



الاجتهاد للأبحاث العلمية

مجلة علمية نصف سنوية محكمة تصدر عن كلية التربية البدنية جامعة

الزيتونة بترهونة ليبيا





مجلة الاجتهاد

مجلة علمية نصف سنوية محكمة تصدر عن كلية التربية البدنية جامعة الزيتونة
بترهونة ليبيا

تنويه

- المعلومات والآراء والأفكار العلمية الواردة في المجلة مسؤولية الباحث ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة.
- الباحث هو المسئول عن الأمانة العلمية على ما تم تداوله من معلومات في بحثه.

رقم الإيداع القانوني (2020/117- دار الكتاب الوطنية)

الإشراف العام

أ. صالح امعر صالح الهمالي

مدير التحرير:

أ. سعيد أحمد سعيد

رئيس التحرير:

د. عبدالحافظ غوار

المراسلات : مجلة الاجتهاد لكلية التربية البدنية- جامعة الزيتونة- ترهونة - ليبيا

E.mail:ejthadTR@yahoo.com

كلية التربية البدنية - جامعة الزيتونة- ترهونة- ليبيا: Facebook

كلمة رئيس التحرير

اللهم صل على سيدنا محمد الفاتح لما أغلق، والخاتم لما سبق، ناصر الحق بالحق، والهادي إلى صراطك المستقيم، وعلى إله حق قدره ومقداره العظيم.

عزيزي القارئ: يسعدنا أن نقدم بين يديك العدد الثاني عشر من مجلة الاجتهاد للأبحاث العلمية المحكمة لكلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة، وقد زينها بياقة متنوعة من البحوث العلمية في شتي مجالات العلم والمعرفة آملين من الله تعالى أن يجد فيها القارئ ما يلي حاجاته وأن تكون هذه المجلة رافداً من روافد المعرفة بين المجالات العلمية المحكمة.

وتبني المجلة وتلتزم بالمعايير العلمية الرصينة لمختلف فروع المعرفة، وتعمل على نشر البحوث العلمية المتميزة التي تخدم البحث العلمي وذات المضمون الهادف والتي يعالج مشكلة إنسانية أو تطبيقية يشعر بها الباحث ويقدم الحلول من خلالها ويتوصل إلى نتائج تخدم البحث العلمي وتعالج قضايا المجتمع في المجالات كافة.

وإذا نشكر كل من أختار هذه المجلة لنشر بحثه العلمي، فإننا نرحب بكل البحوث داخل الجامعة أو خارجها ومن مختلف الجامعات العربية والأجنبية شريطة التزامهم بالمنهجية العلمية، وشروط النشر التي وضعتها المجلة، وأن يكون البحث ذا قيمة علمية هادفة.

وأخيراً وليس آخراً لا بد من وقفة نشكر فيها كل من ساهم في تأسيس هذه المجلة واستدامة ظهورها للتميز.

ومن الله التوفيق

أ. صالح امعمر صالح الهمالي

عميد الكلية والمشرف العام للمجلة

أولاً : متطلبات البحث المقدم للنشر

أن تتضمن البحوث إضافة علمية جديدة أو مبتكرة في مجال التخصص للعلوم الرياضية أو العلوم الأخرى بشرط:-

- أن لا يكون البحث قد نشر مسبقاً.
- أن لا يكون البحث قد تم تقييمه أو نشره في مجلة أخرى.
- أن لا يكون البحث من رسالة منشورة للدكتوراه أو الماجستير أو جزء من كتاب منشور.

• تكتب البحوث باللغة العربية أو الإنجليزية .

• البحوث المكتوبة باللغة الإنجليزية يرفق معها ملخص باللغة

العربية على أن تشتمل الصفحة على عنوان البحث وجزء من مقدمة البحث وهدف البحث وأهم إجراءاته وطريقة اختياره لأفراد العينة وبعض قياسات وأدوات البحث وأهم النتائج والتوصيات.

• ألا تزيد عدد صفحات البحث عن (15) صفحة، وألا يزيد عدد

السطور بالصفحة الواحدة عن (20-24) سطرًا، حجم خط

العناوين (12) وباقي المقاطع بحجم (12). Simplified Arabi

• تترك مسافة 4 سنتيمتر من أعلى الصفحة و 3 سنتيمتر من أسفل

الصفحة و 2،5 من كلا الجانبين .

• أن تشمل محتويات البحث على (المقدمة ،مشكلة البحث،

الأهداف، الفروض، عرض للدراسات السابقة، إجراءات البحث،

نتائج البحث، استنتاجات وتوصيات البحث، المراجع) وأن تكتب

word البحوث على نظام .

• تسلم البحوث إلى مكتب المجلة العلمية من نسختين ورقية

على A4 بالإضافة لنسخة على CD مرفق بقيمة الاشتراك نقداً.

• تحال الأبحاث للجنة تقويم البحوث العلمية المكونة من قبل

أساتذة متخصصة كلاً في مجال تخصصه.

• الباحث ملزم بإجراء التعديلات الواردة من قبل لجنة التقويم

إن وجدت وتحمل التعديلات على CD آخر .

• الباحث له الحق في مراجعة هيئة تحرير المجلة في حالة عدم

اقتناعه ببعض التعديلات الواردة من لجنة التقويم .

• البحث غير المعدل يتم استبعاده من عدد المجلة ، وإذا تطلب

لأمر يتم عرضه على اللجنة الاستشارية بالمجلة وفي حالة عدم قبوله يستبعد

النشر نهائياً أما في حالة قبوله فعلى الباحث الالتزام

بالتعديلات المطلوبة ويتم إضافته بالعدد القادم دون دفع قيمة

الاشتراك .

• عند قبول البحث للنشر بالتعديلات يجب ألا تتجاوز مدة

التعديلات من طرف الباحث (10) أيام .

• تنشر البحوث بمجلة متخصصة من إصدارات كلية التربية

البدنية جامعة الزيتونة.

• يمنح الباحث نسخة من عدد المجلة المنشور فيها ببحثه ورسالة

إيفاد بالشر .

ثانياً: التحكيم:

• تقوم هيئة التحرير بإجراء تقييم مبدئي للبحوث المقدمة قبل

إرسالها إلى المحكمين من ذوي الخبرة البحثية والمكانة العلمية المتميزة

المقدم فيه البحث، ويتم الاستعانة بالقائمة المعتمدة من الجامعات التي

• تستعين هيئة التحرير بمحكمين اثنين على الأقل لكل بحث

لتقييمه بشكل سري، ويجوز لمدير التحرير اختيار محكم ثالث في حال

رأى المحكمين بشأن صلاحية النشر.

■ يخطر الباحث بنتيجة التحكيم خلال أسبوع من وصول

النتيجة لمدير التحرير من قبل المحكمين، مع احتفاظ هيئة التحرير

بنسخة الإصدار الأولية .

ثالثاً: حقوق المجلة:

لهيئة التحرير حق الفحص الأولي للبحث وتقرير أهليته للتحكيم، وبعد رأي المحكمين إلزامياً .
يجوز لمدير التحرير إفادة الباحث ببحثه غير المقبول للنشر برأي المحكمين عند طلبه دون ذكر أسماء المحكمين .
يعد البحث في حكم المسحوب إذا تأخير الباحث عن إجراء التعديلات المطلوبة على البحث لمدة تزيد عن أسبوعين من تاريخ تسلمه الرد من مدير المجلة ، ما لم يكن هناك عذراً قهرياً تقدره هيئة التحرير .
لهيئة التحرير حق نشر البحث ورقياً كان أو إلكترونياً .
إذا ثبت لهيئة التحرير قيام الباحث بنشر بحثه مرة أخرى

يحق لهيئة التحرير حرمانه من مستقبلًا ، كما تحظر الجهة التي يعمل بها .
البحوث المنشورة في المجلة لا تعبر بالضرورة إلا عن رأي صاحبها وتحمل المسؤولية إذا كان البحث منشور بجهة أخرى
إذا لم يلتزم الباحث بأجراء التعديلات المطلوبة من قبل المحكمين ، أو قام بسحب البحث قبل نشره، يتحمل أجور التحكيم والبريد وغيرها من النفقات التي تحملتها هيئة التحرير بالمجلة .
المستلزمات: يمنح الباحث نسختين مجانية من المجلة .
ترتيب البحوث في المجلة لا يخضع لأهمية البحث ولا لمكانة الباحث، بل يتم الترتيب وفق الأسبقية في الانتهاء من التحكيم والتعدي

فهرس المحتويات

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمرينات التأهيلية علي إصابة إلتواء مفصل القدم لدي لاعبي كرة اليد للناشئين بمدينة سبها	7
د. محمد رمضان عبدالله	
دراسة لبعض الإصابات وأسباب حدوثها لدي طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة	18
أ. صالح امعر صالح الهماي	
" الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي "	29
أ.أبو بكر سالم عمر أوحيدة	
المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية	37
د. عائشة البهلول محمد سعد	
النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وآثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية " مرحلة التعليم الثانوي "	51
أ. مختار علي المختار عبدالنبي	
أثر الممارسة الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة طرابلس	67
أ. منير محمد صالح شلوف	
تأثير اللعب كنشاط حركي موجه على تنمية بعض المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية - الحس - حركية لتلاميذ الصف الأول الابتدائي	73
أ. نوري علي محمد المزروعي	
التسول، الأسباب، وآليات المواجهة من منظور العمل الاجتماعي	85
د. خديجة مسعود محمد أبوحماري	
التلوث البصري للواجهة البحرية لمدينة طرابلس	100
أ. نعيمة صالح علي ضو	
دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مراحل التعليم الأساسي والثانوي	120
أ.أسامة علي عكش	
أ. فاطمة حسن مرزوق	
الأسس والمعايير العلمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني	133
أ. ياسمين ياسين عبد القادر	

أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي

لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 - 15 سنة"

148 أ. سعيد احمد سعيد عمر د. خالد المهدي الدحير د. مسعود عبد السلام سعيد

علاقات الفينيقيين مع يهود أورشليم خلال القرن الاول قبل الميلاد

163 د. سالمه خليفة سالم الزروق

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م"

(حرة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

173 أ. سعيد احمد سعيد عمر د. مسعود عبد السلام سعيد د. خالد المهدي نصر الدحير

" مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن "

188 أ. محمود محمد رحومة الهوش

تأثير تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب لطلاب كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة

201 أ. إسماعيل عامر الطائش. أ. أحمد محمد عويضة . أ. أشرف محمد اشتوي

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمرينات التأهيلية علي إصابة إلتواء مفصل القدم لدي لاعبي كرة اليد

للناشئين بمدينة سبها

د. محمد رمضان عبدالله

ملخص البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج العلاجي باستخدام التمرينات التأهيلية على الحد من إصابات مفصل الكاحل لدي ناشئين كرة اليد. استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية نظراً لملائمة ذلك لطبيعة البحث. تم اختيار عينة البحث ناشئين كرة اليد بمدينة سبها (18-22) سنة وتكونت عينة البحث من (12) لاعب تم استبعاد عدد (1) لاعب لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليه، ليصبح قوام عينة البحث الفعلية (12) لاعب حيث قام الباحثون. بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح على عينة البحث لمدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع. وكان من أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية (التواري الثابت، الديناميكي، مرونة مفصل القدم، قوة مفصل الكاحل) قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية : مفصل القدم ، التمرينات التأهيلية، الالتواء، المدي الحركي ، كرة اليد ، القوة العضلية.

1- المقدمة ومشكلة البحث :

يعد اختلاف أنواع الإصابات الرياضية وتنوعها مرتبط بالعديد من الجوانب قد يرجع بعضها إلى اللاعبين أنفسهم والبعض الآخر إلى المدرب ، وقد تكون الإصابة راجعة إلى المحيط الخارجي أو البنية التحتية للنادية، كما تتعلق أيضا بالإصابات بالنواحي النفسية والفسولوجية الداخلية مثل تعرض اللاعب إلى فقد أو استهلاك الطاقة ووصوله إلى حالة التعب والإرهاق. ويشير عبد الرحمن عبد الحميد (2004م) (11) إلى أن إصابات الملاعب عادة تنشأ من أخطاء إما في الأماكن التي تزاوّل فيها الأنشطة الرياضية أو بسبب الأدوات المستخدمة أو الملابس التي يرتديها اللاعب أو الحالة الجسمانية أو النفسية له أو خطأ في التدريب أو التطبيق. (11: 25) ويرى كل من قدرى بكري، سهام الغمري (2013م) أن الإصابات الرياضية تمثل عائق كبير أمام التطور في المستوى الرياضي البطولي، وتؤثر إصابات الجهاز الحركي على مجموعة أنظمة الجسم المختلفة مما يتسبب لها بإعاقات وردود أفعال مختلفة للأجزاء الجسم، وكذلك قد ينتقل تأثيرها إلى أوعية القلب وأجهزة التنفس بالإضافة إلى الجهاز الهضمي والإخراجي مما يؤدي إلى عدم التنسيق بين هذه الأجهزة، لذا فإن الإصابة تعتبر حالة مرضية. (16: 12) وكما يشير أسامة رياض (2013م) إلى أن الاستخدام المستمر للقدمين في ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة ينتج عنه العديد من التغيرات المرضية، حيث يصاحبها آلام تختلف تبعاً لشدةها. (5: 45).

لهذا يتطلب الإنجاز الرياضي ضرورة استمرار اللاعب وانتظامه في عملية التدريب بعيداً عن الإصابات الرياضية التي تعد مرحلة فصل في الوصول إلى الفعورة الرياضية المطلوبة للمنافسة ، ومن هذا المنطلق فقد اعتمد الباحثان علي عملية التحليل الإحصائي المرتبط بنوعية وعدد الإصابات الرياضية التي يتعرض لها اللاعبين، من خلال السجلات داخل الأندية والمراكز الصحية ومن خلال الدراسات التي أجريت في هذا المجال أمثلة ذلك الدراسة التي أجراها جانج Junge (2004م) التي أجريت لحصر أنواع الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم خلال الدورات والألعاب الأولمبية للفترة ما بين عامي 1998م- 2001م. (26) ويرى جانج ودفورك

Junge, A., Dvorak (2014م) (26) و Cosio-Lima, L., & Reynold (2003) أن الإصابات الرياضية تمثل أحد المعوقات الأساسية التي تواجه تطوير المستوى الرياضي للاعب وتحول دون تحقيقه للإنجاز الرياضي المطلوب. (22: 25-27)

ويوضح عزت الكاشف (2004م) أهمية التمرينات التأهيلية في المساعدة على سرعة استعادة الشفاء، حيث تعتبر واحدة من أكثر الوسائل المركبة تأثيراً في علاج الرياضيين وغير الرياضيين المصابين بأي إعاقات في أعضاء أجسامهم، ومن ثم تعمل على سرعة استعادة العضلات والمفاصل لوظائفها، ومن هنا برز دور التمرينات التأهيلية التي تسهم في عودة اللاعب للممارسة الطبيعية للأنشطة الرياضية عقب تعرضه للإصابة، (12: 9) ويذكر علي جلال الدين (2007م) أن التأهيل الحركي يجب أن يسر بالمعالجة الإستشفائية Recovery Treatment التي يتم فيها القضاء على حالة الالتهاب واستشفاء الخلل الوظيفي الناتج عن الإصابة، ثم تأتي بعد ذلك مرحلة التأهيل الرياضي Sport Rehabilitation وهي تتلخص في إعادة الرياضي بصورة متدرجة ومتابعة إلى معاودة التدريب الطبيعي في مجال تخصصه الرياضي، مع الأخذ في الحسبان المستويات المناسبة من أحجام وشدة الأحمال التدريبية، وكذلك الوقاية من تكرار الإصابة. (13: 232-234)

ويعد مفصل الكاحل من المفاصل التي تعمل في اتجاهين من خلال إتصاله بأسفل الساق مع القدم، فهو أولاً مفصل معلق يسمح بحركة بسيطة لأعلي ولأسفل، وثانياً هو يسمح بحركات الانثناء والدوران حيث يوجد الرباط الداخلي والخارجي علي التعاقب والتوالي وتعتبر إصابة مفصل الكاحل الخارجي من الإصابات الأكثر شيوعاً بين العامة والرياضيين بصفة خاصة حيث تحدث الإصابة إما مفاجئة نتيجة تعرض القدم لانقلاب داخلي أثناء ممارسة النشاط الرياضي كالمشي والجري والوثب علي أرض غير مستوية أو عن طريق احتكاك مباشر كالضرب في بعض الأنشطة الرياضية وإصابة مفصل الكاحل تأتي في المقام الأول مع إصابة مفصل الركبة نظراً لخطورتها علي مستقبل الرياضيين ونجد من أكثر مناطق القدم تعرضاً للإصابة بسبب المجهود الكبير الذي يصيب هذا المفصل الحيوي نتيجة للإرهاق الشديد وكثرة الاستخدام التي تؤدي إلي نتائج لا يحمد عقبائها خصوصاً إذا ما تكررت الإصابة في هذا الجزء من القدم .

ولكن تبقى الأربطة الخارجية أكثر تعرضاً للإصابة نتيجة لعدة أسباب منها الضرب كما ذكر سابقاً، أو الالتواء الشئ الذي يسبب الألم في تقاطع الأربطة وتداخلها مع العظام حتى تصل لدرجة الالتواء الشديد وتصبح أكثر خطورة ويجب أن تلاحظ مثل هذه الإصابة عناية خاصة وذلك لتفادي الوقوع في أي خطأ يمكن أن يؤدي إلي الإصابة مرة أخرى خصوصاً إن فترة الابتعاد عن الملاعب في هذه الحالة قد يدوم لأشهر. (3: 55-67)

ومن خلال عمل الباحث في مجال التأهيل البدني والعلاج الطبيعي لاحظ أن كثير من الرياضيين يتعرضون لهذه الإصابة، ومن الناحية الأخرى يرى الباحثون أن عدم الإلمام التام للمدرسين واللاعبين بمجالات إصابات الملاعب والطب الرياضي

حيث قام الباحث بزيارة لبعض الأندية ومراكز العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل بالمدينة للوقوف عن قرب من اللاعبين والتعرف علي عدد وأنواع الإصابات الرياضية بصورة عامة وإصابات الكاحل بصورة خاصة بمركز التأهيل والأندية الرياضية داخل نطاق المدينة وبعد الاطلاع علي السجلات داخل الأندية ومراكز التأهيل وجدنا أن إصابات مفصل الكاحل مثلت ما نسبته 40% من مختلف إصابات الجسم.

لذي رأي الباحث أن برنامج العلاج الطبيعي والتأهيل البدني تعد من البرامج المهمة والضرورية للرياضيين للاستعادة سرعة الشفاء للرياضيين وسرعة عودتهم إلى الملاعب.

2- أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف علي :

- مدى تحسن مفصل القدم المصابة بالالتواء من الدرجة الأولى لدى لاعبين كرة اليد للناشئين .
- التعرف على تأثير برنامج التمرينات التأهيلية على سرعة تحسين التوازن لمفصل الكاحل لدى الرياضيين.
- التعرف على تأثير برنامج التمرينات التأهيلية على تحسين المدى الحركي لمفصل الكاحل في وضع القبض ، البسط ،الثنى للدخول ، الثني للخارج لدى بعض الرياضيين المصابين

3- فروض البحث :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في متغير الاتزان لمفصل القدم المصابة بالالتواء من الدرجة الأولى لدى لاعبين كرة اليد للناشئين ولصالح القياس البعدي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في متغير القوة العضلية لمفصل القدم المصاب بالالتواء من الدرجة الأولى لدى اللاعبين كرة اليد للناشئين ولصالح القياس البعدي

4- مصطلحات البحث :

الإصابات الرياضية Sport Injuries " تلف أو إعاقة سواء كان التلف مصاحباً أو غير مصاحب بتهتك الأنسجة نتيجة لأي تأثير خارجي التمرينات التأهيلية (4: 15) (24: 56)

الالتواء (الجزع): " هو إصابة رباط أو أكثر بالمفصل ، ويحدث عندما يدفع المفصل للحركة خارج المدى الطبيعي له . (6 : 142) الكفاءة الحركية : " هي أحد وسائل العلاج البدني الحركي الرياضي ، بغرض توظيف الحركة المقتنة الهادفة سواء على شكل تمرينات أو أعمال وظيفية أو مهارية ، وذلك لاستعادة الوظائف الأساسية للعضو المصاب وتأهيله بدنيا للعودة بكفاءة لممارسة النشاط الرياضي أو اليومي " . (15 : 78) (28 : 31)

1- دراسة سيف الدين صبيح (2019) (8) :

يعنوان اثر تمرينات الاتزان العضلي باستخدام جهاز (MB) المصمم في تأهيل اصابة التواء مفصل الكاحل الجانب الوحشي لرياضيين ويهدف البحث الى تصميم جهاز لقياس وتأهيل اصابة الرباط الجانبي الوحشي لمفصل الكاحل وكذلك اعداد تمرينات توازن عضلي تؤدي باستخدام الجهاز المصمم. وشملت مجالات البحث على المجال البشري المتمثل بالرياضيين المصابين بالتواء مفصل الكاحل الوحشي المتوسط الشدة. والمجال الزماني من (2019-12-10) الى (2020-2-3). المجال المكاني المتمثل بدائرة الطب الرياضي بغداد. استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي الملائمة طبيعة المشكلة، أشتمل مجتمع البحث على (16) رياضي من المصابين بالتواء مفصل الكاحل الوحشي، العينة التي ساهمت في التجربة الاستطلاعية ، وقد اختار الباحثون عينة البحث بالطريقة العمدية بعد إجراء الفحص عليهم من قبل لجنة اختصاص تابعة لدائرة الطب الرياضي وبلغ عددهم (10مصابين) بنسبة % 62.5 من مجتمع البحث تم تقسيمهم بالطريقة البسيطة (القرعة) الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) كل مجموعة (5) مصابين بنسبة %31.25 المجموعة التجريبية تستخدم برنامج تأهيلي باستخدام الجهاز

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمرينات التأهيلية على إصابة الكتف، مفصل القدم لدى لاعبي كرة اليد الناشئين بمدينة سبها

المصمم والمجموعة الضابطة تستخدم البرنامج التأهيلي الخاص بدائرة الطب الرياضي/ بغداد. ومن خلال نتائج المعالجات الاحصائية للبيانات التي جمعت في الاختبارات القبليّة والاختبارات البعدية لمتغيرات البحث استنتج الباحث أن تمارين التوازن التأهيلية التي اعدّها الباحث باستخدام الجهاز المصمم كان لها الدور الفاعل في تقديم تأهيل اصابة الكتف بالتواء مفصل الكاحل (الجهة الوحشية) من خلال ظهور تحسن في (الارتطة الوحشية و توازن القوة العضلية للعضلات المحيطة بالمفصل وزوايا المدى الحركي)، وإمكانية استخدام الجهاز المصمم في مراكز العلاج الطبيعي من قبل المختصين، وكذلك في استخدام الجهاز المصمم لتأهيل الالتواء الانسي وتحدد مفصل الكاحل.

2- دراسة ناهدة عبد زيد، سميرة عبد الرسول (2014) (18) :

بعنوان "تأثير وسائل تأهيلية مساعدة في تخفيف ألم مفصل الكتف المزمن لدى لاعبي الكرة الطائرة، وبلغ قوام العينة (10) لاعبين كرة طائرة يعانون من آلام مفصل الكتف المزمنة"، وتم تطبيق برنامج لمدة (8) أسابيع، وكان من اهم النتائج أن الوسائل التأهيلية المساعدة لها دور فعال إلى تخفيف ألم الاصابة في مفصل الكتف المزمن. وتحسن المتغيرات البعدية (التي المد القوة العضلية) للعضلات العاملة على مفصل الكتف.

3- دراسة كوزيو وريبولد (Casio & Reynold) (2003) (22)

بعنوان "تأثير الكرة الوظيفية PhysioBall والتمرينات التقليدية على الظهر والبطن والتوازن لدى السيدات المبتدئات، وبلغ قوام العينة (30) سيدة مبتدئة" تم تقسيمهن الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهما (15) سيدة، وكانت مدة البرنامج (5) أسابيع، وكان من أهم النتائج ان تمارينات الكرة الوظيفية تؤثر إيجابياً على القوة العضلية لعضلات البطن والظهر وعنصر التوازن.

5- إجراءات البحث :

- منهج البحث :

يستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة بأسلوب القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث.

- مجتمع البحث :

تم تحديد مجتمع البحث للاعبين كرة اليد المصابين بالتواء مفصل الكاحل داخل اندية مدينة سبها والبالغ عددهم 13 لاعب من الدرجة الأولى والدرجة الثانية والمتدردين على مراكز التأهيل البدني بمدينة سبها

- عينة البحث :

تم إختيار العينة بالطريقة العمدية من بين لاعبي كرة اليد ناشئين والمصابين بالالتواء في مفصل القدم من الدرجتين الأولى والثانية ودون التدخل الجراحي، وذلك تبعاً لتشخيص الطبيب المختص، وبلغ عدد العينة (12) مصابين وتم استبعاد لاعب واحد (1) وذلك لإجراء التجربة الإستطلاعية وتراوحت أعمارهم ما بين (١٨ - ٢٢) سنة.

(ن=12)

الجدول رقم (1) يوضح مواصفات العينة

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر (السنة)	19.83	1.27	0.05
الطول (سم)	1.73	0.02	0.67
الوزن (كجم)	64.91	3.36	0.39

يلاحظ من الجدول رقم (1) أن قيم معاملات الالتواء لتوصيف العينة انحصرت ما بين $(3 \pm)$ مما يؤكد تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية.

- شروط اختيار العينة :

1. أن يكونوا من المصابين بالتواء مفصل الكاحل من الدرجة الأولى أو الثانية .
2. أن يكونوا من اللاعبين المشاركين في منافسات كرة اليد للأندية داخل المدينة.
3. موافقة جميع أفراد العينة على الاشتراك في البرنامج .

- أدوات ووسائل جمع البيانات :

- جهاز ريستاميتير لقياس الطول والوزن الكلي للمصاب.
- جنيوميتر لقياس المدى الحركي لمفصل الكاحل.
- حبل مطاط بتصميم البرنامج التأهيلي المقترح:
- تنسوميتر لقياس القوة العضلية.
- لوحة الاتزان لقياس التوازن.
- استمارة جمع بيانات للاعبين المصابين.

بعد الاطلاع على المراجع والدراسات العلمية المرتبطة بموضوع الدراسة والبرامج التأهيلية المختلفة والمعلومات المتعددة على شبكة المعلومات الدولية مثل دراسة أحمد عبدالثواب (2012م) (2) جيرير Gerber (2005م) (25) ، اسامة رياض (2013م) (1)، ألونسو Alonso (2008م) (21) كيرك باترك Kirk Patrick (2009م) (27)، هاشم شريف (2010م) (19) ، أحمد عبد التواب (2012م) (2) ، حيث عمل الباحثون على تحليل جميع البرامج التأهيلية السابقة والمعلومات التي تم التوصل إليها وذلك لتحديد أوجه الاختلاف والاتفاق بين هذه البرامج بالإضافة إلى التعرف على القصور والمشكلات التي واجهت هذه البرامج عند تصميمها، ثم قام الباحث بتصميم البرنامج التأهيلي المقترح بما يتناسب مع درجة الإصابة.

6- القياسات القبلية:

قام الباحث بتنفيذ القياسات القبلية على مجموعة عينة البحث لكل حالة على حدة حسب موعد حضورها للتأهيل في الفترة من 2022/3/25 – 2022/3/28.

7- التجربة الأساسية :

تم تطبيق التجربة الأساسية للبحث من حيث القياسات القبلية وتنفيذ البرنامج والقياسات البعدية لكل مصاب على حدة، وبلغت مدة البرنامج (12) أسبوع (3) وحدات أسبوعياً لكل حالة، وكان زمن الجلسة يتراوح ما بين (35: 60) دقيقة. وقد قام الباحثون بتطبيق تجربة البحث الأساسية في الفترة من 2022-4-1 – 2022-7-1م

8- القياسات البعدية:

تم تنفيذ القياسات البعدية بعد الإنتهاء من تنفيذ البرنامج التأهيلي على عينة البحث بنفس ترتيب القياسات القبلية وتحت نفس الظروف في الفترة من 2022-7-3 – 2022-7-6م.

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمرينات التأهيلية على إصابة إلتواء مفصل القدم لدى لاعبي كرة اليد للناشئين بمدينة سبها

9- المعالجة الإحصائية :

المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار دلالة الفروق ، النسب المئوية لمعدلات التغير .

10- عرض ومناقشة النتائج :

جدول رقم 2 يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعدل التغير للقياسين القبلي والبعدي

لعينة البحث المصابة بالتواء مفصل الكاحل من الدرجة الأولى

(ن=12)

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	نسبة التحسن%
القوة العضلية	القبلي	14.25	1.82	- 19.000	معنوي	22.12
	البعدي	17.41	1.98			

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.833$

كما يلاحظ من الجدول أن متوسط القوة العضلية لمفصل الكاحل في القياس القبلي هو (14.25) وانحراف معياري (1.82) ، بينما متوسط قوة العضلات لمفصل الكاحل في القياس البعدي هو (17.41) وانحراف معياري (1.98) وأن قيمة ت المحسوبة (-19.00) وهي معنوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 22.12 % وذلك لصالح القياس البعدي.

جدول رقم (3)

يوضح جدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياسات القبالية والبعدية في

متغيرات والإلتزان، وذلك بالنسبة للقدم المصابة بالتواء مفصل الكاحل من الدرجة الأولى

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	نسبة التحسن%
الإلتزان	القبلي	57.00	5.34	- 14.44	0.000	2.12%
	البعدي	69.16	5.49			

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.833$

كما يلاحظ من الجدول أن متوسط متغير الإلتزان للمفصل الكاحل في القياس القبلي هو (57.00) وانحراف معياري (5.34)، بينما متوسط الإلتزان في القياس البعدي هو (69.16) وانحراف معياري (5.49) وأن قيمة ت المحسوبة (-14.44) وهي معنوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 2.12 % وذلك لصالح القياس البعدي.

جدول رقم (4)

يوضح جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدي في

متغيرات والبسط والقبض وذلك بالنسبة للقدم المصابة بالتواء من الدرجة الأولى.

(ن=12)

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	نسبة التحسن %
مرونة البسط	القبلي	19.00	2.044	- 15.397	0.000	6.41%
	البعدي	23.16	2.329			
مرونة القبض	القبلي	34.91	2.539	- 8.693	0.000	3.17%
	البعدي	38.75	1.544			

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.833$

كما يلاحظ من الجدول أن متوسط مرونة البسط في القياس القبلي هو (19.00) وانحراف معياري (2.044) ، بينما متوسط مرونة القبض في القياس القبلي هو (34.91) وانحراف معياري (2.539) بينما متوسط مرونة البسط في القياس البعدي هو (23.16) وانحراف معياري (2.329) وأن قيمة ت المحسوبة (- 15.397) واما بالنسبة لمرونة القبض في القياس البعدي هو (38.75) وانحراف معياري (1.544) وإن قيمة ت المحسوبة (- 8.693) وهي معنوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 6.41% مرونة البسط و 3.17% مرونة القبض وذلك لصالح القياس البعدي للمتغير المرونة .

جدول رقم (5)

يوضح جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدي في

متغيرات ، الدوران للخارج، والدوران للداخل، وذلك بالنسبة للقدم المصابة بالتواء من الدرجة الأولى.

(ن=12)

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	نسبة التحسن %
دوران لداخل	القبلي	26.50	1.446	- 11.285	0.000	4.14%
	البعدي	29.08	1.240			
دوران للخارج	القبلي	12.00	1.537	- 18.112	0.000	10.59%
	البعدي	15.25	1.602			

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.833$

كما يلاحظ من الجدول أن متوسط مرونة الدوران للداخل في القياس القبلي هو (26.50) وبانحراف معياري (1.446) ، بينما متوسط مرونة الدوران للخارج في القياس القبلي هو (12.00) وبانحراف معياري (1.57) بينما متوسط مرونة الدوران للداخل في القياس البعدي هو (29.08) وبانحراف معياري (1.240) وأن قيمة ت المحسوبة (-11.285) وأما بالنسبة لمتوسط مرونة الدوران للخارج في القياس البعدي هو (15.25) وبانحراف معياري (1.602) وإن قيمة ت المحسوبة (- 18.112) وهي معنوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 4.14% لمرونة الدوران للداخل و 10.59% لمرونة الدوران للخارج وذلك لصالح القياس البعدي لمتغير المرونة .

- مناقشة النتائج :

يوضح جدول (٢) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات في حالة الإصابة بالتواء مفصل القدم من الدرجة الأولى، حيث حدث تحسن في القوة العضلية بنسبة 22.12%، واللاتزان بنسبة 2012%، أما حركة البسط بنسبة 6.41%، والقبض بنسبة 3.17%، والدوران للخارج بنسبة 10.59%، والدوران للداخل بنسبة 4.14% وهذا يتفق مع ما أشارت اليه كل من مها حنفي قطب، داليا علي حسن، ربحاب حسن

محمود (2009م)، إلى أن التمرينات التأهيلية، والتدليك من أفضل وسائل العلاج والتأهيل البدني الأمانة لما لها من أثر هام في تخفيف الألم وزيادة المدى الحركي. (17: 132-168) مما سبق يتضح أن البرنامج التأهيلي المقترح له تأثير إيجابي على زيادة معدلات المدى الحركي، حيث توجد فروق دالة إحصائية في متغيرات المدى الحركي بسط مفصل الكاحل، قبض مفصل الكاحل، وبذلك يتحقق الفرض الثاني للبحث في تحسن المجال الحركي لمفصل القدم المصابة بالتواء من الدرجة الأولى والثانية لدى الرياضيين.

ويشير دافيد David (2009) (23) إلى أن أهداف من التأهيل هو استعادة الوظيفة الكاملة للمفصل من حيث المدى الحركي، والقوة العضلية دون أجهاد العضلات العاملة على المفصل. (23: 119) ويتفق ذلك مع ما أشار اليه عبد الباسط صديق (2013م) أن ممارسة التمرينات التأهيلية تؤدي إلى تحسين المرونة في المفاصل وبالتالي زيادة المدى الحركي للعضلات، (10: 116-134) وهذا يتفق مع ما أشار اليه فراج عبد الحميد (2005م) أن التمرينات التأهيلية تزيد من مرونة المفصل وبالتالي زيادة المدى الحركي للمفصل، كما تزيد من تغذية العظام فتتمو بشكل سليم ، كما تعمل على زيادة مطاطية العضلات العاملة على المفصل (14: 106) وهذا يتفق مع ما اشار اليه وليد الدمرداش (2010م) ان برنامج التمرينات التأهيلية يعمل على تحسن المدى الحركي، والقوة العضلية ، للطرف المصاب مقارنة بالطرف السليم. (20: 104)

كما يوضح جدول (3) الفروق بين القياسات القبلي والقياسات البعدي لدى مفصل الكاحل المصاب والذي اشار الى وجود فروق داله احصائيا عند مستوى (0.05) بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي أن متوسط متغير الاتزان للمفصل الكاحل في القياس القبلي هو (57.00) وبانحراف معياري (5.34) ، بينما متوسط الاتزان في القياس البعدي هو (69.16) وبانحراف معياري (5.49) وأن قيمة ت المحسوبة (-14.44) وهي معنوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 2.12% وذلك لصالح القياس البعدي. وكذلك يوضح جدول (4) وجود فروق دالة إحصائيا لصالح القياسات البعدي ، وبلغ متوسط مرونة البسط في القياس القبلي هو (19.00) وبانحراف معياري (2.044) ، بينما متوسط مرونة القبض في القياس القبلي هو (34.91) وبانحراف معياري (2.539) بينما متوسط مرونة البسط في القياس البعدي هو (23.16) وبانحراف معياري (2.329) وأن قيمة ت المحسوبة (- 15.397) وأما بالنسبة لمرونة القبض في القياس البعدي هو

(38.75) وبانحراف معياري (1.544) وإن قيمة ت المحسوبة (8.693 -) وهي معنوية ودالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 6.41% لمرونة البسط و 3.17% لمرونة القبض وذلك لصالح القياس البعدي لمتغير المرونة .

كما يوضح جدول (5) الفروق بين القياسات القبلي والبعدي لدى مفصل الكاحل المصاب والذي أشار إلى وجود فروق داله احصائيا عند مستوى (0.05) بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي. وبلغ متوسط مرونة الدوران للدخول في القياس القبلي هو (26.50) وبانحراف معياري (1.446) ، بينما متوسط مرونة الدوران للخارج في القياس القبلي هو (12.00) وبانحراف معياري (1.57) بينما متوسط مرونة الدوران للدخول في القياس البعدي هو (29.08) وبانحراف معياري (1.240) وأن قيمة ت المحسوبة (-11.285) وأما بالنسبة لمتوسط مرونة الدوران للخارج في القياس البعدي هو (15.25) وبانحراف معياري (1.602) وإن قيمة ت المحسوبة (-18.112) وهي معنوية ودالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسبة تحسن 4.14% لمرونة الدوران للدخول و 10.59% لمرونة الدوران للخارج وذلك لصالح القياس البعدي لمتغير المرونة يرجع الباحثون تلك الفروق بين القياسات القبلي والبعدي وزيادة نسبة التحسن في القوة العضلية واللاتزان والجمال الحركي لمفصل القدم المصابة لصالح القياس البعدي عن القياس القبلي إلى قوة وفاعلية البرنامج التأهيلي المقترح لعينة البحث، مما يدل على أن البرنامج التأهيلي المقترح له تأثير إيجابي وفعال وذلك لاستخدام التمرينات التأهيلية التي كانت تهدف إلى تنمية المدى الحركي للعضلات العاملة على مفصل القدم المصاب، وذلك من خلال تمرينات الأطالة والمرونة السلبية والأيجابية التي نفذت خلال مراحل البرنامج التأهيلي، كما يتضح أن من الفوائد الفسيولوجية للتمرينات التأهيلية الحركية تحسین المرونة والمطاطية للعضلات والأوتار والأربطة ، وأدى هذا التحسن إلى زيادة المدى الحركي . وهذا يتفق مع ما أشارت إليه صفاء توفيق (2007م) أن التمرينات التأهيلية تحسن وتزيد من القوة العضلية للعضلات العاملة والمدى الحركي، وتقليل مستوى الألم ، وسرعة عودة الوظائف الطبيعية للمفصل. (9: 113) وهذا يتفق مع ما أشار إليه كلا من " قدرى بكرى وسهام الغمري" (2013م) إلى أن من أهداف التأهيل الرياضي التي ينبغي أن تحققها برامج التأهيل للأصابات المختلفة ، هي استعادة القدرة الحركية للعضو المصاب، وكذلك استعادة سرعة رد الفعل الأنقباضي الأاردي للعضو المصاب، بالإضافة إلى استعادة سرعة رد الفعل الارتخائي الأاردي للعضو المصاب، وكذلك استعادة قوة العضلات العاملة على العضو المصاب مما يؤدي إلى زيادة سرعة استعادة الأعمال الحركية للعضو المصاب. (16: 88) كما يشير أحمد عبد التواب (2011م) أنه يجب أن تتقدم بتمرينات القوة من القوة الثابتة في المرحلة الأولى إلى استخدام الأوزان، الأستيك المطاط، المقاومات المختلفة في جميع الاتجاهات وذلك في المرحلة الثانية من البرنامج. (2: 22) كما يرجع الباحث الفروق بين القياسات القبلي والبعدي وزيادة نسبة التحسن في متغير الاتزان سواء لمفصل الكاحل المصاب من الدرجة الأولى أو الثانية إلى قوة وفاعلية البرنامج التأهيلي المقترح، مما يدل على أن البرنامج التأهيلي المقترح له تأثير إيجابي وفعال وذلك لاستخدام تمرينات الاتزان الثابت والمتحرك، وتمرينات باستخدام قرص الأتزان الخشبي، والذي تم تطبيقه على عينة البحث، بالإضافة إلى تمرينات القوة العضلية. وهذا يتفق مع ما أشار إليه "وليد الدمرداش (2010م) أنه يجب الاهتمام بالتمرينات التأهيلية وتدرجات الأتزان الثابت والمتحرك لأنها تساعد في تحسن درجة الأتزان للرجل المصابة. (20: 114) كما يوضح "جمال محب" (2013م) وسمعية خليل (2008) أن البرنامج التأهيلي يؤثر بشكل إيجابي في تحسن درجة الأتزان لمفصل الكاحل المصاب مقارنة بالقياسات القبلي والتتبعية والبعدي للطرف المصاب. (6: 214) (7: 21-15)

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمرينات التأهيلية على إصابة الكتف، مفصل القدم لدى لاعبي كرة اليد للناشئين بمدينة سيها

11- الاستنتاجات :

1. البرنامج التأهيلي المقترح له تأثير إيجابي على تحسن وزيادة المدى الحركي لمفصل القدم المصابة المتمثل في (البسط ، القبض ، الدوران للخارج ، الدوران للداخل) .
2. وجود تحسن في حالة إصابة مفصل القدم بالالتواء من الدرجة الأولى بشكل أسرع نتيجة البدء في التأهيل قبل تفاقم الإصابة.
3. وجود تحسن بشكل أكبر بالنسبة لإصابة مفصل القدم بالالتواء من الدرجة الثانية نتيجة اختفاء الألم.

12- التوصيات :

1. الاسترشاد بالبرنامج التأهيلي المقترح عند تأهيل إصابة الكتف مفصل القدم.
2. تصميم برامج تأهيلية للمصابين بالالتواء مفصل القدم في مراحل عمرية مختلفة لكلا الجنسين.
3. اهتمام المدربين بعوامل الأمن والسلامة واتباع أساليب التدريب الجيدة للوقاية من الإصابة بالالتواء بمفصل القدم.
4. عدم التسرع باللجوء للتدخل الجراحي عند الإصابة بالالتواء مفصل القدم من الدرجة الثانية .
5. توجيه المزيد من الاهتمام بتصميم برامج حركية وقائية لمنع حدوث مثل تلك الإصابة .

المصادر والمراجع :

1. أسامة رياض (2013) م: الطب الرياضي وألعاب القوى ، دار الفكر العربي، القاهرة
2. أحمد عبد التواب مصطفى (2012م): "تأثير برنامج تمرينات تأهيلية بعد التدخل الجراحي لأصابة القطع في الرباط الخارجي لمفصل القدم"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، القاهرة. مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية . ٣١٩ . العدد السادس عشر. يناير ٢٠٢٠ م ٢
3. أحمد عبد السلام عطيتو (2016م): إصابات الملاعب والتعامل مع المواقف الطارئة، دار الكتاب الحديث للنشر، القاهرة.
4. أحمد عبد السلام عطيتو (2007م): إصابات الملاعب والتعامل مع المواقف الطارئة، دار الكتاب الحديث للنشر، القاهرة.
5. أسامة رياض (2013م): الطب الرياضي وألعاب القوى ، دار الفكر العربي، القاهرة
6. جمال محب احمد (2013): فاعلية برنامج تأهيلي مقترح لمصابي التمزق الثلاثي لركبة الرياضيين"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
7. سميرة خليل محمد (2008م): "أصابات الرياضيين ووسائل العلاج والتأهيل"، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
8. سيف الدين صلاح الدين صبيح (2019) : اثر تمرينات الاتزان العضلي باستخدام جهاز (MB) المصمم في تأهيل اصابة الكتف مفصل الكاحل الجانب الوحشي لرياضيين، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى.
9. صفاء توفيق عزمي عطا (2007م): فاعلية التمرينات وبعض الوسائل العلاجية الحديثة على التخلص من التقلص العضلي لعضلات الرقبة للسيدات من ٢٥-٣٠ سنة"، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات، الجزيرة، القاهرة.
10. عبد الباسط صديق (2013م): " قراءات حديثة في الإصابات الرياضية - برنامج التأهيل والعلاج " ، ماهي للنشر والتوزيع ، الإسكندرية.
11. عبد الرحمن عبد الحميد زاهر (2004م): موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها نغضة مصر ، الطبعة الثانية، القاهرة
12. عزت محمد كاشف (2004م): التمرينات التأهيلية للرياضيين ومرضى القلب، مكتبة نغضة مصر، الطبعة الثانية، القاهرة .

13. علي جلال الدين (2007م) : الإضافة في الإصابة الرياضية ، الطبعة الثالثة ، الرقازيق .
14. فراج عبد الحميد توفيق (٢٠٠٥م) : "أهمية التمرينات البدنية في علاج التشوهات القوامية" ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر .
15. محمد عادل رشدي (2013م): البحث العلمي وفسيولوجيا إصابات الرياضيين، منشأة المعارف الإسكندرية .
16. محمد فدرى بكري، سهام الغمري (2013م): الإصابات الرياضية والتأهيل البدني ، دار المنار للطباعة ، القاهرة .
17. مها حنفي قطب، داليا على حسن، ربحاب حسن محمود (2009م): الأصابات الرياضية والعلاج الحركي ،الأسراء للطباعة، الطبعة الاولى، القاهرة . حلوان ، القاهرة
18. ناهدة عبد زيد، سميرة عبد الرسول (2014) : تأثير وسائل تأهيلية مساعدة في تخفيف ألم مفصل الكتف المزمن لدى لاعبي الكرة الطائرة، مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية المجلد (1) الإصدار(6) ، الصفحات: 189-208
19. هاشم شريف دريني(2010م): " تأثير برنامج للتمرينات التأهيلية والعلاج المائي للحد من الآلام أسفل الظهر لدى رياضي رفع الأثقال " ، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين
20. وليد محمد الدمرداش (2010م) : تأثير برنامج بدني علاجي تأهيلي مقترح على ناشئ كرة السلة المصابين بتمزق وتر أكيلس"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة . الاسكندرية
21. Alonso, A.(2008): " The Medical Tests To Injuries Ankle Tendo ", The Journal of Orthopedic And SportsPhysical Therapy Baltimore, Md .27(4) Apr. 276- 284, London.
22. Cosio-Lima, L., & Reynold, W. (2003): Effects of physioball and conventional floor exercises on early phase adaptations in back and abdominal core stability and balance in women. Strength Con Res
23. David C. Reid BPT MD (2009): Sports Injury Assessment and Rehabilitation, MCh(orth) MCSP MCPA FRCS(C).
24. Ekstrand & Jan, et al (2009): "The Incidences Of Ankle Sprains In Orienteering", Jul, 544, No (3), P. 621-627, Sweden. Ankle", American Journal Of Sport Medicine (Waltham - Mass) 26 (2), Mar/Apr, 271- 277, U.S.A
25. Gerber. J P, et al. (2005): "Persistent Disability Associated With Ankle Sprains A Prospective Examination Of An Athletic Population", Fppt and Ankle International Baltimore md. 19 (10), Oct
26. Junge, A., Dvorak, J, Graf, T., and Peterson, (2014): Football Injuries During FIFA Tournaments and the Olympic Games. American Journal of Sports Medicine, 32, 805- 895.
27. Kirk Patrick, D. P. (2009): " The Snowboarders Injuries Foot and
28. Sanders Mary, Elizabeth (2011): "Selected Physiological Training Winter, Jillian, J (2010): A Comparative Study Between Childs and Adult to Know The Sports Injuries", Jan, 255- 260 Australia

دراسة لبعض الإصابات وأسباب حدوثها لدى طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة

أ. صالح امعمر صالح الهعالي

المقدمة ومشكلة البحث :

يسعى الفرد الي تحقيق الفوز والتميز في الأداء أثناء ممارسته نشاط معين لا يتناسب مع استعداداته البدني مما يزيد في فرص حدوث الإصابات الرياضية لديه . (4 : 9)

وعلي الرغم من أن البحوث العلمية أثبتت ان الفرد له إمكاناته الجسمية الخاصة التي تؤهله الي التفوق في أنشطة معينة والفرد وحدة متكاملة متوازنة بين العقل والجسم والروح مما يستدعي الي تفهم طبيعة الفرد والحفاظة علي سلامته ولذلك أصبحت ممارسة التربية البدنية علما له أصول وقواعد وأهداف .

ان لياقة الفرد وقدرته بالمتطلبات البدنية التي تواجه حياته اليومية تتطلب سمات وخصائص جسمية تتمشي مع طبيعة العمل ونوع النشاط . (3 : 39)

ان وجود التشوهات (الإصابات) يقلل من كفاءة عمل المفاصل والعضلات العاملة في منطقة التشوه سواء كان من الناحية الوظيفية او الميكانيكية وهذا يؤدي الي حدوث خلل وظيفي وحركي في الجسم عامة وفي منطقة الإصابة خاصة . (7 : 39) ويرى الباحث ان الإمكانيات العقلية والبدنية والنفسية تختلف من نشاط الي اخر حسب متطلبات اللعبة فالإصابات تختلف تبعاً لذلك حسب طبيعة أداء أي لعبة وعلي ذلك ، فان إصابات الألعاب الفردية تختلف عن إصابات الألعاب الجماعية ، كما تختلف في الرجال عنها في السيدات كذلك حسب طبيعة الأداء في اللعبة نفسها . (8 : 35) (12 : 71)

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف علي أكثر الإصابات حدوثاً وأسباب حدوثها لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الزيتونة.

تساؤلات البحث :

- 1 / ما هي أكثر الإصابات حدوثاً لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الزيتونة.
- 2 / ماهي أسباب حدوث الإصابات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الزيتونة.

مصطلحات البحث :

الإصابة :

هي تلف أو إعاقة أو تعطيل لسلامة أنسجة وأعضاء الجسم سواء كان هذا التلف مصاحب أو غير مصاحب بتهتك بالأنسجة نتيجة لاي تأثير خارجي . (14 : 8)

الخلع :

يعرف بأنه خروج راسي العضد من الحفرة الحقية في عظم لوح الكتف بعيدا عن مكانه الطبيعي نتيجة حركة أو ضغط خارجي عنيف أو شد أكبر من قدره ومطاطية أربطة المفصل . (10: 12)

التمزق العضلي :

هو عبارة عن تمزق العضلات أو الاوتار نتيجة انقباضها المفاجئ والذي عن عدم توافق بين مجموعة العضلات المتجانسة والمضادة أو نتيجة حمل ثقل أكبر من قدرة العضلة . (9: 33)

الكدمات :

عبارة عن هرس أنسجة الجسم المختلفة سواء في الأنسجة الرخوة أو الصلبة نتيجة الاحتكاك بالخصم أو أي قوة خارجية بحيث تؤدي إلى تفرق الشعيرات الدموية . (13: 12)

الملخ :

هو عبارة عن انقباض مفاجئ والذي ينتج عدم توافق بين مجموعة العضلات المتجانسة والمضادة أو نتيجة حمل ثقل أكبر من قدرة العضلة . (9: 33)

الأم :

ان الأم ناتج عن اثارة الالياف العصبية العارية المنتشرة في الأنسجة وهناك ثلاثة هي : الم جلدي - الم عميق - الم احشائي . (11: 23)

درجات الإصابة:

تختلف الإصابات عادة من حيث وجود أو عدم تلفيات بالأسطح الخارجية للجسم " إصابات مفتوحة مغلقة " وكذلك من حيث الاتساع " شديدة ، بسيطة " وأخيراً من حيث تأثيرها على الجسم " إصابات بسيطة متوسطة، أو خطيرة".

الإصابات المغلقة يكون سطح الجلد سليماً، أما الإصابات المفتوحة فتحدث تهتكات على سطح الجلد وغالباً ما تتعرض الإصابة للتلوث أما من حيث لاتساع في الإصابات الشديدة تتميز بتهتكاتها كبيرة في الأنسجة ويمكن تحديدها بالعين المجردة(5:81)

1- الإصابات البسيطة: هي تلك الإصابات التي لا ينتج عنها تهتكات كبيرة، كما لا تؤدي أيضاً إلى نقصان في الكفاءة العامة أو الكفاءة الرياضية للشخص، ويبلغ نسبتها 90% .

2- الإصابات المتوسطة: وهي التي ينتج عنها تأثيرات على الجسم ، كما تؤدي إلى نقصان في الكفاءة العامة وأيضاً الكفاءة الرياضية التي يتسبب عنها نقص القدرة على مواصلة النشاط لفترة من الوقت ، بلغ نسبتها 9% .

3- الإصابات الشديدة: وهي التي ينتج عنها تأثير حاد على الصحة العامة وتحتاج لإسعافها النقل للمستشفى ' وتأخذ وقتاً طويلاً لعلاجها وأحياناً يفقد المصاب بعدها القدرة على مواصلة النشاط الرياضي وقد ينتج عنها عجز توت على النشاط العام ، ويبلغ نسبتها 1%(5:81)

الأسباب العامة للإصابة :

- 1- التدريب غير العلمي.
- 2- عدم التنسيق والتوافق في تدريبات المجموعة العضلية للاعب.
- 3 سوء تخطيط البرنامج التدريبي.
- 4- عدم الاهتمام بالإحماء الكافي والمناسب.
- 5- عدم ملاحظة المدرب للاعب بدقة.
- 6- سوء اختيار مواعيد التدريب.
- 7- مخالفة الروح الرياضة.
- 8- مخالفة المواصفات الفنية والقوانين الرياضية.
- 9- عدم الأخذ بنتائج الفحوص والاختبارات الفسيولوجية للاعبين.
- 10- استخدام الأدوات الرياضية غير الملائمة.
- 11- الأحذية المستعملة وأرضية الملعب.
- 12- استخدام اللاعبين المنشطات. (11:3)

أعراض ومظاهر الإصابة:

أ) فقدان الوعي **unconsciousness**: عندما يستجيب اللاعب المصاب بطريقة غير سوية (غير طبيعية) أو عندما لا توجد أي استجابة على الإطلاق لمدة أكثر من عشر ثوان يجب الإجابة على الثلاثة أسئلة لتحديد إمكانية عودة اللاعب إلى الملعب.

ب) وجود أعراض إصابة عصبية مثل التخدير أو التنميل أو الإحساس بحرقان أو عدم القدرة على التحريك وغيرها من مظاهر إصابة الأعصاب .

ج) حدوث الورم الشديد الواضح بينه عادة على وجود إصابة خطيرة.

د) وجود ألم شديد عند تحريك المفصل في مدى الحركة الطبيعي إيجابياً أو سلبياً.

هـ) وجود مظاهر نزيف داخلي أو خارجي. (150:6)

الإسعافات الأولية للإصابات الرياضية:

• مفهوم الإسعافات الأولية: الإسعافات الأولية هي تطبيق مجموعة من المفاهيم المتفق عليها مسبقاً لعلاج الإصابات والأمراض المفاجئة باستخدام المواد والتجهيزات المتوفرة في المكان نفسه أثناء تلك اللحظة إلى حين وصول الطبيب المختص أو نقل المصاب إلى المستشفى. (255:6)

• أهداف الإسعافات الأولية: تهدف الإسعافات الأولية إلى ما يلي:

أ) المحافظة على حياة المصاب أو المريض كما يحدث في حالة الإسعاف الأولي لمرضى القلب أو الإصابات الخطيرة بواسطة التقليل من النزيف والمحافظة على المجاري النفسية نظيفة ومفتوحة أحياناً إعادة تنشيط القلب.

ب) منع تدهور حالة المصاب أو المريض عن طريق إعطاء العلاج الممكن في مكان الإصابة.

(ج) نقل المصاب بالطرق الصحيحة إلى المستشفى إذا كانت حالته تستدعي ذلك.

(د) رفع معنويات المصاب لاسترداد حالته الطبيعية.

(هـ) اخذ من الألم والتهاب الأنسجة.

(و) اخذ من انتشار الورم.

(ز) اخذ من المضاعفات التي قد تسببها الإصابة. (6:255)

• قواعد عامة للإسعافات الأولية في الملاعب:

(أ) نزع أو قص الملابس لتتمكن من رؤية الجزء المصاب ويمكنك فحصه.

(ب) في حالة وجود نزيف من كثر مضاعف يربط رباط ضاغط على مكان الجروح لإيقاف النزيف وحماية الجروح من التلوث.

(ج) تقوم الكسور المعوجة لتفادي المضاعفات باستثناء حالات الكسور حول المفاصل مثل المرفق أو الركبة أو في كسور العمود الفقري تحاشياً لتمزق الأوعية الدموية والأعصاب المحيطة بمنطقة الكسور، كما لا بد من ملاحظة وحماية الجلد فوق الكسور حتى لا يتحول من كسر بسيط إلى كسر مضاعف.

(د) يمكن استخدام الجبائر والعلاقات السابقة للتجهيز.

(هـ) في حالة عدم توفر الجبائر يمكن استخدام أي شيء موحد بالبيئة المحيطة كالألواح الخشبية جرائد ومجلات جبائر مصنوعة من الكرتون المقوى، سعف النخيل المصاب نفسه، وفي أسوء الحالات يمكنك أن تستخدم الساق السليمة كجيرة الساق المصابة، أو صدر المصاب كجيرة لذرعه المكسورة.

(و) تضع الجيرة حسب القواعد المعروفة لتثبيت العضو المصاب.

(ز) يجب أن تثبت الجيرة مفصل أعلى الكسور ومفصل أسفله.

(ح) يجب مراعاة الجيرة والأرطة المثبتة لها لا تسبب احتباس في الدورة الدموية. (3:81)

الدراسات السابقة :

1- دراسة جمال أحمد زربية (1995) أكثر الإصابات حدوثاً لدى لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض الانحرافات القوامية وهدفت الدراسة إلى التعرف على أكثر الإصابات حدوثاً لدى لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض الانحرافات القوامية حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي وقد اشتملت العينة على (190) لاعباً من أندية مدينة طرابلس حيث طهرة نتائج هذه الدراسة بالمرتبة الأولى الملتح بنسبة 61.6% وبالمرتبة الثانية التهاب منشأ العضلات بنسبة 23.3% أما المرتبة الثالثة تمزق عضلات الفخذ بنسبة 11.6% أما المرتبة الرابعة فكانت الكدمات والتواء مفصل القدم بنسبة 10% . (2)

2- دراسة افتخار احمد الموالي وحنان سليمان (1989م) بعنوان (دراسة تحليلية في الإصابات لأعداد الفرق الوطنية) ، واستخدم المنهج الوصفي حيث يهدف البحث إلى تحديد نسبة الإصابات المختلفة وأثرها في المستوى الرياضي بدانياً ونفسياً ويهدف أيضاً إلى التعرف على أشباه الإصابة الرياضية وذلك لمعرفة أفضل وسائل الوقاية منها ، وقد أجريت الدراسة على عينة تم اختيارها من لاعبي المنتخب الوطني العراقية للألعاب الرياضية وعددهم (121) لاعباً من مختلف الأندية العراقية وكذلك تم اختيار (14) مدرباً من ذوي الخبرة ممن لا تقل عمرهم بالتدريب عن 5 سنوات. (1)

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة :

- انما تركز علي تحليل ومعرفة الإصابات والانحرافات القوامية والتعرف علي نوع الإصابات الأكثر انتشارا .
- ويرى الباحث أنه توجد علاقة بين نوع اللعبة والاصابة والانحرافات المنتشرة بين اللاعبين .

منهج البحث:

من اجل تحقيق أهداف البحث قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي وذلك ملائمة لطبيعة هذا البحث .

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث علي طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة 2023/2022 م وكان عدد العينة (82) طالب .

عينة البحث:

ثم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة وبلغ عدد العينة (82) طالب أستبعد (12) طالب نظرا لتغيهم وعدم انتظامهم والتزامهم حيث أصبح العدد (70) طالب .

أدوات البحث :

ثم تحديد أداة البحث والتي تتمثل في الاستبيان موجه الي طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة .

الإجراءات الإحصائية :

استخدم الباحث النسبة المئوية المناسبة لموضوع البحث .

عرض النتائج :

جدول رقم (1)

يوضح أكثر الإصابات التي يتعرض لها الطلاب أثناء ممارسة النشاط الرياضي

ت	أنواع الإصابة	التكرار	النسبة المئوية
1	الخلع الجزئي	12	17.4%
2	الملخ أو الالتواء	25	35.7%
3	الخلع الكامل	2	2.85%
4	إصابات مفصل المرفق	10	14.28%
5	إصابات مفصل الكتف	15	21.4%
6	إصابات مفصل الركبة	23	32.85%
7	إصابات مفصل رسغ اليد	18	25.71%
8	إصابات العمود الفقري	16	22.85%
9	إصابات الصدر	2	2.85%
10	إصابات الرأس	15	21.4%
11	إصابات البطن	7	10%

من الجدول يتضح أن إصابة المُلخ أو الالتواء أكثر الإصابات تاليها مفصل الركبة و إصابة رسغ اليد ويليها الإصابات الأخرى بنسب مختلفة كما هو موضح بالجدول .

جدول رقم (2)

يبين فترة الإصابة التي يتعرض لها الطلاب

ت	فترة الإصابة	التكرار	النسبة المئوية
1	شهر	7	10 %
2	شهرين	3	4.28 %
3	أكثر من ذلك	2	2.85 %
4	أقل من ذلك	35	50 %

من الجدول تبين ان الفترة التي يتعرضها الطلاب طول فترة الإصابة بلغت نسبتها 50 % ويليها فترة شهر بنسبة 10 % .

جدول رقم (3)

يبين استمرارية الإصابة أو عدم استمراريته

ت	هل الإصابة مستمرة	التكرار	النسبة المئوية
1	نعم	13	18.57 %
2	لا	6	8.57 %

يبين جدول استمرارية الإصابة بلغت 18.57 % كما موضح بالجدول .

جدول رقم (4)

يوضح التأثير علي مستوي الطلاب من الإصابة

ت	تأثير الإصابة علي المستوي الإصابة	التكرار	النسبة المئوية
1	نعم	15	21.4 %
2	لا	50	71.42 %

يبين جدول رقم (4) تأثير الإصابة علي الطلاب ، كانت نسبة التأثير علي المستوي العلمي 21.4 % كما هو موضح بالجدول تعتبر نسبة عالية .

