

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة باتنة 2

معهد علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية

# مجلة التربية البدنية والرياضية

مجلة علمية محكمة

تصدر عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة باتنة 2 - الجزائر -

نوفمبر 2022

العدد: 00

المجلد: 01

ISSN: 2830-9170

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة باتنة 2 - الجزائر

Email: revue.staps@univ-batna2.dz Tel: 0021333230155 www.univ-batna2.dz





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة باتنة 2

معهد علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية



# مجلة التربية البدنية والرياضية

مجلة علمية محكمة

تصدر عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة باتنة 2 - الجزائر -

نوفمبر 2022

العدد: 00

المجلد رقم: 01

ISSN: 2830-9170

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة باتنة 2 - الجزائر

Email: revue.staps@univ-batna2.dz Tel: 0021333230155 www.univ-batna2.dz

## رئيس المجلة الشرفي

الدكتور/ صمادي حسان مدير جامعة باتنة2

## مدير المجلة

الاستاذ الدكتور/ يحيوي السعيد مدير المعهد

## رئيس التحرير:

الاستاذ الدكتور/ مراتات محمد

## أعضاء هيئة التحرير

أ.د. هدوش عيسى

د. قادري عبد الحفيظ

أ.د. بن حفيظ مفيدة

## منسقة المجلة: صورية حميدة

### الهيئة العلمية والاستشارية

جامعة الجزائر 3 - الجزائر .	أ.د. قاسمي احسن،	جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. معلم عبد المالك،
جامعة المسيلة - الجزائر .	أ.د. جوادي خالد،	جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. كمال حزازي،
جامعة الجزائر 3 - الجزائر .	أ.د. كرفس نبيل،	جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. موهوبي عيسى،
جامعة وهران - الجزائر .	أ.د. خياط بلقاسم،	جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. دغنوش عقبة،
جامعة بجاية - الجزائر .	أ.د. سليم زعيبار،	جامعة البويرة - الجزائر .	أ.د. فاتح مزارى،
جامعة بجاية - الجزائر .	أ.د. ادير عبد النور،	جامعة المسيلة - الجزائر .	أ.د. خوجة عادل،
جامعة بومرداس - الجزائر .	أ.د. قندوزان نذير،	جامعة الجزائر 3 - الجزائر .	أ.د. أحمد شناتي،
جامعة قسنطينة2 - الجزائر .	أ.د. سلامي عبد الرحيم،	جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. لباد معمر،
جامعة سطيف2 - الجزائر .	أ.د. مساحلي الصغير،	جامعة مستغانم - الجزائر .	أ.د. عطاء الله أحمد،
جامعة قسنطينة2 - الجزائر .	أ.د. شبيحة فواد،	جامعة مستغانم - الجزائر .	أ.د. يوسف حرشاوي،
جامعة قسنطينة2 - الجزائر .	أ.د. يسين بن قارة،	جامعة تبسة - الجزائر .	أ.د. قاسمي فيصل،
المركز الجامعي البيض-الجزائر .	أ.د. حيمود أحمد،	جامعة النيلين الخرطوم- السودان .	أ.د. محمود يعقوب محمود،
جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. مسعودي خالد،	الجامعة الاردنية، الاردن .	أ.د. الصادق الحايك،
جامعة المسيلة - الجزائر .	أ.د. جوادي ابراهيم،	الجامعة الهاشمية، الاردن .	أ.د. عبد الباسط عبد الحافظ،
	د. يعقوب العيد،	جامعة باتنة2 - الجزائر .	أ.د. قاسمي عبد المالك،



## قواعد وشروط النشر في المجلة

مجلة التربية البدنية والرياضية مجلة علمية دولية محكمة نصف سنوية تصدر عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة باتنة 2، غايتها نشر البحوث والدراسات العلمية المتخصصة في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية باللغة العربية والفرنسية والانجليزية مفتوحة لجميع الباحثين.

وتخضع البحوث لمعايير وشروط تحكيم البحوث العلمية الاكاديمية، من طرف أساتذة متخصصين، وتطبق فيها شروط المجلات العلمية العالمية المحكمة.

وعليه فإن اعتماد الأصول العلمية في المواد المرسلّة إلينا من توثيق ومراجع وهوامش هو من الأمور الأساسية في التقييم وعليه:

- أن لا يتجاوز عدد صفحات البحث 25 صفحة، (في حالات استثنائية تقبل البحوث التي تقل بقليل) وبحجم 14 نوع خط Simplified Arabic.
- أن لا يكون البحث قد نشر سابقا.
- يطلب من الباحث إرسال إقرار خطي بأن البحث لم ينشر مسبقا.
- يرفق الباحث سيرته الذاتية الكاملة.
- الفحص والتقييم الأولي من قبل هيئة التحرير.
- التحكيم العلمي بواسطة ثلاثة محكمين متخصصين في المجال على النحو سري.

### وتشمل معايير التقييم:

- قيمة البحث ومدى أصالته.
- مدى مراعاة الأمانة العلمية، وأعراف التوثيق والتهميش البيبلوغرافي.
- سلامة اللغة ورصانة أسلوب العرض المتبع.
- لا تتبنى المجلة اتجاها ايديولوجيا محددًا، ولا تخضع لقيود غير قيود العلم ومعاييره الأخلاقية.
- الآراء والأفكار المنشورة في المجلة تعبر عن رأي أصحابها.
- يبلغ الباحث باستلام بحثه خلال مدة أسبوع/ وبمدى ملائمته للنشر خلال مدة شهرين.

## افتتاحية العدد

ان ثراء المجالات والدوريات الجزائرية والعربية المحكّمة شجعنا على المساهمة في الساحة العلمية وفي ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بمجلة نامل ان تكون اضافة جادة لهذا الميدان واطافة مهمة يستفيد منها الكثير من الباحثين والمتخصصين في الميادين التربوية والنفسية والاجتماعية وميادين اخرى كالعلوم الطبية والبيولوجية والعلوم الانسانية .

تعتبر مجلة التربية البدنية والرياضية أحد المشاريع التي يعول عليها معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة مصطفى بن بولعيد باتنة2، واحد الوسائل الهامة للتعريف بالبحث العلمي الموجه للنشاط البدني الرياضي عن طريق نشر دراسات وبحوث تُعنى بقضايا التربية البدنية والتدريب الرياضي وايضا للأبحاث التي تعنى بالعلوم الطبية والبيولوجية والعلوم الانسانية والاجتماعية من خلال تعزيز مكانة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية والرياضية وما يرافقها ويرتبط بها من علوم.

تهدف مجلة التربية البدنية والرياضية *Journal of physical éducation and sports* إلى بناء

أفق معرفي للباحثين، وإثراء الحقل البحثي والميدان العلمي بالدراسات الجادة والمتجددة.

اختارت لجنة التحرير عددًا من الباحثين الجزائريين والعرب في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وميادين اخرى ذات صلة، وكانت مشاركة الباحثين جيدة وفعالة تخطت حدود التوقع .

ستُعنى الأعداد الأولى لمجلتنا بموضوعاتٍ مختلفة ومتنوعة من جامعات وطنية وعربية ستشكل دون شك فسيفساء جميلة، وستكون الأعداد المقبلة وكتقليد سنرسخه متفتحة على أي موضوع بحثي يحمل اهمية علمية.

مدير المجلة

الاستاذ الدكتور/ يحيياوي السعيد

## كلمة رئيس التحرير

ها نحن وبخطى ثابتة ووثيقة بصدد اصدار عدد جديد من مجلة التربية البدنية والرياضية لجامعة باتنة2، وانني على يقين وثقة من أن صدور العدد الاول من مجلتنا هو بداية لمسار مجلة علمية ستدعم دون شك البحث العلمي والتأصيل له، من خلال قواعد مضبوطة ومعروفة منهجيا واكاديميا.

ان هذا العدد ما كان ليكون لولا المساهمة الجادة لطاقم المجلة من مراجعين ومؤلفين ومساهمين في الاخراج.

نيابة عن مدير المجلة وعن طاقمها الشاب اشكرهم جزيل الشكر، فلهم منا جميعا كل التقدير والاحترام، وانني اعتقد أن مجلة التربية البدنية والرياضية **Journal of physical education and sports** والتابعة لجامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد-باتنة2- ستصبح منبرا علميا تجتمع من خلاله العقول والافكار، من متخصصين في الشأن الرياضي والتربوي والنفسي والاجتماعي وكل الميادين التي تتقاطع وتتكامل مع النشاط البدني والرياضي التربوي، باحثين متميزين من القطر الوطني الجزائري وزملائهم من وطننا العربي الكبير، وغيره من الأوطان الأخرى.

واشتمل العدد الاول على مجموعة من الدراسات والبحوث المتنوعة، تتوع وثرء علوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية ذاتها، وممثلة للعديد من الجامعات الوطنية الجزائرية ولمختلف جهاتها.

تضمن العدد الاول اثنا عشر دراسة وبحثا منها دراسة تتعلق بالجانب الأنثروبومتري للأطفال ذوو السمنة المفرطة، ودراسة أخرى تتعلق باثر ممارسة التربية البدنية بالمدرسة الابتدائية في تعلم المهارات الاساسية لكرة السلة لمرحلة التعليم المتوسط، إلى جانب دراسات تتعلق بأهمية ممارسة النشاط الحركي والبدني للطفل في الوسط المدرسي وغيرها من الدراسات التي يمكن الاطلاع عليها في العدد.

## رئيس تحرير المجلة

ا.د مرات محمد

## محتوى العدد

- 19-01 - أ. بن دنيدينة إسحاق / أ.د. بن عمر مراد جامعة المسيلة.  
الكفاية التعليمية لمدرس التربية البدنية وأثرها على دافعية التعلم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة
- 33-20 - أ. علاوة سمير/ د. بوغالية فايزة، جامعة الشلف - أ.لحمر عقبة، جامعة سوق أهراس  
الأنشطة الرياضية المائية وتأثيرها على بعض أبعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي  
(10-08) سنوات - دراسة ميدانية بنادي السباحة للنخيل بالمسيح الأولمبي العالية/ بسكرة -
- 44-34 - أ. حمسي بلال، / أ.د. الصافي الشيخ، جامعة. وهران  
دور ممارسة السباحة الترويحية في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال في مرحلة الطفولة(12-06)
- 62-45 - أ. أسماء غربي/ أ.د. صباح ساعد جامعة بسكرة  
دور التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي في مرحلة الطفولة
- 78-63 - أ. أورنيذ يمينة / د.حداد نسيمة، جامعة تيزي وزو  
علاقة النشاط البدني بالالتزام العلاجي لدى الأطفال المصابين بداء السكري  
أثناء النشاط البدني الرياضي
- 99-79 - أ. ضيف هارون- أ.د. بن قوة علي- د. سداوي شاشو، جامعة مستغانم  
تحليل أسلوب المدربين في عملية انتقاء الأطفال الموهوبين  
-دراسة ميدانية لبعض الأندية والأكاديميات الرياضية لكرة القدم في ولاية تبسة-
- 108-100 - أ. مجناح مولود<sup>1</sup>/أ.د. مجادي مفتاح<sup>3</sup> جامعة بالمسيلة. أ. خلفه عماد الدين<sup>2</sup>، جامعة بسكرة  
دور الممارسة الرياضية في التقليل من الأمراض المزمنة لدى الأطفال(السمنة).  
-دراسة ميدانية بولاية المسيلة-

133-109

- د/ زمالي حسان، د/ حشاني رايح، د/ حمداوي سفيان، جامعة تبسة

دراسة تحليلية لتأثير بعض المؤشرات المورفولوجية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

148-134

- أ. بلهاشمي فاطيمة جامعة مستغانم

تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-10) سنوات.

## الكفاية التعليمية لمدرس التربية البدنية وأثرها على دافعية التعلم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

أ/ بن دنيدينة إسحاق جامعة محمد بوضياف-المسيلة.

أ.د/بن عمر مراد جامعة محمد بوضياف-المسيلة.

[isshak.bendenidina@univ-msila.dz](mailto:isshak.bendenidina@univ-msila.dz)

[mourad.benamor@univ-msila.dz](mailto:mourad.benamor@univ-msila.dz)

### الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر الكفاية التعليمية لمدرس التربية البدنية على دافعية التعلم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، ولتحقيق أهداف البحث قام الباحث بإعداد استمارة استبيان الكتروني مقسم على 3 محاور، حيث تم توزيعه على عينة من مدرسي التربية البدنية والرياضية لدى مرحلة المتوسط، وقد تم اختيار العينة بطريقة قصدية وتكونت من 12 أستاذ من بعض المتوسطات بالجلفة وتم توزيع عليهم الاستبيان عن طريق البريد الالكتروني، إلى جانب ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة إلى جانب ذلك برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) تم جمع النتائج وعرضها ومناقشتها وتحليلها حيث خلصت الدراسة إلى أن الأسلوب العلمي والمستوى المعاملاتي والخبرة المهنية لأستاذ التربية البدنية تساعد التلميذ على الاندماج وتجعله أكثر رغبة في تعلم الدرس، مما يؤكد على انه للكفاية التعليمية للمدرس اثر ايجابي على دافعية التعلم لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

**الكلمات المفتاحية:** الكفاية التعليمية - مدرس التربية البدنية - دافعية التعلم

### Abstract :

The study aimed to identify the effect of the educational competence of the physical education teacher on the learning motivation of middle school students. The sample was intentional and consisted of 12 professors from some middle schools in Djelfa. The questionnaire was distributed to them by e-mail. In addition, the researcher used the descriptive approach to suit the nature of the study.

After processing the data statistically using appropriate statistical methods, as well as the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) program, the results were collected, presented, discussed and analyzed. However, the teacher's educational adequacy has a positive effect on the learning motivation of middle school students.

**Keywords:** educational adequacy - physical education teacher - learning motivation

## - مقدمة وإشكالية الدراسة :

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية من أحدث أساليب التربية الحديثة لأن وسيلتها هي الممارسة العلمية فعندما يشترك الفرد في نشاط رياضي مبني على أسس علمية سليمة يستفيد صحيا وتنمو قدراته الحركية والأساسية فتزداد كفاءاته في الحياة وينمو اجتماعيا, فالنشاط البدني يعد ميدانيا هاما من ميادين التربية حيث يلعب دورا هاما في إعداد الفرد الصالح حيث يزوده بمهارات واسعة وخبرات كثيرة وما زايد في أهمية التربية البدنية والرياضية هو الصورة البدنية الجديدة ونظمه وقواعده السليمة حيث يهتم بتكوين الفرد تكوينا شاملا من جميع النواحي، فكريا، اجتماعيا، نفسيا، وفسولوجيا . فتصدق بذلك مقولة "العقل السليم في الجسم السليم". وبالرغم من كل هذا بقيت التربية البدنية والرياضية لفترة ليست بالموجزة لا تحظى بالاهتمام الكافي في الوسط المدرسي عموما وفي المرحلة المتوسطة خصوصا والبعض يراها على أنها نوع من الحشو في البرنامج الدراسي وأنها فترة للاستراحة يأخذها التلميذ بين الدروس اليومية ومازال هناك فهم خاطئ للتربية البدنية والرياضية وأهدافها .

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الوحدة الأساسية للرياضة المدرسية لكونه يكتسب طابعا خاصا يميزه عن باقي الدروس وأضحى من الأهم العناية بمكوناته، "ويمثل الدرس الإطار الأمثل الذي يجمع فيه كل الخبرات التربوية والرياضية والمدرسية، وينظر إليه على أساس أنه القاعدة الأساسية للرياضي عامة ورياضي المستويات خاصة، كما يمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرنامج المرسي للتربية البدنية والرياضية، ومن خلال تقدم كافة الخبرات المواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج ويفترض أن يستفيد منه كل تلميذ المدرسة مرتين أسبوعيا على الأقل". (عدنان درويش، 1994، صفحة 105)

إن المعلم أو المدرس الناجح هو الذي يجب تلاميذه في مادته وفي المدرسة والتعلم عموما، ويخلق عندهم الحوافز لمواصلة الدراسة لتحقيق النجاح، أما المعلم الفاشل فتسوء علاقته بالتلاميذ وقد يؤدي ذلك إلى كراهيتهم لمعلمهم ومادته الدراسية والرغبة الحادة في ترك التعليم والهروب من المدرسة الأمر الذي ينتهي بالفشل في الحياة المدرسية، ذلك أن النشاط التدريسي نشاط عقلي وجداني ونفسي اجتماعي تتجلى فيه مظاهر الفعل والانفعال والتفاعل الاجتماعي ويحاول المدرس من خلال المواقف التعليمية توظيف قدراته العقلية ومهاراته الأدائية وأنماط سلوكه وعاداته في مساعدة التلاميذ على التعلم ، ولا يتم ذلك إلا بإعادة النظر والاهتمام بمقومات خصائص الشخصية ومهارات التدريس لهؤلاء المعلمين وما لهذا الاهتمام من النواتج على أركان العملية التعليمية الأخرى كالمنهج الدراسي وسلوك التلاميذ وميولاتهم وحاجياتهم .

وباعتبار أن مادة التربية البدنية في المدرسة الجزائرية هي مجموعة من العمليات البيداغوجية تخضع للنصوص التشريعية للتربية الجزائرية بحيث تؤثر في نمو التلاميذ من جميع جوانبهم النفسية الحركية والوجدانية والمعرفية، ولما كانت المدرسة تبجل هذا المسعى الحيوي الهام، فالتعلم بواسطة النشاطات البدنية والرياضية يمكن التلميذ من الاندماج في الحياة اليومية ويدفع به للتعايش مع مجتمعه بوجه عام ومع محيط المدرسة بوجه خاص وتحضيرهم لمواجهة المواقف العديدة والمتنوعة في المدرسة والحياة اليومية .

يعرف درس التربية البدنية والرياضية على أنه "أحد أشكال مواد أكاديمية مثل العلوم الطبيعية والفيزياء والكيمياء واللغة ولكنه يختلف عن هذه المواد كونه يمد التلاميذ ليس فقط المهارات والخبرات الحركية ولكنه يمدهم أيضا كثيرا من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين جسم الإنسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمارين والألعاب المختلفة الجماعية والفردية التي تتم تحت إشراف تربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض " (بسيوني و فيصل، 1992، صفحة 94)

كما يشير أنور الخولي حول مفهوم التربية البدنية "كما يعرفها "تاش" أنها (ذلك الجانب من المجال الكلي للتربية التي تتعامل مع الأنشطة الخاصة بالعضلات الكبيرة وما يرتبط بها من الاستجابات)، ويعرفها "كابسيدي" (أنه كافة التغيرات التي تحدث في الفرد بواسطة خبرات متمركزة في النشاط الرياضي) . ويرى "ويليامز" (أن التربية البدنية هي مجموعة الأنشطة البدنية للإنسان التي اختيرت كأنواع ونقدت كحصائل) " (امين انور و الحجامي، 1990، صفحة 19)

يرى قاسم المنلاوي "أن التربية البدنية والرياضية مكانه كبيرة في عملية تكيف التلميذ وتطويره بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا، فهو يحتاج إلى الحركية واللعب لكي ينمو وتتكامل أجهزته الداخلية ويتكيف لكافة الاحتمالات والظروف الحياتية والعلمية لاكتساب المناعة والمقاومة ضد الأوبئة والأمراض، وتعد التربية البدنية والرياضية والوحدات التدريبية في المدرسة الوسيلة الأساسية لبناء شخصية التلميذ النفسية والاجتماعية، فخلال درس التربية البدنية والرياضية يتعلم التلميذ الكثير من الصفات النفسية والتربوية والاجتماعية مثل الشجاعة، الهدف، التضحية، الدقة، التعاون والاحترام للآخرين والالتزام بتطبيق القوانين والتعليمات والنظام وتنفيذ الأوامر والإشارات وغيرها، ولما كانت التربية البدنية والرياضية تعد الركن الأساسي في تطوير كافة قدرات التلميذ لذا يجب الاهتمام بالمادة وما تحتاج إليه من إمكانيات ومتطلبات



بشرية ومادية من مساهمات، وأجهزة، وأدوات، وبرامج، ومناهج حديثة وغيرها". (مندلاوي، 1990،  
صفحة 09)

كما يحدد احمد الخاطر "أهمية درس التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ للقدرات الحركية  
والنمو المتكامل بدنيا ونفسيا واجتماعيا وحركيا حتى يتمكن هؤلاء أن يصبحوا أعضاء ناجحين في  
المجتمع وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حفا من غيرهم". (الخطار و علي  
فهمي، 1996، صفحة 18)

مما سبق ذكره يتبين للباحث أن لمدرسي التربية البدنية والرياضية دور تساهمي ومسؤولية مشتركة  
مثل بقية كافة مدرسي المواد التعليمية الأخرى، وبحكم الاتصالات اليومية لمربي التربية البدنية والرياضية  
بتلامذته يؤثر في شخصيتهم ويتأثرون بشخصه وكفاءته المهنية، فمن خلال المعطيات السابقة يمكن أن  
نطرح التساؤل العام للدراسة :

✓ هل للكفاية التعليمية لمدرس التربية البدنية والرياضية تأثير على دافعية تلاميذ المرحلة المتوسطة  
لتعلم حصة التربية البدنية والرياضية ؟  
ومن خلال التساؤل العام نطرح التساؤل الجزئي :

✓ هل الأسلوب التعليمي لمدرس التربية البدنية والرياضية يؤثر على دافعية التلاميذ لتعلم حصة  
التربية البدنية والرياضية ؟  
- الفرضية العامة للدراسة :

✓ هناك تأثير للكفايات التعليمية لمدرسي التربية البدنية والرياضية على دافعية التعلم لدى تلاميذ  
المرحلة الثانوية.  
- الفرضية الجزئية :

✓ الأسلوب التعليمي لمدرس التربية البدنية والرياضية يؤثر على دافعية التلاميذ لتعلم حصة التربية  
البدنية والرياضية.

## - أهداف الدراسة:

- انجاز خطوة أولية للتعرف على بعض الأداءات التدريسية والقيم الشخصية لمدرسي التربية البدنية والرياضية وتحديد مستوياتها .

- محاولة وصف واقع العمليات التربوية في المتوسطات من خلال معرفة نوعية التفاعل أثناء الحصص التعليمية، والعوامل المباشرة والغير مباشرة التي تؤثر في هذا التفاعل .

- إمكانية التنبؤ بدافعية التلاميذ لتعلم المادة، وكذا نوع التفاعل أثناء الدروس، من خلال تجسيد الوزن النسبي للكفايات التربوية لدى المعلمين والمدرسين .

## - تحديد المفاهيم والمصطلحات:

- الكفاية: يعرفه "فينش" **finch**, حيث يعتبر الكفاية على أنها القدرات على استخدام مهارات خاصة أو مهارات وظيفية استجابة لمتطلبات خاصة, بموقف تربوي معين (حمدان، 1982، صفحة 160)

- الكفاية التربوية: استخدم " احمد الرفاعي غنيم" 1981، مفهوم الكفاية التربوية ويعرفها بأنها مقدار تطبيق المدرس للعلوم التربوية واستخدام طرق تربوية لتحقيق الجزء الأكبر من الأهداف التربوية المتفق عليها في زمان ومكان معين (احمد الرفاعي، 1980، صفحة 12)

- التدريس: هو عملية تربوية هادفة، تأخذ في اعتبارها كافة العوامل المكونة للتعليم، ويتعاون خلالها كل من المعلم والتلميذ ولتحقيق ما يسمى بالأهداف التربوية، وهي أيضا عملية اجتماعية انتقائية تتفاعل فيها كافة الأطراف التي تهمهم العملية التربوية من إداريين وعاملين ومعلمين وتلاميذ.

- التعلم (**Learning**): هو خبرة أساسية من خبرات الحياة، وكل فرد يتعلم منذ وقت ميلاده حتى مماته، ومفهوم التعلم يعني " تغيير البناء الإدراكي للفرد وزيادة محتواه الكمي والنوعي، على ما كان لدى هذا الفرد في وقت سابق" (اسحاق احمد، بلقيس، و مرعي، 1999، صفحة 247)

- الدافعية: هي الطاقة الكامنة في الكائن الحي التي تدفعه ليلسلك سلوكا معيناً في العالم الخارجي، وهذه الطاقة التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق أحسن تكيف مع بيئته الخارجية (مروان، 2004، صفحة 143)

- **دافعية التعلم:** هي حالة داخلية عند المتعلم تدفعه للانتباه داخل الموقف التعليمي والإقبال عليه بنشاط موجه، والاستمرار في هذا النشاط حتى يتحقق التعلم (توق، 2003، صفحة 211)

- **مدرس التربية البدنية:** هو الشخص المكلف بالتدريس، والذي تلقى تكويناً بمعهد التربية البدنية والرياضية، ذا أبعاد بيداغوجية مهنية وأكاديمية معرفية، وقد تعددت التعاريف حول المدرس وتكاد لا تحصى، لكنها تنصب كلها في محور واحد وهو " انه الماهر في صناعة يعلمها لغيره (الفراي، 1994، صفحة 116)

- **الدراسات السابقة:**

**01/ دراسة أسماء حسون مشكور (2015) الموسومة بـ: الكفايات التعليمية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد العراق،** حيث هدف الدراسة الى تحديد الكفايات التعليمية لدى مدرسي ومدرسات كليات التربية الرياضية في بغداد وتحديد الأهمية السببية لكل منها، كما استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، واختيرت عينة البحث من المجتمع الأصلي وذلك بالطريقة العشوائية حيث بلغت (120) مدرس ومدرسة كما استخدمت الباحثة استبيان من اجل قياس (الكفاية التعليمية)، وتم جمع المعلومات ومعالجتها باستخدام برنامج الحزم الإحصائية (spss)، ومن بين النتائج المتوصل إليها:

- أن الكفايات التعليمية الأساسية ضرورية لمدرسي ومدرسات كليات التربية الرياضية والتي يجب أن تستخدم كمعيار ثم حصرها في خمس مجالات هي ( كفايات الأهداف لدرس التربية الرياضية - كفاية التنظيم - كفاية التنفيذ - كفايات طرائق التدريس - كفايات التقويم )

- مجال الأهداف حصل على الاهتمام الأول ثم مجال التخطيط ثم التنفيذ والتنظيم والتقويم.

**02/ دراسة قدار زين الدين (2019)،** الموسومة بـ: الكفايات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدافعية التلميذات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط بنتس ولاية شلف، وهدف الدراسة الى معرفة العلاقة بين الكفايات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية ودافعية التلميذات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط، كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن درجة امتلاك الأساتذة للكفايات التدريسية ومعرفة علاقة كل من الخبرة المهنية والجنس بمستوى الكفايات، كما اعتمد على المنهج الوصفي، وتكونت العينة من 400

تلميذة و30 أستاذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية بمرحلة التعليم المتوسط مقاطعة تنس لولاية شلف، واستخدمت كأداة للدراسة بطاقة ملاحظة خاصة بالكفايات التدريسية - مقياس دافعية ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي، وتمثلت الوسائل الإحصائية في اختبار (ت) لعينة واحدة- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين- النسبة المئوية- المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري- معامل الفا كرونباخ- معامل الارتباط سبيرمان. ومن بين النتائج المتوصل إليها:

- يمتلك أستاذ التربية البدنية والرياضية درجة عالية من الكفايات التدريسية
- لا توجد فروق في الكفايات التدريسية بين الأساتذة تعزى إلى متغير الجنس
- توجد فروق في الكفايات التدريسية تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

**03/ دراسة اوثن بوزيد (2009)، الموسومة بـ: الكفايات المهنية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى مدرسي التربية البدنية والرياضية (دراسة ميدانية لبعض الثانويات والمتوسطات الجزائر العاصمة)،** حيث هدفت الدراسة الى معرفة مدى تأثير سمات الشخصية على الكفايات المهنية لمدرس التربية البدنية والرياضية وذلك من خلال الكشف عن العلاقة الموجودة بين الكفايات المهنية وبعض السمات الشخصية لدى مدرسي التربية البدنية والرياضية، واعتمد على المنهج الوصفي، في حين عينة الدراسة تم اختيارها بطريقة عمدية قدرت (116) أستاذ تعليم ثانوي و(184) أستاذ تعليم المتوسط بالجزائر العاصمة، واستخدم كأدوات الدراسة كل من بطاقة ملاحظة خاصة بالكفايات التدريسية- اختبارين لقياس السمات الشخصية، واعتمد على النسبة المئوية- المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري- معامل الفا كرونباخ- معامل الارتباط سبيرمان- برنامج الحزم الإحصائية (spss) كوسائل إحصائية.

ومن بين النتائج المتوصل إليها:

- مستوى الأداء (الكفايات المهنية) لدى مدرسي التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية والمتوسطة غير كافي من عدة نواحي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الكفايات المهنية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية والمتوسطة إلا في مجال إدارة الحصة.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الكفايات المهنية وسمات الشخصية لدى مدرسي التربية البدنية والرياضية
- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

- من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة يتضح أن كل الدراسات استخدمت المنهج الوصفي
- اختلفت الدراسات السابقة من حيث المجتمع الذي أجريت فيه الدراسة (أساتذة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي ومرحلة التعليم المتوسط)
- أوضحت معظم الدراسات السابقة مدى أهمية الكفايات التربوية للأستاذ المدرس، سواء أثناء الإعداد أو أثناء مباشرته للتدريس (كفايات التدريس) بفاعليته التربوية.
- تؤكد الدراسات السابقة ارتباط إنجاز المدرسين للكفايات اللازمة بفاعلية التدريس سواء من حيث تنوع أنماط التفاعل داخل القسم أو من حيث التأثير الإيجابي على تحصيل التلاميذ.
- أشارت معظم الدراسات إلى أهمية تحديد المعايير وملاحم المدرس أثناء تفاعله مع تلاميذه، وذلك لتحديد نقاط القوة والضعف بغرض رفع أدائه.
- استخدمت الدراسات السابقة أسلوب الملاحظة المنظمة داخل القسم بإستعمال بطاقة الملاحظة لرصد سلوك التدريس ثم التركيز على ما يجري من تفاعل المعلم وتلاميذه.
- الدراسات السابقة درست العلاقة بين متغيرات (الكفايات، الدافعية، التفاعل) كمتغيرات مستقلة وبين تحصيل التلاميذ أو الإتجاه نحو الدراسة كمتغيرات تابعة، أما الدراسة الحالية فهي تصف العلاقة بين الكفايات التربوية التدريسية والدافعية للتعلم.
- تباينت نتائج الدراسات السابقة تبعاً لهدف كل دراسة كما اتفقت على ضرورة اكتساب الأساتذة للكفايات التعليمية والتدريسية من أجل تحقيق الأهداف العملية والتعليمية.

#### الإجراءات الميدانية للدراسة

- **الدراسة الاستطلاعية:** الدراسات الاستطلاعية وتسمى أيضاً بالتجربة الاستطلاعية، من أهم الإجراءات البحثية التي يقوم بها الباحث لتجنب وقوعه في الأخطاء أو الصعوبات أو المشاكل أثناء التجربة الرئيسية، إذ يتم بواسطتها التأكد من صلاحية الأدوات التي ستستخدم خلال الدراسة، فهي أساس الجانب التطبيقي الذي يعطي مصداقية للمشكلة المطروحة، ولما كان الاستبيان هو أحد الأدوات المعتمدة لإنجاز هذا البحث فقد قام الباحث بدراسة استطلاعية وكان الهدف منها محاولة الكشف عن الصعوبات التي

يمكن أن تواجه الباحث أثناء عمليات بحثه، كذلك التعرف على مجتمع الدراسة مع اخذ صورة أولية لعينة مماثلة لعينة بحثه والتي سيتم تطبيق عليها الأداة مع تحديد أهم نقاط قوة الدراسة لدعمها ونقاط الضعف لتصحيحها.

- **منهج الدراسة:** اعتمد الباحث المنهج الوصفي الذي يعرف بأنه " مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلا كافيا ودقيقا للاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات " (صالح رشيدى، 2000، صفحة 59)

- **مجتمع وعينة الدراسة:** "مجتمع الدراسة هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة (مدرس، فرق، تلاميذ، سكان) أو أي وحدات أخرى" (محمد نصرالدين، 2003، صفحة 14)

"أما العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى انه تؤخذ من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث " (زررواتي، 2002، صفحة 334)

ويتكون مجتمع دراستنا هذه من جميع أساتذة التربية البدنية لمرحلة المتوسطة بالجلفة ولقد حدد عدد أفراد عينة الدراسة ب: 12 أستاذ.

- أدوات الدراسة:

- **الاستبيان:** "يعتمد على مجموعة من الأسئلة المكتوبة تقدم إلى مجموعة من الأشخاص يقومون بالإجابة عليها وقد يرسل عبر البريد أو يقدم إلى الأفراد من قبل الباحث أو الفريق المساعد له، وهناك عدة أنواع من الاستبيان يتبع كل نوع طريقة ". (بوداود و عطاء الله، 2009، صفحة 76)

أما الإستبيان الذي قام الباحث بتناوله كان ضمن إطار الأسئلة المغلقة وهي أسئلة لها طرح بسيط في أغلب الأحيان تطرح على شكل استفهام وتكمن خاصيتها في تحديد مواقف ب: نعم أو لا أو محايد .  
يتشكل الاستبيان من 26 سؤال تم طرحها على الأساتذة، وفيما يلي تم تحديد أسئلة كل محور على النحو التالي:

✓ المحور الأول: (الأسلوب التعليمي) ويتضمن هذا المحور الأسئلة المرقمة التالية:

1- 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.

✓ المحور الثاني: (المستوى المعاملاتي) ويتضمن الأسئلة المرقمة التالية:

11- 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18-

✓ المحور الثالث: (الخبرة المهنية) ويتضمن الأسئلة المرقمة التالية:

19 - 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26.

- الخصائص السيكومترية للأداة:

-الصدق: لدراسة صدق استبيان الكفاية التعليمية وأثرها في دافعية التعلم، اعتمد الباحث على صدق المضمون، حيث اتفق اغلب الأساتذة في إجاباتهم على أن المفردات ملائمة لما تقيسه، إلا أنهم أشاروا إلى بعض العبارات التي لم تكن مصاغة بشكل جيد فأشاروا إلى إعادة صياغتها وتبسيطها وفك التداخل فيما بينها، وكذا حذف بعض العبارات التي لا تخدم غرض البحث، وفي هذا الصدد تم التوصل إلى معامل الصدق الذاتي للاستبيان والذي يساوي (0.88) وهي قيمة مرتفعة ودالة إحصائياً.

-الثبات: ثبات الاختبار هو مدى دقة أو استقرار نتائج الظاهرة فيما لو طبقت على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين وقد تم حساب معامل الثبات بتطبيق قانون معادلة "ألفا كرونباخ" على نتائج أفراد العينة وقد توصل إلى أن معامل الثبات يساوي (0.79) ونلاحظ أن معامل الثبات المتحصل عليه مرتفع وبهذا إمكانية اعتماد هذه الأداة في هذا البحث .

-كيفية تطبيق وتصحيح الأداة: قام الباحث بتوزيع الإستبيان على جميع أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمتوسطة عن طريق إرساله عبر الايميل وهذا بعد شرح العبارات وكيفية الإجابة عليها ثم يطلب من الأساتذة قراءة كل عبارة بتمعن وبعدها يضع العلامة (X) في الخانة المقابلة للعبارات (نعم، لا، محايد) ثم تعطى الدرجات 1-2-3 على الترتيب، بعد ذلك تم تفرغها في برنامج (SPSS) لمعالجتها إحصائياً -التحليل الإحصائي:

إن هدف الدراسة هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات الدلالة التي تساعد الباحث في التحليل والتفسير على مدى صحة الفرضيات، والمعادلات الإحصائية المستعملة هي :

- قانون النسب المئوية: النسبة المئوية = عدد التكرارات / 100 x مجموع التكرارات

- اختبار حسن المطابقة (  $\chi^2$  ) :  $\chi^2 = \text{مج (ت و - ت م)} / \text{ت م}^2$

- برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)

## عرض ومناقشة وتحليل النتائج:

### - عرض وتحليل ومناقشة المحور الأول المتعلق بالفرضية الأولى:

الأسلوب التعليمي لمدرس التربية البدنية والرياضية يؤثر على دافعية التلميذ نحو تعلم درس التربية البدنية والرياضية.

- السؤال الأول: هل تستخدم الطرق التي تساعد على رفع وتنمية دافعية التعلم الخاصة بالتلاميذ؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كان الأستاذ يستعمل مختلف الطرق لدعم الدافعية.

#### جدول رقم (01) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال الأول

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	09	03	00	12	10.5	5.99	دال	0.05	2
النسبة	75	25	00	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (01) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (10.5) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> الجدولة التي بلغت (5.99)، ويدل ذلك على أن معظم الأساتذة يستخدمون مختلف الطرق التي تساعد على رفع وتنمية دافعية التعلم، وذلك من خلال إجابة أغلبية الأساتذة والتي بلغت (75%) والقليل من أفراد المجتمع أجابوا ب: (لا) بنسبة بلغت (25%)، وبنسبة معدومة لإجابة (محايد).

- السؤال الثاني: هل تستند على المناهج التي توجه نشاطات التلاميذ وتشركهم فعليا في الدرس؟

#### جدول رقم (02) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال الثاني

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	9	1	2	12	9.5	5.99	دال	0.05	2
النسبة	75	8.33	16.66	%100					



يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (02) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت  $\chi^2$  المحسوبة (9.5) وهي أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولة التي بلغت (5.99)، ويدل ذلك على أن أغلبية الأساتذة يستندون على المناهج التي توجه نشاطات التلميذ أثناء عملية التعلم، حيث كانت إجابة الأساتذة على السؤال بنعم وصلت إلى (75%) وبلغت نسبة الإجابة ب: (لا) نسبة (8.33%)، وبلغت نسبة الإجابة ب: (محايد) (16.66%).

#### - السؤال الثالث (03):

- هل ترى بأن أسلوب التهيئة الحافزة عند بدأ الحصة يعمل على إثارة الدافعية للتعلم؟  
الغرض من السؤال: معرفة رأي الأستاذ بشأن أسلوب التهيئة الحافزة في تنمية دافعية التعلم.

جدول رقم (03) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال الثالث

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	10	02	00	12	14	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	83.33	16.66	00	100%					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (03) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت  $\chi^2$  المحسوبة (14) وهي أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولة التي بلغت (5.99)، ويدل ذلك على أن أغلب الأساتذة يرون بأن أسلوب التهيئة الحافزة يعمل على إثارة الدافعية للتعلم، حيث كانت إجابة غالبية الأساتذة ب (نعم) بنسبة (83.33%) أما الإجابة ب (لا) قليلة جدا فقد بلغ نسبتها (16.33%). أما نسبة الإجابة ب (محايد) فكانت

معدومة

#### - السؤال الرابع (04):

- هل أنت في غنى عن شرح أهداف الدرس أثناء سير الحصة وتأميرهم بأداء المهارة فقط؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي الأستاذ في الاستغناء عن شرح أهداف الدرس ومطالبته بأداء المهارة فقط.

جدول رقم(04) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال الرابع

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	12	0	0	12	24	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	100	00	00	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم(04) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة(0.05) ودرجة الحرية(02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (24) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> المجدولة التي بلغت (5.99)، ومن خلال النسب التي لدينا نلاحظ أنه لا يمكن الإستغناء عن شرح أهداف الدرس لأهميته في تنمية دافعية التعلم للتلاميذ حيث وصلت نسبة إجابات الأساتذة الذين يرون أنه لا يمكن الإستغناء عن شرح أهداف الدرس إلى(100%).

#### - السؤال الخامس(05):

هل تعمل على اختبار دافعية التعلم واستثارتها؟

الغرض من السؤال: معرفة ما مدى اختبار الأستاذ لدافعية التعلم واستثارتها .

جدول رقم(05) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال الخامس

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	7	5	0	12	6.5	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	58.33	41.66	0	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم(05) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة(0.05) ودرجة الحرية(02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (6.5)

وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> الجدولة التي بلغت (5.99)، ويدل ذلك على أن هناك اختلاف في المواقف بين من يستخدم اختبار الدافعية واستثارتها حيث كان الجواب بـ (نعم) بنسبة (58.33%)، والجواب بـ (لا) بنسبة (41.66%) أي أن نسبة الإجابة بـ نعم ولا متقاربة لهذا السؤال.  
وهنا نلاحظ الاختلاف في استخدام الأساتذة لإختبار دافعية التلميذ نحو درس التربية البدنية.

#### - السؤال السادس (06) :

- هل تغير في الأسلوب التدريسي في حالة نقص دافعية التعلم لدى التلاميذ؟  
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان الأستاذ يغير في الأسلوب التدريسي في حالة لمس نقص في دافعية التعلم لدى التلميذ.

جدول رقم (06) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال السادس

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	10	02	00	12	14	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	83.33	16.66	00	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (06) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (14) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> الجدولة التي بلغت (5.99)، حيث كانت إجابات الأساتذة بـ: (نعم) بنسبة (83.33%) أما إجابات الأساتذة بـ: (لا) فقد بلغت (16.66%). ويدل ذلك على أن التغيير في الأسلوب التدريسي عامل مهم في زيادة الرغبة في التعلم لدى التلاميذ. وهذا باتفاق أغلب الأساتذة .

#### - السؤال السابع (07) :

- هل تلزم التلميذ بأداء المهارة بشكل صحيح؟  
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان الأستاذ يلزم المتعلم على أداء المهارة بشكل صحيح.

### جدول رقم (07) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال السابع

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	08	04	00	12	8	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	66.66	33.33	00	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (07) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (8) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> المجدولة التي بلغت (5.99)، حيث كانت إجابات الأساتذة ب: (نعم) بنسبة (66.66%) أما إجابات الأساتذة ب: (لا) فقد بلغت (33.33%) . أما نسبة الإجابة ب (محايد) كانت معدومة. ويدل ذلك على أن معظم الأساتذة يلزمون التلميذ على أداء المهارة بشكل صحيح. وعلى هذا الضوء يمكن أن نعتبر إن إلزام التلميذ بأداء المهارة بشكل جيد يزيد من دافعية التعلم .

### - السؤال الثامن (08):

- هل التنوع في أسلوب التدريس يزيد من رغبة التلميذ في التعلم؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي الأستاذ من التنوع في أسلوب التدريس وهل يمكن أن يؤثر في دافعية التعلم .

### جدول رقم (08) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال الثامن

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	12	00	00	12	24	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	100	00	00	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (08) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (24) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> المجدولة التي بلغت (5.99)، حيث كانت إجابات الأساتذة ب: (نعم) بنسبة (100%) أما إجابات الأساتذة ب (لا) و(محايد) فقد كانت معدومة.

ويدل ذلك على أن كل الأساتذة يرون أن التنوع في أساليب التدريس من طرف المعلم حتما سيزيد من دافعية التعلم لديهم، لان التلميذ يشعر بالملل عند تكرار نفس الأسلوب، لذا وجب على الأستاذ أن يغير من أساليب التدريس .

#### - السؤال التاسع (09):

هل تقوم بإستعمال الوسائل المحققة للغاية من أجل دعم دافعية التعلم الخاصة بالتلاميذ؟  
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية يستعمل الوسائل البيداغوجية أثناء تعليمه من أجل رفع دافعية التعلم .

جدول رقم (09) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال التاسع

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	7	5	0	12	6.5	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	58.33	41.66	0	%100					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (09) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (6.5) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> المجدولة التي بلغت (5.99)، ويدل ذلك على أن أغلب الأساتذة يستعملون الوسائل المحققة للغاية فقد كانت الإجابة على السؤال ب: (نعم) بنسبة (58.33%)، والجواب ب: (لا) بنسبة (41.66%) ومن هذه النسب نخلص إلى أهمية الوسائل البيداغوجية في دعم وتنمية دافعية التعلم .

#### - السؤال العاشر (10):

هل تقوم بإستعمال الوسائل المحققة للغاية من أجل دعم دافعية التعلم الخاصة بالتلاميذ؟  
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية يستعمل الوسائل البيداغوجية أثناء تعليمه من أجل رفع دافعية التعلم.

جدول رقم (10) يوضح إجابات الأساتذة على السؤال العاشر

الأجوبة	نعم	لا	محايد	المجموع	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرار	11	1	0	12	18.5	5.99	دال	0.05	2
النسبة %	91.66	8.33	0	100%					

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول رقم (10) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) حيث بلغت كا<sup>2</sup> المحسوبة (18.5) وهي أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> المجدولة التي بلغت (5.99)، ويدل ذلك على أن أغلب الأساتذة يعتمدون في طريقة تعليمهم على الأساليب التعليم (المناقشة، الحوار، الإلقاء) من أجل دفع الدافعية وتحسينها، فقد كانت الإجابة على السؤال بـ: (نعم) بنسبة (91.66%)، والجواب بـ: (لا) بنسبة (8.33%) ومن هذه النسب نستنتج أن أساليب التعلم (الحوار، المناقشة، الإلقاء) تكتسي أهمية بالغة لديهم نظرا لضرورتها في تنمية الدافعية للتلاميذ .

**تفسير نتائج المحور الأول المتعلق بالفرضية الأولى من خلال أجوبة الأساتذة :**

الأسلوب التعليمي لمدرس التربية البدنية والرياضية يؤثر على دافعية التلميذ نحو تعلم درس التربية البدنية والرياضية، من خلال الأسئلة الموجهة للأساتذة، وبعد عرض وتحليل نتائج المحور الأول الخاصة بالأسلوب التعليمي ومدى تأثيره في دافعية التعلم، اتضح لنا من معظم المستجوبين من الأساتذة، يرون أن الأسلوب التعليمي يؤثر بشكل مباشر في رغبة التلميذ واهتمامه بدرس التربية البدنية، وأنه هو جوهر ولب العملية التعليمية، وأنه لا يمكن الاستغناء عن هذه الكفاية التعليمية، نظرا لضرورتها الملحة في عملية التعلم، ومنه يمكن القول أن الفرضية قد تحققت.

