس التربية البدنية بما يتناسب مع قدرات وإمكانيات التلاميذ . (4)

وحيث تشير الكثير من الدراسات والبحوث والمراجع المتخصصة إلى مدى أهمية درس التربية البدنية حيث يعتبر القاعدة والركيزة الأساسية لإنجاح خطة التربية البدنية بالمدارس وأن الدولة في برامجها التنفيذية تسعى إلى الرفع من مستوى اللياقة البدنية للتلاميذ من خلال دروس التربية البدنية ، هذا ما يقرأ في الكتب والمجلات العلمية ، وما يشاهد من خلال لقاءات وتعليقات المسؤولين عن هذا الجانب سواء في الإذاعة المرئية أو المسموعة إلا أن الواقع يأخذ جانباً آخر تماماً من هذا كله بل عندما تزور المدارس تصطدم بواقع مغاير وهذا يبلور مدى اقتناع المسؤولين أو بمعنى آخر المسيرين لهذه العملية فناعة تامة بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية للتلاميذ من خلال دروس التربية البدنية لما له من أهمية كبيرة في الرفع من لياقتهم البدنية ووقايتهم من أمراض العصر .

كما أن جميع المجتمعات المتقدمة والنامية على حد سواء لا تخلو من وجود ذوي الاحتياجات الخاصة بين أبنائها، حيث تلعب الأسباب الوراثية والمرضية والحوادث والحروب دوراً كبيراً في تمويل نسبة ازدياد المعاقين في العالم ، حيث يعتبر اهتمام هذه المجتمعات بمعوقها والاستفادة من طاقاتهم إحدى المؤشرات الرئيسية للحكم على درجة تقدمها العلمي والإنساني، وذلك من خلال دمج هذه الشريحة ضمن خطط التنمية للمجتمع . ( 2 )

#### مشكلة الدراسة :

الفرد يعتمد كثيراً على أحاسيسه التي تساعد على الإدراك الحسي ومعرفة ما يحدث من حوله، وهكذا يستطيع أن يستجيب للأوامر الحسية التي تقرأ بأحاسيس من كل الجوانب وفي جميع الأوقات ، حيث تتحرك المعلومات من خلال النظام العصبي الذي يأتي من الدماغ حيث يمكن أن تترجم وتفهم ، وهذه الأحاسيس إما تكون بصرية أو سمعية أو حاستي الشم والتذوق .

فعندما يفقد الإنسان إحساسه الرئيسي أي إحساسه البصري ، ثم يفقد القابلية للرؤية ويصبح بشكل فسيولوجي عاجز عن جمع المعرفة الرئيسية للبيئة الخارجية ، فتحدث له حالات عجز مصاحبة فتحد من قابليته للتحرك بسبب الخوف من السقوط أو الاصطدام بالأشياء أو التحرك باستقلالية ففي كثير من الأحيان يعتمد المعاق بصرياً على المساعدة من الآخرين ، وهذا من الأخطاء التي يجب تصحيحها وذلك بتدريب المعاق بصرياً على الاستقلالية ( الاعتماد على النفس ) منذ الصغر .

وطبيعة الإعاقة البصرية تفرض على التلميذ وضعية معينة ففي كثير من الأحيان نجدهم قليلي الحركة بصورة عامة وذلك للأسباب التي ذكرناها فنجد السمنة منتشرة بين

هذه الفئة، الأمر الذي يجعلهم الأقرب إلى الإصابة بأمراض قلة الحركة أو ما تسمى بأمراض العصر. وهذا يؤكد كل من Luke 1995 و Dorothy et al 1994 إلى أن الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة هم الأكثر عرضة لأمراض الجهاز الدوري وأمراض القلب . (7) ، (11)

الأمر الذي دعا الباحثين إلى إجراء دراسة استطلاعية على مجموعة تلاميذ من مجتمع البحث للتعرف على بعض عناصر اللياقة البدنية وذلك باستخدام بعض الاختبارات التي تناسب هذه الفئة . حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى تدني واضح في تلك العناصر البدنية المختارة .

الأمر الذي دعا الباحثين إلى التفكير بجدية في وضع برنامج خاص من خلال دروس التربية البدنية يتضمن عدد من التمرينات المختارة والتي قد تؤثر على هذه القدرات ، وإنه من إيمان الباحثون بدور النشاط البدني في حل بعض مشاكل هذه الفئة من الناس في المجتمع لكي يعيشوا حياة أسهل داخل مجتمعاتهم ووضعهم في مستويات صحية مناسبة وعلى أساس مبدأ الرياضة للجميع وهو حق لكل فرد في المجتمع .

**أهداف الدراسة :**

**تهدف الدراسة إلى التعرف على :**

- تأثير برنامج التمرينات الموجه لدرس التربية البدنية على بعض مكونات عناصر اللياقة البدنية

**فرض الدراسة :**

- توجد فروق دالة إحصائياً بين قيم القياس القبلي والبعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية لصالح القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية .

**الإجراءات :**

**منهج الدراسة :**

استخدم الباحثون المنهج التجريبي ، تصميم المجموعة الضابطة ومجموعة تجريبية قياس قبلي بعدي .

**عينة الدراسة :**

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية ( 40 ) تلميذ يمثلون فصلين من الأطفال المعاقين بصرياً وكان تصنيفهم الطبي ( T.B ) Total blindness وهي تعني عدم قدرة العين على البصر ( العمى التام ) ويقع تصنيفهم الرياضي ضمن ( B1 ) من مرحلة التعليم الأساسي بمدرسة جمعية النور للمكفوفين بطرابلس ، وكان متوسط الأعمار 12 سنة ، كما أخضعت عينة البحث لفحص طبي كامل للتأكد من السلامة الصحية وعدم وجود مرض في

العين قد يؤثر المجهود البدني عليها سلباً ، وكذلك بعد استبعاد نخبة الرياضيين ، حيث اقتصر العينة على من هم يمارسون النشاط البدني في حصة التربية البدنية فقط .  
 ثم قسمت المجموعة المختارة عشوائياً إلى مجموعتين واحدة تجريبية حيث طبقت برنامج التمرينات الخاص وأخرى ضابطة وطبقت البرنامج المعتاد في المدرسة وقد تم إجراء التجانس والتكافؤ للمجموعتين في المتغيرات قيد الدراسة وكذلك ضبط المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج الدراسة .

جدول رقم ( 1 ) يبين خصائص المجموعة الضابطة n=20

| المتغير           | السن | الوزن<br>KG | الطول<br>cm | تصنيف رياضي                              | تصنيف طبي |
|-------------------|------|-------------|-------------|--|-----------|
| المتوسط الحسابي   | 12   | 52.11       | 152         | B1                                       | T.B       |
| الانحراف المعياري | 0.8  | 4.10        | 0.6         | عدم قدرة العين على البصر ( العمى التام ) |           |

جدول رقم ( 2 ) خصائص المجموعة التجريبية n = 20

| المتغير           | السنة | الوزن<br>KG | الطول<br>cm | تصنيف رياضي                              | تصنيف طبي |
|-------------------|-------|-------------|-------------|--|-----------|
| المتوسط الحسابي   | 12    | 56.4        | 159         | B1                                       | T.B       |
| الانحراف المعياري | 0.5   | 8.12        | 0.4         | عدم قدرة العين على البصر ( العمى التام ) |           |

جدول ( 3 ) قيم الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

لكل المتغيرات قيد الدراسة ولكافة عينة البحث n= 28

| المتغيرات     | الوسط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---------------|-------|-------------------|----------------|
| السن          | 12    | 0.62              | 0.05           |
| سنة           |       |                   |                |
| الطول         | 156   | 0.72              | 0.17           |
| سم            |       |                   |                |
| الوزن         | 54.26 | 7.20              | 0.73           |
| كلجم          |       |                   |                |
| التوازن       | 1.41  | 0.06              | 0.5            |
| ثانية         |       |                   |                |
| سرعة          | 8.90  | 1.22              | 0.79           |
| ثانية         |       |                   |                |
| مرونة         | 14.32 | 2.81              | -0.19          |
| سم            |       |                   |                |
| قدرة رجلين    | 0.98  | 0.88              | 0.39           |
| سم            |       |                   |                |
| قوة عضلية     | 18.65 | 4.01              | 1.46           |
| كلجم          |       |                   |                |
| تحمل عضلي بطن | 18.20 | 5.87              | 0.71           |
| عدد           |       |                   |                |

يتضح من بيانات الجدول رقم ( 3 ) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث الكلية في جميع المتغيرات قيد الدراسة قد انحصرت ما بين ( -0.19 ، 1.46 ) وجميعها تنحصر ما بين  $\pm 3$  مما يدل على تجانس عينة البحث في تلك المتغيرات .

• بطارية الاختبارات المستخدمة :

| ت | الاختبار                   | العنصر المراد قياسه | وحدة القياس |
|---|----------------------------|---------------------|-------------|
| 1 | زمن حفظ التوازن            | التوازن             | ثانية       |
| 2 | 20 متر جري                 | سرعة                | ثانية       |
| 3 | ثني الجذع أماماً من الجلوس | مرونة               | سم          |
| 4 | الوثب الطويل من الثبات     | قدرة عضلية للرجلين  | سم          |
| 5 | قوة القبضة                 | قوة عضلية           | كجم         |
| 6 | الجلوس من الرقود           | تحمل عضلي بطن       | عدد         |

• الاختبارات المستخدمة في البطارية وهي اختبارات مقننة وتتمتع بمعاملات صدق عالية الباحثون قاموا بإيجاد معاملي الثبات والموضوعية للاختبارات وذلك باستخدام الاختبار وإعادة الاختبار .

• الدراسات المرتبطة :

• دراسة (Blessing et al. 1993) ( 4 ) بعنوان ( تأثير برنامج تمارين عادية للأطفال المعاقين بصرياً في المدارس ) . الهدف من هذه الدراسة هو تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية للأطفال المعاقين بصرياً وكذلك التعرف على حالة عضلة القلب بعد استخدام التمارين الهوائية لمدة 16 أسبوع . المنهج المستخدم كان المنهج التجريبي على عينة قوامها 30 طفل معاق بصرياً ، وأشارت أهم النتائج إلى وجود تحسن في جميع عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة .

• دراسة (Emmanuel 1983) ( 15 ) بعنوان ( برامج التربية البدنية للأطفال المعاقين في مدارس شرق نيجيريا ) . الهدف من هذه الدراسة هو تحليل برامج التربية البدنية وإصلاح البرامج المنفذة للأطفال في مرحلة التعليم الابتدائي بنيجيريا ، تم استخدام المنهج المسحي على عينة قوامها 1488 من تلاميذ 13 مدرسة للمعاقين وكانت العينة على النحو التالي : 71.3% من فئة ضعاف السمع ، 11.5% تخلف ذهني ، 9.9% معاقين بدنياً ، 1.8% كفيف ، 8.2% إعاقات مختلفة. حيث أشارت النتائج إلى أن برامج التربية البدنية المستخدمة في هذه المدارس هي برامج محدودة جداً ، وليس لها تأثير إيجابي على الجانب البدني والحركي .

## البرنامج الوجه :

من خلال الرجوع إلى المراجع العلمية والدراسات السابقة (1) ، (2) ، (6) ، (11) ، (13) ، (9) تم وضع برنامج مقنن لحصة التربية البدنية داخل مدرسة جمعية النور للمكفوفين بطرابلس ويهدف هذا البرنامج إلى إعطاء فرصة للكفيف للتحرك خلال زمن الحصة أكبر قدر ممكن بما يتوافق و إمكانياته البدنية وتعويده على الاستقلالية في الأداء دون الاحتياج إلى المساعدة قدر الإمكان ومراعاة التدرج في الشدة ، وكذلك توجيه التمرينات إلى تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية بصفة عامة ، حيث قام الباحثون بعرض محتوى البرنامج على مجموعة من الخبراء في مجال التربية البدنية وكذلك على مجموعة من أطباء العيون وبعد الالتقاء معهم تمت بعض التعديلات التي تساعد في سهولة تطبيق البرنامج وتحقيق الأهداف المرجوة منه ، حيث أشتمل البرنامج على (36) درساً بواقع ثلاثة دروس أسبوعياً لمدة ثلاثة أشهر ، حيث أعتمد البرنامج الخاص بثلاثة أجزاء رئيسية في الدرس وهو 1- الجزء التمهيدي ( الإحماء ) مثل المشي والجري و مع استخدام أدوات إيقاع كالصافرة لأن الكفيف يعتمد على حاسة السمع كثيراً في تحديد الاتجاه وبالتالي مصدر الصوت . الزمن ( 7 دقائق ) 2- الجزء الأساسي : في هذا الجزء تم التركيز على التمرينات والأنشطة التي تهدف إلى تحقيق الهدف الرئيسي من الدرس وهو الرفع من مستوى اللياقة البدنية للتلاميذ ، واستخدام بعض القصص الحركية لإبعاد الملل وإدخال عنصر المنافسة لزيادة التشويق حتى يستطيع الطفل الكفيف التحرك داخل الحصة أكبر قدر ممكن . الزمن ( 35 ) . 3- الجزء الختامي: يشتمل على بعض الأنشطة التي تساعد على عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية باستخدام تمرينات تهدئة تساعد على الاسترخاء . الزمن 3 دقائق .

### ● الإحصاء المستخدمة :

- الوسط الحسابي . الوسيط
- الانحراف المعياري .
- معامل الالتواء .
- معامل الارتباط .
- اختبار " t " الفروق .

\* عرض النتائج ومناقشتها :

. عرض النتائج :

- النتائج الخاصة ببعض عناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث قيد الدراسة :

جدول رقم ( 4 ) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " t " للقياس البعدي  
في بعض عناصر اللياقة البدنية لدى مجموعتي الدراسة

| قيمة t | المجموعة الضابطة  |                 | المجموعة التجريبية |                 | الاختبارات                 | ت |
|--------|-------------------|-----------------|--------------------|-----------------|----------------------------|---|
|        | القياس البعدي     |                 | القياس البعدي      |                 |                            |   |
|        | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري  | المتوسط الحسابي |                            |   |
| 0.02   | 0.25              | 3.10            | 0.17               | 2.12            | التوازن                    | 3 |
| **6.03 | 0.77              | 5.76            | 0.55               | 8.40            | 20 متر عدو                 | 4 |
| *2.74  | 3.41              | 19.77           | 2.94               | 13.66           | ثني الجذع أماماً من الجلوس | 5 |
| **9.21 | 0.11              | 1.44            | 0.18               | 0.98            | الوثب الطويل من الثبات     | 6 |
| 0.00   | 5.66              | 21              | 2.30               | 17              | قوة القبضة                 | 7 |
| **5.07 | 3.30              | 30.46           | 2.33               | 19.20           | الجلوس من الرقود           | 8 |

\*p<.05 \*\*p<.01

يتضح من بيانات جدول رقم ( 4 ) انه توجد فروق دالة معنوياً بين قيم القياس البعدي للمجموعة التجريبية وقيم القياس البعدي للمجموعة الضابطة في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية ، وهذا يؤكد انه هناك تحسن في بعض هذه العناصر لدى المجموعة التجريبية بعد البرنامج .  
. مناقشة النتائج :

يتضح من بيانات جدول رقم ( 4 ) وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المتغيرات البدنية قيد الدراسة ولصالح المجموعة التجريبية وفي هذا إشارة إلى أن برنامج التمرينات الخاص أدى إلى تحسين تلك العناصر حيث انخفاض زمن اختبار 20 متر جري وزيادة في ثني الجذع للأمام التي تعكس مرونة العمود الفقري ، وأيضاً زيادة مسافة الوثب الطويل من الثبات التي تعكس القدرة العضلية للرجلين وكذلك زيادة عدد المرات في اختبار الجلوس من الرقود كما لم

تشر النتائج الإحصائية إلى أي دلالات معنوية في عنصري القوة والتوازن في القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ، ويرى الباحثون أن التحسن الذي طرأ على بعض متغيرات الدراسة هو نتيجة التأثير الإيجابي للبرنامج الذي اعتمد اختيار تمريناته ولم تكن عشوائية وكذلك تقنين ومحتوى البرنامج ومراعاة أسس التدريب من حيث التوازن بين فترات المجهود والراحة وأيضاً التدرج بالحمل والذي انعكس بالتالي على تحسن تلك القدرات ، وهذا يتفق مع ما ذكره كل من ( Frank & Herold ) و ( Jackson ) ( 8 ) ، ( 10 ) .

وحيث أن النتائج الإحصائية لعنصري القوة والتوازن لم تشر إلى دلالات إحصائية رغم وجود فروق بين القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة لصالح القياس البعدي وقد نعتبر هذا تحسن ولكن غير دال إحصائياً .

وتتفق نتائج هذا البحث مع ما أسفرت عنه نتائج بعض الدراسات السابقة التي أفادت بأن البرنامج الخاص الذي طبق على الأطفال المعاقين بصرياً كان له الأثر الإيجابي في تنمية الكفاءة الوظيفية للطفل المتمثلة في كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي وكذلك بعض عناصر اللياقة البدنية ، ( 3 ) ، ( 4 ) ، ( 6 ) ، ( 11 ) ، ( 13 ) .

#### الاستنتاجات :

بناء على النتائج المتحصل عليها وفي حدود عينة البحث وخصائصها، وكذلك الاختبارات والقياسات التي أجريت والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات الخاصة بقيم المتغيرات قيد الدراسة أمكن التوصل إلى أن البرنامج الخاص المنفذ من قبل المجموعة التجريبية قد أدى إلى تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة أكثر من البرنامج التقليدي المطبق في المدرسة من قبل المجموعة الضابطة حيث لم يظهر له دلالة إحصائية في قيم المتغيرات قيد الدراسة .

#### التوصيات :

استرشاداً بنتائج البحث الحالي وفي حدود عينة البحث يقترح الباحثون بعض التوصيات وهي كالآتي :

- 1- زيادة الاهتمام باستقلالية الطفل مبكراً وتعويده على الاعتماد على النفس .
- 2- الاهتمام ببرامج الاختبارات والقياس في بداية العام الدراسي لتحديد وتوزيع شدة الحمل على مدار العام الدراسي من خلال حصص التربية البدنية .
- 3- زيادة فاعلية التحرك والاستمرارية لدى التلميذ خلال الدرس لضمان تحقيق الأهداف الوظيفية بجانب الأهداف البدنية والتعليمية .

## المراجع

### أولاً : المراجع العربية :

1- سعيد سليمان معيوف (1997) : تأثير برنامج مقترح لدرس التربية البدنية على مستوى التحمل الدوري التنفسي لدى تلاميذ الصف السادس من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة طرابلس . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

2- عادل سالم الزيتوني (2006) : تأثير برنامج تدريبي مقترح في ضوء تحليل الأداء المهاري لمتسابقى دفع الجلة للمعاقين حركياً ( F44 ) ، رسالة دكتوراه غير منشورة . كلية التربية الرياضية بنين . جامعة الإسكندرية.

3- منظمة الصحة العالمية ( 1984 ) : الجوانب الصحية لحقوق الإنسان في ضوء تقدم علوم الأحياء والطب. المكتب الإقليمي لشرق البحر الأبيض المتوسط ، الإسكندرية .

4- نوال إبراهيم شلتوت ( 1985 ) : أثر تشكيل مقترح لحمل درس التربية الرياضية على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لتلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة الإسكندرية . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان .

### ثانياً : المراجع الأجنبية :

4- Blessing, D., L. (1993). The effect of regular exercise programs for visually impaired and sighted school children. Journal of visual impairment and blindness. V 87, N 2, P 50. USA

5- Bucher, C. A, (1983): Foundations of physical education and sport, 9<sup>th</sup> ed. C.V.Mosby, St Louis.

- 6- Bunc, V., Segetova, J., and Safarikova, L., (2000). Walking in visually handicapped children and Its energy cost, *Ergonomics*, 10, 1571- 1577.
- 7- Dorothy, B., Lois, A., and Frank, E. (1994). Quality lesson plans for secondary physical education. Human kinetics, Champaign.
- 8- Frank, J. Creny, and Herold, W. Burton. (2001). *Exercise Physiology for Health care professionals*, First ed. Human kinetics. New York.
- 9- Frank, W., (2002). *Sports training principles*. Fourth edition, A and C Black. London .
- 10- Jackson, J.et al (1988). Cardio respiratory adaptations to training at specified Frequencies. *Res Q*. Vol 39. No 13, USA.
- 11- Luke, E. Kelly. (1995). Adapted physical education national standards. National consortium for physical education and recreation for individuals with disabilities, human kinetics, USA
- 12- Mc Ardle, W.D, (1991): *Exercise physiology* . Lea & Febiger Co.
- 13- Sorensen, M., and Pinged, A., (1999). Sport and identity formation for individuals with a disability, *Journal For Physical and sport Educators*, 34-36.
- 14- Sharkey, B., & Holleman, J., (1987). Cardio respiratory adaptations to training at specified intensities. *Res Q*. Vol 38. No 12, USA.
- 15- [www.ed.arizona.edu/dvi/DVIIQ/world\\_blind\\_union.htm](http://www.ed.arizona.edu/dvi/DVIIQ/world_blind_union.htm)

دراسة لبعض الإصابات وأسباب حدوثها لدى طلاب كلية التربية البدنية

(\*) أ. عاشور ميلود العمامي

(\*\*) أ. م. د. يوسف لازم كماش

### المقدمة ومشكلة البحث :

الفرد عند ما يمارس نشاط معين لا يتناسب مع استعداده البدني وإمكاناته يتعرض للإصابة التي تحول دون استمراره في النشاط وعدم التقدم في مستواه. أثبت العلم إن الفرد له إمكاناته الجسمية الخاصة التي تؤهله إلى التفوق في أنشطة معينة والفرد وحدة متكاملة متوازنة بين العقل والجسم والروح مما يستدعي إلى تفهم طبيعة الفرد والمحافظة على سلامته ولذلك أصبحت ممارسة التربية البدنية والرياضية علماً له أصول وقواعد وأهداف .

يذكر محمد حسنين (1987) أن وجود التشوهات (الإصابات) يقلل من كفاءة عمل المفاصل والعضلات العاملة في منطقة التشوه سواء كان من الناحية الوظيفية أو الميكانيكية وهذا يؤدي إلى حدوث خلل وظيفي وحركي في الجسم عامة وفي منطقة الإصابة خاصة . ( 3: 39-40 )

يذكر حسن النواصرة (1984) أن لياقة الفرد وقدرته بالمتطلبات البدنية التي تواجه حياته اليومية تتطلب سمات وخصائص جسمية تتمشى مع طبيعة العمل ونوع النشاط، ( 5:39 ) . ويرى الباحثون إن الإمكانات العقلية والبدنية والنفسية تختلف من نشاط إلى أخرى حسب متطلبات اللعبة فالإصابات تختلف تبعاً لذلك حسب طبيعة أداء أي لعبة وعلى ذلك يتفق كل من محمد عادل رشدي (1992) وعمار عبد الرحمن قبع (1989) : " أن إصابات الألعاب الفردية تختلف عن إصابات الألعاب الجماعية". كما تختلف في الرجال عنها في السيدات كذلك حسب طبيعة الأداء في اللعبة نفسها . ( 6-35 ) ( 10-71 ) .

### أهداف البحث :

التعرف على أكثر الإصابات حدوثاً وأسباب انتشارها لدى طلاب كلية التربية البدنية .  
جامعة الفاتح .

### تساؤلات البحث :

- 1- ما هي أكثر الإصابات انتشاراً لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .
- 2- ما هي أسباب حدوث الإصابات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) أستاذ مساعد بقسم العلوم الصحية ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

أهم مصطلحات البحث :

الإصابة :

هي تعطيل سلامة وأنسجة الجسم ونادرا ما تؤدي الحركة المكررة إلى حدوث الإصابة ففي حالة الإصابة تحدث تغيرات تشريحية وفسولوجية لبعض الوظائف الجسمية (91:2) .

**SPRAIN : الملخ :**

يعرفه فؤاد السمراي وهشام إبراهيم (1988) بأنه عبارة عن انقباضها المفاجئ والذي ينتج عدم توافق بين مجموعة العضلات المتجانسة والمضادة أو نتيجة حمل ثقل أكبر من قدرة العضلة (33:7) .

**PAIN : الألم :**

يرى محمد صبحي حسنين (1987) إن الألم ناتج عن إثارة الألياف العصبية العارية Nakednerve في الأنسجة وهناك ثلاثة هي : ألم جلدي - ألم عميق - ألم إحشائي ( 23:9) .

**Dislocation : الخلع :**

يعرفه محمد السيد شطا (1973) بأنه خروج أو انتقال أحد العظام المكونة للمفصل بعيداً عن مكانها الطبيعي وبقائها في هذا الوضع ويكون ذلك اثر إصابة مباشرة أو غير مباشرة (12:8).

**STRAIN : التمزق العضلي :**

يعرفه فؤاد السمراي وهشام إبراهيم (1988) بأنه عبارة عن تمزق العضلات أو الأوتار نتيجة انقباضها المفاجئ والذي عن عدم توافق بين مجموعة العضلات المتجانسة والمضادة أو نتيجة حمل ثقل أكبر من قدرة العضلة (33:7) .

**CONTUSION: الكدمات :**

يرى مختار سالم (1987) أنها عبارة عن هرس وتمزق الأنسجة السطحية أو العميقة تحت الجلد والعظم سواء الرخوة أو الصلبة ونتيجة لتحطيم الأنسجة تصاب الشعيرات الدموية بالتمزق ويحدث انسكاب دموي تحت الجلد يؤدي إلى ظهور الورم عقب حدوث الإصابة : ويسبب التجمع الدموي الداخلي ضغطاً على الأعصاب الحسية فيشعر اللاعب بالألم (12:11).

أسباب حدوث الإصابة :

تختلف نوع الإصابة باختلاف النشاط الممارس فأصابات الألعاب الفردية تختلف عن إصابة الألعاب الجماعية وكذلك في الألعاب ذات الاحتكاك عنها في الألعاب التي ليس فيها مثل الاحتكاك كما تختلف إصابات الرجال عن النساء كما أن الإصابة تختلف تبعاً لكفاءة اللاعب البدنية وكذلك تلعب الحالة النفسية دوراً هاماً في احتمالية الإصابة وكذلك السن ، في إصابات اللاعبين الكبار تختلف تبعاً لكفاءة اللاعب البدنية وكذلك تلعب الحالة النفسية دوراً هاماً في احتمالية الإصابة وكذلك السن فأصابات اللاعبين الكبار تختلف عن إصابات الناشئين ويشير عمار قبع (1989) ومحمد عادل رشدي (1992) على أهم الأسباب للإصابة الرياضية .(6-26)(10-25).

#### عدم كفاية التدريب :

قد يسبب التدريب غير الكافي إصابة اللاعب نتيجة زيادة الإجهاد وضعف قوة التحمل نتيجة لتحمل الأجهزة الحيوية للاعب أكثر من طاقتها المعتادة .

#### زيادة التمرين :

زيادة التمرين عن طاقة اللاعب يؤدي إلى الإرهاق أو الإجهاد العضلي .

#### الممارسة الخاطئة للعبة :

عدم المعرفة الكاملة والتامة للاحتياجات الواجب توافرها للأداء الصحيح يؤديان حتماً للإصابة لعدم تحمل العضلات للشد الزائد أو فقدان اتزان اللاعب .

#### سوء الأحوال المناخية :

وتحدث غالباً في الرياضات التي تمارس في ضغط جوي ودرجات حرارة مختلفة مثل الرياضات المائية أو تسلق الجبال .

#### الضغط النفسي والإرهاق العصبي :

الحالة النفسية للاعب تؤثر حتماً على أدائه وكذلك الإرهاق العضلي والعصبي مما يؤدي إلى إصابة اللاعب .

#### ممارسة الرياضة بالرغم من وجود إصابة :

التحمل الزائد على الإصابة يزيد من خطورتها وقد يؤدي باللاعب في النهاية لعدم شفائه وتحويلها إلى إصابة مزمنة (7:25) .

#### الدراسات المرتبطة :

1- دراسة افتخار احمد الموالي وحنان سليمان (1989م) :

بعنوان ( دراسة تحليلية في الإصابات لإعداد الفرق الوطنية ) ، واستخدم المنهج الوصفي حيث يهدف البحث إلى تحديد نسبة الإصابات المختلفة وأثرها في المستوى الرياضي بدنيا ونفسيا ويهدف أيضا إلى التعرف على أشباه الإصابات الرياضية وذلك لمعرفة أفضل وسائل الوقاية منها ، وقد أجريت الدراسة على عينة تم اختيارها من لاعبي المنتخب الوطني العراقية للألعاب الرياضية وعددهم (121) لاعباً من مختلف الأندية العراقية وكذلك تم اختيار (14) مدرباً من ذوي الخبرة ممن لا يقل عمرهم بالتدريب عن 5 سنوات . (113:1)

#### أهم النتائج :

- 1- إن الجروح والكدمات تشكل أكبر نسبة فيما بين الإصابات الأخرى.
- 2- إن أكثر الأجزاء تعرضاً للإصابة هو مفصل القدم وخاصة الأريطة.
- 3- أن للإصابة اثر كبير في تكرار الإصابة لدى اللاعب وقد تؤدي إلى حرمان اللاعب من مزاوله النشاط الرياضي بالإضافة إلى الآثار الجانبية مثل تدهور الحالة النفسية واللياقة البدنية.

#### 2- دراسة جمال أحمد زربية (1995) :

##### الهدف من الدراسة :

التعرف على أكثر الإصابات حدوثاً لدى لاعبي كرة القدم وعلقتها ببعض الانحرافات القوامية .

##### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي .

##### عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من أندية مدينة طرابلس وبلغ عددهم (190) لاعباً .

#### أهم النتائج :

1- جاء بالمرتبة الأولى الملخ بنسبة 61.6 % .

2- وجاء التهاب منشأ العضلات بنسبة 23.3 % .

3- وحصل تمزق عضلات الفخذ بنسبة 11.6 % .

4- وكدمات والتواء فصل القدم بنسبة 10% .

##### . الاستفادة من الدراسات المرتبطة :

- إنها تركز على تحليل معرفة الإصابات والانحرافات القوامية والتعرف على نوع الإصابات الأكثر انتشاراً ؟

- ويرى الباحثون أنه توجد علاقة بين نوع اللعبة والإصابة والانحرافات المنتشرة بين اللاعبين .

**إجراءات البحث :**

**منهج الدراسة :**

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة .

**مجتمع الدراسة :**

لطلاب كلية التربية البدنية لجامعة الفاتح (2004-2005) وكان عدد العينة (140)

طالب .

**عينة الدراسة :**

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح  
وبلغ عدد العينة (140) أستبعد (60) طالب نظرا لتغييبهم وعدم انتظامهم والتزامهم حيث أصبح  
العدد (80) طالب .

**أدوات البحث :**

- توزيع استمارة استبيان على طلاب كلية التربية البدنية ، جامعة الفاتح، مجمع البيانات  
الخاصة بالدراسة .

**المعالجة الإحصائية :**

استخدم المعالجة الإحصائية المناسبة للدراسة :

- النسبة المئوية .

. عرض وتحليل النتائج :

### جدول (1)

يوضح أكثر الإصابات التي يتعرض لها الطلاب أثناء ممارسة النشاط الرياضي

| النسبة المئوية | التكرار | أنواع الإصابة        |
|----------------|---------|----------------------|
| %17.5          | 14      | الخلع الجزئي         |
| %33.75         | 27      | الملخ أو الالتواء    |
| %6.25          | 5       | الخلع الكامل         |
| %15            | 12      | إصابات مفصل المرفق   |
| %25            | 20      | إصابات مفصل الكتف    |
| %46.25         | 37      | إصابات مفصل الركبة   |
| %25.0          | 20      | إصابات مفصل رسغ اليد |
| %20.0          | 16      | إصابات العمود الفقري |
| %7.5           | 6       | إصابات الصدر         |
| %18.75         | 15      | إصابات الرأس         |
| %11.25         | 9       | إصابات البطن         |

من الجدول يتضح أن إصابة مفصل الركبة أكثر الإصابات تليها الملخ وإصابة رسغ اليد ويليهما الإصابات الأخرى بنسب مختلفة كما هو موضح بالجدول.

### جدول (2)

يبين فترة الإصابة التي يتعرض لها الطلاب

| النسبة المئوية | التكرار | فترة الإصابة |
|----------------|---------|--------------|
| %18.5          | 15      | شهر          |
| %12.5          | 10      | شهرين        |
| %16.25         | 13      | أكثر من ذلك  |
| %43.75         | 35      | أقل من ذلك   |

من الجدول تبين إن الفترة التي بتعرضها الطلاب طول مدة الإصابة بلغت نسبتها  
%43.75 ويليها فترة شهر بنسبة %18.75 .

### جدول رقم (3)

يبين استمرارية الإصابة أو عدم استمراريته

| هل الإصابة مستمرة | التكرار | النسبة المئوية |
|-------------------|---------|----------------|
| نعم               | 26      | %32.5          |
| لا                | 50      | %62.5          |

يبين جدول استمرارية الإصابة بلغت %32.5 كما موضح في الجدول .

### جدول (4)

يوضح التأثير على مستوى الطلاب من الإصابة

| تأثير الإصابة على المستوى الإصابة | التكرار | النسبة المئوية |
|-----------------------------------|---------|----------------|
| نعم                               | 30      | %37.5          |
| لا                                | 40      | %50            |

يبين جدول رقم (4) تأثير الإصابة على الطلاب ، كانت نسبة التأثير على المستوى العلمي %37.5 كما هو موضح بالجدول تعتبر نسبة عالية .

### جدول (5)

يوضح أسباب الإصابة حسب الأهمية

| أسباب الإصابة حسب الأهمية   | التكرار | النسبة المئوية |
|-----------------------------|---------|----------------|
| فترة الإحماء غير كافية      | 27      | %33.75         |
| عدم صلاحية الأجهزة والأدوات | 10      | %12.5          |
| انخفاض اللياقة البدنية      | 12      | %10.0          |
| الحمل الزائد للتدريب        | 8       | %10.0          |
| الوقت غير مناسب للمحاضرة    | 6       | %7.5           |
| ضعف العضلات                 | 10      | %12.5          |
| عدم الاستعداد البدني        | 10      | %12.5          |
| الحالة النفسية              | 5       | %6.25          |
| الأخطاء الشائعة الأداء      | 9       | %11.25         |

من الجدول رقم (5) يتبين أسباب الإصابة من حيث ترتيبها وأهميتها .

### جدول (6)

يبين المواد الدراسية الأكثر حدوثا للإصابة

| النسبة المئوية | التكرار | المواد                  |
|----------------|---------|-------------------------|
| 50%            | 40      | الجمباز                 |
| 33.75%         | 27      | مسافات الميدان والمضمار |
| 6.25%          | 5       | كرة اليد                |
| 3.75%          | 3       | كرة القدم               |
| 2.5%           | 2       | كرة الرود               |
| 1.25%          | 5       | كرة الطائرة             |
| 2.5%           | 1       | الدفاع عن النفس         |
| 51.25%         | 2       | الألعاب الصغيرة         |
|                | 1       | المواد العلمية جميعها   |

### جدول (7)

يوضح السنوات الأكثر تعرضا للإصابة

| النسبة المئوية | التكرار | السنة   |
|----------------|---------|---------|
| 45%            | 36      | الأولى  |
| 30%            | 24      | الثانية |
| 15%            | 12      | الثالثة |
| 10%            | 8       | الرابعة |

يتضح من جدول (7) أكثر السنوات تعرضا للإصابة تبين أعلى نسبة هي السنة الأولى

### جدول (8)

يوضح الإصابة في أي وقت في السنة الدراسية

| النسبة المئوية | التكرار | الإصابة                |
|----------------|---------|------------------------|
| 40%            | 32      | في بداية العام الدراسي |

|        |    |                        |
|--------|----|------------------------|
| %56.25 | 45 | في منتصف العام الدراسي |
| %5.0   | 4  | في نهاية العام الدراسي |

### جدول (9)

#### يبين إضافات أخرى في مجال الإصابات

| النسبة المئوية | التكرار | إضافات في مجال الإصابات                    |
|----------------|---------|--|
| 8.75%          | 7       | عدم التركيز والانتباه أثناء المحاضرة       |
| 7.5%           | 6       | عدم إتباع النصائح والإرشادات من الأستاذ    |
| 27.5%          | 22      | مراعاة عوامل الأمن والسلامة أثناء المحاضرة |
| 68.75%         | 55      | عدم توفير الإسعافات الأولية أثناء الممارسة |

### جدول (10)

#### يوضح الإصابة في وجود الأستاذ

| النسبة المئوية | التكرار | الإصابة |
|----------------|---------|---------|
| 50%            | 40      | نعم     |
| 37.5%          | 30      | لا      |

#### مناقشة النتائج :

من جدول رقم ( 1 ) يتضح أن إصابات الركبة احتلت اعلي نسبة في الإصابات تليها هي إصابة الملخ وإصابة رسغ اليد في يليها الإصابات الأخرى كما هو موضح بالجدول . هذا يرجع إلي عدم صلاحية الملاعب وعدم توفير الأجهزة والأدوات ، وهي تتفق مع دراسة افتخار احمد الموالي وحنان سليمان ( 1989 ) . وبالنظر إلي الجداول ( 2-3-4 ) نجد أن استمرارية الإصابة لذي الطلاب بلغت (32.5%) مما يؤثر على مستوى الطلاب العلمي . وكانت النتائج في جدول ( 5 ) و ( 6 ) أن أسباب الإصابة هي عدم الاهتمام بفترة الإحماء وبلغت النسبة الأعلى في الإصابة في ترتيب أسباب الإصابة لذي الطلاب هي (33.75%) ويليها عدم الاستعداد البدني وضعف العضلات وعدم صلاحية الأجهزة والأدوات .

من جدول ( 6 ) يتضح أن نسبة الأعلى في المواد العلمية كانت في الجمناب بنسبة (50%) يليها مسابقات الميدان والمضمار ( 33.75 % ) ، يليها المواد الأخرى حسب الجدول .

ويرجع ذلك الخوف لذي الطلاب أو عدم صلاحية بعض الملاعب والأدوات والأجهزة ، والحالة النفسية من الأسباب التي تؤثر في حدوث الإصابة ونسبة التركيز والانتباه من الأسباب الإصابة .

ويتضح من جدول ( 7 ) الخاص بأكثر السنوات تعرضاً للإصابة هي السنة الأولى الأكثر من بين السنوات الأخرى وهذا يرجع أن الطالب غير ملم باللياقة البدنية والمهارية مما يؤدي إلى إصابته .

ويتبين من الجداول 8 - 9 - 10 أن الإصابات تحت في وجود أستاذ المادة وهذا يرجع إلى عدم اهتمام الطالب بتركيز على الشرح والأداء ، وأيضاً عدم فهم للمهارة والأداء أو التدريب غير الكافي وعدم استعداد الطالب للممارسة وفي جدول ( 8 ) يتضح أن أعلى نسبة للإصابة تحدث في بداية العام الدراسي ، يرجع إلى أن الطالب في فترة الراحة يقضون فترة بدون تدريب على الأنشطة والمهارة والألعاب .

ويتبين من جدول ( 9 ) وجود ملاحظات لابد أن يؤخذ فيها بعين الاعتبار في الكلية من حيث مراعاة الأمن والسلامة إثناء المحاضرات من جانب الأستاذ ، وأن ينبه الطلاب أكثر والتركيز على الإرشادات والشرح والملاحظات من جانب الأستاذ ، وفي ذلك توصل الباحثون إلى أن إصابات الركبة قد حققت أعلى نسبة من الإصابات تليها إصابة الملخ ثم إصابة رسغ اليد وهذا ما يحقق التساؤل الأول الذي ينص على ما هي الإصابات انتشاراً بين طلاب كلية التربية البدنية ، كذلك توصل الباحثون إلى أن أسباب حدوث الإصابات تتمثل في عدم الاهتمام بفترة الإحماء تليها الاستعداد البدني وضعف العضلات وعدم صلاحية الأجهزة والأدوات وبذلك يكون قد تحقق التساؤل الثاني الذي ينص على ما هي أسباب حدوث الإصابات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح .

#### الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث ونتائج التحليل الإحصائي توصل الباحثون إلي الاستنتاجات

التالية :

أ - أكثر الإصابات حدوثاً لدى الطلاب :

1- إصابات الركبة .

2- الخلع - الالتواء .

3- رسغ ( اليد - القدم ) .

4- الكتف .

5- المرفق .

6- العمود الفقري .

ب- إن الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإصابات لدى الطلاب :

1- عدم كفاية فترة الإعداد والإحماء .

2- عدم الاستعداد البدني .

3- عدم لاحيه الأجهزة و الأدوات .

4- ضعف اللياقة البدنية .

5- الأخطاء الشائعة في الأداء .

ج- أكثر السنوات تعرض للإصابة :

1- السنة الأولى .

2- السنة الثانية .

د-المواد الدراسية الأكثر حدوثاً للإصابة :

1- الجمباز .

2- الميدان والمضمار .

هـ- أي إضافات أخرى :

1- عدم صلاحية الأجهزة والأدوات .

2- عدم توافر عوامل الأمن والسلامة .

### التوصيات :

ما تم التوصل إليه من نتائج يوصي الباحثون بما يلي :

1-الاهتمام بالإحماء وفترة الإعداد الكافي لما لها من أهمية كبيرة لتهيئة كافة أعضاء الجسم للأداء .

2-الاهتمام بالإصابات التي تحدث للطلاب ولو كانت بسيطة .

3-التأكيد على توفير عوامل الأمن والسلامة .

4-التركيز على ضرورة إتقان المهارات الأساسية للعبة .

5-التركيز إتباع الإرشادات والنصائح من أستاذ المادة إلى الطلاب أثناء الشرح .

6-توفير الطبيب الأخصائي يتواجد أثناء العمل والممارسة .

7-توفير سيارة إسعاف خاصة بالكلية .

## المراجع

- 1- افتخار أحمد الموالي وحنان سليمان: دراسة تحليلية للإصابات في إعداد الفرق الوطنية . المؤتمر العلمي لكلية التربية الرياضية البنات جامعة الزقازيق ، ( 1989 ) .
- 2- جمال زربية : أكثر الإصابات حدوثا بين لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض الانحرافات القومية لكلية التربية البدنية ، رسالة ماجستير ، طرابلس - ليبيا ، ( 1995 ) .
- 3- حسن النواصرة : إصابات التمزق في أربطة مفصل الكاحل وعلاقته ببعض القياسات الجسمية والتشريحية لكلية التربية الرياضية للبنين الإسكندرية ( 1984 ) .
- 4- زينب عبد الحميد : التديك الرياضي وإصابات الملاعب ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ( 1983 ) .
- 5- سورور أسعد منصور : القوام عيوبه تشوهات ووسائل علاجه وطرق المحافظة عليه ، دار المعارف الإسكندرية ، ( 1985 ) .
- 6- عمار عبدالرحمن : الطب الرياضي ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ( 1989 ) .
- 7- فؤاد السامرائي وهاشم إبراهيم : الإصابات الرياضية والعلاج الطبيعي ، الطبعة الأولى ، شركة الشرق الأوسط للطباعة ، القاهرة ، ( 1988 ) .
- 8- محمد السيد شطا : إصابات الرياضة والعلاج الطبيعي ، دار المعارف ، القاهرة ، ( 1976 ) .
- 9- محمد صبحي حسنين : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ( 1987 ) .
- 10- محمد عادل رشدي : علم إصابات الرياضيين ، الطبعة الأولى ، ( 1992 ) .
- 11- مختار سالم : إصابات الملاعب ، الطبعة الأولى ، دار المريخ للنشر ، ( 1987 ) .

## دراسة الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم

(\*) أ. م. د. يوسف لازم كماش

(\*\*) أ. عاشور ميلود العمامي

### مقدمة البحث :

الإصابات تختلف باختلاف نوع الرياضة فالإصابات الألعاب الفردية تختلف عن إصابات الألعاب ذات الاحتكاك المباشر عنها في الألعاب التي ليس فيها احتكاك . كما تختلف الإصابة باختلاف طبيعة الأداء في اللعبة فمثلا إصابات الطرف السفلي في كرة القدم أكثر من إصابات الطرف العلوي وكلما زاد مستوى المنافسة كلما زاد احتمال حدوث الإصابة، فإصابات البطولة الدولية اشد من إصابات الناشئين ، كما أن الإصابة تختلف تبعا لكفاءة اللاعب البدنية حيث كلما قلت زادت احتمالية إصابته. وتلعب الحالة النفسية والثقافية الرياضية دورا مهما في احتمالية الإصابة .

حيث يوضح أبو العلا (1984) أن البحوث العلمية أثبتت أن الألعاب المختلفة تعمل ضمنا على زيادة الحمل في مناطق معينة من الجسم تختلف من لعبة إلى أخرى وان تلك المناطق قد تكون بعيدة كل البعد من الأعضاء الأساسية التي تستخدم في اللعبة تتأثر بأسلوب أدائها وهو ما قد يكون غائب عن أذهان المربين فيهم أمر الاهتمام بتدريبات تلك المناطق مما يؤدي إلى حدوث الإجهاد الموضعي ومشتقاته من الإصابات (2:1) جون وليافر ، قد يبين انه من الرغم من عدم وجود احتكاك مباشر بين اللاعبين في بعض الألعاب الرياضية أن إصاباتهم ترجع لوجود احتكاك بين جسم اللاعب والأداة والأرض ومقاومة القصور الذاتي للجسم وهذا أيضا يسبب في حدوث الإصابة للاعب حسب الظروف التي يمر بها (53:15) ، وأضاف وليامزوسبرين (1976) أن أي نشاط رياضي له درجة معينة من المخاطر وأن اختلفت الإصابة في نوعها ومكانها وتكرارها تبعا لاختلاف النشاط الممارس (234:16) . وتكمن أهمية البحث في قلة الدراسات العلمية التي تبحث في الإصابات الخاصة في كرة القدم فضلا عن محاولة الدراسات في إضافة بعض المعلومات النوعية الخاصة بالتعرف على الأسباب الحقيقية

(\*) أستاذ مساعد بقسم العلوم الصحية ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

للإصابات التي يتعرض لها لاعبي كرة القدم، ولدى فكر الدارسون في هذه الدراسة للتعرف على الإصابة الأكثر انتشاراً بين لاعبي كرة القدم بمنطقة طرابلس .

## مشكلة البحث :

تعتبر كرة القدم من الفعاليات الرياضية التي تطورت بشكل سريع وقد أخذت أشكالاً جديدة من الجوانب المتعددة التي تتطلب طبيعة كرة القدم التنافسية . ومن خلال متابعة المباريات من قبل الباحثون وملاحظتهم المستمرة للإصابات التي تحدث للاعبين لاحظوا كثرة الإصابات التي تحدث للاعبين نتيجة لما يتعرض له اللاعبون من لعب خشن من قبل اللاعبين الآخرين كما لاحظوا الباحثون عدم وجود الطبيب المرافق للفريق وعدم اهتمام المدرب بالمستوى المطلوب بإصابات اللاعبين مما جعل هذا البحث تحديد أهم الإصابات الموجودة بين لاعبي كرة القدم .

## أهداف البحث :

- 1- التعرف على الإصابات الأكثر انتشاراً بين لاعبي كرة القدم .
- 2- التعرف على أسباب حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم .

## تساؤلات البحث :

- 1- ما هي الإصابات الأكثر انتشاراً لدى لاعبي كرة القدم .
- 2- ما هي أسباب حدوث الإصابات .

## أهم مصطلحات البحث :

### الإصابة :

هي تغيير ضار في نوع أو أكثر من أنسجة الجسم المختلفة تصاحبها مراحل فعل فسيولوجي كيميائي نفسي نتيجة قوة غالبية داخلية أو خارجية (5:33) .

### الخلع :

عبارة عن خروج أحد العظام المكونة للمفصل عن وضعها الطبيعي وبقائها في هذا الوضع ويكون اثر إصابة مباشرة أو غير مباشرة (5:337) .

### الكدمات والرضوض :

عبارة عن هرس وتمزق الأنسجة السطحية أو العميقة تحت الجلد سواء الرخوة أو الصلبة (14:213) .

### الجزع أو الملع :

عبارة عن شد رباط أو عدة أربطة أو تمزق رباط أو عدة أربطة نتيجة لالتواء في المفصل بسبب قوة خارجية غير محتملة على المفصل (9:127) .

## التمزق :

عبارة عن قطع جزئي أو كل العضلات المفاجئ الذي ينتج عن عدم التوافق بين مجموعة العضلات المتجانسة والمضادة أو حمل أكبر من قدرة العضلة أو عضلتين في وقت واحد يكون الشد عليها أكثر من طاقتها (91:9) .

## الكسور :

عبارة عن فقدان استمرارية العظم الطبيعي نتيجة لشدة خارجية كالضغط أو السحق أو السحب الشديد نتيجة المرض (209:9) .

## الأربطة :

هي عبارة عن مجموعة من أشرطة قوية بحيث تمنع أو تحول دون حدوث حركات غير عادية في المفصل (256:12) .

## التمزق العضلي :

تعرفه زينب العالم (1996) بان التمزق يحدث في بعض ألياف العضلة أو العضلة كلها أو الأوتار في منشأ العضلة أو اندغامها نتيجة لعدم قدرة انقباض العضلة بالقدر المناسب لمقاومة قوة خارجية لحظة وقوعها أو القيام بحركات عنيفة مفاجئة أو مجهود عضلي كبير والعضلة غير مستعدة له (122:4) .

## الدراسات المشابهة :

1- قام سعد محمد (1988) بدراسة بعنوان نوعية الإصابة الشائعة في رياضة المبارزة وكان هدف دراسته التعرف على الإصابات الشائعة بين لاعبي المبارزة في الأسلحة الثلاثة للمستويات العالية واستخدم الباحث المنهج المسحي . وكانت عينة البحث (عمدية) وقوامها (60) لاعبا من الدرجة الأولى وكانت أهم نتائج الدراسة هي كالتالي : ضعف اللياقة البدنية، قلة فترة الإحماء، الحركات الخطيرة المفاجئة وأوضح أن أكبر فترة تحدث فيها الإصابة هي فترة المنافسات . وكانت أكثر الإصابات شيوعاً هي كالتالي : الالتواء ، وأكثر العضلات تعرضاً للإصابة عضلات ( الكتف - الفخذ - الساق ) وأن أكثر المفاصل تعرضاً للإصابة هي مفاصل ( رسغ اليد - الكتف - القدم ) .

2- قامت سميرة خليل قمري بدراسة عنوانها (1981) (3) الإصابات في بعض الأنشطة الرياضية للاعبين الناشئين تهدف إلى التعرف على الإصابات الأكثر شيوعاً في بعض الأنشطة الرياضية والتعرف على الجزء الأكثر تعرضاً للإصابة بهذه الأنشطة وتم ذلك عن طريق زيارات للمراكز الطبية للعلاج الطبيعي والطب الرياضي بمحافظة القاهرة والجيزة للوقوف على الإصابات المسجلة واستخدمت المنهج المسحي . وتذكر أن جميع اللاعبين المصابين الذين حصرهم (241) لاعب (138) من الدرجة الأولى و (103) لاعب من

الناشئين موزعين على أنشطة كرة القدم وكرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد والمصارعة تم ذلك في الفترة من سبتمبر 1980 حتى 1981 واستخدمت السجلات الرسمية بمراكز الطب الرياضي وأسفرت نتائج هذه الدراسة من أن الإصابة في كرة القدم تكون في عضلات الفخذ والركبة ومفصل القدم وفي كرة اليد تكون الإصابة في الكتف والجدع والركبة ومفصل القدم وفي كرة الطائرة تكون في مفصل الكتف ورسغ اليد والأصابع وتضيف أيضاً أن إصابات لاعبي كرة السلة تكون في مفصل الكتف والجدع ورسغ اليد واليد وإصابات الأذن (12:192) .

3- قام سيد عبد الجواد السيد وزكي محمد حسن (1988) بدراسة بعنوان (بعض العوامل المؤثرة في حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة الطائرة في المرحلة السنوية (25-30) سنة وكان هدفها التعرف على بعض العوامل التي تؤثر في حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة الطائرة للاعبين كبار السن (25-30) سنة واستخدم الباحث المنهج الوصفي . وكانت العينة وقوامها (48) من لاعبي الكرة الطائرة وكانت أهم النتائج أن الإصابات في الكرة الطائرة كثيرة ومتكررة في نفس أماكن الإصابات السابقة وسببها - عدم الاهتمام بالإحماء الجيد وعدم التركيز أثناء الوحدة التدريبية ومن أهم أسباب الإصابات هي البداية العنيفة في بداية الموسم التدريبي من اللاعبين الرغبة في العودة بسرعة إلى اللعب بعد الإصابة مباشرة فتتفاقم الإصابة . وكانت أكثر الإصابات هي : ( الملخ - الجدع - القدم ) ، وأكثر المفاصل تعرضاً للإصابة كانت نتيجة لعدم الاهتمام بوسائل الأمن والسلامة (5).

**إجراءات البحث :**

**منهج البحث :**

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث .

**عينة البحث :**

مجموعة من لاعبي كرة القدم وقوامها (50) لاعب وهم من المشتركين في مسابقة

الدوري للموسم الرياضي 2005-2006 من أندية طرابلس .

**مجال البحث المكاني :** مدينة طرابلس .

**المجال الزمني :** 2005-2006 .

**المعالجة الإحصائية :**

استخدم الباحثون المعالجة الإحصائية الآتية النسبة المئوية لمناسبتها للدراسة وهي :

الجزء الكلي  $\times 100$

عرض وتحليل النتائج :

جدول (1)

المؤهلات الدراسية للاعبين

| النسبة | العدد | المؤهل الدراسي |
|--------|-------|----------------|
| 2%     | 1     | ابتدائي        |
| 8%     | 4     | إعدادي         |
| 40%    | 20    | ثانوي          |
| 50%    | 25    | جامعي          |

من الملاحظ أن الجدول (1) يبين المتحصلين على المؤهل الدراسي في المرحلة الابتدائية هو واحد ونسبة 2% والمتحصلين على المؤهل الدراسي في الإعدادية هي (4) ونسبة قدرها 6% والمتحصلين على المؤهل الدراسي في المرحلة الثانوية (20) ونسبة (40%) والمتحصلين على المؤهل الدراسي في المرحلة الجامعية هم (25) لاعب ونسبة مئوية قدرها 50%.

