

الجمهورية العربية الليبية الشعبية الاشتراكية العظمى



جامعة الفاتح



مجلة علمية تخصصية

ثقافية للعلوم الرياضية

والاجتماعية

منشورات كلية علوم  
التربية البدنية والرياضة

العدد الحادي عشر

الصيف 2009 يونيو

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 الحادي عشر  
الصيف 2009 يونيو

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 الحادي عشر

الصيف 2009 يونيو

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	أ. د. الصديق سالم الخبولي
مدير التحرير	أ.م.د. محمد علي عبد الرحيم
عضواً	أ.م.د. كمال رمضان الأسود
عضواً	أ. الحبيب بلقاسم عاشور
عضواً	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. أشرف عبد المنعم أحمد يوسف	أثر برنامج جمباز موانع وألعاب صغيرة على تنمية بعض القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والجسمية للمعوقين سمعياً	17 - 1
2-	د. عمار خليفة الدبر	تقنية المعلومات ودورها في تحديث طرق التدريس وأساليبه في العملية التعليمية	35-18
3-	د. لطفي عبد النبي الحنتوش أ. أحمد البشير رجوبة أ. ابتسام عبد السلام زبيدة	دراسة مقارنة لمستوى التحمل العضلي الديناميكي بين لاعبي الجودو	42 -36
4-	د.السويح الرقيعي محمد أ.أحمد البشير رجوبة	تأثير برنامج تدريبي مقترح علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمستوي الرقمي لناشئي مسابقة الوثب الطويل	58-43
5-	أ. عمار الشيباني السويسي أ.أبتسام عبدالسلام زبيدة أ.فوزي محمد الشبل	اثر التعب على دقة استقبال كرات الإرسال في لعبة التنس الأرضي	67-59
6-	د.على يوسف زريبه أ. أبو القاسم سالم الجري د.محمد سالم العجيلي	السلوك القيادي لمدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية	79-68
7-	أ.عاشور ميلود العمامي أ.مصطفى أحمد العاشق د.محمد سالم العجيلي	دراسة مقارنة في بعض المتغيرات الوظيفية للتلاميذ بالأعمار من 13 - 15 سنة بمنطقة طرابلس	87 -80
8-	د. إبراهيم العقري أ. بسام الوحيشي	تأثير برنامج تمارينات مقترح على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية لطلاب كلية الشرطة	103 -88
9-	أشرف عبد المنعم أحمد يوسف محمد مختار خنيفر	تأثير البرامج الدراسية على المستوى البدني والمعرفي لطلاب قسم التربية كلية الآداب والعلوم - طبرق جامعة عمر المختار	113-104
10-	د.نجاه عمران بندق د. سعاد إسماعيل الفقيه د. ليلي محمد الصويعي	تأثير الأساليب المعرفية الإدراكية علي تحصيل المواد المقررة دراسياً لدى طلاب كلية التربية البدنية	129 -114

الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
141 - 130	دراسة أسباب عزوف تلاميذ التعليم الأساسي عن ممارسة رياضة ألعاب القوى بمدارس شعبية طرابلس	د . إبراهيم على المختار عطية د.اسعد مصباح الشيباني د.طلال فخر الدين ابوخطوة	-11
172-142	علاقة القياسات الانتروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة بطرابلس ليبيا	أ. ناجي قاسم سلامة أبو جريدة	-12
184-173	تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بشعبية البطان	د.محمد مختار خنيفر	-13
199-185	استخدام تقنيات الحاسوب والانترنت في العملية التعليمية في التربية البدنية	د.حمدي داود سليمان د.الهادي عبد السيد أ.احمد مسعود العرضاوي	-14

أثر برنامج جوائز موانع وألعاب صغيرة على تنمية بعض القدرات الحركية  
والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والجسمية  
للمعوقين سمعياً

\*أشرف عبد المنعم أحمد يوسف

**المقدمة ومشكلة البحث :**

لقد خلق الله الإنسان في أحسن صورة وأفضل تقويم، وميزه على جميع خلقه، لذلك كانت رعايته أمراً أقرته جمع الأديان السماوية.

والإنسان أكثر مخلوقات الله تعقيداً، وأكثرها مرونة وتكيفاً أيضاً؛ يتعلم الإنسان من كل ما يصادفه ويحيط به، ويمارس هذا التعلم في كل مكان وزمان، من المهد إلى اللحد، في المنزل والمدرسة والحي والنادي...، وفي تربيته وتعليمه استثمار لأعلى رأسمال يملكه الوطن وهو عقول مواطنيه، فالإنسان وحده من بين خلق الله القادر على الابتكار والإبداع بلا منازع. (8 : 4)

ويعتبر ذوي الاحتياجات الخاصة من الفئات المهمة التي يجب أن تولى لها الدول مساحة كبيرة من الاهتمام والتربية والعناية؛ حيث إن تعداد هذه الفئات يمثل (1/15) خمس سكان العالم، تنتوع إعاقاتهم ما بين الإعاقات الجسمية والعقلية والوظيفية (صم . بكم . مكفوفين)، وما يمكن أن يترتب على ذلك من ضغوط وعزلة وأعباء في التعايش السوي للمعاق سواء مع نفسه أو مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه. (8 : 61)

وتعد التربية البدنية والرياضية، أحد أهم المجالات التربوية الخصبية، وركيزة أساسية لإشباع حاجة الإنسان من الحركة والنشاط، وبالتالي فهي تسهم في تحقيق التربية الشاملة والمتزنة للفرد، وخاصة ذوي الاحتياجات الخاصة، وذلك من خلال أنشطتها المتعددة، حيث إنه لا يخلو مجتمع من المجتمعات الإنسانية من شكل من أشكال الرياضة منذ أن عرفها الإنسان، حيث فطن المفكرون التربويون القداماء إلى إطار القيم الذي تحفل به الرياضة، وقدرتها على التنشئة والتطبيع وبناء الشخصية الاجتماعية المتوازنة، بالإضافة على الآثار الصحية التي ارتبطت منذ القدم بممارسة الرياضة وتدريباتها البدنية. (6 : 7)

والتربية البدنية والرياضية والتربية الصحية تسعى إلى تحقيق السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية للإنسان، بغرض إعداده وتربيته بما يتلاءم ويتناسب مع طموحات وآمال المجتمع الذي ينتمي إليه، وعلى ذلك يمكن استغلال أنشطة التربية البدنية والرياضية في توجيه المعلومات والمعارف الصحية من كونها معلومات إلى سلوك صحي، بالإضافة إلى أنها تسعى إلى تنمية النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية والعقلية (9: 54).

وتحقق التربية البدنية والرياضية للمعاق من خلال ممارسة أنشطتها السرور والسعادة بصفة عامة، والرضا وإشباع الرغبات والميول بصفة خاصة، ويتضح ذلك جلياً عندما يتعلم الفرد مهارة جديدة، في هذه الحالة يشعر الفرد بالرضا والسعادة التي لا حدود لها، ويعوض النجاح في إنجاز أحد المهارات الرياضية أو الحركية الفرد عن بعض مظاهر الفشل التي تقابله في مجالات أخرى دراسية أو مهنية أو اجتماعية، وهذا يساعده على الاتزان النفسي ويحسن من الاستقرار الوجداني ويقلل من التوتر الداخلي مما ينمي ويحسن مستوى الصحة النفسية لديه (14: 82).

كما تسهم ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة في تنمية اللياقة البدنية العامة والقدرات الحركية المختلفة للمعاق وتساعد ممارسة تلك الأنشطة في تحسين وظائف أعضاء وأجهزة الجسم المختلفة مثل الجهاز الدوري

والتنفسي والعضلي والعصبي..، كذلك تساعد على اتزان الجسم واعتدال القوام والتخلص من بعض المشكلات المؤثرة في الصحة مثل التشوهات البدنية أو التعب والضعف العضلي، زيادة أو نقص الوزن؛ حيث تحسن ممارسة الأنشطة عمليات الهضم والامتصاص، وبالتالي تحسن من عمليات التمثيل الغذائي في خلايا الجسم، كل ذلك يؤدي على الارتقاء بالحالة الصحية العامة للمعاق، وهذا بدوره يحسن من مستوى الصحة البدنية. إضافة على ذلك فإن ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية يساعد المعاق على اكتساب الأنماط السلوكية الحميدة والخبرات المتعددة في نواحي النظام والطاعة والالتزام، وكذلك اكتساب الصفات الخلقية الفاضلة، كما تنمي ممارسة الأنشطة الرياضية العلاقات الاجتماعية الطيبة بين الأفراد والجماعات مما يجعلهم أكثر قدرة على تقبل المواقف الصعبة في اللعب وخارجه بصدر رحب، كما أن ممارسة الرياضة تجعل المعاق أكثر قدرة على ضبط النفس وكبح جماح الغضب وكل ذلك يساعد على تنمية وتطوير المهارات الاجتماعية. (9 : 44)

وجمبار الموانع هو أحد أشكال الأنشطة الرياضية ويتم في شكلين أحدهما في صورة تمرينات على الأجهزة، والآخر في صورة مهارات حركية في اجتياز أجهزة الجمباز، وكلاهما يساعد على تنمية اللياقة البدنية العامة والخاصة وتطوير الأداء المهاري. (6 : 142)

وينكر كل من فضيلة حسين يوسف (1980)، ونبيلة خليفة (1980)، وإسماعيل عبد الفتاح (1982)، فوزي يعقوب وعادل عبد البصير (1982)، وعزت محمود كاشف (1987)، وعادل عبد البصير (1990)، ومحمد إبراهيم شحاته (1992)، أن جمباز الموانع يكسب الفرد الثقة بالنفس والاطمئنان للأجهزة، كما ينمي في الفرد سمات الجراءة والصبر والتصميم والجلد، وينمي الحواس ويدربها، وذلك نظراً لطبيعة أداؤه وعدم التقيد بشكل أو طريقة محددة أو ثابتة، حيث أن الفرد يعتمد على نفسه لكي يكتشف الطريقة التي تمكنه من التغلب على الموانع التي تقابله، كما يعمل جمباز الموانع على إنماء النواحي الخلقية والاجتماعية ويزيد من تعاون الفرد مع الجماعة ويثبت فيهم الصفات الخلقية، ويعمل على تنمية العضلات بالجسم وتحسين حركاته، وتحسين وتطوير شكل الأداء الحركي للمهارات المختلفة، كما أن ممارسته تضيء جواً من المرح والبهجة، وينمي القدرات الحركية ويظهر الإمكانات الكامنة بالفرد ويعمل على إثارة الحماس وروح المنافسة لديه. (24 : 28)، (6 : 143)، (18 : 4)، (25 : 9)، (23 : 41)، (21 : 75)، (12 : 25).

ولم يحظ النمو الجسمي والحركي لدى الأطفال المعوقين سمعياً باهتمام كبير من قبل الباحثين في ميدان الطفولة أو التربية الخاصة أو التربية البدنية، ولكن هناك افتراض مؤداه أن مشكلات التواصل التي يعانيها المعوقون سمعياً تضع حواجز وعوائق كبيرة أمامهم لاكتشاف البيئة والتفاعل معها، وإذا لم يزود المعوق سمعياً باستراتيجيات بديلة للتواصل فإن الإعاقة السمعية قد تفرض قيوداً على النمو الحركي له.

كما أن فقدان السمع ينطوي على حرمان الشخص من الحصول على التغذية الراجعة السمعية مما قد يؤثر سلباً على وضعه في الفراغ وعلى حركات جسمه، ولذلك فإن بعض الأشخاص المعوقين سمعياً تتطور لديهم أوضاع جسمية خاطئة، ويكون النمو الحركي لهؤلاء الأشخاص متأخراً بالمقارنة بالنمو الحركي للأشخاص غير المعوقين سمعياً، وهذا ما يدفع المعاق سمعياً للمشي بطريقة مميزة فلا يرفع قدميه عن الأرض وترتبط هذه المشكلة بعدم قدرتهم على سماع الحركة وربما لأنهم يشعرون بشئ من الأمن عندما تبقى القدمان على اتصال

دائم بالأرض، بالإضافة إلى ذلك فإن المعوقين سمعياً كمجموعة لا يتمتعون باللياقة البدنية مقارنة بالأشخاص العاديين في نفس مراحلهم السنية، فهم عموماً يتحركون قليلاً. (26 : 32)

وفى ظل الجهود الحالية التي تبذل للارتقاء بالقدرات البدنية والحركية والاجتماعية والنفسية لذوى الاحتياجات الخاصة بشكل عام، والمعوقين سمعياً (الصم والبكم) بشكل خاص؛ فكان لابد وأن يتم اتباع الأسلوب العلمى والتخطيط المدروس لاستخدام أفضل طرق وأساليب التدريس للمساعدة على تحقيق أفضل النتائج من عملية التدريب إذ يرى محمد حسن علاوى (1972) أن عملية تنمية المهارات الحركية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية تنمية النشاط الرياضى الممارس فى حالة افتقاده للقدرات الحركية الضرورية لهذا النشاط. (14 : 185)

مما تقدم ظهرت مشكلة البحث فى كونها محاولة للتعرف على تأثير استخدام جملاز الموانع والألعاب الصغيرة على تنمية بعض القدرات الحركية الأساسية للتلاميذ الصم والبكم بالمرحلة الإعدادية بشعبية البطنان بالجماهيرية العربية الليبية، وقد استخدم الباحث جملاز الموانع والألعاب الصغيرة؛ حيث هذه الرياضات لها خصائص تتناسب مع طبيعة المعوقين سمعياً، كما أنه لم يجد من خلال قراءته واطلاعه على العديد من الأبحاث الرياضية من تناول هاتين الرياضتين لهذه العينة.

#### أهداف البحث :

يرمى هذا البحث إلى تصميم برنامج جملاز موانع وألعاب صغيرة بهدف:

- 1 . التعرف على تأثير استخدام البرنامج المقترح علىالقدرات الحركية الأساسية للتلاميذ الصم والبكم للعينة قيد البحث.
- 2 . التعرف على تأثير البرنامج المقترح على الخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والجسمية (النمطية) لتلاميذ العينة قيد البحث.
- 3 . التعرف على نسب التغير فى القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والجسمية (النمطية) لتلاميذ العينة قيد البحث.

#### فروض البحث :

فى ضوء أهداف البحث وضع الباحث الفروض التالية:

- 1 . توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث لصالح القياس البعدى فى القدرات الحركية الأساسية.
- 2 . توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث لصالح القياس البعدى فى الخصائص الاجتماعية والانفعالية والنمطية.
- 3 . توجد نسبة تغير بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية لصالح القياس البعدى للعينة قيد البحث.

المصطلحات الواردة بالبحث:

#### • ضعف السمع Hard of Hearing :

تعرف جولاهير Collgher (1979) ضعيف السمع بأنه الشخص الذى لديه حاسة السمع غير فعالة، ولكنها قادرة على أداء وظيفتها بمساعدة أو بدون مساعدة سمعية. (20 : 105)

#### • الصم :

هم الأفراد الذين فقدوا حاسة السمع أو من كان سمعهم ناقصاً إلى درجة أنهم يحتاجون إلى أساليب تعليمية للصم تمكنهم من الاستيعاب دون مخاطبة كلامية.

ويفرق سيمبسون (1979) Simpson بين ضعيف السمع والأصم فيقول إن ضعيف السمع هو الطفل الذى فقد جزءاً من حاسة السمع إلى درجة يمكنه من خلالها تعلم اللغة. أم الأصم فهو الطفل الذى فقد حاسة السمع إلى درجة تؤدي إلى إعاقة النمو اللغوى الطبيعي لديه. (19: 130)

#### • البكم :

هو غير القادرين على النطق والكلام إما بسبب مرض الجهاز الكلامى أو بسبب إصابتهم بالصمم (19: 30).

#### • جميز الموانع:

هو أحد أنواع الجميز الذى يستخدم خصيصاً لتلاميذ المرحلة الابتدائية لتنمية وتطوير القدرات البدنية والحركية ويقوم المدرب باستخدامه فى فترات الإعداد الفنى فى شكلين: أحدهما فى صورة تمرينات على الأجهزة، والأخرى فى صورة مهارات حركية فى اجتياز أجهزة الجميز الأساسية والمساعدة وبعض الأدوات وكلاهما يساعد على تنمية اللياقة البدنية العامة والخاصة، وتطوير القدرات الحركية والمهارية. (6: 142)

#### • القدرات الحركية:

مصطلح يستخدم كمرادف لمصطلح الأداء الحركى وترتبط القدرات الحركية بالمهارات الحركية وتصاحبها وتتكون من الرشاقة Agility ، والقدرة Power ، والتوافق Coordination ، والسرعة Speed ، والتوازن Balance ، وزمن رد الفعل Reaction Time. (15 : 232)

#### • الألعاب الصغيرة:

هى صورة مبسطة من الألعاب الكبيرة ولها أغراض معينة وقوانين ومساحات ملعب خاصة، تستخدم بغرض الإحماء والإعداد البدنى والترفيه والاسترخاء وتؤدي فى صورة مسابقات فردية وجماعية وقد تستخدم فيها الأدوات والأجهزة وقد تتم بدون أدوات ويطلق عليها أحياناً الألعاب الشعبية أو الغرضية. (تعريف اجرائى)

#### • الأجهزة المساعدة فى الجميز:

المينى ترامبولين، الترامبولين، الصندوق المقسم، جهاز الوثب العالى، منضدة القفز، سلم القفز، السلم المدرج، المهرج. (17: 10)

#### • أجهزة الجميز الأساسية:

للرجال: المتوازى، حسان القفز، حسان الحلق، الحلق، العقلة، الأرضى، وللبنات: العارضتان مختلفتى الارتفاع، عارضة التوازن، الأرضى ، حسان القفز. (17 : 9)

القراءات النظرية والدراسات السابقة:

#### • الخصائص الاجتماعية والانفعالية:

إن افتقار المعوق سمعياً إلى القدرة على التواصل الاجتماعى مع الآخرين وكذلك أنماط التنشئة الأسرية، قد يقود إلى عدم النضج الاجتماعى والاعتمادية، وقد أسفرت دراسة مايكلبيست (1960) Myklebust أن حوالى 10 % من عينة البحث أقل نضجاً من الناحية الاجتماعية مقارنة بالأطفال العاديين، وأشارت ميداو (1960) Meadow أن حوالى 10% من عينة البحث أقل نضجاً من الناحية الاجتماعية مقارنة بالأطفال

العاديين، وأشار ميداو Meadow (1980) إلى أن المعوقين سمعياً كثيراً ما يتجاهلون مشاعر الآخرين وسيئون فهم تصرفاتهم وأنهم يظهرون درجة عالية من التركيز حول الذات، كما أشارت بعض الدراسات أن نسبة كبيرة من الأشخاص المعوقين سمعياً تعاني من سوء التكيف النفسى Moores (1982) كما أشارت عدة دراسات إلى أن الأطفال الصم يعانون من مستويات متفاوتة من عدم الاستقرار العاطفى، وأنهم يذعنون للآخرين وأنهم أكثر اكتئاباً وقلقاً وتهوراً، وأقل توكيداً للذات، وأشارت عدة دراسات أيضاً إلى أن المعوقين سمعياً يتصفون بالتشكك بالآخرين وبالعدوانية. (10 : 154 )

ويذكر مصطفى فهمى (1978) أن القلق يرجع إلى ثلاثة عناصر هى الشعور بالعجز، الشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة، كما يذكر أن من مميزات المعوقين سمعياً الشعور بالإهمال، وفتور الهمة وعدم الميل إلى الاختلاط أو الاندماج فى أية جماعة، وحساسيته الشديدة، وباعتزال الآخرين وبالشك كما يتسمون أيضاً بالقلق والتوتر. (20 : 21)

أما رمزية الغريب (1982) فترى أنه قد ينشأ عن اختلال علاقة المعوق (جسماً أو حسياً أو عقلياً أو اجتماعياً) بالآخرين بسبب عجزه أن يحيا حياة طبيعية مثلهم إما الانطواء والخوف من الناس ومن الحياة، وإما الاستسلام، وإما التحدى والعدوان وهكذا يرى حامد زهران. (11 : 225)

ونظراً لأهمية الأنشطة البدنية وما يمكن أن تقوم به من أدوار مهمة فى مساعدة المعوقين سمعياً من خلال الأنشطة البدنية والرياضية المتعددة فقد قام عدد من الباحثين فى التربية البدنية والرياضية بإجراء العديد من الأبحاث التطبيقية مستخدمين برامج للأنشطة الرياضية بهدف مساعدة هذه الشريحة المهمة من المجتمع وخاصة فى مراحل التعليم على تنمية وتطوير وتحسين الخصائص الجسمية والقدرات البدنية والحركية والمهارية، حتى يمكن إدماجهم فى المجتمع بشكل طبيعى يمكنهم من التواصل الجيد مع الأفراد العاديين ومن هذه الدراسات:

دراسة قام بها أحمد حاجى عبد الله (1987) بعنوان: تأثير برنامج تمارين مقترح على تحسين مستوى بعض الصفات البدنية للمعوقين بمرحلة التعليم المتوسط بدولة الكويت، واستخدم المنهج التجريبي وأسفرت الدراسة عن تحديد أربعة عناصر ذات أهمية خاصة للمعوق المقعد وهى القوة والمرونة والقدرة والتوافق وإن البرنامج المقترح ساعد إيجابياً فى تنمية القوة والمرونة والقدرة والتوافق. (3 : 28)

كما أجرى ماهر حسن محمود (1982) دراسة عنوانها: دراسة مقارنة بين المعوقين الممارسين وغير الممارسين لبعض البرامج والأنشطة الرياضية بمدينة الإسكندرية فى الأداء الحركى والتوافق النفسى، واستخدام المنهج التجريبي وأسفرت الدراسة عن أن ممارسة البرامج التأهيلية والعلاجية بعد الإصابة مباشرة لها أثر فاعل فى تخفيف آثار الإعاقة الحركية على حياة المعاق، كما أدت ممارسة المعوقين حركياً للأنشطة الرياضية المقننة دولياً إلى رفع قدراتهم الحركية. (13 : 120)

وفى دراسة ابتهاج محمود طلبة (1990) وعنوانها: تأثير برنامج مقترح للتمرينات على مفهوم الذات للتلاميذ المعوقين بصرياً فى الحلقة الأولى من التعليم الأساسى واستخدمت الباحثة المنهج المسحى، وأسفرت الدراسة عن أن برنامج التمرينات المقترح أدى إلى تحسين مفهوم الذات لدى هذه الفئة. (2 : 65)

كما توصلت دراسة أمال محمد فوزى (1990) وعنوانها: تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على بعض النواحي البدنية والنفسية للصم والبكم إلى وجود تأثير إيجابى للبرنامج المقترح على القدرات قيد البحث للعينة. (8 : 156)



كما توصلت دراسة أمل أحمد مصطفى (1993) وعنوانها: تأثير برنامج مقترح لتنمية التوازن بنوعيه على أداء المهارات الأساسية للصم والبكم عن وجود تأثير إيجابي للبرنامج المقترح على تنمية التوازن الثابت والمتحرك وعن تحسن ملحوظ في المهارات الحركية الأساسية للصم والبكم. (8: 158)

وفى دراسة جمال السيد إبراهيم (1991) عنوانها: تأثير برنامج رياضى مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الصم والبكم، توصل الباحث إلى أن البرنامج المقترح له أثر فى تنمية وتطوير المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية قيد البحث بصورة إيجابية. (8: 182)

ومن خلال استعراض الأبحاث والدراسات العلمية التى أجريت حتى (1998م) فقد وجدت دراستان فقط هما اللتان تناولتا جمباز الموانع والألعاب الصغيرة؛ فالدراسة التى تناولت جمباز الموانع دراسة قامت بها: نادية عبد القادر أحمد (1995) بعنوان: تأثير برنامج مقترح لجمباز الموانع على التوافق النفسى وبعض الصفات البدنية للصم والبكم، والدراسة التى تناولت الألعاب الصغيرة هى دراسة ليلى حامد إبراهيم رضوان (1991) بعنوان: تأثير برنامج ألعاب صغيرة على بعض مظاهر الاضطرابات السلوكية للتلاميذ الصم والبكم ( 8: 331 ، 410 ) .

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة وأهدافها ونتائجها فلم يجد الباحث بد من تناول جمباز الموانع والألعاب الصغيرة كبرنامج متكامل لتنمية وتطوير الخصائص الجسمية والقدرات الحركية الأساسية والخصائص الاجتماعية والانفعالية كمتغيرات مهمة ومؤثرة فى حياة المعوقين سمعياً (الصم والبكم) من تلاميذ المرحلة الابتدائية وما تتميز به هذه المرحلة من خصائص، وما لهذه المرحلة العمرية من أهمية فى عملية التربية والتعليم وإصلاح العيوب، وإمكانية تقديم المساعدة ووجود الاستجابة من الطفل الذى لم يزل فى مرحلة التكوين الأولى لشخصيته على الرغم من الخصائص البنائية والتربوية والحركية والاجتماعية والنفسية والانفعالية التى تتميز بها هاتين الرياضتين، دوناً عن سائر الرياضات حيث إنهما لا يحتاجان إلى خبراء متخصصين فى أدائهما أو إلى أدوات وأجهزة معينة أو خاصة أو على ملاعب خاصة وإنما تلك الرياضات يمكن أدائها بأشكال متنوعة وبأقل تكلفة وفى أى مكان يضمن فيه عوامل الأمن والسلامة من الإصابة فقط والقليل من الجهد فى التنظيم للأداء. خطة وإجراءات البحث:

لتحقيق أهداف البحث واختباراً لفروضه اتبع الباحث الخطوات التالية:

#### • منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي مجموعة واحدة بنظام القياس القبلى والبعدي لملائمته لطبيعة البحث.

#### • مجتمع البحث:

تلاميذ المرحلة الابتدائية المعوقين سمعياً (الصم والبكم) ، وعددهم ( 50 ) تلميذاً.

• عينة البحث: قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها (21) تلميذاً من مدرسة الأمل للصم والبكم بشعبية البننان . مدينة طبرق . الجماهيرية العربية الليبية تم اختيارهم بعد استبعاد التلاميذ غير الراغبين فى الاشتراك بالبرنامج وكذلك اصحاب الحالات شديدة الخصوصية وبعض الطالبات.

#### • وسائل جمع البيانات:

اشتمل البحث على وسائل جمع البيانات التالية:

**(أ) الأدوات والأجهزة العلمية:**

1. ميزان طبى لقياس الوزن (بالكيلوجرام).
2. شريط قياس مرن لقياس الطول (بالسنتمتر).
3. جهاز قياس التوازن.
4. ساعة إيقاف.
5. أعلام قماش.
6. برنامج جمباز الموانع والألعاب الصغيرة المقترح من إعداد الباحث.

**ب . الاختبارات المستخدمة فى إجراء التجربة:**

1. اختبار العدو (30م) من بداية متحركة لقياس السرعة (بالزمن).
  2. اختبار الوقوف بالقدم طولية على العارضة مع رفع الأخرى لقياس التوازن (بالزمن).
  3. اختبار الجرى الارتدادى 4 X 10م لقياس الرشاقة (بالزمن).
  4. اختبار الجلوس الطويل من الرقود (البطن) لقياس قوة عضلات البطن (بالعدد).
  5. اختبار الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة (بالسنتمتر). ( 5 : 30 )
  6. قائمة قياس الخصائص والسمات الجسمية (النمطية) والاجتماعية والانفعالية ( من إعداد الباحث).
- حيث قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهم القدرات والخصائص والسمات قيد البحث بعد الاستعانة بالمراجع العلمية، وتم عرضها على الخبراء وقد قام الباحث باستبعاد الخصائص والسمات التى لم تحصل على نسبة موافقة اقل من 80 % ، وقد تضمنت القائمة أربعة محاور احتوى كل محور على مجموعة من القدرات أو السمات كما يلى:

(القدرات الحركية (7)، الخصائص الجسمية (5)، الخصائص الاجتماعية (7)، الخصائص الانفعالية (9)، وبعد رأى الخبراء تم إجراء عملية حذف لبعض القدرات والخصائص غير المؤثرة وإضافة أخرى مؤثرة، ثم قام الباحث بناء على ذلك بتصميم قائمة سمات تكونت من ثلاثة محاور للخصائص الاجتماعية، والأرقام (2, 5, 8, 11)، لترتيبها من (1 : 12) بحيث كانت الأرقام (1, 4, 7, 10) للخصائص الاجتماعية، والأرقام (2, 5, 8, 11, 12) للسمات الانفعالية والأرقام (3, 6, 9, 12) للخصائص الجسمية أو النمطية. شكل رقم (1)

**ج . القياسات قيد البحث:**

قام الباحث بأخذ القياسات قيد البحث والمتمثلة فى قياس كل من الطول الكلى للجسم والوزن وتم حساب السن حتى تاريخ إجراء التجربة وقد استعان بطرق القياس واستخراج النتائج سواء القياسات الجسمية أو اختبارات القدرات الحركية والخصائص الاجتماعية والانفعالية بناءً على التعليمات الخاصة بها من خلال المراجع العلمية وقد تم الاستعانة بالاختبارات التى وضعها محمد صبحى حسانين 2002م لمقياس القدرات الحركية وقائمة سمات جسمية واجتماعية وانفعالية من إعداد الباحث.

**د . المعاملات العلمية لاختبارات القدرات الحركية:**

تم إيجاد معاملات ثبات الاختبار عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق حيث تم إجراء القياس الأول على عينة قوامها (8) تلاميذ من نفس مجتمع البحث من خارج العينة فى 2008/1/19م وتم إعادة التطبيق بفواصل زمنى (3) أيام فى 2008/1/22م على نفس المجموعة ويوضح الجدول التالى رقم (1) ثبات الاختبارات.

**جدول (1)**

معاملات ثبات اختبارات القدرات الحركية قيد البحث (ن = 8)

الارتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغير
	ع	س	ع	س		
0.99 -	1.21	4.06	0.21	4.07	الثانية	السرعة
0.90 -	6.61	10.0	6.48	10.25	الثانية	التوازن
0.99 -	0.91	14.30	0.91	14.31	الثانية	الرشاقة
0.99 -	7.67	16.13	7.87	16.25	العدد	القوة
0.99 -	4.47	151.75	4.73	152.13	السنتيمتر	القدرة

يتضح من الجدول السابق رقم (1) أن معاملات الثبات لكل من السرعة . التوازن . الرشاقة . القوة . القدرة هى على التوالي ( - 0.99 ) ، ( - 0.90 ) ، ( - 0.99 ) ، ( - 0.99 ) ، ( - 0.99 ) ، وأن الاختبارات المستخدمة لها درجة عالية من الثبات ولها دلالة عند مستوى (0.05) كما قام الباحث بإيجاد صدق اختبارات القدرات الحركية قيد البحث مستخدماً الصدق الذاتى وهو يساوى معامل الثبات والجدول التالى رقم (2) يوضح صدق الاختبارات المستخدمة.

## جدول (2)

معاملات الصدق الذاتى لاختبارات القدرات الحركية (ن = 8)

معامل الصدق	معامل الثبات	وحدة القياس	المتغير
0.99 -	0.99 -	الثانية	السرعة
50.9 -	0.90 -	الثانية	التوازن
0.99 -	0.99 -	الثانية	الرشاقة
0.99 -	0.99 -	العدد	القوة
0.99 -	0.99 -	السنتيمتر	القدرة

يتضح من الجدول السابق رقم (2) أن الصدق الذاتى لاختبارات القدرات الحركية المستخدمة (السرعة . التوازن . الرشاقة . القوة . القدرة) هى على التوالي (0.99) ، (0.95) ، (0.99) ، (0.99) ، (0.99) ، وأن الاختبارات المستخدمة لها درجة عالية من الصدق.

## هـ . قياس الخصائص الجسمية والاجتماعية والانفعالية:

تم اخذ قياس الخصائص الجسمية والاجتماعية والانفعالية عن طريق الباحث وبمساعدة الاخوه اعضاء هيئة التدريس بقسم التربية الخاصة بكلية المعلمين - طبرق ، من خلال تطبيق قائمة السمات قيد البحث

استعان الباحث ببرنامج جمباز الموانع والألعاب الصغيرة الذى قام الباحث بإعداده فى بحث الذى قدمه كأحد متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه فى التربية البدنية.

**الدراسات الاستطلاعية:**

### 1. الدراسة الاستطلاعية الأولى:

تم إجراء هذه الدراسة على عينة مماثلة لعينة البحث ومن نفس مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية قوامها (5) تلاميذ لمدة (6) أيام وكان الهدف منها معرفة:

- أ . مدى ملائمة الاختبارات المستخدمة لعينة البحث.
  - ب . مدى صلاحية الأدوات والأجهزة للاستخدام.
  - ج . مدى تفهم واستيعاب المساعدين لطرق إجراء الاختبارات وتسجيل النتائج.
  - د . إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة فى البحث كما بالجدولين ( 1 ، 2 ) .
- واسفر النتائج على (ملائمة الاختبارات المستخدمة - ملائمة الادوات والاجهزه للاستخدام - تفهم كبير واستيعاب لجميع اجراءات القياس والتسجيل من قبل المساعدون ) .

### 2. الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تم إجرائها على عينة مماثلة لعينة البحث قوامها (5) وكان هدفها التعرف على:

1. مدى مناسبة محتوى البرنامج للتلاميذ.
  2. مدى مناسبة الأدوات والأجهزة للتلاميذ.
  3. مدى قدرة الباحث على التعامل مع التلاميذ عينة البحث عن طريق الإشارة.
- وقد تبين أن البرنامج المستخدم :
- مناسب ومشوق للتلاميذ وأن الأدوات .
  - الأجهزة مناسبة وملائمة .
  - استطاع الباحث التعامل بشكل جيد مع التلاميذ عن طريق عرض النموذج .
- إجراء التجربة:

قام الباحث بأخذ القياس القبلى على عينة البحث فى القدرات الحركية والبدنية قيد البحث والتي تمثلت فى قياس كل من (السرعة . التوازن . الرشاقة . القوة . القدرة) وكذلك قياس الخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية وقد استعان الباحث فى التنفيذ بالأخ مدرس التربية البدنية بالمدرسة وإدارة المدرسة.

قام الباحث بتطبيق برنامج جمباز الموانع والألعاب الصغيرة على التلاميذ بنفسه خلال حصص التربية البدنية بالجدول وأثناء فترة راحة الغداء فى الفترة من 2008/2/2م إلى 2008/3/31م . بعدل ( 3 ) أيام فى الأسبوع . واستمر تنفيذ البرنامج ( 8 ) أسابيع، وتم تنفيذ عدد (24) وحدة ، وقد استعان بالأجهزة والأدوات الرياضية من قسم التربية البدنية بكلية المعلمين بالإضافة إلى الموجودة بالمدرسة.

بعد انتهاء التطبيق قام الباحث بأخذ القياسات البعدية فى كل من القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية قيد البحث، ثم قام الباحث بعمل المعالجات الإحصائية للبيانات.

### جدول (3)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى القدرات الحركية (ن = 21)

قيمة (ت)	القياس الثانى		القياس الأول		وحدة القياس	القدرات
	ع	س	ع	س		
5.91	0.58	3.65	1.07	5.23	الثانية	السرعة
4.47	2.37	13.86	3.02	9.38	الثانية	التوازن
7.35	3.02	57.24	1.25	62.47	الثانية	الرشاقة
3.22	5.71	26.19	8.66	18.90	العدد	القوة
3.15	16.06	154.57	27.69	132.57	السنتيمتر	القدرة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 1.825$  فى اتجاه واحد.

يتضح من الجدول السابق رقم (3) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى القدرات الحركية حيث إن (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ولصالح القياس البعدى.

#### جدول رقم (4)

نسبة التغير بين القياسين القبلى والبعدى فى القدرات الحركية (ن = 21)

المتغير	وحدة القياس	متوسط القياس القبلى	متوسط القياس البعدى	نسبة التغير
السرعة	الثانية	5.23	3.65	30.21 %
التوازن	الثانية	9.38	13.86	47.76 %
الرشاقة	الثانية	62.47	57.24	8.37 %
القوة	العدد	18.90	26.19	38.57 %
القدرة	السنتيمتر	132.27	154.57	16.86 %

يتضح من الجدول السابق رقم (4) أن نسبة التغير بين القياسين القبلى والبعدى للقدرات الحركية (السرعة . التوازن . الرشاقة . القوة . القدرة) جاءت على التوالى (30.21%، 47.76%، 8.37%، 38.57%، 16.86%).

#### جدول (5)

دلالة الفرق بين متوسطى القياس القبلى والبعدى لمجموعة البحث فى الخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية

(ن = 21)

السمات	القياس القبلى	القياس البعدى	متوسط	قيمة
--------	---------------	---------------	-------	------

(ت)	الفروق	ع	م	ع	م	
3.12	0.76	0.60	1.47	0.94	2.24	الانسحاب
3.20	0.76	0.68	1.57	0.86	2.33	الأنايية
4.93	1.05	0.56	1.28	0.68	2.33	المشى الخاطئ
9.69	1.57	0.44	1.23	0.60	2.81	رفض العون
5.44	1.09	0.30	1.09	0.87	2.19	الخوف
3.94	0.86	0.73	1.67	0.68	2.53	الصراخ والقهقهة
7.51	1.29	0.78	1.71	0.00	3.00	الاستقلالية
9.52	1.48	0.44	1.23	0.56	2.71	العنف البدنى
3.91	0.90	0.66	1.33	0.83	2.24	الحركات المتكررة
5.77	1.90	0.68	1.48	0.66	2.67	الانطواء
4.75	1.09	0.68	1.48	0.81	2.57	العدوانية
0.00	0.00	0.46	1.29	0.64	1.29	قلة الحركة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 2.08

يتضح من الجدول السابق رقم (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى القياس البعدى لجميع الخصائص والسمات قيد البحث حيث إن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) لصالح القياس البعدى ما عدا سمة قلة الحركة، والتي لم يحدث فيها أى تغير ولم تتأثر بالبرنامج.

### جدول (6)

نسبة التغير المئوية لمجموعة البحث فى الخصائص والسمات  
الاجتماعية والانفعالية والنمطية

الخصائص . السمات	متوسط القياس القبلى	متوسط القياس البعدى	نسبة التغير
الانسحاب	2.24	1.47	34.38
الأنايية	2.33	1.57	32.62
المشى الخاطئ	2.33	1.28	45.06

56.23	1.23	2.81	رفض العون
50.23	1.09	2.19	الخوف
33.99	1.67	2.53	الصراخ والقهقهة
43.00	1.71	3.00	الاستقلالية
54.61	1.23	2.71	العنف البدنى
40.63	1.33	2.24	الحركات المتكررة
44.57	1.48	2.67	الانطواء
42.41	1.48	2.57	العدوانية
0.00	1.29	1.29	قلة الحركة

يتضح من الجدول السابق رقم (6) أن هناك نسبة تغير كبيرة ما بين متوسطى القياس القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى الخصائص والسمات قيد البحث تراوحت هذه النسب ما بين (32%) إلى (56%) ما عدا سمة قلة الحركة التى لم يحدث فيها أى تغير فى القياس القبلى والبعدى.

#### تفسير نتائج البحث:

#### 1. تفسير ومناقشة نتائج الفرض الأول:

أظهرت نتائج البحث الهدف من الدراسة والذي يتمثل فى محاولة للتعرف على تأثير استخدام جهاز الموانع والألعاب الصغيرة على تنمية وتطوير بعض القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والجسمية (النمطية) للتلاميذ المعوقين سمعياً (صم وبكم).

إن البرنامج المقترح قد أدى إلى تنمية وتطوير القدرات الحركية الأساسية والتي تمثلت فى (السرعة . التوازن . الرشاقة . القوة . القدرة)، حيث أظهرت نتائج الجدول رقم (3) وجود دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى عند مستوى دلالة (0.05) لصالح القياس البعدى.

ويعزى الباحث هذا الفارق إلى تأثير برنامج جمباز الموانع والألعاب الصغيرة لصالح القياس البعدى، وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسات قام بها كل من سعيد عبد الرشيد (1976)، ونادية عبد القادر (1979)، وإبراهيم محمود (2003)، وأشرف عبد المنعم (2006)، إلى أن وضع برنامج تدريبي مقنن باستخدام جمباز الموانع والألعاب الصغيرة يؤدي إلى تطوير وتنمية مستوى القدرات الحركية لصالح القياس البعدى. وبذلك يتحقق الفرض الأول من فروض البحث والذي ينص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى القدرات الحركية.

#### 2. تفسير ومناقشة الفرض الثانى:

أظهرت نتائج الجدول الرقم (5) أن البرنامج المقترح أدى إلى تنمية وتحسين وتطوير الخصائص الاجتماعية والانفعالية والجسمية (النمطية) قيد البحث لصالح القياس البعدى وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05).

ويعزى الباحث هذه النتائج إلى تأثير برنامج جمباز الموانع والألعاب الصغيرة حيث إن هذا النوع من الأنشطة يناسب ويقابل ويشبع احتياجات ورغبات التلاميذ المعوقين سمعياً، حيث إن هذا النوع من الأنشطة يحتوى على العديد من المميزات والخصائص التي لها أثر كبير في مساعدة المعوقين سمعياً على تنمية وتطوير وتحسين الخصائص الاجتماعية والانفعالية والنمطية قيد البحث.

وقد اتفقت هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسات كل من ابتهاج محمود طالبة (1990)، وأحمد حاجي عبد الله (1987)، وانسراح عثمان (1983)، وماهر حسن محمود (1982)، حيث توصلت تلك الدراسات إلى أن استخدام جمباز الموانع والألعاب الصغيرة والتمارين يؤدي إلى تنمية وتحسين وتطوير الخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية.

وبذلك يتحقق الفرض الثانى الذى ينص على وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فالخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية.

### 3 . تفسير ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

أظهرت نتائج الجدول رقم (4) والجدول رقم (6) والخاصين بنسبة التغير المئوية لمجموعة البحث بين القياسين القبلى والبعدى فى كل من القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية للتلاميذ المعوقين سمعياً (صم، بكم) وجود تغير فى النسبة المئوية كبير فى هذه المتغيرات قيد البحث وجاءت كما يلي:

جاءت نسبة التغير فى القدرات الحركية (السرعة 30.21%، والتوازن 47.76%، والرشاقة 8.37%، والقوة 38.57%، والقدرة 16.86%).

كما جاءت نسبة التغير فى الخصائص الاجتماعية كما يلي: (الانسحاب بنسبة 43.38%، رفض العون بنسبة 56.23%، الاستقلالية بنسبة 43%، الانطواء بنسبة 44.57%)، وجاءت نسبة التغير فى السمات الانفعالية كما يلي: (الأنايية بنسبة 32.62%، الخوف بنسبة 50.23%، العنف البدنى بنسبة 54.61%، العدوانية بنسبة 42.41%)، كما جاءت نسب التغير فى الخصائص الجسمية (النمطية كما يلي: (المشى الخاطئ بنسبة 45.06%، الصراخ والقهقهة بنسبة 33.99%، حركات متكررة بنسبة 40.63%)، ولم يحدث أى تغير فى خاصية قلة الحركة فهى لم تتغير ولم تتأثر بالبرنامج.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث والذى ينص على وجود نسبة تغير بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والجسمية والنمطية لصالح القياس البعدى.

مما سبق وفى ضوء نتائج البحث يرى الباحث أن استخدام جمباز الموانع والألعاب الصغيرة فى برامج النشاط للمعوقين سمعياً أكثر فعالية وتأثيراً فى تنمية وتحسين وتطوير كل من القدرات الحركية والخصائص الاجتماعية والجسمية والسمات الانفعالية نظراً لما له من مميزات وخصائص تقابل رغبات واحتياجات المعوقين سمعياً حيث إن جميع أنشطته ومهاراته لا تحتاج إلى شرح واستخدام للإشارات فى التخاطب ولكنها تعتمد على الرؤية والتقليد وبذلك نكون قد تغلبنا على ضرورة وجود مدرس متخصص فى لغة الإشارة، كما أن أنشطتها وحركاتها تتكون من مجموعة من المهارات البسيطة التى تحتاج إلى نوع من التنافس فى بعضها وإلى التعاون فى إنجاز العمل فى أخرى وإلى الجماعية وإلى الإقدام فى أخرى كل هذه الخصائص تزيد من إقبال المعوقين



سمعياً على الاشتراك فيها مما يساعد وبشكل كبير على تنمية وتطوير وتحسين بعض السمات الإيجابية والتخلص من بعض السمات السلبية كنتيجة حتمية للاشتراك في هذا النوع من الرياضة.

كما أن ممارسة هذا النوع من الأنشطة يضيف جواً من المرح والسرور والبهجة بين الممارسين لهذا النشاط والمتفرجين أيضاً، كما أنه يتطلب نوع من الابتكار وهذا ما يدفع المشاركين على محاولة إظهار أحسن ما عندهم من قدرات.

لذلك يؤكد الباحث على ضرورة إدراج هذا البرنامج ضمن مقرر النشاط لتلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية والثانوية لذوى الاحتياجات الخاصة وخاصة المعوقين سمعياً لمساعدتهم على التخلص من الطاقة الزائدة التى يمكن أن تستغل بصورة سيئة ضد المجتمع، ومساعدتهم على الاشتراك والاندماج فى نوع من الأنشطة الذى لا يحتاج إلى تكاليف باهظة أو مدرس متخصص فى تقديمه.

#### الاستخلاصات:

فى ضوء أهداف البحث وفى حدود فروض البحث وإجراءاته وفى ضوء المعلومات والنتائج التى توصل إليها البحث وفى ضوء المعالجات الإحصائية تم استخلاص الآتى:

- 1- إن البرنامج المقترح له أثر إيجابى على تنمية وتحسين القدرات الحركية والخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية للتلاميذ المعوقين سمعياً.
- 2- إن استخدام برنامج جمباز الموانع والألعاب الصغيرة يقابل ويلبى رغبات واحتياجات التلاميذ المعوقين سمعياً من الحركة والنشاط والتفاعل الاجتماعى وهناك إقبال شديد من قبل جميع المراحل السنية على الاشتراك فيه والاستفادة منه.
- 3- وجود نسبة تغير كبيرة بين القياسين القبلى والبعدى لصالح البعدي فى القدرات والخصائص.

#### التوصيات:

فى ضوء أهداف البحث ونتائجه وفى حدود خطة وعينة البحث وبناءً على ما تم استخلاصه، يوصى الباحث بما يلى:

1. تطبيق البرنامج المقترح باستخدام جمباز الموانع على التلاميذ المعوقين سمعياً.
2. إجراء دراسات مشابهة باستخدام جمباز الموانع على التلاميذ المعوقين سمعياً لمعرفة أثره على النواحي النفسية والذهنية والمهارية.
3. توفير الأجهزة والأدوات التى يمكن استخدامها فى تنفيذ البرنامج بجميع المدارس والمؤسسات التعليمية.

#### قائمة المراجع

1. إبراهيم عبد الله فرج الزريقات: الإعاقة السمعية، دار وائل للنشر، ط1، الأردن، 2003م.
2. ابتهاج محمود طلبة: تأثير برنامج مقترح للتمرينات على مفهوم الذات للتلاميذ المعوقين بصرياً فى الحلقة الأولى من التعليم الأساسى، المؤتمر العلمى الأول، دور التربية الرياضية فى حل المشكلات المعاصرة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، 1990م.
3. أحمد حاجى عبد الله: تأثير برنامج تمرينات مقترح على تحسين مستوى بعض الصفات البدنية للمعوقين بمرحلة التعليم المتوسط بدولة الكويت، رسالة

- ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، 1987م.
4. إسماعيل عبد الفتاح:  
الموسوعة الرياضية الميسرة، الجباز، دار الكتاب المصرية، القاهرة، 1990م.
5. أشرف عبد المنعم أحمد:  
تأثير استخدام برنامج جمباز موانع على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة المنيا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، 1998م.
6. —:  
تأثير استخدام برنامج جمباز الموانع والتمرنات الخاصة على قدرات حركية مختارة للناشئين في الجباز تحت 10 سنوات، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية والرياضية بالقاهرة، جامعة حلوان، 2006م.
7. انشراح منير عثمان:  
تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على القدرات العقلية والحركية للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، جامعة حلوان، 1983م.
8. المجلس الأعلى للشباب والرياضة:  
ملخص ومستخلص البحوث العلمية والتطبيقات لنتائج وتوصيات الرسائل العلمية وبحوث التربية الرياضية، القاهرة، 1998م.
9. بهاء الدين إبراهيم سلامة:  
فسولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994م. مقدمة في الإعاقة السمعية، دار الفكر، ط2، الأردن، 2005م.
10. جمال الخطيب:  
علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، ط4، عالم الكتاب للنشر، القاهرة، 1990م.
11. حامد زهران:  
علاقة القدرات الحركية الأساسية بالأداء الحركي للاعب الجباز تحت 10 سنوات مؤتمر مشكلات الإعداد الرياضي للناشئين، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، 1980م.
12. محمد إبراهيم شحاته:  
دراسة مقارنة بين المعوقين الممارسين وغير الممارسين لبعض البرامج والأنشطة الرياضية بمدينة الإسكندرية في الأداء الحركي والتوافق النفسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات بالإسكندرية، جامعة حلوان، 1982م.
13. ماهر حسن محمود:  
سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف، القاهرة، 1972م.
14. محمد حسن علاوى:  
القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الأول، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994م.
15. محمد صبحي حسانين:  
القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الثاني، 2002م.
16. —:  
جباز الألعاب والموانع، ط1، دار المعارف، القاهرة، 1986م.
- السامعون بأعينهم (الإعاقة السمعية)، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2000م.

17. موسى فهمى: السلوك الاجتماعى للمعوقين، دراسة فى الخدمة الاجتماعية، المكتب الجامعى الحديث، الإسكندرية، 2001م.
18. ماجدة السيد عبيد: رعاية المعاقين سمعياً وحركياً، المكتب العلمى للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 1999م.
19. محمد سيد فهمى: أسس ونظريات الجمباز الحديث، دار المعارف، الإسكندرية، 1990م.
20. سامية محمد فهمى: تصميم الوسائل التعليمية وإنتاجها لذوى الاحتياجات الخاصة. الانتقاء فى الجمباز، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1986م.
21. عادل عبد البصير: دراسة حول أثر تنمية بعض القدرات الحركية على زمن ومستوى أداء جملة التمرينات الأرضية لناشئات الجمباز تحت 12 سنة بمحافظة الإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، الإسكندرية، 1980م.
22. عبد الحافظ سلامة: النظريات والأسس العلمية فى تدريب الجمباز، دار الفكر العربى، القاهرة، 1990م.
23. عزت محمود كاشف:
24. فاطمة سعيد المعطى:
25. فوزى يعقوب :
- وعادل عبد البصير

26- Fallen and Umansky: Physical Education Hand Book, Prentic Hal Line, Engle Wood Cliffs, New Jersay, 1979.

### مرفق ( 1 )

جامعة عمر المختار  
كلية المعلمين . طبرق  
قسم التربية البدنية

قائمة قياس بعض الخصائص والسمات الاجتماعية والانفعالية والنمطية  
للتلاميذ المعوقين سمعياً (صم . بكم)

المرحلة/

اسم المفحوص/

م	الخصائص . السمات	تنطبق	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق
1	الانسحاب			

			2	الأناية
			3	المشى الخاطئ
			4	رفض العون
			5	الخوف
			6	الصراخ والقهقهة
			7	الاستقلالية
			8	العنف البدنى
			9	حركات متكررة
			10	الانطواء
			11	العدوانية
			12	قلة الحركة
			*	ملاحظات أخرى

الملاحظ/

### تقنية المعلومات ودورها في تحديث طرق التدريس وأساليبه في العملية التعليمية

د. عمار خليفة الدبر

#### مقدمة الدراسة :-

تشهد المجتمعات الإنسانية في بداية الألفية الثالثة ثورة عالمية وتكنولوجية تنتج عنها العديد من المشكلات التي تصادف الأفراد في حياتهم الأمر الذي فرض على المجتمعات النامية والمتقدمة معاً بذل الجهود لتطوير المؤسسات التعليمية بما يكفل للأفراد التوافق مع المتغيرات التي يشهدها العصر الحالي من ناحية ومواجهة المشكلات التي قد ترتبت على هذه المتغيرات من ناحية أخرى.

ونظراً للدور الذي تلعبه تكنولوجيا المعلومات في خدمة العملية التعليمية لاملاكها العديد من

الإمكانات التي تمد المتعلم بخبرات عملية وعقلية وشخصية لا توفرها الأدوات التعليمية التقليدية الأخرى. كان

لزاماً على المهتمين بالتعليم أن يقوموا بإجراء البحوث والدراسات التي تهدف التي تدريب المعلمين على تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في تحقيق الأهداف المطلوبة.

إن استخدام التقنيات الحديثة في التعليم ليس هو الهدف الأساسي بل إن توظيفها التوظيف الأمثل والفعال الذي يرفع كفاية الطالب ويزيد من دافعيته لتعلم المواد الدراسية ، مما يزيد فرصة تعلمه ويعود بالنفع على المعلم والمتعلم إلا أن استخدام التقنيات الحديثة بدون دليل واضح يشكل عبئاً إضافياً على المعلم والطالب ويعد عاملاً من عوامل تشتيت المعلومة وضياح الهدف .

#### \* مشكلة الدراسة :

إن عجز الطرق التدريسية التقليدية عن تقديم المعلومات وعدم مواكبتها لتطورات العصر وتزايد كمية المعلومات في الموضوع الواحد ، حتى أصبح من الصعب لأي كتاب مدرسي أن يتضمن كافة الحقائق في مرحلة تعليمية ، ولأن التقنية لا غنى عنها لتحقيق التنمية الشاملة ، وأن تحديث التعليم ينبغي أن ينطلق من قاعدة تطوير طرق وأساليب التدريس ، لذا فإن استخدام تكنولوجيا المعلومات قد يكون وسيلة فعالة في تطوير طرق وأساليب التدريس التي من خلالها يمكن المساهمة في رفع مستوى استيعاب الطلبة للمناهج الدراسية بالصورة المرضية .

إن فإلإشكالية تكمن في توظيف تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في التعليم وانعكاساتها على طرق وأساليب التدريس في التعليم الليبي بمختلف مراحلها.

#### \* أهمية الدراسة والحاجة إليها :

تواجه العملية التعليمية في القرن الحادي والعشرين عدة ضغوط وتحديات منها :

1- التقجر المعرفي والانفجار السكاني وثورة المعلومات والاتصالات وتطور التكنولوجيا وما يترتب عليه من سرعة انتقال المعرفة.

2- النقص في أعداد المدرسين وخاصة ذوي الكفاءة، وزيادة عدد الطلبة وعجز المؤسسات التعليمية خاصة في العالم الثالث عن توفير الأبنية والمرافق والتجهيزات اللازمة.

3- لم يعد التعليم محتكراً على أبناء طبقة دون أخرى أو على فئة عمرية معينة أو على الفئة التي تتمكن بالالتحاق بالمدارس النظامية بل صار التعليم متاحاً للجميع ومستمرراً.

4- تغير دور المعلم والطالب من خلال تطبيق عدد من تقنيات التعليم المختلفة. لذا لجأت دول العالم إلى استخدام تقنيات ولكن بدرجات متفاوتة ووضع خطة لمواجهة هذه الضغوط والتحديات ويمكن تلخيص تكنولوجيا المعلومات لمواجهة هذه الضغوط والتحديات بما يلي :-

1- الإفادة من الإمكانيات التي تقدمها وسائل الاتصال الجماهيري في تقديم حلول لمشكلة تعليم المجموعات الكبيرة من أجل التغلب على مشكلة النقص في أداء المدرسين وبخاصة ذوي الكفاءة فقد تم استخدام الدائرة المرئية المغلقة في التعليم .

2- أصبح التعليم مفتوحاً أمام فئات من الناس التي لا تتمكن من الالتحاق بالدراسة النظامية كالمعوقين وريبات البيوت وأصحاب المهن في برامج التعليم المهني والمفتوح لها ، تم استخدام أسلوب التعليم المصغر وذلك من خلال الاستعانة بأشرطة الفيديو واستخدام المحاكاة لتحسين الأداء العلمي للطالب .

3- تغير دور الطالب والمعلم إذ أصبح محور التركيز من العملية التعليمية .

4- وفرت وسائل التعليم الحديثة بدائل وأساليب تعليمية متعددة كالتعليم عن طريق الحاسوب التعليمي .

5- وفرت تقنيات التعليم أوعية متعددة لحفظ المعلومات ولعبت دوراً كبيراً في تحسين العملية التعليمية والوصول بها إلى درجة الإتقان وتحقيق الأهداف التعليمية بوقت أقصر وإمكانيات أقل.

ويمكن تلخيص أهمية هذه الدراسة من أهمية تحديث العملية التعليمية لخدمة التنمية وهذا يتطلب إمكانية الاستفادة من تطور العلم وتوظيف هذا التطور في تغيير مسارات العملية التعليمية من الوسائل التقليدية إلى الوسائل الحديثة ، وبما أن طرق وأساليب التدريس تعتبر العمود الفقري داخل منظومة العملية التعليمية إذن أي تفكير في تطوير التعليم ينبغي أن ينطلق من تطوير طرق وأساليب التدريس ولأن التقدم نحو العالم الإلكتروني أو العالم الرقمي أصبح قوياً ومؤثراً لدى كان لزاماً على طرق وأساليب التدريس أن تتفاعل معه وتطور نفسها بما يتماشى مع هذه التطورات وإلا وجد المدرسون أنفسهم خارج السرب .

\* أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة إلى طرح موضوع عصر المعلومات والاتصالات ودورها في تحديث طرق وأساليب التدريس، وهي بذلك تحاول أن ترسم رؤية واضحة لمستقبل العملية التعليمية، وإبراز دور المعلم ودور الطالب في العملية التعليمية أي أن هذه الدراسة تهدف إلى:

- 1- الوصول إلى طرق وأساليب تدريس مستحدثة في توصيل المعلومة .
- 2- تطبيق الوسائل الحديثة في العملية التعليمية والتركيز المناهج التعليمية على الجوانب التطبيقية في المجالات المختلفة .
- 3- ضبط ومعالجة المعلومات بشكل سريع .
- 4- فتح آفاق التدريب والتأهيل للمعلمين وإعداد دروس ذو كفاءة عالية .
- 5-المساهمة في الإنتاج الفكري في طرق وأساليب التدريس من خلال تناولها لموضوع حديث له أهمية كبرى للعاملين في المجال التربوي .
- 6- إبراز الدور الكبير الذي تلعبه تكنولوجيا المعلومات في تسيير العملية التعليمية .
- 7- التعرف على أهمية إدخال تقنية المعلومات إلى حيز الاستخدام في التعليم.

#### \* تساؤلات الدراسة :

- 1- ما التطور التاريخي لتكنولوجيا التعليم وما دورها في تحديث العملية التعليمية والتربوية ؟
- 2- ما مزايا وسلبيات تكنولوجيا التعليم والمعوقات التي تحول دون تفعيل استخدامها؟
- 3- ما الرؤية المستقبلية لتطوير تكنولوجيا التعليم وتفعيل دورها في التعليم الليبي لمختلف مراحل .

#### \* منهج الدراسة.

تحاول هذه الدراسة استخدام المنهج الوصفي المسحي لجمع مادة الدراسة والذي يعتبر من المناهج الأساسية في البحوث الوصفية لوصف الحالة الراهنة وتحليلها مع استخدام المنهج التاريخي لاستعراض التطور التاريخي لتكنولوجيا التعليم .

#### \* مصطلحات الدراسة.

التكنولوجيا : هي منظومة متكاملة من الأجهزة **Hardware** والبرمجيات **Software** والإجراءات والعمليات التي تؤدي إلى تحقيق الأهداف المنشودة بفاعلية وكفاءة .

ويمكن تعريف تلك المعلومات إجرائياً بأنها تعني كل ما يستخدم في مجال التعليم من تقنية معلوماتية كاستخدام الحاسب الآلي وشبكاتة المحلية والعالمية " انترنت " وذلك بهدف تخزين ومعالجة واسترجاع المعلومات في أي وقت .

#### \* طرق التدريس :

إن طريقة التدريس ليست سوى خطوات يتبعها المعلم لتحقيق أهداف معينة إذا كانت هناك طرق مشهورة للتدريس ، فإن ذلك يرجع في الأصل إلى أفكار المربين عبر العصور عن الطبيعة البشرية ومن طبيعة المعرفة ذاتها ، كما يرجع أيضاً إلى ما توصل إليه علماء النفس عن ماهية التعليم ، وهذا ما يجعلنا نقول إن هناك جذوراً تربوية بطرق التدريس .

#### \* أسلوب التدريس :

هو الكيفية التي يتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية تدريس ، وهو الأسلوب الذي يتبعه المعلم في تنفيذ طريقة التدريس بصورة تميزه عن غيره من المعلمين الذين يستخدمون الطريقة نفسها ومن ثم ترتبط بصورة أساسية بالخصائص الشخصية للمعلم .

#### \* أولاً : تكنولوجيا التعليم :

#### نبذة تاريخية :

تحاول الدراسة أن تصل إلى إقناع تام بأهمية تكنولوجيا المعلومات في مجال التعليم فكان علينا أن نستعرض مقترحات بديلة وبدائل لحلول مطلوبة فإن ظهور أية أداة أو وسيلة جديدة من وسائل تكنولوجيا عادة ما يصاحبها إعجاب بشكل ملفت للنظر فضلاً عن إظهار آثارها السلبية. " إبراهيم شعبان حامد علي

( 2003 م )

وهنا نحاول استعراض تاريخ تكنولوجيا المعلومات عن بدء من اختراع الكتابة حتى ظهور شبكة الإنترنت وتقنية الحاسوب.



1- عندما اكتشف الكتابة اليدوية قال " أفلاطون " على لسان معلمه " سقراط " إن الكتابة ستضعف العقل البشري بسبب اعتماده على الكلمة المكتوبة .

