

الجمهورية العربية الليبية الشعبية الاشتراكية العظمى



جامعة الفاتح

مجلة علمية تخصصية

ثقافية للعلوم الرياضية

والاجتماعية

منشورات كلية علوم
التربية البدنية والرياضة

العدد الثاني عشر
الكانون 2009 ديسمبر

المجلة العلمية

الجمهورية العربية الليبية
الشعبية الاشتراكية العظمى
جامعة الفاتح

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

العدد الثاني عشر
الكانون 2009 ديسمبر

المجلة العلمية

مجلة تخصصية ثقافية لعلوم التربية البدنية والرياضة والعلوم الأخرى

دورية محكمة نصف سنوية

منشورات كلية علوم التربية البدنية والرياضة

جامعة الفاتح

العدد الثاني عشر

الكانون 2009 ديسمبر

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

| الصف | عنوان البحث | اسم الباحث | ت |
|-----------|--|--|----|
| 11 - 1 | اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية بجامعة الفاتح | د. عمر علي سالم العياط د. محمد علي عبد الرحيم د. عادل سالم مفتاح الزيتوني | 1 |
| 22 - 12 | بعض عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بتوجيهه الدافعية الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح | أ.محمد بشير ارجوبة د.السويح الرقيعي محمد د.لطفى عبد النبي الحنتوش | 2 |
| 34 - 23 | ديناميكية الأحمال البدنية الخاصة وأثرها على المستوى البدني والرقمي لعناني المسافات القصيرة | د.ماجد علي موسى التميمي | 3 |
| 45 - 35 | أثر استخدام التمرينات بالأدوات على تنمية وتطوير بعض القدرات البدنية للتلاميذ المعوقين سمعيا | د. محمد مختار خنيفر | 4 |
| 63 - 46 | تأثير استخدام برنامج تمرينات تأهيلية مائة مقرر لإعادة تأهيل مفصل الركبة بعد تمزق الغضروف الهلالي | د. عياد علي المصراطي | 5 |
| 75 - 64 | دراسة تحليلية للأهداف المسجلة في بطولة كأس أمم أوروبا 2008 (النمسا / سويسرا) | د. محمد جمعة كريمة د. عبد المنعم يوسف زربية أ. رمضان على القطيوي | 6 |
| 92 - 76 | علاقة القياسات الفسيولوجية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة بطرابلس ليبيا | أ. ناجي قاسم سلامة أبو جريدة | 7 |
| 105 - 93 | دراسة تحليلية لمستوى النضج الاجتماعي للتلاميذ الممارسين والغير ممارسين للمناشط الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني | أ.م.د. منير عبد الله الشخيلي د. حمدي داود سليمان أ.م.د. عادل سالم الزيتوني | 8 |
| 121 - 106 | بعض المواصفات المورفولوجية المصاحبة لجنف العمود الفقري البسيط وإثرها في بعض عناصر اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بطرابلس | د. يوسف لازم كماش د. صالح بشير سعد ابو خيط | 9 |
| 149 - 122 | أثر التدريس بأسلوبي النظم والمحطات متباينة المستويات على الأداء المهاري والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية | أ.م.د./ الهادي أحمد عبد السيد | 10 |

| ت | اسم الباحث | عنوان البحث | الصفحة |
|----|--|---|-----------|
| 11 | د. ماجدة الطاهر أحمد شمبي د. تمومين يخلف بن عربي د. عواطف منصور ابو جناح | تأثير جرى 1500 على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى طلبة كلية علوم التربية البدنية والرياضة بالزاوية " | 163 - 150 |
| 12 | د. حسين محمد أرقيق د. عمار سويسي الشيباني | مقارنة تأثير التدريب على الرمال والتدريب في الماء على بعض الوظائف الفسيولوجية وعناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين كرة القدم | 181 - 164 |
| 13 | د. زكية علي الميساوي | صعوبات التوافق مع الآخرين في دروس التربية البدنية لمرحلة التعليم الأساسي الثاني (بنين و بنات) | 198 - 182 |
| 14 | أ. محمد بشير احمد رجوبة أ. فوزي محمد الشبل أ. مصطفى موسى عمر | علاقة التفوق العقلي بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى ناشئ كرة القدم | 207 - 199 |
| 15 | أ. حسن محمد علي د. عمار سويسي الشيباني أ. عبد الكريم علي ضو | فاعلية استخدام التدريب البيومترى لتنمية القدرة العضلية للرجلين على التصويب بالوثب عاليا لدى ناشئ كرة اليد. | 221 - 208 |
| 16 | أ. ناجي قاسم سلامة أبو جريدة | علاقة مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة بطرابلس ليبيا | 238 - 222 |
| 17 | د. عبد المنعم يوسف زريبه د. محمد جمعة كريمة أ. علي رمضان الصويغي | بيوميكانيكية التصويبة الحرة المباشرة بوجه القدم وعلاقتها بقوة ودقة التصويب لحظة التصادم | 249 - 239 |
| 18 | أ. عادل الكوني أحمد البي أ. بلعيد علي المشيري | فاعلية برنامج تروحي قائم على الأنشطة لتنمية جودة الحياة لدى المسنين بمدينة طرابلس | 269 - 250 |
| 19 | د. تمومين يخلف بن عربي | دور المعرفة الرياضية في تحقيق بعض أهداف منهج كرة السلة لطلبة السنة الأولى بكلية التربية البدنية بالزاوية | 291 - 270 |
| 20 | د. عبد الحفيظ فرج الغزيوي | الأسس العلمية للرعاية اللاحقة للأحداث المفرج عنهم | 308 - 293 |
| 21 | د. محمد شعبان أبو عين د. طلال فخر الدين أبو خطوة أ. مصطفى ميلاد الرماح | المحاسبة عن الموارد البشرية في الأندية الرياضية بين الواقع ومتطلبات التطبيق دراسة حالة عن واقع النظام المحاسبي بالأندية الرياضية الليبية) | 317 - 309 |
| 22 | د. مصطفى علي الجهاني | قاعدة: الأعداء بالجهل | 334 - 318 |
| ت | اسم الباحث | عنوان البحث | الصفحة |

| | | | |
|-----------|---|------------------------------|----|
| 348 - 335 | المشكلات الاجتماعية الأساسية في العملية التعليمية وأساليب مواجهتها | د.نور الهدى محمد كامل حماد | 23 |
| 361 - 349 | التعلم التعاوني ومدى فاعليته في تحصيل طلبة المرحلة الثانوية في مادة الفيزياء | د. مهند سامي العلواني | 24 |
| 384 - 362 | تأثير عوامل البيئة الجغرافية الداخلية علي اتحاد المغرب العربي | د. عمران منصور السائح السائح | 25 |

اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية بجامعة الفاتح

د. عمر علي سالم العياط
د.. محمد علي عبد الرحيم
د. عادل سالم مفتاح الزيتوني

1 - 1 - المقدمة وأهميته الدراسة .

تشهد المجتمعات البشرية .تطوراً مذهلاً نلاحظه ونلمسه عملياً في كل مظاهر مجالات الحياة ، وان هذا التطور السريع يتطلب من تلك المجتمعات استعداداً ثقافياً وعلمياً واجتماعياً وصحياً، لمواجهة العديد من المسؤوليات التي من أهمها تربية وتوجيه ورعاية النشء والشباب ليكونوا جديرين بالحياة ، وصنع المستقبل و التكيف والتأقلم مع متطلبات ومستجدات هذا العصر . والاتجاه هو استعداد عقلي وتنظيم نفسي لدى الفرد يساهم في تحديد الشكل النهائي لإستجاباته الصادرة نحو الأشياء من حيث القبول أو الرفض . ودراسة الاتجاهات تساعد بدرجة كبيرة علي فهم خصائص الأفراد، وهو أمر أساسي لتوجيهها لممارسه الأنشطة المختلفة بما يحقق للفرد النمو في الاتجاه الطبيعي المرغوب فيه . وتذكر ليلي زهران (1991) أن درسه الاتجاهات لدى الشباب لأثقل أهمية عن دراسة مراحل النمو ، وحاجات ، ميول الشباب ، الأمر الذي يساعد على اختيار الأنشطة المختلفة التي تتناسب مع ميولهم واتجاهاتهم (67:5) .

وبذلك أصبحت مهمة الجامعة في هذا العصر ليست مقتصرة على التعليم والتحصيل العلمي و الإعداد المهني فحسب بل يجب أن تتعدى ذلك إلى تنمية بعض الجوانب الأخرى في شخصية الطالب والطلبة . الاجتماعية والنفسية والصحية . لأعداد الإنسان متكامل البناء عقلاً وروحاً وجسداً ، حتى يمكنه مواجهة كل التحديات العصرية والقيام بواجباته بكل يسر وسهولة .

واستعداداً لمتطلبات هذا العصر ازداد دور الجامعة أهمية و حيوية في إيجاد وأقامه بعض المناشط الرياضية والترويحية التي تتمشى مع ميول ورغبات الطلبة و الطالبات كل حسب رغبته واستعداده . تم تشجيعهم على ممارسة تلك الانشطة لشغل أوقات فراغهم ، فيما يعود عليهم بالفائدة الصحية واللياقة البدنية والنفسية والاجتماعية . الأمر الذي جعل الباحثين تسليط الضوء على الشباب في الجامعات ودراسة ميولهم ورغباتهم واتجاهاتهم ، حتى يمكن وضع البرامج الترويحية الرياضية المناسبة والهادفة .

ولأهمية ذلك التوجه نحو دراسة الاتجاهات الرياضية لدى الطلبة والطالبات بالجامعة ظهرت الحاجة إلى إجراء هذه الدراسة العلمية بعنوان " اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية بجامعة الفاتح " .

1 - 2 : مشكلة الدراسة .

إذا كان للحياة جانباً يتصف بالجدية والمثابرة ، فأن لها جانبها الروحي وهو ما يتحقق بالاستثمار الأفضل لوقت الفراغ . وهو ما يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالجانب الترويحي في المؤسسات التربوية مثل النوادي والمدارس والجامعات .

وتتكون الاتجاهات من واقع وظروف بيئة الفرد من خلال تفاعله مع الظواهر والإحداث المختلفة ، نتيجة

لحاجاته ومتطلباته ،حيث أظهرت التجارب السابقة بأنه كلما زاد نمو الفرد ازدادت معارفه وقدراته على النجاح والإبداع وذلك لتعرضه لمواقف كثيرة منها الايجابي والسلبي كلها تسهم في كيفية الاستفادة والتعليم من خبراته وتجاربه الشخصية .

ومراحل الدراسة الجامعية تمثل إحدى المراحل الهامة التي تهيئ وتعد الشباب علميا ومهنيا . فالشباب هم أمل ومستقبل كل امة ، كما يعتبر شباب الجامعة النواة الفاعلة في تطوير وتحديث المجتمع ، وتمثل الجامعة دار العلم ومنازة الفكر ولا تقتصر رسالتها على الناحية التعليمية فقط . ولكنها تعد الشباب لمواجهة الحياة بمختلف صورها وأشكالها .

وقد توصلت التجارب العلمية حول دور الجامعة الحديثة بأنه يكمن في مدى قدرتها على أحداث تغييرات ايجابية في شخصية الطالب والطالبة، كي يستطيعوا مواجهة متطلبات الحياة العصرية . أكثر من قدرتها على نقل المعرفة وأعداد الخبراء والمتخصصين . لذلك أصبح الهيكل الا دارى للجامعة وكلياتها يتكون من عدة أقسام علمية ولجان إدارية ، والتي من بينها قسم النشاط الذي يختص بالأعداد و الإشراف على البرامج الترويحية المتنوعة ، والتي بدورها تسهم في كيفية التعلم للاستفادة من وقت الفراغ داخل الجامعة وخارجها في إشباع الطلبة والطالبات لحاجاتهم ورغباتهم وتنمية مواهبهم الفكرية والفنية و الرياضية .

وتمثل المناشط الرياضية الترويحية داخل الجامعة جانبا أساسيا في حياة الطالب والطالبة الجامعية . اذا ما تم أعدادها وتنفيذها وفقا لرغباتهم واستعداداتهم والتي يمكن من خلالها تحقيق الاستثمار الأمثل لوقت فراغهم داخل الجامعة . والتنمية الشاملة للشخصية الطلابية من النواحي الاجتماعية والنفسية والعقلية والصحية و البدنية .

ومن خلال تواجد الباحثون بجامعه الفاتح وملاحظاتهم لما يقدم من البرامج الترويحية الرياضية خلال العام الجامعي ، تم مدى تجاوب وإقبال الطلبة والطالبات على هذه البرامج فقد لاحظنا أن ما يقدم من برامج ترويحية رياضية فهو قليل جدا ، وفي مناسبات محدودة ، وتستهدف فئات متميزة من الطلبة والطالبات في بعض المناشط الرياضية التافسية بين الجامعات . كما لاحظنا عزوف وعدم اهتمام من الطلبة والطالبات من ممارسة اى أنشطة رياضية داخل الجامعة .

ولذلك العزوف الشديد وعدم الاهتمام والاستفادة من فوائد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الجامعة ، وكذلك عدم تحرك الطلبة والطالبات ودعوتهم لقسم النشاط الجامعي الى وضع وأعدادا أنشطة رياضية داخل الكليات في وقت فراغهم أثناء الراحات بين فترات الدراسة .فقد رأى القيام بدراسة تستهدف التعرف على اتجاهات طلبه وطالبات كليات جامعه الفاتح نحو النشاط الرياضي الترويحي.

1- 3 : أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الى معرفة الاتى:

- 1- اتجاهات طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح نحو الأنشطة الترويحية الرياضية .
- 2-الفروق في درجة الاتجاهات بين الطلبة والطالبات نحو الأنشطة .
- 3-الفروق في درجة الاتجاهات وفقا لمتغير التخصص الدراسي بكليات جامعه الفاتح نحو الأنشطة الرياضية

1-4 : فروض الدراسة .

- 1- توجد اتجاهات ايجابية لدى طلبة والطالبات كليات جامعه الفاتح نحو الأنشطة الترويحية الرياضية .
- 2- توجد فروق معنوية في درجة الاتجاهات بين الطلبة والطالبات نحو الأنشطة الترويحية الرياضية .
- 3- توجد فروق معنوية في درجة الاتجاهات لدى الطلبة والطالبات وفقاً لمتغير التخصص الدراسي نحو الأنشطة الترويحية الرياضية .

1-5 : مصطلحات الدراسة .

- الاتجاه :

هو ميل الفرد للاستجابات بشكل معين اتجاه مجموعة خاصة ومعينه من المثيرات " (6:214) .

-الترويح الرياضي :

" يمثل احد أنواع الترويح الذي تتضمن برمجة العديد من المناشط الحركية البدنية والرياضية ، كما انه يعد أكثر أنواع الترويح تأثير على تحسين وتطوير الحالة البدنية والوظيفية للفرد الممارس للمناشط الرياضية المتنوعة (تعريف اجريي) .

2 :- الإطار النظري :-

1-2 : الاتجاهات .

تمثل الاتجاهات حاله من الاستعداد أو الميل الضمني غير الظاهر الذي يتوسط ما بين المثير والاستجابة ، ويدفع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين كنتيجة لاستثارة أنماط المثيرات الحسية اللفظية . وتتكون الاتجاهات نتيجة لتأثر الفرد بمثيرات مختلفة متنوعة في البيئة التي يعيش فيها ، و الهيئات العامة التي يتردد عليها . وتتغير الاتجاهات تبعاً لتغير صله الفرد الديناميكية بتلك الأشياء ، فالاتجاهات إذاً نسبة تتغير مثيراتها و تثبتت لتكتسب مقوماتها و ذاتياتها (6:243) .

2-2: خصائص الاتجاهات .

لكل فرد اتجاه معين نحو ما يعرف من أشياء أو أشخاص أو انظمه أو مشكلات اجتماعية ، وكل ما يحيط بالإنسان في المجال الذي يعيش فيه . ونظراً لأن الأفراد يختلفون في مجالاتهم الحيوية ، فان اتجاهاتهم تختلف تبعاً لسيكولوجية كل منها . فمن هنا فأن الاتجاهات لها بعض الخصائص التي اتفق عليها علماء علم النفس الاجتماعي والتي هي كالتالي :-

- 1- الاتجاهات مكتسبة ومتعلمة وليس وراثية .
- 2- ترتبط الاتجاهات بمثيرات ومواقف اجتماعية ويشترك عدد من الأفراد أو الجماعات فيها .
- 3- الاتجاهات تظهر وجود العلاقة من عدمها بين الفرد وموضوع الاتجاه .
- 4- الاتجاهات تتعدد و تختلف حسب المثيرات التي ترتبط بها .
- 5- الاتجاه يتضمن عصباً انفعالياً يعبر عن تقييم الفرد ومدى حبه واستجابته الانفعالية لموضوع الاتجاه
- 6- الاتجاهات يتضمن عنصراً عقلياً يعتبر من معتقدات الفرد أو معرفته الفعلية عن موضوع الاتجاه .

- 7- الاتجاه يتضمن عنصراً سلوكياً يعبر عن سلوك الفرد الموجه نحو موضوع ما .
- 8- يعتبر الاتجاهات نتاجاً للخبرة السابقة للفرد ، والتي ترتبط بالسلوك الحاضر وتشير إلى السلوك في المستقبل .
- 9- الاتجاه يتمثل في استجابات الفرد للمثيرات الاجتماعية من اتساق واتفاق يسمح بالتنبؤ باستجابة الفرد لبعض المثيرات .
- 10-الاتجاه له صفة الثبات والاستمرار النسبي ولكن من الممكن تعديله وتغييره تحت ظروف معينة(12:1).

3:2 : الترويح الرياضي .

يمثل الترويح الرياضي احد مناشط الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط الحركية البدنية والرياضية المتنوعة .

و تنظيم مناشط الترويح الرياضي وفقاً لأهداف واحتياجات واهتمامات الأفراد و الجماعات وبذلك نجد إن الاشتراك في هذه المناشط الترويحية الرياضية يتأثر ببعض العناصر مثل الوقت تم المستوى المهاري والحالة البدنية و الصحية و السن والجنس وغيرها من العناصر الأخرى .

4:2 : مناشط الترويح الرياضي في الجامعة .

تتمثل مراحل التعليم الجامعي في المرحلة العمرية من 18 إلى 24 سنة تقريباً ويطلق عليها مصطلح مرحلة الشباب ، والجامعات في هذا العصر أصبح دورها يتطلب الاهتمام بالعقل و الروح والجسم لدى الشباب الجامعي لتكوين القيم الايجابية التي تمكنهم من النجاح في حياتهم ، كما أن الجامعة تهتم في تربية الشباب وتدريبهم علي كيفية قضاء وقت فراغهم داخل الجامعة وخارجها والعناية بهم من خلال تقديم المناشط الترويحية الرياضية والثقافية و الفنية والاجتماعية الهادفة (8:4) .

ويذكر اشرف محمود (1999) بأن المناشط الترويحية الرياضية بالجامعات تعد إحدى الطرق التربوية الهامة لتربية الطلبة والطالبات وذلك من خلال اشتراكهم في تلك المناشط أثناء وقت فراغهم ، و المناشط الترويحية الرياضية داخل الجامعة تمارس تبعاً لأسس اختيارية تخضع لرغبة الطلبة والطالبات واحتياجاتهم ولظروف الجامعة والوقت المناسب للممارسة (17:2) .

5:2 : الأهداف التربوية لمناشط الترويح الرياضي بالجامعة .

يعد التعليم من أهم الأنظمة الإنسانية في المجتمعات ، فهو يتناول الأفراد بالتكوين والتوجيه بهدف تنشئتهم وفقاً لأسس ومبادئ التربية الحديثة التي تهتم بتنمية جميع جوانب الشخصية الإنسانية ، كما أن نظريات التربية تؤكد على أهمية المناشط الترويحية في الاستفادة من أوقات الفراغ في تربية وتنمية الأفراد والترويح الرياضي في الجامعة يسعى إلى تحقيق العديد من الأهداف والتي منها :-

- 1- إشباع ميول وحاجات الطلبة والطالبات من الحركة واللعب الحر .
- 2- تنمية اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية .
- 3- تنمية شخصية الطلبة والطالبات من خلال اشتراكهم وممارستهم لتلك المناشط الرياضية .
- 4- إكساب الطلبة ولطالبات المهارات الحركية وتنميتها .
- 5- اكتشاف المواهب في الألعاب الرياضية المختلفة .
- 6- تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي للطلبة و الطالبات المشاركين في المناشط الرياضية .

7- تعديل اتجاهات وسلوك الطلبة والطالبات من خلال الخبرات المكتسبة من ممارسة المناشط الترويحية الرياضية .

8- تنمية الروابط الاجتماعية والصدقات بين الطلبة والطالبات بعضهم مع بعض (7 : 185- 18) .

5:2 : الدراسات المرتبطة .-

دراسة أحمد سرور حمزة (2006) (1) بعنوان " مقارنة لاتجاهات الطلاب نحو ممارسة بعض المناشط بجامعة قار يونس فرع الكفرة " . وقد استخدمت المنهج الوصفي وطبقت الدراسة على عينه عشوائية تم اختيارها من مجتمع البحث حيث بلغ عددها (230) طالب وطالبة من كليات جامعه قار يونس فرع الكفرة وقد توصلت إلى نتائج التالية بلغت نسبة اتجاهات طلاب كليات جامعه قار يونس فرع الكفرة (77%) نحو المناشط الترويحية بصفة عامه . كما أظهرت النتائج تباينا في درجة اتجاهات طلاب كليات .

جامعه قار يونس فرع الكفرة نحو مناشط الترويج قيد الدراسة . حيث جاء في المرتبة الأولى الترويج الثقافي بنسبة (83 %) والترويج الرياضي في المرتبة الثانية بنسبة (76%) و الترويج الفني في المرتبة الثالثة بنسبة (70%) .

دراسة ميلود عمار النقر (2005) (8) بعنوان اتجاهات طلاب جامعه المرقب نحو ممارسة المناشط الرياضية . وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصف ، وطبقة على عينه تم اختيارها عشوائيا بنسبة (10%) من مجتمع البحث حيث بلغ عددها (732) طالب وطالبه . وقد توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها وجود تباين حقيقي بين طلبة وطالبات الكليات النظرية ولصالح اتجاهات الكليات العملية كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق بين طلبة وطالبات الكليات العملية في اتجاهاتهم نحو ممارسة الترويج الرياضي .

دراسة المبروك ابو عميد (1994) (3) بعنوان دور بعض وسائل الإعلام الرياضي في تغيير الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لدى طلاب جامعه الفاتح .وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصف وطبقت على عينه تم اختيار عشوائياً من مجتمع البحث طلبة وطالبات جامعه الفاتح تمثلت في عدد (3) كليات عملية و (3) كليات نظرية بعد استبعاد كليتي التربية والإعلام . وقد توصلت الدراسة إلى أن هناك فروق معنوية بين المشاهدين وغير المشاهدين للبرامج الرياضية ولصالح المشاهدين ، كما أظهرت وجود فرق معنوية بين الصحافة والإذاعة المسموعة في الاتجاهات ولصالح الإذاعة المسموعة ، كما جاءت الفروق معنوية لصالح الإذاعة المرئية في الاتجاهات .

3 : إجراءات الدراسة :-

1:3 منهج الدراسة : استخدام المنهج الوصف لملاءمته لطبيعة البحث.

1:3 مجتمع البحث :

تشكل مجتمع الدراسة من طلبة والطالبات كليات جامعه الفاتح للعام الجامعي 2008 - 2009 و البالغ عددهم (27560) طالب وطالبة تقريبا منهم (18361) طالب و (9180) طالبة و الموزعين على عدد (7) كليات تمثلت في الكليات (الاقتصاد ، الآداب ، الزراعة ، الهندسة ، العلوم ، القانون ، الإعلام والفنون)

3:3 عينة الدراسة :

بلغت عينه الدراسة (1500) طالب وطالبة تمثل نسبة 6% من مجتمع الدراسة تم اختيارها عشوائياً من طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح بواقع (214) طالب وطالبة منهم (107) طالب و (107) طالبة من كل كلية .

4:3 أدوات جمع البيانات :

- الدراسات السابقة التي تناولت دراسة الاتجاهات والميول نحو الأنشطة الرياضية .
- الكتب العلمية في مجالات . علم الاجتماع الرياضي ، علم النفسي الرياضي والتقويم والقياس .
- مقياس الاتجاهات نحو الأنشطة الترويحية الرياضية من إعداد الباحثون .

5:3 الإجراءات الإحصائية .

- معامل الارتباط .
- الإحصاء الوصف (المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط) .
- تحليل التباين في اتجاه واحد .
- اختبارات الفروق .
- النسب المئوية .

6:3 خطوات إعداد المقياس .

في ضوء تحليل محتوى ومكونات الأنشطة الترويحية الرياضية ببعض المراجع العلمية ونتائج الدراسات المرتبطة وما أسفرت عنه بعض المقابلات الشخصية مع بعض الخبراء والمهتمين بمجال الاتجاهات والاهتمامات نحو الأنشطة الترويحية الرياضية ، توصل الباحثون إلى إعداد وصياغة الصورة الأولى للمقياس التي تكونت من 33 عبارة . وقد تم عرضها على عدد خمسة خبراء من المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وعلم الاجتماع وبدرجه الدكتوراه . وقد اتفق الخبراء على صدق محتوى عبارات المقياس وكفاءتها لقياس الاتجاهات نحو الأنشطة الرياضية الترويحية .

7:3 الدراسة الاستطلاعية .

بعد إعداد الصورة الأولى للمقياس والتي حققت صدق المحتوى من خلال عرضها على الخبراء قام الباحثون بتطبيقها على عينه بلغت (50) طالب وطالبة من مجتمع البحث وذلك بغرض حساب المعاملات العلمية للمقياس .

أولاً : الصدق

حدد للمقياس الصدق التكوني بطريقة الاتساق الداخلي بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي رقم (1) يبين قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس .

جدول رقم (1) .

يبين قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس

| رقم العبارة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | رقم العبارة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | رقم العبارة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|-------------|----------------|---------------|-------------|----------------|---------------|-------------|----------------|---------------|
| 1 | 0.35 | 0.00 | 12 | 0.41 | 0.00 | 23 | 0.34 | 0.00 |
| 2 | 0.55 | 0.00 | 13 | 0.50 | 0.00 | 24 | 0.27 | 0.04 |
| 3 | 0.53 | 0.00 | 14 | 0.43 | 0.00 | 25 | 0.40 | 0.00 |
| 4 | 0.34 | 0.00 | 15 | 0.39 | 0.00 | 26 | 0.36 | 0.00 |
| 5 | 0.56 | 0.00 | 16 | 0.46 | 0.00 | 27 | 0.49 | 0.00 |
| 6 | 0.57 | 0.00 | 17 | 0.64 | 0.00 | 28 | 0.49 | 0.00 |
| 7 | 0.41 | 0.00 | 18 | 0.45 | 0.00 | 29 | 0.48 | 0.00 |
| 8 | 0.34 | 0.00 | 19 | 0.30 | 0.03 | 30 | 0.30 | 0.03 |
| 9 | 0.37 | 0.00 | 20 | 0.40 | 0.00 | 31 | 0.18 | 0.16 |
| 10 | 0.35 | 0.00 | 21 | 0.40 | 0.00 | 32 | 0.04 | 0.76 |
| 11 | 0.33 | 0.01 | 22 | 0.31 | 0.02 | | | |

يتضح من الجدول رقم (1) أن درجات عدد 30 عبارة قد حققت معاملات ارتباط داله إحصائياً مع الدرجة الكلية للمقياس وبالتالي تم قبولها لتحقيق شرط الإنسان الداخلي مع درجة المقياس ، أما العبارتين رقمي (33،32) فإنهما لم تحققاً ارتباط دال إحصائياً مع الدرجة الكلية للمقياس وبالتالي تم حذفهما ،وهذا ما أكدته المقارنة بين مستوى دلالة الاختبار ومستوى المعنوية (0.05) بالنسبة العبارتين وبناء على هذه النتيجة فقد أصبح عدد عبارات مقياس الاتجاهات نحو مناشط الترويج الرياضي (30) عبارة .

ثانياً: ثبات المقياس .

لحساب ثبات المقياس فقد استخدمت معادله (كروتياخ) (معامل ألفا) والجدول التالي رقم (2) يبين ذلك

جدول رقم (2) .

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ثبات المقياس .

| عدد العبارات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | التباين | معامل الثبات |
|--------------|-----------------|-------------------|---------|--------------|
| 30 | 70.28 | 8.05 | 64.8 | 0.77 |

من الجدول السابق رقم (2) أن معامل ألفا الذي يمثل ثبات المقياس قد بلغ (0.77) هو دال إحصائياً وهذه الخطوة العلمية التي استهدفت حساب صدق وثبات المقياس أظهرت أن المقياس يتصف بالصدق التكويني والثبات في قياس اتجاهات الطلبة والطالبات نحو مناشط الترويج الرياضي .

8:3 الصورة النهائية للمقياس .

في ضوء الخطوات السابقة لأعداد المقياس فقد تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس والتي استملت على (30) عبارة تستهدف قياس الاتجاهات نحو المناشط الترويجية الرياضية لطلبة وطالبات الجامعة .

ويتم التصحيح ومنع الدرجات على الإجابات كالتالي :-

أولف = (3) درجات ، أو فق الى حد ما = (2) لا أوف = درجة واحدة . هذا بالنسبة للعبارات الايجابية أما العبارات السلبية فتكون عكس ذلك . ويتم جمع درجات عبارات المقياس وكلما ارتفعت الدرجة واقتربت من الدرجة العليا (90 درجة) كلما تميزت الاتجاهات بالاجابية نحو المناشط الترويجية الرياضية لدى الطلبة و الطالبات .

9:3 الدراسة الأساسية

طبق المقياس في صورته النهائية على عينة الدراسة من الطلبة والطالبات بكليات جامعه الفاتح وذلك في الفترة من 15 / 6 / إلى 10 / 7 / 2009 ف. وبعد جمع الاستمارات والبدء في تصحيحها وتفرغها فقد استبعدت عدد (50) استمارة نظراً لعدم التزام أصحابها تعليمات الإجابة من ناحية تم عدم الإجابة على عبارات المقياس بالكامل .

4 : عرض ومناقشة النتائج .

1:4 عرض النتائج .

تضمن هذا الفصل عرض ومناقشة النتائج بعد أن تم التحليل الإحصائي لاستجابات العينة على المقياس والجداول التالية أرقام (3،4،5،6) تبين ذلك

جدول رقم (3)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لدرجات اتجاهات الطلبة والطالبات بكليات جامعه الفاتح نحو المناشط الترويحية الرياضية

| النسبة المئوية | ع | س | المعطيات |
|----------------|------|-------|--------------------------------|
| | | | الإحصائي |
| %58.1 | 6.46 | 52.33 | الزراعة |
| %58.3 | 6.50 | 52.48 | الهندسة |
| %59.6 | 6.52 | 53.66 | الاقتصاد |
| %61.6 | 4.93 | 55.44 | العلوم |
| %60.4 | 5.16 | 54.39 | الآداب |
| %59.1 | 6.61 | 53.20 | القانون |
| %62.3 | 4.90 | 56.06 | فنون وإعلام |
| %59.9 | 5.76 | 53.94 | المجموع الكلي للطلبة والطالبات |

يتضح من الجدول رقم (3) أن النسب المئوية لدرجات اتجاهات الطلبة والطالبات بكليات جامعه الفاتح قد تراوحت من (58.1 % إلى 62.3 %) وبنسبة عامه بلغت (59.9 %) نحو المناشط الترويحية الرياضية.

جدول رقم (4)

تحليل التباين بين متوسطات ودرجات اتجاهات طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح نحو الأنشطة الترويحية الرياضية .

| مصدر التباين | مجموع مربع الانحرافات | درجة الحرية | متوسط الانحرافات | قيمة في | مستوى الدلالة |
|---------------|-----------------------|-------------|------------------|---------|---------------|
| بين الكليات | 1937.478 | 6 | 322.913 | 8.857 | 0.00 |
| داخل الكليات | 52609.625 | 1443 | 36.459 | | |
| المجموع الكلي | 54547.103 | 1449 | | | |

يتضح أن مستوى دلالة اختبار (ف) وهي (0.00) وهي اصغر من مستوى المعنوية (0.05) وهذه النتيجة تؤكد وجود فروق معنوية بين درجات اتجاهات فئات العينة نحو المناشط الترويحية الرياضية ، ولمعرفة اتجاه الفروق تم استخدام اختبار (اقل فرق معنوي) وهذا ما يوضحه الجدول التالي (5) .

جدول رقم (5) .

يبين الفروق ودلالة الفروق بين متوسطات ودرجات اتجاهات فئات العينة نحو

المناشط الترويحية الرياضية لطلبة والطالبات جامعه الفاتح .

| الجدول | معطيات | جامعه | كليات | الحسابية | المتوسطات | المعيارية | الانحرافات | الزراعة | كلية | الهندسة | كلية | الاقتصاد | كلية | العلوم | كلية الآداب | القانون | كلية | والإعلام | كلية الفنون |
|--------|----------|-------|-------|----------|-----------|-----------|------------|---------|------|---------|------|----------|------|--------|-------------|---------|------|----------|-------------|
| | الزراعة | 52.33 | 6.46 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | الهندسة | 52.48 | 6.50 | -1.15 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | الاقتصاد | 53.66 | 6.52 | -1.33 | -1.18 | | | | | | | | | | | | | | |
| | العلوم | 55.44 | 4.93 | -1.11 | -2.96 | -1.78 | | | | | | | | | | | | | |
| | الآداب | 54.39 | 5.16 | -2.07 | -1.91 | -0.73 | 1.04 | | | | | | | | | | | | |
| | القانون | 53.20 | 6.61 | -0.88 | -0.72 | -0.46 | 223 | 1.19 | | | | | | | | | | | |
| | الإعلام | 56.66 | 4.90 | -3.73 | -3.58 | 2.40 | -0.62 | -1.67 | 2.86 | | | | | | | | | | |

يتضح من الجدول السابق رقم (5) أن المقارنة الأولى قد أظهرت فروق دالة إحصائياً بين درجات اتجاهات طلبة وطالبات كلية الزراعة وكليتي العلوم والفنون ولصالحهما. كما أظهرت المقارنة لثانية فروق داله إحصائياً بين طلبة وطالبات كلية الهندسة وكليات العلوم و الآداب والفنون ولصالحهم ، أما المقارنة الثالثة فقد أظهرت فروق دالة إحصائياً بين كلية الاقتصاد وكلية العلوم ولصالح العلوم ، كما أظهرت المقارنة وجود فروق داله إحصائياً بين درجة اتجاهات طلبة وطالبات كلية العلوم والقانون ولصالح العلوم . كما يتضح من نفس الجدول عدم وجود فروق داله إحصائياً بين اتجاهات طلبة وطالبات كليات الزراعة والهندسة والاقتصاد والقانون ، كما أظهرت المقارنات عدم وجود فروق داله إحصائياً بين درجة اتجاهات طلبة وطالبات الكليات (العلوم، الآداب، الفنون والإعلام) .

جدول رقم (6)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختيار بين

درجات اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضي

| مستوى داله الاختيار | قيمه | الطلبة | | الطالبات | | النشاط المزاوالمعطيات الإحصائية |
|---------------------|------|--------|------|----------|------|---------------------------------|
| | | س | ع | س | ع | |
| 0.00 | 3.54 | 53.26 | 6.39 | 54.45 | 5.53 | الرياضي |

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق داله إحصائياً بين درجة اتجاهات الطلبة والطالبات ولصالح الطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية وهذا ما أكدته قيمة مستوى الدلالة لاختبار (ت) والتي بلغت (0.00) وهي اصغر من المستوى المعنوية (0.05) .

2:4 مناقشة النتائج .

تظهر نتائج الدراسة بالجدول رقم (3) أن نسب اتجاهات الطلبة والطالبات بكليات جامعه الفاتح نحو المناشط الترويحية الرياضية قد بلغت لدى طلبة وطالبات كلية الزراعة 51.1% وكلية الهندسة 58.3% وكلية

الاقتصاد 59.6% وكلية العلوم 61.6% وكلية الآداب 60.4% وكلية القانون 59.1% وكلية الفنون والإعلام 62.3% كما أظهرت الانحرافات المعيارية لدرجات إجابات الطلبة والطالبات جامعه نحو المناشط الترويحية الرياضية بوجود تماثل بين طلبة كليات جامعة الفاتح ، وبناء على ذلك النتيجة فقد ظهر ترتيب اتجاهات طلبه وطالبات كليات جامعه الفاتح نحو المناشط الترويحية الرياضية بأن طلبة طالبات الفنون والإعلام بالدرجة الأولى تم كلية العلوم تم الآداب تم الاقتصاد تم القانون تم الهندسة وفي المرتبة الأخيرة كلية الزراعة.

من خلال مقارنه درجة اتجاهات عينه الدراسة بنتائج دراسة احمد سرور (1) نحو اتجاهات جامعة قار يونس في الكفرة نحو بعض المناشط الترويحية ودراسة ميلود (8) نحو اتجاهات طلبة جامعه المرقيب نحو ممارسة المناشط الرياضية ، اتضح وجود اتجاهات سلبية لدى طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح وخاصة طلبة و طالبات الكليات (الزراعة ، الهندسة ، القانون ، الاقتصاد) .

ومن خلال نتائج الجدول رقم (5) والخاص بمقارنه متوسطات درجات اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية بكليات جامعه الفاتح اتضح وجود فروق معنوية ، حيث أظهرت هذه المقارنات أن طلبة وطالبات الكليات (الفنون والإعلام والفنون والآداب) يتميزون باتجاهات ايجابية نحو المناشط الرياضية أكثر من طلبه وطالبات الكليات (الزراعة ، الهندسة ، الاقتصاد ، القانون) وهذه النتيجة قد اختلفت مع نتائج دراسة ميلود النقر بأن الكليات العملية اتجاهاتها أكثر ايجابية من الكليات النظرية (8) .

ومن النتائج بالجدول رقم (6) والخاصة بالمقارنة بين اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية فقد اتضح وجود فروق دالة إحصائياً ولصالح الطالبات وهذا يعني أن اتجاهات الطالبات بكلية جامعه الفاتح أكثر ايجابية نحو المناشط الترويحية الرياضية من الطلبة بالرغم من أن النتائج بالجدول السابق رقم (3) أظهرت أن اتجاهات أفراد عينه الدراسة من الطلبة والطالبات جاءت سلبية بصفه عامه . ويرجع ذلك الأسباب الى عدم وجود أنشطة ترويحية رياضية ببرامج الأنشطة داخل الكليات . كذلك اهتمام الطلبة والطالبات بالجوانب الدراسة العلمية فقد يكون احد الأسباب الرئيسية الذي اثر سلبياً على عدم إتاحة فرص المزاولة والمشاهدة والمتابعة للأنشطة الرياضية سواء داخل الكليات أو خارجها لأمر الذي يقلل من التعرف على أهمية وقيمة المناشط الرياضية في إعداد وبناء وتنمية شخصية الطالب والطالبة داخل الجامعة . وبذلك النتيجة فقد تمت الإجابة على تساؤلات الدراسة .

5 : الاستنتاجات والتوصيات .

1:5 الاستنتاجات :

في حدود محتوى مقياس الاتجاهات نحو المناشط الترويحية الرياضية ونتائج التحليل الإحصائي لاستجابات الطلبة والطالبات تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

1- بلغت نسبة اتجاهات طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح بصفة عامه نحو المناشط الرياضية (59.9%) .

2- تراوحت نسب اتجاهات طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح نحو المناشط الترويحية الرياضية من (58.1% إلى 62.3%) حيث جاءت اتجاهات طلبة وطالبات كلية الفنون والإعلام في المرتبة الأولى بنسبة 62.3% ، تم كلية العلوم في المرتبة الثانية بنسبة 61.6% تم كلية الآداب بنسبة 60.4% في المرتبة الثالثة والمرتبة الرابعة اتجاهات طلبة وطالبات كلية الاقتصاد بنسبة 59.6% تم كلية القانون بنسبة 59.1% تم كلية الهندسة بنسبة 58.1% تم كلية الزراعة في المرتبة الأخيرة بنسبة 58.1% .

- 3- أظهرت النتائج أن اتجاهات طلبة الكليات (الفنون والإعلام و الآداب) أكثر ايجابية . و وضوح من كليات (الزراعة ، الهندسة ، الاقتصاد ، القانون) .
- 4- النتائج أظهرت وجود فروق حقيقية ولصالح الطالبات في درجة الاتجاهات نحو المناشط الترويحية الرياضية مقارنة بالطلبة بجامعة الفاتح .
- 5- النتائج أظهرت وجود اتجاهات سلبية لدى طلبة وطالبات كليات جامعه الفاتح بصفة عامه .

2:5 التوصيات .

- 1- يجب الاهتمام بالمناشط الترويحية الرياضية داخل الجامعة .
- 2- إقامة ندوات ومحاضرات حول أهمية الترويح الرياضي والممارسة الرياضية .
- 3- ضرورة إعداد المتخصصين والشرفيين على الأنشطة الترويحية الرياضية بكليات جامعه الفاتح .
- 4- ضرورة إعداد برامج رياضية داخل الكليات نتيجة اتجاهات الطلبة والطالبات نحو المناشط الترويحية الرياضية .

المراجع :

- 1-إيلي عبد العزيز زهران (1991) المنهج في التربية الرياضية . دار زهران للنشر والتوزيع القاهرة
- 2-ميلود عمار النقر (2005) " اتجاهات طلاب جامعه المرتب نحو ممارسة المناشط الرياضية " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعه الفاتح . طرابلس
- 3-فؤاد البهي حمزة (1974) علم النفس الاجتماعي ، دار الفكر العرب ، القاهرة .
- 4-أحمد سرور حمزة (2006) مقارنة لاتجاهات الطلاب نحو ممارسة بعض المناشط بجامعة قار يونس فرع الكفرة . رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية البدنية ، جامعه الفاتح ، طرابلس .
- 5-محمد محمد الحامي (1993) بين النظرية والتطبيق ، مطبعة الإخوة ، بور ، مصر .
عايدة عبد العزيز سعيد
- 6-اشرف محمد عفيفي(1999) تأثير تطبيق مقرر على الثقافة الرياضية لطلبة المعهد العالي التكنولوجي بمدينة العاشرة من رمضان " رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعه حلوان .
- 7-كمال الدين درويش (1997) رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، دار الكتاب ، القاهرة للنشر محمد الحامي
- 8-المبروك محمد ابو عميد (1994) دور بعض وسائل الإعلام الرياضي في تغيير الاتجاهات نحو

بعض عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بتوجيه الدافعية الرياضية لدى طلاب
كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح

المقدمة وأهمية البحث :

تعتبر التربية البدنية بمناهجها وأنشطتها المختلفة إحدى المناهج الدراسية التي تمثل جانبا مهما في العملية التعليمية التربوية ، ونظرا للحاجة المطردة الى تحسين جوانب التعليم ، وإيجاد طلبة متخصصين كفؤين، كان لابد من الارتقاء بعناصر اللياقة البدنية والاهتمام بتوجهات الدافعية لديهم . وإن جسم الإنسان عبارة عن مجموعة من لياقات متعددة تتأثر ببعضها البعض، فهي متداخلة ومتلازمة تسمى في مجملها اللياقة الشاملة ، وتعد اللياقة البدنية إحدى مكونات اللياقة الشاملة . حيث تعرفها الأكاديمية الأمريكية للتربية البدنية بأنها قدرة الرد على أداء الواجبات بحيوية ويقظة دون تعب لا مبرر له مع توافر جهد كاف للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة (13 : 243).

ويضيف محمد صبحي حسانين(2000)إن اللياقة البدنية هي الأساس في اللياقة الشاملة فان لم يكن كذلك فلا اقل من أنها من أهم مكوناتها، فهي تتطلب سلامة الأجهزة العصبية والعضلية والجهاز الدوري التنفسي والأعضاء الداخلية، كما أنها تتطلب قواما جيدا ومقاييس جسمية متناسقة وخلوا من الأمراض (9 : 51).

ويشير محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان(1987) إلى إن من أهم العوامل المساعدة في رفع مستوى الأداء المهاري والحركي في المجال الرياضي هي عناصر اللياقة البدنية والحركية والذكاء وتوجيهات الدافعية والأنماط الجسمية والنواحي الفسيولوجية(8 : 85).

أن أداء التمرينات الحديثة يتطلب التأكيد على الربط بين عناصر اللياقة البدنية والنواحي الفسيولوجية وتوجيهات الدافعية، حيث إن مستوى اللياقة البدنية والتغيرات المفاجئة التي تحدث في طبيعة أداء التمرينات ينعكس إيجابا او سلبا على الحالة الدافعية للطالب الأمر الذي ينعكس بالتالي على مستوى أدائه ككل .

ويشير محمد عثمان نجاتي (1995) إلى ان الدافعية تنشأ عن حاجة داخلية تدفع الإنسان إلى القيام بنشاط يؤدي إلى إشباع حاجة وخفض حالة التوتر ، وهذا ما يجسد نظرية خفض الدافعية، وهناك نوعان من الدوافع ، دوافع أولية وأخرى دوافع ثانوية مكتسبة، وتأتي ممارسة الرياضة من ضمن الدوافع الأولية والثانوية لأنها تلبى العديد من الحاجات (10 : 16).

وأشار أسامة كامل راتب (1990) إلى أن الدافعية في المجال الرياضي تظهر من خلال عمليات التدريب الرياضي والمنافسة على حد سواء ، فالتدريب الشاق الذي تتسم به عملية التدريب يتطلب إرادة قوية من الطالب واستعداد لبذل الجهد المساعد لساعات طويلة مما يتطلب منع استعداد يتناسب مع حجم الجهد المبذول (3 : 74).

ويذكر محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان(1987) بان توجهات الدافعية احد العوامل النفسية التي

تلك **كلية علوم التربية البدنية و الرياضة . جامعة الفاتح**

للاعب ، مما يتوجب على المدربين واللاعبين الانتباه لها من خلال الوقوف على الخصائص الدافعية للاعبين (8 : 94).

وفي هذا الصدد يؤكد أسامة كامل راتب (1990) نقلا عن سنجر (1984) إلى ان التفوق الرياضي هو حصيلة التعلم والدافعية ، ويمكن تمثيل ذلك بالمعادلة الآتية: الأداء = التعلم + الدافعية (3 : 15). وفي ضوء ذلك يرى الباحثون بان عملية قياس بعض عناصر اللياقة البدنية وتوجهات الدافعية لدى طلاب كلية علوم التربية والرياضة ، وإيجاد العلاقة بينهما تساعد في الوصول إلى نتائج ايجابية إثناء تطبيق الحصص الدراسية والتدريبية من خلال تطوير المتطلبات المهارية الخاصة بتطبيق التمرينات المقررة على الطلبة ، الأمر الذي يؤدي بالتالي إلى الارتفاع بمستوى أداء الطلبة .

مشكلة البحث :

أن استخدام توجهات الدافعية لدى الطلاب في الكلية لممارسة الحصص العملية تساعد على استثارة دافعية التعلم وتعمل على تنشيط استجاباته او تعزيز جهده وبالتالي تساهم في زيادة التحصيل وتنمي لديهم الكثير من المهارات وتوفر الوقت والجهد في الكثير من المواقف التعليمية. يتفق كل من أبو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين (1993) على أن اللياقة البدنية لم تعد هدفا يسعى لتحقيقه الرياضيون وحدهم، بل أصبحت هدفا لتحقيق الصحة من اجل حياة أفضل (2 : 11).

ويشير كل من مصطفى السائح وصلاح انس (2000) إلى إن قياس مستوى اللياقة البدنية للطلاب يساعده على تطوير اتجاهه الايجابي نحو جسمه وأيضا يمكنه من تحقيق إدراكه نحو حالته البدنية ، وهكذا يصبح أكثر دافعية للاحتفاظ بلياقته او تحسينها ، وأيضا فان الاختبارات تحفز الإباء على إن يصبحوا أكثر اهتماما وتدخلا في معرفة حالة اللياقة البدنية لأطفالهم ومن ثم الاهتمام بحالتهم البدنية (11 : 21).

وبرزت مشكلة البحث من خلال دراسة استطلاعية قام بها الباحثون من خلال تدريسهم لطلبة كلية التربية البدنية (قسم التدريس) حيث تم إجراء بعض القياسات والاختبارات البدنية التي تقيس عناصر اللياقة البدنية ، وسؤال العديد من الطلاب عن أسباب انخفاض مستوى اللياقة البدنية لدى الطلبة اتضح بان احد الأسباب الرئيسية تكمن في ضعف توجهات الدافعية الايجابية العالية ، وقلة استمرار الممارسة الرياضية المنتظمة، إضافة إلى قلة الوقت المخصص للساعات الدراسية ، وهذا ما يدل على ان الحصص الدراسية تؤكد على اللياقة البدنية دون الاهتمام بتوجهات دافعية الطلاب التي تلعب دورا كبيرا في الارتفاع بمستوى الطلاب .وبذلك تولدت لدى الباحثين الرغبة في الكشف عن العلاقة بين بعض عناصر اللياقة البدنية وبين توجهات الدافعية لدى طلبة كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح.

أهداف البحث :

يهدف البحث الى التعرف على :

1-مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية وتوجهات الدافعية لدى طلاب قسم التدريس

(الفصل الثالث) في كلية علوم التربية البدنية والرياضية بجامعة الفاتح.

2-علاقة بعض عناصر اللياقة البدنية بتوجهات الدافعية لدى طلاب قسم التدريس

(الفصل الثالث) في كلية علوم التربية البدنية والرياضية بجامعة الفاتح.

فروض البحث :

1- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ايجابية عند مستوى (0.05) بين بعض عناصر اللياقة البدنية وتوجهات الدافعية لدى طلاب قسم التدريس (الفصل الثالث) في كلية علوم التربية البدنية والرياضية بجامعة الفاتح.

الدراسات السابقة :

1-دراسة عزة عبد الغني (1992)(6)

عنوانها(العلاقة بين كل من دافعية الانجاز ومستوى الطموح وبين مستوى الأداء المهاري في السباحة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية)

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين كل من دافعية الانجاز ومستوى الطموح وبين مستوى الأداء المهاري في السباحة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية.

منهج الدراسة: الوصفي بالأسلوب المسحي.

عينة الدراسة: 180 طالبة

أهم النتائج: وجود ارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين كل دافعية الانجاز ومستوى الطموح والأداء المهاري في السباحة للبنات.

2- دراسة إبراهيم حنفي شعلان(1993)(1).

عنوانها(سمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الأداء الحركي للاعبين كرة القدم).

هدف الدراسة: الى التعرف على سمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الأداء الحركي للاعبين كرة القدم.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

عينة الدراسة: 62 لاعبا من لاعبي كرة القدم الدرجة الأولى.

أهم الاستنتاجات:

وجود فروق معنوية بين المستوى المهاري العالي في السمات الدافعية ، وجود فروق بين السمات الدافعية بين

لاعبي كرة القدم تبعا لسنوات الممارسة.

إجراءات البحث

منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث بطلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة، السنة الثالثة، (قسم التدريس) للسنة الدراسية

2008-2009 مسيحي، والبالغ عددهم 50 طالبا.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الصف الثالث (قسم التدريس) بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بجامعة الفاتح ، للسنة الدراسية 2008 – 2009 مسيحي ، وقد بلغ عددهم 15 طالبا.

أدوات جمع البيانات :

مقياس توجه الدافعية الرياضية:

تم استخدام قائمة اختبار التوجه الدافعية الرياضي المصممة من قبل (ديانا جل 1993) للرياضيين والتي أعدها للمربية محمد حسن علاوي (1998)، وتستخدم هذه الاستمارة ثلاثة إبعاد لتوجه الدافعية الرياضية والتي تتمثل : توجه التنافسية، توجه الفوز، توجه الهدف (7 : 194).

صدق المقياس :

تم التحقق من صدق استمارة الاستبيان باستخدام الصدق التلازمي ، والصدق المرتبط بالمحك عن طريق المقارنة بين درجات الطلاب الذين يمارسون النشاط الرياضي التنافسي والطلاب الذين لا يمارسون النشاط الرياضي ، وقد أسفر عن وجود فروق معنوية بين الطلاب لصالح المجموعة الأولى .

ثبات المقياس :

تم إيجاد ثبات المقياس عن طريق معامل ألفا كرونباخ والذي بلغ (0.94) لبعد التنافسية، (0.86) لبعد الفوز، (0.81) لبعد الهدف، في حين بلغ ثبات الاختبار بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة من الطلاب الرياضيين الجامعيين ، (0.89) لبعد التنافسية، (0.82) لبعد الفوز، (0.739) لبعد الهدف (7 : 192).

التصحيح :

للاستمارة خمسة أوزان للتصحيح تتمثل بما يأتي :

عند الإجابة بدرجة كبيرة جدا = 5 درجات.

عند الإجابة بدرجة كبيرة = 4 درجات

عند الإجابة بدرجة متوسطة = 3 درجات

عند الإجابة بدرجة قليلة = 2 درجتان

عند الإجابة بدرجة قليلة جدا = 1 درجة (7 : 192 – 193).

عناصر اللياقة البدنية :

تم استخدام بعض من عناصر اللياقة البدنية والتي تتمثل بما يأتي :-

السرعة.....عدو 50 متر

قوة انفجارية للرجلين..... الوثب الطويل من الثبات

المرونة..... ثني الجذع للإمام الأسفل

الرشاقة..... الجري المتعرج.

الدراسة الاستطلاعية :

تم إجراء دراسة استطلاعية على طلبة كلية علوم التربية البدنية والرياضة، السنة الثالثة (قسم التدريس) على عدد (10) طلاب، وهم من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، بغرض التعرف على استمارة الملاحظة ومعرفة مدى صعوبتها وسهولة عباراتها.

الدراسة الأساسية:

تم إجراء الدراسة الأساسية خلال الحصص الدراسية لطلبة قسم التدريس بكلية علوم التربية البدنية والرياضة السنة الثالثة، للسنة الدراسية 2008 – 2009 مسيحي، في الفترة من 1 / 11 / 2008 لغاية 1 / 2 / 2009 مسيحي، وقد تم إجراء اختبارات اللياقة البدنية على الملعب الخارجي للكلية، إما بالنسبة لاستمارة الاستبيان فقد تم توزيعها على الطلاب على انفراد في قاعة التمرينات في الكلية، وقد قام الباحثون بالرد على كافة أسئلة واستفسارات الطلاب حول الاستمارة، بعدها تم تجميع الاستمارة من الطلاب بعد الانتهاء من الإجابة عليها.

الإجراءات الإحصائية:

تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية ومنها ما يأتي:

المتوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واقل واكبر قيمة لعناصر اللياقة البدنية لعينة البحث

| عناصر اللياقة البدنية | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | اقل قيمة | اكبر قيمة |
|-----------------------|-------------|-----------------|-------------------|----------|-----------|
| سرعة | ثانية | 9.757 | 0.402 | 8.78 | 10.29 |
| قوة انفجارية | سنتيمتر | 2.023 | 0.102 | 1.880 | 2.230 |
| مرونة | سنتيمتر | 5.250 | 1.268 | 2.000 | 10.000 |
| رشاقة | ثانية | 33.163 | 0.824 | 31.30 | 34.60 |

يظهر من جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واقل واكبر قيمة لعناصر اللياقة البدنية لعينة البحث.

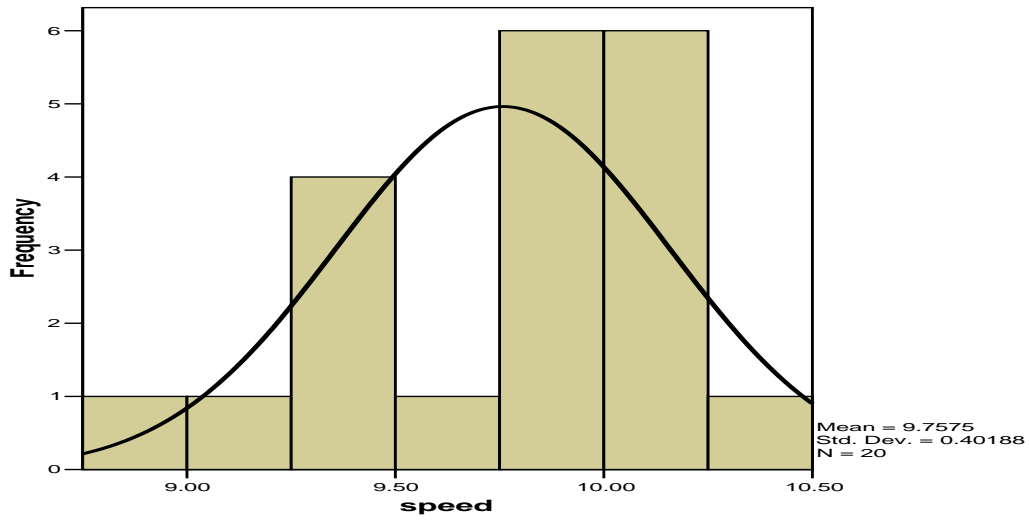
جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واقل واكبر قيمة لتوجهات الدافعية لعينة البحث

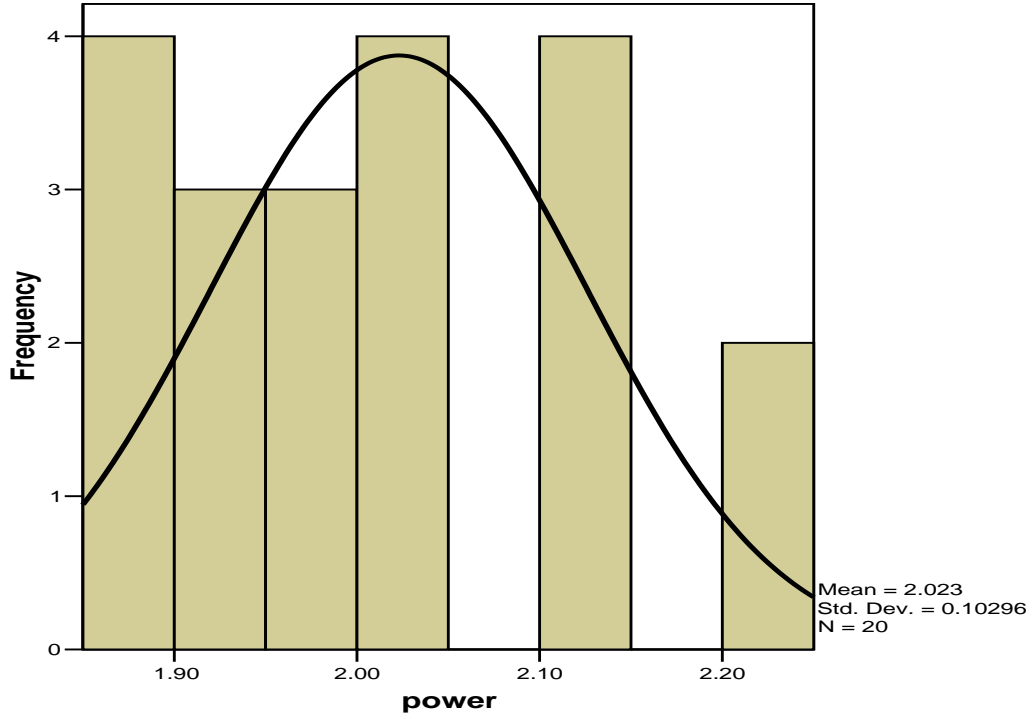
| إبعاد توجه الدافعية | وحدة القياس | المتوسط | الانحراف | اقل قيمة | اكبر قيمة |
|---------------------|-------------|---------|----------|----------|-----------|
|---------------------|-------------|---------|----------|----------|-----------|

| | | المعياري | الحسابي | | |
|--------|--------|----------|---------|------|----------------|
| 58.000 | 46.000 | 2.281 | 51.450 | درجة | توجه التنافسية |
| 30.000 | 20.000 | 1.980 | 23.400 | درجة | توجه الفوز |
| 32.000 | 22.000 | 1.762 | 26.450 | درجة | توجه الهدف |

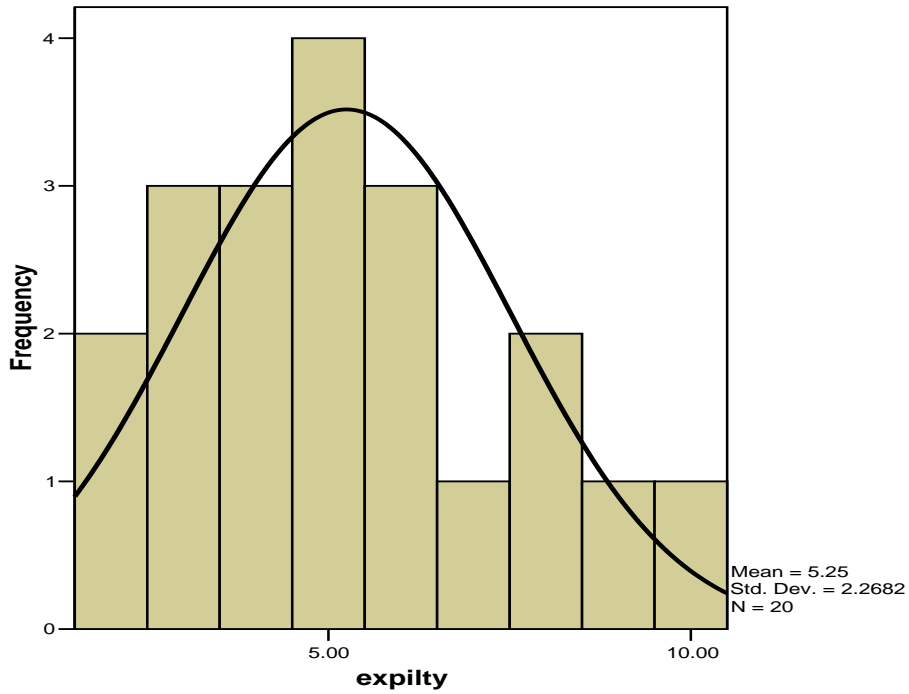
يظهر من جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واقل واكبر قيمة لإبعاد توجه الدافعية لعينة البحث



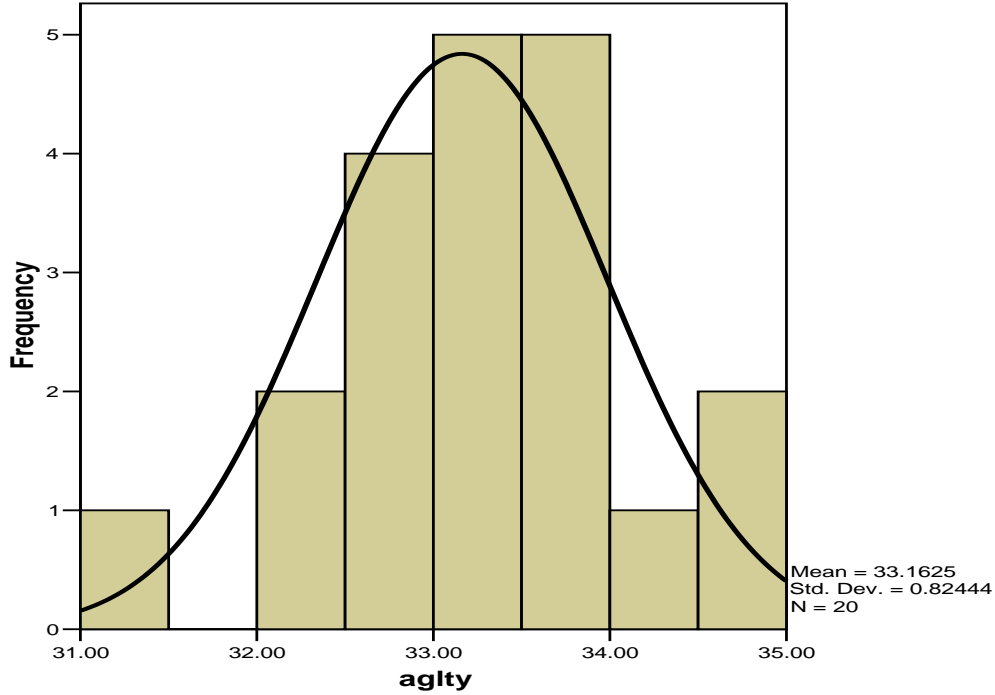
شكل (1)
توزيع عنصر السرعة على عينة البحث



شكل (2)
توزيع عنصر القوة الانفجارية على عينة البحث



شكل (3)
توزيع عنصر المرونة على عينة البحث



شكل (4)
توزيع عنصر الرشاقة على عينة البحث

جدول (3)
مصفوفة الارتباط بين عناصر اللياقة البدنية والتوجهات الدافعية لعينة البحث

| المتغيرات | عنصر السرعة | عنصر القوة الانفجارية | عنصر المرونة | عنصر الرشاقة | توجيه التنافسية | توجيه الفوز | توجيه الهدف |
|-----------------------|-------------|-----------------------|--------------|--------------|-----------------|-------------|-------------|
| عنصر السرعة | | *0.766 | 0.376 | *0.585 | *0.529 | 0.315 | *0.824 |
| عنصر القوة الانفجارية | | | 0.287 | 0.343 | *0.714 | *0.776 | *0.873 |
| عنصر المرونة | | | | *0.747 | *0.469 | *0.626 | *0.451 |
| عنصر الرشاقة | | | | | 0.471 | 0.282 | 0.286 |
| توجيه التنافسية | | | | | | 0.390 | *0.635 |
| توجيه الفوز | | | | | | | *0.484 |
| توجيه الهدف | | | | | | | |

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (20 - 2) تحت مستوى معنوي عند مستوى $0.05 = 0.444$

يتضح من جدول (3) الخاص بمصفوفة الارتباط بين عناصر اللياقة البدنية والتوجهات الدافعية لعينة البحث، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية وتوجهات الدافعية لدى عينة البحث، حيث كانت قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (0.444).

فيما لم يكن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية وتوجهات الدافعية ، حيث كانت قيمة (ر) المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية .

مناقشة النتائج :

يتضح من جدول (3) الخاص بمصفوفة الارتباط بين عناصر اللياقة البدنية والتوجهات الدافعية لعينة البحث، وجود علاقات ذات دلالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية وتوجهات الدافعية ، فقد ظهر وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين عنصر السرعة وكل من (توجيه التنافسية، توجيه الهدف) والذي بلغ على التوالي (0.529، 0.824) ، ويرى الباحثون بان عملية الممارسة الرياضية ترتبط وبشكل خاص السرعة بالعديد من العوامل الأخرى منها الصحية والمهارية والتي تتطلب من الفرد ان يسعى نحو الأحسن ، وهذا ما يجعل الممارسة تعبير عن حاجات التلاميذ .

يشير براينت كراتي Bryant Cartty (1983) إلى ان الممارسة الرياضية بموجب نظرية فرويد تعني سعي الإنسان نحو الأفضل لإثبات قدراته وجدارته، فهي غريزة من غرائز الحياة الأساسية، لأنها ترتبط بالحركة وسرعة الحركة، وهذا ما يجعل الممارسات الرياضية تعبير عن حاجة الفرد للانتماء للآخرين والمشاركة في الحركة (12 : 59).

ويتضح من الجدول وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين عنصر القدرة الانفجارية وكلا من (توجيه التنافسية، توجيه الفوز، توجيه الهدف) ، ويرى الباحثون ان عملية توجه الدافعية نحو الهدف بإبعادها يجب ان تكون بشكل متناسب مع القدرة العضلية للرياضي ، كونها تساعد على عملية تحقيق الهدف ثم التدرج نحو تحقيق الأهداف الفرعية الأخرى.

وفي هذا الصدد يشير دانيال كولد Daniel Gould (1986) إلى إن وضع الأهداف وامتلاك اللاعب التوجهات الدافعية نحو تلك الأهداف يؤثر إيجابيا على قدرة الفرد على الأداء بكل قوة، وذلك من خلال ربط تلك الأهداف بالبناء النفسي للرياضي، والتي تعتبر من الدوافع الأساسية في ممارسة النشاط الرياضي (13 : 139) ويتضح من الجدول وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة وكلا من (توجيه التنافسية، توجيه الفوز، توجيه الهدف) ، ويرى الباحثون أن عملية توجه الدافعية نحو الهدف بإبعادها المختلفة ، ويرى الباحثون ان ممارسة التمرينات من قبل طلبة الكلية يتميز بالحركة المستمرة التي يصاحبها التغير المفاجئ وفقا لحركة أداء التمرينات ، وهذا ما يستدعي ان يكون الطالب على مستوى عال من المرونة العضلية والمفصلية .

وفي هذا الصدد يشير محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (1987) بان المرونة تعتبر من بين الصفات الهامة للأداء الحركي سواء من الناحية النوعية أو الكمية، كما أنها تشكل مع بقية مكونات اللياقة البدنية او الحركي كالقوة العضلية والسرعة والرشاقة والتي يتأسس عليها اكتساب وإتقان الأداء الحركي ، كما أنها تسهم في التأثير على السمات النفسية الإرادية والثقة بالنفس وغيرها من السمات النفسية الأخرى (9 : 318).

ويضيف بسطويسي احمد بسطويسي(1999) إلى ان المرونة واصفات البدنية الأخرى كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة تشكل القاعدة الأساسية للأداء المهاري ، وان مستوى التكنيك لمعظم المهارات الحركية يعتمد على صفة المرونة (5 : 234).

ويرى الباحثون ان هذه العلاقة ذات الدلالة الإحصائية بين عناصر اللياقة البدنية وبين التوجهات الدافعية بإبعادها الثلاث المختلفة ، تظهر مدى حاجة الطلاب في الكلية الى امتلاك توجهات دافعية عالية نحو تحقيق الهدف من خلال مشروعية التنافس وتحقيق المستوى الأفضل خلال أداء التمرينات . وفي ذلك يذكر دون فتشي وآخرون Dongfang Chie (2003) أن انفعالات الرياضيين ومستويات تفكيرهم وسلوكياتهم يؤثران على مستويات ثقتهم بأنفسهم ، وان الأفراد الذين يمتلكون التوجهات الدافعية نحو الهدف ، فإنهم يمتلكون تصور أفضل بقدراتهم وانفعالاتهم الايجابية (14 : 55).

الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث والإجراءات الإحصائية وفي حدود عينة البحث تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين صفة السرعة وتوجه التنافسية وتوجه الهدف لدى طلبة كلية علوم التربية البدنية والرياضة بجامعة الفاتح.
- 2- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين صفة القدرة الانفجارية وتوجه التنافسية، وتوجه الفوز، وتوجه الهدف، لدى طلبة كلية علوم التربية البدنية والرياضة بجامعة الفاتح.
- 3- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين صفة المرونة وتوجه التنافسية وتوجه الفوز، وتوجه الهدف، لدى طلبة كلية علوم التربية البدنية والرياضة بجامعة الفاتح.

التوصيات :

- 1- التأكيد على استخدام النتائج التي تم التوصل إليها في التعرف على توجه الدافعية لدى الطلبة .
- 2- ضرورة تطبيق أسلوب هذا البحث على الطلبة في المواد العملية الأخرى في الكليات الأخرى.
- 3- ضرورة اعتماد المشرفين والأساتذة في الكليات على استمارات الملاحظة - لتوجه الدافعية للتعرف على سلوك الطلبة إثناء الممارسة الرياضية.
- 4- ضرورة عمل دراسات أخرى مشابهة على الفصول الدراسية الأخرى.

المراجع

- 1- إبراهيم حنفي شعلان(1993): سمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الأداء الحركي للاعبين كرة القدم،المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة،كلية التربية الرياضية،جامعة حلوان.
- 2- أبو العلا احمد عبد الفتاح(1993): : فيسولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي القاهرة. احمد نصر الدين رضوان

- 3- أسامة كامل راتب(1990)
 4- (1993)
 5- بسطويسي احمد بسطويسي(1999)
 6- عزة عبد الغني(1992)
 7- محمد حسن علاوي(1998)
 8- محمد حسن علاوي(1987)
 محمد نصر الدين رضوان
 9- محمد حسن علاوي(1987)
 محمد نصر الدين رضوان
 10- محمد صبحي حسانين(2000)
 11- محمد عثمان نجاتي(1995)
 12- مصطفى محمد السائح(2000)
 صلاح انس
- دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي ، القاهرة
 علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة.
 علم التدريب الرياضي، دار الفكر العربي ، القاهرة.
 العلاقة بين كل من دافعية الانجاز ومستوى الطموح وبين مستوى الأداء المهاري في السباحة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
 موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
 اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي، القاهرة .
 الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة .
 التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضة، دار الفكر العربي ، القاهرة.
 علم النفس والحياة، دار القلم، الكويت.
 اختبارات الاتحاد الأوروبي للشباب يور وفيت، دار الوفاء للنشر، الإسكندرية.
- 13- Bryant, J, Cratty(1983) : Psychology in contemporary sport guidelines for coaches and athletes, 2nd ed , prentice hall, Englwood.
 14 -Daniel, Gould(1998) : Goal setting for peak performance in jean mayfield, publishing, company,U.S.A.,
 15--Dongfangchie, Steve(2003) : Male and female basketball players goal orientation of sport confidence,2003.
 Chen, Chou Hung

د. ماجد علي موسى التميمي

-المقدمة وأهمية البحث:

أن المتخصص في شؤون الرياضة بشكلها العام ورياضة المستويات العليا بشكلها الخاص يلاحظ ارتفاعاً غير طبيعي في وتيرة الإنجاز الرياضي ، وهذا لم يأتي صدفة بل من خلال رفق القائمين على عملية الأشراف والتدريب بمتطلبات علمية في غاية الدقة ، الأمر الذي أنعكس على مستويات الأداء والتي لا تقف عند فئة معينة أو جنس معين ، وكذلك من خلال ازدياد أعداد المشاهدين للسباقات بمختلف أنواعها ومستوياتها ، مما أدى إلى زيادة أتساع قواعد ومنظومات استقبال الناشئين ومدى تعامل العلوم الحديثة معها ، لتوسيع رقعة ومساحة وعدد الرياضيين الأبطال أصحاب الإنجازات العالية والتي تضيف للمتبع والمشاهد والباحث أفقاً جديداً وكل حسب رغبته وهدفه ، من إثارة ودقة بحثه. ونظراً لان هذه الإجراءات لها تأثيرات ايجابية على عمليات التدريب الرياضي، وهي تستند أساساً على مبدأ علمي من مبادئ التدريب ، وهو العلاقة بين الحمل والراحة.

يرى السيد عبد المقصود(1994) بان التدريب الرياضي عبارة عن عملية بيولوجية من ناحية ومن ناحية أخرى عملية تربوية، والأساس في ذلك هو التكيف البيولوجي والذي يتخذ المكانة الأولى، اذ يؤدي التدريب الى نشأة مثيرات حركية تؤدي الى تكيفات بيولوجية في الأعضاء الداخلية، وبذلك فان هدف التدريب الرياضي هو الارتفاع بمستوى القدرة على الانجاز البدني (3 : 59).

ويذكر مفتي إبراهيم(1998) بان إستراتيجية التدريب الرياضي الحديث والتي تعكس الهدف العام البعيد له في تحقيق الوصول الى الفورمة الرياضية للاعبين في التوقيتات التي تناسب المواسم التنافسية في الرياضة التخصصية والعمل على البقاء فيها لأطول فترة ممكنة(14:21).

أنا ومن خلال ما تقدم نبين بعض تفاصيل الصراع الشريف من أجل الفوز بالمراكز المتقدمة على مستوى الدورات الأولمبية أو سباقات الجائزة الكبرى والسباقات العالمية والقارية والملتقيات الدولية الأخرى، عندما لا يستطيع النقاد والباحثون من معرفة أو التكهّن بالفائز الأول وهذا لم يأتي من خلال إضافة طريقة جديدة لطرق التدريب وإنما جاء من خلال البحث في الدقائق والخصوصيات التي يتميز بها الرياضي المعين عن الآخر ، وكذلك من خلال أيجاد الأساليب والوسائل العلمية الحديثة التي تأخذ على عاتقها الارتفاع بالمستوى الرياضي .

ومن هنا تأتي أهمية البحث من خلال أيجاد السبل الكفيلة التي تأخذ على عاتقها الارتفاع بمستوى التدريب والمسابقات واختزال الزمن وترشيد الهدر وضياح في جهد المدرب واللاعب من خلال السلوك الصحيح في التخطيط لحركة أعمال التدريب في مرحلة الأعداد والمنافسات.

كلية التربية الرياضية . جامعة البصرة العراق

أن المتمتعين بآليات ديناميكية الحمل البدني يلاحظ أنها تأخذ اتجاهات مختلفة لها علاقة بمستوى أداء المتدربين ومواصفاتهم الفردية ، الأمر الذي يحتم على المدرب من سلوك اتجاه دون آخر ، كالتلاعب بالحجم أو الشدة أو الراحة أو من خلال مكونات الحمل مجتمعة ، وهذا الأخير لا يمكن بطبيعة الحال تطبيقه على جميع الرياضيين .

يؤكد عصام حلمي ومحمد جابر بريقع(1997) هناك العديد من التغيرات التي يهتم بها المدرب واللاعب ، وهي التغيرات الكبيرة التي تتضح من خلال التدريب ، حيث حظيت تلك التغيرات باهتمامك الباحثون ، وقاموا من خلال دراساتهم بتصحيح مفاهيم خاطئة كثيرة في التدريب، وأدى هذا التصحيح الى طفرة في الأرقام والمستويات الرياضية التي نشاهده في الوقت الحالي(9 : 231).

أن ما دعانا إلى تناول في هذا الموضوع سببه التغيرات والتطورات الكبيرة التي طرأت على المستويات والأرقام والانجازات الرائعة لمسابقات المسافات القصيرة، إذ غالباً ما نلاحظ أن رياضيين شباب بأعمار لا تتجاوز 18-21 سنة يحققون إنجازات عالية في ركض المسافات القصيرة ، وهذا الأمر لا يرجع إلى الفطرة وحدها ، باعتبار أن المستوى الرياضي لا يمكن أن ينطلق من تدريبات عشوائية، إذ لابد من بناء القاعدة المتينة التي لابد أن ينطلق منها المدرب لأعداد الرياضي وتهيئته الوظيفية لتنفيذ أعمال بدنية وفق أسس علمية والتي تحقق الإنجاز الذي نراه الآن ، ويرى الباحث أن اختصار فترات الأعداد العام وتوجيه الحمل البدني نحو الأعداد لتحقيق الأثر الفاعل في بناء القاعدة المتخصصة، التي تحدث نوع من التكاليفات الخاصة التي يبني من خلالها المستوى الرياضي ويختصر الزمن في الوصول إلى الانجاز العالي .

-أهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على:

- 1- الأحمال البدنية الخاصة وأثرها على المستوى البدني لعدائي المسافات القصيرة(100،200،400)متر .
- 2- الأحمال البدنية الخاصة وأثرها على المستوى الرقمي لعدائي المسافات القصيرة (100،200،400)متر

- فروض البحث :

- 1- وجود فروق بين القياس القبلي والقياس ألبعدي في المستوى الرقمي لدى عدائي المسافات القصيرة، لصالح القياس البعدي.
- 2- وجود تحسن في مستوى أداء العدائين الشباب للمسافات القصيرة خلال الموسم التدريبي.

- مجالات البحث:

- المجال البشري: عينه من منتخب الشباب من عدائي المسافات القصيرة بالبصرة
- المجال المكاني : ملعب نادي البصرة
- المجال الزمني :الفترة من 2006/3/25 حتى 2006/8/10 افرنجي

– الدراسات النظرية: تخطيط التدريب:

إذا كان التدريب الرياضي عملية تربوية موجهة تهدف إلى الوصول باللاعب إلى المستوى العالي فالأعلى ، بديناً وفسولوجياً ومهارياً ونفسياً ، إلى الوصول إلى الفورمه الرياضية والتي تتناسب مع كل مستوى ، فالتخطيط في مجال التدريب الرياضي ماهو إلا أحد الوسائل العلمية الإستراتيجية الهامة والمساعدة في وضع وتنسيق البرامج الخاصة بالعملية التدريبية للوصول إلى المستوى الرياضي المنشود ، وهو بذلك يعتبر أولى الخطوات التنفيذية في عملية بناء الهيكل التدريبي مع توجيه وتعديل مساره والذي يؤثر إيجابياً على مستوى الإنجاز (4 : 369).

لم يعد خافياً أن التخطيط قد أصبح جزء أساسي من التدريب الحديث ، ولهذا أصبح المدرب يخطط ويرسم لنفسه خطاً لسيره ، ولقد عد التخطيط من القواعد العامة لضمان رفع المستوى الرياضي ، لأن الوصول إلى المستوى الرياضي لا يأتي جزافاً ، بل من خلال التدريب المنظم لفترة طويلة (9 : 200) .
أن تخطيط التدريب هو وسيلة في غاية الأهمية لتحقيق الوصول إلى الأهداف التي تم وضعها سلفاً ، وعليه فإنه يختلف باختلاف الأهداف ، فالأهداف القريبة تحتاج إلى خطط سريعة وقصيرة والأهداف البعيدة تحتاج إلى خطط طويلة ، وكما يمكن الاعتماد على الاثنين لتحقيق أهداف بعيدة وحتى يكون التخطيط جيداً يجب أن يشمل الأمور التالية:

- 1- تحديد الأهداف المراد تحقيقها
- 2- تحديد الواجبات المنبثقة عن الأهداف المطلوب تحقيقها وتحديد أسبقيتها
- 3- تحديد مختلف الطرق والأساليب والوسائل التي تؤدي إلى تحقيق الأهداف
- 4- تحديد التوقيت الزمني للمراحل المرتبطة بعدد الأهداف
- 5- تحديد الميزانيات اللازمة (12 : 30)

خطة التدريب السنوية:

تعد الخطة التدريبية السنوية المظهر الرئيسي للتخطيط قصير المدى، وهي بالرغم من أنها صغيرة إلا إنها يمكن أن ترتقي بالرياضي بشكل ملموس وواضح ، وأن مبدأ الفروق الفردية وطبيعة التخصص يترك أثر واضح على التخطيط للدائرة السنوية ويمكن أن نقسم الخطة التدريبية للدائرة السنوية كالاتي.

- 1- الخطة السنوية أحادية الموسم
- 2- الخطة السنوية ثنائية الموسم
- 3- الخطة السنوية متعددة المواسم (14 : 267)

2-2 ديناميكية الحمل البدني:

غالباً ما تتميز حركة الأحمال البدنية في الدوائر التأسيسية بالارتفاع التدريجي للحجم خلال الأسابيع الأولى من التدريب ، ثم تأخذ بالانخفاض كلما أتجه حمل التدريب بالاتجاه الخاص مع الارتفاع التدريجي بالشدة التدريبية وزيادة فترات الراحة وهذه تأخذ بالزيادة التدريجية كلما أتجه التدريب إلى مرحلة المنافسات (5 : 91) .

وينكر كل من قاسم المندلوي وأحمد سعيد (1979) أن حركة حمل التدريب تصل نهاية الأعداد العام وبداية الأعداد الخاص إلى القمة ثم تتخفص بصورة تدريجية فبدلاً من التركيز على الحجم تأتي في المقدمة التأكيد على زيادة الشدة (11 : 162) .

أما في مرحلة المنافسات فأن حركة الحمل تتميز بالانخفاض التدريجي بالحجم مع الأخذ بنظر الاعتبار أحداث بعض التموجات في الحجم التدريبي وبنسبة (1-1) للحفاظ على مستوى معين من الحجم وعدم هبوطه بشكل كبير وسريع نتيجة الارتفاع بالشدة (8:154) .

- منهج البحث وأجر آته الميدانية:

- منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والقياس البعدي لملاءمته لطبيعة البحث .

- عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من العدائين الشباب في محافظة البصرة بعدو المسافات القصيرة(100، 200،400) وقد بلغ عدد أفراد عينة البحث (6) عدائين، وفق إنجازات

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات الأساسية

| القياسات | وحدة القياس | المتوسط | الانحراف المعياري | الوسيط | الالتواء |
|----------------|-------------|---------|-------------------|---------|----------|
| العمر | سنة | 16.950 | 0.655 | 17.000 | 0.132 |
| الطول | سم | 172.231 | 2.856 | 172.000 | 0.269 |
| الوزن | كجم | 68.900 | 2.593 | 68.500 | 0.076 |
| العمر التدريبي | سنة | 3.900 | 0.489 | 4.000 | 0.551 |

يتضح من جدول (1) أن قيمة معامل الالتواء لقياسات العمر والطول والوزن لعينة البحث قد تراوحت ما بين (0.076) كأصغر قيمة، (0.551) كأكبر قيمة، أي أنها انحصرت ما بين (3+ ، - 3) مما يدل على تجانس العينة في هذه المتغيرات.

جدول رقم (2)

يوضح الفعالية وزمن الانجاز المطلوب لأفراد عينة البحث

| الفعالية | زمن الإنجاز المطلوب |
|----------|---------------------|
| 100م | 11.5 |
| 200م | 23.5 |
| 400م | 53.00 |

يتضح من جدول (2) الفعالية وزمن الانجاز المطلوب لأفراد عينة البحث

وسائل جمع المعلومات:

1- المقابلات الشخصية

2- المصادر والمراجع العلمية

3- الاختبارات والقياسات

3-4 الأجهزة المستخدمة:

1- ساعة التوقيت

حاسبة الكترونية نوع بنتيوم (4)

- الاختبارات المستخدمة:

لقد تم تسجيل جميع الأزمنة في البطولات المقامة على مستوى العراق أو اللقاءات الخاصة باختبار لاعبي المنتخب على مستوى المدارس والمنتخبات الوطنية.

البرنامج التدريبي:

لقد شمل البرنامج التدريبي عدة دوائر تدريبية وكانت بعدد المسابقات الرياضية التي خاضتها عينة البحث ولحد إعداد البحث كانت ثلاث دوائر تدريبية حيث كانت الأولى قبل بطولة جامعات العراق التي أقيمت 2007/3/28 بزمن أربع أشهر .

الثانية بعد بطولة جامعات العراق واستمرت شهر واحد ، و الثالثة بعد بطولة شباب العراق بالنجف واستمرت شهر واحد وبعدها تم إجراء اختبار للاختيار المنتخب الوطني للدورة العربية وكما في ملحق رقم (1) .

وكان زمن الدائرة الواحدة هو الفترة الزمنية الفاصلة بين السباقين على أن عينة البحث قد أدت ما يقارب 170 وحدة تدريبية تناوب حمل التدريب فيها ما بين المرحلة التحضيرية ومرحلة المنافسات إلا أن كانت هناك خصوصية للتمارين الخاصة من حيث كمية أحجامها داخل الدوائر التدريبية بشكل أكبر من تمارين العامة.

وقد أعتمد الباحث صياغة مفردات البرنامج ولتشكيل الأحمال التدريبية داخل الدوائر الأسبوعية على قاعدة التبديل بين الأحمال القصوى والأقل من القصوى والراحة الايجابية كما تضمن البرنامج على العديد من الاختبارات النوعية الخاصة بالمطاولة الخاصة للوقوف على ماهية التغيرات الحاصلة بمستوى العداء ، وكيفية معالجة نقاط الخلل في البرنامج ، وكما أحتوى أيضاً على الخطط البديلة والتي قد تستخدم في حالة

إصابة الرياضي أو تعبه من الناحية البدنية أو النفسية ، وهي عبارة عن تمارين الراحة الايجابية والألعاب الصغيرة والسباحة .

- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

جدول رقم (3)

الوسط الحسابي و فرق الأوساط الحسابية والنسبة المئوية للتحسن للفعاليات الرياضية قيد البحث

| النسبة المئوية للتحسن | الفرق بين المتوسطات | القياس البعدي المتوسط الحسابي | القياس القبلي المتوسط الحسابي | الفعالية | تاريخ الاختبار |
|-----------------------|---------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------|----------------------------|
| 1,38% | 0,15 | 10,85 | 11,00 | 100م | الأول بتاريخ 2007/3/29 |
| 2,19% | 0,50 | 22,8 | 23,3 | 200م | |
| 6,36% | 3,17 | 49,83 | 53 | 400م | |
| 0,46% | 0,05 | 10,80 | 10,85 | 100م | الثاني بتاريخ 2007/4/20 |
| 3% | 0,8 | 22,00 | 22,8 | 200م | |
| 0,73%- | 0,37- | 50,2 | 49,83 | 400م | |
| 0,18% | 0,02 | 10,78 | 10,80 | 100م | الثالث بتاريخ 2007/5/28 |
| 0,22% | 0,05 | 21,95 | 22,00 | 200م | |
| 1,3% | 0,65 | 49,55 | 50,2 | 400م | |
| 2,04% | 0,22 | 10,78 | 11,00 | 100م | بين القبلي والبعدي |
| 6,15% | 1,35 | 21,95 | 23,3 | 200م | |
| 6,96% | 3,45 | 49,55 | 53 | 400م | |

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ أن قيمة الأوساط الحسابية القبليّة أكبر من قيمة الأوساط الحسابية البعدية ، (عند بداية المرحلة ونهايتها ولكل المراحل وكذلك بين الاختبار القبلي والبعدي النهائي) وهذا يعني أن هناك تغير في مستوى القدرة الأنجازية ، وكما مثبت في الجدول رقم (3) الأمر الذي ينعكس على مستوى التطور إزاء كل اختبار وفي جميع الفعاليات الا في الاختبار الثاني في فعالية ركض 400 متر، لم يكن هناك تطور بل تراجع قليل في المستوى بسبب ان بطولة العراق للشباب لم تكن قد أقيمت على ارض من التارتان بل كانت أرضية الملعب من التراب ، الأمر الذي انعكس على المستوى الرقمي للعداء ، وهذا بدوره يرجع الى عدة أسباب منها :

1- فعالية البرنامج التدريبي من خلال صياغة مفرداته ومدى تطابق أحماله البدنية مع الإمكانيات الفردية للمتدربين ، الأمر الذي أنعكس على سير التكيفات الخاصة بالأداء جراء الانسجام الحاصل بين مفردات التدريب مستوى العينة.

ويذكر محمد عثمان (1990) بأنه يجب أن يتمكن المدرب من النجاح في وضعه للبرنامج التدريبي الذي يراعي فيه حجم وشدة الحمل المستخدم ومدى مناسبه لقدرات وإمكانيات العداء، وكذلك الهدف

الموضوع من أجل البرنامج ، كما وأن استخدام حمل التدريب المقنن والمبني على أسس علمية والذي يتناسب مع كفاءة العداء وقدراته وإمكانياته يؤدي إلى الارتقاء بالمستوى الرياضي (13: 45-46).

2- من خلال متابعتنا المستمرة للعينة على (6 أشهر) ومن خلال المنافسات التي خاضتها عينة البحث بعد كل دائرة تدريبية ، لاحظ الباحث بأن هناك تطور ملحوظ في المقدرة الأنجازية لعينة البحث ، وأن كان هذا التطور مقاساً بأجزاء من المئة من الثانية إلا أنه كفيل بحسم المنافسة وتسجيل الرقم القياسي الجديد ، ويرجع الباحث ذلك إلى عدة أسباب منها.

أ_ أن مفردات برامج التدريب ومتطلبات صياغة الأحمال البدنية في الوحدات التدريبية أو الدوائر التدريبية كان يميل باتجاه الأحمال البدنية الخاصة ، والتي تأخذ على عاتقها العمل باتجاهين:

الأول : نظام الطاقة:

أن مجمل الأحمال البدنية كانت تنصب ضمن أنظمة الطاقة الخاصة بالفعاليات الرياضية ، والتي أحدثت نوعاً من التكيفات الخاصة على مستوى العمل العضلي وبكلا الاتجاهين الوظيفي والبيوكيميائي .

أن استخدام التدريبات التي شدتها قصوى أو أقل من القصوى ، وحسب كل مرحلة من مراحل الإعداد ، تزيد من كفاءة الجسم في تحرير الطاقة بظرف نقص الأوكسجين وزيادة تركيز حامض اللبنيك في العضلة والدم أثناء أداء الجهد البدني ، أما في طور الراحة فأن زيادة عدد مرات التنفس وعمق حركات التنفس كان لها الدور الفاعل في إعادة الجسم إلى حالته الطبيعية ، ويذكر ريسان خريط مجيد (1991) "أن استخدام التدريبات التي لها تأثير على نظام الطاقة تعمل على تحسين تكيف الأنسجة والعمل بشكل أفضل أثناء الجهد البدني وفي الراحة" (6:322) .

الاتجاه الثاني:

يأتي من خلال الاستخدام الأمثل لتطبيق قاعدة ما فوق التعويض في إعادة تكرار المثير أو الوحدة التدريبية على مستوى اليوم التدريبي أو الدائرة التدريبية الأسبوعية ، وهذا الاستخدام جاء عن طريقين.

الأول: أثناء الجهد

الثاني: أثناء الراحة

ويأتي ذلك من خلال التناوب الأمثل في إعادة تكرار الأحمال البدنية في الوحدة التدريبية وبين الوحدات التدريبية والأيام التدريبية الأمر الذي انعكس على الاستخدام الجيد لقاعدة التبديل، والتناوب ما بين الأحمال القصوى والأقل من القصوى والراحة الايجابية على مستوى الدائرة التدريبية الأسبوعية .

ويذكر أبو العلا أحمد عبد الفتاح (1999) " أن التدريب بأحمال عالية يؤدي إلى تأثيرات فسيولوجية وبيوكيميائية عميقة بحيث تؤدي إلى التعب الذي يسبب انخفاض في مستوى معظم وظائف الجسم ، وتتنخفض هذه الوظائف بعد 6 ساعات من آخر وحدة تدريبية وبعد 24 ساعة تعود بعض المؤشرات إلى مستواها قبل الوحدة التدريبية ، وبعد مرور 48 ساعة يتم استعادة شفاء معظم المؤشرات الفسيولوجية والبيوكيميائية والمرتبطة بنوع النشاط الممارس(1:109).

ب_ أن من أهم متطلبات الأداء المثالي وحصول الفورمة الرياضية التي من خلالها يتم تحقيق المستوى الرياضي هو تكامل برامج التدريب من حيث الشمولية في بناء اللياقة البدنية العامة والخاصة ، أي أن برنامج التدريب يجب أن يشمل كل متطلبات الأداء المثالي وصولاً إلى البطولة الرياضية ، إذ أن تكامل البناء الخاص للرياضي يتحتم على المدرب الإلمام بمقومات الأداء الخاص والتي تتمى باستخدام طرق وأساليب ووسائل التدريب المختلفة لأحداث نوع جديد من التكيف .

ج _ أن أهم ما يميز برامج التدريب هو زيادة نسب التمارين الخاصة ، وذلك جراء كثرة الدوائر التدريبية على مدار السنة التدريبية الأمر الذي أعطى المنافسات دوراً بالغ الأهمية في صقل المستوى الرياضي ، باعتبار أن كل دائرة تدريبية تنتهي بمنافسة ، ونتيجة لذلك يزداد تأثير هذه التمارين لأحداث نوع جديد من التكيف الخاص.

أن تطور خطط التدريب السنوي خلال الثمانينات والتسعينات يرجع إلى زيادة عدد المنافسات التي يشارك فيها الرياضي على مدار السنة الواحدة وأصبح المدرب مسئولاً عن إعداد الرياضي لتحقيق الفورمة الرياضية عدة مرات على مدار السنة الواحدة ، ومن هذا المنطلق أصبحت الخطة السنوية تشمل عدة مواسم تدريبية تنتهي كل موسم فيها بإحدى البطولات ، وشملت السنة التدريبية الدائرة التدريبية ذات الموسمين وصولاً إلى الخمس مواسم (2 : 307) .

كما لا يمكن أن يتطور المستوى الرياضي إلا من خلال وصول الحمل التدريبي تحت ظروف السباقات أو السباقات نفسها لمستوى يعتد به، لذا فإن حالة التدريب تتطور تدريجياً وبصورة دائمة إذا لم يحدث أي انقطاع غير مبرمج خلال مراحل التدريب من جهة وانسجام المتطلبات الخاصة بالتدريب والقابلية الشخصية للرياضي من جهة أخرى (8 : 73) .

د_ أن حركة أحمال التدريب وفق الدوائر المتعددة لم يأتي صدفة أو من فراغ ، بل جاء نتيجة الاستمرار بالتدريب ، واعتبار الدوائر التدريبية سلسلة متكاملة لدورة الحمل بشكلها العام وأن هذا التداخل جراء الاستمرار ، يؤثر بشكل إيجابي في بناء مواصفات الأداء الخاص عن طريق التقليل من الفواصل والفجوات التي تحتاج إلى نسب عالية من التمارين العامة لمعالجتها ، الأمر الذي أنعكس على زيادة حصة التمارين التخصصية بنوعيتها (الخاصة والمنافسات) وإعطائها صفة الأولوية ، الأمر الذي أنعكس على تسلسلها المنطقي في استخدام الشدة التدريبية وتناسبها مع كمية الحجم العام للتدريب وفق مراحل الأعداد المختلفة ، أن كل ما تقدم يمكن أن يصب في خانة الانتظام بالتدريب والاستمرار به كدالة منطقة على أحداث نوع من التكييفات الخاصة التي سرعان ما تنعكس على المستوى الرياضي ، وأما التمارين العامة يمكن إعطائها على شكل تمارين للراحة الإيجابية.

-الاستنتاجات والتوصيات-

-الاستنتاجات-

بناءً إلى إجراءات البحث والمعالجات الإحصائية وما تم مناقشته توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- 1- فاعلية البرنامج التدريبي المعد في تطوير مستوى أداء العينة لفعاليات 100،200،400م.
- 2- أن حركة مكونات البرنامج التدريبي من حيث الحجم والشدة والراحة كان لها دور بارز في تطوير انجاز ركض 200م،400م أكثر من ركض 100م.
- 3- أن فعاليات ركض المسافات القصيرة من الفعاليات التي يعد فيها تحقيق الانجاز الجديد مقرون بالجزء من المائة من الثانية ، وذلك بسبب قصر مسافة السباق وشدة الركض الأمر الذي يتعذر على الرياضيين من تحقيق مستويات عالية من التطور.
- 4- طبيعة البرنامج التدريبي كان منصب حول أحداث نوع من التطور في ركض مسافة 200م،400م، مقارنة بركض 100م، ولكن هذا لا يعني أن تلك الفعاليات لا تحتاج عنصر السرعة في حسم النتائج ، ومع ذلك كانت النتائج واضحة في تطور ركض 100م.
- 5- أن طبيعة التطور التي حدثت في الانجاز كانت واضحة بين الاختبار الأول والاختبار الأخير والذي بين واضحاً صحة كلامنا في الاستنتاجات السابقة حول إمكانية تطور المستوى أفضل مقارنة بكبر مسافة السباق .
- 6- أن مجمل الأحمال البدنية التي تم تنفيذها بالبرنامج كانت منصبه حول الارتقاء بالأحمال البدنية الخاصة والية تنفيذها التي أعطت نتائج ايجابية في الإعداد والبناء للمستوى الرياضي من خلال النتائج المتحققة .

التوصيات:

يوصي الباحث بالآتي :

- 1- ضرورة التخطيط الجيد لبرامج التدريب والتي تتطابق مع المواصفات الفردية للعائين وطبيعة التخصص الرياضي .
- 2- ضرورة معرفة مواعيد السباقات على مدار السنة التدريبية ليتسنى للقائمين على برامج التدريب من صياغة مفردات الأحمال التدريبية بشكل يتطابق مع الأهداف الموضوعية لها .
- 3- ضرورة التأكيد على مبدأ التداخل في الأحمال البدنية من حيث الأهداف المعدة والاعتماد على انتقال أثر الحمل الايجابي للتدريب .
- 4- ضرورة الاهتمام برفع حصة التمارين الخاصة وتمارين المنافسات على مدى السنة التدريبية ، كمبدأ أساسي من مبادئ رفع الحمل البدني لأحداث نوع من التكيف الجديد .
- 5- ضرورة إقامة الاختبارات والقياسات ومعرفة مستويات التكيف ليتسنى للمدرب من التنبؤ بالمستوى

المراجع

- 1- ابو العلا احمد عبد الفتاح(1999) : الاستشفاء في المجال الرياضي دار الفكر العربي.
- 2- (1997) : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ط1 دار الفكر العربي.

- 3- السيد عبد المقصود (1994) : نظريات التدريب الرياضي، مكتب الحساء، الإسكندرية.
- 4- بسطويسي احمد بسطويسي (1999) : أسس ونظريات التدريب الرياضي دار الفكر العربي.
- 5- جبار رحيمة حسن (1991) : تأثير بعض طرائق تقنين الشدة في تطوير مستوى التحمل اللاواكسجيني لعدو 200م وبعض المتغيرات الوظيفية أطروحة دكتوراه كلية التربية الرياضية جامعة البصرة.
- 6- ريسان خريبط مجيد (1991) : التحليل البيوكيميائي والفسلجي في التدريب الرياضي دار الحكمة جامعة البصرة.
- 7- صباح السيد فاروز (1998) : التمرينات البدنية الحديثة، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 8- عبد علي نصيف (1980) : مبادئ التدريب الرياضي بغداد مطبعة علاء .
- 9- قاسم حسن حسين عصام حلمي (1997) : التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 10- محمد جابر بريقع قاسم حسن حسين (1998) : أسس التدريب الرياضي دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان
- 11- قاسم حسن المنذلاوي (1979) : التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق مطبعة علاء بغداد.
- 12- احمد سعيد احمد سعيد (1979) : أسس التدريب الرياضي دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان
- 13- ماجد علي موسى (2008) : الاتجاه الحديث بالتدريب الرياضي كتاب تحت الطبع.
- 14- محمد عثمان (1991) : موسوعة ألعاب القوى تكنيك _ تدريب _ تعليم _ تحكيم ط1 دار القلم للنشر والتوزيع الكويت.
- 14- مفتي إبراهيم حماد (1998) : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة دار الفكر العربي ، القاهرة.

ملحق رقم (1)

يمثل مجموعة مختارة من الدوائر التدريبية الأسبوعية المنفذة

المكتوب فقط الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية

يبدأ البرنامج من يوم السبت 2006/6/10

* نفس ما تم كتابته في الأسبوع السابق ما عدا يوم الخميس حديد + مسبح مع زيادة حجم الركض تكرر واحد في كل مجموعة فيما يتعلق في مطاولة السرعة ؟، اما الزمن فيزداد ثانياً لكل تكرار .

* الأسبوع الثاني / نفس ما تم الاتفاق عليه في الأسبوع المفترض التدريب عليه قبل الإصابة من حيث الحجم والزمن .

* الأسبوع الثالث / السبت

30×5 م مكعبات البداية

30×5 م مكعبات البداية

50×5 م مكعبات البداية

50×5 م بدء طائر

150×2 م

200×1 م

*الأحد/

200×2 م الزمن 23 الراحة مشي 200م

200×3 م الزمن 24 ثانية الراحة 200 م مشي

*الاثنين /

400×3×2 م الزمن 55 ثانية الراحة 200م مشي

*الثلاثاء /

حديد + مسبح

*الأربعاء/

قفز + ركضات سريعة

*الخميس/

توقيت

*الأسبوع الرابع :

*السبت /

نفس السبت في الأسبوع السابق

*الأحد /

100×4 م الزمن تحت 11 ثانية الراحة 50 م مشي

150×3 م الزمن تحت 17 ثانية الراحة مشي

200 ×2 م تحت 23 ثانية الراحة مشي

*الاثنين/

150×3 م الزمن تحت 17 ثانية الراحة مشي

200×2 م الزمن تحت 23 ثانية الراحة مشي

300×2 م الزمن تحت 36 ثانية الراحة نبض تحت 120ض/د

*الثلاثاء /

مسبح

*الأربعاء/

مسبح

*الخميس /

توقيت

*الأسبوع الخامس

*السبت/

تمارين تحفيزية لتطوير الاستجابة

نفس تمارين الأسبوع السابق

*الأحد/

200×4×2 م الزمن 26 ثانية الراحة هرولة 200 م

*الاثنين/

قوة حديد خاصة + سبع دورات 50 × 50 م

*الثلاثاء/

200×3 م الزمن 25،5 _ 26 الراحة 200 م هرولة

300×3 م الزمن 41 الراحة 200 م مشي

400×3 م الزمن 58 الراحة 200 م مشي

*الأربعاء /

قوة قفز + سبع دورات 50 × 50 م

*الخميس /

250×3 م الزمن 33 الراحة 150 م مشي

300×3 م الزمن 41 الراحة 200 م مشي

350×3 م الزمن 50 الراحة 300 م مشي

*الأسبوع السادس

/ السبت

نفس الأسبوع السابق

*الأحد /

250×3 م الزمن 32 الراحة 150 م مشي

300×3 م الزمن 39 الراحة 200 م مشي

400×3 م الزمن 55 الراحة 300 م مشي

*الاثنين /

نفس الأسبوع السابق

*الثلاثاء/

400 × 3 × 2 م الزمن 55 الراحة 300 م مشي

*الأربعاء /

نفس الأسبوع السابق

*الخميس /

200×4 م الزمن 24 الراحة 200 م مشي

300×2 م الزمن 39 الراحة 300 م مشي

1 × 1

أثر استخدام التمرينات بالأدوات على تنمية وتطوير
بعض القدرات البدنية للتلاميذ المعوقين سمعياً

المقدمة :

أخذت المجتمعات في عالمنا المعاصر بالعناية بالمعاقين ، ومساعدتهم والأخذ بأيديهم للتخفيف من المعاناة التي هم فيها ، وقد عمدا الباحثون الى إيجاد الوسائل الكفيلة بتحسين أحوال هؤلاء ليكونوا الى حد ما بمستوى الأصحاء ، ومن هنا نشأت فكرة المدارس الخاصة بالمعاقين سمعيا وإيجاد الوسائل التعليمية لهم وذلك أدى الى إنصاف وتغيير نظرتهم الى المجتمع الذي يعيشون فيه . (16:6)

فالاستماع والتحدث هما المصدران الأساسيان لحصولنا على المعلومات ، كما يسهمان في التقبل الإجتماعي للفرد وشعوره بالأطمئنان النفس والشخص كما يساعد أنه في تعلم المهارات غير الملفوظة والمحافظة عليها ، وان طريقة نمو الأطفال الصم مختلفة عن طريقة نمو الأطفال العاديين حيث يؤن الجلوس والحبو والمشي في وقت متأخر عن إخوانهم العاديين يشير الى أهمية السمع والكلام في نمو العادات غير المنطوقة . (28:5)

وقد تؤدي الإعاقة السمعية الى مشكلات تكيفيه لدى الأطفال إذ كثيرا ما يظهر على الأطفال إذا كثير ما يظهر على الأطفال الصم درجة عالية من عدم الاستقرار الأنفعالي ، والعصبية ، ويبدو أم الحواجز أو العراقيل الى تتجم عن الصمم واللغة المحددة تزيد من الإحساس بالإحباط والعزلة ، واليأس ، والعجز . وغالبا ما تعقد شدة أنماط سوء التكيف الإجتماعي عن شدة الفقدان السمعي ونمط الإعاقة . (330:13)

أثبتت الدراسات والأبحاث التي أجريت في البلاد العربية المتقدمة أنه بين كل 2500 شخص من السكان وجود شخص أصم ، أي بنسبة (4) أشخاص في كل عشر ألف مواطن ، وأكدت منظمة الصحة العالمية 1998م ، أن (45) مليون شخص فوق سن الثالثة في العالم مصابون بضعف السمع ما بين المتوسط والشديد (259:2)

ويعانى أفراد هذه الفئة من مشكلات في الاتصال تحول دون تعرفهم على البيئة واكتشافهم لها ، والتفاعل معها ، لذ كل يجب تدريبهم على رسائل الاتصال غير اللفظي ، مثل لغة الإشارة ، ونظرا لأنهم محرومين من التغذية الراجعة الايجابية السمعية لذلك يجب تدريبهم على تلقي رسائل الآخرين بطرق تعبيريه مختلفة كما أن نموهم الحركي يعتبر بطيئا قياسا بالعاديين وذلك لأنهم لا يسمعون الحركة وأن لياقتهم البدنية لا تكون بمستوى لياقة الأسوياء حيث يمتازون بحركة جسمية بطيئة . (115:10)

ونظرا لأن التربية البدنية والرياضية ، تعد أحدا أهم المجالات التربوية الخصبة ، وإحدى الركائز الأساسية لإشباع حاجة الفرد من الحركة والنشاط بما تتضمنه من أنواع شتى من الأنشطة والألعاب ، وبالتالي فهي تسهم في تحقيق التربية الشاملة المتزنة للفرد وخاصة المعاقين سمعيا ، من خلال تلك الأنشطة التي لا يخلو مجتمع من المجتمعات من شكل من أشكال الرياضة المتعددة ، وقد فطن المربون منذ القدم الى إطار القيم الذي تحفل

كلية الآداب والعلوم طبرق . جامعة عمر المختار

من خلال ما تقدم ظهرت مشكلة البحث وهي محاولة للتعرف على تأثير استخدام التمرينات بالأدوات على تنمية وتطوير بعض القدرات البدنية للمعوقين سمعياً بشعبية البطنان ، وقد جاء استخدام الباحث لهذه النوعية من الأدوات نظراً لأنها مشوقة للتلاميذ وتعمل على جذب انتباههم كما أنها تضيف جو من المرح والسرور على ممارستها ، الأمر الذي يساعد المعوق سمعياً على الاندماج السريع مع زملائه ومع الأدوات بصورة طبيعية ، والتي من خلالها يمكن الاستمرار فى النشاط لفترات طويلة ، دون الشعور بالملل الأمر الذي يساعد على تنمية وتطوير القدرات البدنية لهذه الشريحة الهامة من المجتمع .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث الى التعرف على :-

- أثر استخدام التمرينات بالأدوات على تنمية وتطوير القدرات البدنية لتلاميذ العينة قيد البحث - نسبة التغيير فى مستوى القدرات البدنية للعينة قيد البحث .

فروض البحث :

فى ضوء أهداف البحث يضع الباحث الفروض الآتية :-

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للعينة قيد البحث لصالح القياس البعدي .

- توجد نسبة تغير بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي فى القدرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي

أهم المصطلحات الواردة بالبحث :

- التمرينات :-

هي مجموعة من الأوضاع والحركات البدنية التى تهدف الى تشكيل وبناء الجسم وتنمية مختلف قدراته الحركية للوصول بالفرد لأعلى مستوى ممكن من الأداء الرياضي والوظيفي (المهني) فى مجالات الحياة المختلفة معتمدة على الأسس التربوية والعلمية لفن الحركة (4 :27)

- التمرينات بالأدوات :

هي مجموعة من الأوضاع والحركات البدنية ذات غرض تربيوي وتستخدم فيها بعض الأدوات مثل العصا الكرة ، الصولجان ، الحبل ، الشريط ، الأثقال اليدوية هدفها تشكيل وبناء الجسم وتنمية مختلف قدراته الحركية ، وتستخدم الأسس العلمية للوصول بالفرد الى أعلى مستوى أداء حركي ممكن (تعريف اجرائي)

- اللعب :

هو نشاط ذاتي وفق تعليمات وتوجيهات خارجية أو وفق تعليمات داخلية . (7:204)

- الإعاقة السمعية :

مصطلح عام يشير الى قدرة على السمع قد تتراوح فى حدتها من بسيطة الى حادة ، وتتضمن فئتين فرعيتين هما الصم deaf وضعيف السمع hard - of - hearing . (14:320)

- الأصم :

هو الشخص الذي تحول إعاقته السمعية سواء استعمل معينات سمعية أم لم يستعملها دون المعالجة الناجحة للمعلومات اللغوية من خلال حاسة السمع . (320:41)

- الأكم :

هو الشخص غير القادر على النطق والكلام اما بسبب مرض الجهاز الكلامي أو بسبب إصابتهم بالصمم . (30:9)

- القراءات النظرية :

أهمية التمرينات البدنية من المواد الهامة والأساسية فى برامج التربية البدنية والرياضية لما لها من أهمية وتأثير فعال على الغواص البدنية والعضوية والنفسية والثقافية ، والاجتماعية والخلقية والفنية والجمالية للأفراد . وممارسة التمرينات ممكنه لكل فرد دون التقييد بالجنس أو السن أو الحالة الثقافية أو المهنية ، فهي تمارس فى المدارس والمعاهد والجامعات ، كما يمارسها الرياضيون كوسيلة مساعدة للتقدم فى أنواع معينة من الرياضات ، كما يمارسها الأفراد لتنمية وتطوير القدرات البدنية العامة والخاصة ، ويمارسها الأفراد أيضا لتنمية وتطوير القوى الجسمية والصحية العامة للأفراد.(12:13)

- مميزات التمرينات :

للمتريينات بعض المميزات العامة التى تميزها عن كثير من أنواع الأنشطة الرياضية فهي من المواد السهلة من الناحية العملية فكل إنسان يستطيع ممارستها فى أي مرحلة من مراحل حياته ، حيث أنها لا تحتاج الى ملاعب ذات مواصفات خاصة أو تجهيزات معقدة ، ولا تقييد بسن معين أن ليس لها خطورة ومن النادر أن تحدث فيها إصابات ، لذا تعتبر التمرينات بالأدوات من أنسب الأنشطة البدنية التى تتلاءم مع المعوقين سمعيا وخاصة فيما يتعلق بالخصائص الجسمية والحركية . الأمر الذى جعل الباحث يقوم باستخدامها لتنمية وتطوير بعض القدرات البدنية للتلاميذ المعوقين سمعيا .

- فوائد ممارسة التمرينات البدنية للمعوقين سمعيا :

تهدف ممارسة الرياضة بصفة عامة والتمرينات بالأدوات بصفة خاصة الى معاونة المعوقين سمعيا على إعادة الاتصال بالآخرين وبالمجتمع وتنمية ميولهم النفسية وقدراتهم البدنية والحركية والعقلية ، لأنها تبعث فيهم الحيوية والنشاط واكتساب القوة على التحمل وبذل الجهد مما يساعدهم على تحقيق اللياقة العامة للجسم وحسن أدائه لوظيفته . (156:7) ، وصلاح سليمان (1996) ، ومحمد السيد حلاوة (1999) فى أن التمرينات بشكل عام والتمرينات بالأدوات تهدف الى تشكيل وبناء الجسم وتنمية مختلف قدراته الحركية للوصول بالفرد الى أعلى مستوى ممكن فى الأداء البدني والوظيفي ، كما أنها تعمل على تطوير القدرات البدنية والحركية العامة والخاصة ، وكذلك القوة الجسمية والصحة . (13:12)

- الدراسات السابقة :

- دراسة قام بها أحمد حاجي عبد الله (1987) وعنوانه " تأثير برنامج تمارين مقترح على تحسين مستوى بعض الصفات البدنية للمعوقين بمرحلة التعليم المتوسط بدولة الكويت ، واستخدام الباحث المنهج التجريبي وأسفرت النتائج عن تحديد أربعة عناصر ذات أهمية خاصة للمعوق المقعد وهى القوة والمرونة والقدرة والتوافق - وأن برنامج التمارين المقترح ساعد ايجابيا فى تنمية القوة والمرونة والقدرة والتوافق . (28:2)
- دراسة قامت بها ابتهاج محمود طلبه (1990) بعنوان " تأثير برنامج مقترح للتمارين على مفهوم الذات للتلاميذ المعوقين بصريا فى الحلقة الأولى من التعليم الأساسي - واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن برنامج التمارين المقترح أدى الى تحسين مفهوم الذات لدى هذه الفئة . (1 : 65)
- دراسة قامت بها نوال إبراهيم شلتوت (1987) بعنوان " أثر استخدام الأدوات والأجهزة المساعدة فى الإحماء على تنمية بعض مكونات اللياقة لتلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي " واستخدامات الباحثة المنهج التجريبي ، وأسفرت النتائج عن وجود تحسن ملحوظ فى مكونات اللياقة البدنية مما يؤكد فاعلية الإحماء باستخدام الأدوات والأجهزة المختلفة الأشكال والأحجام - وكذلك إمكانية استخدام الأدوات الصغيرة والبدلية كموانع مع العلامات الجيرية فى حالة عدم توافر العديد من الأجهزة المعروفة . (16:8)
- دراسة قام بها سعيد سليمان معيوف وآخرون (2007) بعنوان " تأثير برنامج تمارين موجهة لدرس التربية البدنية على تنمية بعض مكونات البدنية للتلاميذ ذوى الاحتياجات الخاصة (الكفيف) واستخدام الباحثون المنهج التجريبي وأسفرت النتائج عن أن برنامج التمارين الخاصة قد أدى الى تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة (14:11)

- خطة وإجراءات البحث :

لتحقيق البحث واختبار الفروض أتبع الباحث الخطوات الآتية :

- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم لمجموعة الواحدة بنظام القياس القبلي والبعدي لملائمة لمجتمع البحث وطبيعة البحث .

- مجتمع البحث :

التلاميذ المعوقين سمعيا بشعبية البطان وعددهم (51) تلميذ وتلميذة.

- عينة البحث :

اختار الباحث عينة عمدية قوامها (20) عشرون تلميذا من مدرسة الأمل للصم والبكم بمدينة طبرق بعد استبعاد غير الراغبين بالمشاركة وذوى الظرف الخاصة وعينة الدراسات الاستطلاعية .

- وسائل جمع البيانات :

أشتمل البحث على وسائل جمع البيانات التالية :

أ - الأدوات والأجهزة العلمية :

ميزان طبي - شريط قياس مرن - ساعة إيقاف - جهاز قياس التوازن - أعلام - كرات قدم - كرات سلة - كرات طائرة - صولجانات - أطواق - مراتب جمباز - سلم قفز - مكعبات خشبية.

ب- استمارة تسجيل الاختبارات البدنية .

ج- الاختبارات البدنية المستخدمة في إجراء التجربة :

- 1- العدو 30 متر لقياس السرعة (بالثانية) .
- 2- ميل الجذع أماما من الوقوف لقياس المرونة (بالسم) .
- 3- الجلوس الطويل من الرقود لقياس القوة (بالعدد) .
- 4- الجري الارتدادي 10×4م لقياس القوة (بالعدد) .
- 5- الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة (بالسم) .
- 6- الانبطاح المائل ثنى الذراعين لقياس التحمل (العدد) .
- 7- اختبار الوقوف بالقدم طوله على العارضة مع رفع الرجل الأخرى لقياس التوازن (بالثانية)

د- القياسات قيد البحث :

قام الباحث بأخذ القياسات قيد البحث وكذلك القياسات الجسمية معتمدا على طرق وأساليب القياس التي ذكرها محمد صبحى حسانين (2002) م من خلال استمارة الاختبارات من أعداد الباحث .

هـ- المعاملات العلمية للاختبارات البدنية :

قام الباحث بإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات عن طريق إعادة تطبيق الاختبار حيث قام بإجراء لقياس الأول على عينة قوامها (5) تلاميذ من نفس مجتمع البحث ولكن من خارج عينة البحث ، ثم قام بإعادة القياس لنفس العينة بعد (7) أيام من القياس الأول ، ثم قام بحساب الثبات والصدق الذاتي للاختبارات والجدول التالي رقم (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

معاملات الثبات والصدق للاختبارات القدرات البدنية قيد البحث (ن = 5)

| المتغير | وحدة القياس | القياس القبلي | | القياس البعدي | | الارتباط | الثبات | الصدق |
|---------|-------------|---------------|-------|---------------|-------|----------|--------|-------|
| | | س | ع | س | ع | | | |
| السرعة | الثانية | 5.12 | 0.13 | 5.11 | 0.12 | 0.99 | 0.99 | 0.99 |
| المرونة | سم | 28 | 6.44 | 28.20 | 6.10 | 0.98 | 0.99 | 0.99 |
| القوة | عدد | 14.4 | 4.27 | 15 | 3.18 | 0.98 | 0.98 | 0.99 |
| الرشاقة | الثانية | 20.67 | 2.01 | 21.85 | 2.23 | 0.98 | 0.98 | 0.99 |
| القدرة | سم | 146.8 | 20.11 | 147 | 19.98 | 0.98 | 0.99 | 0.99 |
| التحمل | عدد | 15.6 | 6.54 | 16.6 | 6.35 | 0.96 | 0.98 | 0.99 |
| التوازن | الثانية | 11.2 | 3.27 | 12.2 | 3.56 | 0.98 | 0.97 | 0.98 |

يتضح من الجدول السابق (1) وجود درجة عالية من الثبات والصدق للاختبارات البدنية قيد البحث حيث حققت على التوالي (السرعة 0.99 ثبات وصدق - المرونة 0.99 ثبات ، صدق) القوة 0.99 ثبات وصدق ، الرشاقة 0.99 ثبات وصدق ، والقدرة 0.99 ثبات وصدق ، والتحمل 0.99 ثبات وصدق - التوازن 0.98 ثبات وصدق وقد استخدم الباحث الصدق الذاتي عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

– الدراسة الاستطلاعية :

- تم إجراء هذه الدراسة على عينة مماثلة لعينة البحث ومن نفس مجتمع البحث ومن غير العينة الأصل على (5) طلاب وكان الهدف منها معرفة :
- مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة .
 - مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث .
 - مدى تفهم المساعدون لطرق إجراء الاختبارات وتسجيل النتائج .
 - إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات .
 - مدى مناسبة محتوى برنامج التمرينات للعينة .

وقد أسفرت الدراسة عن مناسبة الأجهزة والأدوات وملاءمتها للعينة وكذلك تفهم المساعدون وإدارة المدرسة لأهمية البحث ووجود إقبال شديد من التلاميذ للمشاركة في البرنامج وقد اعتمد الباحث على الأخ مدرس التربية البدنية المتخصص في لغة الإشارة في الوحدات الأولى ولإجراء التعارف بين الباحث والتلاميذ

– الدراسة الأساسية :

قام الباحث بأخذ القياسات القبلية لمجموعة البحث في القدرات البدنية قيد البحث ثم قام بتطبيق برنامج التمرينات بالأدوات بالاستعانة بمدرس التربية البدنية بالمدرسة خلال حصص التربية البدنية وذلك في الفترة من 2007/2/9 الى 2007/4/3 م وأستغرق تطبيق البرنامج (9) أسابيع ، نفذ خلالها عدد (24) درس تمرينات ، زمن الدرس (45) دقيقة بإجمالي (18) ساعة .

ثم قام الباحث بإجراء القياسات البعدية في القدرات البدنية قيد البحث ثم قام بعمل المعالجات الإحصائية للبيانات لاستخلاص النتائج ومناقشتها كما يلي :

جدول (2)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى فى القدرات البدنية (ن=20)

| المتغير | وحدة القياس | القياس القبلي | | القياس البعدى | | الارتباط | الفرق | قيمة (ت) | الدلالة |
|---------|-------------|---------------|--------|---------------|--------|----------|-------|----------|---------|
| | | ع | س | ع | س | | | | |
| السرعة | الثانية | 0.40 | 5.33 | 0.36 | 4.34 | 0.12 | 0.99 | 7.71 | دال |
| المرونة | سم | 6.18 | 31.60 | 5.50 | 36.65 | 0.73 | 5.1 | 5.20 | دال |
| القوة | عدد | 6.37 | 15.05 | 6.16 | 19.05 | 0.94 | 4 | 8.41 | دال |
| الرشاقة | الثانية | 2.37 | 20.28 | 2.50 | 16.93 | 0.56 | 3.36 | 6.55 | دال |
| القدرة | سم | 23.24 | 133.20 | 22.30 | 141.35 | 0.98 | 8.15 | 7.44 | دال |
| التحمل | عدد | 5.04 | 11.80 | 3.29 | 14.10 | 0.01 | 2.3 | 1.69 | غير دال |
| التوازن | الثانية | 2.99 | 9.85 | 3.72 | 15.05 | 0.61 | 5.2 | 7.66 | دال |

علمًا بأن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 = 2.09

يتضح من الجدول السابق رقم (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 فى كل من السرعة حيث بلغت قيمة (ت) 7.71 – المرونة 5.20 – القوة 8.41 – الرشاقة 6.55 والقدرة 7.44 – التوازن 7.66 حيث أن (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية لصالح القياس البعدى – اما فى التحمل فلا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05

جدول (3)

نسبة التغير بين القياسين القبلي والبعدي في القدرات البدنية (ن : 20)

| المتغير | وحدة القياس | متوسط القياس القبلي | متوسط القياس البعدي | نسبة التغير |
|---------|-------------|---------------------|---------------------|-------------|
| السرعة | ثانية | 5.33 | 4.34 | 22.81% |
| المرونة | سم | 31.60 | 36.65 | 13.78% |
| القوة | عدد | 15.05 | 19.05 | 21% |
| الرشاقة | ثانيه | 20.28 | 16.93 | 19.79% |
| القدرة | سم | 133.20 | 141.35 | 15.77% |
| التحمل | عدد | 11.80 | 14.10 | 16.31% |
| التوازن | ثانية | 9.85 | 15.05 | 34.55% |

يتضح من الجدول السابق رقم (3) وجود نسبة تغير في القدرات البدنية قيد البحث جاءت على التوالي (السرعة 22.81% - المرونة 13.78% - القوة 21% - الرشاقة 19.79% - القدرة 15.77% - التحمل 16.31% - التوازن 34.55%) .

تفسير نتائج البحث :

أظهرت نتائج البحث الهدف من الدراسة وهو التعرف على أثر استخدام التمرينات بالأدوات على تنمية وتطور القدرات البدنية للتلاميذ المعوقين سمعياً أن البرنامج ق أدى الى تنمية وتحسين وتطوير القدرات البدنية قيد البحث والتي تمثلت في (السرعة - المرونة - القوة - الرشاقة - القدرة - التحمل - التوازن) ، إذا أظهرت النتائج في الجدول رقم (2) وجود دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للقدرات المذكورة ما عدا التحمل عند مستوى دلالة (0.05) لصالح القياس البعدي .

ويعزى الباحث هذا الفارق الى الأثر الفعال لبرنامج التمرينات بالأدوات الذي استخدم في البحث لصالح القياس البعدي ، حيث أن هذه النتائج تتفق مع ما ذكره كل من ليلي زهران (1982) ، وصلاح سليمان (1996) ، ومحمد السيد حلاوة (1999) بأن التمرينات بالأدوات تعمل على تنمية وتطوير القدرات البدنية العامة والخاصة ويمارسها الأفراد لتنمية وتطوير القدرات الجسمية والصحية العامة ، كما أنها من أنسب الأنشطة التي تناسب وتتلاءم مع المعوقين سمعياً ، وخاصة فيما يتعلق بالنواحي الجسمية والحركية ، كما أنها تعمل على تنمية القدرات المهارية والحركية والعقلية لأنها تبعث في المعوقين الحيوية والنشاط واكتساب القوة وبذل الجهد مما يساعدهم على تحقيق اللياقة العامة للجسم وحسن أدائه لوظائفه (27:4) ، (12:13) ، (156:7)

كما أظهرت نتائج الجدول (2) أيضاً وجود تحسن ضعيف في التحمل ولكنه غير دال مما يدل على عدم تأثير هذه القدرة من خلال البرنامج ويرجع الباحث هذا الى قلة زمن البرنامج والى ضيق المساحة الزمنية وعوامل الطقس التي حالة في بعض الأحيان من الاستمرار في التطبيق ، علاوة على الحالة المزاجية للتلاميذ المعوقين سمعياً أحيانا التي تجعلهم يتوقفون عن التطبيق قبل الوقت المحدد مما يعمل على تقطع التمرين وبالتالي عدم الاستفادة .

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في القدرات البدنية قيد البحث عند مستوى دلالة 0.05 ولصالح القياس البعدي .

أظهرت نتائج الجدول رقم (3) وجود نسبة تغير بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للعينة قيد البحث حيث جاءت نسبة التغير كما يلي: -
(السرعة بلغت نسبة التغير 22.81% - والمرونة 13.78%- والقوة 21% - والرشاقة 19.79% - والقدرة - 15.77% والتحمل 16.31% - والتوازن 34.55%)
وبذلك يكون الفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص على وجود نسبة تغير في القدرات البدنية لصالح القياس البعدي قد تحقق.

وفي ضوء النتائج يرى الباحث أن استخدام التمرينات بالأدوات في أنشطة المعوقين سمعياً لها أثر كبير في تنمية وتحسين القدرات البدنية ، لما تتميز به من خصائص تقابل احتياجات هذه الشريحة ، كما أنها متعددة ومتنوعة الأمر الذي لا يبعث على الملل من التلميذ ، وإضافة الى عنصر التشويق والجمال ولفت الانتباه مما يزيد من فترة العمل والتطبيق وبذلك تتحسن القدرات البدنية لتلاميذ هذه العينة.
- الأستخلاصات :-

في ضوء لهدف البحث وحدوده وإجراءاته وبياناته تم استخلاص الآتي :
- لبرنامج التمرينات بالأدوات أثر ايجابي على تنمية وتطوير القدرات البدنية للتلاميذ المعوقين سمعياً قيد البحث.
- استخدام التمرينات بالأدوات كنشاط بدني رياضي يناسب ويلاءم الخصائص البدنية والعقلية والانفعالية للمعوقين سمعياً ، حيث أنه لا يؤدي الى الإصابات التي تحدث خلال الأنشطة الأخرى.
- هناك إقبال من التلاميذ على الاشتراك في البرنامج لاحتوائه على العديد من الأدوات التي تجذب الانتباه وتبعث على السرور والمرح والتحكم والقدرة لدى المعاقين سمعياً .
- وجود نسبة تغير كبيره بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في القدرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي مما يدل على التأثير الأيجابي للبرنامج.

- التوصيات :-

على ضوء أهداف البحث ونتائجه وما تم استخلاصه يوصى الباحث بالتالي:
- إدراج البرنامج المقترح ضمن أنشطة التربية البدنية للمعوقين سمعياً.
- توفير الأجهزة والأدوات بمدارس الصم والبكم لاستخدامها في النشاط.
- إجراء دراسات مشابهة باستخدام التمرينات بالأدوات لمعرفة أثرها على الخصائص الاجتماعية والمهارية والانفعالية للمعوقين سمعياً.
- إجراء دراسات مشابهة باستخدام التمرينات بالأدوات لمعرفة أثرها على المعوقين ذهنيًا.

المراجع

1- ابتهاج محمود طلبه (1990) : تأثير برنامج مقترح للتمرينات على مفهوم الذات للتلاميذ المعوقين بدنيا في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي ، المؤتمر العلمي الأول ، دور التربية الرياضية في حل المشكلات المعاصرة ، كلية التربية

- الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق.
- 2- أحمد حاجي عبد الله (1987) : 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.
- 3- أشرف عبد المنعم أحمد (2006) : تأثير استخدام برنامج جيماز الموانع والتمرينات الخاصة على قدرات حركية مختارة للناشئين فى الجيماز تحت 10 سنوات ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية البدنية والرياضية - جامعة حلوان .
- 4- ليلى زهران (1982) : الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية ، دار الفكر العربي.
- 5- ماجدة السيد عبيد (2000) : السامعون بأعينهم " الإعاقة السمعية " دار صفاء للنشر والتوزيع ، ط1، عمان.
- 6 - محمد السيد فهمي (2001) : الفئات الخاصة من منظور الخدمة الاجتماعية ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية.
- 7- محمد السيد حلاوة (1999) : رياض الأطفال ، المكتب العلمي للنشر ، ج1، الإسكندرية.
- 8- نوال إبراهيم شلتوت (1987) : أثر استخدام الأدوات والأجهزة المساعدة على الإحماء على تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية لتلاميذ الصف الثالث من العليم الأساسي ، المؤتمر العلمي الثاني وتطور علوم الرياضة كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة المنيا.
- 9- سامية محمد فهمي (1999) : رعاية المعاقين سمعياً وحركياً ، المكتب العلمي للنشر والتوزيع ، الإسكندرية .
- 10- سعيد حسنى العزة (2002) : المدخل الى التربية الخاصة للأطفال ذوى الحاجات الخاصة ، المفهوم - التشخيص - أساليب التدريس ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع عمان .
- 11- سعيد سليمان معيوف (2007) : تأثير برنامج تمرينات موجه لدرس التربية البدنية على بعض مكونات اللياقة البدنية للتلاميذ ذوى الاحتياجات الخاصة "الكفيف" ، المجلة العلمية لكلية التربية البدنية والرياضة ، جامعة الفاتح، العدد السابع .
- وأخرون
- 12- عبد الحافظ سلامه (2000) : تقييم الوسائل التعليمية لذوى الاحتياجات الخاصة ، دار الليزورى للنشر والتوزيع ، عمان ، ط1.
- 13- صلاح الدين سليمان (1996) : التمرينات والتمرينات المصورة ، أسلامية للطباعة والنشر ، القاهرة.
- 14- راضى الوقفي (2004) : أساسيات التربية الخاصة ، جبهة للنشر والتوزيع ، عمان .

مرفق (1)
نماذج من وحدات البرنامج

(1)

| الأدوات | المحتوى | الزمن | أجزاء الوحدة |
|--|--|-------|--------------|
| كرة قدم كرة قدم كرة قدم | 1- (وقوف) على الكعبين الكرة على الرأس المشي أماما وخلفا. 2- (وقوف) الكرة على الرأس المشي والجري أماما وخلفا. 3- (وقوف) على المشطين الكرة أماما الصدر وخلفا. | 10ق | الإحماء |
| عصا عصا عصا عصا عصا عصا عصا عصا | 1- (اقعاء) إنشاء العصا أفقيا على الصدر المشي أماما وكل أربع عدات قذف العصا عاليا ثم التقاطها باليدين معا 2- (وقوف) مسك العصا من المنتصف بيد واحدة ، الجري أماما مع لف العصا حول الجسم وتبادل نقلها من يد لأخرى أماما وخلفا. 3- (وقوف) مسك العصا من المنتصف بيد واحدة ، الجري أماما مع تبادل نقل العصا من يد لأخرى كل أربع عدات . 4- (وقوف) مسك العصا من منتصفها بيد واحدة الجري أماما فى قطار من فوقها غير أنه عندما يثب الطالب الثاني فوق العصا يتخذ وضع نصف الجثو ويتبعه بقية القطار كله بالتوالي وعلى مسافات متساوية . 5- (وقوف) مسك العصا عموديا من منتصفها بيد واحدة الجري أماما مع قذف ولقف العصا بالتبادل مع زميل . 6- (وقوف) الجري المتعرج بين العصى. 7- (وقوف) الجري أماما فوق العصى مع لمسها. 8- (وقوف) الوثب جانبا بالقدمين معا فوق العصى. | 30ق | الجزء الرئيس |
| حبل حبل حبل | 1- (وقوف) مسك كل يد يأخذ طرفي الحبل دوران الحبل من الخلف للإمام الوثب فى المكان مع الارتداد. 2- (وقوف) الوثب فى المكان والوثب مع ضم الركبتين على الصدر. 3- (وقوف) وثبة فى المكان ثم وثبة مع تقاطع الذراعين أمام الجسم . | 5ق | الختام |

(2)

| الأدوات | المحتوى | الزمن | أجزاء الوحدة |
|------------|--|-------|--------------|
| كرة كرة | 1- (وقوف) الكرة أمام الجسم ورفع الذراعين. 2- (وقوف) الكرة خلف الظهر رفع الذراعين عاليا. | 10ق | |

| | | | |
|-------------------|---|-----|---------------|
| كرة | 3- (وقوف) الكرة أمام الصدر مد الذراعين عاليا. | | الإحماء |
| عصا | 1- (وقوف) الجري المتعرج بين العصي. | 30ق | الجزء الرئيسي |
| عصا | 2- (وقوف) الجري أماما فوق العصي مع عدم لمسها. | | |
| عصا | 3- (وقوف) نصفا الحجل أمام فوق العصا. | | |
| حبل | 4- (وقوف) مسك كل يد يأخذ طرفي الحبل دوران الحبل من الخلف للأمام الوثب فى المكان مع الارتداد. | | |
| حبل | 5- (وقوف) رسم شكل (8) أمام الجسم ثم الوثب من الأمام مرتين. | | |
| حبل | 6- (وقوف) الوثب فى المكان والوثب مع ضم الركبتين. | | |
| المقعد السويدي | 7- (وقوف) الحجل على القدمين أماما بالتبادل فوق المقعد. | | |
| المقعد السويدي | 8- (وقوف) الجنب مواجه للمقعد الوثب بالقدمين فوق المقعد جانبا. | | |
| عصا | 1- (وقوف) مسك العصا من المنتصف بيد واحدة ، الجري أماما مع تبادل نقل العصا من يد لأخرى كل أربع عدات. | 5ق | الختام |
| كرة طبية | 2- (وقوف) فتحا عال على جزئي الصندوق الكرة أمام الجسم ثنى الجذع أماما أسفل ولمس الأرض بالكرة. | | |
| كرة طبية صندوق | 3- (انبطاح) على الصندوق الركبتين مثنيتين الكرة بين القدمين مد الركبتين أسفل. | | |

تأثير استخدام برنامج تمارينات تأهيلية مانية مقترح
لإعادة تأهيل مفصل الركبة بعد تمزق الغضروف الهلالي

د. عياد علي المصراطي

تكرس الدول المتقدمة في المجال الرياضي جهودها البشرية والمادية لأعداد فرقا على أسس علمية خاصة، بعد أن أصبحت المستويات الرياضية العليا مؤشراً يعكس مستوى هذا التقدم، وقد قامت هذه الدول بإنجازات كبيرة في مجال دراسة الإصابات الرياضية، وبالتالي معالجتها ومن ثم تمكين الرياضي من استعادة نشاطه والعودة إلى مزاولة نشاطه بالمستوى المطلوب، والرعاية الطبية للرياضيين لا تتضمن علاج الإصابة الرياضية فحسب بل تتضمن أيضاً اتخاذ الإجراءات الوقائية من حدوث الإصابة وضمان عودة الرياضيين الذين أصيبوا إلى الملاعب، وتشير الدراسات العلمية إلى ارتفاع نسبة الإصابات الرياضية نتيجة لزيادة عدد الفرق الرياضية المختلفة وانتشارها، واحد أكثر الإصابات حدوثاً هو إصابة مفصل الركبة، بسبب افتقار مفصل الركبة لوجود الوسائد الدهنية وضعف أسطحه المفصليّة، يذكر ياسر سعيد شافعي (1993) أن حالات إصابة مفصل الركبة قد ازدادت في الآونة الأخيرة حتى أصبحت ظاهرة عالمية لها أبعادها الطبية والفنية، ونتيجة لذلك أنشئت منظمة طبية عالمية باسم الجمعية الدولية لإصابات الركبة، من أجل تطوير أساليب الفحص الطبي والتشخيص وعلاج أمراض الركبة واستخدام أساليب العلاج الفعال وأفضل وأسرع طرق التأهيل للمفصل من أجل ضمان عودته إلى حركته الطبيعية في أقصر فترة زمنية ممكنة (26 : 1) لذلك فإن نجاح العلاج والتأهيل الطبي الخاص بالإصابة الرياضية يكمن في إرجاع القوة العضلية والمجال الحركي الوظيفي، وزيادة مرونة الأربطة والأنسجة الخاصة بمفاصل الجسم الأمر الذي يتطلب العناية والاهتمام باستخدام الوسائل والطرق العلاجية التي تساعد على إعادة تأهيل المصاب بعد أصابته، ويعتبر العلاج بالتمارين المائية أحد أنواع العلاج المهمة في هذا المجال

واستناداً إلى ما سبق يرى الباحثان أن استخدام حركات الرجلين في السباحة له تأثيره الإيجابي في إعادة تأهيل مفصل الركبة ومن ثم تمكين الرياضي من استعادة نشاطه والاستمرار في مزاولة نشاطه البدني .

مشكلة البحث:

لمفصل الركبة أهمية كبيرة في حمل جسم الإنسان، ويتحمل العبء الأكبر في هذا المجال، وهو معرض للإصابة كباقي مفاصل الإنسان، إلا أنه يمتاز بكثرة تعرضه للإصابة لدى الرياضيين، يشير عمار عبد الرحمن قبع (1989) رغم المتانة التي يمتاز بها مفصل الركبة من ناحية بنائه إلا أن تعرضه للحركات القوية والمتعددة تؤدي إلى إصابات كثيرة، وذلك نتيجة للتناقض الموجود في البناء المبني لحمل وزن الجسم من جهة والحركة الواسعة التي يؤديها المفصل من جهة أخرى (17 : 120) .

ومن أكثر الإصابات التي يتعرض لها مفصل الركبة، تمزق الغضروف الهلالي، وذلك نتيجة إلى أن حركة الغضروف الأنسي في المفصل تكون محددة وفتحة الهلال فيه أوسع، يؤكد أيوب إبراهيم

وإبراهيم البصري (1992) لقد جمع كل من بنكي و ويبير Benke & Weber (3803) إصابة رياضية وجد منها (567) إصابة في تمزق الغضروف الهلالي أي بنسبة 15% من عدد المصابين (5 : 33)

كلية علوم التربية البدنية والرياضة . جامعة الفاتح

وحركة المفصل، ومن ثم يبرز أهمية البحث في دراسة تأثير السباحة في علاج الإصابات الرياضية واستخدام العلاج الطبي، واستخدام البرامج التأهيلية المناسبة لسرعة شفاء اللاعب، ويعتبر العلاج بالتمارين

المائية باستخدام حركات الرجلين في السباحة أحد البرامج المهمة الذي يلعب دوراً كبيراً في الحد من التأثيرات السلبية على جسم اللاعب.

تشير خيرية إبراهيم سكري (1999) أن الماء يعتبر وسطاً مناسباً ممتازاً لعلاج الإصابات الكبيرة والصغيرة، فذلك يؤدي إلى سرعة الشفاء بعد إجراء العمليات الجراحية ويعمل على تقليل الضغوط الواقعة على الجسم، كذلك يعالج الكثير من مشكلات القوام والإصابات الناتجة عن النمو الزائد للمجموعات العضلية التي تستخدم بصورة مكررة (9 : 10)

وبالرغم من أهمية العلاج بالتمارين المائية في إعادة تأهيل وسرعة شفاء الإصابة الرياضية في مفصل الركبة، إلا أن الباحثان لاحظا من خلال متابعتها ومقابلاتهما للمصابين في مفصل الركبة والمتربدين على قسم العلاج الطبيعي في مستشفى مركز طرابلس الطبي ومستشفى أبي سليم للحوادث بمدينة طرابلس، اعتمادهم على استخدام العلاج الكهربائي والعلاج الحركي وقلة في استخدام العلاج بالتمارين في الوسط المائي، لذا أراد الباحثان أن تحدد مشكلة البحث في ضرورة وضع برنامج تمارين مائية لإعادة تأهيل مفصل الركبة بعد تمزق الغضروف الهلالي وذلك من المساعدة للعودة بالمفصل المصاب إلى المستوى الوظيفي الطبيعي الذي كان عليه قبل حدوث الإصابة .

-أهمية البحث:

حظي موضوع إعادة تأهيل مفصل الركبة بزيادة اهتمام الأطباء المتخصصين والباحثين والمعالجين وذلك نتيجة لازدياد تعرض هذا المفصل وأربطته للإصابة.

يذكر أسامة رياض (1999) تعتبر إصابة مفصل الركبة وأربطته من أكثر الإصابات شيوعاً بين الرياضيين ويرجع ذلك للطبيعة التشريحية والوظيفية لمفصل الركبة (2 : 168).

وللعلاج المائي واستخدام حركات الرجلين أهمية كبيرة في إعادة تأهيل مفصل الركبة بعد إصابة الغضروف الهلالي، حيث يعمل على استعادة الرياضي ما قد يفقده من قدرة حركية ومهارية بسبب الإصابة، الأمر الذي يعمل على استمرار تواجده في الملعب لفترة أطول . تشير خيرية إبراهيم سكري (1999) الى أن أكثر العوامل جذباً لممارسة تمارين الماء في أنه يعتبر بيئة علاجية آمنة، فالماء يدعم ويحمل الجسم بسبب عامل الطفو وطبيعته في المقاومة، وكذلك تساوي الضغط الهيدروستاتيكي على أجزاء الجسم الغاطس، هذا بالإضافة إلى علاج المفاصل الضعيفة وأورام الأطراف ونقص المرونة وقلة المدى الحركي في المفاصل (9 : 14) .

ويرى الباحثان أن عودة المفصل إلى حالته الطبيعية تتوقف بشكل كبير على البرامج التأهيلية، ومنها العلاج المائي حيث يعمل برنامج التمارين المائية على تسهيل عمل التمارين في أول مراحل العلاج أو لزيادة تلك التمارين في المراحل المتقدمة من العلاج .