جدول (2)

الإصابات التي تعرضت لها في الموسم الأخير

| النسبة | عدد مرات التكرار | نوع الإصابة   |
|--------|------------------|---------------|
| 24%    | 12               | الجروح        |
| 10%    | 5                | تمزق الأوتار  |
| 24%    | 12               | تمزق العضلات  |
| 14%    | 7                | تمزق الأربطة  |
| 8%     | 4                | تمزق الغضاريف |
| 6%     | 3                | تمزق الخلع    |
| 18%    | 9                | الكسور        |
| 50%    | 25               | الكدمات       |

من الجدول (2) يتبين أن عدد اللاعبين المصابين بجروح هم (12) لاعبا ونسبة قدرها (24%) وعدد اللاعبين المصابين بتمزق الأوتار هم (5) لاعبين بنسبة مئوية (10%) وعدد اللاعبين المصابين بتمزق الأربطة (7) لاعبين بنسبة مئوية (14%) وعدد اللاعبين المصابين بتمزق الغضاريف (4) لاعبين بنسبة مئوية (8%) وعدد اللاعبين المصابين بالخلع (3) لاعبين

بنسبة مئوية (6%) وعدد اللاعبين المصابين بالكسور (9) لاعبين بنسبة مئوية (18%) وعدد اللاعبين المصابين بالكدمات (25) لاعباً بنسبة مئوية (50%).

### جدول (3)

#### أكثر الأماكن إصابة وعدد مرات حدوثها

| عدد مرات حدوثها |            |   |    |   |    |   |    |    |    |    |    | مكان الإصابة<br>الأربطة - الغضاريف -<br>الأوتار |
|-----------------|------------|---|----|---|----|---|----|----|----|----|----|---|
| %               | ك<br>فأكثر | % | ك5 | % | ك4 | % | ك3 | %  | ك2 | %  | ك1 |   |
| 2               | 1          |   |    |   |    |   |    | 12 | 6  | 14 | 7  | أربطة الركبة                                    |
|                 |            |   |    |   |    | 6 | 3  | 10 | 5  | 14 | 7  | أربطة الكاحل                                    |
|                 |            |   |    |   |    |   |    |    |    | 2  | 1  | الغضاريف  |
|                 |            |   |    |   |    |   |    |    |    | 4  | 2  | أربطة المرفق                                    |

من الجدول رقم (3) يتبين أن عدد اللاعبين الذين أصيبوا بأربطة الركبة لمرة واحدة قد بلغ (7) لاعبين بنسبة (14%) والذين أصيبوا مرتين قد بلغ (6) لاعبين بنسبة (12%) أما اللاعبين الذين أصيبوا بأربطة الكاحل لمرة واحدة (7) لاعبين بنسبة (14) أصيبوا لمرتين هم (5) لاعبين بنسبة (10%) والذين أصيبوا ثلاثة مرات (3) لاعبين بنسبة (6%) وكان عدد الذين أصيبوا بالغضاريف لاعب واحد بنسبة (2%) أما الذين أصيبوا بأربطة المرفق لمرة واحدة هم (2) لاعبين بنسبة (4%).

### جدول (4)

| عدد مرات حدوثها |            |   |    |   |    |   |    |    |    |    |    | مكان إصابة<br>العضلات |
|-----------------|------------|---|----|---|----|---|----|----|----|----|----|-----------------------|
| %               | ك<br>فأكثر | % | ك5 | % | ك4 | % | ك3 | %  | ك2 | %  | ك1 |                       |
|                 |            |   |    |   |    |   |    | 4  | 2  | 6  | 3  | عضلات الساعد          |
| 2               | 1          |   |    |   |    |   |    | 4  | 2  | 4  | 2  | عضلات اليد            |
|                 |            |   |    |   |    |   |    | 12 | 6  | 16 | 8  | عضلات الفخذ           |
| 2               |            | 2 | 1  |   |    |   |    |    |    | 4  | 2  | عضلات الصدر           |
|                 |            |   |    |   |    |   |    | 2  | 1  | 14 | 7  | عضلات الساق           |
|                 |            |   |    | 4 | 2  | 2 | 1  | 4  | 2  | 6  | 3  | عضلات الرقبة          |
|                 |            |   |    |   |    |   |    | 2  | 1  | 8  | 4  | عضلات الظهر           |

من الجدول رقم (4) يتبين أن عدد اللاعبين الذين أصيبوا بعضلات الساعد لمرة واحدة قد بلغ (3) لاعبين بنسبة (6%) والذين أصيبوا مرتين قد بلغ (2) لاعبين بنسبة (4%) إما اللاعبين الذين أصيبوا بعضلات اليد (2) لاعبين بنسبة (4%) واللاعبين الذين أصيبوا بعضلات الفخذ (8) بنسبة (16%) والذين أصيبوا بعضلات الصدر مرة واحدة (2) لاعبين بنسبة (4%) والذين أصيبوا بعضلات الساق لمرة واحدة (7) لاعبين بنسبة (14%) والذين أصيبوا مرتين (1) لاعب واحد بنسبة (2%) والذين أصيبوا بعضلات الرقبة (3) لاعبين بنسبة (6%) والذين أصيبوا بعضلات الظهر لمرة واحدة وهم (4) لاعبين بنسبة (8%) والذين أصيبوا مرتين لاعب واحد بنسبة (2%) .

### جدول (5)

| عدد مرات حدوثها |   |   |    |   |    |   |    |    |    |    | مكان إصابة المفاصل |             |
|-----------------|---|---|----|---|----|---|----|----|----|----|--------------------|-------------|
| %               | ك | % | ك5 | % | ك4 | % | ك3 | %  | ك2 | %  |                    | ك1          |
| 2               | 1 |   |    |   |    |   |    | 4  | 2  | 6  | 3                  | الرأس       |
|                 |   |   |    |   |    |   |    | 4  | 2  | 8  | 4                  | مفصل الكتف  |
|                 |   |   |    |   |    |   |    | 8  | 4  | 20 | 10                 | مفصل الفخذ  |
|                 |   |   | 4  | 2 | 8  | 4 | 12 | 6  | 18 | 9  | 9                  | مفصل الركبة |
|                 |   |   |    |   |    |   |    | 4  | 2  | 8  | 4                  | مفصل المرفق |
|                 |   |   | 4  | 2 | 8  | 4 | 6  | 3  | 4  | 4  | 2                  | رسغ اليد    |
|                 |   |   |    |   |    | 6 | 3  | 10 | 5  | 14 | 7                  | الكاحل      |

من الجدول رقم (5) يتبين أن عدد اللاعبين الذين أصيبوا في الرأس لمرة واحدة (3) لاعبين وبنسبة (6%) والذين أصيبوا مرتين (2) بنسبة (4%) الذين أصيبوا في مفصل الكتف لمرة كانوا (4) لاعبين بنسبة (8%) والذين أصيبوا مرتين (2) لاعبين بنسبة (4%) واللاعبين الذين أصيبوا بمفصل الفخذ هم (10) لاعبين بنسبة (20%) الذين أصيبوا مرتين هم (4) لاعبين بنسبة (8%) واللاعبين الذين أصيبوا بمفصل الركبة لمرة واحدة هم (9) بنسبة (18%) والذين أصيبوا مرتين هم (4) لاعبين بنسبة (8%) أما الذين أصيبوا بمفصل المرفق مرتين هم (2) لاعبين بنسبة (4%) واللاعبين الذين أصيبوا برسغ اليد هم (2) لاعبين

بنسبة (4%) والذين أصيبوا مرتين هم (3) لاعبين بنسبة (6%) أما اللاعبين الذين أصيبوا بالكاحل لمرة واحدة هم (7) لاعبين بنسبة (14%) والذين أصيبوا مرتين هم (5) لاعبين بنسبة (10%) والذين أصيبوا ثلاث مرات هم (3) لاعبين بنسبة (6%) والذين أصيبوا أربعة مرات هم لاعب واحد بنسبة (2%) .

### جدول (6)

| الأسباب الرئيسية لحدوث الإصابة | ك  | %  |
|--------------------------------|----|----|
| اللعب في الجو الحار            | 10 | 20 |
| اللعب في الجو الممطر           | 8  | 16 |
| اللعب في الجو البارد           | 7  | 14 |
| اللعب في حالة وجود رياح عالية  | 11 | 22 |
| عدم شفاء الإصابة القديمة       | 11 | 22 |
| عدم ملائمة أرضية الملعب        | 15 | 30 |
| عدم إجراءات الفحص الطبي الدوري | 16 | 32 |
| ضعف الحالة الصحية              | 8  | 16 |
| بسبب الأحذية الرياضية          | 10 | 20 |
| بسبب سوء تخطيط التدريب         | 10 | 20 |

من الجدول (6) يتبين أن اللاعبين المصابين بسبب اللعب في الجو الحار هم (10) بنسبة (20%) وعدد اللاعبين المصابين في الجو الممطر (8) بنسبة (16%) وعدد اللاعبين المصابين في الجو البارد (7) بنسبة (14%) وعدد اللاعبين المصابين في وجود رياح (11) بنسبة (22%) وعدد اللاعبين المصابين بسبب عدم شفاء الإصابة القديمة (11) بنسبة (22%) وعدد اللاعبين المصابين بسبب عدم إجراء الفحص الطبي الدوري (16) بنسبة (32%) وعدد اللاعبين المصابين بسبب ضعف الحالة الصحية (8) بنسبة (16%) وعدد اللاعبين المصابين بسبب الأحذية الرياضية (10) بنسبة (20%) وعدد اللاعبين المصابين بسبب سوء تخطيط التدريب (10) بنسبة (20%).

## جدول (7)

### أكثر الإصابات حدوثاً حسب أهميتها

| %  | ك  | الأسباب الرئيسية لحدوث الإصابة |
|----|----|--------------------------------|
| 62 | 31 | مفصل الركبة                    |
| 60 | 30 | مفصل الكاحل                    |
| 50 | 25 | عضلات الساق                    |
| 40 | 20 | عضلات القدم                    |
| 38 | 19 | عضلات الفخذ                    |
| 34 | 17 | عضلات اليد                     |
| 16 | 8  | الكتف                          |
| 14 | 7  | الرقبة                         |
| 12 | 6  | الظهر                          |
| 10 | 5  | المرفق                         |

من الجدول (7) يتبين أن الإصابات التي تعرض لها لاعب كرة القدم كبيرة حيث وصلت إلى أكثر من (70%) إصابة بين كدم والتهاب وسلخ وتمزق غضروف وتمزق عضلي وكسور وانزلاق غضروفي ويرى الباحثون أن لعبة كرة القدم تعتبر من الألعاب الجماعية التي تمتاز باللعب الخشن والاحتكاك المستمر طبيعة في المباراة، ويشير جمال زربية (1995) أن لعبة كرة القدم تعتبر من الألعاب الجماعية ذات الاحتكاك المباشر والتي تكثر فيها الإصابات المتنوعة حسب طبيعة اللعب (4:110) ويتضح من الجدول أن إصابات الطرف السفلي من الجسم أكثر انتشاراً من إصابات الجزء العلوي ، أكثر من (22) إصابة أن ارتفاع نسبة إصابات الجزء السفلي من الجسم بالنسبة للاعبين لكرة القدم أمراً طبيعياً ، وذلك نتيجة إلى طبيعة لعبة كرة القدم التي تعتمد على استخدام الجزء السفلي أكثر من الأجزاء الأخرى الأمر الذي يجعله عرضة للإصابة . ويذكر أسامة رياض (1998) أن الاستخدام المستمر للقدمين في ممارسة الرياضات المختلفة وكرة القدم خاصة ينتج عنه العديد من التغيرات المرضية المختلفة وهي شائعة في القدم (3:132) .

## الاستنتاجات :

من النتائج التي تم التوصل إليها الدارسون ما يلي :

- 1- أكثر الإصابات حدوثًا بين لاعبي كرة القدم هي :
  - مفصل الركبة بنسبة قدرها (21.088) .
  - مفصل الكاحل بنسبة قدرها (20.408) .
  - عضلات الساق بنسبة قدرها (17.006) .
  - عضلات القدم بنسبة قدرها (13.605) .
  - عضلات الفخذ بنسبة قدرها (12.925) .
  - عضلات اليد بنسبة قدرها (11.564) .
  - الكتف بنسبة قدرها (5.442) .
  - الرقبة بنسبة قدرها (4.761) .
  - الظهر بنسبة قدرها (4.081) .
  - المرفق بنسبة قدرها (3.401) .
- 2- إن إصابات الجزء السفلي لدى لاعبي كرة القدم أكثر حدوثًا من إصابات الجزء العلوي .

## التوصيات :

- 1- الاهتمام بالعلاج المبكر للإصابات وتوفير أخصائي الطب الرياضي .
- 2- أخذ الاحتياطات الكافية لتقادي تكرار الإصابة .
- 3- مراعاة الأسس العلمية في البرامج التدريبية .

## المراجع

- 1- جمال زربية : أكثر الإصابات حدوثًا بين لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض الانحرافات القومي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الفاتح 1995 .
- 2- حياة عياد روفائيل : إصابات الملاعب ، علاج طبيعي ، وقايتها منشأة المعارف الإسكندرية ، 1995 .
- 3- سمية خليل قمري : الإصابات في بعض الأنشطة الرياضية للاعبين الناشئين، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للبنات . جامعة حلوان ، 1981 .
- 4- أسامة رياض : الطب الرياضي وإصابات الملاعب ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998 .
- 5- زينب العالم : التدليك الرياضي وإصابات الملاعب ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1983 .

- 6- سيد عبد الجواد وزكي محمد حسن : بعض العوامل المؤثرة في حدوث الإصابات لدى لاعبي الكرة الطائرة في المرحلة 25-30 سنة ، المؤتمر العلمي الخامس .  
دراسات وبحوث التربية الرياضية ، أبريل ، 1984.
- 7- عماد عبد الرحمن قبع : الطب الرياضي ، مديرية دار الكتب ، جامعة الموصل ، 1989.
- 8- محمد السيد الشطا: إصابات الرياضية والعلاج الطبيعي ، دار المعارف القاهرة ، 1976.
- 9- سعد محمد : الإصابات الشائعة في رياضة المبارزة في الأسلحة الثلاثة (1988) .
- 10- أبو العلاء أحمد عبد الفتاح: بيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1982.
- 11- أسامة رياض: العلاج الطبيعي وتأهيل الرياضيين ، دار الفكر العربي القاهرة ، 1998.
- 12- محمد عادل رشد: ميكانيكية إصابة مفصل الركبة ، منشأ المعارف الإسكندرية، 1999 .

دراسة تحليلية للأهداف المسجلة في بطولة كأس العالم

## لكرة القدم (2006) ألمانيا

(\*) د. علي يوسف زربية  
(\*\*) د. عبدالمنعم يوسف زربية

### المقدمة ومشكلة البحث :

كرة القدم من الأنشطة الرياضية الهامة التي حظيت في الآونة الأخيرة باهتمام واسع في أغلب دول العالم ، بل زاد ذلك الاهتمام إلى إجراء البحوث والدراسات المتعددة في مجال تطبيق النظريات العلمية الحديثة في التدريب الرياضي من أجل الارتقاء بالمستوى الفني لهذه اللعبة العالمية . وقد ظهر ذلك بوضوح في العديد من بطولات كأس العالم المختلفة .

ويشير إلى ذلك حسن أبوعبدة وجابر رشاد (1993) أنه: لكي يحقق لاعب كرة القدم أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات ، يجب أن يعد أعداداً فنياً متكاملًا في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة والتي تتطلب مستوى عاليًا من الكفاءة البدنية والمهارية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخطئية الموكلة إليه بكفاءة طوال زمن المباراة. (5:3)

ويضيف على زربية (2005) بأنه : من المعروف أن كرة القدم عبارة عن نشاط تنافسي يشترك فيه فريقان يتبادلان مواقف متغيرة دفاعاً وهجومًا وارتداداً بصورة متغيرة وسريعة ، مما يضفي على لاعبيها الملاحظة المستمرة والاهتمام والتركيز والاستعداد النفسي والبدني للتعرف على المواقف المتغيرة ، وما تتطلبه من قدرات وإمكانيات خلاقة منها الفردي والجماعي من اللاعبين لمواجهة أحداث ومتغيرات المباراة ذات المواقف المتغيرة والسريعة والكثيرة من أجل تحقيق الفوز بالمباراة. فالتغير المستمر في تحركات اللاعبين وأوضاعهم من الدفاع والهجوم أثناء المباراة يتحدد ويتنوع تبعاً لمواقف اللعب المتغير مما يلزم اللاعبين استخدام أنسب المهارات والخطط المقابلة لمجابهة كل موقف من مواقف اللعب مما يحقق الوصول إلى الهدف الموضوع أمام الفريق وهو الفوز بالمباراة . (2:6)

فالهجوم في كرة القدم يهدف أساساً إلى إحراز أكبر عدد ممكن من الأهداف كما يشير إلى ذلك مصطفى كامل محمود ، محمد حسام الدين (1992) حيث أن: المادة رقم (10) من قانون كرة القدم تنص على أن الفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف خلال المباراة يكون هو

(\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

الفائز بنتيجة المباراة ، وإذا أحرز الفريقان عدد متساوي من الأهداف أو لم يحرز كليهما أية أهداف تكون نتيجة المباراة التعادل . (23:10)

ويرى الباحثان بأن نجاح أي فريق في الوصول إلى تحقيق الهدف من المباراة وهو الفوز، إنما يرتبط بتكاتف جهود أفراد الفريق ومدى تطبيقهم للخطة الموضوعية ، بحيث ينفذ كل لاعب الواجبات المكلف بها سواء كان ذلك في الهجوم أوفى الدفاع .

ومن المسلم به أنه لا يمكن إحراز هدف إلا من خلال فرصة متاحة يمكن استغلالها بالتهديف أو التصويب ، كما يشير إلى ذلك طه إسماعيل (1990) نقلاً عن " تشارلز هيويز Charles Haghés" بأن : كل تحرك هجومي في كرة القدم يجب أن يخطط له بحيث يؤدي إلى خلق فرصة مناسبة للتصويب.(2:4)

ويذكر كل من مفتى إبراهيم (1990) ، "جيروبيزاننس ، وجونار جريش" Gero Bisanz & Gunner Gerisch (1998) أن : التصويب هو الوسيلة الأساسية لإحراز الأهداف والهدف النهائي لأي هجوم ناجح ، فتنمية اللعب الهجومي بما يحتويه من خطط فردية وخطط جماعية يتيح أكبر معدل من مواقف التصويب المناسبة خاصة أمام الفرق التي تستخدم أساليب دفاعية بحثه ، حيث يمكن بواسطته إنهاء الجهد المبذول في مراحل الهجوم المختلفة من لحظة بدء الهجوم ومروراً بالتطوير وأخيراً إنهاء الهجوم بالتهديف على المرمى. (333:11) (182:15)

ومن خلال خبرة الباحثين ونظراً للجهد البدني العنيف والظروف النفسية المصاحبة ، علاوةً على الأساليب الدفاعية المختلفة من رقابة وضغط والتحام جسماني ، وضيق المساحات والزمن المتاح للتصويب ، علاوةً على تطور الطرق الدفاعية المختلفة ، أصبح من الصعوبة بمكان إيجاد الفرص المناسبة للتصويب والتهديف ، إذ أنه لا يمكن إحراز أي هدف إلا من خلال فرصة متاحة يمكن استغلالها للتهديف ، فقد لمس الباحثان أنه معظم فرق كرة القدم على كافة المستويات بالمسابقات المحلية تعاني من مشكلة قلة التهديف في المباراة بضياح فرص عديدة للتهديف كما يشير إلى ذلك عمرو أبو المجد (2001) نقلاً عن "كازاكوف" ، فالنتين " Kazakof & Valentine" بأن: ضياح فرص التهديف في مباريات كرة القدم يرجع إلى افتقار الفريق عموماً إلى الفكر التكتيكي المعتمد على اللعب الجماعي والذي يدعمه توافر روح معنوية عالية تؤكد هذا التوجه وتنفذ متطلبات عناصر اللياقة البدنية بمشتملاتها ، كذلك القدر الهائل من المهارات الفنية عالية الإتقان ، بالإضافة إلى أن اللاعب المهاجم يلعب تحت ضغط رقابة لصيقة من مدافعي الفريق المنافس مما يشكل عليه عبء بدني وعصبي حلال شوطي المباراة . (215:8)

وإلى نتائج الكثير من المباريات الدولية والمحلية إلى ضعف شديد في القدرة على التهديف بما لا يواكب تطور طرق اللعب الحديثة ، حيث أوضحت نتائج المباريات في نهائيات كأس العالم (1978) بالأرجنتين كان عدد المباريات (38) مباراة ، وعدد الأهداف المسجلة (102) هدف ، أي بنسبة (2,68) هدف لكل مباراة ، وفي بطولة كأس العالم في كوريا واليابان (2002) كان عدد المباريات (64) مباراة ، وعدد الأهداف المسجلة (161) هدف ، أي بنسبة (2,52) هدف لكل مباراة .

ونظراً للجهود المبذولة في معالجة ندرة أو قلة الأهداف المسجلة ، فقد رأى الباحثان أن دراسة وتحليل الأهداف في كرة القدم وفي بطولة رسمية يجتمع فيها أقوى الفرق على المستوى الدولي والعالمي وهي بطولة كأس العالم والتي أقيمت بألمانيا (2006) وذلك من خلال تحليل الأهداف المسجلة فيها ، قد يلقي بعض الضوء على الجوانب التي يمكن أن يستفيد منها المدربين في تعديل الجزء الخاص بالتصويب خلال الوحدات التدريبية والبرنامج التدريبي من خلال استغلال الفرص السانحة للتهديف وأكثر الأماكن التي يتم من خلال عملية التصويب المؤثر على المرمى وبالتالي إحراز الأهداف والتي هي بمثابة ثمرة مباراة كرة القدم .

#### أهداف البحث :

#### يهدف هذا البحث إلى التعرف على :

- 1- نسبة الأهداف المسجلة من المواقف الهجومية المتحركة و المواقف الهجومية الثابتة في كرة القدم .
- 2- أكثر الأماكن إحرازاً للأهداف في البطولة .
- 3- نسبة الأهداف المسجلة بالقدمين والرأس في البطولة .
- 4- توقيتات تسجيل الأهداف خلال شوطي المباراة .
- 5- نسبة التهديف في البطولة .

#### مصطلحات البحث :

#### المواقف الهجومية المتحركة :

" هي مجموعة من التحركات المتفق عليها بين عدد من اللاعبين وقد تستخدم فيها خطة أو أكثر من الخطط الهجومية " (110:11)

#### المواقف الهجومية الثابتة :

" هي مصطلح يشير إلى كل من الضربات الحرة ( المباشرة . غير المباشرة ) وضربة المرمى ، ضربة البداية ، رميات التماس ، ضربات الجزاء ، الضربات الركنية " (19:1)(102:13)

## الجزء الأمامي لمنطقة الجزاء :

" هي جزء من منطقة الجزاء في الملعب محصور بين الخط الوهمي المار بنقطة الجزاء والموازي لخط المرمى وبين امتداد خط الستة ياردة " (127:12)

## الجزء الخلفي لمنطقة الجزاء :

" هي جزء من منطقة الجزاء في الملعب محصور بين الخط الوهمي المار بنقطة الجزاء والموازي لخط المرمى وبين الخط الأمامي لمنطقة الجزاء " (127:12)

## الدراسات السابقة :

### 1- دراسة " مفتى إبراهيم " (1989) (12)

بعنوان " دراسة تحليلية للتهديف من الجانب الهجومي في كرة القدم" وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الأهداف المسجلة بواسطة الخطط الهجومية الفردية والجماعية ، كذاك التعرف على أكثر مراكز اللعب إحرازاً للأهداف ، واختار الباحث مباريات الأدوار التمهيديّة والتصفيات النهائية لبطولة كأس العالم بالمكسيك (1986) ، وقد استخدم الباحث في جمع البيانات شرائط الفيديو ، استمارات الملاحظة العلمية ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن الأهداف التي تم تسجيلها من الخطط الهجومية الجماعية أكثر من الأهداف التي سجلت بواسطة الخطط الهجومية الفردية ، كذلك الأهداف التي تم تسجيلها بواسطة اللاعبين المدافعين أو لاعبي خط الوسط.

### 2- دراسة " حسن أبو عبده ، جابر رشاد صديق " (1993) (3)

بعنوان " دراسة مقارنة لفعالية التهديف في بطولة كأس العالم لكرة القدم بالمكسيك (1986) وإيطاليا (1990) " ، وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أهم العوامل الفنية والخطية المؤثرة على فعالية التهديف في بطولة كأس العالم لكرة القدم بالمكسيك (1986) وإيطاليا (1990) ، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحثان أن أكبر نسبة تهديف كانت من الجزء الأمامي لمنطقة الجزاء ثم منطقة المرمى ثم الجزء الخلفي لمنطقة المرمى الجزاء وأخيراً خارج منطقة الجزاء ، وأن لاعبي الهجوم أكثر إحرازاً للأهداف من غيرهم ، وأن أكثر الأهداف سجلت من مواقف هجومية متحركة.

### 3- دراسة " عمرو على أبو المجد " (1996) (9)

بعنوان " دراسة تحليلية لأماكن التهديف في مباريات كرة القدم " ، وتهدف إلى تحليل الأهداف التي سجلت في بطولة كأس العالم (1990) ، (1994) ، وللتعرف على الأهداف التي

سجلت من خارج منطقة (18) ياردة ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن نسبة الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء تعد أقل النسب مقارنةً بباقي مناطق التهديد الأخرى في البطولة.

#### 4- دراسة "دافيدبارتريدج ولان فرانكس " (1991) (14)

##### **David Partridge & Lan Franks**

بعنوان " مقارنة تحليلية للأداء الفني بين أمريكا وألمانيا في نهائيات كأس العالم (1990) " ، وتهدف إلى إجراء مقارنة بين أمريكا وألمانيا في مهارات التصويب والتمرير والركلات الثابتة والتسلل ، ومن أهم النتائج أن ألمانيا تفوقت على كل الفرق المشاركة في البطولة في كل المتغيرات المختارة.

##### **إجراءات البحث :**

##### **منهج البحث :**

استخدم الباحثان النهج الوصفي باستخدام أسلوب المسح الميداني .

##### **مجتمع البحث :**

لاعبي منتخبات الدول المشاركة في نهائيات كأس العالم (2006) ألمانيا .

##### **عينة البحث :**

قام الباحثان باختيار عينة البحث من خلال مباريات الدور الأول "التمهيدي" والدور الثاني ، والرابع نهائي ، والنصف نهائي ، ومباراة الترتيب بين المركز الثالث والرابع ، والدور النهائي لبطولة كأس العالم (2006) بألمانيا كعينة للبحث ، حيث احتوت البطولة على (32) دولة قسمت في الدور الأول "التمهيدي" إلى (8) مجموعات ، كل مجموعة تحتوي على (4) فرق ، وبلغ عدد المباريات في الدور الأول "التمهيدي" (48) مباراة لعبت بنظام الدوري ، وطبقاً لقواعد البطولة يتأهل الأول والثاني من كل مجموعة ، حيث تعدى الدور الأول إلى الدور الثاني عدد (16) فريقاً ، ثم الدور الثاني من خلال (8) مباريات بدوري خروج المغلوب من مرة واحدة ليتأهل إلى الدور الربع نهائي (8) فرق بواقع (4) مباريات ، وأيضاً بدوري خروج المغلوب من مرة واحدة ليتأهل إلى الدور النصف نهائي (4) فرق ، ثم الدور نهائي.

وبذلك أصبح إجمالي المباريات في البطولة ابتداءً من الدور الأول "التمهيدي"

وحتى الدور النهائي (64) مباراة بما فيها مباراة المركزين الثالث والرابع (ملحق 1)

## وسائل جمع البيانات :

1- استمارة الملاحظة العلمية من إعداد الباحثان . (ملحق 2)

2- جهاز فيديو .

3- شرائط فيديو سجل عليها مباريات البطولة كاملة .

## تنفيذ الملاحظة العلمية :

قام الباحثان بتنفيذ الملاحظة العلمية مستخدمين جهاز الفيديو عن طريق العرض البطيء وإيقاف الصورة والتأكد من كل الأهداف التي سجلت من حيث أنواع المواقف الهجومية وأماكن التسجيل ، وتوقيتات التسجيل ، وأنواع الأهداف التي سجلت وكيفية التسجيل .

## المعالجة الإحصائية :

تم استخدام النسبة المئوية كطريقة إحصائية لمعالجة بيانات البحث .

## عرض نتائج البحث :

### جدول (1)

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لكل من المواقف

الهجومية المتحركة والثابتة في بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا

| جميع مباريات البطولة | مباريات الأدوار النهائية |        | مباريات الأدوار الأولى |        | نوع الموقف الهجومي |                              |
|----------------------|--------------------------|--------|------------------------|--------|--------------------|------------------------------|
|                      | الأهداف                  | النسبة | الأهداف                | النسبة |                    |                              |
| النسبة               | الأهداف                  | النسبة | الأهداف                | النسبة | الأهداف            |                              |
| 57,2%                | 96                       | 33,3%  | 17                     | 67,5%  | 79                 | أهداف من مواقف هجومية متحركة |
| 13,1%                | 22                       | 11,8%  | 6                      | 13,7%  | 16                 | أهداف من مواقف هجومية ثابتة  |
| 7,7%                 | 13                       | 5,9%   | 3                      | 8,5%   | 10                 | أهداف من الضربات الركنية     |
| 1,8%                 | 3                        | -      | -                      | 2,6%   | 3                  | أهداف من رمية التماس         |
| 20,2%                | 34                       | 49%    | 25                     | 7,7%   | 9                  | أهداف من ضربات الجزاء        |
| -                    | -                        | -      | -                      | -      | -                  | أهداف من ضربات المرمى        |
| -                    | -                        | -      | -                      | -      | -                  | أهداف من الضربات الحرة       |
| -                    | -                        | -      | -                      | -      | -                  | أهداف من ضربات البداية       |
| 100%                 | 168                      | 100%   | 51                     | 100%   | 117                | المجموع                      |

يتضح من جدول (1) أن أكثر الأهداف المسجلة في البطولة هي التي كانت من مواقف هجومية متحركة ، حيث بلغت (96) هدفاً من جملة الأهداف المسجلة ونسبة مئوية قدرها (57,2%) ، بينما نالت أقل نسبة هي الأهداف المسجلة من خلال رمية التماس حيث بلغت (3) أهداف في الدور الأول "التمهيدي" بنسبة (1,8%) من إجمالي عدد الأهداف الكلية المسجلة في البطولة .

## جدول(2)

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لكل من للأهداف المسجلة من الأماكن المختلفة من الملعب في بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا

| جميع مباريات البطولة |         | مباريات الأدوار النهائية |         | مباريات الأدوار الأولى |         | أماكن تسجيل الأهداف         |
|----------------------|---------|--------------------------|---------|------------------------|---------|-----------------------------|
| النسبة               | الأهداف | النسبة                   | الأهداف | النسبة                 | الأهداف |                             |
| 19,6%                | 33      | 17,6%                    | 9       | 20,5%                  | 24      | داخل منطقة المرمى           |
| 31,5%                | 53      | 11,8%                    | 6       | 40,2%                  | 47      | الجزء الأمامي لمنطقة المرمى |
| 32,2%                | 45      | 56,9%                    | 29      | 21,4%                  | 25      | الجزء الخلفي لمنطقة المرمى  |
| 16,7%                | 28      | 13,7%                    | 7       | 17,9%                  | 21      | خارج منطقة الجزاء           |
| 100%                 | 168     | 100%                     | 51      | 100%                   | 117     | المجموع                     |

يتضح من جدول (2) أن الجزء الخلفي لمنطقة المرمى من أكثر المناطق في الملعب التي تم منها إحراز الأهداف ، حيث بلغ عدد الأهداف المسجلة من تلك المنطقة (54) هدفاً بنسبة (32,2%) من جملة الأهداف المسجلة في البطولة خلال الأدوار الأولى " التمهيديية " والنهائية ، يليها في الترتيب الجزء الأمامي لمنطقة المرمى حيث كان عدد الأهداف المسجلة من تلك المنطقة (53) هدفاً بنسبة بلغت (31,5%) ، بينما كانت أقل عدد أهداف مسجلة من خارج منطقة الجزاء حيث بلغ (28) هدفاً بنسبة (16,7%) من جملة الأهداف المسجلة.

### جدول ( 3 )

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لكل من للأهداف المسجلة  
بأجزاء الجسم المختلفة في بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا

| جميع مباريات البطولة |            | مباريات الأدوار النهائية |           | مباريات الأدوار الأولى |            | أجزاء الجسم المختلفة المستخدمة في إحراز الأهداف |
|----------------------|------------|--------------------------|-----------|------------------------|------------|---|
| النسبة               | الأهداف    | النسبة                   | الأهداف   | النسبة                 | الأهداف    |   |
| %63                  | 106        | %64,7                    | 33        | %62,4                  | 73         | القدم اليمنى                                    |
| %18,5                | 31         | %19,6                    | 10        | %17,9                  | 21         | القدم اليسرى                                    |
| %18,5                | 31         | %15,7                    | 8         | %19,7                  | 23         | الرأس   |
| <b>%100</b>          | <b>168</b> | <b>%100</b>              | <b>51</b> | <b>%100</b>            | <b>117</b> | <b>المجموع</b>                                  |

يتضح من جدول (3) أن القدم اليمنى نالت أكبر نسبة في تسجيل الأهداف عن باقي أجزاء الجسم المستخدمة في إحراز الأهداف ، حيث تم إحراز (106) هدف وبنسبة (63%) ، بينما حققت القدم اليسرى والرأس نفس عدد الأهداف (31) هدف بنسبة مئوية بلغت (18,5%) .

### جدول (4)

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لتسجيل الأهداف  
خلال أشواط مباريات بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا

| جميع مباريات البطولة |            | مباريات الأدوار النهائية |           | مباريات الأدوار الأولى |            | أوقات تسجيل الأهداف |
|----------------------|------------|--------------------------|-----------|------------------------|------------|---------------------|
| النسبة               | الأهداف    | النسبة                   | الأهداف   | النسبة                 | الأهداف    |                     |
| %41,7                | 70         | %25,5                    | 13        | %48,7                  | 57         | الشوط الأول         |
| %44                  | 74         | %27,5                    | 14        | %51,3                  | 60         | الشوط الثاني        |
| %0,6                 | 1          | %2                       | 1         | الشوط الثالث           |            | الوقت الإضافي       |
| %1,2                 | 2          | %3,9                     | 2         | الشوط الرابع           |            |                     |
| %12,5                | 21         | %41,1                    | 21        | ضربات الترجيح          |            |                     |
| <b>%100</b>          | <b>168</b> | <b>%100</b>              | <b>51</b> | <b>%100</b>            | <b>117</b> | <b>المجموع</b>      |

يتضح من جدول (4) أن الشوط الثاني من المباريات قد حقق أكبر عدد في تسجيل الأهداف ، حيث تم إحراز (74) هدفاً بنسبة (44%) ، بينما بلغت في الشوط الأول (70) هدفاً بنسبة (41,7%) ، بينما كانت عدد أهداف ضربات الترجيح (21) هدفاً في الأدوار النهائية بنسبة (12,5%) .

#### تفسير ومناقشة النتائج :

#### أولاً: نوع الموقف الهجومي :

طبقاً لما توصلت إليه نتائج الدراسة في جدول (1) بأن معظم الأهداف المسجلة كانت من خلال المواقف الهجومية المتحركة ، ففي الأدوار الأولى "التمهيدية" بلغت الأهداف المسجلة بواسطة المواقف الهجومية المتحركة (79) هدف بنسبة مئوية (67,5%) مقابل (16) هدف وبنسبة (13,7%) للأهداف المسجلة عن طريق المواقف الهجومية الثابتة ، وبلغت أقل نسبة تسجيل الأهداف في الأدوار الأولى "التمهيدية" عن طريق رمية التماس ، حيث كان عدد الأهداف المسجلة من خلالها (3) أهداف بنسبة (2,6%) يليها الأهداف المسجلة عن طريق ضربات الجزاء ، حيث بلغ عدد الأهداف المسجلة من ضربات الجزاء (9) أهداف بنسبة (7,7%) .

وفي الأدوار النهائية والتي تشمل ( الدور الثاني ، ربع النهائي ، نصف النهائي ، مباراة الترتيب بين المركزين الثالث والرابع ، والمباراة النهائية ) كان أكثر الأهداف المسجلة عن طريق المواقف الهجومية المتحركة ، حيث كان عدد الأهداف (17) هدف بنسبة مئوية (33,3%) ، بينما كان عدد الأهداف المسجلة من خلال المواقف الهجومية الثابتة (6) أهداف بنسبة (11,8%) ، وبذلك يصبح عدد الأهداف المسجلة في جميع مباريات البطولة (168) هدفاً ، (96) هدفاً بنسبة مئوية (57,2%) كان عن طريق المواقف الهجومية المتحركة ، (22) هدف بنسبة مئوية (13,1%) كان عن طريق المواقف الهجومية الثابتة خلال البطولة ، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة كل من "مفتى إبراهيم" (1989) (12) ، " عمرو أبوالمجد" (1996) (9) ، "عمر أحمد على" (2004) (7) والتي أسفرت نتائج كل منها إلى زيادة الأهداف المسجلة باستخدام المواقف الهجومية المتحركة عن الأهداف المسجلة باستخدام المواقف الهجومية الثابتة .

ويعزى الباحثان أن نسبة التقدم في عدد الأهداف المسجلة عن طريق المواقف الهجومية المتحركة عن الثابتة في مباريات البطولة هو أن الموقف الهجومي المتحرك غير الثابت ، فمن خلال الموقف الهجومي المتحرك يمكن التهديد إما بالتحرك عن طريق التمير من الجري ثم الاختراق من العمق باستخدام التميرة الحائطية (1-2) أو (1-2-3)

بثلاثة لاعبين كان لها الدور الأكبر في اختراق دفاعات الخصم أمام المرمى والدخول إلى منطقة الجزاء ثم التصويب وإحراز الأهداف في مرمى المنافس ، وأيضاً من خلال الاتساع واللعب على الأطراف من خلال بناء الهجمة في وسط الملعب وتطويرها في إحدى الجانبين ثم عن طريق الكرات العرضية العالية أو الأرضية أمام المرمى والتي تعتبر من أخطر المواقف الهجومية المتحركة التي تصعب على حارس المرمى أو المدافعين القيام بالتغطية فيها.

### ثانياً : أماكن إحراز الأهداف :

أشارت النتائج التي توصلت إليها الدراسة في جدول (2) أن أكثر الأماكن التي تم إحراز الأهداف منها في مباريات الأدوار الأولى "التمهيدية" هو الجزء الأمامي لمنطقة المرمى ، حيث بلغ عدد الأهداف المسجلة من الجزء الأمامي لمنطقة المرمى (47) هدف بنسبة (40,2%) مقابل (25) هدف بنسبة (21,4%) للجزء الخلفي لمنطقة الجزاء ، بينما كان عدد الأهداف المسجلة من داخل منطقة المرمى (24) هدفاً بنسبة (20,5%) ، بينما كانت الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء (21) هدفاً بنسبة (17,9%). بينما كانت في جميع مباريات البطولة بالنسبة للأهداف المسجلة من الجزء الخلفي لمنطقة الجزاء حيث بلغت أعلى معدل تسجيل أهداف والذي بلغ (54) بنسبة (32,2%) في جميع مباريات البطولة ، بينما بلغت الأهداف المسجلة من خلال الجزء الأمامي لمنطقة المرمى (53) هدفاً بنسبة مئوية قدرها (31,5%) ، وكانت عدد الأهداف المسجلة من داخل منطقة المرمى (33) هدف بنسبة (19,6%) ، بينما الأهداف التي سجلت من خارج منطقة الجزاء (28) هدف بنسبة (16,7%).

ويرى الباحثان بأن ارتفاع نسبة تسجيل الأهداف من خلال الجزء الخلفي لمنطقة الجزاء والجزء الأمامي لمنطقة الجزاء إلى أن الكرات العرضية أو الأمامية التي تلعب في هذه المناطق كتمريره أخيرة تكون بعيدة عن متناول حارس المرمى وبالتالي تصعب على المدافعين من عملية الرقابة على المهاجمين القادمين من الخلف ، لأن اللاعب المهاجم يكون في أحسن وضع للتهديف وذلك من خلال اختيار المكان والزاوية المناسبة للتهديف ، الأمر الذي يصعب على المدافع والذي لا يكون في وضعية تسمح له برؤية المهاجم والكرة معاً وعدم توقع مكان اللاعب المهاجم عند تمرير الكرة العرضية إليه .

ويشير جدول (2) أيضاً إلى أن أقل نسبة عدد أهداف سجلت من خارج منطقة الجزاء ، حيث بلغ عدد الأهداف المسجلة في مباريات البطولة (28) هدفاً بنسبة (16,7%) ، وترجع قلة الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء إلى ارتفاع مستوى حراس

المرمى في البطولة ، وإلى الخطط الدفاعية من خلال وقوف اللاعبين أمام منطقة الجزاء والتي تلعب دوراً حيوياً في الحد من عملية التصويب من خارج منطقة الجزاء ، الأمر الذي يؤدي إلى تأني اللاعب المهاجم والتفكير في وسائل وبدائل أخرى غير التصويب إما بالدخول عن طريق التميرية الحائطية أو من خلال الأطراف أو بالتمرير من خلال العمق . وبالتالي يفضل اللاعب التمرير على التصويب ، وفي هذا الصدد يشير " طه إسماعيل " (1990) نقلاً عن " ديفيد برينر " ، والتر ونتر بوتوم " David Brenner & Walter Winter Bottom على أن المهاجم يجب ألا يتردد في التصويب حينما تتاح له الفرصة لأن كثيراً منا لأهداف تهدر لمجرد رغبة المهاجمين في عمل تمريرات وعدم التصويب . (19:4)

### ثالثاً : أجزاء الجسم المختلفة المستخدمة في إحراز الأهداف :

أظهرت النتائج التي توصلت إليها الدراسة في جدول (3) تفوق القدم اليمنى عن اليسرى والرأس في نسبة الأهداف المسجلة في البطولة ، فقد حققت القدم اليمنى (73) هدفاً بنسبة (62,4%) وذلك في مباريات الأدوار الأولى "التمهيدية" مقابل (33) هدف بنسبة (64,7%) في الأدوار النهائية ( الدور الثاني ، الربع النهائي ، النصف نهائي ، مباراة المركزين الثالث والرابع ، والدور النهائي ) ، ليصبح جملة الأهداف المسجلة بالقدم اليمنى في جميع مباريات البطولة (64) مباراة هو (106) هدف بنسبة (63%) ، وجاءت في الترتيب الثاني بالتساوي في ترتيب تسجيل الأهداف القدم اليسرى والرأس بنفس عدد الأهداف المسجلة في البطولة (31) هدف ، حيث تم تسجيل الأهداف في الأدوار الأولى "التمهيدية" بالقدم اليسرى والذي بلغ (21) هدفاً بنسبة (17,9%) ، بينما كان عدد الأهداف المسجلة في الأدوار النهائية (10) أهداف بنسبة (19,6%) ، وأيضاً بالنسبة للأهداف المسجلة بالرأس والذي بلغ في الأدوار الأولى (23) هدف بنسبة (19,7%) ، بينما كان في الأدوار النهائية (8) أهداف بنسبة (15,7%).

ويرجع الباحثان نسبة التقدم الواضح في تسجيل الأهداف بالقدم اليمنى عن القدم اليسرى إلى أن الطبيعة تبقى فروقاً واضحة بين استخدام القدم اليمنى عن اليسرى بحوالي (80%) من البشر يستخدمون القدم اليمنى عن القدم اليسرى بشكل أفضل وهو ما أكدته دراسة " عبد الحميد عيسى مطر " (1996) (5) أنه : من الأهداف التي تم تسجيلها في بطولة كأس العالم بإيطاليا (1990) بلغت القدم اليمنى (62) هدفاً بنسبة مئوية (53,9%) مقابل (33) هدف فقط تم إحرازها بالقدم اليسرى وبنسبة مئوية (20%) .

كما يرجع الباحثان إلى انخفاض نسبة التهديف بالرأس إلى ارتفاع مستوى حراس المرمى خاصة في الكرات العرضية من حيث التوقيت المناسب لالتقاطها ، وأيضاً في نجاح لاعبي الدفاع من خلال تشتيت الكرات العالية بالرأس والتي ما يشير إليه " أحمد خاطر " (1979) من أن : طبيعة أداء المهارات المختلفة في كرة القدم على حد علم البيوميكانيكيون تكون مرتبطة بعملية ملامسة الكرة للقدم ، فضرب الكرة بالرأس بأشكالها المختلفة يؤدي بنسبة (16,6%) ، أما استخدام القدمين فإن النسبة تصل إلى (83,4%) مما يوجد فروقاً بطبيعة الحال في المواقف المناسبة لعملية التهديف . (14:2)

#### رابعاً : تحديد توقيتات تسجيل الأهداف في البطولة :

أوضحت نتائج الدراسة في جدول (4) أن أكبر نسبة من الأهداف التي تم تسجيلها خلال أشواط المباراة في الأدوار الأولى "التمهيدية" كانت في الشوط الثاني ، حيث بلغت (60) هدفاً بنسبة (51,3%) ، بينما كانت في الأدوار النهائية (14) هدفاً بنسبة (27,5%) لجملة الأهداف المسجلة خلال الشوط الثاني في مباريات البطولة ، وكانت نسبة الأهداف المسجلة خلال الشوط الأول في الأدوار الأولى "التمهيدية" (57) هدفاً بنسبة (48,7%) مقابل (13) هدفاً للأدوار النهائية بنسبة (25,5%) لجملة الأهداف المسجلة في جميع مباريات البطولة خلال الشوط الأول والتي بلغت (70) هدفاً بنسبة (41,7%) . وكان للوقت الإضافي الأول والثاني وضربات الترجيح دور في حسم النتيجة لبعض الفرق ، فركلات الترجيح في الأدوار النهائية بلغت (21) هدفاً بنسبة (41,1%) من جملة الأهداف المسجلة في البطولة من خلال ضربات الجزاء والتي بلغت نسبتها (12,5%) .

ويرى الباحثان بأن ارتفاع معدلات التهديف في الشوط الثاني عنه في الشوط الأول إلى التوجيهات الفنية للمدربين من خلال قراءتهم إلى إحداث الشوط الأول والاستفادة من نقاط القوة والضعف لدى الفريق الخصم وبالتالي تلافيتها خلال مراحل الشوط الثاني سواء هذه النقاط في اللاعبين أو الفريق الخصم .

#### خامساً : تحديد نسبة التهديف في البطولة :

من خلال نتائج الدراسة في جدول (1) ، (2) ، (3) ، (4) نستنتج أنه قد تم تسجيل (168) هدفاً في بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا ، سجل منها (117) هدفاً خلال الأدوار الأولى "التمهيدية" ، (51) هدفاً خلال الأدوار النهائية ليصبح جملة الأهداف خلال البطولة (168) هدف ، وكان عدد المباريات التي أقيمت خلال الأدوار الأولى "التمهيدية" (48) مباراة

، وخلال الأدوار النهائية (16) مباراة ليصبح جملة المباريات خلال بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا (64) مباراة .

ومن هنا يمكن حساب نسبة التهديد في البطولة بقسمة عدد الأهداف المسجلة على عدد المباريات المقامة ، لتصبح نسبة التهديد في بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا هي (2,63) هدف لكل مباراة ، ويشير " على زريبه " (2005) إلى أنه : في آخر بطولة كأس العالم في كوريا واليابان (2002) ، حيث كان عدد المباريات (64) مباراة ، وعدد الأهداف المسجلة (161) هدف ، أي بنسبة (2,52) هدف لكل مباراة . (4:6) حيث أن الفرق في عدد الأهداف بين بطولتي كأس العالم بكوريا واليابان (2002) إلى بطولة كأس العالم بألمانيا (2006) كان (7) أهداف لصالح بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا .

#### الاستنتاجات :

##### في ضوء نتائج البحث توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية :

- 1- أن أكثر الأهداف المسجلة في بطولة كأس العالم (2006) ألمانيا كانت من خلال المواقف الهجومية المتحركة .
- 2- الجزء الأمامي والخلفي لمنطقة المرمى من أكثر المناطق التي تم إحراز الأهداف منها .
- 3- الأهداف التي سجلت من خارج منطقة الجزاء كانت أقل الأهداف المسجلة في البطولة .
- 4- انخفاض الأهداف المسجلة بالرأس .
- 5- ارتفاع نسبة الأهداف المسجلة بالقدم اليمنى عن باقي أجزاء الجسم .
- 6- أكثر الأهداف التي سجلت كانت في الشوط الثاني من المباراة .

#### التوصيات :

##### في ضوء نتائج البحث يوصى الباحثان ما يلي :

- 1- ضرورة اهتمام المدربين بتدريب اللاعبين على التهديد من خلال خطط المواقف الهجومية الثابتة والضربات الركنية ورميات التماس وضربات الجزاء لما لها من حسم نتائج المباريات .
- 2- ضرورة اهتمام المدربين بتدريب اللاعبين على الخطط الهجومية الأساسية مثل العمق في الهجوم ، الاتساع في الهجوم ، السند ( المساعدة ) في الهجوم ، الجري الحر وتبادل المراكز ، التغلب على مصيدة التسلل .
- 3- ضرورة تركيز المدربين على التدريب من خلال التهديد بالقدمين ( اليمنى واليسرى ) والرأس ، وتخصيص وحدات تدريبية لذلك .

- 4- ضرورة تدريب وتشجيع اللاعبين على التهديف من خارج منطقة الجزاء .
- 5- تدريب اللاعبين على التصويب والتهديف من مختلف الزوايا ، وبأجزاء القدم المختلفة وعلى ارتفاعات مختلفة للكرة حتى يتعود اللاعب وتصبح لديه حاسة للتهديف نحو المرمى .
- 6- تدريب اللاعبين على الكرات العرضية سواء كانت أرضية أو مرتفعة أو نصف ارتفاع على القائم الأول أو الثاني من خلال التحركات السريعة والمتبادلة بين اللاعبين لتشتيت انتباه وتركيز لاعبي خط الدفاع .

## المراجع

### أولاً : المراجع العربية :

- 1- إبراهيم شعلان ، عمرو أبوالمجد : خطط الكرات الثابتة في كرة القدم، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1997.
- 2- أحمد محمد خاطر: المباراة والتدريب في كرة القدم ، دار المعارف، الإسكندرية ، 1979.
- 3- حسن أبوعبده ، جابر رشاد : دراسة مقارنة لفعالية التهديف في بطولة كأس العالم لكرة القدم بالمكسيك 1986، وإيطاليا 1990، نظريات وتطبيقات ، مجلة متخصصة في علوم التربية البدنية والرياضة ، العدد السابع عشر، جامعة الإسكندرية ، 1993 .
- 4- طه محمود إسماعيل : برنامج تدريبي مقترح للجوانب الفنية والخطية للتصويب من خلال تحليل بعض المباريات المحلية والدولية في كرة القدم ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 1990 .
- 5- عبد الحميد عيسى مطر : دراسة تحليلية مقارنة للأهداف المسجلة في بطولتي العالم لكرة القدم عام 1994 ، 1990، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، العدد السادس ، الجزء الأول ، مارس 1986 .
- 6- على يوسف زريبة : برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الخطي الهجومي وتأثيره على خلق فرص التهديف لدى لاعبي كرة القدم،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 2005 .
- 7- عمر أحمد علي : دراسة تحليلية للأهداف المسجلة في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم والتي أقيمت بتونس في الفترة من 24 يناير حتى 14 فبراير 2004 ، مجلة

- علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ،  
المجلد السادس عشر، يونيو ، 2004 .
- 8- عمرو على أبو المجد : أسباب إهدار اللاعب المهاجم لفرص التهديف في مباريات  
كرة القدم للفرق المصرية ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية  
الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، المجلد 24 ، العدد 58 ،  
ديسمبر 2001 .
- 9- — : دراسة تحليلية لأماكن التهديف في مباريات كرة القدم ، المؤتمر العلمي الثاني نحو  
مستقبل أفضل للرياضة في مصر والعالم العربي ،  
كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، إبريل ، 1996.
- 10- مصطفى كامل ، محمد حسام : الحكم العربي وقوانين كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ،  
ط2 ، القاهرة ، 1992.
- 11- مفتى إبراهيم حماد : الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 .
- 12- — : دراسة تحليلية للتهديف من الجانب الهجومي في كرة القدم ، المجلة العلمية للتربية  
الرياضية والرياضة ، كلية التربية الرياضية ،  
للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، العدد الأول ، يناير، 1989.
- 13- — : الإعداد والمباراة للاعبين كرة القدم ، حارس المرمى ،  
دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1985.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

14. David Partridge , Lan M; Frank: Comparative Analysis technical  
Performance, U.S.A. and West Germany In the 1990  
world cup finals, Canadian Soccer Association technical  
journal, VoL.1, No2, 1991.

15. Gero, Bisanz & Gunner Gerish: Football training technik, taktik,  
Rowohlt tacheenbush , Vorlage, Hamburg, 1998

الإعلام الرياضي العربي بين النزعة الإخبارية

## وانحسار التثقيف الرياضي

(\*) د. سعدون محمد علوان

(\*\*) د. محمد أحمد فياض

### المقدمة :

لا شك إن معطيات الحياة الرياضية بجوانبها المختلفة ، هي موضوع الإعلام الرياضي ، مثلما أن الرياضة كفلسفة ونظرية وممارسة وجمهور وتربية وهواية وصناعة هي موضوعات الإعلام الرياضي ، ولكن بالرغم من التطور النوعي والشامل الذي شهدته الرياضة ، فأنها لم تتجدد كما يجب ، ولم تصبح حاجة وضرورة ، ومازالت تعني لدى الكثيرين إنها مجالاً للترفيه ليس إلا ، وهذا ما يحتاج إلى المزيد من التعمق والدراسة .

على إن الإعلام الرياضي العربي ورغم جمهوره الواسع ، إلا إنه مازال إعلاماً موجهاً يتعرض للصعوبات والمعوقات والثوابت أو القوالب السلبية المتجددة ، رغم كل التطورات التكنولوجية التي صاحبتة ، سواء في الإعلام الرياضي المقروء أو المسموع أو المرئي ، ومازالت نظرتنا إلى هذا الإعلام ، تنحصر في كونه مجرد إعلاماً إخبارياً ينقل الأحداث الرياضية ، بعيداً عن التثقيف الرياضي ، الذي يفتقر الكثير من الجمهور الرياضي العربي فهم أبعاده وجوانبه ومزاياه .