2- عند اكتشاف تكنولوجيا الطباعة، رأى الكثير أن الكتاب يعتبر أداة فعالة في العملية التعليمية.

3- في منتصف القرن العشرين ظهر الحاسوب وأشاد الكثير من الناس بهذا الجهاز وإيجابياته .

4- أما في ما يخص باكتشاف شبكة المعلومات " الانترنت " فقد أشاد الكثير من الناس بخاصيتها في التعامل المعرفي عبر أرجاء العالم ، وأنها سوف تخرج مكنون المعرفة بحيث يتناقله الناس عبر الشبكة بجميع اللغات كما أنها سوف تتيح المعلومات للجميع في كل وقت وفي أي مكان وعلى الرغم من الرأي المعارض الذي يرى أن العقل مهدد نتيجة حملة المعلومات الزائدة بالإضافة إلى انعزالية الفرد بانغلاقه في عالم الرمز يمتلئ بها الفضاء الإنساني .

حقيقة... تتجه الآراء نحو مكتشفات تكنولوجيا المعلومات والتي تعزى إلى ضعف موضوعية النظرة إلى الفهم الحقيقي لتكنولوجيا التعليم ودورها الرئيسي فقد رأى أصحاب النظرة الخاطئة أن تكنولوجيا هي وسائل يتوقف نجاح استخدامها في حسن استغلالها ، والسؤال هنا . هل يستطيع عصر الانترنت إن يلغي عصر الكتابة اليدوية وعصر الطباعة أم ننتظر عصراً آخر يلغي عقول البشر بحيث يقضي على قوة هذا الوسيط الإلكتروني الذي ملأ الدنيا ثناء له وإعجاباً .

في ضوء ما سبق علينا أن نبتعد عن الخطأ القائل إن النظرة إلى تكنولوجيا المعلومات تتعلق بالحاسب الآلي وإن نقل المعلومة من مصادر متنوعة ومتعددة تعطى إيضاحاً أكثر للمعلومة كما إن أنواع تكنولوجيا المعلومات المتعددة ذات القدرات المتباينة في توصيل المعلومات تتيح فرصاً أوسع لتحسين النواحي المعرفية في التدريس .

ثانياً: دور تكنولوجيا المعلومات في تحديث العملية التعليمية والتربوية

أ - دور تكنولوجيا المعلومات في الاتصال التربوي:

تعد التربية البناء عبارة عن نظام اتصال، والسلوك الإنساني الهادف مهما كان بسيطاً أو مركباً فهو

نظام اتصال ، وهذا النظام التربوي يعتمد على توفير العناصر الآتية " أنطوان ، بطرش 1987 م "

1- أغراض التعلم / التعليم أو أغراض الاتصال التربوي.

2- المعلمون كمرسلين عموماً للاتصال التربوي .

3- الطلبة كمستقبلين .

4- محتوى التعلم / التعليم من معارف وخبرات هي وسيلة الاتصال التربوي.

5- وسائل الاتصال التربوي هي وسائل وتكنولوجيا التعلم .

6- وسائل التغذية الراجعة بخصوص فعالية الاتصال التربوي .

**ب - دور تكنولوجيا المعلومات في إدراك وتعلم الطلبة وتحقيق الأهداف التربوية :**

يعد الإدراك الإنساني هو عملية باطنية نفسية تحدث في عقل الفرد محدثة ما يسمى بالتعلم ، وهذا يتم من خلال

عمليات المتصلة الآتية " أمان ، الغرب 2003 ف "

1- **الانتباه :** ويتمثل في يقظة الحواس الإنسانية كالسمع والبصر والشم والذوق واللمس .

2- **الإدراك الحسي أو الملاحظة الحسية :** وهو شعور الفرد المبدئي بموضوع الإدراك حوله .

3- **الإدراك الباطني :** يتم من خلال عمليات التمييز والتبويب والتنظيم وذلك حسب خصائص الموضوع المدرك .

4- **التعلم :** يحدث عند دمج الفرد للموضوع في خبراته السابقة الفكرية وهذا ما يسمى بالتعلم مع المعلم.

5- لقد حفز الدور الهام الذي تقوم به تكنولوجيا التعليم في تنفيذ التربية المدرسية عدداً من المدربين إلى دراسة

مدى فعالية أنواعها المختلفة في تحقيق الأهداف التربوية .

**ج - دور تكنولوجيا التعليم في المنهج والتدريس .**

يتكون المنهج من أربعة عناصر هي : الأهداف والمحتوى طرق التدريس والتقويم ، وبالرغم من الاعتراف بدور

تكنولوجيا التعليم في إنتاج التربية الصفية والمؤثرة ومع ذلك لا يمكن إهمال دور المعلم في العملية التعليمية ،

ويمكن أن نلخص الدور الذي تلعبه وسائل تكنولوجيا المعلومات في تحسين عملية التعلم بما يلي :

" باركا، رد ليك ورس فيل 2003م "

1- إثراء التعليم : ويتم من خلال إضافة مؤثرات خاصة وبرامج متميزة .

2- اقتصادية التعليم : يتم من خلال تحقيق أهداف تعلم قابلة للقياس بمستوى فعال من حيث التكلفة في الوقت والجهد والمصادر .

3- تساعد على استثارة اهتمام الطالب وإشباع حاجته للتعلم .

4- تساعد على زيادة خبرة الطالب مما يجعله أكثر استعداداً للتعلم .

5- تساعد على إشراك جميع حواس المتعلم ، إذ أن ذلك يؤدي إلى ترسيخ وتعميق هذا التعلم .

6- تساعد على تحاشي الوقوع في اللفظية الزائدة .

7- تساعد تكوين مفاهيم سليمة من خلال تنويع الوسائل .

8- تساعد في زيادة مشاركة الطالب الايجابية وتنمي قدرته على التأمل ودقة الملاحظة وأتباع التفكير العلمي للوصول إلى حل المشكلات .

9- تساعد على تنويع أساليب التعزيز التي تؤدي إلى تثبيت الاستجابات الصحيحة .

10- تساعد على تنويع أساليب التعلم لمواجهة الفروق الفردية .

11- تؤدي إلى ترتيب واستمرار الأفكار التي يكونها الطلبة .

12- تؤدي إلى تعديل السلوك وتكوين اتجاهات جديدة .

الفصل الثالث : مزايا تكنولوجيا التعليم والمعوقات التي تحول دون تفعيل استخدامها .

أولاً- مزايا تكنولوجيا التعلم " بحري منى يونس وآخرون 1990م"

1- توفير الوقت : إن الوسيلة البصرية والحسية تعتبر بديلاً عن جميع الجمل والعبارات التي ينطبق بها المعلم ويسمعها الطالب والتي يحاول أن يفهمها ويكون لها صورة عقلية في ذهنه ليتمكن من تذكرها .

2- الإدراك الحسي : إن الألفاظ لا تستطيع أن تعطي المتعلم صورة حقيقة جلية تماماً عن الشيء موضوع الحديث أو الشرح ، مثلما الوسيلة الإيضاحية أو التكنولوجية .

3- الفهم : هو قدرة الفرد على تمييز المدركات الحسية وتصنيفها وترتيبها ، فإن الفرد يتصل بالأشياء ، والمظاهر المختلفة عن طريق حواسه .

4- أسلوب حل المشكلات : حينما يشاهد الطالب تقنية تعليمية ، فأنها في الغالب تثير فيه بعض التساؤلات التي قد لا تكون مرتبطة مباشرة بموضوع الدرس ، وقد تنمي هذه التساؤلات التي تتبع من حب الاستطلاع أسلوب حل المشكلات لدى هذا الطالب .

5- المهارات: تقوم التقنيات التعليمية بتقديم توضيحات علمية للمهارات المطلوب تعلمها .

6- اللفظية الزائدة: عدم معرفة الطالب أحياناً لبعض الجمل أو الكلمات مما يتسبب بخلط المعنى لديه ، ولكن بالصورة يتضح المعنى لها .

7- تتيح للطالب فترة تذكر أطول للمعلومات . 8- تشوق المتعلم وتجذبه نحو الدرس .

9- تدفع المتعلم ليتعلم عن طريق العمل. 10- تدفع الطالب نحو التعلم الذاتي ، والتعلم المفرد

11- تنمية الحس الجمالي فالتقنية التعليمية تكون في العادة ذات إخراج جيد وتناسق لوني جميل .

12- تنوع حواس التعلم بمشاركة أكثر من حاسة في التعلم . 13- المساعدة على تنظيم المادة التعليمية .

14- تنمية الميول الإيجابية لدى الطلاب . 15- معالجة مشاكل النطق والتأتأة .

16- تقوية شخصية الطالب . 17- تنمية التفكير الإبداعي .

ثانياً- سلبيات تكنولوجيا التعليم .

على الرغم من الإيجابيات المتعددة ، لتكنولوجيا المعلومات والحديثة منها أعطت رفع تطور الهائل في العملية التعليمية فإنه هناك سلبيات في استخدام التكنولوجيا في التعليم وخاصة عند استخدام الحاسوب ومع أن للحاسوب أهمية في العملية التعليمية غير أنه لا يأخذ مكان المدرس ولا يمكن الاستغناء عن المدرس بتاتاً وإنما الحاسوب بمنزلة الساعد الأيمن له أو المساعد الكبير للمدرس لعدة أسباب منها : " جابر، عبد

الحميد والرازق ، طاهر محمد 1975 م"

1- أن الحاسوب لا يجيب عن جميع الأسئلة التي يسألها الطالب .

2- المدرس قدوة لطلبته، وقد يقلدون بعض حركاته التي يحبونها .

3- يحتاج المدرس استخدام الحاسوب كموجه أو مرشد .

4- لا يوجد عنصر للمناقشة أو الحوار بين التلميذ والحاسوب وعلى العكس فالمدرس يشجع ويحاور الطلبة في موضوعات قد لا يلم بها الحاسوب .

5- الحاسوب لا يوازي الإنسان ، ولا يستطيع القيام بكل شيء ولكنه ينفذ بعض الأوامر التي يفعلها الإنسان .

- 6- الحاسوب ينزع الروح الإنسانية من الحياة التدريسية فيضيع دور المدرس الوجداني .
- 7- تشتت الانتباه لمن يستعمله بطريقة مكثفة .
- 8- الاعتماد على التكنولوجيا بشكل كلي يقلل من مهارات الإنسان .
- 9- كثرة الجلوس أمام الحاسوب يسبب بعض الأمراض مثل الانطواء وضعف البصر .
- 10- مكلفة إذ لم نحسن استخدامها .
- 11- تقلل من فرص العمل لأن مهارات الإنسان تقل باستعمال الحاسوب المكثف .
- 12- تحتاج إلى ضبط داخلي خوفاً من سلوكيات سيئة .
- 13- الاستخدام المفرط للتكنولوجيا يورث الكسل وانعدام المهارات مثل تحسين الخط والحساب الذهني .

ثالثاً - المعوقات التي تواجه الخطط التطويرية لتفعيل استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في المدارس والجامعات :

هنالك العديد من المتغيرات التي تؤخر أو تلغى أحياناً الاستفادة الكبيرة من تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في العملية التعليمية أهمها :

- 1- التطور المتزايد في صناعة تكنولوجيا المعلومات وضعف القدرة على متابعة هذا التطور .
- 2- ضعف مناسبة الميزانية المرصودة للاستفادة من تكنولوجيا المعلومات .
- 3- ضيق الوقت بالنسبة للطلبة والمدرسين والإداريين .
- 4- قلة الاستفادة القصوى من الأجهزة والمعدات والبرامج والدورات التدريبية في العملية التعليمية .
- 5- ندرة مواكبة التغيرات والتطورات في عالم تكنولوجيا المعلومات والاتصالات واستخدامها في العملية التعليمية .
- 6- تغير الملاك الوظيفي للمسئول عن تكنولوجيا المعلومات " من مدرسين ومبرمجين وفنيين وإداريين " وتأثيره في العملية التعليمية.
- 7- ضعف مساهمة المناهج والمقررات لمادة الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات مع مناهج أمانتي التعليم العام والعالى والبرامج الأجنبية .

8- قلة الاستفادة بشكل كبير من البرامج والأنشطة المتعلقة بالحاسوب في العملية التعليمية وزيادة مهارات الطلبة

" الحر ، عبد العزيز 2002 م "

9- ارتباط الخطط التطويرية بأشخاص أمين القسم أو المنسق وانتهاء هذه الخطط مع خروج الوضع لها .

10- ندرة وجود إستراتيجية تطويرية تدوم لأكثر من عام فيما يتعلق باستخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات

في التعليم تؤثر بشكل فاعل وقابلة للتحديث ومواكبة التطور " حمدان ، د. محمد زياد 2003 "

11- قلة الخبرات وضعف وجود البرامج التدريبية الفاعلة .

12- ندرة وجود معايير ثابتة للاستناد عليها في هذا المجال فيما يتعلق بالأجهزة والبرامج والدورات والمناهج

والشبكات ومواقع الإنترنت " الراوي، ناجح 1994 م "

رابعاً - إيجابيات تكنولوجيا المعلومات نحو تدريب المعلمين ذاتياً :

1- تساهم تكنولوجيا المعلومات في إكساب المعلمين / المدرسين المعرفة والمعلومات حول ما هو حديث في

تدريس الموضوعات التي يدرسها.

2- تسمح وسائل وتكنولوجيا المعلومات المتعددة للمدرس أن يلغى الحواجز الفاصلة بين فروع المعرفة

المتخصصة.

3- تساهم تكنولوجيا المعلومات المتعددة بصورة فعالة في إكساب المعلم المدرس مهارة توظيف معارفه عملياً.

4- تساهم تكنولوجيا المعلومات إكساب المعلم / المدرس أنواعاً مختلفة من التفكير الابتكاري والمفهوم

والناقدي والعلمي وتوفير فرص عديدة للإبداع .

5- تساهم تكنولوجيا المعلومات بقيام المعلم بنشر أفكاره واستقبال أفكار جديدة أخرى قد تستفيد منها العملية

التعليمية .

6- تساهم تكنولوجيا المعلومات في تنمية مهارات المعلم في التواصل بينه وبين طلبته وبين معلمي المواد

الأخرى .

خامساً - أسباب المدرسين لتكنولوجيا التعليم .

تعددت الأسباب التي تعزى إليها مقاومة المدرسين للتقنيات فكان منها :- " الزويري ، عبد الله 1997 م "

- 1- ميل بعض المدرسين إلى مقاومة التجديدات التربوية عامة ، ومقاومة الاستراتيجيات والطرق والتقنيات الجديدة المغايرة لما اعتادوا عليه .
- 2- قلة الوعي بمفهوم تكنولوجيا التعليم والنظر إليها على أنها مجموعة الأجهزة والالات المستخدمة في التعليم والتي من شأنها أن تفيد التعليم ذلك الطابع الإنساني وتجعله آلياً ميكانيكياً .
- 3- تخوف بعض المدرسين من استخدام الأجهزة التقنية المعقدة أو الخوف من الواقع في الخطأ في استخدام التقنيات الناتج عن قلة التدريب والذي يولد لدى المدرسين شعوراً بعدم الرغبة في التعامل مع هذه التقنيات .
- 4- ندرة توافر البرامج التعليمية المناسبة للتدريس ولا سيما الخاصة بالمستوى الجامعي .
- 5- عدم توافر الوقت الكافي للمدرس وانشغاله بالأعباء الروتينية للتدريس
- 6- قلة الحوافر المادية والمعنوية .
- 7- النظر إلى التقنيات التعليمية خاصة وتكنولوجيا التعليم عامة كعامل مهدد وتخوف بعض المدرسين من أن تحل التقنيات التعليمية الحديثة محلهم .
- 8- التخوف من أن يفقد استخدام التقنيات التعليمية البعد النظري والفلسفي المتمق للتدريس ، مما يؤثر على نوعية التدريس وعلى كفاءته .

وهنا يحاول الباحث استخلاص رؤية مستقبلية لتكنولوجيا التعليم بهدف تطوير العملية لتعلميه في المجتمع الليبي .

#### الباب الثاني : رؤية مستقبلية لتكنولوجيا التعليم .

الفصل الأول : تغير النظرة إلى إستراتيجية التدريس ودور كل من الطالب والمدرس المعتمد على تكنولوجيا المعلومات والاتصالات .

تؤكد جميع الدراسات السابقة على إن المحاضرة الإلقائية هي السمة الغالبة في التدريس شائع ما يطلق عليه التدريس التفاعلي Teaching interactive الذي يعتمد على توفير التغذية الراجعة feed Back ليتعرف نتائج سلوكه العلمي بهدف تطوير الداء وترقيته كما بدأ العالم كله ينزع الاستراتيجيات الاستكشافية Discovery والبحثية inquiry وحل المشكلات problem وقد يتم ما سبق من استخدام التعليم التعاوني Discovery

Education أو بجهد الطالب منفرداً individually ، كما قد تتم بداية معرف اعتماد الطالب ذاتياً أو غير ذلك وفي هذا كله فإن المعلم لا بد أن يتضمن دفع طلبيه إلى التحميص والتدقيق والتحليل والتفسير لما يفعلونه معه من مادة علمية وأسباب هذا التفاعل ما وراء المعرفة أو الإدراك محاولة لتعليمهم كيفية يتعلمون وحدهم . ولعل بالتوجه نحو نموذج التعليم التكنولوجي يتغير النمط التقليدي السائد الذي يؤكد على المدرس باعتباره مرسلاً في أغلب الأوقات والمتعلم باعتباره مستقبلاً إلى المتعلم النشط لعل من الأخطاء الشائعة الاعتقاد بأن في الوسائل التكنولوجية الحديثة من إذاعة وشاشة مرئية وحاسب إلغاء دور المدرس ضرورة الحاجة إلى اعتماد تكنولوجيا في الميدان التربوي لا يلغي دور المدرس أبداً وعندما يغير في طبيعة هذا الدور أن نموذج التعليم الإلكتروني الذي يعتمد فيما يعتمد عليه نمط التعليم المبني على المصادر . ونظراً لما يتمتع به نموذج التعليم التكنولوجي من تركيز على التعليم المبني على المصادر فإنه تغيراً حقيقياً في دور المتعلم الذي ينبغي أن يعمل على اكتساب المهارات الآتية سعدون عبد الهادي 2005 م"

- 1- التعرف إلى ومتى تكون هناك حاجة للمعلومة .
- 2- تحديد المعلومات في موضوع معين .
- 3- مهارة البحث والوصول إلى المطلوب .
- 4- تقييم المعلومة واختيار المناسب منها .
- 5- ترتيب المعلومات وتنظيمها
- 6- استخدام المعلومات بصورة فعالة ومحقة للأهداف المرجوة .

#### التعلم وعلاقته بالمهارات التقنية :

لكي يتمكن المتعلمون من إتقان المهارات السابقة ينبغي أن يسعى المدرسون لتشجيعهم على النحو التالي :-

- 1- أن يكون المعلمون ايجابيون بعيدين عن السلبية
- 2- أن يخرطوا في منهجية التعلم الناقد.
- 3- أن يتقبلوا فكرة أنهم المسئولون مسؤولية مباشرة عن تعلمهم .
- 4- يعملون على محاولة الاعتماد على الإبداع والابتكار .
- 5- تنمية مهاراتهم في حل المشكلات واتخاذ القرار والتقييم .
- 6- يوسعوا آفاقهم ويطورون نظراتهم لتكون شاملة نحو العالم.



## الفصل الثاني: ماذا نتوقع في القرن الحادي والعشرين ؟

نتوقع في هذا القرن الذي يمكن أن نطلق عليه عصر المعلومات أن ينتقل المعلم والمتعلم بين الجهات الأصلية والفرعية للكرة الأرضية ليشاهدوا الكلمة والصورة ويسمعا الصوت من الحاسوب وتنتشر المدارس والجامعات الإلكترونية الافتراضية على الانترنت فضلا عن المكتبات الإلكترونية.

بدأت متطلبات الحياة العصرية تشكل عبئاً على المؤسسات التربوية وأصبح من الضروري لهذه المؤسسات أن تعيد النظر في وسائلها وتقنياتها بهدف تحسين المردود التعليمي ورفع كفاءته . " صلاح الدين ، نور الدين 2005م "

على الرغم من إدخال الحاسوب في مجال التعليم في المدارس دون توافر الحد الأدنى من البنية التحتية اللازمة ودون أن تسبقه عمليات التجريب والتحليل الدقيق ، وعلى الرغم من الأدوار الإيجابية التي يؤديها الحاسب في العملية التعليمية والتي أشارت إليها البحوث من نماذج ذات مستوى عال من الأداء والجودة وتفعيل الإمكانيات المحددة داخل الدرس من خلال تقديم برامج تهتم بتطبيق طرق وأساليب حديثة .الصوفي، عبد السلام 2001"

أما عن طريق تكنولوجيا (الإنترنت) فيستطيع المعلم أن يساعد ذاته بواسطة التزود بالمعلومات والمعارف الحديثة ، ويمكن أن يتطور المعلم مع تقدم هذا العصر وأن يتزود بمهارات التصميم والتعليم ويعد ذلك تكون مهمة المعلم هي تصميم التعلم الذي يشتمل على :

- تحليل التعليم في ذلك وتصنيف الأهداف وتحليل المادة التعليمية .
  - تنظيم التعليم والذي يشمل على تنظيم أهداف العملية التعليمية ومحتوى المادة والأدوات والمصادر والوسائل التعليمية واستراتيجيات التعلم المختلفة بما في ذلك طرق وأساليب التدريس والتعزيز وإثارة الدافعية ومراعاة الفروق الفردية وغيرها .
  - إدارة التعليم والذي يتعلق بضبط العملية التعليمية والتأكد من سيرها في الاتجاه ويتم ذلك عن طريق تنظيم سجلات المدرسين وجداول وضبط عمليات الغياب والحضور ومراقبة النظام العام في المدارس والإشراف على تامين الوسائل والأدوات التعليمية.
- " الهوشي ،أبو بكر 2003 م "

- تقويم التعليم هو المجال الذي يتم عن طريقة الحكم على مستوى تعلم الطلبة وتحقق الأهداف التعليمية وهذا يتطلب تصميم الاختبارات التقييمية المختلفة سواء كانت يومية أو أسبوعية أو شهرية .

### الباب الثالث :

أولاً - الاستنتاجات :

- 1- أن التعليم الافتراضي طريقة جديدة في التدريس تعتمد بدرجة الأساس على التقنية التربوية الحديثة ومن المتوقع دخول هذا النمط إلى المجتمعات العربية للتواصل مع المستجديات العلمية ولمسايرة الدول المتطورة .
- 2- من أهم تطلعات التربويين وصانعي القرار دمج تقنيات التعلم مع برامج إعداد المعلمين نظراً للتطور الهائل في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وما لذلك من انعكاسات على المجال التربوي وإعداد المعلم بشكل عام وطرق أساليب التدريس بشكل خاص.
- 3- أن نجاح المنظومة العلمية وتحقيق أهدافها لا يتم إلا من خلال المعلم المؤهل القادر على التعامل مع المنظومة التعليمية بفعالية ونجاح.

### ثانياً / التوصيات:

يوصى الباحث بالتوصيات التربوية الآتية :

- 1- هناك ضرورة ملحة لإعادة النظر في برامج إعداد المعلم بشكل عام ومقررات الوسائل التعليمية وتقنيات التعليم بشكل خاص .
- 2- تطوير برامج تدريبية إلزامية مخصصة لأعضاء هيئة التدريس في برامج إعداد المعلم لتدريبهم على أساس ومبادئ تقنيات تكنولوجيا التعليم وكيفية توظيفها في المقررات التي يقدمونها لمعلمي المستقبل . .
- 3- الاستفادة من خبرات الطلبة في مجال الحاسوب عند تطوير مناهج بعض مقررات تقنيات التعليم في مؤسسات أعداد المعلم .
- 4- تحديد الحد الأدنى على الأقل من كفايات تقنيات مقررات إعداد المعلم .

- 5- الاطلاع على المستجدات في مجال تقنيات والعمل على مواكبة المقررات والأجهزة المستخدمة في هذه البرامج بهدف مواكبة التطور السريع في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات .
- 6-تشجيع الطلبة والمعلمين على الابتكار في مجال تقنيات التعليم والمعلومات في البيئة .
- 7- توفير فرص متساوية للمتعلمين في الوصول إلى مصادر التعلم المباشر .
- 8- توظيف استراتيجيات التعلم المناسبة والهادفة إلى دمج خصائص وإمكانيات تقنيات المعلومات والاتصالات الجديدة في عمليتي التعليم والتعلم.
- 9- تصميم بعض الوحدات التعليمية الجذابة للطلبة الموهوبين وبطيئي التعلم باستخدام التقنيات الحديثة .
- 10 توظيف تقنيات التعليم في مجال القياس والتقييم .
- 11- استخدام شبكات (الانترنت) في التعليم والبحث عن المعلومات باستخدام وسائلها المختلفة .
- 12- اختيار التقنيات المناسبة لأهداف المادة العلمية ومحتواها وحسب وضع وحاجة الموقف التعليمي .
- 13- استخدام الحاسوب في معالجة النصوص وأداء الوظائف الأساسية لإنشاء وتحرير الوثائق والنشرات والتقارير والجدول وفي إنجاز المعلومات الحاسوبية والمنطقية .
- 14- تسهيل الوصول إلى التقنية من خلال توفير الخدمات من برمجيات وشبكات اتصال لكل من المتعلم
- 15- تمكين أعضاء هيئة التدريس العاملين في البرامج من المهارات الأساسية التي تمكنهم من توظيف تقنيات التعليم في مجال التعليم والتعلم.
- 16- الاستمرار في صيانة الأجهزة والأدوات الضرورية في مجال توظيف التقنيات للحصول على أفضل النتائج
- 17- جعل معلم المستقبل محور العملية التعليمية ويكون دوره أساسيا في هذه العملية

### ثالثاً / المقترحات .

يقترح الباحث إجراء دراسات تتناول ما يأتي:

- 1- إجراء دراسة عن دور المعلم المعتمد على تقنيات المعلومات .
- 2- إجراء دراسة عن تقويم أداء الجامعة الالكترونية
- 3- إجراء دراسة عن تقويم المكتبات الالكترونية .

- 4- إجراء دراسة عن معوقات توظيف تقنيات التعلم في برامج إعداد المعلمين .
- 5- إجراء دراسة عن اثر التعلم الجامعي الالكتروني في تحصيل الطلبة الجامعيين في بعض المواد العلمية .
- 6- إجراء دراسة عن التعلم الجامعي في اتجاهات الطلبة نحو الاستمرار في الدراسة
- 7- إجراء دراسة عن أثر التعليم الالكتروني في تحصيل الطلبة الموهوبين

### المراجع

- 1- إبراهيم شعبان حامد على 2003 م استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات " LCT " .
- 2- إسماعيل ، الغريب زاهر " 2001 م " تطبيقات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الحديثة بالتعلم .
- 3- أمين ، زينب "2002 م" إشكاليات حول تكنولوجيا التعلم ، دار الهدى للنشر والتوزيع ، المينا ، مصر
- 4- أنطوان ، بطرس " 1987 م" المعلوماتية على مشارف القرن الحادي والعشرين والتوزيع ، مكتبة لبنان ، بيروت .
- 5- أمين ، الغراب "2003م" التعلم الالكتروني ندخل التعليم غير التقليدي المؤتمر العربي الثاني للاستشارات والتدريب ، الشارقة ، ابريل .
- 6- باركا رد ، نيك وريس فيل " 2003 م" توظيف تكنولوجيا المعلومات في المدارس ، دار الفاروق للنشر والتوزيع ، القاهرة .
- 7- بحري ، منى يونس وآخرون ، 1990م" التقنيات التربوية ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، الوصل ، العراق .
- 8- جابر ، عبد الحميد والرزاق ، طاهر محمد "1975م" أسلوب النظم بين التعليم والتعلم ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، مصر .
- 9- جيش ، بيل "1998م" المعلوماتية ترجمة عبد السلام رضوان المجلس الوطني للثقافة ، الكويت .
- 10 الحر ، عبد العزيز "2002م" مدرسة المستقبل ،مكتب التربية العربي لدول الخليج .
- 11- حمدان د. محمد زياد "2003م" المجلة العربية للتنمية ، المجلد 23 ، العدد 1 تونس المنظمة العربية للتربية والثقافة والمعموم ، ص 185 – 212 .

- 12 - الراوي ، ناجح "1994 م" العلم وتكنولوجيا في الوطن العربي وتحديات المستقبل مجلة شؤون سياسية ، عدد 1 ، 1994 م .
- 13- الزويري ، عبد الله "1997م" اثر تكنولوجيا المعلومات على المكتبات ومراكز المعلومات في الوطن العربي .
- 14- سلامة ، عبد الحافظ "1998م" وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم دار الفكر للطباعة والنشر ، ط 2 عمان ، ص 516 .
- 15- سعدون ، سعدون عبد الهادي "2005م" الآفاق المستقبلية للجامعة المفتوحة والتعليم عند بعد في الوطن العربي .
- 16- السوداني، حسن "2005 م" التعليم الافتراضي تقنية تربوية أو طريقة تدريس ، مجلة النبأ ، العدد 76 ، نيسان 2005 ، ص 4 .
- 17- شوقي ، محمود ورون "1995 م" تربية المعلم في القرن الحادي والعشرين الرياض ، المملكة العربية السعودية .
- 18- صلاح الدين، نور الدين "2002م" المعلوماتية، وزارة الثقافة والتعليم، دمشق .
- 19- الصوفي، عبد السلام "2001" التكنولوجيا الحديثة ومركز المعلومات، دار المسيرة ، عمان .
- 20- الكوب، بشير عبد الرحيم "1988م" التكنولوجيا في عملية التعليم والتعلم دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان .
- 21- الوشي ، أبو بكر "2003 م" التقنية الحديثة في المعلومات والمكتبات نحو إستراتيجية عربية ، دار الفجر للنشر القاهرة .
- المراجع المواقع الإلكترونية :

[http:// www.cybrqrians. Info/ journal /no6/schol/l-lib.htm](http://www.cybrqrians.Info/journal/no6/schol/l-lib.htm)

[http:// www.cybrqrians. Info/ journal /no7/schol/l-lib.htm](http://www.cybrqrians.Info/journal/no7/schol/l-lib.htm) .

[http:// www.cybrqrians. Loura.blogjahahiz/. com](http://www.cybrqrians.Loura.blogjahahiz/.com)

## دراسة مقارنة لمستوى التحمل العضلي الديناميكي بين لاعبي الجودو

\* د. لطفي عبد النبي الحنتوش

\*\* أ. أحمد البشير رجوية

\*\*\* أ. ابتسام عبد السلام زبيدة

### 1 - المقدمة :

تعد صفة التحمل بشكل عام من الصفات البدنية الحيوية لجميع الرياضيين وخاصةً بالنسبة إلى الذين يمارسون أنواع الأنشطة الرياضية التي تتطلب الداء البدني لفترات طويلة. ( 5:172 ) .  
وينقسم التحمل العضلي إلى قسمين هما تحمل عضلي عام وتحمل عضلي خاص حيث يعد التحمل العضلي العام بمثابة القدرة على العمل باستخدام مجموعة كبيرة من العضلات لفترات طويلة وبمستوى متوسط من الحمل،

---

\* أ.م.د بقسم التدريس / كلية علوم التربية البدنية الرياضية / جامعة الفاتح.  
م.بقسم التدريس / كلية علوم التربية البدنية والرياضة/ جامعة الفاتح  
م.بقسم التدريس / كلية علوم التربية البدنية والرياضة/ جامعة الفاتح.

مع استمرار عمل الجهازين الدوري والتنفسي والدورات بصورة طبيعية، لذا اعتبر التحمل من الصفات الهامة التي تتطلب تنمية صفات متعددة من أجهزة وأعضاء جسم الرياضي وذلك من أجل الوصول بها إلى درجة عالية من الكفاءة في العمل وأداء مختلف المهارات الحركية الرياضية بصورة توافقية جيدة. ( 3:127 ). ويعرفها هارة على أنها قابلية مقاومة الأجهزة العضوية للتعب عند أداء التمرينات الرياضية لفترات طويلة. (2:189).

والتحمل العضلي الديناميكي هو أحد أقسام التحمل ويعرفه لارسون ويوكم هو القدرة على الاستمرار في بذل جهد متعاقب مع إلقاء مقاومة على المجموعات العضلية. ( 4: 64 ).

كما يعرفه محمد حسن علاوي بأنه قدرة العضلة في التغلب على مقاومات ذات شدة تتراوح ما بين الشد الأقل والمتوسط ومواجهة هذه المقاومات أثناء الأداء لفترات طويلة نسبياً. ( 6:128 ).

ينقسم التحمل العضلي الخاص إلى تحمل عضلي ديناميكي وتحمل عضلي استاتيكي وقد تم اختيار التحمل العضلي الديناميكي موضوعاً لهذه الدراسة نظراً لأهميته الشديدة في لعبة التايكواندو والتي تتميز بطابع الديناميكية والاستمرارية حيث يضل اللاعب في حركة دائمة لمدة ( 5 ) دقائق عند أداء المناورات المختلفة لدى الاشتباك مع المنافس، أو عند القيام بها ضد اللاعب المنافس.

ويرى جيرمان وجاتلي ( 1983 ) أنه لا يمكن تحويل الخسارة إلى فوز خلال الدقائق من خلال المنافسة إلا لو كان اللاعب متميزاً عن منافسة بعنصر التحمل العضلي. ( 11:15 ).

## 2-1 مشكلة البحث :

من خلال الملاحظة لأغلب المنافسات التي تقام سواءً منها المحلية أو على المستوى الدولي أن معظم اللاعبين تقل قدراتهم البدنية والوظيفية عن ملاحظة شدة وديناميكية الصراع حيث أشارت هذه الظاهرة إلى القصور في فترة الإعداد البدني بصورة عامة وضعف مستوى التحمل الديناميكي لديهم بصفة خاصة. ومن هنا تبرز أهمية الحاجة لإجراء هذه الدراسة للوقوف على المستوى الحقيقي لتحمل المجموعات العضلية المختلفة للاعبين الأندية الرياضية بالنسبة لفئة الشباب والمتقدمين والوصول إلى بعض البيانات التي تفيد المتدربين مستقبلاً.

## 3-1 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- 1- التعرف على المستوى العضلي لدى لاعبي الجودو للشباب والمتقدمين.
- 2- دراسة الفروق في مستوى التحمل العضلي بين لاعبي الشباب والمتقدمين.

## 4-1 فروض البحث :

- 1- وجود تباين في مستوى التحمل العضلي لدى لاعبي الشباب والمتقدمين.
- 2- وجود فروق معنوية في مستوى التحمل العضلي بين الشباب والمتقدمين.

## 5-1 مجالات البحث :

المجال البشري: لاعبي الشباب والمتقدمين بلعبة الجودو .  
المجال المكاني: صالة كلية علوم التربية البدنية والرياضة.

المجال الزمني: الفترة من 2007/12/16 مسيحي إلى 2007/12/24 مسيحي.

### 2-1 الدراسات المشابهة:

#### 1-1-1 دراسة سالم سويدان ( 1973 ) ( 1 )

بعنوان " دراسة مقارنة بين الملاكم والمصارع في بعض مكونات اللياقة البدنية.

وقد هدفت الدراسة إلى المقارنة بين الملاكم والمصارع في بعض مكونات اللياقة البدنية، وتكونت العينة من ملاكمي ومصارعي الدرجة الأولى بأندية محافظة الإسكندرية، واقتصرت على إجراء المقارنة في عناصر القدرة العضلية والتحمل العضلي، المرونة، الرشاقة والتحمل الدوري التنفسي والقدرة العضلية والسرعة واقتصر الباحث على استخدام اختبار الجلوس من الرقود لقياس التحمل العضلي، وقد توصل الباحث إلى نتائج الدراسة على أن الملاكمين والمصارعين بحالة متوسطة من حيث اللياقة البدنية بصورة عامة. ( 1:137 )

#### 2-2-2- دراسة محمد علي محمود ( 1984 ) ( 8 )

بعنوان " دراسة مقارنة لمستوى التحمل العضلي الديناميكي للاعبين الفريق القومي المصري

وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التحمل العضلي الديناميكي للاعبين الفريق القومي المصري ومقارنة مستوى التحمل العضلي لمجموعة من المصارعين فوق ( 25 ) سنة ومجموعة مصارعين تحت ( 25 ) سنة وشملت العينة على ( 18 ) مصارعاً واستخدمت اختبارات الدفع للأعلى بالذراعين، والجلوس والرقود، والشد للأعلى بالذراعين واختبار بريي، وقد أظهرت النتائج بعدم وجود فروق دالة إحصائية معنوية في مستوى التحمل العضلي بين مجموعتين فوق ( 25 ) سنة وتحت ( 25 ) سنة. ( 8:58 ).

### 3- إجراءات البحث:

#### 3-1 المنهج المستخدم:

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث.

#### 3-2 عينة البحث:

شملت عينة البحث ( 16 ) لاعباً من لاعبي أندية الدرجة الأولى لفئة الشباب والمتقدمين وقد تم اختبارهم بالطريقة العمدية وقد قسموا إلى قسمين:

المجموعة الأولى: وتكونت من ( 8 ) لاعبين من الشباب يمثلون أندية الأمن العام والجمارك الرياضي وأوزانهم هي ( 55 ) ( 60 ) ( 73 ) ( 81 ) ( 90 ) ( 100 ) ( +1000 ) كغ.

المجموعة الثانية: وتكونت من ( 8 ) لاعبين من المتقدمين يمثلون أندية الأمن العام والجمارك الرياضي وأوزانهم هي ( 55 ) ( 60 ) ( 73 ) ( 81 ) ( 90 ) ( 100 ) ( +1000 ) كغ.

#### 3-3 أدوات البحث:

استخدم الباحث مجموعة من الاختبارات المقننة والتي طبقت على العينة فضلاً عن ذلك بأنها تستخدم هذه التمارين لتنمية التحمل العضلي الديناميكي، وقد وقع الاختيار على الاختبارات التالية:

3-3-1 اختبار الدفع لأعلى بالذراعين من وضع الانبطاح المائل وقياس التحمل العضلي الديناميكي لمجموعة

العضلات المادة للذراعين وحزام الكتف ويؤدي هذا الاختبار لأقصى عدد ممكن من المرات بدون زمن. (

12:139 ).



3-3-2 اختبار الجلوس من الرقود وثني الركبتين وقياس التحمل العضلي الديناميكي لمجموعة عضلات البطن ويؤدي لأقصى عدد ممكن من المرات ويزمن دقيقة واحدة. ( 13:70 ).

3-3-3 اختبار الشد للأعلى بالذراعين وقياس التحمل العضلي لمجموعة العضلات المثنية للذراعين وحزام الكتف ويؤدي لأقصى عدد ممكن من المرات بدون الزمن. ( 13:71 ).

3-3-4 اختبار بريي وقياس التحمل العضلي الكلي للجسم ولمجموعة العضلات الكبيرة بصفة عامة. ويؤدي لأقصى عدد ممكن من المرات في زمن دقيقة واحدة.

وعند أداء هذا التمرين يقوم اللاعب من وضع الوقوف بثني الركبتين والوصول لوضع الجلوس ثم يقوم بقذف الرجلين خلفاً ليصل لوضع الانبطاح المائل حيث يكون الجسم ممتداً على استقامة واحدة ثم يقوم اللاعب بقذف الرجلين أماماً للوصول إلى وضع الجلوس على الأربع، ثم يعود مرة ثانية وعند العودة إلى وضع الوقوف يكون اللاعب قد أدى التمرين مرة واحدة. ( 419:7 ).

وقد تم تطبيق هذه الاختبارات على اللاعبين الشباب والمتقدمين.

#### 3-4 الوسائل الإحصائية

الوسط الحسابي

الانحراف المعياري

اختبار T ( 56:9 )

#### 4- عرض ومناقشة النتائج

##### 4-1 عرض النتائج

من أجل التحقق من الهدف الأول والمتضمن معرفة مستوى التحمل العضلي، فقد قام الباحث بإيجاد الوسط الحسابي والانحراف المعياري كما هو موضح في الجدول ( 1 ).

##### جدول ( 1 )

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى التحمل العضلي لفئة الشباب

اختبار بريي بوزن	الشد للأعلى بالذراعين	الجلوس من الرقود ( بطن )	الدفع لأعلى استناد أمامي	وزن اللاعبين ( كغ )
27	15	34	36	55
30	08	40	37	60
33	13	39	47	66
30	09	37	31	73
13	06	35	33	81
30	17	36	21	90
26	07	34	20	100
25	04	40	30	100+

26-6	9-8	36-8	31-8	س
6-3	4-6	2-51	8-7	+ ع

## جدول ( 2 )

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى التحمل العضلي لفئة المتقدمين

اختبار يربي بزمن	الشدة للأعلى بالذراعين	الجلوس من الرقود ( بطن )	الدفع لأعلى استناد أمامي	وزن اللاعبين ( كغ )
23	12	44	49	55
26	13	43	33	60
28	09	48	50	66
23	16	33	28	73
22	12	48	30	81
27	16	40	29	90
29	13	44	35	100
28	8	32	27	100+
25-1	12-3	42-1	33-5	س
2-90	2-8	6-6	10-5	+ ع

ولغرض معرفة دراسة الفروق بين المتقدمين والشباب من اختبارات مستوى التحمل العضلي والديناميكي فقد لجأ الباحث إلى استخدام اختبار ( T ) للعينات المتساوية كما هو موضح في الجدول ( 3 ) .

## جدول ( 3 )

يوضح اختبار ( ت ) لمستوى التحمل العضلي للمتقدمين والشباب

النتيجة	قيمة ( ت )		الشباب		المتقدمين		الاختبارات
	الجدولية	المحتسبة	+ ع	س	+ ع	س	
	2-57	0-33	8-7	31-8	10-5	33-5	الدفع للأعلى استناد أمامي
	2-57	2-28	2-51	36-8	6-6	42-1	الجلوس من الرقود
	2-57	1-30	4-6	9-8	2-8	12-3	الشدة للأعلى للذراعين
	2-57	0-608	6-3	26-6	2-90	25-1	اختبار بريي

يتضح من الجدول ( 3 ) عدم وجود فروق معنوية في اختبارات التحمل العضلي الديناميكي بين المتقدمين والشباب حيث لم ترتق ( ت ) المحسوبة إلى القيمة الجدولية وقد يعزي الباحث سبب ذلك إلى تساوي وتقارب حركات التدريب المخصصة لتنمية التحمل العضلي للمجموعتين وكان من المتوقع زيادة مستوى التحمل العضلي لدى الشباب أكثر مما هو عليه لدى المتقدمين حيث أشارة Bvady ( 1971 ) ولارسون Lavson ( 1974 ) أن التحمل يرتبط إيجابياً بعنصر السن ( 432:10 ).

وقد اتفقت نتائج البحث مع دراسة محمد إسماعيل ( 1983 ) حيث أكدت على عدم وجود فروق معنوية في اختبارات التحمل العضلي تحت 25 سنة وفوق 25 سنة ( 987:8 ). وكذلك تشير النتائج التي طبقها اللاعبين المتقدمين في اختبارات التحمل العضلي أنها قد حققت مستوى جيد في تحمل مجموعة العضلات المادة والمثنية للذراعين وعضلات البطن ومستوى متوسط في التحمل العضلي الكلي للجسم ( 487:12 ).

وهذه النتائج غير مرضية لتحقيق انجازات على المستوى الدولي حيث يرى جيرمان وهانلي ( 1984 ) أنه ينبغي على اللاعب العمل بالحد الأقصى لتسجيل ( 50 ) مرة اختبار الدفع للأعلى بالذراعين ( 19:11 ). كما يتضح من الجدول ( 1 ) وجود نقص في مستوى التحمل العضلي لدى عينة البحث، وقد يرجع نقص التحمل العضلي إلى عدم استخدام طرق التدريب المناسبة والخاصة بتنمية هذا العنصر كالتدريب الدائري والمستمر في تنمية التحمل بأنواعه المختلفة كونه يناسب طبيعة هذه اللعبة ( 23:14 ).

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات

##### 1-5 الاستنتاجات:

- 1- ظهور تباين في مستوى التحمل العضلي الديناميكي بين لاعبي فئة الشباب والمتقدمين.
- 2- عدم وجود فروق معنوية في اختبارات التحمل العضلي الديناميكي لدى لاعبي فئة الشباب والمتقدمين.

##### 2-5 التوصيات:

- 1- ضرورة العمل على زيادة مستوى التحمل العضلي الديناميكي لدى عينة البحث لما له من دور فعال ومثمر في نتائج اللاعبين.
- 2- ضرورة استخدام طرق التدريب المناسبة والخاصة بتنمية هذا العنصر كالتدريب الدائري والمستمر والفتري.
- 3- زيادة فترات التدريب للوحدة التدريبية الواحدة.
- 4- القيام بإجراء بحوث مشابهة على فعاليات فردية في مختلف الألعاب الأخرى.

#### المراجع

- 1- سالم عبد الحفيظ: دراسة مقارنة بين الملاكم والمصارع في بعض مكونات اللياقة البنية، رسالة ماجستير، المعهد العالي للتربية الرياضية بالإسكندرية، 1973.
- 2- عبد علي نصيف: أصول التدريب، دار الكتب، بغداد، 1990.

- 3- قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي، عمان/الأردن، دار النشر للطباعة، عبد علي نصيف 2001 .
- 4- كمال عبد الحميد: اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي، جامعة حلوان، محمد صبحي حسنين 1978 .
- 5- محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي، دار المعارف، جامعة حلوان،
- 6- محمد حسن علاوي: اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، جامعة حلوان، محمد نصر الدين رضوان 1982 .
- 7- محمد صبحي حسنين: التقويم والقياسات في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، جامعة حلوان، 1979 .
- 8- محمد علي محمود: دراسة مقارنة لمستوى التحمل العضلي الديناميكي بين لاعبي الفريق القومي المصري للمصارعة، بحث منشور في المؤتمر العلمي الخامس لبحوث التربية الرياضية، الإسكندرية، 1984 .
- 9- نزار الطالب مبادئ الإحصاء الاختبارات البدنية والرياضية، دار الكتب محمود السامرائي جامعة الموصل، 1981 .
- Brady,Q,F= Muscular End wrance, m In lavson, A-L, et al (Eds), Encycloedia of sports sciencss and medicine. 3rd, Ed, New york, The Macmillan co, 1971
10. Jarnan T ,and Manley R: Wrestling for Beginnevs, Chicago, contemporary, Books, Ine -1983-
11. Mathews, r .d.Measurament in Physical Education, London. Allyn, and Bacon, Inc. 1978.
12. Montoye – H- j : An introdueati on to mess rent in physical Educator London , Allyn and Bacon, Inc - 1978 .
13. Petrov, R- principis of pree – style warstling for ehil and dolesants. Federation Expanola de lucha printed in spain , 1977.

تأثير برنامج تدريبي مقترح علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمستوي الرقمي لناشئي مسابقة الوثب الطويل

(\*) د. السويح الرقيعي محمد

أ.أحمد البشير رجوبه(\*)

مقدمة ومشكلة البحث:

أن الوصول لمستويات العالية وتحقيق الانجاز الرياضي لا يأتي إلا من خلال الكشف المبكر عن الموهوبين الناشئين ولقد شهدت المستويات المعاصرة عناية كبيرة بمرحلة الناشئين حيث وجهت معظم دول العالم نحو تلاميذ المرحلة الابتدائية للكشف عن طاقاتهم وقدراتهم البدنية والحركية حيث تعتبر هذه المرحلة أهم وأدق مراحل النمو.

---

(\*) قسم التدريب سباقات الميدان والمضمار

(\*) قسم طرق التدريس والتمرينات

أن عدم استخدام عملية الانتقاء المبكر للناشئين لا يحقق الهدف المنشود و فقدان القاعدة الرياضية لذا يجب الاعتماد على مجموعة المعلومات التي تخص مستوى الصفات الحركية والبدنية والفسولوجية كذلك توافر أجهزة القياس الحديثة

أن تحقيق الموضوعية وتقويم حركة الإنسان أمر في غاية الصعوبة لتعدد وتداخل العوامل المؤثرة على الأداء فتقييم الأداء المهاري يتم من خلال أبعاد مختلفة ( بيوميكانيكية- فسيولوجية-بدنية) ودراسة تلك المتغيرات لدى ناشئي الوثب الطويل غير متوفرة للحصول على بيانات كمية يمكن مقارنتها بمثيلاتها على مستويات الناشئين عالميا.

ويشير ،ماثر Mather.s(2006) أنه أسفرت العديد من الدراسات لتحليل العوامل التي ينعكس أثرها بصورة مباشرة أو غير مباشرة في مستوى الأداء الفني في مسابقة الوثب الطويل عن أهمية كل من العوامل البيوميكانيكية بالإضافة إلى الأهمية الكبيرة لأدوات القياس المستخدمة والمستحدثة علي الأنجاز الرقمي والفني للوصول به إلى أفضل المستويات الرقمية (103:25)

ويشير جاسم محمد (2001)قاسم حسين وفتحي المهشيش (2006)أنه يذهب العديد من الباحثين في التدريب إلى أن التوجيه إلى البرامج التدريبية عملية تساعد الرياضي الناشئ على إنماء وتقبل صورة متكاملة لذاته وملائمته لدوره في التدريب الرياضي ومساعدته على أن يختبرهذه الصورة في الشكل الواقعي وأن يحولها إلى حقيقة واقعية تكفل له النجاح وأن العملية التدريبية تتطلب عمل دراسات شاملة تحليلية للناشئ وتفحص قدراته الجسمية والحركية وحل المشكلات البدنية والوظيفية وقد دلت البحوث والدراسات إلى أن استخدام الطرق التدريبية المناسبة في الاختيار تؤدي إلى تحسن هائل في المستوى في مدة أقصر للتدريب بنفقات أقل .

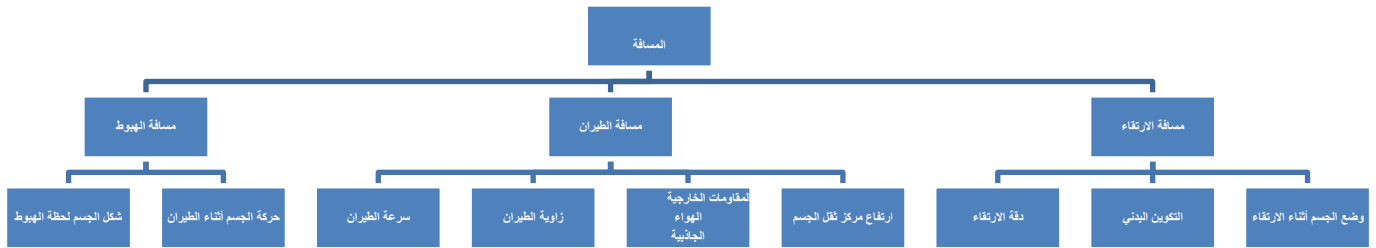
(58:2) (7 -32- 34)

ويشير كل من عصام عبد الخالق (2006)، أنه من الصعب الوصول إلى مستوى عالي بدون تنمية التكنيك و القدرات البدنية وتشكيل العادات الحركية وعدم الاختيار المناسب للاختبارات والعينة المتميزة وأن الفوز بالمنافسة الرياضية نتيجة تجارب علمية وعملية وأن المتسابقين العالميين لم يصلوا لتلك الدرجة الا بعد مجهود مكثف وبرامج مقننة ولهذا كرست الكثير من الدول علمائها لبحث العوامل المؤثرة في المسابقات المختلفة

للارتفاع بمسوى الانجاز الرياضي. (154:4)(4:30)

ويذكر كوه وهاي (Koh&hay) (1990)، روجري (Rogery.G) (2001) بسطويسي احمد (2003)، توني Tony (2006) أن مسابقة الوثب الطويل نشاط حركي محبب في أداؤه ويمر الأداء الحركي بمراحل متلاحقة تتمثل في ( الاقتراب -الارتقاء-الطيران-الهبوط ) ويتحدد الانجاز من خلال السرعة ومسار C.G من الارتقاء للهبوط من خلال اكتساب سرعة قصوى للاقتراب والاستفادة منها في سرعة الطيران VO، إمكانية انجاز الزاوية المثلى للارتقاء وتحقيق أقصى ارتفاع C.G وأنسب زاوية طيران ويتوقف مستوى الوثب على: 1-السرعة المكتسبة من الاقتراب وربطها بالارتقاء 2- القوة المكتسبة من الارتقاء وربطها بالطيران وأن اكتساب ناشئي الوثب الطويل للعنصرين ومدى سيطرته عليهما يعني التكنيك الأمثل وتحقيق مستوى انجاز أفضل .  
(198:17)(345:25)(287:4)(2:28)

ويشير كلا من عويس الجبالي (2001) أندريا (Andria.p) (2001) أن هناك عدة عوامل أساسية مؤثرة في مسافة الوثب الطويل كما في الشكل التالي:



شكل رقم (1) العوامل الميكانيكية التي تؤثر على المسافة المحققة في مسابقة الوثب الطويل

(25:6) (40:11)

ويحدد كل من ،ستيف Steve (2000) وسيلة مهران (2007) أن المشكلة الرئيسية في الوثب الطويل من وجهة النظر البيوميكانيكية هي التحول الأمثل للسرعة الأفقية إلى محصلة السرعة (العمودية والأفقية) أثناء الارتقاء والتي تتضح في تحقيق أفضل سرعة عمودية ممكنة و أقل فقدان للسرعة الأفقية التي تحققت عند نهاية الاقتراب وأن الفشل في تدريب السرعة والقدرة المتفجرة للمتسابق من أهم العوامل التي تؤدي إلى افتقاد الدقة على لوحة الارتقاء . (143:9)(4846:26)

ويذكر مروان عبدالمجيد (2002) ، وليد سليمان(2005) أن مرحلة الناشئين 9-12 سنة يبدأ بها نمو العضلات الصغيرة والقلب والرئتين لحجمهم الطبيعي وعملية النقل الجيد لأطراف الجسم لذا فان التطور الحركي بهذه المرحلة كبيرا خاصة قابلية القوة للرجلين كالقفز العالي والطويل والركض السريع لذا يجب الاهتمام بالتدريب من خلال تدريبات تطوير القوة والسرعة والمرونة وكما تعتبر المؤشرات الفسيولوجية بتلك المرحلة مقياس حقيقي لمستوى الفرد. (11:10)(14:8)

وقد حدد الباحثان تلك المرحلة السنية (9-12) سنة لأنها من أفضل المراحل السنية لإتقان وتثبيت المهارة (المرحلة المثلى للتعلم الحركي) كما تتميز بخصائص النمو البدني والحركي والفسيولوجي المتعددة حيث تتأثر إيجابيا بالبرامج التدريبية الموضوعة وتلك الخصائص .

ويشير براون Brown (2006) أن مسابقة الوثب الطويل من المسابقات التي يجب إتقان الأداء الفني بها وتكامل العناصر البدنية والمهارية ولا يتأتى ذلك إلا من خلال برامج تدريبية مقننة . (5:12)

لذا يرى الباحثان أن البرنامج التدريبي المقترح يمكن أن يساهم على تحقيق متطلبات الأداء الحركي الأمثل و تنمية قدرات الناشئين الحركية والبدنية والفسيولوجية الأساسية بالمسابقة ولأهمية البرامج التدريبية ووفقا لما تقدم جاءت أهمية هذا البحث حيث كثيرا ما يغفل القائمون بعملية التدريب بانتقاء البرامج المناسبة لطبيعة الأداء الشامل لجميع المتغيرات الخاصة بالمسابقة في محاولة للتعرف على أهمية تلك البرامج وتأثيرها على تحسن المستوى الرقمي للوثب الطويل والمتغيرات قيد البحث .



ويشير نيوميبيلا (2002) Numella.A عماد الدين عباس (2003)، جودن Goden.I (2005) أن التخطيط العلمي السليم للأحمال التدريبية المختلفة المقننة (البرامج التدريبية) واستخدام الوسائل والأساليب الحديثة في مجال التدريب من أهم العوامل التي تساعد على تحقيق الانجازات. (14:15)(47:5) (121:24)

مما سبق نجد أن مسابقة الوثب الطويل تعتمد على قدرات المتسابق مما يتطلب وضع برامج تدريبية متكاملة ومقننة لمعظم متغيرات المسابقة (بدنية - مهارة - بيوميكانيكية - فسيولوجية) من خلال ضبط أحمال التدريب بشكل دقيق ومقنن ولذا تظهر الحاجة إلى مزيد من برامج بأشكال تدريبية مختلفة وحديثة لتنمية المستوى الرقمي والفني .

#### أهداف البحث :

1. التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح علي بعض المتغيرات البدنية والمهارة والمستوي الرقمي لدي ناشئي مسابقة الوثب الطويل
2. تحديد أهم المتغيرات البدنية والمهارة المساهمة في مستوى الإنجاز الرقمي لدي ناشئي مسابقة الوثب الطويل

#### فروض البحث :

- 1- البرنامج التدريبي المقترح يؤثر ايجابيا علي بعض المتغيرات البدنية والمهارة والمستوي الرقمي لدي ناشئي مسابقة الوثب الطويل .
2. تحديد أهم المتغيرات البدنية والمهارة المساهمة في مستوى الإنجاز الرقمي تؤثر ايجابيا علي المستوى الرقمي لدي ناشئي مسابقة الوثب الطويل(9 - 12)سنة.

#### الدراسات السابقة:-

- 1- دراسة أشرف السيسي(2002) "تأثير التدريب على ارتفاعات مختلفة لمستوى منطقة الهبوط على مسافة الوثب الطويل لدى الناشئين" تهدف إلي التعرف على تأثير التدريب على ارتفاعات مختلفة لمستوى منطقة الهبوط على مسافة الوثب الطويل لدى الناشئين تم استخدام المنهج التجريبي علي ناشئي الوثب الطويل بمنطقة طنطا التعليمية وتم إجراء القياسات القبلية والبعديّة والدراسة الأساسية في

العام الجامعي 2001/2000 وكانت أهم النتائج التدريب على ارتفاعات مختلفة لمستوى منطقة الهبوط تؤدي إلى تحسين الأداء الفني المستوى الرقمي لعملية الهبوط لمسافة الوثب الطويل.

2- دراسة عبد المنعم هريدي (2004) (3) "دراسة تحليلية لبعض المتغيرات الكينماتيكية في الوثب الطويل لمتسابقى الدرجة الأولى (رجال) في جمهورية مصر العربية" تهدف إلي التعرف على الخصائص المميزة للمتغيرات الكينماتيكية مجال البحث أثناء انتقال الوثاب من الخطوة الأخيرة للاقتراب للارتقاء لدى متسابقى الوثب الطويل بجمهورية مصر العربية واستخدم الباحث المنهج المسحي الوصفي علي متسابقى بطولة الجمهورية للشركات عام 2001 وتم إجراء عمليات التصوير لمتسابقى الوثب الطويل في 16-18/6/2001 بإستاد إسكندرية الدولي لـ 8 متسابقين 6محاولات لكل متسابق وكانت أهم النتائج تحديد المتغيرات الكينماتيكية أثناء انتقال الوثاب من الخطوة الأخيرة للاقتراب للارتقاء لدى متسابقى الوثب الطويل بجمهورية مصر العربية.

3- أحمد السيد لظفي (2006) (22) تأثير استخدام تدريبات البليومتر ك مع تحسين بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي للوثب الطويل وتهدف للتعرف على بعض المتغيرات الكينماتيكية والمستوى الرقمي في الوثب الطويل بعد تطبيق برنامج البليومتر ك وقد استخدم المنهج التجريبي علي عينة عمديه 10 ناشئين 8 ، 2 ناشئين تحت السن 21 سنة بنادي القادسية الرياضي بالمنطقة الشرقية بالسعودية وقاموا بالاشتراك في بطولة الشرقية للموسم 2001/2000 وقد تم استخدام طريقة التصوير قياس سريع في مجال التحليل الكمي والكيفي وكانت أهم النتائج أن أهم المتغيرات المساهمة في مستوى الانجاز الرقمي لمتسابقى الوثب الطويل هي (السرعة الأفقية لحظة الارتقاء-الوثب العمودي - زمن الطيران - أقصى ارتفاع عمودي أثناء الطيران).

4- دراسة ديكين Deken (2004) (13) "دراسة دولية لسباق 400م/ح للتعرف على مقدار السرعة المفقودة أثناء الارتقاء بين الحواجز" تهدف إلي التعرف على مدى تأثير تقليل فقدان السرعة أثناء الارتقاء بين الحواجز لمسابقة 400م/ح استخدم المنهج المسحي علي متسابقى ومنتسابقات بطولات العالم أتلانتا 1996/1997/2003 وكانت أهم النتائج وجود خلل وانخفاض في مستوى السرعة الأفقية 0.2م/ث عن سرعة الاقتراب وقد يصل إلى 0.5م/ث أثناء الطيران.

### تحليل الدراسات السابقة :

تتوقف الدراسات المرتبطة بالأداء الفني للوثب الطويل في عدة اتجاهات ما بين الخصائص الكينماتيكية والمستوى الرقمي أو البرامج التدريبية لتحسين المستوى الرقمي ولكنها تقتقد إلى شمولية المتغيرات معاً (كينماتيكية - فسيولوجية - بدنية - مهارية) الخاصة بالوثب الطويل وقد لاحظ الباحثان أهميتها في تحديد و التعرف على المتغيرات البدنية والمهارية والكينماتيكية والفسيولوجية لمسابقات الوثب ولم تتعرض جميع الدراسات للشق الفسيولوجي كذلك تحيد المنهج والعينة وأسس البرنامج المقترح.

