



University of Tripoli

# مجلة العلوم الرياضية و المرتبطة

العدد الرابع و العثرون - يونيو , ديسمبر 2016

# مجلة العلوم الرياضية و المرتبطة

## رئيس التحرير

د. محمد علي عبدالرحيم

## مدير التحرير

د. خالد الهادي عبدالسلام الرفاعي

## هيئة التحرير

د. الحبيب أبو القاسم عاشور

د. فدوى كامل فرحات

د. كريمة الكوربو

## الهيئة الاستشارية

د. البشير أبو عجيبة القنطري

د. عياد علي المصراطي

د. محمد سالم العجيلي

د. ليلى عبدالقادر أبو شكيوه

## المراجعة اللغوية و الترجمة

د. عبد السلام عبد الله حسين اللغة العربية

د. و داد الطاهر الغدامسي اللغة الانجليزية

## بسم الله الرحمن الرحيم

### كلمة عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الحمد لله العزيز العليم الذي كان لنا خير معين في إخراج هذه المجلة بالشكل والنهج العلمي المطلوب ، إن مواكبة التطور التكنولوجي والتغير السريع الذي طرأ علي جميع علوم الحياة جعل من الضروري على المؤسسات التعليمية ومن بينها التربية البدنية وعلوم الرياضة أن تأخذ على عاتقها استخدام الوسائل التعليم الحديثة في تحقيق أهدافها لمواجهة هذا التطور من خلال إصدار أعداد مجلتها العلمية بشكل منتظم ، و تشعب الأبحاث العلمية وازدحامها بالتفاصيل و الاستخدامات المختلفة جعل هيئة تحرير المجلة تضع على عاتقها إمكانية وضع الحلول العلمية وإمكانية مواكبة وتطوير إصدارتها بما يتماشى و معيار الجودة للبحوث العلمية، وذلك من اجل التنمية البشرية التي تعتبر العمود الفقري للتنمية المستدامة بكل المجتمعات.

كما ان المطبوعات الورقية لازالت تشكل الركن الاساسي الذي يعتمد عليه في الانتاج العلمي من بحوث ومؤلفات فهي تشكل المرجع الاساسي، كما تؤكد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بان الانتاج العلمي ينبغي ان يتدفق ويستمر ويزخر بهذا العدد وبسواعد هيئة التحرير للمجلة بإصدار عدد جديد يحمل الرقم (الرابع والعشرون) يونيو- ديسمبر 2016.

أ.د. محمد علي عبدالرحيم

عميد الكلية ورئيس تحرير المجلة العلمية

## شروط النشر بالمجلة العلمية لكلية التربية البدنية و علوم الرياضة

### أولاً: متطلبات البحث المقدم للنشر:

- أن تتضمن البحوث اضافة علمية جديدة او مبتكرة في مجال التخصص للعلوم الرياضية أو العلوم المرتبطة بشرط :-
  - ان لا يكون البحث قد نشر مسبقا
  - ان لا يكون البحث قد تم تقويمه أو نشره في مجلة أخرى
- تكتب البحوث باللغة العربية أو الانجليزية ويرفق معها ملخص بما لا يتجاوز (250) كلمة
- البحوث المكتوبة باللغة الانجليزية يرفق معها ملخص باللغة العربية على أن يشتمل الصفحة على عنوان البحث وجزء من المقدمة وهدف البحث وأهم أجزائه وطريقة اختياره لأفراد العينة وبعض قياسات وأدوات البحث وأهم النتائج والتوصيات.
- ألا يزيد عدد صفحات البحث عن (15) صفحة ، ولا يزيد عدد السطور بالصفحة الواحدة من (20-24) سطرا ، وحجم خط العناوين (12) وباقي المقاطع بحجم (12) Arabic simplified
- تترك مسافة 4 سنتيمتر من اعلى الصفحة و3 سنتيمتر من أسفل الصفحة و2.5 سنتيمتر من كلا الجانبين
- أن تشتمل محتويات البحث على (المقدمة ،مشكلة البحث ،الاهداف ،الفروض ،عرض الدراسات السابقة ،اجراءات البحث ،نتائج البحث ،الاستنتاجات ،توصيات البحث ،المراجع)
- تسلم البحوث الى مكتب المجلة العلمية من نسختين ورقية على A4 بالإضافة الى نسخة إلكترونية على قرص مضغوط (CD)
- تحال الابحاث الى لجنة تقويم البحوث العلمية المكونة من قبل اساتذة متخصصين كلا في مجال تخصصه
- الباحث ملزم بإجراء التعديلات الواردة من قبل لجنة التقويم إن وجدت وتحمل التعديلات على CD اخر
- الباحث له الحق في مراجعة هيئة تحرير المجلة في حال عدم اقتناعه ببعض التعديلات الواردة في التقويم

- البحث غير المعدل يستبعد من عدد المجلة، وإذا تتطلب الأمر يتم عرضه على اللجنة الاستشارية بالمجلة وفي حالة عدم قبوله يستبعد من النشر أما في حالة عدم قبوله على الباحث الالتزام بالتعديلات المطلوبة ويتم اضافته بالعدد العالي
- عند قبول البحث للنشر بالتعديلات يجب ألا تتجاوز مدة استكمال التعديلات من طرف الباحث (10) أيام

### ثانيا : لجنة التحكيم:

- تقوم هيئة التحرير بإجراء تقييم مبدئي للبحوث المقدمة قبل إحالتها الى المحكمين من ذوي الخبرة البحثية والمكانة العلمية المميزة ،وفي المجال المقدم فيه البحث ،وتتم الاستعانة بالقائمة المعتمدة من الجامعات الليبية.
- يخطر الباحث بنتيجة التحكيم خلال أسبوع من وصول النتيجة لمدير التحرير ،مع احتفاظ هيئة التحرير بنسخة الاصدار الأولية.

### ثالثا : حقوق المجلة :-

- لهيئة التحرير الحق الفحص الاولي للبحث وتقرير أهليه للتحكيم.
- يجوز لمدير التحرير إفادة الباحث ببحثه غير مقبول للنشر وفق رأي المحكمين عند طلبه دون ذكر أسماء المحكمين.
- يعد البحث في حكم المسحوب إذا تأخر الباحث عن إجراء التعديلات المطلوبة على البحث لمدة تزيد عن اسبوعين من تاريخ تسله الرد من مدير المجلة ،ما لم يكن هناك عذرا قهريا تقدره هيئة التحرير.
- لهيئة التحرير حق نشر البحث ورقيا كان أو الكترونيا.
- إذا ثبت لهيئة التحرير قيام الباحث بنشر بحثه مرة أخرى ،يحق لهيئة التحرير حرمانه من النشر مستقبلا ،كما تخطر الجهة التي يعمل بها.
- البحوث المنشورة بالمجلة لا تعبر إلا عن رأي صاحبها ويتحمل المسؤولية إذا كان البحث منشور بجهة أخرى.
- إذا لم يلتزم البحث بإجراء التعديلات المطلوبة من قبل المحكمين ،أو قام بسحب البحث قبل نشره ،يتحمل تكلفة التحكيم والبريد وغيرها من النفقات التي تحملتها هيئة التحرير بالمجلة.

### المستلمات :

- يمنح الباحث عدد (2) نسخة مجانية من المجلة.
- رسالة رسمية من المجلة تفيد بنشر البحث ،تحتوي على (اسم /أسماء) (الباحث/البحاث) ،عنوان البحث ،ترتيب العدد ،تاريخ إصداره .
- ترتيب البحوث في المجلة لا يخضع لأهمية البحث ولا لمكانة البحث ،بل يتم الترتيب وفق الاسبقية في الانتهاء من التحكيم والتعديل.

## فهرس المحتويات

ص	الفهرس	ت
16-9	تأثير استخدام أنماط من التمرينات البدنية على الكفاءة البدنية و نسبة الدهن عند النساء. د. تعزیز علي موسي ، د. لطفيہ علي الكيب ، د. ربيعة المبروك سويسي	1
28 -17	تأثير التغذية الراجعة البصرية باستخدام الأفلام الحلقية في تحسين مستوي الأداء الفني لمسابقة دفع الحلة. أ. محمد عبدالله الحاج ، د. خالد رمضان الدعاس ، أ. رضوان إبراهيم الأخضر	2
44-29	المشكلات الإدارية وأثرها علي ممارسة الأنشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة . د . سعاد علي زبون ، د. حسن سعد الصغير ، د. إبراهيم علي عطية	3
57-45	دراسة مقارنة لمهارة تركيز الانتباه لذوي الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو ، طرابلس 2009 . د. عبدالقادر البصااص ، د. وليد علي المرغني ، أ. جلال محمد ناصر	4
65-58	أساليب مهارات الانتباه كما يدرکها حكام كرة القدم السعوديين . د . عبدالعزيز بن عبدالکريم المصطفي	5
81-66	الذكاءات المتعددة وعلاقتها باختبارات القبول لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الجفارة . د. عبداللطيف سعد حبوص ، د. مصطفى محمد العومري ، د. علي ابو عجيبة الزروق	6
87-82	دور الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية. د. خالد محمد بدر ، د. عمران المبروك شختور	7
96-88	توجه المنافسة الرياضية في ظل مصادر ضغوط المنافسة لدى أواسط كرة القدم (17- 19 سنة) د. بن نعمة محمد، د. بن راجح خير الدين، د. خروني محمد فيصل	8
104-97	تأثير برنامج تعليمي مقترح على تنمية بعض الصفات المهارية للمبتدئين في كرة الماء بطرابلس. د. جمال سوندي يخلف، د. عمران عاشور الحصائري، د. أحمد كامل حسنين	9
111-105	دراسة مقارنة بين ثلاث طرق للاستشفاء د. إبراهيم علي مُختار عطية، د. علي الفيتوري عبدالجليل، د. حسن سعد الصغير.	10
118-112	The Influence of Body Mass on Parameters Wingate Anaerobic Test Dr. Munir Krifa,	11
129-119	"برنامج مقترح للتمرينات البدنية كمدخل لعلاج بعض الانحرافات القوامية تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (6- 9) سنوات نموذجاً" د. ابراهيم علي ابوعمود ، د. وليد محمد شديوب ، أ. فوزي محمد الشبل	12
145-130	تأثير برنامج مقترح للألعاب الحركية باستخدام الأدوات على بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقات الذهنية) د . سعاد علي محمد زبون .	13

159-146	"برنامج تدريبي مقترح لتطوير الاداء الخططي الهجومي لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة" د. صلاح الدين علي سعد بن دخيل د. إبراهيم سالم الرقيعي د. احمد كامل حسنين	14
168-160	مشروع مقترح لبرنامج التربية العملية بكلية التربية في ضوء المعرفة البيداغوجية د. ميلود محمد وادي أ. عبدالمعتم سعد شقتر أ. فوزي محمد الشبل	15
175-169	تأثير برنامج ترومجي رياضي مقترح علي مستوى التوافق الشخصي لدى نزلاء دار الرعاية بطرابلس. د. ميلود محمد وادي د. سالم عبدالنبي صيني د. نوري عاشور الشماح	16
183-176	الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. د. سعاد سعيد العزابي أ.م. د. منى رجب الدهماني د. منتصر ابو بكر المغربي	17
188-184	مستويات النشاط البدني لطلبة بعض كليات جامعة طرابلس القاطع (ب) د. خالد محمد حدود محمد جمعة كريمة عبدالرزاق البهلول اللحلاحي	18
204-189	العلاقة بين مستوي الاداء الاداري ومستوي الابداع الاداري لدي أعضاء الهيئات الادارية في الاندية الرياضية في الاردن د. سامره عبد الرسول السعدون	19
212-205	تقويم بعض جوانب الأداء التدريسي لأساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من وجهة نظر طلبة مرحلة البكالوريوس د. خالد محمد حدود د. اسعد الهادي شقلمب د. محمد جمعة كريمة	20
220-213	تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى اللياقة البدنية للمستجدين بمعهد عمليات الشرطة طرابلس د. بسام مصباح الوحيشي	21



تأثير ممارسة التمرينات الحرة والوثب بالحبل والجري في المكان على كفاءة العمل البدني ونسبة الدهون لدى المرأة  
د . تعزيز على موسي د . لطفيه علي الكيب د . ربيعة المبروك سوسي

### المقدمة ومشكلة البحث

الرياضة عامل هام من عوامل الصحة الجيدة ، فهي تضيء على من يمارسها صحة وحيوية ولباقة وكفاءة بدنية ومظهر أفضل ، كما تسهم في تأخير لشعور بالتعب وتساعد على التحكم في الوزن ، ويكون الفرد لائقا لثقا بدنيا حيث تؤدي الأجهزة الداخلية ومنها الجهاز الدوري التنفسي والعضلات عملها اليومي على مستوى من الكفاءة مع القدرة على مواجهة أي مجهود إضافي بنشاط وحيوية ، هذا الأنشطة تمتاز بالاستمرارية في الأداء وتؤدي بسرعة معتدل وإيقاع شبه منتظم ، حيث يشترك في أداؤها مجموعة كبير من العضلات أهمها عضلات الأرجل ، وتعرف بأنشطة التحمل الدوري التنفسي ومنها المشي (الجري البطيء ) وركوب الدراجة ( الثابتة أو العادية ) الوثب بالحبل ،السباحة الطويلة ، وغير ذلك من الأنشطة الرياضية .

وتوصي الأبحاث الحديثة بضرورة موازنة التمرينات الهوائية وهي التي تعتمد في أداؤها على عمل الجهاز البوري التنفسي من حيث الحاجة إلى الأوكسجين المستنشق لاستخراج الطاقة اللازمة خلال النشاط البدني ، والأنشطة التي تستمر في أداؤها أكثر من دقيقتين هي أنشطة تحمل هوائي ، وتعتبر التمرينات الحرة والوثب بالحبل والجري في المكان من الأنشطة الهوائية المؤثرة على كفاءة عمل القلب والرئتين ، وبالتالي زيادة كفاءة العمل البدني وقد أجريت العديد من البحوث العربية والأجنبية في هذا المجال .ومن أهمها دراسة (سامية الهجرسي ) كان من نتائجها أن الجري أدى الى تقليل نسبة الدهون بالجسم وانخفاض الوزن عن ممارسة التمرينات ،والرياضة أمر مهم للمرأة مثل الرجل ، بل أن البعض يرى أن تأثير الرياضة على المرأة يفوق تأثيرها على الرجل من حيث أهميتها في أنجاب أطفال أصحاء ، وتختلف نظرة المجتمعات الى ممارسة المرأة للرياضة ،ففي المجتمع الشرقي نجد أن الغالبية منهم لا يمارس الرياضة أما لأسباب اجتماعية أو أسباب اقتصادية ، مما قد يؤدي الى أن يعاني البعض منهم من مشاكل السمنة وانخفاض مستوى اللياقة البدنية ،لذا كانت هناك حاجة لإيجاد الحلول البديلة التي تساعد المرأة على موازنة نشاط رياضي في المنزل لا يحتاج المهارة خاصة في الأداء ويمكن مزاولته في مساحة صغيره قد يعود عليها بنفس الفوائد البدنية والفسيوولوجية والتي توفرها الأنشطة الرياضية في أي مكان آخر ، ومن منطلق أن التمرينات الحرة والوثب بالحبل والجري في المكان من الأنشطة التي يمكن مزاولتها في المنزل بأبسط الإمكانيات اختارت الباحثة وموضوع البحث في محاولة لمعرفة تأثير كل من التمرينات الحرة

والوثب بالحبل والجري في المكان على كفاءة العمل البدني وبعض المتغيرات الفسيولوجية ونسبة الدهون  
**أهمية البحث :** محاولة للوقوف على تأثير ثلاث أنواع من التمرينات على كل من كفاءة العمل البدني لدى المرأة ، نسبة الدهون في جسم المرأة .

### أهداف البحث :

- 1- التعرف على تأثير ممارسة كل من التمرينات الحرة والوثب بالحبل والجري في المكان
- 2- التعرف على زمن العمل وبعض المتغيرات الفسيولوجية متمثلة في التهوية الرئوية معدل التنفس
- 3- التعرف على نسبة الدهون في الجسم
- 4- التعرف على الفروق لتأثير ممارسة كل نوع على حد على المتغيرات المختارة قيد الدراسة

### فروض البحث :

- لكل من التمرينات الحرة ،والوثب بالحبل ، الجري في المكان ، أنواع التمرينات الثلاثة آثار ايجابية على
- 1- رفع كفاءة العمل البدني لدى المرأة
  - 2- تقليل نسبة الدهون في جسم المرأة

### المصطلحات :

- 1- **الكفاءة البدنية :** هي كمية العمل التي يمكن للاعب أدائها بأقصى شدة ومع تحسن الحالة يستطيع اللاعب أداء كمية عمل أكبر مع الاقتصاد في الطاقة المبذولة .
- 2- **التهوية الرئوية :** كمية الهواء التي تدخل أو تخرج من الرئتين في الدقيقة .
- 3- **الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين :** الكمية المستهلكة من الأوكسجين في أقص وقت عمل هوائي في الوحدة الزمنية المحدد معا بالتر- الدقيقة
- 4- **السمنة :** هي تراكم للدهون في الجسم عن المعدل المرغوب للفرد من حيث جنسه ووزنه .

### الدراسة السابقة :

- 1- دراسة رقية أبوالقاسم الحراري (2002)  
برنامج للتمرينات الهوائية بالأدوات على بعض ( بعنوان المتغيرات ونسبة الدهن لطالبات كلية التربية البدنية بالزاوية ) .  
هدف الدراسة : التعرف على تأثير البرنامج المقترح للتمرينات الهوائية بالأدوات على بعض المتغيرات ونسبة الدهن لطالبات (السنة الثالثة )كلية التربية البدنية بالزاوية  
المنهج المستخدم : استخدمت الدراسة المنهج التجريبي

**عينة البحث :** تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من بين الإناث عضوات في نادي ومن غير الممارسة لأي نشاط رياضي وتتراوح أعمارهن بين 20- 45 وقد بلغ عدد أفراد العينة 32 أنثى وقد تم تقسيم العينة الى أربعة مجموعات تجريبية كما يلي :

- 1- مجموعة التمرينات الحرة وعددها 7
- 2- مجموعة الوثب بالحبل وعددها 9
- 3- مجموعة الجري في المكان وعدده 9
- 4- مجموعة أنواع التمرينات الثلاثة وعددها 7

عينة البحث : بلغ حجم العينة ( 20 ) طالبة  
أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة : كانت هناك فروق معنوية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية والصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي في بعض المتغيرات الوظيفية ونسبة الدهن .

#### إجراءات البحث :

**منهج البحث :** استخدمت الباحثة المنهج التجريبية لملائته لطبيعة البحث وأهدافه .

### جدولة رقم ( 1 ) التكافؤ بين المجموعات الاربعة

نسبة الدهون	الكفاءة البدنية										الوزن	الطول	السن						
	استهلاك الاكسجين		استهلاك الاكسجين		معدل القلب		معدل التنفس		التهوية الرئوية										
ن	م	ن	م	ن	م	ن	م	ن	م	ن	م	ن	م	ن	م	ن	م	ن	م
3	48	48	35,07	0,39	1,93	12,31	154,07	5,6	34,67	2,25	23,1	2,3	67,6	6,4	100,0	3,6	27,4	التمرينات الحرة	
2	38	38	40,43	0,11	1,72	23,3	145,40	5,3	31,20	3,7	27,6	4,6	68,1	4,2	158	4,9	28,7	الوثب بالحبل	
2,4	39	39	43,13	0,12	1,71	11,9	141,61	3,1	26,40	6,10	21,16	3,1	67,3	4,0	156,2	4,8	29,5	الجري في المكان	
2,5	37	37	41,37	0,24	1,81	18,5	144	7,52	32,28	4,9	29,86	2,8	68,5	4,2	158	4,6	27,7	انواع التمرينات الثلاثة	
0,58	2,18		0,82		0,61		2,57		1,79		0,37		2,75		2,73		محسوبة	قيمة ت جدولية	
2,75																			
غير دال																		الدالة	

قياس كفاءة العمل البدني عند 170 دقة قلب

### الإجراءات الإحصائية :

المتوسط الحسابي  
الانحراف المعياري  
قيمة ت المحسوبة  
ت الجدولية

**القياس القبلي :** تم إجراء القياس على عينة البحث البالغ عددها 32 أنثى وذلك المدة 4 أيام ، بدأ تطبيق التمرينات للمجموعات الأربعة المدة شهرين بلغت عدد وحدات التدريب 24 وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع ولمدة 30 دقيقة .

**التمرينات التدريبية لمجموعات البحث :** بعد قراءات في مجال التمرينات وأخذ رأي بعض خبراء من أعضاء هيئة التدريس بالكلية تم وضع التمرينات الخاصة لكل مجموعة من مجموعات البحث التجريبية ( التمرينات الحرة ، الوثب بالحبل ، الجري في المكان ) .

**القياس البعدي :** تم إجراء القياس البعدي للمجموعات التجريبية الأربعة وتضمنت نفس القياسات ونفس الترتيب وذلك خلال ثلاثة أيام .

### أدوات البحث :

- اختبار 170 دقة قلب لقياس كفاءة العمل البدني
- التمرينات المقترحة لكل من التمرينات الحرة والوثب بالحبل والجري في المكان وأنواع التمرينات الثلاث .

### الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

- 1- رستاميتز لقياس الطول بالسنتيمتر
- 2- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام
- 3- جهاز قياس كفاءة العمل البدني بالطريقة المباشرة عند 170 دقة قلب/دقيقة
- 4- دراجة الارجومترية لتحديد حمل العمل
- 5- جهاز ضبط الإيقاع ( مترونوم ) Metronome
- 6- حبال للوثب
- 7- جهاز قياس سمك الجلد

### الدراسة الاستطلاعية : ( الضبط القياسات )

اختيرت 10 إناث من خارج عينة الدراسة ومن نفس العمر وذلك التأكد من صلاحية القياس المستخدمة ، وتحديد الوقت الذي تستغرقه كل القياسات واكتشاف أي قصور يستلزم إجراء تعديلات ، وقد تمت إجراءات القياس كالتالي

قياس الطول  
قياس الوزن  
قياس سمك الجلد التحديد نسبة الدهن

### القياسات القبليّة والبعديّة المتغيرات العمل البدني للمجموعات الأربعة

المتغيرات	القياسات	التمرينات الحرة	الوثب بالحبل	الجري في المكان	أنواع التمرينات الثلاثة
زمن العمل بالدقيقة	التوسط القبلي	2,71	3,00	3,17	3,11
	التوسط البعدي	4,95	6,22	6,83	5,85
	الفرق بين	2,24	3,22	3,66	2,74
	التوسطين	0,60	0,56	0,66	0,51
	الانحراف	9,82	17,10	16,63	12,05
	المعياري ت المحسوبة مستوى الدلالة	دال	دال	دال	دال
التهوية الرئوية باللتر	التوسط القبلي	23,10	27,60	21,16	29,86
	التوسط البعدي	23,66	28,80	23,79	30,70
	الفرق بين	0,56	1,20	2,63	0,84
	التوسطين	0,60	0,31	1,44	0,34
	الانحراف	2,40	11,53	5,47	6,64
	المعياري ت المحسوبة مستوى الدلالة	دال	دال	دال	دال

32,28	26,44	31,20	34,67	التوسط القبلي	معدل التنفس ( مرة- دقيقة )
30,61	24,32	28,17	33,86	التوسط البعدي	
1,67	2,12	3,03	0,72	الفرق بين	
0,46	0,53	0,60	0,33	التوسطين	
9,59	11,99	15,77	5,66	الانحراف	
دال			دال	المعياري ت المحسوبة مستوى الدلالة	
144,00	141,61	145,40	154,07	التوسط القبلي	معدل دقات القلب (مرة- دقيقة )
138,13	127,70	136,63	149,63	التوسط البعدي	
5,87	13,91	8,77	5,01	الفرق بين	
1,70	13,06	2,02	4,26	التوسطين	
9,16	3,04	11,33	3,11	الانحراف	
دال	دال	دال	دال	المعياري ت المحسوبة مستوى الدلالة	
1,81	1,79	1,72	193	التوسط القبلي	استهلاك الأوكسجين ( لتر- دقيقة )
1,85	1,86	1,79	1,96	التوسط البعدي	
0,04	0,07	0,07	0,03	الفرق بين	
0,009	0,02	0,01	0,21	التوسطين	
10,33	13,01	19,60	0,42	الانحراف	
دال	دال	دال	دال	المعياري ت المحسوبة مستوى الدلالة	
41,37	43,13	40,43	35,07	التوسط القبلي	استهلاك الأوكسجين النسبي (ملييلتر / كجم / دقيقة )
41,94	44,99	41,34	35,38	التوسط البعدي	
0,57	1,86	0,91	0,30	الفرق بين	
0,10	1,31	0,35	4,06	التوسطين	
14,54	4,25	7,81	0,20	الانحراف	
دال	دال	دال	دال	المعياري ت المحسوبة مستوى الدلالة	
2,45	2,31	2,31	2,45	ت الجدولية	

عرض النتائج

جدول (3)

القياسات القبلية والبعديّة لمتغيرات العمل البدني لمجموعة التمرينات الحرة

مستوى الدلالة	قيمة ت		الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	المتوسط الحسابي البعدي	المتوسط الحسابي القبلي	المتغيرات قيد البحث
	الجدولية	المحسوبة					
دال		9.82	6.	2.24	4.24	2.71	العمل (بالدقيقة )
غير دال		2.4	6.	56.	23.66	23.1	التهوية الرئوية ( بالتر )
دال	2.45	5.66	33.	72.	33.86	34.67	معدل التنفس ( مرة-دقيقة )
دال		3.11	4.26	5.01	149.06	154.07	دقات القلب (مرة-دقيقة)
غير دال		42.	21.	03.	1.96	1.93	استهلاك الأوكسجين ( لتر-دقيقة )
غير دال		20.	4.06	31.	35.38	35.07	استهلاك الأوكسجين النسبي لمليتر

القياسات القبلية والبعديّة لمتغيرات العمل البدني لمجموعة الوثب بالحبل

مستوى الدلالة	قيمة ت		الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	المتوسط الحسابي البعدي	المتوسط الحسابي القبلي	المتغيرات قيد البحث
	الجدولية	المحسوبة					
دال		17.1	56.	3.22	6.66	3.	العمل (بالدقيقة )
دال		11.53	31.	1.20	28.80	27.60	التهوية الرئوية ( بالتر )
دال	2.31	15.77	60.	3.03	28.17	31.20	معدل التنفس ( مرة-دقيقة )
دال		11.33	2.02	8.77	136.63	145.4	دقات القلب (مرة-دقيقة)
دال		19.60	01.	07.	1.79	1.72	استهلاك الأوكسجين ( لتر-دقيقة )
دال		7.81	35.	91.	41.34	40.43	استهلاك الأوكسجين النسبي لمليتر

جدول (4) القياسات القبلية والبعديّة لمتغيرات العمل البدني لمجموعة الجري في المكان

مستوى الدلالة	قيمة ت		الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	المتوسط الحسابي البعدي	المتوسط الحسابي القبلي	المتغيرات قيد البحث
	الجدولية	المحسوبة					
دال		16.63	66.	3.66	6.83	3.17	العمل (بالدقيقة )
دال		5.47	1.44	2.63	23.79	21.16	التهوية الرئوية ( بالتر )

دال	2.31	11.99	53.	2.12	24.32	26.44	معدل التنفس ( مرة- دقيقة
دال		3.04	13.01	13.91	127.7	141.61	دقات القلب (مرة-دقيقة)
دال		13.01	0.02	0.07	1.86	97 .1	استهلاك الأوكسجين ( لتر-دقيقة )
دال		4.25	1.31	1.86	44.99	43.13	استهلاك الأوكسجين النسبي مليلتر

جدول (5) القياسات القبلية والبعدي لمتغيرات العمل البدني لمجموعة أنواع التمرينات الثلاثة

مستوى الدلالة	قيمة ت		الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	المتوسط الحسابي البعدي	المتوسط الحسابي القبلي	المتغيرات قيد البحث
	الجدولية	المحسوبة					
دال		12.05	51.	2.74	5.85	3.11	العمل (بالدقيقة )
دال		6.64	34.	84.	30.70	29.86	التهوية الرئوية ( بالتر )
دال	2.45	9.59	46.	1.67	30.61	32.28	معدل التنفس ( مرة- دقيقة
دال		9.16	1.7	5.87	138.13	.144	دقات القلب (مرة-دقيقة)
دال		10.33	009.	04.	1.85	1.81	استهلاك الأوكسجين ( لتر - دقيقة )
دال		14.54	10.	57.	41.94	41.37	استهلاك الأوكسجين النسبي مليلتر

جدول (6) القياسات القبلية والبعدي لنسبة الدهون للأربع مجموعات التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت		الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	المتوسط الحسابي البعدي	المتوسط الحسابي القبلي	المجموعات التجريبية
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال	2.45	2.12	002.	002.	386.	0.386	مجموعة التمرينات الحرة
دال	2.31	3.50	003.	003.	376.	380.	مجموعة الوثب بالحبل
دال	2.31	5.29	002.	004.	388.	392.	مجموعة الجري في المكان
غير دال	2.45	2.12	003.	003.	376.	379.	مجموعة أنواع التمرينات الثلاثة

النسبي مما يدل أيضا على تحسن الحالة الفسيولوجية لأفراد هذه المجموعة وقد شمل هذا التحسن كل القياسات قيد البحث مما يدل على أن ممارسة هذا النشاط الذي هو مزيج من الأنشطة يفيد الأجهزة الحيوية ويساعد على زيادة القدرة على استهلاك الأوكسجين ومعدل دقات القلب بأقل مجهود بدني و فسيولوجي أيضا . ومن جدول ( 7 ) يتضح وجود فرق دال إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبتين الوثب بالجل ، الجري في المكان الصالح القياس القبلي والبعدى حيث كانت قيمة ت المحسوبة على التوالي ( 3.50 ) ، ( 5.29 ) بينما قيمة ت الجدولية ( 2.31 ) هذا ولم تظهر فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى لمجموعتي التمرينات الحرة وأنواع التمرينات الثلاثة حيث كانت قيمة ت المحسوبة على التوالي ( 2.12 ) ، ( 2.12 ) وقيمة ت الجدولية ( 2.45 ) . وتشير النتائج السابقة الى أن مزاولة التمرينات كالوثب بالجل والجري في المكان له آثار ايجابية على تقليل نسبة الدهون في جسم المرأة بدلالة إحصائية بينما لم تتحقق مزاولة التمرينات المكونة من الأنواع الثلاثة والتمرينات الحرة هذه الدلالة . مما سبق يتضح أن المرأة يمكنها مزاولة نشاطها الرياضى داخل المنزل أو في أي مكان مناسب دون حرج أو قيود من أجل لياقتها البدنية والفسيولوجية والتأثير ايجابيا على أجهزتها الحيوية ، حيث أوضحت بعض الدراسات أن ممارسة النشطة الحركية وخاصة الهوائية مثل الوثب بالجل أو الجري في المكان يحسن حالة الأجهزة الحيوية ويزيد قدرة المرأة على العمل لوقت أطول وكفاءة أعلى تشير إليها نتائج هذه الدراسة وأهمها التحسن استهلاك الأوكسجين بالتر كل دقيقة أو الاستهلاك النسبي للأوكسجين الذى يعد أهم قياس فسيولوجي لمدى تحسن اللياقة البدنية والفسيولوجية للفرد .

#### الاستنتاجات :

- 1- التمرينات التي ينتقل فيها وزن الجسم ، ويشترك في أداؤها المجموعات العضلية الكبيرة وأهمها عضلات الرجلين ، وتم إيقاع منتظم ولفترة من الزمن كما هو الحال في مجموعتي الوثب بالجل والجري في المكان تساعد على تحسن كفاءة العمل الهوائى نتيجة تحسن الجهاز الدوري التنفسي .
- 2- التمرينات التي تزيد من استهلاك الأوكسجين ومن ثم تحسن حالة الجهاز الدوري التنفسي تساعد أيضا على إيقاع نسبة الدهون في الجسم .
- 2- تتطلب عملية انقاص نسبة الدهون في الجسم الاستقرار في أداء تمارين منتظم تشترك فيها مجموعات عضلية كبيرة مثل الوثب بالجل أو الجري في المكان حتى تتم عملية التكيف الفسيولوجي .

#### التوصيات :

يتضح من جدول (3) وجود فرق دال إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الأولى ( التمرينات الحرة لصالح القياس البعدى في بعض متغيرات العمل البدني حيث ظهر تحسن في زمن العمل ، معدل التنفس ، معدل دقات القلب ، بينما كان هناك فروق غير دالة إحصائيا في كل من التهوية الرئوية ، استهلاك الأوكسجين ، استهلاك الأوكسجين النسبي ، مما يدل على أن هناك نوع من التحسن في الحالة العامة لبعض الأجهزة الحيوية ومنها عمق التنفس الذي يدل على معدل التنفس كل دقيقة إلا أن هذا التحسن لم يشمل معظم الجوانب الفسيولوجية قيد البحث وعلى الرغم من ذلك فإن هذا النوع من التمرينات كان مفيدا في زيادة حيوية وقدرة الممارسين بدليل أنهم أصبحوا قادرين على أداء العمل على الدراجة لزمن يعادل ضعف الزمن الذي بدأ به . ومن جدول (4) يتضح وجود فرق دال إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثانية ( الوثب بالجل ) لصالح القياس البعدى في جميع المتغيرات قيد البحث حيث ظهر تحسن ذو دلالة إحصائية في كل من زمن العمل التهوية الرئوية ، معدل التنفس ، معدل القلب ، استهلاك الأوكسجين ، استهلاك الأوكسجين النسبي وهو ما يوضح مدى تأثير هذا النوع من التدريب الرياضى على الأجهزة الحيوية وخاصة القلب والتنفس ، مما جعل أفراد هذه المجموعة قادرين على مضاعفة زمن العمل وزيادة استهلاك الأوكسجين بالتر أو بالمليلتر لكل كجم من وزن الجسم الذى يعد دليل على هذا التحسن الذى طرأ على هذه المجموعة قد يكون نتيجة التدريب بالوثب بالجل ومن جدول ( 5 ) يتضح وجود فرق دال إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثالثة ( الجري في المكان ) لصالح القياس البعدى في جميع متغيرات العمل البدني حيث ظهر تحسن ذو دلالة إحصائية في كل زمن العمل التهوية الرئوية ، معدل التنفس ، معدل القلب ، استهلاك الأوكسجين ، استهلاك الأوكسجين النسبي وهو ما يوضح تأثير ممارسة مثل هذا النوع من النشاط في تحسن حالة الأجهزة الحيوية وأهمها القلب والتنفس وخاصة استهلاك الأوكسجين الذى يعد أهم معيار لتحسن الحالة الفسيولوجية العامة للأشخاص خاصة استهلاك الأوكسجين النسبي وكذلك أيضا قدرة أفراد المجموعة على بذل الجهد والعمل لزمن مضاعف عن قدرتهم على العمل قبل التدريب . ومن جدول ( 6 ) يتضح وجود فرق دال إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الرابعة ( أنواع التمرينات الثلاثة ) لصالح القياس البعدى في جميع متغيرات العمل البدني حيث ظهر تحسن دال إحصائية في كل زمن العمل التهوية الرئوية ، معدل التنفس ، معدل القلب ، استهلاك الأوكسجين ، استهلاك الأوكسجين

- 13 محمدا محمد فكري : بحث دراسة عن التمرينات الإيقاعية  
2003
- 14 محمد شحاتة ، أحمد فؤاد الشاذلي ، محروس قنديل :  
أساسيات التمرينات البدنية 2005
- 15 محمد إبراهيم شحاتة ، صباح السيد فاروز : دليل الجمباز  
الفني آسأت 2007
- 16 ليلي زهران : الأسس العلمية والعملية للتمرينات  
والتمرينات الفنية 1997 .
- 17 فرح عبد الحميد توفيق : التمرينات البدنية  
تمرينات جمل العروض الرياضية 2007 .
- عنايات لبيب ، بركسان عثمان : التمرينات والجمباز الإيقاعي  
2001
- 18 عنايات فرج ، فاتن البطل : التمرينات  
الإيقاعية (الجمباز الإيقاعي) والعروض الرياضية  
2004
- 19 سامية الهجرسي : مقدمة في التمرينات والجمباز الإيقاعي  
2001 .
- 20-عزيز علي بن خليفة : التمرينات الإيقاعية للبنات  
2012 .
- 21- حمدي أحمد السيد وتوت ، أحمد محمد عبدالعزيز :  
التمرينات البدنية 2012 .
- 22- طارق ربيع : تمرينات الطاقة الحيوية والعلاج تاذاني  
2012 .
- 23- عطيات خطاب ، محمدا فكري ، شهيرة شقير :  
أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية 2005 .
- 24- محمد إبراهيم شحاتة : المعتقدات الخاطئة وتحليل أداء  
التمرينات البدنية 2005 .
- 25- صلاح الدين سلجان : التمرينات والتمرينات المصورة  
2000
- 26- محمد عبدالرحمن محمود : الأسس النظرية والعملية  
للمتمرينات الرياضية 2006

- 1- الاهتمام بأن تزاو المرأة نشاطا بدنيا يحافظ على كفاءة  
الجهاز الدوري التنفسي ويساعد على إنقاص نسبة الدهون  
في الجسم باستخدام التمرينات المقترحة سواء بالمتزل أو في  
النادي .
- 2- مزاولة الأنشطة الحركية دون انقطاع لكي يحقق النتائج  
المرجوة منه فالجسم البشري لا يخترن لياقة بدنية .
- 3- أهمية الانتظام في التمرين بواقع ثلاث مرات أسبوعيا  
على الأقل ، وان يبدأ بشكل مناسب لكفاءة كل فرد  
وأن يتدرج في الشدة

### المراجع :

- 1- أميرة عبدالواحد العاني : الجمناستيك الإيقاعي الحديث  
2007 .
- 2- أثير محمد الجميلي : أسباب تكيف العضلة وزيادة المقطع  
الفيولوجي لها 2010
- 3 محمد إبراهيم شحاتة : التنفس في النشاط الحركي 2005 .
- 4 محمد إبراهيم شحاتة : التدريب الهوائي ( الأيروبيكس )  
2008.
- 5 محمد علي إبراهيم : مستوى الكفاءة الفسيولوجية الطلاب  
كلية التربية الرياضية بصنعاء 2009
- 6 شهيرة عبد الوهاب شقير: بحث – النظرة الحديثة لعنصر-  
المرونة أحد أسس التعليم في الجمباز الإيقاعي 2005 .
- 7 عطيات خطاب ، محمدا فكري ، شهيرة شقير : أساسيات  
التمرينات والتمرينات الإيقاعية 2005.
- 8 عطيات خطاب : التمرينات للبنات 1997
- 9 سامية الهجرسي : التمرينات الإيقاعية  
والجمباز الإيقاعية المفاهيم العلوم الفنية 2008 .
- 10 نجلاء فتحى محمدا عبد الله : بحث فعالية  
استخدام استراتيجيات التفكير في تنمية الثقة  
الرياضية ومستوى الأداء في التمرينات الإيقاعية  
لدى بعض طالبات كلية التربية البدنية 2002 .
- 11 موس فهمي إبراهيم : التمرينات والعروض الرياضية  
1999
- 12 مفتي إبراهيم حماد : اللياقة البدنية للصحة والرياضة  
2010



## تأثير التغذية الراجعة البصرية باستخدام الأفلام الحلقية في تحسين مستوى الأداء الفني لمسابقة دفع الجلة

أ. محمد عبدالله الحاج د. خالد رمضان الدعاس أ. رضوان ابراهيم الاخضر

مستخلص البحث :

المدرس يبحث عن الوسائل التقنية ذات المؤثرات البصرية التي

تساعد على دراسة وتحليل المسابقات الرياضية للوصول إلى أفضل

النتائج. (2: 27)

ومن هذه التقنيات هي الأفلام التعليمية التي يمكن استخدامها  
وسائل (سمعية وبصرية) التي تساعد على جذب انتباه الطالب من  
خلال مشاهدته للصور والأفلام الدائرية (الحلقية) وأفلام الفيديو  
مما يجعل المتعلم أكثر استعداداً للتعليم .

ويرى عبد الزهرة ظافر (1991) للتغذية الراجعة أهمية بالغة في  
المجال الرياضي بوصفها أداة تعليمية يمكن من خلالها تحقيق نتائج  
تربوية مرغوب فيها إذا أن استخدام الأفلام التعليمية تعد وسيلة  
من وسائل التغذية الراجعة feedback في عملية التعلم إذا يمكن  
للمتعلم أن يحصل على المعلومات من مصادر مختلفة سواء كانت  
داخلية أو خارجية أو الاثنين معاً قبل أو أثناء أو بعد الأداء  
الحركي والهدف منها تعديل الاستجابة الحركية وصولاً إلى  
الاستجابة المثلى . (6: 31)

وكما يذكر محمد الحيلة (1998) أن فيديو (الأفلام الحلقية)  
تساعد على تحسين طرق تدريس المعلم بإدخاله عناصر التشويق  
والإثارة بزيادة دافعية التعلم لدى الطلاب كما أنها تساعد على  
الاستيعاب وترفع من درجة التفاعل الذي يؤدي إلى تعلم أفضل  
(17: 325).

ويؤكد بسطويسي أحمد (1997) أن مسابقات دفع الجلة  
تمثل أحد مسابقات ألعاب القوى وأحدى مسابقات الرمي التي  
تطورت تطوراً كبيراً سواء من الناحية الفنية أو الرقمية، وأن هذا  
التطور ليس وليد الصدفة وإنما كان نتيجة المحاولات والجهود

يهدف البحث في التعرف عن تأثير التغذية الراجعة البصرية  
باستخدام الأفلام الحلقية في تحسين مستوى الأداء الفني  
لمسابقة دفع الجلة واستخدم الباحث المنهج التجريبي للملائمة  
لطبيعة البحث وتكونت عينة البحث من (32) طالباً من طلاب  
الفصل الأول (بنين) بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة  
طرابلس للعام الدراسي 2014-2015، وقد تم تقسيم العينة إلى  
مجموعتين متساويتين في العدد أحدها ضابطة تتلقى تغذية راجعة  
سمعية (شرح المدرس) والأخرى تجريبية تتلقى تغذية بصرية  
تشاهد (الأفلام الحلقية) حيث بلغت كل مجموعة على (16) طالباً،  
وقد تضمن البرنامج التعليمي لمدة أربع أسابيع وبواقع وحدتين  
تعليميتين أسبوعياً بواقع (8) وحدات تعليمية وزمن الوحدة التعليمية  
الواحدة (90) دقيقة للمجموعتين وكان عرض الأفلام الحلقية يتم  
بعد الشرح وقبل التطبيق العملي، وقد أسفرت نتائج هذا البحث  
وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة  
في القياسات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية نتيجة استخدام  
الفيديو التعليمي (الأفلام الحلقية) في تعلم وتحسين الأداء الفني.

- مقدمة البحث :

أن مواكبة مجالات التربية البدنية للتطور العلمي أمر بالغ  
الأهمية في وصول لمستويات العالمية في مختلف الأنشطة الرياضية  
بصفة عامة ورياضة ألعاب القوى بصفة خاصة .

ومن المؤكد أن هذا التطور جاء نتيجة لاستخدام تقنيات  
ووسائل تعلم متطورة ومتجددة من قبل المدرسين والمختصين  
وصولاً إلى الأهداف المطلوبة، وبذلك أصبح من الضروري  
التعرف على أفضل الطرق والأساليب التي تسهم في إعداد الطلبة  
بدنياً ومهارياً ومعرفياً ونفسياً في أسرع وقت وأقل جهد وأقل تكلفه  
حتى يتمكن من تحقيق أفضل النتائج .

ويذكر التكريتي وديع وآخرون (1999) من خلال التطور  
العلمي والتقني في مجال طرق التدريس في التربية الرياضية، بدأ

لاستفادة منها في تحسين الأداء الفني وكذلك تساعد المتعلمين على التذكر الحركي. (12: 364)

ومن خلال المحك العملي لمسابقات الميدان والمضار لاحظ الباحثون هناك قلة في استخدام أنواع التغذية الراجعة المختلفة والمتمثلة في الأفلام التعليمية (الفيديو الحلقي) خلال الوحدة التعليمية لمساعدة المدرس أو المدرب في تعليم المهارات .

ومن هنا تبلورت مشكلة الدراسة لدى الباحثون ودفعهم لإجراء دراسة لمعرفة تأثير التغذية الراجعة البصرية باستخدام الأفلام الحلقيّة (سمعية وبصرية) في تحسين مستوى التعلم لمسابقة دفع الجلة من أجل المساهمة في تحقيق أفضل الأداء من الناحية الفنية من خلال عرض النموذج الصحيح للأداء، والذي يعد هذا التعليم أحد عناصر تحقيق مستوى الانجاز في هذه المسابقة .

### 3- أهمية البحث :-

تكمن أهمية البحث في معرفة مدى أهمية استخدام التغذية الراجعة المتمثلة في استخدام الأفلام الحلقيّة ومن ثم مشاهدتها وتقليد الشكل النموذجي للأداء الصحيح .

\* بالإضافة إلى تحسين مستوى أداء الطلبة من خلال تحسين أداء المراحل الفنية .

\* مساعدة مدرسي ومدربي مسابقة دفع الجلة في استخدام هذا الأسلوب وذلك للاستفادة من تأثيراتها الإيجابية في تحسين المستوى الرقمي .

\* زيادة الفهم والإدراك الحركي الصحيح مما يؤدي إلى حدوث التعلم في أسرع وقت وأقل جهد من قبل المعلم .

\* جذب الانتباه والتشويق والمشاركة الإيجابية للمتعلمين ومساعدة المتعلمين في استخدام التغذية الراجعة من خلال (الأفلام الحلقيّة – الوسائط – الأدوات البديلة والمساعدة) .

### 4- هدف البحث :-

تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير التغذية الراجعة البصرية باستخدام الأفلام الحلقيّة (سمعية وبصرية) في تحسين مستوى الأداء الفني لمسابقة دفع الجلة وإتقان أدائها .

العلمية العديدة، ولهذا تسعى كل من المؤسسات التعليمية والأندية الرياضية لإيجاد أفضل الطرق والوسائل التعليمية من أجل المهارات التكنيكية وتحقيق أفضل النتائج من خلال أداء فني سليم، وذلك للوصول إلى أعلى المستويات وتحقيق الأهداف المنشورة . (3: 7)

### 2- مشكلة البحث :-

بالرغم من التطور في شتى مجالات الحياة وظهور لاختراعات والوسائل التكنولوجية في مجالات مختلفة، ومنها مجال التربية البدنية إلا أنها في مجتمعاتنا مازالت تبعد عنها مسافات ولم تدخل على نطاق حيز التنفيذ، وذلك بالرغم من الأدوار التي تلعبها في عملية التعلم عموماً والأداء الفني والحركي خصوصاً.

وأن كثيراً من البحوث والدراسات على مستوى العالم قد كشفت عن أهمية التغذية الراجعة ومؤثراتها، إلا أن معظم العاملين في مجال التعليم أو التدريس وبخاصة في المجال الرياضي تقتصر الطرق التعليمية على الإلقاء والشرح اللفظي وعرض النموذج للحركة (19: 158).

ويري هشام القمودي (2007) أن تعلم الأداء الفني والحركي يعتبر عملية معقدة غاية في الصعوبة وتحتاج إلى الكثير من الجهود وخصوصاً تعلم المهارات والحركات الرياضية مما يجعل من الضروري إيجاد أسلوب خاص يمكن المتعلم من التركيز على دقائق المهارة وفهم الشكل النهائي لها ككل . (20: 5)

وقد ظهرت العديد من الوسائل والتقنيات التربوية التي إذا ما أحسن انتقائها وتطبيقها بشكل علمي في مجال التعلم فإنها سوف تزيد ليس من مستوى التعلم للمهارات فحسب وإنما من مستوى الأداء المهاري للمتعلم في الألعاب الرياضية عامة ومنها ألعاب الميدان والمضار بصورة خاصة لكونها تتطلب مستوى مرتفعاً من النواحي البدنية والمهارية الذهنية.

ويذكر مجدي محمود (2009) أنه لكي يتمكن المعلم من دفع طلابه إلى التعلم فلا بد له من استخدام طرق وأساليب مختلفة ومتعددة لكي تسير عملية التعلم وتوفر كثير من الجهد والوقت لنجاح العملية التعليمية من هذه الطرق والوسائل التي تنتجها التكنولوجيا في التعلم الأفلام التعليمية (الفيديو الحلقي) والتي يمكن

## 5- فروض البحث :-

هدف الدراسة :- التعرف على أثر التغذية الرجعة الإضافية (سمعية، بصرية) في مستوى الأداء الفني والإنجاز للوثب الطويل.

منهج الدراسة :- استخدم الباحث المنهج التجريبي .

عينة الدراسة :- اشتملت عينة الدراسة على ( 36 ) طالباً .

نتائج الدراسة :- أظهرت النتائج بأن المجموعة التجريبية التي استخدمت الفلم الدائري الحلقي كتغذية راجحة في التعلم كانت أكثر تأثيراً من التعلم باستخدام تغذية راجحة سمعية في مستوى الأداء الفني لفعالية الوثب الطويل .

## 2-1-2- دراسة صلاح محمد يونس ( 2005 ) ( 5 )

العنوان :- استخدام جهاز عرض الشرائح وأثره على الأداء المهاري والمستوى الرقي لدفع الجلة لدي تلاميذ الصف الثامن.

هدف الدراسة :- التعرف على تأثير استخدام جهاز عرض الشرائح وأثره، على الأداء المهاري والمستوى الرقي لدفع الجلة .

منهج الدراسة :- استخدم الباحث المنهج التجريبي .

عينة الدراسة :- اشتملت عينة الدراسة على عدد ( 32 ) طالباً .

نتائج الدراسة :- أن التعلم باستخدام جهاز عرض الشرائح أكثر فاعلية من الطرق التقليدية وأحدث فروقاً حقيقية في نتائج عملية تعلم واتقان الأداء المهاري لمسابقة دفع الجلة بين المجموعتين .

## 3-1-2- دراسة التكريتي ودع وآخرون ( 1999 ) ( 2 )

العنوان :- أثر التغذية الرجعة باستخدام الأفلام الحلقيّة في إنجاز فعالية القفز بالزانة .

هدف الدراسة :- التعرف على أثر التغذية الرجعة باستخدام الأفلام الحلقيّة في إنجاز فعالية القفز بالزانة .

منهج الدراسة :- استخدم الباحث المنهج التجريبي .

عينة الدراسة :- تكونت عينة الدراسة من 30 طالباً .

نتائج الدراسة :- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في إنجاز فعالية القفز بالزانة ولصالح المجموعة التجريبية .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة بين القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية ولصالح البعدي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة بين القياسين البعدي تجريبية والبعدي ضابطة ولصالح البعدي التجريبية .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة الضابطة بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي .

## 6- مصطلحات البحث :-

1-6- التغذية الرجعة feed back :- وهي المعلومات الخاصة حول الأداء الحركي التي يمكن منحها للمتعلم في المراحل لأولي أما بصورة مباشرة من قبل المعلم أو بصورة غير مباشرة بواسطة وسائل أخرى (فيديو) أو الصور أو النماذج الحركية . ( 8 : 17 )

2-6- الأفلام الحلقيّة loop film :- وهي أفلام تعليمية قياس سوبر ( 8 ملم ) تستعمل في الأغراض التعليمية في المدارس والكليات وتمتاز باتصال التعليم وارتباطه بطريقة خاصة من أوله إلى آخره ويستمر عرض الفلم تلقائياً إلى أن يتم إيقاف جهاز العرض من قبل العارض . ( 10 : 128 )

3-6- الوسائل التعليمية :- هي الأدوات والملصقات والآلات والمعدات التي يمكن للمعلم استخدامها داخل أو خارج الفصل بقصد تحسين العملية التعليمية وبلوغ الأهداف بأقل وقت ومهد ودون الاعتماد على الألفاظ . ( 11 : 13 ) .

4-6- الوسائل البصرية المرئية Visual aids :- وهي الوسائل التي تعتمد بصورة مباشرة على إكساب الفرد التصور البصري للمهارة الحركية . ( 15 : 101 )

## 2- الدراسات المرجعية :-

## 1-2- الدراسات العربية :

## 1-1-2- دراسة نشوان محمود الصفار ( 2008 ) ( 19 )

العنوان :- أثر التغذية الرجعة الإضافية في مستوى الأداء الفني والإنجاز لفعالية الوثب الطويل.

## 2-2- الدراسات الأجنبية :-

## 1-2-2- دراسة ذاتية DATE ( 1996 ) ( 21 )

**العنوان :-** فاعلية إعادة الشريط المرئي ( الفيديو ) المهارة الوثب العالي كوسيلة تعليمية على مستوى الإنجاز .

**هدف الدراسة:-** التعرف على فاعلية إعادة الشريط المرئي(الفيديو)المهارة الوثب العالي كوسيلة تعليمية على مستوى الإنجاز

**منهج الدراسة :-** استخدام الباحث المنهج التجريبي .

**عينة الدراسة :-** اشتملت عينة الدراسة على ( 45 ) تلميذاً .

**نتائج الدراسة :-** خلصت الدراسة بفاعلية الشريط المرئي على مستوى إنجاز الوثب العالي عند الدراسة .

## 2-2-2- دراسة جامبور وويكس Jambor weeks ( 1995 ) (22)

**العنوان :-** التغذية الرجعية بشرائط الفيديو تجعلها أكثر واقعية .

**هدف الدراسة :-** معرفة تأثير وفاعلية استخدام شرائط الفيديو عند تعليم مهارات التربية الرياضية .

**منهج الدراسة :-** استخدام الباحثان المنهج التجريبي .

**عينة الدراسة :-** اشتملت عينة الدراسة على ( 40 ) طالباً .

**نتائج الدراسة :-** توصلت الدراسة إلي أن التصور الحركي للطلاب يساعد على تنمية مهارات الأداء الحركي ويسهم الشرح بالصورة في مساعدة تقييم أدايم والأداء الرياضي بصورة عامة .

## 3-2- الاستفادة من الدراسات المرجعية :-

بعد اطلاع الباحثون على الدراسات المرجعية التي أمكن الاستفادة منها وجد أنها ألقى الضوء على الكثير من المعلومات التي استفادوا منها من خلال :-

- تحديد الخطوات المتبعة لإجراء البحث .

- اختيار مشكلة البحث من خلال توصيات تلك الدراسات .

- تحديد المنهج المناسب لهدف البحث .

- تحديد أسلوب اختيار العينة وتحديد عددها ،

- تحديد الإجراءات الإحصائية المناسبة لهذا البحث .

- التوصل إلي مجموعة نقاط ساعدت الباحثون في مناقشة النتائج وتدعيم النتائج المتوصل إليه .

## 3- إجراءات البحث :-

**1-3- منهج البحث :-** استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم الشئائي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية بطريقة القياس (القبلي - البعدي) لملائمته لطبيعة الدراسة .

**2-3- مجتمع البحث :-** أشتمل مجتمع البحث على طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس للعام الدراسي 2014-2015 والبالغ عددهم (80) طالباً .

## 3-3- مجالات البحث :-

**3-3- المجال البشري:-** طلاب الفصل الأول بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس.

**2-3-3- المجال الزماني :-** العام الدراسي (2014-2015) .

**3-3-3- المجال المكاني :-** ساحات وملاعب وصلات المدينة الرياضية بطرابلس .

## 4-3- عينة الدراسة :-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أجمالي مجتمع البحث والبالغ عددها (40) طالباً وقد متلو نسبة (50%) من إجمالي مجتمع البحث وقد استبعد منهم الطلبة المتغيبون لعدم انتظامهم الكامل في البحث والمرضى والمصابين والطلبة الذين لديهم تكميلي خلال فترة إجراء البحث وقد أستقر عدد أفراد العينة على (32) طالباً متلو نسبة (40) % من مجتمع البحث وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين في العدد إحداهما ضابطة تتلقى تغذية راجعة سمعية (شرح المدرس) ولأخرى تجريبية تتلقى تغذية راجعة بصرية تشاهد (الأفلام الحلقية) وقد بلغت كل مجموعة على (16) طالباً .

جدول (1) التوصيف الإحصائي لإفراد البحث للمتغيرات الأساسية ن = 32

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
العمر (سنة)	19.91	0.82	20.00	0.18
الوزن (كجم)	70.34	9.31	70.50	- 0.06
الطول (م)	1.74	0.042	1.74	0.52

يتضح من الجدول (1) التوصيف الإحصائي للمتغيرات الأساسية حيث كان معامل الالتواء قد انحصر ما بين  $(\pm 3)$  مما يدل على اعتدال وتجانس أفراد العينة مجال البحث .

3-5- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث .

\* مدى مناسبة المكان وصلاحيته للدراسة .

\* أوجه النقص التي قد تواجه الباحثون أثناء تنفيذ الدراسة .

1- جهاز حاسب آلي ( الكمبيوتر ) . 2- جهاز عرض . 3- الفلم التعليمي ( فيديو ) . 4- استمارة تقويم .

3-8- خطوات تنفيذ الدراسة :- قبل إجراء القياسي القبلي لأجراء عينة الدراسة قام الباحثون بإجراء وحدتين تعريفيتين وليوميين مختلفتين لغرض البدء من نقطة شروع واحدة في التعلم بين المجموعتين الضابطة التجريبية قبل استخدام الوسائل التعليمية المقترحة علي المجموعة التجريبية وتتضمن منهج الوحدتين التعليميتين بشرح وتوضيح مراحل الأداء الفني وشرح مؤجز للقانون في مسابقة دفع الجلة، وقد أعدت هذه المعلومات هي عملية تساوي أو تكافؤ بين المجموعتين .

5- ميزان طلي . 6- شريط قياسي . 7- مقطع دائرة الرمي للجلة . 8- الجلة .

3-6- الدراسة الاستطلاعية:- أجريت الدراسة الاستطلاعية في الفترة ما بين 26-28/4/2015 ف على طالبة الفصل الأول من فصل الربيع لعام 2015 ف وذلك بطرح سؤال على الطلبة ما هي الوسائل والأدوات المستخدمة في عملية التدريس بالمواد العملية وقد كان إجابة الطلبة هي استخدام طريقة الشرح والنموذج فقط من قبل المعلم، وكذلك أيضا الوقوف على نقاط القوة والضعف التي قد تواجه الباحثون أثناء الدراسة من خلال معرفة الآتي :-

3-8-1- القياسي القبلي :- تم إجراء القياسي القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات الأساسية (العمر، الوزن، الطول) ومستوى الأداء الفني قيد البحث، وذلك بتاريخ 10 / 5 / 2015 تم عرض ذلك عل اثنان من الخبراء في الميدان والمضار لتقويم مستوى الأداء لعينة البحث وذلك على وفق الاستمارة المعدة سلفاً .

\* أخذ رأي بعض الخبراء والاختصاص في تحديد درجة كل مرحلة من مراحل مسابقة دفع الجلة والتي اعتمدت في قياس مستوى الأداء لعينة الدراسة .

\* إعداد استمارة تقويم لمستوى الأداء .

\* التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة ومكان العرض .

## جدول ( 2 )

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات ( التكافؤ الأساسية - المراحل الفنية ) ن=32

مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات
		ع	س-	ع	س-	
غير دالة	-0.06	0.77	19.94	0.86	19.88	العمر
غير دالة	-0.07	10.07	70.38	8.82	70.31	الوزن
غير دالة	0.00	0.04	1.74	1.72	1.74	الطول
غير دالة	0.06	1.38	9.19	1.18	9.25	مسك الجلة وحملها
غير دالة	-0.06	1.96	9.31	1.18	9.25	وضع الاستعداد
غير دالة	0.06	1.46	9.63	1.58	9.69	الزحف والتكور
غير دالة	-0.07	1.75	11.38	1.92	11.31	الدوران والدفع
غير دالة	0.07	1.95	10.06	1.67	10.13	الاتزان

يتضح من الجدول (2) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة في القياسات القبلية ، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في متغيرات قيد الدراسة .

يستغرق الوقت المخصص لاستخدام الوسيلة التعليمية الأفلام الحلقية هو (15) دقيقة .  
 2-8-3- القياسي البعدي :- بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج للمجموعتين الضابطة والتجريبية، قام الباحثون بإجراء القياسي البعدي لمستوى الأداء قيد الدراسة على المجموعتين بنفس ما تم إتباعه في القياسي القبلي تماماً وذلك في يوم 14 / 6 / 2015 ف .  
 9-3- المعالجات الإحصائية :-  
 تم استخدام الحزمة الإحصائية (( spss )) في ضوء طبيعة الدراسة وأهدافها واستوجب التصميم الإحصائي الآتي :-  
 (( المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء- اختبار الفروق t-test )) .

2-8-3- الدراسة الأساسية :-  
 تم تطبيق البرنامج التعليمي في الفترة من 12 / 5 / 2015 إلى 14 / 6 / 2015 وفي ضوء الخطة الزمنية حيث أهدف البرنامج تعلم الأداء الفني لمسابقة دفع الجلة باعتبارها هي احدي مسابقات الرمي المقررة على الفصل الأول، وقد تضمن البرنامج التعليمي، استخدام الأفلام الحلقية أربع أسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً بواقع (8) وحدات تعليمية أما الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة للمجموعتين المجموعة الضابطة استخدمت طريقة الشرح بواسطة المدارس والتطبيق العملي (تغذية راجعة سمعية) والمجموعة التجريبية تخضع لإجراءات نفسها فضلاً عن مشاهدة الفيلم التعليمي الأفلام الحلقية (تغذية راجعة بصرية)، وأن عرض الفيلم التعليمي يتم بعد الشرح وقبل التطبيق العملي حيث

4- عرض النتائج ومناقشتها

1-4- عرض النتائج :-

تناول الباحثون عرض النتائج ومناقشتها الخاصة بالبحث المتمثلة في مستوى الأداء الفني لمسابقة دفع الجلة قيد الدراسة.

## جدول (3)

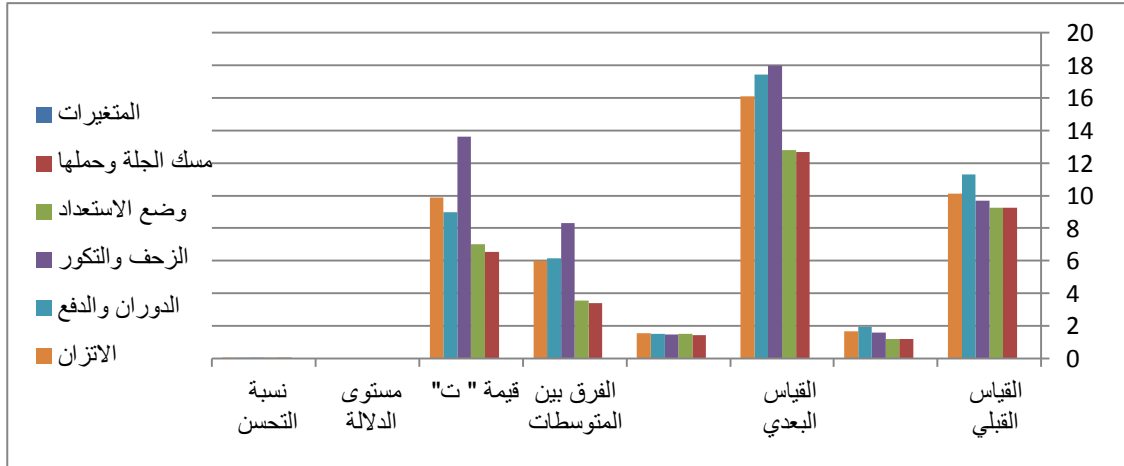
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ونسبة التحسن في القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية للمتغيرات قيد الدراسة .

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطات	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	نسبة التحسن
	ع	س-	ع	س-				
مسك الجلة وحملها	1.18	9.25	1.44	12.66	3.41	6.55	0.000	0.80%
وضع الاستعداد	1.18	9.25	1.51	12.81	3.56	7.01	0.000	0.55%
الزحف والتكور	1.58	9.69	1.46	18.00	8.31	13.63	0.000	0.63%
الدوران والدفع	1.92	11.31	1.50	17.44	6.13	8.97	0.000	0.64%
الاتزان	1.67	10.13	1.54	16.12	5.99	9.90	0.000	0.88%

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.131$

مستوى معنوية (0.05) . ومن خلال النظر لنسبة التحسن هناك تحسن ملحوظ بين القياسين لكافة المتغيرات ولصالح القياس البعدى .

يتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية، حيث أتضح بأن قيمة (ت) المحسوبة ولكافة المتغيرات أكبر من (ت) الجدولية وعند



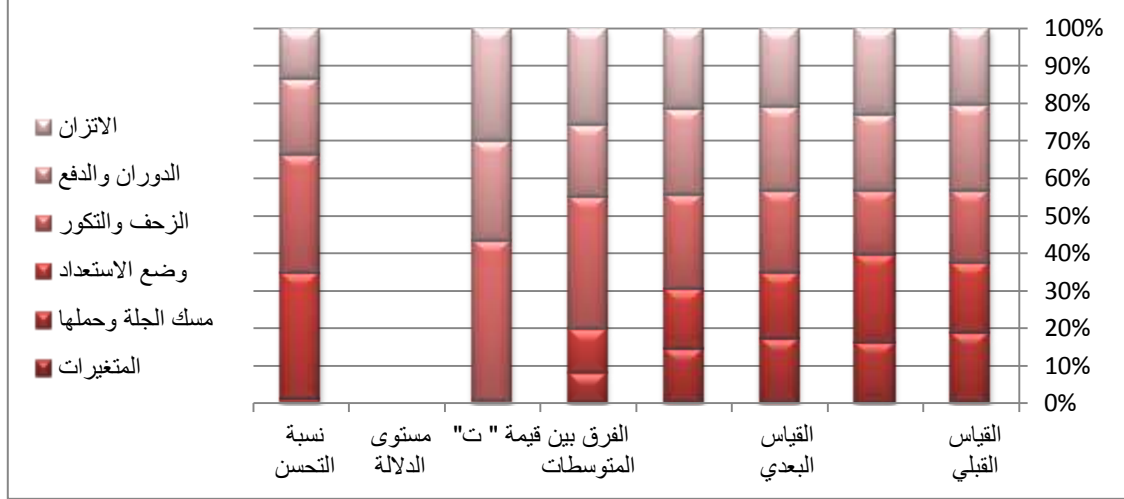
شكل (3) يوضح التوصيف الإحصائي وقيمة "ت" ونسبة التحسن للمتغيرات قيد الدراسة في القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية . جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ونسبة التحسن في القياس القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة للمتغيرات قيد الدراسة

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطات	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	نسبة التحسن
	ع	س-	ع	س-				
مسك الجلة وحملها	1.38	9.19	0.95	9.88	0.69	1.74	102.غير دال	9.29%
وضع الاستعداد	1.96	9.31	1.07	10.31	1.00	1.80	105.غير دال	8.41%
الزحف والتكور	1.46	9.63	1.70	12.68	3.05	5.27	619.غير دال	7.84%
الدوران والدفع	1.75	11.38	1.52	13.00	1.68	3.23	432.غير دال	4.98%
الاتزان	1.95	10.06	1.44	12.31	2.25	3.69	378.غير دال	3.39%

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة  $0.05 = 2.131$

الجدولية وعند مستوى معنوية (0.05) ، ومن خلال النظر لنسبة التحسن هناك تحسن ملحوظ بين القياسين في جميع المتغيرات ولصالح القياس البعدي .

يتضح من الجدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، حيث أتضح بأن قيمة (ت) المحسوبة ولكافة المتغيرات أقل من (ت)



شكل (4) يوضح التوصيف الإحصائي وقيمة "ت" ونسبة التحسن للمتغيرات قيد الدراسة في القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" في القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات قيد الدراسة .

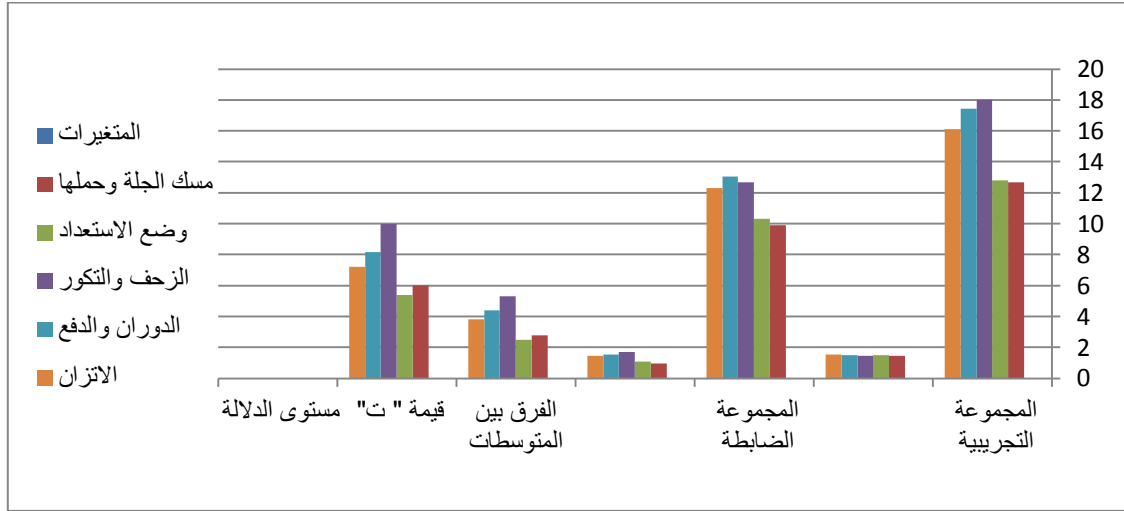
مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الفرق بين المتوسطات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات
			ع	س-	ع	س-	
دالة	6.01	2.78	0.95	9.88	1.44	12.66	مسك الجلة وحملها
دالة	5.37	2.50	1.07	10.31	1.51	12.81	وضع الاستعداد
دالة	9.98	5.32	1.70	12.68	1.46	18.00	الزحف والتكور
دالة	8.16	4.38	1.52	13.06	1.50	17.44	الدوران والدفع
دالة	7.20	3.81	1.44	12.31	1.54	16.12	الاتزان

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة  $2.131 = 0.05$

بأن قيمة (ت) المحسوبة ولكافة المتغيرات أكبر من (ت) الجدولية وعند مستوى معنوية (0.05) .

يتضح من الجدول (5) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، حيث أتضح





شكل (5) يوضح التوصيف الإحصائي وقيمة "ت" ونسبة التحسن للمتغيرات قيد الدراسة في القياس والبعدى للمجموعة التجريبية والضابطة .

جدول (6)

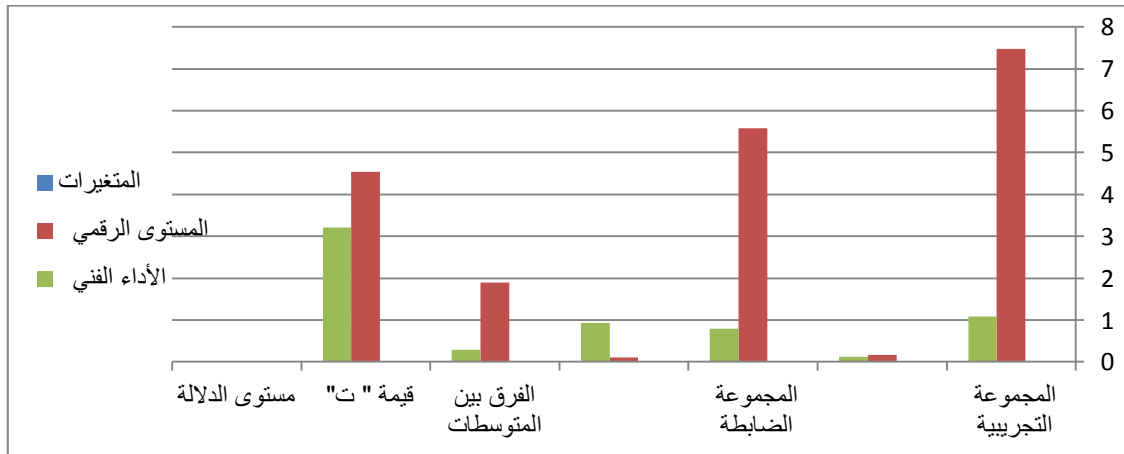
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" في القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة لمستوى الأداء الفني والرقمي لمسابقة دفع الجلة .

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الفرق بين المتوسطات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات
			ع	س	ع	س	
دالة .003	4.54	3.89	0.099	3.58	0.163	7.47	المستوى الرقمي
دالة .000	3.21	0.29	0.93	0.80	0.119	1.09	الأداء الفني

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة  $0.05 = 2.131$

فروق ذو دلالة معنوية بين المجموعتين في الأداء الفني والمستوى الرقمي لمهارة دفع الجلة ولصالح مجموعة التجريبية .

يتضح من الجدول (6) أن قيمة "ت" المحسوبة للأداء الفني كانت (3.21) وللمستوى الرقمي كانت (4.54) وهما أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ، مما يدل على وجود



شكل (6) يوضح التوصيف الإحصائي وقيمة "ت" ونسبة التحسن في الأداء الفني والرقمي للمجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة دفع الجلة .

## 2- مناقشة النتائج :-

في ضوء النتائج المتحصل عليها والتي تمت معالجتها إحصائية، قام الباحثون بمناقشتها وتفسيرها على النحو التالي :-

ومن خلال الجدول (3) يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية حيث يتضح بأن قيمة "ت" المحسوبة ولكافة المتغيرات أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05، ومن خلال الجدول أيضاً يتضح هناك نسبة تحسن بين القياسين في جميع المتغيرات ولصالح القياس البعدي حيث بلغت أعلى نسبة تحسن في الأداء الفني لمسك الجلة وحملها بنسبة (0.80%) وأقل نسبة كانت في وضع الاستعداد بنسبة (0.55%).

ويتفق هذا مع ما أشار إليه عبد الناصر العباني (2008) إلى أن تقديم المهارة الحركية باستخدام الفيديو (الأفلام الحلقية) يخلق لدى المتعلمين تصوراً حقيقياً للمهارة المطلوب تعلمها، كما تشاهد على التفكير نتيجة لتركيز الانتباه باستمرار على المهارة المراد تعلمها. (11: 280)

ومن خلال الجدول (4) يتضح وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد الدراسة لم ترتقي لدرجة الفروق المعنوية أو الفروق الإحصائية وإن كان هناك نسبة تحسن بين القياسين في جميع المتغيرات ولصالح القياس البعدي حيث بلغت أعلى نسبة تحسن في الأداء الفني لمسك الجلة وحملها بنسبة (9.29%) وأقل نسبة كانت في الاتزان بنسبة (3.39%).

ويستنتج من خلال مقارنة نتائج القياسات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة أن البرامج التعليمية بمفردها دون ربطها بالبرامج التدريبية يكون تأثيرها ضعيفاً على تحسن وتطوير الأداء الفني .

وهذا يتفق مع ما ذكره محمد عزمي (1996) أن الشرح اللفظي وحده لا يكفي المتعلم لأنه لا يستطيع أن يفهم الشرح إلا في حدود معارفه ومعلوماته، ولكن استخدام الأفلام الحلقية تساعد على توفير صورة أكثر وضوحاً عن المهارة المراد تعلمها. (132: 22)

ويتضح من الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح مجموعة التجريبية، حيث يتضح بأن قيمة "ت" المحسوبة ولكافة المتغيرات أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05، ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلى البرنامج التعليمي باستخدام الأفلام الحلقية .

وهذا ما أكدته زكية إبراهيم وميرفت خفاجة (2002) بأن الوسائل البصرية تعتبر مصدر رئيسي للتعلم، فالإنسان المشاهد يشاهد الأشياء ويتعرف عليها ليدركها ويفهمها ثم يتعلمها بمعنى التعلم عن طريق المشاهدة. (7: 173)

ويعزز ذلك مصطفى محمد (1999) أن الوسائل البصرية (الأفلام الحلقية) توصل المعلومة بصورة أفضل وخصوصاً عند استخدامها في العملية التعليمية، كما تساعد على حدوث تعلم بصورة أفضل للتعلم. (24: 47)

ومن خلال معطيات الجدول رقم (6) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الفني لمسابقة دفع الجلة ولصالح مجموعة التجريبية حيث أن قيمة "ت" المحسوبة كانت (3.21) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 .

ويعزو الباحثون ذلك التحسن للتأثير الإيجابي الذي حققته الوسائل البصرية (الأفلام الحلقية) في تعلم المهارات الحركية بصورة صحيحة وسريعة والتي تشجع المتعلمين على التفكير العلمي الصحيح للأداء الفني، وتخطب أكثر من حاسة لدى المتعلم .

كما يتضح من خلال النتائج التي تمت مناقشتها أن التباين الذي تميز في مستوى الأداء الفني بين المجموعتين الضابطة والتجريبية يظهر أهمية الوسائل التكنولوجية (الأفلام الحلقية) للتعلم في عملية التعليم والتدريب في من خلال إثارة حواس المتعلمين وجذب انتباههم ودفعهم إلى زيادة نشاطهم التعليمي . ويؤكد ذلك محمد علاوي (1983) على أن تعلم المهارة الحركية باستخدام التقديم السمعي والبصري يخلق لدى المتعلمين تصوراً حقيقياً للمهارة المطلوب تعلمها. (20: 280) وهذا يتفق مع ما ذكره عبد الناصر العباني (2008) أن التغذية الراجعة تؤدي دوراً بارزاً في عمليات التعلم والتقييم وتساهم في تحسن الأداء وتحقيق الأهداف بصورة أفضل. (11: 68)

ومن معطيات نفس الجدول (6) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المستوى الرقمي لمسابقة دفع الجلة ولصالح مجموعة التجريبية، حيث أن قيمة "ت" المحسوبة كانت (4.54) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05. وهذه النتيجة تؤكد أن التعلم باستخدام الوسائل البصرية (الأفلام الحلقية) كانت أكثر فاعلية ونجاحاً من الطريقة التقليدية للتعلم بالأدوات البدئية والمساعدة .

ويعزز ذلك التحسن في المستوى الرقمي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة إلى التحسن والإتقان الجيد للأداء الفني الذي يمكن طلاب مجموعة التجريبية من الوصول إلى الرمي الصحيح لدفع الجلة .

ويتفق نتائج هذا البحث مع ما توصل إليها نتائج دراسات كل من عبد الناصر العباني (2008) (11) وأحمد البهلول (2010) (1) وعلي المريول (2008) (13) وكمال الأسود (2007) (16) .

**2-5- التوصيات :-**

- من خلال استنتاجات البحث توصل الباحثون إلي التوصيات التالية :-
- 1- ضرورة توفير بعض الأجهزة والوسائل التعليمية في الجامعات حتى يتسنى استخدامها كوسيلة تعليمية في تعلم المهارات الحركية المختلفة .
  - 2- ضرورة اهتمام كليات التربية البدنية بإدخال الوسائط المتعددة والتقنيات الحديثة حتى تساعد على تحسين العملية التعليمية .
  - 3- عقد ندوات وملتقيات علمية بين أعضاء هيئة التدريس في كيفية استخدام بعض الوسائل التكنولوجية في عملية التعليم والتدريب في تعلم الأنشطة الرياضية .
  - 4- ضرورة توفير الشرائط التعليمية للأنشطة الرياضية عامة ومسابقة دفع الجلة خاصة حتى تساعد على تحسين العملية التعليمية .
  - 5- إجراء المزيد من الدراسات الماثلة على عينات ومراحل سنية مختلفة ومسابقات رياضية أخرى .

وفي ضوء ما سبق يتضح أن تعلم الطلبة للأداء الفني في مسابقة دفع الجلة للمجموعتين الضابطة والتجريبية قد أحدث تقدماً للمجموعتين، ألا أن استخدام التغذية الراجعة البصرية (الأفلام الحلقية) تعتبر وسيلة تعليمية أحدثت تقدماً ونتائج أفضل للمجموعة التجريبية حيث ساعدت الطلبة على تحسين مستوى أدائهم في المراحل الفنية للمهارة .

**5- الاستنتاجات والتوصيات****5-1- الاستنتاجات :-**

- في حدود أهداف وإجراءات وعينة البحث ومن خلال مناقشة وتفسير النتائج عن طريق التحليل الإحصائي توصل الباحثون إلي الاستنتاجات التالية :-
- 1- استخدام التغذية الراجعة البصرية باستخدام الأفلام الحلقية أدى إلي تعلم وتحسين في مستوى المراحل الفنية .
  - 2- استخدام الوسائل التكنولوجية الأفلام الحلقية كتغذية راجعة في الجوانب التعليمية أدى إلي تحسن في المستوى الرقمي للمجموعة التجريبية .
  - 3- أدى استخدام الأسلوب التقليدي للمجموعة الضابطة إلي تحسن نسبي في المراحل الفنية والمستوى الرقمي .

**المراجع :****أولاً- المراجع العربية :-**

- 1- أحمد البهلول عطية : أثر استخدام تكنولوجيا التعليم على التعلم الحركي لمسابقات الميدان (إطاحة المطرقة) لطلبة كلية علوم التربية البدنية والرياضة رسالة ماجستير غير منشورة كلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة طرابلس(2010) .
- 2- التكريتي وديع ياسين وآخرون : أثر التغذية الراجعة في إنجاز فعالية قذف الجلة، مجلة الراصد للعلوم الرياضية، العدد السابع، جامعة الموصل، العراق (1999).
- 3- بسطويسي أحمد بسطويسي : مسابقات المضار ومسابقات الميدان، تعلم، تكنيك، تدريب، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة (1997) .
- 4- زكية إبراهيم وميرفت خفاجة : طرق التدريس في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة (2002).
- 5- صلاح محمد يونس : استخدام جهاز عرض الشرائح وأثره على الأداء المهاري والمستوى الرقمي لدفع الجلة لدى تلاميذ الصف الثامن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم التربية البدنية والرياضة، جامعة طرابلس(2005) .
- 6- عبدالزهرة ظافر جعفر : تأثير استخدام أنواع مختلفة من التغذية الراجعة على تعلم بعض المهارات الأساسية بالتنس، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق (1991) .
- 7- عبد الناصر محمد العبابي : تأثير التغذية المرتدة البصرية باستخدام الفيديو التفاعلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم بكلية علوم التربية البدنية والرياضة، جامعة طرابلس (2008).
- 8- عزيز مصطفى صلاح الدين : تأثير استخدام أنواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم السباحة الحرة (الزحف على البطن)، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق (1998).
- 9- علي أبو القاسم المربول : أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم دفع الجلة وتحسين الأداء المهاري لتلاميذ التعليم الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم التربية البدنية والرياضة، جامعة طرابلس (2008).
- 10- علي موفق حياوي : أسس التقنيات التربوية الحديثة واستخداماتها، دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق(1990).
- 11- كمال رمضان الأسود : فاعلية توقيت استخدام الوسائل المتعددة على جوانب التعلم المهارة رمي الرمح لطلاب كلية

- 17- محمد محمود الحيلة: تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط1، دار السيرة لنشر والتوزيع، عمان، الأردن(1998)
- 18- مصطفى عبد السميع محمد : تكنولوجيا التعليم، دراسات عربية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (1999) .
- 19- نشوان محمد الصفار: أثر التغذية الراجعة الإضافية في مستوى الأداء الفني والإنجاز لفعالية الوثب الطويل، مجلد المؤتمر العلمي لدراسات وبحوث كلية علوم التربية البدنية والرياضة، الزاوية (2008).
- 20- هشام القمودي القنطري : أثر برنامج تعليمي باستخدام الوسائل الفياضة (الهيرميديا) على تعلم وحدة تعليمية في الكرة الطائرة لتلميذات الشق الثاني من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم التربية البدنية والرياضة، جامعة طرابلس (2007).
- التربية البدنية بجامعة طرابلس ، رسالة دكتوراء غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية(2007) .
- 12- مجدي محمود أفهميم : الأسس العلمية والعملية لطرق التدريس، دار الوفاء لادنيا الطباعة والنشر، القاهرة (2009).
- 13- محمد السيد علي : تكنولوجيا التعليم والوسائل التعليمية، ملتزم لنشر والتوزيع، دار الفكر العربي، القاهرة (2010).
- 14- محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط2، دار المعارف ، القاهرة (1983) .
- 15- محمد حسن علاوي: سيكولوجيا التدريب والمنافسات، ط 7، جامعة حلوان، القاهرة (1992) .
- 16- محمد سعيد عزمي : أساليب وتطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق ، منشأة المعارف ، الإسكندرية (1996).

ثانياً:- المراجع الأجنبية :-

- 21- DATE .B. (1996) Effect of day ling projection of film loops on learning dad Minton research –VO.NO.3. Quarterly.
- 22- Jambor Weekes (1995) video Tape food Back Makati Move Effects Fed.v66nt ,Journal of physical Education.

## المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الأنشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين

د. سعاد علي زيون ، د. حسن سعد الصغير ، د. ابراهيم علي عطية

### المقدمة ومشكلة البحث:

مردود عن كل ما تم إنفاقه، وما بذل فيه من جهد، الأمر الذي يشكل في النهاية نقلة نوعية لهذه المؤسسة (2 : 133)

فالإدارة المدرسية تعتبر وحدة مسؤولة عن تنفيذ سياسات الإدارة التربوية والإدارة التعليمية وأهدافها وحيث أن الإدارة المدرسية هي القائمة على تحقيق رسالة المدرسة من خلال صلتها المباشرة بالطلبة، فإنها تتمتع بدرجة أكبر في التصرف والقيام بالأدوار المنوطة بها، واتخاذ القرارات خاصة، مما يجعلها أهم وحدة إدارية في حلقة الإدارة التربوية، ويعطيهام مكانة كبيرة من الناحية الإدارية (3 : 12)

وتعد إدارة المدرسة الاداة المهمة في تنفيذ المنهاج باعتبارها قد اكتسبت خبرات عديدة من خلال تنفيذ المناهج الدراسية المختلفة ، حيث تقوم بتشجيع المعلم ودعمه لأجل تمكنه من تنفيذ المنهاج وتحقيق الاهداف التربوية باعتبار الادارة المدرسية هي حلقة الوصل بين المدرسة والبيئة والمجتمع، فهي المسؤولة عن التنسيق بين المناهج الدراسية المختلفة (30 : 9)

وللإدارة المدرسية اثر بارز في نجاح العملية التربوية في ابعادها المختلفة تخطيطا وتنظيما وشرافا وتوجيها وتقييما ، فالإدارة المدرسية هي الحلقة الأهم في البيئة الهيكلية للإدارة التربوية فهي على تماس مباشر مع العملية التربوية والتعليمية (32 : 102)

وفي ظل التحديات الكبيرة التي تواجه العملية الإدارية ومع وجود التغيرات المستمرة والمتلاحقة التي واكبت الأنظمة و الاساليب الإدارية التي يعتد بها في المجال الإداري داخل المنظمات الإدارية ومن بينها المنظمات التربوية كان لابد من ظهور مفاهيم إدارية حديثة تتفاعل مع تلك التغيرات وتواكب المستجدات التي يجب أن يكون في مقابلها جهوداً تبذل و أعمالاً تتقدم وصولاً إلى تطوير وتحسين تلك العمليات وما يتضمن نجاح العمل الإداري ويحقق للمنظمة أهدافها المرجوة ، ولقد أضحت رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة وتعليمهم بما يتلاءم وقدراتهم ضرورة حتمية واستراتيجية مهمة من استراتيجيات التنشئة في الوقت الحالي ، ذلك أنهم من أبناء الوطن ، وأن لهم الحق في الحصول على فرصة تعليمية عادلة تتوافق مع ظروفهم ، كما أن العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة يأتي في مقدمة المهن التي يمكن أن تخلق مشاعر الإحباط لدى العاملين لما تفتضيه هذه المهن من متطلبات مع فئات متنوعة من الأشخاص غير العاديين

تعد الادارة اساس تقدم كافة الأنشطة الانسانية اقتصادية أو سياسية او اجتماعية او انسانية فهي نشاط متميز له علاقة مباشرة بمعظم جوانب حياة الانسان وبدونها يصعب الوصول الى التقدم الذي عليه عالمنا الآن ، والرياضة واحدة من الأنشطة الانسانية التي اخذت تتوسع نتيجة الاهتمام المتزايد بها لذا كان من الضروري التثبث بالاطار العلمي في تنظيمها ، وبذلك اصبحت الادارة اساسا لكل نجاح فيها ، فالإدارة هي وسيلة فعالة وناجحة لتحقيق الاهداف المنشودة ، وتلعب الادارة دورا هاما ورئيسيا في جميع مجالات التربية الرياضية (15):

(22 ، 19)(28 : 17)

المدرسة هي المؤسسة التربوية التي تهدف إلى توفير الأجواء المناسبة للتلاميذ بهدف أعدادهم أعدادا سليما من مختلف النواحي فضلا عن تزويدهم بمهارات التعلم المختلفة، و للمدرسة دورا كبيرا في حياة الطفل فهي تعلمه الكثير من الاستجابات الجديدة فضلا عن المهارات الأكاديمية وتمكنه من ممارسة العلاقات الاجتماعية من خلال إشرافها وتوجيهها المستمرين ، فقد أصبحت المدرسة المكان الطبيعي لتربية التلاميذ عن طريق اكتشاف ميولهم ومواهبهم الطبيعية وتمتيتها لصالح التلاميذ والمجتمع (5 : 176\_177)

يحتل ميدان الإدارة المدرسية اهتماما مشتركا لكل العاملين في ميدان التربية والتعليم ، وذلك ان المدرسة تمثل الميدان الفعلي التي تتصافر فيه جهود كل هؤلاء جميعا ، واذا كانت المدرسة على هذه الدرجة من الاهمية فأن الطريقة التي تدارها واساليب العمل المتبعة فيها تمثل العمود الفقري لنجاح المدرسة في اداء رسالتها على اكمل وجه (9 : 444)

تعتبر الإدارة المدرسية أصغر تشكيل إداري في النظام التعليمي، ومن أهم التشكيلات فيه، لأنها تتولى تنفيذ السياسة التعليمية بأهدافها ومراميها، ولأنها الوجه المباشر للنظام التعليمي أمام المجتمع، كما تشكل الإدارة الناجحة إحدى الركائز المهمة لأي مؤسسة من المؤسسات التعليمية لبلوغ الكفاية التي تمكنها من استغلال مواردها البشرية والمادية والعلمية في مختلف مجالات حياتها، أو بعضها على الأقل، ومن ثم تشغيلها وتوجيهها في ضوء ما حدد من أهداف بحيث يتحقق لها في النهاية وبصفة مستمرة

والتربية الرياضية في هذا السن نشاط هام من أنشطة المنهج المدرسي تمثل جانباً أساسياً وحيوياً في العملية التربوية لتربية النشء وتسهم بدورها علمياً وعملياً في هذا الإنماء والتطور و اللعب نشاط سلوكي هام يقوم بدور رئيسي في تكوين الشخصية ( 12 : 3 )

والرياضة المدرسية تعتبر من اهم عناصر نجاح المنهج المدرسي بصورة عامة لما لها من تأثير تربوي ونفسي واجتماعي في مرحلتي الدراسة الابتدائية والثانوية ( 4 : 99 )

وأكدت الدراسات العلمية أن ممارسة ذوي الاحتياجات الخاصة للأنشطة البدنية تساهم بفعالية في رفع مستوى لياقتهم البدنية وبالتالي تقلل من الأعراض الناجمة عن نقص الحركة، فالتربية البدنية وأنشطتها لنوعي الاحتياجات الخاصة تساعد على تعلم المهارات المناسبة للتعامل مع الآخرين وتوفير الفرص لتفاعلهم الاجتماعي مع البيئات المختلفة، كما تساهم التربية البدنية في تطوير الكثير من الجوانب النفسية لهذه الفئات . ( 14 : 26 - 27 )

وقد اجريت العديد من الدراسات لدراسة المشكلات الإدارية والصعوبات والمعوقات التي تواجه الرياضة المدرسية كدراسة ابو بكر كريميد (1999) (1) المعوقات التي تواجه تلاميذ وتلميذات المرحلة الاعدادية نحو ممارسة الانشطة المدرسية الترويجية بمدينة طرابلس المعوقات التي تواجه تلاميذ وتلميذات المرحلة الاعدادية نحو ممارسة الانشطة المدرسية الترويجية بمدينة طرابلس ليبيا، دراسة عمر العياط (2002) (17) دراسة واقع التربية البدنية المدرسية بمرحلة التعليم الاساسي الحلقة الثالثة بشعبية طرابلس ليبيا، ودراسة آمنة عرت أيس ( 2004 ) (3) بهدف التعرف على المشكلات الإدارية في المدارس الخاصة من وجهة نظر المديرين والمعلمين وأولياء الأمور والطلاب في محافظات شمال فلسطين ودراسة " نادر شلبي واخرون" (2006) (31) والتي هدفت للتعرف على المشكلات الإدارية التي تواجه الرياضة لدى الطفل المصري ودراسة" سليمان فزاقره و اخرون(2010) ( 11 ) بهدف الكشف عن بعض القضايا التي تؤثر على تنفيذ برامج التربية الرياضية المدرسية في بعض الدول العربية الأردن، السعودية، البحرين، الإمارات، وسلطنة عمان والتي تناولت الرياضة المدرسية وما يواجهها من صعوبات في مدارس الاسوياء ولكن اين من هذه الدراسات لم تتناول الصعوبات بمدارس متحدي الإعاقة وخاصة الدراسات في ليبيا، وبالرغم من اهمية النشاط الرياضي المدرسي في تنمية

الذين يعانون من الإعاقات الحركية والعقلية والسمعية والبصرية أو الإعاقات المتعددة، أو المتفوقين عقلياً والموهوبين بما لهم من قدرات خاصة، وما يتطلبونه من معاملة خاصة؛ حيث يعتبر كل شخص حالة خاصة تتطلب نمطاً خاصاً من الخدمة والتعليم والتدريب والمساندة .

والتربية الرياضية المدرسية بمفهومها المعاصر وباعتبارها قيمة اجتماعية لها خصوصيتها وقادرة على أن تلعب دوراً مهماً ومؤثراً فيما يتعلق بتحقيق الأهداف الاجتماعية للتلاميذ على أساس أن الإنسان بطبعه مخلوقاً اجتماعياً لا يستطيع أن يعيش بعيداً أو معزولاً، الأمر الذي يفرض على التربية الرياضية المدرسية مسؤوليات كبيرة تختص بالصحة النفسية للفرد والمجتمع.

فالتربية الرياضية جانب حيوي وعلاجي يستغله التربويون في اصلاح كثير من المشاكل الصحية والنفسية والتربوية، ويعتبر درس التربية البدنية هو مسرح العمليات لتطبيق وترجمة الدور الحقيقي الذي تقوم به التربية البدنية، ونظر لما لها من دور حيوي في الاصلاح النفسي والجسدي البدني والعقلي والاجتماعي والوقائي من خلال برامج مبنية على الدراسات العلمية لأي مشاكل تتعرض لها اي فئة من المتعلمين، وتسعى في تنظيم جميع المهارات التي تهيب هذه الفئات وتمكنهم من حياة مستقلة، سواء في مجالات الحركة أو العلاقات الاجتماعية أو الأنشطة الترويجية أو غير ذلك من المجالات (27 : 1489) (27- 26 :

ويؤدي النشاط الرياضي دوراً أساسياً في تكوين الفرد عن طريق تزويده بالمهارات الرياضية وتمتية قدراته البدنية والحركية والعقلية وتكوين اتجاهاته لتجعل منه انساناً قادراً على التكيف الوظيفي والاجتماعي والبدني ومساهما في تحسين ورفع المستوى الرياضي في الوقت نفسه، وانطلاقاً من مبدأ تكافؤ الفرص في توفير الخدمات التربوية والتعليمية لكل طفل سواء كان أو من ذوي الاحتياجات الخاصة لمد يد العون لهم للوصول إلى أقصى قدراتهم واستعداداتهم التي قد يعانون منها والتي قد تؤدي إلى إحساسهم بالفشل في الدراسة وانعكاس ذلك على علاقاتهم بزملائهم ومعلمهم بتصرفات غير مقبولة، وتعتبر الممارسة الرياضية خير ميدان يستطيع ذوو الاحتياجات الخاصة من خلاله التقرب من المجتمع ليقضي بذلك على حالات العزلة والافتراق التي طالما تواجههم من جراء إعاقته ورياضة ذوي الاحتياجات الخاصة تنمي الفرد وتؤهله لكي يساعد نفسه والمجتمع الذي يعيش فيه وهي بهذا مكملة للبرامج التربوية والتعليمية الأخرى. ( 5 : 175 ) ( 19 : 88 ) ( 26 : 182 )



**مصطلحات البحث.**

**ذوي الاحتياجات الخاصة :** هم الذين تتوجه التربية الخاصة لهم وهم ينحرفون عن المتوسط انحرافا ملحوظا في جوانبهم الجسمية أو الحسية أو العقلية بحيث يتطلب الامر تغيرا في ممارسات المدرسة تجاه هؤلاء الطلبة ، ويقضي ذلك تعديلا في المناهج أو الاساليب التعليمية أو الظروف البيئية المحيطة بهم حتى تلبي حاجاتهم ويشمل ذلك الذين ينحرفون في الاتجاه السلبي أو الايجابي " ( 6 : 65 )

**2. الدراسات المشابهة:ـ**

ـ دراسة " نادر شلبي ، ناجي حامد ، وائل طلعت " (2006) ( 31 )

**عنوان الدراسة " المشكلات الإدارية التي تواجه رياضة الطفولة في مصر"**

هدفت الدراسة للتعرف على المشكلات الإدارية التي تواجه الرياضة لدى الطفل المصري واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح ، واشتملت عينة البحث على ( 10 ) خبراء أكاديميين في مجال الادارة الرياضية ولهم دراسات سابقة وخبرة في مجال العمل .

أسفرت نتائجها ان اهم المشكلات الإدارية الرياضية التي تواجه الطفل المصري تمثلت في المحاور التالية : التخطيط والتنظيم ، الوجيه والرقابة والمتابعة وكلها مشكلات تؤثر بشكل جوهري في فشل التربية البدنية والرياضة في المدرسة المصرية

○ دراسة " سليمان قزاقزه و عيد كنعان واحمد البوريني" (2010) ( 11 )

**بعنوان " بعض القضايا التي تؤثر على تنفيذ برامج التربية الرياضية المدرسية في بعض الدول العربية من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية"**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن بعض القضايا التي تؤثر على تنفيذ برامج التربية الرياضية المدرسية في بعض الدول العربية الأردن، السعودية، البحرين، الإمارات، وسلطنة عمان.

واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وشملت عينة الدراسة على ( 60 ) ستين معلما ومعلمة للتربية الرياضية في هذه الدول و أسفرت النتائج على ما يلي تركيز معلمي التربية الرياضية في الدول العربية على الاشتراك في المباريات الرياضية الخارجية، التي تنظم من قبل مديريات التربية والتعليم أكثر من تنظيم أنشطة داخلية وتدريب الفرق المدرسية. تكوين

شخصية التلاميذ الا انه لايزال وحتى وقتنا الحاضر لم يجد طريقة لتحقيق الهدف منه في مدارسنا عامة وفي مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل خاص، ومن خلال متابعة الباحثان الميدانية لهذه الشريحة من أطفالنا واطلاعها على المراجع والمؤتمرات العلمية لاحظنا بأن النشاط الرياضي المدرسي لم يجد حقه داخل المدارس والمراكز الخاصة بهذه الفئة او داخل مدينة الزاوية من هنا تجلت أهمية البحث في دراسة المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين حتى يتم التعرف عليها ومحاولة إيجاد الحلول المناسبة محاولة منا لتوفير الفرصة لهذه الفئة حتى تصبح قادرة على العمل والإبداع ولكون الإنسان هو الأساس الذي نسعى إلى تطويره من خلال تهيئة الأجواء الصحية لإطلاق قدراته الإبداعية ، فيجب أن نهتم في معاملتنا معهم وإن نجعلهم يعيشون حياة طبيعية تمكنهم من ممارسة أغلب الأنشطة العادية كلما أمكن ذلك ومن خلال إطلاع الباحثان على بعض المشكلات الادارية المتعلقة بمدارس ومراكز ذوي الاحتياجات ، و مشاهدتها لهذه المشكلات ومعايشتها لها على أرض الواقع، و الاطلاع على المواضيع المتعلقة بهذه المدارس ومشكلاتها وأوضاعها، وبسبب قلة الدراسات المحلية حول أوضاع ومشكلات ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة ، فمشكلة هذا البحث قد تركزت حول دراسة المشكلات الادارية التي تعاني منها مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات والتي تعد عائقا في ممارسة الانشطة الرياضية داخل هذه المؤسسات .

**اهداف البحث :**

ـ التعرف على المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين بمنطقة الزاوية

**تساؤلات البحث :**

ـ ماهي المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين بمنطقة الزاوية.

- الفرق الرياضية للألعاب الجماعية على حساب الألعاب الفردية، وقلة توافر الموارد المالية لدعم برامج التربية الرياضية المدرسية. كما أظهرت نتائج الدراسة إلى تصور أفراد عينة الدراسة بأن معلم التربية الرياضية أقل مكانة من معلمي المباحث التربوية الأخرى. بالإضافة إلى قلة توافر فرص ممارسة الأنشطة الرياضية للطلبة من ذوي الاحتياجات الخاصة، مع غياب التوجيهات والإرشادات في دليل معلمي التربية الرياضية والمتعلقة بكيفية إشراك وتعليم طلبة ذوي الاحتياجات الخاصة في دروس التربية الرياضية.
3. قامت الباحثان بتوزيع الاستمارة على الخبراء بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الزاوية لمعرفة مدى ملائمة الاسئلة لتغطية كافة المحاور.
4. تم تعديل الاستمارة ووضعها في صورتها النهائية ومن ثم توزيعها على عينة البحث .
5. قام الباحثان بجمع الاستمارات وتفرغها لأجراء المعاملات الاحصائية .

**إجراءات البحث:** تتضمن إجراءات البحث منهج البحث وعينة البحث والأدوات المستخدمة في البحث والبرنامج الزمني والمعالجات الاحصائية.

**منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظرا لملائمته لطبيعة الدراسة .

**عينة البحث:** تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وهم المسؤولين والمهتمين في مدارس ومراكز متحدي الاعاقة (ذوي الاحتياجات الخاصة) ، ووزراتي الشؤون الاجتماعية والتعليم ومكتب الفئات الخاصة بوزارة التعليم الزاوية في المنطقة الغربية ( الزاوية – صرمان – صبراتة ) .

استمارة استطلاع رأى الخبراء المتخصصون في مجال المناهج وطرق التدريس بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الزاوية .

استمارة استطلاع رأى المسؤولين والمهتمين في وزارة التعليم بهذه الفئة القائمين ومدراء مدارس في مدارس ومراكز متحدي الاعاقة (ذوي الاحتياجات الخاصة).

وفيما يلي سوف نعرض هذه الأدوات والخطوات العلمية التي اتبعتها لإعدادها وتقنينها

حتى أصبحت صالحة للتطبيق في صورتها النهائية.

**الهدف من الاستمارة :** يتحدد هذا الهدف في تصميم أداة موضوعية للاستعانة بها في تحديد اهم المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين ، وقد تم اشتقاق بنود الاستمارة من خلال ما يلي:

- القراءات النظرية والدراسات المشابهة.
- المقابلات الشخصية مع العديد من الخبراء والمسؤولين والقائمين بالأشراف والتدريس لهذه الفئات.
- تحديد محاور الاستمارة وتضمنت المحاور التالية:
- المحور الاول: برامج وزارة الشؤون الاجتماعية و وزارة التعليم ( 12 ) عبارة.
- المحور الثاني : إدارة المدرسة ( 14 ) عبارة.

- المسؤولين والمهتمين في وزارة التعليم و وزارة الشؤون الاجتماعية على متحدي الاعاقة (ذوي الاحتياجات الخاصة) بمدينة الزاوية وضواحيها وعددهم ( 10 ) مسؤولين .

- المسؤولين والمهتمين على رياضة متحدي الاعاقة (ذوي الاحتياجات الخاصة) في المنطقة الغربية ( الزاوية – صرمان – صبراتة ) وعددهم ( 12 ) مسؤول .وبذلك بلغ الحجم الاجمالي لعينة البحث ( 22 ) مسؤول .