### مشكلة البحث :

إن هذا البحث محاولة للوقوف على حقيقة الإعلام الرياضي العربي ، خاصة بعد أن أضحت الرياضة فن وصناعة ، بل يمكن القول إن الإعلام أرتبط بالرياضة بعلاقة مصلحة استفاد أحدهما من الآخر بشكل واضح ، ولكن بقيت مشكلة الإعلام الرياضي العربي تتمثل في تقوقعه داخل إطار النزعة الإخبارية السطحية وتراجع قيم التثقيف الرياضي للجمهور المتلقي ، وهنا تكمن مشكلة بحثنا هذا ، الذي نرمي من خلاله الوقوف على تشخيص الأسباب التي أدت بهذا الإعلام أن يتقوّل بهذه الصورة الواضحة ، من أجل الوصول إلى النتائج والمقترحات القادرة على الوصول بهذا الإعلام إلى تحقيق أهدافه وثوابته الأساسية القائمة على الترفيه وترسيخ القيم والأخلاق والتقارب بين الشعوب ونشر الوعي الثقافي في كافة الجوانب الرياضية .

(\*) محاضر بقسم العلوم الصحية ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الإعلام ، كلية الآداب . جامعة 7 أكتوبر .

## أهداف البحث :

### يهدف البحث إلى :

التعرف على الإعلام الرياضي بين النزعة الإخبارية وانحسار التثقيف الرياضي .

## فروض البحث :

- 1-إن النزعة الإخبارية هي السمة البارزة والغالبة على واقع الإعلام الرياضي العربي .
- 2-انحسار وانكماش الدور التثقيفي للإعلام الرياضي العربي .

## منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي من خلال محاولة وصف الظاهرة كما هي موجودة في الواقع ، فكثيراً ما يتضمن هذا الوصف تفسير الظاهرة عبر دراسة أسبابها ومتابعتها معطياتها الأساسية ، وصولاً إلى النتائج العلمية القائمة على التحليل والاستنتاج .

## مفهوم الإعلام الرياضي :

تعد الرياضة من النشاطات البشرية التي تحفل باهتمام كبير من قبل المجتمعات الإنسانية ، على أن الإعلام الرياضي ظهر مع ظهور الصحافة نهاية القرن السادس عشر ، وبداية القرن السابع عشر في غرب أوروبا ، ولكن بقيت مسألة الاهتمام بالأخبار الرياضية متأخرة نسبياً قياساً لما تحظى به أخبار السياسة والتجارة والمصارف .

وذلك لأن الصحافة كانت في بداياتها وليدة التجارة وأخبار المال ووصول البواخر وأسعار الصيرفة ، ثم تطورت لاحقاً لتحتوي أخباراً سياسية واجتماعية فضلاً عن أخبار الكوارث والأزمات وغيرها ، ومن ثم برزت أخبار الرياضة في فترة لاحقة لتركز على بعض النشاطات الرياضية المحلية التي تقام في المجتمعات الأوروبية آنذاك .

وقد بقيت الشؤون الرياضية تحتل مرتبة أقل أهمية من الشؤون الأخرى في الصحافة حتى القرن التاسع عشر ، ولكن ما لبثت أخبار الرياضة أن عرفت طريقها إلى الصفحات الأولى من الصحف مع بداية القرن العشرين . وقد ارتبط ذلك بازدياد عدد قراء الصحف وزيادة عدد المهتمين بالمجالات الرياضية المختلفة . ومن ذلك الوقت أصبحت أخبار الرياضة في الصحف أداة لجذب أكبر عدد من القراء . ( 8 : 76 )

وفي النصف الثاني من القرن العشرين ، ازداد الاهتمام الإعلامي بالرياضة ، فصارت هناك صحف ومجلات وبرامج إذاعية متخصصة في هذا المجال وتوسعت مجالات الإعلام الرياضي لتلبية لرغبات الجمهور . ( 1 : 97 )

على أن مفهوم الإعلام الرياضي ازداد اتساعاً وبرز مجاله الحقيقي مع ظهور الإذاعة المرئية ، حيث يعد التلفزيون من أقوى وسائل الاتصال التي ظهرت في القرن العشرين وأفضل وسيلة إعلامية لنقل الأخبار ، فله دور لا مثيل له في تقديم المادة الأخبارية التي تتميز بجاذبية فائقة دون وسائل الإعلام الأخرى ، ويتمتع التلفزيون كجهاز إعلامي بميزة القدرة على تقديم الأحداث في مشاهد متكاملة ، فالصوت والصورة عاملان حيويان يلعبان دوراً هاماً في حياة الأفراد اليومية والعادية ، ويتصلان بالانفعالات المختلفة لكل فرد مادام يستطيع السمع والإبصار ، والصورة من أحسن الوسائل المقنعة ، فهي لغة عالمية تفهمها كل الشعوب . ( 9 : 13 )

كما أسهمت الأقمار الصناعية الخاصة بالاتصالات في زيادة انتشار الإعلام الرياضي أسوة بالإعلام الأخباري بشكل عام ، بل إن ظهور أقمار البث المباشر أسس لظهور القنوات الرياضية المتخصصة التي جعلت المشاهد في قلب الحدث الرياضي أولاً بأول ، مثلما لعبت شبكة الإنترنت دوراً في انتعاش مفهوم الإعلام الرياضي ، رغم إن الإنترنت لم يصل لدرجة منافسة التلفزيون الذي يكاد لا يخلو بيتاً منه ، وبالتالي فهو أيضاً لا يحتاج إلى مقومات وإمكانات شخصية وتقنية مثلما يحصل الأمر بالنسبة لأجهزة الحاسب والإنترنت . وأخيراً لا نغفل جانب الإعلام الرياضي الثابت ، والذي يشمل المعارض والمنشورات والملصقات الرياضية المتنوعة .

### عوامل ظهور الإعلام الرياضي :

إن من أبرز العوامل التي أدت إلى ظهور الإعلام الرياضي المتخصص هي :

1- يعكس الإعلام الرياضي عموماً الوزن الحقيقي للرياضة في المجتمع في مرحلة ما من مراحل تطوره ، ويحتل الإعلام الرياضي في المجتمع ، المكانة ذاتها التي تحتلها الرياضة كمجال مستقل بين المجالات الأخرى في هذا المجتمع .

2- تبدلت نظرة المجتمع للرياضة في سياق التطور العام للمجتمع المعاصر ، النظرة الفقيرة المحدودة للرياضة ، كحدث ، وكحركة ، وكمنافسة ، وكناتج ، لم تعد كافية بل تحولت إلى مجال واسع ويشكل واحداً من الدعامات الهامة التي تشكل الملامح الأساسية لهذا المجتمع المعاصر .

3- لم تعد الرياضة المعاصرة محصورة في عدد محدود من الألعاب بل تعددت وتتنوعت الرياضات العالمية وازداد انتشارها الجماعية منها والفردية ، وهذا كله أدى إلى ازدياد وضوح الخريطة الرياضية ونضوجها ، وكان ذلك كله أساساً لظهور الإعلام الرياضي المتخصص وتطوره .

4- الجمهور الرياضي ، لم يعد تلك الحفنة المحدودة العدد من الشبيبة المراهقة الباحثة عن التسلية والترفيه ، بل اتسع وتنوع وتبدل جذرياً ، نوعاً وكماً ، وكان ذلك منطلقاً جديداً لظهور الإعلام الرياضي ودافعاً قوياً لتطوره .

5- تحولت الرياضة إلى صناعة ، وازدياد طابعها الاقتصادي وبروز سمتها التجارية ، زاد من أهمية الوصول إلى المتلقي ، وزاد من تنوع وأهمية الرسالة الإعلامية المطلوب إيصالها إلى المتلقي ، في وقت معين وبمستوى معين .

6- ظهور وسائل إعلامية جديدة ( الإذاعة بأشكالها المختلفة والتلفزيون بأساليبه المتنوعة ) كلها وسائل تمتلك خصوصية تكنولوجية معينة ، وتمتلك بالتالي ، لغة تعبيرية مختلفة ، وآليات إيصال وإقناع وتأثير مختلفة ، ونوعية مختلفة من الجمهور ، وهذا كله أوجد فرصة مناسبة لظهور الإعلام الرياضي المتخصص وتطوره . ( 2 : 187 - 189 )

### أهداف الإعلام الرياضي :

تتركز أهداف الإعلام الرياضي في الجانبين الترفيهي والتثقيفي ، على إن شيوع الاهتمام بمجالات الرياضة من الجماهير الواسعة دفع بهذه الأهداف إلى خدمة جوانب أخرى لا تقل أهمية عن الجانبين الترفيهي والثقافي ، ومن بين هذه الجوانب التي عمل الإعلام الرياضي على تحقيقها الجوانب الأخلاقية والسياسية والاقتصادية .

وعلى ذلك يمكننا طرح أهداف الإعلام الرياضي في النقاط التالية :

1- الترويج والترفيه عن النفس بما يفيد وينفع ، فليس كل ما يقدم من نشاط رياضي عبر برامج الإعلام الرياضي مفيد .

2- إحداث التقارب بين الشعوب ، وتحقيق الانسجام الوجداني فيما بينها ، فعلى الرغم من الاختلاف في اللون الجنس واللغة والثقافة ، فقد ساعدت الرياضة على تحقيق التفاعل والتقارب والسلام بين الشعوب .

3- ترسيخ القيم والأخلاق الرياضية والعمل على تنمية روح الفريق ومحاربة التعصب .

4- نشر الوعي الثقافي بالألعاب الرياضية .

5- تحبيب الرياضة إلى النفوس وشرح وتوضيح فوائدها للإنسان والمجتمع .

6- تحقيق عائدات اقتصادية ومالية لدعم الجوانب الأخرى في الإعلام . ( 5 : 98 )

## دور الإعلام الرياضي :

يطلع الإعلام الرياضي بمهام كثيرة ومتعددة أبرزها :

- 1- نشر الأخبار الرياضية لمختلف الألعاب والفرق والمهرجانات والمنافسات الرياضية .
- 2- تعريف الجمهور بأنواع الألعاب الرياضية وطرق مزاولتها ونجومها ، وإبراز النشاطات الرياضية كأداة لتهديب النفس وبناء الجسم .
- 3- الحث على ممارسة الرياضة وتحبيب النفوس فيها ، لما لها من فوائد ، وتوجيه الناس لمزاولتها وفق الأسس العلمية السليمة .
- 4- إبراز الجوانب الصحية والثقافية والترفيهية للرياضة .
- 5- تقديم وصف نقدي وتحليلي للمنافسات الرياضية لمختلف الألعاب ، وذلك عن طريق نقل وقائع الألعاب الرياضية من على ساحات الملاعب بموضوعية وتجرد .
- 6- رعاية المواهب الرياضية وصقلها وتشجيعها وتقديمها لجمهور الرياضة للتعرف عليها .
- 7- الاهتمام المتوازي بمختلف أنواع الرياضة، وذلك تلبية للاهتمامات المتنوعة لجمهور الرياضة .
- 8- التركيز المستمر على أهداف الرياضة ، وذلك في مجال دعم العلاقات بين الشعوب وتقاربها .
- 9- مساندة الجهود الرسمية والشعبية الرامية إلى تطوير الرياضة وتوسيع مجالاتها.
- 10- الابتعاد عن المهاترات والتعصب والأفكار الهدامة التي لا تمت للرياضة بصلة والعمل المستمر من أجل تعميق الأفكار الرياضية السليمة .
- 11- الاهتمام بالمناسبات والمنافسات الرياضية المحلية والعالمية .
- 12- التعريف بالقوانين واللوائح التي تنظم النشاط الرياضي بصفة عامة ، وأنواع الرياضات المختلفة بصفة خاصة .
- 13- الإسهام في تنمية الوعي الرياضي لدى الجمهور عن طريق تعريفه بالنشاطات الرياضية المختلفة وتسليط الضوء على ما يجري فيها من أنشطة .
- 14- إبراز الإيجابيات والسلبيات التي تظهر في المناسبات والمباريات الرياضية وملابساتها والحكم عليها بصدق وأمانة وموضوعية ، وأن تكون الأحكام مدعومة بالحقائق والوقائع الثابتة . ( 6 : 31 : 32 )

## نشأة وتطور الإعلام الرياضي العربي :

لا خلاف على أن الإعلام الرياضي بشكل عام هو الوليد الشرعي للصحافة الرياضية وينطبق الأمر على واقع الإعلام الرياضي العربي أيضاً . ويعود الأمر كما هو معروف لقدم ظهور الصحافة قياساً إلى وسائل الاتصال الأخرى السمعية منها أو المرئية . على إن ظهور الصحافة الرياضية العربية كانت أولاً ضمنية في إطار الصحف العامة ، كأن تخصص زاوية أو نصف صفحة أو صفحة كاملة من الجريدة تهتم بالنشاطات الرياضية المتنوعة ، ولعل تأخر ظهور أو اهتمام الصحافة العربية بالشؤون الرياضية عائد أساساً إلى تأخر استقلال الدول العربية ، لكن الأمر أختلف كثيراً بعد الحرب العالمية الثانية ، حيث احتلت أخبار الرياضة وشؤونها مكانه مرموقة ، ونتيجة لاهتمام القراء العرب الكبير بالرياضة وشؤونها أصدر البعض مجلات وصحفاً متخصصة في الرياضة ، كما أفردت الصحف العربية قبل ذلك العديد من صفحاتها للرياضة ، مثلما إن بعض هذه الصحف صارت تصدر ملاحق أسبوعية متخصصة بالرياضة .

وتعد مصر الدولة العربية الأولى التي ظهرت فيها مجلة رياضية هي مجلة (الأهلي) التي يصدرها النادي الأهلي ، ثم صحيفة (الزمالك) وفي لبنان صدرت مجلة (الوطن الرياضي) وفي العراق صدرت العديد من الصحف الرياضية والمجلات مثل جريدة (الرياضي) ومجلة (المبارز العربي) وفي الكويت صدرت مجلة (الرياضي العربي) وفي الجماهيرية الليبية صدرت صحيفة (الشباب والرياضة) ، إضافة إلى ذلك صدرت العديد من الصحف الرياضية خارج الوطن العربي ، وهي ما يطلق عليها (صحف عربية مهاجرة) كصحيفة (الشباب العربي) و(رياضة وفنون) اللتان صدرتا في روما ، وصحيفة (العرب الرياضي) التي صدرت في لندن ، وصحيفة (الفائز) في باريس ، إلى جانب تجربة إصدار صحيفة (الصدى الرياضي) في البرازيل في عام 1994 ، وعموماً فإن الصحافة الرياضية العربية سعت إلى تحقيق العديد من الأهداف منها :

1- تقديم مادة متنوعة تواكب التطور الحاصل في الحياة الرياضية ، ولا تكتفي بتقديم تغطية إخبارية للأحداث الرياضية .

2- تسعى إلى معالجة أعمق وأشمل للجوانب التي تقوم بها الرياضة في المجتمع كالجوانب الاجتماعية والتربوية والصحية والنفسية والاقتصادية .

3- معالجة الموضوعات الرياضية بمنهجية جيدة عبر اعتمادها على صحفيين في المجال

## الإعلام الرياضي العربي (المرئي والمسموع) :

لقد مارست الإذاعة المسموعة دوراً كبيراً في تكوين الرأي العام العربي الرياضي ، لأنها تستطيع تحطيم حواجز الزمن والمسافات البعيدة والحواجز الطبيعية عن طريق الموجات القصيرة والأقمار الصناعية وبذلك فالإذاعة استطاعت الوصول إلى عدد ضخم من المستمعين من ذوي المستويات الثقافية المتنوعة فضلاً عن الأميين حيث قدمت لهم الأخبار والتعليق والتغطية والتفسير قبل أن يغزو الجهاز المرئي المجتمعات العربية . ( 10 : 138 )

لذلك يحتفظ الجمهور العربي في ذاكرته ، الكثير من البرامج الرياضية التي قدمت من الإذاعات العربية المسموعة بل واحتفظت هذه الذاكرة بأسماء العديد من مقدمي البرامج وأساليبهم المشوقة في تقديم الحدث الرياضي ، كذلك أسماء عدد كبير من المعلقين الرياضيين الذي اشتهروا في تعليقهم على المباريات الرياضية خاصة كرة القدم سواء في النشاطات المحلية أو العربية أو القارية وحتى بطولات كأس العالم .

إن الإعلام الرياضي العربي المرئي هو الآخر قد مر بمراحل عديدة ، فإلى فترة قريبة وتحديداً قبل بزوغ عالم البث الفضائي التلفزيوني ، كانت الغالبية العظمى من محطات التلفزيون العربية هي ملكاً للدولة، لذلك فإن طبيعة البرامج المقدمة هي الوجه الآخر للحكومات ، حيث ينعكس الأمر حتى على البرامج الرياضية، فتقدم المحطات بعض البرامج الرياضية وتتجاهل البعض الآخر لأسباب سياسية أو اقتصادية أو اجتماعية ، مثلما كانت هذه المحطات تعتمد اعتماداً كلياً في حصولها على الأخبار الرياضية الدولية عن طريق الشبكات التلفزيونية العالمية مثل شبكة اليوروفزيون والأنترفيزيون ، مقابل عائد مادي بالعملة الصعبة حيث تقدم هذه الشبكات الحقائق الرياضية إلى المحطات العربية بشكل مباشر أو عن طريق اتحاد الإذاعات العربية ، ومن ثم تخضع هذه الحقائق الأخبارية إلى إعادة تنسيقها من قبل محطاتنا المحلية عن طريق (المونتاج) وترجمة نصوصها وتعليقاتها واختزالها لتقدم لنا في النهاية بشكل مختصر ومجزئ لا يتجاوز في أحسن الأحوال ساعة أو ساعتين على مدار الأسبوع .

ونفس الأمر ينطبق على حقوق نقل المباريات والأنشطة الرياضية العربية والقارية والدولية ، حيث كانت المحطات العربية قبل انطلاق أقمار عريسات عام 1985 ، تعتمد اعتماداً كلياً على منظمة الإنتلسات الأمريكية في نقل المباريات إلى جمهورها الأمر الذي كلف هذه المحطات الملايين من العملات الأجنبية ، دون أن يكون هناك وارد ملموس أو عائد مادي لهذه القنوات .

## القنوات الفضائية .. ومتغيرات الإعلام الرياضي :

لاشك إن التلفزيون لعب دوراً أساسياً في حياة الأمم والشعوب منذ نشأته ، وتطور هذا الدور في هذا العصر بشكل كبير مع دخول التلفزيون عالم الأقمار الصناعية ، وصار هذا الوافد الجديد جزءاً لا يتجزأ من حياة العائلة أو المجتمعات .

فالبث الفضائي الوافد لا يعترف بحدود جغرافية أو كيانات سياسية ولا يراعي في أغلب الأحيان سمات المجتمعات الأخرى ، بل هو يطرح خليطاً غير متجانس من الأفكار والثقافات والأخبار المتنوعة بما فيها الأخبار والنشاطات الرياضية .

إن المنطقة العربية تقع في نطاق البث التلفزيوني للعديد من أقمار الاتصالات سواء أقمار

الخدمة الثابتة أو أقمار البث المباشر، حيث تجاوز عدد هذه الأقمار (30) قمراً . (4 : 3) وصار يمكننا استقبال عدد كبير من القنوات التلفزيونية الفضائية ، والتي بدورها أيضاً تقدم لنا الرياضة والأنشطة الرياضية وتقاريرها بأسلوب شيق وجذاب ، فضلاً عن القنوات الرياضية الأوروبية المتخصصة ، قد جعل الجمهور العربي الرياضي وسط معادلة المقارنة بين ما يشاهده من خلال البث الأجنبي الوافد وبين ما تطرحه القنوات الفضائية العربية من برامج رياضية ، وبالتالي سرعان ما يصل هذا الجمهور إلى الحكم السريع على البون الشاسع بين ما نقدمه نحن ، وبين ما يقدمه الآخرون ، وبالتالي زاد الانفتاح على القنوات الأجنبية رغم العوق اللغوي ، لكنه صار مقتنعاً إن هذه القنوات تقدم برامجها آنيماً ودائماً في قلب الحدث الرياضي ، فضلاً عن التنوع في الرياضات وعدم التركيز على رياضة محددة ، ولا يقتصر الأمر على التغطية الأخبارية ، بل إن الكثير من القنوات الرياضية الأجنبية تضع في حساباتها مسألة التثقيف الرياضي وبناء جمهور رياضي واعي يعشق الرياضة ويتوق إلى ممارستها فضلاً عن متابعة أنشطتها وهذا هو الأساس .

لقد حاولت الدول العربية إدراك هذه الحقيقة وعملت على تفعيل الحدث الرياضي من خلال القنوات الفضائية العربية، وصرنا نشاهد يومياً التقارير الرياضية والتغطية الأخبارية لنشاطات رياضية متنوعة ، بل صار لدينا قنوات رياضية متخصصة مثل قناة أبو ظبي الرياضية وقناة دبي الرياضية وقناة (النادي) في الجماهيرية العظمى ، وقناة النيل للرياضة في مصر ، فضلاً عن (6) قنوات رياضية مشفرة تبثها شبكة الأوتل (راديو وتلفزيون العرب ART) والتي تعود ملكيتها إلى مجموعة دلت البركة التجارية وتبث المحطة برامجها من مدينة (فوتشينو) الإيطالية .

من خلال هذا الاستعراض السريع لواقع الإعلام العربي الرياضي في عصر الفضائيات ، تبرز نقطة مهمة وهي كيفية تحقيق الأرباح المادية على حساب المشاهدين العرب ، حيث إن

غالبية القنوات الرياضية أصبحت مشفرة ولا يمكن الوصول إليها إلا عبر الاشتراك ومثال ذلك قنوات الجزيرة الرياضية وقنوات شبكة الأوتل وقناة النيل الرياضية وقنوات أوربت الرياضية .  
إذاً أصبحنا أمام مشكلة جديدة ، وهي هل أن الإعلام الرياضي سلعة للبيع أسوة بالأخبار الأخرى التي تشتري وتباع ؟

للإجابة عن هذا السؤال لابد لنا من الحديث عن ثنائية الرياضة - التلفزيون .. وهي ظاهرة حديثة العهد لا يزيد عمرها عن بضع عشرات من السنين جاءت ثمرة للتطور التقني في وسال الاتصال الحديثة ، فأى الجانبين يستغل الآخر ويستثمره لمصلحته ؟ فالرياضة حققت الانتشار والوصول إلى مختلف شرائح البشر عبر التلفزيون ، ثم أصبح النقل التلفزيوني عائداً أساسياً من عوائدها المالية بفضل ذلك الانتشار ورغبة المشاهدين في متابعة الفعاليات الرياضية المختلفة ، أما التلفزيون فقد وجد في الرياضة مادة غنية ووسيلة مريحة لجذب المشاهدين والمعلنين على حد سواء ، مما يحقق الأرباح المنشودة ، وهكذا يمكن القول ببساطة أن كلا الجانبين استغل الطرف الآخر لمصلحته والى أقصى الحدود ، وبات كلا الطرفين يمثل عنصراً أساسياً في حياة الآخر ، وليس أدل على ذلك من التعديلات العديدة التي أدخلت على قواعد رياضات كثيرة لكي تصبح أكثر مواءمة للنقل التلفزيوني تقنياً وبصرياً وزمناً . ( 3 : 33 )

وعليه فقد أصبحت علاقة الإنتاج التلفزيوني بالحدث الرياضي محكومة وبشكل تصاعدي بمنطق المال ، وإن انتزاع حقوق البث رهن بمدى قدرة وكفاءة المفاوض التلفزيوني تجارياً ومالياً مع الجهات المالكة لحقوق بيع الحدث الرياضي ، فمنطق المنافسة بين القنوات قد جعل مفهوم حقوق الأفراد بالبث يخضع لمزايدات مالية لا حصر لها ، لذلك ظهرت قنوات تلفزيونية متخصصة بالرياضة ومشفرة تعتمد على دفع المشاهد لمبلغ انخراطي سنوي أو فصلي مقابل فك شفرة الإرسال ، وهناك قنوات أخرى تعتمد على المشاهدة الانتقائية وشراء أحداث رياضية بعينها عوضاً عن الانفتاح الكلي على الأحداث الرياضية . ( 7 : 38 )

#### انعكاسات المشهد الرياضي الراهن على الإعلام :

إن المتابع للمشهد الرياضي العربي المعروض عبر وسائل الإعلام الرياضي العربي في الوقت الحاضر ، سواء الوسائل المقروءة أو المسموعة أو المرئية يمكن أن يستخلص بعض المعطيات الأساسية التي تغلف هذا المشهد خاصة إذا ما اعتمدنا الإطار المنهجي القائم على التحليل العلمي وأهم هذه المعطيات هي : ( 2 : 203 )

## أولاً : غلبة الطابع الرسمي على الإعلام الرياضي العربي :

حيث تمتلك الأنظمة العربية ، وتقود معظم مفردات المنظومة الإعلامية الرياضية العربية ( الصحفية والإذاعية والتلفزيونية )، وهذه الأنظمة هي التي تحدد السياسات والمواقف ، وتعيين المسؤولين الإعلاميين الرياضيين ، وإذا كانت هذه الظاهرة قد أعطت في بداياتها دفعا قويا للإعلام الرياضي العربي ، تمثل في تمويل وإصدار صحف ومجلات رياضية متطورة نسبياً ، وبث برامج تلفزيونية وإذاعية رياضية مكلفة مادياً ، وامتلاك تكنولوجيا متطورة ، فإنها مع مرور الزمن رسخت ذهنية رسمية حولت وسائل الإعلام الرياضي إلى مؤسسات رسمية وحولت الكثير من الكوادر إلى مجرد موظفين ، وبالتالي انحسار إعلام الإبداع والتفاعل .

## ثانياً : غلبة النزعة الإخبارية على الإعلام الرياضي العربي :

شهدت الساحة العربية الرياضية تطورات هامة خاصة في العقود الأربعة الأخيرة من القرن العشرين ، وأصبح لدينا حياة رياضية بالغة الغنى والتشابك ولها جوانب متعددة أبرزها : الفلسفة الرياضية التي يجب اعتمادها ، والدور الذي يجب أن تلعبه الرياضة في حياة الفرد والمجتمع ، وتوفير المنشآت الرياضية وإعدادها وتجهيزها ، وإعداد الأجيال المتعاقبة من اللاعبين في مختلف الألعاب ، وإنشاء المعاهد العلمية الرياضية المتخصصة وإعداد الكوادر الفنية من مدربين وحكام وأطباء وإداريين وفنيين ، وتربية الجمهور الرياضي العربي النوعي، وتنظيم الأحداث والمباريات المحلية والعربية والقارية والدولية ، وتلبية احتياجات تحول الرياضة إلى صناعة وإلى علم مرتبط بالكثير من العلوم الإنسانية والاجتماعية الأخرى . لذلك وقع على الإعلام الرياضي العربي مهمات الانشغال في معالجة مختلف هذه الجوانب البالغة الأهمية ، لكي يكون هذا الإعلام مواكباً ومجسداً لتطور هذه الحياة من جهة ، وعنصراً فاعلاً في ترسيخ وتعميق هذا التطور من جهة ثانية .

لكن تجربة الإعلام الرياضي العربي في العقود الأربعة الماضية قد تعثرت ، حيث تردد هذا الإعلام في إنجاز المهام المطلوبة منه في هذا المجال ، فقد تمت عملية استبعاد لمعظم الجوانب والمجالات الهامة المطروحة أعلاه ، وتم التركيز فقط على الحدث الرياضي التنافسي - المباراة ، فتحول هذا الإعلام إلى مجرد إعلام سردي لوقائع ومعلومات متعلقة بالحدث ، بعيداً عن الأسباب والدوافع والظروف الذاتية والموضوعية التي لا بد من تشخيصها وفهمها وتقييمها ، فأهمل الظروف والسياق ، كما أهمل إلى حد بعيد الاهتمام بالظواهر والتطورات والقضايا المهمة في الجوانب الأخرى من الحياة الرياضية .

وتعود هيمنة النزعة الإخبارية هذه إلى عدّة عوامل أبرزها :

- 1- سيطرة ذهنية إعلام وقيم الموظفين، هذه الذهنية التي ينصب اهتمامها في مختلف المجالات على ما هو آني وجزئي وراهن وشخصي ، حيث تهرب هذه الذهنية من رؤية القضايا الكلية ومعالجتها ، وتتجنب مواجهة الحقائق الثابتة وتحليلها ، وغالباً ما تركز على الشخصيات الرسمية ، التي تصبح بؤرة التركيز في تغطية الحدث .
- 2- سيطرة ذهنية إعلام التسرع والإثارة الانفعالية والسطحية ، هذه الذهنية التي اختصرت المفهوم العام والشامل للرياضة ، وحصرت في تفاصيل جزئية وغير جوهرية من الحدث الرياضي، الذي هو غالباً المباريات الرياضية والنشاطات الرسمية الرياضية .
- 3- افتقار الإعلام الرياضي العربي في الأعم والأغلب إلى كوادر إعلامية مؤهلة ومتخصصة رياضياً وإعلامياً ، تفهم الرياضة فهماً عميقاً وتمتلك المقدرة الإعلامية على معالجة الجوانب المختلفة من الحياة الرياضية ، وعلى تغطية الحدث الرياضي ضمن سياقه العام ، وضمن المجرى التفاعلي للجمهور وليس للمسؤول الرسمي .

### ثالثاً : انحسار الدور التثقيفي للإعلام الرياضي العربي :

أدت هيمنة التغطية الإخبارية السطحية والمتسارعة على الإعلام الرياضي العربي إلى تراجع وانحسار الدور التثقيفي الذي كان مؤملاً أن يقوم به هذا الإعلام في المجتمع ، وسيطرت التغطية الإخبارية على الصحف والمجلات العربية الرياضية بنسبة تصل 80-90% من الصفحات ، كما سيطرت على معظم البرامج الرياضية المسموعة منها والمرئية ، وتوارت المادة الثقافية والفكرية الرياضية ، التي تقدم للقارئ ثقافة رياضية واسعة وعميقة ومتنوعة تتعلق بالجوانب المختلفة من الحياة الرياضية ، مثل الرياضة والمجتمع ، الرياضة والسياسة ، علم النفس الرياضي ، علم الاجتماع الرياضي ، علم الجمال الرياضي ، الطب الرياضي ، القوانين الرياضية ، قضايا التدريب والتحكيم ، وقيم ومبادئ الروح الرياضية الأولمبية وغيرها ، وهذا ما يفسر سيطرة الأنواع الصحفية الإخبارية وخاصة الخبر والتقرير ، وغياب الأنواع الصحفية الفكرية أو ندرة استخدامها كالتحقيق والمقال والحديث والتعليق ، والتي من شأنها تشخيص الأحداث والظواهر والتطورات الرياضية وتحليلها وتقييمها ، وبالتالي تقديم خلفية فكرية وثقافية للقارئ تمكنه ليس فقط من مجرد الإطلاع السريع والمعرفة السطحية بالأحداث ، بل ومن فهمها واستيعابها .

وهذا لا يغط حق بعض الاتجاهات والنشاطات الإعلامية الجادة التي تظهر في بعض الصحف والمجلات الأسبوعية والشهرية ، وكذلك في العديد من البرامج المسموعة أو المرئية الرياضية ذات الطابع غير الإخباري ، والتي تقدم رؤية معمقة للأحداث والتطورات الرياضية من

خلال النقاش والتحليل والحوار بهدف نشر ثقافة رياضية وإيجاد وعي رياضي وتلبية وإشباع حاجات إعلامية رياضية نامية ومتطورة .

#### رابعاً : سيطرة مفهوم الحدث وغياب مفهوم العملية :

يعتمد الإعلام الرياضي العربي في التغطية الإخبارية التي يقدمها على مفهوم (الحدث) (The Action) وليس مفهوم (العملية) (The process) ، ويعني مفهوم الحدث التركيز على ما حدث الآن ، وتقديم أجوبة سريعة ، أما مفهوم العملية ، فيعني التركيز على الحدث وعلى السياق العام الذي جرى فيه هذا الحدث ، فالحدث الرياضي كائن موضوعي له ماضٍ وحاضر ومستقبل ويجب اعتماد التغطية الإخبارية التفسيرية ، ليصل إلى جوهر الحدث وتقديم أجوبة لمختلف الأسئلة التي تحيط بالحدث وإشباع الحاجات الإعلامية للمتلقي العصري وتوسيع إطلاعه وتعميق معرفته بالأحداث والتطورات الرياضية .

#### نتائج البحث :

لقد توصل هذا البحث إلى مجموعة من النتائج التي تلخص واقع الإعلام الرياضي العربي بكل إمكاناته ومحدداته وقيوده والتزاماته ومدى تأثره بمحيطه السياسي والثقافي والاجتماعي وهي بالتأكيد رسمت صورته الواضحة التي طبعت واقع هذا الإعلام أو تطبع عليها بكل ما فيها من قيود أو عيوب ، ومن أهم هذه النتائج هي :

1-لقد مر الإعلام الرياضي العربي بمراحل عديدة ابتداءً من كونه جزءاً لا يتجزأ من الصحافة العامة أو البرامج المسموعة والمرئية للمحطات والقنوات العربية الرسمية العامة ، وصولاً إلى بروز مبدأ التخصص وظهور الصحافة الرياضية المتخصصة فضلاً عن القنوات الفضائية والبث الفضائي المباشر الذي أسهم بشكل كبير في بروز العديد من القنوات الرياضية .

2-يلاحظ على الإعلام الرياضي العربي ، إنه مازال أسيراً للجهات الحكومية الرسمية ، ورغم ظهور العديد من الصحف والمجلات والقنوات الرياضية المتخصصة ، والتي تعود ملكيتها إلى أشخاص أو ملكيات خاصة أو مساهمة ، إلا أنها مازالت تخضع بشكل مباشر أو غير مباشر للأصوات والتوجيهات الحكومية الرسمية .

3-إن الإعلام الرياضي العربي مازال أسيراً لغلبة النزعة الإخبارية المسيطرة على صفحاته وبرامجه الرياضية المتنوعة ، فهناك العديد من الأهداف التي سعى الإعلام الرياضي لتحقيقها ، لكنه في النهاية وجدناه قد ابتعد كثيراً عن مساندة وتغطية الأهداف والجوانب البالغة الأهمية التي تتجسد في الحياة الرياضية العربية ، وأضحى مجرد ناقل للخبر ويتعامل

مع الحدث الرياضي بسطحية واضحة بعيداً عن الدوافع والأسباب والفهم والتقييم والتغطية الموضوعية .

4- انحسار وتراجع الدور التثقيفي للإعلام الرياضي العربي بشكل كبير ، وسيطرة المواد الإخبارية على معظم الصحف والبرامج مع توارى المواد الثقافية والفكرية الرياضية وتراجعها كثيراً . وبالتالي توقف المجالات والبرامج المتخصصة بالثقافة الرياضية ، لأسباب عدة أهمها إن الإعلام الرياضي العربي قد أسهم بشكل أو بآخر في تغييب الجمهور الواعي والمثقف والباحث عن التجديد الذهني في القيم والأفكار الرياضية السائدة، وخلق جمهوراً يبحث عن الخبر المثير والنتائج المشوقة .

5- إن غياب مفهوم (العملية) الذي يعتمد التغطية الإخبارية التفسيرية وبروز مفهوم (الحدث) الذي يركز على تقديم الأجوبة السريعة للحدث الرياضي ، مشكلة كبيرة يتحملها الإعلام الرياضي العربي نتيجة غياب التخطيط العلمي والتنظيم الإستراتيجي القائم على إدراك أهمية الجمهور كشريك أساسي في العملية الاتصالية فضلاً عن العملية الرياضية بكل توجهاتها .

6- إذا كانت الجوانب المتصلة بالإعلام الرياضي العربي قد سجلت تطورات هائلة بحكم التقنيات المستوردة ، فإن هذا الإعلام مازال مطالباً بالتطور واستيعاب ما يدور حوله من الأحداث والتحويلات والتطورات التي يشهدها العالم يومياً بكل مجالاته الحيوية والتقنية والتأهيلية فضلاً عن فتح باب التعاون والمساهمات المشتركة مع جهات أخرى تختص بالأنشطة الرياضية .

وهذا يقودنا إلى تأكيد بعض المقترحات التي نراها أساسية للارتقاء بواقع الإعلام

الرياضي العربي منها :

أ- ضرورة تفعيل الإعلام الرياضي العربي باتجاه تبني فلسفة (الرياضة للجميع) من أجل تكريس القيم الرياضية الحقيقية ، ودراسة الآثار الإيجابية للسيطرة الرسمية على الإعلام الرياضي العربي وترسيخها وإبعاد كل ما هو سلبي أو التقليل من خطورته .

ب- إن الاتحاد الرياضي العربي واتحاد الصحافة الرياضية العربي مطالبان بإيجاد منظومات صحفية وإذاعية وتلفزيونية داخل كل بلد عربي تخضع لإدارة مركزية ، تصدر صحفاً يومية ذات طابع فكري تثقيفي رياضي ، كذلك الحال بالنسبة للبرامج الإذاعية المسموعة والمرئية يجب عليها أن تغطي الحياة الرياضية في مختلف أنحاء البلد وتتضمن برامج ذات طبيعة أخبارية ، وأخرى ذات طبيعة تحليلية وتفسيرية ، وبرامج تهتم بتقديم ثقافة رياضية نوعية .

- ج- الإعلام الرياضي العربي مطالب أن يعمل على تنقية الأجواء الرياضية باعتباره عاملاً مؤثراً في الحياة اليومية خاصة في ظل تطور تكنولوجيا الاتصال ، وأن تكون رسالته نبيلة واضحة المعالم هدفها التثقيف وتوعية ونقل الحقائق وتحفيز التنافس الشريف .
- د- أهمية التخصص الرياضي ، وضرورة محافظة الإعلامي على النزاهة والمصداقية والحياد في نقل المقابلات والتعليق على المنافسات الرياضية .
- هـ- أهمية تأهيل الإعلاميين الرياضيين ، وتمتعهم بثقافة عامة وإنسانية واسعة حتى ينجحوا في نشر ثقافة التنافس بين الجمهور الرياضي ، مما يسهم في بلوغ الرياضة أهدافها السامية .
- و- أن تقوم المعاهد والمؤسسات والأكاديميات الرياضية العربية بإصدار مجلات فصلية تهتم بتوعية الجمهور ذهنياً وفكرياً تجاه مفهوم الرياضة بكل حلقاته ، وأن تركز على الجانب التثقيفي بالدرجة الأساس .

### المراجع

- 1- أحمد مصطفى عمر ، الإعلام المتخصص ، بنغازي ، منشورات جامعة قار يونس ، 1997.
- 2- أديب خضور ، الإعلام المتخصص ، دمشق ، المكتبة الإعلامية ، 2003 .
- 3- أيمن جادة ، الرياضة والتلفزيون من منهما يستغل الآخر ، مجلة الإذاعات العربية ، العدد (4) ، تونس ، 2000.
- 4- جريدة البيان ، دبي ، في 30 أبريل 2001 .
- 5- خير الدين علي عويس وعطا حسن عبد الرحيم ، الإعلام الرياضي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998.
- 6- عبد اللطيف حمزة ، المدخل في فن التحرير الصحفي ، ط4 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1984 .
- 7- عبد الناصر فتاح الله ، التلفزيون العربي والرياضة : ضوابط العلاقة ، مجلة الإذاعات العربية ، العدد (4) ، تونس ، 2000 .
- 8- فاروق أبوزيد ، الصحافة المتخصصة ، القاهرة ، عالم الكتب ، 1986 .
- 9- محمد أحمد فياض ، الإعلام الفضائي الدولي والعربي ، عمان ، دار الخليج ، 2005.
- 10- محمد نصر مهنا ، الإعلام وتكنولوجيا الاتصال ، الإسكندرية ، مركز الإسكندرية للكتاب ، 2005 .

## الإصابة الرياضية وآثارها السلبية على متسابقى ألعاب القوى في زيادة حدة أعراض حالة الاحتراق النفسي وانسحابهم المبكر من الممارسة

(\*) د. عمر علي سالم العياط

(\*\*) د. إبراهيم علي المختار عطية

### المقدمة ومشكلة البحث :

تعد فهم ومعرفة الإصابات الرياضية من أهم الموضوعات المعرفية التي يجب أن يلم بها كل من المدرب واللاعب والحكم والإداري على حد سواء ، فمن المعروف إن شدة الإصابة وتأثيرها على نفسية المتسابق قد تكون نهاية حاسمة لمستقبل اللاعب خاصة عندما تكون الإصابة بالغة الخطورة من حيث تأثيراتها السلبية من الناحية العملية والتي يجب أن يدركها كل من يعمل في المجال الرياضي وما يتعلق بالإصابات الرياضية الناتجة عن الاحتكاك مع الزميل كما في الألعاب الجماعية أو الاحتكاك أو التعامل مع الأداء كما في مسابقات الرمي والحواجز والموانع والوثب والقفز كما في مسابقات ألعاب القوى ، كما أن الإصابات قد تحدث نتيجة للاستخدام الخاطئ للجرعات التدريبية في الوحدة التدريبية ، كما في تدريبات الأثقال أو الأحمال التدريبية الغير مقننة مع قدرات وإمكانيات المتسابق البدنية والوظيفية والنفسية .

وفي مجال ألعاب القوى يتعرض الكثير من اللاعبين إلي أنواع مختلفة من الإصابات في أجزاء الجسم وخاصة في العمود الفقري أو في مفاصل الجسم المختلفة مثل مفصل الرسغ والمرفق والكتف لمتسابقى الرمي ، وإصابة مفصل الركبة وكاحل القدم لمتسابقى العدو والوثب ، وتحدث الإصابة بالعمود الفقري لمتسابقى الوثب العالي والقفز بالزانة والحواجز وبعض متسابقى الرمي ، ومن الإصابات الشائعة بالعمود الفقري مثل التمزقات بالأربطة العاملة على تثبيت الفقرات وعادة ما تحدث الإصابات في المنطقة العنقية والقطنية وقد يصاحب هذه الإصابات التهاب بالفقرات مع ظهور نتوءات عظمية ناتجة من تأثير الإجهاد الزائد أو الأحمال التدريبية الغير مقننة أو نتيجة أخطاء في التدريب والذي يسبب بدوره أحيانا إلى الانزلاق الغضروفي الذي بدوره قد يجعل انسحاب اللاعب من الممارسة الرياضية أمرا لا بد منه .

وتحدثت الإصابات الرياضية بمختلف أنواعها نتيجة ممارسة النشاط لأبدني سواء كان ذلك بشكل تنافسي أثناء البطولات الرسمية أو من خلال التدريب اليومي من اجل إعداد

(\*) أستاذ مشارك بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

الرياضي لبطولة رسمية ، وعادة ما تكون الإصابة لمتسابقى ألعاب القوى هي إصابة العضلات التمزق العضلي وغالبا ما يصاب بهذا النوع من التمزق متسابقى العدو والوثب ، وإما تكون الإصابة في مفاصل الطرف العلوي خاصة لمتسابقى الرمي ، وأما الإصابات التي تصاب الطرف السفلي فغالبا ما يصاب بها متسابقى الحواجز والموانع والوثب الطويل والوثب الثلاثي .

وغالبا ما تحدث الإصابة عندما تكون العضلة غير مهياًة لتحمل مجهود زائد ، أو لعدم كفاءة العضلة على القيام بواجباتها ، أو نتيجة لضعف العضلة أو تعرضها لإصابة سابقة أو إقحام اللاعب بالتدريب قبل إتمام فترة الشفاء من الإصابة .وقد تحدث الإصابة نتيجة للانقباض المفاجئ أو عدم توفر المرونة الكافية للمفصل والتي لأتسمح بحركة مطاطية العضلة بحركة إيجابية لمدى المفصل لتنفيذ الأداء الحركي المطلوب .

ويتفق كل من فلتز filtz (1984) ووليامز Williams واند رسون Anderson (1986) بأنه يمكن حدوث الإصابة الرياضية قبل حدوثها الفعلي ،نتيجة لعوامل نفسية وعوامل بدنية ،وتحدث الإصابة الرياضية أحيانا من سلوك المخاطرة . أو القلق الناتج من ضغوط الحياة والنصائح السلبية من الآخرين . ( 10 )

ويؤكد محمد حسن علاوي (1998) أن مسببات الاحتراق النفسي للمتسابقين هو الارتفاع المفاجئ لكلا من حجم وشدة التدريب أو سوء تشكيل حمل التدريب أثناء دورة الحمل الأسبوعية أو الخطاء في تحديد فترات استعادة الشفاء الصحية للمتسابق . (3) (4) وتتفق نتائج دراسة كل من بيتري (1993) وبنجامين ود يفيد (1997) ( و جولد وأدرى وبريدجزيك (1997) ) فقد أشارت نتائجهم إلى أن إصابات الرياضيين ليست ضغوط بدنية فقط ، فهي ضغوط نفسية واجتماعية وأثارها السلبية على اللاعب ، وأن الإصابة تؤثر في جوانب الحياة الأخرى . ( 5-6-8 )

ويضيف روثلا Rotelle وهيمان Heyman (1986) أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين ضغوط الحياة العامة والإصابة الرياضية . (1)

ولقد أشار كل من أندرسون ووليامز في دراستهما (1986) إلى أن مشكلات وضغوط الحياة اليومية تكون عوامل تنبؤية لحدوث الإصابة الرياضية نتيجة المغالاة في التدريب أو المنافسات الرياضية التي تتطلب زيادة الجهد والقلق والتوتر والخوف من صعوبة بعض المنافسات ذات المستويات العالية . (10)

لذلك فإن متسابقى الرمي والوثب بصفة خاصة هم أكثر متسابقى ألعاب القوى عرضة للإصابة الرياضية وقد يرجع ذلك للخبرات السلبية للاعب سواء كانت أثناء التدريب أو المنافسة ، حيث يتعرض متسابق ألعاب القوى للإصابة الرياضية من خلال شدة الأحمال

التدريبية أو الأخطاء في التدريب خاصة عند إعدادة لبطولات دولية ، ويرجع إلي طبيعة الأداء ومكان المنافسة المتميز بالصلابة ، وكذلك الدافعية الزائدة عند اللاعب لتحقيق الفوز بأية وسيلة ممكنة .

إن طبيعة أداء مسابقات الرمي والوثب تختلف عن الأداء الحركي في مسابقات العدو والجري ويظهر هذا الاختلاف في الأداء الحركي للمهارة حيث تؤدي المهارة في سباقات العدو والجري بطريقة طبيعية ، أما مهارات الرمي والوثب فيكون تنفيذ الأداء المهاري بشكل مخالف للوضع التشريحي والذي يحتاج إلى مهارة عالية وتدريبات مهارة بدقة عالية وتحت إشراف مدربين أكفاء ومؤهلين علميا حيث يعتبر التكنيك في مسابقات الرمي والقفز من أصعب المهارات الحركية ونظرا لأداء المهارة بأجزاء من الجسم وغالبا ما يعتمد على الطرف العلوي لمتسابق الرمي والأطراف السفلي والعليا لمتسابق الوثب العالي والقفز بالزانة فان الإصابة قد تحدث للاعب في أي لحظة إذا لم يعد إعداد جيد من النواحي البدنية والمهارية والنفسية والسيكولوجية فيكون عرضة للإصابة التي قد تبعده عن الملاعب لفترة طويلة أو تجعله يترك اللعبة نهائياً إذا كانت الإصابة حادة .

وما تم ملاحظته من أن متسابق ألعاب القوى المتمثلين في سباقات الرمي والوثب خاصة العالي والقفز بالزانة وكذلك سباقات الحواجز والموانع قد تلاشوا من ملاعب ألعاب القوى في الفترة الأخيرة وذلك نتيجة لعوامل كثيرة ساهمت في ابتعادهم عن ملاعب ألعاب القوى الأمر الذي أدى إلي تدني مستوى ألعاب القوى بالجماهيرية وغياب كثير من المسابقات في البطولات الرسمية سواء على مستوى المنطقة أو على مستوى الجماهيرية ، وهذا الأمر يتطلب الدراسة والبحث في هذا المجال وذلك للوقوف على سبب التراجع السريع والملفت للنظر عن رياضة ألعاب القوى وكذلك إلى قلة متسابقها على المستوى المحلي والعربي والدولي .

#### أهداف البحث :

- 1- التعرف على عدد ونسب المحترفين وغير المحترفين نتيجة الإصابة والرعاية الصحية من متسابق ألعاب القوى تبعا لنوع المسابقة .
- 2- التعرف على عدد المحترفين وغير المحترفين بين متسابق ألعاب القوى تبعا للمناطق الجغرافية .

## تساؤلات البحث :

- 1- ما هي نسب وعدد المحترفين وغير المحترفين بين متسابقى ألعاب القوى نتيجة الإصابة وعدم الرعاية الصحية ؟
- 2- ما هي أكثر المناطق الجغرافية التي تعرض متسابقىها للاحتراق النفسي بسبب الإصابة وعدم الرعاية الصحية ؟

## المصطلحات :

### الإصابة الرياضية :

هي تلف أو إعاقة سواء كان التلف مصاحباً أو غير مصاحب بتتهتك الأنسجة نتيجة لأي تأثير خارجي سواء كان هذا التأثير ميكانيكي أو دموي أو كيميائي أو عادة ما يكون هذا التأثير الخارجي مفاجئاً وشديداً . (2)

### الدراسات المرتبطة :

#### 1 - دراسة بيتري Petrie (1993) :

**بعنوان :** تأثير ضغوط الحياة ومهارات الاستعداد النفسي والقلق على التنافس وعلى الإصابة للاعب كرة القدم .

**الهدف :** التعرف على تأثير ضغوط الحياة ومهارات الاستعداد النفسي والقلق على التنافس وعلى الإصابة للاعب كرة القدم .

**النتائج :** إن (60%) من عدد حالات الإصابة ترجع إلى سمة القلق التنافسي بالإصابة إلى تأثيرها على جوانب الحياة الأخرى وتزداد هذه الضغوط كلما زادت فترة الإصابة . ( 5 )

#### 2 - دراسة جيل Gill وهند رسون Henderson وبار جمان Bargman (1995)

**بعنوان :** مخاطر الضغوط النفسية والإصابة الرياضية لدى العدائين مستوى ( أ ) ومستوى ( ب ) .

**العينة :** ( 27 ) عداء لكل مجموعة .

**النتائج :** وجود فروق بين البحث في مصادر الضغوط النفسية وأن الضغوط المرتبطة بالتدريب الزائد احتلت المرتبة الأولى من حيث درجة الأهمية ، في حين الضغوط المرتبطة بالإصابة جاءت في المرتبة الثانية . ( 7 )

### 3- دراسة واينبرج Weinberg وجولد Gould ( 1995 )

**بعنوان :** دراسة أسباب احتراق الرياضي .

**الهدف :** التوصل إلي أهم أسباب احتراق الرياضي كما عبر عنها الرياضيين .

**العينة :** ( 300 ) لاعب من مختلف الألعاب .

**النتائج :**

1- أسباب احتراق الرياضي ترجع إلى :

\* - زيادة ضغوط التدريب والمنافسة .

\* - عدم الاستمتاع بالتدريب والمنافسة .

\* - توقع أهداف طموحة أكثر من قدرات الرياضي .

\* - الاستجابات السلبية لضغوط التدريب .

\* - زيادة الشعور بالخوف - ارتفاع القلق - الإحباط .

\* - الوعي بالنتائج السلبية المترتبة عن التدريب الزائد .

2- عدم وجود فترات راحة مناسبة تسمح للرياضي لاستعادة الشفاء واستجماع القوة

بعد ضغوط المنافسة . ( 9 )

### 4- دراسة بنجامين وديفيد Benjamin & Devid ( 1997 )

**بعنوان :** مصادر الضغوط المرتبطة بالأداء أثناء المنافسة .

**الهدف :** التعرف علي مصادر الضغوط المرتبطة بالأداء أثناء المنافسة .

**العينة :** ( 317 ) لاعب يمثلون أنشطة رياضية متنوعة .

**النتائج :** إن هناك ثمانية مصادر للضغوط مرتبطة بالأداء أثناء المنافسة هي .

• - ضغوط مرتبطة بأهمية الآخرين ( الزملاء - المدرب - الإداري - الآباء -

الحكام )

• - ضغوط مرتبطة بالتقييم الاجتماعي .

• - ضغوط مرتبطة بالشك والقلق .

• - ضغوط مرتبطة بطبيعة المنافسة .

• - ضغوط مرتبطة بمتطلبات البيئة .

• - عوامل متنوعة مثل (توقع حدوث الإصابة ) . ( 6 )

## 5- دراسة جو لد Gould وادري Udry وبرد يجزى Bridges وبيك Beck (1997)

**بعنوان :** مصادر الضغوط المؤثرة والناجمة عن الإصابات في الموسم الرياضي .  
**الهدف :** التعرف على مصادر الضغوط المؤثرة والناجمة عن الإصابات في الموسم الرياضي.  
**العينة :** ( 21 ) لاعب من لاعبي فريق التزلج الأمريكي اللذين عانوا من إصابات قبل انتهاء الموسم الرياضي .  
**النتائج :** إن هناك (182) مصدر للضغوط في ثمانية اتجاهات ( نفسية - اجتماعية - بدنية - طبيعية - مالية ) واتجاهات أخرى كما إن إصابات الرياضيين ليست فقط الضغوط البدنية ولكن الضغوط النفسية والاجتماعية . ( 8 )

### إجراءات البحث :

#### 1- منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث .

#### 2- مجتمع البحث :

اشتمل علي متسابقى ألعاب القوى المتميزين وممثلي المنتخب الوطني والمستوى الأول والذين اعتزلوا اللعب نهائياً .

#### 3- عينة البحث :

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من متسابقى ألعاب القوى والمشاركين في المسابقات الدولية والعربية والأفريقية والحاصلين علي نتائج متقدمة في البطولات المحلية خلال ثلاث عقود من الزمن من (1970) وحتى (2000) وفي أي مسابقة من مسابقات ألعاب القوى .

#### 4- أدوات البحث :

استخدم الباحثان مقياس ظاهرة الاحتراق النفسي لمتسابقى ألعاب القوى بالجماهيرية الذي صممه ( إبراهيم علي عطية ) سنة (2004) إفرنجي وقد اعتمد الباحثان علي محور الإصابة والرعاية الصحية في معرفة أثر الإصابة في احتراق المتسابقين نفسياً ، حيث يتكون المحور من (9) عبارات وتمنح درجات الإجابة علي ميزان تقدير ثلاثي التدرج يتمثل في موافق وتعطى ثلاث درجات وموافق إلي حد ما درجتان وغير موافق درجة واحدة بالنسبة للعبارة الإيجابية والعكس بالنسبة للعبارة السلبية .