### الاستفادة من الدراسات السابقة :

( اختيار عينة الدراسة - تحديد أهداف وفروض الدراسة الحالية - تحديد الأسس التي يبنى عليها البرنامج التدريبي المقترح - بلورة موضوع الدراسة الحالي - اختيار التصميم التجريبي المناسب - اختيار المنهج المناسب لطبيعة الدراسة المثالية وتحديد اجر ائها بدقة - تفسير ومناقشة نتائج الدراسة الحالية - توجه اهتمام الباحثان إلى أهم الاختبارات المرتبطة بموضوع البحث - تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات الدراسة

### إجراءات البحث:-

### أولاً: منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة .

### ثانياً: مجالات البحث:

- المجال البشري: ناشئي مركز تدريب الجفارة بالإقليم البحري وناشئي مركز تدريب تغرنة بالإقليم القاري
- المجال المكاني : تم إجراء القياسات القبليّة والبعدية بمركز تدريب الجفارة بالإقليم البحري و مركز تدريب تغرنة بالإقليم القاري.
- المجال الزمني : الموسم التدريبي 2008

### ثالثاً: عينة البحث:

أ.مجتمع الدراسة: تم اختيار الناشئين مواليد المرحلة السنية 9-12 سنة من أفضل ناشئي مركز تدريب الجفارة بالإقليم البحري وناشئي مركز تدريب تغرنة بالإقليم القاري إجمالي 45 ناشئ  
ب.عينة الدراسة: تم انتقاء عينة الدراسة بالطريقة العمدية حيث اشتملت على أفضل ناشئي الوثب الطويل 9-12 سنة من مجتمع البحث والتي بلغ عددها 24 ناشئ.

### جدول(1) توصيف عينة البحث

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات السن والطول والوزن ومسافة الوثب الطويل للمجموعتين التجريبية والضابطة.

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المطلوب الإحصائي المتغيرات
0.094	0.94	11	سنة	السن
0.534	11.35	147	سم	الطول
0.782	4.98	43	كجم	الوزن
0.834	0.52	3.27	م	مسافة الوثب الطويل

يتضح من جدول (1) والخاص بالمتغيرات الأساسية أن معاملات الالتواء لعينة البحث تراوحت بين (-0.094-0.834) أي انحصرت بين  $\pm 3$  مما يدل على أن العينة تمثل مجتمعا اعتدالاً متجانساً في هذه المتغيرات.

رابعاً: الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

أ-الأجهزة والأدوات:

الأدوات	الأجهزة
شريط قياس للمسافات والمحيطات وتحديد أبعاد الكاميرا	جهاز الرستاميتير لقياس الطول / سم
ساعات إيقاف رقمية 100/1ث	ميزان طبي لقياس الوزن / كجم
كرة طبية 1كجم.	جهاز كمبيوتر
علامات إرشادية	كاميرا فيديو سوني
مقياس رسم	حامل ثلاثي
ميزان مائي	اسطوانات C.D
برنامج SPSS الإحصائي.	

ب-القياسات المستخدمة في البحث:

- القياسات البدنية	- القياسات المهارية
- القياسات الرقمية	قياس الطول لأقرب (سم)
قياس الوزن لأقرب (كجم)	مسافة الوثب الطويل (سم)
وثب عريض من الثبات (سم)	وثب عمودي من الثبات (سم)

المرونة من على الصندوق (سم)	30م بدء عالي(ث)
3 حجلات يسار (سم)	3حجلات يمين(سم)
رمية تماس كرة طبية اكجم (سم)	بطن (30ث)
	الدراسة الاستطلاعية :

أجريت هذه الدراسة في يوم 2008/2/25 وتم إجراءتها على 8 ناشئين لمسابقة الوثب الطويل خارج عينة البحث وتهدف هذه الدراسة إلى تنظيم وضبط عملية التصوير وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن بعض الواجبات والشروط التي تم مراعاتها عند إجراء التصوير : (التصوير في لإضاءة الطبيعية -وضع عارضة قياس في منتصف مجال الحركة طولها 2م لحساب مقياس الرسم - وضع العلامات الإرشادية - وضع الكاميرا على بعد مناسب من مجال الحركة - تجهيز اللاعبين - المحور البصري عمودي على المستوى الفراغي لمسار الحركة - تردد الكاميرا 25 كادر /ث)

\*الدراسة الأساسية : قام الباحثان بتطبيق الخطوات الإجرائية التالية:

1 - تم تعليم جميع أفراد العينة وفق برنامج تدريبي لمهارة الوثب الطويل ولمدة أربع أسابيع في الفترة الزمنية 2008/3/1 على 2008/3/30 بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع أيام (الأحد-الثلاثاء-الخميس) 5½-7 مساءً زمن الوحدة التعليمية 130 دقيقة ( ساعة ونصف ).

2- القياسات القبليّة: أجريت في الفترة الزمنية 2008/4/1 إلى 2008/4/3 وشملت القياسات البدنية اليوم الأول 2008/4/1 والمهارية اليوم الثاني 2008/4/2 والرقمية اليوم الثالث 2008/4/3 من خلال التصوير التلفزيوني باستخدام كاميرا واحدة متعامدة على طريق الاقتراب يبعد 9.5 متر وارتفاع 1.15 م مجال التصوير 6 متر ومقياس الرسم 1 م وتم تصوير 5 محاولات لكل ناشئ 24 ناشئ وتم نقل أفضل محاولة لكل ناشئ إلى قرص مضغوط وعرضه لتحديد المتغيرات الكينماتيكية قيد

البحث عن طريق التحليل باستخدام الحاسب الآلي ( Dart fish ) .

3- تم تنفيذ التجربة الأساسية في الفترة الزمنية 2008/4/4 إلى 2008/7/4 لمدة 12 أسبوع بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع أيام (الأحد-الثلاثاء -الخميس)

(خضعت المجموعة التجريبية إلى البرنامج التدريبي المقترح وخضعت المجموعة الضابطة إلى البرنامج التدريبي التقليدي بمدارس الإقليم ونفذت الوحدة التدريبية بأسلوب الوحدة الجماعية حيث أنها تتناسب مع عينة البحث صغار السن وإزالة الملل من الوحدات التدريبية).

4- القياسات البعدية: تم أخذ القياسات البعدية في الفترة الزمنية من 2008/7/6 إلى 2008/7/8 بنفس شروط وترتيب القياسات القبلية.

#### المعالجات الإحصائية:

المتوسط الحسابي

قيمة ت

الانحراف المعياري

معامل الالتواء

أولا عرض النتائج :

#### جدول (2)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث

قيمة ت عند مستوي  $0.05 = 2.17$

يتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المتغيرات الأخرى

م	المتغير	المدلول الإحصائي	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت
				س	ع±	س	ع±	
1	وثب عريض من الثبات	سم	169	17.02	172	11.21	1.71	
2	وثب عمودي	سم	20	3.18	24	2.37	*2.42	
3	30 م بدء عالي	ث	5.42	1.98	5.18	1.92	*3.53	
4	3حجلات يمين	م	4.20	0.28	4.60	1.01	*2.61	
5	3حجلات شمال	م	4.1	0.47	4.50	2.11	*3.48	
6	بطن 30 ث	وحدة	29	2.51	33	4.28	1.72	
7	رمي كرة طبية 1 كجم	م	6.21	0.81	7.05	1.37	*2.63	
8	المرونة (الصندوق)	سم	6.10	0.42	11	0.29	*3.91	
9	مسافة الوثب الطويل	م	3.20	1.01	3.64	0.51	*2.82	
10	زمن الارتفاع	ت	105	17.15	110	11.29	1.62	
11	سرعة الانطلاق	م/ث	5.11	0.13	5.25	0.32	0.91	
12	زاوية الانطلاق	درجة	20.60	1.21	21.75	2.47	*2.92	
13	زاوية الهبوط	درجة	43.17	6.15	41.98	3.38	1.37	
14	مسافة الهبوط	سم	0.622	2.32	0.69	0.35	*2.32	

جدول (3) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

قيمة ت عند مستوي 0.05 = 2.17

يتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في جميع

م	المتغير	وحدة القياس	مجموعة ضابطة		مجموعة تجريبية		قيمة ت
			س	ع±	س	ع±	
1	وثب عريض من الثبات	سم	171	3.31	209	3.47	*3.12
2	وثب عمودي	سم	21	2.42	29	0.63	*2.42
3	30 م بدء عالي	ث	5.39	4.37	4.61	2.44	*3.37
4	3حجلات يمين	م	4.15	3.52	5.30	3.12	*2.92
5	3حجلات شمال	م	4.25	6.63	4.80	1.58	*2.61
6	بطن 30 ث	وحدة	30	2.78	39	4.52	*3.63
7	رمي كرة طبية 1 كجم	م	6.17	4.49	7.81	6.21	*2.44
8	المرونة (الصندوق)	سم	5.80	5.68	15	3.11	*11.89
9	مسافة الوثب الطويل	م	3.25	0.91	3.97	2.56	*2.17
10	زمن الارتقاء	ث	0.205	3.05	0.127	2.69	*2.19
11	سرعة الانطلاق	م/ث	5.42	4.21	5.88	3.61	*2.32
12	زاوية الانطلاق	درجة	19.11	4.89	24.05	4.22	*3.72
13	زاوية الهبوط	درجة	46.11	3.81	38.34	4.39	*2.87
14	مسافة الهبوط	سم	0.617	3.32	0.877	2.82	*2.41

المتغيرات قيد البحث.

جدول (4) دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى لمتغيرات البحث



المتغير	القياس	س	±ع	س	±ع	ت	
1	وثب عريض من الثبات	سم	172	11.21	209	3.47	*4.15
2	وثب عمودي	سم	24	2.37	29	0.63	*3.41
3	30 م بدء عالي	ث	5.18	1.92	4.61	2.44	*3.60
4	3حجلات يمين	م	4.60	1.01	5.30	3.12	*2.22
5	3حجلات شمال	م	4.50	2.11	4.80	1.58	*2.37
6	بطن 30 ث	وحدة	33	4.28	39	4.52	*5.62
7	رمي كرة طبية 1 كجم	م	7.05	1.37	7.81	6.21	*2.51
8	المرونة (الصندوق)	سم	11	0.29	15	3.11	*3.08
9	مسافة الوثب الطويل	م	3.64	0.51	3.97	2.56	*2.17
12	زمن الارتفاع	ث	0.181	0.71	0.127	2.69	*3.17
13	سرعة الانطلاق	م/ث	5.25	0.32	5.88	3.61	*2.70
14	زاوية الانطلاق	درجة	21.75	2.47	24.05	4.22	*4.57
15	زاوية الهبوط	درجة	41.98	3.38	38.34	4.39	*2.31
16	مسافة الهبوط	سم	0.69	0.35	0.877	2.82	*3.91

قيمة ت عند مستوي 0.05 = 2.17

يتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث

### مناقشة النتائج:

يتناول هذا الجزء مناقشة أهم النتائج التي حصل عليها الباحثان ومقارنتها ببعض النتائج السابقة التي حصل عليها الباحثان في نفس المجال من الدراسات النظرية السابقة وثيقة الصلة بموضوع الدراسة ويتضح من جدول (2) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في البعض الآخر ويرجع الباحثان التحسن إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي كما يدل على عدم شموليته لجميع العناصر الأساسية في التدريب من خلال عدم وجود فروق دالة معنوية لبعض المتغيرات ويتفق مع ذلك دوليجال وبوتجير (2000)، ديركس Derks (2008) على أن البرامج التدريبية المقننة والمشملة لمعظم عناصر التدريب تعمل على تحسين المستويات الرقمية والأداءات الفنية للمسابقات المختلفة. (81:14)

كما لوحظ عدم معنوية معظم المتغيرات الكينماتيكية بالرغم من أنها مؤشر لتقييم الأداء المهاري وكما أشار ليونا Luna (2007) ماكوشا Makusha (2008) جيم Jim (2008) بان قيم تلك المتغيرات تتأثر وتعطي انعكاس لانخفاض درجة الأداء وضعف المستوى الرقمي المنجز لمسابقة الوثب الطويل

(32:18)(678:19)(71:16) ووفقا للإطار النظري لمهارة الوثب الطويل لكل من مايك Mike (2007) وميشيل Michael (2008) فإن مسافة الوثب الطويل تعتمد على ثلاث مسافات وهي مسافة الارتقاء ومسافة الطيران ومسافة الهبوط كما أن تلك المسافات تتأثر بمجموعة من العوامل حيث تأثر مسافة الارتقاء بزواوية الدخول والخروج وزمن الارتقاء وتتأثر مسافة الطيران بسرعة الانطلاق وزواوية الانطلاق وتتأثر مسافة الهبوط بزواوية الهبوط. (21:22)(21:22)(5821:21)

ويرجع الباحثان ضعف المستوى الرقمي للمجموعة الضابطة والمؤشرات الفسيولوجية والبدنية إلى عدم تواجد العلو م المرتبطة والمؤثرة جدا على الانجازات الرقمية كعلم التدريب والميكانيكا حيث أن هذان العلمان يعمل على تحسين الأداء والارتقاء بالانجاز الرياضي للوصول إلى المستويات العليا لأنه لا يتعرض لحل المشكلات الوظيفية والتي يبني على أساسها القدرات البدنية للناشيء .

ويتضح من جدول (3) وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع متغيرات البحث وهو مؤشر جيد لتقبل شدة الأحمال التدريبية بالبرنامج وارتفاع الكفاءة الوظيفية لدى الناشئين ويتفق هذا مع ما ذكره موريس (2001)Morrisse، توماس (2001)Tomas أن أحمال التدريب و البرامج المقننة هي الوسيلة الرئيسية لإحداث التغيرات المختلفة للجسم مما يحقق استجاباته الفسيولوجية وتكيفه الجسم وارتفاع مستوى الرياضي عن طريق التدريب من خلال الحملات التدريبية المختلفة.(62:23)(65:27)

كما يتضح من جدول (4) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لجميع المتغيرات البدنية والمهارية والكينماتيكية والفسيولوجية ويعزي الباحثان هذا التحسن إلى أن الأحمال تؤدي بالمدارس والأندية تكون منخفضة فيكون تأثيرها سلبيا على الناشئين أو تكون زائدة فتندرج تحت الحمل الزائد .

ونظرا للتأثير الايجابي للبرنامج التدريبي على المجموعتين ولصالح التجريبية في المتغيرات الكينماتيكية ونظرا لتتابع مراحل أداء الوثب الطويل فإن كل مرحلة تؤثر على المرحلة التي تليها وبالتالي تؤثر في مسافة الوثبة هذا ما يتضح من خلال البرنامج التدريبي المطبق حيث تأثرت جميع المتغيرات الكينماتيكية بشدات وأحجام البرنامج حيث نجد تحسن زواوية الخروج وبالتالي زيادة المسافة المكتسبة أثناء الارتقاء مما يؤثر ايجابيا على مسافة الارتقاء وبالتالي المسافة الكلية ويقل زمن الارتقاء نتيجة لقلّة انثناء مفاصل رجل الارتقاء عند التخميد مما يترتب

عليه زيادة مقدار الدفع الذي يؤثر على سرعة الانطلاق مما يؤدي إلى زيادة المستوى الرقمي لناشئي الوثب الطويل والذي تحسن نتيجة تحسن العناصر البدنية من قوة وسرعة حيث اهتم بتحسين متوسط السرعة لناشئين ويتفق ذلك مع ما أشار إليه ديركس ( 2008 ) أن متوسط السرعة القصوى للواثين يتراوح بين 10.7 إلى 11.2م/ث وكلما ارتفع مستوى العدو لدى الواثب ازدادت قدرته على الحفاظ على تلك السرعة لحظة الارتقاء وتحقيق مستوى رقمي أفضل كذلك أشار أن القوة الانفجارية والسرعة القصوى من العناصر الأساسية لتحقيق ذلك ومن هنا نجد أنه زاد الاهتمام بواسطة الاستجابة الفسيولوجية والكينماتيكية المصاحبة للتدريب الرياضي باعتبارها انعكاسات هامة لمدى استجابة وتكيف الأجهزة الحيوية مع ضغوط ومتطلبات التدريب (14:4492)

ومن خلال عرض الجداول ومناقشة النتائج للمتغيرات البدنية والمهارية والكينماتيكية ومناقشة تلك النتائج ودعمها بآراء ونتائج دراسات سابقة وترتبط بمجال التخصص فقد اتضح ارتفاع مستوى الأداء والانجاز الرقمي لعينة البحث مما يحقق فرض البحث الأول والثاني وتحسن مستوى المجموعة التجريبية في جميع المتغيرات تقيد الدراسة مما يحقق الفرض الثالث للدراسة.

#### الاستنتاجات والتوصيات التالية:

##### أولاً: الاستنتاجات

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في معظم المتغيرات البدنية والمهارية والكينماتيكية قيد البحث.
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع متغيرات البحث ولصالح المجموعة التجريبية.
- 3- استخدام التدريبات والتمرينات بمحتوى البرنامج والتي تحاكي واقع الأداء الحركي تعمل على تحسين المستوى الفني والرقمي .
- 4- استخدام البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تحسن الكفاءة الوظيفية لدى ناشئ الوثب الطويل.
- 5- تحديد أهم المتغيرات البدنية والمهارية والكينماتيكية المساهمة في مستوى الانجاز الرقمي وتأثيرها الايجابي على ناشئ مسابقة الوثب الطويل.

##### ثانياً: التوصيات:

- 1- إدراج المتغيرات الكينماتيكية في برامج تدريبية مقننة لمواسم التدريب (إعداد- منافسات- انتقالية ) لما لها من تأثير في تحقيق مستوى انجاز الحالة البدنية والفسولوجية للناشئ.
- 2- توزيع البرنامج التدريبي على الأندية ومراكز الشباب لمحولة الاستعادة منها في مجال وضع أحمال التدريب والبرامج المختلفة.
- 3- إجراء مثل هذه الدراسة في مسابقات الميدان والمضمار الأخرى.
- 4- الاهتمام بقاعدة الناشئين من خلال وضع البرامج التدريبية المقننة والاكثار من الدراسات المماثلة على هذه المرحلة.

## المراجع

ثانيا :المراجع الأجنبية:

11	Andrei.F	Run up relocity in the long jump track coach summer 2001
12	Brown.D	Long jump .the race modern and coach Australia vol 35 2006
13	Dakin.n	National jump &sprint event project continuity of speed across the barriers u.k up/net 2004
14	Derks. G	Technique and drills for the long jump and triple jump track & field Athletics quality for 2008

1	بسطويسي أحمد	سباقات الميدان والمضمار (تعليم-تكنيك-تدريب) الطبعة الثانية -دار الفكر العربي -القاهرة 2003
2	جاسم محمدرمضان	فسولوجيا التدريب الرياضي -مجلة الكاف-العدد الاول الاتحاد الكويتي لألعاب القوى الكويت 2001
3	عبد المنعم ابراهيم هريدي	دراسة تحليلية لبعض المتغيرات الكينماتيكية في الوثب الطويل لمتسابقى الدرجة الأولى (رجال) ج.م.ع -نظريات وتطبيقات العدد50 2004
4	عصام الدين عبد الخالق	التدريب الرياضي -نظريات وتطبيقات- الطبعة 15 2006
5	عماد الدين عباس ، علي فهمي البيك	المدرّب الرياضي -تخطيط وتصميم برامج وأحمال التدريب .منشأة المعارف - الاسكندرية 2003
6	عويس الجبالي	ألعاب القوى بالنظرية والتطبيق -الطبعة الثانية دار G.M.C القاهرة
7	قاسم حسن حسين ، فتحي المهشيش	الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي-الطبعة الثالثة-دار الفكر للطباعة والنشر -عمان-الأردن 2006
8	مروان عبد المجيد	النمو البدني والتعلم الحركي -دار الثقافة للنشر والتوزيع-عمان 2002 (10-12) سنة
9	وسيلة محمد مهران	تأثير برنامج تدريبي ايقاعي على بعض المتغيرات البدنية والمستوى الرقمي للوثب الطويل لدى المعاقات بصريا فئة B من 9-12 سنة -بحث منشور نظريات وتطبيقات العدد61 2007
10	وليدسليمان اسماعيل	تأثير فترات التوقف في مرحلة التوافق الجيد على الأداء المهاري للمرحلة السنية من 9-12 سنة (وثب طويل-سلة) رسالة ماجستير ك.ت.ر للبنين -جامعة الاسكندرية 2005

- 15 Goden.L Training guide program 1.2.3 speeds the university of  
Dubi/training college 20 mar 2006
- 16 Jim .K Training and drills for the long jump track& field and the athletics  
2008
- 17 Koh. J &.Hay. G The horizontal jumps international journal of sport biomechanives  
v6 n4 1990
- 18 Luna. E Training your horizontal jumpers . AAF/CIF Instructor 2007
- 19 Makusha.L Reese ties world –leading mark in long jump wins NCAA  
champion ship California university .ESPN 2008
- 20 Mather .s The training program of jump events university of st tohmas 2006
- 21 Michael. P Tips & drills for coaching horizontal jumps former athletics  
successful and u.s track & field trials posted on
- 22 Mike R Introduction to the long jump 2007
- 23 Morrissc,Tolfreyk Effects of short-term isokinetic training on standing long –jump in  
,Coppak.R untrained men Department of exercise and sport science  
.Manchester metropolitan university. 2001
- 24 Numella A Track competition warm-up routine eastern Kentucky university  
2002
- 25 Rogery.J. U.s.a track &field coaching manual human 2001 p.p
- 26 Steve Accuracy in horizontal jumps approach track coach summer 2000
- 27 Tohmas.J Analysis of the long jump technique in the transition from  
approach of take off based on time .continuous kinematics data.  
European journal of sport science .December 2001
- 28 Tony. R Question long jump race.dyestat.com–Forums.html 2006

اثر التعب على دقة استقبال كرات الإرسال في لعبة التنس الأرضي

\* أ. عمار الشيباني السويسي

\*\* أ.أبتسام عبدالسلام زبيدة

\*\*\* أ. فوزي محمد الشبل

1.1 المقدمة وأهمية البحث :

يؤدي التعب بنوعية الحركي وعضلي دورا فعالا في التأثير على الإمكانية الحركية للاعب ونقصا في الدقة الحركية عند اللعب بشكل عام وفي أثناء استقبال الكرات عند الإرسال بوجه خاص أن التعب والراحة من المسائل المهمة التي تؤثر على ظروف التدريب والإعداد للمباريات وفي أثنائها من خلال إيجاد الحركة بفاعلية والتخلص من الحالات السلبية المختلفة والاستفادة من الراحة الايجابية ، والعمل على تقليص ظاهرة التعب لإعادة الجسم إلى حالته الطبيعية ورفع إمكانياته الحركية فالتعب يحدث من خلال الجهد الكبير الواقع على الجهاز العضلي وعدم قدرة اللاعب على مجارة الفعل الحركي وفقدانه للطاقة الحركية وبالتالي فقدان القدرة على تأمين الوقود الكافي لتجهيز حركة اللاعب وبالتالي سيؤثر تأثيرا سلبيا على مهارة اللاعب ، هذا ويصاحب التعب عند لاعبي التنس زيادة في الأخطاء وضعف في الدقة الحركية . (9:32)

إن المستوى العالي الذي وصلت إليه لعبة كرة التنس أولت المشتغلين بالرياضة إلى الاهتمام بالنواحي الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة وبالأخص الجهاز الحركي المنفذ والمنتج للقوة كل هذا يتحقق بوساطة البحث والدراسة لحركة الرياضيين داخل الساحة وتحديد أوجه القصور في الحركة وبالتالي التخلص من الأخطاء والارتقاء بالحركة وتطوير الانجاز والاقتصاد في الجهد والزمن والمسافة.

ومن خلال هذه المقدمة البسيطة نستطيع أن نحدد أهمية البحث في تحديد تأثير التعب على دقة استقبال كرات الإرسال بالتنس وهل للتعب دور في ذلك.

#### 1. 2 مشكلة البحث :

تعد مشكلة التعب وإعادة البناء الجسمي واللياقة البدنية في أثناء عمليات التدريب وفي المسابقات من المسائل المهمة التي تؤثر على ظروف العمليات التدريبية والإعدادية والتوجيه الصحيح للاعب لتحديد حجم العمل اليومي ودرجة الاستفادة منه والقضاء على الفترات السلبية بين حركة وأخري.

من هنا تكمن مشكلة البحث في تحديد هل أن للتعب تأثير على دقة استقبال كرات الإرسال وهل وصول الرياضي لهذا التعب يؤدي إلي تدني المستوى في اللياقة البدنية والحركية، خاصة وأن اللاعب يستمر فترة ليست بالقصيرة في اللعب وهو في حالة تركيز للانتباه لاستقبال الإرسال.

#### 1. 3 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :-

- 1- التعرف على مدى تأثير التعب على دقة استقبال الإرسال في لعبة المضرب (التنس) في أثناء اللعب .
- 2- تحديد النسبة المئوية لدقة استقبال الإرسال الناجح والفاشل .
- 3- تحديد معنوية الفروقات في دقة استقبال الإرسال قبل وبعد التعب .

\*محاضر بقسم التدريب/ كلية علوم التربية البدنية / جامعة الفاتح  
 \*\*محاضر بقسم التدريب/ كلية علوم التربية البدنية / جامعة الفاتح  
 \*\*\* محاضر بقسم التدريب/ كلية علوم التربية البدنية / جامعة الفاتح

#### 1. 4 فرض البحث :

يفترض الباحثون أن :

- 1- هنالك تأثير للتعب على دقة استقبال الإرسال بعد وصول الرياضي اليه.
- 2- هنالك فروق معنوية للميكانيكية الحركية ، كدقة استقبال الإرسال بالتنس قبل التعب وبعده لدى عينة البحث.

#### 2- الإطار النظري

## 2-1 التعب العضلي :

تصاحب ظاهرة التعب العمل العالي للتمرين والذي يقسم الى مرحلة التعب ثم التذني بعدها والهبوط في الأداء والمهارة ويصاحب التذني عادة المهارة الفنية خلال 21- 48 ساعة بعد العمل العضلي ويرتبط بحجم العمل (5:161) ويؤكد دنسكوي د.د 1979 بان التعب محدث انخفاضاً في زمن القدرة على العمل وهناك أنواع مختلفة للتعب منها ، (الذهني والحسي، والانفعالي والبدني) وأكد أن مرحلة التعب العضلي تمر بمرحلتين .  
**أولاً:-** مرحلة تعويض التعب وهنا لا تهبط المهام الحركية ولكن يحدث تغيير في التكنيك الحركي.  
**ثانياً:-** مرحلة فقدان التعب وهنا لا يستطيع الرياضي المحافظة على التنفيذ الفاعل الضروري للمهام الحركية وهنا تهبط القوة المصحوبة بالسرعة (8:111) ويضيف إبراهيم البصري 1981 بأن أسباب التعب تعود الى القيام بتمارين رياضة بعد ترك الرياضة حيث يتجمع حامض اللبنيك وكذلك القيام بحركات جديدة لم يعتادها الجسم . (1:23) .

## 2-2 التعب العضوي :-

يؤكد دافيد ر.ل 1978 أن التعب قد يحدث في الخلية العصبية النهائية عند أداء عمل عضلي قوي وسريع ويؤكد أيضاً أن أسباب التعب العضلي تعود الى النقاط التالية :-  
 1- تراكم حامض اللبنيك مما يسبب في حالة من الخلل وعدم التوازن في الدم وهي حالة PF وبزيادة درجة الحموضة مما يؤدي إلى:-  
 أ- عدم توازن واندماج أجزاء اللاستين والمايوسين اللازمة للتقلص العضلي.  
 ب- انخفاض نشاط بعض الإنزيمات المساعدة على إنتاج الطاقة.  
 ج- التأثير السلبي على نقل المنبه العصبي من الصحيفة العصبية النهائية الى الألياف العضلية.  
 2- استهلاك المواد الفوسفاتية اللازمة للطاقة ATP - PC .  
 3- استهلاك كاريوجين العضلة.  
 4- نقص الأوكسجين وإعاقة مرور الدم في العضلة .  
 5- استهلاك وتراكم مادة الاستيل كولين التي توجد بنسبة معينة في الجسم والتي تساعد في نقل المنية العصبية (7:151)  
 وقد اهتمت عالما الفسيولوجي (سجينوف وبالفوف) خلال تنفيذ العمل الفيزيائي على اختبار الايقاع الوسطى والعمل الملائم لكي يتأخر التعب وان اول تغير وظيفي في الجسم بعد التعب يظهر ليس فقط بالعضلات وانما في الخلايا العصبية لسحايا الدماغ.

## 2-3 الدقة الحركية :-

الدقة هي قابلية الفرد للتحكم في حركاته الاختيارية نحو هدف معين ربما يكون هذا الهدف مسافة او اتجاه او جزء معين من الجسم (2:19) وبالتدريب والممارسة يزداد احساس الرياضي العضلي وتتحسن دقته خاصة وهو يستعمل الاداة كالمضرب في ارسال الكرة وصددها والدقة الحركية تعني درجة تقارب متطلبات المهام الحركية وبشكل عام فإن اي حركة تكون متكاملة في حالة اذا ما وصلت الي الدقة مثل المشي فالانسان غير الدقيق لا يستطيع المشي وكذلك ازاحة الاداة ككرة التنس او استقبالتها (8:205) هذا يؤكد دنسكوي 1979 بان توازن الجسم والتوافق الحركي الصحيح لحركات الجسم في السلسلة والثائي البياكينماتيكي للقسم السفلي والعلوي

وترابطهما وكذلك العمل العضلي الانسيابي للمجاميع العضلية ضمن الزوايا المحددة له دورا اساسيا في نجاح ميكانيكية الحركة لدقة استقبال كرات الارسال الاول (8:208)

**2-2 الدراسة المشابهة :-** دراسة لؤي غانم واخرون 1989(5) بعنوان " اثر التعب على دقة التصويب للاعبى كرة القدم ذوي المستويات العالية"

\* اجري البحث على 22 لاعب بكرة القدم للدرجة الاولى لنادى الموصل الرياضي المشارك بالدوري القطري عام 1986-1987.

\* هدف الدراسة معرفة مدى تأثير التعب على دقة التصويب للاعبى كرة القدم التهديف الثابت والمحرك ومن بعد (18) ياردة.

\* تركزت الدراسة على تحديد درجة الدقة في التصويب قبل التعب وبعده للكرات الثابتة والمتحركة ولجهات الملعب الثلاثة.

\* أظهرت نتائج البحث ما يأتي:-

- كلما زاد التعب كلما قلت نسبة دقة التصويب على الهدف

- التعب يؤثر تأثير كبير على الضربات المتوسطة والطويلة وغير مؤثر للضربات القصيرة .

- للتعب تأثير علي الضربات الثابتة أكثر من الضربات المتحركة لحصول اللاعب أثناء الحركة على التعجيل والاستمرارية لصالحه.

**3 إجراءات البحث:-**

**3-1 منهج البحث :-** تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث

**3-2 عينة البحث:-** تكونت عينة البحث من 8 لاعبين بكرة التنس الأرضي وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية .

**3-3 أدوات البحث:-** شملت الأدوات التالية : استمارات لجمع المعلومات مقعد -كرات - تنس - ساعة توقيت

**3-4 التجربة الاستطلاعية :-** قبل اختيار الاختبار الملائم لمعرفة تأثير التعب قام الباحثون باجراء تجربة استطلاعية علي مباريات كرة التنس الارضي مكونة من 3 لاعبين وباحتساب مباراة لكل لاعب بمجموعتين فقط تسجل من خلالها عدد مرات استقبال الارسال الاول الناجح والفاشل ولكلا الجانبين اليمين واليسار (جدول رقم 1) يتم حساب (6) اشواط لكل مجموعة أي 12 شوط للمباراة الواحدة.



## جدول رقم (1)

القيم الإحصائية للمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للميكانيكية الحركية لدقة استقبال

الإرسال الأول الناجح ( ن ) والفاشل ( ف ) أثناء المباريات

ن = 16

الثانية						الأولى						المجموعة
6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	الشوط
ن	ن	ن	ن	ن	ن	ن	ن	ن	ن	ن	ن	نوع الاستقبال الإحماء
3.6	3.9	4	4.7	4.1	5.4	4.2	4.9	5.2	5.3	5.7	5.5	س
0.6	0.8	0.8	0.9	0.9	0.9	1.1	0.6	1	1.1	1	0.7	±ع
ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	نوع الاستقبال
5.7	5.6	5.7	5	4.4	3.5	5.4	4.8	4.7	4.6	3.3	3.3	س
0.8	0.7	0.8	0.9	0.9	0.9	0.9	0.8	0.9	1.1	1.1	1	±ع
38.5	41.5	41.3	48.4	47.8	68	43.8	50	52.5	53.2	63.2	63.8	النسبة المئوية /استقبال الناجح

يتضح من خلال الجدول اعلاه ان هناك تناقض واضح في النسبة المئوية لنجاح دقة استقبال الإرسال الاول من بداية المباراة الى نهايتها وقد بدا الفارق يدل بالنسبة المئوية للنجاح من الشوط الاول الى نهاية الشوط السادس وعلى التوالي فالفارق بين الشوط الاول مع الثاني لنجاح دقة استقبال الإرسال الاول 0.6 % والشوط الثاني مع الثالث 10 % والشوط الثالث مع الرابع 0.7 % والشوط الرابع مع الخامس 2.5 % والشوط الخامس مع السادس 6.3 % ولو أحصينا الفارق بين الشوط الأول والشوط الأخير للمجموعة الأولى نري قد وصل الى 20.1 % وهذا يدل لنا ان التعب عند ظهوره ومع استمرار المباراة سيكون له تأثير سلبي على نجاح دقة استقبال الإرسال الأول.

ولو نظرنا الى المجموعة الثانية نري أيضا أن النسبة المئوية لدقة استقبال الإرسال تبدأ التناقض من شوط الى شوط آخر فعند حساب الفارق في النسبة المئوية للنجاح بين الشوط الأول والثاني كان الفارق 13 % والثاني مع الثالث كانت النسبة تميل بعض الشيء لصالح الشوط الثالث بنسبة قليلة 0.4 % ولكنها بدأت تظهر جليا بين الشوط الثالث والرابع وبتحدهود 7.1 % وبين الشوط الرابع والخامس كانت متساوية بعض الشيء ولكنها بدأت تظهر واضحة بين الشوط الخامس والسادس وبتحدهود 3%.



النسبة المئوية لدقة استقبال الإرسال الأول الناجح والفاشل أثناء المباريات (المجموعتين).

ولو نظرنا الى الفارق في نجاح الدقة في استقبال الإرسال بين الشوط الأول والأخير للمجموعة الثانية نري النسبة وصلت هي 66 % وهذا يؤكد لنا ان ظهور التعب سيصاحبه فقدان في السيطرة والتركيز وإضعاف الإمكانية الحركية للدقة في استقبال كرة الإرسال الأول بشكل ناجح ومتوازن من خلال صحة هذه المعلومات التي ذكرناها والتي ستوصلها الى إيجاد وبالتأكيد حلول ناجحة وموضوعية في معالجة التدني والهبوط الذي يصاحب حركة اللاعب وهو مستقبل كرات الإرسال الأول .

### 3-5 الاختبار المستخدم

**3-5-1 الاختبار القبلي :** قام الباحثون بإجراء الاختبار القبلي في مجال كرة التنس الارضي بحيث يقوم اللاعب الذي يؤدي الاختبار باستقبال (10) كرات ارسال قوية (الارسال الاول) من قبل افضل اللاعبين يؤدون الارسال وبالتناوب خمس من جهة اليمين وخمسة من جهة اليسار بعد الإحماء الكافي كأنه في مباراة رسمية وقبل التعب وهو مرتاح مداعبا الوقت المناسب بين تنفيذ ارسال واخر حتى الارسال العاشر (10)

### 3-6 الاختبار البعدي

بعد اكمال الاختبار الاول القبلي (قبل التعب) نطبق اختبار هارفرد على رياضي (6:186) وذلك بايصال عدد ضربات القلب الى 150 ض.د وذلك بقيام اللاعب يتبادل الصعود والنزول.

اخذ الاحماء الكافي والمشابهة لجو المنافسة علي مصطبة ارتفاعها 60 أنش باربع عدات ولمدة (5) دقائق متواصلة حتى يصل الى حالة الاجهاد عندها تعطى له راحة (1) دقيقة ونحسب بعدها عدد للاعب تم يؤدي حركة استقبال كرات الارسال العشرة بطريقة الاختبار القبلي نفسها (خمسة من جهة اليمين وخمسة من جهة اليسار) بعد اعداد احسن لاعبين في البطولة يؤديان الارسال من كلتا جهتي الملعب وبالتناوب ( أي يستقبل كل رياضي 10 كرات ارسال قبل التعب وعشرة بعده.

اسم العملية للاختبار :-

**صدق الاختبار :**

يمكن الحصول على الصدق من خلال عرض الاختبار على مجموعة المختصين باللعبة فإذا كانت اجابتهم ايجابية اي الاختيار يقيس العرض الذى وضع للقياس فالباحث يستطيع الاعتماد على حكم الخبراء 163:3 كذلك تم استخدام الصدق الذاتي = الثبات وكان الناتج = 0.91

**- ثبات الاختبار :-**

المقصود بالثبات درجة الثقة وذلك ان الاختبار لا يتغير في النتيجة اي بقيمة ثابتة فى اثناء الإعادة 68.4 وقد اخذ 10 طلاب من افضل لاعبي كلية التربية الرياضية بكرة التنس من غير افراد العينة وتم تطبيق الاختبار القياسي عليهم فكان درجة الثبات 5.82 اما الموضوعية فقد اكتسب الاختبار موضوعية عالية من خلال تقارب وجهات نظر الخبراء حول الاختبار .

**- الوسائل الاحصائية :-**

تم استخدام الوسائل الاحصائية الاتي:-

الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري + ع ، معامل الاختلاف خ / د ع / س  $100 \times$  والخطأ المعياري عم د ع / ن ، اصغر واكبر قيمة للمدى م ، النسبة المئوية % الجزء الكل  $100 \times$  / وقيمة ت الفرق (ت.ت) (6:100).

**عرض النتائج ومناقشتها :-**

من خلال القيم الاحصائية والبيانات والمعادلات لاختبارات البحث اتضح لنا كثير من النواحي العملية الأساسية التي يمكن الاعتماد عليها فى اعداد العملية التدريبية للاعبى كرة التنس فى طرابلس .

**جدول رقم (2)**

يبين الاحصائية لدقة استقبال الإرسال الأول بالتنس قبل التعب وبعده لدى عينة البحث

ن = 16

الحالة		قبل التعب		بعد التعب	
الاحصاء	الجهة	اليمن	اليسار	اليمن	اليسار
س		4.31	4.13	1.38	1.25
$\pm$ ع		0.70	0.72	03.-10	0.68
ع م		0.18	0.18	0.26	0.17
اقل قيمة للمدى م		3	3	6	0
اكثر قيمة للمدى م		5	5	3	5

يتضح لنا من خلال جدول رقم (2) ان هناك فرق واضح فى المتوسط الحسابي لقيم الدقة الحركية وجميعها لصالح استقبال الإرسال قبل التعب ويعزو الباحثون هذا الى امتلاك الرياضي الى الراحة الكاملة بعد ان أخذ الإحماء الجيد ووصله الى التركيز الجيد والانتباه ، وكذلك عدم تشتيت قواه العقلية وكان الفارق فى المتوسط الحسابي للدقة الحركية بجهة اليمن بحدود (2.93) اما بالنسبة للمتوسط السحابي لدقة الاستقبال لجهة اليسار فكان الفارق بحدود (2.98) اي هناك تفوق فى الدقة قبل التعب.

**جدول رقم (3)**

يبين القيم الاحصائية لتحديد الفروقات المعنوية لميكانيكية الدقة الحركية لاستقبال الإرسال الاول بالتنس الارضي قب التعب وبعده لدى عينة البحث

الحالة		قبل التعب		بعد التعب	
الجهة		اليسار	اليمن	اليسار	اليمن
		4.13	4.31	1.25	1.38
		↑	↑	↑	↑
		0.745		0.406	
		↑		↑	
		9.45			
		↑		↑	
		11.6			
ت الجدولية = 2.18					
س					
-					

• معنوية عند نسبة خطأ = 0.05 امام درجة حرية (1.8) = 7

يتبين لنا من الجدول (3) ان هناك فروقات معنوية في الميكانيكية الحركية لدقة استقبال الإرسال وهي لصالح قبل التعب لكلا الجهتين اليمين واليسار وذلك لأن ت الجدولية اقل من ت المحتسبة بالنسبة للفروقات قبل التعب لجهة اليمين واليسار فلم تظهر لنا فروقات معنوية لأن ت الجدولية اكبر من ت المحتسبة والسبب يعود الى قدرة الرياضي في السيطرة على مهاراته الحركية أثناء استقبال الإرسال. ولأجل التوصل الي النسب المئوية لميكانيكية الحركية لدقة استقبال الإرسال الأول في جدول رقم (4) قمنا بحساب عدد الضربات الناجحة والفاشلة .

#### جدول رقم (4)

يوضح القيم الإحصائية لتحديد متوسط النسب المئوية لميكانيكية دقة استقبال الإرسال قبل التعب وبعده لدى عينة البحث .

الحالة		قبل التعب		بعد التعب	
الجهة		اليسار	اليمن	اليسار	اليمن
س		%86.3	%82.5	%27.5	%25
ع +		14.1	14.4	20.5	13.7
ع م		3.5	3.6	5.1	3.4
اقل قيمة للقصوي م		60	60	0	0
اكثر قيمة للقصوي م		100	100	60	40

يتضح من الجدول أعلاه ان النسبة المئوية لميكانيكية دقة استقبال الإرسال كانت لصالح قبل التعب ولجهة اليمين وكان الفارق للمتوسط الحسابي بحدود %58.8 وجهة اليسار بحدود %57.5 ويعزو الباحثون سبب تفوق جهة اليمين هو تعود اللاعب على استقبال الكرات من جهة اليمين والتمرس عليها . جدول رقم (5) القيم الإحصائية لتحديد النسبة المئوية لمتوسط دقة استقبال الإرسال الأول لكلا الجهتين والمباراة كاملة قبل التعب وبعده لدى عينة البحث ن = 8

بعد التعب	قبل التعب	الحالة
		الإحصاء
26.25 13.1 3.28	%84.38 8.92 2.23	س + ع ع م
0 50	70 100 % 14.7	اقل قيمة للقصوي م أكثر قيمة للقصوي م ت.ت.

يتضح من خلال الجدول اعلاه الفارق الكبير لدى عينة البحث في النسبة المئوية وهو بحدود 58.13% وهذا يؤكد لنا بأن التعب له تاثير كبير على الدقة وعلى استقبال كرات الارسال الاول وعندما يصل الرياضي اليها لا يستطيع السيطرة على حركاته وتحدث الازطاء وهذا ما توصلت اليه فعلا.

#### الاستنتاجات والتوصيات :-

##### الاستنتاجات :-

من خلال تحديد مناقشة النتائج استنج الباحثون ما يلي :-

- ان دقة استقبال الإرسال الأول لدى عينة البحث تتاثر بعامل التعب فكلما تستمر المباراة ويظهر التعب تقل الدقة وكذلك اثناء الاختبار كان التعب سبب في اضعاف الدقة .
- ان دقة استقبال الإرسال الأول لجهة اليمين 4.31 افضل من جهة اليسار 4.13 قبل التعب، وبعده سجلت لجهة اليمين 1.38 ولجهة اليسار 1.25.
- هناك فروق معنوية في دقة استقبال الإرسال الأول لصالح قبل التعب.
- النسبة المئوية لدقة استقبال الإرسال الأول سجلت اعلى قيمة من جهة اليمين التعب 86.3% واقل قيمة لها من جهة اليسار بعده التعب 25%.

##### 2-5 التوصيات :-

يوصي الباحثون ماياتي:-

- 1-الاهتمام بالاعداد البدني العام والخاص حتي يتكيف اللاعب فسيولوجياً لظروف المباراة.
- 2- تكتيف التمارين الخاصة لاستقبال الإرسال من جهة اليسار فقط.
- 3- التاكيد على استخدام تمارين خاصة تطور الدقة عند الرياضي لأستقبال كرات الإرسال بعد ايصاله الى حالة التعب .
- 4- تطوير الناحية الوظيفية للجسم والمتعلقة بصلاحية القلب .
- 5-الاهتمام بالخصائص المظهرية ( البايوكينماتيكية ) كالسرعة والخصائص البايوديناميكية المتعلقة بالقوة الدافعة وقوة رد فعل الكرة والارض واستخدامها بشكل افضل.
- 6-ضرورة اجراء المزيد من البحوث والدراسات حول تاثير التعب علي بقية الالعب الاخري.

## \*المصادر العربية والاجنبية :-

- 1- ابراهيم البصري: مجلة الثقافة الرياضية ع1 بغداد 1982.
- 2- ابراهيم سلامة : اللياقة البدنية الاسكندرية ، مكتبة الشاطيء 1965.
- 3- ذوقات عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه اساليب ادواته، الاردن ، دار مجدلاوي 1982.
- 4- قاسم حسن المنديلاوي وآخرون: الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، الموصل ، مطابع التعليم العالي 1986.
- 5- لؤي غانم سعيد وآخرون : أثر التعب على دقة التصويب للاعبي كرة القدم ذوي المستويات العالية ، البصرة - مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية ع 1 كانون الثاني 1989 ط31.
- 6- نزار الطالب ، محمود السامراني : مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية الموصل ، دار الكتب لجامعة الموصل 1981.
- 7-David R.L physiology of exercise , Macmillan publishing co, Ing ,New York 1978.
- 8-Porckov P.P Suouek akuka , M .Quc 1979.
- 9-Tozvep A .M
- 10-Zeopzalou C .A.Quzuodou M.M 1981.

السلوك القيادي لمدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي  
وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية

د. على يوسف زريبه

أ. أبو القاسم سالم الجري

د. محمد سالم العجيلي

مشكلة البحث وأهميته:

تلعب الإدارة الحديثة دورا هاما وحيويا في توجيه المؤسسات والمنظمات على اختلاف مجالاتها وتخصصاتها ، كما أصبحت الإدارة عملية أساسية تعتمد عليها كل الهيئات والكوادر الإدارية في تحقيق أهدافها مستندة في ذلك إلى الدعامات القانونية والأسس العلمية والخبرات المرتبطة بالعمل الإداري.

ويذكر إبراهيم عبد المقصود ، حسن الشافعي (1999) بأنه : يتطلب من الإدارة الحسنة أن تصبح عملية رشيدة تحقق أهدافها بكفاءة من خلال استخدام الإمكانيات المتاحة مع توفير أفضل مناخ ممكن لعمل العنصر البشري بأقل جهد (14:1)

ويضيف صلاح شلبي (1994) بان : القيادة تعمل على زيادة تماسك الجماعة وتوفير أفضل الفرص للتعاون وتنمية العلاقات الإنسانية التي تؤدي إلى العمل بأقصى جهد من أجل رفع شأن الجماعة ، كما إنها تقوم بدور مؤثر وفعال في حل المشاكل التي تواجه أعضاء الجماعة خلال العمل بالإضافة إلى دورها الحيوي في استغلال قدرات الجماعة مما يساهم في تمتيتها لتصل إلى أعلى درجات الكفاءة. (123:4)

وبالرغم من تداول مصطلح القيادة والإدارة في العصر الحديث إلا انه ينقصه الدقة والتحديد كما يشير إلى ذلك كمال درويش وآخرون(1993) إذ : ترتبط القيادة بنوع العمل أو الوظيفة وخصائصها أو تقتزن بطبيعة الفرد وخصائصه القيادية أو تشير إلى أنواع السلوك أو المواقف التي يواجهها الفرد القائد مع أفراد الجماعة ، ومن ثم فان القيادة تعد بمثابة تفاعل بين عدد من العوامل والتي تمثل القائد والمرؤوسين والمواقف التي تمارس من خلالها القيادة. (167:7)

ولما كان من الأسباب الأساسية لنجاح القيادة والإدارة الرياضية والعاملين بالمجال الرياضي والأنشطة الرياضية المختلفة في أداء رسالتهم على أكمل وجه ، وهذا يعتمد بدوره على ما يتصف به القائد من سمات شخصية ونفسية وقدرات ومهارات ومعارف ومعلومات تؤهلهم للقيام بدورهم على أكمل وجه.

ويرى الباحثين بأن القيادة والإدارة الحديثة ترتبط بالفرد في إطار الجماعة وبالمواقف والأهداف ، فإذا اختلفت تلك المواقف والأهداف فإن هذا يتطلب اختلافا في أساليب القيادة ، ولما كانت القيادة والإدارة تقوم على التفاعل الذي يتم بين القائد وأفراد جماعته بغرض توجيههم وإرشادهم ، فإن ذلك يعكس تباينا في أنماط القيادة.

ويضيف الباحثين بأن القيادة في المجال الرياضي تعتمد على القائد الإداري الفعال ، فهو الذي يوضح الرؤية ويجمع العاملين والموظفين من حوله ويبعث الحماس لديهم ويوجه المسيرة ويتابع الأداء ويزيل العقبات ويواجه التحديات ويصحح المسار ، وهو الذي يقيم المواقف ويفكر في البدائل ويتخذ القرارات ويكون مسئولا عن التطور والنجاح.

و يعتبر الدافع للإنجاز هدفا ذاتي ينشط ويوجه السلوك، كما انه من المكونات الهامة للنجاح في العمل ، ويتميز الأفراد ذوي دوافع الإنجاز المرتفعة بأنهم يميلون إلى بدل محاولات جادة للحصول على قدر كبير من النجاح في كثير من المواقف المختلفة.

حيث يشير أحمد عبد الخالق ، مایسة قطان (1990) إلى أن : الدافع للإنجاز يمثل الرغبة والميل إلى أداء المهام بأفضل طريقة ممكنة ، كما أن للإنجاز أنماطا وأنواعا متباينة من السلوك ، بالإضافة إلى ذلك فهو حافز يساهم في حل المشاكل الصعبة التي تتحدى الفرد وتعرض طريقه. (138:3)

وتذكر نتائج بعض الدراسات مثل كمال درويش وآخرون(1993)(7) ، وعادل النشار(1995)(5) بأن : الدافع للإنجاز يتأثر بالعديد من العوامل منها :- القيادة ، الأشراف ، جماعة العمل ، ظروف العمل المادية ، بالإضافة إلى أسلوب الرؤساء في التعامل مع المرؤوسين ، وأن أسلوبهم في القيادة و الإشراف و التوجيه والرقابة و المتابعة وحل المشكلات و تقديم التغذية المرتدة يؤثر على دافعية الإنجاز لدى العاملين في المجال الرياضي. ويعتبر مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي المدرسي هم الفئة الأولى والمسئولة عن تنمية دافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدارس التربية البدنية في المجال الرياضي من خلال تشجيع التلاميذ على ممارسة جميع الأنشطة الرياضية والإهتمام بالإنجازات الرياضية المدرسية كل حسب تخصصه أو إمكاناته وذلك من خلال تخطيط وتنظيم وتنفيذ هذه الأنشطة بما يكفل تحقيق الأهداف المنشودة منها ، كذلك فإنهم يعملون على إتاحة الفرصة لجميع التلاميذ بمستويات أدائهم للإشتراك الإيجابي في الأنشطة الرياضية وتوسيع قاعدة



الممارسة الرياضية ، ولكن من خلال التقييم المبدئي لنشاط وعمل المدرسين والمدارس بشعبية غريان ، إتضح وجود عدم إهتمام بالأنشطة الرياضية من قبل المدرسين والمدارس ، الأمر الذي أدى إلى قلة المهرجانات والمنافسات الرياضية وتدنى مستوياتها من حيث الإنجاز الرياضي والتنظيم ، وللتعرف على تلك الأسباب رأى الباحثين دراسة العلاقة بين السلوك القيادي الذي يتميز به مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي باعتبارهم هم الفئة المسؤولة عن الأنشطة الرياضية من خلال توجيه مدرسين ومدارس التربية البدنية ودافعية الإنجاز لدى هؤلاء المدرسين والمدارس ومدى توفير المناخ المناسب لتنمية معلوماتهم وتطوير قدراتهم بما يحقق لهم الاستقرار النفسي ، الأمر الذي يؤدي إلى رضا المدرسين والمدارس عن وظائفهم وبالتالي ينعكس ذلك على الارتفاع بمستوى الإنجاز لديهم.

#### أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على :-

1- أنواع السلوك القيادي لدى مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي ومدرسي

ومدرسات التربية البدنية بشعبية غريان

2- العلاقة بين أنواع السلوك القيادي لدى مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي

و دافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدارس التربية البدنية بشعبية غريان.

3- الفروق في مستوى دافعية الإنجاز بين المدرسين والمدارس بشعبية غريان.

#### تساؤلات البحث :

1. ما هو ترتيب أنواع السلوك القيادي لدى كل من مدراء مكاتب النشاط الرياضي

والثقافي والمدرسين والمدارس بشعبية غريان.

2. هل توجد علاقة بين السلوك القيادي لمدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي

ودافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدارس التربية البدنية بشعبية غريان.

3. هل توجد فروق دالة إحصائية في دافعية الإنجاز بين المدرسين والمدارس

بشعبية غريان.

#### مصطلحات البحث :

### القيادة : Leadership

وهي "عبارة عن علاقة متبادلة بين القائد ومجموعة من الأفراد ، يتم من خلالها التأثير على سلوك الأفراد من أجل تحقيق أهداف الجماعة". (3:51) .

### السلوك القيادي : Leadership Behavior

ويقصد به "سلوك القائد تجاه أعضاء الجماعة في الموقف الذي يواجهه وفقا للأهداف المرتبطة بهذا الموقف" (6:124) .

### دافعية الإنجاز : Achievement Motivation

وهي " استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الإنجاز ، وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في موقف الإنجاز والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة" (8:251).

### خطة وإجراءات البحث :

#### 1- منهج البحث :

استخدم الباحثين المنهج الوصفي " أسلوب المسح " حيث انه المنهج المناسب لطبيعة هذا البحث .

#### 2- مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي ومدرسي ومدرسات التربية البدنية بشعبية غريان للعام 2007/2008.

#### 3- عينة البحث :

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية ، وقد تكونت من مجموعتين :-

المجموعة الأولى :- مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي وقد بلغ عددهم (14).

المجموعة الثانية :- مدرسي ومدرسات التربية البدنية ، وقد بلغ عددهم (28) مدرس

ومدرسة ، منهم (14) مدرسا ، (14) مدرسة يعملون جميعا بشعبية غريان.

### أدوات جمع البيانات :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحثين ما يلي:

- 1- مقياس السلوك القيادي إعداد / عادل النشار .
- 2- اختبار الدافع للإنجاز إعداد / إبراهيم قشقوش .

أولاً : مقياس السلوك القيادي:.

قام " عادل النشار " (1995) (5) بتصميم هذا المقياس بغرض قياس السلوك القيادي في المجال الرياضي ، و يتكون المقياس من (138) مائة وثمانية وثلاثون عبارة موزعه على (7) سبعة أبعاد رئيسيه هي : السلوك التعليمي ، و السلوك الديمقراطي ، و السلوك الأوتوقراطي ، وتدعيم السلوك الاجتماعي ، وسلوك رد الفعل الايجابي ، وتماسك الجماعة ، والمواقف السلوكية .

وتتم الإجابة على عبارات المقياس في ضوء ميزان تقدير خماسي و ذلك على النحو التالي:-

العبارات ذات الاتجاه الايجابي :

\_ دائما و يقدر لها (5) درجات

\_ غالبا و يقدر لها (4) درجات

\_ أحيانا و يقدر لها (3) درجات

\_ نادرا و يقدر لها (2) درجتان

\_ أبدا و يقدر لها (1) درجة واحده

العبارات ذات الاتجاه السلبي :

\_ دائما و يقدر لها (1) درجة واحده

\_ غالبا و يقدر لها (2) درجتان

\_ أحيانا و يقدر لها (3) درجات

\_ نادرا و يقدر لها (4) درجات

\_ أبدا و يقدر لها (5) درجات

وبذلك يبلغ الحد الأقصى لدرجات المقياس (690) درجة ، والحد الأدنى (138) درجة.

وقد تم تطبيقه على عينة بلغ (12) منهم عدد (4) مدراء مكاتب نشاط رياضي ، وعدد (8) مدرس ومدرسة ،

وذلك لإيجاد ثبات المقياس بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق للمقياس ، والجدول رقم (1) يبين معامل الارتباط والصدق الذاتي لكل سلوك قيادي

### جدول (1)

#### معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول و الثاني لمقياس السلوك القيادي

(ن = 12)

الصدق الذاتي	معامل الارتباط	الأبعاد
0.76	0.87	السلوك التعليمي
0.53	0.73	السلوك الديمقراطي
0.67	0.82	السلوك الأوتوقراطي
0.49	0.70	تدعيم السلوك الجماعي
0.48	0.69	سلوك رد الفعل الإيجابي
0.50	0.71	سلوك تماسك الجماعة
0.79	0.89	المواقف السلوكية
0.71	0.84	المقياس ككل

قيمة (ر) الجدوليه عند  $0.05 = 0.44$

يتضح من الجدول السابق (1) ما يلي :-

- تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول و الثاني لمقياس السلوك القيادي ما بين (0.69 ، 0.89) وأن معاملات الصدق الذاتي ما بين (0.48 ، 0.79) وهي معاملات ارتباط داله إحصائيا مما يدل على ثبات المقياس

ثانيا : اختبار الدافع للإنجاز :-

قام " إبراهيم قشقوش " (1979) (2) بتصميم هذا الاختبار لقياس الدافع للإنجاز لدى الأفراد ، وهو يتكون

من (32) اثنين و ثلاثين عبارة ، و تتم الإجابة لعبارات الاختبار في ضوء إجابتين هما " نعم " و يقدر لها (2)

درجتان ، و "لا" و يقدر لها (1) درجة واحده .

وتتراوح الدرجة على الاختبار ما بين (32-64) درجة ، و تشير الدرجة المرتفعة إلى دافع إنجاز مرتفع ، بينما

تشير الدرجة المنخفضة إلى إنجاز منخفض .

وقد تم تطبيق الإختبار على عينة عددها (10) مدرسين ومدرسات من خارج عينة البحث ، وذلك لحساب

معامل ثبات الإختبار والصدق الذاتي ، وقد إستخدمت طريقة التطبيق وإعادة التطبيق لإيجاد ثبات الإختبار

والصدق الذاتي ، والجدول التالي رقم (2) يبين قيم معامل الثبات والصدق الذاتي للإختبار .

### جدول رقم (2)

جدول رقم (2) يبين معامل إرتباط إختبار دافعية الإنجاز بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى والصدق الذاتى

الصدق الذاتى	معامل الإرتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول	
		ع	س	ع	س
0.72	0.85	4.89	50.12	4.75	49.75

الدراسة الأساسية:

تم تطبيق كل من : مقياس السلوك القيادي على المجموعتين من مدرء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي والمدرسين والمدرسات بشعبية غريان و ذلك في الفترة ما بين يوم الأحد 2008/2/10 إلى يوم الخميس 2008/2/14 ف.

عرض النتائج ومناقشتها:

### جدول (3)

المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لدرجات أنواع السلوك القيادي لدى مدرء مكاتب النشاط الرياضي

والثقافي ومدرسي ومدرسات التربية البدنية

مدرسي ومدرسات التربية البدنية		مدرء مكاتب النشاط الرياضي		المعطيات الإحصائية أبعاد المقياس
ع	س	ع	س	
5.36	75.24	7.34	69.13	السلوك التعليمي
6.44	89.02	5.15	85.70	السلوك الديمقراطي
5.75	81.43	6.52	79.62	السلوك الأوتوقراطي
5.12	69.34	7.38	64.22	تدعيم السلوك الجماعي
7.43	56.18	6.61	54.16	سلوك رد الفعل الايجابي
6.16	75.57	5.13	72.42	سلوك تماسك الجماعة
5.81	67.16	7.42	66.13	المواقف السلوكية

يتضح من الجدول رقم (3) أن درجات مستويات أنواع السلوك القيادي لدى مدرء مكاتب النشاط

الرياضي والثقافي قد تراوحت من 85.70 إلى 54.16 درجة ولدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية كانت ما بين 56.18 إلى 89.02 درجة ومن خلال تحليل درجات أنواع السلوك القيادي لمدرء مكاتب النشاط الرياضي يتضح بأن السلوك الأكثر انتشاراً بين المدرء هو السلوك الديمقراطي ثم السلوك الأوتوقراطي ثم سلوك تماسك الجماعة وفى الدرجة الرابعة السلوك التعليمي وفى المرتبة الخامسة يأتي سلوك المواقف السلوكية ثم السلوك الإجماعى فى المرتبة السادسة ، وأخيراً سلوك رد الفعل الإيجابي فى المرتبة السابعة.

بينما ظهر فى نفس الجدول رقم (3) أن السلوك الأكثر انتشاراً بين المدرسين والمدرسات هو كذلك السلوك الديمقراطي ثم السلوك الأوتوقراطي ثم سلوك تماسك الجماعة وفى المرتبة الرابعة يأتي السلوك التعليمي وفى المرتبة الخامسة السلوك الإجماعى ثم سلوك المواقف الاجتماعية فى المرتبة السادسة ، وأخيراً فى المرتبة السابعة يأتي سلوك رد الفعل الإيجابي.

ومن خلال التحليل السابق لدرجات مستويات أنواع السلوك لدى المدرء ومدرسي ومدرسات التربية البدنية ، وأن السلوك القيادي الديمقراطي هو الأكثر شيوعاً لدى كل من المدرء والمدرسين والمدرسات ، ثم السلوك الأوتوقراطي فى المرتبة الثانية ، وسلوك تماسك الجماعة فى المرتبة الثالثة ، وكذلك السلوك التعليمي ، ثم السلوك الإجماعى ، وسلوك المواقف السلوكية ، وأخيراً سلوك رد الفعل الإيجابي.