**- الاستنتاج العام:**

بعد استعراض الباحث للنتائج والتحليل وبعد عرض النتائج النهائية والتحليل العام، وذلك قصد الإحاطة بكل الجوانب الهامة من الموضوع بالإجابة عن كل التساؤلات المطروحة في هذا البحث والتي يدور موضوعها حول " الكفاية التعليمية للمدرس وأثرها على دافعية التعلم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة"

وجد أن الأسلوب التعليمي لمدرس التربية البدنية والرياضية تأثير على دافعية التلاميذ لتعلم حصة التربية البدنية والرياضية أغلب تلاميذ الطور المتوسط يقبلون على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية كما أنهم يشعرون بالسعادة والسرور النفسي إذا كان الأسلوب التعليمي للمدرس. وقد كان الهدف من هذه الدراسة هو الكشف عن جانب مهم يتصل بعمل المدرس، ومدرس التربية البدنية والرياضية، ونشاطه التعليمي داخل المدرسة وكل ما يتصل بمهام التدريس وهو الجانب الأدائي أو التقني (كفايات التدريس) كاستخدام طرق وأساليب فعالة في التنفيذ واستعمال وسائل تعليمية وأمثلة محققة للغاية، وتأثير هذا الجانب على دافعية التعلم لدى التلاميذ، ويمكن لنا ملاحظة هذا التأثير والانعكاس من خلال تسليط الضوء على جو العلاقة التفاعلية داخل القسم وأثناء العمل التربوي والنتائج المتوصل إليها بينت أن للكفايات التعليمية لمدرسي التربية البدنية والرياضية الأثر الإيجابي والفعال على دافعية التلاميذ لتعلم المادة (التربية البدنية والرياضية).

ولهذا يلزم علينا كباحثين أو مسئولين في الميدان الاهتمام بالتعليم المبني على الكفايات التربوية في برامج إعداد وتدريب المعلمين، وتأكيد مدى ملائمة هذه البرامج لكفاءة المتعلم وحاجاته، ومدى قدرته على إثارة رغباته الدائمة للتعلم، حتى نستطيع توفير المناخ النفسي والاجتماعي المطلوبين أثناء العمل التربوي.

- الاقتراحات :

\* القيام بدراسات مماثلة خاصة بالكفايات التربوية في مختلف المراحل التعليمية بهدف وضع برامج لتنمية هذه الكفايات وفقا لمتطلبات كل مستوى .

\* القيام بدراسة حول الأساليب المستخدمة في التدريس وأثرها على دافعية التلاميذ للتعلم ويمكن أن تشمل هذه الدراسة (الإلقاء، الحوار، التعلم الجماعي).

\* تسليط الضوء على الظروف الإقتصادية والاجتماعية والمهنية للمدرسين باعتبارها من أهم العوامل المؤثرة في كفاياتهم التربوية مع التأكيد على وضع نظام مبني على هذه الكفايات.

\* العمل على إقامة دورات تدريبية لمدرسي التربية البدنية والرياضية لما للتدريب من أهمية في تحقيق النمو الشخصي والمهني (نمو الكفايات التعليمية) ومنه يقع التأثير على سلوكيات تلاميذهم وتحسين العلاقة التفاعلية أثناء العملية التعليمية التعليمية.

- قائمة المراجع:

1) أحمد خاطر، علي فهمي ألبيك. (1996): القياسات في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة

- 2) أحمد الرفاعي غنيم (1980). **العلاقة بين الكفاءة التربوية لمعلمين والتحصيل الدراسي للتلاميذ في المرحلة الابتدائية**، رسالة ماجستير، منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- 3) إسحاق أحمد فرحان، احمد بلقيس، توفيق مرعي (1999). **المنهاج التربوي بين الأصالة والمعاصرة**، دار الفرقان للنشر والتوزيع، عمان.
- 4) أمين أنور الخولي ومحمد الحجامي (1990): **أسس بناء التربية البدنية والرياضية**، دار الفكر العربي، القاهرة
- 5) بشير صالح رشدي (2000). **مناهج البحث التربوي، رؤية تطبيقية مبسطة**، دار الكتاب الحديث، الكويت
- 6) بوداود عبد اليمين وعطاء الله احمد (2009). **المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية**، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون الجزائر.
- 7) رشيد زرواتي (2002). **تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، دار الهدى للطباعة، الجزائر
- 8) زياد حمدان (1982): **التدريس الحديث - أصوله وتطبيقاته**، مؤسسة دار الكتب، الكويت
- 9) عبد اللطيف الفرابي (1994): **مصطلحات البيداغوجيا**، دار الخطابي للطباعة والنشر، الرباط المغرب.
- 10) عدنان درويش جالون (1994): **التربية الرياضية المدرسية (دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية)**، دار الفكر العربي، القاهرة
- 11) قاسم المندلاوي (1990): **دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية**، مطابع التعليم العالي، بغداد.
- 12) محمد نصرالدين رضوان (2003): **الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية**، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 13) محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين (1992): **نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 14) محي الدين توق (2003). **أسس علم النفس التربوي**، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- 15) مروان أبو حويج (2004): **علم النفس التربوي**، دار اليازوري العلمية للنشر، الأردن.



## الأنشطة الرياضية المائية وتأثيرها على بعض أبعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي (08-10)سنوات

- دراسة ميدانية بنادي السباحة للنخيل بالمسبح الأولمبي العالية / بسكرة -

/علاوة سمير، جامعة الشلف.

د. بوغالية فايزة، جامعة الشلف.

أ/ لحر عقبة، جامعة سوق أهراس

[s.allaoua@univ-chlef.dz](mailto:s.allaoua@univ-chlef.dz)  
[f.boughalia@univ-chlef.dz](mailto:f.boughalia@univ-chlef.dz)  
[okba.lahmar93@gmail.com](mailto:okba.lahmar93@gmail.com)

### ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأنشطة الرياضية المائية ومدى تأثيرها على بعض أبعاد الصحة النفسية (الأعراض الجسمية، القلق) لدى تلاميذ التعليم الابتدائي المنخرطين بنادي السباحة للنخيل بالمسبح الأولمبي العالية بسكرة، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (08-10 سنوات)، تم الاعتماد في هاته الدراسة على المنهج الوصفي، وكما تم كذلك اختيار عناصر عينة الدراسة بطريقة عشوائية، بحيث قدر عدد أفراد العينة التي أجريت عليها الدراسة بـ 28 تلميذ منقسمين بي: 08 إناث و 20 ذكور من بين جميع المنخرطين بنادي السباحة للنخيل، واستعملنا كذلك لجمع البيانات مقياس الصحة النفسية ل: (ليونارد.ر) و(ديروجيتش.س) و(ليمان لينو كوفي) الذي يحمل 21 عبارة مقسمة على محورين أحدهما خاص بالأعراض الجسمية والأخر خاص بالقلق، وكما تم الاعتماد كذلك على الأساليب الإحصائية المتمثلة في كل من برنامج الحزم الإحصائية والتكرارات والنسب المؤوية،و بحيث أسفرت نتائج الدراسة على أنه يوجد تأثير للأنشطة الرياضية المائية على الصحة النفسية.

**الكلمات المفتاحية:** الأنشطة الرياضية المائية - الصحة النفسية - تلاميذ التعليم الابتدائي.

### Abstract :

The study aimed to identify the water sports activities and the extent of their impact on some dimensions of mental health (physical symptoms, anxiety) among primary school students involved in the palm swimming club in the Olympic pool high in Soukra. , and those whose ages range between (08-10 years), as this category is considered very important in society.

This study was based on the descriptive approach . The study sample items were also randomly selected. The number of the sample on which the study was conducted was estimated at 28 students divided between: 08 females and 20 males among all those involved in the Palm Swimming Club. And we also used to collect the data the mental health scale of: (Leonard.R), (Derojic.C) and (Liman Lino Covey), which carries 21 phrases divided into two axes, one of which is related to physical symptoms and the other is related to anxiety.

It was also relied on the statistical methods represented in each of the statistical packages program, frequencies and percentages. and so that the results of the study revealed that there is an effect of water sports activities on mental health.

**KEYWORDS:** water sports activities - Psychological health - primary school student.

## مقدمة وإشكالية الدراسة:

تعتبر الأنشطة المائية من الأنشطة التي تعطي الأفراد الممارسين لها الإحساس بالقبول وتقدير الذات والصحة النفسية والعقلية، وقد انتشرت الأنشطة المائية وبشكل واسع في المجتمعات الحديثة نتيجة لتوفر المرافق والخدمات المناسبة لأداء مختلف هذه الأنشطة، إضافة إلى توفر الكوادر المؤهلة والمدربة بشكل منظم وبأسس علمية صحيحة للإشراف على هذه الأنشطة ومتابعة حالة الممارسين. (عماد سرداح، فالج أبو عيد، 2013، 07).

كما أن الرياضة بشكل عام والصحة النفسية يؤثر كل منهما على الآخر، وإن مستوى الصحة المتكاملة للفرد يرتبط بمدى ممارسته للرياضة الصحية المقننة، فالرياضة أحر المداخل الأساسية لتحقيق النمو المتكامل للشخصية (جسماً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً) هذا إلى جانب الأهمية المتوازنة بين الصحة العقلية والنفسية والصحة البدنية والرياضية. (منى عبد الحليم، 2009، 05)

إذ أن ممارسة الأنشطة الرياضية بصفة عامة والأنشطة الرياضية المائية بصفة خاصة تلعب دوراً كبيراً تجاه الفئة الممارسة لهذا النوع من الرياضات المائية، وبالأخص فئة الأطفال في مرحلة التعليم الابتدائي، أين يجب أن نوليهم كل الاهتمام وخلق جميع الظروف التي تسمح لهم بممارسة الرياضة المائية وبناء الجانب الصحي لدى التلميذ وخاصة في ظل بعض العراقيل والصعوبات الموجودة وعلى هاذ الأساس يمكن صياغة إشكالية الدراسة على النحو التالي:

### 1/التساؤل الرئيسي للدراسة:

هل يوجد تأثير للأنشطة الرياضية المائية على بعض أبعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي؟  
1-1/التساؤلات الجزئية:

1- هل يوجد تأثير للأنشطة الرياضية المائية على بعد الأعراض الجسمية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي؟

2- هل يوجد تأثير الأنشطة الرياضية المائية على بعد القلق لدى تلاميذ التعليم الابتدائي؟

### 2/الفرضية العامة للدراسة:

يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على بعض أبعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي.

## 2-1/الفرضيات الجزئية:

1- يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على بعد الأعراض الجسمية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي .

2/ يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على بعد القلق لدى تلاميذ التعليم الابتدائي.

## 3/أهمية البحث:

تم تناول دراسة جديدة وخصبة لموضوع لا تتوفر عليه دراسات سابقة، تمثلت في مدى تأثير الأنشطة الرياضية المائية التي يمارسها بعض تلاميذ التعليم الابتدائي خلال وقت الفراغ، ومدى تأثيرها على الجانب الصحي النفسي لدى تلاميذ التعليم الابتدائي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ومعرفة أهم التغيرات الصحية النفسية التي تطرأ على تلاميذ التعليم الابتدائي من خلال الممارسة الرياضية المائية.

## 4/أهداف الدراسة:

- إبراز دور الأنشطة الرياضية المائية على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي أثناء وقت الفراغ.

- إبراز تأثير الأنشطة الرياضية المائية على الأعراض الجسمية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي أثناء وقت الفراغ.

- إبراز تأثير الأنشطة الرياضية المائية على سمة القلق لدى تلاميذ التعليم الابتدائي أثناء وقت الفراغ.

## 5/ضبط المفاهيم والمصطلحات:

5-1/الأنشطة الرياضية المائية: هي التي تؤدي على أو داخل أو تحت سطح الماء، بأداة أو بدون أداة، على شكل فردي أو جماعي وتؤدي إما حرة أو منظمة بهدف التعلم أو الترويح أو المنافسة . (أحمد علاء أبو صير، رامي عبد الرحمن سويلم، 2022، 345)

5-2/الصحة النفسية: حالة نفسية تخلو فيها النفس من الاضطرابات والتوترات والانحرافات، وكذلك عرفت: بأنها حالة من الاتزان النفسي تتجلى بتكامل شخصية الفرد والتخطيط لمستقبله وحل مشكلاته

والتفاعل مع الواقع وما فيه من معايير اجتماعية والتمتع بقدر من الثبات لانفعالي والإسهام في بناء المجتمع وتقدمه والشعور بالطمأنينة والرضا. (عامر سعيد الخيكاني، أين هاني الجبوري، 2019، 83).

**3-5/الأعراض الجسمية:** هي أمراض تظهر نتيجة بعض العوامل الذهنية والنفسية للاعب مثل الصداع النصفي والقلولون العصبي وغيرها من الأمراض دون سبب عضوي أو جسمي ولكن تظهر نتيجة لحدوث حمل في الحالة المزاجية والعاطفية للاعب وتتمثل في الغضب أو القلق أو الكبت أو الحساسية المفرطة أو الشعور بالذنب مع النفس أو مع الغير الناشئ عن الضغوط التي يتعرض لها الرياضي. (أحمد السيد عبدالسلام، 2017، 04)

**4-5/القلق:** يعرفه فرو يد بأنه: استجابة انفعالية مؤلمة تكون مصحوبة بتغيرات في الأجهزة الحشوية الداخلية مثل (القلب والجهاز الغدي والجهاز التنفسي). (مجدي محمد عبد الله، 2014، 141).

#### 6/الأبحاث والدراسات السابقة:

**1-6/الدراسة الأولى:** دراسة معزوزي ميلود (2019) تحت عنوان: (تأثير ممارسة النشاط الرياضي في تنمية بعض الصفات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ التعليم الثانوي) والتي نشرت بمجلة العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة العدد الأول المجلد 11 رقم 03، وهدفت إلى معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي في تنمية بعض الصفات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ التعليم الثانوي من وجهة نظر الأساتذة مادة التربية البدنية والرياضية، أين اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، وتمثل مجتمع الدراسة في أساتذة التعليم الثانوي لولاية تيارت وكان عدد أفراد عينة البحث في 20 أستاذ تم اختيارهم بطريقة مقصودة، أين استخدمت استبيان، من إعداد الشخص، وتمثلت نتائج الدراسة في التالي:

- لأنشطة الرياضية تساهم في تنمية الصفات النفسية للتلاميذ خلال تهذيب السلوك وتعديله.
- النشاط الرياضي للتلاميذ يساهم في تنمية الصفات النفسية والاجتماعية حيث يمكن للتلميذ تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، كما تنمي الأنشطة الرياضية الصفات والصحة النفسية والاجتماعية.

**2-6/الدراسة الثانية:** دراسة مختار أمين عبد الغني، فتيحة (2022) حسن تحت عنوان: (الأعراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين تحت 14 سنة في جمهورية مصر العربية) مجلة بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية، العدد 09 الجزء 5، وهدفت إلى معرفة الأعراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين تحت 14 سنة في جمهورية مصر العربية، أين اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بحيث بلغت عينة الدراسة 140 سباح كعينة أساسية وكعينة استطلاعية 35 سباح، تم اختيارهم بطريقة عمدية، أين استخدمت الباحثة مقياس

الأغراض النفس جسمية، من إعدادها الشخصي وتوصلت نتائج الدراسة على وجود فروق إحصائية في مستوى الأغراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة .

**3-6/الدراسة الثالثة:** دراسة مجدي رمضان أبو عرام (2011) تحت عنوان: (فعالية برنامج ألعاب تمهيدية تحت الماء على القلق والخوف وبعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء لدى مبتدئي الغوص) المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية لرياضية، جامعة بور سعيد بكلية التربية الرياضية للبنين والبنات، المجلد، 22، العدد 22، وهدفت إلى معرفة مدى فعالية برنامج ألعاب تمهيدية تحت الماء على القلق والخوف وبعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء لدى مبتدئي الغوص، أين اعتمد الباحث على المنهج التجريبي الملائم لهاته الدراسة، بحيث بلغت عينة الدراسة 11 سباح غواص كعينة أساسية وكعينة استطلاعية 58 سباح غواص، تم اختيارهم بطريقة، عمدية، أين استخدمت الباحثة بعض الأجهزة لقياس المتغيرات الفسيولوجية، واستمارة تقييم المستوى المهاري وتوصلت نتائج الدراسة إلى:

\* للبرنامج التدريبي تأثير ايجابي على درجة الخوف والقلق.

\* استخدام البرنامج أثر تأثيرا ايجابيا وتحسنا معنويا في القياسات الفسيولوجية.

\* للبرنامج التدريبي تأثير ايجابي عن تحسين مستوى المهارات الأساسية لرياضة الغوص.

#### 7/الإجراءات المنهجية للدراسة:

**1-7/المنهج المتبع:** تسعى البحوث العلمية إلى البحث عن الوقائع، وتتمثل قيمة أهميتها في التحكم فيالمنهجية المتبعة فيها، وهذه الأخيرة تعني مجموعة المناهج الطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن دور المنهجية هي إضافة المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها الوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها. (فريدريك، 1998)

وتماشيا مع طبيعة الدراسة الحالية فقد اتبعنا المنهج الوصفي الذي عرفه فيصل ياسين الشاطيء على أنه "استقصاء ينص على ظاهرة من الظواهر التربوية أو التعليمية على ما هي عليه إيجاد العلاقة بينهما وبين الظواهر الأخرى التي لها علاقة بها، يبقى الهدف تشخيص الواقع. (فيصل، 1992)

**2-7/المجتمع وعينة الدراسة:** تمثل مجتمع الدراسة في جميع تلاميذ التعليم الابتدائي المنخرطين بنادي النخيل للسباحة بالمسبح الأولمبي العالية بسكرة بمعدل 96 تلميذ منخرط، بينما عينة الدراسة حددت ب: 28 تلميذ، بين 20 ذكور و 08 إناث، أين تم الاعتماد على العينة القصدية المحددة ب 28 تلميذ 20 ذكور و 08 اناث .

#### 3-7/مجالات الدراسة:

7-3-1/المجال البشري: تشير الحدود البشرية إلى تحديد وحدات المجتمع الأصلي للدراسة والمتمثل في جميع تلاميذ التعليم الابتدائي المنخرطين بنادي النخيل للسباحة بالمركب الأولمبي العالية بسكرة بمعدل 96 تلميذ منخرط، بينما عينة الدراسة حددت بـ: 28 تلميذ/ من بين 20 ذكور و08 إناث.

7-3-2/المجال الزماني: تم إجراء الدراسة في الفترة الممتدة بأواخر شهر جوان 2022 .

7-3-3/المجال المكاني: قمنا بإجراء الدراسة الميدانية بالمسبح الأولمبي 18 فبراير بسكرة/العالية.

8/ متغيرات الدراسة:

\* المتغير المستقل: الأنشطة الرياضية المائية.

\* المتغير التابع: الصحة النفسية / الأعراض الجسمية/القلق.

9/أدوات جمع البيانات:

تم الاعتماد على استبان الصحة النفسية لجمع البيانات في هاته الدراسة والذي تم بناءه من طرف الباحث من خلال الاعتماد على مقياس الصحة النفسية في الأصل لكل من :  
(ليونارد ر.) و (ديروجيتش.س) و (ليمان لينو كوفي) الذي يتكون في الأصل من 09 أبعاد بـ: 90 عبارة إذ تم في هاته الدراسة الاعتماد على بعدين فقط احدهما خاص بالأعراض الجسمية والآخر خاص بالقلق تمثلا في 21 عبارة مقسمة على محورين فقط، بينما تم تحويله من سلم خماسي إلى ثنائي لكي يكون في متناول تلاميذ التعليم الابتدائي، ثم قياس صدق الأداة من خلال عرضه على المحكمين.

10/المعالجة الإحصائية:

أسلوب التحليل الإحصائي يتم فيه تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل متوسطات حسابية وانحراف معياري وتكرارات ونسب مئوية وهذا عن طريق إتباع برنامج الحزم الإحصائية spss.

مقياس الصحة النفسية

عزيزي الطفل نضع بين يديك هذه الاستمارة التي تمثل أداة الدراسة الميدانية للبحث الذي يدور تحت عنوان: (الأنشطة الرياضية المائية وتأثيرها على بعض أبعاد الصحة النفسية لدى الأطفال الأقل من 10 سنوات)

ملاحظة : \* ضع علامة(x) عند الإجابة المناسبة.

\* لا تترك أي عبارة دون إجابة.

الجدول رقم (01): يوضح أهم نتائج الدراسة لكل من الفرضية الأولى والثانية:

النسب المئوية	التكرارات	الاقتراحات	العبرة	رقم
			الأعراض الجسمية	
85.71	24	لا	أشعر أحيانا بالصداع المستمر	01
14.28	04	نعم		
71.24	20	لا	اشعر بالدوخان مع الاصفرار في الوجه	02
28.57	08	نعم		
57.14	16	لا	يسهل استنارتي واستنفازي	03
42.58	12	نعم		
85.71	24	لا	أشعر بالوحدة / دائما وحيد	04
14.28	04	نعم		
71.48	20	لا	أشعر بالغثيان واضطرابات في المعدة	05
28.57	08	نعم		
64.28	18	لا	عضلاتي تتشنج / بها ألم	06
35.71	10	نعم		
78.57	22	لا	لدي صعوبة في التنفس	07
21.42	06	نعم		
78.57	22	لا	أشعر بالحرارة والبرودة في جسمي	08
21.41	06	نعم		
75	21	لا	أشعر بالخدر والتتمل في الجسم	09
25	07	نعم		
64.28	18	لا	أشعر بالثقل في اليدين والرجلين	10
35.71	10	نعم		
67.85	19	لا	كل شيء يحتاج إلى مجهود كبير	11
32.14	09	نعم		
<b>القلق</b>				
75	21	لا	أشعر بالألم في الصدر والقلب	12

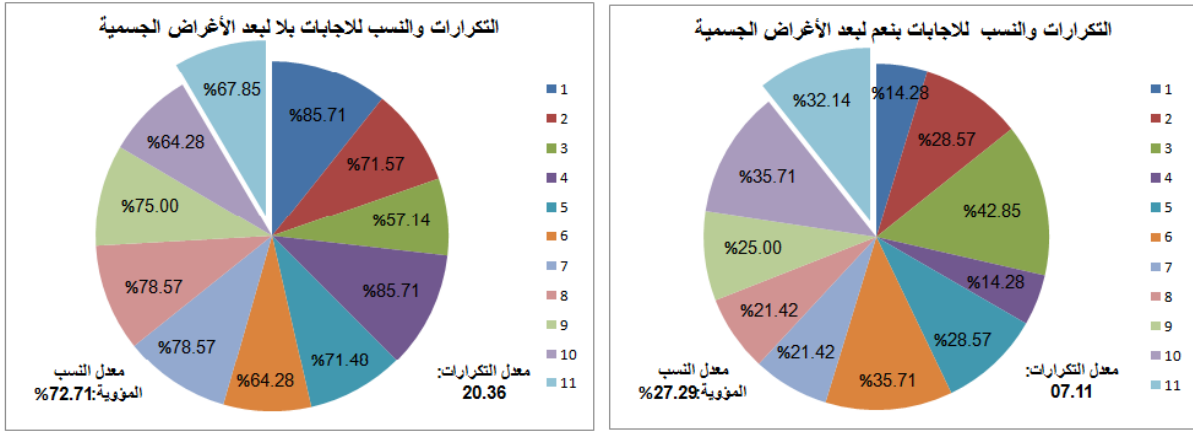
25	07	نعم		
64.28	18	لا	أشعر بالارتجاف	13
35.71	10	نعم		
71.42	20	لا	أشعر بالخوف فجأة وبدون أي سبب محدد	14
28.57	08	نعم		
75	21	لا	أشعر بالخوف	15
25	07	نعم		
60.77	17	لا	أشعر بزيادة في ضربات القلب	16
39.28	11	نعم		
64.28	18	لا	أشعر بالتوتر/ القلق	17
35.71	10	نعم		
67.85	19	لا	أشعر بحالات من الخوف والتعب	18
32.14	09	نعم		
85.77	24	لا	اشعر بأنني غير مهم / ليس لي معنى في الحياة	19
14.28	04	نعم		
67.58	19	لا	أشعر بأن أشياء سيئة سوف تحدث لي	20
32.17	09	نعم		
43.85	12	لا	توجد عندي تخیلات وأفكار غريبة	21
57.14	16	نعم		

### 11/تحليل النتائج ومناقشة الفرضيات:

11-1/الفرضية الأولى: تنص على وجود يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على بعد الأعراض الجسمية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي .

وللتحقق من هاته الفرضية قمنا بحساب عدد التكرارات والنسب المئوية لإجابات التلاميذ من اجل معرفة مدى تحقق الفرضية الأولى، وما مدى تأثير للأنشطة الرياضية المائية إيجابا على بعد الأعراض الجسمية بحيث جاءت النتائج كما هو موضح في الدوائر النسبية الآتية:



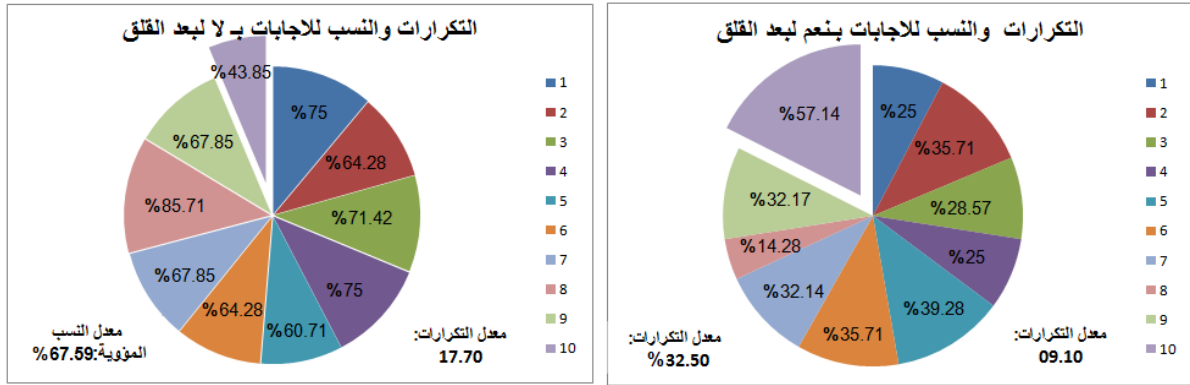


يتضح لنا من خلال قراءتنا لهاته الدوائر النسبية بالنسبة للتلاميذ المجيبين بنعم بأن أعلى نسبة للتكرارات والنسب المؤوية كانت لصالح السؤال الثالث بـ: 12 تكرار وبنسبة 42.85% ثم السؤال السادس والعاشر بـ 10 تكرارات وبنسبة 35.71% ثم السؤال الحادي عشر بـ: 09 تكرارات وبنسبة 32.14% وبعدها السؤال الثاني والخامس بـ 08 تكرارات وبنسبة 28.57% ثم السؤال التاسع بـ: 07 تكرارات وبنسبة 25% ثم السؤال السابع والثامن بـ: 06 تكرارات وبنسبة 21.42% وأخيرا السؤال الأول والرابع بـ 04 تكرارات وبنسبة 14.28% .

وكما يتضح لنا كذلك من خلال قراءتنا للدوائر النسبية الخاصة بالتلاميذ المجيبين بـ لا بأن أعلى تكرارات وأعلى نسبة مئوية كانت لصالح السؤال الأول والرابع بـ: 24 تكرار وبنسبة 85.71% ثم السؤال السابع والثامن بـ: 22 تكرار وبنسبة 78.57% ثم السؤال التاسع بـ: 21 تكرار وبنسبة 75% ثم السؤال الثاني والخامس بنسبة بـ: 20 تكرارا وبنسبة 71.48% ثم الحادي عشر بـ: 19 تكرار وبنسبة 67.85% ثم السؤال السادس والعاشر بـ: 18 تكرارا وبنسبة 64.28% وأخيرا يأتي السؤال الثالث بـ: 16 تكرارات وبنسبة 57.14% .

**11-2/ الفرضية الثانية:** تنص على وجود تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائتة على بعد القلق لدى تلاميذ التعليم الابتدائي.

وللتحقق من هاته الفرضية قمنا بحساب عدد التكرارات والنسب المؤوية لإجابات التلاميذ من اجل معرفة مدى تحقق الفرضية الثانية وما مدى تأثير للأنشطة الرياضية المائتة إيجابا على بعد القلق بحيث جاءت النتائج كما هو موضح في الدوائر النسبية الاتية اسفله:



يتضح لنا من خلال قراءتنا لهاته الدوائر النسبية وخاصة التلاميذ المجيبين بنعم بأن أعلى نسبة 57.14% للسؤال 21 ب: 16 تكرارا ثم السؤال 16 ب: 11 تكرارا ونسبة 39.28% ثم السؤال الثالث عشر والسؤال السابع عشر ب: 10 تكرارات ونسبة 35.71% السؤال الثامن عشر والعشرون ب: 09 تكرارات ونسبة 32.17% ثم السؤال الرابع عشر ب: 08 تكرارات ونسبة 28.57% ثم السؤال الخامس عشر ب 07 تكرارات و 25% وأخيرا السؤال التاسع عشر ب: 04 تكرارا ونسبة 14.28%.

وكما يتضح لنا كذلك من خلال قراءتنا للدوائر النسبية الخاصة بالتلاميذ المجيبين ب: لا بأن أعلى نسبة للتكرارات والنسب المؤوية كانت لصالح السؤال التاسع عشر بـ 24 تكرارا ونسبة 85.71% ثم السؤال الثاني عشر والخامس عشر ب: 21 تكرارا ونسبة 75% ثم السؤال الرابع عشر ب: 20 تكرارا ونسبة 71.42% ثم السؤال الثامن عشر والعشرون ب: 19 تكرارا ونسبة 67.85% ثم السؤال الثالث عشر والسابع عشر ب: 18 تكرارا و 64.28% ثم السؤال السادس عشر ب: 17 تكرارا ونسبة 60.77%، وأخيرا السؤال ب: 12 تكرارا و 43.84% .

## 12/مناقشة نتائج الدراسة:

### 1-12/الفرضية الأولى:

من خلال نتائج الجدول رقم: 01 ومحور الفرضية الأولى واستنادا على نتائج التحليل الإحصائي لعدد التكرارات والنسب المؤوية التي تم عرضها في الفصل السابق نسعى في هذا الفصل إلى مناقشة النتائج المتوصل إليها في هاته الدراسة وفي ما يلي مناقشة الفرضية الأولى التي تتص على أنه:

- يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على بعد الأعراض الجسمية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي .

تبين لنا أن معظم إجابات التلاميذ تدل على النشاط التروبيحي المائي قد اثر إيجابا على الأعراض الجسمية لديهم بنسب تجاوزت 50 بالمائة ولجميع العبارات، إذ يمكن القول بأنهم يتميزون بأعراض جسمية ايجابية لأن جميع إجابات الأسئلة من 01 إلى 11 كانت ايجابية والتي كانت تصب لمصلحة انه يوجد تأثير للأنشطة الرياضية المائية على الأعراض الجسمية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي.

ما يوضح كذلك بان معدل التكرارات للتلاميذ المجيبين ب: لا لبعد الأعراض الجسمية قدر ب: 20.36 ومعدل النسبة المئوية قدر ب: 72.71% وهو أكبر بكثير من معدل التكرارات للتلاميذ المجيبين ب نعم والذي قدر بمعدل 27.11 ومعدل النسبة المئوية قدر ب: 27.29% ما يلخص لنا بان: **الفرضية الأولى محققة** وما يؤكد على ذلك دراسة الدكتور مختار أمين عبد الغني. فتيحة حسن تحت عنوان: (الأعراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين تحت 14 سنة في جمهورية مصر العربية) سنة 2022.

والتي هدفت إلى معرفة الأعراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين تحت 14 سنة في جمهورية مصر العربية، أين استخدمت الباحثة مقياس الأعراض النفس جسمية، من إعدادها الشخصي وتوصلت نتائج الدراسة: وكما ظهرت نتائج الدراسة على وجود فروق إحصائية في مستوى الأعراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة، والتي كانت نتائجها جد ايجابية، وبالتالي فان الفرضية الأولى محققة .

## 12-2/الفرضية الثانية:

من خلال نتائج الجدول رقم 01 ومحور الفرضية الثانية واستنادا على نتائج التحليل الإحصائي لعدد التكرارات والنسب المئوية التي تم عرضها في الفصل السابق نسعى في هذا الفصل إلى مناقشة النتائج المتوصل إليها في هاته الدراسة وفي ما يلي مناقشة الفرضية الثانية التي تنص على أنه:

- يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على بعد **القلق** لدى تلاميذ التعليم الابتدائي .

تبين لنا أن معظم إجابات التلاميذ تدل على النشاط التروبيحي المائي قد اثر إيجابا على بعد القلق لديهم بنسب تجاوزت 50 بالمائة ولجميع العبارات، ما عدى العبارة الأخيرة 21 والتي يرجع سببها ربما لصغر سن العينة وعدم اكتمال ونمو الشخصية لديهم، الشيء الذي يجعلهم يشعرون بتخيلات وأفكار غريبة، إذ يمكن القول بأنه تلك الأنشطة الرياضية لمائية الممارسة قد أثرت تأثيرا ايجابيا على درجة القلق

لديهم فكانت أغلب إجابات الأسئلة من 11 إلى 20 جد ايجابية والتي كانت تصب لمصلحة انه يوجد تأثير للأنشطة الرياضية المائية على بعد القلق لدى التلاميذ ما عدى السؤال الأخير.

ما يوضح كذلك بان معدل التكرارات للتلاميذ المجهين ب: لا لبعد القلق قدر ب: 17.70 ومعدل النسبة المئوية قدر ب: 67.59% وهو أكبر بكثير من معدل التكرارات للتلاميذ المجهين ب: نعم والذي قدر ب: 09.10 ومعدل النسبة المئوية قدر ب: 32.50% ما يلخص لنا بان الفرضية الثانية محققة وما يؤكد على ذلك دراسة الدكتور: مجدي رمضان أبو عرام تحت عنوان: (فعالية برنامج ألعاب تمهيدية تحت الماء على القلق والخوف وبعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء لدى مبتدئي الغوص) سنة 2011.

وهدفت هاته الدراسة إلى معرفة مدى فعالية برنامج ألعاب تمهيدية تحت الماء على القلق والخوف وبعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء لدى مبتدئي الغوص، أين استخدمت الباحثة بعض الأجهزة لقياس المتغيرات الفسيولوجية واستمارة تقييم المستوى المهاري وتوصلت نتائج الدراسة إلى:

\* للبرنامج التدريبي تأثير ايجابي على درجة الخوف والقلق.

\* استخدام البرنامج أثر تأثيرا ايجابيا وتحسنا معنويا في القياسات الفسيولوجية.

\* للبرنامج التدريبي تأثير ايجابي عن تحسين مستوى المهارات الأساسية لرياضة الغوص .

وبالتالي فان الفرضية الثانية محققة.

### استنتاج عام:

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث وبعد جمع البيانات وعرضها ومعالجتها إحصائيا ومناقشة نتائج الدراسة توصلنا إلى استنتاج يتمثل في تحقق الفرضية العامة للدراسة التي تنص على انه:

\* يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي وذلك ما أكدته دراسة معزوزي ميلود تحت عنوان: (تأثير ممارسة النشاط الرياضي في تنمية بعض الصفات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ التعليم الثانوي)، والتي نشرت بمجلة العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة العدد الأول المجلد 11 قم 03 سنة 2019 .

وهدفت إلى معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي في تنمية بعض الصفات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ التعليم الثانوي من وجهة نظر الأساتذة مادة التربية البدنية والرياضية أين اعتمد الباحث على المنهج الوصفي(المسحي) وتمثل مجتمع الدراسة في أساتذة التعليم الثانوي لولاية تيارت،

وقدر عدد أفراد عينة البحث بـ: 20 أستاذ تم اختيارهم بطريقة مقصودة أين تم استخدام استبيان لجمع البيانات من إعداده الشخصي، وتمثلت نتائج الدراسة في التالي:

\* الأنشطة الرياضية تساهم في تنمية الصفات النفسية للتلاميذ خلال تهذيب السلوك وتعديله.

\* النشاط الرياضي للتلاميذ يساهم في تنمية الصفات النفسية والاجتماعية حيث يمكن للتلميذ

تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، وبالتالي فإننا نستنتج بأنه:

❖ يوجد تأثير ايجابي للأنشطة الرياضية المائية على تنمية الصحة النفسية والاجتماعية لدى التلاميذ

❖ يوجد تأثير ايجابي لممارسة التلاميذ للأنشطة الرياضية المائية على بعد الأعراض الجسمية لدى

تلاميذ التعليم الابتدائي.

❖ يوجد تأثير ايجابي لممارسة التلاميذ للأنشطة الرياضية المائية على بعد القلق لدى تلاميذ التعليم

الابتدائي.

❖ في غياب الممارسة الرياضية بصفة عامة والرياضية المائية بصفة خاصة في مادة التربية

البدنية والرياضية لا يتمتع تلاميذ التعليم الابتدائي بالصحة النفسية.

#### • اقتراحات وتوصيات:

✓ ضرورة الممارسة الرياضية للطفل وخاصة الرياضة المائية وفي سن مبكرة وإعطائها أهمية معتبرة ومكانة مرموقة.

✓ تطوير قدرات التلميذ من خلال الوسائط المتعددة وإتاحة الفرصة له للممارسة الرياضية سعياً للوصول إلى الصحة النفسية.

✓ تنمية روح التفاعل والتعاون بين الإدارة والأساتذة لخدمة التلاميذ وخاصة في المجال الرياضي.

✓ دراسة شخصية التلميذ وتشخيص الحالة النفسية له من زوايا أخرى.

✓ تنمية الرغبة والحافز لدى التلاميذ ووضع برامج التنشئة النفسية والاجتماعية.

✓ القيام بدراسات حول الصحة النفسية للطفل من زوايا أخرى .

## قائمة المراجع:

- 1) أحمد علاء أبو صير. رامي عبد الرحمن سويلم. (2022)، تأثير برنامج نفس حركي مصاحب للألعاب المائية علي مستوى بعض الحركات الأساسية القابلة للتعليم، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية- جامعة بورسعيد، العدد 95، الجزء 02 .
- 2) حسن. ف مختار، (2022). الأعراض النفس جسمية المصاحبة للمنافسة لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين تحت 13 سنة بجمهورية مصر العربية. مجلة بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية بمصر العربية، 5(09)، 166-187.
- 3) عامر سعيد الخيكاني. أين هاني الجبوري (2019)، الموسوعة التطبيقية للمقاييس النفسية في الرياضة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة- مصر .
- 4) عبد السلام، أحمد السيد عبد السلام. (2017). الأعراض النفس جسمية وعلاقتها بالانجاز الرياضي لدى لاعبي الكاراتيه،. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، 20(الجزء الثاني)، 1-14
- 5) عماد سرداح- فالح أبو عيد(2013)، التمرينات المائية للصحة والعلاج، دار أسامة للنشر والتوزيع، الأردن- عمان .
- 6) مجدي محمد عبد الله(2014)، سيكولوجية الدافع للانجاز- دراسة عامة مقارنة-، دار المعرفة الجامعية للطبع والنشر والتوزيع، الإسكندرية- مصر .
- 7) معتوق فريدريك. (1998)، معجم العلوم الاجتماعية انجليزي - فرنسي - عربي. بيروت: الدار القومية
- 8) منى عبد الحليم(2003)، مدخل الصحة النفسية في المجال الرياضي، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، مصر- الإسكندرية.
- 9) ياسين الشاطئي فيصل. (1992)، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

## دور ممارسة السباحة الترويحية في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال في مرحلة الطفولة (06-12)

أ. /حمسي بلال، جامعة محمد بوضياف. وهران  
أ.د/ الصافي الشيخ، جامعة محمد بوضياف. وهران

[billal.hamsi@univ-usto.dz](mailto:billal.hamsi@univ-usto.dz)

[safieps@yahoo.fr](mailto:safieps@yahoo.fr)

### الملخص:

تهدف الدراسة إلى إبراز أهمية ممارسة نشاط السباحة الترويحية على مستوى التوافق النفسي لدى الأطفال (06-12 سنة)، ولأجل هذا اتبعنا المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة هذه الدراسة وخصوصياتها وقد استهدفت هذه الأخيرة عينة بلغ تعدادها 20 طفلا في مرحلة الطفولة المتأخرة ينشطون في جمعية الأنصار بمدينة سطيف، تم اختيارهم بطريقة قصدية ويمثلون مجتمع البحث تمثيلا صادقا، وقد استعملنا الاستبيان كأداة لجمع البيانات والذي يحتوي على محورين: التوافق الشخصي والتوافق الجسمي، يندرج ضمن المحور عبارات تكون الإجابة عليها بطريقة مغلقة، وقد خضع هذا الاستبيان لاختبارات الصدق الداخلي والخارجي، وتم التأكد من ملاءمته لخصوصيات العينة المطبق عليها، وخلصت نتائج الدراسة أن لممارسة السباحة الترويحية دور إيجابي على التوافق النفسي لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة.

**الكلمات المفتاحية:** السباحة الترويحية - التوافق النفسي - الطفولة المتأخرة.

### Abstract :

This study aims to highlight the importance of practicing the recreational swimming activity for the children between the age of (06-12year) ,for that, we have followed the descriptive method because it's the best suited with studies like that .this study was applied on 20 children in late childhood, they are active in ANSAR Association in Setif city, they honestly represent the society research, we used a questionnaire as a data collection tool, it consists of tow topics: personal and pysical compatibility, each one of them contains expressions that are answered in a closed manner. This questionnaire was subjected to internal and external validity tests and its suitability to the specifics of the sample applied to it was confirme. at the end; the study has concluded that the recreational swimming has a positive affection on improving psychological compatibility for children in late childhood.

**Key words:** recreational swimming, psychological compatibility, late childhood

## المقدمة واشكالية الدراسة:

يعيش الانسان مثله مثل باقي الكائنات حياة متدرجة منذ الولادة حتى الوفاة فهي مقسمة على مراحل، وتم تقسيم هذه الأخيرة بناء على مؤشرات بدنية وجسدية وعقلية.

كما هو معلوم أن مرحلة الطفول هي اللبنة الأساسية لبناء الشخصية، فمرحلة الطفولة المتوسطة هي من أهم مراحل هذه الأخيرة كون الطفل فيها يبدأ بتثبيت ميولاته وقولبة أسلوبه الفكري وادراك عالمه الخارجي بمنظور أوسع من اطار الأسرة وذلك بالاحتكاك مع المجتمع، وأي خلل أو ضغوط قد يتعرض لها الطفل في هذه المرحلة قد تسبب له اضطرابات على المستوى الشخصي والبناء الجسمي وحتى العقلي فتظهر أثارها فيما بعد على المدى المتوسط والبعيد (47،2007،Philps Crimail et Autre). حقيقة ان وقت الفراغ واستثماره بما يعود بالفائدة على الفرد والمجتمع أصبح أحد الاهتمامات القصوى في المجتمعات المتحضرة وبالتالي عمدت الهيئات المعنية على استغلاله من خلال ادراج الأنشطة الترويحية وبرامجها في حيزه الزمني، لقد استهدفت هذه الأخيرة بالخصوص الفئات الخاصة بالأطفال فأدمجت هذه الفئة في مختلف النشاطات الترفيهية والرياضية وذلك لفتح المجال لهم لإبراز ذواتهم وتنمية قدراتهم على الصعيد الشخصي والجسدي (حلمي ابراهيم، ليلي السيد فرحات، 1998، 37). ولعل أكثر الرياضات التي شاعت في الآونة الأخيرة لدى مجتمعات الدول المتقدمة التي تساهم في تنمية قدرات مواطنيها هي ممارسة رياضة السباحة بصفة عامة وذلك باستغلالها كنشاط رياضي لإيجاد الحلول لكثير من المشاكل التي يتعرض لها الأطفال، فالسباحة بصفة عامة وفق (إكرام سعد إبراهيم، 2003، 30) تؤثر ايجابا على النواحي الجسمية والنفسية والتي من خلالها يتحقق التوازن الانفعالي وتتعزيز الثقة بالنفس، ولهذا أصبحت السباحة من أهم التوصيات المعتمدة من طرف الأخصائيين، وكون السباحة الترويحية فرع من فروع السباحة وكونها تنتم في ممارستها بالليونة والحرية دفعا حب الاطلاع لمحاولة كشف الآثار التي تخلفها هذه الرياضة على المستوى النفسي والجسمي.

بناء على ما سبق صاغ الباحث مشكلة بحثه بالسؤال التالي:

● هل لممارسة السباحة الترويحية دور في تحسين التوافق النفسي لدى الأطفال؟

ومنه طرح التساؤلات الجزئية:

● هل لممارسة السباحة الترويحية دور في تحسين التوافق الشخصي لدى الأطفال؟

● هل لممارسة السباحة الترويحية دور في تحسين التوافق الجسمي لدى الأطفال؟



## 1. أهداف البحث :

تهدف هذه الدراسة إلى:

- إبراز أهمية ممارسة السباحة لدى فئة الأطفال.
- الإطلاع على الدور الذي تلعبه ممارسة السباحة على الجانب النفسي لدى الأطفال.
- الكشف عن الدور الذي تلعبه ممارسة السباحة على تقبل شكل الجسم لدى الأطفال.
- الإطلاع على تأثير ممارسة السباحة على الجانب الشخصي والأسرى لدى الأطفال.

## 2. الفرضيات :

### 1-2. الفرضية العام:

- لممارسة السباحة الترويحية دور في تحسين التوافق النفسي لدى الأطفال.

### 2-2. الفرضيات الجزئية:

- لممارسة السباحة الترويحية دور في تحسين التوافق الشخصي لدى الأطفال.
- لممارسة السباحة الترويحية دور في تحسين التوافق الجسمي لدى الأطفال.

## 3. أهمية الدراسة :

- معرفة دور ممارسة السباحة الترويحية في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال.
- الإحاطة بالمشاكل النفسية التي تواجهها لدى الأطفال .
- الإطلاع على واقع استغلال السباحة كوسيلة ترفيهية متكاملة الخصوصيات لبلوغ أهداف على مستوى الجوانب النفسية لدى الأطفال.
- معرفة العلاقة الإرتباطية بين ممارسة السباحة الترويحية والتوافق النفسي لدى الأطفال.
- الإحاطة بمختلف الجوانب التي ينبغي إدراكها خلال التعامل مع هذه الشريحة.

## 4. تحديد المصطلحات:

### 1-4. السباحة الترويحية :

اصطلاحاً: تعد السباحة الترويحية أحد فروع الرياضيات المائية التي تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك عن طريق حركات الذراعين والجذع والرجلين للارتقاء بكفاءة الإنسان بدنياً، مهارياً، عقلياً، اجتماعياً

ونفسياً.....، وتختلف السباحة في طبيعتها عن سائر النشاطات الرياضية الأخرى من حيث الوسط المائي وانتظام عملية التنفس والأداء الحركي (أسامة راتب، 1999، 22).