وقد تم التحقق من الشروط العلمية لعبارات المحور حيث تم حساب الصدق بطريقة الصدق الذاتي والثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق علي عينة بلغ عددها ( 15 ) متسابق من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث وقد بلغ ثبات المحور (0,86% ) ومعامل الصدق الذاتي (0,93%) وهى معاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ( 0,01 ) .

##### 5- الدراسة :

طبق المقياس على أفراد عينة البحث في الفترة من 25 / 8 / 2004 ف إلى 30 / 10 / 2006 ف .

##### الإجراءات الإحصائية :

تم استخدام الإحصاء التالي :

1- معامل الارتباط لبيرسون .

2- النسب المئوية .

##### عرض النتائج ومناقشتها :

أولاً : عرض النتائج :

#### جدول رقم ( 1 )

يبين عدد ونسب المحترفين وغير المحترفين من متسابقى ألعاب القوى بمتغير الإصابة

#### وعدم الرعاية الصحية تبعاً لنوع المسابقة

| النسبة المئوية | غير المحترفين | النسبة المئوية | المحترفين | عدد المتسابقين | المعطيات المسابقة |
|----------------|---------------|----------------|-----------|----------------|-------------------|
| 22.2%          | 18            | 77.8%          | 63        | 81             | الجري             |
| 23.2%          | 13            | 76.8%          | 43        | 56             | العدو             |
| 13.9%          | 5             | 86.1%          | 31        | 36             | الرمي             |
| 15.1%          | 5             | 84.9%          | 28        | 33             | الوثب             |
| 19.9%          | 41            | 80.1%          | 165       | 206            | المجموع           |

يتضح من الجدول السابق أن نسبة المحترفين قد تراوحت ما بين 76.8% إلى 86.1% وإن نسبة المتسابقين الغير المحترفين فقد تراوحت تبعا لنوع المسابقة 13.9% إلى 23.2% .

## جدول رقم ( 2 )

يبين عدد ونسب المحترفين بين متسابقى ألعاب القوى نتيجة الإصابة وعدم الرعاية الصحية تبعاً للمناطق السكنية

| المسابقة              | الجري  | العدو | الرمي | الوثب | المجموع |     |
|-----------------------|--------|-------|-------|-------|---------|-----|
| العدد الكلي للمحترفين | 63     | 43    | 31    | 28    | 165     |     |
| طرابلس                | محترق  | 30    | 21    | 17    | 15      | 83  |
|                       | النسبة | %46   | %49   | %55   | %34     | %50 |
| سبها                  | محترق  | 16    | 6     | 4     | 5       | 31  |
|                       | النسبة | %25   | %14   | %13   | %18     | %19 |
| بنغازي                | محترق  | 6     | 8     | 7     | 3       | 24  |
|                       | النسبة | %10   | %19   | %22   | %11     | %15 |
| مصراته                | محترق  | 4     | -     | 2     | 3       | 9   |
|                       | النسبة | %6    | -     | %6    | %11     | %5  |
| غريان                 | محترق  | 3     | 2     | 1     | -       | 6   |
|                       | النسبة | %5    | %5    | %3    | -       | %4  |
| المرج                 | محترق  | 1     | 2     | -     | -       | 3   |
|                       | النسبة | %2    | %5    | -     | -       | %2  |
| الزاوية               | محترق  | 3     | 4     | -     | 2       | 9   |
|                       | النسبة | %5    | %8    | -     | %7      | %5  |

يتضح من الجدول السابق أن نسب الاحتراق بين متسابقى ألعاب القوى قد تراوحت في الجري بين 2% إلى 46% ، وفي العدو من 5% إلى 49% ، وفي مسابقات

الرمي من 3% إلى 55% ، وفي مسابقات الوثب من 7% إلى 54% ، من العدد الإجمالي للاعبين المحترفين في كل منطقة سكنية .

## ثانياً : مناقشة النتائج :

يتضح من الجدول رقم (1) أن عدد المتسابقين المتأثرين بمتغير الإصابة وعدم الرعاية الصحية قد بلغ (165) متسابق من فروع ألعاب القوى الأربعة ، حيث يمثل هذا العدد نسبة 80% من العدد الكلي (206) متسابق بعينة البحث ، كما يوضح نفس الجدول أن نسبة المتأثرين بمتغير الإصابة والرعاية الصحية من مسابقي الجري قد بلغت 78% من العدد الكلي لمتسابقي الجري البالغ عددهم (81) متسابق ، بينما بلغت نسبة متسابقي العدو المتأثرين بالإصابة 76% من أصل (56) متسابق ، كما أظهرت نتائج الجدول إن نسبة المتأثرين بمتغير الإصابة والرعاية الصحية في مسابقات الرمي 86% وفي سباقات الوثب 84% ، ومن خلال عرض هذه النسب للمتسابقين المتأثرين بمتغير الإصابة والرعاية الصحية في مختلف مسابقات ألعاب القوى وبالتحديد في الفترة الزمنية التي تناولتها الدراسة يستنتج الباحثان أن الإصابة وعدم الرعاية الصحية أحد العوامل السلبية التي تسهم بدرجة كبيرة جداً في زيادة التوتر والقلق لدى المتسابقين الأمر الذي يضطرهم إلى الانسحاب وعدم الاستمرار وهذا ما يسمى بظاهرة الاحتراق النفسي التي تصيب المتسابق .

كما يلاحظ من أن نسب المتأثرين بمتغير الإصابة في مسابقات الرمي والوثب قد تراوحت بين 84% إلى 86% وهي نسب عالية جداً مقارنة بالمتأثرين في مسابقات الجري والعدو ، وبعد مراجعة الباحثان لنتائج بعض الدراسات السابقة التي تناولت ظروف التدريب والتحليل الحركي وصعوبة الأداء ، أتضح أن هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى ارتفاع نسبة الإصابة في مسابقات الرمي والوثب .

ومن الأسباب والعوامل التي تسهم في زيادة الإصابة وما توصل إليه كل من اندرسون ووليامز (1986) حيث أن متسابقي الرمي والوثب بصفة خاصة هم أكثر متسابقي ألعاب القوى عرضة للإصابة الرياضية ، حيث يرجع ذلك إلى عدة أسباب منها شدة الأحمال التدريبية ، وكذلك نتيجة للأخطاء الفنية أثناء عمليات التدريب وخاصة عند الإعداد للبطولات الدولية ذات المستوى العالي ، وكذلك شكل الأداء في مسابقات الرمي والوثب ، حيث أن الأداء ينفذ بشكل مخالف في كثير من الأحيان للوضع التشريحي الصحيح للجسم مما يزيد من احتمال حدوث الإصابة في أي لحظة وخاصة في حالات عدم إعداد المتسابق إعداداً جيداً من النواحي البدنية والمهارية وال نفسية والسيكولوجية . (10)

ومن نتائج الجدول رقم (2) والخاص بعدد ونسب المحترفين بمتغير الإصابة والرعاية الصحية ببعض مناطق الجماهيرية ، اتضح أن نسب المتأثرين بهذا المتغير قد اختلفت من منطقة إلى أخرى نظراً للعديد من الاعتبارات والتي منها عدد المتسابقين وهذا ما يوضحه الجدول السابق ذكره ثم الإمكانات المادية والمعنوية والظروف الاقتصادية والإدارة

والتدريب وغيرها من العوامل الأخرى التي قد تسهم في زيادة أو تقليل تأثير الإصابة وعدم الرعاية الصحية .

ومن خلال النسب الموضحة بالجدول رقم ( 2 ) يلاحظ أن نسب المتأثرين بمتغير الإصابة بالنسبة لمتسابقى الجري قد بلغت 46% في طرابلس و 25% في منطقة سبها و 10% في بنغازي و 6% في مصراته و 5% في غريان و 2% في المرج و 5% في الزاوية ، أما نسب المتأثرين من متسابقى العدو فقد بلغت 49% في طرابلس و 14% في سبها و 19% في بنغازي و 5% في غريان و 5% في المرج و 8% في الزاوية .

كما أوضحت النتائج أن نسب المتأثرين بمتغير الإصابة بالنسبة لمتسابقى الرمي قد بلغت في طرابلس 55% وفي سبها 13% وبنغازي 22% مصراته 6% وغريان 3% ، بينما بلغت نسب المتسابقين المتأثرين في سباقات الوثب 45% في طرابلس و 18% في سبها 11% في كل من بنغازي ومصراته ، 7% في منطقة الزاوية .

#### الاستنتاجات :

من خلال تحليل وتفسير نتائج الدراسة ثم التوصل إلي الاستنتاجات التالية :

- 1- بلغ عدد المتسابقين المتأثرين بمتغير الإصابة والرعاية الصحية (165) متسابق حيث يمثل هذا الرقم نسبة 80.1% من العدد الكلي لعينة البحث .
- 2- أظهرت نتائج الدراسة أن ترتيب نسب تأثير الإصابة علي متسابقى كل فرع من فروع مسابقات ألعاب القوى كالتالي :

- متسابقى الرمي بالدرجة الأولى وبنسبة 86.1% ومتسابقى الوثب بالدرجة الثانية بنسبة 84.9% ، ثم متسابقى الجري بنسبة 77.8% وفي المرتبة الرابعة متسابقى العدو بنسبة 76.8% من العدد الكلي لمتسابقى كل فرع من الفروع الأربعة .

- 3- أظهرت النتائج أن ترتيب نسب المتسابقين المتأثرين بمتغير الإصابة وفقا لعدد متسابقى كل منطقة ، إن منطقة طرابلس بالدرجة الأولى وبنسبة 50% وسبها 19% وبنغازي 15% وفي الدرجة الرابعة مصراته والزاوية بنسبة 5% بينما كانت غريان في المرتبة الخامسة بنسبة 4% وجاءت المرج في المرتبة السادسة بنسبة 2% من العدد الكلي للمتأثرين بمتغير الإصابة والرعاية الصحية .

- 4- استنادا علي نتائج الدراسة وكذلك نتائج بعض الدراسات السابقة حول تأثير الإصابة علي متسابقى ألعاب القوى فقد اتضح أن الإصابة وعدم الرعاية الصحية تشكل أحد العوامل الأساسية والسلبية التي تسهم بدرجة كبيرة في زيادة التوتر والقلق وظهور حالة الاحتراق النفسي لدى المتسابقين فثم انسحابهم المبكر من ميدان التدريب والمنافسة .

## التوصيات :

- 1- توفير الرعاية الصحية الواجبة للمتسابقين وإعادة تأهيل المصابين منهم بصفة خاصة متسابقى الرمي والوثب .
- 2- العمل على تأهيل وصل المدربين لتشخيص الإصابة الرياضية وعلاجها .
- 3- الاهتمام بمواجهة مشاكل متسابقى الرمي والعدو في مناطق كل من طرابلس وبنغازي والمرج .
- 4- الاهتمام بالرعاية الصحية لمتسابقى الجري في منطقتي سبها وغريان .
- 5- زيادة الاهتمام والدعم لمتسابقى الوثب والعدو في كل من سبها وبنغازي ومصراته والزاوية .

## المراجع :

### أولاً : المراجع العربية :

- 1- أسامة كامل راتب : قلق المنافسة - ضغوط التدريب - احتراق الرياضي ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 م .
- 2- زينب عبد الحميد العالم : التدليك الرياضي وإصابات الملاعب ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1986 م .
- 3- محمد حسن علاوي : سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 م .
- 4- — : سيكولوجية الإصابة الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر . 1998 م .

### ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 5- Petrie . Coping skills competitive trait anxiety and playing status moderating effects on The Life stress injury relationship, 1993 .
- 6- Benjamin &David. Self presentational souse of competitive Stress during performance ,journal of Sports & Exercise psychology 1997

- 7- Gill & Henderson The type A Competitive runner at Risk for psychological International Journal & pargman of sport psychology 1995 .
- 8- Gould & Udry . Stress sources encountered & Bridges when Rehabilitant from season ending Ski . 1997
- 9- Weinberg & Gould .Stress and The young athlete The C hilds perspective , 1993 .
- 10- Williams & Anderson ;Applied sport psychology May field publishing Carujeamy, palo Alto, 1986

تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على بعض الدلالات الوظيفية للاعبين الجودو بمدينة طرابلس .

(\*) د. ناجية حسني علي شلابي

(\*\*) د. سعيد سليمان معيوف

(\*\*\*) د. عادل سالم الزيتوني

## المقدمة :

يرتبط احتياج الإنسان للغذاء بتوفير احتياجات الجسم منه حتى يستطيع أن يؤدي وظائفه الحيوية وان يقوم بجميع مناشطه وأعماله اليومية بكفاءة.

ومع التقدم العلمي وفي شتى المجالات وتطور علم فسيولوجيا الرياضة والتغذية واهتمام كثير من الباحثين في مجال الرياضة بمحاولة التوصل إلي أفضل أنواع الغذاء الملائم للرياضيين من حيث إنتاج الطاقة اللازمة لأداء العمل العضلي وزيادة القدرة على الأداء البدني ، حيث أنه خلال عملية التمثيل الغذائي تنتج الطاقة اللازمة لقيام الفرد بأوجه الأنشطة البدنية المختلفة.

وفي مجال إنتاج الطاقة يشير أبو العلا عبد الفتاح ( 1999 ) إلى أن المواد الكربوهيدراتية والدهون والبروتينات تمد الجسم بالمواد اللازمة للبناء والطاقة ( 2 : 192 )

ويضيف ميرفي اسايث Asyartte –Murph ( 1994 ) إلى أهمية تقدير الاحتياجات الغذائية وتأثيرها على مستوى أداء اللاعبين والممارسين للرياضة حيث أن أي قصور في الاحتياج الطاقوي ، وعدم إتباع النظم الغذائية المتوازنة بما يتناسب مع كل نشاط رياضي ينعكس بصورة سلبية على صحتهم ( 13 : 48 )

ويذكر " بهاء الدين سلامة " ( 2000 ) بان هناك تأثير لبعض أنواع الأطعمة على قدرة أداء الرياضي وذلك عن طريق :

- تجديد مصادر الطاقة .

- تسهيل التفاعلات الكيميائية المولدة للطاقة من الجسم .

- التغلب على التفاعلات التي تؤدي إلى حدوث الإجهاد العضلي .

- إنقاص الدهن الزائد من الجسم مما يزيد من القدرة على الحركة .

ويضيف أيضاً نقلاً عن " اينلوس Enola's " أن زيادة كميته الغذاء عن احتياجات

الرياضيين يعد أمراً غير مرغوب فيه . لذا يجب عليهم وعلى غيرهم ممن لا يمارسون الرياضة

الاهتمام بتوازن وتقنين الغذاء بطريقة أفضل تتماشى مع ظروفهم الحياتية واحتياجاتهم اليومية .

(\*) محاضر بقسم الرياضات المائية والدفاع عن النفس ، كلية التربية البدنية- جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم العلوم النظرية التخصصية ، كلية التربية البدنية- جامعة الفاتح .

(\*\*\*) محاضر بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية- جامعة الفاتح .

كما أن الاتجاه الحديث في مجال تغذية الرياضيين يشير إلى أن الاختلاف في تغذية الرياضيين قد يتحدد في زيادة مناسبة لكمية غذائهم وفقاً لمبدأ التغذية لمواجهة الأعباء البدنية المترتبة على ممارستهم للنشاط البدني بما يسمح بتعويض الجسم عن الكثير من العناصر التي فقدها أثناء ممارسته للنشاط الرياضي سواء في التمرين أو المنافسات. ( 5 : 127 )

### مشكلة الدراسة :

تتمثل مشكلة البحث من ملاحظة الباحثين في مجال التدريب التغيرات التي تطرأ على العديد من الدلالات الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة كظهور علامات التعب المبكر وارتفاع معدلات النبض وتدبب القدرة على الاستمرار في الأداء بنفس الكفاءة وبالرغم من تعدد الأبحاث التي أجريت في مجال تغذية الرياضيين وفي حدود إطلاع الباحثين تبين أنه لم يتم تحديد الغذاء المثالي الذي يتناوله الرياضي في الرياضات المختلفة وخاصة لاعب الجودو وهذا ما دعا الباحثون إلى دراسة تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على بعض الدلالات الوظيفية للاعب الجودو بمدينة طرابلس

### أهداف الدراسة :

#### تهدف الدراسة للتعرف على :

- 1- تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على معدل النبض لدى لاعبي الجودو.
- 2- تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على معدل ضغط الدم الانقباضي لدى لاعبي الجودو.
- 3- تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على معدل ضغط الدم الانبساطي لدى لاعبي الجودو.
- 4- تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على معدل نبض الضغط لدى لاعبي الجودو.
- 5- تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على مؤشر ديناميكية ضغط الدم لدى لاعبي الجودو.
- 6- تأثير تناول نوعيات مختلفة من الوجبات الغذائية على مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين لدى لاعبي الجودو.

## فروض الدراسة :

- تناول الوجبات الغذائية المقترحة يؤثر على الدلالات الوظيفية أثناء الراحة ولصالح القياس البعدي .
- تناول الوجبات الغذائية المقترحة يؤثر على الدلالات الوظيفية بعد المجهود ولصالح القياس البعدي .
- نسبة التغير بين القياسين ( القبلي - البعدي ) في الدلالات الوظيفية أثناء الراحة وبعد المجهود لصالح القياس البعدي .

## الدراسات المرتبطة :

### 1- دراسة " مجدي خفاجي " (2000) : ( 9 )

عنوانها " الثقافة الغذائية لأولياء الأمور وعلاقتها بالتكوين الجسماني والاضطرابات الغذائية لطلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة " .

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الثقافة الغذائية لأولياء الأمور والإصابة بالاضطرابات الغذائية للأبناء من طلاب المرحلة الإعدادية ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي واختيار العينة بالطريقة العمدية - العشوائية من طلاب الصف الثالث للمرحلة الإعدادية على مستوى محافظة القاهرة ، بلغ قوام العينة (371) طالب ، (371) طالبة ، وكانت المتغيرات هي الوزن ، الطول ، مكونات الجسم ، وأسفرت النتائج عن انخفاض مستوى الثقافة الغذائية للطلاب عن أولياء الأمور ، وكان هناك تأثير كبير لمستوى الثقافة الغذائية لأولياء الأمور على قياسات التكوين الجسماني للطلاب ، ووجدت علاقة ارتباطية مرتفعة بين المستوى التعليمي والثقافي لأولياء الأمور و مستوى الثقافة الغذائية .

### 2- دراسة " هيثم عبد الحميد داود " (2002) : (10)

عنوانها " تأثير بعض المكملات الغذائية المضادة للأكسدة على مستوى نشاط إنزيم السوبر أكسيد ديسيموتيز وبعض المتغيرات الفسيولوجية بعد أداء حمل تدريب هوائي ولا هوائي لدى الرياضيين " .

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى إنزيم SOD ومستوى استشفاءه ، وكذلك التعرف على تأثير المكملات الغذائية على بعض المتغيرات قيد البحث بعد أداء الجهد الهوائي واللاهوائي بالنسبة لأفراد العينة ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم القبلي والبعدي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة ، بلغ قوام العينة ( 30 ) متسابق وكان الاختيار قد تم بالطريقة العمدية العشوائية ، المتغيرات قيد البحث هي الطول ، الوزن ، النبض ، ضغط الدم ، مكونات الدم ، الإنزيمات ، حامض اللاكتيك ، وكان من أهم النتائج أن الجهد البدني الهوائي واللاهوائي يؤدي إلى زيادة مستوى إنزيم SOD في الدم بعد الأداء مباشرة ، كما يؤدي زيادة الجهد اللاهوائي إلى زيادة تركيز حامض اللاكتيك ومعدل النبض وضغط الدم الشرياني .

### 3- دراسة " سيمونت وآخرون " Symunette et al (1995) : (15)

عنوانها " العلاقة بين برامج التغذية والعادات والممارسات الغذائية وارتباطها بأمراض القلب للمراهقين في جزر البهاما " .

وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين النماذج الغذائية والعادات الممارسة في حدوث أمراض القلب للمراهقين ، أستخدم الباحث المنهج التجريبي للمجموعة الواحدة علي عينة قوامها (146) من الإناث المراهقات في البهاما تتراوح أعمارهم من ( 13-17 ) سنة ، وشملت المتغيرات السلوكيات الغذائية والوزن والطول ونسبة الدهون والكوليسترول والنبض وضغط الدم ، وأسفرت النتائج علي انخفاض المستوى في السلوكيات الغذائية المرتبطة بالتنفس ومستوى الدهون غير الطبيعي في أكثر من نصف العينة ، وكان مستوى الكوليسترول والقياسات الأثروبومترية ذات علاقة معنوية عكسية مع السمنة المصاب بها المراهقات ، كذلك كانت العلاقة عكسية بين السمنة وانقباض وانبساط عضلة القلب وارتفاع ضغط الدم .

#### التعليق على الدراسات السابقة :

اتفقت جميع الدراسات والأبحاث السابقة حول هدف الدراسة والذي يرتبط بالتغذية والثقافة الغذائية والوعي الغذائي وأجمعت جميع الدراسات علي علاقة الثقافة الغذائية وتأثيرها علي بعض دلالات الصحة البدنية علي الصحة والتمثلة في الوزن والنبض وضغط الدم والسعة الحيوية واستهلاك الأكسجين والكفاءة البدنية وتأخير التعب العضلي وسرعة استعادة الاستشفاء .

#### وقد استنتج الباحثون من الدراسات السابقة الآتي :

- 1- حدوث تحسن في المتغيرات الدالة علي الصحة مثل معدل النبض وضغط الدم ومكونات الدم ، واستهلاك الأكسجين .
- 2- يؤثر السلوك الغذائي والثقافة الغذائية علي الأداء والإنجاز الرياضي وذلك قد يرجع إلى عدم أتباع المدرب والمختصين التغذية الصحية للرياضيين .
- 3- الذكور أكثر دراية بالتوعية الغذائية من الإناث وخاصة عند اختيار الوجبات الغذائية .
- 4- يرتبط توازن الطاقة داخل الجسم بالجنس والسن والوزن والوعي الغذائي .

#### إجراءات الدراسة :

#### منهج الدراسة :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة ، وقد تم اختيار التصميم

التجريبي ذو المجموعة الواحدة لقياس ( قبلي - بعدي )

مجتمع وعينة الدراسة :

يشتمل مجتمع الدراسة على لاعبي الدرجة الأولى لرياضة الجودو، وشم اختيار عينة عمدية من اللاعبين بمدينة طرابلس ، واشتملت العينة على 10 لاعبين والمتحصليين على الحزام الأسود والمسجلين ضمن الاتحاد الفرعي للعبة بمدينة طرابلس .

#### شروط اختيار العينة :

- أن تشكل عينة البحث مجتمعاً إعتدالياً في المتغيرات الآتية :
- السن : شم الحصول عليه من واقع السجلات الرسمية الخاصة بأفراد عينة الدراسة .
- الطول : شم استخدام الرستاميتير Restameter لقياس الطول .
- الوزن : شم استخدام الميزان الطبي المعياري لتحديد وزن اللاعب .

#### جدول (1)

خصائص عينة الدراسة

( ن = 10 )

| المتغيرات     | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---------------|-----------------|-------------------|----------------|
| السن ( سنة )  | 24.6            | 3.65              | 0.71           |
| الطول ( سم )  | 170.5           | 7.33              | 0.23           |
| الوزن ( كجم ) | 62.6            | 4.49              | 0.31           |

يتضح من جدول (1) أن معامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات السن ، الطول ، الوزن قد تراوحت ما بين ( 0.23 - 0.71 ) أي انحصرت ما بين ( 63 ) ومن ثم فإن أفراد عينة الدراسة تقع في نطاق المنحنى الإعتدالي Normal curve .

## وسائل جمع البيانات :

- 1- الإطلاع على الدراسات والبحوث والمراجع لجمع البيانات .
- 2- البرنامج الغذائي المقترح ( تصميم الباحثون ) .
- 3- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :
  - أ - جهاز الرستاميتير لقياس الطول .
  - ب- الميزان الطبي لقياس الوزن .
  - ج - جهاز سفجمانوميتر لقياس ضغط الدم + سماعة طبية .
- 4- المعادلات المستخدمة في قياس بعض الدلالات الوظيفية قيد البحث :
  - أ- معادلة تحديد قيمة مؤشر نبض الضغط = قيمة الضغط الانقباضي - قيمة الضغط الانبساطي. ( 1 : 487 )
  - ب- معادلة تحديد قيمة مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين :
$$\text{مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين} = \frac{\text{معدل ضربات القلب} \times \text{ضغط الدم الانقباضي}}{100}$$
( 4 : 44 )

## البرنامج المقترح :

قام الباحثون بمسح واسع للدراسات والمراجع وخاصة تلك التي اشتملت على برامج غذائية بمختلف أنواعها وتركيباتها فمنها ما احتوت على برامج غذائية ثلاثية الوجبات وأخرى رباعية الوجبات ، ومنها ما تم التركيز فيها على رفع نسبة الكربوهيدرات وأخرى كانت تشتمل على نسب متقاربة بين الكربوهيدرات ، البروتين ، والدهون ، وتوصل الباحثون إلى وضع برنامج غذائي خماسي الوجبات والذي قد يتناسب مع عينة الدراسة الحالية وهم لاعبي الدرجة الأولى لرياضة الجودو وقد راعى الباحثون أثناء تحديد البرنامج النواحي التالية :

الكمية - عدد السعرات الحرارية - عدد الوجبات اليومية.

أولاً : الكمية :-

ثم تحديد كمية كل وجبة وفقاً لعدد السعرات الحرارية المقررة لكل لاعب على حدى وذلك خلال أيام التدريب فقط ، حيث تختلف عدد السعرات الحرارية المطلوبة في أيام الراحة لكل لاعب .

ثانياً : السعرات الحرارية :-

قام الباحثون بتقدير السعرات الحرارية لكل لاعب على حدى من أفراد عينة الدراسة وذلك بناء على الوزن والطول لكل لاعب كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (2)  
السعرات الحرارية لأفراد العينة

( ن = 10 )

| السعر الحراري | الطول  | الوزن | اللاعب            | تسلسل |
|---------------|--------|-------|-------------------|-------|
| 4970.00       | 172.00 | 70.00 | اللاعب رقم واحد   | 1     |
| 4260.00       | 164.00 | 60.00 | اللاعب رقم اثنان  | 2     |
| 4615.00       | 169.00 | 65.00 | اللاعب رقم ثلاثة  | 3     |
| 4118.00       | 160.00 | 59.00 | اللاعب رقم أربعة  | 4     |
| 4263.00       | 177.00 | 61.00 | اللاعب رقم خمسة   | 5     |
| 4262.00       | 165.00 | 65.00 | اللاعب رقم ستة    | 6     |
| 4615.00       | 176.00 | 70.00 | اللاعب رقم سبعة   | 7     |
| 4970.00       | 172.00 | 55.00 | اللاعب رقم ثمانية | 8     |
| 3905.00       | 165.00 | 60.00 | اللاعب رقم تسعة   | 9     |
| 4260.00       | 165.00 | 62.00 | اللاعب رقم عشرة   | 10    |

ثالثاً : عدد الوجبات

حدد الباحثون النظام الغذائي خماسي الوجبات حيث أكدت الأبحاث العلمية والمراجع أن لاعب الجودو يحتاج إلى عدد أكبر من الوجبات خلال اليوم وخاصة أيام التدريب ومن خلال الملاحظة الميدانية للباحثون فإن لاعبي الجودو يتناولون الأكلات الخفيفة والعصائر بكثرة بين الوجبات الثلاثة العادية التي يتناولونها خلال اليوم لذلك رأى الباحثون أن النظام خماسي الوجبات هو أنسب البرامج الغذائية وذلك بناء على آراء الخبراء وما جاء في المراجع العلمية ، وتوصل الباحثون إلى البرنامج في صورته التالية :

في أيام التدريب يكون على الشكل التالي :-

وجبة إفطار 17 %

وجبة بين الإفطار والغذاء 13 %

وجبة الغذاء 27 %

وجبة خفيفة بعد الظهر 13 %

وجبة العشاء 27 %

كذلك نسبة 3 % توزع على الوجبات من السكريات والفيتامينات مرفق رقم ( 1 )  
وتضمن ملعقة عسل في بعض الوجبات والعصائر الطبيعية.

كما قام الباحثون بوضع نظام ثلاثي الوجبات في الأيام الخالية من التدريب تقل عدد  
سعاتها الحرارية عن أيام التدريب وتكون كالآتي:-

وجبة إفطار 20 %

وجبة غذاء 50 %

وجبة عشاء 30 %

ولا توجد نسبة 3 % من السكريات والفيتامينات . مرفق رقم ( 2 )

**الإجراءات الأساسية للتجربة :**

**أولاً : القياس القبلي :**

قام الباحثون بأخذ القياسات القبلية للمتغيرات قيد الدراسة بدون تناول الوجبات المقترحة  
وذلك في الشهر السادس للعام 2006 مسيحي ، من عينة الدراسة عدد 10 لاعبين ولمدة ثلاثة  
أيام وثم القياس كل من :

- الطول - الوزن

- النبض

- ضغط الدم ( الانقباضي - الانبساطي )

- نبض الضغط

- ديناميكية ضغط الدم

- مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين .

**تنفيذ التجربة :**

استغرق تنفيذ البرنامج في الفترة من 14 / 6 / 2006 إلى 15 / 8 / 2006 مسيحي ،  
وذلك بواقع ( 5 ) وجبات في أيام التدريب ( 3 ) وجبات في الأيام الخالية من التدريب.

**ثانياً : القياس البعدي :**

ثم إجراء القياسات البعدية على أفراد عينة الدراسة بعد مرور ( 8 ) أسابيع من تناول

الوجبات المقترحة.

المعالجة الإحصائية:

- المتوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري .

- معامل الالتواء .

- معدل التغير المئوية .

- اختبار " ت " الفروق .

عرض النتائج ومناقشتها :

أولاً : عرض النتائج :

جدول رقم ( 3 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة ت وعدل التغير المئوي للقياسين القبلي والبعدي للدلالات الوظيفية قيد الدراسة لدى العينة أثناء الراحة

( ن = 10 )

| معدل التغير المئوي | قيمة (ت)       | الفرق بين المتوسطين | القياس البعدي أثناء الراحة |                 | القياس القبلي أثناء الراحة |                 | المعالجة الإحصائية<br>الدلالات الوظيفية |
|--------------------|----------------|---------------------|----------------------------|-----------------|----------------------------|-----------------|---|
|                    |                |                     | ± الانحراف المعياري        | المتوسط الحسابي | ± الانحراف المعياري        | المتوسط الحسابي |   |
| <b>1.69 %</b>      | <b>3.972**</b> | 1.1                 | 4.31                       | 64.9            | 4.42                       | 66              | معدل النبض                              |
| 2.65 %             | 2.371*         | 3                   | 5.70                       | 113.1           | 3.63                       | 116.1           | الضغط الانقباضي                         |
| 1.45 %             | -0.718         | -1.1                | 4.27                       | 75.6            | 4.22                       | 74.5            | الضغط الانبساطي                         |
| 10.93 %            | 2.653*         | 4.1                 | 4.81                       | 37.5            | 5.06                       | 41.6            | نبض الضغط                               |
| 1.52 %             | 0.790          | 1.38                | 4.31                       | 91.35           | 3.94                       | 92.73           | ديناميكية ضغط الدم                      |
| 1.22 %             | -0.225         | -0.98               | 13.41                      | 79.99           | 5.39                       | 79.01           | مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين        |

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.262

0.01 = 3.250

يتضح من نتائج جدول ( 3 ) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين ( القبلي - البعدي ) في الدلالات الوظيفية : معدل النبض ، ضغط الدم الانقباضي ، نبض الضغط أثناء الراحة ، حيث كانت قيم ت المحسوبة اكبر من ت الجدولية في هذه المتغيرات ، وكانت الدلالة غير معنوية عند مستوى 0.05 ، 0.01 في الدلالات الوظيفية : ضغط الدم الانبساطي ، ديناميكية ضغط الدم ، مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين . كما أظهرت النتائج أن أعلى معدل للتغير المئوي بلغ 1.22 % وأقل معدل للتغير المئوي بلغ -10.93 %.



جدول رقم ( 4 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة ت ومعدل التغير المئوي للقياسين القبلي والبعدي للدلالات الوظيفية قيد الدراسة لدى العينة بعد المجهود

( ن = 10 )

| معدل التغير المئوي | قيمة (ت) | الفرق بين المتوسطين | القياس البعدي بعد المجهود |                 | القياس القبلي بعد المجهود |                 | المعالجة الإحصائية<br>الدلالات الوظيفية |
|--------------------|----------|---------------------|---------------------------|-----------------|---------------------------|-----------------|---|
|                    |          |                     | ± الانحراف المعياري       | المتوسط الحسابي | ± الانحراف المعياري       | المتوسط الحسابي |   |
| 0.06 %             | -0.176   | -0.1                | 3.13                      | 169.3           | 4.02                      | <b>169.2</b>    | معدل النبض                              |
| 1.70 %             | *-2.299  | -2.3                | 4.30                      | 135.4           | 4.59                      | 133.1           | الضغط الانقباضي                         |
| -1.98 %            | 1.718    | 1.7                 | 3.30                      | 86              | 2.91                      | 87.7            | الضغط الانبساطي                         |
| 7.35 %             | *-2.231  | -3.6                | 6.13                      | 49              | 6.70                      | 45.4            | نبض الضغط                               |
| -0.05 %            | 0.069    | 0.05                | 2.62                      | 106.57          | 1.54                      | 106.62          | ديناميكية ضغط الدم                      |
| 1.77 %             | *-2.706  | -4.05               | 6.56                      | 229.18          | 7.11                      | 225.13          | مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين        |

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.262

3.250 = 0.01

يتضح من نتائج جدول ( 4 ) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين ( القبلي - البعدي ) في الدلالات الوظيفية : ، ضغط الدم الانقباضي ، نبض الضغط ، ومؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين بعد المجهود ، حيث كانت قيم ت المحسوبة أكبر من ت الجدولية في هذه المتغيرات ، وكانت الدلالة غير معنوية عند مستوى 0.05 ، 0.01 في الدلالات الوظيفية : ضغط الدم الانبساطي ، معدل النبض ، ديناميكية ضغط الدم . كما أظهرت النتائج أن أعلى معدل للتغير المئوي بلغ 7.35 % وأقل معدل للتغير المئوي بلغ -1.98 % .

جدول رقم ( 5 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة ت للقياسين القبلي أثناء الراحة والقبلي بعد المجهود للدلالات الوظيفية قيد الدراسة .

( ن = 10 )

| قيمة<br>(ت) | الفرق بين<br>المتوسطين | القياس القبلي<br>بعد المجهود |                    | القياس القبلي<br>أثناء الراحة |                    | المعالجة الإحصائية<br>الدلالات<br>الوظيفية |
|-------------|------------------------|------------------------------|--------------------|-------------------------------|--------------------|--|
|             |                        | ± الانحراف<br>المعياري       | المتوسط<br>الحسابي | ± الانحراف<br>المعياري        | المتوسط<br>الحسابي |  |
| ** -57.932  | -103.2                 | 4.02                         | 169.2              | 4.42                          | 66                 | معدل النبض                                 |
| ** -9.374   | -17                    | 4.59                         | 133.1              | 3.63                          | 116.1              | الضغط الانقباضي                            |
| ** -8.090   | -13.2                  | 2.91                         | 87.7               | 4.22                          | 74.5               | الضغط الانبساطي                            |
| -1.561      | -3.8                   | 6.70                         | 45.4               | 5.06                          | 41.6               | نبض الضغط                                  |
| ** -10.009  | -13.89                 | 1.54                         | 106.62             | 3.94                          | 92.73              | ديناميكية ضغط الدم                         |
| ** -73.269  | -146.12                | 7.11                         | 225.13             | 5.39                          | 79.01              | مؤشر استهلاك عضلة القلب<br>للأكسجين        |

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.262

3.250 = 0.01

يتضح من نتائج جدول ( 5 ) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبليين ( في الراحة - بعد المجهود ) في جميع الدلالات الوظيفية قيد الدراسة حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة ما بين 8.09 - 73.26 ، وكانت الدلالة غير معنوية فقط في متغير نبض الضغط حيث كانت قيمة ت المحسوبة -1.56 .

جدول رقم ( 6 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة ت للقياسين البعدي أثناء الراحة والبعدي بعد المجهود للدلالات الوظيفية قيد الدراسة .

( ن = 10 )

| قيمة<br>(ت) | الفرق بين<br>المتوسطين | القياس البعدي<br>بعد المجهود |                    | القياس البعدي<br>أثناء الراحة |                    | المعالجة الإحصائية<br>الدلالات<br>الوظيفية |
|-------------|------------------------|------------------------------|--------------------|-------------------------------|--------------------|--|
|             |                        | ± الانحراف<br>المعياري       | المتوسط<br>الحسابي | ± الانحراف<br>المعياري        | المتوسط<br>الحسابي |  |
| ** -70.315  | -104.4                 | 3.13                         | 169.3              | 4.31                          | 64.9               | معدل النبض                                 |
| ** -9.972   | -22.3                  | 4.30                         | 135.4              | 5.70                          | 113.1              | الضغط الانقباضي                            |
| ** -5.099   | -10.4                  | 3.30                         | 86                 | 4.27                          | 75.6               | الضغط الانبساطي                            |
| ** -5.608   | -11.5                  | 6.13                         | 49                 | 4.81                          | 37.5               | نبض الضغط                                  |
| ** -7.739   | -15.22                 | 2.62                         | 106.57             | 4.31                          | 91.35              | ديناميكية ضغط الدم                         |
| ** -26.989  | -149.19                | 6.56                         | 229.18             | 13.41                         | 79.99              | مؤشر استهلاك عضلة القلب<br>للأكسجين        |

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.262

0.01 = 3.250

يتضح من نتائج جدول ( 6 ) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين البعديين (في الراحة - بعد المجهود ) في جميع الدلالات الوظيفية قيد الدراسة حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة ما بين 5.09 - 70.31 ، .

## ثانيا : مناقشة النتائج :

تشير نتائج جدول ( 3 ) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى لأفراد عينة الدراسة أثناء الراحة في الدلالات الوظيفية ( معدل النبض ، ضغط الدم الانقباضي ونبض الضغط لصالح القياس البعدى فيما عدا معدل ضغط الدم الانبساطي وميكانيكية ضغط الدم ومؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين فكانت الدلالة غير معنوية ، ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلى اقتران تطبيق البرنامج الرياضي مع البرنامج الغذائي ( تصميم الباحثون ) أدى إلى التحسن في كل من معدل النبض وضغط الدم الانقباضي ونبض الضغط ، لأن البرنامج الغذائي ومما يحويه من تلبية احتياجات اللاعب اليومية ومتناسب مع الجهود المبذولة والطاقة المفقودة وهذا يتفق مع دراسة كل من كيفن ستيفن Kevin steven ( 1997 ) ( 11 ) ودراسة هيثم عبدالحميد ( 2002 ) ( 10 ) حيث أثبتت تلك الدراسات وجود علاقة إرتباطية بين الغذاء ونوعيته وكميته وبعض المتغيرات الوظيفية بالجسم مثل ضغط الدم الانقباضي والانبساطي ، كما يذكر أبو العلا عبدالفتاح ومحمد صبحي حسنين ( 1999 ) ( 3 ) أنه يلاحظ اختلاف النسب المئوية للانخفاض حيث يرتبط ذلك بنوع النشاط الرياضي ولتحديد حالة انخفاض الضغط لدى الرياضيين يجب مراعاة مستوى إعداد اللاعب ، ومرحلة وشدة التدريب ، والتغذية .

وتشير نتائج جدول ( 4 ) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى لأفراد عينة الدراسة بعد المجهود في الدلالات الوظيفية : ضغط الدم الانقباضي ، نبض الضغط ومؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين وكانت الفروق غير دالة في الدلالات الوظيفية معدل النبض ، ضغط الدم الانبساطي ، ديناميكية ضغط الدم ، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من ماتيفيف L. Mataveyev ( 1991 ) ( 13 ) وسالس وآخرون Seals et al ( 1994 ) ( 15 ) على أن الدلالات الوظيفية تتأثر بالمجهود المبذول فارتفاع معدل النبض وضغط الدم الانقباضي يرجع إلى تأثير القشرة المخية ، وحدوث زيادة في ثاني أكسيد الكربون وإفراز الأدرينالين مما ينعكس على استثارة مراكز التنفس في الجسم ، كما أن زيادة الحمل المبذول يؤدي إلى زيادة كمية الأكسجين المستهلك بواسطة الخلايا العضلية مما توضحه العلاقة الطردية بين زيادة معدل ضربات القلب ومؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين .

ويتضح من نتائج جدول ( 5 ) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبليين أثناء الراحة وبعد المجهود لدى أفراد عينة الدراسة في كافة الدلالات الوظيفية قيد الدراسة ما عدا متغير معدل النبض فكانت الدلالة غير معنوية ، ويرجع ذلك إلى أن الزيادة الفارقة بين قيم ضغط الدم الانقباضي والانبساطي أدى إلى انخفاض دلالة الفروق في معدل نبض الضغط الذي

يعبر عن الفرق بين ضغط الدم الانقباضي والانبساطي ويتفق ذلك مع ما توصل إليه أبو العلا عبدالفتاح وإبراهيم شعلان ( 1994 ) ( 1 ) من أن قيم نبض الضغط تتأثر بمقدار زيادة الفارق في قيم ضغط الدم الانقباضي والانبساطي حيث أن زيادة الفارق بين قيمها عن 30 مم / ز ، والذي يحدث نتيجة ارتفاع قيم ضغط الدم الانقباضي والنااتج في اتساع الأوعية الدموية وكذلك مما يصاحبه انخفاض في قيم ضغط الدم الانبساطي وهذا الفارق يعبر الزيادة في قيمته عن مقدار التعب الذي يتعرض له اللاعب .

يتضح من نتائج جدول ( 6 ) أن البرنامج الغذائي قد أثر على الدلالات الوظيفية قيد البحث إلا أن هذا التأثير قد اختلف وتفاوتت درجاته من متغير إلى آخر وكان إيجابياً في التأثير على كافة الدلالات حيث انحصرت قيم ت المحسوبة بين ( 5.09 - 70.31 ) مما يعبر عن مدى تأثير البرنامج المقترح على الدلالات الوظيفية قيد الدراسة ويعزوا الباحثون تلك النتيجة إلى تطبيق البرنامج الغذائي المقترح على أفراد العينة المقنن والمتوازن مع مراعاة احتياجات اللاعبين من السرعات الحرارية ويتفق ذلك مع ما ذكره ليندج ستوهكفرسير Linding stohecipher ( 1996 ) ( 12 ) أنه يجب الاهتمام بتعدية الرياضيين حيث أن ذلك يشكل جزء من بناء أجسامهم ويتم ذلك عن طريق تقديم الوجبات الصحية لهم وتعريفهم بطريقة اختيار نوعيات الغذاء المناسب وأثر التعدية على مستواهم الرياضي وعلى لياقتهم وعلاقة الغذاء بالوزن وخصوصاً في الألعاب التي تتأثر بوزن اللاعب ، وغير ذلك من المعلومات اللازمة واحسن الفرص لتنفيذ هذا أثناء الدورات الرياضية .

#### الاستنتاجات والتوصيات :

##### أولاً : الاستنتاجات :

وفقاً لنتائج هذه الدراسة ومن خلال الإجراءات الإحصائية توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية :

1- معدل النبض : حدث انخفاض ذو دلالة معنوية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة أثناء الراحة ، وكانت الدلالة غير معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة بعد المجهود ، وكانت الدلالة ذات إحصائية عالية بين متوسطي القياسين القبليين أثناء الراحة وبعد المجهود في معدل النبض ، وحدث ارتفاع ذات دلالة معنوية بين القياسين البعديين في الراحة وبعد المجهود لجميع أفراد العينة مما يؤكد تأثير البرنامج الغذائي المقترح على معدل النبض لدى أفراد عينة الدراسة .

2- ضغط الدم الانقباضي : حدث انخفاض ذو دلالة معنوية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة أثناء الراحة ، وبدراسة دلالة الفروق بين المتوسطين القبلي والبعدي بعد المجهود ، اتضح ارتفاع ذو دلالة معنوية في معدل الضغط الانقباضي وحدث

- ارتفاع ذات دلالة معنوية بين القياسين القبليين ( في الراحة وبعد المجهود ) وكذلك القياسين البعديين ( في الراحة وبعد المجهود ) في معدلات ضغط الدم الانقباضي .
- 3- ضغط الدم الانبساطي : حدث ارتفاع غير دال معنوياً بين القياسين القبلي والبعدي في الراحة لدى أفراد العينة ، كما حدث انخفاض غير دال معنوياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي بعد المجهود لدى أفراد العينة وبدراسة دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبليين ( راحة - بعد المجهود ) اتضح ارتفاع ذو دلالة معنوية بين متوسطي القياسين القبليين لدى أفراد عينة الدراسة وكذلك حدث ارتفاع دال معنوي بين القياسين البعديين ( راحة - بعد المجهود ) لدى أفراد العينة في قيم معدل ضغط الدم الانبساطي .
- 4- نبض الضغط : حدث انخفاض ذات دلالة معنوية بين متوسطي القياسين ( القبلي - البعدي ) لدى أفراد العينة أثناء الراحة ، كما حدث ارتفاع ذات دلالة معنوية بين متوسطي القياسين ( القبلي - البعدي ) بعد المجهود ، وعند دراسة دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبليين ( راحة - بعد المجهود ) اتضح ارتفاع غير دال معنوياً في معدلات نبض الضغط لدى أفراد عينة الدراسة وكان الارتفاع معنوياً بين متوسطي القياسين البعديين ( راحة - بعد المجهود ) في متغير نبض الضغط .
- 5- ديناميكية ضغط الدم : حدث انخفاض غير دال معنوياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي أثناء الراحة لدى أفراد العينة ، وكان هذا الانخفاض غير دال معنوياً بعد المجهود ، وبدراسة دلالة الفروق بين القياسين القبليين ( راحة - بعد المجهود ) اتضح ارتفاع ذو دلالة معنوية لصالح القياس القبلي بعد المجهود ، كما كانت الدلالة معنوية بين القياسين البعديين ( راحة - بعد المجهود ) حيث ارتفع معدل الديناميكية لصالح القياس البعدي بعد المجهود .
- 6- مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين : حدث ارتفاع غير دال إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي أثناء الراحة كما حدث ارتفاع بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي وكان ذو دلالة إحصائية بعد المجهود ، وكان الارتفاع ذات دلالة إحصائية عالية بين متوسطي القياسين القبليين ( راحة - بعد المجهود ) وكذلك الحال في الارتفاع بين متوسطي القياسين البعديين ( راحة - بعد المجهود ) في مؤشر استهلاك عضلة القلب للأكسجين .

### ثانياً : التوصيات :

- 1- زيادة الاهتمام بالبرامج الغذائية بالنسبة للاعبين الرياضات المختلفة وخاصة لاعبي الرياضات الفردية ( المنافسات ) .

2- التركيز على أهمية وجود أشخاص متخصصين في علم الأغذية مصاحبين للفرق الرياضية .

3- التركيز على الدمج بين البرامج التدريبية والبرامج الغذائية للفرق الرياضية .

4- إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول فاعلية البرامج الغذائية المختلفة وفقاً للاتجاهات الوظيفية التي تتطلبها طبيعة الرياضة الممارسة .

5- الاسترشاد بنتائج البحث الحالي خلال عمليات التقييم لفاعلية البرامج الغذائية لضمان إحداثها لتكيف الأجهزة الوظيفية مع حمل التدريب التي يتعرض له اللاعبين في مراحل التدريب المختلفة .

#### قائمة المراجع :

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، ابراهيم شعلان : فسيولوجيا التدريب في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999ف .
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح : الاستشفاء في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999ف .
- 3- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، محمد حسن علاوي : التمثيل الحيوي للطاقة في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999ف .
- 4- أحمد محمود إبراهيم : أثر حمل المبارئي لمسابقة القتال الفعلي ( الكومتيه ) على بعض الدلالات الفسيولوجية والعصبية للاعبين منتخب الإسكندرية للكاراتيه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية ، 1992ف .
- 5- بهاء الدين إبراهيم سلامة : صحة الغذاء ووظائف الأعضاء ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000م .
- 6- سمير محمد ابوشادي : دراسة الاستجابات الفسيولوجية للأحمال البدنية مختلفة الشدة للاعبين الكرة الطائرة تحت 16 سنة في ج.م.ع ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، الإسكندرية ، 1993ف .

- 7 محمد السيد الأمين : تأثير توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة على بعض المتغيرات الدال على الصحة البدنية لطلاب كلية التربية الرياضية بالمملكة العربية السعودية ، بحث منشور ، مجلد الرابع عشر ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، 1994م .
- 8 محمد عادل رشدي : الطب الرياضي في الصحة والمرض ، دار الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001 م .
- 9 مجدي كمال خفاجي : الثقافة الغذائية لأولياء الأمور وعلاقتها بالتكوين الجسماني والاضطرابات الغذائية لطلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان ، 2000م.
- 10 هيثم عبد الحميد داود : تأثير بعض المكملات الغذائية المضادة للأكسدة على مستوى نشاط إنزيم السوبر أكسيد ديسيموتيز وبعض المتغيرات الفسيولوجية بعد أداء حمل تدريبي هوائي واللاهوائي لدى الرياضيين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، 2002م
- 11 - Kevin Csteven : Nutrition and physical activity status of young adults by Ethnicity youth risk behavior survey , research quarterly for exercise and sport honor , vol 76 , 1996 .
- 12 - Linding-stohecipher : fast food habits of college students gender issues inveteracy Quarterly for exercise and sports، vol67، supplement abstracts of completed Research، 1996 .
- 13 – Murphy Asyartte : Neutrino education need and leaving of Michigan students in grades 5, 8, 11 nutrting education consultant east dancing . 1994 .
- 14 – Seals , D , et al : Endurance training in older and women blood lactate response . Phsiol , U.S.A. 1984.
- 15 - Symanette , Patried : The relation ships of dietary patterns and exercise habits to risk factor for cardiovascular disease in Mahim and descent female , Harvard University , 1995 .

## تأثير التدريب البليومتري على تحسين القدرة العضلية وقوة ودقة التصويب لناشئ كرة القدم

(\*) د. الصديق سالم الخبولي

(\*\*) د. محمد عبد الله عكاشه

(\*\*\*) د. الهادي احمد عبد السيد

### مقدمة ومشكلة البحث .

في السنوات الأخيرة كانت أهم اهتمامات الدول المتقدمة في المجال الرياضي تطبيق نتائج البحوث والعمل بالتوصيات التي تخرج بها المؤتمرات العلمية التي تقام في هذه الدول وذلك من أجل الارتقاء بمستوى ممارستها لتحقيق أفضل المستويات ، ولقد حضرت رياضة كرة القدم باهتمام دول العالم ، وذلك لما لها من شعبية بالغة بالمقارنة بباقي الرياضات الأخرى .

حقيقة فإن كرة القدم الآن أخذت شكلاً جديداً في كثير من الجوانب التي يتطلبها شكل الأداء التنافسي فرى أن طرق التدريب قد تباينت ونتج عن ذلك اختلاف في تطور القدرات لدى اللاعب ، ومن رؤية مساحة ملعب كرة القدم نجد أنه يعد من بين أكبر المساحات في الأنشطة الرياضية ، لذا فإن الأمر يتطلب أن يكون اللاعب قادراً على اللعب في كل مناطق مساحة الملعب مشاركاً في الواجبات الدفاعية والهجومية إضافة إلى سرعة وكثافة التحركات ، وهذا الأداء يتطلب من اللاعبين أن يكونوا على مستوى عال من القدرات على اختلاف أنواعها .

لذلك فإننا لكي نساير هذا التطور السريع في طرق اللعب يتطلب منا التخطيط الجيد لبرامج التدريب والتي يجب أن تكون مستوفية للشمولية والتكامل من التدرج بالأحمال ، والتي يجب أن تتشكل أساساً بما يتفق والمرحلة السنوية التي من أجلها تقنن الأحمال التدريبية بهدف تطوير قدرات

اللاعب سواء البدنية أو المهارية حتى يتمكن من القيام بمواجهة متطلبات التقدم السريع في أساليب مسايرة الأداء ( 18 : 322 - 325 ) .

ويشير **حنفي محمود مختار** ( 1988 ف ) أن علم التدريب الرياضي يعتبر عملية مخططة ومبنية على أسس علمية تعمل على وصول اللاعب إلى الأداء المثالي خلال

(\*) أستاذ مشارك بقسم المناهج وطرق التدريس ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) أستاذ مشارك بقسم المناهج وطرق التدريس ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*\*) محاضر بقسم المناهج وطرق التدريس ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

المباريات والمنافسات وهي تعتمد أساساً على مجموعات من التمرينات المختلفة الهادفة ( 9 : 4 ) .

ويذكر **عبدالعزیز النمر وناريمان الخطيب** (1996م) أن من أهم مميزات تدريب القوة المميزة بالسرعة زيادة الأداء الحركي بمعنى أن القوة المكتسبة من هذا النوع في التدريب تؤدي إلى أداء حركي أفضل من النشاط الرياضي الممارس ، وذلك بزيادة مقدرة العضلات على الانقباض بمعدل أسرع وأكثر تفجيراً خلال مدة الحركة في المفصل وبكل سرعات الحركة ( 7 : 114 ) ،

ويرى **طلحة حسام الدين وآخرون** ( 1987 م ) أن أسلوب التدريب البليومتري من أفضل أنواع التدريب المستخدمة في الوقت الحاضر لتنمية القوة المميزة بالسرعة حيث يعتمد على لحظات التسارع الفرملة التي تحدث نتيجة لوزن الجسم في حركاته الديناميكية ، كما هو الحال في الوثب الارتدادي ( 5 : 79 ) .

ويشير **السيد عبد المقصود** ( 1987 م ) أن التدريب البليومتري يؤدي إلى التأثير على كل من العضلات والجهاز العصبي معا كما أنه يفيد بشكل تطبيقي في تحسين مهارات الأداء الحركي بشكل عام ( 2 : 221 ) .