جدول رقم (5)

يوضح أسباب الإصابة حسب الأهمية

ت	أسباب الإصابة حسب الأهمية	التكرار	النسبة المئوية
1	فترة الاحماء غير كافية	27	% 38.57
2	عدم صلاحية الأجهزة والأدوات	10	% 14.28
3	انخفاض اللياقة البدنية	12	% 17.4
4	الحمل الزائد للتدريب	8	% 11.42
5	الوقت غير مناسب للمحاضرة	6	% 8.57
6	ضعف العضلات	10	% 14.28
7	عدم الاستعداد البدني	10	% 14.28
8	الحالة النفسية	5	% 7.14
9	الأخطاء الشائعة للأداء	9	% 12.85

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

جدول رقم (6)

يبين المواد الدراسية الأكثر حدوثاً للإصابة

ت	المواد	التكرار	النسبة المئوية
1	الجمباز	10	% 14.28
2	العاب الميدان والمضمار	13	% 18.57
3	كرة اليد	5	% 7.14
4	كرة القدم	8	% 11.42
5	هوكي	2	% 2.85
6	كرة الطائرة	5	% 7.14
7	الدفاع عن النفس	1	% 1.42
8	الألعاب الصغيرة	2	% 2.85
9	كرة السلة	4	% 5.71

جدول رقم (7)

يوضح السنوات الأكثر تعرضا للإصابة

ت	السنة	التكرار	النسبة المئوية
1	الاولي	28	% 40.00
2	الثانية	18	% 25.71
3	الثالثة	9	% 12.85
4	الرابعة	2	% 2.85

يتضح من جدول رقم (7) أكثر السنوات تعرضا للإصابة تبين أعلي نسبة هي السنة الاولى .

جدول رقم (8)

يوضح الإصابة في أي وقت في السنة الدراسية

ت	الإصابة	التكرار	النسبة المئوية
1	في بداية العام الدراسي	28	% 40.00
2	في منتصف العام الدراسي	38	% 54.28
3	في نهاية العام الدراسي	4	% 5.71

جدول رقم (9)

يبين إضافات أخرى في مجال الإصابات

ت	إضافات في مجال الإصابات	التكرار	النسبة المئوية
1	عدم التركيز والانتباه أثناء المحاضرة	7	% 10.00
2	عدم اتباع النصائح والارشادات من الأستاذ	6	% 8.57
3	مراعاة عوامل الامن والسلامة أثناء المحاضرة	22	% 31.42
4	عدم توفير الإسعافات الأولية أثناء الممارسة	55	% 78.57

جدول رقم (10)

يوضح الإصابة في وجود الأستاذ

ت	الإصابة	التكرار	النسبة المئوية
1	نعم	20	% 28.5
2	لا	40	% 57.14

- مناقشة النتائج :

من جدول رقم (1) يتضح أن إصابة الملخ أو الالتواء احتلت اعلى نسبة في الإصابات تليها هي إصابة مفصل الركبة و إصابة رسغ اليد ويليها الإصابات الأخرى كما هو موضح بالجدول.

هذا يرجع الي عدم صلاحية الملاعب وعدم توفير الأجهزة والأدوات ، وهي تتفق مع دراسة افتخار احمد الموالى وحنان سليمان (1989).

وبالنظر الي الجدول (2 - 3 - 4) نجد أن استمرارية الإصابة لذي الطلاب بلغت (18.57 %) مما يؤثر علي مستوي الطلاب العلمي.

وكانت النتائج في جدول (5) و (6) أن أسباب الإصابة هي عدم الاهتمام بفترة الاحماء وبلغت النسبة الأعلى في الإصابة في ترتيب أسباب الإصابة لذي الطلاب هي (38.57 %) ويليها عدم الاستعداد البدني وضعف العضلات وعدم صلاحية الأجهزة والأدوات .

من جدول رقم (6) يتضح أن نسبة الأعلى في المواد العلمية كانت في مسابقات الميدان والمضمار بنسبة (18.57%) يليها الجمناز بنسبة (14.28 %) ، يليها المواد الأخرى حسب الجدول .

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

ويتضح من جدول رقم (7) الخاص بأكثر السنوات تعرضا للإصابة هي السنة الاولى الأكثر من بين السنوات الأخرى وهذا يرجع أن الطلاب غير ملم باللياقة البدنية والمهارية مما يؤدي الي اصابته .

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

ويتبين من جدول رقم (9) وجود ملاحظات لابد أن يؤخذ فيها بعين الاعتبار في الكلية من حيث مراعاة الامن والسلامة اثناء المحاضرات من جانب الأستاذ ، وأن ينبه الطلاب أكثر والتركيز علي الارشادات والشرح والملاحظات من جانب الأستاذ ، وفي ذلك توصل الباحث الي أن إصابات الملخ او الالتواء قد حققت أعلي نسبة من الإصابات تليها إصابة الركبة ثم إصابة رسغ اليد وهذا ما يحقق التساؤل الأول الذي ينص علي ماهي الإصابات أكثر انتشارا بين طلاب كلية التربية البدنية ، كذلك توصل الباحث الي أن أسباب حدوث الإصابات تتمثل في عدم الاهتمام بفترة الاحماء تليها انخفاض اللياقة البدنية وضعف العضلات والاستعداد البدني وعدم صلاحية الأجهزة والأدوات وبذلك يكون قد تحقق التساؤل الثاني الذي ينص علي ماهي أسباب حدوث الإصابات الرياضية لذي طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة .

- الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث والنتائج الإحصائية توصل الباحث الي الاستنتاجات التالية :

أ- أكثر الإصابات حدوثا لدي الطلاب :

1- الملخ او الالتواء .

2- إصابات الركبة .

3- رسغ (اليد - القدم) .

4- الكتف .

5- المرفق .

6- العمود الفقري .

ب- ان الأسباب التي تؤدي الي حدوث الإصابات لدي الطلاب :

1- عدم كفاية فترة الاعداد والاحماء .

2- عدم الاستعداد البدني .

3- عدم صلاحية الأجهزة والأدوات .

4- ضعف اللياقة البدنية .

ج - أكثر السنوات تعرض للإصابة :

1- السنة الاولى .

2- السنة الثانية .

د- المواد الدراسية الأكثر حدوثا للإصابة :

1- الميدان والمضمار .

2- الجمباز .

هـ- أي إضافات اخري :

1- عدم صلاحية الأجهزة والأدوات .

2- عدم توفر عوامل الامن والسلامة .

- الاستنتاجات :

ما تم التوصل اليه من نتائج يوصي الباحث بما يلي :

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

2- الاهتمام بالإصابات التي تحدث للطلاب ولو كانت بسيطة .

3- التأكيد علي توفير عوامل الامن والسلامة .

4- التركيز علي ضرورة اتقان المهارات الأساسية للعبة .

5- التركيز علي اتباع الارشادات والنصائح من أستاذ المادة الي الطلاب أثناء الشرح .

6- توفير الطيبب الاختصاصي يتواجد أثناء العمل والممارسة .

7- توفير سيارة اسعاف خاصة بالكلية .

- المراجع :

1. افتتخار أحمد الموالوي وحنان سليمان : دراسة تحليلية للإصابات في اعداد الفرق الوطنية . المؤتمر العلمي لكلية التربية الرياضية البنات جامعة الرقازيق ، (1989) .

2. جمال زربية : أكثر الإصابات حدوثا بين لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض الانحرافات القوامية لكلية التربية البدنية ، رسالة ماجستير ، طرابلس - ليبيا ، (1995) .

3. أسامة رياض: الإسعافات الأولية للإصابات الملاعب، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.
4. حسن النواصرة : إصابات التمزق في اربطة مفصل الكاحل وعلاقته ببعض القياسات الجسمية والتشريحية لكلية التربية الرياضية للبنين الاسكندرية (1984) .
5. محمد حسن علاوي: سيكولوجية الإصابة الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998 ص9
6. زينب عبد الحميد العالم: التديك الرياضي وإصابات الملاعب، ط5، دار الفكر العربي، جامعة حلوان، القاهرة، 1998.
7. عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004م.
8. سرور أسعد منصور : القوام عيوبه تشوهات ووسائل علاجه وطرق المحافظة عليه ، دار المعارف الإسكندرية ،(1985).
9. عمار عبدالرحمن : الطب الرياضي ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل (1989) .
10. فؤاد السامرائي وهاشم إبراهيم : الإصابات الرياضية والعلاج الطبيعي ، الطبعة الاولى ، شركة الشرق الأوسط للطباعة، القاهرة ، (1988) .
11. محمد السيد شحلا : إصابات الرياضة والعلاج الطبيعي ، دار المعارف ، القاهرة ، (1976) .
12. محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، (1987) .
13. محمد عادل رشدي : علم إصابات الرياضيين ، الطبعة الاولى ، (1992) .
14. مختار سالم : إصابات الملاعب ، الطبعة الاولى ، دار المريخ للنشر ، (1987) .

" الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي "

أ.أبوبكر سالم عمر أوحيدة

المقدمة ومشكلة البحث :

يتميز العصر الذي نعيش فيه بالمتغيرات السريعة و التطورات المذهلة في جميع جوانب المعرفة العلمية ، ومكانت وظيفية التربية هي إعداد الأفراد للحياة المدنية لكي يكونوا مواطنين منتجين ومتعلمين ، وبعد التدريس من الجوانب التربوية التي تحتاج إلى تحديث لتلاءم العصر التكنولوجي الذي يخطو خطى واسعة وقفزات سريعة نحو اكتشاف المعارف على نحو الذي يتماشى مع الوسائل التعليمية الاعتيادية التقليدية المعتمدة على حفظ واستظهار للمعلومات لذلك لابد من إيجاد وسائل تعليمية جديدة تحتم بناء المتعلم وتزويده بالخبرات التعليمية المتنوعة والمطلوبة لحل المشكلات العلمية والحياتية فضال على تنمية مهاراته العقلية والفكرية.

ولقد استخدمت الوسائل التكنولوجية في التعليم والتدريب الرياضي مبكرا في الولايات المتحدة وأوروبا ، وهناك من الشواهد والنتائج التجريبية ما يدعو إلى تأكيد أهمية الوسائل التعليمية في مجالات التربية البدنية والرياضية سواء منها الجانب الحركي أو المعرفي أو الوجداني. (2 : 37)

وفي تقرير " من أجل تحسين التعليم " ، والمعد بواسطة لجنة تكنولوجيا التعليم الأمريكية، جاء بما معناه : أن تكنولوجيا التعليم أبعد من أنها وسيلة أو أداة في حد ذاتها، وفي ضوء ذلك فإن تكنولوجيا التعليم أكثر من كونها مجموع أجزائها ، فهي طريقة ذات نظام في التصميم والتنفيذ والتقييم لكل العمليات المتضمنة في التعلم والتدريس في ضوء أهداف معينة مؤسسة على نتائج التعليم لدى الإنسان، فهي اتصال وتوظيف لتوليفة من المصادر البشرية وغير البشرية لإحداث أكبر تأثير في التدريس.

أن التقنيات التربوية في البداية كان ينظر لها على أنها مواد مساعدة للمعلم والكتاب المدرسي تفرى التعليم وتطور خبرات المدرس، إلا ان نجاحها ارتبط بإيمان المعلم بجدوى استخدامها اذا ما توفرت له بقدر معقول. (4 : 52)

ان التقنيات التربوية لها دور مهم في اجمال التربوي التعليمي، حيث اصبح وسيلة تعليمية فعالة تساعد المعلم على زيادة التعليم المناسب لكل متعلم على حده في صورة تدريس خصوصي، حيث تقوم البرمجيات على دمج وسيلتين أو أكثر من وسائل الاتصال التي يتم ضبطها و معالجتها عن طريق الكمبيوتر لتقديم المعلومات في اقراص مدمجة تحتوي على صور ثابتة والمتحركة ولقطات الفيديو والمؤثرات الصوتية و الحوار و الالوان و الخطوط . (5 : 61)

وتتميز هذه الوسائل بالتنوع من خلال الوسائط المتعددة ، التي تعمل على إبعاد الملل وحرية الاختيار وتشجيع المتعلمين على ممارسة الأنشطة وتسهيل عملية التدريس من خلال وجود وسائل معينة وأدوات وأجهزة مناسبة ووجود معلم متفهم لمادته وموهوب وقادر على إدارة وتسيير درسه وبذلك تتحقق كافة أهداف درس التربية البدنية والرياضية .

أن أذخال التقنيات التربوية الحديثة في التعليم يمكن ان يخلصنا من الانظمة التعليمية البالية قبل فوات الاوان بشرط استخدامها استخداما منظما في عملية التعليم الاساسية وهي عملية كيف يحصل المتعلم على الحقائق و ينتفع بها. (11 : 34)

" الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي "

كما أن العملية التعليمية في حصة التربية البدنية تتأثر بعدة عوامل والتي من أبرزها الوسائل التعليمية التي تعتبر عنصراً أساسياً في العملية التعليمية وهي عبارة عن جميع الوسائط والتقنيات التي يستخدمها المعلم في الموقف التعليمي لتوصيل الحقائق والأفكار للتلاميذ لجعل درسه أكثر إثارة وتشويقاً.

وفي ضوء ذلك يشير "عبد الله عبد الرحمن" (1999م) أن التربية لا بد وأن تستجيب للثورة التكنولوجية بحيث تعكس برامجها ومقرراتها وأنشطة عناصر هذه التكنولوجيا من جهة وتستفيد من مخترعات ومنتجات تلك الثورة في تفعيل أنشطتها وتسهيل مهامها وتحقيق أهدافها من جهة أخرى. (10 : 9)

ومن هنا يرى الباحث أن متغيرات بحثه والمتمثلة في التقنيات التربوية والصعوبات التي تواجه استخدام هذه التقنيات وربطها بدرس التربية البدنية ولقد لاحظ الباحث من خلال عملة أن عملية التدريس في بدرس التربية البدنية تتم في غياب التقنيات التربوية الحديثة لأسباب عديدة ومنها عدم اهتمام معلمي التربية البدنية بعملية التخطيط والتنفيذ لأهداف المقررات الدراسية و عدم استخدام التقنيات التربوية في المواقف التدريسية المختلفة حتى أصبحت عملية التدريس تتمركز حول الروتين التقليدي وهو الشرح واللقاء للمعارف والمعلومات دون النظر إلى احتياجات المتعلمين وفروقهم الفردية واستثارة دوافعهم للتعلم مما دفع الباحث إلى إجراء هذا البحث للتعرف على الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية في تدريس درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي.

أهمية البحث :

أن الوسائل التعليمية تلعب دوراً جوهرياً في إثراء التعليم من خلال إضافة أبعاد ومؤثرات خاصة وبرامج متميزة . إن هذا الدور للوسائل التعليمية يعيد التأكيد على نتائج الأبحاث حول أهمية الوسائل التعليمية في توسيع خبرات المتعلم وتيسير بناء المفاهيم وتخطي الحدود الجغرافية والطبيعية ولا ريب أن هذا الدور تضاعف حالياً بسبب التطورات التقنية المتلاحقة التي جعلت من البيئة المحيطة بالمدرسة تشكل تحدياً لأساليب التعليم والتعلم المدرسية لما تزخر به هذه البيئة من وسائل اتصال متنوعة تعرض الوسائل بأساليب مثيرة ومشوقة وجذاب. (8 : 16)

ومع ذلك على المدرس أن يدرك بأن أهمية التقنيات التربوية لا تكمن في الوسيلة بحد ذاتها بل بمقدار ما يحققه هذه الوسيلة من أهداف سلوكية محددة ضمن نظام متكامل يضعه المدرس لتحقيق الأهداف العامة والخاصة بحصة التربية البدنية .

وتكمن أهمية البحث في تسليط الضوء على الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي و دورها في تحسين العملية التعليمية ، و توعية القائمين على سير العملية التعليمية بضرورة استخدام هذه الوسائل الحديثة.

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف إلى :

الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي .

تساؤلات البحث :

ماهي الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي.

مصطلحات البحث :

التقنيات التربوية :

هي مجموعة الاجهزة و الادوات و المواد و الخاسب الالي التي يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعلم والتعليم و تقصير مدتها و توضيح المعاني و شرح الافكار و تدريب التلاميذ على المهارات. (4 : 32)

درس التربية البدنية :

درس التربية البدنية و الرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها التلاميذ في هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر. (6 : 102)

الدارسات السابقة :

1. دراسة يحيى محمود ملوم و إيمان فرج بشير (2017) : " معوقات استخدام التقنيات التربوية بدرس التربية البدنية في مرحلة التعليم الاساسي " يهدف البحث إلى التعرف على واقع استخدام التقنيات التربوية والمشكلات التي تعوق توظيفها في عملية التعلم بدرس التربية البدنية و استخدم الباحثان استبانة للحصول على البيانات طبقاً على عينة قوامها (80) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية بمدينة " تاجوراء " و أظهرت النتائج ان معلمي التربية البدنية لا يستخدمون التقنيات التربوية بدرس التربية البدنية وكانت أهم الأسباب لعدم استخدامها عند ادخال أي وسيلة تعليمية ، و عدم وجود مادة التقنيات التربوية ضمن المقررات الخاصة بالاعداد المهني لمعلم التربية البدنية .

2. دراسة أيمن علي أحمد عثمان (2015) بعنوان " واقع استخدام التقنيات التعليمية الحديثة و الصعوبات التي تواجهها في تدريس مادة المنهاج و طرق التدريب ببعض كليات التربية الرياضية " تهدف الدراسة الى التعرف على واقع استخدام التقنيات التعليمية الحديثة و الصعوبات التي تواجهها في تدريس مادة المناهج و طرق التدريس ببعض كليات التربية الرياضية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس ، حيث قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي باستخدام الدراسات المسجلة و ذلك لملائمة لطبيعة البحث و أهدافه ، و يتكون مجتمع البحث من أعضاء هيئة التدريس مناهج و طرق التدريس ببعض كليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية و قد تم اختيار عدد 20 عضو هيئة تدريس ، و كانت النتائج المتوصل اليها : استخدام جهاز عرض البيانات " - show Data " شفافية بشكل كبير الى حد ما ، و استخدام التقنيات التعليمية الحديثة الخاصة بمادة المناهج و طرق التدريس بدرجة متوسطة ، وجود معوقات بصورة متوسطة الى حد عند استخدام تقنيات التعليم الحديثة في التدريب بمادة المناهج و استخدام تقنيات التعليم طرق التدريس ببعض كليات التربية الرياضية وكان أكثرها صعوبة هي قلة الدورات التدريبية، كذلك هناك ضعف أعضاء هيئة التدريس في مجال استخدام التقنيات التعليم.

3. دراسة "مرعى الشهراني" (2011) بعنوان " واقع استخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الاسلامية ومديرى المدارس بمدينة الطائف " تهدف الدراسة إلى التعرف على واقع استخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية ومديرى المدارس بمدينة الطائف، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وإشتملت عينة البحث على (90) منهم (10) مشرفين تربويين، (80) مدير مدرسة،

"الصعوبات التي تواجه استخدام التقنيات التربوية أثناء درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي"

وأستخدمت الإستبانة أداة لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج عدم توافر التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية للمرحلة ابتدائية، عدم استخدام التقنيات الحديثة، وجود معوقات إلى حد ما عند استخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية .

4. دراسة "علاء الدين صالح، حمدي عبدالفتاح" (2008) بعنوان "تقويم التقنيات التعليمية المستخدمة في تدريس مناهج كليات التربية الرياضية " تهدف الدراسة إلى التعرف على تقويم التقنيات التعليمية المستخدمة في تدريس مناهج كليات التربية الرياضية من خلال التعرف على أهمية استخدام التقنيات التعليمية في تدريس المناهج بكليات التربية الرياضية والمعوقات التي تحول دون استخدام التقنيات التعليمية في تدريس المناهج بكليات التربية الرياضية، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي، وإشتملت عينة البحث على 215 عضو هيئة تدريس بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية، وكانت أهم النتائج إتفاق جميع أعضاء هيئة التدريس على أهمية التقنيات التعليمية في العملية التدريسية، إقرار التقنيات التعليمية كمقرر دراسي، وجود معوقات لإستخدام التقنيات التعليمية وهي (عدم كفاية التقنيات التعليمية، وجود نقص في الدورات التدريبية لأعضاء هيئة التدريس).

منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي لمناسبته لطبيعة هذا البحث ويتسم بالموضوعية .

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث معلمي التربية البدنية وعددهم (350) موزعين على مدارس مراقبة التعليم تاجوراء و عددها (15) المدرسة موزعين ضمن حدود مراقبة الخدمات التعليمية تاجوراء .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من معلمي التربية البدنية و البالغ عددهم (90) أي بنسبة (25%) تقريبا من مجتمع البحث و الجدول رقم (1) يوضح مجتمع وعينة البحث .

الجدول رقم (1)

يوضح توصيف مجتمع البحث للمعلمين

المتغير	العدد	النسبة
المعلمين	51	57%
معلمة	39	43%

أدوات البحث :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث اتبع الباحث الخطوات التالية :

بعد الاطلاع على جمع المراجع و الدوريات العلمية و الدراسات السابقة حول التقنيات التربوية.

1 . تصميم استمارة استبيان تتناسب و طبيعة البحث و أهدافه لجمع البيانات من معلمي التربية البدنية عينة البحث حول الصعوبات التي تواجه تنفيذ التقنيات التربوية في درس التربية البدنية.

2 . عرض استمارة الاستبيان على السادة الخبراء و عددهم (5) بهدف التوصل إلى مدى مناسبة العبارات و كفايتها و تعديل أو حذف أو إضافة ما يراه الخبراء.

5.3. الصدق و الثبات:

قام الباحث بعرض الاستبيان في صورته الأولى على الخبراء في الشكل النهائي كما تم عرض عبارات الاستبيان ، على السادة الخبراء لإعطاء الرأي حول مدى مناسبة العبارات وكانت عدد العبارات في الصورة الأولى (15) عبارة ، حيث تراوحت ما بين (80 % : 100%) وقد ارتضى الباحث بجميع العبارات .

و قد استخدم الباحث لإيجاد معامل الثبات أسلوب التطبيق وإعادة التطبيق وذلك بتطبيقه على عينة (5) أفراد من داخل مجتمع البحث وخارج عينة البحث ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفترة زمنية 10 أيام وقد تراوحت معاملات الثبات (0.74- 0.90) مما يشير إلى ثبات الاستبيان .

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 12 / 1 / 2022 م على عينة مكونة من (10) معلمين تم اختيارهم من مجتمع البحث و خارج العينة الأساسية ، وذلك لتأكد من وضوح العبارات و معرفة الزمن اللازم للإجابة معرفة أي صعوبات تواجههم أثناء الإجابة لاستخراج المعاملات العلمية .

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 24 / 1 / 2022 م على نفس أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية الأولى و ذلك لقياس معامل الثبات لأداة البحث .

الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من صدق و ثبات الاستبيان قام الباحث بتوزيع الاستبيان على أفراد العينة وذلك من خلال الاتصال المباشر مع المعلمين بتاريخ 8 / 2 / 2022 م وذلك بنفس الظروف لكافة أفراد عينة البحث .

الإجراءات الإحصائية :

استخدم الباحث الإجراءات الإحصائية التالية:

1. النسبة المئوية .
2. الوسط الحسابي .
3. الوسيط .
4. الانحراف المعياري .
5. معامل الالتواء .

عرض النتائج ومناقشتها :

المجدول رقم (2)

يوضح التوزيع التكراري لإجابات أفراد عينة البحث

ت	العبارات	نعم		لا		أحياناً	
		ت	%	ت	%	ت	%
1	هل تملك مهارات التعامل مع جهاز الحاسوب	61	68%	25	27%	4	5%
2	هل لديك الخبرة في التعامل مع شبكة الانترنت	79	88%	6	7%	5	5%
3	هل توفر المدرسة الأدوات و الأجهزة و التقنيات التعليمية الحديثة	10	11%	75	83%	5	6%
4	هل يوجد دورات تدريبية على استخدام التقنيات التعليمية الحديثة	2	2%	81	90%	7	8%

5	هل لديك القدرة على التعامل مع أساسيات تصميم البرامج المختلفة على الحاسوب	3	4%	84	93%	3	3%
6	هل تتعامل مع تقنيات التعلم الحديثة بصورة جيدة	8	9%	75	83%	7	8%
7	هل تتم عملية تخطيط وتصميم عملية التدريس باستخدام التقنيات الحديثة للتعلم	2	2%	88	98%	0	0%
8	هل لديك ثقافة كافية لتصميم مواقف تعليمية باستخدام التقنيات الحديثة	22	24%	63	70%	5	6%
9	هل يوجد دورات تدريبية على استخدام التقنيات التربوية الحديثة	4	5%	78	86%	8	9%
10	هل تتوفر الصيانة الدورية لكافة الأجهزة التعليمية بشكل مستمر	1	1%	86	96%	3	3%
11	هل هناك إقبال من قبل معلمي التربية البدنية على استخدام التقنيات الحديثة للتعليم	23	25%	61	68%	6	7%
12	هل يوجد نقص في الأدوات و الأجهزة التعليمية بالمدرسة	4	5%	72	80%	14	15%
13	هل يوجد تشجيع من قبل إدارة المدرسة على استخدام التقنيات التربوية الحديثة	10	11%	67	75%	13	14%
14	هل تتوفر بالمدرسة غرفة للوسائل التعليمية	1	2%	84	92%	5	6%
15	هل تتوفر الإمكانيات المادية لمواكبة تطور تكنولوجيا التعليم	7	8%	82	90%	1	2%

الجدول رقم (3)

المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيم الوسيط ومعامل الالتواء

ت	العبارات	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	هل تملك مهارات التعامل مع جهاز الحاسوب	2.84	1.11	0.47
2	هل لديك الخبرة في التعامل مع شبكة الانترنت	3.02	0.82	0.21
3	هل توفر المدرسة الأدوات و الأجهزة و التقنيات التعليمية الحديثة	1.41	0.48	0.34
4	هل يوجد دورات تدريبية على استخدام التقنيات التعليمية الحديثة	1.15	0.76	-0.50
5	هل لديك القدرة على التعامل مع أساسيات تصميم البرامج المختلفة على الحاسوب	1.20	0.32	-0.28
6	هل تتعامل مع تقنيات التعلم الحديثة بصورة جيدة	1.35	0.54	0.33
7	هل تتم عملية تخطيط وتصميم عملية التدريس باستخدام التقنيات الحديثة للتعلم	1.06	0.77	1.45
8	هل لديك ثقافة كافية لتصميم مواقف تعليمية باستخدام التقنيات الحديثة	1.16	0.65	-0.32

9	هل يوجد دورات تدريبية على استخدام التقنيات التربوية الحديثة	1.20	1	0.32	-0.50
10	هل تتوفر الصيانة الدورية لكافة الأجهزة التعليمية بشكل مستمر	1.02	1	0.61	0.27
11	هل هناك إقبال من قبل معلمي التربية البدنية على استخدام التقنيات الحديثة للتعليم	1.11	1	1.22	0.44
12	هل يوجد نقص في الأدوات و الأجهزة التعليمية بالمدرسة	1.22	1	0.87	-0.58
13	هل يوجد تشجيع من قبل إدارة المدرسة على استخدام التقنيات التربوية الحديثة	1.42	2	0.92	0.91
14	هل تتوفر بالمدرسة غرفة للوسائل التعليمية	1.01	1	1.01	0.73
15	هل تتوفر الإمكانيات المادية لمواكبة تطور تكنولوجيا التعليم	1.06	1	1.11	0.93

يتضح من الجدول رقم (3) أن أغلب العبارات لم تحققت القبول و الرضا لان الوسط الحسابي في العبارات (3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15) كان أقل من (2) و الفقرات (2.1) كان بين (2، 3) وهذا ما يشير إليه الوسيط .

يتضح من خلال إجابات الباحثين أن هناك قصور واضح في عدم الاهتمام بالتقنيات التربوية من كافة الجوانب ، حيث يوجد قصور واضح من قبل الإدارة بالمدرسة للتشجيع لاستخدام التقنيات التربوية و كذلك عدم توفير الأدوات و وسائل التقنيات التربوية المختلفة، و عدم توفير المناخ مناسب لاستخدام هذه التقنيات ، وعدم أعداد دورات تدريبية لصقل ورفع مستوى معلم التربية البدنية اتجاه التقنيات التربوية الحديثة لما لها من أهمية في تدريس درس التربية البدنية ،

كما يتضح عدم وجود فنيين متخصصين في التقنيات التربوية وتتفق هذه النتيجة مع كلا من مهدي سالم (2001) و محمد علي (2009) ان هناك بعض العوامل التي تعوق استخدام التقنيات في البرامج التعليمية و منها نقص الإعداد المهني للقائمين بالتدريس، و ارتفاع تكلفة التقنيات بصفة عامة ، و عدم توفر فني إصلاح لتشغيل الأجهزة و التعليمية ، عدم توافر الوقت الكافي للمعلم ، و صعوبة الحصول على برمجيات والأجهزة و التقنيات التعليمية اللازمة للموقف التعليمية .

وكما تتفق النتائج مع دراسة علاء الدين صالح و حمدي عبدالفتاح (2008) في وجود معوقات لاستخدام التقنيات التعليمية و هي وجود نقص في الدورات التدريبية للمدرسين .

و تتفق النتائج مع دراسة منار عبدالفتاح (2010) ضرورة توافر كفايات الثقافة التكنولوجية و كفايات المعرفة التكنولوجية بالتكنولوجيا و كفايات المهارة الفنية لتكنولوجيا و كفايات إعداد البيئة التكنولوجية المدرسية في التربية الرياضية

الاستنتاجات :

من خلال النتائج وفي حدود عينة البحث والمنهج المستخدم أستنتج الباحث الآتي :

- 1 - عدم وجود التقنيات التربوية داخل المدارس بشكل عام .
- 2 - عدم وجود دورات تدريبية لمعلمي التربية البدنية في كيفية استخدام التقنيات التربوية.
- 3 - عدم وجود غرفة خاصة بالوسائل التعليمية بدرس التربية البدنية .
- 4 - لا يوجد تشجيع من قبل إدارة المدرسة لاستخدام التقنيات التربوية .

التوصيات :

- 1 - الاهتمام أكثر التقنيات التربوية الحديثة وإعطائها الأهمية التي تستحقها .
- 2 - ضرورة مراعاة استخدام التقنيات التربوية الحديثة واعتبارها جزء لا يتجزأ في تدريس درس التربية البدنية والرياضية .
- 3 - مراعاة اختيار أنواع التقنيات التربوية و الوسائل التعليمية الحديثة حسب هدف درس التربية البدنية والرياضية .
- 4 - أدراك أهمية التقنيات التربوية الحديثة بالنسبة لزيادة رغبة التلاميذ في دراسة درس التربية البدنية والرياضية .
- 5 - ضرورة شعور المعلم والتلاميذ بأهمية التقنيات التربوية الحديثة في زيادة كفاءة درس التربية البدنية وتحقيق أهدافها .
- 6 - ضرورة توفير متخصصين في مجال استخدام التقنيات التربوية الحديثة من أجل التحكم بها وحسن استخدامها .

المراجع :

- 1 - أحمد خاطر (1988) القياس في المجال الرياضي (دط)، بغداد .
- 2 - أمين أنور خولي، ضياء الدين محمد العزب (2009) تكنولوجيا التعليم والتدريب الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 3 - أيمن علي أحمد عثمان (2015) واقع استخدام التقنيات التعليمية الحديثة و الصعوبات التي تواجهها في تدريس مادة المنهاج وطرق التدريب ببعض كليات التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة.
- 4 - بشير عبد الرحيم (1988) التكنولوجيا في عملية التعلم والتعليم ، دار الشروق للنشر ، عمان.
- 5 - جامع حسن حسين (1999) تكنولوجيا التعليم والتعلم الفردي ، كلية التربية النوعية ، جامعة الاسكندرية.
- 6 - حسن شلتوت ، حسن عوض (د . ت) التنظيم و الادارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 7 - خالد محمد السعود. (2008) تكنولوجيا ووسائل التعليمية وفعاليتها ، مكتبة المجتمع العربي للنشر، عمان، الاردن.
- 8 - سهيلة محسن (2010) محاضرات في التقنيات التربوية ، كلية التربية الاساسية قسم التربية الرياضية، المرحلة الثالثة، الجامعة المستنصرية .
- 9 - شفي نادر سعيد (2008) مقدمة في تقنيات التعليم ، دار الفكر طبعة 1 ، عمان ، الاردن .
- 10 - عبدالله عبد الرحمن الكندي (1999) تكنولوجيا التعليم وتفعيل العملية التربوية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 11 - علاء الدين صالح ، حمدي عبدالفتاح (2008) تقويم التقنيات التعليمية المستخدمة في تدريس مناهج كليات التربية الرياضية .
- 12 - كمال عبد الحميد (1994) مقدمة التقويم في التربية البدنية ، القاهرة .
- 13 - محمود عوض البسيوني و آخرون (1992) نظريات و طرق التدريس ، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 14 - محمود، الخيلة محمد. (2009) تصميم وانتاج الوسائل التعليمية التعليمية، ط 5 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ،الاردن.
- 15 - مرعى الشهراني (2011) واقع استخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية ومديري المدارس بمدينة الطائف.
- 16 - ناهد محمد سعد و نبلي رمزي فهمي (1984) طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية.
- 17 - بولرياح نصير وغريب نجيب (2014) واقع استخدام طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي "، رسالة ماستر غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، جامعة ورقلة - الجزائر.
- 18 - يحيى محمود ملوم و إيمان فرج بشير (2017) معوقات استخدام التقنيات التربوية بدرس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي، مجلة كلية التربية، ليبيا.

المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية

د. عائشة البهلول محمد سعد

المستخلص :

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية ومستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي ، وقد تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية بين متغيرين وذلك على عينة تم اختيارها بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وهو طلاب المرحلة الدراسية الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية لملامته لطبيعة البحث ، وبلغ عدد أفراد العينة الأساسية للبحث (40) طالب بنسبة (57.14%) من إجمالي مجتمع البحث، وقد تمت معالجة البيانات وكانت أهم النتائج أنه هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين بعض المهارات النفسية ومستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي.

1_1 مقدمة وأهمية البحث :

تعتبر رياضة الجمباز الفني من الرياضات الف ردية والجماعية في آن واحد دوناً عن الرياضات الأخرى والتي تتطلب من ممارسيها أن يكونوا في حالة جسمية ونفسية مناسبة تمكنهم من الأداء المهاري المتميز أثناء فترة الاختبارات ، كما تمكنهم من التغلب على الضغوط النفسية التي تنتج من المنافسة أثناء الاختبارات ، كما أن حالة اللاعب النفسية تمكنه من تطوير الأداء والارتقاء بمستوى قدراته وامكانياته وزيادة الثقة بالنفس .

فالمهارات النفسية عبارة عن قدرة يمكن تعلمها عن طريق التعلم والتدريب كما هو الحال في المهارات العضلية . (8 : 471)
حيث يستخدم مصطلح تدريب المهارات النفسية للإشارة إلى العملية التي يتم في غضونّها تعليم وتدريب المهارات النفسية (العقلية) في إطار عملية التدريب العقلي (5 : 192) .

والمهارات النفسية دائماً متغيرات تابعة مهمة في البرامج الخاصة بتحسين الاداء ولهذا فانه من المهم ان نكون كمدرسين قائمين على عملية تدريب وتعليم المهارات الرياضية قادرين على تقدير التغير في هذه المهارات كوسيلة لتقييم كفاءة البرنامج التدريبي والتعليمي.

1_2 مشكلة البحث :

من المعتقدات الرئيسية في علم النفس الرياضي ان المهارات النفسية تعتبر محددات مهمة للأداء الرياضي، ولهذا تم توجيه اهتمام ملحوظ للتعرف على المهارات المناسبة وارشاد المدرسين والرياضيين وخبراء الرياضة حول كيفية تعليم وتطبيق تلك المهارات. فالنمهارات النفسية هي تلك المهارات التي يمتلكها اللاعبون مرتبطة بتحقيق الأداء البدني والمهاري الفائق، وتوجد في العقل، حيث يستطيع اللاعب استخدامها تبعاً لظروف الموقف التدريبي أو التنافسي (1 : 42) .
وإن العوامل النفسية لها تأثير مباشر في مستوى الأداء المهاري، فهناك متطلبات معينة يجب توافرها كقدرات عقلية وظواهر نفسية وسمات شخصية يمتلكها اللاعبون وذلك لتحقيق أفضل انجاز رياضي وأعلى مستوى للأداء (8 : 470)

ومن هنا تم تحديد مشكلة البحث في أنه هناك حاجة ماسة لتشخيص المهارات النفسية المؤثرة في الأداء الفني لبعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي الذي هو من متطلبات الأداء للسنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ودراسة العلاقة بينها وبين مستوى الأداء المهاري، فمن خلال اطلاع الباحثة على العديد من الدراسات السابقة والمرتبطة بالمهارات النفسية وكذلك من خلال عملها كعضو هيئة تدريس مادة الجُمباز الفني بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظت أن أغلب الطلاب يعانون من وجود ضعف في الاهتمام بالمهارات النفسية مما يظهر نتائجه على الطلاب أثناء إجراء الامتحانات مما دفع الباحثة لدراسة هذه المشكلة ، ومن هنا وجب التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى طلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مما يساعدنا في الوقوف على جانب من المهارات النفسية التي تدعم دور القائمين على العملية التدريسية والتدريسية للارتقاء بمستوى الطلاب والذي يغفل عنه الكثير من المدرسين الذين يحرصون على تصحيح الأخطاء وذلك بالمزيد من التدريب ، بينما الواقع أنه ليس النقص فقط في اللياقة البدنية وإنما يكون نتيجة ضعف في المهارات النفسية والذي يؤثر بدوره في مستوى الأداء المهاري .

1_3 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية ومستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية .

1_4 فرض البحث :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المهارات النفسية ومستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي لطلاب السنة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية .

1_5 مجالات البحث :

1_ المجال المكاني :

صالة الجُمباز بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية .

2_ المكان البشري :

الطلاب المقيدين بالسنة الثانية للعام الجامعي (2021م _ 2022م) .

3_ المجال الزمني :

تم إجراء القياس الرئيسي للبحث يوم الاثنين الموافق 4 / 7 / 2022م .

1_6 المصطلحات المستخدمة في البحث :

_ المهارات النفسية :

هي برامج منظمة تربوية تصمم لتقديم المساعدة لكل من اللاعبين والمدرّب بغرض تحسين الأداء واثقائه فضلاً عن جعل ممارسة الرياضة مصدر للاستمتاع . (2 : 81)

2 الدراسات النظرية والمشاهدة :

2_2 الدراسات المشاهدة :

1_ دراسة رامي صالح حلاوة (2017) (4)

يعنوان " المهارات العقلية وعلاقتها بمستوى التعلم في بعض فعاليات ألعاب القوى " ، تهدف الدراسة إلى التعرف على المهارات العقلية المميزة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك ، وعلاقة هذه المهارات بأبعادها المختلفة مع مستوى التعلم في بعض فعاليات ألعاب القوى . وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة مكونة من (124) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية من الطلبة المسجلين لمساقات ألعاب القوى للعام الدراسي 2014_2015م ، وجمع البيانات استخدم الباحث أداة تكونت من ثلاثة أجزاء ، الجزء الأول يقيس المعلومات الشخصية ، والجزء الثاني يقيس المهارات العقلية المعد مسبقاً ، والجزء الثالث يمثل درجات الطلبة ومستوى تعلمهم لبعض المهارات الخاصة لمساق تعليم ألعاب القوى . وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية :

— أن مستوى تطبيق المهارات العقلية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في مسابقات ألعاب القوى كان بدرجة متوسطة .

— وجود فروقات في درجة المهارات العقلية بين الطلاب والطالبات ولصالح الطلاب .

— وجود علاقة ارتباط مرتفعة بين المهارات العقلية ومستوى التعلم لمهارات ألعاب القوى قيد الدراسة .

2_ دراسة مها صبري حسن ومؤيد عبد الرزاق حسو وشذى حازم سعد الله (2018) (8)

يعنوان " المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن لطالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة " ، تهدف الدراسة إلى التعرف على المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن لطالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمة طبيعة البحث ، وذلك على عينة تألفت من 21 طالبة في المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وقد تم جمع البيانات باستخدام مقياس المهارات النفسية للرياضيين فضلاً عن استخدام بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن ، وقد تم التوصل إلى النتائج التالية :

— يوجد تناغم بين المهارات النفسية (الثقة بالنفس ، القلق ، دافعية الانجاز ، تركيز الانتباه) ومستوى الأداء للدرجة الأمامية

والخلفية على جهاز عارضة التوازن وذلك بدلالة معنوية في قيم معامل الارتباط .

— لم ترتقي قيم معامل الارتباط بين المهارات النفسية (الاسترخاء ، التصور العقلي) ومستوى الأداء للدرجة الأمامية والخلفية على

جهاز عارضة التوازن .

3_ دراسة منى عادل عبادة محمد (2019) (7)

يعنوان " المهارات النفسية والسلوك التنافسي وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي بطولة الجمهورية للتنس (2018) " ، تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى توافر المهارات النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي التنس ، والمهارات النفسية والسلوك التنافسي وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي التنس ، والعلاقة بين المهارات النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي التنس . وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث ، وقد تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بالطريقة العمدية من لاعبي التنس المشاركين في بطولة مصر الأهلية والتي أقيمت في القاهرة في الفترة من 30 / 11 / 2018م إلى 6 / 12 / 2018م

واشتملت على عدد (65) لاعب، وقد تم جمع البيانات باستخدام اختبار المهارات النفسية واختبار السلوك التنافسي واختبار مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي التنس (عينة البحث) ، وقد توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية :

__ توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائية بين المهارات النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي التنس (عينة البحث) .

__ توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائية بين السلوك التنافسي ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي التنس (عينة البحث)

__ توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائية بين المهارات النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي التنس (عينة البحث) .

3 منهج وإجراءات البحث :

3_1 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية ملائمة لطبيعة البحث .

3_2 مجتمع البحث :

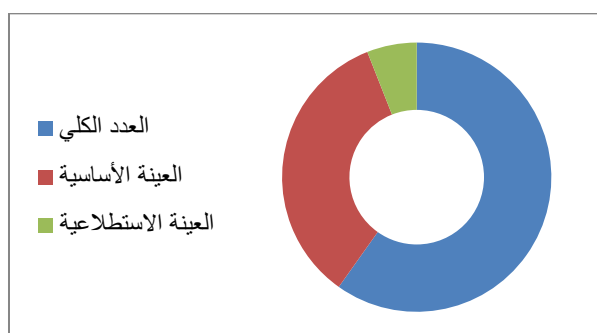
تمثل مجتمع البحث في طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية المقيدين بالسنة الثانية للعام الجامعي 2021_2022م والبالغ عددهم (70) طالب .

3_3 عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث بعد استبعاد عينة الدراسة الاستطلاعية ، وقد بلغ عدد أفراد العينة الأساسية للبحث (40) طالب ، والجدول (1) والشكل البياني (1) يوضح التوزيع النسبي للعينة الأساسية من مجتمع البحث .

جدول (1) التوزيع النسبي للعينة الأساسية من مجتمع البحث

العدد	عدد الطلاب	النسبة المئوية
المجتمع	70	100 %
العينة الأساسية	40	57.14 %
العينة الاستطلاعية	7	10.00 %



الشكل (1) التوزيع النسبي للعينة الأساسية من مجتمع البحث

يتضح من خلال الجدول والشكل البياني رقم (1) بأن العدد الكلي لمجتمع البحث 70 طالب بنسبة 100 % ، وعدد العينة الأساسية للبحث 40 طالب بنسبة 57.14 % من إجمالي المجتمع ، وعدد العينة الاستطلاعية 7 طلاب بنسبة 10.00 % من إجمالي المجتمع .

3_4 وسائل جمع البيانات :

1_ استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري :

تم استخدام استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي المعدة مسبقاً بقسم التمرينات والجمباز بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية ، مرفق (1) .

2_ مقياس المهارات النفسية :

استخدمت الباحثة مقياس المهارات النفسية المعد مسبقاً (3) حيث يتألف المقياس من 46 فقرة تقيس ستة مهارات نفسية وهي (الثقة بالنفس ، القلق ، دافعية الانجاز ، الاسترخاء ، التصور العقلي ، تركيز الانتباه) ، وقد قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من الأساتذة من ذوي الاختصاص مرفق (3) حيث تم التوصل إلى وضع المقياس في صورته النهائية مرفق (4) .

3_5 المعاملات العلمية لمقياس المهارات النفسية :

1_ صدق المقياس :

للحصول على صدق المقياس استخدمت الباحثة الصدق الظاهري ، حيث قامت بعرضه على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس في تخصص الجمباز الفني وعلم النفس الرياضي مرفق (3) ، وبعد جمع الاستمارة وتفريغ البيانات تبين وجود نسبة اتفاق تراوحت ما بين (90 % _ 100 %) وبهذا الإجراء تم التأكد من صدق المقياس المستخدم في البحث الحالي .

2_ ثبات المقياس :

استخدمت الباحثة طريقة تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه وذلك على عينة من طلاب السنة الثانية ومن خارج العينة الأساسية للبحث حيث بلغ عددهم (7) طلاب ، وقد قامت بالتطبيق الأول في يوم 23 / 6 / 2022م ، والتطبيق الثاني في يوم 30 / 6 / 2022م والجدول (2) يوضح معامل الثبات لمجاور المقياس .

جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الثبات للمهارات النفسية بالمقياس ن = 7

المتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		معامل الثبات
		س	± ع	س	± ع	
الثقة بالنفس	الدرجة	17.333	3.528	16.556	3.468	0.993 *
القلق	الدرجة	17.556	1.832	17.000	2.108	0.832 *
دافعية الانجاز	الدرجة	18.833	1.462	18.500	1.803	0.917 *
الاسترخاء	الدرجة	16.250	3.152	17.125	2.027	0.836 *
التصور العقلي	الدرجة	15.571	1.917	14.714	1.484	0.760 *
تركيز الانتباه	الدرجة	17.429	2.060	16.857	2.295	0.829 *

ر الجدولية عند مستوى = 0.754

وبعد إجراء العمليات الإحصائية اتضح من الجدول (2) أن معامل الارتباط (الثبات) للمقياس قد تراوح ما بين (0.760 _ 0.993) ، وبذلك يكون معامل الارتباط (الثبات) مؤشر جيد لفقرات المقياس ويصبح المقياس بصفته النهائية صالحاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية .

3_6 الدراسة الاستطلاعية :

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وبلغ عدد أفرادها (7) طلاب ، حيث كان الهدف الرئيسي للدراسة الاستطلاعية هو معرفة مدى صلاحية استخدام المقياس على أفراد العينة للدراسة الأساسية للبحث .

3_7 تنفيذ الدراسة الأساسية للبحث :

__ تطبيق مقياس المهارات النفسية :

بعد استكمال الشروط العلمية للمقياس تم تنفيذ القياس على أفراد الدراسة الأساسية وذلك في يوم الاثنين بتاريخ 2022/7/4 م .

__ اختبار مستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي :

تم إجراء اختبار الأداء المهاري على جهاز المتوازي لأفراد عينة البحث في صالة الجُمباز بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية وذلك في يوم الاثنين بتاريخ 2022 / 7 / 4 م ، وقد استعانت الباحثة في عملية تقييم مستوى الأداء المهاري باستخدام استمارة التقييم مرفق (1) بعدد من المحكمين في رياضة الجُمباز الفني من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مرفق (2).

3_8 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث :

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية :

__ المتوسط الحسابي .

__ الانحراف المعياري.

__ النسبة المئوية .

__ معامل الارتباط.

4 عرض ومناقشة النتائج :

4_1 عرض النتائج :

في ضوء البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها عند تنفيذ القياس على العينة الأساسية للبحث ووفقاً لأهداف البحث والتحقق من صحة الفرض تتطرق الباحثة لعرض النتائج التالية :

جدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمهارات النفسية ن = 40

المتغيرات الإحصائية المهارات النفسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الثقة بالنفس	الدرجة	19.400	1.772
القلق	الدرجة	19.700	1.792
دافعية الانجاز	الدرجة	13.475	1.396
الاسترخاء	الدرجة	17.725	1.449
التصور العقلي	الدرجة	12.275	2.247
تركيز الانتباه	الدرجة	14.175	1.801

من الجدول (3) يتضح للباحثة أن المتوسط الحسابي للمهارات النفسية قيد البحث لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الزاوية قد تراوح ما بين (12.275 _ 19.700) ، والانحراف المعياري قد تراوح ما بين (1.396 _ 2.247)

جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى الأداء المهاري $n = 40$

المتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المهارات على جهاز المتوازي			
الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية	الدرجة	3.575	0.455
الدرجة	الدرجة	3.400	0.644
المرجحة أماماً من الارتكاز المتقاطع	الدرجة	3.125	0.659
المرجحة من وضع الارتكاز على العضدين	الدرجة	3.450	0.589
الوقوف على الكتفين	الدرجة	2.875	0.740
المهبط من المرححة الأمامية أو الخلفية	الدرجة	3.238	0.742

من الجدول (4) الخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى الأداء المهاري للمهارات على جهاز المتوازي لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية ، يتضح أن المتوسط الحسابي لمستوى الأداء المهاري لمهارة الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية (3.575) وانحراف معياري (0.455) ، بينما مهارة الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع فقد بلغ المتوسط الحسابي (3.400) والانحراف المعياري (0.644) ، بينما مهارة المرححة أماماً من الارتكاز المتقاطع كان المتوسط الحسابي (3.125) والانحراف المعياري (0.659) ، ومهارة المرححة من وضع الارتكاز على العضدين كان المتوسط الحسابي (3.450) والانحراف المعياري (0.589) ، ومهارة الوقوف على الكتفين كان المتوسط الحسابي (2.875) والانحراف المعياري (0.740) ، ومهارة المهبط من المرححة الأمامية أو الخلفية كان المتوسط الحسابي (3.238) والانحراف المعياري (0.742) .

جدول (5) قيم معامل الارتباط بين المهارات النفسية ومستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي $n = 40$

المهارات النفسية	الثقة بالنفس	القلق	دافعية الانجاز	الاسترخاء	التصور العقلي	تركيز الانتباه
الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية	0.751 -	0.356 -	0.804 -	0.411	0.310	0.304
الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع	0.364	0.331	0.247	0.137 -	0.439 -	0.556 -
المرجحة أماماً من الارتكاز المتقاطع	0.514	0.392	0.370	0.304 -	0.428 -	0.313 -
المرجحة من وضع الارتكاز على العضدين	0.426	0.566	0.333	0.338 -	0.499 -	0.404 -
الوقوف على الكتفين	0.515 -	0.302	0.487 -	0.878	0.337	0.382
المهبط من المرححة الأمامية أو الخلفية	0.403	0.326	0.193	0.160 -	0.444	0.227 -

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.304$

من الجدول (5) يتضح أن معامل الارتباط بين المهارات النفسية (قيد البحث) ومستوى الأداء المهاري للمهارات على جهاز المتوازي قد تراوحت ما بين (0.137 _ 0.878) حيث يتضح من الجدول أنه :

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة الطلوع للارتكاز من المرجحة الخلفية أو الأمامية وبين الثقة بالنفس والقلق ودافعية الانجاز والاسترخاء والتصور العقلي لأن قيمة معامل الارتباط المختبة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لمهارة الطلوع للارتكاز من المرجحة الخلفية أو الأمامية وتركيز الانتباه .

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع وبين الثقة بالنفس والقلق والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المختبة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لمهارة الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع ودافعية الانجاز والاسترخاء .

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة المرجحة أماماً من الارتكاز المتقاطع وبين الثقة بالنفس والقلق ودافعية الانجاز والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المختبة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لمهارة المرجحة أماماً من الارتكاز المتقاطع والاسترخاء .

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة المرجحة من وضع الارتكاز على العضدين وبين الثقة بالنفس والقلق ودافعية الانجاز والاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المختبة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 .

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة الوقوف على الكتفين وبين الثقة بالنفس ودافعية الانجاز والاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المختبة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لمهارة الوقوف على الكتفين والقلق .

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة الهبوط من المرجحة الأمامية أو الخلفية وبين الثقة بالنفس والقلق والتصور العقلي لأن قيمة معامل الارتباط المختبة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لمهارة الهبوط من المرجحة الأمامية أو الخلفية ودافعية الانجاز والاسترخاء وتركيز الانتباه

4_2 مناقشة النتائج :

من خلال العرض الذي تم على الجدول (5) والخاص بقيم معامل الارتباط بين المهارات النفسية ومستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي يتضح وبشكل عام وجود علاقة ارتباط معنوية بين مستوى الأداء المهاري والمهارات النفسية (قيد البحث) .

ففي مهارة الثقة بالنفس نلاحظ أنه هناك ارتباط معنوي في جميع درجات مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط المختبة ما بين (0.364 _ 0.751) فإذا ما قورنت هذه النتيجة بالقيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، فإنها قيم أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على معنوية الارتباط بين مهارة أو غيرة الثقة بالنفس وكل مهارة من مهارات جهاز المتوازي (قيد البحث) .

فتؤكد الباحثة على أن الثقة بالنفس من المهارات النفسية الضرورية والتي يتطلبها الوصول إلى مستوى عالٍ في الأداء المهاري على جهاز المتوازي ، وهذا ما تتفق فيه مع نتائج دراسة مها صيري وآخرون (2018) والتي تؤكد على أن الاعتقاد أو درجة التأكد أو اليقينية بأن يملك الفرد (الطالب) القدرة لكي يكون ناجحاً في أدائه . (8 : 475)

كما يؤكد أسامة كامل راتب (2000) بأن الثقة بالنفس تتميز بأنها تثير الانفعالات الايجابية وتساعد على التركيز وتؤثر على بناء الأهداف وتزيد من المثابرة ويذل الجهد (2 : 342)

أما عن مهارة القلق فقد اتضح من الجدول أن قيم معامل الارتباط معنوية بينها وبين جميع درجات مستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي عدا مهارة الوقوف على الكفين ، فقد بلغت قيم معامل الارتباط بين القلق ومستوى الأداء ما بين (0.326 _ 0.566) وهي قيم أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، أما مهارة الوقوف على الكفين فقد بلغت قيمة معامل الارتباط المختسبة (0.304) وهي قيمة مساوية للجدولية مما يعني عدم وجود ارتباط معنوي بين مهارة القلق ومستوى الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الكفين .

فالقلق يعد من المهارات النفسية التي يجب أن يكون بمثابة الاستشارة الإيجابية لأداء الطلاب ، فمن الملاحظ أن الطلاب بشكل عام حرصين على الوصول إلى مستوى عال في الأداء المهاري لذا فقد يتعرضون إلى نسبة من القلق لها تأثيرات على مستواهم في الأداء.

أما عن دافعية الانجاز فإنه هناك ارتباط معنوي بين مهارة الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية ومهارة المرححة أماماً من الارتكاز المتقاطع ومهارة المرححة من وضع الارتكاز على العضدين ومهارة الوقوف على الكفين حيث تراوحت قيم معامل الارتباط المختسبة ما بين (0.333 _ 0.804) وهي قيم أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، أما مهارتي الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع والهبوط من المرححة الأمامية أو الخلفية فإنه ليس هناك ارتباط معنوي بينهم فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.247 ، 0.193) على التوالي ، وهي قيم أقل من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 .

فدافعية الانجاز كمهارة نفسية تعكس الرغبة للطلاب في تحقيق النجاح والارتقاء بمستوى الأداء المهاري لمهارات جهاز المتوازي ، وترى الباحثة أن هذه النتيجة معقولة ومنطقية لأن الطلاب يعملون على بذل أقصى جهد ممكن بحسب قدراتهم للوصول إلى إتقان الأداء المهاري لهذه المهارات، وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة رامي صالح حلاوة (2017) والذي يؤكد على أن اللاعبين والمتعلمين للمهارات الحركية يبدلون أقصى طاقة حركية للحصول على الانجاز والأداء الجيد . (4 : 26)
فالدافع الشخصي لمزاولة لعبة ما والمثابرة من أجل تحقيق النجاح والتميز يكون دافع لأداء أفضل للطلاب . (8 : 476)

أما عن الاسترخاء فإنه هناك ارتباط معنوي بين مهارة الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية ومهارة المرححة أماماً من الارتكاز المتقاطع ومهارة المرححة من وضع الارتكاز على العضدين ومهارة الوقوف على الكفين حيث تراوحت قيم معامل الارتباط المختسبة ما بين (0.411 _ 0.878) وهي قيم أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، أما مهارتي الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع والهبوط من المرححة الأمامية أو الخلفية فإنه ليس هناك ارتباط معنوي بينهم فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.137 ، 0.160) على التوالي ، وهي قيم أقل من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 .

هذه النتائج تتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة رامي صالح حلاوة (2017) والذي يؤكد على أن الوصول إلى الاسترخاء المناسب أثناء التدريب والتعليم يؤدي إلى الوصول لمستوى منخفض من التوتر مما يساعد على رفع الروح المعنوية والرضا مما ينعكس على مستوى الأداء المهاري . (4 : 26)

فقدرة الطالب على امتلاك هذه المهارة النفسية وهي القدرة على الاسترخاء بصورة مناسبة يرفع من ثقته بنفسه .

أما بالنسبة لنتائج مهارة التصور العقلي فنلاحظ أنه هناك ارتباط معنوي بينها وبين جميع درجات مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط المختسبة ما بين (0.310 _ 0.499) فعند مقارنة هذه النتيجة بالقيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، فإنها قيم أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على معنوية الارتباط بين التصور العقلي ومستوى الأداء المهاري لكل مهارة من مهارات جهاز المتوازي (قيد البحث) .
وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة منى عادل عبادة (2019) والتي تنص على ضرورة التدريب على المهارات النفسية من خلال التصور الصحيح للمهارة . (7 : 23)

يعد التصور العقلي من أصعب المهارات النفسية التي تتطلب من المتعلم أو الطالب إتقان الأداء للحصول على الانجاز والمستوى الجيد ، لذلك يجب التدريب عليها لأن الطلاب بكافة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة يسعون إلى الاحتفاظ والتصوير الدائم للمهارة الحركية المراد تعلمها ليس فقط من أجل تطبيقها وإنما من أجل المحافظة عليها في المخزون العقلي وللقدررة على استحضارها في المواقف المختلفة أثناء التعلم والتعليم .

فالتعلم في المجال الرياضي يحتاج إلى تصور أدق التفاصيل حتى يشعر بالإحساس المهاري المطلوب لأداء المهارة بالصورة المناسبة وفي المواقف المختلفة . (9)

أما عن المهارة النفسية تركيز الانتباه فإنه هناك ارتباط معنوي بينه وبين مهارة الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع ومهارة المرجحة أماماً من الارتكاز المتقاطع ومهارة المرجحة من وضع الارتكاز على العضدين ومهارة الوقوف على الكنفيين حيث تراوحت قيم معامل الارتباط المختسبة ما بين (0.313 _ 0.556) وهي قيم أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، أما مهارتي الطلوع للارتكاز من المرجحة الخلفية أو الأمامية والمهبط من المرجحة الأمامية أو الخلفية فإنه ليس هناك ارتباط معنوي بينهم فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.304 ، 0.227) على التوالي ، وهي قيم أقل من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 .

حيث يعد تركيز الانتباه من المهارة النفسية المهمة فهو أحد أهم العوامل الحاسمة والتي تساعد الطلاب في اتخاذ القرارات والاستجابات الصحيحة لأداء المهارات الحركية على جهاز المتوازي ، فتتفق الباحثة في نتائج هذه الدراسة مع ما ذكره محمد حسن علاوي (2003) ومها صبري وآخرون (2018) في أن الانتباه يلعب دوراً مهماً في أداء المهارات الرياضية المختلفة حيث يتم التركيز على التخلص من الانفعالات الزائدة والتوتر مما يساعد في الوصول إلى حالة التهيئة النفسية . (6 : 350) (8 : 476)
ومن خلال ما سبق تتفق الباحثة مع مها صبري وآخرون (2018) في الذي جاء به محمد حسن علاوي (2002) والذي ينص على أن التكامل ما بين المهارات والقدرات الحركية والبدنية وبين المهارات النفسية التي تساعد الرياضي على إظهار أفضل ما عنده من قدرات ومهارات . (8 : 476) ، (5 : 201)

5 الاستنتاجات والتوصيات :

5_1 الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث وحدود العينة تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

- 1 _ هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين المهارات النفسية (الثقة بالنفس ، التصور العقلي) ومستوى الأداء المهاري لجميع المهارات قيد البحث على جهاز المتوازي لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية .

2 _ هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين المهارة النفسية (القلق) ومستوى الأداء المهاري لجميع المهارات قيد البحث عدا مهارة الوقوف على الكتفين .

3 _ هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين المهارات النفسية (دافعية الانجاز ، الاسترخاء) ومستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث على جهاز المتوازي عدا مهارة الدرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع ومهارة الهبوط من المرححة الأمامية أو الخلفية .

4 _ هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين المهارة النفسية (تركيز الانتباه) ومستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث عدا مهارة الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية ومهارة الهبوط من المرححة الأمامية أو الخلفية
5_2 التوصيات :

1_ الاهتمام بالجانب النفسي للطلاب أسوة بالجانب البدني والمهاري والخططي والمعرفي .