هذه النتيجة تظهر وجود تماثل أو تطابق كبير فى السلوك القيادي لدى مدرء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي ومدرسي ومدرسات التربية البدنية وهذا التماثل فى السلوك القيادي يؤكد وجود تماسك وعلاقات مهنية واجتماعية جيدة بين كل من مكاتب النشاط الرياضي والثقافي ومدرسي ومدرسات التربية البدنية بشعبية غريان من شأنه أن يساعد بدرجة كبيرة من وجهة نظر الباحثين فى تنمية دافعية الإنجاز وبذل الجهد وإتقان العمل من طرف مدرسي ومدرسات التربية البدنية.

بيين معاملات الارتباط بين أنواع السلوك القيادي ودافعية الإنجاز  
لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية

(ن=28)

الأبعاد	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
السلوك التعليمي	0.52	غير دال
السلوك الديمقراطي	0.82	دال
السلوك الأوتوقراطي	0.62	دال
تدعيم السلوك الجماعي	0.75	دال
سلوك رد الفعل الإيجابي	0.61	دال
سلوك تماسك الجماعة	0.86	دال
المواقف السلوكية	0.48	غير دال

قيمة (ر) الجدوليه عند  $0.05 = 0.53$

يتضح من الجدول رقم (4) أن كل من السلوك الديمقراطي والأوتوقراطي وتدعيم السلوك الإجتماعي وسلوك تماسك الجماعة لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية قد حققوا معاملات ارتباطية دالة إحصائياً مع دافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية.

أما سلوك القيادة التعليمي والمواقف السلوكية كانتا معاملاتهما غير دالة إحصائياً لدى المدرسين والمدرسات مع دافعية الإنجاز.

هذه النتيجة تشير إلى أن أكثر أنواع السلوك القيادي فاعلية في إثارة دوافع الإنجاز لدى المدرسين والمدرسات هو سلوك تماسك الجماعة بالدرجة الأولى ثم السلوك الديمقراطي ثم سلوك تدعيم الجماعة ثم السلوك الأوتوقراطي أما سلوك رد الفعل الإيجابي فإنه يأتي في المرتبة الخامسة بالنسبة لإثارة دافعية الإنجاز.

ومن خلال قيم ارتباط دافعية الإنجاز مع مستويات السلوك القيادي لدى المدرسين والمدرسات حيث كانت هذه القيم 0.86 مع سلوك تماسك الجماعة وهو ارتباط قوى وكذلك 0.82 مع السلوك الديمقراطي و 0.75 مع تدعيم السلوك الجماعي وهي علاقة قوية.

وبما أن مدرء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي يتميزون ويمتلكون نفس ترتيب أنواع السلوك القيادي لدى المدرسين والمدرسات لذلك يستنتج الباحثون بوجود علاقة ارتباطيه غير مباشرة بين دافعية الإنجاز لدى المدرسين والمدرسات وأنواع سلوك القيادة لدى مدرء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي بشعبية غريان.

## جدول رقم (5)

يبين دلالة الفروق بين مدرسي ومدرسات التربية البدنية

في مستوى دافعية الإنجاز

الصدق الذاتي	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المعطيات الإحصائية الدافع للإنجاز
		ع	س	ع	س	
دال	2.96	2.90	55.38	3.42	50.62	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.06

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة إحصائية بين المدرسين والمدرسات في مستوى الدافع للإنجاز ولصالح المدرسات. وهذه النتيجة الإحصائية تشير إلى أن المدرسات بشعبية غريان أكثر دافعية وقدرة على الإنجاز من المدرسين ويرجح الباحثين سبب ذلك على أن المدرسات أكثر إدراك وإيجابية مع توجيهات مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي من المدرسين ، الأمر الذي أدى إلى خلق جو ايجابي لبيئة تدريس جيدة ورضا وظيفي لديهن انعكس ذلك على زيادة تفهمهن لمتطلبات وواجبات عملهن وعلى عكس ذلك فان حصول المدرسين على درجة منخفضة في مستوى دافعية الإنجاز مقارنة بالمدرسات قد يرجع إلى رغبة المدرسين في إيجاد فرص أكثر للتعبير عن أنفسهم والمشاركة الإيجابية في اتخاذ القرارات والاضطلاع بمسئوليات رئيسية تشعرهم بتميزهم بقيمتهم الذاتية بدرجة اكبر مما هو قائم وخاصة مع بعض مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي الذين يتميزون بالسلوك القيادي الأوتوقراطي.

## الاستنتاجات :-

بعد مناقشة نتائج الدراسة تم التوصل إلى الآتي :-

1. تميز مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي بشعبية غريان بسلوك قيادي حسب الترتيب التالي :-  
السلوك الديمقراطي بالدرجة الأولى ، والسلوك الأوتوقراطي بالدرجة الثانية ، وسلوك تماسك الجماعة في الدرجة الثالثة ، ثم السلوك التعليمي في المرتبة الرابعة .
2. تميز مدرسي ومدرسات التربية البدنية بشعبية غريان بنفس ترتيب السلوك القيادي لدى مدراء المكاتب تقريباً . الديمقراطي ، ثم الأوتوقراطي ، سلوك تماسك الجماعة ثم السلوك التعليمي.



3. وجود علاقة غير مباشرة بين دافعية الإنجاز لدى مدرسي ومدارس التربية البدنية وأنواع السلوك القيادي لدى مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي .
4. وجود تباين بين المدرسات والمدرسين فى مستوى دافعية الإنجاز لصالح المدرسات .
5. المدرسات أكثر إدراك وتفهم لتوجيهات مدراء مكاتب النشاط الرياضي والثقافي نحو الدافعية للعمل والإنجاز .

#### التوصيات:-

1. الاهتمام بالعلاقة بين مدراء مكاتب النشاط الرياضي الثقافي ومدرسي ومدارس التربية البدنية وخلق جو ومناخ ودي بينهم.
2. محاولة إشراك المدرسين والمدارس فى جميع الأنشطة المتعلقة بمكاتب النشاط الرياضي والثقافي بشكل إيجابي.
3. الرجوع إلى المدرسين والمدارس عند عملية اتخاذ القرارات المتعلقة بالنشاط الرياضي داخل الشعبية.
4. وجود خطط واضحة لمكاتب النشاط الرياضي داخل الشعبيات للنهوض بالنشاط الرياضي المدرسي ولفترات زمنية طويلة.

#### المراجع:

1. إبراهيم عبد المقصود ، حسن الشافعي: الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية ، منشأة المعارف

بالإسكندرية 1999م

2. إبراهيم قشقوش: دافعية الإنجاز وقياسها ، المجلد الثاني ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة 1979م
3. أحمد عبد الخالق ، مايسة القطان: الدفع للإنجاز وعلاقته بالقلق والانبساط ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، القاهرة ، أكتوبر ، 1990م
4. صلاح شلبي: تحديد بعض عناصر الكفاية لأخصائيي رعاية الشباب ببعض الجامعات المصرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا 1994م
5. عادل النشار: السلوك القيادي وعلاقته بالقدرة على التفكير الإبتكارى لدى طلبة كلية التربية الرياضية بالمنيا ، المؤتمر العلمى الدولى ، القاهرة ، 1995م
6. عبد الكريم درويش: أصول الإدارة العامة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، 1992م
7. كمال درويش وآخرون: الإدارة الرياضية ( الأسس والتطبيقات ) ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1993م
- 8:Chiladurai, P , and Saleh , S: Dimension of leader behavior in sport of development a leadership scale , journal of sport psychology ,2,1980

دراسة مقارنة في بعض المتغيرات الوظيفية للتلاميذ بالأعمار

من 13 - 15 سنة بمنطقة طرابلس

\*أ.عاشور ميلود العمامي

\*\*أ.مصطفى أحمد العاشق

\*\*\*د.محمد سالم العجيلي

تشير احتياجات المجتمع المتطور إلى الاتجاه الأساسي للنمو الجسمي الوظيفي البدني للتلاميذ في مراحل النمو المختلفة وهذه الاحتياجات تعكسها الميول الاجتماعية التي يتطلبها المجتمع .  
ولضمان تشكيل المجتمع المتحضر ينبغي عدم وجود وتعارض بين متطلبات المجتمع وميول الأفراد كما يجب إن تكون هذه المتطلبات مرتبطة ارتباطاً تاماً ونتيجة للأهمية الكبيرة للملقة على كاهل التربية في العمل على تربية التلاميذ تربية شاملة ومتزنة ، فأن الأمر يتطلب الاهتمام بالنمو والكفاءة البدنية لهم والعمل على إكسابهم المستوى المناسب من الكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية والعضلية والتي تتناسب مراحل النمو .  
ويذكر محمد عبد المؤمن (1974) على دور الأنشطة الرياضية المدرسية والتي تساعد التلاميذ على تنمية وصقل معارفهم ومعلوماتهم واتجاهاتهم وميولهم وتنمي شخصيتهم وتحررهم من الاعتماد على غيرهم ، كما تحقق النضج الانفعالي والصحة النفسية والتوافق الشخصي الاجتماعي وتقدم له الرعاية الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية من خلال الأنشطة التعليمية والتربوية الهادفة التي يتفاعل من خلالها التلميذ مع زملائه ومدرسية ويتأثر فيهم (23:23) .

وتعتبر الخصائص الوظيفية والصفات البدنية مكونات أساسية ومهمة في كافة الفعاليات الرياضية ، وهي ذات أهمية في الأداء الحركي وتشير العديد من الدراسات والبحوث العلمية على إن الصفات البدنية والفسولوجيا لها الدور الأساسي في أي فعالية أو لعبة رياضية ويذكر محمد حسن علاوي وأبو العلا احمد عبد الفتاح (1984) تعتبر المعلومات الفسولوجية من أهم الأسس لأعداد المدرب ومدرس التربية الرياضية الناجح ، حيث تنعكس هذه المعلومات على حياته العلمية بما يحقق تخطيط وتنفيذ البرامج الرياضية سواء كانت تدريبية أو ترويحية بحيث تحقق أهدافها بنجاح وفعالية وأمان على إن لكل فعالية متطلبات بدنية خاصة تميزها عن غيرها من الرياضيات والفعاليات الأخرى ، وتنعكس المتطلبات على المواصفات التي يجب توافرها في من يمارسها (18:19) .  
وبذلك نلاحظ إن الخصائص الوظيفية والبدنية لها دورها الأساسي في تحديد مستوى وخصائص النمو البدني للتلاميذ وتوجيههم نحو الفعاليات الرياضية التي يمارسونها باعتبارها إحدى مراحل النمو الحيوية التي يعتمد عليها في تكوين الفرد من جميع النواحي في حياة الأفراد ، إلا أنه لم يتم الدراسات العلمية الكافية في هذا الاتجاه ، وترسيخها بالشكل المطلوب في اختبار التلاميذ للعديد من الأنشطة الرياضية .  
الأمر الذي أدى بالباحث إلى تناول هذه المشكلة من خلال دراسة مقارنة في بعض المتغيرات الوظيفية للتلاميذ بأعمار (13-15) سنة .

### أهمية البحث والحاجة إليه :

تلعب الأنشطة الرياضية دوراً مهماً في تنمية وتحسين النواحي الوظيفية وكذلك في تنمية الصفات البدنية الأساسية للفرد ، فضلاً عن تطور الصفات النفسية والخلقية كالاعتماد على النفس والثقافة والتعاون والأنشطة الرياضية متنوعة ومتعددة ولكل نشاط خصائصه الجسمية والوظيفية والبدنية والتي يتميز بها عن غيره من النشاطات الأخرى .

تعتبر عملية متابعة القياسات الوظيفية والبدنية جزءاً مهماً من عملية التربية الشاملة والمتزنة ، حيث إن هناك قدرات وإمكانات جسمية ووظيفية وبدنية لدى التلاميذ تختلف باختلاف مراحل النمو ، ويشير حسن معوض (1963) إلى إن التلميذ هو عماد المستقبل والتربية البدنية تقوم بدور هام في هذه التنمية الكاملة بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً كما تهدف إلى مساعدة التلميذ واكتسابه المهارات الحركية والضرورية للحياة حتى يستطيع إن يتكيف مع المجتمع على أحسن وجه (39:7) .

ومن هنا جاءت أهمية البحث بالاهتمام والتعرف على النواحي الوظيفية والبدنية وضرورة التعرف على الفروق بين التلاميذ ، وبما يسمح لهم باستثمار طاقتهم بالشكل الأفضل وتوجيههم نحو الأنشطة الرياضية وفق المتطلبات الأساسية التي يتمتعون بها وإعطاء المعلومات الكافية لأجل استخدام انساب الطرق والأساليب لتنمية تلك القدرات والخاصة بالتلاميذ (13-15) سنة.

#### أهداف البحث :-

##### يهدف البحث الى التعرف على :

- 1- بعض القياسات الوظيفية للتلاميذ بألا أعمار من (13-15) سنة بمنطقة طرابلس .
- الفروق في بعض القياسات الوظيفية بين التلاميذ بألا أعمار من (13-15) سنة بمنطقة طرابلس .

#### تساؤل البحث :-

هل هناك فروق بين التلاميذ بالأعمار (13-15) سنة في بعض القياسات الوظيفية .

#### مفهوم النبض للقلب :-

##### النبض (PULS) RLEART

ذكر فاسيلي تاتار ينوف (1983) بأنه تتعلق خصائص النبض بعمل القلب وحالة جدران الأوعية ويمكن الحكم على حالة النشاط القلبي انطلاقا من خصائص النبض وتكون عدد النبض عند الكبار فيوضعية الراحة من (60:80) نبضة في دقيقة ويكون النبض أسرع عند الأطفال ويوافق عدد النبضات عدد انقباضات القلب (15:320) . وأوضح إبراهيم البصري (1984م) إن النبض يأتي نتيجة لارتطام موجة الدم الذي يضخها القلب في الضربة الواحدة إلى الأوعية الدموية المحيطة ويستمر اندفاع الموجات الضاغطة بسرعة (6:10) أمتار كل ثانية ويؤثر على سرعة لاندفاع الموجة الدموية الذي يتناسب طرديا مع سرعة اندفاع الموجة الدموية الذي يتناسب طرديا مع سرعة الدم لهذا يعطينا النبض فكرة عن عمل القلب وحالة الأوعية الدموية (1:793) .

وذكر أبو العلاء عبد الفتاح واحمد نصر الدين (1994) إن معدل ضربات القلب في الأعمار المختلفة له علاقة خطية مع الحد الأقصى لاستهلاك لأكسجين كما إن معدل ضربات القلب لدى الأطفال وكبار السن عند أدى الحمل الأقل من الأقصى يكون اعلي منة بنسبة للشباب (4:30) سنة ويقل تدريجيا مع زيادة العمر ونظر لسهولة قياس معدل ضربات القلب فقد أمكن استخدامه في تقنين حمل التدريب ويرجع ذلك لارتباط معدل ضربات القلب بكثير من العمليات .

#### معدل نبض القلب :-

ويعني عدد ضربات القلب في الدقيقة الواحدة .

ويذكر أبو العلا احمد عبد الفتاح (1997) إن معدل النبض يعتبر احد الوسائل الهامة لتقدير وقياس اللياقة كما أنه يعتبر من أهم العوامل لتنظيم الدفع القلبي أثناء درجات الجهد البدني .

حيث إن معدل النبض يرتبط بمعدل استهلاك الأكسجين (2:90)

#### تأثير التدريب الرياضي على معدل النبض :

للتدريب الرياضي اثر على النبض حتى إنشاء الراحة حيث نجد إن معدل النبض لدي لاعبي المستويات العليا إنشاء الراحة منخفضا وقد يصل إلى (40) نبضة في الدقيقة وعلى العكس فأن سرعة معدل النبض لدي غير الرياضيين قد تكون عالية لتصل أحيانا إلى 90 نبضة في الدقيقة تقريبا

ويذكر صفاء المرعب(1990) إن التدريب الرياضي يؤدي إلى حصول تغييرات بيوكيماوية في عضلة القلب وهي:-

- 1- حصول زيادة في بناء بروتين عضلة القلب

2- ارتفاع كمية الهيموغلوبين في القلب

3- زيادة قابلية عضلة القلب على اخذ كمية اكبر من الكوكوز وحامض اللاكتيك في الدم (71:10)

**السعة الحيوية للرتئين:**

اتفق كل من فأسيلي تاتار نوف (1983) وإبراهيم البصري (1984) وقاسم حسن (1990) وبهاء الدين سلامة (1992) وأبو العلاء احمد عبد الفتاح (1997) على تعريف السعة الحيوية بأنها قدرة الفرد على اخذ كمية الهواء في شهيق واحد ثم طرد هذا الهواء في أقصى زفير وهي تتراوح ما بين (2500سم:5000سم) (205:14) (120:1) (115:15) (161:16) (307:29) .  
وأشار أبو العلاء عبد الفتاح (1985) إلى أنه يمكن قياس السعة الحيوية منذ عمر الرابعة وتزيد السعة الحيوية مع زيادة العمر ويصل حجم السعة الحيوية لطفل العشر سنوات في المتوسط (1700ملمتر) وطفل الرابعة عشر (2500ملمتر) (208:3) .

وأكد محمد صبحي حسانين (1987) على إن السعة الحيوية تعكس سلامة أجهزة التنفس كما ترتبط بدرجة كبيرة بالمهارات التي يتطلب الجلد الدوري والتنفسي الذي يعتمد على سلامة الجهازين الدوري والتنفسي (54:20) .  
وأضاف قاسم حسن (1990) وتؤدي كفاءة وظيفة الرتئين دورا بارزا في الأداء البدني الرياضي مقياس القابلية الرئوية يعتبر كمؤشر عن اللياقة البدنية (34:15)

ويرى بهاء الدين سلامة (1992) أن السعة الحيوية من العلاقات المهمة في الكفاءة الحيوية للجهاز التنفسي (161:6) .  
وأكد محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين (1994) على إن السعة الحيوية تستخدم كمقياس للاشارة على كفاءة الجهاز التنفسي وكمقياس لسعة الرتئين وكفائكما يمكن استخدام سعة الرتئين للحصول على معلومات تقيد في التنبؤ بالقدرة على أداء أعمال تتطلب التحمل والتفوق فيهما أضافا .

وتعتبر السعة الحيوية من لعلاقات المهمة في الكفاءة الحيوية للجهاز التنفسي ويتم قياسها بواسطة الاسبيروميتر ومنة الجاف والالكتروني وألماني وهناك عوامل كثيرة لها تأثير على السعة الحيوية للرتئين يجب إن تأخذ بعين الاعتبار وأهمها :

1-مقاييس الجسم (مساحة السطح الخارجي)

2-الجنس / السن

3-وضع الجسم الأفقي والرأسي ( اثر الجاذبية ) .

4-قوة عضلات التنفس (223:19)

- ومما سبق تتضح أهمية استخدام السعة الحيوية النسبية للرتئين للدلالة على الكفاءة الحيوية

**اجراءات البحث :-**

1- منهج البحث

استخدام الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي لملامته لطبيعة البحث ،

2- عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ مدرسة احمد الشارف ومدرسة حيدر أسعاتي بمنطقة طرابلس بأعمار

(13- 15) سنة ، والبالغ عددهم (54) تلميذا .

3- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

- جهاز قياس نبضات القلب.
  - جهاز سيفجمانوميتر لقياس ضغط الدم.
  - الاسبيروميتر لقياس السعة الحيوية .
  - استمارات تسجيل القياس.
- 4- الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث :

- معدل نبض القلب
  - ضغط الدم الانقباضي
  - ضغط الدم الانبساطي
  - السعة الحيوية للرتتين .
- 5- الدراسة الاستطلاعية:

- قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عدد 10 تلاميذ من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من 15-9 إلى 2006/10/1. وذلك بهدف ما يأتي :
- التأكد من سلامة وصلاحية الأجهزة المستخدمة .
  - مناسبة القياسات والاختبارات لعينة البحث
  - التعرف على الزمن اللازم للقياسات والاختبارات
  - تدريب المساعدين على عملية القياس .
- 6- الدراسة الأساسية :

- قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية في الفترة من 1/ 11 لغاية 2006 /12/1 ، فقد تم إجراء القياسات والاختبارات الوظيفية على التلاميذ بأعمار
- ( 13 - 15 ) سنة وتمثلت في معدل نبض القلب، ضغط الدم الانقباضي، ضغط الدم الانبساطي، السعة الحيوية للرتتين، وتم تسجيل النتائج وفق أعمارهم .
- 6- المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- تحليل التباين ANOVA
- قيمة اقل فرق معنوي
- عرض وتحليل النتائج :

#### جدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات الوظيفية لأفراد عينة البحث في الأعمار (13- 15)

ن=44

السن	13 سنة	14 سنة	15 سنة
------	--------	--------	--------

القياسات	م	ع	م	ع	م	ع
معدل نبضات القلب	77.27	4.65	75.67	4.95	75.47	6.96
ضغط الدم الانقباضي	122.33	4.95	199.87	4.00	119.67	3.52
ضغط الدم الانبساطي	77.67	5.30	79.33	4.15	76.47	3.67
السعة الحيوية للرتتين	396.67	69.35	450.67	52.16	473.33	59.36

يوضح الجدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للنتائج التي تحصل عليها أفراد عينة البحث في القياسات الوظيفية قيد البحث في الأعمار (13-14-15).

### جدول (2)

تحليل التباين بين الأعمار في القياسات الوظيفية قيد البحث

المتغير	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف
معدل نبض القلب	بين المجموعات	2	0.32	0.16	*3.32
	داخل المجموعات	42	25.33	0.60	
	المجموع الكلي	44	25.66		
ضغط الدم الانقباضي	بين المجموعات	2	96.13	48.06	*3.22
	داخل المجموعات	42	2746.66	65.39	
	المجموع الكلي	44	2842.80		
ضغط الدم الانبساطي	بين المجموعات	2	474.44	237.22	*3.21
	داخل المجموعات	42	582.66	13.87	
	المجموع الكلي	44	1057.11		
السعة الحيوية للرتتين	بين المجموعات	2	12.86	6.43	*3.20
	داخل المجموعات	42	29.42	0.70	
	المجموع الكلي	44	42.29		

\* معنوي عند 0.05

يتضح من الجدول (2) انه توجد فروق معنوية بين الأعمار في القياسات الوظيفية الخاصة بنبضات القلب، وضغط الدم الانقباضي والانبساطي، والسعة الحيوية، حيث كانت جميع قيمة (ف) المحسوبة معنوية .

### جدول (3)

دلالة الفروق بين متوسطات الأعمار الثلاث في القياسات الوظيفية قيد البحث

باستخدام أقل فرق معنوي L . S . D

ن = 44

المتغير	الأعمار	فروق المتوسطات			قيمة أقل فرق
		15	14	13	

0.27	0.15 0.2	0.04 -	-	75.47 75.67 77.27	13 14 15	معدل نبض القلب
*3.09	2.26 3.53	1.27 -	-	111.67 119.87 122.33	13 14 15	ضغط الدم الانقباضي
*3.28	7.67 2	5.67 -	-	76.47 79.33 77.67	13 14 15	ضغط الدم الانقباضي
*45.43	1.07 0.12	1.19 -	-	473.33 450.67 396.67	13 14 15	السعة الحيوية

\* معنوي عند 0.05

يتضح من الجدول (3) هناك فروق معنوية في المتغيرات الوظيفية بين الأعمار (13-14-15) سنة ولصالح الأعمار 13 سنة .

مناقشة النتائج :

الاختبارات الوظيفية لأفراد عينة البحث في الأعمار 13-15 سنة

تشير نتائج الجداول (2-3) الخاصة لتحليل تباين بين الأعمار (13-15) سنة في الاختبارات الوظيفية توجد فروق داله إحصائياً عند مستوى معنوي 0.05 في كافة القياسات الوظيفية (معدل نبض القلب - ضغط الدم الانقباضي - ضغط الدم الانبساطي - السعة الحيوية) وهذه النتائج تتفق مع التوصل إليه سعيد عبد الرشيد خاطر (1992) إلى حصول تطور في عناصر اللياقة البدنية مع زيادة العمر (89:9) .

وفي ذلك يشير محمد حسن علاوي (1979) إن النمو البدني يؤثر بصورة واضحة على النمو الحركي فزيادة التطور النمو البدني بصورة متناسقة ، واستكمال النمو من حيث الطول والوزن والتناسب الجيد لتركيبة الجسم والزيادة نمو قوة العضلات كل ذلك يؤثر تأثيراً إيجابياً على مختلف النواحي الوظيفية والحركية لهذه المرحلة العمرية (136:17).

حيث نلاحظ بأن هناك فروق في القياسات الوظيفية وإن هذه الفروق يزداد مع التقدم في السن (الزمن يقل) وهذا مما يعني تفوق الفئة السنية الأعلى على الأدنى ويذكر محمد حسن علاوي وأبو العلا احمد عبد الفتاح(1984) تعتبر المعلومات الفسيولوجية من أهم الأسس لأعداد ومدرس التربية الرياضية الناجح ، حيث تنعكس هذه المعلومات على حياته العملية بما يحقق تخطيط وتنفيذ البرامج الرياضية سواء تدريبية أو ترويحية بحث تحقق أهدافها بنجاح وفاعلية وأمان على إن لكل فعالية متطلبات بدنية خاصة تميزها عن غيرها من الرياضيات والفعاليات الأخرى ، وتنعكس هذه المتطلبات على المواصفات التي يجب توافرها من ممارستها (18:19)،

وفي ضوء ذلك يمكننا القول بأن هذه المرحلة السنية (13-15) سنة تتميز بنمو الخصائص الوظيفية مع التقدم بالعمر وإن هذا التقدم يتزايد بشكل أكبر في العمر 15 سنة.

ويذكر أبو العلاء أحمد عبد الفتاح(1985) يتأثر نمو المهارات الحركية والصفات البدنية ببعض العوامل مثل العمر والفروقات الجنسية ، فيزيد النمو تلك الصفات والمهارات بالنسبة للأولاد تبعاً لزيادة عمرهم (204:3).



### الاستنتاجات :

- في ضوء المعالجات الاحصائية والنتائج التي تم التوصل اليها ،يوصي الباحث بما يأتي :
- 1- يصاحب عملية النمو تطور في المتغيرات الوظيفية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية في الأعمار (13-15) كالأتي
    - معدل نبض القلب - ضغط الدم الانقباضي - ضغط الدم الانبساطي - السعة الحيوية .
  - 2- تطور القياسات الوظيفية تسير بشكل طبيعي من السن الاصغر الى السن الاكبر بين (13-15) سنة .

### التوصيات :

- 1- ضرورة الاهتمام بالدراسات التتبعية للاختبارات الوظيفية الخاصة بالمرحل العمرية المختلفة لدى التلاميذ .
- 2- توجيه نتائج القياسات الوظيفية لدى التلاميذ إلى المعلمين والمدرسين لإمكانية الاستفادة منها التخطيط لمناهج التربية البدنية في المدارس.
- 3- التأكيد على إجراء دراسات مماثلة على باقي المتغيرات الاخرى التي لم يتم التطرق اليها على المراحل العمرية الأخرى .

### المراجع

- 1- إبراهيم البصري الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد، 1984 .
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 .
- 3- عيد عبد الرشيد احمد خاطر :تتبؤ بسرعة الحركية والانتقالية في بعض المتغيرات الجسمية و البدنية لدى التلاميذ الرياضيين ، المجلة العالمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية البدنية بالهرم ، القاهرة ، 1992
- 4- طارق محمد هرميش : تأثير برنامج تدريبي مقترح موجه وفقاً الانظمة الطاقة على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية لدى طلبة كلية الهندسة العسكرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية جامعة الفاتح ، 1998 .
- 5- قاسم حسن حسين و منصور جميل : الياقة البدنية وطرق تحقيقها ، مطبعة التعليم العالي بغداد ، 1988 .
- 6- محمد حسن علاوي : التدريب الرياضي ، المعارف بمصر ، 1979 .

- 7- محمد حسن علاوي : فسيولوجية التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1984
- وأبو العلاء احمد عبد الفتاح
- 8- محمد حسن علاوي : اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1982
- ونصر الدين محمد رضوان
- 9- محمد صبحي حسانين : القويم والقياس في التربية البدنية ، الجزء الأول دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1979 .
- 10- قاسم حسن حسين : الفسيولوجية مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي ، جامعة الموصل ، 1990 .
- 11- حسن معوض : طرق التدريس في التربية البدنية ، مكتبة القاهرة الحديثة ، القاهرة ، 1963 .
- 12- محمد صبحي عبد الحميد : تأثير برنامج تدريبي على بعض المتغيرات الفسيولوجية و المرفولوجية لطلبة علمين بالرياض ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية ، الإسكندرية ، 1995 .
- 13- نبيه احمد عبد الرحمان وآخرون لبعض المظاهر الخارجية للنمو وتغيرها للمرحلة السنية من (12-16) سنة بـ محافظة الإسكندرية ، مجلة بحوث المؤتمر الأول ، كلية التربية الرياضية ، جاہ . 198،

تأثير برنامج تمرينات مقترح على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية لطلاب كلية الشرطة

أ.د. إبراهيم العقربي

أ. بسام الوحيشي

مقدمة ومشكلة البحث :

تكرس الدول المتقدمة في المجال العسكري وجهودها المادية والبشرية لإعداد طلابها على أسس وقواعد علمية خاصة بعد أن أصبحت مستويات الطلاب في اللياقة البدنية والفسيولوجية مؤشراً يعكس مستوى التقدم

العلمي في المجال العسكري للدولة . لذا فأنها تعمل عند إعداد الطلبة إلى الارتقاء بمستوياتهم البدنية والوظيفية حتى يكونوا على استعداد كامل لتنفيذ الواجبات المكلفين بها .

تشير عادة أنيس العدوي (2000) إلى اللياقة البدنية تعمل على تنمية المهارات الأساسية وإتقانها خاصة المهارات التي يتخصص فيها ضباط الشرطة ، واللياقة البدنية هي القدرة على إنجاز الأعمال اليومية بهمة ويقظة دون تعب وبطاقة كافية للتمتع بالوقت الحر ولمقابلة الضغوط البدنية التي تتطلبها حالات الطوارئ ، وبالتالي فإن ضابط الشرطة غير اللائق بدنياً غير قادر على مواجهة الضغوط العمل الطارئة والمفاجئة ، إما الضابط اللائق فهو يمتلك القدرة على تحمل أعباء الحياة اليومية ومواجهة الضغوط البدنية والعقلية والنفسية مع تأخير ظهور التعب (6 : 13) .

يشير أبو العلا عبد الفتاح وأحمد نصر الدين (2003) إلى أن علماء فسيولوجيا الرياضة ينظرون إلى مكونات اللياقة البدنية من اتجاه آخر لا يعتمد على مجرد الخصائص الخارجية المميزة للأداء ، بل يمتد ويزداد تعمقاً في الجسم الإنساني ، ويتم ذلك من خلال التحليل الوظيفية للعمليات الفسيولوجية المختلفة التي تسبب الشكل الخارجي أو الناتج البدني كمكون من مكونات اللياقة البدنية (2 : 18) .

وقد تناول بعض الباحثين دراسة اللياقة البدنية من كافة جوانبها ، يرى جونسون وبيرج Jonson & Berg (1984) ، ونولن (1988) ، وأكدوا على أن لها تأثير إيجابي بما في ذلك التكيف الفسيولوجي لأجهزة الجسم وتحسن عمل الجهاز الدوري التنفسي ، كما أنها تساهم بدرجة كبيرة في زيادة مطاطية العضلات ، الأمر الذي يساعد على زيادة تحسن الأداء وتحسين مستوى المهارات الحركية (16 : 58) (15 : 20) .

ويضيف علاء الدين عليوة (2006) أن ممارسة الرياضة والوصول إلى مستوى أعلى من اللياقة البدنية والوظيفية تجعل جسم الفرد الممارس أكثر قدرة على التكيف وعدم التعرض للمشاكل الصحية التي تنجم عن بعض الظروف المحيطة بنا ، وبذلك تعد وسيلة مهمة لاكتساب الصحة واللياقة البدنية وصحة الجهاز الدوري والتنفسي والقلب وغيره من الأجهزة الحيوية المختلفة (5 : 9) .

يذكر محمد علي القط (2002) لقد اتفق معظم العلماء في مجال التدريب على أن اللياقة البدنية هي المكون الأساسي الذي يبني عليه المكونات اللازمة للوصول إلى الحالة التدريبية المثلى ، حيث تعتبر اللياقة البدنية هي الأساس في تكوين اللياقة الشاملة والتي تعني كفاءة الجسم في مواجهة متطلبات الحياة ، وهي الانعكاس المباشر للحالة الصحية التي يتمتع بها الفرد (12 : 125) .

وقد تناول الباحثان هذا الموضوع بالبحث والتجريب على طلاب كلية الشرطة في طرابلس ، والعمل على تحسين عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لهم يعتبر أحد القواعد الأساسية لبلوغ المستوى المطلوب وتحقيق أفضل أداء والعمل على تحقيق الأهداف المرسومة ، وذلك من أجل تحديد هذه المتغيرات لطلاب كلية الشرطة والمساهمة في بناء العملية التدريبية وفق أسس علمية وبما يوفر الجهد والوقت والوصول إلى المستويات المطلوبة لكي تواكب التطورات الحديثة وبما يتناسب مع الاحتياجات البدنية والفسيولوجية والصحية لطلاب كلية الشرطة .

أهمية البحث :

لقد أصبح الاهتمام بمستوى اللياقة البدنية والفسيولوجية أحد المتطلبات الأساسية في كافة خطط التدريب المختلفة من أجل الحصول على ضباط أكفاء وعلى مستوى عالي من التدريب البدني والوظيفي ، ويرى الباحثان بأن برامج اللياقة البدنية والوظيفية بحاجة ماسة إلى التطوير لكي تساهم في الاتجاهات الحديثة في مجال

ممارسة الرياضة من أجل الصحة ، فضلاً عن أهدافها من أجل الإنتاج والعمل وبما يتناسب مع الاحتياجات البدنية والوظيفية لضباط الشرطة ، حيث أن اكتساب اللياقة البدنية والوظيفية يزيد من كفاءة ضباط الشرطة في ممارسة المهام العسكرية أثناء الواجبات المكلفين بها ، ويعد الإعداد والتخطيط لعمليات التدريب وفق برنامج مقنن ومنظم يعمل على تكيف الأجهزة الحيوية بالجسم بصورة إيجابية مع الاقتصاد في الجهد ، أحد القواعد الأساسية لضمان الارتقاء بمستوى الفرد ، ويرتبط ذلك بسلسلة من المراحل التي تبنى على أسس علمية لإعداد وتنمية الأفراد .

إن تحديد إمكانيات الفرد الملائمة لممارسة التدريب تتطلب التعرف على مستوى اللياقة البدنية وكذلك بعض التغيرات في الأداء الوظيفي لأجهزة الفرد ، حيث يتوقف تقدم وتطور أداء الأفراد على عمليات الإعداد المختلفة التي يتم التخطيط لها على وفق أحدث الأسس العلمية المستمدة من مختلف العلوم العسكرية والطبيعية والإنسانية والتي تساهم في تطوير مستوى اللياقة البدنية الوظيفية للأفراد ، ونظراً لأهمية التدريب في التأثير على مستوى اللياقة البدنية والمتغيرات الوظيفية تظهر جوانب أهمية هذا البحث في الآتي :

- قلة الدراسات التي تناولت تأثير برنامج تدريبي على مستوى اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الوظيفية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس .

- قد تساهم نتائج هذا البحث في تخطيط عملية التدريب على أسس علمية للعمل على رغم مستوى الطلبة في كلية الشرطة ، وضمان التقدم والارتقاء بمستوياتهم في اللياقة البدنية والوظيفية .

أهداف البحث :

**يهدف البحث إلى التعرف على :**

- 1- تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض المتغيرات الفسيولوجية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس .
- 2- تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس .

**فروض البحث :**

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات الفسيولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس لصالح القياس البعدي .

2- توجد فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المتغيرات الفسيولوجية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس لصالح المجموعة التجريبية .

3- توجد فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب كلية الشرطة لصالح المجموعة التجريبية .

**إجراءات البحث**

**منهج البحث :**

تم استخدام المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعتين تجريبية وضابطة

لطبيعة البحث .

مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث بالطلاب المقبولين في السنة الأولى بكلية ضباط الشرطة والبالغ عددهم 200 طالب ، وقد تراوحت أعمارهم ما بين 18 - 22 سنة ، لسنة 2007 - 2008 ف بطرابلس .  
عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب السنة الأولى بكلية الشرطة والبالغ عددهم (20) طالباً ، والذين تتراوح أعمارهم بين (18 - 21) سنة ، للعام الدراسي 2007-2008 مسيحي ، وقد تم اختيار العينة للأسباب التالية :-

- وجود الطلاب بشكل مستمر في الكلية
  - انتظام الطلاب في التدريبات وفق البرنامج المقترح
  - استعداد الطلاب لخضوعهم للاختبارات والقياسات
- وقد تم إيجاد تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية والتي تضمنت العمر والوزن والطول ، وكما هو موضح في الجدول رقم (1) .

### جدول (1)

#### التوصيف الإحصائي في المتغيرات الأساسية لأفراد عينة البحث

N=20

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات
0.292	22.000	1.425	21.966	سنة	العمر
0.570	60.000	2.742	68.166	كجم	الوزن
0.387	175.00	2.485	172.400	سم	الطول

يتضح من الجدول أعلاه أن قيم معامل الالتواء لقياسات العمر والطول والوزن لعينة البحث في تلك المتغيرات الأساسية كانت أقل من (3+ ، 3-) أي أنها انحصرت بين (0.292 - 0.570) مما يدل على تجانس عينة البحث .

وقد تم تقسيم عينة البحث عشوائياً إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية وقد بلغ عدد أفرادها (10) طلاب ، ومجموعة ضابطة وعدد أفرادها (10) طلاب ، حيث يقوم أفراد المجموعة التجريبية بتنفيذ الوحدات التدريبية للبرنامج المقترح ، فيما يقوم أفراد المجموعة الضابطة بتنفيذ وحدات البرنامج التدريبي الخاص بكلية ضباط الشرطة ، وبعد تقسيم العينة إلى قسمين قام الباحثان بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، وذلك قبل البدء في إجراءات تنفيذ البرنامج التدريبي على أفراد العينة التجريبية ، من حيث المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ، وكما هو موضح في الجدولين رقم ( 2 ، 3) .

### جدول (2)

#### المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات

#### الفسيولوجية قيد البحث

N=20

مستوى الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالجات الإحصائية المتغيرات
		الانحراف	الوسط الحسابي	الانحراف	الوسط الحسابي	
غير دال	0.427	0.84	68.98	0.86	69.93	معدل النبض
غير دال	0.387	5.21	118.99	118.33	118.33	ضغط الدم الانقباضي
غير دال	0.763	0.72	78.87	78.75	78.75	ضغط الدم الانبساطي
غير دال	0.443	54.67	4350	4300	4300	السعة الحيوية
غير دال	0.236	2.570	37.10	36.88	36.88	الحد الأقصى لاستهلاك
قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.021						

يتضح من بيانات جدول (2) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الفسيولوجية قيد البحث حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.021) ، مما يشير إلى التكافؤ بين المجموعتين في هذه المتغيرات .

### جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الفسيولوجية قيد البحث

N=20

مستوى الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالجات الإحصائية المتغيرات البدنية
		الانحراف	الوسط الحسابي	الانحراف	الوسط الحسابي	
غير دال	0.754	0.43	4.11	0.32	4.03	عدو 30 متر
غير دال	1.464	1.21	5.33	1.72	4.83	الوثب الطويل من الثبات
غير دال	0.968	0.23	7.20	0.25	7.22	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف
غير دال	1.195	0.82	1.86	0.55	1.83	الجري المتعرج
غير دال	0.621	0.15	3.18	0.13	3.16	جري 1000 متر
قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.021						

يتضح من بيانات جدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.021) مما يشير إلى التكافؤ بين المجموعتين في هذه المتغيرات .

أدوات وقياسات البحث :-

#### 1- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :-

- ميزان طبي معيار
- لقياس الوزن (كجم)
- جهاز الرستاميتير
- لقياس الطول (سم)
- جهاز السفجمانوميتر وسماعة طبية
- لقياس ضغط الدم (ملم ز)

- Sport star ساعة
- جهاز سيروميتر جاف
- مقاعد سويدية
- كرات طبية
- شريط قياس
- حبال ، شواخص
- استمارة لتسجيل البيانات

### 2- القياسات الفسيولوجية :

قام الباحث بتحديد القياسات الفسيولوجية عن طريق الرجوع إلى المراجع (2) (48) (19) (57) لتحديد

أنسب القياسات التي يمكن إجراؤها على أفراد العينة وكانت كالتالي :-

- معدل النبض في الراحة .
- معدل القلب بعد المجهود البدني .
- ضغط الدم الانقباضي .
- ضغط الدم الانبساطي .
- السعة الحيوية للرتتين .
- الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين .....(13)

### 3- الاختبارات البدنية :

- عدو 30 متر من البدء العالي ..... لقياس السرعة
- الوثب العمودي من الثبات ..... لقياس القوة الانفجارية
- ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف ..... لقياس المرونة
- الجري المتعرج ..... لقياس الرشاقة
- جري 1000 متر ..... لقياس التحمل الدوري التنفسي ... (11)

### الدراسة الاستطلاعية الأولى :

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة من مجتمع البحث وليس من أفراد العينة وذلك في الفترة من

2007/10/18 لغاية 2007/10/20 وقد بلغ أفراد العينة (10) طلاب وكانت هذه الدراسة تهدف إلى ما يأتي

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة .
- التأكد من صلاحية مكان تدريب أفراد العينة .
- التأكد من مناسبة القياسات والاختبارات لأفراد العينة .
- التعرف على الأسلوب التنظيمي أثناء القياسات والاختبارات .
- التعرف على التوزيع الزمني للقياسات وكل وحدة تدريبية .

### الدراسة الاستطلاعية الثانية :

أجريت الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من 2007/10/25 لغاية 2007/11/5 على (10) طلاب من نفس مجتمع البحث ولكن ليس من أفراد عينة البحث ، وذلك من أجل استخراج المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث وذلك لحساب الآتي :

صدق وثبات الاختبارات :

وقد تم حساب معامل ثبات الاختبار عن طريق تطبيق الاختبارات قيد الدراسة ، ثم أعيد تطبيق نفس الاختبارات على نفس العينة مرة ثانية (إعادة الاختبار) ، وكما هو موضح في جدول (4) .

#### جدول (4)

معامل الثبات والصدق الذاتي للقياسات والاختبارات قيد البحث

N=11

صدق الاختبار	معامل ثبات الاختبار	القياسات والاختبارات
0.972	0.945	معدل النبض
0.947	0.898	ضغط الدم الانقباضي
0.967	0.936	ضغط الدم الانبساطي
0.956	0.914	السعة الحيوية للرئتين
0.935	0.884	الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين
0.966	0.935	السرعة
0.979	0.960	المرونة
0.942	0.889	الرشاقة
0.953	0.910	القوة المميزة بالسرعة
0.937	0.879	التحمل الدوري التنفسي
قيمة ( ر ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.643		

يتضح من نتائج جدول (4) أن قيم معامل الارتباط المحسوبة قد تراوحت ما بين (0.884 - 0.945) وأن القيم أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.643) وهذا ما يشير إلى ثبات القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث . وتم استخراج الصدق الذاتي للقياسات والاختبارات الخاصة بالبحث .

أسس البرنامج التدريبي المقترح :

قام الباحثان بوضع البرنامج التدريبي المقترح لتحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ، وذلك عن طريق الاستعانة بالعديد من المراجع العلمية الأجنبية والعربية منها (7) (8) (10) (14) ، وهناك عدة متطلبات يشتمل عليها البرنامج التدريبي المقترح منها :



- تم اعتماد الطريقة التمرينية في التدريب ، بمعنى الارتقاء بحمل التدريب ثم بعده الانخفاض بالحمل التدريبي .
  - تم وضع التمارين التي تعمل تنمية جميع عضلات الجسم العامة .
  - تم اعتماد التنوع في تطبيق التمرينات حيث يكون تعاقب التمرينات تبعاً للمجموعة العضلية العاملة
  - تم اعتماد عدد مرات التكرارات تصاعداً ، كذلك عدد المجموعات .
  - تم استخدام الراحة الكافية بين التمرينات وحسب شدة التمرينات المستخدمة
- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح :

تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح لمدة (8) أسبوعاً متصلاً من الفترة 2007/11/10 لغاية 2008/1/15 مسيحي بواقع أربع وحدات تدريبية في الأسبوع (السبت ، الأحد ، الاثنين ، الأربعاء) ، وقد تراوح زمن الوحدات التدريبية بين (60 - 120) دقيقة ، وقد خضعت المجموعة التجريبية إلى البرنامج التدريبي المقترح .

القياس البعدي :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية تم إجراء القياسات البعدية على أفراد عينة البحث في عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية ، خلال الفترة الزمنية من 2008/1/17 لغاية 2008/1/20 ف تحت الشروط والظروف نفسها والتي أجريت بها القياسات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- معامل الالتواء .
- معامل الارتباط (بيرسون) .
- اختبار ( ت ) الفروق .

عرض النتائج :

#### جدول ( 5 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ( ت ) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات الفسيولوجية للمجموعة الضابطة

N=10

المعالجات الإحصائية	القياس القبلي	القياس البعدي	فروق	قيمة (ت)	مستوى
---------------------	---------------	---------------	------	----------	-------



المتغيرات							
دال	6.721	1.600	0.866	68.200	1.00	68.800	معدل النبض في الراحة
دال	6.032	1.520	1.118	145.200	1.620	146.720	معدل النبض بعد المجهود
دال	10.817	1.440	0.907	118.360	1.749	119.800	ضغط الدم الانقباضي
غير دال	1.445	1.840	1.000	79.200	1.325	79.440	ضغط الدم الانبساطي
دال	10.151	102.40	122.882	4948.00	125.035	4845.60	السعة الحيوية للرتنين
دال	4.433	0.920	1.000	39.200	1.339	38.280	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.833

يتضح من بيانات جدول (6) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات الفسيولوجية ( معدل النبض في الراحة ، معدل النبض بعد المجهود ، ضغط الدم الانقباضي ، السعة الحيوية للرتنين ، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ) أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.711 ) ولصالح القياس البعدي .

أما بالنسبة إلي ضغط الدم الانبساطي فأتضح عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة 1.833 .

#### جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق في القياس البعدي في المتغيرات الفسيولوجية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

N=20

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الإحصائية المتغيرات
			ع 2	س 2	ع 1	س 1	
دال	7.595	0.280	0.866	68.200	0.240	68.480	معدل النبض في الراحة
دال	0.085	1.280	1.118	145.200	1.475	146.480	معدل النبض بعد المجهود
دال	6.080	0.960	0.907	118.360	1.406	119.320	ضغط الدم الانقباضي
غير دال	1.000	0.120	1.154	79.200	1.179	79.160	ضغط الدم الانبساطي
دال	8.368	91.200	122.882	4948.00	134.248	4856.80	السعة الحيوية للرتنين
دال	4.272	0.720	1.000	39.200	1.229	38.480	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.734

يتضح من بيانات جدول (7) ، وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات الفسيولوجية ( معدل النبض في الراحة ، معدل

النبض بعد المجهود ، ضغط الدم الانقباضي ، السعة الحيوية للريثين ، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ) أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.684 ) ولصالح المجموعة التجريبية .  
أما بالنسبة إلي المتغير الوظيفي ضغط الدم الانبساطي فقد اتضح عدم وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة والبالغة ( 1.000 ) أقل من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.734 ) .

### جدول رقم (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في عناصر اللياقة البدنية

N=10

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الإحصائية المتغيرات
			ع 2	س 2	ع 1	س 1	
غيردال	0.894	0.020	0.118	4.148	0.123	4.186	عدو 30 متر
دال	2.003	0.009	0.350	1.849	0.037	1.840	الوثب الطويل من الثبات
غيردال	0.569	0.002	0.420	4.264	0.428	4.267	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف
غيردال	1.326	0.016	0.327	12.739	0.302	12.723	الجري المتعرج
دال	1.946	0.009	0.801	3.175	0.085	3.184	جري 1000 متر

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.833 .

يتضح من بيانات جدول (8) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية ( عدو 30 متر ، وجري 1000 متر ) ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة ( 1.833 ) لصالح القياس البعدي .  
واتضح من الجدول نفسه عدم وجود فروق دالة إحصائياً في المتغيرات البدنية ( الوثب الطويل ) من الثبات ، ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف ، الجري المتعرج ) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.711 ) .

### جدول (9)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في عناصر اللياقة البدنية

N=10

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الإحصائية المتغيرات
			ع 2	س 2	ع 1	س 1	

عدو 30 متر	4.185	0.123	4.053	0.719	0.123	7.093	دال
الوثب الطويل من الثبات	1.838	0.034	1.929	0.050	0.091	11.573	دال
ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	4.269	0.424	4.532	0.391	0.263	9.897	دال
الجري المتعرج	12.734	0.322	12.568	0.362	0.165	2.573	دال
جري 1000 متر	3.183	0.850	3.113	0.743	0.070	11.447	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 1.833$  .

يتضح من بيانات جدول رقم (9) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات البدنية ( عدو 30 متر ، الوثب الطويل من الثبات ، ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف ، الجري المتعرج ، جري 1000 متر ) أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.833 ) ولصالح القياس البعدي .

### جدول (10)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في القياس البعدي في عناصر اللياقة البدنية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

N=20

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الإحصائية / المتغيرات
			ع 2	س 2	ع 1	س 1	
دال	7.248	0.123	0.719	4.053	0.118	4.184	عدو 30 متر
دال	10.944	0.091	0.050	1.929	0.350	1.849	الوثب الطويل من الثبات
دال	9.783	0.263	0.391	4.532	0.420	4.264	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف
دال	0.672	0.165	0.362	12.568	0.327	12.739	الجري المتعرج
دال	9.263	0.070	0.743	3.113	0.801	3.175	جري 1000 متر

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 1.734$  .

يتضح من بيانات جدول (10) ، وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في عناصر اللياقة البدنية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات ( عدو 30 متر ، الوثب الطويل من الثبات ، ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف ، الجري المتعرج ، جري 1000 متر ) أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.734 ) ولصالح المجموعة التجريبية .

مناقشة النتائج :

أولاً : مناقشة نتائج القياسات الفسيولوجية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية :

\* يتضح من بيانات جدول (5) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ،

في المتغيرات الفسيولوجية ( معدل النبض في الراحة ضغط الدم الانقباضي ) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 وبالباغة ( 1.833 ) لصالح القياس البعدي .

واتضح عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات الفسيولوجية ( معدل النبض بعد المجهود ، ضغط الدم الانبساطي السعة الحيوية للرئتين ، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية وبالباغة ( 1.833 ) . ويرجع الباحثان عدم وجود فروق دالة إحصائياً إلي عدم كفاية التدريبات الخاصة بتنمية القدرات الهوائية لدى التلاميذ بكلية الشرطة مما يؤدي إلي ضعف تكيف الشعيرات الدموية لاحتياجات الخلايا وانسياب الدم بسهولة إلي داخل الشرايين .

بينما ظهر وجود فروق دالة إحصائياً في معدل نبض القلب في الراحة وضغط الدم الانقباضي وسبب ذلك يرجع إلي التدريبات العسكرية المتبعة والتي تؤدي إلي التأثير الإيجابي على نبضات القلب وضغط الدم الانقباضي.

\* ويتضح من جدول (6) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات الفسيولوجية ( معدل النبض في الراحة ، معدل النبض بعد المجهود ، ضغط الدم الانقباضي ، السعة الحيوية للرئتين ، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ) أكبر من قيمتها الجدولية وبالباغة ( 1.833 ) ولصالح القياس البعدي . ويرجع الباحثان هذا التقدم والتحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية إلي تطبيق البرنامج التدريبي وما احتواه من تدريبات وتمارين تخص كافة عناصر اللياقة البدنية مع التأكيد على القوة العضلية والتحمل .

\* ويتضح من بيانات جدول (7) ، وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات الفسيولوجية ( معدل النبض في الراحة ، معدل النبض بعد المجهود ضغط الدم الانقباضي ، السعة الحيوية للرئتين ، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ) أكبر من قيمتها الجدولية وبالباغة ( 1.734 ) ولصالح المجموعة التجريبية . ويرجع الباحثان سبب ذلك إلي تعرض المجموعة التجريبية دون المجموعة الضابطة إلي برنامج تدريبي ، حيث أن خضوع طلبة كلية الشرطة إلي التدريبات والتمارين تؤدي إلي تعويض أجهزة الجسم لأداء أنواع مختلفة من الحمل التدريبي والتي تؤدي في النهاية إلي تغيرات وظيفية ينتج عنها زيادة على مواجهة المتطلبات الخاصة بالتدريبات العسكرية .

ويذكر فاروق عبد الوهاب ( 1995 ) أن النبض في الراحة يعد أحد المؤشرات الهامة التي توضح مدى ما يتمتع به الشخص من لياقة بدنية عامة ، فكلما كانت حركات القلب أكبر وكان عدد واتساع الشرايين التاجية ( المسئولة عن إمداد القلب بالدم ومن ثم بالغذاء والأوكسجين ) أفضل ، كلما كان معدل النبض في الراحة منخفضاً ، وبالتالي كانت اللياقة البدنية أفضل ( 8 : 121 ) .

ويضيف يوسف لازم كماش وصالح بشير (2006) أن انخفاض معدل ضربات القلب لدى الفرد الرياضي يؤدي إلي طول فترة ارتخاء القلب إثناء الدورة الدموية القلبية ، وهذا يساعد في إمداد أفضل لعضلة القلب بالمواد الغذائية والأوكسجين اللازم وإزالة الفضلان الناتجة عنها ( 14 : 159 ) .

إما بالنسبة إلي المتغير ضغط الدم الانبساطي فقد أتضح عدم وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة والبالغة ( 1.000 ) أقل من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.734 ) . وهذه النتيجة تتفق مع دراسة غادة العدوي (2000) في عدم وجود فروق دالة إحصائياً في ضغط الدم الانبساطي قد يرتفع أو ينخفض قليلاً أو يظل بدون تغيير أثناء النشاط الرياضي ( 6 : 52 ) .

ويتضح من نتائج جدول (7) وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي في السعة الحيوية للرتنين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، ويرجع ذلك إلي تأثير البرنامج التدريبي المقترح وما احتواه من تدريبات تنوعت فيها مصادر الطاقة ( لاهوائي - هوائي ) وذلك لزيادة كفاءة طلاب كلية الشرطة وقدرتهم الهوائية واللاهوائية .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة فاتن طه البطل ( 1987 ) والتي توصلت فيها إلي وجود فروق دالة إحصائياً في السعة الحيوية للرتنين وذلك نتيجة إلي أن العضلات تعمل أثناء المجهود الهوائي بوجود كمية كافية من الأكسجين مما يزيد من عمل الجهاز التنفسي ، فتقوي عضلات التنفس وتزيد مرونة القفص الصدري وينعكس ذلك بدوره على زيادة السعة الحيوية ( 7 : 79 ) .

ويضيف أبو العلا عبد الفتاح (2003) بأن السعة الحيوية للرتنين تعكس كفاءة اللاعب الفسيولوجية فالأفراد الذين يتمتعون بسعة حيوية جيدة يمكن أن يحققوا نتائج عالية المستوى في الأنشطة التي تتطلب كفاءة عالية للجهازين الدوري والتنفسي ( 1 : 63 ) .

ويتضح من نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي في الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، ويرجع ذلك إلي تأثير البرنامج التدريبي المقترح والذي أثر إيجابياً على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي .

ويضيف محمود مصطفى عزازي (2000) نظراً لزيادة شدة المجهود المبذول في النشاط الرياضي فإن الحاجة إلى المزيد من الأكسجين تزداد بهذه العضلات لإعادة إنتاج الطاقة المفقودة حتى تستمر هذه العضلات في العمل بنفس القوة ثم تزيد الكمية المستهلكة من الأكسجين وتحسن كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي وتزداد فرصة السباح في تحقيق مستوى رقمي أفضل كلما زاد الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين الذي يعتبر أحد العوامل الأساسية لضمان الاستمرار في العمل والأداء (9:92) .

ثانياً : مناقشة نتائج قياسات عناصر اللياقة البدنية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية :

- يتضح من بيانات جدول (8) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ، في المتغيرات البدنية ( عدو 30 متر ، وجري 1000 متر ) ، حيث بلغت قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة ( 1.833 ) لصالح القياس البعدي .

واتضح من الجدول نفسه عدم وجود فروق دالة إحصائياً في المتغيرات البدنية ( الوثب الطويل من الثبات ، ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف ، الجري المتعرج ) حيث بلغت قيمة ( ت ) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.833 ) .

وهذا ما يؤكد على أن التدريبات لدى أفراد المجموعة الضابطة اعتمدت على تمارين والتي اقتصرت على سعة التحمل والأداء البدني لطلاب الكلية .

- يتضح من بيانات جدول (9) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة ( ت ) المحسوبة للمتغيرات البدنية ( عدو 30 متر ، الوثب الطويل من الثبات ، ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف ، الجري المتعرج ، جري 1000 ) أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.833 ) ولصالح القياس البعدي .

ويرجع الباحثان هذا التقدم في عناصر البدنية إلى البرنامج التدريبي وما تضمنه من تدريبات وتمارين كان لها الأثر الإيجابي على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لدى الطلاب في الكلية .

- يتضح من بيانات جدول (10) ، وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية ، حيث بلغت قيمة ( ت ) المحسوبة للمتغيرات البدنية ( عدو 30 متر ، الوثب الطويل من الثبات ، ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف ، الجري المتعرج ، جري 1000 ) أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة ( 1.734 ) ولصالح المجموعة التجريبية .

ويرى الباحثان أن احتواء البرنامج التدريبي المقترح على تمارين القوة والسرعة ، بصورة مقننة ومشابهة لطبيعة الأداء ونوع العمل العضلي ، قد أدى إلى تنمية القوة المميزة بالسرعة لدى أفراد المجموعة التجريبية .

ويؤكد هذا أمر الله البساطي (2001) أنه في تدريب القوة المميزة بالسرعة يجب التأكد على توافر مستوى من القوة والسرعة قبل البدء بهذه النوعية من التدريبات ، حيث يتوقف تنمية القوة المميزة بالسرعة على :

(أ) القوة العضلية .

(ب) السرعة .

(ج) توافق عمل السرعة مع القوة ( 94 : 3 )

وتوضح نتائج جدول (10) ، دلالة الفروق في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، وتحليل الإحصائيات من حيث المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ( ت ) للفروق ، يتضح وجود فروق دالة إحصائياً في اختيار الرشاقة ( الجري المتعرج ) ، لصالح المجموعة التجريبية ، ويرى الباحثان أن خضوع الطلاب للبرنامج التدريبي المقترح ، وما تضمنه من تمارين خاصة بتغيير أوضاع الجسم وسرعة تغيير الاتجاه واستعمال الحركات وفق مستلزمات الموقف المتغير بسرعة ودقة ، قد أدى إلى تنمية الرشاقة لدى أفراد المجموعة التجريبية . وفي هذا يشير محمد جمال الدين (1996) إلى أن الرشاقة تعتبر من الصفات البدنية الأساسية اللازمة للاعب ، حيث إن الرشاقة تسهم بقدر كبير في اكتساب وإتقان المهارات الحركية كذا ، فإن الرشاقة تضي على الأداء البدني الانسيابية والتوقيت السليم والإحساس السليم بالاتجاهات والمسافات ( 43 : 10 ) .

أما بالنسبة للتحمل الدوري التنفسي فقد كان هناك تحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة ، ويذكر حسن السيد أبو عبده (2001) أن للتحمل أهمية كبيرة لدى الرياضيين عامة ، لما له من تأثير إيجابي وقائي على القلب والدورة الدموية من ناحية ، ومستوى الإنجاز أثناء المنافسات وأداء الأعمال التدريبية أثناء التدريب من ناحية أخرى ، وبصورة عامة ، ينظر إلى التحمل على أنه إطالة زمن الحفاظ على القدرة لأداء عمل ديناميكي أو إستاتيكي يؤديه اللاعب مع زيادة قدرة اللاعب على الاحتفاظ بكفاءته البدنية ، وارتفاع مقاومة الجسم للتعبد ضد المجهود البدني ، أو المؤثرات الخارجية غير المناسبة والناجمة من البيئة . ( 38 : 4 ) .



### الاستنتاجات :

- 1- البرنامج التدريبي المقترح قد أثر إيجابيا في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس ، لصالح المجموعة التجريبية .
- 2- البرنامج التدريبي المقترح قد أثر ايجابيا في تحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية لطلاب كلية الشرطة بطرابلس ، في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ( نبض القلب في الراحة ، وفي المجهود البدني ، ضغط الدم الانقباضي ، السعة الحيوية للرئتين ، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية .
- 3- وجود فروق عشوائية غير دالة إحصائيا في ضغط الدم الانبساطي بين المجموعتين التجريبية والضابطة .  
التوصيات :
- 1- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح للارتقاء بمستوى اللياقة البدنية وتحسين المتغيرات الفسيولوجية لطلاب كلية الشرطة .
- 2- الاهتمام بإجراء القياسات والاختبارات البدنية الخاصة بالسرعة ، والقدرة العضلية ، والمرونة والرشاقة ، والتحمل الدوري التنفسي على طلاب كلية الشرطة .
- 3- الاهتمام بالقياسات الفسيولوجية الخاصة بمعدل النبض ، وضغط الدم الانقباضي والانبساطي ، والسعة الحيوية ، والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ، لما لهذه القياسات من أهمية بالغة في التعرف على الحالة الصحية والتدريبية والكفاءة البدنية لطلاب كلية الشرطة .
- 4- الاهتمام بإجراء الكشف الطبي الدوري والبطاقة الصحية ، لما لها من أهمية كبيرة في التعرف على الحالة الوظيفية والصحية والتدريبية لطلاب كلية الشرطة .
- 5- تشجيع الباحثين على إجراء دراسات أخرى تتناول المتغيرات الوظيفية والكيميائية والنفسية التي لم يتناولها البحث الحالي .