ويشير **فيرن جامبيتا Vern Gambetta** (1990م) ... أن الكثير من الرياضيين يملكون قوة هائلة ولكنهم لا يستطيعون أن يستخدموها ويرجع ذلك إلى وجود نقص في القدرة على تحويل هذه القوى إلى حركة متفجرة ويشير إلى أن الحل في ذلك لا يكون بزيادة القوة أو القوة المميزة بالسرعة ولكن بواسطة العلاقة بين الاثنين من خلال استخدام تدريبات البليومتري ( 21 : 34 : 35 ) .

ويرى الباحثون أنه يمكن تنمية القدرة العضلية عن طريق استخدام برامج التدريب المختلفة مثل التدريب البليومتري ولكون أن مرحلة الناشئين مجالاً خصباً لإكساب الناشئين الكثير من القدرات في آن واحد إلا أن الأمر يتطلب التحسب العلمي لتحديد الطرق والوسائل الحديثة في التدريب البليومتري ، وذلك للوصول إلى أفضل النتائج .

ومن خلال الإطار المرجعي الذي استند إليه الباحثون وأيضاً خبراتهم الشخصية لاحظنا قلة عدد الأهداف بصورة واضحة في مباريات الناشئين ولكون الهدف من مباريات كرة القدم هو الفوز بنتيجة المباراة ، والهدف لا يتأتى إلا من خلال التصويب على المرمى ولكي يصل المدرب إلى وضع حل لهذا المشكلة فأن الأمر يتطلب إجراء مثل هذه الدراسة من أجل تحسين مستوى القدرة العضلية ومن ثم تحسين قوة ودقة التصويب على المرمى حتى يقنن الجهد المبذول دون ضياع الوقت .

## أهداف البحث .

- 1- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية على مستوى القدرة العضلية لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة .
- 2 - التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية على مستوى أداء قوة ودقة مهارة التصويب لناشئ كرة القدم تحت 17 سنه
- 3 - التعرف على نسب التقدم الحادث لاختبارات القدرة العضلية وقوة ودقة التصويب .

## فروض البحث .

- 1 - البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية يؤثر إيجابيا على مستوى القدرة العضلية .
- 2- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية يؤثر إيجابيا على مستوى أداء قوة ودقة مهارة التصويب .
- 3- يوجد تحسن في نسب التقدم لكل من اختبارات القدرة العضلية وقوة ودقة مهارة التصويب .

## الدراسات السابقة .

- قام **جمال محمد علاء الدين وآخرون** 1980 م ( 3 ) بدراسة بهدف التعرف على دراسة أثر بعض الأساليب المقترحة لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين مسافة الوثب العمودي للناشئين وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التي استخدمت الأسلوب البليومتري باستخدام أرجوحة الأثقال على المجموعة التي استخدمت البار والأثقال التقليدية .
- قام **عبد العزيز النمر** 1989 م ( 6 ) بدراسة بهدف التعرف على تأثير استخدام تدريبات الوثب العميق على زيادة مسافة الوثب العمودي للاعبين كرة السلة واستخدام المنهج الوصفي وبلغت العينة 24 لاعباً وكانت أهم النتائج أن تدريبات الوثب العميق حققت نتائج أفضل عن المجموعة التي استخدمت مسافة الوثب العمودي .
- قام **بيور Baeur** 1990 ( 15 ) بدراسة بهدف مقارنة بين طرق التدريب لتنمية القدرة على الطرف السفلي واستخدام المنهج التجريبي وبلغت العينة 16 لاعب وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة المستخدمة لتدريبات الأثقال .
- قامت **ليديا موريس** 1995 م ( 11 ) بدراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج تدريبي لتنمية القدرة العضلية للرجلين باستخدام تدريبات الوثب العميق وتأثيره على مستوى الأداء لبعض الوثبات في التمرينات الإيقاعية واستخدام المنهج التجريبي وبلغت العينة

20 لاعبة قسمت إلى مجموعتين أحدهما تجريبية ولأخرى ضابطة وكانت أهم النتائج أن تدريبات الوثب العميق أثرت إيجابياً على القدرة العضلية للرجلين ومستوى الأداء للوثبات .  
إجراءات البحث .

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لتصميم المجموعة الواحدة باستخدام القياس القبلي والبعدي .

عينة البحث .

تم اختيار مجتمع البحث من فرق شعبية طرابلس تحت 17 سنة واختار الباحثون العينة بالطريقة العمدية من ناشئ كرة القدم بنادي الجمارك تحت 17 سنة عن الموسم الرياضي 2002 والبالغ عددهم 30 ناشئاً .

توصيف عينة البحث .

قام الباحثون بحساب وقياس بعض المتغيرات الخاصة بعينة البحث ذات التأثير في القدرات البدنية والمهارية حيث يشير الجدول رقم ( 1 ) عن تجانس عينة البحث في المتغيرات المختارة حيث أشارت النتائج عن تراوح قيم معامل ما بين 0.93 إلى 0.73 .  
0 .

### جدول ( 1 )

#### التوصيف الإحصائي لعينة البحث

| المتغيرات       | وحدة        | س      | = - ع | و      | ل    |
|-----------------|-------------|--------|-------|--------|------|
| الطول           | بالسنتمتر   | 156.21 | 2.11  | 156.00 | 0.30 |
| الوزن           | الكيلو جرام | 48.46  | 3.76  | 47.80  | 0.53 |
| العمر الزمني    | السنة       | 15.88  | 2.67  | 15.05  | 0.36 |
| العمر التدريبي  | بالشهر      | 36.56  | 3.7   | 36.11  | 0.36 |
| السعة الحيوية   | مليمتر      | 3275   | 45.14 | 3286.0 | 0.73 |
| الكفاءة البدنية | كيلو جرام   | 83     | 3.54  | 82.165 | 0.71 |

حيث س = المتوسط الحسابي  
ر2 = الوسيط  
ع + = الانحراف المعياري  
ل = معامل الالتواء

- وسائل جمع البيانات .

1 - الاختبارات المختارة للقياس .

في ضوء تحديد متغيرات البحث التي استقر الرأي عليها قام الباحثون بتحديد مجموعة من الاختبارات التي تقيس متغيرات البحث والتي أجمعت عليها المراجع العلمية حيث يوضحه الجدول ( 2 ) .

## جدول ( 2 )

### الاختبارات المختارة لقياس متغيرات البحث

| نوع القدرة                                  | رقم الاختبار | أسم الاختبار  | وحدة القياس | الأدوات المستخدمة               |
|---|--------------|---|-------------|---------------------------------|
| البدنية<br>(9 : 477)                        | ← 1          | الوثب العمودي لساار جنب                                     | سم          | جهاز حزم أبلاكوف                |
|   | ← 2          | الوثب العريض من الثبات                                      | سم          | شريط قياس                       |
|   | ← 3          | القدرة العمودية للوثب                                       | سم          | شريط القياس                     |
|   | ← 4          | دفع كرة طية 3كجم باليد                                      | سم          | شريط قياس                       |
|   | ← 5          | ثقل زنته 900 جم   | سم          | شريط القياس                     |
| المهارية<br>(8 : 141-146)<br>(13 : 188-192) | ← 6          | ركل كرة ثابتة لأبعد مسافة                                   | متر         | شريط قياس+كرة قدم               |
|   | ← 7          | ركل كرة نصف طائره (دقة التصويب )                            | متر         | شريط قياس+كرة قدم               |
|   | ← 8          | ركل الكره بالقدم المميزة على مرمى مقسم نصفاً (دقة التصويب ) | درجة        | مرمى مقسم+كرة قدم               |
|   | ← 9          | ركل الكرة بالقدم المميزة على مرمى بداخله مرمى يد            | درجة        | مرمى مقسم+كرة قدم               |
| الفسيولوجية<br>(2 : 281)                    | ← 10         | السعة الحيوية   | مليمتر      | جهاز الأسبيرومتر                |
|   | ← 11         | الكفاءة البدنية 170   | كجم/ق       | الدراجة الأرجومترية+جهاز مترنوم |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

## 2 - أدوات وأجهزة البحث :

- 1 - حواجز .
- 6 - أشرطة قياس .
- 2 - صناديق خشبية
- 7 - درجة أرجومترية
- 3 - ميزان طبي
- 8 - متر ونوم
- 4 - رستاميتير
- 9 - جهاز الاسبيروميتر
- 5 - جهاز أبلاكوف

## 3 - البرنامج التدريبي المقترح :

### - أسس وضع البرامج .

- 1 - أتبع الباحثون في تقسيم وحدات البرنامج ما هو متبع في خطط التدريب وما يتناسب مع البرنامج .
- 2 - أن يتشابه المسار الزمني للقوة في المجموعات العضلية الأساسية العاملة خلال التدريب مع المسار الزمني لها خلال أداء المهارة .
- 3 - التكامل في الصفات البدنية عند بناء البرنامج .
- 4 - مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملي .

## 2 - محتوى البرنامج :

بناء على ما استقر عليه الباحثون من محتويات تدريبية لأقسام ومراحل فترة الأعداد من خلال المسح المرجعي لعناصر المؤثرة في المستوى البدني و المهارى والخططي فقد قام الباحثون بأعداد التدريبات البليومتريه . مرفق ( 1 )

## 3 - فترة تطبيق البرنامج :

تم تطبيق وحدات البرنامج على عينة البحث للموسم الرياضي 2002 - 2003 م حيث قام بالتنفيذ مدرب الفريق وتحت إشراف الباحثون حيث كانت مدة تنفيذ البرنامج عشرة أسابيع بواقع 5 وحدات تدريبية في الأسبوع اعتباراً من 1 / 7 / 2002 م إلى 12 / 9 / 2002 م .

## 4 - تقسيم فترة الأعداد :

وفقاً لما قام به الباحثون من مسح مرجعي للمراجع العلمية المتخصصة في رياضة كرة القدم أمكن للباحثون تحديد أنسب التقسيمات الخاصة بفترة الأعداد . مرفق ( 2 ) .

### 1 - مرحلة الأعداد العام ( البدني ) :

وتمثل هذه المرحلة الأسبوع الأول والثاني والثالث حيث بلغ الزمن المخصص لهذه المرحلة ( 1590 ق ) بنسبة مئوية 19 . 28 % من إجمالي الزمن الكلي للبرنامج التدريبي خلال فترة الإعداد .

## 2 - مرحلة الإعداد الخاص ( المهاري ) :

وتمثل هذه المرحلة الأسبوع الرابع والخامس والسادس والسابع حيث بلغ الزمن المخصص لهذه المرحلة ( 2280 ق ) بنسبة مئوية 40 . 43 % من إجمالي الزمن الكلي للبرنامج التدريبي .

## 3 - مرحلة الإعداد للمباريات :

وتمثل هذه المرحلة الأسبوع الثامن والتاسع والعاشر حيث بلغ الزمن المخصص لهذه المرحلة ( 1770 ق ) بنسبة مئوية 31 . 38 % من إجمالي الزمن المخصص للبرنامج التدريبي .

## 4 - مكونات الوحدة التدريبية اليومية : مرفق ( 3 ) .

قام الباحثون عند وضع البرنامج التدريبي بتقسيم الوحدة التدريبية إلى ثلاثة أجزاء وهي

### 1 - المقدمة ( الإحماء ) :

يبدأ البرنامج التدريبي اليومي بالإحماء الجيد الذي يخدم هدف كل وحدة تدريبية يومية وذلك بهدف تنمية الجهاز العصبي المركزي والجهاز الحركي وزيادة نشاط الجهاز التنفسي .

### 2 - الجزء الرئيسي :

ويتم فيه أداء تمارين البرنامج التدريبي الذي تم اختيارها لتحقيق هدف كل مرحلة من مراحل الإعداد مع مراعاة الشروط الموضوعية لكل تمرين من حيث الشدة وعدد المجموعات وفترات الراحة وأسلوب ومواصفات كل تمرين .

### 3 - الجزء الختامي :

وهو الجزء الذي يعقب الجزء الرئيسي وهو عبارة عن تمارين تهدئة لإعادة أجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية .

## 5 - التقنين العلمي للاختبارات المختارة للقياس :

تحسباً من الباحثون للتأكد من مناسبة الاختبارات المستخدمة في القياس لمرحلة الناشئين عينة البحث فلقد قاما بحساب المعاملات العلمية ( الثبات- الصدق ) على عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن غير أفراد عينة البحث بلغ عددهم 10 ناشئين والجدول رقم ( 3 ) يوضح قيم معامل الصدق ومعامل الثبات .

### جدول ( 3 )

دلالة الفروق والعلاقة الإرتباطية لأفراد العينة في الاختبارات قيد البحث

| م | الاختبارات   | معامل الصدق | معامل الثبات |
|---|--|-------------|--------------|
| 1 | الوثب العمودي لسار جنت                             | * 4. 10     | * 0. 882     |
| 2 | الوثب العريض من الثبات                             | * 5. 82     | * 0 . 894    |
| 3 | القدرة العمودية للوثب                              | * 3 . 42    | * 0 . 895    |
| 4 | دفع كرة طبية 3 كجم                                 | * 4 . 45    | * 0 . 893    |
| 5 | رمي ثقل زنته 900 جم                                | * 4 . 25    | * 0 . 837    |
| 6 | ركل كرة ثابتة لأبعد مسافة                          | * 4 . 49    | * 0 . 790    |
| 7 | ركل كرة نصف طائرة                                  | * 3. 00     | * 0. 870     |
| 8 | دقة التصويب للقدم المميزة على مرمى مقسم نصفاً      | * 4 . 21    | * 0 . 795    |
| 9 | دقة التصويب بالقدم المميزة على مرمى بداخله مرمى يد | * 2. 31     | * 0 . 820    |

ت الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.26$

ر الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.632$

تشير النتائج المتعلقة بمعنوية قيمة معامل الصدق عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية  $0.05$  لصالح المجموعة المميزة من الناشئين لنفس المرحلة السنوية حيث تمت المقارنة بين الربيعين الأعلى والأدنى وذلك تحسباً من الباحثون للوصول إلى مدى صدق الاختبارات وأشارت النتائج عن تراوح معامل الثبات لاختبارات التصويب ما بين  $0.79$  إلى  $0.87$  مما يشير إلى ثبات الاختبارات .

#### 6 - توقيتات قياسات البحث الثلاثة :

1 - أجرى القياس الأول ( القبلي ) خلال الفترة من  $2002.6.28$  إلى  $2002.6.30$  .

2 - أجرى القياس التتبعي بعد أربعة أسابيع من بدء تنفيذ البرنامج ، وذلك خلال الفترة من  $2002.8.3$  إلى  $2002.8.8$  .

3 - أجرى القياس البعدي بعد نهاية البرنامج خلال الفترة من  $2002.9.13$  إلى  $2002.9.15$  .

7 - المعالجات الإحصائية :

- معامل الالتواء
- معامل التباين
- معامل الثبات
- اختبار أقل فرق معنوي لدانكن
- نسب التقدم

4 . عرض النتائج ومناقشتها :

1 - عرض النتائج .

- عرض النتائج اختبارات القدرة العضلية .

جدول ( 4 )

تحليل التباين لمتوسطات القياسات الثلاثة في اختبارات القدرة العضلية

| م | المتغيرات                 | مصدر التباين                             | مجموع المربعات                    | درجات الحرية  | متوسط مجموع المربعات | قيمة (ف) | الدالة |
|---|---------------------------|--|-----------------------------------|---------------|----------------------|----------|--------|
| 1 | الوثب العمودي<br>لسار جنت | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 360 .71<br>524 .93<br>885 .64     | 2<br>87<br>89 | 180. 36<br>6. 03     | * 29. 91 | دال    |
| 2 | القدرة العمودية<br>للوثب  | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 5087 .78<br>11293 .33<br>1638 .11 | 2<br>87<br>89 | 2543 .89<br>129 .81  | * 19. 59 | دال    |
| 3 | الوثب العريض<br>من الثياب | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 296 .13<br>343 .07<br>6391 .20    | 2<br>87<br>89 | 148. 07<br>3. 94     | * 37. 58 | دال    |
| 4 | دفع كرة طبية 3<br>كجم     | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 22. 81<br>87 .37<br>110 .18       | 2<br>87<br>89 | 11. 41<br>1. 004     | * 11.41  | دال    |
| 5 | رمي ثقل زنته<br>900 جم    | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 31. 67<br>170 .00<br>201 .68      | 2<br>87<br>89 | 15 .84<br>1. 95      | * 8 .12  | دال    |

قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.5 = 3.11

تشير نتائج الجدول رقم ( 4 ) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة في جميع المتغيرات البدنية الموضحة على الاختبارات المشاهدة بالجدول من ثم فأن النتائج تتطلب تحديداً دقيقاً لمعرفة معنوية هذه الفروق الحادثة بين أي من القياسات الثلاثة وهذا ما أوضحه الجدول رقم ( 5 ) .

### جدول ( 5 )

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات  
القبلية - التتبعية - البعدية للاختبارات البدنية

| قيمة<br>L.S.D | فروق المتوسطات |         |        | المتوسط<br>الحسابي | القياسات | الاختبار | المتغيرات                 |
|---------------|----------------|---------|--------|--------------------|----------|----------|---------------------------|
|               | البعدي         | التتبعي | القبلي |                    |          |          |                           |
| 1. 27         | *7 .03         | *4 .40  |        | 27 . 17            | ق 1      | 1        | الوثب العمودي<br>لسار جنت |
|               | *2 .63         |         |        | 31 .57             | ق2       |          |                           |
|               |                |         |        | 34. 20             | ق3       |          |                           |
| 0 .88         | *6 .26         | *3 .19  |        | 22 .27             | ق1       | 2        | القدرة العمودية للوثب     |
|               | *3 .07         |         |        | 25 .46             | ق2       |          |                           |
|               |                |         |        | 28 .53             | ق3       |          |                           |
| 1. 03         | *26 .00        | *14 .23 |        | 208 .00            | ق1       | 3        | الوثب العريض من<br>الثبات |
|               | *11 .67        |         |        | 222 .23            | ق2       |          |                           |
|               |                |         |        | 234 .0             | ق3       |          |                           |
| 0 .52         | *2 .74         | *1 .06  |        | 0. 36              | ق1       | 4        | دفع كرة طبية 3كجم         |
|               | *1 .68         |         |        | 6 .42              | ق2       |          |                           |
|               |                |         |        | 8 .10              | ق3       |          |                           |
| 0 .72         | *2 .05         | *0 .49  |        | 14 .62             | ق1       | 5        | رمي ثقل زنته 900 جم       |
|               | *1 .56         |         |        | 15 .11             | ق2       |          |                           |
|               |                |         |        | 16 .67             | ق3       |          |                           |

يتبين من الجدول رقم ( 5 ) أن هناك تباين في قيم الفروق المشاهدة بين قياسات البحث الثلاثة على الاختبارات الموضحة إذ أشارت النتائج عن أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى 05 .

### - عرض نتائج اختبارات التصويب :

#### جدول ( 6 )

تحليل التباين لمتوسطات القياسات الثلاثة

في اختبارات التصويب

| م | المتغيرات  | مصدر التباين                             | مجموع المربعات                | درجات الحرية  | متوسط مجموع المربعات | قيمة (ف) | الدلالة |
|---|--|--|-------------------------------|---------------|----------------------|----------|---------|
| 6 | ركل كرة ثابتة لأبعد مسافة                              | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 87 .24<br>443 .73<br>530 .97  | 2<br>87<br>89 | 43 .62<br>0 .10      | *8 .55   | دال     |
| 7 | ركل كرة نصف طائرة                                      | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 62 .03<br>244 .67<br>307 .20  | 2<br>87<br>89 | 31 .27<br>2 .81      | *11 .12  | دال     |
| 8 | دقة التصويب بالقدم المميزة على مرمى مقسم نصفاً         | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 84 .93<br>009 .07<br>1344     | 2<br>87<br>89 | 42 .47<br>6 .42      | *6 .61   | دال     |
| 9 | دقة التصويب بالقدم المميزة على مرمى بداخله مرمى كرة يد | بين القياسات<br>داخل القياسات<br>المجموع | 188 .84<br>460 .80<br>649 .64 | 2<br>87<br>89 | 94 .42<br>5 .29      | *17 .84  | دال     |

قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.5 = 3.11

تشير نتائج الجدول رقم (6) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 عينة كانت هذه الدلالة المعنوية بين القياسات الثلاثة موضحة على الاختبارات المشاهدة من الجدول

ومن ثم يتطلب من هذه النتائج تحديداً دقيقاً لمعرفة الفروق الحادثة وهذا سوف ما يوضحه نتائج الجدول رقم ( 7 ) .

جدول ( 7 )

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات

القبليّة - التتبعيّة - البعدية لاختبارات التصويب

| قيمة<br>L. S. D | فروق المتوسطات |          |        | المتوسط<br>الحسابي | القياسات | الاختبار | المتغيرات  |
|-----------------|----------------|----------|--------|--------------------|----------|----------|--|
|                 | البعدية        | التتبعية | القبلي |                    |          |          |  |
| 1 .17           | *5 .37         | *2 .09   |        | 31 .13             | ق1       | 6        | ركل كرة ثابتة لأبعد مسافة                                    |
|                 | *3 .28         |          |        | 33 .22             | ق2       |          |  |
|                 |                |          |        | 36 .5              | ق3       |          |  |
| 0. 87           | *6 .2          | *2 .1    |        | 32 .6              | ق1       | 7        | ركل كرة نصف طائرة  |
|                 | *4 .1          |          |        | 34 .7              | ق2       |          |  |
|                 |                |          |        | 38 .8              | ق3       |          |  |
| 1 .31           | *9 .43         | *2 .64   |        | 18 .25             | ق1       | 8        | دقة التصويب بالقدم المميزة<br>على مرمى مقسم نصفاً            |
|                 | *6 .79         |          |        | 20 .89             | ق2       |          |  |
|                 |                |          |        | 27 .68             | ق3       |          |  |
| 1 .19           | *7 .43         | *2 .15   |        | 8 .49              | ق1       | 9        | دقة التصويب بالقدم المميزة<br>على مرمى بداخله مرمى<br>كرة يد |
|                 | *5 .28         |          |        | 10 .64             | ق2       |          |  |
|                 |                |          |        | 15 .92             | ق3       |          |  |

يتبين من الجدول رقم ( 7 ) أن هناك تباين في قيم الفروق المشاهدة بين قياسات البحث الثلاثة على مجموعة الاختبارات الموضحة حيث أشارت النتائج عن أن هناك دلالة إحصائية على قيم الفروق بين القياسات عند مستوى 0.05، إلا أن المشاهدة من الجدول أيضاً أن بعض القيم ليست ذات دلالة إحصائية على مستوى وحدة الاختبار في جميع المتغيرات .  
ولكون أن الفروق الحادثة والمشاهدة من الجداول رقم(4)، (6) لا تعطي قيمة كمية لحجم معدلات التقدم بين القياسات الثلاثة على جميع متغيرات البحث لهذا فقد رؤى تحويل هذه الفروق إلى نسبة مئوية لكي تكون أكثر وضوحاً للتعبير عن الفاعلية النسبية لمعدلات التقدم وهذا ما أوضحه الجدول رقم ( 8 ) .

- نسب معدلات التقدم :

جدول ( 8 )

نسب معدلات التقدم خلال فترة الإعداد

لاختبارات البحث

| الفاعلية النسبية للتقدم |           |            | متوسطات القياسات |         |         | رقم الاختبار | البيانات الإحصائية                                     |
|-------------------------|-----------|------------|------------------|---------|---------|--------------|--|
| تتبعي/بعدي              | قبلي/بعدي | قبلي/تتبعي | بعدي             | تتبعي   | قبلي    |              |  |
| 8 .33                   | 25 .87    | 16 .1      | 34 .20           | 31 .57  | 27 .17  | 1            | الوثب العمودي لسارجنت                                  |
| 12 .03                  | 28 .10    | 14 .32     | 28 .53           | 25 .46  | 22 .27  | 2            | الوثب العريض من الثبات                                 |
| 5 .29                   | 12 .5     | 6 .84      | 234 .0           | 222 .23 | 208 .00 | 3            | القدرة العمودية للوثب                                  |
| 10 .59                  | 32 .46    | 19 .77     | 7 .10            | 6 .42   | 0 .36   | 4            | دفع كرة طبية 3 كجم                                     |
| 10 .32                  | 14 .02    | 3 .35      | 16 .67           | 15 .11  | 14 .62  | 5            | رمي ثقل زنته 900 جم                                    |
| 9 .87                   | 17 .25    | 6 .71      | 36 .50           | 33 .22  | 31 .13  | 6            | ركل كرة ثابتة لأبد مسافة                               |
| 11 .81                  | 19 .01    | 6 .44      | 38 .8            | 34 .7   | 32 .6   | 7            | ركل كرة نصف طائرة                                      |
| 32 .50                  | 51 .67    | 41 .46     | 27 .68           | 20 .89  | 18 .25  | 8            | دقة التصويب بالقدم المميزة على مرمى مقسم نصفاً         |
| 49 .62                  | 87 .51    | 25 .32     | 10 .92           | 10 .64  | 8 .49   | 9            | دقة التصويب بالقدم المميزة على مرمى بداخله مرمى كرة يد |

تشير نتائج الجدول رقم ( 8 ) عن التباين الواضح في الفاعلية النسبية لمعدلات التقدم والتي ظهرت بدأ من القياس التتبعي ثم القياس البعدي حيث أشارت النتائج عن التدرج التصاعدي للفاعلية النسبية لمعدلات التقدم .

## 2 - مناقشة النتائج :

أشارت نتائج الجدول رقم ( 4 ) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الاختبارات البدنية ويرى الباحثون أن البرنامج المقترح قد أثر إيجابياً في تحسين مستوى القدرة العضلية وزيادة الأداء الحركي وتحسينه للوصول إلى أفضل أداء في النشاط الممارس ( 7 : 114 ) .

والفروق التي شوهدت من نتائج الجدول رقم ( 4 ) لا تعطي لنا تحديداً دقيقاً في معنوية الفروق على القيم بين القياسات الثلاث وهذا ما أشارت إليه نتائج الجدول رقم ( 5 ) التي أوضحت أن هناك تباين واضح في معدلات قيم الفروق التي ظهرت بين قياسات البحث الثلاث في وحدة الاختبار كل على حده وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه براون 1992 م أن التدريبات التي تستخدم الوثب بالقدمين والحجل بالارتداد باستخدام الصناديق والحواجز والمدرجات واستخدام المزيج من الوثبات والحجلات يكون لها تأثير إيجابي على تنمية القوة المميزة بالسرعة . ( 16 : 67 )

وتتفق أيضاً مع ما ذكره جو 1980 م عن أن التدريبات البليومتري تعتبر الفجوة بين القوة المطلقة التي نحصل عليها في حالات الانتقال والقوة المركبة الحقيقية المطلوبة لتنفيذ الحركة طبقاً لنوع المسابقة ( 19 : 42 ) .

وتتفق نتائج البحث مع ما ذكرته نتائج دراسات كل من جمال علاء الدين وآخرون 1980 م ( 3 ) ، إسلام الطحلاوي 1997 م ( 1 ) في أن المجموعة التي استخدمت تدريبات البليومتري تفوقت على المجموعات الأخرى كما أنه توجد علاقة دالة بين تدريبات البليومتري والقوة المميزة بالسرعة .

وتتفق أيضاً مع نتائج دراسة أدامز 1985 م ( 14 ) في أن المجموعات التي استخدمت تدريبات الوثب والقفز تفوقت على المجموعات التي لم تستخدم تدريبات البليومتري خصوصاً في اختبارات القوة المميزة بالسرعة ويعزي الباحثون التحسن لصفة القوة المميزة بالسرعة في القياس البعدي لعينة البحث نتيجة للبرنامج التدريبي المقترح التي احتوى على مجموعات تدريبية مختلفة مع مراعاة مبدأ علم التدريب الرياضي في تقنين الأحمال تبعاً للقدرات والفروق الفردية بين اللاعبين مما أدى إلى زيادة قدرة المجموعات العضلية العاملة في الانقباض المركز السريع الأمر الذي يساهم بدرجة كبيرة في زيادة القدرة العضلية لدى عينة البحث .

ولقد أشارت نتائج الجدول رقم ( 6 ) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع اختبارات التصويب ، ويرى الباحثون أن البرنامج المقترح قد أثر في تحسين مستوى أداء التصويب لدى الناشئين عينة البحث ولقد روعي عند بناء البرنامج التدرج مع ربط ذلك بالقدرة البدنية اللازمة للقيام بالتصويب وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار إليه كلا من محمد

عده صالح الوحش ، ومفتي إبراهيم 1994 م في أن التدريب على المهارات الأساسية لا بد وأن يتم في كل وحدة من وحدات تدريب البرنامج الأسبوعي ( الوحدة اليومية ) وهذا لا يتأتى إلا من خلال كثرة عدد ساعات التدريب حتى يكتسب الناشئ الحساسية الكاملة للأداء الفني مع مراعاة الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء مع زيادة استخدام بعض القدرات البدنية أثناء التدريب على المهارات . ( 13 : 85 : 86 ) .

والفروق التي شوهدت من نتائج الجدول رقم ( 6 ) لا تعطي لنا تحديداً دقيقاً في معنوية الفروق بين أن من القياسات الثلاثة لهذا فإن نتائج الجدول رقم (7) والتي أوضحت بأن هناك تباين واضح في معدلات قيم الفروق في وحدة الاختبار كل على حده وإذ شوهد أن بدء ظهور التحسن كان في نهاية الأسبوع الرابع وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه كلا من عبدالعزيز النمر 1989 م ( 6 ) ، ليديا موريس إبراهيم 1995 م ( 11 )، فريال عبدالفتاح 1982م ( 10 ) حيث أظهرت هذه الدراسات أهمية التدريب الخاص بالقوة المميزة بالسرعة وعلاقتها الإيجابية ونسبة مساهمتها في الأداء المهاري . وتتفق النتائج مع أشار إليه جمال علاء الدين وآخرون 1980 م ( 3 ) على أن الأسلوب الأمثل لتدريب القدرة العضلية للرجلين هو الذي يتشابه فيه المسار الزمني للقوة في المجموعات العضلية الأساسية العاملة خلال التمرين مع المسار الزمني لها خلال أداء المهارة ذاتها .

ويشير كلا من فليك وكر أمير **Fleck & Kramer** 1987 م (17) إلى أن تدريبات البليومتري تزيد من قوة عضلات الرجلين على الأداء وأنها تنمي أساساً بتمرينات الأثقال ولكن القوة الديناميكية تنمي باستخدام تدريبات البليومتري المتمثلة في الوثب العميق والحجل بين الحواجز وتكرار الحجل والارتداد .

وتشير نتائج الجدول رقم (8) على أن هناك تدرج تصاعدي في القيم النسبية لقياسات البحث إذ أشارت النتائج على أن أدنى فاعلية لبدء حدوث تحسن في القدرة العضلية جاء بعد القياس الأول ( الأسبوع الرابع ) ثم بدأت الفاعلية النسبية في التدرج التصاعدي إلى أن بلغت أعلى معدل بعد الأسبوع العاشر وطبقاً لمدة البرنامج المحدد بعشرة أسابيع حيث يرى الباحثون أن تنمية سرعة الأداء تتطلب تخطيط برنامج متكامل لتنمية القوة والسرعة والتحمل وهذا ما راعاه الباحثون عند الوضع التدريبي .

ويخلص الباحثون مما سبق أن تدريبات البليومتري كان لها تأثير فعال في تحسن مستوى الأداء البدني متمثل في عنصر القدرة العضلية والجانب المهاري متمثل في مهارة قوة ودقة التصويب وهذا يحقق أهداف البحث .

## 5. الاستنتاجات والتوصيات

### أولاً : الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث المختارة وطبقاً للفترة الزمنية للبرنامج فإن النتائج أشارت للاستنتاجات التالية :

- 1 - البرنامج التدريبي المقترح أثر إيجابياً بدلالة معنوية على القدرة العضلية.
- 2 - البرنامج التدريبي المقترح أثر إيجابياً بدلالة معنوية على مستوى أداء مهارة التصويب بالقدم المميزة .
- 3 - تباينت نسب معدلات التقدم لكل من متغير القدرة العضلية ومهارة التصويب .
- 4 - في ضوء البرنامج المقترح فإن حملاً تدريبياً لا تقل مدته عن (6) ستة أسابيع يعتبر حد أدنى للحصول على فاعلية تأثيرية مقبولة .

### ثانياً : التوصيات :

- 1 - استخدام التدريبات البليومترية لفرق الناشئين حيث أهميتها في تنمية عنصر القدرة العضلية ، وذلك في فترات الإعداد خلال الموسم بأحمال مقننة للمستويات العمرية .
- 2 - العمل على توفير الأدوات والأجهزة اللازمة للتدريبات البليومترية وعدم إغفالها في برامج التدريب .
- 3 - القيام بأبحاث مشابهة على عينات أخرى تختلف في الجنس والسن والنشاط الممارس ومدة البرامج التدريبية .

### المراجع :

- 1 - إسلام محمد عادل الطحلاوي : أثر استخدام تدريبات البليومترية كأحد مكونات برنامج تدريبي مقترح على بعض المتطلبات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى ناشئ كرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ببور سعيد ، جامعة قناة السويس 1997 م .
- 2 - السيد محمد عبدالمقصود : تدريب وفسولوجيا القوة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة 1987 م .
- 3 - جمال محمد علاء الدين وآخرون: دراسة أثر استخدام بعض الأساليب المقترحة لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين مسافة الوثب العمودي للناشئين ، المؤتمر

- العملي الأول لمشكلات الأعداد الرياضي للناشئين ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان 1980 م .
- 4 - حنفي محمود مختار : أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي ، دار زهران للنشر والتوزيع ، القاهرة ، 1988 م .
- 5 - طلحة حسين حسام الدين وآخرون : الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1987 م .
- 6 - عبد العزيز النمر : تأثير استخدام تدريبات الوثب العميق على زيادة مسافة الوثب العمودي للاعبي كرة السلة ، مجلة علوم وفنون الرياضية ، المجلد الأول ، العدد الأول، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ،جامعة حلوان، يناير 1989م.
- 7 - عبد العزيز النمر ، نار يمان الخطيب : تدريب الأثقال ، تصميم برامج القوة وتخطيط الموسم الرياضي ، مركز النشر بالقاهرة 1996 م.
- 8 - عمرو أبو المجد ، جمال إسماعيل النمكي:تخطيط برامج تربية وتدريب البرامج والناشئين في كرة القدم،مركز الكتاب للنشر، الجزء الأول، القاهرة، 1997
- 9 - غازي السيد يوسف : اختبار صلاحية تعدد الطرق الإحصائية في بناء بطاريات القدرات البدنية المركبة للاعبي كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1989م.
- 10 - فريال عبد الفتاح درويش : أثر برنامج مقترح للتدريب بالأثقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة على مستوى أداء المهارات الأساسية في كرة السلة للاعبات النادي الأهلي تحت سن 17 سنة بحث منشور ، المجلد الخامس ، العدد السادس ، ديسمبر ، 1982 م.
- 11 - ليديا موريس ابراهيم : تأثير برنامج مقترح للوثب العميق على القدرة العضلية للرجلين ومستوى الأداء لبعض الوثبات في التمرينات الإيقاعية التنافسية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1995 م .
- 12 - محمد حسن علاوي ، أبو العلا احمد عبدالفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1984 م .

13 - محمد عبده صالح الوحش ، مفتى إبراهيم محمد: أساسيات كرة القدم ، دار عالم المعرفة ، القاهرة ، 1994 م .

14- Adams, T.M. : Investigation of selected plyometer training exercises or muscular leg strength in Basketball and Power, Klalmazoo (Mich), 1985 .

15-Baeur, T. : Comparison of training modalities for power development the lower, extremity Journal of Applied Sports Science Research, 1990 .

16- Brown, M. E .: Effect of plyometric on vertical jump performance in high school Basket ball players. Sports Medicine physical fitness, torino, 1992 .

17 - Flect . S. J. W. Kraemer : Designing Resistance Training Programs, Champaign Illinois, Human Kinetics Books.1987.

18- Harris, S. & Reilly, T.:. Teamwork and Attacking Success in soccer , in science and football, E.P. Sport, London, 1995.

19- Joe, W., Track and Field plyometric sports Medicine, Vol.16, No. 3, March 1980 .

20- Morehouse, L.E.& Rasch P.L.:. Sports Medicine for Trainers, 2nd. Ed., W.B sounders company, Philadelphia 1993 .

دراسة تحليلية لبعض القرارات واللوائح الرياضية الصادرة بالجماهيرية

(\*) د. طلال فخرالدين أبوخطوة

---

(\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) د. جمال بلقاسم الزروق

(\*\*\*) د. عبدالكافي عبد العزيز احمد

### المقدمة ومشكلة الدراسة :

أن التقدم المتزايد للحركة الرياضية وارتباطها بكافة مناحي الحياة جعلها تحوي العديد من العمليات التربوية ذات الاتجاهات والجوانب المتعددة، ولهذا فإن مجال التربية البدنية يعد انجح مجالات التربية تأثيراً في الثروة البشرية للمجتمعات وترتبط ارتباطاً كبيراً مع الأهداف العامة التربوية في أي مجتمع.

ولكون مجال التربية البدنية والأنشطة الرياضية بصورة عامة يضم عند ممارسته كافة أبناء الشعب بمختلف قطاعاته وشرائحه، فهو إذاً مجال يتطلب القدر الكافي من التخطيط والتنظيم والتنفيذ الجيد والتوجيه والمتابعة، أي بمعنى أدق يحتاج إلى أسس إدارية منضبطة لتحقيق الأهداف التي تحقق فلسفة الدولة وأيدلوجيتها من أجل تحقيق أفضل استثمار للأجيال وتقريغ طاقاتها وإبداعاتها بشكل منظم.

وحيث أن الإدارة من العلوم الإنسانية التي تحتل مكانة رفيعة لدى الدول التي تسعى إلى الرقي والتقدم خاصة مع التطور العلمي الذي حدث منذ القرن الماضي وإلى الآن، وذلك من خلال نمو المنظمات، والتنظيمات مهما اختلف أهدافها، والتي تحتاج إلى تطبيق مبادئ وأصول الإدارة العامة كل وفق مجاله واختصاصه، ولكي تتحقق الأهداف فلا بد أن تتوافر إدارة فعالة يتم من خلالها تفعيل القدرات البشرية المكونة لأي منظمة حتى نصل إلى حياة أفضل لجميع أعضاء المجتمع.

وعلى هذا الأساس يذكر بيتر فرناند أن الإدارة هي فن توجيه النشاط الإنساني .  
وعرفها حسن أحمد توفيق (1995) بأنها عملية توجيه وقيادة للجهود البشرية في أية مؤسسة لتحقيق هدف معين (25: 1).

وهذا ما يقودنا إلى أن الإدارة مجال قديم ومتجدد في نفس الوقت وتجدهه بتنوع مجالات الحياة التي تظهر مادام العقل البشري يفكر ويخترع ما هو مفيد للحياة .

فكما تطرقنا إلى الإدارة ومبادئها العامة نتطرق الآن إلى علمية الإدارة في المجال الرياضي والتي أصبحت تستند إلى خصائص ومبادئ عملية لها أهمية كبيرة من خلال تطور الفكر الإداري حيث تعتبر المدخل الرئيسي للنهوض بالرياضة والتي أكد الكثير من الخبراء أنها تقوم على

(\*\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

أسس علمية من برامج ومستفيدون وقادة وإمكانيات وميزانيات وتنظيم وتنسيق بين هذه المقومات بطريقة علمية ودافعا هو تحقيق الأهداف الموضوعية.

وعرفها كل من طلحة حسام الدين وعدلة مطر (1996) بأنها عملية تخطيط وقيادة ورقابة مجهودات أفراد المؤسسة الرياضية واستخدام جميع الموارد لتحقيق الأهداف المرجوة (48: 3).

وعرفها عصام بدوي (2001) بأنها التعاون المنسق بين المهتمين والمتطوعين، بين المتخصصين وغير المتخصصين لتنفيذ الأعمال المطلوبة لنجاح رسالة مؤسسة أو هيئة رياضية (30: 5).

ومن خلال التعريفات السابقة فقد أشار كل من كمال درويش ومحمد صبحي حسانين (2004) أنه عند ممارسة المديرين لأعمالهم فأنهم يستخدمون مجموعة متطورة ومتقدمة من الأنشطة المتبادلة والمتقابلة يعرفها بكونها العمليات الإدارية، وغرضها تحقيق الأهداف والأغراض الموضوعية للهيئة الرياضية، وهذه العمليات لخصها جوليك وأبروبك في العناصر الرئيسية للإدارة هي التخطيط - القيادة - التنسيق - التنظيم - التوجيه - الرقابة - الميزانيات (81: 8).

كل هذا من ناحية العناصر الرئيسية للإدارة ولنجاعها كعملية تنظيمية ولكي تحقق أهدافها يتطلب وجود دعائم لهذه العناصر وهي الدعامة البشرية - الدعامة المالية - الدعامة القانونية - الدعامة التنظيمية.

حيث يصف عبد الحميد النعمي (1997) الدعامة القانونية بأنها مجموعة من القواعد تهدف إلى تحديد الحقوق والالتزامات للأشخاص الطبيعيين والاعتباريين ووضع ضوابط محددة لممارسة النشاط من قبل هؤلاء وهي السند الذي تستند إليه المنظمات في ممارسة نشاطها ومنه تستمد اختصاصاتها، وأهمية الدعامة القانونية تستند إلى أنه لا يمكن لأي منظمة من المنظمات أن تمارس عملاً دون أداة تشريعية أو قانونية تحدد نشاطها وأهدافها، إضافة إلى إنها المدخل القانوني للحقوق والالتزامات التي تنشأ عن القوانين والنظم الرسمية المختلفة والقرارات واللوائح التي تنظم عمل الجهاز الإداري، أي أن محور اهتمام هذا المدخل هو الأساس القانوني للنشاط الإداري، أي مجموعة القواعد الرسمية التي يستند عليها تكوين ونشاط المؤسسة الإدارية (54: 6).

ولهذا يرى الباحثون أن الغرض الأساس للدعامة القانونية في النشاط الرياضي هو تنظيم العلاقات بين المؤسسات الرياضية فيما بينها وبين الأفراد الذين هم المستفيدين من الأنشطة الرياضية، وكذلك فلا بد من تشريعات وقواعد تفرض الانضباط وتلزم الاحترام وتؤمن السيطرة على الانفعالات حتى تتفادى تصادم الرغبات والمصالح الشخصية لأي فرد أو مؤسسة أخرى

وهذا لا يكون إلا إذا اتخذت إجراءات قانونية رادعة وفي نفس الوقت تكون تلك الإجراءات تتوافق مع الأهداف والتوجهات من وراء ممارسة الأنشطة الرياضية.

ولهذا يرى عصام بدوي (2001) أن القاعدة القانونية تنقسم إلى القاعدة القانونية الآمرة والتي لا يجوز مخالفة حكمها، والقاعدة القانونية المفسرة وهي التي يجوز الاتفاق على مخالفتها، وفي كلا الحالتين هناك عبارات لمعرفة لأي قاعدة يتم الاستناد إليها من خلال المعيار والقاعدة القانونية المفسرة وهي التي يجوز الاتفاق على مخالفتها وفي كلا الحالتين هناك معبارات لمعرفة لأي قاعدة يستند إليها من خلال المعيار اللفظي والمعيار المعنوي ( 5:368 ).

إن التشريع بالجمهورية يصاغ الدولة من قبل المؤتمرات الشعبية الأساسية بالدولة وهي الجهة المشرعة والتي تقر القوانين وتصدر القرارات السيادية، أن التشريعات الرياضية تصاغ من قبل الجمعيات العمومية للمؤسسات الأهلية للأندية الرياضية والاتحادات الرياضية والروابط الشبابية والكشافة وجمعيات بيوت الشباب إلى آخر هذه التنظيمات الأهلية.

ويشير عصام بدوي (2001) انه لا يجوز لتشريع مخالفة تشريع أعلى منه فلا يجوز لتشريع فرعي كاللوائح أن تتضمن حكماً مخالفاً لتشريع عادي كالقانون، كما لا يجوز لتشريع عادي كالقانون أن يخالف قاعدة من قواعد التشريعات السيادية للدولة (5:371).

ويضيف عصام بدوي (2001) أن القانون الصادر بإنشاء هيئة تابعة للدولة ومسئولة عن الرياضة واللوائح التنفيذية والتنظيمية الصادرة بخصوصه هي التي تحدد كيفية إنشاء هذه الهيئة وأهدافها واختصاصاتها ومسئولياتها وعلاقاتها بجميع الهيئات والمصالح والأجهزة الأهلية المعنية بالرياضة (5:372).

ويضيف عصام بدوي (2001) إلى أن خصائص ومميزات التشريع الرياضي هي غالباً ما تكون قواعد الخلاق هي المصدر الذي تتبع منه قواعد التشريع، وأن التعديلات في القواعد والأحكام سواء بالإضافة أو الحذف وكثيراً ما تفرض نفسها في التشريع الرياضي نظر لتطور النشاط المستمر ولما تفرضه الظروف أثناء التطبيق، وأن الجزاءات الواردة في التشريع الرياضي تختلف تماماً عن العقوبات في التشريعات القانونية الأخرى لأنها مرتبطة بالجانب التربوي للرياضة (5:372).

وعليه فإننا أمام أمرين هما سيادة الدولة الموجوبة وبين المؤسسات الأهلية وما ينظمها من تشريعات داخلية وتشريعات تفرضها المنظمات الدولية الأمر الذي يستوجب ضرورة اتخاذ قرارات ولوائح وسياسات عملية وعلمية، وأيضاً وجب التنسيق بين هذه الأطراف التي تمثل أساساً جسداً وأحداً، وان يكون هناك إليه محددة المعالم عند أداء عملها والأخذ في الاعتبار طبيعة مرجعيتها القانونية التشريعية، وأيضاً تنفيذ إليه عملها داخل البلاد وارتباطها بالمنظمات الدولية حيث أن

التنسيق يهدف إلى تسهيل عملية التفاهم لتحديد الطرق المؤدية إلى الأهداف العامة والهادف الخاصة بكل تنظيم وأيضاً تدرج السلطة والمسؤولية والاختصاصات والواجبات. ولهذا فإن الهيئات الأهلية وأمانة الرياضة التي تمثل سيادة الدولة هما في علاقة عضوية وحتمية أساسها المصالح الوطنية ورفع شأن الدولة، مع مراعاة الهيكلية الإدارية والاختصاصات والواجبات للمؤسسات الأهلية بحيث أن تكون متناغمة وفن القواعد الأساسية للإدارة. ولهذا رأى الباحثون ومن خلال الإطلاع على القرارات واللوائح الرياضية وأيضاً من خلال المحك العلمي والعملية أن هناك بعض الملاحظات في الدور التنفيذي وتحديد الواجبات تنفيذية منظمة لعملها وتحديد العلاقات فيما بينها.

وسوف نتناول في هذه الدراسة جهات صدرتها اللوائح والقرارات ومرتبطة بالحركة

الرياضية بالجماهيرية وتمثلت في:

- اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية .
- اللجنة الأولمبية الليبية .
- الاتحادات الرياضية .
- الأندية الرياضية .

وذلك من خلال تحليل القرارات واللوائح التي صدرت ويعمل بها إلى إعداد هذه الدراسة لمعرفة أوجه القصور وأيضاً مدى ارتباط هذه القرارات واللوائح بالتقدم المزايد للحركة الرياضية وأيضاً التطور الإداري في المجال الرياضي والذي له انعكاس كبير على مخرجات الأهداف والبرامج والخطط التي تسهم في الرفع من مستوى هذا القطاع.

**الإطار النظري للدراسة:**

يهدف منهج التحليل إلى تحديد الأجزاء الإستراتيجية للنظام وطبيعة العلاقات بينها وأيضاً العمليات الأساسية التي تسهل عمل هذه الأجزاء مع بعضها وما هي الأهداف الموضوعية ومدى توافق الأهداف مع النظام ككل.

وأن العلم هو القادر على حل جميع المشكلات وبحث الظواهر للوصول إلى حل هذه المشكلات ولا وجود لمستقبل أفضل إلا بالعلم.

ولهذا يرى حسين حريم (2004) أن نمو المنظمات وانتشارها المفرط وتغلغلها في جميع مناحي الحياة دفع الباحثين والكتاب إلى المزيد من الاهتمام بإنتاجية هذه المنظمات وبالتالي أصبح هناك ضرورة لتبني منظور جديد للإدارة لكي نجد حلول ناجحة للمشكلات الحالية الصعبة والمعقدة التي تواجه العمل في العصر الحالي وخاصة التركيز على تطوير وتبني نماذج جديدة

لاشتراك العاملين في وضع السياسات والأهداف واتخاذ القرارات وكيفية تحفيز العاملين وتحقيق الاستفادة المثلى من قدراتهم وإمكاناتهم (18: 2).

ويؤكد مؤيد السالم، عادل حرجوش (2002) أنه كلما أحسنت المنظمات في استثمار مواردها البشرية أصبحت أكثر قدرة في تحقيق أهدافها وبكفاءة أعلى ويطلق العنان للإبداع والتفان في تحقيق أفضل النتائج (62: 9).

ويشير عصام الدين أبو علفة أنه بمجرد تحديد المشكلة فإن يكون من الطبيعي تحليل متغيراتها المختلفة لتحديد المتغيرات السببية التي يمكن للمنظمة وإدارتها أن تقوم بتغييرها لعلاج المشكلة وقد تكون في القيادة أو النمط الإداري المستخدم أو الهيكل التنظيمي أو المناخ التنظيمي السائد أو نظام العمل.

ولهذا يرى عصام الدين أبو علفة أن يتم رؤية العملية الإدارية من خلال منهج النظم لأن العملية الإدارية هي نظام مفتوح مع البيئة يتفاعل معها وفق المعطيات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والتشريعية والثقافية للبيئة التي تعمل فيها (513: 7).

ولهذا يرى طلحة حسام الدين، عدلة مطر (1996) إلى أن الحركة الرياضية والتي يعمل بها قطاع ضخم من العاملين يستلزم إمامهم بالأساس والوظائف التي تحكم العمل كما يتطلب دراسة ووعي بالأهداف الموضوعية وكيفية تحقيق تلك الأهداف (135: 3).

وهنا يشير طلحة حسام الدين، عدلة مطر (1996) إلى أن العملية الإدارية واحدة في جميع المنظمات أو المؤسسات مهما اختلفت أهدافها ومجالاتها وأنشطتها وإن كفاءة درجات وجودها باختلاف المستويات الإدارية فالاختلاف بين المؤسسات يأتي في طبيعة العمل الفني الذي يحكمه نوع نشاط المؤسسة أما العمل الإداري فيشترك فيه جميع من يديرون أي عمل فهناك تشابه كبير في العديد من المهام الإدارية بالإضافة إلى أن هناك مظاهر الاختلاف بين المؤسسات التي تعمل في نشاط واحد من ناحية العمل الفني مثل اختلاف النادي عن اتحاد اللعبة من حيث متطلبات العمل الفني في كل منها رغم تشابه متطلبات العمل الإداري (20: 3).

وهنا يقول طلحة حسام الدين، عدلة مطر (1996) إلى أن من أهم أسباب معاناة الرياضة ليست وجود المنتظمات ولكن فعالية أدائها ووضوح أهدافها وكفاءة المسؤولين عنها والعاملين فيها ولكي تتناول الإدارة في المنظمات الرياضية فإن المسألة يجب أن تبدأ بالقوانين والتشريعات التي تكفل وجود هذه المنتظمات وتحدد مهامها الرئيسية وأن مسؤولية الرياضة في أية دولة يناط بها إلى منظمات حكومية وأخرى أهلية، فالمنظمات الحكومية باختلاف مسمياتها هي لوضع إستراتيجية خاصة بهذا المجال في ضوء أهداف نابغة من فلسفة الدولة وتشمل توفير فرص النمو المتكامل للشباب مع التركيز على دعم تأصيل القيم الروحية والسلوكية لما فيه خدمة الفرد والمجتمع ولكي

تحقق هذه المنظمة أهدافها فيصدر قانون يحدد الكوادر الوطنية والقطاعات والأجهزة الإدارية والأقسام التي يتكون منها ومهام ومسؤوليات كل هذه القطاعات ويكون هذا القانون ملزماً لكل المنظمات التي تتعامل معها.

أما المنظمات الأهلية فهي منظمات لها طابع خاص فمنها الأندية والاتحادات الرياضية واللجان الأولمبية حيث يضمها قانون خاص يتولى وضع مواده ولوائحه التنفيذية من خلال الجمعيات العمومية، إلا أن هناك أساساً عامة تحكم واضعي القانون واللوائح والتشريعات تتخذ الصفة الدولية وما يصدر بشأنها من تشريعات ونظام العمل بها تطوعي يخضع لشروط محددة، فالأعضاء العاملون في أي نادي هم الجمعية العمومية للنادي والندية المشاركة في اللعب هم الجمعية العمومية للاتحاد الرياضي، وممثلو هذه الاتحادات هم الجمعية العمومية للجنة الأولمبية الوطنية والجمعية العمومية للاتحاد الدولي للعب هم مجموع اتحادات الدول الأعضاء والجمعية العمومية للجنة الأولمبية الدولية هم اللجان الأولمبية الوطنية الأعضاء (160: 3).

وهنا يشير عبد الحميد شرف (1999) إلى هناك أساليب للإدارة في المجال الرياضي يجب على العاملين في مجالات التربية الرياضية أن يكونوا على علم بها بشكل عام للوقوف على أفضل الأساليب المناسبة لاستخدامها وهي الإدارة باللوائح على أن تكون وسيلة وليست غاية أي بمعنى أن تكون مساعدة للعملية الإدارية لأن هدف التربية الرياضية هو تحقيق أسمى ما يمكن من القيم الإنسانية وليست اللوائح التي يجب أن تكون في مستوى هذه القيم الإنسانية والأسلوب الآخر أسلوب الإدارة بالنشاط ورد الفعل أو ما يعرف بإدارة الأزمات وأيضاً ما يعرف بإدارة التخطيط مع التنفيذ أو العكس وهذا الأسلوب للأسف قد يقمع الأهداف المحددة وبالتالي يحد عن الهدف الأسمى والأسلوب الآخر الإدارة بالأهداف والنتائج وهو أكثر الأساليب فعالية لأنه مبني على الأهداف ومبدأ الثواب.