**التعريف الإجرائي:** هي تلك الرياضة التي تستغل الوسط المائي (مسبح، أنهار، بحار) لأدائها وهي أحد أكثر الرياضات التي تساهم في تنمية القدرات الإنسانية بكل جوانبها: نفسياً، بدنياً، اجتماعياً، انفعالياً..... الخ.

#### 4-2. التوافق النفسي:

**اصطلاحاً:** هو الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع ذاته ومع بيئته. (عبد المنعم المليحي، 1971، 385).

**تعريفه إجرائياً:** هو قدرة الفرد على تغيير في سلوكه وفق الظروف المحيطة حيث يكون راضياً عن نفسه عند اتخاذ القرارات في المواقف التي تصادفه وبالتالي يتحرر من الضغوطات والصراعات النفسية.

#### 4-3. مفهوم الطفل:

**اصطلاحاً:** يعرف الطفل وفقاً للمادة الأولى من مشروع اتفاقية الأمم المتحدة على أنه كل إنسان لم يتجاوز الثامنة عشرة ما لم يبلغ سن الرشد قبل ذلك بموجب القانون المنطبق عليه، وأما الطفولة فتعرف على أنها مرحلة لا يتحمل فيها الإنسان مسئوليات الحياة متعمداً على الأبوين وذوي القربى في إشباع حاجته العضوية وعلى المدرسة في الرعاية للحياة وتمتد زمنياً من الميلاد وحتى قرب نهاية العقد الثاني من العمر وهي المرحلة الأولى لتكوين ونمو الشخصية وهي مرحلة للضبط والسيطرة والتوجيه التربوي.

**التعريف الإجرائي:** هي المرحلة العمرية التي تبدأ بولادة الطفل حتى بلوغه، وهي مرحلة يعتمد فيها الطفل على والديه في أمور حياته، ويكون فيها الطفل غير كامل العقل، ويحتاج إلى التربية والإرشاد.

#### 5. الدراسات المشابهة:

• **الدراسة الأولى:** دراسة الباحث: سبأ محمود أبو عزيزة بعنوان "سبأ محمود أبو عزيزة، بعنوان "أثر الأنشطة الرياضية المعدلة على التوافق النفسي للأطفال، رسالة ماجستير، قسم كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، عمان 2004، هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع البعد النفسي لدى الأطفال وبالتالي التعرف على أثر ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة تبعا لعدد من المتغيرات المستقلة هي كما يلي:

- صفات الطفل على مستوى التوافق النفسي.
- أهم الفروق النفسية بين الأطفال من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة.

وقد اتبع الباحث المنهج التجريبي، متبعاً التصميم التجريبي للمجموعتين متكافئتين للاختبار القبلي والبعدي، وأجريت الدراسة على عينة تتكون من 96 طفل متوسط أعمارهم 22 سنة، استخدم الباحث الأداة المتمثلة في اختبار نفسي تم تصميمه وتطويره من قبله، بحيث يقيس الأبعاد المراد قياسها واعتمد على اختبار "بيرسون" واختبار "ت" في استخلاص النتائج، وخلصت الدراسة الى أن السباحة الترويحية لها أثر ايجابي على المستوى النفسي للأطفال.

- **الدراسة الثانية:** دراسة الباحث: حمادة محمد الطوخي بعنوان "أثر برنامج تروحي رياضي على التكيف العام للأطفال المعوقين"، هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تروحي رياضي لمعرفة مدى تأثيره على التكيف العام للأطفال المعاقين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي متبعاً تصميم المجموعة الواحدة للقياس القبلي والبعدي واعتمد على اختيار التكيف العام الذي أعده الدكتور عطيات محمود، واستمارة البيانات العامة لكل تلميذ، استمارة استطلاع رأي الخبراء على البرنامج التروحي، حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية قوامها (32) تلميذ تتراوح أعمارهم ما بين 9-12 سنة ونسبة ذكائهم (50%-70%) يتم تطبيق برنامج تروحي رياضي على أفراد العينة من اقتراح الباحث نفسه لمدة ثلاث أشهر بمعدل (03) وحدات في الأسبوع، زمن كل وحدة تدريبية 45 دقيقة.

انطلق الباحث من فروض بحثه مما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث الكلية في تنمية التكيف العام في اتجاه القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تنمية التكيف العام في اتجاه الذكور.

- جود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاه القياسات القبلي والبعدي عن العينة البحث الكلية في متغيرات ومجموع التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي وذلك في مجموع التكيف العام للاختبار.

• **الدراسة الثالثة:** دراسة الباحث كوب كوف (koube kova) بعنوان "مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي للطفل"، هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الأطفال من كلا الجنسين. حيث استخدم الباحث في دراسته اختبار كالفورنيا للشخصية القلق كحالة، والقلق كسمة، واستبيان تقدير الذات، تكونت العينة من 115 معاق ومعاقة، تتراوح أعمارهم ما بين 12/15 سنة من المدارس الخاصة والعامة التي تعلموا فيها، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي في اجراء دراسته..

• **الدراسة الرابعة:** دراسة الباحث عادل خوجة بعنوان "اثر البرنامج الرياضي المفتوح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات وتطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة الأطفال، رسالة دكتوراه غير منشورة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3، 2009.

هدفت إلى التعرف على أثر البرنامج الرياضي في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات لدى فئة الأطفال، فتكونت عينة الدراسة من 20 طفلاً، تتراوح أعمارهم ما بين 06-12 سنة واعتمد الباحث على المنهج التجريبي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح لصالح القياس البعدي.

#### 7. التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال المسح العلمي المتواضع الذي قمنا به للدراسات والبحوث المشابهة التي تناولت التوافق النفسي لدى الأطفال، توصلنا إلى النتائج التالية:

من حيث المنهج استخدمت الدراسات (01،02،04) المنهج التجريبي، أما الدراسات (03) فقد اعتمدت المنهج الوصفي وذلك لمناسبة لطبيعة وأهداف تلك الدراسات وخصوصياته.

أما فيما يخص العينة فهي متباينة في الدراسات حيث نجد: (96) فرد في دراسة سبأ محمود أبو عزيزة وبالنسبة لدراسة حمادة محمد الطوخي فقد بلغ (32) فرداً، أما كوب كوا فقد كان حجم عينته (115) وعادل خوجة (20) فرداً، وقد تباينت طبيعة العينات ما بين الأطفال، تلاميذ، منخرطين في النوادي، وقد حُصر سن عينات الدراسات السالفة الذكر ما بين 06-22 سنة.

أما فيما يخص المعالجة الإحصائية فقد اتفقت جميع هذه الدراسات على استخدام الأساليب التالية: المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، التكرارات والنسب المئوية ومعاملات الصدق والثبات ومعامل "بيرسون"، اختبار "ت" والحزمة الإحصائية: SPSS، وذلك طبقاً لمتغيرات وطبيعة وأهداف كل دراسة.

على ضوء ما أشارت إليه هذه الدراسات المشابهة من تباين واتفاق في إطار أهداف ومتغيرات تلك الدراسات، وفي ضوء اطلاعنا على فحواها كانت خير عون لنا بحيث لعبت دوراً هاماً في مساعدتنا من خلال الجوانب التالية:

- تكوين الإطار النظري للبحث الحالي وصياغة فروضه.
- الاستعانة ببعض النتائج التي توصلت إليها الدراسات في تفسير نتائج الدراسات الحالية ومقارنتها بها.

6. **المنهج المتبع:** لقد اعتمد الطالب في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وذلك لملاءمة طبيعة الموضوع المدروس وخصوصيات المنهج، فالأسلوب الوصفي تصوير للوضع الراهن وتحديد للعلاقة التي توجد بين الظاهرة والاتجاهات (محمود عمر نوال، 1986، 107).

#### 7. الدراسة الاستطلاعية :

قمنا بإجراء دراسة استطلاعية على مستوى المسبح الأولمبي حيث قمنا بـ:

1. التعرف على المسبح ونظامه الداخلي.
2. الاتصال المباشر بجمعية "الأنصار" الناشطة بمدينة سطيف والتقرب من الأطفال، وذلك من أجل اختيار العينة، حيث كان عدد العينة الاستطلاعية 27 عنصر ممارس لنشاط السباحة الترويحية فئة 6 - 12 سنة.

3. جرد الوسائل البيداغوجية الموجودة المخصصة للمجموعة.

4. تحديد توقيت الحصص.

**8. مجتمع البحث:** هو المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة (سليمان، ملكاوي، 2000، 103)، وبلغ تعداد مجتمع البحث الممارسين 27 عينة تتراوح أعمارهم ما بين 17 إلى 23 سنة.

**9. عينة البحث:** إن اختيار العينة هو العامل الذي يتوقف عليه تعميم نتائج البحوث العلمية، وتعتبر ركيزة ما يقوم به الباحث الحمداني الجداري، ولقد قمنا باختيار عينة البحث بطريقة قصدية وتسمى أيضاً العمدية أو العينة المعاينة الهادفة (سليمان، ملكاوي، 2000، 104). كما تمثلت عينة البحث في مجموعة مكونة من 20 عنصر مقسمين بالتساوي على مجموعتين ممارسة للسباحة تتراوح أعمارهم ما بين 06 إلى 12 سنة، مع العلم أن كل عناصر المجموعتين، وقد تم إقصاء باقي العناصر لأسباب متعلقة بعدم المواظبة في حضور الحصص.

#### 10- مقياس الدراسة :

يعرف علم الإحصاء بأنه علم متكامل، يتضمن الأسلوب العلمي الضروري لتقصي حقائق الظواهر واستخلاص النتائج عنها، كما يتضمن أيضاً النظرية اللازمة للقياس واتخاذ القرار في كافة الميادين الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والعسكرية. بحيث استعملنا البرنامج الإحصائي المسمى بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية: إصدار الرابع والعشرين (SPSS 24). واعتمدنا على: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري.

10-1. أدوات الدراسة: لقد اعتمدنا في دراستنا هذه على مقياس :

**التوافق النفسي** مأخوذ من دراسة سبأ محمود أبو عزيزة، بعنوان "أثر الأنشطة الرياضية المعدلة على التوافق للأطفال"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، عمان، 2004. وهو مقياس نفسي يتكون من 48 عبارة يتضمن بعدين:  
- التوافق الشخصي - التوافق الجسمي.

## 11- متغيرات الدراسة:

11-1. المتغير المستقل: هو الأداة التي يُؤدى التغير في قيمتها إلى إحداث التغير وذلك عن طريق التأثير في قيم المتغيرات الأخرى ذات الصلة بها (أنجرس، 2006، 43).

المتغير المستقل في هذه الدراسة هو: السباحة.

11-2. المتغير التابع: هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم متغيرات أخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع.

المتغير التابع في هذه الدراسة: التوافق النفسي، الأطفال.

12. الوسائل الإحصائية: استخدمت في هذا البحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) وذلك بالاعتماد على الأدوات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار "ت" التابع.

## 13- عرض ومناقشة نتائج الفرضيات:

13-1- الفرضية الأولى: للسباحة دور في تحسين التوافق النفسي للأطفال.

- التحليل الاستدلالي لنتائج البعد الشخصي :

جدول رقم (01): يوضح التحليل الاستدلالي لنتائج البعد الشخصي

الدلالة ذات ذيلين	درجة الحرية	ت المحسوبة	فروق المطابقة				التوافق الشخصي	
			فاصل الثقة عند 0.05		الخطأ المعياري للمتوسط	الانحراف المعياري		المتوسط
			أعلى	أدنى				
000.	19	9.00	2.77	1.72	0.25	1.11	2.25	قبل وبعد

من الجدول (01) وبملاحظة الدلالة ذات ذيلين (000.) وبمقارنة قيمة "ت" المحسوبة والتي تساوي (9.00) بقيمتي "ت" الجدوليتين عند درجة حرية (19) والتي تساوي (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) وتساوي (2.86) عند مستوى دلالة (0.01) وُجِدَ أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية، إذا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي، ومنه فالفرضية محققة.

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم (01) توصلنا إلى أن للسباحة دور فعال في تحسين التوافق الشخصي للأطفال في مرحلة الطفولة المتوسطة، بحيث تستهدف هذه الأخير عدة جوانب في الشخصية وتنميها كتعزيز الثقة بالنفس وتقدير الذات والشعور بالوجود الحر والكامل.

## 13-2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

- الفرضية الثانية: للسباحة دور في تحسين التوافق الجسمي لدى الأطفال.

- التحليل الاستدلالي لنتائج البعد الجسمي:

جدول رقم (02): يوضح التحليل الاستدلالي لنتائج البعد الجسمي

الدالة ذات ذيلين	درجة الحرية	ت المحسوبة	فروق المطابقة				التوافق الجسمي	
			فاصل الثقة عند 0.05		الخطأ المعياري للمتوسط	الانحراف المعياري		المتوسط
			أعلى	أدنى				
0.330	19	1.00	1.54	0.54	0.50	2.23	0.50	قبل وبعد

من الجدول رقم (02) وبملاحظة قيمة الدلالة ذات ذيلين (0.330) وبمقارنة قيمة "ت" المحسوبة والتي تساوي (1.00) بقيمتي "ت" الجدوليتين عند درجة حرية (19) والتي تساوي (2.09) عند مستوى دلالة (0.05) وتساوي (2.86) عند مستوى دلالة (0.01) وُجِدَ أن قيمة "ت" المحسوبة أصغر من "ت" الجدولية، إذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي، ومنه فالفرضية غير محققة. لقد تبين من خلال نتائج الجدول رقم (02) أن ممارسة الأطفال للسباحة لم يؤثر تأثيراً قوياً على مستوى التوافق النفسي الجسمي لديهم .

**الاقتراحات والتوصيات:** في ضوء ما أسفرت عليه نتائج البحث الذي بين أيدينا، فإن الباحث سيقدم مجموعة من التوصيات التي يرى أن لها أهمية في ممارسة السباحة من قبل فئة الأطفال وتتمثل هذه التوصيات فيما يلي :

- تشجيع الأطفال للانخراط في ممارسة نشاط السباحة الترويحية.
- توعية أفراد المجتمع بإيجابيات ممارسة فئة الأطفال للرياضة.
- تقدير الجهود المبذولة من طرف الطفل والثناء عليها.
- إعطاء الفرصة للطفل لإبراز ذاته وسط الجماعة.
- توعية الأسر بأهمية ممارسة أطفالهم للسباحة الترويحية.
- توفير الأدوات والوسائل العلمية الملائمة لخصوصيات هذه الفئة.
- تقليص عدد الأفراد داخل المجموعة الواحدة لتفادي الاكتظاظ.
- ادماج أطباء وخصائيين نفسيين ضمن الجمعيات الناشطة في هذا المجال .
- إجراء تربية للقاتمين على هذا النشاط واخضاعهم لتكوين متخصص لزيادة كفاءتهم.
- الاحتكاك المباشر بالأطفال وتقديم الدعم المعنوي المتواصل لهم.

## قائمة المراجع:

### المراجع العربية:

- 1) أحمد سليمان، حسين ملكاوي.(2000). أساليب البحث العلمي، دار الفكر العربي، عمان.
- 2) أسامة راتب.(1999). تعليم السباحة. ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 3) إكرام سعد إبراهيم، محمد مفتاح الربيع.(2006). السباحة لشعب التربية الرياضية بمعاهده، الدار الجماهيرية للنشر والإعلام، ليبيا.
- 4) حلمي ابراهيم، ليلي السيد فرحات، التربية البدنية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 5) رحلي مراد.(2009). دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا، رسالة ماجستير، معهد سيدي عبد الله للتربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3.
- 6) سبأ محمود أبو عزيزة.(2004). بعنوان "أثر الأنشطة الرياضية المعدلة على التوافق النفسي للأطفال، رسالة ماجستير، قسم كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، عمان.
- 7) سمير عبد الله رزق.(2003). سلسلة كتب عالم السباحة، الموسوعة العلمية لرياضة السباحة، عمان
- 8) الشاذلي عبد الحميد.(2001). سيكولوجيا مبتوري الأطراف: فقدان أحد أطراف الجسم وعلاقته ببعض سمات الشخصية، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- 9) عبد الحفيظ، باهي.(2002). علم النفس التربوي في المجال الرياضي، مطبعة محمد عبد الكريم حسان، مصر.
- 10) عبد المنعم المليحي.(1991). النمو النفسي، دار النهضة، بيروت، 1991.
- 11) محمود عمر نوال.(1996). مناهج البحوث الاجتماعية والإعلامية، المكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

### باللغة الأجنبية:

- 12) Philps Crimail et Autre (2007) : petit Larousse De la Médecine : imprimerie en Italie .



## دور التنشئة الإجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي في مرحلة الطفولة

أ/ أسماء غربي، جامعة محمد خيضر بسكرة

أ.د/ صباح ساعد، جامعة محمد خيضر بسكرة

[asma.gharbi@univ-biskra.dz](mailto:asma.gharbi@univ-biskra.dz)

[sabah.saad@univ-biskra.dz](mailto:sabah.saad@univ-biskra.dz)

### ملخص:

يعد النشاط البدني الرياضي من بين الأنشطة الضرورية للطفل والتي تؤثر بالإيجاب على مختلف جوانب شخصيته النفسية والعقلية والاجتماعية والجسمية. فممارسة الرياضة المنتظمة من شأنها تساعد في الوقاية من الأمراض خاصة غير السارية كالسمنة، السكري وغيرها، وكذلك تجنب عوامل الخطر السلوكية المهددة لحياة الأطفال. ونظرا لأهمية البالغة للممارسة المنتظمة للرياضة وخاصة في مرحلة الطفولة، تقع على عاتق مؤسسات التنشئة الاجتماعية (الأسرة، المدرسة، جماعة الرفاق، ووسائل الاعلام) مسؤولية التربية الصحية والتنقيف الصحي للطفل وتنمية الوعي الصحي لديه لا سيما الوعي الصحي الرياضي، الذي لا يقتصر على مجرد إلمام الأطفال بالمفاهيم والمعلومات والحقائق الصحية حول أهمية التربية البدنية والرياضية بل تعزيز السلوكيات الصحية لتصبح سلوكيات عن طواعية وإحساسهم بالمسؤولية تجاه صحتهم وصحة غيرهم. أي مساعدتهم في اكتساب أنماط سلوكية حركية صحية تمكنهم من الحفاظ على صحتهم البدنية والجسمية والعقلية، وهذا ما يحاول البحث الحالي تناوله بالطرح والتحليل والمناقشة من خلال محاولة الإجابة على التساؤل الرئيس التالي: ماهي مختلف الأدوار التي تلعبها مؤسسات التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي في مرحلة الطفولة؟

### Abstract :

Sports physical activity is among the necessary activities for the child, which positively affects the various aspects of his psychological, mental, social and physical personality. Especially in childhood it's the responsibility of the socialization institutions (family, school group of companions, and the media) to educate and raise the child on health educations and the development of his health awareness, which is not limited to knowledge of children with health concepts, about the importance of physical and sports education, but rather promote healthy behavior to become voluntary behaviors and their own health and the health of others. This is what the current research attempts to address by subtraction, analysis and discussion by trying to answer the following main question: What the various roles that socialization institutions play in developing health and sports awareness in childhood ?

## مقدمة:

تعتبر مرحلة الطفولة من بين المراحل الحساسة وذات الأهمية في بناء شخصية الطفل من مختلف الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية والأخلاقية والجسمية والصحية، في هذه المرحلة يبدأ الطفل في اكتشاف واكتساب مفاهيم وسلوكيات معينة ومدرجات حسية، وتلعب مؤسسات التنشئة الاجتماعية دورا كبيرا في تشكيل ونمو شخصيه من كل جوانبها؛ وخاصة من الناحية الصحية. فتمتع الطفل بأعلى مستوى من الصحة شرط أساسي للتمتع بكامل حقوقه الأخرى فهو يحتاج بشكل كبير إلى تنشئة صحية من خلال تنمية وعيه الصحي. ولا سيما تنمية الوعي الصحي الرياضي الذي يعدّ من المطالب الأساسية للمحافظة على صحة الاطفال ووقايته من العديد من الامراض الجسدية وحتى النفسية، وخاصة في ظل ارتفاع حصيلة مختلف الامراض غير السارية بالخصوص بين الاطفال كالسمنة والسكري وأمراض الجهاز التنفسي، وهي الامراض التي تكون غالبا ناجمة عن سلوكيات غير صحية، والتي يمكن الوقاية من خلال تناول غذاء صحي وممارسة النشاط البدني.

ومما لا يختلف عليه اثنان ان ممارسة الرياضة تعود بالفوائد الجمة على ممارسيها، وثقافة ممارسة الرياضة والالتزام بها تبدأ منذ الصغر من خلال تنشئة الاطفال وتربيتهم وتنمية وعيهم بأهمية الرياضة. فتنمية الوعي الصحي الرياضي يبدأ منذ السنوات الأولى للطفل حسب عمره، حيث يشير بعض الخبراء أنه يمكن أن يبدأ خلال سنتين من عمر الطفل مع مراعاة خصوصية هذه المرحلة، من خلال الممارسة الحرة غير المنتظمة كالجري والسباحة ورمي الكرة والتقاطها... وتبدأ مرحلة ممارسة الرياضة بشكل منظم ابتداء من السنة الخامسة من عمر الطفل (المنزلاوي، 2016).

ومن هنا يبرز الدور الجوهري لمختلف مؤسسات التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الطفل، بداية بالأسرة في تنمية الوعي الصحي الرياضي إلى المدرسة من خلال الجانب التربوي والمناهج التربوية وممارسة الرياضة خلال الجدول الزمني الاسبوعي دون إغفال دور جماعة الرفاق والأقران وتأثيرهم على شخصية الطفل لأنه يقضي معظم وقته معهم. كما يسهم مجال الاعلام والاتصال بشكل كبير جدا في انتمائه لمجتمعه وإطلاعه على كل مجريات العالم الرياضي والمستجدات حول تطورات الاخبار الرياضية ودورها في تنمية الثقافة الرياضية لهذا الطفل.

وتأسيسا على ما سبق جاءت الورقة البحثية لإلقاء الضوء على دور مؤسسات التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال، وتبيان في ما يتجلى دور كل من الاسرة والمدرسة وجماعة الرفاق ووسائل الاعلام.

### 1- مشكلة البحث :

الثقافة الصحية من القضايا الهامة التي يجب الاهتمام بها، كونها من العناصر الأساسية التي تسعى إلى وقاية الأفراد من الأمراض والحفاظ على صحتهم والارتقاء بها. ولا يمكن تحقيق هذا الأمر إلا

على أساس صحي سليم وخاصة مع التغيرات التي نعيشها في الفترات الأخيرة من أمراض وفيروسات، والتي منشأها في غالب الاحيان يعود إلى قلة الوعي الصحي لدى الافراد. وعليه إذا أردنا تحقيق حياة صحية سليمة علينا أن نعمل منذ مرحلة الطفولة على تنمية الوعي الصحي لدى الاطفال، باعتبارها مرحلة أساسية التي يبدأ منها اكتساب الطفل كل المعلومات والعادات والتصورات التي تؤثر في سلوكاته واتجاهاته، وخاصة في ظل الانتشار المتزايد لمختلف الامراض ولا سيما الامراض غير السارية والتي تعود أسبابها في كثير من الاحيان إلى قلة الوعي الصحي، من حيث الغذاء الصحي والنشاط البدني. حيث أشارت منظمة الصحة العالمية إلى أن الخمول البدني، يعد أحد أخطر العوامل الرئيسية للإصابة بالأمراض غير السارية كالسكري وأمراض القلب والأمراض التنفسية، ورابع سبب رئيسي للوفيات المبكرة على الصعيد العالمي.

فالرعاية الصحية للأطفال تتأسس من خلال تنمية الوعي الصحي بصفة عامة والوعي الصحي الرياضي بصفة خاصة هذا الأخير الذي يعتبر مركز الأولويات التي يجب أن نعطيها أكبر قدر من الاهتمام من خلال تكثيف الجهود والإحساس بالمسؤولية الاجتماعية تجاه صحتهم للحد من المشكلات الصحية والوقاية من مختلف الامراض التي يعاني منها الأطفال كالسمنة والسكري وغيرها. وهنا يتجلى دور مؤسسات التنشئة الاجتماعية (الاسرة، المدرسة، جماعة الاقران ووسائل الاعلام) في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى للطفل والمحافظة على نهوه الصحي.

وعلى ضوء ما تقدم جاءت هذه المداخلة التي تتناول دور مؤسسات التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي؛ للبحث في التساؤلات التالية:

1- ماهو دور الاسرة في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

2- ماهو دور المدرسة في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

3- ماهو دور جماعة الاقران في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

4- ماهو دور وسائل الاعلام في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

2- أهداف الدراسة :

- التعرف على دور الاسرة في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

- التعرف على دور المدرسة في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

- التعرف على دور جماعة الاقران في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

- التعرف على دور وسائل الاعلام في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

3- أهمية الدراسة :

✓ قد تساعد في جذب انتباه الجهات المعنية كالمدرسة والتربويين وتوظيف الجانب التربوي الصحي في المناهج التعليمية أو التنوع في الأنشطة الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية .

- ✓ يمكن أن تكون اضافة نظرية للأخصائيين المهتمين بالجانب الصحي الرياضي للطفل .
  - ✓ يمكن أن تساعدنا في التعرف على أهمية الأنشطة البدنية والرياضية في تكوين جوانب شخصية الطفل الصحية والعقلية والنفسية... الخ .
  - ✓ قد تلفت انتباه الأسرة نحو أهمية تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى أطفالهم.
- 4- الدراسات السابقة :**

**4-1- زيناى بلال ( 2016):** بعنوان "الأسرة في نشر ثقافة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية والرياضية لدى المراهقين"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن دور الأسرة في نشر ثقافة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية والرياضية لدى المراهقين ودور كل من الخبرة الرياضية والمستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة في نشر ثقافة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية والرياضية لدى المراهقين، حيث تكونت عينة الدراسة من 100 تلميذا وتلميذة في الطور الثانوي. تم تطبيق عليهم استبيان حول الثقافة الرياضية للأسرة. وبالاعتماد على المنهج الوصفي توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- يوجد من الأسر من يأبهون ويشجعون أبنائهم عند ممارستهم للرياضة وتوجد أسر أخرى لا تهتم بالأمر أن مارسوا أبنائهم أم لا ويوجد من يعارض هذه الفكرة،
- أن الخبرة الرياضية للأسرة لها دور في نشر ثقافة الممارسة الرياضية والبدنية لأبنائهم.
- أن المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة له دور في نشر ثقافة الممارسة الرياضية لأبنائهم.

**4-2- بوبكر الصادق (2014)** بعنوان "دور الأسرة الجزائرية في تحفيز الأبناء على ممارسة النشاط البدني والرياضي"، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن دور المستوى التعليمي للأولياء في تحفيز أبنائهم على ممارسة النشاط البدني والرياضي، وما إذا كانت توجد علاقة بين كل من ثقافة الأسرة والمستوى الاقتصادي وبين الممارسة الرياضية للطفل تكونت عينة الدراسة من 400 وليي أمر للأبناء تم تطبيق عليهم مقياس حول اهتمام الأولياء بممارسة أبنائهم للنشاط البدني والرياضي. وباستخدام المنهج الوصفي توصلت إلى:

- أنه توجد علاقة ارتباطيه بين ثقافة الأسرة والممارسة الرياضية للطفل.
- لا توجد علاقة ارتباطيه بين المستوى الاقتصادي للأسرة والممارسة الرياضية للطفل.

**4-3- قرافي جمال محمد عابد بن معزير (2016):** بعنوان "دور الرياضة المدرسية في التقليل من الانحراف الاجتماعي"، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور الرياضة في التقليل من الانحراف الاجتماعي، أيضا الكشف على الأسباب الرئيسية في تفشي ظاهرة الانحراف الاجتماعي بين الشباب. تكونت عينة الدراسة من 35 تلميذا في السنة الثانية ثانوي بغليزان. طُبّق عليهم استبيان حول الرياضة والانحراف الاجتماعي. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي وتوصلت إلى أن للرياضة دور في التقليل من درجة حدة الانحراف الاجتماعي .

#### 4-4- علوش هوارية (2016): بعنوان "دور حصة التربية البدنية والرياضية في نشر الوعي

الصحي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط"، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن دور حصة التربية البدنية والرياضية في التوعية الصحية للطفل، وكذا الكشف عن مستوى الوعي الصحي للتربية البدنية والرياضية لديهم. تكونت عينة الدراسة من 120 تلميذاً في مرحلة المتوسط و20 أستاذاً للتربية البدنية والرياضية. تم تطبيق استبيان حول الوعي الصحي الرياضي، استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي، توصلت الدراسة إلى أن أغلب التلاميذ لا يتمتعون بوعي صحي رياضي، وإن حصة التربية البدنية والرياضية لا تلعب دوراً كبيراً في نشر الوعي الصحي الرياضي .

#### 4-5- بومعروف نسيم (2014) : بعنوان "تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق

النفسي الاجتماعي للمراهق"، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي والتوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ. تكونت عينة الدراسة من 30 تلميذاً، طُبِّق عليهم مقياس التوافق النفسي الاجتماعي، وباستخدام المنهج الوصفي توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين ممارسة النشاط البدني الرياضي مع التوافق العام للتلميذ بأبعاده الأربعة الشخصي، الاجتماعي، الدراسي، الصحي.

#### 4-6- راجحي صابر (2012): بعنوان "تأثير الإعلام الرياضي المرئي في تنمية الثقافة الرياضية

لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (15-17 سنة)"، هدفت هذه الدراسة الكشف عن دور الاعلام المرئي في تنمية الثقافة الرياضية لدى تلاميذ مرحلة الثانوية، وهل للإعلام الرياضي تأثير في عادات وسلوك تلاميذ المرحلة الثانوية، وهل له تأثير على الجانب المعرفي للتلميذ، تكونت عينة الدراسة من 1530 تلميذاً سنة أولى ثانوي، وتم تطبيق استبيان حول الإعلام والرياضة، وبالاعتماد على المنهج الوصفي تم التوصل إلى أنه 88% من التلاميذ يشاهدون التلفاز، ومعظم التلاميذ يشاهدون البرامج الرياضية الأجنبية لأنها ثرية بالمعلومات التي تشبع حاجاتهم وميولهم الرياضية.

#### 4-7- عيسى إبراهيمي حسناء صلحاي، فاطمة الزهراء زيدان (د.س): بعنوان "دراسة مقارنة

لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية"، حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق في مستوى الوعي الصحي بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية، تم تطبيق استبيان على عينة عددها 90 تلميذاً وتلميذه وتم استخدام المنهج المقارن، وتوصلت الدراسة إلى: أنه توجد فروق في مستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

نلاحظ من خلال عرض جملة من الدراسات السابقة تمحورت موضوعاتها حول متغيرات: الاسرة والمدرسة والإعلام ودورهم في ممارسة النشاط الرياضي في المرحلة المتوسطة والثانوية ومرحلة المراهقة، حيث تعتبر هاته المتغيرات من مؤسسات التنشئة الاجتماعية واختلفت في أن الدراسة الحالية ركزت على

مرحلة الطفولة والدراسات الأخرى على المراهقة واختلفت في أن الدراسة الحالية كانت ادماج بين الوعي الصحي والرياضة البدنية لتعطينا لمتغير الوعي الصحي الرياضي والدراسات السابقة على ممارسة النشاط البدني والرياضي وأخرى على الوعي الصحي بصفة عامة، فنجد أن دراسة (زيناوي، 2016) و(بويكر، 2014) درسوا الأسرة ودورها في ممارسة أبنائها النشاط الرياضي بينما في دراسات (علوش، 2016)، (قرايفي وعابد، 2016)، (براهيمي وصلحاوي وزيدان، د.س)، (بومعراف، 2014) ركزوا على دور المدرسة وحصّة التربية البدنية والرياضية في ممارسة التلاميذ للنشاط الرياضي والعينة كانت بين تلاميذ مرحلة المتوسط والثانوي . فقط دراسة (راجحي، 2012) التي درست دور الاعلام الرياضي المرئي في تنمية الثقافة الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة التي تم توظيفها من الجانب النظري طبعاً حول علاقة متغيرات الدراسة ببعضها البعض، وخاصة من ناحية النتائج فعندما نرى بين الجانب النظري أو الحوصلة الأخيرة للجانب النظري ونتائج الدراسات السابقة يمكن أن نقول أنهم مكملين لبعضهم البعض لأن الدراسات السابقة ركزت على دور بعض من مؤسسات التنشئة الاجتماعية في الممارسة الرياضية والوعي الصحي في مرحلة نمو أخرى وهي مرحلة المراهقة وماهي الآثار والانعكاسات السلبية بالنسبة لهاته الفئة، بينما الدراسة الحالية ركزت أيضاً في محتواها على دور التنشئة الاجتماعية ومؤسساتها في تنمية الوعي الصحي الرياضي في مرحلة الطفولة حتى لا نواجه مشكلات صحية او نفسية .....الخ كمنظرة تنبؤية مستقبلية لمرحلة المراهقة والرشد والشيخوخة.

من خلال عرض بعض الدراسات السابقة وذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية نجد أنها ركزت دور التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي بصفة عامة في حين الدراسة الحالية تقتصر في الوعي الصحي الرياضي. كما توجد معظم الدراسات ركزت على فترة المراهقة كدراسة كل من: راجحي صابر (2012)، بومعراف نسيم (2014)، قرايفي جمال محمد عابد بن معزير (2016)، زيناوي بلال (2016)، في حين نجد الدراسة الحالية تركز على مرحلة الطفولة مثل دراسة علوش هوارية (2016) إلا أن هذه الاخيرة تناولت موضوع حول دور حصّة التربية البدنية في التوعية الصحية أما الدراسة الحالية تركز على دور مؤسسات الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي.

**5- مفاهيم الدراسة:** ورد في الدراسة الحالية العديد من المفاهيم التي تستوجب تحديد مفهومها كما يلي:

**5-1- مفهوم الدور:** والمقصود بالدور في البحث الحالي هو مختلف المهام والمسؤوليات التي تقوم بها مؤسسات التنشئة الاجتماعية في ترسيخ المفاهيم الصحي الرياضية لدى الاطفال وتنمية اتجاهاتهم ومعتقداتهم الصحية حول الرياضة ونبذ الافكار الخاطئة وتدريبهم وتعويدهم على الممارسة السليمة لها بما يتوافق مع المرحلة العمرية، كي تصبح عادات مكتسبة في السلوك اليومي للطفل.

5-2- **تعريف التنشئة الاجتماعية:** هي عملية إدماج الطفل في الإطار الثقافي العام المحيط به، وهذه العملية تتم بشكل مباشر عن طريق تدريب الآباء للأبناء على نماذج السلوك المقبولة اجتماعيا، أو قد تتم شكل غير مباشر عن طريق تقليد الطفل لسلوك الكبار ومحاكاتهم لتصرفاتهم. بحيث يصبح التراث الثقافي جزء لا يتجزأ من شخصية الفرد. (بن عمر، 2018، 37)

ويعرفها (العيسوي، 1985) على أنها "عملية جوهرية في حياة البشر، فهي عملية تفاعل تتم بين الفرد بما لديه من استعدادات وراثية وبيئته الاجتماعية ليتم النمو التدريجي لشخصيته من جهة واندماجه في المجتمع من جهة أخرى، ضمن إطار ثقافي يؤمن به ويتمسك بمحتواه، حيث كلما ارتقى الفرد وتقدمت وسائل الحضارة لديه احتاج للتنشئة أكثر. وهي أساسية لأنها لا تنتهي بانتهاء مرحلة الطفولة فحسب، بل هي مستمرة إلى غاية الشيخوخة، كما أنها تشتمل على كافة الأساليب التي من شأنها أن تعمل أو على بناء شخصية الفرد". (العيسوي، 1985، 209)

فالتنشئة الاجتماعية تسعى بدرجة أساسية إلى المحافظة على تراث وثقافة المجتمع، ونقله من جيل إلى جيل آخر، وتنمية مختلف القدرات والمهارات لاستغلالها لصالح الفرد نفسه ولصالح المجتمع ككل، بما يتوافق مع قيمه الدينية وأعرافه الاجتماعية. (العيسوي، 1985، 209)

5-3- **تعريف الوعي الصحي الرياضي:** لا يوجد تعريف صريح للوعي الصحي الرياضي، وينظر إليه على أنه تفسير لمعنى التربية الرياضية، وتوضيح لأهمية الثقافة الرياضية وزيادة فصيلتها للفرد والمجتمع من خلال المعلومات العلمية الرياضية التي تقدم له عن أهمية الأنشطة الرياضية، ويكون من شأنها تكوين وتنمية وتطوير ثقافته الرياضية. ولا يقتصر مفهوم الوعي الصحي الرياضي بحجم المعلومات والمعارف حول الرياضة الصحية، بل يتعدى ذلك إلى سلوكيات وممارسات يقوم بها الأفراد عن طواعية لتصبح عادات رياضية مكتسبة لا غنى عنها مثلها مثل العادات والحاجات اليومية للفرد كالمأكل والمشرب والملبس... (حفيف، 2017، 147)

5-4- **مرحلة الطفولة:** اتفق بعض الباحثين في مجال علم نفس النمو هي المرحلة العمرية للطفل بداية من عامين إلى 12 سنة للذكور و10 سنوات للإناث، إلا أن هذا الأمر لا يمكن تعميمه بالنسبة لجميع الأفراد نظرا لخصوصية الفرد والفروق الفردية. (سعوض، 1999، 52)

## 6- الاجابة عن تساؤلات الدراسة:

6-1- **الاجابة عن التساؤل الاول والذي مفاده:** ما هو دور الاسرة في تنمية الوعي الصحي

الرياضي لدى الاطفال؟

مما لا شك فيه أن للأسرة تأثير كبير على أطفالها في سلوكياتهم وعاداتهم وقيمهم وعلاقاتهم وتوجهاتهم واهتماماتهم ووعيهم لمختلف الامور من خلال عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي، فالدائم الجوهرية لبناء شخصية الفرد الراشد هو ما يتلقاه من تربية ورعاية وتدريب في مرحلة طفولته، وعليه فان

تنمية الوعي الصحي بصفة عامة والوعي الصحي الرياضي بصفة خاصة للطفل يبدأ من الأسرة وخاصة الوالدين، حيث أن الطفل في مرحلة من مراحل عمره يميل الى تقليد ومحاكاة أبويه وكل المحيطين به من أفراد أسرته؛ حيث يتأثر الطفل تأثيرا واضحا بعادات وسلوكات الوالدين من خلال التقليد والمحاكاة، فإذا كان الوالدان يتمتعان بالوعي الصحي الرياضي والذي بالضرورة ينعكس على سلوكياتهم من خلال ممارستهم المنتظمة للرياضة؛ وجعلها ضرورة من ضروريات الحياة الاسرية لديهم من شأنه أن يؤثر ذلك في الطفل ويتشرب هذه السلوكات بطريقة لا شعورية، والممارسة اللاشعورية للسلوكات الايجابية هي لبنة ودعامة نمو الوعي بمختلف اشكاله حيث تصبح عادات سلوكية تمارس عن قناعة وطواعية. فالمحيط الاسري وخاصة سلوكات الوالدين لها التأثير الواضح على أطفالهم. وجاء في قول رسولنا الكريم عليه افضل الصلاة والتسليم (كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه).

وقد أكدت بعض الدراسات التربوية النفسية كما أشار جورج هيربرت ميد أن 50% من المكتسبات الذهنية المتوفرة للمراهق تحصل في سنوات الطفولة المبكرة وان 30% تظهر في مرحلة الطفولة الوسطى وان 20% المتبقية تكمل فيها ما بين سن الثامنة والسابعة عشر من عمر الطفل. فالطفل كائن قابل لان يكون شخصا ما بمقدار ما يجده من رعاية وتنشئة واعدد.

كما يكمن دور الأسرة في تنمية الوعي الصحي الرياضي من خلال تربية الابناء على قواعد الصواب والخطأ في السلوك الصحي الرياضي واكتساب معنى الانضباط وكذا توجيه الأبناء نحو ممارسة الأنشطة الرياضية سواء في النوادي أو المدارس التربوية أو بشكل فردي أو جماعي تلقائي وترفيهي، من خلال اللعب وتحقيق الرغبة الانسانية نحو الحركة في الممارسة المستمرة والمنتظمة للأنشطة الرياضية المختلفة لتوفير فرصة طبيعية لنمو شخصية الطفل بشكل يتصف بالشمول والكمال.

وتعد مرحلة الطفولة المبكرة فترة جد مهمة في تنمية وتطوير المهارات الحركية عند الطفل، فالنشاط الحركي في الصغر يساعد في تطور الجهاز العصبي لدى الطفل، حيث يولد الطفل وله ما يقارب 100 مليار خلية عصبية بدون أي زيادة في تلك الخلايا مع تقدمه في العمر، لكن ما يحدث ان النشاط الحركي يزيد من عدد المشابك العصبية وهي نقاط التوصيل فيما بين تلك الخلايا العصبية، مما يساهم في تطوير وسيلة التواصل ونقل الاشارات والمعلومات فيما بين الخلايا العصبية. (الهزاع، 2006، 13-14)

ويرى (المنزلاوي، 2016) "أن الطفل من عمر عامين إلى خمس سنوات يبدأ الطفل بإتقان حركات غير منتظمة واتباع قواعد وتعليمات بشكل عشوائي فيفضل تعليمهم ممارسة الرياضة بشكل حر مثل الجري، السباحة، رمي الكرة والتقاطها، تسلق السلالم، أما عندما يصل إلى عمر بين 6 إلى 9 سنوات في هذه المرحلة العمرية ومع نمو جسم طفلك ونمو قدراته الذهنية والعقلية وروح المنافسة واللعب الجماعي يمكن للطفل أن يمارس الرياضة بشكل منتظم والرياضة المناسبة لهذا العمر كرة القدم، الجمباز،



الفروسية، رياضة فنون الدفاع عن النفس. وعند وصوله إلى عمر من 10 إلى 12 سنة تزداد قدرات الابصار والمتابعة للحركات أيضا يكون لديه قدرات بدنية أعلى وهذا السن مناسب للعب كرة السلة، كرة الطائرة، الهوكي، وغير ذلك من الألعاب الجماعية، وكل هذا طبعا ينبغي أن يكون تحت اشراف مدربين متخصصين يراعوا هيكله العظمي وقدرات عضلاته ومفاصله". (المنزلاوي، 2016، فقرة 1-2-3) وبالتالي فدور الاسرة يبرز جليا في اكساب الطفل وتدريبه على المهارات الحركية وتحقيق التوافق الحركي، من خلال "تكوين اتجاهات إيجابية وتشجيعهم نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية، لأنه ليس شرطا أن تكلف نفسها الاسرة الأموال الطائلة حتى يمارس أبناءها الرياضة يمكن أن تكفي فقط بالجري الخفيف أو حلقة كرة السلة أو كرة القدم.....الخ". (بن الشريف وخليفة، 2017، 5-6). يساعد هذا الأمر في دمج الطفل مع الجماعات والفرق التي تمده بنوع من الانتماء والعلاقة التي تجعله متقبلا معايير وقيم مجتمعه وتكوين اتجاهات وميول. (زيناوي، 2016، 493-494)

**6-2- الاجابة عن التساؤل الثاني والذي مفاده: ما هو دور المدرسة في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الاطفال؟**

تعد المدرسة من بين المؤسسات الاجتماعية الرائدة في نشر الوعي الصحي الرياضي والثقافة الصحية؛ والمكملة لدور الاسرة، حيث يقع على عاتقها مسؤولية كبيرة في تنمية الوعي الصحي الرياضي خاصة في المرحلة الابتدائية، ويتعاضد دور المدرسة في المجال من حيث أنّ الاسرة لا تستطيع أن تقوم بعملية التربية لوحدها نظرا للعديد من العوامل: كقلة الوعي الصحي أو ضعف المستوى الثقافي لدى أفراد الأسرة أو بحجة أنهم (التلاميذ) يقضون وقتا طويلا فيها، فالتربية الصحية تستلزم مبادئ وأسس ونهج تربوي لتكوين الوعي الصحي تتوافق مع المرحلة العمرية للطفل. ذلك أن: "التربية الصحية تسعى إلى اكساب الأفراد مجموعة من المعلومات والمكتسبات بالأساليب التربوية المناسبة، بهدف التأثير على معارف الأفراد واتجاهاتهم وسلوكياتهم وإكسابهم عادات صحية سليمة تساعد على النمو السليم" (براهيمي، صلحاوي وزيدان، 114)

فالتربية الصحية مسؤولية تتحدد جوانبها في بناء الثقافة الصحية منذ الصغر وتنمية وعيهم بمسئوليتهم نحو تحسين أحوالهم الصحية والاهتمام بها وتعديل سلوكياتهم الصحية واكسابهم العادات والسلوكيات والاتجاهات والمعتقدات في النواحي الصحية. وبالتالي فللمدرسة دور هام في التربية الصحية لدى التلاميذ من خلال غرس الثقافة صحية والوعي الصحي لدى التلاميذ، من خلال البرامج المتطورة ضمن المنظومة التربوية؛ هذه الاخيرة تعد محورا أساسيا تدور حوله الكثير من المناهج الدراسية. فلم تعد المفاهيم مجرد جانب من جوانب التعليم فقط فهي تحقق ذلك من خلال تواجدها ضمن العملية التعليمية من خلال المام التلاميذ بقدر مناسب من المعرفة الصحية والتي من بينها مبادئ التربية البدنية، حيث يرى (فرانس، 2014) "أن التربية الصحية ترتبط بالتربية البدنية والرياضية بعلاقة وثيقة؛ إذ كليهما يهتم

بتنمية شخصية الفرد تنمية متزنة وشاملة، فهي جزء من التربية العامة والتي من أهدافها تنمية جوانب شخصية الفرد عقليا، بدنيا، نفسيا، اجتماعيا" (علوش، 2016، 29)

ويتم ذلك من خلال ممارسة الألعاب والأنشطة الرياضية وبإشراف قيادة واعية. ولذلك تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية في التعليم مادة من المواد الأكاديمية الأساسية والتي يجب ان توليها المؤسسات التربوية اهتماما بالغ الأهمية؛ لأنها تعطي للتلاميذ معارف ومعلومات في مختلف المجالات النفسية والصحية والاجتماعية، لكنها تختلف بالوسيلة لأنها تعتمد على الأنشطة البدنية والرياضية كركيزة أساسية. (أحمد سلطان وسلامة، 114).