### المراجع

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح (2003) : فسيولوجيا التدريب والرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
2. أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين (1993) : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
3. امر الله البساطي (200) : علم التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
4. حسن السيد عبده (2001) : الاتجاهات الحديثة في تدريب كرة القدم ، مطبعة الإشعاع ، الإسكندرية .
5. علاء الدين عليوة (2006) : الصحة الرياضية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية .
6. غادة أنيس محمد العدوي (2000) : تأثير برنامج للياقة البدنية على بعض المتغيرات البدنية والفسيولوجية لضابط الشرطة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، القاهرة .
7. فاتن طه البطل (1987) : تأثير التمرينات الهوائية واللاهوائية على كفاءة الجهاز الدوري التنفسي وبعض مكونات الدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة .
8. فاروق السيد عبد الوهاب (1983) : مبادئ فسيولوجيا الرياضة ، دار الكتب المصرية ، القاهرة .

9. محمود محمد عزازي (2000) : تأثير برنامج تدريبات على بعض مكونات الجسم والكفاءة البدنية وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لناشئ كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الرقازيق .
10. محمد جمال الدين حماد (1983) : أثر استخدام بعض الأساليب المقترحة لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين مسافة الوثب للناشئين ، المؤتمر العلمي الأول لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، الإسكندرية .
11. محمد صبحي حسنين (1987) : التقويم والقياس في التربية البدنية ، الجزء الأول ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
12. محمد علي القط (2002) : فسيولوجيا الرياضة وتدريب السباحة ، الجزء الأول ، المركز العربي للنشر ، القاهرة .
13. محمد نصر الدين رضوان (1998) : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
14. يوسف لازم كماش وصالح بشير (2006) : الأسس الفسيولوجية للتدريب بكرة القدم ، دار الوفاء ، الإسكندرية .
15. Nolon, T.A., (1987): Pathway to fitness, Cambridge , Philadelphia , London .

16. Shawn Jonson & Chris Berg , (1984): The Effect of aerobic dance program on the body composition and maximal oxygen op take Res – Quart. Vol. 56< No, 2.

### تأثير البرامج الدراسية على المستوى البدني والمعرفي لطلاب قسم التربية كلية الآداب والعلوم - طريق جامعة عمر المختار

\*أشرف عبد المنعم أحمد يوسف

\*\*محمد مختار خنيفر

#### المقدمة :

المنهاج الدراسي هو مجموعة المقررات والخبرات المتكاملة والمتناسقة والتي ترتب ترتيباً منطقياً إما رأسياً أو أفقياً . والتي بمقتضاها تتحقق الأهداف المحددة وفقاً لخطة تعليمية وتربوية مقننة ، وتلك الأهداف تتمثل في الاهتمام بالتنمية المتكاملة للطلاب مع جميع النواحي العقلية والنفسية البدنية والمهارية والاجتماعية والاهتمام بتوجيه سلوك الطالب طبقاً للأهداف التربوية وتهيئة المجال لاكتساب الخبرات ( 4 : 26 ) .

وتعنى جودة التعليم قدرته على اكتساب المتعلمين المعلومات والمعارف التي تعينهم على التعلم الذاتي ، والتعلم المستمر مدى الحياة ، وكذا اكتساب المتعلمين المهارات المختلفة طبقاً لتخصصاتهم ، والتي تساعدهم على النجاح فيما يسند إليهم من أعمال في مجال العمل أثناء الدراسة وبعد التخرج ، وبذلك تعمل جودة التعليم على تحقيق الأهداف المنشودة ( 3 : 37 ) .

ويشير هيرون Herron ( 2000 ) أن مقدار الاهتمام الذي توليه برامج إعداد المعلمين لطلاب التربية البدنية يعكس مدى تطور ومسئولية تلك المؤسسات تجاه مستقبل أجيالها ( 11 : 64 ) .

ويتفق كل من فوجت Vogt ( 1997 ) وكوستلو Costillo ( 1998 ) وعامر الشهراني ( 1999 ) على أن الدور المتوقع من الكلي ' توفير الفرصة للتجريب والبحث والتعلم ، والمساعدة في توفير امکانات والأدوات

والمساعدات للتدريس ، والمواد المنهجية والربط بين وحدات المنهج من خلال أعضاء هيئة التدريس ( 10 : 80 )

ويذكر لطفى عبد النبى محمد الحنتوش وآخرون ( 2001 ) نقلا عن فتحى رشيد ( 1976 ) بأن العمل دوما على تطوير المناهج الدراسية لطلاب كليات التربية البدنية تمشيا مع الاتجاهات التربوية المقننة والهامة والهادئة والتي تتفق مع ميول أو رغبات وامكانات الطلاب ، تعمل بصورة ايجابية على تقدم الأهداف التربوية التي تنشدها ( 5 : 146 ) .

وتعلم المهارات الرياضية لطلاب كليات التربية البدنية تمثل إحدى الركائز الأساسية لبناء وإعداد معلمى المستقبل من هؤلاء الطلاب ، حيث يعتمد مستوى تلك المهارات على مستوى قدراتهم البدنية والمعرفية ، كأسلوب موضوعى لتقويم تلك القدرات والمناهج الدراسية للطلاب هذه الشريحة .

من خلال ما تقدم نجد أن معلم التربية البدنية يحمل مسئولية هامه فى العملية التعليمية والتربوية سواء داخل الملعب أو خارجه ، حيث يمارس أدوارا كبيرة ومتعددة وهامه فى تلك العملية ، وذلك من خلال تدريس حصص التربية البدنية حسب المقررات بالمدرسة أو الإشراف العام على الطابور والأنشطة الداخلية والخارجية وتدريب الفرق وحفظ النظام داخل المدرسة . فقد ظهرت مشكلة البحث والتي يمكن تحديدها فى الآتى :-

#### مشكلة البحث :

انطلاقا من الدور الهام الذى يقوم به مدرس التربية البدنية والرياضية فى نجاح العملية التربوية والتعليمية وزيادة مردودها ، ومن خلال الأدوار القيادية والإشرافية وطبيعة وشكل ومكان عمل مدرس التربية البدنية والرياضية ، كان لا بد من إعدادا مهنيا سليما من الناحية البدنية والمهارية والنفسية والاجتماعية والانفعالية .... الخ ، لكى يتمكن من تحقيق أحسن النتائج المتوقعة من برامج التربية البدنية والرياضية خلال دراسته بالكلية أو القسم .

وبما أن أى جهد يبذل فى إعداد وتأهيل معلم التربية البدنية والرياضية يجب أن يتم خلال فترة الدراسة بالكلية لتأهيله بدنيا ومهاريا ومساعدته على الوصول إلى مستوى مناسب من التمكن ، بحيث يملك من المعارف والاتجاهات ، والقيم والمهارات ما يجعله قادرا على الاتصال والتفاعل مع التلاميذ وكذلك ممارسة المهنة بنجاح . ومن خلال تعامل الباحثان مع الطلاب خلال المحاضرات العملية والنظرية وكذلك خلال الإشراف على التربية العملية وأثناء إقامة المسابقات الرياضية بالكلية وأثناء إجراء بحوث التخرج لطلاب المرحلة الرابعة فقد لاحظ الباحثان انخفاض كبير فى المستوى البدني و المعرفي الذي يتعلق بالعلوم الرياضية التخصصية بشكل ملفت للنظر على الرغم من قيام أعضاء هيئة التدريس بأداء واجباتهم بصورة طيبة فى المقررات العملية والنظرية.

من هنا ظهرت مشكلة البحث وهى محاولة للتعرف على تأثير المناهج والمقررات الدراسية العلمية والنظرية الرياضية على مستوى بعض القدرات البدنية والمعرفية لدى طلاب السنة الرابعة بقسم التربية البدنية بكليات الآداب والعلوم بطبرق - جامعة عمر المختار .

#### أهداف البحث :

##### يهدف هذا البحث إلى :

- 1 - التعرف على أثر البرامج الدراسية على تنمية وتحسين بعض القدرات البدنية لطلاب العينة قيد البحث.
- 2 - التعرف على أثرالبرامج الدراسية على تطوير المستوى المعرفي لطلاب العينة قيد البحث.

3 - التعرف على نسبة التغير فى المستوى البدنى والمعرفى لطلاب العينة قيد البحث.

#### فروض البحث :

1 - هل توجد فروق داله إحصائيا فى مستوى القدرات البدنية بين متوسطى القياسين القبلى عند دخول الكلية والبعدى فى نهاية المرحلة الرابعة للعينة قيد البحث ؟

2 - هل توجد فروق داله إحصائيا فى المستوى المعرفى بين متوسطى القياسين القبلى عند دخول الكلية والبعدى فى نهاية المرحلة الرابعة للعينة قيد البحث ؟

3 - ما نسبة التغير فى المستوى البدنى والمعرفى لدى عينة البحث.

#### المصطلحات المستخدمة : -

#### المنهج :

هو مجموعة الخبرات التربوية والثقافية والاجتماعية والرياضية والفنية التى تهيئها المدرسة (المؤسسة) لتلاميذها (لأعضائها) داخل المدرسة (المؤسسة) وخارجها بقصد مساعدتهم على النمو الشامل فى جميع النواحي وتعديل سلوكهم طبقا لأهدافها التربوية ( 7 : 65 )

#### - المقرر الدراسى :

هو مجموع الوحدات التى تحتويها مادة دراسية معينة فى فرقة دراسية معينة (6 : 85).

#### - القدرات البدنية :

أطلق عليها عدة مسميات منها : عناصر اللياقة البدنية - الصفات البدنية أو اللياقة الحركية ، أو مكونات الأداء البدنى ) ، ونقلا عن المدرسة الشرقية نأخذ مصطلح القدرات البدنية وتتكون من خمسة عناصر هى ( القوة - السرعة - الرشاقة - التحمل - المرونة ) ويفضل عند أدائها فى الوحدة التدريبية اليومية أن يكون ترتيبها كما يلى : المرونة ثم السرعة ثم الرشاقة ثم القوة ثم التحمل ( 1 : 21 )

#### - التعليم :

هو العملية التى عن طريقها التحكم عن قصد ، وإدارة بيئة المتعلم ليتمكن من تعلم كيفية القيام ، أو ممارسة نوعا من السلوك المحدد تحت ظروف معينة أو فى صورة استجابات لمواقف معينة ( 3 : 29 ) .

#### الدراسات السابقة :

- دراسة قام بها محمود شحاتة ( 1979 ) بعنوان " أثر البرنامج الدراسى العملى على مستوى اللياقة البدنية لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية " ، وهدفت الدراسة إلى التعرف على وتأثير البرنامج الدراسى العملى على مستوى اللياقة البدنية لطلاب الصفوف الأربعة ، وكذلك تتبع مستوى اللياقة البدنية لطلاب الكلية منذ التحاقهم بها حتى تخرجهم ، ودراسة تأثير البرنامج أيضا على بعض عناصر اللياقة البدنية ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفى بطريقة المسح ، وبلغ حجم العينة ( 988 ) طالبا وأسفرت النتائج عن وجود هبوط فى مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الرابعة فى نهاية العام الدراسى عنها فى بداية العام.(9)

- دراسة قام بها محمد نصر الدين رضوان ( 1983 ) وعنوانها " البرنامج الدراسى العملى وأثره على بعض المتغيرات الفسيولوجية لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة " . وكان هدفها التعرف على الفروق بين بعض المتغيرات الفسيولوجية لطلاب الصف الأول والصف الثانى بالكلية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفى ، وبلغ حجم العينة ( 40 ) طالبا ، وأسفرت النتائج عن وجود فروق داله إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى لطلاب الصف الأول والثانى ولصالح طلاب الصف الثانى .(8)

- دراسة قام بها بسطويسي أحمد بسطويسي وآخرون ( 1998 ) بعنوان " تأثير البرامج الدراسية بكلية التربية البدنية - جامعة الفاتح على مستوى بعض القدرات البدنية الأساسية للطلبة " وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير البرامج الدراسية العملية بكلية التربية البدنية على مستوى بعض القدرات البدنية اللازمة ، وأسفرت النتائج عن عدم تحسين مستوى الطالبات بعد أربع سنوات بالكلية فى ( القدرات العضلية ، السرعة ، تحمل القوة ، التحمل الدورى التنفسى ) . ولم يتحسن مستوى الطلاب فى ( التحمل الدورى التنفسى وتمل القوة وخصوصا تحمل القوة لعضلات الذراعين والبطن ) . (2)

- دراسة قام بها لطفى عبد النبى محمد الحنتوش وآخرون ( 2004 ) وعنوانها " تأثير البرامج الدراسية بكلية التربية البدنية - جامعة الفاتح على مستوى بعض القدرات البدنية الأساسية للطالبات " وكان هدفها التعرف على تأثير البرامج الدراسية بالكلية على بعض القدرات البدنية الأساسية للطالبات ، استخدم الباحثون المنهج الوصفى ، وبلغ حجم العينة ( 14 ) طالبة ، وأسفرت النتائج عن وجود فروق داله إحصائيا بين القياس القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى ( القدرات العضلية - التحمل الدورى التنفسى - الرشاقة - تحمل عضلى لعضلات البطن ) وأن البرنامج الدراسى ذو تأثير ايجابي على تحسين وتطوير الحالة البدنية للطالبات أثناء سنوات الدراسة بالكلية . (5)

#### - التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال تحليل الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع البحث نجد أن :

- 1 - اتفاق الدراسات الأربعة السابقة المذكورة فى الهدف والذى تمثل فى التعرف على تأثير البرامج الدراسية العملية على مستوى القدرات البدنية الأساسية سواء لطلاب أو الطالبات .
- 2 - اتفاق الدراسات الأربعة على استخدام المنهج الوصفى لملاءمته لطبيعة الدراسات .
- 3 - وجود تباين فى حجم العينة حيث أنها ترتبط بكثافة الكلية والدولة
- 4 - تراوحت النتائج ما بين وجود تحسين فى بعض القدرات وعدم وجوده فى قدرات أخرى ، أغلبها ما يتعلق بالقوة والقدرة والتحمل الدورى التنفسى .

#### - الاستفادة من الدراسات السابقة :

مما لا شك فيه أن إطلاع الباحث على الدراسات السابقة والمرتبطة بالدراسة الحالية كان له بالغ الأثر فى تفهم الباحث لمشكلة الدراسة وصياغتها وتحديد أهدافها واستخدام المنهج الملائم ، وكذلك التعرف على الاختبارات الملائمة للمرحلة السنية قيد البحث ، وطرق تنفيذ إجراءات البحث ، ثم التعرف على الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وإمكانية وتفسير النتائج كذلك التعرف على بعض النواحي التى أهملتها الدراسات السابقة وهى الناحية المعرفية التى هى جزء أساسى فى عمل مدرس التربية البدنية والرياضية وخاصة ما يتعلق بالمعلومات والمعارف المتعلقة بمجال التربية البدنية والمتمثلة فى المعلومات النظرية عن أنواع الرياضات وتقسيم الألعاب والمهارات الأساسية للألعاب المختلفة ومقاييس الملاعب وبعض جوانب التحكم وبعض المعلومات اللازمة معرفتها عن الجسم والأجهزة الحيوية وارتباطها بممارسة الرياضة ، بالإضافة إلى الثقافة الرياضية والمعلومات العامة التى يجب أن يكون خريج التربية البدنية والرياضية على درجة جيدة من الإلمام بها حتى تقيده وتساعد على اداء المهام الموكلة إليه بعد التخرج حتى يمكن أن يكون عضوا فاعلا وأضافه جيده لأسرة التربية البدنية والرياضية .

#### - خطة وإجراءات البحث :

لتحقيق أهداف البحث واختبار لفروضه اتبع الباحثان الخطوات التالية :

**- منهج البحث :**

استخدام الباحثان المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة البحث .

**- مجتمع البحث :**

أشتمل مجتمع البحث على طلاب قسم التربية البدنية بكلية المعلمين – ثم كلية الآداب والعلوم بطبرق

– جامعة عمر المختار اعتبارا من العام الدراسي 2005 / 2006 حتى 2008 / 2009 م .

**- عينة البحث :**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي اشتملت على طلاب المرحلة من الذين التحقوا بالقسم العام

الدراسي 2008 / 2009 م قوامها ( 24 ) طالبا من وهم الذين واصلوا دراستهم ممن التحقوا بالقسم العام الدراسي

2005/2006 وكما هو مبين بالجدول ( 1 ) .

**جدول ( 1 )**

عدد طلاب العينة على مدار الأربع سنوات من العام الدراسي

2006/2005 وحتى 2009/2008 م

2009/2008	2008/2007	2007/2006	2006/2005	العام الدراسي
24	42	54	101	العدد

**- وسائل جمع البيانات :**

أشتمل البحث على وسائل جمع البيانات التالية :

**أولا : – الأجهزة العلمية المستخدمة في إجراءات التجربة :**

– جهاز قياس المرونة .

– ميزان طبي لقياس الوزن ( بالكيلو جرام ) .

– ساعة إيقاف .

**ثانيا : – الاختبارات البدنية المستخدمة في إجراءات التجربة :**

– اختبار العدو ( 100 ) لقياس السرعة ( بالزمن ) .

– اختبار الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة ( بالسم ) .

– اختبار ثنى الجذع أماما من الوقوف لقياس المرونة ( بالسم ) .

– اختبار الانبطاح المائل من الوقوف لقياس الرشاقة ( بالعدد ) .

– اختبار الجرى 800 م لقياس التحمل ( بالزمن ) .

**ثالثا : – الأدوات المستخدمة في إجراءات التجربة :**

– شريط قياس مرن لقياس الأطوال والمسافات ( بالسم ) .

– استبيان لقياس القدرات المعرفية ( من إعداد الباحثان ) .

– استمارة تقييم القدرات البدنية ( من إعداد الباحثان ) .

- بطاقة اختبارات القبول ( من اعداد الباحثان ) .
- **جدولة البيانات ومعالجتها إحصائيا :**

قام الباحثان بحساب المعاملات العلمية للاستبيان ( الصدق والثبات ) كما يلي:  
**أولاً: الصدق:**

قام الباحثان باستخدام صدق المحكمين، وذلك بعرض الاستمارة على عدد ( 5 ) الخبراء وقد كان هناك اتفاق كامل على المقياس .

**ثانياً: الثبات:**

للحصول على الثبات قام الباحثان بتطبيق الاستمارة على عدد من أفراد مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية، ثم إعادة التطبيق بعد ( 7 ) أيام وباستخدام معامل الارتباط وقد حققت الاستمارة درجة ثبات عاليه بلغت (81). للقدرات البدنية ، و (86). للمعرفي.

وجاءت هذه الخطوة بعد أن قام الباحثان بالاستعانة بدرجات الاختبارات فى المتغيرات البدنية والمعرفية قيد البحث التى تم إجرائها على الطلاب عند التحاقهم بالقسم من واقع استمارات التسجيل ( القياس القبلى ) ثم قياس المتغيرات البدنية والمعرفية لنفس العينة فى المرحلة الرابعة فى نهاية الجزء الأول خلال شهرى 2009/3،2 م ( القياس البعدى ) ، حيث قام الباحثان بجدولة هذه البيانات ومعالجتها إحصائيا حتى يتمكننا من استخراج النتائج ومناقشتها

- **الأسلوب الإحصائى المستخدم :**

- المتوسط الحسابى
- الانحراف المعياري
- اختبار دلالة الفروق ( ت )
- نسبة التغير

### جدول ( 2 )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري للمستوى البدنى المعرفى لعينة البحث فى القياس القبلى  
( عند الالتحاق بالكلية 2006/2005 )

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري
			س	ع
1	عدو 100 متر من البدء المنخفض	الثانية	14.86	2.09
2	الوثب العريض من الثبات	السم	158.08	20.90
3	ثنى الجذع أماما من الوقوف	السم	10.17	4.81
4	الانبطاح المائل من الوقوف	العدد	18.42	4.71
5	الجلوس الطويل من الرقود	العدد	21.13	6.79
6	جرى 800 متر من البدء العالى	الثانية	3.15	0.81
7	المستوى المعرفى	الدرجة	36.17	10.17

يتضح من الجدول السابق رقم ( 2 ) أن متوسط السرعة بلغ 14.86 ثانية ، القدرة 158.08 سم والمرنة 10.17 سم والرشاقة 18.42 عدة والقوة 20.96 عدة والتحمل 3.15 دقيقة ، كما جاء متوسط الاختبار المعرفى 21.83 درجة .

### جدول ( 3 )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري للمستوى البدنى والمعرفى لعينة البحث فى القياس البعدى  
( قرب التخرج من الكلية المرحلة الرابعة 2009/2008 ) .

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري
			س	ع
1	عدو 100 متر من البدء المنخفض	الثانية	13.35	1.83
2	الوثب العريض من الثبات	السم	168.67	22.29
3	ثني الجذع أماما من الوقوف	السم	12.63	2.63
4	الانبطاح المائل من الوقوف	العدد	20.96	4.22
5	الجلوس الطويل من الرقود	العدد	26.29	7.66
6	جرى 800 متر من البدء العالي	الثانية	2.69	0.52
7	المستوى المعرفي	الدرجة	29.58	12.49

يتضح من الجدول السابق رقم ( 3 ) أن متوسط السرعة بلغ 12.85 ثانية ومتوسط القدرة 168.67 سم ومتوسط المرونة 12.63 سم ومتوسط الرشاقة 20.96 عدده ومتوسط القوة 26.29 عدده ومتوسط التحمل 2.69 دقيقة ، كما جاء متوسط الاختبار المعرفي 29.58 درجة .

#### جدول ( 4 )

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث  
في متغيرات القدرات البدنية والمستوى ( ن = 24 )

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ( ت )	الدلالة
		س	ع	س	ع		
السرعة	الثانية	14.86	2.09	13.35	1.83	1.96	دال
القدرة	السم	158.08	20.90	168.67	22.29	1.97	دال
المرونة	السم	10.17	4.81	12.63	2.63	2.14	دال
الرشاقة	العدد	18.42	4.71	20.96	4.22	1.97	دال
القوة	العدد	20.96	6.79	26.29	7.66	2.56	دال
التحمل	الثانية	3.15	0.81	2.69	0.25	2.32	دال
المعرفي	الدرجة	21.83	10.17	29.58	8.31	3.45	دال

علما بأن قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) = 1,714

يتضح من الجدول السابق رقم(4) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث في القدرات البدنية ( السرعة - القدرة - المرونة - الرشاقة - القوة - التحمل ) ، وكذلك المستوى المعرفي لصالح القياس البعدي الذي يمثل مستوى طلاب المرحلة الرابعة للعينة قيد البحث .

#### جدول ( 5 )

نسبة التغير المنوية بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث  
في مستوى القدرات البدنية والمعرفية ( ن = 24 )

المتغيرات	متوسط القياسين		نسبة التغير %
	القبلي	البعدي	
السرعة	14.46	13.35	7.66
القدرة	158.08	168,67	6.69
المرونة	10.17	12,63	24.18
الرشاقة	18.42	20,96	13.80



22.45	26,29	20.96	القوة
14.46	2,69	3,15	التحمل
35.50	29.58	21.83	المستوى المعرفى

يتضح من الجدول السابق رقم ( 5 ) وجود نسبة تغير بين القياس القبلى ( عند الالتحاق بالكلية ) والقياس البعدى فى المرحلة الرابعة ( قرب التخرج من الكلية ) لصالح القياس البعدى فى كل من ( السرعة - القدرة - المرونة - الرشاقة - القوة - التحمل - المستوى المعرفى ) حيث بلغت النسبة على التوالى : ( 7.66% ، 6.69 % ، 24.18 % ، 13.80 % ، 22.45 % ، 14.46% ، 35.50 % ) .

#### تفسير نتائج البحث ومناقشتها :

بعد عرض نتائج البحث يقوم الباحثان بتفسير هذه النتائج ومناقشتها على النحو التالى:

يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى القدرات البدنية قيد البحث ، حيث ان قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يعنى وجود تحسن فى القدرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى والذي يمثل طلاب المرحلة الرابعة بقسم التربية البدنية ، ويتفق ذلك مع ما ذكره كل من وهيب سمعان ، واخرون (1972) وبسطويسى احمد، واخرون ( 1998 ) ، ولطفى عبدالنبي الحنتوش، واخرون (2004) على ان البرامج الدراسية المطبقة بكلية التربية البدنية قد اثرت ايجابيا على القدرات البدنية للطلاب والطالبات وساعدة على تنمية وتحسين القدرات البدنية نولكن بنسب مختلفة .

وعلى ذلك يرى الباحثان ان البرامج الدراسية التى تدرس بقسم التربية البدنية بكلية الاداب والعلوم - طبرق قد اثرت ايجابيا على تنمية القدرات البدنية قيد البحث . وبذلك يكون الفرض الاول من فروض البحث وهو هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى القدرات البدنية للعينة قيد البحث ؟ قد تحقق بوجود فروق دالة لصالح القياس البعدى والذي يمثل درجة المرحلة الرابعة .

كما يتضح من الجدول رقم ( 4 ) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى المستوى المعرفى ولصالح القياس البعدى الذى يمثل درجات المرحلة الرابعة ، حيث ان قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) .

وبذلك يكون الفرض الثانى وهو هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى المستوى المعرفى للعينة قيد البحث ؟ قد تحقق بوجود فروق دالة لصالح القياس البعدى للعينة قيد البحث .

كما يتضح من الجدول رقم ( 5 ) ان نسبة التغير المئوية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى القدرات البدنية قد جاءت كما يلى ( السرعة 7.66 % - القدرة 6.69 % - المرونة 24.18 % - الرشاقة 13.80 % - القوة 22.45 % - التحمل 14.46 % ، والمستوى المعرفى 35.50 % ) لصالح القياس البعدى .

وبمناقشة هذه النتائج لاحظ الباحثان وجود نسبة تغير ضعيفة جدا فى كل من قدرتى السرعة وكانت 7.66% - القدرة وكانت 6.69% وهذه نسب ضعيفة أى أن البرامج الدراسية لم تؤثر فى تلك القدرتين .

كما نلاحظ وجود نسبة تغير ضعيفة لكل من الرشاقة وكانت 13.80% والتحمل وبلغت 14.46% وأيضا تدل هذه النسبة على التأثير الضعيف للبرامج الدراسية على تنمية وتطوير تلك القدرتين .

كما نلاحظ أيضا وجود نسبة تغير بسيطة في كل من المرونة وكانت 24.18% - القوة وكانت 14.46% وتدل هذه النسب أيضا على عدم التأثير للبرامج الدراسية على تلك القدرتين ، على اعتبار أن القوة تنمو طبيعيا في تلك الفترة بدون التدريب .

ومن خلال الجدول أيضا نلاحظ أن نسبة التغير في المستوى المعرفى ضعيف جدا حيث بلغت 35.50% مما يدل على عدم وجود تأثير جيد للبرامج الدراسية على المستوى المعرفى لطلاب العينة قيد البحث . ويرى الباحثان أن البرامج الدراسية المقررة على طلاب ، قسم التربية البدنية - بكلية الآداب والعلوم - تطبق - لا تؤدي الغرض منها على اعتبار أن هذه المواد تدرس لمدة أربع سنوات وأن مدة الدراسة تبدأ من 9/15 الى 6/30 ، أى 9 شهور وبعد حذف أيام الأمتحان والأجازات تصل تقريبا الى 6 شهور على أقل الفروض ، وأن هذه الفترة كافية لتنمية جميع القدرات البدنية والمعرفية اذا كانت البرامج موضوعة بصورة جيدة وتدرس بالشكل المناسب وأن تكون هناك لوائح وقوانين تضبط العملية التعليمية .

### نتائج البحث :

في حدود خطة البحث واجراءاته فقد أسفرت النتائج التالية :

- وجود تحسن ضعيف جدا في قدرتي السرعة والقدرة والمستوى المعرفى للعينة قيد البحث .
- وجود تحسن ضعيف في قدرتي الرشاقة والتحمل للعينة قيد البحث .
- وجود تحسن بسيط في قدرتي المرونة والقوة للعينة قيد البحث .
- أرجع الباحثان ضعف هذه النسب في التغير الى الآتى :
- 1 - لم يتم وضع مقررات القسم حسب نظام علمى تخصص .
- 2 - زيادة المواد النظرية العامة وقلة عدد المواد العملية والنظرية التخصصية .
- 3 - عدم تخصيص ساعات لمقررات نظرى العملى .
- 4 - اسناد المواد النظرية الى غير المتخصصين فى التربية البدنية .
- 5 - عدم تطبيق نظام نسبة 75% الحضور على الطلاب .
- 6 - عدم العمل بنظام المجموعات التعليمية الصغيرة وخاصة فى المقررات العملية .
- 7 - عدم العمل بنظام ضرورة تحقيق أعلى من 50% فى درجة العملى والنظرى والعمل بنظام 50% من الدرجة الكلية .
- 8 - عدم كفاية الأجهزة والأدوات اللازمة لتعليم وتدريب الطلاب .

### التوصيات :

- من خلال نتائج البحث يوصى الباحثان بالآتى :
- اعادة النظر فى البرامج الدراسية التى تدرس بالقسم العامه والخاصه .
- زيادة عدد ساعات المقررات التخصصية فى البرنامج الدراسى .
- وضع ساعات للمقررات نظرى العملى بالجدول الدراسى .
- العمل بنظام المجموعات التعليمية الصغيرة لزيادة مدة التطبيق لطلاب .
- تطبيق نظام ضرورة حصول الطالب على 50% على الأقل ونظرى للنجاح .
- توفير الأدوات والأجهزة الرياضية اللازمة للعملية التعليمية

### قائمة المراجع

- 1 - أشرف عبد المنعم أحمد: تأثير برنامج جمباز موانع مقترح على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، 1998 م.
- 2 - بسطويسى أحمد وآخرون: تأثير البرامج الدراسية بكلية التربية البدنية والرياضة على مستوى بعض القدرات البدنية الأساسية للطلاب ، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية - جامعة الفاتح ، العدد الأول ، 2001 م .
- 3 - وفيقة مصطفى حسن أبو سالم: تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية ، الكتاب الأول ، منشأة المعارف بالأسكندرية ، ط 2 ، 2007 م.
- 4 - وهيب سمعان ، وآخرون: دراسات فى المناهج ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ط 4 ، 1972 م .
- 5 - لطفى عبد النبى محمد الحنتوشى ، وآخرون: تأثير البرامج الدراسية بكلية التربية البدنية - جامعة الفاتح على مستوى بعض القدرات البدنية الأساسية للطالبات ، المجلة العلمية لكلية التربية - جامعة الفاتح ، العدد الرابع ، 2005 م .
- 6 - لىلى عبد العزيز زهران: المناهج فى التربية الرياضية ، مذكرات منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 1983 م.
- 7 - محمد صبحى حسنين: القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية ، الجزء الأول دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1995 م.
- 8 - محمد نصر الدين رضوان: البرنامج الدراسى العملى وأثره على بعض المتغيرات الفسيولوجية لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان ، 1983 م.
- 9 - محمود شحاتة: أثر البرنامج الدراسى العملى على مستوى اللياقة البدنية لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالأسكندرية - جامعة حلوان ، 1979 م .
- 10- منير مصطفى عابدين: محددات اختبار المعلم المعاون فى برامج اعداد طلاب التربية العملية بكليات التربية الرياضية ، مجلة التربية الرياضية - جامعة المنيا ، 2003 م.
- 11- Herron Frond KD. A study of the principal's vole in the student teaching procpss as perceived by the building Admin stators, the college supervisors, and the cooperating teachers in the secondary school of Beards countr (Lpenny Lrania) DA1 - A60 / 12, p y26y, JAN 2002.

تأثير الأساليب المعرفية الإدراكية علي تحصيل المواد المقررة دراسيا  
لدى طلاب كلية التربية البدنية

\* د.نجاه عمران بندق

\*\* د. سعاد إسماعيل الفقيه

\*\*\* د. ليلي محمد الصويعي

المقدمة ومشكلة البحث :-

يعتبر مفهوم الأساليب المعرفية من أهم المفاهيم التي ظهرت حديثاً في علم النفس المعرفي كنتيجة للاهتمام بنموذج (المثير . الكائن الحي . الاستجابة) حيث اهتم علم النفس المعرفي بتفسير سلوك المتعلم وأدائه بما يحدث داخله من عمليات وسيطة ( كطرق تجهيز المعلومات وطرق إدراك المثيرات) . وتأتي أهمية الأساليب المعرفية من كونها تساهم بقدر كبير في الكشف عن الفروق الفردية بين المتعلمين ليس فقط بالنسبة للأبعاد و المكونات المعرفية الإدراكية ، بل الوجدانية و الانفعالية ، كما تأتي أهميتها في أنها تعبر عن الطريقة الأكثر تفضيلاً لدى الفرد في تنظيم ما يمارسه من نشاط سواء أكان معرفياً أم وجدانياً أم مها رياً دون الاهتمام بمحتوى هذا النشاط وما يتضمنه من مكونات. ( 1 : 11 )

وتعبر الأساليب المعرفية عن الفروق الفردية المتسقة في طرق تنظيم المعلومات والخبرات ومعالجتها وهذه الأساليب المعرفية تمثل اتساقاً في طريقة الأداء المعرفي أو شكله ، كما أنها تختلف عن محتوى المعرفة أو مستوى المهارة الظاهرة في الأداء المعرفي، كما يمكن النظر إليها على أنها الاتجاهات والتفصيلات المستقرة أو استراتيجيات العادة التي تحدد الأنماط المميزة للفرد في الإدراك، والتذكر، التفكير، وحل المشكلة. ( 15 : 5،4 )

ويساعد في تحديد الفروق الفردية بين المتعلمين لتحديد الخصائص الفردية في أنماط كلية متميزة ، بغرض تحديد مجموعة الخصائص والمواصفات التي تميز بين ذوى الأساليب المعرفية في تعاملهم مع المواقف الحياتية المختلفة ، وليس بغرض المفاضلة بين المتعلمين بعضهم بعضا ، الأمر الذي يؤكد على أن النظرة للفروق الفردية من خلال الأساليب المعرفية لا تعد تصنيفاً ثنائياً للمتعلمين بحيث يصبح لدينا نمطان متميزان في أساليب الإدراك المعرفي وإنما يقصد بها أن المتعلمين يتوزعون على سلم متدرج ومتصل .

( 15 : 2 )

ويرتبط الأسلوب المعرفي الإدراكي بمدى الفروق الفردية الموجودة بين المتعلمين ومدى الثبات النسبي الذي يلاحظ في سلوك كل منهم في تفاعله مع عناصر المواقف المحيطة به ، ويعتبر أسلوب ( الاستقلال / الاعتماد ) على المجال الإدراكي من أكثر الأساليب المعرفية شيوعاً وارتباطاً بعملية التعليم والتعلم ذلك لأنه يتعلق بنواحي الإدراك والتذكر والتخيل والاسترجاع وتكوين المعلومات وهي جميعاً تشكل مداخل هامة في اكتساب الخبرة التعليمية ، والأساليب المعرفية ثابتة نسبياً لدى المتعلمين ولكن ليس معنى ذلك أنها غير قابلة للتغيير أو التعديل تماماً غير أنها لا تتغير بسرعة أو بسهولة

\* محاضر بقسم طرق التدريس      \*\* محاضر بقسم العلوم الصحية      \*\*\* محاضر بقسم المواد النظرية

أثناء حياة المتعلم العادية ، وهذا الثبات النسبي يساعد بدرجة عالية من الثقة على التنبؤ بالأسلوب الذي يتبعه المتعلم في المواقف المستقبلية ، مما يساعد في عمليات التوجيه والإرشاد النفسي التربوي على المدى البعيد . ( 16 : 87 )

أي يمكننا إن نتنبأ ببعض الدقة أن شخصا له أسلوب معين في يوم ما سيكون له نفس الأسلوب في اليوم التالي وربما في سنوات تالية "مثلا" قد يكون الطفل مستقل إدراكيا في سن 12 عاما عنه في سن 8 سنوات ولكن إذا ما قورن المعتمدون إدراكيا في سن 8 مع الآخرين عند سن 8 فمن المحتمل إن الطفل سوف يظل معتمدا إدراكيا عند سن 12 عاما بمقارنته مع الآخرين الذين يبلغ منهم 12 عاما . ( 5 : 117 )

حيث يظهر إن هناك أفراد لديهم القدرة على عزل وانتزاع الموضوع المدرك بما يحيط به في المجال في حين إن هناك آخرين لا يستطيعون التعامل مع عناصر الموضوع بصورة منعزلة عن المجال المحيط به أو غير معتمد عليه ، علما بان تصنيف المتعلمين تبعا لأسلوبهم الإدراكي المعرفي ( المستقل / المعتمد ) لا يعنى الثنائية ، وإنما هو توزيع متصل ، كما يرتبط بكل من البعدين خصائص وسمات معينة ترتبط بألوان التفضيل المهني والاجتماعي والعلمي ، ويعتبر هذا الأسلوب في بعديه ( المستقل / المعتمد ) من أكثر مجالات الأساليب المعرفية دراسة وبحثا فلكل قطب قيمته تحت ظروف معينة ، فكل قطب هام في مقابلة الاحتياجات الخاصة بالعمليات المختلفة . ( 16 : 94 )

أن الأساليب المعرفية هي أحد أنواع اختبارات الأداء المميز التي تحدد مجموعه من الخصائص والمواصفات التي تميز بين الأفراد في أساليب تعاملهم في المواقف المختلفة وليس المفاضلة بينهم، أن الكثير من الأبحاث العلمية قد درجت على النظر إلى الفروق الفردية بين الأفراد من خلال القدرة العقلية العامة أو القدرات العقلية الخاصة ، إلا أنه وجد أن الأسلوب المعرفي أكثر شمولية واتساعاً إذا ما أخذ محكاً للفروق الفردية بين المتعلمين، حيث أنه يعني بالدرجة الأولى بالمفاضلة بين الأفراد بمستوى المهارة أو الأداء . تهتم الأساليب المعرفية بحالة أو بشكل النشاط المعرفي الذي يتم به اكتساب أو أداء سلوك ما . ( 5 : 35 )

ومن هذا المنطلق استخدمت الأساليب المعرفية cognitive styles كأساس للتمييز بين المتعلمين إثناء تفاعلهم مع المواقف التعليمية المختلفة وهناك العديد من الدراسات والأبحاث التي أخذت الأسلوب المعرفي محورا تصنيفا لدراسة الفروق الفردية بين المتعلمين ولقد أجمعت هذه الأبحاث على أن المتعلمين ذوي الأسلوب المعرفي المتميز يتميز كل منهم بخصائص وسمات معينة في كيفية تعاملهم مع المواقف التعليمية. مثل دراسة إيناس احمد ( 3) ودراسة ماجدة محمد ( 4 ) .

إن الشخص المستقل إدراكيا field in depended يعتمد بدرجة كبيرة على المراجع الداخلية لذاته في تكوين المعلومات وتناولها أي يخضع إدراكه للتنظيم الجزئي للمجال بصورة منفصلة أو مستقلة عن الأرضية المنظمة له، وإن الشخص المعتمد على المجال الإدراكي

Field depended يتميز بأنه يعتمد على المراجع الخارجية كموجهات في تكوين المعلومات وتناولها أي يخضع إدراكه للتنظيم الشامل ( الكلى ) للمجال أما أجزاء المجال فإن إدراكه لها يكون مبهما. ( 1 : 40 )

وفي ظل الاعتراف بما يشكله الأسلوب المعرفي الإدراكي من تمايز بين الأفراد في طرق الإدراك والتذكر والاسترجاع والتفكير يصبح من الصعب التوقع من جميع المتعلمين ( مستقلين/ معتمدين) أن يتعلموا جميعا نفس الشيء وبنفس طريقه أو أسلوب التدريس وبنفس مستوى الجودة والإتقان. ( 6 : 23 )

وعلى أساس ذلك تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الأساليب المعرفية الإدراكية على التحصيل الدراسي على اعتبار أن كليهما يتمثل في سعى الفرد للوصول إلى مستوى عالي من التفوق والنجاح ، وبذل أقصى جهد فيما يقوم به من أعمال والتغلب على ما قد يصادفه من معوقات أو صعوبات للاحتفاظ بمستويات عالية من العمل والنشاط من أجل تحقيق شيء له مغزى كبير .

والتحصيل الدراسي هو ما يصل إليه المتعلم في تعلمه وقدرته على التعبير عما تعلم من معلومات ومهارات واتجاهات وميول وقيم . ويعد تقويم سلوك الطلبة وبخاصة تحصيلهم الدراسي من أبرز أساسيات عمل الأنظمة التعليمية ، حيث يتم عن طريقه معرفة الفعالية للمؤسسات التعليمية بجانبها الكمي والنوعي ، فهو عمل مستمر يستخدمه المعلم لتقدير مدى تحقيق الأهداف التربوية عند المتعلمين ، فضلا عن أنه يؤدي دورا مهما في التربية والتعليم ويطلق عليه اسم التحصيل التربوي والتحصيل العلمي والتحصيل الدراسي ، ويقصد به ذلك المستوى من الأداء في فهم واستيعاب الدروس والمقررات الدراسية مقاسه بوسائل تقييميه تضمن تحقيق أهداف معينة ، وهو ما يعبر عن المجموع العام لدرجات المتعلم في جميع المواد الدراسية . ( 8 : 305، 306 ) .

لقد اتضح لنا مما سبق انه في العادة ما يتوقع من المتعلمين إن يعملوا بصورة أفضل في مجالات المواد

التي تناسب أسلوبهم المعرفي ، ونظرا لتمييز الأساليب المعرفية بالثبات فإن لها قيمتها في الحكم على المتعلمين

وعلى اعتبار إن الأساليب المعرفية أحد أبرز مظاهرها هو الثبات والبقاء عبر الزمن حيث أن الأفراد يميلون إلى

الاحتفاظ بأسلوبهم المعرفي عبر الزمن ولا يتغيرون فمن الممكن حسن استغلال ذلك في توجيه الطلاب وإرشادهم

إلى التخصص المناسب لصفاتهم المعرفية مثل الاعتماد والاستقلال الإدراكي . فالفرق الفردية هنا تظهر بين

الأفراد في التصرف بالمواقف المختلفة . والذي يعتمد على المجال الإدراكي لكل منهم فالفرق الذي يعتمد على

المجال الإدراكي ليس لديه قدرة التعامل مع المواقف المعقدة . بينما الفرد المستقل عن المجال الإدراكي يستطيع

أن يقوم بتحليل المواقف وإعادة تنظيمها وبالتالي مواجهتها بينما المعتمد عن المجال الإدراكي منهم يتعامل معها كما قدمت له . فقد أكدت جميع الدراسات إن الأفراد المعتمدون إدراكيا يتميزون بالنجاح في تعلم المواد الاجتماعية والإنسانية بينما الأشخاص المستقلين عن المجال الإدراكي يتميزون بالنجاح في تعلم المواد التطبيقية مثل الرياضيات والهندسة والفيزياء .

ومن هنا تبرز أهمية الدراسة والتي تهدف إلى البحث عن تأثير الأسلوب المعرفي معبرا عنه ببعد الاستقلال والاعتماد عن المجال الإدراكي على التحصيل الدراسي لبعض المواد النظرية والعملية التي تدرس للسنة الثانية بكلية التربية البدنية بجامعة السابع من أبريل ، وكذلك محاولة التعرف على مدى إمكانية استخدام معلوماتنا عن الأسلوب المعرفي للطلاب في توجيههم الذي قد يساهم في نجاحهم واختيارهم التخصص المناسب لهم .

#### هدف البحث :-

التعرف على تأثير الأساليب المعرفية ( المستقلين / المتوسطين / المعتمدين ) الإدراكي على التحصيل الدراسي لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية .

#### فرض البحث :-

1 - توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات تحصيل الطلبة في المواد النظرية والعملية (كمجموعات الأساليب المعرفية المستقلين عن المجال الإدراكي والمتوسطين عن الاستقلال الإدراكي والمعتمدين على المجال الإدراكي) .

### المصطلحات المستخدمة في البحث

#### *cognitive style* الأساليب المعرفية

عبارة عن الفروق بين الأفراد في كيفية ممارسة العمليات المعرفية المختلفة مثل الإدراك ، والتفكير ، وحل المشكلات والتعلم وكذلك بالنسبة للمتغيرات الأخرى التي يتعرض لها الفرد في الموقف السلوكي سواء في المجال المعرفي أو في المجال الوجداني. ( 17 : 188)الشخص المستقل على المجال الإدراكي Field Independent

#### الشخص المستقل على المجال الإدراكي Field Independent

هو الشخص الذي يعتمد بدرجة كبيرة على المراجع الداخلية لذاته في تكوين المعلومات وتناولها أي يدرك أجزاء المجال في صورة منفصلة أو مستقلة عن الأرضية المنظمة له ، ومن أهم صفاته الأخذ بالمبادرة والثقة بالنفس والميل إلى الاستقلال عن الآخرين ويفضل العمل مستقلاً. (16 : 207)

#### الشخص المعتمد علي المجال الإدراكي Field Depended

هو الشخص الذي يعتمد علي المراجع الخارجية كموجهات في تكوين المعلومات و تناولها ، أي يخضع إدراكه للتنظيم الشامل " الكلي " للمجال ، أما أجزاء المجال فإن إدراكه لها يكون مبهما و من صفاته الصعوبة في

الأخذ بالمبادرة و الحاجة إلي تأييد قوي من الآخرين حوله ، و الميل إلي الخوف و القلق و الخضوع لمن في السلطة. ( 16 : 206 )

#### التحصيل الدراسي :-

يعبر عن التحصيل الدراسي في هذه الدراسة بدرجات الطلبة في امتحان نهاية العام الدراسي للسنة الثانية لكل من درجات المواد العملية و درجات المواد النظرية للعام الجامعي 2007 - 2008 م

#### الدراسات المشابهة:-

**1- دراسة يونج و داوون Young & dawn (1997) ، ( 17 )** بعنوان "الأسلوب الإدراكي وتأثيره على طلاب الجامعة المميزين والعاديين في مادة الهندسة" ويهدف إلى التعرف على تأثير الأسلوب الإدراكي مع التركيز علي الاعتماد والاستقلال المجالي في تحديد الفرق بين طلاب الجامعة المميزين والعاديين في مادة الهندسة ، واستخدم المنهج المسحي ، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية (143) طالب من طلاب الجامعة ، وكانت أهم النتائج إن الطلاب المعتمدين هم (العاديين ) الذين كانوا مشاهدين فقط وأكثر تقبلاً لكل ما يتلقونه بينما كان المستقلون (المتميزون ) أكثر تحليلاً في تجهيزاتهم للمعلومات وأكثر نجاحاً في تطبيق طرق التحليل لموضوعات الدراسة.

**2-دراسة نهلة سيف الدين عليش (1997) ، ( 11 )** بعنوان أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي للمتعلم وطريقتي تدريس على كل من النمو المعرفي و النمو الوجداني لدي الطالبات المعلمات في كلية البنات ، ويهدف إلى التعرف على العلاقة بين الأسلوب المعرفي للطلبة وأسلوب التدريس والتحصيل في البرنامج التعليمي المقترح (السكان قنبلة مصر الموقوفة ) ، واستخدم المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج إن البرامج التعليمي له تأثير على الأسلوب التدريسي حيث أدي إلي تحصيل الطالبات المستقلات بشكل أفضل من تحصيل الطالبات المعتمدات ولا يوجد تفاعل بين الأسلوب المعرفي والأسلوب التدريسي علي التحصيل.

**3-دراسة جارتون وبرايث bryan & Garton (2000) ( 13 )** بعنوان التنبؤ بمستوي التحصيل الدراسي من خلال التعرف على الأساليب المعرفية الإدراكية ، بهدف التعرف علي تأثير الأساليب المعرفية الإدراكية والتنبؤ بمستوي التحصيل الدراسي لطلاب السنة الأولى في درجات التحصيل الدراسي في الألعاب الجماعية والألعاب الفردية . واستخدم المنهج المسحي ، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية (360) من طلاب السنة الأولى من المرحلة الجامعية، وكانت أهم النتائج أن الأساليب الإدراكية ( المعتمدة مجاليا متجهة نحو الأنشطة الجماعية )،(والمستقلة مجاليا متجهة نحو الأنشطة الفردية ).

**4-دراسة نجاه عمران بندق ( 2006 ) ، ( 10 )** بعنوان أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي الإدراكي وأسلوبين من أساليب التدريس على تعلم بعض مهارات الجمباز لطلاب كلية التربية البدنية ، ويهدف إلى التعرف على اثر التفاعل بين الأسلوب التدريس والأسلوب المعرفي الادراكي على تعلم بعض مهارات الجمباز لطلاب ( السنة الأولى )، واستخدمت المنهج التجريبي ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية (74) من طلاب السنة الأولى ، وكانت أهم النتائج لا توجد فروق دالة إحصائيا بين المستقلين والمعتمدين في ظل أسلوب توجيه المعلم على تعلم بعض مهارات الجمباز .

#### إجراءات البحث :-

#### عينة البحث



- تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم 56 طالبا من طلاب السنة الثانية بنين بكلية التربية البدنية بجامعة السابع من أبريل للعام الجامعي 2008 م

- تحديد الأسلوب المعرفي لعينة البحث :

اتبعت الباحثات الخطوات الآتية :

تم حصر المجموعات الدراسية للسنة الثانية بكلية التربية البدنية وعددها أربعة مجموعات دراسية وتم تطبيق اختبار الأشكال المتضمنة ( الصور الجمعية) لقياس وتحديد الأسلوب المعرفي الإدراكي لكل الطلاب وبناء على نتائج اختبار الأشكال المتضمنة لكل المجموعات تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات مستقلين ومتوسطين ومعتدين إدراكيا طبقا للنتائج المتحصل عليها ومقارنتها بالجدول الموجود بكراسة التعليمات الخاصة بالاختبار واتفاقا مع الدراسات المرتبطة . وهي كالاتي

. الطلاب الذين تتراوح درجاتهم من (14- 18) هم ذوى الإدراك المستقل .

. الطلاب الذين تتراوح درجاتهم من ( صفر. 5 ) هم ذوى الإدراك المعتمد .

. الطلاب الذين تتراوح درجاتهم من ( 6 . 13 ) هم من المتوسطين في أسلوبهم الإدراكي

**وبذلك بلغ عدد المجموعات كالاتي:-**

- طلاب مستقلون عن المجال الإدراكي ويمثلون ( 18 ) طالبا.

. طلاب معتمدون على المجال الإدراكي ويمثلون (25) طالبا.

- طلاب متوسطين على الاستقلال الإدراكي ويمثلون ( 13 ) طالبا.

### جدول (1)

#### إعداد الطالب المعتمدين والمتوسطين والمستقلين في استقلالهم الإدراكي

المجموع الكلى	الأساليب المعرفية			العدد
	مستقلين	متوسطين	معتدين	
56	18	13	25	

يوضح الجدول رقم ( 1 ) توزيع العدد النهائي لإفراد العينة المعتمدين عن المجال الإدراكي والمتوسطين عن

المجال الإدراكي والمستقلون عن المجال الإدراكي للأساليب المعرفية الإدراكية .

**أدوات البحث:-** الاختبار المعرفي الإدراكي لتحديد المستقلين والمتوسطين والمعتدين على المجال:-

اختبار الأشكال المتضمنة . الصور الجمعية ( E F T )

استخدام اختبار الأشكال المتضمنة في قياس بعد هام من الأبعاد المعرفية يعرف بالأساليب المعرفية وهو بعد (

الاستقلال / الاعتماد) على المجال الإدراكي .

أ- وصف الاختبار :-

يتكون اختبار الأشكال المتضمنة ( الصور الجمعية ) من ثلاثة أقسام هي :

• القسم الأول : وهو قسم للتدريب ولا تحتسب درجته في تقدير المفحوص .

• القسم الثاني : ويتكون من تسع فقرات سهلة .

القسم الثالث : ويتكون من تسع فقرات أيضا متدرجة في الصعوبة وهو مكافئ للقسم الثاني من الاختبار . وكل فقرة من الفقرات في الأجزاء الثلاثة عبارة عن شكل معقد يتضمن داخله شكلا بسيطا معيناً ويطلب من المفحوص أن يعلم بقلم الرصاص على حدود هذا الشكل البسيط وتقدر الدرجة للاختبار ( 18 ) درجة بواقع ( 9 ) درجات للقسم الثاني ( 9 ) درجات للقسم الثالث .

وقد طبقت الأشكال البسيطة التي يتطلب من المفحوص اكتشافها وتعيين حدودها على الصفحة الأخيرة من الاختبار وروعي في تنظيم الاختبار لا يستطيع المفحوص رؤية الشكل البسيط والشكل المعقد الذي يتضمنه في وقت واحد وإجابة المفحوص في نفس كراسة الأسئلة.

ب- زمن الاختبار : يستغرق إجراء الاختبار مع شرح طريقة الإجابة وقراءة التعليمات حوالي نصف ساعة ، أما زمن الإجابة فهو كالتالي :

- القسم الأول : ( للتدريب ) دقيقتان .
- القسم الثاني : 5 دقائق .
- القسم الثالث : 5 دقائق . ( 2 )

المعاملات العلمية للاختبار : - ضبط اختبار الإشكال المتضمنة ( الصور الجمعية ) .

**صدق الاختبار :** قامت الباحثان بإيجاد معامل صدق الاختبار من خلال إجراء الاختبار على عينة من السنة الأولى وإعادته بعد 7 أيام وكان قوامها 40 طالب والجدول رقم (2) بوضح معامل درجات الارتباط بين الاختبار الأول ودرجات إعادته في المرة الثانية .

### جدول ( 2 )

حساب الصدق الذاتي لقسمي اختبار الإشكال المتضمنة ( الصور الجمعية )

العينة	الاختبار الأول	الاختبار الثاني	الاختبار الكلي
40	0.79	0.73	0.81

يشير جدول ( 2 ) إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين الاختبارين مما يدل على انه صادق ويمكن تطبيقه على عينة البحث .

**ثبات الاختبار :-** تم إيجاد معامل ثبات اختبار الإشكال المتضمنة . الصور الجمعية . على عينة مكونة من (40) طالبا من طلاب الصف الأول بكلية التربية البدنية عن طريق . حساب معامل الاتساق الداخلي بين نصفي الاختبار طريقة ( تجزئة النصفية) باستخدام معادلة (سيبرمان . برون) .

### جدول ( 3 )

معامل الارتباط لاختبار الأشكال المتضمنة بطريقه التجزئة النصفية

العينة	القسم الأول	القسم الثاني	الاختبار الكلي
40	0.71	0.74	0.75

يشير جدول (3) إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين قسمي الاختبار مما يدل انه ثابت ويمكن تطبيقه على عينة البحث .

الوسائل الإحصائية :- تمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الاجتماعية spss وتم استخدام " المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد ، أقل فرق معنوي ، اختبار "LSD" .

#### جدول ( 4 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث المعتمدين عن المجال الإدراكي والمتوسطين للاستقلال الإدراكي والمستقلين عن المجال الإدراكي

المستقلين عن المجال الإدراكي ن=18		المتوسطين عن المجال الإدراكي ن=13		المعتمدين عن المجال الإدراكي ن=25		المواد المقررة
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
11,22	69,55	13,72	78,16	11,91	81,16	اللغة العربية
20,39	65,61	21,21	62,75	14,64	69,56	علم وظائف الأعضاء
6,69	73,08	13,06	75,0	17,17	61,66	طرق التدريس
8,91	71,16	7,27	62,83	6,69	73,08	التنظيم والإدارة
7,88	54,22	5,14	52,41	10,08	56,64	العاب القوى
11,21	67,11	10,28	67,08	12,33	70,00	التمرينات
19,78	62,00	9,57	68,16	11,21	68,36	الجمباز
8,72	77,05	7,03	77,00	6,76	79,36	الدفاع عن النفس
8,93	70,16	8,45	75,25	8,76	72,52	كرة السلة
5,35	65,00	5,96	62,08	7,34	65,44	كرة القدم
10,18	60,22	14,80	60,66	12,04	62,84	التربية الصحية والتغذية
4,61	64,38	5,05	64,33	9,05	64,16	الكرة الطائرة
22,41	55,38	26,20	53,16	21,62	61,12	اللغة الانكليزية
9,18	57,0	11,12	54,83	10,27	54,04	كرة اليد
5,13	77,27	7,91	77,58	8,23	78,0	كرة المضرب
6,57	67,33	9,08	64,91	6,18	67,28	السياحة
54,74	661,55	48,13	663,66	61,95	675,80	مجموع درجات المواد العملية
74,24	406,94	87,9	379,25	64,00	416,80	مجموع درجات المواد النظرية
123,68	1068,5	121,86	1042,9	115,26	1092,6	مجموع الدرجات الكلي

يتضح من الجدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لجميع مواد المقرر الدراسي للطلاب المعتمدين عن المجال الإدراكي والمستقلين عن المجال الإدراكي والمتوسطين عن المجال الإدراكي لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية .

### جدول (5)

تحليل التباين (ANOVA) بين أفراد عينة البحث المعتمدين عن المجال الإدراكي والمتوسطين للاستقلال الإدراكي والمستقلين عن المجال الإدراكي

المادة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
اللغة العربية	بين المجموعات	77.51	2	38.75	، 264	، 769
	داخل المجموعات	7619.47	52	146.52		
	المجموع	7696.98	54			
علم وظائف الأعضاء	بين المجموعات	412.69	2	206.34	0.625	0.539
	داخل المجموعات	17170.68	52	330.20		
	المجموع	17583.38	54			
طرق التدريس	بين المجموعات	1285.35	2	642.67	2.82	،069
	داخل المجموعات	11839.62	52	227.68		
	المجموع	13124.98	54			
التنظيم والإدارة	بين المجموعات	875.37	2	437.68	7.56	0.001
	داخل المجموعات	3010.00	52	57.88		
	المجموع	3885.38	54			
العاب القوى	بين المجموعات	157.92	2	78.96	1.08	0.346
	داخل المجموعات	3787.78	52	72.84		
	المجموع	3945.70	54			
التمرينات	بين المجموعات	114.68	2	57.34	0.429	0.654
	داخل المجموعات	6954.69	52	133.74		
	المجموع	7069.38	54			
الجمباز	بين المجموعات	480.50	2	240.25	1.04	0.360
	داخل المجموعات	11993.42	52	230.64		
	المجموع	12473.92	54			
الدفاع عن النفس	بين المجموعات	73.84	2	36.92	0.654	0.524
	داخل المجموعات	2936.70	52	56.47		
	المجموع	3010.54	54			
كرة السلة	بين المجموعات	187.44	2	93.72	1.22	0.303
	داخل المجموعات	3986.99	52	76.67		

			54	4174.43	المجموع	
0.324	1.15	48.22	2	96.45	بين المجموعات	كرة القدم
		41.82	52	2175.07	داخل المجموعات	
			54	2271.52	المجموع	

## تابع جدول ( 5 )

تحليل التباين (ANOVA) بين أفراد عينة البحث المعتمدين عن المجال الإدراكي والمتوسطين للاستقلال الإدراكي والمستقلين عن المجال الإدراكي

المادة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التربية الصحية والتغذية	بين المجموعات	82.60	2	41.30	0.280	0.757
	داخل المجموعات	7659.13	52	147.29		
	المجموع	7741.74	54			
الكرة الطائرة	بين المجموعات	0.605	2	0.302	0.006	0.994
	داخل المجموعات	2612.3	52	50.23		
	المجموع	2612.90	54			
اللغة الانكليزية	بين المجموعات	633.16	2	316.58	0.603	0.551
	داخل المجموعات	27314.58	52	525.28		
	المجموع	27947.74	54			
كرة اليد	بين المجموعات	93.55	2	46.77	45.0	0.636
	داخل المجموعات	5328.62	52	102.47		
	المجموع	5422.18	54			
كرة المضرب	بين المجموعات	5.581	2	2.791	0.5	0.94
	داخل المجموعات	2762.528	52	53.126		
	المجموع	2768.109	54	2.791		
السباحة	بين المجموعات	53.42	2	26.71	0.53	0.584
	داخل المجموعات	2559.9	52	49.23		
	المجموع	2613.38	54			
مجموع درجات المواد العملية	بين المجموعات	2480.63	2	1240.31	0.382	0.68
	داخل المجموعات	168755.1	52	3245.29		
	المجموع	171235.7	54			
مجموع درجات المواد النظرية	بين المجموعات	11497.78	2	5748.8	1.07	0.347
	داخل المجموعات	277079.1	52	5328.4		
	المجموع	288576.8	54			
مجموع الدرجات الكلي	بين المجموعات	20786.692	2	10393.3	0.728	0.48
	داخل المجموعات	742277.41	52	14274.5		

				7	
			54	763064.10	المجموع
				9	

المستقلين	المتوسطين	المعتمدين	المتوسط الحسابي	الأساليب المعرفية	المادة
1,60	2,99		81.16	المعتمدين	اللغة العربية
11,38			78.16	المتوسطين	
			79.55	المستقلين	

يتضح من جدول ( 5 ) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحصيل جميع مواد المقرر الدراسي بين الطلاب المستقلين عن المجال الإدراكي و المعتمدين على المجال الإدراكي .