**خطة البحث:**

لتحقيق أهداف البحث قام الباحثان بالخطوات التالية:

1. مسح مكتبي للدراسات السابقة والمراجع العلمية لتحديد اهم المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين وجمع المعلومات النظرية من المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث.
2. تم تصميم استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد اهم وأكثر المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل



**المعاملات العلمية للاستارة :**

**صدق المحكمين**

قام الباحثان بعرضها في صورتها النهائية على مجموعة من الخبراء المتخصصين في المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بالزاوية وعدددهم ( 10 ) خبراء حيث تم الموافقة عليها وبذلك أصبحت الاستارة في صورتها النهائية معدة للتطبيق وتراوحت النسبة المئوية لآرائهم من (75\_100%) .

**صدق الاستارة (الصدق الذاتي)**

تم حساب الصدق الذاتي للاستارة ككل عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وقد بلغ الصدق الذاتي للاستارة (0.949).

**الدراسة الاستطلاعية** : قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية بعد إجراء التعديلات السابق الإشارة إليها :

**أ - أهداف الدراسة الاستطلاعية:**

تهدف هذه الدراسة إلى التحقق من ثبات الاستارة:

**ب - عينة الدراسة الاستطلاعية :**

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية حيث تم تطبيق الاستارة على ( 5 ) خمسة من مدرسة تنمية القدرات الذهنية بالزاوية و من ثم إعادة تطبيق الاستارة على نفس العينة لإيجاد معامل ثبات الاستارة ككل عن طريق استخدام معادلة ألفا كرو نباخ ، وقد بلغ معامل ثبات الاستارة (0.8999). وذلك يدل على ثبات مرتفع جداً لمحتويات الاستارة .

**الدراسة الأساسية :** وقد تم تطبيق الاستارة على عينة البحث في مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة في بعض مدن المنطقة الغربية بليبيا من الزاوية حتى صبراته .

**البرنامج الزمني:**

تم تحديد محاور الاستارة المقترحة في الفترة من 23/11/2013 وحتى 30/11/2013

تم عرضها على الخبراء والمتخصصون في مجال المناهج وطرق التدريس الفترة من 1/12/2013 وحتى 8/12/2013.

تم اجراء التعديلات وعرضها على الخبراء مرة ثانية في الفترة من 16/12/2013 وحتى 26/12/2013.

- المحور الثالث: المعلم ( 17 ) عبارة:

- المحور الرابع: الموجه ( 12 ) عبارة

- المحور الخامس: الامكانيات والادوات اللازمة لممارسة الانشطة الرياضية) عبارات ( 9

- المحور السادس : الاسرة ( 6 ) عبارات

- المحور السابع : التلميذ( 15 ) عبارة

- . بذلك بلغ المجموع الكلي لعبارات الاستارة ( 85 ) عبارة .

- وقد قام الباحثان بوضع مجموعة من العبارات لكل محور من المحاور، وتم ترتيبها ترتيباً منطقياً متسلسلاً، على أن يكون كل محور من المحاور المحددة شاملاً على قدر الإمكان ، وقد روعي أن يكون الأسلوب واضحاً ومفهوماً ولا يحتاج الى الكثير من الشرح والتوضيح.

- وبعد تحديد محاور الاستارة وصياغة عباراتها، كان لزاماً علينا التحقق من صلاحيتها، وذلك بعرضها في صورتها المبدئية على مجموعة من الخبراء المتخصصين في المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية وعدددهم ( 10 ) خبراء وذلك للتعرف على آرائهم والاستفادة منها في محاور الاستارة، وعناصرها فيما يلي:

● مدى ملائمة الصورة الحالية للاستارة لتحديد اهم المشكلات الإدارية وأثرها على ممارسة الانشطة الرياضية داخل مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر المسؤولين

● إمكانية تعديل أو إضافة أو حذف لعبارات الاستارة.

● مدى سلامة الصياغة اللغوية للعبارات في جميع محاور الاستارة.

وقد تضمنت الصورة المبدئية للاستارة عند عرضها على الخبراء الهدف منها والمحاور الرئيسية التي تتألف منها، وطلب إبداء آرائهم في عبارات كل محور من حيث درجة الموافقة عليها) مناسب او غير مناسب او تحتاج للتعديل ( وتسجيل ملاحظاتهم عليها اضافة ما يروونه مناسب، وفي ضوء هذه الآراء والملاحظات التي أبدوها الخبراء، قام الباحثان بإضافة محاور واعادة صياغة بعض العبارات وتعديلها ، وحذف بعض العبارات الغير مناسبة او المتقاربة .

● تم اجراء المعالجة الاحصائية وهي النسبة المئوية لمعرفة صلاحية الاستارة وقد تم استبعاد الاستارة التي تحصلت على نسبة اقل من 75 % من اراء الخبراء ، كما تم تعديل بعض الاستارة التي اتفق الخبراء على اجراء تعديلا لها من (صياغة - حذف - إضافة) ، ودمج بعض العبارات التي كانت تحمل مضمون قريب ، وبذلك توصل الباحثان الى الاستارة في صورتها النهائية .

- تم تطبيق الاستمارة في الفترة من 5 / 1 / 2014 وحتى 20 / 1 / 2014 .  
 - معامل ألفا كرو نباخ Cronbach's alpha للحصول على مدى ثبات أداة القياس .  
 - النسبة المئوية.  
 - مربع كاي  
 - المعالجات الإحصائية: تبعا لطبيعة البحث استخدمت المعالجات الإحصائية وتحليل البيانات عن طريق برنامج الإحصاء للعلوم التربوية (SPSS) حيث تم استخراج :  
 جدول ( 1 ) وجهة نظر المسؤولين في محور برامج وزارة الشؤون الاجتماعية و وزارة التعليم.

الدالة	ك	لا		الى حد ما		نعم		العبارات	م . ر
		%	ك	%	ك	%	ك		
.002	**12.091	68	15	13.64	3	18.18	4	هل توجد خطة سنوية للنشاط الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) على مدار السنة في برامج الوزارة بمدينة الزاوية ؟	1.
.001	**14.000	72.73	16	9.1	2	18.18	4	هل توجد إدارة خاصة بالنشاط الرياضي المدرسي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) بمكتب تعليم الزاوية ؟	2.
.000	**16.455	72.73	16	4.5	1	22.73	5	هل توجد إدارة خاصة بالنشاط الرياضي المدرسي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) بوزارة التعليم بليبيا ؟	3.
.000	**15.636	72.73	16	9.1	2	18.18	4	هل هناك مناهج للتربية البدنية لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ضمن المناهج المدرسية بالوزارة ؟	4.
.001	**13.652	68	15	13.64	3	18.18	4	هل تم وضع البرنامج الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) على اساس علمية من قبل خبراء متخصصين ؟	5.
.000	**15.700	77.27	17	9.1	2	13.64	3	هل هناك مكافآت مادية للمدعين من معلمي و موجهي التربية البدنية لهذه الفئات ؟	6.
.000	**16.455	72.73	16	22.73	5	4.5	1	هل هناك اهتمام بتحفيز العاملين في مجال تطوير البرنامج الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ؟	7.
.005	**10.750	59.09	13	32	7	9.1	2	هل هناك تركيز على دور وسائل الاعلام في نشر الرياضة لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) للحفاظ على الصحة العامة ؟	8.
.054	*5.826	54.55	12	27	6	18.18	4	هل هناك حث للباحثين على دراسة الوعي نحو ممارسة نشاط الرياضة لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) في شتى المراحل العمرية ؟	9.
.394	.727	59.09	13	40.91	9	0	0	هل هناك دوريات رياضية في مختلف الالعاب خاصة بذوي الاحتياجات الخاصة داخل مدينة الزاوية ؟	10.
.087	4.880	45.45	10	18.18	4	36.36	8	هل تحرص الوزارة على دمج متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) مع اقرانهم الاسوياء في ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة ؟	11.
.000	**23.545	4.5	1	13.64	3	81.82	18	منهاج التربية الرياضية غير مناسبة لنوعي الاحتياجات الخاصة ويحتاج إلى تعديل ؟	12.

ويتفق هذا مع ما أظهرته نتائج دراسة " مشاري الروبح " (2008) (27) انه لا يوجد تطوير لمناهج التربية البدنية لمتلازمة داون ، كما ان منهج التربية البدنية ليس مبني على أسس علمية و هذا ما جعله ضعيفا ، انه لا توجد مناهج التربية البدنية لمتلازمة داون ، وقد لاحظ الباحثان من خلال اطلاعهما على مناهج التربية البدنية كذلك زيارتهما المتكررة لمدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) والقسم المسؤول عن الفئات الخاصة بوزارة التعليم بمدينة الزاوية انه لا توجد مناهج معدلة تتناسب مع الفئات الخاصة ، ويتفق هذا مع دراسة زكية المساوي ولطفية شقلاوب ( 2013 ) (8) والتي اظهرت نتائجها انه لا تتوفر برامج للأنشطة الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة بمدارس التعليم الأساسي .

يوضح الجدول ( 1 ) وجهة نظر المسؤولين في محور برامج وزارة الشؤون الاجتماعية و وزارة التعليم. و يتضح أن قيمة مربع (كا) تراوحت بين (5.826 \_ 23.545) كما يتضح ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 في جميع عبارات الجدول ما عدا العبارتين ( 10 \_ 11 ) كما يوضح أن هناك فروق معنوية لعبارات المحور ولصالح ( نعم) في العبارة ( 12 ) بنسبة مئوية (81.82) والتي اوضحت ان منهج التربية البدنية غير مناسب لذوي الاحتياجات الخاصة ويحتاج إلى تعديل بما يتناسب واعاقاتهم المختلفة ، انه ليس هناك مناهج للتربية البدنية لنوعي الاحتياجات الخاصة ضمن المناهج المدرسية بالوزارة ، وهذا ما أكدته العبارة ( 4 ) بنسبة مئوية ( 72.73 ) والتي اوضحت انه و ليس هناك مناهج للتربية البدنية لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ضمن المناهج المدرسية بالوزارة

هناك تركيز على دور وسائل الاعلام في نشر الرياضة لتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) للحفاظ على الصحة العامة ، بينا اوضحت العبارة ( 9 ) بنسبة مئوية ( 54.55 ) ليس هناك حث للباحثين على دراسة الوعي نحو ممارسة مناشط الرياضة لتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) في شتي المراحل العمرية

يوضح الجدول (2) وجهة نظر المسؤولين في محور إدارة المدرسة ، و يتضح أن قيمة مربع (كا) تراوحت بين ( 5.818 \_ 9.091) كما يوضح أن هناك فروق معنوية لعبارات المحور ولصالح (الى حد ما ) في العبارة ( 2 ، 5 ) بنسبة مئوية ( 63.64 \_ 45.45 ) على التوالي و التي اوضحت ان الموظفين بالإدارة من اخصائيين اجتماعيين تأهيلهم محدود للعمل في هذه المدارس والمراكز وان اهتمام من ادارة المدرسة بإقامة أنشطة خارج مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) محدود واحيانا لا تهتم ادارة المدرسة بهذه الأنشطة ،

وتؤكد دراسة سليمان قراقزه وآخرون (2010) (11) التي أظهرت نتائجها ان التلاميذ من ذوي الاحتياجات الخاصة يمارسون الأنشطة الرياضية المعدة للطلبة الأسوياء بدون أي تعديل.

ويشير محسن محمد (1997) أن التربية الرياضية كإداة تخضع للعملية التعليمية تتأثر بعوامل متعددة من أهمها المنهج ، المدرس ، التلميذ، والإمكانات، ولذا يجب أن يعد منهج التربية البدنية بحيث يتناسب مع خصائص التلميذ في كل مرحلة دراسية كما يجب إعداد معلم التربية البدنية إعداداً مهنياً جيداً بما يتناسب مع ما يقوم به من واجبات وما يتحملة من مسؤوليات داخل وخارج المدرسة وبلي ذلك الإمكانات من ملاعب وأدوات وأجهزة ووسائل تعليمية ( 22 : 2 )

الرياضي لتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) على اسس علمية من قبل خبراء متخصصين وكما اظهرت نتائج العبارة ( 8 ) بنسبة مئوية ( 59.09 ) والتي اوضحت انه ليس

ويبين الجدول انه هناك فروق معنوية لصالح (لا) في العبارات (1\_2\_3\_4\_5\_6\_7\_8\_9) ونلاحظ ان العبارة ( 6 ) اعلى نسبة ( 77.27 ) والتي اوضحت ان من أكثر المشكلات الإدارية المتعلقة بوزارة الشؤون الاجتماعية و وزارة التعليم انه لا توجد مكافئات مادية للمدعين من معلمي و موهبي التربية البدنية لهذه الفئات ، ويتفق هذا مع دراسة زكية المساوي ولطفية شقلاوب ( 2013 ) ( 8 ) والتي اظهرت نتائجها ان وزارة التربية والتعليم لا تدعم الأنشطة الرياضية ولا تهتم بمتابعة المتفوقين رياضياً بليلها العبارات ( 2\_3\_4\_7 ) بنسبة مئوية ( 72.73 ) وهذا يشير إلى أن استجابات العينة تؤكد لا توجد إدارة خاصة بالنشاط الرياضي المدرسي لتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) بمكتب تعليم الزاوية و لا بوزارة التعليم بليبيا ، كذلك ليس هناك اهتمام بتحفيز العاملين في مجال تطوير البرنامج الرياضي لتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) ، ومن ثم تأتي العبارتين ( 1 ، 5 ) بنسبة مئوية ( 68 ) والتي اوضحت انه لا توجد خطة سنوية للنشاط الرياضي لتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) على مدار السنة في برامج الوزارة بمدينة الزاوية ، كذلك لم يتم وضع البرنامج جدول ( 2 ) ووجهة نظر المسؤولين في محور إدارة المدرسة

م	العبارات	نعم		الى حد ما		لا		الدالة
		ك	%	ك	%	ك	%	
1.	هل مدراء مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) مؤهلين لإدارة هذه المدارس والمراكز ؟	4	18.18	11	50	7	32	3.364
2.	هل الموظفين بالإدارة من اخصائيين اجتماعيين مؤهلين للعمل في هذه المدارس والمراكز ؟	4	18.18	14	63.64	4	18.18	*9.091
3.	هل هناك اهتمام من ادارة المدرسة بإقامة أنشطة داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) على مدار السنة ؟	6	27	9	40.91	7	32	.636
4.	هل يوجد تنسيق بين ادارات مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) في إقامة الأنشطة الرياضية ؟	3	13.64	8	36.36	11	50	4.455
5.	هل هناك اهتمام من ادارة المدرسة بإقامة أنشطة خارج مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) ؟	2	9.1	10	45.45	10	45.45	*5.818
6.	هل هناك تشجيع من ادارة المدرسة لمعلمي التربية البدنية لإقامة الأنشطة الرياضية المختلفة ؟	6	27	8	36.36	8	36.36	.364
7.	هل تجد في ادارة المدرسة القناعة التامة بأهمية درس التربية البدنية لنوعي الاحتياجات الخاصة ؟	7	32	5	22.73	10	45.45	1.727
8.	هل تحرص ادارة المدرسة على متابعة الملاعب واصلاح ما يتلف منها ؟	4	18.18	8	36.36	10	45.45	2.545
9.	هل تعطي ادارة المدرسة اهمية لدرس التربية البدنية عند وضع الجدول الدراسي ؟	10	45.45	6	27	6	27	1.455
10.	عدم اهتمام ادارة المدرسة بالعروض الرياضية في المناسبات المختلفة ؟	8	36.36	10	45.45	4	18.18	2.545
11.	هل تشجع ادارة المدرسة للتلاميذ المتفوقين رياضيا ؟	11	50	7	32	4	18.18	3.364
12.	تفضيل ادارة المدرسة المحصن العملية التخصصية على حصص التربية الرياضية ؟	9	40.91	6	27	7	32	.636
13.	هل نظرة ادارة المدرسة لمادة التربية الرياضية على أنها دون المواد الأخرى. ؟	9	40.91	5	22.73	8	36.36	1.182
14.	هل تساهم ادارة المدرسة في تحديد نوع الأنشطة التي يمارسها التلاميذ ؟	2	9.1	7	32	13	59	*8.273

يمارسها التلاميذ ، ويتفق هذا مع دراسة "بسام البياتي" (2002) (4) ضعف مساهمات ادارات

التنسيق بين المناهج الدراسية المختلفة ، وتقوم ادارة المدرسة بتشجيع المعلم ودعمه لأجل تمكنه من تنفيذ المنهج وتحقيق الاهداف التربوية باعتبار الادارة المدرسية هي حلقة الوصل بين المدرسة والبيئة والمجتمع . (30 : 9)

يوضح الجدول ( 3 ) وجهة نظر المسؤولين في محور المعلم و يتضح أن قيمة مربع (ك) تراوحت بين (6.091 \_ 13.727

ويبين الجدول انه هناك فروق معنوية عند مستوى 0.01 ولصالح (لا) في العبارة ( 14 ) بنسبة مئوية ( 59 ) والتي اوضحت ان إدارة المدرسة لا تساهم في تحديد نوع الانشطة التي

المدارس في انجاح درس التربية الرياضية والنظرة السلبية لهذه الادارات مما يؤثر على فعالية الدرس المنهجي .

كما أظهرت نتائج دراسة زكية الميساوي ولطفية شقلايو ( 2013 ) ( 8 ) ان إدارة المدرسة لا تدعم الأنشطة الرياضية المدرسية ولا توفر الإمكانيات اللازمة لتنفيذها ولا تقوم بمكافئة المعلم المتميز ، كما تتفق مع دراسة مروان عبد المجيد (2009) ( 26 ) والتي

الجدول ( 3 ) وجهة نظر المسؤولين في محور المعلم

الدلالة	ك <sup>2</sup>	لا		الى حد ما		نعم		المحور الثالث: المعلم:
		%	ك	%	ك	%	ك	
.321	2.273	40.91	9	40.91	9	18.18	4	1 هل هناك كوادر مؤهلة تقوم بالتدريس لهذه الفئة داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ؟
.062	5.545	54.55	12	32	7	13.64	3	2. هل يوجد عدد كافي من معلمي التربية البدنية بمدارس ومراكز متحدي الاعاقة (ذوي الاحتياجات الخاصة) ؟
.108	4.455	50	11	36.36	8	13.64	3	3. هل هناك دورات صفل للمعلمين في كيفية تدريس هذه الفئة ؟
.036	*6.636	59	13	22.73	5	18.18	4	4. هل هناك كليات تخرج مؤهلين في تدريس الفئات الخاصة ؟
.727	.636	32	7	40.91	9	27	6	5. هل معلم التربية البدنية لا يتم بحصة التربية الرياضية ؟
.002	**12.636	9.1	2	22.73	5	68	15	6. هل تجد صعوبة في تطبيق الدرس عندما لا تتوفر الادوات ؟
.108	4.455	54.55	12	22.73	5	22.73	5	7. هل الزمن المخصص لدرس التربية البدنية كاف لتنفيذ محتوى الدرس كاملا ؟
.094	4.727	27	6	54.55	12	18.18	4	8. هل يتواجد بساحة المدرسة فصول او اشياء تعوقك عند اداء الحصة ؟
.244	2.818	27	6	22.73	5	50	11	9. هل حصص التربية البدنية غير كافية في برنامج الأسبوع الدراسي ؟
.727	.636	22.73	6	32	7	40.91	9	10. هل يقوم المعلم بالاشتراك مع التلاميذ في ممارسة بعض الانشطة في درس التربية البدنية ؟
.001	**13.727	4.5	1	68	15	27	6	11. هل يستخدم المعلم الادوات البديلة عند عدم توفر الادوات الرياضية بالمدرسة ؟
.007	**9.909	4.5	1	36.36	8	59	13	12. هل يحرص المعلم على يشترك جميع التلاميذ ويحفزهم على ممارسة النشاط في درس التربية البدنية ؟
.048	*6.091	9.1	2	40.91	9	50	11	13. هل يستخدم المعلم الاسلوب المناسب لتعليم النشاط داخل حصة التربية البدنية ؟
.244	2.818	22.73	5	50	11	27	6	14. هل يراعي المعلم ممارسة كافة الالعاب داخل الحصة دون التركيز على لعبة معينة؟
.244	2.818	32	7	22.73	5	45.45	10	15. هل يقوم المعلم بالانشطة ومسابقات بين التلاميذ والفصول في المدرسة ؟
.186	3.364	32	7	18.18	4	50	11	16. هل يراعي المعلم الفروق الفردية بين التلاميذ اثناء ممارسة النشاط الرياضي ؟
.422	1.727	45.45	10	22.73	5	32	7	17. هل هناك تقويم للبرنامج الرياضي من حين لآخر ؟

( ، كما يوضح أن هناك فروق معنوية عند مستوى 0.01 لعبارات المحور ولصالح ( نعم) في العبارة ( 6 \_ 12 \_ 13 ) بنسبة مئوية ( 68 - 59 - 50 ) على التوالي ، والتي اوضحت ان المعلم يجد صعوبة في تطبيق الدرس عندما لا تتوفر الادوات الا انه يحرص على ان يشترك جميع التلاميذ ويحفزهم

اظهرت نتائجها عدم تجاوب إدارات المدارس مع المدرس والدرس

ويذكر منذر الخطيب (2007) ان ادارة المدرسة تعتبر الاداة المهمة في تنفيذ المنهج باعتبارها قد اكتسبت خبرات عديدة من خلال تنفيذ المناهج الدراسية المختلفة و هي المسؤولة عن

بد له من توافر المعلم القادر على التعديل والتغير في الأنشطة والمهارات الرياضية لتناسب مع الصعوبات التي تواجه بعض التلاميذ. ( 11 : 312 )

كما اظهرت نتائج الجدول (3) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 ولصالح ( الى حد ما ) في العبارة ( 11 ) بنسبة مئوية (68) والتي اوضحت ان المعلم يستخدم الادوات البديلة عند عدم توفر الادوات الرياضية بالمدرسة .

وتشير ومكارم ابوهجره واخرون ( 2000 ) ان الادوات تلعب دورا هاما في درس التربية الرياضية حيث تعمل على تشويق وجذب التلاميذ للدرس لذا كان من الضروري التغلب على مشكلة نقص تلك الادوات بالمدارس عن طريق اقتراح بعض الادوات البديلة ( 29 : 69 )

كما يوضح الجدول فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح ( لا ) في العبارة ( 4 ) بنسبة مئوية ( 59 ) والتي اشارت انه لا توجد كليات تخرج مؤهلين في تدريس الفئات الخاصة

مما سبق نلاحظ انه من المشكلات المتعلقة بالمعلم هوان معلم التربية البدنية غير مؤهل للتعامل مع هذه الفئات وبالتالي لا يستطيع ايصال المعلومة او ممارسة النشاط مع هذه الفئات كما ان خصوصية هذه المدارس توجب وجود أكثر من معلم في نفس الحصة حتى يتمكنوا من متابعة كافة التلاميذ وفقا لنوع اعاقاتهم.

ومن خلال زيارة الباحثان لا حظوا ان معلمي التربية البدنية الموجودين بمدارس ومراكز متحدي الاعاقة (ذوي الاحتياجات الخاصة) هم خريجي معاهد وكليات التربية البدنية وهم غير مؤهلين بشكل جيد للتعامل مع هذه الفئات وقد تم النظر في هذه النقطة في مناهج كلية علوم التربية البدنية والرياضة في وقت قريب ، حيث تم وضع نشاطات ذوي الاحتياجات الخاصة ضمن المفردات الدراسية داخل التخصصات المختلفة.

على ممارسة ممارسة النشاط في درس التربية البدنية و يستخدم المعلم الاسلوب المناسب لتعليم النشاط داخل حصة التربية البدنية وهذه النتائج تؤكد ما ظهرته العبارات السابقة وهي ان المعلم لا يستطيع إدارة الدرس بشكل جيد خاصة اذا واجهته مشكلة عدم توفر الادوات .

ويشير محسن محمد (1997) أن التربية الرياضية كإداة تخضع للعملية التعليمية تتأثر بعوامل متعددة من أهمها المنهج ، المدرس، التلميذ، والإمكانات، ولذا يجب إعداد معلم التربية البدنية إعداداً مهنياً جيداً بما يتناسب مع ما يقوم به من واجبات وما يتحمله من مسؤوليات داخل وخارج المدرسة ويولي ذلك الإمكانات من ملاعب وأدوات وأجهزة ووسائل تعليمية ( 22 : 22 )

وتشير ناهد محمود ، ونبلي رمزي ( 2004 ) ان المعلم الناجح المحب لمادته المخلص لمصلحة تلاميذه يستطيع ان ينفذ درس التربية الرياضية بأقل إمكانيات ممكنة وعلى الاقل ان يقوم بتغذية القدرات الحسية والمهارات الاساسية حتى بدون استخدام لأي ادوات وطريقة مشوقة مليئة بالمنافسات والمسابقات ( 33 : 94 )

ويذكر محمد زغلول ومكارم أبوهجره ( 2005 ) ان المعلم يعتبر اساس المنظومة التعليمية ومقدار قدرته وكفاءته تكون فاعلية التعلم حيث تتضاءل الامكانيات والمناهج المدرسية في وجود المعلم الكفاء ( 24 : 59 )

يشير منذر الخطيب ( 2007 ) ان معلم التربية الرياضية الركن الاساسي في العملية التعليمية بالمدرسة وعن طريقه يتم توجيه المتعلم اجتماعيا ليكون فردا مفيدا في المجتمع وعليه يجب ان يكون المعلم قد عد اعداد صحيح ليتحمل المسؤولية المهمة الملقاة على عاتقه لأنه يعد المسؤول الاول عن تنفيذ المناهج. ( 30 : 8 )

ويذكر سليمان قزاقرة واخرون (2010) أن نجاح برنامج التربية الرياضية المدرسية في توفير فرص المشاركة الإيجابية للتلاميذ لا

الجدول ( 4 ) وجهة نظر المسؤولين في محور الموجه

رقم	العبارات	نعم		الى حد ما		لا		الدلالة
		ك	%	ك	%	ك	%	
.000	هل هناك ما يكفي من موجهي التربية البدنية لمتابعة دروس التربية البدنية والنشاطات الرياضية الداخلية والخارجية لهذه الفئات ؟	2	9.1	2	9.1	18	81.82	**23.273
.028	هل التوجيه يعمل على تطوير مناهج التربية الرياضية الخاصة بتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة ؟	6	27	3	13.64	13	59	*7.182
.001	هل هناك مكافآت مادية للمبدعين من موجهي التربية البدنية لهذه الفئات ؟	0	0	3	13.64	19	86.36	**11.636
.000	هل هناك اهتمام بتحفيز الموجهين في مجال تطوير البرنامج الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ؟	1	4.5	3	13.64	18	81.82	**23.545
.028	هل الموجه يراعي الظروف الواقعية عند نقده للمعلم ؟	6	27	13	59	3	13.64	*7.182
.727	هل يساعد الموجه على تعريف معلم التربية الرياضية بكل ما هو جديد في المجال ؟	7	32	9	40.91	6	27	.636
.002	هل تتم متابعة مدارس ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة دورية من قبل موجهي التربية البدنية ؟	3	13.64	4	18.18	15	68	**12.091
.009	هل عدد زيارات الموجه كاف على مدار السنة للاستفادة منها ؟	3	13.64	5	22.73	14	63.64	**9.364
.000	لا يوجد تأهيل مهني خاص لموجهي التربية الرياضية في مدارس ومراكز ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ؟	5	22.73	1	4.5	16	72.73	**16.455
.142	هل يساهم عمل الموجهين في تطوير برامج الانشطة الرياضية لهذه الفئات ؟	9	40.91	3	13.64	10	45.45	3.909
.032	هل يساهم قسم التوجيه والإشراف التربوي في الاهتمام بهذه الفئة والتركيز عليها اعلاميا وماديا ؟	2	9.1	8	36.36	12	54.55	*6.909
.016	هل هناك خطة سنوية يقوم بها قسم التوجيه والإشراف التربوي لمعرفة التطورات ووجه القصور في تنفيذ برامج الانشطة الرياضية لهذه الفئات ؟	2	9.1	7	32	13	59	**8.273

الجدول ( 5 ) وجهة نظر المسؤولين في محور الامكانيات والادوات اللازمة لممارسة الانشطة الرياضية

صحية ملائمة للاستخدام بعد ممارسة النشاط يليها العبارة ( 1 ) بنسبة مئوية ( 72.73 ) والتي اوضحت انه لا تتوفر الامكانيات والادوات والملاعب اللازمة لممارسة الانشطة في درس التربية البدنية داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ومن ثم جاءت العبارة ( 9 ) بنسبة مئوية ( 63.64 ) والتي اوضحت انه ليس هناك ملاعب وصلات رياضية خاصة بذوي الاحتياجات الخاصة داخل مدينة الزاوية وضواحيها ، كما انه ولا توجد ميزانية للنشاط الداخلي والخارجي بمدارس و مراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) بمدينة الزاوية وهذا ما اوضحته العبارة ( 5 ) بنسبة مئوية ( 59 ) ، ويتفق هذا مع دراسة زكية الميساوي ولطفية شقلايو ( 2013 ) ( 8 ) والتي اظهرت نتائجها عدم توفر الأدوات والأجهزة اللازمة لتطبيق الأنشطة الرياضية المدرسية وعدم توفر صالات للتدريب الرياضي ولا توجد ساحات وملاعب مناسبة لتنفيذ الأنشطة الرياضية المدرسية في المدارس،

يوضح الجدول ( 5 ) وجهة نظر المسؤولين في محور الامكانيات والادوات اللازمة لممارسة الانشطة الرياضية و يتضح أن قيمة مربع (ك) تراوحت بين ( 4.545 \_ 23.545 ) ، كما يوضح أن هناك فروق معنوية لعبارات المحور ولصالح ( نعم ) في العبارتين ( 6 \_ 7 ) بنسبة مئوية ( 95.45 \_ 59 ) على التوالي وقد تصدرت العبارة ( 6 ) هذا المحور والتي اوضحت قلة الأجهزة التعليمية المتطورة لذوي الاحتياجات الخاصة ، ومن ثم جاءت العبارة ( 7 ) التي اوضحت ان المكان غير مناسب لتدريس تلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة، ويشير ريسان خريط ( 2000 ) من الضروري تحديد مكان اللعب في درس التربية البدنية لان ذلك يساعد في زيادة فعالية الدرس ويسمح بتحديد حجم التمارين بصورة صحيحة ( 7 : 62 ) كما يوضح الجدول فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح ( لا ) في العبارات ( 1 \_ 4 \_ 5 \_ 9 ) ، وقد سجلت العبارة ( 4 ) اعلى نسبة ( 81.82 ) والتي اشارت انه لا تتوفر بالمدرسة مرافق



في أنجاح الأنشطة الرياضية والتي بدونها لا يمكن أن نحقق أهداف النشاط الرياضي المدرسي ولذلك كان من الضروري توفير هذه الأدوات والمنشآت اللازمة لممارسة أي نشاط وليس توفيرها فقط بل لابد ان تكون في المستوى الجيد. (15: 273)

ويذكر محمد زعلول وآخرون ( 2001 ) ان الامكانيات تلعب دورا خطيرا في تحديد اهداف مناهج وبرامج التربية الرياضية ، واختيار انشطتها تتوقف على ما يتوفر من امكانيات ، وان اي قصور او نقص فيها يقف عائقا امام استمرار تنفيذها ( 23 : 36 ) ويشير بسام البياتي ( 2002 ) ان توفر الملاعب والتجهيزات والملاعب والادوات الرياضية كما ونوعا فهي امرا ضروريا لا يمكن الاستغناء عنه في ادارة النشاط البدني والرياضي وان قلة هذه المواد تؤثر بشكل سلبي على النشاط الرياضي ( 4 : 100 )

كما أن الميزانية المقررة لتمويل الأنشطة الرياضية المدرسية غير كافية ، مما سبق نلاحظ انه لا تتوفر حتى ابسط الامكانيات الخاصة بالتربية البدنية داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) .

ويتفق هذا مع دراسة سعاد زبون ( 2013 ) ( 10 ) والتي اظهرت نتائجها عدم توفر الامكانيات والادوات والملاعب اللازمة لممارسة الأنشطة في درس التربية البدنية داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) ، كما انه لا تتوفر الأجهزة والأدوات الرياضية المناسبة لمتحدي الاعاقة ذوي الاحتياجات الخاصة في المدرسة .

ويشير عبد الحميد شرف (1999) ان الأدوات والأجهزة والبرامج الرياضية وأعداد الكوادر الفنية المتخصصة تعد من الركائز الأساسية

جدول (6) وجهة نظر المسؤولين في محور الاسرة

ر.م	العبارات	نعم		الى حد ما		لا		ك2	الدلالة
		ك	%	ك	%	ك	%		
1.	هل الاسرة لديها الوعي الكافي نحو اهمية ممارسة الأنشطة الرياضية لأبنائهم ذوي الاحتياجات الخاصة داخل المدرسة؟	3	13.64	13	59	6	27	*7.182	.028
2.	هل الاسرة تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي داخل المدرسة؟	1	4.5	3	13.64	18	81.82	*23.545	.000
3.	هل ولي الأمر يعارض مشاركة في النشاط الرياضي الداخلي والخارجي؟	0	0	11	50	11	50	.000	1.000
4.	هل الاسرة تشجع التلميذ على المشاركة في النشاط الرياضي داخل المدرسة؟	13	59	7	32	2	9.1	*8.273	.016
5.	هل تشترك الاسرة مع التلميذ في ممارسة النشاط الرياضي داخل المدرسة؟	5	22.73	4	18.18	13	59	*6.636	.036
6.	هل تتعاون الاسرة مع المدرسة لتقديم نشاط رياضي جيد داخل المدرسة؟	2	9.1	10	45.45	10	45.45	*5.818	.055

وتشير لطيفة الكندري ( 2011 ) انه ظهرت دراسات كثيرة أكدت على أن الأسرة تلعب دوراً كبيراً في تعزيز رسالة المدرسة وأنها تُحتمن من عملية تعلم الطالب وتدعمه. لا يمكن أبداً إلغاء دور الأسرة لأنها نواة المجتمع وسر النجاح للمجتمع بأسره ( 21 : 8 ) كما يوضح الجدول فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح ( لا ) في العبارات ( 2 \_ 5 \_ 6 ) بنسب مئوية ( 81.82 \_ 59 \_ 45.45 ) على التوالي والتي اوضحت ان الاسرة لا تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي داخل المدرسة لكنها لا تشترك مع التلميذ في ممارسة النشاط الرياضي داخل المدرسة ، كما انها لا تتعاون الاسرة مع المدرسة لتقديم نشاط رياضي جيد داخل المدرسة مما سبق نلاحظ ان للأسرة دور كبير في تشجيع ابنائها على ممارسة الأنشطة الرياضية سواء داخل المدرسة او خارجها حيث ان هؤلاء التلاميذ يحتاجون الى الدعم المعنوي والاحساس بالأمان وهذا ما توفره الاسرة لهم .

يوضح الجدول ( 6 ) وجهة نظر المسؤولين في محور الاسرة و يتضح أن قيمة مربع (ك) تراوحت بين ( 5.818 \_ 23.545 ) ، كما يوضح أن هناك فروق معنوية عند مستوى 0.01 لعبارات المحور ولصالح (نعم) في العبارة ( 4 ) بنسبة مئوية ( 59 ) والتي اوضحت ان الاسرة تشجع التلميذ على المشاركة في النشاط الرياضي داخل المدرسة بالرغم من محدودية الوعي الكافي لديها نحو أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية لأبنائهم ذوي الاحتياجات الخاصة داخل المدرسة وهذا ما اوضحته العبارة ( 1 ) بنفس النسبة ، كما ان الاسرة تعاونها محدود مع المدرسة لتقديم نشاط رياضي جيد داخل المدرسة وقد يكون معدوم وهذا ما اوضحته العبارة ( 6 ) بنسبة مئوية ( 45.45 ) .

ويذكر عمر نصرالله ( 2002 ) انه حتى نستطيع جذب الاهل للمشاركة في فعاليات المدرسة التي من شأنها مساعدة التلاميذ على رفع مستواهم التعليمي وتقوية العلاقة بينهم وبين المدرسين وذلك باشتراك الاهل اشراكا واضحا وفعالا بالاجتماعات التي تقيّمها المدرسة كذلك اشراكهم في الأنشطة التي يقوم بها التلاميذ ( 18 : 260 )

ويشير عمر نصرالله ( 2002 ) ان مشاركة اسر الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ودومهم في البرامج التي تعطى لهم اصبح من الامور الحتمية التي يقر بها الاخصائيين

يوضح الجدول ( 7 ) وجهة نظر المسؤولين في محور التلميذ و تراوحت قيمة مربع (كا) بين ( 7.182 \_ 19.182 ) ، كما يوضح أن هناك فروق معنوية عند مستوى 0.01 لعبارات

المحور ولصالح (نعم) في العبارة ( 2 \_ 3 \_ 4 \_ 10 \_ 15 ) ومن الملاحظ ان العبارة ( 10 ) قد سجلت اعلى نسبة ( 72.73 ) والتي اوضحت ان علاقة التلميذ بالمعلم تؤثر على ممارسته للنشاط الرياضي داخل الحصة ويرجع الباحثان ذلك ان التلميذ ذو الاحتياجات الخاصة يحتاج للمساعدة لذلك فان علاقته بمعلم التربية البدنية قد تؤثر سلبا او ايجابا حسب نوع علاقته بالمعلم ، وهذا يحتم علينا ان نسعى

الرياضية سواء داخل الحصة او خارجها يليها العبارة ( 4 ) ( بنسبة مئوية ( 68 ) والتي تشير ان عدم تصنيف التلاميذ حسب نوع الاعاقة يعرقل درس التربية البدنية ويفسر الباحثان ان قدرة التلميذ على ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة تختلف باختلاف اعاقات التلاميذ فالاعاقة تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي في درس التربية البدنية حيث يؤدي ذلك الى عزوفهم على ممارسة النشاط

الجدول ( 7 ) وجهة نظر المسؤولين في محور التلميذ

م	العبارات	نعم		الى حد ما		لا		الدلالة
		ك	%	ك	%	ك	%	
1.	هل نوع الاعاقة تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي في درس التربية البدنية ؟	7	32	7	32	8	36.36	.956
2.	هل الزي الذي يرتديه التلميذ غير مناسب لدرس التربية البدنية ؟	14	63.64	3	13.64	5	22.73	.009
3.	هل ازدحام الفصل بالتلاميذ يؤدي الى عدم تنفيذ درس التربية البدنية بشكل جيد ؟	14	63.64	7	32	1	4.5	.003
4.	هل عدم تصنيف التلاميذ حسب نوع الاعاقة يعرقل درس التربية البدنية ؟	15	68	5	22.73	2	9.1	.002
5.	هل الانشطة الرياضية داخل محتوى الدرس تمشي مع ميول ورغبات التلاميذ ؟	5	22.73	14	63.64	3	13.64	.009
6.	هل النشاط الرياضي المزاوئ مناسب لعمر التلميذ ؟	6	27	13	59	3	13.64	.028
7.	هل منهج التربية البدنية يتناسب مع الفئات العمرية للتلاميذ مع اختلاف اعاقاتهم ؟	6	27	9	40.91	7	32	.727
8.	هل التمارين في حصة التربية البدنية صعبة ولا يمكن تنفيذها من قبل التلاميذ ؟	0	0	11	50	11	50	1.000
9.	هل يستطيع جميع التلاميذ ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة بمفردهم ( بدون مساعدة ) ؟	2	9.1	3	13.64	17	77.27	.000
10.	هل علاقة التلميذ بالمعلم تؤثر على ممارسته للنشاط الرياضي داخل الحصة ؟	16	72.73	2	9.1	4	18.18	.000
11.	دروس التربية البدنية لا تتناسب مع القدرات البدنية والهوايات المفضلة لدى التلاميذ ؟	3	13.64	13	59	6	27	.028
12.	هل يشجع مدرسي المواد الأخرى التلاميذ على الاشتراك في النشاط الرياضي ؟	6	27	9	40.91	7	32	.727
13.	هل البرنامج يراعي المراحل الدراسية والقدرات العقلية لكلا الجنسين ؟	6	27	8	36.36	8	36.36	.834
14.	هل يتميز البرنامج الرياضي بالمرونة حتى يتناسب مع جميع التلاميذ ؟	6	27	11	50	5	22.73	.244
15.	هل دمج اللبنيين والبنات داخل حصة التربية البدنية يؤثر على ممارستهم للنشاط الرياضي	14	63.64	5	22.73	3	13.64	.009

الرياضي .

او ذهنية او صم وبكم لديه احساس انه لا يستطيع اداء المهارات المختلفة امام زملائه وزميلاته من الجنس الاخر . كما اظهرت نتائج الجدول ( 7 ) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح ( الى حد ما ) في العبارات ( 5 \_ 6 \_ 11 ) بنسبة مئوية ( 63.64 \_ 59 \_ 59 ) على التوالي والتي اوضحت ان الانشطة الرياضية داخل محتوى الدرس

جاهدين لإعداد معلم مؤهل للتعامل مع هذه الفئات حتى يستطيع ان يجعل كافة التلاميذ يساهموا في الانشطة وتأتي العبارات ( 2 \_ 3 \_ 15 ) بنفس النسبة ( 63.64 ) والتي اوضحت ان الزي الذي يرتديه التلميذ غير مناسب لدرس التربية البدنية و ازدحام الفصل بالتلاميذ يؤدي الى عدم تنفيذ درس التربية البدنية بشكل جيد كذلك دمج اللبنيين والبنات داخل حصة التربية البدنية يؤثر على ممارستهم للنشاط الرياضي فالتلميذ الذي لديه اعاقة سواء كانت حركية



كما يوضح الجدول فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح ( لا ) في العبارة ( 9 ) بنسبة مئوية ( 77.27 ) والتي اوضحت ان جميع التلاميذ لا يستطيعون ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة بمفردهم ( بدون مساعدة ) وهذا يوضح ان الاطفال ذوي الاحتياجات غالبا ما يحتاجون الى مساعدة حيث ان اغلب التلاميذ لا يستطيعون ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة بمفردهم ( بدون مساعدة ) ويحتاجون الى مساعدة من معلم التربية البدنية او المربي او المهتمين داخل هذه المدارس والمراكز حتى يساعدهم في اداء المهارات المختلفة او مسك الادوات مما يجعلهم يتعدون عن ممارستها

8. المشكلات المتعلقة بالمعلم هوان معلم التربية البدنية غير مؤهل للتعامل مع هذه الفئات .
9. المعلم يجد صعوبة في تطبيق الدرس عندما لا تتوفر الادوات .
10. لا توجد مكافئات مادية للمبدعين من موهبي التربية البدنية لهذه الفئات .
11. ليس هناك ما يكفي من موهبي التربية البدنية لمتابعة دروس التربية البدنية والنشاطات الرياضية الداخلية والخارجية لهذه الفئات.
12. ليس هناك اهتمام بتحفيز الموهبين في مجال تطوير البرنامج الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة).
13. لا يوجد تأهيل مهني خاص لموهبي التربية الرياضية في مدارس ومراكز ( ذوي الاحتياجات الخاصة) .
14. قلة الأجهزة التعليمية المتطورة لذوي الاحتياجات الخاصة
15. لا تتوفر بالمدرسة مرافق صحية ملائمة للاستخدام بعد ممارسة النشاط
16. لا تتوفر الامكانيات والادوات والملاعب اللازمة لممارسة الانشطة في درس التربية البدنية داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) .
17. لا يستطيع جميع التلاميذ ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة بمفردهم ( بدون مساعدة ) .
18. علاقة التلميذ بالمعلم تؤثر على ممارسته للنشاط الرياضي داخل الحصة .

1. تأسيس إدارة خاصة بالنشاط الرياضي المدرسي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) بمكتب تعليم الزاوية ووزارة التعليم بليبيا

تمشى الى حد ما مع ميول ورغبات التلاميذ ، كما ان النشاط الرياضي المزاوم مناسب الى حد ما لعمر التلميذ ودروس التربية البدنية لا تتناسب الى حد ما مع القدرات البدنية والهوايات المفضلة لدى التلاميذ وهذا يعد من المشكلات التي تعوق ممارسة التلاميذ للأنشطة الرياضية داخل هذه المدارس والمراكز. ويرى الباحثان انه يجب الاهتمام بالأنشطة الخاصة بهذه الفئات كما يجب ان تتميز بالمرونة والتنوع حتى تناسب مع اعمار التلاميذ و تتمشى كذلك مع ميولهم ورغباتهم وهواياتهم المختلفة.

### الاستنتاجات والتوصيات

#### أولا: الاستنتاجات :

- في حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة وفي حدود النتائج التي تم التوصل إليها، وعلى ضوء مناقشتها يمكن استخلاص ما يلي :
1. منهج التربية البدنية غير مناسب لذوي الاحتياجات الخاصة ويحتاج إلى تعديل بما يتناسب واعاقاتهم المختلفة ليس هناك مناهج للتربية البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة ضمن المناهج المدرسية بالوزارة .
  2. ان من أكثر المشكلات الإدارية المتعلقة بوزارة الشؤون الاجتماعية و وزارة التعليم انه لا توجد مكافئات مادية للمبدعين من معلمي و موهبي التربية البدنية لهذه الفئات .
  3. لا توجد إدارة خاصة بالنشاط الرياضي المدرسي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) بمكتب تعليم الزاوية و لا بوزارة التعليم بليبيا .
  4. لا توجد خطة سنوية للنشاط الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) على مدار السنة في برامج الوزارة بمدينة الزاوية .
  5. الموظفين بالإدارة من اخصائيين اجتماعيين تأهيلهم محدود للعمل في هذه المدارس والمراكز.
  6. اهتمام من ادارة المدرسة بإقامة أنشطة خارج مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) محدود واحيانا لا تهتم ادارة المدرسة بهذه الانشطة .
  7. إدارة المدرسة لا تساهم في تحديد نوع الانشطة التي يمارسها التلاميذ .

#### ثانيا: التوصيات :

في ضوء النتائج المستخلصة من البحث يوصى الباحثان بما يلي:

11. توعية الأسرة والمجتمع بأهمية ممارسة ذوي الاحتياجات الخاصة للأنشطة الرياضية لما لها من فوائد نفسية وبدنية واجتماعية.
12. العمل على إقامة دوري مدارس ومراكز ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل منتظم في الألعاب المختلفة على أن يخطط له جيداً .
2. وضع خطة سنوية للنشاط الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) على مدار السنة في برامج الوزارة بمدينة الزاوية .
3. وضع منح للتربية البدنية مناسب لذوي الاحتياجات الخاصة و تعديله بما يتناسب واعاقاتهم المختلفة وادراجها ضمن المناهج المدرسية بالوزارة .
4. العمل على اعداد وتاهيل الموظفين بالإدارة من اخصائين اجتماعيين تأهيلهم للعمل في هذه المدارس والمراكز .
5. الاهتمام بتحفيز الموجهين وتأهيلهم مهنياً في مجال تطوير البرنامج الرياضي لمتحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة).
6. توفير الامكانيات والادوات والملاعب اللازمة لممارسة الأنشطة في درس التربية البدنية داخل مدارس ومراكز متحدي الاعاقة ( ذوي الاحتياجات الخاصة) .
7. إعداد معلم متخصص ومهياً وصاحب خبرة للتعامل مع التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة في ممارسة الرياضة و مساعدتهم على ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة.
8. نشر الوعي بين مدراء المدارس ومعلمي ومعلمات التربية البدنية حول كيفية التعامل مع التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة بثقة وطمأنينة وإيلائهم العناية اللازمة لاكتشاف ما عندهم من قدرات ومواهب .
9. ضرورة إشراك التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة في النشاطات المدرسية الداخلية والخارجية كافة وإعطائهم أهمية إعلامية للتعرف على إبداعاتهم وإبرازها ليحقق لهم فرصاً للتوافق الاجتماعي مع الناس .
10. تشجيع ذوي الاحتياجات الخاصة بكافة فئاتهم على ممارسة الأنشطة الرياضية مع اقترانهم الأسوياء.

## المراجع

1. ابو بكر محمد كريميد  
المعوقات التي تواجه تلاميذ وتلميذات المرحلة الاعدادية نحو ممارسة الانشطة المدرسية الترويجية بمدينة طرابلس ،  
المؤتمر العلمي الاول \_ المجلد الاول \_ كلية التربية البدنية غات ، جامعة سبها ، 1999.
2. اليونسكو  
الإدارة التربوية على المستوى المحلي والمدرسي قسم السياسة التربوية  
( والتخطيط، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الرياض، 1996.
3. آمنة عزت أنيس صالح  
المشكلات الإدارية في المدارس الخاصة من وجهة نظر المديرين  
والمعلمين وأولياء الأمور والطلاب في محافظات شمال فلسطين ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة النجاح  
الوطنية في نابلس، فلسطين، 2004.
4. بسام عباس البياتي  
الواقع الحقيقي للاتجاهات الحديثة للرياضة المدرسية في جمهورية العراق – مدينة بغداد ، مجلة الرياضة المعاصرة –  
المجلد الاول – العدد الاول ، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد ، 2002 .
5. ثائر رشيد حسن ،  
عدنان جواد خلف  
تأثير درس التربية الرياضية على السلوك الاجتماعي المدرسي للتلاميذ بطبئي التعلم والأسوياء ، مجلة علوم الرياضة ،  
العدد الاول ، جامعة ديالى ، العراق ، 2009 .
6. راكر ابراهيم بن عطا ' وليد احمد  
الرحاحلة  
المشكلات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في دمج ذوي الاحتياجات الخاصة في مدارس وزارة التربية والتعليم ،  
المؤتمر العلمي الاول " دور كليات واقسام ومعاهد التربية الرياضية في تطوير الرياضة العربية " المجلد الاول ، كلية  
التربية الرياضية ، الجامعة الاردنية ، عمان الاردن ، 2007.
7. ريسان خريبط مجيد  
العاب الحركة ، دار الشروق عمان ، 2000 .
8. زكية علي المساوي  
لطيفة إمحمد شقلابو  
تقويم الأنشطة الرياضية بمدارس التعلم الأساسي بالإدارة التعليمية الزاوية من وجهة نظر معلمي التربية البدنية ، المؤتمر  
الدولي الرابع ( التربية البدنية والرياضة المدرسية سبيل التفوق ) ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الزاوية ،  
2013 .
9. سامي محمد ملحم  
سعاد علي زبون  
القياس والتفويم في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن ، 2000 .
10. صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية بمدارس ومراكز متحدي الإعاقة ببعض مدن المنطقة الغربية بليبيا ، المؤتمر الدولي  
الرابع ( التربية البدنية والرياضة المدرسية سبيل التفوق ) ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الزاوية ،  
2013 .
11. سليمان قزاقزه ، عيد كنعان ،  
احمد البوريني  
بعض القضايا التي تؤثر على تنفيذ برامج التربية الرياضية المدرسية في بعض الدول العربية من وجهة نظر معلمي التربية  
الرياضية ، مجلة العلوم الانسانية ، العدد 34 ، جامعة منتوري، قسنطينة، الجزائر ، 2010
12. سمير عوني  
دراسة في اعداد الاطفال رياضيا في سن ما قبل المدرسة ، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية  
للبنات، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1983
13. طارق عبدالعظيم الشامخ  
الرياضة المدرسية كركيزة للإنجاز الرياضي (واقع الرياضة المدرسية بمدارس مدينة الرياض)  
www.pdfactory.com pdf Factory trial version
14. عبدالحليم المطر ، عادل علي  
التربية البدنية لنوي الاحتياجات الخاصة ، دار القلم. الإمارات العربية المتحدة ، 2005 .
15. عبد الحميد شرف  
الإدارة في الرياضة بين النظرية والتطبيق، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 1999
16. علي الديري  
طرق تدريس التربية الرياضية للمرحلة الأساسية. ط 1، اريد، 1999
17. عمر علي سالم العياط  
دراسة واقع التربية البدنية المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي الحلقة الثالثة بشعبية طرابلس، مجلة التربية البدنية  
والرياضية الجماهيرية، العدد الأول، كلية التربية البدنية، جامعة السابع من أبريل سابقا ، 2002.
18. عمر نصرالله  
الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وتأثيرهم على الاسرة والمجتمع ، دار وائل للنشر ، عمان الاردن ، 2002 .
19. فتن محمد رشيد  
تصميم بطارية اختبار ( وظيفية \_ بدنية ) لنوي التخلف العقلي البسيط بألعاب القوى ، الملتقى العلمي الثاني لنادي  
خورفكان للمعاقين ، مجلس الشارقة الرياضي ، الامارات العربية المتحدة ، 2012 .
20. فراس فواز فايز لهلبت  
دور المشرفين التربويين في تطوير الإدارة المدرسية كما يراها مديرو المدارس الحكومية في المحافظات الشمالية لوسط  
فلسطين ، كلية الدراسات العليا جامعة النجاح الوطنية ، نابلس، فلسطين ، 2010 .

21. لطيفة حسين الكندري ، ثقافة الطفل ، الكويت ، 2011 .
22. محسن محمد حمص المرشد في تدريس التربية الرياضية، مكتبة منشأ المعارف ، الإسكندرية ، 1997 .
23. محمد سعد زغول ، مكارم حلبي أبوهرجه ، تكنولوجيا التعليم واساليبها في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001 .
24. هاني سعيد عبد المنعم ، مناهج التربية الرياضية المدرسية الموجهة قيميا في مواجهة انعكاسات عصر العولمة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2005 .
25. محمود داوود الربيعي ، الاتجاهات الحديثة للإشراف والتقويم في المجال التربوي الرياضي ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، 2011 .
26. مروان عبد المجيد إبراهيم ، اثر بعض النواحي الإدارية والفنية في تطوير وإخراج درس التربية الرياضية بدولة الإمارات العربية المتحدة ، المؤتمر العلمي لعلوم التربية البدنية والرياضة " دور الثقافة البدنية والرياضة في توسيع قاعدة الممارسة الرياضية " ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الزاوية ، 2009 .
27. مشاري الرويح ، دراسة تحليلية حول مشاكل ومعوقات تدريس التربية البدنية لمتلازم داون في دولة الكويت ، المؤتمر الدولي الاول للتربية البدنية والرياضة والصحة ، الكويت ، 2008 .
28. مقتي ابراهيم حماد ، تطبيقات الإدارة الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1999 .
29. مكارم حلبي ابوهرجه ، محمد سعد زغول ، رضوان محمد رضوان ، موسوعة التدريب الميداني للتربية البدنية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2000 .
30. مندر هاشم الخطيب ، المناهج التربوية ومناهج التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الهولندية ، 2007 ، [www.hollanduniversity.org](http://www.hollanduniversity.org)
31. نادر محمد شلبي ، ناجي اسماعيل حامد ، وائل طلعت نبيه ، المشكلات الإدارية التي تواجه رياضة الطفولة في مصر ، المؤتمر العلمي العربي لرياضة المرأة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، 2006 .
32. نادية صالح ملكاوي ، جهاد احمد مساعدته ، تقييم واقع اداء مديري المدارس الاساسية من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية في مديرية تربية محافظة اربد ، المؤتمر العلمي الرياضي السادس الرياضة والتنمية ، المجلد الثاني ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الاردنية ، 2009 .
33. ناهد محمود سعد ، و نيللي رمزي فهم طرق التدريس في التربية الرياضية ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 .
34. نجاة احمد الزيطني ، دور الموجه التربوي في اعداد معلمي مرحلة التعلم الاساسي ، التعليم في شعبية الزاوية الواقع والطموح مؤتمر علمي من اجل نهضة تعليمية فعالة ومجدية " 2 " ، جامعة الساع من ابريل سابقاً ، 2005 .
35. ياسر فتحي الهنداوي ، محاضرات في الاشراف التربوي ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، 2015 .

دراسة مقارنة لمهارة تركيز الانتباه لدى الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو طرابلس 2009  
د. عبدالقادر أحمد البصاص د. وليد علي المرغني أ. جلال محمد ناصر

## ملخص :

يؤكد الباحثون في مجال علم النفس الرياضي على أهمية الجانب العقلي وتوظيف المهارات العقلية في المواقف المختلفة ، ومن بين هذه العمليات العقلية هي مهارة تركيز الانتباه التي تلعب دور كبيراً للحكام في مختلف الرياضات عامة ورياضة الجودو خاصة وغالباً ما يتم نجاح أو فشل منافسة ما على الجانب التحكيمي وهدفت الدراسة :التعرف على مهارات تركيز الانتباه لدى الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو طرابلس 2009 . وطبق عليهم مقياس تركيز الانتباه ومنهج الدراسة المنهج الوصفي وتم اختيار عدد (16) حكم من الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو في طرابلس ليبيا سنة 2009 وأظهرت النتائج ان الرأي السائد للدرجة تركيز الانتباه الكلية بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو 2009 كان يشير إلى (غالباً) وبحسب إجابات عينة البحث بالكامل و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة البحث من الحكام (ليبيا، تونس، الجزائر ، المغرب) في درجة تركيز الانتباه بينهم و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة البحث من الحكام وفقاً لخبراتهم ) في درجة تركيز الانتباه بينهم . وأوصت الدراسة أن العمل على تنمية القدرة على تركيز الانتباه لدى حكام الجودو وإجراء الإختبارات الخاصة بالانتباه لدى الحكام الجدد ووضع برامج تدريبية لهم قبل القيام بمهامهم والعمل على إشراك أكبر نسبة من الحكام في تحكيم المباريات واللقاءات بصفة دورية وإجراء مزيد من الدراسات المشابهة للتعرف على مظاهر الانتباه لدى بقية الحكام في الألعاب الأخرى و تدريب الحكام على تضيق انتباههم للوصول إلى تركيز الانتباه الذي يساعدهم على الأداء العالي وضرورة دمج الإعداد لمظاهر القدرة على الانتباه وأداء المهارات الأساسية لرياضة الجودو .

## المقدمة ومشكلة البحث :

المثيرات والتلميحات التي تشكل طبيعة الانتباه . (12): 219 -  
(221)

وأوضح عبد الستار ضد (2000) أن : الضوضاء أثناء المباريات تؤدي إلى زيادة تنشيط الحكم لأنها تمثل مستوى من التنبيه أعلى مما ينبغي ، ونتيجة لذلك فإن الحكم قد يرتكب أخطاء ليس لها ما يبررها مما يؤثر على كفاءته في عملية التحكيم .(7: 60) ويضيف مختار سالم (1987) أن الحكم لا يستطيع أن يرضي معظم اللاعبين وكافة الجماهير والهيئات المعنية ، فهي مهنة لا ينال منها الحكام ما يوفيه من الشكر والتقدير في معظم الأحيان . ( 13 ) : ( 216 ) .

ويذكر أسامة كامل راتب (2004) أن نتائج بعض الدراسات تشير إلى أن هناك عدداً من الحكام قد اعتزلوا التحكيم نتيجة وقوعهم بصفة مستمرة تحت تأثير الضغوط النفسية . ( 4 : 45 ) ويرى الباحثون أن مساعدة الحكام لاختبار الذات يساعد في التقليل من الضغوط النفسية والعمل على تطوير كفاءة التركيز خلال زمن المباراة وتجنب الوقوع في الخطأ قدر الإمكان ، الأمر الذي دفعنا للبحث في إحدى العمليات العقلية المهمة التي يحتاجها الحكم في عمله في هذه المهنة .

يؤكد الباحثون في مجال علم النفس الرياضي على أهمية الجانب العقلي وتوظيف المهارات العقلية في المواقف المختلفة ، ومن بين هذه العمليات العقلية هي مهارة تركيز الانتباه التي تلعب دور كبيراً للحكام في مختلف الرياضات عامة ورياضة الجودو خاصة وغالباً ما يتم نجاح أو فشل منافسة ما على الجانب التحكيمي ، وإن التحكيم في المنافسات الرياضية أصبح مهمة عسيرة جداً ويتطلب مهارة وكفاءة عالية من الحكم فضلاً عن الخبرة التامة بأصول التحكيم وسرعة البديهة وسرعة التصرف.

ذكر مفتاح أبو جناح (1995) أن الانتباه هو " أحد القدرات الأساسية في العمليات العقلية والمصنفة على أساس العمليات " . (15: 42)

وقد ذكرت لندا دافيد وف (1988) أن : الدراسات افترضت أن الانتباه فعال في عدة حالات هي : عند استقبال المعلومات ثم عند تغذية وتفسير المعطيات الحسية حيث يقرر إذا ما كان سوف يستجيب لها أو يتأهب للفعل .( 9 : 250)

وأكد محمود عنان (1995) على أن جميع الأنشطة الرياضية سواء كانت فردية أو جماعية تتطلب الانتباه ، ولكن يمكن القول بأن كل رياضة سواء كانت فردية أو جماعية تتميز بطبيعة خاصة من

## أهمية البحث :

\* جيغورو كانو : هو مؤسس رياضة الجودو

## تعريف الانتباه

عرفه السيد محمد خيري (1995) بأنه " تركيز الذهن شعورياً على شيء موضوعي أو فكرة تتصل بشيء موضوعي أي التركيز على فكرة مجردة تتصل باهتمام الجانب الشعوري للفرد على نحو واضح (68: 5).

وعرف عزت عبد العظيم الطويل (1999) الانتباه بأنه "

توجيه شعورنا نحو شيء ما في البيئة الطبيعية أو الاجتماعية التي نعيش فيها ، ووظيفة الانتباه تكمن في الارتياح والتحسين والتمهيد

للإدراك " . (8: 56)

## أنواع الانتباه

وذكر أحمد عزت راجح (1991) أن : الانتباه ينقسم إلى ثلاثة

أنواع هي :

1. **الانتباه التصدي :** وفيه يتجه الانتباه إلى المثير رغم إرادة الفرد كالانتباه إلى طلقة مسدس أو ضوء خاطف أو صدمة كهربائية عنيفة أو ألم ووخز مفاجئ في بعض أجزاء الجسم .
2. **الانتباه التلقائي :** هو انتباه الفرد إلى شيء يهتم به ويميل إليه وهو انتباه لا يبذل في سبيله جهداً ، بل يمضي سهلاً طبيعياً .
3. **الانتباه الإرادي :** وهو الذي يقتضي من المنبه بذل جهد قد يكون كبيراً كانتباهه إلى محاضرة أو إلى حديث جاف أو يدعو للضجر في هذه الحالة يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الانتباه . (2: 179)

وذكر السيد محمد خيري (1995) أن الانتباه الإرادي يحتاج إلى ذاكرة قوية وقوة عصبية ، وأن يمتلك الفرد خبرة من التجارب تمكنه من فهم المواقف . (5: 77)

## عوامل الانتباه

ذكر أحمد عزت راجح (1991) أن : هناك عدة عوامل تؤثر في الانتباه هي : عوامل الانتباه الخارجية ، وعوامل الانتباه الداخلية .

## أولاً : عوامل الانتباه الداخلية وتنقسم إلى :

- أ. شدة المنبه : فالأضواء الزاهية والأضواء العالية والروائح النفاذة تجذب للانتباه من الأضواء الخافتة والأصوات الضعيفة والروائح المعتدلة .
- ب. تكرار المنبه : فلو صاح أحد النجدة مرة واحدة فقد لا تجذب صيحته انتباه الآخرين ، أما إذا كرر هذه الاستغاثة عدة مرات كان ذلك ادعى إلى جذب الانتباه .
- ج. تغير المنبه : وهو عامل قوي في جذب الانتباه فنحن قد لا نشعر بدقات الساعة في الحجره لكنها إن توقفت عن الدق فجأة اتجه انتباهنا إليها .

1. التعرف على الفروق في درجة تركيز الانتباه بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الرابعة للجودو 2009.
2. قد يفيد في وضع برامج تدريبية خاصة لهؤلاء الحكام في محارة تركيز الانتباه قيد الدراسة لتنمية وتطوير هذا الجانب.
3. مساعدة هؤلاء الحكام على إصدار الأحكام السلمية أثناء المنافسات .

## هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على مهارات تركيز الانتباه لدى الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو طرابلس 2009 .

## تساؤلات البحث :

1. ما هي درجة تركيز الانتباه بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الرابعة للجودو 2009؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية للجودو (ليبيا، تونس، الجزائر ، المغرب)؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائية بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية للجودو تعزى إلى خبراتهم ؟

## مصطلحات البحث:

## الحكم

هو " الشخص الوحيد المسؤول أثناء إدارته للمباريات على دعم روح اللعبة السلمية ، وينفذ تطبيق قوانين اللعبة في جميع الظروف والحالات مع مراعاة قانون الاستفادة ، ويحسم المواقف التي لم ينص عليها القانون ، ويقوم بممارسة سلطاته بطريقة لبقة دون أن يسمح إطلاقاً بأي إخلال بالقوانين أو بالأسس الرياضية الصحيحة" . (1: 215)

## الانتباه

هو " توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه " . (6: 178)

## تركيز الانتباه

هو " النشاط النفسي الموجه نحو شيء واحد " . (11: 76)

## رياضة الجودو

هي " طريقة الليونة والمرونة ، وهو الفن العسكري الذي صاغه جيغورو كانو \*معتدماً على تطوير وتعديل أساليب متعددة من الجوجيتسو ، بالإضافة إلى نماذجه الفلسفية الخاصة " . (14: 7)

- د. التباين : كل شيء يختلف اختلافاً كبيراً عما يوجد في محيطه ومن المرجح أن يجذب الانتباه فنقطة حمراء يجذب انتباهنا إن كانت وسط نقطة سوداء
- هـ. حركة المنبه : الحركة نوع من التغير فمن المعروف أن الإعلانات الكهربائية المتحركة تجذب الانتباه أكثر من الإعلانات الثابتة .
- و. موضوع المنبه : وجد أن القارئ العادي أكثر ميلاً إلى الانتباه لصفحات النصف الأعلى من صفحات الجريدة التي يقرأها ، وكذلك يتم بالنصف الأيسر أكثر من النصف الأيمن .
- ثانياً : عوامل الانتباه الخارجية وتنقسم إلى :**

1. **العوامل المؤقتة :**
- أ. الحاجات العضوية : فالجائع إن كان سائراً في الطريق استدعى انتباهه الأطعمة ورائحتها بوجه خاص .
- ب. الوجهة الذهنية : فإذا كنت تريد شراء سلعة معينة فكانت أول شيء تراه في المحل .
2. **العوامل الدائمة :**
- أ. الدوافع الهامة : فلدى الإنسان وحملة ذهنية موصلة للانتباه إلى المواقف التي تنذر بالخطر أو الألم ، كما أن دوافع الاستطلاع تجعله في حالة تأهب مستمر للانتباه إلى الأشياء الجديدة أو غير المألوفة .
- ب. الميول المكتسبة : يبدو أثرها في اختلاف النواحي التي ينتبه إليها عدد من الناس حيال موقف واحد في اختلاف الأشياء التي ينتبه إليها رجل وزوجته وطفله وهم يسيرون في الطريق أو فيما ينتبه إليه قاصر أو مدرس أو طبيب وهم يشاهدون منظرًا طبيعياً (2: 82).

### الدراسات السابقة

يستعرض الباحثون بعض الدراسات السابقة في موضوع مظاهر القدرة على الانتباه.

1. **دراسة محسن بسيوني التحريري و سامي إبراهيم نصر (1984)**  
(10)

موضوع الدراسة : دراسة مظاهر الانتباه للاعبين الخطوط المختلفة لكرة القدم .

هدف الدراسة : تحديد مظاهر الانتباه المميزة للاعبين كل خط من الخطوط المختلفة في كرة القدم (حراس المرمى - خط الدفاع - خط الوسط خط الهجوم)

عينة الدراسة : اختبرت عينة بالطريقة العمدية في تحديد أندية عينة الدراسة وكذلك تحديد اللاعبين بكل ناديٍ وذلك بمراعاة النقاط التالية :

1. تم تحديد السن من 25-30 سنة بينما تم استبعاد جميع اللاعبين الأقل أو الأكثر من ذلك من الدراسة .
2. أن تكون العينة ممثلة لجميع المناطق المشتركة في الدوري العام الممتاز في مصر
3. اختيار عينة الدراسة من لاعبي الدوري العام الممتاز في مصر لكرة القدم وقد بلغت جملة عينة البحث (110) لاعباً للموسم الرياضي .

أدوات الدراسة : اختبارات التصحيح ولقد استخدم الباحثان الاختبار الذي قام به عبد الجواد طه بتعريبه واستخدامه والذي يشتمل على الأرقام العربية بدلاً من النموذج المطبوع بالحروف الروسية وذلك لأن الاختبار المعرب قد يعطي دلالة أوضح لتعود عين المفحوص على تلك الأرقام العربية بالإضافة إلى عدم إلمام كثير من أفراد العينة وهم لهم بالحروف الأجنبية .

نتائج الدراسة : تميز خط الدفاع عن باقي الخطوط في خاصية حدة الانتباه وتميز حارس المرمى عن باقي الخطوط في خاصية تحويل الانتباه ، وتميز خط الدفاع وخط الوسط في خاصية تركيز الانتباه عن خط الهجوم ، وحارس المرمى لم تظهر لديه فروق معنوية بين الخطوط الأربعة في ثبات الانتباه ، وتوزيع الانتباه ، وحجم الانتباه .

### 2. دراسة هشام أحمد سليمان (1988) (16)

موضوع الدراسة : علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة .

هدف الدراسة : التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه والفترة الزمنية قبيل أداء الرمية الحرة الناجمة .

عينة الدراسة : اشتملت عينة البحث على لاعبي أندية بغداد الدرجة الأولى بكرة السلة وعددهم (96) لاعباً مثلوا أندية (الكرج - الرشيد - الشباب - الجيش - الشرطة - الطيران - الطلبة - الأعظمية)

أدوات الدراسة : استخدام اختبار التصحيح (بوردون - انفجوف) .

نتائج الدراسة : تبين من نتائج الدراسة أن درجة الانتباه لدى لاعبي المنتخب أفضل من لاعبي الدرجة الأولى .



3. دراسة رمضان علي القطوي (1995) (6) 5. لا تسهم خصائص الانتباه في المهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم .

**موضوع الدراسة :** العلاقة بين بعض خصائص الانتباه والمهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم المرحلة السنية (14-16) سنة

**هدف الدراسة :** التعرف على العلاقة بين بعض خصائص الانتباه (الحدة - الثبات - التحويل - التوزيع - التركيز) والمهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم .

**مجتمع الدراسة :** يشتمل مجتمع البحث على حراس مرمى كرة القدم بالمرحلة السنية (14-16) سنة بعدد (28) فريقاً لكرة القدم بطرابلس .

**عينة الدراسة :** اشتملت عينة حارس مرمى على (36) حارس مرمى يمثلون 100% من مجتمع البحث .

#### أدوات الدراسة :

1. اختبار بوردون - انفجوف لقياس خصائص الانتباه .
2. اختبار المهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم .

#### نتائج الدراسة

1. توجد علاقة إيجابية بين خاصية حدة الانتباه وتوزيع الانتباه وكل من المستوى المرتفع والاتجاهين الأيمن والوسط والاتجاه الأيسر .
2. لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين كل من خاصية الثبات وتحويل الانتباه والمهارات الأساسية للحراس .
3. تؤثر خاصية تركيز الانتباه إيجابياً على المستوى المنخفض لارتفاع الكرة على الحراس .
4. حراس مرمى كرة القدم الأكثر مهارة أعلى بعلاقة دالة إحصائياً من الحراس الأقل مهارة لخاصية الانتباه .

#### جدول (1) توصيف عينة البحث

المجموع	رياضة للجودو				درجة الحكم
	تونس	المغرب	الجزائر	ليبيا	
16	4	3	3	6	حكم أفارقة درجات A,B,C

**القسم الثاني :-** يشتمل على ثلاث محاور من الأسئلة الاختيارية ، تم إعدادها وصياغتها على صورة مقياس ليكرت الخماسي وتتعلق اختبار مهارات تركيز الانتباه للحكام تصميم وينبرج وريتشاردسون (1990) ، تعريف محمد حسن علاوي تحت اسم اختبار مساعدة الذات للحكام ، وتهدف هذه الأسئلة إلى الحصول

**أداة البحث :** تم تقسيم استمارة الاستبيان بحيث تتكون من قسمين على النحو الآتي :

**القسم الأول :-** يشمل الأسئلة الشخصية المتعلقة بأفراد العينة ، الدولة ، وسنوات الخبرة ، وذلك لغرض الحصول على معلومات عامة تبين الخصائص المهنية لأفراد عينة الدراسة .



فئات التقدير الموضوعة أمام كل بند بحيث تعكس العلامات الموضوعة أمام البنود إجابات المبحوثين.

#### تحليل البيانات:

تم ترميز إجابات أفراد العينة على أسئلة الاستبيان وإدخالها إلى الحاسب الآلي وذلك من خلال أوراق العمل الملحقة بالبرنامج الإحصائي SPSS (حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية) والمعدة خصيصاً لهذا الغرض، وقد تم تقييم مهارات تركيز الانتباه للحكام للفقرات الواردة بالاستبانة من خلال متوسط إجابات الفقرات وقوة تأثيرها وهي كالآتي.

على المعلومات المتعلقة بمشكلة الدراسة واختبار صحة الفروض التي جاءت بها ، وصولاً إلى تحقيق أهدافها .

وللخروج بنتائج علمية دقيقة لهذه الدراسة قام الدارسون باستخدام مقياس ليكرت خماسي الأبعاد للإجابة عن الفقرات وهي:

(دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) ، وترجم هذه التقديرات الوصفية إلى تقديرات رقمية على أساس تخصيص الأرقام (1)،(2)،(3)،(4)،(5) لكلاً منها، وكان يطلب من المبحوث قراءة كل بند من بنود المقياس بدقة تم يضع (√) أمام واحدة من

#### جدول رقم (2)

متوسط إجابة المبحوثين في مهارات تركيز الانتباه للحكام

الرأي السائد	النسبة المئوية	المتوسط المرجح
أبداً	20 % - 30 %	من 1.00 إلى 1.79
نادراً	36 % - 55 %	من 1.80 إلى 2.74
أحياناً	55 % - 68 %	من 2.75 إلى 3.39
غالباً	68 % - 84 %	من 3.40 إلى 4.19
دائماً	84 % - 100 %	من 4.20 إلى 5.00

العرض والتحليل الإحصائي للبيانات

#### أولاً : التوزيع التكراري لخصائص أفراد عينة البحث

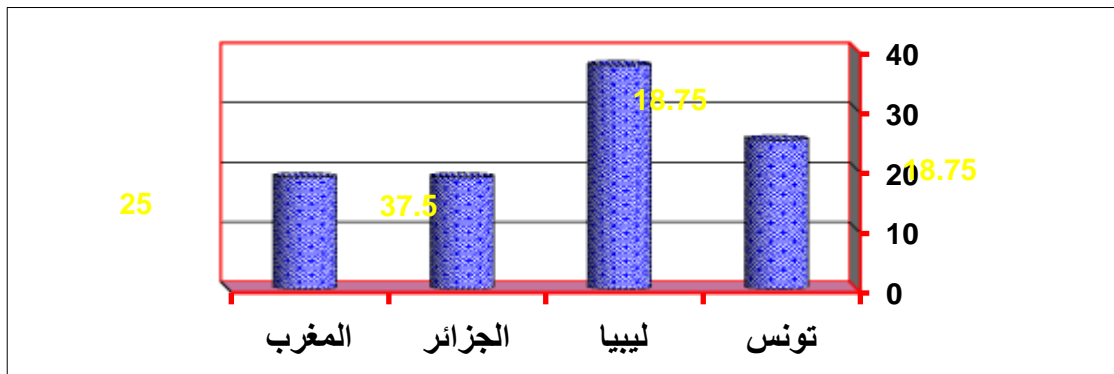
% من أفراد العينة هم من تونس ، بينما بلغت نسبة ممثلي الجزائر و المغرب 18.75% لكلاً منهما.

1. البلدان المشاركة: يبين الجدول رقم ( 3 ) النتائج الخاصة بتوزيع العينة من حيث الصفة حيث نجد أن ما نسبته 37.5% من إجمالي العينة المبحوثة من ليبيا ، كما يلاحظ أن نسبة 25

جدول رقم (3)  
يوضح توزيع العينة من حيث الصفة

النسبة التراكمية	النسبة %	التكرار	البلدان المشاركة
25	25	4	تونس
62.5	37.5	6	ليبيا
81.25	18.75	3	الجزائر
100	18.75	3	المغرب
	% 100	16	المجموع

شكل (1) يبين توزيع عينة البحث من حيث الصفة



1. مدة الخبرة بالوظيفة الحالية: كذلك فئة الذين لديهم خبرة من سنة - ثلاث سنوات قد بلغت

37.5%، بينما بلغت نسبة الذين لهم خبرة من 3 - 7 سنوات ما نسبتهم 25%

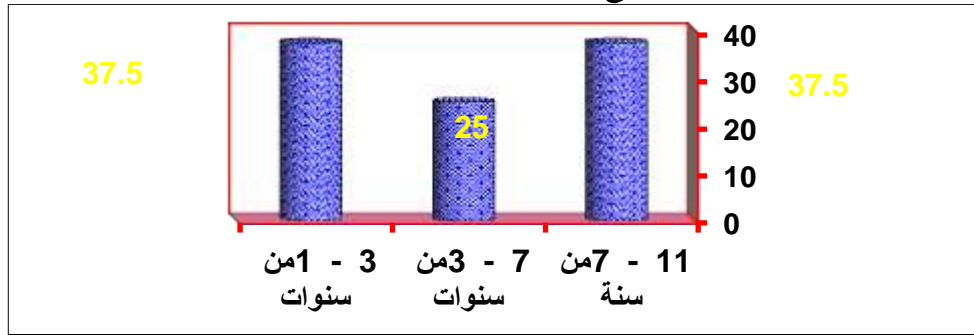
بين الجدول رقم (4) النتائج الخاصة بتوزيع العينة من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية حيث نجد أن ما نسبته 37.5% من إجمالي العينة المبحوثة من الذين لهم خبرة من 7 - 11 سنة، كما يلاحظ

جدول رقم (4)

يوضح توزيع العينة من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية

النسبة التراكمية	النسبة %	التكرار	مدة الخبرة بالوظيفة الحالية
37.5	37.5	6	من 7 - 11 سنة
62.5	25	4	من 3 - 7 سنوات
100	37.5	6	من 1 - 3 سنوات
	100	16	المجموع

شكل ( 2 ) يبين توزيع عينة البحث من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية



ثانياً : استخراج معايير الصدق والثبات للاستبيان:

من اجل اختبار مصداقية وثبات الاستبيان وللتأكد من مصداقية المستجوبين في الإجابة عن أسئلة الاستبيان ، ولكل متغير علي حدة ، فقد تم استخدام معامل ألفا لتحقيق الغرض المطلوب حيث أن معامل ألفا الذي تقع قيمته ما بين ( 0 ، 1 ) يبين مدى الارتباط ما بين الإجابات. فعندما تكون قيمته صفر فان ذلك يدل علي عدم وجود ارتباط مطلق ما بين الإجابات أما اذا كانت قيمة ( 1 ) فان ذلك يدل على أن الإجابات كاملة وإنها مرتبطة مع بعضها البعض ارتباطاً تاماً . وكما يري ( Sekaran 1984 )<sup>1</sup> فان القيمة المقبولة إحصائياً لمعامل ألفا هي 60 % أو أكثر .

جدول (5) نتائج اختبار ألفا للصدق والثبات لعبارات الاستبيان

ت	فترات الاستبيان	متوسط المقياس	تباين المقياس	مؤشر الصدق	مؤشر الثبات
1	عندما اتخذ قراراً مبنياً أثناء قيامي بالتحكم فإنه يصعب علي نسيانه وعدم التفكير فيه	60.188	25.763	0.264	0.763
2	عندما أقوم بالتحكم فإني أستطيع تحليل ما يحدث في المباراة (المنافسة) جيداً .	59.875	25.983	0.279	0.760
3	عندما أقوم بالتحكم يسهل علي عزل الأفكار التي لا ترتبط بالمباراة من تفكيري .	59.813	25.363	0.412	0.748
4	عندما أقوم بالتحكم أستطيع بسهولة عزل الضوضاء التي قد تحدث من المتفرجين والتركيز على ما يحدث في المباراة .	59.750	26.867	0.239	0.762
5	عندما أقوم بالتحكم أصاب بالإرتباك عندما تحدث عدة أشياء بسرعة في وقت واحد .	60.063	25.129	0.395	0.749
6	عندما أقوم بالتحكم أجد نفسي مشغولاً ببعض أفكار الشخصية .	60.188	24.296	0.511	0.738
7	أستطيع بسهولة اختيار الجوانب التي أركز علي تركيز انتباهي عليها أثناء المباراة .	59.938	24.463	0.507	0.739
8	عندما أقوم بالتحكم فإني أركز على ما يحدث في فس اللحظة ولا أفكر في الذي حدث قبل ذلك أو ما قد يمكن أن يحدث بعد ذلك	59.688	26.496	0.292	0.758
9	أستطيع أن أحفظ بتركيز انتباهي في المباراة حتى أثناء بعض الاعتراضات سواء من جانب اللاعبين أو المدربين .	59.688	24.496	0.522	0.738
10	أستطيع بسهولة تركيز تفكيري على ما سوف أقوم به في المباراة قبل بدء قيامي بالتحكم .	59.875	24.383	0.497	0.739
11	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز انتباهي في عملية التحكم وأتسى كل ما أعانيه من مشاكل أو متاعب .	59.875	25.583	0.285	0.761
12	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز انتباهي في عملية التحكم حتى ولو كنت أشعر بالقلق .	59.563	26.796	0.244	0.762
13	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز انتباهي في عملية التحكم حتى ولو اتخذت مساعدي بعض القرارات التي أعتقد أنها خاطئة .	59.688	26.363	0.253	0.762
14	أثناء قيامي بالتحكم لا أجد صعوبات في الإحفاظ بتركيز انتباهي على كل ما يحدث في المباراة من بدايتها حتى نهايتها .	59.625	26.650	0.212	0.765
15	عند إيقاف المباراة لفترة من الوقت لأي سبب من الأسباب فإني أجد بعض الصعوبات في إستعادة تركيز انتباهي على ما يحدث في المباراة .	59.938	23.796	0.605	0.729
	قيمة ألفا الاستبيان			0.756	

## جدول (5) نتائج اختبار ألفا للصدق والثبات لعبارات الاستبيان

ت	فقرات الاستبيان	متوسط المقياس	تباين المقياس	مؤشر الصدق	مؤشر الثبات
1	عندما أتخذ قراراً معيناً أثناء قياي بالتحكم فإنه يصعب علي نسيانه وعدم التفكير فيه	60.188	25.763	0.264	0.763
2	عندما أقوم بالتحكم فإني أستطيع تحليل ما يحدث في المباراة (المنافسة) جيداً .	59.875	25.983	0.279	0.760
3	عندما أقوم بالتحكم يسهل علي عزل الأفكار التي لا ترتبط بالمباراة من تفكيري .	59.813	25.363	0.412	0.748
4	عندما أقوم بالتحكم أستطيع بسهولة عزل الضوضاء التي قد تحدث من المتفرجين والتركيز على ما يحدث في المباراة .	59.750	26.867	0.239	0.762
5	عندما أقوم بالتحكم أصاب بالارتباك عندما تحدث عدة أشياء بسرعة في وقت واحد .	60.063	25.129	0.395	0.749
6	عندما أقوم بالتحكم أجد نفسي مشغولاً ببعض أفكارتي الشخصية .	60.188	24.296	0.511	0.738
7	أستطيع بسهولة اختيار الجوانب التي أرغب في تركيز انتباهي عليها أثناء المباراة .	59.938	24.463	0.507	0.739
8	عندما أقوم بالتحكم فإني أركز على ما يحدث في نفس اللحظة ولا أفكر في الذي حدث قبل ذلك أو ما قد يمكن أن يحدث بعد ذلك	59.688	26.496	0.292	0.758
9	أستطيع أن أحفظ بتركيز إنتباهي في المباراة حتى أثناء بعض الإعتراضات سواء من جانب اللاعبين أو المدربين .	59.688	24.496	0.522	0.738
10	أستطيع بسهولة تركيز تفكيري على ما سوف أقوم به في المباراة قبل بدء قياي بالتحكم .	59.875	24.383	0.497	0.739
11	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم وأنسى كل ما أعانيه من مشاكل أو متاعب .	59.875	25.583	0.285	0.761
12	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو كنت أشعر بالقلق .	59.563	26.796	0.244	0.762
13	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو أتخذ مساعدي بعض القرارات التي أعتقد أنها خاطئة .	59.688	26.363	0.253	0.762
14	أثناء قياي بالتحكم لا أجد صعوبات في الإحتفاظ بتركيز إنتباهي على كل ما يحدث في المباراة من بدايتها حتى نهايتها .	59.625	26.650	0.212	0.765
15	عند إيقاف المباراة لفترة من الوقت لأي سبب من الأسباب فإني أجد بعض الصعوبات في إستعادة تركيز إنتباهي على ما يحدث في المباراة .	59.938	23.796	0.605	0.729
	قيمة ألفا الاستبيان		0.756		

## الدراسة الأساسية :

1. اتبع الباحثون الخطوات التالية في دراستهم الأساسية الإجتاج والمقابلة مع الحكام المشاركين في البطولة لشرح المقياس والهدف منه
  2. تحديد أماكن إجراء القياسات في قاعة الألعاب الرياضية طرابلس .
  3. تم إجراء الاختبار خلال الفترة الزمنية من 8-10 / سبتمبر 2009
  4. تصحيح الاختبار.
- الإجراءات الإحصائية: تم استخدام البرنامج الإحصائي SPSS (حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية) .
- \*المتوسط الحسابي /النسبة المئوية / الانحراف المعياري/ التباين الأحادي (الأنوفاء) //معامل الارتباط .

من الجدول نجد أن قيمة ألفا للمقياس بلغت (0.756) وهذا يبين أن الارتباط بين الإجابات كان مرتفع ومقبول إحصائياً وفيما يتعلق بثبات العينة فيلاحظ من الجدول أن أغلب معاملات ألفا الفردية والمتعلقة بالمفردات كل علي حدة كانت اقل من قيمة اختبار ألفا العام وهذا ما يدل علي أن أغلب المفردات الموجودة في هذه المجموعة مهمة وان أي حذف أو شطب لمفردة منها سوف يؤثر سلباً علي ثبات ومصداقية العينة ، أما فيما يتعلق بمقياس الصدق والذي يتعلق بقياس درجة ارتباط المفردة بالمقياس العام فان نتائجه تعتبر مقبولة إحصائياً كما يعتبر تباين المقياس بالنسبة للمفردات ليس كبير كما أن متوسط درجات المقياس تعتبر متقاربة ، وبالتالي فانه يمكن الاعتماد علي المجموعة بأكملها دون حذف أي من المفردات للوصول إلي نتائج مجدية في هذا البحث .

عرض النتائج ومناقشتها :  
 2-4: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول :  
 ما هي درجة تركيز الانتباه بين الحكام المشاركين في البطولة  
 المغاربية الثامنة للجودو 2009؟  
 لغرض التعرف على درجة تركيز الانتباه بين الحكام المشاركين في  
 البطولة المغاربية الثامنة للجودو 2009 من وجهة نظر عينة البحث  
 ، قام الباحثون باستخدام المتوسط الحسابي و النسب المئوية  
 للإجابات ، وذلك فيما يتعلق بمدى تأثير ذلك على صحة أو خطأ  
 تساؤل البحث في هذا المجال.

جدول (6)

بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث في درجة تركيز الانتباه بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الرابعة للجودو 2009

ت	العبارات	المتوسط البرج	الانحراف المعياري	معدل الاختلاف	النسبة المئوية	الرأي الساائد
1	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو كنت أشعر بالقلق .	4.56	0.63	13.79%	91.25%	دائماً
2	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو اتخذ مساعدي بعض القرارات التي أعتقد أنها خاطئة .	4.38	0.72	16.43%	87.50%	دائماً
3	أثناء قياي بالتحكم لا أجد صعوبات في الإحفاظ بتركيز انتباهي على كل ما يحدث في المباراة من بدايتها حتى نهايتها .	4.31	0.95	21.95%	86.25%	دائماً
4	عندما أقوم بالتحكم فإنتي أستطيع تحليل ما يحدث في المباراة (المنافسة) جيداً .	4.25	0.77	18.23%	85.00%	دائماً
5	عندما أقوم بالتحكم أستطيع بسهولة عزل الضوضاء التي قد تحدث من المخرجين والتركيز على ما يحدث في المباراة .	4.25	0.86	20.15%	85.00%	دائماً
6	أستطيع أن أحفظ بتركيز إنتباهي في المباراة حتى أثناء بعض الإعتراضات سواء من جانب اللاعبين أو المدربين .	4.25	0.93	21.90%	85.00%	دائماً
7	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم وأسى كل ما أعانيه من مشاكل أو متاعب .	4.19	0.83	19.92%	83.75%	دائماً
8	عندما أقوم بالتحكم أصاب بالارتباك عندما تحدث عدة أشياء بسرعة في وقت واحد.	4.06	0.77	19.00%	81.25%	غالباً
9	عندما أقوم بالتحكم يسهل علي عزل الأفكار التي لا ترتبط بالمباراة من تفكيري .	4.00	1.21	30.28%	80.00%	غالباً
10	عند إيقاف المباراة لفترة من الوقت لأي سبب فإنتي أجد بعض الصعوبات في إستعادة تركيز انتباهي على ما يحدث في المباراة .	4.00	0.89	22.36%	80.00%	غالباً
11	عندما أقوم بالتحكم أجد نفسي مشغولاً ببعض أفكارتي الشخصية .	3.81	0.91	23.88%	76.25%	غالباً
12	أستطيع بسهولة تركيز تفكيري على ما سوف أقوم به في المباراة قبل بدء قياي بالتحكم .	3.63	1.36	37.52%	72.50%	غالباً
13	عندما أتخذ قراراً معيناً أثناء قياي بالتحكم فإنه يصعب علي نسيانه وعدم التفكير فيه	3.56	1.03	28.93%	71.25%	غالباً
14	أستطيع بسهولة اختيار الجوانب التي أرغب في تركيز انتباهي عليها أثناء المباراة .	3.56	1.26	35.46%	71.25%	غالباً
15	عندما أقوم بالتحكم فإنتي أركز على ما يحدث في فس اللحظة ولا أفكر في الذي حدث قبل ذلك أو ما قد يمكن أن يحدث بعد ذلك	3.56	1.50	42.22%	71.25%	غالباً
	الدرجة الكلية	4.03	0.35	8.59%	80.50%	غالباً

ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن  
 إجابات المبحوثين كانت تشير إلى (عندما أقوم بالتحكم

الجدول (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري  
 والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث حول المحور مرتبة تنازلياً،

للجودو 2009 كان يشير إلى (غالباً) وبحسب إجابات عينة البحث بالكامل.

3-4: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية للجودو (ليبيا، تونس، الجزائر، المغرب)؟

قام الباحثون باستخدام المتوسط الحسابي للإجابات عينة الدراسة واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي "ANOVA" لمقارنة المتوسطات الحسابية لأكثر من متغيرين وفي آن واحد و لكل متغير مستقل ( درجة تركيز الإنباه بين الحكام) مع عدد من المتغيرات تابعة (الدول) عند مستوى معنوية ( $\alpha = 0.05$ ) وكما يلي:

#### جدول (10)

يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ف" لإجابات المبحوثين حول درجة تركيز الإنباه بين الحكام وفقاً لمتغير (ليبيا، تونس، الجزائر، المغرب)

ت	درجة تركيز الإنباه بين الحكام	تونس	ليبيا	الجزائر	المغرب	قيمة ف	مستوى الدلالة
1	عندما أتخذ قراراً معيناً أثناء قيامي بالتحكم فإنه يصعب علي نسيانه وعدم التفكير فيه .	3.50	3.67	4.00	3.00	0.448	0.723
2	عندما أقوم بالتحكم فإنتي أستطيع تحليل ما يحدث في المباراة (المناقسة) جيداً .	4.50	4.00	4.33	4.33	0.320	0.811
3	عندما أقوم بالتحكم يسهل علي عزل الأفكار التي لا ترتبط بالمباراة من تفكيري .	2.75	4.50	4.33	4.33	2.479	0.111
4	عندما أقوم بالتحكم أستطيع بسهولة عزل الضوضاء التي قد تحدث من المتفرجين والتركيز علي ما يحدث في المباراة .	3.75	4.00	5.00	4.67	1.933	0.178
5	عندما أقوم بالتحكم أصاب بالإرتباك عندما تحدث عدة أشياء بسرعة في وقت واحد	3.75	4.00	4.00	4.67	0.820	0.507
6	عندما أقوم بالتحكم أجد نفسي مشغولاً ببعض أفكار الشخصية	3.50	3.67	4.00	4.33	0.523	0.675
7	أستطيع بسهولة اختيار الجوانب التي أرتغب في تركيز انتباهي عليها أثناء المباراة .	3.00	4.00	2.33	4.67	3.181	0.063
8	عندما أقوم بالتحكم فإنتي أركز علي ما يحدث في نفس اللحظة ولا أفكر في الذي حدث قبل ذلك أو ما قد يمكن أن يحدث بعد ذلك	4.25	2.83	3.33	4.33	1.043	0.409
9	أستطيع أن أحفظ بتركيز إنتباهي في المباراة حتى أثناء بعض الإعتراضات سواء من جانب اللاعبين أو المدربين .	4.25	4.17	4.00	4.67	0.245	0.863
10	أستطيع بسهولة تركيز تفكيري علي ما سوف أقوم به في المباراة قبل بدء قيامي بالتحكم .	3.00	3.67	3.67	4.33	0.500	0.689
11	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم وأنسى كل ما أعانيه من مشاكل أو متاعب .	4.00	3.83	4.67	4.67	1.112	0.382
12	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو كنت أشعر بالقلق .	4.25	4.50	4.67	5.00	0.831	0.502
13	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو أتخذ مساعدي بعض القرارات التي أعتقد أنها خاطئة .	4.50	4.33	4.33	4.33	0.043	0.987

14	أثناء قيامي بالتحكم لا أجد صعوبات في الإحفاظ بتركيز انتباهي على كل ما يحدث في المباراة من بدايتها حتى نهايتها .	4.00	4.33	4.33	4.67	0.243	0.864
15	عند إيقاف المباراة لفترة من الوقت لأي سبب من الأسباب فإنتي أجد بعض الصعوبات في إستعادة تركيز انتباهي على ما يحدث في المباراة .	3.50	4.33	3.67	4.33	0.966	0.441
	الدرجة الكلية	3.77	3.99	4.04	4.42	2.867	0.081

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

هل توجد فروق دالة إحصائياً بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية

للجودو تعزى إلى خبراتهم ؟

قام الباحثون باستخدام المتوسط الحسابي للإجابات عينة البحث واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي "ANOVA" لمقارنة المتوسطات الحسابية لأكثر من متغيرين وفي آن واحد و لكل متغير مستقل (درجة تركيز الانتباه بين الحكام) مع عدد من المتغيرات تابعة (الخبرة) عند مستوى معنوية ( $\alpha = 0.05$ ) وكما يلي :

يتبين من الجدول نتائج تحليل درجة تركيز الانتباه بين الحكام وفقاً لمتغير (ليبيا، تونس، الجزائر، المغرب). من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في الدرجة الكلية لتركيز الانتباه بين الحكام تعزى إلى متغير (الدول المشاركة) (2.867) بدلالة معنوية محسوبة (0.081) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك نقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة البحث من الحكام (ليبيا، تونس، الجزائر، المغرب) في درجة تركيز الانتباه بينهم .

4-4: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث :

جدول (11)

يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ف" لإجابات المبحوثين حول درجة تركيز الإبتباه بين الحكام وفقاً لمتغير الخبرة

ت	درجة تركيز الإبتباه بين الحكام وفقاً لمتغير الخبرة	المتوسط الحسابي			قيمة ف	مستوى الدلالة
		من 1 - 3 سنوات	من 3 - 7 سنوات	من 7 - 11 سنة		
1	عندما أتمم قراراً معيناً أثناء قيامي بالتحكم فإنه يصعب علي نسيانه وعدم التفكير فيه .	3.67	3.50	3.50	0.043	0.958
2	عندما أقوم بالتحكم فإنتي أستطيع تحليل ما يحدث في المباراة (المنافسة) جيداً .	4.00	4.50	4.33	0.520	0.606
3	عندما أقوم بالتحكم يسهل علي عزل الأفكار التي لا ترتبط بالمباراة من تفكيري .	4.50	2.75	4.33	4.028*	0.044
4	عندما أقوم بالتحكم أستطيع بسهولة عزل الضوضاء التي قد تحدث من المتفرجين والتركيز على ما يحدث في المباراة .	4.00	3.75	4.83	2.929	0.089
5	عندما أقوم بالتحكم أصاب بالارتباك عندما تحدث عدة أشياء بسرعة في وقت واحد .	4.00	3.75	4.33	0.687	0.521
6	عندما أقوم بالتحكم أجد نفسي مشغولاً ببعض أفكار الشخصية	3.67	3.50	4.17	0.740	0.496
7	أستطيع بسهولة اختيار الجوانب التي أرغب في تركيز انتباهي عليها أثناء المباراة .	4.00	3.00	3.50	0.737	0.498
8	عندما أقوم بالتحكم فإنتي أركز على ما يحدث في نفس اللحظة ولا أفكر في الذي حدث قبل ذلك أو ما قد يمكن أن يحدث بعد ذلك	2.83	4.25	3.83	1.263	0.315
9	أستطيع أن أحفظ بتركيز إنتباهي في المباراة حتى أثناء بعض الإعتراضات سواء من جانب اللاعبين أو المدربين .	4.17	4.25	4.33	0.042	0.959
10	أستطيع بسهولة تركيز تفكيري على ما سوف أقوم به في المباراة قبل بدء قيامي بالتحكم .	3.67	3.00	4.00	0.620	0.553

0.203	1.807	3.83	4.00	4.67	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم وأنى كل ما أعانيه من مشاكل أو متاعب .	11
0.364	1.092	4.50	4.25	4.83	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو كنت أشعر بالقلق .	12
0.932	0.071	4.33	4.50	4.33	عندما أقوم بالتحكم أستطيع أن أركز إنتباهي في عملية التحكم حتى ولو أتخذ مساعدي بعض القرارات التي أعتقد أنها خاطئة .	13
0.742	0.306	4.33	4.00	4.50	أثناء قيامي بالتحكم لا أجد صعوبات في الإحفاظ بتركيز انتباهي على كل ما يحدث في المباراة من بدايتها حتى نهايتها	14
0.378	1.048	4.33	3.50	4.00	عند إيقاف المباراة لفترة من الوقت لأي سبب من الأسباب فإنني أجد بعض الصعوبات في إستعادة تركيز انتباهي على ما يحدث في المباراة .	15
0.100	2.762	3.99	3.77	4.23	الدرجة الكلية	

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

- 4- إجراء مزيد من الدراسات المشابهة للتعرف على مظاهر الانتباه لدى بقية الحكام في الألعاب الأخرى .
- 5- تدريب الحكام على تضيق انتباههم للوصول إلى تركيز الانتباه الذي يساعدهم على الأداء العالي .
- 6- ضرورة دمج الإعداد لمظاهر القدرة على الانتباه وأداء المهارات الأساسية لرياضة الجودو .

#### المراجع :

1. أحمد فائق (1966) : مدخل إلى علم النفس ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
2. أحمد عزت راجح (1991) : أصول علم النفس ، دار المعارف الجامعية ، الإسكندرية .
3. أحمد محمد غازي (2002) : تأثير استخدام وسيلتي التوجيه المكاني والمجسّات على سرعة تعلم أساسيات رياضة الجودو للمعاقين بصرياً ومستوى التحصيل الذكائي ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة .
4. أسامة كامل راتب (2004) : تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي ، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة .
5. السيد محمد خيرى (1995) : علم النفس التربوي - أصوله وتطبيقاته ، المطابع الأهلية للأرست ، القاهرة .
6. رمضان علي رمضان القطوي (1995) : العلاقة بين بعض خصائص الانتباه والمهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، طرابلس .

يتبين من الجدول نتائج تحليل درجة تركيز الانتباه بين الحكام وفقاً لمتغير الخبرة ، من خلال الجدول نلاحظ أن : قيمة إحصائي الاختبار لدى الاختلاف في الدرجة الكلية لتركيز الانتباه بين الحكام تعزى إلى متغير (الخبرة ) (2.762) بدلالة معنوية محسوبة (0.100) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة البحث من الحكام و وفقاً لخبراتهم ) في درجة تركيز الانتباه بينهم .

#### الاستنتاجات :

1. ان الرأي السائد للدرجة لتركيز الانتباه الكلية بين الحكام المشاركين في البطولة المغاربية الثامنة للجودو 2009 كان يشير إلى (غالباً) وبحسب إجابات عينة البحث بالكامل .
2. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة البحث من الحكام (ليبيا، تونس، الجزائر ، المغرب) في درجة تركيز الانتباه بينهم .
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة البحث من الحكام و وفقاً لخبراتهم ) في درجة تركيز الانتباه بينهم

#### التوصيات :

- بناء على ما جاء باستنتاجات البحثي وصي الباحثون بالتالي :
- 1- العمل على تنمية القدرة على تركيز الانتباه لدى حكام الجودو .
  - 2- إجراء الاختبارات الخاصة بالانتباه لدى الحكام الجدد ووضع برامج تدريبية لهم قبل القيام بمهامهم .
  - 3- العمل على إشراك أكبر نسبة من الحكام في تحكيم المباريات واللقاءات بصفة دورية .



7. **عبد الستار ضد (2000):** فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة - تحليل التدريب - مقياس ، دار الفكر للطباعة ، الأردن .
8. **عزت عبد العظيم الطويل (1999):** معالم علم النفس المعاصر ، ط 3 ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .
9. **لندا دافيدوف (1988):** مدخل علم النفس ، تقديم فؤاد أبو حطب ، ط 3 ، البار الدولية للنشر والتوزيع ، القاهرة .
10. **محسن بسيوني التحريوي وسامي إبراهيم نصر (1984):** " دراسة مظاهر الانتباه للاعب الحظوظ المختلفة لكرة القدم " ، بحث منشور في مجلة المؤتمر العلمي الخامس لدراسات وبحوث التربية الرياضية .
11. **محمد صبحي حسنين وحمدي عبد المنعم (1987):** التقويم والقياس في التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
12. **محمد عبد الفتاح عنان (1995):** سيكولوجية التربية البدنية والرياضية النظريات والتطبيق والتجريب دار الفكر العربي ، القاهرة .
13. **مختار سالم (1987):** حول الكرة الطائرة ، ط 2 ، مؤسسة المعارف ، بيروت .
14. **مراد إبراهيم طرفة (2001):** الجودو بين النظرية والتطبيق ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
15. **مفتاح محمد أبو جناح (1995):** العلاقة بين بعض الاستجابات الإدراكية الحسية ودرجة أداء المهارات الهجومية في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الفتح ، طرابلس .
16. **هشام أحمد سلمان (1988):** علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، العراق .

## أساليب مهارات الانتباه كما يدرها حكام كرة القدم السعوديين

د. عبد العزيز بن عبد الكريم المصطفى .

مقدمة:

كما يعد الانتباه أحد المتطلبات الأساسية للتحكم الرياضي، لأن سرعة ودقة إتخاذ القرارات يتطلب القدرة على التركيز الدقيق في كل ثانية من مواقف اللعب المختلفة، وعلى العكس من ذلك فإن التشتت له تأثير سلبي على قرارات الحكم وصحتها، و سبب رئيس في انخفاض مستوى دقة إتخاذ القرارات السليمة نتيجة فقدان الحكم التركيز في الملعب، لذا فالتركيز يسهم بسرعة إتخاذ القرار خلال مواقف اللعب بما تسمح به قدراته وخبراته الايجابية (Mallo, et al., 2012) و (المصطفى، 1995).