وتكمن أهمية البحث في احتياج الرياضيين المصابين إلى رعاية واهتمام طبي خاص من خلال وضع برنامج تمارين مائية باستخدام حركات الرجلين في السباحة كأحد المحاولات العلمية التي قد تسهم في إلقاء الضوء على مدى تأثيره في إعادة تأهيل مفصل الركبة بعد تمزق الغضروف الهلالي .

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على :

- 1- تأثير برنامج التمرينات التأهيلية المائية على إعادة تأهيل مفصل الركبة بعد تمزق الغضروف الهلالي .
- 2- تأثير برنامج التمرينات التأهيلية المائية على القوة العضلية للمجموعات العاملة على المفصل، وسمك الدهن، ومحيط الفخذ، والمدى الحركي للمفصل.

- فروض البحث:

- 1- توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للطرف المصاب والطرف السليم لمفصل الركبة لعينة البحث في- القوة العضلية للمجموعات العاملة على المفصل - سمك الدهن - محيط الفخذ - المدى الحركي للمفصل لصالح القياس البعدي .
- 2- توجد اختلافات في مقدار ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للطرفين المصاب والسليم لمفصل الركبة في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية، محيط الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي للمفصل لصالح القياس البعدي .

- مصطلحات البحث:

العلاج الطبيعي:

هو استخدام الوسائل الطبيعية من حرارة وماء وكهرباء وحركة بعد تقنينها على أسس علمية في العلاج

(3 : 27) .

التمرينات التأهيلية:

هي مجموعة مختارة من التمرينات يقصد بها تقديم انحراف عن الحالة الطبيعية أو علاج الإصابة التي تؤدي إلى أعاقه عن القيام بالوظيفة الكاملة لعضو ما وذلك بهدف مساعدته للرجوع إلى حالته الطبيعية ليقوم بوظيفته كاملة (7 : 46) .

العلاج المائي:

هو استخدام كافة الطرق المائية في أغراض العلاج والوظيفة الأساسية للماء لنقل المؤثرات الخارجية

للجسم. (24 : 12)

الغضاريف الهلالية :

هي عبارة عن نسيج غضروفي يقع بين لقمتي عظم الفخذ والسطح العلوي لعظم القصبة، وهي مقسمة إلى ثلاثة أجزاء:

1- قرن إمامي 2- جسم 3- قرن خلفي

وهي عبارة عن غضروفين داخلي وخارجي (انسي - و وحشي) (38 : 200)

الدراسات السابقة:

1- دراسة مصطفى السيد ظاهر (1989) (25)

بعنوان: أثر برنامج مقترح لتأهيل العضلات العاملة على مفصل الركبة بعد استئصال الغضروف .
تهدف الدراسة إلى التعرف على البرنامج المقترح على عودة مفصل الركبة المصاب إلى حالته الطبيعية بعد استئصال الغضروف وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (28) مصاباً، ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها هي وجود تأثير ايجابي للبرنامج المقترح على رجوع الطرف المصاب لحالته الطبيعية في كل من القوة العضلية والمدى الحركي والمحيطات .

2- دراسة ياسر سعيد شافعي (1993) (26)

بعنوان: تأهيل مفصل الركبة بعد الإصلاح الجراحي لإصابة الرباط الصليبي الأمامي .

تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير تأهيل مفصل الركبة بعد الإصلاح الجراحي لإصابة الرباط الصليبي الأمامي وسرعة العودة للحالة الطبيعية للعضو المصاب، وقد أستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (32) مصاباً، ومن أهم النتائج التي توصل إليها أن البرنامج التأهيلي المقترح له تأثير ايجابي في تحسين القوة العضلية للعضلات العامة على مفصل الركبة المصابة، وتحسن المدى الحركي الايجابي والسليبي لمفصل الركبة

3- دراسة طارق محمد صادق (1994) (14)

بعنوان: تأثير برنامج مقترح لتأهيل الركبة بعد استئصال الغضروف الإنسي وتمزق الرباط الصليبي الأمامي. تهدف الدراسة إلى وضع برنامج مقترح لتأهيل مفصل الركبة بعد استئصال الغضروف الإنسي وتمزق الرباط الصليبي الأمامي وقد أستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (14) مصاباً ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث هي أن البرنامج المقترح له تأثير ايجابي على عودة الوظائف الطبيعية للمفصل المصاب أقرب ما يكون من المفصل السليم .

4- سمير كرم عوض (2001) (11)

بعنوان: برنامج علاجي للمصابين بالرباط الداخلي لمفصل الركبة تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج علاجي للمصابين بالرباط الداخلي لمفصل الركبة، وقد أستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (15) مصاباً بالرباط الداخلي تتراوح أعمارهم ما بين (14 - 16) سنة، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث يؤثر البرنامج العلاجي المقترح تأثيراً ايجابياً على تحسين حالة المصابين بالرباط الداخلي لسن (14 - 16) سنة، وتحسن المدى الحركي لمفصل الركبة نتيجة لتطبيق البرنامج المقترح .

- منهج البحث:

أستخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعة واحدة.

- عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من بين الرياضيين المصابين بتمزق الغضروف الهلالي في مفصل الركبة، المترددين على قسم العلاج الطبيعي في مستشفى أبي سليم للحوادث، وقد بلغ عدد أفراد العينة (10) مصابين. وقد تم إجراء التجانس في المتغيرات الأساسية لأفراد عينة البحث .

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث ن = 10

| المتغيرات | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | معامل الالتواء |
|-----------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------------|
| العمر | سنة | 27.100 | 1.729 | 27.000 | 0.455 |
| الطول | سم | 173.200 | 3.545 | 173.000 | 0.323 |
| وزن | كجم | 70.630 | 0.610 | 70.500 | 0.423 |

يتضح من نتائج جدول (1) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (0.323) كأقل قيمة، (0.455) كأكبر قيمة، وهي بذلك تنحصر ما بين (+3، -3) وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث وأنهم يمثلون المجتمع الأصلي تمثيلاً حقيقياً وصادقاً.

جدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء
للقياسات والاختبارات قيد البحث

ن = 10

| المتغيرات | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | معامل الالتواء |
|-------------------------------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------------|
| القوة العضلية للعضلة الأمامية | نيوتن | 133.600 | 7.365 | 134.000 | 0.416 |
| القوة العضلية للعضلة الخلفية | نيوتن | 80.956 | 6.231 | 81.000 | 0.268 |
| المدى الحركي لمفصل الركبة | درجة | 94.200 | 2.235 | 94.000 | 0.732 |
| سمك الدهن أمام الفخذ | مم | 14.210 | 0.030 | 14.000 | 0.550 |
| سمك الدهن خلف الفخذ | مم | 11.340 | 0.042 | 11.500 | 0.334 |
| محيط الفخذ | سم | 37.143 | 0.082 | 37.000 | 0.831 |

يتضح من نتائج جدول (2) بأن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (0.268) كأقل قيمة، (0.831) كأكبر قيمة وهي بذلك تنحصر ما بين (+3 ، -3) وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات قيد البحث .

– أدوات جمع البيانات :

تم تحديد أدوات وأجهزة جمع البيانات في ضوء المتغيرات قيد البحث وكما يأتي:

أولاً: الأجهزة والأدوات المستخدمة:

| | | |
|---|----------------------------|-----------------------------------|
| – | جهاز رستاميتير | لقياس الطول الكلي (بالسم) |
| – | ميزان طبي | لقياس وزن الجسم (بالكيلوجرام) |
| – | جهاز فلوكسوميتر Flexometer | لقياس المدى الحركي (درجة) |
| – | التينسوميتر Tensometer | لقياس القوة العضلية الثابتة (كجم) |
| – | شريط قياس | لقياس المحيطات (مم) |
| – | جهاز Skin Fold | لقياس سمك الدهن |
| – | مقاعد سويدية | |
| – | استمارة جمع المعلومات | |

ثانياً: القياسات والاختبارات المستخدمة:

- قياس القوة العضلية للعضلة الأمامية والخلفية للفخذ.
- قياس المدى الحركي لمفصل الركبة.
- قياس محيط الفخذ.
- قياس سمك الدهن أمام وخلف الفخذ. (11 : 31)، (13 : 35)، (1 : 25) (40 :

– الإجراءات الإدارية

تطلب إجراء تجربة البحث القيام ببعض الإجراءات الإدارية والتي تمثلت بما يأتي:

- أخذ الموافقة من مستشفى طرابلس الطبي وأبي سليم للحوادث حول الاستعانة بالمصابين بتمزق الغضروف الهلالي.
- أخذ الموافقة على استخدام بعض الأجهزة والأدوات الخاصة بقسم العلاج الطبيعي في طرابلس الطبي ومستشفى أبي سليم للحوادث.
- أخذ الموافقة على إجراء البرنامج التأهيلي المقترح على المصابين بتمزق الغضروف الهلالي والمترددين على قسم العلاج الطبيعي فيهما.

- الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى في الفترة من 11 / 3 / 2008 حتى 13 / 3 / 2008 مسيحي، على عينة قوامها (6) مصابين بتمزق الغضروف الهلالي من خارج عينة البحث الأساسية، وذلك بهدف التأكد مما يأتي:

- سلامة وصلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.
- التعرف على طبيعة وزمن ودرجة الإصابة.
- التعرف على الأوضاع المناسبة لعمل القياسات والاختبارات الخاصة بالبحث.
- التعرف على أنسب ترتيب للقياسات والاختبارات المستخدمة.
- التعرف على الصعوبات التي قد تعترض الباحث عند تنفيذ تجربة الدراسة.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية ثانية في الفترة من 15 / 3 / 2008 حتى 23 / 3 / 2008 مسيحي، وذلك بهدف حساب المعاملات العلمية (الثبات، الصدق) للاختبارات المستخدمة في البحث. وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات ثم إعادة تطبيق نفس الاختبارات مرة أخرى (إعادة الاختبار)، ومن ثم استخراج الصدق الذاتي للاختبارات باستخدام المعادلة الآتية:

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

(20 : 372)

جدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للقياسات والاختبارات قيد البحث

ن = 6

| الصدق الذاتي | معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | المتغيرات |
|---|----------------|----------------|--------|---------------|--------|-------------------------------|
| | | 2ع + | 2س | 1ع + | 1س | |
| 0.960 | 0.922 | 0.81 | 133.33 | 0.89 | 133.00 | القوة العضلية للعضلة الأمامية |
| 0.946 | 0.896 | 0.48 | 80.61 | 0.58 | 80.58 | القوة العضلية للعضلة الخلفية |
| 0.937 | 0.879 | 0.39 | 93.53 | 0.45 | 93.48 | المدى الحركي لمفصل الركبة |
| 0.911 | 0.830 | 0.38 | 14.30 | 0.16 | 14.23 | سمك الدهن أمام الفخذ |
| 0.946 | 0.895 | 0.28 | 11.25 | 0.22 | 11.20 | سمك الدهن خلف الفخذ |
| 0.907 | 0.823 | 0.32 | 37.36 | 0.34 | 37.30 | محيط الفخذ |
| قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 0.811 | | | | | | |

يتضح من بيانات جدول (3) أن قيم معامل الارتباط المحسوبة قد تراوحت ما بين (0.823) كأقل قيمة (0.922) كأكبر قيمة وبمقارنتها بقيمة (ر) الجدولية نجد أن قيمة (ر) المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 لجميع المتغيرات الحركية وهذا يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث، ولما كان معامل الصدق الذاتي يعتمد على معامل الثبات حيث يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وبالتالي فإن هذه الاختبارات تكون صادقة.

بناء البرنامج التأهيلي المقترح:

عند بناء البرنامج التأهيلي المقترح ثم الاستعانة بالمراجع والبحوث العلمية في تحديد كل من المراحل الخاصة بالتأهيل وهدف كل مرحلة فضلاً عن الشروط الواجب توافرها في كل مرحلة وكيفية الانتقال من مرحلة إلى أخرى وأيضاً أساليب العلاج الطبيعي الضرورية للمصاب بمفصل الركبة كما تم تحليل بعض البرامج التي أتت لتأهيل مفصل الركبة.

وبناء على المراجع العلمية والدراسات النظرية (31،25،13،11،9،5) تم تصميم البرنامج وعرضه على الخبراء والمتخصصين في مجال الجراحة والعلاج الطبيعي والتربية البدنية والتأهيل لوضعه في شكله النهائي من حيث مراحل التأهيل ونوعية التمرينات ووسائل العلاج الطبيعي المستخدمة وإمكانية تنفيذه.

خطوات تنفيذ التجربة:

1. القياسات القبلية:

تم إجراء القياسات القبلية من 4/1 / 2007 حتى 5 / 4 / 2007 ف، في مستشفى أبي سليم للحوادث / قسم العلاج الطبيعي، وتضمنت القياسات والاختبارات الآتية:

- قياس الطول الكلي والوزن.
- قياس القوة العضلية للعضلة الأمامية والخلفية للفخذ.

- قياس المدى الحركي لمفصل الركبة.
- قياس محيط الفخذ.
- قياس سمك الدهن أمام وخلف الفخذ.

2. تطبيق التجربة الأساسية:

تم تنفيذ البرنامج المقترح لمدة (12) أسابيع خلال الفترة من 7/ 4/ 2008 حتى 17/ 7/ 2008 ف وفقاً لما يأتي:

- تكرار عدد الوحدات التأهيلية 3 مرات في الأسبوع.
- أشتمل التدريب على فترة تدريبية واحدة بمعدل (60) دقيقة.
- بلغ عدد الوحدات التأهيلية المقترحة (36) وحدة.
- لا يتم الانتقال من مرحلة إلى أخرى في البرنامج إلا وفق المعايير الخاصة بكل مرحلة.

3. القياسات البعدية:

بعد الانتهاء من الفترة الزمنية لتنفيذ البرنامج التأهيلي المقترح تم إجراء القياسات والاختبارات البعدية في الفترة من 20 / 7 / 2007 لغاية 25 / 7 / 2007 في المتغيرات قيد البحث، وتحت نفس الشروط التي تم فيها إجراء القياسات والاختبارات القبليّة وكما يأتي:

- قياس الطول الكلي والوزن.
- قياس القوة العضلية للعضلة الأمامية والخلفية للفخذ.
- قياس المدى الحركي لمفصل الركبة.
- قياس محيط الفخذ.
- قياس سمك الدهن أمام وخلف الفخذ.

3-7 الإجراءات الإحصائية:

- أستخدم الباحثان الإجراءات الإحصائية الآتية:
- المتوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الالتواء.
 - معامل الارتباط البسيط.
 - اختبار (ت) الفروق بين المتوسطات.
 - النسبة المئوية.

(20)

عرض النتائج :

جدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي و البعدي للطرف المصاب في القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية و القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية لعينة البحث .

ن = 10

| القياسات | القياس القبلي | القياس البعدي | فروق | قيمة ت |
|----------|---------------|---------------|------|--------|
|----------|---------------|---------------|------|--------|

| | المتوسطات | 2ع + | س2 | 1ع + | س1 | |
|--|-----------|--------|---------|-------|--------|------------------------------------|
| 9.277 | 38.00 | 10.328 | 172.00 | 7.378 | 134.00 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية |
| 13.987 | 48.00 | 7.245 | 129.500 | 6.258 | 81.500 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية |
| قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.833 | | | | | | |

يتضح من جدول (4) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للطرف المصاب في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية، وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي في كل من القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية، و القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.833) عند مستوى 0.05 .

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي و البعدي للطرف السليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية و القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية لعينة البحث .

ن = 10

| قيمة ت | فروق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | القياس |
|--|----------------|---------------|---------|---------------|---------|------------------------------------|
| | | 2ع + | س2 | 1ع + | س1 | |
| 4.243 | 10.00 | 5.986 | 190.500 | 7.245 | 180.500 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية |
| 3.127 | 2.00 | 6.258 | 131.500 | 4.216 | 123.00 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية |
| قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.833 | | | | | | |

يتضح من جدول (5) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للطرف السليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي في كل من القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية، والقوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.833) عند مستوى 0.05 .

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي و البعدي للطرف المصاب في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث

ن = 10

| قيمة ت | فروق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | القياس |
|--------|----------------|---------------|----|---------------|----|--------|
| | | 2ع + | س2 | 1ع + | س1 | |

| | | | | | | |
|------------------|------------------|----------------|--------------------|----------------|------------------|--------------------------------------|
| 11.976 18.144 | 2.595 4.303 | 0.052 0.042 | 39.750 41.734 | 0.072 0.065 | 37.155 37.431 | محيط الفخذ 5سم 10سم |
| 6.099 9.371 | 2.212 1.896 | 0.107 0.098 | 12.140 9.205 | 0.031 0.046 | 14.352 11.101 | سمك الدهن أمام الفخذ خلف الفخذ |
| 24.338 5.296 | 21.230 38.900 | 0.094 0.078 | 115.230 104.600 | 2.748 2.312 | 94.00 65.700 | المدى الحركي السليبي الإيجابي |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.833

يتضح من جدول (6) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للطرف المصاب في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.833) عند مستوى 0.05

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي و البعدي للطرف السليم في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث

ن = 10

| قيمة ت | فروق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | القياس |
|----------------|-------------------|----------------|------------------|----------------|------------------|-----------------------------------|
| | | 2ع + | س2 | 1ع + | س1 | |
| 5.058 12.00 | 1.72 2.4 | 0.045 0.036 | 39.89 42.19 | 0.068 0.059 | 38.17 39.79 | محيط الفخذ 5سم 10سم |
| 4.285 7.428 | 1.2 1.56 | 0.032 0.011 | 11.43 8.82 | 0.027 0.031 | 12.63 10.38 | سمك الدهن أمام الفخذ خلف الفخذ |
| 4.537 6.324 | 15.88 7.4 | 0.079 0.066 | 136.31 118.71 | 1.105 1.080 | 120.43 111.31 | المدى الحركي السليبي الإيجابي |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.833

يتضح من جدول (7) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للطرف السليم في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.833) عند مستوى 0.05 .

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق في القياس البعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية و القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية لعينة البحث .

| قيمة ت | فروق المتوسطات | الطرف السليم | | الطرف المصاب | | القياس |
|--------|-------------------|--------------|---------|--------------|--------|---------------------|
| | | 2ع + | س2 | 1ع + | س1 | |
| 4.649 | 18.500 | 5.986 | 190.500 | 10.328 | 172.00 | القوة العضلية لعضلة |

| | | | | | | |
|--|------|-------|---------|-------|---------|--------------------------------------|
| | | | | | | الفخذ الأمامية |
| 0.627 | 2.00 | 6.258 | 131.500 | 7.245 | 129.500 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية |
| قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.729 | | | | | | |

يتضح من جدول (8) الخاص بدلالة الفروق في القياس البعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية و القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائيا بين الطرف المصاب والطرف السليم لصالح الطرف السليم حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية (1.729) عند مستوى 0.05 .

فيما لم تظهر فروق دالة إحصائيا بين الطرف المصاب والطرف السليم في القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة البالغة (0.627) اصغر من قيمتها الجدولية (1.729) عند مستوى 0.05 .

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق في القياس البعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الطرف السليم | | الطرف المصاب | | المتغيرات |
|------------------|------------------|----------------|------------------|----------------|--------------------|-----------------------------------|
| | | 2ع + | س2 | 1ع + | س1 | |
| 6.667 21.714 | 6.667 21.714 | 0.045 0.036 | 39.89 42.19 | 0.052 0.042 | 39.750 41.734 | محيط الفخذ 5 سم 10 سم |
| 19.189 11.667 | 19.189 11.667 | 0.032 0.011 | 11.43 8.82 | 0.107 0.098 | 12.140 9.205 | سمك الدهن أمام الفخذ خلف الفخذ |
| 5.141 4.275 | 5.141 4.275 | 0.079 0.066 | 136.31 118.71 | 0.094 0.078 | 115.230 104.600 | المدى الحركي السلبي الإيجابي |

يتضح من جدول (9) الخاص بدلالة الفروق في القياس البعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائيا بين كافة المتغيرات قيد البحث ولصالح الطرف السليم حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية (1.729) عند مستوى 0.05 .

جدول (10)

النسبة المئوية لمقدار التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ و محيط الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث

| الطرف السليم | | | الطرف المصاب | | | القياس |
|--------------|--------|--------|--------------|--------|--------|--------|
| النسبة | القياس | القياس | النسبة | القياس | القياس | |
| % | البعدي | القبلي | % | البعدي | القبلي | |

| | | | | | | |
|-----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|----------------|------------------------------------|
| 5.54 | 190.50 | 180.50 | 27.98 | 172.00 | 134.00 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية |
| 6.91 | 131.00 | 123.00 | 58.89 | 129.50 | 81.50 | القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية |
| 4.32 6.01 | 39.89 42.19 | 38.17 39.79 | 6.98 11.49 | 39.75 41.73 | 37.15 37.43 | محيط الفخذ 5سم 10سم |
| -9.55 -15.01 | 11.43 8.82 | 12.63 10.38 | -15.41 -17.07 | 12.14 9.20 | 14.35 11.10 | سمك الدهن أمام الفخذ خلف الفخذ |
| 13.18 6.65 | 136.31 118.71 | 120.43 111.31 | 22.58 59.20 | 115.23 104.60 | 94.00 65.70 | المدى الحركي السلبي الإيجابي |

يوضح جدول (10) النسبة المئوية لمقدار التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والقوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية ومحيط الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث .

مناقشة النتائج:

أولاً: مناقشة نتائج الطرفين المصاب والسليم في قياس القوة العضلية:

يتضح من جدولي (4 ، 5) الخاصة بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للطرف المصاب وكذلك الطرف السليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية، وجود فروق دالة إحصائياً ويرجع ذلك إلى تأثير البرنامج التأهيلي بما أحتوى عليه من تمارينات وتدريبات خاصة في تنمية القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية، وتتفق هذه النتائج مع دراسة لومبكين وآخرون (Lumpkin et al 2001) حيث أكد على أن تدريبات القوة العضلية تعد من التدريبات المهمة وأن تدريب القوة وفقاً لأسلوب العمل العضلي الثابت يعمل على زيادة القوة العضلية للمجموعات العضلية العاملة دون زيادة حجم العضلة ويشكل الأساس لتدريب القوة العضلية، كذلك فإن استخدام القوة العضلية وفقاً لأسلوب العمل العضلي المتحرك من خلال استخدام وسائل مساعدة تساعد على أداء التدريب بمقاومة عالية إلى حد ما (41 : 89).

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه كل من روبرت ولارسون (Ropert & Larson 1989)، زاكازوسك (Zachazewisk 1996) إلى أنه عند إصابة مفصل الركبة يحدث ضعف في قوة العضلات العاملة على المفصل ويتأثر أيضاً المدى الحركي للمفصل وبعد تطبيق البرنامج المقترح باستخدام التدريبات المائية لتأهيل العضلات العاملة على مفصل الركبة وجدوا أن فاعلية البرنامج التأهيلي لم يقتصر على تنمية الوظائف الطبيعية لمفصل الركبة المصابة بل أيضاً لمفصل الركبة السليمة (46 : 112) (38 : 71).

ويتضح من جدول (8) الخاص بدلالة الفروق في القياس البعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية و القوة العضلية لعضلة الفخذ الخلفية لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائياً بين الطرف المصاب والطرف السليم لصالح الطرف السليم ويرجع سبب ذلك الى عدم تأثر الطرف السليم وان عضلاته تتمتع بكامل قوتها فضلاً عن تأثير برنامج التمارينات المائية وتدريبات القوة العضلية التي تم التأكيد عليها بشكل مناسب لقدرات وقابليات الفرد المصاب ،

ويرى الباحثان أن هذا التحسن في القوة العضلية لمفصل الركبة للطرفين المصاب والسليم يرجع إلى أن البرنامج التأهيلي لم يستخدم نمط معين من التمرينات والتدريبات لتنمية القوة العضلية بل تم استخدام العديد من التمرينات والتدريبات لتنمية القوة العضلية حيث تم استخدام العديد من التمرينات الخاصة بأنواع الانقباضات العضلية مثل تنوع التدريبات المائية وتنوع زوايا العمل العضلي، ويتفق ذلك مع دراسة مصطفى طاهر (1989) حيث أكد على أن تنوع تدريبات القوة العضلية وزيادة المدى الحركي لدى المفصل المصاب يؤثر على كفاءة المفصل الحركي (25 : 64).

ثانياً: مناقشة نتائج الطرفين المصاب والسليم في متغيرات البحث:

يتضح من نتائج جدولي (6، 7) الخاصة بدلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للطرف المصاب والطرف السليم في قياس محيط الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي، وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي، ويرجع هذا التقدم نتيجة تأثير البرنامج التأهيلي المقترح وإلى حيث أن استخدام حركات الرجلين داخل الماء يعطي أهمية للضغط الهيدروستاتيكي والهيدروديناميكي للماء حيث أن هذا الضغط يؤثر في جميع الاتجاهات على الطرف المصاب الموجود داخل الماء مما يؤدي إلى تنمية القوة العضلية وتنمية المدى الحركي للمفصل وهذه النتيجة تتفق مع دراسة مارثا مارثا (Martha 1995)، الان ومارك (Allan & Mark 1993) حيث أكدا في دراستهما على أن المفاصل المؤلمة والعضلات الضعيفة يمكنها التحرك بسهولة أكثر وبدون ألم داخل الماء (42 : 73) (30 : 215).

أن التقدم في كل من الطرف المصاب والطرف السليم بعد البرنامج التأهيلي المقترح في محيط الفخذ، وسمك الدهن خلف وأمام الفخذ لصالح القياس البعدي قد يرجع إلى زيادة القوة العضلية الأمر الذي يقلل من سمك الدهن فوق العضلات وحول الفخذ، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة مصطفى طاهر (1989) حيث أكد في دراسته إلى أن تدريبات القوة العضلية تؤثر عكسياً على سمك الجلد والدهن فوق العضلات المستهدفة، نظراً لأن زيادة القوة العضلية يتبعها قلة في سمك الجلد والدهن (25 : 66).

ويتضح من جدول (9) الخاص بدلالة الفروق في القياس البعدي للطرفين المصاب والسليم في قياس قوة محيط الفخذ، سمك الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائية بين كافة المتغيرات قيد البحث ولصالح الطرف السليم ويرى الباحثان ان الركبة المصابة بالرغم من تنفيذ البرنامج التأهيلي المقترح الا أنها لا تستطيع أن تؤدي دورها بمستوى السليمة وهي بحاجة الى فترة أطول وتمارين أكثر حتى تستطيع أن تؤدي دورها بالمستوى المطلوب .

ولاشك في أن البرنامج التأهيلي المقترح وبما احتواه من تدريبات وتمارين خاصة في تنمية المدى الحركي لمفصل الركبة وذلك لأن المدى الحركي بالمفصل محدد بقوة المجموعات العضلية العاملة، وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار إليه روي وارفن (Roy & Irvine 1983)، وكامب بيكر Champ Baker بأن العضلات تكتسب القدرة على المطاطية نتيجة للتدريبات المائية التي تعد كذلك كتدليك للعضلات مما يؤدي إلى زيادة حجم الألياف العضلية وبالتالي للعضلات مما يؤدي إلى زيادة حجم الألياف العضلية وبالتالي زيادة محيط العضلة (48 : 133) (112:33).

ويشير طارق محمد صادق (2000)، و بروس ريدر وآخرين (Burse Raider, et al 1993) أن التمرينات المقننة تؤدي إلى الحماية من عدم تعرض المفصل والأربطة المحيطة به من التيبس وكذلك حماية العضلات من الضمور وعودة المدى الحركي الكامل للمفصل وقوة العضلات العاملة عليه (13 : 99) (126:32).

مناقشة نتائج نسبة التحسن في الطرفين المصاب والسليم في متغيرات البحث:

يتضح من نتائج جدول (10) الخاص بالنسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبلية في الطرفين المصاب والسليم لمفصل الركبة في متغيرات البحث، ففي قياس القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية للطرف المصاب بلغت نسبة التحسن 27.98% والطرف السليم 5.54%، أما بالنسبة لعضلة الفخذ الخلفية فقد بلغت نسبة التحسن 58.89% للطرف المصاب، وبلغت نسبة التحسن للطرف السليم 6.91% أن هذا التحسن في القوة العضلية لعضلات الفخذ الأمامية والخلفية يرجع إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التأهيلي المقترح بما احتواه من تمارين لتنمية القوة العضلية والتأكد على عمل العضلات القابضة والباسطة.

كما أظهرت النتائج الخاصة بمحيط الفخذ عند 5سم للطرف المصاب بأن نسبة التحسن قد بلغت 6.984%، أما بالنسبة للطرف السليم فقد بلغت 4.532، وفي محيط الفخذ عند 10سم للطرف المصاب فقد بلغت نسبة التحسن 11.49%، أما بالنسبة للطرف السليم فقد بلغت 6.018% وهذا ما يدل على أنه كلما زادت نسبة الضمور في محيط الفخذ زادت المساحة الفعالة للبرنامج التأهيلي في تحسين الحالة المورفولوجية للفخذ.

وتشير النتائج الخاصة بسمك الدهن للطرفين المصاب والسليم بوجود تحسن في سمك الدهن لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية، فبالنسبة لسمك الدهن أمام الفخذ للطرف المصاب فقد بلغت نسبة التحسن 15.41-%. أما بالنسبة للطرف السليم فقد بلغت 9.55-%، فيما بلغت نسبة سمك الدهن خلف الفخذ للطرف المصاب 17.07-% ونسبة التحسن في سمك الدهن خلف الفخذ للطرف السليم 15.01-%.

يشير مصطفى طاهر (1989)، رولف (1988) بأن تأثير التدريب يتضح في تقليل النسيج الدهني في الجسم، حيث أن تدريبات القوة العضلية تعمل على زيادة استهلاك الطاقة وتحرك الدهون من الخلايا الدهنية لكي تمد الخلايا العضلية بالطاقة اللازمة وبالتالي نقص مخزون دهن الجسم (25 : 217) (179:47) .

أما بالنسبة للمدى الحركي السلبي للطرف المصاب فقد بلغت نسبة التحسن 22.58%، وبلغت نسبة التحسن في المدى الحركي للطرف السليم 13.18%، فيما بلغت نسبة التحسن للطرف المصاب في المدى الحركي الإيجابي 59.208%، أما نسبة التحسن للطرف السليم في المدى الحركي الإيجابي فقد بلغت 6.65%، ويرجع هذا التحسن في المدى الحركي إلى البرنامج التأهيلي وتركيزه على تمارين المدى الحركي السلبي والإيجابي، ويشير مصطفى طاهر (1989) نقلاً عن توماس Tomas، وشيلد Shields (1989) إلى أن المدى الحركي الإيجابي يستخدم لتقييم الأنسجة القابضة (عضلات وأوتار) وكذا أرادة المريض لأداء حركات ثابتة، بينما يستخدم المدى الحركي السلبي لتقييم التركيبات غير القابضة والذي يزودنا بمعلومات حول طبيعة المفصل (25 : 246) (49 : 251).

ويرى الباحثان إن هدف البحث الأساسي هو الوصول بالطرف المصاب لمفصل الركبة إلى ما يقرب من حالته الطبيعية مقارنة بالطرف السليم، ولذلك أستخدم الباحثان حركات الرجلين لسباحتي الظهر والصدر داخل الماء، حيث أن طبيعة التدريبات المائية لها تأثير إيجابي على الطرف المصاب وهذا يتفق مع دراسة مرفت السيد يوسف (1997) أن تحسن الطرف المصاب لمفصل الركبة لصالح القياسات البعدية يرجع لطبيعة التدريبات المائية لما لها من طابع ميكانيكي وتشريحي خاص نظراً لاختلاف الوسط الذي تؤدي فيه التدريبات والذي يسمح بتغيير أذرع القوة والمقاومة أثناء الأداء للطرف المصاب، بالإضافة إلى عمل العضلات المصابة ضد مقاومات الماء من جانب وضغط الماء من جانب آخر، الأمر الذي يساعد على رفع المستوى الوظيفي للطرف المصاب من خلال تأهيل وتقوية العضلات الضعيفة وزيادة المدى الحركي في المفصل (24 : 222).

ويرى الباحثان أن استخدام حركات الرجلين لسباحتي الظهر والصدر وفق برنامج تأهيلي مقنن وفق أسس علمية كان له التأثير الإيجابي الفعال في عملية إعادة المستوى الوظيفي للركبة المصابة وأصبحت أكثر فاعلية إضافة إلى تركيز البرنامج التأهيلي على تقوية العضلات المثبتة للركبة وعضلات الفخذ من الأمام والخلف، وتؤكد مارثا Martha (1995) أن إزاحة الماء وقوة الدفع ومقاومة الاحتكاك للماء تلعب دوراً هاماً في العلاج بتدريبات الماء وتقوية العضلات الهيكلية الضعيفة من خلال الحركات التي تؤدي تحت الماء، كما أن التيار الناتج بواسطة الحركات المؤداة في الماء يمكن توظيفه لتقليل أو زيادة صعوبة التدريب المعتدل (42) :

(75)

الاستنتاجات:

- في ضوء نتائج التحليل الإحصائي وفي حدود عينة البحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:
1. أن البرنامج التأهيلي المقترح له تأثيره الإيجابي على تحسن المستوى الوظيفي لمفصل الركبة.
 2. أن البرنامج التأهيلي المقترح له تأثيره الإيجابي فيما يأتي.
 - أ. تحسن في القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية لمفصل الركبة المصابة حيث اقتربت من مثيلتها في الطرف السليم.
 - ب. زيادة نسبة تحسن محيط الفخذ عند 5سم ، 10سم لمفصل الركبة المصابة حيث اقتربت من مثيلتها في الطرف السليم.
 - ج. تحسن في سمك الدهن أمام الفخذ وخلف الفخذ لمفصل الركبة المصابة حيث اقتربت من مثيلتها في الطرف السليم.
 - د. تحسن المدى الحركي السلبي والإيجابي لمفصل الركبة المصابة حيث اقتربت من مثيلتها في الطرف السليم.
 3. ارتفاع مقدار والنسبة المئوية للتحسن لمفصل الركبة المصابة عند الطرف السليم في متغيرات القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية ومحيط الفخذ وسمك الدهن والمدى الحركي.

– التوصيات:

- 1- استخدام البرنامج المقترح باستخدام حركات الرجلين لسباحتي الظهر والصدر لتأهيل مفصل الركبة.
- 2- ضرورة الاستدلال بالطرف السليم لنفس اللاعب المصاب في جميع القياسات المتمثلة بـ(القوة العضلية لعضلة الفخذ الأمامية والخلفية، محيط الفخذ، سمك الدهن، المدى الحركي).
- 3- الاهتمام بتنمية القوة العضلية لعضلات الفخذ الخلفية وكذلك الأمامية وتدريبات المدى الحركي للوقاية من إصابة مفصل الركبة بعد فترة إعادة التأهيل.
- 4- ضرورة التأكد على المتابعة المستمرة من قبل الطبيب المعالج خلال المراحل المقررة .
- 5- إجراء دراسات مشابهة باستخدام التمرينات المائية للإصابات المفصالية لدى المصابين.

المراجع

- 1-أسامة رياض (2002) : الإسعافات الأولية لإصابات الملاعب، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
 - 2- (1999) : الطب الرياضي وكرة اليد ،مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
 - 3- (1999) : الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة
 - 4-إمام حسن النجمي (1992) : الأسس العلمية في تدريب السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة .
- أسامة كامل راتب

- علي محمد زكي
5-أيوب إبراهيم (1992)
إبراهيم البصري
6-جمال عبد الحليم (2000)
7-حياة عياد روفائيل (1986)
8- — (1991)
وصفاء الدين الخربوطلي
9-خيرية إبراهيم السكري(1999)
10- سمر ساسي العلو (2004)
11- سمير كرم عوض (2001)
12- صلاح كرم (1993)
13- طارق محمد صادق (2000)
14-—(1994)
15- عبد الحميد ابوبكر الجهاني
وعيسى بن عمران(2003)
16- عزت محمود الكاشف (1990)
17- عمار عبد الرحمن قبع (1989)
18- مجدي الحسيني عليوة (1989)
19- محمد حسن علاوي(1984)
وأبو العلا احمد عبد الفتاح
20- محمد صبحي حسانين (2003)
21- محمد عادل رشدي (2003)
- : الإصابات المفصالية والعضلية في كرة القدم، دار المنصور للنشر، الرياض .
: تأثير برنامج تأهيلي مائي لمفصل الفخذ الصناعي والعضلات العاملة عليه، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، جامعة طنطا.
: إصابات الملاعب، منشأة المعارف، الإسكندرية.
: اللياقة القوامية والتدليك الطبي، منشأة المعارف، الإسكندرية.
: تمارينات الماء ، منشأة المعارف ، الإسكندرية
: تأثير برنامج مقترح لإعادة تأهيل المصابين بتيبس مفصل الكتف، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الفاتح.
: برنامج علاجي للمصابين بالرباط الداخلي لمفصل الركبة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة .
: الرياضات المائية، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع، الجماهيرية الليبية.
: برنامج علاجي تأهيلي بديل لجراحة وإصابة الرباط الداخلي لمفصل الركبة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة
: تأثير برنامج مقترح لتأهيل الركبة بعد استئصال الغضروف الإنسي وتمزق الرباط الصليبي الأمامي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة.
:المختار في علم جراحة العظام ،مكتبة فزان للنشر والتوزيع ، ليبيا.
: التمارينات التأهيلية للرياضيين ومرضى القلب مكتبة النهضة المصرية، القاهرة .
: الطب الرياضي، دار الكتب، جامعة الموصل.
: الإصابات الرياضية بين الوقاية والعلاج، مكتب طافر للطباعة والنشر، الإسكندرية .
: فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة .
: القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الثاني، دار الفكر العربي، القاهرة.
: البحث العلمي وفسيولوجيا إصابات الرياضيين، منشأة المعارف، الإسكندرية
: علم التشريح للرياضيين، دار الفكر العربي، القاهرة .
: التشريح التطبيقي، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، القاهرة .

- 22- محمد فتحي هندي (1991) : دراسات حول مشاكل الطب الرياضي، مكتبة الإشعاع الفنية، الإسكندرية .
- 23- محمد وفيق إبراهيم (1994) : برنامج مقترح لتأهيل مفصل الركبة بعد استئصال الغضروف، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، الإسكندرية .
- 24- مرفت يوسف (1998) : تأهيل مفصل الركبة بعد الإصلاح الجراحي لإصابة الرباط الصليبي الأمامي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، القاهرة.
- 25- مصطفى السيد ظاهر (1989) : تأهيل مفصل الركبة بعد الإصلاح الجراحي لإصابة الرباط الصليبي الأمامي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، القاهرة.
- 26- ياسر سعيد شافعي (1993)

- 27-Adams, I. D, (1985): Injuries to the joint in Reilly Sports fitness and sport injuries.
- 28 -Agliitter, P. (1992): Long-term study of ACL reconstruction for chronic instability using the central one-third patellar tendon and lateral extrarticular tenodesis, American-journal of sport
- 29- Arnahiem, D. (1985): modern principles of athletic training, 6th, ed, mosby College publishing, Louis, st
- 30- Allan, M,& Mark ,L ,(1983):Sport injury hand book ,New York
- 31- Belfield, J. A, (1982): Injury to the ACL, physical sport medicine, Atlanta.
- 32- Bruce , Reider ,et al , (1993) : Treatment of isolated medical collateral ligament injuries in athletes with early functional Rehabilitation ,Amjosm ,Vol 22 , No 4 .
- 33- Champ, Baker, (1995): Sport medicine book Williams & Wilkins, London.
- 34- Cooper, M , (1991) : Use of modalities in Rehabilitation , in Andrews , J, R, and Harrelson , Editors physical Rehabilitation of the injured athlete W.B W.B Saunders, Co. Philadelphia.
- 35- El-Rakhway ,(1990): Anatomy of lower limp ,El-Nasser El Hadesa library ,Cairo .
- 36- Hamelson ,G,L, (1991): Knee Rehabilitation ,W,B,Saunders , co, Philadelphia.
- 37 -James ,A ,& George ,J ,(1985) : Orthopaedic and sport physical therapy ,the mosby company , U.S.A
- 38- James, Zachazewisk, et, al (1996): Athletic injuries and Rehabilitation, W.B Saunders, Co. Philadelphia.
- 39- Kannus, P , et al (1992): Function of the quadriceps and hamstrings muscles in Knees with Chornic partial deficiency of the ACL, Isometric and isokinetic, evaluation.
- 40- Klafs, C, & Arnahiem, D, (1981): Principles of athletic training. 5th, ed, mosby. Louis st, Louis, London.
- 41- Lumpkin,L,et al,(2001):Knee function pathology and treatment, Saunders ,company , Philadelphia.
- 42- Martha ,Wgite ,(1995) : Water Exercise , Gunman Rinetics , U.S.A
- 43- Morris, A, F, (1985): Sports medicine hand book, W.M.C, Brown Publishers, U.S.A.
- 44- Qdonoghn, D. H, (1976): Treatment of injuries of Athletes, 2nd, W.B.S squanders, co.
- 45- Rene, Cailliet (1992): Knapyee pain and disability, 3ed, ed, Davis, Company, Philadelphia.
- 46 -Robert, L, & Larson et al (1989): the knee, Form Function, pathology and treatment, W.B, Saunders, com, London.
- 47- Rolf, (1988) :Athletic ability and anatomy of motion , Harpoon publication , Alorebro , Sweden
- 48- Roy, S, & Irvine, R, (1983): Sport medicine prevention evaluation management and

rehabilitation Hall, Inc. Englewood Cliffs, New York.

49- Shields ,C ,L,(1986) : Rehabilitation of the knee in athletes , the lower extremity and spine in sports medicine , Louis ,st , Toronto .

50- Weineck, S, (1990): Functional Anatomy in sports, 2nd, sd, mosby-year book, inc, Louis, st. London

دراسة تحليلية للأهداف المسجلة في بطولة كأس
أمم أوروبا 2008 (النمسا / سويسرا)

* د/ محمد جمعة كريمة
* د/ عبد المنعم يوسف زربية
*** أ / رمضان على القطيوي

المقدمة ومشكلة البحث:-

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

ويذكر إبراهيم شعلان ، عمر أبو المجد (1981) أن الأنشطة الرياضية عامة وكرة القدم خاصة قد حظيت بنصيب وافرم من التقدم والازدهار بعد تطور الأبحاث التي كان هدفها الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي ، وقد استدعى ذلك توجيه المزيد من الأبحاث في عالم التدريب الرياضي لرفع مستوى الأداء في النواحي المهارية والفنية والبدنية والخطية كعوامل أساسية متكاملة في إعداد اللاعبين وأصبح تخطيط عملية التدريب هو القاعدة الأساسية التي تعمل على الوصول باللاعبين لتحقيق نتائج طيبة. (1 : 60)

ويضيف حنفي مختار (1974) أن لعبة كرة القدم تتميز بشعبيتها الكبيرة في أرجاء العالم وقد ارجع اساتذة علم النفس أسباب هذا الميل الشعبي الجارف لهذه اللعبة للكثير من الأسباب منها كثرة المهارات وتنوعها أكثر مما هو معتاد في الألعاب الأخرى ، كما أن اللاعب في بعض الألعاب الأخرى يستخدم يديه في التفاعل مع الكرة أما في كرة القدم فهو يستعمل كل أجزاء جسمه ماعدا اليدين مما يتطلب منه الإضافة إلى الدقة وكمال الأداء المهارى ، وتمتاز كرة القدم أيضا بأن المشاهد لا يمكن أن يتوقع تماما المهارة التي سوف يقوم اللاعب بأدائها ، ورغم أن المهارات الأساسية ليست هي كل شيء في كرة القدم فهناك بلا شك الخطط واللياقة البدنية لكن تبقى المهارات الأساسية هي العامل المهم في اللعبة . (4 : 60,66)

ويذكر حسن السيد أبو عبده ، جابر رشاد (1993) أنه لكي يحقق لاعب كرة القدم أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات ، يجب أن يعد إعدادا فنيا متكاملًا في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة والتي تتطلب مستوى عاليًا من الكفاءة البدنية والمهارية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخطية الموكلة إليه بكفاءة طول زمن المباراة . (3 : 5)

ويشير طه إسماعيل (1990) إلى أنه من المسلم به أنه لا يمكن إحراز هدف أو أهداف إلا من خلال فرصة أو فرص متاحة يمكن ترجمتها إلى أهداف من خلال التصويب ، وأن كل تحرك هجومي في كرة القدم يجب أن يخطط له بحيث يؤدي إلى خلق فرصة مناسبة للتصويب بغرض التهديد . (5 : 2)

ويؤكد على يوسف (2005) أنه من المعروف أن كرة القدم هي عبارة عن نشاط تنافسي يشترك فيه فريقان يتبادلان مواقف متغيرة دفاعية وهجومية بصورة متبادلة كثيرة وسريعة من أجل تحقيق الفوز بالمباراة من خلال إحراز الأهداف . (7 : 2)

وينكر مصطفى كامل ، محمد حسام الدين (1992) إلى أن المادة رقم "10" من قانون لعبة كرة القدم تنص على أن الفريق الذي يسجل أكثر عدد من الأهداف يعتبر هو الفريق الفائز بنتيجة المباراة . (10 : 23) ويشير حنفي مختار (1974) إلى أن التصويب هو السلاح القوي الذي يملكه الفريق للتهديف على الفريق الأخر واللاعب الذي يجيد التصويب لاعب تحشاه الفرق الأخرى ، وتسجيل الأهداف في مرمى الفريق المضاد هو تحقيق للهدف من المباراة ، ولقد أصبح التدريب علي التصويب من أهم أهداف التدريب اليومي للاعبين ، إذ يتوقف نجاح المباراة علي لحظة واحدة حاسمة يصوب فيها اللاعب الكرة إلي مرمى الخصم ليسجل هدفاً . (4 : 171)

ويضيف كل من Gero bisanz & Gunner gerish (1998) أن التصويب هو الوسيلة الأساسية لإحراز الأهداف لأي هجوم ناجح ، حيث يمكن بواسطته إنهاء الجهد المبذول في مراحل الهجوم المختلفة من لحظة بدء الهجوم مروراً بالتطوير وأخيراً بالتهديف على المرمى (14 : 182) ومن خلال تطور الأداء ونظراً للجهد البدني والعنيف والظروف المختلفة المصاحبة ، والرقابة الدفاعية وضيق المساحات والالتحام الجسماني أصبح من الصعوبة إيجاد الفرص المناسبة للتهديف من خلال عمليات التصويب وهذا مما يؤكد أن معظم فرق كرة القدم تعاني من مشكلة قلة التهديف في معظم المسابقات المختلفة محلية كانت أو قارية أو حتى دولية .

أهمية البحث :-

يعتبر الوصول للمرمى وتسجيل الأهداف الغاية الأساسية لكل الفرق في لعبة كرة القدم ، بحيث تسخ ركل الخطط والواجبات الفردية والجماعية لذلك ، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال القيام بموجات الهجوم المتتالية والمتتابعة والتي تكون نهاياتها التصويب على المرمى بغرض التهديف وإحراز أكبر عدد من الأهداف ويذكر مفتى إبراهيم (1990) أن تنمية اللعب الهجومي يتيح أكبر معدل من مواقف التصويب المناسبة لإنهاء الجهد المبذول بالتهديف على المرمى ، خاصة أمام الفرق التي تستخدم أساليب دفاعية بحثه (12 : 333) مما سبق يرى الباحثون أن فوز الفريق ووصوله الى الهدف يتوقف على لحظة حاسمة يصوب فيها اللاعب الكرة بنجاح على مرمى المنافس لتحقيق الهدف ، ولتحقيق ذلك يتطلب تكاتف جهود أفراد الفريق وتنفيذ كل الواجبات المكلف بها كل منهم بدقة .

إلا أن الباحثين ومن خلال خبرتهم الميدانية والأكاديمية ، وبالرغم من التطور والتقدم الذي شهدته لعبة كرة القدم في مختلف جوانبها الخططية والمهارية ، قد لاحظوا قلة وندرة عدد الأهداف المسجلة في مباريات كرة القدم على كافة المستويات بما لا يواكب ذلك التطور والتقدم ، وذلك بضياح وإهدار فرص أكيدة للتهديف ذلك ما يفقد للفريق إتمام نكهة الأداء ، ويرجع ذلك إلى الافتقار للفكر التكتيكي والحس التهديفي ورعونة الأداء لكثير من اللاعبين ، وذلك ما تؤكدته نتائج كثير من المباريات وخاصة الدولية ، حيث أوضحت نتائج نسبة الأهداف في نهائيات كأس العالم 1978 بالأرجنتين (2,6) هدف في كل مباراة ، وفي بطولة كأس العالم 2002 كوريا / اليابان كانت نسبة الأهداف (2,5) هدف في كل مباراة ، أما في بطولة كأس العالم الأخيرة ألمانيا 2006 فقد بلغ معدل الأهداف (2,6) هدف لكل مباراة .

وبالرغم من أن هذه النسب تعتبر جيدة الى حد ما ، إلا أنها برأينا لا تواكب التطور المذهل والتقدم السريع الذي شهدته باقي جوانب اللعبة ، ومن خلال الجهود المبذولة في معالجة قلة الأهداف المسجلة فقد رأى الباحثون أن دراسة و تحليل الأهداف في لعبة كرة القدم وفي بطولة دولية رسمية يجتمع فيها أكبر وأقوي الفرق العالمية وهي بطولة أمم أوروبا 2008 وذلك من أجل دراسة وتحليل الأهداف المسجلة فيها ، قد يلقي الضوء على بعض

الجوانب التي يجب أن يستفيد من خلالها العاملين في مجال التدريب في تعديل الجزء الخاص بعملية التصويب أثناء الوحدات التدريبية ، من خلال استغلال الفرص السانحة للتهديف ومعرفة أكثر الأماكن التي يتم من خلالها التصويب المؤثر على المرمى لإحراز الأهداف التي هي ثمرة الأداء .

أهداف البحث :-

يهدف البحث إلى التعرف على :-

- 1- نسبة الأهداف المسجلة من المواقف الهجومية الثابتة والمتحركة .
- 2- أكثر الأماكن إحرازاً للأهداف في البطولة .
- 3- نسبة الأهداف المسجلة بالقدمين والرأس في البطولة .
- 4- توقيتات تسجيل الأهداف خلال زمن المباراة .
- 5- نسبة التهديف في البطولة .

تساؤلات البحث :-

- 1- ماهى نسبة الأهداف المسجلة من المواقف الهجومية الثابتة والمتحركة ؟
- 2- ماهى أكثر الأماكن إحرازاً للأهداف ؟
- 3- ماهى نسبة الأهداف المسجلة بالقدمين والرأس ؟
- 4- ماهى توقيتات تسجيل الأهداف ؟
- 5- ماهى نسبة الأهداف في البطولة ؟

مصطلحات البحث :-

المواقف الهجومية الثابتة :-

هي كل الضربات أو الركلات الحرة (المباشرة - غير المباشرة - ضربة المرمى - ضربة البداية - ضربات الجزاء - ضربات الركنية) . (8 : 110)

المواقف الهجومية المتحركة :-

هي كل الحركات المتفق عليها ما بين اللاعبين و قد تستخدم فيها خطة أو العديد من الخطط الهجومية . (8 : 110)

الجزء الأمامي لمنطقة الجزاء :-

هي جزء من منطقة الجزاء في الملعب محصورة بين الخط الوهمي المار بنقطة الجزاء الموازي لخط المرمى وبين امتداد خط الستة ياردة . (8 : 127)

الجزء الخلفي لمنطقة الجزاء :-

بنقطة الجزاء والموازي لخط المرمى و بين الخط الأمامي لمنطقة الجزاء بالكامل . (8 : 127)

الدراسات السابقة

1- دراسة مفتى إبراهيم حماد (1989) (11)

وكان عنوانها " دراسة تحليلية للتهديف من الجانب الهجومي في كرة القدم "

وتهدف إلى : التعرف على الأهداف المسجلة بواسطة الخطط الهجومية المختلفة الفردية والجماعية ، وكذلك التعرف على أكثر مراكز اللعب إحرازاً للأهداف و اختار الباحث مباريات الأدوار التمهيديّة والتصفيات النهائية لبطولة كأس العالم بالمكسيك (1986) ، وقد استخدم الباحث في جمع البيانات شرائط الفيديو ، و استمارات

الملاحظة العلمية ، وكان من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث ان الأهداف التي سجلت بواسطة الخطط الهجومية الجماعية أكثر من الأهداف التي سجلت بواسطة الخطط الهجومية الفردية .

2- دراسة Lan frank ، David partridge (1991) (13)

وعنوانها " مقارنة تحليلية للأداء الفني بين أمريكا وألمانيا في نهائيات كأس العالم 1990 " هدف الدراسة : إجراء مقارنة بين أمريكا و ألمانيا في مهارات التصويب و التمير و الركلات الثابتة و التسلل وكانت أهم النتائج أن ألمانيا تفوقت على كل الفرق المشاركة في البطولة في كل المتغيرات المختارة .

3- دراسة حسن السيد أبو عبده ، جابر رشاد صديق (1993) (3)

عنوان الدراسة " دراسة مقارنة لفاعلية التهديف في بطولة كأس العالم لكرة القدم بالمكسيك 1986 وإيطاليا 1990

وتهدف الدراسة إلى التعرف على أهم العوامل الفنية والخططية المؤثرة على فاعلية التهديف في البطولتين . وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي ومن أهم النتائج أن اكبر نسبة تهديف كانت من الجزء الامامى لمنطقة الجزاء ثم منطقة المرمى ثم الجزء الخلفي لمنطقة الجزاء وأخيرا خارج منطقة الجزاء وأن لاعبي الهجوم أكثر إحرازا للأهداف من غيرهم وأن أكثر الأهداف سجلت من مواقف هجومية متحركة .

4- دراسة عمرو على أبو المجد (1996) (9)

وعنوانها " دراسة تحليلية لأماكن التهديف في مباريات كرة القدم " هدف الدراسة : - تحليل الأهداف التي سجلت في بطولتي كأس العالم 1990 ، 1994 والتعرف على الأهداف التي سجلت من خارج منطقة الـ 18 ياردة ، وقد أستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وكانت أهم النتائج أن نسبة الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء تعد أقل مقارنة بباقي مناطق التهديف الأخرى في البطولة .

إجراءات البحث :-

منهج البحث :- استخدم الباحثون المنهج الوصفي لاعتباره أنسب المناهج لهذا البحث

مجتمع البحث :- لاعبي منتخبات الدولة المشاركة في بطولة كأس أمم أوروبا النمسا / سويسرا 2008

عينة البحث:- قام الباحثون باختيار عينة البحث من خلال مباريات الدور الأول التمهيدي ، والدور الثاني ، والربع النهائي ، ونصف النهائي ، ومباراة الترتيب الثالث والدور النهائي لبطولة كأس أمم أوروبا 2008 . حيث شارك في البطولة 16 فريقا قسمت على 4 مجموعات تحتوي كل مجموعة على 4 فرق وبلغ عدد المباريات 6 مباريات لكل مجموعة لتكون 24 مباراة في الدور الأول التمهيدي بنظام الدوري .

وطبقا لقواعد البطولة يتأهل الأول والثاني من كل مجموعة حيث أجتاز الدور الأول إلى الدور الثاني 8 فرق ثم الدور الثاني من خلال 4 مباريات بدوري خروج المغلوب من مرة واحدة يتأهل إلى الربع النهائي 4 فرق ثم الدور نصف النهائي فريقان ثم الدوري النهائي .

و بذلك أصبح إجمالي عدد المباريات في البطولة ابتداء من الدور الأول التمهيدي وحتى الدور النهائي 31 مباراة .

وسائل جمع البيانات :-

1- استمارة الملاحظة العلمية من إعداد الباحثين .

2- جهاز عرض مرئي (فيديو) .

تنفيذ الملاحظة العلمية :-

قام الباحثون بتنفيذ الملاحظة العلمية مستخدمين جهاز عرض مرئي عن طريق العرض العادي والعرض البطيء وإيقاف الصورة والتأكد من كل الأهداف التي سجلت من المواقف والأمكنة الهجومية المختلفة وأنواع الأهداف وكيفية تسجيلها .

المعالجة الإحصائية :-

ثم استخدام معادلة إيجاد النسبة المئوية كأسلوب إحصائي لمعالجة بيانات البحث .

الجزء/الكل×100

عرض نتائج البحث

جدول (1)

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لكل من المواقف الهجومية المتحركة والثابتة
في بطولة كأس أمم أوروبا 2008 النمسا / سويسرا

يتضح من جدول (1) أن أكثر وأغلب الأهداف المسجلة في البطولة كانت من مواقف هجومية متحركة حيث بلغت (66) هدف من جملة الأهداف المسجلة ونسبة مئوية (58%) بينما أقل نسبة الأهداف المسجلة كانت من الركلات المباشرة حيث بلغت (1) هدف واحد بنسبة مئوية (1.31%) وكذلك الركلات الغير مباشرة حيث بلغت (1) هدف واحد بنسبة مئوية (1.31%) في الدور الأول التمهيدي .

| جميع مباريات البطولة | | نوع الموقف الهجومي |
|----------------------|---------|--|
| النسبة المئوية | الأهداف | |
| 5.26% | 4 | ركلة الجزاء |
| 1.31% | 1 | الركلة المباشرة |
| 1.31% | 1 | الركلة الغير مباشرة |
| - | - | رمية التماس |
| - | - | ركلة الركنية |
| - | - | ضربة المرمى |
| - | - | ركلة البداية |
| 86% | 66 | الأهداف المسجلة من مواقف هجومية من داخل منطقة الجزاء |
| 5.26% | 4 | الأهداف المسجلة من مواقف هجومية من خارج منطقة الجزاء |

جدول (2)

عدد الأهداف بالنسبة المئوية للأهداف المسجلة من أماكن مختلفة من الملعب
في بطولة كأس أمم أوروبا 2008 النمسا / سويسرا .

| جميع مباريات البطولة | أماكن تسجيل الأهداف |
|----------------------|---------------------|
|----------------------|---------------------|

| النسبة المئوية | الأهداف | |
|----------------|---------|-------------------|
| 86.8% | 66 | داخل منطقة الجراء |
| 5.26% | 4 | خارج منطقة الجراء |

يتضح من الجدول (2) أن داخل منطقة الجراء من أكثر الأماكن في الملعب التي تم إحراز الأهداف منها ، حيث بلغ عدد الأهداف المسجلة من تلك المنطقة (66) هدفا بنسبة (86.8%) من جملة الأهداف المسجلة في البطولة خلال الأدوار الأولى "التمهيدية" والنهائية ، ويليهما في الترتيب من خارج منطقة الجراء حيث كان عدد الأهداف المسجلة من تلك المنطقة (4) أهداف بنسبة بلغت (5.26%) من جملة الأهداف المسجلة .

جدول (3)

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لكل من الأهداف المسجلة بأجزاء الجسم المختلفة في بطولة كأس أمم أوروبا 2008 النمسا /سويسرا

| جميع مباريات البطولة | | أجزاء الجسم المختلفة والمستخدمة في إحراز الأهداف |
|----------------------|---------|---|
| النسبة المئوية | الأهداف | |
| 56% | 42 | القدم اليمنى |
| 25% | 20 | القدم اليسرى |
| 19% | 14 | الرأس |
| 100% | 76 | المجموع |

يتضح من جدول (3) أن القدم اليمنى نالت النصيب الأوفر من الأهداف عن باقي أجزاء الجسم المستخدمة في إحراز الأهداف حيث تم تسجيل (42) هدف وبنسبة مئوية (56%) بينما حققت القدم اليسرى (20) هدف بنسبة مئوية (25%) من مجموع الأهداف المسجلة بينما حقق ضرب الكرة بالرأس (14) هدف بنسبة مئوية (19%) من جملة الأهداف المسجلة في البطولة .

جدول (4)

عدد الأهداف المسجلة والنسبة المئوية لتسجيل الأهداف خلال أشواط مباريات بطولة أمم أوروبا 2008 النمسا / سويسرا

| المباراة النهائية | مباريات النصف النهائي | | مباريات الربع النهائي | | مباريات الأدوار الأولى | | أوقات تسجيل الأهداف | | |
|-------------------|-----------------------|---------|-----------------------|---------|------------------------|---------|---------------------|----|---------------|
| | النسبة | الأهداف | النسبة | الأهداف | النسبة | الأهداف | | | |
| | %100 | 1 | %25 | 2 | %57.2 | 4 | %41.08 | 23 | الشوط الأول |
| | | - | %75 | 6 | %42.8 | 3 | %58.92 | 33 | الشوط الثاني |
| | | | | | %2 | 1 | الشوط الثالث | | الوقت الإضافي |
| | | | | | %6 | 3 | الشوط الرابع | | |
| | %100 | 1 | %100 | 8 | %100 | 11 | %100 | 56 | المجموع |

يتضح من جدول (4) أن الشوط الثاني من المباريات قد حقق أكثر عدد في تسجيل الأهداف حيث بلغت (33) هدفا بنسبة مئوية (58.92%) بينما بلغت الأهداف في الشوط الأول (23) هدفا بنسبة مئوية (41.08%)

تفسير ومناقشة النتائج :-

أولا :- نوع الموقف الهجومي .

طبقا لما توصلت إليه نتائج البحث في جدول رقم (1) بأن معظم الأهداف المسجلة كانت من خلال المواقف الهجومية المتحركة وهذا يدل على أنه أغلب الفرق المشاركة في البطولة تعتمد على المواقف الهجومية المتحركة السريعة ، ففي الأدوار الأولى "التمهيدية" بلغت الأهداف المسجلة بواسطة المواقف الهجومية المتحركة السريعة (56) هدفا بنسبة مئوية (73%) بينما بلغت الأهداف المسجلة من المواقف الهجومية الثابتة (1) هدفا بنسبة مئوية (2%)، كما بلغت الأهداف المسجلة من خلال المواقف الهجومية الغير ثابتة (1) هدفا بنسبة (2%) وتشير الدراسة إلى عدم تسجيل أي نوع من الأهداف عن طريق رمية التماس وعن طريق الركلة الركنية وعن طريق ركلة البداية وعن طريق ركلة المرمى .

وفي الأدوار النهائية والتي تشمل (الدور الثاني ، ربع النهائي ، نصف النهائي) والمباراة النهائية وكان أكثر الأهداف المسجلة عن طريق المواقف الهجومية المتحركة حيث بلغت الأهداف (11) هدفا بنسبة مئوية (14%) بالدور الربع النهائي حيث بلغت الأشواط المختلفة عن عدد الأهداف وهي على النحو التالي بلغ عدد الأهداف بالشوط الأول (4) أهداف وبنسبة مئوية (5%) بينما بلغ عدد الأهداف بالشوط الثاني (3) أهداف وبنسبة مئوية (3,9%) بينما بلغ عدد الأهداف بالشوط الثالث أي الإضافي الأول (1) هدفا بنسبة مئوية (1,3%) بينما بلغ عدد الأهداف بالشوط الرابع أي الإضافي الثاني (3) أهداف بنسبة مئوية (3,9%) أما الدور النصف النهائي حيث بلغت نسبة الأهداف (8) أهداف بنسبة مئوية (10%).

علما بأن الأهداف كانت على النحو التالي (2) هدفا بالشوط الأول وبنسبة مئوية (2,6%) بينما كان الشوط الثاني أكثر الأهداف حيث بلغت (6) أهداف (7,8%) أما الأهداف المسجلة بالدور النهائي (المباراة النهائية) (1) هدفا وبنسبة مئوية (100%) .

علما بأن الأهداف بالدور الأول حوالي (56) هدفا بمعدل (2,33) أهداف في كل مباراة ، أما نسبة الأهداف بالدور الربع النهائي (11) هدفا بمعدل (2,7) أهداف في كل مباراة أما نسبة الأهداف بالدور النصف النهائي (8) أهداف بمعدل (4) أهداف في كل مباراة وبذلك يصبح عدد الأهداف المسجلة في جميع مباريات البطولة (76) هدفا ، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة كل من مفتي إبراهيم (1989) (11) وعمر أبو

المجد(1996) (9) والتي أسفرت نتائج كل منها إلى زيادة الأهداف المسجلة باستخدام المواقف الهجومية المتحركة عن الأهداف المسجلة باستخدام المواقف الهجومية الثابتة .

ويعزى الباحثون أن نسبة التقدم في عدد الأهداف المسجلة عن طريق المواقف الهجومية المتحركة عن الأهداف عن الثابتة في مباريات البطولة هو أن الموقف الهجومي المتحرك غير الثابت ، فمن خلال الموقف الهجومي المتحرك يمكن التهديد أما عن طريق التمير من الجري وعن طريق الاختراق من جميع الاتجاهات من العمق المختلف الطرق كان لها الدور الأكبر في اختراقات دفاعات الخصم والدخول إلى منطقة الجزاء بغرض التصويب أو التهديد في مرمى المنافس أو الخصم ، وأيضا من خلال بناء الهجمة في وسط الملعب وفي إحدى الجانبين أو عن طريق الكرات العرضية الأرضية أو العالية أمام المرمى والتي تعتبر من أخطر المواقف الهجومية المتحركة التي تصعب على المدافعين وحراس المرمى القيام بالتغطية فيها .

ثانياً :- أماكن إحراز الأهداف .

أشارت النتائج التي توصلت إليها الدراسة في الجدول (2) أن أكثر الأماكن التي تم إحراز الأهداف منها في مباريات الأدوار الأولى التمهيدية حيث بلغ عدد الأهداف المسجلة من داخل منطقة الجزاء (66) هدفاً ونسبة مئوية (86.8%) بينما كان عدد الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء (4) أهدافاً ونسبة مئوية (5.26%)، وكما بلغت الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء أو عن طريق الركلات المباشرة وغير مباشرة (1) هدف من ركلة مباشرة بنسبة مئوية (1.31%) وأيضاً (1) هدف من ركلة غير مباشرة بنسبة مئوية (1.31%) وكما بلغت الأهداف من ركلة الجزاء إلى (4) أهداف بنسبة مئوية (5.26%) .

ويرى الباحثون أن ارتفاع نسبة تسجيل الأهداف من داخل منطقة الجزاء ومن خارج من منطقة الجزاء دليل على أن أكثر الكرات الأمامية والعرضية تلعب في هذه المناطق لتميره أخيرة تكون بعيدة عن متناول حارس المرمى وبالتالي تكون صعبة على المدافعين من خلال عملية الرقابة على المهاجمين ، لأن اللاعب المهاجم يكون دائماً في أحسن وضع للعملية التصويب أو التهديد وذلك من خلال اختيار المكان والزاوية المناسبة للتهديد الأمر الذي يصعب على المدافع والذي لا يكون في وضع يسمح له برؤية المهاجم والكرة معا .

ويشير جدول (2) أيضاً إلى أقل نسبة عدد أهداف سجلت من خارج منطقة الجزاء عن طريق الركلات المباشرة وغير مباشرة أي بمعدل (1) هدف في كلا الحالتين ونسبة مئوية (1.3160%) وترجع قلة الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء إلى الخطط الدفاعية القوية ومستوى حراس المرمى العالي.

وفي هذا الصدد يشير طه إسماعيل (1990) على أن المهاجم يجب أن لا يتردد في التصويب حينما تتاح له الفرصة لأن كثير من الأهداف تهدر لمجرد رغبة المهاجمين في عملية التميريات والمراوغات بدل التصويب أو التهديد (5 : 19)

ثالثاً :- أجزاء الجسم المستخدمة في إحراز الأهداف .

لقد ظهرت النتائج التي توصلت إليها الدراسة في جدول (3) تفوق القدم اليمنى عن القدم اليسرى وعن الرأس في نسبة تسجيل الأهداف في البطولة ، فلقد حققت القدم اليمنى (42) هدفاً بنسبة مئوية (56%) من جملة الأهداف المسجلة بالبطولة وكما حققت القدم اليسرى (20) هدفاً بنسبة مئوية (56%) من جملة الأهداف المسجلة بالبطولة بينما حقق الرأس (14) هدفاً بنسبة مئوية (19%) من جملة الأهداف المسجلة بالبطولة ، حيث تم تسجيل الأهداف في الأدوار الأولى التمهيدية بالقدم اليمنى (34) هدفاً بنسبة مئوية (60%) وبلغ عدد الأهداف بالقدم اليسرى (13) هدفاً بنسبة مئوية (23.2%) و بلغ عدد الأهداف بالرأس (14) هدفاً بنسبة مئوية (25%) بينما بلغ عدد الأهداف بالدور الربع النهائي بالقدم اليمنى (3) أهداف بنسبة مئوية (42.8%)

وبالقدم اليسرى (3) أهداف بنسبة مئوية (42.8%) حيث بلغ اجمالي بالدور الربع النهائي (7) أهداف بنسبة مئوية (100%) بينما بلغ عدد الأهداف في الدور النصف النهائي (8) أهداف بنسبة مئوية (100%) وكانت الأهداف متساوية بكل من القدم اليمنى واليسرى (4) أهداف بنسبة مئوية (57.14%) بينما بلغ عدد الأهداف في المباراة النهائية (1) هدف بنسبة مئوية (100%) من إجمالي الأهداف.

ويرجع الباحثون نسبة التقدم الواضح في تسجيل الأهداف بالقدم اليمنى عن القدم اليسرى والرأس إلى أن طبيعة اللعبة تبقى واضحة بين استخدام القدمين ثم الرأس في ممارسة لعبة كرة القدم بحوالي (90%) من الممارسين أو البشر بحيث أنهم يستخدمون القدم اليمنى عن القدم اليسرى بشكل أفضل وهذا ما تؤكدته دراسة عبد الحميد مطر (1996) (6) أنه من الأهداف التي تم تسجيلها في بطولة كأس العالم بإيطاليا كان التفوق للقدم اليمنى عن القدم اليسرى حيث بلغت القدم اليمنى (62) هدفا بنسبة مئوية (53,9%) وحققت القدم اليسرى (33) هدفا بنسبة مئوية (20%).

وكما يشير الباحثون إلى أن انخفاض نسبة التهديف بالرأس يرجع إلى ارتفاع مستوى لاعبي الدفاع من خلال المراقبة للصيقة وتشنيت الكرات العالية وارتفاع مستوى حراس المرمى أيضا . وهذا ما يؤكد أحمد خاطر (1979) من أن طبيعة أداء المهارات المختلفة في لعبة كرة القدم ووفق الأداء البيوميكانيكي تكون مرتبطة لعملية ملامسة الكرة للقدم ، فضرب الكرة بالرأس بأشكالها المختلفة تؤدي بنسبة (16,6%) أما القدمين قد تصل النسبة إلى (83,4%) مما يعطي للقدمين النصيب الأوفر لعملية التهديف (2: 14) رابعا :- تحديد توقعات تسجيل الأهداف في البطولة .

أوضحت نتائج الدراسة في جدول (4) أن أكثر نسبة من الأهداف التي تم تسجيلها خلال أشواط المباراة في الدور الأول التمهيدي كانت في الشوط الثاني حيث بلغت (33) هدفا بنسبة مئوية (58.92%) بينما كانت في الدور الربع النهائي حيث بلغت الأهداف (57.14%) أهداف بالشوط الأول بينما بلغت الأهداف بالدور النصف النهائي (6) أهداف بالشوط الثاني وبنسبة مئوية (85.71%) .

أما الدور النهائي بلغ عدد الأهداف إلى هدف (1) بنسبة مئوية (100%) بالشوط الأول وكان للوقت الإضافي الأول والثاني وضربات الترجيح دور في حسم النتيجة لبعض الفرق، فركلات الترجيح في الأدوار النهائية بلغت (10) أهداف بنسبة مئوية (66%) .

ويرى الباحثون بأن ارتفاع معدلات التهديف في الشوط الثاني عنه في الشوط الأول يرجع إلى التوجيهات الفنية للمدربين من خلال ملاحظاتهم وقرائهم لأحداث الشوط الأول والاستفادة من نقاط الضعف لدى الفريق المنافس وبالتالي تلافيها من خلال مجربات الشوط الثاني للاعبين أو على الفريق الخصم .

خامسا: - تحديد نسبة التهديف في البطولة :

من خلال نتائج الدراسة في جدول (4,3,2,1) نستنتج أنه قد تم تسجيل (76) هدفا في بطولة أمم أوروبا 2008 النمسا / سويسرا ، سجل منها (56) هدفا من خلال الدور الأول التمهيدي، بينما تم تسجيل (20) هدفا بالأدوار النهائية المختلفة ومن هنا يمكن حساب نسبة التهديف في البطولة بقسمة عدد الأهداف المسجلة على عدد المباريات المقامة ليصبح معدل تسجيل الأهداف (2,4) هدفا في كل مباراة .

أما الأهداف المسجلة بالدور النهائي (المباراة النهائية) (1) هدف وبنسبة مئوية (100%) علما بأن الأهداف بالدور الأول حوالي (56) هدفا بمعدل (2,33) هدف في كل مباراة ، أما نسبة الأهداف بالدور الربع النهائي (7) أهداف بمعدل (2,7) هدف كل مباراة أما نسبة الأهداف بالدور النصف النهائي (8) أهداف بمعدل (4)

أهداف في كل مباراة وبذلك يصبح عدد الأهداف المسجلة في جميع مباريات البطولة (76) هدف ، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة كل من مفتي إبراهيم

(1989)(11) وعمر أبو المجد(1996)(9) والتي أسفرت نتائج كل منها إلى زيادة الأهداف المسجلة باستخدام المواقف الهجومية المتحركة عن الأهداف المسجلة باستخدام المواقف الهجومية الثابتة .

ويعزي الباحثون أن نسبة التقدم في عدد الأهداف المسجلة عن طريق المواقف الهجومية المتحركة عن الأهداف عن الثابتة في مباريات البطولة هو أن الموقف الهجومي المتحرك غير الثابت ، فمن خلال الموقف الهجومي المتحرك يمكن التهديد أما عن طريق التمير من الجري وعن طريق الاختراق من جميع الاتجاهات من العمق لمختلف الطرق كان لها الدور الأكبر في اختراقات دفاعات الخصم والدخول إلى منطقة الجزاء بغرض التصويب أو التهديد في مرمى المنافس أو الخصم ، وأيضاً من خلال بناء الهجمة في وسط الملعب وفي إحدى الجانبين أو عن طريق الكرات العرضية الأرضية أو العالية أمام المرمى والتي تعتبر من أخطر المواقف الهجومية المتحركة التي تصعب على المدافعين وحراس المرمى القيام بالتغطية فيها .

الاستنتاجات :-

في ضوء نتائج البحث توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية :

- 1- أن أغلب الأهداف وأكثرها في البطولة كانت من المواقف الهجومية المتحركة .
- 2- الأهداف المسجلة من داخل منطقة الجزاء من أكثر المناطق تسجيلاً .
- 3- الأهداف المسجلة من خارج منطقة الجزاء أقل من داخل منطقة الجزاء تسجيلاً .
- 4- انخفاض الأهداف المسجلة بالرأس .
- 5- نسبة الأهداف المسجلة بالقدم اليمنى مرتفعة جداً عن القدم اليسرى وعن باقي أجزاء الجسم الأخرى .
- 6- أغلب الأهداف التي سجلت بالبطولة كانت من خلال الشوط الثاني من المباريات .

التوصيات :-

في ضوء نتائج البحث يوصى الباحثون بما يلي :

- 1- ضرورة اهتمام المدربين الناشئين خصوصاً بتدريب اللاعبين على التهديد من خلال المواقف الهجومية المختلفة لما لها من حسم نتائج المباريات والبيانات السنوية المبكرة .
- 2- تدريب اللاعبين على التهديد من مختلف الزوايا بأجزاء القدم المختلفة وعلى ارتفاعات مختلفة حتى يتعود اللاعب ويصبح لديه ملكة التهديد .
- 3- ضرورة الاهتمام والتركيز بالنسبة للمدربين اللاعبين على التهديد من خارج منطقة الجزاء .
- 4- ضرورة تركيز المدربين على تدريب من خلال التهديد بالقدمين والرأس ويجب تخصيص وحدات تدريبية خاصة .

المراجع

- 1- إبراهيم شعلان (1981) :- خطط الكرات الثابتة في كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر .
عمرو أبو المجد
- 2- أحمد محمد خاطر(1979) :- المباراة والتدريب في كرة القدم ، دار المعارف ، الإسكندرية .

- 3-حسن السيد أبو عبده (1993) - : " دراسة مقارنة لفاعلية التهديف فى بطولة كأس العالم لكرة القدم المكسيك 1986 ، إيطاليا 1990 " . نظريات وتطبيقات ، مجلة متخصصة فى علوم التربية البدنية والرياضة ، العدد السابع عشر ، جامعة الإسكندرية .
- 4- حنفي مختار (1974) - : الأسس العلمية فى تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 5- طه محمود إسماعيل (1990) - : " برنامج تدريبي مقترح للجوانب الفنية والخطية للتصويب من خلال تحليل بعض المباريات المحلية والدولية فى كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- 6- عبد الحميد عيسى مطر (1996) - : " دراسة تحليلية مقارنة للأهداف المسجلة فى بطولتي العالم لكرة القدم 1990 ، 1994 " مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، العدد السادس ، الجزء الأول ، مارس .
- 7- على يوسف زربية (2005) - : " برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الخطي الهجومي وتأثيره على خلق فرص التهديف لدى لاعبي كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- 8- عمر أحمد على (2004) - : " دراسة تحليلية للأهداف المسجلة فى بطولة كأس الأمم الإفريقية تونس 2004 " مجلة علوم الرياضة ، جامعة المنيا ، المجلد السادس عشر .
- 9- عمرو على أبو المجد (1996) - : " دراسة تحليلية لأماكن التهديف فى مباريات كرة القدم " المؤتمر العلمي الثاني نحو مستقبل أفضل للرياضة فى مصر والعالم العربي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، إبريل .
- 10- مصطفى كامل (1992) - : الحكم العربي وقوانين كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، ط2 ، القاهرة .
- 11- مفتى إبراهيم حماد (1989) - : " دراسة تحليلية للتهديف من الجانب الهجومي فى كرة القدم " المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين الهرم ، جامعة حلوان ، العدد الأول يناير .
- 12- (1990) - : الهجوم فى كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

- 13-David partridge, m(1991) :comparative analysis Technical performance ,USA
;frank .and west. Germany in the 1990 world cup finals,
Canada soccer association technical Journal, vol. No 2
: football training Technik ,taktik ,rowohlt echeenbush
14-gero,bisanz& nner(1998) Vorlage , hamburg
gerish

علاقة القياسات الفسيولوجية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية
علوم التربية البدنية والرياضة بطرابلس ليبيا

المقدمة ومشكلة البحث:

أمتاز هذا العصر بالاهتمام الواضح بالإنسان ككل بدنياً ونفسياً وعقلياً وفق الجهود المبذولة في سبيل الرقي بهذا الكائن المميز أملاً في مستقبل مشرق ، والتربية الرياضية في حد ذاتها تلعب دوراً هاماً في عملية التنمية الشاملة للفرد والمجتمع والارتقاء بمستوى القدرات البدنية والنفسية وتوجيه قدرات الفرد والاستفادة منها للوصول إلى أفضل المستويات .

وتسهم الأنشطة البدنية المختلفة دوراً ايجابياً وفعالاً في نمو الصفات البدنية الأساسية للأفراد ولما تتطلبه تلك الأنشطة من تفاعل مع باقي العلوم الأخرى من اجل تحقيق الأفضل وسعي وراء تحسين أجهزة الجسم البدنية والوظيفة التي تساعد في إعداد أفراد المجتمع في مختلف مجالات الحياة لمواكبة التقدم العلمي الذي يشهده عصرنا الحالي .

أدى 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 .
(37: 10)

إن مجالات الحياة المختلفة تحتاج إلى تقويم برامجها ومهاراتها وذلك لتقدير مدى تقدمها في سبيل تحقيق الأهداف الموضوعية لها ، وما إذا كانت في حاجة إلى تعديل أو تغيير فاستخدام التقويم يكشف أوجه القوة أو الضعف والعمل على علاج نواحي الضعف والارتقاء بأوجه القوة (7 : 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 . (8 : 10)

واستخدام القياس والتقويم أمر يبدو حتمياً إذا أردنا أن نعرف مدى فائدة وفاعلية 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 ، فالتقدم 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

كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الفاتم

البرنامج بحيث يمكن تداركها لتعديل مسار التقدم وفقاً لما هو مطلوب . (12 : 101، 25)

إن النواحي الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة تعتبر غاية في الأهمية في التربية البدنية والرياضية لارتباطها بالصحة العامة وكفاءة الأجهزة للجسم خصوصاً القلب وجهازي الدوري والتنفسي ، لذلك كان القياس الفسيولوجي أهمية بالغة حيث يعتبر مؤشراً ودليلاً على حالة الأجهزة التي يتم قياسها بهدف التعرف على أثر مزولة الأنشطة الرياضية تمهيداً للإعداد والتخطيط السليم لبرامج التربية الرياضية على اختلاف مستوياتها . (9: 575)

وتعتبر المعلومات الفسيولوجية من أهم الأسس لإعداد المدرب ومدرس التربية البدنية الناجح حيث تنعكس هذه المعلومات على حياته العملية بما يحقق تخطيط وتنفيذ البرامج الرياضية سواء كانت تدريبية أو ترويحية بحيث يحقق أهدافها بنجاح وفاعلية وأمان . (5: 8)

إن قدرة الإنسان في العطاء سواء في حياته العامة أو الخاصة تتوقف على لياقته البدنية والوظيفية التي ترتبط في ذلك بتنمية وتطوير الصفات البدنية والفسيولوجية ، 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 الجسم . (4: 447)

ويتضح مما سبق أهمية تلك القياسات التي توضح ما يجب أن يتصف به الفرد بدنياً ووظيفياً باعتبارها 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 التقييم من أجل التخطيط الجيد للبرامج للتقدم بالمستوى لتحقيق الأهداف المنشودة وإعداد الكوادر التدريسية المؤهلة والذي يظهر تأثيرها على قيادة النشء في المدارس وبالتالي ينعكس على الأداء المتكامل وينعكس على مختلف 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 فسيولوجية أو بدنية ومدى علاقتها بالنمو والتطور مما دعا الباحث لدراسة علاقة القياسات الفسيولوجية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

أهمية البحث والحاجة إليه:

1. التعرف على أهم المستويات بين القياسات الفسيولوجية وعلاقتها في الخصائص الحركية لمتابعة مستوى النمو والتطور .
2. تعطي المعلمين المعلومات التي تساعد في وضع البرامج بأكثر دقة عن طريق تقييم مستوى الطلاب كما تعطي المعلومات على الانتقاء .
3. تساعد في التعرف على العلاقة بين أجهزة الجسم المختلفة بالإنجاز البدني .
4. تسهم في الإرشاد والتوجيه من أجل التخطيط الجيد للبرامج التي تدرس لتحقيق الأهداف بالشكل المطلوب .
5. الوقوف على أسباب الضعف والقوة في البرامج التي تدرس ومعالجة القصور ومتابعة مستوى التقدم والتطور .
6. تساعد في التعرف على المقارنة بين مستويات الطلاب .

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على :

1. علاقة القياسات الفسيولوجية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة

2. الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة
3. الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

فروض البحث:

1. توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الفسيولوجية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
2. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .
3. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

مصطلحات البحث:

القياس:

هو " الوسيلة التي يمكن من خلالها التحديد الدقيق للمظاهر كمياً وكذلك الصفات المميزة للشيء المراد قياسه " (1: 4)

معدل النبض للقلب:

هو " العدد الحقيقي لضربات القلب خلال الدقيقة الواحدة ويعبر عنه ضربة/دقيقة " (2: 59)

ضغط الدم الانقباضي:

" هو أقصى ضغط للدم على جدران الشرايين أثناء انقباض البطين الأيسر للقلب ويعادل عادة (120 ملليتر زئبق) " .

ضغط الدم الانبساطي:

هو " أقل ضغط للدم الواقع على جدران الشرايين أثناء ارتخاء البطين الأيسر للقلب ويعادل عادة (80 ملليتر زئبق) " .

السعة الحيوية:

هي " كمية الهواء التي يمكن طردها بأقصى زفير بعد أقصى شهيق " (6: 314)

الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين:

هو " الكمية المستهلكة من الأوكسجين في أقصى وقت عمل هوائي في الوحدة الزمنية المحددة لتر دقيقة " (3: 143)

المتغيرات البدنية:

هي " التي تعبر عن جميع العناصر والمكونات التي تؤثر على الإنجاز الرياضي " (11: 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 " (13: 312)

الدراسات السابقة:

دراسة مدحت صالح السيد (1998) (14)

بعنوان دراسة مقارنة لبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية المميزة لمراكز لاعبي المنتخب القومي للناشئين في كرة السلة ، وهدفت الدراسة إلى التعرف على الخصائص الفسيولوجية والبدنية ، واستخدم البحث المنهج الوصفي على عينة حجمها (21) لاعباً ناشئاً ، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين اللاعبين في القياسات الفسيولوجية في النبض والسعة الحيوية ، والنسبة بين حجم هواء الزفير والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين ووجود فروق في كل من الطول والوزن والوثب والسرعة والرشاقة .

إجراءات البحث

منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي .

مجتمع البحث : أشتمل مجتمع البحث على الطلاب المنتظمين في الدراسة والبالغ عددهم (344) طالباً بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح بطرابلس للعام الجامعي 2008ف ، حيث تم استبعاد منهم (84) طالباً وهم الطلاب الراسبون وكذلك الطلاب المصابين والمشاركين في الأندية ، بينما كان عدد طلاب مجتمع عينة البحث (260) طالباً . 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 .

وسائل وأدوات جمع البيانات:

1. ليتحقق الباحث من أهداف وفروض البحث قام بعدة مقابلات شخصية مع مجموعة من المتخصصين في مجال علوم التربية البدنية والرياضة وذلك للاستفادة من آرائهم في جميع القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث .
2. استرشاداً علي المراجع والمصادر المختلفة في مجال علوم التربية البدنية والرياضة المتعلقة بالاختبارات والقياسات وفسيولوجيا الرياضة . قام الباحث بإعداد استبيان وعرضها على المتخصصين في مجال علوم التربية البدنية والرياضة للاستفادة من آرائهم في القياسات الفسيولوجية والاختبارات البدنية .

القياسات والاختبارات والأدوات المستخدمة في البحث:

القياسات الفسيولوجية :

- معدل النبض أثناء الراحة .
- ضغط الدم الانقباضي .

- ضغط الدم الانبساطي .
- السعة الحيوية للرئتين .
- معدل النبض بعد المجهود .

اختبارات اللياقة الحركية :

| وحدة القياس | الاختبار | العنصر |
|-------------|----------------------------|------------------------|
| سم | الوثب العريض من الوقوف | القدرة العضلية للرجلين |
| ث | الجرى الارتدادي (المكوكي) | رشاقة |
| كجم | قوة قبضة اليد | قوة عضلية |
| عدد مرات | تعلق الشد لأعلى (عقلة) | التحمل العضلي للذراعين |
| ق | جرى 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 .
- جهاز الرستاميتير لقياس الطول .
- ميزان طبي لقياس الوزن .
- ساعات زمن لقياس السرعات .
- أمتار قياس لقياس المسافات .
- مساطر لقياس المرونة .
- مراتب لأداء الاختبارات .
- صناديق لأداء الاختبارات .
- متر نوم لضبط إيقاع الخطوة .
- أعلام - طباشير - صافرات .
- جهاز المانوميتر لقياس قوة القبضة .
- جهاز الأسبيروميتر لقياس السعة الحيوية .
- جهاز سفجمانوميتر مع ساعة طبية لقياس ضغط الدم .
- عقلة - مضمار ألعاب قوى .

الدراسة الاستطلاعية : قام الباحث بإجرائها 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 للقياسات الفسيولوجية والصدق الذاتي
باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار

n=15

| الصدق الذاتي | معامل الارتباط | القياس الثاني | | القياس الأول | | المتغيرات |
|--------------|----------------|---------------|---------|--------------|---------|--------------------------------|
| | | الانحراف | المتوسط | الانحراف | المتوسط | |
| 0.994 | 0.989 | 65.378 | 502.000 | 68.917 | 500.667 | السعة الحيوية |
| 0.972 | 0.945 | 3.436 | 68.667 | 3.195 | 68.267 | معدل النبض أثناء الراحة |
| 0.981 | 0.963 | 6.610 | 122.533 | 8.064 | 123.200 | ضغط الدم الانقباضي |
| 0.960 | 0.921 | 3.976 | 74.667 | 5.071 | 74.000 | ضغط الدم الانبساطي |
| 0.942 | 0.887 | 2.529 | 52.306 | 2.816 | 51.970 | الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين |
| 0.942 | 0.887 | 6.022 | 140.533 | 6.705 | 141.333 | معدل النبض بعد المجهود |

قيمة ر الجدولية = 0.441 عند مستوى دلالة 0.05

يتضح من الجدول (1) وجود علاقة ذات ارتباط معنوي دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين التطبيق الأول والثاني في جميع القياسات الفسيولوجية ، حيث قيمة (ر) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على ثبات هذه القياسات .

جدول رقم (2)

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

يتضح من الجدول (2) 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 .

طريقة إجراء القياسات:

اليوم الأول : تم فيه توزيع استمارة التسجيل الخاصة للقياسات الفسيولوجية واختبارات اللياقة الحركية على الطلاب بكل مجموعة .

اليوم الثاني : إجراء القياسات الفسيولوجية حيث راعى الباحث الراحة التامة للطلاب ومراعاة الأمن والسلامة في ذلك .

اليوم الثالث : تم إجراء اختبارات اللياقة الحركية وتسجيل الاختبارات باستمرار التسجيل . متابعة الطلاب وفق استمارة خاصة بتسجيل نتائج القياسات والاختبارات طيلة مدة إجراء الدراسة .

الإجراءات الإحصائية:

الوسط الحسابي mean

1. الوسيط Median

2. الانحراف المعياري Standard Deviation

3. معامل الالتواء Skewness

4. معامل الارتباط Pearson

5. تحليل التباين Anova

عرض النتائج ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل التوصيف الإحصائي لعرض النتائج التي توصل إليها هذا البحث ومناقشتها ومن خلال جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً .

جدول (3)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء
وتجانس طلاب الصف الدراسي الثاني في القياسات الفسيولوجية

n=40

| ت | المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---|--------------------------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| 1 | معدل النبض أثناء الراحة | 69.68 | 72 | 4.57 | -1.53 |
| 2 | ضغط الدم الانقباضي | 122.50 | 120 | 7.42 | 1.01 |
| 3 | ضغط الدم الانبساطي | 76.98 | 80 | 4.15 | -2.18 |
| 4 | السعة الحيوية | 499.25 | 490 | 71.48 | 0.39 |
| 5 | الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | 51.73 | 52.53 | 4.92 | -0.49 |
| 6 | معدل النبض بعد المجهود | 141.90 | 140 | 11.71 | 0.49 |

يتضح من الجدول (3) أن جميع المعاملات الالتواء في القياسات الفسيولوجية تراوحت ما بين (-0.39- 2.18) أي أنها انحصرت ما بين $(3 \pm)$ مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في القياسات الفسيولوجية .

جدول (4)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء
وتجانس طلاب الصف الدراسي الثالث في القياسات الفسيولوجية

n=40

| ت | المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---|-----------|---------------|--------|-------------------|----------------|
|---|-----------|---------------|--------|-------------------|----------------|

| | | | | | |
|---|--------------------------------|--------|-------|-------|-------|
| 1 | معدل النبض أثناء الراحة | 69.45 | 72 | 4.55 | -1.68 |
| 2 | ضغط الدم الانقباضي | 123 | 120 | 7.23 | 1.24 |
| 3 | ضغط الدم الانبساطي | 77.15 | 80 | 4.13 | -2.07 |
| 4 | السعة الحيوية | 505.50 | 500 | 66.37 | 0.25 |
| 5 | الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | 52.03 | 51.69 | 5.01 | 0.20 |
| 6 | معدل النبض بعد المجهود | 141.20 | 142 | 11.92 | -0.20 |

يتضح من الجدول (4) أن جميع المعاملات الالتواء في القياسات الفسيولوجية تراوحت ما بين (-0.20) - (2.07) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في القياسات الفسيولوجية .

جدول (5)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء
وتجانس طلاب الصف الدراسي الرابع في القياسات الفسيولوجية

n=40

| ت | المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---|--------------------------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| 1 | معدل النبض أثناء الراحة | 68.48 | 68 | 4.96 | 0.29 |
| 2 | ضغط الدم الانقباضي | 125.50 | 130 | 6.39 | -2.11 |
| 3 | ضغط الدم الانبساطي | 77.60 | 80 | 3.73 | -1.93 |
| 4 | السعة الحيوية | 509.25 | 500 | 81.47 | 0.34 |
| 5 | الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | 52.24 | 51.69 | 5.63 | 0.29 |
| 6 | معدل النبض بعد المجهود | 140.70 | 142 | 13.40 | -0.29 |

يتضح من الجدول (5) أن جميع المعاملات في القياسات الفسيولوجية تراوحت ما بين (-0.29) - (2.11) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في القياسات الفسيولوجية .

جدول (6)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء
وتجانس طلاب الصف الدراسي الثاني في اختبارات اللياقة الحركية

n=40

| ت | المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---|-----------|---------------|--------|-------------------|----------------|
|---|-----------|---------------|--------|-------------------|----------------|

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|--------------------------------|---|
| 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 10*4م | 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 (6) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (0.15-0.85) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية .

جدول (7)

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 اماما 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 (7) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (0.17-1.04) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة في اختبارات اللياقة الحركية .

جدول (8)

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

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|--------------------------------|---|
| 0.15 | 10.47 | 210 | 210.53 | الوثب الطويل من الثبات | 1 |
| 1.40 | 3.27 | 10 | 11.53 | ثني الجذع اماما أسفل من الوقوف | 2 |
| 0.23 | 0.71 | 10.19 | 10.24 | الجري الارتدادي 10*4م | 3 |
| 1.03 | 0.42 | 6.435 | 6.58 | عدو 50 متر | 4 |
| -0.33 | 0.09 | 3.29 | 3.28 | جري 1000 متر | 5 |
| -0.14 | 5.61 | 46.65 | 46.22 | قوة قبضة اليد | 6 |
| -2.37 | 2.02 | 26 | 24.40 | جلوس من الرقود 30 ث | 7 |
| 0.40 | 1.69 | 8 | 8.23 | تعلق الشد لأعلى "عقلة" | 8 |

يتضح من الجدول (8) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (0.14-2.37) أي أنها انحصرت ما بين (±3) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية .

جدول (9)

معاملات الارتباط للعلاقة بين القياسات الفسيولوجية بنتائج اللياقة الحركية لدى طلاب علوم التربية البدنية والرياضة

N=120

| المتغيرات | الوثب الطويل من الثبات | ثني الجذع اماما 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 |
|--------------------------------|------------------------|--------------------------------|-----------------------|------------|--------------|---------------|---------------------|----------------------|
| معدل النبض أثناء الراحة | 0.130 | -0.129 | -0.050 | 0.147 | -0.084 | 0.151 | -0.028 | 0.007 |
| ضغط الدم الانقباضي | -0.016 | -0.128 | -0.002 | 0.004 | -0.090 | -0.014 | 0.071 | 0.073 |
| ضغط الدم الانبساطي | -0.094 | 0.146 | 0.042 | -0.066 | -0.067 | 0.125 | -0.008 | -0.028 |
| السعة الحيوية | 0.248 | 0.106 | 0.056 | -0.067 | 0.004 | 0.287 | 0.063 | 0.004 |
| الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | 0.044 | 0.002 | 0.022 | -0.133 | -0.036 | -0.111 | -0.057 | -0.008 |
| معدل النبض بعد المجهود | -0.044 | -0.002 | -0.022 | 0.133 | 0.036 | 0.111 | 0.057 | 0.008 |

القيمة الحرجة لمعامل الارتباط "ر" وعند مستوى معنوية 0.05 = 0.150

يتضح من الجدول (9) الخاص بمعاملات الارتباط للعلاقة بين القياسات الفسيولوجية بنتائج اللياقة الحركية لدى طلاب علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك علاقة ذات معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين كلاً من الوثب الطويل من الثبات بمتغير السعة الحيوية ، كما تبين وجود معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين كلاً من قوة قبضة اليد مع معدل النبض أثناء الراحة وقوة قبضة اليد مع السعة الحيوية .

جدول (10)

تحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

N=n1=n2=n3= 40

| ت | المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات | متوسط | قيمة F | الدلالة |
|---|-----------|--------------|----------------|-------|-------|--------|---------|
|---|-----------|--------------|----------------|-------|-------|--------|---------|

| | | المربعات | الحرية | | | | |
|------|------|----------|--------|-----------|----------------|--------------------------------------|---|
| 0.48 | 0.74 | 16.28 | 2 | 32.55 | بين المجموعات | معدل النبض أثناء الراحة | 1 |
| | | 22.06 | 117 | 2580.65 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 2613.20 | المجموع | | |
| 0.13 | 2.09 | 103.33 | 2 | 206.67 | بين المجموعات | ضغط الدم الانتقاضي | 2 |
| | | 49.40 | 117 | 5780.00 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 5986.67 | المجموع | | |
| 0.77 | 0.26 | 4.16 | 2 | 8.32 | بين المجموعات | ضغط الدم الانبساطي | 3 |
| | | 16.08 | 117 | 1881.68 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 1889.99 | المجموع | | |
| 0.83 | 0.19 | 1020.83 | 2 | 2041.67 | بين المجموعات | السعة الحيوية | 4 |
| | | 5384.15 | 117 | 629945 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 631986.67 | المجموع | | |
| 0.91 | 0.10 | 2.56 | 2 | 5.13 | بين المجموعات | الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | 5 |
| | | 26.97 | 117 | 3155.87 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 3160.99 | المجموع | | |
| 0.91 | 0.10 | 14.53 | 2 | 29.07 | بين المجموعات | معدل النبض بعد المجهود | 6 |
| | | 152.91 | 117 | 17890.40 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 17919.47 | المجموع | | |

القيمة " F " الجدولية وعند مستوى معنوية 0.05 = 3.05

يتضح من الجدول (10) والخاص بتحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة أن قيمة (ف) المحسوبة اقل من القيمة الجدولية أي أنها غير دالة مما يعني عدم وجود فروق بين طلاب الصفوف الدراسية في القياسات الفسيولوجية .

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 | الدالة |
|---|--------------|---------------|----------------|--------------|----------------|--------|--------|
| 1 | الوثب الطويل | بين المجموعات | 282.60 | 2 | 141.30 | 0.76 | 0.47 |

| | | | | | | | |
|------|------|--------|-----|----------|----------------|--------------------------------------|---|
| | | 185.48 | 117 | 21701.33 | داخل المجموعات | من الثبات | |
| | | | 119 | 21983.93 | المجموع | | |
| 0.23 | 1.48 | 16.46 | 2 | 32.92 | بين المجموعات | ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف | 2 |
| | | 11.10 | 117 | 1299.05 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 1331.97 | المجموع | | |
| 0.28 | 1.29 | 0.41 | 2 | 0.82 | بين المجموعات | الجري الارتدادي 10X4م | 3 |
| | | 0.32 | 117 | 37.42 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 38.24 | المجموع | | |
| 0.07 | 2.73 | 0.44 | 2 | 0.88 | بين المجموعات | عدو 50 متر | 4 |
| | | 0.16 | 117 | 18.95 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 19.83 | المجموع | | |
| 0.24 | 1.45 | 0.01 | 2 | 0.02 | بين المجموعات | جري 1000 متر | 5 |
| | | 0.01 | 117 | 0.81 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 0.83 | المجموع | | |
| 0.09 | 2.41 | 94.84 | 2 | 189.68 | بين المجموعات | قوة قبضة اليد | 6 |
| | | 39.39 | 117 | 4608.17 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 4797.85 | المجموع | | |
| 0.18 | 1.74 | 6.47 | 2 | 12.95 | بين المجموعات | جلوس من الرقود 30 ث | 7 |
| | | 3.72 | 117 | 435.38 | داخل المجموعات | | |
| | | | 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 .

1. مناقشة العلاقة بين القياسات الفسيولوجية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

يتضح من الجدول (9) الخاص بمعاملات الارتباط للعلاقة بين القياسات الفسيولوجية بنتائج اللياقة الحركية لدى طلاب علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك علاقة ذات معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين كلاً من الوثب الطويل من الثبات بمتغير السعة الحيوية ، كما تبين وجود معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين كلاً من قوة قبضة اليد مع السعة الحيوية ، حيث أسفرت هذه العلاقة من خلال

الأستخلاصات للمعالجة الإحصائية بأن هناك علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الفسيولوجية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية .

وفي ضوء نتائج هذه الدراسة وأهم القياسات التي ساهمت في هذه العلاقة هي السعة الحيوية للريثتين بمتغير الوثب الطويل من الثبات وكذلك معدل النبض أثناء الراحة بمتغير قوة القبضة وبتغير السعة الحيوية بمتغير قوة قبضة اليد ، وفي ضوء هذه النتائج التي ساهمت بشكل كبير هي معدل النبض والسعة الحيوية للريثتين الذي يعكس أهمية استخدام هذه القياسات الفسيولوجية التي تعبر عن الكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم ، إن النواحي الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة تعتبر غاية في الأهمية في التربية البدنية والرياضية لارتباطها بالصحة العامة وكفاءة الأجهزة للجسم خصوصاً القلب وجهازي الدوري والتنفسي ، لذلك كان القياس الفسيولوجي أهمية بالغة حيث يعتبر مؤشراً ودليلاً على حالة الأجهزة التي يتم قياسها بهدف التعرف على أثر مزاوله الأنشطة الرياضية تمهيداً للإعداد والتخطيط السليم لبرامج التربية الرياضية على اختلاف مستوياتها . (9 : 575)

ويعتبر معدل النبض من الطرق الأكثر انتشاراً في تحديد مستوى الكفاءة الحقيقية للجهاز الدوري ، حيث أن معدل النبض يعتبر معياراً فسيولوجياً سهل التسجيل والقياس كما يستخدم كمؤشر للمجهود المبذول ، حيث يدل على مدى التعب الذي يتسبب عن المجهود العضلي ، كما أنه يمكن استخدام معدل النبض كمؤشر لسرعة التمثيل الغذائي خلال أداء المجهود في فترة زمنية قصيرة . (3 : 323)

كما أن معدل النبض للقلب أهم عامل لتنظيم حجم الدفع القلبي بالإضافة إلى تأثيره على حجم الضربة وهذه العلاقة لها أهميتها عند دراسة نشاط القلب لدى الرياضيين . (16 : 226)

ويؤكد الباحث على أهمية القياسات الفسيولوجية باعتبارها مؤشراً هاماً أثناء ممارسة الأنشطة حيث يحدث تحسن في وظيفة القلب ويقل النبض أثناء الراحة ويتحسن بعد ذلك الجهاز الدوري التنفسي وتعتبر كفاءة القلب والجهاز الدوري التنفسي من أهم الدلالات للعلاقة التي يتم تحديدها بمستوى اللياقة الحركية لدى الفرد أثناء الممارسة حيث تحدث تغيرات إيجابية للسعة الحيوية للريثتين .

إن العمليات الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة تلعب دور كبير في ممارسة الأنشطة الرياضية ، كما أن القياسات الفسيولوجية توضح ما يجب أن يتصف به الفرد اللائق بدنياً من حيث كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي أثناء المجهود العنيف . (14 : 30)

ومعرفة المعلومات الفسيولوجية من العوامل المؤثرة في إعداد برامج التدريب المختلفة ، بحيث تحقق تلك البرامج التدريبية الخاصة به وبما يتناسب مع قدراته وإستعدادته ، ومن المؤكد أن الفرد الذي يتمتع بقدرات وظيفية عالية تتعكس إيجابياً على مختلف النواحي . (6 : 325)

ويعزو الباحث أن القياسات الفسيولوجية من القياسات الهامة التي يجب الاهتمام بها العاملون في مجال التربية البدنية والرياضة وذلك لارتباطها بالعديد من الأنشطة والفعاليات الرياضية ولها وظائف متعددة وذلك لارتباطها بالصحة العامة وخاصة القلب والجهاز الدوري التنفسي كما أنها من المتغيرات الوظيفية الهامة باعتبارها مؤشراً لكفاءة أجهزة الجسم أثناء أداء الأنشطة الرياضية والتي تعكس إمكانية الفرد وكفاءته الوظيفية التي تمكنه من أداء الأنشطة بالشكل المطلوب وهذا يتوقف على امتلاك الفرد للقدرات الوظيفية العالية التي تعود عليه بالصحة والارتقاء بالمستوى الأمثل لجميع الأنشطة الرياضية .

وبذلك يتحقق الفرض الذي ينص على توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الفسيولوجية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

2. مناقشة الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

يتضح من الجدول (10) والخاص بتحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة أن قيمة (ف) المحسوبة اقل من القيمة الجدولية أي أنها غير دالة مما يعني عدم وجود فروق بين الصفوف الدراسية في القياسات الفسيولوجية .

أن العمليات الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة تلعب دور كبير في ممارسة الأنشطة الرياضية ، كما أن القياسات الفسيولوجية توضح ما يجب أن يتصف به الفرد اللائق بدنياً من حيث كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي أثناء المجهود العنيف . (14 : 30)

ومعرفة المعلومات الفسيولوجية من العوامل المؤثرة في إعداد برامج التدريب المختلفة ، بحيث تحقق تلك البرامج التدريبية الخاصة به وبما يتناسب مع قدراته وإستعدادته ، ومن المؤكد أن الفرد الذي يتمتع بقدرات وظيفية عالية تتعكس إيجابياً على مختلف النواحي . (6 : 335)

ويرى الباحث أن القياسات الفسيولوجية تعتبر مؤشراً ودليلاً للعمليات الوظيفية التي تتم في جسم الإنسان وأن النواحي الوظيفية لأجهزة الجسم هي التي توضح كفاءة تلك الأجهزة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية على مختلف مستوياته وهذا يتوقف على إمكانية الفرد لامتلاكه القدرات الوظيفية المناسبة التي تساعده في أداء الأنشطة بمستوى متقدم وأن قصور أو اختلاف في العمليات الوظيفية تعني عدم توازن أجهزة الجسم في أداء متطلبات الأنشطة الرياضية بصورة فعالة وتعتبر القياسات الفسيولوجية أهمية بالغة في التعرف على الحالة الوظيفية لأجهزة الجسم والتي توضح ما يتصف به الأفراد من قدرات وظيفية فعالة التي تساعدهم في أداء المتطلبات الأنشطة الرياضية وقد تتوفر بين الأفراد نفس الظروف المحيطة بالعوامل البيئية والوراثية ونوعية البرنامج التطبيقي وطرق التدريس والخبرة والمرحلة العمرية لمراحل النمو التي تمكنهم من الوصول بقدراتهم الوظيفية إلى نفس المستوى وبالتالي ينتج عن تقارب في تلك المواصفات الوظيفية .

وتتوقف بذلك علي ضرورة متابعة المستوى لمراحل النمو المختلفة وإجراء القياسات التتبعية للبرامج على مختلف مستوياتها والتعرف على أسباب القوة والضعف ومتابعة مستوى التقدم بدنياً ووظيفياً قد يؤثر على كفاءة الفرد الوظيفية بصوره ايجابية وإن النجاح في عملية تقنين الأحمال التدريبية في البرامج بما يتلاءم مع قدرات الفرد الوظيفية والمرحلة العمرية التي تعمل على تحقيق عملية التكيف الفسيولوجي وبذلك يرتفع مستوى الأداء لتحقيق أفضل النتائج .

وبذلك يتحقق الفرض الذي ينص على لا توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

3. 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 الحركية .

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 :

1. توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين القياسات الفسيولوجية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
2. لا توجد فروق داله إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في القياسات الفسيولوجية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .
3. 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 :

1. الاهتمام بالقياسات الفسيولوجية والبدنية وذلك لأهميتها بالارتقاء بالمستوى الرياضي .
2. الاعتماد على القياسات الفسيولوجية والبدنية عند قبول طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
3. وضع مستويات معيارية لطلاب الصفوف الدراسية في عناصر اللياقة الحركية والفسيولوجية وذلك لتقنين الأحمال التدريبية بالدروس العملية على حسب مستويات الطلاب وبما يتناسب مع قدراتهم .
4. توزيع المجموعات داخل الصفوف الدراسية على حسب قدرات الطلاب البدنية والفسيولوجية لوضع لهم برنامج عملي منظم حسب قدراتهم .

5. تنظيم الوعاء الزمني في الجانب العملي بزيادة عدد الساعات .
6. إجراء برنامج للياقة البدنية والحركية في الجانب العملي وتطبيقه تحت متطلبات مادة اللياقة البدنية .
7. ضرورة متابعة مستويات الطلاب بصفة دورية عن طريق التقويم والكشوفات الدورية للتعرف على أسباب الضعف والقوة وتسجيل نتائجهم باستمارات التسجيل لكل الطلاب .
8. توفير الأدوات والأجهزة اللازمة.
9. توفير التغذية اللازمة والصحية للطلاب .
10. إجراء دراسات تتبعية بصفة دورية على عينات أخرى .

المراجع:

- 1- إبراهيم أحمد سلامة (2000) : المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية ، منشأة المعارف الإسكندرية
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (1997) : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي، القاهرة
- 3- أحمد محمد خاطر (1996) : القياس في المجال الرياضي ، الطبعة الثالثة ، دار المعارف ، القاهرة
علي فهمي البيك
- 4- أحمد ممدوح زكي (1993) : دراسة تتبعية لمستوى القدرات البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى طلاب تخصص التربية البدنية بكلية المعلمين بالدمام ، مجلة بحوث التربية الرياضية .
- 5- آمال الصادق سكيينة (1998) : التشريح الوظيفي كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة جامعة حلوان
- 6- بهاء الدين سلامة (1994) : فسيولوجيا الرياضة، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي القاهرة 1994 .
- 7- زينب السيد حسن (1983) : تقويم بعض مهارات الجمباز لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، جامعة حلوان .
- 8- عبد العال عباس (1992) : التدريب الرياضي في المجال الرياضي، دار الجماهيرية للنشر، الطبعة وآخرون الأولى.
- 9- عبد المنعم سليمان إبراهيم (1995) : موسوعة الجمباز العصرية، مهارات تعلم التدريب، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، الأردن.
- 10- فاطمة محمد عبد المقصود (1987) : تحديد مستويات معيارية للمهارات الأساسية لكرة اليد للاعبات المستويات العليا ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنين بالزقازيق ، المجلد الرابع ، العدد السابع ، أغسطس .
- 11- قاسم حسن حسين (1988) : الأسس النظرية والعلمية في فعالية ألعاب الساحة والميدان للمراحل الثانية بكليات التربية الرياضية ، الموصل .
- 12- محمد صبحي حسانين (1987) : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 13- محمد صبحي حسانين (1996) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الثاني، دار الفكر العربي الطبعة الثالثة.
- 14- محمد مصدق محمود (1985) : العوامل الانتروبومترية والبدنية والفسيولوجية وأثرها على المستوى

الرقمي لسباحة الزحف على البطن، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين.

- 15-مدحت صالح السيد(1998): دراسة مقارنة لبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية المميزة لمراكز لاعبي المنتخب القومي للناشئين في كرة السلة ، مجلة المؤتمر العلمي للرياضة وتنمية المجتمع العربي ، كلية التربية الرياضية للبنات القاهرة .
- 16-وجيه أحمد شمندي(1996): دراسة بعض الخصائص الفسيولوجية والنفسية المميزة للاعبي المنتخب القومي للكراتيه ، مجلة نظريات وتطبيقات ، جامعة الإسكندرية ، العدد 26 .

دراسة تحليلية لمستوى النضج الاجتماعي للتلاميذ الممارسين والغير ممارسين
للمنشط الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني

أ.م.د. منير عبد الله الشخيلي

د. حمدي داود سليمان

أ.م.د. عادل سالم الزيتوني

1- المقدمة :-

1-1 مقدمة البحث

يعتبر موضوع النضج الاجتماعي من المواضيع التي أخذت تستأثر باهتمام الباحثين والمختصين في مختلف العلوم وعلى وجه الخصوص في علم الاجتماع الرياضي وذلك لارتباطه الوثيق بالسلوك الاجتماعي للفرد وبالتالي انعكاس ذلك على مجمل التفاعلات والعلاقات الاجتماعية للمجتمع .

أن النضج الاجتماعي يعتبر شرطاً هاماً من شروط التربية المتكاملة حيث يقصد بالنضج " تلك التغيرات الداخلية التي تدريجاً على الفرد ، والتي ترجع الى تكوينه الفسيولوجي والعضوي ، فالتغيرات التي ترجع الى النضج هي تغيرات سابقة على الخبرة والتعلم " (10 : 234) .

ويشير محمد رفيق (1972) الى " ان عملية النضج الاجتماعي عملية مستمرة باستمرار وجود الإنسان واستمرار تفاعله مع البيئة المحيطة به والشخص الاجتماعي هو الذي يفضل العمل الجماعي على العمل الفردي ويميل الى تكوين العلاقات مع الآخرين ويعرف كيف يتفاعل مع الخبرات الاجتماعية التي يمر بها خلال احتكاكه مع الغير " (8 : 58) .

وفي هذا الإطار فقد ذكرت كريمان عبد المنعم سرور (1981) نقلاً عن كلاً من جونسون وريفر Jonson and River " الى أن الممارسين للمناشط الرياضية يتسمون بالنضج الانفعالي وضبط الانفعالات وغالباً ما تكون لديهم استجابات انفعالية مناسبة للمواقف المختلفة ، ولهم نظرة تفاؤلية كما أن لديهم القدرة على مقاومة الإحباط " (7 : 219) .

وتشير العديد من المراجع العلمية الى أهمية الأنشطة الرياضية الممارسة وعلى وجه الخصوص المدرسية منها على تحسين الكفاءة الاجتماعية للفرد وذلك من خلال تنمية وصقل معارفه ومعلوماته وميوله واتجاهاته وتنمي شخصيته وتحرره من الاعتماد على غيره كما تحقق له الرعاية الجسمية والعقلية مع زملائه ومدرسيه ويتأثر بهم ويؤثر فيهم .

2-1- مشكلة البحث :-

تعتبر عملية النضج او النمو الاجتماعي او الكفاءة الاجتماعية ، عملية مستمرة باستمرار وجود الإنسان ، واستمرار تفاعله مع البيئة المحيطة به .

أن الطفل الناضج اجتماعياً هو الذي تتسم علاقته مع الغير بالروح الديمقراطية ، كما يستطيع أن يعتمد على نفسه في قضاء حاجاته وفي اتخاذ قراراته التي تتصل بأمر حياته ، وهو الذي يستطيع الموازنة بين عمله ولهوه ويعطي كل منها حقه (11 : 95 - 96) .

وقد أشارت الباحثة في مقدمتها (1996) الى أن مشكلة البحث هي " كفاءة النضج الاجتماعي لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية و الرياضة جامعة الفاتح " .

المنتظمة للنشاط الرياضي تؤدي الى تطوير سمات وخصائص الفرد خصوصاً في الخلق والحاجات ، وان يمكن إثبات ذلك بين الفرد الرياضي وغير الرياضي حتى يمكن استنتاج تأثير النشاط الرياضي على سلوك الفرد الشخصي " (3 : 9-8) .

ومن خلال خبرة الباحثين وإطلاعهم على الدراسات والبحوث والمراجع العلمية المتخصصة في اجتماعيات الرياضة فقد وجد بأن تحسين النضج الاجتماعي يعتبر امراً ضرورياً ، وان الممارسة الرياضية تلعب دوراً مهماً

في ذلك . أن مشكلة البحث تتمثل في قلة البحوث العلمية التي تناولت هذا الموضوع الحيوي والمتمثل في التوصل الى (أثر الممارسة الرياضية على تحسين النضج الاجتماعي لطلاب مرحلة التعليم الإعدادي) .

3-1- أهمية البحث :-

أن الاهتمام بالطفولة والشباب يعتبر من أهم المعايير التي تقاس بها تقدم المجتمعات ورفيها . ولقد أكدت العديد من الدراسات على أهمية هذه المرحلة العمرية ، فالنمو الاجتماعي يحتاج الى إمكانيات بيئية مناسبة والى جو اجتماعي ، وكذلك الى مواقف للخبرة .

أن أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية من الناحية الاجتماعية يمكن اعتبارها من أهم الوسائل في أعداد أفراد المجتمع لتحمل المهام المستقبلية وذلك بعد ثبوت فوائدها من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية ، بل واعتبارها عاملاً هاماً في تكوين مواطنين صالحين يتميزون بشخصية قوية وبخلق قويم يزيد من قدرتهم على العمل وحسن الأداء وإنكار الذات وتحمل المسؤولية والعمل الجماعي نتيجة لما يكتسبونه من ميول واتجاهات اجتماعية وقيم خلقية ومهارات حركية ، فهذه جميعاً تمدد بمقومات الحياة الاجتماعية السليمة (5 : 11) .

أن أهمية البحث تكمن في تسليط الضوء على أهمية الرياضة ودورها في الارتقاء بمستوى النضج الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي /الشق الثاني وذلك لندرة البحوث في هذا المجال ولكي يكون هذا البحث المدخل لبحوث أخرى نتناول فيه جوانب أخرى من هذا الموضوع الواسع .

4-1- أهداف البحث :-

يهدف البحث الى التعرف على مايلي :-

-مستوى النضج الاجتماعي لدى الطلاب الممارسين والغير ممارسين للمناشط الرياضية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني .

-الفروق في مستوى النضج الاجتماعي بين الطلاب الممارسين وفقاً لعدد سنوات الممارسة الرياضية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني .

5-1- تساؤلات البحث :-

هل توجد فروق في مستوى النضج الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين والغير ممارسين للمناشط الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني؟

هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى النضج الاجتماعي بين الممارسين وفقاً لعدد سنوات الممارسة الرياضية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني ؟

6-1- مصطلحات البحث :-

1-6-1- النضج الاجتماعي :-

ويعرف بأنه " مقدرة الفرد على تكوين علاقات مع الغير تتسم بالديمقراطية وتمكنه من الاعتماد على نفسه في قضاء حاجاته واتخاذ قراراته التي تتصل بأمر حياته ، وهو الذي يستطيع الموازنة بين عمله ولهوه ويعطي كل منها حقه " (11 : 182) .

2-6-1- النشاط الرياضي :-

ويعرف بأنه " ذلك النوع من النشاط الذي ينمي القدرة المستديمة في الفرد عن طريق تقوية الأجهزة العضوية المختلفة للجسم وينتج عنها القدرة على الاحتفاظ بالتكيف والقدرة على الشفاء ومقاومة التعب " (2 : 12-13)

1-3-6-3- الممارسون للنشاط الرياضي :-

" هم الذين يؤدون أي نوع من النشاط الرياضي فردي او جماعي والمنتظمين على التدريب سواء في المدرسة او في النادي الرياضي او في المركز الشبابي " (3 : 6) .

1-4-6-1- الغير ممارسين للنشاط الرياضي:-

" هم الذين لا يؤدون أي نوع من أنواع النشاط الرياضي خارج حدود المدرسة والذين تقتصر ممارستهم للنشاط الرياضي على حصة التربية الرياضية فقط " المصدر السابق .

2. الدراسات المرتبطة :-

1-2- الدراسات العربية :-

1-1-2- دراسة فوزية عبد المقصود النجاشي (1985) (6)

عنوان الدراسة : " دراسة النمو الاجتماعي لدى الأطفال وعلاقته ببعض المتغيرات " .
هدف الدراسة : التعرف على طبيعة العلاقة بين النمو الاجتماعي للأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة ، وأسلوب التنشئة الاجتماعية للوالدين والمستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة .
منهج الدراسة : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي .
عينة الدراسة : اشتملت عينة الدراسة على (200) طفل من البنين والبنات للأعمار (9 - 18) .
أدوات الدراسة : استخدمت الدراسة أدوات القياس الآتية ، مقياس فانيلاندر للنضج الاجتماعي ومقياس المستويات الثقافية والاجتماعية ومقياس رسم الرجال للذكاء ومقياس الاتجاهات الوالدية .
أهم النتائج : ليس هناك علاقة بين جنس الطفل ونضجه الاجتماعي وان العمر الزمني دال في تأثيره على النضج الاجتماعي كما يوجد ارتباط موجب ما بين النضج الاجتماعي والمستوى الاجتماعي لدى إناث الصغين الخامس والسادس .

2-1-2- دراسة هشام إبراهيم الرياني (2008) (12) :-

عنوان الدراسة : " اثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على النضج الاجتماعي خلال مرحلة المراهقة / شعبية طرابلس " .
هدف الدراسة : التعرف على الفروق في النضج الاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ، وكذلك الفروق في النضج الاجتماعي بين الممارسين للنشاط الرياضي وفقاً لعدد سنوات الممارسة وكذلك الفروق في النضج الاجتماعي بين ممارسين الألعاب الفرعية والفردية .
منهج الدراسة : أستخدم الباحثون المنهج الوصفي .
عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (357) تلميذاً للأعمار (12-14) سنة وبنسبة قدرها 20% من مجتمع البحث .

أدوات الدراسة : قام الباحثون بتصميم استمارة استبيان حيث تم استخدامها لأغراض البحث بالإضافة الى مقياس فانيلا للضحك الاجتماعي .

أهم النتائج : وجود فروق في الضحك الاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي كما ان الفروق في الفترة الزمنية للممارسة الرياضية كانت دالة إحصائيا بالإضافة الى وجود فروق دالة إحصائيا في الضحك الاجتماعي بين ممارسين الألعاب الفرعية والفردية ولصالح الألعاب الفرعية .

2-2- الدراسات الأجنبية :-

1-2-2- دراسة وانات (1983) (13) :-

عنوان الدراسة : " اختيار فعالية برنامج تدريب على المهارات الاجتماعية في تحسين مفهوم الذات والكفاءة الاجتماعية " .

هدف الدراسة : تهدف الدراسة الى التعرف على فاعلية برنامج تدريب على المهارات في تحسين مفهوم الذات .
منهج الدراسة : استخدمت الدراسة المنهج التجريبي .

عينة الدراسة : عينة الدراسة تمثلت في (30) طالباً من طلبة المرحلة الثانوية ومن الذين يعانون صعوبات في الحركة .

أدوات الدراسة : برنامج تدريبي يتضمن على المهارات الاجتماعية أعطي الى المجموعة التجريبية لمدة (16) أسبوع وبمعدل (5) ساعات أسبوعياً وبمعدل ساعة واحدة لكل جلسة .
أهم النتائج : وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مفهوم الذات والكفاءة الاجتماعية ولصالح المجموعة التجريبية .

2-2-2- دراسة ستجلر وسميث (1985) (14) :-

عنوان الدراسة : " دراسة مقارنة الكفاءة الاجتماعية بين أطفال تايوان وأطفال أمريكا للفئة العمرية (4-11) سنة .

منهج الدراسة : استخدمت الدراسة المنهج الوصفي .
عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة في (714) طفلاً من مرحلة الروضة الى الصف الخامس ابتدائي في تايوان للفئة العمرية (4-11) سنة حيث تمت مقارنتها مع مثيلاتها في أمريكا .
أدوات الدراسة : استخدمت الدراسة مقياس هارتر للكفاءة الاجتماعية كأداة للبحث .
أهم النتائج : وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقافة لمفهوم الذات لصالح الأطفال في أمريكا ، اما الكفاءة الاجتماعية فقد كان الفروق لصالح أطفال تايوان ، مرجعين ذلك الى أسلوب التنشئة الاجتماعية والى العادات والتقاليد والعلاقات الاجتماعية والروابط الأسرية التي يفتقر إليها الأطفال في أمريكا .

3- إجراءات البحث :

1-3- منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي ، الأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث .

3-2- مجتمع وعينة البحث : أشتمل مجتمع الدراسة على (619) تلميذاً من مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني من شعبية طرابلس والتي ضمت على (4) مدارس من التي لديها إمكانيات وتجهيزات رياضية وغيرها من مستلزمات الممارسة الرياضية الضرورية ، وقد تم سحب عينة عشوائية بسيطة (150) تلميذاً أي نسبة 25% من مجتمع الدراسة وكما هو مبين في الجدول أدناه :

جدول رقم (1)

توصيف لمجتمع وعينة الدراسة لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني / شعبية طرابلس

| النسبة المئوية % | عينة الدراسة | | | | مجتمع الدراسة | | | | المدرسة |
|------------------|--------------|--------|--------|--------|---------------|--------|--------|--------|----------------|
| | المجموع | التاسع | الثامن | السابع | المجموع | التاسع | الثامن | السابع | |
| 22.67 | 34 | 13 | 10 | 11 | 148 | 58 | 49 | 41 | 1. الفاتح |
| 16 | 24 | 8 | 7 | 9 | 97 | 33 | 25 | 39 | 2. شباب الفاتح |
| 30 | 45 | 16 | 15 | 14 | 184 | 67 | 65 | 52 | 3. المدائن |
| 31.33 | 47 | 16 | 16 | 15 | 190 | 69 | 58 | 63 | 4. الكرة |
| 100 | 150 | 53 | 48 | 49 | 619 | 227 | 197 | 195 | المجموع |

3-3- اختبار الثبات : Reliability

ويقصد به الوصول الى نفس النتائج بتكرار تطبيق المقياس على نفس أفراد عينة الدراسة وفي نفس الظروف وبالتالي فان الإجراءات كافة يجب أن تتصف بالدقة والاتساق والثبات للوصول الى ثبات النتائج ، وللتأكد من ثبات صحيفة الاستبيان قام الباحثون بتوزيع الاستبيان على (10) من المبحوثين كعينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة تضمنت (5) من الممارسين للأنشطة الرياضية و (5) من الغير ممارسين للأنشطة الرياضية ، وباستخدام أسلوب الاختيار وإعادة الاختبار (Test – Retest) تم إعادة توزيع الاستبيان مرة أخرى على نفس العينة الاستطلاعية ، وبعد مرور أسبوعين ، ومن الاختياريين حصل الباحثون على الجدول التالي :

جدول (2)

معاملات ثبات لاستمارة المعلومات المتعلقة بالممارسين والغير الممارسين

للأنشطة الرياضية ومقياس النضج الاجتماعي لفانيلاند Faniland بطريقة إعادة الاختبار لعينة الدراسة

ن=10

| الصدق الذاتي | معامل الارتباط | الاختبار الثاني | | الاختبار الأول | | المقياس |
|--------------|----------------|-----------------|---------|----------------|---------|---------|
| | | المتوسط | التباين | المتوسط | التباين | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|------|------|------|------|------|------|--|
| 0.85 | 0.73 | 0.12 | 2.18 | 0.16 | 2.26 | الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية |
| 0.98 | 0.96 | 0.28 | 2.90 | 0.29 | 2.92 | مقياس النضج الاجتماعي لفانيلاند Faniland |

قيمة ر = 0.01 = 0.561

ومن الجدول يلاحظ أن قيمة معامل الارتباط (ر) وكذلك معامل الصدق الذاتي ، ذات دلالة معنوية عالية ، وهذه النسبة تدل على ثبات أداة الدراسة وتوفر درجة جيدة من الثبات في إجابات الاستبيان ، وبالتالي تحقق الثبات واتساق مقبول لإغراض البحث العلمي ، وهو ما اعتبره الباحثون مستوى ملائماً من الثبات ، حيث تشير هذه النسبة الى مستوى مقبول في الشكل العام للبيانات التي تم جمعها من خلال صحيفة الاستبيان .

3-4- أداة البحث : استخدم الباحثون مقياس النضج الاجتماعي لفانيلاند Faniland والذي أعده للعربية فاروق صادق والذي سبق وان استخدم في البيئة الليبية ، وكذلك استمارة استبيان من أعداد الباحثين تحتوي على معلومات أولية ذات صلة بموضوع البحث مرفقة مع المقياس .

ثم بعد ذلك قام الباحثون بتوزيع المقياس على أفراد عينة البحث وبالطريقة العشوائية وبشكل مباشر بعد أن تم توضيح الغرض من البحث .

3-5- تجميع البيانات :

تم جمع الإجابات وترميزها حسب طبيعة العبارة حيث تم استخدام مقياس ليكرت للإجابات ، وقد وضعت ثلاثة مستويات للإجابة موزعة على فقرات الاستبيان ويمثل كل مستوى وزناً للإجابة تتدرج من (3 : 1) وذلك لغرض التحليل الإحصائي كما هو موضح أدناه : بعد ذلك تم إدخال الإجابات الى الحاسب الآلي من خلال ورقة البيانات في برنامج حزمة برامج البيانات الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) .

جدول (3)

يبين مستويات الإجابة على أسئلة الاستبيان

| الأسئلة الثنائية | |
|------------------|-------------|
| وزن الإجابة | نوع الإجابة |
| 2 | نعم |
| 1 | لا |

| الأسئلة الثلاثة (مقياس فانيلاوند للنضج الاجتماعي) | |
|---|-------------|
| وزن الإجابة | نوع الإجابة |
| 3 | نعم |
| 2 | أحيانا |
| 1 | لا |

1. العمر :

جدول (4)

يبين فيه التوزيع التكراري للعمر

| العمر | التكرار | النسبة المئوية % |
|---------|---------|------------------|
| 12 | 40 | 26.67 |
| 13 | 50 | 33.33 |
| 14 | 60 | 40 |
| المجموع | 150 | 100 |

2. هل أن ممارستك للنشاط الرياضي مقتصرة على درس الرياضة فقط ؟

جدول (5)

يبين فيه التوزيع التكراري للممارسين والغير ممارسين

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية % |
|---------|---------|------------------|
| نعم | 70 | 46.67 |
| لا | 80 | 53.33 |
| المجموع | 150 | 100 |

3. اذكر نوع النشاط الرياضي الذي تمارسه داخل المدرسة واللعبة ؟

جدول (6)

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية |
|------------|---------|----------------|
| نشاط فردي | 40 | 26.76 |
| نشاط جماعي | 50 | 33.33 |
| غير مشارك | 60 | -40 |

| | | |
|-----|-----|---------|
| 100 | 150 | المجموع |
|-----|-----|---------|

4. اللعبة التي تمارسونها في المدرسة ؟

جدول (7)

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|--------------------|
| 6.67 | 10 | ألعاب قوى |
| 13.33 | 20 | جمباز |
| 26.67 | 40 | كرة القدم |
| 4 | 6 | كرة السلة |
| 2.67 | 4 | كرة الطائرة |
| 46.67 | 70 | لم يمارسون أي لعبة |
| 100 | 150 | المجموع |

5. هل تشارك في النشاط الرياضي الداخلي للمدرسة كدوري الفصول ؟

جدول (8)

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 56.67 | 85 | نعم |
| 43.33 | 65 | لا |
| 100 | 150 | المجموع |

6. هل تشارك في النشاط الرياضي خارج المدرسة ، كدوري المدارس او اللقاءات الرياضية ؟

جدول (9)

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 38.67 | 58 | نعم |
| 61.33 | 92 | لا |
| 100 | 150 | المجموع |

7. هل أنت مشارك في نادي رياضي او مركز للشباب ؟

جدول (10)

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 44 | 66 | نعم |
| 56 | 84 | لا |
| 100 | 150 | المجموع |

8. ماهو عدد سنوات ممارستك للنشاط الرياضي ؟

جدول (11)

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|--------------------|
| 9.33 | 14 | سنة واحدة |
| 16.67 | 25 | سنتان |
| 13.33 | 20 | ثلاث سنين |
| 10 | 15 | أربعة سنوات |
| 4 | 6 | خمسة سنوات |
| 6.67 | 10 | أكثر من خمسة سنوات |
| -40 | 60 | لم يمارس |
| 100 | 150 | المجموع |

9. ماهو عدد مرات التدريب الفعلي أسبوعيا ؟

جدول (12)

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|-----------|
| 1.33 | 2 | مره واحدة |
| 13.33 | 20 | مرتين |
| 32 | 48 | ثلاث مرات |
| 6.67 | 10 | أربع مرات |
| 2 | 3 | خمسة مرات |
| 44.67 | 67 | لم يشارك |
| 100 | 150 | المجموع |

تساؤلات البحث :

التساؤل الأول :-

1. هل توجد فروق في مستوى النضج الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين والغير ممارسين للمناشط الرياضية في

مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني؟

قام الباحثون باستخدام اختبار " ت " T.test لإيجاد الفروق بين المتوسطات الحسابية للنضج الاجتماعي وبين

الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي

جدول (13)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت " للنضج الاجتماعي بين الممارسين والغير ممارسين

للنشاط الرياضي

| الاتجاه | المجيب | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الفرق بين المتوسطات | قيمة ت | احتمال الدلالة p |
|-----------------|---------------|-------|-----------------|-------------------|---------------------|--------|------------------|
| النضج الاجتماعي | الممارسين | 86 | 2.427 | 0.226 | 0.121 | 4.721 | 0.000 |
| | الغير ممارسين | 64 | 2.307 | 0.257 | | | |

من الجدول ولاختبار الفرضية الصفرية القائلة : " لا توجد فروق ذات دالة إحصائية في النضج الاجتماعي بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي ولصالح ممارسي النشاط الرياضي من التلاميذ " ، ومن خلال استخدام اختبار (ت) T.test فقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة 4.721 وهي لا تقع بين قيمتي (ت- ، ت) الجدولية وتساوي 1.654 ولدرجة حرية 355 ومستوى معنوية 0.05 ، وهذا واضح من خلال احتمال الدلالة P والذي يساوي 0.000 وهو اقل من 0.03 وبالتالي الفرق الظاهر هو فرق معنوي ودال إحصائيا وعليه توجد فروق دلالة إحصائية بين النضج الاجتماعي للممارسين للأنشطة الرياضية وبين ممارسين للأنشطة الاجتماعية وبذلك يكون قد تمت الإجابة على التساؤل الأول والذي ينص على (هل توجد فروق في مستوى النضج الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للمناشط الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي / الشق الثاني

التساؤل الثاني :-

2 . هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النضج الاجتماعي بين ممارسين النشاط الرياضي وفقاً لعدد سنوات الممارسة من تلاميذ مرحلة التعلم الأساسي / الشق الثاني
قام الباحثون باستخدام تحليل التباين " ANOVA " لتحليل المتوسطات الحسابية للنضج الاجتماعي بين الممارسين للنشاط الرياضي باختلاف عدد سنوات ممارستهم والجدول أدناه يبين ذلك .

جدول (14)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " F " للنضج الاجتماعي بين الممارسين للنشاط الرياضي باختلاف عدد سنوات ممارستهم

| الاتجاه | سنوات الممارسة | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة F | احتمال الدلالة P |
|-----------------|----------------|-------|-----------------|-------------------|--------|------------------|
| النضج الاجتماعي | سنة واحدة | 9 | 2.353 | 0.189 | 2.595 | 0.027 |
| | سنتين | 22 | 2.361 | 0.257 | | |
| | ثلاث سنوات | 26 | 2.462 | 0.172 | | |
| | أربعة سنوات | 20 | 2.464 | 0.210 | | |
| | خمسة سنوات | 2 | 2.473 | 0.265 | | |
| | أكثر من خمسة | 7 | 2.485 | 0.222 | | |
| | المجموع | 86 | 2.423 | 0.226 | | |

ولاختبار الفرضية الصفرية القائلة : " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النضج الاجتماعي بين ممارسين النشاط الرياضي وفقاً لعدد سنوات الممارسة الرياضية " فقد تم استخدام تحليل التباين " ANOVA " للفرق بين المتوسطات لعينات مترابطة ، بين متغير تابع " اتجاه النضج الاجتماعي بين ممارسين النشاط الرياضي " مع عدة متغيرات مستقلة " عدد سنوات الممارسة " حيث بلغت قيمة (F) المحسوبة 2.595 وهي تقع بين قيمتي (ف - ، ف) الجدولية وتساوي 2.27 ولدرجة حرية (188.5) ومستوى معنوية 0.05 وهذا واضح من خلال احتمال الدلالة P والذي يساوي 0.027 وهو اقل من 0.05 وبالتالي الفرق الظاهر هو فرق معنوي ودال إحصائياً وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النضج الاجتماعي بين ممارسين النشاط الرياضي وفقاً لعدد سنوات الممارسة لصالح عدد السنوات الأكثر ممارسة من التلاميذ .

وبذلك فانه تكون قد تمت الإجابة على التساؤل الثاني الذي ينص على انه ((هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النضج الاجتماعي بين ممارسين النشاط الرياضي وفقاً لعدد سنوات الممارسة)) .

5 . الاستنتاجات والتوصيات :

5-1- الاستنتاجات :-

من خلال التحليلات الإحصائية وعرض النتائج ومناقشتها فقد تمكن الباحثون 0 من التوصل الى العديد من الاستنتاجات وفيما يلي هما :-

1- أن ممارسة المناشط الرياضية من قبل التلاميذ له تأثيره الايجابي على مستوى نضجهم الاجتماعي حيث تميز الممارسون عن غير الممارسون بتحسن في مستوى نضجهم الاجتماعي .

2- أن لعدد سنوات الممارسة تأثيراً ايجابياً حيث تميز الممارسون للمناشط الرياضية من الذين مارسوا الرياضة لسنوات أطول على الممارسين الأقل مدة في الممارسة الرياضية بمستوى نضجهم الاجتماعي مما يدل على أهمية هذا العامل في تحسين النضج الاجتماعي .

3- أن بعض الألعاب الرياضية قد احتلت الصدارة من حيث ممارسة التلاميذ لها وهي وحسب التسلسل (كرة القدم ، الجمباز ، ألعاب القوى ، السلة ، الطائرة)

2-5- التوصيات :-

- 1- ضرورة إيلاء المؤسسات التربوية مزيداً من الاهتمام للمناشط الرياضية وفي جوانبها المختلفة وخصوصاً الأنشطة الصفية سواء كانت الداخلية منها ام الخارجية لما لها من تأثير ايجابي على تحسين مستوى النضج للممارسين .
- 2- ضرورة تواصل الاهتمام بالمراحل الدراسية كافة لضمان استمرارية التلاميذ في ممارستهم للمناشط الرياضية وعدم الانقطاع وهم ينتقلون من مرحلة دراسية الى أخرى ، وذلك للوصول الى الحالة الأفضل في تحسين مستوى نضجهم الاجتماعي .
- 3- إعطاء بعض الألعاب الرياضية مثل (كرة القدم ، الجمباز ، ألعاب القوى ، السلة ، الطائرة) أولوية في الاهتمام وذلك لأنها تميزت في الحصول على أعلى نسب من الممارسين وعلى التوالي .

المراجع :-

- 1- اليأس وإيتهاان (1965) : التربية الوجدانية للأطفال ، ترجمة فؤاد البهمي ، دار المطبعة الحديثة ، القاهرة .
- 2- تشارلز بوشر (1964) : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض وكمال صالح ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- 3- سوزان مصطفى متولي (1996) : اثر ممارسة النشاط الرياضي على السلوك الاجتماعي لتلاميذ المرحلة السنية (9-12) سنة بمحافظة الاسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة .
- 4- عايدة عبد العزيز (1998) : الترويج بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 5- فاروق عبد السلام (1979) : قائمة السلوك الاجتماعي ، مركز البحوث التربوية النفسية ، جامعة الملك عبد العزيز ، مكة المكرمة .
- 6- فوزية عبد المقصود النجاشي (1985) : دراسة النمو الاجتماعي لدى الأطفال وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة / جامعة طنطا ، كلية التربية .
- 7- كريمان عبد المنعم سرور (1981) : النشاطات الرياضية المنظمة وأثارها على للمسات الشخصية للمعاقين ، بحث منشور ، مجلة مستقبل التربية ، جامعة الزقازيق .
- 8- محمد رفيق (1972) : النمو النفسي ، دار المعارف جامعة بيروت
- 9- محمد عبد المؤمن حسن (1984) : مشكلات الطفل النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 10- محمد الحماحي (1998): الترويج بين النظرية والتطبيق ، ط 1 مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
وعايدة عبد العزيز
- 11- مصطفى فهمي (1979) : سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، دار مصر للطباعة ، القاهرة .
- 12- هشام إبراهيم الرياني (2008) : رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الفاتح ، طرابلس .

13.wanat,paul (1983) : Social an awariness program With learning disabled a

- dolescens , journal of learning disabilities .
14. Stiglerks james and smith , shila (1985) : perreotion of competence by cninese children Univesity of Chicago taipei .

بعض المواصفات المورفولوجية المصاحبة لجنف العمود الفقري البسيط وإثرها
في بعض عناصر اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بطرابلس

د . يوسف لازم كماش

د . صالح بشير سعد ابو خيط

- المقدمة وأهمية البحث :

لقد اكتسب القوام اهتمام اغلب الدارسين والباحثين قديما وحديثا للبحث في كيفية الحفاظ على القوام السليم، والقوام المعتدل في حالتي الثبات والحركة، ومنهم نذكر، رنهيم Ranhim (1973) ، لأرس بيتر سون وآخرون Lars, Peterson, et al (1990) جيمس ريمير James, Rimmer (1994)، والذين أكدوا على أن القوام السليم يعد من علامات الصحة الجيدة ويعزز القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم الحيوية ويخفض من معدلات الإجهاد البدني الواقع على العضلات والمفاصل والأربطة، في الوقت الذي تؤدي فيه الانحرافات والتشوهات القوامية في الجسم الى كثير من الأمراض والمشاكل الصحية المرتبطة بأجهزة الجسم . (25 : 182) (21 : 214) (20 : 96) .

ويعد القوام السليم انعكاس لصورة الفرد المتكاملة من النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية، فالقوام يعتبر من أهم المؤشرات الدالة على صحة وسلامة الجسم، لذلك اهتمت معظم دول العالم بسلامة أفراد مجتمعاتها في مراحل العمر كافة، فالقوام الجيد يزيد من شعور الإنسان بالثقة بالنفس والحماس والمبادرة بالعمل، بينما نرى العكس من ذلك في حالة القوام غير السليم حيث يشعر الفرد فيها بنقص الثقة بالنفس والاكنتاب والخموم مما ينعكس ذلك على علاقاته واتصالاته واتجاهاته نحو أفراد المجتمع الذي يعيش فيه . (17 : 24) .

وللقوام الأثر الواضح على الصحة من خلال التواصل الحي نحو تحقيق المظاهر الحركية الايجابية مع الارتباط بقانون الاقتصاد في الحركة، عكس ما يظهره القوام غير السليم من تغيرات ميكانيكية عند الأداء مع تشتت القوى في مسارات جانبية لا تتطابق مع تكنيك الأداء المطلوب، ولقد كان لعامل الاختصاص والخبرة الأثر الواضح الذي حدد التوجه نحو دراسة القوام كبناء هيكلي يضمن الاقتدار الفردي والجماعي والذي تطور بتطور العلوم والنظريات الفلسفية وخاصة منها التشريح والفسولوجي والبيوميكانيك وعلم النفس الرياضي وعلم الحركة، والقوام السليم يتطلب علاقة بين أجزاء الجسم المختلفة، فهو عبارة عن أجزاء مترابطة فوق بعضها البعض فهي كالمكعبات المترابطة في نظام دقيق إذا انحرفت هذه المكعبات عن وضعها الطبيعي أصيب الفرد بما يعرف بالانحناء او التشوه القوامي .