2_ التأكد من تطوير المهارات النفسية لجميع الطلاب بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

المراجع العربية :

1_ أحمد صلاح الدين خليل : موجات ألفا كمؤشر لتطوير المهارات العقلية ومستوى الأداء لدى بعض لاعبي المستويات العليا ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، جامعة حلوان ، العدد الخمسون ، مصر ، 2007 م .

2_ أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 م .

3_ اسماء يحيى عزت زكي : بناء مقياس للمهارات النفسية للاعبات الجمناز ، رسالة ماجستير غير منشورة ، بكلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الرقازيق ، 2010 م .

4_ رامي صالح حلاوة : المهارات العقلية وعلاقتها بمستوى التعلم في بعض فاعليات ألعاب القوى ، دراسات العلوم التربوية ، المجلد 44 ، العدد 4 ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الأردنية ، 2017 م .

5_ محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002 م .

6_ محمد حسن علاوي وآخرون : الإعداد النفسي في كرة اليد " نظريات _ تطبيقات " ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب ، القاهرة ، 2003 م .

7_ منى عادل عبادة محمد : المهارات النفسية والسلوك التنافسي وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي بطولة الجمهورية للتنس 2018 ، بحث منشور ، مجلة العلوم الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة كفر الشيخ ، 2019 م .

8_ مها صبري حسن وآخرون : المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى اداء بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن لطالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي الدولي الأول ، جامعة الموصل ، العراق ، 2018 م .
المراجع الأجنبية :

9_ Weinperg, Pobert (2008), Does imagery work effect on performance and mantal skills. Jurnal of imagery research in sport and physical activity 3 (1) article .

مرفق (1)

استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي لطلاب السنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ت	المهارات أسماء الطلاب	الطلوع للارتكاز من المرححة الخلفية أو الأمامية	الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقاطع	المرححة أماماً من الارتكاز المتقاطع	المرححة من وضع الارتكاز على العضدين	الوقوف على الكتفين	الهبوط من المرححة الأمامية أو الخلفية	الاجموع
		5	5	5	5	5	5	30
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								

مرفق (4)

مقياس المهارات النفسية في صورته النهائية

جامعة الزاوية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الطالب المحترم :

بين يديك مجموعة من الفقرات تمثل شعورك ، لذا يرجى قراءة كل فقرة بتمعن ثم وضع علامة (/) أمام كل فقرة من الفقرات التي تراها مناسبة لك علماً بان النتائج ستكون لأغراض البحث العلمي فقط .
شاكرة تعاونكم معي خدمة للبحث العلمي

د. عائشة البهلؤل محمد سعد

ت	الفقرات	نعم	الى حد ما	لا
1	أجد صعوبة في الإحساس بالثقة عند ادائي على جهاز المتوازي			
2	أكون متمكن من الأداء أثناء الامتحان العملي			
3	اتمتع بثقتي بالنجاح في الامتحان العملي			
4	تفاوتت ثقتي في نفسي في الأداء من مهارة إلى أخرى على جهاز المتوازي			
5	اشعر بالتوتر عند بداية الامتحان العملي مما يؤثر على مستوى ادائي			

6	التمكن من التركيز في اداء المهارات على جهاز المتوازي		
7	أكون واثق جدا من قدراتي على جهاز المتوازي		
8	اشعر اني عصبي عند ادائي الجملة على جهاز المتوازي		
9	احقق افضل أداء عندما أكون عصبي وقلق		
10	التحكم في تركيز انتباهي اثناء الأداء بسهولة		
11	استطيع استرجاع المهارات بداخلي		
12	يقل تركيز انتباهي عندما افشل في الأداء لاحد المهارات على جهاز المتوازي		
13	اشعر بالخوف من الفشل في الامتحان العملي		
14	اخشى من انخفاض مستوى ادائي		
15	اشعر ببرودة اليدين وزيادة العرق عند ادائي للجمل على جهاز المتوازي		
16	تؤثر خبرات الفشل في ادائي لأي مهارة على جهاز المتوازي		
17	اشعر بالتوتر عند ارتكابي اخطاء عند تطبيق احد المهارات على جهاز المتوازي		
18	اتمتع بنبات الانفعال مع خطئي في الأداء المهاري على جهاز المتوازي		
19	أكون مستعد نفسيا لبذل الجهد قبل الامتحان العملي		
20	استطيع تصور المهارة بكاملها عند استرجاعها		
21	افكر في أشياء خاصة اثناء الأداء المهاري مما يؤثر على تركيز انتباهي		
22	ابذل أقصى جهد اثناء التدريب على المهارات		
23	احقق افضل النتائج عند الأداء بأقصى طاقة لدي		
24	اشعر بالضيق عندما أفشل في الامتحان العملي		
25	التحكم في نفسي اثناء ادائي للمهارات الصعبة		
26	اقوم دائما بتشجيع نفسي على الأداء الجيد		
27	احتفظ بداخلي بتسلسل الجملة الحركية على جهاز المتوازي		
28	اجد صعوبة في الاحتفاظ بحدوثي قبل الامتحان العملي		
29	استطيع تهدئة نفسي والاسترخاء بسرعة قبل الاشتراك في الامتحان العملي		
30	التمكن من استرجاع صورة المهارة بطريقة منفصلة		
31	أكون متوتر في اللحظات التي تسبق الامتحان العملي		
32	تردد استشارتي قبل الطلوع على جهاز المتوازي		
33	أستطيع أن أقيم نفسي عند أدائي لمهارة معينة على جهاز المتوازي		
34	التمكن من استرجاع اداء المهارة على جهاز المتوازي بسهولة		
35	تتداخل صور لمهارات اخرى عند استرجاع الصور		
36	تظهر الصورة وكأنها غير واضحة عند استرجاعها		

			37	اتمكن من الفصل بين تصوري العقلي للمهارات
			38	استطيع التصور الذهني للجملة الحركية على جهاز المتوازي بالنحو الذي احب ان اكون عليه
			39	استطيع استرجاع ادائي بعد انتهاء الامتحان العملي
			40	افضل دائما اداء المهارات التي تتميز بالصعوبة
			41	يصعب علي استعادة تركيز انتباهي اذا وقعت من على جهاز المتوازي
			42	ينتابني القلق في نهاية ادائي للجملة على جهاز المتوازي
			43	ارى صور متعددة في نفس الوقت عند استرجاع المهارة
			44	استطيع التركيز بشكل ايجابي عند ادائي احد المهارات الصعبة
			45	تؤثر الضوضاء على تركيز انتباهي اثناء الأداء المهاري
			46	يقل تركيز انتباهي عند اداء المهارات الصعبة

النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية " مرحلة التعليم الثانوي "

أ. مختار علي المختار عبد النبي

المقدمة:

تعتبر المدرسة مؤسسة اجتماعية تقوم بوظيفة التربية ونقل الثقافة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسمياً وعقلياً واجتماعياً ، وفي المدرسة يتعلم الطالب المزيد من المعايير الاجتماعية في شكل منظم وأدوار اجتماعية جديدة ، كما يتم في المدرسة نقل المهارات والمعلومات إلى التلاميذ وهذا فأما المدرسة تقع على عاتقها العديد من المسؤوليات اتجاه الطالب فهي تساهم في عمليات التنشئة الاجتماعية . (6 : 162)

فالمدرسة هي الأسرة الثانية ولذلك أطلق عليها الأسرة التعليمية والتي تساهم بدورها أساسياً في تربية الأبناء وبناء الاتجاهات السليمة نحو كافة الظواهر الاجتماعية ومنها الظاهرة التربوية الرياضية ، وهنا يأتي دور المعلم فمن خلاله يتم نقل المعلومات وإيصال المفاهيم والاتجاهات التربوية إلى الطالب فهو الذي يقوم بتنفيذ المناهج والبرامج الدراسية المقررة (2 : 72)

أن الاهتمام بالنشاط الرياضي له الدور الواضح في تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية وذلك من خلال تشجيع الطلاب على الممارسة سواء كانت داخلية أو خارجية ومشاركتهم في ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة وتدريبهم على كافة الصعوبات التي تواجههم وذلك من خلال تفعيل درس التربية البدنية والنشاط الرياضي الداخلي والنشاط الرياضي الخارجي للوصول للممارسة الرياضية والاستفادة منها .

وتكر عنيات محمد أحمد فرج 1988 أن النشاط الرياضي الداخلي والنشاط الرياضي الخارجي جزء لا يتجزأ من درس التربية البدنية فهما مكملان له ومرتبطان ببعضهما ارتباط وثيق إذ يعتمد النشاط الرياضي الداخلي على محتوى درس التربية البدنية ، وإن الطالب في هذه المرحلة يتلقى العديد من المواد الدراسية والتي تساهم في عملية إعداده بشكل جيد وسليم ومن بين هذه المواد مادة التربية البدنية والتي لا تقل أهمية عن بقية المواد الدراسية الأخرى كما إنها ترتبط بها بشكل مباشر . (5 : 38)

مشكلة البحث :

تعتبر الممارسة الرياضية وسيلة لتحقيق اللياقة البدنية والسلامة الصحية والتكيف الاجتماعي فهي تساهم في بناء شخصية متكاملة متزنة خالية من الضغوط النفسية ومن هنا فإن الاهتمام بالممارسة الرياضية في العملية التربوية أمر هام جداً وذلك من خلال النشاط الرياضي الداخلي والنشاط الرياضي الخارجي وتفعيل درس التربية البدنية .

إن الممارسة الرياضية تنمي لدى الطالب موهبة الذكاء والتفكير وتجعله في جاهزية تامة لاستقبال المعلومات وتعود عليه بالصحة الجسمانية سواء كانت الممارسة تتم داخل المدرسة أو خارجها كالأندية أو مراكز الشباب أو في الأحياء السكنية وعلى المدارس أو المؤسسات التعليمية تدليل كافة الصعوبات أمام الطلاب من خلال إعطاء الإذن للطلبة المشاركين في المسابقات الخارجية من حيث تأجيل بعض الامتحانات أو توضيح وشرح بعض المواضيع الدراسية التي لم يتسنى لهم أخذها بسبب تلك المشاركات وهذه من شأنها أن تساهم في تكوين اتجاهات إيجابية لدى الطلاب نحو الممارسة الرياضية .

وبما إن الاتجاهات تعتبر نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو على إنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك وأن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دورا أساسيا وهاما للارتقاء بهذا النوع من الأنشطة البشرية وهي تمثل القوى التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة هذا النشاط والاستمرار بصورة منتظمة . (7 : 219)

ومن خلال الإشراف على التربية العملية أو التدريب الميداني الخارجي وإثراء النقاش والحوار مع بعض من أعضاء هيئة التدريس المشرفين أيضا وبعض الزيارات لعدة مدارس مرحلة التعليم الثانوي لاحظ الباحث : عدم أو قلة الاهتمام بالنشاط الرياضي الداخلي والخارجي قد يكون له أثر سلبي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي ، ومن هنا تم تحديد مشكلة البحث على النحو التالي :

" النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية "

أهمية البحث :

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي من أهم وأخطر المراحل العمرية فهي تتطلب العناية والاهتمام والتوجيه من الأسرة والمؤسسات التعليمية وغيرها الموجودة في المجتمع لأنها مرحلة حساسة ودقيقة .

وحيث تكتسب هذه الدراسة أهميتها إنها تلقي الضوء على واحدة من أهم المشكلات التي يجب دراستها والبحث فيها فهي تساعدنا في الآتي :

- 1- إلقاء الضوء على الممارسة الرياضية كظاهرة حضارية لها فوائدها العديدة لطلابنا وبالتالي تتطلب من جميع أفراد الأسرة التعليمية بالمدرسة التعامل مع حصة التربية البدنية بأنها مثل بقية التخصص الأخرى وليس أقل منها شأنًا.
- 2- إيضاح الدور الإيجابي وكذلك السلبي للنشاط الرياضي الداخلي أو الخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية . وتشير العديد من الدراسات والمراجع العلمية إلى أهمية الأنشطة الرياضية الممارسة وعلى وجه الخصوص المدرسية منها فهي تساعد على تحسين الكفاءة الاجتماعية للفرد وذلك من خلال تنمية وصقل معارفه ومعلوماته وميوله واتجاهاته وتنمية شخصيته وتحرره من الاعتماد على غيره كما تحقق له الرعاية الجسمانية والعقلية مع زملائه ومدرسيه ويتأثر بهم ويؤثر فيهم . ومن هذا المنطلق يرى الباحث أن هذه الدراسة ستكون لها أهميتها على صعيد الرياضة المدرسية لأنها ترتبط بشكل مباشر في سعي الدولة والمجتمع لتطوير الرياضة في مدارسنا والتي تمثل القاعدة العريضة والحامة من أجل النهوض بعموم الرياضة في ليبيا .

هدف البحث : يهدف البحث للتعرف على :

- 1- الأثر الإيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية .
- 2- ماهو الأثر السلبي لعدم إعطاء النشاط الرياضي الداخلي أو الخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية .
- 3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي .

تساؤلات البحث :

- 1- ما هو الأثر الإيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية .
- 2- ما هو الأثر السلبي لعدم إعطاء النشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية .
- 3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي .

مصطلحات البحث :

– النشاط الرياضي الداخلي :- يعتبر برنامج النشاط الرياضي الداخلي امتداد لدروس التربية البدنية وهو جزء هام من البرنامج المدرسي العام فعندما يتعلم التلاميذ كيف في دروس التربية البدنية كيف يلعبون فإن هناك ضرورة الى إتاحة فرصة أكبر لاشتراكهم في مسابقات ومنافسات يمارسون من خلالها ما تعلموه في الدرس . (4 : 30 : 31)

– النشاط الرياضي الخارجي :- يقصد به النشاط الذي يمارسه التلاميذ خارج أسوار المدرسة ويقوم بتنظيمه والإشراف عليه المدرسة حيث إن هذه الأنشطة تكون بعيدة عن التقيد بالجدول الدراسي في المدرسة . (1 : 152)

– الاتجاهات :- هي نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو تعرف على إنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك . (1 : 219)

– الممارسون للنشاط الرياضي :- كل من يؤدي أي نوع من النشاط الرياضي فردي كان أو جماعي ومنظمين على التدريب سواء في المدرسة أو في النادي أو في مراكز الشباب (3 : 18)

– غير الممارسين للنشاط الرياضي :- هم الذين لا يمارسون أي نوع من أنواع النشاط الرياضي خارج حدود المدرسة والذين تقتصر ممارستهم للنشاط الرياضي على حصص درس التربية البدنية . (3 : 18)

منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة أو البحث .

مجتمع البحث : تكون مجتمع البحث من طلاب مرحلة التعليم الثانوي للعام الدراسي 2021-2022 والبالغ عددهم 200 طالباً .

عينة البحث : قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من بين أفراد مجتمع البحث حيث تضمن طلاب مرحلة التعليم الثانوي للعام الدراسي 2021-2022 ، حيث بلغ عدد أفراد العينة (150) ونسبة 75% من مجتمع الدراسة ، وذلك للوصول الى إجابات واضحة حول النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية .

أداة البحث : تكونت أداة البحث من استمارة استبيان تتضمن مقياس للاستطلاع على آراء الطلاب من مرحلة التعليم الثانوي نحو النشاط الرياضي الداخلي والخارجي من إعداد الباحث ، مستفيد من الدراسات السابقة وبعض المراجع العلمية واستخراج النسب المئوية والإجابة على التساؤلات وتحقيق الأهداف حيث تضمنت استمارة الاستبيان على (14) فقرة .

الدراسة الاستطلاعية :

قبل القيام بجمع البيانات الخاصة بالدراسة الحالية قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية يسعى من خلالها لتحقيق الأهداف التالية :

- 1- التعرف على مدى تقبل أفراد العينة للأداة لجمع البيانات والتحقق من وضوح الفقرات وتعليمات هذه الأهداف .
 - 2- التدريب على تطبيق الأداة المستخدمة لجمع البيانات وضبط المدة الزمنية اللازمة لها .
 - 3- التعرف على الصعوبات أو المعوقات التي قد تواجه الباحث خلال عملية إجراء الدراسة الأساسية .
- استخدم الباحث عينة استطلاعية قوامها (30) طالباً من المجتمع الأصلي ، تم إختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وخارج عينة الدراسة ، وقد استغرقت فترة توزيع الاستبيان الاستطلاعي على أفراد العينة الاستطلاعية واسترجاعها أسبوع من (9\5\2022) لغاية (16\5\2022) .

الدراسة الأساسية :

تم إجراء الدراسة الأساسية على أفراد العينة المستهدفة بنفس الشروط والفروق ، وبعد التأكد من سلامة الأداة وملائتها لأفراد العينة من حيث التنظيم والتركيز على الشكل النهائي لإستمارة الاستبيان من خلال الطباعة واللغة والاتساق والانتقال من العام الى الخاص .

حيث أجريت الدراسة على أفراد (150) طالبا من مرحلة التعليم الثانوي وبدأت الدراسة من 18 \ 5 \ 2022 لغاية 29 \ 5 \ 2022.

مجالات البحث :

- أ- المجال البشري : تم تطبيق أداة البحث " الاستبيان " على أفراد العينة وهم (150) طالبا من مرحلة التعليم الثانوي .
- ب - المجال الزمني : بدأت إجراءات الدراسة الأساسية في هذا البحث من يوم 18 \ 5 \ 2022 حتى 29 \ 5 \ 2022 .
- ت - المجال الجغرافي : أجري هذا البحث في نطاق مدينة ترمونة \ سوق الجمعة \ وعلى عدد (3) مدارس وهي مدرسة خليج سرت، ومدرسة سوق الجمعة للتعليم الثانوي ومدرسة شهداء عبودة للتعليم الثانوي .

الإجراءات الإحصائية :

- استخدم الباحث في معالجات نتائج البحث مجموعة من الاختبارات الإحصائية وذلك من أجل تحقيق أهداف الدراسة واختبار فرضياتها ، تم استخدام الاختبارات الإحصائية للعلوم الاجتماعية **spss** وذلك باختيار الاختبارات المناسبة له من أجل تحليل البيانات المتحصل عليها من الاستبيانات الموزعة على عينة الدراسة ، حيث تم اختيار واستخدام الاستبيانات التالية :
- أسلوب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية **means** والانحراف المعياري .
 - اختبار ألفا كرونباخ (**cronbachs alpha Test**) لقياس ثبات فقرات الاستبيان .
 - اختبار **Independent Samples Test** لاختبار فرضيات الدراسة (عند مستوى دلالة 0.05).

عرض النتائج ومناقشتها :

اعتمد الباحث على إستمارة الاستبيان للحصول على البيانات التي تساعد على اختبار فرضيات الدراسة المتعلقة بموضوع الدراسة حيث قام الباحث بتقييم استمارة الاستبيان وتضم مجموعات رئيسية من الأسئلة وهي كالآتي :

المجموعة الأولى : وتضم البيانات الشخصية ، وتشمل هل تمارس الرياضة ، ونوع النشاط الرياضي المفضل لديك .

المجموعة الثانية : النشاط الرياضي الداخلي والخارجي متكون من (14) الفقرة تضم كل من النشاط الاول هو " النشاط الرياضي الداخلي " والثاني هو " النشاط الرياضي الخارجي " ومصممة بأستخدام مقياس (ليكرت) الثلاثي ، ويطلب من الطالب تحديد درجة موافقته مع العبارة أوعدم موافقته معها بأستخدام (ليكرت) المكون من ثلاث مستويات متدرجة من (موافق) الى (إلى حدا ما) الى (غير موافق) ، ويعتبر رقم (1) أقل درجة ويقابل (غير موافق) ويمثل مستوى متدني من النشاط الرياضي ، ورقم (2) يقابل (إلى حدا ما) ويمثل مستوى متوسط من النشاط الرياضي ، ورقم (3) أعلى درجة ويقابل (موافق) ويمثل مستوى عاين من النشاط الرياضي .

الجدول رقم (1) أبعاد النشاط الرياضي

ت	الأبعاد	عدد الفقرات	أرقام الفقرات
1	بعد النشاط الداخلي	7	12.11.8.6.3.2.1
2	بعد النشاط الخارجي	7	14.13.10.9.7.5.4
	جميع الفقرات	14	

– ثبات وصدق الاستبيان معاملة (ألفا كرونباخ)

ان المقصود بثبات الاستبيان إعطاء نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه عدة مرات متتالية وبدل الثبات على إتساق النتائج ، بمعنى إذا كرر الباحث القياس وتحصل على نفس النتائج فهذا هو الثبات ويكون معامل الثبات مقبولا إذا كان أكبر من (0.6) وضعيفا إذا كان أقل من ذلك، وعن طريق استخدام حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من الفقرات في الاستبيان عن طريق استخدام معامل (ألفا كرونباخ).

– صدق وثبات بعد النشاط الرياضي الداخلي : صدق الاتساق الداخلي يوضح علاقة كل فقرة بالبعد ، ولقد تم الإعتماد على (معامل بيرسون) لتوضيح هذا الإتساق ، فدللت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم (2) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبعده النشاط الرياضي الداخلي

الفقرة	العبارات	ارتباط الفقرة بالبعد
1	أهتم بحضور درس التربية البدنية .	0.648
2	هل تهتم بالمشاركة في الأنشطة الرياضية الداخلية بالمدرسة.	0.612
3	هل هناك محافظة من قبل المعلمين على حصة التربية البدنية ووقتها .	0.604
4	إعطاء حصة التربية البدنية في وقتها يساهم في خلق أثر إيجابي لدى الطالب نحو النشاط الرياضي الداخلي.	0.748
5	عدم وجود الأجهزة والأدوات والملاعب داخل المدارس يؤثر على إقامة الأنشطة الرياضية المختلفة.	0.689
6	هل توجد حوافز تشجيعية للطلبة المتميزين في الأنشطة الرياضية الفردية أو الجماعية.	0.647
7	هل هناك تعاون بين قسم النشاط وإدارة المدرسة والمعلمين لتنفيذ برامج الأنشطة الرياضية الداخلية.	0.612

جدول رقم (3) ثبات بعد النشاط الرياضي الداخلي

المتغير	الطريقة المتبعة	معامل الثبات
النشاط الرياضي الداخلي	ألفا كرونباخ	635.0

النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية " مرحلة التعليم الثانوي "

– صدق وثبات بعد النشاط الرياضي الخارجي.

صدق الإتساق الداخلي : يوضح علاقة كل فقرة بالبعد ، ولقد تم الاعتماد على (معامل بيرسون) لتوضيح هذا الإتساق، فدلّت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم (4) يوضح صدق الإتساق الداخلي لبعده النشاط الخارجي

الفقرة	العبارات	ارتباط الفقرة بالبعد
8	أفضل المشاركة في الانشطة الرياضية الخارجية مثل المهرجانات والرحلات المدرسية .	0.482
9	هل تقوم المدرسة بإقامة الدوريات والمسابقات بشكل منتظم .	0.736
10	لا توجد إمكانيات مناسبة داخل المدرسة لممارسة النشاط الرياضي الداخلي والخارجي.	0.564
11	هل يولي معلم التربية البدنية اهتماماً بالمادة والأنشطة الرياضية الخارجية .	0.655
12	هل هناك تشجيع ومشاركة من قبل المعلمين الآخرين في الانشطة الرياضية الداخلية والخارجية .	0.259
13	هل هناك دعم من قبل مراقبات التعليم بالمناطق لإقامة المسابقات والبطولات الرياضية سواء كان مادي أو معنوي .	0.369
14	هل تقوم الأسرة بتشجيع أبنائها على حضور المحافل الرياضية والمشاركة فيها سواء كانت داخلية في المدارس أو خارجية مثل الأندية .	0.406

جدول (5) يبين ثبات بعد النشاط الرياضي الخارجي

المتغير	الطريقة المتبعة	معامل الثبات
النشاط الرياضي الخارجي	ألفا كرونباخ	0.712

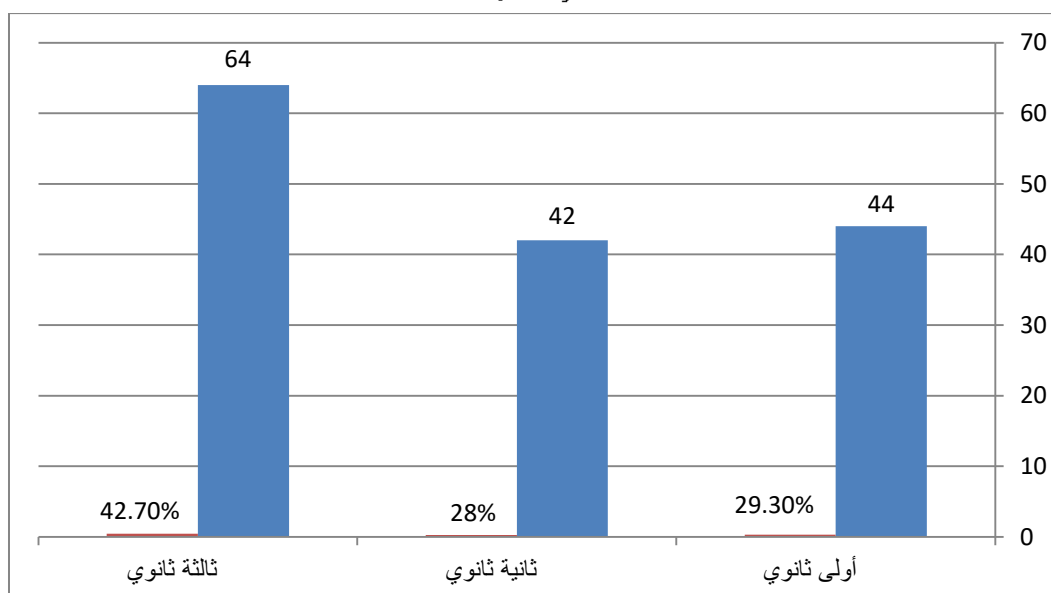
– الوصف الإحصائي لعينة الدراسة وفق الخصائص والسمات الشخصية :

توزيع مفردات عينة الدراسة حسب (الفصول الدراسية)

جدول رقم (6) يبين التوزيع النسبي المئوي لمفردات عينة الدراسة حسب الفصول الدراسية

السنة	التكرار	النسبة المئوية %
أولى ثانوي	44	%29.3
ثانية ثانوي	42	%28
ثالثة ثانوي	64	%42.7
الإجمالي	150	%100

الفصول الدراسية



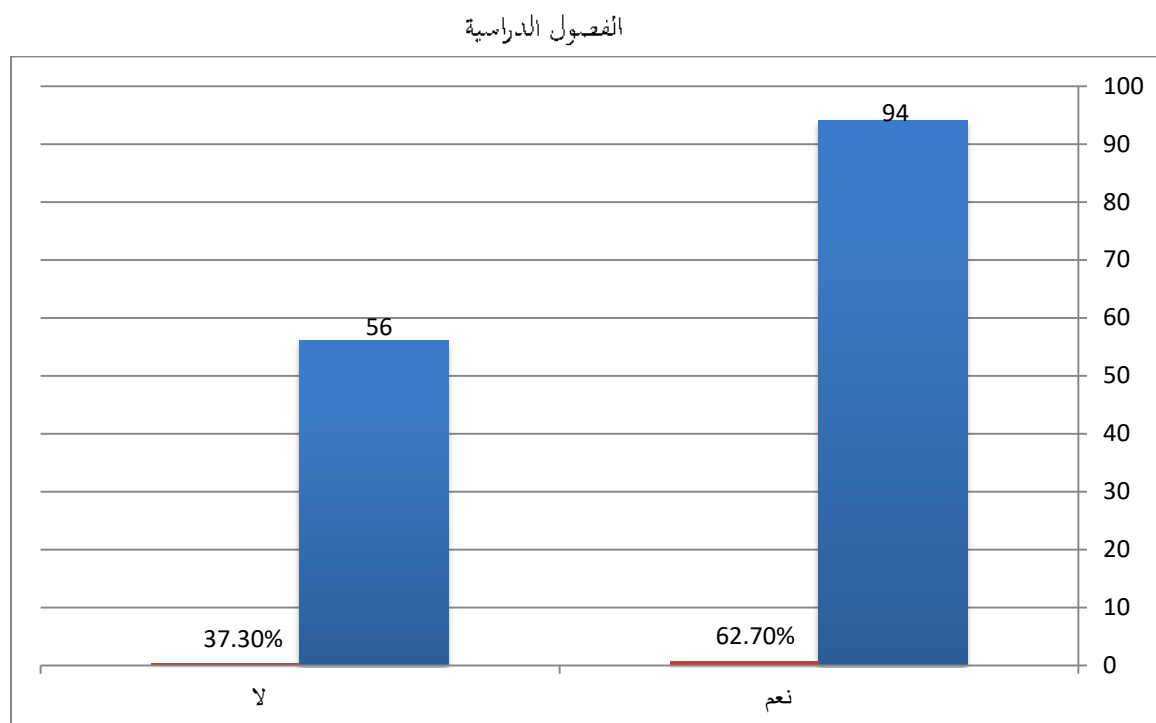
الشكل رقم (1) يبين التمثيل البياني للتوزيع النسبي للمثوي لمفردات عينة الدراسة حسب الفصول الدراسية

من خلال الجدول رقم (6) والشكل رقم (1) نلاحظ إن أكبر نسبة لعينة مجتمع الدراسة هي الطلبة الذين يدرسون في سنة ثالثة ثانوي وبعدها (64) ونسبة مئوية (42.7%) ومن بعد طلبة سنة أولى ثانوي وبعدها (44) ونسبة مئوية (29.3%) وبعد سنة ثانية ثانوي وبعدها (42) ونسبة مئوية (28%) مما سبق يلاحظ أن أكبر عينة هم طلبة سنة ثالثة ثانوي .
توزيع مفردات عينة الدراسة حسب (هل تمارس الرياضة)

جدول رقم (7) يبين التوزيع النسبي للمثوي لمفردات عينة الدراسة حسب هل تمارس الرياضة

السنة	التكرار	النسب المئوية %
نعم	94	62.7%
لا	56	37.3%
الإجمالي	150	100%

النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية " مرحلة التعليم الثانوي "



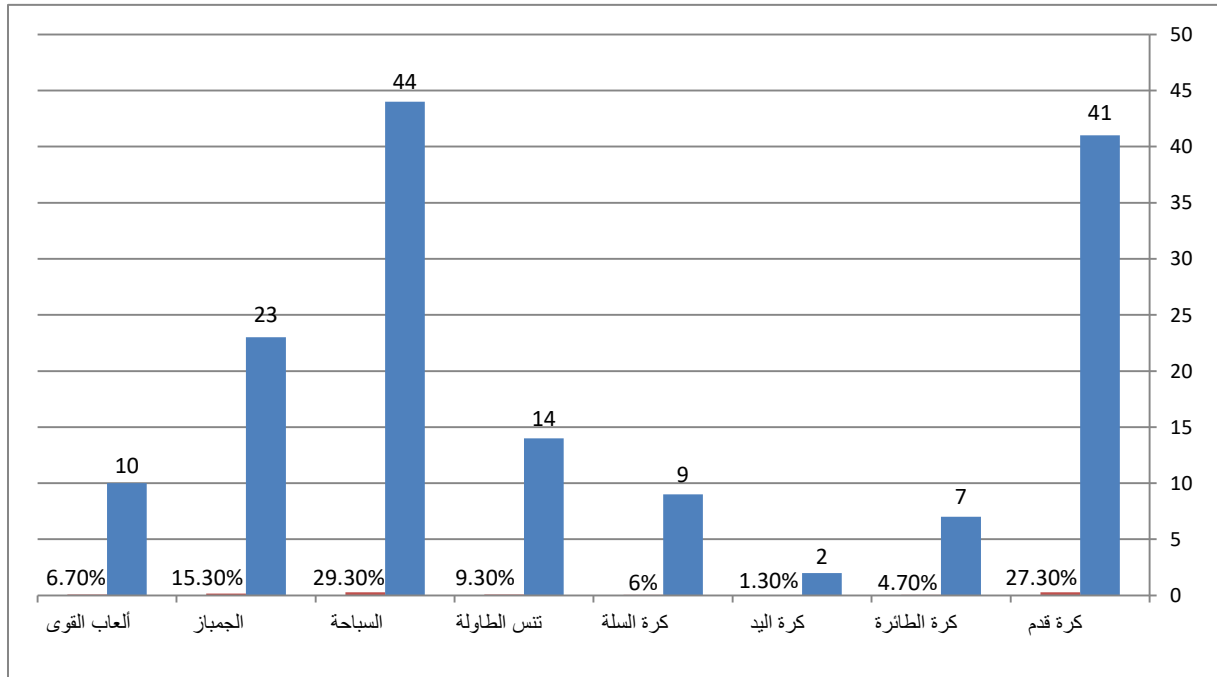
شكل رقم (2) يبين التمثيل البياني للتوزيع النسبي المئوية لمفردات مجتمع الدراسة حسب ممارسون الرياضة .

من خلال الجدول رقم (7) والشكل رقم (2) نلاحظ إن أكبر نسبة لعينة مجتمع الدراسة هي الطلبة الذين لا يمارسون الرياضة بنسبة مئوية (62.7%) مقارنة مع نسبة الطلبة الذين لا يمارسون الرياضة بنسبة (37.3%) .
توزيع مفردات عينة الدراسة حسب نوع النشاط

جدول (8) يبين التوزيع النسبي المئوية لمفردات عينة الدراسة حسب هل تمارس الرياضة

النسبة المئوية %	التكرار	نوع النشاط
27.3%	41	كرة قدم
4.7%	7	كرة الطائرة
1.3%	2	كرة اليد
6%	9	كرة السلة
9.3%	14	تنس الطاولة
29.3%	44	السباحة
15.3%	23	الجهاز
6.7%	10	ألعاب القوى
100%	150	الإجمالي

نوع النشاط



شكل رقم (3) يبين التمثيل البياني للتوزيع النسبي المتوزع لمفردات مجتمع الدراسة حسب نوع النشاط .

من خلال الجدول رقم (8) والشكل رقم (3) نلاحظ أن أعلى نسبة هم من يفضلون السباحة بنسبة (44%) ويأتي في المرتبة الثانية النوع المفضل لديهم هو كرة القدم بنسبة (41%) ويأتي في المرتبة الثالثة النوع المفضل لديهم هو الجمباز بنسبة (23%) ويأتي في المرتبة الرابعة النوع المفضل لديهم هو تنس طاولة بنسبة (14%) ويأتي في المرتبة الخامسة النوع المفضل لديهم هو ألعاب القوى بنسبة (10%) ويأتي في المرتبة السادسة النوع المفضل لديهم هو كرة السلة بنسبة (9%) ، ويأتي في المرتبة السابعة النوع المفضل لديهم هي كرة الطائرة بنسبة (7%) ، وأخيراً كرة اليد بنسبة (2%) ، وبصفة عامة نجد تنوع لدى الطلبة من حيث نوع النشاط المفضل لديهم .

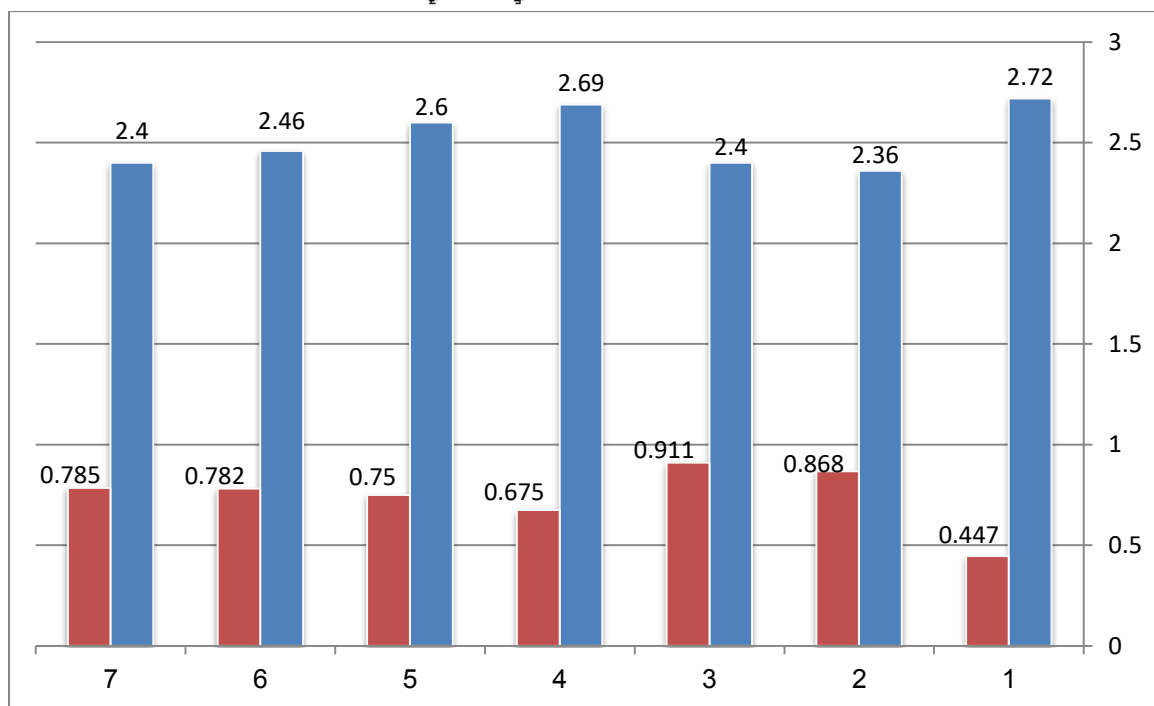
الوصف الإحصائي لمخاور الدراسة وفق إجابات المبحوثين :

– محور النشاط الرياضي الداخلي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية (مرحلة التعليم الثانوي) .

الجدول رقم (9) يبين التوزيع التكراري والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعبارة

ت	عبارات المحور الأول	النسبة المئوية (%)			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاتجاه العام
		موافق	الى حد ما	غير موافق			
		العدد	العدد	العدد			
		%	%	%			
1	أهتم بحضور درس التربية البدنية	109	41	0	2.72	0.447	موافق
		%72.7	%27.3	%0			
2	هل نتم بالمشاركة في الانشط الداخلية بالمدرسة	87	23	40	2.36	0.868	موافق
		%58	%15.3	%26.7			
3	هل هناك محافظة من قبل المعلمين على حصة التربية البدنية ووقتها	92	12	46	2.40	0.911	موافق
		%61.3	%8	%30.7			
4	إعطاء حصة التربية البدنية في وقتها يساهم في خلق أثر إيجابي لدى نحو النشاط الرياضي الداخلي	122	10	24	2.69	0.675	موافق
		%81.3	%6.7	%12			
5	عدم وجود الأدوات والأجهزة والملاعب داخل المدارس يؤثر على إقامة الأنشطة الرياضية المختلفة	114	12	24	2.60	0.750	موافق
		%76	%8	%16			
6	هل توجد حوافز تشجيعية أوجوائز للطلبة المتميزين في الأنشطة الرياضية الفردية أو الجماعية	97	26	27	2.46	0.782	موافق
		%64.7	%17.3	%18			
7	هل هناك تنسيق وتعاون بين قسم النشاط وإدارة المدرسة والمعلمين لتنفيذ برامج الأنشطة الرياضية الداخلية	88	34	28	2.40	%0.785	موافق
		%58.7	%22.7	%18.7			
		المتوسط العام			2.50	0.680	موافق

النشاط الرياضي الداخلي



شكل رقم (4) متعلق بالنشاط الرياضي الداخلي

من خلال الجدول رقم (9) والشكل رقم (4) تبين إن كل الإجابات تتركز في مستوى (الموافق) ، أي إن متوسط جميع الفقرات تقع ضمن الفقرة الأولى من مقياس ليكرت الثلاثي (3.2.34) وانحراف معياري لهذه الفقرات يدل على وجود توزع في إجابات أفراد عينة الدراسة ، نلاحظ أن الإجابات على العبارات كانت نسبتها بالتوافق كبيرة جدا .

أما الفقرة الأولى والتي تنص أنهم بحضور درس التربية البدنية كانت نسبة التوافق 72.7% على هذه العبارة وغير موافق كانت النسبة 0% .

أما الفقرة الثانية والتي تنص هل تهتم بالمشاركة في الأنشطة الرياضية الداخلية بالمدرسة كانت نسبة التوافق 58% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 26.7% .

أما الفقرة الثالثة والتي تنص هل هناك محافظة من قبل المعلمين على حصة التربية البدنية ووقتها كاتن نسب التوافق 61.3% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 30.7% .

أما الفقرة الرابعة والتي تنص إعطاء حصة التربية البدنية في وقتها تساهم في خلق أثر إيجابي لدى الطالب نحو النشاط الرياضي الداخلي كانت نسبة التوافق 81.3% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 12% .

أما الفقرة الخامسة والتي تنص عدم وجود الادوات والأجهزة والملاعب داخل المدارس يؤثر على إقامة الأنشطة الرياضية المختلفة كانت نسب التوافق 76% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 16% .

النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية " مرحلة التعليم الثانوي "

الفقرة السادسة والتي تنص هل توجد حوافز تشجيعية أو جوائز للطلبة المتميزين في الأنشطة الرياضية الفردية أو الجماعية كانت نسبة التوافق 64.7% على هذه العبارة، وغير موافق كانت النسبة 18% .

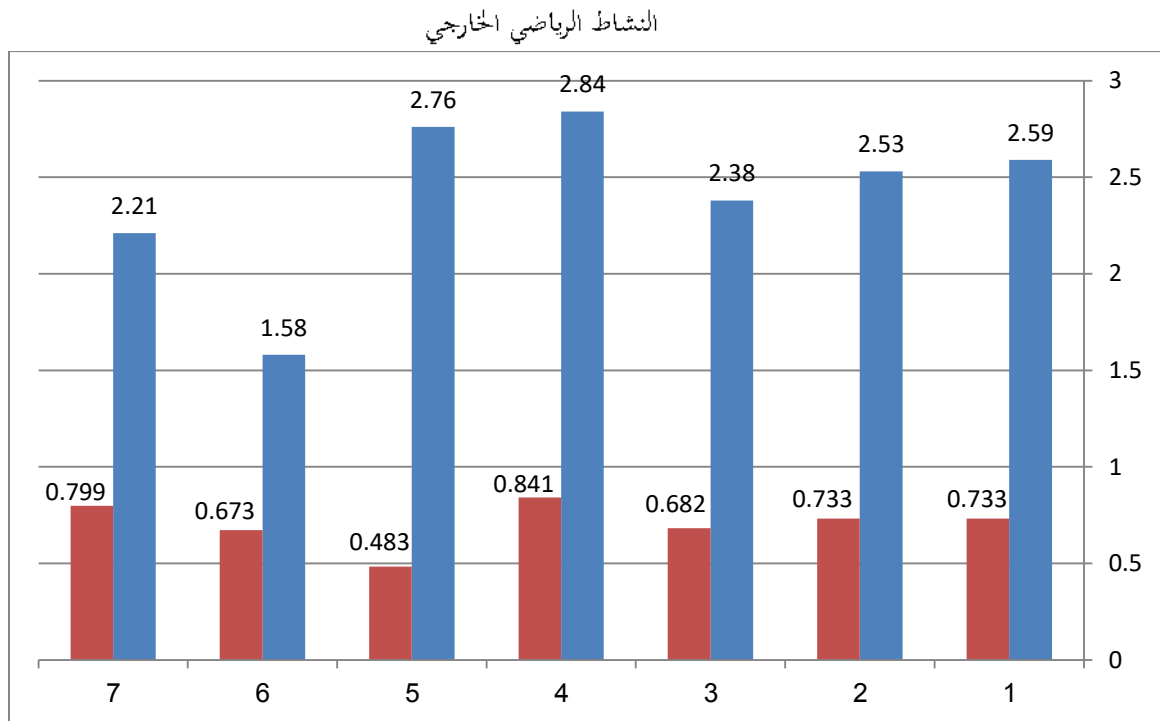
الفقرة السابعة والتي تنص هل هناك تنسيق وتعاون بين قسم النشاط وإدارة المدرسة والمعلمين لتنفيذ برامج الأنشطة الداخلية كانت نسبة التوافق 58% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 18.7% .

وبصفة عامة كانت إجابات محور النشاط الرياضي الداخلي إيجابية ينسب كبيرة .

— محور النشاط الرياضي الخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية (مرحلة التعليم الثانوي) .

الجدول رقم (10) يبين التوزيع التكراري والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعبارة .

ت	عبارات المحور الثاني	النسبة المئوية (%)			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاتجاه العام
		موافق	إلى حد ما	غير موافق			
		العدد	العدد	العدد			
		%	%	%			
1	أفضل المشاركة في الأنشطة الرياضية الخارجية مثل المهرجانات والرحلات المدرسية	111	17	22	2.59	0.733	موافق
		74%	11.3%	14.7%			
2	هل تقوم المدرسة بإقامة الدورات والمسابقات بشكل منتظم	96	38	16	2.53	0.733	موافق
		64%	38%	16%			
3	لا توجد إمكانيات مناسبة داخل المدرسة لممارسة النشاط الرياضي الداخلي والخارجي	93	22	35	2.38	0.682	موافق
		62%	14.7%	23.3%			
4	هل يولي معلم التربية البدنية اهتماما بالملادة والأنشطة الرياضية الخارجية	133	11	6	2.84	0.841	موافق
		88.7%	7.3%	4%			
5	هل هناك تشجيع ومشاركة من قبل المعلمين الآخرين في الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية	119	27	4	2.76	0.483	موافق
		79.3%	18%	2.7%			
6	هل هناك دعم من قبل مراقبات التعليم بالمناطق لإقامة المسابقات والبطولات الرياضية سواء كان مادي أو معنوي.	12	63	75	1.58	0.637	غير موافق
		8%	42%	50%			
7	هل تقوم الأسرة بتشجيع أبنائها على حضور المحافل الرياضية والمشاركة فيها داخلية في المدارس أو خارجية مثل الأندية	67	48	35	2.21	0.799	إلى حد ما
		44.7%	32%	23.3%			



شكل رقم (5) متعلق بالنشاط الرياضي الخارجي

من خلال الجدول رقم (10) والشكل رقم (5) تبين إن كل الإجابات تتركز في مستوى (الموافق)، أي أن متوسط جميع الفقرات تقع ضمن الفقرة الأولى من مقياس ليكرت الثلاثي (3.2.34) وانحراف المعياري لهذه الفقرات يدل على وجود توزيع في أفراد عينة الدراسة، نلاحظ أن الإجابات على العبارات كانت نسبتها بالتوافق كبيرة جداً.

الفقرة الأولى والتي تنص أفضل المشاركة في الأنشطة الرياضية الخارجية مثل المهرجانات والرحلات المدرسية كانت نسبة التوافق 74 % على هذه العبارة، وغير موافق كانت النسبة 14.7 %.

أما الفقرة الثانية والتي تنص هل تقوم المدرسة بإقامة الدورات والمناسبات بشكل منتظم كانت نسبة التوافق 64 % على هذه العبارة وغير موافق كانت النسبة 16 %.

أما الفقرة الثالثة والتي تنص لا توجد إمكانيات مناسبة داخل المدرسة لممارسة النشاط الرياضي الداخلي والخارجي كانت نسبة التوافق 62 % على هذه العبارة، وغير موافق كانت النسبة 23.3 %.

الفقرة الرابعة التي تنص هل يولي معلم التربية البدنية اهتمام بالمادة والأنشطة الرياضية الخارجية كانت نسبة التوافق 88.7 % على هذه العبارة، وغير موافق كانت النسبة 4 %.

أما الفقرة الخامسة التي تنص هل هناك تشجيع ومشالكة من قبل المعلمين الآخرين في الأنشطة الرياضية الداخلية أو الخارجية كانت نسبة التوافق 79 % على هذه العبارة، وغير موافق كانت النسبة 2.7 %.

النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية " مرحلة التعليم الثانوي "

الفقرة السادسة تنص هل هناك دعم من قبل مراقبات التعليم بالمناطق لإقامة المسابقات والبطولات الرياضية سواء كان مادي أو معنوي كانت نسبة التوافق 8 % على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 50 % .

أما الفقرة السابعة والتي تنص هل تقوم الأسرة بتشجيع أبنائها على حضور المحافل الرياضية والمشاركة فيها سواء كانت داخلية في المدارس أو خارجية مثل الأندية كانت نسبة التوافق 44.7 % على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 23.3 % .

وبصفه عامة كانت إجابات محور النشاط الرياضي الخارجي إيجابية ونسبة متوسطة .

مناقشة نتائج الفرضيات الفرعية للدراسة . مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

(ما هو الأثر الإيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية)

الجدول رقم (11) يبين الأثر الإيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة

اختبار (Independent Samples Test)

المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t	درجات الحرية	مستوى الدلالة	القرار	المجال
إتجاهات الطلاب نحو الممارسة	1.06	0.086	12.426	149	0.000	معنوية	النشاط الرياضي الداخلي والخارجي

نلاحظ من الجدول (11) أن قيمة مؤشر الإختبار المحسوبة (ت=12.426) ودرجات الحرية (149)، عند مستوى (0.000) أصغر من (0.05) وهذا يعني قبول الفرضية القائلة يوجد أثر إيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) .

مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

(ماهو الأثر السلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية)

الجدول رقم (12) يبين الأثر السلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة

اختبار (Independent Samples Test)

المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t	درجات الحرية	مستوى الدلالة	القرار	المجال
إتجاهات الطلاب نحو الممارسة	1.12	1.20	11.345	149	0.000	معنوية	النشاط الرياضي الداخلي والخارجي

نلاحظ من الجدول رقم (12) : أن قيمة مؤشر الاختبار المسوية ($t = 11.345$) ودرجات الحرية (149)، عند مستوى (0.000) أصغر من (0.05) ، وهذا يعني قبول الفرضية القائلة بوجود أثر سلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) .

مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

(هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي)

الجدول رقم (13) يبين الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسط درجات التشجيع الأسري تبعاً لإفراد عينة الدراسة .

اختبار (Independent Samples Test)

المجال	المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
النشاط الرياضي الداخلي والخارجي	الممارسون	2.89	0.098	24.36	148	0.000	معنوية
	غير الممارسون	1.73	0.442				

نلاحظ من الجدول رقم (13) : أن قيمة مؤشر الإختبار المحسوبة ($t = 24.36$) ودرجات الحرية (148) ، عند مستوى (0.000) أصغر من (0.05) ، وهذا يعني قبول الفرضية القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي عند مستوى الدلالة (0.05) .

. النتائج :

1. من خلال الدراسة أوضحت أنه الفرضية القائلة بوجود أثر إيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) ، جدول رقم (11) بنسبة 35.3 %
- 2 الفرضية القائلة بوجود أثر سلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) ، جدول رقم (12) بنسبة 37.3 % .
- 3 اتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي عند مستوى الدلالة (0.05) ، جدول رقم (13) بنسبة 96.3 % .

. التوصيات :

1. الاهتمام باتجاهات الطالب نحو ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ وزيادة الحث على الممارسة من خلال تحديد فوائد الرياضة من جميع النواحي .
2. نشر الوعي في الوسط الاجتماعي ودفع أبنائهم للممارسة الرياضية .
3. تشجيع الطلبة على ممارسة الرياضة حسب اتجاهاتهم نحو النشاط المفضل لديهم ولكل طالب .

4. مراعاة الفروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي عند وضع المناهج وممارسة النشطة الرياضية المختلفة للنهوض بمستوى غير الممارسين .

المراجع :

1. أحمد زكي خطابية : الأسس النفسية للتعليم الثانوي ، دار النهضة القاهرة 1997 م .
- 2 إسماعيل الهادي حصن : دوافع ممارسة النشاط الرياضي لدى طلاب مرحلة التعليم المتوسط ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس 2008 م .
- 3 خير الدين علي عويس وعصام الهلالي : الإجتماع الرياضي ، الطبعة الأولى دار الفكر العربي القاهرة 2005 م
4. زهير أحمد كامل : مدخل علم النفس ، دار الشروق للطباعة والتوزيع عمان 2002 م .
- 5علي بشير الفاندي : المرشد الرياضي التربوي ، المنشأ العامة للنشر طرابلس 1983 م .
6. علي يحي المنصوري ومحمد فصالي : الإتحافات للثقافة الرياضية ، الطبعة الاولى القاهرة 1973م.
7. محمد أحمد سلامة : علم النفس الإجتماعي أوصول النظرية ، مكتبة الأنجلو القاهرة 1982 م .

أثر الممارسة الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة طرابلس

أ. منير محمد صالح شلوف

مقدمة البحث :

لقد حظي موضوع التوافق الاجتماعي بالاهتمام الكبير من قبل المتخصصين في علوم المجتمعات الإنسانية، وذلك لما له من تأثيرات بالغة الأهمية على النسيج الاجتماعي لتلك المجتمعات. إن التوافق الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي والعمل خير الجماعة، والسعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية (88:1) . وقد أشارت نبيه أحمد محمود (1999) : إلى الجامعة على أنها " إحدى الهيئات النافذة التي وقع على عاتقها رعاية الشباب ومساعدتهم على الارتقاء بأفكاره واتجاهاته وقدراته بما يتماشى مع فلسفة مجتمعهم بهدف التنمية المتزنة للشخصية وما يؤثر إيجابياً على نمو وازدهار وتقدم المجتمع، ولقد أصبح من أهم الأهداف التي تعمل الجامعات على تحقيقها هو إعداد الطلاب مهنيًا وتربويًا من خلال تعديل سلوكهم وإكسابهم الخبرات والمهارات التي تساعد على مواجهة المواقف التي يتعرضون لها في الحياة العامة (4:12) . وإن ممارسة النشاط الرياضي تعتبر من العوامل الهامة التي تسهم في تشكيل شخصية الفرد وتربيته تربية شاملة ومتزنة، وبهذا الصدد يذكر محمد الشحات (2008) " إن النشاط الرياضي ليس مقصوراً على الناحية البدنية فقط، بل يصاحبه قدر من التفكير واكتساب معارف مختلفة تتعلق بطبيعة النشاط، كتاريخ اللعبة التي يمارسها وفوائدها، كما تنتج الأنشطة الرياضية فرصاً عديدة لتكون الخلق الاجتماعي، إذا تمي في الفرد صفة العمل الصالح واحترام أقرانه والتعاون مع الغير والابتكار والثقة بالنفس وغيرها من الصفات الخلفية والاجتماعية (12:357) .

مشكلة البحث :

وحيث إن المرحلة الجامعية من المراحل الهامة في حياة الطالب لما يحدث فيها من متغيرات بيولوجية واجتماعية وكونها تمثل المرحلة التي يطلق عليها بفترة المراهقة المتأخرة، والتي من خلالها تتمدد الملامح الأساسية لشخصيته، إن الجامعات العصرية لم يعد دورها مقتصرًا على التعليم والبحث العلمي فحسب بل عليها أن تهتم بالجوانب الخلقية والبدنية والاجتماعية أيضاً والنشاط الرياضي بإمكانه تحقيق ذلك فهو يعمل على تربية الفرد تربية شاملة ومتزنة . وتكمن مشكلة الدراسة في أن الدارس ومن خلال عمله في الوسط الجامعي وفي مجال الإشراف الرياضي لاحظ بأن سلوكيات الطلبة الذين يمارسون النشاط الرياضي، هي أكثر إيجابية من الطلبة الذين لا يمارسون النشاط الرياضي حيث يمتازون بالعديد من الصفات منها العلاقات الاجتماعية الجيدة وكذلك هم أكثر تعاوناً وتفاعلاً مع الآخرين كما أنهم أكثر تفاؤلاً بالمستقبل مما أثار انتباه الدارس وخصوصاً عندما وجد ندرة في الدراسات التي تناولت هذا الموضوع على المستوى الجامعي في ليبيا، مما جعله يعمل على تحديد موضوع دراسته لتكون بعنوان: (أثر الممارسة الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة طرابلس) .

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث في أنها تتناول موضوعاً يمثل ركناً أساسياً في بناء المجتمع وتماسكه، وهو التوافق الاجتماعي، كما إنها تحاول إلقاء الضوء على أهمية النشاط الرياضي ودوره في تحقيق ذلك التوافق لدى طلبة جامعة طرابلس وهي من خلالها لطفاء أفراد المجتمع .

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على الآتي :

- 1- التوافق الاجتماعي لدى الطلاب الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي.
- 2- درجة الفروق في مستوى التوافق الاجتماعي بين طلاب الكليات العلمية والإنسانية من الممارسين للنشاط الرياضي
- 3- درجة الفروق في مستوى التوافق الاجتماعي بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي بموجب متغير (عدد سنوات الممارسة الرياضية) .

فروض البحث :

- 1- وجد فروق دالة احصائياً في مستوى التوافق الاجتماعي بين الطلاب الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي ولصالح الممارسين .
- 2- توجد فروق دالة احصائياً في مستوى التوافق الاجتماعي بين طلاب الكليات العلمية والإنسانية من الممارسين للنشاط الرياضي .
- 3- توجد فروق دالة احصائياً في مستوى التوافق الاجتماعي بين طلاب الممارسين للنشاط الرياضي وبموجب (عدد سنوات الممارسة الرياضية) .

مصطلحات المستخدمة في البحث :

1. التوافق Adjustment

" عملية موائمة بيئة الفرد بما له من حاجات ومطالب وبين البيئة والطبيعة الاجتماعية والتغير والتعديل، حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته" (8:14)

2. التوافق الاجتماعي : Social Adjustment

هو التكيف مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الكائن الحي، والشخص المتوافق اجتماعياً هو الذي يستطيع أن يشكل اتجاهاته وسلوكه لمواجهة المواقف الجديدة" (5:16)

3. النشاط الرياضي : Physical Activity

" أحد الأنشطة البشرية الهامة التي تهدف إلى تربية الفرد تربية شاملة متزنة" (6:17)

4. الممارسون للنشاط الرياضي : The Practitioners physical activity

" هم الذين يؤدون أي نوع من أنواع النشاط الرياضي (فردى، جماعى) والمنظمين على التدريب سواء كان ذلك داخل الكلية أو خارجها (تعريف إجرائى) .

5. غير الممارسين للنشاط الرياضي : No practitioners physical activity

" هم الذين لا يؤدون أي نوع من أنواع النشاط الرياضي (فردى، جماعى) داخل الكلية أو خارجها . (تعريف إجرائى)

2.2 . الدراسات المرتبطة :

1- دراسة عبدالحكيم تنتوش (2005) (2)

عنوان الدراسة " أثر بعض المشكلات الاجتماعية على التوافق الاجتماعي لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية جفارة " . هدفت الدراسة التعرف على المشكلات الاجتماعية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية بمدينة الجفارة ، وكذلك الى العلاقة بين هذه المشكلات والتوافق الاجتماعي لديهم وقد استخدم الدارس المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واشتملت عينة الدراسة على (220) مدرسا ومدرسة منهم (80) مدرسا و (140) مدرسة من التعليم الأساسي والمتوسط ...

2- دراسة إبراهيم على إبراهيم (2009) (1)

عنوان الدراسة "أثر الممارسة الرياضية على مستوى التوافق الاجتماعي لدى طلاب جامعة قاريونس كلية الاداب والعلوم / المرح . واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملامته طبيعة الدراسة . وقد اشتملت عينة الدراسة على (200) طالب شكلت ما نسبته 20% من مجتمع الدراسة.

3- دراسة نصرالدين كرسخ (2014) (3)

عنوان الدراسة "تقوم واقع النشاط الرياضي الجامعي بليبيا" وقد هدفت الدراسة التعرف على الواقع الحالي للنشاط الرياضي الجامعي بليبيا (جامعة طرابلس) وتقوم هذا الواقع . وقد استخدم الدارس المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، واشتملت عينة الدراسة على (300) طالب وطالبة بالإضافة الى منسقي الكليات التابعة للجامعة وعددهم (19) فردا وكذلك مسؤولين عن الاشراف الرياضي بالجامعة وعددهم (10) فردا

4- دراسة دوبيس بايول ، dupois paul (1986) (9)

عنوانها : "تأثير المشاركة الرياضية على تقبل القيم الرياضية للناشئين " وقد هدفت الدراسة الى توضيح الاختلافات في القيم والاتجاهات والسلوك الملاحظ بين الرياضيين وغير الرياضيين . وأستخدم الدارس المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وتكونت عينة الدراسة من (108) رياضا مشاركا في لعبة كرة القدم وبنفس العدد المجموعة أخرى من غير الرياضيين .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الدارس المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع البحث :

تكون مجتمع الدراسة من طلاب جامعة طرابلس من بعض الكليات العلمية والإنسانية .

عينة البحث :

وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من الكليات : (إنسانية وعلمية) وذلك حسب ما هو مبين في الجدول رقم (1)

جدول رقم (1)

توصيف للمجتمع وعينة الدراسة

النسبة المئوية	العينة	المجموع	عدد الطلبة غير الممارسين	عدد الطلبة الممارسين	الكلية والأقسام
83.33%	25	30	19	11	كلية الآداب قسم اللغة العربية
60.00%	30	50	29	21	كلية الصيدلة (صيدلة عام)
64.44%	29	45	32	13	كلية الهندسة (العمارة)
15.5%	97	190	130	60	كلية الاقتصاد والعلوم السياسية (التخطيط)
57.46%	181	315	210	105	المجموع

أدوات البحث :

تكونت أداة البحث من استمارة استبيان تضمنت عدة محاور لمعرفة أثر الممارسة الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة طرابلس من وجهة نظر عينة الدراسة، وقد تضمنت استمارة الاستبيان على (64) عبارة تتضمن الفقرات الخاصة للتعرف على أثر الممارسة الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة طرابلس، حيث توصل إلى مجموعة من العبارات تم تنظيمها بالشكل التالي:

الجزء الأول : البيانات الأولية لعينة الدراسة تضمن على (8) عبارات

الجزء الثاني : تضمن على أربعة محاور لتحقيق أهداف الدراسة .

المحور الأول : محور دور التنشئة الأسرية ضمن على (14) عبارات .