ويعتبر المعيار والمحك في نجاح العمل ويدفع إلى الابتكار والإبداع الخلاق ولا يتعامل مع الفرد على أنه آلة تعمل من أجل الآخرين ويحقق النظام والاحترام بين الرئيس والمرؤوس وهي تعتبر تجسيد لمبدأ العمل في روح الفريق لتحقيق الأهداف السابقة (28: 4).

ويرى عصام بدوي (2001) إلى أن القرارات التي تصدر عن فرد متخصص أو محترف صعبة إلى حد ما حيث يتطلب منه مراجعة الخطوات العلمية لصنع القرارات ومتابعة آثاره (91: 5).

ويشير عصام بدوي (2001) إلى علاقة القانونية بالرياضية من خلال كل منا أفراد وجماعات تواجه مشاكل في علاقتنا مع الآخرين ولكن لا أحد يعرف متى يكون تعرفه صحيحاً متفقاً مع القانون ومتى يكون عكس ذلك (365: 5).

ويضيف عصام بدوي (2001) إلى أن القانون يفاضل بين مصالح الأفراد المتشابكة والمتصارعة استناداً على قواعد القانون تصبغ عليه حمايتها وتلزم الكافة باحترام الحق (365: 5).

ويرى عصام بدوي (2001) إلى أن التشريع في المجال الرياضي من حق الرئيس للجهاز التنفيذي للقطاع في الدولة وهي ما يطلق عليها باللوائح وهي لوائح تنفيذية توضح القانون ووفق غرضها الذي أنشأت من أجله ولكنها لا ترتقي لقوة القانون وهي أما لوائح تنفيذية أو لوائح تنظيمية ويترتب على هذا التدرج في التشريع نتيجة هامة بمقتضاها أنه لا يجوز لتشريع أدنى مخالفة تشريع أعلى منه فلا يجوز لتشريع نرعى كاللوائح أن تتضمن حكماً مخالفاً لتشريع القانون (371: 5).

#### هدف الدراسة :

تحليل لبعض القرارات واللوائح الرياضية الصادرة بالجماهيرية من خلال عناصر الإدارة التخطيط - التنظيم - التوجيه - الرقابة.

#### تساؤلات الدراسة :

1- هل صياغة الأهداف واضحة ومحددة في القرارات التنظيمية والتنفيذية واللوائح الصادرة.

2- ما مدى وضوح الاختصاصات والمسئوليات في القرارات التنظيمية والتنفيذية واللوائح الصادرة.

3- هل تؤدي كل من الإدارة العليا والإدارة الوسطى والإدارة الدنيا مهامها الإدارية تخطيطياً وتنظيماً وتوجيهياً ورقابياً وفقاً للمتطلبات الإدارية المرتبطة بكل مستوى منها.

#### الدراسات المرتبطة :

1- دراسة سمير عبد الحميد علي حامد (2000) وعنوانها "دراسة تحليلية للنظم الإدارية المرتبطة برياضة البطولة".

وكانت تهدف إلى تحليل النظم الإدارية وارتباطها بالارتقاء بمستوى اللاعب بدنياً ومهارياً للوصول للمستويات العليا وفق أسس وقواعد ولوائح منظمة ومتكاملة مع النظم والقرارات التي تصدرها الهيئات المسؤولة عن الرياضة وقد خلص إلى أن التنسيق من الجهات المسؤولة عن رياضة البطولة ووضوح الأهداف والخطط والبرامج هو السبيل للارتقاء بمستوى اللاعب وكذلك تحديد المسؤولية لكل جهة بما يضمن المشاركة المثلى وتحقيق النجاح.

2- دراسة "ستير" و"وليم" (1993) وعنوانها "مسارات الوظائف البديلة في التربية الرياضية" وكانت تهدف الدراسة إلى أهمية الإدارة في العصر الحديث وأهمية الإدارة كمجال مستقل يمكن

تطبيقه على المجال الرياضي وقد خلصت الدراسة إلى أن أهمية وجود إداريين رياضيين مؤهلين تأهيلاً أكاديمياً وضرورة النظر إلى الإدارة الرياضية كمهنة مستقلة.

#### إجراءات الدراسة :

منهج الدراسة: المنهج الوصفي "دراسة الحالة".

#### وسائل جمع البيانات :

السجلات والوثائق والقرارات واللوائح الصادرة.

#### أولاً: الإستخلاصات :

في ضوء أهداف وتساؤلات الدراسة ومن خلال المنهج المستخدم وإجراءات الدراسة وما أسفر عنه من تحليل للقرارات واللوائح الصادرة قيد الدراسة أمكن التوصل إلى الاستخلاصات والتوصيات التالية:

1- إن صياغة الأهداف غير واضحة ومتداخلة مع الاختصاصات وذلك في قرارات اللجنة الشعبية العامة الصادرة في الفترة من سنة (2000 - 2004 - 2006) وهي قرار رقم (70) ورقم (51) ورقم (77).

2- هناك تضارب في القرارات الصادرة من حيث الإشراف والتبعية لبعض الجهات ورد هذا في القرارات رقم (77) ورقم (51) وهذا المعنى اللغوي للفظية له دلالة قانونية من الناحية التشريعية.

3- عدم وضوح الاختصاصات والمسؤوليات في القرارات التنظيمية والتنفيذية وهناك تداخل في الاختصاصات بين اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة وبين اللجنة الأولمبية والاتحادات الرياضية والمنظمات الأهلية الأخرى.

4- أن أوجه الدعم المادي لم تصاغ بصورة واضحة لكل الجهات التي تشرف عليها اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية.

5- هناك بعض العبارات في الاختصاصات بدأت بكلمات وضعت في غير محلها من ناحية الاختصاص للجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة قد تتعارض مع جهات أخرى لها أمانات سيادية تابعة للدولة.

6- من خلال النظام الأساسي للجنة الأولمبية الليبية المعتمد في سنة 2005 نجد أنه قد قلص من عضوية الاتحادات الرياضية في مجلس إدارة اللجنة الأولمبية وهذا مخالف للميثاق الأولمبي.

7- هناك ازدواجية فيما بين مجلس الإدارة والمكتب التنفيذي للجنة الأولمبية من حيث الاختصاصات وشروط شغل المهام وذلك من ناحية رئيس المجلس ورئيس المكتب التنفيذي.

8- هناك تضارب بين علاقة رئيس الجمعية العمومية للجنة الأولمبية الليبية باجتماعات المكتب التنفيذي الغير عادية.

- 9- هناك نص معيب في المادة (41) من الأحكام العامة في النظام الأساسي للجنة الأولمبية الليبية من خلال الفقرة (2)، الفقرة (3).
- 10- أن اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية من خلال مستويات الإدارة بها تقتصر إلى قنوات اتصال وتنسيق محددة تمكنها من أن تؤدي دورها الإشرافي على الهيئات والمؤسسات الرياضية توجيهياً ورقابياً.
- 11- إن اللجنة الأولمبية الليبية قد أنشأت بقانون رقم (14) لسنة 1962 ومعدلة بقانون لسنة 1965 وأيضاً صدر قرار رقم (617) لسنة 1991 بشأن إعادة تنظيمها وهذا يعتبر وفقاً للتشريع القانوني لا يجوز تعديل القوانين والقرارات.
- 12- ورد في القرار رقم (617) لسنة 1991 أن اللوائح التنظيمية للجنة الأولمبية تصدرها اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية وهذا يعتبر مخالف لطبيعة اللجنة الأولمبية وللميثاق الأولمبي العالمي بصفتها منظمة أهلية لها صفة اعتبارية يصادق على لوائحها من اللجنة الأولمبية الدولية.
- 13- إن النظام الأساسي الموحد للاتحادات الرياضية والذي صدر بقرار رقم (896) لسنة 1425 ميلادية قد اختص بالعديد من الاختصاصات التي ليست من حق الجهة المخولة في ذلك الوقت وسلبت اختصاصات اللجنة الأولمبية الليبية.
- 14- لقد نصت المادة (3) على اختصاصات هي في الأساس اختصاصات أصلية للاتحادات الرياضية فيما يتعلق بالجوانب الفنية للاتحادات .
- 15- في الباب الثالث مادة (9) لم يتم التطرق إلى أن الأندية من ضمن تشكيل الجمعية العمومية للاتحادات الرياضية.
- 16- في الباب الرابع المادة (16) أشارت إلى أن المسؤولية لمجلس الإدارة أمام الجمعية العمومية للاتحاد والتي كما أشرنا في الفقرة لسابقة لا وجود للأندية في تشكيلها.
- 17- في الباب الرابع المادة (19) حددت اجتماع مجلس الإدارة مرة في الشهر للألعاب الجماعية ومرة كل ثلاث أشهر للألعاب الفردية ولم تشر إلى الاجتماعات الغير عادية.
- 18- الباب الخامس المادة (23) حددت النصاب القانوني لاجتماعات المكتب التنفيذي بشكل لا يكفل النصاب القانوني .
- 19- الباب الثامن المادة (34) هناك تعارض في الاختصاصات بين المكتب التنفيذي للاتحاد الفرعي والمكتب التنفيذي للاتحاد العام.
- 20- هناك تضارب في نصوص الباب العاشر المادة (43) والمادة (3) من نفس اللائحة بآلية الانتخاب للمكاتب التنفيذية.
- 21- إن الهيكل التنظيمي غير واضح في هذه اللائحة من ناحية المستويات الإدارية الثلاثة .

22- إن اللائحة لم تتطرق إلى المعايير والمواصفات التي يجب توافرها في أعضاء الاتحاد واللجان المعاونة.

23- إن اللائحة الموحدة للاتحادات الرياضية أعطت السلطة للهيئة العامة للشباب والرياضة وهي غير مبررة ولا يتماشى مع الميثاق الأولمبي في الإشراف على الاتحادات.

24- إن لائحة النظام الأساسي الموحد للأندية الشبابية والرياضية صدرت بقرار رقم (895) لسنة 1425 من خلال عرض من أمين عام الهيئة العامة للشباب والرياضة الجماهيرية في ذلك الوقت .

25- إن اللائحة قد طبقت نظام العضوية المقفل حددته على سكان المحلة التي يقع في نطاقها النادي فقط.

26- شروط العضوية في المادة (5) غير واضحة وتحتاج إلى دراسة بالنسبة لعضوية النادي وعضوية اللجنة الشعبية وأمانة المؤتمر .

27- النظام الأساسي للأندية صدر وفق اختصاصات عامة ولم يحدد اللوائح التسييرية والتنظيمية والتنفيذية لتسيير الأعمال داخل النادي وخاصة فيما يتعلق بالنواحي المالية وكيفية التصرف في موارد النادي لجميع الأنشطة الرياضية والاجتماعية والثقافية.

#### ثانياً : التوصيات :

1- ضرورة صياغة الأهداف بصورة واضحة قابلة للتحقيق.

2- ضرورة إعادة النظر في بعض البنود الخاصة بالقرارات واللوائح المنظمة وتحديد الاختصاصات والمسؤوليات وشروط شغل المهام بما يتفق مع طبيعة العمل في المجال الرياضي.

3- ضرورة تفعيل العمل والتنسيق ووضوح الاتصال بين الجهة الإدارية واللجنة الأولمبية والاتحادات الرياضية والأندية والمؤسسات الأهلية بما يحقق إليه تنفيذ الأهداف.

4- دراسة القرارات واللوائح الصادرة بما يكفل مواكبتها للتطور الرياضي .

5- ضرورة صياغة القرارات واللوائح بعبارة واضحة ومحددة متمشية مع أسس الصياغة القانونية في التشريعات.

6- ضرورة مراعاة توضيح الجهات التي يتطلب الإشراف عليها والجهات التي يتوجب تبعيتها كل وفق قرار إنشائها مراعاة لمبدأ التسلسل التشريعي لها.

7- الاستعانة بالخبرات التخصصية قبل إصدار القرارات واللوائح التنظيمية واللوائح التنفيذية وذلك للخروج بنصوص واضحة ومحددة ووفقاً للتشريعات.

8- نقترح إعداد مشروع للهيئات الرياضية في صيغة قانون ويعرض على الجهات المشرفة لإقراره ليكون سنداً في بقية تسلسل التشريعات.

- 9- ضرورة التمييز بين الوظائف الإدارية وبين المهارات الفنية غير الإدارية عند وضع الاختصاصات والمسؤوليات وشروط شغل المهام.
- 10- ضرورة إنشاء إدارة للعلاقات العامة بأمانة اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة للتنسيق بين الجهات ذات العلاقة في النشاط الرياضي والشبابي والمنظمات الأهلية.
- 11- ضرورة تفعيل وتطوير القرارات واللوائح الصادرة بما يتماشى والمستجدات التي طرأت على الساحة الرياضية من الناحية العملية.
- 12- تنظيم المؤتمرات والندوات وإجراء الدراسات المختلفة ذات العلاقة بالمجال الرياضي والشبابي والرياضة الجماهيرية.
- 13- ضرورة الأخذ في الاعتبار اقتصاديات الرياضة ودورها في تنمية اقتصاد الدولة.
- 14- ضرورة إجراء بحوث ودراسات علمية في نفس المجال وكذلك في المجالات الأخرى المتعلقة بالإدارة في المجال الرياضي.

المراجع :

- 1- حسن أحمد توفيق: الإدارة العامة، دار النهضة العربية، القاهرة، (1995).
- 2- حسن حريم: السلوك التنظيمي، سلوك الأفراد والجماعات في منظمات الأعمال، دار الحامد، عمان، الأردن (2004).
- 3- طلحة حسام الدين، عدلة مطر: مقدمة في الإدارة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (1996).
- 4- عبد الحميد شرف: الإدارة في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، الطبعة الثانية (1999).
- 5- عصام بدوي، موسوعة التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة (2001).
- 6- عبد الحميد النعمي: مبادئ الإدارة، منشورات إبلجا، فالبيتا، مالطا (1997).
- 7- عصام الدين أبو علفة: مبادئ التنظيم والإدارة، مؤسسة حورس، الإسكندرية (بدون).
- كمال درويش: الجودة والعولمة في إدارة أعمال الرياضة، دار الفكر العربي، صبحي حسانين، القاهرة، الطبعة الأولى (2004).
- مؤيد السالم: إدارة الموارد البشرية، مدخل إستراتيجي، عالم الكتاب الحديث، عادل حرحوش أريد، الأردن (2002).
- قانون رقم (14) لسنة (1962) بشأن إنشاء اللجنة الأولمبية الليبية وتعديلاته لسنة (1965).
- 11- قرار اللجنة الشعبية العامة رقم (617) لسنة (1991) بشأن إعادة تنظيم اللجنة الأولمبية الليبية.
- قرار اللجنة الشعبية العامة رقم (70) لسنة (2000) بشأن تنظيم الجهاز الإداري للجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية.
- قرار اللجنة الشعبية العامة رقم (51) لسنة (2004) بشأن تنظيم الجهاز الإداري للجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية.
- قرار اللجنة الشعبية العامة رقم (77) لسنة (2006) بشأن اختصاصات اللجنة الشعبية العامة للشباب والرياضة الجماهيرية.
- 15- النظام الأساسي الموحد للأندية الشبابية الرياضية لسنة (1425).
- 16- النظام الأساسي الموحد للاتحادات الرياضية لسنة (1425).
- 17- النظام الأساسي للجنة الأولمبية الليبية لسنة (2005).

## وضع مستويات معيارية في اللياقة البدنية لتلاميذ الشق الثاني من مرحلة التعليم الأساسي بالجمهورية

(\*) أ. صالح أحمد مسعود

(\*\*) د. رضاء العيوني

(\*\*\*) د. محمد القزح

### مقدمة البحث :

تعتبر مرحلة التعليم الأساسي حجر الزاوية والأساس الهام والقاعدة العريضة للانطلاق نحو تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضة ، وبناء جيل قوى يمتلك القدرة على تحقيق طموحاته وأمانيه الاجتماعية والقومية وإيجاد مكان له ولمجتمعه بين الدول المتقدمة التي تتسارع على امتلاك أسباب تكنولوجيا العصر .

وتعتبر اللياقة البدنية أمر حيوي للفرد كي يقوم بالواجبات اليومية ، كما أن لها دورا أساسيا في زيادة الإنتاج ولقد اعتبرها الكثير من العلماء في مجال التربية البدنية أحد الأهداف الهامة التي تسعى التربية البدنية لتحقيقها ، حيث تلعب اللياقة البدنية دورا أساسيا في ممارسة الأنشطة الرياضية ، ويختلف حجم الدور وأهميته طبقا لنوع النشاط الرياضي الممارس وطبيعته .  
( 4 - 7 )

وتتطلب ممارسة الأنشطة الرياضية ضرورة سلامة الأجهزة الداخلية الحيوية وكفاءتها ، وضرورة توفر التوافق العضلي العصبي والترابط بين أجهزة الجسم الحركية والعصبية ويرى كلارك Ciarke ( 1976 ) أن كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي هي أحد المكونات الأساسية والهامة للحياة واللياقة البدنية ( 9 : 86 ) كما اعتبرها كوبر Cooper,k ( 1968 ) : المكون الوحيد للياقة ، وقد عرفها بارو وماك جي Barrow & McGee ( 1979 ) بكونها قدرة الجهازين التنفسي والدوري على استعادة حالتها الطبيعية بعد أداء عمل معين . ( 8 : 77 ) كما عرفها كاربوفيتش Karpovich ( 1971 ) بكونها القدرة على أداء بعض الأعمال المحددة والتي تتطلب مجهودا عضليا . ( 12 : 39 )

(\*) محاضر قسم التمرينات والجمباز ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) أستاذ محاضر المعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية قصر السعيد - جامعة منوبة .

(\*\*\*) أستاذ محاضر كلية العلوم - جامعة المنار .

## مشكلة البحث :

تعتبر مرحلة التعليم الأساسي المكان الطبيعي للأعداد المبكر لضمان اكتساب لياقة بدنية ذات مستوى عال خلال السنوات الدراسية اللاحقة .

وقد لاحظ الباحثون من خلال مراجعتهم لبرامج التربية البدنية لمرحلة التعليم الأساسي خلو الوحدات التعليمية من أية وسيلة تعمل على الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية كما أن مدارسنا في هذه المرحلة تخلو تماما من أية معايير علمية يمكن بواسطتها تقدم تلاميذنا في مستوى اللياقة البدنية وهو واقع يتنافى تماما مع نداءات وأراء علماء التربية في العالم ، في حين أن الكثير من دول العالم قد وفرت هذه المعايير لكافة المراحل السنية حتى يمكن الوقوف على مستوى الأعداد المهاري والبدني لأبنائها تمهيدا لعملية الانتقاء الرياضي ووضع البرامج التدريسية المناسبة وكذلك تقويمها وتصنيف التلاميذ وتوجيههم وتحقيق مبدأ العدالة في عمليات التقويم وهي أمور غاية في الأهمية عند التخطيط للعمل التربوي السليم .

وتأسيسا على ما سبق اتجه تفكير الباحثون لإجراء هذه الدراسة بهدف وضع معايير قد تسهم في التقويم العلمي لمستوى اللياقة البدنية لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي.

## أهمية البحث :

1- أول دراسة لوضع معايير محلية للياقة البدنية تساهم في الحكم على مستوى تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي ( في بعض مدن الجماهيرية ) في ضوء المعايير الخاصة باختبار كارولينا الشمالية للياقة البدنية .

2- المساعدة في توجيه النشء إلى الألعاب الرياضية التي تتناسب ولياقتهم البدنية

3- المساعدة في تصنيف النشء طبقا لمستوياتهم في اللياقة البدنية .

## أهداف البحث :

وضع مستويات معيارية لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي في اختبار كارولينا الشمالية للياقة البدنية .

## محددات البحث :

تم تحديد بعض الشروط الخاصة لاختيار عينة البحث تلخصت فيما يلي :

1- اقتصرت عينة البحث على المدارس الحكومية الصباحية بمدن " طرابلس ، الزاوية ، مصراته ، بنغازي "

2- تم اختيار المدارس التي تتوفر فيها مساحات لإقامة التجربة

3- تم استبعاد التلاميذ الغير ليبين ومن يحملون بطاقات مرضية .

مصطلحات البحث :

اللياقة البدنية :

" القدرة على التحمل والصمود أمام الضغوط والتوترات في الظروف الصعبة والتي يواجهها الشخص الغير لائق فانه يقف عن الاستمرار في النشاط" .

( 1 : 22 )

المعايير :

" متوسط درجات جماعة معينة من الأداء على الاختبارات " ( 6 : 163 )

القوة العضلية :

" قابلية الفرد في التغلب على مقاومة خارجية بواسطة الأعصاب وتبادل المواد الكيميائية في العضلة " ( 5 : 324 )

الرشاقة :

" قدرة الفرد على تغير أوضاع جسمه أو سرعة تغيير الاتجاه سواء كان ذلك بالجسم كله أو أجزاء منه سواء كان ذلك على الأرض أو في هواء " . ( 4 : 147 )

السرعة الحركية :

سرعة انقباض عضلة أو مجموعة عضلية عند أداء الحركات الواحدة . ( 4 : 108 )

السرعة الانتقالية :

" محاولة الانتقال أو التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة " ( 4 : 108 )

الدراسات السابقة

1- علي خليفة الهنشيرى El – hinshiri – k – Ali ( 2000 )

عنوانها :

" النمو واللياقة البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بالجمهورية العظمى "

هدف الدراسة :

1- وضع معايير لتلاميذ مدارس مرحلة التعليم الأساسي بالجمهورية العظمى في اللياقة البدنية

2- مقارنة النمو لتلاميذ مدارس الجماهيرية العظمى للمرحلة السنية ( 11 - 15 ) بالمنطقة الغربية مع نظرائهم من الدول الأخرى

3- مقارنة اللياقة البدنية لتلاميذ مدارس الجماهيرية العظمى للمرحلة السنية ( 11 - 15 ) بالمنطقة الغربية مع نظرائهم من الدول الأخرى  
منهج الدراسة :

المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي .

عينة الدراسة :

تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بمدن الساحل الغربي للجماهيرية العظمى وعددهم ( 2273 ) تلميذ .

نتائج الدراسة :

1- تلاميذ الجماهيرية العظمى اقل من أقرانهم في بعض الدول الأخرى في معظم عناصر اللياقة البدنية .

2- تلاميذ الجماهيرية العظمى أعلى من أقرانهم في بعض الدول في عنصر التحمل العضلي ( بطن ) .

3- النمو لدى تلاميذ الجماهيرية العظمى اقل من أقرانهم في بعض الدول الأخرى .

2- محمد بشير محمد الحداد ( 2005 )

عنوانها :

" دراسة النمو واللياقة البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني ( منطقة جنوب طرابلس المدينة المركز ) "

أهداف الدراسة :

1- دراسة حالة النمو واللياقة البدنية لتلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي ( بمنطقة جنوب طرابلس المدينة المركز ) .

2- تحديد الفروق بين مستوى تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي .

3- وضع مستويات معيارية لتلاميذ مرحلة الشق الثاني من التعليم الأساسي في متغيري الطول والوزن .

منهج الدراسة :

استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي .

### عينة الدراسة :

اشتملت عينة البحث على ( 635 ) تلميذ من تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي بواقع 25 % من مجتمع البحث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة .

### نتائج الدراسة :

- 1- وجود فرق في متغير الطول بين تلاميذ الجماهيرية سنتي 1985 - 2005 لعمر 12 - 15 سنة لصالح تلاميذ سنة 2005 .
- 2- انخفاض ملحوظ في متغير الوزن لعمر 13 - 15 سنة لصالح تلاميذ 2005 .
- 3- وجود فروق بين تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي في بعض المتغيرات .

### إجراءات الدراسة :

#### منهج الدراسة :

المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته الأهداف وطبيعة الدراسة .

### عينة الدراسة :

اشتملت عينة الدراسة على تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي بمدن الجماهيرية العظمى " طرابلس ، الزاوية ، مصراته ، سبها و بنغازي " البالغ مجموعهم 508 تلميذ أعمارهم ( 13 - 15 ) سنة ويوضح الجدول التالي عينة البحث بالمدن المختلفة .

### نتائج الدراسة :

#### جدول رقم ( 1 )

عدد تلاميذ عينة الدراسة طبقا للمدن والعمر

| المجموع | 15 سنة | 14 سنة | 13 سنة | المدينة |
|---------|--------|--------|--------|---------|
| 335     | 100    | 110    | 125    | طرابلس  |
| 290     | 100    | 95     | 95     | الزاوية |
| 288     | 100    | 95     | 93     | مصراته  |
| 298     | 108    | 105    | 85     | سبها    |
| 313     | 100    | 103    | 110    | بنغازي  |
| 1524    | 502    | 508    | 508    | المجموع |

## أدوات الدراسة :

تم استخدام اختبار كارولينا الشمالية ويشتمل على :

- الجلوس من الرقود ( 30 ث ) لقياس القوة العضلية لعضلات البطن.
- الخطو الجانبي ( 30 ث ) لقياس الرشاقة وسرعة الحركة.
- الوثب الطويل من الثبات ( سم ) لقياس قدرة عضلات الرجلين.
- الشد لأعلى ( 30 ث ) لقياس قوة عضلات الذراعين والكتفين.
- الانبطاح المائل من الوقوف ( 30 ث ) لقياس التحمل العام.

## الإجراءات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الدرجة المئينية .

## جدول رقم ( 2 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتلاميذ عينة البحث

13 - 14 - 15 سنة ن = ( 508 )

| 15 سنة (508) |       | 14 سنة (508) |      | 13 سنة (508) |      | الإجراءات الإحصائية<br>المتغيرات |
|--------------|-------|--------------|------|--------------|------|----------------------------------|
| ع            | س     | ع            | س    | ع            | س    |                                  |
| 5.8          | 15    | 5            | 15   | 5.6          | 11.9 | الجلوس من الرقود                 |
| 3.3          | 12    | 3.1          | 12   | 3            | 12   | الخطو الجانبي ( رشاقة )          |
| 26.6         | 174.7 | 22           | 161  | 19.8         | 162  | الوثب الطويل                     |
| 6.2          | 16    | 5.7          | 16   | 5.9          | 14   | الشد لأعلى                       |
| 4.1          | 12    | 3.4          | 12.5 | 3.9          | 11   | الانبطاح المائل من الوقوف        |

جدول رقم ( 3 )

يوضح الدرجات المئانية والمقابلة للدرجات الخام في اختبار الجلوس من الرقود لتلاميذ

( 13 - 14 - 15 سنة )

| 15 سنة |         | 14 سنة |         | 13 سنة |         |
|--------|---------|--------|---------|--------|---------|
| الخام  | المئاني | الخام  | المئاني | الخام  | المئاني |
| 17     | 95      | 23     | 95      | 21     | 95      |
| 16     | 90      | 22     | 90      | 19     | 90      |
| 15     | 85      | 21     | 85      | 18     | 85      |
| 14     | 80      | 20     | 80      | 17     | 80      |
| 13     | 75      | 19     | 75      | 16     | 75      |
| 13     | 70      | 18     | 70      | 15     | 70      |
| 12     | 65      | 17     | 65      | 14     | 65      |
| 11     | 60      | 17     | 60      | 14     | 60      |
| 10     | 55      | 16     | 55      | 13     | 55      |
| 9      | 50      | 15     | 50      | 12     | 50      |
| 8      | 45      | 15     | 45      | 12     | 45      |
| 7      | 40      | 14     | 40      | 11     | 40      |
| 7      | 35      | 13     | 35      | 10     | 35      |
| 5      | 30      | 13     | 30      | 9      | 30      |
| 4      | 25      | 12     | 25      | 8      | 25      |
| 3      | 20      | 11     | 20      | 7      | 20      |
| -      | 15      | 10     | 15      | 6      | 15      |
| -      | 10      | 8      | 10      | 4      | 10      |

جدول رقم ( 4 )

يوضح الدرجات المئانية والمقابلة للدرجات الخام في اختبار الخطو الجانبي  
( الرشاقة ) لتلاميذ ( 13 - 14 - 15 سنة )

| سنة 15 |         | سنة 14 |         | سنة 13 |         |
|--------|---------|--------|---------|--------|---------|
| الخام  | المئاني | الخام  | المئاني | الخام  | المئاني |
| 16     | 95      | 17     | 95      | 18     | 95      |
| 15     | 90      | 16     | 90      | 16     | 90      |
| 15     | 85      | 15     | 85      | 15     | 85      |
| 15     | 80      | 14     | 80      | 14     | 80      |
| 14     | 75      | 14     | 75      | 14     | 75      |
| 14     | 70      | 14     | 70      | 13     | 70      |
| 14     | 65      | 13     | 65      | 13     | 65      |
| 14     | 60      | 13     | 60      | 12     | 60      |
| 13     | 55      | 12     | 55      | 12     | 55      |
| 13     | 50      | 12     | 50      | 12     | 50      |
| 13     | 45      | 12     | 45      | 11     | 45      |
| 13     | 40      | 11     | 40      | 11     | 40      |
| 12     | 35      | 11     | 35      | 10     | 35      |
| 12     | 30      | 10     | 30      | 10     | 30      |
| 11     | 25      | 10     | 25      | 10     | 25      |
| 11     | 20      | 9      | 20      | 9      | 20      |
| 10     | 15      | 8      | 15      | 9      | 15      |
| 8      | 10      | 8      | 10      | -      | 10      |
| -      | 5       | 8      | 5       | -      | 5       |

جدول رقم ( 5 )

يوضح الدرجات المئانية والمقابلة للدرجات الخام في اختبار الوثب الطويل من الشبات لتلاميذ  
( 13 - 14 - 15 سنة )

| 15 سنة |         | 14 سنة |         | 13 سنة |         |
|--------|---------|--------|---------|--------|---------|
| الخام  | المئاني | الخام  | المئاني | الخام  | المئاني |
| 171    | 95      | 199.6  | 95      | 196.5  | 95      |
| 159.8  | 90      | 193    | 90      | 185.9  | 90      |
| 155.4  | 85      | 184.5  | 85      | 185.5  | 85      |
| 146.9  | 80      | 180.2  | 80      | 179    | 80      |
| 145    | 75      | 172.6  | 75      | 172    | 75      |
| 143.6  | 70      | 170    | 70      | 170    | 70      |
| 141.9  | 65      | 167.3  | 65      | 167.8  | 65      |
| 140.3  | 60      | 165    | 60      | 165.6  | 60      |
| 138.6  | 55      | 158.3  | 55      | 163.4  | 55      |
| 131.9  | 50      | 156.2  | 50      | 157.4  | 50      |
| 130    | 45      | 154    | 45      | 155.7  | 45      |
| 128    | 40      | 152.3  | 40      | 153.9  | 40      |
| 126    | 35      | 150.4  | 35      | 152    | 35      |
| 125    | 30      | 148.4  | 30      | 149.4  | 30      |
| 123    | 25      | 141.8  | 25      | 145.6  | 25      |
| -      | 20      | 138    | 20      | 142.4  | 20      |
| -      | 15      | 135.4  | 15      | 139.1  | 15      |
| -      | 10      | 80     | 10      | 135.8  | 10      |
| -      | 5       | 80     | 5       | 132    | 5       |

جدول (6)

يوضح الدرجات المئينية المقابلة للدرجات الخام في اختبار الشق الأعلى تلاميذ  
( 13 - 14 - 15 ) سنة

| سنة 15 |         | سنة 14 |         | سنة 13 |         |
|--------|---------|--------|---------|--------|---------|
| الخام  | المئيني | الخام  | المئيني | الخام  | المئيني |
| 18     | 95      | 24     | 95      | 23     | 95      |
| 16     | 90      | 23     | 90      | 22     | 90      |
| 15     | 85      | 22     | 85      | 21     | 85      |
| 14     | 80      | 21     | 80      | 20     | 80      |
| 14     | 75      | 21     | 75      | 19     | 75      |
| 13     | 70      | 20     | 70      | 18     | 70      |
| 12     | 65      | 19     | 65      | 17     | 65      |
| 11     | 60      | 18     | 60      | 16     | 60      |
| 10     | 55      | 17     | 55      | 15     | 55      |
| 9      | 50      | 17     | 50      | 14     | 50      |
| 9      | 45      | 16     | 45      | 13     | 45      |
| 8      | 40      | 15     | 40      | 13     | 40      |
| 6      | 35      | 14     | 35      | 12     | 35      |
| 6      | 30      | 13     | 30      | 11     | 30      |
| 5      | 25      | 12     | 25      | 10     | 25      |
| 5      | 20      | 11     | 20      | 9      | 20      |
| 4      | 15      | 10     | 15      | 7      | 15      |
| 3      | 10      | 8      | 10      | 6      | 10      |
| -      | 5       | -      | 5       | -      | 5       |

جدول ( 7 )

يوضح الدرجات المثنية المقابلة للدرجات الخام في اختبار الانبطاح

المائل من وضع الوقوف لتلاميذ ( 13-14-15 ) سنة

| 15 سنة |        | 14 سنة |        | 13 سنة |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| الخام  | المثني | الخام  | المثني | الخام  | المثني |
| 19     | 95     | 18     | 95     | 17     | 95     |
| 18     | 90     | 17     | 90     | 16     | 90     |
| 17     | 85     | 16     | 85     | 15     | 85     |
| 17     | 80     | 15     | 80     | 14     | 80     |
| 16     | 75     | 15     | 75     | 14     | 75     |
| 16     | 70     | 15     | 70     | 14     | 70     |
| 15     | 65     | 14     | 65     | 13     | 65     |
| 15     | 60     | 14     | 60     | 13     | 60     |
| 14     | 55     | 13     | 55     | 12     | 55     |
| 14     | 50     | 13     | 50     | 12     | 50     |
| 13     | 45     | 12     | 45     | 12     | 45     |
| 13     | 40     | 12     | 40     | 11     | 40     |
| 12     | 35     | 11     | 35     | 10     | 35     |
| 12     | 30     | 11     | 30     | 10     | 30     |
| 11     | 25     | 10     | 25     | 9      | 25     |
| 11     | 20     | 10     | 20     | 8      | 20     |
| 10     | 15     | 9      | 15     | 7      | 15     |
| 9      | 10     | 8      | 10     | 6      | 10     |
| 8      | 5      | -      | 5      | 3      | 5      |

الاستنتاجات :

1- أمكن تحديد معايير التلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي في اختبار كارولينا الشمالية للياقة البدنية .

2- وجود تباين واضح بين متوسطات التلاميذ ( 13-14-15 ) في عناصر اللياقة البدنية .

3- اقتراب متوسطات تلاميذ 14 سنة متوسطات تلاميذ 15 سنة في جميع عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة عدا عنصر الوثب الطويل .

التوصيات :

1- الاهتمام باستكمال معايير اللياقة البدنية باستخدام اختبار كارولينا الشمالية .

2- الاستفادة من هذه المعايير في تصنيف التلاميذ في دروس التربية البدنية .

3- الاستفادة من هذه المعايير في عملية الانتقاء الرياضي للتلاميذ في الأنشطة الرياضية المناسبة لقدراتهم .

4- استخدام هذه المعايير في تحفيز التلاميذ على تحقيق مستويات أفضل .

المراجع :

1. إبراهيم سلامة ( 1980 ) : مناهج البحث في التربية البدنية ، دار المعارف الإسكندرية

2- ( 2000 ) : المدخل التطبيقي لقياس في اللياقة البدنية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .

3- عادل عبد البصير ( 1999 ) : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، الطبعة

الأولى مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

4- قاسم حسن حسين ( 1998 ) : أسس التدريب الرياضي ، الطبعة الأولى دار الفكر العربي

، عمان ، الأردن .

5- مروان عبد المجيد إبراهيم ( 1999 ) : الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات

والقياس في التربية البدنية دار الفكر العربي ، عمان ، الأردن ، وضع

مستويات معيارية للياقة البدنية والحركية للمرحلة السنية 13 سنة بنين

لمحافظة الإسكندرية نظريات وتطبيقات الطبعة العاشرة ، الإسكندرية

6- هالة يوسف مندور (1991) : وضع مستويات معيارية للياقة البدنية والحركية للمرحلة السنية

13 سنة بنين لمحافظة الإسكندرية نظريات وتطبيقات الطبعة العاشرة ،

الإسكندرية

7- Barrow,H,MeGee,R (1979) : A practical Approach to Measurement in physical Education Philadelphia, Lae@Filiger

8- Cl rke,A,H,(1976) : Application of Measurements to HEALTH AND physical Education 5 th eh,Prentic-Hallm Englwood, Cliffs,N,J.

9- Cooper,K,(1968) : Aerobics,NewYork,Bantam Books.

10-EL-Hinshiri,A,K,(2000) : The Growth and Physical Fitness of Male students at BASIC education Level in Libyan ARAB jamahirya UNPULISHED doctoral DISSERTATION – Warsaw

11- Karpovichp,v,@ SINNING, w.E.(1971): Physiology of Muscular Activity , W.B.Saunders, Philadelphia

فاعلية التعليم المبرمج في درس التربية البدنية في تعليم

## بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

(\*) د. عبد المنعم يوسف زربية

(\*\*) د. فتحي علي الهادي

### المقدمة ومشكلة البحث :

لقد ظهر الاهتمام بالتعليم كعمل علمي ، فني بعد تقدم الأبحاث في علم " النفس التربوي" وظهور علم (أصول التربية) و المناهج ، ولقد أدى هذا بدوره إلى بزور ( طرق التدريس) كعلم يعتمد علي دراسة المواقف التعليمية المختلفة ، إذ لا يكفي لنجاح المعلم أن يكون ممكناً من مادته العلمية فقط ، بل لابد له من أن يكون علي علم بخصائص النفس البشرية وخبيراً في العلاقات الاجتماعية والإنسانية وعلي دراية تامة بأساسيات طرق التدريس ومؤمن أيماناً كاملاً بدوره في بناء المجتمع وتقدم الأمة.

وان الوسائل التعليمية تعتبر من العناصر الأساسية في التعليم ، حيث تهدف طرق التعليم الحديثة إلي استغلال جميع حواس الفرد في التعليم ، وذلك باستخدام الوسائل التعليمية المختلفة التي تخاطب أكثر من حاسة . (13 : 138)

حيث أثبتت الأبحاث و الدراسات بأن استخدام الوسائل السمعية و البصرية تؤدي إلى جذب انتباه المتعلمين أفضل بكثير من استخدام الوسائل التقليدية علي الشرح و الوصف اللفظي ، كذلك إن مشاهدة الصور و السلسلة الحركية تجعل المتعلم أكثر استعداد وانتباها لعملية التعلم . (3 : 162)

كتتحية منطقية للتقدم العلمي ، والتكنولوجي و ظهرت العديد من ( الوسائل التعليمية ) المتطورة والتي ساعدت بدورها في جعل " المتعلم المتلقي " يتحول إلي " متعلم إيجابي " يتفاعل مباشرة مع الوسائل المستخدمة أثناء الدرس مما يجعل توصيل المعلومات و المهارات من المعلم إلي المتعلم عملية مشوقة . (4 : 1)

### أهمية البحث :

إن استخدام وسائل العرض البصرية كاستخدام الحاسب الآلي من أفضل الوسائل التعليمية التي تستخدم في درس التربية البدنية كونها تلعب دوراً فعالاً في عملية التعلم الحركي فاستخدامها يساعد علي إتقان المهارات الحركية ، كما أنها تؤدي إلى اكتساب التصور الدقيق للحركة والتقدم بها .

(\*) محاضر بقسم الألعاب ، كلية التربية البدنية - جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الرياضات المائية والدفاع عن النفس ، كلية التربية البدنية - جامعة الفاتح .

حيث تساعد المدرس في تنويع أسلوب التدريس وتوفير عنصر التشويق لدي المتعلمين مما يساعد علي رفع مستواهم والوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن .

وفي حد ذاته يمكن اعتباره تعليمياً ذاتياً انفرادياً يتم فيه التفاعل بين التلميذ والمدرس إلى أقصى ، درجات الكفاية باستثناء أن الذي يتفاعل مع الطالب ليس المدرس فقط بل البرنامج التعليمي الذي يعد بمهارة ودقة متناهية بمعرفة مجموعة من التخصصيين للوصول إلى هدف أو أكثر من أهداف التعلم .

يتضح مما سبق أن أهمية هذه الدراسة في التعرف علي تأثير تدريس مهارات كرة القدم والتي تشمل علي وحدات ( التمرير ، المراوغة ، والتصويب ، وضرب بكرة بالرأس ) كمفردات منهجية لطلاب المدارس الإعدادية باستخدام وسيلي الحاسب الآلي ، ( الكمبيوتر ) والكتيب المبرمج ، والتعرف علي أهمية هذه الإجراءات مقارنة بالأسلوب المتبع في التدريس حالياً .

#### أهداف البحث :

##### يهدف البحث إلى :

- 1- التعرف على تأثير التعلم المبرمج ( الكتيب - الحاسب الآلي ) في درس التربية البدنية على تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .
- 2- مقارنة استخدام الحاسب الآلي ( الكمبيوتر ) المقترح في هذه الدراسة بالطريقة التقليدية علي فاعلية تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .
- 3- مقارنة استخدام الحاسب الآلي ( الكمبيوتر ) المقترح في هذه الدراسة بالطريقة التقليدية على فاعلية تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

#### فروض البحث :

- 1- توجد فروض ذات دلالة إحصائية عند مستوي 0.05 بين المجموعة التجريبية الأولى (الكتيب) والمجموعة الضابطة بالمهارات الأساسية بكرة القدم ولصالح المجموعة التجريبية .
- 2- توجد فروض ذات دلالة إحصائية عند مستوي 0.05 بين المجموعة التجريبية الثابتة ( الحاسب الآلي ) ، والمجموعة الضابطة بالمهارات الأساسية بكرة القدم ولصالح المجموعة التجريبية .

التعريف بأهم المصطلحات المستخدمة في البحث :

#### 1- التعليم :

" عبارة عن سلسلة منظمة من الفعاليات يقوم بإدارتها المعلم و يساهم بها المتعلم و يعد قاصراً إذا لم يؤدي إلي تفاعل المتعلم إيجابياً وينتج عنه التعلم " . ( 8 : 98 )

#### 2- التعلم :

" التعلم هو عملية تستمر مدي الحياة سواء أكانت مقصودة أم غير مقصودة وتهدف إلى التأقلم مع البيئة والسيطرة عليها " . ( 5 : 26 )

#### 3- التعلم الحركي :

" هو عبارة عن عملية تهدف إلى اكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية وتحسين عملية اختيار السلوك المناسب للمواقف المختلفة " . ( 7 : 189 )

#### 4- الوسائل التعليمية :

" هي الأدوات والأجهزة التي يستخدمها المعلم لتقريب مستويات الخبرات التعليمية المختلفة وتوصيلها للتعلم ، ويمكن بواسطتها زيادة جودة التدريس وتزويد المتعلمين بخبرات تعليمية باقية الأثر ، وبالتالي تزيد من فاعلية عمليتي التعليم والتعلم " . ( 6 : 183 )

#### 5- الحاسب الآلي :

" هو عبارة عن مجموعة من الآلات الإلكترونية ، صنعها الإنسان لخدمة أغراضه اليومية ولديه القدرة علي معالجة البيانات المدخلة إليه عن طريق وحدات الإدخال وتخزينها ومن ثم معالجتها وعرضها علي المستقبل عن طريق وحدات الإخراج " . ( 2 : 17 )

#### 6- الطريقة التقليدية :

" هي طريقة التعليم التي يقوم فيها المدرب أو المدرس بشرح المهارة للطلاب وأداء النموذج لها و التدريب عليها " . ( 10 : 6 )

#### 7- المهارة الرياضية :

" هي عصب الأداء وجوهره في أية رياضية ، وإنجازها يعتمد علي الإعداد البدني و يبني عليها الإعداد الخططي والنفسي والذهني " . ( 11 : 180 )

## 1- الكتيب المبرمج :

" هو نوع من أنواع التعليم الذاتي يعمل فيه المعلم على قيادة التلميذ وتوجيهه نحو السلوك المنشود " ( 13 : 26 )

الدراسات السابقة :

## 1- دراسة محمد إبراهيم أمين موسى (1999) : (9)

**وعنوانها :** ( اثر استخدام الدراسة التعليم المبرمج علي تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الكرة الطائرة لطلاب التربية الرياضية الأزهر ) .  
وتهدف الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام التعليم المبرمج ( الكتيب المبرمج والصور المتسلسلة ) على تعلم مهارات الإرسال من أسفل المواجه استقبال الإرسال ، التميرر باليدين من أعلى للأمام ، الضرب الساحق حائط الصد في رياضة الكرة الطائرة للمبتدئين ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من طلاب الفرقة الأولى بقسم التربية الرياضية كلية التربية . جامعة الأزهر للعام الجامعي 99/98 والبالغ عددها 750 طالبا ، واشتملت عينة البحث على ( 100 طالبا ) وتم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين أحدهما تجريبية وعددها ( 50 طالبا ) تم التدريس لهم عن طريق الكتيب المبرمج الخطي والأخرى ضابطة وعددها ( 50 طالبا ) تم التدريس لهم بالطريقة التقليدية ، وكانت نتائج هذه الدراسة أن استخدام الكتيب المبرمج الخطي والصور المتسلسلة اثبت فاعليته في تعليم المبتدئين ومشاركتهم الإيجابية وزيادة دافعيتهم نحو التعلم .

## 2- دراسة سكنسلي- ام برودي - دي skinsIy M Brodie D (1990) : (15)

**وعنوانها ( دراسة فعالية التعليم المرتبط بالكمبيوتر في التربية الرياضية ) .**

وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف علي فعالية التعليم المرتبط بالكمبيوتر لتدريس لعبة كرة الريشة ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة ، وفي حين اشتملت عينة الدراسة علي (12) طالب ، وكانت أهم النتائج أن التعليم باستخدام الكمبيوتر كان أكثر فعالية عن التعليم بالطريقة التقليدية.

**منهج البحث :**

تم استخدام المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبتين ، ومجموعة ضابطة واحدة لمناسيته لطبيعة هذا البحث .

#### عينة البحث :

تم اختبار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طلبة الصف الثاني إعدادي بمدرسة رجب النائب بشعبية طرابلس ، وقد بلغ عدد العينة (45) تلميذاً .

#### جدول ( 1 )

##### يوضح تجانس عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن

| المتغيرات | N  | $\chi$ | S    | الالتواء |
|-----------|----|--------|------|----------|
| السن      | 45 | 10.94  | 0.52 | 0.35-    |
| الوزن     | 45 | 42.47  | 8.43 | 0.90     |
| الطول     | 45 | 147    | 4.07 | 0.01     |

ويتضح من الجدول أن قيمة معامل الالتواء أقل من (+ 3) مما يدل على تجانس عينة

البحث في المتغيرات قيد الدراسة

#### أسباب اختبار عينة البحث :

- 1- إن هذه المرحلة من أفضل المراحل في تعليم الناشئين للمهارات الأساسية .
- 2- إن منهج كرة القدم للصف الثاني إعدادي يحتوي على مهارات التمرير والتصويب والمراوغة وضرب الكرة بالرأس كمفردات تعليمية خاصة بهذه المرحلة الدراسية.
- 3- أن هذه المرحلة تتناسب مع التعليم بالوسائل التعليمية.

#### الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- 1- جهاز رستاميتير لقياس الطول .
  - 2- ميزان طبي معاير لقياس الوزن .
  - 3- ساعات إيقاف .
  - 4- استمارات تسجيل .
  - 5- الكتيب المبرمج .
  - 6- جهاز حاسب آلي " الكمبيوتر " .
  - 7- جهاز عرض ليزري " داتاشوه " .
- أسس وضع البرنامج :

1- مراعاة التدرج من السهل إلي الصعب أثناء عملية التعلم.

2- مراعاة الفروق الفردية في الأداء المهاري بين المتعلمين.

3- مراعاة الوعاء الزمني للوحدات التعليمية.

### التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية يوم الموافق 2006/3/7 على بعض طلبة الصف

الثاني إعدادي ومن خارج عينة البحث والبالغ عددهم طلبة وذلك من أجل :

1- التحقق من الشروط العلمية للاختبارات من ثبات وموضوعية .

2- معرفة الزمن المخصص لإجراء الاختبارات .

3- تدريب المساعدين على العمل المطلوب منهم .

4- عرض الكتيب المبرمج على التلاميذ للتأكد من أن محتوى البرنامج يسير وفق الأهداف

الموضوعة من أجل التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة

### التجربة الأساسية :

تم إجراء القياسات القبليّة في يوم الموافق 2006/3/14 وذلك لغرض التكافؤ بين

مجموعتي البحث التجريبتين والضابطة بالإضافة إلي ذلك تقسيم المحكمين لمستوى أداء التلاميذ

لهذه المهارات وبعد الانتهاء من القياس القبلي قام الباحثان بالبدا في تنفيذ البرنامج التعليمي

المقترح لمدة 4 أسابيع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع على مجموعات البحث الثالثة وكان توزيع

هذه المجموعات وفقاً لما يلي :

1- المجموعة التجريبية الأولى " استخدمت الكتيب المبرمج " .

2- المجموعة التجريبية الثانية" استخدمت جهاز الحاسب الآلي " " الكمبيوتر " .

3- المجموعة التجريبية الثالثة " استخدمت البرنامج الاعتيادي " .

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي، قام الباحثان بإجراء القياس البعدي لأفراد

العينة بالمتغيرات قيد البحث ولقد تم تنفيذ القياس البعدي في يوم الثلاثاء الموافق 2006/4/13

وفي نفس الوقت تقسيم مستوى أدائهم عن طريق المحكمين .

### الإجراءات الإحصائية :

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في تحليل

بيانات البحث .

جدول ( 2 )

يوضح تحليل التباين للاختبارات المهارية في القياس القبلي لمجموعات البحث

| f     | متوسط  | df | مجموع المربعات | الاختبارات          |
|-------|--------|----|----------------|---------------------|
| 0.03  | 1.52   | 2  | 3.05           | التمرير             |
|       | 39.78  | 42 | 1670.75        |                     |
|       |        | 44 | 1673.8         |                     |
| 0.12  | 2.175  | 2  | 4.35           | المراوغة            |
|       | 17.96  | 42 | 754.5          |                     |
|       |        | 44 | 758.85         |                     |
| 0.49  | 3.005  | 2  | 6.01           | التصويب             |
|       | 6.031  | 42 | 253.33         |                     |
|       |        | 44 | 259.34         |                     |
| 0.119 | 1.225  | 2  | 2.45           | ضرب الكرة<br>بالرأس |
|       | 10.288 | 42 | 432.10         |                     |
|       |        | 44 | 434.55         |                     |

قيمة (F) الجدولية عند  $0.05 = 2.99$  .

يتضح من الجدول عدم وجود فروق معنوية في الاختبارات المهارية بين مجموعات البحث الثلاثة مما يؤكد على تكافؤ توزيع عينة البحث .

جدول رقم ( 3 )

يوضح تحليل التباين للاختبارات المهارية في القياس البعدي لمجموعات البحث الثلاثة

| f     | متوسط المربعات | df | مجموع المربعات | الاختبارات          |
|-------|----------------|----|----------------|---------------------|
| 10.38 | 147.23         | 2  | 295.57         | التمرير             |
|       | 14.18          | 42 | 583.21         |                     |
|       |                | 44 | 1178.78        |                     |
| 66.95 | 216.26         | 2  | 432.52         | المراوغة            |
|       | 3.23           | 42 | 135.72         |                     |
|       |                | 44 | 568.24         |                     |
| 9.97  | 100.56         | 2  | 201.13         | التصويب             |
|       | 10.08          | 42 | 423.51         |                     |
|       |                | 44 | 624.64         |                     |
| 19.13 | 142.32         | 2  | 284.65         | ضرب الكرة<br>بالرأس |
|       | 7.436          | 42 | 312.32         |                     |
|       |                | 44 | 596.97         |                     |

قيمة ( F ) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.99$  .

يتضح من الجدول ( 3 ) وجود فروق معنوية عند مستوى دلالة 0.05 في الاختبارات المهارية للقياس البعدي بين مجموعات البحث الثلاثة .

يتضح من الجدول رقم (2) عدم وجود فروق دالة إحصائية في القياس القبلي لمجموعات البحث الثلاثة في الاختبارات المهارية لمستوى أداء التلاميذ مما يؤكد على تكافؤ توزيع عينة البحث وانطلاقها من مستوى تعليمي واحد .

ويتضح أيضاً من الجدول رقم (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعة التجريبية الأولى والتي استخدمت الكتيب المبرمج والمجموعة الضابطة والتي استخدمت الطريقة التقليدية ولصالح المجموعة التجريبية الأولى في مهارات التمرير والمراعة والتصويب وضرب الكرة بالرأس ويرجع هذا إلي أن طريقة الكتيب المبرمج زادت من حجم التذكر بالإضافة إلى طول مدة احتفاظ تلاميذ المجموعة التجريبية بالخبرة المتعلمة لهذه المهارات وذلك نظراً لاهتمامهم وقراءتهم المستمرة لمحتويات الكتيب المبرمج ومحاولة الوصول إلي الأداء الأمثل طبقاً لما يتضمنه حيث يجذب التلاميذ نحو كل ما هو جديد ومثير، وهذا يدل على أن البرنامج قد أعد بطريقة جيدة ومشوقة مما ساعد في رفع مستوى أدائه .

وفي هذا الصدد يذكر محمد وهبة محمد نقلاً عن " جورمان Gorman " (1996) أن خصائص التعليم المبرمج أنه يتوافر فيه التغذية الراجعة والتي تساعد على إتقان التعلم وتقديمه . (12 : 83)

كما تضيف نوال إبراهيم شلتوت، وميرفت على خفاجة (2002) أن التعليم المبرمج يعمل على تعزيز الاستجابة الصحيحة فقط فإذا كانت إجابة المتعلم في برنامج ما صحيحة فإن معرفته بصحة إجاباته تقوي ، وأما إذا كانت خاطئة فإن معرفته بها لا تعزز استجابته الخاطئة ولكنها تقوده بدلاً من ذلك إلي تجنب الوقوع في ذلك الخطأ في المستقبل ولهذا فإن على واضع البرنامج أن يراعي دائماً أن يكون معدل الخطأ في برنامجه منخفضاً . (14 : 143)

ويتضح أيضاً من الجدول رقم (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت الحاسب الآلي " الكمبيوتر " كوسيلة تعليمية والمجموعة الضابطة والتي أتبعته الطريقة التقليدية ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مهارات التمرير والمراعة والتصويب وضرب الكرة بالرأس ويرجع هذا إلي أن طريقة الحاسب الآلي " الكمبيوتر " قد ساعدت التلاميذ على الارتقاء بمستوى أدائهم في مهارات كرة القدم حيث يمكن المعلم من عرض المهارات وتكرارها وتثبيتها وكما أنه يعطي صورة متحركة واضحة لتفصيلات المهارة .