يشير محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995) الى أن العمود الفقري هو المحور المركزي في الجسم والعامل المشترك في جميع الحركات اليومية للإنسان، حيث يمثل الإنسان بالمكعبات المترابطة فوق بعضها البعض في نظام وبانحراف أي من هذه المكعبات عن وضعها الطبيعي

أصيب الإنسان بما يعرف بالتشوه الانحراف القوامي (14 : 27)

كلية علوم التربية البدنية والرياضة . جامعة الفاتح

الفقري هي التي تتحرف به عن المستوى الطبيعي وتفقدا لجسم توازنه فحسب بل أيضا قد ينحني العمود الفقري كله او بعض فقراته عن المتوسط للجسم محدثا جنف بالعمود الفقري ، وهذا الجنف يكون لأحد الجانبين مصحوبا بدوران أجسام الفقرات للجهة الأقل في الضغط (جهة تحذب القوس) وتبعد النتوءات الشوكية عن خط منتصف الظهر وتدور ناحية تقعر القوس ، وإذا أخذ العمود الفقري تقوس دائري جانبي لكل فقراته المتحركة او جزء منه

يمثل إحدى مناطق المتحركة تبدو عند مشاهدته من الأمام أو الخلف انحناء وميل لجانب واحد فقط اما لليمين او لليساار ،فهذا الجنف هو الجنف البسيط (8 : 42)

ويرى برايس روبرت Price ,Robert (1980) أن جنف العمود الفقري هو عبارة عن تدوير غير طبيعي على شكل انحناء لأحد الجانبين في العمود الفقري والذي يكون على شكل (C) إذا كان التحذب طويلا وفي اتجاه جانب واحد فقط من العمود الفقري او على شكل (S) برجع الانحناء الى اليمين او اليسار وفي أعلى الظهر والى الاتجاه المعاكس في أسفل الظهر (24 : 357) .

وتشير حياة عياد روفائيل وصفاء الخربوطلي (1991) بان هذا النوع من الجنف يظهر أثناء الحركة تحت تأثير الجاذبية الأرضية وهو انحناء بسيط لا يصل الى حد التشوه ،حيث يختفي من وضع التعلق او ثني الجذع للإمام ويمكن إصلاحه بالتمرنات العلاجية الإرادية ،ويرجع سببه الى ضعف النغمة العضلية للعضلات التي تحافظ على اعتدال القوام او عدم التوازن بين قوة العضلات على جانبي العمود الفقري فينحني الى جانب العضلات الأخرى (5 : 74) .

- مشكلة البحث :

أثبتت العديد من الدراسات العلمية انتشار التشوه والانحرافات القوامية المختلف عامة وجنف العمود الفقري خاصة بشكل كبير بين الأطفال والمراهقين ،فقد أكد ذلك كل من، معتز بالله حسانين (1987) ، ستايوسك وكوينسنزي Staszeusk & Kanieczne (1991)، مير Meer (1995) ، صفاء الدين الخربوطلي (2001)، صالح بشير سعد أبو خيط (2004). (16 : 34) (9 : 322) (7 : 42) .

وتشير الإحصائيات الصادرة من منظمة الأمم المتحدة الى أن الإصابة بجنف العمود الفقري تحدث بنسبة حوالي 5% بين أطفال العالم وان نصف هذه الحالات تظهر بين عمر (11 - 15) سنة (2 : 23) . ويرى الباحثان بان جنف العمود الفقري سواء كان وظيفيا ام بنائيا والذي قد يحدث بسبب فعل العادات الخاطئة القوامية ام البيئية ام الحالة النفسية ونوع المهنة وعيوب النمو والضعف العضلي العصبي، قد يتضاعف الى حد التشوه أن لم يكتشف في حينه ليشكل إعاقة للجهاز الحركي ،فضلا عن الاختلالات المصاحبة في بعض الأعضاء الداخلية للمصاب وخاصة في الجهاز التنفسي وما قد يطرأ عليها من مضاعفات غير صحية خطيرة ،فهو بذلك حالة مركبة من التشوه والمرض الذي يتطلب التشخيص المبكر والمعالجة السريعة.

وفي ضوء ذلك ركز الباحثان جهدهما في دراسة هذه المشكلة من خلال المسؤولية المناطة بهما في مجال تدريس مادة القوام لطلبة كلية التربية البدنية في جامعة الفاتح والمعاشة المستمرة على مدى سنوات طويلة لطلبة التربية العملية وملاحظة شكوى وتآلم العديد من الطلبة من خلال اتخاذ التلاميذ لبعض الأوضاع الميكانيكية الثابتة او المتحركة التي لا تتماشى مع الواقع الراهن لحالتهم القوامية وخاصة في منطقة العمود الفقري ، وهذا ما ينذر بوجود مشاكل قواميه وصحية لها تأثيرها السلبي الآني والمستقبلي ، الأمر الذي يستدعي الدراسة والبحث .

أهداف البحث :

1- التعرف على بعض المواصفات المورفولوجية المصاحبة لجنف العمود الفقري البسيط وقياسات المدى الحركي للعمود الفقري لدى التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري بالمرحلة الإعدادية بطرابلس

2- التعرف على اثر جنف العمود الفقري البسيط في بعض عناصر اللياقة البدنية لدى التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري بالمرحلة الإعدادية بطرابلس .

فروض البحث :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جنف العمود الفقري تبعا للتغيرات المورفولوجية المصاحبة وقياسات المدى الحركي للعمود الفقري بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط والتلاميذ الطبيعيين بالمرحلة الإعدادية بطرابلس.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قياسات عناصر اللياقة البدنية بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط والتلاميذ الطبيعيين بالمرحلة الإعدادية بطرابلس.

الدراسات السابقة:

1. دراسة عبد الحكيم الماعزي (2006) (11)

عنوانها (اثر التمرينات العلاجية على الانحناء الجانبي للعمود الفقري وبعض المتغيرات الوظيفية للمرحلة العمرية (13 - 15) سنة بمدينة الزاوية.

وقد كان هدف الدراسة، التعرف على اثر التمرينات العلاجية على الانحناء الجانبي للعمود الفقري وبعض المتغيرات الوظيفية للمرحلة العمرية (13 - 15) سنة بمدينة الزاوية، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة بلغ إجمالي حجم عينة الدراسة (15) تلميذاً، ومن أهم النتائج: توصلت الدراسة إلى أن برنامج التمرينات العلاجية له اثر ايجابي على تحسن زاوية الانحناء الجانبي للعمود الفقري، وأن برنامج التمرينات العلاجية أدى إلى تحسن بعض المتغيرات الوظيفية والمتمثلة بالسعة الحيوية ومعدل النبض.

2. دراسة يوسف لازم كماش وآخرون (2006) (19)

عنوانها (تأثير بعض التمرينات العلاجية على جنف العمود الفقري و بعض عناصر اللياقة البدنية للتلاميذ بأعمار 12-14 سنة). وقد كان هدف الدراسة: التعرف على تأثير بعض التمرينات العلاجية على جنف العمود الفقري و بعض عناصر اللياقة البدنية للتلاميذ بأعمار 12-14 سنة .

وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي على عينة الدراسة بلغ إجمالي حجم عينة الدراسة (24) تلميذاً ، ومن أهم النتائج: ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة يؤثر البرنامج التأهيلي المقترح ايجابيا في جنف العمود الفقري .

-أضح من نتائج البحث وجود تحسن في بعض عناصر اللياقة البدنية المستخدمة في البحث (التوازن - تحمل القوة - المدى الحركي الأمامي والخلفي - والمدى الحركي الأيمن والأيسر .

3. دراسة صالح بشير سعد أبو خيط (2004) (7)

عنوانها (استخدام أساليب علاجية متنوعة للانحناء الجانبي للعمود الفقري المكتسب وتسطح القدم الأحادي الوظيفي) .

وقد كان هدف الدراسة ، التعرف على استخدام أساليب علاجية متنوعة للانحناء الجانبي للعمود الفقري المكتسب وتسطح القدم الأحادي الوظيفي ،وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي،على عينة بلغ إجمالي حجم عينة الدراسة (800) تلميذا .

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن أسلوب التمرينات العلاجية والوسائل الصناعية ،قد اظهر تحسنا في الاختبار البعدي لصالح المجموعة الأولى المزدوجة الوسائل .

4. دراسة اشرف إحكام محمد (1999) (1).

عنوانها (تأثير برنامج بدني تأهيلي متنوع للمصابين بالانحناء الجانبي للعمود الفقري لتلاميذ التعليم الأساسي للسن م (8 - 15) سنة بنين .

وقد كان هدف الدراسة، تحديد درجات الانحناء الجانبي وتأثير البرنامج العلاجي المقترح على الانحناء الجانبيين،وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي .

على عينة الدراسة بلغ إجمالي حجم عينة الدراسة (61) تلميذا بالحلقة الأولى و(105) بالحلقة الثانية، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ارتفاع نسبة الإصابة لتلاميذ الحلقة الثانية عن الحلقة الأولى .

أن تأثير البرنامج على الحلقة الأولى أكثر فاعلية عن الحلقة الثانية مع وجود تحسن في جميع مراحل المتغيرات قيد البحث .

5. دراسة حكيم أديب النوري (1999) (4):

عنوانها (تأثير برنامج تأهيلي في تقويم تشوه الانحناء الجانبي للعمود الفقري وبعض الاختلالات المصاحبة للتلاميذ بأعمار 13 - 15 سنة).

وكان هدف الدراسة، التعرف على تأثير البرنامج التأهيلي لتقويم تشوه الانحناء الجانبي في العمود الفقري والاختلالات المصاحبة من خلال بعض المؤشرات القوامية والبدنية على عينة البحث،وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة بلغ عددهم الإجمالي (24) تلميذاً، ومن أهم النتائج هي: أثر البرنامج إيجابياً على المصابين بالانحناء الجانبي للعمود الفقري وإرجاع بعض الوظائف للعمود الفقري المتأثرة بالانحناء الجانبي إلى حالتها الطبيعية، وأظهرت النتائج انتشار التشوهات والانحرافات القوامية بكل أنواعها بين تلاميذ الإعدادية.

6. دراسة سليمان علي حجر ومحمد قدري بكري (1984)(6):

عنوانها (دراسة مقارنة للانحناء الجانبي للعمود الفقري بين تلاميذ المدينة والقرية في سن 12 - 15 سنة). وكان هدف الدراسة، التعرف على نسبة انتشار الانحناء الجانبي للعمود الفقري بين تلاميذ كل من المدينة والقرية للأعمار من 12 - 15 سنة، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وقد بلغ إجمالي حجم عينة الدراسة (600) تلميذاً،ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي إن نسبة المصابين بالانحناء الجانبي للعمود الفقري بين تلاميذ عينة البحث هي اقل من نسبة غير المصابين في كل من المدينة والقرية. وأظهرت

النتائج أن نسبة المصابين بالانحراف الجانبي للعمود الفقري بين تلاميذ المدينة تزيد عن المصابين لدى تلاميذ القرية.

إجراءات البحث

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من بين تلاميذ المرحلة الإعدادية بأعمار (12 - 15) سنة من (مدرسة شباب الفاتح ، ومدرسة الفتح للبنين) بمدينة طرابلس للعام الدراسي 2006 - 2007 ف البالغ عددهم (28) تلميذاً من المصابين بجنف العمود الفقري البسيط ضمن الدرجة الأولى ذو منحى واحد الى الجانبين على شكل الحرف (C)، وقد تم اكتشاف بعض التلاميذ مصابين بتكلس عظمي وتصلب مفصلي في منطقة العمود الفقري، مما تطلب استبعادهم وكان عددهم (8) تلاميذ، ومن التلاميذ الطبيعيين والبالغ عددهم (20) تلميذاً وبذلك تكون العينة النهائية (40) تلميذاً.

وقد قام الباحثان بإيجاد التجانس بين أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات الأساسية المتمثلة

(بالعمر والطول والوزن) وكما هو موضح في الجدول رقم (1)

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث

ن = 40

| المتغيرات | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | معامل الالتواء |
|-----------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------------|
| العمر | سنة | 13.850 | 0.813 | 14.000 | 0.296 |
| الطول | سم | 162.950 | 6.669 | 162.500 | 0.160 |
| وزن | كجم | 58.300 | 9.166 | 58.000 | 0.224 |

يتضح من نتائج جدول (1) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (0.160) كأقل قيمة، (0.296) كأكبر قيمة، وهي بذلك تنحصر ما بين (+3 ، -3) وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث وأنهم يمثلون المجتمع الأصلي تمثيلاً حقيقياً وصادقاً.

- وسائل جمع البيانات :

استخدم الباحثان بعض الأجهزة والأدوات وسيلة لجمع البيانات وهي كالاتي :

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول لأقرب 2/1 سم
- ميزان طبي معايير لقياس الوزن لأقرب 2/1 كجم
- جهاز وود روف لتحديد وقياس جنف العمود الفقري
- شاشة المربعات..... لقياس الانحناءات الجانبية للجسم

- صندوق خشبي بارتفاع 40سم..... لقياس المرونة

- مسطرة قياس مدرجة - ميزان بناء مائي

- شاقول بناء - ساعة توقيت اليكترونية

- شريط قياس متري - سجلات المدرسة لتحديد أعمار التلاميذ.

- استمارات تسجيل النتائج - كادر مساعد.

- القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث :

- القياسات المورفولوجية :

الطول ، الوزن ،جنف العمود الفقري .

القياسات والاختبارات :

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول :

هو عبارة عن قائم مثبت عموديا على حافة قاعدة خشبية ويبلغ طول القائم (250) سم ،بحيث يكون الصفر في مستوى القاعدة، ويوجد حامل مثبت أفقيا على القائم بحيث يكون قابل للحركة للأعلى وللأسفل، ولقياس الطول يقف التلميذ على القاعدة الخشبية وظهره مواجه للقائم بحيث يلامس التلميذ من ثلاثة مناطق وهي المنطقة الواقعة بين لوجي الكتف وابعد نقطة من الخلف وابعد نقطة لسمانة الساق مع شد الجسم للأعلى والنظر للإمام ثم يتم إنزال الحامل حتى يلامس الحافة العليا للججممة ،والرقم الموجه للحامل هو طول التلميذ (26 : 78).

- قياس وزن الجسم:

لقياس وزن الجسم يستخدم ميزان طبي معاير ،بحيث يقف التلميذ في منتصف قاعدة الميزان وتسجل الدرجة التي يقف عندها المؤشر على أن يكون التلميذ مرتديا شورت قصير (26 : 55).

- قياس جنف العمود الفقري:

تم قياس جنف العمود الفقري باختبار وود روف (Wood ruff)، وهو عبارة عن برواز من الخشب ارتفاعه (200) سم وعرضه (50)سم، ويرتكز على قاعدة خشبية بها تسعة ثقوب بينها مسافات متساوية (4/3 بوصة) ليبر من خلالها خيوط راسية على الأرض على إن يكون الخط الأوسط من الخيوط التسعة بلون مخالف للخيوط، ثم يوضع الجهاز مواجهاً للحائط على بعد (180) سم ويرسم على الحائط خط عمودي على الأرض بعرض (5) سم وارتفاع (6) قدم ،ويمتد من نقطة سقوط هذا الخط على الأرض خط آخر يكون مع الخط المرسوم على الحائط زاوية قائمة ويمتد الخط على الأرض ليصل إلى الخط المنصف للجهاز والمحدد بلون مختلف ،ثم توضع علامة على الخط المرسوم على الأرض تبعد عن الحائط مسافة (3) قدم وعرضها (1.5)سم ،يقف التلميذ بين الحائط والجهاز على العلامة الموجودة على بعد (3) أقدام مواجهاً للجهاز بالجانب المحدد عليه النقاط السابقة .

- ويتم معرفة جنف العمود الفقري بواسطة تحديد نقاط بالقلم الفلوماستر على فقرات العمود الفقري بمناطقه (العنقية، الظهرية، القطنية، العجزية، العصعصية) وعلى الحرف السفلي لعظم اللوح والوقوف مواجهة للجهاز

بالظهر على إن ينصف الخط الوسط للجهاز الجسم، ويجب إن يمر هذا الخط مستقيماً على النقاط الموضحة لفقرات العمود الفقري، وإذا انحرف في أي منطقة من مناطق العمود الفقري نحو احد الجانبين فان هذا يعتبر جنف بهذه المنطقة، وقد يحصل هذا الجنف في أكثر من منطقة أيضاً، ويؤكد على وجود الجنف الخط الواصل بين الطرفين السفليين لعظم اللوح والذي يجب إن يكون أفقي وموازي للأرض.

- إما مسافة سقوط الكتف فيتم تحديدها من خلال الوضع السابق نفسه بعد إن يتم تحديد الخط الأفقي للجهاز والذي يقع على مستوى ارتفاع الكتفين، ففي حالة ارتفاع احد الكتفين وسقوط الكتف الأخر فيمكن إما حساب مسافة ارتفاع الكتف عن خط الأفقي الذي يتم تحديده أو حساب سقوط الكتف الأخر عن الخط الأفقي (5 :

(116) (2 : 32)

قياس زوايا العمود الفقري:

تم استخدام شاشة القوام (Posture Screen Test) لقياس جنف العمود الفقري (قياس الانحناءات الجانبية للجسم)، وهي عبارة عن مستطيل من الزجاج (200 × 180) سم، مقسم إلى مربعات (5 × 5)، يقف التلميذ إمام المستطيل بحيث يلامسه بظهره على إن يكون الفاحص واقفا خلف الجهاز، ويعتمد التقويم في هذا الاختبار على تحديد نقاط معينة على الجسم منها :

- نقطتان على حلمتي الأذنين.
- نقطتان على راسي عظمتي العضد من أعلى .
- نقطتان على الحافتين العلويتين لعظم الحوض .
- نقطتان على راسي عظمتي الفخذ من أعلى .
- نقطتان في منتصف الركبتين .
- نقطتان في منتصف العقبين
- ويتضح جنف العمود الفقري للجانبين على شكل حرف C بالمنطقة الصدرية عند عدم توازن النقطتين المحددتين أعلى راسي عظمتي العضد، ويمرر الدارس مسطرة أفقية فوق أعلى عظمتي العضد ويضع علامة بالقلم الفلوماستر على اللوح الزجاجي ويقاس الفرق بين مستوى الكتفين (17 : 119) (27 : 136)

قياس مرونة العمود الفقري:

قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي:

من وضع الوقوف على مكعب المرونة، حيث يتكون من مقعد بدون ظهر ارتفاعه (40) سم ويثبت عليه مسطرة مدرجة مثبتة أفقياً، بحيث تكون الأرقام السالبة للأعلى، والأرقام الموجبة للأسفل، يثني التلميذ الجذع للإمام الأسفل دون إن يثني الركبتين، ويتم قياس المرونة لأقرب (2/1 سم).

- قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي بالثني للخلف :

من وضع الانبطاح على المقعد بتشبيك الذراعين خلف الصدر لأعلى قدر المستطاع وثبات (2 ث) ، وحساب المسافة لأقرب (2/1 سم)، من نهاية القفص الصدري وحتى سطح المقعد (18 : 115).

- قياس القوة العضلية :

- قياس قوة عضلات الظهر :

يتم القياس بواسطة جهاز ديناموميتر مثبت على قاعدة مناسبة للوقوف وبه مقياس مدرج ومثبت به سلسلة حديدية طولها يتراوح حوالي (60) سم، تنتهي بار حديدي يبلغ طوله من (50-55) سم، يتخذ التلميذ وضع الوقوف على القاعدة ثم يقوم بثني الجذع للإمام والأسفل ليقبض على البار الحديدي باليدين بالطريقة العكسية، أي تكون ظهر إحدى اليدين للخارج، ويجب إن تكون الركبتين مفردتين وإن يكون الرأس مع الجذع على استقامة واحدة (23 : 32).

- قياس قوة عضلات الرجلين :

يتخذ التلميذ وضع الوقوف على القاعدة ثم يقبض على البار الحديدي بكلتا اليدين بحيث يكون ظهرها اليدين للخارج، ثم يقوم التلميذ بثني الرجلين قليلا حتى يصل بالبار الحديدي فوق الفخذين، ثم يقوم التلميذ بمد الرجلين لأعلى لإخراج أقصى قوة ممكنة (26 : 292).

الاختبارات البدنية :

- عدو 30 متر

- الوثب الطويل من الثبات

- الجري في المحل لمدة 15 ثانية

- الجري المتعرج

- التوازن (19)

-الدراسات الاستطلاعية:

تم إجراء دراسة استطلاعية أولى في الفترة من 2007/1/29 حتى 2007/1/31 ف، على عينة قوامها

(8) تلاميذ من غير المختارين في عينة البحث، وذلك بهدف ما يأتي:

- التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة.

- تحديد الزمن الذي يستغرقه كل قياس.

- التعرف على أنسب ترتيب للقياسات والاختبارات.

- التعرف على الأسلوب الأمثل للحصول على أقصى درجة لجنف العمود الفقري.

- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثان وكيفية تلافيتها.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحثان بأجراء دراسة استطلاعية ثانية في الفترة من 2007/2/10 حتى 2007/2/15 ف، على

عينة وعددها (8) تلاميذ من المصابين بجنف العمود الفقري البسيط من مجتمع البحث وليس من عينة البحث،

وذلك بغرض استخراج المعاملات العلمية (الثبات - الصدق)، للمتغيرات الأساسية قيد البحث، وكما هو

موضح في جدول رقم (4).

جدول (2)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات الأساسية قيد البحث

ن = 10

| الصدق الذاتي | معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | الاختبارات |
|--------------|----------------|----------------|--------|---------------|--------|--|
| | | ع + | س2 | ع + | س1 | |
| 0.997 | 0.995 | 0.355 | 2.766 | 0.387 | 2.765 | زاوية جنف العمود الفقري |
| 0.939 | 0.883 | 0.181 | 1.741 | 0.220 | 1.738 | مقدار ميل الكتف |
| 0.904 | 0.819 | 0.221 | 1.569 | 0.223 | 1.564 | الفرق بين مستوى الكتفين |
| 0.915 | 0.839 | 1.452 | 35.867 | 1.696 | 35.567 | قوة عضلات الظهر |
| 0.927 | 0.860 | 1.372 | 52.413 | 1.488 | 52.123 | قوة عضلات الرجلين |
| 0.970 | 0.941 | 1.835 | -2.471 | 1.992 | -2.295 | مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي |
| 0.891 | 0.794 | 1.016 | 15.917 | 1.068 | 15.797 | مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي بالثني للخلف |
| 0.962 | 0.926 | 1.761 | 14.201 | 2.117 | 13.881 | التوازن |
| | | | | | | قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.632 |

يتضح من بيانات جدول (2) أن قيم معاملات الارتباطات بين التطبيقين الأول والثاني قد تراوحت بين (0.794) كأقل قيمة، و(0.995) كأكبر قيمة، وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 وبالبالغة (0.632)، وهذا ما يدل على ثبات الاختبارات المستخدمة في البحث، وتم إيجاد معامل الصدق الذاتي عن طريق استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات وهي بذلك تدل على أن الاختبارات صادقة فيما تقيس.

الإجراءات الإدارية:

قام الباحثان ببعض الإجراءات الإدارية بغرض إجراء التجربة وهي:

1. أخذ الموافقة من اللجنة الشعبية للتعليم بشعبية طرابلس.
2. أخذ الموافقة من مدرستي شباب الفاتح، والفاتح بالاستعانة بالتلاميذ لإجراء الدراسة الخاصة بالبحث داخل المدرسة.
3. أخذ الموافقة من أولياء أمور التلاميذ حول إجراء الاختبارات على التلاميذ عينة البحث
4. الحصول على كشف بأسماء الطلبة وجدول الحصص المدرسية الأسبوعية.

الدراسة الأساسية:

- قام الباحثان في الفترة من 1/3/2007 لغاية 1/4/2007 ف بإجراء القياسات الخاصة بالعمود الفقري المتمثلة في (زاوية جنف العمود الفقري، مقدار ميل الكتف، الفرق بين مستوى الكتفين، مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي، مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي بالثني للخلف، قوة عضلات الظهر، وقوة عضلات الرجلين، وإجراء بعض الاختبارات الخاصة بعناصر اللياقة البدنية المتمثلة (عدو 30 م، الوثب العمودي من الثبات، الجري في المحل لمدة 15 ثانية، الجري المتعرج، التوازن).

الإجراءات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل الارتباط البسيط
- اختبار (ت) الفروق بين المتوسطات. (15) .

- عرض النتائج :

بعد إتمام الإجراءات الإحصائية للبيانات الخاصة بالقياسات والاختبارات البدنية التي أجريت على عينة البحث تم جدولتها وكما يأتي :

جدول رقم (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومقاييس شكل التوزيع لدرجات قياس جنف العمود الفقري لدى التلاميذ المصابين بجنف العمود الفقري البسيط

ن = 20

| درجات قياس جنف العمود الفقري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | الالتواء | التفطح |
|------------------------------|-----------------|-------------------|--------|----------|--------|
| - زاوية جنف العمود الفقري | 2.718 | 0.315 | 2.710 | 0.244 | 0.872 |
| - مقدار ميل الكتف | 1.714 | 0.193 | 1.750 | 0.197 | 0.874 |
| - الفرق بين مستوى الكتفين | 1.541 | 0.231 | 1.540 | 0.442 | 0.915 |

يتضح من جدول رقم (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومقاييس شكل التوزيع لدرجات قياس جنف العمود الفقري ، والمتمثلة بزاوية جنف العمود الفقري ، مقدار ميل الكتف ، الفرق بين مستوى الكتفين لدى التلاميذ المصابين بجنف العمود الفقري .

جدول (3)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لفروق المتوسطات بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري والتلاميذ الطبيعيين في قياسات المدى الحركي للعمود الفقري ن = 40

| الاختبارات | المصابين بجنف العمود الفقري | | التلاميذ الطبيعيين | | الفرق بين المتوسطات | قيمة (ت) المحسوبة |
|------------|-----------------------------|-----|--------------------|-----|---------------------|-------------------|
| | س1 | ع + | س2 | ع + | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|-------|-------|--------|-------|--------|--|
| *7.569 | 2.692 | 1.112 | 38.560 | 1.452 | 35.867 | - قوة عضلات الظهر |
| *10.993 | 3.652 | 0.887 | 56.065 | 1.372 | 52.413 | - قوة عضلات الرجلين |
| *2.087 | 0.735 | 1.130 | -2.070 | 1.230 | -2.805 | - مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي |
| *7.885 | 2.538 | 0.877 | 18.456 | 1.016 | 15.917 | - مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي بالثني للخلف |
| قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.729 | | | | | | |

يتضح من بيانات جدول (3) وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري والتلاميذ الطبيعيين في قياسات المدى الحركي للعمود الفقري، وقوة عضلات الظهر والرجلين، لصالح التلاميذ الطبيعيين في المتغيرات كافة، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة (1.729).

جدول رقم (4)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لفروق المتوسطات بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط والتلاميذ الطبيعيين في الاختبارات البدنية

n=40

| مستوى الدلالة | قيمة ت | التلاميذ الطبيعيين | | المصابين بجنف العمود الفقري | | الاختبارات البدنية |
|--|---------|--------------------|--------|-----------------------------|--------|--------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| دال | *7.505 | 0.398 | 6.473 | 0.635 | 7.835 | - عدو 30 متر |
| دال | *10.932 | 0.609 | 1.190 | 0.857 | 0.987 | - الوثب الطويل |
| دال | *13.325 | 0.461 | 12.500 | 0.558 | 14.550 | - جري متعرج |
| دال | *9.578 | 4.965 | 51.850 | 3.990 | 37.650 | - الجري في المكان |
| دال | *14.612 | 0.847 | 18.480 | 1.761 | 14.201 | - التوازن |
| قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.729 | | | | | | |

يتضح من بيانات جدول رقم (4) وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط والتلاميذ الطبيعيين في كافة الاختبارات البدنية، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة (1.729).

- مناقشة النتائج :

بعد توصيف الحالة القوامية لعينة البحث والتعرف على درجات قياس جنف العمود الفقري لدى التلاميذ المصابين بجنف العمود الفقري البسيط، يذكر الباحثان ما أشار إليه عدد من الباحثين في هذا المجال، صفاء الدين الخربوطلي (2001)، محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995)، عن جامبورتييف، بأن كلما قلت زاوية التحذب الظهري عن المتوسط الطبيعي كان ذلك إشارة إلى زيادة جنف

العمود الفقري ، وكلما زادت زاوية المنطقة الصدرية كان ذلك إشارة لوجود انحراف تسطح الظهر (9 : 323) (14 : 174).

وهذا ما يوضحه الجدول رقم (2) الذي يوضح مقاييس شكل التوزيع لدرجات قياس جنف العمود الفقري لدى التلاميذ المصابين بجنف العمود الفقري البسيط ، والذي يؤدي الى زيادة العمل الحركي الخاطئ السلبي للعضلات حول العمود الفقري

ويؤكد بعض الباحثين الى انه من الصعوبة أن نجد احد الانحرافات منفردا فلا بد أن يصاحبه انحرافات أخرى قد تكون تعويضية ، حيث يؤثر جنف العمود الفقري على الفقرات الصدرية او الفقرات العنقية فتسقط للإمام نتيجة لضعف عضلات وأربطة الرقبة وقصر العضلات الأمامية للرقبة ، وهذا ما يؤدي الى حدوث ميل الكتفين واستدارة الظهر بصورة واضحة مقارنة بالإفراد الطبيعيين . (9 : 372) (12 : 48)

يتضح من جدول رقم (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع متغيرات البحث المتمثلة في (قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين، مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي بالثني للخلف، التوازن) بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري والتلاميذ الطبيعيين ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة (1.729). لصالح التلاميذ الطبيعيين، ويرجع ذلك الى التأثير السلبي لجنف العمود الفقري والذي يصاحبه قلة الحركة من قبل المصابين به ، وهذا الأمر يؤدي حتما الى التأثير السلبي على كفاءة الأقرص الغضروفية للعمود الفقري، والذي يدل على عدم استخدام أي نوع من أنواع التمرينات القصرية او الإرادية بمقاومة للعضلات المادة والمثنية للجذع وضعف العمل على تنمية القوة العضلية للعضلات على الجانب المحذب من الظهر، الأمر الذي يؤثر على مرونة العمود الفقري ، وتؤكد النتائج تأثر العضلات العاملة حول العمود الفقري خلف الظهر والمقابلة لها بالصدر والبطن وكذلك العضلات العاملة حول الكتفين حيث تتكمش عضلات خلف الظهر ، . وتؤدي بالتالي الى حصول التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط على مؤشرات منخفضة للمدى الحركي للعمود الفقري مقارنة بالتلاميذ الطبيعيين، هذا الى جانب ما أشار اليه محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995) من أن ذلك يؤدي الى ميل الكتفين التي تصاحب جنف العمود الفقري إضافة الى ضعف في عضلات منطقة أعلى الظهر وتباعدها بين عظمتي اللوح يصاحبه ضعف عضلات الحزام الكتفي الأمر الذي يؤدي الى ضعف القوة القصوى للكتفين (14 : 166)

يتضح من جدول رقم (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البدنية بين التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط والتلاميذ الطبيعيين ، وقد اتضح وجود تفوق واضح للتلاميذ الطبيعيين مقارنة بالتلاميذ ذوي جنف العمود الفقري ، فمن المعلوم بان تطبيق الحركات والتمارين له علاقة وثيقة بميكانيكية حركة العظام والمفاصل ويحتل العمود الفقري الدور الأساسي والمهم من بين الأجزاء العظمية بالجسم حيث يمد الجسم بمحور رئيسي كونه مرن ومتحرك يساعد في حفظ التوازن ، ولذلك فانه يتحمل اغلب العبء وثقل الجسم حيث انه من الرأس الى الحوض يقع العبء على العمود الفقري ، وان أهمية عمل العضلات والأربطة وأجهزة الجسم الأخرى المختلفة في الحفاظ على الاعتدال والاتزان القوامي (22 : 163).

وقد لاحظ الباحثان من خلال القياسات والاختبارات التي أجريها على عينة البحث بأنه ليس هناك ما يعيق تنفيذ التلاميذ لهذه القياسات والاختبارات البدنية سوى خروجهم عن النطاق الطبيعي عن المستوى السليم للجسم ،وقد حرص الباحثان على توفير عامل الهدوء والاستقرار أثناء إجراء الاختبارات ،الا إن المؤشرات المنخفضة التي حققها التلاميذ المصابين بجنف العمود الفقري كانت نتيجة لتأثر انحناءات العمود الفقري بسبب العلاقة الوثيقة بين نمو الانحناءات الطبيعية للعمود الفقري وميكانيكية عمل الجسم ،والذي ينتج عنه طريقة عمل خاطئة تؤثر بشكل مباشر على ميكانيكية الجسم فتؤدي الى حصول بعض الضغط على عظام ومفاصل الجسم وخاصة بين فقرات العمود الفقري ،والحوض والقدمين ،الأمر الذي يؤدي الى إرهاق العضلات وبالتالي الى تحقيق نتائج الاختبارات بشكل منخفض مقارنة بالنتائج التي يحققها التلاميذ الطبيعيين الخالين من الانحرافات القوامية .

- الاستنتاجات :

اعتماداً على ما توصل إليه الباحثان من نتائج، وفي حدود عينة البحث وطبيعة البحث أمكن التوصل للاستنتاجات الآتية:

- 1- تقل مؤشرات درجات جنف العمود الفقري عن المؤشرات الطبيعية لدى التلاميذ المصابين بجنف العمود الفقري البسيط بمدينة طرابلس .
- 2- بعض المواصفات المورفولوجية المصاحبة لجنف العمود الفقري تؤثر سلبياً على نتائج قياسات عضلات الظهر والرجلين لدى التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط
- 3- بعض المواصفات المورفولوجية المصاحبة لجنف العمود الفقري تؤثر سلبياً في المدى الحركي للعمود الفقري التلاميذ ذوي جنف العمود الفقري البسيط
- 4- بعض المواصفات المورفولوجية المصاحبة لجنف العمود الفقري تؤثر سلبياً في بعض عناصر اللياقة البدنية المتمثلة في (عدو 30 متر،الوثب الطويل من الثبات، الجري في المحل لمدة 15 ثانية، الجري المتعرج ، التوازن)

التوصيات :

1. الاهتمام بالاكشاف والعلاج المبكر لجنف العمود الفقري عن طريق معلمي ومدرسي التربية البدنية في المدارس.
2. الاهتمام بنشر الوعي القوامي بين التلاميذ من خلال توضيح العادات القوامية الصحية وبشكل خاص العمود الفقري.
3. ضرورة بث الوعي القوامي بين أولياء أمور التلاميذ والمربين عن طريق وسائل الأعلام والتوجيهات الصحية والأفلام التعليمية ومن خلال عقد ندوات لهم ودورات تثقيفية لأولياء الأمور ومعلمي التربية البدنية.
4. ضرورة عمل بطاقات صحية لتسجيل الحالة الصحية ومتغيراتها للتلاميذ مع الكشف الطبي بشكل دوري لهم.
5. إجراء دراسات مماثلة على المراحل العمرية الأخرى التي لم يسبق الدراسة عليها.

المراجع

- 1 أشرف أحكام محمد(1999) تأثير برنامج بدني تأهيلي متنوع للمصابين بالانحناء الجانبي للعمود الفقري لتلاميذ التعليم الأساسي للسن من (8- 15) سنة بنين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة.

- 2 حسن رمضان الو رفل(1996) اكتشاف التشوهات القوامية لدى رياضيي أندية محافظة بغداد باستخدام جهاز وودر وف المعدل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- 3 حسين احمد كازوز(2007) الانحناء تأثير برنامج مقترح باستخدام التمرينات العلاجية والتدليك لإعادة تأهيل المصابين بجنف العمود الفقري للتلاميذ بأعمار 10-12 سنة رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية البدنية ، جامعة الفاتح.
- 4 حكيم أديب النوري(1999) تأثير برنامج تأهيلي في تقويم تشوه الجانبي للعمود الفقري وبعض الاختلالات المصاحبة للتلاميذ بأعمار (13-15) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- 5 حياة عياد روفائيل (1991) اللياقة القوامية والتدليك الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 6 صفاء الخربوطلي
6 سليمان علي حجر (1984) دراسة مقارنة للانحناء الجانبي للعمود الفقري بين تلاميذ المدينة والقرية في سن 12-15 سنة، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد الأول، العدد 1، 2، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- 7 صالح بشير أبو خيط(2004) استخدام أساليب علاجية متنوعة للانحناء الجانبي للعمود الفقري المكتسب والتسطح القدم الأحادي الوظيفي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.
- 8 صفاء الدين الخربوطلي(2002) اللياقة القوامية والتدليك، دار الجامعيين للطباعة، الإسكندرية.
- 9 —(2001) المواصفات القوامية المصاحبة لجنف العمود الفقري البسيط والمركب وأثارها على الصفات البدنية للتلميذات بمرحلة البلوغ (12-14) سنة، مجلة نظريات وتطبيقات العدد 42، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية، تربية القوام، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 10 عباس الرملي (1981) زينب خليفة وعلي زكي
- 11 عبد الحكيم الماعزي(2006) اثر التمرينات العلاجية على الانحناء الجانبي للعمود الفقري وبعض المتغيرات الوظيفية للمرحلة العمرية (13 - 15) سنة بمدينة الزاوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية، جامعة السابع من إبريل، ليبيا
- 12 فريدة إبراهيم (1981) القوام، مطابع وزارة التربية، الكويت.
- 13 محمد أبو المجد
13 كورت ماينل(1987) علم الحركة، ترجمة عبد علي نصيف، جامعة بغداد.

- 14 محمد صبحي حسانين(1995) القوام السليم للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة.
محمد عبد السلام راغب
- 15 مصطفى حسين باهي(1998) الإحصاء التطبيقي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 16 معتز بالله حسانين(1987) دراسة مقارنة لبعض التشوهات القوامية لتلاميذ المرحلة السنية من (12- 15 سنة في البيئة الريفية والحضرية ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين ، الاسكندرية.
- 17 ناهد أحمد عبد الكريم(1986) أثر برنامج تمارين مقترح لعلاج انحرافات العمود الفقري على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة.
- 18 نجلاء إبراهيم جبر(1985) حرافات العمود الفقري للتلاميذ من 6-9 سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس.
- 19 يوسف لازم كماش (2006) تأثير بعض التمارين العلاجية على جنف العمود الفقري و بعض عناصر اللياقة البدنية للتلاميذ بأعمار 12-14 سنة، مجلة المؤتمر العلمي، كلية التربية البدنية، جامعة السابع من إبريل، ليبيا.
- 20 James, H, Rimmer(1994) Fitness and rehabilitation programs for Specialpopulations, W.C. Brown ben chard,.
- 21 Lars, Peterson, et al(1990) Sports injuries ,their pretention and treatment ,London ,
- 22 Meer, R, D,(1995) School screening for scoliosis mental retardation the raine uantitire measurement deformity of arthopedies, university of uterchtne the erlands,
- 23 Melvin, H, Williams(1996) Life time fitness and wellness, fourth edition, Personal choice, Brown and Benchmark publishers, u.s.a.
- 24 Price, Robert(1980) Physical education and physically handicapped child lepus book, London, .
- 25 Ranheim et al(1973) principles & methods of physical education,2nd ed ,saint – louis.
- 26 Shown Johnson(1984) The effect of aerobic dance program on the body Composition and maximal oxygen uptake, Res, Quart, Vol, No, 2,.
- 27 Staszewsk(1991) Evolution of the selected Anthropometric Parameters in girl with idiopathic scoliosis, Journal Article ,Poland &Konieczne

أثر التدريس بأسلوب النظم والمحطات متباينة المستويات على الأداء المهارى
والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية

أ.م.د/ الهادي أحمد عبد السيد

مشكلة البحث وأهميته:-

التدريس أحدى أهم الركائز الأساسية لعناصر المنظومة التعليمية لذا ظهرت العديد من أساليب التدريس الحديثة والمبتكر والمتنوعة، حيث أدرك أغلب المعلمين أنه من الصعب استخدام أسلوب واحد، نظراً لوجود الكثير من المتغيرات المؤثرة والمؤدية إلى ذلك فمنها على سبيل المثال (طبيعة الموقف التعليمي، نوعيه النشاط الممارس، المرحلة التعليمية، الأفكار المتاحة من وسائل التكنولوجيا التعليمية الحديثة).

لقد أشار كل من "هاني حسن، وعلى السيسي" (1994) أن تعدد وتباين قدرات المتعلمين بين مرحلة وأخرى يؤدي إلى تعدد مداخل المعلم للتدريس لأن معلم التربية البدنية مطالب بمعرفة قدرات واستعدادات ورغبات وميول تلاميذه وبالتالي إكساب أنسب الأساليب لإكسابهم الخبرة التعليمية. (130:25)

كما يوضح أحمد "اللقاني" (1996) أن اعتماد المعلم على أسلوب واحد في التعلم ليس بالضرورة أن يؤدي إلى تعلم جميع المتعلمين بنفس المستوى، ومن هنا فيجب على المعلم أن يستخدم العديد من أساليب التعلم، من أجل توفير مواقف تعليمية متنوعة ومناسبة لأكبر عدد ممكن من المتعلمين. (53:2)

ويوضح "سنجر" Singer (1988) أن الأداء الحركي هو نتاج التعاون والتكامل بين الجانب المعرفي والعمليات الحركية، فالمتعلم عندما يتعلم مهارة حركية فإنه غالباً ما يكتسب المعارف النظرية المرتبطة بها مما يساهم في زيادة فاعلية التعلم الحركي. (109:30)

ويذكر "صبحي حسنين وحمدى عبدالمنعم" (1997) أن المعرفة تكتسب من خلال عملية التعلم، وأنها تخزن بالذاكرة وتساعد في عمليات التفكير وهي أساس توجيه وتنظيم السلوك، كما أشار إلى أنه بالرغم من اكتساب المهارات يتوقف أساساً على طريقة التدريس وعلى الفرص المتاحة للتدريس عليها إلا أنها ترتبط بنوعية ما يقدم للمتعلم من معلومات ومعارف ومبادئ متصلة بها. (262:20)

وتضيف "قائزة شبل" (2001) أنه ليس من المعقول أن يمارس المتعلم النشاط ويتقنه دون خبرة من المعارف تساعده على ذلك وإن النواحي الحركية والمعرفية والانفعالية ليست منعزلة عن بعضها فالعلاقة قوية ووطيدة إن يرتبط كل منها بالآخر (31:16)

لذلك يجب على المعلم عند تخطيط درس التربية البدنية أن يضع في اعتباره اختيار أساليب تدريس متباينة بغرض توصيل المعلومات للتلاميذ، وتوفير التغذية المرتدة "Feed Back" وأساليب تقويم مناسبة، لا يأتي هذا للمعلم إلا بعد إلمامه بالقواعد الأساسية لاختيار أساليب التدريس المناسبة للموقف التدريسي ونشاط المتعلم.

وقد ظهر أسلوب النظم بعد الابتعاد عن النظام الكلي والاعتماد في العمل على النظم الفرعية بمفردها وتعزيز مركزها على حساب النظام الكلي، ف جاء أسلوب النظم ليربط بين الجزئيات الصغيرة والتي يكون فيها النظام الكلي لتصبح متفاعلة يمكنها تحقيق الأهداف المرسومة.

كلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح

والإمكانات والأجهزة والطرق والأساليب التي تتفاعل من أجل الوصول إلى هدف معين (69:9)

ويذكر "تام إسماعيل وآخرون" (1997) أن النظام يعني مجموعة من المكونات التي تعمل مع بعضها كوحدة متكاملة تربط بينها علاقات متبادلة تتداخل فيما بينها. (194:6)

وتذكر "عفاف عبد الكريم" (1994) أن أسلوب التدريس بالمحطات أصبح إستراتيجية تدريس هامة في التربية الرياضية، إذ أنها إذا استخدمت جيداً تعطي إطار عمل لتعلم الخبرات يفي بجميع وظائف التدريس، حيث يقرر المعلم الأعمال التي تؤدي نتيجة تخطيط سابق، ففي نظام التدريس بالمحطات تؤدي أعمال متنوعة في نفس الوقت ويلعب المعلم دوراً إدارياً ملحوظ فهو يعمل على الاحتفاظ بالعمل المنتج ويحدد وقت العمل من محطة للأخرى، لذلك يستخدم تدريس المحطات كإستراتيجية تدريس لأنها تعطي مرونة في انتقاء المحتوى حيث ينشط جميع التلاميذ لتأدية أعمالاً متنوعة، أما المحتوى المناسب والترتيبات الخاصة بالوقت في كل محطة

فيمكن أن يقررها المعلم أو التلميذ، كما أنه لا بد وأن ترتب البيئة بحيث يؤدي في الدرس عملاً أو أكثر في نفس الوقت.

فكل عمل منفصل يخصص له محطة في الملعب وينتقل التلاميذ للأداء من محطة إلى أخرى، ومن العوامل الصعبة في نظام التدريس بالمحطات هو الاحتفاظ بجودة الأداء في استجابات التلاميذ فإذا كانت جودة الأداء هي المطلوبة من العمل، فعلي المعلم أن يبحث عن طريقة متنوعة تجعل التلاميذ مسؤولين عن تحسين الأداء، لأنه من الصعب استخدام التدريس بالمحطات لتقديم مهارات جديدة للتلاميذ بسبب الوقت المحدد لتقويم العمل، فمن المهم أن تستغرق الأعمال المختارة وقتاً مساوياً لكل منها وتؤدي إلى دافعية ذاتية. (14:227:230) وقد لاحظ الباحث أثناء إشرافه على طلاب التدريب الميداني بالمدارس الإعدادية أن أكثر الطرق شيوعاً هي طريقة الشرح والنموذج ويعتمد المعلمين فيها على الكلمة المنطوقة والوصف اللفظي للمهارة الحركية إضافة إلى تقديم نموذج لها، مع توجيه بعض النقاط الهامة ويقوم التلاميذ بالأداء وفقاً لتعليمات المعلم، وهم بذلك لا يستندون إلى إستراتيجية عمل واضحة المعالم يحدد فيها الأهداف التعليمية التي ينتظر من التلاميذ تحقيقها، والدور الذي يؤديه التلميذ في كل موقف تعليمي.

لذلك وجد الباحث أنه لا بد من تبني أساليب مبتكرة في التدريس تكشف عن قدرات المتعلمين وتهيئة المناخ الملائم لتتميتها والاستفادة منها، حيث أن مداخل التدريس في التربية البدنية متعددة، وهناك اتجاه لاستخدام أنواع متباينة من طرق وأساليب التدريس الحديثة، وقد وجد الباحث أن دراسة كل من "هانم عبد الحميد" (1989) (24) "فاطمة عبد المقصود" (1990) (15) قد تناولت أثر أسلوب دوائر المحطات على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لبعض الألعاب، وأن أسلوب دوائر المحطات كما جاء في دارستها، هو عبارة عن عدة دوائر محطات كل دائرة تتكون من محطتين متتاليتين تعتبر دائرة محطات تشكل في مجموعها وحدة واحدة (123:24)، (100:99).

وانطلاقاً مما سبق ونظراً لخبرة الباحث في مجال طرق التدريس جاءت فكرة الباحث بإمكانية التدريس بمحطات ذات مستويات متباينة لنفس المهارة، حيث يمكن تفريد خبرة التعلم بوضع التلاميذ في محطات تراعي مستوى قدراتهم أثناء تعلمهم يدرس التربية البدنية، ويرى الباحث أن توصيل الأعمال في التدريس بالمحطات متباينة المستويات يشكل درجة صعوبة في أجزائه، حيث يتم تصميم عدة مستويات لتأدية المهارة في نفس الوقت، وتمثل المشكلة هنا في جعل كل تلميذ ينشط و بسرعة بعد أن يكون قد علم كيفية أداء المهارة داخل مستواها بكل محطة، وبالتكرارات المطلوبة، وذلك دون وضعه في دوامة من التوجيهات التي لا تفيد مباشرة، وقد وجد الباحث حل مشكلة تقديم العمل وذلك باستخدام ورقة بيان الأعمال ووضعها أيضاً في لوحات كبيرة أمام كل محطة، حيث تحتوي على كيفية أداء المهارة حسب كل مستوى والتغذية المرتدة (Feed Back) والمحك وكيفية تسجيل النتائج.

كما وجد الباحث أن معظم الأبحاث التي تناولت استخدام طرق وأساليب التدريس وقياس أثرها على المتغيرات المختلفة لم تتطرق أي منها وعلى حد علم الباحث لمعرفه أثر استخدام كل من أسلوب النظم وأسلوب المحطات متباينة المستويات على الأداء المهاري والتحصيـل المعرفي بدرس التربية البدنية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، مما دفع الباحث إلى إجراء هذا البحث كأحد المحاولات العلمية لتطوير ومعرفة أفضل الأساليب للتدريس درس التربية البدنية لتلاميذ الصف الثاني الإعدادي وأثر ذلك لرفع مستوى قدراتهم المهارية والمعرفية بدرس التربية البدنية.

وترجع أهمية هذا البحث في أنه يعتبر محاولة للتغلب على بعض جوانب القصور في تدريس درس التربية البدنية في المدارس الإعدادية، ولذلك فإن هذا البحث يهدف إلى تحديد أسلوب التدريس الأمثل في تعلم مهارات الأنشطة يدرس التربية البدنية لتلاميذ الصف الثاني الإعدادي.

أهداف البحث:-

يهدف هذا البحث إلى التعرف على:-

1. تأثير استخدام أسلوب النظم على الأداء المهاري والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية.
2. تأثير استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات على الأداء المهاري والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية.
3. نسبة التحسن للمجموعتين التجريبتين في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية.

فروض البحث:-

في ضوء أهداف البحث يفترض الباحث ما يلي:-

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (والمستخدمة أسلوب النظم) في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمهارات قيد البحث بدرس التربية البدنية ولصالح القياس البعدي.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (المستخدمة أسلوب المحطات متباينة المستويات) في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمهارات قيد البحث بدرس التربية البدنية ولصالح القياس البعدي.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمهارات قيد البحث بدرس التربية البدنية.
4. توجد فروق في نسبة التحسين المئوية بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الأداء المهاري والتحصيل المعرفي للمهارات قيد البحث يدرس التربية البدنية .

المصطلحات المستخدمة:-

أسلوب النظم (إجرائي):- " هو طريقة تحليلية للتخطيط تمكن القائم بها من تجميع العناصر أو الوحدات لتتحد في شكل أو آخر معتمدة على عمل منضبط ومرتب لعناصر النظام على أن يكون لها مدخل أو مراحل متعددة ومخرج واحد.

أسلوب المحطات متباينة المستويات (إجرائي):- " هو أسلوب تدريس يتكون من عدة محطات كل محطة ذات مستوى معين لتأدية المهارة وفيه يوزع المتعلمين على المحطات بالتساوي على أن يمد جميع

المتعلمين بكل مستويات المحطات التالية ويؤدو الأعمال حسب ورقة بيان العمل وتكراراته المسلمة للمتعلمين والمعلقة أمام كل محطة.

الدراسات المشابهة:-

دراسة "هشام مصطفى" (1986) (27) بعنوان "أثر استخدام أسلوب النظم في تعلم سباحة الصدر على ناتج التعلم" واستهدفت التعرف على مدى تأثير استخدام برنامج تعليمي بتطبيق أسلوب النظم لتعليم سباحة الصدر على ناتج التعلم، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم تجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد بلغ حجم العينة (42) اثنان وأربعون طالباً من الصف الثالث بكلية التربية الرياضية بالإسكندرية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسموا بالتساوي، وكان من أهم أدوات البحث البرنامج المقترح، وكان من أهم النتائج: تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب النظم في التعلم على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة الكلية الجزئية.

دراسة "فاطمة عبد المقصود" (1990) (15) بعنوان "أثر استخدام أسلوب دوائر المحطات في بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمستوي المهاري لكرة السلة"، وهدفت لتعرف على تأثير استخدام أسلوب دوائر المحطات على بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة، بلعبة كرة السلة ومستوي الأداء المهاري على الطالبات عينة البحث، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم تجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد بلغ حجم العينة (80) ثمانون طالبة من الفرقة الثالثة كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، تم اختيارهم بالطريقة العمدية العشوائية حيث تم تقسمهم إلى مجموعتين قوام كل منها (40) أربعون طالبة، وكان من أهم أدوات البحث البرنامج التعليمي المقترح ومجموعة الاختبارات البدنية والمهارية، وكان من أهم النتائج أن البحث أظهر تقدماً في عناصر اللياقة الخاصة بكرة السلة للمجموعة التجريبية التي طبق عليها أسلوب التعليم في دوائر محطات، في جميع الاختبارات المهارية.

دراسة "أحمد فاروق" (1990) (3) بعنوان "تأثير برنامج باستخدام أسلوب النظم على تعلم المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة" استهدفت التعرف على مستوى أداء وسرعة تعلم المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة باستخدام أسلوب النظم، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد بلغ حجم العينة (30) ثلاثون مبتدئي من الناشئين تحت (14) سنة وتم اختيارهم بالطريقة العمدية وقسموا بالتساوي، وكان من أهم أدوات البحث البرنامج التعليمي المقترح والاختبار المهاري، وكان من أهم النتائج إن البرنامج التجريبي باستخدام أسلوب النظم أدى إلى سرعة تعلم المهارات الأساسية الهجومية لكرة السلة بالمقارنة بالبرنامج التقليدي.

دراسة "يحي كامل" (1993) (28) بعنوان "تأثير برنامج باستخدام أسلوب النظم على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لطلاب الصف الأول بكلية التربية الرياضية بالمنيا" استهدفت التعرف على تأثير استخدام أسلوب النظم على طريقة أداء وسرعة تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد بلغ حجم العينة (54) أربعة وخمسون طالباً

ثم اختارهم بالطريقة العمدية وقسموا بالتساوي وكان من أهم أدوات البحث الاختيار المهاري وكان من أهم النتائج أن استخدام أسلوب النظم في التعلم المهاري يؤدي إلى ارتفاع مستوى الأداء للمهارات الأساسية في كرة القدم.

دراسة "هشام عبد الحلیم" (2001) (26) بعنوان "تأثير استخدام أسلوب النظم على مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية والتحصیل المعرفي في كرة اليد، استهدفت التعرف على تأثير أسلوب النظم على مستوى أداء المهارات قيد البحث والتحصیل المعرفي في كرة اليد ونسبة التحسن، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم تجريبي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد بلغ حجم العينة (60) ستنون طالباً من الصف الأول بكلية التربية الرياضية بالمنيا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسموا بالتساوي، وكان من أهم أدوات البحث مجموعة من الاختبارات البدنية واختبار التحصيل المعرفي واختبار الأداء المهاري، وكان من أهم النتائج أن أسلوب النظم كان أكثر تأثيراً على مستوى أداء المهارات قيد البحث ومستوي التحصيل المعرفي من الأسلوب التقليدي.

وقد استفاد الباحث من هذه الدراسات في اختيار عينة البحث وأدواته واختيار وتصميم أساليب التدريس قيد البحث وكذلك المنهج المستخدم والأسلوب الإحصائي المناسب.

خطوة وإجراءات البحث:- تحقيقاً للأهداف البحث واختباراً لفروضه اتبع الباحث الخطوات التالية:-

منهج البحث:- استخدام الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة هذا البحث وقد استعان بالتصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين مع إتباع القياس القبلي البعدي لكلا المجموعتين.

مجتمع وعينة البحث:- تم اختيار مدرسة ابن سينا الإعدادية بالزهراء بشعبية الجفارة نظراً لتوافر الملاعب والأدوات والإمكانات بها، كما أنها تقع تحت إشراف الباحث على طلاب التدريب الميداني، حيث تم اختيار تلاميذ الصف الثاني الإعدادي وذلك خلال العام الدراسي 2008/ 2009 والذين بلغ عددهم (249) مانتان وتسعة وأربعون تلميذاً وقام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها (60) ستنون تلميذاً بنسبة مئوية قدرها 24.10%، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين قوام كل منها (30) ثلاثون تلميذاً، وقد قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعتين في متغيرات السن، الطول، الوزن، الذكاء وبعض المتغيرات البدنية و هي (العدو 400م) من وضع البدء العالي- الوثب داخل الدوائر المرقمة- الجري المكوكي بين الحواجز الوثب العمودي لأعلى- رمي كرة طبية 4كجم- جري 600 باردة.

وبعض الاختبارات مهارية في كرة السلة (سرعة التمرير والاستلام في 20 ثانية- المحاوراة بالكرة- التصويب من الثبات- دقة التمرير باليدين- التصويب السلمي يمين ويسار) واختيار التحصيل المعرفي والجداول، (1)،(2)،(3) يوضحون النتيجة.

جدول (1)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في متغيرات السن والطول والوزن والذكاء ن-(60)

| المتغيرات | وحدة القياس | المجموعة التجريبية الأولى | | المجموعة التجريبية الثانية | | الفرق بين المتوسطين | قيمة (ت) |
|-----------|-------------|---------------------------|--------|----------------------------|--------|---------------------|----------|
| | | ع | م | ع | م | | |
| السن | شهر | 2.58 | 150.23 | 2.45 | 150.13 | 0.10 | 0.15 |

| | | | | | | | |
|------|------|------|--------|------|--------|------|--------|
| 0.33 | 0.16 | 1.82 | 146.27 | 1.91 | 146.43 | سم | الطول |
| 1.29 | 0.97 | 2.87 | 40.40 | 2.82 | 39.43 | كجم | الوزن |
| 1.60 | 1.66 | 4.54 | 67.47 | 3.24 | 69.13 | درجة | الذكاء |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.021

من الجدول (1) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في متغيرات والسن-الطول-الوزن-الذكاء، قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

جدول (2)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في المتغيرات البدنية قيد البحث (ن=60)

| قيمة ت | الفرق بين المتوسطين | المجموعة التجريبية الثانية | | المجموعة التجريبية الأولى | | وحدة القياس | المتغيرات |
|--------|---------------------|----------------------------|-------|---------------------------|-------|-------------|----------------------------|
| | | ع | م | ع | م | | |
| 1.31 | 0.17 | 0.53 | 8.27 | 0.45 | 8.10 | ثانية | العدو 40م |
| 1.57 | 0.72 | 0.57 | 8.57 | 0.32 | 8.79 | ثانية | الوثب داخل الدوائر المرقمة |
| 1.64 | 0.22 | 0.67 | 10.93 | 0.53 | 10.70 | ثانية | الجري المكوكي بين الحواجز |
| 0.74 | 1.07 | 5.27 | 23.57 | 0.77 | 22.50 | سم | الوثب العمودي لأعلى |
| 0.71 | 0.17 | 0.85 | 3.73 | 0.94 | 3.90 | م | رمي كرة طبية 4 كجم |
| 0.92 | 0.13 | 0.57 | 2.55 | 0.51 | 2.65 | دقيقة | جري 600 ياردة |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05، 2.021

من جدول (2) يتضح عدم وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه الاختبارات.

جدول (3)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث (ن=60)

| قيمة ت | الفرق بين المتوسطين | المجموعة التجريبية الثانية | | المجموعة التجريبية الأولى | | وحدة القياس | المتغيرات |
|--------|---------------------|----------------------------|-------|---------------------------|-------|-------------|--------------------------------|
| | | ع | م | ع | م | | |
| 1.29 | 0.37 | 1.09 | 7.70 | 1.09 | 7.33 | العدد | سرعة التمرير والاستلام في 30 ث |
| 0.38 | 0.07 | 0.70 | 27.94 | 0.72 | 27.87 | ثانية | المحاورة بالكرة |
| 0.30 | 0.063 | 0.82 | 0.77 | 0.79 | 0.83 | درجة | التصويب من الثبات |
| 0.30 | 0.10 | 1.30 | 6.03 | 1.28 | 5.93 | درجة | دقة التمرير باليدين |
| 0.61 | 0.13 | 0.84 | 1.30 | 0.77 | 1.43 | درجة | التصويب السلمي يماني |

| | | | | | | | |
|------|-------|------|------|------|------|------|---------------------|
| 0.48 | 0.097 | 0.76 | 0.67 | 0.77 | 0.57 | درجة | التصويب السلمي يسرى |
| 0.36 | 0.16 | 1.65 | 4.87 | 1.69 | 5.02 | درجة | التحصيل المعرفي |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.021

من جدول (3) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسيين القبليين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه الاختبارات.

وسائل جمع البيانات:

جمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي:

مجموعة الاختبارات وتشمل:

أولاً: اختبار الذكاء. ثانياً: اختبارات القدرات البدنية. ثالثاً: الاختبارات المهارية. رابعاً: اختبار التحصيل المعرفي.

أساليب التدريس المستخدمة في البحث:

أولاً: أسلوب النظم. ثانياً: أسلوب المحطات متباينة المستويات.

أولاً: اختبار الذكاء:

قام الباحث باختيار اختبار الذكاء إعداد "جابر عبد الحميد"، "عماد الدين سلطان" وذلك بناء على دراسة كل من "عصام الدين عزمي" (1998) (13)، "عثمان مصطفى" (1998) (11)، (2001) (12) ويختص هذا الاختبار بقياس الذكاء لتلاميذ المرحلة الإعدادية يحتوي على عدة أسئلة وعبارات تشمل (القدرة العددية- القدرة اللفظية تكلمه على عدد(9) إشكال- العمليات الحسابية- التفكير) وقد استبعد معد الاختبار الوحدة رقم (7) لأنه لم يتم تقننها، وقد أشار إلى أن استبعادها لا يؤثر على صدق الاختبار ككل، ولحساب المعاملات العملية قاما معدا الاختبار بتطبيقه على عينة من البنين قوامها (7704) من تلاميذ المدارس الإعدادية بنين وكانت هذه المعاملات على النحو التالي:

$$- \text{الصدق} = 0.78 \quad - \text{الثبات} = 0.86$$

ولكي يتم التأكد من صدق وثبات هذا الاختبار قام الباحث بتعيينه على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بلغ قوامها (30) ثلاثون تلميذاً وفي ذلك في الفترة من 2008/10/2، 2008/10/6. المعاملات العلمية لاختبار الذكاء:

1- الصدق:

لحساب صدق اختبار الذكاء قيد البحث استخدم الباحث صدق التمايز، وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من تلاميذ الصف الثاني الإعدادي إحداهما من ذوي المستوى المرتفع في الذكاء والآخر من ذوي المستوى المنخفض قوام كل منها (15) خمسة عشر تلميذاً ومن نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، والجدول (4) يوضح النتيجة:

جدول (4)

دلالة الفروق بين مجموعة المرتفعين ومجموعة المنخفضين

في اختبار الذكاء قيد البحث (ن=30)

| اسم الاختبار | المجموعة المرتفعة | المجموعة المنخفضة | قيمة (ت) |
|--------------|-------------------|-------------------|----------|
|--------------|-------------------|-------------------|----------|

| | | | | | |
|----------|------|-------|------|------|--------|
| المحسوبة | ع | م | ع | م | |
| 6.22 | 2.29 | 65.40 | 2.48 | 71.0 | الذكاء |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.701$

يتضح من جدول (4) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة المرتفعين ومجموعة المنخفضين في اختبار الذكاء قيد البحث والصالح مجموعة المرتفعين حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.90 مما يشير إلى صدق الاختبار في التمييز بين المجموعات المختلفة.
2- ثبات الاختبار:

لحساب الثبات استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق على عينة قوامها (15) خمسة عشر تلميذ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وبفارق زمني (3) ثلاثة أيام، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني

لاختبار الذكاء قيد البحث (ن=15)

| قيمة (ر) | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | اسم الاختبار |
|----------|----------------|-------|---------------|------|---------------|
| | ع | م | ع | م | |
| 0.90 | 2.53 | 69.67 | 2.48 | 71.0 | اختبار الذكاء |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.441$

ثانياً: اختبارات القدرات البدنية:

إن معامل الارتباط لاختبار الذكاء قيد البحث قد بلغ وهو دال إحصائياً مما يشير إلى ثبات الاختبار. قام الباحث باختيار اختبارات القدرات البدنية بناء على المراجع العلمية لكل من "محمد عبد الدايم"، "وصبحي حسانين" (1984) (21) "أحمد خاطر وعلي البيك" (1984) (6) "حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان" (1994) (17)، "صبحي حسانين" (1995) (19) والدراسات، "عصام الدين عزمي" (1498) (13)، "عثمان مصطفى" (1998) (11) (2001) (13)، أشرف حسني (2001) (4) تم عرضها على الخبراء وقد تمثلت هذه الاختبارات في (العدو (40)م الوثب داخل الدوائر المرقمة، الجري المكوكي بين الحواجز) الوثب العمودي لأعلى، رمي كرة طبية (4) كجم، جري 600 ياردة.

* المعاملات العلمية للاختبارات البدنية:

لحساب صدق وثبات الاختبارات البدنية قام الباحث بتتبعها على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بلغ قوامها (30) ثلاثون تلميذاً وذلك في الفترة من 2008/10/2 إلى 2008/10/6.

1- الصدق:

ولحساب الصدق استخدم الباحث صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات البدنية على مجموعتين من التلاميذ أحدهما من الممارسين للنشاط الرياضي والأخرى من غير الممارسين قوام كل منها (15) خمسة عشر تلميذاً والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

دلالة الفروق بين مجموعتين الممارسين وغير ممارسين في الاختبارات البدنية قيد البحث (ن=30)

| قيمة ت المحسوبة | مجموعة الغير ممارسين | | مجموعة الممارسين | | اسم الاختبار |
|-----------------|----------------------|-------|------------------|-------|----------------------------|
| | ع | م | ع | م | |
| 7.86 | 0.66 | 9.74 | 0.50 | 8.01 | العدو 40 م |
| 8.00 | 0.50 | 9.18 | 0.38 | 7.82 | الوثب داخل الدوائر المرقمة |
| 9.40 | 0.23 | 10.02 | 0.32 | 8.98 | الجري المكوكي بين الحواجز |
| 9.46 | 2.67 | 22.6 | 0.23 | 31.40 | الوثب العمودي لأعلى |
| 6.62 | 0.39 | 3.36 | 0.30 | 4.22 | رمي كرة طبية 4 كجم |
| 6.00 | 0.49 | 2.97 | 0.22 | 2.13 | جري 600 ياردة |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.701$

يتضح من جدول (6) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الممارسين والغير الممارسين في الاختبارات البدنية قيد البحث والصالح مجموعة الممارسين حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 ، مما يشير إلى صدق الاختبارات في التميز بين المجموعات المختلفة.

2- ثبات الاختبارات:

لحساب ثبات الاختبارات البدنية استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك على عينة قوامها (15) خمسة عشر تلميذاً وبفارق زمني (3) ثلاثة أيام والجدول (7) يوضح ذلك:

جدول (7)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني

في الاختبارات البدنية قيد البحث (ن=15)

وقد تمثلت هذه الاختبارات في (سرعة التمرير والاستسلام في (30) ثانية المحاور بالكرة، التصويب من الثبات) ودقة التمرير باليدين، التصويب السلمي يميني ويسري)

| قيمة (ر) | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | اسم الاختبار | |
|----------|----------------|-------|---------------|-------|----------------------------|---|
| | ع | م | ع | م | | |
| 0.87 | 0.713 | 7.71 | 0.50 | 8.01 | العدو 40م | 1 |
| 0.87 | 0.46 | 7.67 | 0.38 | 7.82 | الوثب داخل الدوائر المرقمة | 2 |
| 0.83 | 0.40 | 8.87 | 0.32 | 8.98 | الجري المكوكي بين الحواجز | 3 |
| 0.93 | 2.19 | 32.07 | 2.23 | 31.40 | الوثب العمودي لأعلى | 4 |
| 0.73 | 0.35 | 4.60 | 0.30 | 4.22 | رمي كرة طبية 4كجم | 5 |
| 0.84 | 0.08 | 2.04 | 0.22 | 2.13 | الجري 600 ياردة | 6 |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.441$

يتضح من جدول (7) أن معاملات الارتباط للاختبارات البدنية قيد البحث قد تراوحت ما بين 0.73 ، 0.93 وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات.

ثالثاً: الاختبارات المهارية:

قام الباحث باختيار الاختبارات المهارية بناء على المراجع العلمية "جابر رشاد" (1991) (7) "أبو النجاة عز الدين" (1999) (1) "عثمان مصطفى" (1998) (13) "خالد أحمد" (199) (8) تم العرض على الخبراء وقد تمثلت هذه الاختبارات في (سرعة التمرير والاستلام في 30 ثانية المحاورة بالكرة، التصويب من الثبات، دقة التمرير باليدين، التصويب السلمي يمني يسري) المعاملات العلمية للاختبارات المهارية:

لحساب صدق وثبات الاختبارات المهارية قام الباحث بتقنيها على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وقد بلغ قوامها (30) ثلاثون تلميذاً وذلك في الفترة من 2008/10/8 إلى 2008/10/11م. **1- الصدق:**

لحساب الصدق استخدم الباحث صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات المهارية على مجموعتين من التلاميذ أحدهما من الممارسين لنشاط كرة السلة والأخرى من غير الممارسين قوام كل منها (15) خمسة عشر تلميذاً والجدول (8) يوضح النتيجة:

جدول (8)

دلالة الفروق بين مجموعة الممارسين ومجموعة غير الممارسين في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث (ن=30)

| قيمة ت المحسوبة | مجموعة الغير ممارسين | | مجموعة الممارسين | | اسم الاختبار |
|-----------------|----------------------|-------|------------------|-------|-------------------------------|
| | ع | م | ع | م | |
| 20.31 | 0.52 | 8.53 | 0.74 | 13.40 | سرعة التمرير والاستلام في 30ث |
| 9.10 | 0.675 | 27.76 | 1.49 | 23.93 | المجاورة بالكرة |
| 12.02 | 0.774 | 0.80 | 1.51 | 5.53 | التصويب من الثبات |
| 9.58 | 1.36 | 6.00 | 2.25 | 12.73 | دقة التمرير باليدين |
| 21.24 | 0.79 | 1.07 | 0.52 | 6.47 | التصويب السلمي يمني |
| 17.32 | 0.640 | 0.533 | 0.94 | 5.80 | التصويب السلمي يسري |
| 18.34 | 1.76 | 4.40 | 2.70 | 20.20 | التحصيل المعرفي |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.701

يتضح من جدول (8) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الممارسين ومجموعة غير الممارسين في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي ولصالح مجموعة الممارسين حيث أن قيمة (ت)

المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 مما يشير إلى صدق الاختبارات في التمييز بين المجموعات المختلفة.

2- ثبات الاختبارات:

لحساب ثبات الاختبارات المهارية استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيق وذلك على عينة قوامها (15) خمسة عشر تلميذ وبفارق زمني (3) ثلاثة أيام، والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث (ن=15)

| قيمة (ر) | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | اسم الاختبار |
|----------|----------------|-------|---------------|-------|--------------------------------|
| | ع | م | ع | م | |
| 0.84 | 1.36 | 12.53 | 0.74 | 13.40 | سرعة التمرير والاستلام في 30 ث |
| 0.86 | 1.53 | 22.98 | 1.49 | 23.39 | المحاورة بالكرة |
| 0.87 | 1.22 | 6.07 | 1.51 | 5.53 | التصويب من الثبات |
| 0.91 | 2.19 | 11.73 | 2.25 | 12.73 | دقة التمرير باليدين |
| 0.76 | 0.51 | 6.60 | 0.52 | 6.47 | التصويب السلمي يميني |
| 0.87 | 1.01 | 5.20 | 0.94 | 5.80 | التصويب السلمي يسري |
| 0.95 | 2.76 | 21.80 | 2.70 | 20.20 | التحصيل المعرفي |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.441$

يتضح من جدول (9) أن معاملات الارتباط للاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث قد تراوحت ما بين 0.76، 0.95 وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات.

رابعاً: اختبار التحصيل المعرفي:

قام الباحث باختيار اختبار التحصيل المعرفي بناءً على دراسة "خالد أحمد" (1999) (9) حيث يهدف هذا الاختبار إلى معرفة معلومات تلاميذ المرحلة الإعدادية عن مادة كرة السلة ويحتوي على (32) اثنين وثلاثون مفردة شاملة لتاريخ اللعبة والقانون والمهارات الأساسية الخاصة بتلاميذ المرحلة الإعدادية ولقياس التحصيل المعرفي استخدم معد الاختبار أسلوب الاختيار من متعدد لمفردات الاختبار حيث يطلب من التلميذ رسم دائرة حول الحرف الخاص بالإجابة الصحيحة سواء كان (أ، ب، ج، د) في مكانه المحدد مع أهمية كتابة البيانات المطلوبة في ورقة الإجابة والتي تشمل الاسم والمدرسة والتاريخ والفصل علماً بأن زمن أداء الاختبار هو (25) خمسة وعشرون دقيقة، قد قام معد الاختبار بإيجاد المعاملات العلمية له على عينة مماثلة لعينة البحث وقد بلغ قوامها (30) ثلاثون تلميذاً وقام بإيجاد صدق وثبات الاختبار كالتالي:

- بلغ صدق الاختبار 0.92 وهو معامل ارتباط يشير إلى ثبات الاختبار.
- بلغ ثبات الاختبار 0.67 وهو معامل ارتباط يشير إلى ثبات الاختبار.

المعاملات العلمية لاختبار التحصيل المعرفي في البحث الحالي:

قام الباحث بحساب صدق وثبات اختيار التحصيل المعرفي وذلك بتقنيها على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وقد بلغ قوامها (30) ثلاثون تلميذاً وذلك في الفترة من 2008/10/13 إلى 2008/10/16.

1- صدق المحتوى:

قام الباحث بإيجاد صدق اختبار التحصيل المعرفي وذلك عن طريق عرض الاختيار على مجموعة من الخبراء عددهم (8) ثمانية خبراء من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية جامعة الفاتح بشرط حصولهم على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية البدنية، وذلك بغرض التعرف على مدى مناسبة هذا الاختبار للتلاميذ عينة البحث ومدى مناسبة الأسئلة للموضوعات التي يتناولها البحث وكذلك مناسبتها لمستوى التلاميذ عينة البحث وصحة وحدات الاختبار ومدى قياسها لما وضعت من أجله، وقد أشار الخبراء إلى مناسبة هذا الاختبار لموضوع وعينة البحث وقد بلغت نسبة اتفاق الخبراء حول مناسبة هذا الاختبار لموضوع وعينة البحث 81% من عدد الخبراء.

2- صدق التمايز:

ولحساب صدق التمايز استخدم الباحث طريقة تطبيق اختبار التحصيل المعرفي على مجموعتين من التلاميذ إحداهما من الممارسين لنشاط كرة السلة والأخرى من غير الممارسين وقد بلغ قوام كل منها (30) خمسة عشر تلميذاً والجدول (8) يوضح النتيجة.

3- الثبات:

ولحساب ثبات اختيار التحصيل المعرفي استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختيار وإعادة تطبيقه على عينة قوامها (30) ثلاثون تلميذاً وبفارق زمني قدره (3) ثلاثة أيام، والجدول (9) يوضح النتيجة.

أساليب التدريس المستخدمة في البحث:

أولاً: أسلوب النظم:

قام الباحث باستخدام أسلوب النظم وذلك للمجموعة التجريبية الأولى حيث يتضمن تصميم الموقف التعليمي وفق مدخل النظم للمراحل التالية:

1- مرحلة التخطيط: ويتم فيها ما يلي:

أ- تحديد الأهداف: لتحديد نواتج التعلم المرغوب فيها سواء كانت أهدافاً معرفية أو وجدانية أو مهارية وهذه الخطوة تتطلب من المصمم (المعلم) ما يلي:

(1) الإلمام بالأهداف المعرفية والوجدانية والمهارية للموقف التعليمي.

(2) الإلمام بكيفية صياغة الأهداف.

(3) اكتساب مهارة تقويم الأهداف السلوكية ومعرفة مدى مطابقتها للأهداف العامة.

(4) الإلمام بخصائص المتعلمين.

ب- اختيار وتحديد المواقف التعليمية:

ويتم اختيار وتحديد المواقف التعليمية التي تحقق الأهداف التي حددت في الخطوة الأولى حيث يتم تحديد عناصر وأهداف الموقف ثم تنظم طبقاً لتسلسل الأهداف بالإضافة إلى الاستراتيجيات ومصادر التعلم التي تحقق تفاعل المتعلم مع عناصر الموقف وتتطلب هذه الخطوة ما يلي.

(1) معرفة المصمم المعلم باستراتيجيات التدريس المتنوعة والمناسبة للموقف.

- (2) معرفة العلاقة بين الأهداف والأنشطة في الموقف التعليمي.
 (3) معرفة المصادر التكنولوجية التي تزيد من الاستفادة من الموقف التعليمي.
 (4) استخدام أساليب التقويم المناسبة.

2- مرحلة التنفيذ/ التطبيق:

وفيها يوضع ما تم تحديده في مرحلة التخطيط موضع التنفيذ حيث تتم تهيئه المواقف التعليمية وإتاحة الفرص للمتعلمين أن يتعلموا، ويتوقف نجاح الموقف على مدى استجابة المتعلمين له، وتتطلب هذه المرحلة المعلم من المهارات التالية:

- أ- ممارسة العلاقات الإنسانية مع المتعلمين أثناء الموقف التعليمي.
 ب- اتخاذ القرارات التي يقتضيها الموقف التعليمي.
 ج- التوظيف المناسب لمصادر التعلم.

3- مرحلة التقويم:

ويتم فيها معرفة مدى ما تحقق من المنظومة التربوية وتشمل التقويم الذي يعطي نتائج وبيانات عن مدى تحقيق نواتج التعلم كتغذية مرتدة Feed Back لتساعد على تحديد مواطن القوة والضعف فيها (17: 204:206).

التخطيط للتدريس على مستوى الدرس الواحد وفق أسلوب النظم:

عندما يخطط المعلم للتدريس على مستوى الدرس الواحد فإنه يقوم بتحليله إلى مكوناته الصغرى ويحدد علاقة مفرداته ببعضها، والشكل الذي يمكن المعلم من التخطيط للتدريس في ظل أسلوب النظم يتضمن تحديد الهدف، تحليل العمل، وصف العمل، تنفيذ التدريس، التقويم، التغذية المرتدة وهذه هي الخطوات الأساسية التي استهدفت إليها نظرية النظم للتخطيط للمنهج الدراسي وتحويله إلى مجموعة من الدروس المتتابعة القابلة للتنفيذ، ولم تترك النظرية للمعلم مواجهة الخطوات الست السابقة بدون دليل بل قدمت دليل عملي كأساس علمي لبناء كل خطوة، فالنقطة الأولى على سبيل المثال وهي ؟؟؟؟ تحديد الهدف، تمر خلال ثلاث مراحل قبل اعتماد الهدف التعليمي، هذه المراحل هي (المدخلات، والتفاعل، والمخرجات).

ثانياً: أسلوب المحطات متباينة المستويات:

قام الباحث باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات وذلك للمجموعة التجريبية الثانية، حيث يتضمن سير العمل وفق هذا الأسلوب المراحل التالية:

- (1) يوزع التلاميذ على المحطات بالتساوي وبعد ذلك يتم تعيين رؤساء المجموعات.
- (2) يتم عرض الأعمال التي ستؤدي بكل مستوى داخل كل محطة أمام جميع التلاميذ.
- (3) بعد هذا التقسيم يتم توجيه الجماعات إلى أماكنها المختارة وعلى التلاميذ أن يمتثلوا للتعليمات الآتية:
 - أ- يخضع جميع التلاميذ لتعليمات المعلم ورئيس المجموعة وذلك دون أي اعتراض أو مناقشة.
 - ب- يلتزم كل تلميذ داخل المجموعة بالنظام والهدوء ومحاولة تنفيذ العمل كما هو مطلوب.
 - ج- منع القيام بأي نشاط غير مسموح به ومراعاة عوامل الأمن والسلامة.
 - د- قام الباحث بالإشراف على الممارسة التطبيقية لهذه التعليمات ومتابعتها وتقويمها من وقت لآخر عن طريق الملاحظة المستمرة.

4- في بداية تنفيذ التدريس بأسلوب المحطات متباعدة المستويات يتم البدء بكيفية أداء المهارة حسب النموذج المعد من المعلم ثم أداء نموذج عملي لشكل الأداء المطلوب داخل كل مستوى بكل محطة على أن يمر كل التلاميذ بكل المستويات المختلفة داخل كل المحطات طبقاً لما هو مطلوب بورقة بيان الأعمال، وذلك قبل الانخراط في تنفيذ الأعمال بالمستويات مما يتيح للمعلم إعطاء التعليمات لرؤساء المجموعات والتلاميذ في وقف واحد.

5- تنفيذ تدريس المحطات وذلك بالتمرين على المستويات المختلفة كل محطة حسب المستوى المحدد لها وبأدوات وأجهزة متنوعة وذلك لتنمية الذاتية لديهم وممارسة رؤساء المجموعات لمسئولياتهم مع مراعاة تبديلهم مع زملائهم حتى يتسنى للجميع ممارسة القيادة والتبعية.

6- يمارس التلاميذ نظام تبديل المجموعات حسب الزمن المحدد طبقاً لتعليمات المعلم.

7- توجد فترات راحة إيجابية أثناء تبديل المجموعات بين مستويات المحطات تسمح باستخدام التعليمات التربوية وتوصيل المعلومات للجماعة الواحدة أو لكل تلميذ قدرها (30) ثلاثون ثانية.

8- التوقف عن التمرين على تأدية المهارة يحدث فقط عند التبديل من محطة إلى أخرى.

9- يتم مراعاة مستوى أداء المهارة ومستوى العمل السابق وملاحق بكل محطة حسب المستوى المحدد لها وكذلك الظروف الجوية ومكان الدرس وعدد التكرارات داخل كل مستوى في كل محطة.

10- تم تحديد زمن الأداء في كل محطة بما يعادل أربعة دقائق ونصف للتبديل الإيجابي بين المجموعات وذلك بما يتناسب مع ما أشارت إليه "عفاف عبد الكريم" (1999)، حيث أشارت إلى أن الخبرات الميدانية أثبتت أن النسب زمن يستغرقه التمرين ففي دائرة المحطات هو من (4 . 6) دقائق، على أن تكون فترة الراحة بين المحطات من (30) ثانية حتى (2) دقيقتين وأثناء فترة الراحة يكون لدى المعلم الفرصة لتصحيح الأخطاء وإصدار التعليمات عن سير العمل حتى يتحقق الأثر التربوي لهذه الفترة (14:242).

التشكيل المنهجي والتنظيمي للتدريس بأسلوب المحطات متباعدة المستويات:

1- تم الأخذ في الاعتبار اختيار المستويات للمهارة الواحدة داخل كل محطة من حيث ترتيب الأدوات وكيفية العمل، حيث أن محور العمل هو تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية بين تلاميذ المدرسة.

2- تم اختيار مستويات الأداء للمهارة في كل محطة، بحيث يمكن أن ينفذها التلاميذ ذاتياً تحت إشراف المعلم أو رؤساء المجموعات والذين يتم تبديلهم مع زملائهم حتى يمارس الجميع نفس العمل.

3- تم اختيار الأدوات بكل مستوى داخل كل محطة وترتيبها بحيث يمكن للمعلم أن يتابع نشاط الفصل بأكمله.

4- تم التوزيع في المستويات داخل المحطات، لإثارة التشويق والبهجة ومحاولة دفع التلاميذ للأداء الأمثل ومحاولة تحدي قدراتهم.

5- تم تقسيم العينة إلى جماعات متجانسة بناءً على رغبتها في البدء من المحطة ذات المستوى المختار حيث تم مراعاة اختبار الأهداف التعليمية بحيث تتناسب المستوى المثالي لأداء التلاميذ، على أن يمر جميع التلاميذ يعد ذلك بجميع المحطات.

6- يؤدي التلاميذ المهارة الواحد تلو الآخر في المستوى داخل المحطة وبسرعة ودون توقف، وبذلك يمكن لكل تلميذ أن يؤدي المهارة بمستواها داخل المحطة ولأكبر عدد من المرات وتزداد كثافة الأداء بكل محطة من مستوى إلى آخر، ويصبح بذلك لكل جماعة محطة مستوى خاص.

7- يؤدي المهارة عدد من التلاميذ في نفس الوقت داخل مستوى المحطة الواحدة، وبذلك يكون لكل تلميذ الفرصة لمزيد من تكرار الأداء.

شروط المستويات المختارة داخل المحطات:

- 1- أن يسمح بتنفيذ المهارة المراد تعلمها في شكلها التوافقي الأولي على أن تكون خالية من الأخطاء العامة.
- 2- أن تكون المستويات المقدمة لتأدية المهارة في مستوى قدرات التلاميذ.
- 3- ألا تتعارض هذه المستويات المهارة المؤداة من ناحية التركيب الحركي.
- 4- أن تتناسب مع عمل المجموعات الفصلية عند التغيير من محطة لأخرى.
- 5- مراعاة الزمن اللازم لمستوى كل محطة حتى يتم تجنب التداخل والازدحام.
- 6- الابتعاد عن الجمل الحركية المركبة المعقدة.
- 7- إذا تم تقديم نشاط يهدف تثبيت المهارة فيمكن تكراره في كل المستويات بالمحطات المختلفة.
- 8- ضرورة الأداء بطريقة جيدة لأن المهم هو الأداء السليم وليس سرعة الأداء.
- 9- مراعاة عامل التدرج في الصعوبة لأي من المهارات والعمل المقترح لها بكل مستوى.
- 10- مراعاة التدريبات المختارة بكل مستوى لكل محطة بحيث لا يحدث تكتل داخل المستوى أثناء الأداء.
- 11- من الممكن أن يتم تقليل عدد المحطات في حالة المهارة الصعبة.
- 12- مراعاة ألا تؤثر محطة بمستواها في الأخرى بصورة سلبية أو عكسية.

* الإطار العام لتنفيذ أساليب التدريس قيد البحث:

- 1- قام الباحث بتحديد الأهداف المراد تحقيقها من خلال استخدام هذه الأساليب قيد البحث والتمثلة فيما يلي:
 - أ- إكساب التلاميذ مهارات المسك والاستلام، تنطيط الكرة، التميريرة الصدرية، التميريرة المرتدة، التميريرة الكتفية، التصويب بيد واحدة، التصويب باليدين التصويبية السليمة).
 - ب- إكساب التلاميذ المعلومات المعرفية المتعلقة بالمهارات قيد البحث.
 - ج- المساهمة في إكساب التلاميذ بعض الاتجاهات الإيجابية.
- 2- تم مراعاة الخصائص المميزة للتلاميذ عينة البحث (العمر والمستوى المهاري) حيث تم اختيارهم من تلاميذ الصف الثاني الإعدادي متوسط الخبرة.
- 3- قام الباحث بتحليل محتوى الوحدة الدراسية التي يتم تدريسها بمنهج التربية البدنية (البرامج التنفيذية) لتلاميذ الصف الدراسي الثاني فوجد أنه يتم تدريس وحدة دراسية في نصف العام الدراسي الأول ووحدة دراسية أخرى في نصف العام الدراسي الثاني، لذا فقد وقع اختيار الباحث على الوحدة الدراسية التي سيتم تدريسها في نصف العام الدراسي الأول، وقد كانت في بعض المهارات الأساسية في كرة السلة، وبواقع درسان أسبوعياً.
- 4- تم تحليل محتوى هذه المهارات وتحديد جوانب التعلم الخاصة بها وذلك بعد الرجوع إلى المراجع العلمية المتخصصة في مجال طرق التدريس كرة السلة وذلك من أجل تصميم المواقف التدريسية بكل من أسلوب النظم، وأسلوب المحطات متباينة المستويات واختيار الأدوات المناسبة.
- 5- قام الباحث بتصميم درس التربية البدنية في بعض المهارات الأساسية في كرة السلة، كما هي واردة بمنهج الصف الثاني الإعدادي لكل من المجموعتين التجريبية الأولى تم تصميم الدرس بطريقة

أسلوب النظم، والمجموعة التجريبية الثانية تم تصميم هذا الجزء لها بطريقة أسلوب المحطات متباينة المستويات، وقد قسمت هذه الدرس إلى (22) اثنين وعشرون درس تعليمي بواقع درسان أسبوعياً لكل مجموعة من المجموعتين زمن كل درس (45) خمسة وأربعون دقيقة، زمن الجزء الرئيسي به (20) عشرون دقيقة وفقاً لما هو متبع بالمدرسة، وبذلك استغرق تنفيذ هذه الدروس (11) إحدى عشر أسبوع وكانت مكونات الدرس كما يلي:

- الإحماء والإعداد البدني (20) دقيقة.
- الجزء الرئيسي والتعليمي والتطبيقي (20) دقيقة.
- الختام (5) دقائق.

التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية وذلك في الفترة من 2008/9/18 إلى 2008/9/21 وذلك لتقنين متوسط التكرارات اللازمة لأداء المهارات وحتى يتسنى للباحث وضع مستويات المحطات وقد قام الباحث بأخذ مجموعة تكرارات التلاميذ لأداء مستويات المهارة وذلك في الزمن المحدد للمحطة الواحدة وهو (4.5) أربعة دقائق ونصف تم جمع التكرارات لكل التلاميذ وعددهم (30) ثلاثون تلميذاً تم قسمت عدد هذه التكرارات على عدد التلاميذ، وبذلك حصل الباحث على متوسط تكرارات الأداء لمستويات المهارات قيد البحث، وتم وضع هذا المتوسط في محطة المستوى الثاني حيث تم تصميم محطة بمستوى أقل منه. ومحطتين أخريين بمستويين أعلى وذلك بدرجات صعوبة تشمل الزمن أو عدد تكرار الأداء أو المسافة أو الأدوات والأجهزة وذلك لمراعاة الفروق الفردية أثناء تقدم التلاميذ في عملية التعلم.

وقد قام الباحث بتصميم محطات التعلم بمستوياتها المختلفة بناء على المراجع العلمية "مختار سالم" (1991) (24) "عفاف عبد الكريم" (1999) (15) "محمد عبد الدائم وصبحي حسانين" (1999) (22) وبناء على الدراسات المرتبطة "عصام الدين عزمي" (1998) (13)، "عثمان مصطفى" (1998) (11). كما قام الباحث أيضاً بتصميم أوراق أسلوب النظم والتي تم إعدادها للتدريس من خلالها العينة قيد البحث بناءً على المراجع العلمية "زاهد أحمد" (1996) (9) محمد سعيد (1996) (18) "تمام إسماعيل" (1997) (7)، "عبد العظيم الفرجاني" (2000) (11) وبناءً على الدراسات المرتبطة "أحمد فاروق" (1990) (3) "يحي كامل" (1993) (28) "هشام عبد الحليم" (2001) (26).

خطوات سير التجربة:

القياس القبلي:

قبل البدء في تنفيذ التجربة قام الباحث بإجراء القياس القبلي لبعض مهارات كرة السلة قيد البحث ومستوى التحصيل المعرفي وذلك خلال الفترة من 2008/10/18 وفي 2008/10/20.

تنفيذ التجربة:

- قام الباحث بتنفيذ التجربة عقب القياس القبلي وذلك من 2008/10/22 وحتى 2009/1/25.
- قام الباحث باستخدام أسلوب النظم في تدريس مهارات كرة السلة قيد البحث في درس التربية البدنية وذلك للمجموعة التجريبية الأولى.
- كما قام الباحث باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات في تدريس مهارات كرة السلة قيد البحث في درس التربية البدنية وذلك للمجموعة التجريبية الثانية.

- تم تدريس المعلومات والمعارف الرياضية الخاصة لكل مهارة وذلك بشرحها للمجموعتين أثناء تدريس المهارات.
- تم الالتزام بمحتوى مهارات مناهج كرة السلة المحدد للصف الثاني الإعدادي وكذلك برنامج الزمني وفق ما هو وارد بالبرامج التنفيذية للمرحلة الإعدادية.
- كان زمن الجزء الرئيسي (التعليمي والتطبيقي) (20) عشرون دقيقة بالدرس مع الالتزام بباقي أجزاء الدرس (إحماء وإعداد بدني وختام) لكل من المجموعتين.
- قام بالتدريس لتلاميذ المجموعتين (طلاب التدريس الميداني) من طلبة كلية التربية البدنية بجامعة الفاتح- وحتى إشراف الباحث.

القياس البعدي:

يعد انتهاء المدة المحددة لتنفيذ التجربة قام الباحث بإجراء القياس البعدي لمستوى التحصيل المهاري والمعرف للمهارات قيد البحث وبنفس الشروط التي تم إتباعها في القياس القبلي وذلك في الفترة من 2009/1/26 وحتى 2009/1/30 .

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، معامل الارتباط اختياري (ت)، نسبة التحسن. وقد ارتضى الباحث بمستوى دلالة 0.05.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج:

سوف يستعرض الباحث نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي:

- 1- الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث.
- 2- الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث.
- 3- الفروق بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية الأولى والتجربة الثانية في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث.
- 4- نسبة التحسن المئوية للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث.

جدول (10)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في الاختبارات المهارية

واختبار التحصيل المعرفي قيد البحث (ن=30)

| اسم الاختبار | متوسط القياس القبلي | متوسط القياس البعدي | الانحراف المعياري للفروق | متوسط الفروق | قيمة (ت) المحسوبة |
|-------------------------------|---------------------|---------------------|--------------------------|--------------|-------------------|
| سرعة التمرير والاستلام في 30ث | 7.33 | 11.63 | 1.74 | 4.30 | 13.50 |
| المحاورة بالكرة | 27.87 | 24.19 | 1.10 | 3.68 | 18.28 |

| | | | | | |
|-------|------|------|-------|------|----------------------|
| 18.99 | 3.90 | 1.13 | 4.73 | 0.83 | التصويب من الثبات |
| 13.06 | 7.10 | 2.28 | 13.03 | 5.93 | دقة التمرير باليدين |
| 20.03 | 4.07 | 1.11 | 5.50 | 1.43 | التصويب السلمي يميني |

| اسم الاختيار | متوسط القياس القبلي | متوسط القياس البعدي | الانحراف المعياري للفروق | متوسط الفروق | قيمة (ت) المحسوبة |
|-------------------------------|---------------------|---------------------|--------------------------|--------------|-------------------|
| سرعة التمرير والاستلام في 30ث | 7.70 | 12.27 | 1.61 | 4.57 | 15.52 |

| | | | | | |
|-------|-------|------|-------|------|---------------------|
| 12.72 | 3.63 | 1.56 | 4.20 | 0.57 | التصويب السلمي يسرى |
| 45.45 | 18.03 | 2.17 | 23.07 | 5.03 | التحصيل المعرفي |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.69$

يتضح من جدول (10) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في الاختبارات المهارية واختيار التحصيل المعرفي قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 .

جدول (11)

دلالة الفروق بين متوسطين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارات المهارية واختبار التحصيل قيد البحث (ن=30)

| | | | | | |
|-------|-------|------|-------|-------|----------------------|
| 15.41 | 3.98 | 1.41 | 23.97 | 27.94 | المحاورة بالكرة |
| 23.31 | 4.73 | 1.11 | 5.50 | 0.767 | التصويب من الثبات |
| 11.89 | 6.70 | 3.09 | 12.73 | 6.03 | دقة التمرير باليدين |
| 27.64 | 5.20 | 1.03 | 6.50 | 1.30 | التصويب السلمي يميني |
| 15.72 | 4.57 | 1.59 | 5.23 | 0.667 | التصويب السلمي يسري |
| 22.38 | 15.47 | 3.79 | 20.33 | 4.87 | التحصيل المعرفي |

يتضح من جدول (11) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسية القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارات المهارية واختيار التحصيل المعرفي قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 .

جدول (12)

دلالة الفروق بين متوسطي البعدين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبارات المهارية واختيار التحصيل المعرفي قيد البحث (ن=60)

| قيمة (ت) المحسوبة | المجموعة التجريبية الثانية | | المجموعة التجريبية الأولى | | التحصيل |
|-------------------|----------------------------|-------|---------------------------|-------|--------------------------------|
| | ع | م | ع | م | |
| 1.52 | 1.36 | 12.27 | 1.81 | 11.63 | سرعة التمرير والاستلام في 30 ث |
| 0.63 | 1.40 | 23.97 | 1.27 | 24.19 | المحاورة بالكرة |
| 3.88 | 1.20 | 5.50 | 1.01 | 4.73 | التصويب من الثبات |
| 0.43 | 2.88 | 12.73 | 2.40 | 13.03 | دقة التمرير باليدين |
| 5.58 | 0.51 | 6.50 | 0.82 | 5.50 | التصويب السلمي يميني |
| 2.87 | 1.28 | 5.23 | 1.37 | 4.20 | التصويب السلمي يسري |
| 4.28 | 2.90 | 20.33 | 1.86 | 23.07 | التحصيل المعرفي |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.021

يتضح من جدول (12) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبارات (التصويب من الثبات، التصويب السلمي يميني ويسري) وذلك لصالح المجموعة التجريبية الثانية، وفي التحصيل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية الأول حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 .

كما يتضح أيضاً أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبارات (سرعة التمرير والاستلام في 30 ث، والمحاورة بالكرة، دقة التمرير باليدين) حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من فيه (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 .

جدول (13)

نسبة التحسن المئوية للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في الاختبارات المهارية واختبار

التحصيل المعرفي قيد البحث

| اسم الاختبار | المجموعة التجريبية | نسبة | المجموعة التجريبية | نسبة |
|--------------|--------------------|------|--------------------|------|
|--------------|--------------------|------|--------------------|------|

| التحسين المئوية % | الثانية | | التحسين المئوية % | الأولى | | |
|-------------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| | متوسط القياس البعدي | متوسط القياس القبلي | | متوسط القياس البعدي | متوسط القياس القبلي | |
| 59.30 | 12.27 | 7.70 | 58.66 | 11.63 | 7.33 | سرعة التمرير والاستلام في 30ث |
| 14.21 | 23.97 | 27.94 | 13.20 | 54.19 | 27.87 | المحاورة بالكرة |
| 617.08 | 5.50 | 0.767 | 469.88 | 4.73 | 0.83 | التصويب من الثبات |
| 111.11 | 12.73 | 6.03 | 119.73 | 13.03 | 5.93 | دقة التمرير باليدين |
| 400.00 | 6.50 | 1.30 | 284.62 | 5.50 | 1.43 | التصويب السلمي يمين |
| 684.11 | 5.23 | 6.67 | 636.84 | 4.20 | 0.57 | التصويب السلمي يسرى |
| 317.45 | 20.33 | 4.87 | 358.65 | 23.07 | 5.03 | التحصيل المعرفي |

يتضح من جدول (13) وجود فروق في نسبة التحسن بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبارات (الرمية الحرة، التصويب السلمي يمين يسرى) لصالح المجموعة التجريبية الثانية، كما يتضح أيضاً وجود فروق في نسبة التحسن بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبار التحصيل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية الأولى.

ثانياً: مناقشة النتائج وتفسيرها:

يتضح من نتائج البحث في جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في الاختبارات قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، وهذا يشير إلى أن أسلوب النظم له تأثير إيجابي على تعلم بعض المهارات بالجزء الرئيسي يدرس التربية البدنية، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "محمد سعيد" (1996) (19) حيث أشار إلى أن أسلوب النظم يؤدي إلى تقدم ملحوظ في مستوى أداء المهارات الحركية. كما يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن أسلوب النظم قد أدى إلى حدوث تقدم نظراً لاستغلاله الوقت المخصص للجزء الرئيسي (التعليمي والتطبيقي) بالدرس في التطبيق الأمثل، كما أنه ساعد على جذب انتباه التلاميذ بشكله التنظيمي الخاص نظراً لما يتمتع به من ربط بين المهارات بعضها ببعض في ضوء التسلسل المنطقي لها مما أدى إلى سهولة تعلمها وإتقانها، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من "أحمد فاروق" (1990) (3) "يحي كامل" (1993) (29) حيث أشار إلى أن أسلوب النظم يساعد في اختصار الفترة التعليمية ويوفر الوقت والجهد المستخدم في عملية التعلم.

كما يعزو الباحث هذا التقدم الحادث في المجموعة التجريبية الأولى والتي استخدمت أسلوب النظم إلى أن هذا الأسلوب يتطلب أن يكون الأداء الفني لأي مهارة مرتبط بأداء مهارة أخرى معه أو عدة مهارات مما أدى إلى زيادة تثبيت وبقاء أثر التعلم للمهارات قيد البحث نتيجة لتعلم هذه المهارات بطريقة كلياً مرتبطة مع بعضها وتكرارها دون تعقيد في جمل حركية سهلة ومستمرة وبتسلسل منطقي مما أدى إلى حدوث تقدم نتيجة إلمام التلاميذ بالمهارات المتعلمة قيد البحث.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "يحي كامل" (1993) (28) "هشام عبد الحليم" (2001) (27) حيث أشار إلى أن التلميذ عند ما يكتسب الأداء الفني للمهارة لا بد وأن يربطه بأداء مهارة أخرى حتى يتم التثبيت وإن ترابط

المهارات أدى إلى بقاء أثر التعلم وزاد من فعاليته، كما أثار أيضاً إلى أنه بتطبيق أسلوب النظم أتاح تكوين جمل حركية بسيطة التطبيق أدت إلى تمكن المتعلم من تكرار الممارسة السليمة والمستمرة للمهارات، كما يتفق ذلك أيضاً مع ما أشار إليه "عبد العظيم الفرجاني" (2000) (15) حيث أشار إلى أن أسلوب النظم هو أفضل الطرق المتاحة في الوقت الحالي وأكثر فعالية في تنفيذ التدريس، ونجاحه يتوقف على تكييف المحتوى والطرق والأساليب وترتيب الوحدات في تتابع وتسلسل يبرز العلاقة التصاعديّة بين أجزاء الوحدة لتلائم الخصائص السيكولوجية للمجموعات المستهدفة، كما يتفق ذلك أيضاً مع ما أشار إليه "حسن علاوي"، "نصر الدين رضوان" (1994) (17) حيث أشار إلى تكرار الممارسة يحسن من مستوى الكفاءة في أداء المهارة، وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول جزئياً كما أشارت النتائج أيضاً في الجدول (10) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار التحصل المعرفي قيد البحث ولصالح القياس البعدي أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وهذا يشير إلى أن أسلوب النظم له تأثير إيجابي على التحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية، حيث يرى الباحث أن كثرة تكرار أداء المهارات مرتبطة مع بعضها البعض أدى إلى تكرار ذكر النواحي الفنية والقانونية مع كل موقف تعليمي طبقاً لأسلوب النظم مما أدى إلى استيعابها وبقائها لدى التلاميذ، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "هشام عبد الحكيم" (2001) (26) حيث أشار إلى أن أسلوب النظم قد ساعد على تذكر المادة المتعلمة وفهمها.

كما يرى الباحث أيضاً أن أسلوب النظم قد أدى إلى فهم التلاميذ للمهارات التي تعلموها فهما جيداً وبذلك ازدادت قدراتهم على التذكر المبني على الفهم نتيجة الربط بين المهارات في جمل مهارية، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "صبحي حسنين"، و"حمدي عبد المنعم" (1997) (20) حيث أشارا إلى أنه كلما ازداد إتقان المعارف النظرية وطرق تطبيقها أدى ذلك إلى تطوير وتنمية المستوى الرياضي إلى أقصى حد، كما يتفق ذلك أيضاً مع دراسة "هشام عبد الحليم" (2001) (26) حيث ذكر أن أسلوب النظم يشجع على التحليل العقلي للحركة مما ساعد المتعلمين على استعادة واسترداد المعلومة المعرفية أو الحركية عند الحاجة إليها.

كما يعزو الباحث أيضاً هذا التقدم الحادث إلى أن أسلوب النظم قد أتاح الفرصة للتعديل وفق طبيعة الموقف التعليمي والمشكلات التي تحدث أثناء عملية التدريس نظراً لما يتصف به من مرونة في تكوين الجمل الحركية، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "سامبات وآخرون Sampath and others" (1984) (29) حيث أشار إلى أن أسلوب النظم يضمن الاستعداد المسبق والاحتياط للمواقف الطارئة أثناء عملية التدريس، كما يتصف أيضاً بالمرونة التي تواجه المشكلات، كما يتفق ذلك مع ما أشار إليه "عبد العظيم الفرجاني" (2000) (10) حيث أشار إلى أن هذا الأسلوب يتسم بالمرونة في العمليات التي تكون النظام مما يتيح التعديل أثناء التطبيق وفق المتغيرات الطارئة، حيث يذكر أنه أثناء التطبيق غالباً ما تظهر نقاط حيوية تحتاج لقرارات حازمة وفورية، والنظام كفيل بتزويد القائم بالتطبيق سبل مواجهة هذه المفاجئات وتسهيل اتخاذ القرارات الجديدة بشأنها وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول كلياً.

كما أشارت نتائج البحث في جدول (11) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارات المهارية قيد البحث ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

ويعزو الباحث هذا التقدم الحادث لتلاميذ المجموعة التجريبية الثانية في المستوى المهاري إلى استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه "هانم عبد الحميد" (1987) (24) حيث أشارت إلى أن أسلوب المحطات أظهر تقدماً في المستوى المهاري، كما يعزو الباحث أيضاً التقدم الحادث إلى

أن هذا الأسلوب تضمن في تصميمه تأدية المهارة في عدة محطات كل محطة ذات مستوى يختلف عن الآخر، وقد مر جميع التلاميذ بجميع المستويات داخل هذه المحطات، وذلك تحت إشراف المعلم والذي كان الموجه الرئيسي لتحديد الوقت وإدارة العمل بمستويات المحطات وإعطاء التعليمات اللازمة لكل مستوى داخل كل محطة حسب احتياجاتها أثناء وبعد التبديل بين المجموعات، وإن التلاميذ قد اكتسبوا كيفية الأداء الجيد بأنفسهم دون التركيز على عامل سرعة الأداء فقط ويأشرف قليل من المعلم مما ساعده على التفرغ لتقويم تقدم التلاميذ، وأن هذا الأسلوب مناسب لقدرات أفراد المجموعة، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه "فاطمة عبد المقصود" (1990) (15) حيث أشارت إلى أنه من مزايا أسلوب المحطات الأداء بصورة جيدة لأن المهم هو الأداء السليم وليس سرعة الأداء، وأنه الأسلوب المناسب لكل فرد من أفراد عينة بحثها وأنه أدى إلى تقدم مستمر في المستوى المهاري.

كما يتفق ذلك أيضاً مع ما أشارت إليه "عفاف عبد الكريم" (1994) (14) حيث أشارت إلى أنه على المعلم أن يهتم بجودة الأداء، حيث يلعب دوراً إدارياً ملحوظاً في نظام التدريس بالمحطات فهو يعمل على الاحتفاظ بالعمل المنتج ويحدد وقت العمل من محطة لأخرى، فإذا تم تعليم التلاميذ مهارات العمل المستقبل فيكون لدى المعلم الحرية أما للتحرك من محطة إلى أخرى ليعطي تغذية مرتدة أو ينتظر عند أحد المحطات لتقديم عمل جديد للتلاميذ أو لتقديم بعض المساعدات الخاصة للأفراد، كما أشارت أيضاً إلى أن العمل في دائرة المحطات يؤدي إلى تحسين المهارات الرياضية وإنجاز الأنشطة إنجازاً صحيحاً، كما أشارت إلى أنه يوجد في نظام المحطات إمكانيات كثيرة لتحقيق الأهداف وتقويمها من حين لآخر أثناء فترات التبديل بين المحطات أو في نهاية الأداء للمهارة مع الاهتمام بالتشجيع والإصلاح.

كما يعزو الباحث هذا التقدم إلى وجود لوحة التعليمات أمام كل محطة والمدون بها عدد التكرارات وتعليمات الأداء والتي كانت بمثابة محك أو معيار استطلاع التلاميذ من خلاله تحدي وتقييم أنفسهم ومعرفة قوة أدائهم مما أدى إلى حدوث تقدم في تلك المهارات ويتفق ذلك مع ما ذكرته "عفاف عبد الكريم" (1999) (14) حيث ذكرت أن الأعمال التي تتضمن التقييم الذاتي تكون عادة ناجحة، ويمكن أن يعمل المعلم على تأكيد نجاحها إذا طلب من التلاميذ تسجيل تقدمهم فيما بعد عند تكرارها وبذلك يكون قد تحقق الغرض الثاني جزئياً.

كما أشارت النتائج أيضاً في جدول (11) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختيار التحصيل المعرفي قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

وهذا يشير إلى أن أسلوب المحطات متباينة المستويات له تأثير إيجابي على التحصيل المعرفي يدرس التربية البدنية، ويعزى الباحث هذا التقدم الحادث إلى وجود فترات الراحة البيئية أثناء التبديل بين المجموعات والتي كانت تصدر فيها التعليمات ومن بينها التعليمات الخاصة بالمعلومات المعرفية عن الأداء وقانونيته إضافة إلى وجود هذه التعليمات أيضاً أثناء إعطاء التغذية المرتدة "Feed Back" من المعلم وإن نظام العمل بأسلوب المحطات متباينة المستويات قد ساهم في تحقيق الكثير من الأهداف والتي منها الأهداف المعرفية، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه "عفاف عبد الكريم" (1994) (14) حيث أشارت إلى أن فترات الراحة في عمل الجماعات بالمحطات تسمح باستخدام المحادثات التربوية وتوصيل المعلومات للجماعة الواحدة أو لكل تلميذ وإن هذا النظام يوجد به إمكانيات كثيرة لتحقيق الأهداف وتقويمها من حين لآخر أثناء فترات التبديل بين المحطات أو بعد الأداء وبذلك يكون قد تحقق الغرض الثاني كلياً.

كما أشارت نتائج البحث في الجدول (12) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبارات (التصويب من الثبات، التصويب السلمي يمين ويسرى) وذلك لصالح المجموعة التجريبية الثانية (والتي استخدمت أسلوب المحطات متباينة المستويات)، وفي اختبار التحصيل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية الأولى (والتي استخدمت أسلوب النظم، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، كما يتضح أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبارات (سرعة التمرير والاستلام في 30ث، المحاور بالكرة، دقة التمرير باليدين) حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية.

ويعزو الباحث هذا التقدم الحادث في اختبارات (التصويب من الثبات، التصويب السلمي يمين ويسرى) للمجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت أسلوب النظم المحطات متباينة المستويات إلى أن هذا الأسلوب قد جاء متبايناً لتعلم هذه المهارات نظراً لما يحتويه من عدة محطات كل محطة ذات مستوى خاص بها وتختلف عن المحطات الأخرى داخل نفس الأسلوب، كما يرى الباحث أن هذه المهارات تعتبر من المهارات الصعبة على التلاميذ والتي تحتاج في تعلمها إلى دقة في أدائها وتصحيح مستمر للأخطاء، كما تحتاج في تعلمها أيضاً إلى العديد من الخطوات المتسلسلة حتى يتم الوصول بها إلى درجة الأداء الجيد، لذا جاء الأسلوب ليشابه تماماً طريقة تعلم هذه المهارات، فهذا الأسلوب أعطى الفرصة لكل متعلم أن يتعلم هذه المهارات حسب قدراته نظراً لأنه قد مر على كل محطة بمستواها ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "عفاف عبد الكريم" (1994م) (14) حيث أشارت إلى أن بعض أنشطة المحتوى يناسبها أكثر التدريس بنظام المحطات عن غيرها، كما يتفق ذلك أيضاً مع ما أشار إليه كل من "أحمد فاروق" و"هشام عبد الحليم" (2001) (26) حيث أشار إلى أن هذه المهارات تحتاج في تعلمها إلى عدة خطوات حتى يتم إتقانها، كما أنها تحتاج إلى الدقة والإتقان وهذا لم يتوفر في أسلوب النظم والذي استخدمته المجموعة التجريبية الأولى والذي يتضمن في بنيته الأساسية تعليم هذه المهارات ضمن مجموعة من المهارات الأخرى دون تركيز على أي مهارة بعينها.

كما يعزى الباحث التقدم الحادث في اختيار التحصيل المعرفي بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية ولصالح المجموعة التجريبية الأولى (والتي استخدمت أسلوب النظم) إلى أن هذا الأسلوب يتضمن أداء عدة مهارات مع بعضها مجتمعة ويتم تكرار هذه المهارات أكثر من المرات نتيجة لتكرارها مع مهارات أخرى وبتنظيمات أخرى وذلك في كل درس مما أدى إلى استيعاب التلاميذ لطريقة الأداء لكل مهارة وقانونيتها ونتيجة لتكرار شرح المعلم لهذه المهارات في كل مرة تأتي فرصة تكرارها وذكر المعلومات المعرفية المتعلقة بها مما أدى إلى استيعاب التلاميذ لها وبقاء أثرها في أذهانهم أكبر فترة ممكنة وسرعة استدعائها عند الحاجة إليها نتيجة للتأكيد عليها كلما حان تكرارها أثناء الأداء.

ويتفق ذلك مع ما أشارا إليه "صبحي حسانين" و"حمدي عبد المنعم" (1997) (20) حيث أشار إلى أنه يجب التأكيد على إمكانية استخدام التلميذ للمعارف والمعلومات التي سبق تعلمها في المواقف المتكررة، سواء كانت مماثلة تماماً للمواقف التي سبق تعلمها أو المشابهة لها وهذا ضروري لتحقيق تسلسل العملية التعليمية في المجال المعرفي، كما يتفق ذلك أيضاً مع ما أشار إليه "هشام عبد الحليم" (2001) (26) إلى أن استخدام أسلوب النظم ساعد على زيادة مستوى التحصيل المعرفي من الحقائق والمعارف والمعلومات التي تساعد على تذكر المادة المتعلمة وعلى فهمها وعلى تذكر أجزاء الحركة كي يساعد على استعادة واسترداد المعلومة المعرفية أو الحركية مرة أخرى عند الحاجة إليها.

كما يرى الباحث أن هذا لم يتوفر مع تلاميذ المجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت أسلوب المحطات متباينة المستويات مما أدى إلى عدم حدوث تقدم في الناحية المعرفية نتيجة لانشغال المعلم بإدارة المحطات وتوضيح أعمال المستوى بكل محطة مما أدى إلى صعوبة التركيز على النواحي المعرفية، كما يرى الباحث أن التلاميذ ركزوا انتباههم في كيفية الوصول إلى عدد التكرارات اللازمة لكل مستوى في كل محطة يمرون بها مما جعل تركيزهم على النواحي المعرفية أقل إضافة إلى ذلك ضيق الوقت المخصص للجزء الرئيسي بدرس التربية البدنية (20) عشرون دقيقة ومدة العمل بكل مستوى داخل كل محطة بالقسمة على هذا الوقت مما جعل الوقت المخصص لذلك صعب على المعلم في توصيله كل الأعمال المطلوبة وما يتعلق بها إلى التلاميذ، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه "عفاف عبد الكريم" (1994) (14) حيث أشارت إلى أنه من نقاط ضعف استراتيجيه التدريس بالمحطات أن التلاميذ لا يستطيعوا استخدام مصادر المعلومات استخداماً جيداً، كما أنه لا يمكن للمعلم أن يقضي الوقت المخصص للدرس في شرح العديد من الأعمال الإدارية، أما باقي الاختبارات وهي (سرعة التمرير والاستلام في 30 ث، المحاوره بالكرة، دقة التمرير باليدين) فلا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين وبذلك يتحقق الفرض الثالث.

كما يتضح من نتائج جدول (13) وجود فروق في نسبة التحسن بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختبارات (الرمية الحرة، التصويب السلمي اليمنى ويسرى) لصالح المجموعة التجريبية الثانية كما يتضح أيضاً وجود فروق في نسبة التحسن بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية في اختيار التحصيل المعرفي ولصالح المجموعة التجريبية الأولى.

حيث تراوحت نسبة التحسن للمجموعة التجريبية الأولى (مجموعة أسلوب النظم) ما بين (13.20% إلى 636.84%)، بينما تراوحت للمجموعة التجريبية الثانية (مجموعة أسلوب المحطات متباينة المستويات) ما بين 14.21% إلى 684.11%، بينما نجد أن نسبة التحسن في اختبارات التصويب من الثبات التصويب السلمي اليمنى ويسرى) قد جاءت كالتالي:

(469.88%، 284.62%، 636.84%) وذلك للمجموعة التجريبية الأولى بينما بلغت في المجموعة التجريبية الثانية في نفس الاختبارات كالتالي:

(617.08%، 400.00%، 684.11%) وبذلك نجد أن أعلى نسبة تحسن كانت في هذه الاختبارات للمجموعة الثانية، ويرجع الباحث هذا التحسن إلى استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات حيث أثر هذا الأسلوب إيجابياً على تعلم المهارات قيد البحث بدرس التربية البدنية ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "هانم عبد الحميد" (1978) (24)، "فاطمة عبد المقصود" (1990) (15) والتي أشارت إلى أن أسلوب المحطات أظهر تقدماً في المستوى المهاري.

بينما نجد أن نسبة التحسن في اختيار التحصيل المعرفي قد جاءت للمجموعة التجريبية الأولى (358.65%) بينما بلغت للمجموعة التجريبية الثانية (317.45%) وبذلك نجد أن نسبة التحسن الأعلى كانت للمجموعة التجريبية الأولى وهذا يشير إلى أن أسلوب النظم قد أثر إيجابياً في النواحي المعرفية أكثر من أسلوب المحطات متباينة المستويات ويتفق ذلك مع نتائج "هشام عبد الحلیم" (2001) (26) والتي أشارت إلى أن أسلوب النظم قد ساعد على تذكر المادة المتعلمة وفهمها وأنه يشجع استعادة واسترداد المعلومة المعرفية أو الحركية عند الحاجة إليها.

بينما نجد أن نسبة التحسن في اختبارات (سرعة التمرير والاستلام في 30 ث، المحاوره بالكرة، دقة التمرير باليدين) للمجموعة التجريبية الأولى قد جاءت كما يلي (58.66%، 13.20%، 119.73%) بينما بلغت

في المجموعة التجريبية الثانية كما يلي (59.35%، 14.21%، 111.11%) وهذا يوضح أن نسبة التحسن بين المجموعتين متقاربة ولن تتفوق أي المجموعتين على الأخرى في هذه الاختبارات وبذلك يكون قد تحقق الفرض الرابع.

الاستخلاصات

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية:

- أسلوب النظم له تأثير إيجابي على الأداء المهاري والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية.
- أسلوب المحطات متباينة المستويات له تأثير إيجابي على الأداء المهاري و التحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية.
- تفوقت المجموعة التجريبية الأولى والتي استخدمت أسلوب النظم على المجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت أسلوب المحطات متباينة المستويات في اختيار التحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية.
- تفوقت المجموعة التجريبية الثانية على المجموعة التجريبية الأولى في اختبارات (التصويب من الثبات، التصويب السلمي يمنى ويسرى) بدرس التربية البدنية.

التوصيات

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصي الباحث لما يلي:

- استخدام أسلوب النظم في درس التربية البدنية حسب طبيعة المهارات المتعلمة والموقف التعليمي.
- استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات في درس التربية البدنية حسب طبيعة المهارات المتعلمة والموقف التعليمي.
- الاهتمام باستخدام أسلوب النظم والمحطات متباينة المستويات في درس التربية البدنية لمراحل التعليم المختلفة، وكذلك مختلف الأنشطة الأخرى وتدريب الطلاب المعلمين ومعلمي التربية البدنية على هاذين الأسلوبين وإدخالهما ضمن مقرر طرق التدريس بكليات علوم التربية البدنية والرياضة.
- إجراء أبحاث متشابهة لمعرفة مدة فعالية أسلوب المحطات المتباينة المستويات قيد البحث باستخدام عينات وأنشطة ومراحل أخرى و متغيرات أخرى.

المراجع :-

- 1- أبو النجا عز الدين (1999) : فاعلية أسلوب التدريس بالاكشاف الموجه على المستوى المهاري يدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية بالمنيا.
- 2- أحمد حسين اللقاني (1996) : معجم المصطلحات التربوية المعرفية في المناهج وطرق التدريس، عالم الكتب، القاهرة.
- 3- أحمد فاروق خلف (1990) : تأثير برنامج استخدام أسلوب النظم على تعلم المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- 4- أحمد فاروق خلف (2001): تأثير استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة، بحث هشام محمد عبد الحليم

- منشور، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- 5- أحمد محمد خاطر (1984) :
على البيك
6- تمام إسماعيل تمام وآخرون (1997):
الاتجاهات المستقبلية في تدريب العلوم وتكنولوجيا التعلم، مطبعة الأوفست الحديثة، أ-W، أسيوط.
- 7- جابر رشاد صديق (1992):
فاعلية تعلم التصويب في كل من كرة القدم والسلة حركياً، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- 8- خالد أحمد علي (1999) :
أثر المعرفة المسبقة بالأهداف السلوكية على تعلم بعض مهارات كرة السلة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية التجريبية بالمنيا، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنيا.
- 9- زاهر أحمد زاهر (1996) :
تكنولوجيا التعليم كفلسفة ونظام، المكتبة الأكاديمية القاهرة.
- 10- عبد العظيم الفرجاني (2000):
تكنولوجيا تطوير التعليم، دار المعارف، القاهرة.
- 11- عثمان مصطفى عثمان (1998):
مقارنة فعالية أسلوبين للتعلم على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية يدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية، بور سعيد/ جامعة قناة السويس.
- 12- (2001):
تأثير استخدام أنماط مختلفة لأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، المجلد الثالث عشر، جامعة المنيا.
- 13- عصام الدين محمد عزمي:
فعالية استخدام أسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات في تحقيق بعض أهداف التربية الرياضية بالحلقة الثانية من التعلم الأساسي بالمنيا، رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- 14- عفاف عبد الكريم (1998):
التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 15- فاطمة محمود عبد المقصود (1990):
أثر استخدام أسلوب دوائر المحطات في بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمستوى المهاري لكرة السلة، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة والفنون، المجلد الثاني، العدد الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.
- 16- فايزة محمد شبل وآخرون (2001):
تأثير برنامج مقترح باستخدام الأسلوب المتباين على تعلم بعض المهارات بالكرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية بطنطا، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا.
- 17- محمد حسن علاوي (1994):
اختبارات الأداء الحركي ط3، دار الفكر العربي، .
محمد نصر الدين رضوان
- 18- محمد سعيد عزمي (1996):
أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية منشأة المعارف القاهرة.
محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الأول، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 19- محمد صبحي حسنين (1997):
الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم بدني، مهاري، معرفي،

- حمدي عبد المنعم
20-محمد محمود عبد الدائم(1997):
نفسى تحليلي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997م.
الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم بدني، مهاري، معرفي،
نفسى، تحليلي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
الحديث في كرة السلة، دار الفكر العربي، القاهرة.
محمد صبحي حسانين
21-محمد محمود عبد الدائم(1999):
محمد صبحي حسانين
22-مختار سالم (1991) :
مع كرة السلة، مؤسسة المعارف، بيروت.
تأثير استخدام بعض أساليب التعلم على المستوى المهاري وبعض
عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية
التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان.
23-هانم عبد الحميد (1978) :
تأثير استخدام الأسلوب المنفرد والمتعدد في تدريس كرة الطائرة على
اتجاهات تلاميذ الروضة الابتدائية، بالمملكة السعودية، بحث منشور،
مجلة علوم الرياضية، المجلد السادس، العدد الخامس، جامعة المنيا.
24-هاني حسن (2001) :
وعلي السيسي
تأثير استخدام أسلوب النظم على مستوى أداء بعض المهارات الحركية
الأساسية والتحصيل المعرفي في كرة اليد، بحث منشور في مجلة علوم
الرياضة، المجلد الثاني.
25-هشام عبد الحلیم(2001):
26-يحيى أحمد كامل(1993):
أثر استخدام أسلوب النظم في تعليم سباحة الصدر على ناتج التعلم،
رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، جامعة
حلوان.
تأثير برنامج باستخدام أسلوب النظم على تعلم المهارات الأساسية في كرة
القدم لطلبة الصف الأول بكلية التربية الرياضية بالمنيا، رسالة ماجستير
غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
27-Sampath and others: Introduction to educational technology, Sppl, New Delhi,
1984.
28-Singer.M.N: Motor learning and motor skills Macmillan publishing g0, New
York 1988.

تأثير جرى 1500 على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى طلبة
كلية علوم التربية البدنية والرياضة بالزاوية "

د. ماجدة الطاهر أحمد شمبي

د. تمومين يخلف بن عريبي

د. عواطف منصور ابو جناح

المقدمة:

تعتبر مسابقات الميدان والمضمار من المجالات الهامة التي تحتاج إلى العديد من الدراسات العلمية لاختلاف وتعدد مسابقاتها سواء كان ذلك مرتبطاً بالأداء أو عمليات الإعداد المختلفة وتمثل سباقات الجري قسماً هاماً من أقسام سباقات الميدان والمضمار حيث يتطلب أدائها متسابقين ذوي خصائص بدنية وظيفية وقياسات جسدية تعتمد في جوهرها على ضرورة التنافس لفترات زمنية طويلة ولدراسة هذه الخصائص يتطلب ذلك عمل المزيد من البحوث العلمية لإمكانية توظيف هذه الخصائص لتحسين المستوى.

وأصبح من المؤكد في الآونة الأخيرة أن تحطيم الأرقام القياسية في سباقات العدو والجري يرتبط بالتقدم الهائل في العلوم المرتبطة بالتدريب الرياضي فقديمًا كانت الموهبة الفردية تلعب دوراً بارزاً في منصة التتويج بغض النظر عن كفاءة المدرب أو خبرته أما الآن فإن إمكانية وصول الموهبة والمستويات العالمية قد أصبح أمراً مستبعداً ، وذلك لأن التدريب الرياضي أصبح يعتمد بصورة أساسية على العديد من العلوم التجريبية والإنسانية والتشريح والفسولوجي والميكانيكا الحيوية والتغذية وغيرها .

وأوضحت ليلي المسدي (1992م) إن البحث العلمي أصبح الركيزة الأساسية لحل المشكلات المتعلقة بالتدريب الرياضي لمختلف المسابقات ، والتدريب عملية مبنية على أسس علمية تهدف إلى الارتقاء بمستوى كفاءة الرياضي لإنجاز المسابقة ، ولم يعد هناك مجال للشك في أن الأسلوب العلمي هو أساس الوصول إلى المستويات الرياضية العالية وتخطيط التدريب هو الذي يحدد واجبات التدريب وما يسعى إليه المدرب لتحقيقه ، فبدون التخطيط للتدريب لا يمكن التنبؤ بالمستوى الذي يجب أن يصل إليه الرياضي كما يعمل التدريب على تحسين الأجهزة الداخلية للرياضي تبعاً لطبيعة النشاط الممارس ويأتي ذلك عن طريق التغيرات الوظيفية للجسم وبذلك يتحقق للرياضي أداء حمل التدريب بفاعلية أفضل مع الاقتصاد في الجهد - وهو ما يطلق عليه التكيف (Adaptatio) (15 : 196.195).

ويبين أبو العلا عبد الفتاح ومحمد حسانين (1997) إن الجسم يعد كله وحدة متكاملة ، وإن العمل العضلي الذي يلعب الدور الرئيسي في النشاط يصاحبه زيادة في التمثيل الغذائي لإنتاج الطاقة اللازمة للعمل الميكانيكي كما يحدث تغيرات في الجهاز الدوري والدم وغيرها من الأجهزة الأخرى ، حيث يقوم الدم بوظائف حيوية هامة بصفة عامة وتزداد هذه الوظائف أهمية النشاط الرياضي بصفة خاصة ، حيث تحتاج العضلات إلى الأكسجين الذي تحمله كرات الدم الحمراء بواسطة الهيموجلوبين وذلك لاستخدامه في أكسدة مواد الطاقة من أجل قيام العضلات بوظائفها بالكفاءة المطلوبة (5 : 70).

كما يوضح أبو العلا عبد الفتاح وأحمد نصر الدين (1993) أن هناك العديد من التغيرات الفسيولوجية التي تحدث داخل الجسم أثناء العمل الهوائي مثل معدل النبض ، ضغط الدم وغيرها من هذه التغيرات ، ويتطلب النظام الهوائي لإتمام التفاعلات الكيميائية مئات من الأنظمة الأنزيمية التي تتبدد في تعقدها بدرج **كلية علوم التربية البدنية والرياضة . جامعة السابع من ابريل الزاوية ، جامعة الفاتح**

ويوضح هندرسون Henderson (1992) بان الأنزيمات من العوامل المساعدة او الحافزة التي تساعد على سرعة إتمام التفاعلات الكيميائية المختلفة داخل الجسم حيث أنها تغير من شكل المواد الكيميائية (المتفاعلات) وتحولها إلى مواد أخرى (النواتج) حسب حاجة الجسم دون تغيير في تركيبها . (22:50)

وهناك أنزيمات لها دور فعال في التخلص من مخلفات التمثيل الغذائي كأنزيم لاكلتات ديهيدروجينز (L.D.H) حيث يبين أبو العلا عبد الفتاح و أحمد نصر الدين (2003) ومكاردل وآخرون Mc Aardle et al (2001) أن الأنزيم يلعب دوراً هاماً في الأنشطة الهوائية واللاهوائية وذلك بتحفيز التفاعلات وتحويلها إلى مركبات طاقة ثلاثي فوسفات الأدينوزين (A.T.P) خلال نظام الجلوكزة واللاهوائية للإمداد بالطاقة اللازمة للاستمرار في التدريب مرتفع الشدة ، وإن أي زيادة في نشاط هذا الأنزيم يصحبها زيادة في التخلص من حامض اللاكتيك . (3 : 155) ، (24:143)

ويضيف مكاردل وآخرون (2001) بان أنزيم كرياتين فسفوكاينيز C.P.K والموجود بالغشاء الداخلي للخلية هو الذي يحفز انشطار مركب الفسفو كرياتين خلال نظام الطاقة الفوسفاتي ويلعب دوراً هاماً في الإمداد بمركب

الطاقة ثلاثي فوسفات الأدينوزين (A.T.P) بتلك الأنشطة مرتفعة الشدة ، وتكفي الطاقة الناتجة منه لدعم متطلبات تلك الأنشطة من مركب ثلاثي فوسفات الأدينوزين (A.T.P) (134:24).

مشكلة البحث :

يعتبر المجال الرياضي من المجالات العلمية الحديثة وقد اهتمت به الدول المتقدمة في الآونة الأخيرة وتناولت مشاكل هذا المجال المختلفة وتواصلت إلى وضع الحلول والمعالجات الناجحة لكثير من الأنشطة والألعاب الرياضية التي يمارسها الشباب بأعداد هائلة في هذا الوقت وقد ساعد في حل كثير من مشاكل المجال الرياضي الباحثين والباحثات من خلال اختيارهم للمواضيع العملية لأجل التحضير لنيل الشهادات الجامعية أو لأجل الارتقاء بالمستوى العلمي ككل والذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً وساهم مساهمة جادة في وضع الأسس للقواعد العلمية لتلك الأنشطة والفعاليات الرياضية.

ونالت مسابقات الميدان والمضمار قسطاً وثيراً من التجارب والبحوث التي قام بها الباحثون وطلبة الدراسات العليا والمهتمون والخبراء ودرسوا طرق مختلفة وأساليب فنية كثيرة ووضعوا أسس ساعدت على تنمية وتطوير المستوى الرياضي .

وتعتبر كليات التربية البدنية مجالاً خصباً لإجراء مثل هذه البحوث من خلال تناول مشاكل مختلفة في اختصاصات متعددة والعمل على إتباع الأساليب العلمية لأجل وضع الحلول وتقديم المساعدة للباحثين الآخرين وللعاملين كلاً في مجال تخصصه.

ومن هنا تتجسد مشكلة هذا البحث في أهمية تلك التأثيرات وتنوعها التي يتركها أي حمل تدريبي ممكن أداءه للإعداد الطلبة لمنافسة معينة، حيث اختارت الباحثات مشكلة تأثير جري 1500 متر على بعض المتغيرات الفسيوكيميائية لدى طلبة الكلية، ومدى تأثير ذلك على هذه الخصائص أو تغييرها حيث تعتبر هذه من المشاكل المهمة التي تواجه المدربين في مجال التدريب و حيث أن أنزيم الكرياتين فسفوكاينيز C.P.K خاص بالعضلات الهيكلية ، وأنزيم اللاكتات ديهيدروجيناز L.D.H خاص بعضلة القلب ، ويصاحب حدوث التعب والإجهاد بالعضلة حدوث زيادة في الإنزيمات بالدم ، وبناء على ذلك يمكن من خلال تحديد نسبة نشاط هذه الإنزيمات في الدم أن تتعرف الباحثات على مدى العبء الواقع على عضلة القلب وكذلك العضلات الهيكلية ، وكما أنه من المتوقع زيادة هذه الإنزيمات في الدم ،لهذا فإن الدراسة الحالية تحاول الكشف عن تلك العمليات الحيوية الهامة والمؤثرة على الأداء، وكذلك دراسة بعض المؤشرات الفسيولوجية مثل معدل النبض وضغط الدم وعلاقة تلك التغيرات بمستوى الأداء خلال تنفيذ الحمل التدريبي .

حيث تعتبر هذه من المشاكل المهمة التي تجابه المدربين في مجال تدريب المسافات الطويلة كما تجابه الأساتذة والطلبة في كليات علوم التربية البدنية والرياضة أثناء الدروس العملية ونكون بذلك قد ساهمنا في حل إحدى مشاكل العمل داخل الكلية حيث أن هناك أهميه تطبيقية يمكن أن تعود بالنفع على كثير من الرياضيين و المدربين في ربط مجال التربية البدنية بمجال الكيمياء الحيوية .

أهداف البحث :

- 1- التعرف على تأثير جري 1500 متر على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى متسابقين 1500 متر .
- 2- التعرف على تأثير جري 1500 متر على مستوى تركيز أنزيمي L.D.H-C.P.K لدى متسابقين 1500 متر .

فروض البحث :

1- توجد فروق دالة إحصائياً في بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى متسابقين 1500 متر بين القياسين قبل المجهود وبعد المجهود مباشرة .

2- توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى تركيز إنزيمي C.P.K ،L.D.H لدى متسابقين 1500 متر بين القياسين قبل المجهود وبعد المجهود مباشرة.

- تحديد بعض المصطلحات والمفاهيم الواردة بالبحث

- **الحمل الهوائي :**

يعني قدرة الجسم على استهلاك اكبر قدر من الأوكسجين خلال وحدة زمنية معينة ، وبالتالي إنتاج طاقة حركية تمكن الفرد من الاستمرار في الأداء لفترة طويلة مع تأخر ظهور التعب (4 : 21) .

- **الفسيولوجي Physiology :**

هو العلم الذي يدرس التغيرات الفسيولوجية التي تحدث لأجهزة الجسم الحيوية وأعضائه المختلفة تحت تأثير الجهد البدني المؤدي لمرة واحدة كاستجابة مباشرة أو كنتيجة للأداء المتكرر للجهد البدني والانتظام في عمليات التدريب الرياضي أو ممارسة الرياضة لفترات طويلة كاستجابة غير مباشرة (7 : 20).

- **البيوكيميائي Biochemistry :**

وهو العلم الذي يدرس التركيب الكيميائي داخل الكائنات الحية والتحولات الكيميائية التي تتعرض لها المواد الغذائية أثناء النشاط الحيوي لهذه الكائنات . (12: 23)

- **معدل النبض Pulse Rate**

هو الإيقاع المنتظم ما بين انقباض وانبساط القلب في الدقيقة (عدد نبضات القلب في الدقيقة) (19: 137) .

- **ضغط الدم Blood Pressure :-**

هو عبارة عن الضغط الذي يسببه الدم على جدار الشرايين ويتراوح في كل دورة قلبية على :-
ضغط الدم الانقباض (SB) Systolic Pressure : هو أقصى ضغط للدم على جدار الشرايين أثناء انقباض البطين الأيسر للقلب ويعادل عادة (120 ملليمتر زئبق) .
ضغط الدم الانبساطي (DB) Diastolic Pressure : هو أقل ضغط للدم الواقع على الشرايين أثناء ارتخاء البطين الأيسر للقلب ويعادل عادة (80 ملليمتر زئبق) (10 : 55) .

- **حامض اللاكتيك Lactic :-**

هو الصورة النهائية لتمثيل الجلوكوز في العضلات بطريقة لا هوائية في إنتاج تحليبي السكر لا هوائياً (الجلوكزة اللاهوائية) (11 : 66) .

- **الأنزيمات Enzymes :**

هي جزيئات بروتينية معقدة التركيب تعمل كحافزات بيولوجية لزيادة معدل التفاعلات البيوكيميائية بالخلايا الحية دون أن تستهلك أو تتغير في التفاعل . (10 : 180)

- **أنزيم الكرياتين فسفوكاينيز (C.P.K):**

هو أحد الأنزيمات الناقلة ، ويحفز إنتاج مركب ثلاثي أدينوزين الفوسفات من تفاعل مركبي الفسفو كرياتين وثلاثي أدينوزين الفوسفات ، وهو من الأنزيمات النازعة ويوجد في القلب والعضلات والدماغ ويقوم هذا الأنزيم بالمساعدة على إنتاج الطاقة المتمثلة في ثلاثي فوسفات الأدينوزين (A.T.P) . (10 : 187)

- **أنزيم اللاكتات ديهيدروجيز (L.D.H) :-**

هو أحد الأنزيمات المؤكسدة المختزلة ، ويحفز تحويل البيروفات إلى اللاكتات والعكس ويقوم بنقل ذرة هيدروجين أو إلكترون من مركب إلى آخر . (10 : 189)

- الدراسات السابقة :-

- دراسة عبد العظيم عبد الحميد (1991) (14) :-

بعنوان : " تأثير عدو 400 متر على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومكونات الدم لدى العدائين " بهدف التعرف على تأثير عدو 400 متر على بعض المتغيرات الفسيولوجية النبض - الضغط - الدفع القلبي - كرات الدم الحمراء - تركيز اللاكتيك في الدم) واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، واشتملت عينة البحث على (8) لاعبين وكان أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في نسبة تركيز حامض اللاكتيك بين القياسين في حالة الراحة وخلال الدقيقة السابعة من المجهود لصالح القياس البعدي ، وتحسن بعض المتغيرات الفسيولوجية .

- دراسة ليلي عبد الباقي (1996) (16) :-

بعنوان : " تأثير المجهود البدني على تركيز إنزيمات الترانس أمينيز والأنزيم النازع للهيدروجين L.D.H للاعبات العدو والجري وعلاقتها بالمستوى الرقمي ، وقد اشتملت عينة البحث على (30) لاعبة من لاعبات المسافات الطويلة والقصيرة ، وقد دلت النتائج على زيادة أنزيم L.D.H لمجموعة الجري المسافات الطويلة عنها في لاعبات السرعة ، كما وجد ارتباط بين المستوى الرقمي للمجموعتين والفروق بين القياسين القبلي والبعدي لإنزيم L.D.H ، وعدم وجود ارتباط بين المستوى الرقمي والفروق في تركيز إنزيمي الترانس أمينيز بين القياس القبلي والبعدي للمجموعتين .

- دراسة محمد احمد فضل الله (1998) (18) :-

بعنوان : " تأثير اختلاف تدريبات القدرة اللاهوائية على ديناميكية استشفاء أنزيمي A.S.T , C.P.K لدى لاعبي السرعة ولاعبي تحمل السرعة في " ألعاب القوى " وقد تم إجراء الدراسة على 8 أفراد من متسابقين 100م ، 400 م في رياضة ألعاب القوى وقد دلت النتائج على زيادة نشاط أنزيم A.S.T, C.P.K في وقت الراحة وبعد تطبيق الجرعات التدريبية، ولم يعود الأنزيمي على معدلها الطبيعي بعد الجرعتين التدريبيتين وذلك لمدة تزيد عن 60 دقيقة .(9).

- دراسة كارمزارال وآخرون Karamus al et . al (1994) (23) :-

بعنوان : "التغيرات في نشاط إنزيمات كرياتين كينيز ،لاكتات ديهيدروجينز والألدوليز في مصل الدم بعد التدريب بالحد الأقصى لدى الرياضيين " ، أجريت هذه الدراسة على عنتين احدهما رياضيين وبلغ عددهم (33) من عدائي المسافات المتوسطة والطويلة ،ولاعبي الدراجات ، والعينة الأخرى من الأصحاء غير الرياضيين وبلغ عددهم (30) فردا ، وتم إجراء الاختبارات على دراجة الأرجوميتر ، وقد تم سحب عينات الدم قبل إجراء الاختبار وبعد الاختبار مباشرة وكذلك عقب 6 ساعات ، 18 ، 24 ، 30 ساعة من الاختبار ، وأسفرت نتائج الدراسة على ارتفاع مستوى تركيز إنزيم CK لدى الرياضيين عن غير الرياضيين قبل وبعد 6 ساعات من الاختبار ، كما لوحظ ارتفاع مستوى (LDH) عقب الاختبار مباشرة وبعد 6 ساعات من الاختبار لدى الرياضيين عن غير الرياضيين .

- دراسة أول وآخرون Alwell et . al (1991) (21)

بعنوان : "التأثيرات الخاصة بقترات التدريب اللاهوائي المتعدد على مستوى اللاكتات ، لاكتات ديهيدروجينز ، كرياتين كينيز وكذا أسبراتيت ترانس أمينيز " ، واشتملت عينة البحث على (8) من

اللاعبين ذوى المستوى المتوسط ، وتم إعطائهم تمرينات لاهوائية على دراجة الأرجوميتز لمدة دقيقة وأسفرت نتائج التحليل بظهور زيادات دالة معنوية فى مستوى الأنزيمات قيد الدراسة مباشرة بعد الحمل وجميعها نقصت أثناء فترة الراحة .

- إجراءات البحث :

- منهج البحث :

استخدمت الباحثات المنهج الوصفي وذلك في صورة القياسات قبل وبعد المجهود لملاءمته لطبيعة الدراسة .

- مجالات البحث :

- المجال البشري :-

أجريت الدراسة على متسابقى المسافات الطويلة 1500 متر جري من فريق كلية علوم التربية البدنية والرياضة بالزاوية .

- المجال الجغرافي :

أجريت القياسات قبل وبعد المجهود في ميدان ومضمار المدينة الرياضية بالزاوية.

- المجال الزمني :

تمت القياسات الخاصة بالدراسة الأساسية للبحث في يوم الأربعاء الموافق 21-1-2009

- عينة البحث :

تضمنت عينة البحث (8) طلاب تم اختيارهم بالطريقة العمدية من متسابقى المسافات الطويلة من فريق كلية علوم التربية البدنية والرياضة بالزاوية للعام (2008-2009) والذين يتراوح أعمارهم من (22-24 سنة) .

جدول (1)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث لمتسابقى 1500 متر

$$ن = 8$$

| المتغيرات | وحدة القياس | ت | \pm ع | الوسيط | معامل الالتواء |
|-----------|-------------|--------|---------|--------|----------------|
| العمر | شهر | 23.14 | 2.34 | 23 | 0.179 |
| الطول | سم | 173.45 | 4.67 | 173 | 0.059 |
| الوزن | كجم | 68.24 | 5.83 | 66.5 | 0.076 |

من المعطيات الإحصائية فى جدول (1) يتضح أن قيمة معامل الالتواء للمتغيرات الأساسية (العمر، الطول، الوزن) قد انحصرت ما بين 0.059 كأصغر قيمة و 0.179 كأكبر قيمة أي فى حدود (± 3) مما يدل على أنها تقع تحت المنحنى الاعتدالى الأمر الذي يشير الى إعتدالية القيم وتجانس أفراد عينة البحث فى جميع المتغيرات الأساسية .

- الأدوات وأجهزة جمع البيانات:

تم جمع البيانات اللازمة لهذه الدراسة من خلال :

أولاً : الأدوات والأجهزة الخاصة بالقياسات الانثروبومترية والبدنية :

- جهاز أنثروبوميتر لقياس الطول "بالسنتمتر" .
- ميزان طبي معايير لقياس الوزن "بالكيلوجرام" .
- شريط قياس معتمد لقياس الطول .
- استمارة جمع البيانات اللاعبيين صممتها الباحثات .
- ثلاث ساعات إيقاف رقمية 1 / 1000 ثانية.

ثانياً : الأدوات والأجهزة الخاصة بالقياسات الفسيولوجية والبيوكيميائية :

- جهاز الكتروني لقياس معدل النبض وضغط الدم .
- مجموعة من السرنجات البلاستيكية المعتمدة حجم 3 سم ، بالإضافة إلى مواد مطهرة وقطن وبلاستر .
- مجموعة من الأنابيب الزجاجية الخاصة المصممة لوضع الدم والمواد الحافظة للتجلط (الهيبارين) وإتمام عملية فصل الدم بها .
- جهاز الطرد المركزي لفصل مكونات الدم وتصل سرعته الى حوالي 4000 دوره / الدقيقة .
- ماصة أوتوماتيكية لسحب المصل بعد فصله من الدم .
- صندوق به ثلج مجروش لوضع أنابيب مصل الدم لحين نقلها إلى العمل .