المحور الثاني : محور الدور الاجتماعي تضمنت على (12) عبارات

المحور الثالث : محور دور العلاقات الاجتماعية تضمنت على (10) عبارات.

المحور الرابع : محور دور الثقافة الاجتماعية تضمنت على (10) عبارات

الدراسة الأساسية :

تم إجراء الدراسة الأساسية للفترة من 2022 / 7 / 28 وليغاية 2022 / 9 / 13

على أفراد عينة الدراسة بنفس الشروط والظروف لكافة أفراد العينة ،

الأساليب الإحصائية :

قام الباحث باستخدام اختبار " ت " بين عيتين مترابطتين لإيجاد الفروق بين

جدول (13)

يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ت" لإجابات المبحوثين في مستوى التوافق الاجتماعي للطلاب الممارسين بين الكليات العلمية والكليات الإنسانية

ت	التوافق الاجتماعي	الكليات الإنسانية		الكليات العلمية		الفرق	قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري			
1	محور الدور الاجتماعي	2.428	0.276	2.424	0.245	0.004	0.079	0.937
2	محور العلاقات الاجتماعية	2.194	0.324	2.178	0.275	0.016	0.255	0.799
3	محور التنشئة الأسرية	2.036	0.264	2.032	0.246	0.005	0.084	0.933
4	محور الثقافة الاجتماعية	1.934	0.485	2.067	0.534	0.132	1.275	0.205
5	التوافق الاجتماعي	2.148	0.254	2.175	0.243	0.027	0.519	0.605

يبين الجدول نتائج التحليل الميداني لمستوى التوافق الاجتماعي للطلاب الممارسين بين الكليات العلمية والكليات الإنسانية ، وقد رتب تنازلياً بحسب قيم متوسطاتها الحسابية ، ويتضح من خلال التحليل ان محور العلاقات الاجتماعية وفي المرتبة الثالثة محور التنشئة الاسرية ، وجاءت المرتبة الرابعة محور الثقافة الاجتماعية ،

وقد تم استخدام اختبار " ت " لتحليل معنوية الفروق بين المتوسطي العينتين (متوسط اراء العينة بحسب مستوى التوافق الاجتماعي للطلاب الممارسين بين الكليات العلمية والكليات الإنسانية) ، وقد اشارت نتائج الدراسة الميدانية الى :
عدم وجود فروق معنوية بين متوسط اراء العينة للطلاب الممارسين بين الكليات العلمية والكليات الإنسانية ، عليه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق الاجتماعي بين طلاب الكليات العلمية والإنسانية من الممارسين للنشاط الرياضي .

الاستنتاجات :

في ضوء الأهداف والنتائج المتحصل عليها من خلال إجراءات الدراسة، فإن الدراسة قد توصلت إلى الاستنتاجات التالية :
أولاً : إن إجابات أفراد العينة من الممارسين والغير الممارسين للنشاط الرياضي قد بينت وجود مستوى يصل إلى الجيد في التوافق الاجتماعي وهي تختلف من محور إلى آخر وكالاتي :
محور الثقافة الاجتماعية (62.63%)
محور التنشئة الأسرية (67.85%)
محور العلاقات الاجتماعية (70.13%)
محور الدور الاجتماعي (77.75%) .

ثانياً : تميز الممارسين عن غير الممارسين للنشاط الرياضي في مستوى التوافق الاجتماعي .
ثالثاً : عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين للنشاط الرياضي بموجب متغير التخصص (الكليات العلمية والإنسانية) .
رابعاً : عدم وجود فروق دالة احصائية بين الممارسين للنشاط الرياضي وبموجب متغير (عدد سنوات الممارسة الرياضية) .
خامساً : بينت النتائج أن نسبة الغير الممارسين لـ للنشاط الرياضي تكاد تصل إلى النصف وهذا العدد كبير جداً خصوصاً إذا ما علمنا بأن أفراد العينة هم من الذكور وأنهم في مرحلة الشباب (المرحلة الجامعية) .

التوصيات :

من خلال الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة بأن الدراس يوصي بالآتي :

أولاً : زيادة الاهتمام بالممارسة الرياضية لما لها تأثيرات إيجابية على مستوى التوافق الاجتماعي .

ثانياً : على المؤسسات التربوية والأكاديمية زيادة الوعي الثقافي للتلاميذ والطلبة لما له من تأثيرات إيجابية على تحسين مستوى التوافق الاجتماعي .

ثالثاً : قيام وسائل الإعلام (المقروءة والمسموعة المرئية) بدورها في توعية الأسرة باتجاه ممارسة أبنائها للرياضة لما له من تأثيرات إيجابية على تحسين مستوى التوافق الاجتماعي .

رابعاً : ضرورة وضع نظام حوافز يتضمن على حوافز مادية ومعنوية للطلاب والكليات التي تشارك بفاعلية في النشاطات والمسابقات الرياضية التي تقام من قبل إدارة النشاط الرياضي للجامعة .

خامساً : توفير البيئة والمستلزمات المناسبة والضرورية لكي تمارس الفئات الجامعية حقها في مزاولة النشاط الرياضي مع التأكيد على تقديم كل أشكال الدعم للموهوبات منهن .

سادساً : يوصي الدارس زملائه الدراسين بتناول متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة (متغير الجنس) وكذلك (مراحل عمرية) أخرى وكذلك في مناطق مختلفة في ليبيا.

المراجع

أولاً _ المراجع العربية :

إبراهيم علي إبراهيم(2009) :	أثر الممارسة الرياضية على مستوى التوافق الاجتماعي لدى طلاب جامعة قارونس ،كلية الآداب والعلوم المرج
عبد الحكيم تنتوش (2005) :	أثر بعض المشكلات الاجتماعية على التوافق الاجتماعي لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية الحفارة ، رسالة ماجستير منشورة . كلية التربية البدنية جامعة طرابلس .
نصر الدين كرسخ (2014) :	تقوم واقع النشاط الرياضي الجامعي بليبيا" وقد هدفت الدراسة التعرف على الواقع الحالي للنشاط الرياضي الجامعي بليبيا (جامعة طرابلس)
نبيلة أحمد محمود (1992) :	دراسة العلاقة بين المستوى الثقافي والتوافق النفسي لممارسة بعض الأنشطة الطلابية بالمرحلة الجامعية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الإسكندرية .
مصطفى فهمي (1979) :	التوافق الشخصي والاجتماعي ، مكتب الخانجي ، القاهرة
محمد حسن علاوي (1983) :	سيكولوجية التدريب والمنافسات ، دار المعارف ، القاهرة .
محمد محمد الشحات (2007):	نحو مفهوم جديد لتدريس التربية الرياضية ، دار العالم والإيمان للنشر ، القاهرة .
كافيل والتر وآخرون (1968):	علم النفس ، ترجمة محمود الريادي ، دار النهضة العربية ، القاهرة .
ثانياً _ المراجع باللغة الإنجليزية :	
9-	Dubois Paul (1986) :
The effect of participation in sport on the value orientation of young , Athletesjournal of sport souology.	

تأثير اللعب كنشاط حركي موجه على تنمية بعض المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية - الحس - حركية لتلاميذ الصف الأول الابتدائي

أ. نوري علي محمد المزروغي

مقدمة البحث :

التربية عملية متكاملة واسعة النطاق، متعددة المقاصد، تشمل جميع المجالات والأنشطة التي تهتم بالتنشئة المتكاملة للفرد، وقد أجمع معظم خبراء وعلماء التربية البدنية وعلم النفس أن الطفل يبدأ في اكتساب المهارات الحركية الأساسية منذ سنوات عمره الأولى حتى سن 12 سنة، كما أن هناك اتفاقاً تاماً على أن تلك المهارات الطبيعية الأساسية تعتبر أساساً لكثير من المهارات والأنشطة المختلفة. ويعد الإدراك الحس - حركي أحد متطلبات مجالات الحياة، وذلك لأهميته لجميع الحركات، وأن الإحساس الحركي يعني القدرة على الإدراك بوضع الجسم وأعضائه في الفراغ بدرجة كبيرة تمكننا من معرفة مسببات الحركة بدون استخدام الحواس، وأن دراسة الحس حركي أخذت اهتمام الكثير من الباحثين في مجال التعلم الحركي .

تذكر هالة الباروني (2012) نقلاً عن محمد حسن علاوي- محمد نصر (1994) أن القدرات الإدراكية الحس - حركية ترتبط بعناصر الإدراك العقلي من ناحية وبين الجوانب الحركية من ناحية أخرى" ويصل هذا الارتباط لدرجة أن العديد من العلماء يعتبرون أن القدرات الإدراكية الحس . (1: 22)

كما يذكر يحي عطا الله (1996) " أن القدرات الحس - حركية تؤهل التلميذ لأداء أي مهارة حركية بدقة وكفاءة عالية " . (3: 22)

وتشير هيمن عبد العزيز (2004) نقلاً عن بوت BOTT وديفنز DAVIES وتامبروني Tmburine " أن للحركات الأساسية والقدرات الإدراكية الحس - حركية اعتباراً مهماً خصوصية في مجال التعلم الحركي، أي أن كل حركة يقوم بها الإنسان ما هي إلا تعبير عن نفسه وأهدافه وطموحاته، فهي انعكاس للعوامل الداخلية للفرد (4: 2)

ويرى الباحث أن المجتمع الليبي مجتة معاً نامياً يحتاج لمثل هذه الدراسات التي تهتم بالمهارات الحركية الأساسية للطفل الذي يمثل البنية الأساسية للمجتمع، حيث إن القواعد الأساسية للشخصية توضع في السنوات الأولى من حياة الطفل والذي يطلق عليها البعض بالسنوات التكوينية لشخصية الطفل .

مشكلة البحث :

يؤكد علماء الاجتماع على أن الإعداد الثقافي والاجتماعي للطفل بحث من خلال اللعب، فمنه يتعلم الطفل الكثير عن نفسه وعن العالم المحيط به، ويستطيع الطفل من خلال اشتراكه في اللعب أن يعبر عن نفسه مما يساعده على اكتشاف ذاته وتماثل شخصيته خاصة إذا تم تحفيزه وتشجيعه على الإنجاز الناجح كما يكسب اللعب الأطفال العديد من المشاعر والعواطف التي لا يمكن التعبير عنها بالكلمات.

وعن أهمية اللعب والبرامج الحركية يوصى العديد من الخبراء والمتخصصين في مجالي علوم التربية وعلم الاجتماع ضرورة أن تعمل النظم المدرسية بما تحتويه من برامج ومناهج وطرق تدريس وسياسات تعليمية إلى تنمية إمكانيات الطفل، ولا يأتي ذلك إلا باكتشافه في

وقت مبكر من حياته مع وضع البرامج المتنوعة والمتوازنة والملائمة لأعمارهم السنية، والتي تساعد على نموهم السليم واكتشاف قدراتهم ومهاراتهم والعمل على تنميتها مع إتاحة حرية الحركة لهم، لذلك يجب أن تؤخذ في الاعتبار عند إعداد برامج للأطفال أن يعتمد على الممارسات العملية من خلال الإدراك الحسي والمشاهد والملاحظة والتجريب، فالطفل في مرحلة الطفولة يتعلم عن طريق النشاط، فمنطق العمل عنده غالب على منطق الفكر حيث تروقه الخيل ويجد لذة في فحص الأشياء لذلك فإن التعلم في هذه المرحلة من خلال اللعب والحركة والاستكشاف اجدي من التعلم عن طريق الشرح والتلقين .

ومن خلال متابعي لبعض البرامج بالمدارس الخاصة والمدارس الحكومية وخاصة الأطفال بالصف الأول ابتدائي فقد لاحظت من حيث المحتوى والشكل وكذلك الهدف أنه لا توجد برامج مناسبة لهذه المرحلة وتوصلت من وجهة نظري أن أغلب البرامج تستهدف تحقيق بعض الأغراض التعليمية عن طريق تلقين الأطفال من خلال الشرح داخل الحجرات، كما لاحظت قلة الحركة واللعب، وإن وجد هذا النشاط فإنه يأخذ فترة زمنية قصيرة جداً، كما لاحظت عدم وجود اتفاق حول برامج متعدد الأغراض لتنمية قدرات ومهارات الأطفال وبما يحقق ما أوصى به خبراء التربية والمربين حول أهمية اللعب والحركة في تنمية شخصية الطفل واكتشاف مهاراته وتنميتها .

وإيماناً من الباحث بأهمية مرحلة الطفولة ورغبتها الأكيدة في الاهتمام بهذه المرحلة باعتبارها متخصصة في التربية البدنية وتمارس مهنة التدريس بمرحلة التعليم الأساسي (الابتدائي) رأت أن تقدم عملاً علمياً مقتناً من خلال اللعب الموجه لنشاط بدني يستهدف تنمية بعض القدرات الأساسية والإدراكية الحسن - حركية للتلاميذ الصف الأول ابتدائي .

أهمية البحث :

تحدد أهمية البحث في النقاط التالية :

1. قد تضيف نتائج هذا البحث بعض أشكال الأنشطة الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي باعتبارها مجالاً حصياً لتنمية النمو الحركي وتعلم بعض القدرات الأساسية والالتربية.
 2. قد تسهم نتائج هذا البحث في التوصل إلى تمكين الطلاب من إشباع ميولهم وتنمية فتراتهم البدنية والإدراكية وتوافقهم الاجتماعي.
- وقد يسهم هذا البحث في إيجاد البيئة المناسبة من خلال اللعب الموجه الأمر الذي يعطى الأطفال الفرص الكافية لإرضاء ميولهم ورغباتهم من الحركة التي يشعرون فيها بالخروج والسعادة

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى الآتي :

- 1- إعداد برنامج البعض أنشطة اللعب الموجه التنمية بعض المهارات الأساسية والإدراكية نصر - حركية لتلاميذ وتلميذات الصف الأول الابتدائي
- 2- التعرف على حجم تأثير برنامج اللعب الموجه على بعض المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية (الحسن - حركية) لدى التلميذات وتلاميذ عينة البحث
- 3- التعرف على تباين حجم تأثير برنامج الي الموجه وفقاً للجنس (قياس قبلي بعدي تم بعدي)

تساؤلات البحث :

- 1- هل توجد فروق دالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في تأثير البرنامج على المهارات الأساسية والقدرات والإدراكية (الخس - حركية) لدى عينة البحث؟
- 2- ما مدى حجم تأثير برنامج اللعب الموجه على المهارات المسلية والقدرات الإدراكية (الخس - حركية) لدى عينة البحث ؟
- 3- هل يوجد تباين معنوي احصائي في قوة تأثير برنامج اللعب الموجه وفقاً لعامل الجنس؟

مصطلحات البحث :

اللعب : يعرفه فود GOOD بأنه نشاط موجه أو غير موجه يقوم به الأطفال من أجل تحقيق المتعة والتسلية ويستغله الكبار عادة ليسهم في تنمية سلوكهم وشخصياتهم بأبعادها المختلفة العقلية والجسدية والوجدانية (4: 42)

المهارات الأساسية : ويقصد بها " تلك النماذج الحركية التي تتطور وتحسن أثناء سنوات الطفولة المبكرة ، وتمثل هذه الحركات في المشي والجري والقفز والرمي و الدفع والتسلق والزكل واللقف) (4: 12)

القدرات الإدراكية : هي عملية عقلية معرفية تقوم على أساس المزاوجة بين الحركة والإدراك " (3: 2)

الإدراك الخس حركي : هو " شعور الفرد بأوضاع أجزاء جسمه أثناء الحركة الرياضية (5: 49)

الدراسات السابقة :

1. بحث بثينة محمد فاضل (1999) بعنوان " التغيرات الإنمائية للقدرات الإدراكية - الحركية للأطفال من 6-9 سنوات . (5)
- أهداف الدراسة :**

1. التعرف على الفروق في مستوى التطور الكمي للقدرات الإدراكية - الحركية للأطفال من 6-9 سنوات .
 2. التعرف على الفروق في مستوى التطور الكمي للقدرات الإدراكية - الحركية للأطفال (البنين - البنات) من 6-9 سنوات .
 3. التعرف على معدلات التغيرات الكمية للقدرات الإدراكية - الحركية للأطفال من 6-9 سنوات .
- منهج الدراسة :** تم استخدام المنهج الوصفي .
- عينة الدراسة :** تضمنت عينة البحث 720 تلميذاً وتلميذة من الصفوف الثلاثة الأولى بمرحلة التعليم الأساسي، وتراوح أعمارهم من 6-9 سنوات تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية بواقع 360 تلميذاً وتلميذة من عدد عشر مدارس .

أهم النتائج

1. أمكن التعرف على مستوى التطور الكمي للقدرات الإدراكية - الحركية للأطفال من 6-9 سنوات .
 2. وجود فروق دالة إحصائية من مستوى (0.05) بين البنين والبنات لصالح البنين في معظم الفئات السنية في كل من اختبار الوئب واختبار كروس ووير ؟
 2. دراسة بيريفان المنفى وعبد الله محمد سعيد (2000) : بعنوان " أثر استخدام برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية القدرات الإدراكية (الخس - حركية) للأطفال ما قبل المدرسة. (6)
- هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر استخدام برنامج التربية الحركية المقترح في تنمية القدرات الإدراكية (الخس - حركية) للأطفال ما قبل المدرسة بشكل عام وحسب الجنس وتم استخدام المنهج التجريبي و التصميم القبلي والبعدي لمجموعتين وتكونت عينة البحث من

تأثير اللعب كشفاً حركي موجه على تنمية بعض المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية - الحس - حركية لتلاميذ الصف الأول الابتدائي

(36) طفل وطفلة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين بالعدد أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وتم تطبيق البرنامج المقترح على أطفال المجموعة التجريبية على مدى (6) أسابيع وبواقع (2) وحدة أسبوعياً وبلغ عدد الوحدات التعليمية (12) وحدة ، في حين مارست المجموعة الضابطة الدرس التقليدي للروضة وبنفس عدد الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية وتضمنت أداة البحث (مقياس ها بود للإدراك الحس - حركي للأطفال بعمر (4-7) سنوات .

وتوصلت الدراسة إلى الاستنتاجات الآتية:

1. البرنامج المقترح للتربية الحركية ذو تأثير إيجابي وفعال في تنمية القدرات الإدراكية (الحس - حركية) الأطفال المجموعة التجريبية بشكل عام وحسب الجنس .
2. حقق برنامج وحدة الخبرة المتكاملة والمتمثلة بألعاب الخارج تفوقاً في تنمية القدرات الإدراكية الحس - حركية للأطفال المجموعة الضابطة وبشكل عام .
3. تفوق أطفال المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي على أطفال المجموعة الضابطة في تنمية القدرات الإدراكية (الحس حركية بشكل عام وحسب الجنس .

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي المجموعة الواحدة قياس قبلي وبعدي.

مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من تلاميذ الصف الأول الابتدائي بمدرسة عمر بن عبد العزيز بمنطقة الدريبي بمدينة طرابلس والبالغ عددهم (96) تلميذ وتلميذة للعام الدراسي 2021 - 2022 .

عينة البحث :

تكونت عينة البحث من فصل دراسي تم اختياره عشوائياً من فصول الصف الأول الابتدائي ، حيث بلغ عدد تلاميذ أفراد العينة 20 تلميذاً وتلميذة . وقد تم تحديد بعض الشروط في اختيار تلاميذ العينة والتي منها الآتي :

1- أن يكون التلميذ من المسجلين للدراسة للعام 2021/2022م.

2- التجانس في نتائج اختبارات القدرات الحركية المقترحة

3- التجانس في نتائج اختبارات القدرات الإدراكية الحس - حركية.

وسائل جمع بيانات البحث :

لجمع بيانات البحث استخدم الباحث الوسائل التالية :

1. المراجع العلمية المتخصصة .
2. الدراسات والبحوث العلمية المرتبطة بالبحث .
3. المقابلات الشخصية مع بعض الخبراء والمتخصصين .
4. الاختبارات البدنية لقياس المهارات الأساسية .
5. مقياس هايود المعدل للقدرات الإدراكية حس - حركية للأطفال من (5-7) سنوات .

أداة البحث :

1. ساعة توقيت .
2. أشرطة لقياس المسافة ، والطول .
- 3 . كور تنس .
- 4 . مكعبات ، أعلام ملونة .
- 5 . كرة قدم .
- 6 . مقعد سويدي .
- 7 . أفلام .
- 8 . صور حيوانات .
- 9 . جرس .
- 10 . صفارة .
11. ميزان لقيان الوزن .
- 12 . طباشير .

الإجراءات الإحصائية :

1. معامل الارتباط .
2. المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء .
- 3 اختبار (ت) للفروق (العينات المرتبطة) . 4 . النسبة المئوية .
5. احصاء إيتا تربيع .

الدراسة الاستطلاعية الأولى :

أجريت الدراسة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 2022/4/3 وقد طبقت على عدد (6) تلاميذ من الصف الأول ومن خارج العينة ، وقد تمثلت أهداف هذه الدراسة في الآتي :

1. التدريب على كيفية تنفيذ الاختبارات وتسجيل النتائج .
2. التأكد من مناسبة الأدوات ومدى توفرها .
3. تحديد وتجهيز الأماكن المناسبة لعمليات القياس وتنفيذ محتويات برنامج اللعب والألعاب .
4. التعرف على مدى تجاوب الأطفال وتفاعلهم مع إجراءات القياس ومحتوى البرنامج المستهدف في الدراسة .
5. التعرف على بعض المشكلات أو الصعوبات أثناء تنفيذ القياسات أو تنفيذ البرنامج ومحاولة إيجاد الحلول لها .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

أجريت الدراسة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 2022/4/13/10 على نفس أفراد العينة الاستطلاعية الأولى، وذلك بهدف حساب المعاملات العلمية لاختبارات المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية الحس - حركية .

أولاً: الثبات : لحساب الثبات استخدمت طريقة التطبيق وإعادة التطبيق بفارق زمني ثلاثة أيام بين التطبيق، والجدول التالي رقم (1) يبين ذلك .

جدول رقم (1)

معاملات الارتباط بين التطبيقين للاختبارات المهارية (ن = 6)

م	الاختبار المعطيات الإحصائية	معامل الارتباط	معامل الصدق الذاتي
1	الوثب الطويل من الاقتراب	0.75	0.87
2	رمي كرة تنس بيد واحدة ابعاد مسافة	0.82	0.91
3	الحجل مسافة 10 م على قدم واحدة	0.87	0.93

4	ركل الكرة على الهدف (6) محاولات	0.72	0.85
5	العدو 20م من الثبات	0.81	0.90

ر الجدولية عند المستوى $0.05 = (0.669)$

يتضح من الجدول رقم (1) والخاص بمعاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المهارية، وجود ارتباط دال احصائياً بين التطبيقين وهو ما أكدته مقارنة ر المحسوبة الجدولية حيث كانت (ر) المحسوبة أكبر من (ر) الجدولية وهذه القيمة تؤكد وجود ثبات بين التطبيقين وبمستوى معنوية (0.05) .

ثانياً : الصدق

لإيجاد معاملات الصدق اكتفت الباحث بصدق المحتوى صدق الخبراء والصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي لمعامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني على عينة الدراسة الثانية.

الدراسة الأساسية :

بعد تقنين الاختبارات قامت الباحث بالدراسة الأساسية والتي تضمنت ثلاث مراحل وهي كالتالي :

- مرحلة القياسات القبيلة والتي نفذت في الفترة 2022/4-28-21 م
- مرحلة إعداد وتنفيذ البرنامج (برنامج اللعب) تم تنفيذه من 2022/5/1 إلى 2022/5/18
- مرحلة القياسات البعيدة تم تنفيذه من 2022/5/29-22 .

مرحلة القياسات القبيلة

بعد تحديد متغيرات البحث والاختبارات والأدوات قاما الباحث بالقياسات القبيلة على أفراد العينة والجدولين رقمي (2، 3) ينان ذلك .

جدول رقم (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في القياس القبلي للمهارات الأساسية لأفراد عينة البحث (ن = 20)

م	المعطيات الاحصائية للمهارات الأساسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الوثب	64.70	17.55	66.50	0.13
2	الرمي	10.60	1.90	10.50	0.76
3	الحجل	11.80	1.44	11.72	0.08
4	الركل	1.60	0.88	2.00	0.08
5	العدو	9.92	1.25	10.17	0.35

يتضح من الجدول رقم (2) أن قيم معاملات الالتواء تتراوح جميعها ما بين $(0.13, 0.76)$ وهي تقع ما بين $(-3, +3)$ مما يدل على اعتدالية البيانات على المنحنى الاعتدالي، وهذه النتيجة تؤكد تجانس أفراد العينة من التلاميذ والتلميذات في القياس القبلي في مستوى المهارات الأساسية .

جدول رقم (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في القياس القبلي للقدرات الإدراكية الحس - حركية لأفراد عينة البحث (ن=20)

م	المعطيات الاحصائية للمهارات الاساسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الإدراك البصري (ثبات حجم الاشياء)	3.85	0.75	4.00	0.59
2	الإدراك الكلي والجزئي	3.40	1.18	4.00	1.51
3	الإدراك المعرفي (أجزاء الجسم)	7.85	0.88	8.00	1.02
4	الإدراك التمييزي (بي أجزاء الجسم)	2.95	0.68	3.00	1.03
5	الإدراك الحركي التوازن	0.65	0.23	1.00	1.71
6	الإدراك الحركي السمعي	2.85	1.38	3.00	0.16

يتضح من الجدول رقم (3) أن قيم الالتواء تتراوح جميعها بين (0.16 إلى 1.71) وهي تقع ما بين (-3، +3) مما يدل على اعتدالية البيانات على المنحي الاعتدالي، وهذه النتيجة تؤكد تجانس افراد العينة من التلاميذ والتلميذات في القياس القبلي في مستوى القدرات الإدراكية الحس - حركية قيد الدراسة بين أفراد العينة .

عرض النتائج

تضمن هذا الجزء من الفصل الرابع عرض نتائج البحث وهي على النحو الاتي :

جدول رقم (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج المهارات الأساسية للعينة (التلاميذ والتلميذات)

المعطيات الاحصائية للمهارات الاساسية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين القياس البعدي	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
الوثب	64.70	99.10	34.40	15.53	9.90	0.00	0.83	83%
الرمي	10.60	17.51	6.91	2.56	12.09	0.00	0.88	88%
الحجل	11.80	9.07	2.73	1.46	8.38	0.00	0.78	78%
الركل	1.60	3.35	1.75	0.91	8.59	0.00	0.79	79%
العدو	9.92	8.45	1.46	0.85	7.64	0.00	0.75	75%

يتضح من الجدول رقم (1) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع المهارات الأساسية لدى أفراد العينة وهو ما ظهر واضحا من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) كما يبين الجدول حجم ونسب تأثير البرنامج على المهارات الأساسية بين القياسين التباين الذي أحدثه البرنامج بين القياسين بلغ حجمه من (0.75 إلى 0.88) وهو حجم تأثير كبير جداً ، حيث بلغت نسبته من 75% إلى 88% والصالح القياس البعدي .

جدول رقم (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج المهارات الأساسية للعينة (التلاميذ والتلميذات)

نسبة التأثير	حجم التأثير	مستوى دلالة الاختبار	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري للفرق	الفرق بين القياس البعدي	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	المعطيات الاحصائية للمهارات الاساسية
77%	0.77	0.00	8.11	0.82	1.50	5.35	3.85	الإدراك البصري (ثبات حجم الأشياء)
81%	0.81	0.00	9.20	1.19	2.45	5.85	3.40	الإدراك الكلي والجزئي
70%	0.70	0.00	6.69	2.30	3.45	11.30	7.85	الإدراك المعرفي (أجزاء الجسم)
71%	0.71	0.00	6.83	1.04	1.60	4.55	2.95	الإدراك التمييزي (بي أجزاء الجسم)
88%	0.88	0.00	12.36	0.47	1.30	1.95	0.65	الإدراك الحركي التوازن
68%	0.68	0.00	6.49	1.23	1.80	4.65	2.85	الإدراك الحركي السمعي

يتضح من الجدول رقم (2) وجود فروق دالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع المهارات الأساسية لدى أفراد العينة وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) كما يبين الجدول حجم ونسب تأثير البرنامج على القدرات الإدراكية حس - حركية بين القياسين وأن التباين الذي أحدثه البرنامج بين القياسين بلغ من (0.68 إلى 0.88) وهو حجم تأثير كبير جداً بلغت نسبته من 68% إلى 88% ولصالح القياس البعدي .

جدول رقم (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج المهارات الحركية لتلميذات عينة البحث

نسبة التأثير	حجم التأثير	مستوى دلالة الاختبار	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري للفرق	الفرق بين القياس البعدي	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	المعطيات الاحصائية للمهارات الاساسية
85%	0.85	0.00	8.08	15.16	35.41	95.08	59.66	الوثب
94%	0.94	0.00	13.74	1.66	6.62	16.36	9.73	الرمي
83%	0.83	0.00	6.30	1.61	2.92	9.33	12.27	الحجل
76%	0.76	0.00	5.93	0.77	1.33	2.50	1.16	الركل
69%	0.69	0.00	5.03	1.02	1.49	8.78	10.27	العدو

يتضح من الجدول رقم (3) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في جميع المهارات الأساسية قيد الدراسة لدى التلميذات وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) .

كما يبين الجدول حجم ونسب تأثير البرنامج على المهارات الأساسية بين القياسين وأن التباين الذي أحدثه البرنامج بين القياسين بلغ حجمه من (0.69 إلى 0.94) وهو حجم كبير جداً، حيث بلغت نسبته من (69% إلى 94%) ولصالح القياس البعدى .

جدول رقم (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج القدرات الإدراكية لتلميذات عينة البحث

المنعطفات الاحصائية للمهارات الأساسية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدى	الفرق بين القياس البعدى	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
الإدراك البصري (ثبات حجم الأشياء)	3.75	5.33	1.58	0.79	6.91	0.00	0.81	81%
الإدراك الكلي والجزئي	2.91	5.91	3.00	1.12	9.21	0.00	0.88	88%
الإدراك المعرفي (أجزاء الجسم)	6.75	11.33	4.58	2.19	7.23	0.00	0.82	82%
الإدراك التمييزي (بي أجزاء الجسم)	2.75	4.50	1.75	1.21	4.98	0.00	0.69	69%
الإدراك الحركي التوازن	0.75	1.91	1.16	0.38	10.38	0.00	0.90	90%
الإدراك الحركي السمعي	2.83	4.66	1.83	1.40	4.52	0.00	0.65	65%

يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في جميع القدرات الإدراكية حس - حركية قيد الدراسة لدى التلميذات وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) كما يبين الجدول حجم ونسب تأثير البرنامج على القدرات الإدراكية بين القياسين والذي بلغ حجمه من (0.65 إلى 0.90) وهو حجم كبير جداً، حيث بلغت نسبته من (65% إلى 90%) ولصالح القياس البعدى .

جدول رقم (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج المهارات الحركية لتلاميذ عينة البحث

المنعطفات الاحصائية للمهارات الأساسية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدى	الفرق بين القياس البعدى	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
الوثب	71.00	105.87	34.87	15.31	6.44	0.00	0.85	85%
الرمي	11.62	19.47	7.84	3.43	6.96	0.00	0.87	87%
الحجل	1.99	8.57	2.41	1.26	5.39	0.00	0.80	80%

الركل	2.12	4.50	2.37	0.74	9.02	0.00	0.92	%92
العدو	8.93	7.70	1.22	0.30	11.44	0.00	0.94	%94

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في جميع المهارات الأساسية لدى التلاميذ قيد الدراسة وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) .

كما يبين الجدول حجم ونسب تأثير البرنامج على المهارات الأساسية بين القياسين ، حيث بلغت قيم التأثير من (0.80 إلى 0.94) وهو حجم تأثير كبير جداً ونسبته بلغت (80% إلى 94%*) في التباين بين القياسين .

جدول رقم (6)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج القدرات

الإدراكية الحس - حركية لتلاميذ عينة البحث

المعطيات الاحصائية للمهارات الأساسية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدى	الفرق بين القياس البعدى	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
الإدراك البصري (ثبات حجم الاشياء)	4.00	5.12	1.12	0.64	4.96	0.00	0.73	%73
الإدراك الكلي والجزئي	4.12	6.00	1.87	0.35	15.00	0.00	0.96	%96
الإدراك المعرفي (أجزاء الجسم)	9.25	11.00	1.75	1.16	4.24	0.00	0.71	%71
الإدراك التمييزي (بي أجزاء الجسم)	3.12	4.62	1.50	0.75	5.61	0.00	0.55	%55
الإدراك الحركي التوازن	0.50	2.00	1.50	0.53	7.93	0.00	0.89	%89
الإدراك الحركي السمعى	2.87	4.62	1.75	1.03	4.78	0.00	0.76	%76

يتضح من الجدول رقم (6) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في جميع القدرات الإدراكية حس - حركية قيد الدراسة لدى التلميذات وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) كما يبين الجدول حجم ونسب تأثير البرنامج على القدرات الإدراكية الحس - حركية حيث بلغت قيم التأثير من (0.55 إلى 0.96) وهو حجم كبير جداً، حيث بلغت نسبته من (55% إلى 96%) في التباين بين القياسين .

جدول رقم (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاختبار وحجم ونسبة التأثير بين القياسين في نتائج القدرات

الإدراكية لتلميذات عينة البحث

المعطيات الاحصائية للمهارات الأساسية	التلميذات		التلاميذ		قيمة ت المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
	س	ع	س	ع				
المهارات الأساسية	%85	%8.13	%83	%8.61	0.49	0.63	0.013	%1.31
القدرات الإدراكية حس - حركية	%81	%7.87	%74	%15.14	0.88	0.39	0.039	%3.9

يتضح من الجدول رقم (7) عدم وجود فروق دالة احصائية في نسب تأثير برنامج اللعب الموجه على نتائج القياس البعدي للمهارات الأساسية والقدرات الإدراكية حس - حرية بين التلاميذ والتلميذات، وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة مستوى المعنوية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار والتي كانت بالنسبة للمهارات الأساسية (0.63) وفي القدرات الإدراكية (0.39) وهي أكبر من مستوى المعنوية (0.05) كما يلاحظ من نفس الجدول أن نسبة التباين في تأثير البرنامج على المهارات الأساسية بين التلاميذ والتلميذات بلغت 1.31% والقدرات الإدراكية 3.9% في مناقشة النتائج .

- الاستنتاجات :

في حدود نتائج البحث تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

1 برنامج اللعب الموجه أثر إيجابياً بإحداث تغير معنوي ولصالح القياس البعدي في المهارات الأساسية وينسب بلغت كالأتي :

- مهارة الوثب 83%

- مهارة الرمي 88%

- مهارة الحجل 78%

- مهارة الركل 79%

- مهارة العدو 75%

2- برنامج اللعب الموجه أثر إيجابياً بإحداث تغير معنوي ولصالح القياس البعدي في القدرات الإدراكية حس - حركية وينسب بلغت كالتالي :

الإدراك البصري / ثبات. حجم الأشياء 77%

الإدراك الكلي والجزئي للأشياء 81%

الإدراك المعرفي لوظائف أطراف الجسم 70%

الإدراك التمييزي بين أطراف الجسم 71%

الإدراك الحركي التوازني 88%

الإدراك السمعي لتحديد أماكن الأصوات 76%

3- تميز برنامج اللعب الموجه بقوة تأثير كبيرة جداً على المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية حس - حركية لتلاميذ وتلميذات العينة.

4- عدم وجود فروق معنوية في قوة نسب حجم تأثير البرنامج على المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية حسن - حركية في القياس البعدي بين التلاميذ والتلميذات عينة البحث .

5- نتائج البحث أظهرت أن تلاميذ وتلميذات المرحلة العمرية (7) سنوات تتميز بمهارات وقدرات واستعدادات متكافئة جداً بين الأولاد والبنات .

6- نتائج البحث أظهرت فاعلية برنامج اللعب في إشباع حاجات التلاميذ من الحركة والنشاط واكتساب قدر جيد من المهارات الحركية والقدرات الإدراكية حسن - حركية لدى التلاميذ .

التوصيات :

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث الآتي :

1. ضرورة الاهتمام بالبرامج الحركية والأنشطة المتعددة لتلاميذ المرحلة الابتدائية لإشباع رغبتهم وتنمية قدراتهم واستعداداتهم .
- 2- ضرورة تعيين معلمين ومعلمات بالمدارس الابتدائية من خريجي كليات التربية البدنية (متخصصين) .
- 3- العمل على إيجاد الأدوات والألعاب المناسبة لتلاميذ المرحلة الابتدائية وبخاصة من السنة الأولى وحتى الثالثة .
- 4- ضرورة التوجيه والمتابعة المستمرة للأنشطة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية
- 5- تزويد مدرسات الفصول في هذه المرحلة ببعض الخبرات والبرامج ووسائل وأساليب وطرق قياس لتلاميذ هذه المرحلة
- 6- العمل على إجراء دورات تأهيلية للمعلمات الفصول ترفع وتنمية كفاءتهم التدريسية الأنشطة التربية البدنية في المرحلة الابتدائية.

7- ضرورة إدراج مادة التربية الحركية ضمن مقررات كليات التربية البدنية.

8- العمل على تضمين هذا البرنامج وإقراره كأحد المقررات الدراسية .

المراجع :

1. هاله الباروي (2012) : أثر التفاعل بين طريقتي تعليم وبعض القدرات البدنية والحس حركية على تعلم بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بليبيا رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية ، جامعة الاسكندرية
2. محمد حسن علاوي- محمد نصر (1994) اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى ، القاهرة .
3. يحيى عطا الله (1996) : تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض الإدراكات الحس حركية على مستوى أداء بعض مهارات جهاز المتوازيين، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
4. هيمين عبد العزيز (2004) : بناء بطارية اختبار لقياس المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالجيزة " رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية بالقاهرة .
5. بثينة محمد فاضل (1999) : التغيرات الإنمائية للقدرات الإدراكية - الحركية للأطفال من 6-9 سنوات، نظريات وتطبيقات ، مجلة علمية، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية .
6. بيريفان المفتي، عبد الله محمد (2000) : أثر استخدام برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية القدرات الحركية (الحس - حركية) للأطفال ما قبل المدرسة رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل .

التسول، الأسباب، وآليات المواجهة من منظور العمل الاجتماعي

د. خديجة مسعود محمد أبوحمري

المستخلص

إن التسول ظاهرة اجتماعية تستدعي الوقوف الخازم للحد من أثارها وانعكاساتها ، كما أنها من المشكلات التي يتزايد وجودها نتيجة للتطور الحضاري والصناعي الحديث مما كان له أثره على المجتمع وتماسكه ، ومع زيادة مطالب وحاجات الفرد وغلا المعيشة زادت من فرص ودفع المتسولين إلى التسول . وتشكل مشكلة التسول تهديداً على الأمن والتعايش الاجتماعي ، ولها العديد من الآثار السلبية على المجتمع من مختلف المجالات الاقتصادية والاجتماعية والامنية ، وهدفت الدراسة على الكشف على الأسباب والأشكال المؤدية للتسول في المجتمع الليبي . والتعرف على دور المؤسسات المجتمعية في كيفية التصدي لظاهرة التسول في المجتمع الليبي من منظور العمل الاجتماعي واستخدمت أسلوب المقابلة وتكونت عينة الدراسة من (20) حالة من المتسولات داخل مدينة طرابلس. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج التالية : إن نسبة انتشار ظاهرة التسول كانت بين النساء بنسبة 100.00% ، وغلاء المعيشة وارتفاع الأسعار وانخفاض دخل الأسرة أحد أسباب التسول ، وضعف الدور الرقابي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية بنسبة 90% . واتخاذ التسول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل شبكات التسول التي تستغل النساء والأطفال والاشخاص ذوي الإعاقة من أجل زيادة أموالهم بنسبة 70% . وضعف وسوء توجيه وسائل الإعلام من كتب ومجلات وإذاعة وتلفزيون بنسبة 60% .

مقدمة :

التسول ظاهرة قديمة حيث كانت تمارس من بعض شرائح مختلفة في المجتمع ، ولكن في الوقت الحالي أصبحت مهنة وبدأ المتسول بابتكار أساليب جديدة ومتعددة في التسول بجميع الفئات ومن كلا الجنسين . إن التسول ظاهرة اجتماعية تستدعي الوقوف الخازم للحد من أثارها وانعكاساتها ، كما أنها من المشكلات التي يتزايد وجودها نتيجة للتطور الحضاري والصناعي الحديث مما كان له أثره على المجتمع وتماسكه ، ومع زيادة مطالب وحاجات الفرد وغلا المعيشة زادت من فرص ودفع المتسولين إلى التسول . وتشكل مشكلة التسول تهديداً على الأمن والتعايش الاجتماعي ، ولها العديد من الآثار السلبية على المجتمع من مختلف المجالات الاقتصادية والاجتماعية والامنية ، فهو يؤثر على الحركة الاقتصادية حيث يعيش عدد كبير من الأشخاص عالة على المجتمع مما يعطل حركة النمو الاقتصادي ويعوق تطور المجتمع وتقدمه .

فقد هدف العمل الاجتماعي في التخفيف من حدة مشكلة التسول بإقامة مؤسسات اجتماعية تابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية وبالتعاون مع المؤسسات الأخرى لأن عملية التصدي لهذه المشكلة صعبة وتحتاج إلى تعاون أكثر من مؤسسات الدولة والمؤسسات الأهلية من أجل القضاء على كل الآثار الناتجة عن التسول .

مشكلة الدراسة :

إن ظاهرة التسول انتشرت في مجتمعنا الليبي بشكل كبير وأصبح عدد المتسولين كبير جداً وهناك من يعرقل حركة السير عند التسول بجوار الإشارات الضوئية وعلى مقاطع الطرق والأسواق والمجالات التجارية وفي الجوامع والشوارع في صورة يرثي لها بهدف الاستعطاف وتحريك أحاسيس الناس، وهناك من يعتقد أن هؤلاء يمتهنون التسول كمهنة ، وجعلوها مهنة وحرفة لأنها لا تحتاج مجهود ذهني أو

بلدي كبير وأنهم يخدمون تحت ناس آخرين، ولها تبعات جنائية متشعبة تستحق الوقوف عندها . ولذا تصغ مشكلة الدراسة في التساؤل الثاني التسول ، الأسباب ، وآليات المواجهة من منظور العمل الاجتماعي؟

أهمية الدراسة :

تأتي أهمية الدراسة من أهمية موضوعها وهي العوامل المؤدية لظاهرة التسول كظاهرة مجتمعية تؤثر على جميع نواحي الحياة بشكل عام ، وقلة الدراسات وخاصة المحلية التي أجريت على هذه الظاهرة في المجتمع الليبي . وقد توفر هذه الدراسة البيانات والمعلومات التي قد تكون مفيدة للجهات المسؤولة والمنهتمة بظاهرة التسول ومكافحتها كوزارة الشؤون الاجتماعية ووزارة الداخلية ووزارة التعليم والقوى العاملة لوضع الخطط اللازمة والبرامج الوقائية للحد من هذه الظاهرة . إن محاولة فهم هذه الظاهرة من خلال الإنماف بجوانبها لمعرفة حجمها وتأثيرها في المجتمع الليبي سوف يؤسس لقاعدة بيانات يمكن البناء عليها في تطويرها مستقبلاً والاستفادة منها في التعامل معها .

أهداف الدراسة :

- 1-الكشف على الأسباب والأشكال المؤدية للتسول في المجتمع الليبي .
- 2- التعرف على دور المؤسسات المجتمعية في كيفية التصدي لظاهرة التسول في المجتمع الليبي من منظور العمل الاجتماعي .

التساؤلات :

- 1-ماهي الأسباب والأشكال المؤدية للتسول في المجتمع الليبي ؟
- 2- ما هو دور المؤسسات المجتمعية في كيفية التصدي لظاهرة التسول في المجتمع الليبي من منظور العمل الاجتماعي؟

المصطلحات والمفاهيم :

مفهوم التسول :التسول في اللغة بأنه سول ، ويقصد بذلك استرخاء البطن . وتعرف المسألة بأنها مأخوذة من سأل الشيء . وسأل عن الشيء ، سؤال ومسألة . وأصل السول : الهمز عند العرب غير أنهم استثقلوا ضغطة الهمزة فيه (359،2).

في معاجم اللغة العربية أن كلمة التسول مشتقة من مصدر سول أي : سأل وأستعطى ، والسؤال ما يسأل ويطلب ، أي سؤال الناس أمواهم (6،20).

التسول في الدين:

معنى التسول في السنة النبوية ميل المتسولين ، وهم فئة تشمل الأعمار المختلفة ذكورا وإناثاً ممن لم يبلغوا الحلم ، ومن هم في سن النضج ، ومن هم في سن الش يخوغة إلى ممارسة ما يعتبر في الشريعة الإسلامية مكروهاً ، وروى عن رسول الله صلى الله عليه قوله (اليد العليا خيرا وأطيب إلى الله من اليد السفلى " . ونجد رسول الله يحث المؤمنين على العمل ويقبح التسول بقوله ((والذي نفس محمد بيده لأن يأخذ أحدكم خيله فيحتطب على ظهره خيراً من أن يأتي رجلاً فيسأله أعطاه أو منعه " رواه البخاري (7،23).

التسول في الكتابات الاجتماعية : بأنه الوقوف في الطرق العامة وطلب المساعدة المادية من المارة ، أو من المحال أو الأماكن العمومية ، أو الإدعاء أو التظاهر بأداء الخدمة لغيره ، أو عرض ألعاب بهلوانية ، أو القيام بعمل من الأعمال التي تتخذ شعاراً لإخفاء التسول ، أو المنبت في الطرقات وبجوار المنازل ، وكذلك استغلال الإصابات بالجروح أو العاهات ، أو استعمال أية وسيلة أخرى من وسائل الغش لاكتساب عطف الجمهور (6 ، 29).

يعرف زهران أن ظاهرة التسول هي ظاهرة اجتماعية يمارسها الفرد هرباً من مسؤوليات الحياة خاصة بالنسبة لمن ليس له الرغبة في مزاوله عمل شريف يدر عليه دخلاً يقيم أولاده ويحفظ له ماء وجهه من الاستجداء أو العطف (3، 21).

عند علماء الاجتماع ينشأ من البيئة دون أي تدخل من العمليات والميكانيزمات النفسية وهو يصف المتسولين بأنهم ضحايا ظروف خاصة اتسمت بعدم الاطمئنان والضمان الاجتماعي ، لأسباب متعلقة بالانخفاض الشديد لمستوى المعيشة الذين يعيشون في ظله ، أو أنهم ضحايا مزيج من هذا وذلك ، ويرى آخر أن التسول " مظهر من مظاهر الخلل الاجتماعي أو شكلاً من أشكال الباثولوجية الاجتماعية " (16 ، 35). كما ينظر إلى التسول بأنه موقف اجتماعي يخضع فيه التسول لعامل أو أكثر من العوامل ذات القوى السببية مما يؤدي إلى ممارسة هذه المهنة ، أو السلوك غير المتوافق عليه " (13 ، 12). ويعرف أبو المعاطي المتسول بأنه "كل شخص يقف في الأماكن العامة أو الخاصة ويستجدي بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بغية التكسب للحصول على مصدر دخل (16، 204).

مفهوم العمل الاجتماعي :

العمل في اللغة بأنه مهنة أو شغل ، أو وظيفة ، وهو مجهود يبذله الفرد ، للحصول على منفعة ما أو فائدة محددة ، أو هو مجموع المهام التي يجب القيام بها أو إنجازها أو ممارسة نشاط ما والسعي من أجل الحصول على فائدته ، ويقال عمل عملاً أي فعل أمراً ما عن قصد وواظب عليه حتى التصق به ، ويقال أيضاً رجلاً عملاً أي أنه كثير العمل والكد في عمله. (17، 18).

العمل في الكتابات الاجتماعية : فيعرف العمل بأنه النشاط الإنتاجي للأفراد في وظيفة أو حرفة معينة ، فالنشاط لا بد أن يكون حركياً للوظائف التي تتطلب ذلك ، أو ذهنياً في مهن أخرى .

كما ينظر إلى العمل الاجتماعي مهنة تساعد الأفراد ، والجماعات ، والمجتمعات في مجتمع متغير وتخلق الظروف الاجتماعية المرغوبة للحياة الإنسانية للناس والمجتمع . ويعرف الاتحاد الدولي للخدمة الاجتماعية (IFSW) الخدمة الاجتماعية بأنها الخدمة الاجتماعية مهنة تعزز التغيير الاجتماعي ، وحل المشكلات في العلاقات الإنسانية وتمكين تحرير الناس لتحسين الوجود الإنساني . وتوظف في تحقيق ذلك نظريات السلوك البشري ، والأنساق الاجتماعية ، وتتدخل الخدمة الاجتماعية عند النقاط التي يتفاعل فيها الناس مع بيئاتهم . وتمثل قيم حقوق الإنسان والعدالة الاجتماعية مبادئ أساسية في الخدمة الاجتماعية (19 ، 39).

كذلك مهنة ونظام اجتماعي يحقق الرفاهية للإنسان بإيجاد تغييرات اجتماعية موجهة من خلال بناء متخصص يتعاون مع أجهزة المجتمع لمقابلة الاحتياجات الاجتماعية .

عوامل التسول وأسبابه:

1-العوامل الخيوية : الشهوات الخلقية مثل القزامة أو الضعف العقلي والعاهات الجسمية والأمراض المزمنة والجسمية أو النفسية أو العقلية . الإعاقة : وهي حالة تحد من قدرة الفرد على القيام بوظيفة واحدة أو أكثر من الوظائف التي تعتبر أساسية في الحياة اليومية كالعناية بالذات أو ممارسة العلاقات الاجتماعية والأنشطة الاقتصادية أو عدم تمكين المرء من الاكتفاء الذاتي (14 : 26). مما يدفعهم إلى ممارسة ظاهرة التسول .

2- العوامل الاجتماعية :

1- التفكك الأسري : هو انخيار البناء الأسري نتيجة لغياب أحد الوالدين أو كليهما بسبب الوفاة أو الهجرة أو الطلاق مما يؤدي إلى التوتر والخلافات المستمرة (10، 232)،. وأيضاً يسمى بالتفكك العائلي وسببها الوفاة أحد الوالدين أو كليهما فهو من أهم المؤشرات التي تساعد على ظاهرة التسول حيث يتصدع شمل الأسرة ويتدهور وضعها نتيجة تصدع البنية الاجتماعية إذ يكون الأبناء وعلى الأخص الأطفال والمراهقين الأكثر تعرضاً للتشرد والتسول بعد أن يصبحوا عبئاً على أسرهم نتيجة لفقدان الأب أو الأم أو كليهما فيلجأ الأبناء إلى التسول (13 ، 27)،. هذا من جانب ومن جانب آخر ارتفاع معدل الطلاق والتي أحدثت طفرة في التنظيم الأسري ، كما أثبتت عدة دراسات على أن اضطراب الأسرة وتصدعها وتحلل العلاقات داخلها يشكل عاملاً هاماً في تسول وتشرد الأبناء (4 ، 112).

2- التسرب الدراسي :هو ترك المدرسة قبل انتهاء مرحلة معينة من التعليم أو تركها قبل أكمال نهاية المرحلة الدراسية المقررة وتعود ظاهرة التسرب إلى تدني مستوى لدخل الأسرة وعدم قدرتها على تحمل نفقات التعليم ،فالتسرب يعني في المقام الأول الخروج إلى الشارع والسعي إلى عمل غالباً ما يكون هامشياً (8 ، 156-168).

3- العوامل النفسية :

وتتمثل في العوز والاحباط والخرمان العاطفي واضطرابات نمو الشخصية ، فلو أخذنا الخرمان العاطفي نجده من أهم الأسباب التي تدفع الأبناء إلى التسول ،لأن الخرمان له تأثير سلبي على شخصية الفرد والبحث عن ما يحقق له الاشباع العاطفي ومن ثم هناك علاقة بين الخرمان العاطفي وتسول الأبناء بسبب غياب الحوار الأسري وكثرة العلاقات السلبية مما تنعكس سلباً على سلوك الأبناء (12 ، 23).

4- العوامل الاقتصادية :

1- الفقر :إن من أهم أسباب ظاهرة التسول هو الفقر وعدم القدرة على الحصول على ابسط مقومات الحياة الكريمة كالشراب والغذاء واللباس .

وحاولت الكثير من الدراسات أن تثبت أن الفقر هو السبب الأساس للانحراف الاجتماعي وهذا ما اشار إليه في دراسته (وليام بونجر) الاقتصادي الهولندي والتي تعد من أهم الدراسات التقليدية التي تأخذ هذا الاتجاه حيث لجأ إلى جميع البيانات الخاصة بالدول الأوروبية المختلفة ليؤكد ارتباط كافة المشكلات الاجتماعية من تسول وتشرد وإدمان إلى الفقر (13 ، 58) ، لذا يعد الفقر من بين أهم عوامل انتشار ظاهرة التسول في المجتمع ، فالفقر لا ينفصل عن التسول ،ومادياً يشتركان في صفة العوز المادي ،فأكثر المتسولين من جراء آثار الحروب والتهجير أو من غير القادرين على سد احتياجاتهم (13 ، 30).

2- التهجير القسري : والذي يقصد به ممارسة تنفيذها حكومات أو قوى شبه عسكرية أو مجموعات متعصبة تجاه مجموعات عرقية أو دينية أو مذهبية بهدف إخلاء أرض معينة وإحلال مجاميع سكنية أخرى بدلا عنها (7 ، 345).

3- قلة دخل الأسرة : تعد الأسرة ضعيفة الدخل وكبيرة الحجم من أكثر الأسر عرضة للتسول ، فهي تستطيع سد حاجاته عن طريق التسول بشكل سهل نسبياً .

4- البطالة :كما تعد البطالة وعدم توفر فرص العمل من الأسباب الأساسية التي تؤدي إلى لجوء بعض الأشخاص إلى ممارسة للتسول ليسدو رمقهم من متطلبات الحياة المعيشية. (7 ، 345) .

هناك أسباب أخرى للتسول:

1- الحروب وما تخلفه من دمار كالإعاقة والفقر والمرض والحاجة إضافة إلى المجرة والتشرد وطلب اللجوء بسبب فقدان الأمان كلها أسباب أدت لانتشار ظاهرة التسول بشكل كبير . ويمكن النظر إلى تجربة التسول وتأثيره على الأسر والأطفال في ليبيا إلى الحاجة إلى السكن، والفقر ، ورفض مساعدة الحكومة لأسر هؤلاء الأطفال ، والعنف المنزلي ، والنزاعات المسلحة ، ونقص المساعدات الاجتماعية.

2- المعتقدات الخاطئة : يرى الكثير من المتسولين أن التسول لا يشكل مشكلة أو عيب اجتماعي وهو لا يختلف عن أي عمل آخر سوى احتياجه لقليل من التذلل وهدر الكرامة .

3- المرض : على الرغم من تصنع العديد من الأشخاص المتسولين للمرض وحاجتهم إلى المال لغرض العلاج من خلال عرض وثائق أو وصفات طبية مزورة إلا أن البعض منهم لا يملكون المال فعلا للعلاج حيث تفوق كلفة علاجهم أو علاج ذويهم مقدرتهم المالية بشكل كبير لذا يكون دافعهم الأساسي هو الحصول على المال لغرض العلاج ، وهذه حالات قليلة.

4- تعاون الحكومات للحد من هذه الظاهرة : إن أحد أسباب شيوع وانتشار ظاهرة التسول هو نتيجة تعاون الحكومات عن مسؤولياتهم في الرقابة للحد ومنع هذه الظاهرة . وخاصة هؤلاء الذين امتنعوا هذه المهنة وجعلوها مهنة وحرفة ومن ثم القيام بخطف الأطفال مثلاً للقيام بدور المتسولين فهي تحولت إلى ظاهرة إجرامية في نفس الوقت .

5- التعود أو توارث المهنة : كثير من الأشخاص المتسولين ورثوا التسول كمهنة من الأباء وذويهم اللذين سبقوهم إلى مزاوله هذه الظاهرة دون التردد أو الشعور بالخروج . فهذا النوع من المتسولين يكون أكثر تعقيدا لأن قناعاته بنيت على ضرورة ممارسة مهنة التسول للحصول على المال دون النظر إلى الأسباب .

6- الادمان على المخدرات : يلجأ مدمني المخدرات للتسول لغرض حصول على المال عند عدم توفره لديهم لشراء المخدرات وقد يصل بهم الأمر في أحيان كثيرة لارتكاب الجرائم .

7- ضعف التوكل على الله والثقة برزقه : ضمن الله عز وجل رزق جميع الكائنات ، قوله تعالى " وما من دابة في الأرض إلا على الله رزقها ويعلم مستقرها ومستودعها كل في كتاب مبين " سورة هود آية 6 (7، 346).

الدراسات السابقة :

دراسة ابتسام وأمال ميلاد حديدان ، (2021) ، بعنوان دور الخدمة الاجتماعية في التمكين وبناء القدرات للتصدي لظاهرة التسول ، يهدف وضع مقترح لتحويل المتسولين من طاقة سلبية إلى طاقة إيجابية تسهم في حفظ المجتمع واستقراره ، واعتمدت الدراسة على ما جاء في الدراسات السابقة والكتب والدوريات ذات العلاقة بالموضوع ، وخلفت النتائج إلى أن دور الخدمة الاجتماعية في استخدام استراتيجية التمكين وبناء القدرات للتصدي لظاهرة التسول يتمثل في تجميع بيانات حول الأسرة والأفراد الذين يقومون بالتسول ، والتعرف على ظروفهم ومدى احتياجهم للمساعدة والعون ومساعدتهم في حال حاجتهم للمساعدة ، ويتمثل مقترح تحويل المتسولين من طاقة سلبية إلى طاقة إيجابية إلى تبني اتجاه التمكين وبناء القدرات لتحويل المتسولين إلى طاقات إيجابية بالمجتمع (1).

دراسة زينب هاشم عبود ، (2019) ، بعنوان العوامل الاجتماعية لظاهرة التسول وسبل معالجتها من وجهة نظر أساتذة الجامعات دراسة ميدانية في مدينة بغداد ، وقد هدف البحث إلى معرفة العوامل الاجتماعية لظاهرة التسول ، والكشف عن سبل مكافحتها،

ووضع التوصيات للحد منها ، مجتمع الدراسة عينة مكونة من (200) فرد من أساتذة الجامعات . ومن أهم النتائج التي توصل إليها البحث :

-يوجد فرق بين الفقر وظاهرة التسول .

-تؤدي ظاهرة التسول إلى تعاطي المخدرات والسرقة .

- يوجد فرق بين التفكك الأسري وتسول الأبناء .

يوجد فرق بين الرؤية الإسلامية للتسول ورؤية بعض أفراد المجتمع (7).

سعاد راضي الاعرجي ،(2017)، بعنوان التعرف على الظروف الشخصية والأسرية والاجتماعية لممارسي هذه الظاهرة والتعرف على أهم الأسباب والأساليب والأماكن التي تمارس بها للتعرف على حجمها والتوصل إلى التوصيات والمقترحات للحد منها والقضاء عليها . وجدت الباحثة بأن التفكك الأسري ووفاة الوالدين كانت السبب في ممارستها والسبب الآخر هو تشجيع الناس لهذه الظاهرة من خلال تأثير العامل الديني في نفوس الناس وخصوصاً الأماكن المقدسة ودور العبادة وما تضي في النفوس من دافع لمساعدتهم وكانت للأمراض المزمنة مثل العمى والشلل أثر كبير في انتشار ظاهرة التسول (9، 107) .

دراسة أنسية دوكم، (2005) ،ب عنوان ظاهرة التسول في صفوف الأطفال في العاصمة صنعاء وقد أظهرت هذه الدراسة أن التفكك الأسري الناجم من تعدد الزوجات أو الوفاة أو الطلاق يلعب دوراً كبيراً في دفع الأفراد ومنهم الأطفال إلى التسول ، كما تبين أن (30%) من الأطفال المتسولين يعيشون في كنف أسرة تشهد حالة تعدد زوجات وأن (60%)منهم يعيشون إما مع أمهم (و زوج أمهم)، أو مع أبيهم (و زوجة أبيهم) ،أي في كنف أسرة غير طبيعية ، وأن وجود الطفل في جو أسري متوتر ومشحون ينعكس سلباً على نفسيته ويدفعه إلى التشرد والتسول وهذا يعني بدوره عدم الالتحاق بالمدرسة والحرمان من التعليم وتأمين المستقبل (4).

العمل الاجتماعي ودوره في مكافحة التسول :

يعتبر العمل الاجتماعي والمتبع لنشأة وتطور الخدمة الاجتماعية كمهنة تأتي في المرتبة الثانية كتوجه أساسي ، وإن الأهمية تكمن في فهم كيف تطورت الخدمة الاجتماعية إلى أن وصلت إلى ما هي عليه وهي تمارس وفقاً لتصور مفاهيمي محدد ،إن ممارسة الخدمة الاجتماعية المعاصرة هي ذلك الناتج الموروث لتلك الاستجابات لحاجات واهتمامات الذين تمارس معهم الخدمة الاجتماعية ولأجلهم في أوقات ومواقف متعددة . إن الاستجابة للحاجة كانت عادة ما تتأثر بالأحداث الزمانية والمواقف الفلسفية السائدة في ذلك الزمن من ناحية ، والقاعدة المعرفية ، واهتمامات الرعاية الاجتماعية ، والأحداث الاجتماعية والسياسية والاقتصادية من ناحية أخرى . إن تطور مهنة الخدمة الاجتماعية وقاعدتها النظرية على صلة مباشرة بتطور الرعاية الاجتماعية في الولايات المتحدة الأمريكية . وإن الرعاية الاجتماعية والخدمة الاجتماعية شيان مختلفان وأي فهم للممارسة العامة للخدمة الاجتماعية المعاصرة يتعزز بفهم تطورها كمهنة وبخاصة الطريقة التي تطورت بها نظرية الممارسة ، وهذه تشمل إعطاء بعض الاهتمام للتصورات المفاهيمية المبكرة للممارسة المهنية .