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره أحمد عبد الله العلي (2005) بأن الحاسب الآلي يعتبر من الوسائل التكنولوجية الفعالية في مجال التعليم، أمكن تحقيق الكثير من الأهداف ، ولهذا تم إدخال الحاسب الآلي في جميع المراحل التعليمية في العديد من الدول العربية ، وأصبحت المهارة في استخدام الحاسب الآلي إحدى أساسيات العملية التعليمية . ( 1 : 67 )  
وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة سارسيكساني - أم Sariscan ( 1997 ) والتي استخلصت إلي أن البرنامج التعليمي بالفيديو كان أكثر فعالية مقارنة بطرق التدريس التقليدية .  
وتضيف نوال إبراهيم شلتوت (2002) في حالة عدم مقدرة المدرس أو المعلم على أداء النموذج المطلوب بصورة جيدة يفضل استخدام طرق توصيل أخرى كالأفلام أو شرائط الفيديو أو الصور أو الرسومات ( 13 : 139).

#### الاستنتاجات والتوصيات :

##### الاستنتاجات :

استناداً على النتائج التي تم التوصل إليها خلال المعالجات الإحصائية التي أجريت على بيانات الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعات الثلاث ( المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة ) يمكن استنتاج ما يلي :

- 1- وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت الكتيب المبرمج كوسيلة تعليمية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى .
- 2- وجود فروق دالية إحصائية في مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت الحاسب الآلي " الكمبيوتر " كوسيلة تعليمية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح البعدى .
- 3- تؤدي الوسائل التعليمية المساعدة المستخدمة في هذا البحث ( الكتيب المبرمج - الحاسب الآلي ) دوراً فعالاً في سرعة تعلم تلاميذ المرحلة الإعدادية لمهارات كرة القدم قيد البحث بشكل أفضل عن الطريقة التقليدية المعتمدة على المعلم فقط .

##### التوصيات :

بناء على نتائج البحث وفي حدود عينة البحث يوصي الباحثان بما يلي :

- 1- ضرورة استخدام الكتيب المبرمج والحاسب الآلي كوسيلة تعليمية في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم .
- 2- إجراء بحوث ودراسات مشابهة في فعاليات ورياضات أخرى .

- 3- عمل دورات تدريبية دورية لتأهيل معلمي، التربية البدنية للتعرف على ما هو جديد في الوسائل التعليمية المساعدة واستخدامات كل منها مما يرفع كفاءتهم التربوية .
- 4- تعميم وتطبيق نتائج هذا البحث على قطاع التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بالمدارس الجماهيرية .

#### المراجع العربية والأجنبية :

1. أحمد عبد الله العلي : (2005) التعليم عن بعد ، ومستقبل التربية في الوطن العربي ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
2. بشير علي القائد : (2001) مقدمة في علم الحاسب الآلي ، ط1 ، منشورات Eiga .
3. عبد الرزاق الرماحي وآخرون : (2006) تأثير بعض الوسائل التعليمية في تحسين مستوى الأداء والإنجاز الرقمي لعدو 100 متر حواجز للطالبات ، والمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة الجماهيرية العدد الرابع ، جامعة السابع من أبريل ، الزاوية .
4. عبيد عبد المنعم عبد الوهاب : (1992) ، فعالية استخدام نظام الوسائط المتكاملة على تعلم بعض المهارات الأساسية بسلاح الشيش ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
5. عنيات فرج ، فاتن البطل : (2004) التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي ، والعروض الرياضية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
6. سامية فرغلي منصور ، نادية عبد القادر : (2002) التدريب والتدريب الميداني في التربية الرياضية ، مكتبة دار الحكمة الإسكندرية .
7. صلاح السيد حسن قادوس : (1993) الأسس العلمية الحديثة للتقويم في الأداء الحركي مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .
8. قاسم حسن حسين ، وافتخار السامرائي : (2000) مبادئ وأسس السباحة ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان .
9. محمد إبراهيم أمين موسى : (1999) أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الكرة الطائرة ، لطلاب التربية الرياضية بجامعة الأزهر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، القاهرة .
10. محمد إبراهيم شحاتة ، محمد جابر بريقع : (1995) دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .

11. مفتي إبراهيم شحاتة ، محمد جابر بريقع : (1995) دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
12. محمد وهبة محمد : (1996) ، فعالية استخدام التعليم المبرمج والفيديو على تعلم بعض مهارات كرة السلة في درس التربية الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة طنطا .
13. نوال إبراهيم سلوت ، ميرفت خفاجة : (2002) طرق التدريس في التربية الرياضية ط1 ، ج1 ، مطبعة الإشعاع الفني ، الإسكندرية .
14. - ، - : (2002) طرق التدريس في التربية الرياضية ط1 ، ج2 ، مطبعة الإشعاع الفني ، الإسكندرية .

**15. Skinsly – M ; Brodie-D : (1990) a study of the effectiveness of computer assisted leaning in physical education , sport express, united – kingdom .**

تقييم مدى فاعلية منهج التربية البدنية في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لتلاميذ الصف السابع ( 13 سنة )

(\*) د. رضاء العيوني

(\*\*) ا. صالح احمد مسعود

(\*\*\*) د. محمد القزاح

### المقدمة :

تعتبر مرحلة التعليم الأساسي القاعدة العريضة لمراحل التعليم المختلفة ، حيث ينتظم فيها اكبر عدد من أبناء المجتمع من الصف الأول الابتدائي وحتى الصف التاسع حسب النظام التعليمي في الجماهيرية.

ووفق مراحل النمو وتقسيماتها وخصائص كل مرحلة عمرية فان المرحلة العمرية ( 13 سنة ) تعتبر أهم المراحل في حياة الفرد ، حيث تتغير أساس البناء الجسمي والصحي وتشكيل القوام السليم . ومن خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية التي تحتويها المناهج الدراسية لكل مرحلة دراسية يكتسب التلاميذ اللياقة البدنية والحركية والصحية مما يؤكد على أهمية هذه المناهج وما تقدمه من أهداف وضعت لتحقيقها من خلال الفلسفة التي وضعها المجتمع وهي " تمكين التلاميذ في المجتمع الجماهيري من ممارسة الرياضة لاكتساب اللياقة البدنية والسلامة الصحية والتكيف الاجتماعي " .

ولقد اتفق العلماء على انه من خلال منهج التربية البدنية والرياضية بما يشمله من الدروس والنشاط الداخلي والنشاط الخارجي تساعد التلاميذ على اكتساب اللياقة البدنية والصحية وليس ثمة شك في أن سلامة البدن وخلوه من الأمراض يعتبر الأساس الأول الذي تسعى إليه المجتمعات في بناء مناهج التربية البدنية.

ويرى الباحثون أن ممارسة الأنشطة الرياضية المقررة في المنهج يجب أن تساعد على تنمية اللياقة البدنية والصحية والاجتماعية للتلاميذ وتشجعهم على التحمل والمثابرة في الممارسة الرياضية.

### مشكلة البحث :

لأهمية دراسة المناهج ومدى تحقيقها لأهدافها فقد أجريت عدة دراسات وبحوث علمية ومحلية على هذه المناهج وما تحققه من أهداف وخاصة اللياقة البدنية والنمو وتقويمها من الناحية

(\*) أستاذ محاضر المعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية قصر السعيد - جامعة منوبة .

(\*\*) محاضر قسم التمرينات والجمباز كلية التربية البدنية - جامعة الفاتح .

(\*\*\*) أستاذ محاضر كلية العلوم - جامعة المنار .

النظرية ومن الدراسات دراسة هرير جيبيور ( 1985 ) وصالح مسعود ( 1996 ) وكمال الأسود ( 1997 ) ومصطفى السائح ( 1999 ) وعبد العظيم الخالقي ( 2000 ) وعلى الهنشييري ( 2000 ) وشكري نانيس ( 2004 ) حيث تناولت هذه الدراسات تقويم المناهج في اللياقة البدنية والحركية والمتغيرات المورفولوجية ( الطول - لوزن ) والنمو للمرحلة العمرية 13 - 15 سنة دون أن نهتم بتقويم للياقة البدنية المرتبطة بالصحة وخاصة التركيب الجسمي ومؤشرات مثل ( نسبة الدهن ) والتحمل الدوري التنفسي ( السعة الرئوية ) وهذا ما دعا الباحثون إلى ضرورة دراسة هذه المناهج وتقويمها فيما تحققه من لياقة بدنية مرتبطة وخاصة التركيب الجسمي ( نسبة الدهن ) والتحمل الدوري التنفسي ( السعة الرئوية ) وهي مشكلة البحث.

#### أهمية البحث :

تعتبر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ضرورية للفرد لكي يقوم بواجباته اليومية ويحافظ على صحته وقوامه طوال حياته . حيث أكدت دراسات الطب الوقائي أن المزايا الصحية للنشاط الرياضي تشجع على اكتساب اللياقة من اجل الصحة وتعنى التوازن النسبي لأجهزة الجسم ومناهج التربية البدنية التي تطبق في المدارس بمرحلة التعليم الأساسي تسعى لتكوين شخصية التلميذ لتكون أكثر اتزاناً وشمولية من خلال الأهداف التي وضعت لكل مرحلة سنوية لذلك كان من الضروري إلقاء الضوء على هذه المناهج للتعرف على :

- النتائج المتوقعة من فاعلية المناهج ومدى تأثيرها على القدرات البدنية للتلاميذ
- مدى فاعلية طرق وأساليب تنفيذ هذه المناهج
- مستوى التطور والنمو لدى تلاميذ 13 سنة
- معرفة نقاط القوة والضعف في المناهج وعلاجها
- مدى تحقيق السلامة الصحية والمحافظة على القوام
- مدى فاعلية المناهج في المحافظة على الوزن ( نسبة الدهن )
- مدى فاعلية المناهج في تحقيق الكفاءة التنفسية ( التحمل الدوري التنفسي )
- إمكانية إصدار أحكام تقويمية للمناهج ومدى ملاءمتها للمرحلة العمرية

#### أهداف البحث :

#### يهدف البحث إلى :

- 1.تقييم بعض مؤشرات التركيب لجسمي : نسبة الدهن لدى تلاميذ ( 13 ) سنة
- 2.تقييم مؤشر الكفاءة التنفسية ( السعة الرئوية لدى تلاميذ ( 13 ) سنة

## تساؤلات البحث :

1. هل مناهج التربية البدنية تحقق أهدافها المرتبطة بالصحة (التركيب الجسمي ، نسبة الدهن )
2. هل مناهج التربية البدنية تنمي الكفاءة التنفسية ( السعة الرئوية )

## المصطلحات العلمية :

### التقييم :

" هو العملية التي يمكن من خلالها تحديد مدة التقدم الذي حدث في تحقيق الأهداف "

### التركيب الجسمي :

" هو المكونات الدهنية وغير الدهنية المتواجدة في الجسم ولها أهمية في تقدير الوزن "

### السمنة :

" هي زيادة نسبة الدهن في التركيب الجسمي "

### التحمل الدوري التنفسي :

" كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي في مد العضلات بالأكسجين وسرعة التخلص من التعب "

### الدراسات النظرية :

تعتبر علاقة التربية البدنية بالصحة علاقة ضعيفة إذا كان المفهوم للصحة قاصرا على الخلو من الأمراض المعدية الناتجة على ممارسات غير صحيحة ولكن المفهوم الحديث تجاوز ذلك إلى ما يسمى بأمراض نقص الحركة حيث أدركت اغلب المجتمعات أهمية اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لأبنائها حيث أصبحت أمراض نقص المناعة مثل تصلب الشرايين والسمنة الزائدة وآلام الظهر من المشاكل الناتجة عن انخفاض اللياقة البدنية هاجسا يقلق تلك المجتمعات وخصوصا التي تتوفر فيها وسائل الراحة والترف .

وقد كان للعلماء والمتخصصين في مجال التربية البدنية محاولات عديدة لتحديد مكونات اللياقة البدنية وما زالت المحاولات جارية حتى جاءت الكلية الأمريكية للطب الرياضي بتصنيف يقوم على أساس ارتباط اللياقة البدنية بمبادئ منها:

\* اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومكوناتها - التركيب الجسمي - اللياقة القلبية التنفسية - اللياقة العضلية الهيكلية - المرونة .

والتركيب الجسمي أحد المكونات الأساسية للياقة البدنية من اجل الصحة حيث تكمن أهمية هذا المكون في علاقته الوثيقة بجميع مكونات الجسم.

فالسمنة الزائدة أو النحافة الشديدة تسبب كثير من المشاكل الصحية حيث يؤكد دوران وآخرون Duran.etll ( 1993 ) على أن ارتفاع نسبة الشحوم في الجسم تتناسب عكسيا مع البروتين

الدهني منخفض الكثافة ( I.D.L ) وان زيادة الشحوم وقلّة الكتلة العضلية في الجسم تسبب أثقالاً زائدة تقلل من كفاءة الفرد في تأدية واجباته وزيادة الوزن يسبب العزلة وعدم الرغبة في ممارسة الأنشطة الرياضية مما يسبب في عدم تكييف الأجهزة الوظيفية وخاصة الجهاز الدوري التنفسي. وزيادة الوزن أو الشحوم في الجسم يؤدي إلى أمراض نقص الحركة . وهذا لا يعني أن الجسم لا يحتاج إلى نسبة من الدهون لأن أغلب أعضاء الجسم يدخل الدهن في تركيبها حيث يجب أن تكون نسبة الدهون بالجسم من ( 12 إلى 18 ) للذكور حيث تعتبر دهون أساسية .

ويتم قياس نسبة الدهون ( الشحوم ) بطرق عدة معملية وميدانية ومنها قياس سمك ثنايا الجلد في مناطق معينة من الجسم ، وهناك أجهزة معملية حديثة تعطي بيانات عامة عن حالة الجسم ومكوناته وفق درجات معيارية تقييمية للحالة وهذا الجهاز ذو معايير دولية معتمدة ، وقد استخدم الباحثون جهاز Body composition لقياس مؤشرات التركيب الجسمي وجهاز السبيرومتري Normal Spiro meter لقياس اللياقة القلبية التنفسية السعة الرئوية % .

#### إجراءات البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته لهذه الدراسة

#### مجتمع البحث :

تلاميذ المرحلة العمرية ( 13 ) سنة من مدارس شعبية طرابلس للعام الدراسي 2005 - 2006 ف

#### عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من تلاميذ ( 13 ) سنة من عدد ( 11 ) مدرسة بمنطقة طرابلس وقد بلغ عدد العينة ( 20 ) تلميذ والذي تم اختيارهم وفق الشروط التالية :

1. أن يكون التلاميذ من المدارس الحكومية ذات الدوام الصباحي
2. يوجد بالمدارس مدرسون مؤهلين تأهيلاً عالياً
3. تتوفر فيها الإمكانيات والأدوات اللازمة لتنفيذ المنهج
4. تهتم بالنشاط الداخلي والنشاط الخارجي

#### الإجراءات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- اصغر نسبة

\* عرض النتائج :

جدول رقم ( 1 ) يوضح التوصيف الإحصائي لمتغيرات البحث :

| أكبر قيمة | اصغر قيمة | معامل الالتواء | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الإجراءات الإحصائية للمتغيرات |
|-----------|-----------|----------------|-------------------|-----------------|-------------------------------|
| 30        | 8.3       | 0.39           | 6.63              | 17.75           | نسبة الدهون                   |
| 153.1     | 44.2      | 0.19           | 31.34             | 19.27           | السعة الرئوية%                |

يتضح من الجدول ( 1 ) النتائج الخاصة بنسبة الدهون والسعة الرئوية لدى تلاميذ ( 13 ) سنة بأنها تقع في الحدود الطبيعية للفئة العمرية من 5 ، 14 سنة وهي تؤكد أن التلاميذ يمتلكون توازن وتناسق بدني طبيعي وحالة صحية جيدة ويتمتعون بكفاءة بدنية ووظيفية جيدة لإنتاج الطاقة الهوائية واللاهوائية لأداء الأنشطة الرياضية المقررة في المنهج باعتبار أن نسبة الدهون والكفاءة البدنية من أهم المؤشرات التي يمكن الاستدلال بها على الحالة الصحية للتلاميذ.

#### الاستنتاجات :

أكدت نتائج البحث على أن مناهج التربية البدنية المقررة على المرحلة العمرية ( 13 سنة ) 1. قد حققت توازن وتناسق بدني وحالة صحية جيدة وكفاءة ووظيفية مناسبة وطبيعية لإنتاج الطاقة الهوائية ، وهذا ما أكدته قيم نسبة الدهون والسعة الرئوية لدى أفراد العينة.

2. أن المناهج المقررة تتلاءم مع ميول وقدرات التلاميذ

#### التوصيات :

يوصي الباحثون الآتي :

1. الاهتمام بهذه المناهج لزيادة فاعليتها
2. توفير الأجهزة والأدوات اللازمة لتنفيذ المنهج
3. استخدام التقويم المستمر وتوفير الأجهزة الخاصة به
4. إجراء دراسات دورية لتقييم مستوى اللياقة البدنية والصحية

المراجع :

- 1.ألين وديع فرج ( 2004 ):  
اللياقة البدنية الطريق للحياة الصحيحة . دار  
المعارف . الإسكندرية
- 2.شكري امحمد نانيس ( 2004 ):  
تقييم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بصحة التلاميذ  
مرحلة التعليم الأساسي المنطقة الغربية.رسالة  
ماجستير غير منشورة . كلية التربية البدنية . جامعة  
الفتاح . ليبيا
- 3.صالح احمد مسعود ( 1996 ):  
تأثير برنامج مقرر للتمرينات في درس التربية البدنية  
على تنمية بعض عناصر اللياقة الحركية من 13-  
14 سنة . رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية  
البدنية . جامعة الفاتح
4. مصطفى السائح ( 1999 ) :  
تقويم دروس التربية البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم  
الأساسي سبها . بحث منشور . مجلة كلية التربية  
البدنية . جامعة الفاتح
- 5.عبد العظيم الخالقي( 2004 ):  
تقويم البرامج التنفيذية. الشق الثاني بمرحلة التعليم  
الأساسي. الشق الثاني .رسالة ماجستير غير منشورة  
. كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح.
- 6.كمال رمضان الأسود (1996):  
تقديم مدى فاعلية مناهج التربية البدنية . رسالة  
ماجستير غير منشورة . كلية التربية البدنية . جامعة  
الفتاح
- 7.EL.Hinshiri.A.K(2000): The growth and physical fitness of male  
students of basic education level in Libyan  
Arab jamahirya , doctoral dissertation-warsa



دراسة تحليلية لقيم بعض المتغيرات الكينماتيكية المرتبطة بمسابقة دفع الجلة  
للمعاقين حركيا (F44)

(\*) د. عمر سالم العياط

(\*\*) د. عادل سالم الزيتوني

(\*\*\*) د. سعيد سليمان معيوف

**المقدمة :**

أن جميع المجتمعات المتقدمة النامية على حد سواء لا تخلو من وجود المعاقين بين أبنائها بتصنيفاتهم المختلفة، حيث تلعب الأسباب الوراثية والحالات المرضية والحوادث و الحروب دورا كبيرا في تمويل ازدياد نسبة المعاقين في العالم . ويعتبر اهتمام هذه المجتمعات بمعوقيهـا والاستفادة من طاقاتهم الكامنة إحدى المؤشرات الرئيسية الدالة على مدى درجة التقدم الإنساني و العلمي لهؤلاء المعاقين من خلال العمل على دمج هذه الشريحة ضمن الخطط التنموية للمجتمعات .

وتشهد رياضة المعاقين حاليا اهتمام كبير على الصعيدين المحلي والعالمي ذلك من خلال الارتقاء بمستوى الممارسة الرياضية ومحاولة استثارة طاقاتهم وتفعيلها من اجل تخطى عامل الممارسة الرياضية إلى المنافسة الرياضية لتحقيق النتائج من خلال منافسة رياضة عادله بين المعاقين .

ويؤكد أبو المكارم عبيد (1997) أن الاتجاه السائد هذه الأيام هو أن تصبح رياضة المعاقين رياضة تنافسية قوية بعكس الاتجاه السائد سابقا بأنها رياضة ترويحية وعلاجية بهدف التأهيل فقط . ( 1 :4 )

ويذكر أسامة رياض (2000) أن الرياضية وأنشطتها تحتل مكانه هامة لهذه الفئة بهدف الرفع من مستوى قدراتهم الجسمية والحركية و الوظيفية وكذلك الاجتماعية حيث تمثل الوسيلة المثلى لسرعة عودة المعاق لمجتمعه . ( 2 :8 )

ويؤكد حليم الجبالي (2002) أن ما تشهده الدورات البارلمبية للمعاقين من تطور هو نتيجة اهتمام الدول بالمشاركة و المنافسة ، حيث تمثل هذه الدورات اكبر تظاهرة رياضية في

(\*) أستاذ مشارك بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*) محاضر بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

(\*\*\*) محاضر بقسم العلوم النظرية التخصصية ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

العالم من حيث عدد المشاركين بعد الألعاب الأولمبية للأسوياء وخير دليل على ذلك هو مقدار النمو في عدد الدول المشاركة

وكذلك الرياضيين حيث حظيت أول دورة بارلمبية سنة 1960 بروما بمشاركة 400 رياضي معاق من 23 دولة إلي أن وصل عدد المشاركين في دورة سيدنى 2000 إلي 3843 رياضي معاق من 123 دولة . (23: 5)

#### مشكلة البحث :

مع هذا النمو المطرد في رياضة المعاقين كان لابد من الاهتمام بالرياضة التنافسية وذلك من خلال اتباع الوسائل و الأساليب العلمية أثناء التدريب ، حيث لم يعد التدريب الرياضي حكرا على الأسوياء فقط فلقد اقتحام المعاقين مجال الممارسة و المشاركة في الأنشطة الرياضية التنافسية من خلال الدورات و البطولات المحلية والإقليمية المنظمة بالتزامن مع الأسوياء ، ويخضع المعاقين حاليا للوائح والقوانين التي تحددها اللجان المنظمة لتلك البطولات فيما يختص بتصنيف وتقييم درجة الإعاقة وتحديد نوع النشاط المناسب لكل فئة من فئات المعاقين ، ولما كانت هذه الطفرة في الارتقاء برياضة المعاقين كان لابد وان يواكبها العمل على كيفية الارتقاء بمستوى التدريب الرياضي الموجه للمعاقين بوجه خاص وذلك وفق الأسس العلمية الحديثة في التدريب .

حيث يؤكد كل من عبد الحليم أبو الوفاء (1984) سمير عباس (1988) على أن خصوصية تصميم البرامج التدريبية الفعالة يفترض أن تتناسب وحاجات كل من متسابق على حده وبالتالي يمكن دراسة خصائص المتسابقين للتعرف على الفروق الفردية بين المتسابقين كلا على حده حتى لو كانت أعمارهم ونتائجهم متساوية لهدف العمل على إصلاح نقاط الضعف وزيادة تحسين نقاط القوة (9:147)، ( 181 : 7 ) .

ويتفق على البيك (1993) السيد عبد المقصود (1997) بأن البرامج التدريبية الناجحة لأعداد المتسابقين يجب أن تستخدم التدريب النوعي الحديث بحيث تؤدي إلى استعمال طبيعة الخصوصية في الأداء المهاري وكذلك يجب أن تنظمن عملية تقويم بشكل مستمر وشامل يهدف إلى تحسين مستوى العملية التدريبية ( 46 : 13 ) ( 4 : 3 ) .

حيث يتفق على مذكور (1998) عصام عبد الخالق (2000) محمد علاوي ومحمد رضوان (2000) على أن أهمية التقويم تكمن في التشخيص وتحديد نقاط القوة والضعف للشيء المراد تقويمه والعلاج هو محاولة وضع الحلول ، وان التقويم في المجال الرياضي يتضمن إصدار أحكام على البرامج أو الأهداف أو المحتويات أو طرق أو أساليب التدريب ، كما يبين قيمة التعليمات ومدى التقدم في العملية التدريبية ولا تختصر عملية التقويم على تشخيص الوقع بل

أيضا علاج لما به من عيوب إذ لا يكفي تحديد درجة أوجه القصور والاعوجاج بل يعمل على تلافيها والتغلب عليها (12:261) (11:288) (15:37) .

وهو ما أكدته هاى وأخرون HEY .ET .AL ونشرة الاتحاد والدولي لألعاب القوى (2000) في أن أهمية التحليل تمكن في المساهمة في دراسة وتطوير الأداء عن طريق الوصول إلى معلومات عن المتسابقين وبالتالي فأن البحوث البيوميكانيكية أصبحت من الوسائل الموضوعية لتقويم الأداء الفني والمهاري لأي نشاط رياضي (17: 230) (8 : 16) ويشير كل من فيل لوند و آخرون PHIL LUND EL ALL (1989) ماجي وجالوى وكينت كنور MARUAY GALLOWAY & KEITN CONNAR (2000) انه من خلال ملاحظة تحليل الأداء المهاري نجد أن المتسابقين يتبعوا طريقة مشابهة في الأداء حيث المراحل الفنية للمسابقة وكذلك قواعدها وقوانينها اوجه الاختلاف يكمن في التكنيك والأسلوب الخاص والمتبع لكل متسابق وفق استعداداته وخواصه التشريحية والميكانيكية والبيولوجيا (20: 38) (4 : 19) .

لذا يري عادل عبد البصير(1998)محمد بريقع وخيرية السكري (2002) بأن فهم مسببات الحركة و القدرة على تخيلها يعتبر أمرا ضروريا للمدرب حيث يشكل التحليل البيوميكانيكي جانبا أساسيا في التشخيص العلمي لتوصيف الأداء الفني للمهارات الحركية من خلال تطبيق القوانين والأسس الميكانيكية التي تحكم الأداء البشرى وتطبيق هذه الأسس بشكل يجعل التدريب فعال من جميع النواحي (8 : 11) (14 : 18) .

ولقد شهد مستوى الإنجاز الرقمي في مسابقة دفع الجلة للمعاقين حركيا (F44) تحسن وتطور كثير بالنسبة للأرقام المسجلة حيث كان المستوى الرقمي في الألعاب البارلمبية 1980 في ارنهام بهولندا ( 11.13م) متر فيما اصبح حاليا(14.43م) في الدورة البارلمبية أثينا 2004 .

ومن خلال اهتمام الباحثون ومعايشتهم لرياضية المعاقين لاحظوا انخفاض أرقام متسابقى مسابقة دفع الجلة للمعاقين حركيا لنفس التصنيف الطبي F44 عن الرقم العالمي وكذلك عن الرقم المؤهل لنهائيات الألعاب البارلمبية وهو 12.20 متر حسب آخر دورة بارلمبية حيث كان أرقام بعض متسابقى المعاقين تتراوح ما بين 7.40م إلى 9.30متر .

الأمر الذي دعي الباحثون للبحث والتقصي للتعرف على أسباب انخفاض المستوى معتمدين في ذلك على استخدام الأسس العلمية للتحليل البيوميكانيكي والاسترشاد باستخدام الأدوات للأجهزة العلمية الدقيقة في التقويم ( برامج التحليل الحركي ،الحاسب ،الكاميرات الحديثة ) بهدف تشخيص الأداء الحركي و التعرف على نقاط الضعف والقوى لدى المتسابقين .

## أهداف البحث :

1. تحليل الأداء المهارى لمتسابقى دفع الجلة المعاقين حركيا F44
2. التحليل الكينماتيكي لقيم بعض المتغيرات المرتبطة بمسابقة دفع الجلة للمعاقين حركيا F44

## أهم المصطلحات :

\* المعاقين حركيا E44 : ( إجرائي ) :

هم فئة المعاقين الذي تمثل الإصابة أو الإعاقة لديهم في الفقرات العجزية من الأولي إلى الثالثة ( شلل الأطفال)أو البتر المفرد اسفل المركبة ألا انهم قادرون على التحرك والنقل مع وجود ضعف بدرجه متوسطة في أحد الأطراف السفلي أو الطرفين معا ويمكنهم الأداء من الوقوف .

\* الرقم المؤهل للاشتراك في البطولة : ( إجرائي):-

هو معيار تضعه اللجنة الفنية المنظمة للبطولة يستوجب تحقيقه في تصفيات تمهيدية بهدف الاشتراك في النهائيات .

\* التصنيف الطبي ( إجرائي ) :-

هو نظام طبي يقصد به الفصل بين الإعاقات المختلفة لتوفير عدالة المنافسة بين الرياضيين المعاقين بهدف المطابقة بين متطلبات الأداء ونوع الإعاقة ، للاستفادة من برمجة التدريب الرياضي بما يتمشى مع متطلبات نوع الإعاقة والمهارة .

## إجراءات البحث :

\* منهج البحث :

استخدام الباحثون المنهج الوصفي ذو التصميم ( دراسة الحالة ) لملاءمته لطبيعة الدراسة.

\* عينة البحث :

تم اختيارها عمديا من المتسابقين المعاقين ذو التصنيف الطبي F44 لمسابقة دفع الجلة وعددهم 3 متسابقين .

جدول رقم (1)

يوضح العمر الزمني وأطوال الذراعين وتوصف الإعاقة لدى أفراد عينة البحث :-

| المتسابقين | العمر ( سنة ) | الطول (سم) | الوزن(كجم) | التصنيف | طول الذراع الأيمن | طول الذراع الأيسر |
|------------|---------------|------------|------------|---------|-------------------|-------------------|
| الأول      | 36            | 1.87       | 96         | F44     | 83                | 84*               |
| الثاني     | 32            | 1.74       | 70         | F44     | 7.0*              | 70                |
| الثالث     | 32            | 1.75       | 73         | F44     | 74*               | 74                |

\* تشير إلى الذراع الرامية لدى المتسابقين

يتضح من الجدول رقم ( 1 ) أن العمر يتراوح بين ( 32 - 36 سنة) والوزن يتراوح ما بين (70\_96) والطول ما بين ( 1.74 - 1.87) وكذلك طول الذراعين بين (70سم إلى 84سم) .

\* **المجال الزمني :**

نفدت الدراسة في الفترة ما بين 25 / 7 - 30 / 7 / 2006 ف

\* **المجال البشري :**

متسابقين مسابقة دفع الجلة للمعاقين حركيا F44 (الاتحاد الفرعي لرياضة المعاقين طرابلس).

**المعالجات الإحصائية :**

المتوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل الالتواء

معامل الارتباط

اقل قيمة ، اكبر قيمة

في ضوء أهداف البحث و الدراسة النظرية الواردة بمشكلة البحث ثم اختيار وتحليل قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية المؤثرة و المرتبطة بمسابقة دفع الجلة ومستوى الإنجاز :

- زاوية الإطلاق .

- محصله سرعة الإطلاق.

- أعلى ارتفاع للجلة لحظة الإطلاق .

- المسافة بين القدمين لحظة الإطلاق .

- المستوى الرقمي .

\* **فيما يخص تحليل قيم المتغيرات الكينماتيكية تم استخدام :**

1 - كاميرا تصوير فيديو نظام رقمي ماركة كانون .

CANON DR : DIGITAL VIDEO CAMCORDR S : XL 1  
موديل 2002 ذات تردد 100\_500 كادر/ثانية مرفقة بعدسة ضوئية بهدف تنظيم الإضاءة  
حسب طبيعة مكان التصوير (شمس) أو (صالة مغلقة) توجد بها فتحة مقعرة البؤري 180  
مضاف إليه عدسة رقمية 4X DIGITAL ZOOM بها شريط فيديو نوع MEMORY  
CARD سعة 1.5 BB مزود ببطاقة قيد VIDEO CARD مدخل تشغيل الكاميرا  
VIDEO INPUT بها ساعة رقمية 1/1000 جزء من الثانية يوجد بها ميزان مائي بها أربع  
فتحات لاقط صوت .

2- جهاز حاسب (كمبيوتر\_ COMPUTER\_ COMPED MV \_540\_ PENTIUM 3)  
يوجد به عدة برامج لها امتداد لنظام التشغيل PAT MPG I\_MPG \_2 IVA .

### \* آلية عمل البرنامج التحليلي :

بعد الانتهاء من التصوير بكاميرا فيديو يتم ربطها بجهاز الحاسب الآلي ببطاقة التسجيل  
والعرض VIDEO CARD من خلال المدخلات VIDEO INPUT حيث يتم محتويات  
التصوير إلى البرنامج التحليلي DART TRAINER تم إلى خاصية تسمى  
ANALYZER بجهاز الحاسب الآلي يعمل البرنامج على تحديد وحفظ مقياس الرسم أو الطول  
الكل للمتسابقين الموجودة بمكان التصوير، وكما يمكن للبرنامج العمل مباشرة من خلال شريط  
الفيديو وذلك من خلال تحديد اللقطة المراد تحليلها أو تحديد الكادرات المراد تحليلها في إطارات  
مستقلة SINGLE FRAMES وكذلك سرعة تردد الكاميرا وهو مزود بخصائص متعددة منها  
:-

- برنامج تحليل حركة DART TRAINER يتكون من DR ERPORT ,DR  
PLAYER SIMULCOM , ANALYZER , ACTION ,INIHE,IMPORT  
توجد به عدة خصائص يمكن الاستفادة منها أثناء التحليل ومنها إمكانية عرض سرعة الصور  
بنسبة 1/1 من السرعة الأصلية \_1/2 السرعة الأصلية \_1/4 السرعة الأصلية .

- برنامج ULEAL VIDEO STUDIO لمعالجة اللقطات .
- برنامج ADOBE PRIN ERE 6.5 تشغيل المادة الخام .
- برنامج CAREL DRAR /0 لقياس الزوايا وأبعاد المسافات .
- بالإمكان عرض أكثر من لقطة على الشاشة .
- يعمل البرنامج التحليلي على إيجاد قيم وبيانات لعدة متغيرات .
- خاصية قياس المسافات أفقية راسية مائلة أو منفرجة سم .

- خاصية قياس الزوايا بالدرجة .
- وحدة قياس زمنية 1000/1 .
- وحدة قياس التقريب والتبعيد الرقمي ZOOM DIGITAL .
- وحدة قياس التكبير والتصغير في الجسم .
- وحدة تحديد الألوان .

**\* الخطوات التنفيذية لتحليل الحركي :**

- ربط كاميرا الفيديو بجهاز الحاسب من خلال VIDEO CARD بربط مدخل VIDEO INPUT التشغيل .

- ضغط زر العرض PLAY استيعاب برنامج التخزين على سطح مكتب الحاسب DESK TOP وتحديد الزمن المطلوب تخزينه وعدد الأطر المطلوبة من خلال VIDEO CAPTURE .

- يتم التخزين وفق المهارة المراد تحليل مراحلها و النواحي المطلوب الدراسة فيها ومعرفة الزمن بين كل كادر و آخر .

بعد تخزين المهارة المطلوبة يتم الانتقال برنامج خاص بالنقطيع للصور و الذي يقوم لتلقائيا ينقسم المهارة لأطر مستقلة SINGLE FRAMES.

يقوم الباحث بعد ذلك بتخزين المهارة من الزمن المراد تحليله لأي من المتغيرات سواء كانت زاوية إطلاق أو سرعة إطلاق أو ارتفاع وغيرها من المتغيرات موضع التحليل .

يقوم الباحث بإدخال الصورة موضع التحليل إلى البرنامج التحليلي ANALYZER و الذي يقوم بتحديد المتغيرات الكينماتيكية المطلوبة بنظام MPG أو IVA وذلك حفاظا على دقة الدراسة .

يؤخذ طول مقياس الرسم أو الطول الحقيقي للمتسابق بحيث يحول آليا إلى قيمة حقيقية مما يمكن من التعرف على القيم الكينماتيكية الحقيقية .

يتم تخزين القيم الكينماتيكية في هيئة صورة من HP IN K JEF PRINTER 750 في صور حسب الحجم المطلوب .

تخزين الصور والكادرات والشريط المتحرك (فيديو) في قرص مدمج بواسطة ناسخه القرص

\* تم تصوير عدد 6 محاولات لكل متسابق واختيار افضل محاولة يهدف تحليل الأداء الممارى لبعض المتغيرات الكينماتيكية لها .

## مسابقة دفع الجلة :

مسابقة دفع الجلة أحد مسابقات الرمي في ألعاب القوى والتي يرتبط الأداء الحركي لها بقدرة اللاعب على دافع الأداة ، بمواصفات قانونية ، وطريقة دفع التي يمكن أن تؤدي من الثبات أو الحركة حسب ما جاء بالمادة (181) من القانون الدولي لألعاب القوى .

### \* وتدفع الجلة بثلاث طرق هي :

الدفع من الثبات :- وهي تبدأ من وضع الرمي في طريقتي الزحف ، والدوران وتستخدم مع المبتدئين ، كما أنها تمثل أحد التدريبات الأساسية لتعليم وضع الرمي الصحيح ، وهي الطريقة المستهدفة في هذه الدراسة .

الدفع من الزحف :- وهي أوسع انتشارا وقد حققت نتائج عالية أصبحت الطريقة الأساسية لدفع الجلة .

الدفع من الدوران :- مشتقة من طريقة رمى القرص ، كما أنها قد ساهمة لدرجة كبيرة في تطوير المستويات الرقمية للاعبين في سابق دفع الجلة .

### المراحل الفنية لدفع الجلة من الثبات :

مسك الجلة وحملها :- تمسك الجلة بسلاميات الأصابع وراحة اليد ، تحمل على قاعدة الأصابع الثلاثة ، السبابة الوسطى و البنصر ، أما الإبهام و الخنصر فأنهما يسندان الجلة من الجانبين ، تم توضع الجلة بجانب تجويف الرقبة ، وفوق عظم الترقوة اسفل عظم الفك .

وضع الاستعداد :- يقف اللاعب داخل الدائرة و الكتف الأيسر في اتجاه مقطع الرمي وزن الجسم موزع على الرجلين ، وترفع اليد اليسرا أمام عاليا بارتخاء والنظر إلى الأمام في نقطة خارج الدائرة . تم تتنى الركبتين قليلا ، مع الجذع أماماً تم تبدأ حركة لف الجذع إلى أقصى اليمين وتنتهي هذه المرحلة بدوران مشط القدم اليسرى والركبة للخلف ، وينتقل مركز ثقل الجسم على القدم اليمنى وللخلف قليلا .

- وضع الرمي :- تبدأ هذه المرحلة بدوران القدم اليمنى والركبة إلى الأمام في اتجاه الرمي وفي نفس الوقت تمتد كلتا الرجلين ، ويبدأ توزع وزن الجسم بين الرجلين ، تم يبدأ الكتف الأيسر في تحركه للأمام، وفي نفس الوقت يرفع الكتف الأيمن إلى أعلى ويدور إلى الأمام ، مع ارتفاع الجذع إلى أعلى نقطة ممكنة

- الرمي :- بعد الوصول إلى وضع الرمي يقوم الكتف الأيمن و الذراع يدفع الجلة إلى الأمام ، مع استمرار تحريك الكتف الأيسر في حركته للأمام والى أقصى ما يمكن ، وتستكمل حركة الرمي على الرجل اليسرى والتي تمتد بالكامل عندما ينتهي الذراع الأيمن من الامتداد الكامل ، ودفع الجلة واكتمالها بواسطة حركة رسغ اليد ، وبعد هذه المراحل تحدث حركة عكسية سريعة

تستهدف تغيير أوضاع الرجلين ،حيث تتحرك الرجل اليسرى إلى الخلف ، والرجل اليمنى إلى الأمام لتستقبل وزن الجسم اماما مع ثنى للجدع اماما.

#### الدراسة الأساسية :

أجريت الدراسة الأساسية على عدد 3متسابقين من المعاقين حركيا لتصنيف الطبي F44 حيث نمت مراعاة المتطلبات الفنية أثناء التطوير .  
بعد اتجاه الكاميرا عن المتسابقين ومقطع الرمي .  
سرعة تردد الكاميرا .  
الوقت الأنسب للتطوير .  
ارتفاع الكاميرا .

استخدام عارضة قياس مقسمة 100X20سم .

استخدام شريط لقياس المسافة بالمتر .

#### أهداف الدراسة الأساسية :

التعرف على طريقة الأداء المهارى المتبع من قبل المتسابقين .  
تحليل الأداء المهارى بهدف استخراج اكبر كم من المتغيرات الكينماتيكية المرتبطة بمسابقة دفع الجلة .

- تم اداء 6 محاولات لكل متسابق وتم استهداف افضل مستوى رقمي (محاولة) بالتحليل الكينماتيكي .

#### الدراسات السابقة :

دراسة جونتر تيدو GUNTER TIDOW (1990) ( 22 )

عنوانها: التحليل الفني لشكل مسابقة دفع الجلة.

هدفها: التحليل الفني لمراحل مسابقة دفع الجلة للمتسابقين يرمون اكثر من 20 متر  
أهم الإجراءات :

- تم استخدام المنهج الوصفي باستخدام التصوير بكاميرا فيديو.
- تم استخدام المنهج الوصفي باستخدام التصوير بكاميرا فيديو.
- اختيرت العينة من أبطال العالم سنة 1988 وقوامها 3 متسابقين

أهم النتائج :

1.الوضع الابتدائي والحركة التمهيديّة.

2.من وضع البدء المنحنى على بداية الانزلاق.

3. من بدء الانزلاق إلى وضع القدرة الإطاقة.
4. من وضع القدرة الإطاقة إلى وضع الدفع الجانبي.
5. من وضع الجانبي للدفع إلى وضع الانطلاق.
6. الانطلاق والحركة العكسية.

دراسة لينثورن LINTHORNE.N.P (2001) ( 18 )

عنوانها: زاوية الانطلاق المثالية في دفع الجلة.

هدفها: تقييم الدقة في طريقة حساب زاوية الانطلاق المثلى في دفع الجلة.

أهم الإجراءات :

- تم استخدام المنهج الوصفي.
- تم استخدام المنهج الوصفي.
- عينة قوامها 5 متسابقين في دفع الجلة.

أهم النتائج :

- هناك ارتباط عكسي بين سرعة الانطلاق وزاوية الانطلاق خاصة التي تقترب من زاوية 45 درجة.

- توافقت زاوية الانطلاق المثلى التي تم حسابها مع زاوية الانطلاق الفضلى لدى كل لاعب وفق الموصفات الجسمية والقوة التي يمتلكها كل لاعب.

عرض النتائج :

أولاً: التوصيف الإحصائي للمتغيرات قيد البحث :

جدول رقم ( 2 )

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء واصغر واكبر قيمة لقيم المتغيرات الكينماتيكية قيد البحث لأفراد عينة البحث .

| المتغيرات الكينماتيكية         | المعطيات الإحصائية | س    | ع    | معامل الالتواء | اصغر قيمة | اكبر قيمة |
|--------------------------------|--------------------|------|------|----------------|-----------|-----------|
| زاوية الإطلاق                  |                    | 31.8 | 4.13 | 1.71           | 27        | 34.1      |
| محصلة سرعة الإطلاق             |                    | 6.65 | 0.70 | 0              | 6.01      | 7.45      |
| أعلى ارتفاع للجلة لحظة الإطلاق |                    | 1.99 | 0.11 | 1.73           | 1.93      | 2.12      |
| المسافة بين القدمين            |                    | 0.39 | 0.06 | 1.21           | 0.34      | 0.45      |
| مستوى الرقمي                   |                    | 8.43 | 0.67 | 1.72           | 8.01      | 9.20      |

ثانياً: قيم العلاقات الارتباطية بين المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي :

جدول رقم ( 3 )

يبين معاملات الارتباط بين المتغيرات الكينماتيكية قيد الدراسة والمستوى الرقمي لمسابقة دفع الجلة لأفراد عينة البحث .

| المتغيرات الكينماتيكية | زاوية الإطلاق | محصلة سرعة الإطلاق | أعلى ارتفاع للجلة لحظة الإطلاق | المسافة بين القدمين |
|------------------------|---------------|--------------------|--------------------------------|---------------------|
| معامل الارتباط         | 0.55          | 0.84               | 0.99                           | -0.68               |

## مناقشة النتائج :

أولاً :

من خلال معطيات التوصيف الإحصائي للمتغيرات الكينماتيكية قيد البحث جدول رقم (2) أن متوسط زاوية الإطلاق لعينة البحث كانت (31.8) فيما انحصرت اصغر قيمة وأكبر قيمة لزاوية الإطلاق بين (27-34.1) درجة و بمقارنة زاوية الإطلاق لدى مجموعة البحث بزاوية الإطلاق للبطل العالمي ايمن محمد على ذو التصنيف الطبي (F44) المتحصل على الترتيب الثالث في دورة سيدنى 2000 حيث كانت زاوية الإطلاق لديه 37 درجة وهى تقترب اكثر من زاوية الإطلاق المثلى للأسوياء ويتضح من ذلك انخفاض زاوية الإطلاق بمقدار (5) درجات تقريبا وهذا الفرق يمثل القصور الفني الذي ساهم بدرج كبيرة في انخفاض المستوى الرقمي لدى عينة البحث، حيث أن زاوية الإطلاق تمثل أحد أهم المتغيرات الكينماتيكية المؤثرة إيجابيا على تحقيق افضل النتائج وهو ما أكده كل من بسطويسى احمد (1997) عادل عبد البصير (1998) (4 : 421)

فيما يخص قيم أعلي ارتفاع للعبة لحظة الإطلاق (ارتفاع الإطلاق) فنجد المتوسط (1.99) وهو مؤشر يقترب إلى حد ما من ارتفاع الإطلاق للمستوى العالمي (المحك) لنفس الفئة التصنيف الطبي F44 (2.02) في حين يرى سعد الشرنوبى وعبد المنعم هريدى (1998) هاى (1993) ستبانك STEPANK (1986) إن هذا المؤشر يخضع طبقا للقياسات الانثروبومترية للمتسابقين ووضع الجسم وطول الذراع الرامية وكذلك طريقة الأداء أثناء التخلص من الأداة ويعتبر بأنه كلما كان ارتفاع الإطلاق أعلى كلما أمكن من الحصول على مسافة رمى اكثر (6 : 34)، (21 : 213)

أما بالنسبة للمسافة بين القدمين كانت بمتوسط 0.39سم فيما كانت اصغر قيمة 0.34سم واكبر قيمة 0.45سم وتعتبر هذه المسافة صغيرة نسبيا طبقا لما ورد في دراسة عبد المنعم هريدى حيث كان متوسط المسافة بين القدمين 0.92 سم .

ويرى الباحثون بان المسافة بين القدمين تؤثر على المستوى الرقمي وان كانت بدرجة اقل من بقية المتغيرات الكينماتيكية فهي مرتبطة بدرجة كبيرة بالقياسات الانثروبومترية للمتسابقين.

وفيما يخص المستوى الرقمي لعينة البحث فنجدها بتوسط 8.43 فيما انحصرت اقل قيمة واكبر قيمة بين 8.01 و9.20متر وهى مسافة رمى منخفضة طبقا لبطل العالم (المحك) لنفس الفئة (F44) حيث كانت 11.10متر في الأداء من الثبات وبمقارنة ذلك يتضح مقدار التباين في المستوى الرقمي بين المستويين ولصالح المحك.

## ثانياً :-

يتضح من الجدول (3) والخاص بقيم معطيات التوصيف الإحصائي لقيم العلاقات الارتباطية بين المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي قيد الدراسة يتضح وجود علاقة ارتباطيه واحدة دالة إحصائيا بلغت (0.99) بين المستوى الرقمي أعلى نقطة للطلاق، أما بقية العلاقات الأخرى فقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقات دالة مع المستوى الرقمي بالرغم من ارتفاع بعض القيم الارتباطية، وارجع الباحثون ذلك لصغر حجم العينة موضوع الدراسة.

## الاستنتاجات و التوصيات :

### أولاً : الاستنتاجات :

في حدود أهداف البحث، والإجراءات ، والبرنامج التحليلي المستخدم تمكن الباحثون من استنتاج ما يلي

\*يستدل من نتائج البرنامج التحليلي فيما يخص متغيرات الكينماتيكية المرتبطة بمسابقة دفع الجلة وطريقة الأداء المهارى المتبعة ما يلي :-

-انخفاض قيم زاوية الإطلاق ما بين (27-34.01) مقارنة بالمستوى العالمي لنفس التصنيف الطبي F44 (37) درجة .

انخفاض قيمة محصلة سرعة الإطلاق (6.10- 7.50) م/ث مقارنة بالمستوى العالمي لنفس التصنيف الطبي F44 (10.37) م/ث .

انخفاض قيمة المسافة بين القدمين (0.34 - 0.45) سم .

فيما شهدت قيم أعلى ارتفاع للجلة لحظة الإطلاق افضل مستوى (1.93-2.12)مقارنة بالمستوى العالمي لنفس التصنيف الطبي F44 (2.03) .

وقد ارجع الباحثون تواضع قيم هذه النتائج للأسباب التالية :

1.القصور في طريقة الأداء المهارى لمتسابقى دفع الجلة لفئة المعاقين التصنيف الطبي F44حيث اعتمد الأداء المهارى من الثبات فقط . بما يعنى عدم استغلال ما أتاحه القانون الخاص بالمسابقة للأداء المهارى من الحركة مما يعنى اكتساب اسبقيه تحسين قيم بعض نتائج المتغيرات الكينماتيكية.

2. عدم وجود برامج تدريبية بصورة منتظمة تعمل على تحسين وتنمية القدرات البدنية التي تتطلبها المسابقة بما يساعد على تحسين المستوى الرقمي.
3. من خلال القياسات الانثروبومترية لعينة الدراسة يتضح التباين بين المتطلبات الجسمية التي تحتاجها هذه المسابقة.
4. الأخذ بعين الاعتبار لدور الإصابة كعامل معيق للحركة نظرا للوضع التشريحي للجسم أثناء الأداء المهارى للمسابقة حيث توجد حدود للحركة لهؤلاء المعاقين

### ثانيا التوصيات :

في ضوء ما توصل إليه الباحثان من استنتاجات يوصى الباحثان بما يلي :

1. الاستفادة من استخدام وتعلم الأداء المهارى من الحركة باعتبار افضل منه في الأداء من الثبات.
  2. ضرورة وجود برامج تدريبية بصورة منضمة خاصة بفئة المعاقين لما لها من فائدة في تحسين النواحي البدنية والمهارية وبالتالي التحسن في التكنيك الخاص بالمتسابق أثناء الأداء المهارى.
- العمل على الاستعانة والاستفادة من تكنولوجيا التصوير الحديثة للوقوف على اكتشاف نقاط القوة والضعف أثناء الأداء المهارى من خلال.
- استخدام تكنولوجيا التصوير و التحليل كمؤشر حقيقي لمعرفة القيم الحقيقية للمتغيرات المرتبطة بالأداء المماري.
- استخدام المؤشرات التمييزية للمستويات العالمية لنفس الفئة والمسابقة (كمحك).
- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في التخطيط للتدريب في مجال رياضة المعاقين .
- الحفاظ وتأصيل نقاط القوة في بعض القيم الكينماتيكية والعمل على تنميتها وتحسينها .

## المراجع العربية :

1. أبو المكارم عبيد : تأثير برنامج تدريبي معدل على مستوى الإنجاز لمتسابقى ألعاب القوى المعاقين بدورة أتلانتا 1996 المؤتمر العلمي الأول ، الرياضة وتحديات القرن إلحادي والعشرين ، جامعة حلوان 1997.
2. أسامة رياض : رياضة المعاقين ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى القاهرة 2000
3. السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي ، تدريب فسيولوجيا القوة ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1997.
4. بسطويسى أحمد : سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، تعليم تكنيك وتدريب ، تدار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1997.
5. حليم الجبالى : رياضة المعوقين ، التصنيف في ألعاب القوى ، المركز الوطني للطب الرياضي ، تونس 2002.
6. سعد الشرنوبى : مسابقات الميدان والمضمار ، الإسكندرية مكتبة ومطبعة الشعاع الفنية 1998.
7. عبد المنعم هريدى : دراسة مسافات ومعدلات تزايد السرعة والسرعة القصوى لسن 14،15 مجلة نظريات وتطبيقات. العدد الرابع كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان الإسكندرية 1988.
8. عادل عبدالبصير : الميكانيكا الحيوية والتكامل بين النظرية والتطبيق في المجال الرياضي ، مركز الكتاب للنشر الطبعة الثانية ، القاهرة 1998.
9. عبد الحليم أبو الوفاء : تأثير الأساليب الفنية للإحماء والعودة على الأداء الحركي المتكرر للجري ( من 25،35 سنة) المؤتمر العلمي الخامس لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، الجزء الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان 1984.
10. عبد المنعم هريدى : دراسة تحليلية لبعض المتغيرات الكينماتيكية المساهمة في مسافة الإنجاز الرقمي لمتسابقى الدرجة الأولى في دفع الجلة ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية 2004.
11. عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي ، نظريات وتطبيقات ، دار المعارف ، الطبعة العاشرة 2000 الإسكندرية.
12. على أحمد مذكور : مناهج التربية أسسها وتطبيقاتها ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى القاهرة 1998.
13. على فهمي البيك : تخطيط التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية 1993.

14. محمد جابر بريقع وخيرية السكري : المبادئ الأساسية للميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي ، منشأة المعارف الإسكندرية 2002.
15. محمد علاوي ومحمد رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 2000.
- 15- الاتحاد الدولي لألعاب القوى : تشخيص التقدم في مستوى الأداء نشرة لمدرسي المستوى الثاني في نظام الشهادات وتأهيل المدربين بالاتحاد الدولي لعاب القوى وترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة ، العدد 2 أغسطس 2002.
- 16-Hay James : Biomechanics of elite long jumping Track technique 101,. 1987  
Miller Jon  
Gantera
- 17-Linthorne N.P : "Optimum Release Angle in the Shot put, Journal of Sports sciences Vol 19 (5) 339,375 (2001)
- 18-Margy Galloway : The effect of steering on stride pattern & velocity in long jump.www.education, ed, ac uk file\\\.th\paper/ gc.HTM 2000.  
Keith Connor
- 19-Phil Lund et. al :Theoretical Model of long jump training for the American coleglate system newstudies in athletics by laaf. 1989.
- 20-Stepank.T : (1986) The kimematics and geoietry of movement in the shot put of juniors compared with the best adults in IAAF Biomechanical Research, Athens
- 21 -Tidow.G : (1990) Model Technique analysis sheets for the throwing events "The shot put" the international Amateur Athletic Fiederation, Quarterly magazine for technical research "Coaching Information Bibliographic Documentation, NSA, March. Morshall Arts print services. England.