وفيما يلي توضيح للأسلوب التنفيذي لتطبيق أدوات البحث :-

- 1- تم قياس الطول بجهاز الرستاميتير لكل طالب وذلك في المضمار أثناء وقت الراحة قبل الإحماء و في الغرف المخصصة لذلك .
- 2- تم قياس الوزن باستخدام الميزان الطبي وذلك في المضمار أثناء وقت الراحة قبل الإحماء وفي الغرف المخصصة لذلك .
- 3- تم قياس معدل النبض وضغط الدم باستخدام جهاز الكتروني وذلك وقت الراحة قبل أداء الإحماء، ثم تم إعادة القياس بعد أداء حمل التدريب قيد البحث.
- 4- تم سحب عينات الدم في المضمار بعد القياسات السابقة وقبل أداء الإحماء، ثم تم إعادة القياس بعد أداء الحمل التدريبي قيد البحث.

حيث تم أخذ عينات الدم بواسطة طبيب متخصص في تحاليل الدم بمركز البحوث الطبية بالزاوية

- الخطوات التنفيذية لتجربة البحث :

- تجمع المتسابقون في تمام الساعة التاسعة صباحاً يوم الأربعاء الموافق 2009/1/21 ف ، وذلك بالمدينة الرياضية بالزاوية .

- تم إجراء القياسات الفسيولوجية وأخذ عينات الدم وحفظها وفقاً للشروط المعملية قبل إجراء التجربة أي قبل الجري 1500 متر .
- أداء سباق 1500 متر حيث بدأ اللاعب الثاني في الأداء بعد انتهاء اللفة الأولى للاعب الأول ثم يليه اللاعب الثالث وهكذا ، مع التأكيد على المتسابقين بضرورة أداء السباق في أفضل زمن ممكن .
- سحب عينات الدم الوريدي من المتسابقين بعد المجهود المباشر .
- ثم أخذ قياسات النبض وضغط الدم الانقباضي والانبساطي بعد المجهود مباشرة
- نقل عينات الدم إلى مختبر الدم بمركز التحاليل الطبية بالزاوية وفقاً للشروط المعملية لإجراء عملية التحليل .

- المعالجات الإحصائية :-

تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء واختبار (ت) الفروق وذلك لمعرفة معنوية الفروق بين متوسطات متغيرات البحث للقياس قبل المجهود ، والقياس بعد المجهود مباشرة ونسبة التغير .

عرض ومناقشة النتائج :-

تقدم الباحثات في هذا الفصل عرضاً تفصيلياً لما توصلت إليه من نتائج ، ويتم عرض وتفسير هذه النتائج تبعاً لترتيب فروض البحث وفي ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة ، حيث قامت الباحثات بعرض المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالاتها لمتغيرات الفسيولوجية قيد البحث ، كما في الجدول (2). كما تم عرض نتائج المتوسطات الحسابية للقياس القبلي والقياس البعدي ونسبة التغير كما في جدول (3)

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للمتغيرات قيد البحث ، ن = 8

| قيمة (ت) | بعد جري 1500 متر مباشرة | | في حالة الراحة | | القياسات المتغيرات |
|----------|-------------------------|-----------|----------------|-----------|--------------------------|
| | \pm ع | $\bar{س}$ | \pm ع | $\bar{س}$ | |
| 62,22** | 4,14 | 181,50 | 2,81 | 73,25 | معدل القلب (النبض) |
| 3,40** | 12,08 | 156,75 | 39,45 | 106,87 | ضغط الدم الانقباضي |
| 6,67** | 8,34 | 98,75 | 3,20 | 79,37 | ضغط الدم الانبساطي |
| 25,1** | 1,46 | 25,33 | 0,72 | 12,25 | نسبة تركيز حامض اللاكتيك |
| 4,3** | 32,83 | 273,12 | 45,11 | 234,25 | مستوى إنزيم CPK |
| 5,75** | 93,88 | 405,12 | 69,49 | 338,12 | مستوى إنزيم LDH |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0,01 = 3.49** دال عند مستوى 0,01

يبين جدول رقم (2) نتائج اختبار (ت) للأوساط الحسابية بين القياسات قبل وبعد المجهود ، حيث جاءت جميع تلك النتائج بفروق ذات دلالة إحصائية تحت مستوى دلالة (0,01) .

جدول (3)

المتوسط الحسابي للقياس القبلي والقياس البعدي ونسبة التغير لمتغيرات البحث

| نسبة التغير | المتوسط الحسابي | | متغيرات البحث |
|-------------|-----------------|---------------|--------------------------|
| | القياس البعدي | القياس القبلي | |
| 59,64 % | 181,50 | 73,25 | معدل القلب (النبض) |
| 31,82 % | 156,75 | 106,87 | ضغط الدم الانقباضي |
| 19,63 % | 98,75 | 79,37 | ضغط الدم الانبساطي |
| 51,64 % | 25,33 | 12,25 | نسبة تركيز حامض اللاكتيك |
| 14,23 % | 273,12 | 234,25 | أنزيم CDK |
| 16,54 % | 405,12 | 338,12 | أنزيم LDH |

يتضح من جدول (3) ما يلي :

تراوحت نسبة التغير للمتغيرات الفسيولوجية والبيوكيميائية قيد البحث ما بين 14,23 % لمتغير أنزيم الكرياتين فسفوكاينيز CPK (وحده / لتر) إلى 59,64 % لمتغير معدل القلب (نبضه / دقيقة) .

عرض ومناقشة النتائج :-

أولاً / فيما يتعلق بمعدل ضربات القلب (النبض) :-

يتضح من جدول (2)،(3) وجود زيادة دالة معنوية بين القياس قبل وبعد المجهود في مسابقة 1500 متر جري ، حيث سجل المتسابقون خلال قياسات قبل المجهود متوسطاً حسابياً قدره (73,25 ضربة / دقيقة) وانحرافاً معيارياً قدره (2,81) ، في حين سجل المتسابقون في قياسات بعد المجهود متوسطاً حسابياً قدره (181,50 ضربة/ دقيقة) وانحرافاً معيارياً قدره (4,14).

وعند اختبار الفروقات بين هذين الوسطين الحسابيين باستخدام اختبار (ت) للأوساط الحسابية كانت قيمة (ت) المحسوبة (ت = 62,22) ، حيث إنها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0,01.

مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس قبل المجهود والقياس بعد المجهود ولصالح القياس بعد المجهود ، ولدى احتساب نسبة التغير في متغير معدل القلب (النبض) ظهرت نسبة التغير لتلك المجموعة بين القياسين (59,64 %) .

أتضح من خلال النتائج أن سباق 1500 متر جرى قد أثر في مستوى معدل النبض ، حيث أن معدل القلب (النبض) يعتبر أحد القياسات الفسيولوجية الهامة التي يعتمد عليها الباحثون في تقويم الجهاز الوعائي القلبي في كل من المجال الطبي والرياضي ويعتبر من المؤشرات الهامة التي تدل على استجابة الجسم وتغيراته الفسيولوجية المرتبطة بشدة حمل التدريب واستخدامه في توجيه وتقنين شدة الحمل التدريبي .

إن هذه النتيجة تتطابق مع ما أشار إليه محمد سعد الدين (1997) بأن التدريب للمسافات الطويلة يقلل من عدد ضربات القلب كما يزداد حجمه وتزداد قوة انقباضه (20 : 151) .

وفي هذا النطاق أشار أحمد خاطر وعلي البيك (1996) وإيزيس سامي وحنان محمد (1987) أن النبض بطيء عند الرياضيين الذين يزاولون الأنشطة الرياضية العنيفة (لاعيبي المسافات الطويلة)، وهذا لا يعني انخفاضاً في الناحية الوظيفية للقلب أو أنه مريض ولكن ذلك يمثل خاصية من خصائص الفرد الرياضي. (6 : 136). (190:9) .

ثانياً : فيما يتعلق بمعدل ضغط الدم :-

يوضح جدول (2) ، (3) إن نتائج ضغط الدم الانقباضي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قبل وبعد المجهود في مسابقة 1500 متر جري ، حيث سجل المتسابقون خلال القياسات قبل المجهود في ضغط الدم الانقباضي متوسطاً حسابياً قدره (106,87 ملم / زئبق) ، وانحرافاً معيارياً قدره (39,45) . في حين سجل المتسابقون في القياسات بعد المجهود لنفس الضغط متوسطاً حسابياً قدره (156,75) ملم زئبق) وانحرافاً معيارياً قدره (12,08) ، وعند اختبار الفروقات بين هذين الوسطين الحسابيين باستخدام اختبار (ت) للأوساط الحاسوبية كانت قيمة (ت) المحسوبة (ت=3,40) ، حيث أنها أكبر من قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى دلالة 0.01

مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس قبل المجهود والقياس بعد المجهود في الضغط الانقباضي ، ولدى احتساب نسبة التغير في ضغط الدم الانقباضي ظهرت نسبة التغير بين القياسين (31,82%)

أما بالنسبة لضغط الدم الانبساطي فقد أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قبل وبعد المجهود في مسابقة 1500 متر جري ، حيث سجل المتسابقون خلال القياسات قبل المجهود في الضغط الانبساطي متوسطاً حسابياً قدره (79,37 ملم زئبق) ، وانحرافاً معيارياً قدره (3,20) ، في حين سجل المتسابقون في القياسات بعد المجهود لنفس الضغط متوسطاً حسابياً قدره (98,75 ملم زئبق) وانحرافاً معيارياً قدره (8,34) ، وعند اختبار الفروقات بين هذين الوسطين الحسابيين باستخدام اختبار (ت) للأوساط الحاسوبية كانت قيمة (ت) المحسوبة (ت = 6,67) ، حيث أنها أكبر من قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى دلالة 0,01 .

مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس قبل وبعد المجهود في الضغط الانبساطي ، ولدى احتساب نسبة التغير في ضغط الدم الانبساطي ظهرت نسبة التغير بين القياسين (19,63%) .

حيث يشير أبو العلا عبد الفتاح (2003) أن ضغط الدم يمكن أن يتغير بصورة كبيرة تحت تأثير المجهود وذلك نتيجة لمقدار الدم المدفوع من القلب والمرتبطة بزيادة الأداء وهذا يساعد على توجيه الدم بسرعة خلال الأوعية الدموية ، كما يحدد ضغط الدم أيضاً حجم السوائل التي غادرت الشعيرات الدموية إلى الأنسجة تحمل ما تحتاجه هذه الأنسجة من الدم وهذه الزيادة في ضغط الدم تساعد في تسهيل هذه العمليات (2 : 415).

و تبين ماجدة شمبى (2007) نقلاً عن إيهاب أحمد (2002) أن ضغط الدم الانقباضي يعتبر مؤشر لطاقة القلب كما أنه يوضح العوائق التي قد تحد من عمل الشرايين ، بينما يعتبر ضغط الدم الانبساطي عادة لمقياس المقاومة الطرفية للأوعية الدموية ولذا فهو يعكس نغمة انقباض الأوعية الدموية. (17 : 61) .

ثالثاً / فيما يتعلق بحامض اللاكتيك :

يوضح الجدول (2) ، (3) وجود زيادة دالة معنوية بين القياس قبل وبعد المجهود في مسابقة 1500 متر جري ، حيث سجل المتسابقون خلال القياسات قبل المجهود متوسطاً حسابياً قدره (12,25 مللي مول/ لتر)

وانحرافاً معيارياً قدره (0,72) ، في حين سجل المتسابقون في القياسات بعد المجهود متوسطاً حسابياً قدره (25,33 ملي مول / لتر) وانحرافاً معيارياً قدره (1,46) ، وعند اختيار الفروقات بين هذين الوسطين الحسابيين باستخدام اختبار (ت) للأوساط الحسابية كانت قيمة (ت) المحسوبة (ت = 25,1) ، حيث أنها أكبر من قيمة (ت) الجدوليه عن مستوى دلالة 0,01.

مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس قبل وبعد المجهود، ولدى احتساب نسبة التغير في متغير حامض اللاكتيك ظهرت نسبة التغير لتلك المجموعة بين القياسين (51,64 %).

ويرجع ذلك لزيادة شدة المجهود المبذول مما أدى إلى اللجوء لإنتاج الطاقة من خلال نظام حامض اللاكتيك وهذا يتفق مع ما أشار إليه أبو العلا عبد الفتاح (1997) من أن المجهود الذي يستمر فترته لأكثر من 30 ث ، ويمتد ليصل إلى حوالي دقيقتين أو أكثر فإنه يتم الاعتماد على نظام حامض اللاكتيك ، حيث أن اللاكتات ترفع في الدم في حالة ممارسة مجهود عالي الشدة. (1 : 37).

كما يذكر أبو العلا عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين (1993) أنه عندما يزيد تجمع حامض اللاكتيك في العضلات وتحدث الحمضية ينتقل اللاكتيك من الخلايا العضلية إلى الدم حيث يصل إلى جميع أجزاء الجسم وتؤدي زيادة تكوين حامض اللاكتيك في العضلات والدم إلى شعور اللاعب بالتعب العضلي وإذا ما زادت نسبته عند حد معين يؤدي إلى التقلص العضلي ، ولذا فإن مستوى تركيز حامض اللاكتيك في الدم يعتبر أحد المؤشرات عن شدة الحمل البدني الممارس ، حيث كلما تحسن التحمل وتحسنت كفاءة وسعة المنظمات الحيوية قل مستوى تركيز اللاكتيك في الدم ، ويرجع ذلك أيضاً إلى زيادة كفاءة عمليات التمثيل الغذائي لإنتاج الطاقة الهوائية مما يقلل الاعتماد على الطاقة اللاهوائية أو قد يرجع نقص اللاكتيك بعد التدريب إلى كلتا العمليتين معاً وعموماً فإن التدريب الرياضي يعمل على زيادة التخلص من حامض اللاكتيك في الدم ، وهذا يؤكد أيضاً أهمية تدريبات التحمل العام للاعبين. (4 : 168).

رابعاً / فيما يتعلق بأنزيم كرياتين فسفوكاينيز (CPK) :-

يوضح الجدول (2) ، (3) وجود زيادة دالة معنوية بين القياس قبل وبعد المجهود في مسابقة 1500 متر جري ، حيث سجل المتسابقون خلال القياسات قبل المجهود متوسطاً حسابياً قدره (234,25 وحدة /لتر) وانحرافاً معيارياً قدره (45,11) ، في حين سجل المتسابقون في القياسات بعد المجهود متوسطاً حسابياً قدره (273,12 وحدة/لتر) وانحرافاً معيارياً قدره (82,83).

وعند اختبار الفروقات بين هذين الوسطين الحسابيين باستخدام اختبار (ت) للأوساط الحسابية كانت قيمة (ت) المحسوبة (ت=4,3) حيث أنها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.01.

مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس قبل وبعد المجهود، ولدى احتساب نسبة التغير في متغير أنزيم كرياتين فسفوكاينيز CPK ظهرت نسبة التغير لتلك المجموعة بين القياسين (14,23 %).

وترجع زيادة نسبة نشاط أنزيم الكرياتين فسفوكاينيز CPK بعد الأداء مباشرة إلى وجود عبء كبير على الجهاز العصبي وخاصة الجهاز العصبي السمباتاوي حيث يؤدي المجهود البدني الشديد إلى زيادة نشاط الجهاز السمباتاوي الذي يؤدي بدوره إلى إفراز هرمون الأدرينالين مما يؤدي إلى زيادة نفاذية جدار الخلية العضلية وبالتالي يكون الغشاء البلازمي راسح أي يؤدي إلى تسرب الأنزيم من الخلية إلى الدم وقد يرجع ذلك أيضاً إلى زيادة تركيز الدم المصاحب لممارسة النشاط البدني نتيجة لفقد كمية من السوائل عن طريق العرق.

كما أشارت ليلي عبد الباقي (1996) (16) أن زيادة نشاط إنزيم كرياتين فسفوكاينيز CPK بعد الأداء مباشرة بان الأداء البدني يزيد من نشاط الإنزيمات التي تساعد على زيادة التمثيل الغذائي وبالتالي يمكن

توفير الطاقة بسرعة عالية عند أداء النشاط البدني ، وهذه النتيجة تشير في مجملها إلى أن زيادة مستوى نشاط إنزيم كراتين فسفوكاينيز CPK عقب الأداء البدني مباشرة الذي يتميز بالشدة القصوى .

خامساً / فيما يتعلق بأنزيم اللاكتات ديهيدروجيناز (LDH) :-

يوضح الجدول (2)،(3) وجود زيادة دالة معنوية بين القياس قبل وبعد المجهود في مسابقة 1500 متر جري ، حيث سجل المتسابقون خلال القياسات قبل المجهود متوسطاً حسابياً قدره (338,12 وحدة/ لتر) وانحرافاً معيارياً قدره (69,49) ، في حين سجل المتسابقون في القياسات بعد المجهود متوسطاً حسابياً قدره (405,12 وحدة/لتر) وانحرافاً معيارياً قدره (93,88).

وعند اختبار الفروقات بين هذين الوسطين الحسابين باستخدام اختبار (ت) للأوساط الحسابية كانت قيمة (ت) المحسوبة (ت=4,75) ، حيث أنها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0,01 . مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس قبل وبعد المجهود ، ولدى احتساب نسبة التغير في متغير أنزيم اللاكتات ديهيدروجيناز LDH ظهرت نسبة التغير لتلك المجموعة بين القياسين (16,54%).

ونظراًً للدور الفعال الذي يقوم به ذلك الأنزيم خلال العمليات البيوكيميائية ، لذا فإنه يمثل أهمية كبيرة عند ممارسة الأنشطة البدنية ، أن زيادة أنزيم لاكتات ديهيدروجيناز LDH بعد المجهود تعني زيادة الحاجة إليه نتيجة لتراكم حامض اللاكتيك وعدم قدرة العضلات على سرعة التخلص منه حيث أن أنزيم LDH هو المتحكم في تكوين حامض اللاكتيك خلال الأنشطة العضلية الهوائية واللاهوائية وأنه يشترك في تحويل حامض اللاكتيك داخل الخلية .

وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتيجة كل من حسام الدين قطب (2000) (13) وأميرة محمد (1999) (8) من أن أنزيم اللاكتات ديهيدروجيناز LDH يرتفع نظراً لدورة في عملية تحويل الجلوكوجين إلى حامض اللاكتيك والعكس أثناء المجهود المرتفع الشدة .

واستخلاصاً لما سبق يتضح ما يلي :-

- تحقق صحة الفرض الأول .
- تحقق صحة الفرض الثاني .

- الاستنتاجات :-

في ضوء نتائج البحث وحدود عينة البحث وخصائصها والمنهج المستخدم وأسلوب التحليل الإحصائي المتبع أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :-

1- يؤدي جري 1500 متر إلى حدوث زيادة في معدل القلب (النبض) بلغت 59,64 % عن الراحة لدى المتسابقين .

2- يؤدي جري 1500 متر إلى حدوث زيادة في معدل ضغط الدم بلغت في ضغط الدم الانقباضي 31,82 % ، وضغط الدم الانبساطي 19,63 % عن الراحة لدى المتسابقين .

3- يؤدي جري 1500 متر إلى حدوث زيادة في نسبة تركيز حامض اللاكتيك في الدم بلغت 51,64 % عن الراحة لدى المتسابقين .

4- يؤدي جري 1500 متر إلى حدوث زيادة في أنزيم كرياتين فسفوكاينيز CPK بلغت 14,23 % عن الراحة لدى المتسابقين .

5- يؤدي جري 1500 متر إلى حدوث زيادة في أنزيم اللاكتات ديهيدروجينز LDH بلغت 16,54% عن الراحة لدى المتسابقين.

- التوصيات :-

- 1- الاهتمام بالمتغيرات الفسيولوجية و البيوكيميائية التي تسهم بنسبه كبيره فى زمن 1500 متر جرى
- 2- الاستفادة من التغيرات الحادثة في تركيز حامض اللاكتيك في الدم كمؤشر لمدى التكيف البدني فسيولوجيا مع حمل المنافسة لدى متسابقى 1500 متر جري.
- 3- أهمية القيام بوضع وتقييم البرامج التي يجب أن يهدف بالدرجة الأولى لزيادة كفاءة إنتاج الطاقة وفق طبيعة ونوع كل نشاط .
- 4- القيام بتحليل الإنزيمات المختلفة للأنشطة الرياضية المتنوعة.
- 5- عدم الاعتماد على أخذ عينة دم واحدة عند دراسة تغيرات الإنزيمات وذلك لتباين هذه الأنزيمات في توقيتات خروجها ورجوعها إلى معدلها الطبيعي.
- 6- إجراء دراسات مماثلة على باقي الأنشطة الرياضية الأخرى للتعرف على تأثيرها على مستوى نشاط الأنزيمات قيد البحث.

المراجع

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح(1997) التدريب الرياضي " الأسس الفسيولوجية " ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 2- (2003) فسيولوجيا التدريب والرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 3- أبو العلا أحمد عبد الفتاح(2003) فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- وأحمد نصر الدين رضوان
- 4- أبو العلا أحمد عبد الفتاح(1993) فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 5- أبو العلا أحمد عبد الفتاح(1997) فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ومحمد صبحي حسانين
- 6- أحمد محمد خاطر(1996) القياس في المجال الرياضي ، الطبعة الرابعة ، دار المعارف .
- وعلي فهمي البيك
- 7- أحمد نصر الدين رضوان(1996) فسيولوجية الرياضة - نظريات وتطبيقات - دار الفكر العربي ، دار المعارف .
- 8- أميرة محمد أمير (1999) تأثير برنامج مقترح على القدرة الهوائية واللاهوائية ومستوى أداء بعض المهارات في الكرة الطائرة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة .
- 9- إيزيس سامي جرجس(1987) التمرينات الهوائية الإعداد بدني في الكرة الطائرة وأثرها على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمهارية ، مجلد المعهد العالي للصحة العامة .
- و حنان محمد إبراهيم

- 10- بهاد الدين إبراهيم سلامة(2000) فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني (لاكتات الدم) ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 11- (2000) فسيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 12- (1990) الكيمياء الحيوية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 13- حسام الدين قطيب(2000) تأثير التدريب بـ (الاسكيميا - الهيريميا) على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمورفولوجية للعضلات العاملة بالأطراف ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بطنطا ، جامعة طنطا .
- 14- عبد العظيم عبد الحميد(1991) تأثير عدو 400 متر على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومكونات الدم لدى العدائين ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد التاسع ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية .
- 15- ليلي رياض المسدي(1992) تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية والمستوى المهاري للناشئات في كرة الطائرة ، نظريات وتطبيقات ، جامعة الإسكندرية ، العدد 21 .
- 16- ليلي محمد عبد الباقي(1996) تأثير المجهود البدني على تركيز إنزيمات الترانس أميناز النازع للهيدروجين LDH للاعبات العدو والجري وعلاقتها بالمستوى الرقمي ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- 17- ماجدة الطاهر شمبي(2007) دراسة بعض المتغيرات الفسيوكيميائية المصاحبة للمحدد البيوميكانيكي عند نهاية مرحلة تزايد السرعة لدى لاعبي 100 متر عدو ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية
- 18- محمد أحمد فضل الله(1998) تأثير اختلاف تدريبات لقدرة اللاهوائية على ديناميكية استشفاء أنزيم CPK , AST , لدى لاعبي السرعة وتحمل السرعة ي ألعاب القوى ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين الهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة .
- 19- محمد سمير سعد الدين(2000) علم وظائف الأعضاء والجهد البدني ، الطبعة الثالثة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 20- (1997) علم وظائف الأعضاء والجهد البدني ، الطبعة الثانية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 21-Atwell, A., et al (1991): The Effect of Muscle Anaerobic Exercise Periods on level Of Lactate , Lactedehydrogenase ,Creatine Kinase ,and Aspartate Transminase ., Australian Journal of Science and Medicine in Sport , Vol , 23 , No .
- 22 -Henderson A .R(1992) : Testing for Ck and Ck2 in anterio Reference Reference Range and Assay types journal of Clin Chem , Vol . 83 .
- 23-Karamizark, S.et al (1994): Changes in Serum Creatine Kinase, Lactate Dehydrogenase and Aldolase Activities Following Supramaximal Exercise in Athletes , The Jour of Sports Medci . And Phys . Fit ., Vol (34) , No (2) June , 1994 .
- 24-Mc Ardle er al(2001): Exercise physiology 5th , ED . Libbincotl Williams Colakoglu S.et al R Wilkins New York .

مقارنة تأثير التدريب على الرمال والتدريب في الماء على بعض الوظائف الفسيولوجية وعناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعب كرة القدم

* د. حسين محمد أرقيق

** د. عمار سويسي الشيباني

المقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر التطور العلمي لأساليب التدريب هدفا تسعى إليه دول العالم لتقديم معارفه ومفاهيمه بصورة مبسطة لمدربيها بهدف الإعداد والتنمية لرياضيها لبلوغ المستويات العالية وقد حدث بالفعل تحسن واضح في مستوى كرة القدم على المستوى العالمي بصفة عامة الأمر الذي يتعين معه الأخذ بالسبل وخطط التدريب العلمية الحديثة لمواكبة هذا التطور (5 : 13)

والإعداد البدني للاعب كرة القدم يعني في أبسط صورة إكساب اللاعب عناصر اللياقة البدنية، كما أن الإعداد المهاري والخططي يعتمد أساساً على مدى إعداد اللاعب بدنياً فهو الذي يحدد إلى حد كبير كفاءة هذا الأداء إذ أنه مهما بلغت مهارة اللاعب وإجادته لخطط اللعب فإنه لن يستطيع تنفيذها إلا بمساعدة اللياقة البدنية العالية. (18: 171)

والتدريب الرياضي من وجهة النظر البيولوجية هو وضع أجهزة الجسم الحيوية تحت تأثير أحمال بدنية تؤدي إلى حدوث تغيرات فسيولوجية ومورفولوجية ينتج عنها زيادة كفاءة الجسم وقدرته على التكيف ومواجهة المتطلبات الفسيولوجية والبنائية تبعاً لنوع النشاط الرياضي الممارس حيث يعد الجسم البشري جهازاً بيولوجياً معقد

التركيب وهذا بالتالي يقودنا إلى التغيرات التي تحدث في الجهاز الدوري والتنفسي وتختلف تلك التغيرات من نشاط لآخر وفقاً لطبيعة وشكل الأداء (2 : 5 ، 8)

وتعتبر التدريبات في الوسط المائي واحدة من أحدث الطرق على مستوى العالم حيث تعمل تمرينات الماء كطب وقائي وعلاج طبيعي في مواجهة العديد من علاج حالات الإصابة أو التأهيل بعد الإصابة أو الجراحة أو اللياقة العامة للصحة وإنقاص الوزن والرشاقة والارتفاع بمستوى اللياقة البدنية. (8: 1)

ويشير جمال عبد الله (2002) إلى أن استخدام المدربين للرمال عند تنمية التحمل باعتباره وسط مختلف ومتغير للتدريب إلى جانب الوصول إليه بسهولة وتوفره لا يحتاج إلى التأهيل لاستخدامه في الواجبات التدريبية مما قد يحقق نتائج إيجابية في إعداد اللاعبين في هذا الاتجاه إلا أنه يفقد إلى التقنين العلمي (7: 45) ويرى لامب (Lamp) (1984) أن استجابة أجهزة الجسم الحيوية للتدريب الرياضي ذات أهمية خاصة للمدرب حيث يتم على أساسها بناء وتوجيه البرامج التدريبية ، وتتأثر كفاءة النظم الحيوية بممارسة النشاط البدني . (160:24)

ويرى الباحثان أن ممارسة الأنشطة الرياضية أو عمل أي مجهود بدني قد يؤثر على الممارس ببعض التغيرات التي تحدث من هذا المجهود أي أنه قد تحدث تغيرات فسيولوجية وظيفية لأجهزة الجسم المختلفة كزيادة حجم القلب وبطء النبض مع زيادة كمية الدم المدفوع وبالتالي تأخر ظهور التعب . ويمثل عنصر التحمل أحد أهم المكونات البدنية التي تتحكم في تحديد المستوى في كثير من الأنشطة

كلية الآداب والعلوم دنة ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة .جامعة الفاتح

البدنية .
تدريب التحمل على الرياضة التخصصية والتي يمكن من خلالها تحديد وتوصيف مكونات الحمل المستخدم في الأداء. (3: 221)

ويتفق كل من فوكس ماثيوز Fox ,Mathews (1981) وهولي دفرانكز Hawley ,Don franks (1992) وديفيز وهوش Devries , Hush (1994) على أهمية التدريب الهوائي في تحسين بعض عناصر اللياقة الفسيولوجية متمثلة في الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين VO2Max والسعة الحيوية للرتئين ومعدل القلب . (418:23) ، (30- 27:21) (230:22- 232).

ويؤكد كل من محمد علاوى و أبو العلا عبد الفتاح (1984) على أن هناك علاقة قوية بين القدرة الهوائية ومستوى كل من كمية الدم المدفوع في الدقيقة والنبضة الأوكسجينية والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ومعدل النبض ويلاحظ انخفاضه بسرعة بعد الحمل البدني بالنسبة للأفراد المدربين عنه في غير المدربين كذلك يكون معدل سرعة العودة للحالة الطبيعية في المدربين أسرع من غير المدربين (الاستشفاء) . (15: 125-124).

ويشير إبراهيم شعلان (1981) إلى أن الأداء في كرة القدم يتطلب مستوى عالي من الكفاءة البدنية والفسيولوجية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات البدنية والمهارية والخطية المطلوبة منهم بكفاءة طوال زمن المباراة الذي قد يمتد إلى أكثر من 90 دقيقة بالإضافة إلى كبر مساحة ملعب كرة القدم؛ وتعد صفة التحمل صفة بدنية هامة لإعداد لاعبي كرة القدم ، وتلعب دوراً هاماً في قدرة اللاعبين على الاستمرار في الأداء الجيد طوال المباراة وبخاصة في اللحظات الهامة في نهاية المباراة. (1: 97).

ولقد لاحظ الباحثان أن هناك قصور في برامج الإعداد البدني التي لا تفي بالحاجة المتزايدة إلى اللياقة البدنية الحالية والتي تعتبر الركيزة الأساسية للاعب كرة القدم لتحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية حتى يستطيع الفرد مواكبة التطور الحاصل في كرة القدم بالإضافة إلى عدم تناول الكثير من المراجع والبحوث العلمية إلى استخدام الوسط المائي وكذلك الرمال في تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية من خلال بعض المتغيرات الفسيولوجية.

ومما سبق يمكن أن تتلخص مشكلة البحث في كونها محاولة علمية تهدف إلى دراسة طبيعة استخدام الوسط المائي والرمال لتنمية بعض المتغيرات الفسيولوجية ومكونات اللياقة البدنية الخاصة للاعب كرة القدم حتى يمكن أن تسهم في تقديم الجديد لزيادة قدرات المدربين على فهم العملية التدريبية وجوانبها المختلفة وكذلك إعداد وتخطيط برامج التدريب الخاصة بكرة القدم مما يساهم في توجيه عمليات إعداد الرياضي وفقاً للأسلوب العلمي السليم.

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى :

- 1- تصميم برنامج تمارين مقترح لكل من المجموعتين التجريبتين (مجموعة التدريب على الرمال . مجموعة التدريب في الوسط المائي) .
- 2- التعرف على تأثير برنامج التمارين المقترح لمجموعتي (التدريب على الرمال . التدريب في الماء) على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومكونات اللياقة البدنية الخاصة للاعب كرة القدم قيد البحث .

فروض البحث :

- 1- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات الفسيولوجية (النبض في الراحة . النبض بعد المجهود مباشراً . النبض بعد دقيقة راحة الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين . السعة الحيوية) ولصالح القياس البعدي .
- 2- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية (السرعة الانتقالية - التحمل - القدرة العضلية للرجلين) ولصالح القياس البعدي .
- 3- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين (التدريب في الوسط المائي - التدريب على الرمال) في نسب التحسن للمتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد البحث .

المصطلحات المستخدمة :

الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين : هو قدرة الإنسان على أداء عمل عضلي اعتماداً على استهلاك الأكسجين أثناء العمل مباشراً ويعتبر مؤشراً لكثير من الوظائف الفسيولوجية لكفاءة الجهاز التنفسي (15:380) **التدريب في الماء :** هو أحد الأوساط المهمة التي يتحرك من خلالها الفرد الرياضي لممارسة التدريبات الحركية المختلفة بهدف رفع اللياقة البدنية والفسيولوجية. (تعريف إجرائي).

التدريب على الرمال : يعتبر وسيلة من وسائل التدريب بمقاومة الجسم لصعوبة الحركة عليه ويستخدم بهدف رفع الكفاءة الفسيولوجية والبدنية للفرد للاستمرار في أداء عمل ما لفترة طويلة حيث يعتبر وسيلة للصمود ضد التعب . (تعريف إجرائي) .

الدراسات السابقة:

* دراسة خيرية السكري ، ويوسف ذهب ، محمد بريق (2001) مقالة عنوانها مدخل الاستجابات البيولوجية لإلقاء الضوء على تدريب الجري خارج وداخل الماء العميق لتقنين الكفاءة الوظيفية للمرأة الرياضية تناولت هذه المقالة شقين هما:

الشق الأول : مقدمة عن الجري في الماء العميق لماذا يستخدم الجري في الماء العميق ، من الذي يستخدم الجري في الماء العميق ، الاختلاف والتشابه ، المميزات والعيوب ، تدريب الجري في الماء العميق .
الشق الثاني : الدراسة التطبيقية المرتبطة بموضوع الاستجابات البيولوجية الناتجة عن تدريب الجري داخل الماء .
العينة : طبقت التجربة على عينة قوامها عشرة لاعبات من فريق كرة القدم النسائية بنادي سموحة الرياضي بالإسكندرية .

المنهج المستخدم المنهج التجريبي باستخدام مجموعة واحدة حيث تم عمل قياس قبلي وبعدي خارج الماء وقبلي وبعدي داخل الماء .

النتائج : أثبتت الدراسة وجود فروق ذات دلالة معنوية لصالح التدريب في الوسط المائي .
التوصيات:

- ضرورة استخدام الوسط المائي عند التدريب على الجري تزامناً مع التدريب خارج الماء .
- الاستفادة من خواص الوسط المائي عند رفع اللياقة البدنية أو العلاج أو التأهيل للرياضيين في جميع الرياضات . (9)

* دراسة عبد المحسن جمال الدين ، سمير أبو شادي (1994) عنوانها دراسة تأثير اختلاف سطح الملعب على بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، أجريت الدراسة على عينة قوامها (20) لاعب بالدوري الممتاز بالإسكندرية باستخدام المنهج الوصفي ، وأبرزت نتائجها تأثير المتغيرات الفسيولوجية الخاصة بالجهاز التنفسي ومعدل النبض بشكل أكبر عند الأداء على الملعب الرملي عن الملعب الخشبي ، كما ازدادت مسافة الوثب العريض والعمودي لدى لاعبي الكرة الطائرة على سطح الملعب الخشبي عن سطح الملعب الرملي . (12)

* دراسة جمال حسن (2002) وعنوانها فاعلية التدريب على الرمال في تحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية للاعبين كرة القدم بهدف التعرف على تأثير البرنامج في أداء التدريب على الرمال والمضمار على بعض المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية وأجريت الدراسة على عينة عمدية للاعبين نادى سكة حديد سوهاج وعددهم (24 لاعبا) و استخدم الباحثان المنهج التجريبي وتوصل الباحثان ازدياد معدل التحسن في بعض المتغيرات الفسيولوجية يؤثر على بعض الصفات البدنية التي تتأسس على هذا المتغير بشكل مباشر كذلك بعض الصفات التي تتأسس عليه بشكل غير مباشر مثل السرعة الانتقالية والقدرة العضلية . (7)

التعليق على الدراسات السابقة :

هدفت معظم الدراسات السابقة إلى معرفة تأثير وفعالية برامج التدريب المستخدمة على المتغيرات البدنية والوظيفية والفسيولوجية و جميعها اعتمدت في اختيار العينة على لاعبين أو لاعبات بطريقة عمدية و استخدمت هذه الدراسات المنهج التجريبي .

إجراءات البحث:

منهج البحث:

أستخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين الأولى استخدمت أسلوب التدريب داخل الوسط المائي و الأخرى استخدمت أسلوب التدريب على الرمال وذلك لملاءمته لأهداف و إجراءات البحث .

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (28) لاعب من لاعبي الأواسط بنادي دارنس والافريقي بشعبية درنة وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبتين :

مجموعة الجري في الوسط المائي وعددهم (14) لاعبا .

مجموعة الجري على الرمال وعددهم (14) لاعبا .

ويوضح الجدول رقم (1) تجانس العينة في متغيرات السن والطول والوزن .

والجدول رقم (2) يوضح التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد البحث.

(جدول 1)

تجانس أفراد المجموعتين في متغيرات (السن - الطول - الوزن)

$$28 = 2n + 1n$$

| المتغير | وحدة القياس | مجموعة الماء | | | | مجموعة الرمال | | | |
|---------|-------------|--------------|------|--------|----------|---------------|------|--------|----------|
| | | س- | ± ع | الوسيط | الالتواء | س- | ± ع | الوسيط | الالتواء |
| السن | سنة | 18.90 | 1.62 | 18.40 | 0.926 | 18.02 | 1.85 | 18.25 | 0.811 |
| الطول | سم | 170.25 | 4.35 | 169.15 | 0.517 | 170.75 | 4.80 | 169.50 | 0.781 |
| الوزن | كجم | 63.80 | 5.45 | 63.0 | 0.440 | 64.15 | 5.85 | 63.25 | 0.461 |

يتضح من جدول رقم (1) أن قيم معاملات الالتواء قد انحصرت بين (0.440 ، 0.926) لأفراد المجموعة التجريبية (الجري في الوسط المائي) وانحصرت ما بين (0.461 ، 0.857) لمجموعة (الجري على الرمال) وهي قيم انحصرت ما بين $± 3$ لمتغيرات (السن - الطول - الوزن) للمجموعتين التجريبتين مما يؤكد على تجانس مجموعتي البحث .

(جدول 2)

دلالة الفروق بين المجموعتين (الجري في الماء) و (الجري على الرمال)

في المتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد البحث

$$14 = n$$

| المتغير | وحدة القياس | مجموعة الماء | | مجموعة الرمال | | الفروق بين المتوسطين | قيمة (ت) |
|--------------------------------|-------------|--------------|------|---------------|------|----------------------|----------|
| | | س | ± ع | س | ± ع | | |
| النبض في الراحة | نبضة/ق | 70.22 | 1.42 | 69.60 | 2.12 | 0.62 | 0.76 |
| النبض بعد المجهود مباشرة | نبضة/ق | 146.50 | 2.18 | 143.57 | 2.33 | 2.93 | 1.48 |
| النبض بعد 1 ق راحة | نبضة/ق | 112.23 | 4.98 | 107.40 | 2.78 | 4.17 | 1.98 |
| الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | لتر | 3.48 | 0.16 | 3.41 | 0.18 | 0.06 | 0.97 |

| | | | | | | | |
|------|------|------|-------|------|-------|-----|------------------------------|
| 0.58 | 0.04 | 0.14 | 3.19 | 0.29 | 3.23 | لتر | السعة الحيوية |
| 0.90 | 0.67 | 0.22 | 6.58 | 0.21 | 6.62 | ق | التحمل 1500م جري |
| 0.39 | 0.04 | 0.20 | 7.18 | 0.17 | 7.22 | ث | السرعة الانتقالية 50م عدو |
| 1.13 | 1.20 | 0.69 | 37.50 | 0.68 | 38.70 | سم | القدرة العضلية الوثب العمودي |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = 2.04

يتضح من جدول رقم (2) أن جميع قيم ت المحسوبة أقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 ، وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية في متغيرات الدراسة بين مجموعة الجري في الماء ومجموعة الجري في الرمال مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث .

وسائل جمع البيانات:-

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول.
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- جهاز أسبيروميتير لقياس السعة الحيوية ، الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين.
- قياس ضربات القلب (النبض).

القياسات المستخدمة:-

قياس معدل ضربات القلب (قياس النبض) في المراحل التالية:

- أثناء الراحة بدون أي مجهود.
- بعد المجهود مباشرة.
- بعد المجهود بدقيقة واحدة.
- قياس القدرة العضلية للرجلين باختبار (الوثب العمودي) يأخذ ثلاث محاولات ويسجل أفضلهم.
- قياس السعة الحيوية ، قياس الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين باستعمال جهاز الأسبيروميتير يأخذ ثلاث محاولات لكل مختبر واحتساب أفضلهم.
- اختبار 50 م سرعة عدو .
- اختبار 1500 م تحمل .

خطوات البحث :-

أولاً : هدف البرنامج : يهدف البرنامج التدريبي المقترح إلى معرفة تأثير التدريبات في الوسط المائي وعلى الرمال على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للاعبين كرة القدم .

ثانياً : بناء البرنامج : أعتمد الباحثان في بناء البرنامج على المراجع العلمية المرتبطة بموضوع الدراسة وكذلك الدراسات السابقة والمماثلة لكل من جمال عبد الله (7) إبراهيم شعلان (1) أحمد خاطر وعلى البيك (3) أمر الله البساطي (5) عبد المحسن جمال الدين و سمير أبو شادي (12) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين (16) ونتيجة لذلك حدد الباحثان التمرينات الأساسية للبرنامج وتم تحديد شدة حمل التدريبات بناء على المراجع السابقة وتراوحت بين 50 . 85% من أقصى ضربات القلب لأفراد العينة ، وبين 50 . 85% من الحد الاقصى لاستهلاك الأكسجين .

الدراسة الاستطلاعية:

. المرحلة الأولى من الدراسة الاستطلاعية :

بعد تحديد مجموعة القياسات المرتبطة بهذه الدراسة قام الباحثان بأجراء دراسة استطلاعية على عينة من لاعبي 18 سنة وعددهم 15 لاعب من غير لاعبي العينة الأساسية للدراسة وذلك في الفترة من 2008/5/3م إلى 2008/5/8م بواقع ثلاث وحدات تدريبية لكل مجموعة حيث كان الهدف من ذلك :

- . تحديد طريقة وزمن فترة الإحماء التي تسبق القياس .
- . تنفيذ وحساب القياسات المختلفة والتأكد من صلاحية أدوات القياس المختلفة .
- . التأكد من صلاحية المكان لتنفيذ البرنامج التدريبي .
- . تحديد مسافات ثابتة للمسافات المطلوبة خلال البرنامج التدريبي .
- . التأكد من عدم وجود عوائق في مكان التدريب والتأكد من عوامل الأمن والسلامة في مكان التدريب.
- . معرفة وتحديد الوقت اللازم لتسجيل البيانات الخاصة بكل لاعب .

-المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية :

. قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية في الفترة من 2008/5/17م إلى 2008/5/22م بواقع ثلاث وحدات تدريبية لكل مجموعة وذلك بعد تعديل بعض التدريبات للمجموعة التجريبية (داخل الوسط المائي) لصعوبة أدائها على اللاعبين و تجريب أجهزة القياس ومعرفة صلاحيتها للقياس ومدى ملائمتها للدراسة و تصميم استمارات لتسجيل القياسات لتكون جاهزة للقياسين القبلي والبعدي .

القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي في الفترة من 2008/6/1 حتى 2008/6/3 للمجموعتين التجريبتين . مجموعة (الجري في الماء) و مجموعة (الجري على الرمال) وطبقت القياسات الفسيولوجية (النبض في الراحة-النبض بعد المجهود مباشرة-النبض بعد 1 ق راحة - السعة الحيوية - الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين) والمكونات البدنية (اختبار 50 م عدو - اختبار 1500 م جري - اختبار القدرة العضلية للرجلين) على عينة البحث الأساسية .

تنفيذ البرنامج التدريبي:

تم تطبيق البرنامج في الفترة من 2008/6/4 إلى 2008/7/29 على المجموعتين التجريبتين مجموعة (الجري في الماء) و مجموعة (الجري على الرمال) وذلك بواقع ثلاث وحدات تدريبية أسبوعياً لكل مجموعة ولمدة ثمانية أسابيع.

القياس البعدي:

تم إجراء القياسات البعدية بعد انتهاء البرنامج التدريبي على مجموعتي البحث مجموعة (الجري في الماء) و مجموعة (الجري على الرمال) في الفترة من 2008/7/30 حتى 2008/7/31 وبنفس ترتيب القياس القبلي للمتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد البحث .

المعالجات الإحصائية :

أستخدم الباحثان المعالجات الإحصائية التالية :

- الوسيط .
- معامل الالتواء .
- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري
- اختبار (ت) T.test .
- نسب التحسن .

عرض النتائج :

جدول (3)

دلالة الفروق بين المتوسطات ونسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي
(للمجموعة التجريبية) الجري في الماء

ن=14

| المتغير | وحدة | القياس القبلي | القياس البعدي | الفروق بين | نسب | قيمة |
|---------|------|---------------|---------------|------------|-----|------|
|---------|------|---------------|---------------|------------|-----|------|

| القياس | س | ع ± | س | ع ± | المتوسطين | التحسن | (ت) | |
|--------------------------------|--------|--------|------|--------|-----------|--------|-------|--------|
| النبض في الراحة | نبضة/ق | 70.22 | 1.42 | 65.20 | 2.18 | 5.02 | 2.83 | *4.17 |
| النبض بعد المجهود مباشرة | نبضة/ق | 146.50 | 2.18 | 151.13 | 2.42 | 5.37 | 4.80 | *5.17 |
| النبض بعد 1 ق راحة | نبضة/ق | 112.23 | 4.98 | 103.02 | 7.23 | 9.22 | 21.52 | *3.94 |
| الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | لتر | 3.48 | 0.16 | 4.96 | 0.37 | 1.48 | 26.07 | *16.27 |
| السعة الحيوية | لتر | 3.23 | 0.29 | 4.84 | 0.17 | 1.69 | 38.32 | *17.18 |
| التحمل 1500م جري | ق | 6.62 | 0.21 | 5.28 | 0.37 | 1.59 | 54.31 | *18.02 |
| السرعة الانتقالية 50م عدو | ث | 7.22 | 0.17 | 6.33 | 0.23 | 1.98 | 18.07 | *18.21 |
| القدرة العضلية الوثب العمودي | سم | 38.70 | 0.68 | 42.55 | 0.54 | 4.20 | 3.22 | *13.43 |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = 2.04

تشير نتائج الجدول رقم (3) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في كافة متغيرات الدراسة حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (3.94 - 18.21) وهذه أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على تأثير البرنامج على مجموعة الجري في الوسط المائي .

جدول (4)

دلالة الفروق بين المتوسطات ونسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي
(للمجموعة التجريبية) الجري على الرمال

ن=14

| المتغير | وحدة القياس | القياس القبلي | | القياس البعدي | | الفروق بين المتوسطين | نسب التحسن | قيمة (ت) |
|--------------------------------|-------------|---------------|------|---------------|------|----------------------|------------|----------|
| | | س | ع ± | س | ع ± | | | |
| النبض في الراحة | نبضة/ق | 69.60 | 2.12 | 67.90 | 1.93 | 1.56 | 2.92 | *3.69 |
| النبض بعد المجهود مباشرة | نبضة/ق | 143.57 | 2.33 | 147.50 | 2.01 | 3.98 | 4.25 | *4.11 |
| النبض بعد 1 ق راحة | نبضة/ق | 107.40 | 2.78 | 102.98 | 3.66 | 4.78 | 17.36 | *4.12 |
| الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | لتر | 3.41 | 0.18 | 4.07 | 0.13 | 0.56 | 16.24 | *10.77 |
| السعة الحيوية | لتر | 3.19 | 0.14 | 4.17 | 0.23 | 1.28 | 28.43 | *12.21 |
| التحمل 1500م جري | ق | 6.58 | 0.22 | 5.68 | 0.29 | 0.90 | 37.65 | *10.32 |
| السرعة الانتقالية 50م عدو | ث | 7.18 | 0.20 | 6.58 | 0.68 | 0.68 | 15.62 | *5.53 |
| القدرة العضلية الوثب العمودي | سم | 37.50 | 0.69 | 39.00 | 0.61 | 1.40 | 2.53 | *12.89 |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = 2.04

تشير نتائج الجدول رقم (4) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في كافة متغيرات الدراسة حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (2.69 - 12.21) وهذه أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على تأثير البرنامج على مجموعة الجري على الرمال .

جدول (5)

دلالة الفروق بين المتوسطات للمجموعتين التجريبتين (الجري في الماء)
و (الجري على الرمال) في القياس البعدي للمتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد البحث

ن=14

| المتغير | وحدة القياس | مجموعة الماء | | مجموعة الرمال | | الفروق بين المتوسطين | قيمة (ت) |
|--------------------------|-------------|--------------|------|---------------|------|----------------------|----------|
| | | س | ع ± | س | ع ± | | |
| النبض في الراحة | نبضة/ق | 65.20 | 2.18 | 67.90 | 1.93 | 2.70 | 1.89 |
| النبض بعد المجهود مباشرة | نبضة/ق | 151.13 | 2.42 | 147.50 | 2.01 | 3.64 | *5.63 |
| النبض بعد 1 ق راحة | نبضة/ق | 101.00 | 7.23 | 99.00 | 3.66 | 1.83 | 0.916 |

| | | | | | | | |
|-------|------|------|-------|------|-------|-----|-------------------------------|
| *6.97 | 0.85 | 0.13 | 4.07 | 0.37 | 4.96 | لتر | الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين |
| *8.53 | 0.67 | 0.23 | 4.17 | 0.17 | 4.84 | لتر | السعة الحيوية |
| *4.34 | 0.42 | 0.29 | 5.68 | 0.37 | 5.28 | ق | التحمل 1500م جري |
| *3.98 | 0.28 | 0.68 | 6.58 | 0.23 | 6.33 | ث | السرعة الانتقالية 50م عدو |
| 1.88 | 3.55 | 0.61 | 39.00 | 0.54 | 42.55 | سم | القدرة العضلية الوثب العمودي |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = 2.04

تشير نتائج الجدول رقم (5) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين في القياس البعدي لصالح مجموعة الجري في الماء في متغيرات النبض بعد المجهود مباشرة ، الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين ، السعة الحيوية ، التحمل 1500م جري ، السرعة 50م عدو ، بينما جاءت معدلات التحسن بين المجموعتين في كل من النبض في الراحة ، النبض بعد الراحة لمدة 1 ق ، القدرة العضلية للرجلين غير دالة.

مناقشة وتفسير النتائج :

باستخدام التحليل الإحصائي الذي يتناسب مع طبيعة هذه الدراسة يتضح من الجدولين أرقام (1) (2) الخاصة بمتغيرات التجانس والتكافؤ الأساسية السن ، الوزن ، الطول . عدم وجود فروق معنوية لكلا المجموعتين التجريبتين في هذه المتغيرات ، ويرجع ذلك إلى تجانس أفراد العينة من حيث السن كذلك التوزيع العشوائي لأفراد العينة على مجموعتي البحث ، وفي هذا الصدد يذكر كل من أحمد خاطر ، على البيك (3) ومحمد صبحي حسانين (17) بأن الطول والوزن يعتبران من المؤشرات الهامة لتعرف على حالة النمو الجسمي تحت تأثير مزاوله الأنشطة الرياضية .

وجداول رقم (2) يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات متغيرات الدراسة بين المجموعتين التجريبتين (الجري في الماء - الجري على الرمال) قبل تنفيذ البرنامج .

تشير نتائج الدراسة كما يوضحها الجدولين أرقام (3) ، (4) إلى حدوث تحسن في المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية قيد الدراسة حيث أظهرت نتائج القياسات البعدية لمجموعة الرمال تحسن متوسط في كل من النبض بعد المجهود مباشرة والنبض بعد الحصول على راحة لمدة دقيقة واحدة ، كذلك الأمر بالنسبة للسرعة الانتقالية 50 م عدو والتي تتطلب ارتفاع مستوى العمل اللاهوائي والذي لا يتحسن في بداية برامج الإعداد الذي يكون التركيز فيه على العمل الهوائي لحد بعيد.

وهذا ما أشار إليه أبو العلا عبد الفتاح (2) إبراهيم شعلان (1) جمال عبد الله (7) أن السرعة تعتمد على كفاءة عمل جهازين أساسيين هما الجهاز العصبي والجهاز العضلي ، الجهاز العصبي من حيث قدرته على إرسال الإشارات العصبية السريعة خلال الوحدات الحركية السريعة أيضاً والجهاز العضلي بما يحتويه من ألياف عضلية سريعة الانقباض بطبيعتها وكل ما سبق يخضع بالدرجة الأولى لعامل الوراثة ، لذا فإن التدريب الرياضي ليس له تأثير كبير على تنمية السرعة بشكل عام ، حيث تلعب الوراثة دورها في ذلك .

هذا ويتفق كل من إبراهيم شعلان (1) أبو العلا عبد الفتاح (2) أمر الله البساطي (5) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين (16) ، محمد عبده صالح الوحش ، مفتي إبراهيم (18) أنه لكي يتمكن اللاعب من تحسين سرعته يجب عليه أن يقوي عضلاته وفي نفس الوقت يحسن من سرعة تلييته والتدريب على السرعة غالباً ما يكون في الجزء الثاني من فترة الإعداد (الإعداد الخاص) كذلك فقد جاءت معدلات التحسن في باقي المتغيرات عالية في كل من الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين والسعة الحيوية والتحمل 1500م جري كذلك

القدرة العضلية للرجلين (الوثب العمودي)؛ وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من **عبد المحسن جمال الدين** و**سمير أبو شادي (12)** ، وخاصة في الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين كذلك دراسة **سمير لطفي (10)** في السرعة الانتقالية والقدرة العضلية للرجلين (الوثب العمودي).

ويذكر **سكوت وادوارد Scot and edward (26)** أن نسبة حمض اللاكتيك في الدم بعد تدريبات السرعة وتحمل السرعة تزداد نتيجة شدة الحمل الواقع على العضلات ولنقص الأكسجين ، وأن زيادة حمض اللاكتيك في الدم علامة من العلامات الهامة التي تدل على أن اللاعب قد وصل الى الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين أثناء المجهود .

أما فيما يختص بمجموعة الجري في الماء فقد جاءت معدلات التحسن متوسطة في كل من النبض في الراحة والنبض بعد المجهود كذلك النبض بعد الحصول على راحة لمدة دقيقة واحدة ، بينما تصاعدت وبشكل واضح في كل من الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين والسعة الحيوية والتحمل 1500م جري كذلك كلاً من السرعة الانتقالية 50م عدو والقدرة العضلية للرجلين (الوثب العمودي) وبملاحظة معدل التحسن في كلاً من الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين وكذلك السرعة الانتقالية 50م عدو يتبين لنا انعكاس هذا التحسن على القدرة العضلية (الوثب العمودي) .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج كل من **خيرى السكري ، يوسف ذهب ومحمد بريقع (9)** وإلى ما أشار إليه **علي البيك وصبري عمر (13)** و**جمال عبد الله (7)** أن التدريب الرياضي المنتظم يلعب دوراً هاماً في إحداث التكيف لأجهزة الجسم الحيوية على المجهود البدني وذلك نتيجة للتدريب المنتظم على سبيل المثال التدريب المنتظم في الماء يؤدي إلى الارتقاء بالمقاومة الحيوية للتغيرات الجوية.(13: 37). هذا ويرى الباحثان أن التدريب البدني باستمرار وانتظام يحدث تغيرات لأجهزة الجسم المختلفة وهذه التغيرات نتيجة التكيف الحاصل لها من خلال التعود على المجهود او العبء الواقع عليها وقد تكون هذه التغيرات مستمرة نتيجة الانتظام في ممارسة التدريب البدني لفترة طويلة .

ويوضح جدول (5) والخاص بدراسة الفروق بين المتغيرات قيد الدراسة للمجموعتين في القياس البعدي أنه بالرغم من التحقق من حدوث تحسن نتائج عن تطبيق البرنامج مع كلتا المجموعتين (الماء - الرمال) بنسب متفاوتة لمجموعة المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية بين مجموعتي الدراسة إلا أنه بدراسة التحسن الحادث في استخدام الوسط المائي قد تأكد من خلال دلالة الفروق في القياس البعدي للمجموعتين حيث تفوقت مجموعة الوسط المائي في كل من النبض بعد المجهود مباشرة والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين والسعة الحيوية والتحمل 1500م جري والسرعة 50م عدو ، بينما جاءت معدلات التحسن بين المجموعتين في كل من النبض في الراحة والنبض بعد الراحة لمدة دقيقة والقدرة العضلية غير دالة.

وهذه النتائج تتفق مع ما يشير إليه كل من **أبو العلا عبد الفتاح (2)** و**فاروق عبد الوهاب (14)** وأسامة رياض (4) و**محمد علاوي ونصر الدين رضوان (16)** على أهمية السعة الحيوية للرتتين واختلافها تبعاً لنوع النشاط الرياضي الممارس ، حيث أجمعوا على أنها تعتبر مؤشراً يوضح للمدرب إمكانات اللاعب الفسيولوجية ، ويرجع هذه الفروق في هذا التحسن في القياسات البعدية إلى أن البرنامج التدريبي المقنن بشقيه في الماء وعلى الرمال قد تم تنفيذه على أسس علمية وبدقة علمياً بأن التدريب باستمرار سواء كان في الماء أو على الرمال له تأثيراً إيجابياً على تحسين الحالة التدريبية للاعب.

ويتفق كل من فاسيلفا وسالتين(25) أبو العلا عبد الفتاح (2) على أن عمليات استعادة الشفاء تبدأ بطريقة جزئية بعد أداء النشاط العضلي مباشرة وفيها يتم التعويض الكامل لمخزون العضلات من الطاقة ، وأن النشاط العضلي يصاحبه تغيرات وظيفية كبيرة للجسم (التهوية الرئوية . استهلاك الأوكسجين . سرعة النبض . وزيادة نسبة تركيز حمض اللاكتيك في الدم) ، أما بالنسبة لمجموعة الرمال فكان هناك تسحن واضح ولكنه أقل من نسب التحسن بالنسبة للوسط المائي ويرجع الباحثان هذا التحسن إلى أن الجري على الرمال الناعمة يحتاج إلى مجهود كبير ولكن الحركة على الرمال أسهل وأسرع من الحركة داخل الوسط المائي حيث أن مقاومة الماء أثناء الجري تكون أصعب وأبطأ في الحركة لكنه في الجري على الرمال يفقد كثيراً من الماء نتيجة إفراز العرق أثناء الجري وهذا ما يشير إليه بهاء سلامة (6) إلى أنه عند ممارسة الرياضة لفترة طويلة (التحمل) والتي يصاحبها إفراز كمية كبيرة من العرق غير معوض بشرب الماء يصحبه انخفاض في ضغط الدم.

ويشير كل من ارنهيم Arnheim (20) وجمال عبد الله (7) أن النشاط البدني يتبعه بصفه عامة هبوط وقتي في المقدرة على الأداء ، وأثناء فترة الراحة يعود الجسم تدريجياً الى حالته الطبيعية وترتبط عمليات استعادة الشفاء بمظاهر هامة في المجال الرياضي وهي التعويض الزائد حيث أنها تفسر لما يحدث أثناء التدريب والذي يرتبط بالأجهزة الوظيفية للجسم.

ويتفق كل من جمال عبد الله (7) محمد مسلم (19) سوسن عبد المنعم وآخرون (11) أنه عند دفع اللاعب لسطح الملعب فإن القدم تكون ثابتة ولا تنزلق وبالتالي يكون الخطو للإمام كاملاً دون فقدان أي جزء من قوة الدفع والتي تكون أقل نتيجة لانهايار الدفع خلفاً على الرمال مما يؤدي إلى فقدان جزء كامل من قوة الدفع وكذلك على الوسط المائي.

و يرى الباحثان أنه من خلال التعرف على النواتج الكمية للمتغيرات الفسيولوجية و البدنية يمكن للمدرب التعرف على الحالة التدريبية للاعبين وتقويمها وكذلك تقنين أحمال التدريب والتعرف على الحالة الوظيفية لجسم اللاعب ويؤكد الباحثان أن سبب تلك الزيادة التي حدثت للمجموعتين التجريبيتين ترجع الى تأثير التدريبات التي تلقتها المجموعتين والتي خضعتا الى برنامج تدريبي مكثف طوال فترة الإعداد وتعد تلك النتيجة منطقية تحت تأثير التدريب البدني المقنن (البرنامج التدريبي) حيث تشير الى أن المتغير التجريبي له تأثير ايجابي وقد حقق ما وضع من أجله لتحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد الدراسة ومن هنا تتحقق صحة فروض البحث بوجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبيتين مجموعة (التدريب على الرمال) ومجموعة (التدريب في الوسط المائي) في نسب التحسن للمتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد البحث .

الاستنتاجات:

في ضوء عينة البحث وعرض النتائج ومناقشتها توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية:

- 1- استخدام البرنامج التدريبي بالمقاومات داخل الوسط المائي أو على الرمال أدى إلى حدوث تحسن في المتغيرات الفسيولوجية ومكونات اللياقة البدنية قيد البحث .
- 2- أظهرت نتائج القياسات البعدية لمجموعة (الجري على الرمال) تحسن متوسط في كل من النبض بعد المجهود مباشرة والنبض بعد الحصول على الراحة لمدة دقيقة واحدة والسرعة الانتقالية 50 متر عدو بينما جاءت معدلات التحسن في باقي المتغيرات عالية في كل من الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين والسعة الحيوية والتحمل 1500م والقدرة العضلية للرجلين .

3- أظهرت نتائج القياسات البعدية لمجموعة (الجري فى الماء) معدلات تحسن متوسطة فى كل من النبض بعد المجهود مباشرة والنبض بعد الحصول على الراحة لمدة دقيقة واحدة بينما تصاعدت فى كل من الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين والسعة الحيوية والتحمل 1500م والسرعة الانتقالية 50 متر عدو والقدرة العضلية للرجلين .

4- وجود فروق فى نسبة التحسن بين المجموعتين التجريبتين (الجري فى الماء - الجري على الرمال) فى القياس البعدي لصالح مجموعة الجري فى الوسط المائي حيث أثبتت النتائج أن التدريب داخل الوسط المائي حققت نتائج أفضل من التدريب على الرمال فى المتغيرات الفسيولوجية و البدنية قيد البحث .

التوصيات :

- فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصى الباحثان بما يلي : -
- 1- ضرورة استخدام مقاومة الوسط المائي كوسيلة للتدريب للحصول على معدل تحسن أكبر فى المتغيرات الفسيولوجية والبدنية.
 - 2- الاستفادة من خواص الوسط المائي والجري على الرمال لتحسين المتغيرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لمختلف المراحل السنية فى جميع الأنشطة الرياضية .
 - 3- الاهتمام بتنمية الجوانب الفسيولوجية التي تلعب دوراً فعالاً فى الارتقاء بالمستوى البدني.

المراجع :

- 1- إبراهيم حنفي شعلان(1981):
تقنين حمل التدريب وعلاقته بتطوير اللياقة البدنية الخاص للاعبى كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح(1997) :
التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 3- أحمد محمد خاطر (1978):
القياس فى المجال الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة
- 4- أسامة رياض(1986) :
موسوعة الطب الرياضي وكرة القدم ، دار المختار للطباعة ، الاتحاد العربي لكرة القدم ، السعودية
- 5- أمر الله أحمد البساطي(1995) :
التدريب والإعداد البدني فى كرة القدم ، منشأة المعارف الإسكندرية
- 6- بهاء الدين سلامة(1994) :
فسيولوجية التدريب دار الفكر العربي ، القاهرة
- 7- جمال عبد الله حسن (2002):
فاعلية التدريب على الرمال فى تحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية للاعبى كرة القدم ، بحث منشور ، مجلة البحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، المجلد 25 ، العدد 60
- 8- خيرية إبراهيم السكري(1999) :
تمرينات الماء ، منشأة المعارف الاسكندرية ، ط 1 محمد جابر برقيع
- 9- خيرية إبراهيم السكري(2001) :
مدخل الاستجابات البيولوجية لإلقاء الضوء على تدريب الجري خارج

يوسف ذهب علي
محمد جابر بريق

وداخل الماء العميق لتقنين الكفاءة الوظيفية للمرأة الرياضية كلية التربية
الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان

10-سمير لظفي(1998):
محمد لظفي السيد
تأثير اختلاف سطح الملعب على معدل تتابع الأداء في الكرة الطائرة
بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية
الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، العدد 33

11-سوسن عبد المنعم(1977) :
وآخرون
البيوميكانيك في المجال الرياضي ، الجزء الأول (البيوديناميك) ، دار
المعارف بمصر

12-عبد المحسن جمال الدين(1994)
سمير محمد أبو شادي
دراسة تأثير اختلاف سطح الملعب على بعض المتغيرات البدنية
والفسيولوجية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي
الأول ، الرياضة في مصر ، الواقع والمستقبل ، م .

13-علي فهمي البيك(1994) :
وصبري عمر
الإيقاع الحيوي والإنجاز الرياضي ، دار المعارف ، الإسكندرية

14-فاروق السيد عبد الوهاب(1983) :
مبادئ فسيولوجيا الرياضة ، القاهرة

15-محمد حسن علاوي(1984) :
أبو العلا أحمد عبد الفتاح
فسيولوجيا التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة

16-محمد حسن علاوي(1984) :
محمد نصر الدين
اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة

17-محمد صبحي حسنين(1996) :
القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ،
القاهرة

18-محمد عبده صالح الوحش(1985) :
مفتي إبراهيم حماد
الإعداد المتكامل للاعبي كرة القدم ، دار الفكر العربي

19-محمد فكري مسلم(1995) :
دراسة مقارنة لتأثير التدريب على نوعي المضمار الصناعي
والحمرة على الإنجاز الرقمي لجري 800م ، رسالة ماجستير ، كلية
التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق

20-Arnheim.,D.,: Modern Principles of Athletic Traiaing , St, Louis,Toronto
Senta Clara,1987.

21-Fox& Donald K.Mathews :The Physiological Basis of Physical Education
And Athletics ,2rd Ed ,W.B.Sunders Co., Philadelphia,
London ,Toronto,1981.

22-Howiey ,and B.Don Franks,: Helath Fitness ,3nd,Human Kinetics Books
Champaign, Illinois ,USA,1992.

23- Herbert A,Devries and Terry J.Housh , : Physiology of Exercise,5th ed
WCB, Brown & Benchmark, Publishiers, 1994.

24- Lamp , D. , : Physiology of Exercise , Macmillan Publishing Co., 2nd. New
york,1984.

25- Saltin , B., : Hemo Dynamic Adaptations to Exercise, Harber Row
Publishers, Toronto Cardiol,1985.

26-Scott ,K, & Edward T., : Exercise Physiology , Brown& Benchmark

– البرنامج التدريب التدريبات في الماء

- 1_ الجري في الماء لمدة 15 دقيقة .
- 2_ الجري في الماء في قاطرات اليدين فوق كتفين الزميل .
- 3_ وقوف مواجهة الزميل بالظهر علي أن يمسك اللاعب وسط زميله الأمامي بكلتا الذراعين ويقاوم الزميل ومحاولة منعه من التقدم بالمجري للإمام وهكذا المسافة 15 م .
- 4_ يقف اللاعب واجهة زميله مستندا علي صدره بكلتا الذراعين يقوم اللاعب بالجري مع بذل أقصى قوة ويقوم الزميل بالمقاومة لمنعه من التقدم لمسافة 15م ويكرر الأداء بالتبادل.
- 5_ وقوف مواجهة الحائط لحمام السباحة وعند الإشارة يلف اللاعب محاولا الجري بسرعة قبل باقي زملاء في الاتجاه الآخر للمس الحائط الآخر لمسافة 15م ويكرر التمرين من أوضاع مختلفة أخرى يحددها المدرب
- 6_ مباراة بين فريقين باليدين في الماء والفوز بتسجيل نقطة لكل 15 تمريره ناجحة متتالية .
- 7_ تتابع بين فريقين كل فريق مقسم إلى قاطرتين متقابلتين ومع كل فريق كرة طبية وعند سماع الإشارة من المدرب يتحرك اللاعب الأول في كل فريق حاملا الكرة الطبية والجري بها بسرعة حتى يصل إلي القاطرة المقابلة يسلم الكرة الطبية للزميل الذي يكرر الأول وهكذا .
- 8_ يقف الفريق كاملا في قاطرة واحدة المسافة بين اللاعبين 2م وعند سماع الصفارة ينطلق اللاعب بالجري المتعرج بين زملاء ثم اللاعب الذي يليه وهكذا حتى أن ينتهي جميع اللاعبين .
- 9-وقوف مواجهة الزميل تشبيك اليدين محاول جذب الزميل لمسافة ومقاومة الزميل.
- 10- وقوف في ظهر الزميل مسك اليدين للزميل الجري مع جر الزميل خلف اللاعب بالتقدم للإمام ثم تبادل الأداء .
- 11- وقوف مواجهة الزميل تشبيك اليدين سحب الزميل للجري الي الخلف ثم تبادل الأداء .
- 12-وقوف الجانب مواجهة الحمام تشبك اليدين مع الزميل للجري الجانبي مع الزميل الي الحافة الاخري من حمام السباحة.
- 13- الجري الجانب في الماء سباق مع الزميل في وقت واحد.
- 14- الوقوف داخل الماء مع التقدم للإمام.
- 15- الجري مع مقاومة الزميل من خلال شد الاستيك المطاط .
- 16- جري الزميلين عكس بعض بالمقاومة من خلال الاستيك المطاط.
- 17- حمل الزميل داخل الماء ثم بعد ذلك الوثب بالزميل داخل الماء .

- 18- فريقين علي كل لاعب في الفريق حمل زميل له فوق الكتفين ومحاولة إيقاع لاعب الفريق الآخر من فوق كتف زميلة برفعة أو جره .
- 19- وقوف ومواجهة الزميل اليمين علي كتفي الزميل محاولة الدفع مع الزميل في جميع الاتجاهات للإمام والخلف والجانبين .
- 20- وقوف ثني الذراعين علي الحافة الخارجية لحمام السباحة محاولة دفع الماء بالرجلين والصعود لمد الذراعين ثم ثنيهم مرة أخرى والوثب باستمرار لمد الذراعين علي الحافة الخارجية .
- 21- وقوف مواجهة الزميل دفع كرة طبية داخل الماء بين الرجلين .
- 22- مباراة بين فريقين لشد الحبل داخل الماء .
- 23- يقف اللاعبون علي حافة الحمام داخل الماء وعند سماع الصفارة يتعلق جميع اللاعبون للمس الحائط في الجهة المقابلة ثم العودة بسرعة الي نفس المكان .
- 24- وقوف مواجهة الزميل تمرير الكرة بالرأس بين الزميلين ومحاولة التحرك بها في جميع الاتجاهات .
- 25- يقف اللاعبون مجموعات كل ومجموعة 3 لاعبين يقف لاعبان يقابلان لاعب واحد المسافة بينهم 15م يجري أحد اللاعبين حامل كرة طبية 5كجم في اتجاه للاعب الواحد يسلمها ويقف مكانه ويتناوب اللاعبون الأداء لمسافة 150م .
- 26- الجري داخل الماء مع إشارة المدرب في جميع الاتجاهات ثم الجري عكس إشارة المدرب .
- 27- ثلاث فرق متساوية في العدد عمل تتابع داخل الماء لمسافة 20م بين الفرق الثلاثة مع حمل مقعد سويدي لكل فريق أثناء الجري داخل الماء .
- 28- الجري العادي ، الجري بالظهر ، والي الجانبين ، والوثب في جميع الاتجاهات مع وضع ثقل داخل الماء حول الرجلين .

البرنامج التدريبي للتمرينات على الرمال

- 1- الجري على الرمال بسرعة متوسطة أو أقل من المتوسطة لمدة 20 دقيقة.
- 2- نفس التمرين السابق مع زيادة السرعة بعض الشيء وزيادة الزمن .
- 3- الوقوف الجري أماماً 15م ثم خلفاً بالظهر 15م واستمرار التبادل في التمارين أماماً وخلفاً حتى مسافة 200م .
- 4- الحجل بالارتداد على القدمين بالتبادل مع رفع الركبة للرجل الحرة على الصدر مسافة 150م .
- 5- الجري جانباً لمسافة 015م) تم الجانب الآخر (15م) واستمرار التبادل لمسافة 200متر .
- 6- الجلوس قرفصا و الركبتين للوجه لضرب كرة وهمية بالرأس 10 مرات في مجموعتين .
- 7- رفع الكرة على القدمين تطيط الكرة بالقدمين وأجزاء الجسم المختلفة 2.5مم .
- 8- الجري في اتجاهات مختلفة داخل منطقة محددة ،لمدة 2د ق
- 9- لاعبين تبادل دفع الكرة طبية بين اللاعبين وزنة 5 كجم قدرة 1ق .
- 10- ضرب الكرة بالرأس بالتبادل بين لاعبين على مسافة 5 م بحيث يضربها بالرأس مرة كل والثانية يمررها للزميل 2.5م .
- 11- تبادل لاعبان تمرير الكرة بباطن القدم على مسافة 10 متر على أن يسيطر 2ق عليها بباطن القدم ثم يمررها لزميله مباشرة .
- 12- تبادل لاعبان تمرير الكرة بباطن القدم على مسافة 7م بالتحريك جانباً يميناً ويساراً .

- 13- يقوم كل لاعبين بتمرير الكرة عالية بأجراء القدم المختلفة بحيث لا تلمس الكرة الأرض 2.5ق.
- 14- حمل الزميل على الكتفين والجري الخفيف به مسافة 50 م بالتبادل.
- 15- محاولة جذب الزميل بالذراعين إلى الاتجاه الأخر لمسافة 10م.
- 16- الوثب من فوق الحواجز المقلوبة مسافة 25م تم العودة بالتبادل الجانب الآخر .
- 17- الوثب الجانبي من فوق الحواجز مقلوبة مسافة 50م بالقدمين في وقت واحد.
- 18- يقف اللاعبون في مجموعات كل مجموعة 3 لاعبين يقابلان لعب واحد على مسافة 15م يجري أحد اللاعبين بكرة طبية زنة (5كجم) في اتجاه اللاعب الواحد ليسلمها ويقف خلفه ويتناوب اللاعبون الأداء لمسافة 400م.
- 19- الجري 10م تم الجلوس طويلاً مع الاستناد على اليدين ثم الوقوف والوثب لأعلي بإحدى القدمين تم الجري الجانبي (10م) تم للخلف (10م) تم الواجهة (10م) لخط النهاية .
- 20- صعود على المقعد السويدي بقدم واحدة ثم التكرار على القدم الأخرى 1ق.
- 21- الجري بالكرة مع عمل دائرة كاملة جهة اليمين ثم استمرار الجري بالكرة وعمل دائرة أقرب جهة اليسار لمسافة 200م ويلاحظ استخدام وجه القدم الداخلي والخارجي على أن يقوم الدوران مع صفارة المدرب.
- 22- الجري بالكرة وعند سماع الصفارة من المدرب يتقهقر اللاعب خلفاً بالظهر 5 خطوات ثم يندفع أماماً للحاكة بالكرة .
- 23- الجري بالكرة ببط مسافة 20م ثم السير 20م وهكذا المسافة 200م.
- 24- يقف اللاعبون على خط البداية الذي يبعد عن خط النهاية 15م وعند سماع الصفارة ينطلق اللاعبون بأقصى سرعة للمس خط النهاية والعودة للمس خط البداية وهكذا 5 مرات في مجموعتين.
- 25- يتوجه لاعبان والمسافة بينهما (40م) وكل منهما معه كرة قدم ينطلق كلاهما في الوقت واحد (مع صفارة المدرب) وعند التقابل في منطقة واحدة يمرر كلاهما كرتيه في خط مستقيم ليلف الآخر مسرعاً للحاق بها والعودة لتكرار الأداء .
- 26- التحرك جانباً مع تبادل ضربات الكرة بالرأس مع الزميل لمسافة 10متر والعودة بالجانب الآخر .
- 27- يأخذ اللاعب (أ) وضع الجلوس داخل حفرة الرمل ويقف زميله (ب) على بعد 5 م ممسكاً الكرة يقوم (ب) يقذف الكرة لأعلى بيده ليثب (أ) لأعلى ويردها إلى زميله (ب) بضربة رأس صحيحة ثم يعود لموضع الجلوس ليكرر الأداء ثم يتبادلا الأماكن ليكرر (ب) نفس الأداء 8 مرات.
- 28- يجلس اللاعبون على خط البداية وأمام كل منهما كرة قدم وعند سماع إشارة البدء يقف اللاعب تم يجري مسرعاً بالكرة إلى خط النهاية الذي يبعد 25م ثم يعود بالجري ببطي ثم يجلس على خط البداية لينطلق مسرعاً بدون كرة إلى خط النهاية ،ويكرر التدريب من أوضاع مختلفة رقاد الظهر ، البطن ، وهكذا 8 مرات تكرر .
- 29- يقسم الفريقين إلى مجموعتين (أ) (ب) وتقف كل مجموعة في شكل قاطرة أمام كل منهما كرتين طبييتين وتحدد دائرة على بعد 5م وعند سماع صفارة يقوم أول لاعب في كل قاطرة بدرجة الكرتين إلى أن يضعهما في الدائرة ثم يعود مسرعاً بالعودة بالكرتين بدفعهما باليدين على الأرض أيضاً للترحيل الذي يليه وهكذا، 5 مرات.
- 30- يقسم الفريق إلى مجموعتين وكل مجموعة إلى قاطرتين متواجهتين وعلى مسافة (15م) ويوضع عدد 6 أعلام بين كل منها 2م وعند سماع صفارة المدرب ينطلق أول لاعب مسرعاً بالجري الزجاجي ليلمس زميله في القاطرة المقابلة ويقف خلفها لينطلق زميله ليقوم بنفس الأداء وفور لمسه، وتعتبر المجموعة الفائزة هي التي يتمكن أفرادها من إنهاء السباق قبل الآخر .

- 31- فريقين يقف كل منهما خلف مقعد سويدي في خط طولي وعند سماع الصفارة يقوم اللاعب الأول من كل فريق بالوثب الجانبي على جانبي المقعد وهكذا .
- 32- نفس التدريب السابق وكل يحمل كرة طبية زنة 5كجم .
- 33- توضع الحواجز عدد(5) بشكل طولي وعلى خط واحد والبعد بينهما (2م) وتقف المجموعة في قاطرة مواجهة أول حاجز وجهة اليمين ومع كل لاعب كرة وعند سماع صفارة المدرب ينطلق اللاعب يمرر الكرة من أسفل الحاجز ثم يثبت عالياً متعدياً الحاجز بالقدمين ليلحق بالكرة ثم يغير اتجاه لتمرير الكرة من أسفل التالي لمرور أسفله وهكذا.
- 34- وقوف الوثب اماما(10مرات) ثم خلف 10مرات .
- 35- وقوف الوثب أماماً لتعدية الكرات (15كرة) والعودة بالجري الخفيف لتكرار الأداء .
- 36- يقسم اللاعبون إلى 3 مجموعات متساوية تقف في قاطرات على خط البداية يوضح أمام كل قاطرة وعلى بعد 5م منها 4 حواجز بين كل حاجز والآخر مسافة 3 م ويكون التمرين في صورة تتابع وهكذا.
- 37- يقف (ب) بين (أ) ،(ج) المسافة بين كل منهما 5م يبدأ التمرين بأن يمرر (أ) الكرة إلى (ب) ويجري (ب) إلى كرة ويمررها ثانية إلى (أ) وبالتسديد ويجري إلى الكرة الممره له من (ج) لكي يكون التسديد صحيح لا بد من مقابلة جميع اللاعبين للكرة الممره له وهكذا باستبدال اللاعب في الوسط.
- 38- البدء السريع من أوضاع الرقود والانبطاح والجلوس مع صفارة المدرب ويكرر الأداء مع طلب المدرب أخذ الوضع الابتدائي قبل البدء في الانطلاق.
- 39- مباراة بين فريقين باليدين والفوز لكل 20 تمريره للزملاء باليد للفريق الواحد على أن تكون متتالية تحسب هدف.

ملحق رقم (1)

نموذج لوحدة تدريبية لبرنامج تدريبات الرمال

الوحدة التدريبية رقم (1) - بين جميع التدريبات راحات ايجابية أحساس بالكرة

هدف الوحدة : تطوير المستوي الوظيفي والبدني زمن الوحدة : 90 دقيقة درجة الحمل : حمل متوسط

| أجزاء الوحدة | الزمن | الهدف | التمرينات | درجة الحمل |
|---------------|---------|--------------------------|---|------------|
| الإحماء | 15دقيقة | بدني مهاري | الإحماء الفردي الحر الذي يتخلله التمرينات الزوجية الحرة أيضا أطالة لجميع عضلات الجسم والمفاصل الجري المتعرج بالكرة بطول الملعب بين أثنين وبين ثلاث مع تغيير الأماكن | حمل متوسط |
| الجزء الرئيسي | 10 | تحمل | 1. الجري على الرمال بسرعة متوسطة أو أقل من المتوسطة لمدة 20 دقيقة. 13. رفع الكرة على القدمين تنطيط الكرة بالقدمين وأجزاء الجسم المختلفة 2.5م. | متوسط |
| | 10 | تحمل الأداء | 19. يقوم كل لاعبين بتمرير الكرة عالية بأجزاء القدم المختلفة بحيث لا تلمس الكرة الأرض 2.5ق. | متوسط |
| | 10 | سرعة الأداء وتحمل الأداء | الجري 10م تم الجلوس طويلاً مع الأستاذ على اليدين ثم الوقوف والوثب لأعلي بإحدى القدمين تم الجري الجانبي (10م) تم للخلف (10م) تم الواجهة (10م) لحط النهائية . 25. يتوجه لاعبان والمسافة بينهما (40م) وكل منهما هله كرة قدم ينطلق | عالي |

| | | | | |
|-----------------------|--|----------------------------|----|---------------|
| عالي | كلاهما في الوقت واحد (مع صفارة المدرب) وعند التقابل في منطقة واحدة يمرر كلاهما كرتيه في خط مستقيم ليلاف الآخر مسرعاً للحاق بها والعودة لتكرار الأداء . | سرعة الاداء | 10 | |
| عالي | 31.فريقين يقف كل منهما خلف مقعد سويدي في خط طولي وعند سماع الصفارة يقوم اللاعب الأول من كل فريق بالوثب الجانبي على جانبي المقعد وهكذا . | تحمل القوى | 10 | |
| عالي | 37.يقف (ب) بين (أ) ،(ج) المسافة بين كل منهما كم يبدأ التمرين بأن يمرر (أ) الكرة إلى (ب) ويجري (ب) إلى كرة ويمررها ثانية إلى (أ) ويتسديد ويجري إلى الكرة الممرة له من (ج) لكي يكون التمرير صحيح لا بد من مقابلة جميع اللاعبين للكرة الممرة له وهكذا باستبدال اللاعب في الوسط. | تحمل الأداء وسرعة الانتقال | 10 | |
| راحة أجبائية حمل بسيط | عمل تمارينات تهدئة ومرجحات للعودة للحالة الطبيعية - انبطاح استناد على الساعدين) ثني الركبتين لرفع الساقين عن الأرض وهز العضلات | التهدئة | 5ق | الجزء الختامي |

ملحق رقم (2)

نموذج لوحدة تدريبية لبرنامج تدريبات الوسط المائي

الوحدة التدريبية رقم (1،13،24) زمن الوحدة : 80 دقيقة

هدف الوحدة : تطوير المستوي الوظيفي والبدني درجة الحمل : حمل متوسط

| أجزاء الوحدة | الزمن | الهدف | التمرينات | درجة الحمل |
|---------------|----------|-------------|---|------------|
| الإحماء | 15 دقيقة | بـدني مهاري | - الجري الحر خارج الماء . - تمارينات الإطالة لجميع مفاصل وعضلات الجسم - تدريبات الإحساس بالكرة خارج الماء . - تمارينات بدنية فردية وزوجية . | حمل متوسط |
| الجزء الرئيسي | 10 | تحمل أداء | 1_ الجري في الماء لمدة 15 دقيقة . | عالي |
| | 10 | قدرة | 12- وقوف الجانب مواجهة الحمام تشبيك اليدين مع الزميل الجري الجانب مع الزميل الي الحافة الاخري من حمام السباحة. | عالي |
| | 10 | تحمل | 13- الجري الجانب في الماء سباق مع الزميل في وقت واحد. | عالي |
| | 10 | تحمل الأداء | 24-وقوف مواجهة الزميل تمرير الكرة بالرأس بين الزميلين ومحاولة التحرك بها في جميع الاتجاهات. | عالي |
| | 10 | تحمل القوة | 25- يقف اللاعبون مجموعات كل ومجموعة 3 لاعبين يقفان لاعبان يقابلان لاعب واحد المسافة بينهم 15م يجري احد اللاعبين حامل كرة طبية فوكة 5كجم في اتجاه اللاعب الواحد يسلمها ويقف مكانه ويتناوب اللاعبون الأداء لمسافة 150 م . | عالي |
| | | | 28-الجري العادي ، الجري بالظهر ،والي الجانبين ، | |

| | | | | |
|-----------------------|--|----------|-----|---------------|
| عالي | والوثب في جميع الاتجاهات مع وضع نقل داخل الماء حول الرجلين . | تحمل قوة | 10 | |
| راحة ايجابية حمل بسيط | عمل تمارين تهيئة ومرجحات للعودة للحالة الطبيعية | تهيئة | 5 ق | الجزء الختامي |

صعوبات التوافق مع الآخرين في دروس التربية البدنية لمرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني (بنين و بنات)

د. زكية علي الميساوي

المقدمة

لقد شهدت السنوات الأخيرة تطوراً ملحوظاً في ميدان التدريس فلم يعد الاهتمام بالمعلومات هو الغاية الوحيدة من العملية التعليمية بل زاد الاهتمام بشكل ملحوظ بالمتعلم وذلك من خلال تشجيعه علي القيام بمزيد من النشاط والتفاعل مع زملاءه كمجموعة وكأفراد وإتاحة الفرصة له ليتعلم كيف يتعامل مع الآخرين بحيث يصبح أقدر علي الانتماء إلي الجماعة وفي دعم الروابط بينه وبين زملاءه مما يؤدي إلي إكسابه المهارات الاجتماعية ومهارات الاتصال وتنمية الاتجاهات الايجابية نحو زملاءه .

حيث يذكر ياسر عبد العظيم (1998) أن عمليات التعليم والتعلم في التربية البدنية من أهم جوانب العملية التعليمية والتي تتطلب دائماً البحث عن حلول منطقية لكل معوقاتها ومشكلاتها باعتبار أن نجاح العملية التربوية ككل مرهون بمدى ما يستخدمه القائمون علي هذه العملية من أساليب وطرق مختلفة لإنجاح عملية التعليم (28 : 291)

ويشير أحمد جابر مصطفى، مصطفى زيدان محمد (1992) إلي أنه قد أظهرت اتجاهات جديدة تقوم علي دراسة نظريات التفاعل أو التأثير في المواقف التعليمية ، و تأكيد إيجابية المتعلم ونشاطه ومن بينها التعاون والانسجام أثناء الدرس . (2 : 131)

ويؤكد عبد المنصف حسن علي (1992) علي أن وظيفة المدرسة تتلخص في مساعدة التلاميذ علي تحقيق النمو السليم للشخصية في المجالات الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية. وينعكس النمو السليم في سلوكيات تعبر عن قدر مناسب من التوافق مع الذات والتكيف مع الآخرين ، وقد يكون هناك جانباً من المشكلات السلوكية للتلاميذ يرجع إلي أخطاء التربية في الأسرة أو المدرسة أو في كليهما كما يرجع بعضها إلي طبيعة النمو التي يعيشها التلاميذ (13 : 4)

لذا تسعى المؤسسات التعليمية والتربوية إلى مساعدة التلاميذ على تحقيق النمو السليم لشخصية المتعلمين في مختلف المجالات الجسمية والنفسية والاجتماعية ، ويتضح النمو السليم في سلوكيات التلاميذ عندما يستطيعون التكيف مع الآخرين ، وأسلوب معاملة الإباء يعتبر عاملاً هاماً في تشكيل شخصية التلاميذ وتكوين اتجاهاتهم وميولهم ونظرياتهم للحياة بما في ذلك ما يقدمانه من نماذج سلوكية للتلاميذ ودعمهم لهم فكلماً أزداد الإباء والمعلمون فهماً بخصائص التلاميذ في النواحي البدنية والعقلية والعاطفية والاجتماعية ، ساعدهم ذلك على معرفة أساليب التعامل مع التلاميذ في مراحل نموهم ، وقد نتساءل ما يميز التلاميذ عن بعضهم...؟ وكيف نقرر إذا كان التلميذ متكيفاً سليماً من عدمه...؟ وما هو السلوك الذي لا يمكن قبوله من التلميذ أثناء تواجده مع زملاءه في درس التربية البدنية ؟

حيث يؤكد أسامة كامل راتب وإبراهيم عبد ربه خليفة (1999) إن التلميذ قد يسلك في بعض الأنشطة الرياضية أو الدرس أنواع من السلوك غير مرغوباً فيها أو قد تحدث مظاهر سلوكية سلبية من التلاميذ خلال النشاط المدرسي ومن الأهمية أن يعرف المربي الرياضي كيف يتصرف في مواجهة هذه المظاهر (3 : 168)

كلية علم التربية البدنية والرياضة .جامعة السامر من اربيل، الزامية

يتوقف نجاح العملية التعليمية على عدة عوامل منها الأسلوب المتبع في التعليم وأسلوب عرض الخبرات التعليمية ، وظروف الموقف التعليمي ، ومدى إيجابية المتعلم وقدراته واستعداده ونشاطه في الحصول على الخبرة التعليمية حيث يشير محسن حمص (1994) أن منهج التربية الرياضية لأي مرحلة تعليمية ، ومن خلاله يمكن تحقيق أهداف هذا المنهج إذا ما تم تطبيقه وفقاً لأسس تعليمية سليمة ، كذلك عندما يتوافر لدينا معلم تربية رياضية كفاء ، والذي يعد مهنياً بحيث تصبح لديه القدرة على مقابلة احتياجات التلاميذ والتأثير الإيجابي في شخصياتهم من جميع النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية (22 : 151) .

و يؤكد الغريب زاهر و إقبال البهبهاني (1999) إلى أنه لكي يكون للوسيلة التعليمية دور فعال ومؤثر في العملية التعليمية يجب أن تتوفر عدة اعتبارات هامة منها أن تكون هادفة وتوفر مواقف وخبرات تعليمية ، كما تعمل على استثارة دوافع المتعلم حتى يكون إيجابياً ، وزيادة فاعلية وتتيح المشاركة الإيجابية للمتعلم ، إلى جانب المساهمة في معالجة المشاكل الناتجة عن الفروق الفردية بين المتعلمين (15 : 43)

و تضيف مها محمد صادق (2002) أن للتدريس دور فعال في العملية التربوية للنشء، حيث يجب أن يسهم في تنمية جميع جوانب شخصية التلميذ من تحصيل معلومات وتكوين اقتناعات بقيم المجتمع ، ويعد درس التربية البدنية الشكل الأساسي للعملية التربوية بالمدرسة ، حيث ينمي قدرات التلاميذ ويساعدهم على تخطي العقبات التي تمنعهم من التقرب إلى بعضهم والخوف من مشاركة الزميل في تعليم المهارات والاستفادة من أجزاء الدرس (23 : 8)

و مجتمعنا الليبي مجتمع له عادات و تقاليد و التربية البدنية تحط للنشء على عدم الاختلاط إلا بشروط معينة ، فالمنزل يمنع الفتاة من التحرر الذي يخرج عن المألوف و كذلك يعيب أفعال الفتى المنافية للعادات و التقاليد ، و كل أسرة تحاول أن تغرس في أبنائها عدم التعرض إلى الجنس الآخر لذلك تترى الفتاة على عدم وجود صديق أو زميل لها في المدرسة مما يؤثر بشكل مباشر على أي نشاط تقيمه المدرسة و تهدف به إلى الرفع من مستوى التلاميذ و إبراز مواهبهم في كل مجال ، لذلك رأت الباحثة أنه من الضروري الوقوف

على الأسباب التي قد تمنع تحقيق أي نشاط رياضي لأهدافه و توفير الجو المناسب للتلاميذ لكي يكونوا جيلا سليما يساعد الدولة في رقيها .

وهذا ما دعا الباحثة إلى التعرض للمشكلات السلوكية للتلاميذ (بنين وبنات) خلال ممارسة درس التربية الرياضية سواء أكانت ناجمة عن التفاعل مع المعلم أو مع الزملاء أو أداء السلوكيات الغير مقبولة داخل المدرسة .

وتكمن مشكلة البحث في محاولة التعرف على بعض المشكلات السلوكية التي قد يعاني منها التلاميذ والتلميذات و أهمها صعوبات التوافق مع الآخرين ، حيث أن هذه المشكلات تمثل ظاهرة غير سوية لديهم وتؤثر على نموهم النفسي والاجتماعي كما تقف حائلا بينهم وبين ما يقدمه المعلم من خدمات تعليمية وتربوية تحقق لهم النمو الكامل والمتزن لجميع جوانب الشخصية لتأهيلهم للمواطنة الصحيحة وبما يتفق وأهداف المجتمع .

وترى الباحثة أن أهمية البحث تكمن في محاولة التعرف على المشكلات السلوكية لدى الجنسين لمرحلة التعليم الأساسي (الشق الثاني) وخاصة المشكلات التي تتعلق بصعوبات التوافق مع الآخرين والتي قد تؤثر تأثيرا كبيرا على استيعابهم وانتباههم ومثابرتهم ، وبالتالي تؤثر على تحصيلهم الدراسي ، وتأثيرها على سماتهم الشخصية وصحتهم النفسية ، ومما لاشك فيه أن معرفة الصعوبات التي تمنع التوافق مع الآخرين للتلاميذ وإيجاد الحلول لعلاجها والعمل على الحد منها يضمن الوصول إلى مجتمع من التلاميذ يتمتع بصحة جيدة.

كما أن هذا البحث يتعرض لدراسة مرحلة هامة من النمو وفي هذه المرحلة يكتسب فيها التلاميذ الأنماط والمعايير والاتجاهات النفسية ، حيث تعتبر ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة ودرس التربية الرياضية بصفة خاصة وسيلة تربوية لها التأثير الايجابي على سلوك التلاميذ في مرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني من حيث إكسابهم القيم الأخلاقية والروح الرياضية والتنافس في سياق تعادي ، مما يتطلب اهتمام المعلم بتقديم الأنشطة الرياضية بصفة عامة ودرس التربية الرياضية بصفة خاصة وفق قواعد تربوية تساعد على إظهار الجوانب الايجابية للسلوك .

أهداف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على :-

المشكلات السلوكية الخاصة بصعوبات التوافق مع الآخرين لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني " بنين وبنات " .

الحلول المقترحة لمواجهة الصعوبات لتلاميذ التعليم الأساسي الشق الثاني " بنين وبنات " خلال ممارسة درس التربية الرياضية بالمدرسة .

تساؤلات البحث

ماهى أهم المشكلات السلوكية الخاصة بصعوبات التوافق مع الآخرين التي تظهر على تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني من خلال ممارسة درس التربية البدنية كما يدركها معلمي التربية البدنية بشعبية الزاوية ؟

ما هي الحلول والمقترحات لمواجهة المشكلات السلوكية الخاصة بصعوبات التوافق مع الآخرين والتي تظهر على تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني خلال ممارسة درس التربية البدنية؟

مصطلحات البحث

المشكلة السلوكية :-

هي تلك الأنواع من السلوك التي يرى المدرسون إنها سلوك غير مرغوب فيه ، ويجدون صعوبة في مواجهته تؤدي إلى اضطراب في عمل المدرس وتمثل بوضوح سلوكا لا توافيقا من قبل التلميذ (19 : 14)

سلوك صعوبات التوافق مع الآخرين :-

هو اتزان التلميذ مع نفسه وقدرته على مواجهة و حسم ما ينشأ داخله من صراعات ويتعرض له من احباطات ومدى نجاحها في التوفيق بين دوافعه المختلفة وتحرره من التوتر الناجم عنه قبل الانطواء ، عدم السعادة ، الابتعاد عن المعلم ، الشعور بالغربة ، التقرد وتوافقه مع المجتمع المدرسي وعلاقته بالمعلمين ، والمناخ المدرسي قبل نظم الامتحانات والمقررات والمناهج المدرسية (تعريف إجرائي) .

الدراسات النظرية

خصائص النمو للمرحلة السنية من 12-15 سنة ((الشق الثاني))

1- النمو الجسمي :-

تتميز هذه المرحلة بطفرة في نمو الطول والوزن وينعكس أثر ذلك علي اتساع الكتفين والصدر وطول الجذع ومحيط الأرداف وطول الساقين .

وفي هذه المرحلة تكون متوسط الطول والوزن بالنسبة للبنات أكثر منها بالنسبة للبنين ومن أهم نواحي التغيرات الجسمية في هذه المرحلة ظهور ما يسمى "بالأعراض الجسمية الثانوية" والتي تتلخص في نمو شعر العارضين وفوق الشفة عند الولد ، وبروز النهدين واستدارة الكتفين عند الفتاة. وقد يعقب ظهور هذه الأمراض المزيد من المشكلات التي تعترض الأفراد لخشونة الصوت أو السمنة أو النحافة أو صغر حجم الثديين أو ضخامتهما أو زيادة نمو شعر الجسم أو ظهور حب الشباب لدي البنات . وغالباً ما يعزى أسباب ظهور الأعراض الجنسية الثانوية إلي نشاط الغدد الجنسية ونضجها بالإضافة إلي علاقتها بغيرها من الغدد كالغدة النخامية والغدة الدرقية .

ويلاحظ أن هذه التغيرات الجسمانية والفسولوجية تربط بالعديد من التغيرات النفسية والسلوكية التي تتميز بها هذه المرحلة . (22:11) (245:31)، (190:38) ، (291:33) .

2- النمو البدني والحركي :-

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة ومدى أهميته بالنسبة للنمو الحركي والجسماني . ويرى عبد المنصف حسن عن (جوركن) أن حركات المراهق حتى حوالي العام الثالث عشر تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام . كما يؤكد أ، هذا الاضطراب يحمل الطابع الوقتي إذ لا يلبث المراهق بعد ذلك في غضون مرحلة الفتوة أن تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافقاً ، وانسجاماً عن ذي قبل .

أما ((همبورجر)) فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة أرتباك بالنسبة للنواحي الحركية . كما يري ميكلمان و((نويهاوس)) في هذه الفترة أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية . إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي تمتد لفترة معينة بالنسبة للنواحي أهم مواطن الاضطراب والاختلال الحركي فيما يلي :-

- (1) الارتباك الحركي .
 - (2) الافتقار للرشاقة .
 - (3) نقص هادفية الحركات .
 - (4) الزيادة المفرطة في الحركات .
 - (5) اضطراب القوى المحركة .
 - (6) نقص القدرة على التحكم الحركي .
 - (7) التعارض (التضاد) في السلوك الحركي العام .
- (102:15)، (81:3)، (88:36)، (31:14)، (51:32)، (44:34)

3- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي :-

- من أهم الخصائص والمميزات العقلية والاجتماعية والانفعالية في هذه المرحلة مايلي :
- تشير معظم الدراسات إلي أن منحنيات نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر علي هيئة قفزة سريعة كما هو الحال في النمو الجسماني . ويلاحظ زيادة القدرة علي اكتساب المهارات والمعلومات ، وعلي التفكير والاستنتاج ، كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية في الوضوح ، وتبدأ قدراته واستعداداته في الظهور .
 - تزداد القدرة علي الانتباه والتركيز والملاحظة والتذكر الواعي ، والقدرة علي النقد وإدراك العلاقات .
 - الاهتمام الشديد بالجسم ، والقلق للتغيرات المفاجئة في النمو ، وقد يبدو الخجل علي البعض بسبب المظاهر الجسمية .
 - مرحلة اضطراب انفعالي وحساسية شديدة للنقد وخاصة فيما يتصل بالتغيرات في الصوت ومظهر الجسم ، ومحاولات المراهقين للتكيف مع هذه التغيرات .
 - في احتياج لرعاية صحية لكلا الجنسين عن طريق الاختبارات الطبية (70:20) ، (212:81) ، (180:74) ، (120:9) ، (108:10) .

الدراسات المشابهة

1- الدراسات العربية

-دراسة نور الهدي عمر المقدم (1990) بعنوان " المشكلات النفسية والتوافق النفسي لأطفال الأسر المتصدعة في المرحلة الابتدائية "

وتهدف الدراسة إلي التعرف علي العلاقة بين التوافق النفسي للأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة (6-12 سنة) والتصدع الأسري والتعرف علي المشكلات السلوكية التي يعاني فيها أطفال الأسر المتصدعة ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وتكونت عينة الدراسة من 252 تلميذاً وتلميذة بالصف الرابع والخامس والسادس بالمرحلة الابتدائية بمدينة أسيوط ، واختارت الباحثة أربع حالات طرفية علي مقياس المشكلات السلوكية المستخدمة ، وذلك من بين الأسر المتصدعة بسبب الطلاق وتعدد الزوجات ، وتوصلت نتائج الدراسة إلي أن سوء التوافق النفسي والسلوك الشكلي غير السوي الذي يشكله الأطفال المنتمون إلي أسر متصدعة إنما يرجع إلي وجود اضطراب في بناء شخصية هؤلاء الأطفال نتيجة الحرمان من الرعاية الأسرية والدفع العائلي (27)

-دراسة نظمي عودة موسي 1992 بعنوان " المشكلات السلوكية لتلاميذ المدارس الابتدائية كما يدركها المعلمون والمعلمات "

وتهدف هذه الدراسة الى التعرف على بعض المشكلات السلوكية لتلاميذ المدارس الابتدائية في مدارس البدو والحضر بمنطقة مكة المكرمة ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وشملت عينة البحث علي 60 معلم ،45 معلمة واستخدم الباحث استفتاء المشكلات السلوكية لتلاميذ المدارس الابتدائية كما حددها المعلمون والمعلمات ، وقد أظهرت الدراسة أن أكثر المشكلات السلوكية شيوعاً لدى تلاميذ وتلميذات البدو والحضر هي مشكلة النسيان وعدم اهتمام التلميذ بالذاكرة وأداء الواجبات ، ضعف مستوي التحصيل الدراسي، إهمال المظهر الشخصي ، والحركة الزائدة أثناء الدرس ، والكذب ، والشروذ الذهني ثم الخمول والكسل و وشاية التلميذ بزملائه. (24)

2- الدراسات الأجنبية

-دراسة فيكتور باتيتش ، ألين هوم Allen, Battistich victor (1997) . بعنوان " العلاقات بين إحساس الطلبة بمدربتهم ككيان اجتماعي ومدى تورطهم في المشكلات السلوكية"

وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي العلاقات بين إحساس وشعور الطلبة بمدربتهم ككيان اجتماعي ينتمون إليه ومدى تورطهم في المشكلات السلوكية واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وينتمي المشتركون الذين أجريت عليهم الدراسة إلى طبقات متباينة اقتصاديا واجتماعيا ، وقد بلغ عددهم 1434 طالب من الصف الخامس والسادس من 24 مدرسة ابتدائية في الولايات المتحدة ، وقد أوضحت النتائج أن الطلبة الذين لديهم شعور أكبر بمدربتهم كمجتمع ينتمون إليه كمعدل انحرافهم وتعاطيهم المخدرات أقل مقارنة بغيرهم ، وقد توصلت الدراسة أيضاً إلي أن المدرسة ككيان اجتماعي يمكنها مقاومة وتقليل الأخطار التي يتعرض لها طلابها من خلال عوامل الحماية التنموية بالإضافة إلي أن تعامل المدرسة مع تلاميذها وإحساسهم بها كمجتمع ينتمون إليه يجعلهم أكثر قدرة علي مقاومة الضغوط.(29)

-دراسة يو إكسيادونج ، كواك كيوي Kwok, Keung &Ho, Yue Xiosdong (1998) ، التدخل الاستراتيجي لتقييم السلوك التربوي في المدارس الثانوية بهونغ كونغ "

وتهدف هذه الدراسة للتعرف علي المشاكل التعليمية والسلوكية المنتشرة بين طلبة المدارس الثانوية في هونغ كونغ ومدى فاعلية خطط وإستراتيجيات التدخل الشائعة في التعامل معها ، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وقد أجريت هذه الدراسة علي عينة مكونة من 300 طالب ،230 من الآباء والأمهات ، 300 مدرس وذلك بتوزيع استقصاءات عليهم وأظهرت نتائج هذه الاستقصاءات الثلاث مجموعات أكدوا نقص الدافع ، وغياب التحفيز ،ومشاكل المنهج كانت من أكثر المشكلات التعليمية خطورة والتي ولدت بعض الظواهر السلبية والمشكلات مثل الشغب و الإزعاج والتي مثلت أهم المشكلات السلوكية في المدارس ، واتفقت آراء المجموعات الثلاثة (الطلبة - الآباء - المدرسين) أن دعوة الطلاب الذين تنقصهم الدافعية إلي التحويل إلى المدارس المهنية قد يكون حلا لبعض مشكلات الشغب ، كما أكدوا علي ضرورة التواصل بين المدرسين والطلبة وأولياء الأمور للقضاء علي هذه المشكلات (30)

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملاءمته لطبيعة هذا البحث

مجتمع البحث

تمثل مجتمع البحث في معلم و معلمات التربية البدنية بشعبية الزاوية للعام الدراسي (2008-2009) البالغ عددهم 150 معلم و معلمة .

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من معلمي و معلمات التربية البدنية بشعبية الزاوية (الزاوية المركز) للعام الدراسي 2008-2009 و بلغ عدد أفراد العينة (150) معلم ومعلمة و هي تشكل نسبة 60% من مجتمع البحث

وسائل جمع البيانات

لتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بالخطوات التالية :-

- الإطلاع على المراجع العلمية .
 - المقابلات الشخصية مع بعض المختصين من موجهين و أساتذة التربية البدنية .
 - الإطلاع على المراجع العلمية التي تناولت موضوع التوافق مع الآخرين .
 - استخدام استمارة الاستبيان المفتوح للتعرف على أهم صعوبات التوافق مع الآخرين و الحلول المقترحة لها .
- من خلال ذلك تمكنت الباحثة من وضع قائمة لصعوبات التوافق مع الآخرين أثناء تنفيذ درس التربية البدنية شملت علي 40 عبارة تم عرضها علي مجموعة من الخبراء وهم موجهي التربية البدنية بشعبية الزاوية وأعضاء هيئة التدريس بالكلية بلغ عددهم (18) خبير وقد قامت الباحثة باستبعاد العبارات التي لم تحقق نسبة موافقة 50% من آراء الخبراء إلى أن أصبحت الاستمارة تحتوي علي 16 عبارة تتناسب مع صعوبة التوافق مع الآخرين في درس التربية البدنية ، ثم قامت الباحثة بصياغة تعليمات الاستمارة ، حيث اشتملت على إعطاء فكرة عامة عن هدف البحث والهدف من الاستمارة ، وبعض الإرشادات العامة .
- والجدول رقم (1) يوضح الأهمية النسبية لعبارات صعوبات التوافق مع الآخرين أثناء تنفيذ درس التربية البدنية

جدول رقم (1)

الأهمية النسبية لموافقة الخبراء على عبارات صعوبات التوافق مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية

| ر.م | العبارات | النسبة المئوية |
|-----|--|----------------|
| 1 | إبداء التلاميذ الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 73% |
| 2 | الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 58% |
| 3 | العزوف عن أنشطة الدرس | 62% |
| 4 | التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس | 78% |
| 5 | صعوبة التأقلم مع الزملاء أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 90% |
| 6 | عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 92% |
| 7 | عدم استجابة التلميذ لتعليمات المعلم | 81% |
| 8 | عدم تمتع التلميذ بالروح الرياضية في التعامل مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 77% |
| 9 | ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس | 95% |
| 10 | عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 83% |

| | | |
|----|--|-----|
| 11 | ابتعاد التلميذ عن زملائه أثناء ممارسة الأنشطة الجماعية بالدرس. | %66 |
| 12 | غيره التلميذ من زملائه عند مدح المعلم له . | %85 |
| 13 | رفض التلميذ التعاون مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | %92 |
| 14 | صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل . | %89 |
| 15 | عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقه أثناء ممارسة أنشطة الدرس . | %74 |
| 16 | انطواء التلميذ أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | %91 |

يتضح من الجدول رقم (1) أن النسبة المئوية للأهمية النسبية لعبارات الاستمارة قد تراوحت ما بين (58% إلى 95%) وهذا يشير إلي أنها تحقق الهدف الذي وضعت من أجله .

الدراسة الاستطلاعية الأولى

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية على 10 معلمين من مجتمع البحث و من خارج العينة الأساسية بغرض حساب معامل ثبات عبارات الاستبيان و قد أجرت بتاريخ 2008/10/16-12 والجدول رقم (2) يوضح معامل ثبات عبارات استمارة صعوبات التوافق مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية :-

جدول رقم (2)

معامل ثبات عبارات استمارة صعوبات التوافق مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية

| معامل الارتباط | الفرق بين المتوسطين | التطبيق الأول | | التطبيق الثاني | | العبارات | ر.م |
|----------------|---------------------|---------------|------|----------------|------|---|-----|
| | | ع | م | ع | م | | |
| ،10 | ،3 | ،74 | 4،6 | ،74 | 4،27 | إبداء التلاميذ الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 1 |
| ،91 | ،33 | ،84 | 4،1 | ،9 | 3،96 | الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 2 |
| ،90 | ،3 | ،85 | 96،3 | ،85 | 1،4 | العزوف عن أنشطة الدرس | 3 |
| ،90 | ،13 | ،76 | 4،1 | ،71 | 4،41 | التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس | 4 |
| ،86 | ،4 | ،92 | 3،93 | ،92 | 3،81 | صعوبة التأقلم مع الزملاء أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 5 |
| ،87 | ،14 | ،86 | 4،1 | ،85 | 4،3 | عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 6 |
| ،94 | 1،4 | ،69 | 3،9 | ،69 | 3،93 | عدم استجابة التلميذ لتعليمات المعلم | 7 |
| ،95 | 1،6 | ،73 | 4،33 | ،47 | 4،26 | ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس | 8 |
| ،89 | ،10 | ،94 | 3،96 | ،94 | 4،6 | عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 9 |
| ،90 | 1،7 | ،88 | 3،73 | ،88 | 3،80 | عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 10 |
| ،96 | ،78 | ،73 | 4،1 | ،82 | 4،66 | ابتعاد التلميذ عن زملائه عند أثناء ممارسة أنشطة الجماعية بالدرس. | 11 |
| ،88 | 11 | ،89 | 3،7 | ،92 | 3،66 | غيره التلميذ من زملائه عند مدح المعلم له . | 12 |
| ،96 | ،17 | ،73 | 4،1 | ،90 | 3،63 | رفض التلميذ التعاون مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 13 |
| ،78 | ،17 | ،87 | 3،7 | ،97 | 3،86 | صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل . | 14 |
| ،81 | ،67 | ،93 | 3،93 | ،98 | 4،1 | عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقه أثناء ممارسة أنشطة الدرس . | 15 |
| ،92 | ،17 | ،85 | 3،61 | ،71 | 3،8 | انطواء التلميذ أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 16 |

يتضح من الجدول رقم (2) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني لمشكلات صعوبات مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية، حيث تراوحت قيم الدلالة بين (0.78 و 0.96) مما يدل على ثبات العبارات الخاصة بصعوبات التوافق مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية. وهذا يدل على معامل ثبات ذو دلالة عالية .

الدراسة الاستطلاعية الثانية

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية على نفس المجموعة من المعلمين و البالغ عددهم (10) من مجتمع البحث و من خارج العينة الأساسية بغرض حساب معامل صدق عبارات الاستبيان و قد أجريت بتاريخ 2008/10/16 والجدول (3) يوضح معامل صدق عبارات استمارة صعوبات التوافق مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية .

جدول رقم (3)

معامل صدق عبارات استمارة صعوبات التوافق مع الآخرين أثناء درس التربية البدنية

| معامل الارتباط | العبارات | ر.م |
|----------------|--|-----|
| ،57 | إبداء التلاميذ الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 1 |
| ،49 | الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 2 |
| ،78 | العزوف عن أنشطة الدرس | 3 |
| ،67 | التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس | 4 |
| ،86 | صعوبة التأقلم مع الزملاء أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 5 |
| ،72 | عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 6 |
| ،78 | عدم استجابة التلميذ لتعليمات المعلم | 7 |
| ،73 | عدم تمتع التلميذ بالروح الرياضية في التعامل مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 8 |
| ،62 | ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس | 9 |
| ،68 | عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 10 |
| ،71 | ابتعاد التلميذ عن زملائه أثناء ممارسة الأنشطة الجماعية بالدرس. | 11 |
| ،69 | غيره التلميذ من زملائه عند مدح المعلم له . | 12 |
| ،68 | رفض التلميذ التعاون مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 13 |
| ،62 | صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل . | 14 |
| ،95 | عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 15 |
| ،71 | انطواء التلميذ أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 16 |

يتضح من الجدول رقم (3) أن معامل الارتباط بين عبارات الاستمارة والمجموع الكلي للاستمارة ذو دلالة عالية عند مستوى دلالة 0.05 حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط بين 0.49 و 0.86 مما يدل علي الاتساق الداخلي بين عبارات الاستمارة والدرجة الكلية للاستمارة نفسها وهذا يشير إلي الصدق الداخلي للاستمارة.

الدراسة الأساسية

أجريت الدراسة الأساسية في الفترة من 1-11-2008 إلى 30-3-2009 ، حيث قامت الباحثة بتوزيع الاستمارة في صورتها النهائية علي معلمي التربية البدنية بشعبية الزاوية وبلغ عدد العينة 150 معلم ومعلمة وهم المعلمين الأساسيين الذين يقومون بتدريس مادة التربية البدنية لمرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني للعام الدراسي 2008-2009 . مع إضافة سؤال : ما هي أهم الحلول المقترحة لمواجهة المشكلات التي تظهر علي التلاميذ (بنين وبنات) أثناء درس التربية البدنية ؟.

و قد رأت الباحثة أن يكون التقييم موضوعي بشرط أن يكون المعلم أو المعلمة هم المدرس الأساسي للصفوف و ليس الاحتياط بمعنى المتابع اليومي لحالات التلاميذ أثناء الدرس .

المعالجات الإحصائية

استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية التالية :-

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط .
- النسبة المئوية .

عرض ومناقشة النتائج

جدول رقم (4)

النسبة المئوية لأراء معلمي التربية البدنية في المشكلات صعوبات التوافق مع الآخرين (للبنات)

| ر.م | العبارات | موافق بدرجة كبيرة جداً | موافق بدرجة كبيرة | موافق بدرجة متوسطة | موافق إلي حد ما | غير موافق | النسبة المئوية |
|-----|--|------------------------|-------------------|--------------------|-----------------|-----------|----------------|
| 1 | إبداء التلاميذ الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 48% | 33% | 15% | | | 96% |
| 2 | الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 21.55% | 35.81% | 7.64% | | | 98.22% |
| 3 | العزوف عن أنشطة الدرس | 80% | 10% | 8% | | | 98.22% |
| 4 | التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس | 90.77% | 95.85% | | | | 46% |
| 5 | صعوبة التأقلم مع الزملاء أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 50% | 8.1% | 30.61% | 3.14% | | 92% |
| 6 | عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 50.78% | 40% | 5% | | | 95.78% |
| 7 | عدم استجابة التلميذ لتعليمات المعلم | 50% | 8.1% | 30.61% | 3.14% | | 92% |
| 8 | عدم تمتع التلميذ بالروح الرياضية في التعامل مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 1.40% | 30.91% | 10.21% | 15% | | 95.78% |

| | | | | | | |
|----|---|--------|--------|--------|-------|--------|
| 9 | ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس | 50،% | 8،1% | 30،60% | 3،14% | 92،% |
| 10 | عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 47،53% | 30،62% | 7،28% | 9،81% | 94،67% |
| 11 | ابتعاد التلميذ عن زملائه أثناء ممارسة أنشطة الجماعة بالدرس. | 52،14% | 20،31% | 12،37% | 9% | 94،67% |
| 12 | ابتعاد التلميذ عن زملائه عند أثناء ممارسة أنشطة الجماعة بالدرس. | 50،% | 13،21% | 25،% | 8،61% | 94،67% |
| 13 | رفض التلميذ التعاون مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 49،23% | 2،31% | 15،26% | | 94،67% |
| 14 | صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل . | 53% | 20،62% | 21% | | 94،67% |
| 15 | عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 60،% | 7،51% | 20،81% | 3% | 92،89% |
| 16 | انطواء التلميذ أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 58،21% | 30،68% | 4،% | | 92،89% |

يوضح الجدول رقم (4) أن هناك آراء المعلمين حول مشكلات صعوبات التوافق مع الآخرين والتي تحدث من التلميذات أثناء تنفيذ درس التربية البدنية ، في جميع عبارات الاستمارة حيث جاءت في الترتيب الأول عبارات (الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، العزوف عن ممارسة أنشطة الدرس) وبلغت نسبتها 98.22% وجاءت في الترتيب الثاني عبارات (إبداء التلميذة الشعور بالملل أثناء أنشطة الدرس ، التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس) وبلغت نسبتها 96% كما جاءت في الترتيب الثالث عبارات (عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، عدم تمتع التلميذة بالروح الرياضية في التعامل مع زميلاتها أثناء ممارسة أنشطة الدرس) وبلغت نسبتها 78،95% وجاءت في الترتيب الرابع عبارات (عدم تشجيع التلميذة لزميلاتها أثناء تنفيذ أنشطة الدرس ، ابتعاد التلميذة عن زميلاتها أثناء ممارسة الأنشطة الجماعية بالدرس ، رفض التلميذة التعاون مع زميلاتها أثناء تنفيذ أنشطة الدرس، صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل ، وبلغت نسبتها 94،67% ، وجاءت في الترتيب الخامس عبارات (عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقها أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، انطواء التلميذة أثناء تنفيذ أنشطة الدرس) ، وبلغت نسبتها 92،85% وجاءت في الترتيب السادس عبارات (صعوبة التأقلم مع زميلاتها أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، عدم استجابة التلميذة لتعليمات المعلم ، أرتباك التلميذة عند مناقشة المعلم كما في الأمور المتعلقة بالدرس ، غير التلميذة من زميلتها عن مدح المعلمة له) وبلغت نسبتها المئوية 92%.

وترى الباحثة أن معظم مشكلات صعوبات توافق التلميذة مع زملاءها خلال تنفيذ درس التربية البدنية تؤثر تأثيراً سلبياً علي فعالية تنفيذ أنشطة الدرس ، وتمثل ظاهرة غير سوية تظهر لدي التلميذات وتؤثر علي نموهن النفسي والاجتماعي وتعدد و اختلاف أساليب الثواب والعقاب ، وعدم وجود المساحات والملاعب المناسبة لتنفيذ درس التربية البدنية ، بالإضافة إلي عدم تكييف التلميذات مع الجو العام الذي يسود المدرسة ، والذي يشكل الإطار العام الذي تنمو فيه التلميذة .

ويمكن التلميذة من التعبير عن ذاتها وأفكارها ومشاركتها للآخرين وتأكيد ذاتها وإشباع حاجاتها وفهم نفسها لتصبح أكثر قدرة علي مواجهة الحياة داخل المدرسة والتفاعل مع زملائها تفاعلاً إيجابياً .

والجدول رقم (5) يوضح النسبة المئوية لأراء المعلمين في مشكلات التوافق مع الآخرين أثناء تنفيذ درس التربية البدنية لدي (البنين).

جدول رقم (5)

النسبة المئوية لأراء معلمين التربية البدنية في مشكلات صعوبات التوافق مع الآخرين لدي (البنين)

| ر.م | العبارات | موافق بدرجة كبيرة جداً | موافق بدرجة كبيرة | موافق بدرجة متوسطة | موافق إلي حد ما | غير موافق | النسبة المئوية |
|-----|--|------------------------|-------------------|--------------------|-----------------|-----------|----------------|
| 1 | إبداء التلاميذ الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | | 30.62% | 26% | 23.98% | | 81% |
| 2 | الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس | | 10% | 10% | 22% | 8% | 50% |
| 3 | العزوف عن أنشطة الدرس | | 2.03% | 18% | 33.21% | 20% | 73% |
| 4 | التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس | 29.13% | 27.85% | 24.91% | | | 81% |
| 5 | صعوبة التأقلم مع زملاء أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | 13.10% | 7.24% | 10% | 10% | | 40% |
| 6 | عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس | 20% | 12.23% | 10% | 8% | | 50% |
| 7 | عدم استجابة التلميذ لتعليمات المعلم | | 8% | 20% | 30% | 15% | 73% |
| 8 | عدم تمتع التلميذ بالروح الرياضية في التعامل مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | | 40.21% | 22% | 29.33% | | 81% |
| 9 | ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس | | 2.03% | 38.12% | 20% | 23% | 73% |
| 10 | عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | | | | 42% | | 42% |
| 11 | ابتعاد التلميذ عن زملائه عند أثناء ممارسة أنشطة الجماعية بالدرس. | | | 20% | 13% | 7% | 40% |
| 12 | ابتعاد التلميذ عن زملائه أثناء ممارسة أنشطة الجماعية بالدرس. | 50% | 41% | | | | 91% |
| 13 | رفض التلميذ التعاون مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | | 32.03% | 12.1% | 6.33% | | 50% |
| 14 | صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل . | | 30.11% | 10.77% | 11.61% | | 50% |
| 15 | عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقه أثناء ممارسة أنشطة الدرس | | | 10.52% | 2.66% | 27% | 40% |
| 16 | انطواء التلميذ أثناء تنفيذ أنشطة الدرس | | | 31% | 11% | | 42% |

يوضح الجدول رقم (5) النسبة المئوية لأراء معلمي التربية البدنية لمشكلات التوافق مع الآخرين

للبنين حيث تراوحت النسبة بين 40%، 91%

ويتضح من الجدول رقم (5) أن هناك اتفاقاً في أراء المعلمين حول مشكلات التوافق مع الآخرين والتي تحدث من التلاميذ أثناء تنفيذ درس التربية البدنية ، في جميع عبارات الاستمارة حيث جاءت في الترتيب الأول عبارات (غيره التلميذ من زملائه عند مدح المعلم له) وبلغت نسبتها 91% وجاءت عبارات (إبداء التلميذ الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس ، التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس ، عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس) وبلغت نسبتها 81% وجاءت في الترتيب الثالث عبارات (العزوف عن أنشطة الدرس ، عدم استجابة التلميذ لتعليمات المعلم ، ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس ، وكانت نسبتها 73% كما جاءت في الترتيب الرابع عبارات (الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، رفض التلميذ التعاون مع زملاءه أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل) وكانت نسبتها 50% ، كما جاءت في الترتيب الخامس عبارات (عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء ممارسة الأنشطة الجماعية بالدرس ، انطواء التلميذ أثناء تنفيذ الدرس) وكانت نسبتها 42% وجاءت في الترتيب السادس عبارات (صعوبة التأقلم

مع زملاءه أثناء ممارسة أنشطة الدرس ، عدم الاكتراث بفوز أو هزيمة فريقه أثناء ممارسة أنشطة الدرس وبلغت نسبتها 40% .

وترى الباحثة أن النسبة المئوية لصعوبات التوافق مع الآخرين للبنين قليلة مقارنة بالنسبة المئوية للبنات ويرجع الباحثان ذلك إلي أن التلاميذ دائماً يميلون إلي النشاط والحركة وممارسة الرياضات المختلفة دون القلق أو الخوف من الزميل أو من المكان أو حتى الشعور بالحرج من مواصفات النشاط بصفة خاصة و أهم الصعوبات كانت غير التلميذ من زميله أي أن العمل الجماعي يساعده علي النشاط بشكل حماسي وتنافسي مما يدفعه إلي المشاركة في النشاط حتي يتفوق علي زملاءه ويكسب رضا المعلم عليه، و شعوره بالسعادة يقل إذا لم يكن هناك تنافس ويبدأ إحساسه بالملل يزيد إذا قلت ممارسة النشاط لديه فالتلاميذ عادة يميلون إلى النشاط الجماعي عكس البنات حيث تقل لديهم الرغبة في المشاركة الجماعية للنشاط ويرجع الباحثان ظهور مثل هذه المشكلات للبنات إلي عدم الترابط الأسري أو حدوث مشكلات أسرية أخرى أو المعاملة السيئة للتلميذات وأسلوب معاملة الآباء الذي يعتبر عاملاً مهماً في تشكيل شخصية وتكوين واتجاهات وميول ونظرة التلميذة للحياة وما يقدمانه من نماذج سلوكية للتلميذة واهتمامهم بالأولاد أكثر من البنات وهذا يتفق مع دراسة صلاح الدين أبو تاهية 1996 التي توصلت إلي أن التأخر الدراسي يرجع إلي مشكلات سوء التوافق الشخصي والاجتماعي والمدرسي وضعف الثقة بالنفس والسلوك المضاد للمجتمع والخجل والانطواء والشعور بالنقص ، والنظرة المتدنية للذات (9) .

الاستنتاجات

(1) اتفقت آراء معلمي التربية البدنية في ترتيب مشكلات وصعوبات التوافق مع الآخرين والتي

تحدث من التلميذات أثناء درس التربية وكانت كالتالي :-

- الشعور بعدم السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- العزوف عن ممارسة أنشطة الدرس.
- إبداء الشعور بالملل أثناء تنفيذ الدرس .
- التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس .
- عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- عدم تمتع التلميذة بالروح الرياضية في التعامل مع زميلاتها أثناء ممارسة أنشطة الدرس
- عدم تشجيع التلميذة لزميلاتها أثناء تنفيذ أنشطة الدرس
- ابتعاد التلميذة عن زميلاتها أثناء ممارسة الأنشطة الجماعية بالدرس .
- رفض التلميذة التعاون مع زميلاتها أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء الجماعة الفصل .
- صعوبة التأقلم مع زميلاتها أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- عدم استجابة التلميذة لتعليمات المعلمة.
- ارتباك التلميذة عند مناقشة المعلمة لها في الأمور المتعلقة بأنشطة الدرس .
- غير التلميذة من زميلاتها عند مدح المعلمة لها .

(2) اتفقت آراء معلمة التربية البدنية في ترتيب مشكلات صعوبات التوافق مع الآخرين والتي

تحدث للتلميذ أثناء درس التربية البدنية والتي كانت كالتالي :-

- غير التلميذ من زملائه عند مدح المعلم له .

- إبداء الشعور بالملل أثناء تنفيذ أنشطة الدرس .
- التمرد الدائم علي محتوى وأسلوب النشاط الرياضي بالدرس .
- عدم تمتع التلميذ بالروح الرياضية في التعامل مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- العزوف عن أنشطة الدرس .
- ارتباك التلميذ عند مناقشة المعلم له في الأمور المتعلقة بالدرس .
- الشعور بعد السعادة والرضا أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- عدم الرغبة في الاشتراك في الفرق التي تقسم أثناء ممارسة أنشطة الدرس .
- رفض التلميذ التعاون مع زملائه أثناء ممارسة أنشطة الدرس.
- صعوبة الانسجام وعدم الشعور بالانتماء لجماعة الفصل .
- انطواء التلميذ أثناء تنفيذ أنشطة الدرس .
- عدم تشجيع التلميذ لزملائه أثناء تنفيذ أنشطة الدرس .
- ابتعاد التلميذ عن زملائه أثناء ممارسة أنشطة الجماعة بالفصل .
- عدم الأكثر من يفوز أو هزيمة الجماعة بالفصل .
- صعوبة التأقلم مع الزملاء أثناء تنفيذ أنشطة الدرس .

الحلول المقترحة

- توصلت الباحثة من خلال آراء معلمي التربية البدنية إلي مجموعة من الحلول المقترحة لمشكلات صعوبات التوافق مع الآخرين وهي كالتالي :-
- مراعاة ترك مسافات بين التلميذ وخاصة أثناء التشكيلات منعاً للاحتكاك البدني .
- التنوع في محتوى الجزء الخاص بالإحماء والتمرينات بغرض التشويق وجذب انتباه التلاميذ .
- الإكثار من الألعاب الصغيرة وتنوعها فيما يتناسب مع احتياجات التلاميذ .
- الحرص علي وجود فترات راحة مناسبة للتلاميذ بين أجزاء الدرس .
- يجب أن تتوفر عوامل الأمن والسلامة في الملاعب .
- عدم المفاضلة بين التلاميذ أثناء الدرس .
- الحرص بقدر الإمكان علي ضرورة المشاركة لجميع التلاميذ في الدرس .
- الاهتمام بإقامة معسكرات رياضية في المدرسة مما يساعد علي زيادة الألفة بين التلاميذ والتعود علي قواعد النظام الدراسة .
- أن تتناسب مساحة الأماكن المرخصة للتدريس مع عدد الفصول .
- أهمية ملازمة المعلم مع الفصل قبل بداية الحصة وبعدها .
- التنظيم الجيد لعملية نزول وصعود التلاميذ من الفصل إلي المكان المخصص للدرس .
- عدم الاعتماد علي اخذ التلاميذ في إدارة الحصة أثناء الدرس .
- تشجيع ومكافأة التلاميذ ذوي السلوك الإيجابي المرغوب فيه أثناء الدرس .
- طرد التلميذ المشاغب من الملعب عند حدوث سلوك خاطئ .
- إقامة بطولات مدرسية علي كأس الروح الرياضية وكأس أفضل سلوك تربوي .
- التأثير علي احترام تلاميذ الفصول خلال التنافس الرياضي بالمدرسة .

التوصيات

في ضوء نتائج البحث وفي حدود الأسلوب الإحصائي المستخدم في البحث توصلت الباحثة إلي التوصيات التالية :-

1. استخدام قائمة المشكلات السلوكية لصعوبات التوافق مع الآخرين لمرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني والتي تحدث أثناء تنفيذ درس التربية البدنية .
2. دراسة الحالات الفردية للتلاميذ للتعرف علي مصادر المشكلات السلوكية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي للشقين الأول والثاني .
3. التعرف علي مصادر المشكلات السلوكية لتلاميذ المراحل السنية المختلفة (بنين ، بنات) .
4. الاهتمام بأساليب التوجيه والإرشاد النفسي وطرح علاج المشكلات السلوكية لمرحلة التعليم الأساسي الشق الثاني .
5. إدخال مادة التوجيه والإرشاد النفسي ضمن المقررات الدراسية لطلاب كليات التربية البدنية .
6. تنظيم دورات في التوجيه والإرشاد النفسي للمعلمين والمعلمات في الخدمة لتأهيلهم علي برامج التوجيه والإرشاد النفسي وأهميته في نجاح العملية التعليمية .

المراجع

- 1 أحمد أمين فوزي(2002) أسس ومبادئ علم النفس الرياضي ، الحرية للطباعة والنشر ، الإسكندرية .
- 2 أحمد جابر مصطفى(1992) اثر استخدام التدريس المصغر على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم ورسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية البدنية بنين جامعة الزقازيق .
- 3 أسامة كامل راتب(1999) النمو و الدافعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 4 —(2005) : النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 5 أكرم عيد زغلي(1999) وضع اختبارات لمراحل النظام الشامل لمبتدئ كرة اليد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- 6 أمر الله احمد البساطي(2003) التربية البدنية والرياضة للتعليم الأساسي، حقوق النشر محفوظة للمؤلف.
- 7 أمين أنور الخولي(1998) : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي، القاهرة 1998 .
- 8 السيد عبد المقصود(1994) تطور حركة الإنسان وأسسها، الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية.
- 9 الغريب محمد زاهر(1999) إقبال بهباني (نظرة مستقبلية) دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
- 10 زكية كامل إبراهيم(2002) طرق التدريس في التربية البدنية _ أساسيات في تدريس التربية البدنية _ الجزء الأول ، مكتبة الإشعاع الإسكندرية.

ميرفت على خفاجة

- 11 سعد جلال(2000) الطفولة والمراهقة ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 12 صلاح الدين أبو تاهية(1996) مفهوم الذي لدي الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسياً في المرحلة الإعدادى بقطاع غزة . المؤتمر العلمي الثالث ، مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، القاهرة .
- 13 عبد الحميد شرف(1995) التربية البدنية للطفل ، مركز الكتاب للنشر القاهرة .
- 14 عبد الرحمن محمد العيسوي(2000) علم النفس التعليمي ، دار الراتب الجامعية ، بيروت / لبنان
- 15 عبد المنصف حسن علي(1992) ممارسة العلاج السلوكي في خدمة الفرد لتعديل السلوك العدوانى لدى الأطفال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة.
- 16 محسن حمص(1994) اثر تداول المعارف التطبيقية عن رياضة المصارعة بدرس التربية البدنية على ميول تلاميذ الصف الأول الإعدادى المؤتمر العلمي الأول . كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط .
- 17 محمد احمد عبد العاطي(1996) كرة اليد للناشئين ، مطابع العامري، حقوق الطبع والنشر محفوظة لدى المؤلف .
- 18 محمد حسن علاوي(1998) الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 19 محمد جميل منصور(1997) المشكلات السلوكية لتلاميذ المدارس الابتدائية بمكة المكرمة ، مجلة كلية التربية ، جامعة الملك عبد العزيز ، السنة العاشرة ، العدد الرابع .
- 20 محمد سعيد عزمي(2004) أساليب تطور وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق ، دار الوفاء ،الإسكندرية .
- 21 محمد محمد الحمامي(1990) أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهر.
- 22 محمد نصر الدين رضوان(1994) مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 23 مها محمد صادق(2002) فعالية بعض أشكال العمل الثنائي في إطار التدريس بتوجيه الأقران على تحصيل تلاميذ المرحلة الإعدادية بدرس التربية الرياضية رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية .
- 24 نادر الملاح(2004) مطالب النمو في مرحلة الطفولة ،مقالات التربية والمجتمع .
- 25 ناهد محمد سعد(1998) طرق التدريس في التدريبية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهر .

- 26 **نظمي عودة موسى(1992)** المشكلات السلوكية لتلاميذ المدارس الابتدائية كما يدركها المعلمون والمعلمات ،رسالة ماجستير غير منشورة معهد البحوث العلمية وإحياء الذات الإسلامي ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة أم القرى .
- 27 **نور الهدى عمر المقدم(1995)** المشكلات السلوكية والتوافق النفسي للأطفال الأسر المتصدعة في المرحلة الابتدائية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أسيوط.
- 28 **ياسر عبد العظيم سالم(1998)** تأثير استخدام أسلوب الوحدات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الأساسية لتلاميذ مرحلة الإعدادية ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد 21 ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.

- 29. Battistich, Victor(1994)** : The relationship Between – strdents, of theirs school as community and their involvement in problem behaviors, America, Journal of public Health, vol,84,.
- 30. Baumgartner ,T(1999)** : Measurement for Evaluation In Physical Education and Exercise Science , 6 Edition Bston , Jackson , A
- 31. Baumgartner T(2003)** : Measurement for Evaluation In Physical Education and Exercise science , New York san francisco, Andrews .Jackson Matthewt .mahar David A.Rowe
- 32. Beth G.Mcmanis Ted(1998)** : Objectivity and Reliability of tests in measurement in physical education and Exercise sciencejl), A. Baumgartner Deborah Awuest
- 33. Brian Bergemann(1995)** : Analysis of selected physical and performance attributes of the united states Olympic team Handball players preliminary study, Campbell university ,www. ThesportJournal.org
- 34. Buche C.A.(1983)** : Foundation of physical education sport, 9th edition the C. V. mosby company st.louis.
- 35. David K . Miller(1998)** : Measurement py the physical educator,Madison, wisconsin new york, sanFrancisco .
- 36. Evelen l.schurr(1980)** : Third edition movement experiences for children A

humanistic Approach to Elementary school physical Education , prentice — hail, Inc., Englewood cliffs , new jersey .

37. Everett koop, m,d : School bags children developmen , henry ford health system Article, 2002 WWW.DRkppp comlency/articl/002017.htm
38. Yue Xiao dong(1998) : Evaluating ado cation albe havioral problems and interrehtion strategies in secondary schools in long kwok keyny : Evaluating ado cation albe havioral problems and interrehtion strategies in secondary schools in long kowg, psy chology, An in ternational jovrnal of psychology, in the orient, vol 41, Pec.

علاقة التفوق العقلي بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى ناشئ كرة القدم

أ-محمد بشير رجوبة

أ- فوزي محمد الشبل

أ- مصطفى موسى عمر

المقدمة ومشكلة البحث:

يعتمد لعب فريق كرة القدم على اللعب الجماعي ، والذي يعتمد على اللعب المتبادل والمشارك بين اللاعبين في مختلف المواقف الدفاعية والهجومية ، والذي تشكل فيه المواهب الفردية والقدرة على الإبداع جانبا هاما من التقدم بمستوى أداء المهارات الأساسية ، وبذلك فان نجاح العمل الجماعي في كرة القدم يعتمد بشكل كبير على القدرات الفردية والتي تشمل المهارات الفردية وأساسيات اللعب، والقدرات الذهنية، واللياقة البدنية. أن قدرة لاعبي كرة القدم على بذل المجهود البدني تعتمد على العديد من المتغيرات من أهمها الفسيولوجية والبدنية، إضافة الى ذكاء اللاعب وأن دراسة التغير الحادث في المكونات الأساسية في الجسم تحت تأثير ممارسة التدريب الرياضي يعطي إمكانية الحكم على الكفاءة العقلية والبدنية وكفاءة الجهاز التنفسي التي تتم في الجسم بصور أكثر تحديداً، وأن الاستمرار في ممارسة التدريب الرياضي بانتظام يؤدي إلى حدوث بعض التغيرات الفسيولوجية والبدنية لأعضاء وأجهزة الجسم مما يساعد لاعبي كرة القدم على التكيف لممارسة النشاط الرياضي المختار (5 : 3).

يذكر محمد حسن علاوي(1977) بان الذكاء يعتبر من القدرات العقلية العامة التي توضح المستوى العقلي للفرد، كما انه يعتبر شرطا هاما من شروط النجاح في الأنشطة الرياضية التي يتطلب أدائها سرعة إدراك العلاقات بين المواقف المختلفة في اللعب (9 : 20). ويعتبر التفوق العقلي من أساسيات اللعب في كرة القدم، ففي كرة القدم يلعب التفوق العقلي دورا كبيرا ويعتبر أساسيا في الارتقاء والوصول الى مستويات الأداء العالية.

واللاعبين الناشئين في كرة القدم يحتاجون الى التصرف الجيد بالكرة وبدون كرة، والى الإدراك للعلاقات بين المواقف المختلفة من جهة، وتنفيذ الأداء المهاري حسب قدراته العقلية ، وان سلوكه الأبتكاري والذي يعتمد على الخبرة والمعرفة لتكوين التصورات الجديدة ، والتي يكون لها تأثيرات ايجابية والتي تعمل على تحسين مستوى الأداء المهاري للاعبين.

وقد أشار عصام عبد الخالق (1992) إلى إن المهارات الأساسية اللازمة لرفع مستوى الفريق هي الأساس للارتقاء في الإجابة والامتياز ، وذلك من خلال إتقان اللاعب للمهارات الأساسية في عملية الإعداد المهاري التي تجعل اللاعب يقوم بتنفيذ دوره في خطط اللعب أثناء المباريات (7 : 79).

ومن خلال خبرة الباحثين ومتابعاتهم المستمرة لفرق ناشئ كرة القدم بطرابلس لاحظنا قلة اهتمام المدربين بعملية التفوق العقلي لدى اللاعبين الناشئين بكرة القدم، وعدم تخصيص وقت معين للتدريب على المواقف الخطئية والمهارية التي تتطلب قدر معين من التفوق العقلي، والذي يكون له الدور السلبي على مستوى أداء اللاعبين الناشئين. الأساس النظري للبحث في العلاقة بين التفوق العقلي ومستوى أداء المهارات الأساسية

كلية علوم التربية البدنية والرياضة .جامعة الفاتح

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في إبراز دور مكونات التفوق العقلي في أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، مما يثري المعارف والمعلومات الخاصة في مجال تدريب كرة القدم.

وترجع أهمية البحث إلى إبراز مكونات التفوق العقلي ومدى علاقاتها بأداء المهارات الأساسية لدى اللاعبين الناشئين بكرة القدم.

وتعتبر أهمية هذه الدراسة تكمن في كونها تتناول التفوق العقلي كمؤشر مستقبلي لانتقاء الناشئين في كرة القدم، قلة الدراسات التي تناولت علاقة بعض مكونات التفوق العقلي و أداء بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الناشئين بكرة القدم.

أهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على :

- 1- مستوى بعض مكونات التفوق العقلي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم .
- 2- علاقة بعض مكونات التفوق العقلي بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم .

فروض البحث:

وجود علاقة ارتباطية طردية بين التفوق العقلي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.

الدراسات السابقة:

1- دراسة وفاء محمد أمين(1980) (11)

عنوانها: العلاقة بين بعض القدرات العقلية والتفوق في مسابقات الميدان والمضمار لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات .

وقد هدفت الدراسة الى تحديد العلاقة بين بعض القدرات العقلية والتفوق في مسابقات الميدان والمضمار لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات .

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية .

وقد بلغ عدد أفراد عينة البحث (250) طالبة.

أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي: بلغت معاملات الارتباط بين درجات الطالبات المتفوقات ومكونات القدرات العقلية (0.852)، والقدرة اللغوية (0.852)، والقدرة على التفكير (0.667) والقدرة العددية (0.311) وهي كلها ذات دلالة معنوية.

2- دراسة سلوى عسل (1975) (6)

عنوانها (دراسة العلاقة بين الذكاء والتفوق الرياضي) وكان هدف الدراسة التعرف على العلاقة بين الذكاء والتفوق الرياضي، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية. وقد بلغ حجم العينة (129) طالبة، منهم (66) متفوقة، (63) غير متفوقة أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي: توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين القدرات العقلية ودرجات المواد العملية لصالح الطالبات المتفوقات.

إجراءات البحث :

منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لمناسبتها لطبيعة البحث.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة القدم الناشئين من فريقي (الوحدة والشط) من المسجلين بالدوري الليبي بكرة القدم، وقد بلغ عددهم (30) لاعبا ناشئا، وقد تم استبعاد (10) لاعبين لأجراء الدراسة الاستطلاعية، وبذلك يكون عدد أفراد عينة البحث الأساسية (20) لاعبا، تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين. وقد تم استخراج تجانس عينة البحث بالمتغيرات الأساسية، وكما هو موضح في جدول

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث

| المتغير | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | معامل الالتواء |
|---------|-------------|---------------|-------------------|---------|----------------|
| العمر | سنة | 13.850 | 0.564 | 14.000 | 0.255 |
| الطول | سم | 166.920 | 3.465 | 167.000 | 0.456 |
| الوزن | كجم | 64.900 | 2.265 | 65.000 | 0.750 |

يتضح من بيانات جدول (1) أن قيم معاملات الالتواء بلغت (0.255) كأصغر قيمة، (0.750) كأكبر قيمة، وهي بذلك انحصرت ما بين (+3) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث وأنها تمثل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً صادقاً.

تم تصنيف وسائل جمع البيانات تبعاً للمتغيرات المستخدمة في البحث.

أدوات البحث:

1- اختبار الذكاء المصور:

وهو من أعداد احمد زكي صالح (1972)، ويهدف الاختبار الى تقدير القدرة العقلية العامة لدى الأفراد في الأعمار من (7 - 17) سنة، وتوضح كراسة التعليمات طريق إجراء الاختبار وطريقة تصحيحه. (4 : 368).

2- اختبار تورنس للتفكير الابتكاري:

تم ترجمة هذا الاختبار كل من (عبد الله سليمان وفؤاد ابو حطب) (1971) عن اختبار تورانس لقياس التفكير الابتكاري، ويصلح للتطبيق من رياض الأطفال حتى البالغين. (37:8).

3- المهارات الأساسية بكرة القدم:

- تنطيط الكرة
- ركل الكرة لأبعد مسافة
- تنطيط الكرة على الرأس
- رمية التماس لأبعد مسافة
- الجري بالكرة مسافة 25 متر بين الحواجز (17:4)(263:5).