وتشير تركينجتون (2003) من أن الانتباه له حدود، فهو بطبيعته قصير الأمد أي أن فترة الانتباه لدى الفرد المستقبل أو المتلقي لا تزيد عن ما يقرب عن 20-25 دقيقة، مهما كانت قوة الانتباه لديه، وقدرته على التركيز، فأن الاستمرار في التركيز يتلاشى مع مرور الوقت وكذلك في حالة الجهد الزائد والشعور بالتعب. لذا ينصح الحكم باستخدام بعض الأساليب الاستراتيجية كي يستحوذ على الانتباه الكامل طول فترة ساعة اللعب التي تتراوح ما بين (90-120 دقيقة). وعلى الرغم من أن البعض يرى أن الحاجة إلى الانتباه قد يكون محدود أثناء مرحلة التعرف على المثير الخارجي، إلا أن الحاجة إلى الانتباه يمثل المرحلة الأولى من مراحل معالجة المعلومات، وبالتالي فإن أي خلل أو عجز في عملية الانتباه قد تؤثر سلباً على عمليات التخزين والاسترجاع والاستجابة (Schmidt & Lee, 2011).

كما يضيف تايلر ودانيل (Taylor & Daniel 1987)، و (هارون، 1997، و (الحيكاني، 2005) و (حداده، 2008) و (المجدلاوي، 2012) و (الطحاينة، 2006) من أن أداء الحكم الرياضي يتأثر بالعديد من العوامل المختلفة كالضغط والقلق النفسي الذي قد تؤدي إلى الإبهك البدني والذهني، وبالتالي على مستوى قدراته البدنية والنفسية، وقدرته على التحكم في انفعالاته، ومن ثم سوء إتخاذ القرار في بعض الأحيان، خاصة وأنه غالباً ما تكون أخطاء الحكام عرضة للنقد من قبل الاعلام الرياضي وإدارات الأندية، وكذلك المهتمين من الجماهير الرياضية وعشاق الكرة.

وبشير كل من (Solomon et al., 2011) و (Mallo, et al., 2012) إلى أهمية أساليب الانتباه الذي قد يكون مصدراً رئيسياً للتخفيف من الضغوط النفسية التي قد يتعرض لها الحكم الرياضي، كمارس على تطبيق روح القانون، ومفاوض لحل التوتر والاحتكاك الذي ينشأ خلال المنافسة بين المتنافسين، والمدربين، من هنا تأتي أهمية إجراء الدراسة الحالية بهدف

أوضحت نتائج العديد من التجارب والخبرات والدراسات الميدانية أن العمليات المعرفية لها أثر مهم في نجاح أو فشل عملية التحكم، حيث أن أهميتها لا تقل عن أهمية الإعداد البدني، والنفسي للحكم الرياضي عامة وكرة القدم خاصة، إذ لها علاقة ببناء الشخصية القيادية، والإرادة القوية، وشدة الانتباه، والقدرة على التركيز، كي يتمكن من أداء المهام المطلوبة منه بدرجة عالية من الانتباه والموضوعية. والانتباه أحد تلك العمليات المعرفية المهمة الذي يسهم في رفع مستوى قدرة وملاحظة الحكم للأحداث والوقائع في الملعب بصورة متتابعة، ومن ثم إتخاذ القرار الصائب بصورة واضحة ومتمتعة، أي إن الانتباه مهارة لا يمكن الاستغناء عنه في تحكم المباريات الرياضية. (Przemyslaw, et al., 2014; Mallo, et al., 2012).

ويشير وليم جيمس (William James, 1890) من أن الإنسان تحركه خبراته بقوة شديدة. فالناس يختارون بطريقة شعورية أو لاشعورية الأشياء التي يرغبون في توجيه انتباههم إليها، أي أن الانتباه يعمل كحاجز أو ستارته يسمح فقط ببعض المثيرات من بين الكثير من تلك الموجودة حولنا في وقت معين، والتحكم أحد تلك الأنشطة ذات الارتباط الدائم بالانتباه الذي يعتبر عملية عقلية وظيفية، تسهم في توجيه شعور الحكم نحو مواقف اللعب المختلفة وذلك بإتخاذ القرارات المناسبة، وتوجيه وعيه، والاحتفاظ به، تجاه المثيرات التي تلتقطها أعضاء الحواس المختلفة، ويتأثر الانتباه باستعداد الحكم وقدرته على معالجة المعلومات التي يحصل عليها عن طريق الحواس تجاه القرارات المطلوب إتخاذها في مواقف اللعب المختلفة (Wulf, 2007; Bultynck & Hensen, 2004; Przemyslaw, et al., 2014; Nideffer, 1976).

وقد حظي الانتباه ككون أساسي للذاكرة ونظرية معالجة المعلومات باهتمام كبير من قبل الباحثين في مجال علوم الحركة والتربية البدنية والرياضة لما له من أثر إيجابي على الأداء الحركي لكل من اللاعب والحكم وغيرها، والانتباه أو توجيه الانتباه أحد المهارات العقلية والمعرفية التي تلعب دوراً مهماً في نجاح الحكم الرياضي بصفة خاصة، حيث يسهم في نجاح عملية التعلم والتدريب والمنافسة والتحكم في أشكالها المتعددة ومعرفة الأحداث واستيعابها، وسرعة فهمها (المصطفى، 1995م؛ 2013م) (Taylor & Daniel, 1987; Schmidt, 1991).

اختبار مهارات أساليب الانتباه الذي وضعه روبرت نيدفير (1976م)، وترجمه (علاوي، 1990).

#### أهداف الدراسة : تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

- أهمية مهارات اساليب الانتباه كأحد العمليات المعرفية بالنسبة لحكام كرة القدم السعوديين
- مستوى الفروق بين حكام كرة القدم السعوديين في محاور اختبار الانتباه العام التي تعزى إلي كل من سنوات التحكيم والمنطقة.
- تقديم توصيات حول آلية انتقاء حكام كرة القدم الجدد، وكذلك ترشيح الحكم المؤهل معرفيا لحسن إدارة اللقاءات الرياضية النهائية.

#### أهمية الدراسة : تتحدد أهمية الدراسة في :

- 1- كونها الدراسة الأولى في المملكة العربية السعودية التي تتطرق لموضوع أهمية الانتباه بالنسبة لحكام كرة القدم السعوديين
- 2- تقديم المعلومات والمعارف الضرورية ذات العلاقة بمحاور اختبار أساليب الانتباه العام والتي قد تسهم في مساعدة الحكم في التوصل إلى سرعة اتخاذ القرارات خلال عملية التحكيم.
- 3- الاستفادة من هذه المعلومات والمعارف في وضع آلية لعملية انتقاء الحكام الجدد ، وترشيح المؤهلين منهم معرفيا لإدارة المباريات القوية أو النهائية.
- 4- تعتبر هذه الدراسة بداية لدراسات أخرى لاحقة ذات علاقة بموضوع الانتباه وأهميته بالنسبة لحكام كرة القدم وكذلك الألعاب الجماعية الأخرى.

#### تساؤلات الدراسة:

- 1- ما أهمية أساليب الانتباه العام كأحد العمليات المعرفية بالنسبة لحكام كرة القدم السعوديين؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات آراء حكام كرة القدم السعوديين حول محاور اختبار لانتباه العام تعزى إلي سنوات التحكيم، والمنطقة؟

#### إجراءات الدراسة :

**منهج الدراسة:** استخدم المنهج الوصفي المسحي للملائمة طبيعة موضوع الدراسة

#### عينة الدراسة :

أجريت الدراسة على مقصودة من حكام كرة القدم المسجلين في كشوفات الاتحاد العربي السعودي لكرة القدم، وقد تم تطبيق اختيار الانتباه على ( 53 حكماً) من المشاركين في الدورة التدريبية التي نظمتها الاتحاد السعودي في الرياض خلال العام 2014م.

التعرف على أهمية أساليب قياس الانتباه كأحد العمليات المعرفية لدى حكام كرة القدم السعوديين.

#### مشكلة الدراسة:

يعتبر التحكيم أحد العناصر الأساسية الذي يسهم في نجاح ورفع مستوى الأداء الكروي، حيث يشهد التحكيم في الدوري السعودي لكرة القدم منذ إدخال نظام الاحتراف إلى اهتمام كبير من قبل الاتحاد، والإعلام الرياضي، والجمهور الرياضي، بمختلف انتماءاتهم وميولهم . وحيث أن رياضة كرة القدم تعتمد اعتمادا كبيرا على حسن إدارة الحكم للمباراة من خلال تطبيق روح القانون والسيطرة على ظروف المباراة بكل أبعادها الفنية والإدارية، كل ذلك يتطلب منه العديد من المهارات والقدرات النفسية والبدنية والعقلية والمعرفية.

ونظرا لأهمية الانتباه بالنسبة للحكم الرياضي في المهام الأساسية التي يقوم بها وهي العمل كقاضي يعمل على تطبيق القواعد والقوانين الخاصة باللعبة، واتخاذ القرارات المناسبة، وكذلك كمحامي لجميع اللاعبين داخل الملعب، وكوجه ومشرف على جميع المشاركين في ذلك الحدث من مدربين وإداريين وجمهور علاجي، وجمهور رياضي وغير ذلك ، لذا على الحكم العمل على تطوير مهارة الانتباه لديه وذلك بتوجيه الانتباه لمثيرات معينة ، وإهمال مثيرات أخرى خلال مواقف اللعب المختلفة. ويعتبر توجيه الانتباه أو الانتباه الانتقائي Selective attention والتغيير السريع من لحظة إلى أخرى في الكثير من مواقف اللعب مطلباً أساسياً في الألعاب الرياضية الجماعية ذات الطابع الحركي السريع حيث يتطلب الاستجابة من بين عدة مثيرات متعددة . كما أن تنفيذ هذه المهام غالباً ما تكون سبب رئيسي- في تعرض الحكام إلى القلق والتوتر وزيادة الضغوط النفسية، مما قد يؤثر ذلك على قرارات الحكم داخل الملعب، وبالتالي أصبح الحاجة إلى الانتباه أمر في غاية الأهمية والضرورة من أجل دعم قرارات الحكم. Solomon et al., 2011; Wulf, 2007; Teiple, 2001; Hesen et al., 2007).

كما تتحدد مشكلة الدراسة الحالية كونها الدراسة الأولى في المملكة العربية السعودية (حسب علم الباحث) التي تتطرق حول موضوع أهمية الانتباه كعملية معرفية بالنسبة لحكام كرة القدم. والعمل على تقديم المعلومات والمعارف الضرورية ذات العلاقة بالانتباه ، و التي قد تسهم في التوصل إلى بعض التوجيهات والمقترحات والتوصيات التي تساعد في رفع مستوى أداء الحكم في الملاعب السعودية. وكذلك الاستفادة من تلك المعلومات عند وضع برامج انتقاء وإعداد حكام كرة القدم. ولأن الحكم ركيزة مهمة في رياضة كرة القدم إن لم يكن من أهم ركائزها كونه الفيصل في اتخاذ القرار، تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في التعرف على مهارات أساليب قياس الانتباه كأحد العمليات المعرفية لدى الحكام السعوديين في كرة القدم من خلال تطبيق

### الجدول رقم (1)

عينة الدراسة حسب المدينة أو المحافظة والنسبة المئوية

رقم	المدينة	العدد	%
1.	الشرقية والاحساء	12	22,64
2.	الرياض والقصيم	15	28,30
3.	الغربية مكة +المدينة	13	24,52
4.	الجنوبية ابها	8	15,10
5.	الشمالية	5	9,43
	المجموع	53	100

يوضح الجدول رقم (1) أعداد حكام كرة القدم المشاركين في الدراسة حسب مدن ومحافظة المملكة ، وكذلك النسب المئوية لكلا منها ، حيث يتضح من أن حكام منطقتنا الرياض والقصيم حصل على أعلى نسبة مئوية، بينما يمثل أعداد الحكام في المنطقة الشمالية من المملكة النسبة المنخفضة.

### جدول رقم (2)

(ن=53 حكم)

عدد سنوات التحكيم

م	سنوات التحكيم	أعداد الحكام	%
1	من سنة وأقل من 5 سنوات	22	41,51
2	من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	18	33,96
3	من 10 سنوات واطل من 15 سنة	13	24,53
4		53	% 100

يوضح الجدول رقم (2) أعداد الحكام حسب عدد سنوات التحكيم في الدوري السعودي لكرة القدم ، وكذلك النسب المئوية لكل فترة زمنية ، حيث يتضح أن النسبة المئوية لعدد سنوات التحكيم تتراوح ما بين (24,53- 41,51) وبالتالي فان معظم الحكام المشاركين ما بين حكم مستجد وحكم دولي.

يتم جمع الدرجات لكل محور على حدة ، وكلما زادت الدرجات كلما تميز أداء الحكم بالخاصية التي يقيسها المحور. ويتكون محاور اختبار الانتباه العام من ما يلي:

1-تركيز الانتباه الخارجي الواسع Broad External Attention Focus (BET):

قدرة الحكم على التحكم في الانتباه في ضوء تواجد عدة متغيرات خارجية في وقت واحد ، وأن يعرف ما يدور حوله في جميع الأوقات، على سبيل المثال يستطيع الحكم تحديد من ارتكب الخطأ من بين اللاعبين، أو أن يتوقع تكتيك الفريق وحركته اتجاه الكرة خلال مواقف اللعب ،

2-التحميل الزائد لمثيرات خارجية Overloaded by External Stimuli (OET):

قدرة الحكم على التحمل الزائد للمثيرات الخارجية خلال مواقف اللعب المختلفة مما قد يعرضه للإرهاك والارتباك ومن ثم زيادة الأخطاء،

**أداة الدراسة:** تم تطبيق اختبار أساليب الانتباه العام Test of Attentional and interpersonal Style (TAIS) الذي أعده نيدفير (Robert Nideffer, 1976) وقام باقتباسه وترجمته إلى اللغة العربية محمد علاوي (1998م).

ويتضمن الاختبار المحاور السبعة لقياس أسلوب الانتباه العام المكون من 59 عبارة . وقد استخدم مقياس مكون من 5 خيارات (أبدا، نادرا ، أحيانا ، غالبا ، دائما). للعلم هناك بعض العبارات توجد في أكثر من بعد أو محور ، ويتم منح الدرجات بالنسبة للعبارة الإيجابية كما يلي : (أبدا= درجة واحدة : نادرا = درجتان : أحيانا = 3 درجات : غالبا = 4 درجات : دائما = 5 درجات).

كما يتم منح الدرجات بالنسبة للعبارة السلبية كما يلي: (أبدا= 5 درجات: نادرا = 4 درجات : أحيانا = 3 درجات : غالبا = درجتان : دائما = درجة واحدة).

### صدق وثبات الاختبار:

استخدم صدق التكوين الفرضي عن طريق التحليل العاملي ، كما تم إيجاد صدق المحك عن طريق تطبيق الاختبار مع بعض الاختبارات المشابهة. ولقياس الثبات، تم استخدام معامل الفا للاتساق الداخلي من خلال تطبيق الاختبار على عينات متعددة من ذوي المهن المختلفة، وقد تراوح معامل الفا ما بين (0,64-0,86) بالنسبة للمحاور السبعة للاختبار. كما تم قياس معامل استقرار الاختبار عند تطبيق Test- retest على فترات متعددة تراوحت ما بين 6 أيام إلي 3 شهور ، وقد تراوح ما بين (0,61-0,82) بالنسبة للمحاور السبعة للاختبار.

### صدق وثبات الاختبار في البيئة السعودية:

اعتمد الباحث على صدق التجانس الداخلي للاستبانة (Internal Consistency) بين فقرات الاستبانة فقد تم حساب مصفوفة الارتباط بين محاور المقياس المختلفة. والجدول رقم (3) يوضح قيم معامل ارتباط الاتساق بين درجة كل فقرة ودرجات جميع فقرات المقياس. كما تم حساب معاملات الارتباط بين محاور الاختبار بعضها ببعض، ومجموع محاور الاختبار، والجدول رقم (3) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين محاور الاختبار التي تراوحت نتائجها بين (0,77-0,92) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0,05). وهي نتائج صدق جيدة، وأن محاور الاختبار السبعة متسقة.

3-تركيز الانتباه الداخلي الواسع Broad Internal Attention Focus (BIT)

قدرة الحكم على وصف نفسه بالاستيعاب الكامل لجميع الأفكار والمعلومات القادمة من مثيرات متعددة ، يصف نفسه بالقادر على التحليل والتخطيط المسبق وتوقع الأحداث،

4-التحميل الزائد لمثيرات داخلية Overloaded by Internal Stimuli (OIT)

قدرة الحكم على التحميل الزائد للمثيرات الداخلية خلال مواقف اللعب ، مما قد يعرضه للارتباك نتيجة ذلك العبء المفرط.

5-تركيز الانتباه الضيق Narrow Attentional Focus (NAR)

قدرة الحكم على تركيز وتضييق الانتباه وذلك برغبته وإرادته، كما أنه يستطيع تثبيت تركيزه على سلوك لاعب ما ، كما أنه يقوم بالعمل الذي سيقوم به قبل البدء في أي عمل جديد،

6-تقليص تركيز الانتباه Reduced Attentional Focus

قدرة الحكم على تقليص الأخطاء من خلال تضييق انتباهه أكثر من اللازم ، خاصة عندما يقابله بعض مواقف الفشل أو الخوف الزائد ،

7-معالجة المعلومات Information Processing (IP)

قدرة الحكم على معالجة المعلومات بسرعة وكفاءة، أي أن الإدراك المعرفي مزدحم بأنواع متعددة من المعلومات ،

### الجدول رقم (3)

#### مصفوفة معاملات الارتباط بين محاور اختبار الانتباه العام

٢	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	أبعاد الاختبار
١.1	-	0.89	0.87	0.89	0.88	0.91	0.92	تركيز الانتباه الخارجي الواسع
٢.2	-	0.92	0.92	0.85	0.87	0.77	0.76	التحميل الزائد لمثيرات خارجية
٣.3	-	-	-	0.87	0.85	0.78	0.79	تركيز الانتباه الداخلي الواسع
٤.4	-	-	-	-	0.91	0.78	0.77	التحميل الزائد لمثيرات داخلية
٥.5	-	-	-	-	-	0.78	0.87	تركيز الانتباه الضيق
٦.6	-	-	-	-	-	-	0.85	تقليص تركيز الانتباه
٧.7	-	-	-	-	-	-	-	معالجة المعلومات

تراوحت ما بين (0,78- 0,933) وهو معاملات ثبات مرتفعة (انظر جدول 4).

كما تم حساب معاملات الثبات بإجراء اختبار معامل كرونباخ - ألفا كموشر للاتساق الداخلي لكل محور من محاور الأداة وللاختبار ككل . وقد دلت النتائج على تمتع الاختبار بمعامل ثبات ( 0,873 ) ، وبالنسبة لمعاملات ثبات المحاور ، فقد

#### جدول (4)

معامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) مؤشر الثبات لكل من محاور الاختبار، والاختبار ككل

م	محاور الدراسة	معامل كرونباخ-ألفا
1-	تركيز الانتباه الخارجي الواسع	0,991
2-	التحميل الزائد لمثيرات خارجية	0,811
3-	تركيز الانتباه الداخلي الواسع	0,933
4-	التحميل الزائد لمثيرات داخلية	0,813
5-	تركيز الانتباه الضيق	0,800
6-	تقليص تركيز الانتباه	0,780
7-	معالجة المعلومات	0,880
	المقياس ككل	0,873

#### النتائج والمناقشة:

هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على أهمية أساليب الانتباه بالنسبة لحكام كرة القدم السعوديين ، وفي ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاتها ، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن المتوي ، وكذلك حساب تحليل التباين المتعدد ، واختبار شفبه المقارنات البعدية- للمحاور الدالة إحصائياً.

للإجابة على التساؤل الأول : ما أهمية أساليب الانتباه كأحد العمليات المعرفية بالنسبة لحكام كرة القدم السعوديين؟ فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل محور (انظر الجدول رقم 5) ، وكذلك الوزن المتوي. ومن أجل تفسير النتائج تم اعتماد المعايير التالية للحكم على المتوسطات الحسابية. أنظر الجدول (رقم 5) يوضح أساليب الانتباه مرتبة حسب الأهمية. المتوسط الذي يتراوح بين

- صفر إلي 1,49 ( قليل جدا )
- 1,5 إلي 2,49 ( قليل )
- 2,50 إلي 3,49 ( متوسط )
- 3,50 إلي 4,49 ( كبير )
- 4,50 ألي 5,00 ( كبير جدا )

#### جدول (5)

محاور اختبار أساليب الانتباه العام والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن المتوي لدى عينة الدراسة (ن=53)

م	المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن المتوي	درجة الأهمية
1.	تركيز الانتباه الخارجي الواسع	4.69	0.98	93,8	كبير جدا
2.	تركيز الانتباه الضيق	4,60	1.06	92	كبير جدا
3.	تقليص تركيز الانتباه	4.51	1.04	90,2	كبير جدا
4.	التحميل الزائد لمثيرات داخلية	4.45	1.04	89	كبير
5.	التحميل الزائد لمثيرات خارجية	4.30	0.88	86	كبير
6.	تركيز الانتباه الداخلي الواسع	4.25	1.07	85	كبير
7.	معالجة المعلومات	4.15	1.06	83	كبير

تتفق نتائج الدراسة مع وجهة النظر السائدة من أن التحكم في المجال الرياضي يتطلب من الحكام الامام بروح القانون ، والحفاظة على مستوى اللياقة البدنية ، وكذلك الجمع بين جميع محاور اختبار الانتباه العام المتمثلة في ضبط النواحي الانفعالية والنفسية والمعرفية، لذلك فمن الأهمية بمكان أن يكون الحكم ملماً بمهارة تحويل الانتباه بين الواسع والضيق، والخارجي والداخلي، وتظهر أهمية ذلك أثناء تواجده في الملعب بين المتنافسين ، التي تتطلب منه توزيع الانتباه (الانتقال من الذات الداخلية إلي المحيط الخارجي والعكس) لمواقع الكرة واللاعبين التي تعتبر من المهارات المفتوحة أو غير المتوقعة وذلك وفقاً لمتطلبات مواقف اللعب المختلفة في كرة القدم بصفة خاصة (Weston, et al., 2012; Mallo, et al., 2012).

**والإجابة على التساؤل الثاني**، هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات آراء حكام كرة القدم السعوديين حول محاور اختبار الانتباه العام التي تعزى إلي سنوات التحكم، والمنطقة؟ فقد تم إجراء تحليل التباين الثنائي، كما يوضحه الجدول رقم (6).

#### الجدول رقم (6)

##### نتائج تحليل التباين الثنائي تبعاً لمتغيرات سنوات التحكم والمدينة

المتغيرات	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
سنوات التحكم	3183.45	2	765.76	1.12	دالة
المدينة المنطقية	1340.12	4	451,87	0.34	غير دالة
الخطأ	28150.22	47	11.23		
المجموع		53			

#### \*ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $> 0,05$ )

المنطقة. ولتحديد بين أي من تلك عدد سنوات التحكم كانت الفروق، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية ، أنظر الجدول رقم (7).

يبين الجدول رقم (8) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين حكام كرة القدم السعوديين في محاور اختبار الانتباه عند مستوى (0.5) يعزى ذلك إلى عدد سنوات التحكم. بينما لم يكن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية تذكر تعزى للمدينة أو

#### الجدول رقم (7)

##### المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه بين اختبار أساليب الانتباه العام لدى حكام كرة القدم السعوديين

سنوات التحكم	1	2	3
من سنة وأقل من 5 سنوات	-	*6.9	*5.8
من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	-	-	*4.1
من 10 سنوات وأقل من 15 سنة	-	-	-

#### \*ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $> 0,05$ )

وأقل من 10 سنوات . وقد يكون ذلك أمر طبيعياً في مجال التحكم الرياضي أي أن جودة التحكم تزداد وتحسن مع زيادة سنوات الممارسة والتدريب خصوصاً إذا كان اختيار الحكم منذ البداية تم حسب المواصفات الصحيحة والاختيار الانتقائي

يبين جدول رقم (7) أن عدد سنوات التحكم بالنسبة لحكام كرة القدم السعوديين كانت دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) وذلك لصالح 10 وأقل من 15 سنة . كما يوضح الجدول أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين سنة وأقل من 5سنوات و 5 سنوات وأقل من 10 سنوات ، وذلك لصالح 5سنوات



3- ضرورة مراعاة الخبرة أو سنوات التحكيم في برامج اختيار وتأهيل وترشيح الحكام لإدارة المباريات ذات الحساسية العالية.  
4- إجراء مزيد من الدراسات حول حكام الألعاب الجماعية بصفة عامة ، وحكام كرة القدم بصفة خاصة.

#### المراجع:

- 1- الحيكاني، عامر (2005). الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الأولى بكرة القدم وعلاقتها بمستوى أداءهم. مجلة علوم التربية الرياضية . ع 4، م 4. جامعة بابل، العراق.
- 2- المصطفى، عبد العزيز (2013). النمو والتطور النفس الحركي . جامعة الدمام . الدمام.
- 3- المصطفى، عبد العزيز (1995). علم النفس الحركي . دار الإبداع الثقافي للنشر والتوزيع- الرياض .
- 4- المجدلاوي، أسعد (2012). تقييم أداء حكام كرة القدم في قطاع غزة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. م 20، ع 1، ص 38-1. ISSN 1726-6807  
<http://www.iugaza.edu.ps/ar/periodical/>
- 5- تريكينجتون، كارول (2003). الناكرة دليل التعلم الذاتي. مكتبة جرير .
- 6- حدادة، محمد (2008). الضغوط النفسية لدى حكام النخبة الوطنية في كرة القدم مستوياتها ومصادرها، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر.
- 7- الطحانية، زياد (2006). مصادر الضغوط التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية في الأردن ونتيهم لتترك التحكيم، المجلة التربوية، جامعة الكويت، الكويت.
- 8- علاوي، محمد حسن (1997م). مدخل في علم النفس الرياضي. القاهرة. الطبعة الثالثة مركز الكتاب للنشر.
- 9- هارون، بسام سعود (1997 م). السبات الانفعالية لحكام كرة القدم العرب. مجلة دراسات وبحوث تصدرها جامعة حلوان، المجلد الثالث.

وتنفيق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Przemysław et al., 2014) و (Bultynck & Helsen, 2004) من أن حكام الألعاب الجماعية يصبح لديهم خبرات إدراكية حسية تؤهلهم التواجد في المواقع المناسبة خلال مواقع اللعب المختلفة في الملعب ، التي تؤهلهم بسرعة اتخاذ القرارات خلال مواقف اللعب ، ولذلك من الواضح تماما أن الكفاءة الإدراكية هي المرحلة الحاسمة من عملية اتخاذ القرار، حيث أن الحكم يتخذ ما معدله 140 قرار خلال المباراة، التي تتراوح ما بين (90-120 دقيقة).

أن الانتباه بالنسبة للحكام الرياضيين يشمل عدة مظاهر تتمثل في الحدة والثبات والتركيز والتوزيع والتحويل وإن الوصول إلى مستوى الممارسة الآلية يتوقف إلى حد كبير على تطور تلك المظاهر ، وإن كل نشاط حركي يحتاج لهذه المظاهر بدرجات متفاوتة تبعاً لطبيعته ومكوناته . وكرة القدم من الألعاب الديناميكية التي يحتاج فيها الحكم إلى القدرة على التمييز والتعامل مع المفاجآت التي تحدث أثناء مواقف اللعب من كلا الفريقين، لا سيما أن الحكم يتعامل مع مجموعة متغيرات تتمثل في سلوك اللاعب وتحركات الكرة في وقت واحد، فضلاً عن المؤثرات الخارجية الأخرى، مثل سلوك المدربين ، والجمهور، ومراقبي الخطوط ، والقدرة على تركيز الانتباه، وتوزيعه في حالات اللعب المتغير، والانتقال السريع وفقاً لمتغيرات حالة سير المباراة، والإدراك الحقيقي والدقيق للمواقف التي تحدث أمامه باستمرار وغيره كل ذلك يتطلب كفاءة عالية من الحكم في إدارة جميع تلك المتغيرات بموضوعية (Goldsmith & William, 1992; Heslen et al., 2007; Solomon et al., 2011; Mallo et al., 2012).

#### التوصيات:

- 1- تثقيف الحكام بأهمية أساليب الانتباه وأنواعه وخصائصه كظاهرة من الظواهر المعرفية والعقلية التي تسهم في رفع مستوى جودة التحكيم
- 2- ضرورة إدراج أساليب الانتباه ضمن برامج تأهيل الحكام حيث حصلت جميع المحاور على متوسطات عالية مما يمثل حاجساً محملاً لحكام كرة القدم.



- American and 10-Anshel M. & Weinberg R. (1995). Sources of acute stress in Sport Psychology, 7, 11-22. Australian basketball referees. Journal of Applied Sport Psychology, 7, 11-22.
- 11-Bultynck W. & Heslen J. (2004). Physical and perceptual cognitive demands of top class refereeing in association football. Journal of Sports Science. Vol.22, pp. 179-189.
- 12-Goldsmith P. & Williams M. (1992). Perceived stressors for football and volleyball officials from three rating levels. Journal of Sport Behavior, 15, 106-118.
- 13-Heslen C., Starkes J., Weston, M. & Macmahon, M. (2007). Decision Making skills and deliberate practice in elite association football referees. Journal of Sport Science. Vol.45, pp. 159-179.
- 14-Mallo J., Frutos P., Juárez D., Navarro E. (2012). Effect of positioning on the accuracy of decision making of association football top-class referees and assistant referees during competitive matches. Journal of Sports Sci. 30(13):1437-45.
- 15-Nideffer, R. M. (1976). "Test of attentional and interpersonal style." *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 394-404.
- 16-Przemyslaw P., Robert R., Anna M., Pawel G., Tomasz R., Arkadiusz S. Olga F. & Marcin P. (2014). The Elements of Executive Attention in Top Soccer Referees and Assistant Referees. Journal of Hum Kinetics . Mar 27, 40: 235–243.
- 17-Schmidt, R. & Lee, T. (2011). Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis. -5th Edition . Human Kinetics.
- Support System for the 18-Solomon, A. Paik, T. Phan, A. Alhali, (2011) A Decision Professional Soccer Referee in Time-Sensitive Operations. [online]. Available: [http://catsr.ite.gmu.edu/SYST490/DSTSO\\_IEEE\\_SIEDS.pdf](http://catsr.ite.gmu.edu/SYST490/DSTSO_IEEE_SIEDS.pdf)
- J. (1987) . Sources of stress in soccer Officiating: An 19-Taylor A. & Daniel empirical study. First world congress of science and football. (Pp. 538-544) Liverpool. England.
- Teiple D.(2001). Aggression in soccer, physical education and sport, 46, 45-58. Weston M., 20-Castagna C., Impellizzeri M., Bizzini M., Williams, M. Gregson W. (2012). Science and medicine applied to soccer refereeing: an update. Sports Med. Jul 1; 42(7):615-
- 20-Wulf, G. (2007). Attentional focus and motor learning: A review of 10 years of research . E- Journal Bewegung and Training. Un. Of Nevada, USA.

## الذكاءات المتعددة وعلاقتها باختبارات القبول لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الجفارة

د/ علي ابو عجيبة الزروق

د/ مصطفى محمد العويبري

د/ عبد اللطيف سعد حبلوص

### المقدمة ومشكلة البحث :

مع الآخرين بطريقة جيدة ككتابة الرسائل أو تنظيم شعر والتعبير عن النفس ونقل الأفكار إلى الآخرين بشكل مناسب ، كما انه يلعب دورا هاما في تطوير المهارات الناقدة لدي التلاميذ في فهم ما يكتبون ويقرؤون والتفكير فيها وراء التفكير ، أي أن الذكاء اللغوي عبارة عن مفتاح النجاح في الدراسة وفي الحياة العملية على حد سواء . (23 :2) ، (22:3)

### 2- الذكاء المنطقي الرياضي اتي :

يرى بريسكوت Prescott (2001) أن الذكاء المنطقي الرياضي هو القاعدة الأساسية للعلوم المختلفة ، فهو يتمثل في القدرة استخدام الأرقام والمفاهيم الرياضية بكفاءة ، والتفكير المنطقي التحليلي والاستدلالي والاستنباطي وعمل تخمينات من اجل حل المشكلات وتطبيق الرياضيات في الحياة اليومية والحكم على الأمور بطريقة صحيحة وإيجاد النماذج والوصول إلى علاقات السبب والنتيجة وغيرها من نماذج التفكير المجرد ، وفهم علاقات التفكير الرياضي والعمليات العقلية ويرتبط الذكاء المنطقي الرياضي بمجموعة من العمليات مثل التصنيف والتبويب والاستنتاج والتقييم والحساب واختبار الفروض والتعميم والمعالجة الحسابية ومهارات التفكير الناقد والتعامل مع المفاهيم المجردة وعمل تجارب محكمة والتعامل بكفاءة مع الإشكال الهندسية وتحديد العلاقة بين إجراءات المختلفة والمقارنة بينها . (3:35)

ويتفق كل من محمد عدس (1997)، سيجهرس Seghers (2001)، مجدي عزيز (2005) على أن هذا النوع من الذكاء يظهر مع بداية الاهتمام بالإشكال في العالم الخارجي ثم يأخذ في النمو عند محاولة الفرد فهم العلاقات بين الإشكال التي يراها حيث يبدأ تنمية الذكاء المنطقي الرياضي خلال مرحلة الطفولة ويظهر بوضوح في سنوات المراهقة ، ثم يبدأ الإدراك الرياضي يتغير بعد سن الأربعين كما انه يتأثر بما توفره البيئة من مثيرات ترتبط بالأرقام والاستنتاجات والمنطق ، وتلعب الفصوص الأمامية الموجودة في الجانب الأيسر من المخ دورا هاما في هذا الذكاء . (52:22)، (8:41)، (26-25:20)

وترى رنا قوشحة (2003) أن أهمية الذكاء المنطقي الرياضي تكمن في كونه الطريقة الأمثل للتعامل مع تقنيات العصر الحديث والكمبيوتر والتكنولوجيا ، ولذلك فقد أعطت المدارس الأمريكية اهتماما كبيرا للذكاء المنطقي الرياضي اتي وأكدت على ضرورة التدريب على استخدام التفكير الاستدلالي والاستنباطي وعلى حل المشكلات وفهم العلاقات المعقدة . (27-26 :9)

لقد كرم الله سبحانه وتعالى الانسان في آياته الكريمة بسم الله الرحمن الرحيم " ولقد كرمنا بني آدم وحملناهم في البر والبحر ورزقناهم من الطيبات وفضلناهم على كثير من خلقنا تفضيلا " صدق الله العظيم . سورة الاسراء آية (70)

وتعتبر القدرات العقلية (الذكاءات) على قمة ما فضل به الله الانسان على باقي المخلوقات ، وان تميته ورعايتها وتوجيهها امرا ضروريا لصحة الفرد والمجتمع ، كما ان الكشف والتعرف على هذه الذكاءات يتأسس عليه الاستثمار الامثل لها وبالتالي تضمن حسن تأهيل الافراد والمجتمع .

يشير عبدالمعزم الرديري (2004) أن جاردنر يرى بأن أي فرد لديه متسع من الذكاءات تعمل بدرجات متفاوتة تؤدي إلى الاختلاف بين الأفراد ، حيث توصل جاردنر من خلال أبحاثه ودراساته إلى قائمة للذكاءات المتعددة والتي كانت في البداية سبعة ذكاءات ثم أضاف جاردنر (1993) نوعاً ثامناً من الذكاء يسمى الذكاء الطبيعي بالإضافة إلى نوعين آخرين من الذكاء توصل إليهما جاردنر عام (1999) وهما الذكاء الروحي والذكاء الوجودي وهما مازالا قيد البحث والدراسة ، ويشير جاردنر إلى أن الباب مازال مفتوحاً للاجتهاد ولإكتشاف ذكاءات أخرى ، ولكن بشرط الالتزام بالمعايير الموضوعية للنظرية ، لذا ظهرت أنواع كثيرة من الذكاء نتيجة جهود عدة علماء مثل "ارمسترخ وديفيد لازير". (14 : 36-43)

### ويمكن توصيف هذه الذكاءات على النحو التالي :

#### 1- الذكاء اللغوي :

يتفق كل من صفاء الاعسر وعلاء كنافي (2000) ، وكاتي (1997) على ان الذكاء اللغوي هو احد أنواع الذكاءات التي لاقت اهتماما كبيرا من قبل علماء النفس والتربية وهو القدرة على استخدام الكلمات بفاعلية سواء شفويا أو تحريريا ويتضمن هذا الذكاء القدرة على استخدام مهارات اللغة بسهولة من قراءة وكتابة واستماع وتحدث ، والبراعة في تكوين الجمل ونطق الأصوات والتعرف على معاني الألفاظ واستخدام اللغة للوصف والشرح والتوضيح وإقناع الآخرين بعمل شيء معين وتذكر المعلومات وربط المعلومات السابقة بالجديدة والتعبير عما يجول بخاطر الفرد (12 : 88-89)، (1 : 40)

ويتفق كل من إبراهيم الحارثي (1999) ، إيناس السيد (2005) على أن أهمية الذكاء اللغوي تمثل عاملا أساسيا لفهم تعقيدات ووجوه الحياة المعاصرة فاللغة المكتوبة والمنطوقة هي الأداة الأساسية للاتصال وممارسة أنشطة الحياة اليومية والتفاعل

**3- الذكاء المكاني / الفراغي :**

السنوات الأولى من عمر الطفل ويتقدم على نحو متزايد نحو الأنشطة المقصودة كالقدرة على المحاكاة والابتكار الحركي . (6: 275)

ويتفق كل من منى طنطاوي (2000) ، زكريا الشرييني ، يسرية صادق (2002) على أن الأسس البيولوجية لهذا الذكاء تؤكد على التآزر بين الأهمزة العصبية والإدراكية وتبين أن الأشخاص الذين يصابون بتلف في النصف الكروي الأيسر من المخ يصبحون غير قادرين على أداء تنابعات من الحركات على الرغم من فهمهم المطلوب ، وذلك لاختصاص النصف الكروي الأيسر من المخ بالذكاء الجسمي حركي .

(24: 31)، (10: 237) وتذكر إبتسام فارس (2006) بأن للذكاء الجسمي حركي أهمية تعليمية حيث يعتمد عليه المعلم في الأنشطة التي تحتاج إلى استخدام المعالجات اليدوية الواقعية لتقديم مفاهيم جديدة ، حيث أن استخدام المعالجات الواقعية ضروري لتشكيل التلميذ للمفهوم ، فاستخدام الشكل النظري أو التجريدي مع التلاميذ في تقديم المعلومات يتطلب وقتاً أطول للفهم إذا ما قورن بتقديم المعلومات باستخدام الأشياء الملموسة بدلاً عن الكلمات والألفاظ .

(1: 70)

**5- الذكاء الموسيقي :**

يذكر آرمسترونج Armstrong (2003) أن الذكاء الموسيقي يتمثل في القدرة على إدراك التناغم والإيقاع الموسيقي والتعبير عنه وإدراك مكونات التعبيرات الموسيقية ، وإدراك اللحن والطبقة ونوع النغمة لقطعة موسيقية ، وأمط الأصوات البشرية وغير البشرية من كائنات حية وظواهر طبيعية ، وتأليف الإيقاعات والإلحان والاستماع إلى الأناشيد والموسيقى .

(26: 14)

وتضيف سوزان ويلسون Susan Wilson (2001) بأن الذكاء الموسيقي ليس محددًا بالإيقاع الموسيقي فقط بل أنه يرتبط بجميع الأصوات الموجودة في البيئة ، ويختلف الذكاء الموسيقي عن الذكاء اللغوي من حيث قواعده وظلمه الفكرية ، كما أن دراسات الأطفال العباقرة والعلماء تدل على أن هذا الذكاء مستقل استقلالاً تاماً عن الذكاء اللغوي ، فجزء الدماغ المخصص للذكاء الموسيقي مستقل عن الجزء المخصص للذكاء اللغوي ، كما أن الذكاء الموسيقي قد يبرز بمستوى عالي عند فرد تكون قدراته الأخرى كلها متوسطة أو ضعيفة . (36: 101)

ويؤكد علاء الدين كفاي (1997) بأن الدراسات العصبية والفسولوجية قد بينت للدماغ ان منطقة الفص الصدغي الأيمن هي المسؤولة عن الذكاء الموسيقي وان أي تلف في هذه المنطقة يفقد الفرد مهاراته الموسيقية . (18: 59)

يتفق كل من فريد شيرناو (2002) ، عصام إساعيل والسيد عبدالدايم (2003) على قدرة الفرد على الإدراك البصري وتكوين نموذج عقلي للعالم المكاني من حوله بدقة وبصورة منظمة ، والقيام بترتيب وتنظيم الأشياء في البيئة بناء على هذه الإدراكات وتمييز الفرد للون والصورة والشكل والتركيب والعمق المكاني والاتجاهات حتى يتمكن الفرد من إعادة تشكيل خبرات بصرية جديدة بصور مختلفة والقدرة على التفكير والتصور البصري وتمثيل المعلومات البصرية والمكانية وترجمتها إلى صور وخرائط وتصميمات وجداول ورسوم واشكال ونماذج واستغلال هذه الصور العقلية لحل المشكلات الجديدة أو الاحتفاظ بالمعلومات وتحويل الكلمات والانطباعات إلى تصور عقلي .

(19: 342)، (17: 301)

وتوضح صفاء الاعسر وآخرون (2005) أن هذا الذكاء يبدأ عند الأطفال بمجرد أن يبدأوا بناء أبراج من المكعبات أو لعبة البازل أو القيام برسم بيوت ذات أبعاد ، أو حتى عندما يبدأ الطفل في الشخبطة فإنه يجب إرشاده وتدريبه لتنمية ذكاءه المكاني بصورة أكبر ، كما أن الذكاء المكاني يتوقف نموه في الطفولة المتوسطة ما لم يجد دعماً وتعلماً يراعاه حيث أنه يتأثر بما يتاح في البيئة من مثيرات فنية وألوان وأشكال وحس جمالي وتذوق فني .

(12: 238)

وتذكر إيناس السيد (2005) أن أهمية الذكاء المكاني ترجع إلى :

1- ان تعليم التلاميذ مبادئ التصميم والاستدلال المكاني والتآزر ما بين العين واليد يضع الأساس لإعداد التلاميذ لمهن في تصميم المباني والهندسة المعمارية والإنتاج الفيلمي ورسوم الخرائط وغيرها .

2- أن هذا الذكاء يفتح الباب أمام التلاميذ للإبداع والتجديد والابتكارات في مجالات جديدة ، حيث انه هو المناخ الذي يولد فيه الفنانون والرسامون والمصورون والرياضيون (3: 25)

**4- الذكاء الجسمي / حركي :**

يذكر سينتوفانتي Centofanti (2002) أن هذا الذكاء يتمثل في كفاءة الفرد في استخدام قدراته العقلية لتنسيق حركاته الجسدية للتعبير عن أفكاره ومشاعره عن طريق العروض ، واستخدام يديه لصنع شيء ما أو لتشكيل المنتجات بمهارة حركية دقيقة يتم فيها التنسيق بين اليد والبصر ، واستخدام لغة وإشارات الجسم بدقة والقدرة على التمثيل والتقليد واستخدام الأدوات بمهارة ، ويتضمن هذا الذكاء مهارات محددة كالتآزر والتوازن والبراعة والقوة والمرونة والسرعة والإحساس بحركة الجسم ولقد جاء هذا النوع من الذكاء لتحدي الاعتقاد السائد بأن النشاط العقلي والجسمي غير مرتبطين . (28: 85)

ويذكر جابر عبدالحميد (1997) أن جاردنر يرى بأن نمو الذكاء الجسمي حركي يبدأ من الأفعال المبكرة كالمص في

## 6- الذكاء الاجتماعي :

يتفق كل من Gardner (1995) ، عبد الوهاب كامل (1999) ، سريفاتستافا Srivastava (1999) بأن الذكاء الاجتماعي هو القدرة على فهم وأدراك مشاعر الآخرين ومقاصدهم ودوافعهم وحاجاتهم واهتماماتهم وتلميحاتهم والتمييز بينها والاستجابة لتلك الخصائص على نحو ملائم حتى ولو كانت غير واضحة وملاحظة ومراقبة حالاتهم النفسية المختلفة والحساسية للتعبيرات الوجدانية والصوت والإيماءات وتكوين علاقات مع الآخرين وحل مشكلاتهم والتأثير عليهم للعمل نحو أهداف مشتركة والقدرة على المشاركة في الأنشطة مع قرناء . (37:31)،(15:294-297)،(10:37)

ويذكر كل من محمد جمل ، زيد الهويدي (2003) بأن هذا الذكاء يظهر عند الأطفال في معرفتهم لقدراتهم على التمييز بين الأفراد في بيئتهم وكذلك ملاحظة طبيعة الراشدين من حولهم ويكونوا حساسين لها ، ثم ينمو ويصل إلى مستوياته عندما يصبح الفرد قادراً على فهم مشاعر الآخرين وتمييز الحالات المزاجية لهم واتجاهاتهم . (21 :42)

وتؤكد تغريد عمران (2001) بأن هذا الذكاء يتواجد في الفصين الخلفي والأمامي من النصف الأيمن للمخ وإذا تعرضت المنطقة للتلف فإن استجابة الفرد للآخرين قد يصيبها التلف . (41:5)

أن نجاح الفرد في التعامل مع الآخرين وتكوين علاقات جيدة من أهم النقاط التي تسعى التربية لتحقيقها ، وفي ضوء ذلك فإنه يمكن توضيح أهمية الذكاء الاجتماعي في النقاط التالية :

أ- أشار جاردنر (1993) إلى أن الناجحين من رجال الدين والسياسيين والمدرسين والاطباء يتمتعون بدرجات عالية من الذكاء الاجتماعي . (30 :23)

ب- وأضاف بيلاكا Blanca (1997) أن العصر الحالي أصبحت فيها الكرة الأرضية قرية صغيرة وأصبحت الثقافات على اتصال يومي من خلال الاتصال الإلكتروني ، وهذا الذكاء يساعد الأفراد على التفاعل رغم اختلاف الثقافات واللغات . (27 :183)

ج- وذكر كل من جودنووث (2001) ، سناء محمد (2005) أن استخدام استراتيجيات الذكاء الاجتماعي سوف يساعد على خلق الجو الاجتماعي المثمر في حجرة الفصل ، كما أنه سيولد أفراداً يحبون العمل بروح الفريق وحل المشكلات بشكل تعاوني والوصول إلى المعرفة من خلال المشاركة ونهي لديهم قيم الحب والتنافس والبحث بشكل جماعي مما يقلل من الاختلافات الثقافية والمهتمة بين الأفراد ، كما يزيد من إحساس التلاميذ بقرب هذه المواد بحياتهم . (33:307) ، (11:148)

## 7- الذكاء الشخصي :

يتفق كل من قولمان Goleman (1995) ، خيري المفازي وبدير عجاج (2003) على أن الذكاء الشخصي هو القدرة على معرفة الفرد لذاته وفهمه لخصائصه وقدراته وإمكاناته للتصرف وفقاً لهذه المعرفة ، وتكوين الفرد نموذج عقلي صحيح وواضح لنفسه عن نواحي قوته وضعفه وحدوده ورغباته وأن يوظف هذا النموذج في اتخاذ القرارات الجيدة في حياته ، وتكوين أهداف واقعية خاصة به ، ووضع الخطط المناسبة لتحقيقها في ضوء إمكاناته وما هو متاح له والإصرار على الوصول إلى النتائج التي يريد تحقيقها ، كما تكون لديه القدرة على ضبط النفس ومراقبتها وتقديرها واحترامها ، والقدرة على التأمل وعمق التفكير والحكم على صحة تفكيره واختيار البدائل ، كما أنه غير متسرع في إبداء الرأي أو اقتراح الحلول (32 :39)،(7:23)

وأكد كل من محمد عدس (1997) ، تغريد عمران (2001) بأن هذا الذكاء يتواجد في الفصوص الجبهية للمخ ويتطور إثناء السنوات الثلاث الأولى من عمر الفرد ، حيث يبدأ الفرد في تكوين علاقة بينه وبين البيئة المحيطة به والآخرين من حوله ، ويتأثر نمو هذا الذكاء بالقيم والمعتقدات الثقافية والاجتماعية المحيطة بالفرد ، والأبحاث العلمية بينت أن أي تلف في الفصوص الجبهية يؤدي إلى تغيرات واسعة في شخصية الفرد . (22:56)،(5:14)

ويعد الذكاء الشخصي واحداً من الذكاءات المتعددة التي يهتم بالتكوين الداخلي للأفراد وله دور كبير في فهم الإنسان لنفسه من جميع جوانبها ، وفي ضوء ذلك فإن استخدام الذكاء الشخصي يعد أمراً ضرورياً وذلك لما له من دور هام في عملية التعلم ، ويمكن أهمية الذكاء الشخصي في النقاط الآتية :

أ- تذكر إبتسام فارس (2006) بأن للذكاء الشخصي له دور كبير في نجاح الفرد في حياته العملية لأنه يمكنه من اتخاذ القرارات التي تتناسب مع قدراته ، وتمييز الفروق بين الأفراد . (1 :45)

ب- يرى ويلز Willis (2001) بأن جاردنر أكد على أهمية الذكاء الشخصي حيث أنه يعمل كؤسسة مركزية للذكاءات الأخرى ويمكن الأفراد من أن يعرفوا قدراتهم ، وأن يدركوا كيف يستخدمونها على نحو أفضل . (38:264)

ج- أكد فريد شيرناو (2002) على أن الذكاء الشخصي يمثل خير عون للأفراد على المواجهة إذا ما وقفت إمامهم العقبات فيكونون على علم بما يستطيعون القيام به وما لا يستطيعون لتغيير المواقف التي يواجهونها . (19 :34)

## 8- الذكاء الطبيعي :

يتفق كل من ميشيل Denning (2004) ، ديتنج Denning (1996) بأن الذكاء الطبيعي هو القدرة على التعرف على العديد من عناصر الطبيعة وتمييزها وتصنيف النباتات والحيوانات وغير ذلك من الكائنات الحية وغير الحية الموجودة في العالم الخارجي

**2- الذكاء المنطقي او الرياضياتي : Mathematical**

Intelligence هو القدرة على استخدام الأعداد او الأرقام بفاعلية ، كإدراك العلاقات المنطقية (السبب والنتيجة) والتصنيف والاستنتاج ، والتعميم واختيار الفروض .

**3- الذكاء المكاني :-** Spatal intelligence وهو القدرة على إدراك المجال البصري بدقه ، كإدراك الألوان والأشكال والمساحات والأحجام والعلاقات المختلفة التي تربط بين العناصر في المواقع المختلفة .

**4- الذكاء الحركي (الجسمي) :-** Bodily – Kinesthetic intelligence هو القدرة على استخدام جميع القدرات الجسمية بمهارة في الاداءات الحركية كالرياضي والراقص والميكانيكي والرسام والطبيب الجراح...الخ ، ويتضمن هذا الذكاء المرونة ، السرعة ، القوه....الخ .

**5- الذكاء الموسيقي :-** Musical intelligence هو القدرة على الاستماع للأصوات المختلفة ، والحساسية للإيقاعات والطبقات المختلفة للصوت وإدراك ما تتضمنه هذه الأصوات من معلومات .

**6- الذكاء الاجتماعي :-** Interpersonal intelligence هو القدرة على إدراك أمزجة الآخرين ومقاصدهم ودوافعهم ومشاعرهم والحساسية للتعبيرات الوجيهة والإيحاءات وقدرة التأثير على الآخرين .

**7- الذكاء الشخصي :-** Intrapersonal Intelligence هو القدرة على معرفة الذات وماتتمتع به من قدرات - والقدرة على التوافق مع النفس وفقاً للإمكانات ، والتوافق مع الآخرين ، وتقدير الذات وتأنيبها وقت الحاجة . (39)

**الدراسات السابقة :**

- دراسة مها كمال حنفي (2004) (23) :

**عنوان الدراسة :** " برنامج مقترح للأنشطة التعليمية في ضوء الذكاءات المتعددة لتدريس وحدة الانسان والبيئة من مقرر الجغرافيا بالصف الاول الثانوي " \_ **هدف الدراسة :** هدفت الدراسة إلى اعداد برنامج مقترح للأنشطة التعليمية في ضوء الذكاءات المتعددة لتدريس وحدة الانسان والبيئة من مقرر الجغرافيا بالصف الاول الثانوي ، ومعرفة تأثير البرنامج المقترح في تدريس الوحدة على التحصيل ، واقتصرت الدراسة على ثلاث ذكاءات فقط هي : (الذكاء المكاني ، الذكاء المنطقي ، الذكاء الطبيعي) \_ **وثائق الدراسة :** كان من نتائج تنفيذ الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة التجريبية ، والمجموعة الضابطة في الاختبار التحصيلي البعدي ككل لصالح المجموعة التجريبية - كذلك وجدت فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في كل من مستويات Bloom المعرفية (التذك-الفهم-التطبيق - التحليل-التركيب-التقويم) لصالح المجموعة التجريبية.

وإدراك ملامح وصفات العالم الطبيعي كالسحاب والصخور وغيرها وإدراك تشكيلات الثقافة الصناعية التي ترتبط بالسيارات والسلع الاستهلاكية والوعي بالتغيرات التي تحدث في البيئة المحيطة وأوجه الجمال والخلل فيها . (34: 11-13)، (29: 18)

ويفتح جاردنر (2005) ، عزو إسمايل ونائلة نجيب (2007) على أن صياغة هذا النوع من الذكاء يرجع الى عدم إمكانية تصنيف علماء الطبيعة أمثال "ويلسون ودارون" وفقاً لأنواع الذكاءات السبعة السابق ذكرها ، كما يشير جاردنر أن هذا الذكاء يرتبط بالجهاز العصبي حيث يتم ضبط أنشطته وتنفيذها من خلاله . (25: 72)، (16: 524)

وترى رنا قوشحة (2003) أن أهمية الذكاء الطبيعي تكمن في أنه أساس للانجاز المرتفع في دراسة العلوم حيث يقوم التلاميذ بدراسة الأنماط والصفات المميزة لمجموعة من النباتات والحيوانات وغيرها من الكائنات الحية والظواهر الطبيعية ، كما انه مقدمة للعمل في الأنشطة العلمية والتعمق أكثر في دراسات البيولوجيا والأرض والكيمياء من خلال مقررات وصفية منتظمة ومتقدمة ، ويعتبر النجاح في هذه المقررات في كثير من الأحيان بوابة للمهن في الهندسة والعلوم والطب . (9: 36)

وبالإطلاع على الدراسات السابقة والمشابهة التي تناولت نظرية الذكاءات المتعددة في المجال التربوي بشكل عام وفي مجال التربية البدنية والرياضية بشكل خاص والتي كانت قليلة اتضح للباحثين انه يمكن استثمار نظرية الذكاءات المتعددة في العلاقة بينها وبين اختبارات القبول لكلية التربية البدنية - لذا فالحاجة ماسة لذلك وهذا ما تسعى اليه الدراسة الحالية .

**الهدف من البحث :**

التعرف على الذكاءات المتعددة وعلاقتها باختبارات القبول لطلاب كلية التربية البدنية بجامعة الجفارة

**فروض البحث :**

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الذكاءات المتعددة والاختبارات البدنية والمهارة لقبول الطلاب المجدد المتقدمين لكلية التربية البدنية بجامعة الجفارة .

**مصطلحات البحث :**

- **الذكاءات المتعددة :** multiple intelligences

يعرفها جاردنر Gardner (1999) بأنها " قدرة أو طاقة بيوسيكولوجية كامنة لمعالجة المعلومات التي يمكن تنشيطها في بيئة ثقافية لحل المشكلات ، أو خلق المنتجات التي لها قيمة في ثقافة ما ". (كما يعرف جاردنر (2000م) كل ذكاء حسب ما يلي :

**1- الذكاء اللغوي :** Lingustic inetlligence هو القدرة على استخدام الكلمات بفاعلية ، كتركيب الجمل والشرح والتوضيح ، وإدراك المعاني الضمنية ، والقدرة على الإقناع .



**- دراسة رحاب أحمد أمين المياوي (2005) (8)**

**عنوان الدراسة :** " فاعليه استخدام استراتيجيات تدريسية مناسبة لبعض صور الذكاءات المتعددة في تدريس مادة الاقتصاد المنزلي لدى طالبات الصف الأول الثانوي " - **هدف الدراسة :** تهدف إلى التعرف على فاعليه استخدام ثلاث استراتيجيات تدريسية لبعض صور الذكاءات المتعددة في تدريس مادة الاقتصاد المنزلي لدى طالبات الصف الأول الثانوي. **ومنهج الدراسة :** استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو المجموعتين واحدة تجريبية والأخرى ضابطه واشتملت كل مجموعة على عدد (90) طالبة من الصف الأول الثانوي بنات للعام الدراسي 2004/2005 - **نتائج الدراسة :** وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية أثناء التدريس باستراتيجيات (التعلم التعاوني-خرائط المفاهيم -المحاضرة) المبنية على صور الذكاءات المتعددة في الاختبار التحصيلي البعدي .

**- دراسة منال محمد زكي الجندي (2006) (23)**

**عنوان الدراسة :** " تدريس منهج الإيقاع الحركي المطور بإستراتيجيات قائمة على نظرية الذكاء المتعدد وقياس أثره على نتائج التعلم " **هدف الدراسة :** يهدف البحث إلى إعداد وتطبيق إستراتيجيات لتدريس منهج الإيقاع الحركي قائمة على نظرية الذكاء المتعدد . **ومنهج الدراسة :** استخدمت الباحثة أحد تصميمات المنهج التجريبي والذي يعتمد على إتباع القياس البعدي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة . **ونائج الدراسة :** وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية أثناء تدريس منهج الإيقاع الحركي بإستراتيجيات قائمة على نظرية الذكاء المتعدد .

**- دراسة إيهاب فتحي عبدالحليم عبدالجواد (2007) (4)**

**عنوان الدراسة :** " إستخدام مدخل قائم على الذكاءات المتعددة في تدريس مادة العلوم لتنمية بعض الذكاءات والتفكير الابتكاري لتلاميذ الصف الأول الاعدادي " **هدف الدراسة :** هو إستخدام مدخل قائم على الذكاءات المتعددة في تدريس مادة العلوم لتنمية بعض الذكاءات والتفكير الابتكاري لتلاميذ الصف الأول الاعدادي . **ومنهج الدراسة :** أتبع الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم الثنائي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية

لملائمته لطبيعة البحث . **ونائج الدراسة :** إستخدام مدخل قائم على الذكاءات المتعددة له فاعلية في تنمية التحصيل والتفكير الابتكاري في مادة العلوم لتلاميذ الصف الأول الاعدادي.

**- دراسة عبداللطيف سعد جيلوس (2012) (13)**

**عنوان الدراسة :** " اساليب تدريس قائمة على الذكاءات المتعددة واثرها على تعلم بعض المهارات الحركية والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الاساسي بليبيا" ، وهدفها هو استخدام اساليب تدريس قائمة على الذكاء المتعدد في تدريس مادة التربية البدنية للصف الأول اعدادي ، واتبع الباحث المنهج شبه التجريبي ، وكانت نتائج الدراسة ابتكار اساليب تدريس قائمة على الذكاءات المتعددة منها اسلوب التعلم الذاتي للذكاء الشخصي ، واسلوب التبادلي للذكاء الاجتماعي ، واسلوب الاكتشاف الموجه بالذكاء اللغوي .

**اجراءات البحث :**

**1- المنهج المستخدم :** تم استخدام المنهج الوصفي المسحي لمناسبته لهذا البحث

**2- عينة البحث :**

تم اختيار عينة البحث من الطلاب والطالبات المتقدمين للدراس بكلية التربية البدنية - جامعة الحفارة للعام الدراسي (2015-2016م) والبالغ عددهم (115) طالب وطالبة ، ونظرا لتخلف وغياب بعضهم كذلك عدم اجتياز الكشف الطبي بنجاح تم تطبيق مؤشر الذكاءات المتعددة على (105) طالب وطالبة وهي العينة الأساسية للبحث .

جدول رقم (1)

الوصف الاحصائي للبيانات عينة البحث في المتغيرات الاولى . ن = (105)

الدلالات الاحصائية				الدلالات الاحصائية	
معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	المتغيرات	
1,821	0,607	17	17,266	السن	الاولية
1,139	5,574	161	161,820	الطول	
3,672	12,358	58	59,757	الوزن	

معنوي عند مستوى 0.05 = 2.72

للوزن (59,757) ، وبوسيط قدره (58) ، وانحراف معياري قدره (12,358) ، ومعامل التواء قدره (3,672) .

**3- أدوات البحث :** - أ- اختبار الذكاءات المتعددة من إعداد عبد اللطيف حبيلوص مرفق (1)

ب- اختبارات القبول للطلاب الجدد المتقدمين للكلية (الاختبارات البدنية ، والمهارية) مرفق (2)

\_ تم تحديد متوسط الزمن الكلي للأجوبة على اختبار الذكاءات المتعددة بـ (15 دقيقة)

\_ تم التأكد من صدق وثبات مؤشر الذكاءات المتعددة من خلال معامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط العبارة مع المجموع الكلي للذكاء الذي ينتمي إليه) ، وأيضا معامل ألفا كرونباك للثبات لكل ذكاء كما هو في جدول رقم (3) .

يتضح لنا من جدول رقم (1) المتغيرات الاولى الثلاث للعيينة الاساسية منها الوسط الحسابي لعيينة الدراسة في السن فقد بلغ (17,266) عام ، وبوسيط قدره (17) عام ، ومعامل انحراف معياري (0,607) ، ومعامل الالتواء قدره (1,821) عام ، كما يتضح ايضا ان الوسط الحسابي للطول (161,820) سم ، وبوسيط قدره (161) سم ، وانحراف معياري قدره (5,574) ، ومعامل إلتواء قدره (1,139) سم ، ويتبين ايضا الوسط الحسابي **4- الدراسة الاستطلاعية :** كان لزاما على الباحثون عمل هذه الدراسة الاستطلاعية وذلك للتحقق من صحة الاختبارات قيد البحث (اختبارات تحديد مؤشرات الذكاءات المتعددة لكل طالب ، واختبارات البدنية ، والمهارية) ومن خلال النتائج التي تحققت من الدراسة الاستطلاعية تم تحديد الآتي :

جدول رقم (2)

التوصيف الاحصائي (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري) للذكاءات السبعة لعيينة البحث ن = 105

نوع الذكاء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اللغوي	15.533	2.318
المنطقي	13.350	1.764
المكاني	12.067	2.503
الحركي	13.967	0.938
الموسيقى	12.317	1.722
الاجتماعي	16.017	1.467
الشخصي	15.167	1.993

يتضح من جدول رقم (2) والخاص بالتوصيف الإحصائي (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري) للذكاءات السبعة لعينة البحث التجريبية أن أعلى متوسط للذكاءات المتعددة كان على التوالي : الذكاء اللغوي وحصل على متوسط حسابي (15.533) ، ثم الذكاء الاجتماعي وحصل على متوسط (16.017) ، ثم الذكاء الشخصي وحصل على متوسط (15.167) ، وتراوحت باقي الذكاءات ما بين (12.067) إلى (13.350) .

## جدول (1/3)

معامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط العبارة مع المجموع الكلي للذكاء التي تنتمي إليه) ومعامل الفا كرونباك لعبارات محاور مقياس الذكاءات المتعددة

ن = 105

رقم العبارة	محتوى العبارة	عامل الاتساق الداخلي	عامل الفا كرونباك
7	- من السهل علي أن اعبر عما أفكر فيه أثناء مناقشاتي	**0.534	0.7781
8	- أستمتع بمحادثة جيدة أو خطبة أو محاضرة	** 0.563	
14	- أشعر بتوتر وعدم ارتياح عند سماع مناقشة أو جملة غير معقولة	**0.628	
18	- أتحدث بأسلوب جميل وجيد	**0.521	
25	- أحد المواد المفضلة لني في المدرسة اللغة العربية	**0.507	
36	- أجد كتابة موضوعات التعبير (الإنشاء)	**0.567	
4	- يمكنني أن اجري عمليات الحساب والضرب في عقلي	**0.553	0.7254
5	- أحب العمل بالكمبيوتر والآلات الحاسبة	**0.592	
12	- احب حل الالغاز والالعاب والارقام والعمليات الحسابية	**0.536	
16	- مادتي المفضلة بالمدرسة هي الحساب (الرياضيات)	**0.611	
21	- أجد من السهولة تذكر أرقام الهواتف	**0.563	
41	- أستمتع بعمليات التجميع والفك والقياس لبعض الأطوال والأشكال .	**0.551	
1	- أنا اعرف الشمال والجنوب من أي مكان متواجد فيه	**0.531	0.7043
9	-أميل غالبا لأن ارسم لشخص ما الاتجاه أو الطريق لمكان ما بدلا من أصفه بالكلمات .	**0.529	
11	-إذا ذهبت لمكان جديد مرة واحدة أستطيع أن ارجع له بمفردتي	**0.548	
19	- يمكنني أن اضطر للشئ وأميز سهولة إتجاهه إذا ما كان معدولا أو مقلوبا أو على جنبه	**0.523	
22	- مجرد النظر إلى أشكال المباني وتركيبتها يسرني ويمتعي	**0.514	
37	- منزلي ملئ بالصور الطبيعيه وصور الكاميرا	**0.557	
6	- أحب الحياة المليئة بالنشاط	**0.541	0.07661
13	- أحب ركوب الدراجة والذهاب للبحر	**0.629	
15	- أحب العمل بيدي في أنشطة تحتاج العمل اليدوي	**0.527	



17	- لا احب أن أجلس في مكاني لفترة طويلة	**0.517
24	- أنا جيد في الرياضة البدنية والرقص	**0.559
38	- عندما أحكي قصص أمثلها بالحركة والصوت وتعبير الوجه	**0.487

\* معنوى عند مستوى 0.05 = 0.381

جدول (3/ب)

معامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط العبارة مع المجموع الكلي للمحور التي تنتمي إليه) ومعامل الفا كرونباك لعبارات محاور مقياس الذكاءات المتعددة .

ن = 105

نوع الذكاء	رقم العبارة	محتوى العبارة	معامل الاتساق الداخلي	عامل الفا كرونباك
الموسيقى	2	- يمكنني اللعب على الآلة الموسيقية	**0.532	0.6994
	3	- الغنى يجعلني أشعر بالسعادة	**0.564	
	10	- الحياة تبدو فارغة بدون موسيقى	**0.558	
	20	- أحلم دائما بأن أكون موسيقي أو مغني (مطرب)	**0.528	
	23	- أحب أن أدندن ، وأغني حين أكون وحيدا	** 0.555	
	42	- أتعرف على الآلة الموسيقية والمطربين عند سماعي لهم	**0.519	
الاجتماعي	27	- أشعر بإرتياح وسط الآخرين	**0.522	0.7407
	29	- أنا حساس لحالات الآخرين المزاجية أفرح لفرحهم وأحزن لحزنهم	**0.486	
	30	- أستفيد من دراستي مع زملائي داخل الفصل الدراسي	**0.587	
	31	- يلجأ لك الأصدقاء لطلب المشورة والنصح ، أو لحل المشكلات	**0.561	
	35	- أفضل ممارسة الألعاب الجماعية عن الألعاب الفردية	**0.521	
	40	- لدي على الأقل ثلاثة أصدقاء مقربين	** 0.545	
الشخصي	26	- أمارس هواية لا تعتمد على الآخرين	**0.564	0.7258
	28	- إن شعرت برغبة للذهاب للنادي أو السينما لا أجد مشكلة في الذهاب لوحدني .	**0.557	
	32	- اعرف ما أريد وأنا أحدد أهدافي بنفسي	**0.541	
	33	- أفضل الافراد بنفسني للتفكير	** 0.554	
	34	- أستطيع تحديد نقاط القوة والضعف لدي	**0.527	
	39	- أعمل بنفسني وأفكر بجديفة في أداء أعمالي بنفسني	**0.537	

\* معنوى عند مستوى 0.05 = 0.38

ويتضح من جدول (3/ب) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط العبارة مع المجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة العبارة) ومعامل ألفا كرونباخ لعبارة محاور مقياس الذكاءات المتعددة ارتفاع قيم معاملات الارتباط والتي تراوحت ما بين (0.486 - 0.587) وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 مما يشير إلى صدق عبارات محاور مقياس الذكاءات المتعددة وان عبارات تقيس بالفعل ما يقيسه المحور، كما يتضح من جدول (3/ب) والخاص بحساب ثبات الاستبتيان عن طريق حساب معامل ألفا أن معامل الثبات تراوح ما بين (0.6994 - 0.7407) وهذه القيم مرتفعة لتؤكد ثبات عبارات محاور مقياس الذكاءات المتعددة وان العبارات منسجمة مع بعضها البعض وان إي حذف أو إضافة من الممكن ان يؤثر سلباً في بناء المحور.

يتضح من جدول (3/أ) والخاص بمعامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط العبارة مع المجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة العبارة) ومعامل ألفا كرونباخ لعبارة محاور مقياس الذكاءات المتعددة ارتفاع قيم معاملات الارتباط والتي تراوحت ما بين (0.487 - 0.629) وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.05 مما يشير إلى صدق عبارات محاور مقياس الذكاءات المتعددة وان عبارات تقيس بالفعل ما يقيسه المحور .

كما يتضح من جدول (3/أ) والخاص بحساب ثبات الاستبتيان عن طريق حساب معامل ألفا أن معامل الثبات تراوح ما بين (0.7043 إلى 0.7781) وهذه القيم مرتفعة لتؤكد ثبات عبارات محاور مقياس الذكاءات المتعددة وان العبارات منسجمة مع بعضها البعض وان اي حذف أو إضافة من الممكن ان يؤثر سلباً في بناء المحور .

## جدول (4)

الفروق بين التطبيق الأول والثاني لمجموعة البحث الاستطلاعية في مجموع محاور مقياس الذكاءات المتعددة لإيجاد معامل الثبات. (ن=105)

معامل الثبات	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين		التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الدلالات الإحصائية نوع الذكاء
		±ع	س	±ع	س	±ع	س	
0.921	0.748	1.196	0.200	2.280	14.400	2.303	14.600	اللغوي
0.902	0.590	1.137	0.150	2.090	13.500	2.159	13.350	المنطقي
0.895	0.188	1.191	0.050	2.280	12.400	2.282	12.450	المكاني
0.934	0.326	0.686	0.050	1.642	13.800	1.387	13.850	الحركي
0.911	0.645	1.040	0.150	1.565	12.350	1.673	12.200	الموسيقي
0.942	0.448	1.496	0.150	1.538	15.550	1.603	15.400	الاجتماعي
0.961	0.893	1.251	0.250	2.075	13.900	2.368	14.150	الشخصي
0.938	1.131	0.366	0.150	8.429	95.900	8.397	95.750	المجموع الكلي

\*معنوي عند مستوى 0.05 = 2.06

يتضح من جدول (4) والخاص بالفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمجموعة البحث الاستطلاعية في مجموع محاور مقياس الذكاءات المتعددة لإيجاد معامل الثبات عدم وجود فروق معنوية بين التطبيقين حيث تراوحت قيمة (ت) بين (0.188 - 1.131) وهذه القيم غير معنوية عند مستوى 0.05 . كما يتضح ارتفاع قيم معامل الثبات والتي تراوحت ما بين (0.859 - 0.961) مما يدل على ثبات عالي لمحاور الذكاءات المتعددة وانها تعطى نفس النتائج اذا اعيد تطبيقها على نفس الافراد وفي نفس الظروف .

## جدول رقم (5)

انواع الذكاءات وما يقابلها من ارقام العبارات الخاصة بقياس كل منها

العبارات	نوع الذكاء
عبارة (7) عبارة (8) عبارة (14) عبارة (18) عبارة (25) عبارة (36)	الذكاء اللغوي
عبارة (4) عبارة (5) عبارة (12) عبارة (16) عبارة (21) عبارة (41)	الذكاء المنطقي
عبارة (9) عبارة (1) عبارة (11) عبارة (19) عبارة (22) عبارة (37)	الذكاء المكاني
عبارة (6) عبارة (13) عبارة (15) عبارة (17) عبارة (24) عبارة (38)	الذكاء الحركي
عبارة (2) عبارة (3) عبارة (10) عبارة (20) عبارة (23) عبارة (42)	الذكاء الموسيقي
عبارة (27) عبارة (29) عبارة (30) عبارة (31) عبارة (35) عبارة (40)	الذكاء الاجتماعي
عبارة (26) عبارة (28) عبارة (32) عبارة (33) عبارة (34) عبارة (39)	الذكاء الشخصي

الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، الارتباط

البيسيط (بيرسون)

## عرض النتائج ومناقشتها :

بعد اجراء المعالجات الاحصائية للتحقق من صحة فرض البحث والذي ينص على " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الذكاءات المتعددة والاختبارات البدنية والمهارية لقبول الطلاب الجدد المتقدمين لكلية التربية البدنية بجامعة الجفارة تم التوصل إلى النتائج الآتية :

— مفتاح التصحيح : تم استخدام نظام الدرجات وهو موجود اعلى اختبار الذكاءات المتعددة مرفق رقم (1) حيث تم توزيع الدرجات كالآتي : (3) درجات امام العبارة التي تنطبق عليها تماما ، و(2) درجتان تنطبق عليها قليلا ، و(1) درجة واحدة لا تنطبق عليها ، ثم تجمع الدرجات للعبارات الست لكل ذكاء ، واكثر درجات للذكاء يعتبر مميّزا به .

## 5 - المعالجات الاحصائية :

## جدول رقم (6)

العلاقة بين الذكاءات المتعددة والاختبارات البدنية والمهارية بالكلية ن = (105)

الذكاءات المتعددة							معامل الارتباط	
ذكاء شخصي	الذكاء المنطقي	ذكاء الموسيقي	الذكاء الحركي	الذكاء المكاني	الذكاء بين الاشخاص الاجتماعي	الذكاء اللغوي		
0,206	0,327	0,294	0,477	0,014	0,031	0,267	السباحة	الاختبارات البدنية والمهارية
0,317	0,349	0,636	0,457	0,379	0,121	0,039	الجمباز	
0,524	0,428	0,113	0,371	0,541	0,211	0,113	التعلم الحركي	
0,380	0,602	0,084	0,411	0,230	0,145	0,084	السرعة (العدو)	
0,203	0,260	0,135	0,125	0,150	0,150	0,135	قدرة على الوثب	

0,099	0,055	0,018	0,115	0,121	0,100	0,018	قدرة على الري
0,307	0,106	0,140	0,263	0,245	0,382	0,072	اختبار كرة طائرة
0,334	0,223	0,104	0,462	0,291	0,202	0,104	اختبار كرة يد
0,385	0,368	0,221	0,253	0,455	0,313	0,221	اختبار كرة سلة
0,291	0,359	0,252	0,250	0,322	0,376	0,310	اختبار كرة قدم
0,407	0,513	0,108	0,304	0,460	0,304	0,108	اختباري عمارة
0,548	0,516	0,543	0,551	0,309	0,382	0,126	التعبير الحركي

\*معنوي عند مستوى 0,05 = 0,113 ، \*\*معنوي عند مستوى 0,01 = 0,148

استخدام الجسم او اجزاء منه بمهارة ، ويستلزم استخدام الذكاء القدرات لتناسق حركات الجسم ، واما اختبار التعبير الحركي هو قدرة الفرد عن التعبير عما بداخله من معاني ومشاعر صادقة جياشة ، ويتم التعبير عنها من خلال حركات الجسم والوجه والايدي والاشارات ، ويرى الباحثون العلاقة الوثيقة جداً بين الذكاء الحركي والتعبير الحركي .

— وكما يتبين من نفس الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المنطقي ، الموسيقي ، المكاني) وبين اختبار الجباز الفني ، عند مستوى (0,01) وأنه لا يوجد علاقة جوهرية بين الذكاء اللغوي ، واختبار الجباز الفني ، وكان ارتباطا بين الذكاء الاجتماعي واختبار الجباز قد بلغ (0,121) ، وعلی ارتباط موجب جوهری بین الذكاء الايقاعي واختبار الجباز قد بلغ (0,636) ، ويرى الباحثون ان الذكاء الايقاعي (الموسيقي) هو القدرة على إدراك الموسيقى والتحليل الموسيقي والإنتاج الموسيقي والتعبير الموسيقي بمهارة ، وأيضاً القدرة على التعرف للأشكال الموسيقية ، واعداد الدرجات الموسيقية والنغمات والإيقاعات ، كما يرى الباحثون ان الجباز يتكون من الاجهزة (الحصان ، عارضة التوازن ، الارضي متوازي الآسنان) ويرى الباحثون أن هناك علاقة وثيقة بين الجباز الفني والذكاء الموسيقي لوجود إيقاع حركي حيوي منظم مرتبط بالحواس اثناء التدريب والمنافسة .

— يتضح لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ،

— يتبين لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية بين الذكاءات المتعددة والاختبارات البدنية والمهارة .

— ويتبين لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة والاختبارات البدنية والمهارة التالية (الشخصي ، الحركي ، المنطقي ، الموسيقي ، اللغوي) واختبارات السباحة عند مستوى (0,01) وأنه لا يوجد علاقة جوهرية بين كل من (الذكاء الاجتماعي ، والذكاء المكاني) وبين اختبار السباحة ، وكان اقل ارتباطاً بين الذكاء الشخصي واختبار السباحة قدره (0,206) ، وعلی ارتباط موجب جوهری بین الذكاء الحركي واختبار السباحة قد بلغ (0,477) ، ويرى الباحثون ان الذكاء الحركي هو القدرة على استخدام الجسم او اجزاء منه بمهارة ، ويستلزم استخدام الذكاء القدرات لتناسق حركات الجسم ، والسباحة يعني بها تلك الرياضات التي تمارس في الوسط المائي ، ويتم فيها استخدام الجسم (الذراعين والرجلين والجدع) للتحرك خلالها ، وتعتبر السباحة بأنواعها احد الرياضات المائية الهامة حيث يتم فيها تحريك جميع أطراف وأجهزة الجسم الداخلية والخارجية — يتضح لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المنطقي ، الموسيقي ، المكاني) وبين اختبار التعبير الحركي عند مستوى (0,01) وتوجد علاقة ارتباطية موجبة جوهرية بين الذكاء اللغوي ، واختبار التعبير الحركي عند مستوى (0,05) ، وعلی ارتباط موجب جوهری بین الذكاء الحركي واختبار التعبير الحركي قد بلغ (0,551) ، ويرى الباحثون ان الذكاء الحركي هو القدرة على

الحركي ، الموسيقي) عند مستوى (0,05) ، وكان اقلها ارتباطاً كان بين الذكاء الاجتماعي ، والذكاء المكاني واختبار القدرة على الوثب قد بلغ (0,150) ، و اعلى ارتباط موجب جوهري بين الذكاء المنطقي واختبار القدرة على الوثب قد بلغ (0,260) ويرى الباحثون ان الذكاء المنطقي هو القدرة على استخدام الاعداد أو الارقام بفاعلية ، كادراك العلاقات المنطقية ، والسبب والنتيجة والتصنيف والاستنتاج والتعميم واختبار الفروض وان اختبار القدرة على الوثب للأمام الغرض منه قياس (القدرة العضلية =  $ق \times ع$ ) ، وبالتالي تكون نتيجة الوثب بالأرقام اذن العلاقة وثيقة بين الذكاء المنطقي والقدرة على الوثب .

— يتضح لنا من نفس الجدول السابق أنه لا توجد علاقة جوهريّة بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، اللغوي ، المنطقي ، الموسيقي) واختبار القدرة على الرمي عند مستوى (0,01) كما توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاءات المتعددة (الحركي ، والبصري) واختبار القدرة على الرمي عند مستوى (0,05) ، ويرى الباحثون ان القدرة على الرمي يقيس القوة العضلية (الانفجارية) وهو اخراج أقصى قوة في اقل زمن ممكن من خلال دفع كرة حديدية أو طيبة للأمام داخل مقطع الرمي وهذا يتوافق مع الذكاءين (الحركي ، المكاني) ، لأن الذكاء الحركي استخدام الجسم أو أجزائه بمهارة أثناء الرمي وأما الذكاء المكاني (البصري) هو القدرة على التخيل والتفكير عن طريق الصور والقدرة على استخدام الفراغ او الفضاء ، والقدرة على إدراك المجال البصري بدقة كإدراك الالوان ، الاشكال والمساحات والاحجام والعلاقات المختلفة التي تربط بين العناصر .

— يتبين لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المكاني) وبين اختبار الكرة الطائرة عند مستوى (0,01) وكما توجد علاقة جوهريّة بين الذكاء الموسيقي ، واختبار الكرة الطائرة عند مستوى (0,05) بإرتباط قدره (0,140) كما لا توجد علاقة جوهريّة بين كلاً من الذكاء اللغوي والذكاء المنطقي وبين اختبار الكرة الطائرة ، وكان اقلها ارتباط كان بين الذكاء المكاني واختبار الكرة الطائرة قد بلغ (0,245) ، و اعلى ارتباط موجب جوهري للذكاء بين الاشخاص (الاجتماعي) واختبار الكرة الطائرة قد بلغ (0,382) ويرى الباحثون ان الذكاء بين الاشخاص (الاجتماعي) هو القدرة على فهم ومشاركة الآخرين ويحاول الطالب ان يرى الاشياء من وجهة نظر الآخرين للتعرف على نمط تفكيرهم ، وفهم مشاعرهم والقدرة على التعامل معهم ، واستخدام اللغة اللفظية والغير لفظية من اجل إقامة علاقات ووسائل اتصال مع الآخرين ومهارات الاستماع للآخرين وتفهم مشاعرهم والتشاور معهم . كما يرى الباحثون ان اختبار الكرة الطائرة يشمل عدة مهارات للكرة الطائرة (ارسال - تمرير- استلام - ضربات ساحقة) ،

الشخصي ، الحركي ، المنطقي ، الموسيقي ، المكاني) وبين القدرة على التعلم الحركي عند مستوى (0,01) وتوجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاء اللغوي ، واختبار القدرة على التعلم الحركي عند مستوى (0,05) ، قد بلغت (0,113) ، وكان اقلها ارتباطاً بين الذكاء الاجتماعي واختبار القدرة على التعلم الحركي قدره (0,211) ، و اعلى ارتباط موجب جوهري بين الذكاء المكاني واختبار القدرة على التعلم الحركي قد بلغ (0,541) ويرى الباحثون ان الذكاء البصري (المكاني) هو القدرة على التخيل والتفكير عن طريق التصور ، والقدرة على استخدام الفراغ أو الفضاء ، واصحاب هذا الذكاء يتعلمون أكثر من خلال الصور الملموسة والذهنية ويحبون الرسم والتجميل والجمال والتصميم ويمتازون بأحلام اليقظة والتخطيط على الورق (الخريشة) ، وتذكر الاماكن والوجوه ، كما ان التعلم الحركي هو مقدرة الفرد على سرعة التعلم للحركات واستيعاب مراحل تسلسلها بسهولة ويسر ، وتوجد علاقة وثيقة بين الذكاء المكاني والتعلم الحركي لاننا نلجأ للصور الفنية للاطلاع اثناء تأديتهم للحركات الفنية بوسائل التقية الحديثة (الثابتة ، والمتحركة) لملاحظتها من قبل الناشئين والمبتدئين للتخيل والتصوير والتفكير للربط بين عناصر الحركات البدنية والرياضية والمساحات في كافة الانشطة الرياضية .

— يتبين لنا من نفس الجدول (6) أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المنطقي ، المكاني) وبين اختبار السرعة (100م) عدو عند مستوى (0,01) وتوجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاء الاجتماعي ، واختبار السرعة (100م) عدو عند مستوى (0,05) ، وانه لا يوجد علاقة جوهريّة بين كلاً من الذكاء اللغوي والذكاء الموسيقي وبين اختبار السرعة (100م) عدو ، وكان اقلها ارتباط كان بين الذكاء المكاني وبين اختبار السرعة (100م) عدو قد بلغ (0,230) ، و اعلى ارتباط موجب جوهري بين الذكاء المنطقي واختبار السرعة (100م) عدو قد بلغ (0,602) ويرى الباحثون ان الذكاء المنطقي هو القدرة على استخدام الاعداد أو الارقام بفاعلية ، كادراك العلاقات المنطقية ، والسبب والنتيجة والتصنيف والاستنتاج والتعميم واختبار الفروض ، وان اختبار (100م) عدو يقيس السرعة اي اجتياز المسافة في اقل زمن ممكن (تحقيق رقم) ، وبالتالي فالأمور كلها أرقام ودراصة العلاقات المنطقية .

— ويشير نفس الجدول السابق أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاءات المتعددة التالية (الشخصي ، المنطقي ، المكاني) واختبار القدرة على الوثب عند مستوى (0,01) وكما توجد علاقة ارتباطية موجبة جوهريّة بين الذكاءات (اللغوي ،

الشخصي ، الحركي ، المكاني ، المنطقي ، الموسيقي) واختبار المهارة الاختياري عند مستوى (0,01) كما لا توجد علاقة جوهرية بين الذكاء اللغوي واختبار المهارة الاختياري وأقلها إرتباطا كان بين كلا من الذكاء الاجتماعي ، والحركي واختبار المهارة الاختياري قد بلغ (0,304) وكان أعلى ارتباطا موجب جوهرية بين الذكاء المنطقي ، واختبار المهارة الاختياري قد بلغ (0,513) ويرى الباحثون ان الذكاء المنطقي هو القدرة على فهم واستخدام الاعداد أو الارقام بفاعلية ، كادراك العلاقات المنطقية ، والسبب والنتيجة والتصنيف والاستنتاج والتعميم واختبار الفروض وتنفيذ العمليات الرياضية – أما اختبار المهارة الاختياري يعنى به المهارة التي يختارها الطالب ، ويكون النشاط الرياضي الذي يمارسه الطالب في التدريب والبطولات .

#### أولاً الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث الإجراءات والمعالمات الاحصائية المستخدمة تم التوصل للاستنتاجات الآتي :

- 1\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء بين الاشخاص (الاجتماعي) في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا السباحة والقدرة على الرمي .
- 2\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء الحركي في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا القدرة على الرمي .
- 3\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء بين الذائي (الشخصي) في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا القدرة على الرمي .
- 4\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء البصري (المكاني) في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا السباحة .
- 5\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء المنطقي في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا اختبار الكرة الطائرة والقدرة على الرمي .
- 6\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء الإيقاعي (الموسيقي) في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا السرعة (عدو) والقدرة على الرمي
- 7\_ توجد علاقة إرتباطية دالة معنوياً بين الذكاء بين الاشخاص (الاجتماعي) في جميع الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ما عدا الجمباز الفني ، والسرعة (عدو) ، والقدرة على الرمي ، واختبار الكرة الطائرة ، واختبار كرة اليد ، واختياري (مهارة) .

وهناك علاقة وثيقة بين الذكاء الاجتماعي واختبار الكرة الطائرة وذلك لان الكرة الطائرة لعبة جماعية يتم اللعب الجماعي بين الاشخاص .

– يتبين لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المنطقي ، الموسيقي ، المكاني) واختبار كرة اليد عند مستوى (0,01) كما لا توجد علاقة جوهرية بين كلاً من الذكائين (بين الاشخاص (الاجتماعي) ، واللغوي) واختبار كرة اليد وكان أقلها إرتباطا كان بين الذكاء الاجتماعي واختبار كرة اليد قد بلغ (0,202) ، وأعلى إرتباط موجب جوهرية بين الذكاء الحركي واختبار كرة اليد قد بلغ (0,462) ويرى الباحثون أن الذكاء الحركي هو القدرة على التحكم بحركة الجسم أو أجزائه والتعامل بمهارة مع الاشياء المحيطة ، كذلك التعبير عن النفس بالحركة ، وامتلاك القدرة على التوازن والتوافق بين العين واليد – واختبار كرة اليد يشمل العديد من المهارات (التمرير بأنواعه – التصويب – استلام وتنطيط الكرة) ، وجميع المهارات السابقة الذكر تعتمد على الذكاء الحركي للعلاقة الوطيدة بينهم .

– يتبين لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المكاني ، المنطقي ، الموسيقي ، اللغوي) وبين اختبار كرة السلة عند مستوى (0,01) وكان أقلها ارتباطاً بين الذكاء اللغوي ، واختبار كرة السلة قد بلغ (0,221) وأعلى إرتباط موجب جوهرية بين الذكاء البصري (المكاني) واختبار كرة السلة قد بلغ (0,455) ويرى الباحثون ان الذكاء البصري (المكاني) هو القدرة على فهم واستيعاب الاشياء المرئية ، ومهتم ويركز المتعلم بالصور والخرائط ويحتاج لخلق عقلية محسوسة للتعلم ومشاركته بالافلام والشرائح التعليمية – كما ان اختبار كرة السلة يشمل عدة مهارات (التمرير بأنواعه – التصويب – استلام وتنطيط الكرة) ويتم استخدام الذكاء المكاني في التعلم والتدريب واللقاءات من الامور الهامة

– يتبين لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ، الشخصي ، الحركي ، المكاني ، المنطقي ، الموسيقي ، اللغوي) وبين اختبار كرة القدم عند مستوى (0,01) وكان أقلها ارتباطاً بين الذكاء الحركي ، واختبار كرة القدم قد بلغ (0,250) وأعلى إرتباط موجب جوهرية بين الذكاء بين الاشخاص (الاجتماعي) واختبار كرة القدم قد بلغ (0,376) ويرى الباحثون ان الذكاء بين الاشخاص (الاجتماعي) هو القدرة على فهم نوايا ودوافع ورغبات الآخرين ، وإنه يسمح للجميع العمل بفاعلية مع الآخرين – كما ان اختبار كرة القدم يشمل عدة مهارات (التمرير والاستلام بأنواعه – التصويب – والحري بالكرة – كرم الكرة وامتصاصها) ويتم استخدام الذكاء الاجتماعي في التعلم والتدريب واللقاءات من الامور الهامة .

– يتضح لنا من نفس الجدول أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة جوهرية بين الذكاءات المتعددة التالية (الاجتماعي ،

(بورتفوليو) للطلبة والطالبات داخل الكلية يتضمن الذكاءات المتعددة التي يتميز بها كل الطلاب \_ الاهتمام بتوفير الوسائل التعليمية والتكنولوجية الحديثة للمساعدة في التدريب والكشف عن الذكاءات المتعددة لدى الطلاب وما لديهم من امكانيات \_ إجراء المزيد من الابحاث للذكاءات المتعددة وعلاقتها بالمستوى المهاري للأشطة الرياضية بالكلية .

ثانياً التوصيات : يوصي الباحثون بما يلي :

\_ الاهتمام بتوظيف العلاقة المعنوية التي توصل لها البحث بين الذكاءات المتعددة والاختبارات البدنية والمهارية في اختبارات القدرات للقبول بكليات واقسام التربية البدنية بالجامعات الليبية .  
\_ الاهتمام بتصميم بطارية لقياس الذكاءات المتعددة بما فيها الذكاءات الحديثة (الطبيعي ، والوجداني ، والاخلاقي) ، وعمل ملف كامل

## المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية :

- 1- ابتسام محمد فارس (2006م) : " فعالية برنامج قائم على الذكاءات المتعددة في تنمية التحصيل الدراسي ومهارات ما وراء المعرفة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مادة علم النفس " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة .
- 2- إبراهيم أحمد الحارثي (1999م) : تعلم التفكير ، ط1 ، دار الفكر العربي ، عمان ، الاردن .
- 3- إيناس السيد محمد أحمد (2005) : " إعداد برنامج تلفزيوني في ضوء نظرية الذكاءات المتعددة وقياس فاعليته في تحقيق أهداف رياض الاطفال " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة ، مصر .
- 4- إيهاب فتحى عبد الحليم عبد الجواد : " استخدام مدخل قائم على نظرية الذكاء المتعدد في تدريس العلوم لتنمية بعض هذه الذكاءات والتفكير الابتكاري لتلاميذ الصف الاول الاعدادي " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة الاسكندرية ، (2007م) .
- 5- تغريد عمران (2001م) : نحو آفاق جديدة للتدريس (نهايات قرن - ارهاصات قرن جديد) ، ط1 ، دار القاهرة للكتاب ، القاهرة .
- 6- جابر عبد الحميد جابر (1997م) : الذكاء ومقاييسه ، ط10 ، دار النهضة العربية ، القاهرة .
- 7- خيرى المغازي بدير مجاح : الذكاء الوجداني ، الاسس النظرية والتطبيقات ، ط1 ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة ، (2003م)
- 8- رحاب أحمد أمين المنياوي : " فاعلية إستخدام إستراتيجيات تدريسية مناسبة لبعض صور الذكاءات المتعددة في تدريس مادة الاقتصاد المنزلى لدى طالبات الصف الاول الثانوى " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاقتصاد المنزلى ، جامعة حلوان ، (2005م).
- 9- رنا عبدالرحمن قوشحة (2003م) : " دراسة الفروق في الذكاء المتعدد بين طلاب بعض الكليات النظرية والعملية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة ، القاهرة .
- 10- زكريا الشربيني ، يسريه صادق : أطفال عند القمة / المهوبة والتفوق العقلي والابداع ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، (2002م) .
- 11- سناء محمد سليمان (2005م) : التعلم التعاوني ( أسسه - استراتيجياته - تطبيقاته ) ، ط1 ، دار الكتب ، القاهرة .
- 12- صفاء يوسف الأعسر- وعلاء الدين كصافي (2000م) : الذكاء الوجداني ، ط1 ، دار قباء للطبع والنشر والتوزيع ، القاهرة
- 13- عبداللطيف سعد حبلوص (2012م) : " اساليب تدريس قائمة على الذكاءات المتعددة واثرها على تعلم بعض المهارات الحركية بدرس التربية البدنية لمرحلة التعليم الاساسي بليبيا ، رسالة دكتوراه منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الاسكندرية ، الاسكندرية ، مصر .
- 14- عبد المنعم أحمد الدريدي (2004) : دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي جزأ (1) ، ط1 ، عالم الكتب ، القاهرة .
- 15- عبد الوهاب محمد كامل (1999م) : سيكولوجية التعلم والفروق الفردية ، ط4 ، مكتبة النهضة العربية ، القاهرة .
- 16- عزو إسماعيل عفانة، نائلة نجيب الخزاندار (2007م) التدريس الصفي بالذكاءات المتعددة ، ط1 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
- 17- عصام الدسوقي إسماعيل ، السيد عبدالدايم سكران (2003م) " البناء العاملي للذكاءات المتعددة وعلاقتها ببعض المتغيرات " ، إختبار الصدق لنظرية جاردنر ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، العدد (116) .
- 18- علاء الدين كصافي (1997م) : منهج مدرسي للتفكير.. مقالات في تعليم التفكير ، ط1 ، دار النهضة العربية ، القاهرة .



- complementary Dimensions , Teachers college Record , vol 106 , No 11 .
- 30- Gardner , H (1993) : Frames of mind , the theory of Multiple intelligences , second Edition , Great Britain : foutame prees .
- 31- Gardner , H (1995) : Reflection on the Multiple intelligences , myths and messages,phi, Deltakappan , vol,77, No3
- 32- Goleman , D ,(1995) : Emotional intelligences , New York Bantam Books , USA .
- 33- Goodnough , K ,(2000) : Exploring Multiple intelligences theory in the context of science education , an action Research Approach,Diss,Abs,Int,Canada, University of Toronto
- 34- Michell , E (1996) : Increasing student's responsibity for their Learning through Multiple intelligence activity and cooperative Learning Journal of aducation vol ,16 , No22 .
- 35- Prescottt , H , (2001) : Helping students say how they know what they know , clearing House, Jule , Aug ,vol, 74 & Lssue, 6
- 36- Susan Wilson (2001) : The role of Musical intelligence in a Multiple intelligences central Florida elementary school ever green school Howard Gardner Ed , D , University central Florida , Diss , Abs , Int , No: EDAA 1923726 .
- 37- Srivatstava , A , & Miseva , G (1999) : Social representation of intelligence in the Indian folk tradition : An analysis of Hind : proverbs , Journal of Indian psychology , vol , 17 , Jan
- 38- Willis , J & Johnson Et,(2001) : Using Multiple intelligence Master
- 19- فريد ب شيرناو (2002م) : كيف تنمي ذكائك وتقوي ذاكرتك ؟ ، ط1، مكتبة جرير ، القاهرة .
- 20- مجدي عزيز ابراهيم (2005م) : التدريس الفعال ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- 21- محمد جماد جميل ، زيد الهويدي : أساليب الكشف عن المبدعين والمتفوقين وتنمية التفكير والابداع ، ط1، دارالكتاب الجامعي ، العين الامارات(2003م)
- 22- الذكاء من منظور جديد ، ط1 دار الفكر العربي ، الاردن.
- 23- منال محمد زكي الجندي ، محاكيمال حنفي (2004) : " تدريس منهج الايقاع الحركي المطور بإستراتيجيات قائمة على نظرية الذكاء المتعدد وقياس أثره على نواتج التعلم " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، مصر . (2006م)
- 24- منى ربيع طنطاوي (2000م) : " دراسة سيكومترية حول تطوير اختبار المصفوفات المتتابعة لرافن باستخدام نموذج (راسن) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية البنات للاداب والعلوم والتربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة .
- 25- هوارد جاردنر (2005م) : الذكاء المتعدد في القرن الحادي والعشرين ، ترجمة عبدالحكم أحمد الخزامي ، ط1، دار الفجر للنشر والتوزيع ، القاهرة .
- ثانياً : المراجع باللغة الانجليزية :**
- 26- Armstrong , J , (2003) : The Multiple intelligences of reading and writing , Association for supervision and curriculum Development Alexandria , Virginia , USA
- 27- Bellanca , T , caroly champman , Elizabeth Swartz (1997) : Multiple assessment of Multiple intelligences , USA , Illinois , skylight traninginc .
- 28- Centofanti , M , (2002) : Difference among Kindergatens in learning the Alphabet using tectual \Kinesthetic Multiple intelligences and Montessori pedagogy , PhD , Texas , techuniversity , Diss , Abs , Int , No , AA , 1923726148
- 29- Dening , S (2004) : Multiple intelligences and learning Styles tow

- 40- <http://www.teaching.strategicforlinguisticsintelligence.com>(Kathy)(1997)
- 41- <http://www.tee.nsula.edu/mLtheory.html> (Seghers) (2001)
- 39- multiplication teaching children mathematics Journal , vol , 7, No 4, January , P60-69 . ثالثاً :  
شبكة المعلومات الدولية (النت) :  
vb.arabseyes.com/t36899.html  
جاردنر (2000)

## دور الاعلام في تطوير الرياضة العسكرية

د. عمران المبروك شختور

د. خالد محمد بدر.

## مقدمة البحث :

يعتبر الإعلام جزء لا يتجزأ من السياسة العامة لأي دولة . فهو لم يأت من فراغ وإنما جاء استجابة لمتطلبات المجتمع وتأكيداً لأهمية الدور الذي يلعبه في عملية التوجيه نحو سياسة معينة للدولة . والأهم من ذلك هو تطبيق السياسة الإعلامية بالدولة في عصرنا الحاضر والالتزام والسعي لتحقيق الأهداف المرجوة من وراءه وذلك من خلال قنوات الاتصال الإعلامية المختلفة فالإعلام الرياضي فرع من منظومة الإعلام ككل حيث يتناول الأحداث الرياضية والسياسية المتبعة في البلدان ، وقد تستطيع من خلال هذا الإعلام التوجه نحو الآراء التي تريد توجيهها الي الجمهور ولأي يمكن لأي قطاع من قطاعات الدولة أو المجتمع المدني أو غيرها أن يتقدم دون أن، يتوكل معه النفس الاعلامي .

أن الاعلام الرياضي وعبر وسائله المختلفة ( المقروءة والمسموعة والمرئية والثابتة ) يؤدي دورا كبيرا في رسم الصورة الجديدة للحركة الرياضية في البلد سواء كان علي الصعيد الداخلي أم علي الصعيد الخارجي ويسهم بشكل كبير في إبراز أهمية التربية البدنية والرياضية وأهميتها للناس ودفعهم إلي أن يتحولوا من مشاهدين إلي ممارسين للألعاب طلبا للبقاء البدنية والصحة الجسمية والاستحجام وما تحققة المشاركة من راحة نفسية وجسدية .

حيث تطورت وسائل الاتصال، وتعددت في السنوات الأخيرة تطوراً هائلاً بفضل التقدم العلمي والثورة التكنولوجية التي شهدتها القرن العشرون. فأصبحت وسائل الإعلام الرياضي تمارس دوراً جوهرياً في إثارة اهتمام الجمهور بالقضايا والمشكلات الرياضية المطروحة حيث تعد وسائل الإعلام الرياضية مصدراً رئيساً يلجأ إليه الجمهور في استقاء معلوماته عن كافة القضايا الرياضية بسبب فاعليته الاجتماعية وانتشاره الواسع .

أن دور الاعلام الرياضي في تطوير الرياضة العسكرية هي عملية هامة لا تقل أهميتها عن عملية بنائه ، والتطور في أي جانب من جوانب الحياة يهدف دائماً للوصول بالشيء أو النظام المطور الي احسن صورة من الصور حتي يؤدي الغرض المطلوب منه بكفاءة تامه ويحقق كل الاهداف المنشودة علي آتم وجه وبطريقة اقتصادية في الوقت والجهد والتكليف .

ويرى الكثير من الباحثين أن الأثر الأكبر للإعلام الرياضي هو تعديل المواقف أكثر من تفسيرها ، كما أنه يعمل علي تعزيز وإعادة تثبيت القيم والمفاهيم والأنماط السلوكية الرياضية .

للإعلام دور هام ، في تطوير الرياضة العسكرية فهو في الحقيقة همة ورسالة وليس مجرد شعارات تتغير وتبدل بتغير الأهواء ،

بل هو عقل مفكر له هدف وغاية وصوت يخاطب عقول الشباب ، فهو يغطي كافة المجالات ويقدم النقد والتوجيه والتقويم بما يعود بالنفع والفائدة على المجتمع ، وقد تزامن تطور مختلف وسائل الإعلام مع زيادة انتشار الرياضة وكان انتشار الرياضة أساساً بسبب دور الإعلام الذي ساهم بأهمته كافة المقروءة والمسموعة والمرئية والثابتة في التعريف بالرياضة ونشر الثقافة الرياضية بين الناس ، ومن هذا المنطلق يشكل الإعلام الرياضي أهمية في حياة الإنسان ويعتبر الأسس الرئيسية في أي جهاز إعلامي حيث أصبحت الرياضة ظاهرة اجتماعية حضارية هامة في المجتمعات الحديثة

ولقد حظي الإعلام الرياضي في العالم بالاهتمام الكبير والعناية الوافرة لدى جميع وسائل الإعلام المختلفة وتظهر أهميه الإعلام الرياضي في قدرته على توصيل المعلومات والبيانات في شكل رسائل إلى قاعدة جماهيرية كبيرة متباينة الاتجاهات مختلفة في الرأي العام نحو قضية أو مشكلة معينة .

## مشكلة البحث :

يحتاج كل مجتمع إلى وسائل الاتصال وأيضاً إلى وسائل الإعلام، أو نشر الإخبار، والآراء ضرورة حتمية لكل مجتمع مصالح مشتركة ومعاملات متعددة وهذه الضرورة تتم بصورة تلقائية في المجتمعات البدائية و المجتمعات الصغيرة ولكنها تنظم وتدرس في المجتمعات المتحضرة.

من هنا يتضح لنا أهمية الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية ومحاولة إيمانه بعض المعلومات والثقافات الرياضية وربطها، وهذا هو موضوع البحث ولكنه يختص بجزء واحد من طرق ووسائل المعرفة والثقافة وهو دور الاعلام في تطوير الرياضة العسكرية . ومراجعة الدراسات السابقة في المجال الرياضي وجد قلة الأبحاث التي تهتم بالصحافة الرياضية والإذاعة والتلفزيون ووسائل الاعلام بصفة عامة، ولم نجد الاهتمام بالإعلام الرياضي العسكري بصفة خاصة وقلة الدراسات فيه وانطلاقاً من هذه الأفكار الأخيرة ظهرت الحاجة إلى طرح السؤال الإشكالي العام الاتي:

## ما دور الاعلام في تطوير الرياضة العسكرية ؟

ويمكن توضيح مشكلة الدراسة من خلال ما أفرزه التساؤل الرئيس من تساؤلات فرعية على النحو التالي.