لقد بدأت الخدمة الاجتماعية كمهنة في أواخر القرن التاسع عشر من خلال بعض النشطة التطبيقية أو صدور بعض الكتابات التي تؤسس المنطلقات الفكرية للخدمة الاجتماعية.

ورغم أن جذور الخدمة الاجتماعية في الغرب تمتد إلى الموروث الديني اليهودي / والمسيحي ، فألحها مهنة حديثة جداً وفتية ، عاشت وتعيش حالة نمو ليس في اهتماماتها ، وظروف التغير التي يمر بها المجتمع ، بل أيضاً في معارفها ، وقيمها ، ومصادرها ، الأمر الذي يدعو كل المهنيين للتغير والتطور لمقابلة التغيرات الدائمة عبر الزمن . وكيفية التصدي لها (19،59).

العمل في شكل فريق متعدد الاختصاصات في التصدي المشكلة التسول :

إن العمل في شكل فريق متعدد الاختصاصات في التصدي المشكلة التسول على غاية من الأهمية ، ويمثل ذلك مهارة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختصاصي الاجتماعي ، وقد يأخذ فريق العمل عدة أشكال بحسب طبيعة عمل المؤسسة ونوع الخدمة المطلوبة ، ومدى الحاجة إلى تنوع التخصصات .

ويغض النظر عن نوع فريق العمل ، فإن الأداء الوظيفي التعاوني مع الآخرين هو الشيء الجوهرى في ذلك الفريق (18، 252) . نسق المساعدة المتعدد الاختصاصيين :

غالباً ما تناقش جهود الاختصاصي الاجتماعي من منظور أن اختصاصي واحد يعمل مع نسق بشري ، وإن ذلك النسق البشري قد يتكون من فرد ، أسرة ، جماعة صغيرة ، تنظيم ، أو مجتمع ، وفي المجتمع المعاصر الذي يتصف بالتعقيد وبثورة المعرفة بالتزامن مع زيادة التخصص في جوانب دقيقة ، أصبح من الصعوبة بمكان تقديم المساعدة المهنية باستمرار من ظرف مهنة واحدة أو تخصص واحد ، على سبيل المثال لا يستطيع الاختصاصي التعامل مع ظاهرة التسول بمفرده لا بالتعاون مع مؤسسات الدولة الأخرى .

وبهذا غالباً ما يكون الاختصاصي عضواً في فريق متعدد الاختصاصات . وأن مشكلات الفرد هي مشكلات مترابطة ومتداخلة ولا يمكن دائماً تقسيمها بوضوح حسب الخيال أو النوع مما قد يؤدي إلى تفصل الممارس الخبير من العمل بمفرده مع مثل تلك المشكلات (التسول) . وعادة ما تتطلب الخدمة الاجتماعية المعاصرة العمل التنسيقى بين عدة أفراد من تخصصات متنوعة أو من نفس التخصص ، مجموعة من الاختصاصيين الاجتماعيين ، أو اختصاصي اجتماعي مع مجموعة من أشخاص شبه مهنيين أو متطوعين ، أو من اختصاصيين اجتماعيين وأولئك المهنيين من تخصصات أخرى .

ويتم استخدام فريق العمل ليمثل عدة مؤسسات أو منظمات عندما تسعى تلك المؤسسات إلى خدمة نفس العدد الكبير من الأفراد. ومثال ذلك عندما تقوم مؤسسات الخدمة الاجتماعية ووسائل الاتصال المتعددة ... الخ والتخطيط التعاوني وتضافر الجهود في خدمة عملاء محددين ،

(المتسولين) . تمثل أهدافاً لهذا النوع من فريق العمل . وقد توفر في بعض الأحيان فرق العمل الخدمات الوقائية أو التخطيط لمثل هذه البرامج .

ويؤدي فريق العمل مهامه عبر ما يسمى " بمؤتمر الحالة " بتشارك أعضاء الفريق في المعارف حول العملاء أو طبيعة الخدمة المقدمة لعمل معين في إطار الخدمات التي تقدمها المؤسسة . وتستعمل المؤسسات الاجتماعية مدخل الفريق المتعدد الاختصاصات في توفير الحاجات النفسية والاجتماعية والصحية والاقتصادية للمتسولين . وبهذا تسمح طريقة المدخل الفريقى من توفير التفاعل بين الاختصاصات المختلفة لتلبية احتياجات العميل الفيزيائية والسيكولوجية ، ويمكن امتداد تطبيق المدخل الفريقى في العمل في المراكز التشخيصية ، ويختلف حجم فريق العمل هذا بحسب الموقف واحتياجات العميل التي يجب التعامل معها . فإن الممارسة (البين / مهن) تتطلب من الاختصاصي الاجتماعي امتلاك المعارف وتطوير الفهم للمهن الأخرى التي يعمل معها في إطار مدخل الفريق المتعدد الاختصاصات .

(18، 245-246).

إن عملية التصدي لهذه المشكلة صعبة وتحتاج إلى تعاون أكثر من مؤسسة في الدولة :
التأكيد على دور الجمعيات الخيرية من خلال تقديم المعونات للأسر المحتاجة من خلال تقديم المعونات للأسر المحتاجة ومحاولة إيجاد عمل بالتعاقد مع الأشخاص الراغبين في العمل والمساهمة في تقديم الخدمات في مكاتب الخدمة الاجتماعية وتفعيل دورها في الإحياء السكانية .

الخدمة الاجتماعية ((الشؤون الاجتماعية)) إجراء الدراسات الاجتماعية اللازمة للكشف عن الأسباب الحقيقية للمشكلة وأسباب انتشارها و طرح توصيات للحد منها.

توعية المجتمع بالمشكلة وآثارها من خلال نشر برامج التوعية حول التسول وآثاره ومضاره سواء عبر وسائل الإعلام أو عن طريق عقد ورشات توعوية لأفراد المجتمع ن ليكون المجتمع مسانداً حقيقياً في عملية مكافحة الظاهرة .

- دعم المراكز المتخصصة بمكافحة التسول بتسويدها بعدد مناسب من الموظفين المؤهلين ، وزيادة عدد هذه المراكز والسعي لانتشارها في الأماكن التي تكثر فيها الظاهرة .

- وضع القوانين الرادعة ، وتطبيقها دون تراخي على من يقف خلف هذه المجموعات ويستغلها لتحقيق مكاسب شخصية .

- تفعيل دور الشرطة وإشراكهم في عملية القبض على المتسولين .

الإجراءات المنهجية للدراسة :

1- منهج الدراسة :

أعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي.

2- عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من 20 حالة من المتسولات داخل مدينة طرابلس في كل من منطقة أبو سليم ، منطقة باب بن غشير ، منطقة الكرمية . كان اختيار الحالات التي تمتهن التسول بطريقة الصدفة تم وجودهم في حالة التسول ، في الاسواق ومحلات الملابس والشوارع . وهذا حسب درجة التجاوب والاستعداد للإجابة على أسئلة ؛ إذ بعض المبحوثات رفضن الإجابة وقد احترمت هذه الخصوصية.

3- أداة الدراسة :

اتبعت الدراسة أسلوب المقابلة غير مقننة ، أي مقابلة مفتوحة حول موضوع الدراسة ، حيث قامت الباحثة بمقابلة عدد من المتسولات من مختلف الأعمار ، وفي أثناء ذلك حدث بيني وبينهم مناقشات حول بعض الجوانب المختلفة بالموضوع ، وساعد هذا الأسلوب الباحثة على رصد أسباب التسول وتحليل بعض الحالات الخاصة بالفرد المتسول ، وماذا أمتهن هذه المهنة دون غيرها .

4- الأساليب الإحصائية : النسب المئوية والمتوسط الحسابية.

مناقشة وعرض وتحليل المعلومات والبيانات

جدول (1) يبين أعمار أفراد العينة

الاعمار	التكرار	النسبة
أقل من 15-22	5	25%
27	2	10%
40	3	15%
55	8	40%
70	2	10%
المجموع	20	100.0

يوضح الجدول أن أعمار أفراد العينة كانت أعلى نسبة من الاعمار 55 سنة بنسبة 40 % بينما أقل من 15-22 سنة بنسبة 25 % . كانوا يتمتعون بحسن الهيئة حيث كانوا يرتدون ملابس جيدة لا توحى بحاجتهم للتسول ، كما أن ملامحهم حسنة ولا تدل على سوء أحوالهم المعيشية .

جدول (2) يبين المستوى التعليمي لأفراد العينة

المستوى التعليمي	التكرار	النسبة
أمي	11	55%
أساسي	9	45%
المجموع	20	100.0

يبين جدول رقم (2) أن أعلى نسبة من المبحوثين الأميين بلغت 55% يليها عدد المستوى الأساسي في التعليم والبالغ عددهم (9) بنسبة 45% . أن النسبة الغالبية من المبحوثين أميين مما يدل على عدم وجود وعي ثقافي مما يدفعهم للتسول .

جدول (3) يبين مكان السكن للأفراد العينة

مكان السكن	التكرار	النسبة
داخل طرابلس	8	40%
خارج طرابلس	12	60%
المجموع	20	100.0

نلاحظ من الجدول 3 أن أفراد العينة كان أغلبهم من خارج مدينة طرابلس بنسبة 60%، وتمثلت تلك المدن في كل : بنغازي وعددهم اثنان ، ورشانة وعددهم 4 ، وتاورغاء عددهم 5 ، الجبل 1.

جدول (4) يبين نوع السكن

نوع السكن	التكرار	النسبة
ملك	8	40%
إيجار	12	60%
المجموع	20	100.0

من خلال الجدول يبين أن أعلى نسبة من المبحوثين بنسبة 60% تتخذ مساكن للإيجار في مدينة طرابلس ؛ وذلك لتقريب المسافة لمكان التسول حيث إن سكنهم الأصلي في المناطق المشار إليها في الجدول السابق .

جدول (5) يبين الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	التكرار	النسبة
أعزب	3	15%
متزوج	2	10%
مطلق	2	10%
ارامل	13	65%
المجموع	20	100.0

يتبين من الجدول 5 أن أعلى نسبة من المبحوثين كانت ارامل بنسبة 65%. وهذا يتفق مع نتائج دراسة سعاد راضي الاعرجي (2017)، بعنوان التعرف على الظروف الشخصية والأسرية والاجتماعية لممارسي التسول، بأن التفكك الأسري ووفاة الوالدين كانت السبب في ممارستهم للتسول .

جدول (6) مهنة أفراد العينة

مهنة أفراد العينة	التكرار	النسبة
بدون عمل	6	30%
معاش التضامن	14	70%
المجموع	20	100.0

وحسب ما ذكره من دواعي للتسول تمثل في عدم سد احتياجاتهم اليومية لمن لديه أسرة أو يحتاج لعلاج أو مستلزمات الأطفال ، أو إيجار . لأن نسبة 70% من أفراد العينة يتقاضوه مرتبات معاش التضامن . على الرغم بأن المطلقات والأرامل يتقاضون معاش تضامني 900 دينار في الشهر تقريباً في الوقت الحالي.

جدول (7) يبين عدد أفراد الأسرة

عدد أفراد الأسرة	التكرار	النسبة
6	5	25%
8	15	75%
المجموع	20	100.0

إما فيما يتعلق بعدد أفراد الأسرة فقد كان أعلى عدد أفراد الأسرة 8 أفراد بنسبة 75%، فكلما زاد عدد الأفراد زادت احتياجاتهم ومتطلباتهم .

جدول (8) يبين جنسية أفراد العينة

الجنسية	التكرار	النسبة
لبيي	15	75
غير لبيي	5	25
المجموع	20	100.0

وفيما يتعلق بجنسية أفراد العينة فقد اتضح أن ما نسبته 75% من أفراد العينة كانوا من لبيي، بينما 25 % منهم كانوا من جنسيات عربية أخرى ، اثنتان من سوريا ، واثنان من مصر . واحدة من تونس .

جدول (9) يبين القائمين على التسول من أفراد العينة

القائمين على التسول	التكرار	النسبة
نساء	20	100.0
المجموع	20	100.0

نلاحظ من الجدول أن كل العينة كانت النساء بنسبة 100.0 . من خلال المقابلة أشار بعض المبحوثين إلى أنهم يتلقون مساعدات في الأعياد من الجوامع والأقارب ولكن لا يكفي المصاريف اليومية .

استمارة استبيان عن طريق المقابلة

جدول (10) يبين العوامل المؤدية للتسول

ر.م	الفقرات	موافق		لا وافق		إلى حد ما		المتوسط الحسابي	الرأي السائد
		ك	%	ك	%	ك	%		
1	تؤدي المعاملة القاسية من قبل الاهل للتسول	4	20	12	60	4	20	0.6	11
2	هل التعرض الحرمان العاطفي للأسرة أدى بك للتسول	2	10	16	80	2	10	0.3	12
3	التفكك الاسري الذي يعيش فيه المتسول	15	75	5	25	-	-	2.25	5
4	الخلافات المستمرة بين أفراد الأسرة أدى بك للتسول	15	75	5	25	-	-	2.25	5
5	وجود أطفال بدون أسر تحميهم وترعاهم	15	75	2	10	-	-	2.25	5
6	تزايد حالات الطلاق التي تؤدي إلى تفكك الأسرة	2	10	13	65	5	25	0.3	12
7	وجود أب من أصحاب ذوي الإعاقة	5	25	15	75	-	-	0.75	10
8	وفاة صاحب الأسرة	18	90	2	10	-	-	2.70	2
9	الوراثة المهنية تعلم المتسول مهنة ابيه	5	25	15	75	-	-	0.75	10

10	غلاء المعيشة وارتفاع الاسعار	20	100.0	-	-	-	-	3	1
11	انخفاض مستوى دخل الاسرة	20	100.0	-	-	-	-	3	1
12	هل ارتفاع نسبة البطالة	6	30	13	65	1	5	0.90	9
13	عدم قيام الشؤون الاجتماعية بعطاء منحة سنوية للأرامل	15	75	3	15	2	10	2.25	5
15	عدم وجود أو تحديد جهة مختصة لمتابعة التسول في ليبيا	9	45	9	45	2	10	1.35	8
16	ضعف الدور الرقابي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية	18	90	2	10	-	-	2.70	2
17	الهجرة من منطقة إلى أخرى بسبب الحروب	13	65	7	35	-	-	1.95	7
18	تقبل المجتمع انتشار المتسولين ساعد على انتشار التسول	13	65	7	35	-	-	1.95	7
19	عدم اهتمام منظمات المجتمع المدني بمتابعة المتسولين	15	75	-	-	5	25	2.25	5
20	عدم توفر فرص عمل	17	85	3	15	-	-	2.55	3
21	الفقر والجهل وسوء الوضع المعيشي	6	30	11	55	3	15	0.90	9
22	اتخاذ التسول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل الشبكات التسول التي تستغل الأطفال والنساء والمعاقين من أجل زيادة أموالهم	14	70	5	25	1	5	2.10	6
23	ضعف وسوء توجيه وسائل الاعلام من كتب ومجلات وإذاعة وتلفزيون	12	60	6	30	2	10	1.80	7
24	نقص الوازع الديني	16	80	-	-	4	20	2.40	4

يتضح من الجدول (10) وفقاً للرأي السائد والتي جاءت في الترتيب الأول كل من أن غلاء المعيشة وارتفاع الاسعار و أيضاً انخفاض مستوى دخل الاسرة بنسبة 100 %. حاجة المتسول للمال وانخفاض مستوى دخل الأسرة ، وغلاء المعيشة بنسبة 100.0. آراء المبحوثين أن الدافع للتسول هو الحاجة للمال يعتبر ضروري للحياة.

إن الأسباب والعوامل الأسرية والتي منها وفاة صاحب الأسرة بنسبة 90 % ، وكثرة عدد الأبناء في العائلة الواحدة بنسبة 95%، تعتبر أحد أسباب التسول في المجتمع الليبي . وهذا يتفق مع دراسة سعاد راضي ، 2017، ودراسة أنسية دوكم ، 2005 ، بأن وفاة الوالدين كانت السبب في ممارستها لتسول . وجاء أيضاً ضعف الدور الوقائي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية بنسبة 90%، وعدم وجود أو تحديد جهة مختصة لمتابعة التسول في ليبيا

45% موافق و يدل ذلك على ضعف الدور الرقابي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية وعدم وضع برامج منظمة للأسر المحتاجة وخاصة الأرامل والمطلقات وتطبيق قوانين حماية الأسرة وتلبية احتياجاتها وخاصة النساء حتى لا يتعرضن إلى الاستغلال والتسول ، فلابد من تفعيل دور الشؤون الاجتماعية لمتابعة وحصر المتسولين في الشوارع والمجالات بالقيام بمسح شامل ومكثف وجمع المعلومات والحقائق عنهم ، بالتعاون مع مؤسسات الدولة لأخرى . وهذا يدل على أن هناك تقصير من مؤسسات الدولة في التصدي لهذه الظاهرة . وهذا ما جاء في الدراسات السابقة منها دراسة ابتسام وامال حديدان ، 2021 والكتب ذات العلاقة بالموضوع بأن في العمل الاجتماعي لأبد من استخدام استراتيجية التمكين وبناء القدرات للتصدي لظاهرة التسول والذي يتمثل في تجميع البيانات حول الأسرة والأفراد الذين يقومون بالتسول ، والتعرف على ظروفهم ومدى احتياجاتهم للمساعدة والعون ومساعدتهم في حال حاجتهم

للمساعدة . أيضاً عدم توفر فرص عمل بنسبة 85 % . وعدم اهتمام منظمات المجتمع المدني بمتابعة المتسولين بنسبة 85 % ، ونقص الوعي الديني بنسبة 80 % . حيث إن أغلبية المبحوثين لا يعرفون ماحكم الشرع في قضية التسول من خلال المعلومات التي تم جمعها والتي تمثل وجهة نظر الفئة المتسولة بأن عدم اهتمام المجتمع المدني بالمتابعة وبالتعاون مع الجهات الأخرى في الدولة كان من أهم الأسباب التي أدت لانتشار ظاهرة التسول ، وهذا يدل على عدم وجود وعي وتدني المستوى الثقافي لدى المتسولات بشكل عام والوعي الديني بشكل خاص .

التفكك الأسري الذي يعيش فيه المتسول والخلافات المستمرة بين أفراد الأسرة ، ووجود أطفال بدون أسر تجمعهم وترعاهم بنسبة موافق 75 % . كل هذه العوامل تدفع النساء إلى الشعور بالتوتر في العلاقات الأسرية وعدم الاستقرار وفقد العطف والحنان والحب إلى الهروب لشارع وممارسة المنهن الهامشية أو التسول أو السرقة .

اتخاذ التسول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل شبكات التسول التي تستغل النساء والأطفال والاشخاص ذوي الإعاقة من أجل زيادة أموالهم بنسبة 70 % . حيث أشاروا إلى أن التسول لا يكلف أي جهد أو تعب . الحروب التي تتعرض لها البلاد جاءت موافق بنسبة 65 % حيث أن الحروب التي تعرض لها المجتمع لليبي جعلت الأسرة بلا معيل مما دفع النساء إلى التسول لإعالة أطفالهم . وأيضاً الهجرة من منطقة إلى أخرى بسبب الحروب موافق بنسبة 65 % .

تقبل المجتمع انتشار المتسولين ساعد على انتشار ظاهرة التسول موافق بنسبة 65 % إذ يغلب على المجتمع الليبي العاطفة والعطفية والإحسان فيعطون المال فلنا منهم أنهم محتاجين . وضعف وسوء توجيه وسائل الإعلام من كتب ومجلات وإذاعة وتلفزيون بنسبة 60 % .

نتائج الدراسة :

- 1- إن نسبة انتشار ظاهرة التسول كانت بين النساء بنسبة 100.00 % .
- 2- كثرة عد الأبناء في العائلة الواحدة أحد أسباب التسول بنسبة 95 % .
- 3- غلاء المعيشة وارتفاع الاسعار وانخفاض دخل الأسرة أحد أسباب التسول .
- 4- ضعف الدور الرقابي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية بنسبة 90 % .
- 5- عدم اهتمام منظمات المجتمع المدني بمتابعة المتسولين بنسبة 75 % .
- 6- اتخاذ التسول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل شبكات التسول التي تستغل النساء والأطفال والاشخاص ذوي الإعاقة من أجل زيادة أموالهم بنسبة 70 % .
- 7- ضعف وسوء توجيه وسائل الإعلام من كتب ومجلات وإذاعة وتلفزيون بنسبة 60 % .
- 8- نقص الوعي الديني بنسبة 80 % .

التوصيات والمقترحات :

- 1- على وزارة الشؤون الاجتماعية القيام بدراسات مسحية شاملة لكل مناطق ليبيا لجمع البيانات والحقائق على حجم وسبب انتشار التسول وخاصة لدى النساء .
- 2- تخصيص نفقات شهرية من وزارة الشؤون الاجتماعية للأسر المحتاجة ورعايتهم اجتماعياً ونفسياً .
- 3- تقديم الرعاية الاجتماعية والنفسية للنساء الأرمال .

- 4- التنسيق بين وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ووزارة الداخلية لمحاربة هذه الظاهرة ومحاسبة كل من يجبر النساء على التسول .
- 5- القيام بالبحوث والدراسات الخاصة بالتسول من منظور العمل الاجتماعي .
- 6-توعية المجتمع بظاهرة التسول عن طريق كل وسائل التواصل الاجتماعي .
- 7- دعم الجوامع والجمعيات الخيرية الموجودة في كل المناطق وذلك لاتصالهم المباشر بالأسر المحتاجة داخل مناطقهم

قائمة المصادر والمراجع:

- 1-إيتسام و أمال ميلاد حديدان ، دور الخدمة الاجتماعية في التمكين وبناء القدرات للتصدي لظاهرة التسول ، طرابلس ، مؤتمر بعنوان التحديات الأمنية بالمجتمع الليبي - المشكلات والحلول،(2021).
- 2- ابن منظور ، لسان العرب ، ط3 ، ج6 ، تحقيق عبد الله علي الكبير وآخرون ، مصر ، دار العرب ، القاهرة ، 2020.
- 3- حامد زهران ، التسول في مصر مشكلة التسول لدى الكبار وأسبابها الاقتصادية والاجتماعية ، مصر ، 1985.
- 4- أنيسة دوكم ، أطفال الشوارع (الظاهرة - الأسباب - الآثار - مقترحات للمعالجة ، مؤتمر الطفولة الوطني الأول ، من أجل شخصية متوازنة للطفل وحمايته وتنمية قدراته ، مركز التأهيل والتطوير التربوي ، جامعة تعز، 16-18 مايو 2005.
- 5-حسن محمد حسن ، التهجير القسري في العراق في قضاء خائقين ، مجلة الفتح ، العدد34، 2008.
- 6- حسان بوسرسوب ، دور المسجد في نشر الوعي البيئي المستدام من منظور سوسيوديني ، مجلة الديمقراطية العبي للدراسات الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية ، برلين ، ألمانيا ، 2020.
- 7- زينب هاشم عبود ، العوامل الاجتماعية لظاهرة التسول وسبل معالجتها من وجهة نظر أساتذة الجامعات ، دراسة ميدانية في مدينة بغداد ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية الاساسية ، قسم الارشاد التربوي والتوجيه النفسي ، مجلة إداب المستنصرية ، العدد 88-كانون الأول، 2019 .
- 8-سامي عصر ، أطفال الشوارع ، الظاهرة والأسباب ، المجلس العربي للطفولة والتنمية ، القاهرة، 2000.
- 9-سعاد راضي الاعرجي، ظاهرة التسول وطرق معالجتها ،دراسة ميدانية في مدينة بغداد ، مجلة كلية التربية للبنات ، المجلد 28، العدد 1، 2017.
- 10-صالح عبد الله الفضياني ، ظاهرة التسول وكيفية علاجها في الفقه الإسلامي ، مجلة الدراسات الاجتماعية ، جامعة العلوم والتكنولوجيا ، صنعاء اليمن ، مجلد (9) العدد(17) ، 2004 .
- 11-فاطمة حميد ناصر المعموري ، أسباب ظاهرة تسول الأطفال في مركز بابل محافظة بابل ومعالجتها ، مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية ، المجلد 27 ، العدد 2 ، 2019 .
- 12-فؤاد الصلاحي ، أطفال الشوارع في اليمن ، نوفمبر 2007 .
- 13-عادل الشرجي ، التسول ،دراسة انثربولوجية عن التسول في العاصمة صنعاء ، 1999.
- 14-عبد الرحمن سيد سلمان ، الإعاقة البدنية ،القاهرة ، مكتبة الزهراء ، 2004.
- 15-عبد الله غنم ، اسباب جنوح الاحداث في مدينة الرياض ، جامعة نايف للعلوم الامنية ، الرياض ، كلية الدراسات العليا، 2000.
- 16-عطية فيليب ، أمراض الفقر : المشكلات الصحية في العالم الثالث " سلسلة عالم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت ، الكتاب رقم 116 مايو، 1992.
- 17- علي بن إبراهيم النملة ، العمل الاجتماعي والخيري ، التنظيم - التحديات - المواجهة ، ط2 ، بيروت -لبنان ، 2014.

- 18- لويس س . جنسن . وستيفن ح . بايبيكي ، ممارسة الخدمة الاجتماعية من مدخل الممارسة العامة ، ترجمة ، عياد سعيد امطير، طرابلس ، دار النخلة للنشر ، 2021.
- 19 - كارلا كروغسرود ما يلي ، الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية مدخل التمكين ، ترجمة ، عياد سعيد امطير ، طرابلس ، دار النخلة للنشر ، 2023.

التلوث البصري للواجهة البحرية لمدينة طرابلس

أ. نعيمة صالح علي ضؤ

المقدمة :

إن البيئة العمرانية للمدن تعكس الهوية الحضارية لسكانها ثقافياً واجتماعياً واقتصادياً، لكن مع التطور والنمو الحضري المتسارع غير ملامح المدينة نتيجة لما شابهها من تحولات جذرية اقتصادية ، سكانية ، معمارية، تلاصقت فيها المباني وزادت الكثافات السكنية بها لارتفاع اعداد قاطنيها ، فواجهت هذه المدن العديد من المشاكل الحضرية خاصة البيئية منها و المتمثلة بداية بتلوث الهواء و التربة مروراً بالتلوث الضوضائي وصولاً الي التلوث البصري والاخير مجال هذه الدراسة والذي يعد من الملوثات التي لها انعكاس سلبي على الصحة النفسية وانعدام الارتباط بالذوق العام من اتباع لسلوكيات خاطئة أدت الي تشويه المنظر العام للمحيط العمراني الذي يفترض فيه التناسق مع البيئة والمحيط الاجتماعي والثقافي مما يوفر الراحة النفسية والجسدية للإنسان .

ومدينة طرابلس كغيرها من مدن العالم الرئيسية تشهد تلوث بصري في محيطها العمراني نتيجة لنمو المتسارع للمدينة والذي شهدت خلال فترة قصيرة وبصورة كبيرة جداً أدت إلى الإخلال بالتوازن العمراني لها صاحبه تلوثاً بصرياً أحل بالذوق العام للمدينة خاصة فيما يتعلق بالواجهة البحرية للمدينة والتي يفترض فيها ان تكون متنفس جمالي للمدينة يعطي الراحة لسكان المدينة وملجأ لهم من ضغوطات الحياة الحضرية لدى جاءت هذه الدراسة متناوله للتلوث البصري للمدينة في واجهتها البحرية وقسمت هذه الدراسة بعد الإطار النظري من تحديد للمشكلة البحثية وتوضيح لأهدافها وأهميتها ومنهجيتها وادراجاً لبعض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع التلوث البصري - الي ثلاث مباحث نتناول المبحث الاول تعريف مفهوم التلوث البصري واسبابه وانواعه واضراره ، وجاء المبحث الثاني متناولاً مفهوم البيئة العمرانية والادراك الذهني للبيئة العمرانية بينما تناول المبحث الثالث :- الواجهة البحرية لمدينة طرابلس تطورها ومظاهر التلوث البصري بها، منتهيه بنتائج لهذه الدراسة ووضعت بعض التوصيات على اساسها ثم ختمت بخاتمة وقائمة للمراجع .

تحديد مشكلة الدراسة: -

إن موقع مدينة طرابلس على تنوء صخري في تداخل مع البحر جعل منها مدينة ذات اهمية لمحيطها منذ نشأتها فنمت وتطورت عبر عصورها المختلفة شهدت خلالها حركة تطوير وتنمية لواجهتها الساحلية كبوابة للمدينة ومرآة لهويتها الثقافية والحضارية، إلا ان هذا المعلم الحضري يواجه في بعض أجزائه تشويهاً بصرياً قد يؤثر على الذوق العام للنسيج المعماري للواجهة، لدى فهذه الدراسة جاءت

متناولة لموضوع التلوث البصري في صياغة الإشكالية البحثية في التساؤلات التالية :-

ماهي مظاهر التلوث البصري للواجهة البحرية للمدينة وماهي اسبابه؟

كيف يمكن التغلب واخذ من مظاهر التشويه البصري للواجهة البحرية للمدينة؟

أهدافها:

إن موضوع التلوث البصري للواجهة البحرية بعد ذا أهمية خاصة للمدن الساحلية كمدينة طرابلس الذي كان نتاج نمو حضري متسارع أدى الي وجود تشويه بصري في بعديها العمراني والطبيعي فكان من اهداف هذه الدراسة من خلال تناول هذا الموضوع هي: -

التعريف بمفهوم التلوث البصري والواجهة البحرية.

توضيح تطور ونمو الواجهة البحرية وما مرت به من تطورات إنشائية لتحسين مظهرها.

القاء الضوء على مظاهر التلوث البصري الموجود بهذه الواجهة.

محاولة وضع بعض المقترحات للحد من هذه الظاهرة.

أهميتها:

تتمثل أهمية الدراسة في أنها: - تتناول موضوعاً ذا أهمية في مجال التخطيط الحضري لم يقتصر وجوده على مدن الدول النامية وإنما عانت منه حتى الدول المتقدمة سابقاً مما ألجأها إلى الاهتمام بهذا المعلم لما يمثله من دليل على هوية المدينة تاريخياً واقتصادياً واجتماعياً بالرغم من صعوبة قياسه بصورة دقيقة للإحتلاف في درجات التذوق الجمالي إلا أنه يمكن الاستدلال عليه وفقاً لذوق العام ومعايير التخطيط العمراني للمدن.

فرضياتها:

لقد تم صياغة بعض الفرضيات لهذه الدراسة في محاولة لأجابه عليها وفقاً لمتطلبات الدراسة وهي: -
إن العامل البشري كان المؤثر الأول في انتشار ظاهرة التشوه البصري بالواجهة البحرية.
إن عدم تطبيق مخططات تنمية الواجهة بمراحل متتالية وبصورة مباشرة أدى إلى وجود تجاوزات وتعديات عليها.
انعدام تطبيق التشريعات المختصة بالمعايير العمرانية كان سبباً في حدوث مشاكل حضرية.

منهجية الدراسة وأدواتها:

لقد تم في هذه الدراسة الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي لهذه الظاهرة على اعتبارها أنها ظاهرة واضحة ملموسة قد نالت اهتمام المختصين في مجال التخطيط الحضري، فقد تم الاطلاع على بعض الدراسات والكتب التي تناولت هذا الموضوع بالإضافة إلى التقارير وشبكة المعلومات (الانترنت) كما تم استخدام الدراسة الاستطلاعية والتي كان الاعتماد عليها بصورة كبير في تحليل هذه الظاهرة للوقوف على بعض مظاهر التشويه البصري بالمنطقة المحددة بالدراسة.

حدود الدراسة :

تتمثل حدودها في:-

الحدود المكانية : تناولت الدراسة مدينة طرابلس التي تقع على الجزء الشمالي الغربي ليبيا على دائرة عرض 32.560 شمالاً وعلى خط الطول 13.100 شرقاً، الجزء المستهدف من الدراسة هي الواجهة البحرية للمدينة والتي تمتد غرباً حتى مدينة جنزور عند خط طول 13.40 وشرقاً حتى مدينة تاجوراء 30.350 عند خط طول 13.210 بمسافة تبلغ حوالي 29.700 كيلومتر بالتركيز على الجزء الشرقي الذي يمثل الواجهة البحرية بما يمثله الميناء والمطار من عناصر فاعلة في جغرافية هذه الواجهة.
الحدود الزمنية:- امتدت الدراسة بحدودها الزمنية للفترة الدراسية - فصل الخريف 2022م.

الخريطة رقم (1) موقع الواجهة البحرية لمدينة طرابلس



المصدر :- من عمال الطلبة استخدام نظم المعلومات الجغرافية

الدراسات السابقة:

إن التلوث البصري وما يمثله من تشويه لمراة المدينة الجمالية الذي أعتبره البعض ليس بقضية مهمة إذا أنه يعتمد بشكل خاص على أذواق الناس وهو بذلك قضية جمالية نسبية لذا فهو لا يمثل مشكلة حضارية فلم ينل حظه من البحوث البيئية للمناطق الحضرية إذ يصعب قياسه ، كما أنه يخضع لقوانين وتشريعات أقل اهمية من المشاكل الحضرية الاخرى كتلوث الماء والهواء و الضجيج مثلاً، بينما يرى البعض آخر أنه من المشاكل التي تؤثر بصورة مباشرة على الصحة الانسان من قلق وتوتر واكتئاب يؤثر إجمالاً على الصحة الجسدية، فقد أثبتت دراسة ان 45% من مساكن تطل على مناظر غير جذابة او مريحة عرضة الاكتئاب من غيرهم، وان للبيئة المادية تأثير على مستويات الإجهاد والصحة النفسية، ففي دراسة اجريت في تكساس بينت أن الذين يقودون سياراتهم داخل شوارع المدينة ترتفع لديهم مستويات التوتر اكثره من يقودون سياراتهم في بيئات ريفية أو طبيعية، وعلى الرغم اختلاف الآراء أجمالاً حول اهمية وتأثير التلوث البصري.

إلا أنه هناك العديد من الدراسات التي اجريت لتفسير وتحليل تأثير التلوث البصري واشكاله واسبابه، ومن هذه الدراسات على المستوى المحلي.

دراسة سنان تناول فيها تأثير التشوهات في التكوين البصري للمباني على البيئة العمرانية بمدينة الخمس، إذ تعرضت هذه الدراسة لمشكلة التلوث البصري الذي يؤدي الى مشكلات نفسية وجسدية تبدأ بالقلق والتوتر والضغط النفسي وما يصاحبه من أمراض مزمنة، فهدفت هذه الدراسة الي التعريف بالتلوث البصري ومصادره واسبابه ومكونات البيئة البصرية والعمرانية وفهم إدراك محددات التلوث

البصري في مدينة الخمس من خلال أسس ونظريات التشكيل العمراني، وتوصلت هذه الدراسة إلى وجود تباين في أشكال المنشآت بين القديمة والحديثة في الموقع الواحد وإن التكامل المادية في تحديد مواد التشطيب النهائية تقف حائلاً دون اعتماد مواد تشطيب معينة تعطي للمبنى شكلاً جمالياً، كما أن واجهات المباني مخالفة لما تم اعتماده من البلدية وغياب الجماليات في التصميمات الحديثة للمباني كما أن الطابع المعماري لا يتماشى مع البيئة الثقافية والاجتماعية للمدينة. (سنان، تأثير التشوهات في التكوين البصري للمباني على البيئة العمرانية.

(5 : 639 – 652)

في دراسة الهدار لأثر التلوث البصري على جمالية مدينة زليتن هدفت للتعريف بمظاهر التلوث البصري وأشكاله بالمدينة وإلى تحديد أسبابه وأثاره السلبية على السكان المدينة ومحاولة وضع مقترحات وحلول لهذا المشكلة توصلت هذه الدراسة إلى نتائج مفادها افتقار منطقة الدراسة إلى شخصية وطابع معماري موحد سواء في الشكل أو الحجم واختلافاً في الانماط بين قديمها وحديثها وقد استغلت أسطح المباني خاصة المباني الشعبية منها وأقفلت بعض الشرفات، وبروز مشاكل مرورية تتمثل في الاختناق المروري وقلة مواقف السيارات وقصور شبكة الصرف الصحي انتشار اللوحات علانية والدعاية غير منتظم وبالإضافة إلى المخلفات والقمامة وغيرها من المشاكل الحضرية. (المدار، أثر التلوث على جمالية المدينة لمدينة زليتن كنموذج ، سنة 2017 م ، (4: 60 – 83)

دراسة باوراث والتي تناولت دراسة مظاهر التلوث البصري في بعض أحياء مدينة جدة وهي دراسة مقارنة هدفت فيها الباحثة للتعرف على التلوث البصري وأهم مظاهره والأسباب التي أدت إلى ظهوره وتأثيره على الصحة النفسية والجسمية للإنسان و تطبيق ذلك على أرض الواقع من خلال استخدام المنهج الوصفي التحليلي في دراسة مظاهر التلوث البصري في أحياء المدينة والمقارنة بينها في مستويات التلوث بمعرفة أكثرها تركيزاً بمظاهر التلوث البصري، توصلت إلى أن الأحياء المدروسة يتباين فيها التلوث البصري بين التركز بمظاهره وبين ماهي خالية من هذه المظاهر بصورة كبيرة. (باوراث ، دراسة مظاهر التلوث البصري في بعض الأحياء مدينة جدة ، 2022 م ، (1: 170 – 198) .

المبحث الاول التلوث البصري :

مفهوم :

تعد ظاهرة التلوث البصري من أهم المشاكل الحضرية المعاصرة التي تتعرض لها المدن في الوقت الحالي أصبحت ذات اهتمام من قبل المختصين بعد انتشارها فهذه الظاهرة لا تمس الذوق الجمالي عند الإنسان فقط وإنما تمتد لتشكل تهديداً لصحته النفسية وضياح هويته الحضارية، وقد ورد العديد من التعريفات لتلوث البصري فهو تغير غير مرغوب فيه لأحد عناصر البيئة يؤدي لاختلال توازنها مما يسبب الإحساس بالنفور فور رؤية تلك المناظر والمظاهر غير الجمالية المنفرة لعناصر البيئة المحيطة، وهو مصطلح يطلق على العناصر البصرية غير الجذابة بسبب انعدام الذوق الفني واختفاء الصورة الجمالية.

ويطلق على التلوث البصري بالفضاء البصرية والتلف البصري فهو يشير إلى العناصر التي تؤثر سلباً على البيئة البصرية من خلال الإساءة إليها وتشويهها، والتلوث البصري على عكس الأنواع الأخرى من التلوث فهو غير مؤدي فيزيائياً تأثيره بشكل مباشر فقد يقتصر تأثيره على التدفق الجمالي للإنسان في مرحلته الأولى ليؤثر بالتالي عليه جسدياً.

فالتلوث البصري يمكن تعريفه بأنه تلك التحولات غير مرغوب فيها في عناصر المحيط الحضري كالبنايات والفضاءات والطرق والذي يعطى انطباعاً بعدم التوازن للوسط الطبيعي والوظيفي والاجتماعي والقيمي.

أ. نعيمة صالح علي ضو

أي أنه هو ذلك التشويه للصورة العامة للوسط الحضري والذي يفقد جماله، فعين الانسان عند التقاطها لمثل هذا التشويه وما تثيره في الجملة العصبية المستولة عن شبكة الابصار تعطي مؤشرات بعدم الراحة النفسية وخلل التدفق الفني، أي إختفاء الصورة الجمالية للمحيط البيئي بجميع تفاصيله.

عناصر التلوث البصري:-

يشمل مفهوم التلوث البصري كل عناصر البيئة التي تمس السكان وتعتبر غير مقبولة لدى فهي تعتبر مسألة نسبية ترتبط الخلفية الثقافية والاجتماعية والاقتصادية الغير مسئولة بسبب غياب وقصور الوعي الاجتماعي والثقافي.

فظاهرة التلوث البصري تشمل كافة نواحي البيئة العمرانية ومظاهر سلوك السكان اليومية وتغير النواحي الجمالية من أشكال وواجهات وفراغات حتى يصبح معها من النادر وجود شارع او حي لا يعاني من مظهر من مظاهره، ويمكن إنجاز بعض عناصر ومظاهر التلوث في :

1. فوضى عمرانية:- وتتمثل فيما أصاب العمران من تغير في نمط العمران وشكله فقدت معه المدينة هويتها وطابعها ومكانتها كمدن لها طابع وتاريخ وتراث خاص بها لتصبح معه مدن ليست ذات صلة بثرائها غير متجانسة حضارية ومن الامثلة :-
 - واجهات المباني التي تعددت بها الاشكال الهندسية المعمارية بطابعها المختلف فمنها الحديث ومنها القديم ومنها الزجاجي، ليرز التنافر في هذه الطرز المعمارية بل تتنافر مع بيئتها العمرانية ولا تتمثل بها الخصوصية المجتمعية.
 - اختلاف الارتفاعات للمباني والتي لا يراعى فيها الاسس التنظيمية التخطيطية أو اتساعات الشوارع التي تختلف باختلاف البيئات العمرانية.
 - المظاهر الارتجالية المضافة كالزيادة على البناء وإضافة وتقجيل الشرفات والبلكونات، وإضافة مساحات الاعلانات على المباني واختلاف ألوان الدهانات لها.
2. التعديات والتجاوزات في البيئة العمرانية كعربات القمامة او مخلفات البناء وعمليات الحفر، والاكشاك وامكن البيع العشوائية المنتشرة على ارضية الطرقات ، إضافة الى تعديات بعض المجال التجارية والمساكن على أرضية المنشأة والارضية المهدامة والرمال وبقايا البناء واعمال الاشغال العامة التي لا تنتهي.
3. الكتل الخرسانية من الحوائط بين المساكن والعمارات المتعددة الطوابق تختلف عما حولها في الصور غير ملائمة ومتكاملة مع البيئة المحيطة بها نتيجة بما تركه من أثر سلبي كالتأثيرات السلبية في تقسيم الفراغات وقطع التتابع البصري وتحطيم المناظر ذات القيمة لتخلق منظر غير مرغوب فيه ، بالإضافة الى التأثير السيئ الذي يتمثل في الارعاج والتلوث وهدم الخصوصية .
4. تشويه الفراغات الخارجية :- فالتصميم العمراني للفراغات يمكن أن يؤدي الى إشباع حاجة الانتماء عند السكان فيعملوا على المحافظة على بيئتهم السكنية ضد كافة أنواع التلوث ما يحدث في المدن فهو أهو إهمال تام للفراغات العمرانية التي تترك للاستعمالات التجارية لترويج منتج أو لإعلان عن سلعة بدلاً من الاهتمام بتنسيق الفراغ العمراني المتمثلة في وحدات الإضاءة والعلامات الارشادية وأحواض الزهور والنافورات وسلالات المهملات والمظلات وأماكن الاسترخاء .
5. مؤثرات محيطة :- تتمثل في وجود مبنى وطابع غريب في المنطقة ما كوجود مبنى حديث في منطقة تاريخية بما يتنافر مع طابعها وقد يكون المبنى في ذاته مقبولا ولكن البيئة المحيطة به متدهورة غير متناسبة معه .

6. سلوك الانسان وهذا لا يتمثل عنصر يحد ذاته انما هو أحد أسباب التلوث البصري حيث يمثل التعايش الذي ينتج عن معاشة الناس للتلوث البصري الذي يحدث في منطقة ما ثم يعتاده الانسان حتى يصبح جزء من واقعه لا يراه شاذاً إنما بألفه بل سيساهم أيضا بزيادة سلوكياته الخاطئة.

أسباب التلوث البصري :-

أدى التوسع العمراني وعدم الاهتمام بالصورة الجمالية للمدينة في البناء بما يتماشى والبيئة المحيطة الي تدهور هذه البيئة وبالتالي تأثر الصورة البصرية للمتلقين نتيجة لإختلاط وتداخل الأنماط العمرانية بها ، مما أوجد تأثير سلبي على المشهد الحضري للمدينة وهو الشيء غير المرغوب حدوثه فالمدينة هي انعكاس للقيم الجمالية تتناسب مع إرثها الحضاري الخاص بها ويمكن تحديد الحضاري الخاص بها ويمكن تحديد أسباب التلوث البصري في :-

1. أسباب اقتصادية :- تتمثل في ظهور نماذج معمارية مستحدثه متأثرة بثقافات لا تتماشى مع البيئة الحضرية المحيطة بها كما انما اوجدت أيضا في اختلاف في أنماط العمري بين المستويات الاقتصادية بين حديث لبنائه واخر بطراز قديم ، كما ساهمت المحجرة من الريف الي مدينة كثرت المساكن وتراصها مما أوجد العشوائيات.

2. أسباب تخطيطية وهي تنشأ بسبب سوء التخطيط الحضري وكذلك مستوى تصميم المدينة الي ظهور تشوهات في عمارة المدينة وجماليتها.

3. أسباب ثقافية واجتماعية:- وهي ناتجة عن سلوكيات السكان وقصور القوانين وضعف تطبيقها.

4. أسباب ترتبط بمستحدثات العصر:- تمثلت في الانفجار السكاني والتطور التكنولوجي والاقتصادي.

5. أسباب اهمال حماية البيئة والمحافظة على نظافتها.

6. أسباب تتعلق بمتخذي القرار تتمثل في تضارب الآراء والمخططات وعدم الالتزام بتنفيذها المخططات وتطبيق القوانين بشأن المخالفات في المعايير العمرانية .

أنواع التلوث البصري :

يمكن تقسيم أنواع التلوث البصري الي :

- التلوث النقطي :- وهو نوع من التلوث البصري الذي يتركز في مساحة صغيرة كطلاء جزء من المبنى دون غيره.
- التلوث الخطي :- ويشمل ما يمثل الخطوط في العناصر العمرانية كأعمدة الانارة في أوضاعها وعدم انتظامها واسلاك الكهرباء فوق المباني.
- التلوث الكتلي:- يمثل في فقدان المبنى لجوهره ونظامه لتصبح عناصره غير مرتبه لتتهار العلاقة النسبية بين المبنى وما يحيط به من عناصر عمرانية كتجاور مبنين مختلفين في الطراز أو التنافر في المستويات والارتفاع بطريقة مبالغ فيها.
- التلوث المستوى :- وهي تتمثل في الإضافات على المباني في شكل ارجالي لا تتماشى مع طراز المبنى نفسه أو اقفال الشرفات.

أضرار التلوث البصري :

- يتسبب التلوث البصري في أثار سلبية ليس فقط من الناحية الجمالية بل أيضا على الصحة العامة والأمن والاقتصاد فهي :-
- تغيرات الحالة العاطفية: عندما يدرك الانسان بيئته ملوثة بصريا ومربكة فإن هذا يثره ويؤثره مما يسبب القلق طوال مدة النظر، لذلك عند رؤية مشاهد القمامة او اللوحات الاعلانية وحركة المرور فإنها لا تأثير سلبي.

أ. نعيمة صالح علي ضو

- الأمان: يمكن أن يؤدي الكم الهائل للإعلانات التجارية إلى تشتيت الانتباه كما تؤدي إشارات المرور سيئة التصميم إلى حدوث ارتباك لدى السائق مما يجعل معه استحالة إدراك الإشارات والذي قد يسبب وقوع الحوادث كما أن التدهور البصري للطرق يسببه الاجتهاد ويقلل من القدرة على حل المشكلات.

- الأمراض الجسدية والعقلية : أثبتت الدراسات أن التلوث البصري يؤثر على الصحة النفسية والجسدية للإنسان بالتالي على جودة الحياة في محيطه فهناك ما يسمى بسعر المعلومات القابلة للاستخدام والذي يشير إلى كمية المعلومات التي يمكن معالجتها في وقت معين مثلاً لو لد الكثافة العالية للوحات الاعلانية تخفيرا مفرطاً مما ينتج عنه تحميل معلومات زائدة وإرهاق معرفي ، فينتج عن مثل هذا الافراط صداع واضطرابات في الانتباه قد يكون هناك انخفاض في كفاءة العمل والمزاج السيء والعدوانية.

(Ar.warbetoncouncil.ory 2022 P 1- 12)

- فقدان قيمة المناظر الطبيعية : تمثل المناظر الطبيعية معياراً جمالياً لدى السكان، فهي بذلك تعد مكسباً اقتصادياً وسياحياً لهم، وإن التدهور البيئي في هذه الطبيعة يؤدي إلى خسارة جمالية وقيمة سياحية.
- خسائر اقتصادية في الأراضي والعقارات : فقيمة العقار أو الأرض مرتبط بمميزاته الجمالية الجذابة فوجود مظاهر التشويه البصري يؤدي إلى انخفاض قيمتها السياحية إذ أن السياحة تمثل نشاطاً اقتصادياً وثيق الصلة بجمالية المدينة.
- ان التشيع المنطقة الحضرية بلافتات الاعلان يؤدي إلى عدم اكتراث السكان بها بسبب تكيفية مع تشيع الصور مما يعطي نتيجة عكسية من المقصود بالإعلان .

المبحث الثاني البيئة العمرانية :-

يختلف تعريف البيئة العمرانية باعتبارها أحد عناصر مجموع البيئة التي يمارس فيها الإنسان حياته من وجهة النظر إلى أخرى ولكن يمكن تعريفها اجمالاً بأنها :- تعني كل ما يحيط بالأفراد من التشكيلات الأرض والمناخ (مريش ، التلوث البصري وأثره في تشويه البيئة العمرانية لمدينة سلط، 2021 م ، ص 7) ، وهي تنقسم إلى مستويين هما:-

- البيئة الظاهرية وهي كل ما يتم رؤيته بصورة موضوعية تتدخل فيها العواطف أو المشاعر.
- البيئة الإدراكية والسلوكية:- وهي الصورة البصرية أو الانطباع الذهني المتكون عن البيئة الظاهرية وهذا المستوى يتأثر بشخصية الانسان وتذوقه بالقيم مستويات التفضيل ويمثل مستوى الوعي والثقافة الأساس الحقيقي الذي يؤثر في أنشطة الإنسان وتذوقه لعناصر البيئة المختلفة من حوله.

- مكونات البيئة المعمارية:-

- تتكون البيئة المعمارية عنصرتين أساسيتين هما:

البيئة المادية :-

تتكون البيئة المادية تجمع العمراني من عنصرين هما البيئة الطبيعية والبيئة المشيدة.

- البيئة الطبيعية وهي البيئة التي تكسب السكان خصائصها ومقوماتها الذاتية البيئة المشيدة وهي البيئة المبنية بناء حضاري من صنع الانسان ناتجة من تدخله وتعديله للبيئة الطبيعية ، وتمثل عناصر هذه البيئة المبنية وضوحاً والفراغات والممرات المعمارية والشوارع والتي تمثل نقاط اتصال بين الفراغات والمباني الادراك الذهني للبيئة العمرانية :-

• وهو عبارة عن عملية عقلية منظمة تعمل على تثبيت المكونات العمرانية في اذهان المستعمرين والذي له أهمية في الإحساس بالأمان والقدرة على الاستمتاع بالبيئة العمرانية في سهولة استخدامها وتكوين علاقات مكانية مترابطة بين المستعمرين بين عناصر البيئة العمرانية وعملية تكوين الإدراك الذهني البيئة العمرانية تتطلب ثلاث عناصر أساسية :-
أولها :- الانتباه للعقل نحو وجود عنصر معمارية يشعر بأهمية وهذا العنصر يختلف من شخص لآخر حسب فئة العمر والمستوى الاجتماعي والاقتصادي وغيره

ثانيها :- بساطة العناصر المعمارية والتي تسهل على العقل البشري استيعابها

ثالثها :- التكوين المتمثل في ارتباط العلاقة المكانية بباقي العناصر المعمارية مع إمكانية تكوين علاقات مكانية جديدة ، ولدي فان هذه العملية تحتاج لكي تتم ان تمر بثلاث خطوات رئيسية :-

1. تبدأ باستقبال المؤثرات البيئية مروراً بإضافة معني لهذه المؤثرات في الصورة الذهنية انتهاء بتكوين الانطباع الذهني النهائي للمكان او للعنصر المعماري وبذلك ترتبط مكونات البيئة المعمارية بالصورة الذهنية وفقاً للانطباع المتكون عنها و وفق علامات محددة علي ارض الواقع بكل وضوح وراحة وانسجام الا ان هذه الصورة الذهنية قد تتأثر ببعض المشكلات العمرانية مثل :

1. عدم تكامل العناصر البصرية وتداخلها واختلاطها وعدم استمراريتها.

2. الحدود الضعيفة وعزلة بعض العناصر.

3. غموض بعض الأجزاء ، او تشتيتها عند فقط اتصال المسارات.

4. عدم تباين الأجزاء والعناصر.

5. عدم وجود طابع خاص للمدينة.

المبحث الثالث الواجهة المائية :

مفهومها :

إن وجود المدن على مسطحات مائية يعطيها قوة جمالية وطابع خاص حيث التجاور بين البيئة الطبيعية المتمثلة في المسطح المائي وبين البيئة المصطنعة العمرانية - في تداخل بين اليابس و الماء تعطي منظر ومشهد طبيعي تشكل ونقاط جذب للسكان بما تقدمه من مناظر خلابة ونشاطات الترفيهية وإجتماعية وترويحية لذا يتوجب الحفاظ عليها والتعامل معها بما يتوافق وراحة السكان، فهناك بعض العناصر التي تتميز بها حدود تلك النطاقات الشاطئية كممرات المشاة والكورنيش المجاور لحد المياه، وما يوجهها من امتداد عمراني يعطي ترابط قوي عمرانياً وبصرياً ووفقاً لراي جوردن كولن بأنها خط الحياة، مؤكداً أن الوظيفة الاساسية والجوهرية للمدينة يجب إدراكها وتصورها من خلال نظرة واحدة سريعة للموقع العام للمدينة (فؤاد ، سياسات التنمية العمرانية المستدامة لاستغلال نطاقات المجاري المائية بالمدين المصرية)

فعنصر الماء يعد أفضل الحلول التي لو أحسن استغلالها الاستغلال الأمثل لتوطيد العلاقة العلامة بين بيئة الانسان وبيئة الطبيعة التي تفتقدها المدن و التي تعاني من سوء تخطيط فراغات وأماكن الفضاء مما يبعدها عن إيجاد التوأم بين البيئة العمرانية والراحة النفسية لسكانها.

فدراسة الواجهة البحرية والمناطق الشاطئية تعني بالعمران القائم على حد مائي سواء كان هذا الحد نهراً او بحيرة او بحراً او محيط او خليج او حتى قناة فتهتم بالمشاريع على الواجهة المائية بكافة التفاصيل من الحياة البرية على سطح الماء الي التفاصيل الانشائية

أ. نعيمة صالح علي ضو

الدقيقة، فهي لا تتضمن المباني الموازية للماء فقط بل أيضا تندرج المباني التي تؤثر بصرياً أو حركياً، ولكنها في خلفية المدينة وكذلك يمكن ان ترتبط بها فمن خلال الاهتمام بالواجهة المائية يمكن تحقيق جوانب الترفيه السياحية والبصرية المتمثلة في الفراغات المفتوحة بما تتمتع به تلك البيئات.

ولقد برز اهتمام بالواجهة بتطوير وإعادة اعمار المناطق الشاطئية وعمرانها بعد الحرب العالمية الأولى لما أصاب هذه الواجهات من تدمير وزاد هذا الاهتمام مع فترة ستينيات القرن الماضي بهدف إيجاد التكامل بين كل مطالب الانسان واحتياجات البيئة الحفاظ البيئي حتى الحصول على بيئة نظيفة وملائمة للأجيال القادمة، وقد بلغ الاهتمام بالواجهات المائية ذروته في سبعينات القرن الماضي ليصبح ظاهرة حيث ظهرت العديد من الأبحاث والدراسات في هذا المجال ليصبح مجال التنمية العمرانية للواجهات المائية مجالاً متخصصاً قائم بذاته أجازته جمعية المخططين الأميركيين في عام 1990م، بالإضافة الى نشو منظمات في هذا المجال هدفت جميعها لتحقيق ما يتمناه قاطني هذه الواجهات من ناحية وما يوجه من مجال التنمية من ناحية أخرى، بحيث تكون نظيفة خضراء، يسهل الوصول إليها، مفتوحة يسهل استغلالها استخدامها متنوعة الاستعمالات اقتصادياً وسياًحياً.

الواجهة المائية للمدينة طرابلس:

ان منطقة مجال الدراسة لم ينظر إليها رغم تاريخها الطويل ووقوعها على البحر كان سبباً في نشو مدينتها، نتيجة لعدم احتياجها لتطوير باعتبار أغلبها كانت مناطق قضاء او مناطق زراعية وكانت البيئة المحيطة طبيعية لا تحتاج الى تدخل الانسان بها، ولكن مع دخول الايطاليين للبلاد الذين عملوا منذ وصولهم الى تحويل المدينة وواجهتها البحرية بتفاصيلها بطابع يتماشى مع بيئتهم التي قدموا منها، فاهتموا بمعمار المدينة فأوكلوا مهمة ذلك للعديد من المهندسين بداية من المهندس لويجي الذي عمل على إعادة تأهيل الميناء وتوجيه العمري نحو الجنوب الشرقي واتجه المهندس أرماندو براسيني بعده لتطوير الواجهة البحرية حتى تكون البصمة الإيطالية واضحة لرائري المدينة لما تمثله كمرآة لهويتها وتفاقتها فقام بترسيم قلعة السرايا الحمراء وترميم الكورنيش وتصميم الشارع المطل على الواجهة البحرية الذي سمي بشارع فولبي والذي يمثل الان بشارع او طريق الشط فتحت زراعة أشجار النخيل على جانبيه وتم في جنوبه انشاء عديدين من المباني كان من أهمها الفندق الكبير وكنيسة طرابلس ((جمعية الدعوة الإسلامية)) وتم ترميم قوس ماركوس وفندق الودان المهاري، وقد حاول في تصميم هذه الفنادق الجمع بين العمارة الإسلامية و العمارة الرومانية ليتوأم المنظر المعماري في نسق منظم، كما اهتموا بجمالية هذه الواجهة فقاموا بتصميم الميادين فكان ميدان الشهداء و ميدان الجزائر، ولازالت هذه المنشآت باقية بمعالمها ورونقها، الا ان النمو المتسارع للمدينة وما صاحبه الاستقلال واكتشاف النفط وما صاحبه نشاط اقتصادي زادت معه أهمية المدينة وارتفع عدد ساكنيها فاستدعت الحاجة لوضع مخططات لها لمواكبة هذه التطورات والتغيرات وكانت للواجهة البحرية أهمية في هذه المخططات خاصة فيما يتعلق بتطوير الميناء كما تم اجراء بعض معالجات تخطيطية أخرى للرفع من أهمية هذه الواجهة فتم ردم جزء من المنطقة البحرية بمساحة اثنين كيلو متر مربع بين السرايا والبحر لزيادة رقعة اليابس الذي يشغله الطريق الان وزادت حركة البناء في هذه الواجهة نتيجة للزيادة السكانية حتى وصلت لما هي عليه الان كما كان لهذا الواجهة نصيباً في مخططات التنمية المكانية في المخططات التالية فاهتمت التشريعات القانونية بهذه الواجهة لتنظيم استعمال الشواطئ بصورة خاصة وإعادة ملكيتها للدولة، الا ان ما يمر على هذه الواجهة من ملوثات بيئية متنوعة من تلوث مائي وهوائي وضوضائي وتلوث بصري جعل منها منطقة منقرة لأغلب ساكنيها، وهذه الدراسة الاستطلاعية اختارت دراسة وتحديد مظاهر التلوث البصري المعوق لجاذبية هذه الواجهة لما تعانيه من تعديات على مقوماتها الجمالية مما سبب الاضرار بحيطها السكاني وبالذوق العام الذي يؤثر في الحملة العصبية البصرية للانسان والذي يؤثر

بصورة غير مباشرة على الصحة النفسية ومن ثمة الصحة الجسدية له، وقد تم رصد العديد من مظاهر عمرانية تعاني من تشوهات بصرية بصورة كبيرة جداً تكاد لا يخلو منها أي جزء من المساحة التي تم تحديدها في الدراسة ومن هذه المظاهر التي تم رصدها:-

- البناء الحديث بارتفاعاته ونفور التراث القديم المتمثل في الأبراج وفندق كورنتيا وواجهة المدينة القديمة من الغرب وتناثر المشهد فيه، بما أن عند تخطيط تطوير المدن خاصة العريقة بما أن يراعى فيه المواءمة في التصميم بين المواقع المتقاربة فما بالك في إيجاد التقارب بين بناء الحديث بتصميمه المتماشى مع عصره وبين قديم عريق في تراثه ليعطي مدى بصري بعيد المدى بين أبراج تعانق السماء وبين مدينة قديمة متشبثة ومرتبطة سطح أرضها توأم بيئتها حتى في لون تراثها، كما موضحة الصورة رقم (1) و(2) فالناظر من الميناء نحو الغرب يرى أبراجاً متباعدة تشوه منظر السماء دون تناسق بصري يؤثر وبشتت جمال منظر شاطي البحر المتناسق وأيضاً يمكن رؤية هذه الصورة باتجاه الشرق من الميناء في اختلاف ارتفاع المباني وتراصها بصورة غير منسقة تخطيطياً دون الالتزام بمعايير التخطيط العمراني صورة (3،4،5،6) قانون رقم 32 لسنة 1977م بشأن تخطيط وتنظيم المدينة.