• الدراسات الاستطلاعية:

- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

تم بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من 2008 /10/6 لغاية 2008/10/8 ف على عينة مكونة من (10) لاعبين ناشئين في كرة القدم ومن خارج العينة الأساسية في البحث وكان هدف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
- تحديد الوقت اللازم لكل اختبار والزمن الكلي لعملية القياس.
- التعرف على أنسب ترتيب للقياسات والاختبارات.
- التأكد من فهم المساعدين للعمل المسنود إليهم.
- التعرف على أوجه القصور أو المشكلات التي قد تواجه الباحثين.

مدى الاستفادة من الدراسة الاستطلاعية:

1. وضع التطورات المبدئية لأهداف وفروض البحث.
 2. تحديد منهجية البحث والمسار الصحيح للخطوات الملائمة لطبيعة إجراء البحث.
 3. اختيار مجموعة القياسات والاختبارات الخاصة بلاعبي كرة القدم الناشئين.
- التعرف على أهم الأجهزة العلمية المستخدمة لقياس المهارات الأساسية بكرة القدم.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية بهدف التحقق من المعاملات العلمية (الثبات ، الصدق) للقياسات الخاصة بالبحث، وذلك في الفترة بين

2008/10/20 حتى 2008/10/28 مسيحي. حيث تم استخراج معامل الثبات لاختبار الذكاء المصور بطريقة التجزئة النصفية، واختبار قدرات التفكير الابتكاري، وكما هو موضح في جدولي (4، 5).

جدول (4)

معامل ثبات اختبار الذكاء المصور بطريقة التجزئة النصفية

| مستوى المعنوية | قيمة (ر) | البنود الزوجية | | البنود الفردية | |
|----------------|----------|-------------------|---------------|----------------|---------------|
| دال | 0.776 | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف | الوسط الحسابي |

| | | | | | |
|--|--|------|------|----------|------|
| | | | | المعياري | |
| | | 3.41 | 1800 | 3.78 | 1776 |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (4) أن معامل ثبات اختبار الذكاء المصور بطريقة التجزئة النصفية بلغ (0.776) وهو أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة 0.632. وهذا ما يدل على صلاحية تطبيق اختبار الذكاء المصور على عينة البحث.

جدول (5)

مصفوفة الارتباط لقدرات التفكير الابتكاري

| الدرجة الكلية | الأصالة | المرونة | الطلاقة | القدرات |
|---------------|---------|---------|---------|---------------|
| 0.795 | 0.688 | 0.697 | - | الطلاقة |
| 0.786 | 0.709 | - | - | المرونة |
| 0.835 | - | - | - | الأصالة |
| - | - | - | - | الدرجة الكلية |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (5) أن معامل ثبات اختبار قدرات التفكير الابتكاري بلغ بين (0.688) الى (0.835) وهو أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة 0.632. وهذا ما يدل على صلاحية تطبيق اختبار القدرات التفكير الابتكاري على عينة البحث.

جدول (6)

معامل ثبات الاختبارات المهارية بكرة القدم

| الصدق الذاتي | معامل الارتباط | الاختبارات |
|--------------|----------------|---------------------------------------|
| 0.875 | 0.766 | تنطيط الكرة |
| 0.889 | 0.792 | ركل الكرة لأبعد مسافة |
| 0.817 | 0.669 | تنطيط الكرة على الرأس |
| 0.935 | 0.876 | رمية التماس |
| 0.914 | 0.836 | الجري بالكرة مسافة 25 متر بين الحواجز |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (6) أن معامل ثبات اختبار المهارات الأساسية بكرة القدم بلغ بين (0.669) الى (0.876) وهو اكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 وبالباغة 0.632. وهذا ما يدل على صلاحية تطبيق اختبار المهارات الأساسية بكرة القدم على عينة البحث.

الدراسة الأساسية:

تم إجراء الدراسة الأساسية للبحث في الفترة بين 2008 / 11/ 25 الى 2009/1/5 مسيحي ، حيث تم إجراء القياسات (الذكاء المصور ، وقدرات التفكير الابتكاري، المهارات الأساسية بكرة القدم) على أفراد عينة البحث.

الإجراءات الإحصائية:

أستخدم الدارس الإجراءات الإحصائية الآتية:

المتوسط الحسابي. الانحراف المعياري.

الوسيط. معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية لمستويات التفوق العقلي

| المجموعة الأقل من المتوسط | | المجموعة المتوسطة | | المجموعة المتفوقة | | المكونات |
|---------------------------|-------|-------------------|--------|-------------------|--------|-------------------|
| 3س | 3س | 2س | 2س | 1ع | 1س | |
| 4.44 | 12.04 | 2.48 | 24.98 | 4.21 | 34.51 | الذكاء |
| 12.79 | 51.79 | 10.45 | 74.36 | 8.81 | 85.81 | الاصالة |
| 4.46 | 18.43 | 3.25 | 25.72 | 3.61 | 32.77 | الطلاقة |
| 4.24 | 17.17 | 4.07 | 24.30 | 4.29 | 31.06 | المرونة |
| 19.34 | 87.39 | 16.02 | 124.38 | 15.36 | 149.64 | التفكير الابتكاري |

يتضح من جدول (4) الخاص بمستويات التفوق العقلي ، أن المجموعة المتفوقة قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية قياسا بالمجموعتين المتوسطة المجموعة والأقل من المتوسط.

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية في بعض المهارات الأساسية في كرة القدم

| المجموعة الأقل من المتوسط | | المجموعة المتوسطة | | المجموعة المتفوقة | | المكونات |
|---------------------------|-------|-------------------|-------|-------------------|-------|--------------------|
| 3س | 3س | 2س | 2س | 1ع | 1س | |
| 1.26 | 7.58 | 7.60 | 10.40 | 5.73 | 9.57 | تنطيط الكرة بالقدم |
| 2.45 | 11.30 | 9.03 | 27.43 | 8.91 | 25.47 | ركل الكرة |
| 1.33 | 6.00 | 5.69 | 7.32 | 4.28 | 6.70 | تنطيط الكرة |

| | | | | | | |
|------|-------|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | | | | | | بالرأس |
| 0.57 | 3.89 | 3.11 | 12.66 | 3.24 | 12.51 | رمية التماس |
| 0.25 | 20.25 | 16.46 | 34.99 | 22.36 | 44.11 | الجرى بالكرة |

يتضح من جدول (5) الخاص بمستويات الحسابية والانحرافات المعيارية ، أن المجموعة المتفوقة قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية قياسا بالمجموعتين المتوسطة المجموعة الأقل من المتوسط

جدول (6)

مصفوفة الارتباط بين مستويات التفوق العقلي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم

ن = 30

| المتغيرات | تنطيط الكرة بالقدم | ركل الكرة | تنطيط الكرة بالرأس | رمية التماس | الجرى بالكرة |
|-------------------|--------------------|-----------|--------------------|-------------|--------------|
| الذكاء | 0.260 | *0.376 | *0.445 | 0.166 | *0.689 |
| الأصالة | 0.230 | *0.370 | 0.185 | 0.125 | *0.390 |
| الطلاقة | 0.205 | 0.135 | 0.221 | 0.145 | 0.233 |
| المرونة | *0.421 | *0.532 | *0.440 | *0.385 | *0.559 |
| التفكير الابتكاري | 0.255 | *0.355 | 0.124 | 0.156 | *0.385 |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.361.

يتضح من جدول (6) مصفوفة الارتباط بين مستويات التفوق العقلي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، حيث ظهر وجود ارتباطات دالة إحصائية بين بعض المستويات التفوق العقلي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى عينة البحث

مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (4) المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية لمستويات التفوق العقلي حيث أن المجموعة المتفوقة قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية قياسا بالمجموعتين المتوسطة و المجموعة الأقل من المتوسطة. وان قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة غير المتفوقة كانت اقل من المجموعتين الاخرتين.

يتضح من جدول (5) المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية لمستويات التفوق العقلي حيث أن المجموعة المتفوقة قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية قياسا بالمجموعتين المتوسطة و المجموعة الأقل من المتوسطة. وان قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة غير المتفوقة كانت اقل من المجموعتين الاخرتين.

وهذا ما يدل على أن المجموعة المتفوقة والتي تتميز بمستوى عقلي متميز تتفوق على المجموعات الأخرى في ممارسة الأنشطة الرياضية.

ويتضح من جدول (6) الخاص بمصفوفة الارتباط بين مستويات التفوق العقلي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، حيث ظهر أن عدد الارتباطات قد بلغ (25) ارتباطاً، وقد بلغ عدد الارتباطات الدالة إحصائياً قد بلغ (12) ارتباطاً معنوياً بنسبة مئوية قدرها (48%).

بينما كان عدد الارتباطات غير المعنوية قد بلغ (13) ارتباطاً بنسبة مئوية قدرها (52%) ، وقد كانت الارتباطات المعنوية كما يأتي:

وقد اتضح وجود ارتباطات معنوية بين الذكاء وكل من (ركل الكرة، تنطيط الكرة بالرأس ، الجري بالكرة) وكانت قيمها على التوالي (0.376، 0.445، 0.689)

وهذا ما يدل على أهمية الذكاء في مستوى أداء تلك المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم.

واتضح وجود ارتباطات معنوية بين الأصالة وكل من (ركل الكرة، والجري بالكرة) وكانت قيمهما على التوالي كالآتي: (0.370، 0.390).

واتضح وجود ارتباطات معنوية بين المرونة وكل من (تنطيط الكرة بالقدم، ركل الكرة، تنطيط الكرة بالرأس ، رمية التماس، الجري بالكرة) وقد بلغت قيمها على التوالي (0.421، 0.532، 0.440، 0.385، 0.559).
واتضح وجود ارتباطات معنوية بين التفكير ألابتكارى وكل من (0.255 ، 0.355 ، 0.124 ، 0.156 ، 0.385)

ويرى الباحثون بان النتائج قد أظهرت وجود علاقات ارتباطيه دالة إحصائياً بين مستويات التفوق العقلي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، وقد يرجع ذلك الى أن هذه المهارات تحتاج الى مستوى معين من التفوق العقلي، وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسات كل من أميرة قنديل(1982)، وعلي يحيى المنصوري(1978) ، ومحمد صبحي حسانين (1973) حيث توصلت تلك الدراسات الى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء والتفوق العقلي وبعض عناصر اللياقة البدنية ، وبالتالي يؤدي الى تحسن في مستوى المهارات الأساسية

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف وحدود عينة البحث والإجراءات الإحصائية تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية:

-وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الذكاء وكل من (ركل الكرة، تنطيط الكرة بالرأس، الجري بالكرة) لدى ناشئ كرة القدم.

-وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الأصالة وكل من (ركل الكرة، الجري بالكرة) لدى ناشئ كرة القدم.

-وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين المرونة وكل من (ركل الكرة، تنطيط الكرة بالرأس، الجري بالكرة) لدى ناشئ كرة القدم.

-وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين التفكير ألابتكارى وكل من (ركل الكرة، الجري بالكرة) لدى ناشئ كرة القدم.

التوصيات:

-الاهتمام بعنصر الذكاء لما له أهمية كبيرة في مجال التفوق العقلي لتنمية بعض المهارات الأساسية لناشيء كرة القدم.

-التأكيد على الاهتمام بعناصر التفوق العقلي المتمثلة بكل من الأصالة والمرونة والتفكير الابتكاري لأهميتهما في تنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين.

-الاهتمام بتنمية المهارات الأساسية لناشيء كرة القدم من خلال التأكيد على التدريبات الخاصة بالتفوق العقلي

-إجراء بحوث مشابهة للمهارات الأساسية بكرة القدم والتفوق العقلي على المراحل العمرية الأخرى .

المراجع

- 1- احمد زكي صالح(1992) : اختبار الذكاء المصور، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
 - 2- (1990) : كراسة تعليمات اختبار القدرات العقلية الأولية، مكتبة النهضة العربية، القاهرة.
 - 3- جابر عبد الحميد(1977) : الذكاء ومقاييسه ، دار النهضة العربية، القاهرة.
 - 4- حازم ابو يوسف(1994) : تحديد أسس اختيار الناشئين بكرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية.
 - 5- حنفي محمود مختار(1974) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
 - 6- سلوى عسل(1975) : العلاقة بين الذكاء والتفوق الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
 - 7- عصام عبد الخالق(1981) : التدريب الرياضي، نظريات وتطبيقات، دار المعارف، القاهرة.
 - 8- فؤاد ابو حطب(1978) : القدرات العقلية، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة.
 - 9- محمد حسن علاوي(1997) : سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف بمصر، القاهرة.
 - 10- محمد حسن علاوي(2003) : الاختبارات المهارية والنفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ومحمد نصر الدين رضوان
- 11- وفاء محمد أمين(2001) : العلاقة بين بعض القدرات العقلية والتفوق في مسابقات الميدان والمضمار لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

فاعلية استخدام التدريب البيومترى لتنمية القدرة العضلية للرجلين
على التصويب بالوثب عاليا لدى ناشئى كرة اليد

أ.حسن محمد علي

د.عمار سويسي الشيباني

أ.عبد الكريم علي ضو

مشكلة البحث :

تلعب القدرة العضلية دوراً هاماً في رياضة كرة اليد وهي عامل حاسم في الأداء الأمثل للمهارات المختلفة ، فمهارة التصويب بالوثب عاليا يعتمد في أدائها على الوثب العمودي للوصول إلي أعلي مسافة ممكنة تمهيداً للتصويب ويتوقف ذلك على قوة الدفع للرجلين وسرعتها ، كما أن تصويب الكرة يتطلب القدرة العضلية للذراع المصوبة .

التدريب البيومترى هو أسلوب من أساليب التدريب التي تسهم في تحسين بعض القدرات البدنية والتي من أهمها القوة العضلية والقدرة الانفجارية فهو طريقة تدريبية مصممة من أجل الاستخدام الأمثل لمخزون طاقة المطاطية من خلال ما يعرف بدورة الإطالة والتقصير.(61:17)

ويشير أبو العلا عبد الفتاح وأحمد نصر الدين (2003) أن التدريب البيومترى يستخدم نوعا من التمرينات تجعل العضلة تستجيب بصورة سريعة بطريقة تمط فيها أولاً ثم يلي ذلك انقباض مركزي سريع كرد فعل انعكاس للمطاطية تقوم به المغازل العضلية ، وأن هذا النوع يساعد على تنمية المهارات الحركية لمعظم الرياضات مثل (كرة القدم - السباحة - السلة - الطائرة - كرة اليد).(114:1)

ويشير الفورد ALFORD (1989) أن التدريب البيومترى نظام التمرينات صممت من أجل تنمية قوة المطاطية فتبدأ المجموعات العضلية العاملة أولاً في الإطالة تحت تأثير معين من قبل أن تبدأ في الانقباض بأقصى قدر مستطاع. (21:14)

وتعتبر كرة اليد من الرياضات الجماعية التي تأثرت إيجابياً وبشكل واضح بتطور أساليب التدريب وأعداد اللاعبين للوصول إلي أعلي مستوى للمنافسة ويرى كل من محمد خالد حمودة (1982) ،ومنير جرجس (1994) أن هدف كرة اليد هو إصابة المرمى والفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمى الفريق المنافس بعدد أكثر

من الأهداف ولذا تعتبر مهارة التصويب الحد الفاصل بين الفوز والهزيمة بل أن المهارات الأساسية والخطط الهجومية بأنواعها المختلفة تصبح عديم الجدوى إذا لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح على المرمى . (8: 87) (103:10)

ويستخدم اللاعبون طريقة التصويب بالوثب عاليا في مجال تخطي مدافع من المنافسين ، حيث أن هناك مميزات كبيرة لاستخدام التصويب بالوثب عاليا في أحوال مختلفة من اللعب ولها أهمية كبيرة في مجال إحراز الأهداف وتكمن مميزاتها في توقيتها المفاجئ وعدم قدرة حارس المرمى على سرعة رؤيتها بصورة واضحة (4: 169-173).

وتحتاج مهارة التصويب بالوثب عاليا إلي عنصر القدرة العضلية للذراعين والرجلين حيث يشير محمد صبحى حسنين (1995) أن القدرة العضلية واحدة من العوامل الديناميكية للأداء الحركي وتعتبر سبب التقدم في الأداء (9: 239) .

وكلية علوم التربية البدنية والرياضة . جامعة السابع من ابريل ، جامعة الفاتح

الرجلين حتى يسهل على اللاعب التصويب بالوثب عاليا في أحوال مختلفة من اللعب ولها أهمية كبيرة في مجال إحراز الأهداف وتكمن مميزاتها في توقيتها المفاجئ وعدم قدرة حارس المرمى على سرعة رؤيتها بصورة واضحة (4: 169-173).
عن متناول حراس المرمى . (7: 135)

وقد لاحظ الباحثون من خلال خبرتهم كلاعبين ومدربين وحكام لكرة اليد نقص الدقة والقوة أثناء التصويب بالوثب عاليا لدى اللاعبين الناشئين ، ويعتقد الباحثون أن ذلك قد يرجع إلي افتقار أغلب اللاعبين لبعض عناصر اللياقة البدنية بصفة عامة والقدرة العضلية بصفة خاصة وخاصة القدرة العضلية للرجلين بالإضافة إلي افتقار برامج التدريب للتدريبات المرتبطة بالجانب البدني المساهم في رفع مستواها ، كما لا حظ الباحثون أن الجانب البدني لا يشكل حيز من الاهتمام في برامج الإعداد مقارنة بالجانب الفني سواء على مستوى الأندية أو المنتخبات وأنتنا نتناسى أن الجانب الفني لا يمكن تنفيذه إلا إذا توافرت القدرات البدنية المساهمة فيه

وعلى الرغم من أهمية تدريبات البيلومترى في إعداد لاعبي كرة اليد سواء في الهجوم أو الدفاع إلا إننا نجد بعض المدربين لا يهتمون باستخدام مثل هذه التدريبات والبعض الآخر قد يستخدمها ولكن على فترات متقطعة من الموسم التدريبي وبدون التقنين العلمي لها ، بالإضافة إلي عدم استخدام كل أنواع تدريبات البيلومترى على الرغم من أن هذه التدريبات تتشابه في أدائها مع بعض المهارات الهجومية (التصويب بالوثب لأعلى) وبذلك يرى الباحثون تحديد مشكلة البحث بأنها انخفاض في مستوى القدرة العضلية للرجلين لدى ناشئ كرة اليد بوصفها إحدى المتطلبات البدنية الخاصة والمؤثرة على قوة ودقة التصويب بالوثب عاليا ، مما يشير إلي أهمية هذه الدراسة في أنها محاولة علمية موجهة نحو زيادة كفاءة القدرة على الارتقاء بالوثب عاليا للناشئين عن طريق برنامج تدريبي باستخدام تدريبات البيلومترى لتنمية القدرة العضلية للرجلين وتأثير ذلك على معدلات التحسن في قوة ودقة التصويب بالوثب عاليا لدى ناشئ كرة اليد .

أهداف البحث :-

يهدف هذا البحث إلي التعرف على :-

1- فاعلية استخدام التدريب البيلومترى لتنمية القدرة العضلية للرجلين على قوة ودقة التصويب بالوثب عاليا لدى ناشئ كرة اليد .

2- نسب التغير للقدرة العضلية للرجلين على قوة ودقة التصويب بالوثب عاليا لدى ناشئ كرة اليد .

فروض البحث:

- 1- يؤثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات البيومترى لتنمية القدرة العضلية للرجلين تأثيراً إيجابياً على قوة ودقة التصويب بالوثب عالياً لدى ناشئ كرة اليد.
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية .
- 3- توجد فروق في نسب التحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسين البعديين لصالح المجموعة التجريبية .

الدراسات السابقة :-

1- دراسة ستينم Stenm 1995 (16):

قام ستينم Stenm بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير تدريبات الوثب المائية وتدريبات البيومترك الأرضية على مسافة الوثب العمودي ، على عينة قوامها 24 لاعب وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي ، وقد توصل إلى تفوق مجموعة تدريبات البيومترى على مجموعة التدريبات المائية وكذلك على المجموعة الضابطة .

2- دراسة بوليرت وآخرون Boluert,et all 1995 (12):

قام بوليرت وآخرون Boluert,et all بدراسة تهدف إلى معرفة مدى تأثير التدريب البيومترى والتدريب بالإتقال على القدرة العضلية للطرف السفلي . وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها 16 لاعب وقد استخدم المنهج التجريبي وقد توصل إلى تفوق المجموعة التي استخدمت التدريب البيومترى في اختبارات القدرة العضلية للرجلين على المجموعة التي استخدمت تدريبات الأتقال .

3- قام بازيليو Pazzulo 1995 (15):

قام بازيليو Pazzulo بدراسة تهدف إلى التعرف تأثير التدريبات البيومترية الوظيفية في زيادة القدرة العضلية للاعب الرمي ، وأجريت هذه الدراسة على لاعبي الرمي ، وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي وتوصل الباحثون إلى أن التدريبات البيومترية تساعد على إحراز تقدم ملموس للاعب الرمي .

4- كامر ، مورو Kamar ,Morrow 1998 (13):

قام كامر ، ومورو Kamar , Morrow بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير تدريبات البيومترك على مسافة الوثب العمودي للاعب كرة السلة في المدارس العليا . وقد أجريت هذه الدراسة على 26 لاعب كرة سلة وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت تدريبات البيومترك على المجموعة الضابطة التي استخدمت تدريبات كرة السلة في اختبار الوثب العمودي .

5- دراسة أيمن عبده محمد 1999 (2):

قام أيمن عبده محمد بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير التدريب البيومترى على تنمية القدرة العضلية وعلاقتها بمستوى الأداء في الكرة الطائرة ، وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي و توصل إلى أن التدريب البيومترى له تأثير إيجابي على تنمية القدرة العضلية للذراعين ومستوى أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .

6- دراسة عبير أحمد محمود 2001 (6):

قامت عبير أحمد محمود بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير استخدام تدريبات البيومترى على بعض القدرات البدنية والمهارية في كرة السلة . وقد أجريت هذه الدراسة على 20 لاعبة كرة سلة واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي . وأظهرت النتائج أن التدريبات البيومترك تؤثر تأثيراً إيجابياً على القدرة البدنية والقدرات المهارية واستخدام تدريبات البيومترك يؤدي إلى تحسين المتغيرات البدنية والمهارية للاعبات كرة السلة .

إجراءات البحث

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين ، أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة بإتباع القياس القبلي البعدي .

مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث من اللاعبين الناشئين المسجلين بسجلات الاتحاد الفرعي للمنطقة الغربية والتابع للاتحاد العام الليبي لكرة اليد ، والجدول الآتي يوضح ذلك:-

| ر.م | اسم النادي | عدد اللاعبين المسجلين |
|-----|--------------|-----------------------|
| 1. | الأهلي | 12 لاعب |
| 2. | الاتحاد | 16 لاعب |
| 3. | الأمن العام | 25 لاعب |
| 4. | المشعل | 18 لاعب |
| 5. | وسعاية أديري | 16 لاعب |
| 6. | الجزيرة | 20 لاعب |
| 7. | الأولمبي | 15 لاعب |

عينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من الناشئين واشتملت على (25) لاعب من نادي الأمن العام لكرة اليد بطرابلس والمقيدين بسجلات الاتحاد الليبي لكرة اليد ، لموسم 2007/ 2008 ، وتم اختيار (5) لاعبين لإجراء الدراسة الاستطلاعية ، بذلك تصبح العينة الأساسية (20) لاعب بنسبة مئوية 16.39% وتم تقسيمهم عشوائياً إلي مجموعتين ، أحدهما تجريبية ، والأخرى ضابطة قوام كل منها (10) لاعبين ، كما هو موضح بالجدول (1)

جدول (1)

تصنيف أفراد عينة البحث

| البيان | عدد اللاعبين | النسبة المئوية |
|----------------------|--------------|----------------|
| المجموعة الضابطة | 10 | 40% |
| المجموعة التجريبية | 10 | 40% |
| المجموعة الاستطلاعية | 5 | 20% |
| العدد الكلي | 25 | 100% |

جدول (2)

إعتدالية توزيع عينة البحث في المتغيرات المختارة

ن = 20

| المتغيرات | وحدة | المتوسط | الانحراف | الوسيط | معامل |
|-----------|------|---------|----------|--------|-------|
|-----------|------|---------|----------|--------|-------|

| الالتواء | المعياري | الحسابي | القياس | | |
|----------|----------|---------|--------|------|---------------------------------|
| 0,286 | 15,15 | 0,317 | 15,23 | سنة | العمر الزمني |
| 0,641 | 165,50 | 2,359 | 166,27 | سم | الطول الكلي للجسم |
| 0,503 | 66,00 | 1,187 | 66,44 | كجم | الوزن |
| 0,379- | 2,50 | 0,186 | 2,49 | سنة | العمر التدريبي |
| 0,300 | 27,00 | 1,701 | 27,05 | سم | الوثب العمودي من الثبات |
| 0,304 | 32,00 | 2,033 | 32,35 | سم | الوثب العمودي من الحركة |
| 0,749 | 3,75 | 0,137 | 3,77 | متر | دفع كرة طبية (3 كجم) |
| 0,375- | 9,00 | 0,951 | 8,80 | عدد | ثني الذراعين من الانبطاح المائل |
| 0,412- | 2,00 | 0,834 | 1,80 | درجة | دقة التصويب من الوثب بعد الخداع |
| 0,541- | 14,50 | 2,245 | 14,10 | درجة | قوة ودقة التصويب |
| 0,602 | 18.50 | 1,472 | 18,80 | متر | رمي كرة يد لأقصى مسافة |
| 0,591 | 3,00 | 1,069 | 3,25 | درجة | دقة التصويب من الوثب |

يتضح من جدول (2) أن جميع معاملات الالتواء لعينة البحث في متغيرات النمو والبدنية والمهارية تراوحت ما بين (-0,962 : 0,749) أي انحصرت ما بين (+ 3) مما يشير إلي إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات

أدوات جمع البيانات :

- . جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- . ميزات طبي معاير لقياس الوزن بالكيلوجرام .
- . شريط قياس لقياس الأطوال .
- . مرمى مقسم ، طباشير ، سلالم ، كاميرا فيديو ، شريط فيديو .
- . صناديق خشبية متغيرة الارتفاعات تتراوح ما بين (30 - 60 سم) .
- . مراتب معلقة للهبوط .
- . كرات طبية من (3-5) كجم .
- . مقاعد سويدي .
- . ساعات إيقاف .
- . بارات حديدية وأثقال بأوزان مختلفة .

اختبارات القدرة العضلية:

- 1- اختبار الوثب العمودي من الثبات.
- 2- اختبار الوثب العمودي من الحركة.
- 3- اختبار دفع كرة طبية 3 كجم باليدين.
- 4- اختبار ثني الذراعين كاملا من الانبطاح المائل .

اختبارات الأداء المهاري :

- 5- اختبار دقة التصويب من الوثب بعد الخداع .
- 6- اختبار قوة ودقة التصويب .
- 7- اختبار رمي كرة يد من الوثب لأقصى مسافة.

8- اختبار دقة التصويب من الوثب عاليا .

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (5) لاعبين من ناشئ كرة اليد بنادي الاتحاد ومن خارج العينة الأساسية في الفترة من 5/4/2007 إلى 9/5/2007 وذلك لأجراء المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لقياس الاختبارات البدنية والمهارية: حساب الصدق: استخدم الباحثون معامل صدق التمايز لإيجاد الصدق للاختبارات البدنية والمهارية في الفترة 4-5/5/2007 على عينة مميزة عددها (5) لاعبين وعينة غير مميزة عددها (5) لاعبين .

جدول (3)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية

| قيمة ت | المجموعة غير المميزة | | المجموعة المميزة | | وحدة القياس | المتغيرات البدنية |
|--------|----------------------|-------|------------------|-------|-------------|---------------------------------------|
| | 2ع | س-2 | 1ع | س-1 | | |
| *8,311 | 2,074 | 26,40 | 0,962 | 35,90 | سم | الوثب العمودي من الثبات |
| *6,597 | 1,516 | 32,60 | 1,351 | 39,30 | سم | الوثب العمودي من الحركة |
| *5,210 | 0,057 | 3,68 | 0,239 | 4,32 | متر | دفع كرة طبية (3كجم) |
| *5,366 | 0,707 | 9,00 | 0,548 | 11,40 | عدد | ثني الذراعين كاملا من الانبطاح المائل |

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,306

يتضح من جدول (3) وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة حيث تراوحت قيم ت ما بين (5,210 : 8,311) في جميع الاختبارات البدنية مما يشير إلي صدق هذه الاختبارات

جدول (4)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات المهارية

| قيمة ت | المجموعة غير المميزة | | المجموعة المميزة | | وحدة القياس | المتغيرات المهارية |
|--------|----------------------|-------|------------------|-------|-------------|---------------------------------|
| | 2ع | س-2 | 1ع | س-1 | | |
| *3,372 | 0,837 | 1,80 | 0,446 | 3,40 | درجة | دقة التصويب من الوثب بعد الخداع |
| *4,044 | 1,746 | 13,90 | 0,548 | 17,60 | درجة | قوة ودقة التصويب |
| *7,023 | 1,516 | 18,60 | 0,947 | 24,88 | متر | رمي كرة اليد الأقصى مسافة |
| *4,304 | 0,707 | 3,00 | 0,447 | 4,80 | درجة | دقة التصويب بالوثب عاليا |

يتضح من جدول (4) وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة حيث تراوحت قيمة ت ما بين (3,372 : 7,023) في الاختبارات المهارية مما يشير إلي صدق هذه الاختبارات .

حساب الثبات:

تم حساب معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق Test Re-Test على أفراد العينة الاستطلاعية وعددهم (5) لاعبين ومن خارج عينة البحث الأساسية وبفارق زمني قدره ثلاثة أيام وذلك في الفترة من 4-5-2007 إلى 9-5-2007.

جدول (5)
معامل الثبات للمتغيرات البدنية

ن = 5

| معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | وحدة القياس | المتغيرات البدنية |
|----------------|----------------|-------|---------------|-------|-------------|---------------------------------------|
| | ع2 | س-2 | ع1 | س-1 | | |
| *0,891 | 1,516 | 27,10 | 2,073 | 26,40 | سم | الوثب العمودي من الثبات |
| *0,882 | 1,816 | 32,9 | 1,516 | 32,60 | سم | الوثب العمودي من الحركة |
| *0,896 | 0,178 | 3,814 | 0,057 | 3,68 | متر | دفع كرة طبية (3 كجم) |
| *0,919 | 0,548 | 9,40 | 0,707 | 9,00 | عدد | ثني الذراعين كاملا من الانبطاح المائل |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0,05 = 0,878

يتضح من جدول (5) أن هناك علاقة ارتباطية عالية بين التطبيق الأول والثاني حيث تراوحت معاملات الارتباط للمتغيرات البدنية ما بين (0,882 : 0,919) مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية .

جدول (6)
معامل الثبات للمتغيرات المهارية

ن = 5

| معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | وحدة القياس | المتغيرات البدنية |
|----------------|----------------|-------|---------------|-------|-------------|-------------------------------|
| | ع2 | س-2 | ع1 | س-1 | | |
| 0,887 | 0,707 | 20,00 | 0,837 | 1,80 | درجة | دقة التصويب من الوثب بعد خداع |
| 0,912 | 2,302 | 14,60 | 1,746 | 13,90 | درجة | قوة ودقة التصويب |
| 0,969 | 1,304 | 18,80 | 1,516 | 18,60 | متر | رمي كرة اليد الأقصى مسافة |
| 0,904 | 1,342 | 3,60 | 0,707 | 3,00 | درجة | دقة التصويب بالوثب عاليا |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0,05 = 0,878

يتضح من جدول (6) أن هناك علاقة ارتباطية عالية بين التطبيق الأول والثاني حيث تراوحت معاملات الارتباط للمتغيرات المهارية ما بين (0,887 : 0,969) مما يدل على ثبات الاختبارات المهارية .

القياس القبلي:

قام الباحثون بإجراء القياسات القبلية لمتغيرات البحث على المجموعتين التجريبية والضابطة ، حيث تم قياس الاختبارات البدنية والمهارية للمجموعتين يوم الخميس الموافق 10-5-2007 والجدول التالي يوضح تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي .

جدول (7)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

ن=1=2=10

| المتغيرات | وحدة القياس | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | |
|---------------------------------|-------------|--------------------|-------|------------------|-------|
| | | س-1 | ع1 | س-2 | ع2 |
| العمر الزمني | سنة | 15,13 | 0,323 | 15,34 | 0,290 |
| الطول الكلي للجسم | سم | 166,95 | 2,713 | 165,60 | 0,838 |
| الوزن | كجم | 66,58 | 1,063 | 66,30 | 1,342 |
| العمر التدريبي | سنة | 2,52 | 0,113 | 2,46 | 0,241 |
| الوثب العمودي من الثبات | سم | 27,70 | 1,252 | 26,40 | 1,897 |
| الوثب العمودي من الحركة | سم | 32,80 | 2,201 | 31,90 | 1,853 |
| دفع كرة طبية (3كجم) | متر | 3,829 | 0,134 | 3,71 | 0,119 |
| ثني الذراعين من الانبطاح المائل | عدد | 8,50 | 1,080 | 9,10 | 0,738 |
| دقة التصويب بالوثب بعد الخداع | درجة | 1,90 | 0,994 | 1,70 | 0,675 |
| قوة ودقة التصويب | درجة | 14,30 | 2,627 | 13,90 | 1,920 |
| رمي كرة اليد لأقصى مسافة | متر | 19,00 | 1,563 | 18,60 | 1,430 |
| دقة التصويب بالوثب عاليا | درجة | 3,20 | 1,135 | 3,30 | 1,059 |

يتضح من جدول (7) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي للمتغيرات (النمو ، البدنية ، المهارية) مما يشير إلي تكافؤ مجموعات البحث في هذه المتغيرات

تطبيق برنامج التدريب البيومتری:

قام الباحثون بتطبيق البرنامج البيومتری للمجموعة التجريبية باستخدام التمرينات البيومترية ملحق رقم (1) والضابطة باستخدام التدريبات التقليدية في الفترة من 13- 5- 2007 حتى 19-7-2007 ولمدة (10) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع ، وكان زمن الوحدة التدريبية (120) دقيقة وزمن الجزء الرئيسي منها (30) دقيقة بإجمالي زمن تطبيق البرنامج (15) ساعة لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة .

القياس البعدي:

قام الباحثون بتطبيق القياس البعدي أيام السبت والأحد الموافق 21,22-7-2007 للقدرة العضلية ومستوى أداء مهارة التصويب بالوثب عاليا وقد أجريت القياسات البعدية بنفس شروط ومواصفات القياسات القبلية.

المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحثون الأساليب الإحصائية الآتية:

المتوسط الحسابي. الانحراف المعياري.

الوسيط. معامل الالتواء.

اختبار "ت". معامل الارتباط. نسب التحسن.

عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (8)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث.

ن = 10

| قيمة ت | القياس البعدي | | القياس القبلي | | وحدة القياس | المتغيرات المهارية |
|--------|---------------|-------|---------------|-------|-------------|--------------------------|
| | ع2 | س-2 | ع1 | س-1 | | |
| *7,851 | 1,509 | 24,50 | 1,563 | 19.00 | متر | رمي كرة اليد لأقصى مسافة |
| *5,107 | 0,483 | 5.30 | 1,135 | 3.20 | درجة | دقة التصويب بالوثب عاليا |
| *4,266 | 0,527 | 3,50 | 0,994 | 1,19 | درجة | دقة التصويب بعد الخداع |
| *3,276 | 1,075 | 17,40 | 2,627 | 14,30 | درجة | قوة ودقة التصويب |

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,262

يتضح من جدول (8) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث ولصالح القياس البعدي .

جدول (9)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث.

ن = 10

| قيمة ت | القياس البعدي | | القياس القبلي | | وحدة القياس | المتغيرات المهارية |
|--------|---------------|-------|---------------|-------|-------------|--------------------------|
| | ع2 | س-2 | ع1 | س-1 | | |
| *2,533 | 1,418 | 20,30 | 1,430 | 18.60 | متر | رمي كرة اليد لأقصى مسافة |
| *2,601 | 0,699 | 4,40 | 1,059 | 3,30 | درجة | دقة التصويب بالوثب عاليا |
| *3,178 | 0,516 | 2,60 | 0,675 | 1,70 | درجة | دقة التصويب بعد الخداع |
| 1,753 | 1,713 | 15,40 | 1,912 | 13,90 | درجة | قوة ودقة التصويب |

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة من المتغيرات المهارية ولصالح القياس البعدي ماعدا اختبار قوة ودقة التصويب حيث لم تظهر دلالة الفروق

جدول (10)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث .

$$10 = 2n = 1n$$

| قيمة ت | المجموعة الضابطة | | المجموعة التجريبية | | وحدة القياس | المتغيرات المهارية |
|--------|------------------|-------|--------------------|-------|-------------|--------------------------|
| | 2ع | س-2 | 1ع | س-1 | | |
| *6,085 | 1,418 | 20,30 | 1,509 | 24,50 | متر | رمي كرة اليد لأقصى مسافة |
| *3,178 | 0,699 | 4,40 | 0,483 | 5,30 | درجة | دقة التصويب بالوثب عاليا |
| *3,661 | 0,516 | 2,60 | 0,527 | 3,50 | درجة | دقة التصويب بعد الخداع |
| *2,954 | 1,713 | 15,40 | 1,075 | 17,40 | درجة | قوة ودقة التصويب |

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,262

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

جدول (11)

نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث

| المجموعة الضابطة | | | المجموعة التجريبية | | | المتغيرات المهارية |
|------------------|-------|-------|--------------------|-------|-------|--------------------------|
| نسبة تحسن | بعدي | قبلي | نسبة تحسن | بعدي | قبلي | |
| 9,14 | 20,30 | 18,60 | 28,95 | 24,50 | 19,00 | رمي كرة اليد لأقصى مسافة |
| 33,33 | 4,40 | 3,30 | 59,38 | 5,10 | 3,20 | دقة التصويب بالوثب عاليا |
| 36,84 | 2,60 | 1,70 | 84,21 | 3,50 | 1,19 | دقة التصويب بعد الخداع |
| 7,69 | 15,40 | 13,90 | 21,68 | 17,40 | 14,30 | قوة ودقة التصويب |

يتضح من جدول (11) وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية ولصالح المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في هذه النسب .

مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (8) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية ولصالح القياس البعدي .

ويُعزو الباحثون هذه الفروق غلي تطبيق البرنامج التدريبي البليومتري المقترح الذي طبق على المجموعة التجريبية ، وأن ربط التمرينات البليومترية مع التمرينات المهارية الخاصة بكرة اليد بحيث يكون التدريب البليومتري في نفس اتجاه العمل العضلي الخاص للمهارة ، جعل التحسن في الأداء راجع إلي رفع مستوى القدرة العضلية للرجلين .

وتتفق هذه النتائج مع كل من عبد العزيز أحمد النمر 1989 (5) باز يليو Pazzulo 1995 (15) ستينم 1995 Stenm (16) حيث أكدت هذه الدراسات على أهمية استخدام التدرجات البليومترية بتتويعاتها المختلفة لتحقيق زيادة معنوية في القدرة العضلية ، حيث أنها تؤدي إلي تطوير في مستوى الأداء المهاري .

ويؤكد ذلك ما أشار إليه جمال علاء الدين وآخرون (3) 1980 أن التدريب يجب أن يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالحركات في المهارة ، كما أن الأسلوب الأمثل لتدريب القدرة العضلية هو أن يتشابه فيه المسار الزمني خلال التدريب مع المسار الزمني خلال أداء المهارة ذاتها.

وبهذا يكون الفرق الأول قد تحقق والذي ينص على " يؤثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات البيلومتری لتنمية القدرة العضلية للرجلين تأثيراً إيجابياً على قوة ودقة التصويب بالوثب عالياً لدى ناشئ كرة اليد "

كما يتضح من نتائج جدول (9) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0,05 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية ولصالح القياس البعدي في حين لا توجد فروق دالة إحصائياً في اختبار قوة ودقة التصويب ، ويعزو الباحثون هذا الفرق في مستوى التحسن إلي استخدام المجموعة الضابطة للبرنامج التقليدي ، أما بالنسبة إلي عدم دلالة الفروق في القدرة على الأداء لاختبار قوة ودقة التصويب قد يرجع إلي افتقار البرنامج التقليدي إلي التدريبات المناسبة .

كما يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية ، هذا يشير إلي أن المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في القياسات البعدية ، ويعزو الباحثون هذا الفرق إلي تأثير استخدام المجموعة التجريبية للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البيلومترية والذي أظهر تأثيراً واضحاً في تنمية القدرة العضلية للرجلين والتي لعبت دوراً هاماً في تحسين مستوى أداء قوة ودقة التصويب بالوثب عالياً أكثر من استخدام المجموعة الضابطة للبرنامج التقليدي ، ويؤكد هذا ما توصلت إليه نتائج دراسات كل من عبير أحمد محمود 2001 (6) ، أيمن عبده محمد 1999 (2) كامر ، مورو Kamar, Morrow 1998 (13) بوليرت وآخرون Boluert 1995 (12) حيث أشارت تلك النتائج إلي أن برنامج التدريب البيلومتری أدي إلي تطوير القدرة العضلية للذراعين والرجلين التي تلعب دوراً هاماً في تحسين مستوى الأداء المهاري للاعبين المجموعة التجريبية بالمقارنة بالمجموعة الضابطة كما تتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه ناريمان محمد الخطيب 1991 (11) عن أن تدريبات البيلومتری تزيد من مستوى الأداء الحركي ، بمعنى أن القوة المكتسبة من هذه التدريبات تؤدي إلي أداء حركي أفضل في النشاط الممارس ، وذلك بزيادة قدرة العضلات على الانقباض بمعدل أسرع.

وهذا يحقق الفرض الثاني الذي ينص على " وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية. "

كما يتضح من جدول (11) وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات ، حيث تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في هذه النسب ، ويعزو الباحثون هذا التقدم الي البرنامج التدريبي البيلومتری المقترح الذي طبق على المجموعة التجريبية والذي أدي إلي تقدم هذه المجموعة في المتغيرات قيد البحث ، ويرجع ذلك إلي أن تمارينات التدريب البيلومتری المستخدمة تأخذ نفس اتجاه العمل العضلي وبالتالي فإن تنمية القدرة العضلية كان لها أثراً إيجابياً في ارتفاع مستوى أداء مهارة التصويب بالوثب عالياً ، كما يرجع التقدم في القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة الضابطة إلي استخدام البرنامج التقليدي ، كما يعزو الباحثون نسب التحسن للمجموعة التجريبية عن الضابطة في القياسين البعدين إلي فاعلية البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البيلومترية والذي تم من خلاله تنمية القدرة العضلية للرجلين مما أدي الي ارتفاع مستوى قوة ودقة التصويب بالوثب عالياً لناشئ كرة اليد .

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون 2002 (7) إلى أن البرامج التدريبية المقننة تؤثر إيجابياً في تنمية الصفات البدنية والمهارية المختارة .
وبهذا العرض يكون قد تحقق الفرض الثالث والذي ينص على " توجد فروق في نسب التحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسين البعديين لصالح المجموعة التجريبية " .

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود مجتمع البحث واستناداً للمعالجات الإحصائية وما أشارت إليه النتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالي:

- 1- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية أدى إلى تنمية القدرة العضلية للرجلين لدى عينة البحث وذلك من خلال وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي
- 2- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية أدى إلى تحسن مستوى قوة ودقة التصويب بالوثب عالياً لناشئ كرة اليد ، وذلك من خلال وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي.
- 3- وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث ، إلا أن المجموعة التجريبية تفوقت على المجموعة الضابطة في هذه النسب مما يعكس نجاح البرنامج التدريبي باستخدام التدريبات البليومترية .

التوصيات:

- في ضوء أهداف البحث وفروضه ونتائجه يوصي الباحثون بما يلي:
- 1- وضع البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البليومترية ضمن برامج إعداد وتدريب ناشئ كرة اليد لما له من فاعلية على تنمية القدرة العضلية للرجلين ، وعلى نسب تحسن قوة ودقة التصويب بالوثب عالياً لدى ناشئ كرة اليد.
 - 2- العمل على توفير الأدوات والأجهزة اللازمة للتدريبات البليومترية .
 - 3- إجراء المزيد من الدراسات المماثلة في الأنشطة الرياضية الأخرى وعلى مراحل سنوية مختلفة .

المراجع:

- 1- أبو العلا عبد الفتاح (2003) فسيولوجيا التدريب والرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- أحمد نصر الدين رضوان
- 2- أيمن عبده محمد (1999) : أثر التدريب البليومتري على تنمية القوة العضلية وعلاقتها بمستوى أداء الضربة الساحقة في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.
- 3- جمال علاء الدين (1980) : أثر استخدام بعض الأساليب المقترحة لتنمية القوة المميزة بالسرعة على ناهد الصباغ، محمد عبد الوهاب
صديق طولان
تحسن مسافة الوثب العمودي الناشئين ، المؤتمر العلمي لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، مايو.
- 4- جبرد لانجهون_ (1982) : كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس ، ترجمة كمال عبد الحميد، مراجعة

- ، تيواندرت
 5- عبد العزيز أحمد النمر (1989): تأثير استخدام تدريبات الوثب العميق على زيادة مسافة الوثب العمودي للاعبين كرة السلة ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الأول العدد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، يناير
- 6- عبيد أحمد محمود (2001) : تأثير استخدام تدريبات البليومترية على بعض القدرات البدنية والمهارية في كرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان.
- 7- كمال الدين عبد الرحمن درويش (2002) القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات - تطبيقات) ، قديري سيد مرسى عماد الدين عباس مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
- 8- محمد خالد حمودة (1995) : دراسة بيوميكانيكية لبعض أساليب التصويب بالوثب عاليا في كرة اليد ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان.
- 9- محمد صبحي حانين (1995) : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، الجزء الأول ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 10- منير جرجس إبراهيم (1994): كرة اليد للجميع ، ط4 ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 11- ناريمان محمد الخطيب (1991): أثر استخدام الوثب العميق على القدرة العضلية للرجلين والمتعددة للاعبين الجمناز ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الثالث ، العدد الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان ، القاهرة
- 12- Bolutrt (1995) : Comparison of training additives For Power development in the Lower Extremity, journal of oppliad sport science research,
- 13- Komar, Morrow(1998): Investigation of selected plyometric training exercises on Muscular leg strength and power ,Kalonazoo , (M-CH)
- 14- NSA Round Table(1986): Plyometric IAAF development programs new studies in athletics, march,
- 15- Pazzulo, et all(2001): Function of plymetric exercise for the growing athletics, journal of athletic training, Texas ,USA.
- 16- Stenm, J, D.(1995) : Effects of aquatic simulated and dry land plyometric vertical jump height, microform publications, imt-1 institute for sport and human performance, university of Oregon,
- 17- Verm Gamletta(1995): plyometrics for beginning basic consideration, new studies in athletics, track and field quiet R rvg5(6) 4763, 1995

ملحق (1)

نماذج لبعض التمرينات المستخدمة في التدريبات البليومترية

| المتغير | رقم التمرين | زمن أداء المجموعة | التمرين | الرسم |
|--|-------------|-------------------|--|-------|
| تمرينات بليومترية لتنمية القدرة العضلية للذراعين | الأول | 50 ثانية | (وقوف مواجهة ظهر الزميل وضع اليدين على كتف الزميل) دفع الزميل الساقط خلفاً | |
| | الثاني | 20 ثانية | الجري في المكان مع تبادل رفع الذراعين الممسكة بالثقل (الدمبلز) زنة 1كم ، 2كم ، 3كم | |
| | الثالث | 30 ثانية | (وقوف مواجه حائط) السقوط على الحائط لوضع الانبطاح المائل العالي ثم دفع الحائط باليدين | |
| | الرابع | 30 ثانية | (وقوف نصف اقعاء) السقوط على الأرض أماماً لوضع الانبطاح ثم دفع الأرض باليدين | |
| | الخامس | 30 ثانية | (وقوف) السقوط على الأرض لوضع الانبطاح ثم دف الأرض باليدين | |
| تمرينات بليومترية لتنمية القدرة العضلية للرجلين | الأول | 20 ثانية | الوثب بالقدمين فوق صندوق بارتفاع (30سم، 40سم، 50سم) | |
| | الثاني | 15 ثانية | الوثب بالقدمين من فوق 8 حواجز بارتفاع (50سم، 60سم ، 70سم) والمسافة بين كل حاجز وآخر 50سم | |
| | الثالث | 20 ثانية | العدو صعوداً وهبوطاً على عدد 15 درج بارتفاع 30سم | |
| | الرابع | 30 ثانية | الوثب بالقدمين صعوداً وهبوطاً من فوق عدد 10 أدرج بارتفاع 30سم | |

| | | | | |
|--|--|----------|--------|--|
| | الوثب جانباً من فوق مقعد سويدي بارتفاع 40سم | 20 ثانية | الخامس | |
|--|--|----------|--------|--|

**علاقة مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب
كلية علوم التربية البدنية والرياضة بطرابلس ليبيا**

أ. ناجي قاسم سلامة أبو جريدة

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد التربية الرياضية مجالاً خصباً يمكن من خلاله تحقيق العديد من الأهداف التربوية والبدنية والنفسية لجميع المراحل العمرية ويرتكز النشاط الأساسي للتربية بصفة عامة في إحداث تغيرات ايجابية في سلوك الأفراد كنتيجة للعملية التعليمية وهي تمثل الشكل التربوي التي تساهم في رفع الكافة الإنتاجية في خدمة المجتمع وإشباع حاجات الفرد والتنمية المتكاملة والمتوازنة مع الاقتصاد في الجهد والوقت.

أمتاز هذا العصر بالاهتمام الواضح بالإنسان ككل بدنياً ونفسياً وعقلياً وفق الجهود المبذولة في سبيل الرقي بهذا الكائن المميز أملاً في مستقبل مشرق ، والتربية الرياضية في حد ذاتها تلعب دوراً هاماً في عملية التنمية الشاملة للفرد والمجتمع والارتقاء بمستوى القدرات البدنية والنفسية وتوجيه قدرات الفرد والاستفادة منها للوصول إلى أفضل المستويات .

وتسهم الأنشطة البدنية المختلفة دوراً ايجابياً وفعالاً 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 أفراد المجتمع في مختلف مجالات الحياة لمواكبة التقدم العلمي الذي يشهده عصرنا الحالي .

إن لتخطيط المحكم يتمشى مع الظروف المحيطة لتنفيذ برامج الاختبارات يغنيا 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 .

(6 : 10)

إن مجالات الحياة المختلفة تحتاج إلى تقويم برامجها ومهاراتها وذلك لتقدير مدى تقدمها في سبيل تحقيق الأهداف الموضوعية لها ، وما إذا كانت في حاجة إلى تعديل أو تغيير فاستخدام التقويم يكشف أوجه القوة أو الضعف والعمل على علاج نواحي الضعف والارتقاء بأوجه القوة . **(4 : 22)**

واستخدام القياس والتقويم أمر يبدو حتمياً إذا أردنا أن نعرف مدى فائدة وفاعلية 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

، فالتقدم 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. (15: 25، 101)

وتعد دراسة مفهوم الذات من الموضوعات الهامة في علم النفس، وذلك لما للذات من تأثير في شخصية الفرد ، فهي تؤثر على سلوكه وكفاءته الاجتماعية ومكانته بين أقرانه ، كما تؤثر على التحصيل الدراسي والإنجاز ، ولفكرة الفرد عن ذاته تأثيراً كبيراً على سلوكه وتوافقه الشخصي والاجتماعي، فكلما زادت المعرفة بطبيعة الإنسان زاد عمق مغزى الحكمة القديمة القائلة " أعرف نفسك " ، حيث أن الذات هي جوهر الشخصية ، وأن مفهوم الذات هو حيز الزاوية فيها وهو الذي ينظم السلوك(1998)(19: 11)

إن مفهوم الذات من المتغيرات النفسية الهامة التي تلعب دوراً هاماً في المجال الرياضي ، ومفهوم الفرد عن ذاته قد يؤثر الأثير كبيراً على أداءه الرياضي وأن الثقة بالنفس تعتبر بمثابة تعبير عن قيمة الشخص لذاته ، كما أن الخبرات الرياضية ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى الأفراد فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح يكون أكثر ثقة بأنفسهم ويشعرون بالمزيد من قيمتهم ويصبحون أكثر دافعية لمواصلة الممارسة الرياضية بصورة إيجابية وهؤلاء الذين لديهم خبرات فشل يصبحون أقل ثقة بأنفسهم ويشعرون بقيمة أقل لأنفسهم . (2: 352)

إن فكرة الفرد عن نفسه وإحساسه بالطريقة التي يدرك بها الآخرون يؤثران على أدائه وعلى علاقته بالآخرين واستجابته لهم ويحددان شخصيته وإنجازاته وفشله ويؤثران على مستوى طموحه كما يؤثر مفهوم الذات على مستوى الأداء الرياضي فالأنشطة الرياضية باختلاف أنواعها تقدم فرص كبيرة لتنمية مفهوم الذات وفكرة الفرد عن نفسه من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية والإحساس والشعور بالنجاح في التغلب على المهارات الحركية كما أن الخبرة الرياضية الناجحة تعمل على تدعيم مفهوم الذات الإيجابي . (19: 169)

والذات البشرية بصفة عامة تسعى دائماً إلى إيجاد مفهوم واضح للعديد من الجوانب التعليمية والبدنية أو مهارة أو خطية وعلى ذلك فإن مفهوم الذات يلعب دوراً هاماً في مجال التعلم الرياضي ويعتبر من المفاهيم النفسية التي تؤثر على أداء الفرد والطريقة التي يشعر أن الآخرين يدركونه بها تؤثر على علاقته بهم وتحدد شخصيته واستجاباته للآخرين ويظهر ذلك بوضوح في الثقة بالنفس والافتتاع بالذات ومستوى الطموح والروح التنافسية. (2: 351)

إن الخصائص البدنية هي التي تمكن الفرد الرياضي من القدرة على أداء مختلف المهارات الحركية لألوان النشاط الرياضي المتعدد ، ويمثل حجر الأساس لوصول الفرد إلى المستوى العالي، فهي صفات ضرورية لكل أنواع الأنشطة على اختلاف ألوانها، وتحدد سيادة صفة أكثر على غيرها من الصفات البدنية الأخرى طبقاً لطبيعة النشاط الرياضي الممارس . (9: 11)

إن اللياقة البدنية بمفهومها البسيط تعني سعة الفرد لمواجهة تحديات الحياة البدنية والطارقة بنجاح ، كما تشير إلى أن مستوى اللياقة البدنية يختلف حسب الأعمال الذي يقوم بها الفرد بمفهوم اللياقة البدنية بهدف الأداء

الرياضي فهي تهتم برفع مستوى الصفات البدنية التي يتطلبها تحقيق أعلى مستوى في النشاط التخصصي . (8)
(37:

ويعتبر مفهوم الذات من أهم العوامل التي تؤثر على شخصية الفرد وعلى صحته النفسية وهو ضروري لفهم السلوك عند الفرد ويعتبر مفهوم الذات من المتغيرات النفسية الهامة وأن مفهوم الذات الإيجابي يدعم الثقة بالنفس لمواجهة المواقف بصورة إيجابية مما يساعد الفرد على التصرف بطريقة فعالة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية والشعور بالنجاح ، كما أن قدرة الفرد نحو قدراته الجسمية والبدنية تعتبر من الجوانب الهامة في الدراسة والبحث وهو ضروري في بناء الشخصية وله أهمية خاصة لفهم السلوك والتوافق النفسي لدى الفرد كما أن القدرة على تكوين مفهوم الذات ترتبط بالعديد من المتغيرات الحركية حيث الأنشطة الحركية تقدم فرصاً كبيرة لتنمية مفهوم الذات مما دعى الباحث لأهمية إجراء هذه الدراسة علاقة مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

أهمية البحث والحاجة إليه:

7. التعرف على مفهوم الذات وعلاقتها في الخصائص الحركية .
8. تعطي المعلمين المعلومات التي تساعد في وضع البرامج بأكثر دقة عن طريق تقييم ومتابعة مستوى الطلاب
9. تساعد في التعرف على المقارنة بين مستويات الطلاب في مفهوم الذات البدنية واللياقة الحركية .

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على :

4. علاقة مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
5. الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .
6. الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

فروض البحث:

1. توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين مفهوم الذات البدنية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
2. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .
3. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

مصطلحات البحث:

القياس:

هو " الوسيلة التي يمكن من خلالها التحديد الدقيق للمظاهر كمياً وكذلك الصفات المميزة للشيء المراد قياسه " . (1 :4)
مفهوم الذات:

هي " تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات ببلورة الفرد ويعتبرها تعريفاً نفسياً لذاته " (3: 98)
المتغيرات البدنية:

هي " التي تعبر عن جميع العناصر والمكونات التي تؤثر على الإنجاز الرياضي " (7: 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 " (16: 312)

الدراسات السابقة:

دراسة مديحة محمد إسماعيل (1984) (17)

بعنوان مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الأداء في مادة مسابقات الميدان والمضمار لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، بحث منشور، بحوث لمؤتمر الرياضة للجميع، تهدف إلى التعرف على العلاقة بين أبعاد مفهوم الذات ومستوى الأداء في مادة مسابقات الميدان والمضمار لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية وتعرف على الفروق بين السنوات الدراسية في أبعاد مفهوم الذات وكانت أهم النتائج وجود علاقة ذات ارتباط إيجابي بين أبعاد مفهوم الذات الإدراكية والذات الجسمية ومستوى الأداء في مادة مسابقات الميدان والمضمار ووجود فروق غير دالة إحصائياً بين الصفوف الدراسية الثانية والثالثة والرابعة في مفهوم الذات كما وجدت فرق بين الصفوف الدراسية في الذات الجسمية لصالح الصف الثالث .

دراسة سالم حسن سالم (1985) (5)

بعنوان مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية والمستوى الرقمي لدى متسابقين العاب الميدان والمضمار واستخدمت الدراسة اختبار تقدير الذات البدنية لمتسابقين الميدان والمضمار وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متسابقين ذو المستوى الرقمي المرتفع والمتسابقين ذو المستوى الرقمي المتوسط والمتسابقين ذو المستوى الرقمي المنخفض لصالح المستوى الأعلى .

دراسة محمد محمد الشحات (1992) (10)

بعنوان العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي الهوكي وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي الهوكي واستخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها 105 لاعباً من لاعبي الدرجة الأولى واستخدم الباحث اختبار مركز التحكم واختبار الذات البدنية من تصميم الباحث كما استخدم الباحث 9 اختبارات مهارية لقياس مستوى الأداء المهاري وكانت أهم النتائج وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين التحكم الخارجي ومفهوم الذات البدنية ووجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين التحكم الخارجي والدرجة الكلية لمستوى الأداء المهاري ووجود فروق دالة بين لاعبي الهوكي مرتفعي ومنخفضي مفهوم الذات والدرجة الكلية لمستوى الأداء المهاري لصالح اللاعبين ذوي مفهوم الذات البدنية المرتفعة .

دراسة هشام صابر على (1995) (18)

بعنوان مفهوم الذات والتوافق النفسي وعلاقتها بالمستوى الرقمي لبعض مسابقات ألعاب القوى لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق وهدفت الدراسة التعرف على الفروق في أبعاد كل من الذات والتوافق النفسي وفق المستويات الرقمية (عالي - متوسط - منخفض) واشتملت عينة البحث على 633 طالب من طلاب كلية التربية جامعة الزقازيق وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة في أبعاد مفهوم الذات الرياضية الجسمية - الشخصية - الاجتماعية بين المستويات الرقمية (عال - متوسط - منخفض) لصالح المستوى العالي ووجود ارتباط دال بين أبعاد مفهوم الذات الرياضية - الاجتماعية - المستوى الرقمي لدفع الجلة والوثب الطويل وقذف القرص والوثب العالي .

دراسة وليد عبد المنعم محمد (1998) (19)

بعنوان العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية لدى لاعبي الكاراتيه بجمهورية مصر العربية تهدف الدراسة للتعرف على العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية لدى لاعبي المنتخب القومي والدرجة الأولى للكاراتيه (كاتا - كومتيه) في ضوء مستوى لاعبي المنتخب القومي للكاراتيه وتوجد علاقة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات الجسمية وجميع اختبارات القدرة الحركية لدى لاعبي المركز الأول كوميتيه

إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي .

مجتمع البحث: أشتمل مجتمع البحث على الطلاب المنتظمين في الدراسة والبالغ عددهم (344) طالباً بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الفاتح بطرابلس للعام الجامعي 2008ف ، حيث تم استبعاد منهم (84) طالباً وهم الطلاب الراسبون وكذلك الطلاب المصابين والمشاركين في الأندية ، بينما كان عدد طلاب مجتمع عينة البحث (260) طالباً . 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 الطبقة 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 .

وسائل وأدوات جمع البيانات:

3. ليتحقق الباحث من أهداف وفروض البحث قام بعدة مقابلات شخصية مع مجموعة من المتخصصين في مجال علوم التربية البدنية والرياضة وذلك للاستفادة من آرائهم في جميع القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث .
4. قام الباحث بإعداد استبيان وعرضها على السادة المتخصصين في مجال علوم التربية البدنية والرياضة للاستفادة من آرائهم .

أدوات البحث:

- استمارة جمع البيانات .
- استبيان مفهوم الذات .
- ميزان طبي لقياس الوزن .

- ساعات زمن لقياس السرعات .
- أمتار قياس لقياس المسافات .
- مساطر لقياس المرونة .
- مراتب لأداء الاختبارات .
- أعلام - طباشير - صافرات .
- جهاز المانوميتر لقياس قوة القبضة .
- عقلة - مضمار ألعاب قوى .

مقياس مفهوم الذات البدنية:

مقياس وصف الحالة البدنية وهو مقياس متعدد الأبعاد لمفهوم الذات البدنية التي يمكن أن تشكل في مجموعها أهم عناصر اللياقة البدنية عبارات المقياس لمفهوم الذات البدنية متكون من (30) عبارة الذي قام بتصميمه محمد حسن علاوي (1998) (14 : 120-125)

اختبارات اللياقة الحركية:

| العنصر | الاختبار | وحدة القياس |
|------------------------|----------------------------|-------------|
| القدرة العضلية للرجلين | الوثب العريض من الوقوف | سم |
| رشاقة | الجري الارتدادي (المكوكي) | ث |
| قوة عضلية | قوة قبضة اليد | كجم |
| التحمل العضلي للذراعين | تعلق الشد لأعلى (عقلة) | عدد مرات |
| التحمل الدوري التنفسي | جري 1000 م | ق |
| المرونة | وقوف ثني الجذع أماماً أسفل | سم |
| السرعة | 50 متر عدو | ث |
| قوة تحمل عضلات البطن | جلوس من الرقود 30 ثانية | عدد مرات/ث |

الدراسة الاستطلاعية: قام الباحث بإجرائها 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 لمقياس مفهوم الذات البدنية والصدق الذاتي باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار

n=15

| الصدق الذاتي | معامل الارتباط | القياس الثاني | | القياس الأول | | المتغير |
|--------------|----------------|---------------|---------|--------------|---------|---------------------|
| | | الانحراف | المتوسط | الانحراف | المتوسط | |
| 0.879 | 0.77 | 4.40 | 112.93 | 3.76 | 109.20 | مفهوم الذات البدنية |

قيمة ر الجدولية = 0.441 عند مستوى دلالة 0.05

يتضح من الجدول (1) وجود علاقة ذات ارتباط معنوي دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمفهوم الذات البدنية حيث قيمة (ر) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على ثبات هذا المقياس .

جدول رقم (2)

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 | الجرى 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 | جرى 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

يتضح من الجدول (2) 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:

1. الوسط الحسابي mean
2. الوسيط Median
3. الانحراف المعياري Standard Deviation
4. معامل الالتواء Skewness
5. معامل الارتباط Pearson
6. تحليل التباين Anova
7. أقل فرق معنوي L.S.D

عرض النتائج ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل التوصيف الإحصائي لعرض النتائج التي توصل إليها هذا البحث ومناقشتها ومن خلال جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً .

جدول (3)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

وتجانس طلاب الصف الدراسي الثاني في مفهوم الذات البدنية

| المتغير | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---------------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| مفهوم الذات البدنية | 109.63 | 111 | 10.72 | -0.38 |

يتضح من الجدول (3) أن معامل الالتواء في مفهوم الذات البدنية كان (0.38) أي انحصر ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في مفهوم الذات البدنية .

جدول (4)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

وتجانس طلاب الصف الدراسي الثالث في مفهوم الذات البدنية

| المتغير | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---------------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| مفهوم الذات البدنية | 114.03 | 113.5 | 8.64 | 0.18 |

يتضح من الجدول (4) أن معامل الالتواء في مفهوم الذات البدنية كان (0.18) أي انحصر ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في مفهوم الذات البدنية

جدول (5)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

وتجانس طلاب الصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية

| المتغير | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---------------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| مفهوم الذات البدنية | 116.40 | 118 | 8.54 | -0.56 |

يتضح من الجدول (5) أن معامل الالتواء في مفهوم الذات البدنية كان (-0.56) أي انحصر ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في مفهوم الذات البدنية .

جدول (6)

الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

وتجانس طلاب الصف الدراسي الثاني في اختبارات اللياقة الحركية

n=40

| ت | المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|---|--------------------------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| 1 | الوثب الطويل من الثبات | 206.78 | 205 | 15.34 | 0.35 |
| 2 | ثني الجذع اماما أسفل من الوقوف | 10.28 | 10 | 2.55 | 0.32 |
| 3 | الجري الارتدادي 4*10م | 10.43 | 10.45 | 0.39 | -0.15 |
| 4 | عدو 50 متر | 6.73 | 6.68 | 0.45 | 0.30 |

| | | | | | |
|-------|------|-------|-------|------------------------|---|
| 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 (6) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (0.15-0.85) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية

جدول (7)

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 4*10م | 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 (7) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (-0.17-1.04) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية .

جدول (8)

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 4*10م | 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 | 46.22 | 46.65 | 5.61 | -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 (8) أن جميع معاملات الالتواء في اختبارات اللياقة الحركية تراوحت ما بين (2.37-0.14) أي أنها انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات اللياقة الحركية .

جدول (9)

معاملات الارتباط للعلاقة بين مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة

N=120

| ت | المتغيرات | مفهوم الذات البدنية |
|---|--------------------------------|---------------------|
| 1 | الوثب الطويل من الثبات | -0.046 |
| 2 | ثني الجذع اماما أسفل من الوقوف | 0.065 |
| 3 | الجري الارتدادي 4*10م | -0.037 |
| 4 | عدو 50 متر | -0.029 |
| 5 | جري 1000 متر | -0.070 |
| 6 | قوة قبضة اليد | 0.200 |
| 7 | جلوس من الرقود 30 ث | 0.150 |
| 8 | تعلق الشد لأعلى "عقلة" | 0.150 |

القيمة الحرجة لمعامل الارتباط "ر" وعند مستوى معنوية 0.05 = 0.150

يتبين من الجدول (9) الخاص بمعاملات الارتباط للعلاقة بين مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بأن هناك علاقة ذات معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين مفهوم الذات البدنية وكلاً من المتغيرات البدنية قوة قبضة اليد وجلوس من الرقود 30 ثانية وتعلق الشد لأعلى عقلة .

جدول (10)

تحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

N=n1=n2=n3= 40

| المتغير | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة F | الدلالة |
|---------------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------|---------|
| مفهوم الذات البدنية | بين المجموعات | 945.35 | 2 | 472.68 | 5.40 | 0.01 |
| | داخل المجموعات | 10237.95 | 117 | 87.50 | | |
| | المجموع | 11183.30 | 119 | | | |

القيمة " F " الجدولية وعند مستوى معنوية 0.05 = 3.05

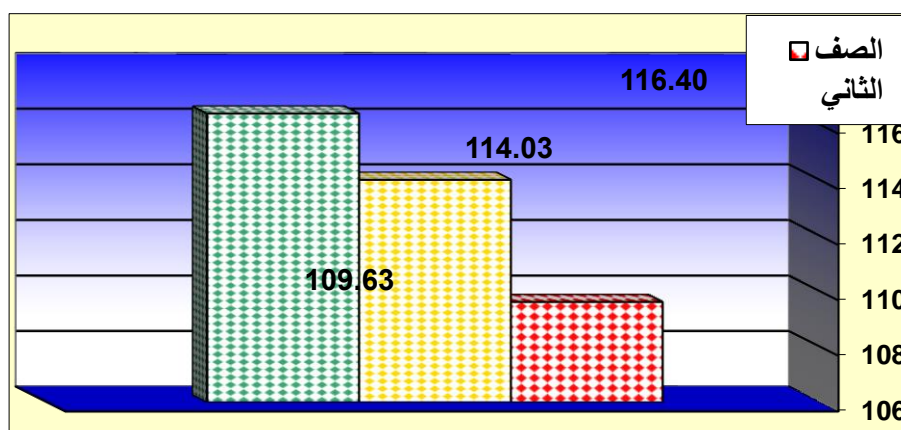
يتضح من الجدول (10) الخاص بتحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن قيمة (ف) المحسوبة كانت (5.40) وهي أكبر من قيمة (ف) الجدولية (3.05) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين طلاب الصفوف الدراسية في مفهوم الذات البدنية ولحساب اتجاه الفرق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية تم استخدام قيمة أقل فرق معنوي L.S.D .

جدول (11)

المقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D الخاص بمعنوية الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

| المتغير | الصفوف الدراسية | المتوسطات الحسابية | الفرق بين المتوسطات الحسابية | قيمة أقل فرق معنوي L.S.D | الدلالة |
|---------------------|-----------------|--------------------|------------------------------|--------------------------|---------|
| مفهوم الذات البدنية | الصف الثاني | 109.63 | الصف الثاني | 4.14 | دال |
| | الصف الثالث | | الصف الثالث | | |
| | الصف الثالث | 114.03 | الصف الثاني | 4.14 | دال |
| | الصف الرابع | | الصف الرابع | | |
| | الصف الرابع | 116.40 | الصف الثالث | 4.14 | غير دال |
| | | | الصف الرابع | | |

قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى (0.05) = 4.14



شكل (1) قيم المتوسطات الحسابية بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة

يتضح من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الثالث في مفهوم الذات البدنية حيث تزيد قيمة الفرق المحسوب بين المتوسطين

البالغ (4.40) عن قيمة L.S.D عند مستوى (0.05) البالغة (4.14) وبالتالي يوجد فرق معنوي بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الثالث في مفهوم الذات البدنية لصالح الصف الدراسي الثالث .

ويتضح من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية حيث تزيد قيمة الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (6.77) عن قيمة L.S.D عند مستوى (0.05) البالغة (4.14) وبالتالي يوجد فرق معنوي بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية لصالح الصف الدراسي الرابع .

كما يتضح من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D بين طلاب الصف الدراسي الثالث والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية حيث يقل الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (2.37) عن قيمة L.S.D عند مستوى (0.05) البالغة (4.14) وبالتالي لا يوجد فرق معنوي بين طلاب الصف الدراسي الثالث والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية

يتضح من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D الخاص بمعنوية الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن هناك فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية لصالح الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) ولم يتضح بأن هناك فروق بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في مفهوم الذات البدنية .

جدول (12)

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 | الجري 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 | | | |

| | | | | | | | |
|--------|--------|----------------|--------------|----------------|----------------|------------------------|---|
| 0.24 | 1.45 | 0.01 | 2 | 0.02 | بين المجموعات | جري 1000 متر | 5 |
| | | 0.01 | 117 | 0.81 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 0.83 | المجموع | | |
| 0.09 | 2.41 | 94.84 | 2 | 189.68 | بين المجموعات | قوة قبضة اليد | 6 |
| | | 39.39 | 117 | 4608.17 | داخل المجموعات | | |
| | | | 119 | 4797.85 | المجموع | | |
| الدالة | قيمة F | متوسط المربعات | درجات الحرية | مجموع المربعات | مصدر التباين | المتغيرات | ت |
| 0.18 | 1.74 | 6.47 | 2 | 12.95 | بين المجموعات | جلوس من الرقود 30 ث | 7 |
| | | 3.72 | 117 | 435.38 | داخل المجموعات | | |
| | | | 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 (12) 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 .

1. مناقشة العلاقة بين مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

تبين من الجدول (9) الخاص بمعاملات الارتباط للعلاقة بين مفهوم الذات البدنية بنتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بأن هناك علاقة ذات معامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين مفهوم الذات البدنية وكلاً من المتغيرات البدنية قوة قبضة اليد وجلوس من الرقود 30 ثانية وتعلق الشد لأعلى عقلة ، حيث أوضحت هذه الدراسة بأن هناك علاقة بين مفهوم الذات البدنية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

وأشار محمد حسن علاوي (1991) إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين تصور الإنسان لنفسه وتحصيله في حياته سواء كان التحصيل الأكاديمي أو الرياضي ، ومن أهم ما يؤكد ذلك أن الطريقة التي يرى بها الإنسان نفسه هي نتاج نظرة الآخرين له فتصور الذات أو مفهوم الذات الإيجابي يجعل الفرد أكثر ثقة وأمناً في معاملاته مع الحياة بطريقة فعالة ، ولديه عزيمة تعينه على مواجهة تحديات الحياة بما فيها من مواقف المنافسة الرياضية بنجاح مما يجعله جديراً بالتقدير والاحترام وتزداد ثقته بنفسه ويقترّب من الناس لكي يكون محبوباً منهم وينهمك في نشاط معين متوقفاً أن ينجح وينتج فيه ، ويشعر في نفسه بالرضا وعدم العجز ومثل هذا التفاعل ينتج عنه الأداء الجيد . (12: 316-318)

كما أن القدرة على تكوين مفهوم الذات ترتبط بالعديد من المتغيرات الحركية ومن ناحية أخرى فإن مفهوم الذات يحدد مستوى ضبط الفرد لانفعالاته ، وأن مفهوم الذات الإيجابي يلعب دوراً هاماً وبالغاً في تحقيق التفوق الرياضي . (11: 317)

ويرى الباحث من خلال ما سبق أن هناك علاقة بين مفهوم الذات ونتائج الأداء ، حيث تبرز أهمية هذه العلاقة في قدرة الفرد نحو فهمه لقدراته البدنية من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية والتحصيل الأكاديمي والخبرة التعليمية التي يكتسبها والتي تقدم فرص عديدة لتنمية وتطوير مفهوم الذات لدى الفرد ، وأن مفهوم الذات الإيجابي يدعم الثقة بالنفس لمواجهة المواقف بصورة إيجابية مما يساعد الفرد على التصرف بطريقة فعالة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية والشعور بالنجاح ، كما أن قدرة الفرد نحو قدراته الجسمية والبدنية تعتبر من الجوانب الهامة في شخصية الفرد وتؤثر إيجابياً على أداء الفرد وطريقة التفاعل مع الآخرين مما ينتج عنه الرضا والممارسة بصورة فعالة .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من محمد الشحات (1992) (10) عن وجود علاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ووجود فروق دالة بين لاعبي الهوكي مرتفعي ومنخفضي مفهوم الذات لصالح لاعبي ومفهوم الذات البدنية ، ودراسة وليد عبد المنعم محمد (1998) (19) وجود علاقة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات الجسمية وجميع اختبارات القدرة الحركية للاعبي المراكز الأولى ودراسة هشام صابر علي (1995) (18) وجود ارتباط دال بين أبعاد مفهوم الذات والمستوى الرقمي .

وبذلك يتحقق الفرض الذي ينص على توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين مفهوم الذات البدنية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .

2. مناقشة الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

يتضح من الجدول (10) الخاص بتحليل التباين بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بأن قيمة (ف) المحسوبة كانت (5.40) وهي أكبر من قيمة (ف) الجدولية (3.05) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين طلاب الصفوف الدراسية في مفهوم الذات البدنية ،

حيث يتضح من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي **L.S.D** بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الثالث في مفهوم الذات البدنية حيث تزيد قيمة الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (4.40) عن قيمة **L.S.D** عند مستوى (0.05) البالغة (4.14) وبالتالي يوجد فرق معنوي بين الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الثالث في مفهوم الذات البدنية لصالح الصف الدراسي الثالث ، كما تبين من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي **L.S.D** بين طلاب الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية حيث تزيد قيمة الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (6.77) عن قيمة **L.S.D** عند مستوى (0.05) البالغة (4.14) وبالتالي يوجد فرق معنوي بين الصف الدراسي الثاني والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية لصالح الصف الدراسي الرابع ، كما يتضح من الجدول (11) الخاص بالمقارنة المتعددة باستخدام أقل فرق معنوي **L.S.D** بين طلاب الصف الدراسي الثالث والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية حيث يقل الفرق المحسوب بين المتوسطين البالغ (2.37) عن قيمة **L.S.D** عند

مستوى (0.05) البالغة (4.14) وبالتالي لا يوجد فرق معنوي بين الصف الدراسي الثالث والصف الدراسي الرابع في مفهوم الذات البدنية .

وفي هذا الصدد يذكر محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان أن اختلاف في التكوين الجسماني يصحبه اختلاف في مفهوم الذات . (13: 607-608)

وأشار فليبس جي Philips (1990) أن الأشخاص الذين لديهم تصور إيجابي نحو أجسامهم يرون أنفسهم أكثر اجتماعية وألفة مع الآخرين وأكثر نكاه وقدرة على تحمل المسؤولية ذلك بعكس الأشخاص الذين لديهم تصور سلبي نحو أجسامهم . (21: 44)

كما أن التقدير المنخفض للذات قد يقلل فكرة الفرد عن نفسه بينما التقدير المرتفع للذات يعزز مفهوم الذات لدى الفرد. (20: 42)

ويعزي الباحث في ذلك إلى أن المفهوم الإيجابي والجيد الذي يمتلكه الفرد عن قدراته البدنية تعمل على تغيير مفهوم الذات البدنية بصورة إيجابية وأن وظيفة هذا المفهوم المكتسب الناتج من عالم الخبرة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية الذي يكونه الفرد عن ذاته في التعرف على قدراته البدنية بطريقة صحيحة تعمل على تعزيز المواقف بمثابة دافع في المشاركة والممارسة بصورة إيجابية أما المفهوم السلبي الذي يكونه الفرد عن قدرته البدنية يصاحبه تضارب وتصارع مع الذات وهذا قد ينتج عنه عدم الرضا مما يؤثر على مستوى طموح الفرد وينتج عنه الفشل والإحباط وقلة الممارسة والمشاركة بصورة إيجابية .

حيث يعتبر مفهوم الذات من المتغيرات النفسية الهامة في المجال الرياضي التي تلعب دوراً أساسياً في عملية الأداء وتحقيق أفضل النتائج كما تقدم الأنشطة الرياضية فرص عديدة لتنمية مفهوم الذات التي تعمل على تقوية الدوافع بالمشاركة الإيجابية والسعي في تحقيق مستوى متقدم أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية وتتفق هذه الدراسة مع دراسة مديحة محمد إسماعيل (1984)

(17) إلى وجود فروق بين الصفوف الدراسية في مفهوم الذات لصالح الصف الدراسي الثالث كما توصلت دراسة سالم حسن سالم (1985) (5) إلى وجود فروق لصالح متسابقى المستوى الأعلى ، كما توصلت دراسة محمد الشحات (1992) (10) إلى وجود فروق لصالح لاعبي المستوى المهاري المرتفع ، ودراسة هاشم صابر (1995) (18) وجود فروق في مفهوم الذات لصالح طلاب المستوى الرقمي العالي في ألعاب القوى .

وبالتالي يتحقق الفرض جزئياً - توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية لصالح طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) بكلية علوم التربية البدنية والرياضة - كما لا توجد فروق بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

3. مناقشة الفروق بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في اختبارات اللياقة الحركية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة .

يتضح من الجدول (12) 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 الحركية .

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 :

- 1-توجد علاقة ذات ارتباط معنوي بين مفهوم الذات البدنية ببعض نتائج اختبارات اللياقة الحركية لدى طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
- 2-توجد فروق داله إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية المختلفة في مفهوم الذات البدنية لصالح الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) بكلية علوم التربية البدنية والرياضة ، كما لا توجد فروق داله إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية الأعلى (الثالثة والرابعة) في مفهوم الذات البدنية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة
- 3-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 :

- 1-الاهتمام بالقياسات النفسية والبدنية وذلك لأهميتها بالارتقاء بالمستوى الرياضي .
- 2-الاعتماد على القياسات النفسية والبدنية عند قبول طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة .
- 3-وضع مستويات معيارية لطلاب الصفوف الدراسية في عناصر اللياقة الحركية وذلك لتقنين الأحمال التدريبية بالدروس العملية على حسب مستويات الطلاب وبما يتناسب مع قدراتهم .
- 4-إجراء برنامج للياقة البدنية والحركية في الجانب العملي وتطبيقه تحت متطلبات مادة اللياقة البدنية .
- 5-إجراء دراسات تتبعية بصفة دورية على عينات أخرى .

المراجع:

- 1-إبراهيم أحمد سلامة (2000): المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية ، منشأة المعارف الإسكندرية
- 2-أسامة كامل راتب(1995) : علم النفس - الرياضة المفاهيم التطبيقات ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 3-حامد عبد السلام زهران(1985) : التوجيه والإرشاد النفسي ، ط2 ، عالم الكتاب ، القاهرة .
- 4-زينب السيد علي(1983) : تقويم بعض مهارات الجمباز لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات

- بالإسكندرية ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية
بالإسكندرية ، جامعة حلوان .
- 5- سالم حسن سالم (1985) : مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية والمستوى الرقمي لدى متسابقى
الميدان والمضمار رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة حلوان كلية التربية
الرياضية للبنين بالهرم ، القاهرة .
- 6- عبد العال عباس وآخرون (1992) : التدريب الرياضي في المجال الرياضي، دار الجماهيرية للنشر ،
الطبعة الأولى.
- 7- قاسم حسن حسين (1981) : الأسس النظرية والعلمية في فعالية ألعاب الساحة والميدان للمراحل الثانية
بكليات التربية الرياضية ، الموصل.
- 8- كمال عبد الحميد إسماعيل (1997): اللياقة البدنية ومكوناتها، الطبعة الثانية دار الفكر ، القاهرة العربي.
محمد صبحي حسانين
- 9- محمد إبراهيم شحاتة (1995): دليل القياسات الجسمية والاختبار في الأداء الحركي، منشأة المعارف ،
محمد جابر بريقع بالإسكندرية.
- 10- محمد الشحات (1992): العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهاري لاعبي
الهوكي رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين جامعة
الزقازيق.
- 11- محمد حسن علاوي (1987) : علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط6، القاهرة، 1987.
- 12- محمد حسن علاوي (1991): علم النفس الرياضي ، ط7 ، دار المعارف ، القاهرة ، 1991 .
- 13- محمد حسن علاوي: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي القاهرة
محمد نصر الدين رضوان
- 14- محمد حسن علاوي (1998) : موسوعة الاختبارات والمهارات النفسية للرياضيين الطبعة الأولى ،
مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 15- محمد صبحي حسانين (1987) : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، ط2 ، دار الفكر
العربي ، القاهرة .
- 16- محمد صبحي حسانين (1996): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الثاني، دار الفكر
العربي الطبعة الثالثة، 1996.
- 17- مديحة محمد إسماعيل (1984): مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الأداء في مادة مسابقات الميدان
والمضمار لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، بحث منشور، بحث
لمؤتمر الرياضة للجميع.
- 18- هشام صابر علي (1995): مفهوم الذات والتوافق النفسي وعلاقته بالمستوى الرقمي لبعض مسابقات
ألعاب القوى لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق رسالة دكتوراه
غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق
- 19- وليد عبد المنعم محمد (1998): العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية لدى لاعبي الكاراتيه
بجمهورية مصر العربية رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين
بالقاهرة جامعة حلوان .

20-Kirk,p : Relationships between Motor Ability and Self Concept of Fifth – Grade Boys , D.A.I, 1987, Vol, 42, no3 .

21-Philips, G.L ; the effect of the crowd, coaches and team members on the self concept

بيوميكانيكية التصويبة الحرة المباشرة بوجه القدم
وعلاقتها بقوة ودقة التصويب لحظة التصادم

* د. عبدالمنعم يوسف زريبه

** د. محمد جمعة كريمة

*** أ . علي رمضان الصويحي

مقدمة البحث :-

إن الهدف الأساسي في أغلب العلوم المرتبطة بالحركة هو العمل على تحسين الأداء والارتقاء بمستوى الإنجاز للوصول إلى المستويات العالية ، بالرغم مما يتميز به دراسة الأداء من صعوبات نابعة من تعقد المتغيرات وتركيب العوامل المؤثرة على دراسته .

فيذكر جمال علاء الدين (1980) أن الأداء من وجهة النظر البيوميكانيكية عبارة عن نظام ديناميكي معقد ، متعدد التراكيب للأفعال الحركية القائمة على الاستخدام الأمثل للإمكانات الحركية والموجهة نحو الهدف خلال النشاط المحدد لبلوغ المستويات العالية . (5 : 8)

ويضيف جمال علاء الدين (1989) أن إتقان وتحسين الأداء المهاري يتعلق بمدى صحة تفصيلات الحركة الجزئية وكيفية إتحادها ، فضلا عن تعلقه ببنية منظومة الحركات ، وأثناء تأدية الحركات يقوم الفرد بتوجيهها والتحكم فيها ، ولذلك فمن المهم فهم – ليس فقط – كيفية بناء منظومة الحركات في الأداء المهاري ، بل أيضا كيفية قيام الفرد بتوجيهها والتحكم فيها ، وعليه يمكن القول أن حركات مختلف أجزاء الجسم تنظم وتتوحد في منظومة كلية موجهة للحركات ، لتكون أداءات أو سلوكيات حركية متكاملة ومكتملة . (6 : 3)

ويشير BARHOM (1988) أن تقييم الأداء الحركي يتم من خلال ثلاثة أبعاد رئيسية هي ، البعد السيكلولوجي ، البعد الفسيولوجي ، البعد البيوميكانيكي ، وهذا الأخير يعتبر من أهم أبعاد التقييم ، ويتبلور هذا البعد في المنهج الواضح للتحليل البيوميكانيكي المتميز بالموضوعية في التقييم لاعتماده على أساليب موضوعية من قياس للمسافات والأزمنة والقوى المؤثرة في شكل رقمي ، مما يرفع من موضوعيتها وصدقها في التقييم . (20 : 3)

ويرى DILLMAN (1985) أن التحليل البيوميكانيكي يؤدي الى الحصول على تقدير كمي دقيق للمتغيرات الميكانيكية ، عن طريق رقم يدل على مقدار ما يمتلكه اللاعب من هذا المتغير وبالتالي توظيف تلك المتغيرات لتقييم الأداء المهاري . (22 : 97)

ويذكر WELLES (1986) أن التحليل البيوميكانيكي يتيح لنا الفرصة للدراسة المتأنية للخصائص الميكانيكية ، أو ما يترتب عليها من حكم موضوعي على مستوى إتقان أدائها وبالتالي تحسين التكنيك الرياضي وفقا لأحدث النظريات العلمية . (26 : 25)

مشكلة البحث وأهميته :-

يشكل الارتقاء بمستوى الأداء المهارى هاجس المهتمين بمجال تعليم وتدريب كرة القدم ، ومن ثم إلى اختلاف وجهات النظر حول أساليب تقييم ذلك المستوى من الأداء المهارى ، فنجد أن كثير منهم فى الدول المتقدمة تدور أبحاثهم ودراساتهم حول توصيف وتحليل تفاصيل المهارات المتعددة لكرة القدم ،

كلية علوم التربية البدنية والرياضة . جامعة الفاتح

ويرى الباحثون أن مهارة التصويب تمثل أهمية كبرى بين مهارات كرة القدم ، لأنها تتم بعدة أساليب وبطرق مختلفة ، وتمثل النهاية الحركية لجميع المهارات الأخرى وتتويجا لها ، فبالتالى كان من الضروري حسن استغلالها وذلك من خلال الارتقاء بمستوى أدائها ودراسة المتغيرات التى تحكمها وتؤثر فيها وخاصة متغيري القوة والدقة .

وذلك يتفق مع ما ذكره حسام الدين سليمان (2001) فى أنه يجب الاهتمام التدريبي بكل المتغيرات المنفذة لمهارة التصويب ، باعتبار أن هذه المتغيرات هي التى تحدد فى النهاية المسار الحركي لكل متغيرات الكرة ، وكذلك المسار الحركي لكل متغيرات جسم اللاعب والتي لا بد وأن يكون لها تأثير إيجابي وفعال على سرعة ودقة التصويب ، الذي يعتمد على مجموعة من المقومات البيوميكانيكية المنفذة للأداء ، لأن تلك المقومات مرهونة فى نهايتها بنجاح العمل البيوميكانيكي أو أعمال مجموعة الصفات البدنية المشتركة فى الأداء الحركي . (7 : 178)

ويؤكد PEKA LUTHANEN (2002) على أنه يمكن استخدام النواحي الفنية للبيوميكانيك فى كرة القدم بصفة خاصة للتعرف على الخصائص الميكانيكية للمهارات ، والحصول على مفاهيم ميكانيكية فعالة ترتبط بنجاح الأداء الحركي ، وبدون شك فإن التصويبات هي المهارة الأكثر استخداما واتساعا فى مهارات كرة القدم . (26 : 14)

مما سبق ومن خلال خبرة الباحثين واهتمامهم بمجال تخصصهم شد انتباههم الانخفاض الواضح فى مستوى الإنجاز للتصويبات الحرة المباشرة بوجه القدم ، وافتقادها لمجموعة المقومات البيوميكانيكية المنفذة للأداء ، مما دعاهم لضرورة تناول هذه الدراسة باستخدام الأسلوب العلمي الأمثل محاولين فى ذلك الكشف عن شبكة العلاقات الإرتباطية لتلك المهارة لحظة التصادم باعتبارها اللحظة الزمنية الحاسمة فى تحديد وتوجيه الأداة الى الهدف الميكانيكي المطلوب للحصول على النتيجة الإيجابية والفعالة.

هدف البحث :-

دراسة العلاقات الإرتباطية المتبادلة بين بعض المتغيرات البيوميكانيكية للتصويبة الحرة المباشرة بوجه القدم وقوة ودقة التصويب لحظة التصادم .

تساؤل البحث :-

ماهى العلاقات الإرتباطية المتبادلة بين المتغيرات البيوميكانيكية للتصويبة الحرة المباشرة بوجه القدم وقوة ودقة التصويب لحظة التصادم ؟

مصطلحات البحث :-

البيوميكانيك :- هي تطبيق القوانين على سير الحركات الرياضية تحت شروط بيولوجية معينة" تشرحية ،

فسيولوجية ، نفسية " لأجهزة جسم الإنسان (14 : 7)

المتغيرات الميكانيكية :- هي البيانات الوصفية والرقمية للمسافة والسرعة والزمن . (14 : 6)
التحليل البيوميكانيكي :- هو تقدير كمي دقيق للمتغيرات الميكانيكية عن طريق رقم يدل على مقدار ما تملكه اللاعب من هذا المتغير (2 : 3)

المسار الحركي :- هو الخط المتصل الذي ترسمه أي نقطة من نقاط الجسم أثناء حركته (11 : 189)
منظومة الحركات :- هي عبارة عن وحدة كلية تتحدد وتترابط فيها - وفق قواعد معينة وترتيب محدد - المكونات أو الأجزاء مختلفة الجنس والمؤلفة لها وتتبادل التأثيرات فيما بينها . (6 : 4)
التصويبات الحرة :- هي الركلات التي يمكن تسجيل هدف منها مباشرة في مرمى الفريق المنافس (14 : 7)
قوة التصويب :- هي القوة اللحظية التي تعمل على انتقال الكرة من مكان ما إلى المرمى . (14 : 8)
دقة التصويب :- هي ركل الكرة بقوة واتجاه مناسبين وفي مكان محدد لتحقيق الهدف منها . (14 : 8)

المتطلبات البيوميكانيكية للتصويب :-

يرى مفتى إبراهيم (1984) أن التصويب على المرمى بمختلف مواقفه يعد واحدا من أهم أجزاء اللعب الهجومي ، بل يعتبر من أهم أساسيات لعبة كرة القدم على الإطلاق (19 : 64)
ويذكر أحمد كمال (2001) أنه من أساليب التصويب في كرة القدم أسلوب التصويب بباطن القدم ، ووجه القدم الخارجي ، ووجه القدم الامامي الداخلي ، ووجه القدم (1 : 5)

ويشير حنفي مختار (1980) أنه يجب أن يكون مفصل قدم اللاعب ثابتا عند ركل الكرة ، وذلك لدقة الركل ولنقل القوة المولدة من الجسم الى الكرة ، مما يساعد في قوة ركل الكرة وأيضا تجنب إصابة مفصل القدم (9 : 80)

ويضيف miller (1985) أنه يجب أن يراعى عاملين هامين عند التصويب ، هما الدقة والقوة وتأتي القوة أكثر أهمية عند التصويب من مسافة 16متر (24 : 71)

ويرى حنفي مختار ، مفتى إبراهيم (1989) أن الدقة والقوة عنصران أساسيان ومطلوبان لعملية التصويب ، وعلى اللاعب أن يوازى بين نسبة كل منهما في التصويب وخاصة في الضربات الحرة (10 : 2)

إلا أن طه إسماعيل (1990) يرى أن التصويب يجب أن يركز فيه على الدقة أولا لتنشيط الأداء الفني الصحيح ثم يتدرج في زيادة القوة والسرعة إلى أن يصل بأداء اللاعب للتصويب بالقوة والدقة معا ، وعلى اللاعب أن يوازن بين نسبة الدقة والقوة في التصويب طبقا للموقف الذي يتواجد فيه ، فمثلا التصويب من مسافات بعيدة يحتاج للقوة أكثر من الدقة ، أما التصويب من مسافات قريبة فإن الدقة فيه تلعب الدور الهام والأساسي (13 : 17)

ويتفق ذلك مع ما ذكره طلحة حسام الدين (1994) من أن الدقة تعتبر من الخصائص الهامة للأداء المهارى المتميز ، فقد يؤدي اللاعب التصويب في كرة القدم بمستوى عال من التوافق والانسيابية ولكنه يخفق في تحقيق الهدف الأساسي وهو احتساب هدف ، وأن الإحساس بالمسافة والتوقيت ومقدار القوة المطلوبة والقدرة على التحكم في العمل العضلي والسيطرة عليه من المتغيرات التي تؤثر في دقة الأداء . (12 : 11)

ويضيف قاسم حسن ، إيمان شاکر (1998) أن عنصر الدقة مهم لنجاح الحركة وهو من أهم متطلبات التصويب وخاصة في الألعاب التي تتطلب وتحتاج كفاءة عالية في عمل الجهازين العضلي والعصبي ، وذلك بالسيطرة على العضلات العاملة والموجهة نحو الهدف ، مع أهمية أن تكون الإشارات الواردة الى العضلات محكمة التوجيه وأن أي خلل يؤثر في دقة الأداء ، ولابد أن تتضمن الدقة عاملين أساسيين وهما الإحساس بالمكان والإحساس بالزمن وأن أي خلل في هذين العاملين يغير من مسار الأداة وبالتالي يؤثر على النتيجة المطلوبة للأداء . (16 : 186)

ويضيفان أن الدقة والسرعة لهما علاقة ارتباط لكنهما عكسية ، فزيادة السرعة في التصويب الى الهدف وبزاوية محددة يضعف من الدقة في التصويب بالزاوية المطلوبة ، كما أن للمسافة " الفراغ " وكذلك الاتجاه علاقة بالدقة أيضا ، حيث تؤثر المسافة البعيدة على نسبة الدقة في إصابة الهدف عنه من مسافة قريبة (16 : 187)

ويشير عبدالمنعم يوسف (2005) أن الدقة ماهي إلا نتيجة نهائية للهدف الحركي ، وأن دقة الإصابة تتطلب وجود درجة عالية من دقة المسار الحركي . (14 : 27)
ويذكر بطرس رزق الله وعبد أبو العلا (1974) أنه ومن خلال قانون الدفع وعند ضرب الكرة يتضح أن زيادة قوة الرجل الضاربة تؤدي إلى زيادة التغير في كمية حركة الكرة وبالتالي سرعتها ، بمعنى أن القوة عنصر مؤثر في السرعة . (3 : 154)

ويؤكد ذلك عبد المنعم يوسف (2008) بأنه وفي لحظة اصطدام القدم الضاربة بالكرة يجب أن يتم ذلك بتوليد أقصى قوة ممكنة للرجل الراكلة بتسلسل حركي متتابع ومنظم بداية من مفصل الحوض ثم الركبة فمفصل القدم ، وذلك لكي تكتسب الكرة أكبر سرعة ممكنة لحظة انطلاقها نحو الهدف بمجرد أن تترك الأرض وتصبح في حالة الطيران " كسر الاتصال بالأرض " تحقيقا للمبدأ الميكانيكي الذي يقول أن السرعة مؤشر ظاهري للقوة . (6 : 15)

ويرى الباحثون من خلال ما تم سرده أهمية مهارة التصويب على المرمى وخاصة من الكرات الثابتة ، وأنها تمثل العامل الأساسي في تحديد نتيجة المباراة لمن يجيد تنفيذها بالطرق والأساليب الميكانيكية السابقة ، وأن عاملي القوة والدقة هما في مقدمة أسباب وعوامل نجاح وفاعلية تلك المهارة ، واللاعب المتمكن هو الذي يستطيع أن يوازي بأعلى نسبة بين تلك الأسباب و العوامل بطريقة إيجابية وفعالة .

الدراسات السابقة :-

1- دراسة جمال علاء الدين (1979) (5)

قام جمال علاء الدين بدراسة عنوانها " دراسة بعض المؤشرات الكينماتيكية للضربة في كرة القدم - ضرب الكرة الثابتة بالجزء الأوسط من وجه القدم " وتهدف الى كشف العلاقات الداخلية بين بعض المتغيرات الكينماتيكية للضربة في كرة القدم ، وقد أستخدم الباحث المنهج ا لوصفي باستخدام التصوير السينمائي وكذلك القياس الرقمي للأزمنة متناهية الصغر، وأختار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد 11 لاعبا من لاعبي كرة القدم من بين طلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية وكان من أهم نتائجها - وجود علاقة ارتباطية عكسية بين مقدار الإزاحة الزاوية لساق الرجل الضاربة خلال فترة اصطدام قدمها بالكرة وبين سرعة انطلاق الكرة .

- زيادة مسافة التأثير المتبادل للأجسام المتصادمة " القدم الضاربة ، الكرة " .

2- دراسة حسن أبو عبده (1981) (8)

أجرى حسن أبو عبده دراسة بعنوان " التحليل الكينماتيكي والكيناتيكي للتصويب بوجه القدم في كرة القدم " وكانت تهدف إلى التعرف على الخصائص الكينماتيكية والكيناتيكية للتصويب بوجه القدم وقد أتبع الباحث المنهج الوصفي باستخدام التصوير السينمائي والتحليل البيوميكانيكي ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعينة قوامها 30 لاعبا بجامعة إنديانا ، وكان من أهم نتائجها وضع نموذج للأداء الفني عند التصويب بوجه القدم في كرة القدم وفقا للخصائص الكينماتيكية والكيناتيكية .

3- دراسة أوبافسكى opavsky (1990) (25)

وكان عنوانها " وضع مؤشرات لتحديد الأسلوب الأمثل للتصويب في كرة القدم " ويهدف منها الى تحديد التكنيك الأمثل للتصويب في كرة القدم والذي يمكن أن يستخدم كنموذج في تعليم المبتدئين طبقا للصفات المدروسة ، واشتملت عينة البحث على 6 لاعبين تم اختيارهم بالطريقة العمدية وممن يجيدون التصويب على المرمى ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي والتصوير السينمائي في تحليل المهارة قيد البحث ، وكانت أهم النتائج :-

- وضع نموذج لما يجب مراعاته عند التصويب في كرة القدم .
- الزيادة في جميع قيم الصفات والمتغيرات البيوميكانيكية المختارة .

4- دراسة ليفانون ، أبينا levanon , apena (1998) (23)

وكان عنوان هذه الدراسة " مقارنة كينماتيكية بين الركل بمشط القدم والتمرير في كرة القدم " وكانت تهدف هذه الدراسة الى الحصول على فهم أفضل لميكانيكية التمرير بباطن القدم ومقارنة ذلك بحركات ركلة مشط القدم ، وذلك باستخدام طريقة الحركات العكسية لتكنيكات التصوير السينمائي ثلاثي الأبعاد ، وكانت أهم النتائج عند التصادم أن عظمة الفخذ المسطحة والحوض تتجه باتجاه اليمين في ركلة التمرير ، وعظمة القدم المسطحة تتجه للخارج أكثر بالنسبة لعظمة الفخذ المسطحة ، كما أن هناك امتداد للركبة في الركل بمشط القدم بنسبة 86 % مقابل 67% لركلة التمرير .

5- دراسة محمد عبد الحميد حسن (2002) (17)

قام محمد عبد الحميد حسن بدراسة عنوانها " توجيه بعض المؤشرات البيوميكانيكية لتحسين أداء الركلة الحرة المباشرة في كرة القدم " وذلك بهدف التعرف على أهم المؤشرات البيوميكانيكية الخاصة بأداء الركلة الحرة المباشرة وقد استخدم المنهج الوصفي لعينة اختيرت بالطريقة العمدية من لاعبي القسم الأول الممتاز ولتحليل الأداء حركيا استخدم آلة تصوير فيديو وجهاز حاسب الى ، وكانت أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المحاولات الناجحة والفاشلة في النقاط التشريحية المختارة لصالح المحاولات الناجحة ، كذلك أمكن التوصل الى تحديد مجموعة المؤشرات البيوميكانيكية المساهمة في دقة التصويب خلال بعض اللحظات الزمنية المختارة .

6 - دراسة عبدالمنعم يوسف زريبه (2005) (14)

أجرى عبدالمنعم يوسف دراسة بعنوان " المعالجة البيوميكانيكية لطريقة أداء مهارة التصويب بالركلة الحرة المباشرة من خارج منطقة الجزاء وعلاقتها بفاعلية أداء لاعبي كرة القدم " وكان من أهداف تلك الدراسة التعرف على الخصائص البيوميكانيكية لطريقة أداء المهارة قيد الدراسة ، وكذلك معرفة خصائص المقذوف " الكرة " ،

وأيضاً التعرف على العلاقة بين المهارة المدروسة وفاعلية الأداء ، وأستخدم الباحث في ذلك المنهج الوصفي معتمداً على التحليل الحركي للاعب واحد اختير عمدياً لإجادته تلك المهارة وأعطيت له ثلاثة محاولات ، وكانت أهم النتائج تشير إلى :-

- أهمية مرحلة الاقتراب لتجميع القوى والسرعة المطلوبة لتفعيل الأداء .
- تقارب منحنيات مركز الجسم مع منحنيات باقي المتغيرات مما يدل على أتران اللاعب .
- أهمية سرعة النقل الحركي من الفخذ إلى الركبة إلى راس القدم .
- تحقق مبدأ الانسيابية لنقاط الجسم خلال المراحل الحركية المختلفة .

إجراءات البحث :-

منهج البحث :- أستخدم الباحثون المنهج الوصفي وذلك لملاءمته وطبيعته هذا البحث معتمداً على أسلوب التحليل الحركي بأدواته وإجراءاته.

مجتمع وعينة البحث :-

اشتملت عينة البحث البشرية على لاعب واحد من لاعبي أندية الدرجة الأولى للدوري الليبي لكرة القدم للموسم الرياضي 2009/2008 ، وتم اختياره بالطريقة العمدية لإجادته أداء مهارة التصويبة الحرة المباشرة بوجه القدم ، فيما اشتملت العينة التحليلية للبحث على محاولة واحدة فقط وفق ما سيرد إيضاحه في الدراسة الأساسية .

أدوات جمع البيانات :-

آلتي تصوير 8 مللي ذات تردد (25 صورة /ث)

أجهزة وأدوات التحليل الحركي

ملعب كرة قدم به مرمى قانوني

حائط صد دفاعي

خمسة كور قدم

الدراسة الاستطلاعية :-

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية بعد إتخاذ الإجراءات اللازمة وذلك يوم الخميس الموافق 2009/3/5 الساعة 4 عصراً وذلك بملعب كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، وكان الهدف من هذه الدراسة :-

- التأكد من صلاحية المكان الذي سيتم فيه إجراء التجربة الأساسية .
- تحديد مكان وضع وصلاحية آلتى التصوير .
- تحديد مجال الحركة داخل مجال آلتى التصوير .
- التأكد من مناسبة توقيت التصوير مع درجة الإضاءة المطلوبة .
- تحديد مكان وضع الكرة وحائط الصد .
- تدريب المساعدين على الخطوات الإجرائية للدراسة الأساسية .

الدراسة الأساسية :-

تم إجراء الدراسة الأساسية في نفس مكان الدراسة الاستطلاعية وفي نفس التوقيت الزمني وذلك يوم الأحد الموافق 2009/3/8 وبعد أن تم وضع التى التصوير في المكان المحدد لهما واحدة خلف اللاعب وعلى بعد 5 م

وارتفاع 95 سم والأخرى على الجانب الأيمن للاعب وعلى بعد 7 م وارتفاع 95 سم ، تم عمل تزامن بين الألتين . بعد ذلك قام اللاعب عينة البحث وبعد إجراء الإجماع اللازم بأداء 5 تصويبات حرة مباشرة على المرمى بوجه القدم اليمنى من المسافة المحددة 18م وفي وجود حائط دفاعي للصد ، وقد روعي جدية وقانونية الأداء وأخذ كذلك فى الاعتبار فترات الراحة البيئية للاعب لكي يستعيد نشاطه بعد كل محاولة بعد ذلك وبعد الانتهاء من الدراسة الأساسية بدأت عملية استخراج النتائج المطلوبة من خلال عرض المحاولات الخمسة التي تم تصويرها ، فتم ترشيح وأختيار أفضل محاولة من بين المحاولات الخمسة لصلاحيتها الفنية والميكانيكية ، وقد قام الباحثون بإخضاع تلك المحاولة للمعالجات الميكانيكية والإحصائية اللازمة لاستخراج النتائج وذلك بواسطة برنامج خاص للحاسب الآلي **win analysis program** كما تم تحديد المتغيرات البيوميكانيكية لنقاط الجسم التشريحية المطلوبة للدراسة والتحليل من قبل الباحثون وهى :-

- النقطة التشريحية للحوض الأيمن
- النقطة التشريحية للركبة اليمنى
- النقطة التشريحية للقدم اليمنى
- النقطة التشريحية لمركز الثقل العام

المعالجة الإحصائية :-

1- المعادلات الميكانيكية للسرعة والإزاحة

2 - معامل الارتباط البسيط " بيرسون "

عرض ومناقشة النتائج :-

جدول (1) يوضح دلالات الارتباط بين المتغيرات البيوميكانيكية

قيد البحث وقوة التصويب الحرة المباشرة بوجه القدم لحظة التصادم

| قوة | | | | العنصر |
|-------------|-------------|------------|------------|------------------|
| إزاحة رأسية | إزاحة أفقية | سرعة رأسية | سرعة أفقية | النقاط التشريحية |
| 0.614 | 0.455 | - 0.112 | * 0.731 | حوض أيمن |
| 0.579 | 0.138 | - 0.039 | * 0.813 | ركبة اليمنى |
| - 0.201 | - 0.007 | - 0.288 | * 0.910 | قدم اليمنى |
| * 0.654 | 0.472 | * 0.756 | 0.629 | مركز الثقل العام |

يتضح من الجدول (1) والخاص بدلالة الارتباط بين المتغيرات البيوميكانيكية للنقاط التشريحية الخاضعة للدراسة وقوة التصويب بوجه القدم لحظة اصطدام القدم الراكلة بالكرة والخاصة بالسرعات والإزاحات الأفقية والرأسية ، حيث أظهرت قراءة نتائج الجدول أنه توجد علاقات ارتباطية بين المتغيرات البيوميكانيكية المختاره - النقطة التشريحية اليمنى للحوض ، النقطة التشريحية للركبة اليمنى ، النقطة التشريحية للقدم اليمنى ، مركز الثقل العام " بعضها دال والبعض الآخر غير دال وبعضها سلبي عكسي والبعض الآخر إيجابي طردي . وبلغ عدد معاملات الارتباط الموجبة 11 معامل ارتباط موجب منها 5 معاملات ذات دلالة إحصائية وهى بين كل من السرعة الأفقية للحوض الأيمن ، والسرعة الأفقية للركبة اليمنى ، والسرعة الأفقية للقدم اليمنى ، والسرعة الرأسية لمركز الثقل العام ، والإزاحة الرأسية لمركز الثقل العام ، وأن أعلى معامل ارتباط موجب دال 0.910 وهو بين

السرعة الأفقية للقدم اليمنى وقوة التصويب وهو ارتباط طردي أي أنه كلما زادت السرعة الأفقية للقدم زادت معها قوة التصويب ، ويأتي بعدها السرعة الأفقية للركبة اليمنى 0.813 والقوة ، ثم السرعة الأفقية للحوض الأيمن 0.731 والقوة . وهذا ما يفسر التسلسل الحركي المتوافق والمتتابع لإنتاج القوة للنقاط التشريحية السابقة وعلاقته بالسرعة الأفقية اللازمة والمطلوبة للأداء ، حيث أن هذا الطرف يعتبر سلسلة حركية مفتوحة ذات وصلات تبدأ بالحوض وتنتهي بالقدم وأن آخر حلقة في هذه السلسلة " مفصل القدم" تكون هي الأكثر قوة لحظة التصادم نتيجة لنقل السرعات الى الأجزاء الأكثر حرية في الحركة " القدم" ، ذلك ما يؤكد الباحثون من أن السرعات تتزايد في الوصلات الأصغر حجماً عنها في الوصلات الأكبر حجماً . وهذا يتفق مع ما ذكره محمد الشيخ (1986) (18) من أن أول قاعدة للسلسلة الحركية المفتوحة هي أن حركة الجزء المثبت " الحوض" يترتب عليها حركة مصاحبة للأجزاء البعيدة ويكون للجزء النهائي فيها " القدم" أكبر قدر من التحرك كما هو الحال في عملية التصويب .

كما بلغ عدد معاملات الارتباط السالبة مع القوة 5 معاملات ، وبلغ أعلى معامل ارتباط سالب -0.288 وكان بين السرعة الرأسية للقدم اليمنى والقوة ، وهو ارتباط عكسي قوى أي أنه كلما زادت السرعة الرأسية للقدم اليمنى - وهي غير مطلوبة هنا- قلت قوة التصويب ، لأن تزايد السرعة الرأسية ينتج عنه تناقص في السرعة الأفقية وذلك ما يتناقض مع الهدف الميكانيكي الأساسي لهذه المهارة وهو تحقيق أكبر مسافة أفقية عن طريق أكبر سرعة أفقية .

جدول (2) يوضح دلالات الارتباط بين المتغيرات البيوميكانيكية قيد البحث ودقة

التصويبة الحرة المباشرة بوجه القدم لحظة التصادم

| الدقة | | | | العنصر |
|-------------|-------------|------------|------------|------------------|
| إزاحة رأسية | إزاحة أفقية | سرعة رأسية | سرعة أفقية | النقاط التشريحية |
| *0.681 | 0.217 | - 0.113 | 0.208 | حوض أيمن |
| *0.717 | *-0.683 | *- 0.671 | 0.218 | ركبة اليمنى |
| *- 0.786 | * 0.768 | * 0.772 | -0.372 | قدم اليمنى |
| 0.624 | *0.754 | - 0.025 | - 0.390 | مركز الثقل العام |

يتضح من خلال قراءة نتائج جدول (2) والخاص بدلالة الارتباط بين المتغيرات البيوميكانيكية قيد الدراسة ودقة التصويب بوجه القدم لحظة تصادم القدم الراكلة مع الكرة أن معاملات الارتباط الموجبة قد بلغت 9 معاملات ذات ارتباط موجب 5 منها ذات دلالة إحصائية وهي لكل من السرعة الرأسية للقدم اليمنى ، والإزاحة الأفقية للقدم اليمنى ، والإزاحة الأفقية لمركز الثقل العام ، والإزاحة الرأسية لكل من الحوض الأيمن والركبة اليمنى ، وكان أعلى معامل ارتباط موجب 0.772 بين السرعة الرأسية للقدم اليمنى والدقة ، وهو ارتباط طردي قوى يدل على أنه كلما قلت السرعة الرأسية للقدم اليمنى " الراكلة " أدى ذلك الى انثناء الركبة اليمنى يتبعه رفع القدم لأعلى فيتجه مشطها لأسفل كي تصل الى زاوية تكون قريبة من القائمة مع سطح الأرض ، وتتم هذه

الحركة بسرعة لحظية عالية ناتجة عن توليد مقدار كبير من القوة لحظة تصادم القدم مع الكرة ، وهذا يتفق مع ما توصل إليه جمال علاء الدين (1979) (4) من أنه توجد درجة انثناء أكبر في مفصل ركبة الرجل الراكلة لحظة ملامسة قدمها للكرة .

كما بلغ عدد معاملات الارتباط السالبة ذات الدلالة 3 معاملات أعلاها قيمة معامل الارتباط بين الإزاحة الرأسية للقدم اليمنى ودقة التصويب -0.786 ذلك ما يفسر تناقص الإزاحة الرأسية للقدم اليمنى لحظة التصادم وذلك بهدف تعديل وضع مشط القدم على الكرة حتى تتحرر وتنطلق بالقوة المطلوبة والدقة المناسبة ، حيث أنه كلما قلت الإزاحة الرأسية زادت الدقة في ارتباط عكسي قوى ، ذلك ما يؤكد clayen (1995) (21) بأنه ومن أجل الحصول على دقة أكثر في التصويب فإن مساحة التصادم بوجه القدم تكون أكبر منها في أي جزء آخر من أجزاء القدم .

أما بالنسبة لمتغير مركز الثقل فقد كان في أعلى قيمة ارتباطية له مع السرعة الرأسية للقوة 0.756 وهذا ما يفسر أنه كلما زادت السرعة الرأسية أزداد معها مؤشر مركز الثقل العام ونرى كذلك في القوة أن النقطة التشريحية للقدم اليمنى وصلت إلى سرعتها الأفقية القصوى لحظة وصول مركز ثقل الجسم إلى سرعته القصوى أيضا وذلك يتفق مع أحد المبادئ الميكانيكية الأساسية وهو مبدأ التوافق الزمني للدفع .

أما أعلى ارتباط سالب لمركز الثقل فكان مع السرعة الأفقية للدقة -0.390 ويعزى ذلك إلى أنه كلما تناقصت السرعة الأفقية زادت الدقة في الأداء .

مما سبق ومن خلال ما تم عرضه يشير الباحثون الى أن معظم القيم البيوميكانيكية للمتغيرات قيد الدراسة متماثلة فيما بينها في المسار الحركي لحظة التصادم ، وأن نقاط هذه القيم تكاد تعمل في خط عمل رأسي واحد وشبه عمودي على الكرة لحظة التصادم ، ذلك لأن جميع وصلات الطرف السفلى للجسم تكون على امتدادها تقريبا وفي خط مستقيم لحظة الركل .

الاستنتاجات والتوصيات :-

1- الاستنتاجات :- في ضوء عينة البحث وما أسفرت عنه من نتائج يمكن التوصل إلى مايلي :-

- الارتباط القوى بين السرعة الأفقية للقدم اليمنى وقوة التصويب .
- الارتباط السلبي بين السرعة الرأسية للقدم اليمنى وقوة التصويب .
- تزداد الدقة في الأداء كلما قلت السرعة الرأسية .
- القيم البيوميكانيكية للنقاط التشريحية الخاضعة للدراسة تكاد تعمل في خط عمل رأسي واحد لحظة التصادم مما كان سببا في قوة ودقة التصويب .

2- التوصيات :- بناء على ما أسفرت عنه نتائج البحث وفي حدود عينته يوصى الباحثون بما يلي :-

- الاسترشاد بالعلاقات والمعالجات التي توصل إليها الباحث .
- أهمية الموازنة بين السرعة الأفقية والقوة والدقة .
- الاهتمام بعوامل القوة والدقة في عملية التدريب لارتباطهما الوثيق بالتصويب وتأثيرهما الفعال على مستوى الإنجاز .

- ضرورة تعليم مهارة التصويب بوجه القدم فى مرحلة مبكرة وبصورة مكثفة .
- إجراء دراسات مشابهة على باقى المتغيرات للمهارة قيد البحث .

المراجع :-

- 1- أحمد كمال(2001) : " التحليل الكمي والكيفي لطريقة أداء مهارة ركل الكرة بوجه القدم الداخلي للتصويب من الضربات الحرة المباشرة فى ثلث الملعب الهجومي فى كرة القدم " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا 2001 .
- 2- أميمة إبراهيم العجمي(2004) :- " بناء نظام تقويمي باستخدام المنحنى الخصائصى الأنسب لديناميكية التصويب الثلاثي من الوثب فى كرة السلة " ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية ، العدد 52 .
- 3- بطرس رزق الله (1974):- الجديد فى تدريب كرة القدم ، دار المعارف ، القاهرة عبده أبو العلاء
- 4-جمال علاء الدين(1979) :-" دراسة بعض المؤشرات الكينماتيكية للضربة فى كرة القدم - ضرب الكرة الثابتة بالجزء الأوسط من وجه القدم -إنتاج علمي ، مجلد دراسات وبحوث ، جامعة حلوان ،
- 5 - ----- (1980) :- دراسات معملية فى بيوميكانيكا الحركات الرياضية ، دار المعارف ، القاهرة.
- 6 - ----- (1989):- منظومات الحركات ونظم توجيهها والتحكم فيها ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد السادس ، الإسكندرية .
- 7- حسام الدين أحمد سليمان(2001) :- " دراسة بعض المتغيرات البيوميكانيكية للضرب الساحق من المنطقة الخلفية وعلاقتها بالدقة " موسوعة بحوث التربية البدنية فى القرن العشرين ، الجزء الرابع .
- 8- حسن السيد أبو عبده(1981) :- التحليل الكينماتيكي والكيناتيكي للتصويب بوجه القدم فى كرة القدم ، إنتاج علمي ، الولايات المتحدة الأمريكية ،
- 9- حنفي مختار(1980) : - الأسس العلمية فى تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 10- حنفي مختار(1989):- الإعداد البدني فى كرة القدم ، دار زهران للطباعة والنشر ، القاهرة مفتى إبراهيم
- 11- س . تارج (1976):- الميكانيكا النظرية ، ترجمة أحمد عمر الفرماوى، دار جبر للطباعة والنشر ، القاهرة
- 12- طلحة حسام الدين(1994) :- الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة

13- طه محمود إسماعيل (1990) :- " برنامج تدريبي مقترح للجوانب الفنية والخططية للتصويب من خلال تحليل بعض المباريات المحلية والدولية فى كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا

14- عبد المنعم يوسف (2005):- " المعالجة البيوميكانيكية لطريقة أداء مهارة التصويب بالركلة الحرة المباشرة من خارج منطقة الجزاء وعلاقتها بفاعلية أداء لاعبي كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ،

15- ----- (2008) :- التحليل الكينماتيكي لبعض متغيرات المقذوف أثناء ضربة الجزاء فى كرة القدم . إنتاج علمي ، المجلة العلمية ، كلية التربية البدنية ، طرابلس ، العدد الثامن .

16- قاسم حسن (1998) :- مبادئ الأسس الميكانيكية للحركات الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر إيمان شاكر للطباعة .

17- محمد عبد الحميد حسن (2002) :- " توجيه بعض المؤشرات البيوميكانيكية لتحسين أداء الركلة الحرة المباشرة فى كرة القدم " رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، الزقازيق

18- محمد يوسف الشيخ (1986):- الميكانيكا الحيوية وتطبيقاتها ، دار المعارف ، القاهرة .

19- مفتى إبراهيم (1984) :- الإعداد المهارى والخططي للاعبي كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة

20- Barham , m j :- mechanical kinesiology , sant louis , the mosby comp , 1988

21- Clayene . R :- Applied kinesiology and biomechanics , Physical education , beringhon young university , morbe , 1995

22- Dillman , c.j , chzcthom . p.j and smith :- Axinematic analysis of Olympic long harse vaulting , International journal of sport biomechanics , may

23- Levanon , j. Apena :- Comparison of the kinematics of the full-instep and pass kicks in soccer , medicine and science in sport and exercise , Indianapolis , Ind , 30 june.1998

24- Miller :- winning soccer , contemporary books , co , Chicago . 1985

25- Opavosky, p :- An indicators for best specification style of soccer kicking , barsion , espan . 1990

26- Peka Luthanen :- kicking , the faculety of education , the university of edinburgh , old mary house, usa .2002

27- Welles , k.f.j :- scientific basis of human motion .Philadelphia .w. b saunders co . 1986.

فاعلية برنامج تروحي قائم على الأنشطة لتنمية جودة الحياة لدى المسنين بمدينة طرابلس

أ. عادل الكوني أحمد البي

أ. بلعيد علي المشيري

مقدمة البحث:

تتسم مرحلة المسنين بالمشكلات الصحية، وصعوبة استدعاء الخبرات الماضية، وانخفاض مستوى الطموح، والواقعية، والعزلة الاجتماعية، والهروب من الواقع الاجتماعي، والمعاناة من الوحدة، ووقت الفراغ، والشعور بعدم الأهمية. ولا شك أن كل هذه الخصائص تؤثر سلباً على مقومات الحياة والسعادة النفسية لكبار السن، لذا لابد من التدخل الإرشادي لتخفيف حدة هذه المشاعر وصولاً إلى معنى طيب للحياة؛ وخاصة كما أشار رشاد موسى (2002) إلى أن فئة المسنين تزداد بنسبة ثابتة، فقد زاد عدد المعمرين من 200 مليون عام 1952 إلى 400 مليون عام 1982، ومن المنتظر أن يصل إلى 600 مليون عام 2001، 1.30 بليون مع حلول عام 2025، كما أن نسبتهم تصل إلى 7% في دول العالم المتقدمة.

إلى جانب هذا، لابد من تدريب المسنين على بعض الأساليب التوافقية التي تساعدهم على الإقبال على الحياة بدلاً من التوقع والانسحاب الاجتماعي، لأنه ليس هناك معنى أن هؤلاء قد وصلوا إلى هذه المرحلة العمرية، فإن هذا لا يعني أنهم ليس لهم الحق في الحياة، لذا لابد من تغيير هذا عن طريق بعض البرامج التروحية القائمة على الأنشطة المتنوعة التي تناسب كبار السن لتحسين جودة الحياة لديهم. ومن ثم، يحاول البحث الراهن الكشف عن فاعلية برنامج تروحي قائم على بعض الأنشطة لتحسين جودة الحياة لدى المسنين.

مشكلة البحث:

أشارت العديد من البحوث السابقة إلى أهمية دراسة جودة الحياة لدى المسنين (Grish, 2000:211)، وأهمية التدخل الإرشادي لتنمية هذا المفهوم لديهم (Jacob, et al,2007:116). ونظراً لأهمية هذه الشريحة العمرية من فئة المسنين، وقلة البحوث الداخلية سواء التي أجريت في المجتمعات الغربية والعربية عامة، والمجتمع الليبي خاصة التي تناولت تأثير التدخل التدريبي لتحسين مفهوم جودة الحياة لديهم. وفي ضوء ما تقدم، تكمن مشكلة البحث الراهن في محاولة الكشف عن فاعلية برنامج تروحي قائم على الأنشطة لتحسين جودة الحياة لدى المسنين في المجتمع الليبي.

تساؤلات البحث:

يحاول البحث الراهن الإجابة على التساؤلات التالية:

- 1- ما الفروق في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين قبل وبعد تطبيق البرنامج التروحي القائم على الأنشطة؟
- 2- ما الفروق في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة من المسنين بعد تطبيق البرنامج التروحي القائم على الأنشطة؟
- 3- ما الفروق في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين في القياسين البعدي والتتبعي؟

هدف البحث:

هدف البحث الكشف عن فاعلية برنامج تروحي قائم على الأنشطة لتنمية جودة الحياة لدى المسنين في المجتمع الليبي.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث النظرية والعملية في النقاط التالية:

- 1- قلة البحوث التدخلية التي أجريت لتحسين جودة الحياة لدى المسنين في المجتمع الليبي على وجه الخصوص.
- 2- أن النتائج التي يسفر عنها البحث ربما يساعد العاملين في مجال التدخل الإرشادي للمسنين في تصميم برامج تدخلية أخرى قائمة على نظريات إرشادية متنوعة تساعد المسنين على تحقيق مظاهر الصحة والسعادة النفسية.

حدود البحث:

يتحدد البحث بالعينة المكونة من مجموعتين؛ أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (8) مسنين، وبالمقياس المستخدم لقياس جودة الحياة، وبالبرنامج التروحي القائم على الأنشطة، وبأساليب الإحصائية المستخدمة.

مفاهيم البحث:

[1] البرنامج التروحي:

يقصد بالبرنامج التروحي في البحث الراهن مجموعة من الأنشطة والممارسات التي يمارسها المسن بحيث تتناسب مع ظروفه الصحية والنفسية. وتتنوع هذه الأنشطة من رياضية وثقافية واجتماعية، وحضور بعض المحاضرات لفهم مرحلة الشيخوخة وما يعترضها من تغيرات صحية ونفسية واجتماعية واقتصادية.

[2] جودة الحياة:

يعد مفهوم جودة الحياة أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي ولقد شاع هذا المفهوم في الوقت الحاضر فأصبح موجوداً في مجال البحث، مقروناً في مجالات مثل علم الاجتماع والطب وعلم النفس وعلم الاقتصاد والجغرافيا والتاريخ الاجتماعي والفلسفة، وتعددت استخدامات مفهوم الجودة بصورة واسعة في السنوات الأخيرة في جميع المجالات مثل جودة الحياة، جودة الخدمات، جودة الزواج، جودة التعليم، جودة أحر العمر، جودة المستقبل. ومن ثم، أصبحت الجودة هدفاً للدراسة والبحث باعتبارها الهدف الأسمى لأي برنامج من برامج الخدمات المقدمة للفرد، وتختلف معنى جودة الحياة باختلاف الأفراد، وتوصف جودة الحياة بأنها مفهوم غامض فليس هناك إجماع في الآراء حول معنى جودة الحياة وذلك لأنه مفهوم متعدد الأبعاد (موسى، 2001: 125).

وإلى جانب هذا، يتغير مفهوم جودة الحياة بتغير الزمن وبتغير حالة الفرد النفسية والمرحلة العمرية التي يمر بها. فالسعادة مثلاً تحمل معاني متعددة للفرد نفسه في المواقف المختلفة فالمريض يرى السعادة في الصحة، والفقير يرى السعادة في المال، وهكذا تتغير المفاهيم مع تغير الظروف المحيطة بالفرد (Cummins, 1997:96).

وتوجد بعض المؤشرات التي تدل على جودة الحياة لدى المسنين؛ مثل: الرضا عن الحياة، السرور، الحالة الاقتصادية الاجتماعية، الصحة البدنية، الصداقة والعلاقات الأسرية، وتقدير الذات. وتعد العلاقات الإنسانية والمساندة الاجتماعية من مؤشرات جودة الحياة ومن بين هذه المتغيرات الرضا عن الحياة، حيث يعد

من أهم المؤشرات الدالة على جودة الحياة. وتشير نتائج الدراسات إلى ارتباط كل من الرضا عن الحياة وتقدير الذات بالدعم الاجتماعي لدى المسنين (Ohara, 1998: 15).

ويمكن تعريف جودة الحياة بأنها: درجة الرضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد نحو المظاهر المختلفة في الحياة، ومدى سعادته ورضاه بالوجود الإنساني وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، وتعكس جودة الحياة سعادة الفرد النفسية كما تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية، والتي تقيس السلوكيات مثل الاتصال الاجتماعي والأنشطة، كما يشمل مدى إنجاز الفرد للمواقف الاجتماعية المرضية في حدود قدرته البدنية (Fograi & Zoppi, 2004: 379).

ويرى هاشيزوم و هانجاوي Hashizume & Kangwa (2001) أن جودة الحياة هي عبارة عن درجة الرضا لظروف الحياة اليومية كما يراها الفرد. وتعرف جودة الحياة على أنها مدى إحساس الفرد بالسعادة النفسية التي تنتج من الرضا أو عدم الرضا بمجالات الحياة الضرورية بالنسبة له (Ohara, 1998: 12).

[3] المسنون:

تعد مرحلة المسنين من المراحل العمرية التي تحتاج إلى مزيد من البحوث حيث تعد حلقة أخيرة من سلسلة حلقات حياة الإنسان، وهذه المرحلة قد تكون طويلة، وقد تكون قصيرة، والمهم أن يقضيها الإنسان في سعادة وتكيف وأن يعيشها بأكثر قدر من الرضا عن الحياة الواقعية، بأكثر قدر من البعد عن الاضطرابات النفسية (الفحل، 1996: 55).

وتتسم مرحلة الشيخوخة كما أشار إلى ذلك عبد العزيز السيد (1975) بعدة خصائص وتغيرات تميزها عن غيرها من المراحل، ويمكن تلخيص هذه الخصائص فيما يلي:

- يجد الفرد صعوبة كبيرة في المحافظة على مكانه بالمجتمع المتطور الذي يتحرك من حوله بسرعة تفوق تكيفه للتغيرات التي تحيط به.

- يزيد معدل فقدان على معدل الزيادة في جميع مظاهر الفرد السلوكية وطاقاته المختلفة.
- الشعور الشديد بالنهاية، حيث يميل أغلب الأفراد في هذه المرحلة إلى التصوف.
- يصبح الفرد ذاتي المركز يهتم بنفسه أكثر من اللازم، ويميل سلوك أغلب الأفراد في هذه المرحلة إلى نوع من أنواع النرجسية وعشق الذات.

وتنتاب الشيخوخة كثير من المتغيرات الجسمية، والعقلية، والانفعالية، والبيولوجية، والفسولوجية، والاجتماعية، والنفسية. ويمكن تعريف الشيخوخة بأنها: دورة حياة الفرد يصاحبها تناقص تدريجي للوظائف الجسمية (أبو سوسو، 1990: 34)، وبأنها: تلك المرحلة من مراحل نمو الإنسان، تبدأ عند سن الستين وتنتهي بالوفاة (عبد الرحمن، 1998: 14).

دراسات سابقة:

استكشفت دراسة فاندراك وآخرين Vanderark, et al. (1983) أثر برنامج للموسيقى على جودة الحياة لدى المسنين. حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر مشاركة المسن في برنامج للموسيقى على بعض الاتجاهات والاهتمامات لديه. حيث تكونت عينة الدراسة من مجموعتين من المسنين: المجموعة التجريبية ن = 20 وعينة ضابطة من (23) مفحوصاً ممن تراوحت أعمارهم بين 60 - 95 عاماً. وتكون البرنامج التدريبي من

جلستين أسبوعيتين مدة كل جلسة 45 دقيقة لمدة خمسة أسابيع، وتضمنت الجلسة مجموعة من الأنشطة الموسيقية المختلفة لتدريب المفحوص على بعض الأغنيات المشهورة وكيفية استخدام الآلات الموسيقية وإتباع التعليمات أثناء هذه الأنشطة. وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج في تنمية جودة الحياة والرضا عن الحياة والاتجاه نحو الموسيقى ومفهوم الذات الموسيقي لدى المجموعة التجريبية. وأكدت الدراسة على أهمية الموسيقى وضرورة وضعها داخل برامج رعاية المسنين.

وتناولت دراسة داموش Damush (1996) أثر برنامج تدريبي لتمارين القوة *a strength training intervention* على جودة الحياة المرتبطة بالصحة لدى المسنين من الإناث وبعض المتغيرات النفسية الاجتماعية المرتبطة به المنبأة بسلوك التمرينات. وتكونت عينة الدراسة من 95 سيدة مسنة واللاتي اشتركن في برنامج لتمارين القوة الذي استمر لمدة ثماني أسابيع حيث تم توزيع ثلثي العينة على المجموعة التجريبية والباقي على العينة الضابطة. وأشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع مستوى القوة لدى السيدات في المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من البرنامج، كما وجدت الدراسة علاقة بين ارتفاع مستوى القوة وتقدير الذات العام. ولم تجد الدراسة علاقة بين ارتفاع مستوى القوة ومكونات جودة الحياة سوى مكون الفاعلية الجسدية. وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً أن أقوى المنبئات بسلوك التمرينات هو الدعم الاجتماعي وإدراكات الذات الجسدية، والاتجاهات الإيجابية وزيادة الدخل.

وقد أجرى تسوتسومي Tsutsumi (1997) دراسة هدف التعرف على أثر تدريبات القوة على الصحة النفسية والفسولوجية لدى المسنين. حيث ركزت الدراسة على أثر برنامج تدريبي على تدريبات القوة على الحالة المزاجية وجودة الحياة لدى المسنين. وتكونت عينة الدراسة من 41 مسناً (9 من الذكور و32 من الإناث) ممن تراوحت أعمارهم بين 60 - 84 عاماً؛ والذين تم توزيعهم عشوائياً على أحد ثلاث مجموعات: مجموعة التدريب المكثف $n = 13$ ، مجموعة التدريب غير المكثف $n = 14$ ، والمجموعة الثالثة الضابطة $n = 14$ واستمر تطبيق البرنامج لمدة (12) أسبوعاً بواقع (3) جلسات أسبوعياً. وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية كلا برنامجي التدريب المكثف وغير المكثف في تنمية جودة الحياة وجوانب الصحة النفسية والفسولوجية لدى المسنين؛ حيث تحسنت الجوانب المزاجية وفاعلية الذات الجسمية لدى المفحوصين في المجموعات التجريبية عن المسنين في المجموعة الضابطة.

وإجري كورفمان Curfman (1999) دراسة هدف منها التعرف على أثر برنامج تدريبي على استغلال أوقات الفراغ *leisure education program* على إدراكات جودة الحياة لدى المسنين. حيث تكونت عينة الدراسة من 47 مسناً والذين تم توزيعهم على مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة. واستخدم الباحث بروفيل جودة الحياة *Quality of life profile* واستمر البرنامج لمدة ستة أسابيع. واستخدم الباحث تحليل التباين لتحليل بيانات الدراسة. وأظهرت نتائج الدراسة عدم فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين إدراكات جودة الحياة لدى المسنين؛ حيث لم تجد الدراسة فروقاً بين المسنين المشاركين في البرنامج وأقرانهم الذين لم يشتركوا في البرنامج.

وهدفت دراسة سوبوروسكي Soborowski (1999) إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تحسين مستويات جودة الحياة والخوف من السقوط *fear of falling* لدى المسنين. وتكونت عينة الدراسة من (15) مفحوصاً من المسنين الذين بلغت أعمارهم (65) عاماً أو تزيد، والذين تم توزيعهم على مجموعتي الدراسة

التجريبية الأولى والتجريبية الثانية حيث تلقت المجموعة التجريبية الأولى برنامجاً تعليمياً جماعياً، بينما تلقت المجموعة الثانية تدريباً منزلياً وتم قياس جودة الحياة والخوف من السقوط قبلياً وبعدياً. وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود أثر للبرنامج التدريبي الجماعي أو المنزلي في خفض حدة الخوف من السقوط أو عدد مرات السقوط، وأيضاً عدم وجود أثر كلا البرنامجين في تحسين مستويات جودة الحياة لدى المسنين.

واستهدفت دراسة سوارد (Sward 2001) إلى التعرف على أثر برنامج للتدريبات على المقاومة resistance exercise training على القوة العضلية وإدراك الذات الجسمية physical self perception وجودة الحياة لدى المسنين. حيث تكونت عينة الدراسة من (53) مفحوصاً ممن تراوحت أعمارهم بين 65 - 83 عاماً؛ والذين تم توزيعهم على مجموعتي الدراسة: المجموعة التجريبية ن = 28 والمجموعة الضابطة ن = 25. وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية القوة العضلية وإدراك الذات الجسمية وجودة الحياة؛ حيث أوضحت النتائج وجود فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية. كما توجد فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، وهو ما يوضح فاعلية البرنامج التدريبي.

واجرى ويليامز (Williams 2003) دراسة الهدف منها التعرف على أثر برنامج للتأهيل النفسي والاجتماعي psychosocial rehabilitation على جودة الحياة والمهارات الاجتماعية لدى المسنين الذين يعانون من مرض عقلي. وتكونت عينة الدراسة من (100) مفحوص من المسنين الذين تراوحت أعمارهم بين 55 - 86 عاماً بمتوسط قدرة 65 عاماً (70 منهم إناث، 30 ذكور). وكانت أهم خصائص العينة كالتالي 45% منهم يعاني من السيروفورنيا، و22% منهم يعاني من اضطراب مزدوج، و4.2% منهم متزوجين، بينما 95.8% إما مطلقين أو منفصلين أو أرامل أو لم يتزوجوا على الإطلاق. وأظهرت نتائج الدراسة أن المفحوصين الذين شاركوا في البرنامج لمدة أطول ارتفعت مستويات جودة الحياة لديهم بالمقارنة بأقرانهم الذين شاركوا في البرنامج لمدة أقل. كما أوضحت نتائج الدراسة أن أقوى المنبئات بجودة الحياة هو شعور المفحوص باشتراكه في الأنشطة الاجتماعية وأنشطة وقت الفراغ وأنشطة العمل بالمنزل work at home activities. وأوصت الدراسة بضرورة إجراء المزيد من الدراسات حول متغيرات المهارات الاجتماعية وأثرها على جودة الحياة والتي ستمدنا حول كيفية زيادة مستويات جودة الحياة من خلال البرامج الإرشادية النفسية.

واجرى أيضاً جاري (Gary 2003) دراسة الهدف منها استكشاف أثر برنامج للتدريبات المنزلية home-based exercise program على جودة الحياة لدى السيدات المسنات اللاتي يعانين من فشل القلب. وقارنت الدراسة بين مجموعتين؛ المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي الذي استمر لمدة 12 أسبوعاً والمجموعة الضابطة. كما أجرى الباحث متابعة بالتليفون لمدة ثلاثة شهور. وافترضت الدراسة فعالية البرنامج في تحسين مستويات جودة الحياة وخفض مستويات الاكتئاب لدى السيدات المسنات. وأظهرت نتائج الدراسة صحة الافتراض الأساسي للدراسة حيث تحسنت مستويات جودة الحياة وانخفاض مستويات الاكتئاب لدى السيدات المسنات في المجموعة التجريبية بالمقارنة بالعينة الضابطة. ودعمت الدراسة فاعلية استخدام برامج التدريبات المنزلية البسيطة والمتوسطة كطريقة تدريبية وتجريبية فعالة في تحسين مستويات جودة الحياة لدى السيدات المسنات.

واستكشفت دراسة هويمان (Hooyman 2003) أثر ثلاث برامج تدريبية على إدراكات جودة الحياة

perception of quality of life لدى المسنين الذين بلغت أعمارهم (70) عاماً وأكثر. وهدفت الدراسة الى التعرف على الفروق بين هذه البرامج التدريبية على الاتزان أو التوازن balance وإدراكات جودة الحياة. وتكونت عينة الدراسة من (55) مسناً ممن تراوحت أعمارهم بين 70 - 95 عاماً (بلغ متوسط أعمارهم 79 عاماً) من المتطوعين؛ والذين تم توزيعهم على أربع مجموعات المجموعة الأولى: المجموعة التجريبية التي تلقت تدريباً لمدة (16) أسبوعاً (تدريبات القوة) strength intervention، والمجموعة الثانية تلقت تدريباً لمدة (16) أسبوعاً (تدريبات المرونة) flexibility، والمجموعة الثالثة تلقت تدريباً لمدة (16) أسبوعاً (على تدريبات المرونة والقوة)، والمجموعة الضابطة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين المجموعة التجريبية الثالثة والمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية والمجموعة الضابطة في مستويات الاتزان وجودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية الثالثة التي تلقت تدريباً على الاتزان (تدريبات القوة والمرونة). كما أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرامج في تحسين مستويات جودة الحياة والاتزان؛ حيث وجدت الدراسة فروقاً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة لصالح القياس البعدي.

وهدفت دراسة هاناوكا ووكامورا Hanaoka and Okamura (2004) إلى تقييم فعالية أنشطة مراجعة الحياة على جودة الحياة لدى المسنين عن طريق تجربة مضبوطة عشوائياً، وللتعرف على العوامل التي ينبغي وضعها في الاعتبار عند استخدام مراجعة الحياة، وتم الحصول على موافقة كتابية من 80 مسناً، وتم توزيع المشاركين عشوائياً إلى مجموعتين التجريبية والضابطة، ودارت أنشطة المناقشة مع المجموعة التجريبية حول الحالة الصحية، وتم قياس كل من الرضا عن الحياة، وتقدير الذات والاكنتاب واليأس في كلا المجموعتين عند ثلاث مراحل من التطبيق أي قبل البداية، وفي المنتصف (بعد ثمانية أسابيع من الجلسات)، وبعد ثلاثة أشهر من انتهاء التطبيق. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التغيرات في درجات كل من الاكنتاب واليأس، كما أوضحت نتائج الدراسة أن أنشطة مراجعة الحياة الجماعية كان لها دور في تدعيم الصحة النفسية لدى المسنين، وقد كان لها تأثيرات من متوسطة إلى طويلة المدى في الاحتفاظ وتحسين جودة الحياة لديهم.

واستهدفت دراسة يو Yu (2004) إلى استكشاف فاعلية برنامج للاسترخاء العضلي المتتابع progressive muscle relaxation في تخفيض التأزم النفسي وتعزيز مستوى جودة الحياة الصحية health related quality of life لدى المسنين من مرضى فشل القلب heart failure، واستخدم الباحث استبيان فشل القلب (النسخة الصينية) واستبيان الدعم الاجتماعي. وتكونت عينة الدراسة من (121) مسناً من الذين تم توزيعهم عشوائياً على مجموعتي الدراسة التجريبية ن = 59، والعينة الضابطة ن = 62. وتكون البرنامج التدريبي من برنامج للاسترخاء العضلي المتتابع وقائمة للتدريب الذاتي على الاسترخاء العضلي المتتابع ومتابعة بالتليفون لمدة أسبوعين. وأظهرت نتائج الدراسة وجود أثر إيجابي للبرنامج التدريبي في خفض حدة التأزم النفسي وتوزيع مستويات جودة الحياة الصحية لدى المسنين، حيث انخفضت مستويات التأزم النفسي لدى المسنين في المجموعة التجريبية عن أقرانهم في العينة الضابطة، كما ارتفعت مستويات جودة الحياة لدى المجموعة التجريبية بالمقارنة بالمجموعة الضابطة.

وقد أشار بيلادا Belada (2005) إلى أن جودة الحياة أصبحت من الموضوعات الهامة للغاية في الولايات المتحدة في الخمس عشرة سنة الأخيرة، ويعتقد عدد كبير من الأطباء وأخصائيو الصحة النفسية، وباحثو

العلوم الاجتماعية أن تحسين نوعية الحياة هو الهدف الأكثر أهمية في علاج والوقاية من الأمراض وفي التزويد بالتدعيم النفسي.