## تساؤلات البحث:

1 - ما حقيقة الدور الذي يقوم به الإعلام في التأثير على تطوير الرياضة العسكرية ؟

2 - ما المعوقات التي تواجه الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية ؟

3 - ما العلاقة بين الرياضة العسكرية والاعلام ؟

### أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث في فهم طبيعة دور وسائل الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية وبناء عليه ينطوي هذا البحث على أهمية خاصة حيث يوجد العديد من المبررات التي تضيف على هذا البحث أهمية خاصة على مستوى الفكر " العلمي " وأخرى على مستوى الواقع " العملي " ويتلخص أبرزها فيما يلي:

- 1 - التأكيد على أهمية الدور الذي يمكن أن يقوم به الاعلام في تطوير الرياضة العسكرية .
- 2 - يأتي هذا البحث استجابة للصحاح العالمية التي تنادي بضرورة الاهتمام بالأعلام في تطوير الرياضة العسكرية .
- 3 - يأتي أهمية هذا البحث تمثيلاً مع حاجة المجتمع الليبي لمثل هذه النوعية من الدراسات والمتمثلة في دور الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية.

### أهداف البحث :

لعل هذا البحث يملا فراغاً في مكتبتنا فمن الملاحظ أن البحوث من هذا النوع شبه معدومة وبالتالي لم تأخذ دورها المنشود من التقدم في بلادنا، وبالمقابل نجد أن مثل هذه البحوث في المجتمعات المتقدمة حظيت بالعناية اللازمة، وعلى ضوء ما ذكرناه تتحلى أهداف البحث في ما يلي :

- 1 - التعرف على حقيقة الدور الذي يقوم به الإعلام في التأثير على تطوير الرياضة العسكرية.
- 2 - التعرف على المعوقات التي تواجه الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية .
- 3 - التعرف على العلاقة بين الرياضة العسكرية والإعلام .

### أسباب اختيار الموضوع:

لقد تطورت البشرية تطوراً كبيراً ، وقضت أشواطاً عامة في الرقي الحضاري بفضل العلوم و التكنولوجيا ، وظهرت بذلك بحوث غيرت مجرى الأحداث ، تناولت ودرست ميادين مختلفة، فالثقافة الرياضية احد هذه الميادين التي أجريت فيها عدة بحوث من اجل النهوض كعلم قائم بذاته.

ولقد ارتبط مفهوم الرياضة بالإعلام وخاصة الإعلام الرياضي العسكري الذي يعتبر همزة وصل بين الثقافة الرياضية والجمهور الرياضي والمربين ، وأن سبب اختيارنا لهذا الموضوع هو معرفة دور الإعلام في مجال الرياضة العسكرية.

إذ يعود اختيارنا لموضوع البحث لأسباب ذاتية وأخرى موضوعية:

### الأسباب الذاتية:

- 1 - ميول خاصة نحو الإعلام الرياضي بصفة عامة والرياضة العسكرية بصفة خاصة.

### الأسباب الموضوعية:

- 1 - الدور الذي أصبح يلعبه الإعلام خاصة الرياضي منه.
- 2 - التوجه العام للشباب نحو الاطلاع على مستجدات الأخبار الرياضية المحلية منها والدولية وبالتالي بيان لقيمة الإعلام الرياضي وماذا يمثله بالنسبة للشباب.
- 3 - لتأثير الذي يمارسه الإعلام على مختلف الشرائح الاجتماعية حيث أصبح وسيلة دفاع وهجوم في نفس الوقت.
- 4 - الدور الهام الذي يمكن أن يلعبه الإعلام الرياضي في التأثير على ثقافة الجمهور عامة والمراهقين بصفة خاصة ، لأنها المرحلة الحساسة في حياة الفرد.

### مصطلحات البحث :

#### الدور :

يعرف الدور بأنه "مجموعة من الأنشطة المرتبطة أو الأطر السلوكية التي تحقق ما هو متوقع في مواقع معينة"

#### التطوير :

يعرف التطوير بأنه الوصول بالشيء المطور أو النظام المطور إلى أحسن صورة حتى يؤدي الغرض المطلوب منه بكفاءة تامة ، ويحقق كل الأهداف المنشودة منه على أتم وجه.

#### الإعلام :

فالإعلام "هو عملية نشر وتقديم المعلومات الصحيحة وحقائق واضحة وأخبار صادقة وموضوعات دقيقة ووقائع محددة ومنطقية وراحة للجمهور مع ذكر مصادرها خدمة للصالح العام .

#### الإعلام الرياضي العسكري :

أنه: "ذلك النشاط الإعلامي الذي يختص بتقديم الأخبار المتعلقة أساساً بالرياضة العسكرية و المرتبطة بما تصنعه الرياضة من أحداث رياضية والتي يدعمها نوع من .التفسير والتحليل وأيضاً توجيه فئات و شرائح المجتمع المهتمة بالرياضة .

#### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي الذي يعتمد على جمع المعلومات وتبويبها والربط بين مدلولاتها؛ من أجل تفسيرها وقد تم استخلاص المعلومات بالرجوع إلى الأدبيات، والدراسات والبحوث ، وكذلك المؤتمرات والندوات المحلية والدولية ذات الصلة بموضوع الدراسة .

#### الدراسات السابقة :

تعتبر الدراسات السابقة نقطة انطلاق في بحث جديد من اجل معالجة نقائص البحوث السابقة وبعد اطلعنا وبحثنا في المواضيع التي طرحت سابقاً وجدنا انه بالرغم من قلة الدراسات في هذا المجال، إلا انه هناك من تطرق في دراسته إلى موضوع الإعلام الرياضي وتأثيراته المختلفة في المجتمع .

**الإطار النظري للبحث :****مفهوم الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية .**

ازدادت أبعاد الدور الإعلامي والاتصال من خلال الأقمار الصناعية، والبث المباشر، وزيادة أعداد المحطات الفضائية على نحو لم يكن مسبوقة من قبل، وشيوع شبكة الإنترنت وربطها العالم في شرايين معلوماتية لم تكن متاحة سابقاً، الأمر الذي جعل من الميسور وضع الجمهور في مختلف بلدان العالم وكذلك وطننا العربي بأهمية كبيرة وخاصة في ليبيا لما له من دور مؤثر وفعال في توجيه الرأي العام وكذلك في دعم وتطوير الأنشطة الرياضية والشبابية بمختلف مستوياته سواء كان ذلك العمل على المستوى المحلي ( الداخلي ) أو ( الخارجي ) مما له أكبر الأثر في تحقيق النتائج الإيجابية لدى الممارسين للرياضة والشباب بصفة عامة وكذلك فئة المتابعين على المستوى الجماهيري بصفة خاصة . وعندما تكون هناك سياسة واضحة نحو تطبيق آليات العمل في مجال الإعلام الرياضي بنظرياته المختلفة فإن هذا بدوره كاف لتحقيق الأهداف المنشودة .

**يشير كل من "خير الدين عويس" و "عطا عبد الرحيم" إلى أن** الإعلام الرياضي هو تلك العملية التي تهتم بنشر الأخبار والمعلومات والحقائق المرتبطة بالرياضة وتفسير القواعد والقوانين المنظمة للألعاب وأوجه النشاط الرياضي، وذلك للجمهور بقصد نشر ثقافة الرياضة بين أفراد المجتمع وتنمية الوعي الرياضي وانه من خلال وسائل الاتصال الجماهيري يتم التأثير في النمو السلوكي والقيمي للجمهور.

**ويرى محمد الحماحي " أن الإعلام في الجماهير الرياضي يعد تلك** المنظومة التي تهتم بنشر الأخبار والمعلومات والمعرفة المرتبطة لنا الجماهير الرياضي ويعرض وتفسير القواعد والقوانين والمبادئ التي تنضم الرياضات والألعاب المختلفة وتحكم المنافسات الرياضية، والتي تم بتوضيح الرؤى العلمية والرياضية وذلك من خلال وسائل الاتصال والإعلام الجماهيري بغرض نشر الثقافة المرتبطة لدى المواطنين ، وتنمية اتجاهاتهم الإيجابية نحو ممارسة أوجه الأنشطة البدنية والحركية وتوجيههم نحو استثمار أوقات الفراغ في متابعة الأحداث الرياضية " .

**اهمية الإعلام الرياضي في تطوير الرياضة العسكرية:**

تبرز أهمية الإعلام الرياضي في تأثيرها على كل من الجمهور والعاملين في الحقل الرياضي حيث أن وسائل الإعلام وخصوصا الرياضية منها أصبحت تتمتع بأهمية كبيرة في العصر الحديث ، فقد أصبحت هناك حاجة ملحة لمتابعة الأحداث والأخبار الرياضية في كل مكان في العالم ، ويرجع الفضل في ذلك إلى انتشار وسائل الإعلام من ناحية والتطوير الصناعي المعاصر من ناحية أخرى ، حيث انتشر استخدام الراديو والتلفزيون والمحطات الفضائية والانترنت والصحف والمجلات باختلاف أنواعها واتجاهاتها مما أدى إلى سرعة انتقال المعلومات .

إن للإعلام الرياضي دورا متمشعا في المجتمع ظهر بجلاء بعد انتشاره على نطاق واسع في القرن العشرين ولذلك أخذت الحكومات على اختلاف سياستها الفكرية تخصص لها الصحف والقنوات الإذاعية والتلفزيونية وتوجهها نحو تحقيق أهدافها الداخلية من حيث رفع مستوى الثقافة الرياضية للجمهور وزيادة الوعي الرياضي لهم وتعريفهم بأهمية دور الرياضة في حياتهم العامة والخاصة .

**أهداف الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية:**

- 1 - نشر الثقافة الرياضية من خلال تعريف الجمهور بالقواعد والقوانين الخاصة بالألعاب.
- 2 - تثبيت القيم والمبادئ والاتجاهات الرياضية و المحافظة عليها حيث أن لكل مجتمع نسق قيمي يحدد أنماط السلوك الرياضي .
- 3 - نشر الأخبار والمعلومات والحقائق المتعلقة بالقضايا والمشكلات الرياضية المعاصرة ومحاولة تفسيرها والتعليق عليها.
- 4 - الترويج عن الجمهور وتسليتهم بالأشكال والطرق التي تخفف عنهم أعباء وصعوبات الحياة اليومية.

**انماط الإعلام في المجال الرياضي العسكري :**

لقد تعددت انماط الإعلام في المجال الرياضي العسكري و تعددت أشكاله ويمكن تصنيف هذه الأنماط كالتالي :

- 1 - الإعلام الرياضي المقروء ( الصحافة - المجلات - الكتب - النشرات - المصقات ) .
- 2 - الإعلام الرياضي المسموع ( الراديو - أشرطة التسجيل - ووكالات الأنباء ) .
- 3 - الإعلام الرياضي المرئي ( التلفاز - الفيديو - شبكات الانترنت ) .
- 4 - الإعلام الرياضي الثابت ( المعارض - المؤتمرات الندوات ) .

**خصائص الإعلام في تطوير الرياضة العسكرية:**

- 1 - الإعلام الرياضي العسكري يتضمن جانبا كبيرا من الاختيار، حيث أنه يختار الجمهور الذي يخاطبه ويرغب في الوصول إليه .
- 2 - الإعلام الرياضي العسكري يتميز بأنه جماهيري له القدرة على تغطية مساحات واسعة، ويخاطب قطاعات كبيرة من الجماهير .
- 3 - الإعلام الرياضي العسكري في سعيه لاجتذاب أكبر عدد من الجمهور، يتوجه إلى نقطة متوسطة افتراضية يتجمع حولها أكبر عدد من الناس باستثناء ما يوجه إلى قطاعات محددة من الناس، كالبرامج في مجال الرياضات العسكرية .
- 4 - الإعلام الرياضي العسكري بوسائله المختلفة مؤسسة اجتماعية يستجيب إلى البيئة التي يعمل فيها بسبب التفاعل بينه وبين المجتمع، و حتى يمكن فهمه لهذا المجتمع لابد له أولا من وسائل إعلامية رياضية تتلاءم مع القيم والعادات السائدة في المجتمع ، فالإعلام الرياضي العسكري بمثابة المرآة .
- 5 - التنوع في تقديم البرامج الرياضية في الرياضات العسكرية .

**الضبط الاجتماعي :**

الحفاظة على النظام والاستقرار داخل الملعب مما يتيح الفرصة للاعبين بالتنافس الشريف .

**وللإجابة عن التساؤل الثاني والذي مفاداة " ما المعوقات التي تواجه تطوير الإعلام الرياضي العسكري ؟**

إن أهمية تدعيم النشاط الرياضي في بلادنا وتكريس أنواع الممارسات الرياضية مع وجود الإعلام الرياضي الذي يستقطب أنظار الجماهير المهتمة بالقضايا الرياضية خاصة وأن الدراسات تثبت أن نسبة الإقبال على الأخبار الرياضية في تصاعد وتحسن مستمر بحكم ما تصنعه الرياضة من أحداث ونشاطات رياضية. وقد تمكنت كل الوسائل الإعلامية المتخصصة في الرياضة من أن تجد لنفسها مكاناً في الوسط المزدهر الذي تعرفه الساحة الإعلامية. حيث أنها تعتمد على المناقشة والسبق الصحفي، غير أن واقع الإعلام الرياضي أصبح يعاني من مشاكل عديدة منها ما يتصل بالجهاز الإعلامي وكذلك العراقيل اليومية التي تواجهها الصحافة الرياضية في تغطية كل التظاهرات الرياضية، كما نجد أن الوسائل الإعلامية المتخصصة في الرياضة أصبحت تعاني هي الأخرى من عدة إشكالات تتلخص خاصة في انعدام التنسيق بينها وبين الاتحادات الرياضية المتخصصة مما يصعب مهمة الحصول على الأخبار الرياضية من المصادر الرسمية، كما أن صحفيي القطاع أو الصحفيين الرياضيين يفتقدون إلى إطار أو هيكل تنظيمي يجمعهم بالرغم من المحاولات العديدة الرامية إلى إنشاء رابطة للصحافيين الرياضيين .

وبالرغم من مشاكل والعراقيل التي سببها الإعلام الرياضي والقائمين عليه باعتباره النشاط الذي تأثر ويتأثر بالقضايا الرياضية وبواقع النشاطات والأحداث الرياضية إلا أنه لا يزال قائماً وفي تقدم وتطور مستمر وذلك ما نلاحظه من خلال إنشاء صحف أسبوعية ويومية وإنشاء قنوات فضائية خاصة بالرياضة وذلك راجع إلى الإقبال الواسع عليه كونه يتوجه إلى الفئة الحيوية النشطة وهي فئة الشباب.

**وللإجابة عن التساؤل الثالث والذي مفاداة " ما العلاقة بين الرياضة العسكرية والأعلام ؟**

إن العلاقة بين الرياضة ووسائل الاعلام وطيدة وقديمة ، فقبل اختراع وسائل الاعلام العصرية الحديثة كان الرواة و ناقلوا الاخبار ينشرون انجازات الابطال شعراً ورسماً وحتاً ، ولولا اهتمام الاغريق بوسائل الاعلام وتسجيل الانجازات الرياضية على الجلد والورق والحجر لما عرفنا شيئاً عن الالعاب الاولمبية القديمة .ان وسائل الاعلام الحديثة تضع الانسان في قلب الاحداث حال وقوعها بالإضافة إلى نقل تكنولوجيا التدريب الرياضي مدعومة بالتعليق والتحليل والاعناء وكانت الجماهير في مختلف بقاع الارض تثق بالإعلاميين الرياضيين في اداء

**وللإجابة عن التساؤل الأول والذي ينص على " - ما حقيقة الدور الذي يقوم به الإعلام في التأثير على تطوير الرياضة العسكرية ؟**

يمكن القول أن للإعلام الرياضي أنواع عديدة من التأثيرات يحدثها في الجمهور المتلقي للمعلومات الرياضية يمكن عرضها وتبينها كالآتي.

**تغيير الموقف أو الاتجاه الرياضي:**

ويقصد بالموقف رؤية الإنسان لقضية أو شخص ما وشعوره اتجاهه، ومن هذا الموقف يبني الإنسان على أساسه حكمه على الأشخاص الذين يصادفهم والقضايا التي يتعرض لها وهذا الموقف قد يغير سلبياً أو إيجابياً رفضاً أو قبولاً حبا أو كرها وذلك بناء على المعلومات أو الحثيات التي تقدم للإنسان، والإعلام الرياضي لديه القدرة من خلال ما يبثه من معلومات رياضية على تغيير النظرة الضيقة من جانب البعض للرياضة حيث يعتبرونها مضيقة للوقت من خلال قدرته على تغيير مواقفهم اتجاه بعض الأشخاص الرياضيين والقضايا الرياضية المعاصرة فتغير بالتالي حكمهم على هؤلاء الأشخاص وتلك القضايا

**تغيير المعرفة الرياضية:**

والمعرفة الرياضية هي مجموع المعلومات الرياضية التي لدى الفرد، وتشمل القيم والمعتقدات والمواقف والآراء التي تخص المجال الرياضي وكذلك السلوك الرياضي فهي بذلك أعم وأشمل من الموقف أو الاتجاه. إن التغيير في المواقف طارئ وعارض سرعان ما يزول بزوال المؤثر أما التغيير المعرفي فهو بعيد الجذور يمر بعملية تحول بطيئة تستغرق زمناً طويلاً فيؤثر الإعلام الرياضي في تكوين المعرفة الرياضية فيقوم باجتثاث الأصول المعرفية القائمة لقصة رياضية أو موضوع رياضي أو مجموعة من القضايا والموضوعات الرياضية لدى الأفراد وإحلال أصول معرفية رياضية جديدة بدلا منها.

**الإثارة الجماعية:**

من خصائص الإعلام الرياضي قدرته على الوصول إلى قطاع كبير من الجمهور وهذا يمثل وجه من الوجوه الإيجابية للإعلام الرياضي بمهمة الحشد الجماهيري لضمان مؤازرة فرقها القومية حيث تعمل على استنهاض الحس الوطني أو الشعور القومي للجماهير لدفعها إلى الالتفاف حول الفريق من أجل تحقيق الفوز وهذا ما يسمى بالإثارة الجماعية.

**صياغة الواقع:**

حيث يقوم الإعلام الرياضي بصياغة الواقع الرياضي ويقدمه للجمهور كما هو ويقصد بالواقع ذلك الجزء الذي يعرضه أو ينشره الإعلام الرياضي حول الأحداث والقضايا والموضوعات الرياضية المعاصرة داخل المجتمع الرياضي حيث يبدو وكأنه واقعي وطبيعي ومعبّر عن الحقيقة وهذا ما يجب أن يكون عليه الإعلام الرياضي.



- 8 - اعداد وتسليح العاملين بوسائل الإعلام الرياضي بكل المفاهيم والقيم الانسانية والاخلاقية التي تتصل بالرياضة وادخالهم دورات محلية ودولية ليأرسوا دورهم الرقابي في منع الرياضة من ان تجح وراء مفاهيم تجارية أو سياسية .
- 9 - اختيار توقيت مناسب في إعداد البرامج الرياضية في مجال الرياضات العسكرية .

### المراجع

- 1 - أحمد بن محمد بن سعد الحسين ، دور مناهج المواد الاجتماعية ومعلمها في تعزيز الأمن الفكري ، بحث مقدم للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري ، جامعة الملك فهد، سنة (2009م)
- 2 - أيمن محمود جاسر ، دراسة واقع الإعلام الرياضي بالمملكة بصفة عامة ( الانترنت )
- 3 - حلمي علي الوكيل ، التطوير ، أسبابه - أسسه - أساليبه - خطواته - معوقاته ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، سنة (2008 م )
- 4 - حسن أحمد الشافعي / سامح كمال عبد القادر ، دور التلفزيون كؤسسة إعلامية في توجيه وتعزيز السلوك الرياضي ومواجهة الشغب والتعصب في المنافسات الرياضية ( الانترنت )
- 5 - خالد محمود الزبود ، " دور مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية لدى طلبة جامعة اليرموك " كلية التربية الرياضية - جامعة اليرموك - الأردن ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادي والعشرون، العدد الرابع، سنة (2013م)
- 6 - راجحي صابر ، تأثير الإعلام الرياضي المرئي في تنمية الثقافة الرياضية لدى تلاميذ ، دراسة ميدانية لبعض ثانويات مدينة بسكرة مدينة - بسكرة ، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية والرياضية . ، جامعة محمد خيضر - بسكرة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، سنة (2012 م )
- 7 - علي عبد الزهرة الهاشمي ، تأثير نظام العولمة على مستقبل الحركة الرياضية والإعلام الرياضي ، كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية - المجلد الثاني عشر - العدد الأول سنة (2003 م)
- 8 - مبروك براهيمي ، دور الإعلام الرياضي المرئي والمسموع في صنع القرار داخل الهيئات الرياضية العليا ، أطروحة دكتوراه العلوم في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، تخصص الإعلام الرياضي التربوي ، جامعة الجزائر، سنة ( 2013/ م )
- 9 - موسى عبدالرحيم حلس ، ناصر علي مهدي ، دور وسائل الإعلام في تشكيل الوعي الاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني ، (دراسة ميدانية على عينه من طلاب كلية الآداب جامعة

دورهم الانساني وإشاعة قيم ومفاهيم الرياضة السامية فكان الناس يجتمعون حول اعمدة الصحافة الرياضية ويلتفون حول التلفزيون لمعرفة ما وصل إليه ابناء جنسهم من انجازات رياضية أو علمية تخدم الرياضة ، إلا ان هذه المفاهيم تغيرت مع تقدم الزمن وأصبحت وسائل الاعلام تحتكر من قبل الدول الكبرى تملي عليها سياستها وتطلب منها تحقيق الاهداف المرسومة لها، فمثلاً ان هذه الوسائل في حالة فوز رياضي من الدول النامية فلا تعطي هذا الموضوع حق قدره مقارنة بفوز رياضي من الدول المتقدمة سواء من ناحية مرافقة الكاميرا له وإجراء الاحاديث معه الصحفية والتلفزيونية ، وإذا كانت هذه صورة وسائل الاعلام الرياضي قبل نظام العولمة فإنها في ظل نظام العولمة ستساهم كثيراً في مشكلات جديدة لغرض افقار الدول النامية من الرياضيين البارزين والحاقهم بفرق الدول المتقدمة.

وأيضاً ساهم الاعلام في تطوير وانتشار الرياضة وإشباع حاجات الرأي العام ، فكلاهما مؤسسات اجتماعية شديدة التأثير الإعلام بما يملكه من أدوات ومقومات ،والرياضة كنظام اجتماعي يكمل عمل المؤسسات التربوية فما لنا بارتباط واندماج قوى التأثير تلك فيما يسمى "بالإعلام الرياضي " فالإعلام شريك أساسي - اذا ما احسن استخدامه - في تطوير المنظومة الرياضية وأن الرياضة مادة شديدة الأهمية تكمل غزل النسيج الإعلامي وتضفي عليه رونقا وجمالاً ، وأصبح هذا الدور يتعدى حد المتعة والترفيه الى التأثير في قضايا المجتمع كالغف والتعصب والانتماء وغيرها من القضايا الهامة .

### المقترحات والتوصيات:

- في حدود البحث يقترح ويوصي الباحث بما يلي :
- 1- وضع سياسة إعلامية رياضية على أسس علمية منهجية والمتبعة من طرف الدول المتقدمة
- في ميدان الإعلام الرياضي (المقروء ، المسموع ، المرئي ، الثابت ) .
- 2 - النهوض بالبرامج الإعلامية في مجال الرياضات العسكرية كما وكيفا في ليبيا.
- 3 - إنشاء قسم إعلام رياضي ، تابع للاتحاد الرياضي العسكري وذلك للرفع من مستوى الرياضة ونشر الوعي الرياضي.
- 4 - ضرورة الاهتمام بالثقافة الرياضية وتنمية الاتجاهات الايجابية لدى منتسبي الاتحادات الرياضية العسكرية .
- 5- توفير كل الإمكانيات والوسائل المادية والبشرية والصحفية الضرورية للعمل من اجل إعلام رياضي عسكري هادف.
- 6 - الاهتمام بالمزيد من الأبحاث والدراسات العلمية في مجال الإعلام الرياضي العسكري.
- 7 - عقد مؤتمرات دولية لمناقشة التأثيرات السياسية على تطور حركة الرياضات العسكرية ومحاولة خلق جو عام يمنع التدخل السياسي في المجال الرياضي العسكري .



- [www.ansarh.cc/showthread.php?1590603](http://www.ansarh.cc/showthread.php?1590603) http
- [www.bab.com/articles/full\\_article.cfm?id=6523](http://www.bab.com/articles/full_article.cfm?id=6523)
- 28
- [www.forum.kooora.com/f.aspx?t=15826131](http://www.forum.kooora.com/f.aspx?t=15826131)
- [www.unesco.org](http://www.unesco.org)

الأزهر) مجلة جامعة الأزهر بغزة، سلسلة العلوم الإنسانية ،  
المجلد 12 ، سنة (2010 م )  
10 - ياسين فضل ياسين . الاعلام الرياضي ، الاردن ، عمان  
، الطبعة الاولى ، دار اسامة للنشر والتوزيع ، ، سنة (2011  
م )  
11 - مواقع شبكة المعلومات الدولية:

## "توجه المنافسة الرياضية في ظل مصادر ضغوط المنافسة لدى أواسط كرة القدم (17-19 سنة)"

د. خروبي محمد فيصل

د. بن راجح خير الدين

د. بن نجة محمد

### مقدمة :

"صدقي نور الدين 2004" بأنه ميل اللاعب إلى الكفاح نحو تحقيق هدف معين في الرياضة. (37:12)

إن المتبع لأحداث كرة القدم في الجزائر يلاحظ جليا أن التكوين يمر بمراحل صعبة ،وتكون النتيجة كارثية ،حيث أصبح التكوين سبه منعدم ماعدا في بعض الفرق الرياضية نظرا لأسباب مختلفة ،من بينها إغفال الجانب النفسي في عملية التدريب والتكوين ،فيرسم الناشئ أهدافا للمنافسة تكون نتيجة لتداخل مؤثرات معينة فظرة المدرب على ضرورة الفوز فقط أو أولياء وغيرها ،ثم مقدرته على مجابهة الضغوط النفسية كلها تؤدي لعدم وضوح الرؤية الصحيحة من نتائج المنافسة والسعي لتحقيقها .

وعلى الرغم من تباين وجهات نظر المختصين حول الفائدة من المنافسة الرياضية عند الناشئين إلا أنهم اتفقوا على ضرورة أن يكون النشء تحت رعاية قيادة واعية من مدربين و أولياء ومسيرين ما يضمن اكتساب الرياضي الناشئ خبرات رياضية إيجابية ويقلل من التأثير السلبي للمواقف الضاغطة للمنافسة.

وفي هذا الصدد يرى أسامة كامل راتب 1999 " أن أنجح وسيلة للتقليل من ضغوط المنافسة وزيادة تقدير الذات لدى الناشئين الرياضيين تكمن في محاولة المدرب والآباء إقناعهم أن قيمتهم لا ترتبط بالمكسب أو خسارة المسابقة (المباراة) ولكن بمدى كفاحهم لتحقيق الأهداف الشخصية الذي يسعون لتحقيقها. وعليه نعرض فيما يلي دور الفاعلين في المنافسة في توفير الرعاية الصحية للناشئ خلال المنافسات" (1:400).

لكن ما يلاحظ هو تسارع المسؤولين والمدربين المكلفين بالرياضة التنافسية للناشئين في الفرق الرياضية على تحقيق النتائج بصورة سريعة ،هذا ما انعكس على مستوى التكوين في المراحل السنوية المختلفة في الجزائر .

ومن خلال هذا كله نحاول في بحثنا هذا تسليط الضوء على توجه المنافسة الرياضية لناشئي كرة القدم في ظل مصادر الضغوط النفسية التي يتعرضون لها. وعليه نحاول الإجابة على التساؤل التالي: هل يتأثر توجه المنافسة الرياضية لأواسط كرة القدم في ظل مصادر الضغوط النفسية ؟

وعليه نطرح التساؤلات الفرعية التالية :

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير منصب اللعب ؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير الخبرة التنافسية ؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في توجه المنافسة بين الأواسط في كرة القدم حسب متغير الخبرة التنافسية ؟

إن عملية التدريب الرياضي عملية معقدة خاصة بالنسبة لشريحة الناشئين ،حيث يكون الناشئ في مواجهة دائمة لجملة من المشكلات والعوائق اليومية سواءا في التدريب أو في حياته الخاصة ،ويحاول التغلب عليها مما يؤدي ذلك إلى تنمية خبراته ،وتؤثر جوانب متعددة على الناشئ حتى يصبح جاهزا من بينها جوانب التدريب والجوانب النفسية والمحيط الذي يعيش فيه ،وكذا العلاقات التي تبناها في ظروف معينة ،وهناك بعض الظروف الأخرى كاتجاهات الوالدين ، وأهدافه المستقبلية .

إن انتظام الناشئ في العملية التدريبية يجعله يكتشف محيطا جديدا يكون التحضير فيه والتكوين سبيل لإمكانية التنافس الرسمي من خلال المشاركة في المباريات فيكون له ميل تنافسي ،ويعيش مراحل مختلفة وأشكال متنوعة من التنافس من خلالها يبني تصورات عن الأهداف الممكن تحقيقها من التنافس على المدى القصير أو المدى البعيد.

هذا ما يطلق عليه مصطلح توجه المنافسة فحسب صدقي نور الدين 2004 توجه المنافسة يعتبر جزء من دافعية الإنجاز يكون في توحيه توجه نحو هدف المهمة والتوجه نحو هدف الذات ، فتوجه نحو هدف المهمة التوجه نحو المهمة في الرياضة بأنه "توجه الفرد الرياضي نحو السيطرة على المهمة أو التحسن الشخصي نتيجة إدراكه لقدراته وهدف هذه القدرة وهذا يعكس بالنسبة له كفاءة عالية ونجاح شخصي" (13:245-246).

وحسب محمد حسن علاوي 2004 في حين أن التوجه نحو هدف الذات فيسميه أمس Ames (1984) بالهدف المركز نحو القدرة.(4:293). فإذا تبني الرياضي توجه هدف الذات فإنه يركز على مقارنة نفسه بالآخرين يسعى للتغلب عليهم وهزيمتهم وبالتالي فإنه سوف يشعر بأنه الأفضل في حالة الفوز (إدراك مرتفع للقدرة)، كما سيشعر بأنه ليس الأفضل وذلك في حالة الخسارة (إدراك منخفض للقدرة).

وبالتالي فنشئ الرياضي عند مشاركته في المنافسة الرياضية وخاصة رياضة كرة القدم يكون للجانب النفسي أثر كبير في تكوينه .

2- إشكالية البحث والحاجة إليها: يعتبر الناشئ الرياضي الحجر الأساسي الذي تبني عليه منظومة التدريب الشاملة ،من خلال تكوينه بخبرات تسمح له بمواجهة تحديات المنافسة ،ونفسيته تتأثر بدرجة كبيرة مقارنة بالمارسين في أعمار أخرى كالأكثر ،وأهدافه تختلف من منافسة لأخرى والتي يمكن تسميتها بتوجه المنافسة وهذا التأثير يظهر جليا في اهتمامه بنتائج المنافسة وقد عرفه

كما استخدم قائمة حالة الثقة الرياضية وقائمة حالة قلق المنافسة والتي تتضمن القلق المعرفي، القلق البدني و الثقة بالنفس و بطاقة مقننة لقياس أداء اللاعبين.

وتوصل الباحث إلى أن هناك ارتباط طردي بين توجه التنافسية وكلا من توجه الفوز، توجه الأداء.

و هناك ارتباط طردي بين توجه الأداء وتوجه النتيجة - توجه الفوز و توجه الهدف، القلق المعرفي و القلق البدني، الثقة بالنفس وحالة الثقة الرياضية. (11: 211-223)

**2-دراسة ابراهيم شعاعه 2005:** بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض جوانب الدافعية والانفعالية لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة المنيا " وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وبعض جوانب الدافعية متمثلة في الدافعية للإنجاز، والعلاقة بين الضغوط النفسية وبعض الجوانب الانفعالية متمثلة في القلق كحالة السلوك العدواني لدى ناشئ كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (100) ناشئ، وقام الباحث باستخدام مقياس للضغوط النفسية ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي ومقياس القلق كحالة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين الضغوط النفسية والدافع للإنجاز لدى ناشئ كرة القدم، وتوجد علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين الضغوط النفسية ومستوى الطموح لدى ناشئ كرة القدم، وتوجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين الضغوط النفسية والقلق كحالة، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى ناشئ كرة القدم (3:2002).

**3-دراسة غادة أحمد 2009:** بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في ضوء متغير الجنس ونوع المسابقة" وهدفت الدراسة للتعرف إلى الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى وذلك في ضوء متغيرات الجنس ونوع المسابقة، اختارت الباحثة عينة الدراسة من بين اللاعبين المسجلين في الاتحاد المصري لألعاب القوى والبالغ عددهم (200) لاعبا ولعبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، نظرا لمناسبته لأهداف وفروض الدراسة، ولتطبيق الدراسة تم استخدام مقياس الضغوط النفسية للاعبين ألعاب القوى من إعداد الباحثة ومقياس دافعية الإنجاز، وبعد جمع البيانات وتحليلها أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في الضغوط النفسية تعزى لنوع المسابقة ولصالح اللاعبات، وإلى وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس، وأشارت الدراسة إلى وجود ارتباط عكسي دال إحصائيا بين دافع إنجاز النجاح والضعف النفسية، وبين دافع تجنب الفشل والضعف النفسية لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى (14)

4- هل تؤثر مصادر الضغوط النفسية على توجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم؟

### 3-الفرضية العامة:

- يتأثر توجه المنافسة الرياضية سلبيا في ظل مصادر الضغوط النفسية لأواسط كرة القدم.

### الفرضيات الفرعية :

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير منصب اللعب.

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير الخبرة التنافسية.

3- توجد فروق ذات دلالة احصائية في توجه المنافسة بين الأواسط في كرة القدم حسب متغير الخبرة التنافسية.

4- تؤثر مصادر الضغوط النفسية سلبيا على توجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم

### 4-أهداف البحث:

1-التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى الأواسط في كرة القدم .

2- التعرف على نوع توجه المنافسة لدى الأواسط في كرة القدم .

3-إدراك العلاقة بين مصادر الضغوط النفسية وتوجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم.

### 5-مصطلحات الدراسة :

**مصادر الضغوط النفسية:** تمثل المصادر في ضغوط المنافسة وضغوط التدريب الزائد وضغوط الاتصال مع المدرب وضغوط الاهتمامات الأسرية وضغوط تنظيم وقت الناشئ للمشاركة في المنافسة الرياضية .

**توجه المنافسة:** هو ميل الناشئ لتحقيق أداء أفضل أثناء المنافسة أو محاولة تحقيق التفوق (النتيجة) دون الأخذ بعين الاعتبار الأداء.

### 6-الدراسات السابقة والمشابهة :

1-دراسة صفاء صالح حسين (2001) بعنوان "علاقة التوجه الرياضي التنافسي بالثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبات الكاراتيه".

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين التوجه الرياضي التنافسي بنوعيه (الأداء والنتيجة) وكلا من الثقة بالنفس وحالة القلق المنافسة ومستوى الأداء لاعبات الكاراتيه الدرجة الأولى.

اتباع الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واشتمل مجتمع البحث على 48 لاعبة كاراتيه الدرجة الأولى، واستخدم الباحث استخبار التوجه الرياضي من إعداد ديانا جيل الذي يتضمن أبعاد ثلاث توجه التنافسية، توجه الهدف، توجه الفوز و اختبار التوجه التنافسي الذي يهدف إلى التعرف على درجة توجه اللاعب نحو الأداء أو التوجه نحو النتيجة.

- 7-منهجية وأدوات البحث :  
1-1 منهج البحث :تم الاعتماد على المنهج مسحي بالطريقة الوصفية حيث يعتبر المناسب لدراسة متغيرات البحث .  
2-7-عينة البحث :شملت عينة الباحث أواسط كرة القدم (17-19)سنة الناشطين في بطولة القسم الوطني الاول وعددهم 70 ناشئا بنسبة مقدرة ب17.5% من المجتمع الأصلي .

### جدول رقم (1) يوضح مواصفات العينة

العدد	مواصفات العينة	
42	أقل من 4سنوات	سنوات الممارسة
28	أكثر من 5سنوات	
18	مدافع	منصب اللعب
25	وسط ميدان	
17	مهاجم	
70	المجموع	

لقياس متغير توجهات أهداف الإنجاز اختار الباحث مقياس إدراك النجاح الذي قام بتصميمه "هربرت مارش Marsh" بهدف قياس توجهات دافعية الإنجاز نحو كل من هدف الذات و هدف المهمة في المجال الرياضي، حيث يشار إلى هذان البعدين في هذا المقياس على التوالي بهدف التنافسية و هدف التمكن. (219:7)

يحتوي مقياس إدراك النجاح على 14 عبارة، ستة عبارات تمثل توجه التنافسية، أما العبارات الثانية الأخرى فتمثل بعد التمكن أو التفوق. يقوم اللاعب بالإجابة على عبارات المقياس على ميزان تقدير خاسي على النحو التالي: بدرجة كبيرة جدا: (5)درجات، بدرجة كبيرة: (4)درجات، بدرجة متوسطة: (3)درجات، بدرجة قليلة: (2)درجة، بدرجة قليلة جدا: (1)درجة.

و أرقام العبارات الخاصة ببعدي المقياس:  
توجه التمكن: 4،5،7،8،9،12،13،14

توجه التنافسية: 1،2،3،6،10،11

4-7-الأسس العلمية لأدوات البحث :تم التأكد من الأسس العلمية لأدوات البحث من خلال حساب الثبات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه ومن ثم حساب الصدق الناتي الذي هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات والجدول رقم (2) يوضح ذلك:

### 3-7-أدوات البحث :

1-3-7-استبيان مصادر الضغوط النفسية :تم استعمال استبيان مصادر الضغوط النفسية والتي تم إعداده من طرف الباحثان والذي يتكون من 40 عبارة موزعة على خمسة محاور :  
المحور الأول : ضغوط قبل و أثناء و بعد المنافسة وعباراتها ( 10 ، 15 ، 21 ، 28،34،36،39

المحور الثاني : ضغوط الاتصال بين المدرب و الناشئ قبل و أثناء و بعد المنافسة وعباراتها ( 2 ، 5 ، 7 ، 12 ، 16 ، 29،33،35،  
المحور الثالث : ضغوط الحمل الزائد و بداية المنافسة الرياضية في سن مبكر وعباراتها( 17 ، 19 ، 22 ، 24 ، 25 ، 26 ، 27 ، 40،

المحور الرابع : ضغوط الاهتمام بالمكسب و اتجاهات الأسرة نحو مواقف المنافسة وعباراتها( 3) ، 8 ، 13 ، 30، 31 ، 32، 37،38.

المحور الخامس : ضغوط تنظيم وقت الناشئ للمشاركة في المنافسة وعباراتها( 4) ، 6 ، 9 ، 11 ، 14 ، 18 ، 20 ، 23).  
يقوم اللاعب بالإجابة على عبارات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي على النحو التالي: بدرجة غالبا: (3)درجات، أحيانا: (2)درجات، نادرا: (1)درجة.

2-3-7-مقياس توجه المنافسة :سيتم استخدام مقياس إدراك النجاح لهربرت مارش Marsh (1994)

جدول رقم (2)

معامل الصدق الذاتي للأداة	معامل ثبات الاستبيان	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	القائمة
0.88	0.79	0.05	08	10	استبيان مصادر الضغوط النفسية
0.94	0.90	0.05	08	10	مقياس توجه المنافسة

من خلال هذا الجدول نستنتج أن أدوات البحث تتميز بدرجة عالية من الصدق، والثبات .

5-7-الوسائل الاحصائية المستعملة : تم الاعتماد على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ،معامل الارتباط لبيرسون ،ت استودنت ،اختبار فيشر .  
8-مناقشة النتائج :  
1-8-مناقشة نتائج التساؤل الأول: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير منصب اللعب ؟

الجدول رقم (3) يبين قيم F المحسوبة في استبيان مصادر الضغوط النفسية لدى أواسط كرة القدم حسب منصب اللعب

المتغير	عدد سنوات الممارسة الرياضية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
المحور الأول	مدافع	28	6.88	1.78	3.24	0.05	3.14
	وسط ميدان	25	7.63	1.29			
	مهاجم	17	7.07	1.90			
المحور الثاني	مدافع	28	7.78	2.17	6.94	0.05	3.14
	وسط ميدان	25	7.03	2.15			
	مهاجم	17	6.46	1.98			
المحور الثالث	مدافع	28	13.16	3.18	4.51	0.05	3.14
	وسط ميدان	25	12.37	2.68			
	مهاجم	17	11.64	2.14			
المحور الرابع	مدافع	28	5.6	1.38	2.36	0.05	3.14
	وسط ميدان	25	5.6	2.01			
المحور الخامس	مهاجم	17	5.37	1.2	5.37	0.05	3.14
	مدافع	28	14.32	3.06			
	وسط ميدان	25	14.49	3.12			
	مهاجم	17	12.85	3.03			

وهذا وترتبط المنافسات الرياضية بكثير من المواقف الانفعالية المتعددة والتي تتميز بقوتها وشدتها، كما تتميز بمحورها في حضور عدد غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة اليومية " (30:5) وهذا ما يجعل متوسط الميدان يكون على عاتقه مسؤولية كبيرة في نتائج المنافسة ، وفي المحور الثاني والمحور الثالث لصالح المدافع حيث إن هناك ضغوط اتصال بين المدرب و الناشئ قبل و أثناء و بعد المنافسة حيث المدافع يعتبر المسؤول عن أي إخفاق في النتيجة وتلقي عدد كبير من الأهداف ، وبالتالي فهو يبذل جهد كبير أثناء التدريبات ، وحسب أسامة كامل راتب 2001" حيث أن من أهم مصادر الضغوط نفسية هي بداية التدريب والمنافسة في عمر مبكر ، والارتفاع المبالغ فيه لحمل التدريب حيث أن ضغوط التدريب عادة ما تفوق إمكاناته البدنية ولا تلي حاجاته النفسية ، خاصة إذا لم يتدرب هذا النشء الصغير تحت إشراف تربيوي جيد ، كما أكدت نتائج الدراسات والخبرات العلمية أن أحد الأسباب الهامة للاحتراق الرياضي هي عدم وجود فترات راحة مناسبة تسمح للنشء باستعادة الشفاء واستجاع القوى بعد ضغوط التدريب أو المنافسة " (2:403-404) ومن خلال كل هذا نستطيع القول أن فرضية البحث الأولى القائلة " توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير منصب اللعب" قد تحققت .

**2-8 مناقشة نتائج التساؤل الثاني :** هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير الخبرة التنافسية؟ الجدول رقم (4) يبين قيمة ت المحسوبة بين الأواسط في مصادر الضغوط النفسية حسب متغير الخبرة التنافسية .

المتغير	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	ت
المحور الأول	أقل من 4 سنوات	42	19.68	1.69	19	20.56
	أكثر من 5 سنوات	28	13.58	2.22	13.5	
المحور الثاني	أقل من 4 سنوات	42	17.08	2.76	17	9.98
	أكثر من 5 سنوات	28	13.28	1.91	13	
المحور الثالث	أقل من 4 سنوات	42	19.41	3.28	20	5.63
	أكثر من 5 سنوات	28	16.44	3.41	16	
المحور الرابع	أقل من 4 سنوات	42	17.52	1.72	18	6.35
	أكثر من 5 سنوات	28	15.88	1.58	16	
المحور الخامس	أقل من 4 سنوات	42	17.81	5.88	17	3.76
	أكثر من 5 سنوات	28	14.7	4.40	15	

ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05

من خلال الجدول (3) الموضح أعلاه :

بالنسبة للمحور الأول: فكانت قيمة F المحسوبة 3.24 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدر ب 3.06 عند مستوى الدلالة 0.05 عند درجة الحرية (2,67) مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة لصالح منصب وسط الميدان .

بالنسبة للمحور الثاني : فكانت قيمة F المحسوبة 6.94 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدر ب 3.06 عند مستوى الدلالة 0.05 عند درجة الحرية (2,67) مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة لصالح منصب مدافع.

بالنسبة للمحور الثالث : فكانت قيمة F المحسوبة 4.51 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدر ب 3.06 عند مستوى الدلالة 0.05 عند درجة الحرية (2,67) مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة لصالح منصب مدافع.

بالنسبة للمحور الرابع : فكانت قيمة F المحسوبة 2.36 وهي أقل من قيمة F الجدولية المقدر ب 3.06 عند مستوى الدلالة 0.05 عند درجة الحرية (2,67) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة.

بالنسبة للمحور الخامس : فكانت قيمة F المحسوبة 5.37 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدر ب 3.06 عند مستوى الدلالة 0.05 عند درجة الحرية (2,67) مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة لصالح منصب وسط الميدان .

**مناقشة النتائج:** يرى الباحثون أن متطلبات منصب اللعب تجعل لكل منصب خصائص نفسية معينة، وهذا ما وجدناه حيث كان هناك مصادر للضغوط مرتفعة لوسط الميدان في المحور الأول والخامس حيث حسب محمد حسن علاوي 1998" أن المنافسات الرياضية تتطلب ضرورة استخدام الفرد لأقصى قدراته النفسية والبدنية لمحاولة تسجيل أحسن مستوى ممكن

بين أوساط كرة القدم الممارسين لأقل من 4 سنوات والممارسين لأكثر من 5 سنوات لصالح أوساط أقل من 4 سنوات في جميع محاور استبيان مصادر الضغوط النفسية حيث يرى الباحثون أن نقص الخبرة لدى الأوساط تجعلهم يقعون تحت ضغوط مختلفة نظرا لعدم قدرتهم على المواجهة ونقص الفاعلية في حل المشكلات التي تواجههم كما أن كرة القدم تستمر منافستها مدة أطول، وبالتالي تتطلب مقدرة بدنية ونفسية عالية من الناشئ، كما أن طبيعة المنافسة الرياضية للناشئين لها تأثير فحسب بنجامين جيمس ودافيد كولين Benjamine James, David Colins 1997 " فالمنافسة الرياضية تعتبر موقف اختبار أو تقييم لقدرات اللاعب سواء كانت هذه المنافسات ودية أو منافسات رسمية فهي تتميز بالشدة العالية، ويدرك الناشئ أن قيمته وتقديره من قبل الآخرين يتحدد في ضوء مدى الفوز أو المكسب في المنافسة مع أن المنافسة ونتائجها غير مأمونة دائما وأن الفوز عادة هو نصيب العدد القليل وأن المنافسة عندئذ تمثل خبرة فشل ومصدرا سلبيا لزيادة الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة لدى الرياضيين الناشئين". (15:15-37) وتتميز المنافسات الرياضية لكرة القدم بحدوثها في حضور جماهير المشاهدين فبرى محمد حسن علاوي 1998" ويختلف تأثير المشاهدين على الرياضيين طبقا للعديد من العوامل، كما أن العديد من الرياضيين يضعون لعامل الجمهور أو المشاهدين الكثير من الاعتبار وما لهذا الاعتبار من عبء ثقيل وضغوط شديدة على الرياضي بجانب الأعباء الأخرى". (26:6)

- ووجدنا أن أوساط أقل من 4 سنوات يتميزون بدرجة عالية من الضغوط النفسية في المحور الثاني ضغوط الاتصال بين المدرب و الناشئ قبل و أثناء و بعد المنافسة حيث يرى محمد حسن علاوي 1998 "أن أهم الضغوط التي تقع على اللاعب هو أسلوب تعامل المدرب مع اللاعب ومطالبة الجهاز الفني والإداري بتحقيق متطلبات تفوق قدرته واستطاعته " (26:6) وفي المحور الثالث ضغوط الحمل الزائد و بداية المنافسة الرياضية في سن مبكر وفي المحور الرابع ضغوط الاهتمام بالمكسب و اتجاهات الأسرة نحو مواقف المنافسة وفي المحور الخامس ضغوط تنظيم وقت الناشئ للمشاركة في المنافسة حيث أوساط كرة القدم يكون تحت عدد المباريات التي يجربها يكون أكثر، والتي تتطلب تدريب أطول أي لفترات طويلة وحجم ساعي أكبر، وهذا ما يجعله معرض لتعب بدني مستمر، و صراع دائم من إرضاء الآخرين أثناء ممارسته ومن أجل تنظيم وقته، وبالتالي يكون عرضة لضغوط نفسية كثيرة .

من خلال الجدول الأول أعلاه :

- بالنسبة للمحور الأول : ضغوط قبل و أثناء و بعد المنافسة الرياضية وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 20.56 عند درجة حرية 68 ، و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 .

كما يعني وجود فرق دالة إحصائية في الضغوط قبل و أثناء و بعد المنافسة الرياضية بين مجموعة أقل من 4 سنوات ومجموعة أكثر من 5 سنوات لصالح مجموعة أقل من 4 سنوات .

- بالنسبة للمحور الثاني : ضغوط الاتصال بين المدرب و الناشئ قبل و أثناء و بعد المنافسة .

- وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 9.98 عند درجة حرية 68 ، و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 مما يعني وجود فرق دلالة إحصائية في ضغوط الاتصال بين المدرب و الناشئ قبل و أثناء و بعد المنافسة بين مجموعة أقل من 4 سنوات ومجموعة أكثر من 5 سنوات لصالح مجموعة أقل من 4 سنوات

- بالنسبة للمحور الثالث : ضغوط العمل الزائد و بداية المنافسة الرياضية في سن مبكر .

وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 5.63 عند درجة حرية 68 ، و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 مما يعني وجود فرق دال إحصائيا في ضغوط الحمل الزائد و بداية المنافسة الرياضية في سن مبكر بين مجموعة أقل من 4 سنوات ومجموعة أكثر من 5 سنوات لصالح مجموعة أقل من 4 سنوات.

- بالنسبة للمحور الرابع : ضغوط الاهتمام بالمكسب و اتجاهات الأسرة نحو مواقف المنافسة .

وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 6.35 عند درجة حرية 68 ، و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 . مما يعني وجود فرق دال إحصائيا في ضغوط الاهتمام بالمكسب و اتجاهات الأسرة نحو مواقف المنافسة بين مجموعة أقل من 4 سنوات ومجموعة أكثر من 5 سنوات لصالح مجموعة أقل من 4 سنوات.

- بالنسبة للمحور الخامس : ضغوط تنظيم وقت الناشئ للمشاركة في المنافسة الرياضية .

وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 3.76 عند درجة حرية 68 ، و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 مما يعني وجود فرق دال إحصائيا في ضغوط تنظيم وقت الناشئ للمشاركة في المنافسة الرياضية بين مجموعة أقل من 4 سنوات ومجموعة أكثر من 5 سنوات لصالح مجموعة أقل من 4 سنوات.

مناقشة النتائج : - من خلال كل ما سبق اتضح للباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية



ومن خلال كل ماسبق نستطيع القول أن فرضية البحث الثانية القائلة " توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر ضغوط المنافسة بين الأواسط حسب متغير الخبرة التنافسية" قد تحققت

**3-8 مناقشة نتائج التساؤل الثالث:** هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في توجه المنافسة بين الأواسط في كرة القدم حسب متغير الخبرة التنافسية ؟

حيث يشير كل من أورهووزن Urhausen و جاريل Gabril وكندريمان 1995Kinderman وأن هناك مصادر للضغوط النفسية وأهمها ضغوط مرتبطة بحمل التدريب ،ضغوط مرتبطة بالأسرة والمساندة الاجتماعية ،ضغوط خاصة بحياة الرياضي نفسه حيث الناشئ الرياضي يرتبط بواجبات أخرى غير التدريب والمنافسة كالدراسة وضغوط مرتبطة بعلاقة الرياضي بالمدرّب والآخريين.(16:4-9)

#### الجدول رقم (5) يبين قيمة ت المحسوبة بين الأواسط في توجه المنافسة حسب متغير الخبرة التنافسية .

المتغير	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت
توجه التمكن	أقل من 4سنوات	42	28.66	1.23	7.45
	أكثر من 5سنوات	28	31.12	1.80	
توجه التنافسية	أقل من 4سنوات	42	25.13	2.08	2.91
	أكثر من 5سنوات	28	26.44	1.63	
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من 4سنوات	42	55.14	1.39	6.01
	أكثر من 5سنوات	28	58.33	3.29	

ت الجدولية =1.96 عند درجة حرية 68 ومستوى دلالة 0.05

#### من خلال الجدول الموضح أعلاه :

بالنسبة لبعد توجه التنافسية :وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 2.91 عند درجة حرية 68 و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 .

بما يعني وجود فرق دال إحصائياً في بعد توجه التنافسية بين الأواسط أقل من 4سنوات وأكثر من 5سنوات لصالح الأواسط أكثر من 5سنوات ويرى الباحثون أن توجه التنافسية يمثل الرغبة في التفوق والبروز وبالتالي تحقيق للذات أي الناشئ الرياضي يقارن نفسه بالآخرين ،وهذا ما وجدناه لدى الأواسط الممارسين أكثر من 5سنوات حيث مع تقدم العمر والتي تقابل مرحلة المراهقة يسعى للتفوق وإشباع حاجاته من خلال تحقيق الفوز والذي بدوره يكون فرصة مناسبة لإبراز الذات .

بالنسبة للدرجة الكلية لتوجه المنافسة : وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 6.01 عند درجة حرية 68 و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 .

بما يعني وجود فرق دال إحصائياً في توجه المنافسة بين الأواسط أقل من 4سنوات وأكثر من 5سنوات لصالح الأواسط أكثر من 5سنوات

وهذا ما تؤكد نظرية توجهات أهداف الانجاز لنيكولس "Nicolls (1984، 1989) "الذي يفترض وجود اختلافات بين الأفراد في التوجه الدافعي في مواقف الانجاز، إذ يوجد من الأفراد من يتبنون هدف أو توجه ذات وآخرون يتبنون هدف أو توجه المهمة (178:9)، وهذا ما وجدناه في دراستنا حيث تلعب كمية المكتسبات التي تحصل عليها الناشئ خلال سنوات الممارسة دوراً في توجيه لمحاولة التوفيق بين الأداء الجيد وتحقيق التفوق .

بالنسبة لبعد توجه التمكن :وجدت أن ت المحسوبة مساوية ل 7.45 عند درجة حرية 68 و هي أكبر من ت الجدولية المقدر ب 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 .بما يعني وجود فرق دال إحصائياً في بعد توجه التمكن بين الناشئين أقل من 4سنوات وأكثر من 5سنوات لصالح الأواسط أكثر من 5سنوات .

ويرى الباحث أن اللاعبين مع مرور الوقت تزداد لديه الخبرة والتي تعني القدرة على مواجهة التحديات والعواقب باقتصادية كبيرة في الجهد والوقت أي يكتسب خبرات جديدة وهذا لأن الناشئ مع الاستمرار في ممارسة كرة القدم يهتم بتطوير الأداء الخاص به من خلال التحكم في النواحي البدنية والمهارية والخطوية أكثر من الناشئ الذي لديه سنوات ممارسة قليلة .

وحسب "Jacque la rue et autres" يمثل التوجه نحو هدف التمكن (المهمة) سعي الفرد للتحكم في مهارة معينة ومحاولة تحسين أدائه ونتائج الشخصية السابقة من دون محاولة مقارنتها بأقرانه فهو بذلك يتجنب المقارنة الاجتماعية. (17:433) هذا ما يعني أن إدراك القدرة بالنسبة للفرد الموجه نحو هدف المهمة مبني على تحسين الأداء الشخصي والتحكم في المهارات المطلوبة.

وحسب "صديقي نور الدين" يعتبر توجه التمكن توجه الفرد الرياضي نحو السيطرة على المهمة أو التحسن الشخصي نتيجة إدراكه لقدراته وهدف هذه القدرة وهذا يعكس بالنسبة له كفاءة عالية ونجاح شخصي". (12:128) وهذا ما يتم من خلال الممارسة المستمرة لسنوات أكثر بالنسبة للناشئ حيث يهدف مرحلة الإنتقان والتحكم.

أن فرضية البحث الثالثة القائلة " توجد فروق ذات دلالة احصائية في توجه المنافسة بين الأواسط في كرة القدم حسب متغير الخبرة التنافسية " قد تحققت .

4-مناقشة نتائج التساؤل الرابع: هل تؤثر مصادر الضغوط النفسية على توجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم؟ الجدول رقم (6) يبين قيمة العلاقة الارتباطية بين مصادر الضغوط النفسية و توجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم

كما أن هناك دراسات كدراسة بيرتون "Burton" 1989، الذي يعتبر أن هناك نوعان من اللاعبين، لاعبون موجهون نحو النتيجة وهم أولئك اللاعبين الذين يفضلون وضع أهداف ترتبط مباشرة بالنتيجة و يفكرون في الفوز و الهزيمة بغض النظر عن التأكد على الأداء، و لاعبون موجهون نحو الأداء (التمكن) وهم اللاعبون الذين يميلون إلى التفكير في جودة الأداء و المهارات و انجاز المهارات الخطئية بغض النظر عن النتيجة. (166:8) وبالتالي فتوجه المنافسة يختلف حسب سنوات الممارسة بين الناشئين في كرة القدم، ومن خلال كل ماسبق نستطيع القول

محاور مصادر الضغوط النفسية	حجم العينة ن	قيمة معامل الارتباط "ر" بين توجه التنافسية و محاور مصادر الضغوط النفسية	"ر" الجدولية	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	نوع العلاقة	الدلالة الإحصائية
المحور الأول	70	-0.63	0.232	69	0.05	عكسية	دال
المحور الثاني		-0.40				عكسية	دال
المحور الثالث		0.20				طردية	غير دال
المحور الرابع		-0.55				عكسية	دال
المحور الخامس		-0.43				عكسية	دال

-من خلال الجدول أعلاه رقم(6) الذي يبين العلاقة الارتباطية بين توجه المنافسة ومحاور مصادر الضغوط

النفسية لدى الأواسط في كرة القدم تحصلنا على النتائج التالية :

\*توجه المنافسة مع محاور مصادر الضغوط النفسية :

-لقد بلغ معامل الارتباط بين توجه المنافسة والمحور الأول (-0.63) وهي قيمة أكبر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.232) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا .

- لقد بلغ معامل الارتباط بين توجه المنافسة والمحور الثاني (-0.40) وهي قيمة أكبر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.232) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا .

- لقد بلغ معامل الارتباط بين توجه المنافسة و المحور الثالث (0.20) وهي قيمة أقل من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.232) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني عدم وجود علاقة ارتباطية غير دالة احصائيا .

-لقد بلغ معامل الارتباط بين توجه المنافسة والمحور الرابع (-0.55) وهي قيمة أكبر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.232) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا .

-لقد بلغ معامل الارتباط بين توجه المنافسة والمحور الخامس (-0.43) وهي قيمة أكبر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.232) عند

مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا .

ويرى الباحثون أن توجه المنافسة من خلال محاولة التفوق أو تحسين الأداء والتحكم فيه يتأثر بمصادر الضغوط النفسية، فالتوجه التنافسي حسب "عبد العزيز عبد المجيد 2005" بأنه نزعة الفرد للكفاح نحو إحراز نمط معين من الأهداف في الرياضة، حيث يعكس هذا التوجه إيمان الرياضي بأن تحقيق هدف معين يظهر الكفاءة النجاح"، (10:296) فمحاولة التفوق تعتبر هدف كل رياضي وهذا الهدف يصعب تحقيقه في كل مرة لأن مواقف وظروف المنافسة تختلف من مباراة إلى مباراة ومن شوط إلى شوط ومن مكان إلى مكان، وتختلف الضغوط من حيث مصدرها ونوعها ومستواها فإذا تعرض الناشئ لضغوط مختلفة سيجعله ذلك يقاوم هذه الضغوط وتجعله متردد في اختيار التوجه التنافسي المناسب وبالتالي يميل لتحقيق توجه هدف الذات أو النتيجة ولا يكون له نظرة مستقبلية لتطور مستواه، كما أن دور المدرب يلعب دور كبير في ذلك، فالقيادة الرشيدة تساعد الناشئ وتوجهه لاختيار الهدف المناسب من المنافسة حسب عمر ومستوى الناشئ، واحتراما لمساره التكويني .

- 3-ابراهيم شحاته، الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض جوانب الدافعية والانفعالية لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة المنيا، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة المنيا، مصر 2002
- 4- محمد حسن علاوي، مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004، ص293
- 5- محمد حسن علاوي. سيكولوجية التدريب والمنافسات. دار الفكر العربي القاهرة. 1998. ص30
- 6- محمد حسن علاوي. سيكولوجية التدريب والمنافسات. دار الفكر العربي القاهرة. 1998. ص26
- 7- محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1؛ القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1998.
- 8- محمود عبد الفتاح عدنان، سيكولوجية التربية البدنية والرياضية النظرية و التطبيق و التجريب، دارالفكر العربي، القاهرة، 1995
- 9- عبد الحفيظ إخلاص وباهي مصطفى، الاجتماع الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة 2001.
- 10- عبد العزيز عبد المجيد محمد، سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي، ط1؛ القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 2005.
- 11- صفاء صالح حسين، علاقة التوجه الرياضي التنافسي بالثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبات الكاراتيه، المؤتمر العلمي الدولي "الرياضة والعولمة"، المجلد الأول، 2001، كلية التربية البدنية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، ص 211-223.
- 12- صدقي نور الدين، علم النفس الرياضة، ط1، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية 2004
- 13- صدوقي، نور الدين، علم النفس الرياضة المفاهيم النظرية- التوجيه والإرشاد-القياس، مكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية 2004، ص245-246،
- 14- غادة أحمد، الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في ضوء الجنس ونوع المسابقة، المؤتمر العلمي الثالث عشر، (التربية البدنية والرياضية-تحديات الألفية)م1، مصر 2009.
- المراجع باللغة الأجنبية :
- 15- Self Benjamin James, David Colins. presentational Sources of Competitive.Stress During performance. Journal sport a Exercices Psychology, Vol.19 Mar.1997, pp17-35
- 16- Urhausen, Gabriel, Kinderman: Blood Hormone as -16 markes of Training stress and overtraining 4,9-14.1995
- 17- Jacque la rue et autres, Manuel de psychologie du sport.(paris: Ed revues EPS,2004)

- كما تناقضت دراستنا مع دراسة صفاء صالح حسين (2001) بعنوان "علاقة التوجه الرياضي التنافسي بالثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبات الكاراتيه" حيث وجد هناك ارتباط طردي بين توجه الأداء وتوجه النتيجة - توجه الفوز و توجه الهدف، القلق المعرفي و القلق البدني، الثقة بالنفس وحالة الثقة الرياضية.
- وتأكدت نتائج دراستنا مع دراسة ابراهيم شحاته 2005: بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض جوانب الدافعية والانفعالية لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة المنيا" حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين الضغوط النفسية والدافع للإنجاز لدى ناشئ كرة القدم.
- وكذلك تأكدت دراستنا مع دراسة غادة أحمد 2009: بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في ضوء متغير الجنس ونوع المسابقة" حيث أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً بين دافع إنجاز النجاح والضغط النفسي، وبين دافع تجنب الفشل والضغط النفسي لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى.
- ومن خلال كل ما سبق نستطيع القول أن فرضية البحث الرابعة القائلة " تؤثر مصادر الضغوط النفسية سلباً على توجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم" قد تحققت .
- ومن خلال الفرضيات الفرعية نستطيع القول أن الفرضية العامة القائلة " يتأثر توجه المنافسة الرياضية سلباً في ظل مصادر الضغوط النفسية لأواسط كرة القدم".

#### 9-الاستنتاجات:

- من خلال الدراسة الحالية تم التوصل إلى أن :
- 1-تختلف مصادر الضغوط النفسية بين أواسط كرة القدم حسب متغير منصب اللعب لصالح المدافعين في المحور الثاني والثالث، ولصالح وسط الميدان في المحور الأول والمحور الخامس.
- 2- تختلف مصادر الضغوط النفسية بين أواسط كرة القدم في جميع محاور مصادر الضغوط النفسية حسب متغير الخبرة التنافسية لصالح مجموعة أقل من 4سنوات.
- 3-يختلف توجه المنافسة بين أواسط كرة القدم أقل من 4سنوات وأكثر من 5سنوات لصالح الأواسط أكثر من 5سنوات .
- 4- تؤثر مصادر الضغوط النفسية سلباً على توجه المنافسة الرياضية لدى أواسط كرة القدم.

#### المراجع:

- 1-أسامة كامل راتب، النمو الحركي - مدخل للنمو المتكامل للطفل و المراهق- دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص400.
- 2- أسامة كامل راتب. الإعداد النفسي للناشئين. دار الفكر العربي. القاهرة. 2001. ص 403، 404 .

## تأثير برنامج تعليمي مقترح على تنمية بعض الصفات المهارية للمبتدئين في كرة الماء بطرابلس

د. أحمد كامل حسنين

د. عمران الحصري

د. جمال سوندي يخلف

## المقدمة

تعلم المهارات الأساسية في كرة الماء ، مما يسهل من مزاولتها داخل ليبيا والعمل على انتشارها سواء على المستوى الترفيهي أو التنافسي .

## أهداف البحث :

يهدف البحث إلى معرفة تأثير البرنامج التعليمي المقترح على تنمية بعض الصفات المهارية للمبتدئين في كرة الماء بطرابلس .

## فروض البحث :

توجد فروق دالة إحصائية في مستوى نمو بعض الصفات المهارية للمبتدئين في كرة الماء بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي .

## المصطلحات المستخدمة في البحث :

البرنامج التعليمي : هو " البرنامج الذي يوضع لتعليم المبتدئين المهارات الحركية للعبة كرة الماء

، بما يضمن تحقيق الأهداف العامة واستمرارية ممارستها في الحاضر والمستقبل " . (10 : 197)

الصفات المهارية : هي " الحركات الهادفة والاقتصادية التي تسمح باستمرار اللعب في مواقف متعددة بطريقة قانونية سواء بمهارات هجومية أو دفاعية " . (13 : 48)

المبتدئين في كرة الماء : هم " الذين لا يجيدون أداء المهارات الأساسية في كرة الماء ، ولم تسنح لهم الفرصة للمرور بالخبرة التعليمية لكرة الماء " . (12 : 33)

الرمية المحايدة : هي قيام الحكم برمي الكرة بعد احتسابه لخطأ عند ارتكاب لاعب أو أكثر من كلا الفريقين في نفس اللحظة وتعذر على الحكم تحديد اللاعب الذي ارتكب الخطأ أولاً أو عندما يحتسب كل حكم من الحكّمين في نفس اللحظة خطأ مخالف للآخر وتكون برمي الكرة بين لاعبي الفريقين في منطقة محايدة في مكان وقوع الخطأ . (15 : 25)

## إجراءات البحث :

## منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي باستخدام مجموعة واحدة بتطبيق القياس القبلي والقياس البعدي للملاءمة وطبيعة هذا البحث . (9 : 67)

## مجمع عينة البحث :

تبلغ عينة البحث (20) سباحاً من إجمالي (40) سباحاً أعمار (12-13) سنة من الأندية البحرية بمدينة طرابلس .

## الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:-

## أ- الأدوات :

1- استشارة ترشيح الاختبارات .

تعدّ الرياضات المائية المتمثلة في السباحة والغطس وكرة الماء والباليه المائي والانزلاق على الماء وإلى غير ذلك من الأنشطة التي تلتقي اهتماماً بالغاً من قبل الدول نظراً لاحتلالها مكانة محمّمة ضمن الألعاب الأولمبية ، وكرة الماء إحدى تلك الرياضات التي تمتاز بمتمعة تسجيل الأهداف مما يزيد تشويقاً وإقبالاً عند ممارستها .

وقد أشار محمود ناصف وأسامة راتب (1985) بأن : الدلائل التاريخية تشير إلى أن لعبة كرة الماء من الرياضات التي تشملها الكثير من التعديل والتغير منذ نشأتها الأولى حتى وصلت إلى وضعها الحالي كرياضة أولمبية لها قواعدها وقوانينها الخاصة بها والمميزة لها من سائر الرياضات الأخرى . (15:15)

كما ذكر إسماعيل البيك ( 1982 ) ان : كرة الماء أول رياضة جماعية تدخل ضمن البرنامج الأولمبي وذلك بصفة استعراضية في الدورة الأولمبية الثانية التي أقيمت بباريس ( 4 : 19 ) وقد ذكر الاتحاد الدولي للسباحة 2002

FederationInternational De Natation (FINA)

Amatur أن المباراة في كرة الماء تتكون من أربعة أشواط مدة كل شوط سبع دقائق يتبادل الفريقان أماكنهما قبل بداية كل شوط وتعطي دقيقتان للراحة بين الأشواط . (18 : 157)

ولقد أوضح ممدوح الشناوي (1995) أن المهارات الخاصة بكرة الماء تنقسم إلى :-

- 1- مهارات السباحة بالكرة ومن دون الكرة .
- 2- مهارات أساسية بالكرة .
- 3- مهارات اللعب الفعلية بالكرة ومن دون كرة ( المهارات الخاصة ) . ( 17 : 28 - 34 )

## مشكلة البحث :

لهذا اتضح للباحثين أهمية البرامج التعليمية وعدم وجود إدراج نشاط كرة الماء ضمن أنشطة الاتحاد نظراً لعدم وجود خطة مقننة ، ومن خلال إطلاع الباحث على شبكة المعلومات ( الإنترنت ) والبحوث التي أجريت في كرة الماء ، وجد افتقار الدراسات للبرامج التعليمية المقننة في لعبة كرة الماء ، الأمر الذي حث الباحثون لوضع برنامج تعليمي مقترح ومدى تأثيره على تنمية بعض الصفات المهارية للمبتدئين في كرة الماء بطرابلس .

## أهمية البحث :-

تعدّ هذه الدراسة أحد الإضافات في مجال الرياضات المائية نظراً لقلّة الأبحاث والمراجع العلمية في هذا المجال والتي تساعد على

- 2- استشارة استطلاع رأي الخبراء لوضع محتويات البرنامج  
3- حوض السباحة .  
4- ساعة إيقاف Stopwatch .  
5- الصافرة .  
ب- الأجهزة الخاصة والقياسات الجسمية :  
1- الجهاز الرستاميتير ( لقياس الأطوال ) .  
2- جهاز الميزان الطبي ( لقياس وزن الجسم ) .  
الاختبارات المهارية للاعبين كرة الماء :  
1- سباحة الزحف على البطن ثم الظهر بكرة ومن دون كرة لمسافة (25 متر) .  
2- السباحة المتعرجة بكرة ومن دون كرة لمسافة (25 متر)  
3- سباحة الزحف للأمام والخلف والرأس خارج الماء بكرة ومن دون كرة لمسافة (25 متر) .

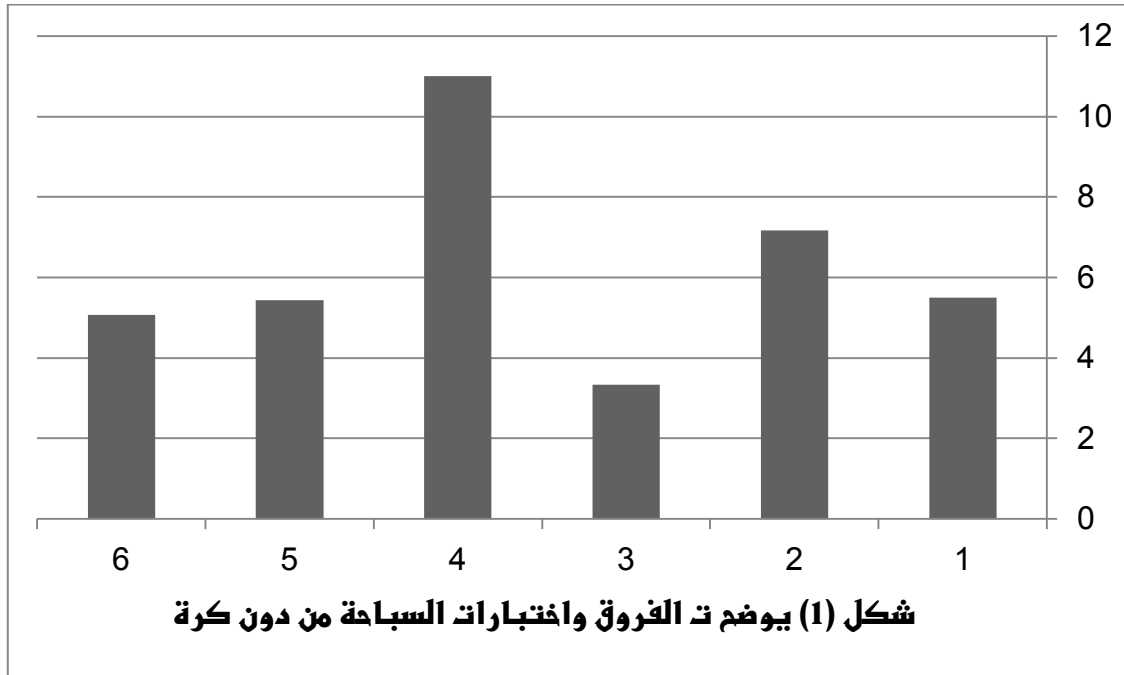
## جدول (1) يوضح دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في اختبارات السباحة من دون كرة

ن = 20

نسبة التحسين	ت الفروق	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	اسم الاختبار
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط		
5.72%	5.506	2.894	23.139	3.218	24.463	ثانية	سباحة الزحف على البطن ثم الظهر
3.25%	7.177	6.168	43.984	6.549	45.414	ثانية	سباحة متعرجة
5.38%	3.331	8.530	54.288	11.166	57.212	ثانية	سباحة الزحف للأمام والخلف والرأس خارج الماء
2.80%	11.000	41.218	214.000	40.978	208.500	سم	سباحة مقيدة بزمن
6.45%	5.433	10.598	30.681	11.834	32.662	ثانية	سباحة مع تغيير الاتجاه
5.20%	5.069	6.323	30.749	7.166	32.349	ثانية	سباحة على أحد الجانبين 20 متر

● قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.093

يوضح جدول رقم (1) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المتغيرات قيد الدراسة بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في اختبارات السباحة من دون كرة .



السباحة المتعرجة حتى يسهل عليه التحرك في اتجاهات مختلفة والابتعاد عن منافسه ودفعه لارتكاب الأخطاء . (15 : 33)

3- بالنسبة إلى اختبار سباحة الزحف للأمام والحلف والرأس خارج الماء من دون كرة :

يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (2.499) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (5.38%) وهذا ما يؤكد عليه محمود نبيه ناصف وأسامة كامل راتب (1985) إلى أن لعب كرة الماء يحتاج إلى السرعة في مواقف اللعب المختلفة أثناء سير المباراة. (15 : 46)

4- بالنسبة لاختبار السباحة المتعرجة بزمن وبدون كرة:

يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (11.000) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (2.80%) وهذا ما يتفق عليه من NOVAK إلى أهمية السرعة للاعب كرة الماء وكونها لا تقل عن مستواه الرقمي عند السباحة التنافسية . (23 : 29)

مناقشة النتائج لاختبارات السباحة بدون كرة :

يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين أفراد عينة البحث في اختبارات السباحة بدون كرة ما يلي  
1- بالنسبة إلى اختبار سباحة الزحف على البطن ثم الظهر من دون كرة :

يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (5.506) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (5.72%) وهذا ما يتفق عليه كل من محمد فتحي الكردي وآخرون (1969) وعادل محمد السيد زين (1978) على أهمية سباحة الزحف على البطن ثم الظهر في بداية البرامج التعليمية وفي السن المبكرة لمهارات السباحة والتي تعمل على تحسين مستوى أدائهم . (13)

(17 - 36) (11 : 22، 23)

2- بالنسبة إلى اختبار السباحة المتعرجة من دون كرة :

يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (7.177) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (3.25%) وهذا ما يؤكد عليه محمود ناصف وأسامة راتب (1985) إلى مدى أهمية لعب كرة الماء واحتياجه إلى محارة

وهذا ما يؤكد نوفاك (2004) NOVAK في أهمية السباحة مع تغير الاتجاه للاعب كرة الماء. (23)  
6- بالنسبة إلى اختبارات السباحة على أحد الجانبين (20) متر من دون كرة :

يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (5.069) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (5.20%) وهذا ما يشير له ودوارد (2004) Woodward في أهمية السباحة على أحد الجانبين للاعب كرة الماء. (24)

ويضيف جورج مذبك (1994) إلى أهمية السرعة للاعب كرة الماء وخاصة بدون كرة وذلك في الهجمة العكسية والهروب من الخصم . (6 : 86)

5- بالنسبة إلى اختبار السباحة مع تغير الاتجاه من دون كرة : يتضح من بيانات جدول (1) والشكل (1) والخاص بالأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (5.433) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (6.45%) وهذا ما يشير إليه محمود نبيه ناصف وأسامة كامل راتب (1985) إلى أن لاعب كرة الماء يحتاج إلى تغيير اتجاه جسمه ليناسب اتجاه الكرة ومواقف اللعب. (15 : 32)

### جدول (2) يوضح دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في اختبارات السباحة بالكرة

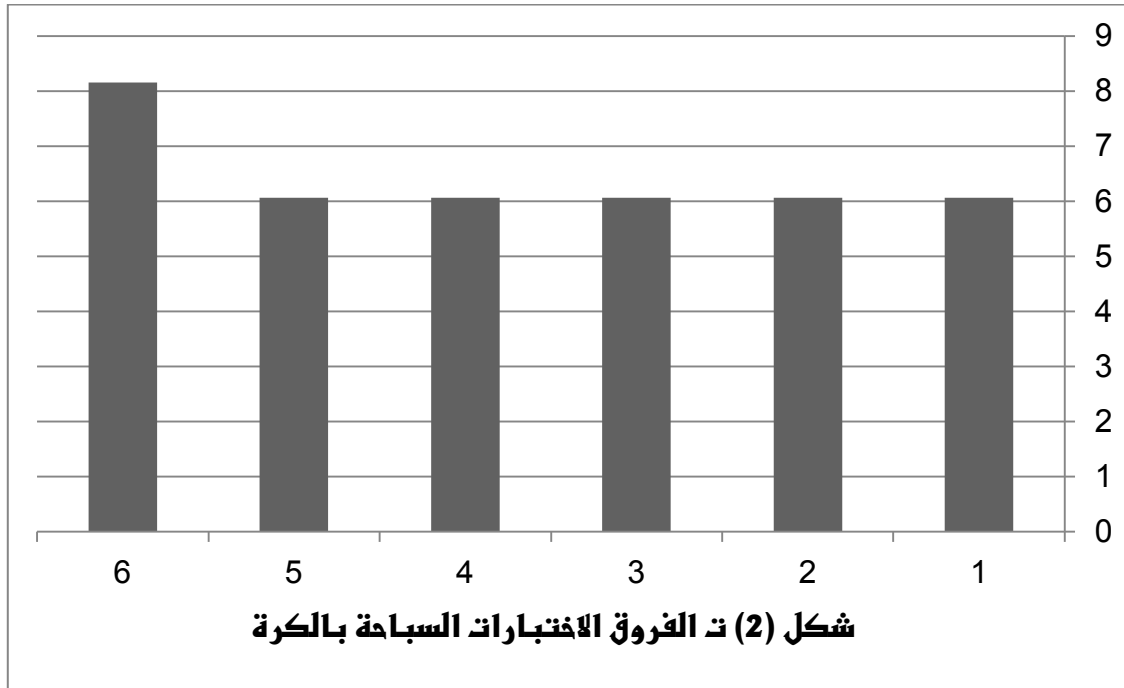
ن = 2

نسبة التحسين	ت الفروق	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	اسم الاختبار
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط		
6.2	6.066	4.095	37.522	4.706	39.984	ثانية	سباحة الزحف على البطن ثم الظهر
3.41	3.302	8.879	59.216	8.403	61.239	ثانية	سباحة متعرجة
3.53	2.32	9.049	67.404	13.065	69.782	ثانية	سباحة الزحف للأمام / الخلف والرأس خارج الماء
3.14	10.16	41.671	198.750	41.310	192.500	سم	سباحة مقيدة بزمن
8.27	3.147	6.799	38.452	8.105	41.633	ثانية	سباحة مع تغير الاتجاه
5.05	8.153	6.052	39.190	6.6128	41.174	ثانية	سباحة على أحد الجانبين 20 متر

● قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.093

يوضح جدول رقم (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المتغيرات قيد الدراسة بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في اختبارات السباحة بالكرة.





أساس التحرك بالكرة داخل الملعب ويتفق كل من نوفاك (2004) وNOVAK وبستيت BESTIT على أهمية السباحة المتعرجة بالكرة داخل الملعب (15: 33) (19: 11) (23: 53)  
**3- بالنسبة إلى اختبار سباحة الزحف للأمام والخلف والرأس بالكرة :**

يتضح من بيانات جدول (2) والشكل (2) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفرق (3.302) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (3.53%) وهذا ما يؤكد كل من مصطفى كاظم وآخرون (1982) إلى مدى أهمية سباحة الزحف للأمام والخلف والرأس خارج الماء للاعب كرة الماء في تغيير المكان والهروب من الخصم ومباغتة حارس المرمى . (16 : 32 - 33)

**4- بالنسبة لاختبار السباحة المقيد بزمن بالكرة:**  
يتضح من بيانات جدول (2) والشكل (2) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفرق (10.16) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (3.14%) وهذا ما يؤكد عليه جورج مدبك (1994) في أهمية السباحة بالكرة بسرعة في مواقف اللعب . (6: 30)

#### مناقشة النتائج لاختبارات السباحة بالكرة:

يتضح من البيانات الجدول (2) والشكل (2) والخاصة بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفرق بين أفراد عينة البحث في اختبارات السباحة بالكرة كما يلي :

**1- بالنسبة إلى اختبار سباحة الزحف على البطن ثم الظهر بالكرة :**

يتضح من بيانات جدول (2) والشكل (2) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفرق (6.066) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (6.2%) وهذا ما يؤكد عليه عادل فوزي جمال (1994) إلى مدى اتقان لعب كرة الماء السباحة بالكرة أثناء مواقف اللعب وتغيير أوضاع جسمه بالسباحة من الزحف على البطن إلى السباحة الزحف على الظهر والعكس . (10 : 47 - 50)

**2- بالنسبة إلى اختبار السباحة المتعرجة بالكرة :**

يتضح من بيانات جدول (2) والشكل (2) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفرق (3.302) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (3.41%) وهذا ما يشير إليه محمود نبيه ناصف وأسامة كامل راتب (1985) إلى أهمية السباحة المتعرجة للاعب كرة الماء كونها

ويتضح من الجدول (1) ، (2) والشكل (1) ، (2) حدوث تقدم في مستوى تنمية المهارات المستخدمة في البحث من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المتغيرات قيد الدراسة بين القياس القبلي والقياس البعدي وذلك من خلال وضع البرنامج المقترح المناسب واختيار عينة البحث بصورة علمية راعت المرحلة السنوية من (12 - 13) سنة .

حيث يتفق كل من محمد فتحى الكرداني وآخرون (1969) وأبو العلا أحمد عبد الفتاح (1997) إلى أنه يبدأ في تعلم الطرق الفنية والمبادئ الأساسية لكرة الماء في سن (12-13) سنة. (13 : 7 : 1 : 350)

واختيار الطريقة الجزئية الكلية الجزئية حيث يشير عادل فوزي جمال (1994) ، (10 : 23) ويتفق معه أحمد عزيز محمد (2002) (3 : 43) وتضيف عديلة أحمد طلب وكوثر محمد كمال الدين (1989) (12 : 51 - 53) إن هذه الطريقة مناسبة لتعليم المهارات وخاصة في السن المبكر .ولقد وزعت الأزمنة داخل البرنامج بصورة مقننة مما أدى إلى تقدم في مستوى تنمية المهارات

ويرى الباحثون أن نتيجة تطبيق البرنامج التعليمي المقترح والذي وضع بشكل مقنن من خلال المسح المرجعي واستطلاع رأي الخبراء واستخدام الأسلوب العلمي المناسب لوضع الجرعات التعليمية وتكون المجموعة بصورة متجانسة أظهرت مدى كفاءة تقدم المجموعة حيث استخدم الباحث السباحة ل لعبة كرة الماء بأن تكون مدة البرنامج (12) أسبوعاً بواقع (3) جرعات تعليمية أسبوعياً بواقع (60) دقيقة في الجرعة التعليمية الواحدة وكانت شدة الأحوال التعليمية (65%) وتضمنت الجرعة الواحدة على الإحساء ، والإعداد البدني ، والإعداد المهاري الذي احتوى على النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي تتضمن الإعداد المهاري على (40) دقيقة في الجرعة التعليمية الواحدة بواقع (1440) دقيقة وانتهت الجرعة التعليمية بالنشاط الختامي .

ومن خلال هذا البرنامج التعليمي المقنن والذي وضع وفق أسس علمية والتي أثبتت فيه الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي وهذا يؤكد صحة الفرض الذي وضعه الباحثون .

2- البرنامج التعليمي أدى إلى تنمية وتحسين مهارة السباحة المتعرجة بكرة وبدون كرة .

3- البرنامج التعليمي أدى إلى تنمية وتحسين مهارة سباحة الزحف للأمام والخلف والرأس خارج الماء بكرة وبدون كرة .

4- البرنامج التعليمي أدى إلى تنمية وتحسين مهارة السباحة بسرعة بكرة وبدون كرة .

5- البرنامج التعليمي أدى إلى تنمية وتحسين مهارة السباحة مع تغير الاتجاه بكرة وبدون كرة .

وهذا ما يتفق فيه كارتير (2004) Cartar ودي جاري DeGaray في أهمية السباحة بسرعة للاعب كرة الماء للسيطرة على مواقف اللعب وخصوصاً في الهجمات المرتدة الإضافية إلى الهجمات العكسية في النقص العددي للخصم. (20) (21)

5- بالنسبة إلى اختبار السباحة مع تغير الاتجاه بالكرة: يتضح من بيانات جدول (2) والشكل (2) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفروق (3.147) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (8.27%) وهذا ما يؤكد عليه أمين أنور الخولي (1991) أهمية السباحة مع تغيرالاتجاه للاعب كرة الماء (5 : 26 ، 27)

ويتفق كل من محمود نبيه ناصف وأسامة كامل راتب (1985) وعادل محمد سيد زين الدين (1978) إلى أهمية السباحة مع تغير الاتجاه للاعب كرة الماء ومدى ما تتطلبه هذه السباحة من استعداد بدني مهاري لمقاومة الماء والتحرك بالكرة لمباغته الخصم وعكس توقعاته ومواقف اللعب المختلفة. (15 : 32) (11 : 41 : 42،

6- بالنسبة إلى اختبارات السباحة على أحد الجانبين (20) متر بالكرة :

يتضح من بيانات جدول (2) والشكل (2) والخاص بالأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث بلغت قيمة الفرق (8.153) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وقد بلغت نسبة التحسن في هذا الاختبار ما بين القياس القبلي والقياس البعدي (5.05%) وهذا ما يشير له هيبلينك (2004) Hebblenk وكارتير Cartar إلى أهمية السباحة على أحد الجانبين من خلال تأدية هذه المهارة عن طريق الحركات القصية أو التبادلية للرجلين داخل الماء وشد الماء بالذراع الموجودة داخله والمرفق في حالة انشاء ويأخذ اللاعب وضع الاستعداد الجانبي إما لتسلم الكرة وإما تمريرها وإما تصويبها بالذراع العالية الحرة الموجودة خارج الماء. (22) (20)

## الاستنتاجات والتوصيات

### أولاً : الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث والمنهج المستخدم ومن خلال ما أمكن التوصل إليه من نتائج باستخدام الإجراءات الإحصائية أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

1- البرنامج التعليمي أدى إلى تنمية وتحسين مهارة سباحة الزحف على البطن ثم الظهر بكرة وبدون كرة .

- 4- يوصي الباحثون بوضع برامج تعليمية مقننة للمهارات الخاصة .
- 5- يوصي الباحثون الجهات ذات العلاقة بتشجيع النشء وحثه على ممارسة لعبة كرة الماء .
- 6- يوصي الباحثون المسؤولين على الرياضة عموماً والاتحاد المختص العمل على توفير الإمكانيات اللازمة لممارسة هذه اللعبة
- 7- الاهتمام بعينة البحث والعمل على تطوير مهاراتها في كرة الماء للاشتراك بهم في مسابقات خارجية .
- 8- يوصي الباحثون بإجراء أبحاث ماثلة على عينات أخرى من الجنسين .
- 9- يوصي الباحثون بالتوسع في نشر- لعبة كرة الماء حتى يتسنى انتقاء المواهب بأسس علمية مستقبلاً
- 6- البرنامج التعليمي أدى إلى تنمية وتحسين مهارة السباحة على الجانبين بكرة وبدون كرة .

### ثانياً : التوصيات:

في ضوء بيانات ونتائج البحث أمكن التوصل إلى وضع التوصيات التالية :

- 1- يوصي الباحثون باستخدام البرنامج التعليمي المقترح في تنمية المهارات قيد البحث للمبتدئين في كرة الماء
- 2- يوصي الباحثون بإجراء دراسات لتنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلعبة كرة الماء .
- 3- يوصي الباحثون بوضع برامج تعليمية مقننة للمهارات الأساسية للعبة كرة الماء .

### المراجع

#### أولا المراجع العربية

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ( 1997 ) التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية دار الفكر العربي . القاهرة
- 2- الإتحاد العربي للسباحة الغطس وكرة الماء . ( 2004 )
- 3- أحمد عزيز فرج : (2002) المنهج الدراسي للسنة الثالثة لكلية التربية البدنية ، جامعة الفتح ( جامعة طرابلس حاليا )
- 4- إساعيل البيك : (1982) دراسة بعض العوامل المؤثرة على نتائج المباريات في كرة الماء ، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية .
- 5- أمين أنور الخولي ( 1991 ) سلسلة المعرفة الرياضية ( كرة الماء) دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 6- جورج مذبح ( 1994 ) كرة الماء ( الأصول . القوانين . ممارسة اللعبة للهواة والمحترفين ) دار الراتب الجامعية ، بيروت
- 7- حسان أمين ، حسين عيود : ( 2004 ) القانون الدولي للعبة كرة الماء
- 8- صلاح صلاح كمال : (1993) الرياضيات المائية لكليات ومعاهد التربية البدنية ، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والإعلام ، ليبيا .
- 9- عبد الستار جبار ضمد : ( 2002 ) البحث العلمي وتطبيقات الإحصاء الرياضي الرياضي ، دار الشموع الثقافية ، ليبيا.
- 10- عادل فوزي جمال ( 1994 ) مناهج وطرق تدريس الرياضيات المائية دار الكتاب ، القاهرة .
- 11- عادل محمد سيد الزين : ( 1978 ) دراسة مقارنة بين سباحي المنافسات ولاعب كرة الماء، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين بالإسكندرية.
- 12- عديلة أحمد طلب ، كوثر محمد كمال الدين : ( 1989 ) المنهج في السباحة دار الكتابة ، القاهرة.
- 13- محمد فتحى الكرداني ، موسى فهمي إبراهيم ، السعيد علي ندا : (1969) موسوعة الرياضات المائية ، ج 2 ، دار الكتب الجامعية الإسكندرية.
- 14- محمد مصدق محمود : ( 1997 ) بناء بطارية اختبارات للمهارات الأساسية في كرة الماء ( دراسة عملية ) كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة جامعة حلوان.
- 15- محمود نبيه ناصف ، أسامة كامل راتب : ( 1985 ) أسس تدريب كرة الماء دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 16- مصطفى كاظم ، أبو العلا عبد الفتاح ، أسامة كامل راتب : (1982) رياضة السباحة ، تعليم ، تدريب ، قياس ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 17- ممدوح غريب الشناوي : (1995) أثر القوة العضلية للرجلين على بعض المتغيرات الكينماتيكية للاعب كرة الماء ، رسالة دكتوراه غير منشورة.

#### ثانيا المراجع الأجنبية

- 18- Federation inter national de natation  
Amatur : (2002) manuel paris french
- 19- BESTIT Http : liusers Big  
pond.com/msn paulw 01/ play Book .  
Htm

- 23- NOVAK Http : liusers Big  
pond.com/msn paulw 01/ play Book .  
Htm
- 24- WOODWARD Http : liusers Big  
pond.com/msn paulw 01/ play Book .  
Htm

- 20- CARTAR Http : liusers Big  
pond.com/msn paulw 01/ play Book .  
Htm
- 21- DAGARY Http : liusers Big  
pond.com/msn paulw 01/ play Book .  
Htm
- 22- HEBBLENK Http : liusers Big  
pond.com/msn paulw 01/ play Book .  
Htm

## دراسة مقارنة بين ثلاث طرق للاستشفاء

د. حسن سعد الصغير

د. علي الفيتوري عبد الجليل

د. إبراهيم علي المختار عطية

### المقدمة وأهمية البحث :-

وعقب النشاط الحركي أو العمل البدني أو التمرينات البدنية ترجع الدورة الدموية بالتدرج لحالتها قبل التمرينات - pre exercise level وسرعة العودة هذه ترجع للعديد من العوامل مثل كمية التمرينات amount of exercise ودوامها duration والقدرة الهوائية للفرد والحركة المستخدمة إنشاء الراحة (2) وبناء علي ما سبق سرده فأنه عند تحليل ميكانيكية التعب وسرعة استعادة الشفاء والتي تتضمن عدة مستويات أساسية فان مقارنة كل نمط من أنماط إعادة الشفاء يجب أن يؤخذ في الاعتبار .

### مشكلة البحث :-

بما أن طبيعة الحياة التي يعيشها الفرد يميزها مظهري الحركة والسكون اللذان يبرزان خلال ما يقوم به الفرد من نشاطه خلال اليوم مثل السعي لكسب قوته اليومي أو أية أنشطة أخرى ، ومقابل الحركة والسكون والاسترخاء والراحة وهو المقابل للتعب الناتج عن الحركة وهي التي يتطلبها جسم الفرد لكي يتمكن من استعادة حيويته ونشاطه للعمل أو الحركة من جديد (11) وعدم حصول الجسم علي حاجته من الراحة قد يعرضه لمشاكل صحية أو حتى الوفاة . (4) وعليه فان ظاهرة التعب ما هي إلا علامة أو منه للتوقف عن الحركة أو الإقلال منها للراحة .وفي المجال الرياضي وخلال التدريبات والمنافسات الرياضية يظهر التبادل بين العمل والراحة أو بين الحمل والراحة التي يتكون منها أحمال التدريب والمتفاوتة الشدة والتي يتم تنظيمها مراعاة لحالة الرياضي ومستوى النشاط الممارس . (5) فالراحة بمفهوم التدريب تعني تخلص اللاعب من جميع مظاهر التعب الناتجة عن التدريب أو المنافسة السابقة الأمر الذي يتطلب دراسة حالات الاستشفاء المثلي خلال التدريب الرياضي وبشدة متفاوتة ، حتى يتم استخدام أفضل وسائل للاستشفاء بعد المجهود البدني والذي يساهم بدرجة كبيرة إلي الرجوع إلي الحالة الطبيعية للرياضي دون مضاعفات قد تسبب مشاكل للرياضي خلال تنفيذ الوحدة التدريبية ، (4-65) ونظرا لمتطلبات الفرد الرياضي من الاستعداد والتدريبات للمنافسات ناهيك عن متطلبات الحياة اليومية ، الأمر الذي يتطلب زيادة الحاجة للراحة والتي تجرى الدراسات والابحاث العلمية لإيجاد طرق ووسائل للراحة يمكن استخدامها من خلال البرامج التدريبية التي يجب أن تتخللها فترات راحة بيئية مستحسنة بين الدورات التدريبية أو فيما بينها من خلال عناصرها المتعددة . (3) وفي ذلك يضيف

عند قيام الفرد بأي نشاط حركي أو مجهود بدني أو الاستمرار في أداء أي جهد بدني أيا كانت حدته intensity فان جسمه تحدث به مجموعة من العمليات والتغيرات الوظيفية يرتبط بعضها علي بعض ومتراطة ويتعرض فيها إلي ما اتفق علي تسميته بظاهرة التعب والذي تتضح مظاهره في شكل أو مظهر انخفاض مستوى الكفاءة الوظيفية أو العمل فسيولوجيا وميكانيكيا . (3)

ويستمر عمل الجسم للتغلب أو التخلص من الأسباب التي أدت إلي التعب. ولقد اختلف العلماء في تفسير هذه الظاهرة فمنهم من يرى أن السبب المباشر للتعب عملية ما تكمن داخل العضلات العاملة نفسها حيث أوضح هذا الاتجاه إلي كون ذلك نتيجة تجمع نواتج الاحتراق أو التفاعلات التي تتم بداخل العضلات وأهمها حامض اللاكتيك lactic acid الذي يجعل العضلة غير قادرة ( عاجزة ) عن الانقباض ناهيك علي اختلال الدورة الدموية بداخل العضلة ، والرأي الأخر يعزو الأمر إلي التعب العصبي المركزي الناتج عن جراء انخفاض كفاءة عمل المراكز العصبية الذي يتسبب في ظهور مظاهر التعب حيث يبررون آراءهم الفسيولوجية والتي تكمن في ديناميكية الإعاقة المحدودة التي تنتج بالمراكز العصبية نتيجة الإجهاد الوظيفي . (3) ومن جهة ثانية فان رهودي ريتا Rhode . Rita (1998) يقول إن التعب يتوقف علي اختلاف تغيير نظام تبادل المواد داخل الخلية العصبية إلي حد كبير ونتيجة لذلك تحدث ردود أفعال معقدة بالجهاز العصبي المركزي . (11)

كما يرى أبو العلاء عبد الفتاح (1984) أن التعب العضلي يعتبر ظاهرة فسيولوجية مركبة ومتعددة الأوجه مستندا علي عمليات وظيفية أساسية يشتمل عليها التعب العضلي التي حددها Simonton (1971) بينما يرى عبدا لمنعم بدير (1986) أن ظاهرة التعب تنشأ نتيجة لاستمرار النشاط العضلي والمتمثل في تغييرات معقدة في وظائف الأحمرة الحيوية المتوقفة علي. شدة ، intensity ، ودوام duration ، وتكرار Frequency النشاط العضلي . هذا ويتم عمل الجسم لاستعادة الشفاء مباشرة بعد توقف الحركة أو النشاط البدني وحتى عودته إلي حالته الطبيعية والتي يطلق عليها مصطلح فترة استعادة الشفاء .

موضوع الاستشفاء وأبرزت أهمية التركيز علي هذا الجزء من العملية التدريبية ، والذي يمكن من خلاله إتمام عملياته بتوازن مع مكونات الحمل تجنباً لوصول اللاعب إلي الإجهاد أو مرحلة التعب والتي قد تؤدي أيضاً إلي تعرض اللاعب للإصابات حيث أن التعب يؤدي إلي وصول اللاعب إلي مرحلة من عدم التركيز وانخفاض مستويات التوافق وتؤدي بالتالي إلي انخفاض التحكم في الحركة . ( 5 - 178 )

وتعتبر فترات الراحة هي المحور الأساسي لعمليات الاستشفاء أو بتوازن فترات الراحة مع شدة الحمل البدني يمكن من خلالها تحقيق الاستفادة من مرحلة التعويض الزائد حيث لا يمكن الاستفادة منها إلا من خلال الاستشفاء الجيد من الحمل وترتبط هذه الحالة إلي حد كبير بالأوقات التي يقضيها اللاعب خارج أوقات التدريب وتوازن نمط الحياة الخاصة باللاعب مع الإيقاع اليومي تؤثر بدرجة كبيرة في عملية الاستشفاء وتمثل عملية الاستشفاء الجزء الأساسي في الوحدة التدريبية وكذلك في المنافسات حيث يجب مراعاة تقنين زيادة شدة الحمل خلال الوحدة التدريبية تجنباً للوصول للإجهاد والاستفادة من مرحلة التعويض الزائد . ( 5 - 179 )

#### أهداف البحث :

يهدف البحث إلي تحديد أفضل الطرق للاستشفاء بعد المجهود البدني للطرق الثلاثة المستخدمة .

#### تساؤلات البحث :

ما هي أفضل الطرق للاستشفاء بعد أداء المجهود البدني للأساليب الثلاثة المستخدمة

#### مصطلحات البحث :

**المتغيرات الفسيولوجية :** هي المتغيرات التي يمكن أن تعمل في ضوءها الأحمرة الحيوية بالجسم ومدى استجابة الجسم للعمل البدني الواقع عليه ، كذلك التغيرات التي تتم أثناء النشاط الرياضي ( 6 - 23 )

**الاستشفاء :** هو النشاط المرتبط بالأداء ويعتبر جزء من تركيبة العملية التدريبية حيث يعتبر عنصراً أساسياً من عناصر التدريب ( 5 - 178 )

**الاستشفاء :** هي عودة الأحمرة الوظيفية إلي حالتها الطبيعية للشغل بعد الإجهاد أو ( التعب ) خلال راحة بينية مستحسنة حسب متطلبات المهارة . ( تعريف إجرائي )

#### المحددات النظرية لعملية الاستشفاء :

1 - العمر الزمني للاعب ( السن ) حيث يؤثر في معدل الاستشفاء كما أشار إلي ذلك درا جان ( 1984 )

علي ألبيك وآخرون ( 1984 ) إن الراحة في التدريب الرياضي عملية مقننة وجدت من خلال أسس ومبادئ علمية بغرض تحقيق أهداف التدريب المختلفة ، والفترة الزمنية التي أعطاها المشرع تهدف إلي استعادة استشفاء اللاعبين . ( 4 ) ويؤكد علي ألبيك وآخرون ( 1984 ) مفهوم استعادة الشفاء يعني عملية التبادل بين الحركة والإجهاد من ناحية وبين الراحة والسكون من ناحية ثانية ، وحياتنا اليومية تشمل السكون والحركة وهما الإيقاع الطبيعي لها . ( 4 )

ونستطيع أن نطلق علي الجزء الخاص بالاسترخاء - أو الراحة - مصطلح استعادة الشفاء والذي يتم فيه إعادة الجسم إلي حيويته مرة ثانية ، واستعادة الشفاء بطبيعتها تلعب دوراً محسوساً في إعادة الرياضي إلي حالته الصحية والتي تظهر علي سبيل المثال في إعادة العمل والتوافق بين أعضاء الجسم المختلفة . وفي المجال الرياضي فإن التبادل الحادث بين التدريب واستعادة الشفاء هو العامل الحاسم والهام الذي يسمح بالوصول إلي الأداء العالي ( 4 - 86 )

ويضيف عويس الجبالي ( 2000 ) إن الاستشفاء خلال فترة العمل أو الراحة الانجابية يمثل جانبا هاما من جوانب عمليات الاستشفاء وزيادة الحمل ، حيث أشار إلي إمكانية التخلص من التعب العضلي خلال الاستشفاء من خلال عودة الوحدات العضلية الأخرى للعمل بنشاط ، ويتضح ذلك من خلال تأثير التدريبات البدنية في أحداث التعب في الجهاز العصبي المركزي ، ومن خلال انتقال مراكز الإجهاد للمراكز الأخرى حيث يحدث التعب في الجهاز العصبي المركزي ، ويتم الاستشفاء خلال مجموع فترات الراحة كما يتم تطبيق طرق الاستشفاء المباشر والسريع خلال الفترة الانتقالية . ( 5 - 184 : 185 )

#### أهمية البحث :- ترجع أهمية البحث إلي :

1 - المحاولة إلي الإسراع بالطرق العلمية لإعادة حيوية أحمرة الجسم المختلفة مثل برامج الاسترخاء البدني أو العقلي لاختصار الفترات الزمنية المخصصة للراحة .

2 - المساعدة في الحد من ظاهرة الإصابات التي قد يتعرض لها الرياضي نتيجة للأخطاء في الأحوال التدريبية المختلفة .

3 - المساعدة في تحسين استجابة أحمرة الجسم المختلفة للمثيرات التدريبية

4 - المساعدة في تقنين الأحوال في البرامج التدريبية .

وفهم الاستشفاء علي أنه النشاط المرتبط بالأداء ويعتبر جزء من تركيبة العملية التدريبية حيث يعتبر عنصراً أساسياً من عناصر التدريب . وهناك العديد من الدراسات التي تناولت



النتائج التي توصل إليها الباحث هي أن هناك ارتفاع في نسبة حامض اللاكتيك وارتفاع ضئيل في نسبة الهيموجلوبين في الدم ، وجود هبوط في نسبة الأوكسجين ومستوى تركيز أملاح الصوديوم والبوتاسيوم والمغنسيوم بعد 10 دقائق من الراحة .