- البناء على خط الساحل والذي يفترض ان تكون مفتوحة للعامة وفقاً لما جاء في قانون 32- لسنة 1977 في مادته 22 بأنه لا يجوز البناء داخل المخططات او خارجها على الأراضي المتاخمة لشواطئ البحر على بعد لا يقل عن 100 متر من حدود وهذه الشواطئ فهي ملكية خاصة للدولة ، وهنا نجد على شواطئ المدينة والتي لم يتم تطبيق مخططاتها، وجود بناء لمصايف لا تمتلك في انشائها المعيار الجمالي والذوقي لها مما يعطي صورة غير مرغوبة لمكان مرغوب خاصة في فصل الصيف والذي ربما يكون مقبولا بوجود الماء ولكن تركها في الفصول الأخرى من السنة خاوية بمنظر لا يبعث على الراحة، وتحت تحجب رؤية مياه البحر عن المارة عبر الطريق الساحلي للبحر تتضارب فيها الألوان والاشكال الهندسية للبناء، وفوق هذا كله مقامة في منطقة حظرت السباحة فيها نتيجة للوجود مسارات لمياه الصرف الصحي بما ناهيك عن الروائح غير مقبولة بها، كما توضح الصورة رقم (2) .

- تكديس اكوام القمامة ومخلفات البناء:- وتعد هذه الظاهرة من أبرز مظاهر التلوث البصري على شواطئ المدينة وبصورة واضحة خاصة في الأجزاء المفتوحة منها اذ على طول الطريق تتناثر هنا وهناك، أيضاً يمكن رؤيتها في تجمعات في مكان
- واحد لتقطع الرؤية باتجاه مياه البحر مما يسبب نفورا منها، وهذا لا يعد تلوثاً بصرياً فحسب بقدر ما يمثل تلوثاً بيئياً على مستوى خطير على صحة المرتادين لهذه الشواطئ.

- هذا او بالإضافة الي أكوام الرمال ومخلفات البناء تصطف متأثرة على طول الشاطئ في شكل تلال منها المتلاصق ومنها المنفرد ليفقد البحر معها صورة الجمالية كمتنفس للراحة من ضغوطات الحياة الحضرية، ومع هذه التلوث هناك أعداد ربما تعد كبيرة لازالت تتراد هذه الشواطئ وإن كان أغلبهم يحاولون الابتعاد عن أماكن وجودها، لكن يتم استبعاد الصورة المنفرة لها والإبقاء على منظر البحر الطبيعية الصور رقم (4) توضح ذلك.

- إنتشار اللوحات الاعلانية:- وهذه تنوع بصورة ملفتة على طول الطريق بمختلف احجامها والوانها، منها الحديث ومنها القديم المتهالك والتي ربما انقضى حتى الزمن وجود مادتها الاعلانية، بالإضافة الي الاعمدة الاعلانية المتهالكة، كما تتواجد هذه الإعلانات حتى على الحوائط بطريقة عشوائية، وما هو ملاحظ أيضاً ظاهرة شاشات العرض الاعلانية للدعاية على الكباري وفي نهاية جزر الدوران التي قد تؤدي الي تشتت انتباه السائق بإضاءتها وحركة صورتها.

- بقايا الأبنية المتهالكة والأبنية غير المكتملة الانشاء فهي تعد أيضاً من المظاهر تلوث البصري المنتشرة في واجهة المدينة البحرية كما يوضحه صور رقم (5)، والتي قد تكون موجودة منذ فترة طويلة وهي بهذا الشكل، بالإضافة الي المشاريع الإنشائية التي لم تستكمل

البناء نتيجة للظروف التي بها البلاد، بالإضافة إلى الأبنية المقامة على الشاطئ مباشرة والتي لا استعمال واضح لها ، والتي أغلبها أصبحت مجمع النفايات والكتابات على جدرانها.

• حفر تصريف مياه الأمطار المهملة والمفتوحة بصورة مباشرة على الأثرية وبقايا المخلفات التي يلقي بها مارة الطريق أو مرئادي الشاطئ لانعدام الوعي البيئي مما مع عدم الاهتمام من قبل جهاز المرافق وجهاز حماية البيئة من مراقبتها، مما يؤثر سلباً في فصل الشتاء مع هطول الأمطار.

• عدم الاهتمام بالأشجار المتهالكة والتي تحتاج عناية مستمرة في بيئة حارة وعلى واجهة البحرية تؤثر المياه المالحة على قدرة النبات على النمو بالإضافة إلى نقصها على الرغم من أنها كانت أحد أهداف مشروع تطوير الواجهة بزراعة عشرة آلاف شجرة على طول الطريق للواجهة، لما لها من تأثير جمالي مكمل لمنظر الطبيعي لمياه البحر.

• السيارات والاختناق المروري :- إذ يعد اصطفاغ السيارات على جانبي الطريق وعدم وجود مواقف سيارات كافية لمرئادي منطقة الشاطئ خاصة في فصل الصيف من مشكلات التلوث البصري المهمة والتي تعاني منها الواجهة سواء في المنطقة القريبة الميناء والكورنيش أو حتى منطقة المطار، فمنظر السيارات المكونة خاصة في المنطقة الأخيرة والتي تتواجد حتى على أرصفة المنشأة يؤدي إلى اختناق مروري خاصة وقت الذروة، وفترة فصل الصيف.

• الأسبجة الحديدية تعد من المظاهر التلوث البصري التي تحجز وتقطع التتابع البصري للمناظر الطبيعية للبحر وهذه تم ملاحظتها في حدائق ألعاب الأطفال والتي يلتف حولها السياج بصورة كاملة وبارتفاع عالٍ، كما توجد أيضاً وبغلاف سياج كوبري الطريق الواقع على البحر مما يحجب ويسد الرؤية.

• اختلاف ألوان طلاء المباني والذي لا يتلاءم والبيئة المناخية في كثير من ألوانه فالألوان المختلفة للمباني ظاهرة واضحة أيضاً في واجهة المدينة مما يؤثر على التتابع البصري دون وجود مخفضات بصرية تؤثر على الراحة في الرؤية، ومن الملاحظ أيضاً على الطلاء حتى على جوانب يحد جدران المباني أيضاً ووجود الكتابات عليها.

وبالإضافة إلى ما سبق ذكره فإن هناك بعد المباني والتي تمثل منظر مكمل لصورة المدينة الحضرية وواجهة سياحية ومراكز للأعمال تعاني من تشوه بصري في طلاء مبانيها وتآكل في أسوارها وبالإضافة إلى التآكل بفعل المياه الصرف في بعض الأماكن الأخرى، كما هو موضح بصورة رقم (12).

النتائج :-

من خلال ما تم الاطلاع عليه في دراسة مظاهر التلوث البصري لما لها من أهمية في مدينة بحجم مدينة طرابلس كحاضرة أولى الدولة وأكبرها كثلة ديموغرافية فإنه هذه المدينة بواجهتها البحرية تعاني من العديد من مظاهر التلوث البصري في أجزاءها، وإن كانت هذه الواجهة تشهد اهتماماً كبيراً في الآونة الأخيرة خاصة في المنطقة حول الميناء والقريبة منه ، فمن خلال هذه الدراسة تم التوصل إلى عدد من النتائج منها :-

1. أن الواجهة البحرية لمدينة طرابلس تعاني من العديد من المظاهر التلوث البصري وإن تفاوتت في درجتها.
2. يعد مظاهر أكوام القمامة ومخلفات البناء وأكاداس الرمال أبرز مظاهر التلوث البصري الموجودة على الشاطئ بصورة كبيرة.
3. عشوائية توزيع اللوحات الاعلانية على طول الواجهة وكثرتها كانت ثاني أبرز مظاهر التلوث البصري.

4. ان وجود المصائف في هذه الصورة غير المنتظمة في اشكالها والوانها على شواطئ المدينة يفقد جمالية المنظر البحري والخصوصية الاجتماعية للمرتادية.
5. ان عدم الوعي البيئي لسكان المدينة يزيد من تفاقم الملوثات البيئية الحضرية للواجهة البحرية للمدينة.
6. ان عدم المتابعة لجهات الاختصاص في تنفيذ القوانين والتشريعات ضد التجاوزات التي تحدث في البيئة الحضرية ساهم في وجود مظاهر بصرية غير مرغوبة.
7. لا يوجد التزام بمعايير التخطيط العمراني في بعض الواجهة البحرية المدروسة مما أثر على مظهر الجمالي بها و أوجد تشتت بصري .

التوصيات :

- من التوصيات التي توصي بها هذه الدراسة بناءً على نتائجها :-
1. رفع درجة الاهتمام بالواجهة البصرية للمدينة لما تمثله من أهمية ليس لسكان المدينة فحسب بل كمنفذ سياحي يمكن الاستفادة منه اقتصادياً.
2. تفعيل دور جهاز حماية البيئة للقيام بمسؤوليته اتجاه شواطئ المدينة.
3. إعادة تخطيط وتنمية الواجهة البحرية أو تنفيذ المخطط منها وذلك :-
4. إيجاد مواقع الوقوف للسيارات .
5. العمل على تنظيم استخدام الأراضي على شاطئ البحر كالأستعمال الرياضي مثلاً.
6. إعادة تشجير الطريق بأشجار تلائم المناخ السائد بالمنطقة والاهتمام بها.
7. العمل على تسهيل حركة المشاة خاصة في المنطقة القريبة من الميناء والسرايا الحمراء.
8. العمل على تنظيم توزيع اللوحات الاعلانية بشكل مقبول .
9. إزالة المباني المتهاكة وترميم الذي يحتاج الي ترميم.
10. العمل على تطبيق التشريعات ضد التجاوزات التي تحدث في معمار الواجهة و على ساحلها والمتابعة المستمرة لذلك.

الخاتمة :-

يمثل موضوع التلوث البصري ذا أهمية ذلك لما يحمله من مفاهيم جمالية تحتاجها المدن في الوقت المعاصر الذي يشهد نمو حضرياً متسارعاً تفقد فيه المدينة جمالياتها و رونقها معه نتيجة لتسارع هذه النمو غير متزن والمتنم بمعايير جمال هندسة معماره الذي تتبعه مخططات المدن سواء في مبانيها او شوارعها متماشيا ومتطلبات قاطنيها، تؤدي الي فقدان الذوق العام والاعتقاد على نمط يخالف الفطرة في كثير من الاحيان في التعامل مع البيئة الحضرية من حوله بكل تجاوزاتها غير المرغوب فيها، وهذا ما تم ملاحظته في الواجهة البحرية في مدينة طرابلس من وجود لمظاهر تلوث بصري حاد خاصة في الاطراف الشرقية لهذا الواجهة، مظاهر ربما لا تتماشى وحجم مدينة طرابلس بموقعها وتاريخها نتيجة لعدم الوعي البيئي لقاطنيها وعدم الالتزام بتطبيق القانون من قبل الجهات المسؤولة، ايضاً عدم تطبيق مخططات تنمية لهذا الواجهة بصورة مباشرة ومستمرة.

المراجع :

أولاً : المراجع العربية :

1. رسم محمد باوارث : دراسة مظاهر التلوث البصري في بعض الاحياء مدينة جدة ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، المجلد 6، العدد 2 ، السنة 2022م ، السعودية .

2. محمد حسام مريش/ التلوث البصري وأثره في تشويه البيئة العمرانية لمدينة سلط ، المحلة الإلكترونية الشاملة ، العدد الثالث والاربعون ، 2021 ، الاردن .
 3. محمد غؤاد واخرون سياسات التنمية العمرانية المستدامة لاستغلال نطاقات المجاري المائية بالمدين المصرية .
 4. فرج مصطفى المدار، أثر التلوث على جمالية المدينة لمدينة زليتن كنموذج ، مجلة التربوي، العدد10 ، 2017 م جامعة المرقب ، الخمس ليبيا .
 5. لطفي على سنان ، تأثير التشوهات في التكوين البصري للمباني على البيئة العمرانية، ورقة بحثية مقدمة في المؤتمر الرابع للبيئة والتنمية المستدامة للمناطق الجافة وشبه الجافة .
 6. قانون رقم 32 لسنة 1977م بشأن تخطيط وتنظيم المدينة.
- ثانياً المراجع الاجنبية :

1- 1- Ar.warbetoncouncil.org 2022-

الصور رقم (1) و (2) التقاء الحديت بالقديم



المصدر : شبكة المعلومات



المصدر: تصوير الطالبة

الصور رقم (3) المصائف على شواطئ طرابلس معتيقة



الصور رقم (4) تجمعات للقمامة



الصور رقم (5) اللوحات الاعلانية وانتشارها العشوائي



الصور رقم (6) بقايا الأبنية المتهالكة وغير المكتملة البناء



الصور رقم (7) حفر تصريف مياه الأمطار



صور رقم (8) الاشجار المتهالكة



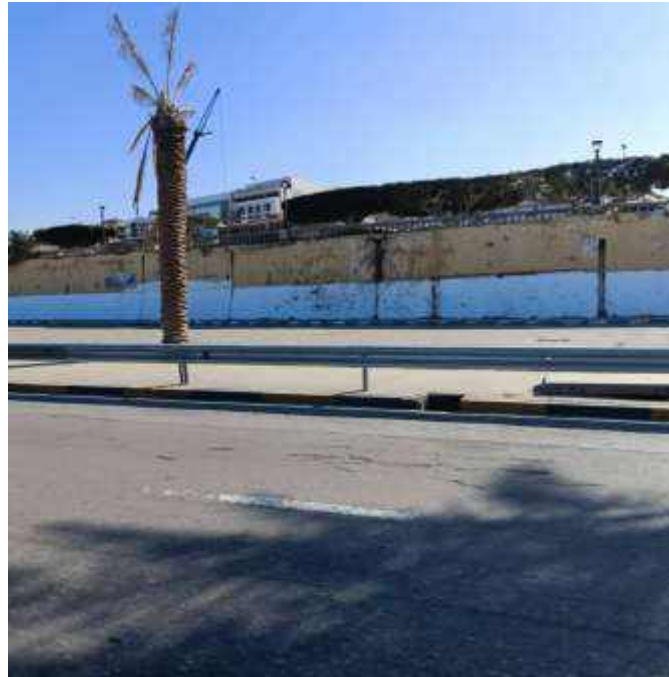
صور رقم (9) اصطفاف السيارات على جنبي الطريق و فوق ممر المشاة



صور رقم (10) الأسيجة الحديدية



صور رقم (11) طلاء المباني غير المتناسق



صور رقم (12) تآكل البناء بفعل عوامل المناخ



دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مراحل التعليم الأساسي والثانوي

أ. فاطمة حسن مرزوق

أ.أسامة علي عكش

الملخص

يهدف هذا البحث إلى بيان دور المناهج التعليمية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مرحلتي التعليم الأساسي والثانوي، تم استخدام المنهج الوصفي وكانت الاستبانة هي أداة جمع البيانات وزعت على عينة قوامها (250) مفردة ، من المعلمين والمعلمات بوظائف (معلم مادة ، معلم نشاط ، خبير مادة ، موجه) ، في مدارس التعليم الأساسي والثانوي في نطاق مدينة بنغازي ، وتمت معالجة البيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ، وقد أظهرت النتائج أن دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب منخفض من وجهة نظر المعلمين والمعلمات في مدارس التعليم الأساسي والثانوي في نطاق مدينة بنغازي ، حيث أظهرت النتائج أن هناك قصور واضح في إبراز المعالم السياحية في ليبيا داخل المناهج الدراسية للطلبة بمختلف صفوف مراحل التعليم الأساسي والثانوي ، كذلك ندرة الرحلات المدرسية إلى الأماكن السياحية والمعالم الأثرية ، توصي الدراسة بضرورة تضمين المناهج الدراسية في مراحل التعليم الأساس والثانوي بالمعالم السياحية والأثرية للمدن الليبية وتفعيل الأنشطة والرحلات المدرسية مساهمة في إعداد النشئ وتوعيتهم بالمعالم السياحية لبلادهم .

*الكلمات الافتتاحية ، الأنشطة المدرسية ، التنمية السياحية ، المناهج الدراسية ، الوعي السياحي

1. المقدمة

يستحوذ القطاع السياحي في مختلف أقطار العالم سواء المتقدمة منها أم النامية ، على اهتمام بارز في الوقت الحاضر وذلك لما يؤديه هذا القطاع الخدمي من دور حيوي في تطوير الاقتصاد الوطني من خلال مساهمته في زيادة الدخل القومي ، ولا يقتصر دور السياحة على التأثير في المتغيرات الاقتصادية فحسب بل مافتئ تؤثر بشكل مباشر في مسرح الحياة الاجتماعية والثقافية للبلدان . أن أهمية صناعة السياحة تزداد في الدول النامية حيث تحقق صناعة السياحة صادرات غير منظورة وبذلك تعد صناعة السياحة أكبر وأهم الصناعات في العالم التي تساهم في دعم الاقتصاد المحلي والعالمي ، وينفق المستهلكون في الدول المتقدمة على السفر والسياحة أكثر مما ينفقون على المواد الأخرى.

وتعد زيادة معرفة المواطنين بالمعلومات حول المناطق السياحية ومقومات الجذب السياحي وصور النشاط السياحي بداية الطريق لبناء قاعدة قوية من الوعي السياحي ، حيث تتراكم المعلومات وترسخ بتنوعها وتكرارها على المدى الطويل ويظهر الوعي السياحي عند المواطنين في صورة مشاركتهم الإيجابية في النشاط السياحي والحفاظ على الثروات السياحية واتباع السلوك السليم تجاه السائح وتقدير مشروعات التنمية السياحي والحفاظ على الثروات السياحية واتباع السلوك السليم تجاه السائح وتقدير مشروعات التنمية السياحية. وحتى يتسنى للدولة تشكيل الوعي السياحي عند المواطنين فإن الأمر يتطلب تضامر عدة جهات بدءاً من الأسرة التي ينشأ فيها الفرد ثم المدرسة التي يتلقى فيها أول التعاليم الخاصة بأهمية النشاط السياحي واشتراك الفرد في الرحلات المدرسية ، ويجب أن نعلم بأن تشكيل الصورة السياحية والوعي السياحي لا يأتي في وقت قصير بل هو بمثابة عمل دائم لفترات زمنية طويلة يتم فيها الاستعانة

ببحرات في مجال السياحة والتعليم والإعلام ومنتجي الخدمات السياحية وغيرها من الجهات التي يمكن أن تساهم في تشكيل كل من الصورة السياحية والوعي السياحي (تيمور ، 2006 ، 3-4)

2. مشكلة البحث:

السياحة صناعة عصرية أخذت بها معظم بلدان العالم المعاصر لتحقيق مفهوم التنمية الشاملة للشعوب ، وحتى تزدهر السياحة كهدف تنموي وخيار اقتصادي لا بد من تحول في الوعي والفكر المجتمعي . فالسياحة تعتمد في المقام الأول على إعداد مجتمع واع ومتقف سياحياً ، وعلى الرغم من أهمية الوعي السياحي وضرورة نميته ونشره بين الطلاب في مراحل التعليم المختلفة عامة ومراحل التعليم الأساسي والثانوي خاصة ، إلا أن الدراسات أظهرت إلى تدني دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، لذا كان من الضروري البحث عن دورها في نشر الوعي والثقافة السياحية . لذلك تمثلت مشكلة البحث في التعرف على دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مراحل التعليم الأساسي والثانوي من وجهة نظر المعلمين باختلاف تخصصاتهم ، والوقوف على أهم المعوقات التي تحول دون ذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية :

1. ما هو دور المناهج التعليمية في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب مراحل التعليم الأساسي والثانوي من وجهة نظر المعلمين في هذه المراحل ؟

2. ما هو دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب مراحل التعليم الأساسي والثانوي من وجهة نظر المعلمين في هذه المراحل ؟

3. ماهي المعوقات التي تحول دون تنمية الوعي السياحي من خلال المناهج والأنشطة المدرسية من وجهة نظر المعلمين؟
3. أهداف البحث: تمثلت أهداف هذا البحث فيما يلي:

التعرف على دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب من وجهة نظر المعلمين في مدارس التعليم الأساسي والثانوي في نطاق مدينة بنغازي .

الوقوف على معوقات تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مراحل التعليم الأساسي والثانوي من وجهة نظر المعلمين
توجيه اهتمام الإدارات المختصة وصانعي القرار إلى أهمية تفعيل دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية وتفعيل دورها في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مراحل التعليم الأساسي والثانوي .

4. فرضيات البحث : من خلال عرض مشكلة البحث وتساؤلاتها ولتحقيق أهدافها تمت صياغة الفرضيات التالية :

. يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين المناهج الدراسية وتنمية الوعي السياحي لدى الطلاب

. يوجد أثر ذات دلالة إحصائية بين الأنشطة المدرسية وتنمية الوعي السياحي لدى الطلاب

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات الشخصية

5. أهمية البحث : تكمن أهمية البحث فيما يلي:

1. من أهمية الموضوع الذي تطرقه كونه يهتم بقضية مهمة وهي صناعة السياحة ومدى الوعي بها ومواجهتها بأسلوب علمي مخطط .

2 الاهتمام بتنمية الوعي السياحي لدى الطلاب له أثر هام في المحافظة على مقومات البلد وتاريخه .

3. يقدم البحث التوصيات والمقترحات لذوي الاختصاص بوزاري التعليم والسياحة وتمهيد الطريق أمام القائمين بتطوير التعليم .

6. الإطار النظري والدراسات السابقة

السياحة ظاهرة طبيعية من ظواهر العصر الحديث ، والأساس منها الحصول على الاستجمام ، وتغيير الجو والمحيط الذي يعيش فيه الإنسان والوعي الثقافي المنبثق لتذوق جمال المشاهد الطبيعية ونشوة الاستمتاع بجمال الطبيعة . (عبدالنبي، 2006 : 3) ويرى البعض أنها عبارة عن " علاقة مؤقتة زمنية بين إنسان ومكان (المقصد السياحي) ولكل منهما صفات خاصة ، كما وأن هذه العلاقة ولكونها مؤقتة تتميز بخواص معينة تختلف عن العلاقة الممتدة زمنياً والتي تعني الإقامة الدائمة أو المستمرة " . وقال **Hunziker&Kraf**: " السياحة هي المجموع الكلي للعلاقات والظواهر الطبيعية التي والظواهر الطبيعية التي تنتج من إقامة السائحين طالما أن هذه الإقامة لا تؤدي إلى إقامة دائمة أو ممارسة أي نوع من العمل سواء كان عملاً دائماً أو مؤقتاً . (ملوخية ، 2008 : 36)

الوعي السياحي :

يعد الوعي السياحي شكلاً من أشكال الوعي الاجتماعي - الوعي الاجتماعي - هو الآراء والتعاليم المختلفة وهو انعكاس للعلاقات الاجتماعية التي تم تكوينها في نظريات وآراء متنوعة (سياسية ، وحقوقية ، ودينية ، وفلسفية ، وعلمية ، وأخلاقية ، وفنية) ، فالوعي السياحي هو إدراك الفرد فهمه للسياحة وأهميتها الاقتصادية وتقديره للتنمية السياحية ، ويعتبر زيادة معرفة المواطنين بالمعلومات حول المناطق السياحية ومقومات الجذب السياحي بها وصور النشاط السياحي فيها بداية الطريق لبناء قاعدة قوية من الوعي السياحي ، حيث تتراكم المعلومات وترسخ بتنوعها وتكرارها على المدى الطويل. وبناء على ما تقدم يمكن وضع تعريفاً للوعي السياحي "هو إدراك الفرد لمقومات الجذب السياحي سواء الطبيعية أو البشرية وفهمه لخصائص النشاط السياحي وأنواع السياحة وتقييمه لفوائدها الاقتصادية وتقديره لمشروعات التنمية السياحية واحترامه للسلح وحسن معاملته وحفاظه على الثروات السياحية ومشاركته الإيجابية في النشاط السياحي (تيمور، 2008 : 109) .

المناهج الدراسية :

تتعدد تعريفات المنهج الدراسي وتتنوع ، ولكن يمكننا من خلال ماكتب بعض الباحثين في المناهج وطرق التدريس أن نعرفه بأنه: الجانب الديناميكي المتحرك الذي يربط ارتباطاً قوياً بالعناصر الموجودة بالبيئة الاجتماعية ن فهو بذلك لا يتأثر بالبيئة المحلية فحسب ، وإنما يتعدى تأثيره بالبيئة العالمية السريعة التغير والكثيرة التحديات ، وهو مخطط تربوي يتضمن عناصر مكونة من أهداف ومحتوى وخبرات تعليمية وتعلمية مناسبة مع حاجات التلاميذ و متطلبات العصر. كذلك هو مجموعة من المواد الدراسية والمقررات اللازمة للتأهيل في مجال دراسي معين : مثل منهج الرياضيات ، منهج اللغات ، منهج العلوم ، والتربية الاجتماعية وغيرها . (سعادة ، 2004 ، 32)

الأنشطة المدرسية :

يقصد بالأنشطة المدرسية هي تلك البرامج التي تهتم بتنمية الوعي السياحي للطلاب وأكسابهم معلومات وخبرات حياتية جديدة حيث يمكن من خلال هذه الأنشطة تقديم بعض المعلومات عن السياحة وأهميتها السياسية والاقتصادية والاجتماعية وتوضيح تأثيراتها الإيجابية والسلبية على أفراد المجتمع وكيف يمكن الاستفادة من إيجابياتها والتغلب على سلبياتها. (غراب ، 2009) والأنشطة المدرسية تعد جزءاً من منهج المدرسة الحديثة ، ومن خلالها يمكن تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، ولهذا فإن توظيف وسائل المدرسة وتقنياتها وأنشطتها المختلفة سواء كانت داخل الفصل أو خارجه بكافة أنواعها من أجهزة الحاسب الآلي ، والتلفزيون

التعليمي و أجهزة العرض والإذاعة المدرسية والصحف الخائطية وغيرها من الوسائل ، من أجل توضيح المعلومات والقيم التي ترتبط بالسياحة يمكن أن تسهم في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، سواء كانت سواء كانت تنفذ داخل المدرسة أو خارجها ، وفيما يلي ذكر لبعض هذه الأنواع :

الأنشطة التي تنفذ داخل المدرسة : تشكل الجماعات المدرسية كالإذاعة والمسابقات وإقامة المعارض التي تتناول موضوعات السياحة وتهدف إلى تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب والمكتبة المدرسية .

الأنشطة التي تنفذ خارج المدرسة (السياحة المدرسية) : ويقصد بها كل نشاط جماعي تنظمه المدرسة من سفرات أو رحلات أو جولات أو زيارات ميدانية أو حضور مؤتمرات أو مباريات رياضية وغيرها من النشاطات خارج صفوف المدرسة ، وتشمل الفرق المسرحية والكشفية ، والإعلام ، الأندية ، الملتقيات . (عبوي ، 2016 : 25)

7. الدراسات السابقة :

دراسة المنطري (2016) :هدفت الدراسة إلى الوقوف على واقع بعض عناصر المنظومة التعليمية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، وأجريت الدراسة على عينة من الطلاب والمعلمين بمدارس التعليم الثانوي الحكومية والأهلية بإدارة تعليم المذنب السعودية ، وتوصلت الدراسة إلى أن واقع دور المعلمين والمعلمات والمناهج الدراسية منخفض في تنمية الوعي السياحي ، وأوصت الدراسة بضرورة تضمين المناهج الدراسية بموضوعات عن السياحة في السعودية وأهميتها وأنواعها ، كذلك تنشيط المعارض الفنية والفوتوغرافية التي تظهر بعض المواقع السياحية .

دراسة الآلفي وآخرون (2018) : هدفت إلى التعرف على مفهوم الوعي السياحي وتأثيره على الحركة السياحية ، أجريت على (525) فرداً من العاملين بمدارس التعليم بالمرحلة الابتدائية ، كشفت نتائج الدراسة إلى أن الخلات المدرسية لها دور في زيادة الوعي السياحي ، كذلك بينت الدراسة انعدام البعد السياحي وخطط وبرامج الرحلات المدرسية المعدة من قبل الوزارة ، وأوصت الدراسة بضرورة تفعيل التعاون بين وزارة السياحة ووزارة التربية والتعليم للأرتقاء بمستوى الوعي السياحي لطلبة المدارس .

دراسة رزيقي (2021): دراسة هدفت إلى تعزيز وعي تلاميذ المرحلة الابتدائية بالسياحة وأهميتها ، والكشف عن أبعاد الوعي السياحي التي يجب تنميتها لتلاميذ المرحلة الابتدائية . أجريت على عدد من معلمي التعليم الابتدائي بمحافظة أسوان ، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك ضعف في الوعي السياحي لدى المعلمين ، وكذلك ضعف دور المعلم في تحقيق وتنمية الوعي السياحي بالإضافة إلى وجود كثير من المعوقات ، وأوصت الدراسة بضرورة وجود محتوى في مناهج التعليم الابتدائي يشمل السياحة والأماكن السياحية وتدريب المعلمين وإدارة المدرسة على كيفية توعية التلاميذ بالوعي السياحي .

دراسة أيوب وآخرون (2022) : هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الرحلات الترويجية في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب كليات التربية الرياضية ، أجريت الدراسة على 440 طالب وطالبة من كليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية ، توصلت الدراسة إلى أنه يجب العمل على إكساب الطلاب بعض القيم والمبادئ السياحية عن طرق البرامج والأنشطة ، وأوصت بضرورة أعداد برامج متكاملة وشاملة للرحلات حتى يتعرف الطلاب على المعالم السياحية الأثرية .

دراسة محمود و شجاع (2022) : هدفت إلى التعرف على أهمية رفع الوعي السياحي لدى النشئ والشباب في مراحل التعليم الأساسي ، أجريت الدراسة على عدد (40) مدرسة من مدارس التعليم الأساسي بمحافظة القاهرة ، وتوصلت الدراسة إلى أن رفع

الوعي السياحي لدى الطلاب في المراحل التعليمية الأساسية من أهم مقومات التنمية السياحية المستدامة، وأوصت الدراسة بتفعيل التعاون بين القطاعات المختصة ، تشجيع المدارس للطلاب للاشتراك في الرحلات السياحية الداخلية .

8. منهجية الدراسة وأدواتها

منهجية الدراسة (البحث): من أجل تحقيق هدف البحث تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي للوصول إلى المعرفة الدقيقة والتفصيلية حول مشكلة البحث ، حيث تم استخدام أسلوب العينة العشوائية في اختيار عينة البحث ، كما تم الاعتماد على وسيلة الاستبيان لجمع البيانات ، حيث تم تصميم استمارة استبيان من خلال الإطلاع على الدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة ، حيث تكونت الاستمارة من قسمين على النحو التالي :

القسم الأول : يختص بجمع البيانات الشخصية من أفراد عينة الدراسة حيث شملت خمس أسئلة مثلت (الجنس ، المؤهل ، الوظيفة ، التخصص ، سنوات الخبرة) . القسم الثاني : تضمن أسئلة محاور الدراسة حيث تم وضع (14) سؤالاً موزعة بين محورين ، وقد تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي حتى يتمكن المشارك من تحديد درجة الموافقة على كل سؤال (أوافق بشدة ، أوافق ، لأدري ، غير موافق ، غير موافق بشدة) ، بالإضافة إلى سؤالين مفتوح للاستفادة من آراء المشاركين حول المعوقات التي تواجه تنمية الوعي السياحي لدى طلاب المدارس في مرحلتي التعليم الأساسي والثانوي .

مجتمع الدراسة وعينة البحث : يتكون مجتمع الدراسة من المعلمين والمعلمات بمدارس التعليم الأساسي والثانوي خلال العام الدراسي (2022-2023) ، يختلف تخصصاتهم ووظائفهم (معلم مادة ، معلم نشاط ، معلم فصل ، خبير مادة ، موجه) ، حيث تم اختيار عينة عشوائية من عدد من المعلمين والمعلمات بوظائف (معلم مادة ، معلم نشاط ، خبير مادة موجه) لعدد من في نطاق مدينة بنغازي ، حيث تم توزيع (250) استبانة ، استرجع منها (210) استبانة ، الصالحة للتحليل الإحصائي (190) استبانة . صدق الأداة وثباتها : لأجل اختبار ثبات عبارات المتغيرات ومدى الترابط والاتساق الداخلي بينها ، تم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ، قد تم الاعتماد على مقياس " ألفا كرونباخ " **Cranach s** (Alpha) ، حيث كانت قيمة معامل الثبات العام للاستبيان (0.965) ، وهي معنوية عند مستوى (0.05) وهذا مؤشر ممتاز يدل على أن استبانة البحث ذات ثبات مرتفع يمكن الاعتماد عليه .

9. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

من خلال تحليل البيانات باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروف بـ (SPSS) ، وكانت نتائج التحليل وفق الآتي :

أو لا : خصائص أفراد عينة الدراسة : يمكن التعرف على خصائص المبحوثين من الجدول (1) ، حسب البيانات المستمدة من استمارة الاستبيان ، وذلك فيما يتعلق (النوع ، المؤهل ، التخصص ، الوظيفة ، عدد سنوات العمل في المؤسسة) ، ويتضح من البيانات التي تم الحصول عليها أن (73.7%) من أفراد العينة من الإناث أي ما يعادل أكثر من نصف العينة . وهذا كون أكثر المعلمين في مدارس التعليم الأساسي والثانوي في هم من الإناث ، فيما يخص توزيع عينة الدراسة حسب الوظيفة في الجدول أن (75%) ، من عينة الدراسة من معلمي المواد وبالتالي هم على إطلاع على محتوى المناهج الدراسية ، (14%) خبراء مواد وموجهين، وكانت النسبة الأقل لمعلمي النشاط ، ونشير إلى ارتباط هذه الوظائف ببعض ، أما فيما يتعلق بتوزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي حيث كانت أعلى نسبة للمؤهل الجامعي (76.3%) وسنوات العمل في المؤسسة كانت النسبة (46.3%)

بالنسبة لأفراد عينة الدراسة أكثر من 15 سنة ، تلتها (26.3) من عشر سنوات إلى 15 سنة ، وهذا يبين أن أكثر من منتصف عينة الدراسة ذوي مؤهلات وخبرة طويلة في العمل الأمر الذي يضمن نوع من الثقة في إمكانية الاعتماد على إجاباتهم المختلفة .

الجدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخصائص الديموغرافية

الخصائص	تفاصيل الخصائص	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	50	%26.3
	أنثى	140	%73.7
	المجموع	190	%100
المؤهل	ثانوي أو ما يعادله	35	%18.4
	جامعي أو ما يعادله	145	%76.3
	ماجستير/دكتوراه	10	%5.3
	المجموع	190	%100
التخصص	علمي	86	% 45.3
	أدبي	104	% 54.7
	المجموع	190	%100
الوظيفة	معلم مادة	142	%75
	معلم نشاط	20	%11
	خبير مادة	20	%11
	موجه	8	% 3
	المجموع	190	%100
سنوات العمل بالمؤسسة	أقل من 5 سنوات	16	%8.4
	من 5- أقل من 10 سنوات	36	%18.9
	من 10 – أقل من 15 سنة	50	%26.3
	من 15 سنة فأكثر	88	%46.3
	المجموع	190	%100

(المصدر: إعداد الباحثين بالاعتماد على إجابات أفراد عينة الدراسة ومخرجات spss)

ثانياً : تحليل إجابات المشاركين حول دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي

لتحديد دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مرحلتي التعليم الأساسي والثانوي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب الأهمية لعبارات هذا المحور وذلك وفق الآتي :

حيث يبين الجدول التكرارات ونسب الإجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة حول عبارات محور المناهج الدراسية ودورها في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب، ويتضح من خلال البيانات الواردة في الجدول رقم (2) أن المتوسطات الحسابية لإجابات المشاركين عن عبارات محور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي تراوحت بين (2.263 . 3.08) وانحرافات معيارية (1.2220 . 1.3771) ، وبلغ المتوسط العام (2.8717) والذي يقع ضمن المدى (2.60 . 3.40) ، وكان أعلى متوسط لعبارة " تحتوي المقررات الدراسية موضوعات تنمي الوعي بأهمية السياحة " ، وأقل متوسط لعبارة " تحتوي المقررات الدراسية صوراً للمعالم السياحية في ليبيا " .

الجدول (2)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات لإجابات المبحوثين عن دور المناهج التعليمية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب

ت	العبرة	أوافق بشدة	أوافق	لاأدري	لأوافق	لا أوافق بشدة	المتوسط	الانحراف	ترتيب الأهمية
1	تساعد المناهج الدراسية في التعرف على مفهوم السياحة	39	54	14	60	23	2.8632	1.3771	5
		%20.5	%28.4	%7.4	%31.6	%12.1			
2	تحتوي المقررات الدراسية موضوعات تنمي الوعي بأهمية السياحة	31	43	20	71	25	3.0842	1.3346	1
		%16.3	%22.6	%10.5	%37.4	%13.2			
3	تحتوي المقررات الدراسية صوراً للمعالم السياحية في ليبيا	35	72	23	48	12	2.6316	1.2220	8
		%18.4	%37.9	%12.1	%25.3	%6.3			
4	تبين المناهج الدراسية أنواع السياحة في ليبيا	28	59	30	60	13	2.8474	1.2141	6
		%14.7	%31.1	%15.8	%31.6	%6.8			
5	تسهل المناهج الدراسية في تصحيح المفاهيم الخاطئة حول السياحة	27	48	30	70	15	2.9895	1.2300	3
		%14.2	%25.3	%15.8	%36.8	%7.9			
6	تقوم المناهج الدراسية بالتعريف بالهيئة العامة للسياحة والآثار وبرامجها	26	52	24	71	17	3.0053	1.2493	2
		%13.7	%27.4	%12.6	%37.4	%8.9			
7	تقوم المناهج الدراسية بالتعريف بالمناطق والمدن السياحية في ليبيا	38	66	18	57	11	2.6684	1.2559	7
		%20	%34.7	%9.5	%30	%5.8			
8	تنمي المناهج الدراسية الاعتراف بمقومات مجتمعنا السياحية	30	56	27	60	17	2.8842	1.2629	4
		%15.8	%29.5	%14.2	%31.6	%8.9			
المتوسط والانحراف المعياري لعام							2.872	1.0489	

(المصدر: إعداد الباحثين بالاعتماد على إجابات أفراد عينة الدراسة ومخرجات spss)

ان الاتجاه العام لعدم الموافقة وهذا يعني دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي لدى التلاميذ منخفض من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة ، أي أن المبحوثين لا يدعمون مضمون العبارات وأن دور المناهج التعليمية منخفض ، وأن السياحة لا تمثل بشكل كاف في المناهج التعليمية اللببية لمرحلي التعليم الأساسي والثانوي ، من حيث غياب صدور المعالم السياحية للبلاد ، والتعريف بمفهوم السياحة ، وكذلك دور وزارة السياحة والآثار ، أو احتوائها على موضوعات تنمي الوعي السياحي ، مما يجعل دورها منخفض في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب مراحل التعليم الأساسي والثانوي .

ثالثا : تحليل إجابات المشاركين حول دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب لتحديد دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب في مرحلي التعليم الأساسي والثانوي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب الأهمية لعبارات هذا المحور وذلك وفق الآتي :

يبيّن الجدول رقم (3) التكرارات ونسب الإجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب الأهمية للعبارات حول دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، و يتضح من خلال البيانات الواردة في الجدول أن

الجدول (3)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات لإجابات المبحوثين عن دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب

ت	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	لا أدري	لاأوافق	لا أوافق بشدة	المتوسط	الانحراف	ترتيب الأهمية
9	تنظم المدرسة رحلات إلى الأماكن السياحية التي يمكن زيارتها	39	58	15	58	20	2.800	1.3499	5
		20.5%	30.5%	7.9%	30.5%	10.5%			
10	تنظم المدرسة مسابقات بين الطلاب تسهم في تنمية الوعي السياحي	36	43	23	66	22	2.9737	1.3430	3
		18.9%	22.6%	12.1%	34.7%	11.6%			
11	تعد المدرسة لوحات إرشادية ولافتات لتنمية الوعي لدى الطلاب	41	61	16	62	10	2.679	1.2754	7
		21.6%	32.1%	8.4%	32.6%	5.3%			
12	تعرض المكتبة المدرسية مراجع وكتب تقدم معلومات عن السياحة في ليبيا	41	51	29	55	14	2.7368	1.28656	5
		21.6%	26.8%	15.3%	28.9%	7.4%			
13	تعرض المكتبة المدرسية أفلاما وثائقية تاريخية لتنمية الوعي السياحي	32	44	25	61	28	3.0473	1.33502	1
		16.8%	23.2%	13.2%	32.1%	14.7%			
14	يقوم الطلاب بإعداد صحف حائطية تتضمن أخبار السياحة الداخلية	29	48	27	70	16	2.9789	1.2555	2
		15.3%	25.3%	14.2%	36.8%	8.4%			
		18.4%	25.3%	12.1%	34.2%	10%			
	المتوسط والانحراف المعياري لعام						2.8767	1.123	

(المصدر: إعداد الباحثين بالاعتماد على إجابات أفراد عينة الدراسة ومخرجات spss)

المتوسطات الحسابية لإجابات المشاركين عن عبارات هذا المحور تراوحت بين (2.679 - 3.047) وانحرافات معيارية (1.2555 - 1.3499)، وبلغ المتوسط العام (2.8767) والذي يقع ضمن المدى (2.60 - 3.40)، حيث كانت أعلى قيمة للمتوسط الحسابي لعبارة "تعرض المكتبة المدرسية أفلاماً وثائقية تاريخية لتنمية الوعي السياحي"، وأقل قيمة متوسط حسابي لعبارة "تعد المدرسة لوحات إرشادية ولافتات لتنمية الوعي لدى الطلاب"، والاتجاه العام بعدم الموافقة، وهذا يعني دور الأنشطة الدراسية في تنمية الوعي السياحي لدى التلاميذ منخفض من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، وهذا يتفق مع دراسة (المطيري 2016)، أي أن المبحوثين لا يؤيدون مضمون العبارات حول تنظيم المدرسة لرحلات إلى الأماكن السياحية، أو مسابقات بين الطلاب تسهم في نشر الوعي السياحي، كذلك غياب دور المكتبة المدرسية من حيث توفر مراجع وكتب تقدم معلومات عن السياحة في ليبيا أو عرض أفلاماً تاريخية لتنمية الوعي السياحي لدى طلاب المدارس، وعدم تشجيعهم على إعداد صحف حائطية تتضمن أخبار عن السياحة. رابعاً: اختبار معامل الارتباط (Pearson correlation): أجرينا اختبار معامل الارتباط لبيرسون لمعرفة قوة الارتباط واتجاهه بين المحاور، قيمة معامل الارتباط انت (0.71)، وهي قيمة معنوية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، ومن خلال نتائج التحليل بالجدول يتضح وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين كل المتغيرات وهذا يعني كلما زاد الاهتمام بالمنهاج التعليمية كلما أدى ذلك إلى زيادة الأنشطة المدرسية.

خامساً: دراسة الاختلاف بين إجابات أفراد عينة الدراسة بناء على المتغيرات الديموغرافية لمعرفة ما إذا كان هناك فروق في إجابات المبحوثين باختلاف خصائصهم الشخصية وتحديدًا (المؤهل العلمي، التخصص، سنوات العمل بالمؤسسة والوظيفة)، تم استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA). الفروق حسب متغير المؤهل العلمي: حول وجود اختلافات في إجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير المؤهل العلمي، حيث يظهر من بيانات الجدول رقم (4)، أن قيمة ($F = 0.697$) بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى المعنوية (0.05)، أي لا توجد فروق في إجابات المبحوثين ترجع لمتغير المؤهلات العلمية (ثانوي أو ما يعادله، جامعي أو ما يعادله، ماجستير أو دكتوراه)، تجاه وجهة نظرهم حول محور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي فيما يتعلق بالإجابات على عبارات هذا المحور الدراسة. كما يبين الجدول أن قيمة F حول محور دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب حيث ظهرت قيمة ($F = 2.813$) بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى معنوية (0.05)، أي لا توجد فروق في ذات دلالة إحصائية بين إجابات المبحوثين عن عبارات هذا المحور.

الجدول (4)

نتائج تطبيق تحليل التباين الأحادي (ANOVA) على متغير المؤهل العلمي

المحور	المؤهل العلمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	القيمة الاحتمالية
المناهج الدراسية	ثانوي أو ما يعادله	35	3.0607	0.99279	0.697	0.500
	جامعي أو ما يعادله	146	2.8305	1.07697		

		0.76575	2.8056	9	ماجستير / دكتوراه	
0.063	2.813	1.01249	3.2776	35	ثانوي أو ما يعادله	الأنشطة المدرسية
		1.12725	2.7916	146	جامعي أو ما يعادله	
		1.2504	2.6984	9	ماجستير / دكتوراه	

الفروق حسب متغير الوظيفة : حول وجود اختلافات في إجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الوظيفة ، وباستخدام تحليل التباين الأحادي **ANOVA** ، حيث يظهر من بيانات الجدول رقم (5) أن قيمة ($F = 1.28$) بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى المعنوية (0.05)، أي لا توجد فروق في إجابات الباحثين ترجع لمتغير الوظيفة (معلم ، خبير مادة ، موجه ، معلم نشاط) من وجهة نظرهم حول محور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي فيما يتعلق بالإجابات على عبارات هذا المحور الدراسية . كما يبين الجدول أن قيمة **F** حول محور دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب حيث ظهرت قيمة ($F = 0.499$) بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى معنوية (0.05) ، أي لا توجد فروق في ذات دلالة إحصائية بين إجابات الباحثين ، أي أن باختلاف الوظائف وتنوعها اتفق وجهات نظر الباحثين في الإجابة عن عبارات محور الأنشطة المدرسية ودورها في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب .

الجدول (5) نتائج تطبيق تحليل التباين الأحادي (ANOVA) على متغير الوظيفة

المحور	الوظيفة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	القيمة الاحتمالية
المناهج التعليمية	معلم	142	2.7879	1.08789	1.28	0.283
	خبير مادة	20	3.0563	1.03989		
	موجه	8	3.2656	0.58797		
	معلم نشاط	20	3.125	0.85455		
الأنشطة المدرسية	معلم	142	2.827	1.14902	0.499	0.684
	خبير مادة	20	3.1357	0.92172		
	موجه	8	2.8571	1.07449		
	معلم نشاط	20	2.9786	1.17646		

الفروق حسب متغير سنوات الخبرة : تشير بيانات الجدول رقم (6) نتائج استخدام تحليل التباين الأحادي **ANOVA** لمتغير سنوات الخبرة (أقل من 5 سنوات ، 5-10 سنوات ، 10-15 سنة ، أكثر من 15 سنة) حيث تتضح قيمة $F = 0.768$ بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى المعنوية (0.05) ، أي لا توجد اختلافات في وجهة نظر الباحثين تعزى لمتغير سنوات الخبرة في إجاباتهم عن عبارات محور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، أي اتفاق أفراد العينة في وجهات النظر .

كما يبين الجدول أن قيمة **F** عن عبارات محور دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب وكانت **F = 0.637** بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى معنوية (0.05) ، أي لا توجد فروق في ذات دلالة إحصائية بين إجابات المبحوثين عن عبارات هذا المحور .

الجدول (6)

نتائج تطبيق تحليل التباين الأحادي (ANOVA) على متغير سنوات الخبرة

المحور	عدد سنوات العمل في المؤسسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	القيمة الاحتمالية
المناهج الدراسية	أقل من 5 سنوات	2.5156	16	1.03166	0.768	0.513
	5- 10	2.8333	36	1.00534		
	10- 15	2.8875	50	1.06013		
	من 15 سنة فأكثر	2.9432	88	1.06655		
الأنشطة المدرسية	أقل من 5 سنوات	2.6071	16	1.0242	0.637	0.592
	5- 10	2.7937	36	1.2148		
	10- 15	2.84	50	1.10455		
	من 15 سنة فأكثر	2.9805	88	1.11925		

الفروق حسب متغير التخصص : حول وجود اختلافات في إجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص (أدبي / علمي) ، تم استخدام تحليل (Independent sample Test) لمتغيرين مستقلين ، حيث يظهر من بيانات الجدول رقم (7) أن قيمة **t** (0.699 = **t**) بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى المعنوية (0.05) ، أي لا توجد فروق في إجابات أفراد العينة ترجع لاختلاف تخصصاتهم (أدبي ، علمي) فيما يتعلق بإجاباتهم حول عبارات محور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب .

كما يبين الجدول أن قيمة **t** (**t**) حول محور دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب حيث ظهرت قيمة **t** = 0.971) بقيمة احتمالية 0.5 وهي أكبر من مستوى معنوية (0.05) ، أي لا توجد فروق في ذات دلالة إحصائية بين إجابات المبحوثين عن عبارات هذا المحور

الجدول (7)

نتائج تحليل Independent sample Test لمتغير التخصص (أدبي / علمي)

المحور	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
المناهج الدراسية	علمي	85	2.9309	1.12177	0.699	188	0.486
	أدبي	105	2.8238	0.98877			

0.333	188	0.971	1.14369	2.9647	85	علمي	الأنشطة
			1.1073	2.8054	105	أدبي	المدرسية

10 . الاستنتاجات والتوصيات

من خلال تحليل النتائج والمناقشات خلصت الدراسة ضعف دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب مرحلتي التعليم الأساسي والثانوي من وجهة نظر المعلمين والمعلمات في عدد من المدارس محل الدراسة في نطاق مدينة بنغازي بناء على الاستنتاجات التالية :

1. لا يوجد بالمناهج الدراسية بمختلف الصفوف لمرحلتي التعليم الأساسي والثانوي أي موضوعات تعليمية تعمل على التعريف بمفهوم السياحة وأهمية الوعي السياحي .
 2. تفتقر المقررات الدراسية في معظم الصفوف الدراسية لمرحلتي التعليم الأساسي والثانوي إلى صور للمعالم السياحية والأثرية في ليبيا .
 3. لا تعمل المناهج الدراسية على أي توعية أو توضيح للمفاهيم السياحية أو توضيح أنواع السياحة للأماكن السياحية في ليبيا بمختلف أنواعها الصحراوية ، الجبلية ، والريفية والشاطئية .
 4. لا يوجد بالمناهج الدراسية وحسب وجهة نظر معلمي ومعلمات مراحل التعليم الأساسي والثانوي ما يجعل الطالب يعترف بمقومات مجتمعه السياحية .
 5. عدم عمل المدارس على تنظيم رحلات للأماكن السياحية التي يمكن زيارتها في المدن الليبية بهدف تعريف الطالب بالمعالم والأثار السياحية .
 6. عدم تنظيم المدارس لمسابقات بين الطلاب تسهم في تنمية الوعي السياحي لديهم بحيث تكون موضوعات هذه المسابقات عن المعالم السياحية في ليبيا.
 7. غياب دور المكتبة المدرسية حيث لا توجد كتب أو مراجع داخل المكاتب المدرسية تتضمن معلومات عن المدن السياحية والمعالم الأثرية في ليبيا .
 8. عدم قيام المكتبة بعرض أفلام وثائقية توضح المعالم السياحية والمدن الأثرية والتعريف بتاريخ ليبيا السياحي.
- وقد أظهرت الدراسة بعض المعوقات التي تحول دون تنمية الوعي السياحي لدى طلاب المدارس بمرحلتي التعليم الأساسي والثانوي تمثلت في :

1. عدم اهتمام الخطط المنهجية بدراسة السياحة في ليبيا وإعطائها أولوية ضمن محتويات المناهج الدراسية .
 2. افتقار الكتب المنهجية للطالب إلى صور للمدن الأثرية والمعالم السياحية للتعريف بالسياحة في ليبيا .
 3. غياب دور مكاتب النشاط المدرسي لإقامة الرحلات السياحية وإقامة الأنشطة المدرسية والمعارض والمنتديات التي من شأنها العمل على التعريف بالسياحة في ليبيا
 4. غياب دور المكتبة المدرسية أو توفير كتب قصصية تبين المعالم السياحية والأثرية وتاريخ ليبيا السياحي
- بناء على النتائج التي توصلت إليها الدراسة نوصي بما يلي :

1. تضمين المناهج والمقررات الدراسية بموضوعات تعليمية للتعريف بمفهوم السياحة وأهمية الوعي السياحي .

2. العمل على توضيح المفاهيم السياحية في المناهج الدراسية وتوضيح الأماكن السياحية في ليبيا بمختلف أنواعها من خلال الأنشطة المدرسية الخارجية
3. التعريف بمقومات السياحة في ليبيا وأبعادها التاريخية بما يجعل الطالب يعتز بمقومات مجتمعه السياحية
4. تنظيم الرحلات المدرسية للأماكن السياحية والمواقع الأثرية بمختلف المناطق الليبية لتعريف الطالب بها .
5. توجيه الأنشطة في المدارس لخدمة الوعي السياحي وأن يكون هناك صور ولوحات حائطية بالمدرسة توضح الأماكن السياحية والمعالم الأثرية في ليبيا
6. تزويد المكتبة المدرسية بكتب ومراجع توضح المعالم السياحية ومقومات السياحة في ليبيا لتعريف الطالب بها .
7. العمل على تفعيل التعاون بين وزارة التعليم ووزارة السياحة وتنسيق الجهود المشتركة لنشر الوعي السياحي والاسهام في تنمية السياحة في ليبيا.

المراجع:

- . الألفي ، نسمة صبحي ، حجاج ، منى فاروق ، وليد سيد ، (2018) ، فاعلية نظم الرحلات المدرسية في تنمية الوعي السياحي بالتطبيق على مدينة المنصورة ، مجلة كلية السياحة والفنادق ، جامعة المنصورة ، العدد (4) ، ص ص 263-293
- . المطيري ، عائشة ذياب ، (2016) ، دور بعض عناصر المنظومة التعليمية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر ، العدد (168) ، الجزء الأول ، ص ص 555-611
- . النعيمي ، منتهى أحمد محمد ، (2008) ، التعليم السياحي في العراق ، مجلة الإدارة والاقتصاد ، العدد (73) ، ص ص 215-240
- . أيوب ، حسيني سيد ، مرفت عبدالغفار ، محمد احمد الظهراوي ، محمد عبد الجواد أحمد ، (2022) ، دور الرحلات الترويجية في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب كليات التربية الرياضية ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، المجلد (72) العدد (140) ، ص ص 150-176.
- تيمور، داليا محمد ، (2008) ، الوعي السياحي والتنمية السياحية مفاهيم وقضايا ، مؤسسة شباب الجامعة ، الاسكندرية .
- . رزقي ، سارة محمد عبد السميع ، (2021) ، دور معلم التعليم الابتدائي في تنمية الوعي السياحي للتلاميذ ، مجلة كلية التربية ج1، العدد (82) ، ص ص 237-279
- . سعادة ، جودت أحمد ، (2004) ، المنهج الدراسي المعاصر ، دار الفكر ، ط 2 ، عمان ، الأردن .
- . عبد النبي ، صالح ونيس ، (2006) المعتمد في السياحة والآثار ، منشورات اللجنة الشعبية العامة للثقافة والإعلام ، ط1
- . عبوي ، زيد منير ، (2016) ، مبادئ السياحة الحديثة ، دار المعترف للنشر ، الطبعة الأولى ، عمان . الأردن
- . غراب ، نهي مصطفى ، (2009) ، تنمية الوعي السياحي ، لدى طلاب مرحلة التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم الدراسات السياحية ، كلية السياحة والفنادق ، جامعة حلوان
- . محمود ، صباح محمد ، شجاع ، أسماء علي ، (2022) ، تنمية الوعي السياحي لدى النشء والشباب بمراحل التعليم الأساسي ، مجلة كلية السياحة والفنادق ، جامعة مدينة السادات .
- . ملوخية ، أحمد فوزي ، (2008) ، مدخل إلى السياحة ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ، ط1

الأسس والمعايير العلمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني

أ. ياسمين ياسين عبد القادر

الملخص:

تناولت الدراسة إشكالية كهمة في عملية التدريب الميداني وهي الأسس والمعايير المتعلقة بطلاب الخدمة الاجتماعية باعتبارهم ممثلين لكلياتهم داخل مؤسسات التدريب الميداني، التي تستقبل الطلاب لترجمة ما تم تناوله في قاعة الدراسة إلى سلوكيات عملية، وتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

ما الأسس والمعايير العلمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني بالقسم ٩، وهدفت الدراسة إلى محاولة تحديد أسس ومعايير علمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني. و تكونت عينة الدراسة من طلاب كلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس / قسم الخدمة الاجتماعية ، و قد تم استخدام استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات من المبحوثين المكونة من (13) الفقرة ، و من النتائج التي توصلت إليها الباحثة تتمثل في الأسس و المعايير المتعلقة بطلاب الخدمة الاجتماعية باعتبارهم أهم عنصر من عناصر عملية التدريب الميداني و كانت تتمثل في : سجل التدريب الميداني الخاص به ، معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي، اعتماد مواعيد التدريب الميداني، بأهمية نسبة 87.1%، تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري، اعتماد خطة التدريب الميداني، بأهمية ، تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها، تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفاديا لضيع المعلومات، المهارات المرتبطة بمجال التدريب، سياسة المؤسسة التي يتم تدريبه فيها، الاجتماعات الإشرافية التمهيدية، المعارف المرتبطة بمجال التدريب، تحميله المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به، اجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي، بأهمية نسبية.

المقدمة

يعد العنصر البشري هو المتغير الأساسي في عملية التنمية والتدريب، فالتدريب المناسب والمستمر أحد المحاور الرئيسية لتحسين هذا العنصر حتى يصبح أكثر معرفة أو قدرة على أداء المهام المطلوبة منه بالشكل المناسب، وإن التعليم الجامعي أحد الأنظمة الأساسية التي عن طريقها يتم إعداد الكوادر الفنية اللازمة للعمل في شتى مجالات الإنتاج والخدمات، ويأتي ذلك من خلال التدريس النظري والتدريب الميداني الفعلي لتنمية المهارات وزيادة الخبرات وإكساب القدرات لأداء الأعمال بكفاءة واقتدار. (أبو النصر، 2008، ص260)

مشكلة الدراسة:

بنا أن تعليم الخدمة الاجتماعية هو إعداد متخصصين لممارسة المهنة على مستوى عالي من الكفاءة والجودة، فإعداد الأخصائي الاجتماعي يعد ضرورة مهنية لتطبيق المبادئ والأهداف وتنفيذها وبقدر نجاحه في ذلك يكون أدائه المهني متميز، فإعداد مهني يمثل العمود الفقري لممارسة المهنة. (مرعي، ص 138)

ولا يتحقق ذلك إلا بالتدريب الميداني الجود (ذا الجودة العالية) فهو يمثل إحدى الركائز الهامة في إعداد الممارس المهني باعتباره عملية فنية من خلالها يكتسب الخبرة والمهارة والمرونة والقدرة على مواجهة مختلف مواقف الممارسة المهنية.

وبالتالي تتطلب عملية الإعداد العلمي للممارس المهني جانبين أساسيين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي ، ويتمثل الجانب النظري في القاعدة العلمية المتطورة والمعلومات والمعارف النظرية المستنيرة التي يتم اكتسابها للطلّابات خلال فترة الدراسة حيث يتوفر الإعداد النظري من خلال دراسة مجموعة من المواد العامة التأسيسية ، ودراسة مجموعة من المعارف والمواد المهنية الخاصة بالخدمة الاجتماعية وطرقها المهنية ، وأيضاً دراسة مجالاتها التي تمارس فيها مهنة الخدمة الاجتماعية ، ويمثل هذا الإطار النظري تكوين القاعدة العلمية المعرفية للطلاب والتي من المتوقع أن يتم توظيفها في الميدان ، وهنا يأتي دور وأهمية التدريب الميداني في إعداد الأخصائيين الاجتماعية ، والتي يتبلور بصفة أساسية في إكسابها المهارات الفنية للعمل الميداني والشخصية المهنية عن طريق الاحتكاك الذهني من خلال الدراسة النظرية أولاً ، ثم المشرفين أثناء التدريب الميداني ، وذلك لتأهيلها للممارسة العملية والتطبيقية في المجالات المختلفة للخدمة الاجتماعية . وبالنظر إلى مجمل هذه الدراسات نجد أنها تناولت التدريب الميداني في الخدمة الاجتماعية من جوانب متعددة فنجد أن معظم هذه البحوث أكدت على أهمية التدريب الميداني في إعداد الأخصائيين الاجتماعية، ومنها من اهتم بتقويم العملية التدريبية ودورها في إكساب الطالّابات قيم ومهارات المهنة والبيع ض الآخر ركز على ضرورة تحقيق التلاحم بين المعرفة النظرية والتطبيق في الممارسة . وعدد آخر منها أشار إلى دور خطط وأساليب التدريب الميداني في إكساب الطالّابات المهارات والقيم والاتجاهات التي يتعلمها الطالب وانعكاسها على الممارسة المهنية، وتوصلت إلى نتيجة هامة وهي وجود مجموعة من الصعوبات التي تحول بين التدريب الميداني وإعداد الأخصائي الاجتماعي الكفاء وتحقيق أهداف الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية وهذه الصعوبات ترتبط بعناصر العملية التدريبية.

أهمية الدراسة:

1 . تعتبر المهنة من المنهن الحساسة وذلك لكثرة تعاملها مع المشاكل التي تقع في محيط عملها، والتي يقف الأخصائي الاجتماعي حائراً أمامها ما لم يكن هناك إعداد مسبق للأخصائي لمواجهة تلك المواقف التي قد تعترض وتؤثر على كفاءته المهنية في التعامل مع هذه المواقف.

2 وحدة عمل هذه المهنة هم العناصر البشرية وعليه لا يكفي مساعدة هذه الوحدة من خلال استخدام أسلوب التجربة في عملية المساعدة بل يجب أن يكون الأخصائي على قدر من إتقان المهنة وأساليبها الفنية قبل أن يركز على خبراته في تقديم هذا العون.

أهداف الدراسة:

محاولة تحديد أسس ومعايير علمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني بالقسم.