3,94	6,81		69.56	المعتمدين	علم وظائف الأعضاء
2,86			62.75	المتوسطين	
			65.61	المستقلين	
5,96	7,37		69.04	المعتمدين	طرق التدريس
13,33			61.66	المتوسطين	
			75.00	المستقلين	
المستقلين	المتوسطين	المعتمدين	المتوسط الحسابي	الأساليب المعرفية	المادة
2,61	2,17		62.84	71.16	التربية الصحية والتغذية للمعتمدين والمستقلين
2,41	4,22		56.64	المعتمدين	العاب القوى
1,80			52.41	المتوسطين	
			54.22	المستقلين	
2,88	2,91		70.00	المعتمدين	التمرينات
,0027			67.08	المتوسطين	
			67.11	المستقلين	
6,36	0,19		68.36	المعتمدين	الجمباز
6,166			68.16	المتوسطين	
			62.00	المستقلين	
3,30	2,36		79.36	المعتمدين	الدفاع عن النفس
,0055			77.00	المتوسطين	
			77.05	المستقلين	
2,35	2,73		72.52	المعتمدين	كرة السلة
5,08			75.25	المتوسطين	
			70.16	المستقلين	
, 44	3,35		65.44	المعتمدين	كرة القدم
2,91			62.08	المتوسطين	
			65.00	المستقلين	

جدول ( 6 )

معنوية الفروق بين الأساليب المعرفية ( المعتمدين / المتوسطين / والمستقلين ) والتحصيل للمواد المقررة دراسيا باستخدام أقل فرق معنوي LSD

			60.66	المتوسطين	
			60.22	المستقلين	
,44			64.16	المعتمدين	الكرة الطائرة
,22	,17		64.33	المتوسطين	
,0055			64.38	المستقلين	
2,96	,79		61.12	المعتمدين	اللغة الانكليزية
2,166			53.16	المتوسطين	
			55.38	المستقلين	
2,96	,79		54.04	المعتمدين	كرة اليد
2,166			54.83	المتوسطين	
			57.0	المستقلين	
,72	,14		78.0	المعتمدين	كرة المضرب
,30			77.58	المتوسطين	
			77.27	المستقلين	
00,53	2,36		67.28	المعتمدين	السباحة
2,41			64.91	المتوسطين	
			67.33	المستقلين	
14,24	12,13		675.80	المعتمدين	مجموع درجات المواد العملية
2,11			663.66	المتوسطين	
			661.55	المستقلين	
9,85	37,55		416.80	المعتمدين	مجموع درجات المواد النظرية
27,69			379.25	المتوسطين	
			406.94	المستقلين	
24,100	49,68		1092.60	المعتمدين	مجموع الدرجات الكلي
25,58			1042.91	المتوسطين	
			1068.50	المستقلين	

تابع جدول ( 6 )

معنوية الفروق بين الأساليب المعرفية ( المعتمدين / المتوسطين / والمستقلين ) والتحصيل للمواد المقررة دراسيا باستخدام أقل فرق معنوي LSD

يوضح جدول ( 6 ) فروق المتوسطات بين الأساليب المعرفية ( المعتمدين / المتوسطين / والمستقلين ) والتحصيل للمواد المقررة دراسيا ودلالة الفروق المعنوية باستخدام أقل فرق معنوي LSD

**مناقشة النتائج :**

ويتضح من الجدول ( 4 ، 5 ، 6 ) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات تحصيل الطلاب المعتمدين عن المجال والمتوسطين عن الاستقلال الإدراكي والمستقلين على المجال الإدراكي في مجموع درجات المواد النظرية والمواد العملية وبالتالي يتضح لنا عدم وجود تأثير للأساليب المعرفية على درجات التحصيل العلمي للطلاب ، حيث كانت قيمة ف لمتوسط الفرق بين متوسط درجات الطلبة المستقلين عن المجال الإدراكي والمعتمدين على المجال الإدراكي ، والمتوسطين كالاتي : في مادة اللغة العربية (0.264) وفي مادة علم وظائف الأعضاء ( 0.625 ) وفي مادة طرق التدريس (2.82) وفي مادة التنظيم والإدارة ( 7.56 ) وفي مادة العاب القوى (1.08) ومادة التمرينات ( 0.429 ) وفي مادة الجمباز (1.04) وفي مادة الدفاع عن



النفس (0.654) وفي مادة كرة السلة (1.22) وفي مادة كرة القدم (1.15) وفي مادة التربية الصحية والتغذية (-) (0.280) وفي مادة الكرة الطائرة (0.006) وفي مادة اللغة الانجليزية (0.603) وفي مادة كرة اليد (0.45) وفي مادة العاب المضرب (5، 0) وفي مادة السباحة (0.543) وفي مجموع درجات المواد العملية (0.382) وفي مجموع درجات المواد النظرية (1.07) وفي مجموع الدرجات الكلية (728)، ويظهر من خلال العرض السابق لدرجات قيمة ف عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب وبالتالي يتحقق الفرض الموضوع لهذه الدراسة ، ومن خلال النتائج وفي حدود العينة فانه لا

يمكننا إن نوجه الطلاب إلى تخصصهم بناء على الأساليب المعرفية التي ينتمون إليها . لأنه لا توجد علاقة بين درجات تحصيلهم العلمي وأسلوبهم المعرفي ويظهر ذلك واضحا من خلال عدم وجود فروق بين المعتمدين عن المجال الإدراكي والمتوسطين عن المجال الإدراكي والمستقلون عن المجال الإدراكي للأساليب المعرفية الإدراكية في درجاتهم . وتتفق نتائج هذه الدراسة مع الأبحاث التي تتعلق بدراسة علاقة الأساليب المعرفية الإدراكية بالتحصيل الدراسي في المواد ذات الصلة الاجتماعية ، فحتى أن لم يصل البحث إلى تحقيق العلاقة المتوقعة بين الأساليب المعرفية والتحصيل العلمي وأداء أفضل في المجالات التعليمية فالأسلوب المعرفي للطلاب يؤثر على تفضيلاته التربوية والمهنية ، فالطلاب يعملون بصورة أفضل عاده في مجالات المواد التي تناسب أسلوبهم المعرفي ، إن توفر المعلومات عن قدرات الأفراد وأساليبهم المعرفية يمدنا بقدره على التنبؤ بسلوك الطالب في المواقف المختلفة و الانشطة التي يقابلها سواء كان ذلك في مواقف التعلم أو في أساليب التكيف الشخصي التي يستحبها الفرد لنفسه أو في تفضيله لأنواع دراسية معينة أو مهنة من المهن .

وترى الباحثات أن مستوى التحصيل الدراسي واتجاه الطالب نحو المادة الدراسية يتعلقان بالأسلوب المعرفي للمعلم ، لكن تطابق أسلوب المعلم المعرفي مع أسلوب الطالب المعرفي لا يسهم بصفة خاصة في زيادة مستوى التحصيل الدراسي ، وقد خرجت الدراسة بتضمين يؤكد على ذلك وترى الباحثات إن أسلوب التدريس وطرائقه لا ترعى اختلاف الأساليب المعرفية بين الطلاب أن المعلم يجب أن يفترض أن الطالب ذوى أسلوب معرفي مختلف وأن يكيف من طريقة تدريسه بحيث تتواءم مع أكبر عدد من هذه الأساليب . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة نهلة سيف الدين عيش، (11) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات تحصيل الطلبة في مادة الرياضيات ، التاريخ ، العربي كمجموعات في الاستقلال الإدراكي ( المستقلين عن المجال الإدراكي ، والمتوسطين في استقلالهم الإدراكي، والمعتمدين على المجال الإدراكي ) . ومع دراسة "محمد عبد الغنى" (1991)، (5) في عدم وجود فرق دال إحصائيا بين أسلوب (الاستقلال / الاعتماد) على المجال الإدراكي في التحصيل الدراسي لدى أفراد عينة البحث ، ومع دراسة بلاك (2004) ، (12) في عدم وجود معامل دال إحصائيا بين أفراد العينة في اختبار الأشكال المتضمنة ودرجاتهم في التحصيل الدراسي في كل من مجالات : الرياضيات ، العلوم ، الدراسات الإنسانية . وتتعارض نتيجة هذه الدراسة مع دراسة زكية إبراهيم (1992)، (7) وعبد المعطى عبد العاطى (1999)، (9) إن المستقلين إدراكيا كان أدائهم أفضل من المعتمدين إدراكيا في تعلم المهارات الحركية.

وبالتالي فان العلاقة بين الأساليب المعرفية بوجه عام والتحصيل الدراسي مازالت في حاجة لمزيد من البحث والدراسة لمعرفة مدى إمكانية استخدام الأسلوب المعرفي في تحديد الفروق بين الطلاب في التحصيل الدراسي .

## الأستنتاجات

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات تحصيل الطلبة في المواد النظرية والعملية (كمجموعات الأساليب المعرفية المستقلين عن المجال الإدراكي والمتوسطين عن الاستقلال الإدراكي والمعتمدين على المجال الإدراكي )

### التوصيات :

- 1 - التعرف على الأسلوب المعرفي للطلاب قبل اختيارهم للتخصص يمكن المربين من مساعدتهم على الاختيار الصحيح وحمايتهم من الفشل ، وكذلك اختيار الأسلوب الأمثل لتعليمهم بما يتناسب وأسلوبهم المعرفي للخروج بأفضل النتائج .
- 2 - استخدام الأسلوب المعرفي جنبا إلى جنب مع اختبارات الذكاء والاستعدادات ، حتى يمكن الاستعانة بنتائجها في توجيه وإرشاد الطلاب في النواحي التعليمية والمهنية .
- 3- القيام بإجراء امتحانات دورية لتقييم تحصيل الطلاب دراسيا ، والعمل على تطوير أساليب التقييم .
- 4- تطوير المستوى المهني لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة من خلال إعادة النظر في المناهج التربوية وتدعيم القيم الذاتية والاجتماعية والدينية وعقد الندوات التوجيهية والتربوية المرتبطة بطرائق التدريس ومنهجيته .

### المراجع :-

1- أنور محمد الشرقاوي : الأساليب المعرفية في بحوث علم النفس العربية وتطبيقاتها في التربية ، القاهرة

مكتبة الأنجلو المصرية 1995م

2- أنور محمد الشرقاوي، سليمان الخضري الشيخ : اختبارات الأشكال المتضمنة (الصور الجمعية)

مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.2002م.

3- إيناس أحمد على : أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي ( الاعتماد / والاستقلال ) ومعالجتين تعليميتين

للتعبير المكتوب على الأداء اللغوي رسالة ماجستير لتلاميذ الصف الثاني

الإعدادي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، التربية ، جامعة الإسكندرية ،

2001 م.

4- ماجدة محمد أمام : التفاعل بين الأسلوب المعرفي استخدام بعض الوسائل التعليمية ، وعلاقته بتحصيل

تلاميذ المرحلة الإعدادية واتجاهاتهم نحو العلوم ، رسالة ماجستير غير منشورة ،

التربية - جامعة المنصورة 1998م.

5- محمد عبد الغنى إسماعيل : أثر التفاعل بين أسلوب ( الاستقلال / الاعتماد ) الإدراكي وطريقتين التدريس

وحدة في الفيزياء للصف الأول الثانوي على تحصيل التلاميذ ونموهم ، رسالة

دكتوراه ، التربية ، جامعة الإسكندرية ، 1991م

- 6- **مصطفى كامل** : بعض المتغيرات المرتبطة بالأسلوب المعرفي للمعلم ، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا ، العدد الخامس ، 1987م.
7. **زكية إبراهيم كامل** : أثر تفاعل الأساليب المعرفية الإدراكية وطرق التدريس على التذكر الحركي لمهارة التمرير لطالبات المرحلة الإعدادية ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق ، العدد العاشر ، 1992م.
- 8- **صلاح الدين علام** : القياس والتقييم التربوي والنفسي ، أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999م .
- 9- **عبد المعطى عبد العاطى** : أثر تفاعل أسلوب التدريس ( العرض التوضيحي وتوجيه الأقران مع الأساليب المعرفية الإدراكية للمتعلم على الأداء المهارى لتلاميذ الصف الأول الأعدادى بدروس التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، 1999م.
- 10- **نجاة عمران بندق** : أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي الإدراكي وأسلوبين من أساليب التدريس على تعلم بعض مهارات الجمباز لطلاب كلية التربية البدنية بالجمهورية العظمى رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، 2006م
- 11- **نهلة سيف الدين عليش** : أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي للمتعلم وطريقتين للتدريس على كل من النمو المعرفي والوجداني لدى الطالبات المعلمات في كلية البنات ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس ، 1997م.
- 12- **Blak , E**: "Cojnitve Style, Its Relationship To School Success and Its Stability Over Time " Diss-Abst, 1989.
13. **Garton, Bryan L.**: The Use Of Learning Styles And Admission Criteria In Predicting Academic Performance And Retention Of College Freshmen .Journal Of Agricultural Education; v41 n2 p46-53."2000"
14. **Luk , Suet, Cling** : The Relationship Between Cognitive And Academic Achievement , British Journal Of Educational Technology;v29 n2 p137-47. "1998"
15. **Messick , S ,** : The Nature of Cognitive Styles , Problems and Promise in Educational Psychologist, Vo1.19,No . 2,1984

**16. Witkin, H. A. & Good Enough, D. R:** Field Dependence And Interpersonal Behavior . Psychological Bulletin, Vol . 84, No. 4, 1995

**17. Young, Dawn. B:** Cognitive Style Developmental And Regular Admission; Research and Teaching in Developmental Education; v13 n2 p45- 54 "1997"

دراسة أسباب عزوف تلاميذ التعليم الأساسي عن ممارسة رياضة ألعاب القوى بمدارس شعبية  
طرابلس

د . إبراهيم علي المختار عطية

د.اسعد مصباح الشيباني

د.طلال فخر الدين ابوخطوة

**المقدمة :**

تعتبر مسابقات ألعاب القوى من الرياضات التنافسية الأساسية والتربوية والتي تحتل مكانة مرموقة خاصة بين الرياضات الأخرى لكونها تتطلب قدرات خاصة لا تتوفر إلا في أفراد قلائل ، وتعتبر مسابقات ألعاب القوى نشاط تربيوي تنافسي منظم يعتمد على القدرات الخاصة للاعب والمتمثلة في تحدى الإنسان لذاته للوصول

للمستويات العالمية من الإنجاز مما يساعد على النمو المتزن المتكامل للفرد الأمر الذى جعل رياضة ألعاب القوى من الأنشطة التربوية الأساسية في مختلف المؤسسات التعليمية

، وممارسة رياضة ألعاب القوى بالمدارس لا بد منها لاكتشاف المواهب وذوى القدرات الفعالة حيث يعتمد عليهم المجتمع في المستقبل لأعداد أفضل العناصر الرياضية وذلك للمشاركة بهم في المحافل الدولية ،وتعد المدرسة هي القاعدة الأساسية التي تبرز منها المواهب ،وهذا لأ يتم ألا من خلال النشاط الرياضي المدرسي ، فالأطفال في المدارس لديهم فرص قليلة لتعلم مهارات الرمي خلال الطفولة المبكرة ومن المحتمل أن يجدوا صعوبة في دقة رمى الرمح فيما بعد ، لأنهم لا يدركون الأشياء التي تحتاج إلى دقة في الأداء وان معظم المهارات المستخدمة في مجال ألعاب القوى عبارة عن مهارات بسيطة تتمثل في الجري والوثب والرمي ، وكلما زادت الفرص للأطفال لتعلم المهارات الأساسية كلما تحسنت مستوياتهم ليصبحوا لاعبين متميزين مها ريا وحركيا وسلوكيا، ( 4 - 59 )

ويعتبر تعلم التلاميذ في المدارس لمهارات ألعاب القوى عملا أساسيا للمدرسين والمدرين ، والمهم أن يتم تعليمهم لهذه المهارات على المستوى الذي يمكن لهم أدائه ، وحيث أن اللاعبين الصغار ليسوا طلقاء في اللغة وفى الفهم مثل الكبار ، لذلك فهم في حاجة إلى شرح وتوضيح أكثر ، فيجب أن يتعلموا ويفهموا الشيء الذي يحاولون تعليمة وإتقانه ، وتعلم مهارات ألعاب القوى وإتقانها تحتاج إلى ذوى خبرات عالية ، تجيد التعامل مع الأطفال في مراحل النمو والتطور المختلفة ،

حيث كلما كان العمل صعبا أو مركبا كلما واجه اللاعبون الصغار صعوبات في تعلم أداء المهارة ويظهر ذلك في ضعف الأداء في المراحل الأولى ، وكلما كان العمل صعبا كلما احتاجت المهارة لوقت أطول في التعلم ، ونتيجة لقلّة خبرة الأطفال عن البالغين فإنهم لا يدركون الأشياء الهامة التي يجب أن ينظروا إليها من المهارات أو المواقف ، وهذا يعنى أنهم بحاجة إلى التركيز والمساعدة علي ما هو هام وضروري ، ويتم ذلك من خلال نتيجة مهاراتهم وقدراتهم واكتسابهم للمعلومات واستخدامها بالطرق السليمة والصحيحة . ( 4 - 11 )

وتعتبر ألعاب القوى ركنا أساسيا في برامج الرياضة المدرسية حيث لا يخلو درس من دروس التربية الرياضية من الأنشطة الأساسية لمسابقات ألعاب القوى المختلفة ، ومن هنا جاث أهميتها في المجال المدرسي ولهذا تعد مسابقات ألعاب القوى عصب درس التربية البدنية والرياضية . حيث تعمل على أعداد الفرد بنديا ومها ريا ونفسيا وذهنيا وهى تعتبر أساسا قويا للرياضات الأخرى ، حيث تدخل مسابقاتها في خطة الأنشطة الرياضية بالمؤسسات التعليمية بمراحلها المختلفة . ( 7 - 12 )

ويذكر بسطويسي أحمد بسطويسي ( 1997 ) يجب ممارسة رياضة ألعاب القوى في سن مبكرة في المدرسة أو الروضة ،مع استخدام الأجهزة والأدوات البديلة والمناسبة التي تتمشى مع سن وإمكانيات وقدرات الطالب ( 3 : 7 )

ويضيف إبراهيم سلامة ( 1983 ) إلى أهمية درس التربية الرياضية فقد أوضح أنه على الرغم من انتشار النشاط الرياضي بمختلف صورة ومجالاته المتعددة بالأندية والمدارس والمؤسسات الاجتماعية المختلفة. إلا أن التركيز يجب إن يكون موجها نحو زيادة الاهتمام بدرس التربية الرياضية بالمدرسة كأساس ودعامة ولا يمكن للمستوى الرياضي أن يرتفع دون توجيه الاهتمام به ( 1 : 34 )

المشكلة وأهمية البحث :

تعتبر مزاوله الأنشطة الرياضية في المدارس احد الأنشطة التي يمارسها التلاميذ خلال اليوم الدراسي خاصة رياضة ألعاب القوى ، وان هذه الأنشطة تعتبر جزء من المقرر الدراسي المعتمد ، وما تم ملاحظته في المدارس المستهدفة خلال الزيارات المستمرة للتدريب الميداني والإشراف على طلبة الكلية للعام الدراسي 2007 . 2008 ف حيث أن حصة التربية الرياضية ليس لها أهمية تذكر وذلك من خلال وضعها تحت المجموع ، ومن هنا زادت قلة الاهتمام بهذه الأنشطة الهامة والحيوية ، وكذلك ما لفت الانتباه عدم الاهتمام بتنفيذ حصة التربية الرياضية على الوجه الأكمل من مدرس التربية الرياضية ، ومما لا يدعو للشك إن الاهتمام في برامج التربية الرياضية يتركز علي ممارسة الألعاب الجماعية مثل كرة القدم وكرة الطائرة فقط وعدم الاهتمام بالألعاب الأخرى وخاصة رياضة ألعاب القوى التي تعتبر من الألعاب الأساسية . وحيث أن البرامج التنفيذية لمناهج التربية البدنية بالمدارس قد وضعت من قبل اساتذة متخصصين في هذا المجال حيث تشمل علي مناهج جميع الألعاب الفردية والجماعية ، إلا إن ما تم ملاحظته في مدارس التعليم الأساسي من خلال ما ينفذ أو يطبق في حصة التربية البدنية هو مزاوله كرة القدم وكرة الطائرة فقط ، الأمر الذي قلل من التعريف برياضة ألعاب القوى بالمدارس نهائيا رغم وجود بعض الإمكانيات المتاحة وهذا مما ساهم في قلة ممارسة رياضة ألعاب القوى بالمؤسسات التعليمية ، وبما أن رياضة ألعاب القوى من أكثر الرياضات الفردية التي تهتم بها الدول المتقدمة في البطولات الدولية والدورات الاولمبية ، ونتيجة لقلة ممارسة رياضة ألعاب القوى بالمدارس ، الأمر الذي يتطلب معرفة الأسباب التي أدت إلي عزوف التلاميذ عن ممارسة رياضة ألعاب القوى بالمدارس .

أهداف البحث :

التعرف على أسباب عزوف تلاميذ التعليم الأساسي عن ممارسة رياضة ألعاب القوى بمدارس (شعبية طرابلس )

التساؤلات :

ماهي الأسباب التي أدت إلى عزوف تلاميذ مدارس التعليم الأساسي عن ممارسة رياضة ألعاب القوى بمدارس (شعبية طرابلس )

#### أهمية ألعاب القوى بالمدارس :

أصبح واضحا أن التربية البدنية وعلوم الرياضة تقدم خدمات جليلة للمجتمع وذلك عن طريق تحسين الوظائف والأجهزة العضوية ، وإن الأفراد الذين لا يزاولون الأنشطة الرياضية فهم في حاجة ماسة إلى التربية البدنية باعتبارها جزء مكملا للحياة ، وحيث أن مسابقات الميدان والمضمار تعد من الوسائل الأساسية للوصول إلى متطلبات المجتمع حيث إنها تعتمد على تحقيق أفضل النتائج ( 8 : 83 )

#### أهداف ومميزات مسابقات الميدان والمضمار :

- تتسم مسابقات الميدان والمضمار بأهداف وواجبات ومميزات تلي بعض متطلبات وحاجات المجتمع .
- تمتاز بنشاط واسع متشعب يشتمل على مسابقات الجري والوثب والرمي والمشي وهي مسابقات يتنافس فيها الأطفال والشباب والكبار
- يمكن ممارستها في أي مكان وبأقل التكاليف وفي جميع البيئات على الملاعب المكشوفة والمغطاة
- تعتبر مقياس وتقدم الشعوب المتحضرة وذلك لأهميتها في مجال التربية البدنية والرياضية فهي أساس لجميع الأنشطة الرياضية

- تعتبر من أفضل الوسائل لإعداد شباب قوي سليم يمكنه حمل أعباء الالتزامات الجديدة نتيجة للتطورات والتكنولوجية
- تعد من ضمن برامج اختبارات قبول الطلبة والطالبات بكلية التربية البدنية والرياضة والكليات العسكرية
- تعتبر عماد الدورات الاولمبية القديمة والحديثة لكثرة مسابقاتها
- تعتبر ذات مجال واسع لتطبيق الأبحاث والدراسات العلمية لطلبة الدراسات العليا ( 9 : 82 - 84 )  
دور ألعاب القوى في التعليم الأساسي :

تعتبر مسابقات الميدان والمضمار من الأنشطة الأساسية في مناهج التربية الرياضية بالمراحل الدراسية المختلفة على كافة مستوياتها للجنسين (بنين-بنات) وذلك مع اختلاف أشكالها وأنواعها من حركات طبيعية وفطرية .

وتذكر نبيلة عبد الرحمان وسالم سويدان عن تشرشر (1982) أن هناك سببين لتضمين مسابقات الميدان والمضمار بمنهج التربية الرياضية بالمرحلة الإعدادية ، حيث أن مسابقات الميدان والمضمار تعتبر جزء من حركة الطفل الطبيعية والتي نمت وتطورت خلال دراسته بالمرحلة الابتدائية ، وان التدريب على مسابقات الميدان والمضمار يعتبر تطوراً للصحة البدنية لان حركتها تشمل الجسم كله ، وان الغرض من الممارسة لا يقتصر على زيادة المسافة والارتفاع أو تحطيم الزمن ، ولكن الهدف اكبر من ذلك فهو يعمل على إكساب الفرد الصحة والسعادة من خلال الاشتراك في النشاط الذي يفضله والذي يتناسب مع قدراته وإمكاناته المتمثلة في الجري أو الوثب أو الرمي ( 11 : 116 )

ويذكر فواد البهي ( 1975 ) إن المرحلة الإعدادية مرحلة إعداد واختبار للقوى والاستعدادات وتوجيه الميول والقدرات ، كما إنها تعتبر امتداد لمرحلة التعليم الابتدائي واستمرار للتطور نحو الأفضل حيث يمكن اكتشاف الخامات المتميزة في وقت مبكر (6: 271 )

#### الدراسات السابقة :

- دراسة ميرفت علي حسن خفاجة .
- تأثير الأنماط المختلفة لدرس التربية الرياضية علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية والقدرات البدنية لتلميذات المرحلة الإعدادية
- أهداف الدراسة .
- تحليل ودراسة وحدات منهج التربية البدنية الخاصة بالفصل الدراسي للتعرف علي أسلوب تخطيطها وتنفيذها .
- معرفة اثر استخدام الأنماط المختلفة في تنفيذ الدرس علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية والقدرات البدنية .
- المنهج المستخدم : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لتنا سبة مع طبيعة البحث
- عينة البحث : طالبات الفصل الأول الاعدادى المتمثلة في ثلاث فصول

- النتائج : التأكيد علي ممارسة ما سبق دراسته وتعلمه ومراجعته للاستفادة من انتقال أثره في التعليم يؤدي إلي تنمية المهارات الحركية . ( 10 )

#### ● دراسة فوزي قادوس ( 1976 )

- أهم أسباب عزوف تلاميذ المرحلة الثانوية عن ممارسة الأنشطة الرياضية . وكانت أهم النتائج لهذه الدراسة هي القصور الواضح عند أولياء الأمور في الوعي عن الأنشطة الرياضية والثقافية في حين انتشرت مفاهيم خاطئة عن مفهوم النشاط الرياضي حيث يعتبرون الرياضة ما هي إلا مضيعة للوقت (5)
- دراسة ابوبكر محمد كرمييد 1999 : وتهدف الدراسة إلي التعرف علي أهداف ممارسة الأنشطة الترويحية لدى التلاميذ والتلميذات ومدى استفادتهم من ممارسة تلك الأنشطة . واشتملت عينة البحث على ( 660 ) تلميذا و ( 600 ) تلميذة تم اختيارهم عشوائيا من بعض مدارس التعليم الاعدادي بمدينة طرابلس . وتم إعداد استبيان خاص بالدراسة وأوضحت النتائج إن الهدف من اشتراك الطالبات كان تنمية اللياقة البدنية وحاجتهن إلي قوام معتدل وحب الاشتراك في المنافسة ورفع اسم المدرسة عاليا والتفوق والميل والرغبة لخدمة المدرسة ( 2 )

#### ● إجراءات البحث :

- ثم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمة لطبيعة البحث

#### ● مجتمع البحث :

- طلبة كلية التربية البدنية المستهدفين في برامج التدريب الميداني

#### ● عينة البحث :

- ثم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث اشتملت علي طلبة السنة الرابعة بكلية التربية البدنية والمستهدفين لتنفيذ مادة التدريب الميداني بمدارس شعبية طرابلس والبالغ عددهم ( 110 ) طالب

#### ● أداة البحث :

- استخدم الباحث استبيان ويتضمن ثلاث أبعاد ولكل بعد تنتمي له مجموعة من العبارات .

#### ● أداة جمع البيانات :

- لتحقيق الهدف من هذه الدراسة قام الباحث بتصميم استبيان لاستطلاع رأي طلبة التدريب الميداني عن أسباب عزوف تلاميذ بعض مدارس شعبية طرابلس عن ممارسة مهارات ألعاب القوى في درس التربية الرياضية .

- قام الباحث بتحديد مجموعة من المحاور تدور حولها أسئلة الاستبيان وهي :

- محور المدرسين - محور الإدارة المدرسية - محور الإمكانيات .

- قام الباحث بوضع مجموعة من العبارات على شكل أسئلة تنتمي لكل محور وذلك في صورة أولية .

- قام الباحث بعرض الاستبيان في صورته الأولية على مجموعة من الخبراء وعددهم ( 6 ) للتحقق من

صدق المحتوى والتأكد من تمثيل الأسئلة التي تضمنها الاستبيان لتقيس ما وضع من أجله .

- تم تعديل صياغة أو حذف بعض الأسئلة التي لم تحظى بموافقة الخبراء ثم أعيد عرض الاستبيان مرة أخرى

على مجموعة الخبراء بعد إجراء التعديلات المطلوبة . وقد اتفق الخبراء وبنسبة 95 % على أن الاستبيان

يقيس الهدف الذي وضع من أجله سواء من حيث المحاور أو الأسئلة .



- وبذلك أصبح الاستبيان في صورته النهائية مكونا من ( 47 ) عبارة علي شكل سؤال يتم الإجابة عليه ( بنعم ) أو ( لا ) . ويمثل محور المدرسين ( 17 ) عبارة ومحور الإدارة المدرسية ( 14 ) عبارة ومحور الإمكانيات ( 16 ) عبارة ولقد تم توزيع العبارات علي النحو التالي .
- يمثل محور المدرسين عبارات أرقام ( 2 - 5 - 8 - 11 - 14 - 17 - 20 - 23 - 26 - 28 - 31 - 34 - 36 - 39 - 41 - 43 - 45 )
- ويمثل محور الإدارة المدرسية عبارات أرقام ( 1 - 4 - 7 - 10 - 13 - 16 - 19 - 22 - 25 - 27 - 30 - 33 - 38 - 44 )
- ويمثل محور الإمكانيات عبارات أرقام ( 3 - 6 - 9 - 12 - 15 - 18 - 21 - 24 - 29 - 32 - 35 - 37 - 40 - 42 - 46 - 47 )
- \* ثبات الاستبيان :
- قام الباحث بتطبيق الاستبيان علي ( 10 ) طلاب من طلبة الكلية يمثلن المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج العينة الأساسية ثم قام بإعادة تطبيق الاستبيان بعد ( 15 ) يوم من التطبيق الأول وعلي نفس العينة ، وتم حساب معامل الثبات وتم إيجاد الصدق الذاتي للاستبيان والجدول التالي يوضح ذلك .

#### جدول رقم ( 1 ) يبين الثبات والصدق الذاتي للاستبيان

المحاور	معامل الثبات	الصدق الذاتي
المدرسين	% 85	% 90
الإدارة المدرسية	% 89	% 97
الإمكانيات	% 94	% 92

يتبين من الجدول السابق أن معامل الثبات قد تراوح ما بين 85 ، 94 % بجميع محاور الاستبيان وهي معاملات ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 ، كما أن معامل الصدق الذاتي قد تراوح ما بين 90 ، 97 % وهو معامل صدق عالي ويشير ذلك إلي صدق الاستبيان المستخدم.

#### جدول رقم ( 2 ) يوضح نسبة اتفاق الخبراء علي عبارات المحاور

المحاور	عدد العبارات	اتفاق الخبراء	النسبة المئوية للموافقة
محور المدرسين	16	6	% 100
محور الإدارة المدرسية	14	4	% 66.66
محور الإمكانيات	16	5	% 83.33

يتضح من الجدول السابق أن محور المدرسين حصل علي اعل نسبة موافقة بلغت 100 % في حين كانت الموافقة علي محور الإدارة المدرسية بنسبة 66.66 % بينما جاءت الموافقة علي محور الإمكانيات بنسبة 83.33 % ، وبذلك تراوحت نسبة اتفاق الخبراء علي عبارات المحاور ما بين 66.66 % و 100 % مما يؤكد اتفاق الخبراء علي عبارات المحاور

● تطبيق الدراسة :

- قام الباحث بتطبيق الاستبيان علي عينة الدراسة الأساسية خلال الفترة من 25 / 3 إلى 24 / 4 / 2007 واشتملت علي طلبة السنة الرابعة بكلية التربية البدنية جامعة الفاتح والمستهدفين للتدريب الميداني بمدارس شعبية طرابلس

● المعالجات الإحصائية :

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

عرض وتحليل النتائج :

جدول رقم ( 3 ) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

والنسب المئوية لعبارات المحاور

المحاور	س	ع	الوسيط	معامل الالتواء	النسب المئوية
الإدارة المدرسية	30.75	4.60	30	0.35	73.2
المدرسين	39.71	5.2	40	0.46	82.7
الإمكانات	40.14	5.7	40	0.34	77.2
المقياس الكلي	110.6	10.32	111	0.06	83.8

يتضح من الجدول السابق أن النسب المئوية لمحور المدرسين كانت أعلى نسبة حيث توضح الاهتمام بممارسة ألعاب القوى . وقد بلغت النسبة 82.7 % وتليها نسبة الإمكانات المادية حيث بلغت نسبتها 77.2 % بينما كانت نسبة الإدارة المدرسية تمثل اقل نسبة حيث بلغت 73.2 %

جدول رقم ( 4 ) يبين النسب المئوية لاستجابات المفحوصين علي عبارات محور المدرسين

رقم العبارة	العبارات	النسب المئوية	الترتيب
2	مدرس التربية الرياضية لا يتواجد طيلة اليوم الدراسي بالمدرسة	74.15	11
5	مدرس التربية الرياضية غير حريص علي الحضور بالزى الرياضي	75.51	10
8	مدرس التربية الرياضية يقوم بالإشراف مباشرة على طابور الفترة الصباحية	83.67	2
11	مدرس التربية الرياضية لا يرافق الطلبة من الفصل إلي الساحة والعكس	77.55	8
14	مدرس التربية الرياضية لا يهتم بتجهيز الأدوات الخاصة بالدرس قبل بداية الحصة	81.63	3
17	مدرس التربية الرياضية لا يهتم بتحضير درس التربية الرياضية حسب الإمكانات المتاحة	78.91	6

12	74.15	مدرس التربية الرياضية لا يهتم بارتداء الزي الرياضي	20
7	78.23	مدرس التربية الرياضية لا يراعى الفروق الفردية بين الطلبة في تعليم المهارة	23
14	71.43	مدرس التربية الرياضية لا يتقيد بمناهج البرامج التنفيذية المخصصة للتعليم الأساسي	26
13	72.11	مدرس التربية الرياضية لا يهتم بكراسة التحضير نهائياً	28
5	80.27	مدرس التربية الرياضية لا يدخل عامل التشويق والإثارة في درس التربية الرياضية	31
9	76.87	مدرس التربية الرياضية لا يستخدم الأدوات البديلة في تعليم المهارة	34
4	80.95	مدرس التربية الرياضية لا يراعى عوامل الأمن والسلامة عند تنفيذ الدرس	36
15	70.75	مدرس التربية الرياضية لا يستخدم وسائل التعليم الحديثة من صور ومجسمات	39
1	84.35	مدرس التربية الرياضية غير مهتم بالأدوات وصيانتها والمحافظة عليها	41
17	42.99	يقوم مدرس التربية الرياضية بتوعية التلاميذ عن أهمية ممارسة النشاط الرياضي	43
16	68.03	مدرس التربية الرياضية يهتم بكرة القدم دون الألعاب الأخرى	45

يتضح من الجدول السابق أن أرقام عبارات المحور ( 41 - 8 - 14 -

36 - 31 - 17 - 23 - 11 - 34 ) حيث كانت نسبتها تتراوح ما بين 84.35 % إلى 76.87 % وهي تمثل أعلى نسبة لاستجابة المفحوصين علي عبارات الاستبيان ، الأمر الذي يؤكد علي عدم جدية مدرس التربية الرياضية بالقيام بدورة الفعال حيال النشاط الرياضي والإشراف المباشر علي نجاح سير العملية التعليمية من خلال مسؤولياته ، في حين جاءت أرقام العبارات ( 43 - 45 - 39 - 26 - 28 - 2 - 5 ) حيث جاءت نسبة استجابة المفحوصين ما بين 42 % و 75 % وهي تمثل اقل نسبة استجابة وهذا ما يدل علي مدى سلبية مدرس التربية الرياضية في القيام بدورة الفعال اتجاه النشاط الرياضي وخاصة ألعاب القوى وهذا ما توضحه عبارات الاستبيان .

جدول رقم ( 5 ) يبين النسب المئوية لاستجابات المفحوصين علي عبارات محور الإدارة المدرسية

ترتيب	النسب المئوية	العبارات	ر
6	79.83 %	الإدارة المدرسية تراعي توزيع حصص التربية الرياضية في الجدول الدراسي لإقلال ضغط المواد العلمية	1
4	76.19 %	الإدارة المدرسية تقوم بتوزيع حصص التربية الرياضية في نهاية اليوم الدراسي	4
11	70.16 %	الإدارة تلزم الطلبة بممارسة النشاط الرياضي بالزى الرياضي	7
12	68.71 %	الإدارة المدرسية تخصص جوائز قيمة للطلبة المتفوقين في النشاط الرياضي	10
8	72.11 %	الإدارة المدرسية لأتشجع الطلبة المتفوقين في مجال النشاط	13

3	% 79.59	الإدارة المدرسية تلزم مدرسي المواد الأخرى بالتواجد أمام الفصول أثناء طابور الصباح وفترة الاستراحة لسير النظام	16
1	% 81.63	الإدارة المدرسية تلزم مدرسي التربية الرياضية المشتركة في المناشط الخارجية	19
2	% 80.95	الإدارة المدرسية لا تهتم بإقامة دوري بين الفصول وتوفير احتياجات كل نشاط	22
5	% 75.51	الإدارة المدرسية لاتساهم بالمشاركة في المناشط الخارجية	25
13	% 65.98	الإدارة المدرسية تحث جميع طلاب المدرسة علي مزاوله النشاط الرياضي وخاصة رياضة ألعاب القوى	27
10	% 70.75	الإدارة المدرسية تفرض رسوم مادية علي الطلبة لشراء أدوات رياضية	30
7	% 72.78	تقوم الإدارة المدرسية بإعلان أسماء الطلبة المتفوقين في النشاط الرياضي في قائمة الشرف	33
9	% 72.11	الإدارة المدرسية ترى أن حصة الرياضة هي ضياع للوقت	38
14	% 59.86	الإدارة لاتهتم بتدريب الفرق الرياضية بعد نهاية اليوم الدراسي	44

يتضح من الجدول السابق أن عبارات المحور بالاستبيان أرقام ( 19 - 22 - 16 - 4 - 25 - 1 - 33 - 13 ) حيث بلغت نسبتها ما بين 72.11 % ، 81.63 % حيث توضح مدى أهمية العبارات الخاصة بالجانب الإداري والتي توضح تقصير الإدارة المدرسية بعدم اهتمامها بالنشاط الرياضي وممارسة رياضة ألعاب القوى خاصة ، في حين كانت نسبة استجابات العبارات أرقام ( 38 - 30 - 7 - 10 - 27 - 44 ) تتراوح ما بين 72.11 % -- 59.86% وهي تمثل النسب الأقل في اهتمام عبارات محور مقياس الإدارة بأهمية مزاوله رياضة ألعاب القوى .

#### جدول رقم ( 6 ) يبين النسب المئوية لاستجابات المفحوصين علي عبارات محور الإمكانيات

الترتيب	النسب المئوية	العبارات	رقم العبارة
14	% 78.91	عدم توفير الأدوات الرياضية يساهم في نجاح درس التربية الرياضية .	3
1	% 88.44	توفر الملاعب والمساحات الرياضية في المدارس يساعد التلاميذ علي الاهتمام بمسابقات ألعاب القوى .	6
6	% 85.71	توفير أدوات ألعاب القوى بالمدرسة تشجع المدرس علي الاهتمام بمسابقات ألعاب القوى .	9
13	% 80.27	توفير الأدوات الرياضية الخاصة بمهارات ألعاب القوى يساعد علي الممارسة في سن مبكرة .	12
4	% 87.16	توفر الأدوات الرياضية بالمدارس تساعد علي اكتشاف المواهب .	15
10	% 83.67	عند توفر الأدوات والأجهزة بالمدارس تقلل من شعور الممارسين بالملل .	18
9	% 84.44	توفر الأدوات ووسائل الإيضاح بالمدارس تساهم في اكتساب وتعلم المهارة بسرعة	21

12	% 81.63	توفر الأدوات الأجهزة تساعد على الممارسة الفعالة.	24
15	% 77.55	كلما توفرت الأدوات الرياضية كلما ساعد علي تحقيق الهدف .	29
16	% 71.43	عدم وجود الأدوات والإمكانات يوفر الجهد والوقت لمدرس التربية الرياضية .	32
11	% 83.67	توفر الأدوات بالمدرسة تساعد على ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية .	35
5	% 86.48	توفر أدوات بالمدارس تساعد على انتقاء الناشئين في مختلف المناشط الرياضية .	37
8	% 03...85	توفير الإمكانيات والأدوات الرياضية تساهم في إقامة المهرجانات والعروض الرياضية بالمدارس	40
2	% 87.86	توفر الإمكانيات في المدارس يساعد إدارة النشاط المدرسي في تحقيق أهدافها	42
7	% 85.71	توفر الأجهزة وادوات القياس بالمدارس تساهم في معرفة قدرات التلاميذ البدنية	46
3	% 87.75	توفر الأدوات الرياضية الحديثة تقلل من حدوث الإصابات الرياضية عند مزاوله النشاط	47

يتضح من الجدول السابق أن عبارات المحور بالاستبيان أرقام ( 6 - 42 - 47 - 15 - 37 - 9 - 46 - 40 ) حيث تتراوح نسبتها فيما بين 88.44 % - 85.03 % وهي نسب عالية جدا مما يؤكد أن هذه العبارات حازت علي درجة عالية من استجابات المفحوصين وتبين مدى تأثيرها ومساهمتها في مزاوله رياضة ألعاب القوى ، في حين أن أرقام العبارات ( 21 - 18 - 35 - 24 - 12 - 3 - 29 - 32 ) حيث تراوحت نسبة استجابات المفحوصين ما بين 84 % - 71 % وهي تبين درجة المفحوصين علي عبارات الإمكانيات المتاحة لنجاح ممارسة رياضة ألعاب القوى بالمدارس وهذا يعطى مؤشر هام جدا لأهمية الإمكانيات في ترسيخ ممارسة مزاوله رياضة ألعاب القوى بالمؤسسات التعليمية .

#### مناقشة النتائج :

بمناقشة النتائج الإحصائية لبيانات الاستبيان وتفسيرها من خلال الدراسات السابقة والنظرية ومن خلال استجابات

المفحوصين علي عبارات الاستبيان بالجدول رقم (2)

يتضح من جدول رقم ( 3 ) أن عبارات محور المدرسين نالت أكبر نسبة من الاستجابات علي عبارات المحاور مجتمعه حيث بلغت النسبة 82.7% ويعتبر هو المسئول الأول على متابعة وممارسة النشاط الرياضي ومزاوله الألعاب الرياضية سوى كانت ألعاب جماعية أو فردية ،وتبين كذلك من الجدول السابق أن استجابات المفحوصين علي عبارات محور الإمكانيات حيث جاءت بالمرتبة الثانية وبنسبة 77.2% الأمر الذي يؤكد أن الإمكانيات لها أهمية بالغة في مزاوله النشاط الرياضي بالمؤسسة التعليمية ،وبهذا تعتبر الإمكانيات الخاصة بمزاوله النشاط الرياضي هي العصب والركيزة الأساسية لإتمام عملية النشاط الرياضي بالمدارس على أكمل وجه ،وتبين من خلال ما أتضح من الاستجابات على عبارات محور الإدارة المدرسية والتي بدورها المتابعة والأشراف على جميع المناشط الرياضية وذلك عن طريق دعمها المستمر للمدرس والطالب وتوفير كل ما يلزم لمزاوله النشاط

، لإثبات مكانة مشرفة بين المدارس في شتى مجالات الأنشطة المدرسية سوى كانت رياضية أو ثقافة أو موسيقية أو مسرحية .

ويتضح من جدول رقم ( 4 ) أن محور المدرسين تحصل على نسبة عالية لاستجابات المفحوصين قد بلغت 84.35 % مقارنة بالمحاور الأخرى ، مما يؤكد إن دور مدرس التربية البدنية مهم جدا ، وله أهمية كبيرة في ترسيخ مزاولة النشاط الرياضي بالمدرسة حيث أوضحت أغلب عبارات المحور علي أهمية ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة وممارسة رياضية ألعاب القوى بصفة خاصة ، ولقد تبين من خلال الاستجابة أن مدرس التربية الرياضية لا يهتم بالنشاط الرياضي وخاصة رياضة ألعاب القوى ، وذلك من خلال العبارات أرقام (41-8-14-36-31-37) والتي تؤكد إلى دور مدرس التربية الرياضية الفعال حيث تقع عليه مسؤولية غرس وبت روح الممارسة الإيجابية لرياضة ألعاب القوى ، وهذا ما يؤكد مؤشر الاستجابات على عبارات المحاور والتي توضح أهمية نجاح وفاعلية درس التربية الرياضية وذلك من خلال الاهتمام بممارسة جميع الأنشطة الرياضية بالمدارس . وكذلك تشير نتائج العبارات أرقام (43-45-34-26-28-20) إلي أن مدرس التربية الرياضية مقصر في دورة الفعال في غياب الإمكانيات وذلك لعدم استخدامه للأدوات البديلة في تعليم بعض المهارات وخاصة رياضة ألعاب القوى ، وكذلك لاهتمامه البسيط بممارسة كرة القدم وكرة الطائرة فقط وهذا مما يدل على عدم التزام مدرس التربية البدنية بالالتزام بمفردات المناهج والخاصة بالمقررات الدراسية والموضوعة من قبل لجنة وضع المناهج المختصة وهذا ما يؤكد على عدم اهتمام مدرس التربية الرياضية بأهم عناصر نجاح العملية التعليمية .

ويتضح من الجدول رقم ( 5 ) والمتعلق بمحور الإدارة المدرسية حيث بلغت أعلى نسبة لاستجابات المفحوصين على العبارات 81.63 % ، بينما كانت أقل نسبة 59.86 % ويتبين من خلال العبارات أرقام (14-22-16-4) إن الإدارة المدرسية لا تهتم بمشاركة طلبة المدرسة في النشاط الخارجي والذي يغرس فيهم روح التعاون والمعرفة وإبراز المواهب . وهذا مما يدل على عدم الاهتمام بالنشاط الداخلي ، وكذلك تبين من استجابة المفحوصين علي العبارة رقم ( 4 ) والخاصة بوضع حصة التربية البدنية في نهاية الجدول الدراسي مما أكد أن الإدارة المدرسية لا تعطي اهتمام كبير لمادة التربية الرياضية . وبينما تشير أرقام العبارات (27-10-7-30) إن إدارة المدرسة لا تتابع حصة التربية الرياضية وفاعلية تنفيذها وتخصيص جوائز قيمة للطلبة المتفوقين وهذا الأمر ينعكس سلبا علي الطلاب ومدى مساهمة الطلاب في النشاط الرياضي بالمدرسة .

يتضح من خلال بيانات الجدول رقم ( 6 ) والخاصة بالنسبة المئوية لاستجابات المفحوصين لعبارات الإمكانيات أرقام (6-15) حيث كانت نسبتها تتراوح ما بين 88.44% و 80.27% الأمر الذي يؤكد علي أهمية الأدوات والملاعب في نجاح العملية التعليمية في المدرسة كما أن توفير الإمكانيات والأدوات في المدارس يساعد إدارة النشاط المدرسي علي تحقيق أهدافها التي تسعى إليها وبالإضافة إلي ذلك بان توفير الأدوات الحديثة والحديثة يقلل من حدوث الإصابة أثناء مزاولة النشاط الرياض .

وحيث كانت أقل نسبة للعبارة رقم (32) والتي تؤكد في حالة غياب الأدوات يصعب تحقيق الأهداف المرجوة لنجاح العملية التعليمية ولا يتحقق الهدف إلا بتوفير الأدوات لمدرس التربية البدنية حيث بلغت نسبته 71.43 % لأن عدم وجودها لا يساهم في نجاح درس التربية البدنية ، وهذا ما أكدته العبارة ( 12 ) حيث بلغت نسبة استجابة المفحوصين 80.27 % والتي تؤكد علي أن توفير الأدوات الرياضية الخاصة بمهارات ألعاب القوى يساعد الممارسة في سن مبكرة ، لذلك يجب توفيرها والاهتمام بها من قبل إدارة النشاط إدارة المدرسة ، كما يجب علي مدرس التربية الرياضية تعليم التلاميذ استخدام الأدوات الاستخدام الأمثل حتى يتم

استيعاب تعلم المهارة بسرعة ، حيث كلما كان التعليم علي أسس علمية كلما قلت الإصابات من خلال ممارسة النشاط الرياضي.

#### الاستنتاجات المتعلقة بمحور المدرس والعملية التعليمية والإدارة المدرسية والإمكانيات .

- قلة الاهتمام بالأدوات والملاعب الرياضية من قبل مدرس التربية الرياضية .
- عدم الاهتمام باستخدام الأدوات البديلة والتقيد بالزى الرياضي .
- قلة الاهتمام بمتابعة الطلبة أثناء طابور الصباح وفترة الاستراحة ونهاية اليوم الدراسي .
- عدم مراعاة الفروق الفردية والنواحي النفسية بين الطلبة .
- عدم متابعة الإدارة المدرسية للنشاط الداخلي والخارجي .
- عدم متابعة المتميزين في النشاط الرياضي وتشجيعهم معنويا .
- قلة الإمكانيات قللت من انتشار رياضة ألعاب القوى بالمدارس .
- قلة اهتمام الإدارة بممارسة النشاط الرياضي ومتابعة مدرس التربية الرياضية .

#### التوصيات :

- بناء ما توصل إليه الباحث من استنتاجات يوصي بالاتي .
- 1 - إلزام مدرسي التربية الرياضية بتعليم مهارات رياضة ألعاب القوى بالمدارس.
- 2 - حث المدرسين علي الاهتمام بحصة التربية الرياضية والحضور بالزى الرياضي .
- 3 - متابعة الإدارة المدرسية لجميع الأنشطة التي تتعلق بالمجال الرياضي .
- 4 - الاهتمام بالأدوات الرياضية والمحا فضاة عليها .
- 5 - إلزام مدرسي التربية الرياضية بالمشاركة الفعالة في النشاط الداخلي والخارجي .
- 6 - الاهتمام بالمتفوقين في النشاط الرياضي وصقلهم وتوجيههم حسب قدراتهم وإمكانياتهم .
- 7 - تشجيع المدرسين العاملين وتحفيزهم ماديا ومعنويا ومعاملة المقصرين .
- 8 - تكريم المتفوقين من الطلبة ماديا لزيادة عامل التنافس بين المدارس خلال الأنشطة الخارجية .

#### المراجع :

- 1 - إبراهيم احمد سلامه : المجلة العلمية للتربية الرياضية ، المعهد العالي ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية العدد الأول ( 1973 )
- 2 - ابوبكر محمد كرميد : المعوقات التي تواجه تلاميذ وتلميذات المرحلة الإعدادية نحو ممارسة الأنشطة المدرسية الترويحية بمدينة طرابلس ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي الأول ، كلية التربية البدنية ، غات ، جامعة سبها ، الجماهيرية الليبية ( 1999 )
- 3 - بسطويسي احمد بسطويسي . سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، تعليم ، تكنيك ، تدريب ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ( 1997 )
- 4 - خير الدين عويص : ألعاب القوى ، الميدان والمضمار دار الفكر العربي ( 1998 )
- 5 - فوزي السيد قادوس : عزوف طلبة المرحلة الثانوية عن ممارسة النشاط الرياضي ، دراسة ميدانية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ( 1976 )
- 6 - فؤاد البهي السيد : أساسيات المناهج في التعليم التضامني وتعليم الكبار ، دار المعارف ، الطبعة الأولى ( 1975 )

- 7 - كاميليا حسن حسني : إعداد مرجع وحدة التدريس والتربية الرياضية للمرحلة الإعدادية للبنات ، رسالة دكتورا ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية جامعة حلوان ( 1980 )
- 8 - ماهر احمد علي : عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمساهمة في تحقيق المستوى الرقمي لمسابقة الوثب ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ( 1983 )
- 9- محمد علي عبد الرحيم : تنظيم وإدارة مسابقات الميدان والمضمار ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الفاتح ، الطبعة الأولى ( 2001 )
- 10 - ميرفت علي حسين خفاجة : تأثير الأنماط المختلفة لدرس التربية الرياضية علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية والقدرات البدنية تلميذات المرحلة الإعدادية ، رسالة دكتورا غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ( 1987 )
- 11- نبيلة احمد عبد الرحمن : تحليل برنامج مسابقات الميدان والمضمار بالمرحلة الإعدادية بمحافظة سالم عبد اللطيف سويدان الإسكندرية ، المؤتمر العلمي الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية ( 1982 )
- علاقة القياسات الانتروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة بطرابلس ليبيا**

أ/ ناجي قاسم سلامة أبو جريدة\*

#### المقدمة ومشكلة البحث

تمثل الأنشطة البدنية المختلفة دوراً ايجابياً وفعال في نمو الصفات البدنية الأساسية للأفراد ولما تتطلبه تلك الأنشطة من تفاعل مع باقي العلوم الأخرى من اجل تحقيق الأفضل وسعياً وراء تحسين أجهزة الجسم البدنية والوظيفة التي تساعد في إعداد المجتمع في مختلف مجالات الحياة لتواكب التقدم العلمي الذي يمر به العصر الحالي .

لقد خطت التربية البدنية خطوات واسعة نحو التقدم في عصرنا هذا استناد إلى استخدام أساليب التقييم والقياس العلمي وتعتبر التكنولوجيا الحديثة هي إحدى الدعائم الأساسية التي عاونت في أن تتخذ التربية البدنية تلك الخطوات الواسعة نحو التقدم . ( 4 : 5 )

وأدى التطور في زمننا إلى الاعتماد على القياس ، حيث أنه يلعب دوراً هاماً في وضع وتطوير البرامج والمناهج وعمليات التخطيط والتنظيم والتقييم في مجالات التربية عامة والتربية الرياضية بصفة خاصة ، علاوة على أنه يساعد في التعرف على الحالة الجسمية ومستوى الأداء الحركي وخصائصه العقلية والاجتماعية ( 14 : 37 ) إن مجالات الحياة المختلفة تحتاج إلى تقييم برامجها ومهاراتها وذلك لتقدير مدى تقدمها في سبيل تحقيق الأهداف الموضوعية لها ، وما إذا كانت في حاجة إلى تعديل أو تغيير فاستخدام التقييم يكشف أوجه القوة أو الضعف والعمل على علاج نواحي الضعف والارتقاء بأوجه القوة . ( 10 : 22 )



إن التخطيط المحكم بما يتمشى مع الظروف المحيطة لتنفيذ برامج الاختبارات يغنينا عن مشاكل كثيرة قد تواجهها في الإعداد الجيد والإلمام بكل النواحي الفنية ووسائل المعرفة المتعلقة بموضوع الاختبارات ويضمن لنا درجة كبيرة من الدقة وثبات النتائج ومن هناك كان من الضروري فهم الخطوات الفنية المستخدمة لأداء برنامج الاختبارات. (10: 12)

واستخدام القياس والتقويم أمر يبدو حتماً إذا أردنا أن نعرف مدى فائدة وفعالية البرامج التي تدرس وما يتم عن طريقها وإذا أردنا التحقق من أن هذه البرامج تحقق فعلاً الأغراض الموضوعية من أجلها فالقياس والتقويم أمور تساعد في التعرف على مواطن الضعف في الأفراد وفي البرامج كما أنها تبين قيمة التعليمات ومدى التقدم ، فالنمو يعني مقدار التطور والنمو الذي أحدثه الأفراد بسبب ممارسة البرنامج ومتابعة التقدم خلال فترة تنفيذ البرنامج يعد من أهم أغراض القياس وذلك لأهمية هذا الإجراء في التعرف على منحنيات التقدم ومعدلاته وهذا يعطي اطمئناناً للقائمين على أمر البرنامج في أنه يحقق الأهداف بالمعدلات المطلوبة وفقاً للجدول الزمني الموضوع ، كما أن القياس في هذا المجال يتيح الفرصة لمعالجة التغيرات التي قد تظهر خلال تنفيذ البرنامج بحيث يمكن تداركها لتعديل مسار التقدم وفقاً لما هو مطلوب (17: 25، 101)

إن أهمية الاختبارات والمقاييس في قواعد البيانات يمكن أن تسهم في إثراء الإطار المرجعي للتربية البدنية ، فإن تعدد مجالات التربية البدنية قد أدى إلى تعدد مجالات الاختبارات والمقاييس لها مما يوفر مصادر متجددة من المعلومات المقننة ، فالتربية البدنية أصبحت تفخر بأنها تملك آلاف الاختبارات الجيدة في شتى فروعها ومجالاتها . (10: 24)

وتعطي دراسة مكونات الجسم صورة أكثر تحديداً وعمقاً للحكم على العمليات الوظيفية المورفولوجية التي تتم في جسم الإنسان كما أنها تعكس صورة أكثر صدقاً للحالة التدريبية للفرد (7: 45) إن لدراسة العلاقات بين مقاييس أجزاء الجسم المختلفة أهمية كبيرة وذلك لارتباط التفوق في نشاط رياضي معين بمدى تناسب أجزاء الجسم وأن المعلومات عن نسب أجسام الرياضيين تساعد كثيراً في الانتقاء الصحيح لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة . (13: 50)

إن القياسات الجسمية ذات أهمية كبيرة في تقويم نمو الفرد كالتعرف على الطول والوزن يعتبر أحد المؤشرات التي تعبر على حالة نمو عند الأفراد فالقياس الانتروبومتري تعد أحد الوسائل الهامة في تقويم نمو الأفراد . (18: 36)

كما أن المقاييس الجسمية تلعب دوراً هاماً في تحقيق أفضل النتائج عند أداء الاختبارات البدنية . (145,144: 25)

إن قدرة الإنسان في العطاء سواء في حياته العامة أو الخاصة تتوقف على لياقته البدنية والوظيفية التي ترتبط في ذلك بتنمية وتطوير الصفات البدنية والفسولوجية ، كما أن من أهداف النشاط الرياضي زيادة الكفاءة الوظيفية ، مما يجعله يستطيع مجابهة كافة متطلبات حياته اليومية ، فالكائن الحي يمتلك قدرة وظيفية يمكن الارتقاء بها عن طريق بذل مجهود رياضي مقنن ذو تأثير على أجهزة (6: 447)

ويتضح مما سبق على أهمية تلك القياسات التي توضح ما يجب أن يتصف به الفرد من مواصفات انتروبومترية وبدنية باعتبارهم مؤشرات مرتبطة ومدى علاقتها بالنمو والتطور في إنجاز الأنشطة الرياضية على مختلف مستوياتها التي تعتبر المطلب الأول والأساسي كالتعرف على أسباب القوة والضعف عن طريق تقويم برامجها بصفة مستمرة من أجل التخطيط الجيد للبرامج للتقدم بالبرامج على مختلف مستوياتها لتحقيق الأهداف المنشودة

وإعداد الكوادر التدريسية المؤهلة والذي يظهر تأثيرها على قيادة النشء في المدارس وبالتالي ينعكس على الأداء المتكامل لمختلف الأنشطة البدنية والرياضية .

وبناء على ما تقدم يتبين على أهمية متابعة البرامج التي تدرس وتعرف عن مستويات الطلاب التي تعطي القائمين على تنفيذ البرنامج المعلومات التي تساعدهم في وضع البرنامج بأكثر دقة لمختلف مستوياتها سواء كانت انثروبومترية أو بدنية ومدى علاقتها بالنمو والتطور مما دعى الباحث لدراسة علاقة القياسات الانثروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

#### أهمية البحث والحاجة إليه

التعرف المستويات بين القياسات الجسمية لها دور أساسي في الخصائص الحركية .  
تعطي المعلمين المعلومات التي تساعد في وضع البرامج كما تعطي المعلومات علي الانتقاء .  
تساعد في التعرف علي العلاقة بين أجهزة الجسم المختلفة بالإنجاز البدني .  
تسهم في الإرشاد والتوجيه من أجل التخطيط الجيد للبرامج التي تدرس لتحقيق الأهداف بالشكل المطلوب .  
الوقوف على أسباب الضعف والقوة في البرامج التي تدرس ومعالجة القصور ومتابعة مستوى التقدم والتطور  
تساعد في التعرف على المقارنة بين مستويات الطلاب .

#### أهداف البحث

#### يهدف البحث إلى التعرف على :

علاقة بين بعض القياسات الانثروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية التربية البدنية .  
الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانثروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .  
الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

#### فروض البحث

توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الانثروبومترية ببعض بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .  
لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانثروبومترية .  
لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية .

#### مصطلحات البحث

#### القياس

هو " الوسيلة التي يمكن من خلالها التحديد الدقيق للمظاهر كميًا وكذلك الصفات المميزة للشيء المراد قياسه " (1: 4)

#### القياسات الجسمية

هي " فرع من فروع علم وصف الإنسان حيث يمكن من خلالها التعرف على مدى الاتفاق والاختلاف بين أفراد والروابط بين الأداء الجسمي وبناء الجسم ويتضمن قياسات الأطوال والمحيطات المختلفة وغيرها من القياسات " . (26 : 70)

#### المتغيرات البدنية

هي " التي تعبر عن جميع العناصر والمكونات التي تؤثر على الإنجاز الرياضي " (15 : 20)

#### اللياقة الحركية

هي " استعداد طبيعي أو مكتسب من خلال الإعداد للأداء وخاصة في الأنشطة التي تستخدم فيها المجموعات العضلية الكبيرة دون تعب زائد وهي تتضمن القدرة على تحريك الجسم بكفاءة وقوة لفترة زمنية مناسبة " .

(18: 312)

#### الدراسات السابقة

دراسة أبو العلا عبد الفتاح وآخرون (1983) (5)

بعنوان دراسة بعض القياسات الانتروبومترية والصفات البدنية كمؤشرات انتقاء عداء 100 متر عدو بالمرحلة الثانوية هدفت الدراسة للتعرف علي بعض القياسات الانتروبومترية والصفات البدنية كمؤشر للانتقاء اشتملت الدراسة على 87 طالبا تتراوح أعمارهم من (16-19) سنة وتضمنت الوزن - الطول الكلي - طول الرجل - القدرة العضلية للرجلين) استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة بين زمن 100 متر عدو وطول الرجل والقدرات العضلية للرجلين .