#### إجراءات البحث :-

**منهج البحث :** تم استخدام المنهج التجريبي للملائمة لطبيعة البحث .

**مجتمع البحث :** المشاركون في هذه الدراسة طلبة وطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وتم اختيار الأفراد لكل طريقة من الطرق عشوائيا . ( 1 ) من الرقود ( 2 ) من الجلوس ( 3 ) من المشي وتم القياس قبل تطبيق التارين من الأوضاع الثلاثة قبل التمرينات والجري لمدة 10 دقائق تم القياس بعد التوقف مباشرة وبعد كل دقيقة ولمدة 5 دقائق بعد التوقف لكل طريقة من الطرق الثلاث .

**عينة البحث :** - تم اختيار عينة البحث من طلبة وطالبات السنة الأولى بالطريقة العشوائية لعلم الدراسي 2014 / 2015 م وكان عدد المستهدفين للدراسة ( 12 ) طالب .

#### مجالات البحث :

- **المجال البشري** - طلبة السنة الأولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة طرابلس

- **المجال المكاني** - صالة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس

- **المجال الزمني** - العام الدراسي الجامعي 2014 / 2015

#### الأدوات والأجهزة المستخدمة :

- 1 - جهاز قياس الانتقباض الانقباضي الالكتروني .
- 2 - ساعة توقيت لقياس زمن الراحة البيئية للأداء .

#### قياسات البحث :

- قياس معدل الانتقباض في الراحة (ض / ق )
- قياس معدل الانتقباض بعد الجري لمدة عشر دقائق ( ن / ق )

- **أولا :** قياس معدل الانتقباض بعد الدقيقة الأولى من الرقود ( ن / ق ) وبعد الدقيقة الثانية والدقيقة الثالثة والدقيقة الرابعة والدقيقة الخامسة

- **ثانياً** - قياس معدل الانتقباض بعد الدقيقة الأولى من الجلوس ( ن / ق ) وبعد الدقيقة الثانية والدقيقة الثالثة والرابعة والخامسة .

1971) فان اللاعبين في سن ( 18 - 20 ) سنة يمتلكون خصائص وظيفية عالية فهم يحتاجون إلي فترة استشفاء اقل عند أداء المجهود العنيف(9)

2 - عدد سنوات الممارسة : حيث تلعب خبرة اللاعب دور أساسي في عملية الاستشفاء .

3 - الجنس : حيث أشار ديمتري Demeter ( 1972 ) إلي أن السيدات يحتجن إلي فترات استشفاء أطول من الرجال وخاصة بعد أداء التدريب العالي الشدة . ( 8 )

4 . العوامل المناخية : حيث أن تغير الوقت من اليوم ( صباحا - مساء ) كذلك المرتفعات ذات تأثيرات هامة علي الاستشفاء ويجب مراعاة ذلك في أداء النشاط الرياضي وكذلك درجة حرارة الجو .

ويضيف عويس أجبالي ( 2000 ) إن هناك العديد من العوامل التي تساعد علي الاستشفاء الجيد منها علي سبيل المثال تجنب كل من اللاعب والمدرب الانفعالات السلبية كالشعور بالخوف وعدم الحسم والتردد في اتخاذ القرار . ويمكن تجنب وصول اللاعب إلي هذه المرحلة من الإجهاد المبكر من خلال استخدام وسائل متنوعة من الاسترخاء النفسي ، وفيما يختص بالاستشفاء الفسيولوجي (5)

ويضيف عويس أجبالي عن درا جان Drag an ( 1978 ) إلي أن استشفاء معدل النبض وضغط الدم يتم في حدود من ( 20- 60 ) دقيقة بعد الأداء البدني العالي مرتفع الشدة ( 5 : 178 - 181 )

#### التغيرات أثناء الاستشفاء :

يشير كل من إبراهيم سالم السكار وعبيدا لرحمن عبدا لمجيد زاهر واحمد سالم حسين . (1998) أن الفترة التي تعقب المجهود البدني أو السباق يحدث بها انخفاض سريع ومفاجئ في التهوية الرئوية وذلك بسبب توقف النشاط العضلي ويزداد معدل انخفاض التهوية الرئوية في بداية الشفاء لكنه مرتبط بنوع الأداء السابق حيث تستمر التهوية في النقصان حتى تعود لمستواها أثناء الراحة . ومن العلامات الدالة علي حالة التدريب الجيد هي سرعة عودة التهوية الرئوية إلي ما كانت عليه قبل الأداء . ( 1 - 125 )

#### الدراسات السابقة :

دراسة محمد احمد أزناتي وآخرون ( 1988 ) (7) بعنوان تأثير التدريب الرياضي علي بعض مكونات الدم في الرياضيين ، وقد أجريت الدراسة علي عينة قوامها (20) رياضيا وتم استخدام الجهد البدني المرتفع وقياس نسبة الأوكسجين وتأني أكسيد الكربون وتركيز حامض اللاكتيك ونسبة الهيموجلوبين في الدم ومستوى تركيز الصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم والمغنسيوم ، وتم سحب عينة من الدم في الدقيقة 10 - 20 من فترة الاستشفاء وكانت أهم



- ثالثا - قياس معدل الانتقباض بعد الدقيقة الأولى من المشي (ن / ق) وبعد الدقيقة الثانية والدقيقة الثالثة والرابعة والخامسة .
- التدريب علي طريقة القياس والتسجيل وتحديد الوقت اللازم لها .
- تقنين درجات الجهد البدني حسب متطلبات الدراسة
- التعرف علي الأسلوب التنظيمي لإجراء القياسات .
- التعرف علي الصعوبات التي قد تواجه الباحثان أثناء تنفيذ الدراسة .
- الدراسة الاستطلاعية : بعد الانتهاء من كافة الإجراءات التمهيدية للدراسة ، تم إجراء دراسة استطلاعية وذلك علي عينة قوامها ثلاثة طلاب من نفس مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة .
- وكان الغرض من الدراسة ما يأتي :
- التأكد من صلاحية أحمرة القياس .
- تحديد الزمن اللازم لإجراء القياسات والحصول علي البيانات .

#### المعالجات الإحصائية :

- تم استخدام أسلوب الإحصائي .
- المتوسط الحسابي
- تحليل التباين ANOVA
- القياسات المستخدمة : تم القياس القبلي والبعدي بجهاز قياس الضغط الإلكتروني .

#### جدول رقم ( 1 ) بين تحليل التباين ( ANOVA )

المصدر	مجموع المربعات $S_s^2$	d -f	M s	v-r
Among groups المجموعات بين	1463.33	2	731.66	2.160
Within groups المجموعات داخل	1701.4	12	141.78	
المجموع	3164.73	14		

لا توجد فروق داله إحصائيا بين الثلاثة طرق حيث أن F المحصلة أكبر من F الجدولية علي لا توجد فروق بين الطرق الثلاثة المستخدمة للاستشفاء .

جدول رقم ( 1 ) يبين تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة والتي استخدم فيها الاستشفاء بعد المجهود البدني من الرقود ومن الجلوس وأخيرا من المشي ومن خلال النتائج اتضح انه

#### جدول رقم ( 2 ) من الوقوف بنين

160								
150								
140		136						
130			131					
120				118				
110					114			
100								
90					91			
80		75.6			87			
70								
60								
50				1	2	3	4	5
pre exercise	End exercises		post Exercise					

إلي ( 136 ن / ق ) تم بدا في الانخفاض تدريجيا حتى وصل إلي ( 87 ن / ق ) بعد خمس دقائق من الراحة البينية ( الاستشفاء )

يتضح من جدول رقم ( 2 ) حيث يوضح قياسات الانتقباض الانبساطي للعينة من وضع الرقود وكان النبض في الراحة ( 75 ن / ق ) وبعد المجهود وصل

جدول رقم ( 3 ) من الجلوس - بنين

160							
150							
140		142					
130			137				
120							
110			117	115			
100				109	106		
90							
80		82					
70							
60							
50			1	2	3	4	5

Pre End post Exercise

exercise

يتضح من جدول رقم ( 3 ) والذي يبين قياسات الانقباض الانبساطي للعينة من وضع الجلوس حيث كان النبض في الراحة ( 82 ن / ق ) تم وصل بعد

المجهود إلي ( 142 ن / ق ) تم وصل إلي ( 106 ن / ق ) بعد خمس دقائق من الراحة البينية ( الاستشفاء

جدول رقم ( 4 ) من المشي

160						157	
150						.146	
140							
130							
120					.117		
110						.94	
100	94						
90					.90		
80						75	
70							
60							
50			1	2	3	4	5

Pre end post Exercise

Exercise

يتضح من جدول رقم ( 4 ) حيث أوضحت القياسات للانقباض الانبساطي للعينة بعد المشي حيث كان النبض في الراحة بعد المشي ( 94 ن / ق ) وقد

وصل بعد أداء المجهود إلي ( 152 ن / ق ) وفي نهاية الراحة بعد خمس دقائق من الراحة الايجابية انخفض إلي ( 75 ن / ق )

مناقشة النتائج :

وبعد دقيقة من الراحة كان النبض ( 131 ن / ق ) وكان بعد الدقيقة الثانية من الراحة كان ( 118 ن / ق ) في حين انخفض بعد الدقيقة الثالثة إلي ( 114 ن / ق ) واستمر في الانخفاض حتى وصل إلي ( 91 ن / ق ) بعد الدقيقة الرابعة

يتضح من الجدول رقم ( 2 ) والذي يوضح الانقباض من الرقود حيث كان النبض الانبساطي في بداية التمرين ( 75 ن / ق ) بينما في نهاية التمرين وصل النبض إلي ( 136 ن / ق )

علية نستنتج من ذلك أن علي المدربين أتباع أسلوب الراحة الايجابية بعد المجهود البدني حتى يرجع الرياضي إلى حالته الطبيعية في وقت مبكر ويستطيع العودة لتنفيذ واجباته المهارية والبدنية والاستفادة من الوقت والجهد للوصول لتحقيق الهدف أثناء الوحدة التدريبية أو خلال المنافسات الرياضية. كما أوضح عويس الجبالي إلى أهمية الراحة الايجابية بعد المجهود والعودة السريعة للحالة الطبيعية

ومن خلال النتائج الإحصائية للجدول رقم 2 ، 3 ، 4 ، لا توجد فروق دالة إحصائية بين الثلاثة طرق في المتوسط الحسابي ، وكذلك جدول ANOVA حيث F المحصلة أكبر من F الجدولية علي فائة لا توجد فروق بين الطرق الثلاثة وهذا نقيض مع ما جاء به كل من ماكفيتي وريثا .  
RITA macaffety -w -b (10- 11)

#### التوصيات :

- الاهتمام باستخدام الراحة الايجابية المستحسنة بعد أداء المجهود البدني .
- إجراء دراسات مشابه وبشدة مختلفة علي عينات سنوية متباينة .
- الابتعاد عن استخدام الراحات السلبية بعد المجهود البدني .
- ضرورة احتساب الراحة المثلى للرياضي للاستشفاء والعودة للحالة الطبيعية
- ضرورة توعية النشء بأهمية الراحة البيئية المستحسنة للوقاية من الإصابة
- يجب أن تتناسب الوحدات التدريبية مع فترات الاستشفاء وتمية الاتجاهات الايجابية للاعب نحو التدريب
- تنوع وسائل التدريب واحد فترات الراحة المناسبة من أعباء العمل اليومي .
- ضرورة قياس معدل النبض بعد المجهود وفترات الاستشفاء لان النبض يعتبر مؤشرا لحالات التغير الوظيفي للاعب خلال الاستشفاء ، حيث كلما زاد معدل النبض دل علي انخفاض معدل الاستشفاء .

#### المراجع :-

- 1 إبراهيم سالم السكر ، عبدالرحمن عبدالحميد زاهر ، احمد سالم حسين ، موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضار ، الطبعة الأولى مركز الكتاب للنشر القاهرة ، 1998 .

بينما وصل النبض الانتقاضي إلى ( 87 ن / ق ) بعد الدقيقة الخامسة من الاستشفاء ولم يصل إلى المستوى الطبيعي للنبض بعد الراحة المستحسنة رغم أن المجهود المذول لم يصل إلى الشدة العالية الأمر الذي يوضح أن المجموعة التي طبقت التمرين من الرقود لم ترجع إلى الحالة الطبيعية بعد خمس دقائق من الراحة البيئية مما يدل علي قصور في الكفاءة البدنية ، رغم أن وضع الرقود يعتبر راحة سلبية ، الأمر الذي يجعل الرجوع للاستشفاء سريع ،

ويتضح من الجدول رقم ( 3 ) والذي يوضح قياسات الانتقباض من وضع الجلوس حيث كان النبض الانتقاضي الانبساطي قبل المجهود ( 82 ن / ق ) بينما كان في نهاية التمرين قد بلغ ( 142 ن / ق ) وبعد دقيقة من الراحة وصل النبض إلى ( 137 ن / ق ) تم انخفاض بعد الدقيقة الثانية إلى ( 117 ن / ق ) وبعد الدقيقة الثالثة كان الانخفاض طفيف حيث بلغ الانتقباض ( 115 ن / ق ) تم استمر في الانخفاض البسيط بعد الدقيقة الرابعة من الراحة المستحسنة حيث أصبح ( 109 ن / ق ) وبعد الدقيقة الخامسة كان الانخفاض طفيف جدا فكان ( 106 ن / ق ) ، حيث تبين أن الانتقباض كان المؤشر فوق مستوى ( 100 ن / ق ) بعد 5 دقائق من الراحة البيئية ، الأمر الذي يوضح أن الراحة المستحسنة أو الاستشفاء من وضع الرقود أسرع من الاستشفاء من وضع الجلوس ،

ويتضح من الجدول رقم ( 4 ) حيث أوضحت القياسات للانتقباض بعد المشي حيث بلغ ( 94 ن / ق ) بينما كان في نهاية التمرين قد وصل إلى ( 157 ن / ق ) بعد دقيقة من الراحة تم انخفاض في الدقيقة الثانية إلى ( 146 ن / ق ) واستمر في الانخفاض في الدقيقة الثالثة إلى ( 117 ن / ق ) وبعد الدقيقة الرابعة انخفض الانتقباض إلى ( 94 ن / ق ) في حين وصل الانتقباض بعد الدقيقة الخامسة إلى ( 90 ن / ق ) وعليه من خلال الجدول السابق يتضح أن الراحة البيئية المستحسنة الايجابية والتي طبقت من المشي فهي تساهم بدرجة كبيرة في الرجوع للحالة الطبيعية والاستشفاء قبل الطرق الأخرى وهذا ما يؤكد. أن الرياضي يرجع إلى حالة الاستشفاء بعد أداء المجهود البدني عند تنفيذ الراحة الايجابية المثلثة بالمشي بعد المجهود ، وهذا ما أشار إليه دارجان ( 1978 ) إن قياس معدل النبض والذي يعتبر مؤشرا لحالات التغير الوظيفي للاعب خلال الاستشفاء إلى لو انه كانت هناك زيادة في معدل النبض تزيد عن ( 6 - 8 نبضة / دقيقة عن الوضع في الاستلقاء والوقوف دل ذلك علي انخفاض معدل الاستشفاء . ( 5 - 195 )

- البلازما ،كلية التربية الرياضية .جامعة حلوان ، القاهرة  
1988 .
- 2 - أبو العلاء عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة دار  
الفكر العربي ، 1984 م
- 3 - عبد المنعم بدير ، مذكرات في فسيولوجيا  
الرياضة ، 1986 م .
- 4 - علي أليبيك . هشام محيب . علاء عليوة : راحة  
الرياضي منشأة المعارف 1994 م.
- 5 - عويس الحبالى : التدريب الرياضي النظرية  
والتطبيق الطبعة الأولى دار G - M -S جامعة  
حلوان 2000 م
- 6 - سعد كمال طه وآخرون : تأثير البرنامج اليومي  
الطويل علي حجم البلازما والأس الهيدروجيني في  
البلازما والبول وتركيز ايونات الصوديوم البوتاسيو
- 7 - محمد احمد زناقي وآخرون : تأثير التدريب  
الرياضي علي بعض مكونات الدم في الرياضيين  
رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية  
جامعة حلوان ، 1992 .
- 8 - Demeter , A . Refacerca  
organismului in football (Organism  
rec - ovary following soccer training )  
football , 312 ;8 -14 , 1972.
- 9 - Dragan - l., Stanescu, I. Refacerea  
organismului dupa antr - enament; o  
necesitate. (Organism recovery  
following training,

## The Influence of Body Mass on Parameters Wingate Anaerobic Test

DR. Munir krifa

### Abstract

between the sexes. Weight of respondents have an impact on the explosive power (EP) and maximum power (PP) and this difference was statistically significant. However, when it is placed in the relative ratio (per kg Tesla weight) this significance difference disappears. The value of the fatigue index (FI), body weight has no significant influence.

**Keywords**— Wingate test, Anaerobic test, mean power, peak power, fatigue index.

### INTRODUCTION

OVER the years much attention has been given to the measurement and interpretation of maximal aerobic capacity, measured by maximal oxygen consumption, determined from direct and indirect methods. Considerably less attention has been given to anaerobic tests although activities, which are anaerobic in nature, are essential to many sporting events and athletic endeavors (Katch, Weltman, Martin, & Gray, 1977)

Anaerobic fitness tests reflect a person's ability to do maximal and supra maximal work, referring to power outputs which are greater than necessary to obtain  $\dot{V}O_2$  max, in a short amount of time (Evans & Quinney, 1981). There appears to be no researchers concerning what measurements form the most valid estimate of anaerobic functioning, although many laboratory anaerobic tests have been developed which are accurate, reliable and valid (Katch et al., 1977).

One such test is the Wingate anaerobic test which is becoming progressively more popular (Dotan & Bar-Or, 1983). The Wingate test

the purpose of this study: is to examine the influence of body mass on the values output in the 30-second Wingate test using male female untrained subjects.

**OBJECTIVE:** What are the gender differences in the values of Wingate test and whether these differences are equal in all measured parameters (EP, PP, MP and FI). Check that the body weight of subjects directly affect the results of the Wingate test and whether these differences are statistically significant. Identify all measured parameters change under the influence of body weight and to register if they change, and in relative terms when division per kilogram of body weight. Create fatigue index (FI) in all measured groups and analyze changes in this parameter under the influence of body weight. In addition, the aim is to escort the change index of fatigue and make sure these changes are identical to the changes ES PP and MP.

**METHODS:** Cycle Ergometer built in air resistance system on the wheels. 89 healthy untrained male and 32 healthy untrained female university students'. The samples were divided into 4 groups according to the body weight.

**RESULTS:** When mean power output is expressed in W/kg in the Wingate test, there is significant difference in the values obtained by low mass and high mass groups. There are significant differences in the Wingate test parameters. They range from 50% to up to 100%. These differences have arisen as to the basis of sex characteristics weaker musculature and based on the difference, in body weight

### methods

89 healthy untrained male and 32 healthy untrained female university students volunteered to take part in this study. They were informed about the test before their consents were obtained, There anthropometric parameters (body mass, body height) were made. Body height measured with the Martins anthropometry with 0.1 cm the precision, and for body mass decimal medical scale with precision of 0.1 kg used; the samples divided into four groups according to the body weight and their sex.

Mean ( $\pm$  SD) of anthropometric characteristics for the male group and female group presented in (Table 1, 2) respectively. The subjects were instructed to avoid food intake two hours before the test , and taking beverages or foods containing caffeine or alcohol and doing exercises on the test day.

consists of all-out cycling for 30 seconds against a relative force setting of 0.075 kp/kg body weights. The test is used to evaluate three indices. Specifically, overall mechanical power output in 30 seconds (mean power), peak power output for five seconds (peak power), and the difference between the highest five second value and the lowest five second value (rate of fatigue) (LaVoie, Dallaire, Brayne, & Barrett, 1984) is evaluated.

Measurement of maximal power using a set breaking force, either absolute or relative, is difficult since maximal power is obtained at optimal forces and velocities (Vandewalle, Peres, & Monod, 1987). Many researchers have examined the force settings, which bring out maximal power output.

The purpose of this study: is to examine the influence of body mass on the indices output in the 30-second Wingate test using male female untrained subjects.

Table 1. Anthropometric characteristics of untrained male

Group	n	Age (y)	Height (cm)	Weight (kg)	Sport Activity (y)
Grp I	39	21.9 $\pm$ 1.73	179 $\pm$ 5.08	71.4 $\pm$ 5.00	0.10 $\pm$ 0.29
Grp II	25	21.0 $\pm$ 5.50	183 $\pm$ 4.44	82.4 $\pm$ 1.74	0.12 $\pm$ 0.31
Grp III	25	21.7 $\pm$ 1.64	186 $\pm$ 6.73	91.1 $\pm$ 4.54	0.08 $\pm$ 0.26

Grp=Group.

Table 2. Anthropometric characteristics of untrained female

Group	n	Age (y)	Height (cm)	Weight (kg)	Sport Activity (y)
Grp f	32	20.4 $\pm$ 0.55	167 $\pm$ 6.32	57.6 $\pm$ 6.79	0.00 $\pm$ 0.00

Grp=Group, f = female

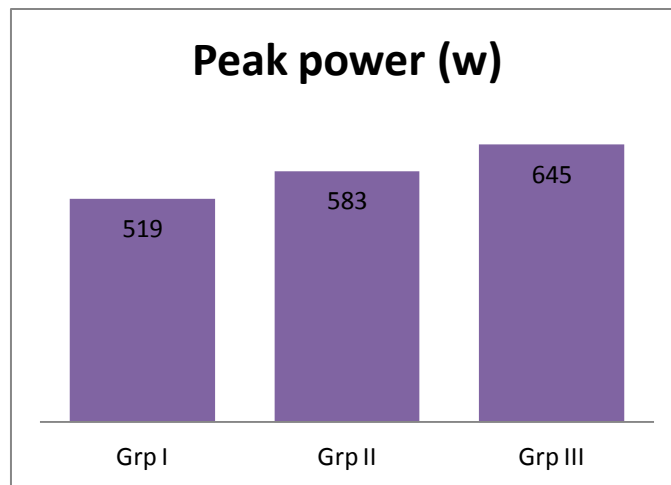
of physiological variables on higher level to accomplish maximum results during the test .The test started after a computer sound simultaneously with the beginning of load registration. (MacIntosh, Rishaug, & Svedahl, 2003) and were instructed to start pedaling immediately after the signal to maintain maximal pedal speed throughout the 30 - s period (Capmal & Vandewalle, 1997). The subjects were motivated verbally during the test. Power output data recorded using a computer with specially designed software. Generally, accepted anaerobic performances were measured (explosive power, peak power, mean power and fatigue index).

The Wingate test performed on a cycle Ergometer built in air resistance system on the wheels (Dotan & Bar-Or, 1983). Load registration was in real time, using computer with a module for measuring the number of wheel turns. Software backup provided by program for graphic registration of load during 30 seconds (in 0.1-second intervals) with data memory.

All tests done in the laboratory for functional testing at the School of Medicine, University of Novi Sad, Serbia. Tests done with the mechanically braked cycle Ergometer under identical microclimate conditions. The subjects allowed starting warming up for 10 min; the aim of the warm up was to achieve adaptation

**results**

**Figure 1:** Peak power

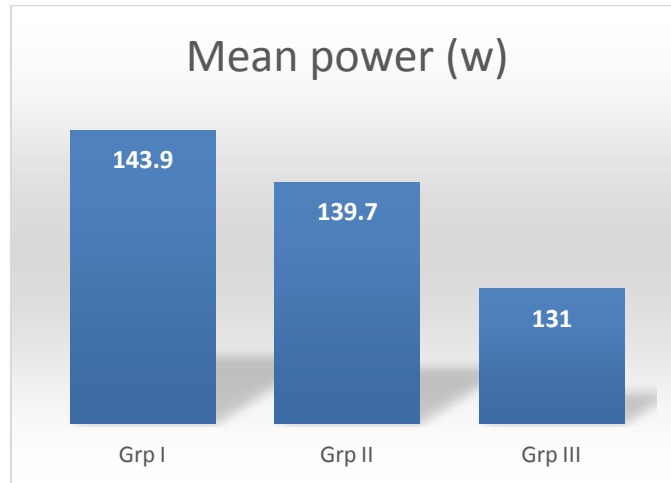


11 (W) and for  $126 \pm 44$  (W) respectively. PP between Group 82.4 and group 91.1 were no significantly different ( $P>0.05$ ).

Peak power (PP) is significantly lower in the group 71.4 compared with group 82.4 ( $P<0.05$ ) and group 91.1 ( $P<0.05$ ) for  $64 \pm$



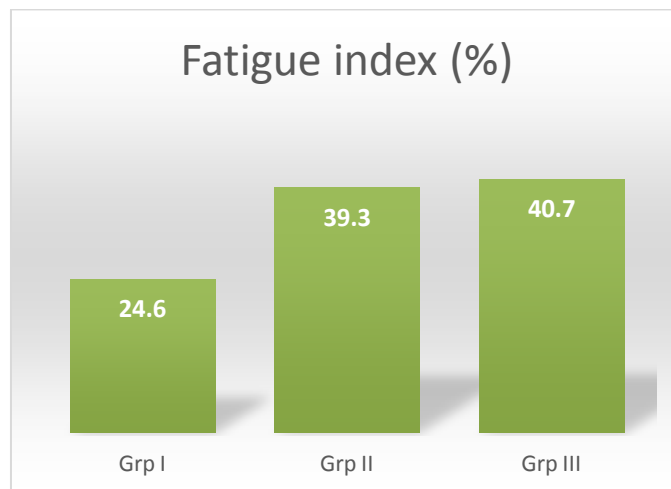
Figure 2: Mean power



groups 71.4 and 91.1 showed significant difference ( $P < 0.05$ ). No significance difference observed between group 82.4 and 91.1 ( $P > 0.05$ ).

The Mean power (MP) obtained between two groups 71.4 and 82.4 showed no significantly difference ( $P > 0.05$ ). In addition, MP between

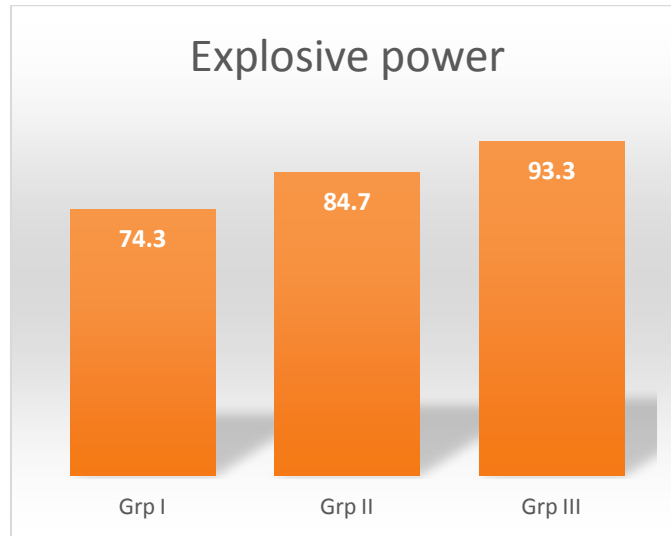
3: Fatigue Index Figure



82.4 and 91.1 was no significant difference ( $P > 0.05$ ) for  $14.7 \pm 7.4$  and  $16.1 \pm 19.8$  respectively.

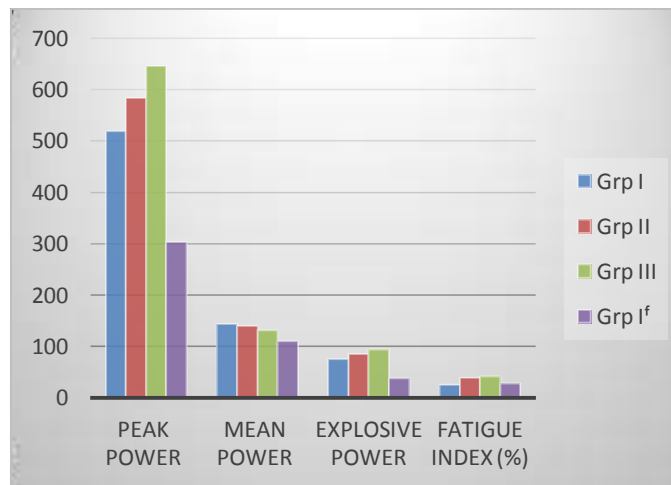
Fatigue Index (FI) between groups 71.4 and 82.4 and 71.4 and 91.1 was significantly different ( $P < 0.05$ ). It was larger between group

41: explosive power Figure



Explosive Power (EP) was not significantly different ( $P>0.05$ )

52: (PP.MP.EP.FI) Figure



from group 91.1 g.BW<sup>-1</sup> and 82.4 g.BW<sup>-1</sup> were significantly higher than PP from group 71.4 g.BW<sup>-1</sup> and PP of value 91.1 g.BW<sup>-1</sup> was significantly greater than PP of 82.4 g.BW<sup>-1</sup>. The Mean power (MP) values of 71.4 g.BW<sup>-1</sup> were greater than MP of group 91.1 g.BW<sup>-1</sup> and 82.4 g.BW<sup>-1</sup> MP was greater than MP of group 91.1 g.BW<sup>-1</sup>. In addition, Fatigue Index

There are significant differences in the Wingate test parameters. They range from 50% to up to 100%. These differences have arisen as to the basis of sex characteristics weaker musculature and based on the difference, in body weight between the sexes.

### discussion

In our study Peak power (PP) value obtained

Moreover (Obeid, Larche, & Timmons, 2011) tested eight patients with JIA between the ages of 8 and 18 participated in two sessions. Were compare peak power (PP) and mean power (MP) when the WAnT is performed with a standard. PP tended to be greater, standard WAnT ( $12.5 \pm 2.6$  vs.  $10.8 \pm 1.0$  W/kg, respectively;  $p = .07$ ). No differences were observed for MP (standard:  $6.2 \pm 0.9$  vs. optimized:  $6.2 \pm 1.1$  W/kg;  $p = .9$ ). Optimization of the WAnT tended to increase PP by 10-28% in youth with JIA.

### conclusion

When mean power output expressed in W/kg in the Wingate test, there is significant difference in the values obtained by low mass and high mass groups. There are significant differences in the Wingate test parameters. They range from 50% to up to 100%. These differences have arisen as to the basis of sex characteristics weaker musculature and based on the difference, in body weight between the sexes. Weight of respondents have an impact on the explosive power (EP) and maximum power (PP) and this difference was statistically significant. However, when it placed in the relative ratio (per kg Tesla weight) this significance difference disappears. The value of the fatigue index (FI), body weight has no significant influence. The study was conducted showed (Maciejczyk, Wiecek, Szymura, Szygula, et al., 2014) that a higher BMI rate decreases

(FI) were obtained from  $91.1 \text{ g.BW}^{-1}$  was a highest value, were  $82.4 \text{ g.BW}^{-1}$  shows significantly higher than  $71.4 \text{ g.BW}^{-1}$ . The results for the performance of the Wingate test in different body weight and gender groups. Study published by (Kim, Cho, Jung, & Yoon, 2011) examined the relationship between 30-second anaerobic power and body composition by performance level in elite Judoists. During a 3-month Anaerobic, power was measured using a 30-second Wingate test. Anaerobic power measures were significantly greater ( $p < 0.05$ ) in NT and VT than in JT. Fat-free mass (FFM), muscle mass (MM), and total body water in JT were greater than in VT and JT ( $p < 0.05$ ). Muscle mass in VT was significantly lower than in NT ( $p < 0.05$ ). Fat-free mass in NT was strongly correlated to mean and peak anaerobic power. Varsity team athletes also indicated a moderate association between FFM and peak and mean anaerobic power ( $r = 0.63$ ,  $p < 0.001$ ;  $r = 0.48$ ,  $p = 0.013$ , respectively). However, relationship between FFM and anaerobic power was not statistically significantly correlated in JT. data indicated that anaerobic power is closely correlated with increase in FFM and MM and was different dependent among performance levels. A study carried out by the (Maciejczyk, Wiecek, Szymura, Cempla, et al., 2014) that the rise in the level of body fat negatively affects the athlete, was also noted that the increase in body mass can affect negatively on the performance of endurance exercises, The study was conducted showed that a higher BMI rate decreases  $\text{Vo}_2 \text{ max}$  (Maciejczyk, Wiecek, Szymura, Szygula, et al., 2014).

without toe stirrups. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences. Journal Canadien Des Sciences Appliquees Au Sport*, 9(1), 1–5.

Maciejczyk, M., Wiecek, M., Szymura, J., Cempla, J., Wiecha, S., Szygula, Z., & Brown, L. E. (2014). Effect of body composition on respiratory compensation point during an incremental test. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 28(7), 2071–2077. <http://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000347>

Maciejczyk, M., Wiecek, M., Szymura, J., Szygula, Z., Wiecha, S., & Cempla, J. (2014). The influence of increased body fat or lean body mass on aerobic performance. *PloS One*, 9(4), e95797. <http://doi.org/10.1371/journal.pone.0095797>

MacIntosh, B. R., Rishaug, P., & Svedahl, K. (2003). Assessment of peak power and short-term work capacity. *European Journal of Applied Physiology*, 88(6), 572–579. <http://doi.org/10.1007/s00421-002-0742-x>

Obeid, J., Larche, M. J., & Timmons, B. W. (2011). Optimizing the Wingate Anaerobic Cycling Test for youth with juvenile idiopathic arthritis. *Pediatric Exercise Science*, 23(3), 303–310.

Vandewalle, H., Peres, G., & Monod, H. (1987). Standard anaerobic exercise tests. *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 4(4), 268–289.

## REFERENCES

- Capmal, S., & Vandewalle, H. (1997). Torque velocity relationship during cycle ergometer sprints with and without toe clips. *European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology*, 76(4), 375–379. <http://doi.org/10.1007/s004210050264>
- Dotan, R., & Bar-Or, O. (1983). Load optimization for the Wingate Anaerobic Test. *European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology*, 51(3), 409–417.
- Evans, J. A., & Quinney, H. A. (1981). Determination of resistance settings for anaerobic power testing. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences. Journal Canadien Des Sciences Appliquees Au Sport*, 6(2), 53–56.
- Katch, V., Weltman, A., Martin, R., & Gray, L. (1977). Optimal test characteristics for maximal anaerobic work on the bicycle ergometer. *Research Quarterly*, 48(2), 319–327.
- Kim, J., Cho, H.-C., Jung, H.-S., & Yoon, J.-D. (2011). Influence of performance level on anaerobic power and body composition in elite male judoists. *Journal of Strength and Conditioning Research / National Strength & Conditioning Association*, 25(5), 1346–1354. <http://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181d6d97c>
- LaVoie, N., Dallaire, J., Brayne, S., & Barrett, D. (1984). Anaerobic testing using the Wingate and Evans-Quinney protocols with and

## برنامج مقترح للتمرينات البدنية كمدخل لعلاج بعض الانحرافات القوامية تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (6-9) سنوات نموذجاً

أ. فوزي محمد الشبل

د. وليد محمد شيبوب

د. ابراهيم علي ابوعمود

### المقدمة :

الانحرافات القوامية في سن مبكرة ، لأنه إذا زادت حتى الدرجة البنائية فهذا يؤدي إلى حدوث خلل وظيفي وحركي في الجسم عامة وفي منطقة التشنج خاصة (6)(7).

حيث يتم وضع التمرينات على فرض أنه في الظروف الملائمة ، تساعد على إصلاح القوام في التخلص من بعض حالات الخلل الوظيفي أو بعض عيوب القوام أو زيادة القوة العضلية وما يقابلها من زيادة مطاطية العضلات ، كذلك تعمل على تحسين الدورة الدموية حول العضلات المتأثرة ، بمعنى أن التطبيق الصحيح للتمرينات العلاجية يساعد على تصحيح انحرافات القوام (8).

من هنا تتضح الحاجة إلى دراسة الانحرافات القوامية في مرحلة الطفولة وخاصة الطفولة المبكرة (6-9) سنوات ، حيث تزيد الأهمية لإمكانية الاكتشاف المبكر لانحرافات العمود الفقري ومن أهمها ( استدارة الظهر والانحناء الجانبي)، فمن المهم والضروري أن تتم معالجتها بالسرعة الممكنة حتى لا يتحول إلى تشوهات، مما يجعل التلميذ عرضة للإصابة بالأمراض والانحرافات القوامية ، والذي يسبب نوع من الألم والتهاب المفاصل ويؤدي إلى اضطرابات للأجهزة الحيوية في الجسم.

### مشكلة البحث :

لقد اهتم الخبراء والمتخصصين منذ فترة طويلة بتقويم شكل الجسم، ووضع معايير نموذجية تحدد تركيبه وأبعاده ، وما زالت البحوث مستمرة لمعرفة الشروط الصحية التي من شأنها المحافظة على القوام السليم.

وتعتبر الانحرافات القوامية التي تصيب العمود الفقري للنشء بصفة عامة من أكثر مسببات الخلل القوامي الذي يغير شكل القوام وديناميكية عمله بجانب الآثار المترتبة عليه فسيولوجيا ونفسيا ، مما له أبعاد الأثر على مستوى صحة التلاميذ (9)

وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات والبحوث العلمية تأثير القوام غير السليم والانحراف والتشوهات القوامية على النواحي الصحية والنفسية ، حيث تتأثر جميع أجهزة الجسم بالحالة القوامية ، فينعكس ذلك على معاملاته واتصالاته مع أقرانه واتجاهاته نحو المجتمع مما يضعف من قدرته على العمل والإنتاج (10)

وقد اتفق بعض الباحثين على أن العادات القوامية الخاطئة هي أحد أسباب الانحرافات القوامية ، حيث إن هناك الكثير من المهن تتطلب العمل بها الوقوف أو الجلوس في أوضاع قوامية خاطئة لفترات طويلة ، ونتيجة لتكرارها يعتاد عليها الجسم ، وتؤدي في النهاية إلى التشوهات القوامية ، حيث طبيعة بعض المهن الاستخدام المستمر لمجموعة معينة من العضلات لفترة طويلة

قام العديد من العلماء والباحثين بدراسة القوام باعتباره المظهر الذي يدل على الحالة العامة للأشخاص ، نتيجة لأهميته الكبيرة على صحة الفرد، وبالتالي تأثيره على صحة المجتمع بشكل عام ، فالقوام السليم هو غاية تسعى إليها كافة البلدان والمجتمعات على اختلاف أنواعها، وبذلك فقد أصبح القوام مطلباً ضروريا وملحا في ظل الحياة اليومية المرفهة التي يعيشها الإنسان ، ولقد أسرف الإنسان في استخدام وسائل التقنية الحديثة بغية الراحة والمتعة حتى في أبسط الأمور ، والذي أدى ذلك إلى انه أصبح أكثر عرضة للإصابة بالأمراض والانحرافات القوامية (1) .

كذلك فإن القوام يعتبر مؤشرا هاما على صحة وسلامة جسم الإنسان في أي مجتمع من المجتمعات ، فبواسطته تستطيع الحكم على إذا كان الجسم معتدل القامة متين البنيان أو أنه معتدل القامة ضعيف البنيان ، لذلك نجد أن جميع الدول التي تقدمت تعني عناية تامة بجميع أفرادها سواء كانوا أطفالا أو شبابا أو كهولا بما يعود على أجسامهم بالصحة والقوة ، حيث يعتبر المستوى الصحي والمظهر القوامي أحد مقاييس التقدم والرفي للدول التي تنظر إلى مستقبل مشرق لأبنائها (2).

ويعتبر الاهتمام بالقوام البشري أمر حيوي وهام لأطفالنا وشبابنا وهم بحاجة ماسة إلى من يرشدهم للقواعد العلمية والتطبيقية التي تساهم في إكسابهم القوام الجيد الخالي من الانحرافات والتشوهات القوامية لما لها من آثار سيئة على الأفراد وبالتالي على المجتمع (3)

فالقوام السليم غاية تسعى إليها الشعوب المتقدمة وهو يعتبر أحد المؤشرات الهامة لصحة أبنائها ، حيث يرتبط بالعديد من المجالات الهامة للإنسان فالفرد الذي يتمتع بالقوام السليم يفخر بنفسه ويزيد من شعوره بالثقة بالنفس وقوة الشخصية لكونه إنسانا طبيعيا وسويا بين أقرانه ، مما يضيف عليه الشعور بالقبول الاجتماعي ، وفي العمل ينتج بكفاءة ، مما يؤدي في التقدم والرفي بأمته (4).

كذلك فإنه ونتيجة للتغيرات المستمرة في النمو تحدث تغيرات جسمية في نمو العظام والعضلات ، وقد تكون سلبية والتي تؤثر على المظهر العام للجسم لدى التلاميذ (5)

ويتفق محمد صبحي حسنين ومحمد عبد السلام راغب (1995) ، ومحمد فتحي هندي (1991) على أن العديد من الباحثين أكدوا على أهمية استخدام التمرينات البدنية العلاجية قبل الوصول إلى الدرجة البنائية ، حيث تكون النتائج حسنة إذا ما تم اكتشاف

برنامج تمارين بدنية علاجية بدرس التربية البدنية لعلاج بعض الانحرافات القوامية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بأعمار (6-9) سنوات .

#### أهمية البحث:

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة (6-9) سنوات من المراحل العمرية المهمة في حياة الإنسان ، كونها مرحلة يزداد فيها نمو التلميذ في الطول والوزن ويسهل فيها نمو العضلات الكبيرة ، ونجد تغيرا واضحا في النسبة بين الجذع وبقية الأعضاء لاتخاذ الوضع المعتدل ، ومن السهل أصابته ببعض الإضرار وعرضه لظهور بعض التشوهات القوامية (16).

وتعتبر المدرسة كيان مادي وجو انفعالي نفسي يشمل المباني والفصول والملاعب ، فالمدرسة تضم عدد كبير من التلاميذ، وهم فئة من الفئات الحساسة التي يجب علينا توفير اهتمام خاص لرعايتهم الصحية حيث تعتبر المدرسة وسيلة من وسائل التربية الصحية وتعتمد التربية البدنية بالمدراس على أهم الوسائل التربوية لتنشئة التلاميذ، فهي تعمل على تحسين النمو البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والوجداني، من خلال أنشطتها المختلفة، ويعتبر درس التربية البدنية هو الوسيلة التي يتعلم من خلالها التلاميذ بعض العادات الصحية السليمة (التغذية الصحيحة - الاهتمام بالقوام - تجنب الأمراض المعدية) كما تمد التلاميذ بالخبرات التربوية التي توسع مداركهم والتأثير على سلوكهم في مجال الصحة للفرد والمجتمع (17).

وحيث أن الانحرافات القوامية التي تصيب الفرد في مرحلة الطفولة تستمر معه حتى البلوغ لذا فانه من الضروري الاهتمام بهذه المرحلة العمرية من قبل الباحثين للكشف المبكر عن الانحرافات والتشوهات القوامية بحسب نوعها ودرجتها، وتكمن أهمية البحث في ندرة الدراسات والبحوث التي تناولت هذا الموضوع الحيوي والذي يضم شريحة واسعة من المجتمع والذين هم بحاجة إلى هذا النوع من العناية والاهتمام وعلاقتها بالاشتراطات الصحية المدرسية، ومن هنا تظهر أهمية البحث في الحاجة إلى اكتشاف الانحرافات القوامية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بمدينة طرابلس ومتابعتها، للتعرف على نوعيتها ومعدل انتشارها ومدى تأثيرها على صحة التلاميذ ، ووضع برنامج تمارين علاجية بدرس التربية البدنية ، والاستفادة من النتائج في الحد من ظاهرة انتشار الانحرافات القوامية، والعمل على معالجتها وإصلاحها، حتى تساعد التلاميذ على اكتساب القوام السليم وما يصاحبه من صحة بدنية وعقلية على مدى حياتهم، ولكي يوضح ماهي أنواع الانحرافات القوامية وما هي طرق علاجها وإصلاحها ومتابعة تطور الحالة القوامية ووضع الحلول العلاجية المناسبة لها.

فتحدث بعض الانحرافات القوامية إضافة إلى حدوث بعض الآلام(11)(12).

وبذلك أصبحت دراسة مشكلة الانحرافات القوامية ووضع البرامج البدنية العلاجية محط اهتمام الدول المتقدمة بهدف تعديل وتحسين قوام أفرادها وإعطائها المكانة الخاصة في مدارسها ومعاهدها المختلفة من نشر الوعي القوامي والبرامج المختلفة (وقائية -علاجية - تأهيلية ) مدركة تماما أن ذلك سيعود إليها بالفائدة أضعافا مضاعفة (13).

ويعتبر درس التربية البدنية هو أحد الدعائم الأساسية التي يركز عليها تكوين النشء والشباب ، حيث يعمل على تنمية الصفات البدنية والمهارات الحركية وتكوين العادات الصحية السليمة واكتساب العديد من المعارف والمعلومات بالإضافة إلى تنمية الجوانب المتعددة لشخصية الفرد (14).

وتقوم عملية تدريس التربية البدنية والرياضة في أساسها على المدرس بالأخص في المرحلة الأساسية من التعليم ، لأن له الدور الأكبر في اكتساب التلاميذ القوام السليم وهو في أطوار نموه الأولى ، من خلال جزء التدريبات التي تعطي للتلميذ كأحد عناصر الدرس باعتبار أن العملية التعليمية تدور بين المرسل (المدرس ) والمستقبل (التلميذ) من خلال المنهج الموضوع ، لذا كان للمدرس الدور الأكبر في اكتشاف عيوب القوام خاصة في الطرف العلوي من الجسم ، وكذلك التعرف على طرق القياس المختلفة في تحديد عيوب القوام لتلاميذه ، ووضع البرامج بإصلاح الانحرافات القوامية (15).

من خلال خبرة الدارس وعمله كمدرس للتربية البدنية، والملاحظة العملية لتحركات التلاميذ أثناء حصص التربية البدنية في المرحلة الأساسية، فقد لاحظنا بأن هناك انحرافات وتشوهات قواميه، وخاصة في الطرف العلوي من الجسم تظهر عند أداء التمارين، والتي تؤثر على العمود الفقري وتعيق حركته بالشكل المناسب، وفي نفس الوقت تسبب في حدوث الآلام للتلميذ وشعوره بالتعب المبكر، وتؤدي بالتالي إلى عزوف التلميذ عن ممارسة الأنشطة الرياضية، وعدم اشتراكه في حصص التربية البدنية في المدرسة، وذلك نتيجة لإهمال مدرسي التربية البدنية والتمارين التي تساعد على العناية بالقوام وتقوية المجموعات العضلية ومرونة المفاصل التي تشمل الجذع والذراعان والقدمين، كذلك يقضون وقتا طويلا في الحصص الدراسية كالأعمال الكتابية وحمل الحقيبة المدرسية، ومن خلال تواجد الدارسين في المدرسة لاحظنا أن الكثير من التلاميذ يتخذون أوضاعا قواميه خاطئة دون إرشادات أو توعية من قبل المعلم المتواجد معهم، وبالتالي فإن هذه الأوضاع الخاطئة قد تضر بالجهاز الحركي للجسم والتي تؤثر سلبيا على كفاءة عمل الأجهزة الداخلية للجسم، لذلك يرى الدارسين ضرورة التصدي لهذه المشكلة في هذه السن المبكرة، حتى ينشأ الأطفال على أسس قواميه سليمة عن طريق وضع

**أهداف البحث:**

الانحناء الجانبي من الدرجة الأولى: ( ويطلق عليه الانحناء الوظيفي، ويكون هذا النوع غير حاد، وهو انحناء بسيط لا يصل إلى حد التشوه) (22).

التمرينات البدنية العلاجية: ( وهو العلاج بالحركات المقننة، وهو احد الوسائل الطبيعية الأساسية في مجال العلاج المتكامل، وتعتمد فيه المعالجة على التمرينات البدنية المختلفة بأنواعها) (23)

**منهج البحث:** استخدم المدارس المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي (قبلي - بعدي) على مجموعتين تجريبية وضابطة لمناسبتها لطبيعة البحث.

**مجتمع البحث:-** يمثل مجتمع البحث بتلاميذ المرحلة الابتدائية بأعمار 6 - 9 سنوات من المصابين بانحرافات العمود الفقري بمدينة طرابلس، والبالغ عددهم (78) تلميذ لعام الدراسي 2013 - 2014 مسيحي .

**عينة البحث:**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من بين تلاميذ المرحلة الابتدائية بأعمار (6 - 9) سنوات من ( مدرسة قلعة العلم، مدرسة المعرفة، ومدرسة علي نويضة للبنين ) بمدينة طرابلس للعام الدراسي (2013-2014)، والبالغ عددهم (78) تلميذاً من المصابين بانحرافات قواميه، وقد تم اكتشاف بعض التلاميذ مصابين بتكلس عظمي وتصلب مفصلي في منطقة العمود الفقري، مما تتطلب استبعادهم وكان عددهم (28) تلميذاً، وكذلك (10) تلاميذ كعينة استطلاعية وبذلك تكون عينة البحث الفعلية (40) تلميذاً من المصابين بانحناء العمود الفقري البسيط، ضمن الدرجة الأولى ذو منحني واحد إلى الجانبين على شكل الحرف (C)، وتمثل نسبة 51.28% من مجتمع البحث.. وكما هو موضح في جدول (1) :

جدول (1)

## عينة البحث الفعلية ونسبتها المئوية

العينة الفعلية	عينة الدراسة الاستطلاعية	التلاميذ المصابين بانحناء العمود الفقري المركب	مجتمع البحث
40	10	28	78
51.28%	12.82%	35.90%	100%

وقد قام المدارس بعمل تجانس لأفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية (العمر، الطول الكلي للجسم، طول الجذع، الوزن) والجدول (2) يوضح توصيف عينة البحث

يهدف البحث إلى :

1-الكشف عن بعض الانحرافات القوامية (استدارة الظهر، الانحناء الجانبي للعمود الفقري) لدى تلاميذ مرحلة التعليم

الأساسي بين (6-9) سنوات بطرابلس .

2-التعرف على تأثير برنامج التمرينات البدنية المقترح لدرس التربية البدنية على بعض الانحرافات القوامية (استدارة الظهر، الانحناء الجانبي للعمود الفقري) لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بين (6-9) سنوات بطرابلس.

**فروض البحث:**

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في بعض الانحرافات القوامية (استدارة الظهر - الانحناء الجانبي) بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي في بعض الانحرافات القوامية (استدارة الظهر - الانحناء الجانبي) بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

**مصطلحات البحث:**

**القوام المعتدل:** ( هو العلاقة الميكانيكية السليمة بين أحزمة الجسم العظمية والعضلية والعصبية بحيث يستطيع الفرد بذل أقل جهد في الأوضاع المختلفة للثبات والحركة بأكثر كفاءة (18).

**الانحراف القوامي:** ( هو شكل عضو من أعضاء الجسم أو جزء منه وانحرافه عن الوضع الطبيعي المسلم به تشریحاً مما ينتج عنه تغير في علاقة هذا العضو بسائر الأعضاء الأخرى) (19).

**استدارة الظهر:** (هو زيادة في انحناء فقرات أعلى الظهر في العمود الفقري عن الوضع الطبيعي) (20)

**الانحناء الجانبي:** هو عبارة عن انحناء العمود الفقري إلى أحد الجانبين، وهو التواء جانبي في العمود الفقري نتيجة لزيادة وقوة العضلات على أحد جانبيه عن عضلات الجانب الأخر، مما يخل بالتوازن العضلي ويؤثر الشد على العمود الفقري من جانب واحد) (21).



## جدول (2) التوصيف الإحصائي لعينة البحث ن = 40

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر	سنة	7.550	0.825	7.500	0.124
الطول الكلي للجسم	سم	113.500	2.315	113.00	1.261
طول الجذع	سم	36.250	1.421	36.000	0.859
الوزن	كجم	30.800	2.578	30.500	0.233

برنامج التمرينات البدنية العلاجية، والمجموعة الضابطة ويطبق عليها برنامج الحصص الدراسية فقط، وقد قام الدارس بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث في بعض المتغيرات الأساسية كما هو موضح في

جدول (3)

يتضح من بيانات جدول (2) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت بين (0.124) كأصغر قيمة، و(1.261) كأكبر قيمة، وبذلك فإن هذه القيم محصورة بين (+ 3) وهذا ما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات الأساسية.

وقام الدارس بتقسيم عينة البحث إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة متساويتين في العدد، المجموعة التجريبية الأولى، ويطبق عليها

## جدول (3)

دلالة فروق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات الأساسية قيد البحث

ن = 40

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الاختبارات
		ع +	س2	ع +	س1	
غير دال	0.884	0.536	2.445	0.443	2.439	زاوية انحراف العمود الفقري
غير دال	1.126	0.458	2.728	0.461	2.710	استدارة الظهر
غير دال	0.866	0.242	1.820	0.226	1.819	الفرق بين مستوى الكتفين
غير دال	1.321	1.563	24.490	1.523	24.600	قوة عضلات الظهر
غير دال	1.412	1.815	28.350	1.778	28.220	قوة عضلات الرجلين
قيم قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.042						

- مسطرة قياس مدرجة - ساعة توقيت إلكترونية - شريط قياس متري صلب - - عارضة توازن - استارة تسجيل البيانات - كرات طبية - عصي خشبية

## القياسات والاختبارات :

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول : لقياس الطول يقف التلميذ على القاعدة الخشبية وظهره مواجه للقائم بحيث يلامس التلميذ من ثلاث مناطق وهي المنطقة الواقعة بين لحي الكتف وأبعد نقطة من الخلف وأبعد نقطة لسانة الساق مع شد الجسم للأعلى والنظر للأمام ثم يتم إنزال الحامل حتى يلامس الحافة العليا للجمجمة ، والرقم الموجه للحامل هو طول التلميذ (24).

- قياس وزن الجسم : لقياس وزن الجسم يستخدم ميزان طبي معايير ، بحيث يقف التلميذ في منتصف قاعدة الميزان وتسجل الدرجة التي يقف عندها المؤشر على أن يكون التلميذ مرتديا شورت قصير (25).

يتضح من بيانات جدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائية في المتغيرات الأساسية قيد البحث بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، حيث أتضح أن قيمة (ت) المحسوبة هي أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وبالقيمة (2.042)، وهذا ما يدل على التكافؤ بين مجموعتي البحث في تلك المتغيرات الأساسية.

## أدوات جمع البيانات :

## الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- جهاز الرستاميتير : لقياس الطول لأقرب 2/1 سم-ميزان طبي معايير - لقياس الوزن لأقرب 2/1 كجم - جهاز وود روف لتحديد وقياس انحراف العمود الفقري

- شاشة المربعات- لقياس الانحناءات الجانبية للجسم-جهاز الديناموميتر- لقياس قوة عضلات الظهر والرجلين صندوق خشبي بارتفاع 40سم- لقياس المرونة

تقطنان على الحافيتين العلويتين لعظم الحوض - تقطنان على رأسي عظمي الفخذ من أعلى - تقطنان في منتصف الركبتين - تقطنان في منتصف العقبين (28).

ويتضح انحراف العمود الفقري للجانبين على شكل حرف (c) عند عدم توازن النقطنين المحدتين أعلى رأسي عظمي العضد، ويمرر الدارس مسطرة أفقية فوق أعلى عظمي العضد ويضع علامة بالقلم الفلوماستر على اللوح الزجاجي ويقاس الفرق بين مستوى الكتفين (29). (30).

#### 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 (60) سم، تنتهي ببار حديدي يبلغ طوله من (50-55) سم، يتخذ التلميذ وضع الوقوف على القاعدة ثم يقوم بثني الجذع للأمام والأسفل ليقبض على البار الحديدي باليدين بالطريقة العكسية، أي تكون ظهر احدي اليدين للخارج، ويجب أن تكون الركبتين مفردتين وأن يكون الرأس مع الجذع على استقامة واحدة (31).

- قياس قوة عضلات الرجلين : يتخذ التلميذ وضع الوقوف على القاعدة ثم يقبض على البار الحديدي بكلتا اليدين بحيث يكون ظهرا اليدين للخارج، ثم يقوم التلميذ بثني الرجلين قليلا حتى يصل بالبار الحديدي فوق الفخذين، ثم يقوم التلميذ بمد الرجلين لأعلى لإخراج أقصى قوة ممكنة (32).

- الدراسة الاستطلاعية الأولى: قام الدارس بأجراء دراسة استطلاعية أولى في الفترة من 2013/11/24 حتى 2013/12/4، والهدف من هذه الدراسة هو: التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة- تحديد الزمن الذي يستغرقه كل قياس.

- الوقوف على صحة ودقة القياسات والاختبارات الخاصة بالبحث. التعرف على أنسب ترتيب للقياسات والاختبارات. التعرف على مدى ملائمة التمارين العلاجية والاختبارات والصعوبات لعينة البحث.

-- الدراسة الاستطلاعية الثانية: قام الدارس بإجراء دراسة استطلاعية ثانية في الفترة من 2014/2/10 حتى 2014/2/17 ف، على عينة وعددها (10) تلاميذ من المصابين بانحراف 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).

- قياس انحراف العمود الفقري: (Wood ruf) قياس انحراف العمود الفقري باختبار (وودورف

وهو عبارة عن برواز من الخشب ارتفاعه (200) سم وعرضه (50) سم، ويرتكز على قاعدة خشبية بها تسعة ثقبوب بينها مسافات متساوية (4/3 بوصة) لير من خلالها خيوط رأسية على الأرض على أن يكون الخط الأوسط من الخيوط التسعة بلون مخالف للخيوط، ثم يوضع الجهاز مواجهًا 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 مواجهًا للجهاز بالجانب المحدد عليه النقاط السابقة.

- ويتم معرفة انحراف العمود الفقري بواسطة تحديد نقاط بالقلم الفلوماستر والوقوف مواجهًا للجهاز بالظهر على أن ينصف الخط الوسط للجهاز الجسم، ويجب أن يمر هذا الخط مستقيمًا على النقاط الموضحة لفقرات العمود الفقري، وإذا انحرف في أي منطقة من مناطق العمود الفقري نحو أحد الجانبين فإن هذا يعتبر انحراف بهذه المنطقة، وقد يحصل هذا الانحراف في أكثر من منطقة أيضا، ويؤكد على وجود انحراف الخط الواصل بين الطرفين السفليين لعظم اللوح والذي يجب أن يكون أفقي وموازي للأرض.

- أما مسافة استدارة الكتفين فيتم تحديدها من خلال الوضع السابق نفسه بعد أن يتم تحديد الخط الأفقي للجهاز والذي يقع على مستوى ارتفاع الكتفين، ففي حالة ارتفاع أحد الكتفين وسقوط الكتف الأخر فيمكن إما حساب مسافة ارتفاع الكتف عن الخط الأفقي الذي يتم تحديده أو حساب سقوط الكتف الأخر عن الخط الأفقي (26)(27).

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

-- تقطنان على حلمتي الأذنين - تقطنان على رأسي عظمي العضد من أعلى -

## جدول (4) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات الأساسية قيد البحث

ن = 10

الصدق الذاتي	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		الاختبارات
		ع +	س2	ع +	س1	
0.997	*0.868	0.576	2.451	0.465	2.441	زاوية انحراف العمود الفقري
0.939	*0.911	0.451	2.692	0.365	2.690	استدارة الظهر
0.904	*0.885	0.251	1.835	0.239	1.833	الفرق بين مستوى الكتفين
0.915	*0.939	1.730	24.646	1.568	24.650	قوة عضلات الظهر
0.927	*0.899	1.785	28.425	1.780	28.420	قوة عضلات الرجلين

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632 \* دال إحصائياً

اشتمل البرنامج التدريبي المقترح على بعض المتطلبات وهي:  
 - خصائص المرحلة العمرية : - التدرج في شدة الأحمال التدريبية.  
 - تنوع التمرينات البدنية بحيث يكون تعاقب التمرينات طبقاً للمجموعة العضلية العاملة.  
 - أن يكون العمل بالتكرارات تصاعدياً وكذلك المجموعات.  
 - الاهتمام بفترات الراحة بين التمرينات وحسب شدة التدريب.  
 وقد تم عرض التمرينات على مجموعة من الخبراء والاختصاصيين في مجال التربية البدنية من أساتذة كلية التربية البدنية في جامعة طرابلس، وبعض الأطباء والاختصاصيين في مجال التمرينات العلاجية، وقد تم تعديل بعض التمارين، وفقاً لآراء الخبراء والمواقفة عليها في صورتها الحالية، مرفق ( 1 ).  
 الخطوات التنفيذية للبحث: - القياسات القبليّة : تم إجراء القياسات القبليّة في الفترة من 2014/ 2 / 22 حتى 2014/ 2 / 25 م والتي تضمنت القياسات والاختبارات الخاصة بالبحث (زاوية انحراف العمود الفقري، استدارة الظهر، الفرق بين مستوى الكتفين، قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين)، وقد أجريت القياسات والاختبارات على صالة القاعة الداخلية في مدرسة قلعة العلم بتاجوراء

## تطبيق التجربة :

تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح للفترة من 1/ 3 / 2014 لغاية 1 / 5 / 2014 لمدة ثمانية أسابيع، وبواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد، وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة، وكان زمن الوحدة التدريبية بين (35- 45) دقيقة، وقد تم تطبيق البرنامج المقترح على أفراد المجموعة التجريبية، فيما تم تطبيق البرنامج التقليدي الخاص بمحصول الرياضة في المدرسة، على أفراد المجموعة الضابطة.  
 - القياسات البعدية : بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي العلاجي على مجموعتي البحث التجريبية الأولى والتجريبية الثانية، تم

يتضح من بيانات جدول (4) أن قيم معاملات الارتباطات بين التطبيقين الأول والثاني قد تراوحت بين (0.868) كأقل قيمة، و(0.939) كأكثر قيمة، وهي أكبر من قيمتها الحد ولية عند مستوى 0.05 والبالغة (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.

## 5-3 البرنامج التدريبي المقترح:

استعان الدارس بالعديد من المراجع العلمية منها (33) (34)(35) (36) (37)، والتي تناولت انحراف العمود الفقري، كذلك رأي الخبراء والمتخصصين في العلاج الطبيعي ومن أساتذة كلية التربية البدنية، وأطباء العظام والعلاج الطبيعي في وضع برنامج التمرينات المقترح، وقد تم الاتفاق على أن يتضمن البرنامج المقترح الأجزاء الآتية:

## أ- تمرينات الإجماء:

وتضمنت تمرينات إطالة وتهيئة عامة لكافة أجزاء الجسم وكذلك استخدام بعض التمرينات القوامية لاستقبال النشاط الخاص بالجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية .

## ب- تمرينات الجزء الرئيسي:

وتتضمن مجموعة من التمرينات البنائية الخاصة بالمجموعات العضلية الظهرية الأمامية والجانبية والخلفية، وكذلك التمارين القوامية وخاصة المتعلقة بانحراف العمود الفقري، والعمل على تنوع التمرينات حيث يكون تعاقب التمرينات تبعاً للمجموعة العضلية العاملة مع التأكيد على العادات القوامية السليمة، إضافة إلى الألعاب والأنشطة البدنية والرياضية والترويحية.

ج- الجزء الختامي: ويتضمن بعض التمرينات التنفسية وتمرينات التهدئة والراحة الإيجابية ومحاولة رجوع الجسم إلى حالته الطبيعية.

أجراء القياسات والاختبارات الخاصة بالبحث في الفترة من 3 / 5  
2014/ حتى 5 / 5 / 2014م، وقد اتبع الدارسين فيما نفس الشروط  
والظروف التي تم فيها إجراء القياسات والاختبارات القبلية.  
عرض النتائج : يعرض الدارس في هذا الفصل النتائج التي توصل إليها  
تبعاً لاهداف

جدول (5) دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات الأساسية  
قيد البحث للمجموعة الضابطة ن = 20

المتغيرات الأساسية	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	س1	ع1 +	س2	ع2 +			
زاوية انحناء العمود الفقري	2.445	0.536	2.468	0.114	0.008	0.226	غير دال
استدارة الظهر	2.726	0.458	2.622	0.668	0.022	1.018	غير دال
الفرق بين مستوى الكتفين	1.820	0.242	1.813	0.082	0.008	0.304	غير دال
قوة عضلات الظهر	24.490	1.563	23.627	1.562	0.570	0.983	غير دال
قوة عضلات الرجلين	28.350	1.815	27.694	1.142	0.116	0.326	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.729

يتضح من بيانات جدول (5) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات الأساسية قيد البحث (زاوية انحناء العمود الفقري ، استدارة الظهر، الفرق بين مستوى الكتفين، قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين) للمجموعة الضابطة، حيث ظهر أن قيم (ت) المحسوبة، هي أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة (1.729).

جدول (6) دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات الأساسية قيد البحث للمجموعة التجريبية ن = 20

المتغيرات الأساسية	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	س1	ع1 +	س2	ع2 +			
زاوية انحناء العمود الفقري	2.439	2.236	2.236	0.087	0.230	7.233	دال
استدارة الظهر	2.710	0.461	2.342	0.093	0.128	11.579	دال
الفرق بين مستوى الكتفين	1.819	0.226	1.422	0.124	0.408	11.479	دال
قوة عضلات الظهر	24.600	1.523	28.382	1.274	5.325	9.802	دال
قوة عضلات الرجلين	28.220	0.778	31.901	1.170	4.320	12.050	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.729

يتضح من بيانات جدول (6) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات الأساسية (زاوية انحناء العمود الفقري ، استدارة الظهر، الفرق بين مستوى الكتفين، قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين) للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، حيث ظهر أن قيم (ت) المحسوبة، هي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة (1.729).

## جدول (7) دلالة الفروق في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الأساسية قيد البحث للمجموعة التجريبية

ن = 40

المتغيرات الأساسية	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوس	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	س1	ع1 +	س2	ع2 +			
زاوية انحناء العمود الفقري	2.468	0.114	2.236	0.087	0.230	7.233	دال
استدارة الظهر	2.622	0.668	2.342	0.093	0.301	11.579	دال
الفرق بين مستوى الكتفين	1.813	0.082	1.4223	0.124	0.400	11.479	دال
قوة عضلات الظهر	23.627	1.562	28.382	1.274	5.325	9.802	دال
قوة عضلات الرجلين	27.694	1.142	31.901	1.170	4.323	12.050	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.734

يتضح من بيانات جدول رقم (7) وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الأساسية (زاوية انحناء العمود الفقري ، استدارة الظهر، الفرق بين مستوى الكتفين، قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين) لصالح المجموعة التجريبية، حيث ظهر أن قيم (ت) المحسوبة، هي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى 0.05 والبالغة (1.734).

## جدول (8) النسب المئوية لمعدلات القياسات البعدية عن القياسات القبليّة للمتغيرات قيد البحث ن = 40

المتغيرات الأساسية	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		نسبة التحسن %
	القياس القبلي	القياس البعدي	القياس القبلي	القياس البعدي	
زاوية انحناء العمود الفقري	2.476	2.468	2.466	2.236	9.32%
استدارة الظهر	2.644	2.622	2.644	2.342	11.42%
الفرق بين مستوى الكتفين	1.822	1.813	1.822	1.4223	21.95%
قوة عضلات الظهر	23.057	23.627	23.057	28.382	23.09%
قوة عضلات الرجلين	27.578	27.694	27.578	31.901	15.67%

يتضح من بيانات نتائج جدول (8) النسب المئوية لمعدلات القياسات البعدية عن القياسات القبليّة للمتغيرات قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة، فقد بلغت نسبة التحسن في زاوية انحراف العمود الفقري لدى المجموعة التجريبية (9.326%) أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فبلغت (0.323%)، وبلغت نسبة التحسن في مقدار ميل استدارة الظهر لدى المجموعة التجريبية (11.422%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فبلغت (0.832%)، أما بالنسبة للفرق بين مستوى الكتفين للمجموعة التجريبية فقد بلغت نسبة التحسن (21.953%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد بلغت (0.1%)، أما بالنسبة لقوة عضلات الظهر للمجموعة التجريبية فقد بلغت نسبة التحسن (23.094%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد بلغت

( استدارة الظهر، الانحناء الجانبي للعمود الفقري) بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .

**مناقشة النسب المئوية لمعدلات القياسات البعدية عن القياسات القبليّة لمتغيرات البحث:**

يتضح من بيانات نتائج جدول (8) النسب المئوية لمعدلات القياسات البعدية عن القياسات القبليّة لمتغيرات قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة، فقد بلغت نسبة التحسن في زاوية انحراف العمود الفقري لدى المجموعة التجريبية (9.326%) أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فبلغت (0.323%)، وبلغت نسبة التحسن في مقدار ميل استدارة الظهر لدى

المجموعة التجريبية (11.422%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فبلغت (0.832%)، أما بالنسبة للفرق بين مستوى الكتفين للمجموعة التجريبية فقد بلغت نسبة التحسن (21.953%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد بلغت (0.1%)، أما بالنسبة لقوة عضلات الظهر للمجموعة التجريبية فقد بلغت نسبة التحسن (23.094%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد بلغت (2.47%)، أما بالنسبة لقوة عضلات الرجلين للمجموعة التجريبية فقد بلغت نسبة التحسن (15.675%)، بينما بلغت لدى المجموعة الضابطة نسبة قدرها (0.420%)، وبعزو الدارس هذا التحسن في الانحناء الجانبي واستدارة الظهر وكذلك قوة عضلات الظهر والرجلين لدى أفراد المجموعة التجريبية نتيجة ممارستهم للبرنامج التدريبي المقترح الذي كان هدفه الأساسي هو إكساب الجانب الضعيف قوة عضلية وهذه النتيجة تعد نتيجة جيدة والتي تكسب التلاميذ مدى حركي جيد، وبذلك فإن تمتع التلاميذ بالقوام السليم له فائدة كبيرة على صحتهم وممارستهم لواجباتهم اليومية بكل جدية، وفي ذلك تؤكد كل من فاطمة محمد جاد (1995) وزينب عبد الحميد (1990) بأن القوام السليم يساعد الجسم على القيام بواجباته ووظائفه خير قيام بل ينعكس هذا على حالته النفسية والصحية حيث يبدو أكثر اعتدالا ونخافة حيث إن القوام الجيد يكسب صاحبه مظهرا أنيقا لذا يبدو أكثر ثقة بنفسه وأكثر شعورا بالارتياح والحرية في الحركة (45)(46) .

وبذلك يمكن القول بأن فروض البحث قد تم تحقيقها، وأن البرنامج التدريبي المقترح كان له تأثير إيجابي على الانحناء الجانبي للعمود الفقري واستدارة الظهر لدى المجموعة التجريبية.

#### -الاستنتاجات :

من خلال المنهج المستخدم والتحليل الإحصائي لنتائج البحث وفي حدود مجال أهداف البحث وفروضة وفي حدود عينة البحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- وجود انحرافات في استدارة الظهر والانحناء الجانبي قيد البحث لتلاميذ المرحلة الابتدائية بأعمار من ( 6 – 9 ) سنوات في طرابلس
- 2- وجود ضعف في قوة عضلات الظهر وقوة عضلات الرجلين قيد البحث لتلاميذ المرحلة الابتدائية بأعمار (6-9-) سنوات بطرابلس.

دون الخضوع لأي برنامج تدريبي خاص بمعالجة تلك الانحرافات القوامية للتلاميذ.

- ويتضح من بيانات جدول ( 6 ) الخاص بدلالة الفروق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في جميع متغيرات البحث للمجموعة التجريبية ، ويرجع الدارسين هذا التحسن في تلك المتغيرات إلى تطبيق البرنامج المقترح والذي اشتمل على مجموعة من التمرينات الخاصة بتنمية قوة العضلات المادية والمثنية للجذع وكذلك عضلات الظهر والبطن الكبيرة ، وكذلك تنمية القوة العضلية الخاصة بالرجلين، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة إقبال رسمي محمد(1988) و محمد السيد الشطا(1982) اللتين توصلا فيها إلى أن البرنامج التدريبي العلاجي المقترح له تأثير إيجابي في تقوية عضلات الظهر والبطن والانحناء الجانبي للعمود الفقري وانحراف الرجلين وتقوس الساقين لدى الناشئات تحت 15 سنة (38)(39)
- وبذلك يكون قد تحقق الفرض الذي ينص على، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الانحرافات القوامية بين القياسين القبلي والبعدي ( استدارة الظهر، الانحناء الجانبي للعمود الفقري) لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي بين ( 6-9 ) سنوات بطرابلس.

ويتضح من جدول ( 7 ) الخاص بدلالة الفروق وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في جميع متغيرات البحث ( زاوية انحراف العمود الفقري، استدارة الظهر، الفرق بين مستوى الكتفين، قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين ) لصالح المجموعة التجريبية ، ويرجع الدارسين هذا التحسن في تلك المتغيرات الأساسية لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى تطبيق البرنامج التدريبي والذي يشير إلى أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي في إصلاح تشوه الانحناء الجانبي واستدارة الظهر وتنمية عضلات الظهر والرجلين وهذه النتائج تتفق مع دراسة كل من دانيال وارنهام Daniel & Arnheim (1982) صفية عبد الرحمن(1979) بأن ممارسة التمارين الرياضية لها دور أساسي في إصلاح الانحرافات والتشوهات القوامية (40)(41).

فيما يذكر محمود يحيى وآخرون (1985) بأن ممارسة برنامج حركي علاجي يشتمل على تمارين قوة عضلية استاتيكية وديناميكية يساعد على تحسن القوة العضلية لعضلات الظهر ومختلف عضلات الجسم (42) .

ويضيف محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995) وحياة عياد روفائيل (1986) بأن هذا النوع البسيط من انحرافات الدرجة الأولى والثانية يمكن تداركه بالتمرينات العلاجية والتعويضية حيث تكون في حدود العضلات والأربطة ويطلق عليها الحالات المرنة ويكون الانحراف قابلا للعلاج الذاتي أو بمساعدة تمارين تعويضية (43)(44).

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الذي ينص على، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي في بعض الانحرافات القوامية



- 3- أدى برنامج التمرينات البدنية المقترح لدرس التربية البدنية إلى تحسين في الانحناء الجانبي للعمود الفقري في (زاوية انحناء العمود الفقري ، استدارة الظهر، الفرق بين مستوى الكتفين) للمجموعة التجريبية.
- 4- أدى برنامج التمرينات البدنية المقترح لدرس التربية البدنية إلى تحسين بعض المتغيرات متمثلة في (قوة عضلات الظهر، قوة عضلات الرجلين) للمجموعة التجريبية.
- 5- تحسين انحناءات استدارة الظهر والانحناء الجانبي للعمود الفقري يؤثر إيجابيا على قوة عضلات الظهر والرجلين.
- التوصيات:**
- في حدود عينة البحث ووفقا لما توصل إليه الدارس من النتائج يوصي الدارس بما يأتي :
- 1- الاستفادة من برنامج التمرينات البدنية المقترح لدرس التربية البدنية عند تحسين المصابين بانحرافات استدارة الظهر والانحناء الجانبي للعمود الفقري.
- 2- الاهتمام بالكشف المبكر لتلاميذ المرحلة الابتدائية لحالات الإصابة بانحراف استدارة الظهر والانحناء الجانبي للعمود الفقري.
- 3- الاهتمام بالإجراءات الوقائية والحفاظ على الأوضاع الصحيحة للعمود الفقري في أوضاع الجلوس على المقاعد الدراسية أو المشي تأدية التمرينات الرياضية .
- 4- الاهتمام بإجراء المزيد من البرامج العلاجية والصحية للانحرافات القوامية الخاصة بتلاميذ المرحلة الابتدائية .
- 5- الاهتمام بإجراء المزيد من البحوث والدراسات العلمية الخاصة بالانحرافات القوامية على الفئات العمرية الأخرى التي لم يتناولها البحث
- المراجع**
- 1 - محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995): القوام السليم للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة.ص5
- 2 - محسن يس الدروي(1983): دراسة ميدانية على بعض الانحرافات القوامية في العمود الفقري لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالقاهرة، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة، 1983م. ص 2
- 3 - مجدي محمد نصر الدين(1999):تأثير برنامج للتمرينات والوعي القوامي على تحسين بعض الانحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، القاهرة. ص 103
- 4 \_ \_ ( المرجع السابق ) ص104 ، ص 188
- 5- محمد فتحي هندي (1991): علم التشريح للرياضيين، دار الفكر العربي، القاهرة. ص 103
- 6- محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995): مرجع سبق ذكره. ص 76
- 7- محمد فتحي هندي (1991): مرجع سبق ذكره. ص 44
- 8 - اشرف احكام محمد رزق(1999): تأثير برنامج بدني تاهيلي متنوع للمصابين بالانحناء الجانبي في العمود الفقري لتلاميذ التعليم الأساسي للسنة (8-12) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية، القاهرة. ص 3
- 9 - محسن يس الدروي(1983): مرجع سبق ذكره. ص2
- 10 - محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب(1995): مرجع سبق ذكره . ص 152
- 11-حياة عياد روفائيل وصفاء الدين الخربوطلي (1991): اللياقة القوامية والتدليك الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية. ص 24
- 12- ليلي عبد العزيز زهران (1982): أثر برنامج حركي مقترح على تخفيف آلام الظهر، مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، المجلد الخامس، العدد الثالث، جامعة حلوان، القاهرة . ص 13
- 13- محسن يس الدروي(1983): مرجع سبق ذكره. ص17
- 14- مجدي محمد نصر الدين(1999): مرجع سبق ذكره. ص 3
- 15- بهاء الدين ابراهيم سلامة(1995): الجوانب الصحية في التربية الصحية، دار الفكر العربي، القاهرة. ص188
- 16- مجدي محمد نصر الدين(1999): مرجع سبق ذكره. ص 10
- 17- إبراهيم البصري(1983): الطب الرياضي، مطبعة جامعة بغداد، بغداد. ص 166
- 18 - عباس الرملي وزينب خليفة وعلي ذكي(1981): تربية القوام، دار الفكر العربي، القاهرة. ص 92
- 19- اشرف احكام محمد رزق(1999): مرجع سبق ذكره. ص 6
- 20- حياة عياد روفائيل وصفاء الدين الخربوطلي (1991): مرجع سبق ذكره . ص 74
- 21- ليلي عبد العزيز زهران (1982) مرجع سبق ذكره . ص 6
- 22 - صفاء الدين الخربوطلي (2002): اللياقة القوامية والتدليك، دار الجامعيين للطباعة ، الإسكندرية . ص 78 --- -
- 23- محسن يس الدروي(1983): مرجع سبق ذكره . ص 55
- 24- إقبال رسمي محمد(1988): قياس المعارف القوامية لذوي تلميذات الحلقة الثانية من - التعليم الأساسي، بمحافظة القاهرة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، للبنين ، القاهرة . ص 249
- 25- عبد الحكيم حامد ألعازي (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. ص 47
- 26- صفاء الدين الخربوطلي (2002): مرجع سبق ذكره. ص 166
- 27- صالح بشير أبو خيط (2004): استخدام أساليب علاجية متنوعة للانحناء الجانبي للعمود الفقري المكتسب



- المرحلة الابتدائية من (9-11) سنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الرقازيق. ص 30
- 42- زينب عبد الحميد (1990): التدليك الرياضي وإصابات الملاعب، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة. ص 68
- 43- Meer, R, D, (1995): school screening for scoliosis mental retardation the rained of untidier measurement deformity of of orthopedist, university of uterchtne the erlands. S 190
- Meer, R, D, (1995): school screening for scoliosis 44-mental retardation the rained of untidier measurement deformity of of orthopedist, university of uterchtne the erlands. S 4
- Nachemon, A, & Peterson, L,(1995): Scoliosis of 45Mentally Retardation, Goteborg, Sweden university
- 46-Rarolyn, Lynn, (1996):Therapeutic exercise foundation and techniques , 3 rd , F.A, Davis co, Philadelpha.
- والتسطح القدم الاحادي الوظيفي ، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، العراق. ص 23---
- 28- فوزي الحضري (1997): الطب الرياضي واللياقة البدنية، دار العلوم العربية، بيروت . ص 119
- 29- عدنان الجبوري وناهد رسن سكر(1988): مبادئ طرق التدريس، دار الكتب للطباعة، جامعة البصرة، العراق . ص 32
- 30- عنايات فرج(1988): مناهج وطرق التدريس التربية البدنية والنشاط الرياضي - الخارجي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988م. ص 29
- 31- حسين احمد كاروز(2006): تأثير برنامج علاجي وتدليك على الانحناء الجانبي للعمود الفقري لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة .
- 32- حنفي مختار ولبلى زهران (1993): التمرينات الرياضية لعلاج آلم الظهر والرقبة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 33 - ساطع نجاتي السراج (1993): الآثار العكسية حول وزن الحقبية المدرسية على العمود الفقري والأكتاف، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة سكندرية.
- 34 - سميرة خليل محمد(1990):الرياضة العلاجية، دار الحكمة للطباعة والنشر جامعة بغداد.
- 35 - إقبال رسمي محمد(1988): مرجع سبق ذكره. ص 69
- 36- محمد السيد شطا (1982): الرياضة العلاجية لعيوب وتشوهات القوام، الدار القومية للطباعة، الإسكندرية. ص 31
- 37- صفية عبد الرحمن (1979): أثر التمارين العلاجية على بعض تشوهات القوام بطلبات المرحلة الابتدائية والإعدادية بمحافظة القاهرة، رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة. ص 62
- 38- محمود يحيى سعد وصبحي عبد الحميد وحسام شرارة (1985): أثر برنامج مقترح على تخفيف آلم المنطقة القطنية في العمود الفقري، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد الثاني، العدد (3 ، 4)، ص 43
- 39- محمد صبحي حسانين ومحمد عبد السلام راغب (1995): مرجع سبق ذكره . ص 76
- 40 - حياة عياد روفائيل(1986): إصابات الملاعب، منشأة المعارف، الإسكندرية. ص 73
- 41- فاطمة محمد جاد (1995): تأثير برنامج مقترح بالتمرينات العلاجية على انحراف العمود الفقري الجانبي وزيادة التقعر القطني للعمود الفقري وبعض المتغيرات الفسيولوجية لتلميذات

## تأثير برنامج مقترح للألعاب الحركية باستخدام الأدوات على بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة ( ( الإعاقات الذهنية ) )

د. سعاد على محمد زبون .

### مقدمة البحث :-

أصبح الاهتمام بالطفل في الوقت الحاضر من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطوره وتحضره، لأن الاهتمام بالطفل ورعايته وحمايته في أي أمة هو في الواقع اهتمام بمستقبل هذه الأمة وارتقائها، فالطفل يجب أن يكون هو المدخل الرئيسي في خطط التغيير والإصلاح في المجتمعات. (13 : 12)

ويعد الاهتمام بالأطفال بشكل عام والمعوقين بشكل خاص اهتماماً بالمجتمع بأسره، ويقاس تقدم المجتمعات ورفقها بمدى اهتمامها وعنايتها بهم والعمل على تنمية مهاراتهم المختلفة و ظاهرة الإعاقة العقلية لا تقتصر على المجتمعات النامية فحسب بل هي موجودة في المجتمعات المتحضرة التي تهتم بتنمية ذكاء ومهارات مواطنيها لتحقيق أفضل فرص للتوافق الاجتماعي، ونلاحظ ارتفاع نسبة الإعاقة العقلية بدرجة كبيرة في الدول، ومع التطور بدأ المجتمع ينظر إلى المعوقين على أنهم ليسوا بعاجزين، وأن المجتمع هو الذي عجز عن فهم قدراتهم وإمكانياتهم وغدا فهم المعوق نتيجة لذلك أمراً نسبياً، والحلول المقدمة للمعوقين حلولاً فردية، وعندما أطلت الإنسانية بوجهها الحضاري الحقيقي اكتشفت الناس أن الإعاقة العقلية حالة يتدنى فيها مستوى الأداء الوظيفي العقلي للطفل إلى الدرجة التي تصل بها إلى القصور في هذا الجانب إضافة إلى القصور في سلوكه التكيفي وهو ما يمكن التأكد منه عن طريق استخدام المقاييس الخاصة بذلك والمعوق قضية اجتماعية وليس قضية فردية، كل هذا جعل المجتمعات تأخذ بعين الاعتبار العناية بتربية الأفراد المعاقين أسوة بأقرانهم العاديين، ونتيجة لذلك احتل مجال الإعاقة الكثير من الاهتمام في الفترات الأخيرة. (12 : 91) (17 : 54)

( 21 : 16 )

و يشير حلمي ابراهيم وليلى فرحات ( 1998 ) ان الإعاقة العقلية هي عجز في الكفاية العقلية يعوق الفرد عن تعلم واكتساب انواع من السلوك والعادات التي تساعد على التكيف مع بيئته حيث ينتج ذلك من عوامل جينية او عوامل تعوق نمو ذكاءه ( 9 : 218 )

وفي مجال الإعاقة العقلية يستخدم التصنيف التربوي للحكم على مدى الصلاحية التربوية للفرد، ووفقاً لهذا التصنيف يتم توزيع المعاقين ذهنياً إلى ثلاثة فئات القابلين للتعليم و تتضمن الأطفال القابلين لاكتساب المهارات الأكاديمية الأساسية كالقراءة و الكتابة، والحساب و تتراوح درجة ذكائهم ما بين 50 و 70 درجة وهذه الفئة هي المستهدفة بالدراسة، وفئة القابلين للتدريب و تتضمن الذين يعتقد أنهم غير قادرين على تعلم المهارات الأكاديمية بالرغم من قدرتهم على اكتساب المهارات الاستقلالية بالإضافة إلى قابليتهم للتدريب و اكتساب مهارات التأهيل المهني عند التدريب عليها، وتتراوح درجات ذكائهم ما بين 25 و 50 درجة، وفئة الاعتاميين و تتضمن ممن تقل درجات ذكائهم عن 25 درجة و لا يستطيعون أداء المهارات الأساسية للحياة اليومية لذلك فهم في حاجة دائماً للاعتماد على غيرهم للوفاء بمتطلباتهم الأساسية. ( 2 : 3 - 4 ) ( 16 : 106 \_ 107 ) والمعوقين عقلياً القابلين للتعليم يتصفون بعدد من الخصائص والسمات العامة التي تجعلهم مختلفين عن غيرهم من الأطفال العاديين ومن هذه الخصائص والسمات نقص القدرة على الانتباه والتركيز والإدراك والتخيل والتفكير والفهم، كذلك نقص القدرة على الاتصال اللفظي، كما يتصفون بضعف في التوافق الحركي وميكانيكية الجسم وانخفاض ملحوظ في الكفاءة الإدراكية الحس حركية وعدم المرونة في العضلات والحركة وعدم الاتزان في المشي والانحناء في السلسلة الفقرية ولديهم عجز في طريقة ادائهم للمهارات الحركية الأساسية كالرمي واللقف والمسك، وهذا النوع من الاعاقة يسبب الكثير من المشاكل لهذه الفئة نتيجة لنقص العديد من القدرات التي تمكن الفرد من التعايش داخل مجتمعه ومن أبرزها القدرات التوافقية والتي تشمل العديد من القدرات مثل التوازن والتوافق والمرونة والادراك الحس حركي والقدرة على التوجيه المكاني والزمني والرشاقة ولا يمكنهم ممارسة الحركة الا بعد التمرين والتدريب عليها. ( 12 : 91 ) ( 18 : 81 ) ( 32 : 279 )

ويذكر السيد عبد المقصود ( 1986 ) ان هناك قدرات توافقية عامة هي القدرة على التوجيه الحركي، والقدرة على التكيف الحركي، والقدرة على التعلم الحركي وتظهر هذه القدرات التوافقية العامة في

لاستخدام حواسه وعقله وزيادة قدراته على التعلم والتفاعل مع الآخرين. (12 : 91) (18 : 81) (32 : 279)

فاللعب هو أحد وسائل الطفل الجوهرية للاتصال بنفسه وبالبيئة من حوله ، فهو أحد مظاهر الإدراك الحركي ، ويعد اللعب نشاطاً له جاذبيته الخاصة للمتخلفين عقلياً لما يمنحه لهم من شعور بالمشاركة والفاعلية والمنافسة والتشجيع والرضا والسعادة، وللأنشطة الحركية قيمتها الإيجابية وأكساب المتخلفين عقلياً بعض المهارات التي تمكنهم من شغل وقت فراغهم والاندماج مع الآخرين، وتنمية ثقتهم بأنفسهم من حيث التفرغ أو التنفيس الانفعالي، والتخلص من العزلة والانسحاب والطاقة العدوانية، مما يؤدي إلى تحسين صحتهم النفسية، ويترتب عليه تحسن مستوى التآزر والمرونة العضلية، والمهارات الحركية لأعضاء الجسم لديهم وزيادة كفاءتهم في تعلم المهارات الأكاديمية، كالكتابة وما تعوزه من حركات يدوية دقيقة وتوافقات حس حركية بين العين واليد مثلاً. (33 : 1498) (39 : 1400)

وتعتبر ممارسة ذوي الاحتياجات الخاصة للرياضة ظاهرة حضارية تعبر عن المجتمع المتطور لتؤدي دورها الإيجابي وتساعد في عملية التطور بقدر ما تسمح به قدراتها ، وتعد الأنشطة الحركية من الأنشطة المحببة لمعظم الناس وبالأخص ذوي الاحتياجات الخاصة ، وتنوعها يوفر مجالاً واسعاً ليشمل مختلف اتجاهات ورغبات الممارسين مما يشجعهم على الاشتراك فيها ومزاومتها. (20 : 1)

ويشير حلبي ابراهيم وليلى فرحات (1998) ان الانشطة التي تتناسب مع ذوي الاعاقة الذهنية تهدف الى المحافظة على النواحي الجسمية و تنمية اللياقة البدنية والادراك الحسي والحركي وعادة ما تكون تلك الانشطة ترويحية وترفيهية مع استخدام المثيرات المختلفة كالإيقاع والموسيقى والتصفيق والادوات ذات الالوان المبهرة والمتعددة ، وذلك للتنبيه الحسي لهم ومساعدتهم على التمييز بين الاشكال والالوان والاحجام والمسافة ، ويفضل ان تكون الممارسة في الملاعب المفتوحة ، وتكون الادوات والاجهزة من الجلد والمطاط والبلاستيك وذلك لعدم تعرضهم للإصابة. (9 : 228) .

وتعتبر التربية الحركية هي القاعدة الأساسية التي تبدأ منها التربية الرياضية، كما أنها معنية أساساً بالفرد في المراحل الأولى من حياته منذ ولادته حتى نهاية المرحلة الابتدائية، حيث تكون معنية بتنمية الحركات الأساسية للطفل فهي تساهم في تحسين اللياقة البدنية والصحة العامة للمتخلفين عقلياً، وتنمية التوافقات العضلية العصبية، والحاس حركية، ومن ثم تحسين الكفاءة الحركية لديهم، كما تساهم في رفع مستوى تركيزهم وانتباههم ومقدراتهم على الإحساس والتصور والتذكر والتمييز

أشكال خاصة بالنشاط ( 5 : 285 ) .

والقدرات التوافقية هي القدرات التي تمثل قدرة الفرد على سرعة الأداء الحركي مع دقة الأداء وتعد من الصفات البدنية المركبة والتي تتكون من مجموعة صفات مندمجة مع بعضها البعض تشكل في مجموعها الكلي المكونات العامة للتوافق ، وتشمل هذه الصفات أو مكونات التوافق ( التوازن ، الرشاقة ، السرعة ، التوافق ، القدرة على ارتخاء العضلات الإرادي ، والتناسق الحركي ) . ( 1 : 205 ، 206 )

وتشير وفاء عبد الحفيظ ( 2009 ) نقلاً عن ميشلانج Mechling ان القدرات التوافقية هي صفة مركبة من عدة صفات بدنية وهذه الصفات جميعها لا تظهر بشكل منفصل أثناء الأداء بل تظهر في شكل مركب وبعلاقات متبادلة مع صفات بدنية أخرى مثل القوة والتحمل والمرونة ، ويتأسس تقييم القدرات التوافقية على مجموعة من الاختبارات الحركية المرتبطة بها ، وغالباً ما تكون اختبارات ملزمة لواجبات حركية محددة لتمثل بعدد خاص من القدرات التوافقية مثل التوافق الكلي للجسم أو التوازن الحركي ، والتي يطلق عليها اختبارات أحادية البعد ، كما يجب أن تقيّمها من خلال الاختبارات المركبة غير الأحادية البعد والتي تتركب من واجبات حركية متعددة مقيدة بالزمن أو بالدقة في الأداء . ( 37 : 576 )

ويذكر كل من محمد صبحي ( 2004 ) وعصام عبدالحالقي ( 2005 ) أن أهمية التوافق الحركي لا تقتصر على المجال الرياضي فقط بل إن الفرد يحتاج إليه في حياته اليومية ، مثل المشي وتقدير المسافات بين الفرد والمركبات وقيادة السيارات ، وتبرز أهمية التوافق عندما يقوم الفرد بحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم الواحد ، وخاصة إذا كانت هذه الأعضاء تعمل في أكثر من اتجاه في نفس الوقت. ( 21 : 186 ) ( 30 : 315 - 316 )

ومن هذا المنطلق فالطفل المعوق عقلياً لديه الكثير من المهارات التي يحتاج إلى تمييزها والاهتمام بها من خلال البرامج التدريبية سواء أكانت برامج تعليمية أو برامج ترفيهية ، أو وسائل متنوعة ومنها اللعب مثلاً، لأن الطفل المعوق مثله مثل بقية الأطفال يميل إلى اللعب، كونه يعد من الأساليب التي تساعد على تنمية مهاراته العقلية والحسية الحركية واللغوية ، ولعب فوائداً كبيرة ومشوقة سواء للصغار أو للكبار ، معوقين أو أصحاء، وأنه يجذب انتباه الطفل ويشوقه إلى التعليم ويوفر له جواً طليقاً يندفع به إلى العمل من تلقاء نفسه ، وكذلك يتيح له الفرصة

الطرق للأداء الحركي وحل المشكلات الحركية لأنها تتمشى مع مراحل التطور الحركي والنمو الجسدي التي يمر بها الطفل ( 3 : 9)

وقد أكدت البحوث التربوية أن الأطفال كثيراً ما يجربوننا بما يفكرون فيه وما يشعرون به من خلال لعبهم التمثيلي الحر واستعمالهم للدمى والمكعبات والألوان والصلصال وغيرها ، ويعتبر اللعب وسيطاً تربوياً يعمل بدرجة كبيرة على تشكيل شخصية الطفل بأبعادها المختلفة ، وهكذا فإن الألعاب التعليمية متى أحسن تخطيطها وتنظيمها والإشراف عليها تؤدي دوراً فعالاً في تنظيم التعلم

وأُسفرت نتائج العديد من البحوث عن التأثير الإيجابي لبرامج الأنشطة الحركية المعدلة في تنمية القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً القابلين للتعلم ، وفي تحسين أدايم وسلوكهم الحركي ، وتكيفهم العام ونموهم الحركي العضلي وتوافقهم الحس حركي ، كما تسهم هذه البرامج أيضاً في تحسين مفهوم الذات ، وبعض جوانب السلوك التوافقي لديهم كدراسة أمال سيد مرسي ، مها العطار محمد " ( 2000 ) ( 6 ) ، دراسة سميرة ابوغزالة ( 2006 ) ( 14 ) ، دراسة نوال الفتحي ( 2007 ) ( 35 ) ، و دراسة فنان ابوالسعود امام " ( 2008 ) ( 23 ) ، فنان اساميل محمد " ( 2012 ) ( 24 ) ، والتي أثبتت القيمة الكبيرة للعب في اكتساب المعرفة ومهارات التوصل إليها إذا ما أحسن استغلاله وتنظيمه ، فاللعب أهميه تربوية تساعد في إحداث تفاعل الفرد مع عناصر البيئة لغرض التعلم وإثراء الشخصية والسلوك ويعتبر أداة فعالة لمواجهة الفروق الفردية ويشكل أداة تواصل هامة وينشط القدرات العقلية .

#### مشكلة البحث -

أن الاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة ورعايتهم تعد مشكلة من المشكلات التي ينظر إليها العالم بكل اهتمام كبدأ إنساني وحضاري شامل ، ومن خلال إطلاع الباحثة على العديد من الدراسات السابقة للتربية الحركية وبرامجها المتخصصة وبعض البحوث الخاصة بذوي الاحتياجات الخاصة (الإعاقة الذهنية) القابلين للتعلم ، وجدت أنها لم تحظ بالدراسات اللازمة لهذه الفئة من المعاقين و تبرز أهمية هذا البحث في أنه يأتي استجابة لمتطلبات الواقع الذي يعيشه بلدنا الحبيب ليبيا والذي يتطلب حشد كافة الطاقات اللازمة للعمل والإنتاج وتجاوز كافة العقبات والتي تقف في طريق العمل والبناء ومن بينها مشكلة الإعاقة ، والممارسة الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة تعمل على تنمية قدراتهم وجعلهم أكثر قدرة على المساهمة في عملية

الحركي والبصري ، وفي استئارة وتحفيز قدراتهم البصرية والسمعية واللمسية ، وتؤدي كل هذه العوامل إلى تنمية الاستعدادات الإدراكية للأطفال ذوي التخلف العقلي. (19: 1)

وتتفق عفاف عبد الكريم (1995) عبدالمحميد شرف ( 2005 ) ان التربية الحركية تلعب دوراً فعالاً في الإعاقة الذهنية وذلك عن طريق برامج علمية خاصة بهذه الفئات قد تسمى برامج معدلة أو برامج علاجية أو برامج إعادة تكيف والمهم أنها برامج تربوية حركية تنفيذ متحدى الإعاقة الذهنية كل حسب حالته ( 22 : 508 ) ( 17 : 62 )

وتذكر فاطمة عوض ( 2006 ) بانها شكل من أشكال التربية البدنية للأطفال لتعليم الحركات الأساسية واكتساب اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية باستئارة قدراتهم المعرفية والحركية واستخدام أسلوب الاستكشاف الفردي في حدود إمكانياتهم وقدراتهم . " وهي التعلم بالحركة والتحرك للتعلم " و هي نظام تربوي مبني بشكل أساسي على الامكانيات النفس حركية الطبيعية المتاحة لدى الطفل ( 25 : 26 )

وتعد التربية الحركية الانطلاقة الرئيسية في تعلم الحركة والنشاط الحركي لفئة المعاقين ذهنياً فهي تساعد على اللياقة البدنية والصحية والذهنية والصحة العامة للأطفال المعاقين ذهنياً

فمن خلال التربية الحركية يتم تقديم الخبرات الحركية وذلك خلال مشكلات حركية يمكن للأطفال حلها باستخدام أجسامهم بطرق متنوعة ، ويمكن حل المشكلة فردياً أو مع زملاء أو في مجموعات صغيرة أو كبيرة ، وعموماً تتعدى التربية الحركية مفهوم إكساب الأطفال المهارات الحركية أو تنمية الأنماط الحركية ، إذ أن الإطار المعرفي للنشاط الحركي ثري بمختلف الخبرات الإدراكية والمعرفية ، فمن خلال الحركة يبني الطفل ملاحظاته ومفاهيمه ، وقدرته الإبداعية ، وإدراكه للأبعاد و الاتجاهات كالإحساس بالتوازن ، والمكان ، والزمان ، ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها . ( 31 : 62 ) ( 40 : 202 ) ( 39 : 1401 )

ويذكر أحمد السرهيد وفريدة عثمان (1993) أن التربية الحركية من الاتجاهات التربوية الحديثة التي استهدفت تربية الطفل من جميع الجوانب من خلال الاستعانة بالحركة واعتمادها على أسس علمية سليمة ، حيث تلعب دوراً أساسياً في تزويد الطفل بالخبرات الحركية التي تعمل على تدعيم الحركة وتطويرها كما تعمل على تزويد الطفل بكل المعلومات الخاصة بالحركة وتتيح للطفل الفرصة للتقدم بعيداً عن شكل المنافسات حيث تعتبر الطريقة المثلى لتشجيع ودفع التجربة الفردية وتعزيب القدرة على الاستكشاف والابتكار للوصول إلى انسب وأفضل

- 1- التعرف على تأثير برنامج مقترح للألعاب الحركية باستخدام الأدوات على بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية)).
- 2- مقارنة تأثير البرنامج على المقترح للألعاب الحركية باستخدام الأدوات على بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية)) بين البنات والبنين .

#### فروض البحث:-

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية))
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين البنات والبنين في بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية)).

#### مصطلحات البحث:

**ذوي الاحتياجات الخاصة:** هم الذين تتوجه التربية الخاصة لهم وهم ينحرفون عن المتوسط انحرافا ملحوظا في جوانبهم الجسمية أو الحسية أو العقلية بحيث يتطلب الامر تغيرا في ممارسات المدرسة تجاه هؤلاء الطلبة ، ويقتضي ذلك تعديلا في المناهج أو الاساليب التعليمية أو الظروف البيئية المحيطة بهم حتى تلبي حاجاتهم ويشمل ذلك الذين ينحرفون في الاتجاه السلبي أو الايجابي " ( 10: 65 )

#### الإعاقة الذهنية :

الإعاقة العقلية هي عجز في الكفاية العقلية يعوق الفرد عن تعلم واكتساب انواع من السلوك والعادات التي تساعده على التكيف مع بيئته حيث ينتج ذلك من عوامل جينية أو عوامل تعوق نمو ذكاء ( 9 : 218 )

**الإعاقة العقلية** حالة يتدنى فيها مستوى الأداء الوظيفي العقلي للطفل إلى الدرجة التي تصل بها إلى القصور في هذا الجانب إضافة إلى القصور في سلوكه التكيف وهو ما يمكن التأكد منه عن طريق استخدام المقاس الخاصة بذلك . ( 16 : 21 )

#### الدراسات المشابهة :

دراسة " امال سيد مرسي ، مها العطار محمد" ( 2000 ) ( 6 )

عنوان الدراسة " الألعاب الشعبية وتأثيرها على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنيا "

الإنتاج والاعتماد على النفس والاستقرار والالتزان، كما ترى الباحثة أنه لا توجد برامج محددة وموضوعة بشكل علمي وفقا لحظية معينة ولاحظت الباحثة من خلال زيارتها لمدرسة تنمية القدرات الذهنية بالزاوية التي تهتم بذوي الاحتياجات الخاصة عدم وجود برامج تربية بدنية تتناسب مع هذه الفئة وحصه التربية البدنية يتم فيها لعب كرة القدم للكبار وبعض الاعاب الاخرى للأصغر سنا وتقوم في الغالب على بعض التمرينات البدنية وبعض الألعاب الصغيرة ، الأمر الذي يستدعي تطوير اتجاهات هذه المرحلة بالأساليب الحديثة في برامج المحبة للطفل مثل برامج التربية الحركية والتي تتسم بالطابع الترويحي حتى يمكن الارتقاء بالعملية التعليمية في هذه المرحلة ، وعموما تتعدى التربية الحركية مفهوم إكساب الأطفال المهارات الحركية أو تنمية الأنماط الحركية، إذ أن الإطار المعرفي للنشاط الحركي ثري بمختلف الخبرات الإدراكية والمعرفية، فمن خلال الحركة يبني الطفل ملاحظاته ومفاهيمه، وقدرته الإبداعية، وإدراكه للأبعاد والاتجاهات كإحساس بالتوازن، والمكان، والزمان، ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها فيتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات ، ومن خلال برنامج التربية الحركية كأحد البرامج المتخصصة والتي عن طريقها يمكن دمج وتنوع الحركات الأساسية الأصلية وأنماطها الشائعة المتصلة بالألعاب الجماعية وألعاب المطاردة وألعاب الكرة والتي تعتمد على المهارات الحركية الأساسية من ركل ودفع ورمي وجرى ووثب وقفز بالإضافة إلى ترمينات لبعض عناصر اللياقة الحركية كالسرعة والتوازن والتوافق والمرونة والرشاقة والدقة للعمل على تنمية المتغيرات البدنية والنفسية والعقلية ، من هنا جاءت الحاجة إلى تصميم برنامج للألعاب الحركية باستخدام الأدوات ، ومعرفة تأثيره على تنمية بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية))

لدى الأطفال متحدي الإعاقة الذهنية و القابلين للتعلم مما قد تسهم الدراسة الحالية في إضافة علمية مجال التربية الرياضية متمثلا في برنامج التربية الحركية لأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية)).

-1

#### أهداف البحث:-

يهدف البحث:وضع برنامج مقترح للألعاب الحركية باستخدام الأدوات على بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة (( الاعاقات الذهنية))



عنوان الدراسة " تأثير برنامج للتربية الحركية على بعض متغيرات اللياقة الحركية للأطفال المتحدى الإعاقة الذهنية "

هدفت الدراسة للتعرف على تأثير البرنامج المصمم ( برنامج التربية الحركية ) على بعض متغيرات اللياقة الحركية للأطفال المتحدى الأعاقة الذهنية بأعمار ( 9 \_ 10 ) سنوات وبمستوى أعاقة ( 50 \_ 70 % ) وهو درجة العوق البسيط من أطفال معهد الأمل للمعاقين ذهنياً وبلغ عددهم 10 أطفال .

واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي والذي أستمرد لمدة 10 أسابيع وبواقع ثلاث حصص أسبوعياً مدة كل حصة 45 دقيقة وقد أجريت الاختبارات لمتغيرات اللياقة الحركية ( التوازن \_ الرشاقة \_ المرونة \_ القدرة السرعة ) وأسفرت النتائج أن برنامج التربية الحركية المصمم له تأثير إيجابي على متغيرات اللياقة الحركية المبحوثة ( التوازن الرشاقة المرونة القدرة السرعة ) وكانت أعلى نسبة تحسن في متغير التوازن في حين أن الرشاقة سجلت أقل معدل للتحسن .

### إجراءات البحث

- منهج البحث .  
المنهج التجريبي باستخدام لمجموعة الواحدة لقياس القبلي والبعدى نظراً للامتها لطبيعية البحث .
- مجتمع البحث:-  
يشتمل مجتمع البحث على تلاميذ مدرسة تنمية القدرات الذهنية بالزاوية والبالغ عددهم ( 65 ) تلميذاً وتلميذة وبنسبة ذكاء ( 55 - 70 % ) للعام الدراسي ( 2014 \_ 2015 )
- عينة البحث .  
تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ مدرسة القدرات الذهنية بالزاوية من فئة (الاعاقات الذهنية) القابلين للتعلم والبالغ عددهم ( 11 ) تلميذ و ( 6 ) تلميذات بنسبة ذكاء ( 50 - 70 ) درجة وقد تم استبعاد التلاميذ والتلميذات الذين لم يستكملوا القياسات كذلك الذين لديهم ظروف صحية خاصة وبذا خلصت عينة البحث الى ( 14 ) تلميذ وتلميذة

هدفت الدراسة للتعرف على تأثير الألعاب الشعبية على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً ، واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ، أشتمل البحث على عينة عمدية بلغ قوامها ( 30 ) تلميذ من مدرسة التربية الفكرية تتراوح نسبة ذكائهم ( 55 \_ 70 % ) و اعمارهم من ( 16 \_ 20 ) سنة وأسفرت النتائج أن الألعاب الشعبية تسهم في رفع اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً بنسبة تفوق البرنامج المقرر من الوزارة

2 - دراسة " فانتن ابوالسعود امام " (2008) ( 23 )

عنوان الدراسة " تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والفسولوجية لسباق ( 200 م ) عدو للمعاقين ذهنياً

هدفت الدراسة لوضع برنامج تدريبي باستخدام الالعاب الصغيرة للمعاقين ذهنياً ومعرفة تأثيره على بعض عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية والمستوى الرقي لسباق ( 200 م ) عدو ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي للمجموعة الواحدة بتصميم القياس ( القبلي \_ البعدى ) ، أشتمل البحث على عينة عمدية بلغ قوامها ( 15 ) لاعب لسباق ( 200 م ) عدو كلهم ذكور تتراوح اعمارهم من ( 16 \_ 20 ) اعاقه بسيطة ( 50 \_ 75 % ) من فريق العاب القوى لنادي الزهور بالقاهرة من فئة المعاقين ذهنياً والمسجلين بالاتحاد الخاص لذوي الاحتياجات الخاصة و أسفرت نتائجها أن برنامج الالعاب الصغيرة له تأثير على تطوير عناصر اللياقة البدنية الخاصة بسباق ( 200 م ) عدو البدنية والمتغيرات الفسيولوجية للمعاقين ذهنياً وتفوقه على البرنامج التقليدي

3 \_ دراسة " فانتن اساعيل محمد " (2012) ( 24 )

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

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	10.857	2.713	0.499
الطول	148	8.682	0.104
الوزن	44	8.691	0.401

يوضح الجدول السابق رقم (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء (للعمر - الطول - الوزن) لعينة البحث ، وقد تحقق المنحني الاعتمالي حيث تقترب قيم معاملات الالتواء من الصفر ولا تزيد عن  $3 \pm$

### • الدراسة الاستطلاعية

أجريت هذه الدراسة في الفترة من 15 - 22 / 2 / 2015 على عينة عشوائية من تلاميذ مدرسة تنمية القدرات الذهنية بالزاوية

### أهداف الدراسة الاستطلاعية :

1. التعرف على مناسبة الاختبارات المرشحة من حيث الفترة الزمنية التي يستغرقها التطبيق لكافة الاختبارات .
2. التأكد من سلامة وصلاحيه وكفاءة الأدوات المستخدمة في القياس وكذلك استمارات التسجيل .
3. التأكد من كفاءة المساعدين في إجراء القياس وتدريبهم على كيفية إجراء القياس . الوقوف على كافة المشكلات التي تعترض التنفيذ .
4. رسم وتوضيح الاختبارات على الارض والحائط .
5. اجراء المعاملات العلمية للاختبارات البدنية .
6. تم حذف الاختبارات التي لا يستطيع الاطفال اداؤها بالرغم من ترشيحها ضمن اختبارات الاستمارة مثل اختبار ( الوثبة الرباعية \_ القفز داخل الدوائر المرمقة \_ رمي واستقبال الكرات \_ التوازن توازن على كلا الجانبين عينين مغلقين ، اختبار الجري في شكل 8 ( ث ) ، كما تم تعديل بعض الاختبارات حتى تتناسب مع قدرات التلاميذ الذهنية .

### • المعاملات العلمية للاختبارات البدنية :

#### • ثبات و صدق الاختبارات :-

• **الثبات :-** تعتبر طريقة إعادة الاختبار من أهم الطرق لتأكيد ثبات الاختبار ويكون ذلك على نفس المجموعة التي أجرى عليها الاختبار في المرة الأولى و ذلك بتاريخ 15 / 2 / 2015م ، وتمت عملية إعادة الاختبار في نفس الظروف والمعطيات التي كانت في الاختبار للمرة الأولى و ذلك بتاريخ 22 / 2 / 2015م ، لقد أجرى الاختبار بعد أسبوع من التطبيق الأول على مجموعة من التلاميذ خارج عينة البحث وكان عددهم (5) طلاب تم استبعادهم من العينة الرئيسية للبحث .

#### • الصدق :

يعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي مقياس أو اختبار ، وقد استخدمت الباحثة الصدق الذاتي للاختبارات، والجدول التالي يوضح معاملات ثبات وصدق الاختبارات المستخدمة في البحث.

خطة البحث: لتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بالخطوات التالية:

6. قامت الباحثة بمسح مكثبي للدراسات السابقة والمراجع العلمية لتحديد الدراسات التي تناولت الفئات الخاصة ( ذوي الاحتياجات الخاصة ) وبرامج التربية الحركية وجمع المعلومات النظرية من المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث.
7. تم تصميم استمارتي استطلاع رأي الخبراء الاولى لتحديد انساب الاختبارات التي ترتبط بالقدرات التوافقية المناسبة لذوي الاحتياجات الخاصة ، والثانية لتحديد الالعاب الحركية المناسبة لذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقات الذهنية) القابلين للتعلم التي ترتبط بالقدرات التوافقية و المناسبة لهذه الفئة والذين تتراوح نسبة ذكائهم من 50 % الى 75 % مرفق (1).
8. قامت الباحثة بتوزيع الاستمارتان على الخبراء بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة الزاوية لمعرفة انساب الاختبارات والالعاب الحركية المناسبة لذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقات الذهنية) القابلين للتعلم وتم استبعاد الاختبارات التي تحصلت .
9. تحليل نتائج استمارتي استطلاع رأي الخبراء لاختيار انساب الاختبارات التي تقيس الصفات البدنية والمهارات الطبيعية و الالعاب الحركية المناسبة لذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقات الذهنية) القابلين للتعلم حيث تم استبعاد الاختبارات التي تحصلت على اقل من 70 % من اراء الخبراء.
10. تصميم برنامج مقترح للالعاب الحركية باستخدام الأدوات لذوي الاحتياجات الخاصة، وذلك من خلال المراجع العلمية والدراسات السابقة. مرفق (2)
11. قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية لمعرفة اهم المعلومات الخاصة بالبحث والصعوبات التي قد تواجهه عند التطبيق ، واجراء المعاملات العلمية للاختبارات البدنية
12. إجراء قياس قبلي لأهم الصفات البدنية والمهارات التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء والتي تحصلت على ثبات وصدق و موضوعية عالية
13. تطبيق البرنامج المقترح للالعاب الحركية باستخدام الأدوات على أفراد العينة ثم إجراء القياس البعدي .
14. إجراء المعالجات الإحصائية على القياسين القبلي والبعدي وذلك للتوصل لأهم النتائج التي ظهرت من تأثير لتطبيق برنامج التمرينات المقترح للتوصل إلى النتائج النهائية .



## جدول ( 2 )

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات قيد البحث لتحديد الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار

الصدق الذاتي	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات	م . ر
		±ع	-س	±ع	-س		
0.971	0.943	1.140	6.4	0.837	6.7	اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة )	الادراك الحاس حركي
0.959	0.919	0.548	3.9	0.447	3.8	اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة )	
0.934	0.873	0.548	3.4	0.837	3.2	اختبار ادراك الشكل ( درجة )	
0.949	0.901	0.470	2.510	0.418	2.286	اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث"	التوازن والإيقاع
0.935	0.875	0.894	1.40	0.894	1.60	اختبار الإيقاع والتحكم العضلي العصبي ( درجة )	
0.956	0.913	1.000	1	1.095	1.2	اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة )	التوافق
0.855	0.731	1.140	1.6	1.140	1.4	اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة )	
0.991	0.983	5.874	80	7.232	80.6	اختبار تدوير العصا ( سم )	المرونة
0.998	0.997	9.659	- 4.6	10.498	- 6.2	اختبار ثني الجذع للأمام	
0.989	0.979	3.114	33.8	3.937	34	اختبار ثني الجذع جانبا ( يمين )	
0.983	0.967	3.362	32.4	2.000	33	اختبار ثني الجذع جانبا ( يسار )	
0.985	0.971	1.220	6.458	1.196	6.546	اختبار سرعة الجري 20 متر ( ث )	السرعة
0.889	0.791	0.447	6.8	0.707	7	اختبار التصويب باليد على الدوائر المتداخلة ( درجة )	الدقة
0.920	0.846	1.304	6.2	1.949	6.4	اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة ( درجة )	

يتضح من جدول ( 2 ) أن جميع معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد الدراسة ذات دلالة إحصائية وتراوحت قيمة (ر) ما بين 0.731 \_ 0.997 وهو معامل ارتباط قوى ويدل على ثبات الاختبارات. كما يتضح من الجدول معاملات الصدق للاختبارات والتي تراوحت ما بين 0.855 \_ 0.998 .

جدول ( 3 ) معامل الموضوعية الارتباط بين قياس الحكم الثاني و قياس الحكم الثاني

معامل الارتباط	قياس الحكم الثاني		قياس الحكم الأول		المتغيرات	م.ر
	±ع	-س	±ع	-س		
0.809	0.894	6.1	1.140	6.4	اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة )	الادراك الحاس حركي
0.791	0.354	4	0.447	3.80	اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة )	
0.873	0.548	3.40	0.837	3.20	اختبار ادراك الشكل ( درجة )	
0.936	0.333	2.362	0.392	2.306	اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث"	التوازن والابتعاد
0.869	0.837	1.20	0.894	1.40	اختبار الابتعاد والتحكم العضلي العصبي ( درجة )	
0.873	0.837	0.80	1.095	1.20	اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة )	التوافق
0.808	1.140	1.40	1.140	1.40	اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة )	
0.952	5.874	80.0	6.301	79.8	اختبار تدوير العصا ( سم )	المرونة
0.985	9.094	-5.2	8.701	-5.2	اختبار ثني الجذع للأمام	
0.969	4.324	33.8	3.937	34	اختبار ثني الجذع جانبا ( يمين )	
0.946	3.362	32.4	1.949	32.6	اختبار ثني الجذع جانبا ( يسار )	
0.993	1.207	6.516	1.180	6.548	اختبار سرعة الجري 20 متر ( ث )	السرعة
0.791	0.447	6.8	0.707	7	اختبار التصويب باليد على الدوائر المتناخلة ( درجة )	الدقة
0.961	1.304	6.2	1.517	6.4	اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتناخلة ( درجة )	

يتضح من جدول ( 3 ) أن جميع معاملات الارتباط بين قياس الحكم الأول وقياس الحكم الثاني للاختبارات قيد الدراسة ذات دلالة إحصائية وتراوحت قيمة (ر) ما بين 0.791 \_ 0.993 وهو معامل ارتباط قوى ويدل على موضوعية قياس الاختبارات .

• الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :-

استخدمت الباحثة الأدوات والأجهزة التالية:-

1. ساعة إيقاف	2. اشربة قياس	3. كرات مختلفة الاحجام والالوان
4. أطواق مختلفة الالوان	5. عصي مختلفة الاطوال	6. حبال طويلة مختلفة الالوان
7. مشابك	8. اسفنج مختلف الاحجام والالوان	9. أكياس رمل
10. أكياس اسفنج	11. مكعبات خشب	12. سلات بالوان واحجام مختلفة
13. زجاجات ماء مختلفة الاحجام	14. قصاصات كرتون مجسمة	15. بالونات مختلفة الاحجام والالوان

- اختبار ثني الجذع للإمام (سم).
- الهدف : : تحديد مرونة العمود الفقري في حركة الثني اماماً .
- اختبار ثني الجذع جانباً (سم) .
- الهدف : : تحديد مرونة العمود الفقري في حركة الثني للجانب ( يمين \_ يسار ) .
- ( 38 : 34 - 36 ) ( 30 : 265 ) ( 41 : 143 ) .
- ❖ اختبارات الادراك الحاس حركي :
- اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة ) .
- الهدف : تحديد و ادراك اجزاء الجسم .
- اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة )
- الهدف : تحديد الاتجاهات .
- اختبار ادراك الشكل ( درجة )
- الهدف : تحديد و ادراك الاشكال المختلفة .
- ❖ اختبارات التوازن والايقاع :
- اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث"
- الهدف : تحديد القدرة على ثبات الجسم .
- اختبار الايقاع والتحكم العضلي العصبي ( درجة )
- الهدف : تحديد القدرة على ضبط الايقاع والضببط العضلي العصبي .
- ❖ اختبارات التوافق :
- اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة )
- الهدف : قياس التوافق بين العينين و الرجلين .
- اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة )
- الهدف : قياس التوافق بين العين واليد ( 22 : 495 ) ( 11 : 50 ) ( 27 : 310 )
- ❖ اختبارات المرونة :
- اختبار تدوير العصا (سم).
- الهدف : تحديد درجة المرونة في مفصلي الكتفين .
- اختبار ثني الجذع للإمام (سم).
- الهدف : : تحديد مرونة العمود الفقري في حركة الثني اماماً .
- اختبار ثني الجذع جانباً (سم) .
- الهدف : : تحديد مرونة العمود الفقري في حركة الثني للجانب ( يمين \_ يسار ) .
- ( 38 : 34 - 36 ) ( 30 : 265 ) ( 41 : 143 ) .
- ❖ اختبارات السرعة :
- اختبار سرعة العدو 20 متر ( ث )
- الهدف : قياس السرعة الانتقالية
- ❖ اختبارات الدقة :
- اختبار التصويب باليد على الدوائر المتداخلة ( درجة ) .
- الهدف : قياس دقة الذراع .
- اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة ( درجة ) .
- الهدف : قياس دقة الذراع ( 30 : 292 - 362 ) مرفق ( 3 ) .
- برنامج التربية الحركية للمتخلفين عقليا :
- يشير أمين الحولي وأسامة راتب (1992) إلى أنه من أهم الاعتبارات التي تساعد على نجاح إدارة وتنفيذ برامج التربية الحركية للمتخلفين عقليا ما يلي :
- 1 - استثارة اهتمامات الطفل
- 2 - مراعاة الاحتياجات النوعية والقدرات العقلية للمتخلف عقليا من خلال نوعية الأنشطة التي لا تعتمد كثيرا على العمليات العقلية العليا، وتبسيط قواعد اللعب والنواحي الاستراتيجية في النشاط ، وتجزئة المهارات الحركية المركبة إلى مراحل متدرجة
- استخدام أجهزة وأدوات متنوعة الشكل والحجم 3 واللون للعب والنشاط الحركي، مع مراعاة شروط الأمن

2. اختيار أنشطة الالعاب الحركية تتناسب مع حاجات ذوى الاحتياجات الخاصة وقدراتهم و مراعاة ذلك أثناء الممارسة.
3. يجب إعطاء فترات راحة أثناء التدريب و خاصة عند تعلم المهارات الحركية.
4. مراعاة الأمن والسلامة في اختيار الأنشطة و الالعاب الحركية و استخدام الأدوات الثابتة علي الأرض .
5. ضرورة توجيه الاداء في التمرين الواحد و الالعاب الحركية على قدرة توافقية معينة.
6. يراعى في اختيار الالعاب الحركية الخاصة المناسبة لقدرات التلاميذ البدنية .
7. التنوع في استخدام الادوات و في الاداء وتنفيذ الحركة وتغيير الشروط الخارجية (الضوء ، نوعية الارض ، الخصم ، اداة اللعب ، اشكال الاوضاع الاساسية للتمرين ، قواعد اللعب ، مساحة الملعب... الخ .)
8. التدرج في الالعاب الحركية للبرنامج من السهل الى الصعب والربط مع مهارات حركية اخرى .

#### ○ الدراسة الاساسية :

تم اجراء الدراسة الأساسية في الفترة من 2015/2/24 إلى غاية 2015/4/5 حيث تم أعطا (12) وحدة لمدة ستة أسابيع بواقع مرتين أسبوعيا ، علما بأن الزمن التطبيقي للدرس الواحد هو (60) دقيقة ، وتم اجراء القياس القبلي في 22\_ 2015/2/23 وتم تنفيذ الوحدات التعليمية لمجموعة البحث على شكل العاب حركية بالأدوات ، وتم التقييم الأخير القياس البعدي في 6 \_ 8 / 2015/4 .

والسلامة في الأجهزة المستخدمة، بحيث تكون الأجهزة الصلبة ثابتة في الأرض وتكون من الخشب بدلا من المعادن، كما يفضل أن تكون الأجهزة المتنقلة من اللدائن المرنة، كالبلاستيك المطاط القابل للثني أو النفخ، والقماش المحشو بالقش أو القطن.

- يراعى في طريقة التدريس إلقاء التوجيهات بطريقة 4 بسيطة، وإعادة التعليمات أكثر من مرة وببطء ووضوح، وتجنب كل من المصطلحات التقليدية في النداء، والعقاب البدني أو التهديد به، وإظهار المدح والثناء للطفل. ويجب التأكيد على أن الهدف من الأنشطة الحركية بالنسبة للمتخلفين عقليا هو شعور الطفل بخبرة النجاح أكثر من جودة الأداء الحركي في حد ذاته.

ضرورة الاستعانة بالنموذج في تعليم المهارات الحركية 5- المناسبة لحالة الطفل، والتركيز على تعلم المهارات الأساسية كالوقوف والمشي والجري والوثب والتعلق باعتبارها لازمة لتكيفه البيئي، مع محاولة تعليمه المهارات الحركية الخاصة الرياضية التي لا تستلزم أعبادا معرفية كثيرة، أو مستوى عاليا من التوافق بين أجزاء الجسم ( 8 :. 94 )

وبناء على ذلك قامت الباحثة بتصميم برنامج للتربية الحركية للمتخلفين عقليا على اساس علمية أسس وضع البرنامج .

1. أن يتناسب برنامج الالعاب الحركية مع افراد العينة .من حيث مستوى الذكاء .

#### الجدول ( 4 ) محتوى البرنامج والمدة الزمنية التي استغرقها البرنامج

المدة كاملة	في الشهر	في الاسبوع	في اليوم
120 ق	80 ق الاحاء	20 ق الاحاء	10 ق الاحاء
480 ق	320 ق الجزء الرئيسي	80 ق الجزء الرئيسي	40 ق الجزء الرئيسي
120 ق	80 ق الجزء الختامي	20 ق الجزء الختامي	10 ق الجزء الختامي

#### ○ المعالجات الإحصائية:

تمت معالجة البيانات الإحصائية ، وذلك باستخدام برنامج ' SPSS

، ولقد تضمنت المعالجات الإحصائية ما يلي :

أ \_ الوصف الأولي للمتغيرات ويشمل :-

1. المتوسطات الحسابية .
2. الانحرافات المعيارية.

3. ومعاملات الارتباط .
4. معامل الارتباط البسيط لبيرسون.
5. النسبة المئويةة .
6. اختبار T\_ TEST للمجموعة الواحدة باستخدام القياسين القبلي والبعدي .
7. اختبار T\_ TEST لعينتين مستقلتين

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً: عرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية:-

الجدول (5) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للقدرات التوافقية لعينة البحث ن = 14

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	القياس	المتغيرات	الصفة المقاسة
1.762	6.25	قبلي	اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة )	الادراك الحاس حركي
1.250	7.179	بعدي		
0.561	3.607	قبلي	اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة )	
0.401	4.607	بعدي		
1.406	3.857	قبلي	اختبار ادراك الشكل ( درجة )	
1.685	6.071	بعدي		
0.595	2.296	قبلي	اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث"	التوازن والارتفاع
0.599	2.641	بعدي		
1.267	1.286	قبلي	اختبار الارتفاع والتحكم العضلي العصبي ( درجة )	
1.424	2.786	بعدي		
0.997	0.929	قبلي	اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة )	التوافق
0.633	1.643	بعدي		
1.336	1.357	قبلي	اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة )	
1.089	2.571	بعدي		
16.700	67.429	قبلي	اختبار تدوير العصا ( سم )	المرونة
14.500	58.357	بعدي		
1.542	2.071	قبلي	اختبار ثني الجذع للأمام	
1.684	5.714	بعدي		
4.975	29.857	قبلي	اختبار ثني الجذع جانبا (يمين)	
4.831	28.571	بعدي		
4.312	31.143	قبلي	اختبار ثني الجذع جانبا (يسار)	
4.489	28	بعدي		
1.302	7.55	قبلي	اختبار سرعة الجري 20 متر ( ث )	السرعة
1.075	6.549	بعدي		
2.636	6.214	قبلي	اختبار التصويب باليد على النواير المتناخلة ( درجة )	الدقة
3.057	11.5	بعدي		
2.234	6.286	قبلي	اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتناخلة ( درجة )	

الجدول (6) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية والفرق بين المتوسطات و قيمة " ت " المحتسبة للقدرات التوافقية لعينة البحث

ن = 14

الصفة المقاسة	اسم الاختبار	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة " ت "	الدلالة	
الادراك الحاس حركي	اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة )	قبلي	6.25	1.762	.929	2.675	0.019	
		بعدي	7.179	1.250				
	اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة )	قبلي	3.607	0.561	1.000	6.360	0	
		بعدي	4.607	0.401				
	اختبار ادراك الشكل ( درجة )		قبلي	3.857	1.406	2.214	3.613	0.003
			بعدي	6.071	1.685			

0	5.481	0.345	0.595	2.296	قبلي	اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث"	التوازن والايقاع
			0.599	2.641	بعدي		
0.002	3.859	1.500	1.267	1.286	قبلي	اختبار الايقاع والتحكم العضلي العصبي ( درجة )	
			1.424	2.786	بعدي		
0.006	3.238	.714	0.997	0.929	قبلي	اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة )	التوافق
			0.633	1.643	بعدي		
0.004	3.465	1.214	1.336	1.357	قبلي	اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة )	
			1.089	2.571	بعدي		
0.002	3.838	9.072 -	16.700	67.429	قبلي	اختبار تدوير العصا ( سم )	
			14.500	58.357	بعدي		
0.016	-2.754	-1.000	8.341	-3.79	قبلي	اختبار ثني الجذع للأمام	المرونة
			7.192	-2.79	بعدي		
0.176	1.431	1.286 -	4.975	29.857	قبلي	اختبار ثني الجذع جانبا ( يمين )	
			4.831	28.571	بعدي		
0.002	3.942	3.143 -	4.312	31.143	قبلي	اختبار ثني الجذع جانبا ( يسار )	
			4.489	28	بعدي		
0.002	3.793	1.001 -	1.302	7.55	قبلي	اختبار سرعة الجري 20 متر ( ث )	السرعة
			1.075	6.549	بعدي		
0	8.471	5.286	2.636	6.214	قبلي	اختبار التصويب باليد على البوائق المتداخلة ( درجة )	الدقة
			3.057	11.5	بعدي		
0.001	4.554	3.500	2.234	6.286	قبلي	اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة ( درجة )	
			3.490	9.786	بعدي		

الجدول ( 7 ) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية والفرق بين المتوسطات و قيمة " ت " المحسبة للمجموعتين ( البنين

والبنات ) للقدرات التوافقية لعينة البحث ن = 14

الصفة المقاسة	اسم الاختبار	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة " ت "	الدلالة
الادراك الحاس حركي	اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة )	ذكور	7.1	1.390	0.275	0.359	0.726
		اناث	7.375	0.946			
	اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة )	ذكور	4.55	0.437	0.200	0.833	0.421
		اناث	4.75	0.289			
اختبار ادراك الشكل ( درجة )	ذكور	6.1	1.595	0.1	0.096	0.925	
	اناث	6	2.160				
التوازن والايقاع	اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث"	ذكور	2.69	0.647	0.17	0.465	0.65
		اناث	2.52	0.519			
	اختبار الايقاع والتحكم العضلي العصبي ( درجة )	ذكور	2.6	1.647	0.650	0.759	0.463
		اناث	3.25	0.5			
التوافق	اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة )	ذكور	1.7	0.675	0.2	0.519	0.613
		اناث	1.5	0.577			

0.373	926.-	0.600	1.265	2.4	ذكور	اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة )
			0	3	اناث	
0.525	0.655	5.75	11.785	60	ذكور	اختبار تدوير العصا ( سم )
			21.516	54.25	اناث	
0.776	0.29	0.3	1.751	5.8	ذكور	اختبار ثني الجذع للأمام
			1.732	5.5	اناث	
0.464	0.757	2.2	4.315	29.2	ذكور	اختبار ثني الجذع جانبا ( يمين )
			6.377	27	اناث	
0.901	0.127	0.350	4.725	27.9	ذكور	اختبار ثني الجذع جانبا ( يسار )
			4.5	28.25	اناث	
0.63	0.494	0.324	1.059	6.456	ذكور	اختبار سرعة الجري 20 متر ( ث )
			1.244	6.78	اناث	
0.582	0.565	1.05	3.293	11.8	ذكور	اختبار التصويب باليد على الدوائر المتداخلة ( درجة )
			2.629	10.75	اناث	
0.767	0.304	0.650	4.142	9.6	ذكور	اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة ( درجة )
			0.957	10.25	اناث	

و دراسة أحمد عبد العظيم (2002) ( 4 ) والتي أسفرت نتائجها أن برنامج التربية الحركية المقترح مع الألعاب الصغيرة الترويجية له تأثير إيجابي على كل من الإدراك الحركي والرضا الحركي لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من ( 6-9 ) سنوات.

دراسة وائل مصطفى (2000) ( 36 ) وأسفرت نتائج الدراسة على أن برنامج التربية الحركية له تأثير إيجابي في تنمية القدرات الإدراكية الحركية والمتمثلة في ( التوازن - القوام - صورة الجسم وتميزه - المواجهة بين الجوانب الإدراكية والحركية - التحكم البصري - إدراك الشكل ) و تحسين المهارات الحركية الأساسية المتمثلة في ( الجري - ضرب الكرة بالضرب - الركل - الرمي - اللقف - الوثب )، ولدى تلاميذ الصف الأول من التعليم الأساسي.

كما يتفق مع دراسة ميرفت فريد (2001) ( 34 ) والتي أسفرت نتائج دراستها على أن برنامج التربية الحركية ذو فاعلية في تنمية القدرات الحركية الإدراكية (توازن الجسم والقوام - تميز أجزاء الجسم - مواجهة الجوانب الإدراكية الحركية - التحكم البصري - إدراك الشكل) ، وتنمية المهارات الأساسية ( الركل - الرمي واللقف - الوثب - الجري - ضرب الكرة بالضرب) لتلاميذ الصف الثاني من التعليم الأساسي.

ويشير محمد السيد ، احمد عبد العظيم ( 2003 ) نقلا عبد العزيز عبد الكريم ان من اهداف التربية الحركية إكساب الطفل عناصر اللياقة البدنية واللياقة الصحية التي تؤهله للقيام بمتطلبات العمل اليومي، وتنمية وتطوير الإدراك الحسي الحركي لدى الأطفال التي تتلخص في الوعي بالجسم ، معرفة الطفل بأجزاء جسمه وعلاقتها بالحركات المختلفة، الوعي المكاني ، معرفة الطفل بحجم الفراغ وعلاقته بالأشياء الخارجية والوعي الاتجاهي ، معرفة الطفل بالاتجاهات المختلفة (يمين ويسار وأمام وخلف

ثانيا: مناقشة نتائج المتوسطات الحسابية . الانحرافات المعيارية وقيمة " ت :-"

يتضح من الجدولين (5) (6) والمتضمنين لقيم المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية والفرق بين المتوسطات و قيمة " ت " للقدرات التوافقية لعينة البحث ان هناك فروق دالة احصائيا في جميع القدرات التوافقية قيد البحث ماعدا مرونة الجذع للجانب ( يمين ) والمتمثلة في اختبار ثني الجذع جانبا ( يمين ) حيث لم يحقق فروق دالة احصائيا و كانت قيمة (ت) المحسوبة ( 1.431 ) وتعزي الباحثة هذا ان افراد العينة ونتيجة لإعاقتهم وتعودهم على استخدام الجانب الاخر اليسار لت قضاء احتياجاتهم اليومية ، كذلك عدم توهمهم من قبل الاهل لاستخدام الجانبين ، او عدم ممارستهم للأنشطة الحركية التي تتطلب تحريك الجانبين بالتساوي. بينما اظهرت نتائج القدرات التوافقية الاخرى فروق دالة احصائيا كالأدراك الحاس حركي والمتمثل في اختبار ادراك اجزاء الجسم ( درجة ) و اختبار ادراك الفراغ والاتجاهات ( درجة ) واختبار ادراك الشكل ( درجة ) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (2.675) (6.360) (3.613) على التوالي ، ويتفق هذا مع دراسة سامية ربيع وعزيزة عبدالغني (1988) ( 11 ) التي اظهرت نتائجها ان البرنامج المقترح بالأدوات الصغيرة له اثر ايجابي على تنمية القدرات الإدراكية الحاس حركية والاداء الحركي لبعض المهارات الحركية ( الجري ، الوثب ، والتوازن ، الزحف ، واللقف ).



كفاءة القلب والأوعية الدموية - زيادة القدرة على التحمل، ويضيف ان التربية الرياضية والحركة تسهم في تحسين الصحة العامة للمعاقين وفي تنمية التوافقات العضلية والعصبية والحسية الحركية ومن ثم الذهنيين الكفاءة الحركية لديهم، كما تسهم في رفع مستوى تركيزهم مهاراتهم ومقدرتهم على الإحساس والتصور والتذكر والتمييز الحركي مما يطور من استعداداتهم الذهنية وتمييزها.

كما أظهرت نتائج التوازن والابقاع فروق دالة احصائيا بين القياسيين القبلي والبعدي والمتمثلة في اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث" اختبار الايقاع البعدي والمتمثلة في اختبار تدوير العصا ( سم ) واختبار ثني والتحكم العضلي العصبي ( درجة ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (481.5) للجدع للأمام و اختبار ثني الجذع جانبا ( يسار ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (3.838) (-2.754) (3.942) على التوالي اما بالنسبة لعنصر السرعة أظهرت نتائج فروق دالة احصائيا بين القياسيين القبلي والبعدي والمتمثلة في اختبار سرعة العدو 20 متر ( ث ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (3.793) .

ويتفق هذا مع دراسة " فاتن ابو السعود امام " (2008) (23) والتي أسفرت نتائجها أن برنامج الالعاب الصغيرة له تأثير على تطوير عناصر اللياقة البدنية الخاصة بسباق ( 200 م ) عدو وهي ( السرعة ، سرعة الاستجابة وتحمل السرعة والقدرة العضلية الرشاقة والتوافق والتوازن ) والمتغيرات الفسيولوجية للمعاقين ذهنيا وتفوقه على البرنامج التقليدي كما أظهرت نتائج الدقة فروق دالة احصائيا بين القياسيين القبلي والبعدي والمتمثلة في اختبار التصويب باليد على البؤرات المتداخلة ( درجة ) اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة ( درجة ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (8.471) (4.554) على التوالي ، وبذلك يتحقق الفرض الاول والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في بعض القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقات الذهنية) .

ويشير يوسف عبد الرسول وآخرون (2008) ان التربية الحركية تتعدى مفهوم إكساب الأطفال المهارات الحركية أو تنمية الأنماط الحركية، إذ أن الإطار المعرفي للنشاط الحركي ثري بمختلف الخبرات الإدراكية والمعرفية، فمن خلال الحركة ينمي الطفل ملاحظاته ومفاهيمه، و قدرته الإبداعية، وإدراكه للأبعاد والاتجاهات كالإحساس بالتوازن، والمكان، والزمان، ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها؛ فيتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات وإصدار أحكام تقييمية. (39: 1401) وينص من الجدول (7) والمضمن لقيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين المتوسطات وقيمة " ت " للقدرات التوافقية لعينة البحث (بنين \_ بنات) عدم وجود فروق دالة احصائيا في جميع القدرات التوافقية قيد البحث بين البنين والبنات ، وبذلك نلاحظ عدم تحقق الفرض الثاني والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي

(والوعي الزماني ، معرفة الطفل بالوقت وتنمية المهارات الحركية التي تؤهل الطفل للاشتراك في الأنشطة والالعاب الرياضية الجماعية والفردية ( 29 : 8 )

وتشير عفاف عبد الكريم (1995) ان الأطفال متحدى الإعاقه يستفيدون من الاشتراك في برامج الحركة التربوية والتي تمارس فيها الإدراك الحركي ويلزم للمعلم أن يقوم بتزويد كفايتهم وتوافقهم في المهارات البدنية مما يطور من استعداداتهم الذهنية وتمييزها. حتى تكون لها تأثيرا إيجابيا على أدائهم ( 22 : 508 ) .

كما أظهرت نتائج التوازن والابقاع فروق دالة احصائيا بين القياسيين القبلي والبعدي والمتمثلة في اختبار التوازن على أطراف الأصابع "ث" اختبار الايقاع البعدي والمتمثلة في اختبار تدوير العصا ( سم ) واختبار ثني والتحكم العضلي العصبي ( درجة ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (481.5) للجدع للأمام و اختبار ثني الجذع جانبا ( يسار ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (3.838) (-2.754) (3.942) على التوالي . ويتفق هذا مع دراسة سوزان طنطاوي ونجلاء فتحي ( 2011 ) ( 15 ) التي أظهرت نتائجها أن البرنامج التجريبي باستخدام الاسطح المائلة اثر بصورة ايجابية في تحسين التوازن لدى الاطفال المعاقين ذهنيا المتمثلة في اختبار الوقوف على قدم واحدة "ث" اختبار الوقوف على المشطين لأقصى وقت ممكن

ودراسة فاتن اساعيل (2012) ( 24 ) التي أظهرت نتائجها أن برنامج التربية الحركية المصمم له تأثير إيجابي على متغيرات اللياقة الحركية وهي ( التوازن والرشاقة والمرونة والقدرة \_ السرعة ) وكانت أعلى نسبة تحسن في متغير التوازن في حين أن الرشاقة سجلت أقل معدل للتحسن ويشير مازن عبد الهادي وآخرون ( 2006 ) ( 28 ) أن استخدام اسلوب اللعب ساهم بشكل فعال في معالجة وتخفيف بعض صعوبات التعلم حيث وجد فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة ( التآزر الحسي الحركي والتوازن الحركي العام ) .

اما بالنسبة للتوافق هناك فروق دالة احصائيا بين القياسيين القبلي والبعدي والمتمثلة في اختبار التوافق بين العين والقدم ( درجة ) اختبار التوافق بين العين واليد ( درجة ) حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة (3.238) (3.465) على التوالي ، ويتفق هذا مع دراسة سميرة ابوغزالة ( 2006 ) ( 14 ) والتي أظهرت نتائجها دور اللعب وفاعليته في تحسن مهارات الأطفال المعوقين عقليا في تحسين سلوكهم التوافقي .

ودراسة نوال عبدا لله الفتحي (2007) ( 35 ) التي أظهرت نتائجها ان للبرنامج الحركي تأثيرا ايجابيا في تحسين التوافق العضلي العصبي والمهارات الأساسية وتحصيل الكتابة لذوي القدرات الذهنية البسيطة .

ويشير محمد فوزي، ياروسواف ( 2002 ) ان التربية الحركية تحقق العديد من الفوائد فهي تساعد على تنمية اللياقة البدنية والصحية والذهنية والصحة العامة والتوافق العضلي العصبي وتحسين الكفاءة الحركية ورفع مستوى تركيز واتباه الطفل ورفع مستوى قدرات الأطفال على الإحساس والتصور والتذكر والتمييز الحركي البصري وايضا يحسن استعدادات الأطفال الادراكية وتمييزها ( 31 : 62 )

ويشير فهد القباع (2013) ( 26 ) ان ممارسة الأشخاص ذوي الإعاقه الذهنية للرياضة تعود عليهم بفوائد عديدة منها رفع مستوى اللياقة البدنية و زيادة درجة التوافق العضلي العصبي - رفع مستوى

1. تطبيق برنامج الالعاب الحركية باستخدام الأدوات المقترح بهذه الدراسة في مدارس الأطفال متحدي الإعاقة الذهنية البسيطة والقابلين للتعلم .
2. تشكيل لجان مختصة بأشراف من وزارة التربية والتعليم مكتب الفئات الخاصة وكلية علوم التربية البدنية والرياضة لوضع مناهج التربية البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام .
3. توفير الوسائل التعليمية والأدوات اللازمة لتعلم أطفال متحدي الإعاقة الذهنية من خلال أنشطة التربية الحركية .
4. التخطيط لبرامج التربية الحركية لأطفال متحدي الإعاقة الذهنية وفق الأسس العلمية الحديثة والتي تتناسب مع مستويات الذكاء وقدرات وخصائص النمو لهم في مختلف المراحل السنوية .
5. عمل دورات تدريبية مستمرة للقائمين على تدريس ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام و في مجال التربية الحركية للعمل في مجال تعلم أطفال متحدي الإعاقة الذهنية .
6. الاهتمام ببرامج التربية الحركية كمنهج فعلي لتدريس ذوي الاحتياجات الخاصة بمختلف فئاتهم .
7. تعديل برامج التربية البدنية داخل المدارس بما يخدم الطلاب ويساعدهم على اداء اعمالهم اليومية بدون مساعدة الاخرين .
8. تشجيع ذوي الاحتياجات الخاصة بكافة فئاتهم على ممارسة الأنشطة الرياضية مع اقربائهم الأسوياء.

### ○ الاستنتاجات و التوصيات :

#### أولاً: الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة وفي حدود النتائج التي تم التوصل إليها، وعلى ضوء مناقشتها يمكن استخلاص ما يلي:

1. برنامج الالعاب الحركية باستخدام الأدوات المقترح قد أدى إلى تنمية القدرات التوافقية لذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقات الذهنية) عينة البحث .
2. كانت أعلى نسبة تحسن في متغير الدقة يليها ادراك الفراغ والاتجاهات وأقلها في متغير مرونة الجذع للأمام
3. عدم وجود فروق دالة احصائياً في جميع القدرات التوافقية قيد البحث بين البنين والبنات .
4. برنامج الالعاب الحركية باستخدام الأدوات المقترح قد أدى إلى تحسين اداء افراد العينة في مختلف الانشطة الرياضية .

#### ثانياً : التوصيات :

في ضوء النتائج المستخلصة من البحث توصي الباحثة بما يلي:

#### المراجع :

- 1- أبو العلاء أحمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997
- 2- أحمد جابر أحمد : دليل المدرس لتخطيط البرامج وطرق التدريس للأفراد للمعاقين ذهنياً مسئول برامج مشروع دعم الجمعيات الأهلية لتدريب وتأهيل المعاقين ذهنياً بأسبوط (بدون ) .
- 3- أحمد عبد الرحمن السرهيد، فريدة إبراهيم عثمان: الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها في رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، دار القلم، الكويت، 1993
- 4- أحمد عبد العظيم عبد الله : تأثير برنامج تربية حركية باستخدام الألعاب الصغيرة الترويجية على بعض المتغيرات الحركية والرضى الحركي للأطفال من ( 6-9 ) سنوات ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 2002 .
- 5- السيد عبد المقصود: نظريات الحركة ، مطبعة الشباب الحر ومكتبها ، القاهرة ، 1986.
- 6- امال سيد مرسي ، مها العطار محمد: الألعاب الشعبية وتأثيرها على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً ، المؤتمر العلمي الثالث – المجلد الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجيزة ، جامعة القاهرة ، 2000 .
- 7- أمين أنور الخولي ، إسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة، الطبعة الثانية 1982 .
- 8- أمين أنور الخولي ، إسامة كامل راتب : امين الخولي ، أسامة راتب " برامج التربية الحركية للأطفال " سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس – دار الفكر العربي ، القاهرة، 1992
- 9- حلمي محمد ابراهيم ، ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويج للمعاقين ، ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1998 .
- 10- راكر ابراهيم بن عطا' وليد احمد الرحالة : المشكلات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في دمج ذوي الاحتياجات الخاصة في مدارس وزارة التربية والتعليم ، المؤتمر العلمي الاول " دور كليات واقسام ومعاهد التربية الرياضية في تطوير الرياضة العربية " المجلد الاول ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الاردنية ، عمان الاردن ، 2007 .
- 11- سامية ربيع ، عزيزة عبدالغني علي : تأثير برنامج مقترح بالأدوات الصغيرة على تنمية القدرات الإدراكية الحاس – حركية وبعض المهارات الطبيعية لأطفال ما قبل المدرسة ، مجلة الهرم ، العدد الاول ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة – جامعة حلوان ، 1988 .
- 12- سامية عبد الرحيم : فاعلية برنامج سلوكي في تنمية بعض مهارات السلوك التكيفي للأطفال المعوقين عقلياً القابلين للتعلم ، مجلة جامعة دمشق – المجلد 27 – 2011 .
- 13- سامية مصطفى الحشباب : دور الأسرة في التربية الوجدانية للطفل ، المؤتمر السنوي \_التربية الوجدانية للطفل ، كلية رياض الاطفال ، جامعة القاهرة 2006 ،
- 14- سميرة علي جعفر أبو غزالة : فاعلية برنامج للتدريب على المهارات المعرفية واللغوية والاجتماعية للأطفال المعوقين عقلياً القابلين للتعلم من خلال اللعب في تحسن سلوكهم التوافقي ، مجلة العلوم التربوية، العدد(2) ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة، ، 2006 .
- 15- سوزان صلاح الدين طنطاوي ونجلاء فتحي خليفة : اثر استخدام الاسطح الثابتة والمتحركة لتنمية التوازن في ضوء بعض المتغيرات الكيمياء الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد واحد وسبعون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، 2011 .
- 16- عادل عبدالله محمد : الاعاقات العقلية ، سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة 8 ، دار الرشد ، القاهرة ، 2004.

- 17- عبد الحميد شرف : التربية الرياضية والحركة للأطفال الاسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق ، الطبعة الثانية ، دار الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2005 .
- 18- عبدالعظيم شحاتة مرسي : التأهيل المهني للمتخلفين عقليا ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1991 .
- 19- عبدالمطلب التريبي : التربية الحركية والرياضية لدى الأطفال ذوي الإعاقة البسيطة <http://www.stop55.com/128664.html> ، 2001 .
- 20- عدنان محمد أحمد الحازمي : التربية البدنية ودورها في نمو الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة <http://www.wadifatima.net/vb/f83.html> ، 2010 .
- 21- عصام عبدالحالقي : التدريب الرياضي - نظريات وتطبيقات ، الطبعة الثانية عشر ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 2005 .
- 22- عفاف عبد الكريم : البرامج الحركية والتدريب للصغار ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1995 .
- 23- فائق ابو السعود امام : تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والفسولوجية لسباق ( 200 م ) عدو للمعاقين ذهنيا ، المؤتمر الإقليمي للمجلس الدولي للصحة و للتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط ، كلية التربية الرياضية للبنين \_ ابوقير - جامعة الإسكندرية ، 2008 .
- 24- فائق اسماعيل محمد : تأثير برنامج للتربية الحركية على بعض متغيرات اللياقة الحركية للأطفال المتحدي الإعاقة الذهنية ، مجلة كلية التربية الاساسية ، العدد السادس والسبعون ، الجامعة المستنصرية ، 2012 .
- 25- فاطمة عوض صابر : التربية الحركية وتطبيقاتها " دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الطبعة الاولى ، 2006 .
- 26- فهد ناصر القباج : النشاط الرياضي للأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية - موقع الإدارة العامة للتربية الخاصة ، اطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة <http://www.se.gov.sa> ، 2013 .
- 27- ليلى السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001 .
- 28- مازن عبد الهادي احمد ، فلاح أجماز ، نعم صالح نعمه : استخدام اللعب كوسيلة لمعالجة بعض أنواع صعوبات التعلم لدى الأطفال بعمر 9 سنوات ، مجلة علوم التربية الرياضية - جامعة بابل ، العدد الاول ، المجلد الخامس ، 2006 .
- 29- محمد السيد خليل ، احمد عبد العظيم عبد الله : " التربية الحركية النظرية والتطبيق " مطبعة الامل اوفست ، المنصورة ، الطبعة الثالثة ، 2003 .
- 30- محمد صبيح حساين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة الجزء الأول ، الطبعة السادسة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 31- محمد فوزي ، ياروسلاف : متلازمة داون حقائق وارشاد. منشورات الشارقة ، 2002 .
- [http://www.moe.edu.kw/pages/sectors/07/03/011/Asema\\_kg/down\\_4.html](http://www.moe.edu.kw/pages/sectors/07/03/011/Asema_kg/down_4.html)
- 32- محمد كامل عفيفي عمر : التربية البدنية للمعوقين ( بين النظرية والتطبيق ) ، كلية المعلمين جازان ، 1996 .
- 33- محمد كامل عفيفي عمر : التربية البدنية للمعوقين ( بين النظرية والتطبيق ) ، كلية المعلمين جازان ، 1996 .
- 34- مشاري الرويح : دراسة تحليلية حول مشاكل ومعوقات تدريس التربية البدنية لمتلازم داون في دولة الكويت ، المؤتمر الدولي الاول للتربية البدنية والرياضة والصحة ، الكويت ، 2008 .
- 35- ميرفت فريد عثمان جاد الله : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على القدرات الحركية وبعض المهارات الأساسية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة القاهرة ، 2001 .
- 36- نوال عبد الله الفتحي : تأثير برنامج حركي في تحسين عضلات الذراعين وبعض المهارات الأساسية وأثرهما في تحصيل الكتابة لذوي القدرات الذهنية البسيطة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة السبع من ابريل سابقا بالزاوية ، 2007 .
- 37- وائل مصطفى سلامة : تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الأساسية وعناصر الإدراك الحركي لتلاميذ الصف الأول بمرحلة التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الفتح سابقا ، ليبيا ، 2000 .
- 38- وفاء عبد الحفيظ غالى : أسس تدريب الجهاز الإيقاعي ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، 2004 .
- 39- ياسمين حسن البحار و سوزان صلاح الدين طنطاوي : أسس تدريب الجهاز الإيقاعي ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، 2004 .
- 40- يوسف عبد الرسول بو عباس ، عبد الحميد سعيد حسن ، كاشف نايف زايد : دراسة مقارنة للقدرات الإدراكية الحركية بين عينة من تلاميذ الحلقة الأولى في ( التعليم الأساسي في سلطنة عمان ودولة الكويت ، المؤتمر الدولي الاول للتربية البدنية والرياضة والصحة ، الكويت ، 2008 .

## برنامج تدريبي مقترح لتطوير الاداء الخططي الهجومي لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة

د. احمد كامل حسنين

د. إبراهيم سالم الرقيعي

د. صلاح الدين علي سعد بن دخيل

## المقدمة :

وكأجزاء تزيد من المعرفة الخططية وتساهم في تطوير القدرات الفنية الخططية والطرق الاساسية للتدريب. (31) ويرى الباحثون إن تطوير الاداء الخططي الهجومي تحت ضغط المنافس يساعد على تطوير وإكساب اللاعب المزيد من الخبرات في التحرك وتطبيق المبادئ الخططية الهجومية لكرة القدم، ويتطلب استخدام للإشكال التدريبية التي تكون قريبة من شكل المنافسة، وذلك من خلال التكرارات الكثيرة لتطوير مقدراته على تنفيذ الاداء الخططي الهجومي في مواقف اللعب المختلفة.

## مشكلة البحث:

ويوضح إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد (1996) بأن يتم تدريب اللاعبين على الأداء الخططي الجماعي وفق أشكال مختلفة ومتعددة بل ومتباينة ونظرا إلى أن الأداء الخططي يعتمد على القدرات والإمكانيات الفردية فيجب مراعاة التناسب الدقيق بين التدريب على خطط الهجوم فرديا وجماعيا مع التركيز على تمرير الكرة بشكل سليم خططيا وبالدفقة قبل السرعة مع التحركات الصحيحة تجاه المنافس مع الزميل ويتم التركيز في التدريب على مواقف اللعب فعندما يستحوذ الفريق على الكرة يحاول تسجيل هدف من خلال مراحل الهجوم. (1 : 23)

ويرى محمد بلال (1995) أن الاستراتيجية الهجومية في كرة القدم هي خطط الأداء الهجومية التي يجب أن يتبعها الفريق في كل مناطق اللعب الثلاث وعلى مستوى خطوطه بالإضافة إلى الواجبات الخاصة بتحركات اللاعبين من أجل التسجيل في مرمى الفريق المنافس والفوز بالمباراة. (20 : 8) ومن خلال تجربة الباحثون العلمية والعملية في لعبة كرة القدم لسنوات سابقة والمتابعة المستمرة للنشاط المحلي الليبي في كرة القدم، ومن خلال الملاحظة والتحليل والمقارنة للمباريات للمستويات العالية في كرة القدم سواء البطولات المحلية والدولية المختلفة أو البطولات القارية والعالمية لاحظ الباحثون وجود قصورا في جوانب الإعداد الخططي الهجومي لدى اللاعبين في مختلف الفرق المحلية وفئات الناشئين بالخصوص وهي تعاني من الانخفاض الواضح في مستوى الأداء الخططي الهجومي ولا سيما في الثلث الأمامي من الملعب (الثلث الهجومي) أو انهاء الهجمة بطريقة سليمة، بحيث أن التدريب يتم بطريقة غير سليمة، ويكون في عدم وجود منافسين خلال عملية التدريب وهو لا يشابه الواقع الفعلي للمباراة، وكذلك عدم استكمال التدريب بالتصويب على المرمى في الثلث الهجومي من الملعب، وعليه يرى

تقدم العالم خطوات واسعة وسريعة نحو ثورة علمية أدت الى تغيير المفاهيم الخاصة بالتدريب الرياضي، مما أدت الى تطور التدريب الرياضي لكرة القدم وفي كافة جوانبها، والتدريب الرياضي الحديث عملية تربوية مخططة مبنية على أسس علمية تعمل على وصول اللاعبين الى التكامل في الاداء الرياضي لكرة القدم، ان تخطيط التدريب الحديث والأسس والمبادئ العلمية للتدريب في كرة القدم يلعب دور أساسي في تحقيق المستويات العالية.

شهدت لعبة كرة القدم تطورا كبيرا في مختلف البطولات القارية والعالمية والأولمبية وتطورت لعبة كرة القدم وتغيرت نوعية الاداء نظرا لتعدد وتطور طرق اللعب مع تنوع خطط اللعب الهجومية والدفاعية واعتماد الاداء على العمل الجماعي المنظم، والسيطرة الميدانية وامتلاك مساحات الملعب التي تغطيها مراكز اللعب المختلفة.

يؤكد حسن ابو عبده (2013) أن التدريب في كرة القدم بمعناه الشامل بأنه العملية الكلية المنظمة والمخططة والموجهة للهبوض بمستوى اللاعبين من خلال مؤثرات منسقة تهدف لتنمية الكفاءة البدنية والاستعداد لأداء الجهد للوصول لأعلى مستوى رياضي وبالتالي تحقيق الهدف. (3 : 21)

ويوضح لوتشيزي ماسيمو Lucchesi Massimo (2001) أن فريق كرة القدم يتكون من أحد عشر لاعبا حتى وإن كان عدد اللاعبين في الفريق الواحد أقل من ذلك في بعض الظروف الطارئة، فأمن الأهمية أن يتعاون اللاعبون معا لتحقيق هدف الفريق وهو الفوز بالمباراة، ويكون هذا التعاون ممثرا بدرجة كبيرة إذا كان لكل لاعب دورا محدد في المباراة، وذلك يمكن تحقيقه بأن يشكل كل منهم مركزا محدد في الملعب، والقيام بأدوار معينة خلال الدفاع والهجوم (33 : 22)

كما يتفق كلا من أمر الله البساطي (2001)، محمد أبو عاصي (1996)، إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد (1996) على أن الأداء الخططي هو عمل الفرد والجماعة والفريق عن طريق قرارات تضمن كيفية تطبيق المهارات المختلفة في الوقت المناسب داخل الطرق والتشكيلات المتعددة في مواقف اللعب المتغيرة بهدف الفوز على الفريق المنافس. (2 : 26)، (17 : 1) (279)

ويؤكد بارت Barth (2000) إن التدريبات الفنية - الخططية المؤداة من خلال النماذج وتقسيم الاداء ككل

2. توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج القياسات (القبلية ، البينية ، البعدية) في الاختبارات الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة ولصالح القياسات البعدية لدى عينة البحث.

3. توجد نسب تحسن بين نتائج القياسات (القبلية ، البينية ، البعدية) في الاختبارات الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة ولصالح القياسات البعدية.

#### إجراءات البحث

**منهج البحث:** استخدام الباحثون المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعة الواحدة لملائمته لطبيعة هذا البحث .

**عينة البحث :-** وتنقسم إلى تم اختيار عينة الدراسة الأساسية (التجريبية) بالطريقة العمدية من ناشئ فريق نادي الوحدة لكرة القدم تحت 17 سنة بطرابلس والمسجلين بسجلات الاتحاد الليبي لكرة القدم للموسم الرياضي 2013 / 2014 م وعددهم 44 ناشئ ، كما تم تقسيمهم كئالي 25 لاعب للتجربة العينة الأساسية و 14 لاعب للدراسة الاستطلاعية وتم استبعاد 5 لاعبين للإصابة وعدم الانتظام وقد قام الباحثون بإجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات (السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي) كما هو واضح في الجدول رقم (1) .

#### جدول (1) تجانس افراد عينة البحث الاساسية في بعض المتغيرات

ن=44

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
السن		سنة	15.82	0.68	0.66-	0.09-
الطول		سم	168.02	6.54	0.38-	0.88-
الوزن		كجم	55.14	6.36	0.17-	1.06-
العمر التدريبي		سنة	2.48	0.77	0.46	0.28-

- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى خلال الفترة من 2013/8/11 م إلى 2013/8/21 م. (لدراسة الأساسية) لإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات الخططية الهجومية.
- الاختبارات القبلية في الفترة من 2013/8/22 م.
- تنفيذ البرنامج التدريبي في الفترة من 2013/8/24 م إلى 2013/11/14 م.
- الاختبارات البينية في الفترة من 2013/10/5 م.
- الاختبارات البعدية في الفترة من 2013/11/16 م.
- المختلفة والخاصة بالأداء الخططية الهجومية قيد البحث وما بها من متغيرات ، ولقد استخدم الباحثون خلال جمع البيانات الأدوات التالي
- الاستبيان.
- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد أهم الاختبارات للأداء الخططية الهجومية للاعبين كرة القدم .

الباحثون ضرورة الاهتمام بإعداد وتهيئة اللاعبين للوصول إلى المستويات العالية من خلال تطوير الأداء الخططية الهجومية ، بحيث يتم تدريب الناشئين على الأوضاع التدريبية القريبة من طبيعة وواقع المنافسة أو المباراة.

#### أهداف البحث:

1. وضع برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة.
2. التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تطوير الأداء الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة.
3. التعرف على نسب التحسن في الاختبارات الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة.

#### فروض البحث:

1. البرنامج التدريبي المقترح يؤثر في تطوير الأداء الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة

يتضح من جدول (1) الخاص بتجانس لعينة البحث الكلية في المتغيرات الأساسية قبل تنفيذ التجربة أن قيم معامل الالتواء لجميع المتغيرات جاءت قريبة من الصفر مما يدل على اعتدالية القيم لتلك المتغيرات.

#### الدراسة الأساسية:

تم تطبيق البرنامج التدريبي بالملاعب المخصص لتدريب ناشئ فريق الوحدة بمدينة طرابلس للموسم الرياضي 2013 / 2014 م بليبيا .

#### ادوات جمع البيانات:

تم جمع البيانات الخاصة بهذا البحث عن طريق الإطلاع على الكتب والمراجع العلمية والدراسات والبحوث المرتبطة بالمجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة حول الأداء الخططية الهجومية للتعرف على كيفية تصميم الاختبارات في صورتها الأولية وكذلك الوقوف على أهم محاور البحث



وقبل إجراء الدراسة قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من 2013/8/11 م حتى 2013/8/21 م / عدد (14) ناشئ نادي الوحدة تحت 17 سنة ومن نفس عينة البحث وبطريقة عشوائية ومن خارج العينة الأساسية للبحث.

#### أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في تطبيق الاختبارات.
  - التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحثون عند تطبيق الاختبارات المستخدمة علي عينة البحث الأساسية.
  - تدريب المساعدين علي إجراء وتطبيق الاختبارات المستخدمة.
  - إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات الخططية الهجومية.
  - 1. الأداء الخططي الهجومي العمق في الهجوم تحرك اللاعبين في اتجاهات مختلفة.
  - 2. الأداء الخططي الهجومي العمق في الهجوم تحرك فردي من الخلف للامام.
  - 3. الأداء الخططي الهجومي تبادل التمير الطويل المفاجئ لأحد أجناب الملعب.
  - 4. الأداء الخططي الهجومي الأتساع في الهجوم سرعة تحويل اللعب من جهة لأخرى.
  - 5. الأداء الخططي الهجومي السند في الهجوم التحرك لأحد الأجناب لسند المهاجم.
  - 6. الأداء الخططي الهجومي السند في الهجوم سحب المدافع بالجري عكس اتجاه الكرة.
  - 7. الأداء الخططي الهجومي الزيادة العددية في مكان تواجد الكرة.
  - 8. الأداء الخططي الهجومي أحداث توازن في الزيادة العددية في مكان وجود الكرة.
  - 9. الأداء الخططي الهجومي تبادل المراكز بين اللاعبين.
  - 10. الأداء الخططي الهجومي تحرك وتبادل المراكز بين اللاعبين (طولي عرضي).
  - 11. الأداء الخططي الهجومي التغلب على مصيدة التسلل.
  - 12. التغلب على مصيدة التسلل من خلال التمير البيئية للمهاجم .
- وهي تمثل عينة الدراسة الاستطلاعية من نادي الوحدة الرياضي ومن خارج العينة الأساسية وعينة غير مميزة من فريق أساريا الرياضي والمجدول التالي يوضح ذلك:

- استشارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد عناصر البرنامج التدريبي المقترح لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة .
- المقابلة الشخصية : للباحثون مع السادة الخبراء كل على حده لإبداء رأيهم .

#### الأدوات والأجهزة المستخدمة:

- ساعة إيقاف لحساب الزمن لأقرب 10/1 ثانية.
- جهاز رستاميتز لقياس الطول.
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- شريط قياس.
- كرات قدم - أقماع - حواجر - كؤنرات - عصي - اعلام.

#### استشارة الاختبارات الخططية الهجومية:

#### تصميم الاستشارة:

بعد انتهاء الباحثون من إجراء مسح للدراسات السابقة والكتب والمراجع المتخصصة في مجال كرة القدم للتعرف على بعض الأداء الخططي الهجومي ، وتم تحديد أهم المحاور الخططية الهجومية وكذلك تحديد المتغيرات الخططية الهجومية داخل هذه المحاور ، وقام الباحثون بوضع استشارة الاختبارات الخططية الهجومية والتي تتناسب مع تحقيق أهداف البحث روعي فيها الإضافة والحذف بما يتناسب مع رأى الخبير ، وتم عرضها على الخبراء .

#### إعداد الاستشارة : اشتملت الاستشارة علي بعض الاختبارات الخططية الهجومية:

- قام الباحثون بعرض الاستشارة علي مجموعة من الخبراء في مجال كرة القدم ، لتحديد اهم الاختبارات الخططية الهجومية المعروضة في الاستشارة عن طريق إقرارها أو تعديلها وتحديد الاختبارات.

- بعد أن تم جمع الاستشارات من الخبراء وتحديد الاختبارات بناءاً علي آرائهم الواردة في الاستشارات تم وضع استشارة الاختبارات الخططية الهجومية في صورتها النهائية ، وبذلك أصبح عدد اختبارات البطارية (12) اختبار وبنسبة قبول 80% ارتضاها الباحثون .

#### خطوات إجراء الدراسة الاستطلاعية : (المرتبطة بالدراسة الأساسية):

المعاملات العلمية لاستشارة الاختبارات الخططية الهجومية: معامل الصدق للاختبارات الخططية الهجومية: تم إيجاد معامل الصدق للاختبارات الخططية الهجومية باستخدام أسلوب صدق التمايز بين مجموعتين أحدهما مميزة

## جدول (2)

دلالة الفروق بين المجموعة المميّزة والمجموعة غير المميّزة للاختبارات الخطئية الهجومية لتحديد صدق التمييز للاختبارات قيد البحث

معامل الصدق	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة المميّزة		المجموعة غير المميّزة		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية / المتغيرات
				ع±	س	ع±	س		
0.97	0.00	*12.13	0.66	0.10	7.69	0.09	8.35	ثانية	الاختبار الأول
0.97	0.00	*12.08	0.65	0.09	7.81	0.09	8.45	ثانية	الاختبار الثاني
0.95	0.00	*9.73	0.54	0.09	7.67	0.10	8.20	ثانية	الاختبار الثالث
0.98	0.00	*13.93	0.72	0.10	11.52	0.08	12.25	ثانية	الاختبار الرابع
0.96	0.00	*10.72	0.62	0.10	6.44	0.10	7.05	ثانية	الاختبار الخامس
0.96	0.00	*10.35	0.57	0.09	6.39	0.09	6.96	ثانية	الاختبار السادس
0.96	0.00	*10.61	0.60	0.10	7.70	0.10	8.30	ثانية	الاختبار السابع
0.95	0.00	*9.71	0.52	0.10	6.33	0.09	6.85	ثانية	الاختبار الثامن
0.96	0.00	*10.61	0.62	0.10	5.99	0.10	6.61	ثانية	الاختبار التاسع
0.95	0.00	*10.02	0.53	0.09	8.91	0.09	9.44	ثانية	الاختبار العاشر
0.96	0.00	*10.63	0.60	0.09	8.40	0.10	9.00	ثانية	الاختبار الحادي عشر
0.96	0.00	*11.59	0.71	0.09	20.59	0.12	21.30	ثانية	الاختبار الثاني عشر

معنوي عند مستوى (0.05) = (2.22)

## معامل الثبات للاختبارات الخطئية الهجومية:

معامل الثبات للاختبارات الخطئية الهجومية المستخدمة في البحث وذلك باستخدام أسلوب تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره خمسة أيام واستخدام الباحثون معمل الارتباط لبيرسون وقيمة (ت) لإيجاد معامل الارتباط بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني حيث يؤكد مصطفى حسين باهي (1999 م) علي أن تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه من أكثر الطرق الإحصائية استخداماً في حساب لمعامل الثبات وخاصة في مجال التربية الرياضية ومعامل الارتباط يعبر عن معامل الثبات. (26 : 153)

يتضح من جدول (2) الخاص بالفروق بين المجموعة المميّزة والمجموعة غير المميّزة في الاختبارات الخطئية الهجومية لإيجاد معامل صدق الاختبارات ، أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين . حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين 12.13 إلى 13.93 وهذه القيمة مرتفعة نسبياً عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.22)، كما تراوحت قيمة معامل الصدق ما بين ( 0.95 ، 0.98) مما يؤكد أن الاختبارات الخطئية الهجومية قيد البحث تقيس بالفعل ما وضعت من أجله ، وأنها تستطيع التمييز بين المستويات المختلفة.



## جدول (3)

معامل الارتباط البسيط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات الخططية الهجومية  
لايجاد معامل الثبات (بطريقة إعادة تطبيق الاختبارات)

معامل الارتباط (بيرسون)	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
		ع±	س	ع±	س	ع±	س		
0.15	1.59	0.14	0.07	0.09	7.63	0.09	7.70	ثانية	الاختبار الأول
0.27	1.17	0.16	0.06	0.09	7.71	0.09	7.77	ثانية	الاختبار الثاني
0.27	1.18	0.15	0.06	0.08	7.57	0.08	7.62	ثانية	الاختبار الثالث
0.28	1.16	0.13	0.05	0.09	11.42	0.09	11.47	ثانية	الاختبار الرابع
0.50	0.70	0.13	0.03	0.09	6.37	0.10	6.40	ثانية	الاختبار الخامس
0.35	0.99	0.16	0.05	0.09	6.31	0.09	6.36	ثانية	الاختبار السادس
0.10	1.84	0.12	0.07	0.08	7.60	0.09	7.67	ثانية	الاختبار السابع
0.26	1.20	0.15	0.06	0.09	6.24	0.09	6.29	ثانية	الاختبار الثامن
0.09	1.88	0.08	0.05	0.08	5.91	0.08	5.96	ثانية	الاختبار التاسع
0.17	1.50	0.13	0.06	0.09	8.79	0.09	8.86	ثانية	الاختبار العاشر
0.22	1.31	0.13	0.05	0.09	8.31	0.09	8.36	ثانية	الاختبار الحادي عشر
0.29	1.12	0.15	0.05	0.10	20.49	0.09	20.54	ثانية	الاختبار الثاني عشر

معنوي عند مستوى (0.05) = (2.26)

البحث وذلك بعد انقضاء 6 اسابيع من البرنامج التدريبي بتاريخ 2013/10/5 م.

**القياس البعدي:** قام الباحثون بإجراء القياسات البعدية للاختبارات الخططية الهجومية على افراد عينة البحث وذلك بعد نهاية البرنامج التدريبي بتاريخ 2013/11/15 م الى يوم 2013/11/1 م.

**المعالجات الإحصائية:**

قام الباحثون باستخدام المعالجات الإحصائية من خلال برنامج الحقيبة الإحصائية SPSS بالحاسب الآلي وتمثلت فيما يلي:

- المتوسط الحسابي .
- النسب المئوية.
- تحليل التباين للقياسات المتكررة.
- اختبار (ت) للملاحظات المزدوجة
- معامل الالتواء.
- الانحراف المعياري
- اختبار (ت) بين مجموعتين مختلفتين
- دلالة الفروق بين المتوسطات L.S.D.
- حجم التأثير (إيتا2).
- معامل التفاعل .

يتضح من جدول (3) الخاص بالفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الاختبارات الخططية الهجومية لايجاد معامل الثبات أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (0.70 إلى 1.88) وهذه القيم أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.26)، كما تراوحت قيمة معامل الثبات ما بين (0.09، 0.50)، مما يؤكد أن الاختبارات تتميز بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

**خطوات إجراء الدراسة الأساسية:**

**القياس القبلي:** قام الباحثون بإجراء القياسات القبالية للاختبارات الخططية الهجومية قيد البحث على افراد العينة الاساسية قبل بداية تطبيق البرنامج التدريبي وذلك بتاريخ 2013 / 8 / 22 م الى يوم 2013 / 8 / 23 م.

**تطبيق البرنامج التدريبي:** قام الباحثون بتطبيق وحدات البرنامج التدريبي المقترح لتطوير الأداء الخططي الهجومي قيد البحث على افراد عينة البحث ولمدة 12 اسبوع وواقع (72) وحدة تدريبية من الفترة 2013/8/24 م الى غاية 2013/11/14 م.

**القياس البيني:** قام الباحثون بإجراء القياسات البينية للاختبارات الخططية الهجومية قيد البحث على افراد عينة

## عرض نتائج الدراسة الأساسية:

## الجدول (5)

تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدى) لدى عينة البحث في المتغيرات الخططية الهجومية " الاختبار الأول "

حجم التأثير (ايتا <sup>2</sup> )	مستوى الدلالة	قيمة ( ف )	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	الدالات الإحصائية	
						المتغيرات الخططية لهجومية	
1.000	0.000	296237.040	987.457	1.000	987.457	التأثير بين القياسات	
			0.003	5.000	0.017	الخطأ للعامل بين القياسات	
0.983	0.000	287.605	0.729	2.000	1.457	التأثير داخل القياسات	
			0.003	10.000	0.025	الخطأ للعامل داخل القياسات	

معنوى عند مستوى 0.05

جدول (6) أن قيمة حجم التأثير (ايتا<sup>2</sup>) أكبر من 0.50 مما يدل على أن حجم التأثير للبرنامج التدريبي على المتغيرات الخططية الهجومية كان قويا.

يتضح من جدول رقم (6) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدى) في المتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث في الاختبار الأول حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة أقل من 0.05، ويتضح من

## جدول (6)

معنوية الفروق بين متوسطات القياسات المتكررة (قبلي - بيني - بعدى) في الاختبار الأول للمتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD)

المتغيرات	القياسات المتكررة	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
الاختبار الأول	القياس القبلي	القياس البيني	.260*
		القياس البعدى	.690*
	القياس البيني	القياس القبلي	.260*
		القياس البعدى	.430*
	القياس البعدى	القياس القبلي	.690*
		القياس البيني	.430*

القياس البيني وذلك في زمن الاختبار الخططي الهجومي الأول قيد البحث.

يتضح من جدول (6) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس البعدى وكل من القياس البيني والقياس القبلي لصالح القياس البعدى وبين القياس البيني والقياس القبلي لصالح

## جدول (7)

نسبة التحسن بين متوسطات القياسات المتكررة (قبلي - بيني - بعدي) للاختبار الأول في المتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث

نسب التحسن %		المتوسط الحسابي	القياسات	الدلالات الاحصائية المتغيرات الخططية
القياس البعدي	القياس البيني			
8.934	3.366	7.723	القياس القبلي	الاختبار الأول (ث)
5.762		7.463	القياس البيني	
		7.033	القياس البعدي	

يوضح جدول (7) نسبة التحسن بين متوسطات القياسات الثلاثة (القبلي والبيني، القبلي والبعدي، البيني والبعدي) لعينة البحث التجريبية في الاختبار الخططي الهجومي الأول قيد البحث.

## جدول (8)

تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدي) لدى عينة البحث في المتغيرات الخططية الهجومية "الاختبار السادس"

حجم التأثير (ايتا2)	مستوى الدلالة	قيمة ( ف )	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	الدلالات الإحصائية المتغيرات الخططية الهجومية	
						التأثير بين القياسات	الخطأ للعامل بين القياسات
1.000	0.000	202969.229	672.956	1.000	672.956	التأثير بين القياسات	الاختبار السادس
			0.003	5.000	0.017	الخطأ للعامل بين القياسات	
0.981	0.000	257.042	0.687	2.000	1.374	التأثير داخل القياسات	
			0.003	10.000	0.027	الخطأ للعامل داخل القياسات	

معنوي عند مستوى 0.05

يتضح من جدول رقم (8) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدي) في المتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث في الاختبار السادس حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة أقل من 0.05. ويتضح من جدول (9) أن قيمة حجم التأثير (ايتا2) أكبر من 0.50 مما يدل على أن حجم التأثير للبرنامج التدريبي على المتغيرات الخططية الهجومية كان قويا.

## جدول رقم (9)

معنوية الفروق بين متوسطات القياسات المتكررة (قبلي - بيني - بعدي) في الاختبار السادس للمتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD)

المتغيرات	القياسات المتكررة	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
الاختبار السادس	القياس القبلي	*.278	.001
	القياس البعدي	*.673	.000
الاختبار السادس	القياس البيني	*.278-	.001
	القياس البعدي	*.395	.000
الاختبار السادس	القياس القبلي	*.673-	.000
	القياس البيني	*.395-	.000

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي وكل من القياس البيني والقياس القبلي لصالح القياس البعدي ، وبين القياس البيني والقياس القبلي لصالح القياس البيني وذلك في زمن الاختبار الخططي الهجومي السادس قيد البحث.

## جدول (10)

نسبة التحسن بين متوسطات القياسات المتكررة (قبلي - بيني - بعدي) للاختبار السادس في المتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث

نسب التحسن %		المتوسط الحسابي	القياسات	الدلالات الإحصائية المتغيرات الخططية
القياس البعدي	القياس البيني			
10.469	4.328	6.432	القياس القبلي	الاختبار السادس
6.419		6.153	القياس البيني	
		5.758	القياس البعدي	

يوضح جدول (10) نسبة التحسن بين متوسطات القياسات الثلاثة (القبلي والبيني ، القبلي و البعدي ، البيني و البعدي) لعينة البحث التجريبية في الاختبار الخططي الهجومي السادس قيد البحث .

## جدول (11)

تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدي) لدى عينة البحث في المتغيرات الخططية الهجومية "الاختبار الثاني عشر"

حجم التأثير (ابتاً <sup>2</sup> )	مستوى الدلالة	قيمة ( ف )	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	الدلالات الإحصائية المتغيرات الخططية الهجومية	
						التأثير بين القياسات	الخطأ للعامل بين القياسات
1.000	0.000	853168.792	7379.910	1.000	7379.910	التأثير بين القياسات	الاختبار الثاني عشر
			0.009	5.000	0.043	الخطأ للعامل بين القياسات	
0.984	0.000	312.263	0.559	2.000	1.118	التأثير داخل القياسات	
			0.002	10.000	0.018	الخطأ للعامل داخل القياسات	

معنوي عند مستوى 0.05

مستوى الدلالة أقل من 0.05 ، ويتضح من جدول (12) أن قيمة حجم التأثير (ابتاً<sup>2</sup>) أكبر من 0.50 مما يدل على أن حجم التأثير للبرنامج التدريبي على المتغيرات الخططية الهجومية كان قويا.

يتضح من جدول رقم (11) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدي) في المتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث في الاختبار الثاني عشر حيث بلغت قيمة

## جدول رقم (12)

معنوية الفروق بين متوسطات القياسات المتكررة (قبلي - بيني - بعدي) في الاختبار الثاني عشر للمتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD)

المتغيرات	القياسات المتكررة	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
الاختبار الثاني عشر	القياس القبلي	القياس البيني	*.285
	القياس البيني	القياس البعدي	*.610
الاختبار الثاني عشر	القياس البيني	القياس القبلي	*.285-
	القياس البعدي	القياس البيني	*.325
الاختبار الثاني عشر	القياس البعدي	القياس القبلي	*.610-
	القياس البيني	القياس البيني	*.325-

يتضح من جدول (12) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي وكل من القياس البيئي والقياس القبلي لصالح القياس البعدي وبين القياس البيئي والقياس القبلي لصالح القياس البيئي وذلك في زمن الاختبار الخططي الهجومي الثاني عشر قيد البحث.

جدول (13)

نسبة التحسن بين متوسطات القياسات المتكررة (قبلي - بيني - بعدي) للاختبار الثاني عشر في المتغيرات الخططية الهجومية لدى عينة البحث

نسب التحسن %		المتوسط الحسابي	القياسات	الدلالات الاحصائية المتغيرات الخططية
القياس البعدي	القياس البيئي			
2.969	1.387	20.547	القياس القبلي	الاختبار الثاني عشر
1.604		20.262	القياس البيئي	
		19.937	القياس البعدي	

يوضح جدول (13) نسبة التحسن بين متوسطات القياسات الثلاثة (القبلي والبيئي، القبلي والبعدي، البيئي والبعدي) لعينة البحث التجريبية في الاختبار الخططي الهجومي الثاني عشر قيد البحث.

#### مناقشة النتائج:

دلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلي - البيئي - البعدي) للاختبارات الخططية الهجومية (قيد البحث) عن وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي معنوية 0.05 بين نتائج القياس البعدي وكلا من القياس البيئي والقياس القبلي لصالح القياس البعدي وبين القياس البيئي والقياس القبلي لصالح القياس البيئي في جميع الاختبارات الخططية الهجومية، وهو ما يؤكد صحة الفرض الثاني الذي ينص على انه (توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج القياسات (القبلي، والبيئية، والبعدي) في الاختبارات الخططية الهجومية لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة لصالح القياسات البعدي لدى عينة البحث . ويرجع الباحثون هذه الفروق إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح والذي طبق على عينة البحث الأساسية خلال فترة الأعداد والذي راعي فيه الباحث التخطيط العلمي للبرنامج التدريبي المقترح واتباع أسس ومبادئ علم التدريب الرياضي حيث اتسم البرنامج بالتنمية الشاملة والمتوازنة للجوانب المختلفة (البدنية، المهارية، الخططية)، وقد قسم فترة الأعداد إلى ثلاثة مراحل تكمل كل منها الأخرى بالرغم من اختلاف محتوى كل مرحلة من هذه المراحل بما يتماشى مع أهداف الدراسة، حيث قام الباحثون بتقسيم الجانب الخططي زمنياً على المراحل المختلفة (الأعداد العام، الأعداد الخاص، الأعداد للمباريات) بالنسبة المئوية التي تناسب كل مرحلة وما يتماشى مع تحقيق أهداف البحث.

تناول هذا البحث دراسة الأداء الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم ولتحقيق الأهداف وضعت عدد من الفروض وتم وضع استشارة لمجموعة من الاختبارات الخططية الهجومية، وفي ضوء ذلك وضع برنامج تدريبي لتطوير الأداء الخططي الهجومي وحاول الباحثون في البرنامج التدريبي ان يحاكي الواقع الفعلي للمباريات ووضع تدريبات تشبه وتطور الأداء الخططي الهجومي، واتباع الباحثون الجانب العلمي وأسس ومبادئ علم التدريب الرياضي في إعداد وتصميم البرنامج التدريبي من خلال توزيع نسب جوانب الإعدادات المختلفة (البدني - المهاري - الخططي).

أظهرت النتائج التي توصلت إليها الدراسة والخاصة بتحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - البيئي - البعدي) في الاختبارات الخططية الهجومية (قيد البحث) عن وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي معنوية 0.05 بين القياسات الثلاثة للاختبارات وبين نتائج القياس البعدي وكلا من القياس البيئي والقياس القبلي لصالح القياس البعدي وبين القياس البيئي والقياس القبلي لصالح القياس البيئي في جميع الاختبارات الخططية الهجومية.

ولتوضيح الفروق بين هذه القياسات، قام الباحثون بحساب أقل فرق معنوي باستخدام اختبار (L.S.D) لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات القياسات المتكررة والخاصة بحساب

لعدد من أفراد الفريق أو الفريق ككل لتحقيق هدف محدد قد يكون نقل الكرة من مكان إلى آخر بالمعنى أو بالتغلب على عوائق مدروسة بإحراز الهدف والتعاون في منع فريق آخر من تحقيق أهدافه التكتيكية. (16 : 130)

ويؤكد حسن السيد ابو عبده (2013) أن الإعداد الخططي هو حلقة في سلسلة إعداد فريق كرة القدم ، كما أنه جزء من البناء المتكامل لمراحل الحالة التدريبية ، حيث يرفع من مستوى أداء اللاعبين للمهارات الأساسية ويزيد من لياقتهم البدنية بالإضافة إلى الأثر التربوي والنفسي على الفريق. (3 : 173)

كما حاول الباحثون من خلال ذلك تطوير مستوى الاعداد الخططي للاعبين من خلال إعطاء اللاعبين أكبر قدر ممكن ومتنوع من المواقف التنافسية والتي تشبه المنافسة لتكوين خبرات تنافسية لدي اللاعبين ، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة عممي محمد ، ممدوح إبراهيم (2005 م) حيث أشارت إلى أن التفكير الخططي هو سلوك يجب إن يتصف به اللاعبون ذوي الخبرة التنافسية وهو بمثابة سيمه مميزة للاعبين الأكفاء كما أشارت وجود ارتباط طردي قوي بين فاعلية الأداء المهاري وبين التفكير الخططي. (14 : 113)

ويري الباحثون أن الاعداد الخططي الهجومي يتميز بالفاعلية عندما تزداد سرعته ودقته وعلى اللاعبين المشاركين في تلك الاعداد إن يتصرفوا بما يناسب أوضاع ومواقف اللعب المختلفة وهي التي يكثر استخدامها خططيا من الجانب الهجومي أو التي تتكرر خلال الاعداد الخططي الهجومي للمباراة.

وأهم الباحثون خلال البرنامج التدريبي بالتدريبات التنافسية التي تزيد من تطوير الوعي الخططي الهجومي للاعبين والسيطرة على مجريات اللعب التي تعمل على زيادة مجال رؤية اللاعبين، كما قام الباحث بتطبيق تكرارات للأداءات الخططية الهجومية كثيرة بقدر الأماكن خلال البرنامج التدريبي حتى يتسنى للاعبين الوصول المرحلة الآلية في الاعداد وبأقل مجهود.

ويؤكد الباحثون أن التدريبات على الأداءات الخططية الهجومية ساهمت في زيادة تحسن الأداء الخططي الهجومي بصفة عامة ، وقد ركز الباحثون خلال اختياره للتدريبات لتطوير الاعداد الخططي الهجومي المختلفة والتي يشترك فيها عنصر التصويب أن تكون متنوعة ومختلفة الاتجاهات ومن أماكن مختلفة تشبه ما يحدث في المباريات وأن تؤدي بشكل سلمي بدون مدافعين أولا ثم بشكل إيجابي تحت ضغط مدافعين مع التنوع في هذه التدريبات بأشكال فردية وزوجية وجماعية مماثلة للمواقف

ويعزى الباحثون تلك الفروق الى محتوى البرنامج التدريبي المقترح واختياره لبعض الأداءات الخططية الهجومية المناسبة للمرحلة السنوية لعينة البحث واستخدام التدريبات الخططية الهجومية لتطوير الاعداد الخططي الهجومي والتدريبات التنافسية التي تشبه واقع المباريات والمواقف المباراتيه والتدرب عليها والمستسقاء من المبادئ الخططية الهجومية وهي (العمق والانساع في الهجوم - تبادل المراكز - السند في الهجوم - الزيادة العددية في منطقة الكرة - التغلب على مصيدة التسلل - الخطط الهجومية المتكررة - خلق المساحات الخالية (فرديا ، جماعيا) - خطط الهجوم المركب (المجمل الخططية) - الاختراق الهجومي - الركلات الحرة المباشرة والغير مباشرة - المتابعة الهجومية).

وتتفق هذه النتائج مع النتائج التي توصل إليها كل من بيرجر - جي (1990) (32)، عممي محمد (1995) (13)، خالد سعيد (1997) (4)، مصطفى زكي (1998) (27)، خالد إبراهيم (2000) (5)، سراج محمد عبد المنعم (2000) (8)، هاني حسن (2004) (30)، محمد حميدو (2005) (22)، محمد زمزم (2007) (23)، خالد إبراهيم (2008) (6)، محي الدين الشرفاوي (2009) (25)، دينا سالم (2010) (7) منصور المغربي (2013) (24)، حيث أشارت النتائج إلى انه توجه دلالة فروق لصالح القياس البعدي في الدراسات التي استخدمت البرامج التدريبية مع اختلاف نسبة كل منها وكذلك اختلاف أساليب التدريب المختلفة والمتغيرات الخاصة بكل دراسة حيث ساهمت هذه البرامج في الارتفاع بمستوي الجوانب المختلفة (البدنية ، المهارية، الخططية) .

حيث يشير طه إساعيل و اخرون (1996) ان التدريب الحديث في كرة القدم يجب أن يتصف بالجماعية من حيث شكل الاعداد ، حيث أن التدريب في مجموعات ليس فقط أكثر فائدة من الناحية الاقتصادية ولكنه عامل هام لتنمية الاعداد الجماعي. (9 : 25)

ويتفق ذلك مع ما يشير إليه عمرو أبو المجد وجمال إساعيل (1997) على أن تنظيم البرنامج هو ضمان تسلسل وحدات التدريب وفقا لأهداف وأغراض الخطة أي يكون هناك اتصال واستمرار فيما يتم التدريب عليه داخل وحدات التدريب المتتالية ، وتهدف عملية التنظيم إلى تحقيق أعلي مستوى ممكن من الأداء لدي اللاعبين وعلى أسس علمية وأيضاً تحقيق الحالة التدريبية وفقاً لما تهدف إليه كل مرحلة من مراحل التدريب. (18 : 184)

ويشير علي البيك (2008) إلى أن التدريب الخططي الجماعي عبارة عن التدريبات الخاصة بالتفاعل الفكري والمهاري والبدني

على التغيير في التميرات من التصيرة الى الطويلة ومن القطرية الى الامامية. (10 : 43)

أما عن اختلاف عدد اللاعبين فيري الباحثون أنه في جميع الأحوال أثناء الهجوم لا يمكن الاعتماد على عدد معين من اللاعبين فقد يكون بالزيادة أو النقصان حسب ظروف الهجمة فبدية الهجمة متغيرة وكذلك يتغير الموقف الخططي تبعاً لذلك علاوة على تغير واختلاف طريقة الهجوم نفسها وما يترتب عليه من إجراءات تكتيكية متفق عليها خلال التدريبات بحيث تكون من السهولة تطبيقها وتنفيذها داخل الملعب ، وعن اختلاف مكونات الأداءات الخططية الهجومية داخل كل اختبار فيري الباحثون أن الجانب الخططي الهجومي لا يمكن الثبات فيه على وضع معين خلال الأداء فكانت هذه الاختلافات كي تتناسب مع واقعية مجريات الاداء حيث الاتجاهات المتعددة واختلاف عدد اللاعبين المشاركين في الهجوم.

ويشير مفتي إبراهيم ( 1990 م ) أن ثلاثة مهاجمين يستطيعون تنفيذ عمق في الهجوم وهو أقل عدد يمكن بواسطته تنفيذ عمق حيث بتحركهم يمكن تكوين مثلث متغير الزوايا وأطوال الأضلاع. (28 : 37)

وهذا يتفق مع نتائج دراسة محمد سالم (1994) (21). حيث أشارت النتائج إلى وجود فروق إحصائية بين الفرق في المتغيرات الخططية طبقاً لمناطق الأداء وتفاوت النسبة المختلفة لمكونات خطط الهجوم والدفاع ، وتتفق مع نتائج دراسة محمود متولي (1994) (24) حيث أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين خطوط اللعب الثلاثة في جميع المتغيرات المهارية والخططية وتفوق لاعبي خط الهجوم في تنفيذ التحركات الخططية.

ويري الباحثون أن اختلاف مكونات الأداء الخططي الهجومي يختلف من فريق لآخر تبعاً لاختلاف الفروق الفردية للاعبين وما يتميز به اللاعبون من امكانيات بدنية ومهارية وما لها من تأثير إيجابي في الاداء الخططي الهجومي والارتباط الكبير بينهم وهو ما أظهرته الدراسات السابقة وأوصحه الكثرين من الخبراء. كما يرجع الباحثون نسب التحسن إلي تطوير سرعة الأداء الخططي الهجومي من خلال التدريبات الخططية الهجومية المختلفة ، ومن خلال التدريبات التنافسية التي تشبه واقع المباريات ، وهو ما حرص عليه الباحثون خلال التطوير التدريجي للأداء الخططي الهجومي للاعبين والفريق ، ويرجع

التنافسية والتي تتطلب حسن وسرعة التصرف. ومن خلال هذا العرض ومناقشة النتائج يكون قد تحقق صحة الفرضين الاول والثاني من البحث حيث كان الفرض الاول ينص على البرنامج التدريبي يؤثر في تطوير الاداء الخططي الهجومي لنادي كرة القدم تحت 17 سنة ،

والفرض الثاني من البحث والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج القياسات (القلبية ، البينية ، البعديه) في الاختبارات الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة ولصالح القياس البعديه لدى عينة البحث.

وأوضحت جداول نسبة التحسن في متوسطات القياسات المتكررة اختلاف نسب التحسن بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - البيني - البعدي) وذلك في أزمنة الاختبارات الخططية الهجومية ويرجع الباحثون هذا التحسن إلى إتباعه الأسلوب العلمي والتنظيم الزمني والنسبي للمكونات الخططية الهجومية داخل إطار البرنامج التدريبي حيث قام الباحثون بربط الجوانب المختلفة (البدنية ، المهارية ، الخططية) ببعض من خلال اختيار تدريبات متنوعة تحقق الهدف من ذلك نظراً لأهمية كل جانب ودوره المؤثر في الجانب الأخر.

كما يرجع الباحثون نسبة التحسن إلي زيادة الفترة الزمنية للجانب الخططي خلال الوحدات التدريبية داخل البرنامج التدريبي وهو ما وضع فعلاً خلال فترات الأعداد (الأعداد العام ، الأعداد الخاص ، الأعداد للمباريات) حيث كانت نسبة الأعداد الخططي خلال فترة الأعداد العام (16.9%) وخلال فترة الأعداد الخاص (28.8%) فترة الأعداد للمباريات (41.6%).

كما يتضح من النتائج اختلاف أزمنة الاختبارات ويرجع الباحثون هذه الاختلافات إلى عوامل عدة هي اتجاه الهجوم ، وعدد اللاعبين المشاركين في الاختبار ، ومتغيرات الاداء الخططي الهجومي داخل كل اختبار.

وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة سراج الدين محمد (2000) (8) أن هناك اتجاهات متعددة للهجوم ويتفق أيضاً مع دراسة محمد سالم (1994) (21) حيث تبين أن أكثر مناطق اللعب أداء هي الجانب الأيمن ثم الوسط ثم الجانب الأيسر. ، ولا يتطلب اتجاه اللعب اتجاه ثابت فالجانب الخططي الهجومي يتميز بمرونته وهو ما يؤكد عليه طه إساعيل وآخرون (1993) أنه يشترط لبناء التكتيك الهجومي إن يكون الهجوم متنوعاً مع مراعاة تغير اتجاه اللعب من الجانب الأيمن إلى الجانب الأيسر والعكس والاعتماد



وكذا مسافة الجري في وحدة الزمن ومقياس معدلات اللياقة البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم ومقياس الأداء المهاري عن طريق الاختبارات و الأداء الخططي والذهني بأداء بعض اختبارات التركيز والمواقف الخططية واختيارات الذكاء الخططي للعبة كرة القدم. (11 : 243).

ومن خلال هذا العرض ومناقشة النتائج يكون قد تحقق صحة الفرض الثالث من البحث والذي ينص على أنه توجد نسب تحسن بين نتائج القياسات (القبليّة ، البينيّة ، البعديّة) في الاختبارات الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة ولصالح القياسات البعديّة.

#### الاستنتاجات والتوصيات:

##### أولاً : الاستنتاجات:

في ضوء طبيعة وأهداف وإجراءات البحث ومن خلال فروض البحث ووفقاً لما اشارت اليه نتائج التحليل الاحصائي وفي ضوء مناقشة النتائج امكن التوصل الي الاستنتاجات الآتية:

- 1- البرنامج التدريبي المقترح لتطوير الأداء الخططي الهجومي ، أظهر تأثيراً إيجابياً بين القياسات الثلاثة (القبلي والبيني و البعدي) ولصالح القياس البعدي لعينة البحث من ناشئ كرة القدم تحت 17 سنة.
- 2- أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات الثلاثة (القبلي والبيني و البعدي) في جميع الاختبارات الخططية الهجومية قيد البحث لنادي كرة القدم تحت 17 سنة ولصالح القياس البعدي.
- 3- وجد حجم تأثير بدرجات مختلفة للبرنامج التدريبي في الاختبارات الخططية الهجومية لنادي كرة القدم تحت 17 سنة.
- 4- أظهرت الدراسة وجود نسب تحسن بين متوسطات القياسات الثلاثة (القبلي والبيني ، القبلي و البعدي ، البيني و البعدي) لعينة البحث التجريبية في كل الاختبارات الخططية الهجومية قيد البحث.

##### ثانياً : التوصيات:

1. في ضوء الاستنتاجات والتي اعتمدت على طبيعة البحث والإجراءات والأهداف والمعالجات الاحصائية والنتائج التي امكن التوصل إلى التوصيات التالية:
2. الاهتمام بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح قيد البحث لتطوير الأداء الخططي الهجومي لما أثبتته نتائج الدراسة من التأثير الإيجابي لتطوير الأداء الخططي الهجومي لكرة القدم.

تحسن المستوي الخططي الهجومي للاعبين عينة البحث الى تأثر هؤلاء اللاعبين بالبرنامج التدريبي.

وهذا ما يتفق من نتائج دراسة عادل الفاضي وهشام حمدون (2002) (12) حيث اشارت النتائج إلى وجود فروق بين متوسط درجات القياس القبلي ومتوسط درجات القياس البعدي في التصرف الخططي لنادي كرة القدم تحت 17 سنة في اتجاه ولصالح القياس البعدي.

ويذكر عمر أبو المجد نقلا عن فالتين (2001) أن ضياع الفرص السهلة للتهديف في مباريات كرة القدم تعود إلى افتقار الفريق عموماً إلى الفكر التكتيكي المعتمد على اللعب الجماعي والذي يدعمه توافر روح معنوية عالية تؤكد هذا التوجه وتنفذ متطلباته عناصر اللياقة البدنية بمشتملاتها كذلك القدر الهائل من المهارات الفنية عالية الإبتقان. (17 : 215)

كما يرجع الباحثون هذا التحسن إلى استنادهم إلى مبدأ الاستمرارية في التدريب وهو ما يؤكد عليه عصام عبد الخالق (2005) على أن استمرارية التدريب تؤدي على تطوير الحالة التدريبية مع تثبيت ما اكتسبه اللاعب من قبل. (15 : 97)

ويضيف حسن السيد ابو عبده (2013) تميز العملية التدريبية في كرة القدم بالاستمرارية طوال السنة وإلى عدة سنوات دون انقطاع ويظهر ذلك في الخطط التدريبية التي تبني على الأسس العلمية والإنجازات الناجمة من خلال تخطيط التدريب بقدر طويل المدى. (3 : 27)

وخلاف الاستمرارية في العمل قد حدد الباحثون الأهداف الأساسية للبحث وهي محاولة تطوير الأداء الخططي الهجومي مع تحديد الأهداف الأخرى وهي التنمية المتوازنة للجوانب البدنية والمهارية والخططية .

كما يذكر الباحثون أن من الأسباب التي ساعدت علي نجاح البرنامج التدريبي هو اعتماد الباحثون علي عملية التقويم المستمر خلال الأداء للاعبين عينة البحث حيث أن عملية التقويم والمتابعة تعتبر من أهم عوامل نجاح تطبيق البرامج التدريبية والوصول للاعب حالة الفورمة الرياضية.

واستخدم الباحثون عملية التقويم خلال تطبيق البرنامج التدريبي من خلال القياسات المختلفة ، حيث يذكر طه إساعيل وآخرون (1989) أن هناك العديد من الوسائل التي يمكن عن طريقها التعرف أو تقويم مستويات الأداء المهاري والخططي للاعبين والتي منها الملاحظة وذلك من خلال مراقبة الأداء للوقوف علي السلبيات والإيجابيات للأداء الفردي والجماعي إلي جانب قياس الزمن والمسافة ففي كرة القدم يتحدد القياس في زمن الأداء المهاري ودقة وزمن العدو بالكرة وبدونها

3. ضرورة الاهتمام بتدريب المبادئ الخطئية الهجومية للناشئين في فترة مبكرة ليصل لمرحلة الآلية في الاداء.
4. ضرورة الاهتمام بمدرسي فئة الناشئين وصقلهم.
5. الاهتمام بالإعداد الخططي للناشئين من خلال تطوير الأداء الخططي الهجومي المشابهة لمواقف اللعب وتحت ضغط المنافس لتقليل التوتر والخوف لدى اللاعبين.
6. ضرورة الاهتمام بأسس التدريب الرياضي مع الاطلاع على أحدث الأساليب لتطوير التدريبات عند التخطيط للبرنامج التدريبي والتي تحدم أهداف التدريب لناشئ كرة القدم.
7. يوصي الباحثون بإجراء دراسات وأبحاث مشابهة على للمراحل السنوية المختلفة وتتناول الأداء الخططي الهجومي والدفاعي للاعبين كرة القدم.

### أولا : المراجع العربية:

- 1- إبراهيم حنفي شعلان، عمرو ابو المجد (1996) : "أسس بناء كرة القدم الشاملة"، الطبعة الأولى، المكتبة الأكاديمية، القاهرة.
- 2- امر الله احمد البساطي (2001) : "أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاتها"، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 3- حسن السيد ابو عبده (2013) : "الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم"، مكتبة الإشعاع الفنية، الطبعة الثالثة عشر، الإسكندرية.
- 4- خالد سعيد النبي (1997) : "تنمية سرعة ودقة الاداء الحركي بالكرة لدى ناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 5- خالد محمد إبراهيم (2000) : "تطوير بعض جوانب الأداء المهاري وعلاقته ببعض الجمل الخطئية للاعبين كرة القدم الناشئين تحت 19 سنة خلال فترة الاعداد"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 6- خالد محمد ابراهيم (2008) : "المستحدثات الخطئية في بطولة الأمم الافريقية 2006 وتأثيرها على النواحي المهارة والخطئية لناشئ كرة القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 7- دينا مصطفى سالم (2010) : "التحركات الخطئية الدفاعية والهجومية لطريقتي اللعب (2/4/4) و(2/3/5) وعلاقتها بنتائج المباريات لبعض فرق الدوري الممتاز في كرة القدم النسائية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 8- سراج الدين محمد عبد المنعم (2000) : "تقييم الأداء الهجومي والدفاعي وعلاقة بنتائج مباريات كأس العالم (1998) لكرة القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 9- طه محمود إسماعيل، إبراهيم حنفي شعلان، عمرو ابو المجد (1996) : "استراتيجية الدفاع في كرة القدم"، دار الكتاب للطباعة والنشر، القاهرة.
- 10- طه محمود إسماعيل، إبراهيم حنفي شعلان، عمرو ابو المجد (1993) : "جماعية اللعب في كرة القدم" موسوعة الإعداد الخططي"، مطابع الأهرام التجارية، القاهرة.
- 11- طه محمود إسماعيل، إبراهيم حنفي شعلان، عمرو ابو المجد (1989) : "كرة القدم بين النظرية والتطبيق والإعداد البدني"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 12- عادل عبد الحميد الفاضي، هشام محمد حمدون (2002) : " اتجاهات التمرير وأماكن حدوثه وعلاقتها بنتائج المباريات في كرة القدم"، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد 24، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 13- عجمي محمد عجمي (1995) : "تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية سرعة الاداء المهاري الدفاعي والهجومي لناشئ كرة القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 14- عجمي محمد عجمي، ممدوح ابراهيم علي (2005) : "العلاقة بين التفكير الخططي وكل من المهارات المندمجة الهجومية والخبرة التنافسية لدى لاعبي كرة القدم"، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد رقم 38 العدد رقم 69، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 15- عصام الدين عبد الخالق مصطفى (2005) : " التدريب الرياضي " نظريات – تطبيقات"، الطبعة الثامنة عشر، منشأة المعارف، القاهرة.
- 16- علي فهمي البيك (2008) : "أسس إعداد لاعبي كرة القدم"، منشأة المعارف، الاسكندرية.
- 17- عمرو علي ابو المجد (2001) : "أسباب ظاهرة إهدار اللاعب المهاجم لفرص التهديف في مباريات كرة القدم للفرق المصرية"، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد رقم 24 العدد 58، كلية التربية الرياضية للبنين، جامع الزقازيق.

- 18- عمرو علي أبو المجد، جمال اسماعيل : "تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. (1997)
- 19- محمد إبراهيم ابو عاصي : "تقييم الكفاءة الهجومية في كرة اليد"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية. (1996)
- 20- محمد إبراهيم بلال : "إستراتيجية الأداء الهجومي للاعبين كرة القدم وعلاقتها ببعض المتغيرات المختارة"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان، القاهرة. (1995)
- 21- محمد إبراهيم سالم : "التأثير النسبي لخطط الهجوم والدفاع في كرة القدم الافريقية" (دراسة مقارنة)، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق. (1994)
- 22- محمد حميدو محمود : "برنامج تدريبي لتنمية القدرة على التفكير الخططي لفاعلية الهجوم الحاطف والدفاع المرند السريع لدى لاعبي كرة القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية. (2005)
- 23- محمد محسن زرم : "برنامج تدريبي مقترح لإستراتيجية التحركات الهجومية للاعبين كرة القدم تحت 20 سنة في ضوء فاعلية بعض التحركات الهجومية لبعض طرق اللعب في كأس العالم للشباب لكرة القدم 2003"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية. (2007)
- 24- محمود محمد متولي : "دراسة تحليلية لبعض جوانب الاداء الخططي والمهاري المؤثرة في فعالية مباريات كرة القدم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق. (1994)
- 25- محي الدين عبد العال غريب الشراوي : "تأثير استخدام بعض وسائل التدريب المختلفة لتحسين القدرات البدنية الخاصة والاداءات المهامية المركبة للاعبين كرة القدم تحت 17 سنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية. (2009)
- 26- مصطفى حسين باهي : "كراسة التطبيقات الإحصائية، الجزء الاول، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. (1999)
- 27- مصطفى عبد الحميد زكي : "تنمية الاداءات الحركية المركبة المندمجة الهجومية لناشئ كرة القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق. (1998)
- 28- مفتي إبراهيم حماد : "الهجوم في كرة القدم"، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة. (1990)
- 29- منصور محمد المغربي : "تأثير استخدام بعض الجمل الخططية الهجومية الإلكترونية على مستوى الأداء الحركي الهجومي لناشئ كرة القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة طنطا. (2013)
- 30- هاني حسن العتال : "برنامج تدريبي مقترح لتطوير الاداء الخططي للضربة الهجومية من المنطقة الخلفية للاعبين الكرة الطائرة بمحافظة الشرقية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق. (2004)
- 31- Barth , B., (2000) : Competition preparation through complex strategic training, Rivistadi Cultura sportiva, Rome Italian.
- 32- Bergier , J (1990) : "Technical and Tactical Exercises in Training of Football Players aged 12-14 Years Sport Wyczmowy (Warsawe),28 (3-4) Poland.
- 33- Lucchesi Massimo (2001) : Soccer Tactics , an analysis of attack and defense, library of congress cataloging-in-publication data, U.S.A.

## مشروع مقترح لبرنامج التربية العملية بكلية التربية في ضوء المعرفة البيداغوجية

أ. فوزي محمد الشبل

أ. عبدالمنعم سعد شفتري

د. ميلود محمد وادي

## المقدمة :

وجود بعض المظاهر السلوكية السلبية كغضبهم بسرعة عند توجيه أي انتقاد لممارستهم التدريسية وعدم قدرتهم على إقناع الطرف الآخر بوجهة نظرهم والدفاع عنها بشكل علمي والتخوف الشديد من إدارة العملية التدريسية بشكل منظم كما دل على ذلك كثير من العبارات التي تُلَفِّظُ بها الطلبة المعلمون .

وبنظرة تحليلية فيما سبق نجد وجود ضعف في ثقة الطلبة بأنفسهم الأمر الذي يجعلهم موضع دراسة ملحة كما قد تشير العبارات السابقة إلى شعور الطلبة بمشكلات جسمية قد تشكل لهم ضغوطا نفسية مستقبلية أثناء مهنة التدريس .