وترى عنايات فرج أن: "لدرس التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة يسعى إلى تحقيق أهداف عديدة مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية... الخ" (فرج، 1988، 11) .

ومن هنا يظهر لنا جلليا الدور الجوهرى الذى تلعبه المدرسة في بناء الوعي الصحى الرياضى لدى التلاميذ المتمدرسين، أين تستثمر في أسس مبادئ الصحة المدرسية التي تقدم عبر برامج ومناهج ذات اهداف توجيهية توعوية ليحافظوا من خلالها على صحتهم وسلامتهم من خلال لفت الانتباه وتعزيز الاهتمام بالنشاطات الرياضية بصفقتها مفيدة لجسم الانسان وتساهم في وقايتة من العديد من الامراض. ومن هنا يبرز دور المعلم في تحقيق الأهداف الصحية بما يسهم في تعزيز صحة التلاميذ ويرفع من مستوى الوعي الصحى لديهم، وكما أن لهم دور في المجالات الوقائية والعلاجية للصحة المدرسية من خلال القيام بتريسيخ مجموعة متكاملة من المفاهيم الصحية والمبادئ والخدمات داخل مناهج تربوية تأسيسية للحياة التي تهدف إلى تعزيز الوضع الصحى في المدارس. (براهيمي، صلحاوي وزيدان، 2017، 393)

6-3- الإجابة عن التساؤل الثالث والذي مفاده: ما هو دور جماعة الاقران في تنمية الوعي

الصحى الرياضى لدى الاطفال؟

يمارس بعض التلاميذ الأنشطة البدنية والرياضية قصد الانضمام والانتماء إلى جماعة من الزملاء والأصدقاء وإيجاد محيط اجتماعي مناسب يشبع حاجات الانتماء لديهم والتي تتمثل في: (معاطون ومرايمى، 2015، 30)

- ✓ الحاجة إلى التعاون والتآزر
- ✓ الحاجة إلى تقمص الشخصيات والتمائل مع الغير
- ✓ الحاجة إلى التضامن وسط الجماعة
- ✓ الحاجة إلى المقارنة وإظهار شخصية فعالة

فمن خلال اتساع علاقات الطفل الاجتماعية في هذه المرحلة، يزداد اتصاله واندماجه بالآخرين مما يكسبه خبرات التعامل مع الصغار الاستفادة من خبرات الكبار في صقل شخصيته، وبيداً ميله للولاء للمجموعة والتعاون مع أفرادها مما يسهم في نمو روح المنافسة الجماعية المنظمة، وبداية نمو روح الزعامة جذب انتباه الآخرين التي يحصل من خلالها على المكانة الاجتماعية، وعن طريق خبراته وتجاربه مع أصدقائه وتعامله الاجتماعي تتكون لديه المبادئ الخلقية كالصدق والأمانة والانتماء ويتعلم القيم الدينية ويفهمها. (بويكر، 2014، ص 51)

ومن أهداف النشاط الرياضي يمكن الطفل من اكتشاف قدراته وقدرات غيره، أيضاً التعرف على أشخاص من سنه والتعامل معهم لتحقيق نوع ما من التوافق الاجتماعي من خلال:

✓ إتاحة فرص المتعة والبهجة وتخفيض الضغوطات بفتح أجواء التعبير عن النفس والمكونات الداخلية للطفل .

✓ التخلص من التوتر النفسي وتفريغ الانفعالات واستنفاد الطاقة الزائدة واشباع الحاجات النفسية والتكيف الاجتماعي وتحفيز الذات .

✓ اكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوبة مثل الثقة بالنفس، الاتزان الانفعالي للتحكم في النفس والتوتر وخفض التغيرات العدوانية.

✓ تنمية الجوانب الاجتماعية في التنمية بمساعدة الفرد على التطبيع والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعايير الاجتماعية والأخلاقية وإكسابه روح التعاون والروح الرياضية لتقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق الفردية . (بومعراف، 2014، 131-132)

ولذلك نرى أن المنافسات الرياضية مساعدة على الاتزان نفسياً واجتماعياً مما تجنب الفرد الممارس وتبعده عن الكسل والخمول البدني، كما تمنحه نمواً صحياً جيداً وتنمي من الروح التنافسية وخلق جو من التعاون (قرائفي وعابد، 2016، 41)

كما تحقق جماعة الأقران من الوظائف ضمن عملية التنشئة الاجتماعية منها: قدرتها على نقل ثقافة المجتمع إلى الطفل وتساوده على تحقيق الاستقلال الانفعالي وتعلمهم بعض مهارات التعامل الاجتماعي مع الآخرين بعيداً عن جو الكبار، وبالتالي تؤدي دوراً بالغ الأهمية في التأثير على نمو شخصية الطفل حيث تكسبه مهارات في كيفية التعامل مع الآخرين، إلا أنه لا بد من مراقبة الأسرة للجماعة المحيطة بالطفل تجنباً لمشاكل قد تؤثر بالسلب في سلوكيات الطفل مع ترك المجال له في اختيار فئة أصدقائه. (حناني ولهاشمي، 2020، 9).

6-4- الإجابة عن التساؤل الرابع: والذي مفاده: ما هو دور وسائل الاعلام في تنمية الوعي

الصحي الرياضي لدى الاطفال؟

تنوعت في عصرنا الحديث وسائل الاعلام والاتصال التي تعتمد على الكلمة المكتوبة، كالصحف اليومية والمجلات الأسبوعية وغيرها من الوسائل التي تعتمد على الكلمة المسموعة والمكتوبة. وتعتبر التوعية الصحية موضوعا من موضوعات الإعلام الصحي والوقائي، وهدفهما المشترك هو خلق وعي صحي يمكن الناس من تجنب الأمراض الخطيرة، وتحدد علاقة التوعية الصحية بالإعلام في مستويين هما: **المستوى التعاوني** من خلال توظيف الإعلام بغية تحقيق تنمية الثقافة الصحية، والتعريف ببرامج الإعلام الصحي الوقائي. **والمستوى الوظيفي** من خلال تبني سياسة إعلامية تواصلية تحترم عقيدة المجتمع وثقافته من خلال معرفة الخبر الصادق والإحاطة بالقضايا الصحية، ونشر القيم الصحية بين أفراد المجتمع . (الموسى، 2003، 8)

فلوسائل الاعلام تأثير كبير على المتلقي على حسب ما جاء في نظرية الغرس الثقافي للعالم البريطاني **جورج جربنر** (George Gerbner) حيث برهنت أنه لوسائل الاعلام ولا سيما مشاهدة التلفاز على المدى الطويل من شأنه ان يخلق واقعا خاصا مختلفا عن الواقع الحقيقي لمشاهديه، ويصدقون هذا الواقع ويتعاملون معه باعتباره حقيقة فيما بعد. حيث أنّ "وسائل الاعلام تقوم بغرس عالم وهمي في ذهن المتلقي، والذي يقوم بدوره بتقبل هذه الصورة على أنها تعبير حقيقي عن الواقع لكونه غير واع بعملية صنع هذا الواقع، بل إن وعيه لا يتعدى الشعور بالتسلية وذلك بقضاء ساعات طويلة أمام التلفاز. (الزعير، 2011، 211).

ولقد تطورت وسائل الاعلام وزادت إمكانياتها وتقنياتها سواء من حيث انتشارها وفعاليتها وسهولة استخدامها، وبالتالي تعاضمت تأثيرها على المتلقي وفقا لإمكانيات كل وسيلة، وبسبب التطور التقني في إمكانيات هذه الوسائل فقد اصبحت تؤدي دورا حيويا في مجال التوعية والتنقيف نظرا لقدرتها للوصول إلى فئات متعددة ومختلفة من المجتمع وقيادة برامج التوعية المنظمة من خلال بثّها في وقت واجد ولملايين من البشر ممّا يمكنها من ربط المجتمع صحيا واجتماعيا وثقافيا. (باريان، 205، 11).

وتعد التوعية الصحية من المهام التي ينبغي لوسائل الإعلام أن تقوم بها، فهي قادرة على إحداث التنقيف الصحي في المجتمع، حيث تهدف التوعية الصحية إلى تحسين المستوى الصحي على مستوى الفرد والمجتمع ككل، كما تهدف إلى توجيه أفراد المجتمع لإتباع السلوك الصحي الصحيح، وتغيير مفاهيمهم الصحية الخاطئة، وإكسابهم ثقافة صحية سليمة. (المعاينة، 2014، 34).

ويعتبر الاعلام الرياضي الذي لم يعد مجرد مساهم صغير في عملية التنشئة الاجتماعية، بل أصبح عاملا مهما ومؤثرا في هذه العملية، حيث يساعد في تكوين الاتجاهات وزيادة الثقافة الرياضية في مختلف مجالات الرياضة بمتابعة ما يتعلق بالرياضة ليخلق ثقافة رياضية في مختلف مجالاتها سواء كان ذلك من الناحية الصحية، الاجتماعية، التربوية، المعرفية... الخ، وذلك وفق لميول ورغبات المتلقي. كذلك

تساهم في توجيه متببعيها نحو استغلال أوقات الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية وهذا حتى يستثمر الفرد فراغه فيما هو إيجابي له (خيف، 2017، 147-152)

ويرى كل من (عويس وعبد الرحيم) أن "الإعلام الرياضي هو تلك العملية التي تنتشر الأخبار والمعلومات والحقائق المرتبطة بالرياضة وتفسير القواعد والقوانين المنظمة للألعاب وأوجه النشاط الرياضي بقصد نشر ثقافة رياضية بين أفراد المجتمع وتنمية الوعي الرياضي ليتم التأثير في النمو السلوكي والقيمي لجمهوره". (راجحي، 2021، 21)

ولذلك نجد أن الاعلام الرياضي يركز على المواضيع العلمية الرياضية التي والتي من خلالها يساهم في :

- ✓ نشر الثقافة الرياضية والوعي المعرفي الرياضي في المجتمع .
- ✓ طرح ومعالجة المواضيع التي تستهوي جميع الفئات العمرية لدى الجمهور المتابع كالأطفال... الخ .
- ✓ عمل مسابقات للثقافة الرياضية في جميع المجالات كتتظيم دورات تدريبية في رياضات معينة بغية التعرف على قوانين اللعبة المراد التعرف عليها .
- ✓ غرس فكرة الرياضة للجميع في أوساط المجتمع لتكوين أفراد متكاملين من جميع النواحي.

#### (معاظون ومرامي، 2015، ص 224)

من خلال ما تقدّم يتّضح لنا الدور الكبير الذي تلعبه وسائل الاعلام في التأثير على مختلف شرائح المجتمع بمختلف الفئات العمرية فما بالك بمرحلة الطفولة التي تعد مرحلة حساسة جدا، من حيث استعدادها في تحقيق النمو والتّمية. وبالتالي يجب على وسائل الاعلام أن تلعب الدور الإيجابي والفعال، الدور المنوط لها في تعزيز الوعي الصحي بصفة عامة والوعي الصحي الرياضي بصفة خاصة، من خلا ل عرض البرامج الهادفة ونشر التقارير بعد تحري صحّة الاخبار الصحية، وكذا إقامة حملات توعوية صحية مناسبة مع عمر الطفل بطريقة تفاعلية.

#### 7- مناقشة عامة:

من خلال ما تم التطرق إليه فيما سبق، فيمكن القول بأنّ لمختلف مؤسّسات التنشئة الإجتماعية دور كبير في حياة الطفل والتي تترك أثرا في شخصيته الرياضية، فهي التي تساعده في تنمية اتجاهاته وميوله لممارسة الأنشطة الرياضية، وهي التي تمدّه بكل المصادر والمعارف التي تهتمه وتنمي من ثقافته الرياضية حتى يكون محيطا بكل ما هو جديد، وهذا ما توصلت إليه دراسة ( راجحي، 2012) حول تأثير الاعلام وخاصة الاعلام الرياضي المرئي حيث أشارت إلى أن معظم التلاميذ والأطفال يشاهدون البرامج الرياضية التي تساعدهم على تتبع الأخبار والمستجدات والأحداث الرياضية والمباريات، وعلى اكتساب

خبرات رياضية وتعلم طريقة لعب أنواع الرياضات والأنشطة الرياضية والطريقة الصحية للعبها، أيضا يؤثر على سلوك وعادات التلميذ وخاصة اذا كان ما يشاهده يشمل احتياجاته وميوله .

فعندما نأخذ الأسرة نجد أن دراسة (زيناوي، 2016) ودراسة (بويكر، 2014) اللذان حولاً أن يدرسوا دور الأسرة في تحفيز أبنائها لممارسة النشاط الرياضي حيث اختلفا واتفقا في بعض النقاط، اختلفتا في أن دراسة ( زيناوي، 2016) من نتائجها أن 70% من الأولياء لا يشجعون ولا يكثرثون لأبنائهم المراهقين في ممارسة الرياضة؛ مما يدل أن بعض الأسر لا تهتم بالقدر الكافي بالجانب الرياضي بالرغم من ميول أبنائهم لممارسة الرياضة ويعتبر ذلك خطأ فادحا لأن المرحلة العمرية التي هم بها تحتاج إلى أنشطة ترفيهية تساعدهم في التنفيس عن الطاقة الزائدة السلبية والرياضة أكثر طريقة يمكن أن تمنحهم الطمأنينة والراحة وأن 22.5% من الأولياء يرونها أمرا مهما. أما دراسة (بو بكر، 2014) أشارت إلى أن أغلب الأولياء يشجعون أبنائهم لممارسة الرياضة ولهم نظرة مستقبلية لأبنائهم كممارستها بطريقة احترافية لدرجة أن بعض الأولياء يرافقون أبنائهم إلى الملاعب والنادي الرياضية ويطالبون بمنشآت رياضية لأبنائهم حتى يطوروا من مواهبهم ومهاراتهم. واتفقتا في أن الأسر التي توافق على ممارسة أبنائهم للنشاط الرياضي ويرون أن ممارسة الرياضة ضرورية في سن مبكرة يساهم في كسب الطفل قاعدة صلبة نحو الرقي بمهاراته وأدائه، كذلك اتفقتا في أن الثقافة الأسرية والخبرة لها دور في تحفيز أبنائهم على ممارسة النشاط الأسري واختلفتا أيضا في أن دراسة (زيناوي، 2016) لا ترى أن المستوى الاجتماعي والاقتصادي له دور في ممارسة الأبناء النشاط الرياضي، فلا تحتاج الأسرة إلى أموال طائلة حتى يمارس أبنائها الرياضة فيمكن شراء بعض الكرات الصغيرة، أو دراجات هوائية أو حتى القفز على الحبل والجري والمشي فيمكن فعل كل هذا من خلال خرجات بسيطة جدا ونزهات مع العائلة. وهذا ما وتوصلت إليه أيضا دراسة (قريافي وعابد، 2016) أن نقص الوسائل والإمكانات لا يؤثر بشكل كبير في ابتعاد التلاميذ عن الأنشطة الرياضية المدرسية. أما دراسة (بويكر، 2014) ترى أن المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة له علاقة بممارسة الأبناء للرياضة وخاصة مع التغيرات الاجتماعية التي تحدث بين الظروف يرون هناك أسرا تجد صعوبة في القيام بخرجات ونزهات أو شراء مستلزمات رياضية لأبنائهم حتى ولو كانت بسيطة لأن هناك أمور وأولويات في حياتهم أكثر أهمية مثل لباس الأبناء والمدرسة، الأكل والشرب... الخ .

أيضا دراسة (علوش، 2016) عندما طبقت على عينة من تلاميذ مرحلة المتوسط توصلت إلى أنه يوجد نقص في الوعي الصحي لدى التلاميذ ويرون أن حصة التربية البدنية مجرد حصة تعليمية حتى يرفعوا بها تحصيلهم الدراسي، وليست حصة لها أهدافها ودورها في تكوين شخصية التلميذ وربط بين حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية والدراسية... الخ. واتفقت معها دراسة ( براهيمي، صلحاي، زيدان،

د.س) أنه توجد فروق في مستوى الوعي الصحي بين الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية،

إنّ التربية الرياضية والتربية الصحية برنامجان متحالفتان لأن هدفهما تربية الأفراد، وهنا يستطيع مدرس حصة التربية البدنية والرياضية القيام بدور هام جدا في نشر الوعي الصحي وتعليم السلوك الصحي السليم، من خلال الأنشطة المختلفة التي تتم في المدرسة وخاصة إذا كان المدرس يتمتع بصحة جيدة ولديه مهارات حركية تمكنه القيام برسائلته سيجذب التلاميذ من حيث قوة الشخصية وحسن المظهر، نظافة البدن أيضا .

فالأنشطة الرياضية تساعد في رفع كفاءة الجهازين التنفسي والدوري الدموي وتساعد على إعداد شامل للفرد فيكسب اتزاناً من الناحية النفسية، الخلقية، والاجتماعية والصحية واكتسابهم للاتجاهات الصحية الايجابية كالتغذية والصحة الشخصية التي تشمل نظافة البدن، والأسنان،...الخ، مما يزيد من دافعية التلاميذ للدراسة ويرفع من تحصيلهم الدراسي، وهذا ما توصلت إليه أيضا دراسة (بومعراف، 2014) في أنه توجد علاقة ارتباطية ايجابية بين ممارسة النشاط الرياضي والبدني والتوافق العام للتلميذ بأبعاده الأربعة: الشخصي، الاجتماعي، الدراسي، الصحي. بمعنى أن عند ممارسة التلميذ للنشاط الرياضي والبدني فهذا يحقق له الصحة النفسية والتوافق العام. فمن خلال الممارسة المنتظمة للنشاط الرياضي والبدني سواء في المدرسة خلال حصة التربية البدنية والرياضية أو خارجها في حياته اليومية يستطيع التلميذ في التنفيس عن الضغوطات النفسية والاجتماعية والدراسية وبذلك يمكنه من تحقيق السلامة الجسمية والنفسية وهذا هو هدف الوعي الصحي الرياضي.

ولا يمكن أن نبخس دور جماعة الأقران في تنمية الوعي الصحي لدى اطفال، فالاحتكاك اليومي والتفاعل الاجتماعي بين جماعة الاقران حيث يكتسبون من بعضهم البعض العديد من السلوكات سواء الايجابية او السلبية، لذلك يجب أن تحرص الاسر على مساعدة اطفالهم لاختيار جماعة الرفاق السليمة. هذا يجعل الطفل يهذب سلوكاته مما يحقق له توافق اجتماعي وتفريغ الطاقة الزائدة والسلبية التي بداخله من خلال الجري ولعب كرة القدم...الخ، اضافة أنه يستطيع التعبير عن نفسه أثناء الممارسة الرياضية. فنجد العديد من التلاميذ يلجئون لممارسة الرياضة حتى يستعيدوا توازنهم النفسي والجسمي وأيضا لتفادي المشكلات والأمراض التي نراها الآن.

مما سبق يمكن ان نقرر أهمية الدور كبير الذي تلعبه مؤسسات التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي لدى الطفل داخل المجتمع، كل حسب طبيعة المؤسسة كالأسرة، المدرسة، الرفاق والأقران، الإعلام والاتصال، فهو دور تكاملي في نسق تفاعلي ذو تأثير وتأثر هذا التكامل يكسب الطفل ثقافة رياضية صحية تنعكس على ممارساته اليومية بطريقة عفوية مما يعود بالفائدة على مستوى الفرد والمجتمع. فسلامة المجتمع من سلامة أفراده.

## الخاتمة :

لقد تناولنا في هذا البحث دور مؤسسات التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الصحي الرياضي. حيث تم تسليط الضوء على دور كل من الاسرة والمدرسة والاعلام وجماعة الرفاق. وحاولنا تبيان كينونة هذا الدور في تنمية شخصية الطفل الصحية الرياضية لأنها تعطيه اثرًا من ناحية الثقافة الصحية الرياضية والتربية الصحية وحث الأطفال على الممارسة الرياضية الصحية ورفع وعيهم الصحي الرياضي وتغيير اتجاهاتهم وميولهم ومعتقداتهم التي تساعد على تشكيل شخصية سوية صحية سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية أو الجسمية... الخ. فعندما نكون شخصية كاملة وشاملة للطفل من كل النواحي فسيجعل منه فردًا صالحًا مستقبلاً مما يجعله فردًا مؤثرًا في المجتمع ويمكن ان يكون لهذا التأثير احتكاكًا ايجابيًا بالمجتمع، ونقل قيمه ومعلوماته وثقافته للآخرين حتى يغيروا بأنفسهم ويترك أثرًا مستمرًا على المدى الطويل. فتتمية الوعي الصحي الرياضي لا يمكن تحقيق اهدافه إلا من خلال المشاركة الايجابية لمختلف مؤسسات التنشئة الاجتماعية بكل بوسائلها وأساليبها وتحمل المسؤوليات التي تقع على عاتقهم في هذا المجال. ومن هنا توصي الباحثتان:

- ✓ تركيز الوالدين في التربية على الجانب الرياضي ومحاولة ادخال الاعمال اليومية للطفل بشكل رياضي ولعب .
- ✓ محاولة المدرسة لعمل خرجات ميدانية للتلاميذ إلى النوادي والملاعب الرياضية وإقامة مسابقات بين الأقسام او المؤسسات التربوية لترفع من الروح الرياضية وروح المنافسة .
- ✓ إعداد قنوات الاعلام الرياضي حصص وبرامج رياضية خاصة بالأطفال هادفة لتنمية الوعي الصحي الرياضي من خلال أنشطة وألعاب رياضية لتعرفهم كل طبيعة كل لعبة وتزيد من ثقافتهم الرياضية مما يساعد على اكتشاف اتجاهاتهم وميولهم نحو الممارسة الرياضية .

## قائمة المراجع :

- (1) أحمد سلطان، منال. سلامة، جمال. (2017). دور المعلمين في تعزيز مفاهيم الوعي الصحي لدى تلاميذة الحلقة الأولى في مدارس التعليم الأساسي. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية. 30. (6).
- (2) باريان، أحمد. (2005). دور وسائل الإعلام في التثقيف الصحي للمرأة السعودية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير في قسم الاعلام . السعودية : جامعة الملك سعود.
- (3) براهيمى، عيسى. صلحاوي، حسناء . زيدان، فاطمة الزهراء . (د.س). دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لخصصة التربية البدنية والرياضية: جامعة محمد خيضر بسكرة.



- 4) بن الشريف، عبد الجبار . خليفة، عبد العزيز.(2015). دور الوسط الأسري في اتجاهات الأبناء نحو التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية. رسالة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- 5) بن عمر، سامية. (2018، أبريل 3). مراحل التنشئة الاجتماعية للطفل ومؤسساتها. *المجلة العربية للآداب والدراسات الانسانية (3)* . بسكرة . الجزائر: جامعة محمد خيضر .
- 6) بوبكر، الصادق . (2014). دور الأسرة الجزائرية في تحفيز الأبناء على ممارسة النشاط البدني والرياضي. أطروحة دكتوراه في العلوم في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية. الجزائر : جامعة الجزائر 3.
- 7) بومعراف، نسيمه. ( 2014، سبتمبر ) . تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق .مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية (8). الوادي، جامعة الوادي.125-140
- 8) حناني، حورية. لهشمي، لاله فطيمة.( 2020). التنشئة الاجتماعية ودورها في اكتساب وتعليم اللغة العربية. رسالة ماستر في اللغة والأدب العربي . أدرار : جامعة محمد درارية.
- 9) خيف، محمد زكريا.( 2017). دور الاعلام الرياضي في نشر الثقافة الرياضية لدى الشباب الجزائري. رسالة ماستر في علوم الاعلام والاتصال. أم البواقي: جامعة العربي بن مهيدي.
- 10) راجحي، صابر . ( 2012 ) . تأثير الإعلام الرياضي المرئي في تنمية الثقافة الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ( 12-17). رسالة ماستر في التربية البدنية والرياضية : بسكرة جامعة محمد خيضر .
- 11) الزعير، سعيد مبارك.(2011). التلفزيون والتغير الاجتماعي في الدول النامية، ط2 دار مكتبة الهلال، بيروت.لبنان.
- 12) زيناوي، بلال.(2016، ديسمبر 29). دور الأسرة في نشر ثقافة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية الترفيهية لدى المراهقين. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية.(27). جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- 13) سعوض، عباس محمود.( 1999). المدخل إلى علم نفس النمو الطفولة-المراهقة-الشيخوخة. الأزاريطة : دار المعرفة الجامعية.
- 14) علوش، هوارية.( 2016 ) . دور حصة التربية البدنية الرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط بالبلدية. مذكرة ماستر في الرياضة والصحة. مستغانم : جامعة محمد بن باديس.
- 15) العيسوي، عبد الرحمان.(1985). سيكولوجية التنشئة الاجتماعية. الاسكندرية. دار الفكر العربي
- 16) فرج، عنايات محمد(1998) *مناهج وطرق تدريس التربية البدنية*، عمان، دار الفكر العربي
- 17) قرايفي، كمال محمد. عابد، بن معزير.(2016). دور الرياضة المدرسية في التقليل من الانحراف الاجتماعي. رسالة ماستر في التربية البدنية والرياضية. مستغانم: جامعة عبد الحميد بن باديس.

- 18) لهزاع، هزاع بن محمد.(2006).**السمنة والنشاط البدني في مرحلة الطفولة المبكرة: ما مدى انتشارهما، وما هي العلاقة بينهما، المملكة العربية السعودية : جامعة الملك السعود.**
- 19) معاطون محمد. مرايمي، حمزة.(2015). **دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي التربيوي وعلاقته بالقيم الاجتماعية في الطور الثانوي.** رسالة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. خميس مليانة :جامعة الجبلاي بونعامة.
- 20) المعايطة، مصعب عبد السلام.(2014). **دور التلفزيون الاردني في التثقيف الصحي، دراسة في برنامج صحتك بالدنيا، رسالة ماجستير في الصحافة والاعلام.** الاردن : جامعة البتراء
- 21) المنزلاوين، أحمد محمود (2016). **في أي وقت يبدأ الطفل في ممارسة الرياضة** <https://specialties.bayt.com/ar/specialties/q/10.00> 2022/08/29
- 22) الموسى، عصام،(2003). **الإعلام والمجتمع" دراسات في الإعلام الاردني والعربي والدولي".** منشورات وزارة الثقافة، عمان. الأردن.

## علاقة النشاط البدني بالالتزام العلاجي لدى الأطفال المصابين بداء السكري.

أ/ أورنيديد يمينية، جامعة تيزي وزو.

د/ حداد نسيمية، جامعة تيزي وزو.

[naournid@gmail.com](mailto:naournid@gmail.com)  
[nassima\\_had2000@yahoo.fr](mailto:nassima_had2000@yahoo.fr)

### ملخص:

داء السكري من أكثر الأمراض المزمنة انتشارا بين الأطفال والمراهقين، ومن المتعارف عليه لدى المختصين الطبيين في أمراض الغدد والسكري أن علاج داء السكري يتضمن الجمع بين ثلاثة عوامل مهمة هي (العلاج الدوائي المتمثل في الأنسولين، النظام الغذائي، والنشاط البدني)، وكل هذا من أجل تجنب مضاعفات هذا الداء وكذلك العيش حياة طبيعية.

نهدف من خلال هذه الدراسة إلى محاولة فهم تأثير النشاط البدني على الالتزام العلاجي لدى طفلة تبلغ من العمر 8 سنوات، حيث سنقوم بمقابلة عيادية في فترة عدم ممارستها للنشاط البدني، وأخرى في فترة التزامها بممارسة النشاط البدني. ونشير هنا أن النتائج أظهرت أن الالتزام العلاجي يكون أفضل في فترة ممارسة النشاط البدني مع توازن نسبة السكر في الدم الأمر الذي يمكن الطفلة من التكيف مع حياتها اليومية.

**الكلمات المفتاحية:** داء السكري، الطفل، النشاط البدني، الالتزام العلاجي.

### Abstract

Le Diabète est une maladie chronique très répandues chez les enfants et les adolescents, les endocrinologues et les diabétologues confirment que le traitement du diabète n'est que la combinaison de trois facteurs importants: l'insuline comme traitement pharmacologique, une alimentation saine et l'activité physique, ces facteurs permettent d'éviter les complications de cette maladie.

Le but de notre étude est de mieux comprendre l'impacte de l'activité physique sur l'observance thérapeutique d'une fillette de 8 ans, ou on fera un entretien clinique dans la période ou elle ne pratique aucun exercice physique ,et un autre dans la période de son engagement de pratique l'exercice physique ,les résultats montrent que l'observance thérapeutique est meilleur en période ou la fille fait ses exercices physiques et que le taux de glycémie et beaucoup plus stable chose qui aide cette fille à mieux s'adaptera sa vie quotidienne.

**Mots-clés:** diabète, activité physique, enfant, observance thérapeutique.

## 1. مقدمة:

يعد علم النفس الصحة مجال البحث الأساسي والتطبيقي الحديث، فهو في تطور متواصل على المستوى العالمي، وحسب شويتزر (Schweitzer, 1994) فإنه يشير إلى أحد المعارف الأساسية لعلم النفس، في ميدان الصحة والمرض وهو يدرس العوامل النفسية والاجتماعية التي تلعب دورا في ظهور الأمراض العضوية، كما يهدف هذا العلم إلى الوقاية وترقية السلوكات الصحية الملائمة والتكفل الصحي بالمرضى المزمنين (براوي هدييل، 2019، 259)

كما تسعى جميع دول العالم بمختلف هيئاتها الحكومية سواء الاجتماعية، الاقتصادية، التربوية والصحية إلى الاهتمام بصحة الطفل من خلال إعطاء أهمية للبحوث والدراسات العلمية التي تهتم بالأمراض المزمنة والخطيرة، وكل هذا من أجل الحفاظ على صحة الطفل ووقايته من مختلف الأمراض المزمنة والخطيرة إن الغاية من البحث عن الأسباب أو معرفة معدلات الانتشار لمرض معين تعدت إلى بحث عن اقتراح برامج وقائية صحية للحد من هذه الظواهر المزمنة و ضبط الحالات ليتعايش جسم الفرد الذي يعاني منه. ومن بين الأمراض المزمنة التي شهدنا انتشارها بنسبة كبيرة في السنوات الأخيرة عند الأطفال بمختلف أعمارهم نجد داء السكري، حيث يعد مرض السكري أخطر كارثة صحية تواجه العالم حاليا، كما أكد بول زيميت مدير المعهد الدولي للسكر الذي عقد في باريس في عام 2003 (ضيف الله، 2021، 96).

ويعد داء السكري le diabète نموذجا للمرض المزمن الذي يرافق المريض طوال حياته. ويفرض عليه تغييرا جذريا لأسلوب حياته من مختلف النواحي، وهو باختصار حالة مزمنة من زيادة نسبة السكر في الدم ناتج عن العديد من العوامل الوراثية والعوامل المرتبطة بالبيئة، ويتطلب علاجاً دوائياً أو حقناً للأنسولين مدى الحياة إضافة إلى تغيير عادات الغذاء، والنشاط البدني. (العلواني، 2018، 79).

فحصول المريض بداء السكري على المقدار الصحيح من التمرين الرياضي لا يقل أهمية عن إتباعه منهجا غذائيا جيدا إن لم يزد، والواقع إن مريض السكر بحاجة إلى تغذية سليمة ورياضة مناسبة من أجل حصوله على أفضل مراتب الصحة والسيطرة على مرضه، فالتمارين مفعول مثل مفعول الأنسولين لذلك تسمى التمرينات الرياضية الأنسولين غير المنظور. (العلواني، 2021، 97).

كل الدلائل تشير إلى أن الالتزام بالعلاج وفعالية الدواء عاملان مهمان في تعزيز استقلال ومسؤولية المريض، والسماح له باستعادة الصحة والشفاء، وبالتالي يكون تحسين الالتزام من الضروريات القصوى في عملية الرعاية الذاتية والصحية للمرضى. (لكحل، 2011، 1).

## 2. الإشكالية:

شهدنا في السنوات الأخيرة الماضية ارتفاعا ملحوظا في نسبة الإصابة بالأمراض المزمنة، ويعد مرض السكري من بين الأمراض المزمنة الذي يرافق المريض طوال حياته.

يعاني أكثر من ربع سكان الكرة الأرضية من مرض السكري والجزائر مثلها مثل باقي دول العالم، حيث تعاني الجزائر هي أيضا من شروخ هذا المرض الذي انتشر بصورة مخيفة في المجتمع الجزائري، حيث أحصت وزارة الصحة والسكان 3.5 مليون مصاب بهذا المرض. ووجدت دراسة إحصائية حسب الفدرالية الوطنية لجمعيات مرضى السكري. بينهم 25% شباب و10% أطفال دون 14 سنة، يعانون من هذا المرض. الذي يزيد ضحاياه يوما بعد يوم.

وإذا علمنا أنه أكثر من 90 بالمائة من حالات مرضى السكري ليس لها علاج دوائي، أو جراحي فعال كان من الضروري البحث عن طرق أخرى إلى جانب العلاج الدوائي للمساعدة في التخفيف من معاناة هؤلاء المرضى (بوعلي ناصر، 2021، 264). ففي السنوات الأخيرة أصبح داء السكري لا يقتصر على الكبار فقط، وإنما يمس الأطفال في سنوات نموهم وبوتيرة سريعة، فبالرغم من اهتمام الجزائر بصحة الأم والطفل، وتسطيرها لبرامج وسياسات صحية تخدم الطفل إلا أن مشكل إصابة الأطفال بالأمراض مازال مطروحا بالخصوص داء السكري الذي ينجم عليه مضاعفات وخيمة يمكن أن تؤدي إلى الوفاة. (ميموني، شريف، 2018، 70).

داء السكري مرض معروف منذ آلاف السنين، وكان يعتبر في الماضي من الأمراض القاتلة إذ كان مريض السكر من النمط الأول خصوصا عند صغار السن لا يعيش أكثر من شهر، بينما كان المصاب بالنمط الثاني لا يعيش أكثر من سنة بعد ظهور المرض حيث أنه كان يعالج بطرق بدائية. لكن المعرفة الحقيقية لأسباب المرض وطرق علاجه بدأت في النصف الأول من القرن العشرين منذ اكتشاف الأنسولين سنة 1921م بجهود العالم فريدريك بانتغ والذي بالتعاون مع العالم تشارلز بيست تم ابتكار طريقة لاستخلاص هرمون الأنسولين من بنكرياس الحيوانات لعلاج السكري منذ عام 1922م وعلاج أول مريض بالنمط الأول من السكري بالأنسولين واسمه ليونارد، وكان في الثانية عشرة من عمره وعاش بعدها سنوات طويلة، ثم توفي بالتهاب ذات الرئة بعمر 27 عاما.

وتم اكتشاف خاصية أدوية السلفا في خفض سكر الدم بعد الحرب العالمية الأولى، ومن ثم تم تطوير أنواع صيدلانية منها سميت فيما بعد بأقراص زمر السلفونيل يوريا التي تحفز البنكرياس على إفراز كميات من الأنسولين وخفض سكر الدم لمرضى النمط الثاني، يطلق على مرض السكري ديابييتس ميلليتس *diabètes millituse* بالإنجليزية وهي تسمية يونانية ترجع إلى ما قبل الميلاد حيث أطلقها الإغريق لأول مرة لوصف هذا المرض، وتعني كلمة ديابييتس الماء الجاري إشارة إلى كثرة التبول بكميات كبيرة، ومعنى كلمة ميلليتس العسل إشارة إلى وجود سكر مع البول. (الدليل التثقيفي في السكري في الرعاية الأولية والمضاعفات الحادة لمراكز وعيادات السكري 6).

ولذلك يعتبر هذا المرض من الأمراض المزمنة التي تعاني منه معظم دول العالم، كما أنه من بين التحديات الكبرى التي تواجه المجتمعات لتحقيق نسقها الاجتماعي، وهذا ما دفع بدول العالم نحو تكريس

كل الجهود لرعاية فئة مرضى داء السكري والتكفل بهم داخل الوسط الذي يعيشون فيه من خلال مختلف البرامج الموضوعية داخل المؤسسات والمراكز التعليمية والتربوية المختصة التي أنشأت لذلك (بكتاش، بلحوت، بدون سنة، 236).

وتعرف منظمة الصحة العالمية داء السكري بأنه "حالة ارتفاع نسبة السكر في الدم أي التركيز المفرط للجلوكوز في الدم، والذي ينشأ عن كثير من العوامل الوراثية والبيئية" (عليوة، 2015، 131). وحسب منظمة الصحة العالمية فقد صنف داء السكري على أربعة أنواع ولكن هناك نوعان رئيسيان شاعا في المجتمعات هما.

النوع الأول من السكري (المعروف سابقا بالسكري المعتمد على الأنسولين) غالبا ما يبدأ هذا المرض في المرضى صغار السن، إذ يتحتم عليهم اخذ حقن أنسولين بانتظام للبقاء بصحة سليمة.

والنوع الثاني من السكري (المعروف سابقا بالسكري غير المعتمد على الأنسولين) ويسمى هذا النوع أيضا بالسكري المرتبط بالتقدم في السن أو سكري البالغين، وهو أكثر شيوعا في منتصف أو متأخر العمر، ويمكن التحكم به بتناول أقراص دواء خاصة أو فقط بإتباع حمية غذائية. (بيلوس، 2013، 4).

ينتج داء السكري عند الأطفال غالبا بسبب عدم إفراز الأنسولين من طرف البنكرياس مما يستدعي علاجاً بديلاً بالأنسولين مدى الحياة. يشكل النوع الأول 95 من هذا الداء، قد يصيب داء السكري الأطفال في جميع الأعمار من الرضيع إلى المراهق كما أن أعراض المرض لا تختلف أيا كان سن الطفل المريض وتتمثل هذه الأعراض في عطاش (Polydipsie) وبوال (Poiyurie) مع نقص الوزن واجتفاف (Dèshydratation). كما يجب التنبيه على حالة وجود الكيتون في الدم (Cètonèmie) عند الأطفال وهي من المضاعفات متأخرة الحدوث لارتفاع السكر في الدم وتتمثل أعراضها في إسهال مع قيء وأوجاع بطنية (جنان، 2012، 18).

داء السكري النوع الأول يتطلب علاجاً نهائياً بالأنسولين مدى الحياة لمنع المضاعفات وضمان أفضل تحكم ممكن في نسبة السكر في الدم، ويعد الالتزام العلاجي سلوكاً مهماً لتجنب مخاطر نقص السكر في الدم أو الحمض الكيتوني، والمضاعفات طويلة المدى.

وتجدر الإشارة إلى أن خطورة المرض لا تكمن فقط في المرض بحد ذاته، بل أيضاً في مضاعفاته الخطيرة من فقدان البصر (العمى)، والقصور الكلوي المزمن، وأمراض القلب والشرابين، بتر الأطراف وغيرها من الأمراض التي تشكل وتسبب إعاقات للمرضى في حياتهم إضافة إلى وضعهم أمام خطر الموت. (العلواني، 2018، 79). فداء السكري النوع الأول مرض خطير ومميت إن لم يعالج، وأكثر الحالات الخطيرة التي تواجه المريض هي ارتفاع نسبة الجلوكوز في الدم مع زيادة في نسبة حامض الكيتون مصحوبة بفقدان السوائل، وهاتان الحالتان تسبب إغماء المريض وفي أسوأ الأحوال يسبب الموت إن لم تتم معالجته. (عبد الناصر، 2016، 2).

من العناصر المهمة للتحكم في داء السكري وكذلك الحفاظ على الصحة العامة للمريض هو الالتزام بالعلاج الذي يتطلب أولاً الدواء والمتمثل في الأنسولين وثانياً إتباع نظام غذائي صحي، وثالثاً ممارسة النشاط البدني، وفي وقتنا الراهن يتم الاهتمام بدراسة مسألة الالتزام العلاجي وكما وصفها بعض علماء النفس بأنها أخطر مشكلة يجب أن تواجهها الممارسة الطبية.

يعتبر الالتزام العلاجي ظاهرة أكثر تعقيداً، تعكس مجموعة من المواقف والسلوكيات التي يتم من خلالها التعبير عن علاقة المريض بالعلاج ووصفات العلاج، وقد تم اقتراح مفهوم الالتزام من طرف سكات (sackett) عام (1975)، وعرف الالتزام بأنه درجة التوافق بين السلوكيات التي يتخذها الأفراد والتوصيات التي يقدمها المهنيون في الصحة. (laforest,2010,22).

إن التعريف الأكثر استخداماً هو تعريف هايز (Hayes1979)، الذي استشهدت به منظمة الصحة العالمية (2003) الذي يشير إلى أن الالتزام هو مدى توافق سلوك الشخص من تناول الدواء، إتباع نظام غذائي ملائم أو إجراء تغييرات في نمط حياته مع توصيات مهني الصحة. (Colson, 2015,14) ولأن إتباع حمية غذائية مع ممارسة النشاط البدني الرياضي الذي يعتبر احد الأنشطة الرئيسية، سهلة الممارسة، وغير مكلفة، بالإضافة إلى إثبات الدراسات العلمية الحديثة لدوره الفعال في المساهمة المباشرة في علاج بعض الأمراض المزمنة الأخرى مثل مرض ارتفاع ضغط الدم، والربو التنفسي، وغيرها. تعتبر الرياضة الصعبة السحرية لمرض السكري، وقد سماها البعض الأنسولين الغير المنظور، نظراً لدورها الفعال في علاج مرض السكري والوقاية منه، لأن عملية الايض (بناء المركبات في الجسم وتهديمها) تزيد أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي. (بوعلي ناصر، 2021، 264).

حيث أطلقت منظمة الصحة العالمية (WHO) عام 2003م عبارة تحركوا من اجل الصحة والتي كانت شعاراً لحملتها التي هدفت إلى توعية الناس حول أهمية ممارسة الأنشطة البدنية للصغار والكبار، رجال ونساء، وأثره الايجابي على الصحة العضوية والنفسية للإنسان (قويسم، بدون سنة، 1).

كما يعرف أبو العلاء احمد عبد الفتاح وأحسن نصر الدين سيف النشاط البدني " بأنه أوجه النشاط عموماً، وهو فعل شعوري لتحقيق هدف الوصول إلى تغييرات نموذجية واقعية للمحيط حسب النتائج التربوية المعينة، ويتميز بأنه يتناول جسم الفرد بنفسه والأدوات الرياضية والخصم، القيم الفكرية ومعايير المجتمع والمعلومات العلمية أغراضاً له، فهو يخدم الأهداف الصحية إذا ما تمت الممارسة من اجل ذلك، كما يدرس الترويج عن النفس، ويخدم المستوى الرياضي العالي إذا ما كان متخصصاً، والأهداف التربوية إذا ما تمت ممارسته في الإطار التربوي المدرسي". (قويسم، بدون سنة، 14).

لذا يعد النشاط البدني الرياضي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشاراً في كل الأوساط، ومما يساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملاً من عوامل الراحة الايجابية التي تشكل مجالاً هاماً في استثمار وقت الفراغ بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بمستوى الصحة البدنية

للفرد إذ يكسبه القوام الجيد، ويمنح له الفرح والسرور، ويخلصه من التعب والكره، ويجعله فردا قادرا على العمل والإنتاج، والنشاط البدني الرياضي كما يراه تشارلز بيوكر انه جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية، الاجتماعية وذلك طريق مختلف أنواعه (مكاوي هواورة، 2019، 116).

فالنشاط البدني والرياضي له أهمية كبيرة فهو يساهم في تنمية جوانب هامة في شخصية الطفل، لأنه وسيلة تربية هامة يعمل على بناء شخصية قوية للطفل، هذا الطفل الذي سيكون في المستقبل فردا صالح و فعال في هذا المجتمع، وعلى ذلك فان هناك عدد غير قليل من الأطفال مرضى السكر الذين يحتاجون إلى مد يد العون لهم والمساهمة في علاجهم من خلال الأنشطة الرياضية لم لها من اثر جيد على صحتهم. فقد تمثل خصائص الرياضة إشارة إلى ضرورة ممارسة الأنشطة الرياضية كمتطلب حيوي يجنب الإنسان الإصابة بالكثير من الأمراض العصرية والتي تعمل على تقوية المناعة للفرد أو الحد من الأعراض الضارة لتلك الأمراض. (أحمد محمد زحيري، 2021، 5)

وتشير العديد من الدراسات إلى أن للنشاط البدني الرياضي أثارا تربوية وثقافية وصحية بدنية ونفسية على ممارسه تظهر من خلال تجديد طاقاته وتكملة تنشئة الفرد ووضع العقل السليم في الجسم السليم (لورنيق. بن البار، 2021، 226).

وفي هذا السياق نجد دراسة مراد قيال من خلال بحثه المعنون ب"اتجاهات مرضى داء السكري نحو الممارسة الرياضية" دراسة ميدانية بولاية الجلفة وهي مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص العلوم البيو طبية الرياضية بإشراف الدكتور نصر الدين قصري، جامعة الجزائر3 السنة الجامعية (2009-2010)، وقد كان تساؤلها العام حول ما هي طبيعة اتجاهات مرضى السكري نحو الممارسة الرياضية؟ وذلك لدراسة الفرضية التي ترى أن لمرضى داء السكري اتجاه ايجابي نحو ممارسة الرياضة؟ وكان للبحث عدة أهداف أراد الباحث الوصول إليها من خلال التعرف على اتجاهات مرضى داء السكري نحو ممارسة الرياضة، والتعرف إلى الفروق في الاتجاهات نحو الممارسة الرياضية تبعا لمتغيري الجنس والسن، هذا من جهة ومن جهة أخرى تهدف هذه الدراسة إلى تحسيس فئة مرضى السكري بفوائد ممارسة الرياضة وأثرها الايجابي على صحتهم. كما تهدف أيضا إلى تصحيح الفهم الخاطئ لنظرة البعض إلى الممارسة الرياضية على أنها ترفيه وتسلية، بل هي ابعد من ذلك بالإضافة إلى فوائدها الاجتماعية والنفسية فهي آلية علاجية ينصح بها كل الأطباء(طبلاوي، بنحراث، بلحوت، 2019، 107).

كما نجد كذلك دراسة أمل حسين السيد محمد سنة (2017) بعنوان "تأثير النشاط الهوائي المصاحب بنظام الماكروبيوتك على معدل سكر الدم من النوع الثاني "



استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم الثلاث مجموعات (الضابطة -التجريبية1-التجريبية2) باستخدام القياسين (القبلي والبعدي)، لملائمته لطبيعة الدراسة.

قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مركز (نيوترش سنتر) للسمنة والنحافة والتغذية بمدينة يضر، وكان قوامها (15مريضة بالسكر من النوع الثاني في المرحلة السنوية(40-50)سنة تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات كل مجموعة 5 سيدات، هذا وقد تم تقسيم العينة إلى ثلاث مجموعات متكافئة قوام كل منها 5 سيدات وكانت على النحو التالي:

المجموعة الأولى(الضابطة) واعتمدت على الطريقة التقليدية في التعامل مع مرض السكر من النوع الثاني (الأدوية).

المجموعة الثانية (التجريبية الأولى) اعتمدت على البرنامج الغذائي (الماكروبيوتيك بجانب العلاج التقليدي (الأدوية).

المجموعة الثالثة (التجريبية الثانية) اعتمدت على أسلوب الدمج بين العلاج التقليدي (الأدوية) والنظام الماكروبيوتيك الغذائي وممارسة النشاط البدني الهوائي.

في المعالجة الإحصائية تم استخدام البرنامج الإحصائي الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) الإصدار (E21)، النتائج المتحصل عليها. الفرض الأول للبحث تؤثر الأساليب المختلفة (النظام الغذائي الشمولي المصاحب للعلاج الدوائي) والتدريب البدني الهوائي المصاحب للعلاج الدوائي، ايجابيا على معدل مستوى سكر الدم من النوع الثاني، الفرض الثاني للبحث وهو توجد فروق إحصائية بين المجموعات التجريبية الأولى (النظام الغذائي الشمولي (الماكروبيوتيك) المصاحب للعلاج الدوائي)، والمجموعة التجريبية الثانية (الدمج بين النظام الغذائي الشمولي (الماكروبيوتيك) والتدريب الهوائي المصاحب للعلاج الدوائي ولصالح المجموعة التجريبية الثانية. وتوصلت نتائج الدراسة أولا إلى أن استخدام أسلوب نظام دوائي لخفض مستوى نسبة السكر في الدم لتجنب مضاعفات مرض السكر لدى عينة الدراسة. وثانيا استخدام أسلوب نظام دوائي والنظام الغذائي الشمولي (الماكروبيوتيك) لخفض مستوى نسبة السكر في الدم لدى عينة الدراسة، ثالثا أن أسلوب الدمج بين النظام الغذائي الشمولي (الماكروبيوتيك) والتدريب الهوائي المصاحب للعلاج الدوائي هو أفضل من الأسلوبين السابقين لخفض نسبة السكر في الدم ولتجنب مضاعفات مرض السكر لدى عينة الدراسة. (حسين السيد محمد.2017)

كذلك دراسة Salvatoni A,Cardani R ,Biasoli R,Salmaso M, De paoli A, NespoliL.Acta Biome (2005) بعنوان physical activity and diabetes والنشاط البدني ومرض السكري

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير ممارسة النشاط البدني على مستوى السكر بالدم وجرعة الأنسولين استخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثلت عينة الدراسة في 69 طفلا مرضى تم تقسيمهم لمجموعتين حسب نشاطهم، وكانت أهم نتائج الدراسة أن ممارسة النشاط البدني المنتظم يعمل على

تحسين وضبط نسبة السكر في الدم لدى مرضى السكري من النوع الأول كما أن الأطفال الذين يمارسون نشاط بدني بانتظام أفضل من الناحية البدنية والصحية من الأشخاص الذين يمارسون نشاطا بدنيا منخفضا (احمد محمد زحيري. 2021. 66).

من خلال استعراض نتائج الدراسات السابقة تبين أن ممارسة النشاط البدني بصفة مستمرة و بانتظام عند مرضى السكري بصفة عامة و مرضى السكري النوع الأول أطفال بصفة خاصة له دور كبير في تحسين وضبط نسبة السكر في الدم، وكذلك تجنب مضاعفات داء السكري، وحتى يتمكن المرضى من العيش حياة طبيعية.

وقد وجدت الباحثة بصفاتها نفسانية عيا دية للصحة العمومية على مستوى مصلحة طب الأطفال بالمؤسسة العمومية الاستشفائية بخميس مليانة أن المساعدة التي يمكن تقديمها للمرضى المصابين بداء السكري بصفة عامة ومنهم الأطفال بصفة خاصة، وهذا في إطار البحوث التي تتدرج ضمن تخصص علم النفس الصحة، هو البحث عن أهمية النشاط البدني كمتغير للبحث في العملية العلاجية والالتزام بالعلاج لدى الأطفال المصابين بداء السكري النوع الأول، ودوره في تعديل نسبة السكر في الدم، والتخفيف من المعاناة اليومية من المضاعفات الخطيرة لهذا الداء.

ولذلك نسعى من وراء هذا البحث إلى الكشف عن مدى تأثير ممارسة النشاط البدني في الالتزام العلاجي ومساهمته في تعديل نسبة السكر في الدم لدى الأطفال المصابين بداء السكري النوع الأول، وهذا للخروج بنتائج يمكن الاستفادة منها في مجال الرعاية الصحية للمرضى وكذلك مجال الصحة الرياضية.

#### -أهداف البحث:

- يهدف هذا البحث إلى الوقوف على الدور الفعال الذي يلعبه النشاط البدني في العملية العلاجية لداء السكري النوع الأول عند الأطفال.
- إبراز التأثيرات التي تتركها ممارسة الأنشطة البدنية في تعديل نسبة السكر في الدم لدى الأطفال المصابين بداء السكري.
- يظهر الالتزام بالعلاج من خلال المشاركة النشيطة والفعالة للمريض في الرعاية الذاتية.

#### 3.فرضية البحث:

يؤثر النشاط البدني كبعد من أبعاد الالتزام العلاجي على خفض نسبة السكر في الدم لدى الأطفال المصابين بداء السكري النوع الأول.

#### -أهمية البحث:

- الإسهام التطبيقي في مجال البحث العلمي حيث تهدف نتائج هذه الدراسة إلى توضيح دور النشاط البدني والرياضي في المساهمة في علاج داء السكري والحد من مضاعفاته الخطيرة، بالإضافة إلى كونه عاملا مهما في تحسين الحالة الصحية للمريض ومحاولة العودة به إلى الحياة الطبيعية.

- مساهمة هذا البحث في إثراء مجال البحث في الطب الرياضي.
- تحسين التزام أطفال مرضى داء السكري مما ينجر عنه الحصول على حياة طبيعية.

#### 4. تحديد المفاهيم إجرائيا:

- **أداء السكري:** هو مرض مزمن يتميز بارتفاع مستوى نسبة السكر (الجلوكوز) في الدم عن معدله الطبيعي ما بين (0,70 - 1,20 غ/ل) نتيجة وجود خلل في عمل هرمون الأنسولين سواء لنقصه أو عدم إنتاجه أو ضعف فاعليته، وهو يظهر في أي مرحلة عمرية سواء عند الكبار أو الأطفال
- **الطفل:** هو ذلك الفرد الذي يقع في المرحلة العمرية الأولى من حياة الإنسان وهي من لحظة الولادة حتى سن الحادي عشر، وهي مرحلة تطورية، وخلالها يمر الفرد بمتغيرات النمو الجسدي، والعقلي، وكذلك تغيرات سلوكية وعاطفية واجتماعية، وفي هذا البحث الطفلة عمرها 8 سنوات.
- **النشاط البدني:** النشاط البدني هو مجموعة من الحركات والتمرينات والألعاب التي يؤديها الطفل المصاب بداء السكري، قصد تعديل نسبة السكر في الدم.
- **الالتزام العلاجي:** هو مجموعة من السلوكيات التي تتعلق بأخذ حقن الأنسولين، وإتباع نظام غذائي صحي وممارسة النشاط البدني، وهذا حسب توصيات مهني الصحة، والمشاركة الفعالة للمريض في العلاج وكذلك إدارة مرضه.

#### 5- الدراسة الميدانية:

##### 1.5. منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف دراستنا اعتمدنا فيها على المنهج العيادي الذي تناولنا فيه دراسة حالة، ومنهج دراسة حالة يعرفها حسن مصطفى عبد المعطي (2000) بأنها الإطار الذي ينظم ويقوم فيه الأخصائي النفسي كل المعلومات والنتائج التي يحصل عليها عن الفرد وذلك عن طريق الملاحظة، والمقابلة والتاريخ الاجتماعي والاختبارات السيكولوجية، والفحوص الطبية بهدف تكوين صورة متكاملة عن الحالة كي يتحقق الفهم الشامل لها (ميرود، ايت حمودة، 2014، 226).

##### 2.5. مجموعة البحث:

- لقد تم اختيار مجموعة البحث بطريقة قصديه، وهي حالة واحدة لفتاة عمرها 8 سنوات ممتدرة بمرحلة الابتدائي، مصابة بداء السكري النوع الأول.
- **المقابلة العيادية النصف موجهة:**
- **محاور المقابلة العيادية النصف موجهة:**
- **المحور الأول:** البيانات الشخصية: الاسم، العمر، الجنس، ترتيبه بين الإخوة، المستوى الدراسي، عدد الإخوة، الوضعية الاقتصادية والاجتماعية للعائلة، تاريخ تشخيص المرض، مرض آخر تعاني منه.

- **المحور الثاني:** هل تم إدخالك إلى المستشفى بسبب داء السكري، ما هي آخر قيمة للسكر التراكمي لثلاثة أشهر الأخيرة. HBA1C، هل أنت متقبل لهذا المرض.

- **المحور الثالث:** كيفية إدارة داء السكري (الأنسولين، النظام الغذائي الصحي، النشاط الرياضي، المراقبة المستمرة لمستوى السكر في الدم).

- **المحور الرابع:** هل تدير مرضك السكري الخاص بك وفقا لتوصيات الطبيب؟، كيف هي علاقتك مع طبيبك.

- **المحور الخامس:** هل تساعدك عائلتك في إدارة علاج داء السكري؟، هل تغيرت حياتك بعد إصابتك بداء السكري؟

- **الملاحظة العيادية.**

## 6. عرض نتائج الحالة: المقابلة العيادية:

الطفلة (ف،أ)، عمرها 8 سنوات، تدرس السنة الثانية ابتدائي (انتقلت إلى السنة الثالثة)، ترتيبها في الأسرة الأولى، لديها أخ اصغر منها عمره 5 سنوات، وطفلة عمرها 12 شهرا، حسب أقوال الأم ظروف حمل وولادة الحالة كانت طبيعية، الأم عمرها 29 سنة، ربة بيت مستواها الدراسي جامعي، الأب 40 سنة، تاجر مستواه الدراسي الثانية ثانوي، يعيشون في بيت مستقل منذ بداية الزواج، أما عن المستوى المعيشي للعائلة فهو متوسط عموما، الحالة متفوقة في دراستها بمعدل سنوي (9.17)، الحالة لا تعاني من مرض آخر، ومن خلال الملاحظة العيادية للحالة فهي طفلة جميلة ذو وجه ملائكي، هادئة، مرحة، مطيعة لنصائح الطبيب والمرضات ولوالدتها فيما يخص مرضها .

دخلت المستشفى مصلحة طب الأطفال أواخر شهر ماي، بسبب داء السكري، بنسبة سكر مرتفعة جدا (HI)، ونسبة الأسيوتون مرتفعة (++++)، ونسبة السكر التراكمي لثلاثة الأشهر الأخيرة (11.8)، ومن خلال عملية التشخيص من طرف أطباء الأطفال، صنف داء السكري لديها على انه من النوع الأول، وبأنه كان سببه وراثي لان الحالة لديها ابنة خالة مصابة بداء السكري، حيث مكثت 10 ايام، وتمت خلال هذه الأيام تعديل نسبة السكر، وكذلك الأسيوتون، بالإضافة إلى تعليمها أساسيات علاج داء السكري، بالإضافة إلى تعليمها كيفية التصرف أمام انخفاض السكر (Hypoglycemie)، وارتفاع السكر (Hyperglycemie). وبعد استقرار حالتها تم إخراجها من المصلحة، وإعطائها موعد للفحص بعد 10 أيام، وهذا يدخل في إطار متابعة حالتها بعد الاستشفاء.

كما تبين من خلال المتابعة النفسية أن (ف،أ) مدركة لوضعيتها الصحية فيما يخص مرضها، وأنها متقبلة لمرضها وتوابعه من العلاج والمراقبة المستمرة لنسبة السكر في الدم، حيث قالت (علايا) علاه دخلت للسيطار، أنا راني مريضه بالسكر كيما بنت خالتي، عادي، ولازملي نذير الحقنة تاع الانسولين، وعندني الماكله بالوقت مانكلش وخلص الوقت اللي نحب، ولازم دايمنا نعبر السكر، ولازم منكش الحوايج

الجلوتين كيما الحلوة)، مما سهل لها هذا على أن تتقبل حياتها الجديدة مع داء السكري، كما أن علاقتها بالطبيب كانت جيدة جدا، وظهر هذا من خلال التزامها بالعلاج بأخذ حقنة الأنسولين في أوقاتها، وإتباع سلوك التغذية المتفق عليه مع الطبيب، وهذا يظهر مدى مشاركة المريضة في العلاج.

بعد 10 أيام عادت (ف،أ) للفحص والمراقبة حسب طلب الطبيب والنفساني العيادي، مرفقة بكراسة المراقبة اليومية المستمرة لنسبة السكر في الدم، ولكن ما تم ملاحظته أن نتائج نسبة السكر في الدم خلال هذه المدة كانت مرتفعة، مما دفعنا هذا على البحث عن سبب ارتفاع نسبة السكر في الدم بجملة من الأسئلة كانت موجهة للحالة ووالدتها، تتمحور هذه الأسئلة حول العلاج والرعاية الذاتية، كطريقة وكيفية حقن الأنسولين، وكذلك النظام الغذائي الصحي المتبع، والنشاط الرياضي الممارس، ومن خلال إجابات الحالة تبين أن سبب ارتفاع نسبة السكر في الدم، يرجع إلى عدم اهتمام الحالة ووالدتها بالنشاط البدني والرياضي لأنه في اعتقادهما أن الأنسولين والنظام الغذائي الصحي كافيان لتعديل نسبة السكر في الدم، هذا ما جعلنا ندعوها إلى التركيز على ممارسة النشاط البدني بصفة يومية ومستمرة وخاصة بعد تناول وجبات الأكل، لان النشاط البدني يعتبر العامل الثالث في العلاج لداء السكري، وأنه من دون النشاط الرياضي والبدني لا يتم العلاج بصفة كاملة، وأخيرا تم إنهاء الحصة بإعطاء موعد آخر للحالة للمراقبة الطبية بعد 10 أيام، كما قمنا بتوصيتها بضرورة الاهتمام بالنشاط البدني والرياضي بصفة مستمرة ويومية، حتى تتمكن من تعديل مستوى السكر في الدم.

عادت (ف،أ) للمعاينة الطبية بعد 10 أيام، وكانت النتائج متوقعة لحالتها حيث تم تعديل مستوى السكر في الدم، وهذا بعد أن قامت الحالة بتطبيق النصائح المتفق عليها، وهي الاهتمام بممارسة النشاط البدني بصفة مستمرة يوميا وبانتظام. ويتضح ذلك في أقوالها (كنت كل يوم بعد وجبة الأكل كنت ندير الرياضة، يا إما كنت نجري، أو ندير تمرينات وحركات بالأيدي والأرجل، نقفز، نلعب بالكرة نلعب مع صحاباتي). ما تم ملاحظته من خلال كراسة المراقبة المستمرة اليومية لنسبة السكر للعشرة الأيام الأخيرة أن نسبة السكر قد انخفضت مقارنة بنسبة السكر خلال العشرة الأيام الأولى، وهذا ما جعل الحالة ووالدتها يقتنعان بأهمية النشاط البدني ودوره الفعال في خفض نسبة السكر في الدم، وقد تبين هذا في كلامها (ملي بديت ندير الرياضة سكر تاعي ولا مليح وما يطلعش بزاف، وعلى هذا بابا وماما راح يسجلوني ندير الرياضة، وأنا عجبتني الفكرة وراح ندير السباحة ولا تكواندو)، ما توصلنا إليه من خلال المقابلة العيادية أن التزام الحالة بسلوكات الرعاية الذاتية كان يتم بمساعدة الأم، وهذا لان الحالة طفلة ولا تزال غير قادرة على الاعتناء بنفسها لوحدها، كما ذكرت أن جميع أفراد أسرتها تساعدها في الرعاية الذاتية.

جدول رقم 01: يمثل المراقبة الذاتية اليومية المستمرة لنسبة السكر في الدم قبل ممارسة النشاط البدني.

التاريخ	8:00 صباحا	الأنسولين	12:00 الفطور	الأنسولين	16:00 مساء	الأنسولين	20:00 ليلا	الأنسولين	الملاحظات
2022/06/01	2.48 g/l	3 ui	1.97g/l	4 ui	3.88 g/l	1 ui	3.02g/l	4 ui	
2022/06/02	2.97g/l	3 ui	3.16g/l	4 ui	2.50 g/l	1 ui	2.45g/l	4 ui	
2022/06/03	3.00g/l	3 ui	1.80g/l	4 ui	3.13 g/l	1 ui	2.50g/l	4 ui	
2022/06/04	3.77g/l	3 ui	3.44g/l	4 ui	4.42g/l	1 ui	3.20g/l	4 ui	
2022/06/05	2.77g/l	3 ui	3.99g/l	4 ui	2.53g/l	1 ui	5.30g/l	4 ui	
2022/06/06	2.54g/l	3 ui	2.45g/l	4 ui	3.78g/l	1 ui	3.10g/l	4 ui	
2022/06/07	4.92g/l	3 ui	2.76g/l	4 ui	2.68g/l	1 ui	2.63g/l	4 ui	
2022/06/08	3.43g/l	3 ui	2.39g/l	4 ui	4.93g/l	1 ui	5.18g/l	4 ui	
2022/06/09	3.20g/l	3 ui	3.74g/l	4 ui	2.68g/l	1 ui	3.31g/l	4 ui	
2022/06/10	2.52g/l	3 ui	2.89g/l	4 ui	2.65g/l	1 ui	4.29 g/l	4 ui	

جدول رقم 02: يمثل المراقبة الذاتية اليومية المستمرة لنسبة السكر في الدم بعد ممارسة النشاط البدني.

التاريخ	8:00 صباحا	الأنسولين	12:00 الفطور	الأنسولين	16:00 مساء	الأنسولين	20:00 ليلا	الأنسولين	الملاحظات
2022/06/11	1.08 g/l	3 ui	0.79 g/l	4 ui	1.88g/l	1 ui	1.14	4 ui	
2022/06/12	1.47 g/l	3 ui	0.90 g/l	4 ui	1.35g/l	1 ui	1.65g/l	4 ui	
2022/06/13	1.28 g/l	3 ui	1.09 g/l	4 ui	1.14g/l	1 ui	1.14g/l	4 ui	
2022/06/14	1.01 g/l	3 ui	1.05g/l	4 ui	0.93g/l	1 ui	1.24g/l	4 ui	
2022/06/15	0.77 /g/l	3 ui	1.30 g/l	4 ui	1.02g/l	1 ui	0.78g/l	4 ui	
2022/06/16	1.18 g/l	3 ui	1.24 g/l	4 ui	0.79g/l	1 ui	1.33g/l	4 ui	
2022/06/17	1.70 g/l	3 ui	0.94 g/l	4 ui	1.11g/l	1 ui	1.15g/l	4 ui	
2022/06/18	1.25 g/l	3 ui	1.12 g/l	4 ui	0.81g/l	1 ui	0.82g/l	4 ui	
2022/06/19	1.83 g/l	3 ui	1.53 g/l	4 ui	1.21g/l	1 ui	1.02g/l	4 ui	
2022/06/20	0.90 g/l	3 ui	1.21 g/l	4 ui	0.76g/l	1 ui	0.95g/l	4 ui	

## تفسير النتائج:

يتضح لنا من خلال نتائج عرض الحالة ومن خلال تحليل محتوى المقابلة العيادية (قبل ممارسة النشاط البدني وبعده) أن الاهتمام بالنشاط البدني وممارسته بصفة مستمرة ويومية أدى إلى تحسين مستوى نسبة السكر في الدم، وهذا بانخفاض مستوى نسبة السكر في الدم أو (الجلوكوز في الدم)، حيث كان التحسن ملحوظ من خلال الأرقام المتحصل عليها من كراسة المراقبة اليومية المستمرة لنسبة السكر في الدم، وتتطابق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من أمل حسين السيد محمد (2017) التي كانت دراستها حول تأثير النشاط الهوائي المصاحب بنظام الماكروبيوتك على معدل سكر الدم من النوع الثاني التي خلصت إلى أن أسلوب الدمج بين النظام الغذائي الشمولي (الماكروبيوتيك) والتدريب الهوائي المصاحب للعلاج الدوائي هو أفضل أسلوب لخفض نسبة السكر في الدم ولتجنب مضاعفات داء السكري لدى عينة الدراسة. وكذلك دراسة

Salvatoni A, Cardani R, Biasoli R, Salmaso M, De paoli A, Nespoli L. Acta Biomed. 2005)

كانت حول النشاط البدني ومرض السكري وكانت أهم نتائج الدراسة أن ممارسة النشاط البدني المنتظم يعمل على تحسين وضبط نسبة السكر في الدم لدى المرضى من النوع الأول كما أن الأطفال الذين يمارسون نشاط بدني بانتظام أفضل من الناحية البدنية والصحية من الأشخاص الذين يمارسون نشاطا بدنيا منخفضا.

وكما توصلنا كذلك من خلال نتائج هذه الدراسة انه تم تحسيس المريضة وعائلتها بفوائد ممارسة الرياضة وأثرها الايجابي على صحتها، فهي آلية علاجية ينصح بها كل الأطباء، وهذا ما يتطابق مع ما جاءت به دراسة مراد قيال (2010) المعنونة باتجاهات مرضى داء السكري نحو الممارسة الرياضية. وعليه نستخلص أن ممارسة النشاط البدني بالنسبة لأطفال داء السكري له أهمية كبيرة في علاجهم لأنه يدخل في إطار مفهوم الالتزام العلاجي.

## الخاتمة:

الواضح للجميع انه خلال السنوات الأخيرة هو اهتمام الأطفال بممارسة الرياضة بمختلف تخصصاتها وهذا يكون إما من اجل الترفيه والترويح عن النفس، أو قضاء أوقات الفراغ، وإما للمشاركة في الدورات والبطولات الوطنية والعالمية وهذا لإبراز مواهبهم الرياضية، ولكن نجد في المقابل الأطفال الذين يعانون من أمراض مزمنة وخاصة داء السكري يبتعدون على ممارسة النشاط البدني والرياضي نتيجة لمعلوماتهم وأفكارهم الخاطئة حول إمكانياتهم ممارسة النشاط البدني والرياضي، وأنها حكر على الأصحاء فقط، لكن ما يجهله هؤلاء انه الحصول على ما يكفي من النشاط البدني المنتظم أمر مهم للحفاظ على صحة جيدة وضمان الإدارة الجيدة للسكري، فالنشاط البدني أمر ضروري للمرضى للبقاء في

صحة جيدة وله الفوائد الطويلة الأمد لداء السكري، وذلك بتقليل مخاطر الإصابة بمضاعفات داء السكري، وكذلك تعديل نسبة السكر في الدم (الجلوكوز)، والنشاط البدني هو العامل الثالث في علاج داء السكري إلى جانب عامل الأنسولين والنظام الغذائي، وله أهمية كبيرة في موضوع الرعاية الذاتية، وكذلك الالتزام بالعلاج، كما له دور في تنمية الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية للطفل وتنمية شخصيته ولهذا أصبح النشاط البدني والرياضي موضوع اهتمام من العاملين في مجال الصحة والأطباء، حيث يلعب النشاط البدني دور مهم في الوقاية والعلاج، وكل هذا من أجل مساعدة المريض على العيش حياة طبيعية.

#### -الاقترحات والتوصيات:

هناك جملة من الاقتراحات والتوصيات التي توصي الباحثة وهي:

- مشاركة الأطفال المصابين بداء السكري في حصة التربية البدنية والرياضية في المدارس إلى جانب زملائهم الأصحاء.
- إعطاء اهتمام أكبر للنشاط البدني والرياضي في عملية التنقيف الصحي للأطفال المصابين بداء السكري النوع الأول بصفة خاصة ومرضى السكري بصفة عامة
- السعي لإجراء المزيد من البحوث التي تتناول موضوع النشاط البدني وتأثيره على صحة المرضى في مختلف الأمراض التي تستلزم في علاجها على عامل الحركة.
- اهتمام الجامعات المتخصصة في مجال التربية الرياضية بتكوين أساتذة وبرامج في التربية البدنية والرياضية خاصة بفئة مرضى داء السكري.
- اهتمام القائمين على الهيئات الرياضية بتكوين دورات رياضية للأطفال المصابين بداء السكري وهذا لإبراز مواهبهم وتنمية شخصيتهم وثقتهم بالنفس وتحسيسهم بأنهم أطفال طبيعيين كأقرانهم الأصحاء.

#### قائمة المراجع:

#### المراجع العربية:

- (1) أمل حسين السيد محمد.(2017). تأثير النشاط الهوائي المصاحب بنظام الماكرو-بيوتك على معدل سكر الدم النوع الثاني، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان، العدد 81 (الجزء 2).
- (2) أنور عبد الناصر. (2016). دراسة مناعية ووراثية لداء السكري-النوع الأول في عينة من المرضى العراقيين، أطروحة مقدمة إلى مجلس كلية التربية للعلوم الصرفة -ابن الهيثم/جامعة بغداد وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في علوم الحياة/الحيوان/علم الوراثة، العراق.



- (3) إيمان احمد محمد زحيري.(2021). تأثير برنامج تروحي رياضي مصحوب بالتنقيف الصحي على مستويات سكر الدم والقياسات الجسمية وضغط الدم والدهون لدى الأطفال مرضى السكري في اليمن، بحث مقدم لنيل درجة الدكتوراه في فلسفة التربية البدنية والرياضة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- (4) باهية بكتاش، موسى بلحوت، (بدون سنة)، مساهمة ممارسة النشاط البدني الرياضي في الرفع من مستوى تقدير الذات لدى فئة التلاميذ المصابين بداء السكري، دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية المدية، مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية ولاية المدية، العدد (06)، 243-325.
- (5) بوعلي لخضر، ناصر محمد، (2021)، برنامج رياضي -حمية غذائية مقترح للتقليل من مضاعفات مرض السكري فئة (12-16)، مجلة المنظومة الرياضية بجامعة الجلفة، المجلد 08 (العدد 03).
- (6) حبيبة ضيف الله.(2021)، أثر برنامج علاجي رياضي مقترح في تحسين الصحة النفسية لدى مرضى السكري النوع الثاني، مجلة العلوم الإنسانية، المجلد 32 (العدد 4).
- (7) الدليل التنقيفي في السكري في الرعاية الأولية والمضاعفات الحادة لمراكز وعيادات السكري، المرجع الوطني للتنقيف في السكري.
- (8) رودى بيلوس، هنادى مزبودى. ترجمة الرياض. (2013)، مرض السكري، دار المؤلف،
- (9) سمية عليوة. (2015). علاقة كل من مصدر الضبط الصحي والكفاءة الذاتية بالسلوك الصحي لدى مرضى السكري النوع الأول، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس العيادي، جامعة الحاج لخضر - باتنة.
- (10) طبلاوي فاتح. بن حراث بلال. بلحوت موسى.(2019). إسهام النشاط البدني الرياضي في الرفع من مستوى بعض مظاهر الحالة النفسية لدى فئة التلاميذ المصابين بداء السكري-مقاربة سيكولوجية تربوية-، مجلة التحدي، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي.
- (11) فاطمة الزهراء براوي. هدييل زوجة مقبال يمينة. (2019). تقدير الذات وعلاقته بالامتثال العلاجي لدى النساء المصابات بالسكر الحمل، دراسة نفسية وتربوية، المجلد 12 (العدد 3).
- (12) فريدة جنان. 2012، داء السكري عند الطفل، عدد 3، المجلة الصحية المغربية
- (13) قويسم عبد الحميد.(بدون سنة)، اقتراح برنامج رياضي مكيف لتعديل نسبة السكر في الدم لدى فئة النساء المصابات بداء السكري -النوع الثاني، دراسة ميدانية بالقاعات الرياضية النسوية-الجلفة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه، شعبة النشاط البدني الرياضي المكيف، تخصص إعادة التأهيل بواسطة النشاطات البدنية والرياضية المكيفة،
- (14) لكحل رقيقة. (2011)، تأثير التربية الصحية على الالتزام الصحي لمرضى ارتفاع ضغط الدم. مذكرة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس العيادي تخصص علم نفس الصحة. جامعة الحاج لخضر باتنة.

- 15) لورنيق يوسف. بن البار السعيد. (2021). **اهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لتلميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة، مجلة التحدي، المجلد 13 (العدد 02).**
- 16) مريم العلواني. (2018). **العلاقة طبيب - مريض وعلاقتها بالملاءمة العلاجية عند مرضى السكري. مجلة دراسات في علم نفس الصحة. العدد 3. الرقم 3.**
- 17) مكايي يوسف. هواورة مولود. (2019). **انعكاس ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى التلاميذ المصابين بالداء السكري (دراسة ميدانية على ثانويات ولاية الوادي)، مجلة علمية دولية محكمة تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، جامعة الجزائر، المجلد 10 (العدد 2).**
- 18) ميرود محمد، ايت حمودة حكيمة. (2014). **الاثار النفسية والدراسية للإصابة بداء السكري من النوع الاول (الخاضع للأنسولين) على المراهق المتمدرس. دراسة 08 حالات. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية. بدون مجلد (15).**
- 19) ميموني كهينة. شريف أسيا. (2018). **الرعاية الصحية للطفل المصاب بمرض السكري، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 6 (العدد 15).**
- باللغة الأجنبية:**

- 20) Marie-Eve laforest. (2010). **Adhérence aux comportements d'auto-soins chez les adolescents atteints du diabète de type 1**, Thèse présentée à la faculté des études supérieures et de la recherche en vue de l'obtention de la maîtrise en science infirmière, école de science infirmière, faculté des sciences de la santé et des services communautaires, université de moncton.
- 21) Sébastien colson. (2015). **Description de l'évolution du profil socio-cognitif et clinique d'une cohorte d'adolescents diabétique de type 1 ayant suivi un programme d'éducation thérapeutique**, thèse présentée pour obtenir le grade universitaire de docteur en pathologie humaine, spécialité recherche clinique et sante publique, le grade de philosophiae doctor en sciences infirmières, université de montréal, aix marseille université.

## تحليل أسلوب المدربين في عملية انتقاء الأطفال الموهوبين

### "دراسة ميدانية لبعض الأندية والأكاديميات الرياضية لكرة القدم في ولاية تبسة"

أ/ضيف هارون، جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم [haroundif470@gmail.com](mailto:haroundif470@gmail.com)

أ.د/ بن قوة علي، جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم [ali.bengoua@univ-mosta.dz](mailto:ali.bengoua@univ-mosta.dz)

د.سداوي شاشو، جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم [chachouseddaoui7@gmail.com](mailto:chachouseddaoui7@gmail.com)

#### الملخص:

حاولنا من خلال هذه الدراسة تسليط الضوء على موضوع انتقاء الأطفال الموهوبين رياضياً باعتباره موضوعاً مهماً في عالم الرياضة خاصة فيما يتعلق بالفئات الصغرى التي تعدّ الدّعم الأساسيّة للأندية والمنتخبات وانطلاقاً من هذا سعينا من خلال هذه الدراسة إلى معرفة حقيقة ما يجري على أرض الواقع في عملية انتقاء الأطفال الموهوبين في مجال كرة القدم في النوادي والأكاديميات الرياضيّة النشطة بولاية تبسة ونظراً لطبيعة الموضوع فقد استخدمنا المنهج الوصفيّ الملائم لمثل هذه الدّراسات من خلال عينة قوامها 23 مدرباً تمثل مختلف أندية وأكاديميات ولاية تبسة صنف تحت 13 سنة في كرة القدم معتمدين على الاستبيان كأداة لجمع البيانات كما اعتمدنا في المعالجة الإحصائية على النّسب المئوية، واختبار "كا<sup>2</sup>" لتحليل البيانات. حيث أسفرت نتائج الدراسة إلى غياب نظام محدد لهذه العملية الحساسة كذلك اعتماد المدربين على أساليب غير علمية متمثلة في الملاحظة الشخصية وعليه يوصي طاقم البحث بضرورة الاعتماد على الأسس العلمية في عملية انتقاء الناشئين الموهوبين وذلك بما يتلاءم مع متطلبات اللعبة من أجل تفادي تسرب المواهب الناشئة وإعادة تأهيل المدربين على المعطيات النظرية الحديثة لعملية الانتقاء عن طريق إسهامهم في الملتقيات العلمية والأيام الدراسية تحت إشراف إدارات متخصصة.

**الكلمات المفتاحية:** الأكاديميات الرياضيّة / الطّفّل / ممارسة الرياضة / الانتقاء / الموهبة.

#### abstract:

Through this study, we tried to shed light on the issue of selecting athletically gifted children as an important topic in the world of sports, especially with regard to young groups that are the mainstay of clubs and teams. Talented footballers in active sports clubs and academies in Tebessa state and due to the nature of the topic, we used the appropriate descriptive approach for such studies through a sample of 23 coaches representing the various clubs and academies of Tebessa under 13 years old in football, relying on the questionnaire as a tool for data collection. In statistical processing on percentages, and the "Ka<sup>2</sup>" test for data analysis. The results of the study resulted in the absence of a specific system for this sensitive process, as well as the trainers' reliance on non-scientific methods represented in personal observation. Therefore, the research staff recommends the need to rely on scientific foundations in the process of selecting junior talents, in line with the requirements of the game in order to avoid the leakage of emerging talents and rehabilitation of Trainers on the modern theoretical data of the selection process through their participation in scientific forums and study days under the supervision of specialized frameworks.

**Keywords:** sports academies / children / exercise / selection / talent.

## المقدمة:

إنّ الاهتمام بالطفولة ودراسة مظاهرها وخصائصها المختلفة يعتبر مؤشراً إيجابياً لتقدّم أيّ مجتمع وتطوره (حمو، 2020، 1) كما أنّ اكتشاف ومعرفة الطّاقات والإمكانيّات البشريّة هو فرصة ثمينة لتحقيق ودعم الاستثمار في العامل البشريّ في كثير من المجالات كالرياضة. التي تعتبر اليوم مصدر تنمية وازدهار للكثير من الشّعوب والنّجاح في المجال الرياضي بتعزيز المواهب الرياضيّة التي تظهر خاصّة في مراحل الطفولة والمراهقة (بلعباس، 2020، 93) لاشكّ أنّ إنجاز الأرقام القياسيّة والمردود رفيع المستوى خلال المنافسات عند دول العرب ليس وليد الصدفة، ولكن يرجع مباشرة إلى نوعية الانتقاء، مثلما هو في جميع القطاعات الأخرى، حيث تتعلّق نوعية المنتج الجاهز بنوعية المادة الأولية فلا يمكن لأيّ بناء أن يصمد طويلاً، ما لم تكن قاعدته صلبة وقويّة (محمد، 2004، 8)

وكرة القدم واحدة من الرياضات التي تجذب أنظار الغالبية العظمى من الجماهير، وكانت جديدة بأن يتسابق مدربيها والمهتمون بها على الاستفادة من الاختبارات والمقاييس في جميع النواحي، كقياس الحالة البدنيّة والمهارية، والفسولوجية مع إجراء قياسات جسمية على اللاعبين لانتقاء الناشئين الموهوبين (سداوي، 2019)، حيث لم يعد كافياً الاعتماد على الخبرة الشّخصية والملاحظة السّطحية والصدفة لتحقيق الانتقاء الأمثل، بل أصبح من الضروريّ الأخذ بأسباب العلم وخطواته، والاعتماد على التّجريب الميداني والمعملي، والاختبارات والمقاييس المناسبة التي تكشف عن القدرات الخاصّة، والتي تؤهّل الطّفل إلى التّفوق والإبداع كما تعدّ مرحلة الطفولة المتأخّرة من المراحل الهامة التي يجب أن تنال نصيباً وفرص البحث والتّقصي والاهتمام لأنّ الأساس عندما يكون رصينا ومتمينا نحصل على نتائج مستقبلية تخدم الحركة الرياضيّة في المنطقة.

## الإشكاليّة:

الأطفال الموهوبون في أيّ مجال من مجالات النّشاط الإنساني ثروة بشريّة يجب اكتشافها ورعايتها والحفاظ عليها، والمجال الرياضي أحد مجالات النّشاط الإنساني الهامة في عالمنا المعاصر، وقد تطور في السنوات الأخيرة تطوراً ملحوظاً، وظهر ذلك في تسجيل الأرقام العالميّة حيث يبدأ تطوير الأداء الرياضي باكتشاف المواهب الناشئة والخامات الرياضيّة واستغلالها وذلك عن طريق الانتقاء الذي يعتبر حجر الأساس للوصول إلى المستويات العليا.

وكرة القدم في الجزائر كغيرها من البلدان تقوم نواديها بعملية الانتقاء ولكن ما يلاحظ هو أنّ أغلب النوادي الرياضيّة تعتمد في عملية الانتقاء على الملاحظة البيداغوجيّة للمدرب، أو بعض المساعدين من خلال منافسة منظمة لذلك الغرض، دون إخضاع اللاعبين لمجموعة من الاختبارات والقياسات، وهذا ما يشكّك في مصداقيّة عمليّة الانتقاء، وهنا تكمن المشكلة المتمثلة في غياب الانتقاء الجيد والصائب خاصة

الفئات العمرية الأقل 13 سنة، انتقاء يستجيب لمتطلبات الكرة الحديثة ومنهجية تركز على أسس علمية ونظرا لأهمية الموضوع نطرح التساؤلات التالية:

- ما هي الطرق والأساليب المعتمدة من طرف المدربين في انتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة في أندية وأكاديميات ولاية تبسة ؟
  - هل تتوفر للمدربين الإمكانيات اللازمة لعملية الانتقاء المواهب الناشئة للفئات العمرية الأقل من 13 سنة بمدارس وأكاديميات كرة القدم لولاية تبسة ؟
- أهداف الدراسة:**

- الاطلاع على الطرق والأسس التي يعتمد عليها المدربون في عملية انتقاء المواهب في أندية وأكاديميات ولاية تبسة في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة.
  - إبراز أهمية موضوع الانتقاء في عالم الرياضة بصفة عامة وفي كرة القدم بصفة خاصة.
- فرضيات البحث:**

- يعتمد المدربون في عملية انتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة لأندية وأكاديميات ولاية تبسة على الملاحظة والخبرة الذاتية.
- لا تتوفر للمدربين الإمكانيات اللازمة لعملية انتقاء المواهب الناشئة للفئات العمرية الأقل من 13 سنة بمدارس وأكاديميات كرة القدم لولاية تبسة ؟

### **المفاهيم والمصطلحات:**

#### **مفهوم الموهبة:**

هي قدرة فطرية أو استعداد موروث في مجال واحد أو أكثر من مجالات الاستعداد العقلية، والإبداعية، والاجتماعية، والانفعالية والفنية (الحويطي، 2020، 26)

وهي فئة من الطلاب الذين أنعم الله عليهم بالاستعدادات والقدرات المرئية، وغير المرئية (غير عادية) وأداء متميز عن بقية أقرانهم في مجال، أو أكثر من المجالات التي يقدرها المجتمع وخاصة في مجال التفوق العلمي، والتفكير الإبداعي، والتحصي، والمهارات، والقدرات الخاصة، ومن أجل ذلك لابد على الأمة الحفاظ على هذه الثروة العظيمة، وعدم تناسيها بالإهمال وانعدام الرعاية المطلوبة، فهؤلاء الموهوبون، والمبدعون هم الذين يمتلكون مفتاح التغيير للأفضل في سبيل نهضة الأمة وتقدمها ورقيتها (قطاني، 2011، 66).

#### **الانتقاء الرياضي:**

هو عملية المفاضلة وتعنى اختيار أفضل المتقدمين من خلال استخدام الأسلوب العلمي المتمثل في بعض القياسات والاختبارات التي تتلاءم مع متطلبات اللعبة والتخصص (يوسف، 2005، 20)

كما يعرف الانتقاء على أنه عملية اختيار أنسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات، وقدرات خاصة تتفق ومتطلبات نوع النشاط الرياضي. أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية، ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط. (لطي، 2002، 19).

#### كرة القدم:

هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة هدف وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط. (هلال، 2017، 12)

#### منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

##### منهج البحث:

المنهج هو الطريقة التي تتبع للكشف عن الحقائق بواسطة استخدام مجموعة من القواعد العامة ترتبط بتجميع البيانات وتحليلها حتى نصل إلى نتائج ملموسة، وبما أن المعرفة العلمية معقدة كان من الواجب على العلماء والباحثين أن يتبعوا مناهج لتسهيل الدراسة والإمام بحوثيات الموضوع المدروس. وظهور هذه المناهج ساهم بقدر كبير في الدراسات النفسية والاجتماعية، وحتى الدراسات التطبيقية من بين هذه المناهج (صالح، 2014، 147)

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي المناسب لمثل هذه الدراسات والذي يعرف بأنه أحد أشكال التحليل، والتفسير العلمي المنظم لوصف الظاهرة، أو المشكلة المحددة، وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات، ومعلومات مقننة عنها وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة، كذلك يعرف بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة، أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها، ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها، والوصول إلى نتائج عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث. (الدليمي، 2016، 99)

#### مجتمع وعينة البحث:

##### مجتمع البحث:

هو المجتمع الذي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليه نتائج دراسته والعلاقة بالمشكلة المدروسة، أي أنها المجموعة الأساسية التي تأخذ منها العينة (علي، 2014، 20) ويتمثل مجتمع البحث في هذه الدراسة في مدرّبي كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة المنتسبين للرابطة الولائية تبسة.

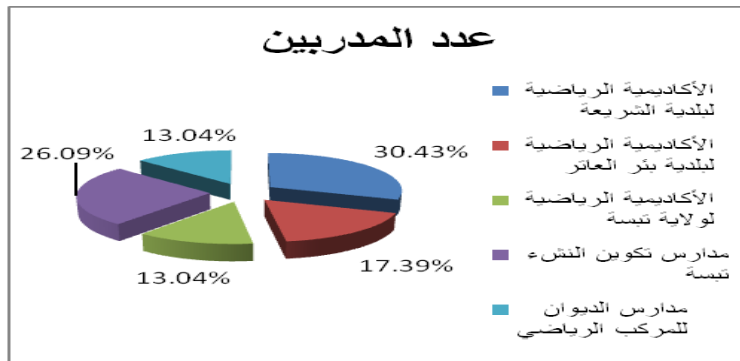
##### عينة البحث:

هي جزء من مجتمع الظاهرة قيد الدراسة توحد بطريقة معينة بحيث تكون ممثلة تمثيلاً صحيحاً للمجتمع، بقصد التعرف على خصائص هذا المجتمع (صبري، 2018) وفي هذه الدراسة تم اختيار العينة

بالطريقة القصديّة حيث تمثّلت في 23 مدرب لكرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة من مختلف أندية وأكاديميات ومدارس ولاية تبسة لكرة القدم.

الجدول رقم (01): يوضح توزيع أفراد عينة البحث.

العدد	العينة
7 مدربين	الأكاديمية الرياضية لبلدية الشريعة
4 مدربين	الأكاديمية الرياضية لبلدية بئر العاتر
3 مدربين	الأكاديمية الرياضية لولاية تبسة
6 مدربين	مدارس تكوين النشء تبسة
3 مدربين	مدارس الديوان للمركب الرياضي



الشكل رقم (01): يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث.

المجال البشري: إجراء الدّراسة على مجموعة مدربي كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة من مختلف مدارس وأكاديميات رياضية بولاية تبسة.

المجال الزمني: تمّ إجراء الدراسة من: 2022/06/01 إلى غاية 2022/08/16.

أدوات البحث:

الاستبانة: تعد الاستبانة أحد الوسائل التي يعتمد عليها الباحث في جمع البيانات والمعلومات من مصادرها الأصلية، وهي من أكثر الأدوات البحث شيوخ مقارنة بالأدوات الأخرى ووردت تعريفات عدة الاستبانة منها" هي مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المجيب بالإجابة عنها، وهي الأداء الأكثر استعمالا في الحصول على البيانات من المبحوثين مباشرة ومعرفة آراءهم واتجاهاتهم (الدليمي، 2016،

(133

## الأسس العلمية:

**صدق الأداة:** للتأكد من الصدق الظاهري والحصول على تأكيد أداة البحث وصدقها في قياس ما صممت من أجله تمّ عرض الاستبانة على مجموعة من الخبراء وعددهم أربعة (04) من جامعة العربي التبسي-تبسة- وهم من الدكاترة وخبراء في التدريب الرياضي لإبداء آرائهم حول وضوح فترات الأداء ومدى صلاحيتها وارتباطها بالمحور الذي تنتمي إليه الفقرة.

**ثبات الأداة:** يعتبر من العوامل الهامة الواجب توفرها لصلاحية استخدام اي اختبار او استبيان وثبات اداة الدراسة يعنى لو قمنا بتكرار الاختبار لمرات متعددة على الفرد لأظهرت النتائج شيء من الاستقرار وذلك بان يعطى الاختبار نفس النتائج إذ ما استخدم اكثر من مرة وتحت نفس الظروف وعلى نفس الافراد (أحمد، 2009، 106) وقد قمنا بتوزيع الاستمارة على 8 مدربين من المجتمع الأصلي بفارق زمني قدره 10 أيام وكانت إجابتهم ثابتة، حيث كانت معاملات الثبات الفا كرونباخ لمحاور الاستبيان عالية. حيث بلغت على التوالي المحور الثاني (0.88) المحور الثالث (0.92) مما يدل على ان محاور الاستبيان يتمتعان بثبات عالي وهو ما يؤكد ثبات الاستمارة.

## الوسائل الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة...إلخ. وقد استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية (الطريقة الثلاثية)

التكرارات  $\times 100\%$

النسبة المئوية =

عدد الأفراد

- ولمطابقة النتائج مع الجانب النظري نقوم بحساب كا<sup>2</sup> بعد ذلك نجد كا<sup>2</sup> الجدولة بعد تحديد مستوى الدلالة (0.05) ودرجات الحرية.