دراسة شعبان عبد السلام مهارة (1997) (11)

بعنوان علاقة بعض القياسات الانتروبومترية والصفات البدنية في مستوى الإنجاز في الوثب العالي بالطريقة الظهرية وهدفت الدراسة للتعرف على أهم القياسات الانتروبومترية والصفات البدنية في مستوى الإنجاز الوثب العالي بالطريقة الظهرية واشتملت الدراسة على 70 طالبا واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وأسفرت نتائج الدراسة بأن هناك علاقة ايجابية بين القياسات الانتروبومترية والصفات البدنية بالمستوى الرقمي بالوثب العالي بالطريقة الظهرية .

دراسة خالد محمود أبو مندور (2000) (9)

بعنوان القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية وعلاقتها بمستوى الأداء لدى لاعبي الجمباز وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين بعض القياسات المورفولوجية بمستوى الأداء لدى لاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال واستخدمت المنهج الوصفي واشتملت عينة الدراسة على 6 لاعبين من أعضاء الفريق القومي المصري للجمباز رجال وأظهرت النتائج وجود ارتباط بين القياسات المورفولوجية ومستوى الأداء اشتملت على (الطول - الوزن - طول الذراع - طول الطرف السفلي - ومحيط الصدر- محيط العضد - محيط الفخذ) وعناصر اللياقة البدنية (السرعة - المرونة - قوة القبضة اليمنى واليسرى) .

دراسة نجوى إبراهيم علي صالح (2002) (22)

بعنوان الصفات البدنية والقياسات الانتروبومترية وبعض المتغيرات الفسيولوجية المميزة لمتسابقى المشي وهدفت الدراسة إلى معرفة الصفات البدنية والقياسات الانتروبومترية وبعض المتغيرات الفسيولوجية المميزة لمتسابقى المشي وكذلك العلاقة بين الصفات البدنية والقياسات الجسمية (الانتروبومترية) وبعض المتغيرات الفسيولوجية المميزة لمتسابقى المشي والمستوى الرقمي لهن واستخدم المنهج الوصفي واشتملت عينة الدراسة على 25 متسابقة تتراوح أعمارهن من (18-25) سنة تم اختيارهن بالطريقة العمدية وتوصلت الدراسة إلى أن أهم القياسات الانتروبومترية (الوزن - الطول - طول الرجل - محيط الفخذ - سمك ثنايا الجلد عند منتصف الفخذ) والصفات البدنية المميزة لمتسابقى المشي هي (التحمل الدوري التنفسي) وقد بلغ بنسبة 98 والمتغيرات الفسيولوجية تمثلت في السعة الحيوية للرئتين .

#### إجراءات البحث

منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي .

**مجتمع البحث :** اشتمل مجتمع البحث على الطلاب المنتظمين في الدراسة والبالغ عددهم (344) طالباً بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح بطرابلس للعام الجامعي بتاريخ 1- 4 الي 15- 5- 2008 ف، بكلية علوم التربية البدنية والرياضة حيث تم استبعاد الطلاب الراسبون وكذلك الطلاب المصابين والمشاركين في الأندية ، كما تم استبعاد الطلاب الجدد لأسباب منها بداية السنة الدراسية متأخراً وعدم استكمال قوائم الطلاب الجدد ومستوى الخبرة غير كافية لديهم حتى لا يكون لها تأثير على إجراءات هذه الدراسة .

**عينة البحث :** اشتملت عينة البحث على (120) طالباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية البسيطة من مجتمع عينة البحث البالغ عددهم (260) طالباً ، ويتراوح عددهم (40) طالباً من كل صف دراسي بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح بطرابلس .

#### توصيف مجتمع البحث

عدد طلاب مجتمع عينة البحث	عدد الطلاب المستبعدين	عدد طلاب المجتمع الكلي للبحث	الصفوف الدراسية
97	38	135	الثانية
69	29	98	الثالثة
94	17	111	الرابعة
260	84	344	المجموع

يتضح من الجدول بأن عدد طلاب المجتمع الكلي للبحث (344) طالباً منهم (84) طالباً تم استبعادهم وهم الطلاب الراسبون وبعض المصابين والمشاركين في الأندية ، بينما كان عدد طلاب مجتمع عينة البحث (260) طالباً

**عينة البحث :** اشتملت عينة البحث على (120) طالباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية البسيطة من مجتمع عينة البحث البالغ عددهم (260) طالباً ، ويتراوح عددهم (40) طالباً من كل صف دراسي بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح بطرابلس .

#### توصيف عينة البحث

النسبة المئوية	عدد طلاب عينة البحث	عدد طلاب مجتمع عينة البحث	الصفوف الدراسية
41.24	40	97	الثانية
57.97	40	69	الثالثة
42.55	40	94	الرابعة

46.15	120	260	المجموع
-------	-----	-----	---------

يتضح من الجدول عدد طلاب مجتمع وعينته والنسبة المئوية ولاختيار عينة البحث تم الاستعانة بقوائم أسماء الطلاب بالكلية  
وتم تحديد عينة البحث البالغ عددهم (120) طالباً من مجتمع عينة البحث البالغ عددهم (260) طالباً وإعطاء أرقام تسلسلية لأسماء الطلاب بكل قائمة واختيار مفردات عينة البحث بواسطة القرعة .

#### القياسات والاختبارات والأدوات المستخدمة في البحث القياسات الأنثروبومترية :

( الاعراض - نسبة الدهن )	( المحيطات )	( وزن الجسم - الاطول )
عرض الكتفين	محيط الكتفين	وزن الجسم
عرض الصدر	محيط الصدر	الطول الكلي للجسم
عرض الحوض	محيط العضد	طول العضد
عرض الكف	محيط الساعد	طول الساعد
عرض القدم	محيط الحوض	طول الكف
نسبة الدهن	محيط الفخذ	طول الذراع
نسبة الدهن	محيط الساق	طول الرأس مع الرقبة
سمك ثنايا الجلد للصدر	محيط الساق	طول الجذع
سمك ثنايا الجلد للبطن		طول الطرف العلوي
سمك ثنايا الجلد للفخذ		طول الفخذ
		طول الساق
		طول الطرف السفلي بالقدم
		طول القدم

#### اختبارات اللياقة الحركية

وحدة القياس	الأختبار	العنصر
سم	الوثب الطويل من الثبات	القدرة العضلية للرجلين
ث	الجري الأرتدادي (المكوكي)	رشاقة

كجم	قوة قبضة اليد	قوة عضلية
عدد مرات	تعلق الشد لأعلى (عقلة)	التحمل العضلي للذراعين
ق	جري 1000 م	التحمل الدوري التنفسي
سم	وقوف ثني الجذع أماماً أسفل	المرونة
ث	50 متر عدو	السرعة
عدد مرات/ث	جلوس من الرقود 30 ثانية	قوة تحمل عضلات البطن

#### أدوات البحث

- استمارة جمع البيانات .
  - ميزان طبي لقياس الوزن .
  - أمتار قياس لقياس المسافات .
  - مراتب لأداء الاختبارات .
  - جهاز المانوميتر لقياس قوة القبضة .
  - جهاز هاريندون لقياس نسبة الدهون (سكين فولد كولبر) .
  - جهاز الرستاميتير لقياس الطول .
  - ساعات زمن لقياس السرعات .
  - مسطر لقياس المرونة .
  - أعلام - طباشير - صافرات .
  - جهاز البلغوميتر (البرجل) لقياس الأعراض .
  - عقلة - مضمار ألعاب قوى .
- الدراسة الاستطلاعية : قام الباحث بإجرائها في الفترة من 20-3-2008 الي 30-3-2008 ذلك لإيجاد المعاملات العلمية للقياسات والاختبارات المستخدمة في البحث حيث تم حساب معامل الثبات والصدق الذاتي على عينة من خارج مجتمع البحث من مختلف الصفوف الدراسية وقوامها (15) طالب بفاصل زمني عشرة أيام ، حيث تم إجراء التطبيق الأول وبعد ذلك تم تطبيق القياس الثاني وبنفس التوقيت الزمني والمكاني على نفس أفراد العينة .

#### جدول رقم (1)

#### معاملات الثبات لاختبارات اللياقة الحركية والصدق الذاتي باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار

n=15

الصدق الذاتي	معامل الارتباط	القياس الثاني		القياس الأول		المتغيرات
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
0.922	0.850	7.423	210.333	8.343	205.800	الوثب الطويل من الثبات
0.956	0.914	0.302	10.343	0.345	10.373	الجري الارتدادي 10x4
0.986	0.973	6.052	44.167	6.601	43.900	قوة قبضة اليد
0.934	0.872	0.915	7.867	0.990	7.533	تعلق الشد لأعلى "عقله"
0.976	0.952	0.105	3.307	0.110	3.333	جري 1000 متر
0.939	0.881	1.604	10.000	1.668	9.067	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف
0.973	0.947	0.129	6.605	0.123	6.626	عدو 50 متر
0.885	0.782	1.624	23.733	2.200	22.533	جلوس من الرقود 30 ثانية

قيمة ر الجدولية = 0.441 عند مستوى دلالة 0.05

ينتضح من الجدول (1) وجود علاقة ذات ارتباط معنوي دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في جميع اختبارات اللياقة الحركية حيث قيمة (ر) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على ثبات هذا الاختبارات .

#### الإجراءات الإحصائية

الوسيط الحسابي mean  
 الانحراف المعياري Standard Deviation  
 معامل الارتباط Pearson  
 الوسيط Median  
 معامل الالتواء Skewness  
 تحليل التباين Anova

أقل فرق معنوي L.S.D

#### عرض النتائج ومناقشتها

#### جدول (2)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وتجانس طلاب الصف الدراسي الثاني في القياسات الانتروبيومترية

n=40

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	21.05	21	0.78	0.19
2	الوزن	70.93	69	9.62	0.60
3	الطول الكلي للجسم	175.00	175	6.61	0.00
4	طول العضد	33.58	33.5	1.69	0.13
5	طول الساعد	25.98	26	1.19	-0.06
6	طول الكف	19.38	19	0.70	1.60
7	طول الذراع	78.93	78.5	3.21	0.40
8	طول الرأس مع الرقبة	26.08	26	1.25	0.18
9	طول الجذع	56.18	56	2.27	0.23
10	طول الطرف العلوي	82.25	82	3.33	0.23
11	طول الفخذ	45.08	45	1.54	0.15
12	طول الساق	39.65	40	1.87	-0.56
13	طول الطرف السفلي بالقدم	92.75	93	3.30	-0.23
14	طول القدم	26.63	27	1.55	-0.73
15	محيط الكتفين	105.88	106	5.56	-0.07

0.50	4.36	83	83.73	محيط الصدر	16
0.10	2.34	27.5	27.58	محيط العضد	17
-0.09	1.74	24.5	24.45	محيط الساعد	18
0.22	4.80	83.5	83.85	محيط الحوض	19
-0.20	1.91	53	52.88	محيط الفخذ	20
-0.30	1.48	36	35.85	محيط الساق	21
0.53	2.82	44	44.50	عرض الكتفين	22
0.59	2.16	30.5	30.93	عرض الصدر	23
0.17	2.62	36	36.15	عرض الحوض	24
0.79	1.01	8.75	9.02	عرض الكف	25
-0.02	0.92	8.45	8.44	عرض القدم	26
-0.29	1.78	7	6.83	سمك ثنايا الجلد للصدر	27
-0.20	3.41	12	11.78	سمك ثنايا الجلد للبطن	28
0.36	4.11	14	14.50	سمك ثنايا الجلد للفخذ	29
0.73	8.63	31	33.10	الدرجة الكلية لثنايا الجلد	30
-0.13	2.53	9	8.89	نسبة الدهون	31

يتضح من الجدول (2) أن جميع معاملات الالتواء في القياسات الانتروبومترية تراوحت ما بين (-0.00) (1.6) أي أنها انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في القياسات الانتروبومترية .

### جدول (3)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء  
وتجانس طلاب الصف الدراسي الثالث في القياسات الانتروبومترية

n=40

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	22.63	22	1.05	1.78
2	الوزن	71.35	70	6.21	0.65
3	الطول الكلي للجسم	176.00	175.5	5.60	0.27
4	طول العضد	34.00	34	1.54	0.00
5	طول الساعد	26.03	26	0.95	0.08



-0.20	0.75	19.5	19.45	طول الكف	6
0.50	2.85	79	79.48	طول الذراع	7
0.48	1.08	26	26.18	طول الرأس مع الرقبة	8
-0.73	1.84	57	56.55	طول الجذع	9
0.24	2.81	82.5	82.73	طول الطرف العلوي	10
0.39	1.92	45	45.25	طول الفخذ	11
0.16	0.96	40	40.05	طول الساق	12
0.29	2.82	93	93.28	طول الطرف السفلي بالقدم	13
0.38	1.57	27	27.20	طول القدم	14
0.37	4.47	106	106.55	محيط الكتفين	15
-0.53	5.64	85.5	84.50	محيط الصدر	16
1.20	1.38	28	28.55	محيط العضد	17
-0.72	1.24	25.5	25.20	محيط الساعد	18
-0.98	5.73	86	84.13	محيط الحوض	19
-1.11	1.69	54	53.38	محيط الفخذ	20
0.26	1.72	36	36.15	محيط الساق	21
0.25	3.02	46	46.25	عرض الكتفين	22
-0.35	2.76	32	31.68	عرض الصدر	23
-0.55	3.15	38	37.43	عرض الحوض	24
0.35	0.77	9	9.09	عرض الكف	25
-0.29	0.55	8.5	8.45	عرض القدم	26
0.93	1.77	6	6.55	سمك ثنايا الجلد للصدر	27
-0.03	2.85	11.5	11.48	سمك ثنايا الجلد للبطن	28
0.07	3.23	14	14.08	سمك ثنايا الجلد للفخذ	29
0.05	6.53	32	32.10	الدرجة الكلية لثنايا الجلد	30
-0.30	2.00	9	8.80	نسبة الدهن	31

يتضح من الجدول (3) أن جميع معاملات الالتواء في القياسات الانتروبومترية تراوحت ما بين (-0.00) إلى (1.78) أي أنها انحصرت ما بين  $(3 \pm)$  مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في القياسات الانتروبومترية .

#### جدول (4)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء  
وتجانس طلاب الصف الدراسي الرابع في القياسات الانتروبومترية

n=40

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	22.85	23	1.17	-0.39
2	الوزن	72.03	72	7.27	0.01
3	الطول الكلي للجسم	176.55	177	5.65	-0.24
4	طول العضد	34.15	35	1.94	-1.31
5	طول الساعد	26.20	26	0.88	0.68
6	طول الكف	19.60	19.5	0.93	0.32
7	طول الذراع	79.90	80	3.29	-0.09
8	طول الرأس مع الرقبة	26.30	26	1.14	0.79
9	طول الجذع	56.65	57	1.83	-0.57
10	طول الطرف العلوي	82.98	83	2.82	-0.03
11	طول الفخذ	45.38	45	1.89	0.60
12	طول الساق	40.23	40	1.37	0.49
13	طول الطرف السفلي بالقدم	93.58	94	2.87	-0.44
14	طول القدم	27.38	27	1.48	0.76
15	محيط الكتفين	106.85	107	5.00	-0.09
16	محيط الصدر	84.55	84	5.33	0.31
17	محيط العضد	28.88	28	1.73	1.52
18	محيط الساعد	25.65	25	1.81	1.08
19	محيط الحوض	84.88	85	3.75	-0.10
20	محيط الفخذ	53.73	53.5	1.45	0.47
21	محيط الساق	36.30	36	1.38	0.65
22	عرض الكتفين	46.35	47	2.94	-0.66
23	عرض الصدر	32.60	31.5	3.50	0.94
24	عرض الحوض	37.73	37.5	2.98	0.23
25	عرض الكف	9.10	9	0.90	0.33

0.05	0.74	8.5	8.51	عرض القدم	26
0.89	1.77	6	6.53	سمك ثنايا الجلد للصدر	27
0.89	3.63	10	11.08	سمك ثنايا الجلد للبطن	28
0.05	4.58	13	13.08	سمك ثنايا الجلد للفخذ	29
0.56	9.05	29	30.68	الدرجة الكلية لثنايا الجلد	30
0.59	2.81	8	8.55	نسبة الدهن	31

يتضح من الجدول (4) أن جميع معاملات الالتواء في القياسات الانتروبومترية تراوحت ما بين (0.01-1.52) أي أنها انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في القياسات الانتروبومترية .

### جدول (5)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء  
وتجانس طلاب الصف الدراسي الثاني في اختبارات اللياقة الحركية

n=40

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي	المتغيرات	ت
0.35	15.34	205	206.78	الوثب الطويل من الثبات	1
0.32	2.55	10	10.28	ثني الجذع اماما أسفل من الوقوف	2
-0.15	0.39	10.45	10.43	الجري الارتدادي 4*10م	3
0.30	0.45	6.68	6.73	عدو 50 متر	4
0.85	0.10	3.285	3.31	جري 1000 متر	5
0.32	7.16	42.4	43.17	قوة قبضة اليد	6
-0.60	1.89	24	23.63	جلوس من الرقود 30 ث	7
-0.51	1.03	8	7.83	تعلق الشد لأعلى "عقلة"	8

يتضح من الجدول (5) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة البدنية تراوحت ما بين (0.15-0.85) أي أنها انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية .

### جدول (6)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء  
وتجانس طلاب الصف الدراسي الثالث في اختبارات اللياقة الحركية

n=40

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الوثب الطويل من الثبات	208.88	205	14.55	0.80
2	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	11.15	10	4.02	0.86
3	الجري الارتدادي 10*4م	10.27	10.32	0.56	-0.28
4	عدو 50 متر	6.52	6.41	0.32	1.04
5	جري 1000 متر	3.29	3.3	0.06	-0.37
6	قوة قبضة اليد	44.38	44.05	5.95	0.17
7	جلوس من الرقود 30 ث	24.20	24.5	1.87	-0.48
8	تعلق الشد لأعلى "عقلة"	8.18	8	1.47	0.36

يتضح من الجدول (6) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (-0.17) - (1.04) أي أنها انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة في اختبارات اللياقة الحركية .

#### جدول (7)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء  
وتجانس طلاب الصف الدراسي الرابع في اختبارات اللياقة الحركية

n=40

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الوثب الطويل من الثبات	210.53	210	10.47	0.15
2	ثني الجذع اماما أسفل من الوقوف	11.53	10	3.27	1.40
3	الجري الارتدادي 10*4م	10.24	10.19	0.71	0.23
4	عدو 50 متر	6.58	6.435	0.42	1.03
5	جري 1000 متر	3.28	3.29	0.09	-0.33
6	قوة قبضة اليد	2246.	6546.	15.6	-0.14
7	جلوس من الرقود 30 ث	24.40	26	2.02	-2.37
8	تعلق الشد لأعلى "عقلة"	8.23	8	1.69	0.40

يتضح من الجدول (7) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (-0.14) - (2.37) أي أنها انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية .

## جدول (8)

معاملات الارتباط للعلاقة بين القياسات الانتروپومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية

لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة

N=120

ت	المتغيرات	الوثب الطويل من الثبات	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	الجري الارتدادي 10*4م	عدو 50 متر	جري 1000 متر	قوة قبضة اليد	جلوس من الرقود 30 ث	تعلق الشد لأعلى عقلة
1	العمر	0.053	0.207	-0.154	-0.117	-0.191	0.200	0.156	0.149
2	الوزن	0.219	0.121	0.016	0.163	0.038	0.551	-0.017	0.035
3	الطول الكلي للجسم	0.402	0.065	0.097	0.054	-0.124	0.442	-0.006	0.059
4	طول العضد	0.341	0.081	0.110	0.017	-0.059	0.357	0.154	0.033
5	طول الساعد	0.497	0.085	0.016	-0.005	-0.053	0.367	0.002	0.166
6	طول الكف	0.398	0.044	0.006	-0.010	-0.074	0.410	0.080	0.050
7	طول الذراع	0.456	0.088	0.055	-0.002	-0.060	0.428	0.113	0.093
8	طول الرأس مع الرقبة	0.398	0.071	0.145	0.061	-0.061	0.420	-0.017	0.063
9	طول الجذع	0.125	0.019	0.038	0.098	-0.150	0.133	0.058	0.070
10	طول الطرف العلوي	0.399	0.061	0.109	0.069	-0.110	0.435	-0.004	0.062
11	طول الفخذ	0.360	0.077	0.072	0.019	-0.089	0.413	0.014	0.026
12	طول الساق	0.371	0.058	0.063	0.015	-0.164	0.403	-0.026	0.090
13	طول الطرف السفلي بالقدم	0.400	0.069	0.085	0.038	-0.136	0.444	-0.007	0.056
14	طول القدم	0.245	0.036	0.015	0.004	-0.160	0.239	-0.088	0.047
15	محيط الكتفين	0.226	0.044	0.017	0.083	-0.064	0.528	0.033	0.079

-0.143	0.044	0.251	-0.083	-0.009	-0.037	0.046	0.180	محيط الصدر	16
0.108	0.045	0.434	-0.059	0.135	0.062	0.023	0.102	محيط العضد	17
0.117	0.153	0.345	-0.202	0.226	0.112	-0.030	0.021	محيط الساعد	18
-0.132	0.038	0.321	-0.093	0.137	-0.004	0.010	0.049	محيط الحوض	19
-0.065	0.023	0.379	-0.042	0.059	0.026	0.111	0.167	محيط الفخذ	20
0.058	0.026	0.381	0.001	0.009	0.027	0.122	0.094	محيط الساق	21
0.128	0.058	0.447	-0.064	-0.002	-0.004	0.093	0.120	عرض الكتفين	22
-0.044	0.060	0.253	-0.064	0.072	-0.031	0.074	0.083	عرض الصدر	23
0.058	0.061	0.302	-0.256	0.048	-0.012	0.067	0.127	عرض الحوض	24
0.028	0.045	0.305	-0.146	-0.011	-0.017	-0.057	0.253	عرض الكف	25
0.065	-0.003	0.283	-0.039	0.011	-0.016	-0.031	0.244	عرض القدم	26
-0.039	-0.097	0.250	0.132	0.031	0.068	-0.105	-0.045	سمك ثنايا الجلد للصدر	27
-0.100	-0.050	0.325	-0.073	0.119	0.112	0.022	0.026	سمك ثنايا الجلد للبطن	28
-0.110	0.023	0.427	0.053	0.103	0.078	0.089	0.013	سمك ثنايا الجلد للفخذ	29
-0.104	-0.030	0.397	0.025	0.106	0.099	0.030	0.007	الدرجة الكلية لثنايا الجلد	30
-0.081	-0.015	0.446	0.026	0.108	0.093	0.073	0.015	نسبة الدهن	31

القيمة الحرجة لمعامل الارتباط "ر" وعند مستوى معنوية  $0.05 = 0.150$

يتضح من الجدول (8) الخاص بمعاملات الارتباط للعلاقة بين القياسات الانتروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين متغير الوثب الطويل من الثبات وكل من الوزن والطول الكلي للجسم وطول العضد وطول الساعد وطول الكف وطول الذراع وطول الرأس مع الرقبة وطول الطرف العلوي وطول الفخذ وطول الساق وطول الطرف السفلي بالقدم وطول القدم ومحيط الكتفين ومحيط الصدر ومحيط الفخذ وعرض الكف وعرض القدم ، وكذلك تبين وجود معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متغير ثني الجذع أماماً من الوقوف مع متغير العمر ، كما تبين وجود معامل ارتباط دال عند مستوى 0.05 بين متغير الجري الارتدادي مع العمر ، كما تبين وجود معامل ارتباط دال عند مستوى (0.05) بين متغير عدو 50 متر وكلاً من الوزن ومحيط الساعد

كما تبين وجود معامل ارتباط دال عند مستوى 0.05 بين متغير الجري (1000م) بمتغير العمر وطول الجذع وطول الساق وطول القدم ومحيط الساعد وعرض الحوض ، كما تبين وجود معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متغير قوة القبضة بمتغيرات العمر والوزن والطول الكلي للجسم وطول العضد وطول الساعد وطول الكف وطول الذراع وطول الرأس مع الرقبة وطول الطرف العلوي وطول الفخذ وطول الساق وطول

الطرف السفلي بالقدم وطول القدم ومحيط الكتفين ومحيط الصدر ومحيط العضد ومحيط الساعد ومحيط الحوض ومحيط الفخذ ومحيط الساق وعرض الكتفين وعرض الصدر وعرض الحوض وعرض الكف وعرض القدم وسمك ثنايا الجلد للصدر وسمك ثنايا الجلد للبطن وسمك ثنايا الجلد للفخذ والدرجة الكلية لثنايا الجلد ونسبة الدهن .  
وأشارت النتائج إلى وجود معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متغير الجلوس من الرقود (30ث) وكل من متغيرات العمر وطول العضد ومحيط الساعد ، كما أوضحت النتائج وجود معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متغير الشد لأعلى عقلة مع طول الساعد .

### جدول (9)

تحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية  
بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

$$N= n1=n2=n3 = 40$$

ت	المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة
1	العمر	بين المجموعات	76.95	2	38.48	37.40	0.00
		داخل المجموعات	120.38	117	1.03		
		المجموع	197.33	119			
2	الوزن	بين المجموعات	24.62	2	12.31	0.20	0.82
		داخل المجموعات	7178.85	117	61.36		
		المجموع	7203.47	119			
3	الطول الكلي للجسم	بين المجموعات	49.40	2	24.70	0.69	0.50
		داخل المجموعات	4173.90	117	35.67		
		المجموع	4223.30	119			
4	طول العضد	بين المجموعات	7.12	2	3.56	1.19	0.31
		داخل المجموعات	350.88	117	3.00		
		المجموع	357.99	119			
5	طول الساعد	بين المجموعات	1.12	2	0.56	0.54	0.58
		داخل المجموعات	120.35	117	1.03		
		المجموع	121.47	119			
6	طول الكف	بين المجموعات	1.05	2	0.53	0.82	0.44
		داخل المجموعات	74.88	117	0.64		
		المجموع	75.93	119			

0.38	0.98	9.56	2	19.12	بين المجموعات	طول الذراع	7
		9.73	117	1138.35	داخل المجموعات		
			119	1157.47	المجموع		
0.69	0.38	0.51	2	1.02	بين المجموعات	طول الرأس مع الرقبة	8
		1.34	117	156.95	داخل المجموعات		
			119	157.97	المجموع		
0.65	0.44	4.51	2	9.02	بين المجموعات	طول الجذع	9
		10.35	117	1210.78	داخل المجموعات		
			119	1219.79	المجموع		
0.55	0.60	5.42	2	10.85	بين المجموعات	طول الطرف العلوي	10
		8.98	117	1050.45	داخل المجموعات		
			119	1061.30	المجموع		
0.75	0.28	0.91	2	1.82	بين المجموعات	طول الفخذ	11
		3.21	117	375.65	داخل المجموعات		
			119	377.47	المجموع		
0.20	1.65	3.48	2	6.95	بين المجموعات	طول الساق	12
		2.10	117	245.98	داخل المجموعات		
			119	252.93	المجموع		
0.46	0.77	6.98	2	13.95	بين المجموعات	طول الطرف السفلي بالقدم	13
		9.04	117	1057.25	داخل المجموعات		
			119	1071.20	المجموع		
0.08	2.62	6.16	2	12.32	بين المجموعات	طول القدم	14
		2.35	117	275.15	داخل المجموعات		
			119	287.47	المجموع		
0.67	0.39	9.97	2	19.95	بين المجموعات	محيط الكتفين	15
		25.28	117	2957.38	داخل المجموعات		
			119	2977.33	المجموع		
0.72	0.32	8.56	2	17.12	بين المجموعات	محيط الصدر	16
		26.39	117	3087.88	داخل المجموعات		



			119	3104.99	المجموع		
0.01	5.30	18.31	2	36.62	بين المجموعات	محيط العضد	17
		3.45	117	404.05	داخل المجموعات		
			119	440.67	المجموع		
0.00	5.63	14.70	2	29.40	بين المجموعات	محيط الساعد	18
		2.61	117	305.40	داخل المجموعات		
			119	334.80	المجموع		
0.62	0.48	11.26	2	22.52	بين المجموعات	محيط الحوض	19
		23.30	117	2725.85	داخل المجموعات		
			119	2748.37	المجموع		
0.08	2.54	7.30	2	14.60	بين المجموعات	محيط الفخذ	20
		2.87	117	335.73	داخل المجموعات		
			119	350.33	المجموع		
0.41	0.89	2.10	2	4.20	بين المجموعات	محيط الساق	21
		2.35	117	274.60	داخل المجموعات		
			119	278.80	المجموع		
0.01	5.05	43.30	2	86.60	بين المجموعات	عرض الكتفين	22
		8.57	117	1002.60	داخل المجموعات		
			119	1089.20	المجموع		
0.04	3.44	28.16	2	56.32	بين المجموعات	عرض الصدر	23
		8.18	117	957.15	داخل المجموعات		
			119	1013.47	المجموع		
0.04	3.27	27.98	2	55.95	بين المجموعات	عرض الحوض	24
		8.55	117	1000.85	داخل المجموعات		
			119	1056.80	المجموع		
0.90	0.11	0.09	2	0.17	بين المجموعات	عرض الكف	25
		0.81	117	94.31	داخل المجموعات		
			119	94.48	المجموع		

0.90	0.11	0.06	2	0.12	بين المجموعات	عرض القدم	26
		0.57	117	66.34	داخل المجموعات		
			119	66.46	المجموع		
0.70	0.35	1.11	2	2.22	بين المجموعات	سمك ثنايا الجلد للصدر	27
		3.14	117	367.65	داخل المجموعات		
			119	369.87	المجموع		
0.64	0.45	4.93	2	9.87	بين المجموعات	سمك ثنايا الجلد للبطن	28
		10.95	117	1281.73	داخل المجموعات		
			119	1291.59	المجموع		
0.27	1.33	21.41	2	42.82	بين المجموعات	سمك ثنايا الجلد للفتحة	29
		16.12	117	1885.55	داخل المجموعات		
			119	1928.37	المجموع		
0.41	0.90	59.41	2	118.82	بين المجموعات	الدرجة الكلية لثنايا الجلد	30
		66.32	117	7759.98	داخل المجموعات		
			119	7878.79	المجموع		
0.82	0.20	1.23	2	2.46	بين المجموعات	نسبة الدهون	31
		6.10	117	714.16	داخل المجموعات		
			119	716.62	المجموع		

القيمة " F " الجدولية وعند مستوى معنوية 0.05 = 3.05

يتضح من الجدول (9) الخاص بتحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) حيث كانت قيمة (F) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على أن هناك فروق في القياسات الانتروبومترية ولحساب اتجاه الفرق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية تم استخدام قيمة أقل فرق معنوي L.S.D .

#### جدول (10)

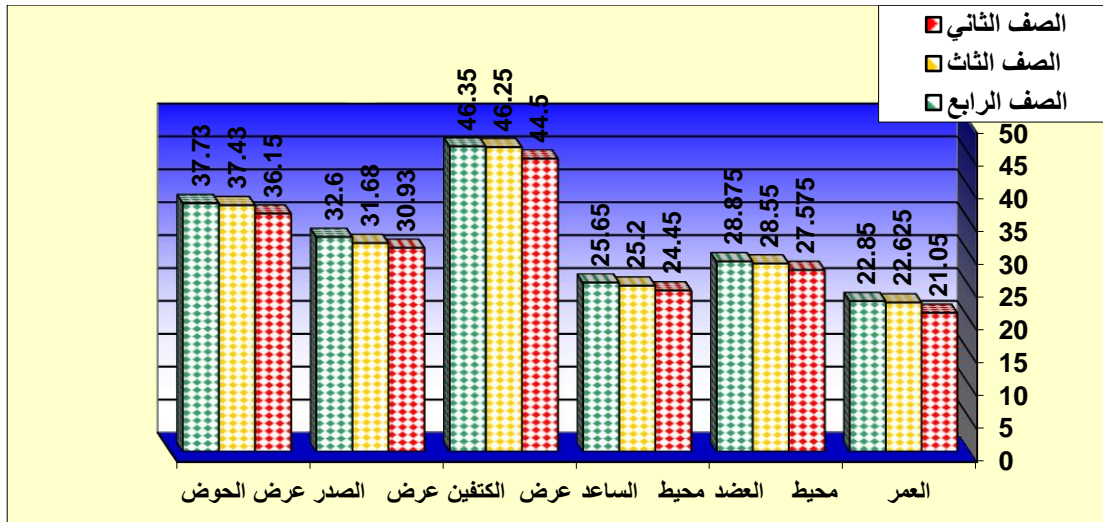
المقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D الخاصة بمعنوية الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

ت	المتغيرات	الصفوف الدراسية	المتوسطات الحسابية	الفرق بين المتوسطات الحسابية	قيمة أقل فرق معنوي L.S.D	الدلالة
---	-----------	-----------------	--------------------	------------------------------	--------------------------	---------

دال	0.44	1.58	الصف الثاني	21.05	الصف الثاني	العمر	1
			الصف الثالث				
دال	0.44	1.8	الصف الثاني	22.63	الصف الثالث		
			الصف الرابع				
غير دال	0.44	0.25	الصف الثالث	22.85	الصف الرابع		
			الصف الرابع				
دال	0.82	0.97	الصف الثاني	27.58	الصف الثاني		
			الصف الثالث				
دال	0.82	1.3	الصف الثاني	28.55	الصف الثالث	محيط العضد	2
			الصف الرابع				
غير دال	0.82	0.33	الصف الثالث	28.88	الصف الرابع		
			الصف الرابع				
دال	0.71	0.75	الصف الثاني	24.45	الصف الثاني	محيط الساعد	3
			الصف الثالث				
دال	0.71	1.2	الصف الثاني	25.20	الصف الثالث		
			الصف				

			الرابع				
غير دال	0.71	0.45	الصف الثالث	25.65	الصف الرابع	عرض الكتفين	4
			الصف الرابع				
دال	1.29	1.75	الصف الثاني	44.50	الصف الثاني		
			الصف الثالث				
دال	1.29	1.85	الصف الثاني	46.25	الصف الثالث		
			الصف الرابع				
غير دال	1.29	0.1	الصف الثالث	46.35	الصف الرابع		
			الصف الرابع				
دال	1.26	0.75	الصف الثاني	30.93	الصف الثاني	عرض الصدر	5
			الصف الثالث				
غير دال	1.26	1.67	الصف الثاني	31.68	الصف الثالث		
			الصف الرابع				
غير دال	1.26	0.92	الصف الثالث	32.60	الصف الرابع		
			الصف الرابع				
غير دال	1.29	1.28	الصف الثاني	36.15	الصف الثاني	عرض الحوض	6

			الصف الثالث			
دال	1.29	1.58	الصف الثاني	37.43	الصف الثالث	
			الصف الرابع			
غير دال	1.29	0.3	الصف الثالث	37.73	الصف الرابع	
			الصف الرابع			



شكل (1)

قيم المتوسطات الحسابية بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانثروبومترية  
بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

اتضح من الجدول (10) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الثالث في متغير العمر حيث تزيد قيمة الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (1.58) عن قيمة L.S.D عند مستوى معنوية (0.05) البالغة (0.44) وبالتالي يوجد فرق معنوي بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الثالث في متغير العمر لصالح الصف الدراسي الثالث .

كما اتضح من الجدول (10) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الرابع في متغير العمر حيث تزيد قيمة الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (1.8) عن قيمة L.S.D عند مستوى معنوية (0.05) البالغة (0.44) وبالتالي يوجد فرق معنوي بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الرابع في متغير العمر لصالح الصف الدراسي الرابع .





يتضح من جدول (10) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D الخاصة بمعنوية الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية لصالح الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) ولم يتضح بأن هناك فروق بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في القياسات الانتروبومترية .

### جدول (11)

تحليل التباين بين طلاب لصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية  
بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

N= n1=n2=n3 = 40

ت	المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة
1	الوثب الطويل من الثبات	بين المجموعات	282.60	2	141.30	0.76	0.47
		داخل المجموعات	21701.33	117	185.48		
		المجموع	21983.93	119			
2	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	بين المجموعات	32.92	2	16.46	1.48	0.23
		داخل المجموعات	1299.05	117	11.10		
		المجموع	1331.97	119			
3	الجرى الارتدادي 10X4م	بين المجموعات	0.82	2	0.41	1.29	0.28
		داخل المجموعات	37.42	117	0.32		
		المجموع	38.24	119			
4	عدو 50 متر	بين المجموعات	0.88	2	0.44	2.73	0.07
		داخل المجموعات	18.95	117	0.16		
		المجموع	19.83	119			
5	جرى 1000 متر	بين المجموعات	0.02	2	0.01	1.45	0.24
		داخل المجموعات	0.81	117	0.01		
		المجموع	0.83	119			
6	قوة قبضة اليد	بين المجموعات	189.68	2	94.84	2.41	0.09
		داخل المجموعات	4608.17	117	39.39		
		المجموع	4797.85	119			
7	جلوس من الرقود 30 ث	بين المجموعات	12.95	2	6.47	1.74	0.18
		داخل المجموعات	435.38	117	3.72		



			119	448.33	المجموع		
0.39	0.94	1.90	2	3.80	بين المجموعات	تعلق الشد لأعلى "عقلة"	8
		2.02	117	236.53	داخل المجموعات		
			119	240.33	المجموع		

القيمة " F " الجدولية وعند مستوى معنوية  $0.05 = 3.05$

يتضح من الجدول (11) الخاص بتحليل التباين بين طلاب لصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن قيمة (ف) المحسوبة أقل من القيمة الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية .

### مناقشة النتائج

1. مناقشة العلاقة بين القياسات الانتروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

يتضح من الجدول (8) الخاص بمعاملات الارتباط للعلاقة بين القياسات الانتروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الانتروبومترية ببعض نتائج الاختبارات الحركية .

والجدير بالذكر أنه من بين الاستخلاصات الهامة التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية لمتغيرات هذه الدراسة هو التوصل إلى (61) متغير يفسر العلاقة بين القياسات الانتروبومترية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية .

وتلعب القياسات الجسمية دوراً هاماً حيث ارتباط المقاييس الجسمية بالعديد من القدرات الحركية للتفوق في الأنشطة المختلفة ، فدراسة مكونات الجسم تعطي صورة أكثر صدقاً وتحديداً وعمقاً للحكم على العملية الوظيفية المورفولوجية التي تتم في جسم الإنسان كما أنها تعكس عن الكشف عن نمو أنسجة الجسم للوصول بالفرد إلى مستوى رياضي . (8 : 45)

وفي هذا الصدد يذكر كل من أحمد خاطر وعلي فهمي البيك ومحمد صبحي حسانين بأن طول الذراع والعضد والساعد والكف ، وطول الطرف العلوي وطول الساق من أهم أطوال الأطراف كما أن نجاح في ممارسة نشاط رياضي معين مرتبط بأطوال الأطراف ومدى تناسق أطراف الجسم مع بعضها البعض . (5 : 99) (19 : 52)

أن أهمية قياسات الأطوال تتمثل في كونها من القياسات الانتروبومترية الهامة والتي يجب أن يهتم بها العاملون في المجال الرياضي حيث أنها تؤثر على مستوى الأداء الحركي للأنشطة . (13 : 15)

إن القياسات الانتروبومترية تفيد في إدراك تركيب وشكل أعضاء الجسم سواء كانت أطوال أو أعراض أو أوزان أو محيطات أو غيرها بالإضافة إلى قياسات أخرى مثل سمك الدهن وكثافة الجسم وجميع تلك القياسات تؤثر وتتأثر ببعض المتغيرات البدنية والصحية ولها تأثيرها في المكونات البدنية كالقوة العضلية والسرعة الحركية والتحمل والمرونة والرشاقة وغيرها وهي بالتالي تؤثر في قدرات الفرد البدنية واستجابته الحركية . (21 : 189)

وفي المجال الرياضي قد ثبت ارتباط المقاييس الجسمية بالعديد من القدرات الحركية والتفوق في الأنشطة المختلفة . (20 : 35)

كما أن المقاييس الجسمية تلعب دوراً هاماً في تحقيق أفضل النتائج عند أداء الاختبارات البدنية .

(25: 144,145)

وتتفق هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة نهاد العجمي بأنه يوجد ارتباط بين بعض القياسات الجسمية ومكونات اللياقة البدنية ، حيث أن الطول يعتبر من العوامل الهامة في العديد من الأنشطة الرياضية (23: 32) وتوصلت دراسة كل من أبو العلا عبد الفتاح وآخرون (1993) (2) إلى وجود علاقة بين زمن سرعة (100) متر عدو وطول الرجل والقدرات العضلية للرجلين ، كما أوضحت دراسة شعبان عبد السلام مهارة (1997) (11) بأن هناك علاقة بين القياسات الانتروبومترية والصفات البدنية بالمستوى الرقمي في الوثب العالي بطريقة الظهرية ، في حين أوضحت نتائج دراسة خالد محمود أبو مندور (2000) (9) وجود علاقة بين القياسات المورفولوجية ومستوى الأداء على (الطول - الوزن - طول الذراع - طول الطرف السفلي - محيط الصدر - محيط العضد - محيط الفخذ) وعناصر اللياقة البدنية (السرعة - المرونة - قوة القبضة اليمنى واليسرى) ، وتوصلت نتائج دراسة نجوى إبراهيم صالح (2002) (22) إلى مساهمة القياسات الانتروبومترية (الوزن - الطول - طول الرجل - محيط الفخذ - سمك ثيايا الجلد عند منتصف الفخذ والصفات المميزة لمسابقات المشي هي التحمل الدوري التنفسي) والمتغيرات الفسيولوجية السعة الحيوية .

ويرى الباحث أن القياسات الانتروبومترية ذات أهمية بالغة حيث تسهم بدرجة كبيرة في مستوى الأداء البدني ولها تأثيرها المباشر بالعديد من الأنشطة والمهارات الحركية وتعتبر القياسات الجسمية ذات أهمية وذلك لارتباطها بالعديد من الأنشطة البدنية المختلفة ولها دورها الأساسي في تحقيق أفضل النتائج وهذا يتوقف على إمكانية الفرد لامتلاكه مواصفات جسمية ملائمة التي تساعده في الأداء الإيجابي بصورة فعالة كما أنها تعكس حالة النمو البدني والمستوى الصحي لدى الفرد في أداء متطلبات الأنشطة البدنية بصورة إيجابية .

وبذلك يتحقق الفرض الذي ينص توجد علاقة بين القياسات الانتروبومترية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

مناقشة الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في قياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضية .

يتضح من الجدول (9) الخاص بتحليل التباين بين طلاب الصفوف المختلفة في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على أن هناك فروق في القياسات الانتروبومترية

كما اتضح من الجدول (10) المقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D الخاصة بمعنوية الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة - بأن هناك فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية لصالح الصف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) - كما لا توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

فالقياسات الجسمية ذات أهمية كبيرة في تقويم نمو الفرد كالتعرف على الطول والوزن يعتبر أحد المؤشرات التي تعبر على حالة نمو عند الأفراد فالمقياس الانتروبومتري تعد أحد الوسائل الهامة في تقويم نمو الأفراد . (18)

(36:

فالقياسات الانتروبومترية تمثل دوراً هاماً في المجالات العلمية المختلفة وبخاصة في المجال الرياضي بنشاطاته المتنوعة على اختلاف بيئات الممارسة لكل منها على انفراد كما أن هذه القياسات تمدنا بأسس ومفاهيم معينة تستخدم في الموازنة والمقارنة بين الأداء الرياضي للأفراد كما تعكس الحالة التدريبية لهم . (3 : 175)

كما أن القياسات الجسمية تستخدم في المقارنة بين الأفراد حيث أنه عن طريق هذه القياسات يمكن التنبؤ بالكفاءة البدنية والتحقق من النتائج الرياضية العالية . (5 : 86)

ويؤكد الباحث على أهمية القياسات الانتروبومترية في تقييم نمو الفرد كالتعرف على الأطوال والأوزان والمحيطات والأعراض تعتبر أحد المؤشرات الهامة والخطوة الأولى والأساسية في تحقيق المستويات العليا كما أن دراسة مكونات الجسم تعطي صورة أكثر عمقاً في الحكم على العمليات الوظيفية التي تتم في جسم الإنسان ولها أهميتها الكبيرة في تقييم نمو الأفراد أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على مختلف مستوياتها كما أن الأفراد الذين يمتلكون مواصفات جسمية مناسبة تساعدهم في أداء الأنشطة الرياضية دون بذل جهد زائد بعكس الأفراد الذين يمتلكون مواصفات جسمية غير ملائمة .

وبذلك يتحقق الفرض جزئياً - توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية لصالح الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) - كما لا توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

مناقشة الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

يتضح من الجدول (11) الخاص بتحليل التباين بين طلاب لصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن قيمة (ف) المحسوبة أقل من القيمة الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق بين الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة البدنية .

ويعزي الباحث في ذلك على أهمية اللياقة الحركية فما هي ألا عامل مرتبط بالأداء وتؤثر تأثيراً مباشراً بالأنشطة الرياضية وفق قدرات الفرد والمرحلة العمرية وكذلك البيئة والوراثة والتغذية ونوعية التدريب وطبيعة حياة الفرد وقد تتوفر بعض المواصفات بين الأفراد وبنفس الظروف والبيئة المحيطة والخبرة وطرق التدريس ، حيث تتأثر كافة نواحي النشاط بنوعية البرنامج التطبيقي بالجزء العملي حيث يكون فيها التركيز على تعليم تكنيك المهارات الحركية أكثر من عناصر اللياقة الحركية الخاصة بتلك المهارات التي تمكنهم من الوصول بقدراتهم الوظيفية والبدنية إلى نفس المستوى وبالتالي ينتج عن تقارب في القدرات البدنية وبناء على ذلك يتضح علي أهمية تقنين الحمل البدني بما يتلاءم مع إمكانيات الفرد البدنية والصحية والمرحلة العمرية مع مراعاة الانتظام في الممارسة بصورة ايجابية حتى ينعكس ذلك على تناسق وتركيب الجسم وعدم إغفال القياسات التتبعية ليتحقق مردوداً إيجابياً يعود على الحالة الصحية للفرد وسلامته .

وبذلك يتحقق الفرض الذي ينص على لا توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

#### الاستنتاجات

في ضوء الأهداف والفروض وعينة البحث والمنهج المستخدم والأسلوب الإحصائي وبعد عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث للاستخلاصات التالية :

توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الانتروبومترية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

توجد فروق داله إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الانتروبومترية لصالح طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) بكلية علوم التربية البدنية والرياضة ، كما لا توجد فروق داله إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في القياسات الانتروبومترية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

لا توجد فروق داله إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

### التوصيات

في حدود الإجراءات الإحصائية المستخدمة وعرض ومناقشة النتائج وما أمكن الباحث من الوصول إليه من نتائج يوصي بمايلي :

- الاهتمام بالقياسات الانتروبومترية والبدنية وذلك لأهميتها بالارتقاء بالمستوى الرياضي .
- الاعتماد على القياسات الانتروبومترية والبدنية عند قبول طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
- وضع مستويات معيارية لطلاب الصفوف الدراسية في عناصر اللياقة الحركية وذلك لتقنين الأحمال التدريبية بالدروس العملية على حسب مستويات الطلاب وبما يتناسب مع قدراتهم .
- توزيع المجموعات داخل الصفوف الدراسية على حسب قدرات الطلاب البدنية والانتروبومترية لوضع لهم برنامج عملي منظم حسب قدراتهم .
- تنظيم الوعاء الزمني في الجانب العملي بزيادة عدد الساعات .
- إجراء برنامج للياقة البدنية والحركية في الجانب العملي وتطبيقه تحت متطلبات مادة اللياقة البدنية .
- ضرورة متابعة مستويات الطلاب بصفة دورية عن طريق التقويم والكشوفات الدورية للتعرف على أسباب الضعف والقوة وتسجيل نتائجهم باستمرار التسجيل لكل الطلاب .
- توفير الأدوات والأجهزة اللازمة .
- توفير التغذية اللازمة والصحية للطلاب .

إجراء دراسات تتبعية بصفة دورية على عينا

### المراجع

- 1- إبراهيم أحمد سلامة : المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية ، منشأة المعارف الإسكندرية 2000م
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد عمر سليمان روبي : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1986 .
- 3- أحمد متولي منصور : المقاييس الانتروبومترية المرتبطة ببعض الشقلبات والدورات الهوائية في رياضة الجمباز ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، المجلد الرابع ، العدد 7-8 ، أغسطس ، 1987م .
- 4- أحمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي الطبعة الثانية دار المعارف، القاهرة 1984 .
- 5- أحمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، الطبعة الثالثة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1996 .

- 6- أحمد ممدوح زكي عبد الباسط : دراسة تتابعية لمستوى القدرات البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى طلاب تخصص التربية البدنية بكلية المعلمين بالدمام ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، 1993.
- 7- أمال الصادق سكيينة : دراسة مقارنة لبعض مكونات الجسم والسعة الحيوية بين طالبات الشعب المختلفة لمعلمات الجيزة ، المؤتمر العلمي لتاريخ الرياضة ، المجلد الثالث ، جامعة المنيا ، مارس ، 1986 .
- 8- أمال الصادق سكيينة : التشريح الوظيفي كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة جامعة حلوان 1998م.
- 9- خالد محمود أبو مندور : القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية وعلاقتها بمستوى الأداء لدى لاعبي الجمباز ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 2000 .
- 10- زينب السيد حسن علي : تقويم بعض مهارات الجمباز لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، 1983 .
- 11- شعبان عبد السلام مهارة. علاقة بعض الصفات البدنية والقياسات الجسمية على مستوى إنجاز الوثب العالي بالطريقة الظهرية رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية طرابلس 1997.
- 12- عبد العال عباس وآخرون: التدريب الرياضي في المجال الرياضي، دار الجماهيرية للنشر، الطبعة الأولى، 1992.
- 13- علاء الدين محمد عليوه : الصحة في المجال الرياضي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1997 .
- 14- فاطمة محمد عبد المقصود : تحديد مستويات معيارية للمهارات الأساسية لكرة اليد للاعبات المستويات العليا ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنين بالزقازيق ، المجلد الرابع ، العدد السابع ، أغسطس ، 1987 .
- 15- قاسم حسن حسين : الأسس النظرية والعلمية في فعالية ألعاب الساحة والميدان للمراحل الثانية بكليات التربية الرياضية ، الموصل ، 1988 .
- 16- ليلي الباقي شحاتة حسنين : المحددات المورفولوجية والبدنية والسمات الدافعية المميزة لمسابقات إطاحة المطرقة وعلاقتها بمستوى الإنجاز الرقمي ، بحث منشور بالمجلة العلمية للبحوث والدراسات التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، 2001 .
- 17- محمد صبحي حسنين : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987 .
- 18- محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الثاني، دار الفكر العربي الطبعة الثالثة، 1996.

- 19-محمد صبحي حسنين : التقويم والقياس في التربية البدنية ، الجزء الأول ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
- 20-محمد صبحي حسنين : التقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط4 ، ج2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 .
- 21-محمد فتحي عبد الرحمن : العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية وإصابات الطرف السفلي للاعبين كرة القدم في مصر ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، 1982 .
- 22-نجوى إبراهيم علي صالح : الصفات البدنية والقياسات الانتروبومترية وبعض المتغيرات الفسيولوجية المميزة لمتسابقات المشي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 2002 .
- 23-نهاد إبراهيم العجمي : دراسة العلاقة بين السرعة الانتقالية وفرص التهديف في كرة القدم للناشئين تحت 19 سنة بمحافظة القاهرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1995 .
- 24-وائل السيد إبراهيم : وضع مجموعات اختبارات لقياس الصفة البدنية الخاصة المميزة للاعبين الأسكواش ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1997 .
- 25-Ritchard R, Athletics and the heayear book medical publisher, Inc , cncago . vol , 1987 .
- 26-Sills ,f , d : sciences &medicine of sport narper , ow .co 1985 .

## تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بشعبية البطنان

دكتور/ محمد مختار إخنيفر

### مقدمة ومشكلة البحث :

تضع التربية البدنية الحديثة نصب أعينها أهمية إعداد النشئ والطفل إعداداً قومياً سليماً، وتربيته تربية متزنة ، حتى يستطيع أن يفكر ويعمل وينتج ، وحتى يتمكن من أن يسهم في بناء مجتمعه عن وعي وفهم ، وبما أن الطفل هو النواة الأولى لأي مجتمع وعماد الثروة القومية البشرية لكل دولة ، لذا فإن التربية الحديثة تهتم بمساعدة الطفل على النمو الشامل المتزن في جميع النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ( 10 : 117 ) .

ونظراً لكون التلميذ المرحلة الابتدائية يتمتع بطاقة متدفقة ومستمرة نحو النشاط والحركة ، نجد أن التربية البدنية تعتبر مجالاً تربوياً خصباً ، وركيزة أساسية لإشباع حاجته للحركة والنشاط وبالتالي في المساهمة في تحقيق التربية الشاملة المتزنة ، حيث أن نشاط الطفل يعتبر همزة الوصل بين تفكيره والعمل الذي يقوم به ، كما أن تفكيره ينبثق من نشاطه الحركي .

إضافة لما سبق فقد أشار كل من فونير vonnieer (1973) ، كراتي cratty (1975) ، بوتشر pucher (1979) ، إلى أن ممارسة النشاط الحركي يساعد على نمو القدرات الحركية والبدنية والعقلية ، كما يتميز تلميذ هذه المرحلة بسرعة تتعلم المهارات الجسمية والحركية اللازمة كالجري والتسلق والقفز والتوازن والرشاقة ، كذلك يتميز بوجود توافق عصبي عضلي ( 6 : 272 ) ، ( 3 : 210 ) .

والألعاب الصغيرة أو الغرضية تحقق ذلك لإمكان استخدامها في دروس التربية البدنية والرياضية أو التدريب الرياضي أو المعسكرات والرحلات والشواطئ ... نظراً لتعددتها واتساعها وسهولة أدائها بما يتناسب مع جميع الأغراض والقواعد فهي لا ترتبط بزمن معين أو قوانين جامدة ، وهي كثيرة ومتنوعة تؤدي بأدوات وبدون أدوات ، كما أن أغراضها كثيرة ، فيمكن استخدامها لتنمية القدرات البدنية أو الحركية أو مهارة معينة أو غرض ترويحي ، وأن وجود عامل المنافسة فيها يؤدي إلى تنمية وتطوير القدرات البدنية بصورة جيدة ، علاوة على أنها تحل مكاناً مرموقاً في خطة التعليم الخاص بالمراحل التعليمية الأولى ، إذ تعد من الوسائل المفضلة في مجال إعداد الخصائص الحركية الأساسية ، ولتحسين القدرات البدنية ( 4 : 332 ) .

ونظراً لأهمية المرحلة السنية من 6 - 12 سنة وهي المرحلة الابتدائية والتي تعتبر من أهم مراحل البناء الجسماني إذ يمكن من خلالها تنمية وتطوير وتحسين القدرات البدنية بصورة ممتازة إذا ما تم وضع البرامج العلمية المخططة والمقننة والمبنية على أسس علمية لتلك الشريحة ، علاوة على أهمية هذه الشريحة من الناحية العددية ، فهي تمثل شريحة كبيرة من المجتمع ، يجب أن يتم وضعها في الاعتبار والعمل على إعداد البرامج

الرياضية التي تلبى احتياجات هذه الشريحة وتتوافق مع إمكانياتها البدنية والعقلية والحركية ، ولا تؤثر سلباً في خط نموهم ( 2 : 46 ) .

ومن خلال ما سبق ومن خلال عمل الباحث في أمانة التعليم فترة زمنية كبيرة ، ومن خلال ملاحظاته المستمرة فقد لاحظ نقص في القدرات البدنية لتلاميذ تلك المرحلة ، كما وجد من خلال متابعاته المستمرة لحصص التربية البدنية وجود نوع من الفروق من التلاميذ عند ممارسة التمرينات البدنية النمطية التي يستخدمها المدرسون من خلال المقررات الدراسية في جزء الإحماء أو الإعداد البدني بالحصص وذلك نظراً لرتابتها واعتمادها على التنظيم أو اتخاذ أوضاع معينة ، وخلوها في جميع الأحيان من الحركة والجري والمرح .

فقد ظهرت مشكلة البحث وهي وجود نقص في القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمدارس البطنان ( مجتمع البحث ) وقد قام الباحث بإجراء هذا البحث في محاولة من لتقديم نوع من النشاط البدني الحركي الذي يناسب احتياجات وميول وقدرات طفل هذه المرحلة السنية ، وذلك للمساعدة على رفع اللياقة البدنية للتلاميذ ، من خلال استخدام هذا النوع من النشاط نظراً لمميزاته المتعددة ، في محاولة لمعرفة أثر استخدام الألعاب التمهيدية (الصغيرة) على تنمية وتطوير بعض القدرات البدنية ( السرعة ، المرونة ، الرشاقة ، التوازن ) لتلاميذ العينة قيد البحث .

#### ماهية البحث :

هذا البحث محاولة من الباحث لمعرفة تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بشعبية البطنان خلال العام الدراسي 2006-2007ف.

وقد اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العشوائية من مدارس طبرق الابتدائية ، لقياس تأثير الألعاب التمهيدية على التلاميذ بها ، حيث أنه لم يجد من خلال قراءته من تناول هذا النوع من النشاط لهذه العينة في دراسة علمية .

#### أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى :

1- معرفة أثر استخدام الألعاب التمهيدية على مستوى القدرات البدنية قيد البحث .

2- التعرف على نسبة التغير في القدرات البدنية قيد البحث نتيجة لتطبيق الألعاب التمهيدية

#### فروض البحث :

في ضوء أهداف البحث وضع الباحث الفروض التالية :

يؤثر استخدام الألعاب التمهيدية إيجابياً على بعض القدرات البدنية للعينة قيد البحث .



1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من المجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات البدنية للعينة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية .

2-نسبة التغير في القدرات البدنية لدى المجموعة التجريبية أعلى من المجموعة الضابطة للعينة قيد البحث .

### الدراسات السابقة :

- دراسة : فؤاد رزق حكيم وعبد الرحمن عبد الباسط ( 1990 ) بعنوان " الألعاب الصغيرة المرتبطة بمسافات العدو والتتابعات وتأثيرها على بعض الدلالات الوظيفية والبدنية لتلاميذ المرحلة الأساسية " واستخدم المنهج التجريبي ، وأسفرت نتائج الدراسة على أن البرنامج المقترح أدى إلى تحسين الناحية الوظيفية للتلاميذ ( 11 : 168 ) .

- دراسة : صباح علي صقر ونادية رشاد داود ( 1994 ) وعنوانها " تأثير برنامج ألعاب صغيرة على اكتساب بعض المهارات الأساسية لرياضة المبارزة والسمات الشخصية لتلميذات المرحلة السنية من ( 11 - 13 ) سنة بمحافظة الإسكندرية ، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي ، وأسفرت النتائج عن أن تطبيق البرنامج المقترح قد أدى إلى اكتساب التلميذات للمهارات الأساسية بدرجة مرتفعة - إن تطبيق البرنامج كان له أثر فعال في تحسين بعض السمات الشخصية ( 7 : 211 ) .

- دراسة : دولت عبد الرحمن ( 1986 ) وعنوانها " أثر برنامج ألعاب صغيرة مقترح على رفع المستوى المهاري والمعرض في كرة السلة لتلاميذ المرحلة الابتدائية " ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وأسفرت النتائج عن أن البرنامج المقترح له أثر إيجابي على زيادة التقدم في مستوى المهارات الأساسية في كرة السلة قيد البحث - زيادة معلومات التلاميذ في قواعد وقوانين كرة السلة ( 12 : 198 ) .

### خطة وإجراءات البحث :

- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة ، وقد استعان بالتصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة ، مستخدماً القياس القبلي والبعدي لكلا المجموعتين .

- مجتمع البحث :

أشتمل مجتمع البحث على تلاميذ المرحلة الابتدائية بشعبية البطنان .

### عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقوامها ( 40 ) تلميذاً من الصفين الخامس والسادس الابتدائي من مدرسة ابن خلدون الابتدائية بطبرق .

## وسائل جمع البيانات :

أشتمل البحث على وسائل جمع البيانات التالية :

## أولاً الأجهزة العلمية :

- 1- جهاز الرستاميتير لقياس الطول والوزن .
- 2- جهاز قياس المرونة .
- 3- جهاز قياس التوازن .
- 4- ساعة إيقاف .

## ثانياً : الاختبارات المستخدمة :

- 1- اختبار العدو ( 30 ) متر من بداية متحركة لقياس السرعة الانتقالية ( بالزمن ) .
- 2- اختبار ثني الجذع أماماً من الوقوف لقياس المرونة ( بالسم ) .
- 3- اختبار الجري اللولبي لمسافة (45 قدم) (13.5 متر) لقياس الرشاقة (بالزمن) .
- 4- اختبار الوقوف بالقدم طولية على العارضة لقياس التوازن (بالزمن) (5 : 231).

## ثالثاً : الأدوات :

- 1- شريط قياس مرن ( بالسنتيمتر ) .
- 2- كرات طبية .
- 3- مجموعة ألعاب تمهيدية .

## خطوات التنفيذ :

قام الباحث باختيار عدد من الألعاب التمهيدية المناسبة للمرحلة السنية قيد البحث والتي تحتوي على أنشطة حركة ومنافسات ومشاركة جماعية وتستخدم الأدوات والأجهزة .