ويشير هذا المفهوم "جودة الحياة" إلى مجالات الصحة الجسمية، النفسية، الاجتماعية والتي ينظر إليها على أنها مجالات منفصلة ومميزة، كما أنها تتأثر بكل من خبرات الشخص وتوقعاته، ومعتقداته، وتصوراتها؛ في حين أن هذا التعريف يعطينا فكرة عامة حول ما يقصده مفهوم جودة الحياة؛ فمن الجدير بالذكر أن هذا التعريف قد يختلف باختلاف المفحوصين وباختلاف الفئة العمرية. فأحد الفئات العمرية الهامة والتي غالباً ما يتم تضمينها في أبحاث جودة الحياة هي فئة المسنين، فكبار السن الذين تتراوح أعمارهم من 65 فأعلى عليهم أن يتعاملوا مع العديد من التحديات والأمراض الجسمية والتي غالباً ما تصاحب عملية الشيخوخة الطبيعية. كما تواجه هذه الفئة العمرية فقداناً كبيراً لعلاقاتها الشخصية طويلة المدى ويرجع ذلك إلى الموت أو المرض، كما تواجه فقداناً في جانب الاستقلال البدني، والكثير من المشكلات الطبية، وقد كبير من الاكتئاب وذلك مقارنة بالفئات العمرية الأخرى في الولايات المتحدة. ومثل هذه العوامل لا يؤدي فقط إلى انخفاض في القدرة الجسمية ومستوى الصحة النفسية الانفعالية ولكنها أيضاً تؤدي إلى التأثير سلباً على جودة الحياة لدى الأفراد. ومن ثم فإن هناك حاجة ملحة بالنسبة للأفراد الذين يعملون مع مثل هذه الفئة "فئة المسنين" لاكتساب بعض المعلومات حول مكونات مفهوم جودة الحياة الشاملة لدى المسنين. ووفقاً للتوقعات المرتبطة بديموجرافية السكان في الولايات المتحدة فإنه يتوقع عند حلول عام 2030 أن يكون الأفراد الأمريكيون الذين يناهزون خمس وستين عاماً فأكثر حوالي أكثر من خمس التعداد السكاني العام. ويحتاج هؤلاء الأفراد قدراً أكبر من الوسائل المعينة والموارد بسبب تناقص قدراتهم الجسمية والإدراكية، وللحصول على المساعدة التي يحتاجون إليها فإن الكثير منهم يقومون بالاتحاق ببعض دور الرعاية، مراكز رعاية الكبار، وجمعيات المتقاعدين الموجودة عبر الولايات المتحدة، ومثل هذه الأماكن يتم تزويدها بمجموعة عمل من الأطباء المهرة، والممرضات، وعلماء النفس الذين تم تدريبهم في مجال التعامل مع المرض، ولكن الكثير منهم على دراية بالاحتياجات الفريدة للمسنين (Perkins & Tice, 1995:78). فالزيادة الهائلة في عينة المسنين تتطلب بالضرورة إلى أن نعلم القائمين على رعايتهم ومن يعمل في مجال الشيخوخة قدراً ملائماً من المعرفة، فكما ازداد قدر المعرفة لدى هؤلاء الأفراد كلما ازدادت قدرتهم على تحسين جودة الحياة لدى المسنين. وقد ذهبت بحوث كثيرة إلى التركيز على علاج المرض بدلاً من تحسين جودة الحياة، فقد كان التركيز على التعامل مع الجوانب السلبية أكثر من محاولة تحسين النواحي الإيجابية. وقامت هذه الدراسة بمحاولة التعرف على مفهوم جودة الحياة المرتبطة بالمسنين المقيمين بمراكز رعاية الكبار، وقامت الدراسة بمراجعة شاملة للتراث النظري المرتبط بتعريفات جودة الحياة، عملية الشيخوخة، والخدمات المقدمة في مراكز رعاية الكبار. وتم إعداد دليلاً لمجموعة العمل التي تتعامل مع المسنين. ومن خلال مراجعة النظريات والبحوث التي تناولت هذا الموضوع، ومن خلال أيضاً تحليل لمقابلات أرشيفية مع العديد من المسنين تم الحصول على المعلومات الضرورية لتكوين هذا الدليل. وقد وجد بأن هناك أربعة عوامل رئيسية هامة للغاية في عملية تحديد جودة الحياة لدى المسنين، وتشتمل هذه العوامل على الاستقلال، التدعيم الاجتماعي، الصحة النفسية والجسمية، والإنتاجية productivity. وقام الدليل المستخدم بمراجعة هذه العوامل الأربعة وبالاستراتيجيات المفصلة والمفاهيم التي يمكن أن تستخدمها مجموعة العمل لتحسين مستوى جودة الحياة للمسنين.

وهدفت دراسة فونديم وآخرين (2006) Vondem, et al. إلى تحسين كل من الصحة وجودة الحياة لدى مجموعة من المسنين الذين تراوحت أعمارهم بين 55 - 80 عاماً، وكان من أهداف الدراسة إشراك كبار السن الذين وصلوا إلى فترة حرجة من الحياة بسبب فقد شريك الحياة في الخمس سنوات الأخيرة، وكبار السن الذين تعرضوا إلى تغير في حالاتهم بسبب التقاعد خلال العامين الأخيرين. وقام باحثوا هذه الدراسة بزيارة (344) من المشاركين "عينة الدراسة" في منازلهم بهدف قياس كل من الحالة الصحية والنفسية والتعرف على فرص الأنشطة لديهم. وقد تم تدعيم المشاركين في جهودهم نحو إدراك الأنشطة المتفق عليها. وفي هذه الدراسة تم عرض نتائج التقييمات الخارجية. فقد تم تحليل درجة تحسن جودة الحياة وفقاً لمقياس منظمة الصحة العالمية لـ "جودة الحياة" المختصر لدى المشاركين في الدراسة على مدار ثلاث مراحل من المقابلات (في بداية المشروع، بعد عام واحد، في نهاية المشروع)، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق لكن قليلة في جودة الحياة بين كل مرحلة والأخرى، وانطبقت تلك النتائج عندما تم تحليل درجات المشاركين الذين تقاعدوا خلال العامين الأخيرين. بينما تحسنت جودة الحياة بدرجة دالة لدى كبار السن الذين فقدوا شريك الحياة خلال الخمسة أعوام الأخيرة. وفي ضوء برنامج الشيخوخة الفعالة الذي تنفذه منظمة الصحة فإن نتائج تلك الدراسة تقترح تطبيق استراتيجية جماعية مع مثل هذه الفئة المتعرضة للمخاطر.

وناقشت دراسة يانج Yang (2006) أثر برنامج تدريبي في تنمية جودة الحياة لدى المسنين الذين يعانون من آلام مزمنة. وقام الباحث بدمج مكونات الإرشاد المعرفي السلوكي وبرنامج لإرشاد الممرضات حول التحكم في الآلام المزمنة التي يعاني منها المسن. كما هدفت الدراسة أيضاً إلى استكشاف أثر البرنامج على متغيرات الصحة البدنية، الصحة النفسية، وخبرات الألم المزمن وشدة الألم المزمن. وتكونت عينة الدراسة من 25 مسناً. واستخدم الباحث تحليل التباين المتعدد لتحليل بيانات الدراسة. وأوضحت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الذي استمر لمدة (12) أسبوعاً في تنمية جودة الحياة لدى المسنين الذين يعانون من آلام مزمنة؛ حيث انخفضت معدلات الآلام المزمنة وارتفعت مستويات جودة الحياة في القياس البعدي.

وناقشت دراسة كارال وأيان بيريز Carral & Ayan Perez (2007) أثر برنامج مكثف للتدريبات الرياضية والبدنية على جودة الحياة والكفاءة المعرفية لدى السيدات المسنات فوق سن 65 عاماً. وتكونت عينة الدراسة من (62) سيدة مسنة والتي تم توزيعهن عشوائياً على مجموعات الدراسة، وقد اشتمل البرنامج التدريبي على تدريبات الأيروبيكس وتمارين المرونة وبعض الأجهزة الرياضية. واستمر البرنامج لمدة خمسة أيام في الأسبوع لمدة خمسة شهور. وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرامج المكثفة للتدريبات الرياضية والبدنية في تنمية جودة الحياة والكفاءة المعرفية لدى السيدات المسنات وهو ما ظهر في عدم تسرب أيّاً من المفحوصات أثناء تطبيق البرنامج. كما أحدث البرنامج تحسناً في مستوى المرونة والتوازن لدى المفحوصات. واستخلصت الدراسة فاعلية البرامج التدريبية المكثفة high intensity training programs بدون خطر على الصحة كما تؤدي إلى تحسين مستويات جودة الحياة والكفاءة المعرفية واللياقة البدنية والاستقلالية.

وهدفت دراسة جاكوب وزملائه Jacob, et al. (2007) إلى التعرف على أثر برنامج مجتمعي للرعاية النهارية على الصحة النفسية وجودة الحياة لدى المسنين في المناطق الريفية في جنوب الهند. وتكونت عينة الدراسة من (20) مفحوصاً من المسنين الذين تم تطبيق مقياس منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة قبلياً وبعدياً وفي المقياس التتبعي الذي أجرى بعد مرور ثلاثة أشهر من انتهاء البرنامج. وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية

البرنامج في تحسين مستويات جودة الحياة لدى المفحوصين المشتركين في الدراسة في القياس البعدي والتتبعي مقارنة بالقياس القبلي. كما أوضحت نتائج الدراسة أن التحسن في جودة الحياة استمر حتى بعد ضبط متغيرات النوع، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي.

وناقشت دراسة كاسترو وآخرين (2007) Castro, *et al.* أثر برنامج إعادة حيوية المسنين Geriatric Revitalization Program على جودة الحياة لدى المسنين والراشدين. وتكونت عينة الدراسة من (70) مفحوصاً والذين تم اختيارهم وفقاً للمعايير التالية: أن لا يقل العمر عن خمسين سنة ولديه القدرة على أداء البرنامج والاستجابة للاستبيانات. ويتكون البرنامج من جزئين: الجزء الأول قائم على برنامج الجامعة المفتوحة والمكون من ست محاضرات (محاضرة كل أسبوع)، والتي تدور حول الأنشطة البدنية، والجزء الثاني قائم على برنامج إعادة الحيوية والمكون من 48 جلسة للنشاط البدني إلى جانب أنشطة السياحة الثقافية. واعتمد الباحثون على مقياس منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة وقائمة النتائج الطبية Medical outcomes وقد تم تطبيقهما بعد (16) أسبوعاً مدة البرنامج. وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية كلا البرنامجين في تحسين جودة الحياة والجوانب النفسية والبيئية لجودة الحياة، وأيضاً الجوانب البدنية والعلاقات الاجتماعية. واستخلصت الدراسة فاعلية برنامج الجامعة المفتوحة وبرنامج إعادة الحيوية في تحسين مستويات جودة الحياة لدى المسنين.

تعقيب:

أوضحت نتائج بحوث فاندرارك وآخرين (1983) Vanderark, *et al.*؛ داموش (1996) Damush؛ تسوتسومي (1997) Tsutsumi؛ كورفمان (1999) Curfman؛ سوبوروسكي (1999) Soborowski؛ سوارد (2001) Sward؛ ويليامز (2003) Williams؛ جاري (2003) Gary؛ هويمان (2003) Hooyman؛ هاناوكا ووكامورا (2004) Hanaoka & Okamura؛ يو (2004) Yu؛ بيلادا (2005) Belada؛ فونديم وآخرين (2006) vondem, *et al.*؛ يانج (2006) Yang؛ كارال وأيان بيريز Carral & Ayan؛ Perez (2007)؛ جاكوب وزملائه (2007) Jacob, *et al.* أهمية البرامج التدخلية والتدريبية في تحسين جودة الحياة لدى المسن. ونظراً لقلة البحوث في هذا الصدد في البيئة الثقافية الليبية، تكمن مشكلة البحث الراهن في محاولة الكشف عن فاعلية برنامج ترويجي قائم على الأنشطة لتحسين جودة الحياة لدى مجموعة من المسنين في مدينة طرابلس بليبيا.

فروض البحث:

بعد عرض مفاهيم البحث الخاصة بجودة الحياة، والمسنين، ونتائج البحوث السابقة في هذا الصدد، يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين قبل وبعد تطبيق البرنامج الترويجي القائم على الأنشطة لصالح التطبيق البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بين المسنين بعد تطبيق البرنامج الترويجي القائم على الأنشطة لصالح أفراد المجموعة التجريبية.
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين في القياسين البعدي والتتبعي.

منهج البحث وإجراءاته:

يستند البحث الراهن إلى المنهج التجريبي؛ حيث أنه من أنسب المناهج لتحقيق أهدافه.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من مجموعتين؛ أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (8) مفحوصين من المسنين ممن بلغ متوسط أعمارهم 68.13 عاماً، وقد تم اختيار أفراد العينة من دارالوفاء لرعاية العجزة والمسنين بمدينة طرابلس. ويعد نزلاء الدار ممن ينتمون إلى المستوى الاقتصادي الاجتماعي المتوسط، كما أن مستوى تعليمهم يتراوح ما بين المؤهل الابتدائي إلى الأمية، ومعظمهم كانوا من العاملين في وظائف حكومية بسيطة، كما أنهم لا يعانون من أية أمراض مستعصية اللهم إلا بعض الأمراض المزمنة التي عادة ما يصاب بها كبار السن من مثل داء السكري وضغط الدم. وقد تم التوصل إلى هذه المعلومات من خلال السجلات الرسمية لهؤلاء النزلاء في دار الرعاية. وإلى جانب هذا، تم التجانس بين المجموعتين في كل من متغيرات العمر وجودة الحياة. ويوضح جدول (1) التجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيري العمر وجودة الحياة.

جدول (1)

التجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيري العمر

وجودة الحياة باستخدام معادلة مان - وتني Mann-Whitney

| متغيرات البحث | مجموعات البحث | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | متوسط الرتب | مجموع الرتب | z | الدلالة الإحصائية |
|---------------|--------------------|-------|-----------------|-------------------|-------------|-------------|-------|-------------------|
| العمر | المجموعة التجريبية | 8 | 68.13 | 2.48 | 8.56 | 68.50 | 0.053 | غ.د. |
| | المجموعة الضابطة | 8 | 68.13 | 2.95 | 8.44 | 67.50 | | |
| جودة الحياة | المجموعة التجريبية | 8 | 53.38 | 2.67 | 8.88 | 71.00 | 0.318 | غ.د. |
| | المجموعة الضابطة | 8 | 53.00 | 2.51 | 8.13 | 65.00 | | |

أوضحت النتائج في جدول (1) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة من المسنين في كل من متغير العمر ($z = 0.53$)؛ وجودة الحياة ($z = 0.318$). وعليه، تبين النتائج وجود تجانس بين المجموعتين من الأفراد المسنين في كل من العمر وجودة الحياة.

أدوات البحث:

تم استخدام الأدوات التالية:

[1] مقياس جودة الحياة للمسنين:

تم الرجوع إلى بعض الأطر النظرية في مجال جودة الحياة (Buschak, 2005)؛ وبعض المقاييس النفسية لقياس جودة الحياة (Cummins, 1997)؛ (رشاد موسى، 2001) في بناء مقياس جودة الحياة للمسنين. وقد أمكن من خلال مراجعة الأطر النظرية والمقاييس النفسية في مجال جودة الحياة الوصول إلى تعريف لهذا المفهوم على النحو التالي: يقصد بجودة الحياة قدرة المسن على مخالطة الآخرين، والهدوء النفسي، والقدرة على وضع الحلول المناسبة للمواقف والصعاب المختلفة، والتمتع بصحة جيدة، والشعور بالرضا والسعادة، والاحترام من قبل الآخرين، واستمرار الاتصال بالأصدقاء القدامى، والقدرة المادية، ومقاومة

مشاعر اليأس والإحباط، والالتزام بالواجبات الدينية، والثقة بالنفس، والقدرة على اتخاذ القرارات، والتمتع بحب الآخرين.

وفي ضوء هذا التعريف، تم بناء بعض البنود التي تعكس مضمون التعريف، وقد أسفر هذا عن صياغة (35) بنداً لقياس جودة الحياة لدى المسنين، والتي تم عرضها على لجنة خماسية من الأساتذة الحاصلين على درجة الدكتوراه في علم النفس والقياس النفسي للحكم على صدق هذه البنود في ضوء التعريف المشار إليه سلفاً. وقد انتهى هذا إلى تعديل بعض البنود وحذف بعضها. ومن ثم، تكون مقياس جودة الحياة للمسنين في صورته النهائية من (30) بنداً، وتتم الاستجابة على كل بند من خلال ميزان تقدير ثلاثي يبدأ بدائماً (ثلاث درجات)، وتنتهي بنادراً (درجة واحدة فقط). وتتراوح الدرجات على مقياس جودة الحياة للمسنين من 30 درجة إلى 90 درجة، وتدل الدرجة الصغرى على انخفاض جودة الحياة، بينما تمثل الدرجة المرتفعة على تمتع المسن بجودة حياة مرتفعة.

- الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لبنود مقياس جودة الحياة للمسنين من خلال حساب معامل ارتباط درجة كل بند بالدرجة الكلية لبنود المقياس. ويوضح جدول (2) معاملات ارتباط بنود مقياس جودة الحياة للمسنين، ودلالاتها الإحصائية.

جدول (2)

معاملات ارتباط بنود مقياس جودة الحياة للمسنين، ودلالاتها الإحصائية

(ن = 50)

| رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط |
|-----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 1 | **0.64 | 11 | **0.55 | 21 | **0.65 |
| 2 | **0.57 | 12 | **0.65 | 22 | **0.62 |
| 3 | **0.58 | 13 | **0.72 | 23 | **0.73 |
| 4 | **0.84 | 14 | **0.62 | 24 | **0.75 |
| 5 | **0.52 | 15 | **0.70 | 25 | **0.60 |
| 6 | **0.72 | 16 | **0.68 | 26 | **0.58 |
| 7 | **0.71 | 17 | **0.73 | 27 | **0.56 |
| 8 | **0.70 | 18 | **0.67 | 28 | **0.55 |
| 9 | **0.69 | 19 | **0.66 | 29 | **0.54 |
| 10 | **0.59 | 20 | **0.74 | 30 | **0.57 |

أسفرت النتائج في جدول (2) عن أن معاملات ارتباط بنود جودة الحياة للمسنين تراوحت ما بين 0.52 إلى 0.84، وكلها معاملات دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

الثبات:

تم حساب ثبات مقياس جودة الحياة للمسنين بواسطة استخدام معادلة ألفا لكرونباخ، فبلغ معامل الثبات 0.77، وهو معامل مقبول إحصائياً.

[2] البرنامج التدريبي:

يلبي البرنامج التدريبي حاجات شريحة مهمة من شرائح المجتمع ألا وهي شريحة المسنين، حيث تمثل هذه الشريحة نسبة لا بأس بها في المجتمع الليبي، وعليه فإن هذا البرنامج الترويحي يشتمل على مجموعة من الأنشطة والممارسات التي قد تساعد على تحسين جودة الحياة لدى المسن.

الحدود الإجرائية للبرنامج:

- الحدود الزمنية:

تكون البرنامج من (12) جلسة تدريبية، حيث يتم تطبيقه على مدى ستة أسابيع، بواقع جلتين أسبوعياً، وتستغرق زمن الجلسة 45 دقيقة. الحدود البشرية:
يقدم البرنامج الترويحي المستخدم خدمة إرشادية لعينة من المسنين الذين يعانون من انخفاض في جودة الحياة.

الأسلوب التدريبي المستخدم في تنفيذ البرنامج:

يقوم البرنامج الترويحي بشكل أساسي على تبني طريقة الإرشاد الجمعي؛ حيث تكون جميع جلسات البرنامج جماعية، وذلك لتسهيل عملية التواصل والمشاركة وخلق جو من الألفة والود، أن أسلوب الإرشاد الجماعي يتناسب مع طبيعة العينة موضع البحث وطبيعة المشكلات، حيث يتم مناقشة المشكلات التي يعاني منها معظم أفراد العينة بشكل جماعي مع إتاحة الفرصة للحوار المتبادل مع أفراد العينة، كما تم أيضاً القيام ببعض المناشط الترفيهية من مثل الخروج للحدائق وكذلك اقامة حفل فني ساهر مع القيام ببعض المناشط الرياضية البسيطة كالمشى والاسترخاء العضلي.

ويوضح جدول (3) جلسات البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة لتحسين مفهوم جودة الحياة لدى المسنين.

جدول (3)

جلسات البرنامج الترويجي القائم على الأنشطة لتحسين جودة الحياة لدى المسنين

| الجلسة | موضوع الجلسة | أهداف الجلسة | الفنيات | زمن الجلسة |
|----------------|--------------------|---|-----------------------------------|------------|
| الجلسة الأولى | التعريف بالبرنامج | - التعارف بين الباحثان وأعضاء المجموعة الإرشادية. | الحوار المناقشة | 45 دقيقة |
| | | - تعريف المجموعة الإرشادية بمفهوم البرنامج الترويجي المخصص والهدف منه ومكوناته. | | |
| | | - عقد اتفاقية لتحديد العمل والعلاقة بين الباحثان وأعضاء المجموعة الإرشادية خلال جلسات البرنامج. | | |
| | | - توضيح أدوار وواجبات المجموعة الإرشادية. | | |
| الجلسة الثانية | خصائص المسنين | - تعريف المسن، وخصائصه النفسية والاجتماعية والاقتصادية. | المحاضرة المناقشة | 45 دقيقة |
| الجلسة الثالثة | ممارسة رياضة المشي | - التأكيد على أهمية الرياضة؛ خاصة رياضة المشي، ومحاولة المتابعة على هذه الرياضة لمدة لا تقل عن 10 دقائق يومياً. | المحاضرة المناقشة | 45 دقيقة |
| الجلسة الرابعة | مشكلات المسنين | - توضيح المشكلات الصحية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية للمسن. | المحاضرة المناقشة | 45 دقيقة |
| الجلسة الخامسة | الاسترخاء العضلي | - تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ممارسة الاسترخاء العضلي. | المناقشة - الحوار - النمذجة | 45 دقيقة |
| الجلسة السادسة | مفهوم جودة الحياة | - تعريف مفهوم جودة الحياة، وأهميته لحياة كبار السن. | المناقشة الحوار | 45 دقيقة |
| الجلسة السابعة | الاسترخاء العضلي | - استمرار تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ممارسة الاسترخاء العضلي. | المناقشة - الحوار - النمذجة | 45 دقيقة |

تابع جدول (3)

| الجلسة | موضوع الجلسة | أهداف الجلسة | الفنيات | زمن الجلسة |
|--------------------|-------------------|--|-----------------------------------|------------|
| الجلسة الثامنة | حفلة سمر | - تنظيم حفلة سمر يذاع فيها بعض الأغاني والموسيقى المفضلة لكبار السن. | المناقشة الحوار | 45 دقيقة |
| الجلسة التاسعة | أهمية الدين | - تعريف أهمية الدين في حياة الإنسان، خاصة لكبار السن، والتشجيع على ممارسة الشعائر الدينية في جماعة. | المناقشة الحوار | 45 دقيقة |
| الجلسة التاسعة | رحلة جماعية | - الخروج بأفراد الجماعة الإرشادية برحلة خارجية خارج الدار إلى مكان هادئ في أحد الحدائق المنتشرة في مدينة طرابلس. | المناقشة الحوار | 60 دقيقة |
| الجلسة العاشرة | تبادل الزيارات | - تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على تبادل الزيارات بينهم، ومحاولة القضاء على الوحدة والعزلة الاجتماعية. | المناقشة الحوار | 45 دقيقة |
| الجلسة الحادية عشر | الاسترخاء العضلي | - استمرار تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ممارسة الاسترخاء العضلي. | المناقشة - الحوار - النمذجة | 45 دقيقة |
| الجلسة الثانية عشر | التقييم والانتهاج | - تقييم البرنامج من قبل المجموعة الإرشادية. | المناقشة الحوار | 45 دقيقة |
| | | - تطبيق مقياس جودة الحياة. | | |

إجراءات البحث:

- تم تنفيذ البحث وفقاً للخطوات التالية:
- تم بناء مقياس جودة الحياة للمسنين، وحساب صدقه وثباته على عينة مكونة من (50) مسناً من المسنين المقيمين في دار الوفاء لرعاية العجزة والمسنين بمدينة طرابلس.
- تم اختيار مجموعتين، أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (8) مسنين، ممن بلغ متوسط أعمارهم 68.13 عاماً. وقد تم التجانس بين المجموعتين في كل من متغيري العمر وجودة الحياة.
- تم بناء البرنامج الترويحي القائم على عدة أنشطة رياضية، والذي تكون من (12) جلسة ترويحية، مدة كل جلسة (45) دقيقة، بمعدل جلستين أسبوعياً.
- تم تطبيق مقياس جودة الحياة على المجموعتين التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الترويحي.
- تم إعادة تطبيق مقياس جودة الحياة مرة أخرى على أفراد المجموعة التجريبية للمسنين بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الترويحي كقياس تنبئي بعد مرور شهرين.
- تم تفرغ البيانات لمعالجتها إحصائياً.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، معادلة ألفا لكرونباخ، معادلة ويلكسون Wilcoxon، معادلة مان - وتي Mann-Whitney.

نتائج البحث:

أ- نتائج البحث:

(1) النتائج الخاصة باختبار صحة الفرض الأول الذي ينص على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين قبل وبعد تطبيق البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة لصالح التطبيق البعدي.

جدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الرتب ومجموع الرتب،
وقيمة z، ودلالاتها الإحصائية في جودة الحياة لدى المسنين من أفراد
المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج الترويحي
القائم على الأنشطة باستخدام معادلة ويلكسون Wilcoxon

| العمليات الإحصائية | العدد | المتوسطات الحسابية | الانحرافات المعيارية | متوسط الرتب | مجموع الرتب | قيمة z | الدلالة الإحصائية |
|--------------------|-------|--------------------|----------------------|-------------|-------------|--------|-------------------|
| الرتب السالبة | 0 | 53.38 | 2.67 | 0.00 | 0.00 | 2.59 | 0.01 |
| الرتب الموجبة | 8 | 58.88 | 2.85 | 4.50 | 36.00 | | |
| الروابط | 0 | | | | | | |
| المجموع | 8 | | | | | | |

أوضحت النتائج في جدول (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين قبل (م = 53.38، ع = 2.67، م الرتب = 0.00، مج الرتب = 0.00)، وبعد (م = 58.88، ع = 2.85، م الرتب = 4.50، مج الرتب = 36.00) تطبيق البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة، حيث بلغت قيمة z (2.59)، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

ومن ثم، تبين وجود تحسن في مفهوم جودة الحياة لأفراد المجموعة التجريبية من المسنين بعد تطبيق البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة، وهذا ما يؤيد صحة اختبار الفرض الأول.

(2) النتائج الخاصة باختبار صحة الفرض الثاني الذي ينص على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة من المسنين بعد تطبيق البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الرتب ومجموع الرتب،
وقيمة z، ودلالاتها الإحصائية في جودة الحياة لدى المسنين من أفراد
المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الترويحي باستخدام معادلة

مان - وتني Mann-Whitney

| الدلالة الإحصائية | قيمة z | مجموع الرتب | متوسط الرتب | الانحرافات المعيارية | المتوسطات الحسابية | العدد | مجموعات البحث |
|-------------------|--------|-------------|-------------|----------------------|--------------------|-------|--------------------|
| 0.01 | 2.69 | 93.50 | 11.96 | 2.85 | 58.88 | 8 | المجموعة التجريبية |
| | | 42.50 | 5.31 | 2.73 | 54.00 | 8 | المجموعة الضابطة |

أسفرت النتائج في جدول (5) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين (م = 58.88، ع = 2.85، م الرتب = 11.96، مج الرتب = 93.50)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = 54.00، ع = 2.73، م الرتب = 5.31، مج الرتب = 42.50) بعد تطبيق البرنامج التروحي، حيث بلغت قيمة z (2.69)؛ وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

ومن ثم، أوضحت النتائج وجود تحسن في مفهوم جودة الحياة لدى أفراد المجموعة التجريبية من المسنين بعد تطبيق البرنامج التروحي دون أفراد المجموعة الضابطة، وهذا ما يؤيد صحة اختبار الفرض الثاني.

(3) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين في

القياسين البعدي والتتبعي.

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط

الرتب ومجموع الرتب، وقيمة z، ودالاتها الإحصائية

في جودة الحياة بين أفراد مجموعة المسنين التجريبية في القياسين

البعدي والتتبعي باستخدام معادلة ويلكسون Wilcoxon

| الدلالة الإحصائية | قيمة z | مجموع الرتب | متوسط الرتب | الانحرافات المعيارية | المتوسطات الحسابية | العدد | العمليات الإحصائية |
|-------------------|--------|-------------|-------------|----------------------|--------------------|-------|--------------------|
| 0.05 | 2.12 | 32.50 | 4.64 | 2.85 | 58.88 | 7 | الرتب السالبة |
| | | 3.50 | 3.50 | 2.38 | 57.75 | 1 | الرتب الموجبة |
| | | | | | | 0 | الروابط |
| | | | | | | 8 | المجموع |

أشارت النتائج في جدول (6) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين أفراد المجموعة التجريبية من المسنين في القياس البعدي (م = 58.88، ع = 2.85، م الرتب = 4.64، مج الرتب = 32.50)، وفي القياس التتبعي (م = 57.75، ع = 2.38، م الرتب = 3.50، مج الرتب = 3.50) حيث بلغت قيمة z (2.12)؛ وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى 0.05.

وعليه، تبين أنه مازال هناك تحسناً في مفهوم جودة الحياة لدى أفراد المجموعة التجريبية من المسنين حتى

بعد انقضاء شهرين من الانتهاء من البرنامج التروحي، وهذا ما لم يدعم من صحة اختبار الفرض الثالث.

ب- مناقشة نتائج البحث:

توصلت نتائج البحث الراهن إلى فاعلية البرنامج التروحي القائم على الأنشطة في تحسين مفهوم جودة

الحياة لدى عينة من المسنين. وقد تبين ذلك من خلال ما توصل إليه البحث من نتائج، فعلى صعيد المجموعة

التجريبية من المسنين تبين وجود تحسناً في جودة الحياة بعد إخضاع هذه المجموعة لجلسات البرنامج التروحي،

وهذا يتبين أيضاً عند المقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة من المسنين بعد تطبيق البرنامج الترويحي أنه حدث أيضاً تحسن في جودة الحياة. ومما يدل على فاعلية البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة لأفراد المجموعة التجريبية بين المسنين استمرار أثر هذه الجلسات الترويحية حتى بعد الانتهاء منها في تحسين مفهوم جودة الحياة لدى المسنين.

وعليه، تتفق نتائج البحث الراهن مع ما أنتهت إليه نتائج بحوث (Vanderok, et al. 1983)؛ (Sward, (Soberowski, 1999)؛ (Cufman, 1999)؛ (Tsutsumi, 1997)؛ (Damuch, 1996)؛ (2001)؛ (Williams, 2003)؛ (Gary, 2003)؛ (Hanaoka & Okamura, (Hooyman, 2003)؛ (2004)؛ (Yu, 2004)؛ (Belda, 2005)؛ (Vondem, et al., 2006)؛ (Yang, 2006)؛ (Carral & (Ayan Berez, 2007)؛ (Jacob, et al., 2007)؛ (Castro, et al., 2007)؛ في فاعلية البرامج التدخلية لتحسين جودة الحياة لدى المسنين.

ومن ثم، تبين من خلال نتائج البحث الراهن أن البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة قد لعب دوراً كبيراً في تحسين جودة الحياة لدى المسنين؛ حيث تضمن عدداً من الأنشطة والممارسات والتدريبات والمفاهيم التي ساعدت المسن على التمتع بالحياة ومباهاها.

كما تم من خلال استخدام أسلوب المحاضرة كأحد الفنيات التدريبية في توضيح بعض المفاهيم التي ربما تكون غائبة عن ذهن المسن، وخاصة طبيعة المرحلة وما يعترئها من تغيرات صحية ونفسية واجتماعية واقتصادية، والمشكلات المرتبطة بهذه المرحلة أيضاً. كما تضمنت الجلسات التدريبية بعض الفنيات الأخرى مثل الحوار والمناقشة؛ والتي كانت تهدف إلى توضيح بعض النقاط التي ربما تكون بعيدة عن إدراك المسن.

إضافة إلى هذا، تم شرح لأفراد المجموعة الإرشادية من المسنين أن مرحلة الشيخوخة وكبار السن كأى مرحلة نمائية مثل مرحلة الطفولة ومرحلة المراهقة ومرحلة الرشد، ولكل مرحلة خصائصها، ومشاكلها، وجمالها، خاصة بالنسبة لمرحلة الشيخوخة وكبار السن، حيث أن تلك المرحلة تتميز بالحكمة والهدوء النفسي والخبرة الحياتية الطويلة. كما أوضح الباحثان أن لكل مسن سجل حافل بانجازاته عبر سنواته المبكرة، سواء في مكان العمل، أو في مكان الأسرة، وتربية الأولاد وتعليمهم، وتزويجهم أيضاً، فكل هذه الإنجازات تحسب لكل مسن، وينبغي أن يفخر بهذه الإنجازات، حتى ولو حدث تغيير في دوره الاجتماعي الذي كان سائداً من قبل.

وإلى جانب هذا، أوضح الباحثان أن بعض المشكلات الطبية التي يعاني منها كبار السن ليست فقط مرتبطة بطبيعة المرحلة العمرية، والدليل على ذلك أن هناك أطفالاً ومرهقين وشباباً يعانون من بعض المشكلات الصحية، ولكن الأهم من هذا هو في كيفية التعامل مع هذه المشكلات الصحية وتقبلها والتكيف معها بصدر رحب، ولن يتأتى هذا إلا إذا قارن كل مسن بأحواله الصحية بصحة سن آخر، وما يسري على الجانب الصحي، ينسحب أيضاً على الجوانب الأخرى سواء أكانت نفسية أم اجتماعية أو اقتصادية.

ولا شك أن استخدام بعض الأساليب الاجتماعية - من قبل الباحثين - مع أفراد المجموعة الإرشادية من المسنين مثل الإحساس بمشاعر المسترشد، والاهتمام الصادق به، والتي يستشعرها المسترشد من المرشد والتي تشعره بالأمن والثقة بالنفس والارتياح، والمشاركة الوجدانية، والانتباه والاحترام. إضافة إلى تشجيع الباحثين لأفراد المجموعة الإرشادية على التعبير عن انفعالاتهم دون خجل أو خوف، وخلق جو من الألفة بين أفراد المجموعة الإرشادية، وتشجيعهم على تزاور بعضهم البعض، وممارسة بعض الأنشطة الرياضية والدينية، ومحاولة التغلب على العزلة والانسحابية، والتشجيع على التواصل الاجتماعي، ومحاولة استرجاع ما تم من إنجازات في محيط العمل والأسرة. وعليه، فإن كل ما سبق ذكره يؤدي إلى رفع الكفاءة المعنوية، كما أنه ينعكس على مفهوم جودة

الحياة، ويساعد المسن على الإقبال على الحياة والرضا عنها. كما تبين أن استخدام تمارين الاسترخاء العضلي لأفراد المجموعة الإرشادية من المسنين إلى جانب ممارسة رياضة المشي لعبت دوراً كبيراً في التخلص من بعض الانفعالات الحادة التي يعاني منها بعض المسنين.

ومن ثم، يرى الباحثان أن الجلسات التدريبية المستخدمة تحت مظلة البرنامج الترويحي القائم على الأنشطة لعبت دوراً مؤثراً في تحسين جودة الحياة لدى المسن.

وفي ضوء ما انتهى إليه البحث من نتائج، يمكن الخروج منها سواء ببعض التوصيات التالية:

1- العمل على الاستعانة بخبرات المسنين في مجالات الحياة المختلفة، والاستفادة منها، واستثمار هذه الخبرات بما يعود بالنفع على المجتمع عامة، وشريحة المسنين خاصة عندما يشعرون أن المجتمع مازال في حاجة إليهم، ولا يستطيع أن يستغنى عن خبراتهم، وهذا لا شك يعزز من تحقيق المكانة الاجتماعية لديهم، ويزيد من رضاهم النفسي، والإقبال على الحياة.

2- القيام ببعض البحوث المقترحة مثل دراسة تجريبية لتتمة بعض الجوانب الإيجابية في شخصية المسن، بما يترتب عليه تحقيق السعادة النفسية له، والرضا عن الحياة والإقبال عليها.

3- زيادة التركيز على البرامج الرياضية والترويحية والإرشادية الموجهة للمسنين والعمل على تعميمها على كل دور العجزة والمسنين، نظراً لما تشكله هذه البرامج من فائدة جمة تقع على هذه الفئة من المجتمع وترفع من مستوى تحسن جودة الحياة لديهم.

المراجع:

- 1- موسى، رشاد علي عبد العزيز (2002). علم أطوار الإنسان، القاهرة: دار النفيس.
- 2- موسى، رشاد علي عبد العزيز (2001). أساليب العلاج النفسي في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية، القاهرة: مؤسسة المختار.
- 3- الفحل، نبيل محمد (1996). دراسة مقارنة لمدى فاعلية أسلوبين من أساليب الإرشاد النفسي الجماعي في تحسين مفهوم الذات لدى المسنين، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- 4- السيد، فؤاد البهي (1975). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 5- أبو سوسو، سعيدة محمد (1990). الحاجات النفسية للمرأة المسنة، القاهرة: مجلة علم النفس، الهيئة المصرية للكتاب، العدد (16): 61-70.
- 6- عبد الرحمن، محمد السيد (1998). المهارات الاجتماعية والسلوك التوكيدي والفكر الاجتماعي وعلاقتها بالتوجه نحو مساعدة الآخرين لدى طالبات الجامعة: دراسات في الصحة النفسية، الجزء الثاني، القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- 1- Grish, L. (2005). Positive and negative symptom differences related to social withdrawal and quality of life in elderly individuals diagnosed with schizophrenia. **Dissertation International**, 66(11B): 6312.
- 2- Cummins, R. (1997). **Comprehensive Quality of Life Scale-Adult.**, Fifth Edition, Australia: School of Psychology, Deakin University.
- 3- Ohara, S. (1998). The influence of optimism and social support on the quality of life of community-dwelling elderly people. **Unpublished M.A. Thesis.** University of Western Ortrario.
- 4- Fogria, R. and Zoppi, A. (2004). Effect of antihypertensive agents on quality of life in the elderly. **Drugs Aging**, 21(6): 577-393.
- 5- Hashizume, Y. and Kanagwa, K. (2001). **Correlates of participation in adults day care and quality of life in ambulatory frail elderly in Japan.** California: Blackwell Science, In.
- 6- Vanderark, S.; Newman, I., and Bell, S. (1983). The effects of music participation on quality of life of the elderly. **Music Therapy**, 3(1): 71-81.
- 7- Damush, T. (1996). The effects of a strength training intervention on health related quality of life in older adults women and psychological predictors of their exercise behavior. **Dissertations and Theses**, Section: 9932.
- 8- Tsutsumi, T. (1997). The effects of strength training on mood, self efficacy, and cardiovascular reactivity and quality of life in older adults. **Dissertations and Theses**, Section: 0017.
- 9- Curfman, M. (1999). The effects of a leisure education program on perceptions of quality of life in older adults. **Proudest Dissertations and Theses**, Section: 0664.
- 10- Soborowski, A. (1994). Effectiveness of an education program on quality of life and fear of falling. **Dissertations and Theses**, Section: 0940.
- 11- Sward, K. (2001). Effect of resistance exercise training on muscular strength, functional fitness, physical self-perception and quality of life in the

- elderly. **Dissertations and Theses**, Section: 0178.
- 12- Williams, L. (2003). The effect of psychosocial rehabilitation on the subjective quality of life and social skills of older persons with mental illness. **Proquest Dissertations and Theses**, Section: 0970.
 - 13- Gary, R. (2003). The effectiveness of a home based exercise program in older women with diastolic heart failure. **Proquest Dissertations and Theses**, Section: 0153.
 - 14- Hooyman, J. (2003). The effects of three different exercise modalities upon balance and perception of quality of life in individuals seventy years of age and older. **Dissertations and Theses**, Section: 0664.
 - 15- Hanaoka, H. and Okarmura, H. (2004). Study on effects of life review activities on the quality of life of the elderly: A randomized controlled trail. **Psychotherapy and Psychosomatics**, 73(5): 302-311.
 - 16- Yu, S. (2004). Effects of progressive muscle relaxation training on psychological and health-related quality of life outcomes in elderly patients with heart failure. **Dissertations and Theses**, Section: 1307.
 - 17- Belada, F. (2005). A training manual for improving the quality of life of elders in Adult day Centers. **Dissertation Abstracts International**, 66(4B): 2246.
 - 18- Vondem, K.; David, K.; bill, P. and Hikl, R. (2006). Active ageing and quality of life: Results of a WHO demonstration project. **Zeitschrift für Gerontologie und gerioatrie**, 39(2): 82-84.
 - 19- Yang, C. (2006). An intervention to promote quality of life in older adults experiencing chronic nonmalignant pain. **Dissertations and Theses**, Section: 0923.
 - 20- Carral, C. and Ayan Perez, B. (2007). Effects of high intensity combined training on women over 65. **gerontology**, 53(6): 340-346.
 - 21- Jacob, M.; Abraham, V. & Abraham, S. (2007). The effects of community based daycare on mental health and quality of life of elderly in rural south India: A community intervention study. **International Journal of Geriatric Psychiatry**, 22(5): 445-447.
 - 22- Castro, P.; Tahara, N.; Driusso, P.; *et al.* (2007). Influence of the open university for the third age and revitalization program on quality of life in middle aged and elderly adults. **Brazillian Journal of Physical Therapy**, 11(6): 461-468.
 - 23- Buschak, W. (2005). **First European quality of life survey: Life satisfaction, happiness and sense of belonging**. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities.

اثر المعارف والمعلومات الرياضية فى تحسين بعض أهداف منهج كرة السلة

د. تمومين يخلف بن عريبي

المقدمة

تعتبر التربية البدنية جانباً من جوانب التربية المتكاملة ووسيلة من وسائل المجتمع في تنشئة أبنائه لمجابهة التطور ، ولتقابل تلك الحاجات المتعددة والميول المتباينة للأفراد ، وكما هو معروف فإن التربية البدنية بوجه عام تتناول الفرد من حيث النمو والتطوير وتعديل السلوك بدنياً وعقلياً وانفعالياً .

وتذكر منى مصطفى محمد (1987) أن النجاح الحقيقي للرياضي يتأكد في الجمع بين الممارسة للنشاط والمعرفة وقد يبعد التقدم في العمر بين الرياضي والممارسة وأنه لا يبعد بينه وبين المعرفة حتى يستطيع الاحتفاظ بالمعارض والمعلومات مدة أطول من احتفاظه بمستواه البدني والمهاري أي أن المعلومات الرياضية تبقى في ذاكرة ما صاحبها حتى بعد أن يفقد الرياضي لياقته أو ينخفض مستواه المهاري (32: 1).

أما المرابي الرياضي فكلما ازداد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها والمعلومات الأساسية من الميادين العلمية كلما كان اقدر على تطوير تنمية المستوى الرياضي لمن يقوم بتربيتهم إلى أقصى درجة .

وتتضمن مادة كرة السلة عدداً من الحقائق والمعلومات والمفاهيم والنظريات تقدم على مدى السنوات الدراسية الأربع بالكلية وتشتمل على الجوانب المعرفية والفنية المرتبطة بالأداء ، وفيها يتوارى التقدم في المجال المعرفي مع متطلبات المجال المهاري وتزويد الطلاب بالمعلومات والمعارف الخاصة بكرة السلة تساعد على سرعة تعلمها مع التحسن في الأداء مما يوضح أن هناك علاقة بين التعلم الحركي واكتساب المعرفة .

ومن هنا جاءت اختيار مشكلة البحث وهو محاولة التعرف على أهمية المعرفة الرياضية الخاصة بكرة السلة ودورها في تحسين مستوى التعلم للطلبة بكلية التربية البدنية.

مشكلة البحث

تعد المعرفة أحد أهم جوانب الثقافة الرياضية التي تراكمت خبراتها وأدواتها ونظمها وقواعدها عبر آلاف السنين ، ومن خلال خبرات وأراء الملايين من البشر الذين أحبوا اللعب ومارسوا الرياضة وعمدوا إلى تطويرها وتأصيلها صارت ذات بنية معرفية لها نظرياتها ومبادئها ومفاهيمها ومصطلحاتها الخاصة ، كما تعد المعرفة الرياضية وجهاً ثقافياً وحضارياً مشرقاً وثيراً وجدير بأن يلم به الإنسان المعاصر الذي هو في أمس الحاجة إلى الصحة واللياقة البدنية.

ويعتبر المجال المعرفي مجالاً من المجالات العامة لإعداد منهج التربية البدنية حيث يرتبط بالعمليات العقلية وقدرة المتعلم على اكتساب واستخدام المعلومات والمعارف النظرية بمستويات مختلفة ومن ناحية أخرى فإنه يرتبط بنوع معين من التعلم وهو التعلم المعرفي ولذا فإن المجال المعرفي يتناول الأهداف التي تؤكد على النواحي العقلية مثل المعرفة والفهم ومهارات التفكير ولذا تعتبر المعرفة أمراً ضرورياً لتنمية القدرات العقلية.

وعلى الرغم من أن الجوانب المعرفية تعتبر عنصراً أساسياً في تدريس التربية البدنية إلا أن معلمي التربية البدنية يوجهون اهتمامهم للمجال النفسى حركى على حساب المجال المعرفى ، وهناك قصور فى اكتسابها ، كما

لا كلية علوم التربية البدنية و الرياضة . جامعة السابع من ابريل الزاوية

المختلفة ، وكذلك بالنسبة للمتعلمين وفي هذه الأيام هناك إلحاحاً شديداً بإعادة فحص المناهج الرياضية حيث يعتبر المحتوى العقلي والتعبير اللفظي في التربية البدنية من العناصر الجوهرية كما للمستوى النفس الحركي من أهمية .

وكرة السلة هي إحدى المواد العملية الأساسية التي تدرس بكليات التربية البدنية وهي من المواد التطبيقية التي يحتاج أسلوب تنفيذها بجانب الأداء العملي إلى بعض المعلومات والمعارف النظرية ، ومعرفة المعلومات والحقائق والقوانين والنظريات العلمية الخاصة بها أمر أساسي يؤدي القصور فيها إلى انخفاض في مستوى أداء الطلبة حيث أن الارتقاء بالمستوى المهاري لا يتحقق إلا بالممارسة والمعرفة.

وقد تناولت العديد من الدراسات العلاقة بين المعرفة الرياضية والأداء الحركي لبعض الأنشطة الرياضية " كدراسة أمل سيد أحمد (1992)، رضا حنفي أحمد (1992)

وقد لاحظت الباحثة انخفاض مستوى التحصيل الجانب النظري بالمقارنة لدرجات العملي لمهارة كرة السلة طيلة سنوات التدريس مما دفع الباحثة لمثل هذه الدراسة للتعرف علي دور المعرفة الرياضية في تحقيق بعض أهداف منهج كرة السلة حيث تري الباحثة تزويد المتعلمين بالمعارف والمعلومات المرتبطة بالمهارات الهجومية والدفاعية وما يتعلق بقانون لعبة كرة السلة التي قد تضيف المفاهيم الكاملة لكل ما تتضمنه اللعبة إلي جانب تنمية بعض قدرات المتعلم الثقافية لزيادة الخبرة لديه أثناء أداء مهارات كرة السلة .

ومن هذا المنطلق رأَت الباحثة ضرورة دراسة أهمية المعرفة الرياضية كبرنامج مقترح وتأثيره على مستوى تعلم مهارات كرة السلة لطلاب الفصل الأول بكلية التربية البدنية .

أهداف البحث

- 1- التعرف على المعارف والمعلومات الرياضية في تحسين بعض أهداف منهج كرة السلة .
- 2- التعرف على المعارف والمعلومات الرياضية في تحسين مستوى الأداء المهاري في كرة السلة.

تساؤلات البحث

- 1- هل المعارف والمعلومات الرياضية في تحسين بعض أهداف منهج كرة السلة ؟
- 2- هل المعارف والمعلومات الرياضية في تحسين مستوى الأداء المهاري في كرة السلة ؟

الدراسات النظرية

- أهمية المعرفة الرياضية : تعد المعرفة الرياضية أحد أهم جوانب الثقافة الرياضية التي تراكمت خبراها وأدواتها ونظمها وقواعدها عبر آلاف السنين ، ومن خلال خبرات وآراء ملايين البشر الذين أحبوا اللعب ومارسوا الرياضة وعمدوا إلى تطويرها وتأهيلها إلى أن صارت ذات بنية معرفية لها نظرياتها ومبادئها ومفاهيمها ومصطلحاتها الخاصة ، كما تعد المعرفة الرياضية وجهاً ثقافياً وحضارياً مشرقاً وثرياً وجديراً بان بلم به الإنسان المعاصر الذي هو في أمس الحاجة إلى الصحة واللياقة البدنية .

ويرى أمين أنور الخولي ومحمود عبد الفتاح عنان (1999) إن المجال المعرفي يمثل أحد الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية والبدنية ، كما إنه يعبر عن وجه ثقافي وحضاري متميز ، ويجب على الإنسان أن يعرف قبل أن يمارس ، لأن دور المعرفة الرياضية لا يمكن اعتباره دوراً هامشياً ، خاصة بين أوساط المتعلمين ، حيث يشكل مطلباً هاماً لهم ، بحيث تنتقل المعرفة من خلال عمليات الاتصال الثقافي بآلياته وطرائقه ، فالمعرفة لا تورث وإنما تكتسب بالتثقيف والتعليم والتربية ، فيتعين على الفرد المتعلم ممارساً أو مشاهداً أن يتقهم ويستوعب قدرماً ملائماً من المعرفة الرياضية عن نوع النشاط الرياضي الممارس ، كما يعتمد المعلم الناجح على

الكثير من أساليب ووسائل عرض وتشبث المعرفة الرياضية ، وتذكرها وفهمها واستيعابها ومن ثم القدرة على تطبيقها في الملعب (7: 99 - 100) .

ويشير إبراهيم عبده غنيم (2004) إلى أن المعرفة الرياضية تهدف إلى التعرف على العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي وبين القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة هذا النشاط ، وتعد المعرفة هي ذلك المجال الذي يتضمن المفاهيم والمبادئ التي تشكل موضوعات ذات الطبيعة المعرفية الفعلية المرتبطة بالنشاط الرياضي ، وتحكم أدائه بشكل عام ، كما تهدف إلى تنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم والتطبيق والتحليل والترتيب والتقييم لجوانب معرفية في جوهرها رغم انتسابها إلى التربية البدنية ، وفي مجال التربية يمكن أن تتحقق الأهداف المعرفية من خلال التعرف على النقاط التالية

- المفاهيم والمصطلحات الشائعة .
- تاريخ الرياضة وسير الأبطال .
- المعلومات الأساسية عن الحركة والأداء الحركي الصحيح .
- قواعد اللعب ولوائح المنافسات.
- القواعد والقوانين والخطط الخاصة بالنشاط الرياضي.
- قواعد الأمن والسلامة البدنية أثناء ممارسة النشاط الرياضي.
- المعلومات الخاصة بالصحة البدنية .
- أنماط التغذية وطرق ضبط الوزن .
- اللياقة البدنية الخاصة بكل نشاط رياضي .(7 : 13 ، 14) .

لعبة كرة السلة :-

تعد رياضة كرة السلة من ثاني الألعاب الجماعية ذات شعبية وانتشاراً في معظم بلدان العالم ولقد تعددت مفاهيم كرة السلة حيث يشير محمد حسن أبو عبيدة (1980) إلى أنها لعبة جماعية تتلخص في محاولة أحد الفريقين المتنافسين إصابة هدف الفريق الآخر بأكبر عدد ممكن من الإصابات وفي نفس الوقت يعمل على منع الفريق المنافس من إصابة سلته (25: 3) .

ويذكر أحمد كامل حسين (1995) أن كرة السلة من الأنشطة الجماعية التي تمارس بين فريقين يتنافسون في مساحة صغيرة نسبياً وإذا ما قورنت بغيرها من الأنشطة فهي تتسم بالتفاعل الإيجابي المستمر للعديد من العمليات الدفاعية والهجومية ونسبة عالية من التهديف (2: 5) .

ويذكر مصطفى محمد زيدان وجمال الدين رمضان موسى (2004) إنها رياضة جماعية ذات شعبية واسعة ويمارسها أعداد كبيرة من الرياضيين على مستوى العالم ، وتعد واحدة من الألعاب الرياضية الأسرع تطوراً ونمواً ويتطلب الأداء الجيد لها السرعة والتحمل ودرجة عالية من المهارة وهي تمارس على مستوى الهواية والاحتراف (31 : 18) .

المهارات الأساسية في كرة السلة

يعرف عصام عبد الخالق (1987) المهارة الأساسية بأنها الأداء الإرادي الثابت للحركة الرياضية المتميز بالتحكم ودقة الأداء الحركي والاقتصاد في الجهد وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لإنجاز غاية محددة النتائج وينكر أنه يجب أن تتوافر في المهارة الحركية :

- التحكم والدقة في الأداء .
- التوافق بين عناصر الحركة .
- السرعة في إنجاز الواجب المحدد .
- السهولة والانسائية في الأداء .
- الاقتصادية في بذل الجهد .

التكيف مع الظروف والمواقف المختلفة في المنافسة (19: 265 ، 266) .

ويعرف أسامة كامل راتب (1999) المهارة الحركية بأنها مهمة حركية أو مؤشر نوعي (كفي) للأداء الذي ينفذ بكفاءة ودقة أو القدرة على القيام بعمل ما بشكل يتسم بالدقة والسهولة والاقتصاد في الجهد(4: 423) .
ولعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية المتميزة بسرعة الإيقاع والتحرك الفردي والجماعي ، ويستمد اللاعبون الكثير من المهارات الأساسية بالكرة أو بدونها وتصاغ جميعاً في أشكال متباينة ومتغيرة من التحركات الهجومية والدفاعية وبسبب التغير المستمر لمواقف اللعب الهجومية والدفاعية برزت أهمية إتقان المهارات والقدرة على انتقاء أنسبها بما يتماشى مع طبيعة مواقف اللعب .

وتؤكد العديد من الآراء الحديثة على أن المتعلم الذي يتقن فنون لعبة كرة السلة يجب أن يمتلك مفتاح اللعبة وهو الهجوم الجيد بأساسياته ويتمثل في المهارات الهجومية كالتمرير بأنواعه والمحاورة والتصويب بأنواعه ، والمعلم الجيد هو الذي يعمل على حسن وإجادة إكساب المتعلمين المهارات الأساسية للعبة كرة السلة ، وذلك لأنها هي الأساس في ممارسة اللعبة ويجب عليه أيضاً أن يقيم كل مكون من مكونات تلك اللعبة من حيث المهارات المستخدمة كالتحرك بالكرة وبدونها والتمرير وغيرها من المهارات الأساسية من المنطلق أن النجاح في تعلم كرة السلة يعتمد على تعلم وإتقان المهارات الأساسية الهجومية .

علاقة كرة السلة بالنواحي المعرفية

تعتمد كرة السلة في حركة تطورها على استخدام الأساليب العلمية في حل مشكلاتها حيث أصبحت تركز على أسس علمية تخضع في جوهرها لمبادئ وقوانين العلوم الطبيعية والإنسانية والاجتماعية ، ولقد ساعد التطور العلمي في مجال المناهج وطرق التدريس على استخدام أحدث نظريات العلم للوصول بالمتعلمين إلى أفضل مستوى ممكن في هذا النشاط وفقاً للأهداف الموضوعية لمناهج كرة السلة .

ويشير محمد حسن أبو عبيدة (1980) إلى أن كرة السلة تتطلب من اللاعب أن يكون معداً إعداداً شاملاً في جميع النواحي الجسمية والنفسية والمعرفية والخلاقية والاجتماعية فالإعداد السليم لكل لاعب يؤدي إلى خلق جماعة مرتبطة بالصدقة والإخوة والتعاون مما يضمن النظام التام الذي يظهر بوضوح أثناء التدريب والمنافسات . (25: 24) .

الدراسات المتشابهة

دراسة محمد أحمد خليفة (1990) بعنوان " بناء اختبار معرفي لطلبة تخصص كرة اليد بكلية التربية البدنية
بالجامعة الأردنية".

وتهدف الدراسة إلى :-

بناء اختبار معرفي لطلبة تخصص كرة اليد بكلية التربية البدنية بالجامعة الأردنية .
اختيرت العينة بالطريقة العمدية وبلغ عددها (60) طالب تخصص كرة اليد وقد شملت محاور الاختبار الثقافة
العامة ، الإعداد المهاري ، المهارات الأساسية قواعد اللعب ، الخطط ، التحليل والتقييم .
وحقق الاختبار معامل مدة بلغ 0.94 ومعامل ثبات بلغ 0.90 وقد استخدم الباحث النهج الوصفي .
ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :

بناء مقياس معرفي لطلبة تخصص كرة اليد بكلية التربية البدنية بالأردن. (23)

دراسة محمد السيد علي (1993) بعنوان " بناء اختبار معرفي في رياضة الجودو لطلاب كلية التربية البدنية
للبنين بالقاهرة " .

وتهدف الدراسة إلى :

بناء اختبار معرفي رياضة الجودو لدى طلاب كلية التربية البدنية للبنين وتحديد مستويات المعرفة في رياضة
الجودو لدى الطلاب .
واختيرت العينة بالطريقة العمدية من جميع طلبة الفرقة الثانية وبلغ عددهم 255 طالب.
وشملت محاور الاختبار على (المصطلحات ، القانون ، الأسس ، النظريات العلمية ، الأداء الفني والمهاري ،
التاريخ) ، وقد حقق الاختبار معامل مدة بلغ 0.98 ومعامل ثبات بلغ 0.83 وقد استخدم الباحث المنهج
الوصفي .

ومن نتائج الدراسة :

- بناء اختبار معرفي في رياضة الجودو لدى طلاب طلبة التربية البدنية للبنين للفرقة الثانية .
- تحديد مستويات المعرفة في رياضة الجودو لدى طلاب الفرقة الثانية . (24)

دراسة دولت عبد الرحمن عبد القادر وزينب ابو بكر (1995) بعنوان " وضع مستويات معيارية واختبارات
مقننة لقياس الناحية المهارية والمعرفية في كرة السلة للطالبات المتدمات بكلية التربية البدنية " .

وتهدف الدراسة إلى :-

- وضع مجموعة من الاختبارات لقياس الناحية المهارية في كرة السلة للطالبات الجدد والمتدمات للكليات
بالإسكندرية
 - وضع اختبارات لقياس الناحية المعرفية في كرة السلة وتحديد المستويات المعرفية لهذه المهارات، واختيرت
عينة البحث بالطريقة العمدية وبلغ عددهن 450 متدمات للالتحاق بكلية التربية البدنية واستخدمت الباحثة
المنهج الوصفي المسحي.
- وأسفرت نتائج هذه الدراسة إلى وضع ستة اختبارات تقيس قدرة الطالبة على أداء مهارات كرة السلة في اختبارات
القبول .

- وضع اختبار معرفي يقيس الناحية المعرفية للطالبات المتدمات ويشمل 15 سؤال حددت إجابته في 15
دقيقة . (14)

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث وقد تم استخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة عن طريق القياسين القبلي و البعدي .

عينة البحث

طلاب كلية التربية البدنية السنة الأولى . وعددهم الفعلي 40 طالب وقد تم اختيارهم بناءً على الشروط التالية :-
- لم يمارسوا كرة السلة قبل الدخول إلى الكلية .
- المعارف والمعلومات لديهم غير كافية لأداء مهارات كرة السلة .

أدوات البحث

ملعب كرة السلة - كرات سلة - قاعات دراسية .
قامت الباحثة باستخدام عدد من الأدوات وهي :

1- الاختبارات المهارية المرتبطة بمهارات كرة السلة للصف الأول بكلية التربية البدنية.

أ- بعد الرجوع إلى المراجع العلمية 1 ، 2 ، 3 ، وكذلك الدراسات السابقة 4 ، 5 ، 6 ، 7 ثم اختيار الاختبارات التالية مرفق رقم (1)

- التمرير .
- المحاورة .
- التصويبة السلمية .
- الرمية الحرة .

حساب معامل صدق الاختبارات المهارية

- بعد اختيار الاختبارات المهارية والتي تقيس المهارات قيد البحث قامت الباحثة بعرض الاستمارة على الخبراء في مجال طرق التدريس لمعرفة مدى مناسبة هذه الاختبارات للطلاب وقد اعتمدت الباحثة نسبة الاتفاق تتراوح بين 65 ، 100% في جميع الاختبارات وقد أسفرت النسبة على سبع اختبارات

حساب معامل ثبات الاختبارات المهارية :

قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية من خارج عينة البحث قوامها عشر طلاب حيث قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات المهارية وإعادة التطبيق في الفترة من 21 إلى 25 / 12 / 2008 والجدول رقم (1) يوضح معامل الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث.

جدول رقم (1)

يوضح معامل الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث

| معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | الاختبارات الإحصائية |
|----------------|----------------|-------|---------------|-------|------------------------------|
| | ع | س | ع | س | الاختبارات المهارية |
| .98 | 4.50 | 25.86 | 4.72 | 26.6 | التمريرة الصدرية |
| .62 | 1.27 | 7.96 | 1.57 | 8.16 | التمريرة المرتدة |
| .72 | 1.66 | 19.80 | 1.33 | 20.60 | التمرير من فوق الرأس باليدين |
| .97 | 2.83 | 14.43 | 3.10 | 14.23 | التمرير بيد واحدة من الكتف |
| .94 | 4.41 | 22.83 | 4.91 | 23.66 | المحاورة |
| .66 | 88. | 2.20 | .76 | 2.36 | التصويبة السلمية |
| .65 | 1.84 | 7.3 | 1.88 | 7.20 | الرمية الحرة |

يتضح من الجدول رقم (1) ثبات الاختبارات التي تقيس المهارات قيد البحث حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط للثبات بين (62 ، 98) وكانت جميع الاختبارات ذات درجة مناسبة من الثبات مما يسمح باستخدامها

2- الاختبار المعرفي لكرة السلة (مرفق رقم 2).

تحديد الأهداف التعليمية المراد قياسها

يعتبر الجانب المعرفي لمنهج التربية البدنية وخاصة كرة السلة جانباً مهماً من جوانب المنهج حيث يرتبط بالعمليات العقلية وقدرة المتعلم على اكتساب المعلومات والمعارف النظرية بمستويات مختلفة ، وقد حددت الباحثة الأهداف المعرفية التي اقتصر على مجموعة المعارف والمعلومات والمفاهيم فقط ثم قامت الباحثة بالتخطيط العام للمحاور الرئيسية للاختبار وكيفية وضع الأسئلة استناداً إلى المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة كدراسة زكية الميساوي 2007 وقد تم تحديد استمارة للاختبار المعرفي وهي عبارة عن 50 سؤال موزعة على عدة محاور وهي بعض القواعد القانونية لكرة السلة المصطلحات المتداولة في كرة السلة ، أهم الصفات البدنية بكرة السلة ، بعض المهارات الهجومية لكرة السلة ، نبذة عن كرة السلة .

- تم تحديد نوع الأسئلة وهو أسئلة الاختيار من متعدد ، وهي من أشهر الطرق استخداماً في بناء عبارات الاختبار .

- صياغة الأسئلة .

قامت الباحثة بصياغة الأسئلة والتي تتكون من جملة ويليها ثلاثة بدائل وعلى الطالب اختيار الصحيح وقد راعت الباحثة عند صياغة الأسئلة :-

1- أن يكون هناك بديل واحد هو الصحيح .

2- أن تكون بدائل الإجابات تحتوي على عدد قليل من الكلمات .

3- أن تكون الإجابات الصحيحة موزعة توزيعاً عادلاً.

تجهيز مفتاح الصحى (مرفق رقم 3)

بعد أن حددت طريقة الإجابة على الأسئلة ، بحيث يجيب الطالب في نفس الورقة تم تصميم مفتاح التصحيح لرصد عدد الإجابات الصحيحة والإجابات الخاطئة ، وتحديد الدرجة لكل طالب حيث تم توزيع الدرجة الكاملة

وهي درجة واحدة للاختبار الصحيح ، وصفر للاختبار الخاطئ ولأن الاختبار يحتوي على 50 سؤال فالدرجة الكلية للاختبار تساوي 50 .

صدق الاختبار المعرفي :

اعتمدت الباحثة الصدق المنطقي للاختبار المعرفي من خلال استطلاع رأي الخبراء في مجال تدريس كرة السلة ومدى الاتفاق على معايير الاختبار المعرفي وعباراته لما صممت من أجله واختبرت الباحثة نسبة الاتفاق من 50 فما فوق أسفر على 50 سؤال كشكل نهائي للبحث .

ثبات الاختبار المعرفي :

قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات على عينة عشوائية قوامها 10 طلاب من خارج عينة البحث ثم أعيد التطبيق مرة أخرى بعد 4 أيام وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني والجدول رقم (2) يمثل ذلك .

جدول رقم (2)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لحساب ثبات الاختبار المعرفي .

| معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | وحدة القياس | الاختبارات الإحصائية الاختبارات المهارية |
|----------------|----------------|-------|---------------|----|-------------|---|
| | ع | س | ع | س | | |
| 0.93 | 5.44 | 37.00 | 5.54 | 36 | درجة | الاختبار المعرفي |

يوضح الجدول رقم (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط يساوي 0.93 ، ما بين التطبيق الأول والثاني مما يدل على ثبات الاختبار المعرفي بشكله النهائي القابل للتطبيق .

أسس البرنامج المعرفي المقترح :-

لتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بالتالي :

إعداد مفردات المنهج الخاصة بالجانب المعرفي وتوزيعها علي الموسم الدراسي ثم قامت الباحثة بإعداد الاستمارة وعرضها علي الخبراء بكلية التربية البدنية وكذلك القائمين بالتدريس وارتضت الباحثة نسبة الاتفاق علي 60 % من رأي الخبراء

والجدول رقم (3) يوضح التوزيع الزمني للبرنامج المعرفي المصاحب للدروس العملية وفق المنهج المعد للسنة الأولى

راعت الباحثة عند إعداد هذا البرنامج الأسس التالية :-

- خصائص النمو وما يناسب ميولهم ومراعاة قدراتهم المعرفية .
- أن يهدف البرنامج إلى تنمية المعرفة الرياضية من خلال تطبيق المعرفة في الملعب .
- التدرج من السهل إلى الصعب.
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.
- ثم قامت الباحثة بتحديد المحتوى العلمي للصفات البدنية ومهارات كرة السلة المحددة لطلاب السنة الأولى والمعارف والمعلومات الخاصة بالمعرفة الرياضية المرتبطة بكرة السلة وتوزيعها على 12 أسابيع كما حددت الدروس العلمية.

- قامت الباحثة بعرض البرنامج على الخبراء وبعد إجراء التعديلات البسيطة الخاصة بالتوزيع الزمني والجدول رقم (3) يوضح البرنامج المقترح .

جدول رقم (3)

التوزيع الزمني لبرنامج المعرفة الرياضية وأماكن تنفيذها

| الأسبوع | المحتوى | المكان |
|------------|---|----------------------|
| الأول | درس نظري : نبذة تاريخية عن كرة السلة . درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة وقفة الاستعداد + تطبيق المهارة + المعارف والمعلومات . | قاعة دراسية + الملعب |
| الثاني | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة مسك الكرة + تطبيق المهارة + تطبيق المهارات السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| الثالث | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة التمريرة الصدرية + تطبيق المهارة _ + تطبيق المهارات السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| الرابع | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة التمريرة المرتدة + تطبيق المهارة + تطبيق المهارة السابقة = المعارف والمعلومات. | الملعب |
| الخامس | درس نظري: بعض القواعد القانونية لكرة السلة درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة التمرير باليدين من فوق الرأس + تطبيق المهارة + تطبيق المهارة السابقة + المعارف والمعلومات. | قاعة دراسية + الملعب |
| السادس | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة التمرير بيد واحدة من الكتف + تطبيق المهارة + تطبيق المهارة السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| السابع | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة المحاورة بالكرة + تطبيق المهارة = تطبيق المهارة السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| الثامن | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة التصويبة السلمية + تطبيق المهارة + تطبيق المهارة السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| التاسع | درس نظري : المصطلحات المرتبطة بكرة السلة . درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة الرمية الحرة + تطبيق المهارة + تطبيق المهارة السابقة + المعارف والمعلومات . | قاعة دراسية + الملعب |
| العاشر | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بالمهارة + تعليم مهارة التصويب من أسفل السلة + تطبيق المهارة + تطبيق المهارة السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| الحادي عشر | درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني الخاص بمهارات كرة السلة + تدريبات شاملة لمهارات كرة السلة + تطبيق المهارات السابقة + المعارف والمعلومات. | الملعب |
| الثاني عشر | درس نظري : بعض المهارات الهجومية في كرة السلة . درس عملي : الإحماء + الإعداد البدني المرتبط بمهارات كرة السلة + تطبيق المهارات الهجومية في شكل مباريات + المعارف والمعلومات . | قاعة دراسية + الملعب |

القياس القبلي :

بعد التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة الخاصة بالبحث قامت الباحثة بالاختبارات القبلية وهي اختبار لمستوى الأداء المهاري للمهارات الهجومية قيد البحث والاختبار المعرفي بتاريخ 2008/12/30 .

تنفيذ البرنامج المعرفي المقترح

استغرق تدريس البرنامج المعرفي ودروس كرة السلة بواقع 12 أسبوع فعلي مع مراعاة وقت الإجازات والامتحانات الخاصة بالعام الدراسي .

محتوي المعارف والمعلومات:-

استخدمت الباحثة في تعليم الجانب المعرفي بعض الخطوات التالية :-
 عند تعليم مهارات التمرير قامت الباحثة بعرض بعض الفرق المشهورة وبعض الأسماء اللامعة في اللعبة وكيفية أداء لعبهم في البطولات .

- إعطاء فرصة البحث والمشاهدة وتحديد بعض المهارات الخاصة بكره السلة ومعرفة بعض اللوائح والقوانين التي يحددها الهيئات المنظمة للدوريات وذلك من خلال تقييمهم اليومي للفرق .

- مشاهدة بعض الأفلام المسجلة للبطولات سواء المحلية - أو دولية .

كما شملت الدروس النظرية علي ورقات عمل يكلف بها المتعلم وتحتوي علي تحديد المتطلبات البدنية الخاصة بكل مهارة التي تم تعليمها وكيفية تنميتها والارتقاء بها .

حرصت الباحثة علي أن يتم تعليم كل مهارة مع تحديد التفاصيل الخاصة بقانون اللعبة ومعرفة الضوابط التي تساعد علي الأداء الأمثل لهذه المهارة .

-شمل المحتوي المعرفي علي بعض أساليب التعلم كالاستكشاف بحيث تم عرض سؤال مفتوح علي أهم النقاط والتي منها:-

-عند مشاهدة مباراة كرة السلة لفريق مشهور كيف يتم حساب النقاط ؟ معرفة الوقت المحدد للمباراة ؟ عدد الأوقات المستقطعة ؟ متى تحسب الثلاث ثواني ؟ الخمس ثواني ؟

القياس البعدي

بعد انتهاء الفترة المخصصة للبرنامج المعرفي تم تطبيق نفس الاختبارات على عينة البحث في الفترة من 6 إلى 2009/4/9 .

الوسائل الإحصائية المناسبة

استخدمت الباحثة المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري نسبة التحسن - معامل الارتباط البسيط .

عرض النتائج

جدول رقم (4)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت ونسبة التحسن للاختبار

المعرفي لعينة البحث في القياس القبلي والبعدي .

| نسبة التحسن | قيمة ت | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | الاختبارات الإحصائية |
|-------------|--------|----------------|----|---------------|----|----------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| 17.36 | 8.91 | 6.54 | 43 | 5، 5 1 | 35 | الاختبار المعرفي |

مستوى الدلالة عند مستوى 0.05 = 2,07

يوضح الجدول رقم (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للاختبار المعرفي والذي كان (8,91) مما يدل على أن الاختبار ذو دلالة عالية ولصالح القياس البعدي كما كانت نسبة التحسن 17,36 وهي نسبة مرتفعة .

والجدول رقم (4) يوضح أهمية البرنامج المعرفي في تحقيق حصيلة المنهج الخاص بكرة السلة فكما زادت حصيلة الطالب المعرفية كلما زاد إدراكه بالمهارة والأداء بشكل يؤهله من ممارسة اللعبة على الوجه الصحيح وهذا يتفق مع دراسة محمد أحمد خليفة (1990) وأمل سيد أحمد (1991) واللذان توصلتا إلى أن الاختبار المعرفي له تأثير على أداء اللاعب بدنياً ومهارياً وتساوده على تجاوب جسمه لمختلف الظروف وتحقيق النتائج المتاحة .

وترجح الباحثة ارتفاع نسبة التحسن لصالح القياس البعدي لأهمية المعرفة الرياضية حيث تعمل على مساعدة المعلم على فهم العلاقات بين خبرات التعلم في البرامج الدراسية والتغيرات الحادثة في سلوك الطالب وتنمية المهارات المعرفية لا تقل أهمية عن تنمية المهارات الحركية فالأداء المهاري ما هو إلا نتاج للتعاون والتكامل بين المفهوم المعرفي والأداء الحركي كما أن المعرفة في المجال الرياضي يتأسس عليها اكتساب السلوك الصحيح أثناء المنافسات ، وبهذا يتحقق الهدف الأول والتساؤل الأول .

جدول رقم 5

يوضح المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و نسبة التحسن في الاختبارات المهارية لعينة البحث

| نسبة التحسن | قيمة ت | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | الاختبارات الإحصائية |
|-------------|--------|----------------|-------|---------------|-------|-------------------------------|
| | | ع | س | ع | س | الاختبارات المهارية |
| %18.23 | 9.33 | 5.92 | 28.63 | 3.92 | 24.21 | التمريرة الصدرية |
| %15.17 | 5.37 | 1.76 | 9.14 | 1،-8 | 6.83 | التمريرة المرتدة |
| %23.26 | 8،-8 | 3.99 | 24.34 | 1،42 | 19.66 | التمريرة من فوق الرأس باليدين |
| %22.19 | 7.96 | 4.73 | 18.61 | 3.18 | 14.62 | التمرير بيد واحدة من الكتف |
| %28.35 | 13.11 | 5.71 | 28.26 | 4.03 | 22.11 | المحاورة |
| %20.24 | 6.42 | 2،-3 | 5.13 | 1،-1 | 3.13 | التصويبة السلمية |
| %24.05 | 1،-3 | 4.93 | 9.81 | 2،-3 | 7.26 | الرمية الحرة |

قيمة ت الجدولية عند مستوى 05 ، = 2.07

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع الاختبارات المهارية بالإضافة إلى أن نسبة التحسن تكاد تكون مرتفعة بالنسبة للاختبارات مما يدل على أن هناك فرقاً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الاختبارات المهارية ، قيد البحث ، ويوضح الجدول كذلك أن هناك فرقاً في القياسين في جميع المهارات لصالح القياس البعدي وهذا يؤكد أن للمعرفة الرياضية دوراً كبيراً في مساعدة المتعلم على الأداء بشكل أفضل وتساوده كذلك في فهم المهارة والاستفادة من المعارف والمعلومات التي تدعمه كمتعلم وتثري فكره بأسلوب الأداء الأمثل وهذا ما يؤكد القياس البعدي لعينة البحث حيث كانت قيمة ت معنوية في كل الاختبارات بالإضافة إلى أن نسبة التحسن عالية مما يدل على أهمية البرنامج وتأثيره على تحقيق أهداف منهج كرة السلة لطلاب كلية التربية وترجح الباحثة هذا التقدم إلى استخدام البرنامج المقترح والذي من أهدافه تنمية المعارف والمعلومات والمفاهيم الخاصة بالمهارات التي تدرس ضمن

منهج كرة السلة وذلك لتحقيق أهداف المنهج وأهداف كلية التربية البدنية وهذا يتفق مع دراسة رضا حنفي أحمد 1994 ودراسة نبيلة أحمد علي (1995).

حيث توصلت إلى أهمية المعارف والمعلومات والتي يمكن الاعتماد عليها في التعرف على مدى إلمام الطلاب بالمهارات وطريقة أدائها. وبهذا يتحقق الهدف الثاني والتساؤل الثاني للبحث.

الاستنتاجات

مما سبق عرضه وفي حدود المنهج المستخدم أو البرنامج المقترح والعينة التي طبق عليها يمكن استخلاص ما يلي :-

- أثر تنفيذ البرنامج المقترح إيجابياً على طلاب كليات التربية البدنية وتحسين مستوى أداءهم في المهارات الخاصة بكرة السلة .
- الاختبار المعرفي يمكن الاعتماد عليه في تحقيق أهداف منهج كرة السلة لطلاب كلية التربية البدنية .

التوصيات

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث توصي الباحثة بالتوصيات الآتية :-

- الاقتراح باستخدام البرنامج المعرفي المقترح كوسيلة لتحقيق أهداف منهج كرة السلة بالكليات .
- استخدام الاختبار المعرفي لمعرفة مدى تقدم الطلاب في مادة كرة السلة ومعرفة حصيلتهم المعرفية للمنهج.
- إجراء اختبارات تتبعية للطلاب للوقوف على ما قد يطرأ على مستواه المعرفي مما يكون له أثر فعال على مستوى أدائه .
- إجراء دراسات مشابهة بإضافة اختبارات نفسية .
- إجراء مثل هذه الدراسة لمراحل السنة المختلفة .

المراجع

- 1- إبراهيم عبده غنيم(2004) : رسالة ماجستير غير منشورة " بناء اختبار معرفي في رياضة الملاكمة لطلاب كلية التربية البدنية ، كلية التربية البدنية المنصورة كرة ال سلة ، دار المعارف القاهرة .
- 2- أحمد كامل حسين(1995) : القياس في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996.
- 3- أحمد محمد خاطر (1999) : النمو الحركي (كمدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق) ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 4- سامة كامل راتب (1999) : دراسة علمية لجوانب مستوى التصويب للاعبات الدرجة الأولى لكرة السلة رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة طنطا
- 5- أمل الزغبى سعيد(1992) : بناء اختبار معرفي في كرة السلة لطلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية البدنية بنات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة طنطا.
- 6- أمل سيد أحمد(1991) : دراسة علمية لجوانب مستوى التصويب للاعبات الدرجة الأولى لكرة السلة رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة طنطا.
- 7- أمين أنور الخولي(1999) : دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 8- أمين أنور الخولي (1994) : دار الفكر العربي ، القاهرة .

محمود عبد الفتاح

- 9-حامد عبد السلام زهران(1990):
علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) عالم الكتب ، القاهرة .
- 10-————(1995):
علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة 9 ، علم الكتب ، ط 5 ن القاهرة
- 11-————(1999):
علم النفس ال اجتماعي ، القاهرة ، عالم الكتب .
- 12-حسن سيد معوض (1994) :
كرة السلة للجمي ع ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 13-حلمي لطفى الجمل(1992) :
البحث العلمي في التربية البدنية ، التركي للطباعة والنشر ، طنطا .
- 14-دولت عبد الرحمن(1988):
وضع مستويات معيارية واختبارات مقننة لقياس الناحية المهارية
والمعرفية في كرة السلة للطالبات المتقدمات كلية التربية البدنية ،
نظريات وتطبيقات ، كلية التربية البدنية للبنين ، الإسكندرية .
- 15-رضا حنفي أحمد(1994) :
بناء اختبار معرفي مصور لتقييم المعلومات الخاصة بالأداء الحركي
للمهارات الأساسية لكرة السلة لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية
البدنية بنات ، كلية علوم وفنون الرياضة ، العدد العاشر كلية التربية
البدنية ، جامعة حلوان ، القاهرة .
- 16- زكية علي الميساوي(2007)
وضع اختبارات لقياس مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي
للمهارات الهجومية فى كرة السلة لطلاب كلية التربية البدنية بليبيا،
رسالة دكتوراه، جامعة السابع من ابريل، كلية التربية البدنية
- 17-ضياء قاسم الخياط(1978) :
وضع مستويات معيارية للمهارات الأساسية في كرة السلة لطلبة كلية
التربية البدنية بجامعة الموصل بالعراق ، رسالة ماجستير غير منشورة
، كلية التربية البدنية للبنات ، القاهرة
- 18-عزة محمد حمدي(1972) :
وضع مجموعة اختبارات لقياس مهارات كرة السلة للاعبات المعاهد
العليا بمحافظة الاسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة ، المعهد
العالي للتربية الرياضية للبنات ، الاسكندرية
- 19-عصام محمد عبد الخالق(1987):
التدريب الرياضي ، نظريات وتطبيق ، دار المعارف ، الاسكندرية
- 20-فاطمة أحمد بسيوني(2005)
تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة المنفردة من خلال
الحاسب الآلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة
لطالبات كلية التربية البدنية ، بطنطا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ،
جامعة طنطا
- 21-فؤاد أبو حطب(1987) :
علم النفس التربوي ، ط3 ، مكتبة الانجلو المصرية القاهرة .
- 22-مجدي محمد محمد(1998):
تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية الأداء الفني لكرة السلة ، رسالة
ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة حلوان.
- 23-محمد أحمد خليفة(1990) :
بناء اختبار معرفي لطلبة تخصص كرة اليد بكلية التربية البدنية
الجامعة الأردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية
للبنين ، بالقاهرة ، جامعة حلوان.
- 24-محمد السيد علي(1993):
بناء اختبار معرفي في رياضة الجودو لطلبة التربية البدنية بنين
بالهرم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية بنين

ب القاهرة ، جامعة حلوان

- 25-محمد حسن أبو عيبة(1980) كرة السلة الحديثة ، دار المعارف ، الإسكندرية
- 26-محمد حسن علاوي(1987): علم نفس المدرب والتدريب الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة
- 27-محمد حسن علاوي(2000): القياس في التربية البدنية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي
- محمد نصر الدين رضوان
- 28-محمد عبد الفتاح السيد(1990) دراسة الأداء الفني والصفات البدنية للاعبين كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة حلوان
- 29-محمد محمود عبد الدايم(1999) الحديث في كرة السلة الأسس العلمية والتطبيقية ، دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية
- 30-محمد هاشم فالوقي(1997): بناء المناهج التربوية وسياسية التخطيط واستراتيجية التنفيذ المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية
- 31-مصطفى محمد زيدان(2004) تعليم ناشئ كرة السلة ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- جمال الدين رمضان موسى
- 32-منى مصطفى محمد علي(1987): بناء اختبار معرفي في السباحة لطالبات كلية التربية البدنية جامعة الزقازيق ، رسالة ماجستير ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية البدنية للبنات بالزقازيق.
- 33-نبيلة أحمد علي(1995) : بناء اختبار معرفي في كرة الطائرة للاعبات الدرجة الأولى ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية البدنية للبنات ، الجزيرة ، جامعة حلوان
- 34-هناء محمود فهمي(1996) : تأثير برنامج تدريسي مقترح للتحكم في الكرة على بعض المهارات الهجومية في كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة حلوان
- 35 –Daughtrey , G. & Lewis , C Effective teaching strategies in secondary physical education, third ed. , W. B. Saunders Co. , Philadelphia ,1991
- 36 – Singer , Robert N & dick , walter Teaching physical education , A systems approach , Second ed. ,Houghton Mifflin co. Boston , 1980 .

مرفق (1)الاختبارات المهارية الهجومية المقترحة لطلاب السنة الأولى

(1) التمريرة الصدرية :

| | |
|---------------------------------------|-------------------|
| قياس مهارة الطالب في التمريرة الصدرية | الغرض من الاختبار |
|---------------------------------------|-------------------|

| | |
|-------------------|--|
| الأدوات المستخدمة | كرة سلة ، ساعة إيقاف ، شريط لاصق ، شريط قياس . |
| وصف الاختبار | توضع علامة على الأرض على بع (1,8م) من الحائط وموازيًا له . يقف الطالب خلف الخط ممسكاً الكرة باليدين . عند سماع الإشارة يقوم الطالب بالتمرير تجاه الحائط ويستمر لأقصى عدد ممكن أن يسجله خلال (60 ث) . |
| شروط الاختبار | يجب أن تتم التمريرات كلها من خلف خط البداية ولا تحتسب التمريرة إذا لمست القدم الخط أو عبرته عند التمرير . يجب أن يراعى شروط الأداء في التمريرة الصدرية بأن يستلم الكرة ويقوم بتمريرها ثانية على الحائط . |
| التسجيل | تحتسب عدد التمريرات الناجحة خلال دقيقة . تحتسب له محاولة بعد تدريبه في الأولى . |

(2) التمرير من فوق الرأس باليدين :

| | |
|-------------------|---|
| الغرض من الاختبار | قياس مهارة الطالب في التمرير من فوق الرأس باليدين |
| الأدوات المستخدمة | كرات سلة - حائط أملس . |
| وصف الاختبار | يرسم ثلاث مستطيلات على الحائط أبعادها كالتالي :- المستطيل الأصغر $0,5 \times 0,25$ م - المتوسط $0,625 \times 1$ م المستطيل الأكبر $1,5 \times 1$ م ويرسم خط البداية يبعد عن الحائط بمسافة 12 م . يقف الطالب خلف الخط الذي سيقوم بالتمرير من خلفه . يقوم بأداء عشر تمريرات على المستطيلات المواجهة له على الحائط بالتمرير من فوق الرأس . |
| شروط الاختبار | يسمح للطالب بالتدريب قبل الاختبار . يشترط التمريرة من فوق الرأس باليدين . تحسب المحاولة داخل المستطيل إذا كانت بكاملها داخله وإذا لمست أي من خطوط المستطيل تحتسب وكأنها لمست في المستطيل الذي يليه . |
| التسجيل | إذا لمست الكرة بكاملها داخل المستطيل الصغير تحتسب ثلاث نقاط . إذا لمست أي من خطوط المستطيل الصغير أو داخل المستطيل المتوسط تحتسب نقطتان . إذا لمست الكرة أي من المستطيل وداخل المستطيل الكبير تحتسب نقطة واحدة . إذا لمست الكرة أي خط من خطوط المستطيل الخارجي ، أو الخارج لا يعطي أي درجة . الدرجة النهائية هي حساب مجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب في العشر محاولات . |

(3) التمريرة المرتدة :

| | |
|-------------------|--|
| الغرض من الاختبار | قياس مهارة الطالب في الوقوف والارتكاز |
| الأدوات المستخدمة | كرات سلة - حائط أملس ، طباشير ، متر للقياس . |

| | |
|--|---------------|
| يرسم خط على بعد (4م) من الحائط (خط البداية). يرسم خط على بعد (133 م) من الحائط وهو الثلث الأخير من المسافة موازي لخط الأول. يرسم خط على ارتفاع 130 سم على الحائط وخط آخر أعلى منه بمقدار 50 سم. | وصف الاختبار |
| يقف الطالب خلف خط البداية ومع إشارة البدء يقوم بأداء التمريرة المرتدة باليدين في اتجاه الخط المرسوم على بعد 133 سم لترتد منه إلى المسافة المحصورة بين الخطيين المرسومين على الحائط . تعطى للطالب 10 محاولات . | شروط الاختبار |
| تحتسب عدد المحاولات الناجحة التي لامست فيها الكرة المسافة المحصورة بين الخطيين المرسومين على الحائط. تعتبر المحاولة فاشلة في حالة خروج الكرة عن الخطيين المتوازيين المرسومين على الحائط. لا تحتسب كل محاولة تعدى فيها الطالب خط البداية. يحتسب عدد المحاولات الناجحة التي قام بها الطالب. | التسجيل |

(4) التمرير بيد واحدة من الكتف :-

| قياس مهارة الطالب في التمرير بيد واحدة من الكتف | الغرض من الاختبار |
|--|-------------------|
| كرة سلة قانونية - طباشير - شريط قياس . | الأدوات المستخدمة |
| ترسم ثلاث دوائر مشتركة أقطارها بالترتيب : الصغرى 45 - الوسطى 098 سم - الكبرى 150 سم. يرسم خط البداية بعيد عن الحائط 10,5 م . يقف الطالب خلف خط البداية ممسكاً بالكرة وعندما يكون جاهزاً يقوم بتمرير عشر تمريرات بيد واحدة من الكتف. | وصف الاختبار |
| يدفع اللاعب الكرة بسرعة في اتجاه الزميل المستلم مع مد الذراع في اتجاه الكرة وبحركة متصلة للرسغ والأصابع مع تحرك القدم الخلفية لمناجعة التمريرة ونقل ثقل الجسم عليها لحفظ توازنه بعد التمرير . يتم التمرير من خلف خط البداية. يجوز إمساك الكرة باليد من قبل التمرير . | شروط الاختبار |
| الكرة التي تلمس الدائرة الصغرى 3 نقاط. الكرة التي تلمس الدائرة الوسطى 2 نقطة. الكرة التي تلمس الدائرة الكبرى نقطة واحدة . | التسجيل |

(5) المحاورة :-

| قياس مهارة الطالب في المحاورة | الغرض من الاختبار |
|--|-------------------|
| ملعب كرة سلة - ساعة توقيت - كرات سلة قانونية - 12 كرسي بمسافة 13,8 م | الأدوات المستخدمة |

| | |
|---|---------------|
| يرسم خط البداية وتوضع الكراسي بحيث يكون كل اثنين بجانب بعض والمسافة بينهما 1,8 م. المسافة بين كل كرسيين والتاليين لهما 2,4 م. المسافة بين خط البداية وأول كرسي 1,8 م. يقف الطالب خلف خط البداية ممسكاً بالكرة عند سماع الإشارة يقوم الطالب بعمل المحاورة والمرور بين الكراسي بحيث عندما يتم مرة واحدة ذهاباً وعودة يكون قد مر على الاثنى عشر كرسيًا ويستمر في ذلك مدة الاختبار - وهي 60 ث. | وصف الاختبار |
| لكل طالب محاولتين تسجل أفضلهما - يسمح للطالب باستخدام البد اليمنى أو اليسرى - لا يجوز أن يقع الطالب في خطأ المحاورة المزدوجة - يشترط العودة إلى نقطة البداية في كل مرة ذهاب وعودة - إذا فقد الطالب الكرة كلياً يسمح له بأن يبدأ ثانية ولكن لمرة واحدة . يشترط أن يمر الطالب من جانب العائق الذي على يمينه أولاً. يتم حساب عدد الحواجز التي مر بها الطالب خلال 60 / ث. | شروط الاختبار |
| | التسجيل |

(6) التصويبة السلمية:-

| قياس مهارة الطالب في التصويبة السلمية | لغرض من الاختبار |
|---|-------------------|
| ملعب كرة سلة قانوني - كرات سلة قانونية - هدف سلة قانوني - جير . | الأدوات المستخدمة |
| يرسم خط البداية يبعد عن الحد النهائي بمقدار 15 متر ومواز له . يقف الطالب خلف هذا الخط ثم يقوم بالمحاورة بالكرة إلى أن يقترب من السلة ليؤدي خطوات التصويبة السلمية ثم يصوب بالكرة على الهدف. | وصف الاختبار |
| أن يؤدي الطالب التصويب حسب الشروط الفنية للأداء . يؤدي الطالب الاختبار من الجري والمحاورة. له الحرية بالتصويب (إما باليمين أو باليسار). | شروط الاختبار |
| يعطى للطالب خمس درجات في حالة نجاح خطوات القدمين وإصابة الهدف. ثلاث درجات في حالة نجاح خطوات القدمين فقط. درجة واحدة في حالة إصابة الهدف وعدم نجاح خطوات القدمين. صفر في حالة عدم نجاح خطوات القدمين وعدم إصابة الهدف. | التسجيل |

(7) الرمية الحرة :

| قياس مهارة الطالب في الرمية الحرة | الغرض من الاختبار |
|--|-------------------|
| ملعب كرة السلة - هدف كرة سلة - كرات سلة - أوراق تسجيل. | الأدوات المستخدمة |
| يقف الطالب ممسكاً بالكرة خلف خط الرمية الحرة . يؤدي الطالب عشرين تصويبة على أربع مجموعات كل مجموعة خمس تصويبات متتالية يترك بعدها مكان الاختبار ثم يعاد مرة أخرى بعد فترة راحة لمدة 60 ث. | وصف الاختبار |
| لا يجوز إعادة المحاولة إذا لمست الكرة لوحة الهدف أو الحلقة ولم تتدخل وتعتبر فاشلة . يتم احتساب المحاولات الناجحة في العشرين تصويبة. | شروط الاختبار |

| | |
|---------|--|
| التسجيل | يسجل مجموع الدرجات في العشرين تصويبة . الحد الأقصى لدرجات هذا الاختبار هو 20 درجة . |
|---------|--|

مرفق (2) الاختبارات المعرفية

- س1- أول دولة اكتشفت فيها كرة السلة
- 1-انجلترا 2- فرنسا 3- أمريكا
- س2- مكتشف لعبة كرة السلة
- 1- بيمس ناي سميث . 2- جيمس وايت 3- لوثر جوليك
- س3- كان عدد اللاعبين في ؟
- 1- (10) لاعبين 2- (9) لاعبين 3- (5) لاعبين
- س4- من مشاهير كرة السلة
- 1-جون تيري 2- كريم عبد الجبار 3- انطونيو كوين
- س5- من فرق كرة السلة المشهورة
- 1-المدينة 2- ميامي هيتز 3-تايجر وودز .
- س6- يعتبر أطول لاعب كرة السلة على مستوى العالم
- 1-مايكل جوردن 2- كريم عبد الجبار 3-كوبي براينت
- س7- تبدأ كرة القفز في بداية المباراة من
- 1-خط الجانب 2- من الخط الخلفي للسلة 3-من مركز دائرة الوسط
- س8- يطرد اللاعب من الملعب عند احتساب عدد الأخطاء
- 1- (4) أخطاء شخصية 2- (5) أخطاء شخصية 3- (6) أخطاء شخصية
- س9- ملعب كرة السلة عبارة عن
- 1-مستطيل 2- مربع 3- شبه منحرف
- س10- عدد الأشواط في كرة السلة
- 1-شوط واحد 2- خمسة أشواط 3- أربعة أشواط
- س11- عدد الحكام في مباراة كرة السلة
- 1-حكمان 2- ثلاثة حكام 3-أربع حكام
- س12- مساحة ملعب كرة السلة
- 1-15×18 متر 2- 15×20 متر 3- 16× 24 متر
- س13- ترتفع حلقة كرة السلة عن الأرض
- 1-2.75 متر 2- 3.05 متر 3- 3.20 متر
- س14- الوقت المستقطع لكل فريق يستغرق
- 1-30 ث 2- 50 ث 3- 60 ث
- س15- في حالة المباراة الأربع أشواط (10×4) يسمح بعدد أوقات مستقطعة للفريق

1-ثلاثة 2- خمسة 3- أربعة
س16-يجب على اللاعب إدخال الكرة من الحد النهائي في خلال

1-ثلاث ثواني 2- خمس ثواني 3- سبع ثواني

س17- مارشيه تعني Running

1-المحاورة غير الصحيحة بالكرة 2- المشي بالكرة 3- تصويبة خاطئة

س18- دابل دريبل تعني Double dribble

1-المشي بالكرة

2-المحاورة بالكرة ثم مسكها وعمل المحاورة مرة أخرى

3- لمس الكرة لأحدى القدمين

س19-بلاي ميكر تعني Play maker

1-أطول لاعب في الملعب 2- صانع الألعاب 3- المدرب

س20-فاست بريك تعني Fast break

1-التمريرة القصيرة 2- التمريرة المتوسطة 3- الهجوم السريع الخاطف

س21-عند أداء المحاورة يجب النظر دائما إلى

1-الخلف 2- الأسفل . 3- الأمام

س22-توشوتس تعني Two SHOTS

1- رميتين من خط الرمية الحرة .

2- رميتان من خط الجانب .

3- رميتان من منتصف الملعب .

س23-تكنيكال فاول تعني Technical foul

1-خطأ متعمد . 2- خطأ بسيط . 3- خطأ فني .

س24- تري شوتس Tree shots

1- عند تصويب الكرة من خارج اللعب .

2- عندما تصوب الكرة من أسفل السلة .

3- عندما تصوب الكرة من خارج القوس .

س25- كوتش تعني Coach

1- أفضل لاعب في الفريق . 2- أكبر لاعب في الفريق . 3-مدرب الفريق .

س26- يجب أن تؤدي التمريرة الصدرية في كرة السلة

1- في مستوى الكتف . 2-في مستوى الصدر . 3-أسفل الحوض

س27- مهارة المحاورة تعني

1- تنطيط الكرة . 2- تصويب الكرة . 3- تمرير الكرة

س28- التصويب في كرة السلة هو أحد مهارات

1- الهجوم 2- الدفاع 3- الخداع

س29- التصويبة السلمية

- 1- يأخذ اللاعب خطوة ثم الارتقاء والتصويب
 - 2- يأخذ اللاعب خطوتين ثم الارتقاء والتصويب.
 - 3- يأخذ اللاعب ثلاث خطوات ثم الارتقاء والتصويب .
- س30- عند أداء التمريرة الصدرية يجب مسك الكرة مع مراعاة
- 1- ضم الأصابع على الكرة .
 - 2- انتشار الأصابع على الكرة .
 - 3- راحتي اليدين تلمسان الكرة .
- س31- أنواع التمرير
- 1- أربع أنواع
 - 2- خمسة أنواع.
 - 3- ستة أنواع .
- س32- التوقف والارتكاز في كرة السلة يتطلب
- 1- خطوة واحدة .
 - 2- خطوتان .
 - 3- ثلاث خطوات
- س33- التمرير واحدة من الكتف يعتبر من المهارات
- 1- الدفاعية .
 - 2- الهجومية .
 - 3- الخطئية .
- س34- أنواع التصويب هي
- 1- ثلاثة أنواع .
 - 2- أربع أنواع.
 - 3- خمسة أنواع
- س35- يعتبر الدفاع الضاغظ هو
- 1- دفاع رجل لرجل من أول أسفل سلة الخصم .
 - 2- دفاع المنطقة.
 - 3- الدفاع المختلط .
- س36- عدد أنواع دفاع المنطقة هي
- 1- (4) أنواع
 - 2- (5) أنواع
 - 3- (8) أنواع
- س37- الدفاع المختلط هي
- 1- دفاع رجل لرجل فقط .
 - 2- دفاع يربط بين الضاغظ والمنطقة .
 - 3- دفاع ضاغظ فقط .
- س38- في دفاع المنطقة لابد أن تكون يد المدافع في
- 1- الأعلى والجانب .
 - 2- الأمام والأعلى .
 - 3- الأسفل والجانب
- س39- من أهم صفات اللياقة البدنية للاعب كرة السلة عند إحراز هدف
- 1- المرونة .
 - 2- الدقة
 - 3- السرعة
- س40- عند التمريرة الصدرية والجري اتجاه السلة لإحراز هدف لابد من توافر صفة
- 1- التحمل العضلي .
 - 2- التحمل الدوري التنفسي
 - 3- السرعة .
- س41- عند تصويب اللاعب تصويبة سلمية لابد من توافر صفة
- 1- السرعة
 - 2- التوافق
 - 3- القوة المميزة بالسرعة
- س42- من أهم صفات اللياقة البدنية عند تصويبة الرمية الحرة

- 1- التوافق . 2- التوازن الحركي . 3- الدقة .
- س43- من أهم صفات اللياقة البدنية عندما يشارك اللاعب أطول فترة في المباراة.....
- 1- التحمل الدوري التنفسي . 2- الدقة . 3- التوافق .
- س44- عند استلام الكرة والوقوف للارتكاز لابد من توافر صفة
- 1-التوازن الثابت 2- الرشاقة 3- التحمل العضلي
- س45- عند المتابعة على حلقة كرة السلة يجب توافر صفة
- 1- الرشاقة . 2- التوافق . 3- التحمل الدوري التنفسي
- س46- من أهم صفات اللياقة البدنية للاعب في المحاورة تم التصويبة السلمية هي
- 1- الرشاقة 2- التحمل الدوري التنفسي 3- التوافق .
- س47- في الهجوم الخاطف في كرة السلة لابد من توافر صفة
- 1- السرعة 2- التوازن الثابت 3- المرونة .
- س48- في التمريرة المرتدة أسفل السلة لابد من توافر صفة
- 1- السرعة . 2- الدقة . 3- المرونة .
- س49- في الدفاع الضاغظ لابد من توافر صفة
- 1- الرشاقة . 2- التحمل الدوري التنفسي . 3- الدقة .
- س50- من أهم صفات اللياقة البدنية في لاعب صانع الألعاب في الهجوم
- 1- القوة . 2- التوافق 3- الدقة

مرفق (3) مفتاح الإجابات الصحيحة للاختبار المعرفي

| الإجابة | رقم السؤال | الإجابة | رقم السؤال | الإجابة | رقم السؤال |
|---------|------------|---------|------------|---------|------------|
| 2 | 41 | 3 | 21 | 3 | 1 |

| | | | | | |
|---|----|---|----|---|----|
| 3 | 42 | 1 | 22 | 1 | 2 |
| 1 | 43 | 3 | 23 | 1 | 3 |
| 1 | 44 | 3 | 24 | 1 | 4 |
| 1 | 45 | 3 | 25 | 2 | 5 |
| 1 | 46 | 2 | 26 | 2 | 6 |
| 1 | 47 | 1 | 27 | 3 | 7 |
| 2 | 48 | 1 | 28 | 2 | 8 |
| 2 | 49 | 2 | 29 | 1 | 9 |
| 3 | 50 | 2 | 30 | 3 | 10 |
| | | 3 | 31 | 3 | 11 |
| | | 1 | 32 | 1 | 12 |
| | | 2 | 33 | 2 | 13 |
| | | 2 | 34 | 3 | 14 |
| | | 1 | 35 | 2 | 15 |
| | | 3 | 36 | 2 | 16 |
| | | 2 | 37 | 2 | 17 |
| | | 1 | 38 | 2 | 18 |
| | | 2 | 39 | 2 | 19 |
| | | 2 | 40 | 3 | 20 |

أبحاث أخرى

الأسس العلمية للرعاية اللاحقة للأحداث المفرج عنهم

المقدمة

من الواضح أن الإفراج عن الحدث المحكوم عليه بعد انتهاء فترة إيداعه بدور تربية وتوجيه الأحداث وتنفيذ العقوبة المقررة عليه لا يعني تجاوزه للانحراف ، لهذا فإن إخفاق نظام الرعاية المؤسسية باعتبارها علاجاً ووقاية يعزى في جانب كبير منه إلى عدم رسوخ بعض النظم الكفيلة بمتابعة الحدث بعد الإفراج عنه ، هذا قد يهدد العوائد والنتائج التي قد يكون الحدث حصل عليها خلال فترة إقامته (إيداعه) بدور تربية وتوجيه الأحداث .

وبالرغم من أهمية الرعاية الإيوائية التي تلقاها الحدث بعد استكمال مدة إيداعه فإن الرعاية اللاحقة المكمل لبرنامج الإيداع لم تلق بعد الاهتمام المناسب ، بالتالي فإن جل جهود مؤسسة رعاية الأحداث المنحرفين توجه كلياً إلى الحدث المودع بداخلها طيلة مدة إيداعه فإذا ما أفرج عنه وجهت المؤسسة اهتمامها لاستقبال حدث منحرف جديد دون أي اهتمام منها باستكمال علاج الحدث الذي أفرج عنه بعد انتهاء فترة إيداعه ، وهذا يقودنا إلى حقيقة ضرورة استكمال تأهيل الحدث المنحرف بوسائل جديدة مكمل للإيداع بمؤسسة الأحداث بعد الإفراج مباشرة .

فعلاج الجرائم بعد وقوعها يهدف إلى تقادى حدوثها من جديد هذا بطبيعة الحال يتطلب معالجة لمرتكب الجريمة نفسه حتى لا يعود إلى السلوك الانحرافي مرة ثانية ، هذا ما يتأتى عن طريق عملية مهمة تعرف بالرعاية اللاحقة ومن هنا عمت فكرة الرعاية اللاحقة للحدث المفرج عنه ، باعتبارها المكمل للعملية التربوية والتوجيهية والإصلاحية التي تلقاها الحدث بمؤسسة تربية وتوجيه الأحداث . فالرعاية اللاحقة للمفرج عنهم تعد مجالاً مستقلاً من مجالات الرعاية الاجتماعية ؛ هي جزء لا يتجزأ من أهداف الدفاع الاجتماعي كاتجاه في مواجهة الجريمة .

فالرعاية اللاحقة أوجبتها الظروف التي قد تواجه الحدث المفرج عنه ، وكذلك أهداف الرعاية والتأهيل لمؤسسة الأحداث ، إذ أن الرعاية اللاحقة للحدث المفرج عنه ضرورة حتمية حتى قبل الإفراج عنه فإنه بحاجة ماسة إلى تأهيل نفسي واجتماعي لإعادته إلى بيئته الطبيعية إذ أن الحدث المنحرف إن لم نتدارك لتوجيه وإصلاحه وتربيته وتأهيله داخل وخارج مؤسسة تربية وتوجيه الأحداث فإن عودته للانحراف أكثر احتمالاً ، وبالتالي فإن الحدث بحاجة إلى ذلك التأهيل والتوجيه أكثر من حاجته إلى الردع والعقوبة وهذا ما يطلق عليه بالرعاية اللاحقة .

وفي الوقت نفسه فالرعاية اللاحقة قد تواجه عدة صعوبات منها ما يتعلق بالاستعداد النفسي

والاجتماعي للمجتمع ومدى تقبله للحدث المفرج عنه ، ومنها ما يتعلق بالإطار القانوني الذي يساهم في إفسال برامج إعادة الإدماج من خلال الاحتفاظ بسنوات العقوبة (الإيداع السابق) وملف السوابق للحدث مما يؤثر عليه في إمكانية استمراره في تعليمه أو حصوله على عمل ، كما تتأثر الرعاية اللاحقة في بعض المجتمعات التي تستمر فيها نفس الأسباب المؤدية للانحراف و الجريمة ، و كانتشار الفقر ، والبطالة ، وغياب السكن اللائق ، ففي ظل مثل هذه الظروف تصبح الكثير من برامج الرعاية اللاحقة نوعاً من الترف وشكلاً من أشكال العلاقات العامة .

وبالرغم من الجهود التي بذلت في المجتمع الليبي من خلال إنشاء العديد من المؤسسات الاجتماعية النموذجية والتي من بينها دور تربية وتوجيه الأحداث للذكور والإناث ، إلا أن ذلك لم يواكبه الالتزام بالأخذ بمبدأ الرعاية اللاحقة في تلك الدور التي لا تتبع نظام تلك الرعاية ، كذلك سلبية القائمين على تنفيذها ، وخاصة أن للرعاية اللاحقة أهمية كبرى للمفرج عنهم من الأحداث باعتبارها جزءاً أساسياً في العملية العلاجية . الأمر الذي استوجب إعداد هذا البحث للوقوف على الأسس العلمية للرعاية اللاحقة للأحداث المفرج عنهم وتبينها للحد من العودة إلى الانحراف وذلك من خلال تناول العناصر التالية :

1- مفهوم الرعاية اللاحقة :

استعارة مهنة الخدمة الاجتماعية مصطلح الرعاية اللاحقة من مهنة الطب ، حيث يطلق اصطلاح الرعاية اللاحقة على الجهود والخدمات والعناية الطبية التي تقدم للمريض أثناء فترة النقاهة ، إلا أن هذا المصطلح أصبح معتمداً في مهنة الخدمة الاجتماعية حيث يعبر هذا المصطلح على عملية علاجية للشخص المنحرف تهدف إلى تقييمه وإعادة تكيفه مع بيئته الاجتماعية والتعامل معه كإنسان ضل الطريق تجب مساعدته للعودة لها . (عبد الصمد ، 1988 : 30)

فيما نجد هذا المصطلح قد استعملته علوم أخرى مثل علم القانون الذي يرى مختصيه أن الرعاية اللاحقة عملية اختيارية لمراقبة المنحرف لفترة في بيئته الاجتماعية بوضعه تحت الرقابة القانونية حماية للمجتمع أساساً من خطورة سلوكه المنحرف أو من أفعاله بمعنى أنها مدخل مجتمعي (عبد الصمد 1988 : 30) ويعرفها (ستروب) بأنها عملية علاجية مكتملة للعلاج المؤسسي للأحداث المفرج عنهم ، تستهدف مسؤولياته لمواجهتها في بيئته الطبيعية ليحقق أفضل تكيف ممكن مع هذه البيئة . (Stroup , 2000 : 182) وتعرفها المنظمة العربية للدفاع الاجتماعي بأنها عملية لمتابعة تقويم الحدث المفرج عنه من مؤسسة الأحداث الجانحين إلى بيئته الطبيعية وذلك بإعداده للرجوع إلى تلك البيئة وتوفير أنسب صور الأمن الاقتصادي والاجتماعي والنفسي والترفيهي له في مجتمعه الطبيعي . (الجمعية العامة للدفاع الاجتماعي ، 1981 : 6) ويعرفها جاسم بأنها الرعاية التي تتم بعد رجوع الحدث الجانح إلى بيئته الطبيعية بمتابعته متابعة منظمة وحثيته . (جاسم ، 1992 : 148)

وتأسيساً على ذلك يمكن تعريف الرعاية اللاحقة بأنها الجهود والخدمات المكملة للعلاج المؤسسي للأحداث الجانحين المفرج عنهم لتحقيق التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي مع بيئتهم الاجتماعية حتى يتمكنوا من التغلب على المشكلات التي تواجههم للعودة إلى ارتكاب الجريمة .

2- خصائص الرعاية اللاحقة للأحداث المفرج عنهم :

لقد حددت الخصائص المهنية للرعاية اللاحقة للأحداث الجانحين المفرج عنهم في الجوانب التالية : (أحمد ، 1990 ، 76 ، عبد الصمد ، 1988 ، 32 - 37)

أ- **الرعاية اللاحقة عملية** : تقوم على مبدئي التفاعل والتفريد فنجاعها يعتمد على قدرة الممارسة للرعاية اللاحقة على تكوين علاقة علاجية مع الحدث وأسرتة من أجل حل مشكلاته ويرتكز على خصوصيات الحدث المفرج عنه الذاتية وأثاره القضايا التي يمكن معها تبادل الرأي والمشاعر حول كافة ما يواجهه من ظروف فضلاً عن قدرته على تجنب التعميم .

ب- **الرعاية اللاحقة عملية هادفة** : إلى تحقيق أفضل معايشة وتكيف الحدث مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية هذه المعايشة التي تتطلب تفهم ظروفه وإطلاق قدرات الحدث الايجابية لمواجهة ردود الأفعال الناجمة عن عودته إلى بيئته الطبيعية لينسجم فيها بعد فترة من العزلة الاجتماعية أي بعد إتمام مدة إيداعه إلى جانب الإعداد المناسب والممكن لبيئته لاستقبال الحدث .

وبالتالي فإن الرعاية اللاحقة لا بد وأن تكون خطوة حاسمة نحو استقلالية الحدث فهي انتقال تدريجي من مرحلة الاعتمادية إلى الاستقلالية ، أن تكون تلك أهداف عملية لا مثالية .

ج- **الرعاية اللاحقة عملية مقننة** : فبالرغم من نزعتها إلى التفريد ومروريتها عند الممارسة أو مرونة العمل الاجتماعي إلا أنها ليست عشوائية تسير بطريقة أو بأسلوب المحاولة والخطأ .

والرعاية اللاحقة يجب أن تخضع لخطة وبرنامج علاجي محدد ومحكم ومنظم يهدف إلى استقلالية الحدث المفرج عنه واعتماده على نفسه في مواجهة المشاكل التي تواجهه (الاستقلال النفسي) وقبول علاقات جديدة بأقل قدر ممكن من الألم (الاستقلال الاجتماعي) ويجب أن يكون هناك استقلال اقتصادي لتكتمل للحدث قمة النضج الاجتماعي له .

د- **الرعاية اللاحقة عملية علمية** : تقوم على تنظير علمي متكامل لعملية المساعدة ولها أسسها ومرتكزاتها النظرية والعملية متعددة الاتجاهات للنظريات المحدثة للبيئة الاجتماعية وأثارها على هذا السلوك ولأسلوب المساعدة نفسها بمهاراتها المختلفة وتستند على علوم إنسانية متعددة .

هـ - **الرعاية اللاحقة عملية أخلاقية** : تقوم على فلسفة قيم أخلاقيات مهنة الخدمة الاجتماعية أي تستمد مقوماتها من القيم الإنسانية المعتمدة على احترام الذات الإنسانية وترفض إهانتها ، وتراعي كرامة الحدث وحقه في تقرير حياته ومستقبله وصون أسراره الخاصة ، إلا أن هذا يجب أن يكون في نفس الوقت متوازناً مع النسق القيمي للمجتمع ليمثل الجانب الأخلاقي في الرعاية اللاحقة صمام أمن يوازن دواما بين قيم الإنسان كفرد وكرامته وقيم المجتمع ومثله العليا . (عبد الصمد ، 1988 : 35)

و- الرعاية اللاحقة عملية فنية : بقدر ما هي عملية علمية فهي فن يعتمد على مجموعة من المواهب والإمكانات الذاتية والأساليب الفاعلية التي تسخر جميعها من أجل زيادة فعالية المعاملة والتربية والتوجيه والإصلاح حيث يعتبر لعنصر البشري للرعاية اللاحقة حجر الزاوية في نجاحها نجاحاً كاملاً أو نسبياً بل أن أخصائي الرعاية اللاحقة تكمن في مهارته العالية ومسئولية الوصول بالحدث المفرج عنه إلى أقصى حالات التكيف الممكنة ، ويتطلب ذلك حساسية خاصة لإدراك مشاعر الحدث المتناقضة العائد إلى بيئته الطبيعية ومشاعر أسرته عند عودته للمعيشة بينها .

ز- الرعاية اللاحقة عملية مؤسسية : ترتبط بمؤسسات اجتماعية لها نظمها ولوائحها الأساسية وأهدافها المقررة أي ترتبط بتنظيم مؤسسي تحكمه لوائح ثابتة ومستقرة في إطار نظام أساسي يسمح بالمرونة الكافية عند التطبيق ، من ثم فلا بد وأن تستمد إجراءاتها وشرعيتها من الاعتراف المجتمعي بها .

3. أهداف الرعاية اللاحقة للأحداث المنحرفين المفرج عنهم :

ولتحقيق الرعاية اللاحقة للمفرج عنهم من الأحداث المنحرفين لابد لها من تحقيق مجموعة من الأهداف في كونها أهدافاً وقائية وعلاجية واجتماعية والتي يمكن تحديدها في التالي : (الصادي ، 1986 : 10 - 11 ، عبد الصمد ، 1988 : 124)

1- تكملة المرحلة الأخيرة من مراحل معاملة الحدث الإيداعية عن طريق مد يد العون للمفرج عنه لتخطي أزمة الإفراج وهي في نفس الوقت وقاية له من مواجهة سوء ظن الناس به وفقدانه لثقتة بنفسه ، ما يترتب على ذلك من إغراء شديد بالعودة إلى الانحراف .

2- إعادة تأهيل وتربية الأحداث المفرج عنهم وإعدادهم نفسياً واجتماعياً للاندماج في المجتمع وبتعديل أنماط سلوكهم واتجاهاتهم وتقويم انحرافهم ، وتأكيد الذات الإنسانية بوسائل مشروعة .

3- حماية المجتمع في الحد من العودة للجريمة وذلك أن الرعاية اللاحقة تعتبر المتممة لجهود التربية والتوجيه والتهديب والتأهيل التي بذلت أثناء الإيداع بمؤسسة الأحداث ، حيث قد يتعرض الحدث المفرج عنه عقب الإفراج لظروف سيئة وغالباً ما تكون لتلك الظروف الاجتماعية السيئة دور في ارتكاب الحدث لجريمته من هنا يقع دور المجتمع في رعاية المفرج عنه عقب تنفيذ العقوبة المقررة مباشرة وإيداعه بمؤسسة الأحداث ، كذلك رعاية أسرته في تقبلها لأبنها لأن عودة المفرج عنه إلى الانحراف هو إهدار كل ما تم بناءه داخل مؤسسة الأحداث من تأهيل ورعاية ، كذلك هنا يبرز دور الإدارة بمؤسسات المجتمع الأخرى في مساعدة هذه الفئة في حياة كريمة تعيد اندماجهم في المجتمع وكذلك وقاية أسرهم من الانحراف من خلال تقبلها لهم عن طريق حل مشاكلهم وإيجاد فرص في مواصلة تعليمهم ، تفرض هذه الأزمة ضرورة معاونته حتى لا يعود إلى الانحراف أي مكافحة ظاهرة العودة إلى الجريمة . (رمضان ، 1985 : 223)

4- تأهيل المفرج عنه مهنيّاً داخل مؤسسة تربية وتوجيه الأحداث .

5. تهيئة فرص العمل الشريف للمفرج عنهم من الأحداث المنحرفين وتوفير فرص الكسب الشريف وسبل

الإعاشة في ظل أسرته الطبيعية مادياً ونفسياً واجتماعياً أو توفيرها في المؤسسات الاجتماعية أو لدى القريب المؤمن الذين ليس لهم عائل .

6. توفير الأمن النفسي من خلال تدعيم الإحساس بالأمان وتأكيد الثقة في النفس في الآخرين وتدعيم قدرة الحدث على مواجهة مواقف الإحباط بأنه مقبول من المحيطين به وخاصة عندما يشعر الحدث بأنه موصوم بوصمة الجريمة والانحراف وتعميق هذا الشعور عنده إن أفراد المجتمع غالباً ما يتنكرون ويتجنبون أو على الأقل لا يرحبون به ، في نطاق الأسرة قد تهجر أسرته بيتها خشية أن يلاحقهم عاره فيجد نفسه بدون عمل أو دراسة ولا أمل ، في هذه الظروف إذا لم يلق المفرج عنه رعاية ومعونة على مواجهة مطالب الحياة فإن غالباً ما يعود مرة أخرى إلى ارتكاب الجريمة .

7. توفير فرص استمرار الحدث في التعليم أو التدريب الحرفي والتأهيل المهني حسب سنه ومستواه وتذليل كافة الصعوبات البيروقراطية أو المادية أو الاجتماعية أو القانونية ، فحساسية الحدث الشديدة لأي إحباط مفاجئ في هذا الصدد قد تترتب عليه آثار ضارة قد تؤدي به للعودة إلى الانحراف .

8. تأكيد فكرة الانتماء للأسرة أولاً ثم المجتمع المحلي ثم المجتمع ككل وصولاً بالحدث المفرج عنه إلى تقدير الذات التي قد افتقدها أثناء فترة إيداعه بمؤسسة الأحداث والإحساس بالاعتزاز في مجتمعه .

9. مواجهة صعوبات تكيف الحدث مع بيئته الطبيعية وخاصة في المراحل المبكرة لعودته إليها .

10. مواكبة البحث العلمي لنتائج الرعاية اللاحقة وذلك من خلال إجراء البحوث والدراسات في مجال الجريمة والانحراف من النواحي النفسية والاجتماعية ، واقتراح أو تطوير أساليب الإصلاح والتأهيل والتوجيه في التعامل مع الجريمة والانحراف .

4- أنماط الرعاية اللاحقة للأحداث المنحرفين المفرج عنهم :

■ يرى البعض أن للرعاية اللاحقة أنماطاً وتتمثل في التالي: (الصادي ، 1986 : 13- 14)

1- النمط التقليدي :

ويرتكز على مبادرات المجتمع المدني برؤيته التربوية والتوجيهية والإصلاحية والتطوعية أي الذي يقوم به متطوعون أو جمعيات خيرية تطوعية وقد خلت تماماً المعاملة المقدمة على هذه الطريقة من أي طابع عقابي إيلاهي واتسمت بالتعاطف لحال المفرج عنه .

2- النمط الرسمي :

ويتجلى ذلك في تفويض الدولة لجهات أخرى بعض الوظائف في إطار الرعاية اللاحقة وتمكن الدولة هذه الجهات بالوسائل المادية والبشرية اللازمة للقيام بمهامها ، أي أن تفوض الدولة منظمات تقوم بهذه المهمة 3- النمط الدولي الرسمي :

هو أهم هذه الأنماط حيث تتحمل الدولة بصفة مباشرة لمسؤولياتها في الرعاية اللاحقة من خلال مراكز وإدارات متخصصة نجد أن اضطلاع الدولة لهذه المهام لا ينبغي أهمية انخراط الجمعيات الخيرية المتخصصة في الرعاية

اللاحقة في الجهود التي تبذل على صعيد الدولة لإعادة إدماج الأحداث المفرج عنهم بمعنى أن يقوم به جهاز حكومي إداري متخصص في هذا الجانب .

■ في حين يقسم البعض الآخر أنماط الرعاية اللاحقة إلى نوعين هما : (عبد الصمد ، 1988 : 50)
أ. النوع الأول :

وهي الرعاية اللاحقة للحدث بعد خروجه من مؤسسة الأحداث أثناء إيداعه وعودته إلى بيئته الطبيعية ؛ هي تعتبر استكمالاً للبرنامج العلاجي الذي بدأ بدخول الحدث لتلك المؤسسة .

ب. النوع الثاني :

وهي الرعاية في البيئة الطبيعية حيث يبقى الحدث في بيئة طبيعية متمتعاً بحريته تحت رعاية وتوجيه وإشراف من الأخصائي الاجتماعي ، وهي عملية علاجية يقصد بها علاج الحدث في أحضان أسرته أو مع شخص مؤتمن .

■ كما يرى البعض أن الرعاية اللاحقة نوعان هما : (رمضان ، فهمي ، 1985 : 220 - 221)

أ. النوع الأول : رعاية لاحقة إجبارية : وهي التي تلحق الإفراج المشروط بأي صورة من صورة الحديثة مثل الإفراج على نظام البارول كملزمة له سواء كان مثل ذلك الإفراج انتقائياً أو تلقائياً ، فهي ترتبط عادة بالإشراف والرقابة والتهديد بالإعادة إلى مؤسسة الإيداع إذا ما أخل الحدث بشروطها : فهي تقدم بشكل شرطي للمفرج عنهم .

ب. النوع الثاني : فهي رعاية لاحقة اختيارية : وهي التي تمنح للمفرج عنهم للذين يلتصقون بها والتي يكون لهم مطلق الحرية في قبولها أو رفضها عندما تقدمها المنظمات والأجهزة المختصة تلقائياً فهي تعتمد اعتماداً كلياً على رغبة طالب المساعدة في الحصول على المساعدة الممنوحة .

5- المبادئ العامة التي ينبغي أن تركز عليها الرعاية اللاحقة :

لعل من بين أهم المبادئ العامة للرعاية اللاحقة ما يلي : (الصادي ، 1986 : 11 - 12 ، عبد الصمد ، 1988 : 122 - 123)

أن تتم في إطار مبادئ معينة من واجب مؤسسات دور التربية والتوجيه والأسر والمجتمع ككل أن تلم بها وتأخذها في اعتبارها وتسترشد بها في جهودها وتكون جزء من فلسفتها وأن تحكمها المبادئ التالية :

أ- الرعاية اللاحقة ليست بديلاً عن المراقبة الاجتماعية ، كما أن المراقبة الاجتماعية ليست بالتالي بديلاً عن الرعاية اللاحقة فإذا كانت المراقبة الاجتماعية هي في المقام الأول حق قضائي له صفة الانتقائية فإن الرعاية اللاحقة هي حق إنساني له صفة العمومية ، الفرق الشاسع بين إفراج شرطي قد يعيد الحدث إلى المؤسسة الإيداعية مرة أخرى ، ومتابعة إنسانية تشدد استقرار الحدث الدائم في بيئته الطبيعية .

ب- الرعاية اللاحقة على نقیض المراقبة الاجتماعية ليست منحة أو هبة بل هي في إطار الثقافة العربية حق مشروع لكل حدث يخلى سبيله وامتداد طبيعي لحق الرعاية الكاملة للمجتمع على رعيته .

ج- أن تكون تدعيماً للبناء الأسري في الوطن العربي فالأسرة الطبيعية في غالب الأحوال هي المكان الطبيعي لمعيشة الحدث أي كانت مشكلاته .

د- أن تكون عملية أخلاقية متمشية مع قيم الشريعة الإسلامية فحق الحدث في تقرير مصيره والحفاظ على أسرار أسرته واحترام إرادته وحقه الحرفي التعبير عن أحاسيسه والحفاظ على كرامته كإنسان مسلم حق مشروع يجب عدم المساس به . (الاحترام المتبادل لكرامة الإنسان)

ز- أن تكون تنمية أكثر منها علاجية أو وقائية فاستثمار قدرات الحدث أو إمكاناته وإمكانات بيئته هو الهدف الأمثل للرعاية اللاحقة وصولاً إلى تحقيق فردية الحدث وفضائه النفسي .

هـ- أن تكون عملية اقتصادية يحكمها قانون الجهد والمنفعة .

و- الاستعانة بالمؤسسة الاجتماعية الخاصة في حالات الأحداث اللقطاء والشواذ عقلياً أو سلوكياً مع استمرار الجهود ما أمكن لتدعيم انتمائهم لأسرهم .

ي- الرعاية اللاحقة ليست قوالب ثابتة للتطبيق العملي ، وإنما تختلف وسائلها حسب ظروف كل حدث .

6- أهمية الرعاية اللاحقة للأحداث المفرج عنهم :

تستمد الرعاية اللاحقة أهميتها من كونها تعمل على إتمام جهود التربية والتوجيه والتهديب والتأهيل التي بذلت في مؤسسة الأحداث ؛ كما أنها تعمل على وقاية الحدث المنحرف المفرج عنه من التعرض للعوامل التي تؤدي إلى العودة للانحراف .

كما أن الرعاية اللاحقة أوجبها الظروف التي قد تواجه الحدث بعد الإفراج عنه ، وكذلك أوجبها أهداف الرعاية والتأهيل ، وبطبيعة الحال فإن عملية الرعاية اللاحقة تأتي كضرورة حتمية لمقابلة الصعوبات التي تواجه الحدث المفرج عنه والتي تتمثل في التالي :

أ- فترة الإيداع التي قضاها الحدث المحكوم عليه داخل مؤسسة رعاية الأحداث : تعتبر مرحلة عزل ليس على المستوى الاجتماعي والجسدي فحسب بل هي مرحلة عزل على المستوى الانفعالي والثقافي والنفسي عما يدور في العالم الخارجي وهذا بدوره يمثل هواء تتجسد في التغيرات التي حدثت خلال فترة غياب الحدث أثناء إيداعه والتي يصعب معها فهمه لما يدور في عالمه الخارجي ، كثير ما يحدث تغيرات مادية وتغيرات في أنماط سلوك المجتمع الخارجي خلال الفترة التي قضاها الحدث في مؤسسة الأحداث وبالأخص مع أولئك المودعين من الأحداث الذين قضاوا فترة الإيداع طويلة وهذه التغيرات قد لا يعي الحدث المنحرف إبعادها أو كيفية التعامل معها .

فعملية العزل التي عاشها الحدث خلال فترة بقاءه في مؤسسة الأحداث وتطبعه في الغالب بخصائص المجتمع الخاص في داخل مؤسسة الأحداث أو ما يسمى مجتمع دور الأحداث بكل ما يحمله ذلك المجتمع الجديد من معتقدات وقيم وأفكار جديدة وغالباً ما يكون لهذه الأفكار والقيم الجديدة طابع سلبي باعتبار الثقافة السائدة في مؤسسة الأحداث (ثقافة مؤسسة الإيداع) هذه هي أحد الأسباب التي أوجدت الدعوة إلى إصلاح عقوبة الإيداع (خليفة ، 1997 : 38 ، 43 ، 44 : Donnelly, 1980) .

ب- مدة الإيداع للحدث المنحرف : بقدر ما هي فترة يترتب عليها خلل في الأدوار مع أسرته الطبيعية وأقاربه وأصدقائه ، مما يتطلب إعداد مسبق لمتابعة الحدث بعد الإفراج حتى تسهل عملية إعادة تكيفه مع الأوضاع الجديدة ، بالتالي فالمتغيرات التي حدثت في البيئة الخارجية للحدث المنحرف المفرج عنه خلال فترة بقاءه في مؤسسة الأحداث ، ومدى قدرته على التكيف معها بعد خروجه من مؤسسة الأحداث فالحدث المنحرف والمودع بدار الأحداث خلال فترة إيداعه وبقائه بتلك المؤسسة لا شك أنه قد اكتسب العديد من القيم والسلوكيات الجديدة بغض النظر عن سلبية أو ايجابية ما اكتسابه منها إلا أن عملية الملائمة بين هذين المتغيرين اللذين حدثا في حياته وهما متغيرات حدثت في بيئة الحدث خارج مؤسسة الأحداث ، متغيرات حدثت في سلوكه أثناء وجوده في مؤسسة الأحداث من هنا تبرز أهمية الرعاية اللاحقة في حياة الحدث المفرج عنه .

ج- مدة الحكم (فترة الإيداع) التي قضاها الحدث داخل مؤسسة الأحداث : عادة ما يترتب عليها فقدان الحدث المودع لدراسته وعليه يجب إيجاد برامج تشترك المؤسسات الاجتماعية نفسها في إيجادها لكي توفر له العودة للاستمرار في مواصلة دراسته أو مساعدته مالياً لمقابلة احتياجاته حتى لا يعود لارتكاب السلوك الانحرافي مرة أخرى .

د- تتجاوز الآثار السلبية للحدث المودع بمؤسسة الأحداث الجوانب الاجتماعية والاقتصادية : حيث تمثل إلى الجوانب النفسية والسلوكية ، فبقاء الحدث المودع في محيط مغلق واحتكاكه ومحاماته وتفاعله مع أصناف مختلفة من الأحداث المنحرفين وما ينتج عن تلك المعاشية من إكساب وتعلم أنماط سلوكية جديدة وما تطبعه التجربة على نفسية الحدث المودع عادة ما تمثل حالة نفسية وسلوكية يجب متابعتها وتهيئة الظروف المحيط به قبل الإفراج وبعده من أجل إعادة التكيف مع المحيط الذي يعيش فيه .

ز- مرور الحدث المفرج عنه بعد قضائه فترة الإيداع بمؤسسة الأحداث ما يسمى بصدمة الإفراج : وهي الحالة النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي يعيشها الحدث المفرج عنه خلال الأشهر الأولى لخروجه من مؤسسة الأحداث وبخاصة أن هناك العديد من الدراسات العلمية التي أجريت على الأحداث المفرج عنهم من مؤسسات الأحداث أثبتت أن أغلب القضايا التي يرتكبها الأحداث العائدون للانحراف مرة أخرى إنما تقع في الأشهر الستة الأولى التالية للإفراج عنهم من مؤسسات دور تربية الأحداث وهذا يؤكد على ضرورة الاهتمام ببرامج الرعاية اللاحقة بمختلف أشكالها وأهميتها في حياة المفرج عنه .

و- تزايد نسبة الأحداث العائدين لارتكاب الجريمة بعد الإفراج عنهم : وبشكل ملفت للنظر فقد وصلت نسبة العود إلى الانحراف إلى أكثر من 40 % من الأحداث المفرج عنهم في الدول العربية بشكل عام وفي المجتمع الليبي 28 % بشكل خاص مما يدل على أن العملية الإصلاحية التي قدمت لهم داخل مؤسسات الأحداث لم تكن ذات فاعلية حقيقية وهذا يؤكد ضرورة وجود روافد إصلاحية أخرى قوية تقاوم التزايد في الجريمة والانحراف غير البرامج الإصلاحية والتربوية والتوجيهية والتأهيل التي تقدم للحدث المودع أثناء فترة إيداعه وتنفيذه للعقوبة المقررة عليه ومن أبرز تلك الروافد إن لم تكن أهمها الرعاية اللاحقة لتي تقدمها الدولة

للمحكوم عليه وكذلك للمفرج عنهم من مؤسسات الأحداث . (الغزوي ، 2005 : 40 ، سلامة ، 1994 : 154 - 156)

هـ- عدم وجود جدوى وفائدة كبيرة من العقوبات حيال كثير من معتادي الانحراف (حالات العود للانحراف) :
مما يتطلب الأمر البحث عن بدائل لهذه العقوبات ولعل أبرزها تقديم الرعاية الشاملة للحدث العائد للانحراف
أثناء إيداعه ثم رعايته بعد خروجه من مؤسسة رعاية الأحداث وتقديم الرعاية اللاحقة بالمعنى الشمولي لها .
ومع وجود شبه إجماع بين المتخصصين والمتهمين بالانحراف الاجتماعي على وجوبه وأهمية الرعاية
اللاحقة إلا أنه يوجد اتجاه يؤكد أهمية الرعاية اللاحقة لجميع الأحداث المفرج عنهم واتجاه يرفض هذه
الرعاية رفضاً تاماً وفي كل الظروف اتجاه ثالث لا يؤكد هذه الأهمية إلا مع أنماط خاصة من الجانحين ويمكن
تلخيص تلك الاتجاهات في الآتي : (عبد الصمد ، 1988 : 58 ، 63 ، غريب ، 1990 : 78)

■ الاتجاه الأول المؤيد للرعاية اللاحقة ويتلخص هذا الاتجاه في التالي :

- 1- كون الانحراف فعل متكرر ومتجدد طالما بقيت سمات أو خصائص معينة في شخصية الحدث وأخرى في بيئة تفرز ظاهرة السلوك غير السوي .
- 2- هناك عوامل كثيرة مشجعة في بيئة الجانحين مثل الثقافة الفرعية للجناح أو ما يطلق عليها علماء الاجتماع (النسق الثقافي لمجتمع الجانحين) .
- 3- تفرص المقاومة التي يبديها سوق العمل بتعيين أو تشغيل المفرج عنهم من مؤسسات الإيداع للعمل على معاوته الحدث لتحقيق استقراره اقتصادياً في بيئته الأولى .
- 4- ستظل المؤسسة وحدها عاجزة وقاصرة على القضاء الجذري على عوامل الانحراف في الحدث أو تهيئة بيئته خارجية ملائمة له مهما طال مدة إيداع الحدث بالمؤسسة ومهما اتخذ فيها من أساليب علاجية .
- 5- إن المنحرفين ذوي الشخصيات غير السوية أكثر تقبلاً لمعاودة الانحراف لو رفعت الرقابة كلية عنهم وخاصة عند الفترات الأولى لإخلاء سبيله وما يعرف بمثيرات الصدمة أو التغير المفاجئ من الاعتمادية إلى الاستقلالية .
- 6- للمجتمع الذي تهدد أمنه واستقراره سابقاً بسلوك بعض أفرادها الحق في متابعتهم متابعة خاصة .
- 7- النظرة السلبية للمجتمع نحو الحدث الذي أخلى سبيله من مؤسسة الأحداث يتحتم ضرورة معاومته لكي لا يحبط لتلك النظرة .

■ أما الاتجاه الثاني فهو اتجاه يرى أن يتبع إجراء الرعاية اللاحقة مع الأنماط الشاذة من الجانحين .

وهو مدخل بيئي وقف موقف الاعتدال بين القبول المطلق بالرعاية اللاحقة ورفضها كلياً ، ينطلق هذا الاتجاه من منظور مرتبط أساساً بتنميط الشخصية الجانحة بدعوى أن الانحراف سلوك تلح إليه أنماط خاصة تستجيب لمؤثرات البيئة كما يسميها علماء الخدمة الاجتماعية بمدخل العميل (طالب المساعدة)

■ وهناك اتجاه ثالث يرفض فكرة الرعاية اللاحقة ويتلخص هذا الاتجاه في التالي : (الملهوف ، 1991

: 78 ، 79 ، عبد الصمد ، 1988 : 62)

- 1- كون أن إنسان الفرد هو كائن خير في أساسه ومتى وجد المناخ الطبيعي الخير فإن الفرد سيسلك اتجاه خير .
- 2- الانحراف ليس إلا فعلاً وقتياً لا يمكن بأسلوب ما السيطرة عليه بعملية تخطيطية أو التحكم في مساره .
- 3- إطلاق حرية الفرد أي تحرير لقدراته وعدم إخضاعه لبرامج وخطط تأهيلية بعد الإفراج عنه قد تكون فرصة للتألق وللتحدي والابتعاد عن الشر .
- 4- الرعاية اللاحقة هي جهد ضائع ولا مبرر لوجودها فهي تنطلق من التشكيك في مقدرة الإنسان المفرج عنه على مواجهة الحياة الخارجية بل اعتبرته بعض المجتمعات نوعاً من الكماليات وبالتالي تفقده الثقة بنفسه
- أما الدور المهني الفعلي للأخصائي الاجتماعي في عملية الإفراج التي تلي الإيداع بمؤسسة الأحداث فيمكن تلخيصه في التالي : (رمضان ، فهمي ، 1985 : 268 ، 269)
- 1- يزود الحدث المودع بمؤسسة الأحداث ببعض النصائح من قبل الأخصائي الاجتماعي والإدارة بالمؤسسة التي تبين له وجوبية عدم العودة للانحراف .
- 2- يسمح للحدث المفرج عنه بحرية التفاعل مع أصدقائه وبالأخص أقرب الأحداث إليه .
- 3- مساعدة الحدث المفرج عنه في العودة لمواصلة دراسته وذلك من خلال التنسيق مع المؤسسات التعليمية .
- 4- مساعدة الحدث المفرج عنه في الحصول على أوراق رسمية مثل أوراق إثبات الهوية وتجديد أوراقه الرسمية الأخرى .
- 5- تتاح فرص للمناقشة والإقناع حول البرنامج المقترح للرعاية اللاحقة .
- 6- أن يزود الحدث المفرج عنه بكمية من النقود التي تساعد على مقابلة احتياجاته الضرورية .
- 7- تدبير مأوى مؤقت لمن لا مأوى له حيث يتمكن من إعادة ترتيب أوضاعه .
- 8- القيام ببحث ودراسة حالة أسرة الحدث المفرج عنه من أجل إعادة تكيف الحدث معها وتقبلها له .
- 9- القيام بمقابلات تتبعية حتى يقف الأخصائي الاجتماعي على مدى تطور وضع المفرج عنه من ناحية تكيفه وللاكتشاف المبكر لانتكاسته ومساعدته في حل المشاكل التي تواجهه مع أسرته من ناحية أخرى .
- وهناك بعض المهارات الخاصة التي يلزم توافرها في أخصائي الرعاية اللاحقة وتتمثل في الآتي : (غريب ، 1990 : 679 ، عبد الصمد ، 1988 : 129)
- 1- الكفاءة العلمية والعملية وإتقان طرائق العمل مع الأحداث أي إعداد علمي ومهاري لأساليب العمل مع الأحداث .
- 2- مهارة فائقة في تكوين العلاقات المهنية أي القدرة على تأسيس علاقة مهنية قوية .
- 3- القدرة على استبعاد المؤثرات السلبية أي مواجهة أساليب المقاومة سواء مقاومة الحدث للرعاية اللاحقة ، أو عدم تكيف أسرته ومقاومتها للزيارة أو رفضها له .
- 4- الحساسية الشديدة لتفسير مشاعر الحدث وفهم سلوكه الدفاعي .
- 5- التعاون مع كافة المؤسسات الاجتماعية وتكوين علاقات وطيدة معها لإنجاح برنامج العلاج للاستفادة من جهودها لمساعدة الحدث .

6- مهارات خاصة لتمييز لبعض الخصائص عند استخدام أساليب العلاج المفروض مثل تحرى الواقعية الموضوعية والحياد مقاومة التحويل أي مقاومة لمؤثرات ذات الإيقاع السلبي على علاج الحدث .

7- أن يتمثل في الأخصائي الاجتماعي الارتقاء إلى مستوى القدوة الحسنة التي يقتدي بها الحدث وخاصة الالتزام بالقيم الدينية والأخلاقية التي عادة ما يكون لها أكبر الأثر في سلوك الأحداث الذين تقمصوا أشخاص مشرفيهم بعد تكوين العلاقة المهنية في أفضل مستوى لها .

8- القدرة على تكيف وتفريد أساليب الدراسة والرعاية لتلائم حالات فردية بعينها أي لتناسب كل حالة على حده .

7- وسائل الرعاية اللاحقة للأحداث المنحرفين المفرج عنهم :

يصنف الباحثون وسائل الرعاية اللاحقة إلى عدة وسائل يمثل أبرزها في التالي : (أحمد ، 1990 : 77 ، عثمان ، 1988 : 52 - 54)

أ- المراقبة الاجتماعية :

وهي أسلوب علاجي يبقي الحدث بمقتضاه في بيئته الطبيعية متمتعاً بحريته تحت رعاية ماهرة وملاحظة شخصية لمندوب المحكمة يعرف بالمراقب الاجتماعي ، يقوم بالعلاج الاجتماعي بالسيطرة على عوامل البيئة والتأثير في السلوك ، وتدريب الحدث على التكيف مع البيئة وإدراك حقوقه وواجباته ، تمتد خدمات المراقب إلى الأسرة ذاتها لمساعدتها على قبول الحدث وتكيفه معها ، وكذلك تتابع مدى نمو الحدث اجتماعياً على الطبيعة وفي الظروف غير المناسبة .

ب- الزيادة التبعية :

يقوم الأخصائي كل فترة بزيادة أسرة الحدث للوقوف على التغيرات التي تطرأ على ظروف الحدث ومتابعة خطة العلاج أو تعديلها ، كما قد يرى تقديم بعض الخدمات لأسرته .

ج- التأمين الاقتصادي للحدث :

حيث تتيح الرعاية اللاحقة الفرصة للحدث لأعانه أسرته اقتصادياً وإدراك نموه المهني والاستمتاع بنتائج عمله

د- التأمين النفسي للحدث :

فوجود المراقب الاجتماعي بجانب الحدث يتيح المجال للتعبير عن انفعالاته ، الشعور بالأمن ، التخلص من الصراعات النفسية المختلفة .

هـ- التأمين التعليمي للحدث :

ويتم ذلك عن طريق متابعته دراسياً وتقديم كل الخدمات له التي تمكنه من إتمام تعليمه إذا ما رغب الحدث في ذلك .

و- إقناع الرأي العام عن طريق وسائل الإعلام والنشر المختلفة بأهمية التعاون مع الحدث المفرج عنه والاهتمام بالمشكلات التي تعترضه :

وبطبيعة الحال فإن هذه الوسائل تعيد ثقة الحدث المفرج عنه في نفسه وفي شعوره بأنه لا يختلف عن غيره من الأحداث الآخرين ، مما يؤمن له حياة مستقرة تكون بمثابة السياج الذي يحميه من التفكير في اقتراف الجريمة مرة أخرى .

8- بعض نماذج الرعاية اللاحقة في الدول المتقدمة وبعض الدول النامية :

حظيت الرعاية اللاحقة للمفرج عنهم اهتماماً محلياً ودولياً ، أصبحت محوراً هاماً في اهتمامات وأعمال المؤتمر الدولي لمكافحة الجريمة ومعاملة المذنبين في مجال تدبير الجريمة والعقوبة والرعاية اللاحقة ، ا يخلو أي مؤتمر من المؤتمرات المتعددة للأمم المتحدة من وجود توصيات ومقترحات وقواعد توصى بوجوبية رعاية المفرج عنهم . وفيما يلي عرض لبعض نماذج الرعاية اللاحقة في بعض الدول : (عبد الصمد ، 1988 : 81)

1- الرعاية اللاحقة في المملكة المتحدة :

تعتبر بريطانياً من أوائل الدول التي فطنت إلى أهمية رعاية الأحداث الجانحين في إعتاب الحركة التي قادها ويليام عام 1896 م للتمييز بين معاملة الأحداث من المجرمين ومعاملة الكبار والتي أثمرت عن إنشاء أول مدرسة إصلاحية للصغار .

فقد صدر قانون عام 1907 م بشأن المراقبة الاجتماعية (الرعاية اللاحقة) ، والذي عدل عام 1908 م ، ثم عدل مرة أخرى في عام 1942 م لتواكب التطورات المتلاحقة لأساليب معاملة الأحداث ، حيث أن مفهوم المراقبة الاجتماعية (الرعاية اللاحقة) ما زال هو السائد في بريطانيا كمفهوم قضائي مستمد شرعيته من قوانين الأحداث في غالبية المقاطعات .

ورغم أن القانون الانجليزي الحالي لم يميز بين فئات الأحداث الجانحين وأحقيتهم في الرعاية اللاحقة إلا أن الأعراف الانجليزية تراعى فرضها على فئات بعينها كالمارقين من سلطة الوالدين ومن لا عائل لهم من اللقطاء والمعرضين للانحراف .

وتنقسم الرعاية اللاحقة في بريطانيا إلى قسمين :

أ- اختيارية:

تلعب المؤسسة الأهلية المدعومة من قبل الحكومة دوراً في توفير الاحتياجات للمفرج عنهم ، وتتكون تلك الاحتياجات من بعض المساعدات التي تقدم بناء على طلب الحدث المفرج عنه .

ب- إجبارية :

وتقدم بشكل شرطي للحدث المفرج عنه ، ومع عدم الالتزام بالرعاية اللاحقة لمرتكبي الجنايات الخطيرة كالقتل والمخدرات وحيازة السلاح والجرائم الجنسية ولا تخضع لنظام الرعاية اللاحقة إلا بعد قضاء مدة العقوبة المقررة ، حيث تدخل الرعاية اللاحقة ضمن نظام السلطة القضائية ، بالتالي فإن الرعاية اللاحقة تغطي الخطرين من المفرج عنهم من الأحداث .