اتجاهات طلاب السنة الأولى لمهنة تدريس التربية الرياضية  
" دراسة مقارنة بين طلاب المعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية  
بقصر السعيد . تونس وطلاب كلية التربية البدنية . طرابلس "

(\*) أ.د إبراهيم محمد العقربي

(\*\*) د. ياسين عرفة

(\*\*\*) أ. علي أحمد شناك

## المقدمة :

إن اقتناع المعلم ورضاه عن مهنة التعليم تدفعه إلى العطاء وبذل الجهد والإخلاص في العمل ، كما أن قدرة المعلم على أداء الواجبات بمهنة التعليم يتوقف على جانبين أساسيين : الكفاءة العلمية أو المعرفية ، وكذلك اتجاهاته ورؤيته لمهنة التعليم وأن الاقتناع بالعمل والرضا عنه يدفع الفرد نحو الإنجاز وبذل الجهد ، ولقد حظي موضوع اتجاهات المعلمين نحو مهنة التدريس باهتمام واسع من قبل الباحثين إيماناً منهم بأهمية الدور الذي تلعبه الاتجاهات نحو المهنة والانتماء لها والرضا عنها في قدرة المعلم على العطاء .

إن وجود الاتجاه السلبي نحو المهنة لا يعني بالضرورة تركها أو التخلي عنها ، فقد يستمر الفرد في مزاولتها نتيجة ظروف ضاغطة لكن إنجازها لمتطلبات المهنة قد لا يكون بالمستوى المطلوب الذي يحقق الأهداف .

ومن خلال استطلاعات وخبرات الباحثون اتضح وجود بعض الطلاب لديهم اتجاهات سلبية عن تدريس التربية الرياضية بالإضافة إلى أن عملية الالتحاق بكليات التربية الرياضية لا يتم بالضرورة عن رغبة وميل حقيقي لهذه المهنة بل قد يتم عن ضعف المجموع العام في الشهادة الثانوية وأن أغلبهم كانت درجاته " مقبول " أو من خلال تنسيب الجامعات .

لذا فقد اختار الباحثون موضوع بحثهم هذا للكشف عن اتجاهات الطلاب نحو مهنة تدريس التربية الرياضية بكل من المعهد الأعلى للرياضة بتونس وكلية التربية البدنية بطرابلس والمقارنة بينهما .

(\*) أستاذ محاضر بالمعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية بقصر السعيد . جامعة منوبة . تونس .

(\*\*) أستاذ محاضر بالمعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية بقصر السعيد . جامعة منوبة . تونس .

(\*\*\*) محاضر قسم التمرينات والجمباز كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح . طرابلس .

وكذلك نظرة كل من المجتمع التونسي والليبي لهذه المهنة وأهميتها بين المهن الأخرى ، ومعرفة اتجاهات الطالبات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية والمقارنة بين طالبات طرابلس وطالبات تونس ، وكذلك المقارنة بين الطلاب والطالبات بكلاي البلدين بالسنة الأولى لمعرفة الاتجاهات الحقيقية لهؤلاء الطلاب والفروق بين الجنسين وتأثير المحيط والمجتمع والعادات والتقاليد في كلا المجتمعين .

وفي ضوء ذلك تظهر مشكلة الدراسة الحالية فباختلاف البيئة الخارجية وكذلك التنشئة الاجتماعية يمكن أن تختلف نوعية الاتجاهات المكتسبة ، وكذلك في ضوء اختلاف فلسفة مجتمع ما عن مجتمع آخر قد تتغير الاتجاهات وتتعدل في ضوء فلسفة نظم التربية والتعليم التي ينتهجها المجتمع .

ومما لا شك فيه أن كل المجتمع التونسي والمجتمع الليبي يمران بتغيرات كبيرة وشاملة في جميع نواح الحياة الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والثقافية والرياضية ، الأمر الذي استوجب على الباحثون ومن منطلق الواجب المهني في مجال التعليم العالي أن يلقوا الضوء على بعض أوجه التشابه والاختلاف في الاتجاهات لدى طلاب كل من المعهد الأعلى للرياضة بقصر السعيد تونس وطلاب كلية التربية البدنية طرابلس .

#### فروض البحث :

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدوافع الأساسية في اختيار الدراسة بالتربية الرياضية .
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لنظرة الطلاب لمستقبل مهنة تدريس التربية الرياضية .
- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لتقييم الطلاب لمكانة مهنة تدريس التربية الرياضية بالمجتمع .
- 4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لقيمة مستقبل مهنة تدريس التربية الرياضية بين المهن الأخرى .
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية بين طلاب السنة الأولى بالمعهد الأعلى للرياضة قصر السعيد تونس وطلاب السنة الأولى بكلية التربية البدنية جامعة الفاتح طرابلس .

#### منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج المسحي لأنه أنسب المناهج العلمية لهذا البحث للحصول على البيانات والمعلومات المطلوبة .

## عينة البحث :

تم اختيار العينة من طلاب المعهد الأعلى للرياضة بقصر السعيد . جامعة منوبة . تونس ، وطلاب كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح . طرابلس للسنة الأولى ، وقد تم اختيار طلاب السنة الأولى لأنها بداية الدراسة الجامعية وبداية التعرف على أفكار جديدة واتجاهات مبكرة .

## الدراسة الاستطلاعية :

أجريت الدراسة الاستطلاعية بالعام الدراسي 2004 - 2005 بكل من المعهد الأعلى للرياضة بقصر السعيد . جامعة منوبة . تونس في الفترة من 2005 / 2 / 7 إلى 2005 / 2 / 21 ، أما الدراسة الاستطلاعية لطلاب كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح . طرابلس بالفترة ما بين 2005 / 1 / 1 إلى 2005 / 1 / 7 . وذلك لحساب المعاملات العلمية للمقياس المستخدم للدراسة (الصدق والثبات)

## مقياس الاتجاهات :

استخدم الباحثون أداة مقننة لقياس الاتجاهات نحو مهنة التدريس بعد عرضها على خبراء من الأساتذة من تونس وليبيا ومصر والعراق ، حيث يضم المقياس ( 40 ) عبارة مقسمة على أربعة أبعاد هي :

- 1- البعد الأول : الدوافع الأساسية لاختيار الدراسة بالتربية الرياضية .
- 2- البعد الثاني : نظرة الطلاب لمهنة تدريس التربية الرياضية .
- 3- البعد الثالث : تقييم الطلاب لمكانة مهنة التدريس في المجتمع .
- 4- البعد الرابع : نظرة الطلاب لمستقبل مهنة تدريس التربية الرياضية بين المهن الأخرى .

وقد وضعت درجات للمقياس على النحو التالي :

| العبارات السلبية |            | العبارات الإيجابية |            |
|------------------|------------|--------------------|------------|
| 1                | أوافق بشدة | 4                  | أوافق بشدة |
| 2                | أوافق      | 3                  | أوافق      |
| 3                | غير متأكد  | 2                  | غير متأكد  |
| 4                | غير موافق  | 1                  | غير موافق  |

## الدراسة الأساسية :

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية والتي من خلالها أظهر المقياس بأنه ذو صدق وثبات عالٍ .

أجريت الدراسة بالنسبة لطلاب المعهد الأعلى للرياضة بقصر السعيد . جامعة منوبة . تونس في الفترة ما بين 4 / 4 / 2005 إلى 30 / 4 / 2005 ، أما الدراسة الأساسية لطلاب كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح . طرابلس ، فكانت في الفترة ما بين 15 / 3 / 2005 إلى 15 / 4 / 2005 .

## استخدم الباحثون المعالجات الإحصائية التالية :

- 1- النسب المئوية .
- 2- المتوسط الحسابي .
- 3- الانحراف المعياري .
- 4- معامل الارتباط لبيرسون .
- 5- تحليل التباين .
- 6- اختبار " ت " الفروق .

## عرض ومناقشة النتائج :

إن المقارنات التي تمت بين متوسطات درجة استجابات الطلاب لكل من تونس وطرابلس نحو مهنة تدريس التربية الرياضية قد أظهرت أن الفروق كانت بين طالبات طرابلس وطلبة تونس ولصالح طالبات طرابلس وكذلك بين طلبة تونس وطلبة طرابلس ولصالح طلبة طرابلس ، أما المقارنات الأخرى فلم تظهر أي فروق ، وهذا يعني أن اتجاهات الطالبات والطلبة بطرابلس كانت إيجابية نحو مهنة تدريس التربية الرياضية من طلبة تونس بينما أظهرت المقارنات عدم وجود فروق بين كل من طالبات تونس وطالبات طرابلس وطلبة طرابلس ، وهذا يعني أن اتجاهاتهم نحو التربية الرياضية متقاربة جداً .

## تحليل التباين بين درجات استجابات طلاب السنة الأولى على عبارات

مقياس تحديد الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية

| مصدر التباين | مجموع المربعات | D.F | متوسط المربعات | المحسوبة | الجدولية |
|--------------|----------------|-----|----------------|----------|----------|
|              |                |     |                | " F "    | " F "    |

|      |          |         |     |          |                |
|------|----------|---------|-----|----------|----------------|
| 2.65 | 14.02952 | 2339.71 |     | 7019.13  | بين المجموعات  |
|      |          | 166.77  | 180 | 30018.69 | داخل المجموعات |
|      |          |         | 183 | 37037.83 | المجموع الكلي  |

ولمناقشة نتائج تحليل التباين الإحصائي لدرجات استجابات طلاب السنة الأولى بكل من المعهد الأعلى للرياضة بقصر السعيد جامعة منوبة . تونس وكلية التربية البدنية جامعة الفاتح . طرابلس على مقياس تحديد اتجاهات طلاب السنة الأولى نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ولمعرفة التباين في اتجاهاتهم نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، ومناقشة أسباب هذا التباين فقد استخدم الباحثون اختبار شيفيه للعينات الغير متساوية لتحديد قيمة الفروق والدلالات الإحصائية ولصالح من تكون تلك الفروق .

تحليل مقارنات بين درجات استجابات طلاب تونس وطرابلس على عبارات مقياس تحديد الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية

| الطلاب        | المتوسطات | طالبات تونس | طالبات طرابلس | طلبة تونس | طلبة طرابلس |
|---------------|-----------|-------------|---------------|-----------|-------------|
| طالبات تونس   | 121       | 0.099       | 7.76          | 3.66      |             |
| طالبات طرابلس | 122.24    | 1.24        | 9.54          | 2.15      |             |
| طلبة تونس     | 111.69    | 9.31        | 10.55         | 42.78     |             |
| طلبة طرابلس   | 126.80    | 5.8         | 4.56          | 15.11     |             |

\* قيمة شيفيه عند مستوى  $0.05 = 7.98$

وبالنسبة للسنة الأولى فقد اتضح أن المقارنات الزوجية التي تمت بين متوسطات درجات استجابات الطلاب على عبارات المقياس لتحديد الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، قد أظهرت أن الفروق كانت بين طالبات ليبيا وطلبة تونس ولصالح طالبات ليبيا ، وكذلك بين طلبة تونس وطلبة ليبيا ولصالح طلبة ليبيا ، وهذا يعني أن طلبة وطالبات ليبيا كانت اتجاهاتهم أكثر إيجابية ووضوحاً نحو القيمة المعنوية للدراسة بالتربية الرياضية وأهمية ومكانة مستقبل التربية الرياضية في المجتمع الليبي وهذه النتيجة قد أكدت صدق وحقيقة الدوافع الأساسية للطلاب بكلية التربية البدنية جامعة الفاتح . طرابلس .

كما أظهرت نتائج المقارنات عدم وجود فروق في درجة الاتجاهات بين طالبات تونس وطالبات ليبيا وطلبة تونس وكذلك بين طالبات ليبيا وطلبة تونس وهذه تؤكد

أن اتجاهات كل من طالبات تونس وليبيا وطلبة تونس وطالبات ليبيا تتميز بدرجة واحدة من الوضوح والإيجابية وهذه النتيجة تؤكد تشابه الدوافع لدى الطلبة والطالبات للدراسة بالتربية الرياضية ، وكذلك نظرة الطلبة والطالبات لمكانة ومستقبل مهنة تدريس التربية الرياضية بالمجتمعين التونسي والليبي .

وبهذا يكون الباحثون قد توصلوا إلى تحديد إجابات على التساؤل الخامس وهو هل توجد فروق حقيقية في الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية بين طلاب تونس وطرابلس .

ويرجع الباحثون إن عدم وجود فروق وتباين في الاتجاهات بين طلاب السنة الأولى في كل من تونس وطرابلس إلى مجموعة من الأسباب هي :

أ- أنهم طلاب جدد بالسنة الأولى ليس لديهم خبرات ومعلومات ثقافية ومهنية بمجال التربية الرياضية وأهميتها التربوية والاجتماعية .

ب- تشابه المجتمع التونسي والليبي في سياسته التعليمية وأن العادات والتقاليد متقاربة جداً وخاصة التي ترتبط بالمجال المهني للفرد ، وهذا ما ظهر في استجابات الطلاب على العبارات أرقام 21 ، 22 من البعد الثاني حول نظرة المجتمع لمدرس التربية الرياضية والعبارات 26 ، 28 ، 32 من البعد الثالث والخاصة بتقييم الطالب لمكانة مهنة التربية الرياضية ، وقد أظهرت استجاباتهم بأن لديهم قلق وعدم ارتياح مسبقاً من نظرة المجتمع وعدم تقديره لمدرس التربية الرياضية وما يقوم به من مهام في المجال التعليمي والتربوي وأن هذه المهنة من المهن السهلة والتي يمكن أن يقوم بها أي فرد ، وهذا الاعتقاد يشعروهم بالخجل وعدم التوافق النفسي والاجتماعي أمام أفراد أسرهم وأصدقائهم .

#### الاستنتاجات :

في ضوء المنهج العلمي ونتائج التحليل الإحصائي لاستجابات عينة الدراسة من الطلبة والطالبات بالمعهد الأعلى للرياضة بجامعة منوبة وكلية التربية البدنية بجامعة الفاتح ، فقد تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

أولاً : الدوافع الأساسية للدراسة بالتربية البدنية :

أظهرت نتائج الدراسة أن الدوافع الأساسية للدراسة بالتربية الرياضية لدى الطلاب بالنسبة الأولى متشابهة بدرجة كبيرة في المعهد الأعلى ، وكذلك كلية التربية الرياضية حيث تظهر في نمطين من الدوافع وهما :

1- دوافع إيجابية وهي :

- الرغبة والدافع لدى الطلاب للدراسة بمجال التربية الرياضية .
- لاستكمال دراستهم الجامعية .
- خلق فرص للتدريب والمنافسة من خلال مجال دراستهم باعتبارهم أغلبية منهم رياضيين يمارسون التدريب المتقدم في مجالات رياضية مختلفة .
- اقتناعهم بمهنة تدريس التربية الرياضية .
- 2- دوافع سلبية : وقد ظهرت في الآتي :
  - ضعف المجموع العام في نهاية المرحلة الثانوية فرض عليهم الالتحاق بدراسة التربية الرياضية .
  - احتمالات لدى الطلاب بسهولة الدراسة وفرص النجاح المحقق للطالب والطالبة بأقل مجهود ممكن .
- ثانياً : أظهرت نتائج الدراسة بوجود نظرة إيجابية وأخرى سلبية لدى الطلاب وبشكل متماثل بين الطلبة والطالبات ، وكذلك في طلاب المعهد الأعلى وكلية التربية البدنية ، حيث تمثلت نظرة الطلاب الإيجابية في :
  - الاعتزاز والفخر بمهنة التربية الرياضية ويرى الطالب أن العمل بمهنة التربية الرياضية ممتع جداً ، أما نظرة الطلاب السلبية فقد كونها شعورهم بالآتي :
    - \* الدخل المحدود مقارنة بمزايا ودخول المهن الأخرى .
    - \* عدم تقدير المجتمع لمدرس التربية البدنية .
    - \* تندي نظرة المجتمع لمهنة التربية الرياضية .
- ثالثاً : أظهرت نتائج الدراسة بأن تقييم الطلاب لمهنة التربية البدنية كان متماثلاً وبدرجة واحدة من الأهمية بين طلبة المعهد الأعلى وكلية التربية البدنية ، وقد جاء التعميم في الصورة التالية :
  - أن تدريس التربية الرياضية هو وسيلة لحفظ النظام بالمدرسة .
  - تدريس التربية الرياضية هو وسيلة لإعداد الفرق الرياضية بالمدرسة .
  - إن مهنة تدريس التربية الرياضية مهنة سهلة جداً يمكن أن يقوم بها أي شخص .
  - مهنة تدريس التربية البدنية مهنة ضعيفة وغير معترف بها بين المهن الأخرى.
- رابعاً : أظهرت نتائج الدراسة أن مستقبل مهنة تدريس التربية الرياضية من وجهة نظر الطلاب في المعهد الأعلى للرياضة وكلية التربية البدنية تتميز بالآتي :

- لا يقل أهمية عن المهن الأخرى ، وأن العمل بهذه المهنة في نظر الكثير منهم بنسبة 74% منهم أفضل من بعض المشروعات التجارية .
- خامساً : اتضح من نتائج الدراسة وجود بعض المفاهيم والتقديرية السلبية لدى الطلبة والطالبات في السنة الأولى بالمعهد الأعلى للرياضة وكلية التربية البدنية نحو التدريس في مجال التربية الرياضية ، وقد تمثلت تلك المفاهيم والتقديرية في الآتي :
- أن مهنة التدريس في مجال التربية الرياضية ينقصها التخطيط ووضوح الأهداف .
- تأكيدهم على الدعوة إلى البحث عن عمل آخر غير مهنة التدريس في مجال التربية الرياضية .
- العمل في مجال تدريس التربية البدنية مرهق جداً .
- يشعرون الطلاب بأن المجتمع لا يقدر الرسالة التربوية والتي يقوم بها معلم التربية الرياضية في المجال التعليمي .
- يرون أن مهنة مدرس التربية الرياضية يتمثل دورها في الترويح عن التلاميذ.
- يرون أن مهنة تدريس التربية البدنية غير مواكبة للتطور العلمي .
- المميزات المادية والمعنوية في المهن الأخرى أفضل بكثير من مميزات مهنة التربية الرياضية .
- قلة الحوافز التشجيعية لمدرس التربية الرياضية أسوة بمدرسي المواد الدراسية الأخرى .
- سادساً : أظهرت نتائج الدراسة بأن اتجاهات طلبة وطالبات السنة الأولى لكلية التربية البدنية بجامعة الفاتح أكثر إيجابية ووضوحاً نحو تدريس مهنة التربية الرياضية من طالبات وطلبة المعهد الأعلى للرياضة بجامعة منوبة .

#### التوصيات :

- 1- إعادة النظر في شروط القبول بالمعهد الأعلى للرياضة بقصر السعيد . تونس وكلية التربية البدنية طرابلس باعتبار مستوى اللياقة البدنية والرغبة شرطاً أساسياً للقبول .
- 2- ضرورة التوعية والتعريف بأهمية مهنة تدريس التربية الرياضية بين مختلف شرائح المجتمع التونسي والليبي .
- 3- الاهتمام الفعلي بالجوانب المادية والمعنوية والاجتماعية لمدرس التربية الرياضية وإظهار الدور الإيجابي له في خدمة المجال التعليمي والاجتماعي والرياضي .
- 4- الاهتمام وزيادة التوعية بتوجيه وتنمية الاتجاهات لدى الطلاب نحو مهنة تدريس التربية الرياضية بالمرحلة الجامعية من السنة الأولى .

- 5- يجب أن تكون الأهداف التي وضعت من أجلها المناهج الدراسية واضحة لطلاب التربية الرياضية وإمكانية تطبيقها وتحقيقها عملياً .
- 6- يجب أن تكون المناهج وفق الإمكانيات الفعلية وألا تكون مناهج نظرية نمطية فقط .
- 7- أن تكون المناهج الرياضية مواكبة للتطور العلمي السريع وأن تتفق مع التكنولوجيا لزيادة وصول المعلومة إلى طلاب التربية الرياضية .

### المراجع :

- 1- أحمد خاطر وفهد الكنعان : اتجاهات طلاب وطالبات قسم التربية الرياضية بمعهد التربية الرياضية للمعلمين والمعلمات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية بدولة الكويت ، كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية ، المؤتمر العلمي الأول ، الأردن ، 1986 .
- 2- حسين سالم الشرعة ، جمال محمد الباكر : اتجاهات المعلمين لمهنة التدريس بدولة قطر ومدى تأثرها ببعض العوامل الديموغرافية ، المجلة التربوية ، المجلد الرابع عشر ، العدد 56 ، جامعة الكويت ، 2000 .
- 3- عبدالعزيز السيد شخص : أثر المعلومات في تغيير الاتجاهات نحو المعاقين ، مجلة جامعة الملك سعود ، المجلد الثاني ، العدد الأول ، السعودية ، 1990 .
- 4- عمر سالم العياط وآخرون : اتجاهات طلاب السنة الرابعة بكلية التربية البدنية نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، بحث علمي ، كلية التربية البدنية طرابلس ، جامعة الفاتح ، 2002 .
- 5- فائق حسني أبوحليمة : اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية وجامعة الإمارات العربية المتحدة نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، المجلد الخاص للبحوث ، المؤتمر العلمي

الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنات ،  
جامعة حلوان ، الإسكندرية ، 2000 .

6- محمد محمد الحماحي ، عبدالرحمن أحمد ظفر : اتجاهات مديري المدارس  
بالمملكة العربية السعودية من ذوي الدرجات  
العلمية المختلفة نحو التربية الرياضية  
المدرسية ، المؤتمر العلمي الأول ، بحوث  
التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية  
للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1987 .

7- محمد حسن العميرة : اتجاهات طلبة كلية العلوم التربوية الجامعية ،  
مجلة مركز البحوث التربوية ، العدد الخامس  
والعشرون ، جامعة قطر ، 2004 .

« التربية الحركية وألعاب القوى من أجل البحث عن المواهب الرياضية وانتقائها »

(\*) أ. منصور ابراهيم دياب

أثارت مسألة البحث عن المواهب الرياضية أو ما أطلقوا عليه قضية صناعة البطل، العديد من التساؤلات والآراء بعضها إداري والآخر تربوي، وفي هذه المقابلة سأجتهد أن ألقى الضوء على جانب تربوي هام يتصل بهذه القضية، والتي أصبحت تشغل حيزاً كبيراً من تفكير القادة الرياضيين وبالذات المعنيين برياضة ألعاب القوى باعتبارها الرياضة الأم.

ونقترح في هذا الصدد الاستعانة بأحد برامج التربية الحركية المتقدمة، والتي يطلق عليها ألعاب القوى التربوية ( Atmletics-Educational ).

والتربية الحركية هي برامج للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة (( رياض الأطفال)) والثلاث صفوف الأولى من مرحلة التعليم الأساسي وهي برامج منتشرة في مدارس الولايات المتحدة وإنجلترا وفرنسا بشكل موسع وتعتمد فلسفتها على الارتقاء بالكفاءة الإدراكية الحركية للأطفال من خلال إكسابهم الطلاقة الحركية " الثراء الحركي"، الوعي الفراغي " المكاني"، الوعي بالجسم " قدرات أجزاء الجسم"، الوعي بنوعية الحركة" مواصفاته" مثل: الجهد، المسار، الاتجاه، الزمن، ....."، وتعتمد أنشطة التربية الحركية على الحركات الأصلية الطبيعية الفطرية ( Basic Moves )، والتي أمكن تصنيفها إلى ثلاث فئات رئيسية:-

أ - حركات انتقالية Locomotorm، مثل: المشي . الجري . الحجل .

ب- حركات غير انتقالية .NONLOCOMOTORM، مثل: اللف . اللوي . المشي الميل .

ج- حركات معالجة وتناول - Monipulativem، مثل: الرمي . القبص . الركل . الشد.ومن خلال هذه الفئات الثلاث في الأبعاد وجوانب الحركة ممثلة في الكفاية الإدراكية يمكن استخلاص عدد لا نهائي من أنماط الحركات الأساسية فإذا ما تم تدريبها للطفل بأسلوب تربوي مناسب مثل أسلوب الاستكشاف الحركي ( الربط بين العقل والمعرفة وبين الحركة والجسم )، يمكن اكتساب الطفل ما يطلق عليه الطلاقة الحركية وهي تعني مقدرة الطفل على إدارة الجسم بطرق فعالة خلال التكيف المستمر للمواقف الجديدة.

الطلاقة الحركية بهذه الصورة هدف تربوي عالي القيمة، لكنه صعب المنال لأنه يحتاج إلى التبكير في تدريس التربية الحركية في مرحلة ما قبل المدرسة، لأن الطفل العربي لا

(\*) محاضر بقسم الميدان والمضمار ، كلية التربية البدنية . جامعة الفاتح .

يلتحق بالمدرسة قبل السن السادسة، فمعنى ذلك ضياع ست سنوات كاملة يقضيها في أمية حركية وبخاصة في ظروف عدم وعي الوالدين بأهمية الحركة في حياة أولادهم.

وحتى نستوعب مفهوم الطلاقة الحركية فأن كل الأطفال تتحرك وتنمو وتتطور حركياً وفقاً لخطة البناء للنوع الإنساني كله، وهو ما أودعه الخالق العظيم في المورثات الجينية للنوع الإنساني لكن نوعية الحركية وكفايتها مسالة خاضعة للخبرة والتعليم والتدريب والعديد من العوامل البيئية والنفسية والاجتماعية والصحية.

فمثلاً كل الأطفال ترمى، ولكن لا يستطيع كل طفل أن يجري بسرعة ويحقق زمناً، وكل الأطفال تثب، ولكن لا يستطيع كل طفل أن يتب مسافة طويلة أو عالية وهذه الحقيقة الأولية يعلمها كل مدربي ألعاب القوى وبخاصة من يعمل مع قطاع الناشئين المبتدئين.

وتقضي برامج التربية الحركية الأولية ( الثلاث صفوف الأولى من مرحلة التعليم

الأساس )

إلى برامج التربية الحركية المتقدمة (المرحلة الثانية من التعليم الأساسي) وهذه البرامج ( المتقدمة ) تعمل وفق فلسفة مفادها العمل على الربط بين التربية الحركية والتربية الرياضية-Sport Pedagogy- كنوع من التمهيد التربوي والمنطقي لتحويل الطفل- بعد تنميته حركياً- إلى متعلم رياضي، وبذلك يكون في الصف أمام المعلم أو المدرب طفل يتصف بالطلاقة الحركية ومستعد للتعلم الرياضي على كل مستوياته السلوكية- حركياً، معرفياً، انفعالياً.

وهي خطوة من أهم مميزاتها أنها اقتصادية فهي توفر الوقت والجهد على المعلم والمدرّب وبالتالي توفر في ميزانيات التعليم الرياضي، فالخاصة الحركية خاصة مواتية وهي المرحلة التي يتم بعدها التوجيه والانتقاء الرياضي التخصص النوعي.

ولقد أشارت الدراسات الحديثة المعنية بانتقاء الموهوبين إلى هذا المعنى، فأشارت دراسة فيشر (Faher) و (Bozmer) بوزمر 1990م إلى أهمية الإدراك الحركي، وهو ما ذهب إليه جاردر (Garthner) 1984م، عن أهمية الإحساس الحركي البدني والذكاء الإيقاعي، رسل (Russell) 1988م عن أهمية التوجه الفراغي والتوافق وتوفير الوقت واتخاذ القرارات والتوازن الديناميكي كعوامل تساعد على ظهور المواهب الرياضية مبكراً، وتتكون مرحلة التربية الحركية المتقدمة من عدة برامج حديثة هي:

1- الجمباز التربوي (Educational Gymnastics).

2- ألعاب القوى التربوية (Educational Athletics).

3- الأنشطة المائية التربوية (Educational Aquatics).

4- الرقص التربوي ( Educational Dance ).

5- الألعاب التربوية ( Educational Games ).

والصفة اللاحقة ( التربوي ) لا تعني أن ما سواها غير تربوي، وإنما أريد بها وصف برامج تتخطى حصيلة التعليم التقليدي للأطفال إلى أفق أكثر رعاية كالقيم بمعناها التربوي والخبرة المستمرة بمدلولها التربوي.

ولقد أثار هذا الاسم ( تربوي ) حفيظة الكثيرين للسبب السابق ذكره ولكن سرعان ما تفهموا الفلسفة التي يكمن وراء المسمى، فألعاب القوى التربوية، إنما هي برامج تتبنى فلسفة واضحة تهتم بتربية الطفل من خلال قيم ومفاهيم واتجاهات ومهارات ألعاب القوى بهدف تنمية شخصيته بشكل متوازن وشامل، في نفس الوقت الذي تعلم فيه الطفل هذه المهارات والمعارف لأجل ذاتها، وبذلك فهي تربية أكثر من كونها إجراءات تعليم أو مجرد تدريس، وهو اتجاه تقدمي آخذ في التعاظم في التربية البدنية والرياضة.

وتعتمد الأنشطة في برامج ألعاب القوى التربوية على استخلاص ( التعميمات الحركية الشائعة ) في ألعاب القوى والتي تمثل العوامل المشتركة في فئاتها الأربع الرئيسية (مسابقات الجري- الوثب الرمي - السباقات المركبة) وحتى تستوعب مفهوم التعميمات الحركية يمكن إبراز العديد من الأسئلة التالية التي تعد موضوعات أو وحدات تعليمية لهذه البرامج عن انتمائها: الاقتراب- السرعة- الارتقاء- التوازن- الطيران- التخلص من الأداة- تسليم الأداة- التباطؤ الحركي- الهبوط. ويتم تدريس هذه الموضوعات وفق ترتيب تربوي من خلال طرق تدريس مناسبة باستعمال متدرج للأدوات والأجهزة ينتهي بتقويم حصيلة التعلم وللإستفادة من الحقائق والأفكار العلمية التي احتوتها هذه المقالة يمكن التأكيد على أن تغيير برامج ألعاب القوى إلى برامج ألعاب القوى التربوية أصبح مطلباً ملحاً في مدارسنا بالجمهورية العربية الليبية الشعبية الاشتراكية العظمى.

المراجع :

- 1- احمد عمر روبي : القدرات الإدراكية – الحركية للطفل " النظرية والقياس " دار الفكر العربي القاهرة " 1995 "
- 2- أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ط 2 دار الفكر العربي " 1991 "
- 3- أمين أنور الخولي ، محمد محمد الحماحمى : مفهوم التربية الحركية ، سلسلة الثقافة الرياضية ، العدد 11 معهد البحرين الرياضي المنامة " 1993 "
- 4 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، ط 1 دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1982 ....
- 5- محمد محمد فضالى : التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية ، النشرة العربية الاتحاد الدولي ، التربية البدنية ، العدد 12 ، السنة الرابعة ، مارس " 1985 "
- 6- محمد الحماحمى ، أمين الخولي : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1981

7- Andrews, J , Essays on physical Education and sports

Stanley thrones pud , Cheltenham , 1979

8- cheffers J , and Evaul , T : Introduction to physical Education, concepts of human movement , prentice hall , N . J , 1978

9- Coakley J.J.: Sport in society Issues and controversies 2d ed

C.V Mosby Co St. L 1982

## "مجالات الكفاية التكنولوجية لإعداد طلاب التدريب الميداني المتربصين"

(\*) أ. أحمد مسعود العرضاوي

(\*\*) أ. د. عياد بن ارحيم

(\*\*\*) د. محمد المنجي شايبير

### الملخص :

تهدف الدراسة للتعرف على مجالات الكفايات التكنولوجية المعرفية والمهارية والوجدانية لإعداد طلاب التدريب الميداني ( المتربصين ) بكلية التربية البدنية . جامعة الفاتح . ليبيا . وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة هذه الدراسة ، على عينة عمدية قوامها ( 25 ) عضو هيئة تدريس . بكلية التربية البدنية خلال العام الجامعي ( 2005 – 2006 ) ، وقد استخدم الباحثون في جمع البيانات استمارة استبيان من إعداد مصطفى السائح ( 2001 ) ( 18 ) ، وقد قام الباحثون بإجراء المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان في الدراسة الحالية ، وأسفرت نتيجة الدراسة على :

أولاً : بالنسبة لقائمة أداءات الكفايات التكنولوجية المعرفية تم تحديد ( 6 ) أداءات عالية الأهمية تراوحت أهميتها ما بين ( 9.83 – 11.83 ) .

ثانياً : بالنسبة لقائمة أداءات الكفايات التكنولوجية المهارية تم تحديد ( 35 ) من ( 38 ) أداءات عالية الأهمية تراوحت أهميتها ما بين ( 10.17 – 12.67 ) .

ثالثاً : بالنسبة لقائمة أداءات الكفايات التكنولوجية الوجدانية تم تحديد ( 7 ) أداءات عالية الأهمية تراوحت أهميتها ما بين ( 9.00 – 11.33 ) .  
قيمة ( كا<sup>2</sup> ) الجدولية ولمستوى معنوية 0.05 = 5.99

(\*) محاضر بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية البدنية - جامعة الفاتح - طرابلس - ليبيا

(\*\*) أستاذ محاضر بالمعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية - قصر السعيد - جامعة منوبة - تونس .

(\*\*\*) أستاذ مساعد بالمعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية - قصر السعيد - جامعة منوبة - تونس .

## المقدمة :

تسعى دول العالم من حين إلى آخر العمل على تحديث مفاهيمها ومعارفها وأغراضها لشتى العلوم الحيوية والأساسية والتي من شأنها الإسهام في تنمية وإعداد المواطن الصالح ، وتعتبر التربية البدنية أحد أهم هذه العلوم في هذا العصر . (1-19)

وعلى ذلك فتكنولوجيا التعلم تلعب دوراً هاماً في التعلم بصورة عامة وإعداد المعلمين بصورة خاصة ، من خلال مواجهة المشاكل التي تعوق تطور العملية التعليمية المستندة على المناهج . المعلمين . وأساليب وطرق التدريس . ( 15-57 )

وبذلك أصبحت عملية إعداد المعلم بصفة عامة ومعلم التربية البدنية والرياضة بصفة خاصة ، من القضايا التي تلقى اهتماماً متزايداً في الأوساط التربوية ، ويرجع ذلك إلى أهمية الدور الذي يقوم به المعلم في المجتمع وإلى طبيعة هذا الدور . (20-20)

ولقد شهدت السنوات الأخيرة شمولاً في فلسفة إعداد معلم التربية الرياضية قبل التخرج وأثناء الخدمة ، وما زالت أشكال إعداد المعلم تجرب حتى الآن وصولاً إلى أفضل فلسفة لإعداده ، من خلال البحث عن كل ما هو حديث في تكنولوجيا التعليم لإعداد معلم التربية الرياضية . (15-59)

وبالنظر إلى أهمية إعداد الطالب . المعلم ( المتربص ) والقائمة على تنمية وتطوير الكفايات التدريسية ، والتي وجدت اهتماماً في المؤسسات التعليمية ولمختلف التخصصات ، وإن أبرز الاتجاهات في هذا المجال هي الاتجاهات التي اعتمدت على تكنولوجيا معدة لكفايات تدريسية محددة . (16-66)

ويشير حسن سلامة إلى أنه أصبح إعداد الطالب . المعلم ( المتربص ) على أساس الكفايات من أهم وأوضح معالم التربية الحديثة ، لأن المعلم الكفء هو الذي يتقن ويستخدم بكفاءة عدد من الكفايات التدريسية اللازمة لعمل المعلم . (3-196)

وفي هذا الصدد يشير كل من بانتيال ( 1991 ) Bothonel ونيجل Nigel ( 1994 ) إلى أن الطالب . المعلم ( المتربص ) لا بد أن يخضع لبرامج نظرية عملية مكثفة تمكنه من اكتساب كفايات تكنولوجية معرفية ومهارية ووجدانية لازمة للتدريس الفعال ، وأن تركز هذه البرامج على إكسابه جميع الكفايات اللازمة لنجاحه في مهنة التدريس . (23-15)(25-25)

ولقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث حول أهمية استخدام الاتجاهات الحديثة لتكنولوجيا التعليم منها دراسة خالد حسن ( 1993 ) ، وفيقة مصطفى ونادية الذيب ( 1993 ) ، أحمد عبدالله ( 1995 ) ، علي عبدالمجيد ( 1996 ) ، عبيد مصطفى ( 1998 ) ، فاطمة فليفل ( 1999 ) ، مصطفى عبدالقادر . ( 2000 ) ، وتحليل هذه الدراسات نجد أنها استهدفت التعرف على أثر الاتجاهات الحديثة للتكنولوجيا في التعليم ، ومن أهم نتائجها إجماعها على

الدور الكبير الذي تلعبه وسائل تكنولوجيا التعليم الحديثة في اتجاه العملية التعليمية في مجال التربية البدنية والرياضة ، لذلك لا بد أن يرتبط الاهتمام ببرامج إعداد المعلم بالكليات المتخصصة والذي يستند على الجوانب الأساسية لمهنة التعليم عامة ولطبيعة التخصص العلمي الذي يعد له المعلم خاصة ، ولذلك فإنه من الخطأ اعتبار إعداد المعلم قضية عامة تم معالجتها دون النظر إلى طبيعة التخصص العلمي . (19-41-46)

والتعليم المبني على الكفايات اكتسب قوة دافعة خلال السنوات الأخيرة في دول العالم المتقدم حتى تمكنت من توجيه عملية التعليم والتدريب . (22-30) ويؤكد كل من روث ( 1991 ) ، هوستون ( 1992 ) Houston على أن الأداء باستخدام الكفايات يعتبر أحد المستجدات التكنولوجية التي ظهرت أخيراً في حركة التعليم الأمريكي كرد فعل لعدم الرضا عن المعلم وأسلوب إعداده والتي أدت إلى ظهور الإعداد عن طريق الأداء أو الكفايات . (25-80)(23-55)

وانطلاقاً من أهمية الدور التربوي لتكنولوجيا التعليم في إكساب الطالب . المعلم ( المتربص ) كفايات معرفية ومهارية ووجدانية ، قام الباحثون بالاطلاع على دراسات مختلفة تناولت كفايات تكنولوجيا التعليم ، منها دراسة رشدي طعمة ( 1999 ) ، رضا عبده ، صلاح عرفة ( 1993 ) ، محمد المقدم ( 1992 ) ، توفيق سري ( 1989 ) ، صلاح عرفة ( 1989 ) ، رشدي طعمة وحسن غريب ( 1986 ) ، رضا عبده ( 1990 ) ، وقد أكدت البحوث على أهمية مجالات الكفايات التكنولوجية في إعداد الطالب . المعلم ( المتربص ) قبل الخدمة ، وبعد مباشرة العمل . (17-325)

#### أهمية البحث :

باعتبار ليبيا تستهدف تغيرات في مفاهيم تطبيق الرياضة وتدريب التربية البدنية من خلال فلسفتها ، والمتمثلة في إكساب التلاميذ : اللياقة البدنية . والسلامة الصحية . والتكيف الاجتماعي . من خلال التوسع في إنشاء المؤسسات التعليمية وإعداد الكوادر المتخصصة والرفع من مستوى إعداد الطلاب . المعلمين ( المتربصين ) ، ولعل أول خطوة في التطور تكمن في الرفع من مستوى إعداد الطلاب . المعلمين ( المتربصين ) متوقعاً لهذه الدراسة أن تسهم في تزويد القائمين بالتدريب بكليات التربية البدنية والرياضة بقائمة لأداءات الكفايات التكنولوجية اللازمة في إعداد الطالب . المعلم لأن من أهم أسباب ضعف العملية التعليمية في مجال التربية البدنية هو فقدان الارتباط بين ما يدرسه الطالب في الكلية وما يمارسه فعلياً أثناء التطبيق العملي .

وفي حدود علم الباحثون فإنه لا يوجد مقررًا لتكنولوجيا التعليم كمادة دراسية أساسية في الدراسات الأولية أو الدراسات العليا . كما اتضح عدم وجود دراسات وبحوث تناولت موضوع كفايات تكنولوجيا التعليم في مجال التربية البدنية وإعداد الطالب . المعلم ، وعلى ذلك فإن تحديد قائمة لمجالات الكفاية التكنولوجية المعرفية والمهارية والوجدانية لإعداد الطالب . المعلم ( المتربص ) بكلية التربية البدنية . جامعة الفاتح . ليبيا ، يستحق الاهتمام بالبحث والدراسة من خلال التساؤلات التالية :

- ما هي قائمة الأداءات التكنولوجية المعرفية التي يجب إكسابها للطالب . المعلم ( 10 ) عبارات .
- ما هي قائمة الأداءات التكنولوجية المهارية التي يجب إكسابها للطالب . المعلم ( 10 ) عبارات .
- ما هي قائمة الأداءات التكنولوجية الوجدانية التي يجب إكسابها للطالب . المعلم ( 8 ) عبارات .

وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة هذه الدراسة ، ويمثل مجتمع وعينة البحث أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية . جامعة الفاتح للعام الدراسي 2005 - 2006 ، والقائمين بالتدريس فعلياً ، وقد شمل إجراء هذه الدراسة على عينة عمدية قوامها ( 25 ) عضو هيئة تدريس وذلك لاستطلاع آرائهم حول قائمة الأداءات المعرفية والمهارية والوجدانية التكنولوجية.

وقد تم جمع البيانات عن طريق استمارة استبيان من إعداد مصطفى السائح ( 2001 ) ، وقد قام الباحثون بإجراء المعاملات العلمية من صدق وثبات الأمر الذي أكد على وجود ثبات واستقرار محتوى محاور استمارة الاستبيان ، فإنه يمكن استخدام هذه الاستمارة في البيئة الليبية لمعرفة وتحديد قائمة لمجالات الكفايات التكنولوجية التي قد تسهم في تطوير أداء الطالب . المعلم .

#### **النتائج :**

آراء عينة البحث من أعضاء هيئة التدريس حول قائمة الأداءات الواجب إكسابها وتميئتها للطالب . المعلم طبقاً للكفايات التكنولوجية .

الأداءات التكنولوجية المعرفية ، فقد حققت العبارات أرقام ( 1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 8 ، 9 ) معنوية عالية جداً تراوحت بين ( 9.83 - 11.83 ) عند مستوى 0.01 ، وإن العبارات ( 5 ، 6 ) حققت معنوية عالية عند مستوى 0.05 ، أما العبارتان ( 7 ، 10 ) فإنهما لم تحققا المعنوية ، الأداءات التكنولوجية المهارية ، فقد حققت العبارات أرقام ( 1 ، 2 ، 4 ، 6 ، 7 ، 9 ) معنوية عالية جداً تراوحت بين

( 12.17 - 10.33 ) عند مستوى 0.01 ، أما العبارات ( 3 فقرة د ، 7 فقرة د ، 8 فقرة ب ) فقد حققت معنوية عند مستوى 0.05 ، والعبارات ( 3 الفقرات أ ، ج ، العبارة 8 فقرة د ) فإنها لم تحقق المعنوية .  
الأدوات التكنولوجية الوجدانية فقد حققت العبارات أرقام ( 7 ، 5 ، 6 ، 8 ، 2 ، 4 ) معنوية عالية جداً تراوحت بين ( 11.33 - 9.33 ) عند مستوى 0.01 والعبارة رقم ( 1 ) حققت معنوية عند مستوى 0.05 ، أما العبارة رقم ( 3 ) فإنها لم تحقق المعنوية .

### الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الدراسة تمكن الوصول إلى الاستنتاجات التالية :  
أولاً : بالنسبة لقائمة أداءات الكفايات التكنولوجية المعرفية ، تم الاتفاق على عدد ( 6 ) أداءات عالية الأهمية وهي:

1. يفهم أهمية الوسائط التكنولوجية لكل من المعلم والمتعلم .
2. يفهم كيفية توظيف وسائل الاتصال التعليمية في تقويم جوانب التعليم والتعلم في التربية الرياضية .
3. يفهم أهمية استخدام تكنولوجيا التعليم في تنمية الميول والاتجاهات لدى المتعلم لممارسة الأنشطة الرياضية .
4. يفهم تطبيق وسائل الاتصال التعليمية من حيث استخدامها لتحقيق جوانب تعليم وتعلم الأنشطة الرياضية .
5. يفهم تطبيق المواد التعليمية طبقاً لوسائل الاتصال التعليمية من حيث استخدامها في تدريس الأنشطة الرياضية .
6. يستطيع تحليل ونقد وتقويم وسائل الاتصال التعليمية المستخدمة في تدريس الأنشطة الرياضية .

وتتفق هذه النتائج مع دراسات كل من : خالد حسن ( 1993 ) ،  
رشدي طعمية ( 1999 ) ، رشدي طعمية وحسن غريب ( 1986 ) ،  
توفيق سري ( 1989 ) ، صلاح عرفة ( 1989 ) ، مصطفى السائح ( 2001 ) ، على أن  
أداءات الكفايات المعرفية التكنولوجية لها دور هام وفاعل في إعداد الطالب . المعلم ( المتربص ) في المجال النظري والتطبيقي .

ثانياً : بالنسبة لقائمة أداءات الكفايات التكنولوجية المهارية :

- تم الاتفاق على عدد (35) من ( 38 ) أداة عالية الأهمية باستثناء العبارة رقم ( 3 )  
الفقرات أ ، ج ، د ) والعبارة ( 8 فقرات د ) ، والعبارات  
هي ( 7 ، 6 ، 2 ، 1 ، 4 ، 9 ، 5 ، 10 ، 8 ، 3 الفقرات أ ، ج ) .
- تنفيذ مستوى الدرس . القدرة على إنجاز ما تم تخطيطه ، إتقان مهارات الاتصال اللفظية ،  
إتقان مهارات إدارة وتنظيم المتعلمين ، إتقان مهارات الاتصال الغير لفظية .
  - تحديد الأهداف التعليمية . تحديد موضوع الدرس ، تحديد طرق التدريس المناسبة لتحقيق  
الهدف ، تحديد الأهداف التعليمية ، تحليل المادة العلمية وتنظيم محتواها ، تحديد طرق  
تقويم نتائج التعليم .
  - جهاز عرض الشفافيات . أجهزة عرض الأفلام التعليمية ، السبورة  
الطباشيرية ، برامج الفيديو التعليمي ، برامج الكمبيوتر التعليمي .
  - القدرة على تحديد أنسب الوسائل التكنولوجية طبقاً للنشاط التعليمي  
المحدد بالدرس .
  - استخدام جهاز الفيديو التعليمي . استخدام جهاز الكمبيوتر التعليمي ،  
استخدام عرض الشفافيات ، استخدام أجهزة عرض الأفلام التعليمية .
  - لديه المهارة في إعداد وسائل الاتصال التعليمية والقدرة على تحديد استخدامها في البيئة  
التعليمية في الوقت المناسب .
  - استخدام الشرائح الشفافة . استخدام الرسومات واللوحات التعليمية ،  
استخدام الملصقات ، استخدام النماذج والمجسمات ، استخدام الصور التعليمية .
  - إعداد اختبارات لقياس الجانب المعرفي . إعداد اختبارات لقياس الجانب المهاري ، إعداد  
اختبارات لقياس الجانب الوجداني .
  - فناء المدرسة ، ملعب كرة السلة ، الطائرة ، اليد ، إتقان مهارات الاتصال  
غير اللفظية .
  - إعداد الصور التعليمية ، إعداد النماذج والمجسمات ، إعداد الرسومات واللوحات التعليمية .
- وهذه النتائج تتفق مع دراسات كل من رشدي طعمية وحسن  
غريب ( 1986 ) ، محمد سعد ، ومصطفى السائح ( 2001 ) ، نرجس حمدي  
( 1999 ) والتي أكدت على أهمية الأداءات المهارية التكنولوجية في إعداد الطالب . المعلم  
( المتربص ) حيث تساهم وبصورة فاعلة في جعله أكثر استعداداً للتعليم وكسب الخبرة وتعميمها .

ثالثاً : بالنسبة لقائمة أداءات الكفايات التكنولوجية الوجدانية :

تم الاتفاق على ( 7 ) أداءات عالية الأهمية وهي : ( 7 ، 5 ، 6 ، 8 ، 2 ، 4 ، 1 ) والعبارات هي :

- يساعد المتعلمين على تركيز الانتباه طوال الدرس عن طريق تقديم أنشطة متعددة ومتنوعة ومبتكرة وشيقة .
  - يشرك المتعلمين في عمل أدوات ووسائل تعليمية مساعدة في عملية تعليم الأنشطة الرياضية .
  - يشرك المتعلمين في تنظيم المواقف التعليمية وإعداد المكان وتجهيزه للعرض .
  - يشرك المتعلمين قبل تحديد الأنشطة التعليمية ووسائل تنفيذها .
  - يدير حوارات مع المتعلمين ويناقشهم في أهداف الدرس .
  - يوجه المتعلمين نحو كتابة موضوعات عن أنشطة رياضية مختلفة مدعمة بالصور والملصقات .
  - يشرك المتعلمين في تجميع الصور والملصقات لخدمة وحدات المنهج المقرر .
- وتتفق هذه النتائج مع دراسات كل من رضا عبده وصالح عرفة ( 1993 ) ، محمد سعد ومصطفى السائح ( 2001 ) ، حيث أكدت على أن الكفايات الوجدانية التكنولوجية تساعد على تعديل السلوك للمتعلم مع تكوين اتجاهات إيجابية جديدة نحو تعلمه .

#### التوصيات :

\* التأكيد على أهمية إدراج تكنولوجيا التعلم كمقر دراسي بكلية التربية البدنية ،جامعة الفاتح لإعداد ( الطالب - المعلم ) لإكسابه الأداءات اللازمة في المجالات ، المعرفية ، والمهارية ، والوجدانية .

\* التأكيد على أهمية الإعداد المهني لأعضاء هيئة التدريس لإمكانية استخدام تكنولوجيا التعليم والتعامل معها .

\* الاهتمام بإعداد كوادر فنية مساعدة لتجهيز وصيانة الأجهزة التكنولوجية .

## المراجع :

### أولاً : المراجع العربية :

- 1- أحمد عبدالله ( 1995 ) : تأثير استخدام تكنولوجيا التعليم في تعلم بعض المهارات الحركية والمعرفية في كرة السلة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة .
- 2- توفيق سري ( 1989 ) : الكفايات الأدائية الأساسية عند معلم المدرسة الابتدائية في ضوء تحليل النظم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة .
- 3- حسن سلامة ( 1995 ) : طرق تدريس الرياضات بين النظرية والتطبيق ، مكتبة الدار العربية للكتاب ، القاهرة .
- 4- خالد حسن ( 1993 ) : تأثير استخدام شرائط الفيديو على بعض مهارات التدريس لدى ( الطالب . المعلم ) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، المنيا .
- 5- رشدي طعمية ( 1999 ) : المعلم كفاياته ، إعداده ، تدريبه ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 6- رشدي طعمية ، حسن غريب ( 1986 ) : الكفايات التربوية اللازمة لمعلم التعليم الأساسي ، دراسة ميدانية ، دراسات وبحوث مؤتمر معلم التعليم الأساسي ، كلية التربية ، جامعة حلوان .
- 7- رضا عبده ( 1990 ) : بناء منظومة في تكنولوجيا التعليم ، كلية التربية ، جامعة حلوان ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، حلوان .
- 8- رضا عبده ، صلاح عرفة ( 1993 ) : كفايات تكنولوجيا التعليم اللازمة لمعلم الجغرافيا ، بحث منشور ، مجلة تكنولوجيا التعليم ، المجلد الثالث .
- 9- صلاح عرفة ( 1989 ) : استخدام استراتيجيات التعليم الفردي الإرشادي في تدريب كلية التربية على مهارات التدريس الأدائية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان .
- 10- عبير معوض ( 1998 ) : أثر استخدام الفرق التعليمية على الكفاءة التدريسية ، لطلاب كلية التربية الرياضية ، الإسكندرية .
- 11- علي عبدالمجيد ( 1996 ) : أثر استخدام وسائل التكنولوجيا على تدريس مهارات وحدة تعليمية في درس التربية الرياضية ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، المجلد 8 .

12- فاطمة فليفل ( 1999 ) : أثر برنامج تعليمي مقترح بأسلوب الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارة كرة السلة ، لطلبات كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

13- محمد المقدم ( 1992 ) : إعداد برنامج في تكنولوجيا التعليم ، ( ط2 ) ، القاهرة .

14- محمد سعد ، مصطفى السائح ( 2001 ) : تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية .

15- محمد سعد ، يونس محمد ( 1995 ) : أثر استخدام بعض الوسائط المتعددة على مهارات التمرير من أعلى والإرسال المواجه من أسفل في الكرة الطائرة لتلاميذ الحلقة الثالثة من التعليم الأساسي ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، المجلد السابع ، العدد الأول .

16- مصطفى السائح محمد ( 2001 ) : اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضة ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الطبعة الأولى ، الإسكندرية .

17- — ( 2001 ) : مجالات الكفايات التكنولوجية لإعداد ( الطالب . المعلم ) بكليات التربية الرياضية ، بحث منشور ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد ( 43 ) كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية .

18- مصطفى السائح محمد / عبير معوض محمد (2002) : اثر استخدام بعض الوسائط المتعددة على الكفاءة التدريسية لطلاب المعلمين بكلية التربية .  
مجلة العلوم التربوية .العدد الأول معهد الدراسات التربوية ،جامعة القاهرة .

19- مصطفى عبدالقادر ( 2000 ) : تصميم منظومة للوسائط المتعددة وأثرها على تعلم بعض مهارات كرة القدم للمبتدئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

20- نرجس حمدي ( 1999 ) : تكنولوجيا التعليم والتدريس الجامعي ، دراسات عربية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

21- وفيقة مصطفى ، نادية الذيب ( 1993 ) : استخدام التكنولوجيا التعليمية في التعليم الجامعي ، دراسة تجريبية ، مجلة تكنولوجيا التعليم ، سلسلة دراسات وبحوث ، المجلد الثالث .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 21- Anderson. D. ( 1990 ) : Competency Based. Teacher Education, California Mc.  
Cutchan Publishing.
- 22- Bothanel. S. ( 1991 ) : Research in Teacher Education. New  
Gersy, Prenticita.
- 23- Houston. W. ( 1992 ) : Competency. Based Teacher Education. Chicago Science  
Research. Associates. Inc.
- 24- Nigel. P. ( 1994 ) : New Technology in Open Learning. OLH. H03 Scet. Lasgow,  
U.K.
- 25- Roth. R. ( 1992 ) : Teacher. Competencies and Assessment. Techniqes. ERIC.  
ED.