## الدراسات الاستطلاعية :

## - الدراسة الاستطلاعية الأولى :

تم إجراء هذه الدراسة على عينة مماثلة لعينة البحث ومن نفس مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية قوامها ( 5 ) تلاميذ وكان الهدف منها : ( تجربة الأدوات والأجهزة المستخدمة للوقوف على مدى

صلاحيتها ومناسبتها للاستخدام - تدريب المساعدين على إجراء الاختبارات وتسجيل النتائج - إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات ) .

#### - الدراسة الاستطلاعية الثانية :

تم إجراء هذه الدراسة على عينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية قوامها ( 20 ) تلميذاً خلال يومين من الدراسة الأولى وكان هدفها التعرف على : ( مدى مناسبة الألعاب التمهيدية وصلاحيتها وتقبل التلاميذ لها - مدى توفر الإمكانيات اللازمة للتنفيذ . وقد تبين من هذه الدراسة أن : ( الألعاب التمهيدية المختارة مناسبة للتلاميذ - ملائمة وتوافر الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البحث .

#### التكافؤ بين مجموعتي البحث :

لكي يتحقق التكافؤ بين مجموعتي البحث قام الباحث بالتالي :

1 - تقسيم عينة البحث ( 40 ) تلميذاً إلى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منها ( 20 ) تلميذاً .

2 - حساب السن بالشهر لمجموعتي البحث .

3- إجراء قياس اختبارات القدرات البدنية قيد البحث لكلا المجموعتين .

4- جدولة البيانات وكذلك حساب دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في كل المتغيرات وذلك للتأكد من تكافؤ مجموعتي البحث كما هو موضح بالجدولين (1،2) .

#### جدول ( 1 )

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات ( السن - الطول - الوزن ) ( ن=40 )

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	الدلالة
		ع	س	ع	س		
السن	شهر	6.92	132.95	6.45	132.75	0.094	غير دال
الطول	سم	4.22	138.75	5.09	126.50	1.52	غير دال
الوزن	كجم	5.45	30.500	5.42	30.35	0.088	غير دال

علماً بأن قيمة ( ت ) الجدولية عن مستوى دلالة ( 0.05 ) = 2.02 .

يتضح من الجدول السابق رقم ( 1 ) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير السن ، الطول ، الوزن ، مما يدل على تكافؤ مجموعة البحث .

## - القياس القبلي :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي لعينة البحث في الفترة من : 10 / 3 / 2007 إلى 13 / 3 / 2007 .  
لاختبارات القدرات البدنية قيد البحث كما هو موضح في الجدول التالي :

## جدول ( 2 )

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي في اختبارات القدرات البدنية  
( السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن ) ( ن=40 )

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	الدلالة
		ع	س	ع	س		
السرعة	ثانية	0.64	8.71	0.64	8.82	0.52	غير دال
المرونة	سم	2.70	19.00	2.26	19.65	0.58	غير دال
الرشاقة	ثانية	1.38	19.25	1.42	19.29	0.079	غير دال
التوازن	ثانية	5.92	8.40	5.41	8.10	0.17	غير دال

علماً بأن قيمة ( ت ) الجدولية عن مستوى دلالة ( 0.05 ) = 2.02 .

يتضح من الجدول السابق رقم ( 2 ) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في نتائج الاختبارات البدنية قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين .

## - تنفيذ أنشطة الألعاب التمهيدية :

قام الباحث بتنفيذ أنشطته الألعاب التمهيدية المختارة في الفترة من 20 / 3 / 2007 إلى 21 / 5 / 2007 وقد راعى التالي :

- الالتزام بالوقت المخصص لكل جزء من أجزاء الدرس كما وضعه الباحث .
- الاستعانة بمدرس التربية البدنية بالمدرسة وبعض الزملاء من أعضاء هيئة التدريس بقسم التربية البدنية أثناء تنفيذ الأنشطة .
- استغرق التنفيذ ( 12 ) أسبوعاً بواقع مرتين في الأسبوع .
- قسم الباحث الحصة ( 45 ) دقيقة إلى ( 8 ) دقائق للجزء التمهيدي و ( 7 ) دقائق للجزء الختامي .
- قام الباحث بأخذ العينة مرتين في الأسبوع بدل مرة واحدة وهو المتبع لظروف البحث .
- جدولة البيانات ومعالجتها إحصائياً :

وجاءت هذه الخطوة بعد أن قام الباحث بإجراء القياس البعدي للمجموعتين التجريبيية والضابطة في اختبارات القدرات البدنية قيد البحث حيث قام بجدولة البيانات ومعالجتها إحصائياً حتى يمكنه استخلاص نتائج البحث ومناقشتها .

#### - الأسلوب الإحصائي المستخدم :

المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار ( ت ) لدلالة الفروق بين المتوسطات - معامل الارتباط - نسبة التحسن ) .

#### - عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

أولاً : عرض نتائج البحث : لتحقيق أهداف البحث واختباراً لفروضه يعرض الباحث النتائج كما يلي :

#### جدول ( 3 )

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات القدرات البدنية ( ن = 20 )

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة (ت)	الدلالة
		ع	س	ع	س				
السرعة	ثانية	0.64	8.82	0.90	7.68	1.14	0.51	9.97	دال
المرونة	سم	3.36	19.65	3.49	20.00	0.35	1.09	1.44	غير دال
الرشاقة	ثانية	1.42	19.29	1.10	17.28	1.80	1.34	6.00	دال
التوازن	ثانية	5.40	8.10	4.78	8.94	0.84	2.49	0.29	غير دال

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) = 2.09

يتضح من الجدول السابق رقم ( 3 ) وجود فروق فردية دالة إحصائياً بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في قدرتي ( السرعة والرشاقة ) عند مستوى ( 0.05 ) لصالح القياس البعدي ، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في قدرتي ( المرونة والرشاقة ) .

#### جدول ( 4 )

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات القدرات البدنية ( ن = 20 )

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة (ت)	الدلالة
		ع	س	ع	س				
السرعة	ثانية	0.64	8.71	0.33	6.29	2.42	0.59	18.26	دال

المرونة	سم	19.00	2.70	10.00	4.60	9.00	7.08	18.30	دال
الرشاقة	ثانية	19.25	1.38	14.83	0.90	4.42	1.40	14.01	دال
التوازن	ثانية	8.40	5.92	23.90	11.20	15.50	7.03	9.85	دال

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) = 2.09 .

يتضح من الجدول السابق رقم ( 4 ) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في القدرات البدنية ( السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن ) للمجموعة التجريبية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) لصالح القياس البعدي .

### جدول ( 5 )

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات البدنية ( ن = 40 ) .

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ( ت )	الدلالة
		ع	س	ع	س		
السرعة	ثانية	0.33	6.29	0.90	7.68	46.06	دال
المرونة	سم	4.60	10.00	3.49	20.00	23.22	دال
الرشاقة	ثانية	0.95	14.83	1.10	17.28	7.69	دال
التوازن	ثانية	11.20	23.90	4.78	8.94	5.86	دال

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) = 2.02 .

يتضح من الجدول السابق رقم ( 5 ) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في القدرات البدنية ( السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن ) لصالح المجموعة التجريبية .

### جدول ( 6 )

نسبة التغير المئوية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات البدنية

المتغير	نسبة التغير للمجموعتين	قيمة ( ت )
---------	------------------------	------------

	الضابطة %	التجريبية %	
14.86	12.92	27.78	السرعة
45.59	1.78	47.37	المرونة
13.48	9.48	22.96	الرشاقة
75.64	9.39	66.24	التوازن

يتضح من الجدول السابق رقم ( 6 ) أن نسبة التغير للمجموعة التجريبية أكبر من نسبة التغير للمجموعة الضابطة في كل من ( السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن ) حيث بلغت على التوالي ( 14.86 - 45.59 - 13.48 - 75.64 ) .

#### ثانياً : تفسير نتائج البحث ومناقشتها :

بعد عرض النتائج يقوم الباحث بتفسير هذه النتائج ومناقشتها من حيث تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تنمية بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة قيد البحث على النحو التالي :

من الجدول رقم ( 3 ) يتضح أن هناك فروق فردية دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في قدرتي ( السرعة - الرشاقة ) لصالح القياس البعدي حيث أن ( ت ) المحسوبة أكبر ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) وهذا يعني تحسن السرعة وتنمية الرشاقة لدى تلاميذ المجموعة الضابطة .

ويؤكد ذلك دراسة عبد المنعم إبراهيم طه ( 1978 ) بأن السرعة والرشاقة تتحسن وتتطور في هذه المرحلة السنية نظراً لنضج الجهاز العصبي وعمل العضلات الكبيرة بصورة أكبر في المرحلة السنية ( 9 : 13 ) سنة . ( 9 : 115 ) .

بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في قدرتي ( المرونة - والتوازن ) إذ أن قيمة ( ت ) المحسوبة عند مستوى دلالة ( 0.05 ) مما يوضح ضعف تأثير البرامج المتبعة بالمدرسة في حصة التربية البدنية ، وقد أرجع الباحث ذلك لعدم اهتمام المقررات باستخدام الألعاب التمهيدية لتلك المرحلة بما يناسبها ويحسن من أدائها . ويؤكد ذلك دراسة إبراهيم حنفي شعلان ( 2000 ) إن استخدام الألعاب التمهيدية وفق شروط الأداء المتنوع والمختلف كالتغير في التشكيلات والأدوات يؤدي إلى زيادة الإقبال عليها وبالتالي تحسن القدرات المهارية ( 1 : 22 ) .

ومن الجدول رقم ( 4 ) يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات البدنية ( السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن ) لصالح القياس البعدي ، إذ أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمة ( ت ) الجدولية وهذا يعني تحسن وتطور القدرات البدنية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية والتي قامت بتنفيذ أنشطة الألعاب التمهيدية خلال الدرس .

ويتفق ذلك مع دراسة " فؤاد رزق حكيم وعبد الرحمن عبد الباسط " ( 1990 ) على أن استخدام الألعاب الصغيرة له أثر إيجابي على تحسين النواحي البدنية والوظيفية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ( العينة قيد البحث ) .

من الجدول رقم ( 5 ) يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في القدرات البدنية ( السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن ) لصالح المجموعة التجريبية ، إذ أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ، وهذا يدل على تقدم المجموعة التجريبية نتيجة لاستخدام الألعاب التمهيدية في جزء الإحماء والإعداد البدني ، ويؤكد ذلك دراسة " إبراهيم حنفي شعلان " ( 2000 ) بأن استخدام الألعاب التمهيدية بأسلوب متدرج وملئم لمستوى النضج لدى الناشئين يعمل على تحسين عناصر الأداء البدني والمهاري والخططي وإن تكرار أداء الألعاب التمهيدية ضمن الوحدات التدريبية اليومية والأسبوعية يعد أحد العوامل الهامة في الارتقاء بمستوى الناشئين ( 1 : 22 )

وبذلك يتحقق الغرض الثاني للبحث والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من المجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات البدنية لصالح المجموعة التجريبية .

ومن الجدول رقم ( 6 ) يتضح أن نسبة التغير في القدرات البدنية لدى المجموعة الضابطة حيث أنه توجد فروق في نسبة التحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ، وبذلك يكون الغرض الثالث الذي ينص على أن نسبة التغير في القدرات البدنية لدى المجموعة التجريبية أعلى من نسبة التغير للمجموعة الضابطة ، وقد أرجع ذلك إلى استخدام الأسلوب العلمي في تخطيط النشاط وحسن اختيار الألعاب التي تتناسب وقدرات واحتياجات وميول ورغبات تلاميذ المرحلة الابتدائية ، والتي يتوار فيها عناصر المنافسة والابتكار وتحدي القدرات بشكل مناسب لطفل هذه المرحلة ، الأمر الذي يجعل إقباله شديد على ممارستها والاستفادة منها ( 2 : 24 ) .

#### الاستخلاصات :

في ضوء نتائج البحث وفي حدود خطة البحث وإجراءاته أمكن التوصل إلى الآتي : -

1- أثبت استخدام الألعاب التمهيدية فعالية كبيرة في تأثيره على القدرات البدنية قيد البحث لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية عينة البحث .

2- إن إدخال الألعاب التمهيدية في درس التربية البدنية بالشكل المناسب يمكن أن يكون بديلاً ناجحاً لتنمية وتحسين وتطوير القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية أكثر من عائد التمرينات النمطية .

3- إن استخدام الألعاب التمهيدية بصورة مستمرة ومتدرجة وملئمة لمستوى نضج التلاميذ قد حقق الهدف البدني علاوة على الجانب الانفعالي والاجتماعي .

4- أرجعت الدراسة نسبة التحسن والتطور الكبيرة إلى وجود عنصر المنافسة في معظم الألعاب التمهيدية الأمر الذي جعل التلاميذ يؤدونها بشكل ممتاز مما رفع من قدراتهم البدنية بهذه الصورة .



## التوصيات :

في ضوء أهداف البحث ونتائجه وفي حدود عينة البحث يوصي الباحث بالآتي :

- 1 -تطبيق استخدام الألعاب التمهيدية المناسبة خلال أجزاء درس التربية البدنية ( الإحماء - الإعداد البدني - الختام ) .
- 2 -ضرورة الاهتمام بالبحث عن الألعاب التمهيدية والشعبية وتطويرها بما يتناسب مع العصر الحالي وإدراجها ضمن مقررات التربية البدنية بأقسام وكليات التربية البدنية .
- 3 -تنفيذ بطولات ومسابقات بالمدارس الابتدائية في اللعب التمهيدية والشعبية واستخدامها كنشاط بنائي تروحي لتنمية وتطوير القدرات البدنية لهذه المرحلة .
- 4 -إجراء دراسات مشابهة على عينات ومراحل سنوية أخرى لمعرفة أثر الألعاب التمهيدية على النواحي البدنية والحركية والاجتماعية والمهارية على هذه المراحل .

## المراجع

- 1 - إبراهيم حنفي شعلان : تأثير اللعب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء لناشئ كرة القدم ، إنتاج علمي ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، المجلة العلمية ، العدد ( 32 ) ، 2000 م .
- 2 - أشرف عبد المنعم أحمد : تأثير برنامج جمباز موانع على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، 1989م .
- 3 - حامد زهران : علم النفس النمو الطفولة والمراهقة ، ط 4 ، عالم الكتب للنشر ، القاهرة ، 1990 .
- 4 - كمال عبد الحميد ، زينب فهمي : كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس ، دار الفكر العربي ، ط 2 ، 1982 م .
- 5 - محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، الجزء الأول ، ط 3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1995 م .
- 6 - مكارم حلمي أبوهرجه : أثر استخدام جمباز الألعاب الإيقاعي على القدرات الإدراكية الحركية والذكاء لأطفال الريف المصري ، مجلة العلوم التربوية لكلية التربية والتربية البدنية - جامعة المنيا ، 1986 م .

- 7 - صباح علي صقر ، نادية رشاد داود : تأثير برنامج ألعاب صغيرة على اكتساب بعض المهارات الأساسية لرياضة المبارزة والسماط الشخصية لتلميذات المرحلة السنية من ( 11 : 13 ) سنة بمحافظة الإسكندرية ، المؤتمر العلمي الأول ، الرياضة في مصر ... الواقع والمستقبل ، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة أسيوط ، 1994م .
- 8 - عبد المنعم إبراهيم هريدي : أثر دور الحضارة على بعض عناصر اللياقة البدنية ( السرعة - القوة - الشاقة ) رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، 1978 م .
- 9 - عزيزة عبد الرحمن عبد القادر : تأثير برنامج مقترح لجمباز الموانع على المستوى المهاري والبدني والمعرفي في الجمباز لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، المجلد الرابع ، كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، 1988 م .
- 10 - فؤاد رزق عبد الحلیم ، عبد الرحمن عبد الباسط : الألعاب الصغيرة المرتبطة بمسافات العدو والتتابع وتأثيرها على بعض الدلالات الوظيفية والبدنية لتلاميذ المرحلة الأساسية ، كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، 1990 م .
- 11- دولت عبد الحميد : أثر برنامج ألعاب صغيرة مقترح على رفع المستوى المهاري والمعرض في كرة السلة لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، المؤتمر العلمي الأول ، دورة التربية الرياضية في المجتمع المصري المعاصر ، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية ، 1986 .

جامعة الفاتح  
كلية التربية البدنية

بحث بعنوان

استخدام تقنيات الحاسوب والانترنت في العملية التعليمية وفي المجال الرياضي

د . حمدي داود سلمان

أ. أحمد العرضاوي

د. الهادي أحمد عبد السيد

المقدمة:

قدمت التكنولوجيا الحديثة وسائل وأدوات لعبت دوراً كبيراً في تطوير أساليب التعليم والتعلم في السنوات الأخيرة، والتي من شأنها أن توفر المناخ التربوي الفعال الذي يساعد على إثارة اهتمام الطلاب وتحفيزهم ومواجهة ما بينهم من فروق فردية بأسلوب فعال . وباستمرار الثورة التقنية في الاتساع والانتشار أنتجت الحاسوب الذي يمثل نقلة نوعية بل تحدياً لكل ما سبقه من ابتكارات أو أدوات يمكن أن نستخدمها في حياتنا اليومية ، ولم يكن علماء التربية بمنأى عن التطورات اليومية الجارية فقاموا بالبحث والتجريب للتعرف على القدرات التعليمية الكامنة في إمكانية الحاسوب المتعددة والمتشعبة ( 2 ، 38).

تسعى المجتمعات إلى الرقي بمستوى مواطنيها في مختلف المجالات . وذلك من أجل إعداد الكوادر المتخصصة والقادرة على الإنجاز والمساهمة بفاعلية في تقدم مجتمعا. ونتيجة لتدفق المعلومات مع تعدد مجالاتها خاصة في مجال التعليم والتعلم، مع كثرة المستهدف واستخدام الأساليب التقليدية والذي يؤدي إلى طول فترة الإعداد، وقد لا تحقق النتيجة المرجوة. ويظهر الأجهزة والتقنيات الحديثة أدت إلى فاعلية تعلم وتعليم المقررات الدراسية سواء كانت نظرية أو تطبيقية ( 3 : 12).

كما أكد بوشر (Bucher) (1979) على أهمية استخدام التقنيات التعليمية في العملية التعليمية/التعلمية. وان الاستعانة بها جعل هذه العملية أكثر فاعلية وتأثيرا. كما أنها تتيح فرصاً أكثر لتوصيل الخبرات للمتعلم ( 14 : 310).

وقد أشارت بحوث كل من مصطفى السائح محمد، صلاح أنس (2000)، دلال علي حسن، زينب ابوبكر (1996) ، إلى أن التقنيات التعليمية في تفاعلها مع العملية التعليمية تمثل أهمية كبيرة في معالجة ونقل المناهج وإثراء العملية التعليمية /التعلم من خلال إسهامها بفاعلية في تحسين الأداء الحركي والتحصيل المعرفي والتذكير العقلي (14:444).

ومما يزيد من تأثير هذه الأهمية أن البحوث التي أجريت في مجالي التعليم/التعلم بشكل عام أوضحت أن (83%) من عمليتي التعليم/التعلم تتم خلال حاسة البصر وان نسبة (11%) من هذه العملية تتم من خلال حاسة السمع وان أقل من نسبة (6%) من خلال الحواس الأخرى ( 4 : 29) .

يعيش العالم اليوم ثورة علمية تكنولوجية ، ويشهد انفجارا معرفياً و معلوماتياً، وأصبحت التغيرات التي يمر بها العالم مرتبطة بالتدفق السريع في المعلومات والإمكانيات الهائلة لتخزينها ومعالجتها .

وباعتبار الحاسب الآلي ناتجاً من نواتج التقدم العلمي والتقني المعاصر ، و أحد الدعائم التي تساهم بفاعلية في هذا التقدم العلمي ؛ مما جعله في الآونة الأخيرة محور اهتمام رجال التربية والمهتمين بالعملية التعليمية والتعلمية ، والتأكيد على استخدامه سواء في الإدارة المدرسية أو التدريس وخاصة في المجال الرياضي، لأنه إذا ما استخدم في المكان المناسب وفي الوقت المناسب يمكن أن يحقق المستهدف مع الاقتصاد في الجهد والوقت والوصول إلى النتائج المقررة ( 2 : 42).

يمكن تعريف الحاسوب " Computer " بأنه آلة إلكترونية يمكن برمجتها لكي تقوم بمعالجة البيانات وتخزينها واسترجاعها وإجراء العمليات الحسابية والمنطقية عليها . وجهاز الحاسوب يقوم بتحليل وعرض ونقل المعلومات Information أشكالها المختلفة ، والمعلومات لها أشكال متنوعة قد تتمثل على هيئة أرقام أو

أحرف للنصوص المكتوبة أو المرسومة وصور وأصوات أو حركة كما في الأفلام والكتابات المتحركة ( 11 )  
: ( 112 ) .

ويستخدم الحاسوب في التعليم بأحد الأشكال التالية:

1. **التعليم الفردي** : ( يعنى بتقديم تعليم يراعي ما بين المتعلمين من فروق فردية بحيث يجد كل متعلم الفرصة ليتعلم وفق احتياجاته وقدراته واهتماماته) و هو يتولى كامل عملية التعليم والتدريب والتقييم أي يحل محل المعلم.
2. **التعليم بمساعدة الحاسوب** : وفيها يستخدم الحاسوب كوسيلة تعليمية مساعدة للمعلم يمكن من خلاله تصميم وعرض الدروس و تصميم الوسائل التعليمية و عمل تطبيقات محددة و تشغيل السبورة الالكترونية واستخدام التحليل الحركي في المجال الرياضي.
3. **مصدراً للمعلومات** : يمكن تخزين المعلومات والاستعانة بها عند الحاجة، سواء كانت أرقام أو إحصائيات ، المتعلقة بالطالب أو الأمور الإدارية.

أهمية البحث :

لقد كان لظهور الحاسوب كنتاج لتقدم العلم وتطبيقاته أثره الايجابي في الكثير من مجالاتنا الحياتية. والتي من أهمها المجال التربوي والتعليمي وذلك من خلال ما يشهده من تطوّر باستخدام الحاسب الآلي واهتمام الكثير من دول العالم بذلك. وقد تم تصميم العديد من البرامج التربوية ،أجريت العديد من الدراسات وتنفيذ العديد من المشروعات حتى أصبح الحاسوب من الوسائل التعليمية معترف بها لمساعدة المتعلم على زيادة التحصيل مع تنمية الكثير من المهارات والاقتصاد في الوقت والجهد في الكثير من المرافق التعليمية/التعليمية وقد أجريت العديد من الدراسات التي أثبتت أهمية الحاسوب وفاعليته في تسهيل عمليتي التعليم/التعلم والتي نذكر منها:

أندرول Androll (1976). تناول بالدراسة دور الحاسوب في تنمية مهارات حل المشاكل ، توماس ، جاكلين Tomas and Jacqueline (1982) دراسة عن إمكانية استخدام الحاسوب بأسلوب المحاكاة كاستراتيجية تعليمية كما قام فوكس Fox (1989) دراسة مقارنة بين طريقة الحاسوب و الطريقة التقليدية (المحاضرة) وقام بيلي، وراندي Bailey and Randy (1989) دراسة هدفت إلى معرفة مدى إسهام الحاسوب كوسيلة تعليمية في تنمية مهارة اتخاذ القرار. ويمكن إيجاز أهمية البحث في الأتي:

#### 1. التفاعلية :

يقوم الحاسوب بالاستجابة للحدث الصادر عن المتعلم فيقرر الخطوات التالية بناءً على اختيار المتعلم ودرجة تجاوبه.

#### 2. تحكم المتعلم بالبرنامج :

لدى المتعلم الحرية في تعلم ما يشاء متى شاء وله أن يختار الفقرة التي يريد تعلمها ويرها مناسبة له.

#### 3. نقل المتعلم من دور المتلقي إلى مستنتج:

إن استخدام الحاسوب في العملية التعليمية/التعلمية يساعد على أن ينقل المتعلم من دور المتلقي للمعلومات والمعارف والمفاهيم من قبل المعلم إلى مستنتج لهذه المفاهيم والفرضيات من خلال المعلومات والبيانات التي يقدمها له البرنامج حول الموضوع ويقود المتعلم إلى استنتاج الفرضية أو المفهوم.

#### 4.الإثارة والتشويق :

إن وجود الإثارة والتشويق في العملية التعليمية/التعلمية أمر هام جدا وعنصر له دور أساسي في التفاعل الجيد بين المتعلم والمادة العلمية، والحاسوب تتوفر فيه هذه الصفة حيث يتم مراعاة وجودها عند تصميم البرامج التعليمية/التعلمية التي تحاول جذب المتعلم إلى التعلم دون ملل أو تعب.

#### أهداف البحث :

يهدف البحث إلى دعم المنهج التعليمي من خلال استخدام تقنيات العصر وجعل الحاسب الآلي أداة مساندة للتعليم/التعلم ، وتوسيع قاعدة استخدام الحاسب الآلي لتشمل جميع المراحل ، لتأهيل جيل قادر على محاكاة العصر واحتياجاته ، علاوة على اعتماد أسلوب التعلم التفاعلي والذاتي كأسلوب أساس في جميع المراحل الدراسية (7: 109) .

يوجد الكثير من المزايا التي ظهرت من خلال عدد كبير من الدراسات والأبحاث التي أجريت في مجال استخدام الحاسوب في العملية التعليمية وفي المجال الرياضي ومنها (7 : 182):

1. إنشاء بيئة تعليمية نشطة وتفاعلية بين الآلة والإنسان
2. تنمية مهارات الطلاب لتحقيق الأهداف التعليمية
3. تنمية اتجاهات الطلاب الإيجابية نحو المواد التي يرونها صعبة ومعقدة مثل الإحصاء والميكانيكا والتطبيقات الأخرى.
4. العرض بالصوت والصور والحركة والرسم والنموذج مما يوفر خبرة للطلاب أفضل من الطريقة التقليدية
5. تقليل نسبة الملل والسأم بين الطلاب من التعلم
6. توفير فرص التعلم الفردي بين الطلاب
7. يساعد على مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب
8. يساعد على نقل عملية التعليم والتعلم إلى المنزل لاستمرار اكتساب المهارات
9. يوفر قدر كبير من الأنشطة المختلفة والبرامج المتنوعة التي تساعد على اكتساب معلومات خارج المادة الدراسية.
10. يختزن المعلومات ويقوم بعدد كبير من العمليات مثل عرض الحركة ومراحل تعلمها.
11. أداء الوظائف والأعمال أسرع من المدرس
12. يوفر عنصر الإثارة والتشويق في درس التربية البدنية.

#### الجانب النظري :

تطورت أساليب استخدام الحاسوب في التعليم وأصبح الاهتمام الآن مركزاً على تطوير الأساليب المتبعة في التدريس بمصاحبة الحاسوب أو استحداث أساليب جديدة يمكن أن يساهم من خلالها الحاسوب في تحقيق بعض أهداف المواد الدراسية.

وقد صنف (روبرت تايلور 1980م) استخدامات الحاسوب التعليمية إلى ثلاثة أدوار وهي :

1. الحاسوب كموضوع للدراسة: ويشمل على مكونات الحاسوب ومنطقته وبرمجته وهو ما يعرف بثقافة الحاسوب وفي هذا تكون المعرفة شأنها شأن القراءة والكتابة والمواد الأخرى .
2. الحاسوب كأداة إنتاجية: والذي يعمل كوسيط وتمكنه من ذلك برمجيات التطبيقات خالية المحتوى والأغراض المتعددة مثل معالجات النصوص ((Word Processors) ، واللوحات الجدولية ، والرسومات وبرمجيات الاتصال (Communication Programs)
3. الحاسوب كوسيلة تعليمية ويعني التعلم بمساعدة الحاسوب بهدف تحسين المستوى العام لتحصيل الطلاب الدراسي وتنمية مهارات التفكير وأسلوب حل المشاكل مما يساهم في تطوير أساليب تعلم المهارات الحركية في المجال الرياضي(8: 62) .

أما الدكتور إبراهيم عبد الوكيل الفار (2002) فقد قسم استخدامات الحاسوب في التربية إلى

ثلاث مجالات وهي:

- أ- مجال التعليم/التعلم: وهو المجال الذي تنحصر فيه استخدامات الحاسوب في عملية التعليم والتعلم سواء كان الحاسوب عوناً للمدرس أو عوضاً عنه أو معلم للتفكير.
- ب- مجال الإدارة: في هذا المجال توفر برمجيات الحاسب الآلي طريقة لإدارة العملية التعليمية بواسطة الحاسوب من خلال أنظمة: للإدارة المدرسية - إدارة المكتبات ونظم المعلومات - الخدمات التربوية .

الحاسوب هدفاً تعليمياً/تعليمياً في حد ذاته: ويدخل في هذا المجال تقديم الحاسوب للمادة العلمية في

إحدى الصور التالية ( 2 : 72 ) :

- أ- مقررات لمحو أمية الحاسوب أو الوعي فيه.
  - ب- مقررات تقدم للمعلمين والتربويين لعصر المعلومات
  - ت- مقررات لإعداد المتخصصين في علم الحاسوب.
- ومما سبق يمكن تصنيف برامج الحاسوب المستخدمة في التعليم إلى ثلاثة أنواع رئيسية هي ( 2 )

: ( 81 ) :

1. استخدام الحاسوب كمادة تعليمية/ تعليمية
2. استخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية /تعليمية

### 3. استخدام الحاسوب في إدارة العملية التعليمية والتدريسية

وقد أكدت كثير من الدراسات إلى إمكانية تحسين التعليم/التعلم باستخدام الحاسوب وتوفير تفاعلاً واستيعاباً أفضل للمتعلم . كما أشارت الدراسات إلا أن التعليم باستخدام الحاسوب يمتاز بميزات عدة من أبرزها :

1. توفير فرصاً كافية للمتعلم للعمل بسرعه وقدراته الخاصة، وتزويده بالتغذية الراجعة الفورية في المجال الرياضي.
2. التشويق والمرونة باستخدامه بالمكان والزمان والكيفية المناسبة.
3. يساهم بزيادة ثقة المتعلم بنفسه وينمي المفاهيم الإيجابية للذات لدى المتعلم.

وسيمت التطرق لاستخدام تقنيات الحاسوب والانترنت في العملية التعليمية/التعلمية وفق التالي ( 11 : 58

:(

أولاً : تطبيقات الحاسوب في العملية التعليمية

ثانياً : أنماط البرمجيات التعليمية:

ثالثاً : الإنترنت و التعليم /التعلم

أولاً : استخدام الحاسوب لحل بعض المشكلات التعليمية المعاصرة "تطبيقات

الحاسوب في العملية التعليمية/التعلمية "

#### 1- التطبيقات الإدارية Administrative Application

توجد برامج خاصة بالإدارة تستخدمها إدارات المدارس والمعاهد والكليات والجامعات بتسجيل النواحي المالية والإدارية وسجلات الموظفين والطلاب وهذا يساعدها على التخلص من الكم من الأوراق والملفات التي تحتاج إلى مساحات كبيرة لحفظها وتحتاج إلى جهد للتعامل معها ومراجعتها.

وهذه البرامج تساعد المسؤولين في إدارات المؤسسات التعليمية إلى الرجوع إليها في أي وقت بسرعة كبيرة وبسريرة تامة ومعرفة سجل كل طالب ووضع في المدرسة أو الجامعة وتوفر نظام جيد لا يأخذ وقت أو جهد كبير، وكذلك تساعد على وضع الجداول الدراسية وتخطيط نظام المؤسسة التعليمية بشكل واضح وجيد ( 11 : 67 ).

## 2 - تطبيقات تخطيط المناهج: Curriculum Planning Application

### أ- ملف مصادر المعلومات:

توجد برامج خاصة لإنشاء ملفات خاصة بمصادر المعلومات المتوفرة في المدرسة وفي المدارس الأخرى مثل : الكتب ، أشرطة الفيديو ، التسجيلات الصوتية، النماذج، وجميع المصادر التعليمية التي تحتاجها العملية التعليمية . وفي حالة وجود شبكة بين المدارس أو المؤسسات التعليمية في المنطقة فإن بإمكان جميع المدرسين معرفة المصادر المتوفرة في المدارس و الكليات الأخرى ، وهذا يؤدي إلى التعاون فيما بينهم وتبادل المصادر والخبرات التعليمية ( 11 : 79 ) .

### ب - ملف إنتاج المواد التعليمية:

وجود ملف رئيسي يحتوي على المواد التعليمية التي أنتجت في المنطقة مثل أوراق العمل ومفردات المقررات والواجبات وغيرها مما يساعد المدرسين للاستفادة من خبرات غيرهم في إنتاج المواد التعليمية المستخدمة ( 11 : 80 ) .

## 3 - تطبيقات البحث التربوي Research Application

ومن ذلك البرامج الإحصائية التي تساعد في تحليل البيانات وإجراء العمليات الإحصائية المطلوبة في البحث .

كذلك بالإمكان توفير معلومات عن الأبحاث التي أجريت في شتى المجالات المختلفة و التي تساعد المدرسين على اختيار الأبحاث المناسبة التي تتناسب مع وضعهم التعليمي وخبراتهم والإمكانيات المتاحة لهم ( 11 : 82 ) .

## 4 - تطبيقات تطوير المهنة Professional Development Application

أن برامج التدريب والتطوير والتي تنتج خاصة للمدرسين لتطوير مهاراتهم التدريسية . وهذه البرامج بإمكانهم الحصول عليها وهم في مواقع عملهم وهي تساعدهم في تصميم برامج وحلقات تدريسية وغيرها . ومع توفر البرامج المتطورة الخاصة بالرسوم والصور والفيديو تجعل من السهل أن تنتج برامج تدريبية وتطويرية وتوجه لهم في المؤسسات التعليمية بواسطة الحاسب ( 11 : 89 ) .

## 5 - تطبيقات للمكتبة Library Application

غالبا ما توجد بكل مؤسسة تعليمية/تعليمية مكتبة قد تكون صغيرة أو زاخرة بكل المعارف حسب حجم هذه المؤسسة أو تلك ، تحتوي وسائل سمعية وبصرية، وأصبح وجود الحاسوب في هذه المكتبات من المتطلبات الأساسية لتأسيسها وذلك لفتح ملفات خاصة بالكتب الموجودة والدوريات والأبحاث والميكروفيش أو الميكروفيلم . البحث أو الاختبار ( 11 : 92 ) .

## 6 - تطبيقات الخدمات الخاصة: Special Services Application

أ- إرشاد مهني : قد يحتاج طلاب المعاهد والكليات والجامعات إلى الإرشاد المهني الذي قد يدلهم إلى الأماكن التي تتوفر فيها فرص العمل وتتناسب مع وضعهم الأكاديمي وخبراتهم السابقة ( 11 : 95 ) .



ب- من خلال تشخيص ومعالجة: بالإمكان تقديم معلومات مهمة لتشخيص ومعالجة بعض المشاكل التعليمية . من خلال تقييم الحالة بمقارنة المعلومات المعطاة عن المشكلة مع المعلومات الموجودة في الحاسب ويستطيع الحاسب أن يعطي معلومات مهمة تعمل على حل هذه المشكلة ( 11 : 97 ) .

#### 7- تطبيقات الاختبارات: Testing Application

أ - من خلال بناء الاختبار: المعلم دائما يحتاج لبعض المساعدات في بناء اختبار مناسب لتقييم طلابه وتوجد برامج خاصة تحتوي على عدد كبير من الأسئلة وعندها يقوم المدرس بتحديد نوعية وكمية الأسئلة و نموذج إجابتها.

ب- من خلال تصحيح الاختبار: سواء أعد الاختبار بواسطة الحاسوب أو بغيره فإنه بالإمكان تصحيحه بواسطة الحاسوب باستخدام ورقة الإجابة النموذجية مع إجابات الطلاب في أوراق خاصة للتعامل مع الحاسوب.

ج- من خلال تقييم وتحليل الاختبار: ومن خلال النتائج المخزونة في الحاسوب لأوراق الطلاب التي تم تصحيحها بإمكان الحاسوب أن يقوم بعدد من التحليلات ليعطيها معلومات عن قوة الاختبار ويقوم بعمل مقارنات بين نتائج المجموعات المختلفة ( 11 : 102 ) .

#### 8- تطبيقات المعينات التعليمية Instruction Aid Application

يمكن استخدام الحاسوب في البيئة التعليمية/التعلمية مثل أي وسيلة سمعية بصرية مثل: الرسوم والنماذج وعرض الفيديو وعرض الصور الثابتة والشرائح وغيرها . و برامج المحاكاة التي تعرض التجارب العلمية التي من الصعب أن يتم القيام بعمل عرض حقيقي لها في الفصل الدراسي ( 11 : 105 ) .

#### 9- تطبيقات إدارة التدريس Instruction Management Application

أن برامج الحاسوب متوفرة لمساعدة المدرس حيث بالإمكان حفظ الأنشطة التدريسية لكل مادة أو موضوع على الحاسوب ويقوم المدرس بتوزيع الطلاب على أجهزة الحاسب ويطلب من كل منهم نشاط معين حسب قدراته واستعداداته وميوله.

#### 10- تطبيقات التعلم بمساعدة الحاسوب Computer Assisted Learning Application

هذه التطبيقات تساعد المعلم على استخدام الحاسوب في العملية التعليمية وأن يقوم الحاسب بدور كبير في عملية التدريس . يوجد كثير من البرامج في جميع التخصصات وهذه البرامج بالإمكان الاستفادة منها في تدريب الطلاب واستخدامها لمساعدة المدرس في القيام بدوره على أكمل وجه.

#### 11- ثقافة الحاسوب Computer Assisted learning Application

إن ثقافة الحاسوب من ضروريات العمل على الحاسب الآلي ، فالمعلم في الوقت الحاضر يحتاج أن يتعرف على التقنيات الحديثة وأن يكون لديه فهم عام عن الحاسبات وتطبيقاتها في العملية التعليمية وفي الحياة

بشكل عام . إن معرفته بما يمكن أن يقوم به الحاسوب وما لا يمكن أن يقوم به لأمر مهم جدا حتى يتمكن من الاستفادة من تكنولوجيا الحاسوب بشكل جيد وأن يستفيد من هذه التقنية قدر الإمكان . وهناك الكثير من البرامج التي تقوم بهذه المهمة وتعطي معلومات كاملة عن الحاسب الآلي ودوره في الحياة بشكل عام وفي العملية التعليمية بشكل خاص .

## 12- علم الحاسوب Computer Science Application

إن ثقافة الحاسوب تعطي معلومات عامة عن هذه التقنية، ولكن في مجال علم الحاسوب قد تكون البداية في المرحلة الثانوية وما بعدها حيث أنها تركز على التعمق في دراسته من حيث صناعته وعمله و برمجته، وهذا المجال يكون الأقرب لمن يتخصصون في تكنولوجيا الحاسوب.

### ثانيا : أنماط البرمجيات التعليمية:

أصبح الحاسب أداة مألوفة في المؤسسات التربوية، سواء في إدارة المدرسة حيث يقوم بمهام إدارية تتعلق بالاختبارات وشئون الطلاب والعاملين أو في مكتبة المدرسة حيث يقوم بمهام حصر الكتب وإعارتها ، كما يوجد في غرف الدراسة ليحقق وظائف متعددة ، منها التعلم ، حيث يساعد المعلم على تحقيق أهداف معينة، ويستخدم من قبل الطلاب في التعلم الفردي أو في اللعب والتسلية، أو في التدريب والمران، وكلها ميادين شاع وجود البرامج الحاسوبية الخاصة بها في الآونة الأخيرة.

ولذلك نجد أن مصطلح التعليم بمساعدة الحاسوب (computer assisted instruction) يعد واحدا من أكثر المصطلحات التي تتردد في الكتابات التربوية الخاصة باستخدام الحاسوب في الميدان التربوي حاليا، ويستخدم هذا المصطلح لوصف استخدام الحاسوب في الأغراض المدرسية أو التعليمية ( 9 : 27 ) .

وهناك عدة أنماط بارزة من التعليم بمساعدة الحاسوب (CAI) وهذه الأنماط هي :

### أ- برمجيات التدريب والممارسة Drill and practice:

تغطي هذه البرامج مدى واسعا من المواد الدراسية، إذ يمكن أن يستخدم مع المواد المختلفة لتدريب الطلاب على التمكن من المحتوى الدراسي، حيث يظهر البرنامج في هذا النمط مشكلات أو أسئلة معينة للطلاب على الشاشة، وعلى الطالب أن يختار الإجابة الصحيحة، ويستخدم هذا النوع كأسلوب لتعزيز التعليم بصورة فردية، وهو ما يعني أن على المعلم . بعد أن يقوم بالتدريس . أن يشخص مستوى تعلم طلابه في الموضوع الذي قام بتدريسه، ومن ثم يعين لكل طالب البرمجيات المناسبة للتدريب والمران من أجل تحسين تعلمه أو تعزيزه ( 5 : 12 ) .

### ب- برمجيات النمذجة والمحاكاة Simulation :

يقصد بالمحاكاة هنا توفير مواقف اصطناعية بواسطة الحاسوب تحاكي تماما مواقف حقيقية تحدث بالواقع، الأمر الذي يسمح للطالب بالخبرة بهذه المواقف، والتي عادة ما تكون صعبة التوافر في الحياة الطبيعية لندرتها أو لارتفاع تكلفه تمثيلها في الواقع، أو لخطورتها.

ومثل هذا النوع من البرمجيات مفيد إذ يؤدي إلى الاستغراق في العمل وكأن الطالب في مصنع أو مختبر حقيقي وكأن قراراته ستؤدي إلى نجاحه في صناعة الشرائح المطلوبة أو فشله الذي يعكس الإهدار في الخامات المستخدمة ومن ثم إهدار نفقات مالية دون عائد.

وتفيد برمجيات المحاكاة في التدريب العملي على تشغيل المعدات والآلات المختلفة، حيث تستخدم في تدريب الطيارين على التحكم بالطائرة في الجو مثلاً مما يوفر الأمان للمتدربين وسائل متابعة ميسورة ودقيقة ( 5 : 28 ) .

### ج- برمجيات التدريس الخصوصي (المعلم البديل):

تقدم برمجيات هذا النوع شروحا وتفسيرات وقد تقدم أسئلة ورسوما وتوضيحات حول مفهوم معين، كما يحدث في الكتاب المدرسي، أو في شرح المعلم، إلا أن المعلم هنا هو الحاسوب الذي يقدم شرحاً للتلميذ . بمفرده . فيما يشبه الدرس الخصوصي، وغالبا ما يكون في برمجيات التدريس الخصوصي اختبارات قبلية لتحديد مستوى الطالب، ومن ثم البدء به من نقطة مناسبة لهذا المستوى، ولا تخلو هذه البرمجيات من بعض التدريب والمران بطبيعة الحال، نظرا لأهمية ذلك في تعزيز تعلم الطالب وتحسينه. وينتهي دروس هذه البرمجيات . عادة . بالاختبار البعدي لكل هدف، حيث تعرض درجة الطالب على الشاشة بعد الاختبار، مع مقترحات بتدريبات أو دراسات إضافية إذا لزم الأمر ( 5 : 32 ) .

### د - برمجيات اكتشاف وحل المشكلات : Discovery and Problem Solving

وهذا النمط من أنماط التعليم بمساعدة الكمبيوتر يهتم بعرض بعض من المشاكل والأسئلة المتعلقة بالمفاهيم محل الاهتمام ، ثم يقوم البرنامج بحل تلك المشاكل ، وهذه المشاكل غالباً ما تكون متدرجة من السهل إلى الأكثر صعوبة ( 5 : 41 ) .

### ثالثا : الإنترنت و التعليم

يستحق الإنترنت **Internet** لقب الإمبراطورية التي لا تغيب عنها الشمس، فشبكة الإنترنت تغطي كامل مساحة الكوكب الأرضي، من قطبه الشمالي إلى قطبه الجنوبي، و تمتد خيوط اتصالاتها عبر عشرات الأقمار الاصطناعية السابحة في فلكه. فهي إمبراطورية بمقياس الوقت الذي تستغرقه رحلة المعلومات عبرها و التجول في أرجائها.

1. ما هي شبكة الإنترنت؟ هي الشبكة العالمية (INTER national NET work) التي تربط الحواسيب المختلفة في الأماكن المتفرقة من العالم بلغة مشتركة واحدة تسمى (IP) و التي تستخدم لنقل البيانات. هي ملايين من نظم الحاسوب و شبكاته المنتشرة حول العالم ، و المتصلة مع بعضها وفقا لبروتوكول يسمى TCP/IP بواسطة خطوط الهواتف السلكية و اللاسلكية لتشكل شبكة عملاقة لتبادل المعلومات. يمكن لأي

حاسوب متصل معها أن يصل إلي المعلومات المخزنة في غيره من حواسيب الشبكة. و فضلاً عن خدمة الوصول إلي المعلومات، توفر شبكة الإنترنت خدمات أخرى مثل البريد الإلكتروني ، و البحث في مكتبات العالم المختلفة،... الخ. لقد بدأ التفكير في إنشاء شبكة لتبادل المعلومات داخل وزارة الدفاع الأمريكي منذ الستينيات و انطلق المشروع الرائد إلي العالم كله في منتصف التسعينيات، مكوناً أعظم شبكة معلومات عرفها التاريخ الحديث مروراً بالعديد من المراحل أنفقت فيها الكثير من الأموال و الأوقات و جهد العلماء ( 10 : 47 ).

2. **من يدير شبكة الإنترنت؟** : لا يمكن لشبكة حاسوبية عملاقة مثل الإنترنت أن تكون بدون إدارة تتحكم بالمعايير الفنية المنظمة لها، و لذلك تقوم **جمعية الإنترنت (ISOC) Internet Society** بالإدارة وتأمين التنسيق و التعاون بين أطراف الشبكة ورسم ملامح واتجاهات تطورها في المستقبل. و هناك أيضاً كل من **Internet Architecture Board (IAB)** التي تهتم بسن الضوابط الفنية القياسية للشبكة و **Engineering Task Force (IETF)** وهي عبارة عن فريق من المهندسين المتطوعين الذين يعملون علي تطوير أداء الشبكة و توسيع خدماتها.

3. **من يملك شبكة الإنترنت؟** : أن الإنترنت لا يملكها احد فهي مؤسسة ( اشتراكية ) لا يملكها شخص أو شركة بذاتها. صحيح إن أجهزة الحاسوب التي تشكل الإنترنت تعود ملكيتها إلي أفراد أو مؤسسات خاصة، وكذلك الخطوط الهاتفية التي تعمل علي ربطها ببعضها، ولكن الشبكة بحد ذاتها ملك مشاع مثل مياه الأمتار، وإذا كان ثمة من يجبي أو يجمع رسوماً من مستخدمي الشبكة فذلك لقاء الخدمة المحدودة في توفير المرافق اللازمة للاتصال بالشبكة، تماماً كمن يبيع المياه بعد تنقيتها و تعبئتها .

4. **أين تقع شبكة الإنترنت** : لا يقتصر وجود الإنترنت على بقعة جغرافية محدودة، إذ يمكن الوصول إليها من أي مكان من العالم يتوفر فيه حاسوب مزود بمودم و برمجيات الاتصال المناسب، و خط هاتفي، و امتياز الوصول إلي احد من الحواسيب الرئيسية المكونة لشبكة الإنترنت، و يجدر بالإشارة هنا أن معظم هذه الحواسيب الرئيسية (المزودة) المكونة لشبكة الإنترنت تنتشر في الدول الصناعية المتقدمة و الولايات المتحدة الأمريكية بشكل خاص.

5. **مبررات استخدام الإنترنت Internet في التعليم**: هناك عوامل رئيسية لاستخدام الإنترنت في التعليم و هي:

أ- الحصول على معلومات من مختلف أنحاء العالم: تساعد على التعليم التعاوني الجماعي (نظراً لكثرة المعلومات المتوفرة عبر الإنترنت، فإنه يصعب علي المتعلم البحث في كل القوائم، ولذلك يمكن استخدام طريقة العمل الجماعي بين المتعلمين، حيث يقوم كل واحد منهم بالبحث في قائمة معينة ثم يجمع الطلاب لمناقشة ما تم التوصل إليه).

ب- تساعد على الاتصال بالعالم في أسرع وقت، و اقل تكلفة: تساعد على توفير أكثر من طريقة في التدريس ، وذلك أنها بمثابة مكتبة كبيرة تتوفر فيها جميع ( الكتب - الأدوات - الوسائل ) التعليمية سواء أكانت سهلة أم صعبة.

ت- تحافظ على الفروق الفردية بين المتعلمين، فيوجد بها برامج تعليمية لمختلف المستويات و المتدرجة في الخطوات.

## 6. العوائق التي تقف أمام استخدام Internet كوسيلة تعليمية

أن الإنترنت كغيرها من الوسائل الحديثة لها بعض العوائق و الصعوبات التي تقف أمام الاستفادة القصوى منها. فمن مساوئ استخدام الإنترنت هو الدخول إلي الأماكن الممنوعة ، ولكن الحل الأمثل هو الحصانة الذاتية و ليس المنع و عدم الاستخدام. فمن المعوقات الموجودة التي تواجه مستخدمي الإنترنت:

أ- **اللغة المستخدمة:** غني عن البيان أن معظم المعلومات المتوفرة عبر الإنترنت تكتب باللغة الإنجليزية بالإضافة للغات الأخرى، أما اللغة العربية فلا يتجاوز المكتوب بها اقل من ( 1%) ولذلك نحن في حاجة شديدة إلي تأسيس مواقع عربية علماً بأنها تحتاج إلي تكلفه مادية عالية.

ب- **الدخول الأماكن الممنوعة:** نظراً لأن الاشتراك في شبكة الإنترنت ليس محصوراً على فئة معينة مثقفة وواعية نجد كثير من الأفراد يدخلون إلي بعض المواقع التي تدعو إلي الرزيلة و نبذ القيم و الدين و الأخلاق، أو أنها تدعو إلي التمرد و العصيان على علماء و مشايخ المسلمين و تشويه و تسفيه آرائهم ، وكل ذلك تحت شعار التحرر و التطور و نبذ الدين و حرية الرأي إلي غير ذلك من الشعارات الزائفة. ولذلك يجب توعية المستخدمين و استخدام الحواجز النارية (Fire wall) للحد من هذه المشكلة.

ت- **الدقة و الصراحة:** ليس كل المعلومات المنشورة على الإنترنت صحيحة و موثقة، ذلك لأن هناك مواقع غير معروفة أو على الأقل مشبوهة. لذا يجب على الباحث و المستخدمين للشبكة أن يتحروا الدقة و الصراحة ، والحكم علي الموجود قبل اعتماده واستخدامه.

ث- **كثرة أدوات (مراكز) البحث:** من المشكلات التي تواجه المبتدئين في استخدام الإنترنت هي كثرة أدوات البحث و التي من أهمها ( Yahoo, Web, Go, Lycos, Alta-Vista, Google ) و الإنترنت عبارة عن محيط عظيم الاتساع و الانتشار، لذلك سوف يجد المبتدأ صعوبة في الحصول على المعلومة الدقيقة أن لم يتوفر له أدوات مساعدة في عملية البحث.

## 7. استخدام الإنترنت في التعليم :

أ- **البريد الإلكتروني Electronic Mail:** هو تبادل الرسائل و الوثائق باستخدام الحاسب، " ولو لم يوجد البريد الإلكتروني لما وجد الإنترنت"، و يعد البريد الإلكتروني أفضل بديل عصري للرسائل البريدية الورقية و لأجهزة الفاكس، و أهم تطبيقاته:

1. وسيله بين المعلم و المتعلم لإرسال (الرسائل ، ملفات، واجبات منزلية ، اختبارات) و كذلك الرد على الاستفسارات كوسيط للتغذية الراجعة.

2. وسيلة اتصال بين الطلاب و الشئون الإدارية و التعليمية.

3. وسيلة اتصال بين أعضاء هيئة التدريس في مختلف أنحاء العالم لتبادل الخبرات فيما بينهم.

ب- **القوائم البريدية Mailing list:** تعرف القوائم البريدية اختصاراً باسم (List) وهي تتكون من عناوين بريدية تحتوي في العادة على عنوان بريدي واحد يقوم بتحويل جميع الرسائل المرسله إليه إلي كل عنوان مشترك في

القائمة. و تستخدم في توزيع المعلومات بسهولة و سرعة عالية، وتوظيف هذه الخدمة في التعليم يساعد على دعم العملية التعليمية. و أهم تطبيقاته:

1. جمع الطلاب في مادة معينة تحت مجموعة محددة لتبادل الآراء ووجهات النظر.
2. سهولة التواصل بين أفراد الفصل الدراسي الواحد.

ت- **برامج المحادثة ( IRC ) Internet Relay Chat**: المحادثة على الإنترنت (IRC) هو نظام يمكن المستخدم من الحديث مع المستخدمين الآخرين في وقت حقيقي (مباشر) (Real time)، وبتعبير آخر هو برنامج يشكل محطة تجمع المستخدمين من أنحاء العالم للتحدث كتابة وصوتاً كما انه بالإمكان أن تري الصورة عن طريق كاميرا فيديو. و من أشهر هذه البرامج Hotmail , yahoo messenger , messenger... و أهم تطبيقاتها:

1. تستخدم هذه الوسيلة في التعليم عن بعد
2. عقد الندوات العلمية عبر الإنترنت
3. عقد الفصول الافتراضية بحيث يجتمع كل الطلاب مع المعلم في توقيت وزمن واحد مما يتيح النقاش و المشاركة في الحوار لجميع الطلاب بعضهم البعض.
4. بث المحاضرات من مقر الدراسة إلي أي مكان في العالم وذلك في بث حي.
5. يمكن استخدامها في استضافة احد العلماء وإلقاء محاضرة أو عمل تدريب عن بعد.
6. عرض بعض التجارب العلمية من داخل المعامل المتخصصة أو العمليات الجراحية عن بعد و مشاركة الطلاب و المتدربين في الحوار والاستفسار أثناء إجراء التجارب.

### الخلاصة:

إن الاستراتيجيات التربوية والتعليمية سيكون لها أبعاد مستقبلية أكيدة لان مدرسة المستقبل لن تكون مثل مدرسة اليوم، ولن تكون المصدر الوحيد أو الأساس للتعلم، وكما تقدمت المعدات والأجهزة فمن المرتقب أن تتطور نوعية المواد والبرمجيات ،لتكون أدوات تعليمية ناجعة في البيت والبيئة، فضلا عن استخدامها في المدرسة ، يحتاج المعلمون أن يدرّبوا كي يصبحوا وسيلة ميسره لبناء المعرفة، بدلا من دورهم التقليدي الحالي كناقلين للمعرفة، ذلك الدور الذي سيصبح في القريب العاجل شيئا من الماضي.وعليه فانه يجب تدريب المعلمين فيما يتعلق بتقنيه الحاسوب ، والبرمجيات التربوية ، وكيفية إدخال المعرفة ودمجها في الصف، وهذا من شأنه أن يحفز العملية التعليمية .

### التوصيات :

1. إدخال مفاهيم التكنولوجيا الحديثة في المراحل التعليمية المختلفة.
  2. تحديث المختبرات والمنشآت التدريبية من خلال التركيز على استخدام تقنيات المعلومات.
  3. توفير معدات التقنيات التعليمية وتطوير استعمالها.
  4. تطوير إمكانيات المعلمين التقنية وتأهيلهم لتدريس التقنيات الحديثة.
  5. التنسيق مع مراكز البحث العلمي الوطنية والإقليمية والدولية في مجال التقنيات المتقدمة.
  6. توفير التقنيات التربوية المتطورة لتيسير عملية التعليم وزيادة فعاليته، ولا سيما الوسائل السمعية البصرية والحاسوب والقنوات الفضائية والوسائط المتعددة وشبكات المعلومات، وما شابه ذلك.
  7. يجب أن تتضمن برامج إعداد المعلمين تدريباً مكثفاً على استخدام الأنواع المختلفة من تقنيات المعلومات. كما يجب أيضاً أن يدرّب المعلم تدريباً فعالاً وإيجابياً على كيفية الحصول على المعلومات، وتنظيمها، واختيار الأسلوب الأمثل لاستخدامها في بيئات تعليمية مختلفة (المجال، 2005).
  8. تحفيز معلمي المدارس على حضور الندوات وورش العمل حول تقنيات التعليم الحديثة، وتشجيعهم على اقتناء واستخدام التقنيات المتقدمة في المدارس.
  9. تجهيز مدرسة المستقبل بتقنيات التعليم الحديثة وبخاصة الحاسب الآلي، وأجهزة الاتصالات لاستخدامها في عمليتي التعليم والتعلم، و ضرورة ربط مدرسة المستقبل بشبكة الكترونية داخلية وخارجية تؤهل منسوبي المدرسة للاتصال الفعال مع مستجدات العصر.
  10. توفير المقررات المتخصصة لتدريس المعلوماتية وتقنيات المعلومات.
  11. إعادة النظر في المناهج الدراسية التي تدرس بمدارسنا حتى تواكب عصر التقنيات والمعلوماتية، وكذلك تصميم المناهج المعتمدة على التقنيات، وإعداد المناهج الالكترونية متعددة الوسائط في التخصصات المختلفة.
  12. تجهيز المكتبات التعليمية بخدمات تقنيات الاتصال والمعلومات لتصبح قواعد معلومات شاملة، مما يساعد على الاتصال بها والدخول منها إلى المكتبات العالمية من بعد.
  13. أخيراً الاستفادة من تجارب الدول الأخرى في إعداد تصورات مدرسة المستقبل، وما نفذ منها من تجارب.
- المراجع :**

1. إبراهيم بن عبد الله المحيسن (2005): المعلوماتية والتعليم، القواعد والأسس النظرية، المدينة المنورة: مكتبة دار الزمان للنشر والتوزيع.
2. إبراهيم عبد الوكيل الفار (2002): استخدام الحاسوب في التعليم، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
3. أحمد محمد عبد الله (1995): تأثير استخدام تكنولوجيا التعليم في تعلم بعض المهارات الحركية والمعرفية في كرة لسلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان
4. دلال حسن، زينب محمد ابوبكر (1999): تكنولوجيا التعليم وأثرها على تعلم بعض المهارات الهجومية والدفاعية في كرة السلة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد السابع، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة أسكندرية
5. ديفيز، دون (2000): التعليم والمجتمع، نظرة مستقبلية نحو القرن الحادي والعشرين، في التعليم والعالم العربي، تحديات الألفية الثالثة، مركز الإمارات للدراسات والبحوث الإستراتيجية، أبو ظبي

6. شكر غازي أحمد (وآخرون) (2005): مدارس المستقبل استجابة الحاضر لتحولات المستقبل، ورقة عمل مقدمة إلى المؤتمر التربوي السنوي التاسع عشر (مدارس المستقبل)، وزارة التربية والتعليم، مملكة البحرين.
7. الصالح، بدر بن عبد الله (2002) . التقنية ومدرسة المستقبل ( خرافات وحقائق ) ورقة عمل مقدمة لندوة مدرسة المستقبل، كلية التربية - جامعة الملك سعود ، الرياض .
8. الضبع، ثناء يوسف ، جاب الله، منال عبد الخالق (2002): المدرسة العصرية بين أصالة الماضي واستشراف المستقبل، ورقة عمل مقدمة لندوة مدرسة المستقبل، كلية التربية - جامعة الملك سعود، الرياض.
9. عبد الحافظ محمد سلامه (2004) : تطبيقات الحاسوب في التعليم ، الرياض : دار الخريجي للنشر والتوزيع .
10. عبد القادر الفتوخ، مهندس عبد العزيز السلطان(1999): الإنترنت في التعليم :مشروع المدرسة الإلكترونية، مجلة رسالة الخليج العربي ، الرياض.
11. عبدا لله المرسي (1425هـ): استخدام الحاسب الآلي في التعليم ، ط 3 ، مكتبة تربية الغد ، السعودية
12. محمد سعد زعلون وآخرون(2001) : تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، مركز الكتاب (ط1).
13. مصطفى السائح محمد(2004): المنهج التكنولوجي وتكنولوجيا التعلم في الفرق الرياضية.
14. مصطفى السائح، صلاح انس(2000): تقويم استخدام التقنيات التعليمية في تدريس مناهج كليات التربية الرياضية ، جمهورية مصر العربية، المؤتمر الأول ، استراتيجيات التعليم النوعي.

**15. Bucehr.A.G (1979): Foundation of Physical Education , London the C.V.Moshyco(1979).**

ثانيا: المواقع التي تم الاستفادة منها في البحث :

1. [http://www.media-awareness.ca/english/resources/educational/teachable\\_moments/photo\\_truth.cfm](http://www.media-awareness.ca/english/resources/educational/teachable_moments/photo_truth.cfm) 3/4/2008
2. <http://www.childrensoftware.com/evaluation.html> 12/5/2008
3. <http://www.diva-portal.org/kth/theses/abstract.xhtml?dbid=396> 13/5/2008
4. <http://www.bmtradingpost.com/evaluation.htm> 14/8/2008
5. <http://www.ajpe.org/legacy/pdfs/aj660312.pdf> 20/9/2008
6. [http://www.kidsfirst.org/juror/pre\\_s\\_cd.html](http://www.kidsfirst.org/juror/pre_s_cd.html) 10/11/2008
7. [http://www.teem.org.uk/findresource/element/content?element\\_id=1981&session\\_id=&topic\\_id=](http://www.teem.org.uk/findresource/element/content?element_id=1981&session_id=&topic_id=) 7/12/2008
8. [http://www-ed.fnal.gov/espg/using\\_eval\\_instrument.pdf](http://www-ed.fnal.gov/espg/using_eval_instrument.pdf) 9/5/2008
9. <http://www.csc.noaa.gov/products/pivot/evaluate.html> 12/12/2008
10. <http://www.adaptworld.com/adlsweb3.html> 18/11/2008
11. <http://www.engenderhealth.org/res/onc/bibliog.html> 25/12/2008
12. [www.ncrel.org/tandl/eval2.htm](http://www.ncrel.org/tandl/eval2.htm) 27/5/2008