في حين يعتبر القانون الانجليزي التالية جرائم يعاقب عليها قانون الأحداث مع الرعاية اللاحقة ؛ من أمثلها السرقات والنشل والكسب غير المشروع .

وأن تكون الرعاية اللاحقة بتسليم الحدث المنحرف إلى أسرته تحت متابعة تلك الرعاية ، وأن فترة الرعاية اللاحقة ألا تزيد عن ثلاث سنوات .

ويقوم بهذه الرعاية بعض هيئات أهلية أو أسر مطبقة لتولي هذه الرعاية .

بالإضافة لعدم وجود مواصفات اجتماعية للمراقب الاجتماعي أو هيئة التي تقوم بهذه الرعاية بعد إخلاء سبيل الحدث ، وأن يترك للقاضي تحديد طبيعة الرعاية اللاحقة ومدتها ومكانها وعادة ما يكلف بها ما يعرف بالضابط الاجتماعي .

2- الرعاية اللاحقة في الولايات المتحدة الأمريكية :

استخدام مصطلح الرعاية اللاحقة للأحداث الجانحين في أمريكا عام 1948 بدلاً من المراقبة الاجتماعية ، قد يساعد على تطور أساليب الرعاية اللاحقة في أمريكا طبيعة المجتمع الأمريكي ونزعتة التحررية وديناميكية الثقافة .

ومفهوم الرعاية اللاحقة قد دخل مجال رعاية الأحداث كبديل للمراقبة الاجتماعية التي نص عليها القانون الأمريكي عام 1956 م ، وأن ترك للولايات المتحدة سلطة تحديد إجراءاتها وأجهزتها ومدتها والقائمين بها لتأخذ المتابعة شكلها الاجتماعي وليس القانوني . (عبد الصمد ، 1988 : 89)

وتبدأ الرعاية اللاحقة في أمريكا منذ دخول الحدث المؤسسة الإصلاحية أو منذ تسليمه لذويه أو لأسر بديلة حيث تتم من خلال زيارات تتبعية شهرية من المراقب الاجتماعي بالمؤسسة ذاتها أو من إحدى الهيئات المسؤولة عن الرعاية اللاحقة .

كما يميز التشريع الأمريكي بين الرعاية اللاحقة للأحداث المسلمين لأسرهم من المحكمة تحت المراقبة الاجتماعية وبين الرعاية اللاحقة بمعناها الاجتماعي لمن أخلى سبيلهم باعتبارها عملية اجتماعية ومن مسؤولية المراقب تقييم الحدث ومساعدته في التكيف الاجتماعي مع بيئة الاجتماعية ، تركز أساليب الرعاية اللاحقة على الاستقلال الاقتصادي للحدث وخاصة في مجتمع يعتبر العمل (قيمة) وتحكمه نزعات فردية تحريرية متطرفة مع تدهور واضح في دور البناء الأسري الأمريكي .

وتأخذ الرعاية اللاحقة في الولايات المتحدة الأمريكية بأساليب متباينة حيث تنتهج في الولايات الشرقية مثلاً منهجاً تحليلياً فرودياً وفي الوسطى منهجاً وظيفياً وفي الغربية منهجاً سلوكياً ، بل ظهرت في ولاية أوهايو مداخل أخرى أهمها مدخل الدور الاجتماعي أو مدخل إثبات الذات ومدخل العلاج الحر . (عبد الصمد ، 1980 : 34)

3- الرعاية اللاحقة في اليابان :

ينص القانون الياباني الخاص بالأحداث على ضرورة تقديم الحدث مثل إيداعه المؤسسة حتى تسليمه لذويه وعلى إيداع من لا عائل لهم في بيوت خاصة للتدريب المهني حتى وقت التجنيد .

ويتمثل النموذج الياباني من خلال الرعاية اللاحقة في الرعاية الاجتماعية ، الرعاية التربوية والتدريبية والرعاية الدينية والرعاية الطبية والرعاية الخاصة بالمعوقين .

4- الرعاية اللاحقة في روسيا :

نص التشريع الروسي في قوانين الإصلاح الاشتراكية والتأمين الاجتماعي لكافة المواطنين على أن السلطة القضائية تحاكم الأحداث من خلال الفلسفة الاشتراكية ، السمة السائدة للمراقبة الاجتماعية هي ؛ توفير

مستعمرات العمل الزراعي ومراكز التدريب المهني للصغار ، بإشراف مباشر من الهيئات والمنظمات الحكومية حيث لا مجال في روسيا للنشاط الأهلي .

5- الرعاية اللاحقة في السويد :

تتميز أساليب رعاية الأحداث في السويد برفض أي شكل من أشكال العقاب البدني أو الإيلام النفسي منذ مرحلة القبض على الحدث حتى إخلاء سبيله وتمتعه بالرعاية اللاحقة .
فالمراقب الاجتماعي والذي يطلق عليه البورستال يكون ناصحاً ومرشداً وأحياناً يكون البورستال من رجال الدين الذين يعينون كمتطوعين للسلطة القضائية . (المجلة العربية للدفاع الاجتماعي ، 1970 : 10)

6- الرعاية اللاحقة في الجماهيرية العظمى :

نصت المادة (25) من القرار الوزاري لسنة 1973م بشأن تنظيم دور تربية وتوجه الأحداث ، قرار اللجنة الشعبية العامة بشأن نظام الرعاية الاجتماعية لسنة 1979م في المادتين (31 ، 56) ، على القانون رقم (109) لسنة 1972م بشأن دور تربية وتوجه الأحداث على أن يوضع المفرج عنهم من الأحداث تحت الإشراف الاجتماعي للدار لمدة سنة كاملة يقوم خلالها الأخصائي الاجتماعي الذي كان مسؤولاً للتتبع للحالة داخل الدار بدور المرشد الاجتماعي .

كما تتضمن الرعاية اللاحقة للمفرج عنهم من الأحداث من خلال متابعة شئونهم بعد خروجهم من دور الأحداث ، على تقوية علاقتهم بأسرهم مع العمل على تذليل ما يعترضهم من صعوبات ومشكلات اجتماعية وتسوية خلافاتهم الأسرية للوصول إلى التكيف الأسري السليم . (مجموعة التشريعات الضمان الاجتماعي ، 1979 : 76)

7- الرعاية اللاحقة في مصر :

تمثل الرعاية اللاحقة في مصر للمفرج عنهم من الأحداث بأنها اختيارية و غير محددة بفترة زمنية إذ أنها ترتبط باستقرار الحدث في حياته واندماجه وتكيفه مع المجتمع الخارجي .
وتمثل الرعاية اللاحقة إحدى المهام الرئيسية لمكاتب المراقبة الاجتماعية المنتشرة بأحاء جمهورية مصر العربية ، وعلى أن تتولى مؤسسات الإيداع قبل انتهاء تدبير الإيداع للحدث بها إخطار مكتب المراقبة الاجتماعية الواقع سكتة في دائرتها بملخص للحالة ليتولى المكتب تتبع الحالة وإرشادها وتوجيهها استكمالاً للعلاج المؤسسي ويقوم أخصائيي الرعاية اللاحقة بثلاثة اختصاصات وهي :

الأولى بخدمة الحالة قبل الإفراج : أي دراسة الحالة من النواحي الاجتماعية والنفسية ويتم في ضوءها معاونته على إعداد مشروع لمستقبل حياته .

والثانية خدمة الحالة عند الإفراج : ويتم من خلالها مقابلة الحدث المفرج عنه وسد احتياجاته من ملابس ومال ومسكن والعودة إلى الأسرة ، وتوفير عمل مناسب وتوجهه ومعاونته وتشجيعه .

أما الثالثة تتمثل في خدمة الحالة بعد الإفراج : أي الإشراف على الحدث ومراقبته وتكيفه مع المجتمع الخارجي واستقراره في عمله وما يتطلبه ذلك من توجيه وتحكم في سلوكه وفق مقتضيات الحال وقد يكون الإوفيق أن توكل المهام الثلاث لأخصائي اجتماعي واحد لضمان نجاحها وفعاليتها (عفيفي ، 2002 : 35 - 36)

8- الرعاية اللاحقة في السعودية :

سعت وزارة العمل والشئون الاجتماعية السعودية كجهة مسؤولة عن رعاية الأحداث الجانحين على اتخاذ العديد من البرامج لتقديم الرعاية اللاحقة للمفرج عنهم من الأحداث .

فقد صدر في عام 1987م قرار ملكي على إنشاء الإدارة العامة للمتابعة والرعاية اللاحقة وتكون تابعة لوزارة العمل والشئون الاجتماعية والتي تم تعديل اسمها فيما بعد لتصبح الإدارة العامة للرعاية اللاحقة .

وصدر قرار من اللجنة العليا لسياسة التعليم يلزم مدارس وزارة المعارف بقبول الأحداث الجانحين خريجي دور الملاحظة الاجتماعية فور خروجهم من الدار واحتساب ما تحصلوا عليه من شهادات دراسية داخل الدار وتم ذلك فعلياً في 17 / 1 / 1992 ، والعمل على إعطاء الأولوية في القبول بمراكز التدريب المهني والمعاهد الفنية والتجارية والصناعية والزراعية لخريجي دور الملاحظة الاجتماعية ممن لا يرغب في مواصلة الدراسة .

فالرعاية اللاحقة للأحداث المفرج عنهم يؤخذ بها بعد خروج الحدث مباشرة وعلاج ظروفه والاهتمام بهذه العملية يمنع العودة أو الانتكاسة إلى الانحراف ، كما أن ذلك يساعد الحالة على النجاح في حياتها في المستقبل .

كما تقوم مؤسسات رعاية الفتيات لعملية الرعاية اللاحقة لتزويجهم حيث تساعد عملية زواجها على استقرارها وضبطها إلى درجة كبرى بهدف دمج المفرج عنها بالمجتمع وتهيئة المجتمع لقبولها واحتوائها لتكون عضواً فاعلاً مما يساهم في إصلاحها ويكفل عدم عودتها إلى الانحراف (وزارة العمل والشئون الاجتماعية ، ب . ت . ن . 12)

المراجع :

- 1- أحمد فوزي الصادي : الرعاية اللاحقة للمفرج عنهم بين النظرية و التطبيق ، بحث رعاية أسر النزلاء كأسلوب من أساليب الرعاية اللاحقة ، الرياض ، المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب ، 1986 م .
- 2- أمل محمد سلامة : العوامل الاجتماعية المؤدية إلى عود الحدث الجانح إلى الانحراف ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها ، رسالة ماجستير معهد الدراسات العليا للطفولة ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية ، جامعة عين شمس ، 1994 م .
- 3- الجمعية العامة للدفاع الاجتماعي : المؤتمر الأول للدفاع الاجتماعي ، القاهرة ، 1981 .
4. المملكة العربية السعودية : وزارة العمل والشئون الاجتماعية ، الرياض ، ب . ت . ن .
- 5- السيد رمضان ، سامية فهمي : الجريمة والانحراف في المنظور الاجتماعي ، المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية ، 1985 م .
- 6- زهرة جاسم : مشكلة الأحداث في دولة الإمارات ، ندوة الثقافة والعلوم ، دبي ، 1992 .
- 7- سعد عبد الوهاب عفيفي : الدليل الإرشادي للعمل في مجال رعاية الأحداث ، مجلة الدفاع الاجتماعي ، الجمعية المصرية العامة للدفاع الاجتماعي ، السنة

- التاسعة ، العدد العشرون ، 2002 م .
- 8- عبد الحفيظ فرج الغزيوي :العوامل المجتمعية المؤدية إلى عود الحدث إلى الانحراف في المجتمع الليبي ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، معهد البحوث والدراسات العربية ، قسم البحوث والدراسات الاجتماعية ، 2005 م
- 9- عبد الفتاح عثمان عبد الصمد : نموذج عربي للرعاية اللاحقة للأحداث في الوطن العربي ، الرياض ، المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب ، 1988 م .
- 10- غريب سيد أحمد : جنوح الأحداث ، واقع المشكلة ومراحل علاجها ، جامعة الدول العربية ، الإسكندرية ، 1990 .
- 11- محروس محمود خليفة : رعاية المسجونين والمفرج عنهم وأسره في المجتمع العربي ، الرياض ، مركز الدراسات والبحوث ، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية ، العدد 176 ، 1997 م .
12. محمد فرج المهلوف : الرعاية الاجتماعية ودورها المهني في التعامل مع المحكوم عليهم والمفرج عنهم من المساجين ، مجلة البحوث العربية للعلوم الاجتماعية التطبيقية ، العدد الأول ، المعهد العالي للعلوم الاجتماعية التطبيقية ، طرابلس ، 1991 م .
13. مجموعة تشريعات الضمان الاجتماعي : أمانة الضمان الاجتماعي ، الجزء الثاني ، 1979 م .

14. Donnelly :Sociology and Psychologic Factors Whom Prediction of Recidivism in a Criminal , New York 1980 .
15. Stroup : Social Work , An Introduction to the Field , N.Y. Amer .Book co . 2000 .

المحاسبة عن الموارد البشرية في الأندية الرياضية بين الواقع ومتطلبات التطبيق
(دراسة حالة عن واقع النظام المحاسبي بالأندية الرياضية الليبية)

- د. محمد شعبان أبوعين
د. طلال فخر الدين أبو خطوة
أ. مصطفى ميلاد الرماح

مقدمة

تلعب المحاسبة دور كبيراً في ترشيد قرارات المستثمرين من خلال ما توفره من معلومات مناسبة عن مواردها المتاحة تمكنهم من توظيفها ومن ثم ترشيد استخدامها بأكثر فاعلية. فالهدف الرئيسي للإدارة هو الوصول إلى أكفا استخدام للموارد المتاحة اعتماداً على الطرق الكمية لقياس كفاءة الاستخدام لها. ولعلّ احد هذه الموارد هي الموارد البشرية فإنها ليست مستتاة من هذا الاهتمام لما يملكه العنصر البشري من معرفة وخبرة ومهارة تشكل نسبة مساهمة عالية في دخول الكثير من المؤسسات والشركات...، وهذا ما نلاحظه على سبيل المثال في النوادي الرياضية التي يشكل فيها العنصر البشري (أصول بشرية) نسبة مساهمة قد تصل إلى 95% عن مساهمة الرأسمال المادي في دخلها، وهذا يرجع إلى نسبة الاعتماد على هذا العنصر.

فالهدف الرئيسي لهذه الورقة هو استجلاء واقع النظام المحاسبي للأندية الرياضية الليبية وبيان نقاط ضعفه وما يجب أن يكون عليه بالمقارنة بمثيلاتها من الأندية في الدول الغربية. حيث ناقشت الورقة الموضوعات التالية:

النادي الرياضي وفق التشريع الليبي، أهمية العنصر البشري في بيئة الأعمال، هل يمكن اعتبار الأفراد أصولاً لها قيمة نقدية؟، المحاسبة عن الموارد البشرية، مدى وجود متطلبات تطبيق المحاسبة عن الموارد البشرية في الأندية الرياضية الليبية، متطلبات تطبيق المحاسبة عن الموارد البشرية في النوادي الرياضية .

أولاً: النادي الرياضي وفق التشريع الليبي

النادي الرياضي وفقاً للتشريع الليبي هو "مؤسسة أهلية رياضية ثقافية اجتماعية ذات شخصية اعتبارية وذمة مالية مستقلة ، يهدف إلى بناء الإنسان السوي، ويساهم في إعداد الشباب وإشباع حاجاته الفكرية والاجتماعية والبدنية ورعايته على نحو متكامل من خلال إتاحة الفرصة له لممارسة هواياته الرياضية والثقافية ونشاطاته الاجتماعية ، ويضم مجموعة من الأفراد لهم مقر مناسب يلتقون فيه ومرافق وساحات وملاعب مناسبة يمارسون فيها أنشطتهم المختلفة"¹.

كما حدد المشرع الليبي أهداف النوادي الرياضية نذكر منها بالخصوص² :

إعداد وتدريب الشباب وتعميق وعيهم بالقيم الثورية الجماهيرية والقضايا الوطنية ودفعهم لتحمل مسؤولياتهم على نحو إيجابي وشغل أوقاتهم ببرامج ثورية وثقافية وترفيهية وبما يعود عليهم بالفوائد النفسية والروحية والفكرية والاجتماعية والبدنية والصحية.

كذلك نشر الرياضة الجماهيرية وتحفيز شرائح المجتمع على مختلف الأعمار لمزاومتها واكتشاف وتنمية المواهب الرياضية وتكوين وإعداد الفرق الرياضية للألعاب الجماعية والفردية والمشاركة في المسابقات التي تنظمها الاتحادات الرياضية والقيام بكل برامج العمل وحملات التطوع التي تهدف إلى خدمة المجتمع.

كلية الاقتصاد ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة . جامعة القانم

هو العنصر البشري ويمسك الصلح من نادي بما في ذلك موارده البشرية المستغنى في حيز مربوب ومومن ومنظم من لاعبين وأطقم فنية وإدارية ، أي أن الاعتماد الرئيسي سيكون على تلك الموارد في تحقيق المستوى المطلوب من التنافس والبطولة وتحقيق الأهداف السابق الإشارة إليها.

¹ القواعد المنظمة للجوانب الإدارية والمالية وقطاع الاستثمار بالأندية الرياضية، إصدارات اللجنة الأولمبية الليبية، طرابلس، 2009.
² المرجع السابق.

إلا أن ذلك يحتاج إلى الأموال الطائلة للصرف على هذه الأوجه وبالتالي البحث عن مصادر تمويل ، وفي المقابل ضرورة توفر الإيراد للوفاء بهذا الالتزام من خلال العائد على الاستثمار .

وبالنظر إلى حال الأندية اليوم والتطور الذي وصلت إليه نجد أنها لم تعد تعتمد على عنصر مزولة الرياضة كهواية فحسب بل تخطتها إلى الاحتراف الكامل ، فنوادي اليوم تتنافس في استقطاب اللاعبين المهرة وتنفق الأموال الطائلة في سبيل تدريبهم والمحافظة عليهم واستقطاب ما يرتبط بهم من مدربين وأطقم فنية وإدارية ، بل تعدى الأمر ذلك إلى بيع وشراء اللاعبين وإعارتهم واستبدالهم من نادي إلى آخر أسوة بالأصول الأخرى.

يتم ذلك كله سعياً وراء العائد على الاستثمار والذي يعاد إنفاقه على تدريب وتأهيل اللاعبين والفرق ومجابهة مصاريف النادي كنوع ومصدر من مصادر التمويل الذاتي المتجدد ، وبالتالي فإن الأندية الرياضية اللببية مطالبة اليوم قبل الغد بانتهاج نفس النهج والتوسع في قاعدتها الاستثمارية وعدم الاعتماد على إعانات الدولة التي تشكل عبء كبير على الخزينة العامة وتثقل كاهلها.

وفي سبيل ذلك يجب على النوادي الرياضية أن تطور من نظامها المحاسبي حتى يشمل بيانات المحاسبة عن هذه الموارد البشرية لاحتساب تكلفتها وقيمتها، باعتبار أن اللاعبين والأطقم الفنية والإدارية تعتبر أصولاً يمكن الاستثمار فيها ولها عائد يفيد في تغطية استثمارات أخرى ومجابهة نفقات النوادي ، وبالطبع فإن المقصود هنا الاتجار في كثلة من المهارات والقدرات والمعرفة الإنسانية وليس الفرد نفسه، حيث أنه ومن البديهي استحالة تملك الإنسان بالملق في وقتنا الحاضر على الأقل.

ثانياً: أهمية العنصر البشري بشكل عام :

لا بد لنا وأن نسلم بأن العنصر البشري هو العنصر المهم والحيوي في إنتاج سلعة كان أو خدمة وسواء اعتمد ذلك على قوة الفرد العضلية أم الفكرية مما أدى إلى القول " بأنه العنصر الواعي بين عناصر الإنتاج والذي بدونه لن تستقيم أمور وأحوال هذا الإنتاج مهما ارتفعت وسمت عناصره المادية ".³

ومن المؤكد أن أي مشروع لن يقوى على السير في دنيا الأعمال دون الاعتماد على نوعين أساسيين من الموارد هما : الموارد المادية والموارد البشرية، ولا شك أن نجاح المشروع أو فشله يرجع إلى مدى كفاية أو سوء كفاية استخدام العناصر البشرية المتاحة لديه، وبالتالي فإن نجاح أي دولة وتقدمها إنما يعتمد والى حد كبير على القوى البشرية المتاحة لديها.⁴

وبالرغم مما هو معروف عن التقسيم العادي للعناصر الإنتاجية إلى أربعة أقسام هي : الموارد الطبيعية ورأس المال والعمل والتنظيم . " فإن الاعتبارات الاجتماعية تدعو إلى تمييز العمل والتنظيم على العناصر الإنتاجية الأخرى حيث يطلق اصطلاح الموارد البشرية على العمل والتنظيم واصطلاح الموارد المادية على الموارد الطبيعية ورأس المال ".⁵

³ Ramakanta Patra,Sk Khatik, HRA policies and practices: a Case Study of Baharat Heavy Electricals, International Journal of HRA Development and Management, Vol 3, No 4, 2003, pp 285-296.

⁴ محمد ماهر عليش ، إدارة القوى البشرية ، القاهرة، مكتبة عين شمس ، 1971 ، ص 82.

⁵ صبحي تادرس قريش ، عبد الرحمن يسري، مقدمة الاقتصاد ، الإسكندرية، دار الجامعات المصرية، 1970 ، ص 259.

ويختلف العمل عن كل عناصر الإنتاج الأخرى ، حيث أنه يجمع ما بين صفتين الأولى صفته كأداة للإنتاج والثانية صفته كمستهلك لهذا الإنتاج، ومن ثم فهو يعتبر الوسيلة وفي ذات الوقت الغاية من كل تنظيم اقتصادي مهما كانت طبيعته.

ويتضمن عنصر العمل بخلاف عوامل الإنتاج الأخرى خصائص سلوكية تحتاج إلى تحليل الأدوات النفسية والاجتماعية لفهمه وبالتالي استخدامه على نحو أمثل في النشاط والعملية الإنتاجية.

ولقد أشار الاقتصاديون الأوائل إلى أهمية الموارد البشرية في الإنتاج، حيث اعتبر مارشال⁶ (Marshall) " أن أعلى الاستثمارات في رأس المال ذلك المستثمر في البشر".

كما اعتبر شولتز⁷ (Schultz) " أن الموارد البشرية عنصر دائم الحركة بطبيعته، ويتطلب الأمر متابعة نشاطه للوقوف على نتائج هذا النشاط سواء فيما يتصل به أو العمل الذي يزاوله أو المجتمع الذي يعيش فيه، وقد أدركت العديد من الدول أهمية الموارد البشرية كرأس المال للمجتمع".

ومما تقدم نجد اليوم أن وحدات اجتماعية بدأت تأخذ الطابع الاقتصادي في نشاطها، كالنوادي الرياضية التي تعتمد اعتماداً رئيسياً على العنصر البشري في تحقيق المستوى المطلوب من التنافس والبطولة وبالتالي تعظيم الإيراد ولم تعد تعتمد على عنصر مزاوله الرياضة كهواية بل تختطها إلى الاحتراف الكامل ، وكما أسلفنا فإن نوادي اليوم تتنافس في استقطاب اللاعبين المهرة وتتفق في سبيل ذلك الأموال الطائلة زد على ذلك ما ينفق من أموال في سبيل تدريب هؤلاء والمحافظه عليهم واستقطاب ما يرتبط بهم من مدربين وأطقم فنية وإدارية، بل تعدى الأمر ذلك إلى إغارة واستبدال وبيع وشراء اللاعبين من نادي إلى آخر .

ثالثاً: هل يمكن اعتبار الأفراد أصولاً لها قيمة نقدية ؟

وللإجابة على هذا السؤال لا بد لنا من أن ننظر إلى الأسباب التي توجب إخضاع تلك الموارد إلى القياس المحاسبي وإظهارها بالقوائم المالية كأصول تؤثر بشكل مباشر في تحقيق الدخل وتكون مع الأصول الأخرى في المركز المالي للأندية وبالتالي قيمته الحقيقية في سوق الأوراق المالية ، وهذه الأسباب هي:⁸

1. أن للموارد البشرية أهمية قصوى للنادي الرياضي تفوق أهمية باقي العناصر المادية الأخرى.
 2. أن للموارد البشرية صفات ومميزات الأصول، تعد بمثابة تجمعات للخدمات المتوقع الحصول عليها مستقبلاً.
 3. أن تكاليف الاستثمار في الموارد البشرية تمثل إضافات لقيمة هذه الموارد ، وبالتالي تعتبر ضمن تكلفة الموارد البشرية كأصول.
 4. أنه في ظل مفهوم الوحدة المحاسبية واستقلالها فإن معيار الملكية يمكن التغاضي عنه طالما أن الموارد البشرية والمادية تعمل معاً تحت رقابة إدارة النادي .
- ومما سبق يمكن القول بأنه يمكن اعتبار الموارد البشرية أصولاً لها تكلفة وقيمة مثلها مثل الأصول الأخرى.

رابعاً: المحاسبة عن الموارد البشرية :

A. Marshal, "Principles of Economics". Mac., London, 1964, p.469.- 3

⁷ T.W. Schultz, "Investment in Human Capital" , American Economic Review, March, 1961,p.12.

⁸ R Likert , " The Human Organization, its Management and Value " , New York, McGraw-Hill,1967,p.12

إن من بين العلوم الاجتماعية التي تركز على تطبيق مفاهيم البحث العلمي يأتي علم المحاسبة، ذلك العلم الذي يركز على الظواهر وأوجه النشاط التي تقع في مجال بحثه بغرض الوصول إلى نظريات عامة يمكن الاستفادة منها في تفسير تلك الظواهر وإلى قياس نتائج الأنشطة المترتبة عليها.

ولما كانت الوظيفة الأساسية للمحاسبة تكمن في قياس وتوصيل المعلومات اللازمة للكشف عن النشاط الاقتصادي فإن الغرض الرئيس منها يتمثل في توفير وعرض معلومات موثوق بها يمكن لأصحاب المصالح الاستفادة منها كأساس لاتخاذ قرارات رشيدة.

وفي حقيقة الحال نجد أن المحاسبة تلعب دوراً هاماً و متميزاً في حل المشاكل الإدارية وذلك من خلال التفكير المبني على المنطق والعقلانية تجاه المواقف المعينة إضافة لتحليل البيانات المتعلقة بوجود المشكلة وتفسيرها ووزن البدائل المختلفة للحل وتحديد أفضلها قبل اتخاذ القرار.

وتنصب البيانات المحاسبية بالأساس على استغلال موارد الوحدة الاقتصادية الاستغلال الأمثل بما يحقق الأهداف المرجوة، هذه الموارد التي تمثل الموارد المادية والبشرية على حد سواء، مما يعني قياسها والإفصاح عنها إلا أننا نجد - وفي ظل القواعد العرفية للمحاسبة المالية- أنها لا تتعامل مع الموارد البشرية إلا في صورة الأجر والمرتبات مما يعني عدم وجود أي تسجيل محاسبي لهذه الموارد وبالتالي عدم قياسها والإفصاح عنها.⁹

ولقد أظهرت نتائج كثير من الأبحاث والدراسات الاجتماعية والنفسية أن خصائص الأفراد تؤثر بقوة في طريقة أداء المشروعات التي يعملون فيها وكفاءة هذا الأداء من حيث أن السلوك الإنساني أصبح عاملاً هاماً في التأثير على إنتاجية الوحدة الاقتصادية، فالتكاليف المرتبطة بالبشر في المشروعات أصبحت تشكل نسبة كبيرة لها أثر ملحوظ على الربحية، ولعل هذا الأثر يتضح جلياً في النوادي الرياضية بشكل خاص والتي تعتمد اعتماداً رئيسياً على الموارد البشرية الممثلة بلاعبين على قدر كبير من المهارة والأداء الرفيع والأطعم الفنية والإدارية كأصول لها تكلفتها الكبيرة ولها مردودها ومساهمتها في ربحية هذه الأندية بشكل عام.

من هنا تظهر أهمية المحاسبة عن الموارد البشرية كطريقة تساعد الإدارة على معرفة مساهمة الأصول البشرية في الدخل الحقيقي لهذه الأندية كوحدات اقتصادية وبالتالي اتخاذ أفضل القرارات الخاصة بالاستثمار في اللاعبين والأطعم الأخرى كأصول بشرية ناهيك عن القرارات الخاصة باستخدام وتخصيص تلك الأصول.

1- تعريف المحاسبة عن الموارد البشرية :

المحاسبة عن الموارد البشرية هي أسلوب لتحديد وقياس وتوصيل المعلومات الخاصة بالموارد البشرية للأطراف المعنية داخل و خارج النوادي الرياضية بهدف رفع كفاءة اللاعبين وإدارة النادي وتحسين نوعية القرارات الخاصة به والتخصيص الأمثل للموارد البشرية بما يكفل إدارتها بطريقة فعالة.

وقد عرفت جمعية المحاسبة الأمريكية في تقريرها عن محاسبة الموارد البشرية¹⁰ 1973 بأنها : " عملية تحديد وقياس البيانات والمعلومات عن الموارد البشرية وتوصيلها للأطراف المعنية" ، كما أضافت إليه 1974 " والإدارة

⁹ رضوان حلوة حنان، بدائل القياس المحاسبي المعاصر، ط1، عمان، دار وائل للنشر، 2003، ص 207.

A.A.A, " Committee on Human Resource Accounting" , Report of the Committee on Human Resources Accounting -10 , the Accounting Review Supplement, 1973, Vol. XVIII ,p. 172

الفعالة لهذه الأصول بهدف تحسين نوعية القرارات الخاصة بالمشروع سواء التي يقررها مديروه أو الأطراف الخارجية " ، كما حددت الجمعية ثلاثة أهداف رئيسية للمحاسبة عن الموارد البشرية هي :

أ- القياس : أي وضع نماذج وطرق صادقة وسليمة لقياس تكلفة وقيمة الأفراد بالنسبة للمشروع.

ب- التطبيق : أي تصميم نظم قابلة للتطبيق العملي لتطبيق طرق القياس في الأنشطة الرياضية.

ج- الأثر الإدراكي أو السلوكي : أي معرفة أثر قياس الموارد البشرية على اتجاهات و سلوك العاملين.

2- كيفية احتساب تكلفة الموارد البشرية :

يمكن احتساب تكلفة اللاعبين كجزء من الموارد البشرية بالنادي كالاتي :

تتمثل تكلفة اللاعب كأصل بشري في مصاريف : البحث، الاختيار، الاستقطاب، التدريب، الأجور والمرتببات، المزايا العينية والنقدية، التأمينات الاجتماعية، الرعاية الصحية، الإقامة، التنقل، تكلفة الإعارة.

أي كل ما يتم صرفه على الفرد حتى يكون جاهزاً للمشاركة في الأنشطة الرياضية بالمستوى البدني المطلوب وإذا نظرنا إلى النفقات التي سبق ذكرها ، فإننا نجد أن من هذه النفقات تؤدي إلى منافع أو خدمات تمتد إلى أكثر من فترة محاسبية باعتبارها تسهم في صقل الخبرة ورفع كفاءة اللاعبين.

ومن المتعارف عليه محاسبياً أن النفقة التي يتوقع الحصول منها على خدمة في المستقبل وتستفيد منها أكثر من فترة محاسبية تعد من النفقات الرأسمالية ، ومن جهة أخرى نجد أن الموارد البشرية لها قيمة نظراً لقدرتها على تقديم خدمات مستقبلية ، وينظر الكثير من المحاسبين إلى أن قيمة الموارد البشرية تتمثل في القيمة الحالية لخدماتها المستقبلية المتوقعة.

وما يؤكد ذلك ما جاء بتقرير جمعية المحاسبين الأمريكية سنة 1972 عند تعريفها للموارد البشرية " بأنها موارد اقتصادية مخصصة لخدمة مشروع معين ، فهي مجموع الخدمات المتوقعة الحصول عليها من هذه الموارد في عمليات المشروع مستقبلاً باعتبارها قيمة كلية لتلك الموارد".¹¹

ويشكل عام فإن قيمة الأصل هي التكلفة مطروحاً منها قسط الإهلاك ، ويحدد عمر الأصل الإنتاجي بعدد سنوات العقد ، أي بالفترة التي سيستفيد منها النادي من خدمات اللاعب أو المدرب أو عضو الطاقم الفني أو الطاقم الإداري.

بعض نماذج قياس تكلفة الموارد البشرية

1. نموذج التكلفة التاريخية.
2. نموذج التكلفة الاستبدالية.
3. نموذج تكلفة الفرصة الضائعة.
4. نموذج التكلفة الفعلية المعدلة.

- بعض نماذج قياس قيمة الموارد البشرية :

1. نموذج ليف و شوارتز¹² (Lev & Schwartz)

¹¹ A.A.A, " Committee on Human Resource Accounting (CHRA)" , Report of the Committee on Human Resources Accounting the Accounting Review Supplement to Vol. XLVIII. 1972, pp. 169 -185.

2. نموذج فلامهولتز (Flamholtz)¹³
3. نموذج ليكرت (Likert)¹⁴
4. نموذج جاجي و لاو (Jaggi & Lau)¹⁵
5. نموذج واتسون¹⁶ (Watson)

خامساً: مدى وجود متطلبات تطبيق المحاسبة عن الموارد البشرية في الأندية الرياضية الليبية

بدأ تطبيق المحاسبة عن الموارد البشرية مبكراً في الأندية الرياضية ، ففي الولايات المتحدة على سبيل المثال ، قام نادي " ميلواكي بريز " بتصميم نظام للمحاسبة عن الموارد البشرية عند انتقاله لمدينة " بوسطن " عام 1962م ليعبر عن استثمارات النادي في اللاعبين ونفقات تدريبهم واستقدامهم للنادي .

وقد أظهرت أرصدة الموارد البشرية بالنادي في القوائم المالية الرسمية ، وشملت رسملة تكاليف التعاقد مع اللاعبين ونفقات التدريب والمباريات وكذلك تكاليف تكوين الفريق الجديد ، كما قام النادي باستهلاك تكاليف تحسين اللاعبين بمعدل 12.5% وتكاليف التعاقد بمعدل 10% .

وظل النادي على هذا الحال من سنة 1962م حتى 1966م حيث أنتقل إلى مدينة " أتلانتا " فتوقف عن حساب تكاليف تحسين اللاعبين ورسملتها ، واستمر في حساب ورسملة التكاليف الخاصة بالتعاقد مع اللاعبين . وفي تقرير النادي لمساهميه سنة 1963م أوضح النادي أنه رغبة منه في أعداد وتكوين فريق للمستقبل فإنه يريد استثمار ما يزيد عن 900000 دولار في عام 1963م وحده ، وطالب التقرير بمقارنة هذه الاستثمارات باستثمارات الأنشطة الأخرى المشابهة لأغراض البحث ، وأكثر من هذا قامت سياسة النادي على استثمار مبالغ لتحسين وصيانة اللاعبين بمعدل ثابت مع تخفيض قيمهم بالاستهلاك وزيادتها بتكاليف تدريب اللاعبين الجدد .

ومنذ ذلك التاريخ انتهجت معظم الأندية العالمية هذا النهج وأصبح استخدام المحاسبة عن الموارد البشرية سلوكاً طبيعياً في كل النوادي العالمية المعروفة سواء كانت في الولايات المتحدة الأمريكية أو في أوروبا أو في اليابان أو في أمريكا اللاتينية .

إلا أن هذه الصورة لم تكتمل بعد عند الأندية الرياضية الليبية ، فلا تزال أنديةنا تتبع نظاماً محاسبياً تقليدياً لا يأخذ في اعتباره المحاسبة عن الموارد البشرية رغم وجود نفقات كبيرة تتكبدها الأندية في سبيل استقطاب ذوي المهارة والخبرة من لاعبين ومدربين وأطقم فنية وإدارية مساندة ، تتمثل هذه النفقات في ما يتم صرفه على اللاعبين الموهوبين من خلال عقود الرعاية وعلى إعداد آخرين والصرف على الرفع من مستوياتهم والمحافظة عليها .

وبالتالي فإن الحاجة أصبحت أكثر إلحاحاً من ذي قبل لتطبيق هذا النوع من المحاسبة في أنديةنا أسوة بالأندية العالمية الأخرى لما لها من فوائد جمة تعود بالنفع على هذه الأندية وتمكنها من الرقي و النهوض

¹² المرجع السابق

¹³ - E.G.Flamholtz, " A Model for Human Resources Valuation : A Stochastic Pross with Service Rewards" , The Accounting Review, April, 1971, pp.253-265

¹⁴ - R.Likert & D.G.Bowers, " Organization Theory and Human Resource Accounting", Journal of the American Psychologist Association, June 1969, pp.585-588.

¹⁵ - B.Jaggi and H.Lau, " Towards a Model for Human Resource Valuation", The Accounting Review, April, 1974,pp.323 - 328 .

¹⁶ D .Watson, " Human Resource Accounting", Accountancy, 1972, pp. 26-30.

بمستوياتها إلى مصاف الأندية العالمية وتمكن إدارتها من تحقيق الرقابة وتقييم الأداء إضافة إلى تحقيق رؤية اللجنة الأولمبية في تأسيس أندية فاعلة ومتطورة وقادرة على الوصول إلى المستوى العالمي والمنافسة الكاملة.

1- متطلبات تطبيق المحاسبة عن الموارد البشرية في الأندية الرياضية

هناك جملة من المتغيرات التي يمكن أن تؤثر في الأندية الرياضية التي يمكن أن تطبق فيها المحاسبة عن الموارد البشرية :

أ- حجم رأس المال البشري.

ب- عدد اللاعبين من ذوي الدرجة العالية من المهارات والتدريب.

ج- عدد اللاعبين في أنشطة متماثلة .

فكلما زاد حجم رأس المال البشري كلما زادت حاجة النادي إلى المحاسبة عن الموارد البشرية ، هذا من ناحية أما من ناحية أخرى فإن المحاسبة عن الموارد البشرية قد تكون مطلوبة ليس فقط بتلك الأندية التي تستخدم رأس المال البشري بكثافة عالية ولكن أيضاً في الأندية التي لديها استثمارات مهمة في الموارد البشرية.¹⁷ ومن المتغيرات الرئيسية الأخرى وجود مجموعات من اللاعبين ذوي قيمة عالية كموارد بشرية داخل النادي ومن أمثلة ذلك لاعبي الدرجة الأولى ، النخبة ، المتميزون في الألعاب الفردية أو طاقم التدريب ، حيث تتكون كل مجموعة من هذه المجموعات من أفراد على مستوى عال من التدريب وتمثل كل منها استثماراً هاماً للنادي . أمل المتغير الثالث فيتمثل في عدد الأفراد الذين يؤديون أعمالاً متشابهة كالمدرسين وأعضاء الأطقم الأخرى، أو يقومون بمهارات متشابهة كاللاعبين أو أعمالاً متشابهة كالإداريين وغيرهم.

أما بقية المتغيرات الأخرى فتمثل في :

1. حجم وهيكل النادي :

هناك تأثير مباشر وغير مباشر لحجم النادي على نوع وإمكانيات نظام المحاسبة عن الموارد البشرية ، فكلما كبر حجم النادي أصبح في حاجة ماسة للمحاسبة عن الموارد البشرية.

2. نظام إدارة الموارد البشرية القائم :

يؤثر نظام إدارة الأفراد الموجود في النادي و إمكانيات الموارد البشرية الموجودة على إختيار نظام المحاسبة عن الموارد البشرية.

2- تصميم وتنفيذ النظام :

يمكن تلخيص خطوات بناء النظام في الخمس نقاط الآتية:¹⁸

1. تحديد الهدف من المحاسبة عن الموارد البشرية.

2. إنشاء مقاييس المحاسبة عن الموارد البشرية.

3. إنشاء قاعدة البيانات اللازمة للنظام.

4. اختبار النظام ومراجعته وتعديله عند الضرورة.

5. تنفيذ النظام في النادي .

الخلاصة

¹⁷ إريك فلاموز ، المحاسبة عن الموارد البشرية، ترجمة: محمد عصام الدين زايد ، احمد حامد الحجاجي ، الرياض ، دار المرخ ، 1992 ، ص 133 .
¹⁸ مرجع سابق.

نخلص مما سبق إلى أن النظام المحاسبي القائم في الأندية الرياضية الليبية لا يوفر المعلومات المناسبة والاعتماد عليه في حصر التدفقات النقدية الخارجة دون معرفة مدي مساهمة هذه التدفقات في خلق عائد مناسب يمكن الأندية من خلق نشاطات جديدة تتيح الفرصة في زيادة عائداته، وبالتالي التوسع في أنشطته الاجتماعية والاقتصادية، ولا يكون عبء على خزينة المجتمع. وحتى يحقق النظام المحاسبي أهدافه يجب أن يتفاعل مع نظام المحاسبة على الموارد البشرية ألدى ينظر إلى البشر على أنهم عناصر تنظيمية عالية القيمة وليس مجرد أدوات للاستخدام، وبالتالي يمكن الإدارة من حسن توظيف مواردها المادية والبشرية ليس بالاعتماد على الهبات والتبرعات....، فقط و دون استثمار هذه التدفقات النقدية الداخلة إلى خزينة الأندية الرياضية. وبصورة عامة ، فقد بان الحاجة إلى وجود نظام معلومات يحتوي على بيانات خاصة بالأصول البشرية بالأندية الرياضية، وان عدم وجود مثل هذه البيانات يعتبر من نقاط الضعف في النظام الحالي للمعلومات المحاسبية. بلا شك فان توافر بيانات عن الموارد البشرية في صورة كمية يفيد في عملية اتخاذ القرارات سواء بواسطة الإدارة أو المستثمرين ويعطي مؤشرات أفضل للحكم قيمة النادي وعائد الاستثمار فيه. كما يؤدي إلى توزيع أفضل للموارد البشرية المتاحة به. ولهذا الأسباب، نرى أن المحاسبة عن الموارد البشرية سوف تمثل أحد التطورات الأساسية في المحاسبة خلال الفترة القادمة.

المراجع

- 1- أرك فلامهولز ، المحاسبة عن الموارد البشرية، ترجمة :محمد عصام الدين زايد و احمد حامد الحجاجي، الرياض، دار المريخ، 1992.
- 2- صبحي تادرس قريظ ، عبد الرحمن يسري، مقدمة الاقتصاد، الإسكندرية، دار الجامعات المصرية، 1970.
- 3 - محمد ماهر عليش، إدارة القوى البشرية ، القاهرة، مكتبة عين شمس، 1971.
- 4- رضوان حلوة حنان، بدائل القياس المحاسبي المعاصر، ط1، عمان، دار وائل للنشر، 2003.
- 5- القواعد المنظمة للجوانب الإدارية والمالية وقطاع الاستثمار بالأندية الرياضية، إصدارات اللجنة الاولمبية الليبية، طرابلس، 2009.

⁶ - T.W. Schultz, "Investment in human capital" , American Economic Review, March, 1961,

⁷ - R Likert , " The Human Organization, its management and value " , New York, McGraw-Hill,1967.

⁸ - A. Marshal, "Principles of Economics". Mac., London, 1964.,

9- A.A.A, " Committee on Human Resource Accounting" , Report of the Committee on Human Resources Accounting , 1972 Vol. XVIII., 1973.

10- A.A.A, " Committee on Human Resource Accounting" , Report of the Committee on Human Resources Accounting , the Accounting Review Supplement to Vol. XLVIII. 1972.

- 11- E.G.Flamholtz, " A Model for Human Resources Valuation : A Stochastic Pross with Service Rewards" , The Accounting Review, April, 1971.
- 12- R.Likert & D.G.Bowers, " Organization Theory and Human Resource Accounting", Journal of the American Psychologist Association, June 1969.
- 13- B.Jaggi and H.Lau, " Towards a Model for Human Resource Valuation", The Accounting Review, April, 1974.
- 14- D Watson, " Human Resource Accounting", Accountancy, 1972.
- 15- Ramakanta Patra,Sk Khatik, HRA policies and practices: a Case Study of Baharat Heavy Electricals, International Journal of HRA Development and Management, Vol 3, No 4, 2003, .

قاعدة: الأعدار بالجهل

د. مصطفى علي الجهاني

تقديم

الحمد لله رب العالمين، منزل الشريعة الحنفية السمحة، وجعلها قائمة على اليسر والتيسير، والصلاة والسلام على سيدنا محمد المبعوث رحمة للعالمين وعلى آله وأصحابه أجمعين.

وبعد

فإن الله جلت قدرته مستحق للعبادة، وهي واجبة على العبد يقول الحق سبحانه: " وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون ما أريد منهم من رزق وما أريد أن يطعمون"¹⁹.

ولصحة العبادة يجب أن تكون موافقة لأمره محققة لمقصده، وهذا يحتاج من المتعبد إلى علم ودراية بالنصوص والأحكام الشرعية؛ لتكون العبادة وفق مراده سبحانه.

لذلك كان تحصيل العلم فريضة من الفرائض في دين الإسلام، يحتاج من الإنسان إلى مجاهدة ومكابدة؛ كي ينال القسط الذي تصح به عبادته وتستقيم به حياته وما يمكنه من تحصيل مصالحه الدنيوية والأخروية.

¹⁹ الذاريات: الآيات 56، 57، 58

وتحصيل العلم فيه مشقة، والمشقة قد تكون موجبة للتخفيف، وقد تكون غير موجبة للتخفيف: تكون موجبة للتخفيف إذا لحقت المكلف مشقة تتفك عنها العبادة عادة، وغير موجبة للتخفيف إذا لحقت المكلف مشقة لا تتفك عنها العبادة عادة. ومن هذا الأصل جاءت هذه القاعدة الفقهية، رافة بالعباد ورفعاً للمشقة والحرص.

وقد تناولت ما يتعلق بها في خمس مباحث وخاتمة: -

المبحث الأول: مفهوم الجهل لغة واصطلاحاً، وحكمه.

المبحث الثاني: علاقة القاعدة بالقاعدة الكبرى: " المشقة تجلب التيسير "

المبحث الثالث: أدلة القاعدة.

المبحث الرابع: أقوال الفقهاء فيها.

المبحث الخامس: القواعد المندرجة تحت قاعدة الأعذار بالجهل.

المطلب السادس: تطبيقات على القاعدة

الخاتمة وضمنتها أهم النتائج التي توصلت إليها من خلال رحلتي العلمية مع هذه القاعدة، وأخيراً قائمة

بالمصادر والمراجع.

وفي الختام أسأل الله العلي القدير أن يوفقنا لما فيه خير البلاد والعباد، وأن يجعل عملنا خالصاً

مخلصاً لوجهه الكريم إنه على ما يشاء قدير ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم.

المبحث الأول: في مفهوم الجهل وحكمه

نص القاعدة:

(الجهل هل ينتهز عذراً أم لا؟²⁰)

هذه القاعدة الفقهية من القواعد التي يندرج تحتها كثير من المسائل والفروع والجزئيات من أبواب الفقه المختلفة، وورد ذكرها في كثير من كتب القواعد الفقهية الموجودة بين أيدينا²¹.

المطلب الأول: معاني ألفاظ القاعدة

الجهل في اللغة: نتى السائل بالاسئلة التي

كلية أعداد المعلمين طرابلس

وجهل

والجمع: جُهْل وجُهْل وجُهْل وجُهْل وجُهْل وجُهْل²².

وهل: حرف موضوع للتصديق الإيجابي²³، ويراد بالتصديق: إدراك أن النسبة بين الموضوع والمحمول واقعة أو ليست بواقعة²⁴.

وإدراك النسبة: ثبوت شيء لشيء أو انتقائه عنه، كإدراك أن خالدًا كاتب.

وتقييد التصديق بالإيجابي؛ لأنه من خصائص الاستقهام بهل.

وينتهز: من نهض، ونهض ينهض نهضاً ونهوضاً: أي قام.

والنهضة: الطاقة والقوة. وأنهضه بالشيء: قواه على النهوض به²⁵.

²⁰ إيضاح المسالك إلى قواعد الإمام مالك. لأحمد بن يحيى الوائلي. ت: 914هـ، تحقيق: الصادق الغرياني. ط: الثانية. م: دار الحكمة - طرابلس. قاعدة رقم: "38": 93

²¹ ممن ذكر هذه القاعدة السيوطي في الأشباه والنظائر. الكتاب الرابع في أحكام يكثر دورها ويقبح بالفقيه جهلها: " القول في الناسي والجاهل والمكره. انظر الأشباه والنظائر في قواعد وفروع فقه الشافعية لجلال الدين السيوطي. م/ دار الشام للنشر: 206

²² لسان العرب المحيط للعلامة ابن منظور. تقديم: عبد الله العلي. إعداد وتصنيف: يوسف خياط. م: دار لسان العرب - بيروت. مادة: "جهل": 524/1.

²³ انظر مغني اللبيب عن كتب الأعراب للإمام: أبي عبد الله محمد بن هشام الأنصاري. ت: محمد محي الدين عبد الحميد. م: دار إحياء التراث العربي: 349/2

²⁴ انظر المنطق المنظم في شرح الملوي على السلم. لعبد المتعال الصعدي: 18

وعذرا: العذر الحجة التي يعتذر بها، والجمع: أذار، والاسم: المعذرة، وتعذر: أي اعتذر واحتج لنفسه²⁶.

الجهل اصطلاحا:

أما في الاصطلاح فقد عرف عدة تعريفات منها: .

أنه: اعتقاد الشيء على خلاف ما هو عليه.

ومنها: فعل الشيء بخلاف ما حقه أن يفعل، سواء اعتقد فيه اعتقادا صحيحا أو فاسدا، كمن يترك الصلاة عمدا.

ومنها: خلو النفس من العلم²⁷.

ولعل التعريف الثاني أصلحها؛ لأنه يشمل نوعي الجهل، ولأنه المراد في قاعدتنا التي نحن بصدد

دراستها.

المطلب الثاني: المعنى العام للقاعدة

يشترط في صحة العمل أن يكون موافقا لأمر الشارع محققا لمقصده، فإذا خالف المكلف أمر الشارع بطل عمله، ومخالفته قد تكون عمدا عن دراية وعلم وهذا يبطل عمله اتفاقا، وإذا خالفه جهلا فإن الشارع الحكيم قد يلتمس للمكلف العذر في ذلك إن بذل الجهد والوسع في رفع الجهل الذي هو نقيض العلم المأمور به.

ومجئ القاعدة بصيغة الاستفهام توحى بأن الجهل قد لا يرقى لأن يكون عذرا؛ لأنه مخالف للأصل،

وحتى وإن صلح عذرا فهو مذموم.

المطلب الثالث: درجات الجهل، وحكمه

الجهل درجات، ودرجاته هي:-

1. البسيط: وهو عدم العلم عما من شأنه أن يكون عالما به.

2. المركب: وهو عبارة عن اعتقاد جازم غير مطابق، سمي به؛ لأنه يعتقد الشيء على خلاف ما هو عليه، فهذا جهل آخر قد تركبا معا²⁸.

حكمه:

الجهل مذموم في شريعة الإسلام، وقد وردت نصوص من القرآن في ذمه والتقليل من شأن صاحبه،

ومن المواضع التي نكر فيها على سبيل الذم ما يلي: .

1/ قوله تعالى: (إنا عرضنا الأمانة على السموات والأرض والجبال فأبين أن يحملنها وأشفقن منها وحملها

الإنسان إنه كان ظلوما جهولا)²⁹.

فمعنى " ظلوما جهولا" أنه قصر في الوفاء بحق ما تحمله تقصيرا منه: بعضه عن عمد، وهو المعبر

عنه بوصف ظلوم، وبعضه عن تقريط في الأخذ بأسباب الوفاء والتي من بينها العلم الذي ينتقي به الجهل، وهو

المعبر عنه بكونه جهولا، فكانت نتيجة ظلمه وجهله أن ضيع كثير من الناس الأمانة التي حملها، فرتب سبحانه

الثواب على الوفاء، والعقاب على التقريط ولم يعذر بالجهل³⁰.

²⁵ لسان العرب لابن منظور. مادة: " نهض " 730 /3

²⁶ المصدر السابق. مادة: " عذر ". 716 /2

²⁷ انظر التعريفات لعلي بن محمد بن علي الجرجاني. ت: 816هـ، تحقيق: إبراهيم الأنباري، م: دار الريان للتراث: 108

²⁸ انظر الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية. لأبي البقاء بن موسى الكفوي. ت: 1094هـ. مقابلة: عدنان درويش، ومحمد

المصري. ط: الثانية. م: مؤسسة الرسالة. مادة: " جهل ". 350

²⁹ الأحزاب: 72

³⁰ انظر الجامع لأحكام القرآن لأبي عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي. ط: الثانية، م: دار الشام للتراث - بيروت: 258 /13، و

تفسير التحرير والتنوير لمحمد الطاهر ابن عاشور. م: الدر التونسية للنشر - تونس: 129 /22

2/ في دعوة الله نوحا أن يحفظ نفسه من أن يكون من الجاهلين. قال تعالى: (إني أعظك أن تكون من الجاهلين)³¹

3/ وصف قوم هود بالجهل لما امتنعوا عن إجابة الحق. قال تعالى: (ولكني أراكم قوما تجهلون)³²

4/ استعاذة موسى بالحق عن ملابسة الجهلة. قال تعالى: (أعوذ بالله أن أكون من الجاهلين)³³.
هذه بعض الآيات التي ذم الله -تعالى- فيها الجهل³⁴.

هذا وقد حث الإسلام على نقيضه وهو العلم وأوجبه على كل مكلف. قال صلى الله عليه وسلم: " العلم فريضة على كل مسلم"³⁵.

المبحث الثاني: ارتباط هذه القاعدة بالقواعد الكبرى

هذه القاعدة الفقهية منبثقة من القاعدة الفقهية الكبرى (المشقة تجلب التيسير)، بناء على أن قواعد الفقه ترجع إلى القواعد الخمس الكبرى³⁶ وهي:

1. اليقين لا يزال بالشك.
2. المشقة تجلب التيسير.
3. الضرر يزال.
4. العادة محكمة.
5. الأمور بمقاصدها.

قاعدة الإعذار بالجهل مرتبطة، ومنبثقة عن قاعدة: المشقة تجلب التيسير، فلولا الإعذار بالجهل في بعض الأحيان لعمل بالأصل وهو عدم جواز الإقدام على أي عمل حتى يعلم حكم الله فيه، وهذا قد يشق على الإنسان في بعض الظروف.

فإن النبي - صلى الله عليه وسلم لم يطلب من المسيء صلاته إعادة كل صلاة صلاها بتلك الهيئة، وإنما أمره بإعادة تلك الصلاة التي صلاها بحضوره فقط لعدم المشقة.

ولا يخفى ما لو أمره - صلى الله عليه وسلم - بإعادة كل صلاة صلاها من المشقة والحرج؛ لذلك عذره بجهله بركن من أركان الصلاة رفعا للمشقة والحرج.

ولمعرفة وجه ارتباط قاعدتنا موضوع الدراسة بهذه القاعدة الكبرى، وجب التعرف على معنى هذه القاعدة، وأحكامها، وأقسامها، وهذا ما سأوجزه في هذه العجالة لكثرة ما كتب في هذه القاعدة.

المطلب الأول: معاني ألفاظ القاعدة

المشقة في اللغة: الشدة، والجهد والعناء³⁷، قال-تعالى-: لم تكونوا بالغيه إلا بشق الأنفس³⁸.

³¹ هود من الآية: 46

³² الأحقاف من الآية: 22

³³ البقرة من الآية: 66

³⁴ ذكر الفيروز آبادي في كتابه بصائر ذوي الميز أن الجهل ورد في القرآن على خمسة عشر وجهاً. فانظرها في بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز لمجد الدين محمد بن يعقوب الفيروز آبادي. م: المكتبة العلمية - بيروت: 404/2 - 405
6 سنن ابن ماجه. للحافظ أبي عبد الله محمد بن يزيد القزويني. تعليق: محمد فؤاد عبد الباقي. م: دار إحياء الكتب العربية. المقدمة. ب: فضل العلماء والحث على طلب العلم. رقم: "224": 81 / 1. في الزوائد: إسناده ضعيف، وقال المزي: هذا الحديث روي من طرق تبلغ رتبة الحسن. المصدر السابق.
³⁵

³⁶ الأشباه والنظائر للسيوطي: 8. وعبارته: أن القاضي حسين راد مذهب الشافعي إلى أربع قواعد وهي الأربعة الأولى التي ذكرت في النص، وضم بعض الفضلاء إلى هذه قاعدة خامسة، وهي: الأمور بمقاصدها. وذكر الشيخ عز الدين بن عبد السلام: أن الفقه يرجع إلى اعتبار: جلب المصالح ودرء المفاسد، قال في كتابه قواعد الأحكام: والشريعة كلها مصالح، إما تدرأ مفاسد أو تجلب مصالح، فإذا سمعت الله يقول: (يا أيها الذين آمنوا...) فتأمل وصيته بعد نداءه، فلا تجد إلا خيراً يحثك عليه، أو شراً يزررك عنه، أو جمعاً بين الحث والزرع. انظر قواعد الأحكام في مصالح الأنام لأبي محمد عز الدين بن عبد العزيز بن عبد السلام السلمي. ط: الثانية. م/ مؤسسة الريان- بيروت: 11/1

³⁷ لسان العرب لابن منظور. مادة "شق": 342/2

وأصله من الشق، وهو: نصف الشيء، كأنه قد ذهب نصف أنفسكم حتى بلغتوه.
والتيسير من اليسر وهو: السهولة واللين 39.

المشقة اصطلاحاً:

المشقة اصطلاحاً تطلق على أحد أربعة معانٍ 40 هي: .

الأول: مشقة عامة في المقدور عليه، وغيره، فالتكليف بما لا يطاق مشقة؛ لأن المكلف لو حاول فعل ما لا يطيق أوقع نفسه في عناء وتعب لا جدوى منهما، كالمقعد إذا حاول القيام، وكذلك في الفعل المقدور عليه إذا أنضاف إليه من المشاق ما يخرج عن حيز الاستطاعة إلى حيز المشقة، كالوصول في الصيام، وهذا لم يقع التكليف به، ولم يقصده الشارع.

الثاني: مشقة خاصة بالمقدور عليه، إلا أنها خارجة عن المعتاد في الأعمال العادية، وهذا النوع على ضربين: .

أ/ أن تكون المشقة موجودة في نفس الفعل المكلف به وإن لم يتكرر، كالصوم في المرض وفي السفر، وهذا هو الموضع الذي وضعت له الرخص المشهورة في اصطلاح الفقهاء .

ب/ ألا تكون المشقة موجودة في نفس الفعل، ولكنها تنشأ من الدوام عليه، كالنوافل إذا داوم الإنسان عليها، وتحمل فيها فوق ما يتحمل عادة، وهذا نهى الشارع عنه؛ لأنه يؤدي إلى الانقطاع قال ﷺ: (خذوا من الأعمال ما تطيقون، فإن الله لا يمل حتى تملوا) 41.

الثالث: مشقة خاصة بالمقدور عليه، ولم تخرج عما اعتاده الناس، ولا تعتبر في ذاتها مشقة، ولكن التكليف بالفعل المشتمل عليها يقتضي من العبد التزامه، وهذا الالتزام شاق على النفس، وهذا قصد الشارع مع ما فيه من الكلفة والمشقة، فالصلوات الخمس في ذاتها غير شاقة في العادة، ولكن التزامها في كل يوم في أوقاتها شاق؛ ولذلك سمي طلبها تكليفاً إشعاراً بما في هذا الالتزام من المشقة.

الرابع: مشقة خاصة بما يلتزمه المكلف بالمقارنة مع حاله قبل التزامه، وهذه تنشأ من التكليف ببعض الأفعال التي تحتاج إلى مجاهدة النفس ومحاربة هواها، ومخالفة الهوى شاقة على صاحب الهوى مطلقاً، ويلحق الإنسان بسببها تعب وعناء، كالصوم فإن فيه محاربة لشهوة الأكل والشرب والوطء .
إن الشارع الحكيم قصد بوضع الشريعة: إخراج المكلف عن اتباع هواه، فلا تكون مخالفة الهوى حينئذ من المشاق المعتبرة في التكليف.

المطلب الثاني: المشاق الموجبة للتيسير، وأنواع التخفيفات الشرعية

المشقة قسمان منها ما يوجب التخفيف، ومنها ما لا يوجب التخفيف:

القسم الأول: مشقة لا تتفك عنها العبادة غالباً، كمشقة الغسل، والوضوء في شدة البرد، ومشقة الصوم في شدة الحر، وطول النهار، وهذه المشاق لا تبيح التخفيف.

القسم الثاني: مشقة تتفك عنها العبادة غالباً وهي أنواع:-

38 النحل: 7

39 لسان العرب لابن منظور مادة "يسر": 1010/3

40 الموافقات في أصول الشريعة لأبي إسحاق الشاطبي إبراهيم بن موسى اللخمي الغرناطي المالكي. شرح: عبد الله دراز م/ دار المعرفة - بيروت : 119، وما بعدها

41 متفق عليه، واللفظ للبخاري من حديث أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها. البخاري بشرح فتح الباري للحافظ أحمد بن علي بن حجر العسقلاني. م: دار المعرفة - بيروت. كتاب: اللباس، باب: الجلوس على الحصير ونحوه، رقم (5861): 314/10، ومسلم بشرح النووي. لأبي زكرياء يحيى بن شرف النووي الدمشقي. ت: طه عبد الرؤوف سعد. م: المكتبة التوفيقية. كتاب: الصيام، باب: صيام النبي ﷺ في غير رمضان، رقم (1156): 32/8

أ/ مشقة فادحة، كمشقة الخوف على النفس، والأطراف، فهذه مشقة موجبة للتخفيف؛ لأن حفظ النفس والأطراف؛ لإقامة مصالح الدارين أولى من تعريضها للضياح في عبادة أو عادة.

ب/ مشقة خفيفة، كأدنى وجع من أصبع، أو صداع، وهذه لا توجب التخفيف.

ج/ مشقة واقعة بين هاتين المشقتين، فهذه ينظر فيها فما كان منها أقرب إلى المشقة الموجبة للتخفيف أوجب التخفيف، وما كان منها أقرب إلى المشقة الخفيفة لم يوجب التخفيف، وهي محل نظر واجتهاد يختلف باختلاف الأزمان والأحوال والأفراد⁴².

فوجع الأسنان الخفيف مثلا يختلف حكمه، فيلحق بالمشقة الفادحة أحيانا، ويلحق بالمشقة الخفيفة في أحيان أخرى، فكلما زادت درجة الألم، والصداع كان أقرب إلى الدرجة العليا، وأوجب التخفيف، وكلما قلت درجة الألم والصداع كان أقرب للدرجة الدنيا، ولم يوجب التخفيف وهكذا.

وقد تتوسط مشاق بين الرتبتين بحيث لا تندو من إحداهما، فيتوقف فيها، وقد يرجع في بعضها إلى أمر خارج عنها، كابتلاع غبار الطريق في الصوم، فإنه لا أثر له؛ لشدة مشقة التحرز منه، ولا يعفى عما عده مما تخف المشقة في الاحتراز منه⁴³.

أنواع التخفيفات الشرعية، وهي سبعة: .

1. تخفيف الإسقاط، كإسقاط الجمعات، والصوم، والحج بأعذارها.
2. تخفيف التتقيص، كقصر الصلاة الرباعية وأدائها ثنائية.
3. تخفيف الإبدال، كإبدال الغسل والوضوء بالتميم.
4. تخفيف التقديم، كتقديم صلاة العصر إلى الظهر، والعشاء إلى المغرب في السفر والمطر.
5. تخفيف التأخير، كتأخير صلاة الظهر إلى العصر بالعذر.
6. تخفيف الترخيص، كصلاة المتميم مع الحدث.
7. تخفيف التغيير، كتغيير نظم الصلاة في الخوف⁴⁴.

فالتخفيف ورفع المشقة والحرص عن المكلفين من أهم مقاصد الشريعة، وهذا من لطف الله . عز وجل . بعباده ورحمته بهم.

المطلب الثالث: علاقة قاعدة الإعذار بالجهل بهذه القاعدة الكبرى

الإعذار بالجهل مخالف لأصل متفق عليه وهو: أن الإنسان لا يجوز له أن يقدم على أي عمل حتى يعلم حكم الله فيه، والإعذار بالجهل إسقاط لبعض المأمورات تخفيفا، وهو تخفيف إسقاط، وهو أحد أقسام التخفيفات الشرعية.

المبحث الثالث: أدلة القاعدة

دل على صحة هذه القاعدة نصوص من السنة النبوية منها:-

1/ ما روي عن أبي سعيد الخدري⁴⁵ رضي الله عنه - عن النبي صلى الله عليه وسلم - "أن رجلا قال لبنية: إذا أنا مت فأحرقوني ثم اسحقوني ثم اذروني في الريح في البحر، فوالله لئن قدر علي ربي ليعذبني عذابا ما عذبه

42 انظر الموافقات للشاطبي: 162/2

43 قواعد الأحكام للجز بن عبد السلام: 193/1-194

44 المصدر السابق: 192/1-193

45 هو أبو سعيد الخدري سعد بن مالك بن أهيب بن سنان بن عبيد بن ثعلبة بن عبيد بن الأبيجر، وهو خذرة بن عوف الحارث بن الخزرج الأنصاري، استصغر يوم أحد، وغزا بعد ذلك اثنتي عشرة غزوة، روى عن النبي صلى الله عليه وسلم. ت: 74 هـ، وقيل: 64 هـ. انظر الإصابة في تمييز الصحابة لشهاب الدين أبي الفضل أحمد بن حجر العسقلاني. ت: علي محمد البخاري. م: دار نهضة مصر

به أحد، قال: ففعلوا ذلك به، فقال للأرض: أدي ما أخذت، فإذا هو قائم، فقال له: ما حملك على ما صنعت، فقال: خشيتك يارب أو قال: مخافتك، فغفر له بذلك⁴⁶.

وجه دلالة الحديث

إن الرجل طلب من بنيه إحراقه بالنار بعد موته، وهو يعتقد اعتقاداً جازماً أن الله تعالى قادر قدرة مطلقة، لكن شدة خوفه من الله تعالى غطت على فهمه⁴⁷، فاجتهد لإنقاذ نفسه من عذاب الله، وأوصله اجتهاده إلى نتيجة خاطئة وهي طلبه من بنيه أن يحرقوه ويذروه، وهو بذلك يخالف اعتقاده. ومع ذلك عذر وغفر له. 2/ ما روي عن أبي هريرة⁴⁸ - رضي الله عنه - أن رسول الله صلى الله عليه وسلم دخل المسجد، فدخل رجل فصلى، فسلم على النبي صلى الله عليه وسلم فرد وقال: "ارجع فصل فإنك لم تصل، فرجع يصلي كما صلى، ثم جاء فسلم على النبي صلى الله عليه وسلم، فقال: ارجع فصل فإنك لم تصل (ثلاثاً). فقال: والذي بعثك بالحق ما أحسن غيره، فعلمني. فقال: إذا قمت إلى الصلاة فكبر، ثم اقرأ ما تيسر معك من القرآن، ثم اركع حتى تطمئن راکعاً، ثم ارفع حتى تعدل قائماً، ثم اسجد حتى تطمئن ساجداً، ثم ارفع حتى تطمئن جالساً، وافعل ذلك في صلاتك كلها"⁴⁹.

وجه دلالة الحديث:

إن من أخل بركن من أركان الصلاة بطلت صلاته، والطمأنينة ركن من أركانها في قول الجمهور، بدليل هذا الحديث، فقوله صلى الله عليه وسلم: " ارجع فصل فإنك لم تصل " نص صريح في بطلان تلك الصلاة وفي كل صلاة أشبهتها، إلا أن النبي صلى الله عليه وسلم أمره بإعادة تلك الصلاة ولم يأمره بإعادة كل ما صلى من الصلوات بتلك الهيئة، رغم إقراره بأنه لا يعرف غير هذه الطريقة: " والذي بعثك بالحق ما أحسن غير هذا علمني ".

إن عدم أمر النبي صلى الله عليه وسلم له بإعادة كل ما صلى بتلك الصورة دليل على أنه أعذره بجهله بالهيئة الصحيحة التي ينبغي أن تؤدي بها الصلاة.

3/ عن عبد الرحمن بن أبيزي⁵⁰ عن أبيه قال: جاء رجل إلى عمر بن الخطاب فقال: إني أجنبت فلم أصب الماء. فقال عمار بن ياسر⁵¹ لعمر بن الخطاب: أما تذكر أنا كنا في سفر أنا وأنت، فأما أنت فلم تصل، وأما أنا فتمحكت فصليت، فذكرت للنبي صلى الله عليه وسلم، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: " كان يكفيك هكذا " فضرب النبي صلى الله عليه وسلم بكفيه الأرض ونفخ فيهما، ثم مسح بهما وجهه وكفيه⁵².
وجه دلالة الحديث:

– الفجالة القاهرة: 3/ 78 – 80، وتهذيب التهذيب للحافظ شهاب الدين أحمد بن حجر العسقلاني. ت: مصطفى عبد القادر عطا. م: دار الكتب العلمية - بيروت: 3/ 418

⁴⁶ البخاري بشرح فتح الباري. ك: الرقاق. ب: الخوف من الله. رقم: (6480): 11/ 312

⁴⁷ فتح الباري شرح صحيح البخاري: 11/ 314

⁴⁸ هو عبد الرحمن بن صخر الدوسي، من أكثر أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم حفظاً للحديث، ولد سنة: 21 قبل الهجرة. ت: 59هـ. انظر الطبقات الكبرى لمحمد بن سعد. م: دار بيروت للطباعة والنشر: 2/ 362، والإصابة: 4/ 216

⁴⁹ البخاري بشرح فتح الباري. ك: الأذان. ب: وجوب القراءة للإمام والمأموم في الصلوات كلها. رقم: "757": 2/ 237 ومسلم بشرح النووي. ك: الصلاة. ب: وجوب قراءة الفاتحة في كل ركعة. رقم: "397": 4/ 89

⁵⁰ هو عبد الرحمن بن أبيزي الخزاعي مولى نافع بن الحارث، مختلف في صحبته، روى عن النبي صلى الله عليه وسلم، وعن أبي بكر وعمر وعلي وعمار، وغيرهم، لم أعتز على سنة وفاته. انظر تهذيب التهذيب: 6/ 121

⁵¹ هو عمار بن ياسر بن عامر بن مالك بن كنانة بن قيس بن الحصين بن الوديع، وأمه سمية، كان من السابقين الأولين هو وأبوه، هاجر إلى المدينة، وشهد المشاهد كلها، روى عن النبي صلى الله عليه وسلم عدة أحاديث. ت: 87هـ. انظر الإصابة: 4/ 575

⁵² البخاري بشرح فتح الباري: ك: التيمم. ب: المتيمم هل ينفخ فيهما؟. رقم: "338": 1/ 443، ومسلم بشرح النووي. ك: الحيض. ب: التيمم. رقم: "112": 4/ 52

إن في عدم أمر النبي صلى الله عليه وسلم عمر بن الخطاب بقضاء ما تركه من الصلاة لما كان جنباً؛ لظنه أنه لا يجوز التيمم للجنابة والصلاة بذلك التيمم دليلاً على أعذاره بخطئه، لأن اعتقاده عدم صحة الصلاة بالتيمم كان مخالفاً للصواب، ومع ذلك أعذره النبي صلى الله عليه وسلم بجعله.

هذه بعض النصوص الصحيحة التي تدل على صحة القاعدة الفقهية "الأعذار بالجهل" لكن هذا لا يعني أن يتخذها الإنسان مرجعاً حتى تكون سبباً في تكاسله، وإنما يرجع إليها عند الحاجة والضرورة لرفع المشقة والحرج، وإلا فإن دين الإسلام دين العلم والمعرفة والوضوح

المبحث الرابع: أقوال أهل العلم في الأعذار بالجهل وعدم الأعذار

أقوال الفقهاء في الأعذار بالجهل

للفقهاء في هذه القاعدة وما اندرج تحتها من فروع مسائل اتفقوا عليها، ومسائل أخرى اختلفوا فيها، يتضح ذلك من خلال استعراضنا لأقوالهم فيها.

أولاً: الأحناف:

قسم الأحناف الجهل إلى قسمين، وهما: -

القسم الأول: الجهل الباطل الذي لا يصلح عذراً في الآخرة، ويشمل ما يلي:

أ . جهل الكافر بصفات الله وأحكام الآخرة.

ب . جهل الباغي.

ج . جهل من خالف في اجتهاده الكتاب والسنة المشهورة أو الإجماع.

د . جهل ذوي الهوى بالأحكام المتعلقة بالآخرة، كعذاب القبر والرؤية والشفاعة لأهل الكبائر، وعفو ما دون

الكفر، وعدم خلود الفساق في النار؛ لكونه مخالفاً للدليل الواضح من الكتاب والسنة والمعقول⁵³.

القسم الثاني: جهل يصلح أن يكون عذراً، ويشمل:

أ . الجهل في موضع الاجتهاد.

ب/ الجهل في موضع الشبهة.

ج/ جهل المسلم في دار الحرب، وهو الذي لم يأت إلينا، ولم يأخذ الشريعة، فلم يصل ولم يصم ولم يعلم أنهما

واجبان عليه، لا يجب عليه القضاء بعد العلم بالوجوب؛ لأن الخطاب النازل خفي في حقه، فيصير الجهل به

عذراً؛ لأنه غير مقصر، وإنما جاء الجهل من قبل خفاء الدليل⁵⁴.

ثانياً: المالكية:

الجهل عند المالكية على نوعين:

النوع الأول: جهل تسامح الشرع عنه فعفا عن مرتكبه، وضابطه: أن كل ما لا يتعذر الاحتراز منه

عادة، فهو معفو عنه، ومثلوا له بصور منها: من قتل مسلماً في صف الكفار يظنه حربياً، فإنه يعذر بجهله؛

لتعذره عن ذلك في تلك الحالة.

النوع الثاني: جهل لم يتسامح صاحب الشرع عنه، فلم يعف عن مرتكبه، وضابطه: أن كل ما لا يتعذر

الاحتراز عنه ولا يشق، لم يعف عنه، ومثلوا له بصور منها: الجهل بأصول الدين، وأصول الفقه، وفي بعض

أنواع الفروع⁵⁵.

⁵³ الأشباه والنظائر لزين الدين بن إبراهيم المعروف بابن نجيم الحنفي. ط: الثانية. م: دار الفكر - دمشق: 361 - 3362

⁵⁴ المصدر السابق: 362

⁵⁵ انظر الفروع في أنوار البروق في أنواء الفروع للإمام أبي العباس أحمد بن إدريس الصنهاجي القرافي. ت: 684 هـ. ط: الأولى. م: دار الكتب العلمية - بيروت: 2 / 260 الفرق "94"

ثالثاً: الشافعية:

ذكر الزركشي⁵⁶ أن الجهل على خمسة أقسام، منها ما يعد عذراً، ومنها ما لا يعد عذراً على النحو التالي:

القسم الأول: الجزم بكون الشيء على خلاف ما هو عليه، ويطلق ويراد به عدم العلم. ويشمل هذا القسم الجهل المركب والبسيط، ويشترط فيه أن يكون بقيد، وهو: عدم العلم عما شأنه أن يكون معلوماً.
القسم الثاني: الجهل بالصفة: هل هو جهل بالموصوف مطلقاً أو من بعض الوجوه؟
ورجح الثاني؛ لأن الجاهل بالذات جاهل بالذات من حيث صفتها لا مطلقاً، ورتب على ذلك عدم تكفير أحد من أهل القبلة.

القسم الثالث: الجهل بمعنى اللفظ مسقط لحكمه:

كما لو نطق الأعجمي بكلمة كفر أو إيمان أو طلاق أو إعتاق أو بيع أو بيع أو شراء أو نحوه، ولا يعرف معناه، فإنه لا يؤاخذ بشيء منه ويعذر بالجهل؛ لأنه لم يلتزم معناه.
وكذلك إذا نطق العربي بما يدل على شيء مما سبق بلفظ أعجمي لا يعرف معناه.
واستثنى من ذلك لو قال: أردت به ما يراد عند أهله. فقولان، أصحهما عدم المؤاخدة؛ لأنه لم يعرف معنى اللفظ، فلم يصح القصد.

القسم الرابع: الجهل بالتحريم مسقط للإثم والحكم؛ ولذلك لو جهل تحريم الكلام في الصلاة عذر بجهله، ولو علم التحريم و جهل الإبطال بطلت الصلاة ولم يعذر بجهله.

القسم الخامس: الجهل بالشروط، كمن صلى جاهلاً بكيفية الصلاة لا تصح صلاته، ولا يعذر بالجهل.
القسم السادس: الجهل والنسيان يعذر بهما في حق الله تعالى في المنهيات دون المأمورات، لأمرين:
الأول: حديث معاوية بن الحكم⁵⁷، لما تكلم في الصلاة ولم يؤمر بالإعادة لجهله بالنهاية⁵⁸.

الثاني: أن المقصود من المأمورات إقامة مصالحها، وذلك لا يحصل إلا بفعلها، أما المنهيات فمزجور عنها بسبب مفاسدها امتحاناً للمكلف بالانفكاك عنها، وذلك إنما يكون بالتمتع
لارتكابها، ومع النسيان والجهل لم يقصد المكلف ارتكاب المنهي فعذر بالجهل فيه⁵⁹.

رابعاً: الحنابلة:

ذكر ابن اللحام⁶⁰ قاعدة أصولية، وهي: " يشترط لصحة التكليف: أن يكون المكلف عالماً بما كلف به"⁶¹. ثم ألقى بهذه القاعدة مسائل وفروع، ومن ضمن ما ألقى بها مسائل تتعلق بجاهل

⁵⁶ هو أبو عبد الله بدر الدين محمد بن بهادر بن عبد الله الزركشي، عالم بالفقه والأصول، تركي الأصل، مصري المولد والوفاة، شافعي المذهب، تعلم صنعة الزركشة فنسب إليها، من مؤلفاته: البحر المحيط في الأصول، والبرهان في علوم القرآن، والمنثور في القواعد، وغيرهم. ت: 794هـ.
انظر الأعلام لخبر الدين الزركلي. ط: الخامسة. م: دار العلم للملايين - بيروت: 6/ 60، أصول الفقه تاريخه ورجاله لشعبان محمد إسماعيل. ط: الثانية. م: دار السلام، والمكتبة المكية - مكة المكرمة: 421

⁵⁷ هو معاوية بن الحكم السلمي. كان يسكن بني سليم وينزل المدينة. روى عن النبي صلى الله عليه وسلم، وعنه ابنه كثير وغيره، لم أعر على تاريخ وفاته.

انظر الإصابة: 6/ 148، وتهذيب التهذيب: 10/ 186

⁵⁸ القصة أخرجها مسلم بلفظ " عن معاوية بن الحكم السلمي، قال: بينما أنا أصلي مع رسول الله صلى الله عليه وسلم إذ عطس رجل من القوم. فقلت: يرحمك الله، فرماني القوم بأبصارهم. فقلت: وانك أمياه ما شأنكم؟ تنظرون إلي، فجعلوا يضربون بأيديهم على أفخاذهم. فلما رأيتهم يصمتونني. لكتني سكت. فلما صلى رسول الله صلى الله عليه وسلم. فبأي هو وأمي ما رأيت معلماً قبله ولا بعده أحسن تعليماً منه. فوالله ما كهرني ولا ضربني ولا شتمني. قال: " إن هذه الصلاة لا يصلح فيها شيء من كلام الناس. إنما هو التسبيح والتكبير وقراءة القرآن" أو كما قال رسول الله قلت: يا رسول الله إني حديث عهد بجاهلية وقد جاء الله بالإسلام...". أخرج مسلم. ك: المساجد ومواضع الصلاة. ب: تحريم الكلام في الصلاة. رقم: "537". 5/ 17. وهو جزء من حديث طويل

⁵⁹ المنثور في القواعد لأبي عبد الله بدر الدين محمد المعروف بالزركشي. ت: 794هـ، ت: محمد حسن إسماعيل، ط: الأولى، م: دار الكتب العلمية - بيروت: 268-273، الأشباه والنظائر للسيوطي: 222

⁶⁰ هو علي بن محمد بن علي بن عباس بن شيبان، أبو الحسين البجلي الحنبلي علاء الدين المعروف بابن اللحام. شيخ الحنابلة بالشام. من مؤلفاته: الأخبار العلمية، والمختصر في أصول الفقه، وغيرهما. ت: 803هـ.

انظر الأعلام للزركلي: 5/ 7، وأصول الفقه تاريخه ورجاله: 427

⁶¹ القواعد والفوائد الأصولية. لأبي الحسن علاء الدين علي بن عباس البجلي الحنبلي. المعروف بابن اللحام. ضبط: محمد شاهين. م: دار الكتب العلمية - بيروت. القاعدة رقم: "8": 52

الحكم هل هو معذور أم لا؟⁶².

وضابط الحنابلة في الإعذار بالجهل: إذا لم يقصر المكلف ولم يفطر، فإنه يعذر بالجهل، أما إذا قصر أو فطر. فلا يعذر. ولم يفرقوا بين مسائل العقيدة، والعبادات، والمعاملات⁶².

خلاصة الأقوال:

من خلال سردنا لأقوال الفقهاء في هذه القاعدة يتضح أنهم قد اتفقوا على أمور واختلفوا على أمور، وسألخص ذلك في النقاط التالية: -

أولا المسائل المتفق عليها:

المسألة الأولى: الجاهل بأصول الدين ومسائل العقيدة، لا يعذر بالجهل؛ لأن صاحب الشرع شدد فيها

تشديدا غليظا.

قال ابن نجيم⁶³: " ... جهل باطل لا يصلح عذرا في الآخرة، كجهل الكافر بصفات الله تعالى وأحكام

الآخرة"⁶⁴

وقال القرافي⁶⁵: " ... فإن صاحب الشرع قد شدد في عقائد أصول الدين تشديدا عظيما بحيث أن

الإنسان لو بذل جهده واستفرغ وسعه في رفع الجهل عنه في صفة من صفات الله تعالى، أو في شيء يجب اعتقاده من أصول الديانات، ولم يرتفع الجهل، فإنه آثم كافر بترك ذلك الاعتقاد الذي هو من جملة الإيمان، ويخاد في النيران على المشهور من المذاهب مع أنه قد أوصل الاجتهاد حده وصار الجهل له ضروريا لا يمكنه دفعه عن نفسه ومع ذلك فلم يعذر"⁶⁶.

وقال الصاوي⁶⁷ عند شرحه لقول الناظم:

ويعد فالعلم بأصل الدين محتم يحتاج للتبيين

" مراده به العقائد التي تجب على كل مكلف، وهو الواجب والجائز والمستحيل في حق الله وحق رسله

... قوله محتم هو: اللازم والفرض والواجب بمعنى واحد وهو ما يثاب على فعله ويعاقب على تركه، عينا في العيني: وهو معرفة الواجب والمستحيل والجائز بالدليل الجملي، وكفائيا في الكفائي: وهو معرفة ما ذكر بالدليل التفصيلي، فمن لم يعرف الدليل الجملي، بل أدركها بكشف كفى ذلك.

أما من عرفها بدون دليل أصلا، بل بالنقل فهو مؤمن عاص باتفاق أهل السنة"⁶⁸.

هذا في حق من عرف العقائد ولم يعرف الدليل فما بالك بمن لم يعرف العقائد أصلا.

تنبيه

ما جاء في الصحيحين في الرجل الذي قال لبنيه: إذا مت فاحرقوني ثم اسحقوني ثم اذروني في الريح

في البحر، فوالله لئن قدر علي ربي ليعذبني عذابا ما عذبه به أحدا، قال: ففعلوا ذلك به، فقال للأرض: أدي ما

⁶² قواعد ابن اللحام: 52

⁶³ هو زين الدين بن إبراهيم بن محمد الشهير بابن نجيم، فقيه حنفي بصري، كان عالما ضليعا وفقهيا محققا وأصوليا مدققا. من مؤلفاته: الأشباه والنظائر، والفتاوى الزينية، وشرح منار الأنواء، وغيرها. ت: 970 هـ. انظر الأعلام للزركلي: 3/ 104، وأصول الفقه تاريخه ورجاله: 501

⁶⁴ الأشباه والنظائر لابن نجيم: 361

⁶⁵ هو شهاب الدين أبو العباس أحمد بن أبي العلاء إدريس بن عبد الرحمن بن عبد الله الصنهاجي القرافي المصري، من أعيان المالكية جد فبلغ الغاية في الفقه والأصول والعلوم العقلية والتفسير، من مؤلفاته: الدخيرة في الفقه، والتنقيح في أصول الفقه، وغيرها. ت: 684 هـ. انظر الديباج المذهب في معرفة أعيان المذهب لإبراهيم بن نور الدين المعروف بابن فرحون: ت: مأمون بن محيي الدين. ط: الأولى. م: دار الكتب العلمية - بيروت: 128، والأعلام للزركلي: 94/ 1

⁶⁶ الفروق للقرافي: 2/ 261

⁶⁷ هو أحمد بن محمد الخلوئي، الشهير بالصاوي نسبة إلى " صاء الحجر " في إقليم الغربية بمصر. فقيه مالكي، من مؤلفاته: حاشية على تفسير الجلالين، وحواش على بعض كتب الشيخ الدردير، والفراند السنينة، وغيرها. ت: 1241 هـ. انظر الأعلام للزركلي: 1/ 246

⁶⁸ كتاب شرح الصاوي على جوهره التوحيد لأحمد بن محمد المالكي الصاوي. ت: عبد الفتاح البزم. ط: الثانية. م: دار ابن كثير - دمشق: 80

أخذت، فإذا هو قائم، فقال له: ما حملك على ما صنعت، فقال: خشيتك يارب، أو قال: مخافتك فغفر له بذلك⁶⁹.

فقد سبقت الإشارة إلى أنه كان يعتقد اعتقاداً جازماً بأن الله قادر على كل شيء إلا أن شدة خوفه من عقاب الله تعالى غيب عن عقله وفهمه هذه الحقيقة، لكنه لم يكن جاهلاً بصفات الله؛ ولأنه لم ينكر صفة من صفاته ولم يكن جاهلاً بها، بل غابت عن فهمه نتيجة انشغاله بأمر آخر فعذر الله تعالى بذلك. وهو قسم من أقسام الجهل الذي يعذر فيه به، وهو الجهل في موضع الاجتهاد.

المسألة الثانية: اتفقوا على أصل وهو: أن ما لا يتعذر تعلمه ولا يشق فلا يعفى عنه ولا يعذر فيه بالجهل⁷⁰.

واختلفوا في إلحاق الجاهل بالناسي أو بالعامد، فمن ألحقه بالناسي⁷¹ عذره وهو مذهب الأحناف والشافعية، ومن ألحقه بالعامد لم يعذر بالجهل وهو قول أكثر المالكية⁷².

الترجيح:

لمعرفة الراجح من القولين لا بد من معرفة الفرق بين الجهل والنسيان
الجهل والنسيان يتفقان في كون المتصف بواحد منهما غير عالم بما أقدم عليه.
ويختلفان من وجهين: .

الأول: أن النسيان يهجم على العبد قهراً بحيث لا يكون له حيلة في دفعه، بخلاف الجهل فإن للإنسان دفعه بالتعلم.

الثاني: إن مما أجمعت الأمة عليه أن النسيان لا يترتب عليه إثم من حيث الجملة، بدليل قول النبي صلى الله عليه وسلم: (رفع عن أمتي الخطأ والنسيان وما استكرهوا عليه)⁷³، فالناسي معفو عنه. أما الجاهل فليس بمعفو عنه للإجماع على أن المكلف لا يجوز له أن يقدم على فعل حتى يعلم حكم الله فيه، والدليل على ذلك ما يلي: .

1. قول الله تعالى: (ولا تقف ما ليس لك به علم)⁷⁴.

حيث نهى الله . تعالى . نبيه عليه السلام عن اتباع غير المعلوم، فدل على أنه لا يجوز الشروع في شيء حتى يعلم.

2. قوله صلى الله عليه وسلم: (طلب العلم فريضة على كل مسلم...)⁷⁵.

دل الحديث الشريف على أن طلب العلم واجب عينا في كل حالة يقدم عليها الإنسان، فمن باع يجب عليه أن يتعلم ما شرعه الله في البيع. وهكذا⁷⁶.

لذلك فإن الراجح والله أعلم إلحاق الجاهل بالعامد فيما لا يخفى على عامة الناس، وفيما لم يبذل فيه

69 سبق تخريجه

70 انظر الإسعاف بالطلب مختصر المنهج المنتخب على قواعد المذهب. شرح أحمد بن علي المنجور لنظم أب الحسن الزقاق. جمع واختصار أبي القاسم بن محمد بن أحمد التواتي. ط: الأولى. م: المطبعة الأهلية - بنغازي: 67، الأشباه والنظائر للسيوطي: 222، والقواعد الأصولية لأبي الحسن علاء الدين علي بن عباس البعلبي الحنبلي المعروف بابن اللحام. ضبط: محمد شاهين. م: دار الكتب العلمية - بيروت: 52
71 الأشباه والنظائر لابن نجيم: 360، وكتاب القواعد لأبي بكر بن محمد بن عبد المؤمن المعروف بتقي الدين الحصني. ت: عبد الرحمن بن عبد الله الشعلان. ط: الأولى. م: مكتبة الرشد، شركة الرياض: 2 / 267

72 انظر الإسعاف بالطلب: 67

73 سبق تخريجه

74 الإسراء من الآية: 36

75 سبق تخريجه

76 انظر تهذيب الفروق للشيخ محمد علي بن حسين المكي المالكي. المطبوع مع الفروق للقرافي: 2: 258

جهدا لدفع الجهل عن نفسه، فيكون بذلك مقصرا، وقد ثبت عدم جواز الإقدام على أي فعل حتى يعلم حكم الله فيه، وإذا كان العلم بما يقدم عليه الإنسان واجبا كان الجاهل في الصلاة عاصيا بترك التعلم فهو كالمتعمد للترك.

ويلحق الجاهل بالناسي فيما بذل فيه جهدا لدفع الجهل عن نفسه، فإذا بذل جهده ووسعه في ذلك ووقع في الخطأ، فإنه يعذر بذلك؛ لأن الله لا يكلف نفسا إلا وسعها.

المبحث الخامس: بعض القواعد المندرجة تحت هذه القاعدة

اندرج عدد من القواعد الفقهية والضوابط تحت هذه القاعدة تنمته لها وحصرها لكل ما يدخل تحتها من مسائل فقهية ومن هذه القواعد:-

المطلب الأول: قاعدة: "الجهل والنسيان والخطأ يرفع الإثم ولا يسقط الحكم"⁷⁷.

أصل هذه القاعدة قول الله تعالى: (وليس عليكم جناح فيما أخطأتم به ولكن ما تعمدت قلوبكم)⁷⁸. وقول النبي صلى الله عليه وسلم: " إن الله وضع عن أمتي الخطأ والنسيان وما استكروها عليه"⁷⁹. وهي عامة في جميع أفعال المكلفين التي تصدر عنهم على خلاف ما يريده الشرع منهم، فمن ترك طاعة أو وقع في معصية جهلا أو نسيانا أو خطأ فلا إثم مرفوع عنه، والحكم باق تترتب عليه آثاره من غنم أو غرم.

وما وقع من المكلف بعذر من هذه الأعدار الثلاثة ينقسم إلى ثلاثة أقسام: -

أ - أن يقع الجهل أو النسيان أو الخطأ في ترك مأمور، فهذا لا يسقط حكمه، كما سقط إثمه، كمن نسي صلاة أو صوما أو حجا أو غير ذلك من المأمورات وجب تداركه بلا خلاف.

ب - أن يقع الجهل أو النسيان أو الخطأ في فعل منهي عنه، فإن كان فيه إتلاف لحق الغير ففيه الضمان، وإن لم يكن فيه إتلاف لحق الغير لم يترتب عليه شيء، كمن طلق زوجته جاهلا بأنها زوجته بأن كان في ظلمة، أو زوجها له وليه أو وكيله وهو لا يعلم وقع الطلاق.

ج - إن كان الفعل أو الترك يوجب عقوبة كان الجهل أو النسيان أو الخطأ شبهة في إسقاطها، كمن شرب خمرا جاهلا، فلا حد عليه ولا تعزير.

المطلب الثاني: قاعدة: "من جهل حكما يعلمه عامة المسلمين لم يقبل عذره بالجهل"⁸⁰.

حاصل هذه القاعدة: أن المكلف إذا وقع في محذور وادعى أنه لم يكن يعلم أنه محرم، لم تقبل دعوته، فهي تقييد لعموم القاعدة الأم.

ولا تقبل دعواه بدعوى عدم العلم إلا إذا تبين للقاضي أنه قريب عهد بالإسلام بأن يكون وقع في المحرم بعد إسلامه بوقت لا يمكنه من معرفة الحكم غالبا.

وهناك أحكام لا يجهلها عامة المسلمين في الغالب، كتحرим الزنا والقتل والسرقة والخمر والأكل في الصوم، فهذه ومثيلاتها لا يعذر فاعله بالجهل.

أما الأحكام التي يجهلها أكثر العوام بل ربما يجهلها بعض الخواص، فإنه يعذر فيها بجهله لخفتها، كالعالم بأن التنحح في الصلاة مبطل لها.

المطلب الثالث: قاعدة: "من علم تحريم شيء وجهل ما يترتب عليه لم يفده ذلك"⁸¹.

⁷⁷ الأشباه والنظائر للسيوطي: 207، وذكر ابن نجيم القاعدة بمعناها. انظرها في الأشباه والنظائر: 360.

⁷⁸ الأحزاب: 5

⁷⁹ سنن ابن ماجه. ك: الطلاق. ب: طلاق المكره والناسي. رقم: "2045": 1/ 659

⁸⁰ الأشباه والنظائر للسيوطي: 220، ذكرها بمعناه ابن نجيم: 361، والقرافي في الفروق: 2/ 260.

هذه القاعدة ألحقها السيوطي بما قبلها؛ لأنها متممة لها ومقيدة لإطلاقها.
فمن علم تحريم الزنا أو الخمر، وجهل وجوب الحد عليهما يحد اتفاقاً؛ لأنه تجاوز حده وعصى الله
باختياره فلم يرفع عنه الإثم كالجاهل بالحكم، فلم يسقط عنه الحد.
وكذلك لو علم تحريم القتل، وجهل وجوب القصاص، وجب القصاص عليه.
هذا في الجهل بالحكم، أما الجهل بالمحكوم فيه، فإنه يعفى فيه عن الجهل الذي يتعذر الاحتراز منه ويشق،
كمن شرب لبناً فتبين أنها خمر.

المبحث السادس: تطبيقات القاعدة

اختلف الفقهاء في تحديد الفروع الفقهية المندرجة تحت هذه القاعدة الفقهية على قولين:
القول الأول: من أهل العلم من يرى أن المسائل التي تندرج تحت هذه القاعدة لا يمكن حصرها بالعدد بل هي
متناهية، ويمكن ضبطها بضوابط وقواعد فقهية، وقد ذكرنا في المبحث السابق بعض القواعد والضوابط التي
تضبط ما يعذر فيه بالجهل وما لا يعذر فيه بالجهل.
القول الثاني: ومن أهل العلم من حصر المسائل التي يعذر فيها بالجهل بالعدد والحصر، لا بالضابط والقاعدة،
ومنهم: المتيطي⁸² في المتيطية، وبهرام⁸³ في منظومته.
الراجح من القولين:

الذي أراه راجحاً أن تضبط الفروع والمسائل بالضوابط والقواعد الفقهية لا بالعدد والحصر؛ لأن الضبط
بالضابط والقاعدة أوسع مجالاً، لإمكانية الإدراج تحته لكل ما يستجد من حوادث، فالقواعد والضوابط الفقهية
تمكن الفقيه من إيجاد حكم لكل ما يستجد من حوادث، والمسائل التي يعذر فيها بالجهل أكثر من أن تحصى. قال
ابن رشد: إن المسائل التي لا يعذر فيها بالجهل أكثر من أن تحصى⁸⁴.
هذا وقد عد بعض الفقهاء المسائل التي يعذر فيها بالجهل، وبعضهم عد المسائل التي لا يعذر فيها
بالجهل.

ومن الفريق الأول: المتيطي في مختصر المتيطية حيث حصر المسائل التي يعذر فيها بالجهل في
عشرين مسألة ذكر منها تسع عشرة مسألة وهي:-
1/ إذا ادعى أنه لامسها وأمكنته من نفسها بعد قيامها بالضرر سقط قيامها بذلك جاهلة كانت أو عالمة.
2/ الأمة إذا أعتقت تحت عبد فوطئها عالمة بالعتق، فإنه يسقط خيارها وإن جهلت الحكم.
3/ من ارتهنت عنده أمة فوطئها فعليه الحد ولا يعذر بالجهل.
4/ فيمن سرق خرقة أو ثوبا لا يساوي ربع دينار وفيه دينار مصرور لا يعلم به، فإنه يقطع ولا يعذر بالجهل.
5/ من أعتق أم ولده ثم وطئها في العدة وادعى الجهل، فإنه يحد ولا يعذر بالجهل.
6/ وفي كتاب القذف من المدونة: أنه إن أعذر بالجهالة فلا حد عليه.

⁸¹ الأشباه والنظائر للسيوطي: 221، وممن ذكرها بمعناها: المنجور في الإسعاف بالطلب: 67
⁸² هو القاضي أبو الحسن علي بن عبد الله بن إبراهيم بن محمد بن عبد الله اللخمي الأنصاري المتيطي السبتي. أخذ عن خاله أبي الحجاج المتيطي
بمدينة فاس، له مؤلف مخطوط وليس له غيره وهو النهاية والتمام في معرفة الوثائق والأحكام اختصره ابن هارون الكناني. ت: 570هـ. انظر
شجرة النور الزكية في طبقات المالكية للشيخ محمد بن محمد مخلوف. م: دار الفكر للنشر والطباعة: 163
⁸³ هو بهرام بن عبد الله بن عبد العزيز أبو البقاء، تاج الدين السلمي، ولد سنة: 734 هـ، مصري نسبته إلى "دميرة" قرية قرب دمياط، انتهت إليه
رياسة المالكية في زمنه، من مؤلفاته: مختصر خليل، والمناسك، وشرح مختصر ابن الحاجب، وغيرهم. ت: 805هـ.
انظر شجرة النور الزكية لمخلوف: 239، والأعلام للزركلي: 76/2
⁸⁴ البيان والتحصيل والشرح والتوجيه والتعليل في مسائل المستخرجة. لأبي الوليد ابن رشد القرطبي. ت: محمد العرايشي. م: دار الغرب الإسلامي -
بيروت: 261/5

7/ من ملك امرأته فقضت عليه بالبتات، فلم يناكرها في الحال ثم أراد مناكرتها، وادعى الجهل، فيلزمه ما قضت ولا يعذر بالجهل.

8/ من وجب عليه يمين على أبيه أو حد، فأحلفه أو حده فلا تجوز شهادته؛ لأنه عقوق، ولا يعذر بالجهل.

9/ الذي يقطع الدنانير والدرهم جهلا لا تجوز شهادته، ولا يعذر بالجهل.

10/ المرتهن إذا رد الرهن إلى الرهن فذلك خروج من الرهن، ولا يعذر بالجهل.

11/ المظاهر إذا وطء قبل الكفارة، يعاقب، ولا يعذر بالجهل.

12/ مسائل الصلاة يستوي فيها العامل والجاهل.

13/ من قذف عبدا ثم ظهر أنه كان عتق، فإنه يحد، ولا يعذر بالجهل.

14/ التي أنفقت من مال زوجها في غيبته، ثم نعي إليها فإنها ترد ما أنفقت من حين موته، ولا تعذر بالجهل.

15/ البيوع الفاسدة كلها يستوي فيها العالم والجاهل.

16/ من ابتاع من يعتق عليه غير عالم، فإنه يعتق عليه، ولا يعذر بالجهل.

17/ من دفع زكاته لغني أو كافر غير عالم، فإنها لا تجزئه، ولا يعذر بالجهل.

18/ إذا وطئ المظاهر في شهري صيامه المظاهر منها، فإنه يبتدي صيامه، ولا يعذر بالجهل.

19/ الشفيع يقدم بعد العام بمدة وهو حاضر عالم بالبيع، فإنه تبطل شفيعته، ولا يعذر بالجهل⁸⁵.

وجمع الزقاق⁸⁶ في منظومته الطريقتين، فذكر أولا طريقة ضبط المسائل بالقاعدة والضابط، ثم تناول

الطريقة الثانية وهي طريقة العد والحصر، فذكر عددا من المسائل التي يعذر فيها بالجهل فقال:

..... هل يعذر

ذو الجهل أو لا والذي قد حقا قاض⁸⁷ نعم إن لم يكن تعلقا

حق به للغير أن كان وسع ترك تعلم ألا يمتنع

وبعضهم بعلم جنس قيده والغير بالحصر بعد قصده

وهو العبادات ومصرف غير⁸⁸ منقفة وذات شرط أو ضرر

معتكف قاطع مسكوك لعان منكحتان⁸⁹ وغريم معتقان

وكل بيع فاسد مظاهران مال يتيم حائز فرعا رهان

كما بتخيير وعتق أمتين دال بتمليك وفي شهادتين

ثلاث بيعات طيب رجعه مفت وقذف سارق وشفعة

تحليف كالأب وحده كذا زان وشارب فعذر نبذا⁹⁰

ومن الفريق الذي عد المسائل التي لا يعذر فيها بالجهل الشيخ بهرام، حيث نظم المسائل التي لا

يعذر فيها بالجهل في أربعة وأربعين بيتا، شرحها العلامة الأمير⁹¹ ونقحها في ثلاث وثلاثين مسألة⁹².

⁸⁵ انظر مختصر المتبوية لابن هارون الكناني. (مخطوط). نسخة عن دار الإفتاء الليبية سابقا، وهي لا تحمل رقما: لوحة رقم: "59" هو أبو الحسن علي بن القاسم بن محمد التبيجي المشهور بالزقاق. أحد فقهاء المالكية بفاس. أخذ العلم عن: أبي عبد الله القوري، دخل غرناطة أخذ عن العالم الصوفي المواق، برز في مجالات العلم: النحو والصرف والأصول والفقه والتفسير والحديث والتصوف.

⁸⁷ انظر نيل الابتهاج بتطريز الديباج لأحمد التتكني. ط: الأولى. م: كلية العوة الإسلامية - طرابلس - ليبيا: 343، والإعلام للزركلي: 4/ 320 يريد ابن رشد. وهو أبو الوليد محمد بن أحمد بن رشد من أهل قرطبة وكبير فقهاءها. ألف كتاب البيان والتحصيل، وهو كتاب كبير، والمقدمات. ولد:

405هـ، ت: 520هـ. انظر الديباج المذهب: 373، والإعلام للزركلي: 5/ 316

عبر: أي مضى

⁸⁸ منكحتان: يفتح الحاء أي وامرأتان منكحتان

⁸⁹ انظر الإسعاف بالطلب: 66

⁹⁰ هو أبو عبد الله محمد بن أحمد بن عبد القادر بن عبد العزيز الشهير بالأمير، وهو لقب جده. انتهت إليه الرئاسة في العلوم بمصر. من مؤلفاته: المجموع وشرحه، وحاشية على شرح الزرقاني على المختصر، وغيرهما. ولد: 1154هـ. ت: 1232هـ. انظر شجرة النور الزكية لمخلوف:

362، والإعلام للزركلي: 71/ 7

وأورد السيوطي⁹³ في آخر كتابه نظماً ضم خمسة وأربعين بيتاً حوت ثلاثين مسألة لا يعذر فيها بالجهل، عنون لها: " هذه مسائل فيما لا يعذر فيها بالجهل" ولم يذكر ناظمها، بل افتتحها بقوله: وقد نظمها بعضهم⁹⁴.

الخاتمة

الحمد لله أولاً وآخراً، نحمده على ما أولانا ونشكره على جزيل عطائه، والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وأصحابه أجمعين.

وبعد

بعد هذه الرحلة العلمية القصيرة الممتعة مع علم القواعد الفقهية، ودراسة قاعدة الأعذار بالجهل، فقد توصلت إلى النتائج الآتية: -

1/ إن الدين الإسلامي دين المنطق والعلم والعقل، فيخاطب أصحاب العقول، ويأمرهم بالأخذ بأسباب العلم ويذم الجهل.

2/ إن الإسلام حرم على أتباعه أن يقدموا على فعل شيء حتى يعلموا حكم الله فيه.

3/ أن الجهل ذكر في القرآن أكثر ما ذكر على سبيل الذم.

4/ أن الجهل درجات ومخاطره تتفاوت بتفاوت درجته.

⁹² انظرها في تهذيب الفروق والقواعد السنية في الأسرار: 2/ 263 - 276

⁹³ هو جلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر بن محمد بن سابق الدين الخضير السيوطي. إمام حافظ مؤرخ أديب له نحو ستمائة مؤلف منها: الاتقان في علوم القرآن، وتحفة الناسك، وترجمان القرآن، وغيرهم. ولد: 849هـ، ت: 911هـ. انظر شذرات الذهب في أخبار من ذهب. لأبي الفلاح عبد الحي الحنبلي. م: دار الفكر: 8/ 51 - 55، والأعلام للزركلي: 4/ 301

⁹⁴ الأشباه والنظائر للسيوطي: 571 - 572

5/ المشقة والحرص مرفوعان في دين الإسلام، فإن أعذر المولى بالجهل في بعض الأحيان فرفعا للمشقة والحرص؛ لذلك فإن قاعدة: الأعدار بالجهل متعلقة ومنبثقة من القاعدة الكبرى: "المشقة تجلب التيسير".

6/ يصعب حصر المسائل التي يعذر فيها بالجهل والمسائل التي لا يعذر فيها بالجهل بالعد؛ لذلك فإن اعتماد طريقة ضبط المسائل بالضوابط والقواعد أنفع وأصلح. هذا ما يمكن أن أذكره في هذه الخاتمة راجيا الله - تعالى - السداد والتوفيق، وأن يجعل عملي خالصا مخلصا لوجهه الكريم، فهو نعم المولى ونعم النصير، ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم.

قائمة المصادر والمراجع

- * القرآن الكريم. برواية الإمام قالون عن نافع
- * الإسعاف بالطلب. مختصر المنهج المنتخب على قواعد المذهب. شرح أحمد بن علي المنجور لنظم أبي الحسن الزقاق. جمع واختصار أبي القاسم بن محمد بن أحمد التواتي. ط: الأولى. م: المطبعة الأهلية - بنغازي:
- * الأشباه والنظائر في قواعد وفروع فقه الشافعية لجلال الدين عبد الرحمن السيوطي. م: دار الشام للتراث.
- * الأشباه والنظائر لزين الدين بن إبراهيم المعروف بابن نجيم الحنفي. ط: الثانية. م: دار الفكر - دمشق.
- * الإصابة في تمييز الصحابة لشهاب الدين أبي الفضل أحمد بن حجر العسقلاني. ت: علي محمد البخاري. م: دار نهضة مصر - الفجالة القاهرة.
- * أصول الفقه تاريخه ورجاله لشعبان محمد إسماعيل. ط: الثانية. م: دار السلام، والمكتبة المكية - مكة المكرمة.
- * الأعلام لخير الدين الزركلي. ط: الخامسة. م: دار العلم للملايين - بيروت.
- * إيضاح المسالك إلى قواعد الإمام مالك. لأحمد بن يحيى الونشريسي. ت: 914هـ، ت: الصادق الغرياني. ط: الثانية. م: دار الحكمة. طرابلس.
- * بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز. لمجد الدين محمد بن يعقوب الفيروزبادي. م: المكتبة العلمية - بيروت لبنان.
- * البيان والتحصيل والشرح والتوجيه والتعليل في مسائل المستخرجة. لأبي الوليد ابن رشد القرطبي. ت: محمد العرايشي. م: دار الغرب الإسلامي - بيروت.
- * التعريفات لعلي بن محمد بن علي الجرجاني. ت: 816هـ، تحقيق: إبراهيم الأنباري، م: دار الريان.
- * تفسير التحرير والتوير لمحمد الطاهر ابن عاشور. م: الدر التونسية للنشر. تونس: 22/ 129
- * تهذيب التهذيب للحافظ شهاب الدين أحمد بن حجر العسقلاني. ت: مصطفى عبد القادر عطا. م: دار الكتب العلمية - بيروت.
- * تهذيب الفروق والقواعد السنية في الأسرار الفقهية. لمحمد غلي بن حسين المكي المالكي. المطبوع مع الفروق للقرافي. ضبط/ خليل المنصور. ط: الأولى. م: دار الكتب العلمية - بيروت. *الجامع لأحكام القرآن لأبي عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي. ط: الثانية، م: دار الشام للتراث. بيروت.
- * الديباج المذهب في معرفة أعيان المذهب. لابن فرحون. ط: الأولى. م: دار الكتب العلمية - بيروت.
- * سنن ابن ماجه للحافظ أبي عبد الله محمد بن يزيد القرويني. ت: محمد فؤاد عبد الباقي. م: دار الريان للتراث.
- * شذرات الذهب في أخبار من ذهب. لأبي الفلاح عبد الحي الحنبلي. م: دار الفكر
- * شجرة النور الزكية في طبقات المالكية للشيخ محمد بن محمد مخلوف. م: دار الفكر للنشر والطباعة.
- * صحيح البخاري بشرح فتح الباري للحافظ أحمد بن علي بن حجر العسقلاني. م: دار المعرفة - بيروت.

- * صحيح مسلم. بشرح النووي. لأبي زكرياء يحيى بن شرف النووي الدمشقي. ت: طه عبد الرؤوف سعد. م: المكتبة التوفيقية.
- * الطبقات الكبرى لمحمد بن سعد. م: دار بيروت للطباعة والنشر.
- * الفروق في أنوار البروق في أنواء الفروق للإمام أبي العباس أحمد بن إدريس الصنهاجي القرافي. ت: 684هـ. ط: الأولى. م: دار الكتب العلمية. بيروت.
- * قواعد الأحكام في مصالح الأنام لأبي محمد عز الدين بن عبد العزيز بن عبد السلام السلمي. ط: الثانية. م/ مؤسسة الريان - بيروت.
- * القواعد والفوائد الأصولية. لأبي الحسن علاء الدين علي بن عباس البعلبي الحنبلي. المعروف بابن اللحام. ضبط: محمد شاهين. م: دار الكتب العلمية - بيروت.
- * كتاب شرح الصاوي على جوهرة التوحيد لأحمد بن محمد المالكي الصاوي. ت: عبد الفتاح البزم. ط: الثانية. م: دار ابن كثير - دمشق.
- * كتاب القواعد لأبي بكر بن محمد بن عبد المؤمن المعروف بتقي الدين الحصني. ت: عبد الرحمن بن عبد الله الشعلان. ط: الأولى. م: مكتبة الرشد، وشركة الرياض.
- * الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية. لأبي النقاء بن موسى الكفوي. ت: 1094هـ. مقابلة: عدنان درويش، ومحمد المصري. ط: الثانية. م: مؤسسة الرسالة.
- * لسان العرب المحيط للعلامة ابن منظور. تقديم: عبد الله العلياني. إعداد وتصنيف: يوسف خياط. م: دار لسان العرب - بيروت
- * مغني اللبيب عن كتب الأعراب للإمام: أبي عبد الله محمد بن هشام الأنصاري. ت: محمد محي الدين عبد الحميد. م: دار إحياء التراث العربي
- * المنطق المنظم في شرح الملوي على السلم. لعبد المتعال الصعيدي
- * الموافقات في أصول الشريعة لأبي إسحاق الشاطبي إبراهيم بن موسى اللخمي الغرناطي المالكي. شرح: عبد الله دراز. م/ دار المعرفة - بيروت.
- * المنثور في القواعد لأبي عبد الله بدر الدين محمد المعروف بالزركشي. ت: 794هـ، ت: محمد حسن إسماعيل، ط: الأولى، م: دار الكتب العلمية. بيروت
- * نيل الابتهاج بتطريز الديباج لأحمد التتبتكتي. ط: الأولى. م: كلية الدعوة الإسلامية - طرابلس - ليبيا

المشكلات الاجتماعية الأساسية في العملية التعليمية وأساليب مواجهتها

د.نور الهدى محمد كامل حماد

ملخص :

في عصرنا هذا نبحث عن الجديد أو نحاول التجديد ولذلك فنحن دائما في حاجة إلي أفكار جديدة وحلول غير تقليدية للمشاكل التي تقابلنا بجانب ذلك نطالب أغلب المؤسسات بالابتكارية وعدم التقليدية وهذا ما ينادي به قائد الثورة دائما وأبدا واستجابة لتحريضه المستمر وسعيه الدعوي في بناء الإنسان النموذجي الجديد توجيه الدائم للعاملين في المجال الاجتماعي باعتبارهم قادة جماهيريين أضع هذه الدراسة في محاولة لتفعيل وتعزيز دور مكاتب الإرشاد النفسي والاجتماعي داخل مؤسساتنا التعليمية بمختلف مراحلها إيماناً بالمبدأ القائل إن لكل مهنة وظيفة معينة ومن وظائف المهن الاجتماعية تمكين الفرد من الاستعانة بمجتمعه وتمكين المجتمع من الاستعانة بأفراده فالمؤسسة التعليمية تستهدف تحقيق عمليتي التعليم والتنشئة بكل أبعادهما ولكنها أثناء قيامها بدورها تواجه العديد من المشكلات الاجتماعية ، وبما أن المشكلات الاجتماعية متداخلة ومتشابكة ومتعددة العوامل مما سبب صعوبة إرجاعها إلي عوامل بعينها في هذه الورقة نحاول إيضاح بعض هذه العوامل كما نجلل المشكلات الاجتماعية التعليمية في الآتي:

-المشكلات الدراسية .

-المشكلات الاقتصادية

-مشكلات العلاقات الاجتماعية .

-مشكلات الاضطرابات النفسية .

هذا وتواجه المؤسسة التعليمية هذه المشكلات عن طريق تحويل الطلاب الذين يعانون من مشكلات ترى أنها تحتاج إلى طول الوقت وكثير الجهد إلى مكتب الخدمة الاجتماعية بالمؤسسة التعليمية، ومع التغير السريع والمستمر للمجتمعات وما نتج عنه من تقادم الكثير من المشكلات أصبح دور الأخصائي الاجتماعي

بمفرده لا يفي بالغرض وأصبحت حاجتنا ماسة لدور المرشد النفسي والدعوة ملحة لان لكي يقوم بدوره داخل المؤسسة التعليمية لا أن يبقى حكرا على العيادات النفسية لأهمية دوره في كل مراحل التعليم وبالأخص في مرحلة التعليم الأساسي هذه المرحلة التي ترسم فيها الخطوط العريضة لشخصية الطفل رجل المستقبل وبهذه الصورة أصبح وجود المرشد النفسي ضروري مثل الغذاء والهواء والنور.

و قد خلصت الدراسة الى ضرورة تكامل وشمولية دور الأخصائي الاجتماعي والمرشد النفسي لمواجهة المشكلات في العملية التعليمية حيث أن وجود أحدهما لا يغني عن وجود الآخر وتعاونهما معا في بحث كل حالة بحثا شاملا يؤدي إلي التوجيه والعلاج على أساس سليم ، ودور الأخصائي الاجتماعي والمرشد النفسي يقدم في المؤسسة التعليمية من خلال مكتب يطلع عليه مكتب التدخل الاجتماعي النفسي.

المشكلات الاجتماعية الأساسية في العملية التعليمية وأساليب مواجهتها

المؤسسة التعليمية هي المؤسسة الأكثر التصاق بعد الأسرة ب حياة الطالب تترك أثارها على الخريجين باعتبارها نظام يؤثر في المجتمع ويتأثر به .

وظ

يفة

المؤ

كلية الآداب قسم الخدمة الاجتماعية - جامعة القاتم

سنة التعليمية الآن لم تعد التلقين والتعليم فحسب ، بل أصبحت وظيفة تربية تعليمية تسعى إلى تكامل شخصية الطالب من خلال ما تقدمه له في مراحل العمر المختلفة لذلك على المجتمع أن يحيط الطالب بسياج من الاهتمام والرعاية سواء في الجوانب الإنمائية أو الوقائية أو العلاجية⁹⁵.

والطالب في المؤسسة التعليمية فرد يتأثر بظروف ذاتية وبيئية معينة تجعله في وضع يحتاج فيه إلى مساعدة كافة العاملين ليتحقق له التوافق الذاتي والتكيف الاجتماعي ويمكننا تمثيل الجو الاجتماعي في المؤسسة التعليمية ، بالأسرة التعليمية الكبرى التي تضم الأساتذة والأمناء والمشرفين ، والإداريين، وأولياء الأمور، وجمهور الطلاب بالإضافة إلي القادة المحليين بالمحلة لتحقيق الأهداف التالية :

1. تنمية شخصية الطالب وتكاملها عن طريق إكسابه خبرات متعددة مع خلق أنماط سلوكية ناجحة سعيا لإحداث التكليف الاجتماعي .

2. تنمية القوى البنائية الابتكارية لدى الطلاب .

3. تغيير الظروف الاجتماعية التي تسبب أو تسهم في تعاسة الطالب .

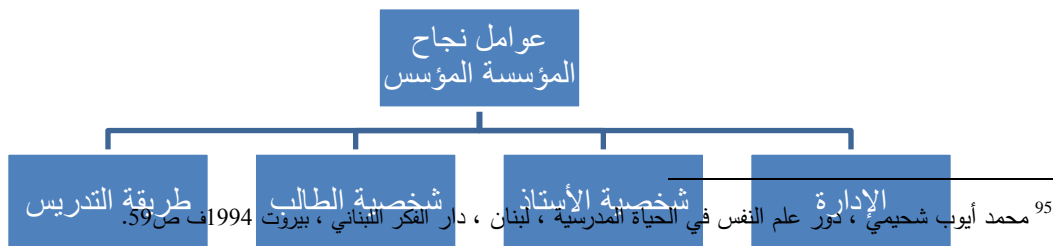
4. المحافظة على ثقافة المجتمع وتطويرها وتنقية القيم الثقافية وتحديثها حتى يمكن الوصول إلي رفاهية الطالب وربطها برفاهية المجتمع ويتوقف نجاح المؤسسة التعليمية على عدة عوامل هي :

1. الإدارة.

2. شخصية الأستاذ.

3. شخصية الطالب.

4- طريقة التدريس



⁹⁵ محمد أيوب شحيمي ، نور علم النفس في الحياة المدرسية ، لبنان ، دار الفكر اللبناني ، بيروت 1994 ف ص 59.

أولاً: الإدارة :

يمكن تمييز ثلاثة أنماط للسياسة الإدارية بالمؤسسة التعليمية :

النمط التسلطي :

يقوم هذا النمط على التهديد والوعيد والإكثار من العقاب والتقليل من المديح والثواب وواجب الأفراد فيه الطاعة دون إبداء الرأي⁹⁶ .

نمط الحرية المطلقة :

قام هذا النمط كردة فعل على النمط التسلطي فيه تترك الحرية للأساتذة والطلاب يفعلون ما يشاءون فيحل العبث محل الشدة وتسود المؤسسة التعليمية أجواء اللامبالاة وتندم الرقابة الإدارية السليمة وتتدني الإنتاجية التعليمية ومساوى هذا النمط لا تقل خطورة عن النمط الأول⁹⁷ .

النمط التعاوني :

تسود بالمؤسسة التعليمية في هذا النمط أجواء الحرية ، والمرونة في التحرك وتتضافر الجهود لمصلحة العملية التعليمية⁹⁸ .

ونجاح وظيفة الإدارة يتطلب مراعاة الأتي :

تنظيم علاقة الطلاب ببعضهم لتسود الألفة ، والمحبة ، والتعاون ، والمشاركة والولاء نحو بعضهم البعض ونحو المؤسسة التعليمية وبذلك يكونون أسرة طلابية قادرة على اتخاذ القرار تستطيع تشكيل لجانها الثقافية ، والفنية ، والاجتماعية والرياضية .

مراعاة علاقة الأساتذة بالطلاب فالأستاذ يمثل دور القائد والطلاب رعاياه ، تقوم بينه وبينهم علاقة ود ، و صداقه على أن يفهم دوره القيادي بروح مرحة بعيدا عن التسلط ، ويجدر بالأستاذ كي يحقق الأهداف لقيادية إن تتوفر الشروط التالية:

1. زيادة اختلاطه بالطلاب ليكون لهم الأب والأخ على ألا يصل هذا الاختلاط إلى درجة الابتذال وذوبان الشخصية لذا يجب أن تبقي هناك مسافة يتخللها الاحترام والتقدير بين الأستاذ والطلاب.
2. يعتمد الإقناع بدل الأمر ، والنهي ، والزجر .
3. يعتمد أسلوب التشجيع والمساعدة على أن تسود روح المناقشة الموضوعية وذلك بإفصاح صدره أثناء حل المشكلات وابتعاده عن أسلوب التهكم والسخرية مع محاولة الاستفادة من الأنشطة المختلفة لتوحيد مشاعر الطلاب وخلق جو عائلي شبه حقيقي يمثل فيه الأستاذ دور الأب والطلاب دور الأبناء لتتشط حركة العمل الجماعي المنظم في المؤسسة التعليمية.
4. استمرار علاقة الطالب مع الأساتذة بعد تخرجهم لتتأكد هذه اللحمة الاجتماعية بشكل سليم في سبيل بناء مجتمع متماسك.
5. الحد من تنقل الأساتذة أثناء العام الدراسي لان ذلك يفسد العملية التربوية خصوصا إذا رسم المعلم خطة

⁹⁶ محمد أيوب شحيمي ، دور علم النفس في الحياة المدرسية ، مرجع سابق ص59.

⁹⁷ المرجع السابق ، ص 59.

⁹⁸ المرجع السابق، ص60.

يقوم بها مع طلابه خلال العام الدراسي، فنقل المعلم يفسد الخطة ويؤثر على الطالب .
6. كثرة الطلاب قد تكون عائقا أمام تكوين علاقات قوية ، وممتينة .

ثانيا : شخصية الأستاذ :

لشخصية الأستاذ الأثر البالغ في نجاح العملية التعليمية شرط توفر القدرة والدافعية فمن الضروري أن يمتلك المعلم المعرفة الواسعة للمواد التي يقوم بتدريسها ولا يكفي أن يتمتع بالصحة الجسدية ، والنفسية بل لا بد من توافر شرط الميل والضمير الحي لديه لأنه امتداد لشخصية الأم ، والأب في الأسرة وهو المثل الأعلى وكلما كانت شخصيته سوية متزنة وعلى درجة من الكفاءة توقعنا أن يكون ذا أثر حميد على طلابه .

ثالثا : شخصية الطالب :

نجاح الطالب في التعلم يحتاج إلى عنصرين أساسيين القدرة اللازمة للتعليم، والدافعية، وهذان الشرطان لازمان لعملية التعلم وبدونهما لا يحصل التعلم ، فالتعليم ظاهرة سلوكية وكل سلوك لا بد أن يكون وراءه دافع.

■ بالنسبة للقدرة يجب الاطمئنان أولا إلى صحة الطالب ، وطاقته العقلية ، والجسمية وتناسبها مع نوع التعليم الذي يتلقاه.

■ أما الدافع فهو القوة التي تستثير حماسة الطالب للتحصيل ومواصلته ويكون التحصيل وافر بقدر ما يكون الدافع قويا ويمكن رفع مستوى الدافع عند الطلاب عن طريق تهيئة العلاقات الودية الطيبة بينهم وبين الأساتذة من جهة وبين بعضهم البعض من جهة أخرى مع تأمين الظروف الملائمة داخل قاعة الدراسة.

رابعا :طريقة التدريس:

يمكن أن تكون طريقة التدريس هي المشكلة بدلا من أن تكون هي الحل فالمبالغة في استيراد طرق تدريس بعيدة عن بيئتنا المحلية ، وواقعا التربوي تشكل ضررا فادحا يؤثر على العملية التعليمية .

من العرض السابق يمكن أن نوضح أن المؤسسة التربوية تستهدف تحقيق عمليتي التعليم والتنشئة بكل أبعادها لكنها أثناء قيامها بالعملية التعليمية تواجه مشكلات متعددة تظهر من صيحة تارة ومن المعلمين تارة أخرى وكل من الفريقين يتهم الآخر بتحميله المسؤولية في تقصير الطلاب وانحرافهم وتدني مستواهم التربوي والتعليمي وقد ينتقل الصراع إلى حلبة أخرى بين الأساتذة من جهة والإدارة من جهة ثانية حيث تتهم الإدارة الأساتذة بالإهمال والتقاعس وبين متهم بكسر الهاء ومتهم بفتح الهاء تظهر المشكلات في العملية التعليمية.

فمعظم الطلاب يلتحقون بالمؤسسة التعليمية بصفة إلزامية من سن السادسة والطالب في هذه السن لم يعد تلميذ الروضة الذي يتعلم عن طريق اللعب الرمزي والوظيفي وهو أيضا لم يعد التلميذ الحقيقي المتشوق للتعليم ولبناء عالم من العلاقات فهو لم ينفصل بعد على الصعيد الوجداني عن ألعاب التخيل أو الموقف المتعي الخالص المنفصل مع اللذة والألم ، كما أنه لم يتوصل بصفة محسوسة إلى قبول حقيقي كامل للعالم والناس على الصورة التي هم عليها ، كما أنه يمر في سلوكه أحيانا وبسرعة مذهلة من نقيض إلى نقيض أما توازنه فهو أقل استقرارا وتحديدا.

من هنا تظهر المشكلات التعليمية وفي هذا الإطار يمكن أن نعرف المشكلة بصفة عامة على أنها ظاهرة وجدت في كل المجتمعات ومفهومها ونوعها وكمها يختلف باختلاف الزمان والمكان وباختلاف نوع

المجتمع ودرجة تطوره وباختلاف الأفراد وظروفهم النفسية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية⁹⁹، فلو أخذنا سلوكيات عدد من التلاميذ في المدرسة مثل العزوف عنها والهروب منها وقلة التحصيل فأننا نجدتها تختلف باختلاف الزمان والمكان حتى في المجتمع الواحد لدرجة أن ما كان يعتبر ذنباً بالأمس قد لا يكون كذلك اليوم وهذا التغيير حذفاً وإلغاءً توسعاً وتشدداً أمر طبيعي يتماشى مع التغيير المستمر في المجتمع. وبما أن المشكلة الاجتماعية متعددة العوامل وتختلف من حيث الشدة والعمق بحيث يمكن تبويبها و إرجاعها إلى عوامل بعينها هذا الأمر فرض اختلاف طرق العلاج¹⁰⁰.

وفي هذه الورقة سنتعرض للعديد من العوامل المسببة للمشكلات الاجتماعية بالمؤسسات التعليمية :

1. اضطراب الشخصية.
2. البيئة الدراسية .
3. الفشل الدراسي.
4. سوء الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه الطالب.
5. ضعف الوازع الديني.
6. الرخاء والترفع بالدرجة التي تدفع الطالب إلى اللهو وتضييع الوقت.
7. عدم وجود سياسة جنائية واضحة المعالم بالمجتمع.
8. فشل وسائل الإعلام في الدعوة إلى البر والفضيلة.
9. عدم توفر الفرص لمرافق كافية للترويح وتقضية أوقات الفراغ .

• مشكلات العملية التعليمية:

1- المشكلات الدراسية :-

تظهر هذه المشكلات في عجز الطالب عن السير في دراسته بطريقة طبيعية ، وينشأ ذلك عادة نتيجة مطالبة التلميذ بالعمل على مستوى يفوق قدرته وطاقته ، وقد يكون التأخر الدراسي نتيجة الضعف العقلي ، ومع ذلك فقد يؤدي الفشل المتكرر في الدراسة إلى شعور الطالب بالنقص فيعمل في مستوى أقل من قدرته لوقوعه في صراعات داخلية تبدد طاقته وتعوقه عن تنظيم تفكيره¹⁰¹ وهناك أساس جمعي للتأخر الدراسي فالمرض وضعف الجسم يؤدي إلي بطء الحركة ولا بد أن نؤكد أثر العوامل الانفعالية في التأخر الدراسي فكثير من مواقف البيئة تؤثر في العمليات العقلية ، فالطالب الذي يشعر بالقلق والضيق نتيجة ما يلحق به من فقد متواصل قد يتخذ موقف الإهمال إزاء المدرسة ، والبيت ، ويعتبر ذلك رد فعل طبيعي على البيئة التي تسرف في الحساب والتأنيب ،وقد يفشل المراهق في دراسته نتيجة ما يتعرض له في البيت من صراع مع والد مستبد أو المعيشة في أحضان أم تفرط في تدليله وهذا يتطلب إلاما ببعض العوامل منها :

- عوامل عقلية عامة كالتأخر الدراسي في الذكاء أو العوامل العقلية الخاصة كالقدرة على التذكر أو ما يلقاه الطالب من صعوبات خاصة في القراءة أو في تعلم مادة أو عدة مواد والقدرة الرياضية أو ضعف آخر في الإدراك ألبعدي فالطالب العاجز عن القراءة قد يلزمه أن يتلقى تدريسا خاصا في مجال القراءة كذلك الطالب

⁹⁹ زهير حطب ، مآزم الشباب العلائقي وأشكال التعاطي معه ، لبنان ، بيروت ، معهد الإنماء العربي ، 1981 ف ، ص 48.

¹⁰⁰ محروس محمود خليفة ، المدخل في ممارسة الخدمة الاجتماعية ، جمهورية مصر ، دار المعرفة الجامعية ، 1999 ف ، ص 221.

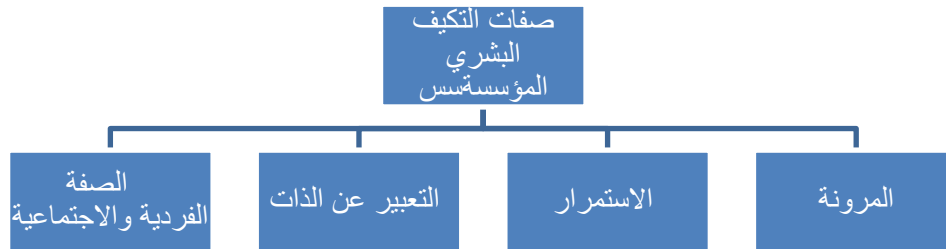
¹⁰¹ مدحت عبد الحميد عبد اللطيف ، الصحة النفسية والتفوق الدراسي ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر 1990 ف ، ص 230.

الجامعي الذي يشعر بفقدان الثقة بالذات ويحتاج إلى برنامج تدريجي لتأكيد الذات¹⁰².

- اتجاهات نفسية وعوامل انفعالية عامة ، كضعف الثقة بالنفس والخمول والخلج والانطواء وشدة الحساسية والسلوك غير الاجتماعي والخوف أو اتجاهات خاصة مثل كراهية مادة معينة ترتبط في ذهن الطالب بمعلم قاس أو موقف مؤلم .
- عوامل جسدية تؤدي إلي نقص عام في الحيوية وكذلك العاهات الجسمية المختلفة كضعف السمع أو ضعف البصر .

• عوامل بيئية تنشأ في المؤسسة التعليمية أو الأسرة أو المجتمع الخارجي للطالب مثل الغياب المتكرر وهي مشكلة من السهل اكتشافها وغالبا ما يكشف الغياب عن مشكلات خطيرة تؤثر حتماً في حياته الدراسية والأساليب البارزة في الغياب تكمن وراء فشل الطالب في دراسته وقد أثبتت الدراسات أن نسبة الغياب ترتفع بين الطلبة الأقل ذكاءً وأنها تزداد بين الراسيين ومن أعادوا صفا دراسيا كما أن انتقال الطالب من مؤسسة تعليمية إلى أخرى يساعد على عدم المواظبة على أننا لا نستطيع أن ننكر أثر التكوين البيولوجي للطالب وتاريخه الاجتماعي والسيكولوجي في سوء التكيف في المؤسسة التعليمية والمجتمع .

فالتكيف هو جوهر الحياة النفسية والعملية التربوية محرك منظم لعملية التكيف والاتنين عملية مستمرة تبدأ ببدء الحياة وتنتهي بانتهائها فهي تبدأ قبل الولادة لأن الإنسان نتاج لورثته البيولوجية ووراثته الاجتماعية وكل عملية تعليم لا تأخذ هذه الوراثة بعين الاعتبار عملية تربوية ضالة¹⁰³. ويمكن أن نلخص صفات التكيف البشري فيما يلي :



-المرونة :

الواقع أن الفرد يولد في المجتمع و يزوده المجتمع بخبراته وطرائقه في العيش كما يزوده بمعارفه ، ولما كانت الحياة نامية متطورة متغيرة كان على الفرد أن ينمو معها وأن يتطور وأن تتغير طرائقه وأساليبه في الحياة بتغير هذه الحياة.

-الاستمرار :

من صفات التكيف الإنساني أن عملية التكيف مستمرة وملازمة لوجود الإنسان .

-التعبير عن الذات :

أن طبيعة الحياة تعني التغيير والتبديل والذي لا يتغير لا يكون حيا ، إذن فهذا التغيير في الظروف

¹⁰² سامية محمد فهمي ، السيد رمضان ، مقدمة في الرعاية الاجتماعية ، السكندرية ، المكتب الجامعي الحديث ، 1990ف-ص143 .

¹⁰³ محمد أيوب شحيمي ، دور علم النفس في الحياة المدرسية ، مرجع سابق ، ص268.

المحيطة والتغير الذاتي حقيقة من حقائق التكيف .

-التكيف عملية فردية واجتماعية :

المجتمع مكون من أفراد وعملية التكيف إنما تقع علي الأفراد كما تقع من الأفراد وبما أن الأفراد يتجمعون لتكوين مجتمع فانه يكون للعملية التكييفية صفة فردية واجتماعية¹⁰⁴ .

2- المشكلات الاقتصادية :

تعوق المشكلات الاقتصادية الطالب من الانتفاع بالإمكانيات والخدمات التربوية التي تهدف المؤسسة التعليمية إلى توفيرها ويؤدي العوز الاقتصادي إلى سوء التغذية وبالتالي ظهور أمراض مثل (الأنيميا) والشعور بالنقص نتيجة الاختلاط بمستويات مختلفة من الطلب ويشد هذا الشعور أثناء فترة المراهقة وتزداد الحساسية حتى تحتل المشكلات المالية والاجتماعية بؤرة اهتمام الطالب وقد يؤدي العوز المادي إلى حرمان التلميذ من فرص الاشتراك في أوجه النشاط المختلفة كالرحلات و المشاركة في الفرق الرياضية وقد يصل الأمر إلى أن تنقطع سبل الدراسة لبعض الطلاب نتيجة وفاة رب الأسرة أو مرضه أ وبسبب البطالة أو الشيخوخة ونحن نعلم أن الحاجات الاقتصادية الشديدة ترتبط بسوء تكيف الشخصية واضطراب الحياة الأسرية ، ومحاولة المؤسسة التعليمية القيام بإشباع بعض الحاجات يؤكد ولاء الطالب لجماعة المؤسسة التعليمية ويحقق شعوره بالانتماء للمجتمع رغم أن المدرسة مؤسسة لم تنشأ خصيصاً لتقديم مساعدات اقتصادية ولكن في إمكانها مساعدة الطالب اقتصادياً¹⁰⁵ .

3 - مشكلات العلاقات الاجتماعية :

يؤدي اضطراب البيئة الخارجية للطالب إلى سوء تكيفه وتشمل البيئة الخارجية كل من الأسرة ، والمدرسة ، والمجتمع بوجه عام ، لان الأسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي تزود الطفل بالقيم الأخلاقية ،والدينية ، والاجتماعية والأسرة السعيدة هي التي تتجب الأولاد السعداء الذين يبنون المجتمع السعيد ، والآن لم يعد دورها منحصراً في توفير الطعام وتأمين المسكن بل أصبح دورها المساهمة في تكوين شخصية الطالب فهي من تزود الطالب بالاستقرار النفسي ، وتهيئه لحياته الدراسية¹⁰⁶ .

والعوامل المنزلية الهدامة تؤدي إلى اضطراب حياة الأسرة ، فالأب الذي يستغرق في عمله طول وقته حتى تحرمه ظروف عمله القاسية من قضاء وقت ملائم مع أبنائه لمناقشتهم في شؤونهم ورعايتهم ، يمنع هؤلاء الأبناء من فرصة تمثيل شخصية الأب ، والعامل الذي تساوره المخاوف من فقدان عمله قد يعبر عن هذا القلق والخوف بالتحكم في أبنائه ومعاملتهم في قسوة ، و كثيرا ما يحاول الأب أن يسقط على أبنائه آماله، ورغباته، ويحاول أن يحقق فيهم ما فشل هو في الوصول إليه ومن ثم يلقي على عاتق الأبناء بأعباء أكبر مما يستطيعون تحمله وقد يرهقهم بمطالبتهم الاستكثار، والدروس الخصوصية، وكثيرا ما يدفع جهل الآباء إلى أخطاء تربوية فادحة يكون لها أثرها السلبي على شخصية الطالب من ذلك التدليل الزائد ، أو التخويف ، وكبت المشاعر ، والتلهف والمحبة المفرطة وهذه لا تقل خطورة عن الحرمان من الحب والعطف، وقد تعتقد الأسرة أن التعليم هو تعلم اللغات ، وحفظ مبادئ العلوم ، والرياضيات وتهدر المواهب والاستعدادات الأخرى ، ولا تعطي أهمية لمواد مثل التربية الفنية ، والرسم والتصوير ويخسر المجتمع بذلك

¹⁰⁴ محمد أيوب شحيمي ، دور علم النفس في الحياة المدرسية ،مرجع سابق،ص182 .

¹⁰⁵ محمد عاطف غيث ، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية 1980 ف،ص77.

¹⁰⁶ محمد عاطف غيث ، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي مرجع سابق وص79.

مواهب النابغين من أبنائه .

كما قد يخطي الآباء فيميزون في معاملة الأبناء بسبب الوسامة والذكاء و تكون النتيجة العناد والعداء بين الأخوة والأخوات وتستمر هذه العلاقات طوال حياتهم .

كما قد يضطر الطالب إلى المعيشة مع زوجة أب أو زوج أم وغالبا ما يشعر أنه أصبح غريبا عن الجو الذي اعتاد الحياة فيه ، و يظن أنه فقد عطف الأم وحنان الأب فتنتابه الحساسية المفرطة ويكره النظم ، ويفقد الانسجام ، وقد يظهر ذلك في الكثير من السلوكيات مثل التهريج في قاعة الفصل وعدم الاحترام والتحدي ، والإهمال المتعمد لنصائح وتعليمات الأستاذ ، ونظم ولوائح المؤسسة.

4 - مشكلات الاضطرابات النفسية :

تنصب شكاوي الآباء والأستاذة من الطلاب على الكذب والتمرد أو الإهمال والكسل أو البذاعة والسلوك المتهور وكل هذه الصفات أمثلة ونماذج للسلوك الشاذ غير الاجتماعي وهي كلها أعراض تتصل اتصال وثيقا ببعض الأمراض النفسية ، وتعتبر وسائل مختلفة للتخلص من صراع نفسي بين الرغبات الغريزية الصادرة عن اللاشعور والالتزامات الأخلاقية التي يحملها " الأنا الأعلى " على الذات والأمراض العصبية كالشلل الهستيرى ، والإغراق في أحلام اليقظة من هذا القبيل وقد بينت الملاحظات الدقيقة إن تلك الأعراض الشجتم ترتبط ببعض الاضطرابات النفسية في حالات السرقة مثلا نجد إن الدوافع التي تحفز الطالب على السرقة تتمثل في إن الطفل يريد أن يلعب دورا هاما في الحياة بيد أنه يشعر من ناحية أخرى أنه عاجز عن القيام بهذا الدور بالطرق البنائية المشروعة ومن ثمة فهو يلجا إلي إشباع رغبته بتمثيل أعمال البطولة التي تثير الإعجاب في نفوس زملائه والسرقة و ما فيها من مخاطرة وتحذ واعتداء على ممتلكات الآخرين تتيح للطالب أن يفاخر زملائه ويسمو عليهم وكثير من حالات السرقة لم تكن حبا في السرقة ذاتها ولا من أجل الشئ المسروق بالذات وإنما يسرق للحصول على شيء ما قد يكون المال أو غيره يستطيع به أن يجمع الطلاب حوله ويربطهم به¹⁰⁷ .

فالتالي الذي لا يستطيع الحصول على تقدير زملائه عن طريق التفوق أو ممارسة الأنشطة المختلفة يمكنه شراء ذلك التقدير بوسائل غير مشروعة وهناك دافع للطالب يدفعه للسلوك غير الاجتماعي فالتالي يولد لديه دوافع ذاتية متعددة يعبر عنها تعبيرا أنانيا ولكن إلي جانب الدوافع الذاتية للطالب استعدادات نظرية للتكيف مع الظروف والقيم الاجتماعية والخضوع لمطالب الجماعة ومقتضيات المجتمع بفضل عوامل التربية فالتكيف الاجتماعي عملية تبتدى منذ الطفولة المبكرة وفترة تكونه الحاسمة هي السنوات الأولى من حياة الطفل وأهم عواملها البيئة المنزلية ، فإذا أخفقت الأسرة نشأت شخصية عاجزة عن التوافق بين رغباتها وبين مطالبها ولا يتحقق التكيف الاجتماعي إلا إذا سار النمو الانفعالي سيرا سويا فلا يلحقه أزمات أو صراع ، ولن يسير على هذا النحو السوي إلا إذا وجدت الطاقة النفسية وسيلة سلمية للتعبير عن نفسها ، وتواجه المؤسسة التعليمية هذه المشكلات عن طريق تحويل الطلاب التي ترى أنها تحتاج إلى الوقت وكثير الجهد إلى مكتب الخدمة الاجتماعية بالمؤسسة التعليمية .

مفهوم الخدمة الاجتماعية المدرسية :

الخدمة الاجتماعية بمفهومها العام هي تطبيق مبادئ وطرق الخدمة الاجتماعية في المؤسسات

¹⁰⁷ محمد عاطف غيث ، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي مرجع سابق وص 80.

التعليمية من أجل تحقيق أهداف المؤسسة ولقد اهتمت المجتمعات باستخدام الأخصائيين الاجتماعيين في العمل في المدارس والمعاهد والجامعات وأصبحت الخدمة الاجتماعية مادة دراسية يدرسها طلاب المعلمين حتى يعد المعلم للعمل مع الطلاب وهو مزود بفكرة عامة عن طرق الخدمة الاجتماعية¹⁰⁸ كما أصبحت مناهج الدورات التدريبية للمديرين والمعلمين بالمؤسسة التعليمية شاملة للدراسات في الخدمة الاجتماعية المدرسية وتهدف الخدمة الاجتماعية المدرسية الى :

1. مساعدة الطلاب على التكيف الاجتماعي مع بيئاتهم واكتشاف مواهبهم والتعرف على استعدادهم وقدراتهم
2. توجيه الطلاب دراسيا ومهنيا إلى جانب تفهمهم لأنفسهم وبالمهن التي تتاسبهم ، وأهداف ، واحتياجات ، ومشاكل المجتمع الذي يعيشون فيه .
3. مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب .
4. ضبط سلوك الطلاب والارتقاء بمستوي التفاعل داخل وخارج البيئة التربوية.
5. تنمية القدرة على التفكير الواقعي والبعد عن الخيال .
6. تنمية المسؤولية الاجتماعية من خلال توطيد العلاقة بين الطلاب بعضهم البعض والإدارة والأساتذة .
7. تنمية القوى البنائية والابتكارية عند الطلاب عن طريق تنمية قدراتهم واستعدادهم واكتشاف الكامن فيها .

8. تغيير الظروف الاجتماعية التي تسبب وتسهم في تعاسة الطالب .

9. المحافظة على ثقافة المجتمع وتطويرها وحل مشكلاته وتنقية القيم الثقافية ،وتحديدها حتى يمكن الوصول إلي رفاهية الأفراد وربطها برفاهية المجتمع¹⁰⁹ .