كذلك شارح دراسة مبارك 2000 إلى أن اهتمامات طلبة التربية العملية بانتقال اثر تعلمهم إلى طلبتهم غير موجود وقد يعزى ذلك الى ضعف ثقتهم بأنفسهم وبما يقدمونه للطلبة كما إشارات دراستي كل من الفاضل والسويدي 1997 إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين أداء الطالب المعلم وتقديره لذاته وثقته بنفسه وادائه كعالم في المستقبل إذ إن نجاحه في مهنة التدريس مرتبط ارتباطا وثيقا بمدى ثقته بنفسه .

كما دلت العديد من الدراسات أيضا على أن هناك علاقة ارتباطية بين نجاح المعلم في مهنته يعتمد اعتمادا أساسيا على الشعور بالكفاءة والفخر بمهنة التدريس والعمل كعالم

## مشكلة الدراسة :-

تمثل التربية العملية في كلية التربية ركنا هاما من برنامج إعداد المعلم ، كما أنها الحك الحقيقي لمدى فاعلية الجزء النظري من ذلك البرنامج ، فمن خلال استقراء الدراسات الميدانية والملاحظات التشخيصية لعملية تطبيق برنامج التربية العملية في كلية التربية في المنفصلة والمتصلة ، فمن الملاحظ أن الطابع التقليدي الذي لا يرقى الى الفاعلية والجودة ، هو السائد أثناء تنفيذ الدروس في المدارس سواء خلال المشاهدة أو أثناء قيام الطالب (المعلم ) بالتطبيق ، فأهداف التربية العملية في كلية التربية غير واضحة وغير مثبتة كما أن الفترات الزمنية لها متباينة ما بين كلية واخرى ، أضف الى أن القائمين بالإشراف من أعضاء هيئة التدريس لا يلتزمون بالمعايير التربوية السليمة ، كما أن معظمهم من غير التخصصات التربوية ، أما مدرء المدارس والمعلمين بها فينقصهم التقويم الموضوعي لأداء الطالب (المعلم ) .

كل ذلك ناتج عن غياب برنامج متكامل يتميز بوضوح الأهداف والمحتوى وتحديد ادوار القائمين عليه فضلا عن رصد فاعلية المخرجات من حيث الاداء التعليمي والتربوي

يتميز هذا العصر الذي نعيشه بالتطور التكنولوجي السريع الذي ألقى بظلاله على كافة جوانب الحياة المختلفة والتي منها مجال التربية والتعليم مما جعل من صاحبي القرار في ميدان التربية والتعليم في مواجهة العديد من التحديات التي فرضتها العديد من التطورات التكنولوجية السريعة وسعيها منهم في النهوض بمهنة التعليم ونظرا لأهميتها فقد نادى الى عقد العديد من المؤتمرات والندوات التربوية لمواجهة تحديات هذا العصر (شاهين ؛ 199)

من هنا حرصت كلية التربية ببني وليد على إعادة النظر بكافة برامجها وخططها المطروحة في ما أتمرت عنه نتائج المؤتمرات التربوية وتمشيا مع توصياتها ، وتعد ثقته المعلم بنفسه من أهم الدعائم الأساسية في نجاحه في مهنة التدريس خاصة وفي الحياة العلمية عامة ، إذ تدفع هذه الثقة صاحبا إلى الإقدام بجرأة وحيوية في طرح أفكاره وممارستها والدفاع عنها وتقديم الدليل على صحتها في العديد من الجوانب التربوية ومنها التخطيط للتدريس وتنفيذه وإعداد الوسائل التعليمية المناسبة للمحتوى الملائم لمستوى الطلبة والتقويم بمختلف مراحلها بغية التأكد من تحقيق النتائج التعليمية المرجوة بالإضافة إلى قدرته على التواصل مع الطلبة وأولياء أمورهم وخدمة المجتمع المحلي وامتلاكه لمهارات البحث العلمي وخاصة مهارات فن إدارة العملية التعليمية والتدريسية .

كما تعد التربية العملية التطبيق الميداني للخبرات التربوية السابقة بما تتضمنه من معارف ومهارات واتجاهات وقيم وأساليب عمل . وبذلك تعد التربية العملية من أساسيات إعداد المعلم ، وعرفت التربية العملية بأنها البرنامج الذي يتيح الفرص أمام طلبة كلية التربية بيات إعداد المعلم ، وعرفت التربية العملية بأنها البرنامج الذي يتيح الفرص أمام طلبة كلية التربية ببني وليد ليطبقوا ما درسوه من المقررات التخصصية والتربوية والنفسية في مواقف تعليمية واقعية تحت إشراف فني متخصص .

والتربية العملية مرحلة مهمة في حياة الطالب المعلم الدراسية ، حيث يتدرب إثناءها على التدريس وعلى تطبيق معظم ما تعلمه من النظريات والأساليب في مرحلة الدراسة الجامعية .والتربية العملية هي تلك الفترة الزمنية التي يسمح فيها لطلبة التربية بالتحقق من صلاحية وعملية إعدادهم النظري نفسيا وتعليميا وإداريا لخبرات ومتطلبات الصفوف الدراسية الحقيقية ضمن إشراف وتوجيه مربيين مؤهلين من كلية التربية ومدرسة التطبيق معا. ( ابوجابر ويعازة : 1999)

إلا أن من الملاحظ من خلال الزيارات الميدانية للطلاب المعلمين لطلبتها وإثناء مشاهدتها للحصص الصفية المقدمة من الطلبة

3- يمكن إن تستخدم الإدارة الواردة في الدراسة كمنهج تقييمية للمعلمين اثناء فترة التطبيق في برنامج التربية العملية .  
4- يقدم هذا البحث تغذية راجعة لبرامج التربية العملية في كلية التربية بني وليد حول الدور الذي يقومون به لتعزيز ثقة طلبتهم بأنفسهم كما تقدم تغذية راجعة للطلبة أنفسهم حول ما يمتلكون من مستويات الثقة بالنفس .

#### أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى :

- 1- تشخيص واقع التربية العملية في كلية التربية بني وليد .
- 2- اقتراح برنامج للتربية العملية وفقا لمعايير الجودة والفاعلية .

#### تساؤلات البحث :

ما البرنامج الذي يمكن اقتراحه من أجل تفعيل وتجويد التربية العملية في كلية التربية بني وليد جامعة الزيتونة وفي ماذا يمثل مضمونه وآليات تنفيذه ؟

#### أهم المصطلحات المستخدمة في البحث :

**طلبة التربية العملية :** هم الطلبة الملتحقون ببرامج التربية العملية في كلية التربية بني وليد

**البيداغوجية:** كلمة البيداغوجية في الأصل مصطلح يوناني وتعني القيادة والسياسة وكذلك التوجيه وبناء على هذا كان البيداغوجي تعني الطفل وهو الشخص المكلف بمراقبة الأطفال ومرافقتهم في خروجهم التكويني أو الزهة والأخذ بأيديهم ومصاحبهم .

#### اجراءات البحث :

#### - منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي المناسب لطبيعة البحث .

#### - مجتمع وعينة البحث :

تكون مجتمع البحث من طلبة التربية العملية في كلية التربية بني وليد للعام الجامعي (2015 - 2016) وتكونت عينة البحث من (50) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة والجدول رقم (1) يوضح توزيع التوزيع النسبي لأفراد العينة حسب متغير التخصص والجنس والكلية .

إن التكوين الجيد للمعلم يتطلب إنشاء كلية للتربية يمكن من خلالها تقديم برامج للإعداد والتدريب المتميز للطلبة المعلمين بما يجعلهم قادرين على امتلاك المهارات وإتاحة الفرص المناسبة لهم لتنمية قدراتهم وهذا يتطلب أن نحدد ما يجب أن يحصل عليه الطلاب المعلمين من معارف وما يكتسبونه من قدرات علمية ومهارات خاصة في أساليب حل المشكلات وامتلاك مهارات التفكير والمعلومات الحديثة .

إن توفر نوعية راقية من التعليم داخل كلية التربية وتوافر برامج تعليمية حديثة ومناسبة وتقديم التدريس الفعال يحقق إثراء لقدرات الطلاب المعلمين وتزويدهم بالمهارات والمعلومات الحديثة . ولذلك رؤى جديدة لتكوين المعلمين في كلية التربية. وتنطلق هذه الرؤى من أن الجامعات وكلية التربية تعد المسئول الأول المطالب بالنهوض بمستوى ونوعية المعلمين وهذا يتطلب أولا ضرورة التحاق نوعيات خاصة من الطلبة بكلية التربية متخصص المسئول الأول المطالب بالنهوض بمستوى ونوعية المعلمين وهذا يتطلب أولا ضرورة التحاق نوعيات خاصة من الطلبة بكلية التربية متحصلي على معدلات مرتفعة للالتحاق بتلك الكلية وضرورة توفر برامج ومنهج دراسية من شأنها تكوين متخرجين بمستويات عالية من المهارات والقدرات والخبرات التربوية ويراعي في ذلك كله - ضرورة فحص البرامج والمناهج التي تعطي داخل كلية التربية لأعداد المعلمين وتكوينهم وتحديثها باستمرار وتزويدها بكل جديد في مجالات المعرفة والبحث في الدراسات التربوية والعلوم الاجتماعية .

- توفير خلفية كبيرة من الدراسات الحرة لكل الطلبة المعلمين في أثناء إعدادهم الأكاديمي

- عدم الابقاء على القوالب الجامدة التي صيغت فيها المقرر التربوي والثقافي وضرورة إدخال ما يستجد من تغيرات وتطورات متلاحقة في هذه المجالات

- التركيز على استراتيجيات التعلم الحديثة وزيادة فهم معلمي المستقبل لطبيعة المتعلمين وقدراتهم وحاجاتهم للتقنيات التعليمية الحديثة والمناسبة واستخدام الوسائط التكنولوجية الحديثة .

#### أهمية البحث :

من الأمور التي تدل على أهمية البحث ما يلي :

- 1- وضع تصور مسبق لمعلمي المستقبل حول امتلاكهم للثقة الكافية للنجاح في مهنتهم كمعلمين .
- 2- الإسهام في تطوير تربية المعلمين وتدريبهم قبل الخدمة من خلال إعادة النظر في مناهجها وأساليبها في ضوء الخبرات الضرورية لهم وخصوصا أن هذه الدراسة تعد من الدراسات التقييمية للوقوف على اثر برامج التربية العملية في إكساب طلبتهم الكفايات التعليمية اللازمة بما فيها البعد النفسي والمتمثل بالثقة بالنفس .

جدول رقم (1)

يوضح توزيع افراد مجتمع البحث حسب متغيري التخصص والجنس والكلية

النسبة المئوية	المجموع	إناث	ذكور	الكلية	الجامعة
40	20	20	—	كلية التربية بني وليد	جامعة الزيتونة
60	30	35	5	كلية التربية فرع تينباي	جامعة الزيتونة
100	50	45	5		المجموع

**أداة البحث ::**

لبناء أداة البحث قام الباحث بمراجعة الأدبيات التربوية المتعلقة بموضوع الدراسة إضافة إلى استنادها إلى خبراتها العملية في مجال التربية العملية وتم بناء الأداة في صورتها الأولية إذ اشتملت على 6 مجالات هي : التخطيط وتنفيذ الدرس والتواصل مع الإدارة المدرسية والمعلمين والمجتمع المحلي والمهارات البحثية والتقييم وإدارة الصف . ثم عرضت على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم 4 من أساتذة الجامعات ومشرفي التربية العملية في كلية التربية بني وليد.

**ثبات الأداة ::**

تم تطبيق الأداة على عينة استطلاعية مكونة من 10 طالبا وطالبة من طلبة معلمي الصف في كلية التربية - بني وليد وفرعها تينباي . وبعد أسبوعين تم إعادة تطبيق الأداة على العينة نفسها . وتم حساب الثبات باستخدام حساب الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا حيث بلغ الثبات 0.87 واعتبره الباحث مناسباً لتحقيق الباحث .

**إجراءات تطبيق البحث ::**

1- تم تحديد مجتمع البحث بطلبة التربية العملية في كلية التربية - بني وليد والمتحقين في برامج التربية العملية في الفصل الدراسي الأول من العام 2015 - 2016 .  
2- تم اختيار عينة عشوائية من مجتمع البحث بلغت 50 طالبا وطالبة .

3- توزيع أداة الدراسة على عينة البحث للإجابة عليها.

4- معالجة بيانات البحث بعد تطبيقها من خلال البرنامج الإحصائي spss وتحليل التباين الثنائي إذ تم استخراج المتوسطات الحسابية .

5- استخراج النتائج ومناقشتها والخروج بالتوصيات المناسبة .

**الإطار النظري ::**

في ضوء ما سبق من تعريفات وبالرجوع إلى الأدب التربوي في مجال التربية العملية يمكن ان تعرفها بأنها مجمل الأنشطة والخبرات

التطبيقية التي تخطط لها كلية التربية بالاشتراك مع مدارس التدريب والتي تهدف إلى إكساب المعلم الكفايات المهنية اللازمة التي يحتاج إليها في أداء العملية التعليمية ليصبح معلماً ذو كفاءة عالية قادراً على القيام بدوره التربوي الشامل .

**أهداف التربية العملية ::**

يرى كل من الكثيري (1989) وحسان (1992) وعرديب) بان أهداف التربية العملية تتمثل في الآتي ::

- 1- تنمية قدرات الطالب المعلم وأكسابه المهارات التدريسية الضرورية .
- 2- تنمية خصائص الشخصية وادواره الاجتماعية والمهنية المرتبطة بمهنة المستقبل .
- 3- تعديل سلوكه التدريس والتربوي وتطويره .
- 4- تدريبه على الاطلاع بمسؤولياته تجاه التلاميذ والمدرسة والمجتمع .
- 5- تعريف الطالب المعلم بالإمكانيات المتوفرة في المدرسة وكيفية توجيهها لتحقيق الأهداف التعليمية المختلفة .
- 6- التخطيط المنظم لعملية التعليم ( تخطيط للعام الدراسي ) .
- 7- ممارسة النشاط التربوي الصفي واللاصفي بأنواعه .
- 8- التعود على النظام المدرسي والاندماج في اسرة المدرسة .
- 9- تدريب الطالب المعلم على تقويم ادائه .
- 10- بناء الثقة بالنفس لدى الطالب المعلم .

**مبادئ التربية العملية ::**

هناك مجموعة من المبادئ لابد من مراعاتها عند تطبيق التربية العملية لخصها السيد أسامة والمتمثلة في الآتي ::

- 1- وضوح أهداف التربية العملية لكل المشاركين فيها .
- 2- ينبغي أن تقوم التربية العملية على أسس علمية وفي وضوح المتغيرات والاتجاهات المعاصرة .
- 3- توافر مجموعة من الإمكانيات البشرية والمادية المتنوعة .
- 4- ضرورة توافر روح العمل المتمثلة في العلاقات الإنسانية الطيبة من الأطراف المشاركة .



5- ينبغي أن تكون الخطة سليمة ومتكاملة .

#### أساليب التربية العملية :

تستخدم في تنفيذ التربية العملية عدة أساليب والمتمثلة في الآتي

##### 1- الدروس التوضيحية :

الدروس التوضيحية أسلوب من أساليب التربية العملية وأداة من أدوات التقويم وهي نشاط تدريبي أساسي في برامج التربية العملية يتكامل مع بقية الأساليب التدريبية الأخرى ويستهدف حفز التقدم المهني للمعلم وتطوير كفاياته عن طريق توضيح بعض المهارات أو الطرائق التربوية التي تستخدم في التعلم الصفي حيث يقوم أحد المعلمين أو الطلبة المعلمين بالأعداد لدرس ما والتخطيط له ثم القيام بتنفيذه بحضور المشرف على البرنامج ويشاهده الطلاب المعلمون أيضا ويتبع ذلك حلقة مناقشة ويقوم بتنفيذ الدروس معلمون من ذوي الخبرة والكفاءة العالية لتوضيح موقف معين أو طريقة معينة .

##### 2- التدريس المصغر:

لقد واجه قسم إعداد المعلمين في جامعة إستانفورد مشكلة حيث لاحظ أن المجازين في قسم الآداب والذين اتجهوا بعد ذلك الى برنامج إعداد المعلمين كانوا يهربون من الدراسة الجديدة لعملية التعليم والعلم ومعظمهم كان ينتسب لهذه الدراسة مكرها لان القانون يفرض على الذين يؤدون ممارسة التدريس الحصول على شهادة تأهيل تربوي لذا فقد تبادت مجموعة من كبار المربين بجامعة استانفورد بمحاولة لتحديد عدد من المهارات التي يحتاج إليها المعلم لقيادة العملية التعليمية في فرقة الصف بنجاح . وأطلق على هذه التجربة مصطلح التدريس المصغر وقد كان الهدف إيجاد أسلوب جديد أكثر فعالية في تدريب المعلمين قبل ممارستهم الخدمة وقد طلب من الطلاب في هذه التجربة القيام بإلقاء دروس توضيحية .

وقد أحدثت التجربة النتائج الرجوة منها وعلى رأسها أن الطلاب المتدربين فشلوا وأن المحاولة كانت لديهم تدريبا يشعرهم بالعجز والمهانة ونتيجة لذلك ظهرت الحاجة الى مختبر التعليم المصغر فأنشئ للمرة الأولى عام 1963م وفي المختبر ولدت أسس هذه الطريقة وقد قام كل من الن وريان عام 1969م بوصف شامل للتعليم المصغر بقولهم إن التدريس المصغر فكرة تستند إلى خمس فرضيات اساسية وهي :

1- أن التعليم المصغر هو تعلم حقيقي حيث أن المعلم والطلاب يعملان معا في موقف عملي قبل أن يمارس الطالب المعلم مسؤوليات التعليم الصفي في المدارس .

2- أن التعليم المصغر يقلل من تعقيدات التدريس الصفي العادي من حيث عدد التلاميذ وزمن الدرس ومحتواه .

3- أن التعليم المصغر يعمل بصورة كبيرة في تزويد الطالب المعلم بمعرفة النتائج عن الأداء .

4- التعليم المصغر يعمل على ضبط التدريب من حيث التحكم في الزمن وعدد التلاميذ وفي طريقة التغذية الراجعة .

#### التدريس المبكر :

ويقصد به التدريس الميداني وهو برنامج تربوي ضمن برنامج إعداد المعلمين يهدف الى تدريب الطالب المعلم على التدريس واكتساب المهارات في مواقف تربوية متنوعة ويتم بإشراف مشرفين ذوي خبرة في مجال التدريس ومن أهدافه :

1- تعديل عملية التدريس لدى الطالب المعلم .

2- تنمية قدرات الطالب واكسابه المهارات التدريسية المطلوبة .

3- تعزيز السلوك الحسن والأداء السليم .

4- تدريبه على الاطلاع بمسؤولياته تجاه التلاميذ والمدرسة والمجتمع .

#### الاتجاهات الحديثة في إعداد الطالب المعلم :

تعتمد الاتجاهات الحديثة في إعداد الطالب المعلم على التحولات الكبيرة في التربية العملية وذلك من خلال الاهتمام بتزويده بالمهارات والخبرات الواقعية والكفايات الأساسية والاتجاهات الايجابية وهي تتركز في مجملها على القدرات الأدائية ومن أهم هذه الاتجاهات الحديثة :

1- الإعداد القائم على أسلوب النظم :

وهو الاسلوب الذي ينظر الى قضية إعداد الطالب المعلم على إنها تمثل نظام متكامل له عناصره الخاصة ذات العلاقات ويتكون هذا النظام من ثلاث عناصر هي :

أ- المدخلات : وهي العناصر والمعلومات التي تتكون من المعالجة وتشمل الأهداف والمحتوى والوسائل التعليمية وطرق التدريس والأساتذة والأجهزة والأبنية .

ب - العمليات : وهي تشمل الأنشطة والإجراءات والأساليب والأدوات التي تتم بها معالجة المدخلات وهي تمثل عمليتي التنفيذ والتقويم في برنامج الإعداد وفق أسلوب النظم وتتكون من أنشطة وعمليات تدريس وتقنيات تعليمة وإجراءات تقويم .

ج - المخرجات : وهي نتائج المعالجات والعمليات للمدخلات وهي تمثل المعارف والمهارات والقدرات التي يفترض أن يكتسبها الطالب المعلم .

2- الاتجاه الإعداد القائم على الكفايات :

كانت حركة إعداد المعلم القائمة على الكفايات من ابرز ملامح التربية المعاصرة وأكثرها انتشارا في الأوساط التربوية والتعليمية خاصة في إعداد المعلمين ولقد سادت هذه الحركة معظم برامج إعداد المعلمين في الدول المتطورة وكانت هدفها إعداد معلمين أكفاء يتم تدريسهم وفق نظريات التعليم .

ولقد نشأ هذا النظام مع بداية عام 1967م حيث دعا مكتب الولايات المتحدة الامريكية للتربية المؤسسات المسؤولة عن إعداد المعلمين الى تقديم مقترحات لتحسين اداء معلم المرحلة



ويكون القائمون بتدريسهم مسؤولون من التأكد من تحقيق الأهداف المحددة ومن أهم مميزات هذا النظام ما يلي :

1. عندما تصبح الكفايات واضحة يستطيع الطالب المعلم أن يجدد الأهداف بصورة دقيقة .
2. تنمية الشخصية المهنية والاجتماعية للطالب المعلم .
3. تدريب الطالب المعلم على المهارات الأدائية وإدارة الوقت .

#### نتائج البحث وتفسيرها :

تم تطبيق استبانة تحديد واقع التربية العملية بكلية التربية - بني وليد وفرعها تيناي على مجموعة عشوائية من الطلاب المعلمين بالكلية والفرع وبلغ عددهم خمسون طالبا وطالبة والجداول التالية توضح نتائج التطبيق وهي كما يلي :

#### جدول (2)

#### يوضح كفايات التخطيط لعملية التدريس في العملية التعليمية

م	المحور الأول : كفايات التخطيط لعملية التدريس في العملية التعليمية	يتحقق	لا يتحقق	يتحقق الى حد ما
1	القدرة على توزيع مفردات المقرر على الزمن المحدد	24	60	16
2	تحليل المحتوى إلى مكوناته الجزئية المعرفية والمهارية والوجدانية	18	32	50
3	صياغة الأهداف السلوكية في المجال المعرفي والمهاري والوجداني بطريقة يمكن ملاحظتها وقياسها	10	60	30
4	مراعاة مدى مناسبة الأهداف لخصائص التلاميذ	36	44	20
5	مراعاة خطة الدرس للإمكانيات التعليمية بالمدرسة	32	38	30
6	اختيار الوسيلة التعليمية المناسبة لتحقيق الهدف	66	12	20
7	تحديد الأنشطة المناسبة لتحقيق أهداف الدرس	56	24	30
8	الاستفادة من الإمكانيات المحلية في تحقيق أهداف الدرس	70	10	20
9	التنوع في مصادر التعلم التي تتلاءم مع قدرات التلاميذ	12	84	4

توضح نتائج البحث حيث جاءت استجابات الطلاب التربية العملية لا يتنوع في استخدام مصادر التعلم المختلفة وبصورة

ضعيفة أما يركز على الإمكانيات المتاحة في المدرسة وبصورة كبيرة.

## جدول (3) يوضح كفايات التخطيط لتنفيذ عملية التدريس في العملية التعليمية

م	المحور الثاني : كفايات تنفيذ التدريس في العملية التعليمية	يتحقق	لا يتحقق	يتحقق الى حد ما
1	القدرة على استخدام المدخل المناسب في الموضوع	56	34	
2	إثارة اهتمام التلاميذ بأسلوب مشوق	22	32	44
3	استخدام طرائق التدريس المناسبة لتحقيق أهداف الدرس	66	12	22
4	استخدام الوسيلة المناسبة في الوقت المناسب	48	40	12
5	ربط عناصر الموضوع بخبرات التلميذ السابقة	34	22	44
6	مراعاة الفروق الفردية من خلال تنوع طرائق التدريس	44	20	36
7	توجيه التلاميذ على القيام بالأنشطة التي تحقق أهداف الدرس	28	60	12
8	ربط عناصر الموضوع بالبيئة المحلية	52	10	38
9	استخدام أساليب التعزيز المناسبة	26	52	22
10	تكوين علاقات إنسانية مع التلاميذ	60	12	28
11	تقبل آراء التلاميذ وتوجيهها نحو الحوار المثمر	54	10	36
12	الربط بين عناصر الدروس بالدروس السابقة ذات العلاقة	34	10	56
13	أشراك التلاميذ في المناقشة والحوار	24	30	46
14	ربط الدرس باهتمام التلاميذ	46	20	34

يوضح الجدول السابق استجابات الطلاب نحو استخدام طرائق التدريس المناسبة لتحقيق أهداف الدرس بصورة مقبولة في حين جاءت اثاره اهتمام التلاميذ بأسلوب مشوق بصورة ضعيفة.

## جدول (4) يوضح تقييم عملية التدريس في العملية التعليمية

م	المحور الثالث : تقييم عملية التدريس في العملية التعليمية	يتحقق	لا يتحقق	يتحقق الى حد ما
1	الي التقييم قدرة على استخدام اساليب متنوعة في التقييم	24	22	54
2	استخدام اساليب تنمي مهارة التفكير	12	66	32
3	تطوير اساليب التدريس في ضوء نتائج التقييم	22	76	2
4	استخدام الأسئلة الشفهية المناسبة	68	8	24
5	توزيع الأسئلة حسب الفروق الفردية	44	0	66
6	تحديد مواطن الضعف من خلال نتائج التقييم	56	12	32
7	استخدام نتائج التقييم في مدى تحقيق الأهداف	12	66	22
8	استخدام الأساليب الإحصائية في تحليل نتائج التقييم	8	88	4
9	اعداد نماذج الاجابات الصحيحة لأسئلة التقييم	22	48	30
10	الكشف عن اهتمامات التلاميذ من خلال نتائج التقييم	56	32	12
11	الاهتمام بتصحيح الواجبات المنزلية	46	22	32

يتضح من الجدول السابق أن استجابات الطلاب نحو استخدام الأساليب الإحصائية في عملية التقويم انت بصورة ضعيفة في حين كانت استجاباتهم نحو تحديد مواطن الضعف من خلال نتائج التقويم والكشف عن اهتمامات التلاميذ من خلال نتائج التقويم كانت بصورة مقبولة .

#### جدول (5) يوضح كفايات النمو الأكاديمي والمهني في العملية التعليمية

م	المحور الرابع : كفايات النمو الأكاديمي والمهني في العملية التعليمية	يتحقق	لا يتحقق	يتحقق الى حد ما
1	القدرة على الإلمام بالمفاهيم والحقائق الأساسية للمادة	66	12	22
2	متابعة المستجدات في المادة العلمية	8	86	6
3	الاطلاع على المؤلفات والدوريات المواكبة	10	82	8
4	استخدام التقنيات الحديثة في الحصول على المعارف المتعلقة بالمادة	12	44	44
5	الإلمام بنظريات التربية في المناهج وطرائق التدريس وعلم النفس	44	10	46
6	القدرة على الإلمام بالمفاهيم والحقائق الأساسية للمادة	56	20	24

توضح نتائج الجدول انه يوجد شبه اتفاق بين استجابات الطلاب نحو متابعة المستجدات في المادة العلمية الاطلاع على المؤلفات والدوريات المواكبة بصورة ضعيفة في حين جاءت استجاباتهم نحو القدرة على الإلمام بالمفاهيم والحقائق الأساسية للمادة بصورة مقبولة .

#### جدول (6) يوضح الكفايات الشخصية في العملية التعليمية

م	المحور الخامس : الكفايات الشخصية في العملية التعليمية	يتحقق	لاي تحقق	يتحقق الى حد ما
1	القدرة على أداء العمل بأمانة وصدق	68	12	20
2	حسن التصرف في التعامل مع التلاميذ في المواقف المختلفة	42	34	22
3	الحيوية والنشاط داخل الصف	62	14	22
4	الحماس والرغبة في مادة التخصص	80	6	14
5	السلوك والقُدوة	70	8	22

يتضح من الجدول السابق هناك شبه اتفاق بين استجابات الطلاب نحو الدرة على أداء العمل بأمانة وصدق الحماس والرغبة في مادة التخصص كانت بصورة متوسطة .

## جدول (7) يوضح كفايات الإرشاد والتوجيه في العملية التعليمية

المحور السابع : كفايات الإرشاد والتوجيه في العملية التعليمية	يتحقق	لا يتحقق	يتحقق الى حد ما
1 القدرة على تفهم مشكلات التلاميذ	56	22	22
2 بناء علاقات إنسانية مع التلاميذ	66	8	26
3 العمل على حل مشكلاتهم وفق رؤى تربوية	26	22	52
4 إشاعة روح التعاون والتكامل بين التلاميذ	56	34	10
5 العناية بالفئات الخاصة بين التلاميذ من موهوب وبطي التعلم	24	14	62
6 الاستفادة من نتائج التقويم في حل مشكلات التلاميذ	46	16	38

يوضح الجدول السابق أن هناك شبه إجماع بين استجابات الطلاب على تفهم مشكلات التلاميذ بصورة مقبولة

## جدول (8) يبين كفايات العلاقة مع الإدارة المدرسية

م	المحور الثامن : كفايات العلاقة مع الإدارة المدرسية	يتحقق	لا يتحقق	يتحقق الى حد ما
1	القدرة على بناء علاقات ايجابية مع إدارة المدرسة وإشراكهم في تقويم التلاميذ	34	44	22
2	الاهتمام بالسجل التنابعي	8	88	4
3	الحرص على حضور اجتماعات الإدارة المدرسية وإشراكهم في تقويم التلاميذ	0	94	6

يوضح الجدول السابق شبه إجماع بين استجابات الطلاب نحو الحرص على حضور اجتماعات الإدارة المدرسية وإشراكهم في

تقويم التلاميذ بصورة ضعيفة .

## الاستنتاجات :

- 1- جاءت استجابات الطلاب نحو استخدام الأساليب الإحصائية في عملية التقويم بصورة ضعيفة في حين كانت استجاباتهم نحو تحديد مواطن الضعف من خلال نتائج التقويم والكشف عن اهتمامات التلاميذ من خلال نتائج التقويم كانت بصورة مقبولة .
- 2- إن استجابات الطلاب نحو استخدام طرائق التدريس المناسبة لتحقيق أهداف الدرس بصورة مقبولة في حين جاءت إثارة اهتمام التلاميذ بأسلوب مشوق بصورة ضعيفة .
- 3- جاءت استجابات طلاب التربية العملية لا يتنوع في استخدام مصادر التعلم المختلفة وبصورة ضعيفة أما يركز على الإمكانيات المتاحة في المدرسة وبصورة كبيرة .
- 4- يوجد شبه اتفاق بين استجابات الطلاب نحو متابعة المستجدات في المادة العلمية للاطلاع على المؤلفات والوريات الموكبة بصورة ضعيفة في حين جاءت استجاباتهم نحو القدرة على الإلمام بالمفاهيم والحقائق الأساسية للمادة

والقدرة على الإلمام بالمفاهيم والحقائق الأساسية للمادة بصورة مقبولة .

5- هناك شبه اتفاق بين استجابات الطلاب نحو القدرة على أداء العمل بأمانة وصدق الحماس والرغبة في مادة التخصص كانت بصورة متوسطة .

## التوصيات :

لتحقيق جودة التنفيذ لبرامج التربية العملية في كلية التربية لابد من تحديد الإجراءات التي تتم بواسطتها عملية تقويم الطلبة ( المعلمين ) ومتابعهم ، حيث يجب ألا يقتصر التقويم على الطلبة وحدهم وإنما ينبغي جميع إجراءات وعناصر برامج التربية العملية بمدخلاته وعملياته وبتأجه بصورة مستمرة ويتم ذلك على النحو التالي :

- 1- تقويم أداء الطلبة (المعلمين) من قبل المشرفين الأكاديميين والتربويين في الكلية وذلك باستخدام استارة المتابعة الأسبوعية أو بعد كل زيارة وذلك بالتعاون مع المعلم المتعاون ومدير المدرسة وترسل الى وحدة التربية العملية في الكلية .

- 7- سعيد محمد المنوفي: مشروع تطوير التربية العملية في كلية التربية - جامعة المنوفية ، 2007ف.
- 8- بدرية المفرح وأخرون: الاتجاهات المعاصرة في إعداد المعلم وتمثيته مهنياً ، ادارة البحوث والتطوير التربوي ، وزارة التربية الكويتية ، الكويت ، 2007ف.
- 9- نواف أحمد سارة عبد السلام موسر العديلي : مفاهيم ومصطلحات في العلوم التربوية ، دار المسرة ، عمان ،الأردن ، 2001ف.
- 10 - محمد عبد الفتاح شاهين: تقويم برامج التربية العملية في كلية التربية في جامعة القدس المفتوحة ، مجلة جامعة الأقصى ، العدد 11 ، 2007ف.
11. محمود محمد عوض : مودبول التربية العملية ماهيتها - أهدافها - مراحلها ، مشروع تطوير برنامج التربية العملية ، جامعة أسيوط ، 2006 ف.
12. صالح عبد الرحمن عبد الله :التربية العملية ومكانتها في برامج تربية المعلمين ، دار وائل ، عمان ، الأردن ،2004ف.
13. كلية التربية : دليل كلية التربية ، جامعة دمشق ، مطبعة جامعة دمشق ، 2009ف.
14. كلية التربية : التربية الميدانية ، جامعة الملك سعود ، 2007ف.
15. عمر عبد الرحمن نصر الله : أساسيات في التربية العملية ،دار وائل ، عمان ، الأردن ، 2001ف.
- 2- التقويم البنائي(المرحلي ) للطلاب المعلم من قبل مشرف الكلية والمعلم المتعاون ومدير المدرسة باستخدام استشارة التقويم البنائي التي يتم فيها تحديد نقاط القوة ونقاط الضعف لغرض التحسين والتطوير وعلى الطالب التركيز عليها في المرحلة القادمة ويتم التقويم البنائي في منتصف فترة التطبيق ولا تحسب لها درجة .
- 3- التقويم الشامل للتربية العملية بكافة جوانبها تكون تحت إشراف الإدارة بالكلية من خلال عقد العديد من اللقاءات مع الأطراف المساهمة في التربية العملية في كلية التربية ويكون بعد أسبوع من الانتهاء .
- 4- القيام بالزيارات المتبادلة بين الكليات لكي يتم التأكد من أن برنامج كل كلية يتم بالاتجاه الصحيح .
- 5- زيادة سنوات الإعداد لتصل إلى خمس سنوات .
- 6- تخصيص السنة الخامسة للتدريب الميداني داخل المدارس التي يعد المعلم لها.
- 7- التعديل في صياغة أهداف وبرامج تكوين المعلمين في كلية التربية بحيث تصبح أكثر وضوحاً وتحديثاً وموضوعية .
- 8- ضرورة التنسيق والتكامل بين جميع كليات التربية بليبيا .
- المراجع :**
- 1- نعيمة المهدي أبوشافور: تطوير منظومة كلية التربية في ليبيا في معايير الجودة الشاملة ، دراسة دكتوراه في طرق التدريس ،جامعة طرابلس ، كلية الآداب ، 2010ف.
- 2- فاضل خليل إبراهيم : تقويم التربية العملية في كلية التربية في جامعة الموصل من منظور الطلبة - المعلمين والمشرفين ومدراء المدارس ، مجلة اتحاد الجامعات العربية ، العدد36، عمان ،الأردن ، 1999ف.
- 3- ماجد على بني الخطايبية : التربية العملية "الأسس النظرية وتطبيقاتها " دار الشروق، عمان ،الأردن ، 2002ف.
- 4- سعيد بن سالم الكيتاني : المعلم بين برامج الأعداد قبل الخدمة والتدريب اثناء الخدمة ،مجلة كلية التربية ،العدد22، سلطنة عمان ، 2008ف.
- 5- تيسير النهار : التربية العملية - استراتيجية مقترحة في ضوء بعض الخبرات المتقدمة ، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد 37 ، 2000ف.
- 6- عبد الله حسن الموسوي: الدليل الى التربية العملية في كلية التربية ، عالم الكتب الحديث ، أريد ، الأردن ، 2005ف.

## تأثير برنامج ترويجي رياضي مقترح علي مستوى التوافق الشخصي لدى نزلاء دار الرعاية بطرابلس

د . ميلود محمد وادي د . سالم عبدالنبي صيني د . نوري عاشور الشماح

## المقدمة

تعتبر مرحلة الطفولة ذات أهمية كبيرة في تحديد معالم الشخصية المستقبلية للطفل ، وهذا ما أشار إليه العديد من العلماء والتربويين وذلك من خلال ما قدموه من دراسات وبحوث تناولت كافة الجوانب المحددة لشخصية الطفل ، ويعتبر النمو الاجتماعي أحد تلك الجوانب الهامة التي تؤثر على مستوى الحالة الصحية والانفعالية والاجتماعية للطفل كما تمثل مرحلة الطفولة المتأخرة الفترة الحاسمة في حياته حيث تتضح فيها ملامح سمات شخصيته بشكل جلي .

فالتنشئة الاجتماعية السوية تقتضي معايشة الطفل لوسط أسرى سليم بوجود الأب والأم في جو مشبع بالحب والعطف والأمان ، وإن علاقة الطفل بأسرته لها تأثير كبير علي التطور النمائي للطفل .

وإن اختلال اتزان المثلث الأسري ( الأب ، الأم ، الأبناء ) يؤدي غالبا إلى الإضرابات النفسية للأطفال ولهذا فإن وجود أسرة مكتملة العناصر ( الأب ، الأم ، الأطفال ) يعد أساساً للصحة النفسية لأفرادها وفقدان أحد الوالدين أو كليهما يترك أثارا سلبية كبيرة علي الصحة النفسية للأطفال ، حيث تظهر الاضطرابات السلوكية والوجدانية واضحة لديهم .

ويرى الباحثون إن عدم توافر عوامل التنشئة الاجتماعية يؤدي إلى إعاقة النمو الاجتماعي للطفل حيث تحد من مشاركته وتفاعلاته مع الآخرين واندماجه في المجتمع مما يؤثر سلبيا علي توافقه الاجتماعي وأكتسابه المهارات الاجتماعية وعدم تفهمه للعلاقات والعادات الاجتماعية .

وتعد المناشط الترويحية أساس العملية التربوية للفرد ، فهي العملية التي تطور وتنمي التفاعل بين الفرد والبيئة ، وعن طريق هذا التفاعل يتدرب الفرد ويستفيد من تجاربه وخبراته ، ويمكنه أن يكتسب سلوكه ويغير من اتجاهاته حتى يتلاءم مع المجتمع الذي يعيش فيه ، ويتمتع

بنضج اجتماعي سليم لمواجهة مشاكل الحياة اليومية(8) :  
(33)

ويرى الباحثون أن الأنشطة الترويحية الرياضية تهدف إلى مساعدة الفرد علي التوافق السليم ذاته ومع المجتمع الذي يعيش فيه ، ذلك عن طريق إمداده بالإمكانيات اللازمة لتحقيق هذا التوافق كما أن المؤسسات التعليمية علي اختلاف أنواعها ومراحلها حيث تلعب دورا هاما في تحقيق التوافق لدى الأفراد مما تكسبهم من عادات وقيم واتجاهات خلقية واجتماعية والتي تعتبر حجر الزاوية في عملية التوافق .

## مشكلة الدراسة :

لقد شغل موضوع الحرمان من الوالدين العديد من الباحثين في علم النفس بحيث أنتجوا أعمالا عديدة تناقش خصائص الأطفال المحرومين والآثار التي تترتب علي فقدان الأسرة والتي تظهر في صور عديدة من اضطرابات السلوك واضطرابات الشخصية ولقد أكد علماء نفس الطفولة وعلماء الطب النفسي وعلماء التربية علي أن الطفل المحروم وغير الأمن المهمل ، يمثل المشكلة الأساسية من النواحي النفسية التربوية والطبية والاجتماعية كما أكد هؤلاء علي أن طفولة الإنسان تعتبر أكثر مراحل الحياة أهمية وخطورة ، وهي تلعب دوراً بارزاً في بناء قدرات الإنسان وتكوين شخصيته حتى أن بعض مشكلات الكبار ترجع في أسبابها إلي مرحلة الطفولة ، أي إلي ماضي الإنسان وطفولته وآلامه وتجاربه القاسية التي أحاطت به عندما كان طفلا(12: 37) .

وقد لاحظ الباحثون من خلال دراسة قاموا بها داخل دار الأيتام من خلال التعامل مع هذه الفئة والتحاوّر معهم أن عدد من الأطفال يبدو عليهم عدم التوافق الاجتماعي وتختلف شدة هذا التوافق حسب الجنس والعمر ووفاة أحد الوالدين أو كليهما ، وحيث أن هذا الموضوع لم يدرس دراسة علمية سابقة ولا توجد إجابة دقيقة وكافية عنه ، فرأى الباحثون العمل والقيام بهذه البحت .

من المتخصصين كالأطباء ، ورجال التعليم ، والمتخصصين في التدريب المهني ، والأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين ( 10 : 44).

### الإطار النظري

#### مفهوم الترويح:

إن كلمة ترويح تعني "التجديد والخلق والابتكار" وهناك نظريات وتفسيرات لمفهوم الترويح، ومفهوم الترويح يفوق اصطلاح اللعب في نظرياته وتفسيراته علما بأن من يفسرون اللعب والترويح تفسيراً واحداً، ويفسر الترويح على أنه رد فعل عاطفي، أو حالة نفسية وشعور يحسه الفرد، قبل وأثناء وبعد ممارسته لنشاط ما سلبي أو إيجاباً ويتم إنهاء وقت الفراغ ويكون الفرد مدفوعاً برغبة شخصية، ويتصف بجرية الاختيار وغرضه في ذاته. أي أن الترويح أكثر من نشاط، فالنشاط وسيلة وليست غاية في حد ذاته، أما الغاية فهي ذلك التغيير في الحالة الانفعالية والعاطفية والإحساس بالتفاؤل والسعادة، التي تعمل على تهيئة الفرد لمواجهة الحياة بما فيها من تعقيدات. (157:18)

ويرى كمال درويش وأمين الخولي (1990) نقلاً عن المعالم اللغوية أن الأصل الابدولوجي لكلمة ترويح Recreation هو أنه كلمة مركبة من جزأين Re بمعنى إعادة Creation بمعنى خلق، أي أن المعنى الإجمالي للكلمة هو إعادة الخلق وهو معنى مجازي، ويقصد به التجديد والانتعاش كنتائج للممارسة الترويح. (78:46)

#### تعريف الترويح:

يرى عادل طاهر (1989) أن الترويح نشاط تلقائي لذاته وليس بالكسب المادي ويزاول في أوقات الفراغ، لتنمية ملكات الفرد رياضياً وذهنياً. (14:33)

و يعرفه عوض عبد الله الدراسي (2006) بأنه نشاط وخبرة و حالة انفعالية توجد عند الفرد نتيجة لممارسة لبعض الأنشطة في وقت فراغه ، و ذلك من خلال دافع شخصي (31:41) .

#### أهمية الترويح الرياضي :

إن للتربية البدنية و الترويح قيمة علاجية و اجتماعية و نفسية إذ إنها تعمل على تحقيق ما يلي :

1. تساعد المعاق على استعادة قوته و توافقه العضلي و سرعته و قوة تحمله .

#### أهداف البحث:-

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج ترويجي رياضي مقترح على مستوى التوافق الشخصي لدى نزلاء دار الرعاية بطرابلس .

#### فروض البحث :-

- توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لأطفال دور الرعاية لصالح القياس البعدي في أبعاد التوافق الشخصي .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية إيجابية بين أبعاد التوافق الشخصي في القياس البعدي .

#### أهم المصطلحات المستخدمة في البحث :-

#### - النشاط الترويجي :-

هو تلك الأنشطة أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ ، والتي يتم اختيارها وفقاً لإرادة الفرد ، وذلك لغرض تحقيق المتعة والسرور لذاته واكتساب العديد من القيم الشخصية والاجتماعية ( 4 : 36 )

#### -النشاط الترويجي الرياضي:-

هو مجموعة الألعاب والخبرات المنظمة والغير المنظمة ، التي يمارسها العضو المشترك ،ويتم فيها التفاعل بين العضو والرائد ،بحيث تنتقل هذه الخبرات من الرائد الى العضو ، ويكون هناك أثر لهذه الخبرات في نفوس المشتركين ، تساعد على تعديل وتغيير أنماط سلوكهم إلى سلوك إيجابي مرغوب فيه . ( 11 : 233 )

**التوافق الشخصي :-** هو أن يكون الفرد راضياً عن نفسه ، لا كارهاً لها ، أو متأثراً منها أو ساخطاً عليها ، أو غير واثق فيها ، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من الصراعات التي تقترن بمشاعر الذنب والضيق والشعور بالنقص ( 9 : 153).

#### دور رعاية الأيتام :-

هي المؤسسة التي تهتم برعاية الأيتام والقيام على شئونهم المتنوعة من خلال الإشراف المستديم وتوفير الإقامة والإعاشة لهم .

هي مؤسسات تقوم برعاية الأطفال وتوفير لهم الخدمات الصحية والتربوية والتعليمية والمهنية عن طريق مجموعة



الانفعالي وروح المرح وعدم الاضطراب والقلق ، كما وجدت فروق دالة في بقية الأبعاد مثل الحب والتقبل والثقة بالنفس ، والاكتئاب لصالح البنين المحرومين وعدم ميل للعدوان لصالح البنات المحرومات من الأسرة

## 2- دراسة حسناء الحمزاوي (1988)

**موضوع الدراسة :** " دراسة الأنشطة الرياضية في مساعدة المعاق على الاندماج الاجتماعي والتكيف المهني ."

**هدف الدراسة :** التعرف على دور برامج التربية الرياضية وأنشطتها في مساعدة المعاق على الاندماج الاجتماعي ومدى تأثير ذلك على التكيف المهني .

**منهج الدراسة :** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي .  
**عينة الدراسة :** اشتملت عينة الدراسة على عدد (200) معاق .

**نتائج الدراسة :** للأنشطة الرياضية أثر كبير في اندماج المعاق مع المجتمع وتأثيرها الإيجابي على تكيفه المهني .

## 3- دراسة أمال محمد فوزي (1990).

**موضوع الدراسة :** "تأثير برنامج ترويجي رياضي مقترح على بعض النواحي البدنية والنفسية للصم والبكم".

**هدف الدراسة :** التعرف على أثر برنامج ترويجي رياضي مقترح على بعض النواحي البدنية والنفسية للصم والبكم .

**منهج الدراسة :** استخدمت الباحثة المنهج التجريبي .  
**عينة الدراسة :** اشتملت عينة الدراسة على عدد (142) طالبة من الصم والبكم .

**نتائج الدراسة :** والبرنامج يؤثر ايجابيا في تحسين اللياقة البدنية والسمات العصبية والعدوانية والاكتئاب.

## 4- دراسة محجة عبد المعز عطيه (1991).

**عنوان الدراسة :** "العلاقة بين التنشئة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى الأطفال".

**الهدف الدراسة :** ثم اختيار عينة قوامها 50 طفل متوافقين و40 طفل سئ التوافق .

## أهم النتائج :-

أسفرت النتائج عن أن تفوق أمهات الأطفال المتوافقين في دعم أطفالهم ودفعهم للإنجاز أمهات الأطفال سيئ

2. تعمل الرياضة بنشاطاتها المتعددة على محاربة

الاتجاهات غير الاجتماعية والمشاعر النفسية السلبية

3. تمتع هذه النشاطات الرياضية المعاق من العودة إلى العزلة .

4. تنمي النشاطات الرياضية عمليات ضبط النفس و

احترام الذات ، و الثقة بالنفس ، و التعاون والمنافسة

الشريفة ، وهي الصفات الاجتماعية الضرورية .

(230:27)

## كما يشير فؤاد إبراهيم السراج (1986) نقلا عن

جاكسون أند رسون إن " الترويح الرياضي يسهم في

إسعاد الفرد المعاق و في إكسابه صحة عقلية و بدنية و

في ترقية الخلق ، و في رفع الروح المعنوية و الصلابة .

(103:44)

و لممارسة الرياضة أهمية عند المعاق تزيد عن أهميتها

كوسيلة طبية ، و تكمن في إنها توفر للمعاق راحة

نفسية و في حياة المعاق ، لأنها تساعد المعاق على

المستوى البدني والحركي فقط بل على المستوى

النفسي والاجتماعي أيضا(23: 63)

## الدراسات السابقة :-

### 1- دراسة نيلة ميخائيل مكاري (1987).

**عنوان الدراسة :** "أثر الحرمان من الأسرة علي السلوك

الاجتماعي والانفعالي لتلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة

من 9-12 سنة ."

**هدف الدراسة :** التعرف علي اثر الحرمان علي السلوك

الاجتماعي والانفعالي لتلاميذ الطفولة المتأخرة المقيمين

في المؤسسات الرعاية الاجتماعية وترى الأطفال

العاديين في مدارس من نفس المرحلة من 9-12 سنة .

**منهج الدراسة :** استخدمت الباحثة المنهج التجريبي .

**عينة الدراسة :** ثم اختيار عينة الدراسة من الأطفال

المحرومين من الأسرة في المؤسسات وعينة من الأطفال

في أسرهم الطبيعية التي تتراوح أعمارهم ما بين (9-12

سنة ) .

## أهم النتائج :-

توصلت نتائج هذه الدراسة إلي وجود فروق دالة في

بعد الانتماء للجماعة لصالح أطفال الأسرة الطبيعية ، كما

وجدت فروق دالة في أبعاد المقياس الخاص بالسلوك

- السلة ، كرات طبية ، مقاعد سويدية ، حواجز ،  
بالونات ، أحبال ، أعلام ..... الخ .

- استشارة مقياس التوافق الشخصي .  
- الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على مجموعة  
من النزلاء من نفس المجتمع ومن خارج العينة وذلك  
بهدف :

- معرفة الأدوات الموجودة في الدار .
- تحدد العدد المناسب من التلاميذ والتي يمكن  
تطبيق البرنامج الترويحي عليهم .
- مدى مناسبة بعض الأنشطة لمحتوى البرنامج  
لعينة البحث .
- التعرف علي الصعوبات المحتمل مقابلتها خلال  
الدراسة الأساسية لوضع الحلول لها .

- الدراسة الأساسية :

قام الباحثون بتطبيق البرنامج المقترح للمناشط  
الترويحية الرياضية 8 أسابيع في الفترة من 2017.4.1  
إلى 2017-5.26 ف بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع  
وقد بلغ عدد الوحدات الترويحية للمجموعة التجريبية  
(24) وحدة .

التوافق ، والنسبة لبعده العقاب جاء في صالح الأطفال  
سئ التوافق من جهة الأب.

- إجراءات البحث

13- منهج البحث :- أستخدم الباحثون المنهج  
التجريبي ذو التصميم الأحادي بالقياس القبلي والبعدي  
لمجموعة واحدة وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

23- مجتمع البحث :- مثل مجتمع البحث دور رعاية  
الطفل بطرابلس(غوط الشعال ) للمرحلة السنية  
من 18.15 سنة والبالغ عددهم ( 24 ) .

33- عينة البحث :- تم اختيار عينة البحث بالطريقة  
العمدية من الأطفال المحرومين أسريا لنزلاء دار رعاية  
الطفل بمنطقة غوط الشعال بمدينة طرابلس المرحلة  
السنية 18.15 والبالغ عددهم (20) نزيل.

الأدوات المستخدمة في البحث :-

تم استخدام الأدوات التالية :-

- نماذج للصور التوضيحية لبعض الألعاب الصغيرة  
والتمهيدية الخاصة بالبرنامج الترويحي الرياضي .
- بعض الأدوات المساعدة لتنفيذ محتوى البرنامج  
الترويحي مثل (كرات القدم ، كرات اليد ، كرات

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج

استهدف البحث إجراء القياسات القبلية والبعديتين للمجموعتين التجريبية والضابطة في التوافق الشخصي لعينة البحث.  
جدول (1) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في التوافق الشخصي

ن - 15 للمجموعة الضابطة

م	الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة
		س	ع±	س	ع±		
1	الاعتماد على النفس	4.231	0.795	5.376	0.728	1.505	غير دال
2	الإحساس بالقيمة الذاتية	3.546	0.917	4.675	0.869	1.443	غير دال
3	الحرية الشخصية	3.392	0.876	3.986	0.631	0.921	غير دال
4	الشعور بالانتماء	4.564	0.925	5.213	0.782	1.145	غير دال
5	المول الأنسحابية	5.442	0.781	4.693	0.849	1.032	غير دال
6	الأعراض الصبية	3.565	0.624	5.812	0.941	0.954	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.701

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية  
والبعدي للمجموعة الضابطة رغم وجود فروق بين الأوساط  
في جميع أبعاد التوافق الشخصي بين القياسين القبلي  
الحسابية إلا أنها كانت فروقا عشوائية غير دالة احصائيا

جدول (2) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في التوافق الشخصي للمجموعة التجريبية. ن = 15

م	الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
1	الاعتماد على النفس	5.534	0.927	8.897	0.786	13.765	دال
2	الإحساس بالقيمة الذاتية	4.657	0.574	9.456	0.698	18.725	دال
3	الحرية الشخصية	3.893	0.783	8.939	0.835	20.327	دال
4	الشعور بالانتماء	4.565	0.678	11.672	0.782	16.982	دال
5	الميول الأنسحابية	5.656	0.564	10.679	6.983	19.548	دال
6	الأعراض الصبية	4.657	0.768	9.639	0.897	26.893	دال

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

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة  
إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في جميع  
أبعاد التوافق الشخصي للمجموعة التجريبية  
لصالح القياس البعدي .

جدول (3)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق في القياس البعدي في التوافق الشخصي للمجموعتين التجريبية والضابطة ن=15

م	الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
1	الاعتماد على النفس	8.795	0.867	4.897	0.976	14.765	دال
2	الإحساس بالقيمة الذاتية	8.657	0.974	6.456	0.898	13.725	دال

3	الحرية الشخصية	9.763	0.983	4.939	0.885	11.327	دال
4	الشعور بالانتماء	7.565	0.695	3.672	0.732	12.982	دال
5	الميل الأنسحابية	11.656	0.964	4.679	6.963	11.548	دال
6	الأعراض الصبية	9.657	0.987	6.639	0.895	20.893	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 = 1.701

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في جميع أبعاد التوافق الشخصي بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية . مناقشة النتائج :

- يتضح من نتائج الجدول (3) الخاص بالوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق في القياس البعدي في التوافق الشخصي للمجموعتين التجريبية والضابطة ، وقد أشارت النتائج الى وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد التوافق الشخصي لأفراد عينة البحث لصالح المجموعة التجريبية . تجريبية

- أما بالنسبة لتأثير برنامج الأنشطة الترويجية على أبعاد التوافق الشخصي فقد أشارت نتائج جدول (3) الى وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في متغير الاعتماد عن النفس لصالح المجموعة التجريبية حيث تعني أن الفرد يقوم بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام به . بدون الاستعانة بغيره مع قدرته على توجيه سلوكه دون خضوعه ي ذلك لأحد غيره ، وهذا يتفق مع دراسة سهام خطاب (1977) حيث أوضحت أن الاعتماد على النفس من الأهداف الهامة للتلاميذ.

- ويتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في متغير الإحساس بالقيمة الذاتية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ، ويتضمن شعور الآخرين بتقديره وأنه قادر على تحقيق النجاح ، وهذه النتائج تتفق مع دراسة مكلي (1977) الذب توصل إلى وجود علاقة ارتباطية بين إحساس الطلاب بالقيم الذاتية والثقة بالنفس وإعداد البرنامج المهني بصورة تجعلهم يتمكنون من أداء مهامهم التعليمية بكفاءة عالية .

- ويتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في متغير الحرية الشخصية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ، حيث تعني أن الفرد يشعر بحرية توجيه سلوكه وكذلك حرية الفرد في تقدير سلوكه وأنه يستطيع أن يضع خططاً مستقبلية .

- ويتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في متغير الشعور بالانتماء بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهذا يعني أن الفرد يشعر بأنه مرغوب فيه من قبل الآخرين المحيطين به وأهم يتمنون له الخير ، وهذا ما يشير إليه يشير صموئيل مغاريوس الى أننا لا نستطيع أن نستغني عن الانتماء الى جماعة أو أكثر من الناس .

- يتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في متغير الميل الأنسحابية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهذا يعني التحرر من الميل إلى الانفراد أو الانطواء ، كما تشير ثناء عبد الباقي (1982) الى أن عملية التوافق السليم تتحقق من خلال العمل مع الجماعة وتوجيه انتباه الفرد مباشرة إلى علاقته مع الآخرين حتى يتعد عن العزلة والانطواء .

- يتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في متغير الأعراض العصبية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ، وهذا يعني خلو الفرد من الأعراض الجسمية كققدان الشهية وعدم القدرة على النوم والشعور بالتعب باستمرار .

واستناداً إلى ما سبق يرى الباحثون أن التوافق الشخصي بأبعاده المختلفة قد تأثر بما تضمنه البرنامج المقترح للأنشطة الترويجية الرياضية ، وهذا ما يحقق الفرض الذي ينص على انه توجد فروق دالة إحصائية للتوافق الشخصي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

#### الاستنتاجات والتوصيات

في ضوء المعالجات الإحصائية ومناقشة النتائج ، وفي نطاق طبيعة البحث توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية :

1- للبرنامج الترويجي الرياضي أثر إيجابي على التوافق الشخصي للأفراد العينة بأبعاده المختلفة ( الاعتماد على

2- يوصي الباحثون بإجراء عدد من الاختبارات النفسية والرياضية التي تقيس التوافق الشخصي وتطبيقها على أفراد دار الرعاية .  
3- التأكيد على تشجيع أفراد دار الرعاية للاشتراك في البرامج الترويجية الرياضية ، لما لها من آثار إيجابية على مستوى توافقهم الشخصي .  
4- زيادة البرامج الترويجية الرياضية لهذه الفئة وذلك لخلق إنسان معتدل نفسياً وصحياً .  
5- إجراء أبحاث مشابهة لمراحل سنوية مختلفة عن المرحلة التي تناولتها هذه الدراسة

### المراجع :

- 10- كامل طه الوي (2001): محاضرات علم النفس الرياضي ، لطلبة الماجستير ، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد .
- 11- محمد المحامي ، عائدة عبد العزيز (1998) : الترويج بين النظرية والتطبيق ، دار الفكر للنشر ، القاهرة.
- 12- محمد فؤاد البهي (1994) : الاسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة ( ) ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 13 - محمد مدحت ابوبكر الصديق ( 1999 ) : استخدام الدراما النفسية في خدمة الفرد ومواجهة المشكلات الاجتماعية والنفسية لأطفال المؤسسات الإيوائية، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان .
- 14- منذر عرفات زيتون وآخرون(2005): الصحة والعنف ، المجلس الوطني لشؤون الأسرة ، الأردن .
- 15- محجة عبد المعز عطية (1991): العلاقة بين التنشئة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى الأطفال رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب جامعة عين شمس ، القاهرة .
- 16- هبة لطفي سعد ( 1995): دراسة مقارنة لسلوك الانفعالي لممارسي بعض الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية من 9 - 11 سنة رسالة غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية . .
- 17- نبيلة ميخائيل مكاري (1987) : أثر الحرمان من الأسرة على السلوك الاجتماعي والانفعالي لتلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة من 9 - 12 سنة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الإسكندرية .

- النفس ، الإحساس بالقيمة الذاتية ، الحرية الشخصية ، الشعور بالانتماء ، الميول الأنسحابية ، الأعراض العصبية ) .
- 2- وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في التوافق الشخصي بأبعاده المختلفة لصالح المجموعة التجريبية .
  - 3- وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في التوافق الشخصي للأفراد عينة البحث .
  - 4- وجود فروق دالة إحصائية بين أبعاد التوافق الشخصي في القياس البعدي للمجموعة التجريبية للأفراد عينة البحث .
- تانيا: التوصيات
- 1- يوصي الباحثون بتطبيق البرنامج الترويجي الرياضي على الأفراد دار الرعاية لما له من دور فعال في رفع مستوى توافقهم الشخصي .
  - 1- إبراهيم رحومة زايد (1984) : المعاقون ومجالات الأنشطة الرياضية المنشأة العامة للنشر ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية .
  - 2- امال محمد فوزي (1991): تأثير برنامج ترويجي رياضي مقترح على بعض النواحي البدنية للصم والبكم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية
  - 3- أمين أنور الخولي (1996): الرياضة والمجتمع ، عالم المعرفة الكويت .
  - 4- تهاني عبد السلام محمد (1993): أسس الترويج والتربية ، الطبعة الأولى ، دار المعارف ، القاهرة .
  - 5- حامد عبد السلام زهران (1972): علم النفس والنمو ، الطبعة الثانية علم الكتب ، القاهرة.
  - 6- حسناء الحمزاوي (1998): دراسة الأنشطة الرياضية في مساعدة المعاق على الاندماج الاجتماعي والتكيف المهني ، بحت منشور ، مجلة وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ، العراق
  - 7- دليلة رفيق ديمتري (1997): برنامج مقترح للتربية الموسيقية لتقويم سلوك الطفل المحروم اسريا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان .
  - 8- علي الفاندي وآخرون (1983): الترويج لشعب التربية الرياضية بمعاهد المعلمين والمعلمات ، المنشأة العامة للنشر والتوزيع والإعلان ، طرابلس ، ليبيا .
  - 9 - عواطف عبده بيومي (1996) : التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الأطفال المحرومين وغير المحرومين من الرعاية الوالدية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة جامعة عين شمس .

## الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

د. منتصر ابو بكر المغربي

د. منى رجب الدهماني

د. سعاد سعيد العزالي

### ملخص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي من الفصل الرابع الى السابع ، لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وقد اشتملت الدراسة على عينة بحث متكون من (67) وقد تم استخدام المنهج الوصفي لتحقيق أهداف البحث ، وقد تم تصميم مقياس متكون من مقياسين المقياس الأول للتعرف على الاتجاهات الصحية واحتوى على محورين المحور الأول الاتجاهات الغذائية ، والمحور الثاني الاتجاهات الصحية، والمقياس الثاني للتعرف على السلوك الصحي واشتمل على المحور الأول السلوك الصحي للغذاء ، والمحور الثاني السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية ، وقد كانت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب فصول الخامس والسادس والسابع في الاتجاهات الصحية ، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب الفصل الخامس والسادس والسابع في السلوك الصحي كما أوضحت النتائج بوجود علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب الفصل الخامس والسادس والسابع ، وبأن الاتجاهات الصحية لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي ينتج عنها الاهتمام بالصحة الشخصية ، وأيضاً بالنسبة للسلوك الصحي لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي ينتج عنها الصحة الشخصية . وكانت أهم التوصيات التركيز على الجوانب الصحية في مناهج التربية البدنية وتوظيفها في التأكيد على العادات والسلوكيات الصحية السليمة ، الاهتمام بنشر الثقافة الصحية وأثرها الإيجابي على الصحة العامة.

### المقدمة ومشكلة البحث:

يتقدم المجتمع بسلوك أفراد الذين يتعاونون ببذل قصارى جهدهم للإسهام في هذا التقدم و انطلاقاً من ذلك تنادى التربية الحديثة كما تنادى الفلسفات الاجتماعية والسياسية التي تعيش المجتمعات في إطارها اليوم بحق كل فرد أن يقدم له المجتمع خدمات تربية وتعليمية وصحية تساعد على النمو البدني السليم للوصول إلى أقصى مدى تؤهله له إمكانياته (3 : 4)

والتربية الصحية هي عملية يتحقق عن طريقها اشتراك الفرد في حل مشاكله الصحية وهي بهذا مرتبطة كل الارتباط كما أنها جزء لا يتجزأ من البرنامج الموضوع للصحة العامة للمجتمع و يتحقق أيضاً عن طريقها تغيير سلوك الأفراد واتجاهاتهم الى أنواع من السلوك و الاتجاهات التي تساعد في الوقاية من الأمراض و الارتقاء بالمستوى الصحي و المحافظة على الصحة . (6: 12)

و الاتجاهات عبارة عن استعداد للاستجابة للمواقف او الأفراد او الأشياء او الأفكار بطريقة معينة وهي في العادة مكتسبة و تتحكم في الفرد عند الاستجابة فكل منا يشعر شعوراً إيجابياً او سلبياً نحو أطعمة معينة أو رياضة من الرياضات او مبدأ من المبادئ و هذا الشعور او الوجدان هو ما نطلق عليه اتجاهها نفسياً (5: 77)

ويضيف علاء الدين محمد عليوة (1997) إلى أن معرفتنا لخصائص الاتجاهات ومعتقدات الإنسان و الدور الذي تلعبه في شخصيته إلى جانب كبير من الأهمية بالتنبؤ بالسلوك لذلك من الضروري أن نعلم شيئاً عن هذه المعتقدات و الاتجاهات وعن العمليات التي

تؤدي الى تغييرها وتبديلها بعد تكوينها وحتى يمكن التحكم فيها و العمل دائماً على تربية الاتجاهات الصالحة لدى الأفراد . (9 : 218)

بعد السلوك الصحي جزءاً من الإدراك الواعي من الرعاية الصحية الذاتية و الذي يعنى بتحسين السلوك ويشتمل على مجموعة من الخبرات المنظمة و المصممة لتسهيل و تعزيز صحة الأفراد و الجماعات و المجتمع ، فهو بالتالي سلوك توافقي تكون انعكاساته على صحة الفرد و المجتمع ، فالسلوك الصحي عند بعض الأفراد او الجماعات قد لا يكون كذلك عند بعضهم الآخر ، فقد أكدت بعض الدراسات أن التنشئة الاجتماعية و الأعراف و المعايير الاجتماعية تؤدي دوراً أساسياً في تحديد طبيعة السلوك الصحي وتفاوتته من بيئة الى أخرى ( 18 : 137-198)

إن جهل الإنسان بالسلوك الصحي السليم يرجع الى عدم معرفة الفرد للعادات و الاتجاهات الصحية التي تقويه و تقى غيره من الأمراض. (10 : 10)

ويشير السلوك الصحي إلى تلك التصرفات العلنية او الخفية التي ينبغي اكتسابها و تزويدها للأطفال و الشباب فيما يتعلق بصحتهم وصحة مجتمعهم (13 : 139)

و هناك العديد من العوامل و التي تساهم في تكوين السلوك الصحي لدى الفرد واهم هذه العوامل ( الثقافة الصحية ، البيئة الصحية المحيطة به ، وكذلك الخدمات الصحية التي تقدم له و العادات و التقاليد). (14 : 163)



1- دراسة علاء الدين محمد عليوة (1991) ( 8 ) بعنوان الاتجاهات الصحية و علاقتها بالتوافق الصحي الانفعالي لطلاب كلية التربية الرياضية ، و استخدم المنهج الوصفي و طبقت على عينة بلغت 200 طالب ، و أظهرت النتائج ليس هناك علاقة بين الاتجاهات الصحية و التوافق الصحي لطلاب الصف الرابع ، و هناك ارتباط ذو دلالة معنوية بين الاتجاهات الصحية الثلاثة و التوافق الانفعالي لطلاب الصف الرابع بالكلية .

2- دراسة سامر رضوان وكونارد ريشكة (2001) (4) بعنوان السلوك الصحي و الاتجاهات نحو الصحة ، استخدم المنهج الوصفي المقارن و طبقت على عينة سورية بلغت 300 طالب و طالبة و عينة ألمانية بلغت 413 طالب و طالبة ، و أظهرت نتائج المقارنة وجود فروق بين الذكور و الإناث في مجال المشكلات الصحية و وجود مشاكل صحية لدى الفتيات الألمانيات أكثر من الإناث السوريات .

3- دراسة مازن عبد الهادي و آخرون (2008) ( 11 ) بعنوان السلوك الصحي و اتجاهاته لدى الرياضيين من لاعبي الدرجة الأولى في الألعاب (كرة القدم ، كرة السلة ، كرة اليد) في العراق موسم 2007 - 2008 م بلغت العينة 140 لاعبا و أظهرت النتائج انخفاض واضح في نسبة أفراد العينة الذين يحافظون على الممارسات الصحية الإيجابية (القوام ، النوم ، الوقاية من الشمس ) و عدم التزام نسبة عالية من اللاعبين بالعادات الصحية للتغذية و الطعام .

4- دراسة ناجية شلابي و حميدة شنيينة (2013) (16) بعنوان المدركات الصحية و الغذائية لطلبة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة جامعة طرابلس ، تم استخدام المنهج الوصفي المسحي على عينة بلغت 150 طالبا من منتسبين و غير منتسبين الأندية ، و أظهرت النتائج أدراك الطالب لأهمية الوعي الغذائي و ضرورة تناول الوجبات بصورة منتظمة و إدراك الطالب بأهمية الأكل الصحي و النظافة الشخصية و دور ذلك في الوقاية من الأمراض .

5- دراسة إسمايل احمد الحارثي (2014) ( 1 ) بعنوان مستوى السلوك الصحي لطلاب جامعة ام القرى في ضوء بعض المتغيرات ، استخدم المنهج الوصفي المسحي و المنهج المقارن حيث بلغت حجم العينة 1200 طالبا، و أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العديد من المتغيرات .

#### إجراءات البحث :

#### منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع البحث : طلبة و طالبات قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي

و يعرف السلوك الصحي بأنه كل ما يصدر عن الفرد من اتجاهات أو أقوال أو أفعال ترتبط بممارسته الصحية . ( 12 : 9 ) و نظرا لأهمية هذه المرحلة حيث انها تمثل شريحة كبيرة من المجتمع ، لنا فمن الواجب استثمار هذه الطاقات عبر التقليل من هدرها و تكامل شخصيتها من جميع المهارات اللازمة و كون مجتمعا مر بظروف وتحديات كبره فانه يتحتم علينا دراسة كل المتعلقات بهؤلاء الطلاب ضمن فلسفة التربية الحديثة ، حيث ان شخصية الطالب في الجامعة تتوقف على حسن سلوكه اثناء حياته العملية و تلعب الثقافة الصحية دورا ايجابيا في صقل بقية الصفات و تعزيز الفرد في البحث عن متغيرات ايجابية مع هذه الاتجاهات ، و من خلال عمل الباحثون في مجال التدريس بالجامعة لوحظ انخفاض مستوى التحصيل العلمي و عدم التركيز و ظهور علامات التعب و السهر و ممارسات الطلاب لبعض العادات و السلوكيات الخاطئة اثناء المحاضرات مما اثر سلبا على قدرة الاستيعاب و سير العملية التعليمية الأمر الذي دفع الباحثون إلى إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الاتجاهات الصحية و السلوك الصحي للطلاب حيث يتم تعزيز الإيجابيات نحو الاتجاهات و السلوكيات الصحية و تعديلها و تغييرها و التغلب على السلبيات و محاولة الوصول الى الصحة المثالية و زيادة الوعي و الثقافة الصحية و الوقاية من الأمراض .

#### أهداف البحث

- التعرف على الاتجاهات الصحية لطلاب قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي .

- التعرف على السلوك الصحي لطلاب قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي .

- التعرف على العلاقة بين الاتجاهات الصحية و السلوك الصحي لطلاب قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي .

#### فروض البحث

- يوجد اختلاف في الاتجاهات الصحية لطلاب قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي .

- يوجد اختلاف في السلوك الصحي لطلاب قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي .

- توجد علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية و السلوك الصحي لطلاب قسم إعادة التأهيل و العلاج الطبيعي .

#### التعريف بأهم المصطلحات المستخدمة في البحث

#### - الاتجاهات الصحية :

بأنها درجة استجابة الفرد الإيجابية او السلبية نحو الموضوعات او المعلومات التي تتعلق بصحته و صحة الآخرين و تتأثر بالتالي بالبيئة التي تثير هذه الاستجابة. ( 7 : 25 )

#### - السلوك الصحي :

التصرف الصحي السليم للأفراد في المواقف الصحية المختلفة فيما يتعلق بصحتهم الشخصية و صحة المجتمع ككل . ( 2 : 49 )

#### الدراسات المرتبطة :



عينة الدراسة : الفصول الخامس ، السادس ، السابع من  
طلبة وطالبات قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي للعام

الدراسي ربيع 2017 والجدول رقم (1) يبين توصيف عينة  
البحث .

جدول رقم (1) التوصيف الإحصائي لعينة الدراسة لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي (ن = 67)

الانحراف الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة			الإحصائيات
			السابع	السادس	الخامس	
0.29	0.77	1.84	15	26	26	القيم

لاستارة المقياس ، درجة الاتفاق على مناسبة عبارات كل  
مفردة في كل محور من المقياس .

وقد أسفر على ذلك تعديل في المحاور وبعض العبارات وعلى  
اختيار ميزان التقدير ومن ثم ظهر المقياس في صورته النهائية .

#### ثبات أداة البحث :

الدراسة الاستطلاعية : قام الباحثون بإجراء دراسة  
استطلاعية على عينة عشوائية من مجتمع البحث خارج عينة  
البحث الأساسية من طلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج  
الطبيعي وعددها ( 10 ) ، ثم قاموا بإعادة التجربة على نفس العينة  
بعد 10 أيام من التطبيق الأول وذلك بهدف تأكيد ثبات استارة  
المقياس ( أداة البحث ) ، قام الباحثون بطريقة احتساب  
المعامل الاحصائي الذي حدده كرونباخ للثبات وهو (0.70)  
وعند استخدام معادلة ( الفا ) التي تنص على أن قيمة من  
(0.70) فابر داله احصائيا وتعبر عن وجود ثبات المقياس  
المستخدم في الدراسة وقد كانت نتيجة الثبات عالية .

قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية  
وعلوم الرياضة (ن=10)

من خلال قراءة الجدول رقم (1) للتوصيف الإحصائي لعينة  
الدراسة لطلاب الفصل (الخامس -السادس -السابع) يتضح أن  
جميع القيم الخاصة بمعامل الالتواء قريبة من الصفر والتي بلغت  
(0.29) والتي تشير إلى اعتدالية هذه القيم.

وسائل جمع البيانات : تم إعداد مقياس من قبل الباحثون ،  
اشتمل هذا المقياس على أربع محاور الاتجاهات الغذائية ،  
الاتجاهات الصحية ، السلوك الصحي للغذاء ، السلوك الصحي  
نحو الصحة الشخصية . بتقدير ثنائى كأداة رئيسية لجمع البيانات  
بغرض تحقيق الهدف مما والوصول للإجابة على التساؤلات .

الصدق الظاهري ( صدق المحكمين ) قام الباحثون بعرض  
المقياس على المحكمين من ذوي الاختصاص الأكاديمي وعددهم ( 10 )  
محكمين وذلك لتأكيد صدق المقياس ظاهريا لان تكون  
ملائمة لمقياس الهدف الذي تم تصميمها من اجله بشكل حقيقي  
بالإضافة الى مناسبة التقديرات الثلاثية المقترحة نعم ، لا ،  
أحيانا . تم إجراء المعاملات الإحصائية الخاصة بدرجة الاتفاق  
والاختلاف بين المحكمين لها حول درجة التفاف على المحاور  
والجدول رقم (2) يبين معامل الصدق والثبات بين مقياس  
الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي والدرجة الكلية لطلبة

جدول رقم (2) معامل الصدق بين درجات محاور مقياس الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي والدرجة الكلية لطلبة قسم

إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (ن=10)

الدرجة الكلية للمقياس	أبعاد المقياس				الابعاد والمحاور
	السلوك الصحي		الاتجاهات الصحية		
	السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية	السلوك الصحي	اتجاهات الصحة الشخصية	الاتجاهات الغذائية	
0.81 **	0.80 **	0.83 **	0.80 **	0.76 **	معامل الارتباط
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	مستوى الدلالة

يتضح من الجدول رقم (2) أن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لاستمارة التقييم وأبعاد الاتجاهات الصحية قد تراوحت من (\*\* 00.76) إلى (\*\* 0.80) والدرجة الكلية، وأبعاد السلوك الصحي قد تراوحت من (\*\* 0.80) إلى (\*\* 0.83)

الجدول رقم (3) معامل الثبات بين درجات محاور مقياس الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي والدرجة الكلية لطلبة قسم إعادة التأهيل

والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . (ن=10)

الدرجة الكلية للمقياس	أبعاد المقياس				الاحصاء
	السلوك الصحي		الاتجاهات الصحية		
	السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية	السلوك الصحي	اتجاهات الصحة الشخصية	الاتجاهات الغذائية	
0.92	0.93	0.89	0.91	0.84	معامل الثبات (الفأكرونباخ)

لثبات وهو (0.70)، وعند استخدام معادلة (الفأ) والتي

تنص على أن أي قيمة من 0.70 فأكثر دالة إحصائياً وتعتبر

عن وجود ثبات للمقياس المستخدم للدراسة

تم استخدام المعالجات الإحصائية باستخدام المعامل

الإحصائي ( spss )

- معامل الفأكرونباخ - تحليل التباين - المتوسط الحسابي -

الانحراف المعياري .

عرض النتائج :

يتضح من الجدول رقم (3) لإيجاد معامل الثبات لمقياس

الاتجاهات الصحية وعلاقته بالسلوك الصحي أن جميع

معاملاتها دالة إحصائياً مقارنة بالمعيار الذي حدده كرونباخ

الدراسة الأساسية : قام الباحثون بإجراء الدراسة المسحية

وذلك بتطبيق المقياس أداة البحث على عينة البحث وهم

طلبة وطالبات قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي الفصول

من الفصل الخامس إلى الفصل السابع للعام الدراسي ربيع

2017 ، والحصول على استجاباتهم كاملة على المقياس .

المعالجات الإحصائية :

جدول رقم (4)

اختبار تحليل التباين في الاتجاهات الصحية لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

(ن=67)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	28.854	2	14.427	2.709	0.07
داخل المجموعات	340.818	64	5.325		
الاجمالي	369.672	66			

يتضح من الجدول رقم (4) والخاص بتحليل التباين لمقياس الاتجاهات الصحية عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب

الفصول (الخامس-السادس-السابع) كما أظهرته قيمة مستوى الدلالة التي بلغت (0.07).

## جدول رقم (5)

اختبار تحليل التباين في السلوك الصحي لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (ن=67)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	3.246	2	1.623	0.322	0.73
داخل المجموعات	323.023	64	5.047		
الاجمالي	326.269	66			

يتضح من الجدول رقم (5) والخاص بتحليل التباين بين طلاب الفصول (الخامس-السادس-السابع) كما أظهرته قيمة مستوى الدلالة التي بلغت (0.73).

## جدول رقم (6)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ومعامل الارتباط ومستوى الدلالة للاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (ن=67)

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	السلوك الصحي		الاتجاهات الصحية		الاحصائيات
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
0.00	0.419 **	2.23	36.90	2.37	45.63	القيم

يتضح من الجدول رقم (6) أن مستوى دلالة الاختبار (0.00) وهي أقل من مستوى المعنوية عند درجة (0.05)، وبهذه النتيجة نستنتج أن هناك علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب الفصل الخامس والسادس والسابع.

## جدول رقم (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والدرجة الكلية والوزن النسبي في محاور الاتجاهات الصحية لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي

بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (ن=67)

ترتيب المحاور	الوزن النسبي	الدرجة الكلية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاحصائيات
الثاني	% 83.69	1742	1.40	21.76	محاور الاتجاهات الصحية
الأول	% 91.80	1742	1.57	23.87	الاتجاهات الغذائية
					اتجاهات الصحة الشخصية

يتضح من الجدول رقم (7) إن الاتجاهات الصحية لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي يتجه إلى الاهتمام بالصحة الشخصية كما يتبين من الوزن النسبي الذي يؤشر إلى (91.80 %).

### جدول رقم (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والدرجة الكلية والوزن النسبي في محاور السلوك الصحي لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (ن=67)

ترتيب المحاور	الوزن النسبي	الدرجة الكلية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاحصائيات محاور السلوك الصحي
الثاني	% 79.30	1474	1.29	17.45	السلوك الصحي للغذاء
الأول	% 88.39	1474	1.66	19.45	السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية

الصحي نحو الصحة الشخصية كما يتبين من الوزن النسبي الذي يؤشر إلى (88.39%)

يتضح من الجدول رقم (8) إن السلوك الصحية لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي يتجه إلى الاهتمام بالسلوك

### مناقشة النتائج:

بعد عرض النتائج قام الباحثون بمناقشة وتفسير النتائج على ضوء أهداف وفروض البحث للعينة قيد البحث (طلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي):

وللإجابة عن الفرض الأول بوجود اختلاف في الاتجاهات الصحية لطلاب الفصل الخامس، والسادس، والسابع بقسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بطرابلس، يتضح من الجدول رقم (4) لاختبار تحليل التباين للعينة قيد البحث أن قيمة (ف) المحسوبة بلغت (2.709) وبمستوى دلالة (0.07)، وهي أكبر من مستوى دلالة (0.05) والتي تشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب العينة قيد البحث. ويعزى الباحثون عدم وجود اختلاف في الاتجاهات الصحية بين طلاب العينة قيد البحث، تقارب وسلوك وعادات الأفراد لتعزيز صحتهم هو أحد أهداف التربية الصحية، وبالرجوع إلى الجدول رقم (5) عن اختبار تحليل التباين في السلوك الصحي لطلاب الفصل الخامس، والسادس، والسابع بقسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بطرابلس، بغرض الإجابة عن الفرض لثاني، والذي يفترض فيه الباحثون وجود اختلاف في السلوك الصحي لطلاب العينة قيد البحث، حيث أشارت قيمة (ف) المحسوبة إلى (0.322)، وبمستوى

العمر الزمني، ودراساتهم بقسم علمي واحد، وتقاسمهم لمحتوى المنهج الدراسي بين الفصول الدراسية المتتالية (الخامس، السادس، والسابع)، وهذا يتضح في عدة دراسات سابقة تشير إلى أن اختلاف العمر الزمني، والبيئة، والأسرة، والتربية لها دور فعال في الاتجاهات الصحية للفرد، والمشار إليها في دراسة PaulR (1976) (19) بأن المعلومات الصحية المكتسبة من المواد الدراسية من الممكن أن ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالاتجاهات الصحية، وأيضاً دراسة كل من علاء الدين محمد عليوة (1991) (8)، و Will goose (1992) (20) والتي أكدت على أهمية البيئة والظروف الاجتماعية، وأسلوب الحياة اليومية، والبرامج التعليمية المحيطة بالطلاب، وعلاقتها باتجاهاتهم الصحية، وأكدت مرفت رخا وآخرون (2009) (15)، أن تغيير الاتجاهات

دلالة (0.73)، وهي أكبر من مستوى (0.05)، والتي تعني أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي.

هذا ما يعزى الباحثون إلى أن طلاب العينة قيد البحث يكتسبون نفس ثقافة السلوك الصحي بحكم أسلوب العيش الواحد، وطبيعة العمل والثقافة الحياتية العامة المشتركة والمنبثقة من نفس المكان والزمان، حيث يشر السلوك الصحي إلى تلك التصرفات العلنية أو الخفية التي ينبغي

لا يوجد اختلاف في الاتجاهات الصحية، وأيضاً في السلوك الصحي على مستوى طلاب الفصل الخامس، والسادس، والسابع بقسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بطرابلس، في حين أثبت البحث وجود علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب العينة قيد البحث، وفي سياق التعرف على الاتجاهات الصحية اتضح اهتمام الطلاب بالصحة الشخصية، ومن حيث السلوك الصحي كان الاهتمام في اتجاه السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية.

#### الاستنتاجات :

من واقع البيانات والنتائج التي توصل إليها الباحثون وفي ضوء المعالجات الإحصائية لهذه البيانات وفي حدود أهداف و تساؤلات هذا البحث والعينة والمنهج المستخدم وإجراءاته تم التوصل إلى النتائج التالية :-

- 1- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب فصول ( الخامس والسادس والسابع ) في الاتجاهات الصحية .
- 2- عدم وجود فروق دالة إحصائية في السلوك الصحي لطلبة الفصل الخامس والسادس والسابع لطلبة قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي في السلوك الصحي .
- 3- وجود علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب الفصل الخامس والسادس والسابع .
- 4- إن الاتجاهات الصحية لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي يتجه نحو الاهتمام بالصحة الشخصية.
- 5- إن السلوك الصحي لطلاب قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي يتجه نحو الصحة الشخصية .

#### التوصيات :

##### يوصى الباحثون بالاتي

- 1- إجراء بحوث علمية تعنى بالصحة الشخصية والسلوك الصحي .
- 2- عقد ورش عمل وندوات تهتم بالاتجاهات نحو الاهتمام بالتغذية الصحية والسلوك الصحي والصحة الشخصية .
- 3- التركيز على الجوانب الصحية في مناهج التربية البدنية وتوظيفها في التأكيد على العادات والسلوكيات الصحية السليمة
- 4- الاهتمام بنشر الثقافة الصحية وأثرها الإيجابي على الصحة العامة .

1- إسما عيل احمد الحارثي 2014 : مستوى السلوك الصحي

لطلاب جامعة ام القرى في ضوء بعض المتغيرات، رسالة

ماجستير ، جامعة ام القرى ، السعودية .

أكسابها وتزويدها للأطفال والشباب، والتي تتفق مع دراسة علاء الدين محمد عليوة (1984) (7)، أن هناك فرق بين تلاميذ الريف والحضر في بيئة المدرسة وما يتوفر فيها، ويشير أنها من العوامل التي يرتب عليها التأثير في اتجاهات وسلوك التلاميذ وتؤثر عملية التدريس على مدار السنوات التدريسية في العادات والسلوكيات الصحية، ودراسة محمد السيد أمين (1986) (12) التي تذكر أنه يختلف سلوك الفرد تبعاً لاختلاف طبيعة العمل وقد أكدت مرفت رخا وآخرون (2009) (15) على أهمية التوعية الصحية والسلوك الصحي وعلى أن صحة الجسم تعتمد على البيئة التي يعيش فيها، وهذا ما يؤكد أن اختيار عينة البحث ذات أسلوب عيش ومكان وزمان مختلف يؤدي إلى اختلاف في السلوك الصحي المكتسب. وللإجابة عن الفرض الثالث بوجود علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب الفصل الخامس، والسادس، والسابع بقسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي، يتضح من الجدول رقم (6) الذي يبين أن معامل الارتباط بلغ (\*\* 0.419) وبمستوى دلالة بلغت (0.00)، وهي أقل من مستوى دلالة (0.05)، والتي تشير إلى أن هناك علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب العينة قيد البحث. ويفسر الباحثون وجود علاقة ارتباط بين الاتجاهات الصحية والسلوك الصحي لطلاب عينة البحث هو تقارب مستوى المعلومات العلمية المتحصل عليها الطلاب، وأسلوب طبيعة العمل والعيش، وهذا يتفق مع دراسة نادية محمد رشاد (2000) (17) وتأكيداً على إمداد الطلاب بالمعلومات العلمية المتكاملة للتربية الصحية وذلك للتوعية الطلبة بالمفاهيم الصحية والاهتمام بالصحة الشخصية والسلوك الصحي، ودراسة ناجية شلابي وحميدة شنيينة (2013) (16) والتي تؤكد على دور المحاضرين في الكلية من خلال المحاضرات للتوعية والتنقيف الصحي للطلاب. وفي هذا الصدد أراد الباحثون التعرف على الاتجاهات الصحية لطلاب الفصل الخامس، والسادس، والسابع بقسم إعادة التأهيل

والعلاج الطبيعي لمحورين مقياس الاتجاهات الصحية والمتمثلات في محور الاتجاهات الغذائية، ومحور اتجاهات الصحة الشخصية، والتي تم دراستهم في الجدول رقم (7) والذي يتضح فيه أن اتجاه طلاب العينة قيد البحث جاء لصالح محور الاتجاهات الصحية، وبوزن نسبي للمحور بلغ (91.80 %). وفي نفس السياق أردنا التعرف على السلوك الصحي لطلاب الفصل الخامس، والسادس، والسابع بقسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي لمحورين مقياس السلوك الصحي والمتمثلان في محور السلوك الصحي الغذائي، ومحور السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية، والتي تم دراستهم في الجدول رقم (8) والذي يتضح فيه أن سلوك طلاب العينة قيد البحث جاء لصالح محور السلوك الصحي نحو الصحة الشخصية، وبوزن نسبي للمحور بلغ (88.39 %). وما سبق يتضح أنه

#### المراجع :

- 11- مازن الهادي و اخرون 2008: السلوك الصحي و اتجاهاته لدى الرياضيين ، مجلة علوم التربية الرياضية العراق جامعة بابل ، العدد السابع ، المجلد الأول.
- 12- محمد السيد الأمين 1986 : دراسة بعض الأساليب السلوكية المرتبطة بالمجال الرياضي و علاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية و الاثربومترية للأفراد ، رسالة دكتوراه ، جامعة جلوان .
- 13- محمد عبد الخالق ، عصمت عبد المقصود 1981: السلوك الصحي وتدريب الصحة ، دار المعارف ، القاهرة
- 14- محمود عبد الحليم ، عبد الرحمن عبد الباسط 1990 : اتجاهات معلمي التربية الرياضة نحو السلوك الصحي ، علوم و فنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، المجلد الثاني ، العدد الثاني ، مايو .
- 15 - مرفت رخا و اخرون 2009 : التربية الصحية ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- 16- ناجية شلاي ، حميدة شنينة 2013 : المدركات الصحية و الغذائية لطلبة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة ، المؤتمر العلمي الأول ، العدد الأول ، جامعة طرابلس .
- 17- نادية محمد رشاد 2000 : التربية الصحية و الأمان ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- 18- يوسف حسن أبو ليلى ، احمد العموش 2009 : مظاهر السلوك الصحي في مجتمع الإمارات دراسة ميدانية مجلة الشؤون الاجتماعية .
- 2- أمال زكي محمود 1995 : ارتباط السلوك الصحي لطلبات في كلية التربية الرياضية لدراسة بعض المقررات الصحية ، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية للبنين ، بالهرم جامعة حلوان .
- 3- اميمة أمين و أمال الصادق 1985: الخبرات التربوية في دور الحضارة و رياض الأطفال ، مكتبة الانجلو المصرية القاهرة .
- 4- سامر رضوان وكونارد ريشكة 2001: السلوك الصحي و اتجاهاته نحو الصحة ، مجلة الشؤون الاجتماعية العدد 72 .
- 5- سعد جلال 1986 : المرجع في علم النفس ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 6- عصمت عبد المقصود 1990 : التربية الصحية و السلوك الصحي ، الطبعة الثانية ، المؤلف .
- 7- علاء الدين محمد عليوة 1984: اثر اختلاف البيئة على الاتجاهات الصحية لتلاميذ التعليم الاساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية .
- 8- علاء الدين محمد عليوة 1991 :الاتجاهات الصحية و علاقتها بالتوافق الصحي و الانفعالي لطلاب كلية التربية الرياضية ، نظريات وتطبيقات العدد الحادي عشر .
- 9- علاء الدين محمد عليوة 1997: الصحة في المجال الرياضي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 10- فتحى ندا ، مجدى وكوك 1999: التربية الصحية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، الطبعة الثالثة .

### المراجع الأجنبية :

- 19- Paur R. J. 1976 : Physicel Educaion For Children Development Program ,New York .
- 20- Willgoose C.E. 1992 : Health Teaching Secondary School , by w .B.S.CO

## مستويات النشاط البدني لطلبة بعض كليات جامعة طرابلس القاطع (ب)

د. عبدالرزاق البهلول عمر

د. محمد جمعة كريمة

د. خالد محمد حدود

## المقدمة ومشكلة الدراسة .

لقد ساهم التقدم التكنولوجي في تقليل درجة الجهد البدني والحركي عند الإنسان عن طريق الاعتماد على الآلة لإنجاز الكثير من الأعمال اليومية مثل تنظيف البيوت باستخدام الغسالات والذهاب إلى الأعمال اليومية باستخدام السيارات واستخدام المصاعد الكهربائية ، وبالضغط على الأزرار يتم إنجاز هذه الأعمال بضع ثوان ، ومن هنا فقد سلبت القوى الحركية الإنسان كثيراً من الحركات الطبيعية التي كانت في بناءه وتكوينه ، ونتيجة لهذا التقدم التكنولوجي فقد توفر الكثير من الوقت ، ومع ذلك فإنه من المؤسف أن معظم الوقت لم يستغل بالصورة الصحيحة وبالنشاط البدني الملائم لتنمية الجسم ومنها فقد انتشرت الأمراض والتي تعرف بأمراض قلة الحركة والتي منها أمراض البدانة. (4: 190) إن هذا التغيير في نمط الحياة وما يتبعه من انخفاض في مستوى النشاط البدني أدى إلى زيادة الضغوط النفسية وكذلك زيادة الإصابة بأمراض الشرلين والسمنة المفرطة وما يقترن بها من أمراض العصر- مثل السكري وارتفاع ضغط الدم والجلطات القلبية ويؤكد ذلك كل من الكلية الأمريكية للطب الرياضي ACSM (1988) والهزاع (2002) حيث أشاروا إلى ويذكر عبد الرحمن زاهر (2001) أن الأنشطة البدنية تجمع كل المكونات التي تأهل الفرد للعيش بصورة مثيرة ، فهي تضمن جميع الأبعاد المكونة للإنسان السعيد سواء أكانت نفسية أو عقلية أو اجتماعية أو عاطفية أو وجدانية أو بدنية . (3 : 13) .

وتضيف آلين ودع فرج (2000) أن النشاط البدني أصبح في كل دولة يشكل جانباً هاماً لدى الأفراد وفي جميع مراحلهم العمرية ، وأصبح يمثل نظاماً تربوياً واجتماعياً في المجتمع ، كما أصبحت اللياقة البدنية أهمية كبيرة في الحياة بشكل عام نظراً لتأثيرها الملحوظ على تحسين صحة الأفراد ودورها الفعال في تطوير مستوى عامة الناس من خلال الممارسة البدنية الحرة . (1: 54).

وبما أنه يتفق الكثير من العلماء أن ممارسة النشاط البدني من أجل الصحة عامل مهم جداً في الحياة اليومية وليس قاصراً على مرحلة عمرية محددة بل لجميع فئات المجتمع فمرحلة أواسط العمر تحتاج إلى النشاط البدني لما له من أهمية في المحافظة على مستوى اللياقة البدنية العامة والوقاية من زيادة الوزن والأمراض الناتجة عن السمنة ويعد أحد أهم أهداف المجتمعات في شتى دول العالم لما له

الدلائل العملية للعلاقة الوثيقة والمطرودة بين انخفاض مستوى النشاط البدني من جهة وبين كثير من أمراض العصر، لذلك ازداد الاهتمام مؤخراً بالوقاية من هذه الأمراض من خلال ممارسة الأنشطة البدنية في سن مبكرة وخاصة في المؤسسات التربوية (5: 422) (6: 18)

ويشير المزيني (2000) أن الدراسات العلمية الحديثة أكدت على ضرورة ممارسة النشاط البدني خلال مراحل العمر المختلفة من الطفولة وحتى مراحل العمر المتقدمة حيث اتفقت هذه الدراسات على أن التديني في مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة يؤدي إلى بعض مخاطر الإصابة بأمراض القلب والشرابين بما في ذلك ارتفاع ضغط الدم الشرياني وارتفاع نسبة الدهون علاوة على آلام الظهر والعمود الفقري (23: 7).

ويشير بهاء الدين سلامة (2002) إلى أنه قد أجريت بعض البحوث لدراسة العلاقة بين عدم ممارسة النشاط البدني وارتفاع ضغط الدم ، واتضح من نتائج معظم تلك الدراسات أن الأفراد الممارسين يتمتعون بضغط دم منخفض بصرف النظر عن السن. (2: 79).

من ارتباط إيجابي بالعديد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل والنضج الاجتماعي والنمو البدني والصحة البدنية والعقلية وغيرها من المجالات ، ومن أجل إعداد الإنسان السليم السعيد الذي يتمتع بالصحة والعافية عن طريق رفع كفاءته البدنية ليعيش حياة صحية سليمة بعيدة عن الأمراض ، ويتمتع بالقوة والحيوية لمواجهة متطلبات الحياة اليومية .. من هذا المنطلق ظهرت فكرة إجراء هذه الدراسة كحالة من الباحث للتعرف على نسب مستويات النشاط البدني للطلبة الدارسين ببعض الكليات بجامعة طرابلس قاطع (ب) مما يعطينا انطباعاً عن مستويات النشاط البدني لديهم.

**أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة للتعرف إلى :-

1- مستويات النشاط البدني لطلبة بعض كليات جامعة طرابلس القاطع (ب).

**تساؤلات الدراسة :**

تهدف هذه الدراسة للإجابة عن التساؤل التالي :-

1- ماهي نسب مستويات النشاط البدني لطلبة بعض كليات جامعة طرابلس قاطع (ب) ؟ .



إجراءات الدراسة:-  
1- منهج الدراسة :-

2- مجتمع الدراسة:-

اشتمل مجتمع الدراسة على طلبة كليتي الاقتصاد والآداب بجامعة طرابلس قاطع (ب) والبالغ عددهم (12123) طالب.

3- عينة الدراسة :-

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من طلبة كليتي الاقتصاد والآداب للعام الجامعي 2014-2015 حيث بلغ حجم العينة (378) طالب منهم (217) طلبة (161) طالبات ونسبة مئوية قدرها (32.07%) والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (1) التوصيف الإحصائي لعينة الدراسة

	العدد الكلي		الطالبات	
	كلية الآداب	كلية الاقتصاد	كلية الآداب	كلية الاقتصاد
378	41	120	38	179

البدني، إذا تحصلت على أقل من (20) فأنت غير نشط بما فيه الكفاية، ولا بد من زيادة نشاطك البدني.

5- الدراسة الاستطلاعية :-

أقيمت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من 2015/12/21 إلى 2015/12/28 على عينة استطلاعية قوامها (10) طلبة من مجتمع الدراسة وخارج العينة الأساسية لاستخراج معامل الثبات الى (0.86) مما يدل لأداة الدراسة (الاستبيان) حيث قام الباحث بتوزيع الاستبيان على عينة الدراسة لمرتين بفارق أسبوع بين القياس الأول والثاني وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين القياسين كانت قيم معامل الارتباط تتراوح من (0.65) على أناسبيان قياس مستوى النشاط البدني للشباب (25-15) يتمتع بدرجة عالية من الثبات والجدول التالي يوضح قيم الثبات لعبارات الاستبيان.

- الأدوات المستخدمة في الدراسة :

- استبيان قياس مستوى النشاط البدني للشباب (15-25) سنة :-

استخدم الباحث استبيان قياس مستوى النشاط البدني للشباب (15-25) للدكتور الهزاع بن محمد الهزاع. مرفق (1). وتتضمن الاستمارة (8) أسئلة ويقوم الطالب بالإجابة عليها ويتم التقييم لمستويات النشاط البدني وفق الآتي

النتيجة والتقييم :-

إذا تحصلت على (40) درجة فأنت نشيط، استمر على هذا النشاط.

إذا تحصلت على (30-39) درجة فأنت نشيط استمر على الأقل عند هذا الحد من النشاط، إذا تحصلت على (20-29)

درجة فأنت متوسط النشاط، وينصح بزيادة نشاطك

جدول (2) معاملات ثبات عبارات استبيان قياس مستوى النشاط البدني للشباب (15-25) سنة

العبارات	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
معدلات الثبات	0.86	0.65	0.75	0.81	0.76	0.80	0.73	0.86

يتضح من الجدول (2) أن قيم معاملات الثبات تتراوح من (0.65) إلى (0.86) مما يدل على ثبات الاستبيان

6- الدراسة الأساسية :-

بعد التأكد من صلاحية الاستمارة عن طريق إجراء المعاملات العلمية قام الباحث بتوزيع الاستمارة على عينة الدراسة الأساسية في الفترة من 2015/1/10 إلى 2015/1/13 ثم قام النارس بجمع استمارة الاستبيان وتفرغها ووضع الدرجات ثم تبويب النتائج تمهيدا لمعالجتها إحصائيا

7- المعالجات الإحصائية المستخدمة في الدراسة:-

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة بيانات الدراسة باستخدام نظام spss.  
- أقل وأعلى قيمة-المتوسط الحسابي- الوسيط - النسبة المئوية- معامل الارتباط.

عرض النتائج ومناقشتها :-

أولا : عرض النتائج :-

جدول رقم (3) التوصيف الإحصائي للمتغيرات (العمر ومستوى النشاط البدني للطلبة)  
(ن = 217)

أعلى قيمة	أقل قيمة	الوسيط	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية المتغيرات
24	19	18	21	العمر
40	3	17	17.71	مستوى النشاط للطلبة

يتضح من الجدول (3) أن متوسط قيم مستوى النشاط البدني للطلبة (17.71)

جدول رقم (4) التوصيف الإحصائي للمتغيرات (العمر ومستوى النشاط البدني للطالبات)  
(ن = 161)

أعلى قيمة	أقل قيمة	الوسيط	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية المتغيرات
24	18	19	20	العمر
36	1	14	14.89	مستوى النشاط للطالبات

يتضح من الجدول (4) أن متوسط قيم مستوى النشاط البدني للطالبات (14.89)

جدول رقم (5) التوصيف الإحصائي للمتغيرات (العمر ومستوى النشاط البدني للطلبة والطالبات)  
(ن = 378)

أعلى قيمة	أقل قيمة	الوسيط	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية المتغيرات
24	18	19	20	العمر
40	1	15	16.51	مستوى النشاط البدني للطلبة والطالبات

يتضح من الجدول (5) أن متوسط قيم مستوى النشاط البدني للطلبة والطالبات (16.51)

ثانيا : مناقشة النتائج :-

في حدود الهدف والعينة الأساسية للدراسة سيتم مناقشة النتائج وفق بالتساؤل في هذه الدراسة ((ماهي نسب مستويات النشاط البدني لطلبة بعض كليات جامعة طرابلس قاطع (ب) ؟ إذا تحصلت على (30-39) درجة فأنت نشيط استمر على الأقل عند هذا الحد من النشاط.

و سيتم تقييم قيم النشاط البدني لعينة الدراسة على ضوء المستويات الآتية :-  
النتيجة والتقييم :-

إذا تحصلت على (20-29) درجة فأنت متوسط النشاط ،وينصح بزيادة نشاطك لبدني.

إذا تحصلت على (40) درجة فأنت نشيط ،استمر على هذا النشاط.

، و لابد من زيادة نشاطك البدني.

الدراسة وفقا لمعايير تقييم مستويات النشاط البدني نجد بأن جميع المتوسطات تقع في المستوى الأدنى مما يؤكد بأن الفئتين ( الطلبة والطالبات) يتسمون بأنهم غير نشطين بما فيه الكفاية ويحتاجون إلى زيادة نشاطهم البدني .

في القاعات الدراسية ما بين جلوس ووقوف ، زد على ذلك انخفاض ممارستهم لأي أنشطة بدنية خلال الأسبوع مع نمط حياة غير نشط (قلة الحركة) وقضاء وقتا طويلا أمام شاشات التلفزيون واستخدام الحاسوب والانترنت وأساليب الترفيه السلبية في حياتهم اليومية والتي فرضتها الحياة المعاصرة.

الجامعات بالنشاط الرياضي للطلبات حيث لا توجد الصالات الرياضية المغلقة التي تتوفر فيها إمكانية ممارسة الطالبات للأنشطة البدنية خلال اليوم الدراسي مما يساعدهن على التخلص من الإجهاد العقلي العصبي وتعمل على تجديد حيويتهن ونشاطهن.

يتكون لديهم اتجاهات إيجابية نحو اللياقة البدنية وممارسة النشاط البدني.

2- تفعيل دور إدارات النشاط بالجامعة عن طريق إقامة الأنشطة الرياضية داخل الكليات.

لإدماج أكثر عدد ممكن من الطلبة في الأنشطة البدنية.

3- وضع التصورات والمقترحات والتخطيط للمستقبلي لإنشاء وتجهيز الصالات الرياضية المجهزة بالجامعة ووضع البرامج التنفيذية الخاصة بممارسة تلك الأنشطة ، والتي تهدف إلى الرفح من المستوى البدني والصحي للطلبة .