تساؤلات الدراسة:

ما الأسس والمعايير العلمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني بالقسم ؟

المصطلحات العلمية:

المعايير:

أ. لغويًا: المعايير جمع معيار، والمعيار لغويًا هو ما اتخذ أساساً للمقارنة والتقدير" (مجاهد، 2008، ص 137)

ب. المعايير اصطلاحاً: إلى "المواصفات والشروط والمتطلبات التي ينبغي أن تتحقق في الشيء المراد قياسه". (أحمد، 2011، ص

1202)

الأسس:

أ. لغويا: جمع أساس، و(الأساس لأصل البناء، وجمع الأساس أسس، وهذه المادة من الهزمة والسين تدل على الاصل والشيء الوطيد الثابت، فالأس: أصل البناء، وكذلك الأساس، والأسس مقصور منه. وقد أسست البناء تأسيسا. وأسَّ البناء يؤسه أساء، وأسسه تأسيسا، وأسست دارا إذا بنيت حدودها ورفعت من قواعدها، فالأس ما يبنى عليه.

ب - الأساس اصطلاحا:

الأساس فهو الارضية التي تبنى عليها القواعد، واطلاقه شامل للأمور الحسية والمعنوية، كما في بيان المعنى اللغوي، والأساس منه التعريف اذ المعنوية؛ لأنه يعني عليها بعد تقييده بما يتركب منه التعريف، اذ هو الارضية المعرفية التي تبنى عليها حركة الفكر او المنظومة الفكرية التي تمخض للوصول الى نتائج حقيقة، او النتيجة القصوى من حيث ملامسة الحقيقة او مقاربتها.

3. التدريب الميداني:

أ- التدريب لغة /

يعرف التدريب لغوياً بأنه كلمة مشتقة من درب أي اعتاد وعلم ومنها الدرب وهو الطريق، ودرب على الشيء بمعنى مرن عليه وحذقه. (الباشا، 1994، ص438)

ب - التدريب اصطلاحا:

كما يعرف معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية التدريب على أنه تدريب في يتم في موضع العمل لاكتساب المتدرب مهارات عملية تمكنه من تأدية العمل على أحسن وجه. (بدوي، 1982، ص 63)

حدود الدراسة:

1. الحدود البشرية: اقتضت حدود البشرية للدراسة على طلاب التدريب الميداني.

2. الحدود المكانية: اقتضت الحدود المكانية للدراسة بقسم الخدمة الاجتماعية بكلية التربية فرع القصر بن غشير.

3. الحدود الزمنية: يتمثل الحد الزمني في الفصل الدراسي خريف 2022 م.

ثانيا الإطار النظري للدراسة:

1. التدريب الميداني:

مفهوم التدريب الميداني

التدريب الميداني هو عملية إكساب الفرد مجموعة من المعارف والمهارات والاتجاهات التي تمكنه من القيام بعمل لم يكن في استطاعته، وعلى هذا فإن نتائج التدريب هو حدوث تغير أفضل في الأداء. (عساف، 2012، ص50) وعليه فهو عملية منظمة لازمة لأداء عمل معين (الباشا، 1978، ص11) تتم من خلال الممارسة الميدانية وتستخدم فيها أسس متعددة، بهدف إحداث تغييرات في الفرد من ناحية المعلومات والخبرات والمهارات والاتجاهات، بما يجعل هذا الفرد لائقاً للقيام بعمله بكفاءة وإنتاجية عالية وفقاً لمتطلبات وظيفته. (أبو المعاطي، 2010، ص356)

مميزات التدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية:

1 - اكتساب الطالب الثقة في نفسه والقدرة على العمل دون الاعتماد على الآخرين.

2 - تدعيم احترام الطالب لنفسه واحترام الغير له.

3 - اكتساب الطالب لخبرات جديدة تؤهله إلى الارتقاء وتحمل مسؤوليات أكبر.

- 4 - اكتساب الطالب المرونة في حياته العملية.
- 5 - اكتساب الطالب الصفات التي تؤهله لشغل المناصب القيادية كما أن التدريب يمثل ميداناً لممارسة العلاقات الإنسانية.
- 6 - تنمية النواحي السلوكية للطلاب والعمل على صلاحية العمل ضمن المجموعة الأكبر.
- 7 - رفع الروح المعنوية للطلاب نتيجة تزويد بالخبرات المختلفة. (حمزة، 1987، ص 186.185)

طلاب التدريب الميداني:

الطلاب هم الفئة المستهدفة لتحقيق مصلحتهم في كل الجهود التي تبذل من الكلية ومؤسسات التدريب فيما تصل بالتدريب الميداني وإعدادهم ليصبحوا أخصائيين اجتماعيين مهنيين قادرين على الأداء الفعال لمسئولياتهم المهنية في خدمة مجتمعهم. عملية الإعداد المهني للأخصائي الاجتماعي ترتبط بجانبين أساسيين الإعداد النظري والتطبيقي للأخصائي الاجتماعي من جانب، وضرورة توافر الاستعداد الشخصي

لدى من يلحق بالخدمة الاجتماعية على الجانب الآخر. (مداح، 1989، ص 74.72) ولذلك لا بد أن نستعرض بعض الصفات الأساسية التي يجب أن يتصف بها من يؤهل للعمل كأخصائي اجتماعي وتحدد في:

***الصفات الجسمية والمظهرية:**

مثل سلامة الخواس والقوة واللياقة البدنية والسلامة الجسمية، الاهتمام بالمظهر الملائم والحسن، اتصافه بالحركة والنشاط وبذل الجهد.

***الصفات العقلية والمعرفية:**

وتتضمن إلمامه بالمعارف الأساسية المرتبطة بالخدمة الاجتماعية ومتابعته للتقدم العلمي والتكنولوجي وأن يكون له إطاره الفلسفي الخاص والمرتبط إلى حد كبير بفلسفة الخدمة الاجتماعية (جمعة، 1996، ص 133)، ومن صفاته العقلية أن يكون مناحاً ذكياً قادراً على التعبير السليم والإقناع الاجتماعية والملاحظة الدقيقة والتجارب مع العملاء، كما يجب أن يكون يقطاً واسع الاطلاع.

***الصفات الانفعالية والنفسية:**

- 1 - النضج والاتزان الانفعالي حيث لا تثيره مشيرات تافهة والقدرة على تحمل وتأجيل إشباع رغباته وعدم التذبذب الانفعالي.
- 2 - القدرة على الثبات وعدم التحيز لأي اعتبارات شخصية.
- 3 - أن يمتاز بالبساطة وعدم التكلف والتعقيد أو الميل أو الاكتئاب.
- 4 - أن يكون لديه اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الديمقراطية وحق الفرد في التعبير عن رأيه واتخاذ القرار المناسب دون وجود اتجاهات التسلط والسيطرة وعرض القوة.
- 5 - أن يكون محباً للناس ولوطنه خالٍ بآ من الأحقاد والصراعات الهدامة رغباً في الإصلاح بكل صورة. (الجازوي، 1977، ص 51.48)

***الصفات الاجتماعية:**

- 1 - القدرة على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين وحب العمل وعدم العزلة.
- 2 - احترام الناس وتقبلهم.
- 3 - التعاون مع الآخرين في سبيل إنجاز أهداف مشتركة.

- 4 - أن يكون له قدوة ومثل في سلوكه.
 - 5 - قدرته على التطبيق مع المواقف المختلفة.
 - 6 - الإيمان بقدرة الأفراد والحفاظ على مواعيد العمل.
 - 7 - أن يكون حسن السمعة معروف بالالتزام والتزوي والخلق الحميد والصبر والتسامح. (خاطر، 1988، ص 188)
- * واجبات طلاب طالبات التدريب:

- بصفة عامة يعتبر الطالب " موظفاً " بالمؤسسة كشخص مهني له كافة صلاحيات الآخرين، ولكن في إطار تعليمي وإشرافي معين، وبصفة عامة فإن تقاريره للتسجيل المهني لمنجزاته يجب أن توضح ما يلي:
- 1 - قدرة الطالب على تحديد حقيقة الموقف الإشكالي.
 - 2 - قدرة الطالب على تحديد الخطوات العلاجية أو الإجراءات التنظيمية.
 - 3 - قدرة الطالب على تقييم أثر التدخل المهني وإيجابيات وسلبياته.
 - 4 - قدرة الطالب على مناقشة أعماله مع مشرف المؤسسة. (عثمان، 1992، ص 163.162)

ثالثا الدراسات السابقة:

دراسة عائشة عثمان ملوم بعنوان " دراسة تقويمية للتدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية "، سنة 2009 ف، كانت تهدف إلى:

1. التعرف على واقع التدريب الميداني لطلاب قسم الخدمة الاجتماعية.
 2. التعرف على مدى الترابط بين الجانبين النظري والعملي في التدريب الميداني وطرق الخدمة ومجالاتها المختلفة.
 3. التعرف على الأهداف المتوقعة من التدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية، ودور وأهمية المشرف الأكاديمي والمؤسسي في التدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية.
 4. التعرف على الصعوبات التي تحد من فاعلية التدريب الميداني والتي تحول دون تحقيق أهدافه.
 5. وضع بعض التوصيات التي تساعد في تطويره.
- اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي لهذه الدراسة، وقد استخدمت الباحثة الاستبيان لجمع البيانات من أفراد العينة المتمثلة في الطلبة المتدربين ميدانيا وهم طلبة السنة الثالثة والرابعة والبالغ عددهم 160 طالب وطالبة، إضافة لجميع مشرفي التدريب الميداني الأكاديميين والبالغ عددهم 20 مشرفا ومشرفة، وكذلك جميع مشرفي المؤسسي وعددهم 40 مشرف ومشرفة.
- ومن أهم النتائج التي توصلت إليها:

1. اتضح من نتائج الدراسة أن التدريب الميداني يتم وفق خطة مرسومة إلى حد ما واتضح أن هناك بعض العوامل التي تؤدي إلى عدم تحقيق خطة التدريب الميداني أهدافها في نمو الطالب مهنيا.
2. اتضح من نتائج الدراسة أن التدريب الميداني بوضعه الحالي، أنه يكسب الطلاب بعض المهارات المهنية من أهمها:
. مهارات في تكوين العلاقات المهنية.
. مهارات تتعلق بتطبيق مبادئ الخدمة الاجتماعية.
3. اتضح أن هناك بعض العوامل التي تؤدي إلى عدم الترابط بين الجانب النظري والعلمي من أهمها:
. عدم تدريس الجوانب الحديثة للممارسة العلمية.

الأسس والمعايير العلمية للطلاب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني

- . اختلاف المواد النظرية عن الواقع الميداني.
- . عدم وضوح الهدف من تدريس بعض المواد.
- . كثرة عدد الطلاب داخل قاعة المحاضرات يؤدي إلى عدم مشاركتهم في المناقشة.
- 4. تبين من نتائج الدراسة أن هناك مجموعة من الأهداف التي يحققها التدريب الميداني ومن أهم هذه الأهداف:
 - . اكتساب قيم وأخلاقيات المهنة.
 - . نمو قدرته على استخدام المعارف الصحيحة في الممارسة العملية.
- 5. كما اتضح من نتائج الدراسة أن هناك مجموعة من الصفات المهنية التي يكتسبها الطلاب خلال التدريب الميداني ومن أهم هذه الصفات:

. احترام الآخرين والرغبة في مساعدتهم.

. تحمل المسؤولية.

. الموضوعية في الرأي.

دراسة منى يوسف الجرنازي بعنوان " دور التدريب الميداني في إكساب المهارات المهنية لطلاب الخدمة الاجتماعية دراسة ميدانية على عينة من طلاب قسم الخدمة الاجتماعية - جامعة طرابلس " سنة 2014، التعرف على دور التدريب الميداني في إكساب المهارة المهنية لطلاب الخدمة الاجتماعية.

2. الكشف عن الصعوبات التي تواجه الطلاب أثناء التدريب الميداني.

واستخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي لتحليل البيانات والوصول للنتائج، بالإضافة لاستخدامها الاستبيان لجمع البيانات من الباحثين، وكان مجتمع البحث يتمثل في طلاب الخدمة الاجتماعية بجامعة طرابلس، الفصلين السابع والثامن والبالغ عددهم (162) طالب وطالبة، وتم سحب عينة عشوائية من المجتمع الأصلي بنسبة 50 % من مجتمع البحث والتي بلغت حوالي (81) طالباً وطالبة. وتوصلت للنتائج التالية:

1. أظهرت نتائج الدراسة أن التدريب الميداني له دور في اكتساب الطلاب ما يلي:

. مهارة التسجيل وإعداد التقارير بطريقة علمية صحيحة.

. المهارة في تحمل المسؤولية في أداء دوره.

. مهارة الاتصال المتمثلة في الحوار والمناقشة مع العملاء.

. مهارة في صياغة بحثه في المؤسسة الاجتماعية بأسلوب علمي.

رابعاً الإجراءات الميدانية:

ستعرض الباحثة وصفاً لإجراءات الدراسة الميدانية على النحو التالي:

* منهج الدراسة:

إن الغرض من البحث العلمي هو الحصول على إجابات لما يثار من أسئلة عن طريق استخدام الأساليب العلمية التي تزيد من ثقة الباحث فيما يصل إليه من معلومات ومنهج الدراسة هو الطريق المؤدي إلى الكشف عن هذه الحقائق بوساطة طائفة من القواعد العامة تهيمن على سير العمل وتحديد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة. أي هي المخططة التي يشير فيها الباحث لحل مشكلته،

ومنهج الدراسة في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي التحليلي لأنه يسعى لاكتشاف الواقع وتحديد خصائصه، ويسعى إلى اكتشاف طبيعة العلاقات القائمة بين العوامل والمتغيرات (التير، 1995، ص 80).

* مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب وطالبات التدريب الميداني بقسم الخدمة الاجتماعية بكلية التربية القصر بن غشير، وتمثل عددهم في 35 طالب.

* أداة الدراسة:

وصولا لأهداف الدراسة استخدمت الباحثة استمارة الاستبيان لتحديد الأسس والمعايير العلمية لطلاب الخدمة الاجتماعية. المعالجة الإحصائية للدراسة:

بعد جمع بيانات الدراسة، قامت الباحثة بمراجعتها تمهيداً لإدخالها للحاسوب، وقد تم إدخالها للحاسوب بإعطائها أرقاماً معينة، أي بتحويل الإجابات اللفظية إلى رقمية. وقد تمت المعالجة الإحصائية اللازمة للبيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة والتي تتألف مما يلي:

مقاييس الإحصاء الوصفي **Descriptive Statistics** حيث تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة.

2. المتوسطات الحسابية **Arithmetic Mean** لتحديد معدل استجابة أفراد عينة الدراسة.

3. الانحرافات المعيارية **Standard Deviation** لقياس درجة تشتت المطلق لقيم الإجابات عن وسطها الحسابي.

4. اختبار ت **One Sample T - Test** لاختبار معنوية (دلالة) المتوسطات الحسابية.

5. معامل ارتباط بيرسون **Person Correlation** لاختبار العلاقة بين المتغيرات.

6. معامل كرونباخ ألفا **Cronbach's alpha** لقياس درجة الثبات في إجابات عينة الدراسة على أسئلة الاستبيان.

القسم الأول: قياس صدق وثبات أداة القياس (الاستبانة):

1- صدق الاستبانة **Validity**

يعرف الصدق على أنه "مدى استطاعة أداة الدراسة أو إجراءات القياس، قياس ما هو مطلوب لقياسه (عطية، 1996، ص 260)، ويعني ذلك أنه إذا تمكنت أداة جمع البيانات من قياس الغرض الذي صممت من أجله، فإنها بذلك تكون صادقة.

كما يقصد بالصدق "شمول الاستمارة لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية ثانية، بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها (عبيدات، 1997، ص 179). وقامت الباحثة بالتأكد من صدق الاستبانة بطريقتين:

1 - 1: صدق المحتوى (الصدق الظاهري):

يعرف صدق المحتوى على أنه قدرة المقياس على قياس ما ينبغي قياسه من خلال النظر إليه وتفحص مدى ملاءمة بنوده لقياس ابعاد المتغير المختلفة" (القحطاني، 2002، ص 210-212).

لضمان صدق محتوى أداة جمع بيانات هذه الدراسة، قامت الباحثة بمراجعة أهم الدراسات والبحوث ذات العلاقة والتي من خلالها تم التوصل إلى تصميم المسودة الأولى لأداة جمع البيانات (الاستبانة)، وتم التأكد من صدق المحتوى بعرض الاستبانة بعد تصميمها على المشرف على الدراسة لأنه من المتخصصين في المنهج العلمي، ومن ثم تمّ تحكيمها علمياً من قبل مجموعة من المتخصصين والخبراء في

بمجال الدراسة والمهتمين بمناهج مرحلة الانحدار، وقد طلبت الباحثة منهم إبداء آرائهم في مدى ملائمة العبارات لقياس ما وضع لأجله، ومدى وضوح صياغتها ومدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي تنتمي إليه، وكذلك مدى كفاية العبارات لتغطية كل محور من محاور متغيرات الدراسة الأساسية هذا بالإضافة إلى اقتراح ما يروى به ضرورة من تعديل صياغة العبارات أو حذفها، أو إضافة عبارات جديدة للاستبانة، كذلك إبداء آرائهم فيما يتعلق بالبيانات الأولية (الخصائص الشخصية والوظيفية) المطلوبة من المبحوثين، وقد تم الاستعانة بخبير ومتخصص في مجال الإحصاء التطبيقي لتحكيم الاستبانة من ناحية ملائمة المقاييس المستخدمة لقياس المتغيرات وكذلك مدى ملائمة الاستبانة وصلاحياتها لتحليل الإحصائي.

وقد تفضلوا مشكورين بإبداء ملاحظاتهم ومقترحاتهم حول محتويات الاستبانة، ومن ثم تم إخراج استبانة الدراسة في صورتها النهائية بعد إجراء التعديلات التي استلزم الأمر إجراءها من إضافة أو حذف أو تعديل.

1 - 2: صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة

يقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى اتساق كل فقرة من فقرات الاستبانة مع المجال الذي تنتمي إليه هذه الفقرة، وقد تم حساب الاتساق الداخلي للاستبانة وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط (معامل ارتباط بيرسون **Pearson Correlation**) بين كل فقرة من فقرات مجالات الاستبانة والدرجة الكلية للمجال نفسه.

يوضح الجدول رقم (1) معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات هذا المحور والدرجة الكلية له، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبنية بالجدول دالة إحصائياً عند مستوى المعنوية 0.05، وبذلك يعتبر المحور صادق لما وضع لقياسه.

جدول رقم (1): معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور والدرجة الكلية للمحور

X02	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية P- Value
1	المعارف المرتبطة بمجال التدريب	0.705	0.000 *
2	المهارات المرتبطة بمجال التدريب	0.713	0.000 *
3	الاجتماعات الإشرافية التمهيدية	0.642	0.000 *
4	اعتماد خطة التدريب الميداني	0.734	0.000 *
5	اعتماد مواعيد التدريب الميداني	0.629	0.000 *
6	سياسة المؤسسة التي يتم تدريسه فيها	0.872	0.000 *
7	سجل التدريب الميداني الخاص به	0.761	0.000 *
8	تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفادياً لضياع المعلومات	0.866	0.000 *
9	تحميله المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به	0.580	0.000 *
10	معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي	0.834	0.000 *

الدلالة الإحصائية P- Value	معامل ارتباط بيرسون	الفقرة	X02
0.000 *	0.852	تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري	11
0.000 *	0.735	اجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي	12
0.000 *	0.766	تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها	13

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى المعنوية 0.05

ثبات الاستبانة :

يقصد بثبات الاستبانة أن تعطي هذه الاستبانة نفس النتائج لو تم إعادة توزيعها أكثر من مرة تحت نفس الظروف والشروط، (العساف، 1995، ص430) أو بعبارة أخرى أن ثبات الاستبانة يعني الاستقرار في نتائج الاستبانة وعدم تغييرها بشكل كبير فيما لو تم إعادة توزيعها عدة مرات خلال فترة زمنية معينة.

وقد اتبعت الباحثة القياس الإحصائي لمعرفة ثبات أداة القياس (الاستبانة)، وذلك من خلال طريقتين هما: معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك كما يلي:

2 - 1: معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's alpha Coefficient):

للتحقق من ثبات أداة القياس (الاستبانة)، اتبعت الباحثة القياس الإحصائي بطريقة كرونباخ ألفا (Cronbach's alpha Coefficient)، وتكون الاستبانة ذات ثبات ضعيف إذا كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ أقل من 60%، ومقبولاً إذا كانت هذه القيمة ضمن الفترة (من 60% أو أقل من 70%)، وجيد إذا كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ ضمن الفترة (من 70% أو أقل من 80%)، أما إذا كانت هذه القيمة أكبر من أو يساوي 80% يشير ذلك إلى أن الاستبانة تكون ذات ثبات ممتاز، وكلما اقترب المقياس من 100% تعتبر النتائج الخاصة بالاختبار أفضل. (Sekar, (2006), p 311.

أما فيما يتعلق بثبات أداة هذه الدراسة (الاستبانة)، فقد تم احتساب معامل كرونباخ ألفا لمتغيرات الدراسة، ويوضح الجدول التالي قيم معاملات ألفا كرونباخ لكل محور من محاور الدراسة.

جدول (2): قيم معامل الثبات محور الدراسة

ت	المتغير	الرمز	عدد الفقرات	معامل الثبات %
2	المتغيرات المتعلقة بطالب التدريب الميداني	X02	13	93.1

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لجميع محور من محاور الدراسة. وكذلك قيمة معامل الثبات الكلي تساوي 95.7 %، وهي قيمة ثبات عالية جداً ومقبولة إحصائياً، وتدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

خامساً تحليل نتائج وتفسيرها :

يتناول عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الباحثة من خلال تطبيق استبانة الدراسة المعايير المتعلقة بطالب التدريب الميداني.

قامت الباحثة بدراسة فقرات المحور (المعايير المتعلقة بطالب التدريب الميداني) كلاً على حدة، حيث يتبين من خلال البيانات الواردة بالجدول رقم (3) التوزيع التكراري لإجابات عينة الدراسة حول كل فقرة من فقرات المحور، وكذلك الجدول رقم (4) يبين التحليل الإحصائي لإجابات عينة الدراسة حول نفس المحور، ومن خلال الجدولين يتضح الآتي:

1/ المعارف المرتبطة بمجال التدريب: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 55.1% تقريباً، واتجه ما نسبته 32.2% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.43 معياري 0.706، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

2/ المهارات المرتبطة بمجال التدريب: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 62.1% تقريباً، واتجه ما نسبته 23.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.48 بانحراف معياري 0.730، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

جدول رقم (3): التوزيع التكراري لإجابات عينة الدراسة حول فقرات المحور

X02	الفقرة	غير موجود	موجود، لا يتعامل بها	موجود، يتعامل بها	الإجمالي
1	المعارف المرتبطة بمجال التدريب	العدد	27	69	118
		النسبة %	12.6	32.2	55.1
2	المهارات المرتبطة بمجال التدريب	العدد	30	51	133
		النسبة %	14.0	23.8	62.1
3	الاجتماعات الإشرافية التمهيدية	العدد	31	60	123
		النسبة %	14.5	28.0	57.5
4	اعتماد خطة التدريب الميداني	العدد	15	63	136
		النسبة %	7.0	29.4	63.6
5	اعتماد مواعيد التدريب الميداني	العدد	15	53	146
		النسبة %	7.0	24.8	68.2
6	سياسة المؤسسة التي يتم تدريبه فيها	العدد	26	60	128
		النسبة %	12.1	28.0	59.8

X02	الفقرة		غير موجود	موجود، لا يتعامل بها	موجود، يتعامل بها	الاجمالي
7	سجل التدريب الميداني الخاص به	العدد	10	33	171	214
		النسبة %	4.7	15.4	79.9	100.0
8	تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفاديا لضياح المعلومات	العدد	25	59	130	214
		النسبة %	11.7	27.6	60.7	100.0
9	تحميله المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به	العدد	35	66	113	214
		النسبة %	16.4	30.8	52.8	100.0
10	معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي	العدد	14	48	152	214
		النسبة %	6.5	22.4	71.0	100.0
11	تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري	العدد	18	49	147	214
		النسبة %	8.4	22.9	68.7	100.0
12	اجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي	العدد	46	75	93	214
		النسبة %	21.5	35.0	43.5	100.0
13	تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها	العدد	16	68	130	214
		النسبة %	7.5	31.8	60.7	100.0

3/ الاجتماعات الإشرافية التمهيدية: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 57.5% تقريباً، واتجه ما نسبته 28.0% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.43 بانحراف معياري 0.733، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

4/ اعتماد خطة التدريب الميداني: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 63.6% تقريباً، واتجه ما نسبته 29.4% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.57 بانحراف معياري 0.623، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

جدول رقم (4): المتوسط المرجح والانحراف المعياري ونتائج اختبار T لفقرات المحور

X02	الفقرة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	الاتجاه السائد
1	المعارف المرتبطة بمجال التدريب	2.43	0.706	موجود، يتعامل بها
2	المهارات المرتبطة بمجال التدريب	2.48	0.730	موجود، يتعامل بها
3	الاجتماعات الإشرافية التمهيدية	2.43	0.733	موجود، يتعامل بها

X02	الفقرة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	الاتجاه السائد
4	اعتماد خطة التدريب الميداني	2.57	0.623	موجود، يتعامل بها
5	اعتماد مواعيد التدريب الميداني	2.61	0.616	موجود، يتعامل بها
6	سياسة المؤسسة التي يتم تدريبيه فيها	2.48	0.703	موجود، يتعامل بها
7	سجل التدريب الميداني الخاص به	2.75	0.530	موجود، يتعامل بها
8	تسجيل المهام التدريبية وأولاً أول تفاديا لضياح المعلومات	2.49	0.697	موجود، يتعامل بها
9	تحميله المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به	2.36	0.749	موجود، لا يتعامل بها
10	معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي	2.64	0.601	موجود، يتعامل بها
11	تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري	2.60	0.640	موجود، يتعامل بها
12	اجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي	2.22	0.777	موجود، لا يتعامل بها
13	تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها	2.53	0.633	موجود، يتعامل بها

5/ اعتماد مواعيد التدريب الميداني: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة " موجودة، يتعامل بها " ما يعادل 68.2% تقريباً، واتجه ما نسبته 24.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.61 بانحراف معياري 0.616، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها".

6/ سياسة المؤسسة التي يتم تدريبيه فيها: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا " موجودة، يتعامل بها " ما يعادل 59.8% تقريباً، واتجه ما نسبته 28.0% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.48 بانحراف معياري 0.703، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها".

7/ سجل التدريب الميداني الخاص به: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة " موجودة، يتعامل بها " ما يعادل 79.9% تقريباً، واتجه ما نسبته 15.4% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.75 بانحراف معياري 0.530، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها".

8/ تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفاديا لضياح المعلومات: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا " موجودة، يتعامل بها " ما يعادل 60.7% تقريباً، واتجه ما نسبته 27.6% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.49 بانحراف معياري 0.697، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها".

- 9/ تحمليه المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 52.8% تقريباً، واتجه ما نسبته 30.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.36 بانحراف معياري 0.749، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".
- 10/ معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 71.0% تقريباً، واتجه ما نسبته 22.4% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.64 بانحراف معياري 0.601، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".
- 11/ تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 68.7% تقريباً، واتجه ما نسبته 22.9% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.60 بانحراف معياري 0.640، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".
- 12/ إجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 43.5% تقريباً، واتجه ما نسبته 35.0% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.22 بانحراف معياري 0.777، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 1.67 إلى أقل من 2.34) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، لا يتعامل بها".
- 13/ تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 60.7% تقريباً، واتجه ما نسبته 31.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.53 بانحراف معياري 0.633، حيث أن قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى أقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

سادساً- نتائج الدراسة:

وقامت الباحثة بترتيب "المعايير العلمية المتعلقة بطلاب التدريب الميداني قيد الدراسة"، حسب الأهمية النسبية كالآتي:

1. سجل التدريب الميداني الخاص به، بأهمية نسبية 91.7%.
2. معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي، بأهمية نسبية 88.2%.
3. اعتماد مواعيد التدريب الميداني، بأهمية نسبية 87.1%.
4. تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري، بأهمية نسبية 86.8%.
5. اعتماد خطة التدريب الميداني، بأهمية نسبية 85.5%.
6. تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها، بأهمية نسبية 84.4%.
7. تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفادياً لضياع المعلومات، بأهمية نسبية 83.0%.

8. المهارات المرتبطة بمجال التدريب، بأهمية نسبية 82.7%.
9. سياسة المؤسسة التي يتم تدريسه فيها، بأهمية نسبية 82.6%.
10. الاجتماعات الإشرافية التمهيدية، بأهمية نسبية 81.0%.
11. المعارف المرتبطة بمجال التدريب، بأهمية نسبية 80.8%.
12. تحميله المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به، بأهمية نسبية 78.8%.
13. اجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي، بأهمية نسبية 74.0%.

سابعاً- توصيات الدراسة

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج توصي الدراسة بالاهتمام بتدريس مادة نظرية متخصصة بمجال التدريب الميداني لمعرفة أهم الأسس التي على الطلاب مراعاتها لتحقيق الاستفادة المطلوبة من هذا المجال.

ثامناً- مقترحات الدراسة:

1. إجراء دراسات عن علاقة هذه الأسس والمعايير بإكتساب الطلاب المهارات المهنية اللازمة للممارسة المهنية.
2. إجراء مقابلة شخصية للطلاب الراغبين بالدراسة بقسم الخدمة الاجتماعية للتأكد بمدى استعدادهم الشخصي لخوض هذا المجال.

تاسعاً المراجع :

1. ابراهيم بيومي مرعي، ومحمد حسين البغدادي: الجماعات في الخدمة الاجتماعية. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
2. أحمد بدوي، معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية. بيروت: مكتبة لبنان، دار العلم للملايين، 1981.
3. أحمد مصطفى خاطر، الخدمة الاجتماعية. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، 1988.
4. أحمد إبراهيم باشا، أسس التدريب. القاهرة: دار النهضة، 1978.
5. سلمى محمود جمعة، المدخل إلى طريقة العمل مع الجماعات. القاهرة: دار المعرفة الجامعية، 1996.
6. حمدي عطية، منهجية البحث العلمي وتطبيقاتها في الدراسات التربوية والنفسية. القاهرة: دار النشر للجامعات 1996.
7. سالم القحطاني، وآخرون، منهج البحث في العلوم السلوكية. الرياض: مع تطبيقات على SPSS، 2002.
8. صالح العساف، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية. الرياض: مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع، 1995.
9. ظلال يوسف مداح، " مدى اكتساب طالبات الخدمة الاجتماعية لمهارات الممارسة المهنية من التدريب الميداني " رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض، كلية الخدمة الاجتماعية، 1998.
10. عبد المعطى محمد عساف، يعقوب حمدان، التدريب وتنمية الموارد البشرية الأسس والعمليات. الأردن: دار زهران للنشر والتوزيع، ط1، 2012.
11. مدحت محمد أبو النصر، الاتجاهات المعاصرة في ممارسة الخدمة الاجتماعية الوقائية. القاهرة: مجموعة النيل العربية، 2008.
12. فاطمة الجاروني، خدمة الفرد في محيط الخدمات الاجتماعية. القاهرة: مطبعة السعادة، 1977.
13. ذوقان عبيدات، وآخرون، البحث العلمي (مفهومه، ادواته، اساليبه). الرياض: دار اسامة للنشر، 1997.

14. عائشة عثمان ملوم: دراسة تقييمية للتدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الخدمة الاجتماعية، بمدرسة العلوم الانسانية، أكاديمية الدراسات العليا، جنزور، 2009.
15. عبد الفتاح عثمان وعلي الدين السيد علي " نحو نموذج عربي للتدريب الميداني في تعليم الخدمة الاجتماعية " بحث منشور في المؤتمر العلمي، نحو نظرة واقعية للممارسة العملية للخدمة الاجتماعية، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية بالتعاون مع هيئة فورد للتنمية، 19. 22 سبتمبر، 1992.
16. ماهر أبو المعاطي علي، الاتجاهات الحديثة في إدارة المؤسسات الاجتماعية. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، 2010.
17. محمد عطوه مجاهد، المدرسة والمجتمع في ضوء مفاهيم الجودة. الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة، 2008.
18. محمد أبو الحمد سيد أحمد: "متطلبات تطوير الأداء المهني للأخصائي الاجتماعي بمؤسسات التعليم الأزهري قبل الجامعي في ضوء بعض المتغيرات المعاصرة"، (مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، العدد (31)، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، 2011م.
19. محمد خليل الباشا، معجم عربي حديث. لبنان: شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، ط3، 1994.
20. مختار حمزة، رسمية علي خليل، السلوك الإداري. جدة: دار المجمع العلمي، 1987.
21. مصطفى التير، مقدمة في مبادئ وأسس البحث الاجتماعي. طرابلس: منشورات الجامعة المفتوحة، ط 3، 1995.
22. منى يوسف الجرنازي، دور التدريب الميداني في إكساب المهارات المهنية لطلاب الخدمة الاجتماعية دراسة ميدانية على عينة من طلاب قسم الخدمة الاجتماعية. جامعة طرابلس " سنة 2014

23. . Sekaran, U. (2006) Research Methodsfor Business A Skill- Building Approach, 4th edition, John Wiley & Sons(Asia), Singapore.

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 - 15 سنة"

أ. سعيد احمد سعيد عمر د. خالد المهدي الدحير د. مسعود عبد السلام سعيد

مقدمة ومشكلة الدراسة:

تشير منظمة الصحة العالمية إلى أنه في الوقت الحاضر قد تضاعف الاهتمام بدراسة التغيرات المناخية بعد أن تدهورت بشكل أدى إلى تفاقم كثير من الأمراض والمشكلات الصحية بسبب التزايد السريع في أعداد السكان وفي مظاهر النشاط البشري، وكذلك إلى الأسباب ذات العلاقات الميتورولوجيا المناخية ذات الأثر الواضح على الفسيولوجيا الحيوية بالجسم. (32: 167) تذكر ليلي شاهين (7: 44) عن شلبي محمد شلبي (3: 13) ومحمد عثمان (8: 24) إلى أن التمرينات البدنية تعتبر حجر الزاوية والأساس الذي يبنى عليه عملية الإعداد وهي وسيلة التأمين بعمليات التدريب البدني أو التأهيل البدني في الارتقاء بالأجهزة الحيوية بجسم الإنسان لذلك فيعتبرها الباحثين خط الدفاع الأول الذي يحمي به الإنسان من الوقوع في براثن كثير من الأمراض. وتشير نبيلة محمد (10: 35) أن النشاط الرياضي له تأثير على الجهاز التنفسي حيث يؤدي إلى حدوث تغيرات في الأحجام الرئوية وهذه التغيرات تؤدي بالتالي إلى تغيرات مماثلة في السعة الحيوية للرتين وتختلف التغيرات باختلاف حجم الجهاز التنفسي وأوضاع الجسم أثناء الأداء الحركي ونوع التدريبات المعطاة، كما يؤدي التدريب الرياضي إلى زيادة أقصى تهوية رئوية، مما يساعد على إزالة تراكم ثاني أكسيد الكربون كما تزداد عمل الشعيرات الدموية المحيطة بالخويصلات الهوائية مما يحسن عملية تبادل الغازات عند الرياضيين سواء أثناء الراحة أو التدريب ونقص عدد مرات التنفس وزيادة عمق التنفس وأيضاً زيادة القدرة على استهلاك الأكسجين. وتعد تمرينات الخطو (Step Exercises) من الأشكال الحديثة للتمرينات البدنية داخل الصالات التي ذاع صيتها في أوائل الالفينات وأمكن توظيفها بفاعلية في تحسين وتطوير مستوى لياقة الطاقة الهوائية، وتحقيق تأثيرات وظيفية ملموسة على حالة ووظائف أجهزة الجسم الحيوية.

وفي الآونة الأخيرة تزايد الوعي وانتشر الاعتقاد بأهمية وفائدة تمرينات الماء حيث إنها تعتبر الآن واحدة من أحدث الطرق على مستوى العالم حيث تلعب تمرينات الماء أو التمرينات البدنية باستخدام الوسط المائي دوراً هاماً كأحد فروع الطب البديل، حيث تعمل تمرينات الماء كطلب وقائي وعلاج طبيعي في مواجهة العديد من علاج حالات الإصابات أو التأهيل بعد الإصابة أو الجراحة أو اللياقة العامة للصحة وإنقاص الوزن والرشاقة، بالإضافة إلى استخدامها في رفع مستوى اللياقة البدنية الخاصة ببعض الأنشطة. (6: 1)، (26: 22)

كما يمكن استخدام الوسط المائي في تطوير بعض القدرات البدنية كالقوة، التحمل، المرونة، حيث يعمل على مرونة المفاصل واستطالة العضلات وتقويتها دون التعرض لأي إصابات أو مضاعفات وذلك عن طريق تدريبات ضد مقاومات الماء باستخدام أثقال متدرجة. (16: 21)، (12: 12).

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 - 15 سنة"

كما يمكن استخدام التدرّيات المائية لمختلف الأعمار والأجناس والمستويات بشرط مراعاة الهدف الموضوع من أجله وكذلك الأدوات المستخدمة. (29: 91)

كما أن التدرّيب للعلاج في الماء يفيد أكثر من التدرّيب على العارض في درجة الحرارة الصيفية، ولقد أظهرت بعض الدراسات أن التدرّيات في الماء قد تكون أكثر مناسبة من التدرّيات على الأرض للأفراد الذين لديهم مشاكل في العضلات الهيكلية، حيث إن ضغوط تحمل الوزن على الطرف السفلي أقل بشكل ملحوظ في الماء عن اليابس. (5: 53)

وتظهر أيضاً أهمية استخدام التمرينات المائية المتنوعة كوسيلة لتطوير الصحة العامة البدنية وعمل الأجهزة الحيوية للجسم. (22: 53)

فوائد التمرينات البدنية باستخدام الوسط المائي:

أن الوسط المائي وسيلة هامة لتحسين اللياقة البدنية وكذلك في عمليات التأهيل والعلاج الطبيعي، وفي الطب الوقائي، ومن فوائد ممارسة التمرينات البدنية باستخدام هذا الوسط ما يلي:

زيادة قدرة الفرد على الأداء.

تقليل الفرصة من مشكلات المفاصل والعضلات نظراً لقلة الضغط الواقع عليهما.

تحسين أداء الفرد، فالتمرينات في الوسط المائي تجعل الفرد يؤدي التمرينات بخفة ورشاقة وتزيد من المدى الحركي.

تستخدم تمرينات الماء كما لو كانت قاعدة لكل النظريات الجديدة والطرق العلمية القيمة لأسلوب التدرّيب.

إن ممارسة التمرينات البدنية في الماء تتم في أي بيئة مائية كحمامات السباحة، البحار، المحيطات، البحيرات، ومناسبة لكل الأعمار من الطفولة حتى الشيخوخة.

التدرّيات المائية توفر قدراً من المساعدات الفسيولوجية، السيكلولوجية، والترفيهية. (23: 111)

وتبرز أهمية وفوائد توظيف الوسط المائي في عملية التأهيل والطب الوقائي من خلال خواصه والتي تتمثل في:

الطفو: وهو الضغط لأعلى والناتج عن غمر الجسم في الماء واتجاه الطفو عكس اتجاه قوة الجاذبية، حيث يسمح للجسم بالتحرك ويسر عن اليابس.

نقص القوة الضاغطة: ويحدث هذا نتيجة لتأثير الطفو وكلما زاد عمق الفرد في الماء قلت تبعاً لذلك القوة الضاغطة أو قوة ثقل الوزن على كل المفاصل وكذلك غضاريف فقرات العمود الفقري.

الضغط الهيدوستاتيكي على أجزاء الجسم الغاطس: حيث إن هناك ضغط متساوي المقدار من الماء على الجسم ويزداد هذا الضغط مع زيادة العمق ويساعد ذلك في علاج مشكلات الدورة الدموية.

والجدير بالذكر أن هذه الدراسة تعتبر الأولى من نوعها التي يتم من خلالها الربط بين توظيف دور النشاط البدني المقنن في تحسين الحالة الصحية لمرضى الجهاز الدوري والتنفسي والتي كان يستخدم من خلالها كثير من الطرق مثل (التمرينات البدنية الحرة بأدوات، العجلة الأرجومترية، السير المتحرك) ولم يستخدم الوسط المائي والاستفادة من فوائده ومميزات الوسط المائي في عمليات التأهيل والعلاج، لذا عمل الباحثون بمختلف تخصصاتهم على تقنين مجموعة من التمرينات البدنية يؤديها الأفراد ذوي بعض عوامل المخاطرة الناتجة بأحمال تدريجية متدرجة ومنخفضة الشدة باستخدام الوسط المائي بهدف وقاية هؤلاء الأفراد من خطر تفاقم عوامل المخاطرة الناتجة والوقوع في براض أمراض القلب.

ويشير ليفي وفورست **Levy, Furest** إلى التأثير الإيجابي لتدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي في تحسين لياقة الجهاز الدوري التنفسي، وزيادة مخرجات القلب والدورة الدموية مع الاقتصاد في الجهد المبذول، وحيث إن الحقائق الفسيولوجية لتطور القدرات التكيفية والوظيفية تعد أساساً هاماً لتوجيه عمليات التدريب الرياضي ليكن موائماً لكل مراحل النمو وليحقق أعلى مستوى من الإنجاز.

ويشير بريكس وآخرون **Prioux et al** إلى زيادة زمن الدورة التنفسية، ووصول سرعة دخول وخروج هواء الشهيق والزفير لأعلى معدل لها في سن 14 سنة. (29: 313)

فضلاً عن ذلك فإن المرحلة السنوية من 13-15 سنة تعد من المراحل الهامة في مسار ديناميكية بناء المستوى الرياضي لغالبية الأنشطة الرياضية، والتي يتحدد على أثرها قدرة إنجاز الفرد في مراحل العمر التالية.

ومن ثم فإنها مرحلة مناسبة ومثالية لإحداث التكيفات الفسيولوجية للأجهزة الوظيفية وأهمها الجهاز التنفسي موضوع البحث للارتقاء بوظيفته، ومن ثم إحداث الوقاية اللازمة من الإصابة وتحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي الذي يعد من أكثر الأمراض شيوعاً في العصر الحديث.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر باستخدام الوسط المائي كعلاج مساعد للوقاية من الإصابة بمرض الربو.

فروض الدراسة:

هناك تحسن في نتائج قياسات وظائف التنفس والتمثلة في الآتي **(FEV1, FVC. MVV. FIFR, FEFT, FIVC)** لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي تساعد في تحسين الحالة الصحية للمصابين بحساسية الصدر.

إجراءات الدراسة:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي في إجراء الدراسة لمناسبتها لطبيعة الدراسة.

عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة عمدية من طلاب المرحلة الثانوية قوامها 20 تلميذ من الطلاب المصابين بحساسية الصدر، تم تقسيمها بطريقة عشوائية إلى مجموعتين متكافئة (إحداها تجريبية والأخرى ضابطة) وفقاً لما يلي:

شروط اختيار العينة:

أن يكونوا من التلاميذ المصابين بحساسية الصدر.

أن يكونوا خاليين من أي أمراض أخرى.

وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة كالتالي:

المجموعة التجريبية الأولى قوامها 10 تلاميذ ويطبق عليها برنامج تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي حمل التدريب (60% - 75%) من زمن احتياطي النبض.

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 – 15 سنة"

المجموعة الضابطة قوامها 10 تلاميذ وانتظمت في البرنامج الرياضي لتمرينات التنفس وخضعت للقياسات القبلية والبعدية ولم تشارك في البرنامج المائي.

الفحوصات الطبية التي أجريت على عينة الدراسة:

Book slow test

اختبار تدفق التنفس

Exed neter

اختبار تحدي الميساكلوين

اختبار أكسيد النتريك:

اختبارات وظائف الدقة **Spirigmeter** مقياس وظائف التنفس.

مقياس تدفق التنفس **Peok**.

اختبار تحدي الميساكلوين **Methacholone challenge test**

اختبار ثاني أكسيد النتريك **Nitric Oxide test**

المجال المكاني: تم إجراء الدراسة بمراقبة التربية والتعليم صيراة – والمركز الأبحاث تحت مائة التايغ لرئاسة الأركان البحرية.

المجال الزمني: 2022/5/15 حتى 2022/6/12.

قياسات الدراسة:

تم إجراء بعض القياسات الوظيفية على مجموعتي الدراسة قبل إجراء التجربة وبعدها وتمثلت تلك القياسات في الآتي:

– قياس الوظائف التنفسية باستخدام جهاز مورجان **Morgan Transfer test**:

– السعة الحيوية القسرية (**Forced Vital Capacity (FVC)**)

– حجم هواء الزفير القسري في الثانية الأولى (**Forced Expiratory Volume in one Second (FEV1)**)

– سعة الشهيق الحيوية القسرية (**Forced Inspiratory Vital Capacity (FIVC)**)

– معدل سريان الهواء الزفيري الأقصى (**Peak Expiratory Flow Rate (PEER)**)

– معدل سريان الهواء الشهيق الأقصى (**Peak Inspiratory Flow Rate (PIFR)**)

– التهوية الإرادية القصوى (**Maximal Voluntary Ventilation (MVV)**) (27: 30-45)

– طريقة قياس الوظائف التنفسية. (مرفق 3)

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بهدف تحديد شدة التمرينات باستخدام الوسط المائي للمجموعة التجريبية وذلك من خلال تشكيل حمل تدريبي يحقق معدلات النبض المطلوبة وذلك استناداً على القوانين الفسيولوجية للتدريب.

الدراسة الأساسية:

تم تدريب العينة الأساسية على تمرينات التنفس في الوسط المائي لمدة أسبوعين باستخدام الطريقة الكلية الجزئية المتدرجة المسبوقة بنموذج.

نموذج لأحمال التدريب الخاصة بالمجموعة التجريبية

متغيرات التدريب		التجريبية الشدة (60-75%) من احتياطي النبض
طريقة التدريب		التدريب الفترى منخفض الشدة
نظام الطاقة		النظام الهوائي
الراحة البينية	عدد الأسابيع	11 أسبوع
	عدد وحدات التدريب الأسبوعية	3 وحدات تدريبية
	إجمالي عدد وحدات التدريب	33 وحدة تدريبية
	زمن الوحدة التدريبية	80 ق
	فترة دوام التمرينات في الوحدة التدريبية	45 ق
	عدد مجموعات التمرينات بالوحدة التدريبية	1 - 2 مجموعة
	فترة الراحة بين المجموعات	3 - 4 ث
الراحة البينية	فترة الراحة بين التمرينات	45-60 ق
	طبيعة فترة الراحة	تمرينات إطالة

محتوى البرنامج التدريبي:

تم تطبيق التجربة الأساسية على المجموعة التجريبية في الفترة من 2022/7/25 إلى 2022/10/22 لمدة أحد عشر أسبوعاً بواقع ثلاث وحدات تدريبية أسبوعياً وإجمالي ثلاثة وثلاثين وحدة تدريبية وذلك على شاطئ البحر بمدينة صبراتة، ولقد تم تقنين تمرينات الخطو في شكل أحمال تدريبية منخفضة الشدة، حيث يشير لامب وديفيد **Lamp and David (23: 77)** أنه من خلال تلك الأنشطة يتم نقل كميات أكبر من الأكسجين من الرئتين إلى العضلات العاملة وعلى العكس بالنسبة للتخلص من ثاني أكسيد الكربون وتتطلب هذه العمليات سرعة تبادل الأكسجين وثاني أكسيد الكربون من الرئتين والدم ويساعد ذلك زيادة التهوية الرئوية بالإضافة إلى زيادة نفاذية الأكسجين من الرئتين إلى الدم وثاني أكسيد الكربون من الدم إلى الرئتين، وعلى هذا الأساس فقد تم تقنين البرنامج التدريبي المقترح إلى الآتي:

البرنامج الإجمالي :

اشتمل محتوى هذا الجزء من الوحدة التدريبية على تمرينات الجري المتنوعة بحيث يصل معدل البعض إلى 120-130 نبضة/ والدقيقة وتمرينات الإطالة للمجموعات العضلية المختلفة. (مرفق 2)

الإعداد البدني العام:

تضمن محتوى جزء الإعداد البدني العام في الوحدات التدريبية على مجموعة من تمرينات تحمل القوة للمجموعات العضلية المختلفة. (مرفق 3)

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 – 15 سنة"

بلغت شدة الحمل التدريبي للإعداد البدني العام لدى المجموعة التجريبية 75% من أقصى مقدرة للطلالب في كل تمرين. تم تشكيل الحمل التدريبي للإعداد البدني في العام على مدار الوحدات التدريبية لبرنامج تدريبات التنفس في الوسط المائي بشكل موجي متزايد الشدة الأعداد. تتراوح شدة الحمل التدريبي للإعداد البدني الخاص في البرنامج داخل الوسط المائي لدى المجموعة التجريبية الأولى من 60-75% من احتياطي النبض.

تم تشكيل الحمل التدريب موجياً على مدار الوحدات التدريبية بشكل ديناميكي مضطرد الشدة. نموذج لتشكيل حمل جزء الإعداد البدني الخاص "لتمرينات التنفس" في الوحدة التدريبية لدى المجموعة التجريبية.

الأسبوع التدريبي	الخامس	العاشر
الوحدة التدريبية	الثامنة عشر	الثامنة والثلاثون
المجموعة التدريبية متغيرات التدريب	الأولى هوائي	الأولى هوائي
زمن التمرينات (ق)	45	45
عدد مجموعات التمرينات	2	2
عدد تكرارات التمرينات بالمجموعة	5	5 - 4
الشدة من احتياطي النبض (%)	71	75
متوسط نبض الوحدة (ن - ق)	167	172
النسبة بين زمن التمرين والراحة	1 : 3	1 : 5
فترة دوام التمرين (ث)	190	250 - 225
الراحة البيئية بين المجموعات (ق)	4.15	3.15
الراحة البيئية بين التمرينات (ث)	60	50 - 45

البرنامج التدريبي نموذج لوحدة تدريبية (مرفق 1)

أهداف التمرينات الأساسية:

تحريك الجزء العلوي من الصدر.

تفريغ الرئتين من الهواء.

تحسين عملية الشهيق والزفير.

تقوية عضلات البطن.

تحسين عضلات البطن.

تحسين عملية الزفير.

تفريغ هواء الرئتين بالكامل.

تقوية العضلات الكاملة حول القفص الصدري.

تقوية عضلات الجانبيين.

زيادة مرونة القفص الصدري.

تقوية العضلات الكاملة على حزام الكتف.

تحسين ميكانيكية التنفس.

تمرينات التهدة :

بعد أن ينتهي الطالب من أداء التمرينات الأساسية للبرنامج يقوم التلميذ بأداء تمرينات الارتخاء بعد كل جرعة تدريبية يومية، حيث إن هذه النوعية من التمرينات تعمل بصورة إيجابية على إزالة التوتر والاضطراب العصبي من المناطق التي يتمركز فيها التوتر كما أنها تعمل على خفض ضغط الدم وتساهم في الإقلال من الحمل الواقع على القلب وتعمل على سرعة عودة المريض إلى الحالة الطبيعية.

البرنامج المائي المقترح (مرفق 2)

المعالجات الإحصائية:

في ضوء متغيرات الدراسة استخدم الباحثون المعالجات الإحصائية التالية:

1. المتوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. معامل الالتواء: للتعرف على اعتدالية القيم وتوزيعها طبيعياً.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً- عرض النتائج من خلال إجراء التجربة الخاصة بالدراسة ومعالجة البيانات إحصائياً ثم التوصل إلى النتائج التالية:

جدول (1)

الدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة للعينة الإجمالية قيد الدراسة

$$n = 20$$

الدلالات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء	التفريط	معامل الاختلاف %
FVC	4.14	0.10	1.22	2.19	2.35
FEVI	3.37	0.27	0.16	1.74 -	8.06

8.46	1.11 -	0.70	0.28	3.37	FVC
3.32	5.86	2.24	0.21	6.29	PEFR
2.14	0.69	0.75 -	0.12	5.81	PIFR
1.65	0.02 -	0.25 -	1.92	11.26	MVV

جدول (2)

الدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة بين المجموعة التجريبية والضابطة قبل التجربة

ن = 20

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		س	± ع	س	± ع		
FVC		4.17	0.12	4.11	0.05	0.06	1.39
FEVI		3.40	0.29	3.35	0.27	0.05	0.34
FVC		3.38	0.30	3.35	0.28	0.03	0.29
PEFR		6.30	0.27	3.29	0.13	0.01	0.08
PIFR		5.80	0.17	5.82	0.07	0.02 -	0.39
MVV		115.83	2.12	116.70	1.69	0.13	1.02

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى * 0.05 = 2.021

من جدول (2) والخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة بين المجموعة التجريبية والضابطة قبل التجربة، يتضح عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في قياس متغيرات الدراسة، حيث كانت قيمة ت الجدولية أكبر من قيمة ت المحسوبة عند مستوى 0.05، مما يدل على تكافؤ المجموعتين قبل إجراء التجربة.

جدول (3)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات قيد الدراسة لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة

ن = 10

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	انحراف الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة التحسن %
		س	± ع	س	± ع				
FVC		4.17	0.12	4.77	0.16	0.60	0.15	* 12.66	14.35
FEVI		3.40	0.29	4.32	0.31	0.92	0.44	* 6.61	27.16
FVC		3.38	0.30	4.61	0.17	1.23	0.36	* 10.67	36.32
PEFR		6.30	0.27	7.59	0.26	1.29	0.20	* 20.84	20.53

14.06	* 20.79	0.12	0.82	0.20	6.61	0.17	5.80	PIFR
27.10	* 8.51	11.66	31.39	10.14	147.21	2.12	115.83	MVV

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى * 0.05 = 2.262

من جدول (3) والخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة، يتضح وجود فروق ذات دلالات إحصائية في جميع القياسات المطبقة حيث:
تحسنت قياسات هذه المجموعة بعد التجربة عنه قبل إجرائها في جميع القياسات المطبقة، وبفروق ذات دلالات إحصائية عند مستوى 0.05، حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (6.61، 20.84)، وينسب تحسن تراوحت بين (14.06% - 36.32%).

جدول (4)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات قيد الدراسة لدى المجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة

n = 10

النسبة التحسن %	قيمة (ت) المحسوبة	انحراف الفروق	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية المتغيرات
				± ع	س	± ع	س	
1.73	* 6.03	0.04	0.07	0.03	4.18	0.05	4.11	FVC
3.97	* 2.28	0.18	0.13	0.30	3.49	0.27	3.35	FEVI
4.12	* 2.98	0.15	0.14	0.26	3.48	0.28	3.35	FIVC
3.48	* 6.35	0.11	0.22	0.22	6.51	0.13	6.29	PEFR
3.39	* 3.03	0.21	0.20	0.23	6.01	0.07	5.82	PIFR
1.40	* 12.71	0.41	1.63	1.55	118.33	1.69	116.70	MVV

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى * 0.05 = 2.262

من جدول (4) والخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة لدى المجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة، يتضح وجود فروق ذات دلالات إحصائية في معظم القياسات المطبقة حيث:
تحسنت قياسات هذه المجموعة بعد التجربة عنه قبل إجرائها في معظم القياسات المطبقة، وبفروق ذات دلالات إحصائية عند مستوى 0.05، حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (2.28، 12.71)، وينسب تحسن تراوحت بين (1.40%، 4.12%).

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 - 15 سنة"

جدول (5)

الدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة بين المجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة

ن = 20

الدلالات الإحصائية المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة التحسن %
	س	± ع	س	± ع			
FVC	4.77	0.16	4.18	0.03	0.59	* 11.61	12.30
FEV1	4.32	0.31	3.49	0.30	0.83	* 6.12	19.25
FIVC	4.61	0.17	3.48	0.26	1.13	* 11.35	24.47
PEFR	7.59	0.26	6.51	0.22	1.08	* 10.05	14.25
PIFR	6.55	0.28	6.01	0.23	0.54	* 4.74	8.17
MVV	147.21	10.14	118.33	1.55	28.88	* 8.90	19.62

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى * 0.05 = 2.021

من جدول (5) والخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة بين المجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة، يتضح وجود فروق ذات دلالات إحصائية في قياس متغيرات الدراسة، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05، مما يدل على تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات قيد الدراسة.

مناقشة النتائج:

يتفق كل من شاركي وهيرست، كورين ولندسي، وليفي وفورست أنه عند تخطيط برامج تمارين التنفس في الوسط المائي بعناية فإنها تكون مؤثرة في تطوير وبناء لياقة الجهاز الدوري التنفسي لكلا الجنسين، حيث تمثل وحدة تدريبية لمدة ساعة من تمارين التنفس في الوسط المائي عملاً هوائياً يعادل تأثير الجري 7 أميال/ ساعة، وباستهلاك للطاقة يعادل مشي 3 أميال/ ساعة، مما يشير إلى انخفاض كمية الطاقة المستهلكة في برامج تمارين التنفس في الوسط المائي، ومن ثم إمكانية الاستمرار في الأداء لفترات طويلة قبل الوصول إلى مرحلة الإجهاد، وبالتالي تحقيق المزيد من التأثيرات الإيجابية على الحالة الوظيفية للجهاز الدوري التنفسي. (96: 30)، (17: 73)، (27: 13)

ويذكر سيد عبد المقصود أن التدريب الرياضي البحري يؤدي إلى ظهور بعض مظاهر التكيف في تركيب وظائف الرئتين، حيث يزداد اتساع القفص الصدري، تتحسن قوة عضلات التنفس، يزداد حجم وعمق هواء التنفس، كما يزداد مسطح الشعيرات الدموية مما يؤدي إلى زيادة سعة عمليات تبادل الغازات، وتتضاعف هذه الاستجابات إذا ما بدأ التدريب مبكراً في سن الصبا. (2: 148)

حيث يشير لأكهيرا وآخرون أن الأولاد ذوي المستوى المرتفع من الكفاءة البدنية تزداد لديهم حجوم الرئة مقارنة بأقرانهم من غير الممارسين للنشاط الرياضي، وأن التدريب أثناء فترة البلوغ قيمة بالغة الأثر في زيادة حجوم الرئتين وتحسين مستوى الوظائف التنفسية. (24: 261)

ولقد أوضحت نتائج هذه الدراسات من خلال الجداول (3 - 4 - 5) الخاصة بمقارنة متوسطات الوظائف التنفسية في القياسين "القبلي والبعدى" لدى المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدى لدى المجموعة التجريبية في متغيرات الوظائف التنفسية (**FVC, MVV, PIFR, PEFR, FVC, FEV**) مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وينسب الباحثون ان ارتفاع نسب التحسن في الوظائف التنفسية إلى تطور كفاءة وفاعلية عمل الجهاز التنفسي بشكل إيجابي كأحد مظاهر التكيف لبرامج تدريب تمرينات التنفس في الوسط المائي التي وجهت أساساً للتأثير على النواحي الوظيفية للجهازين الدوري والتنفسي، حيث تحسنت السعة الحيوية القسرية (**FVC**) بنسبة 11.61% لدى المجموعة التجريبية، ويرجع ذلك إلى تحسن الأداء الوظيفي للرئتين كنتيجة لزيادة قوة عضلات التنفس، وزيادة عمق وحجم هواء التنفس، مما أدى إلى زيادة السعة الحيوية القسرية، وجاءت نتائج هذه الدراسة متفقة مع ما أشار إليه هابس (1998) من أن تدريب التحمل يؤدي إلى تحسن في وظائف الرئتين عن طريق زيادة قوة وتحمل عضلات ما بين الضلوع وعضلات الحجاب الحاجز، وتحسين حجم هواء التنفس (**TV**) وزيادة قدرة العضلات على دفع الهواء خارج الرئتين ومن ثم زيادة السعة الحيوية القسرية. (93: 6، 50)

وما تؤكده دراسات كل من وليد هدية (1997)، ولاكهيرا وآخرون (1994) من تحسن للسعة الحيوية القسرية نتيجة لبرامج التدريب الهوائي. (9: 96) (107: 258)

كما تحسن حجم هواء الزفير القسري في الثانية الأولى (**FEV1**) بنسبة 19.25% لدى المجموعة التجريبية، ويرجع ذلك إلى أن التدريب الرياضي يؤدي إلى اتساع القفص الصدري، وانخفاض مقاومة سريات الهواء في الممرات الهوائية، مما يساعد على زيادة عمق التنفس وخروج حجم أكبر من هواء الزفير، ويتفق ذلك مع ما يشير إليه لأكهيرا وآخرون (1994)، من أن الفرق المعنوي بين الرياضيين وغير الرياضيين في حجم هواء الزفير القسري في الثانية الأولى يعكس مقدرة أكبر لعضلات التنفس على طرد هواء الزفير بقوة وانخفاض مقاومة حركة الهواء في الرئتين. (107: 261)

ويتفق ذلك أيضاً مع نتائج دراسات كل من استود (2001)، أحمد إبراهيم وماجدة حمودة (2000)، ودوهيري وديمترو (1997) من تأثير التدريب الرياضي على تحسن حجم هواء الزفير المدفوع من الرئتين في نهاية الثانية الأولى. (78: 95)، (7: 406)، (76: 337)

وجاءت نسبة تحسن سعة الشهيق الحيوية القسرية (**FVC**) لدى المجموعة التجريبية 24.47%، ويرجع الباحثان التحسن في مستوى سعة الشهيق الحيوية القسرية إلى التطور الوظيفي لميكانيكية التنفس باستطالة وزيادة قوة عضلة الحجاب الحاجز وكذلك عضلات بين الأضلاع من جانب آخر، مما أدى إلى زيادة في عمق وحجم كمية الهواء التي يتم استنشاقها وبالتالي زيادة في حجم الشهيق الحيوية القسرية.