مجموع ( التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة ) كا<sup>2</sup>

كا<sup>2</sup> =

التكرارات المتوقعة

حيث أن: كا<sup>2</sup> = قيمة مربع كاي المحسوبة

ك ش = التكرار المشاهد ( القيم المشاهدة )

ك م = التكرار المتوقع ( القيم المتوقعة ) ( الكريزي، 2015، 240)



عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

عرض وتحليل نتائج المحور الأول: محور المعلومات الشخصية

جدول رقم (02) يوضح محور المعلومات الشخصية

ن.س	ن.ج	الإجابات												السؤال				
		لا يوجد		مستشار في الرياضة		مربي رئيسي		مربي		ماجستير أو دكتوراه في رياضة		ماستر في الرياضة			ليسانس في الرياضة			
100%	23	17.3 9%	4	17.3 9%	4	8.6 9%	2	8.6 9%	2	0	0	8.6 9%	2	39.1 3%	9	الشهادة الأكاديمية		
100%	23	لا يوجد		CAF.A		CAF.B		CAF.C		FAF3		FAF		FAF1		التدريبية المتحصل		
100%	23	47.8 2%	1	0	0	0	0	4.3 9%	1	30.4 3%	1	4.3 9%	1	13.0 4%	3			
100%	23	أكثر من 10 سنوات		من 6 إلى 9 سنوات				من 3 إلى 6 سنوات				من 1 إلى 3 سنوات				سنوات الخبرة في مجال التدريب في كرة القدم		
100%	23	13.04 %	3	0	0	0	0	39.13 %	9	26.0 %	8	6	6					
100%	23	لا						نعم						هل أنت لاعب سابق				
100%	23	%47.82				11				%52.17				12				
100%	23	تحت 20 سنة		تحت 18 سنة		تحت 17 سنة		تحت 15 سنة		تحت 13 سنة		الأصناف التي تشرفون على تدريبها						
100%	23	100 %	1	100 %	0	100 %	0	100 %	0	100 %	0	100 %	2	3				

من خلال إجابات المدربين حول السؤال رقم (01) تبين لنا أن أغلبية المدربين متحصلين على شهادة ليسانس والذي بلغ عددهم (09) مدربين بنسبة (39.13%) في حين كانت ثاني نسبة لحاملي

شهادة مستشار (13.04%) وبلغ عددهم أربعة مدربين (04) أما حاملي شهادة مربي فقد بلغ عددهم ثلاثة مدربين (03) بنسبة (13.04%) وكانت نسبة المدربين الذين لا يحملون أي شهادة أكاديمية (03) مدربين بنسبة (13.04%) بينما نسبة المدربين حاملي شهادة مربي رئيسي بلغ عددهم مدربين (02) بنسبة (8.69%) كذلك بالنسبة لحاملي شهادة التدريبية فإن غالبية المدربين لا يحملون شهادة تدريبية حيث بلغ عددهم (11) مدرب بنسبة (47.82%) بينما كان عدد الحاصلين على شهادة تدريبية. FAF1 (07) مدربين بنسبة (30.43%) كما نجد ما نسبتهم (13.04%) متحصلون على شهادة FAF1. بينما مدرب واحد يحمل شهادة. FAF بنسبة (4.39%) وفيما يخص خبرة اللاعبين من إجابات أفرد العينة على السؤال "4" فقد تبين أن أغلبية المدربين لاعبين سابقين وقد بلغ عددهم (12) لاعبا بنسبة (52.17%) أما (11) مدربا فقد أجابوا أنهم ليسوا لاعبين سابقين.

من خلال القراءات السابقة لمختلف إجابات المدربين واستنادا إلى الجدول سابق الذكر سجلنا وفرة من الإطارات وخبرجي المعاهد والجامعات وعليه فإن أغلب أفراد العينة تميزت بمستوى علمي جيد من الناحية الأكاديمية، كما أن أغلبيتهم خبرتهم ليست بالقليلة في ميدان التدريب. وهذا ما يسمح لنا بمعرفة أهم النقاط المبحوث عليها في مجال الانتقاء وهو ما يبرز لنا العديد من المؤشرات التي تكون سندا لنا في عملية البحث والتحري ومعالجة الموضوع الذي بين أيدينا.

عرض وتحليل نتائج المحور الثاني: واقع عملية الانتقاء.

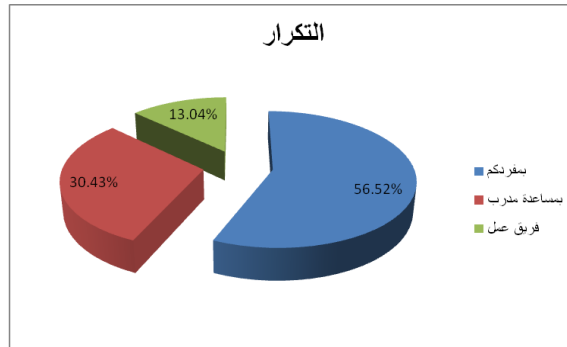
السؤال رقم 07: هل تقومون بعملية الانتقاء بمفردكم أو بمساعدة آخرين؟

الغرض من السؤال: معرفة المسؤول عن القيام بعملية الانتقاء.

جدول رقم: (03) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالمسؤول عن عملية

الانتقاء.

الدالة الإحصائية	قيمة كا <sup>2</sup> المجدولة	قيمة ك <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
				56.52%	13	بمفردكم
				30.43%	07	بمساعدة مدرب
				13.04%	03	فريق عمل
دال	5.99	6.61	2			



الشكل رقم (02): يوضح النسب المئوية لإجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالمسؤول عن عملية الانتقاء.

من خلال الجدول رقم (03) المبين أعلاه نلاحظ أن أغلب إجابات المدربين تمثلت في قيامهم بعملية الانتقاء بمفردهم حيث بلغ عددهم (13) مدرب بنسبة (56.52%) أما الفئة الثانية من عينة البحث فقد أكدوا بأنهم يقومون بعملية الانتقاء بمساعدة مدرب آخر حيث بلغ عددهم (07) مدربين ما نسبته (30.43%) بينما ثلاث مدربين فقط من أفراد عينة البحث بنسبة (13.04%) أكدوا أن عملية الانتقاء يقوم بيها فريق عمل ومن أجل معرفة دلالة الفرق بين التكرار الواقعي والتكرار المحتمل المؤسس على الفرص الصفري، وقمنا باستخدام اختبار حسن المطابقة على النتائج المتحصل عليها وقد وجدنا قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (6.61) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية 2 وبالتالي وجود دلالة إحصائية تدعم وتؤيد الإجابة الأكثر تكراراً، وهذا ما يفسر بانفراد المدرب بالقيام بعملية الانتقاء.

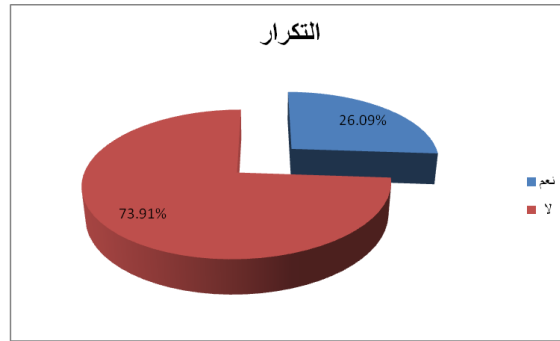
السؤال رقم 08: هل تلقيتم تكويناً خاصاً بعملية الانتقاء؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تلقي المدربين تكويناً أو تربيصات حول عملية الانتقاء.

جدول رقم (04) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بتكوين أو تربيص المدربين

#### حول عملية الانتقاء

الدلالة الإحصائية	قيمة $\chi^2$ الجدولية	قيمة $\chi^2$ المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	3.84	5.26	01	26.09%	6	نعم
				73.91%	17	لا



الشكل رقم (03): يوضح النسب المئوية لإجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بتكوين أو تربص المدربين حول عملية الانتقاء.

من خلال الجدول رقم (04) نلاحظ أن أغلب المدربين أكدوا أنهم لم يتلقوا أيّ تكوين فيما يخصّ عملية الانتقاء حيث بلغ عددهم (17) مدرباً، وهو ما نسبته (73.91%) أمّا الفئة الثانية من المدربين والذي بلغ عددهم (06) مدربين، ما نسبته (26.09%) أجابوا. بأنهم تلقوا تكويناً خاصاً حول عملية الانتقاء. وقصد معرفة دلالة الفروق قمنا باستخدام اختبار حسن المطابقة ك<sup>2</sup> على النتائج المتحصل عليها وقد وجدنا قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (5.26) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولية (3.84) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 1 وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القيم المشاهدة والقيم المتوقعة. تعتبر فروق جوهريّة لا يمكن أن ترجع للصدفة تدعم الإجابة الأكثر تكرار وهذا ما نفسره بعدم تلقي المدربين لتبريرات وتكوين خاص حول موضوع الانتقاء. ما يدل على أنّ مستوى التأطير والتكوين لا يتماشى مع التطورات الحديثة في مجال عملية الانتقاء.

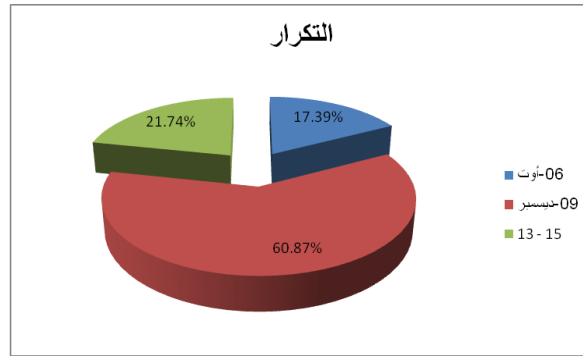
السؤال رقم 09: حسب رأيك ما هو السن المناسب لعملية الانتقاء في كرة القدم؟

الغرض من السؤال: معرفة المرحلة العمرية المناسبة لعملية الانتقاء حسب وجهة نظر المدربين.

جدول رقم: (05) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق معرفة المرحلة العمرية

المناسبة لعملية الانتقاء حسب وجهة نظر المدربين.

الدلالة الإحصائية	قيمة ك <sup>2</sup> الجدولة	قيمة ك <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	5.99	7.92	02	17.39 %	04	08 - 06
				60.87 %	14	12 - 09
				21.73 %	05	15 - 13



الشكل رقم (04): يوضح النسب المئوية لإجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق معرفة المرحلة

العمرية المناسبة لعملية الانتقاء حسب وجهة نظر المدربين.

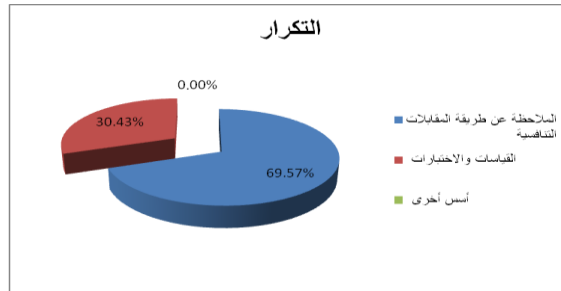
من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أنّ أغلب المدربين يرون أنّ الفئة العمرية المناسبة لعملية الانتقاء في كرة القدم هي الفئة من 9 إلى 12 سنة حيث بلغ عدد المدربين (14) مدرباً بنسبة (60.87%) ومن أجل معرفة مدى دلالة الفرق بين التكرار الواقعي والتكرار المحتمل المؤسس على الفرق الصفري تم استخدام اختبار كا<sup>2</sup> و قد وجدنا بأن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة (7.92) أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> الجدولة (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 2 وعليه يمكن القول بأنه يوجد فرق ذات دلالات إحصائية تدعم الإجابة أكثر تكراراً وهي أنّ السن المناسب لعملية الانتقاء في كرة القدم هو من 09 إلى 12 سنة.

السؤال رقم 10: ما هي الأسس المعتمدة في عملية الانتقاء؟

الغرض من السؤال: معرفة الأسس المتبعة في عملية الانتقاء.

جدول رقم (06) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالطريقة المعتمدة في عملية الانتقاء.

الدلالة الإحصائية	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	5.99	16.8	02	69.56%	16	الملاحظة عن طريقة المقابلات التنافسية
				30.04%	7	القياسات والاختبارات
				00%	00	أسس أخرى



الشكل رقم (05): يوضح النسب المئوية لإجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالطريقة المعتمدة في عملية الانتقاء.

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن أغلب إجابات المدربين تمثلت في اعتمادهم على الملاحظة والملاحظة عن طريق المقابلات التنافسية الذي بلغ عددهم (16) مدرباً بنسبة (69.59%) أما الفئة الثانية من المدربين والذي بلغ عددهم (07) مدربين أي ما نسبته (30.43%) يعتمدون على القياسات والاختبارات أثناء عملية الانتقاء، كما نلاحظ أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة (16.8) أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 2 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تدعم الإجابة الأكثر تكراراً حيث أجاب معظم المدربين بأن الملاحظة عن طريق المقابلات التنافسية هي الطريقة المعمول بها داخل أكاديميات وأندية ولاية تبسة لانتقاء المواهب الناشئة للفئات العمرية الأقل 13 سنة وهو ما يوضح الطريقة العشوائية التي يتبعها المدربون في انتقائهم للمواهب الناشئة وهذا ما يؤدي إلى ضياع وتسرب الكثير من المواهب الناشئة والتي تعدّ خسارة يصعب تعويضها، وهذه الصورة تعكس المستوى الحقيقي للمدرب الذي يشرف على إعداد وتكوين وانتقاء هاته الفئة حيث يؤكد بن قوة على 2004 وشاشو سداوي 2019 ان اعتماد المدرب على الملاحظة اثناء عملية الانتقاء امر تنقصه الدقة والموضوعية.

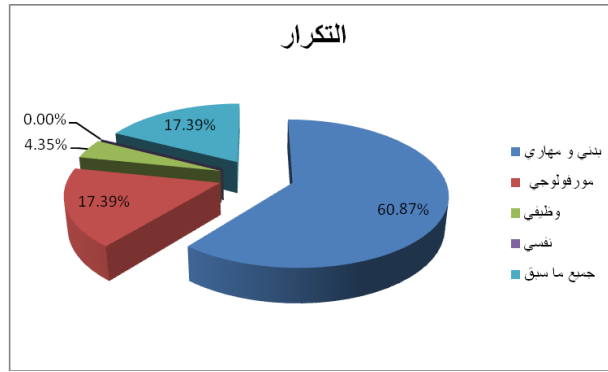
السؤال رقم 11: ما هي الجوانب التي تركزون عليها أثناء عملية الانتقاء؟

الغرض من السؤال: التعرف على الجوانب التي يهتم بها المدربين عند قيامهم بعملية الانتقاء.

جدول رقم (07) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالجوانب التي تركزون عليها

#### أثناء عملية الانتقاء

الدلالة الإحصائية	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	9.49	26.76	04	60.87%	14	بدني و مهاري
				17.39%	4	مورفولوجي
				04.34%	1	وظيفي
				00%	00	نفسي
				17.39%	04	جميع ما سبق



الشكل رقم (06): يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال المتعلق بالجوانب التي تركزون عليها أثناء عملية الانتقاء.

من خلال الجدول رقم 7 نلاحظ أن أغلبية المدربين يولون الجانب البدني المهاري الأولوية الكبرى في عملية الانتقاء حيث بلغ عددهم (14) مدرباً بنسبة (60.87%) أما الفئة الثانية من المدربين والذي بلغ عددهم (4) مدربين بنسبة (17.39%) يعتمدون على الجانب المورفولوجي أما الفئة الثالثة من المدربين والذي بلغ عددهم (4) مدربين بنسبة (17.39%) ولغرض معرفة مدى دلالة الفرق بين التكرار الواقعي المشاهد والتكرار المحتمل (متوقع) المؤسس على الفرض الصفري تم استخدام اختبار كاسي على النتائج الخام المتحصل عليه، حيث بلغت كاسي المحسوبة (26.76) أقل من كاسي الجدولة (9.49) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 4 هذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تدعم الإجابة الأكثر تكراراً وهو ما يفسر باعتماد مدربي الفئات الناشئة تحت 13 سنة على الجانب البدني المهاري من خلال الملاحظة أثناء عملية الانتقاء.

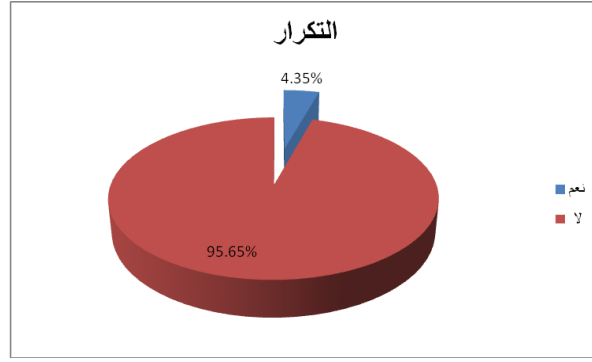
عرض وتحليل نتائج المحور الثالث: محور الإمكانيات المتاحة.

السؤال رقم 12: هل يوجد نظام محدد حالياً لانتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم للفئة العمرية تحت 13 سنة في كرة القدم؟

الغرض من السؤال: معرفة وجود نظام محدد حالياً لانتقاء المواهب الناشئة في لفئة العمرية تحت 13 سنة في كرة القدم.

جدول رقم (08) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول وجود نظام محدد حالياً لانتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم تحت 13 سنة في كرة القدم.

الدلالة الإحصائية	قيمة كاسي الجدولة	قيمة كاسي المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	3.84	19.17	01	04.34%	01	نعم
				95.66%	22	لا



الشكل رقم (07): يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال المتعلق بوجود نظام محدد حاليا لانتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم للفئة العمرية تحت 13 سنة في كرة القدم

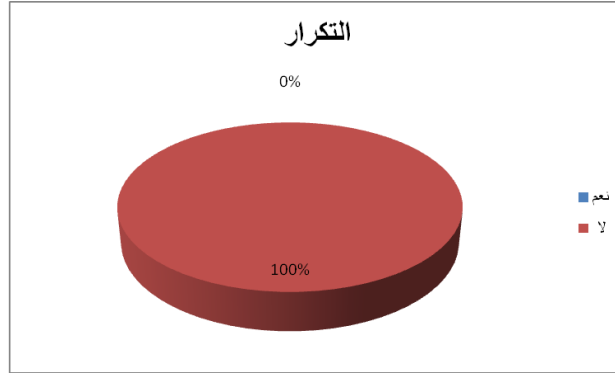
من خلال نتائج الجدول الموضح أعلاه نلاحظ إجماع المدربين على عدم وجود نظام محدد لانتقاء الموهوبين من الناشئين للفئات العمرية الأقل من 13 سنة في كرة القدم في ولاية تبسة حيث بلغ عددهم (22) مدرب بنسبة (95.66%) بينما مدرب (01) بنسبة (04.34%) يرى أن هناك نظام محدد حاليا لانتقاء المواهب الناشئة، وبالرجوع إلى قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة نجدها أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية 1 وبالتالي وجود دلالة إحصائية تؤيد وتؤكد الإجابات الأكثر تكرارا وهذا ما يفسر بعدم وجود طريقة موحد ومعتمدة محليا جهويا أو حتى وطنيا لانتقاء المواهب الناشئة للفئات العمرية الأقل من 13 سنة في ولاية تبسة.

السؤال رقم 13: هل يتم تزويدكم ببعض الاختبارات الحديثة من طرف الفدرالية الوصية على ذلك؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى توفر إمكانيات اختبارات حديثة.

جدول رقم (09) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول معرفة مدى توفر إمكانيات اختبارات حديثة.

الدلالة الإحصائية	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	3.84	23	01	00 %	00	نعم
				100 %	23	لا





الشكل رقم (08): يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال المتعلق بمعرفة مدى توفر إمكانات اختبارات حديثة.

جدول رقم (08) يوضح عينة البحث (23) مدرب ما نسبة (100%) أكدوا عدم تزويدهم بأي اختبارات حديثة بناتا من طرف الرابطة أو الاتحادية كما نلاحظ أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 01 مما يدل على وجود فروق ذات يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول السؤال هل يتم تزويدهم ببعض الاختبارات الحديثة من طرف الفيدرالية الوصية على ذلك.

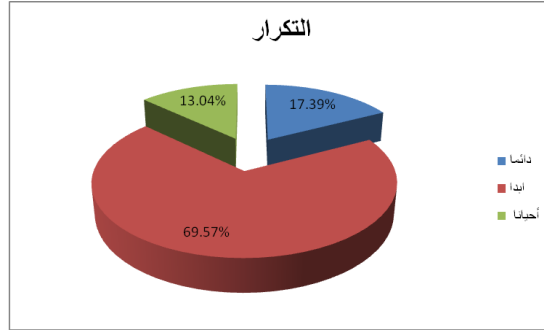
من خلال الجدول رقم (06) نجد إجماع من طرف مدربي عينة البحث (23) مدرب أي ما نسبته (100%) أكدوا عدم تزويدهم بأي اختبارات حديثة من طرف الهيئات الوصية سواء الرابطة الولائية أو الرابطة الجهوية أو حتى من طرف الاتحادية. كما نلاحظ أن قيمة حتى كا<sup>2</sup> المحسوبة (23) أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية (3.84) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 1 وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية تدعم الإجابة الأكثر تكرارا حيث أنّ إجابة كل المدربين تؤكد على عدم تزويدهم من طرف الرابطة أو الاتحادية بأي اختبارات حديثة.

السؤال رقم 14: هل يحضر الطبيب أو الممرض أثناء عملية الانتقاء؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى حضور الجهاز أثناء عملية الانتقاء.

جدول رقم (10) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول حضور ممرض أو طبيب أثناء عملية الانتقاء

الدلالة الإحصائية	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	5.99	13.66	02	17.39%	04	دائما
				59.56%	16	ابدا
				13.04%	03	أحيانا



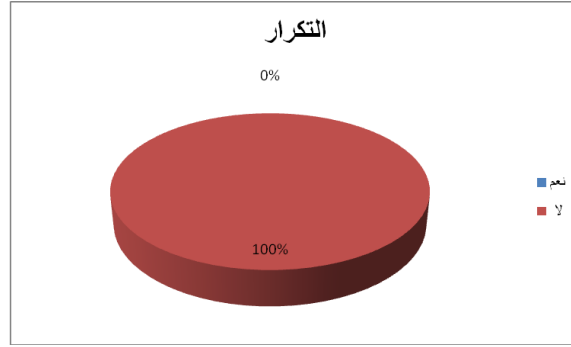
الشكل رقم (09): يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال المتعلق بحضور ممرض أو طبيب أثناء عملية الانتقاء.

من خلال نتائج الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن أغلبية المدربين يؤكدون عدم حضور أي طبيب أو ممرض أثناء عملية الانتقاء حيث بلغ عددهم (16) مدريا بنسبة (59.56%) أما الفئة الأخرى من المدربين والذي بلغ عددهم (4) مدربين فقد أكدوا حضور الطبيب أثناء عملية الانتقاء بنسبة (17.39%) وبينما فئة أخرى من نفس العينة والمقدرة بـ 3 مدربين أي ما نسبته (13.04%) أجابوا أحيانا ما يحضر الطبيب في عملية الانتقاء ومن أجل معرفة مدى دلالة الفروق بين التكرار الواقعي والتكرار المتوقع المؤسس الفرض الصفري وبعد استخدام اختبار كا<sup>2</sup> وجدنا أن كا<sup>2</sup> المحسوبة (13.66) أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة (5.99) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 2 بالتالي وجود دلالة إحصائية تدعم الإجابة الأكثر تكرار وفي عدم وجود حضور طبيب أثناء عملية الانتقاء المواهب الناشئة الكرة القدم في ولاية تبسة للفئات العمرية تحت 13 سنة.

السؤال رقم 15: هل توجد محكات أو مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى توفر محكات ومستويات معيارية لدى المدربين يتم اعتمادها أثناء عملية الآن.

جدول رقم (11) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول وجود محكات أو مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء المواهب الناشئة في الكرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة.

الدلالة الاحصائية	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	3.84	23	01	00 %	00	نعم
				100 %	23	لا



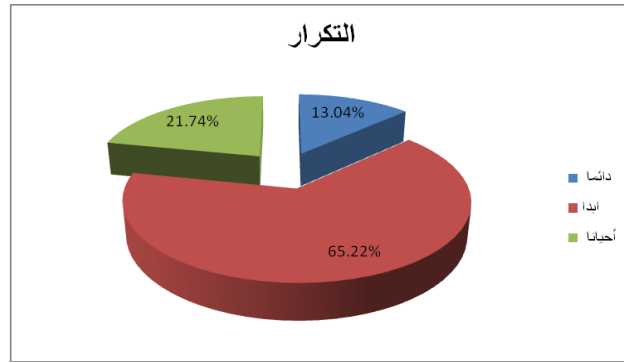
الشكل رقم (10): يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال المتعلق بمعرفة مدى توفر محكات و مستويات معيارية لدى المدربين يتم اعتمادها أثناء عملية الآن.

من خلال الجدول رقم (08) نجد إجماع من طرف مدربين عينة البحث (23) مدربا ما نسبته (100%) أكدوا عدم توفر محكات أو مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء الموهوبين الناشئين في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة كما نلاحظ أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (23.00) أكبر من  $\chi^2$  الجدولية (3.84) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 1 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تدعم الإجابة الأكثر تكرارا، وهذا ما نفسره بعدم توفر محكات أو مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء الموهوبين الناشئين في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة على مستوى ولاية تبسة.

**السؤال رقم 16:** هل تمنحك الجهات المسؤولة تریصات وتكوينات مستمرة في مجال كرة القدم؟  
الغرض من السؤال: معرف ما إذا كان المدربون يستفيدون من تریصات وتكوينات مستمرة لمواكبة تطورات كرة القدم الحديثة.

جدول رقم (12) يوضح تكرار إجابات عينة البحث حول منح تریصات وتكوينات مستمرة في مجال كرة القدم.

الدلالة الإحصائية	قيمة كا2 المجدولة	قيمة كا2 المحسوبة	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	
دال	5.99	10.78	02	13.04 %	03	دائما
				65.21 %	15	ابدا
				21.73 %	05	أحيانا



الشكل رقم (11): يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال المتعلق بمنح تريضات وتكوينات مستمرة في مجال كرة القدم.

من خلال الجدول رقم (08) المبين أعلاه يتضح أن أغلبية المدربين والذي بلغ عددهم (15) مدربا من مجموع عينة البحث أي ما نسبة (65.21%) أكدوا عدم منحهم أي تريضات من طرف الجهات المسؤولة بينما (5) مدربين من مجموع عينة البحث أي ما نسبته (21.73%) يرون أنه أحيانا ما تمنح لهم تريضات وأيام تكوينية من طرف الجهات الوصية بينما (3) مدربين فقط من مجموع عينة البحث أي ما نسبته (13.04%) أكدوا أنهم دائما ما يستفيدون من تريضات وأيام تكوينية من طرف الجهات المسؤولة وللتأكد من مدى دلالة الفرق بين التكرار الواقعي المشاهد والتكرار المحتمل المؤسس على الفرض الصفري وبعد استخدامنا لاختبار كا<sup>2</sup> وجدنا بأن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة (10.78) أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 2 وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية تدعم وتؤكد الإجابات الأكثر تكرارا وهو عدم استفادة المدربين من تريضات وأيام تكوينية في مجال كرة القدم.

### مناقشة النتائج والفرضيات

#### مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

انطلاقا من الفرضية الجزئية الأولى وهي اعتماد المدربين في عملية انتقاء المواهب الناشئة في كرة القدم للفئات العمرية الأقل من 13 سنة لأندية وأكاديميات ولاية تبسة على الملاحظة والخبرة الذاتية. فمن خلال مختلف القراءات السابقة واستنادا إلى النتائج المتحصل عليها من الجداول رقم 3- 4- 5- 6 والمؤكدة بطريقة إحصائية وعلمية، نجد أن أغلبية المدربين أكدوا بانفرادهم بعملية الانتقاء واعتمادهم على الملاحظة عن طريق المقابلات التنافسية في عملية الانتقاء، كما أكدوا أغليبتهم بالاعتماد على الجانب البدني المهاري مع إهمال المحددات الأخرى، وعليه نستنتج أن أغلب مدربي الفرق الناشئة في أندية وأكاديميات ولاية تبسة لا يعتمدون على أسس علمية من خلال اعتمادهم طرق تقليدية أثناء قيامهم بعملية الانتقاء وهذا بالرغم من التطور العلمي المسجل في مجال التقويم والقياس وعليه يمكننا القول بأن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت بنسبة كبيرة. واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بن قوة على 2004 والتي

خلصت الى الارتجالية في عملية انتقاء المواهب الناشئة من خلال اعتماد المدربين على اساليب غير علمية (شاشو سداوى 2019) حيث اعتمدت على الصدفة والملاحظة والخبرة الشخصية.  
**مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:**

من خلال القراءات السابقة لمختلف إجابات المدربين المتحصل عليها من الجداول 9 - 10 - 11 - 12 - 13 والمؤكدة بطريقة إحصائية نجد أن جل المدربين قد أكدوا بعدم وجود نظام موحد ومعتمد محليا لعملية الانتقاء كما أكدوا بعدم تزويدهم بأي اختبارات حديثة من طرف الرابطة أو حتى الاتحادية مع تأكيدهم أيضا بعدم توفر مستويات معيارية أو محكات محلية يتم الاعتماد عليها أثناء عملية الانتقاء كما أكدت أغلبية أفراد العينة أيضا بعدم وجود أو غياب الطاقم الطبي أثناء عملية الانتقاء وعليه يمكننا القول أن هذه النتيجة مطابقة لتوقعاتنا ويمكننا القول بان الفرضية الجزئية الثانية أيضا قد تحققت وهي لا تتوفر للمدربين الإمكانيات اللازمة لعملية انتقاء المواهب الناشئة للفئات العمرية الأقل من 13 سنة بمدارس وأكاديميات كرة القدم لولاية تبسة.

#### **الاستنتاج:**

على ضوء فرضيات وأهداف البحث، وفي حدود ما أظهرت نتائج الدراسة، من خلال ما أفرزته نتائج الاستبيان الموجه للمدربين للفئات العمرية تحت 13 سنة بمدارس وجمعيات وأكاديميات ولاية تبسة لكرة القدم نستنتج أنه، بالرغم من تواجد عدد كبير من المدربين خريجي المعاهد وإشرافهم على تدريب الفئات الصغرى، و بالرغم من إدراكهم لأهمية ودور توظيف الأسس العلمية في عملية الانتقاء أن الطريقة التقليدية المعتمدة على الملاحظة، والصدفة، والعشوائية تطغى على عملية انتقاء البراعم الناشئة.

- عدم وجود نظام محدد أو منهجية موحدة يتم اعتمادها من طرف المدربين في عملية انتقاء المواهب الناشئة للفئات العمرية الأقل من 13 سنة لأندية وأكاديميات ولاية تبسة لكرة القدم.
- عدم استفادة المدربين من تریصات وأيام تكوينية في مجال كرة القدم.

#### **توصيات واقتراحات:**

- السعي لتحقيق التكوين الفعال للمدربين من خلال إيجاد سبل وآليات تسهم في إثراء رصيدهم المعرفي وخبرتهم الميدانية في مجال الانتقاء عن طريق تنظيم ندوات ودورات وجلسات تكوينية حول وسائل التقويم الموضوعي.
- السعي الى الاعتماد على الأسس العلمية في عملية انتقاء الناشئين الموهوبين وذلك بما يتلاءم مع متطلبات اللعبة من أجل تقادي تسرب المواهب الناشئة.
- وضع استراتيجية مبنية على أسس علمية.
- إعادة تأهيل المدربين على المعطيات النظرية الحديثة لعملية الانتقاء.
- وضع مستويات معيارية للفئات العمرية الصغرى في كرة القدم حتى تكون مرجع للعمل الميداني.

## قائمة المراجع:

- 1) إسرائ فؤاد صالح اللوتس وسهاد قاسم سعيد الموسوي بمراجعة نوال مهدي العبيدي: 2019، منهجية الانتقاء الرياضي، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 2) بن قوة علي: تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم الناشئين (14-16) أطروحة دكتوراه مطبوعة، كلية النشاطات الرياضية والبدنية - جامعة الجزائر3، الجزائر، 2003-2004.
- 3) أمين صبحي هلال، 2017، الدليل التدريبي الشامل في كرة القدم، دار أمجد للنشر والتوزيع عمان، الأردن.
- 4) حسن أحمد الشافعي، 2016، التحليل الإحصائي في التربية البدنية والرياضية، مؤسسة عالم الرياضة والنشر ودار الوفاء لنديا للطباعة، الإسكندرية، مصر.
- 5) حمو، دموم، أطروحة دكتوراه، دراسة بعض القياسات الجسمية ونتائج الاختبارات البدنية عند مختلف مراحل النمو البدني للطفل 6 - 11 سنة، الجزائر3، 2020.
- 6) رعد محمد عبد ربه، 2010، كرة القدم (رياضة الشعوب)، مج1، الجنادرية للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 7) ريسان خريبط، 2017، انتقاء المواهب الرياضية خطوات للعالمية، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 8) شاشو سداوي، اختيار اللاعبين وفق بعض المحددات المورفو-وظيفية حسب خطوط اللعب باستخدام برنامج حاسوبي، أطروحة دكتوراه \* مطبوعة \* جامعة مستغانم، الجزائر، 2019.
- 9) طه محمد لطفي، 2002، الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين، الهيئة العامة للمطابع الأسرية، القاهرة، مصر.
- 10) عزام عبد الرحمن صبري، 2018، الاختبارات الإحصائية المعلمية، دط، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 11) عصام حسن أحمد الدليمي، علي عبد الرحيم صالح، 2014، البحث العلمي أسسه ومناهجه، ط1، دار رضوان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 12) علي سموم، صادق جعفر الحسيني، علي مطير الكريزي، 2015، القياس والاختبار والتقويم، مطبعة المهيمن، بغداد، العراق.
- 13) محمود عبد السلام الحويطي، 2020، أساليب الكشف عن الموهوبين والمبدعين، دط، لوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

- 14) مؤيد عبد علي الطائي، 2022، تدريب الناشئين وانتقاء الموهوبين، الدار المنهجية للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
- 15) نادية بلعباس، عبد الحميد ليندة، 2020، دور التربية البدنية في اكتشاف المواهب الرياضية بالمدارس الابتدائية وفق مدركات المعلمين، مجلة الساوره للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 6، العدد 02، تاريخ النشر: 2020/12/30.
- 16) ناهده عبد زيد الدليمي، 2016، أسس وقواعد البحث العلمي، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 17) هدى محمد الحضري، 2004، التقنيات الحديثة لانتقاء الناشئين، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، جمهورية مصر العربية.

## دور الممارسة الرياضية في التقليل من الأمراض المزمنة لدى الأطفال (السمنة).

### -دراسة ميدانية بولاية المسيلة-

أ. مجناح مولود، جامعة بالمسيلة. moloud.medjnah@univ-msila.dz

أ. خلفه عماد الدين، جامعة بيسكرة. [khalfaimad28@gmail.com](mailto:khalfaimad28@gmail.com)

أ.د. مجادي مفتاح. جامعة بالمسيلة. meftah.medjadi@univ-msila.dz

### -الملخص:-

هدفت هذه الدراسة الى معرفة دور الممارسة الرياضية في التقليل من الامراض المزمنة لدى الأطفال، حيث تعد السمنة في مرحلة الطفولة من الحالات المعقدة التي يصاب بها الطفل لان الوزن الزائد يضع الأطفال عادة على بداية طريق المشكلات الصحية التي كانت تعد فيما سبق مشكلات خاصة بالبالغين مثل السكري وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول، كما يمكن أن تؤدي السمنة في مرحلة الطفولة الى عدم تقدير الذات والاكتئاب. حيث للممارسة الرياضية دور فعال في حياة الطفل فهي تساعده على تنمية الكفاءة الرياضية والمهارات البدنية النافعة في حياته اليومية والتي تمكنه من اجتياز بعض المخاطر والصعوبات التي تعينه كما ان للممارسة الرياضية دور هام وبالغ الأثر في الوقاية من مختلف الامراض التي تصيبه وخصوصا السمنة.

### Abstract:

Cette étude visait à connaître le rôle de la pratique sportive dans la réduction des maladies chroniques chez les enfants, où l'obésité infantile est une condition préoccupante qui affecte l'enfant car l'excès de poids place généralement les enfants au début du chemin des problèmes de santé qui étaient auparavant considérés comme des problèmes pour les adultes. comme le diabète L'hypertension artérielle, l'hypercholestérolémie et l'obésité infantile peuvent entraîner une faible estime de soi et la dépression. Là où la pratique sportive a un rôle effectif dans la vie d'un enfant, elle l'aide à développer des compétences athlétiques et des habiletés physiques utiles dans sa vie quotidienne, ce qui lui permet de passer une partie des risques et des difficultés qui l'aident, et la pratique sportive a un rôle important et rôle profond dans la prévention de diverses maladies qui l'affligent, en particulier l'obésité.



## -مقدمة:

تعتبر الممارسة الرياضية من الضروريات في حياتنا ولكن الكثير منا يغفل فائدتها على الجسم لان البعض يتحججون بان ليس لهم الوقت الكافي لممارستها وانشغالهم بأعمالهم لان تأثير وفائدة الممارسة الرياضية على الجسم لا يتم في وقت قصير وانما يحتاج فترة من الوقت، ترتبط بعوامل الرياضة وعدد مرات مزاولتها وقوة الإرادة والحزم والانتظام في ممارستها، ليست الممارسة الرياضية بمثابة الركيزة الأساسية لتنمية الفرد جسديا و فقط، فهي تساهم بقسط كبير في تحسين وتطوير القدرات العقلية والنفسية والحركية للفرد وتعمل على الوقاية والحد من مرض السمنة حيث أصبحت السمنة داء العصر والخطر الأكبر على صحة الناس، حيث صنفت من قبل منظمة الصحة العالمية كأحد الامراض العصر الخطيرة التي يجب التحذير منها وتشير الدراسات المحلية والعالمية الى ان نسبة السمنة فيتزايد مستمر وان تلك الزيادة شملت الفئات العمرية كلها ابتداء من الطفولة وحتى الشيخوخة، حيث تؤدي السمنة الى الإصابة بالعديد من الامراض الخطيرة مثل الامراض القلبية والسكري وضغط الدم، إضافة الى زيادة معدلات التوتر والقلق والاكتئاب وتدني مفهوم الذات وعدم الرضا عن صورة الجسد.

ان الممارسة الرياضية لدى الأطفال تتعدد وتتنوع فوائدها فهىلا تقتصر على الفائدة الجسمية فقط، بل تتعدى ذلك لتصل الى تقوية الشخصية ورفع الثقة بالنفس لدى الطفل، كما تعلمه المثابرة وتزرع فيه الصبر، كما ان الممارسة الرياضية تعمل على تقوية عضلات الجسم وتحسين التنفس إضافة الى حرق الدهون الضارة بالنسبة للأطفال الذين يعانون من السمنة.

ان الممارسة الرياضية لدى الأطفال تتكامل مع باقي الجوانب المختلفة لتحقيق الفرد السليم القادر على المساهمة الفعالة في بناء مجتمعه باعتبار ان أطفال اليوم هم رجال الغد.

## 2-الإشكالية:

تشير الدلائل والأبحاث العلمية اكثر من أي وقت مضى الى أهمية الممارسة الرياضية لصحة الانسان العضوية والنفسية والى خطورة الخمول البدني على صحته ووظائفه الجسمية، يؤدي عدم ممارسة الرياضة الى تدني اللياقة البدنية للفرد وزيادة معدل الإصابة بمختلف الامراض ومن بين هذه الامراض مرض السمنة حيث يعد مرض خطيرا جدا يجب تفاديه بشتى الطرق المختلفة. وتعد الممارسة الرياضية لدى الأطفال احد اهم الوسائل الناجحة من اجل القضاء على السمنة والتقليل منها، فالممارسة الرياضية مرتبطة ارتباطا مباشرا بصحة الطفل، اذ لها العديد من الفوائد الإيجابية عند الأطفال من مختلف النواحي الجسمية والنفسية والعقلية، ولعل من اهم الفوائد الإيجابية لممارسة الرياضة لدى الأطفال هي التقليل من مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة.

فما هو دور الممارسة الرياضية في التقليل من الامراض المزمنة لدى الأطفال(مرض السمنة)؟

### 3-التساؤل العام:

هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من الامراض المزمنة (مرض السمنة) لدى الأطفال؟

### 4-التساؤلات الجزئية:

1-هل للممارسة الرياضية المنتظمة دور في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال؟.

2-هل تساهم ممارسة الرياضة في التقليل من بدانة الجسم ومرض السمنة لدى الأطفال؟

### 5-الفرضية العامة:

1-للممارسة الرياضية المنتظمة دور في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال.

2-تساهم ممارسة الرياضة في التقليل من بدانة الجسم ومرض السمنة لدى الأطفال.

### 7-الكلمات الدالة والمفتاحية:

#### 1-الممارسة الرياضية: اصطلاحا:

هي عبارة عن أوجه لأنشطه بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة ممارسته لهذا النشاط (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطبي، 1992، ص30).

-اجرائيا: هي مجموعة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الفرد سواء كانت هذه الأنشطة الرياضية فردية او جماعية.

#### 2-الامراض المزمنة:

-اصطلاحا: ان المرض المزمن هو نوع من الأنواع الامراض، غير انه يتميز بالاستمرارية، حيث يميز الأطباء بينه وبين المرض الحاد الذي يظهر فجأة ويشفى الانسان منه سريعا، اما المزمن فيمثل عددا كبيرا من الامراض تختلف فيما بينها من حيث المنشأ والسبب والاعراض والعاج والمال(رمضان زعطوط، 2005، ص 15).

-اجرائي: هي الامراض التي تستمر مع الانسان طيلة حياته فهي تستمر لفترات طويلة مع الانسان ويكون تقدمها وتطورها بصورة بطيئة في اغلب الحالات.

### 3- السمنة:

-اصطلاحا: السمنة هي زيادة في وزن الجسم عن حده الطبيعي نتيجة تراكم الدهون فيه، وهذا التراكم ناتج عن عدم التوازن بين الطاقة الناتجة من تناول الطعام والطاقة المستهلكة في الجسم(سليمان إبراهيم أبو دقة، 2009).

اجرائيا: السمنة هي تراكم الدهون في الجسم وزيادة وزنه فوق الحد المطلوب.

### 4-الأطفال:

-اصطلاحا: يعرف الطفل من خلال الاتفاقية الدولية لحقوق الطفل بانه كل انسان لم يتجاوز الثامن عشر مالم يبلغ سن الرشد قبل ذلك بموجب القانون المطلق عليه(إسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي، 2005، 37).

-اجرائيا: هو فرد من افراد المجتمع له خصائصه البيولوجية والنفسية وله اهتماماته وحاجاته.

### 8-أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الى:

-ابرار دور المؤسسات الرياضية في التخفيف من السمنة لدى الأطفال

-اكتساب الأطفال المهارات والقدرات الحركية التي تستند الى القواعد الرياضية الصحية لبناء الجسم السليم.

-اتاحة فرص المتعة والبهجة وتخفيف الضغوطات بفتح أجواء التعبير عن النفس والمكونات الداخلية للطفل.

-العمل على التخلص من الوزن الزائد لدى الأطفال من خلال الممارسة الرياضية بمختلف اشكالها.

### 3-الدراسات السابقة:

- دراسة: الحليمي نور الدين ومعزوزي عبدالنور بعنوان: دور النشاط البدني المكيف في التقليل من المظاهر السلبية للأمراض المزمنة والسمنة، دراسة ماستر، سنة 2014-2015، هدفت هذه الدراسة الى

معرفة هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في التقليل من مظاهر الأمراض النفسية والفسولوجية كالقلق والاكتئاب والعزلة، القلب، السكري، ضغط الدم والتي يعاني منها الشخص البدن ولمعالجة هذه المشكلة تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي المقارن وذلك باستعمال أداة الاستبيان واختيار عيني بحث مستقلتين تتمثل في البدن، وطبيعي الجسم وذلك بنحو 20 شخص لكل عينة أي ما مجمله 40 شخص، بالإضافة الى 15 طبيب وجهت لهم بعض الأسئلة على شكل استمارة وذلك من اجل الاستفادة والاستدلال بما يمكنه خدمة هذا البحث، ومن اهم النتائج التي توصلت اليها هذه الدراسة ان ممارسة النشاط البدني المكيف من انجع الطرق التيمن شأنها التقليل من ظاهرة السمنة ومحاربتها، كون هذه الفئة أي البدناء يعتبرون من الناس ذوي الإعاقة والذين يحتاجون الى نظام تدريبي خاص ومناسب لإمكانياتهم يراعى فيه كل النقاط الأساسية التي من شأنها إعطاء نتائج مرضية.

-دراسة بادي رضا، زغمار الياس بعنوان: دور الممارسة الرياضية في التنشئة الاجتماعية للمراهقين في المرحلة الثانوية ولمعالجة هذه المشكلة تم الاعتماد على المنهج الوصفي وذلك باستعمال أداة الاستبيان وتم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية وتكونت العينة الدراسة منت 87 تلميذ من المرحلة الثانوية، ومن اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة هي تأكيد الدور المهم للممارسة الرياضية وانعكاسات ذلك بصفة إيجابية على التنشئة الاجتماعية للمراهقين وهي تعمل على تهذيب الفرد وتسوية السلوك لديه وتجعله قادرا على التحكم في انفعالاته وميولاته وتزيد من الانضباط والاتزان النفسي لديه.

#### 1-الإجراءات الميدانية للدراسة:

#### 2-المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

#### 3-الأداة المستخدمة في جمع المعلومات: الاستبيان

4-العينة: مجموعة من الأطفال الممارسين للرياضة في بعض المركبات الرياضية في ولاية المسيلة، أي مجموع العينة التي تم اجراء عليها 80 طفل رياضي.

## عرض النتائج ومناقشتها:

المحور الأول: هل الممارسة الرياضية المنتظمة دور في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال.

جدول رقم 01: يمثل ممارسة الرياضة المنتظمة ودورها في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال.