لسن بعد انقطاع الطمث ، نظريات وتطبيقات،

العدد (34) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية

إذا تحصلت على أقل من (20) فأنت غير نشط بما فيه الكفاية

من الجداول (3)(4) (5) والتي توضح قيم متوسطات مستوى النشاط البدني للطلبة نلاحظ أن فئة الطلبة تحصلت على متوسط (17.71) وبالمقابل تحصلت فئة الطالبات على متوسط (14.89) كما تحصلت الفئتان (الطلبة والطالبات) معا على متوسط (16.51) وبمقارنة قيم المتوسطات المتحصل عليها عينة ويعزو الباحث تدني مستويات النشاط البدني لدى عينة الدراسة إلى أن نصيب الطلبة من النشاط البدني بالجامعة معدوما وذلك لعدم وجود ممارسة لأي أنشطة بدنية مخصصة إذ يميلون إلى الخمول والجلوس لساعات طوال خلال اليوم الدراسي حيث يظل الطلبة على ما يقرب من 30 ساعة أسبوعيا بالجامعة

كما يعزو الباحث هذا التدني في نسب متوسطات الطالبات في النشاط البدني إلى أن ظروف الحياة وبعض العادات والتقاليد والعرف في مجتمعنا مازال يؤثر سلباً ويقلل من فرص إقبال الطالبات على ممارسة الأنشطة البدنية ، بالإضافة إلى عدم اهتمام

الاستنتاجات :-

1- انخفاض مستوى النشاط البدني لكل من ( الطلبة والطالبات) ببعض كليات جامعة طرابلس قاطع (ب) ويتسمون بأنهم غير نشطين بما فيه الكفاية ويحتاجون إلى زيادة نشاطهم البدني .

التوصيات :-

1- تنمية الجانب المعرفي للطلبة من خلال إدراج مقر اللياقة البدنية بجميع الكليات لتزويدهم بالمعلومات المتعلقة بمدى الاستفادة من ممارسة الأنشطة البدنية وبالتالي سوف

أولاً : المراجع العربية :

1- ألين وديع فرج ( 2000 ) للياقة الطريق إلى الحياة الصحية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية

2- بهاء الدين سلامة ( 2002 ) الصحة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

3- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ( 2001 ) موسوعة فسيولوجيا مسابقات الرمي ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

4- هدى محمد حسن (1999) أثر برنامج تدريبي ترويجي على بعض المتغيرات النفسية والوظيفية والبدنية للمرأة ثانياً المراجع الأجنبية:-

children and adolescents. Saudi Med J 2002, Vol. 23 (2).

7-Almuzaini, K. (2000).Nutrition and Physical Activity in the Arab Countries of the near East.Based on workshop on Physical Activity in the Arab Countries of the near East. Egypt, 18 – 21.

5-American College of Sport Medicine, (1988) Opinion Statement on Physical Fitness in Children and Youth, Med. Sci. Sport Exercise, 20: 422 – 423.

6-Al-Hazaa, Hazaa. (2002). Physical activity, fitness and fatness among Saudi

## العلاقة بين مستوى الأداء الإداري ومستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الأردن

د . سامر عبد الرسول السعدون .

### مقدمة واهمية الدراسة:

تعد الإدارة هي أساس العمل الناجح في أي مؤسسة رياضية فالإدارة تهدف إلى تحقيق الأهداف بأقل قدر ممكن من الجهد والوقت والمال فان نجاح الهيئات الرياضية سواء كانت اللجنة الاولمبية والاتحادات الرياضية والأندية الرياضية والهيئات الإدارية المختلفة يعزى إلى نجاح الإدارة في هذه المؤسسات وان فشلها يعزى إلى الإدارة

ويشير عبد المقصود والشافعي (2003) أن علم الإدارة عموماً يهدف في أي مؤسسة إلى تنظيم القوة البشرية لتحقيق الأهداف العامة لهذه المؤسسة وعلم الإدارة مرتبط بعلوم متعددة منها القانون والاقتصاد والاجتماع والصحة وغيرها من العلوم الأخرى ، وبحاجت العاملين في مجال الإدارة إلى مهارات متعددة بمقومات خاصة بالشخصية وخبرات تراكمية تمكنهم من إنجاز مهماتهم الإدارية فيما يتوافق مع فلسفة المؤسسة وينسجم مع التوجهات الفنية والمهنية المتخصصة والتي تصب في نهاية المطاف في الحصول على محرجات نوعية تنعكس إيجاباً على المؤسسة بإدارتها وطاقها وفتاتها المستهدفة .

والأندية الرياضية كغيرها من المؤسسات المجتمعية تتطلب نوعاً خاصاً من أي إدارة كونها تلامس احتياجات شريحة الشباب والتي تعد من أهم وأكبر الشرائح المجتمعية وتخطب عقولهم وعواطفهم وأجسامهم بأساليب وأدوات مختلفة لما لها من دور كبير في تكوين شخصياتهم وفكرهم ومستقبلهم ، وبالاستناد إلى واقع الأندية الرياضية الأردنية فإنه يقع على عاتق الهيئات الإدارية المسؤولية الكبرى في رسم سياسة المؤسسة الرياضية والإشراف على أنشطتها المختلفة وإدارة عامة لهذه الأنشطة ومتابعتها وإجراء التقييم المستمر وصولاً إلى مستوى متقدم من إدارة رياضية غير تقليدية الأمر الذي يصل إلى مرحلة الإبداع والتميز حيث تتجسد هذه اللمسات الإبداعية من خلال العديد من المؤشرات النوعية والكمية التي تعمل على رفع مستوى أداء العناصر الإدارية واللجان الفنية والى زيادة كفاءة إدارة الهيئة الإدارية والطواقم التنفيذية والفئة المستهدفة والمجتمع المحلي والرياضة الوطنية .

وتواجه الأندية والمؤسسات الرياضية على اختلاف أشكالها تحدياً في حاجتها لرفع مستوى الأداء لكي تتوافق وتتماشى مع التطور السريع الموجود حالياً ، حيث يشير عبد المقصود (1998) إن الإبداع أصبح الآن بمثابة الأمل الأكبر للجنس البشري لحل كثير من المشكلات التي تواجهه ، لذا فان مستقبل الأمم لا يعتمد

على مجرد القوى العاملة بها ، وإنما على توفير نوع ممتاز من العاملين ، أي أفراد مبدعين في مختلف المجالات . ويشير النمر (1992) إن الفرد المبدع يعتبر ثروة تفوق الثروة المادية ، بل إن الاستثمار في تطوير العنصر البشري يعتبر انجح مصادر الاستثمار .

وينبغي تقدير أهميه دور الإبداع الإداري من اجل توفير مناخ للعاملين في إدارة الأندية والمؤسسات والمنظمات الرياضية في إظهار ما لديهم من قدرات إبداعية والعمل على استغلالها في إيجاد الحلول الإبداعية المناسبة للمشاكل التي تواجههم مما يؤدي إلى تحسين الأداء الإداري مما يسمح لتطوير عمل المؤسسة والمنظمة الرياضية . حيث تشير أيوب (2000) إن الإبداع أداة ومهارة هامه تمكن المدير من مواجه التحديات المختلفة وإدارة الأزمات وتحويلها إلى فرص وهو يعظم منفعة الموارد البسيطة المتاحة للمدير ، فالقدرة على الإبداع من أهم متطلبات الواجب توفرها فمن يتحمل مسؤولية القيام بالعمل الإداري

ويشير العجلان (2011) إن أهداف الأندية الرياضية هو المساهمة في إعداد وتكوين المواطن الصالح ، ودعم القيم الروحية والأخلاقية والروح الرياضية ، ونشر الألعاب الرياضية وتنشيطها ، بالإضافة إلى رفع المستوى الرياضي والعمل على استثمار إمكانيات النادي بالطرق المشروعة بما يكفل تحقيق دخل دائم وثابت للنادي .

### وتكمن أهمية الدراسة والتي يمكن إنجازها فيما يلي :

1- أعطاء تصور واضح حول واقع الأداء الإداري ومستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية من اجل الرقي بالأندية الرياضية الأردنية.

2- تساهم الدراسة الحالية إلى تحديد العلاقة بين مستوى الأداء الإداري ومستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الأردن .

### مشكلة الدراسة

إن الأندية الرياضية بحاجة إلى مواكبة التطورات العلمية بمختلف المجالات وخصوصاً في مجال الإدارة الحديثة ولا بد للأندية من مواكبة التطور والفلسفة والتوجهات الإدارية الحديثة من اجل قدرتها على تحقيق الأهداف والمتطلبات المطلوبة ، ولأهمية الإدارة في نجاح وضمان استمرارية المؤسسة الرياضية وكون أداء أعضاء الهيئات الإدارية يساهم إسهاماً كبيراً في استمرارية عمل هذه الأندية ونجاحها.

العمليات على مجموعة من المدخلات البيئية من موارد بشرية وموارد مادية وموارد بنائية ومصادر تكنولوجيا المعلومات وذلك من اجل تحقيق مجموعة من الأهداف .

**الإدارة الرياضية :** يعرف عبده (2011) الإدارة الرياضية بأنها نشاط له مضمون ويحتوي على مكونات رئيسية ، ويقوم به أفراد قادرين على استخدام ما هو متاح من موارد لتوجيه العاملين نحو أهداف محددة .

**الإبداع الإداري:** تعرف ايوب (2000) الإبداع الإداري بأنه القدرة على إيجاد اشياء جديدة قد تكون افكاراً او حلولاً او منتجات او خدمات او طرقاً واساليب عمل مفيدة ، مع الإشارة الى الابتكار الإداري الذي لا بد ان يبنى على تميز الفرد في رؤيته للمشاكل وحلها وعلى قدراته العقلية وطلاقته الفكرية ، ومعارفه التي يمكن تميمتها وتطويرها بوجود المناخ المناسب والقيادة القوية وعلاقات العمل المتفاعلة التي تنمي القدرة في الوصول الى الافكار والحلول الجديدة بطريقة مبتكرة.

**الأندية الرياضية :** يعرف المجلس القومي للرياضة (2008) في قرار رقم ( 85 ) إن الأندية الرياضية هي هيئة رياضية لها شخصية اعتبارية مستقلة ، و تعتبر من الهيئات الخاصة ذات النفع العام ، تهدف إلى تكوين الشخصية المتكاملة للشباب من النواحي الاجتماعية و الصحية و الدينية و النفسية و الفكرية و التروحية عن طريق نشر التربية الرياضية الاجتماعية و بث روح الوطنية بين الأعضاء و تنمية ملكاتهم المختلفة و تهيئة الوسائل اللازمة لشغل أوقات فراغهم .

#### الدراسات السابقة

**دراسة بنوره (2014)** هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين المناخ التنظيمي و مستوى الإبداع الإداري لدى الإداريين في الأندية الرياضية في الاردن، كما هدفت التعرف إلى أثر متغيرات الدراسة على المؤهل العلمي، التخصص، والخبرة في المناخ التنظيمي لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ومستوى الإبداع الإداري لدى الإداريين في الأندية الرياضية في الاردن . واختيرت عينة الدراسة بالطريقة العمدية من أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في شمال وجنوب، ووسط الاردن، والبالغ عددهم (24) نادياً ، حيث بلغت عينة الدراسة (176) إدارياً ، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى المناخ التنظيمي لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن كان متوسطاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (73.07%). وأن مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن كان كبيراً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (80.95%).

**دراسة مغربي (2013)** والتي تهدف إلى تقويم الوضع الراهن للعمل الإداري بالأندية الرياضية السعودية ، والتعرف إلى متطلبات

ولأهمية الإبداع في تجديد وتطوير وحل المشكلات التي تواجه الإدارة والنظر بشموله لكافة الأمور وربط وتحليل الأشياء ببعضها للخروج بالإنجازات وتحقيق الأهداف المرسومة ، ومن خلال اطلاع الباحث على بعض الدراسات والأبحاث ذات الصلة، ونظراً لأهمية الموضوع وقلة الدراسات ظهرت مشكلة الدراسة لدى الباحثة للتعرف إلى العلاقة بين مستوى الأداء الإداري ومستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئة الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن.

ومن خلال عمل الباحثة في مجال الاتحادات الرياضية ومواجهتها العديد من المشكلات والتحديات في مجال الأداء الإداري والإبداع الإداري في الأندية الرياضية فقد اتجهت إلى إعداد دراسة عن الأداء الإداري والإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية .

#### أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية التعرف إلى :

- 1- مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن.
- 2- مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن.
- 3- العلاقة بين مستوى الأداء الإداري ومستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن

#### تساؤلات الدراسة

سعت الدراسة للإجابة عن التساؤلات التالية

- ما مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟
- ما مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟
- ما العلاقة بين مستوى الأداء الإداري ومستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن

#### حدود الدراسة

التزمت الباحثة أثناء تنفيذ الدراسة بالحدود الآتية:

- 1- الحد البشري: تقتصر الدراسة على أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .
- 2- الحد المكاني: مقرات الأندية الرياضية في الاردن.
- 3- الحد الزمني: تم إجراء الدراسة في العام 2014\_2015

#### مصطلحات الدراسة

**الإدارة :** يعرف السباعي (2012) الإدارة بأنها عبارة عن مجموعة متداخلة ومتراصة من العمليات أو الوظائف التي تشمل التخطيط ، التنظيم ، مجموعته العمل ، القيادة ، الرقابة حيث تعتمد هذه

**الطريقة والإجراءات****منهج الدراسة**

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي في جميع إجراءاته ، وذلك نظراً لملائمته لأغراض الدراسة.

**مجتمع الدراسة**

تكون مجتمع الدراسة من جميع أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الأردنية المسجلة لدى المجلس الأعلى للشباب و الرياضة والحاصلة على الترخيص الرسمي والتي عددها (389) نادياً حيث بلغ عدد أفراد المجتمع ( 791 )

**عينة الدراسة**

قام الباحث باختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في الاردن بعد حصوله على قائمة بأعداد الأندية والهيئات الإدارية فيها من المجلس الأعلى للشباب والرياضة، حيث شملت عينة الدراسة (35%) من مجتمع الدراسة ، حيث بلغ حجم العينة (282) إدارياً من ( 40 ) نادياً في الاردن ، والجدول رقم (1) يوضح خصائص العينة .

الأساسية لتطبيق إدارة الجودة الشاملة بالأندية الرياضية السعودية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته نظراً لملائمة وطبيعة وأهداف البحث ومناسبته لطبيعة إجراءاته ، واشتملت عينة البحث على الأتي ( أعضاء مجلس إدارة ، مديري ومشرفي الألعاب المختلفة بالأندية الرياضية ) حيث بلغ قوام عينة البحث ( 152 ) فرداً من (8) أندية رياضية تمثل الدرجة الممتازة وهي ( الأهلي، الاتحاد، الوحدة، الهلال، النصر، الشباب، الاتفاق، الفتح )، واستخدم الباحث في إجراء المعالجات الإحصائية البرنامج الإحصائي spss . ومن ثم نتأج الدراسة إن هناك ضعف في دعم الإدارة العليا لجهود تطبيق إدارة الجودة الشاملة، كما إن الإدارة العليا لا تقوم بشرح وتبسيط مفهوم إدارة الجودة الشاملة لجميع الإداريين والعاملين بالنادي وأيضاً لا تتوافر لدى الإدارة العليا الكفاءات البشرية المؤهلة لتطبيق إدارة الجودة الشاملة، وتوصلت أيضاً إن هناك قصور في ترشيح الكوادر الرياضية من قبل الإدارة العليا إلى مراكز علمية متخصصة في إدارة الجودة الشاملة للتدريب .

**أجرى اوهانجيا ( Ohangia2007 )** دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية بهدف الكشف عن العلاقة بين السلوك الإبداعي لرؤساء الأقسام العلمية ومعنويات أعضاء الهيئة التدريسية في ثلاث جامعات من ولاية تكساس الأمريكية ، تألفت عينة البحث من (412) عضو هيئة تدريس وزعت عليهم استبانة من تطوير الباحث ، وخلصت الدراسة إلى ان معنويات هيئة التدريس تزداد ويزداد تبعاً لها مخدمهم الوظيفي ، كلما تميزت الإدارة بالإبداع والتجديد

**جدول رقم (1): خصائص عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات المستقلة (ن=282)**

المتغيرات المستقلة	مستويات المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية %
المؤهل العلمي	ثانوية عامة فأقل	71	225,
	دبلوم	45	16
	بكالوريوس	143	50,7
	ماجستير	23	8,2
التخصص	تربية رياضية	55	19,5
	إدارة تربية	33	11,7
	غير ذلك	194	68,8



- إيجاد المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

- إيجاد المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

- إيجاد معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى الأداء الإداري والإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

- إيجاد تحليل التباين الأحادي ( one way anova ) للفروق في مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

- إيجاد اختبار سيداك للفروق في مستوى الأداء الإداري على جميع المجالات والمستوى الكلي لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن

#### أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:

ما مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟

للإجابة على هذا التساؤل استخدمت الباحثة المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لكل فقرة و لكل مجال و للدرجة الكلية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ، و نتائج الجداول ( 5,6,7,8 ) توضح ذلك، بينما الجدول (9) يبين خلاصة النتائج المتعلقة في التساؤل الأول، حيث اعتمدت النسب المئوية التالية من اجل تفسير النتائج :

1- (46.6%) فأقل مستوى أداء إداري منخفض

2- (46.7- 73.20 %) مستوى أداء إداري متوسط

3- (73.30%) فأعلى مستوى أداء إداري مرتفع

أداة الدراسة : استبانة الأداء الإداري مكونة من (43) فقرة، مقسمة على (4) مجالات، حيث أن المجال الأول تكون من (9) فقرة و المجال الثاني من (11) فقرة و المجال الثالث من ( 12 ) و المجال الرابع (12) فقره وكانت المجالات في استبانة الأداء الإداري كالتالي:

1- المجال الأول: مجال العملية التخطيطية ، وعدد فقراتها (9).

2- المجال الثاني : مجال التنظيم والتنسيق ، وعدد فقراتها (11) .

3- المجال الثالث: مجال التوجيه والرقابة ، وعدد فقراتها (12).

4- المجال الرابع: مجال الاتصال واتخاذ القرار، وعدد فقراتها (11).

و كانت استبانة الإبداع الإداري مكونة من (41) فقرة، مقسمة على (4) مجالات، حيث أن المجال الأول تكون من (15) فقرة و المجال الثاني من (7) فقرة و المجال الثالث من ( 10 ) و المجال الرابع (9) فقره وكانت المجالات في استبانة الإبداع الإداري كالتالي:

1- المجال الأول: مجال تشجيع الإبداع ، وعدد فقراتها (15).

2- المجال الثاني: مجال حل المشكلات واتخاذ القرار، وعدد فقراتها (7).

3- المجال الثالث: مجال القابلية للتغيير، وعدد فقراتها (10).

4- المجال الرابع: مجال روح المحازفة، وعدد فقراتها (9).

#### متغيرات الدراسة

#### المتغيرات المستقلة

- التخصص وله ثلاث مستويات ( تربية رياضية ، إدارة تربية ، غير ذلك )

#### المتغيرات التابعة

يتمثل في استجابة أفراد عينة الدراسة على أدائي الأداء الإداري والإبداع الإداري المستخدمان في هذه الدراسة

#### - المعالجات الإحصائية

من أجل الإجابة عن تساؤلات الدراسة استخدمت الباحثة برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية :

#### 1- مجال العملية التخطيطية

جدول رقم ( 5 ): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال العملية التخطيطية (ن=282)

الرقم في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الأداء الإداري
1	إدارة النادي تنسق أعمالها بصورة دورية	3,72	74,40	مرتفع
2	تعمل إدارة النادي على تحديد الأهداف للفرق لتحقيقها في بداية الموسم الرياضي	3,74	74,80	مرتفع
3	إدارة النادي على وضع الخطط الخاصة بالعمل للاستغلال الأمثل للموارد في تحقيق الأهداف	3,82	76,40	مرتفع
4	تعمل إدارة النادي على تحديد المشكلات المتوقعة ووضع الحلول لها من قبل الإدارة	3,79	75,80	مرتفع
5	تخطيط الذي يستخدمه إداري النادي يعطي الإحساس بالتحكم والتوقع للأحداث الرياضية	3,66	73,20	متوسط
6	وضع الخطة للموارد المالية تلاقي نجاحا من خلال استمرارية العمل الرياضي	3,79	75,80	مرتفع
7	التخطيط في النادي يساعدني في التنسيق والبعد عن العشوائية	3,76	75,20	مرتفع
8	تقوم إدارة النادي بالمقارنة بين الانجاز والأهداف	3,56	71,20	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال العملية التخطيطية	3,73	74,60	مرتفع

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

فيما يتعلق في المستوى الكلي للأداء الإداري، كان متوسط الاستجابة مرتفعا، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (74.60%)

يتضح من الجدول ( 5 ) إن مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال العملية التخطيطية كان متوسط الاستجابة مرتفعا على الفقرات (1,2,3,4,6,7) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (74.4% - 76.40%)، وكان متوسط الاستجابة متوسطا على الفقرات (5، 8) حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة على التوالي (71.20%، 73.20%).

2. مجال عملية التنظيم و التنسيق

جدول رقم ( 6 ): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال عملية التنظيم و التنسيق (ن=282)

الرقم	في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الأداء الإداري
1	1	الهيكل التنظيمي يتفق مع الأهداف العامة للنادي	3,76	75,20	مرتفع
2	2	تنظم إدارة النادي الأمور المالية مع المدربين و اللاعبين	3,63	72,60	متوسط
3	3	تعمل إدارة النادي على تقسيم الواجبات في ما بينهم	3,83	76,60	مرتفع
4	4	تناسب السلطة الممنوحة لكل إداري مع المسؤولية المطلوبة منه	3,79	75,80	مرتفع
5	5	تعمل الإدارة على بناء القاعدة الرئيسية لتنظيم الأمور التنظيمية	3,64	72,80	متوسط
6	6	الهيكل التنظيمي يتفق مع وظيفة و مهام العمل	3,75	75,00	مرتفع
7	7	تقوم إدارة النادي بالتنسيق مع اتحاد اللعبة بخصوص النشاطات الجانبية بالنادي	3,87	77,40	مرتفع
8	8	تقوم إدارة النادي بشرح سياسية و تنظيم النادي بوضوح تام لجميع العاملين بها	3,79	75,80	مرتفع
9	9	يرجع نجاح نشاطات النادي إلى عناصر الإدارة من تخطيط و تنفيذ	3,82	76,40	مرتفع
		الدرجة الكلية لمجال عملية التنظيم و التنسيق	3,76	75,20	مرتفع

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

الفقرات ( 2,5 ) حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة على التوالي (72.60%، 72.80%).

فيما يتعلق في المستوى الكلي للأداء الإداري، كان متوسط الاستجابة مرتفعا ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (75.20%).

يتضح من الجدول ( 6 ) أن مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال التنظيم و التنسيق كان متوسط الاستجابة مرتفعا على الفقرات (1,3,4,6,7,8,9) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة ( 75%- 77.40%)، وكان متوسط الاستجابة متوسطا على

3- مجال التوجيه و الرقابة

جدول رقم ( 7 ): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال عملية التوجيه و الرقابة (ن=282)

الرقم	الرقم في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الأداء الإداري
1	1	إداري النادي لديهم القدرة على التقييم الصحيح	3,78	75,60	مرتفع
2	2	توجيهات إدارة النادي تكون للصالح العام	3,74	74,80	مرتفع
3	3	تقييم إداري النادي يكون موضوعيا	3,65	73,00	متوسط
4	4	الرقابة الإدارية للنادي مستمرة	3,73	74,60	مرتفع
5	5	يعمل إداري النادي على تقييم اللاعبين تقنيا موضوعيا	3,59	71,80	متوسط

مرتفع	73,60	3,68	التوجيه الإداري يكون جماعي من قبل إدارة النادي	6	6
مرتفع	78,80	3,94	الرقابة المستمرة تجعل المدربين واللاعبين أكثر التزاما	7	7
مرتفع	74,60	3,73	تستخدم إدارة النادي المرونة في إعطاء التوجيهات والتعليمات للمدربين واللاعبين	8	8
مرتفع	75,40	3,77	لا يستخدم بعض إداري النادي ألفاظا غير لائقة عند التعامل مع المدربين واللاعبين	9	9
مرتفع	82,20	4,11	ابعة والرقابة على الهيئات الإدارية في الأندية ضرورة لتحقيق الانجاز	10	10
مرتفع	76,80	3,84	تشجيع المناقشات المفتوحة بهدف معالجة المشكلات والتحديات التي تواجه النادي	11	11
متوسط	72,80	3,64	تتعامل إدارات الأندية بالحرية للقيام بأعمالهم بصورة مستقلة	12	12
مرتفع	75,40	3,77	الدرجة الكلية لمجال التوجيه و الرقابة		

#### أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

فيما يتعلق في المستوى الكلي للأداء الإداري، كان متوسط الاستجابة مرتفعا، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (75.40%)

يتضح من الجدول ( 7 ) إن مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال التوجيه و الرقابة كان متوسط الاستجابة مرتفعا على الفقرات (1,2,4,6,7,8,9,10,11) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة ( 73.60% - 82.20% )، وكان متوسط الاستجابة متوسطا على الفقرات (3,5,12) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (71.80% - 72.80%).

#### 4. مجال الاتصال و اتخاذ القرار

جدول رقم ( 8 ) : المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال عملية الاتصال واتخاذ القرار (ن=282)

الرقم	الرقم في المقياس	الفقرات	المتوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الأداء الإداري
1	1	إدارة النادي تعطي الفرصة في إبداء الآراء في الأمور الإدارية	3,79	75,80	مرتفع
2	2	تتبادل إداري النادي مع المدربين واللاعبين المعلومات بخصوص الفريق	3,75	75,00	مرتفع
3	3	تتقبل إدارة النادي الآراء المخالفة لهم من قبل المدربين واللاعبين	3,73	74,60	مرتفع
4	4	تعد بين إداري النادي والخلافات التي تحدث بينهم تؤثر على المصالح العامة للعاملين	3,98	79,60	مرتفع
5	5	قرارات التي تتخذ تكون بناء على المعلومات الموجودة لدى إدارة النادي	3,78	75,60	مرتفع
6	6	تتعامل إدارة النادي تعاملًا رسميًا مع المدربين واللاعبين	3,72	74,40	مرتفع
7	7	لك إداري النادي خلفية ثقافية وعلمية تساعدهم في اتخاذ القرارات المناسبة	3,72	74,40	مرتفع
8	8	قرارات الهيئة الإدارية صارمة وقطعية لا رجعة فيها	3,49	69,80	متوسط
9	9	اعتماد الشمولية في اتخاذ القرارات الخاصة بالفريق الرياضية	3,66	73,20	متوسط
10	10	لا تقوم قرارات إدارة النادي تكون نتيجة ردود أفعال سلبية	3,63	72,60	متوسط
		الدرجة الكلية لمجال الاتصال و اتخاذ القرار	3,73	74,60	مرتفع

## أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

متوسطا على الفقرات (8.9,10) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (69.80% - 73.20%).

فيما يتعلق في المستوى الكلي للأداء الإداري، كان متوسط الاستجابة مرتفعا ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (74.60%).

يتضح من الجدول ( 8 ) إن مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال الاتصال و اتخاذ القرار كان متوسط الاستجابة مرتفعا على الفقرات (1,2,3,4,5,6,7) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة ( 74.40% - 79.60%)، و كان متوسط الاستجابة

## - خلاصة النتائج المتعلقة في التساؤل الأول

جدول رقم (9): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن (ن=282)

الترتيب	مستوى الأداء الإداري	النسبة المئوية %	متوسط الاستجابة	مجالات الأداء الإداري	الرقم
الرابع	مرتفع	74,60	3,73	العملية التخطيطية	1
الثاني	مرتفع	75,20	3,76	عملية التنظيم و التنسيق	2
الأول	مرتفع	75,40	3,77	التوجيه و الرقابة	3
الثالث	مرتفع	74,50	3,73	الاتصال و اتخاذ القرار	4
	مرتفع	75,00	3,75	الدرجة الكلية لمستوى الأداء الإداري	

## أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

الكلية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ، و نتائج الجداول ( 10,11,12,13 ) توضح ذلك، بينما الجدول (14) يبين خلاصة النتائج المتعلقة في التساؤل الثاني، حيث اعتمدت النسب المئوية من اجل تفسير النتائج كآتي :

1- (46.6%) فأقل مستوى أداء إداري منخفض

2- (46.7 - 73.20 %) مستوى أداء إداري متوسط

3- ( 73.30 % ) فأعلى مستوى أداء إداري مرتفع

يتضح من نتائج الجدول (9) ترتيب المجالات ، حيث حصل مجال التوجيه و الرقابة على الترتيب الأول ثم مجال عملية التنظيم و التنسيق ثم الاتصال واتخاذ القرار وفي المركز الرابع مجال العملية التخطيطية .

## ثانيا : النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني :

ما مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟

للإجابة على هذا التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لكل فقرة و لكل مجال و للدرجة

## 1- مجال تشجيع الإبداع

جدول رقم ( 10 ): المتوسطات الحسائية و النسب المئوية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال عملية تشجيع الإبداع (ن=282)

الرقم	رقم في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الإبداع الإداري
1	1	تقوم إدارة النادي بتشجيع الأفكار الجديدة من اجل الإبداع	3,66	73,20	متوسط
2	2	تطلب الإدارة تقييمات مكتوبة لما يقترح من أفكار في النادي	3,52	70,40	متوسط
3	3	تعمل إدارة النادي على مكافئة أصحاب الأفكار الجديدة	3,52	70,40	متوسط
4	4	تشجع الإدارة المقترحات المقدمة من الآخرين لتحقيق الانجاز	3,67	73,40	مرتفع
5	5	تعطي الإدارة الأعضاء في النادي الوقت والحرية للتعبير عن آرائهم ومقترحاتهم دون قيود والعمل بعد دراستها وتحليلها	3,66	73,20	متوسط
6	6	م الإدارة التسهيلات لجذب الأفراد المبدعين والحرص على استمرارهم في العمل	3,66	73,20	متوسط
7	7	تشجع الإدارة ذوي الأفكار الجديدة وإظهارهم	3,71	74,20	مرتفع
8	8	تمتلك الإدارة قدرة على الإشراف على الأفراد المبدعين	3,56	71,20	متوسط
9	9	تشجع الإدارة الأفراد الذين يبدعون في عملهم	3,69	73,80	مرتفع
10	10	تجرب الإدارة الأفكار الجديدة ولا تحكم عليها مسبقا	3,56	71,20	متوسط
11	11	م الإدارة بتعميم أية أفكار جديدة يقدمها الأعضاء وذلك لتشجيع روح الابتكار	3,59	71,80	متوسط
12	12	تتبنى الإدارة مفهوم التنافس	3,55	71,00	متوسط
		الدرجة الكلية لمجال تشجيع الإبداع	3,61	72,20	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

يتضح من الجدول ( 10 ) إن مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال تشجيع الإبداع كان متوسط الاستجابة مرتفعا على الفقرات ( 4,7,9 ) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة ( 73.40%- 74.20 )، و كان متوسط الاستجابة متوسطا على الفقرات (1,2,3,5,6,8,10,11,12) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (70.40%- 73.20%).

فيما يتعلق في المستوى الكلي للإبداع الإداري، كان متوسط الاستجابة متوسطا ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (72.20%).

## 2. مجال روح المجازفة

جدول رقم (11): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال روح المجازفة (ن=282)

الرقم	الرقم في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الإبداع الإداري
1	1	تشجع إدارة النادي على المجازفة بالعمل	3,45	69,00	متوسط
2	2	تكون الإدارة على استعداد لاستغلال كل فكرة جديدة	3,63	72,60	متوسط
3	3	تميل الإدارة إلى القيام بأعمال ذات مخاطر عالية	3,22	64,40	متوسط
4	4	تقوم الإدارة باستخدام أساليب جديدة لتحقيق الأهداف	3,59	71,80	متوسط
5	5	تمتلك الإدارة الشجاعة للقيام بأعمال إبداعية	3,60	72,00	متوسط
6	6	تشجع الإدارة الرفض لما هو خاطئ ولو كان شائعا ومقبولا	3,61	72,20	متوسط
7	7	تخاف الإدارة من نتائج الأخطاء عند تطبيق الأفكار الجديدة	3,56	71,20	متوسط
		الدرجة الكلية لمجال روح المجازفة	3,52	70,40	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

فيما يتعلق في المستوى الكلي للإبداع الإداري، كان متوسط الاستجابة متوسطا، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (70.40%).

يتضح من الجدول ( 11) إن مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال روح المجازفة كان متوسط الاستجابة متوسطا على الفقرات (1,2,3,4,5,6,7) حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (64.40% - 72.60%)

## 3. مجال حل المشكلات و اتخاذ القرار

جدول رقم (12): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال حل المشكلات و اتخاذ القرار (ن=282)

الرقم	الرقم في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الإبداع الإداري
1	1	تتخذ الإدارة قرارات حاسمة خلال فترة قياسية نسبيا	3,57	71,40	متوسط
2	2	طي الإدارة الحرية للعاملين في محاولة حل المشكلات وتعقبها ومناقشتها	3,53	70,60	متوسط
3	3	تقوم الإدارة بتجربة أفكار وطرق جديدة لحل المشكلات	3,55	71,00	متوسط
4	4	شير الإدارة الخبراء والمختصين قبل اتخاذ القرارات بصورة نهائية	3,62	72,40	متوسط



متوسط	72,20	3,61	ال إدارة على جمع كافة البيانات والمعلومات المتعلقة بالمشكلة قبل البت فيها	5	5
متوسط	70,20	3,51	غلب الإدارة في العمل مع لجان مكلفة بحل المشكلات المعقدة	6	6
متوسط	70,80	3,54	ال إدارة تحديد درجة الغموض في المواقف التي تواجه الإدارة في أداؤها لوظيفتها	7	7
متوسط	72,00	3,60	تتابع الإدارة المشكلات التي يعاني منها الآخرين في العمل	8	8
متوسط	69,00	3,45	طبيع الإدارة اتخاذ قرارات مهمة في حالة ندرة المعلومات المتاحة	9	9
متوسط	70,80	3,54	ال إدارة القدرة على تصور بدائل عديدة للتعامل مع المشكلات	10	10
متوسط	71,00	3,55	الدرجة الكلية لمجال حل المشكلات و اتخاذ القرار		

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

فيما يتعلق في المستوى الكلي للإبداع الإداري، كان متوسط الاستجابة متوسطا، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (71.00%).

يتضح من الجدول ( 12 ) إن مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال حل المشكلات و اتخاذ القرار كان متوسط الاستجابة متوسطا على جميع الفقرات، حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (69%- 72.40%).

#### 4. مجال القابلية للتغيير

جدول رقم (13):المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال القابلية للتغيير (ن=282)

الرقم في المقياس	الفقرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الإبداع الإداري
1	تمسك الإدارة بمواقفها حتى في حالة عدم وجود اتفاق مع الرئيس المباشر والعاملين	3,44	68,80	متوسط
2	تقوم الإدارة بإيجاد طرق جديدة في تنفيذ العمل	3,46	69,20	متوسط
3	تكون الإدارة في مقدمة الذين يحاولون تجربة فكرة أو طريقة جديدة	3,55	71,00	متوسط
4	تتطلع الإدارة لمزاولة مهام عمل محدودة	3,47	69,40	متوسط
5	تشجع الإدارة الأعضاء في الحصول على موقع ذي مكانة وامتيان أعلى	3,59	71,80	متوسط
6	تشارك الإدارة أعضائها في تعليقات الآخرين إثناء اجتماعها	3,65	73,00	متوسط
7	مع الإدارة في تكوين انطباع ايجابي عن أعضاء الهيئة الإدارية بأنهم أشخاص يمتلكون أفكار جديدة	3,59	71,80	متوسط
8	رى الإدارة بان التغيير ظاهرة طبيعية يجب على المؤسسة أن تتعلم كيفية التعامل معه بمرونة وتكيف	3,61	72,20	متوسط
9	تشجع الإدارة على وضع الخطط المستقبلية للتطوير والتغيير	3,66	73,20	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال القابلية للتغيير	3,56	71,20	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

الفقرات، حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة (68.80%- 73.20%).

يتضح من الجدول ( 13 ) إن مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن لفقرات مجال القابلية للتغيير كان متوسط الاستجابة متوسطا على جميع

فما يتعلق في المستوى الكلي للإبداع الإداري، كان متوسط الاستجابة متوسطا ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (71.20%).

5. خلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

جدول رقم (14): المتوسطات الحسابية و النسب المئوية لمستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن (ن=282)

الرقم	مجالات الإبداع الإداري	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	مستوى الإبداع الإداري	الترتيب
1	تشجيع الإبداع	3,61	72,20	متوسط	الأول
2	روح المجازفة	3,52	70,40	متوسط	الرابع
3	حل المشكلات و اتخاذ القرار	3,55	71,00	متوسط	الثالث
4	القابلية للتغيير	3,56	71,20	متوسط	الثاني
	الدرجة الكلية لمستوى الإبداع الإداري	3,56	71,20	متوسط	

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

ما العلاقة بين مستوى الأداء الإداري والإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن؟ للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط بيرسون و نتائج الجدول ( 15 ) تبين ذلك .

يتضح من نتائج الجدول (14) ترتيب المجالات ، حيث حصل مجال تشجيع الإبداع على الترتيب الأول ثم مجال القابلية للتغيير ثم مجال حل المشكلات واتخاذ القرار وفي المركز الرابع روح المجازفة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث

جدول رقم (15): نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى الأداء الإداري و الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن (ن= 282)

الدالة	قيمة ر	الإبداع الإداري		الأداء الإداري	
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط
**0,000	0,84	0,64	3,56	0,60	3,75

\*مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ )

أظهرت نتائج الجدول رقم ( 9 ) إن مستوى الكلي للأداء الإداري لأعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن كان مرتفع حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (75%) ، و كانت الاستجابة مرتفعة في كافة المجالات ( مجال العملية التخطيطية ، مجال عملية التنظيم والتنسيق ، مجال التوجيه والرقابة ، مجال الاتصال واتخاذ القرار) ، وفيما يتعلق في ترتيب المجالات كان مجال التوجيه والرقابة في المرتبة الأولى حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة (75.40%) ، وكان مجال عملية التنظيم والتنسيق في

يتضح من الجدول ( 15 ) وجود علاقة ارتباطيه ايجابية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) بين مستوى الأداء الإداري و الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ، حيث كان معامل الارتباط عاليا و بلغت قيمته ( 0.84).

- مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي نصه : ما مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟

(71) ، وكان مجال روح المجازفة في المرتبة الرابعة والأخيرة وكانت النسبة المئوية (70.40).

وتعزو الباحثة إلى إن الإبداع الإداري لأعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن جاء بدرجة متوسطة لان معظم أفراد عينة الدراسة من أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن الذين تم استطلاع آرائهم غالبيتهم غير متخصصين بالتربية الرياضية ولا يملكون الخبرات الرياضية الكافية للوصول إلى درجة الإبداع .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من العساف (2004) ودراسة السليم (2002) ودراسة العدواني (2002) .

وتتعارض نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسات كل من بنوره (2014) ودراسة محمد وحسني (2010) ودراسة العازمي (2006) ودراسة حوامده (2003) ودراسة سكوت (1994) ودراسة أبو فارس (1990) التي أشارت جميعها إن الإبداع الإداري كان مرتفعا

- مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث والذي نصه :

**ما العلاقة بين مستوى الأداء الإداري و الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟**

يتضح من نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05=) بين مستوى الأداء الإداري والإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن، حيث كان معامل الارتباط عاليا وبلغت قيمته (0.84) و الجدول رقم ( 15 ) يوضح ذلك .

وترى الباحثة انه كلما كان مستوى الأداء الإداري مرتفعا كلما ارتفع الإبداع الإداري أي كلما كان هناك أداء إداري مرتفع فانه يزيد من فرصه زيادة مستوى الإبداع الإداري

وان وجود كفاءات علمية في الأندية الرياضية يتمتعون بالخبرات العالية أدى إلى ارتفاع مستوى الأداء الإداري والذي بدوره أدى إلى الإبداع الإداري وهذا أدى إلى وجود ارتباط قوي بين مستوى الأداء و الإبداع الإداري .

وتتفق هذه النتيجة للدراسة مع ما توصلت إليه كل من دراسة سكوت ورونايد (1994) ودراسة حوامدة (2003) ودراسة بنورة (2014)

**ثانيا : الاستنتاجات :**

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها استنتجت الباحثة ما يلي :

المرتبة الثانية حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة (75.20%) و وفي المرتبة الثالثة كان مجال العملية التخطيطية حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة (74.60%) ، واحتل مجال الاتصال واتخاذ القرار المرتبة الرابعة والأخيرة وكانت النسبة المئوية للاستجابة (74.60%) .

وتعزو الباحثة إلى ارتفاع مستوى الأداء الإداري لأعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية ، إلى الاهتمام الكبير في الرياضة والرياضيين على المستوى المحلي، بالإضافة إلى وجود أعضاء ذو مؤهل علمي متميز قادر على رفع وتطوير النادي إلى الأمام في كافة المجالات ، كذلك بسبب وجود الرقابة الدائمة على الأندية الرياضية من قبل المجلس الأعلى للشباب والرياضة وكما أن استمرارية وجود الانتخابات في موعدها المحدد الذي أدى إلى توفر كفاءات تريد خدمة النادي لأنه فترة الإدارة محددة بسنتين لذلك يسعى أعضاء الهيئات الإدارية إلى تقديم الأفضل ، مما أدى إلى ارتفاع مستوى الأداء الإداري للهيئات الإدارية

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من الشراي (2006) ودراسة العواملة (2001) بان الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية كان مرتفعا.

وجاءت نتائج هذه الدراسة غير متفقه مع دراسة كل من دراسة المومني والشالي (2008) حيث كان مستوى الأداء الإداري متوسطا وغير متفقه مع دراسة عسليه (2006) حيث كان الأداء الإداري منخفضا .

- مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي نصه :

**ما مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن ؟**

أظهرت نتائج الجدول رقم ( 14 ) إن مستوى الكلي للإبداع الإداري لأعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن كان متوسطا حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة (71.20%) ، حيث كانت الاستجابة متوسطة في كافة المجالات ( مجال تشجيع الإبداع ، مجال روح المجازفة ، مجال حل المشكلات واتخاذ القرار ، مجال القابلية للتغير ) ، وفيما يتعلق في ترتيب المجالات كان مجال تشجيع الإبداع في المرتبة الأولى حيث وصلت النسبة المئوية إلى (72.20) ، وكان مجال القابلية للتغير في المرتبة الثانية ووصلت النسبة المئوية إلى ( 71.20)، وكان مجال حل المشكلات واتخاذ القرار في المرتبة الثالثة ووصلت النسبة المئوية

إن مستوى الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن كان مرتفعاً .

1- إن مستوى الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن كان متوسطاً

2- هنالك علاقة إيجابية بين الأداء الإداري والإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

3- متغير المؤهل العلمي ومتغير التخصص يوجد لها تأثير على الأداء الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

4- متغير المؤهل العلمي ومتغير التخصص يوجد لها تأثير على الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في الاردن .

#### المراجع

1- أبو فارس ، محمود عودة محمود .(1995).الإبداع الإداري لدى العاملين في قطاع المؤسسات العامة الأردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، عمان ، الأردن .

2- الأعرس ، صفاء.(2000). الإبداع في حل المشكلات . دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع . القاهرة ، مصر .

3- الترك ، نجوى .(2001). درجة ممارسة الكفايات الإدارية لأعضاء الاتحادات الرياضية في الأردن ، رسالة ماجستير ، الجامعة الأردنية ، عمان ، الأردن .

4- الحقباني، تركي عبد الرحمن.(1997). "أثر المتغيرات التنظيمية على الإبداع الإداري- دراسة استطلاعية للموظفين العاملين في الأجهزة الحكومية بمدينة الرياض في المملكة العربية السعودية"، (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود) الرياض، المملكة العربية السعودية.

5- الدباغ ، احمد.(1996). القيادة الإدارية في الأندية الرياضية ، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد .

6- السباعي ، رافت سعيد هندواي .(2012). العمليات الإدارية لمدارس الأنشطة الرياضية بالأندية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، مصر .

7- السلام ، عبد الله . (2002 م) . أثر المتغيرات التنظيمية على مستوى الإبداع الإداري لدى العاملين في الأجهزة الأمنية في مدينة الرياض ، (رسالة ماجستير ، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية)، الرياض ، المملكة العربية السعودية.

#### ثالثاً: التوصيات

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها توصلت الباحثة إلى التوصيات الآتية

1- ضرورة حث الاتحادات بعمل وتكثيف الدورات التدريبية للهيئات الإدارية بهدف رفع مستوى الأداء الإداري باستمرار .

2- ضرورة توفير الإمكانيات التي تساعد أعضاء الهيئات الإدارية على تحقيق أهداف الاتحادات المنبثقة من الأهداف العامة.

3- ضرورة التواصل مع الاتحادات الرياضية من اجل تشجيعهم على ابتكار آليات جديدة لتشجيع الإبداع في الأندية الرياضية .

4- ضرورة إجراء دراسات وأبحاث على الأداء الإداري في الاتحادات الرياضية المختلفة

8- الشراي ، علي عبد العزيز .(2006). تقويم العمل الإداري بنادي الجيش المصري ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة أها ، مصر .

9- الصرن ، رعد.(2001). كيف تخلق بيئة ابتكارية في المنظمات . دار الرضا للنشر ، دمشق ، سوريا .

10- العاجز،فؤاد علي وشلдан ،فايز كمال.(2009). دور القيادة الإدارية في تنمية الإبداع لدى معلمي مدارس المرحلة الثانوية في قطاع غزة .

11- العازمي ، محمد .( 2006 م ).القيادة التحويلية و علاقتها بالإبداع الإداري – دراسة مسحية على ديوان وزارة الداخلية بمدينة الرياض ( رسالة ماجستير ، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية)، الرياض، المملكة العربية السعودية.

12- العبيد ، عبد الكريم راشد.(2007). إستراتيجية التفكير الإبداعي ، وزارة التربية والتعليم ، الإدارة العامة للإشراف التربوي ، مشروع تطوير استراتيجيات التدريس، النشرات العلمية ، المملكة العربية السعودية .

13- العتيبي، تركي قاعد.(2004). مستوى الإبداع التنظيمي والعوامل المؤثرة عليه، (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود) الرياض ، المملكة العربية السعودية.

14- العجلان ، فيصل بن عبد العزيز .(2011). برنامج الأندية الرياضية ودورها في حماية الشباب من الانحرافات الفكرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، الرياض ، المملكة العربية السعودية .

15- العجلة ، توفيق عطية توفيق .(2009). الإبداع الإداري وعلاقته بالأداء الوظيفي لمديري القطاع العام ، دارسه تطبيقية على وزارات قطاع غزة ، دراسة ماجستير غير منشوره ، كلية التجارة ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين.

- 27- الودزاني ، عوض محمد .(1999). اثر الحوافز في فاعلية الأداء والرضا الوظيفي في الأجهزة الأمنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية ، الرياض السعودية .
- 28- الهواري ، سيد محمد .(1972). التنظيم ، الطبعة الأولى ، دار المعارف، القاهرة ، مصر .
- 29- أيوب ، ناديا حبيب.(2000).العوامل المؤثرة على السلوك الإداري الابتكاري لدى المديرين في قطاع البنوك التجارية في السعودية ، مجلة الإدارة العامة ، مجلد (4) ، عدد(10) ،معهد الإدارة العامة، الرياض ، السعودية .
- 30- بدوي ، عصام .(1986).التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، مكتبة دار الثقافة.
- 31- بنورة ، مراد فرح عيسى .(2014).العلاقة بين المناخ التنظيمي ومستوى الإبداع الإداري لدى الإداريين في الأندية الرياضية في فلسطين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس ، فلسطين .
- 32- عبد المقصود ، إبراهيم محمود .(1989).التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضية ، الطبعة الثالثة ، الفنية للطباعة والنشر .
- 33- عبد المقصود ، إبراهيم محمود و الشافعي ،حسن احمد .(2003).الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية –التوجيه- " القيادة- التحفيز- الاتصالات وتقويم الأداء في المجال الرياضي" ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لنديا للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، مصر .
- 34- عبده ، سامر حسام .(2011).الإدارة الرياضية الحديثة ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- 35- Druker , peter.(2003): creating climate for innovation
- 36- Senga ,m (1990).the art practices of the learning organization(5<sup>th</sup> ed) new York :Doubleday
- 37- Guilford,j.p.(1986) . creative talents :their nature uses and developments ,new York , pearly limited .
- 38- carr ,claym .(1994). The competitive power of constant creativity ,amacom ,American management association .
- 39- Jowett .p & M ,Rotwell." Performance indicators in the public sector London :Macmillan press,1988.
- 40- Ohangia, G. (2007). The Moral of University Faculty and the perceived innovative behaviour of the department head of three
- 16- العدواني ، حمدان .(2002).مستوى الممارسات الإبداعية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية بدولة الكويت وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، جامعة الخليج العربي ، مملكة البحرين .
- 17- العساف ، وفاء .(2004). واقع الإبداع الإداري وموقعاته لدى مديرات المدارس بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، السعودية .
- 18- العلاق ، بشير عباس .(1983).معجم المصطلحات ، العلوم الإدارية الموحدة ، دار العربي للموسوعات ، بيروت ، لبنان .
- 19- العنقري ، غادة عبد الرحمن .(2001).علاقة السلوك القيادي بالإبداع الإداري للمرؤوسين ، دراسة استطلاعية على موظفي الأجهزة الحكومية في مدينة الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، المملكة العربية السعودية
- 20- العواملة . مسعود سعيد مساعد (2001) . تقويم أداء القيادات الإدارية في مديريات التربية والتعليم في سلطنة عمان في ضوء المهام الموكلة لهم كما يراها العاملون في تلك المديريات . رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم الإدارة وأصول التربية . جامعه اليرموك
- 21- القحطاني ، لاحق بن عبد الله .(2007).الإبداع الإداري وموقعاته في الأمن العام لمدينة الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا جامعة نايف للعلوم الأمنية ، المملكة العربية السعودية .
- 22- اللبثي ، محمد .(2008). الثقافة التنظيمية لمدير المدرسة ودورها في الإبداع الإداري من وجهة نظر مديري مدارس التعليم الابتدائي بالعاصمة المقدسة ، رسالة ماجستير ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، السعودية .
- 23- المجلس القومي للرياضة : قرار رقم (85) لسنة ( 2008 ) ،لائحة النظام الأساسي للأندية الرياضية ، القاهرة ، 2008 م
- 24- المنيري ، حليم و البدوي ، عصام .(1991).الإدارة في الميدان الرياضي ، الجزء الأول ، المكتبة الأكاديمية ، القاهرة ، مصر .
- 25- المومني ، زياد علي و الشمالي ، عبد الله مرداس.(2008).تقويم الواقع التطبيقي لممارسة أعضاء الهيئة العامة للشباب والرياضة في دولة الكويت لوظائف الإدارة من وجهة نظر إداريي الهيئات المنتسبة إليها ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، العدد(3) المجلد (9) .
- 26- النمر ، سعود .(1992).الإبداع الإداري " دراسة سلوكية " ، مجلة المدير العربي ، القاهرة ، مصر .

42- Chen ,zehnand. arye , Samuel .( 2007).  
*Delegation and employee work out comes an  
examination of the cultural context of  
mediating processes in china* ,academy of  
management journal vo1.50 ,no.1 ,p.p 226-239

university in the cost area of taxes. DAI, 47(3),  
32-47.

41- Sweeshel, G. (2007). *Investigation of  
relationship between total quality and  
innovation in Spanish higher  
institutions*. European Journal of Innovation  
Management, 5(3), 159-197.

## تقويم بعض جوانب الأداء التدريسي لأساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من وجهة نظر طلبة مرحلة البكالوريوس

د. محمد جمعة كريمة

د. اسعد الهادي شقلم

د. خالد محمد حدود

### المقدمة ومشكلة البحث :-

تتمثل مسؤولية الجامعات في جميع الدول إعداد الكفاءات المتخصصة اللازمة للنهوض بأعباء التنمية في مختلف المجالات. وما من شك أنّ الجامعات لن تستطيع أن تقوم بتلك الوظيفة إلا إذا توافرت لها الإمكانيات التي تعينها، وفي مقدمتها الأستاذ الجامعي الذي يستطيع بإمكاناته العلمية والخلقية والنفسية أن يساهم في تحقيق أهداف العملية التعليمية المنشودة من الجامعة، ويرتبط نجاح العملية التعليمية بكلّيات الجامعة بأمر كبير، منها استعداد الطالب ورغبته في التعليم، وما تبذله الإدارة من جهد في عملية التنظيم، وتأمين الاحتياجات والخدمات المساعدة. ولكن يظل دور أستاذ الجامعة رئيساً في نجاح العملية التعليمية.

كما تعد وظيفة التدريس الجامعي غاية في الأهمية، لأنها الوظيفة الرئيسة في أغلب الجامعات المرموقة في العالم، إذ تركز بشكل رئيس على إعداد الطلبة إعداداً يمكنهم من مواجهة التحديات الحاضرة والمستقبلية بكل ما تحمله من تطورات علمية وتقنية وغير ذلك (2، 74).

ولكي يتم تفعيل دور أستاذ الجامعة لا بد أن يخضع عمله للتقويم. ومن أهم الإجراءات التي تتبعها معظم الجامعات الأمريكية في الوقت الحاضر تقويم الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس فيها بما يعرف بتقويم الطلاب لأعضاء هيئة التدريس، عن طريق توزيع نماذج خاصة من الاستبيانات على الطلاب في نهاية كل فصل دراسي؛ لمعرفة وجهات نظرهم في الأداء التدريسي لأستاذ الجامعة. (1: 434 – 437)

كما يشير عبد الرزاق شنين (2009) بأن تقويم أعضاء هيئة التدريس قد أصبح في الجامعات أمراً مألوفاً في العديد من الجامعات المتقدمة ولكنه قلماً يؤخذ بعين الاعتبار في بعض الجامعات، ويعتقد أن هذا العزوف أو الأجماع عن تقويم أداء أعضاء هيئة التدريس مرده إلى موروث قديم مفاده إن الأستاذ الجامعي الأكاديمي ينبغي أن لا يتعرض أو يخضع إلى التقييم والتقويم، فله الحرية المطلقة بان يقوم بأداء واجبه التدريسي بالطريقة والكيفية التي يعتقد بأنها مناسبة (5:5)

ولما كانت عملية تقويم الأداء التدريسي لعضو هيئة التدريس تعد من العوامل الرئيسة في تقويم نشاطه حيث يرى البعض أنه من الضروري أن يخضع الأستاذ الجامعي للتقويم؛ ذلك أنّ التقويم يساعد كلا من أعضاء هيئة وإدارة الكلية على معرفتهم مدى تحقيقهم لأهدافهم و التعرف على نواحي القوة وتثبيتها، والوقوف على نواحي الضعف لعلاجها مما يعمل على تحسين نوعية

التعليم الجامعي وتطويره من خلال زيادة فاعلية أداء أستاذ الجامعة .

وحيث أن تقويم الأداء التدريسي يتطلب تنوعاً في مصادره ( تقويم عمداء الكليات، ورؤساء الأقسام، وتقويم الزملاء، وتقويم الطلاب، والتقويم الذاتي) وغيرها من مصادر التقويم، فإن تقويم الطلاب لأعضاء هيئة التدريس يحتل مكانة مهمة بين هذه المصادر، لأنّ الطالب الجامعي هو أكثر الأشخاص اطلاعاً ومعايشةً لأستاذ الجامعة؛ ممّا يمكنه من الحكم الصحيح على الأداء التدريسي للأساتذة هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فإنه من الضروري الوقوف على آراء الطلاب عن أداء أعضاء هيئة التدريس وتحليلها والوقوف على ما يواجهونه من صعوبات بهدف تقديم حلول مناسبة حيالها ومن هنا برزت أهمية الدراسة الحالية لتقويم بعض جوانب الأداء التدريسي لأساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من وجهة نظر طلبة البكالوريوس.

### هدف البحث :

#### يهدف هذا البحث إلى :-

1- تقويم بعض جوانب الأداء التدريسي لأساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من وجهة نظر طلبة مرحلة البكالوريوس.

#### تساؤلات البحث:-

1- ما هي آراء طلبة البكالوريوس في بعض جوانب الأداء التدريسي- لأساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ودرجة ممارستهم لها؟

#### أهمية البحث والحاجة إليها:-

تتضح أهمية البحث من خلال الآتي :

- قد تسهم نتائج البحث الحالية في مساعدة كلا من أعضاء هيئة التدريس وإدارة الكلية في التعرف على أوجه القوة في الأداء التدريسي لتشجيعها وتعزيزها ونواحي الضعف لعلاجها وتلافيها.
- تصميم معيار باستخدام معايير علمية يساعد في تقويم الأداء التدريسي لأساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مما يساهم في تحسين وتطوير أدائهم التدريسي.
- في ضوء ما قد تتوصل إليه الدراسة من نتائج وتوصيات يمكن أن تساهم في مساعدة إدارة الكلية في تطوير برنامج الإعداد المهني للأساتذة بمرحلة البكالوريوس.
- قلة الدراسات التي أجريت في مجال تقويم الأداء التدريسي-



**إجراءات البحث:-**

**منهج البحث :-** استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي .  
**مجتمع البحث:-** طلبة الفصل السابع بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مرحلة البكالوريوس وعددهم (77) طالب.  
**عينة البحث :-** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد (65) طالب من طلبة الفصل السابع بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مرحلة البكالوريوس لفصل الربيع للعام الدراسي 2017- 2018 كما يوضحها الجدول التالي :-

لأساتذة مرحلة البكالوريوس بكلية التربية البدنية و علوم الرياضة.

**مصطلحات البحث :-**

**التقويم:** عرفه بلوم (Bloom) بأنه عملية إصدار حكم على الأفكار والأعمال والأنشطة والحلول وطرق التدريس وغيرها من الأمور التربوية وان يتضمن استخدام المحكات Criteria، المستويات Standard والمعايير Norms، لتقدير مدى كفاية الأشياء ودقتها وفعاليتها (22:7).

**الأداء:** بأنه "ما يصدر عن الفرد من سلوك لفظي أو محاري وهو يستند إلى خلفية معرفية ووجدانية معينة، وهذا الأداء يكون عادة على مستوى معين يظهر قدرة الفرد أو عدم قدرته على عمل ما" (4: 33).

**أما الأداء التدريسي:** عرفه العايرة (2006) بأنه "درجة قيام عضو هيئة التدريس بتنفيذ المهام التعليمية المناطة إليه وما يبذله من ممارسات وأنشطة وسلوكيات تتعلق بمهامه المختلفة تعبيراً سلوكياً" (133:3).

**جدول (1)****التوصيف الإحصائي لعينة البحث**

ت	القسم	عدد الطلبة	ملاحظات
1	التدريس	22	عدد (10) طلبة عينة استطلاعية
2	التدريب	14	
	التأهيل	19	
	المجموع	65	

- محور المحاضرات والمهارات التدريسية.

- محور الاختبارات والتقويم .

وقد قام الباحثون بعرض محاور الاستبيان على عدد (6) من الخبراء من كلية علوم التربية البدنية والرياضة وذلك للحكم على مدى صلاحية محاور الاستبيان لما وضع من أجله وقد بلغت نسبة الاتفاق على محاور الاستبيان (100%) من مجموع الخبراء كما يوضحها الجدول التالي :-

**وسائل جمع البيانات:** قام الباحثون بتصميم استمارة استبيان بهدف التعرف على تقويم بعض جوانب الأداء التدريسي لأساتذة كلية علوم التربية البدنية والرياضة من وجهة نظر طلبة البكالوريوس وقد اتبع الباحثون الخطوات التالية :-

**1- تحديد محاور الاستبيان :-**

بعد إطلاع الباحثون على العديد من الدراسات السابقة والمراجع العملية والمرتبطة بموضوع الدراسة وتحليلها ، توصل الباحثون إلى اقتراح (3) محاور :-

- محور تنظيم خطة المقرر الدراسي.

**جدول (2) آراء الخبراء حول مدى صلاحية محاور الاستبيان والنسبة المئوية لكل محور**

النسبة المئوية	رأي الخبراء		محاور الاستبيان
	موافق	غير موافق	
100%	6	-	محور تنظيم خطة المقرر الدراسي
100%	6	-	محور المحاضرات والمهارات التدريسية
100%	6	-	محور الاختبارات والتقويم

قام الباحثون بوضع الصورة المبدئية للاستبيان (29) عبارة وتم عرضها على الخبراء من كلية التربية البدنية و علوم الرياضة للحكم على مدى مناسبة العبارات الخاصة بالمحور الذي تمثله و إبداء الرأي بالحذف أو الإضافة أو التعديل في صياغة أي عبارة وعلى ضوء رأي الخبراء قام الباحثون بإجراء التعديلات التي اجمع عليها الخبراء سواء بالحذف أو الإضافة أو بالتعديل والجدول (3) يوضح ذلك:-

## 2- تحديد عبارات الاستبيان :-

تم صياغة مجموعة من العبارات تحت كل محور من المحاور بحث تعطى مفهوم المحور التي تمثله وقد بلغ عدد العبارات (29) عبارة مقسمة على (3) محاور :-

- محور تنظيم خطة المقرر الدراسي (9)
  - محور المحاضرات والمهارات التدريسية (10)
  - محور الاختبارات والتقييم (10)
- وقد راعى الباحثون عند صياغة وتحديد شكل العبارات مجموعة من النقاط التالية :
- سلامة الصياغة اللفظية للعبارات بأسلوب واضح يتناسب مع عينة البحث.
  - التسلسل المنطقي للعبارات لاستتارة اهتمام عينة البحث للرد على كل عبارة .
  - عدد العبارات بالمحور يمكن من خلاله التعرف على جوانب الأداء التدريسي للمحور.
  - مدى ملائمة ميزان التقدير للإجابة على العبارات.

## 3- تعديل الصورة المبدئية للاستبيان :-

### جدول (3) تعديل وإضافة وحذف العبارات لمحاور الاستبيان حسب آراء الخبراء

العدد النهائي	عدد العبارات التي تم تعديلها			المحاور
	حذف	تعديل	إضافة	
8	1	2	1	محور تنظيم خطة المقرر الدراسي
8	2	1	2	محور المحاضرات والمهارات التدريسية
8	2	2	-	محور الاختبارات والتقييم

## 5- المعاملات العلمية للاستبيان :-

- صدق الاستبيان :-

أ- صدق المحتوى :-

اعتمد الباحثون على صدق المحتوى والذي حدد على أساسه المحاور التي تم عرضها على الخبراء لإبداء الرأي في مدى مناسبة العبارات الخاصة لكل محور للاستبيان بالإضافة إلى التحقق من صحة تمثيل العبارات للمحاور التي يتضمنها الاستبيان .

ب- صدق الاتساق الداخلي:-

تم حساب صدق الاتساق الداخلي للاستبيان من خلال **Pearson Correlation** باستخدام معامل الارتباط ( ) بين درجة كل عبارة من عبارات المحور و **Coefficient** بين الدرجة الكلية للمحور والجدول التالية يوضح ذلك:-

## 4- وضع الصورة النهائية للاستبيان :-

في ضوء ما أبداه الخبراء من آراء ومقترحات وبعد إجراء التعديلات على القائمة الأولى للاستبيان تمكن الباحثون من الحصول على الصورة النهائية للاستبيان واشتملت على (24) عبارة موزعة على المحاور .

● محور تنظيم خطة المقرر الدراسي (8)

● محور المحاضرات والمهارات التدريسية (8)

● محور الاختبارات والتقييم (8)

وتم الاستجابة من أفراد العينة الأساسية على العبارات وفقاً لميزان تقدير ثلاثي (نعم ) ويقدر لها (3) درجات (أحياناً ) ويقدر لها (2) درجتان ( لا ) يقدر لها (1) بدرجة.

جدول (4) صدق الاتساق الداخلي بين درجة العبارة ودرجة المحور الذي تنتمي إليه

المحور الأول		المحور الثاني		المحور الثالث	
العبارة	قيمة (r)	العبارة	قيمة (r)	العبارة	قيمة (r)
1	** 0.72	1	**0.62	1	**0.55
2	**0.72	2	**0.64	2	**0.80
3	**0.50	3	**0.83	3	**0.70
4	**0.63	4	**0.69	4	**0.82
5	**0.72	5	**0.55	5	**0.66
6	**0.74	6	**0.77	6	**0.61
7	**0.88	7	**0.84	7	**0.70
8	**0.81	8	**0.71	8	**0.63

يتضح من الجدول (2) أن معاملات الارتباط ذات دلالة إحصائية حيث تراوحت من معامل الارتباط ما بين (0.50) كأصغر قيمة و (0.88) كأكبر قيمة.

جدول (5) صدق الاتساق الداخلي بين درجة المحور والدرجة الكلية لمحاور الاستبيان

المحور	معامل الارتباط
المحور الأول	0.93
المحور الثاني	0.91
المحور الثالث	0.91

(0.91) كأصغر قيمة و (0.93) كأكبر قيمة وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية مما يشير إلى الاتساق الداخلي للاستبيان

ثبات الاستبيان:- بإيجاد معامل الثبات لمحاور الاستبيان من خلال استخدام معادلة (ألفا) كرونباخ والجدول التالي يوضح ذلك:-

جدول (6) معاملات ثبات الاستبيان

المحور الأول	المحور الثاني	المحور الثالث	معدلات الثبات
0.86	0.81	0.84	

يتضح من الجدول (4) أن قيم معدلات الثبات أكبر من قيم معيار كيزر (0.70) مما يدل على دلالتها إحصائية وأن الاستبيان قادر على قياس ما وضع من أجله.

بعد التأكد من صلاحية استمارة الاستبيان بإجراء المعاملات العلمية قام الباحثون بتوزيع الاستمارات على عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من 6/24 / 2018 إلى 6/27 / 2018 بعد ذلك قام الباحثون بتجميع استمارات الاستبيان وتفرغها تمهيدا لمعالجتها إحصائياً  
6- المعالجات الإحصائية :-

تم استخدام برنامج (SPSS) Statistical Package for Social Sciences . للحصول على كلا من (معامل الارتباط - النسبة المئوية- معامل ألفا كرونباخ)

عرض ومناقشة النتائج :- أولاً :- عرض النتائج :-

جدول (7) التكرارات والنسب المئوية لعبارات محور تنظيم خطة المقرر الدراسي

م	عبارات المحور	نعم		أحياناً		لا	
		ك	%	ك	%	ك	%
1	يوزعون على الطلبة خطة المقرر الدراسي (الأهداف – عدد المحاضرات - الاختبارات) من بداية الفصل الدراسي	34	61	15	27	6	10.9
2	يحددون مفردات محتوى المقرر الدراسي للطلبة تحديداً واضحاً.	21	38.2	28	50.9	6	10.9
3	يوضحون للطلبة نظام توزيع الدرجات على متطلبات المقرر الدراسي.	43	78.2	10	18.2	2	2.2
4	يقدمون للطلبة قائمة بأسماء (المصادر - المراجع) المتوفرة والمتعلقة بالمقرر الذي يقومون بتدريسه.	18	32.7	21	38.2	16	29.1
5	يتوافق تدريسهم مع مفردات المحتوى في خطة المقرر.	21	38.2	27	49.1	7	12.7
6	يضعون مفردات محتوى المادة العلمية للمقرر الدراسي بما يتناسب والزمن المخصص لتدريسه.	27	49.1	20	36.4	8	14.4
7	يقدمون المقرر بطريقة منظمة .	30	54.5	17	30.9	8	14.5
8	يضعون مفردات بالمقرر تكسب الطلبة معارف ومعلومات حديثة .	30	54.5	18	32.7	7	12.7

يتضح من الجدول (7) أن قيم النسب المئوية لإجابات (نعم) قد حققت نسب تراوحت من (78.2) إلى (32.7) وقيم النسب المئوية لإجابات

(أحياناً) قد حققت نسب تراوحت من (50.9) إلى (18.2) قيم النسب المئوية لإجابات (لا) قد حققت نسب تراوحت من (29.1) إلى

(2.2)

جدول (8) التكرارات والنسب المئوية لعبارات محور المحاضرات والمهارات التدريسية

م	عبارات المحور	نعم		أحياناً		لا	
		ك	%	ك	%	ك	%
1	ملتزمون ومواطنون على الحضور بالمواعيد المقررة للمحاضرات .	35	63.6	18	32.7	2	3.6
2	يستثمرون وقت المحاضرة في التدريس.	27	49.1	20	36.4	8	14.5
3	طريقة عرضهم للمعلومات واضحة ومتراطة ومنظمة.	25	45.5	23	41.8	7	12.7
4	يستخدمون بفاعلية استراتيجيات وطرق تدريس متنوعة.	24	43.6	19	34.5	12	21.8
5	استخدمهم في عرضهم للمادة العلمية للمقرر بوسائل تعليمية متنوعة (داتا شو).	8	14.5	37	67.3	10	18.2
6	يعرضون عناصر محاضراتهم بشكل متسلسل ومترايط.	28	50.9	23	41.8	4	7.3
7	طريقة تدريسهم تثير تفكير الطلبة وتحفزهم على التفاعل الايجابي في المحاضرة.	20	36.4	31	56.4	4	7.3
8	يقيمون الطلبة بالمحاضرات للتأكد من فهمهم لموضوع المحاضرة.	29	52.7	20	36.4	6	10.9

يتضح من الجدول (8) أن قيم النسب المئوية لإجابات (نعم) قد حققت نسب تراوحت من (63.6) إلى (14.5) بينما قيم النسب المئوية

لإجابات (أحياناً) قد حققت نسب تراوحت من (67.3) إلى (32.7) وقيم النسب المئوية لإجابات (لا) قد حققت نسب تراوحت من

(21.8) إلى (3.6)

## جدول (9)

## التكرارات والنسب المئوية لمبارات الاختبارات والتقييم

م	عبارات المحور		نعم		أحيانا		لا	
	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
1	22	40	23	41.8	10	18.2		
2	24	43.6	19	34.5	12	21.8		
3	17	30.9	27	49.1	11	20		
4	20	36.4	30	54.5	5	9.1		
5	21	38.2	21	38.2	13	23.6		
6	26	47.3	22	40	7	12.7		
7	24	43.6	28	50.9	3	5.5		
8	24	43.6	25	45.5	6	10.9		

يتضح من الجدول (9) أن قيم النسب المئوية لإجابات (نعم) قد حققت نسب تراوحت من (47.3) إلى (30.9) بينما قيم النسب المئوية لإجابات (أحيانا) قد حققت نسب تراوحت من (54.5) إلى (34.5) وقيم النسب المئوية لإجابات (لا) قد حققت نسب تراوحت من (23.6) إلى (5.5).

## ثانيا مناقشة النتائج :-

## مناقشة نتائج المحور الأول (تنظيم خطة المقرر الدراسي) :-

يتبين من الجدول (7) أن أعلى نسب لقيم تكرارات الإجابة (بنعم) لعبارات محور تنظيم خطة المقرر الدراسي والتي تحصلت عليها العبارتين (1) (3) واللذان كانتا بتكرار (43) وبنسبة (78.2%) للعبارة (3) والتي تنص (يوضحون للطلبة نظام توزيع الدرجات على متطلبات المقرر الدراسي) وبتكرار (34) وبنسبة (61%) للعبارة (1) والتي تنص (يوزعون على الطلبة خطة المقرر الدراسي) (الأهداف - عدد المحاضرات - الاختبارات) من بداية الفصل الدراسي، مما يشير إلى أن هناك اهتمام من أعضاء هيئة التدريس في توضيح نظام توزيع الدرجات على متطلبات المقرر الدراسي وهذا يعتبر تطبيقاً للألحة الكلية الداخلية والتي تلزم أعضاء هيئة التدريس بضرورة التوضيح للطلاب كل ما يتعلق بأهداف المقرر والاختبارات التي سيخضع لها ونظام الدرجات للطلاب في أول محاضرة من كل فصل دراسي والتي من خلالها يستطيع أخذ فكرة عن المقرر الدراسي .

ويشير محمود كامل (1999) أن من المقومات الأساسية للتدريس الفعال تهيئة الطلاب لدراسة المقرر ، فتهيئة الطلاب

لدراسة المقرر تجعلهم أكثر اهتماماً بالمادة الدراسية، وأكثر استمتاعاً بدراستها. ويستطيع عضو هيئة التدريس بلوغ ذلك إذا قام بتعريف الطلاب بطبيعة المقرر وأهدافه وعلاقته بالمقررات الأخرى التي يدرسها الطلاب، وكيف يمكن مذاكرته وما الذي ينبغي حفظه أو فهمه، ويتم ذلك إذا قام منذ بداية الفصل الدراسي بتقديم خطوطاً عريضة تبصرهم بالمقرر الذي يسعون لدراسته فهذه الخطوط العريضة تساعد على أن يقود طلابه من خلالها إلى شرح المقرر وربط أجزائه بعضها ببعض ليكون بناء كامل من المعرفة. (6): 164-165

كما يتبين من الجدول (7) أن أعلى نسب لقيم تكرارات الإجابة (أحيانا) للعبارتين (2) (5) واللذان كانتا بتكرار (28) وبنسبة (50.9%) للعبارة (2) والتي تنص (يحددون مفردات محتوى المقرر الدراسي للطلبة تحديداً واضحاً) وبتكرار (27) وبنسبة (49.1%) للعبارة (5) والتي تنص (يتوافق تدريسهم مع مفردات المحتوى في خطة المقرر) وهي نسب إلى حد ما متوسطة مما يدل على أن هناك بعض القصور في عدم وضوح مفردات المقرر مع بعض التقصير في توافق تدريس أعضاء هيئة التدريس مع محتوى خطة المقرر.

العينة يرون أن بعض أعضاء هيئة التدريس يمارسون بعض المهام المرتبطة بجانب (الاختبارات والتقييم) والتي تتمثل في (تنصف الاختبارات بالشمولية لكل مفردات محتوى المادة العلمية)، (إجراءهم للاختبارات الدورية حسب ما هو محدد بخطة المقرر).

ويعزو الباحثون تفسير ذلك إلى ما تشهده الكلية في الوقت الحالي من تضخم في قبول عدد الطلاب بمرحلة البكالوريوس، إضافة إلى زيادة العبء التدريسي والإداري لمعظم أعضاء هيئة التدريس مما لا يتيح لأعضاء هيئة التدريس القيام بجوانب التقويم على الوجه المطلوب حيث أن ممارسة تلك المهام تتطلب جهداً ووقتاً كبيرين قد لا تتوافر لكثير من أعضاء هيئة التدريس في ظل ما تتطلبه تلك الممارسة .

### الاستنتاجات :

#### أولاً :- استنتاجات الخاصة بال محور الأول محور(تنظيم خطة المقرر الدراسي)

- 1- هناك بعض الاهتمام من أعضاء هيئة التدريس في كل من:-  
-يوضحون للطلبة نظام توزيع الدرجات على متطلبات المقرر الدراسي..  
- يوزعون على الطلبة خطة المقرر الدراسي(الأهداف - عدد المحاضرات - الاختبارات) من بداية الفصل الدراسي.  
- يقدمون المقرر بطريقة منظمة.  
- يضعون مفردات بالمقرر تكسب الطلبة معارف ومعلومات حديثة
- 2- هناك بعض القصور من أعضاء هيئة التدريس في كل من:-  
-يقدمون للطلبة قائمة بأساء ( المصادر - المراجع) المتوفرة والمتعلقة بالمقرر الذي يقومون بتدريسه.

#### ثانياً :- استنتاجات الخاصة بال محور الثاني محور(المحاضرات والمهارات التدريسية)

- 1- هناك بعض الاهتمام من أعضاء هيئة التدريس في كل من:-  
- ملتزمون ومواظبون على الحضور بالمواعيد المقررة للمحاضرات.  
- يقيمون الطلبة بالمحاضرات للتأكد من فهمهم لموضوع المحاضرة.  
- يعرضون عناصر محاضراتهم بشكل متسلسل ومترابط.
- 2- هناك بعض القصور من أعضاء هيئة التدريس في كل من:-  
-استخدامهم في عرضهم للمادة العلمية للمقرر بوسائل تعليمية متنوعة (دانا شو).

#### ثالثاً :- استنتاجات الخاصة بال محور الثالث محور(الاختبارات والتقييم)

ويشير عبد الرزاق شنين (2009) أن يعتمد عضو هيئة التدريس خطة دراسية يصممها لتدريس كل مادة من المواد التي يقوم بتدريسها تتضمن الهدف من تدريس المادة ومفردات تلك المادة والأهداف السلوكية التي يسعى إلى تحقيقها وكذلك التوزيع الزمني لتلك المفردات (20:5)

#### مناقشة نتائج المحور الثاني (المحاضرات والمهارات التدريسية)

يتبين من الجدول (8) أن أعلى نسب لقيم تكرارات الإجابة (بنعم) لعبارة محور (المحاضرات والمهارات التدريسية) والتي تحصلت عليها العبارتين (1) (8) واللذان كانتا بتكرار (35) ونسبة (63.6 %) للعبارة (1) والتي تنص (ملتزمون ومواظبون على الحضور بالمواعيد المقررة للمحاضرات) وبتكرار (29) ونسبة (52.7%) للعبارة (8) والتي تنص (يقيمون الطلبة بالمحاضرات للتأكد من فهمهم لموضوع المحاضرة) مما يدل على إيجابية أداء هيئة التدريس للجوانب التي تمثلها العبارتان. كما يتبين من الجدول (8) أن أعلى نسب لقيم تكرارات الإجابة (أحياناً) للعبارتين (5)(7) واللذان كانتا بتكرار (37) و بنسبة (67.3%) للعبارة (5) والتي تنص (استخدامهم في عرضهم للمادة العلمية للمقرر بوسائل تعليمية متنوعة (دانا شو) ويعزو الباحثون ذلك إلى عدم الاهتمام بالمحافظة على الإمكانيات والتجهيزات والوسائل اللازمة بالكلية فالقاعات الدراسية في الغالب أغلبها مجهزة بالتكنولوجيا الحديثة إلا أنها معظمها غير صالحة نتيجة لسوء الاستعمال والتي تحول دون استخدام أعضاء هيئة التدريس لبعض أساليب التدريس التي تعتمد على التكنولوجيا الحديثة . وبتكرار (31) ونسبة (56.4) للعبارة (7) والتي تنص (طريقة تدريسهم تثير تفكير الطلبة وتحفزهم على التفاعل الإيجابي في المحاضرة).

ويرى الباحثون نظراً لاختلاف قدرات المتعلمين في اهتمامهم ودافعيتهم وخبراتهم ومستوى التحصيل لديهم فيجب على أعضاء هيئة التدريس استخدام طرق التدريس الحديثة باستخدام تكنولوجيا التعلم بدمج طرق التدريس بالوسائل التكنولوجية بشكل يتناسب مع احتياجات المتعلم وتجعله يتفاعل وتستثير اهتمامه .

#### مناقشة نتائج المحور الثالث (الاختبارات والتقييم)

يتبين من الجدول (9) أن نسب القيم لتكرارات الإجابات لعبارة محور (الاختبارات والتقييم) كانت نسب تدل على الاعتدال في استجابات الطلبة حيث تركزت معظم الإجابات على (أحياناً) والتي كانت أعلى نسبة قيم للعبارتين (4) ونسبة (54.5 %) وبتكرار (30) والعبارة (7) ونسبة (50.9%) وبتكرار (28) مما يدل إلى حد ما على إيجابية أداء هيئة التدريس للجوانب التي تمثلها العبارات وأن أفراد

في الجامعات السعودية من وجهة نظر عمداء الكليات ورؤساء الأقسام". المجلة التربوية، جامعة الملك سعود ، 1993.

2- الثبيتي وجويبر وهاشم بكر :- إعادة الهندسة الكلية الشاملة لعمل الجامعة، مركز البحوث التربوية والنفسية، جامعة أم القرى، 2004.

3- العبايرة، محمد حسن :- تقدير أعضاء هيئة التدريس بجامعة الإسراء الخاصة بالأردن للمهام التعليمية المناطة بهم من وجهة نظر طلبتهم، مجلة العلوم التربوية والنفسية، البحرين، كلية التربية، المجلد السابع العدد الثالث، 2006.

4- اللقاني، احمد حسين وعلي احمد الجمل :- معجم المصطلحات- التربية المعروفة في المناهج وطرق التدريس ، الطبعة الثانية، القاهرة، عالم الكتب. 1999.

5- عبد الرزاق شنين :- تقويم الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في الجامعة وانعكاساته في جودة التعليم ، بحث مقدم إلى مؤتمر الجودة، جامعة الكوفة كلية التربية للبنات، جامعة الكوفة، 2009.

6- محمود كامل الناقية:- التدريس الجامعي – العمود الفقري للتنمية المهنية لأستاذ الجامعة، المؤتمر القومي السنوي السادس لمركز تطوير التعليم الجامعي "التنمية المهنية لأستاذ الجامعة في عصر- المعلوماتية" كلية التربية، جامعة عين شمس، (24 - 23) نوفمبر 1999 .

7- Bloom, B.S (1991), Mastering Learning & It is implication for curriculum development. Boston: Little Brown.

1- هناك بعض الاهتمام من أعضاء هيئة التدريس في كل من:-

- موازنتهم بين عدد الأسئلة والوقت المحدد للاختبار.

هناك بعض القصور من أعضاء هيئة التدريس في كلا من:-

- تتصف الاختبارات بالشمولية لكل مفردات محتوى المادة العلمية.

- إجراءهم للاختبارات الدورية حسب ما هو محدد بخطة المقرر.

### التوصيات :

1- ضرورة الحرص من قبل أعضاء هيئة التدريس على تزويد الطلبة بقائمة للمصادر والمراجع للمقررات التي يقومون بتدريسها .

2- العمل على الالتزام بإجراء الامتحانات الدورية حسب التوقيت المحدد بخطة المقرر مع الاعتماد على صدق المحتوى في إجراء الاختبارات بحيث يتم توزيع الأسئلة على جميع مفردات المقرر.

3- العمل على الصيانة الدورية للإمكانات والتجهيزات الحديثة داخل القاعات التدريسية بما يساعد هيئة التدريس على استخدامها لعرض المادة العلمية للمقررات الدراسية .

4- الاستفادة من الاستبيان الذي أعده الباحثون لتقويم عضو هيئة التدريس لأدائه الأكاديمي ذاتيًا عن طريق توزيعه على الطلاب والطالبات في نهاية كل فصل دراسي لمعرفة انطباعاتهم حول أدائه الأكاديمي وتحليل نتائجها والاستفادة منه شخصيًا في تطوير أدائه الأكاديمي

### المراجع :-

1- الثبيتي ، مليحان بن معيض ، القرني ، علي بن سعد :- "طرق وأساليب تقويم أداء أعضاء هيئة التدريس



## تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى اللياقة البدنية للمستجدين بمعهد عمليات الشرطة طرابلس

د . بسام مصباح الوحيشي

-المقدمة :

يقوم بها الفرد والتي تعمل في تناسق وتداخل بين كل منها والآخر. (85:275)

ويضيف علاء الدين عليوه (2006) أن ممارسة الرياضة والوصول إلى مستوى أعلى من اللياقة البدنية والوظيفية تجعل جسم الفرد الممارس أكثر قدر قدرة على التكيف وعدم التعرض للمشاكل الصحية التي تنجم عن بعض الظروف المحيطة بنا، وبذلك تعد وسيلة مهمة لاكتساب الصحة واللياقة البدنية وصحة الجهاز الدوري والتنفسي والقلب وغيره من الأجهزة الحيوية المختلفة. (9:30)

ويمثل برنامج التدريب الرياضي جزءا مهما في الحياة العسكرية لتحقيق النمو الشامل والمتكامل والتربية المتوازنة وهو يساعد في تكون عادات ومهام وقيم وأساليب تفكير لازمة لمواصلة التعلم والمشاركة في التنمية الشاملة ومن الملاحظ أن للتدريب الرياضي أثرا فعالا في عملية التربية، ولما كان للتدريب الرياضي صلة بالمنهج المقررة بكلية الشرطة، فقد ارتأى الباحث الخوض في مجال برنامج التدريب الرياضي وما يتصل به لكي يحقق بعض الأهداف المهمة التي وضع من أجلها وذلك من خلال الممارسة الميدانية ومن أهمها اللياقة البدنية والوظيفية لطلاب كلية الشرطة.

يذكر محمد علي القط (2002) أن معظم العلماء في مجال التدريب اتفقوا على أن اللياقة البدنية هي المكون الأساسي الذي يبنى عليه المكونات اللازمة للوصول إلى الحالة التدريبية المثلى، حيث تعتبر اللياقة البدنية هي الأساس في تكوين اللياقة الشاملة والتي تعني كفاءة الجسم في مواجهة متطلبات الحياة، وهي الانعكاس المباشر للحالة الصحية التي يتمتع بها الفرد . (125:2)

أصبحت مستويات الطلاب في اللياقة البدنية مؤشرا يعكس مستوى التقدم العلمي في المجال العسكري للدولة. لذا فإنها تعمل عند إعداد الطلبة إلى الارتقاء بمستوياتهم البدنية حتى يكونوا على استعداد كامل لتنفيذ الواجبات المكلفين بها إلى أن اللياقة البدنية تعمل على تنمية المهارات الأساسية وإتقانها خاصة المهارات التي يتخصص فيها ضباط الشرطة، واللياقة البدنية هي القدرة على إنجاز الاعمال اليومية مهمة ويقضه دون تعب وبطاقة كافية للتمتع بالوقت الحر ومقاومة الضغوط البدنية التي تتطلبها حالات الطوارئ، وبالتالي فإن ضابط الشرطة غير اللائق بدنيا غير قادر على مواجهة ضغوط العمل الطارئة والمفاجئة.

أما الضابط اللائق فهو يمتلك القدرة على تحمل أعباء الحياة اليومية ومواجهة الضغوط البدنية والعقلية والنفسية مع تأخير ظهور التعب.

يشير أبو العلاء عبد الفتاح وأحمد نصر الدين (2003) إلى أن علماء فسيولوجيا الرياضة ينظرون إلى مكونات اللياقة البدنية من اتجاه آخر لا يعتمد على مجرد الخصائص الخارجية المميزة للأداء، بل يمتد ويزداد تعمقا في الجسم الإنساني، ويتم ذلك من خلال التحليل الوظيفي للعمليات الفسيولوجية المختلفة التي تسبب الشكل الخارجي للجسم أو الناتج البدني ككون من مكونات اللياقة البدنية. (18:8)

ويرى فانيار وجالهيو (Vannier and Gallahue 1988) بأن اللياقة البدنية هي قدرة الفرد على أن يعيش حياة متزنة ومتكاملة، فهي تمثل حالة سلامته بدنيا وعاطفيا وعقليا واجتماعيا، وعلى ذلك فاللياقة كظهر تعني مجموعة الوظائف التي

تطوير مستوى اللياقة البدنية للأفراد، ونظرا لأهمية التدريب في التأثير على مستوى اللياقة البدنية تظهر جوانب أهمية هذا البحث:

- قلة الدراسات التي تناولت تأثير برنامج تدريبي على مستوى اللياقة البدنية لافراد الشرطة بطرابلس
- قد تسهم نتائج هذا البحث في تخطيط عملية التدريب على أسس علمية للعمل على رفع مستوى افراد الشرطة في اللياقة البدنية
- (1-2) – أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على :

1. تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى اللياقة البدنية لافراد الشرطة بطرابلس.

### (1-3) – فروض البحث:

- 1- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى اللياقة البدنية وبعض لافراد الشرطة بطرابلس للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي.
- 2- توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى اللياقة البدنية لصالح المجموعة التدريبية لافراد الشرطة.

### (2) – منهج وإجراءات البحث

#### (2-1) – منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمة طبيعة البحث.

#### (2-2) – مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث بالطلاب المقبولين بمعهد عمليات الشرطة بطرابلس لسنة 2015-2016 بطرابلس .

#### (2-3) – عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، افراد الشرطة والبالغ عددهم (50) مستجد، ونسبة مئوية قدرها (25%)، والذين

ويشير يوسف لازم كماش وصالح بشير (2006) إلى أن تطوير مستوى الأداء نحو الأفضل يتم من خلال عملية التكيف لعناصر اللياقة البدنية والفسولوجية، وذلك لأن التكيف يهدف إلى تحسين الاستجابات الجسمية وتنمية الكفاءة الوظيفية لكافة أعضاء الجسم والذي يؤدي إلى التحسن في وظائف القلب والدورة الدموية فضلا عن كفاءة عمل العضلات، حيث أصبح قياس اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية هو الأساس الذي يعتمد عليه المدربون. (14:57)

### (1-1)- أهمية البحث :

ان مستوى اللياقة البدنية أحد المتطلبات الأساسية في مجال التدريب المختلف من أجل الحصول على افراد شرطة أكفاء وعلى مستوى عالي من التدريب البدني لذلك فإن العمل على تحسين اللياقة البدنية تعتبر أحد القواعد الأساسية لبلوغ المستوى المطلوب وتحقيق أفضل أداء والعمل على تحقيق الأهداف المرسومة. ويرى الباحث بأن برنامج اللياقة البدنية بحاجة ماسة إلى التطوير لكي تسير الاتجاهات الحديثة في مجال ممارسة الرياضة من أجل الصحة، فضلا عن أهدافها من أجل الإنتاج والعمل وما يتناسب مع الاحتياجات البدنية لافراد الشرطة، حيث أن اكتساب اللياقة البدنية يزيد من كفاءة افراد الشرطة وذلك في معاهد تدريب الشرطة في ممارسة المهام العسكرية أثناء الواجبات المكلفين بها. ان الإعداد والتخطيط لعمليات التدريب وفق برنامج مقنن ومنظم ويعمل على تكيف الأحمرة الحيوية بالجسم بصورة إيجابية مع الاقتصاد في الجهد، ووفق قواعد اساسية يضمن الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية عند افراد الشرطة.

يتوقف تقدم وتطور أداء الأفراد على عمليات الإعداد المختلفة التي يتم التخطيط لها على وفق أحدث الأسس العلمية المستمدة من مختلف العلوم العسكرية والطبيعية والإنسانية والتي تساهم في

- تراوحت أعمارهم من (18 – 22)، للعام الدراسي 2015-2016 م . وقد تم اختيار العينة للأسباب التالية:
- وجود الطلاب بشكل مستمر في معهد الشرطة .
- انتظام الطلاب في التدريبات وفق البرنامج المقترح .
- استعداد الطلاب لخضوعهم للاختبارات والقياسات
- أدوات وقياسات البحث : (2-4)
- إستعان الباحث بعدة أدوات وأجهزة للحصول على أفضل الوسائل اللازمة العربية والأجنبية فضلا عن استخدام الطرق الآتية :
- الوثب الطويل من الثبات للرجلين
- لقياس القدرة العضلية
- ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف
- لقياس المرونة
- الجري المتعرج بين قائمين لقياس الرشاقة
- جري 1000 متر الدورية التنفسية
- لقياس التحمل

### (3) الدراسات الإستطلاعية :

#### (3-1) – الدراسة الاستطلاعية الأولى :

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة من مجتمع البحث وليس من أفراد العينة ولذلك في الفترة من 2016/1/3 لغاية 2016/3/3 وقد بلغ أفراد العينة (10) طلاب

#### (3-2) – الدراسة الاستطلاعية الثانية :

أجريت الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من 2016/3/5 لغاية 2016/12/3 على (10) طلاب من نفس مجتمع البحث ولكن ليس من أفراد عينة البحث. وذلك من أجل استخراج المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث وذلك لحساب الآتي :

#### أولا : صدق وثبات الاختبارات :

وقد قام الباحث بحساب معامل ثبات الاختبار عن طريق تطبيق الاختبارات قيد الدراسة، ثم أعيد تطبيق نفس الاختبارات على نفس العينة مرة ثانية (إعادة اختبار)، وكما هو موضح في الجدول (1) .

#### (2.5) – الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

- ميزان طلي معيار لقياس الوزن (كجم)
- جهاز الرستاميتير لقياس الطول (سم)
- مقاعد سويدية
- كرات طبية
- شريط قياس
- حبال، حواجز
- إستارة لتسجيل البيانات

#### (2-6) – الاختبارات البدنية :

- عدو 30 متر من البدء الطائر
- لقياس السرعة

جدول (1) معامل الثبات والصدق الذاتي للقياسات والاختبارات قيد الدراسة N = 10

مصادقية الاختبار	معامل ثبات الاختبار	القياسات والاختبارات
0.866	0.835	السرعة
0.989	0.955	المرونة
0.940	0.789	الرشاقة
0.950	0.905	القدرة العضلية للرجلين
0.930	0.860	التحمل الدوري التنفسي
قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.0542		

(120) دقيقة، وقد خضعت المجموعة التجريبية إلى برنامج تدريبي أعدّه الباحث .

#### خامسا : القياس البعدي :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية، تم إجراء القياسات البعدية على أفراد عينة البحث في مستوى اللياقة البدنية وبعض خلال الفترة الزمنية من 2016/6/17 لغاية 2016/6/20م، تحت الشروط والظروف نفسها التي أجريت بها القياسات القبيلة للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

#### سادسا- المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث الإجراءات الإحصائية باستخدام النظام الإحصائي SPSS كما يأتي :

◀ المتوسط الحسابي

Mean

stander Deviation

◀ الانحراف المعياري

◀ الوسيط

Median

Skewness

◀ معامل الالتواء

◀ معامل الارتباط (بيرسون) Correlation Coefficient

Pearson

◀ اختبار (ت) الفروق بين المتوسطات T-Test Paired

Samples

يتضح من نتائج الجدول (1) أن قيم معامل الارتباط المحسوبة قد تراوحت ما بين (0.989-0.955) وأن هذه القيم أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.542) مما يدل على معنوية الارتباط بين الاختبار الأول والثاني، وهذا ما يشير إلى ثبات القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث. وتم استخراج الصدق الذاتي للقياسات والاختبارات عن طريق القانون الآتي :  
معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات  
وهذا يدل على صدق وثبات القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث.

#### ثانيا : استمارة استطلاع رأي الخبراء :

صمم الباحث استمارة استطلاع رأي الخبراء على محاور برنامج التدريب، والذي يتضمن تحديد الفترة الزمنية للبرنامج التدريبي وعدد الوحدات في الأسبوع، وزمن كل وحدة تدريبية، وكذلك برنامج التمرينات الخاص بعينة البحث.

#### ثالثا : استمارة تسجيل البيانات :

قام الباحث بوضع استمارة خاصة بتسجيل البيانات الخاصة بالطول والوزن والعمر وبعض متغيرات البحث البدنية والوظيفية قيد البحث.

#### رابعا : تطبيق البرنامج التدريبي المقترح :

قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح لمدة (12) أسبوعا متواصلة من الفترة 2016/3/15 لغاية 2016/6/15م بواقع أربعة وحدات تدريبية في الأسبوع (السبت، الأحد، الاثنين، الأربعاء)، وقد تراوح زمن الوحدات التدريبية بين (60-

#### (4) - عرض ومناقشة النتائج

## جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في المتغيرات الأساسية لأفراد عينة البحث. N=50

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية للمتغيرات
0.040	21.000	1.380	21.020	سنة	العمر
0.580	61.000	2.880	69.170	كجم	الوزن
0.405	176.00	2.660	173.600	سم	الطول

يتضح من الجدول رقم (2) أن قيمة معامل الالتواء للقياسات في العمر، الوزن، الطول، لأفراد عينة البحث تراوحت بين (0.040-0.580) أي أنها انحصرت ما بين (+3، -3) مما يدل على تجانس العينة في تلك المتغيرات الأساسية .

## جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في المتغيرات البدنية N=50

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية للمتغيرات البدنية
0.650	3.970	0.335	4.068	ث	عدو 30 متر
0.440	1.855	0.488	1.865	م	الوثب الطويل من الثبات
0.370	4.000	1.165	4.270	سم	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف
0.270	12.500	1.370	12.599	ث	الجرى المتعرج بين قائمين
0.322	3.000	0.112	3.145	ق	جري 1000 متر

يقوم أفراد المجموعة التجريبية بتنفيذ الوحدات التدريبية للبرنامج المقترح من قبل الباحث، فيما يقوم أفراد المجموعة الضابطة بتنفيذ وحدات البرنامج التدريبي الخاص معاهد تدريب الشرطة، وبعد تقسيم العينة إلى قسمين قام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة، وذلك قبل البدء في إجراءات تنفيذ البرنامج التدريبي على أفراد العينة التجريبية، من الجانب البدني.

يتضح من الجدول رقم (4) أن قيمة معامل الالتواء للقياسات البدنية المتمثلة باختبارات (عدو 30 متر، الوثب الطويل من الثبات، الجري المتعرج بين قائمين، جري 1000 متر) لعينة البحث قد تراوحت ما بين (0.270-0.650) أي أنها انحصرت ما بين (+3، -3) مما يدل على تجانس العينة في تلك المتغيرات الأساسية. وقد تم تقسيم العينة عشوائيا من مجموع ضابطة وعدد أفرادها (25) طالبا، ومجموعة تجريبية وعدد أفرادها (25)، حيث

## جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث N=50

مستوى الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
غير دال	0.750	0.435	4.118	0.323	4.044	عدو 30 متر
غير دال	1.192	0.149	1.866	0.550	1.836	الوثب الطويل من الثبات
غير دال	1.465	1.219	5.335	1.728	4.840	ثني الجذع أماما أسف من الوقوف
غير دال	0.961	3.631	12.652	3.359	12.601	الجري المتعرج بين قائمين
غير دال	0.622	0.151	3.182	0.131	3.162	جري 1000 متر

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.021

يتضح من بيانات جدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.021)، مما يشير إلى التكافؤ بين المجموعتين في هذه المتغيرات البدنية.

3- الاهتمام بإجراء الكشف الطبي الدوري والبطاقة الصحية، لما لها من أهمية كبيرة في التعرف على الحالة الوظيفية والصحية واللياقة البدنية لأفراد الشرطة.

## المراجع

## المراجع العربية :

- 1- إبراهيم أحمد سلامة (2000): المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية، منشأة المعارف، الإسكندرية .
- 2- أبو العلا أحمد عبدالفتاح (2003) : فسيولوجيا التدريب والرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 3- أحمد نصر الدين سيد (2003) : فسيولوجيا الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 4- بهاء الدين إبراهيم سلامة (2000) : فسيولوجية الرياضة والأداء البدني، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 5- ثامر محمد منصور (2000) : تأثير برنامج تدريبي هوائي على بعض المتغيرات الفسيولوجية لحالات أنيميا سوء التغذية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة .
- 6- عائدة عبد الهادي (2001): فسيولوجيا جسم الإنسان، دار الشروق، عمان، الأردن.
- 7- عبدالعزيز نمر وناريمان الخطيب(2000): التدريب الرياضي.. الإعداد البدني والتدريب بالأثقال للناشئين في مرحلة ما قبل البلوغ، الأساتذة للكتاب الرياضي .
- 8- علاء الدين عليوة (2006): الصحة الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

## (5) – الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث وفي حدود عينة البحث واسترشادا بأهدافها والخطوات المتبعة فيها واستنادا إلى الاجراءات الإحصائية وما تم الحصول عليه من نتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- 1- إن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير ايجابي في مستوى اللياقة البدنية لأفراد الشرطة بطرابلس .
- 2- البرنامج التدريبي المقترح قد أثر ايجابيا في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لأفراد الشرطة وذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى (السرعة، القدرة العضلية للرجلين، المرونة، الرشاقة، التحمل الدوري التنفسي) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية .
- 3- البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى وجود نسبة تحسن في مستوى اللياقة البدنية لأفراد المجموعة التجريبية أعلى من نسبة التحسن لأفراد المجموعة الضابطة.
- 4- البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى وجود نسبة تحسن في بعض المتغيرات لأفراد المجموعة التجريبية أعلى من نسبة التحسن لأفراد المجموعة الضابطة .

## (6) – التوصيات :

- 1- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح للارتقاء بمستوى اللياقة البدنية لطلاب المقبولين بمعاهد الشرطة.
- 2- الاهتمام بإجراء القياسات والاختبارات البدنية الخاصة بالسرعة، والقدرة العضلية، والمرونة، والرشاقة، والتحمل الدوري التنفسي على افراد معاهد الشرطة.

- 22- Clark, H., : application of measurement in Health and physical education., 5<sup>th</sup> ed., prentice hall, new jersey, 1976.
- 23- Devid. F., (1973): an introduction to human physiology hand costers, medical and techinca, publishing, co. LTD. New York.
- 24- Deveries, H., & Housh, T.,: physiology of Exercise for Physical Education Athletics and Exercise Science, 5<sup>th</sup>,ed, W.C. Brown and Beuck mark madi son, 1994.
- 25- Hoeger,W, & Hoeger, S.,: Principles and labs for Physical Fitness, Morton, publishing company, Englwood, Clorado,1997.
- 26- Hockey, R.V., (1973): physical fitness the pathway to health living, 2<sup>nd</sup> ed, the C.V mosby .Co.st.Louis.
- 27- Lurlec, Sherwood, (1997): Human physiology From cells to systems, 3ed, wads worth publishing compny.
- 28- Larson, a & yocom N : Essiciency of humen movement, WB, saunders Company, Second Edition, London, 1976.
- 29- Lamb, J. & ingram, C., (1984): Essential of physiology, 2ed blach well scientific, publicat, New Yourk.
- 30- Lamp , D., (1984): Physiology of exercise, Macmillan, publishing, co, inc, new york.
- 31- Nolon, T.a., (1987): pathway to fitness, Cambridge , Philadelphia , london.
- 32- Martin, D : training slehre, Berlin, 1995.
- 33- Mathews, D.K. & fox, E.L.,(1976): The physiological basis of physical
- 9- قاسم حسن حسين(1998): الفسيولوجيا، مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي، جامعة الموصل.
- 10- ماجد محمد العزازي(2000): تأثير برنامج تدريبات على بعض مكونات الجسم والكفاءة البدنية وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق .
- 11- محمد حسين علاوي وأبو العلا أحمد عبد الفتاح (2000) فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة
- 12- محمد صبحي حسانين (1995): التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية، الجزء الثاني، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 13- محمد علي القط (2002): فسيولوجيا الرياضة وتدريب السباحة، الجزء الأول، المركز العربي للنشر، القاهرة .
- 14- مفتي إبراهيم حماد (2002): المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور .
- 15- يوسف لازم كماش وصالح بشير (2006): الأسس الفسيولوجية للتدريب بكرة القدم، دار الوفاء، الإسكندرية .
- المراجع الأجنبية :**
- 16- Astrand, p .o, & rodhl.k.,: textbook.of work physiology, newyork, u.s.a. 1980.
- 17- Bell, George., (1973): text book of physiology and biochemistry eight edition, amember of the oxley printing group ltd, great Britain.
- 18- Braha, l., (1991): physiological reactions of men and women during muscular activity and recovery in various environ ment .j. appal physical.
- 19- Corbin, chrels & rn thlindsey (1997): concept of physical fitne with laboratories, gth edition brown & benchmark, madion.
- 20- Costill, d., : metallic responses during distance running J . appal physical, 1997.
- 21- Counsilman, J.E., (1977): competitive swimming manual for coaches and swimmers, councilman, co., boomington, Indiana.



- and maximal oxygen up take Res-  
Quart. Vol. 56, No,2.
- 39- Simoson, N.B., (1990): Physiology  
of work Capacity and fatigue Erms,  
U.S.A.
- 40- Thom, D, Fahey., et al (2004): fit &  
well, Fourth edition, nayfield  
pablihing compny, culifornia,  
London, tor onto.
- 41- Verducci, F.M., (1980),:  
Measurment concepts in physical  
education, the C.V. Mosbry, st-  
Louis.
- Education and Athletics, W.B.,  
Saunders Co. U.S.A.
- 34- Mathews, K.D., (1978):  
Measurement in physical eduction  
W.B. Saunders, Co. Loudon.
- 35- Simoson, N, B., (1990): Physiology  
of work Capacity and Fatigue Erms,  
U.S.A.
- 36- Rayen, W.R. & Lemon, P.W.,  
(1982): Matabolic comparson of te  
thered and simulated swimming  
egomerer exercise paper presented  
at the annual meeting of caudian  
association of sport Science  
Victoria.
- 37- Reih, J., (1972): Aid for sudy  
introduction in to sport Sicolgy,  
Leipzig colloge for physical Culture.
- 38- Shawn Jonson & Chris Berg,  
(1984): The effect of aerobic dance  
program on the body composition



University of Tripoli



# Journal of Sports Sciences and Relative JSSR

Volume 24 - June , December 2016