وتتمثل اختصاصات مكاتب الخدمة الاجتماعية في :

1. بحث حالات الطلاب الذين يعانون من بعض المشكلات سواء كانت مدرسية نفسية اجتماعية .
- اقتصادية . صحية . ومساعدتهم على تفهم طبيعة مشكلاتهم وأسبابها والتغلب عليها .
2. تنظيم ندوات التوعية للطلاب وأولياء الأمور وهيئات التدريس لنشر الوعي الاجتماعي والتربوي والتوجيه إلي الأساليب الصحيحة في السلوك .
- 3 - تنظيم ندوات علاجية للطلاب الذين يرعاهم المكتب .
- 4 القيام بالدراسات الاستطلاعية الاجتماعية الميدانية التي تساعد على فهم طبيعة بعض المشكلات العامة في محيط الطلاب ووسائل الوقاية منها وعلاجها .
- 5 أقامه معسكرات وتنظيم رحلات علمية وترفيهية للطلاب .
6. تنفيذ بعض المشروعات بقصد تقديم خدمات للطلاب في كافة المراحل الدراسية.

▶ الخطوط الإجرائية لدراسة الحالات :

تحويل الحالة إلي المكتب ويتم تسجيلها ثم يفتح الأخصائي الاجتماعي المختص ملف جديد ويبدأ في دراسة

¹⁰⁸ محمد بهجت جاد الله كشك ، أميرة منصور يوسف ، الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في المجال التعليمي ، 1998 ف،ص

.78

¹⁰⁹ محمد مصطفى أحمد ، تطبيقات في مجالات الخدمة الاجتماعية ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، 1989 ف،ص 83 .

الحالة والاتصال بالمصادر المختلفة لتشخيص الحالة¹¹⁰.

* وتبدأ العلاقة بين الطالب والأخصائي ويركز الأخصائي على مناطق الدراسة المتصلة بطبيعة الحالة وشروط المؤسسة التعليمية كما يعطي أهمية خاصة إلى التاريخ الاجتماعي للحالة .

* وتستمر أدوار الأخصائي الاجتماعي مع الحالة حتى الانتهاء منها وتحويلها إلى مؤسسات أخرى وعليه نرى أن المنهج المتبع في مهنة الخدمة الاجتماعية يعتمد على التحليل والعلاج الفردي والجماعي والتمركز حول الطالب الذي يعاني من مشكلة¹¹¹.

وأسلوب الحل للمشكلة يعتمد على التعاطي مع هرم المتطلبات أو الحاجات وهو أحد الطرق الآلية إلى تنظيم وتطبيق المعرفة والقيم والمهارات بطريقة علمية عليه نجد أن الخدمة الاجتماعية هي نشاط اجتماعي منظم يهدف إلى مساعدة الطالب لسد حاجاته ، و تحسين وضعه ، وحصوله على الاكتفاء الذاتي

وفي المجتمع المتغير الحديث أصبح دور الأخصائي الاجتماعي بمفرده لا يفي بالغرض وأصبحت حاجتنا ماسة لدور المرشد النفسي بجوار الأخصائي الاجتماعي والدعوة ملحة لكي يقوم بدوره داخل المؤسسة التعليمية لا أن يبقى حكرا على العيادات النفسية فدوره مهم في كل مراحل التعليم وبالأخص في مرحلة التعليم الأساسي هذه المرحلة التي ترتسم فيها الخطوط العريضة لشخصية الطفل (رجل المستقبل) ولما كانت طفولة الإنسان كما يشاهد أطول الطفولة بالنسبة لبقية المخلوقات فبقائه في المدرسة يشكل حوالي ثلث حياته العملية لذلك لا بد من الاهتمام بالطفولة ، وبهذه الصورة أصبح وجود المرشد النفسي ضروري مثل الغذاء والهواء والنور¹¹².

فهو يقوم بالمهام التالية :

- 1 . معرفة الطلاب معرفة حقيقية .
- 2 . الاهتمام العائلي والاجتماعي للطلاب .
- 3 . مراقبة السلوك والتصرفات اليومية للطلاب .
- 4 . تقييم النمو العقلي للطلاب .
- 5 . تقييم الميول والاتجاهات .
- 6 . إزالة المعوقات التي تعيق الطفولة ونموها .
- 7 . استغلال ميزة الشعور بالنقص واستخدامها لدى الطلاب عن طريق الإغلاء .
- 8 . الاهتمام بالمرهقين .
- 9 . التوجيه والإرشاد التربوي .

ودور المرشد النفسي في المؤسسة التعليمية يسير في أربعة اتجاهات هي :

- 1 . التوجيه التربوي .
- 2 . التوجيه المهني .
- 3 . الإرشاد النفسي .
- 4 . الإرشاد الاجتماعي .

ونحن لاشك في أن مهمته دقيقة وصعبة ومتشابكة وتسير حسب خطوات مدروسة يمكن تحديدها في الآتي :

¹¹⁰ محمد بهجت جاد الله كشك ، أميرة منصور يوسف ، الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في المجال التعليمي ، مرجع سابق ،ص53.

¹¹¹ محروس محمود خليفة ، المدخل في ممارسة الخدمة الاجتماعية ، مرجع سابق ،ص83.

¹¹² محمد أيوب شحيمي ، دور علم النفس في الحياة المدرسية ، مرجع سابق ،ص60.

1. الإشراف على تنظيم البطاقات الخاصة بالطلاب :

فليس عمل البطاقة المدرسية أمراً سهلاً فهي تعتمد في تصميمها على أسس مدروسة وتصميم لغاية معينة والمعلومات في هذه البطاقة معلومات موضوعية ، وذاتية وفي كثير من مدارسنا يقوم الإداري بتنظيم هذه البطاقة وهو غير متخصص ولا بد من أن يقوم بها المرشد النفسي¹¹³ .

2. مراقبة سلوك الطالب :

يجب أن تكون مراقبة منظمة ومدروسة لأن مهمته التنسيق بين مختلف الملاحظات الواردة إليه ومن عدة مصادر منها: "الوالدين : الذين يقدمون له تقريراً صادقاً وصريحاً عن مشاهداتهم خاصة وان سلوك الطالب بالبيت هو سلوك حر بالقياس إلى القيود المفروضة في المؤسسة التعليمية .

" الأساتذة : الذين يدونون ملاحظاتهم الميدانية يوميا داخل القاعة الدراسية خلال العملية التربوية .
" مسئول الإدارة : الذي يرصد تحركات الطلبة .

وتتجمع هذه المعلومات عند المرشد النفسي ليتسنى له بعد ذلك العمل على دراستها وبحثها بموضوعية وعمق .

3. استمارة قياس القدرات :

بالإضافة إلى البطاقة التي يعدها المرشد النفسي لكل تلميذ يجب إضافة استمارة خاصة بقياس القدرات ثم مراقبة النتائج.

4. أتباع النواحي الإدارية في العمل :

عمل المرشد النفسي مرتبط بأجهزة إدارية وتربوية في المؤسسة التعليمية وخارجها فهو لا يعمل منفرداً وهو أحد الشركاء الفاعلين في العملية التربوية فلذلك عليه التعاون والتنسيق مع جميع العاملين في المؤسسة التعليمية وخارجها.

5. مواجهة مشكلات التعليم :

يقضي أن يدرك المرشد النفسي مشكلات التعليم للمساعدة في حلها إذا ما وجدت وذلك بالتعاون مع الأخصائي الاجتماعي والاتصال بالأهل والأساتذة ويجب أن يدرك المرشد النفسي ومعه الأساتذة ما يتركه التعب من تغير نفسي وفسولوجي أثناء عملية التعليم فإن نسبة الإنتاجية أو نسبة الاستيعاب تتضاءل مع تقدم الوقت الذي يقضيه الطالب في العمل التربوي ، وربما من أجل ذلك تخصص الحصص الأولى من الصباح للمواد التي تحتاج إلى قدر أكبر من المجهود الذهني كما لا يخفي ما للضوضاء من تأثير سيئ على عملية التعلم وكذلك الظروف الجوية مثل الحرارة ، والرطوبة ، والتهوية .

والمرشد النفسي يستخدم أساليب فنية فهو يراقب ويحل ويضع الفرضيات وقد يضطر لإلغاء بعضها أو تعديل بعضها الآخر فيستبعد ما يستبعده ويبقى ما يبقى ونظراً لأن الجو الدراسي جد حافل بالتناقضات في المفاهيم التربوية لذلك يضطر المرشد النفسي إلى اعتماد عدة أساليب في أن معا وفقاً لما تقتضيه الظروف .

وتتلخص الأساليب المتبعة في الآتي :

-الملاحظة . - التجربة . -المقابلة .

1. الملاحظة :

ملاحظة المرشد النفسي ليست ملاحظة عابرة فهي ملاحظة هادفة وموجهة وليست عشوائية كما أنه

¹¹³ جيمس ف . آدمز . ترجمة سبع أبو لبده ، مشاكل إرشادية (الإرشاد العلمي في الميادين التربوية والنفسية والمهنية) ، منشورات

جامعة قار يونس ، الجماهيرية 1980 ف،ص67.

ينظر للظاهرة الواحدة بطريقة شمولية فلا يجب أن ينظر مثل إلى مشكلة التخلف المدرسي أو الفشل كمسألة مستقلة عن غيرها¹¹⁴.

2. التجربة :

بعد انقضاء الملاحظة وتدوين الآراء المستخلصة لابد من إجراء الاختبارات المتمثلة في القياسات لأن أية معلومات تبقى في إطارها النظري إذا لم تثبت التجربة صدقها وصحتها ككل بحث تربوي فإن القيام بالتجربة أو الاختبار يستدعي المراحل التالية :

إعداد استمارة التجربة .
التنفيذ . متابعة العمل والتقويم

1- إعداد استمارة :

و هي عملية أساسية وجوهرية تسبق عملية التصميم و التنفيذ وهذه تدخل في صلب العملية التربوية.

2- تنفيذ الاستمارة:

يقوم تنفيذ الاستمارة على دعامتين أساسيتين هما :

* إثارة الرغبة و الوعي للمساهمة في تنفيذها بأمانة وإخلاص والعمل على تعبئة القوى والجهود كافة بحسب الفروض والوسائل التي أعدت على أساسها .
* العمل على استمرار الرغبة والحماس وضمان الاستقرار النفسي ، ومرحلة التنفيذ تتميز بالديناميكية والتعامل ، وهي تستلزم نشاطا فوق العادة وتنفيذ الخطة لا يجب أن يتصف بالآلية وإنما يعتمد على فكرة التغيير المستمر .

3- متابعة العمل والتقويم المستمر :

وذلك من خلال الوقوف على نقاط القوة وتدعيمها ومعرفة نقاط الضعف ومحاولة التغلب عليها.

3 - المقابلة :

بعد الملاحظة المنظمة الموجهة وإجراء الاختبارات التجريبية يأتي دور المقابلة الشخصية وهذه المقابلة تتم أحيانا بين :

- * الطلاب أنفسهم مجتمعين ومنفردين .
- * الأساتذة أنفسهم مجتمعين ومنفردين .
- * القادة المحليين والفعاليات الاجتماعية :

والمنتبغ لأبسط المشكلات الدراسية بالعملية التعليمية يجدها تحتاج إلى تضافر وتعاون كل من الأخصائي الاجتماعي والمرشد النفسي فمثلاً

* حالة الطالبة (س) في الرابعة عشر من عمرها تتمتع بصحة جيدة خالية من الأمراض تقول عنها والدتها أنها تشكو من التعب منذ فترة مع إنها لا تكلف بأعمال منزلية . كثيرة الشرود . لا تشارك في الأنشطة الرياضية بالمدرسة، إذا وجه إليها أي لوم تبكي وتخشى والدتها من أن يكون لديها مرض نفسي.

* حالة طالب (ص) منطوي لا يتحدث مع أعضاء الجماعة وإذ تحدث يرد بإجابات مقتضبه . يقف بعيدا عن الأعضاء أثناء ممارستهم للأنشطة . يكثر من حركة يديه ورجليه ولكنه لا يندمج مع الجماعة.

مثل تلك الحالات على بساطتها تحتاج إلى تعاون الأخصائي الاجتماعي والمرشد النفسي في دراستها

114 عبد الرحمن محمد العيسوي ، مجالات الإرشاد والعلاج النفسي ، دار الراتب الجامعية ، بيروت ، لبنان، 2001 ف،ص253.

وتحليلها وتشخيصها ووضع خطة العلاج وإذا تعذر الأمر تأتي مرحلة العلاج المباشر وتحول الحالة إلى العيادة النفسية ، رغم الصعوبة التي قد تواجه العاملين بالعيادة النفسية خصوصا وأن أكثر الأسر العربية لا تعترف بوجود مشاكل بين أفرادها وغالبا ما تخشى من إشاعة وجود اضطرابات داخل الأسرة.

والعيادة النفسية ليس بالضرورة أن يكون مقرها المؤسسة التعليمية فالعيادات النفسية من حيث التبعية قد تكون رسمية أو أهلية ومن حيث الخدمات قد تكون مؤقتة أو داخلية يقيم بها المريض لتلقي العلاج ويمكن أيضا تقسيمها من حيث نوع العملاء وكذلك من حيث نوع المشكلة وحسب المرحلة العمرية للطلاب¹¹⁵.

ويجري العمل في ميدان الخدمة الاجتماعية النفسية على أساس تعاون عمل الفريق Team work ويضم مجموعة من الأطباء النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين وهيئة التمريض.

وتتكمال جهود أعضاء الفريق المهنية والمهارات الخاصة في دراسة وتشخيص وعلاج المريض ثم يجتمع الأعضاء جميعا بعد دراسة الحالة من جميع نواحيها الجسمية والنفسية والاجتماعية الماضية والحاضرة لمناقشة الحالة وتلمس أوجه العلاج وتتبعها للأشرف على سير العلاج وبالإضافة إلى هؤلاء تضم العيادة عددا من المتخصصين مثلا في العلاج التقويمي لعيوب النطق أو في التعليم العلاجي أو في العلاج باللعب أو في التأهيل التعليمي أو التحليل المهني وليس في وسع أية عيادة أداء رسالتها العلاجية والوقائية على نحو عملي سليم إلا إذا استقام العمل بها.

التوصيات:

1. تعزيز مكانة المؤسسة التربوية واعتبارها منطلق للتطوير التربوي الذي يمكنها من أداء وظيفتها الكاملة في التربية والتنشئة الاجتماعية والتعليم.
2. توظيف التقنيات الحديثة المتطورة لمساعدة الطلاب في التعلم لنجاح العملية التعليمية وصولا إلى حل المشكلات.
3. وضع آلية عملية بين المؤسسة التعليمية والأسرة لمساعدة الطلاب على التكيف بالمؤسسة التعليمية.
4. وضع خطة سنوية مبرمجة بالمكتب المقترح لإجراء دراسات تطبيقية حول جوانب النمو العقلي واللغوي والاجتماعي للطلاب.
5. قيام المكتب بدراسات بحثية لتشخيص المشكلات التي يتعرض لها الطلاب خصوصا حالات الضعف الدراسي ومحاولة التوصل إلى العوامل الرئيسية المسببة له والتي تجعل الطلاب يتسربون من الدراسة.
6. قيام المكتب بدراسات تحليلية للبرامج الدراسية والكتب المستخدمة لمعرفة العوامل المسيرة للتعليم والعوامل التي تعوقه.
7. قيام المكتب بدراسات تتعلق بقياس الخدمات وأشباع الاحتياجات المتعلقة بالطلاب.
8. تصميم برنامج إرشادي فاعل للتوجيه بالمؤسسة التعليمية لتحقيق التكيف الإيجابي مع المتغيرات المستقبلية لدى الطلاب.

المراجع:

1. جيمس ف . آدمز . ترجمة سبع أبو لبده ، مشاكل إرشادية (الإرشاد العلمي في الميادين التربوية والمهنية) ، منشورات جامعة قار يونس ، الجماهيرية 1980 ف.
2. زهير حطب ، مآزم الشباب العلائقي وأشكال التعاطي معه ، لبنان ، بيروت ، معهد الإنماء العربي ،

¹¹⁵ هدى سليم عبد الباقي ، الخدمة الاجتماعية والعيادة النفسية المتخصصة ، مؤسسة بحسون 1993

- 1981 ف، ص48.
3. سامية محمد فهمي ، السيد رمضان ، مقدمة في الرعاية الاجتماعية ، السكندرية ، المكتب الجامعي الحديث، 1990 ف ص143.
4. عبد الرحمن محمد العيسوي ، مجالات الإرشاد والعلاج النفسي ، دار الراتب الجامعية ، بيروت ، لبنان، 2001 ف.
5. فاخر عاقل، معالم التربية، دار العلم للملايين 1981 ف.
6. محمد أيوب تشحيمي ، دور علم النفس في الحياة المدرسية ، دار الفكر اللبناني ، بيروت 1994 ف.
7. محمد بهجت جاد الله كشك ، أميرة منصور يوسف ، الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في المجال التعليمي ، 1998 ف.
8. محمد عاطف غيث ، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية 1980 ف .
9. محمد مصطفى أحمد ، تطبيقات في مجالات الخدمة الاجتماعية ، المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية ، 1989 ف.
10. محروس محمود خليفة ، المدخل في ممارسة الخدمة الاجتماعية ، جمهورية مصر ، دار المعرفة الجامعية ، 1999 ف.
11. مدحت عبد الحميد عبد اللطيف ، الصحة النفسية والتفوق الدراسي ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، 1990 ف.
12. هدى سليم عبد الباقي ، الخدمة الاجتماعية والعيادة النفسية المتخصصة ، مؤسسة بحسون 1993 ف .

التعلم التعاوني ومدى فاعليته في تحصيل طلبة المرحلة الثانوية في مادة الفيزياء

د. مهند سامي العلواني

الملخص

هدف البحث الحالي إلى تقصي فاعلية التعلم التعاوني في تحصيل الطلاب الأكاديمي في مادة الفيزياء بالمرحلة الثانوية ، وقد اعتمد البحث على اختبار لقياس تحصيل الطلاب أكاديمياً للمجموعتين التجريبية والضابطة ، وقد اجري البحث في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2007 / 2008 بإتباع الأسس العلمية المطلوبة والإجراءات التطبيقية للتعلم التعاوني واستراتيجياته (المعلومات المجزأة) بعد دراسة الفروق الإحصائية بين المجموعتين ، وجاءت نتائج هذا البحث على النحو الآتي :

- توجه الطلاب (المجموعة التجريبية) الايجابي نحو التعلم التعاوني مما كان له الأثر الواضح على مشاركتهم وتفاعلهم الصفي وقدراتهم .

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تؤكد على تأثير استخدام التعلم التعاوني على تحصيل الطلاب ، وتدل على تفوق الطلاب في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة ، وفاعلية التعلم التعاوني مقارنة بالطرق التدريسية التقليدية الأخرى .

- الأخذ بتوصيات هذا البحث من حيث استخدام التعلم التعاوني في مادة الفيزياء لاتفاق نتائجها مع نتائج الأبحاث والدراسات السابقة التي أكدت فاعلية التعلم التعاوني أكاديمياً .

- الأخذ بمقترحات هذا البحث من حيث القيام ببحوث مماثلة على مراحل تعليمية مختلفة باستخدام بعض الاستراتيجيات الأخرى التي تتفق مع التعلم التعاوني والتي أثبتت الأبحاث والدراسات السابقة جدواها .

مقدمة :

ظهر استخدام طريقة التعلم التعاوني في البلاد العربية منذ بدايات القرن العشرين ضمن مشروع (John Dewey) في الدراسات الاجتماعية الذي ساعد على تعميق التعلم بصفة عامة عند الطلاب وتحقيق أهداف المنهج بفاعلية عالية (Slaven,1992,P:21) ، وقد زاد الاهتمام بطريقة التعلم التعاوني خلال الثمانينات من القرن الماضي ، وتم استخدامها بشكل واسع في التسعينات لان هذه الطريقة من الطرق التي أثبتت تحصيلاً جيداً في الجوانب الأكاديمية والاجتماعية ، ولأنها بديل مناسب للتعلم التقليدي الذي قد لا يركز على إيجاد روح التعاون الملموس في طريقة التعلم التعاوني (Manning&Lucking,1991,P120) كان أولها ضرورة توافر المعلومات الأساسية للموضوع ، يلي ذلك الطرق والاستراتيجيات التنفيذية ، وثالثها توافر الوقت الإنتاجي الكافي للتعلم ، وتبقى عملية تنفيذ المنهج مهذاً للكثير من العمل التربوي المستمر لا يجاد أفضل الأساليب والطرق

التدريسية الأمر الذي دفع الباحث للقيام بهذا البحث عن التعلم التعاوني من أجل معرفة فاعليته في تعلم الطلاب في مادة الفيزياء بالمرحلة الثانوية ، و تناول هذا البحث الأبحاث والدراسات السابقة التي تمت عن التعلم التعاوني ، ثم توضيح أهمية وأهداف البحث ، يلي ذلك تحديد الإجراءات العلمية المتبعة التي يجب الأخذ بها في تحديد عينة وأدوات البحث ، ثم عرض النتائج والتوصيات والمقترحات .

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

ركزت مشكلة الدراسة على جانب مهم وهو :

كلية التربية/العجيلات . جامعة السابع من أبريل

أ. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تحصيل الطلبة بين الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية ؟

ب. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تحصيل الطلبة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة يرجع إلى استخدام طريقة التعلم التعاوني ؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى إجراء مقارنة بين طريقة التعلم التعاوني في مادة الفيزياء لطلبة الصف الأول الثانوي والتدريس بالطريقة التقليدية ومدى فاعلية ذلك على تحصيلهم في مادة الفيزياء .
فرضيات الدراسة

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسط درجات تحصيل طلبة المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ، وبين متوسط درجات طلبة المجموعة الضابطة يرجع إلى استخدام طريقة التعلم التعاوني .

أهمية الدراسة :

تمتاز طريقة التعلم التعاوني بخاصية الجمع بين النواحي الأكاديمية والاجتماعية الأمر الذي جعلها من الطرق التدريسية ذات الفاعلية الكبيرة في مختلف التخصصات ، وتعد المواد العلمية عموماً من التخصصات التي تعني بهذه الطريقة بحكم طبيعتها التعليمية التي تهتم بإعداد الطالب سلوكياً وأكاديمياً ، وقد كان مبدأ التعلم التعاوني الذي يهتم بالطلبة على اختلاف قدراتهم وميولهم عاملاً مهماً في استخدامه بشكل واسع في الدول الغربية ، فاستخدام طريقة التعلم التعاوني وإستراتيجياتها بعد وضوح فاعليتها التي أوردتها البحوث والدراسات السابقة دفع الباحث إلى إجراء هذا البحث.

مصطلحات البحث :

التعلم التعاوني :

طريقة تدريسية تحمل عملاً مشتركاً بين مجموعة من الطلبة في الصف من أجل هدف تعليمي أو واجب جماعي ، ويشارك في المجموعة الواحدة عدد من الطلبة من مستويات (قدرات) تعليمية وعلمية مختلفة ، ويسعى أعضاء المجموعة لتحقيق هدف تعليمي جماعي موحد في صف دراسي من مراحل التعليم العام (مرحلة التعلم الثانوي) تحت إشراف وتوجيه المدرس ، ويتم تنفيذ التعلم التعاوني من خلال مجموعة من النشاطات

التعليمية التي تتعلق بكافة جوانب العملية التعليمية ، وتسمى استراتيجيات التعلم التعاوني ولها مجموعة من الخطوات التعليمية التي يجب أتباعها لتحقيق أهداف التعلم التعاوني .

حدود البحث

الحدود البشرية : طلبة الصف الأول الثانوي من مرحلة التعليم الثانوي .
الحدود المكانية : المدارس الثانوية في مدينة العجبات (ثانوية العجبات التخصصية)
الحدود الزمنية : العام الدراسي 2007 / 2008 – الفصل الدراسي الثاني .

منهجية البحث

اعتمد الباحث المنهج التجريبي من خلال تطبيق طريقة التعلم التعاوني وإجراء الاختبارين على مجموعتين : المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية
أهمية التعلم التعاوني في العملية التعليمية :

تعد طريقة التعلم التعاوني من الطرق التدريسية الأكثر شيوعاً في الوقت الراهن بالدول الغربية نظراً لما تتمتع به من خصائص جيدة أكثر من الطرق التدريسية الأخرى وقد بين كل من (الهاشمي،1996) ، (أبوعميرة،1997) ، (Learence,1998) أهمية التعلم التعاوني في زيادة تحصيل الطلبة على مختلف مستوياتهم الدراسية ، وتشجيع العمل والتفاعل الاجتماعي ، ومساعدة الطلبة ذوي التحصيل الضعيف وبطيئي التعلم أسوة بالطلبة العاديين ، والتشجيع على المشاركة ، وزيادة ثقة الطالب بنفسه ، والتغلب على المشكلات التي تواجهه ، وأنه يجعل من الطالب محور العملية التعليمية . (الهاشمي 1996 ، ص11-14) ، (أبوعميرة 1997،ص181-189) ، (Learence,1998,P:419-425) كما بين (Johanson&Johanson,1989) أن التعلم التعاوني يمنح الطلاب فرصة جيدة في إدارة صفوفهم بأنفسهم ويطور الاعتماد المتبادل الايجابي بين فريق العمل من الطلاب ، فعندما يتحمل الطلبة مسؤوليات في صفوفهم فإنه يتوافر لدى المعلم الوقت الذي كان مستهلكاً في إدارة الصف وبالتالي يستطيع تحقيق التعلم الفردي للطلبة الذين يحتاجون إلى ذلك من النوع من التعلم (Johanson&Johanson,1989,P:44-45) لقد بين (Avery,1994) أن دمج التدريس والتعلم التعاوني كطريقة تدريسية سوف يحقق العديد من الأهداف المهمة التي منها تطوير مهارات التفكير الناقد ، كما وصف التعلم التعاوني على انه طريقة تساعد على إحداث التفاعل الصفي خلال المشاركة وتوجد الثقة في نفس الطالب والدقة في العمل الجماعي (Avery,1994,p:271-272) .

لقد حدد (Guytion,1991) مجموعة من الجوانب الايجابية عن التعلم التعاوني ، كان من أهمها :

- التمكن من تغطية معلومات مثيرة عن الموضوع .
- إيجاد تركيبة أو بنية تعليمية عند الطلبة تعتمد على تعميق التعلم من خلال المشاركة الفعالة مع بعضهم بعضاً .
- توفير الفرص التعليمية لاستخدام مجموعة من النماذج والأساليب التدريسية المناسبة.
- تعزيز الاحترام المتبادل بين الطلبة الذين لديهم بعض الأفكار المختلفة عن زملائهم في الصف .
- تعزيز التفكير الإبداعي. (Guytion,1991,P:313-315) .

وفيما يتعلق بدور التعلم التعاوني تجاه تنمية المواطنة الجيدة عند الطلبة ، خلص الباحث إلى أن التعلم التعاوني يعمل على إيجاد الاحترام المتبادل بين الجماعات على اختلاف الرؤى والاتجاهات ، وإيجاد الفرص للتفاعل بين الطلبة بشكل متحضر ، وبناء الخبرات التي تعزز الجوانب الوجدانية والتصورات المختلفة عن الآخرين .

كما أوضح (Slavin,1992) و (Vansickle,1992) أن التعلم التعاوني يؤثر ايجابياً في جوانب أخرى بالإضافة إلى التحصيل ويجعل التعلم أكثر فعالية ، مثل طبيعة العلاقات داخل المجموعة ، وبناء اتجاهات لاحترام الذات في الصف والمدرسة ، والقدرة على العمل التعاوني مع الآخرين (Slavin,1992,P:21-25) و (Vansickle,1992,P:16-20) . وقد أورد (Johanson&Johanson,1992) بعض المكتسبات التي يمكن أن يجنيها الطالب من خلال استخدام التعلم التعاوني .

- رفع معدل الطالب ودرجات اختباره الأكاديمية .
 - زيادة حدوث الاتصال الجماعي بين الطلبة من خلال البيئة التعليمية التي تحيط بهم .
 - وجود الشعور القوي بالانتماء لمجموعة الطلبة المتعاونة التي تعمل مع بعضها .
 - بناء اتجاهات ايجابية من خلال العمل الجاد مع الآخرين .
 - الشعور بالراحة والرضا تجاه الآخرين في المجموعات المشاركة .
 - الاستعداد والرغبة للمساهمة والتفاعل ايجابياً مع المجموعة التي يشترك فيها الطالب
 - بناء العلاقات الايجابية مع الطلاب الذين هم من خلفيات ثقافية مختلفة .
 - القدرة على توضيح أفكار الطلاب ومناقشتها بشكل علني أمام زملائهم .
 - تعزيز الثقة بالنفس وفهم الذات .
 - وجود الرغبة للتعلم .
 - تقبل الطلاب لزملائهم كمصدر للمعرفة والمعلومات .
 - زيادة حدوث السلوك الايجابي وانخفاض السلوك الرديء والفوضى عند الطلاب .
 - إيجاد اتجاهات ايجابية عند الطلاب تجاه معلمهم ومدير المدرسة والموضوعات المراد تدريسها .
- (Johanson&Johanson,1992,P:44-51) .

الاستراتيجيات التدريسية باستخدام التعلم التعاوني

أوضح (Shaffer&Mack,1999) أن دور المعلم في التعلم التقليدي يختلف عنه في التعلم التعاوني ، حيث يقوم المعلم في النهاية بدور يتمثل في مساعدة الطلاب على نجاح عملهم وذلك بتعريفهم بأدوارهم وواجباتهم في مجموعاتهم ، كما يقوم بدور كمرشد لجمع الطلاب في المجموعات لتحديد المصادر والمعلومات المطلوبة والمهارات المشتركة والرغبات التي تساعد الطلاب على انجاز العمل المطلوب منهم.(Shaffer&Mack,1999,P:12-16).

- وقد بين (Stahle,1992) ضرورة مراعاة بعض الجوانب المهمة عند استخدام التعلم التعاوني وهي :
- أن تحدد الأهداف الفردية والجماعية بوضوح في المجموعات من قبل المعلم والطلبة .
 - أن تحدد المسؤوليات الفردية أو ما هو مطلوب من كل فرد في كل مجموعة .
 - أن يتم مكافأة المجموعات المتفوقة .
 - أن يكون من أهداف المجموعة الاعتماد المتبادل بين أفرادها .
 - أن يحدث التفاعل والنقاش وجهاً لوجه في المجموعة.(Stahle,1992,P:8-15).

دراسات تناولت فاعلية التعلم التعاوني

من الدراسات التي تناولت طريقة التعلم التعاوني دراسة (Stevens&Slavin,1995) التي أجريها على مجموعة من المدارس أطلق عليها اسم المدارس الابتدائية التعاونية ، وهذه المدارس تطبق طريقة التعلم التعاوني

، وقد كان أهم نتائج الدراسة وجود علاقات اجتماعية جيدة بين الطلاب في هذا النوع من المدارس أفضل من المدارس الأخرى التي لا تطبق التعلم التعاوني (Stevens&Slavin,1995,P:320-351) .

كما أثبتت الدراسة التي قام بها (عبد الرحمن،1996) فاعلية استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تنمية التفكير الأبتكاري لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مصر ، كما أثبتت فاعليتها أيضا في زيادة تحصيل الطلاب في مختلف المستويات التحصيليه(متفوق،متوسط،ضعيف)،(عبد الرحمن،1996، ص 405-433).

وكما أظهرت نتائج دراسة (أبوعميرة،1997) عن تجريب استخدام إستراتيجيتي التعلم التعاوني الجماعي ، والتعلم التنافسي في تعلم الرياضيات لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة ، وإثبات فاعلية التعلم التعاوني الذي أبدى الطلاب فيه تفوقهم على أقرانهم الذين تعلموا من خلال طريقة العرض في اختبار حل المشكلات اللفظية في مادة الرياضيات ، وقد بينت الدراسة فاعلية العمل الجماعي والتعاوني الذي تم بين الطلاب والحوار والمناقشة التي أظهرت نتائج ايجابية في حل المشكلات اللفظية في الرياضيات (أبوعميرة،1997،ص181-219)

كما ناقش (سالم،1998) في دراسته المتعلقة بفاعلية التعلم التعاوني في اكتساب طلاب المرحلة الثانوية مهارات التدوق الأدبي فاعلية التعلم التعاوني ، وأوضحت نتائج الدراسة تفوق طلاب المجموعتين التجريبيتين الذين تعلموا عن طريق التعلم التعاوني ، وهذا يشير إلى فاعلية التعلم التعاوني في اكتساب طلبة المرحلة الثانوية لمهارات التدوق الأدبي ، ويرجع ذلك إلى زيادة دافعية المتعلمين نتيجة الأسلوب الجيد مقارنة بالطرق التدريسية العادية (سالم،1998،ص11-37).

وقد ناقش (صيداوي،1992) بعض خصائص مجموعات التعلم التعاوني ، وصنفها إلى ما أسماه بالمجموعات المستحدثة ، والمجموعات التقليدية ، وبين أوجه الفرق بينهما من حيث جدوى المجموعات المستحدثة في تلبية جميع العوامل المساعدة التي تحقق الأهداف المنشودة في التعلم التعاوني في التحصيل الأكاديمي وبناء الاتجاهات ، جدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

يوضح الفرق بين المجموعات المستحدثة والمجموعات التقليدية

في التعلم التعاوني

| المجموعات التقليدية | المجموعات المستحدثة |
|--|--|
| المجموعة متجانسة إلى حد ما | المجموعة غير متجانسة في تركيباتها الطلابية |
| تعمل المجموعة بكل حذر مع الجميع | المجموعة منفتحة مع بعضها دون حدوث أي تهديد |
| يقل التفاعل من ذلك النوع | هناك نشاط قوي وتفاعل بين أعضاء المجموعة وجهاً لوجه |
| الافتقار إلى الاعتماد الايجابي المتبادل بين الأعضاء | الاعتماد الايجابي المتبادل ووجود التكافل بين الأعضاء |
| تجاهل المهارات الاجتماعية والتعاون | تعلم المهارات الاجتماعية ومبدأ التعاون |
| لا يهتم المعلم بالتفاعل بين المتعلمين وقد يملئ عليهم | ملاحظة المعلم ما تقوم به المجموعة والتدخل عندما يطلب |
| بعض الأوامر | من ذلك المشاركة في العمل بكل رغبة وحماس |
| عدم تحمل المسؤولية الجماعية | العضو الواحد في المجموعة مسئول عن عمل المجموعة |

| | |
|-------------------------------|------------------------|
| بأكملها | |
| استقلالية المجموعة بشكل مناسب | تجاهل استقلال المجموعة |

(صيديوي، 1992، ص 64-66)

مناقشة البحوث والدراسات السابقة :

أجمعت البحوث والدراسات السابقة على أهمية وإيجابية التعلم التعاوني في العديد من المجالات التي تهدف إليها العملية التعليمية ، حيث أوضحت دور التعلم التعاوني في الجوانب التحصيلية ، ودوره القوي الذي أثبتته الدراسات في تطوير اتجاهاتهم وقيمهم ، إضافة إلى جوانب مهارات التفكير والاستقصاء وعلى الرغم من استخدام التعلم التعاوني منذ فترة زمنية لكن مجموعة كبيرة من البحوث تمت في العقد الأخير من القرن العشرين ، وبينت أن التعلم التعاوني من الطرق التدريسية التي أثبتت جدواها بفاعلية في كافة التخصصات كذلك أثبتت فاعليته في تحديد دور الطلاب والمعلم المتمثل في الموجه والمرشد للطلبة من خلال العمل الجماعي والمشاركات في المجموعات التي تتطلبها طبيعة هذه الاستراتيجيات في التعلم التعاوني .

إجراءات البحث

عينة البحث

تم اختيار المرحلة الثانوية لتطبيق أداة البحث ، حيث تم اختيار إحدى المدارس الثانوية التابعة لشعبية النقاط الخمس وهي ثانوية العجيلات التخصصية ، وكان الصف الأول الثانوي الذي تم اختياره لتطبيق البحث مسبقاً نظراً لمناسبة استخدام طريقة التعلم التعاوني واستراتيجياته في مثل هذه المستويات الدراسية حسبما أوصى به (Slavin,1992,P:22) ، وكانت العينة من جميع طلبة الصف الأول الثانوي في هذه المدرسة والبالغ عددهم (72) طالباً ، والذين تم توزيعهم بين الفصلين (أ-ب) في بداية العام الدراسي ، وقد تم تحديد الفصل (أ) للمجموعة الضابطة و عددهم (36) طالباً والفصل (ب) للمجموعة التجريبية و عددهم (36) طالباً .

إعداد الاختبار

تم وضع الاختبار وفق ما تضمنه محتوى موضوع البحث وهو الفصل العاشر (الخواص العامة للمادة) وقد روعي عند تصميم الاختبار عدة جوانب منها محتوى الموضوع ، قدرات الطلبة المختلفة خاصة الجانب الأكاديمي التعليمي ، الجوانب التعليمية التي يهدف التعلم التعاوني إلى تطويرها ، مثل مهارات التفكير والابتكار ، وقد كان السؤال الأول والثاني من الأسئلة التي تعود بصفة مباشرة إلى محتوى الموضوع الموجود في الكتاب المدرسي ، بينما كان السؤال الثالث يتطلب قدرات عالية من الطلاب للإجابة عنه ، حيث يحتاج إلى مهارات البحث ، وقد تم عرض الاختبار على مجموعة من الأساتذة المتخصصين بالمنهج وطرائق التدريس وعلى ثلاثة من مدرسي مادة الفيزياء من ذوي الخبرة في مجال التدريس، وقد تم الأخذ بملاحظاتهم ، حيث تم حذف بعض الفقرات من السؤال الأول ليصبح عددها (13) فقرة وتمت إضافة سؤال من نوع الاختبار من متعدد ليصبح عددها (10) أسئلة ، وبقي السؤال الأخير بوضعه ما عدا تعديل صيغة بعض الفقرات ، وقد خرج الاختبار بصورته النهائية .

ثبات الاختبار

تم تطبيق الاختبار استطلاعيًا على عينة من غير عينة البحث لقياس درجة الثبات على الصف الأول الثانوي في الثانوية المركزية بالعجيلات ، وتم حساب معامل الارتباط باستخدام معامل بيرسون ، كما تم تطبيقه بعد أسبوعين على نفس الطلاب ، وبحساب معامل الارتباط بين الاختبارين بلغت درجة الارتباط (0.820) كما تم حساب درجة الثبات على العينة الحقيقية للبحث ، وبلغت (0.836) وبهذه النتيجة فأن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات ، وخلال تطبيق الاختبار على العينة الاستطلاعية تم حساب المدة الزمنية للإجابة فكانت (50) دقيقة ، كما بلغت الدرجة النهائية (30) درجة ، موزعة كالتالي (6) درجات للسؤال الأول ، و(10) درجات للسؤال الثاني و (14) درجة للسؤال الثالث .

تجربة البحث :

- تم الأخذ بعين الاعتبار الخطوات الآتية في تطبيق التجربة :
- الإطلاع على محتوى الكتب المدرسية للمرحلة الثانوية .
- تحديد المرحلة الثانوية ، الصف الأول الثانوي .
- تحديد مادة الفيزياء لإجراء تجربة البحث .
- دراسة محتوى كتاب الفيزياء لتحديد الموضوع المراد إجراء البحث عليه .
- تحديد الموضوع المراد تطبيق طريقة التعلم التعاوني عليه، وهو الفصل العاشر (الخواص العامة للمادة) في الفصل الدراسي الثاني .
- تحليل محتوى الموضوع وما تضمنه من مفاهيم ومصطلحات ومهارات واتجاهات وغيرها والإطلاع على بعض المعلومات الإضافية من بعض المصادر الخارجية ليصبح الموضوع متكاملًا من جميع جوانبه المعرفية والمهارية والوجدانية .
- دراسة وضع الصف الأول الثانوي من حيث عدد الطلاب وقدراتهم ومستواهم التعليمي والرجوع إلى المعلومات السابقة المتعلقة بدرجاتهم وتحصيلهم للفصل الدراسي الأول الذي أوضح تقارب مستوى الطلاب ، ويوضح الجدول رقم (2) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الطلاب (المجموعة التجريبية ، والمجموعة الضابطة) عند حساب تحصيلهم في الفصل الدراسي الأول .

جدول رقم (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لمستوى الطلاب في اختبار الفصل الدراسي الأول .

| المجموعة | عدد الطلاب | المتوسط(*) | الانحراف المعياري | درجة الحرية | (ت) | قيمة الدلالة |
|-----------|------------|------------|-------------------|-------------|--------|--------------|
| التجريبية | 36 | 41.38 | 6.72 | 70 | 0.5825 | غير دال |
| الضابطة | 36 | 40.36 | 7.18 | | | |

* الدرجة العظمى (50) درجة .

تطبيق الاختبار القبلي على المجموعتين : المجموعة الضابطة ، شعبة (أ) والمجموعة التجريبية شعبة (ب) للتأكد من عدم وجود فروق إحصائية بينهما ، ويوضح الجدول رقم (3 و4) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة (اختبار ت) ، أو بين المجموعات (اختبار ف) وهذا يعطي مؤشراً جيداً بتقارب قدرات الطلاب ومستوياتهم التحصيلية في المجموعتين ، ويعود ذلك إلى طبيعة توزيع الطلاب منذ بداية العام الدراسي المبني على مستوياتهم وتحصيلهم السابق مما جعل المجموعتين في وضع دراسي متقارب يمكن من تطبيق التجربة بعد التأكد من عدم وجود أي فروق إحصائية .

جدول رقم (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لمستوى الطلاب في اختبار التحصيل القبلي

| المجموعة | عدد الطلاب | المتوسط(*) | الانحراف المعياري | درجة الحرية | قيمة(ت) | مستوى الدلالة عند 0.001 |
|-----------|------------|------------|-------------------|-------------|---------|-------------------------|
| التجريبية | 36 | 10.78 | 2.27 | 71 | 1.2119 | غير دال |
| الضابطة | 36 | 10.25 | 2.21 | | | |

جدول رقم (4)

تحليل التباين لدرجات الطلاب في اختبار التحصيل القبلي

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | التباين | قيمة (ف) | مستوى الدلالة عند 0.001 |
|----------------|----------------|-------------|---------|----------|-------------------------|
| بين المجموعات | 5.0139 | 1 | 5.0139 | 0.3208 | غير دال |
| داخل المجموعات | 350.972 | 70 | 5.0139 | | |
| المجموع | 355.985 | 71 | | | |

- دراسة التعلم التعاوني والاستراتيجيات التي تستخدم في تطبيقه ، حيث تضمنت البحوث والدراسات السابقة مجموعة من الاستراتيجيات التي بينت تلك الأدبيات فاعليتها في التعلم التعاوني ، وقد تم تحديد إستراتيجية المعلومات المجزأة (Jigsaw) التي طورها (Aronson,1987) و (Slavin,1987) وتتلخص خطوات هذه الإستراتيجية في الآتي:

- تشكيل المجموعات الرئيسية غير المتجانسة والتي بلغت ست مجموعات في هذه الدراسة.
- توضيح المطلوب في المجموعة الرئيسية ودور أعضاء المجموعة بعد تحديد رئيس ومقرر كل مجموعة.
- تشكيل المجموعات الفرعية من أعضاء المجموعات الرئيسية والتي بلغت ست مجموعات .
- توضيح المطلوب من أعضاء المجموعات الفرعية حيث يعد أعضاء المجموعة الواحدة بمثابة خبراء في الموضوع الفرعي الذي سوف يتم مناقشته.
- قيام المجموعات الفرعية بمناقشة المهام الموكلة إليهم.

* الدرجة العظمى (30) درجة .

- عودة أعضاء المجموعات الفرعية إلى مجموعاتهم الرئيسية بعد استكمال مناقشة الموضوعات الفرعية المطلوبة منهم في مجموعاتهم الفرعية.
- قيام المجموعات الرئيسية بمناقشة الموضوع كاملاً من خلال الخبرات المتنوعة لأعضاء المجموعة الذين شاركوا في المجموعات الفرعية وعرض مناقشة كل عضو كان في مجموعة فرعية للمعلومات التي اكتسبها أو تعلمها لأعضاء المجموعة الرئيسية.
- تقويم الصف بأكمله من خلال اختبار فردي والنظر في تحسُّن الطلاب ورفقيّ مستواهم الأكاديمي.
- إضافة درجة كل طالب إلي مجموعته الأساسية، لفوز المجموعة التي حقق أعضائها أفضل الدرجات.
- تقديم بعض الجوائز و المكافآت المعنوية والمادية للمجموعة الفائزة (تم تقديم بعض الجوائز للمجموعات).
- وقد روعي في تطبيق التعلم التعاوني باستخدام إستراتيجية (Jigsaw) الآتي
- التحضير المتكامل للموضوع.
- قام مدرس المادة بتدريس المجموعتين وبالخطط التدريسية المعدة لكلا المجموعتين التجريبية و الضابطة لما لهذا العامل من تأثير كبير في تحصيل الطلبة وبالتالي في نجاح التجربة وبإشراف الباحث.
- تقسيم الموضوع إلى مجموعة من المهام للمجموعات الرئيسية، والمجموعات الفرعية، وقد تم ترتيب الفصل على أساس ستة مجموعات.
- توزيع التعليمات الأساسية عن كيفية العمل والمشاركة في التعلم التعاوني في المجموعات الرئيسية والفرعية .
- العمل على تطبيق تعليمات التعلم التعاوني في التدريس من خلال إدراك دور المعلم والطالب في تطبيق الإستراتيجية .
- تم توزيع المطلوب على المجموعات الرئيسية من خلال أوراق مكتوبة عن الموضوع ، و تم عمل ذلك أيضاً مع المجموعات الفرعية .
- تم توضيح مهمة كل عضو في مجموعته ومهام قائد المجموعة ومقررها من حيث الاعتماد الايجابي المتبادل بين أفراد المجموعة والتفاعل الذي يجب أن يتم والمسؤولية الملقاة على كل فرد في المجموعة .
- التركيز على مجموعة من المهارات الأساسية مثل المهارات الشخصية ، ومهارات العمل (المهارات التشغيلية والاجتماعية ، ومهارات التفكير التي تبعث على التأمل والبحث والاستقصاء .
- المتابعة المستمرة مع المجموعات للتأكد من مشاركة الجميع والعمل معاً في كل المراحل التي قام بها الطالب.
- كتابة التقارير والمعلومات والنتائج التي تم التوصل لها في المجموعات الفرعية والرئيسية.
- استغرق تطبيق التجربة حسب الخطة المرسومة أربعة حصص دراسية خلال أربعة أسابيع : الحصة الأولى تشكيل المجموعات الرئيسية وتوضيح المطلوب من كل مجموعة عن الموضوع المراد تدريسه ، وتوضيح المهام الأساسية وما يجب أن يتم ، ثم تشكيل المجموعات الفرعية في نهاية الحصة وتوضيح المطلوب منها للبدء في العمل ، الحصة الثانية ، العمل في المجموعات الفرعية والقيام بالمهام المطلوبة حسب الأوراق التي تم توزيعها في الحصة السابقة ، الحصة الثالثة ، استمرار العمل في المجموعات الفرعية ثم العودة إلى المجموعات الرئيسية والعمل على المطلوب من تلك المجموعات ، الحصة الرابعة ، إجراء الاختبار .
- ما مدى فاعلية طريقة التعلم التعاوني في مقرر الفيزياء على تحصيل طلاب الصف الأول الثانوي ؟ ويتفرع عن هذا السؤال مجموعة من الأسئلة والفرضيات
- أ- هل توجد فروق في تحصيل الطلاب بين الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية ؟

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية .
 ب- هل توجد فروق في تحصيل الطلاب بين المجموعة التجريبية ، والمجموعة الضابطة ترجع إلى استخدام
 طريقة التعلم التعاوني ؟
 توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ترجع إلى
 استخدام طريقة التعلم التعاوني ولصالح المجموعة التجريبية .

جدول رقم (5)

تحليل التباين لدرجات الطلاب في اختبار التحصيل القبلي والبعدي
 للمجموعة التجريبية .

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | التباين | قيمة ف | مستوى الدلالة عند 0.0001 |
|----------------|----------------|-------------|----------|---------|--------------------------|
| بين المجموعات | 1596.125 | 1 | 1596.125 | 112.696 | دال |
| داخل المجموعات | 991.861 | 70 | 14.169 | | |
| المجموع | 2587.968 | 71 | | | |

جدول رقم (6)

تحليل التباين لدرجات الطلاب (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في اختبار التحصيل البعدي

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | التباين | قيمة (ف) | مستوى الدلالة عند 0.0001 |
|----------------|----------------|-------------|---------|----------|--------------------------|
| بين المجموعات | 589.389 | 1 | 589.388 | 32.522 | دال |
| داخل المجموعات | 1268.611 | 70 | 18.123 | | |
| المجموع | 1858 | 71 | | | |

ومن العرض السابق للجدولين (5 و6) يتضح لنا فاعلية استخدام طريقة التعلم التعاوني في تحصيل طلاب الصف الأول الثانوي في مقرر الفيزياء ، وللإجابة على الفقرة (أ) في السؤال (هل توجد فروق في تحصيل الطلاب بين الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية ؟) حيث يبين الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية التي استخدم معها طريقة التعلم التعاوني واستراتيجياته المعلومات المجزأة (Jigsaw) مما يدل على اكتساب الطلاب خبرات جديدة إلى معلوماتهم السابقة ، وتؤكد النتائج صحة الفرض الذي نصه (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين

الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية) مما يؤكد فاعلية التعلم التعاوني والثقة بالنتائج التي تم التوصل لها .

وللإجابة على الفقرة (ب) من السؤال (هل توجد فروق في تحصيل الطلاب بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ترجع إلى استخدام طريقة التعلم التعاوني ؟)

حيث يوضح الجدول رقم (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ، حيث تبين النتائج الفرق الكبير بين المتوسطين الحسابيين التي تم تدريسها باستخدام التعلم التعاوني ، وكذلك وجود النتائج الإحصائية ذات الدلالة العالية بين المجموعتين التي تؤكد صحة الفرض الذي نصه (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة يرجع إلى استخدام طريقة التعلم التعاوني .

ومما سبق يتضح لنا تأكيد النتائج الإحصائية على فاعلية استخدام التعلم التعاوني وأهميته برزت في نتائج هذه الدراسة مما يجعل استخدامه له فاعلية على تحصيل الطلاب مقارنة بالطرق التدريسية التقليدية ، وتؤكد الفروق الإحصائية والفرضيات إمكانية الاعتماد على هذه الطريقة التدريسية حيث وافقت نتائج الدراسة الحالية نتائج مجموعة من الدراسات السابقة منها دراسة (عبد الرحمن 1996) ، ودراسة (أبوعميرة، 1997) ، ودراسة (سالم 1998) ودراسة (Laurence, 1998) ودراسة (Stevens & Slavin, 1995) التي تؤكد فاعلية التعلم التعاوني في الجوانب الأكاديمية والاجتماعية ، حيث كان تحصيل الطلاب الأكاديمي من خلال التعلم التعاوني عالياً إضافة إلى الأثر الايجابي في اتجاهات الطلاب نحو التعلم من خلال هذه الطريقة التدريسية .

الخلاصة :

خرج البحث الحالي بتصورات عن فاعلية التعلم التعاوني في مادة الفيزياء ، ومما يؤيد فاعلية التعلم التعاوني دوره الواضح من خلال نتائج البحث على تحصيل الطلاب ، حيث تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في المتوسطات الحسابية في الاختبار البعدي الذي اعد لأغراض هذا البحث ، ويؤكد ذلك أيضاً النتائج الإحصائية التي كانت ذات دلالة عالية لصالح التعلم التعاوني مقارنة بالطرق التقليدية المستخدمة مع المجموعة الأخرى ، وقد وافقت نتائج هذا البحث الحالي نتائج البحوث والدراسات السابقة التي أبدت فاعلية التعلم التعاوني .

التوصيات:

بناء على النتائج التي ت التوصل إليها يوصي الباحث بالآتي:

- 1- القيام بالأنشطة التعاونية لتنمية روح التعاون بين الطلاب.
- 2- تزويد الطلاب المعلمين أثناء دراستهم بالكليات التربوية بالطرق المختلفة للتعلم التعاوني من خلال دراستهم لمقررات طرق التدريس وتدريبهم على استخدامها في التربية العملية تحت إشراف المدرسين.
- 3- تدريب معلمي العلوم على اكتساب مهارات التعلم التعاوني عن طريق الموجهين والكليات التربوية أثناء الخدمة" بحيث يتم الاستفادة منها على طبيعة الموضوع والهدف من تدريس العلوم.
- 4- استخدام معلمي الفيزياء لطريقة التعلم التعاوني إلى جانب طرائق التدريس الأخرى.

المقترحات:

يقترح الباحث الآتي

1. إجراء دراسات مماثلة على المراحل التعليمية الأخرى كالمرحلة الإعدادية والجامعية

2. إجراء دراسات مماثلة على مناطق تعليمية أخرى للخروج بنتائج عن فاعلية هذه الطريقة التدريسية في تلك المناطق .

3. إجراء دراسات عن التعلم التعاوني باستخدام بعض الاستراتيجيات الأخرى بالإضافة إلى إستراتيجية المعلومات المجزأة .

المصادر

- 1-أبو عميرة ، محربات (1997) ، تجريب استخدام استراتيجيتي التعلم التعاوني الجمعي والتعلم التنافسي الجمعي في تعليم الرياضيات لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة ، دراسات في المناهج وطرق التدريس ، العدد (44) .
- 2- الهاشمي ، علي مرتضى (1996). تجربة في تطبيق إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريس العلوم ، المعلومات التربوية ، مركز المعلومات والتوثيق بقسم التوثيق التربوي ، وزارة التربية والتعليم في البحرين ، العدد (4) .
- 3- سالم ، محمد (1998).فاعلية التعلم التعاوني في اكتساب طلبة المرحلة الثانوية مهارات التدوق الأدبي ، دراسات في المناهج وطرق التدريس ، العدد (55) .
4. صيداوي ، أحمد (1992). التعلم التعاوني ، المؤتمر التربوي السنوي الثامن، 81-20 مايو 1992 ، وزارة التربية والتعليم ، البحرين .
5. عبد الرحمن ، محمد حسن (1996).أثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريس الرياضيات على تنمية التفكير الابتكاري والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، العدد (25) .
- 6-Avery ,B.(1994) . You are there : Cooperative teaching makes history come alive Social Education,58,5.
7. Guyton ,E. (1991). Cooperative Learning and Elementary Social Studies, Social Education,55,5.
8. Johnson, D,& Johnson.(1989). Cooperation and Competition: Theory and Research,Edina:Interaction Book Co.
9. Johnson, D,& Johnson.(1992). Approaches to implementing cooperative learning in social studies classroom, In stale , R(Ed) , cooperative learning in the social studies classroom : An introduction to social study . Washington , D-C , : National council for the social studies.
- 10-Laurence . R . (1998) cooperative learning : prevalence , conceptualizations , and the relation between research and practice , American Educational Research Journal , 35,3.
- 11-Manning , N . F lucking , R . (1991) . The what , why , and how cooperative

- learning , The social studies , 82,3 .
- 12-Shaffer , R ,f Mack , T , (1999) . cooperative learning helps educators teach about the Vietnam war , the social studies professional , (New Letter of National council for the social studies.)
 - 13-Slavin , R . (1987). cooperative learning and cooperative school , Educational leadership ,(45) .
 - 14-Slavin , R (1992) . cooperative learning in social studies: Balancing the social and the studies . In stale , R . and Van sickle , R (Eds.), cooperative learning in the social studies classroom : An introduction to social study , Washington , D.C. : National council for the social studies
 15. Stahl , R , (1992) From "Academic strangers" to successful member of a cooperative learning group : An inside – the – learner perspective , In stale , R . and van sickle , R , (Eds) . cooperative learning in the social studies classroom : An introduction to social study , Washington , D.C , : National council for the social studies .
 16. Stevens, R . & slavin , R . (1995) . The cooperative elementary school : Effects on students achievement . attitudes, and social relation . American Educational Journal , 32, 2.
 17. Van sickle, R (1992) , cooperative learning property implemented , works : Evidence from research in classroom In stale , R and Van sickle R , (Eds) , cooperative learning in the social studies classroom : An introduction to social study , Washington , D , C , : National council for the social studies .

تأثير عوامل البيئة الجغرافية الداخلية علي اتحاد المغرب العربي

د. عمران منصور السائح السائح

المقدمة

إن العلاقات المغاربية في مظاهرها المختلفة، السياسية والاقتصادية والاجتماعية ليست وليدة اللحظة وإنما هي مبنية علي العديد من الأسس منذ فترة طويلة من الزمن. ولكن حتى وقتنا هذا نجد أن دول اتحاد المغرب العربي لم تحقق الأهداف المطلوبة نتيجة التناقض في العلاقات بين هذه الدول. لذا قررت التركيز علي هذا الموضوع لإيجاد قاعدة نظرية ممكنة لإعادة تنشيط أو تفعيل هذا الاتحاد بخلق شراكة تحت مظلة سوق مغاربية مشتركة، بالإضافة إلي إيجاد حلول للظواهر السلبية المتمثلة في الاستعمال الخاطئ والغير منتج للوقت، والمصالح الشخصية والعائلية والقبلية.

البحث ركز على دول المغرب العربي، باعتبارها تواجه العديد من المشاكل العالقة بين البعض منها، بالإضافة إلي وجود العلاقات القطرية والرؤى الغير واضحة لدي البعض من صناعات القرار في أغلبية هذه البلدان. ولكون إن هذه المنطقة هي الإطار المكاني للدراسة، فإن التحليل ستركز علي منطقة جغرافية واحدة تتباين في ملامحها الجغرافية التي تربطها العديد من العوامل الثقافية والتاريخية المتشابهة جدا، هذا بالإضافة إلي عامل اللغة والدين، وعليه فإن تعاون هذه الدول يمكن أن يبني السياسات الموحدة مثل التصرف المشترك في مفاوضات الأسعار والشروط التجارية الأخرى في التجارة بالنفط والغاز الطبيعي، التكامل في الموارد الطبيعية الموجودة في هذه الدول، بدون الالتفات إلي المشاكل القديمة وربط الأمور السياسية بالأمور الاقتصادية والاجتماعية.

كما أن الاهتمام بالمشاكل الإدارية ازداد مؤخرا ولعل أهم ما يميز الفترة الحالية هو النمو السريع في التجارة الدولية والتدفقات المالية، والذي ترتب عليه زيادة حصة التجارة الدولية في النشاط الاقتصادي الكلي، وزيادة معدلات النمو في حصة رؤوس الأموال الدولية مقارنة بمعدلات النمو في التدفقات السلعية، وهكذا ارتبطت كل دولة من الدول العربية بشبكة مترامية الأطراف من العلاقات الاقتصادية الدولية وزادت من حدة الاعتماد المتبادل في الاقتصاد العالمي. وهذا لم يكن صدفة وإنما جاء نتيجة مجموعة من العوامل الداخلية والخارجية التي أدت إلي توسيع شبكة العلاقات الاقتصادية، بحيث أصبحت تغطي جميع الدول، وهذا ما دعي إلي ظهور الانتلاقات التي نتجت عن قناعة تامة لصناع القرار في هذه الدول التي أدركت بأن الوحدات القزمية لا جدوى لها بين الاتحادات الكبيرة والعلاقة، لأن هذه الفترة يمكن أن تدعى فترة الاتحادات أو التحالفات الكبيرة كتتحالف الإتحاد الأوربي.

ولاشك إن أهم هذه العوامل هو التطور التقني السريع الذي ميز الألفية الثالثة وأدى إلى تغيرات في نمط وأشكال العلاقات، والدفع بدول العالم إلى التكتل والسعي إلى تحرير التجارة وإلغاء الحواجز أو الحدود التي كانت تقف في وجه تدفقات السلع والخدمات والأموال.

كما لا ننسى علاقة علم الجيوبوليتيك بهذا الموضوع فهو يعتبر من أكثر المنظورات التي تركز عليها اهتمام العديد من السياسيين للشريحة المتعلمة، وهو يشكل فرع من فروع الجغرافيا السياسية المتعددة والمتشابكة مع الفروع الأخرى من العلوم الاجتماعية والسياسية. **كلية الآداب ، قسم الجغرافيا . جامعة الفاتح**

للحروب الجديدة لم تلعب الدور الأخير في النصر النهائي للجيوبوليتيك، فالعدوان الأطلسي علي العراق والتوجهات الانفصالية علي أراضي روسيا الاتحادية أكدت بصورة كاملة جدارة تلك الأنماط التي يعتمد عليها علماء الجيوبوليتيك. فالجيوبوليتيك موضوعية إلا أن العالم الجيوبوليتيكي ومواقفه محدده مسبقا بالمكان الذي تتحدد فيه هويته الدينية والثقافية والسياسية، وهذا يعني انه يمكن أن توجد بل ويجب أن توجد المدرسة الجيوبوليتيكية العربية الخاصة، والتي مهمتها أن تصوغ المهام للعالم العربي في مصطلحات جيوبوليتيكية وان ترسم الملامح العامة العربية الجديدة في الظروف التاريخية الجديدة.

فالوصف والتحليل هنا يجب أن يستند على وصف عوامل البيئة الداخلية موضوع الدراسة وتسلط الضوء على جوانبها الطبيعية والإنسانية ووصف الأحداث في مجالات التاريخ والسياسة والجغرافية السياسية والإدارة. لذا فان الورقة تعرض وصف شامل وتحليل لهذه الدول موضوع الدراسة والمتمثل في تاريخ المنطقة الاقتصادي والاجتماعي والنظام السياسي والسياسة الداخلية لهذه المنطقة، ورغم ذلك فأنا لا أريد أن أخوض في السياسة ومس جذورها العميقة المتشابكة و لا الميل إلى التاريخ ماعدا في حدوده الضيقة التي تساعد في توضيح هذا الموضوع، ونأمل أن تكون هذه الدراسة كقاعدة نظرية لإعادة تنشيط ممكنة لإتحاد دول المغرب العربي بخلق شراكة تحت مظلة سوق مشتركة للدول المعنية وإيجاد حلول لأسباب الخلافات السياسية للأنظمة السياسية والإدارية المعقدة لهذه الدول والتي كانت ولازالت سببا رئيسيا في تعثر هذا الاتحاد. وأتمنى من الله أن يكون هذا البحث طريقا لتأكيد المعالم وخطوطها الرئيسية ليقدم قيمة معرفية تغري نظرات الباحثين والقراء وطلاب العلم بصفة عامه ، والمتخصصين في الجغرافية السياسية والإدارة الإستراتيجية بصفة خاصة.

حاولت أن أكون محايد وأنتي أعترف بذلك ولا اعتبره شيء غير طبيعي، فلا شك بأنني أريد أن أقدم وجهة نظري من خلال هذا البحث وان اقنع القارئ بصحتها ولكنني لا افرض ذلك فرضا لأنني أقدم حجتي التي اعتقد أنها صحيحة حسب علمي وللقارئ الحرية المطلقة أن يقتنع بما يخالفها، وأعترف أيضا بأنني لست منزها عن الخطأ، ولكنني اقصد من خلال هذه الورقة التمكن من فهم أفكار جديدة يمكن تطبيقها في اتحاد دول المغرب العربي من اجل إنعاشه من جديد.

مشكلة البحث:

منذ أن بدأ النظام الاقتصادي العالمي يتغير، بدأت آليات ومفاهيم جديدة تظهر علي الساحة الاقتصادية العالمية وهو ما يسمي النظام العالمي الجديد. وهذا جاء نتيجة متغيرات اقتصادية عالمية وإقليمية، حيث تزايدت درجة الاعتماد المتبادل بفعل الثورة التكنولوجية وتحولت فيه الصناعة العالمية سواء من حيث توجهها نحو السوق أو من حيث سياساتها الإنتاجية من المنظور العالمي في ظل مواصفات الجودة العالمية، حيث تزايدت التكتلات الاقتصادية الكبرى والشركات متعددة الجنسيات التي تجاوزت الحدود السياسية للقوميات المختلفة.

بل لا تزال الدول العربية بما فيها دول المغرب العربي تواجه هذا اليوم الكثير من المتغيرات والتحديات العالمية

والإقليمية والتي لها أبعاد سلبية وإيجابية علي اقتصاديات هذه الدول. لذا ركزت في هذا البحث علي أهم المتغيرات والتحديات الاقتصادية العالمية والإقليمية والتي تؤثر سلبا وإيجابيا بشكل متزايد علي اقتصاديات هذه الدول ومدى ردود الفعل إزاء هذه المتغيرات، ومدى قدرة هذه الدول علي إعادة تشكيل نفسها حتى يمكنها من التعامل بشكل ايجابي مع هذه المتغيرات.

ومن خلال الانحطاط الإداري الواضح والمشاكل العالقة بين دول المغرب العربي في ضوء التكتلات السياسية وعدم التكافؤ في القدرات فيما بينها، إضافة إلي العوامل التاريخية والسياسية والحضارية والاقتصادية بين هذه الدول، هناك أيضا مشكلة الديون الخارجية والتي تعتبر في غاية الخطورة علي نمو وتطور هذه الدول لما تقابله من تدني معدلات الدخل المحلي وقلة الصادرات من ناحية، وارتفاع نسبة النمو السكاني ومعدل الاستهلاك من ناحية أخرى. لذا وقعت اغلب هذه الدول ماعدا ليبيا في فخ المديونية ووصلت إلي مستويات مرتفعة أترث سلبا علي الأحوال الاقتصادية والاجتماعية والسياسية بها.

ولإنشاء إطار جديد يجب بتفعيل اتحاد المغرب العربي بإقامة شراكة تحت ظل سوق مغاربي مشتركة نتيجة للأهداف والاستراتيجيات التي تبدو متوافقة بين هذه الدول، ومن خلال هذه المعطيات سالفة الذكر لدى الباحث مجموعة من الفرضيات يحاول من خلال هذا البحث التحقق منها ويود أن يطرحها علي هيئة أسئلة تحتاج إلي إجابة علي النحو التالي:

1. هل للموقعان الجيوستراتيجي والجيواقتصادي للمغرب العربي دور لإقامة علاقة موحدة بين أطراف هذا الاتحاد؟
2. ما مدى تأثير العوامل الجغرافية وخاصة الحدود المصطنعة، وكذلك التباين الواضح في الموارد باعتباره عامل محدد في عملية الشراكة بين دول هذا الاتحاد؟
3. هل للعوامل الاجتماعية كالعادات والتقاليد واللغة والدين، أهمية تساعد علي إقامة وبناء هذا الاتحاد؟
4. هل ستؤدي إقامة سوق مشتركة إلي إصلاح اقتصاديات دول المغرب العربي، بالرغم من التفاوت في الثروات الطبيعية والبشرية فيما بينها؟

أهداف البحث:

- معرفة مدى ما تقدمه الشراكة من خلق جو من التفاهم بين هذه الدول، من أجل التطور والاستقرار في علاقاتها.
- كشف دور العوامل المحفزة لقيام هذه الشراكة أو الاتحاد، والمتمثلة في العوامل الجغرافية والتاريخية والاقتصادية والمصير الواحد والأهداف المشتركة الواحدة، ومعرفة الأسباب التي تعرقل هذه العوامل.
- تحديد الأيديولوجيات لصناع القرار في هذه الدول، حول استراتيجيات هذه الوحدة أو الشراكة، وما يترتب عليها من تداعيات اقتصادية وسياسية واجتماعية.
- تقييم آليات الشراكة ومعرفة كيفية النهوض بها، من خلال مجموعة من التوصيات بخصوص مستقبل هذه الدول.
- إعطاء صورة واضحة عن واقع العلاقات المغاربية من النواحي الاقتصادية والسياسية والاجتماعية، وفق الزمان والمكان، وكيفية تطور الجانب الإداري المسير لهذه العلاقات.
- الكشف عن الآثار السلبية للمتغيرات الاقتصادية العالمية والإقليمية ووضع حلول لها.

أهمية البحث:

اختيار هذا الموضوع سيزودنا بالخيارات علي المستوى الاقتصادي والاجتماعي والسياسي لاتخاذ القرارات

السياسية والمتمثلة في النقاط التالية:

- معرفة مدي تعاون دول الاتحاد من خلال الموقع الجغرافي وما مدي تأثير الحدود الجغرافية علي العوامل الاقتصادية والسياسية في ضوء التكتلات الحالية.
- التشجيع علي خلق جو من التفاهم المتبادل والاستقرار بين دول الاتحاد.
- توضيح دور العوامل الجغرافية وخاصة الحدود المصطنعة التي وضعها الاستعمار وتأثيرها السلبي علي هذا المشروع الاتحادي.
- تأسيس أدوار أو عوامل إدارية ايجابية في دول هذا الاتحاد.

منهجية البحث:

هذا البحث يعتبر دراسة تطبيقية وهي نوع من أنواع البحوث الجغرافية ذات الطابع العلمي نتيجة العلاقة الوثيقة بين علم الجيوبوليتك وعلم العلاقات الدولية وبقية العلوم الاجتماعية الأخرى.

ونظرا لطبيعة الموضوع الذي يحمل في طياته جانبيين مهمين في التحليل هما العوامل الجغرافية باعتبارها عوامل مؤثرة في تشكيل هذا الاتحاد من جهة، والإدارة الإستراتيجية والعلاقات الدولية من جهة أخرى، لذا من الضروري استعمال المنهج الجغرافي الذي ينظر إلي الدولة في ضوء عناصرها الجغرافية المتنوعة وتفاعل ذلك مع التكوين السياسي للدولة، كذلك استخدام المدخل الواقعي الذي يعتبر من المناهج الرئيسية عند الحديث عن السياسات الخارجية لأي دولة، وهو يتحدث عن جانبيين مهمين في مسيرة السياسة الخارجية، هي المصلحة الوطنية ومواقع القوة والضعف لهذا الاتحاد.

كما يعتمد هذا البحث علي مجموعة من الطرق والمناهج لوصف حالات الاتحاد في الماضي والحاضر وأسباب تدني المستويات الإدارية والاقتصادية والسياسية والاجتماعية في هذه الدول. كذلك استعمال الأسلوب الوصفي التحليلي وتحليل البيانات لمعرفة تأثير التكتلات الدولية علي دول المغرب العربي والمنطقة العربية بصفة عامة. وبما أن البيئة الخارجية أيضا غير مستقرة ولها تأثير هام على عملية التطوير فنجدها تؤثر على كافة دول الاتحاد، لكن فرصها وتهديداتها يمكن أن تؤثر على كل دولة بشكل مختلف. لذا فان فرص البيئة لدولة ما يمكن أن تكون تهديد محتمل للدولة الأخرى والعكس بالعكس. فقد ركز التحليل علي البيئة الداخلية لاتحاد المغرب العربي مستند على وصف العوامل السياسية والاقتصادية والاجتماعية للدول الأعضاء، ولوصف تأثير البيئة الداخلية على هذا الإتحاد استعملت تحليل (PEST) في هذه الدراسة والذي يتضمن الآتي:

1. البيئة السياسية (Political Environment) :- تؤثر بشكل مباشرة أو غير مباشر على قرارات الدول وهي مكونه من القوانين والهيئات الحكومية معاً، المهمة بتنفيذ مصالح المجموعات وتحدد أنشطة المنظمات والأفراد.
2. البيئة الاقتصادية (Economical Environment) :- تمتاز البيئة الاقتصادية بأنها حالات الاقتصاد الكلي التي تؤثر علي السلوك الاقتصادي للدولة أو تطبيق نشاطات معينة في مجال محدد.
3. البيئة الاجتماعية (Sociological Environment) :- تؤثر علي سلوك المنظمة أو تطبيق الأنشطة في المجال المقدم (الدولة - الإقليم) وبمعنى آخر: تتعامل بشكل رئيسي مع المظاهر الاجتماعية التي تعكس طبيعة وتركيب سوق العمل وسهولة الحراك الاجتماعي ومستوى التعليم وأسلوب الحياة.
4. البيئة التقنية والتكنولوجية (Technological and technical Environment) وتحتوي علي العوامل الأكثر وضوحاً في تغيير في حياة الشعب والمنظمات، حيث التطور التقني والتكنولوجي يتطلب

من مدراء المنظمات المراقبة المستمرة لتحديث الإنتاج والخدمات لخلق ظروف حيوية طويلة المدى لإبقاء المنظمة.

وأهمية استخدام تحليل البيئة الداخلية في هذا الموضوع يكمن في أن لكل دولة ضعفها وقوتها، فالدولة الكبيرة عادة أقوى مالياً من الدولة الصغيرة وتميل إلى أن تكون أبطأ في تحقيق التغييرات الضرورية. لذا فإن معرفة القوى والضعف ضرورية لتحليل العوامل الداخلية والطرق العامة والمنطقية المستعملة في هذا البحث ومطبقه بشكل رئيسي في الجزء التحليلي لهذه الورقة.

عوامل البيئة الداخلية والخارجية قيمت هنا مستنده علي مفهوم مصفوفة تقييم العوامل الداخلية والخارجية للبيئة (EFE and IFE) (External/Internal Factor Evaluation matrix). تعمل هذه المفاهيم علي تحديد تأثير العوامل المميزة لتحليل البيئة حسب أهميتها ورد فعل الموضوع المحلل وإستراتيجيته (David, 1991). (1) مصفوفة تقييم العوامل الداخلية والخارجية للبيئة تشمل خمس خطوات رئيسية هي:-

1. تحديد عوامل النجاح الحاسمة من عشرة إلي عشرين ، التي تتضمن الفرص والتهديدات (لمصفوفة عوامل البيئة الخارجية) أو القوي والضعف (لمصفوفة عوامل البيئة الداخلية) وتأثيرها علي المنظمة وصناعاتها، حيث من الضروري تمييز تأثير العوامل وفقاً لفترة تأثيرها، لان بعض العوامل يمكن أن تكون تهديدات في المدى القصير ولكن بمرور الزمن يمكن أن تتطور وتتحول إلي فرص.
 2. تخصيص وزن لكل عامل من (0.0 إلي 1.0) حيث يعبر الوزن عن الأهمية النسبية للعامل المختار ونجاحه في البيئة المعنية ، وإجمالي كل الأوزان يجب أن يساوي (1.0) والأوزان المخصصة يمكن أن تحدد من قبل المنافسين مستنده علي مقارنة النجاح والفشل أو من خلال التشاور من قبل فريق حول العوامل المحددة للوصول إلي الإجماع.
 3. تخصيص رد فعل لكل عامل من (1.0 إلي 4.0) وفقاً لنوعية رد فعل الاستراتيجيات الحالية للموضوع إلي العامل المحدد ، حيث (4.0 تمثل رد فعل جيد جداً بينما 1.0 يمثل رد فعل سيئ جداً) وردود الأفعال مستنده علي تقييم تأثير الاستراتيجيات الحالية للموضوع المراد دراسته.
 4. يضرب وزن كل عامل في رده فعله ويقرر النتيجة المرجحة لكل عامل.
 5. تجمع كل الأوزان لتقرر إجمالي النتيجة المرجحة للموضوع المحلل.
- النتيجة الكلية العليا والمحتملة هي (4.0) ، والنتيجة الكلية الدنيا والمحتملة هي (1.0) بينما النتيجة الكلية المرجحة المتوسطة هي (2.0). حيث تدل النتيجة الكلية والمرجحة (4.0) إلي أن الموضوع يستجيب للفرص والتهديدات الموجودة في البيئة الخارجية (EFE) وبشكل واضح أو هي قوية جداً بالنسبة للبيئة الداخلية (IFE) ، بينما تدل النتيجة الكلية والمرجحة (1.0) إلي أن استراتيجيات الموضوع لا تستغل الفرص ولا تتقاضي التهديدات في البيئة الخارجية (EFE) ، أو هي لا تستغل القوي ولا تحسن استغلال نقاط الضعف للبيئة الداخلية (IFE). والشكل العام لمصفوفة عوامل البيئة الداخلية والخارجية (EFE and IFE) موضح في الجدول التالي رقم (1).

| العامل | الوزن | رد الفعل | النتيجة المرجحة |
|--|-------|----------|---------------------|
| قائمة لأهم عوامل البيئة الداخلية والخارجية | <0;1> | <1;4> | الوزن * رد الفعل |

| | | |
|---------|------|---------|
| المجموع | 1.00 | المجموع |
|---------|------|---------|

جدول رقم (1) الشكل العام لمصفوفة تقييم العوامل الداخلية والخارجية (David, 1991).

ليس المهم في تشكيل هذه المصفوفة هو الرقم المتحصل عليه فقط بينما يتضح أيضا من خلال الوصف في هذه المصفوفة ، كما إن الأوزان وردود الأفعال عملية مهمة جدا وتستند كثيرا علي القرار الشخصي للموضوع المدروس الذي يجب أن ندرسه عندما نترجم أو نفسر النتيجة ، لذلك فإن الأهمية الرئيسية تقع علي عاتق العملية الكاملة التي تشكل هذه المصفوفات.

علاقة الجغرافيا السياسية بالإدارة السياسية والإستراتيجية

إن عملية الفصل بين السياسة كمهنة والسياسة كعلم خطوة ضرورية علي المستوي النظري حيث نستطيع في النهاية التمييز بين السياسي والباحث السياسي، كما يجب أن نميز بين الجيوبوليتك والعلوم السياسية والعلاقات الدولية باعتبارهما وجهان لعملة واحدة.

الشخص السياسي: هو فرد أو مجموعة تتخبط في عملية اتخاذ القرار أو السياسة العامة بطريقة مباشرة عن طريق تقلد المناصب السياسية أو غير مباشرة عن طريق ممارسة الضغوط بالوسائل المتاحة في إطار النظم السياسية المختلفة.

الباحث السياسي: هو شخص يدرس الظواهر والتفاعلات السياسية كما هي ليختبر فرضيات محده ويطور اطر فكرية تساعد علماء السياسة علي فهم الظاهرة أو العملية السياسية كما هي وليس كما يجب أن تكون، لأن ثورة الإبداع لا تقتصر علي السياسيين فقط بل توجد أيضا عند الباحثين السياسيين الذين يهدفون إلي توضيح الهوة بين النظرية والتطبيق في مجال الدراسات العلمية السياسية، فالعبرية سواء كانت فطرية أو مكتسبة فهي الشيء الذي يميز بعض علماء السياسة عن البعض الآخر.

الجيوبوليتك: هو العلم الذي يقوم علي دراسة الوضع الطبيعي للدولة من حيث مطالبها في مجال السياسة الدولية واستشرار مستقبلها ضمن الوجود الدولي وتحديد وزنها السياسي الدولي، وهو أيضا وجهة نظر السلطة ومن اجل السلطة وتعرف في العلم المعاصر دليل رجل السلطة أي أنها ترسم صورة الدولة خارج حدودها وفي مجالها الحيوي.

علم السياسة: هو عبارة عن وجود اختلاف في وجهات النظر (Diversity of views) أما حول أهداف محددة أو حول أفضل الوسائل المتاحة لتحقيق هذه الأهداف. والسياسة عموما تعتبر أما كعلم لأن لها نظرياتها ومناهجها أو كمنشآت لأنها عرفت منذ أقدم الحضارات أو كفن لأنها تتعلق بالقدرة علي الإبداع والابتكار وأما كفلسفة لأنه يتم فيها التركيز علي المثاليات وإثارة أسئلة ترتبط بما يجب أن يكون. وينقسم علم السياسة إلي عدة فروع والفروع تنقسم إلي مواضيع مختلفة⁽²⁾

وعليه فأن الإدارة والعلاقات الدولية جزء مهم في دراسة السياسة في اغلب مجالاتها و مواضيعها المختلفة، كما أن علم العلاقات الدولية ينقسم إلي فروع عديدة يمكن ذكر المهم منها في هذه الورقة علي النحو التالي⁽³⁾

1- السياسة الدولية: ويهتم هذا الفرع بدراسة علاقات التفاعل والتداخل بين أطراف النظام الدولي علي المستوي النظري والعملي.

2- القضايا والأزمات الدولية المعاصرة: ويهتم هذا الفرع بوصف وتحليل القضايا والأزمات الدولية المعاصرة في إطار علمي مقنن.

3- تاريخ العلاقات الدولية: وهذا الفرع يتتبع الأحداث التاريخية ذات الطابع السياسي، بقصد فهم الحاضر والمستقبل.

4- نظريات العلاقات الدولية: تهتم بدراسة الجوانب المختلفة للعلاقات الدولية، التي أصبحت أكثر تعقيدا وخطورة من حيث زيادة أطراف النظام الدولي كما (عدد الدول) وكيفا (عدد أطراف النظام الدولي).

5- الجغرافيا السياسية: ويهتم هذا الفرع بدراسة مقومات الدولة وعلاقتها بقوتها السياسية، من حيث الحدود الطبيعية وغير الطبيعية التي تمارس فيها الدول سيادتها وتأثير العوامل الجغرافية علي سياسات وعلاقات الدول. ودائما عند الحديث عن الجغرافيا السياسية يركز الانتباه علي بناء الدولة وتركيبها السكانية والإيديولوجية والسياسية والاجتماعية وعلاقتها بالدول المجاورة ، ومنتاسي أن كل هذه الأمور تحدث نتيجة وجود شيء يسمى الإدارة.

ومن خلال هذه الفروع يتضح لنا العلاقة الوطيدة بين علم السياسة والعلوم الاجتماعية (Social Sciences)، فالظاهرة السياسية لا تأتي من فراغ، لان تطورها يعكس أبعاد سياسية واقتصادية واجتماعية وثقافية. فالجانب الاجتماعي للمشكلة السياسية ينتج عنه ما يعرف بالاجتماع السياسي، والمتمثل في الجوانب الفلسفية والجغرافية والاقتصادية للمشاكل السياسية، والتي ينتج عنها ما يسمى بالفلسفة السياسية والجغرافيا السياسية والاقتصاد السياسي. (4)

ولذلك فان البحث اعتمد علي العوامل الجغرافية كمدخل لإيجاد العلاقة بين الجغرافيا السياسية وعلم الإدارة السياسية والإستراتيجية في العلاقات الدولية، واستعمال المنهج المقارن بين دول المغرب العربي كان لازما لمعرفة أسباب تعثر هذا الاتحاد، وإيجاد كيفية لتفعيله وتنشيطه في ظل إدارة سياسية سليمة وناجحة تراعي الظروف البيئية الداخلية والخارجية المحيطة، وتأخذ في الحسبان العوامل الجغرافية التي تلعب دورا رئيسي في تفعيله. وعليه فيمكن التمييز بين الجغرافيا السياسية وعلم العلاقات الدولية، علي أن علم العلاقات الدولية يهتم بدراسة السلوك السياسي للدول وعلاقتها ببعضها البعض، بينما الجغرافية السياسية تركز علي دراسة العوامل الجغرافية التي تفسر هذه العلاقات، والآثار الجغرافية المترتبة علي سلوك الدول في علاقاتها مع بعضها البعض، وكذلك التباين المكاني بين هذه الدول.

تأثير العوامل الجغرافية في الإدارة السياسية والإستراتيجية

تعتبر الجغرافيا إحدى العوامل التي تؤثر في السياسة الخارجية لكل دولة، لما تفرضه من واقع على صناعات القرار، وهذا ما يتطلب من الجميع أخذه في الحسبان.

تعود دراسة العامل الجغرافي وتأثيره على السياسة إلى ماضي قديم، حيث كان فلاسفة الإغريق أول من أدرك أهمية هذا التفاعل بين الجغرافيا والسياسة، كما تحدث أرسطو أيضا عن الدول المثالية في كتابة السياسة، وأوضح إن أهم عنصرين فيها هما عدد السكان والموارد أو الثروات الطبيعية، وان العلاقة بين هذين العنصرين تحدد مدى قوة أو ضعف الدولة كمركب سياسي.

كما اهتم المؤلف العربي عبدا لرحمن بن خلدون في كتابه الشهير (المقدمة)، بالعوامل التي تؤثر في حياة الإنسان، وهى العوامل الطبيعية، ومجموعة العوامل الحضارية، والتاريخية، والتماسك في النسيج السكاني في توحيد اللغة والعرق والدين. (5)

عرف الألمان أيضا، الجغرافيا السياسية وخلطوا بين السياسة والجيوبوليتك، ومن بينهم (كارل هافسهاوفر)، الذي نظر لنظرية المجال الحيوي، التي لعبت دور مهم في رسم سياسة ألمانيا النازية. (6) وعليه فان اغلب المفكرين اتفق على أهمية الجغرافيا كعامل من العوامل التي تؤثر في قوة الدولة، وهنا القوة تعنى التقدم والتطور في جميع

المجالات السياسية والاقتصادية والاجتماعية.

إتحاد دول المغرب العربي

الموقع الجغرافي لإتحاد المغرب العربي

تحظى دول شمال أفريقيا باهتمام كبير بسبب الدور الحيوي الذي تلعبه في مجريات الأحداث السياسية والاقتصادية في حوض البحر المتوسط، وتبرز دول المغرب العربي بحكم موقعها الجغرافي ومواردها الاقتصادية التي أعطتها شخصية مميزة بين دول حوض البحر المتوسط والدول العربية بل والعالم اجمع، حيث تحتل موقعا استراتيجيا هاما تطل من خلاله علي البحر المتوسط من جهة، والمحيط الأطلسي من جهة أخرى. إضافة إلي مواردها الطبيعية المتمثلة في النفط والغاز الطبيعي والثروة السمكية والسياحة والمساحات الشاسعة الصالحة للزراعة التي تشجع علي قيام العديد من المشروعات المستقبلية.

وتقع هذه الدول علي امتداد شاطئ البحر المتوسط حتى المحيط الأطلسي غربا بمساحة تقدر بحوالي 6505 كيلومتر، أي بنسبة تقدر بحوالي 28% من إجمالي سواحل العالم العربي. وتبلغ مساحة هذه المنطقة حوالي 5.782.140 كيلو متر مربع، وتشكل ما نسبته 42% من مساحة العالم العربي، بينما تشكل الجزائر لوحدها نسبة حوالي 41% من مساحة منطقة المغرب العربي اجمع. (7)

وتمتاز هذه المنطقة بقوي بشرية هائلة يبلغ عددها حوالي 80 مليون نسمة حسب تقديرات عام 2000، أي بنسبة حوالي 27% من إجمالي سكان العالم العربي، ويبلغ معدل النمو السكاني لهذه الدول حوالي 1.7% في عام 2003، ويتضح أعلي معدل نمو سكاني في موريتانيا حيث وصل إلي حوالي (2.93%) وأقل معدل نمو سكاني في تونس نسبته قدرت بحوالي 0.15% وتعتبر الأقل أيضا في الدول العربية عامة. (8)

فكرة إعلان اتحاد المغرب العربي:

بدأت فكرة المغرب العربي تتبلور كوحدة إقليمية خلال العقود المتتالية، وكانت إحدى مراحلها التأسيسية إنشاء اللجنة الاستشارية للمغرب العربي عام 1946 لتنشيط الروابط الاقتصادية بين دول المغرب العربي، بدأ في أول مؤتمر للأحزاب بطنجه في المغرب عام 26/ابريل/1958 بعد استقلال المملكة المغربية وتونس، ولكن بعد هذا الاستقلال بدأت الخلافات بسبب الحدود المشتركة فيما بينها، فدخلت الجزائر مع المغرب في ما يسمى (حرب الرمال) في أكتوبر عام 1963، ولكن هذه المشاكل لم تمنع الدول من الاستمرار في حلمها فقد أنشئ المجلس الاستشاري ألمغاربي الدائم عام 1964 بين الجزائر وتونس والمغرب وليبيا وموريتانيا وهذا يعتبر أول مشروع ملموس للتعاون الإقليمي ألمغاربي وكانت أهدافه متمثلة في تنسيق السياسات الاقتصادية والجمركية وضمن حرية تنقل البضائع الصناعية وتنسيق السياسات في مواجهة الشركاء التجاريين، ولكن سرعان ما أجهضت هذه التجربة مرة أخرى نتيجة الخلافات السياسية بين دول المغرب العربي، حيث شهد مطلع السبعينيات نوع من التحسن بين العلاقات الجزائرية والمغربية حول قضية الخلافات الحدودية وتم توقيع اتفاق بين الدول المتنازعة، إلا أن التوتر ظهر من جديد بين هاتين الدولتين بانفجار أزمة الصحراء الغربية عام 1974، نظرا لدعم الجزائر لجهة البوليساريو ردا علي الاتفاق الثلاثي بين المغرب وموريتانيا وأسبانيا، وعليه أصبحت أزمة أو قضية الصحراء الغربية إحدى المحددات الرئيسية للعلاقات المغاربية.

كذلك أتضح من خلال بيان جربه الودودي بتونس بين ليبيا وتونس عام 1974، واجتماع قادة المغرب العربي في الجزائر عام 1988 رغبة قادة دول المغرب العربي في إقامة اتحاد مغاربي يخدم مصالح المنطقة، ووعيا منهم بما سيترتب علي هذا الاندماج من آثار تساعد دول المغرب العربي في أن تكتسب وزنا نوعيا يسمح لها بالمساهمة الفعالة في التوازن العالمي وتثبيت العلاقات السليمة داخل المجتمع الدولي واستتباب الأمن والاستقرار

في العالم وإدراكا منهم بان إقامة اتحاد مغاربي يتطلب تحقيق إنجازات ملموسة ووضع قواعد مشتركة تجسد التضامن الفعلي بين أقطار وتؤمن التطور الاقتصادي والاجتماعي لهذه الدول فقد اجتمع قادة دول المغرب العربي في مراكش 17/فبراير/1989ف وأعلنوا إنشاء اتحاد دول المغرب العربي، وامتازت هذه المعاهدة بعمومية أهدافها إذ لم تشير إلي الوحدة الجمركية أو الاقتصادية أو تحديد مفهوم هذا الاتحاد وحدوده الجغرافية وإنما كانت مجرد عبارات عامة حول التعاون الاقتصادي والسياسة المشتركة، بل اتخذ صيغة (العربية) أي يمكن لدول عربية أخرى أو افريقية الانضمام إلي هذا الاتحاد في حالة موافقة أعضائه، حيث طغي منطق السيادة أو العامل السياسي في إنشاء الاتحاد المغاربي علي الجانب الاقتصادي. ورغم التسرع في العلاقات المغربية، التي تمر بين عشية وضحاها من حالة عداء إلي مشاريع تكاملية سريعة والعكس بالعكس إلا أن إنعاش هذا الاتحاد كان لازما علي قادة هذه الدول وهذا ما تمخض في إنشاء اتحاد دول المغرب العربي.

أهداف اتحاد المغرب العربي

1. تحقيق رفاهية المجتمعات والدفاع عن حقوقهم.
2. تمتين أواصر الأخوة التي تربط الدول الأعضاء وشعوبها بعضها ببعض.
3. المساهمة في صيانة السلام القائم علي العدل والإنصاف.
4. نهج سياسة مشتركة في مختلف الميادين.
5. تحقيق الوفاق بين الدول الأعضاء وإقامة تعاون دبلوماسي وثيق بينها يقوم علي أساس الجوار. (9)

تحليل البيئة الداخلية لاتحاد دول المغرب العربي

البيئة الداخلية تعهم كمجموعة من العناصر وعلاقاتها المتبادلة لأي دولة في هذا العالم التي تعمل داخل الدولة بنتائج معينة وواضحة لإدارة الأداء التنظيمي على خلاف المكونات العامة وعمليات البيئة التي تأتي من الخارج، بينما مكونات البيئة الداخلية تأتي من داخل المنظمة نفسها، حيث أن الهدف الأكثر أهمية لتحليل حالة البيئة الداخلية هو تحديد نقاط القوى والضعف للدولة ومكانتها بين الدول الأخرى. نقاط القوى تتمثل في أن الدولة تعمل أفضل من غيرها وتنجح في المجالات التي لم يستطيع الآخرون النجاح فيها وتقلل من نقاط ضعفها بالمقابل، ولتبسيط مفهومها يمكن أن تسمى النظام التقني الاجتماعي، أي العناصر التي ربطت الشعوب والوسائل المادية بالاتصال المتبادل بالترابط الإداري، فهي نظام مفتوح ارتبط بالبيئة المحيطة خلال شبكة من الصفقات التي تحدد حكمها للسلوك وتأثيرها علي البيئة. (10)

إذا الكفاءة الإدارية الأساسية تخلق توازن بين البيئة الداخلية والخارجية فان الإدارة يجب أن تراقب وتحلل البيئة الداخلية بشكل مستمر، وتوضح العوامل الرئيسية وإمكانيات النجاح وترد علي تغيرات البيئة الخارجية، فالدولة تشبه الفرد أو العائلة أو المجموعة أو الشركة أو المنظمة... الخ. توجد وتعيش في بيئة معينة وهي جزء منها تتأثر بهذه البيئة وتؤثر وترد عليها، وعوامل البيئة في أغلب الأحيان تتغير حسب الزمان و المكان ومن حيث شدة تفاعلها.

كما أن فرص العمل ومعدل البطالة تختلف من دولة إلي أخرى، والتركييب السكاني والمتوسط العمري للسكان مستقر نسبيا وتغييراته بطيئة جدا، القوانين التي تقرر الحد الأدنى للأجور تتغير تقريبا كل سنة، أسعار الوقود تتغير عدة مرات في السنة، أي أن التغيير في عامل واحد في أغلب الأحيان يؤدي إلي تغيير سلسلة من العوامل الأخرى.

أنا أود أن أقدم تحليل للبيئة الداخلية من خلال هذه الورقة لإيجاد قاعدة نظرية لإعادة تنشيط محتملة لإتحاد دول المغرب العربي بخلق شراكة تحت ظل سوق مغاربية مشتركة، كما أريد أيضا أن أركز على نقاط القوى ونقاط الضعف التي يواجهها الإتحاد من خلال هذا التحليل،

ولمعرفة المشاكل السياسية والسمات السلبية للإدارة في هذه الدول نجدتها تتمثل في الاستعمال الخاطئ والغير مجدي للوقت والمصالح الشخصية والعائلية والعشائرية، وكذلك الإهمال الإداري في الإدارات العامة بهذه الدول والذي يشكل ضررا اكبر من المشاكل الاجتماعية والاقتصادية الأخرى. ولهذه الأسباب فمن الضروري تحليل البيئة الداخلية لهذه الدول لمعرفة أسباب الفشل الإداري في كل المجالات، لان مدي النجاح الاقتصادي والاجتماعي لأي دولة مرتبط بتحسنها في إدارتها وأدائها الإداري والعكس بالعكس.

البيئة السياسية

1- النظام الإقليمي

هو مجموعة القواعد اشتقت من ميثاق مكتوب أو عادة ثابتة أو كلاهما بين بلدين تجمعت بحق الجوار في إقليم واحد واكتسبت عادات وقيم مشتركة فيما بينها.

إن قاعدة التنمية الإقليمية هي إدراك المصالح والأهداف والسعي لتحقيقها، والتعاون والاعتماد المتبادل لانجاز ما يمكن انجازه بأقل ما يمكن من التكاليف والوقت والجهد. فالتعاون الإقليمي يقوم على العلاقات الطبيعية والاجتماعية تحت رعاية الحكومات بواسطة التشريعات والوسائل المتوفرة، وهذا يعني بأن الائتلافات الكبيرة والمشاريع التعاونية تنجز بناء علي ظروف جغرافية معينة وإدارة سياسية صحيحة، وهذه المسألة لا تتحقق بالقوة ولا بالأمان السياسي والهبات العاطفية أو الضغوط الخارجية، بل تأتي من خلال تجارب الآخرين لأخذ العبر من الاتحادات والتكتلات الأخرى، مثل الإتحاد الأوربي الذي أثبت نجاح في إدارته أي إلى تحقيق أهدافه المرجوة.

فقد استطاعت الدول الأوروبية أن تتجاوز ماضيها الزاخر بالحروب في النصف الأول من القرن العشرين واختلافاتها العرقية واللغوية ورأت نفسها قادرة علي بناء مشروع عمل مشترك بدأ بالرتيبات الاقتصادية والتجارية المتبادلة إلي أن شمل البيئة المحيطة الشاملة للعمل الاقتصادي كالتنقل والنقد والاتصالات ثم امتد إلي السياسات الخارجية والدفاعية المشتركة.

على النقيض من ذلك جامعة الدول العربية التي تأسست في 1945 قبل قيام السوق الأوربية المشتركة ولكنها لا زالت عاجزة عن التقدم بمثل هذه الخطوات المعقولة والملموسة لتحقيق برامج إقليمية مشتركة.

ومن خلال المفهوم السابق للنظام الإقليمي يمكن التمييز بين ثلاثة اتجاهات وهي:

- يركز النظام الإقليمي علي التقارب الجغرافي.
- يركز علي وجود عناصر التماثل بين الدول الداخلة في نطاق الإقليم المعني، من حيث النواحي السياسية والاقتصادية والاجتماعية.
- يرفض النظام الإقليمي مبدأ الاتجاهين، باعتبار أن الدول المتجاورة لا يشترط بالضرورة أن تكون علي علاقات وثيقة فيما بينها.

أهم عناصر النظام الإقليمي:

- يتعلق بمنطقة جغرافية معينة، نظرا لان حجم التفاعلات بين الدول المتقاربة جغرافيا أكبر وأكثر حدة من الدول المتباعدة وغير المتجاورة.
- يفترض وجود ثلاث دول علي الأقل.

• لا يشمل دولتين عظيمتين بين وحداته، لان وجود أحدهما يربط النظام الإقليمي بالنظام الدولي. نحن يمكن أن نلاحظ بأن هذه العناصر المهمة توجد في هذا الاتحاد، و يمكن أن تعتبر قوى جاهزة لكي تستعمل لإعادة تنشيط هذا الإتحاد.

مصالح وأهداف النظام الإقليمي:

يفترض أن تكون التجمعات الإقليمية قائمة علي مصالح وأهداف محددة ومشتركة، أي أن تعرف جميع الدول ما لها وما عليها، وماذا تريد بالتحديد من هذا الاتحاد، لأن هناك العديد من الخلافات والتعارض في المصالح والأهداف، فيجب استبعاد وتجاوز كل النقاط المختلف عليها أو تأجيلها، لأن العمل الإقليمي لا يحتاج إلي وفاق كامل وتطابق في المصالح والمواقف والأهداف كلها وخاصة في بداية قيامة، وعليه يجب التمييز بين المتفق عليه ومواضيع الخلاف، ولكن ما يحدث في العمل العربي الإقليمي، إن أي تعارض في موضوع ما يؤثر ويفسد كل المواضيع والقضايا الأخرى المتفق عليها. والمثال علي ذلك يتضح في اتحاد دول المغرب العربي الذي مازال يعاني من مشكلة في غاية الأهمية، وهي الخلاف القائم بين الجزائر والمملكة المغربية علي قضية الصحراء الغربية التي تعتبرها المملكة المغربية جزء من أراضيها، وهذه المشكلة اعتبرت القشة التي قسمت ظهر البعير وكانت سببا رئيسيا ومباشرا في فشل هذا الاتحاد.

البيئة الاقتصادية

النتاج المحلي الإجمالي لدول المغرب العربي:

يصل إجمالي الناتج المحلي لهذه الدول حوالي 389.6 مليار دولار أمريكي وبأسعار السوق الجارية، وهو ما يعادل 32% من إجمالي الناتج المحلي للدول العربية، حيث يشكل الناتج المحلي للجزائر ما نسبته 43% من الناتج المحلي الإجمالي لدول الاتحاد، في حين نجده في موريتانيا لا يتعدى حوالي 1.3% من إجمالي ناتج دول المغرب العربي، لذلك إن نصيب الفرد من هذا الناتج الإجمالي للدول المعنية حوالي 4865 دولار أمريكي، ونلاحظ التفاوت بين هذه الدول، حيث نجد ارتفاع في نصيب الفرد بالجزائر أكثر من المغرب رغم التقارب في عدد السكان، والسبب في ذلك كبر حجم الناتج المحلي الإجمالي للجزائر، نتيجة إيرادات النفط والغاز الطبيعي، كما أن ارتفاع نصيب الفرد في تونس أكثر من المغرب، وذلك نتيجة الفارق في عدد السكان، بينما نصيب الفرد في موريتانيا منخفض مع عدد السكان القليل، والسبب في ذلك انخفاض الدخل القومي. كما نجد أعلى معدل لنصيب الفرد في ليبيا يقدر بحوالي 8900 دولار أمريكي، بينما نجده في موريتانيا لا يزيد عن 2000 دولار، وهذا التفاوت الصارخ نتيجة الاختلاف في الموارد والإمكانيات، وعليه فنجد ارتفاع في الناتج المحلي في الجزائر، ونصيب فرد مرتفع في ليبيا، وأراضي زراعية واسعة في المغرب، وثروة نفطية وغاز طبيعي في ليبيا والجزائر، وثروة سمكية في موريتانيا، بالإضافة إلي السياحة في تونس، إلا أن هذه الموارد لم توظف بطريقة صحيحة وإدارة ناجحة من اجل خدمة شعوب هذه الدول، لأن كل دولة لها مشاكلها وتحاول التخلص منها بوسائلها الخاصة سواء بالديون الخارجية لتغطية العجز أو إقامة علاقات بينية، ولكنها أدت إلي تبعية هذه الدول وإغراقها في الديون التي من الصعب التغلب عليها من خلال النظرة القطرية، لذا نجد أن السياسة طغت علي الاقتصاد والشراكة، والتداعيات السياسية أدت إلي فشل الأهداف المرغوبة. ولا يوجد مخرج من هذه الأزمة إلا بتفعيل اتحاد المغرب العربي بالتعاون والتكامل المشترك وإقامة شراكة اقتصادية مبنية علي أسس علمية ومناخ اقتصادي وإدارة سليمة ناجحة ليستفيد منها جميع الدول الأعضاء في هذا الاتحاد.

الأيدي العاملة في دول المغرب العربي:

تقدر عدد الأيدي العاملة في دول المغرب العربي حوالي 25 مليون وتشكل ما نسبته حوالي 31% من إجمالي عدد سكان الاتحاد، حيث تستوعب المملكة المغربية وحدها ما يقدر حوالي 44% من هذه القوي العاملة، وتتنوع قوة العمل في دول الاتحاد حسب القطاعات المختلفة الموضحة في الجدول التالي.

جدول (2) القوي العاملة في دول اتحاد المغرب العربي. (11)

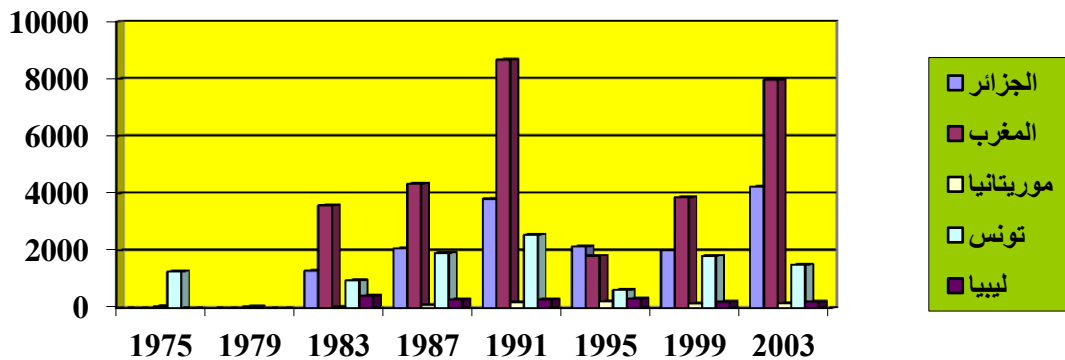
| النسبة | القطاع |
|--------|-------------|
| 35.36% | الزراعة |
| 15.20% | الصناعة |
| 49.44% | قطاعات أخرى |

ومن خلال الجدول السابق يتضح أن هذه الدول تعتمد بشكل رئيسي علي الزراعة خاصة وان مساحة الأراضي الصالحة للزراعة تقدر بحوالي 3.7% من إجمالي مساحة هذه الدول، حيث تحتل المغرب نسبة 43% من هذه المساحة، إلا أن الظروف المناخية القاسية والتصحر الذي تعاني منه العديد من هذه الدول ونقص المياه وخاصة في ليبيا حال دون القيام بالعديد من المشاريع الزراعية، مما أدى إلي تغطية الاحتياجات من الخارج. وعند مقارنة القوي العاملة بين قطاع الزراعة والصناعة، نلاحظ فارق كبير بين القطاعين وهذا دليل علي تخلف هذه الدول، لان مقياس التقدم هو الاعتماد علي الصناعة وليست علي الزراعة والرعي.

3- الإنتاج زراعي

دول المغرب العربي تتفاوت في الإنتاج الزراعي خصوصا في إنتاج الحبوب وذلك بسبب المناطق الواسعة التي يمكن أن تعتبر فرصة تستغل لإنتاج هذا النوع في البعض من هذه الدول وكذلك وفرة المياه التي تشجع بالحصول على إنتاج أعلى. فنقص المياه والجفاف في بعض الدول المعنية لعبت دورا مهما في نقص الإنتاج الزراعي.

شكل (1) إجمالي إنتاج الحبوب (بالآلف طن) (12)



ملاحظة: لا توجد بيانات للدول المعنية في بعض السنوات 1975 ، 1979 ماعدا موريتانيا وتونس.

والمثال علي ذلك وقوع ليبيا في ظل المطر يعتبر تهديد لها رغم مساحتها الكبيرة والإنتاج الزراعي بها وصل إلي 1.5% والسبب الرئيسي هو الصحراء التي تشكل حوالي 90% من المساحة الكلية لليبيا) حيث تعتمد على

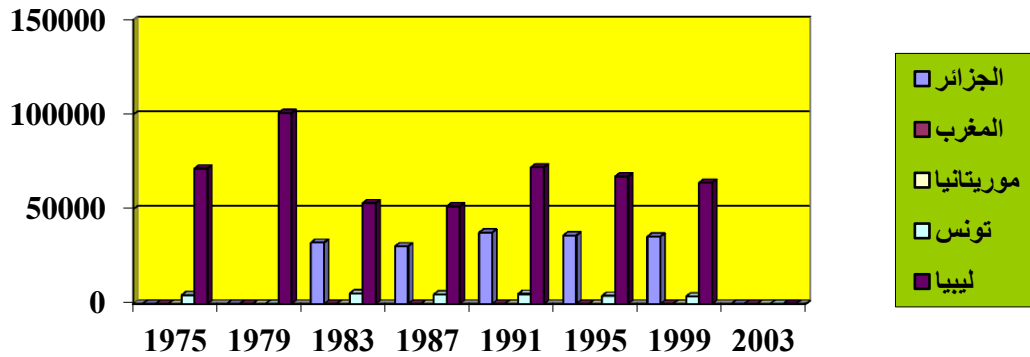
المصادر السطحية للمياه المتمثلة في سقوط المطر وكذلك المياه الجوفية في كل أمورها الحياتية، فهي لا تزال تعاني من نقص المياه والجفاف ومصادر المياه الجوفية بها عميقة جدا، والتي لها تأثير سلبي على السكان وخاصة بالمنطقة الشمالية لليبيا، وبالرغم من العديد من البرامج الزراعية التي تحققت في ليبيا إلا أن هذه العوامل البيئية أدت إلي استيراد كل الحاجات الضرورية من الحبوب من الخارج.

أما موريتانيا فما زالت تعاني العديد من المشاكل السياسية والعرقية التي سببت المجاعات والمعيشة السيئة والانقلابات المستمرة، هذه العوامل كانت ولا تزال سببا في انخفاض نسبة إنتاج الحبوب في هذه الدولة التي قدرت بحوالي 1.08 % من الإنتاج الكلي لدول الاتحاد في عام 2003 ف والذي قدر بحوالي (14060 طن). بينما تونس فنجد لديها مكانة متوسطة بين هذه الدول لأنه تمتاز بأراضيها الخصبة ووفرة مياهها، ولكن على الجانب الآخر فإن الجوانب المادية لا تشجع إقامة مخططات زراعية كبيرة، حيث وصل الإنتاج بتونس ما نسبته 10.6 % في عام 2003 ف. لذا فإن هذه الدول يمكن أن تتغلب على هذا التهديد بالتكامل الاقتصادي والتعاون المشترك فيما بينهم في مجال الزراعة والإنتاج الزراعي.

إنتاج النفط الخام.

تتفاوت هذه الدول في الإمكانيات والمصادر الطبيعية، فإنتاج النفط الخام في هذه الدول يعتمد أيضا على تغييرات عوامل البيئة الخارجية. وعند المقارنة بين هذه الدول نلاحظ أن هناك دول تحتاج لاستيراد النفط وهذه المسألة تعتبر نقطة ضعف لها، لأن التغيرات في أسعار النفط تؤثر على الدول المستوردة للنفط، بينما هذه التغيرات تعتبر نقاط قوي للدول المصدرة للنفط.

شكل (2) إنتاج النفط الخام لدول اتحاد المغرب العربي (13)



ملاحظة: لا توجد بيانات لبعض الدول المعنية في بعض السنوات موريتانيا لجميع السنوات،

الجزائر 1975، 1979، والمغرب في 1979، ولا توجد بيانات في 2003 .

على سبيل المثال فإن موريتانيا غير منتجة للنفط والمغرب يقدر إنتاجه بحوالي 0.01 % من الإنتاج الكلي للاتحاد عام 2003 ف، بينما ليبيا تعتبر واحدة من الدول العربية الغنية المنتجة للنفط والغاز الطبيعي وعضو في منظمة الأوبك، حيث تعتمد ليبيا اعتماد رئيسي على النفط وتعتبره عصب الحياة في جميع المجالات السياسية والاقتصادية والاجتماعية.

أما الإنتاج الجزائري وصل 44.4 % في عام 1999 عندما كان الإنتاج الكلي حوالي 103,595 ألف طن متري، لكن نوعية النفط المنتج بها دون المستوى المطلوب مقارنة بالنفط الليبي. فهذه الاختلافات سببت فجوة

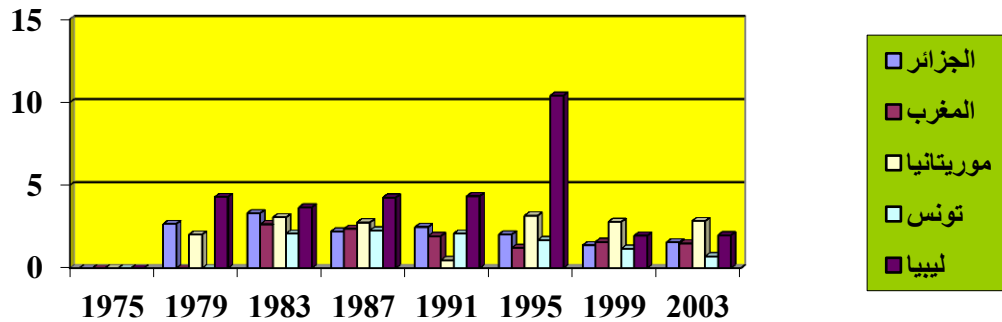
واسعة بين دول هذا الاتحاد، لذا يجب عليها أن تستغل هذا المصدر كفرصة وتستثمره لتحقيق الأهداف المرجوة لهذا الإتحاد، لأن هذا المصدر ثروة مهاجرة ومعرضة للنضوب.

البيئة الاجتماعية

سكان المغرب العربي

منطقة المغرب العربي تمتاز بعدد سكان هائل قدر بحوالي 80 مليون نسمة (إحصاء عام 2000)، أي بنسبة تقدر بحوالي 27 % من مجموع سكان الدول العربية مجتمعة، وهذه تعتبر كنقطة قوة يمكن استغلالها كقوة عمل في تحقيق التكامل بين هذه الدول. ومن خلال الإحصاءات الحيوية اتضح أن نسبة النمو في السبعين سنة الأولى كانت منخفضة، لأن دول الاتحاد طور نموها والمستوى الصحي كان منخفض آنذاك والأمراض لعبت دور كبير في تلك الفترة وساهمت بصورة واضحة في هذا النمو البطيء للسكان، كما كان هناك أيضا قصور وفشل في الرعاية الصحية والأمن الاجتماعي في هذه الدول. فقد بدأ النمو السكاني في الحقيقي منذ عام 1979، عندما بدأ التطور النوعي وتحسين الرعاية الصحية، فهذه الدول تغلبت على العديد من الأمراض الخطيرة السارية والمستوطنة التي أبادت أعداد كبيرة من الشعوب، فالاهتمام بمستوى المعيشة كان سببا مهما لهذا النمو. الأوضاع المعيشية الصعبة لأغلبية سكان هذه الدول المتمثلة في أزمة السكن التي أعاقت تركيب العائلات الجديدة وعزوف الشباب عن الزواج مما أدى إلي ارتفاع نسبة العنوسة في أغلبية هذه الدول. أما الهجرة إلي الدول الأوربية فتعتبر ظاهرة في غاية الخطورة بالنسبة لهذه الدول أيضا، حيث اجبر الشباب وخصوصا التونسيين والمغاربة والجزائريين علي ذلك للبحث عن وظائف من اجل مستقبل أفضل وضمان حياتهم، وهذه الهجرة تعتبر كتهديد لهذه الدول، لأنها تفقد العديد من العقول والخبرات والأيدي العاملة النشطة، فيجب علي الدول المعنية إعداد برامج مشجعة لهؤلاء اللاجئين للعودة إلى أوطانهم. وعليه فيمكننا القول بأن هذا الإتحاد لديه عدد هائل من السكان الذي يعتبر إمكانية يمكن استغلالها في تحقيق التكامل بين هذه الدول.

شكل (3) النمو السنوي للسكان لدول اتحاد المغرب العربي (14)

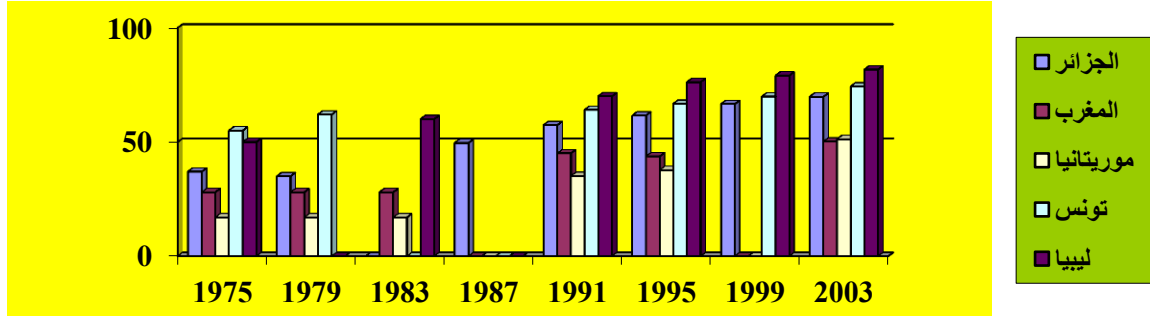


ملاحظة: لا توجد بيانات لكل الدول المعنية في 1975 وتونس والمغرب في 1979 .

نسبة محو الأمية للبالغين

عانت هذه الدول من الاستعمار الأجنبي الإيطالي والفرنسي الذي أعاق حرياتهم ومنها حرية التعليم التي أدت إلي ارتفاع مستوى الأمية بين طبقات المجتمع، بالرغم من عدم التكافؤ بين طرق الاستعمار لهذه الدول حيث كان الاستعمار الفرنسي أقل حدة من الاستعمار الإيطالي الذي احتل ليبيا والذي اعتبر أشجع استعمار في العصر الحديث وأثاره لا زالت باقية حتى وقتنا الحاضر متمثلة في الألغام التي تزهق الأرواح الزكية بين الحين والآخر.

شكل (4) نسبة معدل محو الأمية لدول اتحاد المغرب العربي بالمائة. (15)



ملاحظة: لا توجد بيانات لكل الدول المعنية ماعدا الجزائر في 1987، وليبيا 1979

، والجزائر وتونس عام 1983، والمغرب وموريتانيا عام 1999.

وبعد استقلال هذه الدول كان هناك خطوات معقولة طبقت في مجال التعليم للتغلب على الأمية، إلا أن النسب المئوية للقراءة والكتابة لا تزال متفاوتة بين هذه الدول وهذا نتيجة لتأثير البيئة الداخلية والخارجية المحيطة بالمجتمع، ومن خلال الشكل يمكن أن نلاحظ أن معرفة القراءة والكتابة في ليبيا منذ عام 1975 كان 50 % أي توازي هذه النسبة نسبة المتعلمين في المغرب في عام 2003 (50.20 %)، وموريتانيا (51.20 %)، والسبب في هذه الاختلافات أن ليبيا استغلت الفرصة لبدائية ثورة العظيم التي بدأت بتشجيع التعليم والمربين لكل طبقات المجتمع، حيث أنشئت المدارس والمعاهد والجامعات في كل المناطق الحضرية والريفية واعتمدت التعليم المجاني الذي شجع الطلاب للدراسة في جميع المجالات. فالتعليم في اغلب دول المغرب العربي ما زال يعاني من الشدة والقسوة المتمثلة في دفع أجور الدراسة والتوزيع الغير متكافئ للخدمات بين المناطق الحضرية والريفية وعدم الاهتمام باستعمال التقنية في المجالات العلمية.

البيئة التقنية

التقدم التكنولوجي مهم جدا في كل المجالات، فقد أنجزت الدول الصناعية تطور وتقدم هائل في هذا المجال بينما الدول المتخلفة ما زالت تعاني من نقص الأدوات والأجهزة التقنية التي تهدف إلى التطور والتقدم. لا ننكر أن دول هذا الاتحاد استفادت في المجال التقني من خلال الأجهزة التقنية المتوفرة التي استعملت في العمليات الجراحية والشبكات الجديدة للاتصالات السلكية واللاسلكية وفي أمن المطارات وغيرها من المجالات، ولكنها ما زالت تحتاج إلى أكثر استعمال للتقنية في مجال التعليم وخاصة شبكة المعلومات (الانترنت) للأغراض العلمية في الجامعات والمعاهد العليا لتساعد الطلاب في الحصول على البيانات الجديدة والمراجع والمعلومات حول تخصصاتهم وتساعدهم على الارتباط بالبيئة الخارجية. ومن الناحية الأخرى فإن الاستعمال الخاطئ للتقني يمكن أن يكون في بعض الأحيان خطر وتهديد للحياة الإنسانية والبيئة الطبيعية أيضا، وهذا ما يحدث في هذه الدول من خلال الاستعمال الخاطئ للمواد الكيماوية في الزراعة من قبل المزارعين للحصول على الإنتاج السريع والأرباح العالية دون التفكير بصحة ومستقبل هذه المجتمعات، فيمكننا القول بأن الرقابة الزراعية غائبة تقريبا والمجتمعات ستواجه العديد من الأخطار والمشاكل الصحية التي لها تأثير على الحياة الإنسانية والأراضي الزراعية والبيئة عموما.

عوامل القوى في البيئة الداخلية لاتحاد المغرب العربي

استناد على التحليل يمكن أن نلخص العوامل الرئيسية التي تؤثر على الوضع الداخلي للاتحاد المغرب العربي والقوى الرئيسية نذكرها علي النحو التالي:

1. **التقارب الجغرافي** لدول الاتحاد يمكن من وجود تقاعلات قريبة بين الدول المجاورة جغرافيا والتي تعتبر أكثر قوة من الدول المتباعدة والغير متجاورة.
2. **المصادر الطبيعية** المتمثلة في النفط والغاز الطبيعي والثروة السمكية وتعتبر حافز وإمكانية كبيرة يمكن أن تستغل للنهوض باقتصاد هذه الدول.
3. **المناطق الواسعة والترب الخصبة ووفرة المياه** كلها عوامل تحفز للقيام بالعديد من المشاريع المستقبلية.
4. **القوي العاملة النشطة** يقدر عدد الأيدي العاملة النشطة في دول هذا الاتحاد بحوالي 25 مليون، وتعتبر عاملا محفزا ومشجعا للقيام بالعديد من المشاريع التكاملية.

عوامل الضعف في البيئة الداخلية للاتحاد المغرب العربي

1. **الإهمال الإداري وسوء الإدارة** : ويتمثل في الوساطة والمصالح المتبادلة بين المستخدمين في تقديم الخدمات والنظرة القبلية الضيقة وقلة المساواة بين أفراد المجتمع كل هذه الأمور أدت إلى استياء الشعوب وكانت سببا في هجرة العديد من الخبرات والعقول إلى الخارج، حيث هؤلاء الناس يمثلون جزء مهم في إعادة بناء هذه المجتمعات.
2. **لا يوجد تمييز بين ما هو متفق عليه ومواضيع الخلاف**: وتعتبر نقطة في غاية الأهمية والخطورة وتعاني منها جميع الدول العربية بصفة عامة، حيث أن أي خلاف في أي قضية نجده يؤثر على بقية القضايا الأخرى، والمثال الأوضح لهذه الحالة هو الخلاف الدائر بين الجزائر والمملكة المغربية فيما يتعلق بمشكلة الصحراء الغربية اثر على كافة الجوانب الأخرى واعتبر السبب الرئيسي لفشل اتحاد المغرب العربي.
3. **الاهتمام بالقضايا السياسية أكثر من الاقتصادية والإدارية في هذه البلدان.**
4. **الحالة الديمقراطية في أغلب الدول العربية بائسة**: وذلك نتيجة الاختلافات الكبيرة في المعايير الديمقراطية وطبيعة الأنظمة الإدارية ومواقفها السياسية مثل تونس والمغرب وموريتانيا.
5. **الاستعمال التقني**: سوء استعمال المواد الكيماوية في الزراعة والاستعمال الغير ملائم للتقنية يمثل ضعف يجب أن يتقادم أو يتغلب عليه.
6. **التعليم** : أغلبية دول الاتحاد ما زالت تعاني من الشدة المتمثلة في دفع أجور الدراسة والتوزيع الغير متكافئ للخدمات بين المناطق الحضرية والريفية، وعدم الاهتمام باستعمال التقنيات الحديثة في المجال العلمي.
7. **أزمة السكن**: وهي سببا في عزوف الشباب عن الزواج وارتفاع نسبة العنوسة وأعاقت تركيب العائلات الجديدة.
8. **فشل الرعاية الصحية والأمن الاجتماعي**: وهو نتاج البيئة الداخلية السيئة.
9. **الارتفاع السريع في معدل النمو السكاني**: أدى إلي التفاوت في مستويات المعيشة الفردية بين الدول وذلك نتيجة للاختلافات في المصادر والإمكانيات.
10. **المشاريع الاقتصادية التي تتجاوز الموارد المحلية المتوفرة**: أدت إلى تعريض العديد من الدول إلى الديون الخارجية وانعكس ذلك علي المستوي المعيشي للسكان.
11. **الانقسامات الداخلية والطائفية في بعض الدول وقلة الاستقرار السياسي**: كل هذه الأمور تعتبر نقاط ضعف وتؤدي إلي ترهل الدولة كما هو الحال في الجزائر وموريتانيا.

12. مساهمات الأفراد: المساهمات لا تقتصر فقط على شكل رأسمال أو مهارات أو جهود لكنها في الغالب على شكل علاقات واتصال اجتماعي بالسلطات، هذه الأنواع للمساهمات تمثل نقاط ضعف للمجتمعات العربية بصفة عامة.

جدول رقم (3) مصفوفة تقييم عوامل البيئة الداخلية

| النتيجة | رد الفعل | الوزن | العامل |
|-------------|----------|-------------|-------------------------------------|
| 0.36 | 3 | 0.12 | التقارب الجغرافي |
| 0.11 | 1 | 0.11 | الإدارة الناجحة |
| 0.10 | 1 | 0.10 | الخلافات |
| 0.20 | 2 | 0.10 | استعمال التقنية |
| 0.18 | 2 | 0.09 | الاهتمام بالقضايا الاقتصادية |
| 0.24 | 3 | 0.08 | المصادر الطبيعية |
| 0.14 | 2 | 0.07 | المشاريع الاقتصادية القائمة |
| 0.21 | 3 | 0.07 | المناطق الواسعة ووفرة المياه |
| 0.12 | 2 | 0.06 | التعليم |
| 0.10 | 2 | 0.05 | أزمة السكن |
| 0.04 | 1 | 0.04 | فشل الرعاية الصحية والأمن الاجتماعي |
| 0.12 | 3 | 0.04 | عدد الأيدي العاملة النشطة |
| 0.06 | 2 | 0.03 | الارتفاع السريع لمعدل النمو السكاني |
| 0.04 | 2 | 0.02 | الحالة الديمقراطية |
| 0.01 | 1 | 0.01 | مساهمة الأفراد |
| 0.01 | 1 | 0.01 | الانقسات الداخلية والطائفية |
| 2.04 | | 1.00 | إجمالي النتيجة المرجحة |

النتيجة الكلية المرجحة هي (2.04) وتمثل موقع داخلي ضعيف عندما عوامل الضعف وزنها يتجاوز عوامل القوي، فمن الناحية المستقبلية فالتأكيد الرئيسي يجب أن يكون على أنظمة الإدارة، والمفاوضات تركز علي مواضيع الآراء والأهداف المشتركة بدلا من مواضيع الخلاف. فهذه العوامل تعتبر العوائق الرئيسية التي تعيق البناء الناجح لاتحاد المغرب العربي ليكون قوة مهمة في الاقتصاد العالمي. ومن الناحية الأخرى فان عوامل القوى الرئيسية لهذا الاتحاد تتمثل في التقارب الجغرافي والمصادر الطبيعية فهذه العوامل خصوصا يجب أن تستغل للتغلب على نقاط الضعف.

أسباب فشل اتحاد المغرب العربي

أولاً: الأسباب السياسية وتتمثل في الآتي:

1. يغلب علي هذا الاتحاد الهاجس السياسي والأمني بالدرجة الأولى، وأتضح ذلك من خلال الأزمة العالقة بين المملكة المغربية والجزائر التي عكست ضعف هذا الاتحاد وعجزه سياسيا، ثم اقتصاديا واجتماعيا، حيث أن

- مشكلة الصحراء الغربية بين هاتين الدولتين كانت موجودة قبل تشكيل الاتحاد المغربي، وعلية لا يمكن جعلها عائقاً أمام استمرارية هذا الاتحاد.
2. عدم فصل الأمور السياسية عن الاقتصادية، وهذا أتضح من خلال الاختلاف علي قضية الصحراء الغربية، الذي أثر بشكل مباشر علي كل البرامج المتفق عليها سواء كانت سياسية أو اقتصادية أو اجتماعية.
 3. تعودت أغلب الأنظمة العربية علي تحسين الجزء الظاهر من سلطتها بتجميل مؤسساتها، التي امتدت إلي العمل المشترك، ليعطيها انطباع بأنها دخلت عصر التكتلات والدليل هلي ذلك اتحاد مجلس التعاون الخليجي.
 4. الريبة والشك بين قادة الدول الأعضاء، جعلها دائماً تتوخي الحذر في التعامل المشترك.
 5. اختلاف أشكال الأنظمة السياسية والإدارة السياسية التي تتخذ القرارات، والاختلاف في وجهات النظر والإيديولوجيات بين قادة هذه الدول للمشاكل السياسية العالقة بين هذه الدول.
 6. غياب ما يسمي الديمقراطية الحقيقية باعتبار أن الشعب هو صاحب السلطة السيادية في الدولة، لذا لا بد أن تكون الإرادة التي تقرر إقامة التكتل هي إرادة شعبية وهي لا تتم إلا في ظل الديمقراطية الحقيقية. والإرادة الشعبية لا يمكن أن تتحقق في أي مجتمع يفتقد إلي الحرية باعتبارها تحدد الجو الطبيعي لسلامة العلاقات، والعدالة تحدد الضوابط التي تتصل بالحقوق التي لا بد أن يكتسبها الإنسان في المجتمع الذي يعيش فيه، لذلك تتحدد حرية الإنسان عملياً من الناحية السياسية لتحقيق الديمقراطية المباشرة واقعا ملموسا، وتتحدد من الناحية الاقتصادية بتنظيم الاقتصاد وفق أسلوب يحقق للإنسان حاجاته المادية والمعنوية، ومن الناحية الاجتماعية يهيئ الجو الاجتماعي بطريقة تمنع التسلط والقهر والهيمنة وتحقيق الانسجام بين الأفراد، فما دامت للحرية جوانب متعددة، فلا بد من استكمال هذه الجوانب وإيجازها، وهذا ما تعتقده أغلب دول المغرب العربي.
 7. إن هذه الدول مازالت تحت مرحلة التكوين، أي تحصلت علي استقلالها مؤخراً، مما أدى إلي تزامن بناء الدولة القطرية، وأصبح من الصعب علي هذه الدول التفكير في النظام الإقليمي وهي لازالت تبني نفسها كدول مستقلة، وهذا كان علي حساب التوحد الإقليمي.

ثانياً: الأسباب الاقتصادية وتتمثل في الآتي:

1. عدم التناسق في السياسات الاقتصادية واختلاف درجات النمو الاقتصادي بين هذه الدول.
2. غياب التقنية والتطور الذي يحدد الأهداف والوسائل والبرامج من اجل تنفيذها بشكل واضح، وهو السبب الذي أدى إلي عدم وضوح الأهداف والاتجاهات العامة.
3. عدم الاقتباس وأخذ العبر من تجارب التكتلات الاقتصادية الأخرى، دون النظر إلي واقع هذه الدول ومدى ملائمة هذه التجارب لظروف دول المغرب العربي الراهنة.
4. سيطرة طبقات معينة علي تسيير النشاط الاقتصادي، ويتمثلون في ذوي المناصب والتجار والسماسة وأصحاب المصالح والعلاقات الشخصية، مما أدى إلي تباين الطبقات في هذه المجتمعات.
5. انخفاض مستوى الإنتاج الزراعي، نتيجة قلة الأمطار والجفاف المتزايد، مما أدى إلي تغطية العجز من متطلبات الحبوب والمواد الغذائية بالاستيراد من الخارج.
6. انخفاض مستوى الكفاءة الفنية المتبعة في مجالات الإنتاج بمعظم اقتصاديات هذه الدول، وذلك لعدم توفر رؤوس الأموال اللازمة لاستخدام أساليب إنتاجية حديثة.
7. ارتفاع معدلات النمو السكاني مقارنة بموارد هذه الدول، وهذا أدى إلي تغطية العجز بالديون الخارجية،

- وإغراقها في الديون أدى إلي تبعيتها.
8. الإنفاق التفاخري السائد في هذه الدول، المتمثلة في الإسراف والتبذير علي الكماليات، سواء كان علي مستوى الفرد أو المجتمع في المناسبات أو الاحتفالات الرسمية أو العائلية.

ثالثا: الأسباب الاجتماعية وتتمثل في الآتي:

1. سيطرة القيم والتقاليد والمبادئ الخاصة والأعراف علي المستوى السياسي والاقتصادي والاجتماعي.
2. التركيز علي خدمة الأسرة والقبيلة ثم المنطقة وتأتي المصلحة العامة في نهاية المطاف لأهداف المدراء وأصحاب القرار في هذه الدول.
3. الجهل والتخلف الثقافي وليس التعليمي التي لا يزال متقشي بين طبقات المجتمع في هذه الدول، رغم إنها متفاوتة من دولة إلي أخرى ولكنها عامل مؤثر في عملية التطور.

رابعا: الأسباب الجغرافية وتتمثل في الآتي:

1. الحدود الجغرافية المصطنعة التي وضعها الاستعمار بين هذه الدول، والتي لعبت دورا رئيسيا في فشل التكتل الإقليمي المشترك فيما بينها، واتضح ذلك جليا في مشكلة الصحراء الغربية بين الجزائر والمملكة المغربية التي كانت سببا رئيسيا في فشل هذا الاتحاد.
2. التفاوت في الموارد الطبيعية بين الدول والتي جعلت كل دولة تحاول إيجاد حلول مناسبة لها من اجل سد حاجة المواطنين، ولو كانت بالديون الخارجية أو التبعية الأجنبية.

خامسا: الأسباب الإدارية وتتمثل في الآتي:

1. المركزية في الإدارة وهو عامل رئيسي في أغلب هذه الدول، واتخاذ القرارات الارتجالية بدون دراسة أو نظرة مستقبلية، مما اثر علي سير العملية الإدارية في المؤسسات العامة أو علي المجتمع أجمع.
2. عدم الاهتمام بساعات الدوام الرسمي، والزيارات الكثيرة أثناء الدوام الرسمي، مما أدى إلي تأجيل الخدمات من يوم إلي آخر بدون مبرر.
3. سيطرة الولاء للقبيلة بدلا من المصلحة العامة، والمصالح الشخصية المتبادلة بين الموظفين في تقديم الخدمات.
4. انعدام مقاييس الجدارة في التعيين بين الموظفين، وسوء نظام الحوافز.
5. عدم اختيار الشخص المناسب في المكان المناسب، بل يتم الاختيار وفقا للعلاقات والولاء للمدراء وصناع القرار.
6. المزاجية في العمل والروتين، وعدم وجود المرونة في التعامل، وشيوع ظاهرة النفاق وشراء الذمم بين الموظفين، مما أدى إلي وجود فروق فردية بين الإداريين وانعكس سلبا علي العمل الإداري.
7. قلة الاهتمام بالتوثيق والمعلومات وحفظ المستندات.
8. إتباع الأسلوب التقليدي في النظام الإداري، وعدم التجديد في الأسلوب وإعطاء الفرصة للنخب الشابة والمتعلمة في صنع القرار الإداري.
9. عدم وجود أنظمة رقابية إدارية فاعلة ونزيهة، رغم وجودها ولكن يغلب عليها طابع الوساطة والمصالح الشخصية أيضا، مما أدى إلي تفاقم هذه المشكلة باعتبار أن الأجهزة الرقابية تحتاج رقابة أيضا حيث يقول المثل (فاقد الشيء لا يعطيه).

النتائج:

- أود أن أخص بشيء من التوضيح ما توصلت إليه من نتائج خلال هذه الورقة ونذكرها علي النحو التالي:-
- 1- التكامل في الأصل يقصد به التكامل الاقتصادي والاجتماعي طويل الأمد، والدليل علي ذلك أوروبا التي تعمل منذ حوالي نصف قرن، ولكنها لم تتوصل إلي مستوى عالي من الاتفاق السياسي بين أعضائها يسمح تبني سياسة خارجية موحدة، بينما التكامل العربي يبدأ بالمشروعات السياسية وبمجرد نشوب خلاف سياسي تنهار كل الخطط والمشاريع، كما هو الحال في اتحاد دول المغرب العربي.
 - 2- التجارب التكاملية العربية عامة امتازت بثقل الخطاب السياسي وبؤس الواقع، رغم إن دول اتحاد المغرب العربي تؤكد من خلال أهداف الاتحاد علي انه خيار استراتيجي ولكنها تتصرف علي عكس ذلك، لان السلوك السياسي لبعض متخذي القرار السياسي مازال حبيس الأفكار والرؤى القطرية الضيقة وتصورات السيادة التقليدية التي تجاوزها الزمن.
 - 3- تقتر الدول العربية عامة إلي الدراسات العلمية الحقيقية عن جدوى المشاريع التكاملية، فكلها جاءت نتيجة قرارات إدارية غلب عليها الحماس بدلا من التريث والتحصير الجيد والجدي لمثل هذه التكتلات الإقليمية.
 - 4- اتحاد دول المغرب العربي مازال يعاني من مشكلة في غاية الأهمية، وهي الخلاف القائم بين الجزائر والمملكة المغربية علي قضية الصحراء الغربية التي تعتبرها المملكة المغربية جزء من أراضيها، وهذه المشكلة اعتبرت القشة التي قسمت ظهر البعير وكانت سببا رئيسيا ومباشرا في فشل هذا الاتحاد.
 - 5- عقلية التحرك المنفرد تعتبر سيدة الموقف لدي العديد من هذه الدول والتنافس من اجل الحصول علي اكبر قدر من المساعدات الخارجية.
 - 6- ضيق الأسواق المغاربية، وضعف حجم التبادل التجاري وحجم الاستثمارات في هذه الدول، مما أدي إلي حرمانها من إمكانية الاستفادة من المزايا المتمثلة في إقامة المشروعات الكبيرة التي لا تقوم إلا بوجود أسواق كبيرة تتسع لهذه المشاريع.
 - 7- انخفاض مستوى الكفاءة الفنية المتبعة في مجالات الإنتاج بمعظم اقتصاديات هذه الدول، وذلك لعدم توفر رؤوس الأموال اللازمة لاستخدام أساليب إنتاجية حديثة.
 - 8- الارتفاع السريع في معدل النمو السكاني والذي يتطلب موارد وخدمات بالمقابل، وعدم توفر هذه الموارد أدي إلي البطالة والتضخم في العديد من هذه الدول.
 - 9- تأثر الدول المصدرة للنفط مثل ليبيا والجزائر من تذبذب أسعاره، وزاد العبء علي الدول المستوردة مثل تونس والمغرب وموريتانيا.
 - 10- أتباع السياسة الاستعمارية الواسعة التي تجاوزت الموارد المحلية المتاحة، مما أدي إلي لجوء اغلب الدول إلي الديون الخارجية من اجل سد العجز في الموارد المحلية.
 - 11- انخفاض مستوى الإنتاج الزراعي، نتيجة قلة الأمطار والجفاف المتزايد، مما أدي إلي تغطية العجز من متطلبات الحبوب والمواد الغذائية بالاستيراد من الخارج.
 - 12- القيود التي تتعرض إليها هذه الدول بصفة عامة، والمتمثلة في تحويل التجارة من هذه الدول العربية إلي التكتلات، والقيود الكمية علي صادراتها يعتبر مؤشر سلبي علي هذه الصادرات وسبب مهم في إقامة السوق المغاربية المشتركة.
 - 13- الفشل في استخدام أساليب الإدارة الناجحة، والإهمال الوظيفي وسوء الإدارة المتمثل في الوساطة والمصالح المتبادلة بين الموظفين في تقديم الخدمات، والنظرة القبلية الضيقة السائدة لدي العديد من فئات المجتمع، والفروق الفردية الصارخة وعدم المساواة بين طبقات ا لمجتمع، كلها أمور أدت إلي امتعاض المواطن

وكانت سببا في هجرة العديد من الخبرات والعقول التي قد تساهم في بناء الأمة إلي خارج الاتحاد.

التوصيات:

- 1- الخطوة الأولى التي يجب أخذها بعين الاعتبار هي إعادة النظر في أوضاع اتحاد المغرب العربي السياسية والاقتصادية والاجتماعية، والتركيز علي الأسباب الأكثر شمولية.
- 2- الدعوة إلي حوار بين الجزائر والمغرب يساهم فيه صناع القرار والجامعيون ورجال الإعلام، ليتحاور هؤلاء بكل صراحة وموضوعية بعيدا عم المصالح المادية الضيقة لسد الهوة بين الجارتين، لان مصير الاتحاد مرهون بتحسن نوعي في العلاقات بين البلدين، لأنها مسئولية تاريخية ويجب علي هذه الدول تحملها أمام الأجيال القادمة. بالطبع إن الخلافات بين الجزائر والمغرب كبيرة وكثيرة، ولكن من مصلحة الجميع أن تتحول هذه الخلافات إلي اختلافات في وجهات النظر، لان الخلاف ظاهرة مرضية، بينما الاختلاف هو ظاهرة صحية وجوهر التعددية، فعليه يجب أن تتفق هذه الدول إلي أن تصل إلي حلول جذرية للاختلافات.
- 3- تبني سياسات موحدة لمواجهة الآثار التي تحتتها المتغيرات الاقتصادية العالمية والإقليمية، وذلك من خلال إقامة سوق مغاربية مشتركة تكفل الحصول علي أفضل مزايا تنافسية، في إطار المعاملات التبادلية مع التكتلات الاقتصادية الأخرى.
- 4- يفترض أن تكون التجمعات الإقليمية قائمة علي مصالح وأهداف محددة ومشتركة، أي أن تعرف جميع الدول ماذا تريد بالتحديد من هذا الاتحاد. لأن هناك العديد من الخلافات والتعارض في المصالح والأهداف.
- 5- التمييز بين النقاط المتفق عليها ومواضيع الخلاف، أي استبعاد أو تجاوز كل النقاط المختلف عليها أو تأجيلها، لأن العمل الإقليمي لا يحتاج إلي وفاق كامل وتطابق في المصالح والمواقف والأهداف كلها وخاصة في بداية قيامة.
- 6- التعويض عن التكتلات الإقليمية العربية الكبيرة بالقيام باتحادات صغيرة مثل اتحاد المغرب العربي و مجلس التعاون الخليجي، ومن بعد يمكن أن تدمج هذه الاتحادات تحت مظلة اتحاد عربي موحد مشترك، ربما يكون الأمر أسهل وخاصة في ضوء الظروف الحالية.
- 7- محاولة إيجاد مناطق للتجارة الحرة وفق صياغة متكاملة للعناصر مع تعزيز إقامة مشروعات مغاربية كبيرة مشتركة، وتطوير الأسواق المالية وتنسيق السياسات النقدية والإنمائية.
- 8- تنسيق السياسات المالية بما يدعم التكامل الاقتصادي المغاربي، والإسهام في تحقيق الاستقرار النقدي.
- 9- العمل علي إيجاد عملة موحدة، وخاصة أن اغلب هذه الدول تجتمع تحت عملة واحدة وهي ما يسمى بالدينار، إلا أن القوة الشرائية لهذه العملة تتفاوت من دولة لأخرى.
- 10- التأكيد علي نشر الوعي بين طبقات المجتمع، من خلال وضع برامج للقضاء علي الأمية التي لا تزال متفشية في اغلب هذه المجتمعات، ونشر المعرفة والعمل علي نقل التكنولوجيا بين أقطار هذه الدول، لخلق مناخ اقتصادي وسياسي واجتماعي مهم.
- 11- التعاون في مجال الزراعة، نظرا لأنها تمثل مجال استراتيجي مهم للقضاء علي العجز الغذائي في هذه الدول، والذي تتم تغطيته بالاستيراد من الخارج.
- 12- وجود أجهزة إدارية تعتمد علي أسس ثابتة ومبادئ معترف بها، مستندة علي أصول مدروسة مستمدة من الخبرات التي حققتها الدول المتقدمة، من أجل تنفيذ السياسات العامة التي تضعها السلطات العامة للاتحاد،

لأنه بدون تبني إرادة سياسية واضحة ونظرة علمية وعملية لن تكون هناك عملية تكاملية إقليمية، حتى ولو زود هذا الاتحاد بأرقي آليات العمل المؤسساتي، كتلك المعمول بها في الاتحاد الأوروبي.

فان الاختيار المتاح أمام اتحاد دول المغرب العربي الآن هو الاندماج والتكامل في جميع المجالات، بتفعيل الاتحاد المغربي والقيام علي تعاون اقتصادي، من اجل خلق جزء من التكتل العربي، باعتبار أن الظروف الاقتصادية والاجتماعية والعوامل الجغرافية ملائمة للقيام بذلك، بعيدا عن الخلافات السياسية العالقة التي يمكن حلها فيما بعد. وعليه يجب على صناع القرار السياسي في هذه الدول أن يتنازلون ولو بقدر بسيط من اجل خدمة التكتل والدفع به وليس التثبث بالأفكار البالية التي تؤدي إلي فشل هذه التكتلات، والابتعاد عن التكامل القطري الذي يعتبر محدد سلبي جدا في تحقيق الأهداف، ومن الواجب تكوين تكتل أوسع من حيث الزمان والمكان من اجل الوصول إلي التكتل المطلوب كبدل لتحقيق رغبات الشعوب. وهذا لا يتحقق إلا بتحرير طريقة من تأثير العلاقات الشخصية السائدة بين قادة هذه الدول وإخضاع هذه المسألة إلي الديمقراطية الحقيقية، ويجب أن تتجه القرارات والآراء نحو الاقتصاد والفصل بينه وبين السياسة من اجل تحقيق الأهداف.

(المراجع (References)

1. David, F. R. Strategic Management. New York: Macmillan Publishing Company, 1991, 971 p. ISBN 0-675-21386-X
2. مصطفى عبد الله خشيم، علم العلاقات الدولية، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والإعلان، الطبعة الثانية، ص 25.
3. مصطفى عبد الله خشيم، علم العلاقات الدولية، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والإعلان، الطبعة الثانية، ص 27-28.
4. خيرى عيسى، مدخل في علم السياسة- القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 1990، ص 21.
5. يسري الجوهري، الجغرافية السياسية، مكتبة الإسكندرية، 1997، ص 14.
6. محمد محمود الديب، جغرافية سياسية، مكتبة سعيد رأفت، القاهرة، ص 392.
7. <http://www.aljazeera.net/NR/exeres.> [11-29-2005].
8. I bid. [11-29-2005].
9. <http://www.maghrebarabe.org/ar/index3.htm>. [12-25-2005].
10. Achenbach, R. *Controlling*. Prague: ASPI Publishing, 2000, p 254. ISBN 80-85963-86-8.
11. <http://www.aljazeera.net/NR/exeres.> [11-29-2005].
12. <http://ww.sestcic.org/member/mor/morhome.shtml>. [02-14-2006]
13. I bid. [02-17-2006].
14. I bid. [02-01-2006].
15. I bid. [03-14-2006].