السؤال	الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
هل الممارسة الرياضية تساعدك في تحسين الصحة العامة للجسم	نعم لا	78 02	97.5% 2.5%
هل الممارسة الرياضية تفيدك من التخلص الطاقة الزائدة والضغط العصبي	نعم لا	72 08	90% 10%
هل الممارسة الرياضية تتيح لك الفرصة للتعبير عن قدراتك البدنية والعقلية والفكرية	نعم لا	80 00	100% 00%
هل تدفع الممارسة الرياضية لديك كطفل من كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي	نعم لا	55 25	68.75% 31.25%
هل الممارسة الرياضية تعمل على تطوير قدراتك البدنية كسرعة المرونة والرشاقة والقوة	نعم لا	78 02	97.5% 2.5%
هل صحتك الجسمية والعقلية والنفسية تتحسن عند ممارستك للأنشطة الرياضية	نعم لا	80 00	100% 00%

## -مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

حسب نتائج الجدول الذي يمثل عبارات الاستبيان فيمحوره الأول من خلال حساب النسبة المئوية للإجابات على مجموع الأسئلة الستة فقد تبين ان هذه الفرضية قد تحققت والتي مفادها للممارسة الرياضية المنتظمة دور في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال، حيث تؤثر الممارسة الرياضية بدرجة كبيرة جدا في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال حيث تؤثر هذه الممارسة الرياضية بدرجة كبيرة جدا في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال وهذا ما أكده بعض الباحثين والمؤلفين ومنهم شارلز بيوكر الذي يرى بان الممارسة الرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي، هدفه

تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية الانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق أنواع من النشاط البدني (محمد بسيوني، فيصل الشاطي، 1992، 30). كما يؤكد عواطف أبو العلا من الدوافع المرتبطة بالممارسة الرياضية هي محاولة الوصول الى القوة والصحة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي (سعد جلال، محمد علاوي، 1975، 07-188).

ومن خلال ما سبق نستنتج ان الممارسة الرياضية المنتظمة تساهم في الحفاظ على لياقة وصحة الجسم لدى الأطفال.

**المحور الثاني:** هل تساهم ممارسة الرياضة في التقليل من بدانة الجسم ومرض السمنة لدى الأطفال  
**الجدول رقم 02:** تمثل ممارسة الرياضة في التقليل من بدانة الجسم ومرض السمنة لدى الأطفال

السؤال	الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
هل ترى ان النشاط البدني الرياضي ضروري مناجل تخفيض الوزن بالنسبة للبدناء	نعم	80	100
	لا	00	00
تمارس الرياضة لرغبتك في التحفيف من وزنك لتبدو بمظهر افضل والمحافظة على الوزن المثالي	نعم	78	97.5
	لا	02	2.5
هل تتبعون برامج رياضية معينة في المحافظة على الوزن الجسم	نعم	72	90
	لا	02	10
هل يخضع الأطفال المنخرطين في المركبات الرياضية لمراقبة وزنهم بشكل دائم	نعم	66	22.5
	لا	14	17.5
هل تشعر بالاحراج والقلق النفسي من جراء حجم جسمك	نعم	00	0
	لا	80	100
من اهم العوامل المسببة للسمنة هي: الافراط في الاكل، الكسل والخمول، قلة النشاط الرياضي	نعم	80	100
	لا	00	0

### مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

حسب نتائج الجدول الذي يمثل عبارات الاستبيان فيمحوره الثاني من خلال حساب النسبة المئوية للإجابات على مجموع الأسئلة الستة فقد تبين ان هذه الفرضية قد تحققت والتي مفادها تساهم ممارسة الرياضة في التقليل من بدانة الجسم تعرض السمنة لدى الأطفال حيث ان ممارسة الأنشطة البدنية

والرياضية تقلل من السمنة لدى الأطفال وهذا ما تؤكد به بعض الدراسات والأبحاث والتي منها دراسة الحليمي نور الدين ومعزوزي عبد النور: دور النشاط البدني المكيف في التقليل من المظاهر السلبية للأمراض المزمنة والسمنة حيث توصلت الدراسة الى ان ممارسة النشاط البدني الرياضي من انجع الطرق التيمن شأنها التقليل من ظاهرة السمنة ومحاربتها وهذا ما ينطبق مع دراسة مامينة احمد: تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الصفية واللا صفية في التخفيض من البدانة لدى تلاميذ الطور المتوسط(12-15) حيث ابرزت هذه الدراسة الدور الفعال للأنشطة البدنية والرياضية في محاربة الوزن الزائد والسمنة وكذلك المحافظة على وزن الجسم بشكل عام.

من خلال مناقشة الفرضية الأولى والثانية وبعد تحققها يمكن التأكيد على ان الفرضية العامة القائلة بان: للممارسة الرياضية دور في التقليل من الامراض المزمنة(مرض السمنة) لدى الأطفال.

## 12-التوصيات والاقتراحات:

-تشجيع وتحفيز الأطفال على ممارسة النشاط البدني الرياضي بمختلف اشكاله ونشر ثقافة الممارسة لدى الأطفال.

-القيام بحملات تحسيسية حول السمنة ومتحاطرها والامراض الناتجة عنها وكيفية الوقاية والتخلص منها.

-العمل على تهيئة الأماكن والمرافق الضرورية للأطفال من اجل ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

-ابرار دور الأنشطة البدنية والرياضية في محاربة الوزن الزائد والسمنة وكذلك المحافظة على وزن الجسم.

-تشجيع الأبحاث العلمية التي تعنى بظاهرة البدانة كونها ظاهرة خطيرة يجب التصدي لها.

## خاتمة:

وفي ختام بحثنا هذا تعد قلة الممارسة الرياضية من اهم الأسباب التي تؤدي الى السمنة ولا سيما عند الأطفال، وكما اكدت الأبحاث والدراسات العلمية فان ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية تعد عنصرا فعالا ومهما لضبط الوزن والوقاية من السمنة والتخلص منها مستقبلا فالممارسة الرياضية لدى الأطفال البدناء هي الأسلوب الأمثل والوحيد لزيادة صرف وخفض نسبة الدهون في الجسم على ان تستمر تلك الممارسة الرياضية لسنوات عدة لتصبح أسلوب حياة مع مراعاة المبادئ الأساسية لممارسة النشاط البدني الرياضي.

## قائمة المراجع:

- 1) محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق، ت-ب-ر، ديوان المطبوعات الجامعية، 1992.
- 2) سليمان إبراهيم أبو دقة، امراض السمنة والمفاصل، دار الهدى للنشر والتوزيع، عين مليلة، الجزائر، 2009.
- 3) إسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي، حقوق الطفل (نظرة تحليلية عن حقوق الطفل العربي المسلم في العالم المعاصر، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 2005.
- 4) سعد جلال، محمد حسن علاوي، علم النفس التربوي الرياضي، ط1، 1975.
- 5) المذكرات:
- 6) رمضان زعطوط، علاقة الاتجاه نحو السلوك الصحي ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية لدى المرضى المزمنين بورقلة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، 2005.
- 7) مامينة احمد، تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الصفية واللا صفية في التخفيض من البدانة لدى تلاميذ الطور المتوسط (12-15) سنة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، تخصص تربية وعلم الحركة، 2015-2016.



## دراسة تحليلية لتأثير بعض المؤشرات المورفولوجية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

د/ زمالي حسان، جامعة العربي التبسي - تبسة- [hassane.zemali@univ-tebessa.dz](mailto:hassane.zemali@univ-tebessa.dz)  
د/ حشاني رابح، جامعة العربي التبسي - تبسة- [rabah.hachani@yahoo.fr](mailto:rabah.hachani@yahoo.fr)  
د/ حمداوي سفيان، جامعة العربي التبسي - تبسة- [drhamdaouis@gmail.com](mailto:drhamdaouis@gmail.com)

### المخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى لتأثير بعض المؤشرات المورفولوجية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بأعمار (13-15) سنة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، حيث تمثلت عينة البحث في تلاميذ المرحلة المتوسطة بأعمار (13-15) سنة ببلدية الحمامات، ولاية تبسة، وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية، وتكونت كل عينة من 36 تلميذ. وبعد تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المداومة، الرشاقة، المرونة، السرعة) من قبل الخبراء والمختصين وتحديد الاختبارات البدنية والحركية المناسبة لها (المداومة: اختبار 05 دقائق بريكسي، الرشاقة: اختبار الركض المكوكي 4×10م، المرونة: اختبار ثني الجذع من الوقوف أماما لأسفل، السرعة: اختبار جري (20) متر من البدء العالي)، تم إجراء القياسات والاختبارات وبعد استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة، ومن خلال النتائج المحصل عليها، توصل الباحثون إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المؤشرات المورفولوجية ومستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة قيد البحث لدى التلاميذ بأعمار (13-15) سنة تعزى لمتغير الجنس، في حين وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض المؤشرات المورفولوجية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة قيد البحث لدى التلاميذ بأعمار (13-15) سنة.

### Summary:

This study aimed to find out the extent of the effect of some morphological indicators on the level of health-related fitness for middle school students aged (13-15) years.

The researchers used the descriptive approach using the survey method, where the research sample consisted of middle school students aged (15-13) years in the municipality of Hammamet, Tebessa, and the study sample was chosen randomly, where each sample consisted of 36 students. And after determining the health-related physical fitness elements (endurance, agility, flexibility, speed) by experts and specialists and determining the appropriate physical and kinetic tests for them (endurance: Brix test 05 minutes, agility: Shuttle running test 4 x 10m, flexibility: torso flexion test from standing forward down, speed: test run (20 meters from high start), The Measurements and tests were carried out and after using the appropriate statistical methods, and through the results obtained, the researchers reached the following: - There are significant differences in some morphological indicators and the level of physical fitness related to health among students aged (13-15) years due to the gender variable.

- There is a significant correlation between some morphological indicators on the level of physical fitness related to health among students aged (13-15) years.

## 1- المقدمة:

لقد أصبح من الضروري لقيام ونهوض أي رياضة الاستناد على أسس وتعاليم سليمة على نمط ما فاضت به البحوث العلمية ونظرا للتطور الكبير الذي شهده مفهوم التعليم والتدريب في مجال رياضة كرة اليد من مفهوم عام وشامل إلى مفهوم خاص ودقيق، شملت مجالات بحثه جميع المجالات البدنية العامة والخاصة، والمهارية الحركية الفردية والجماعية، من أجل المساهمة في رسم منحنيات التقدم الفردي، والجماعي، والفريق بصفة عامة وخلال موسم التدريب بصفة خاصة والتي لا يمكن أن تستكمل مؤشراتها وتظهر دلالاتها إلا في ضوء نتائج لقياسات دقيقة وهادفة.

ويشكل النشاط البدني الرياضي ميدانا تجريبيا هدفه تكوين الفرد تكوينا لائقا من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام وهو يقوم على أسس تعمل كمقومات له، لا تخرج عما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين خاصة العلمية منها وعليه فهو علم مرتبط ارتباطا وثيقا بمختلف العلوم الأخرى كالمورفولوجيا والفيزيولوجيا.

ومما لاشك فيه أن مختلف أنواع الرياضات تتطلب قياسات جسمية وصفات بدنية وحركية معينة تختلف باختلاف نوع الرياضة الممارسة وتؤثر بطريقة مباشرة في النتائج المحققة حيث يعتبر التعرف على المقاييس المورفولوجية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للاعبين احدى الدعامات الهامة لرفع مستوى اللعبة من حيث الاداء والمهارات والخطط وطرق اللعب، هذا بالإضافة إلى أهميتها كمؤشرات يجب الأخذ بها في اختيار الناشئين، حيث أن القياسات الجسمية تمثل أهم المتطلبات التي توصل الرياضي إلى المستوى العالي من اللياقة البدنية ففي حالة تساوي جميع العوامل الأخرى فإن الفرد اللائق تشريحا يتفوق على الفرد غير اللائق تشريحا. (حسن، شحاتة، 1980، 84)

ومن المعروف أن رياضة كرة اليد تعتمد على ترابط وتكامل مختلف الجوانب البدنية والحركية والمهارية وتتطلب الوصول إلى المستوى العالي منها بهدف بلوغ الأداء والإنجاز الفعال، وهي لا تختلف عن باقي الرياضات فهي تحتاج إلى تنمية مختلف عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة كالسرعة والقوة والرشاقة والمرونة والتحمل، إضافة إلى أن طبيعة اللعبة تتطلب قياسات جسمية معينة يمكن استخدامها للمقارنة بين الفروق الفردية للاعبين، إذ يراعى أن يكون لاعب كرة اليد ذا نمط عضلي، فضلا عن طول القامة والوزن وإلى غير ذلك من الصفات، والتي تعد أحد العوامل المحددة لطبيعة النشاط الرياضي والعامل الفاصل في التفوق فيه (قبلان، 2012، 9)، وكل هذا ما دفع البحوث العلمية الحديثة في لعبة كرة اليد إلى توجيه اهتمامها إلى تحديد إمكانيات اللاعب البدنية الواجب توافرها عند اختيار اللاعبين، ما أدى بخبراء كرة اليد في الغالبية العظمى من دول العالم إلى تصميم العديد من الإختبارات التي تقيس المتغيرات الهامة لكرة اليد حيث نجح العديد منهم في بناء عشرات الإختبارات ذات الثقل

العلمي علاوة على صلاحيتها العلمية للتطبيق وفعالية نتائجها في البرنامج التدريبي. (عبد الحميد، حسانين، 1980، 28)

## 1-2- الإشكالية:

بناء على أن الرياضي الذي لا يملك لياقة بدنية جيدة وبنية مورفولوجية مناسبة لنوع النشاط يتعرض إلى مشاكل بيوميكانيكية ووظيفية تقوده إلى بذل المزيد من الجهد والوقت يفوق ما يبذله الرياضي الذي يمتاز بلياقة بدنية وقياسات جسمية تؤهله إلى الإنجاز المطلوب وهذا ما ذهب إليه فوكس وكيري بأن اللياقة البدنية مصطلح يشير إلى الكفاءة الوظيفية التي تسمح للفرد بتطوير وتحسين حياته. (حسانين، رضوان، 1998، 71)

وبناء على ما ذهب إليه كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين بأن اللياقة البدنية تتطلب وجود تناسق بين مقاييس الجسم المختلفة هذا بالإضافة إلى ضرورة توفر قوام معتدل خال من التشوهات البدنية. (عبد الحميد، حسانين، 1980، 28)

وعلى ضوء ما سبق يأتي هذا البحث كمحاولة لضبط عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة التي يجب تميمتها وتطويرها خلال هذه المرحلة العمرية (13-15) سنة بالنسبة للتلاميذ (الذكور) المنخرطين في الفرق المدرسية لكرة اليد ضمن النشاط التربوي (النشاطات الصفية واللاصفية) وكذا بناء توجه علمي وموضوعي انطلاقاً من الأسس العلمية يبين أهمية القياسات الجسمية في الممارسة الرياضية.

وبالخصوص إبراز العلاقة الموجودة بين بعض المؤشرات المورفولوجية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية) وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة المميزة للتلاميذ ممارسي كرة اليد ضمن النشاط التربوي (النشاطات الصفية واللاصفية) ومن هنا يتبادر إلى أذهاننا السؤال التالي:

- هل توجد علاقة بين بعض المؤشرات المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط؟

وقد اندرجت تحته الأسئلة الفرعية التالية:

- هل هناك فروق بين التلاميذ في بعض المؤشرات المورفولوجية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية) وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المداومة، الرشاقة، المرونة، السرعة) تعزى لمتغير الجنس؟

- هل هناك علاقة بين الطول وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المداومة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ؟

- هل هناك علاقة بين الوزن وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المداومة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس؟

- هل هناك علاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس؟  
**1-3- أهداف الدراسة:**

- التعرف على الفروق الموجودة بين التلاميذ في بعض المؤشرات المورفولوجية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية) وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) تعزى لمتغير الجنس.

- التعرف على مدى العلاقة بين الطول وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس.

- التعرف على مدى العلاقة بين الوزن وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس.

- التعرف على مدى العلاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس.

#### **1-4- فرضيات البحث:**

##### الفرضية الرئيسية:

- هناك علاقة بين بعض المؤشرات المورفولوجية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية) وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ (الذكور) المنخرطين وغير المنخرطين في الفرق المدرسية لكرة اليد بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط.

##### الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق بين التلاميذ في المؤشرات المورفولوجية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية) وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) تعزى لمتغير الجنس.

- هناك علاقة بين الطول وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس.

- هناك علاقة بين الوزن وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس.

- هناك علاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المدائمة، الرشاقة، المرونة، السرعة) لدى التلاميذ حسب متغير الجنس.

#### **1-4- مجالات البحث:**

**المجال البشري:** التلاميذ بالطور المتوسط بأعمار (13-15) سنة لبلدية الحمامات ولاية تبسة.

**المجال الزمني:** الفترة الممتدة من فيفري 2015 إلى غاية ماي 2015.

المجال المكاني: متوسطات بلدية الحمامات ولاية تبسة.

### 1-5- مصطلحات البحث:

- القياس: تقدير الأشياء والمستويات تقديراً كمياً وفق إطار معين من المقاييس المدرجة. (حسانين، 2000، 23)

- القياسات الأنثروبومترية: تبحث في قياس الجسم البشري ولها أهمية في تقييم نمو الفرد، وهي مؤشر يعبر عن حالة النمو عند الأفراد للتعرف على الوزن والطول والمحيطات والأعماق. (حسانين، 2000، 28)

كما يمكن تعريفها بأنها دراسة مقاييس جسم الإنسان وهذا يشمل قياسات الطول والوزن والحجم ومحيط الجسم ككل ولأجزاء الجسم المختلفة. (حسن، شحاتة، 1980، 35)

- الاختبار: عملية تهدف إلى تحديد معايير الصواب أو الدقة سواء في قضية معروضة للدراسات أو لغرض معين، ويرى ماكجي أن الاختبار هو: مجموعة من الأسئلة أو التمرينات تعطى للفرد بهدف التعرف على معارفه أو قدراته أو استعداداته أو كفاءته. (فرحات، 2005، 26)

- الاختبارات البدنية: هي الاستجابة الحقيقية من قبل الفرد المختبر وذلك للوقوف على المستوى الحقيقي لبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ويكون كل اختبار مرآة للطاقة المطلوبة وأشكال الحركات المنفذة خلال الأداء الحقيقي. (سلامة، 1980، 77)(أ)

- اللياقة البدنية: هي الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حالته الجسمية، والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني الحركي، بأفضل درجة وأقل جهد ممكن. (حماد، 2001، 143)

- المراهقة: تعد المراهقة المرحلة الأكثر عطاء في الحياة، ففي حين أن الجسم يبني ويبلغ قمة نضجه خصوصاً من الناحية الجنسية فإن جهوداً كبيرة تبذل على مستوى البنيات العقلية، ومحاولات التكيف الاجتماعي، ويحصل هذا في بنية مستعدة للإبداع. (سليم، 2002، 75)

### 2-2- الدراسات السابقة والمشابهة:

2-2-1\* الدراسة الأولى: أطروحة فؤاد حسن لنيل شهادة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية

البدنية والرياضية للسنة الجامعية 2008-2009، - سيدي عبد الله - جامعة الجزائر. (غير منشورة) -  
عنوان الدراسة: تحديد الوجهة المرفولوجية وعلاقتها بمستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة القدم اليمينية. هدف الدراسة إلى: التعرف على الخصائص المرفولوجية الخاصة بلاعبي كرة القدم اليمينية، وقياس الحالة البدنية للاعبي كرة القدم اليمينية من حيث: التحمل، القوة، السرعة، الرشاقة والمرونة، وكذا التعرف على مدى العلاقة الارتباطية بين القياسات الأنثروبومترية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة القدم اليمينية. واعتمد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

وعلى عينة عشوائية وتمثل جميع لاعبي فريقي (الصقر والأهلي - تعز-) وعددهم 44 لاعبا، في حين استخدم القياسات والإختبارات: الإختبارات البدنية والحركية. (مطاولة السرعة - المرونة - الرشاقة - السرعة الإنتقالية - القوة الانفجارية - القوة المميزة بالسرعة)، والقياسات الانتروبومترية المستخدمة: الطول والوزن - المحيطات - سمك ثنايا الجلد، والمعادلات: هيث- كارتر، معادلة الطول/الوزن IMC كما اعتمد في المعالجة الإحصائية على المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط لبيرسون، ومن اهم النتائج المحصل عليها:

- 1- اختلافات منطقية عند أغلب المعايير المورفولوجية.
- 2- بتحديد الوجهة المورفولوجية للاعبي كرة القدم اليمينية.
- 3- نمو جسماني ضعيف للطول والوزن ومختلف المؤشرات المورفولوجية مقارنة مع الدول الأجنبية كما أن أكبر كرة القدم من النمط العضلي.
- 4- وجود فروق دالة إحصائية في مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بين مراكز اللعب المختلفة.
- 5- وجود علاقة ارتباطية بين المؤشرات المورفولوجية وعناصر اللياقة البدنية.

2-2-2\* الدراسة الثانية: دراسة الأستاذان عباس علي عذاب وعكله سليمان علي، مجلة علوم الرياضة، العدد الأول، جانفي 2007. بعنوان: علاقة بعض القياسات الجسمية ببعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الجسمية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة العامة. واستخدم المنهج الوصفي بطريقة المسح. وعلى عينة عمدية شملت 300 طالب من الطلبة المتقدمين لقبول في كلية التربية، جامعة ديالى. كما اعتمد على وسائل جمع البيانات على القياسات الجسمية: وزن الجسم - الطول الكلي - طول الجذع مع الرأس - طول الذراع - طول الطرف السفلي - محيط الكتفين - محيط الصدر - عرض الكتفين - عرض الصدر، وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة: السرعة الانتقالية - القوة المميزة بالسرعة - الرشاقة - المرونة - المطاولة العامة للجهاز الدوري التنفسي، والإختبارات: ركض 30م - القفز العريض من الثبات - الركض المتعرج على شكل 8 - ثني الجذع من الوقوف - ركض 1000م. واستخدم في المعالجة الإحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط لبيرسون. ومن اهم النتائج المحصل عليها:

- 1- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين السرعة الانتقالية والقياسات الجسمية.
- 2- وجود علاقة ارتباط موجبة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة والطول الكلي وطول الطرف السفلي.
- 3- وجود علاقة ارتباط سالبة معنوية بين القوة المميزة بالسرعة ومحيط الصدر وعرض الصدر.

- 4- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين القوة المميزة بالسرعة ووزن الجسم وطول الجذع مع الرأس وطول الذراع ومحيط الكتفين وعرض الكتفين.
- 5- وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين الرشاقة ووزن الجسم ومحيط الكتفين ومحيط الصدر وعرض الكتفين وعرض الصدر.
- 6- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين طول الجسم الكلي وطول الجذع مع الرأس وطول الذراع وطول الطرف السفلي.
- 7- وجود علاقة ارتباط موجبة معنوية بين المرونة ومحيط الصدر وعرضه.
- 8- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين المرونة ووزن الجسم والطول الكلي وطول الجذع مع الرأس وطول الذراع وطول الطرف السفلي ومحيط الكتفين وعرض الكتفين.
- 9- وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين المطاولة العامة ووزن الجسم والطول الكلي وطول الجذع مع الرأس وطول الطرف السفلي وعرض الصدر.
- 10- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين المطاولة العامة ووزن الجسم وطول الذراع ومحيط الكتفين ومحيط الصدر وعرض الكتفين.

2-2-3\* الدراسة الثالثة: دراسة الأساتذة إياد محمد عبد الله، خالد محمود عزيز، رياض أحمد إسماعيل ونوفل محمد محمود، مجلة التربية الرياضية - المجلد العاشر - العدد الرابع، 2001، كلية التربية الرياضية جامعة الموصل، الموسومة ببعض القياسات الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة، وهدف البحث إلى: التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الجسمية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة، معتمداً على المنهج الوصفي بأسلوب المسح. وعلى العينة تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، إذ تكونت من (44) لاعباً من أصل (48) لاعباً يمثلون أندية و فرق محافظة نينوى وهي ( نادي الموصل ونادي الفتوة وجامعة الموصل وشرطة نينوى )، واختار الباحثون هذه الفرق لكونها تمثل المستوى الرياضي العالي بكرة السلة في محافظة نينوى. وتم استبعاد اللاعبين المصابين وعددهم (4) لاعبين، وعليه بلغت نسبة العينة % 91.66، واعتمد على الاستبيان: موزع على مجموعة من الخبراء من أجل تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والاختبارات المناسبة لها.

القياسات الجسمية المستخدمة: وزن الجسم - طول الطرف السفلي - طول الجسم - طول الجذع مع الرأس - طول الذراع - طول الكف - محيط الصدر - محيط العضد - محيط الفخذ - عرض الكتف. عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة: السرعة الانتقالية - القوة الانفجارية للرجلين - الرشاقة - القوة الانفجارية للذراعين - مطاولة الجهاز الدوري التنفسي.

اختبارات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة المختارة: ركض 30م من البداية المتحركة - رمي الكرة الطبية 800غ بيد واحدة - القفز العمودي من الثبات - الركض المتعرج - ركض 1000م. المعالجة الاحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معال الارتباط لبيرسون.

#### -النتائج المحصل عليها:

1- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين السرعة الانتقالية وكل من وزن الجسم ومحيط الصدر ومحيط العضد ومحيط الفخذ.

2- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين القوة الانفجارية للذراعين وكل من وزن الجسم وطول الذراع وطول الكف وعرض الكتفين.

3- وجود ارتباط عكسي ذو دلالة معنوية بين القوة الانفجارية ووزن الجسم ومحيط الصدر ومحيط الفخذ.

4- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين الرشاقة وكل من وزن الجسم ومحيط الصدر ومحيط العضد.

5- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي وكل من وزن الجسم وطول الجسم وطول الطرف السفلي ومحيط الصدر ومحيط الفخذ.

#### 2-2-4- مناقشة الدراسات السابقة:

إن الدراسة موضوع الحال لها نقاط تقاطع مع الدراسات السابقة والمشابهة التي توفرت لنا والتي نحاول إبرازها كالآتي:

#### -الدراسة الأولى:

- معرفة العلاقة الارتباطية بين القياسات الجسمية (الطول والوزن - المحيطات - سمك ثنايا الجلد) وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (مطاولة السرعة - المرونة - الرشاقة - السرعة الانتقالية - القوة الانفجارية - القوة المميزة بالسرعة).

#### -الدراسة الثانية:

- معرفة العلاقة الارتباطية بين القياسات الجسمية (وزن الجسم - الطول الكلي - طول الجذع مع الرأس - طول الذراع - طول الطرف السفلي - محيط الكتفين - محيط الصدر - عرض الكتفين - عرض الصدر) وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (السرعة الانتقالية - القوة المميزة بالسرعة - الرشاقة - المرونة - المطاولة العامة للجهاز الدوري التنفسي).

#### -الدراسة الثالثة:

- معرفة العلاقة الارتباطية بين القياسات الجسمية (وزن الجسم - طول الطرف السفلي - طول الجسم - طول الجذع مع الرأس - طول الذراع - طول الكف - محيط الصدر - محيط العضد - محيط



الفخذ - عرض الكتف) وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (السرعة الانتقالية - القوة الانفجارية للرجلين - الرشاقة - القوة الانفجارية للذراعين - مطاولة الجهاز الدوري التنفسي).

### 3-1- منهج البحث:

وتماشيا مع طبيعة الدراسة فقد اتبعنا المنهج الوصفي.

### 3-2- مجتمع البحث:

تمثل مجتمع دراستنا في التلاميذ بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط ببلدية الحمامات ولاية تبسة.

### جدول رقم (01): يوضح مجتمع الدراسة.

عدد التلاميذ غير المنخرطين بأعمار (13-15) سنة	عدد التلاميذ المنخرطين بأعمار (13-15) سنة	الموقع الجغرافي	المؤسسة
152	14	بلدية الحمامات	اكالمية الشهيد حفيان الطاهر بن علي
187	14	بلدية الحمامات	اكالمية الشهيد معلم العربي
131	14	بلدية الحمامات	اكالمية الشهيد جدواني يوسف

### 3-3- عينة البحث وكيفية اختيارها:

تمثلت عينة البحث في التلاميذ (الذكور) المنخرطين في الفرق المدرسية لكرة اليد والتلاميذ (الذكور) غير المنخرطين لمتوسطات بلدية الحمامات، وتم اختيار عينة التلاميذ المنخرطين بطريقة عمدية، في حين تم اختيار التلاميذ غير المنخرطين بطريقة عشوائية. وقد تبين:

- عدم انخراط أي فرد من أفراد العينة في أي من الفرق الرياضية ما عدا الفريق المدرسي لكرة اليد، انطلاقا من الإجابة على سؤال شفوي مباشر تم طرحه عليهم.
- ممارسة التلاميذ المنخرطين لحصتين تدريبيتين خلال الأسبوع (السبت، الثلاثاء)، إضافة إلى الحصة الدراسية للتربية البدنية والرياضية وكذا المنافسة.
- كما تم مراعاة استبعاد المعفيين من ممارسة التربية البدنية والرياضية كمعيار إقصاء من هذه الدراسة.

### جدول رقم (02): يوضح عينة البحث.

العينة	العدد	الوضعية
عينة التجربة الإستطلاعية	06	تلاميذ (ذكور) بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط
	06	تلميذات (إناث) بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط
عينة التجربة الرئيسية	36	تلميذ (ذكور) بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط.
	36	تلميذة (إناث) بأعمار (13-15) سنة في الطور المتوسط.

### 3-4- الإجراءات الإدارية:

- سحب طلب إجراء التريص من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة قسنطينة-2- عبد الحميد مهري.
- الاتصال بمصلحة التكوين والتفتيش بمديرية التربية لولاية تبسة.
- الاتصال بمديري الإكماليات وتسليمهم رخصة التريص التطبيقي.
- الاتصال بأساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى المؤسسات قيد الدراسة.

### 3-5- وسائل جمع البيانات:

#### 3-5-1- الوسائل المستخدمة:

إن الخطوة الأولى التي اتبعناها في دراستنا هي جمع المعلومات من مختلف المراجع وهذا قصد الإلمام بالجانب النظري، أما الجانب التطبيقي فتم توفير الوسائل والعتاد الرياضي بغرض إجراء الاختبارات.

1- الإستبيان: تم اعداد استمارة استبيان وتم توزيعها على الخبراء والمختصين من أجل الوقوف على أهم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة الأساسية وأنسب الإختبارات البدنية الخاصة بها كما هو موضح في الملحق رقم (01).

2- القياسات الجسمية: الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية.

- الطول: تم قياس طول التلاميذ ب (سم) حيث يقف اللاعب فوق جهاز قياس الأطوال ثم تحديد الطول بقراءة أين توقفت المسطرة فوق الرأس.

- الوزن: تم قياس وزن التلاميذ ب (كغ) عن طريق وقوفه فوق ميزان طبي ثم قراءة المؤشر.

- مؤشر الكتلة **IMC**: ويعرف باسم مؤشر كيتليت (quetelet's index) وهو عبارة عن طريقة فنية للتعبير عن وزن الجسم في ضوء علاقته بطول القامة، ومن ثم نجده مؤشرا جيدا للتعبير عن درجة البدانة، وتم حساب مؤشر الكتلة وفق القانون التالي:  $IMC = \frac{\text{الوزن (كغ)}}{(\text{الطول (متر)})^2}$ .

3- الإختبارات: بعد توزيع الاستمارات لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين وبعد معالجتها احصائيا تم تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والاختبارات البدنية المناسبة لها.

### 3-5-2- أجهزة وأدوات البحث:

1- التحليل النظري: وذلك من مختلف المراجع العربية والأجنبية المختلفة المتوفرة لغرض استخلاص أكبر قدر ممكن من المعلومات النظرية التي تسمح بحصر موضوع الدراسة.

2- الوسائل البشرية: تم الاعتماد على مجموعة من الأشخاص المؤهلين من ذوي الخبرة والاختصاص بغرض المساعدة على تطبيق القياسات والاختبارات التي تم إجراؤها، بغرض ربح الوقت والجهد وتحقيق شروط إجراء الاختبارات البدنية والحركية كما هو موضح في الملحق رقم (03).

### 3- الوسائل المورفولوجية :

- الميزان الطبي يستعمل لقياس الوزن وتعطى النتيجة ب (كغ) - الشريط المتري.

### 4- الأدوات المستخدمة:

- شريط متري - أقماع - ميفاتيات - مقعد - صافرة.

### 3-6- ضبط متغيرات الدراسة:

جاء ضبط متغيرات الدراسة كما يلي:

1- المتغير المستقل: بعض المؤشرات المورفولوجية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية).

2- المتغير التابع: عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (المداومة، الرشاقة، المرونة، السرعة).

3-7- تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة المختارة: بعد توزيع الاستمارات لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين وبعد معالجتها احصائيا تم تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والاختبارات البدنية المناسبة لها كما يلي:

الجدول رقم 03: يمثل عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والاختبارات البدنية

جدول رقم (04): يوضح آراء الخبراء والمختصين فيما يخص عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة <u>الصفة المستبعدة</u> .	<u>الصفة المختارة</u>	<u>مجموع الترتيب</u>	<u>عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة</u>
	×	27	الرشاقة
	×	22	المرونة
×		45	الثابتة
×		44	الانفجارية
×		30	المميزة بالسرعة
	×	16	السرعة
	×	25	المداومة

ومنه تم تحديدها كما يلي:

جدول رقم (04): يوضح عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة المختارة.

عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	الترتيب
السرعة	1
المرونة	2
المداومة	3
الرشاقة	4

-8

-3

تحديد اختبارات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة المختارة:

جدول رقم (05): يوضح نتائج آراء الخبراء والمحكمين فيما يخص اختيار الاختبارات البدنية والحركية.

الاختبار المختار	النسبة المئوية	عدد التكرارات	الاختبار المناسب لها	الصفة
	33.33 %	4	اختبار الجري حول دائرة	الرشاقة
×	50 %	6	اختبار الجري المكوكي 4*10 متر	
	00 %		اختبار الجري المتعرج 'بارو'	
	8.33 %	1	اختبار الجري المتعرج لفليشمان	
	16.66 %	2	اختبار الجري المتعرج على شكل 8	
	8.33 %	1	اختبار الجري الارتدادي الجانبي	
	8.33 %	1	اختبار الجري المكوكي متعدد الجهات	
	00 %		اختبار الجري اللولبي	
×	50 %	6	اختبار المرونة من الوقوف أماما لأسفل	المرونة
	8.33 %	1	اختبار ثني الجذع خلف من الوقوف	
	00 %		اختبار المستطيلات الأربعة	
	41.66 %	5	اختبار المرونة الديناميكية	
	16.66 %	2	اختبار دوران الجذع على الجانبين	
	8.33 %	1	اختبار المرونة من الجلوس	
	00 %		العدو 10 متر من البدء العالي	السرعة
	16.66 %	2	العدو 15 متر من البدء العالي	
×	41.66 %	5	العدو 20 متر من البدء العالي	
	16.66 %	2	اختبار الجري 10 متر من بداية متحركة	
	25 %	3	اختبار الجري 20 متر من بداية متحركة	
	33.33 %	4	اختبار الجري 30 متر من بداية متحركة	
	00 %		اختبار الجري 40 متر من بداية متحركة	
	25 %	3	اختبار كوبر جري (06) دقائق	
	00 %		اختبار كوبر جري (09) دقائق	
	8.33 %	1	اختبار كوبر جري ومشى (12) دقيقة	
	00 %		اختبار الجري المكوكي 5*55 متر	

	% 00		جري ومشي على مسافة 500 متر	المداومة
	% 00		الجري والمشي 800 متر	
	% 8.33	1	اختبار الجري 1000 متر حول المضمار	
	% 00		اختبار الجري 1500 متر حول المضمار	
	% 8.33	1	اختبار الجري الميل 1609 متر	
	% 8.33	1	اختبار جري 2400 متر حول المضمار	
×	% 41.66	5	اختبار 5 دقائق لبريكسي	
	% 00		اختبار الجري المكوكي 20	

مما سبق لدينا:

جدول رقم (06): يوضح النتائج النهائية لاستبيان عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والاختبارات المناسبة لها.

عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	الإختبار المناسب لها
السرعة	اختبار الجري 20م من البدء العالي.
المرونة	اختبار المرونة من الوقوف أماما لأسفل
الرشاقة	اختبار الجري المكوكي 4*10 متر
المداومة	اختبار 5 دقائق لبريكسي

### 3-10- الدراسة الاستطلاعية:

أجريت على 12 تلميذا "06 تلاميذ (ذكور) و 06 تلميذات (إناث)"، وقد تم استبعاد أفراد هذه العينة في التجربة الرئيسية، وكان الهدف من ذلك:

- التحقق من مقدرة العينة على تطبيق الاختبارات.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة.
- التعرف على الوقت المستغرق في أداء الإختبارات.
- التعرف على الصعوبات التي قد تظهر عند تنفيذ الإختبارات بغية تجاوزها وتفاديها في التجربة الرئيسية.

- التعرف على الاجراءات الادارية لتطبيقها وإمكانية فريق العمل المساعد في التعامل معها.

### 1- المجال المكاني والزمني للتجربة الاستطلاعية:

- المجال المكاني: تم إجراء الاختبارات على مستوى المؤسسات التربوية (متوسطات بلدية الحمامات).

- **المجال الزمني:** بعد الحصول على رخصة إجراء التريص التطبيقي، وبعد تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والإختبارات المناسبة لها، بدأ العمل في هذه الدراسة وكان إجراء الإختبارات على الشكل التالي:

- الإختبار الأول: 2015/03/08.

- الإختبار الثاني: 2015./03/12.

## 2- **تقنين الإختبارات:**

- **الثبات (طريقة إعادة الإختبار) Test-Retest :**

تم التحكم في متغيرات البحث الإجرائية من خلال الظروف التي أجرينا فيها الإختبار وإعادة الإختبار كما يلي:

- أجريت الإختبارات الثانية في نفس وقت إجراء الإختبارات الأولى. (الفترة المسائية).

- أجريت الإختبارات على أرضية ملعب إسفلتية.

- أجريت جميع الإختبارات بعد فترة إجماء قدرت ب 20 دقيقة .

## - **صدق الإختبارات:**

**الصدق الظاهري:** تم عرض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومجموعة الإختبارات المناسبة لها على مجموعة من الخبراء والمختصين وانطلاقاً من آرائهم واختياراتهم تم تحديد الشكل النهائي لها.

**الصدق المنطقي ( صدق المحتوى ):** ويؤكد الباحثون على صدق جميع القياسات والإختبارات التي طبقت في هذه الدراسة، حيث إستعملا إختبارات معروفة لدى جميع المختصين في مجال البحث العلمي الرياضي، إضافة إلى أن كل إختبار صادق يقيس الصفة التي أختيرت من أجلها.

**الصدق الذاتي:** انطلاقاً من حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات:

$$\text{صدق الإختبار} = \sqrt{\text{معامل ثبات الإختبار}}$$

- **موضوعية الإختبارات:** بما أننا اعتمدنا في دراستنا على أدوات القياس كالميفاتية والشريط المترى يجعل القياسات غير بعيدة عن الموضوعية.

**جدول رقم (07): يوضح نتائج تقنين الاختبارات البدنية والحركية.**

السرعة (ثانية)		المرونة (سم)		الرشاقة (ثانية)		المداومة (متر)		
اختبار 1	اختبار 2	اختبار 1	اختبار 2	اختبار 1	اختبار 2	اختبار 1	اختبار 2	
3.76	3.78	3.38	3.33	11.94	11.89	875.75	867.42	الوسط الحسابي
0.37	0.41	0.96	0.98	1.13	1.16	74.04	67.11	الانحراف المعياري
<b>0.952</b>		<b>0.956</b>		<b>0.945</b>		<b>0.949</b>		معامل الثبات
<b>0.976</b>		<b>0.978</b>		<b>0.972</b>		<b>0.974</b>		الصدق الذاتي

رغم أن جميع الاختبارات البدنية والحركية تتميز بدرجة عالية من الصدق والثبات نظرا لاستعمالها سابقا من طرف عدد معتبر من الباحثين، إلا أن الباحثون آثروا التحقق من ذلك، ومن خلال العمليات الإحصائية لاحظوا أن جميع مفردات الاختبارات تتمتع بدرجة كبيرة من الصدق والثبات

**3-11- التجربة الرئيسية:**

بعد إجراء التجربة الاستطلاعية وبعد التأكد من صلاحية الاختبارات البدنية والحركية وملاءمتها لعينتي البحث، تم توزيع الأدوار على فريق العمل المساعد، تلاه البدء في عملية تنفيذ التجربة الرئيسية في الفترة الممتدة من 2015/03/16 إلى غاية 2015/04/07 مع الأخذ بعين الإعتبار عدم التأثير على البرنامج الدراسي والإستعمال الزمني، وقد كان توقيت إجراء الاختبارات كما يلي:

**جدول رقم (08): يوضح تاريخ إجراء التجربة الرئيسية.**

التاريخ	العينة	المؤسسة
2015/03/24	التلاميذ (ذكور)	إكمالية الشهيد جدواني يوسف
2015/03/19	التلميذات (إناث)	
2015/04/07	التلاميذ (ذكور)	إكمالية الشهيد حفيان الطاهر بن علي
2015/04/06	التلميذات (إناث)	
2015/03/17	التلاميذ (ذكور)	إكمالية الشهيد معلم العربي
2015/03/16	التلميذات (إناث)	

- حدود التجربة الرئيسية:

المجال البشري: التلاميذ (ذكور وإناث) بأعمار (13-15) سنة بالطور المتوسط لبلدية الحمامات ولاية تبسة.

المجال الزمني: الفترة الممتدة من مارس 2015 إلى غاية أبريل 2015.



المجال المكاني: متوسطات بلدية الحمامات ولاية تبسة (متوسطة الشهيد حفيان الطاهر بن علي، متوسطة الشهيد جدواني يوسف، متوسطة الشهيد معلم العربي).

### 3-12- الوسائل الإحصائية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الإلتواء.
- (ت) ستيودنت.
- معامل الارتباط (بيرسون).

### 4- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

#### 4-2- تحليل علاقة الارتباط بين القياسات الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

أولاً: بالنسبة للتلاميذ (ذكور):

#### 1- تحليل العلاقة بين الطول وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

جدول رقم (08) يوضح علاقة الارتباط بين الطول وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالنسبة للتلاميذ (ذكور).

السرعة (ثا) (0.32±3.82)	المرونة (سم) (1.21±4.19)	الرشاقة (ثا) (0.93±12)	المدامومة (م) (42.71 ± 890.56)	
R = 0.089	R = -0.329	R = 0.145	R = 0.346	الطول (سم) (5.65±162.19)
0.605	0.051	0.399	* 0.039	الاحتمالية
0.05	0.05	0.05	0.05	مستوى الدلالة
لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	ارتباط طردي معنوي	النتيجة

\* معنوي عند نسبة الخطأ 5 %.

\*\* معنوي عند نسبة الخطأ 1 %.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أنه:

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.039 > 0.05$ . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة المداومة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.346$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.399 < 0.05$ . ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة الرشاقة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $0.145$   $R=$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.050 < 0.05$ . ومنه لا توجد علاقة ارتباط عكسية معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة المرونة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $0.329$   $R= -$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.605 < 0.05$ . ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة السرعة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $0.089$   $R=$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

ويعتقد الباحثون أن الزيادة في طول الجسم تعني ارتفاع مركز ثقل الجسم وهذا ما يؤثر على نتائج اختبار (المداومة)، ويبني الباحثون اعتقادهم على ما ذهب إليه أبو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي حسانين أن الطول ذا أهمية كبرى في العديد من الألعاب الرياضية سواء أكان الطول الكلي أو طول الأطراف السفلى والعليا كما هو الحال في لعبة كرة اليد (عبد الفتاح، حسانين، 1997)، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة عباس علي عذاب وعكله سليمان علي، ودراسة إيداد محمد عبد الله، خالد محمود عزيز، رياض أحمد إسماعيل ونوفل محمد محمود (وجود علاقة ارتباط معنوية بين المطاولة العامة وطول الجسم).

## 2- تحليل العلاقة بين الوزن وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

جدول رقم (09) يوضح علاقة الارتباط بين الوزن وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالنسبة للتلاميذ (ذكور).

السرعة (ثا)	المرونة (سم)	الرشاقة (ثا)	المداومة (م)	
(0.32±3.82)	(1.21±4.19)	(0.93±12)	(42.71 ± 890.56)	
$R = 0.412$	$R = -0.326$	$R = 0.466$	$R = 0.110$	الوزن (كغ) (4.52±52.39)
* 0.013	0.052	** 0.004	0.522	الاحتمالية
0.05	0.05	0.01	0.05	مستوى الدلالة
ارتباط طردي معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	ارتباط طردي معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	النتيجة

\* معنوي عند نسبة الخطأ 5 %.

\*\* معنوي عند نسبة الخطأ 1 %.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أنه:

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.522 < 0.05$ . ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة المداومة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.110$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.004 > 0.01$ . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة الرشاقة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.466$  عند مستوى الدلالة  $0.01$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.052 < 0.05$ . ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة المرونة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = -0.326$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.013 > 0.05$ . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة السرعة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.412$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

ويعتقد الباحثون أن الوزن المناسب للتلاميذ (ذكور) ساهم في تحقيق نتائج جيدة في اختباري (الرشاقة والسرعة)، في حين أن الزيادة في الوزن تؤثر سلبا وتعيق الجسم في تحركاته وتفرض عليه تقلا إضافيا ويبني الباحثون اعتقادهم على ما ذهب محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان بأن " الزيادة في الوزن تمثل عبئا على الطرف السفلي للتغلب على الجاذبية الأرضية مما يتطلب من اللاعب بذل مجهود وبالتالي فإن الراكض الثقيل يستغرق وقتا أطول لبلوغ سرعته القصوى مما يؤثر سلبا على وقته في السرعة الانتقالية " (علاوي، رضوان، 1978) وكذا ما ذهب إليه أحمد بسطويسى بأن "التكوين الجسمي ووزن الجسم وطوله من أهم العوامل التي تحدد المهارة الرياضية، والتي يتأسس عليها للوصول إلى المستويات الرياضية العالية" (بسطويسى، 1999)، وما ذهب إليه أبو العلا عبد الفتاح بأن "أي زيادة عن الوزن الطبيعي بإمكانها أن تكون عبئا إضافيا على القلب وبالتالي على الأداء الرياضي، (الرشاقة، السرعة)" (عبد الفتاح، 2003).

### 3- تحليل العلاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

جدول رقم (10) يوضح علاقة الارتباط بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالنسبة للتلاميذ (ذكور).

المدامومة (م)	الرشاقة (ثا)	المرونة (سم)	السرعة (ثا)	
(42.71 ± 890.56)	(0.93±12)	(1.21±4.19)	(0.32±3.82)	
R = -0.363	R = 0.745	R = -0.160	R = 0.725	مؤشر الكتلة (كغ/م <sup>2</sup> ) (0.80±19.88)
* 0.030	** 0.000	0.353	** 0.000	الاحتمالية
0.05	0.01	0.05	0.01	مستوى الدلالة
ارتباط عكسي معنوي	ارتباط طردي معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	ارتباط طردي معنوي	النتيجة

\* معنوي عند نسبة الخطأ 5 %.

\*\* معنوي عند نسبة الخطأ 1 %.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أنه:

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.030 > 0.05$  . ومنه توجد علاقة ارتباط عكسية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة المدامومة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = -0.363$  عند مستوى الدلالة  $0.05$  .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.000 > 0.01$  . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة الرشاقة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.745$  عند مستوى الدلالة  $0.01$  .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.353 < 0.05$  . ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة المرونة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = -0.160$  عند مستوى الدلالة  $0.05$  .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.000 > 0.01$  . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة السرعة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.725$  عند مستوى الدلالة  $0.01$  .

ويعتقد الباحثون أن مؤشر الكتلة الجسمية والنمط الجسمي المناسب للتلاميذ (ذكور) ساهم بشكل فعال في تحقيق النتائج المحصل عليها في اختبارات (المدامومة، الرشاقة، السرعة)، ويبنى الباحثون اعتقادهم على ما ذهب إليه كرتشمير وهيوورجر وفلبرت (FALVERT ,HURGER ,CRACHMER)

بأن النمط الجسمي له علاقة قوية عامة بالأداء الرياضي ونوعية تخصصية بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة . (المداومة، الرشاقة، السرعة). (حسانين، 2005)  
ثانيا: بالنسبة للتلميذات (إناث):

### 1- تحليل العلاقة بين الطول وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة :

جدول رقم (11) يوضح علاقة الارتباط بين الطول وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالنسبة للتلميذات (إناث).

السرعة (ثا) (0.64±4.26)	المرونة (سم) (1.15±3.40)	الرشاقة (ثا) (1.81±13.45)	المداومة (م) (81.12 ± 806)	
R = -0.291	R = 0.112	R = -0.251	R = 0.285	الطول (سم) (7.62±161.56)
0.088	0.515	0.139	0.092	الاحتمالية
0.05	0.05	0.05	0.05	مستوى الدلالة
لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	النتيجة

\* معنوي عند نسبة الخطأ 5 %.

\*\* معنوي عند نسبة الخطأ 1 %.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أنه:

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.092 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة المداومة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.285$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .
- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.139 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة الرشاقة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = -0.251$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .
- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.515 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة المرونة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.112$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .
- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.088 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة السرعة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = -0.291$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

ويعتقد الباحثون أن السبب هو عدم التناسق الجسماني بين الطول والوزن وبين الباحثون إعتقادهم على ما ذهب إليه محمد صبحي حسانين بأن "المدرّب الكفاء لا يستطيع أن يصنع رياضي من أي جسم، فالأمر يتطلب بناء جسميا مبشرا بالنجاح". (حسانين، 1995)

## 2- تحليل العلاقة بين الوزن وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة :

جدول رقم (12) يوضح علاقة الارتباط بين الوزن وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالنسبة للتلميذات (إناث).

السرعة (ثا) (0.64±4.26)	المرونة (سم) (1.15±3.40)	الرشاقة (ثا) (1.81±13.45)	المداومة (م) (81.12 ± 806)	
R = 0.341	R = 0.112	R = 0.209	R = -0.147	الوزن (كغ) (5.43±50.28)
* 0.042	0.516	0.222	0.392	الاحتمالية
0.05	0.05	0.05	0.05	مستوى الدلالة
ارتباط طردي معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	النتيجة

\* معنوي عند نسبة الخطأ 5 %.

\*\* معنوي عند نسبة الخطأ 1 %.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أنه:

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.392 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة المداومة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = -0.147$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.222 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة الرشاقة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.209$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.516 < 0.05$  ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة المرونة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.112$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.042 > 0.05$ . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة السرعة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين والمقدرة بـ  $R = 0.341$  عند مستوى الدلالة  $0.05$ .

ويعتقد الباحثون بأن للوزن تأثير مباشر على نتائج اختبار (السرعة)، ويبني الباحثون اعتقادهم على ما أشار إليه محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان بأن "الزيادة في الوزن تمثل عبئاً على الطرف السفلي للتغلب على الجاذبية الأرضية مما يتطلب من اللاعب بذل مجهود وبالتالي فإن الراكض الثقيل يستغرق وقتاً أطول لبلوغ سرعته القصوى مما يؤثر سلباً على وقته في السرعة الانتقالية". (علاوي، رضوان، 1978)

### 3- تحليل العلاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة :

جدول رقم (13) يوضح علاقة الارتباط بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالنسبة للتلميذات (إناث).

السرعة (ثا) (0.64±4.26)	المرونة (سم) (1.15±3.40)	الرشاقة (ثا) (1.81±13.45)	المداومة (م) (81.12 ± 806)	
R = 0.652	R = 0.028	R = 0.471	R = -0.441	مؤشر الكتلة (كغ/م <sup>2</sup> ) (1.95±19.29)
** 0.000	0.872	** 0.004	** 0.007	الاحتمالية
0.01	0.05	0.01	0.01	مستوى الدلالة
ارتباط طردية معنوي	لا يوجد ارتباط معنوي	ارتباط طردية معنوي	ارتباط عكسي معنوي	النتيجة

\* معنوي عند نسبة الخطأ 5 %.

\*\* معنوي عند نسبة الخطأ 1 %.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أنه:

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.007 > 0.01$ . ومنه توجد علاقة ارتباط عكسية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة المداومة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المعيارين والمقدرة بـ  $R = -0.441$  عند مستوى الدلالة  $0.01$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.004 > 0.01$ . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة الرشاقة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المعيارين والمقدرة بـ  $R = 0.471$  عند مستوى الدلالة  $0.01$ .

- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.05 < 0.872$  . ومنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة المرونة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المعيارين والمقدرة ب  $R = 0.028$  عند مستوى الدلالة  $0.05$  .
- بلغت قيمة الاحتمالية  $0.01 > 0.000$  . ومنه توجد علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة السرعة، وما يؤكد ذلك هو قيمة معامل الارتباط بين المعيارين والمقدرة ب:  $R = 0.652$  عند مستوى الدلالة  $0.01$  .
- ويعتقد الباحثون أن مؤشر الكتلة الجسمية والنمط الجسمي المختلف للتلميذات (إناث) له علاقة النتائج المحصل عليها في اختبارات (المداومة، الرشاقة، السرعة)، ويبني الباحثون اعتقادهم على ما ذهب إليه كرتشمير وهيوجر وفلبرت (FALVERT ,HURGER ,CRACHMER) بأن النمط الجسمي له علاقة قوية عامة بالأداء الرياضي ونوعية تخصصية بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة . (المداومة، الرشاقة، السرعة). (حسانين، 2005)

#### 1-5- الاستنتاجات:

#### ➤ بالنسبة للذكور:

#### الاستنتاجات الخاصة بالعلاقة بين الوزن وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة المداومة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة الرشاقة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة المرونة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين الوزن للتلاميذ (ذكور) وصفة السرعة.

#### الاستنتاجات الخاصة بالعلاقة بين الطول وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة المداومة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة الرشاقة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة المرونة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلاميذ (ذكور) وصفة السرعة.

#### الاستنتاجات الخاصة بالعلاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

- وجود علاقة ارتباط عكسية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة المداومة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة الرشاقة.



- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة المرونة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلاميذ (ذكور) وصفة السرعة.

➤ بالنسبة لغير للإناث:

الاستنتاجات الخاصة بالعلاقة بين الوزن وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة المداومة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة الرشاقة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة المرونة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين الوزن للتلميذات (إناث) وصفة السرعة.

الاستنتاجات الخاصة بالعلاقة بين الطول وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة المداومة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة الرشاقة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة المرونة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطول للتلميذات (إناث) وصفة السرعة.

الاستنتاجات الخاصة بالعلاقة بين مؤشر الكتلة الجسمية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

- وجود علاقة ارتباط عكسية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة المداومة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة الرشاقة.
- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة المرونة.
- وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين مؤشر الكتلة الجسمية للتلميذات (إناث) وصفة السرعة.

## قائمة المراجع:

- 1) إبراهيم، منير جرجس، كرة اليد للجميع، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
- 2) إياد، محمد عبد الله، خالد، محمود عزيز، رياض، أحمد إسماعيل ونوفل، محمد محمود، بعض القياسات الجسمية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة السلة، مجلة التربية الرياضية - المجلد العاشر - العدد الرابع، كلية التربية الرياضية جامعة الموصل، 2001.
- 3) بسطويسي، أحمد، أسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 4) حسانين، محمد صبحي، أطلس تصنيف وتوصيف أنماط الجسم، دار الفكر العربي، القاهرة، 2005.
- 5) حسانين، محمد صبحي، القياس والتفويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
- 6) حسانين، محمد صبحي، أنماط أجسام أبطال الرياضة من الجنسين، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
- 7) حسانين، محمد صبحي ورضوان، محمد نصر الدين، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1998.
- 8) حسن، تهاني وشحاتة، محمود، علاقة بعض الأبعاد القطرية والمحيطية للجسم بمستوى الأداء على عارضي التوازن، كلية التربية الرياضية، حلوان، 1980.
- 9) حماد، مفتي إبراهيم، التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
- 10) سلامة، إبراهيم محمد (أ)، الاختبارات والقياس في التربية الرياضية، دار المعارف، القاهرة، 1980.
- 11) سليم، مريم، علم نفس النمو، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 2002.
- 12) عبد الحميد، كمال وحسانين، محمد صبحي، القياس في كرة اليد، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980.
- 13) عبد الفتاح، أبو العلا، فسيولوجيا التدريب والرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2003.
- 14) عبد الفتاح، أبو العلا وحسانين، محمد صبحي، فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
- 15) عفاف، عبد الكريم، طرق التدريس في التربية الرياضية، منشأة المعارف، مصر، 1989.
- 16) علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين، اختبارات الأداء الحركي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1978.
- 17) فرجات، ليلي السيد، القياس والإختبار في التربية الرياضية، ط3، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2005.
- 18) فؤاد، حسن، تحديد الوجهة المرفولوجية وعلاقتها بمستوى الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم اليمينية، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2008-2009.

## تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-10) سنوات.

أ. بلهاشمي فاطيمة، معهد التربية البدنية والرياضية-مخبر تقويم الأنشطة الرياضية-جامعة مستغانم.  
[fatima.belhachemi.etu@univ-mosta.dz](mailto:fatima.belhachemi.etu@univ-mosta.dz)

### الملخص:

تهدف الدراسة الى اقتراح وحدات تعليمية باستخدام الالعاب الصغيرة والتعرف على مدى تأثير هذه الوحدات في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة للتلاميذ في المرحلة الابتدائية بعمر (9-10) سنوات، ولهذا افترضت الطالبة الباحثة أن الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ السنة الخامسة بعمر (9-10) سنوات، حتى تمثلت عينه البحث في 30 تلميذ مختارين عشوائيا مقسمين إلى عينتين 15 عينة ضابطة و15 عينة تجريبية، وهذا باستخدام المنهج التجريبي، واعتمدنا في بحثنا على التجربة الاستطلاعية من أجل سيكون متريه الأداة صدق وثبات الاختبارات بالإضافة الى استخدام الاختبارات البدنية الوحدات التعليمية باستخدام الالعاب الصغيرة والوسائل الإحصائية وفي الأخير استخلص الطالبة الباحثة على ضوء الدراسة النظرية، والدراسة الميدانية والدراسة الإحصائية للنتائج الخام، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين العينة الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية وان الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة كان لها دور فعال في تنمي صفتي المرونة وسرعه الاستجابة لدى التلاميذ ومن خلال ما اسفرت عنه نتائج البحث نوصي بضرورة ادراج وحدات تعليميه باستخدام العاب صغيرة في برامج درس التربية البدنية والرياضية للمدارس الابتدائية لمل له من أثر إيجابي في تنمية أهم القدرات البدنية للتلاميذ بعمر (9-10) سنوات وضرورة اجراء دراسات أخرى على عينات أخرى.

**الكلمات المفتاحية:** الوحدات التعليمية المقترحة، الألعاب الصغيرة، المرونة، سرعة الاستجابة، تلاميذ الطور الابتدائي، المرحلة العمرية (9-10) سنوات.

### **Résumé :**

**Titre de l'étude :** Effet des unités éducatives proposées en utilisant des petits jeux dans le développement de la flexibilité et de la réactivité des élèves au primaire (9-10 ans).

L'étude vise à proposer des modules de formation à l'aide de petits jeux et d'identifier l'ampleur de l'impact de ces unités dans le développement de la flexibilité de recettes et de réactivité aux étudiants la vitesse de l'âge de l'école primaire (9-10 ans), et ce chercheur étudiant supposé que les unités d'enseignement à l'aide de petits ont des jeux un impact positif sur le développement de la flexibilité de la recette et la rapidité de réponse aux étudiants de la cinquième année d'âge (9-10 ans), ont même représenté la même recherche dans les 30 étudiants sélectionnés répartis en deux échantillons agent 15 échantillons et 15 échantillon

expérimental, ce qui est au hasard en utilisant la méthode expérimentale, et nous avons adopté dans nos recherches en reconnaissance afin d'expérimenter Seacometry En outre, le chercheur a étudié à la lumière de l'étude théorique, l'étude de terrain et l'étude statistique des résultats bruts, l'existence de méthodes de signification statistique dans les tests à distance entre l'échantillon de contrôle et l'expérience en faveur de L'échantillon expérimental et les unités éducatives proposées à l'aide de petits jeux ont joué un rôle actif dans le développement des deux classes de flexibilité et de réactivité des élèves. L'utilisation de petits jeux dans une leçon d'éducation physique et des programmes sportifs pour les écoles primaires a un impact positif de mil sur le développement des capacités physiques les plus importants des élèves âgés (9-10) ans et la nécessité de mener d'autres études sur d'autres échantillons?

**Les mots clés :**

Unités éducatives, petits jeux, flexibilité, vitesse de réponse, élèves du primaire, tranche d'âge (9-10 ans).

## مقدمة ومشكلة البحث:

إنّ درس التربية البدنية والرياضية يعتمد على عدة نظريات وأساليب من أجل بلوغ الأهداف التعليمية المسطرة، وتعتبر الألعاب الصغيرة من بين هذه الأساليب التربوية العامة خاصة في المرحلة الابتدائية، فهذه الأخيرة هي الأساس في حياة الطفل. ففيها يتم بناء شخصيته من الناحية الجسمية والنفسية، وقد اعتبرها المربون والمختصون في التربية البدنية والرياضية الجسر الواصل بين مرحلتَي الطفولة والمراهقة والمرحلة الأساسية للتعلم الحركي والتخصص الرياضي لجميع الأنشطة الرياضية. ويكون الطفل في هذه المرحلة ميالاً للعب حيث يجد فيه وسيلة للتعبير عن ذاته وإفراغ طاقته ومكبواته الحركية وإبراز قدراته. ولهذا يستلزم على الأستاذ الاستغلال الأمثل لهذا الاندفاع نحو اللعب وتوظيفه في تنمية اللياقة البدنية للطفل وذلك بالاستغلال الأمثل والمتن للألعاب.

ومن خلال ملاحظتنا ومتابعتها للعملية الدراسية من خلال درس التربية البدنية والرياضية في المدارس وعدم إعطائه الاهتمام الكافي في إشباع رغبة التلاميذ في اللعب خلال الحصة وممارسة الرياضة إضافة إلى قلة البحوث التي تهتم بالبرامج التعليمية لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لهذه المرحلة. كما لاحظت انتقاد كبير لتلاميذ الطور الابتدائي لصفة المرونة وسرعة الاستجابة اللازمة، وهذا ناتج عن قلة الحركة لدى الأطفال والتي تتسبب في ضعف مهارات الطفل الحركية الناتجة عن التقدم التكنولوجي وانتشار أساليب الراحة والرفاهية بالإضافة إلى ذلك تعلق الأطفال أكثر في مشاهدة التلفاز وقضاء أوقات طويلة أمام الحاسوب وانشغالهم بالألعاب الالكترونية. الأمر الذي دفع الطالبة الباحثة إلى اقتراح حل لهذه المشكلة من خلال اعتمادها على إعداد وحدات تعليمية باستخدام ألعاب صغيرة لتطوير وتنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة للتلاميذ بعمر (9-10) سنوات.

كما أكد المختصون أنّ الإعداد الجيد للتلاميذ وبالأخص وهم في هذه المرحلة يركز على تطوير وتنمية الصفات البدنية وذلك راجع إلى التطورات والتحويلات المورفولوجيا والوظيفية التي تطرأ على التلميذ في هذه المرحلة. لهذا وجب الاهتمام بالبرامج التعليمية لتلاميذ التي تحتوي على اللعب والترفيه مع الأخذ بعين الاعتبار كيفية صياغة هذه الألعاب الصغيرة لتكون لها أثر إيجابي في تنمية الصفات البدنية.

ومن خلال بعض الدراسات السابقة وما توصلت إليه من نتائج حول مدى فاعلية الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية هاتين الصفتين الأساسيتين خاصة لهذه المرحلة العمرية، وكذا بعض الزيارات الميدانية التي قامت بها تبين لها انتقاد المدارس الابتدائية لمثل هذه الوحدات التعليمية المبنية على أسس علمية مما دفع بالطالبة الباحثة إلى اقتراح هذا الموضوع من أجل الدراسة.

ومن هذا المنطلق يمكن أن نطرح التساؤلات التالية:

## 1-التساؤل العام:

- هل للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات؟

### 1-1- التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات القبالية والبعديّة للعينة التجريبية؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات البعدية بين عينيّ البحث الضابطة والتجريبية؟

### 2- الفرضية البحث:

- إن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

### 2-1- الفرضيات الفرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات القبالية والبعديّة للعينة التجريبية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات البعدية بين عينيّ البحث الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية.

### 3- أهداف البحث:

- التعرف على أثر للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

### 3-1- الأهداف الفرعية:

- معرفة أثر الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

- معرفة أثر الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية سرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

### 4- مصطلحات البحث:

#### - الوحدات التعليمية:

يعرفها عطاء الله أنها وضعية تعليمية تدمج مجموعة منم الأنشطة تهدف الى اكتساب المتعلم جملة من القدرات (عطاء الله أحمد، 2007، صفحة 15) .

وتعرف الطالبة الباحثة إجرائيا الوحدات التعليمية على أنها وضعيات مستهدفة تحتوي على تمارين والعباب تهدف الى تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة.

## - المرونة:

هي قدرة الفرد على أداء الحركات الرياضية الى أوسع مدى تسمح به المفاصل العاملة في الحركة (حسن السيد أبو عبده، 2009، صفحة 140).

وتعرفها الطالبة الباحثة اجرائيا انها المدى الحركي عند المفصل أو مجموعة من المفاصل.

## - سرعة الاستجابة:

وتعرف على انها المقدرة على الاستجابة لمثير بحركة في اقل زمن ممكن (فاطمة عبد المالح وآخرون، 2011، صفحة 147).

## - الألعاب الصغيرة:

هي مجموعة من الألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة يغلب عليها طابع الترويح والتسلية (عطيات محمد خطاب ، 1990، صفحة 64).

وتعرفها الطالبة الباحثة اجرائيا انها وسيلة من وسائل التربية البدنية الحديثة لمن يزاولها من تلاميذ الابتدائي والكمبار وهي ايضا نشاط رياضي يساعد على تطوير الاداء الحركي للألعاب الرياضية.

## - الطور الابتدائي:

هي مرحلة يكتسب فيها الطفل القواعد الاولى التي تبني عليها المعارف والنظريات الكبرى، ويتعلق الطفل في هذه المرحلة تقليما موحدا (رابح تركي ، 1999، صفحة 120).

وتعرفها الطالبة الباحثة اجرائيا على انها تلك المرحلة التي يكتسب فيها التلميذ القدرة على الكتابة والقراءة بطريقة صحيحة، كما يتعلم فيها المعلومات الاساسية، والتي تعتبر بداية المعارف.

## 5- الدراسات المشابهة:

1-5 (دراسة دلة بوعمامة، غالم نور الدين 2014) أثر وحدات تدريبية بالألعاب المصغرة على تطوير بعض الصفات البدنية للاعبين كرة القدم أقل من 17 سنة، حيث هدفت الدراسة الى التوصل إلى إنجاز وحدات تدريبية باستعمال الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية خاصة في تنمية الصفات البدنية بدفع اللاعب إلى بذل مجهودات إضافية وتمثلت مشكلة الدراسة في: هل للحصص التدريبية بالألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية لدى العينة التجريبية؟ وافرض الباحث أن للوحدات التدريبية بالألعاب المصغرة أثر إيجابي في تنمية عناصر الصفات البدنية المستهدفة لدى العينة التجريبية وأنه توجد ظروف ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية عند العينة التجريبية وهي لصالح الاختبارات البعدية، استخدام الطالبان المنهج التجريبي، شملت عينة البحث على 36 لاعبا موزعا على 18 لاعبا. للعينة المجموعة التجريبية و 18 لاعبا للمجموعة الضابطة، حيث استخدم الوسائل الإحصائية وتمثلت في المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، معامل الارتباط، الصدق الذاتي اختبار لـ t ستودنت واستخدم استبيان يضم الاختبارات موزعة على أساتذة والدكاترة كأداة للدراسة وأهم ما توصل اليه من نتائج

أن الألعاب المصغرة ساعدت في الجدية والحيوية خلال الحصص التدريبية من طرف اللاعبين وهذا يبرز سرعة التطور البدني والمهاري وأنه من خلال تطبيق البرنامج التدريبي بالألعاب المصغرة ظهر تطور واضح على العينة التجريبية عكس العينة الضابطة وأوصى الباحث بالاهتمام بالألعاب الصغيرة كوسيلة من وسائل التدريب لما لها من دور كبير في تطور الصفات البدنية وضرورة تخلل الألعاب المصغرة في الوحدات التدريبية وإدراجها في البرامج التدريبية حسب الأهداف المسطرة.

**2-5 (دراسة بختي رياض، كريم سليم، 2017): وحدات تعليمية باستخدام اللعب لتنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة،** هدفت الدراسة الى معرفة مدى تأثير الوحدات المقترحة باستخدام اللعب في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة ومعرفة نوعية الفروق الحاصلة بين عيني البحث جراء تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة، وتمثلت مشكلة الدراسة في: هل تساهم الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة؟ و افترض الباحث بأن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب تساهم في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة وأن هناك فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياسات البعدية لصالح المجموعة التجريبية الممارسة للألعاب، استخدم الباحثان المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على 28 تلميذ من جنس ذكور موزعين على مجموعتين 14 عينة المجموعة التجريبية و 14 تلميذ عينة المجموعة الضابطة، وأهم النتائج أنه كان للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي وأوصى الباحث بإدراج أنشطة تتضمن اللعب في منهاج التربية البدنية والرياضة وضرورة توفير الوسائل البيداغوجية على مستوى المدارس الابتدائية.

**3-5 - (دراسة عبد الله رمضان، مختار الصديق عبد الحق، 2007) "أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (قوة، رشاقة، مرونة) لدى تلاميذ الطور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية،** حيث تمثلت مشكلة البحث في: هل للبرنامج المقترح للألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (قوة، رشاقة، مرونة) لدى العينة التجريبية خلال درس التربية البدنية والرياضية؟ وهدفت الدراسة الى التوصل إلى إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية باستعمال الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية خاصة في تنمية الصفات البدنية بدفع التلميذ إلى بذل مجهودات إضافية وابرار مختلف أشكال الألعاب الصغيرة ودورها في تطوير الصفات البدنية، وافترض الباحث أن للبرنامج المقترح أثر إيجابي في تنمية عناصر الصفات البدنية المستهدفة لدى العينة التجريبية، حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي وتمثلت عينة البحث من 90 تلميذ، إحداهما عينة تجريبية 45 تلميذ ذكور ولأخرى عينة ضابطة تتكون 45 تلميذ من جنس الذكور، وأوصى الباحث



بالاعتماد على استخدام طريقة الألعاب الصغيرة لخصوصيات الطفل النفسية والبدنية وخاصة في هذه المرحلة العمرية.

#### 6- منهجية البحث والإجراءات الميدانية:

#### 6-1 منهج البحث:

من خلال طبيعة المشكلة استخدمنا المنهج التجريبي، فهو تجريبي نظرا للبرنامج التعليمي المقترح على مجموعة من التلاميذ والاختبارات التي اجريت عليهم.

#### 6-2 مجتمع وعينة البحث:

6-2-1 المجتمع الاصيلي للعينة: يبلغ العدد الاجمالي لتلاميذ مدرسة 350 تلميذ وتم اختيار 38 تلميذ تتوفر فيهم الشروط المطلوبة بنسبة 30 %.

#### 6-2-2 العينة:

أجريت هذه الدراسة على مجموعتين من التلاميذ من كلا الجنسين يمارسون نشاطهم المدرسي "بابتدائية بلبشير حمو" حي 600 مسكن خروبة مستغانم قسم السنة الخامسة، تتراوح اعمارهم ما بين 10-9 سنوات، 15 تلميذ للعينة الضابطة من قسم السنة الخامسة ابتدائي، 15 تلميذ للعينة التجريبية من قسم السنة الخامسة ابتدائي.

#### 6-3 مجالات البحث:

#### 6-3-1 المجال البشري:

تم اختيار 38 تلميذ من "مدرسة بلبشير حمو" - حي 600 مسكن - خروبة - مستغانم - يتمثلون في عينة واحدة تم تقسيمها الى ثلاثة اقسام (8 تلاميذ للدراسة الاستطلاعية، 15 كمجموعة ضابطة، 15 كمجموعة تجريبية تطبق عليها الوحدات التعليمية المقترحة).

#### 6-3-2 المجال المكاني:

اجريت الاختبارات القبلية والبعدية في الساحة المتواجدة "بمدرسة بلبشير حمو" حي 600 مسكن خروبة لولاية مستغانم، وتم تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في نفس المكان.

6-3-3 المجال الزمني: بدأنا دراسة هذا الموضوع من شهر سبتمبر الى غاية بداية شهر ماي وانحصرت الدراسة فيما يلي:

- التجربة الاستطلاعية كانت ما بين 04 فيفري الى غاية 11 فيفري 2022.

- تطبيق الوحدات التعليمية (الاختبار) لعينتي كان ما بين 18/02/2022 الى غاية 22/04/2022.

-الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية كان يوم 29 أفريل 2022.

#### 6-4- ضبط متغيرات البحث:

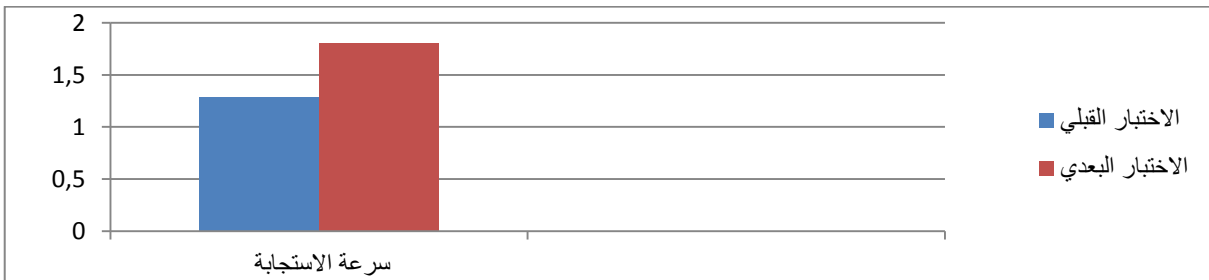
الجدول رقم (02): يبين المقارنة بين نتائج الاختبارات القبليتين للضابطة والتجريبية

تقييم مستوى الدلالة	ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	العينة	المتوسط الحسابي		الاختبار
						العينة الضابطة	العينة التجريبية	
غير دال	0,74	2.04	0,05	28	15	44,8	43,73	المرونة
غير دال	1,48				15	1,35	1,28	سرعة الاستجابة

من خلال الجدول رقم (02) المدون أعلاه الذي يبين لنا المقارنة بين نتائج الاختبارات القبليتين للعينتين الضابطة والتجريبية جاءت النتائج كالتالي:

المتوسط الحسابي للعينة التجريبية هو 43,73 مقابل 44,80 للعينة الضابطة في اختبار المرونة، أما فيما يخص اختبار سرعة الاستجابة نجد ان المتوسط الحسابي للعينة التجريبية مقدر ب 1,28 ويقابله 1,35

عند العينة الضابطة، وقيم t المحسوبة جاءت كالتالي (0,74) في اختبار المرونة، و 1,48 في اختبار سرعة رد الفعل) ونلاحظ ان قيم t المحسوبة جاءت كالتالي (0,74) في اختبار المرونة، و 1,48 في اختبار سرعة رد الفعل) وهنا يتضح انها أصغر من القيمة الجدولية التي بلغت قيمتها 2.04 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 14، وعليه نقول بأنه لا توجد دلالة إحصائية للفرق بين النتائج القبليتين للعينتين الضابطة والتجريبية، وهذا ما يؤكد على وجود تجانس بين العينتين.



التمثيل البياني رقم (01) يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبليتين للعينتين الضابطة والتجريبية.

#### 6-5- أدوات البحث: واشتملت ادوات البحث على:

- المصادر والمراجع باللغة العربية والاجنبية.
- المقابلة الشخصية مع المدرسين واساتذة ودكاترة مختصين.
- الوحدات التعليمية المقترحة.
- الوسائل البيداغوجية " شواخص، صافرة، ميفاتي، آلة حاسبة من نوع BC ETSI: B60 شريط ميري. "

أولاً: الاختبارات:

• اختبار (المرونة):

الغرض منه: قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي.

الادوات: مقعد بدون ظهر، ارتفاعه 50 سم، مسطرة مقسمة من الصفر الى مائة سم مثبتة عمودياً على الكرسي بحيث يكون رقم 50 سم موازياً لسطح المقعد والرقم 100 موازياً للحافة السفلى للمقعد، مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة.

التسجيل: يسجل للمختبر المسافة التي حققها في المحاولتين وتحسب له أكبر مسافة بالسنتيمتر (محمد صبحي حسنين ، 2004، صفحة 282).

• اختبار نيلسون للاستجابة الحركية:

غرض الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة والتحرك والسرعة والدقة وفقاً للاختبار المشير، وقد وضع هذا الاختبار على أساس أنه يشبه الأنماط الحركية في عدة ألعاب رياضية.  
الادوات اللازمة:

- فضاء مستوي خالي من العوائق بطول 30 م وعرض 2 م.

- ساعة إيقاف.

- شريط القياس (محمد صبحي حسنين ، 2004، صفحة 283).

6-7- الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون ، اختبار "ت" "يستودنت".

7- عرض وتحليل النتائج:

7-1- المقارنة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية:

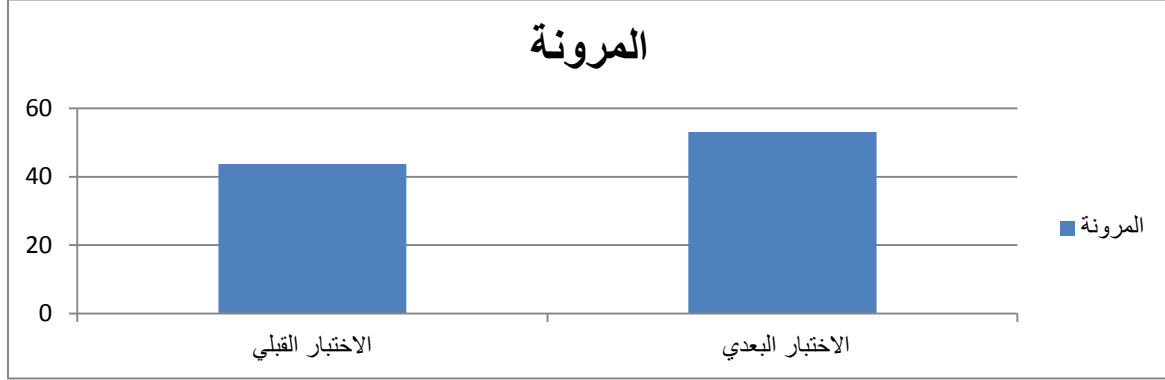
7-1-1- المقارنة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمرونة:

الجدول (03): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمرونة عند العينة التجريبية

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجة الحرية	معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية
43,73	32,50	15	14	0,49	4,31	2,14
53,06	37,64					

من خلال الجدول رقم (03) الذي يبين لنا المقارنة بين النتائج القبلية والبعديّة للعينة التجريبية في اختبار المرونة، حيث بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (43,73) في حين بلغ في الاختبار البعدي (53,06) ، كما بلغت قيمة t المحسوبة بقيمة (4,31) ، ويتضح أنها أكبر من قيمة t الجدولية التي بلغت قيمتها 2,14 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 14 إي أن هناك دلالة إحصائية للفرق

بين المتوسطات الحسابية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي لصالح الاختبار البعدي وهذا ما يفسر فاعلية التمارين والألعاب الرياضية المقترحة في تحسن وتطوير المرونة لدى التلاميذ. وهذا ما تؤكدته دراسة (بالغالي فوزية، يحي فريد، 2016) أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال لها أثر ايجابي في تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-11) سنة.



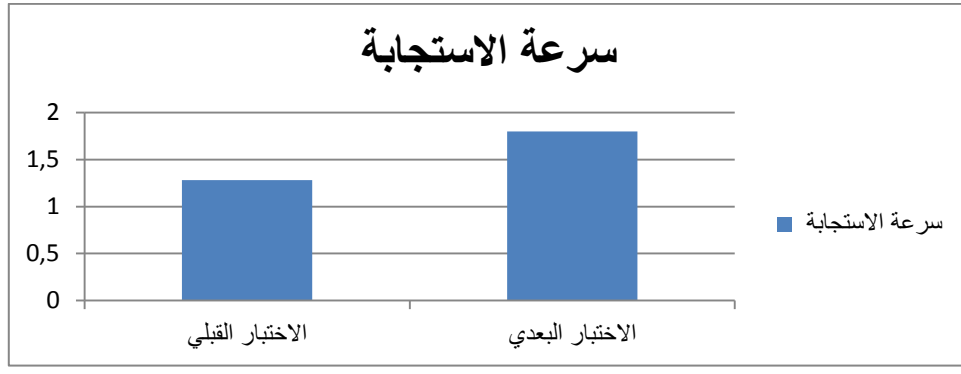
التمثيل البياني (03): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي للمرونة.

7-2- المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للعينة التجريبية في سرعة الاستجابة:

الجدول رقم (05) يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للعينة التجريبية في سرعة الاستجابة

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجة الحرية	معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية
1,28	0,02	15	14	0,20	9,10	2,14
1,80	0,03					

من خلال الجدول رقم (05) المدون أعلاه الذي يبين لنا يبين المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للعينة التجريبية حيث تقدر نسبة المتوسط الحسابي ب 1,28 للاختبار القبلي و 1,80 للاختبار البعدي، ونلاحظ ان قيم t المحسوبة قدرت ب 9,10 وهي بذلك أكبر من القيمة الجدولية التي بلغت قيمتها 2.14 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 14 وعليه نقول بانه توجد دلالة إحصائية للفروق بين النتائج القبلية والبعدي للعينة التجريبية لصالح الاختبارات البعدي وهذا ما يفسر فاعلية الوحدات التعليمية وما تحويه من أنشطة وألعاب متنوعة وهادفة في تنمية سرعة الاستجابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.



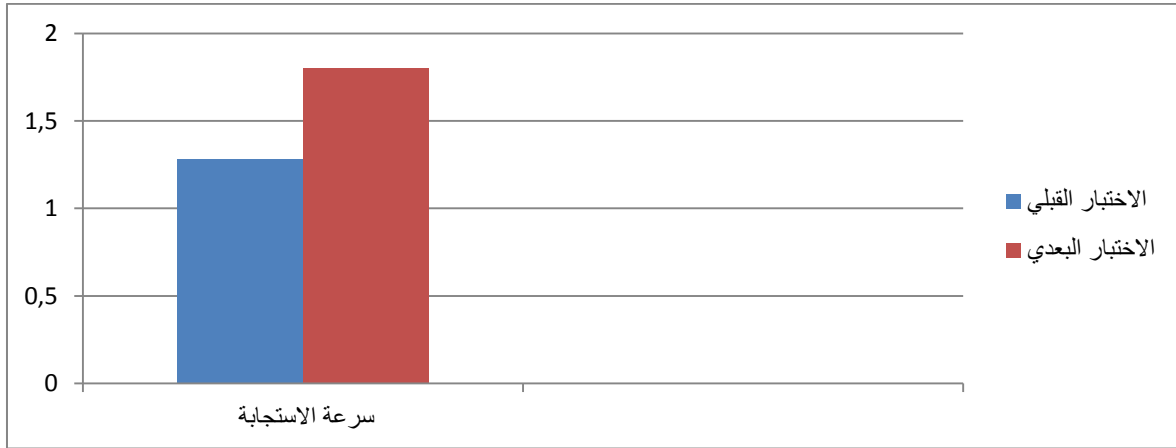
رسم بياني (04): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية.

3-7- المقارنة بين نتائج الاختبارات البعديّة للعينتين الضابطة والتجريبية:

الجدول رقم (06): يبين المقارنة بين نتائج الاختبارات البعديّة للعينتين الضابطة والتجريبية.

تقييم مستوى الدلالة	ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	العينة	المتوسط الحسابي		الاختبارات
						العينة الضابطة	العينة التجريبية	
دال	4,01	2.04	0.05	28	30	48,40	53,06	المرونة
دال	2,70					1,60	1,80	سرعة الاستجابة

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن المتوسط الحسابي للعينة التجريبية بلغ 53,06 مقابل 48,40 للعينة الضابطة في اختبار المرونة، أما في ما يخص اختبار سرعة الاستجابة نجد أن المتوسط الحسابي للعينة التجريبية مقدر ب 1.80 ويقابله 1.60 عند العينة الضابطة، وقيم t المحسوبة جاءت كالتالي (4.01 في اختبار المرونة، و2.70 في اختبار سرعة رد الفعل) وهنا يتضح أنها أصغر من القيمة الجدولية التي بلغت قيمتها 2.04 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 28، وعليه نقول بأنه توجد دلالة إحصائية للفرق بين النتائج القبلية للعينتين الضابطة والتجريبية، وتعزو الطالبة الباحثة ذلك إلى الدور الإيجابي والفعال للوحدات التعليمية المقترحة وما تحويه من تنوع في الألعاب والتمارين الرياضية خاصة وأنها كانت تلائم خصائص الفئة العمرية. مقارنة بالعينة الضابطة التي لم تتحسن لديها هذه الصفتين (المرونة وسرعة الاستجابة).



رسم بياني (05): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات البعديتين للعينتين الضابطة والتجريبية.

#### 8- مناقشة فرضيات البحث:

#### 8-1 مناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى انه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للعينتين التجريبية".

يتضح من خلال النتائج المستخلصة للاختبارات البعديتين للعينتين التجريبية. فقد تبين بعد المعالجة الإحصائية الحاصلة باستخدام دلالة الفروق "ت" أن الفروق الإحصائية الحاصلة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي، وتعزو الطالبة الباحثة ذلك إلى اختيار فقط الألعاب التي في حدود كفاءة سن المجموعة والمناسبة للحجم والقوة والخبرة، بالإضافة إلى مراعاة أن تكون الألعاب المقترحة متنوعة ومشوقة واقتصادية وتتفق مع احتياجات الموقف التعليمي. وعليه فإنّ الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى التلاميذ، حيث اتفقت هذه الدراسة مع دراسة (دلة بوعمامة، غالم نور الدين ، 2014) والتي أشارت إلى أن الألعاب الصغيرة ساعدت في الجدية والحيوية خلال الحصص التدريسية من طرف اللاعبين وهذا يبرز سرعة التطور البدني المهاري". وعليه فإنّ الفرضية قد تحققت.

#### 8-2 مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات البعديتين بين عينتي البحث الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية".

يتضح من خلال النتائج المستخلصة للاختبارات البعديتين للعينتين التجريبية إنّ الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي في تنمية صفة المرونة لدى التلاميذ. فقد تبين بعد المعالجة الإحصائية الحاصلة باستخدام دلالة فروق "ت" أن الفروق الإحصائية الحاصلة بين الاختبار

القبلي والاختبار البعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي، وتعزو الباحثة ذلك إلى تنوع التمارين والألعاب الرياضية المستخدمة في تنمية هذه الصفات والتي احتوتها الوحدات التعليمية باستخدام ألعاب صغيرة التي كان لها الأثر الإيجابي في تنميتها لدى التلاميذ، وقد اتفقت مع نتائج البحث مع دراسة (بختي رياض، كريم سليم، 2017)، التي أشارت إلى أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي". وعليه فإن فرضية البحث قد تحققت.

### 8-3- مناقشة الفرضية العامة:

ويتضح ذلك من خلال المعالجة الإحصائية الموضحة في الجداول (02) و(06)، حيث تبين الدلالة الإحصائية للفروق الحاصلة بين متوسطات النتائج القبلي والبعدي الإحصائية الحاصلة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي، حيث تعزو الطالبة الباحثة إلى مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بالمتعلم تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد، وبصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة. حيث اتفقت هذه الدراسة مع دراسة "عبد الله رمضان" و"مختار الصديق عبد الحق" 2007م، التي أسفرت أهم نتائجها على أن البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (قوة، رشاقة، مرونة) لدى تلاميذ الطور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية، وهذا ما يؤكد حافظ أن الألعاب الصغيرة تعد من أنجح دروس التربية الرياضية التي ترمي إلى تحقيق الأهداف التربوية الحديثة. (محمد علي حافظ، 1943، صفحة 26) ويضيف أبو بكر أن للألعاب الصغيرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت تطوير المهارات الفنية للطفل من أجل تكوين ذاكرة حركية للطفل في المستقبل، (أبو بكر علي، 1985، صفحة 84). وعليه نقول أن الفرضية قد تحققت.

### 9- الاستنتاجات: بعد الدراسة الإحصائية وتحليل ومناقشة النتائج توصلت الطالبة الباحثة إلى:

- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج صفتي المرونة وسرعة الاستجابة في الاختبار القبلي للعينة التجريبية والضابطة.
- ✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للعينة التجريبية لصالح الاختبارات البعدي.
- ✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في نتائج الاختبارات البعدي بين عيني البحث الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية.
- ✓ إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة المطبقة على العينة التجريبية أثرت إيجابياً في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى التلاميذ الطور الابتدائي (09-10) سنوات.

## 10- الاقتراحات والتوصيات:

1. استثمار طاقات الاطفال من خلال طريقة الألعاب الصغيرة.
2. زيادة حصص الرياضة ووقت الممارسة لزيادة فعالية تطوير وتنمية القدرات البدنية للتميذ.
3. توفير العتاد والوسائل التي يتطلبها تطبيق الوحدات التعليمية والالعاب الصغيرة في المدارس الابتدائية.



## قائمة المراجع:

- 1) أبو بكر علي (1985)، ألعاب مختلفة للمرحلة الإعدادية، ليبيا: كلية التربية للبنين.
- 2) أحمد محمد خاطر، علي فهيمي البيك (1996)، القياس في المجال الرياضي، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- 3) حسانين محمد صبحي، (2004)، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الأول، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4) حسن السيد أبو عبده (2000)، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، الاسكندرية: مكتبة الإشعاع.
- 5) سليم بختي رياض، كريم. (2017)، وحدات تعليمية باستخدام اللعب لتنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12)، الجزائر.
- 6) عبد الله رمضان. (2007). أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر البدنية (قوة، رشاقة، مرونة). لدى تلاميذ الطور الثانوي، الجزائر.
- 7) عطاء الله أحمد. (2007). أساليب وطرق التدريس في ت. ب، الجزائر- ديوان المطبوعات الجامعية.
- 8) عطيات محمد خطاب. (1990). أوقات الفراغ والترويح.
- 9) فاطمة عبد المالح وآخرون. (2011). التدريب الرياضي للطلبة المرحلة الثانية لكليات التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
- 10) محمد علي حافظ، مرزوق فرحات. (1943). الألعاب المنظمة، القاهرة.

University of Batna2

Institute of Sciences and Techniques of Physical  
and Sports Activities



# *Journal of Physical Education and Sports*

*A Refereed Scientific Journal  
Issued by the  
Institute of Sciences and Techniques of Physical  
And Sports Activities  
University of Batna2 – ALGERIA-*

**Vol: 01**

**Number: 00**

**November 2022**

**ISSN: 2830-9170**

Institute of Sciences and Techniques of Physical and Sports Activities–University of Batna2 – ALGERIA–

Email: [revue-staps@univ-batna2.dz](mailto:revue-staps@univ-batna2.dz) Tel: 0021333230155 [www.univ-batna2.dz](http://www.univ-batna2.dz)

UNIVERSITY OF BATNA2



**Institute of Sciences and Techniques of Physical  
and Sports Activities**



# ***Journal of Physical Education and Sports***

*A Refereed Scientific Journal  
Issued by the  
Institute of Sciences and Techniques Physical  
And Sports Activities  
University of Batna2 – ALGERIA-*

***Vol : 01***

***Number : 00***

***November 2022***

***ISSN: 2830-9170***

**Institute of Sciences and Techniques of Physical and Sports Activities – University of Batna2 – ALGERIA –  
Email: [revue-staps@univ-batna2.dz](mailto:revue-staps@univ-batna2.dz) Tel: 0021333230155 [www.univ-batna2.dz](http://www.univ-batna2.dz)**