ويتفق ذلك مع ما يشير إليه استود (2001) من زيادة في زمن الشهيق، ومن ثم زيادة سعة الشهيق الحيوية القسرية، ومع ما تبرزه نتائج دراسة أحمد إبراهيم وماجدة حمودة (2001)، ولاكهيرا وآخرون (1994) من تأثير إيجابي للتدريب الرياضي على تحسن سعة الشهيق الحيوية القسرية. (9: 96)، (7: 406)، (107: 258).

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسي لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 - 15 سنة"

وفيما يخص معدلات سريان الهواء الزفيري والشهقي يشير روبرجس وروبرتس (1997) أن معدلات سريان الهواء في الرئتين تعكس مدى التطور في قوة عضلات التنفس. (506:139)

وبضيف مارتن وكوي (1997) أن تنمية عضلات البطن تسهم بشكل كبير في تحسين معدلات سريان الهواء الزفيري والشهقي. (126:119)

أما فيما يخص معدلات سريان الهواء، فجاءت نسبة تحسن معدل سريان الهواء الزفيري الأقصى (PEFR) لدى المجموعة التجريبية 14.25%، ونسبة تحسن معدلات سريان الهواء الشهقي الأقصى (PIFR) 8.17%، ويرجع الباحث التحسن في معدلات سريان الهواء الزفيري والشهقي إلى تطور قوة عضلات التنفس، وانخفاض مقاومة سريان الهواء في الممرات الهوائية، إضافة إلى ذلك انتظام المجموعة التجريبية في برنامج التحمل العضلي الذي اكتمل على تمرينات لتنمية قوة عضلات البطن والصدر التي تساند عضلات التنفس في زيادة معدلات سرعة سريان الهواء لداخل وخارج الرئتين، كما أن التحسن في معدلات سريان الهواء يرتبط بمدى التطور الوظيفي للقدرات التنفسية المصاحب للتدريب خلال فترة البلوغ، حيث يشير بريكس وآخرون (1995) أن سرعة دخول وخروج هواء الشهيق والزفير تصل أعلى معدل لها في سن 14 سنة. (313:138)

وجاءت نتائج هذه الدراسة متفقة مع نتائج دراسات كل من لوسيا وآخرون Lucia et al (2001) من ارتباط معنوي بين تأثير التدريب الرياضي ومعدل سرعة انسياب هواء الزفير (PEFR)، حيث أدى الارتفاع بمستوى الحالة التدريبية إلى تحسن في معدلات سرعة انسياب هواء الزفير. (133:115)

كما أظهرت نتائج هذه الدراسة مدى التطور في حجم التهوية الإرادية القصوى (MVVI) حيث كانت نسبة التحسن لدى المجموعة التجريبية 19.62%، ويرجع الباحث التحسن في حجم التهوية الإرادية القصوى إلى الزيادة في حجم هواء التنفس، حجم هواء الزفير المدفوع من الرئتين في الثانية الأولى، وكذا الزيادة في معدلات سرعة سريان هواء الزفير والشهيق.

ويتفق ذلك مع ما يشير إليه بيرنز وجينسن (2001) من أن الزيادة في حجم التهوية الإرادية القصوى تتوقف على الزيادة في حجم هواء الشهيق ومعدل التنفس. (29:63)

وما ذكره مكاردل وآخرون (2001) من أن حجم التهوية الإرادية القصوى يعادل من 35 إلى 40 مرة (FEVI). (262:121) وما ذكره شاركي (1997) من أن التدريب الرياضي يؤدي إلى زيادة في حجم التهوية الإرادية القصوى لتصل إلى 150 لتر/ ق بعد التدريب. (89:145).

كما أن نتائج هذه الدراسة جاءت متفقة مع نتائج دراسات كل من لوسيا وآخرون (2001) ودوهيرتي وديميترو (1997) من زيادة في حجم التهوية الإرادية القصوى لدى الرياضيين كنتيجة لانتظامهم في البرامج التدريبية مقارنة بغير الممارسين للنشاط الرياضي (133:115)، (337:76)

ويشير مارتين وكوي (1997) من أن التهوية الإرادية القصوى تعتبر أهم المؤشرات الوظائف التنفسية. (125:119) وبشكل عام يتضح أن استجابات الوظائف التنفسية للمصاحبة للتدريبات اللاهوائية اللاكتيكية أكبر منها بالنسبة للتدريبات الهوائية، وهو ما يبرز إحدى ميزات توظيف برامج تمرينات الخطو في اتجاه العمل اللاهوائي اللاكتيكي.

أما فيما يخص المجموعة الضابطة فيتضح من جدول (4) وجود فروق دالة معنوية بين متوسطات الوظائف التنفسية في القياسين القبلي والبعدي، ويرجع الباحث ذلك إلى انتظامهم في البرنامج المدرسي خلال فترة تطبيق البرامج التدريبية على المجموعة التدريبية، وكانت

نسبة التحسن تنحصر ما بين (1.40% و 4.12%)، بينما تفوقت عليها المجموعة التجريبية والتي جاءت نسبة التحسن لديها ما بين (14.06% و 36.32%)، كما أن نسب التحسن في الوظائف التنفسية ترجع بشكل رئيسي لعملية التطور والنمو، وهو ما يشير إليه بريكس وآخرون (1995) من تحسن في مستوى الوظائف التنفسية خلال فترة البلوغ.

الاستنتاجات:

1. إن ممارسة طلاب المرحلة الثانوية (المجموعة التجريبية)، لبرنامج تمارين التنفس في الوسط المائي بشدة حمل تتراوح ما بين 60-75% من احتياطي النبض لمدة إحدى عشر أسبوع بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً أدى إلى تحسن في نتائج قياسات وظائف التنفس والمتمثلة في الآتي (FEVI, FVC, MVV, FIFR, FEFR, FIVC) والتي تشير إلى تطور كفاءة وفاعلية عمل الجهاز التنفسي بشكل إجمالي.

التوصيات:

- استناداً على نتائج الدراسة وفي حدود عيبتها وأهدافها يوصي الباحثون بما يلي:
1. توظيف تمارين التنفس في الوسط المائي في تحسين وظائف التنفس لدى طلاب المرحلة الثانوية لما لها من تأثير فعال على تحسين الكفاءة الوظيفية للرئتين كونها إحدى الوسائل المساهمة في الوقاية من مرض الربو.
2. الاستفادة من برامج تمارين التنفس في الوسط المائي التي تؤدي بشدة من 60-75% من احتياطي النبض في تحسين لياقة الطاقة الهوائية لدى البنين في المرحلة المتوسطة من 13-15 سنة.
3. إجراء المزيد من الدراسات لتوظيف تمارين التنفس في الوسط المائي سواء على المستوى الممارسة أو على مستوى البطولة.
4. الاسترشاد بمعدل النبض كمؤشر فسيولوجي هام في تقنين شدة حمل التدريب في اتجاهات العمل الوظيفي المختلفة.
5. استخدام أجهزة قياس النبض في ضبط متغيرات التدريب أثناء تطبيق وتنفيذ الوحدات التدريبية وكذا في تتبع مسار ديناميكية معدلات نبض الاستشفاء.
6. الاسترشاد بمستوى الوظائف التنفسية في إبراز التكيفات الوظيفية للبرامج التدريبية والاستناد إلى مستوى التهوية الإرادية القصوى (MVV) كأحد الوظائف التنفسية الهامة في إبراز التكيفات التدريبية لبرامج تدريب التحمل.
7. إجراء المزيد من الدراسات على وظائف الرئتين بهدف وضع مستويات معيارية للوظائف التنفسية في البيئات المختلفة لدى البنين في المرحلة السنية من 13-15 سنة.
8. تحقيق مبدأ التشخيص الصحي في المدارس على كافة المراحل.

قائمة المراجع

أولاً- المراجع العربية:

- أحمد إبراهيم، ماجدة حمودة (2000) : تأثير الأحمال التدريبية الموجهة وفقاً لخصائص نمط الإيقاع الحيوي على قيم بعض مؤشرات الجهاز التنفسي، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، العدد الثالث والثلاثون.
- السيد عبد المقصود (1994) : تدريب وفسيولوجيا التحمل، مطبعة الشباب الحر، الإسكندرية.
- شلي محمد شلي (1989) : أثر برنامج مقترح من التمارين البدنية على بعض المتغيرات

- الفسيولوجية والبدنية لمرض السكر، نظريات وتطبيقات، الإسكندرية.
- عزمي فيصل السيد (2002) : فاعلية تمرينات الخطو للارتقاء بمستوى نظامي الطاقة الهوائي واللاهوائي للمرحلة السنية 13-15 سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- عبد العزيز فريح (1995) : البيئة وصحة الإنسان في الجغرافيا الطبية، الإسكندرية.
- فاروق عبد الوهاب (1995) : الرياضة - صحة ولياقة، دار الشروق، القاهرة.
- ليلي شاهين (1997) : تأثير برنامج تمرينات بدنية خاص لتحسين الكفاءة الوظيفية للأفراد عوامل الخطر التاجية، رسالة دكتوراه، جامعة الإسكندرية.
- محمد عثمان (1995) : التدريب في الأماكن والمدن المرتفعة عن سطح البحر للاعبي المسافات الطويلة، نشرة ألعاب القوى، العدد الخامس.
- مصطفى نور (2000) : أثر بعض التمرينات البدنية في الوقاية من بعض الأمراض المصاحبة للتعيرات المناخية.
- نبيلة محمد عمران (1991) : أثر برنامج مقترح للتمرينات الهوائية على بعض مكونات الدم ووظائف الجهاز التنفسي، رسالة دكتوراه، جامعة الإسكندرية.
- هشام مهيب (2001) : تأثير أحمال بدنية ذات اتجاه هوائي وحمضي على استجابات بعض وظائف التنفس، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين، العدد الثاني والأربعون، الإسكندرية.
- وليد هدية (1997) : دراسة بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي كرة السلة في المراحل السنية المختلفة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

- Annarino, A, Antony, (1976) : Development conditioning for women and men, saint Louis inc.v.mosby company, 2nd.
- Byrnes, W.C., Jensen, (2001) : Exercise physiology, N: foundation of Exercises Science, edited by Kamen, G., Lippincott Williams Wilkins, Philadelphia, U.S.A.
- Cargo, P (1992) : The relationship between the exercises and the heart disease.
- Chadlin, Brooks D., (1999) : Your personal trainer, human Kinetics, U.S.A.
- Champion, N, Hurst, G., (2000) : The aerobics instructor's handbook.
- Corbin, C.B., Lindsey, (1997) : Concepts of physical fitness with laboratories

- R., A times mirror higher education group, inc, U.S.A.
- DIC, (2001) : The Relationship between Aerobic fitness and Recovery From high intensity intermittent Exercise, J SportsMed., Vol.31 (1) pp1- 11.
- Doherty, M., Dimitruu, L., (2007) : Comparison of lung volume in Greek Swimmers, land Based Athletes, and sedentary control using Allometric Scaling, Bri.J sports Med., Dec. Vol31. (4), PP337.
- Eastwood, P.R., (2004) : Inspiratory muscle performance in endurance athletes and sedentary subjects, respirology J, lun. Vol.6 PP. 95- 104.
- Hillman, D.R., Finucane, R.E., (2001) : Exercise physiology energy, nutrition and human performance, 5th ed Lippincott Williams& Witkins U.S.A.
- Hurst, Mc Ardle, W. D., (2001) : Exercise physiology energy, nutrition and human performance, 5th ed Lippincott Williams& Witkins U.S.A.
- Katch, F.I. Katch. V.L., (2005) : The Complete guide to gloss training A.B black London.
- Lamb, David (1991) : Physiology of exercise, responses and adaptations, Macmillan Publishing company New York.
- Lakhera, S.C., et al (1994) : Changes in Lung function During 24 Adolescence in Athletes and non-Athletes, J SportsMed. Physical – fitness, Sep. vol. 34 (3), PP.258- 262.
- Lawrence F.N. (2007) : Structure and function of the cardiovascular system, 2ed.
- Lucia, A., et al (2001) : Effects of endurance training on the breathing pattern of professional cyclists Jpn. J Physol., Apr. vol 51. (2) PP.133.141.
- Lawrence. F. N., (2008) : Structure and function of the cardiovascular system. 2ed.

علاقات الفينيقيين مع يهود أورشليم خلال القرن الأول قبل الميلاد

د. سالمه خليفة سالم الزروق

المقدمة:

يتناول هذا الموضوع بالدراسة العلاقات بين الفينيقيين و يهود اورشليم خلال الألف الأول قبل الميلاد والأثر الحضاري المترتب على هذه العلاقات بين الطرفين .
وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة أنواع العلاقات التي كانت تربط بين الفينيقيين و يهود أورشليم في عهد سيدنا داوود وكذلك في عهد سيدنا سليمان ، والكشف عن التأثيرات الحضارية المترتبة على تلك العلاقات بين الطرفين.
وتكمن أهمية الموضوع في إضافة جزء بسيط من المعلومات التي تتعلق بتاريخ العلاقات بين الفينيقيين واليهود في مملكة اورشليم وكذلك الدور الذي قامت به هذه الشعوب في نقل الكثير من المؤثرات الحضارية .
وتتمحور إشكالية الدراسة في محاولة الإجابة عن هذا التساؤل وهو هل كان للفينيقيين علاقات مع يهود اورشليم في تلك الفترة وما هي المؤثرات الحضارية المتبادلة بين الطرفين؟
وتقوم الدراسة على العديد من التساؤلات:

- ما هي أنواع العلاقات التي قامت بين الطرفين؟
 - ما هي الموانئ التي ساهمت في تعزيز العلاقة بين الطرفين؟
 - ما هي أهم المظاهر الحضارية المتبادلة بين الطرفين بسبب تلك العلاقات؟
 - كيف ساهم البحر المتوسط في إنشاء وتعزيز تلك العلاقة؟
- ويمكن طرح فرضية هذه الدراسة بأن الموقع الاستراتيجي للمدن الفينيقية وخاصة الواقعة في شرق المتوسط وإقامة العديد من الموانئ على البحر المتوسط وسيطرتهم على طرق الملاحة البحرية داخل المتوسط كان له الأثر الإيجابي في قيام علاقات وثيقة بين الطرفين ترتب عليها تبادل العديد من المظاهر الحضارية بينهما .

الدراسات السابقة :

1. جوستاف لوبون، اليهود ، ترجمة: عادل زعبيتر ، تعليق محمد النجيري ، مكتبة النافذة ، طبعة 1، الجيزة ، 2008. والذي تناول فيه دراسة تاريخ اليهود بصفة عامة في حين هذه الدراسة قد خصصت للعلاقات بين يهود أورشليم والفينيقيين .
2. سيد محمد السعيد ، صفحات مطوية من تاريخ وحضارة مصر والشرق الأدنى ، طبعة 1، بنها 2017. والذي تحدث فيه عن العلاقات التاريخية والحضارية لمصر والشرق الأدنى القديم بصفة عامة بينما هذه الدراسة تناولت العلاقات الخاصة بالفينيقيين مع يهود أورشليم.
3. سبتيو موسكاتي : الحضارات السامية القديمة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة 1997 .
4. تناول الكاتب الحضارات السامية القديمة بصفة عامة في حين تناول هذا البحث جزء من تلك الحضارات وهو الحضارة الفينيقية وعلاقتها مع اليهود.

5. وقد اعتمدت في هذا البحث على بعض المصادر وإيهما : كتاب العهد القديم وكذلك مجموعة من المراجع الحديثة.

وقد تم تقسيم هذه الدراسة إلى مقدمة وأربع محاور وخاتمة : وهذه المحاور هي :

أولاً: العلاقات في عهد سيدنا داود عليه السلام.

ثانياً: العلاقات في عهد سيدنا سليمان عليه السلام.

ثالثاً : العلاقات بعد عهد سيدنا سليمان عليه السلام .

رابعاً: التأثيرات الحضارية المتبادلة بين الطرفين.

الكلمات المفتاحية : الفينيقيين ، اليهود، اورشليم ، العلاقات

العلاقات في عهد سيدنا داوود (عليه السلام):

ترجع العلاقات بين الفينيقيين ويهود أورشليم إلى عهد الملك النبي "داوود" (عليه السلام) (1005-965 ق.م)، الذي تولى عرش مملكة اليهود بعد مقتل ملكها شاول (طالوت بالقرآن الكريم) على يد الفلسطينيين في معركة جلبوع (جلبون حالياً) (زايد، صفحة ص 385)، ويعد سيدنا داوود (عليه السلام) المؤسس الحقيقي للدولة اليهودية، حيث استطاع أن يجمع حوله اليهود في مملكة يهوذا الموحدة وعاصمتها أورشليم، وهذا استناداً لما ورد بالعهد القديم، فيما نصه: "وجاء جميع شيوخ إسرائيل إلى الملك، إلى حبرون فقطع الملك داوود معهم عهداً في حبرون أمام الرب، ومسحوا داود ملكاً على إسرائيل، كان داود ابن ثلاثين سنة، حين ملك أربعين سنة" (صموئيل ١، 3-4) واتخذ في بداية الأمر من مدينة حبرون عاصمة لمملكته التي أطلق عليها اسم (يهوذا)، وذلك نسبة لقبيلته، ثم نقل عاصمة مملكته إلى أورشليم بعد ذلك، ونسب اسمها إليه وذلك طبقاً لما ورد بالعهد القديم، فيما نصه: "وأقام داوود في الحصن وسماه مدينة داود" (صموئيل ١، ١٥)، (الاصحاح 5 ، 9-10)، وقد أصبحت أورشليم من ذلك الحين المركز الاقتصادي الأول لمملكة يهوذا الوليدة، فانطلقت منها القوافل التجارية نحو الشمال والجنوب، في ظل سيطرة داوود (عليه السلام) على طرق القوافل القادمة من بلاد العرب الجنوبية، والتي كانت تمر بمملكة يهوذا حتى أقصى شمالها، ومن هناك كانت تتوجه تلك القوافل إلى الساحل الفينيقي، وهذا من شأنه إن وثق من قوة العلاقات اليهودية والتجارية مع سكان هذا الساحل، وخاصة مع حاكم صور "الملك حيرام" المعاصر لسيدنا داوود (عليه السلام) (مهرا، 1999م).

العلاقات في عهد سيدنا سليمان (عليه السلام):

زادت تلك العلاقات قوة ومتانة في عهد النبي الملك سيدنا سليمان (عليه السلام) (960-922 ق.م) خاصة وأنه كان له اهتمام تجاري كبير، حيث كان يسيطر على الطرق التجارية في كلا من سوريا وفلسطين، وكذلك على الطريق المؤدي للبحر الأحمر، وهذا بالطبع قد أدى إلى تقوية علاقاته مع حيرام ملك صور لكي يدعمه في نشاطه التجاري البحري، لأنه كان في حاجة ملحة لخبراته، لتحقيق مساعيهِ التجارية البحرية، حيث كان ملك أورشليم يحاول إقامة نشاط تجاري بالبحر الأحمر (phillips p.107)، وبالفعل قام سيدنا سليمان (عليه السلام) ببناء أسطول كبير لتمخر فيه سفنه عباب هذا البحر، وقد اتخذ هذا النبي الملك مرفأً له برأس خليج العقبة، عند (تل الخليفة حالياً)، والتي كانت تسمى قديماً بميناء "أيلة" وأطلق عليها بعد ذلك اسم إيلات (Reusch, p.23)، مركزاً لصناعه هذا الأسطول البحري، وذلك طبقاً لما ورد بالعهد القديم فيما نصه: "وَعَمِلَ الْمَلِكُ سُلَيْمَانُ سَفِينَ فِي عَصِيُونَ جَابِرَ الَّتِي بِجَانِبِ أَيْلَةَ عَلَى الشَّاطِئِ بِحَرِ سُوْفٍ فِي أَرْضِ آدَمَ. فَأَرْسَلَ حِيرَامُ فِي السَّفِينِ النَّوَاتِي الْعَرَفِينَ بِالْبَحْرِ مَعَ عَبِيدِ سُلَيْمَانَ" (ملوك، 1-2)، وقد جهز من أجل ذلك هذا النبي الملك كثير من الرجال للعمل في هذا الأسطول وذلك كما ورد بالعهد القديم

أيضاً: "وسخر الملك سليمان من جميع إسرائيل، وكانت السخرة ثلاثين ألف رجل" (ملوك، 1-2)، فضلاً عن هذا فقد زود حيرام هذا الأسطول بكثير من البحارة اللازمين لهذا الأمر (Reusch، p.23).

وتوجه هذا الأسطول كما يذكر العهد القديم عبر إسفاره إلى أوفير الشهيرة بالذهب (اشعيا، 16)، والتي كانت في هذا مضرب للأمثال بالعديد من إسفار العهد القديم ما نصه: «وَأَجْعَلَ الرَّجَالَ أَعَزَّ مِنَ الذَّهَبِ الْأَبْيَازِ وَالْإِنْسَانُ أَعَزَّ مِنْ ذَهَبِ أَوْفِيرَ» (اشعيا، 16)، وأيضاً ورد في هذا الصدد يسفر أيوب ما نصه: «لَا تَوَزَنُ بِذَهَبِ أَوْفِيرَ أَوْ بِالخَزَعِ الْكَرِيمِ» (أيوب، 16)، ويرجع البعض من المؤرخون بأن تلك المدينة تقع في جنوب جزيرة العرب (حوراني، صفة 138)، لاسيما وقد استندوا في ذلك على ما ذكره بعض الكتاب الكلاسيكيين بأن ذهب الجزيرة بصفة عامة يعد من أجود الخامات، فمن هذا يذكر ديودور الصقلي بأن ذهب تلك البلاد، كان ذهباً خالصاً لا يحتاج إلى صهر (sicily، 4-14، 6)، ولعل تفسير ذلك يرتبط بأن بعض المناطق كانت تحوى ذهباً مختلطاً بالخصي والرمل، وكان يتم استخلاصه عن طريق غرلة تلك المواد المختلطة به، حتى يتبقى في النهاية جزيئات الذهب، والتي قد تستخدم أحياناً كما هي (التعيم، صفة 168)، وكذلك يذكر بليني في هذا الصدد ما نصه: «فاقت السبأى الجميع ثروة بما يتوفر في أراضيها من أدغال ذات عطور ومناجم للذهب» (ترسيبي، صفة 78)، ويؤكد ذلك أدلة أثرية عديدة من الذهب عثر عليها في جزيرة العرب كذلك القطع الأثرية الذهبية لعل من أشهرها؛ قلادة ذهبية جميلة، وجدت بمدينة تمنع عاصمة قتيبان، وقد عثر معها أيضاً على قلادة أخرى ذهبية، نقش عليها أشكال غائرة لبعض الحيوانات، هذا بالإضافة إلى العثور على قطع معدنية أخرى مطلية بطبقة ذهبية (علي، صفة 76).

وهناك اتجاه آخر من بعض المؤرخين يرى بأن أوفير هذه تقع علي ساحل الخليج العربي مستندين في ذلك على كثير من الأدلة الأثرية منها ما ورد في حوليات "تجارات بلاسر الثالث" (745-727 ق.م تقريباً)، حيث يذكر من خلالها بأن: "مردوخ بلادان ملك ارض البحر أو كما وردت في نصوص أخرى باسم بيت يكين (الكويت حالياً) قام بإرسال هدايا ذهبية تتألف من أوعية وقلادة ذهبية متنوعة إلى هذا الملك الأشوري" (الأحمدي، الصفحات 275-276).

فضلاً عما سبق فقد وصف الكثير من الكلاسيكيون مدينة الجرعاء الواقعة علي الخليج العربي بأنها مدينة كائنة للذهب (السعيد، الصفحات 65-66)، حيث يذكر عن ذلك اجاثر خيدس من أن التجار الجرهائيين قد أغنوا سوريا بالذهب (علي، صفة 92).

هذا ولم تقتصر تلك العلاقات على النشاط التجاري فحسب وإنما امتدت كذلك إلى النشاط المعماري؛ فقد كان اليهود يعيشون على البداوة فلم يكن بينهم بنائين قادرين على تشييد المباني، وهذا ما دفع سيدنا داود (عليه السلام) إلى الاستعانة بالفينيقيين، والذين كان منهم المهندسين والفنيين في أعمال التشييد والبناء (لوبيون، صفة 33)، وتدل التوراة علي ذلك "وأرسل حيرام ملك صور رسلاً إلى داود و خشب أرز ونجارين وبنائين فبنوا لداود بيتاً" (صموئيل، 11)، كما استعان داود بالفينيقيين عندما أراد تشييد مكان للعبادة حيث جاء في التوراة "وأمر داود بجمع الأجنيبين الذين في أرض إسرائيل، وأقام نحأتين لتحت حجارة مربعة لبناء بيت الله، وهياً داود حديدًا كثيراً للمسامير لمصاريع الأبواب وللوصل، ونحاساً كثيراً بلا وزن" (الاخبار، 2-4).

فضلاً عما سبق كان لأسطول سيدنا سليمان دوراً كبيراً في جلب المواد الاقتصادية من المراكز التجارية الفينيقية في حوض البحر المتوسط تلك المواد التي ساهمت مساهمة كبيرة في تغطية مصروفات بناء الهيكل الضخم الذي بني على طراز الهياكل الكنعانية، وقد استعان سليمان أيضاً في بنائه بملك صور حيرام الذي أرسل إليه الكثير من عبيده من أجل ذلك الغرض، وكان معظمهم من البنائين

والفنيين في أعمال التشييد والبناء (لوبيون، صفحة 33) ، وتؤكد ذلك التوراة فيما نصه: "وأرسل حيرام ملك صور عبيده إلى سليمان، لأنه سمع أنهم مسحوه ملكاً مكان أبيه، لأن حيرام كان محباً لداود كل الأيام" (ملوك، الصفحات 1-2)

وقد استغرقت عملية بناء هذا الهيكل سبع سنوات، وتؤكد ذلك التوراة وجاء فيها " وفي الشهر الثامن، أكمل البيت في جميع أموره وأحكامه فبناه في سبع سنين" (ملوك، 1-2) ، وبعد اكتمال البناء نقل إليه سيدنا سليمان عليه السلام تابوت العهد الذي توارثه بني إسرائيل عن موسى، وقد سببت المصروفات الضخمة التي أنفقها سليمان على بناء الهيكل كما يزعم اليهود إلى إرهاب الناس بالضرائب، مما أدى إلى ظهور معارضي له في الحكم، ومن أشهر أولئك المعارضين (يربعام بن نباط) (حمادي، صفحة 55). وهذا يتنافى كما اعتقد مع ما يذكره اليهود من اتهامات لذلك النبي الملك الكريم بأنه قد فرض ضرائب باهظة على أهل اورشليم، من أجل توفير المصروفات لبناء الهيكل، ويربطون حركات المتمردين على حكم ذلك النبي الكريم العادل بهذا الأمر.

فضلاً عما سبق فقد ساعد الفينيقيون نبي الله سليمان (عليه السلام) على جلب الكثير من سلع حوض البحر المتوسط، لاسيما وأن لهم الكثير من المستوطنات على مختلف سواحل هذا البحر، وأهمها شبه الجزيرة الأيبيرية الغنية بمعادنها الثمينة وخاصة الذهب. حيث كان الفينيقيون قد اهتموا بالتجارة في كافة أصقاع البحر المتوسط، وكانوا يغادرون ديارهم بحثاً عن المعادن المتوافرة في مناطق عدة كالذهب والفضة ثم القصدير، ليقموا علاقات طيبة ومثمرة مع سكان المناطق التي وصلوا إليها، وقد كانت جزيرة ايبيريا من الجزر المهمة التي تاجروا معها، حيث تمثل مصدر مهم في ثروات العالم القديم لاحتوائها على المعادن، وفي حدود سنة 1110 قبل الميلاد نزل الفينيقيون بأقصى الغرب وأسسوا مجموعة من المستوطنات (Kringse، صفحة 90 p).

وكانت جزيرة ايبيريا أشهرها ويذكر بعض المؤرخين القدماء، أن الفينيقيين قد جلبوا منها مقابل الزيت والبضائع الخاصة التي كانت بحوزتهم حمولة من الفضة هي أكثر ما استطاعوا نقله عبر البحر، كما صهروا في الوقت نفسه من الفضة كل الأدوات التي تستعمل عادة على السفن حتى المراسي (مازيل، صفحة 119) ،وقد كانت مستوطنة قادش في شبه جزيرة إيبيريا من بين المستوطنات الفينيقية الباكورة، في الحوض الغربي للبحر المتوسط، والتي جاء تأسيسها لأغراض اقتصادية، بغية الحصول، على خامات المعادن كالفضة والقصدير ثم النحاس واستبدالها بالمواد المصنعة التي كانت تجلب من شرق المتوسط (غانم، صفحة 78).

وقد تحدث ديودور الصقلي عن ثروات شبه جزيرة ايبيريا قائلاً: تحتوي منطقة إيبيريا على كميات وافرة من مناجم الفضة التي كان السكان المحليون يجلبونها لاستعمالها، ولكن التجار الفينيقيين الذين حلوا بالمنطقة كانوا يحصلون عليها مقابل كميات البضائع القليلة التي كانوا يجلبونها معهم من بلاد الإغريق وآسيا، ومن بعض الشعوب الأخرى، وقد حصل الفينيقيون من وراء ذلك على ثروة كبيرة، كما أن ممارستهم لتجارة المعادن لمدة طويلة زادتهم قدرة وبالتالي سمحت لهم بتأسيس عدد من المستوطنات في ليبيا وإيبيريا **sicily**، (صفحة 25 v).

وقد استفاد بلا شك النبي الملك سيدنا سليمان (عليه السلام) من تلك العلاقات التجارية في توفير الأموال اللازمة لتشيد هيكله، والذي يعد دليلاً قوياً على علاقاته مع الفينيقيين، وتصف التوراة مدينة صور الفينيقية زمن سيدنا سليمان (عليه السلام) فتذكر إن صور كانت تمتلك غابات الأرز الغنية وكانت نداً لمملكة بني إسرائيل، وقد كانت صور في علاقة تحالفية مع مملكة يهوذا ويظهر ذلك واضحاً في نصوص الاتفاقية التجارية التي عقدها سيدنا سليمان عليه السلام مع ملك صور حيرام، والتي كانت بنودها مخففة بالنسبة له، حيث تنازل سليمان على الجليل والأراضي الواقعة خلف السهل الساحلي اللبناني لمدينة صور، كما تنازل سليمان على عشرين مدينة في أرض الجليل، ويرجع هذا الضعف في مملكة سليمان إلى أسباب سياسية منها النزاعات مع دول إقليمية مجاورة، بالإضافة إلى

الصراعات الداخلية بين أسباط بني إسرائيل، واستعادت مصر لقوتها (برغردت، الصفحات 104-105)، وعلى الأرجح أن هذا الرأي صحيح. ومما لاشك فيه بأن تلك العلاقات القوية التي ربطت ما بين حكام الفينيقيين ويهود أورشليم، والتي قواها التقارب المكاني، أدت إلى توثيق العلاقات الاجتماعية والدينية، حيث ارتبط الشعبين في علاقات المصاهرة التي لم تقتصر على العامة ولكنها امتدت إلى الملوك ذاتهم، ولعل هذا يتجلى في زواج الملك احاب بن عمري (869-850 ق.م) ملك إسرائيل من ابنة ملك صور ازاييل (عليان، الصفحات 54-95).

كانت العلاقات الاجتماعية هي أساس العلاقات السياسية والاقتصادية التي ربطت مملكة سيدنا سليمان (عليه السلام) بممالك المنطقة، وذلك عن طريق الزواج والمصاهرة، مع العائلات التي كانت تحكم هذه الممالك، حيث اتخذ زوجات من الأسر الحاكمة في كلا من مصر ومؤاب وأدوم وعمون وتؤكد ذلك التوراة حيث جاء فيها: "وأحب الملك سليمان نساء غريبة كثيرة مع بنت فرعون موآبيات وعمونيات وادوميات وصيدونيات وحثيات، من الأمم الذين قال عنهم الرب لبني إسرائيل: "لا تدخلون إليهم وهم لا يدخلون إليكم، لأنهم يميلون قلوبكم وراء آلهتهم" فالتصق سليمان هؤلاء بالغيرة" (ملوك، 1-2). وبناء على ما جاء في نص التوراة السابق، لم تكن العلاقات سيئة بين فراعنة مصر وسيدنا سليمان (عليه السلام) فقد كانت تجارته آمنة بفضل مصاهرته لفرعون مصر الذي زوجه إحدى بناته، وعلى الأرجح إن هذا الفرعون هو (بسوسينس) والذي هاجم حصن جزر وأحرقه وسيطر عليه من الكنعانيين، ثم أعطاه هدية لابنته عند زواجها من سليمان (فخري، صفحة 397)، ومن الأدلة الأثرية التي تؤكد هذا الحدث ما ذكره بعض المؤرخين بأنه تم العثور في تاييس في مصر على لوحة صور عليها الفرعون بسوسينس وهو يضرب أسير فلسطيني (زابد، صفحة 389) ويبدو إن سليمان أراد بهذا الزواج السياسي تقوية مملكته وتأمينها من الشعوب المجاورة لها.

العلاقات بين الفينيقيين ويهود اورشليم بعد عهد سيدنا سليمان عليه السلام :

استمرت العلاقات بين الفينيقيين واليهود بعد عهد سيدنا سليمان، ويستدل على ذلك من انتشار عبادة الإله الفينيقي (بعل) بين اليهود؛ فقد انتقلت عبادته من الفينيقيين إلى اورشليم عبر العلاقات التجارية والاجتماعية، وخاصة بعد زواج يهورام (849-842 ق.م) من "عتالياه" ابنت عمري، وكذلك عندما تزوج الملك اليهودي احاب من ازاييل بنت ايثعل ملك صور، والذي حقق رغبة زوجته في عبادة الإله الفينيقي بعل (عليان، صفحة 95، 45)، وأقام له معبد في مدينة السامرة، وتؤكد التوراة ذلك فيما نصه: "وأقام مذبحا للبعل في بيت البعل الذي بناه في السامرة" (الاول، الاصحاح 16، 32)، حيث نقلت هذه المرأة القوية كل نظم الحكم الفينيقي إلى اليهود (مهران، المغرب القديم، صفحة 167). وقد أُنجبت إيزابيل لأحاب يواش واحزيا وقد ملك احزيا من بعد أبيه، أما إيزابيل فقد قتلها جنود زمري وبذلك تحققت نبوة إيليا التشي حين قال لها بأن الكلاب ستأكل لحمها في حقل يزريعيل (مر ابن عامر) (عليان، صفحة 45) وتؤكد ذلك العهد القلبي فيما نصه: "ولما مضوا ليدفنوها، لم يجدوا منها إلا الجمجمة والرجلين وكفي اليدين" (الثاني م، 35).

المظاهر الحضارية المتبادلة بين الطرفين :

نقل الفينيقيون الكثير من الطقوس والعبادات الفينيقية إلى اليهود، ومنها الأعمدة الخشبية وبناء المذابح على التلال والمرتفعات في المعابد وتقديم القرابين، وقد تأثر اليهود بذلك حتى أنهم أطلقوا على معبودهم (يهوه) نفس الصفات التي يتصف بها الإله الفينيقي بعل وهو رب السموات ومنزل الأمطار وإله الزراعة البعلية والخصوبة، وكانت طقوس العبادة التي تمارس من قبل اليهود في معبد سليمان من

أصل فينيقي، كالعناء والترانيم الفينيقية، بل وصلت التأثيرات إلى أبعد من ذلك حتى إن الوصايا العشر، التي نزلت على سيدنا موسى (عليه السلام) تدل على أن هذه الوصايا قد اقتبسها اليهود من جيرانهم الفينيقيين (حتى، صفحة 169)

وإلى جانب العلاقات الاقتصادية والاجتماعية والدينية كانت هناك علاقات ثقافية، تربط بين الفينيقيين واليهود حيث جاء في الرقم الفينيقية العديد من المعلومات الأدبية مثل الملحمة الشعبية حول جزيرة كريت وملك صيدا البطل القومي الفينيقي الذي قام ببطولاته بأمر من الإله أيل، وكذلك رقيم يحتوي على قصيدة شعرية يعتقد أنها تمثل شرحاً دينياً خاصاً يعود للحكيم "دانيال" الفينيقي وجميع هذه النصوص الأدبية تساهم في دراسة العلاقات الثقافية بين الملاحم الفينيقية وقصص الإنجيل والقصص الشعبية اليهودية، كما تطابقت بعض المعلومات في الأدب الفينيقي مع ما جاء في التوراة (سورمايان، صفحة 69)، وكذلك أخذ اليهود عن الفينيقيين لغتهم وحروفهم المجانية وتعلموا عنهم فن الكتابة (حتى، الصفحات 168-169).

ويبدو مما تقدم إن العلاقات التي ربطت الفينيقيين واليهود قد تميزت بالطابع السلمي والتأثير الحضاري في الجانب الاجتماعي والاقتصادي والديني والمعماري لصاحب الحضارة الأرقى وهم الفينيقيين على اليهود، وإلى جانب ما تم ذكره من علاقات ودية كانت بين الطرفين وإن حوت على قليل علاقات عدائية طبقاً لما ورد في سفر القضاة فيما نصه: "فقال يهوذا لشمعون أخيه: اصعد معي لقرعتي لكي نحارب الكنعانيين ... فصعد يهوذا ودفع الرب الكنعانيين والفرازين بيدهم فضربوا منهم في يازق عشرة آلاف رجل ... وحارب بنو يهود أورشليم وأخذوها وضربوها بحد السيف وأشعلوا المدينة بالنار، وبعد ذلك نزل بنو يهوذا لمحاربة الكنعانيين سكان الجبل والجنوب والسهل" (القضاء، 3،4،8،9) وعلى الأرجح إن سبب هذا النوع من العلاقات بين اليهود والفينيقيين هو طمع اليهود في خيرات بلاد الفينيقيين.

ومن المظاهر الأخرى التي انتقلت من الفينيقية إلى يهود أورشليم ظاهرة التضحية البشرية، التي تطورت لدى الشعبين من قرابين حيوانية إلى بشرية، فكان الفينيقيون يقدمون ذبائح حيوانية إلى إلههم أيل، بعد غسل وتنظيف وأصعاد تلك الذبيحة إلى المحرقة (مازبل، صفحة 208)، مثلما كان يفعل "كرت" ملك صيدا، ويذكر في هذا الصدد بالعهد القديم أن سيدنا سليمان (عليه السلام) قد ضحى إلى الله (سبحانه وتعالى) بذبائح حيوانية، وذلك طبقاً لما ورد بالعهد القديم فيما نصه: "ودبح سليمان ذبائح السلامة التي ذبحها للرب: من البقر اثنين وعشرين ألفاً ومن الغنم مئة ألف وعشرين ألفاً، فدشن الملك وجميع بني إسرائيل بيت الرب" (ملوك، صفحة الاصحاح 63/8).

ولم يقتصر اليهود في طقوسهم هذه على القرابين الحيوانية فقط، بل كذلك امتد إلى تقديم القرابين البشرية أيضاً، فتذكر في هذا نصوص العهد القديم، أن يهوه أمرهم بتقديم قرابين بشرية ممثلة في الأبناء الأبيكار، من أجل تقديسه، وقد اعتبر الأمر كذلك تكفيراً عن الذنوب والمعاصي، إذ جاء في العهد القديم ما نصه: "كلم الرب موسى قائلاً: قدس لي كل بكر فاتح رحم من بني إسرائيل من الناس ومن البهائم انه لي" (الخروج، صفحة الاصحاح 1/13).

وقد عرف بني إسرائيل القرابين البشرية منذ زمن سيدنا إسحاق (عليه السلام)، وذلك كما جاء في العهد القديم فيما نصه: "خذ ابنك وحيدك الذي تحبه إسحاق، واذهب إلى أرض المزابا، وأصعدة هناك محرقة على أحد الجبال الذي أقول لك" (التكوين، صفحة الاصحاح 2/22)

ودامت هذه العادة عند بني إسرائيل زمناً طويلاً، فضحى يفتاح الجلعادي بابنته لكي يفني بنذره للرب، وذلك كما جاء في العهد القديم فيما نصه: "ونذر يفتاح نذراً للرب قائلاً: "أن دفعت بني عمون ليدي، فالخارج الذي يخرج من ابواب بيتي للقائي عند رجوعي

بالسلامة من عند بني عمون يكون للرب واصعدة محرقة" (القضاة، الصفحات 30/1-31)، كذلك احرق "ميشع" ملك موآب ابنه البكر على أسوار المدينة إثر الحصار الذي ضربه عليه "يهورام" ملك إسرائيل كما ورد ذلك في التوراة فيما نصه: "فأخذ ابنه البكر الذي كان عوضاً عنه، واصعدة محرقة على السور" (الثاني م.، الاصحاح 3، 27) كما قام "احاز" ملك يهوذا بحرق ابنه في وادي بني هنوم (الثاني م.، الاصحاح 16، 3)، وتبعه في ذلك حفيده "منسي" (الثاني م.، الاصحاح 21، 6).

وظلت ظاهرة التضحية بالأبناء في بني إسرائيل متبعة حتى بعد عصر سيدنا موسى (عليه السلام) بالقرن الثالث عشر قبل الميلاد، وذلك طبقاً لما ورد في إسفار العهد القديم، الذي ورد به ما نصه: "أما انتم فتقدموا إلى هنا يا بني الساحرة، نسل الفاسق والزانية، على من تسخرون، وعلى من تغفرون الفم وتدلعون اللسان أما انتم أولاد المعصية، نسل الكذب، المتوقدون إلى الأصنام تحت كل شجرة خضراء، القاتلون الأولاد في الأودية تحت شقوق المعازل" (اشعيا، الاصحاح 57، 3-5).

وقد حدد العهد القديم الموضع الذي كان يمارس فيه بني إسرائيل عادة التضحية البشرية، والمعروف لديهم باسم وادي هنوم، وكذلك كان يطلق عليه أيضاً "توفه"، ويقع هذا الوادي حالياً في الجبهة الجنوبية من أورشليم، وقد ارتبط ارتباطاً كبيراً بتلك الظاهرة حتى إنه قد عرف بوادي القتل، وذلك طبقاً لما ورد في العهد القديم فيما نصه: "لذلك ها أيام تأتي، يقول الرب، ولا يدعى بعد هذا الموضع توفه ولا وادي ابن هنوم، بل وادي القتل" (ارميا، صفحة الاصحاح 5/19) ومن الغريب بأن تلك الظاهرة التي مارسها اليهود كانت متبعة بشكل متماثل في تفاصيلها بفنيقية بصفة عامة، وعلى سبيل المثال نجد اليهود كانوا يقدمون أضياعهم لإله يسمى "مولك" (Lipinski (E)، صفحة 297)، كان يمثل بهيمة تمثيل نحاسية، وقد ارتبط بالنار الضارة، حيث كان هؤلاء اليهود يضعون صغار أولادهم المقدمة قربان على ذراعيه الخimate (scily، الصفحات 4-6 v.، 14).

ومن مظاهر هذا التماثل أيضاً بين عادة التضحية البشرية هذه التي مارسها بني إسرائيل والفينيقيين، إن هؤلاء اليهود كانوا يحفظون الهياكل العظمية للأضحية البشرية بعد حرقها في مرمذات خاصة (Aubet (Ma، صفحة 214 p)، وكانت هذه الأواني تصنع في مكان يدعى باب الفخار المكسور، ويقع هذا المكان بالقرب من وادي ابن هنوم عند الخائط الجنوبي من أورشليم، ويقوم الكهنة بمهام استلام تلك القرابين البشرية كما كان لهم الإشراف على تطبيق هذا الطقوس، تحت إمرة رئيس الكهنة بنفسه، وذلك طبقاً لما جاء في العهد القديم ما نصه: "هكذا قال الرب: اذهب واشتر إبريق فخاري من خزف، وخذ من شيوخ الشعب وشيوخ الكهنة، واخرج إلي وادي ابن هنوم الذي عند مدخل باب الفخار (ارميا، الاصحاح 19، 1-2)

هذا ويبدو ان تلك الطقوس اليهودية كانت تمارس بشكل واضح وغريب لدى الفينيقيين، الذين كانوا يقدمون تلك الأضاحي البشرية إلى الإلهين؛ أحدهما يسمى "بعل حمون" والآخر باسم تانيت (الميار، الصفحات 14-18)، وقد انتقلت عبادة تانيت وطقوس التضحية البشرية هذه إلى الشمال الإفريقي، وخاصة إلى مدينة قرطاجة، لتشارك "تانيت" في هذا الطقوس إله فينيقي آخر من مدينة قرطاجة أيضاً "ملك كارت" المصنوع من المعدن على هيئة بشرية وذراعه ممدودان لكي تقدم عليها التضحية من الأطفال، التي كان أيضاً يقوم الكهنة الفينيقيين بالإشراف على ذلك الطقوس بأنفسهم، وذلك وسط دق الطبول بصوت عالٍ لكي لا يسمع صوت بكائه أبويه والحاضرين عند حرق ذلك الطفل، ومن مواضع التشابه أيضاً دفن الأطفال المضحي بهم في أواني فخارية عثر على الكثير منهم في مواقع فينيقية مثل "كفر جرة" (الواقعة حالياً بجوار صيدا) (كوتنينو، صفحة 164)، وكذلك عثر بمدينة قرطاجة على الكثير من الأواني الفخارية الكبيرة التي تحوي هياكل أطفال محروقة ويؤكد هذا ديودور الصقلي إنه قد رأى في قرطاجة جرار فينيقية تحوي رماد أطفال في معبد تانيت (خيرالله، صفحة 171)

الخاتمة :

- كانت العلاقات بين الفينيقيين واليهود قديمة وتعود الى عهد سيدنا داود عليه السلام
- تنوعت العلاقات التي تربط بين الفينيقيين واليهود في مملكة اورشليم الى العلاقات الاقتصادية والاجتماعية والدينية و الثقافية
- العلاقات التي ربطت بين الفينيقيين واليهود خلال القرن الأول قبل الميلاد تميزت بالطابع السلمي والتأثير الحضاري في الجانب الاجتماعي والاقتصادي والديني والمعماري لصاحب الحضارة الارقي وهم الفينيقيين على اليهود .
- استطاع الفينيقيون بناء الكثير من المستوطنات على مختلف سواحل البحر المتوسط الشرقية والغربية ،والتي ساعدتهم على توفير العديد من المعادن الغالية كالذهب والفضة وغيرها.
- استطاع الفينيقيون نقل الكثير من الطقوس والعبادات الفينيقية الى اليهود والاخذ منهم .
- 6. قائمة المصادر والمراجع :

7. ، ، (6,14-4)Vol. x11, BK.xx. Diodorus of scily
8. E) Aubet (Ma (1987). Tiro y las colonias Fenicias de Occidente .Barcelona: Edilonal Bellaterra
9. Krings Veronique et Punique E.S Britelon Koelen (1995). la Civilisation Phénicienne .Paris:Veronique et Punique E.S Britelon Koelen.
- 10.Krings Veronique, la Civilisation Phénicienne, et Punique .Paris E.S Britelon Koelen. (1995).
- 11.Lipinski (E) (1992). Molk, Dictionnaire de la Civilisation Phenicienne et Punique .Brepols
- 12.phillips p.107 .(Oman:History .Beirut: 1971.
- 13.Reusch) p.23 .(History of East Africa .Evang Missionsverlag: 1954.
14. أحمد سوسة. (1986). تاريخ وحضارة وادي الرافدين، ج1. بغداد: دار العروبة.
15. احمد فخري. (1987). مصر الفرعونية (المجلد 4). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
16. ارد فازد سورمايان. (2008). تاريخ سوريا (الإصدار ج/2، المجلد 1). (الكسندر كشيشيان، المترجمون) حلب: دار النهج للدراسات والنشر والتوزيع.
17. العهد القديم ، سفرارميا. (1-2). الاصحاح 19.
18. العهد القديم ،ارميا. (5). الاصحاح 19.
19. العهد القديم ،اشعيا. (16). الاصحاح 28.
20. العهد القديم ،اشعيا. (3-5). الاصحاح 57.
21. العهد القديم ،الاخبار الاول ،(2-4). الاصحاح 22.

22. الاول ملوك. (1-2). الاصحاح 11.
23. الطيب محمد حمادي. (1994). اليهود ودورهم في دعم الاستيطان البطلمي والروماني في إقليم بركة (المجلد 1). بنغازي: جامعة قاريونس.
24. القضاء. (3،4،8،9). الاصحاح 1.
25. ايوب. (16). الاصحاح 28.
26. ج. كونتينو. (1997). الحضارة الفينيقية (المجلد 1). (طه حسين، المحرر، و محمد الهادي شعيرة، المترجمون) القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
27. جان مازيل. (1998). مع الفينيقيين في متابعة الشمس على دروب الذهب والقصدير (المجلد ط1). (نجيب غزاوي، المترجمون) اللاذقية: دار المرساة للطباعة والنشر والتوزيع.
28. جواد علي. (1993). لمفصل في تاريخ العرب قبل الإسلام، ج8 (المجلد 2). بغداد: مكتبة النهضة.
29. جورج فضل حوراني. (1985). العرب والملاحة في المحيط الهندي وأوائل العصور الوسطى. (السيد يعقوب بكر، المترجمون) الانجلى المصرية .
30. جوستاف لوبون. (2008). اليهود (المجلد الاولى). (عادل زعبيتر، المترجمون) لقاهرة، الجزيرة: مكتبة النافذة.
31. سامي سعيد الأحدي. (1985). تاريخ الخليج العربي من أقدم الأزمنة حتى التحرير العربي. العراق: مركز دراسات الخليج العربي.
32. سبتينو موسكاتي. (1997). الحضارات السامية القديمة . القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب .
33. سفر التكوين. (2). الاصحاح 22.
34. سفر الخروج. (1/). الاصحاح 13.
35. سفر القضاء. (30-31). الاصحاح 1.
36. سيد سليمان عليان. (1996). نساء العهد القديم (المجلد 1). القاهرة: مكتبة مدبولي.
37. سيد محمد السعيد. (2000). "علاقات الأنباط السياسية مع الكيان اليهودي بأورشليم منذ بداية عهد الحارث الثاني حتى نهاية عهد الحارث الثالث". مجلة كلية الآداب، صفحة 3.
38. سيد محمد السعيد. (2007). النشاط التجاري لشبه الجزيرة العربية مع شعوب الشرق الأدنى القديم (المجلد الاولى). القاهرة: الهيئة العامة للكتاب.
39. شوقي خيرالله. (1992). قرطاج العروبة الأولى في المغرب. منشورات المذكر العالمي.
40. صلاح أبو السعود. (2011). تاريخ وحضارة الفينيقيين (المجلد 1). القاهرة: مكتبة النافذة.
41. صموئيل. (11). الاصحاح 5.
42. صموئيل الثاني. (9-10). الاصحاح 5.
43. صموئيل الثاني. (بلا تاريخ). الاصحاح 5.
44. عبد الحفيظ فضيل المنيار. (1999 م). ظاهرة الأضحى البشرية في الديانة الفينيقية. مجلة آثار العرب.
45. عبد العزيز صالح. (1999). لشرق الأدنى القديم (مصر والعراق). القاهرة.
46. عبد الحميد زايد. (1966). الشرق الخالد. القاهرة: دار النهضة العربية.

47. عدنان ترسيبي. (بلا تاريخ). بلاد سبأ وحضارات العرب الأولى (المجلد 2). دمشق: دار الفكر.
48. فايزة محمود صقر. (مارس، 2003). "العلاقات الاقتصادية بين مصر وكنعان خلال النصف الأخير من الإلف الثاني قبل الميلاد". مجلة المؤرخ العربي، صفحة ع 2، مج 1.
49. فليب حتى. (1972). تاريخ لبنان. (انيس فريجة، المترجمون) بيروت: دار الثقافة - لبنان.
50. كارهاينز برغردت. (1999). لبنان القديم (المجلد 1). (زياد مني، المحرر، و ميشيل كيلو، المترجمون) دمشق.
51. محمد الصغير غانم. (1982). لتوسع الفينيقي في غرب المتوسط، (المجلد 2). بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
52. محمد بيومي مهران. (1990). المغرب القديم (المجلد ج 9). الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
53. محمد بيومي مهران. (1999م). بنو اسرائيل. دار المعرفة الجامعية ، الجزء الثاني .
54. ملوك الاول. (13). الاصحاح 5.
55. ملوك الاول. (32). الاصحاح 16.
56. ملوك الثاني. (27). الاصحاح 3.
57. ملوك الثاني. (3). الاصحاح 16.
58. ملوك الثاني. (35). الاصحاح 9 .
59. ملوك الثاني. (6). الاصحاح 21.
60. ملوك الثاني: الاصحاح 9 / 35. (35). الاصحاح 9 .
61. نوره عبد الله العلي النعيم. (1992). الوضع الاقتصادي في الجزيرة العربية في الفترة من القرن الثالث قبل الميلاد وحتى القرن الثالث الميلادي. الرياض .

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حررة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

أ. سعيد احمد سعيد عمر د. مسعود عبد السلام سعيد د. خالد المهدي نصر الدحير

المقدمة ومشكلة الدراسة:

يعتبر التنافس ظاهرة طبيعية في الإنسان قوامها أنه لا يجب أن يكون أقل قدرة وكفاءة من الآخرين، لذا تم استخدام الأسلوب العلمي للارتقاء بالفرد في محاولة لتحقيق أكبر قدر ممكن من النظريات العلمية لخدمة الفرد والمجتمع، وتتميز رياضة السباحة بطبيعة منافسة خاصة فهي تتطلب قدرات بدنية وفنية خاصة تتناسب مع طبيعة الاداءات المختلفة، ولكي يتم الوصول بالسباح لأعلى مستوى من الأداء يجب أن يمر بعدة مراحل من الإعداد منها ما هو بدني ومهاري وخططي ونفسي. ويشير أبو العلا عبد الفتاح (1994)، وسليمان سليمان (1996) بأن الصفات البدنية الخاصة لسباحي المنافسات يتم التركيز عليها خلال التدريب لأنها تساهم بقدر كبير في إمكانية تحقيق زمن أفضل وبالتالي يستطيع السباح تحقيق مستويات رقمية متميزة عند أدائه لسباقاته. (1: 225-226)، (3: 6)

وفي هذا الصدد يشير كل من محمد نصر الدين ومحمد علاوي (1994) نقلاً عن أوزلين Ozalin إلى أن الحالة التدريبية والتي ترتبط بمستوى الأداء قد تشمل على الحالة التي عليها مستوى اللاعب من الناحية البدنية وكذا الحالة التي عليها مستوى اللاعب من الناحية الفنية والمهارية وكذلك الحالة التي عليها اللاعب من الناحية النفسية حتى يمكن الوصول إلى نقاط القوة أو الضعف للعمل على تدعيمها وكذا العمل على تلافيها. (12: 44)

وتعد الحالة البدنية أحد أهم العوامل المؤثرة في مستوى الأداء، حيث يشير عصام حلمي ومحمد بريقع (1997) نقلاً عن سنجر Singer أن الخصائص البدنية ذات أهمية قصوى للتفوق في الأداء للنشاط التخصصي كما أن هذه الخصائص تساهم بشكل فعال في تطوير الأداء. (10: 341)

ويذكر كونسلمان Counsilman (1978) بأن الجسم البشري يمتلك قدرات مختلفة ويعتمد مستوى أداء الفرد على ما يمتلكه من إمكانيات وقدرات والتي تتأكد بدرجة كبيرة في تفوقه الرياضي. (15: 25-26)

وحيث إن سباحة المنافسات تحتاج إلى تنمية الصفات البدنية للسباح على مدار العمر التدريبي، وذلك للوصول إلى المستويات العالية، ولذلك فإن تحديد تلك الصفات البدنية من المشكلات التي تواجه العاملين في مجال السباحة وذلك لعدم وجود وتوافر المعايير الخاصة بتلك الصفات.

وقد تراءى للباحثون أن الصفات البدنية هي الركيزة الأساسية التي تمكن السباح من تلبية متطلبات رياضة السباحة للوصول إلى المستويات العالية، حيث لا يمكن تحقيق هذا المستوى من الإنجاز إلا في وجود الصفات البدنية الخاصة وتنميتها مما يزيد من قدرة الأداء.

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حرة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

وقد لاحظ الباحثون من خلال عملهم بتدريب وتدريب السباحة أن غالبية كبيرة من المدربين يعتمدون على التقدير الشخصي لتقويم الصفات البدنية للسباحين وأهميتها النسبية لها كمساهمة للارتقاء بالمستوى الرقمي لسباحي المنافسات والذي يتغير من مدرب إلى آخر، لذا فقد قام الباحث بمسح مرجعي شامل لبعض المراجع والأبحاث العلمية التي تناولت الصفات البدنية للسباحين مرفق(1)، وقد راعى الباحثون أن تكون جميع المراحل العلمية للأنواع السباحة قيد البحث سواء في مجال التدريب أو الإعداد لسباحي المنافسات، وذلك لتجنب الاختلاف بين الصفات البدنية العامة والصفات البدنية الخاصة كما راعى الباحث قدرات المدربين حتى لا يتداخل الأمر عليهم فقد اختار الباحث الاختبارات المبسطة التي تقيس الصفات البدنية الخاصة مما يتيح لكثير من المدربين فرصة القياس وعدم استخدام (عين الخبير) كي يتمكن كل مدرب من الارتقاء بسباحيه وتحقيق مستوى رقمي أفضل وعلى ذلك فإن من خلال هذا البحث يأمل الباحثان التوصل إلى العلاقة بين الصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباح 100م حرة، 100م ظهر (ناشئين تحت 12 سنة)، وتحديد نسبة مساهمة الصفات البدنية الخاصة في فاعلية مستوى الأداء للسباح، محاولة من الباحثون مساعدة المدربين للوصول إلى مستوى رقمي أفضل للسباحين.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن:

التعرف على العلاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة وتأثيرها على المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة ناشئين تحت 12 سنة.
التعرف على العلاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة وتأثيرها على المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر ناشئين تحت 12 سنة.
التعرف على نسبة مساهمة بعض الصفات البدنية الخاصة وتأثيرها على المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة و100م ظهر ناشئين تحت 12 سنة.

فروض الدراسة:

1. وجود علاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباحي 100م حرة للناشئين تحت 12 سنة.
2. وجود علاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر للناشئين تحت 12 سنة.
3. تختلف نسبة مساهمة كل من الصفات البدنية الخاصة على سباحي 100م حرة للناشئين تحت 12 سنة.
4. تختلف نسبة مساهمة كل من الصفات البدنية الخاصة على سباحي 100م ظهر للناشئين تحت 12 سنة.

الدراسات المرتبطة:

قام الباحثون بدراسة مسحية للمراجع والدراسات التي أمكنه الحصول عليها في مجال البحث والهدف هو الاستفادة منها في إجراء الدراسة قيد البحث.

دراسة عقيل سليمان مهدي(2004) (19) بعنوان: "بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالإبحار الرقمي لسباحة 50م".
يهدف التعرف على العلاقة بين المواصفات الجسمانية وبين مستوى الإبحار الرقمي في 50م سباحة لدى طلاب كلية التربية الرياضية بغداد، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وبلغ حجم العينة 40 طالب من طلال المرحلة الأولى خلال الامتحان العملي في الفصل الدراسي الأول، وكانت أهم النتائج التي توصل إليها العوامل الجسمية في تحقيق المستوى الرقمي لسباحة 50م، هي طول الذراعين ثم طول الرجلين ثم الطول الكلي، ويمكن التنبؤ بالمستوى الرقمي بدلالة تلك المتغيرات باستخدام المعادلات التنبؤية، ويمكن استخدام القياسات السابقة كأساس لاختيار الناشئات والناشئين.

رجاب عباس (2002) (20) بعنوان: "العلاقة بين بعض القياسات الجسمية والإنجاز الرقمي للسباحة".

يهدف التعرف على العلاقة بين بعض المواصفات الجسمانية وبين الإنجاز الرقمي في 50م سباحة للطلقات، واستخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وبلغ حجم العينة 40 طالبة من طالبات المرحلة الأولى خلال الامتحان العملي في الفصل الدراسي الأول، وكانت أهم النتائج أن الطول الكلي وطول الذراعين وطول الرجلين من خلال النتائج التي ظهرت بالبحث لها دور فعالاً ومهماً في تحقيق الإنجاز الجيد للسباحة في مسافة 50م، من خلال التأكيد على هذه المتغيرات عند اختيار السباحة لهذا النوع.

محمد صالح خليل السمرائي (2001) (21) بعنوان: "العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة وزمن أداء سباحة الصدر والرحف (25م) لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين بحث وصفي على لاعبي أندية بغداد".

يهدف التعرف على العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة وزمن الأداء في سباحة الرحف وسباحة الصدر واستخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وبلغ حجم العينة 18 سباح من أندية (الأعظمية - الشرطة، الشباب-الجيش) من أعمار 13-14 سنة، من السباحين الذين يجيدون طرق السباحة قيد البحث، وكانت أهم النتائج أن حققت جميع اختبارات القوة المميزة للسرعة ارتباطاً معنوياً مع زمن سباحة (25م) (صدر-رحف) باستثناء اختبار الوثب الطويل من الثبات.

دراسة أحمد محمد عبد الجيد (1998) (3) بعنوان: "التنبؤ بالمستوى الرقمي بدلالة الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة لسباحي المنافسات".

يهدف التعرف على نسبة مساهمة كل من الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة في المستوى الرقمي لسباحي المنافسات، ووضع معادلة للتنبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المنافسات بدلالة الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة، على عينة قوامها (74) سباح واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وأهم النتائج التي توصل إليها الباحث المعادلة التنبؤية للانحدار المستوى الرقمي للدالة الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة لسباحي 50م حرة وعدم التوصل إلى المعادلة التنبؤية لسباحي 100م ظهر، كما توصل إلى أهم الصفات البدنية الخاصة المساهمة لسباحي المنافسات وهي السرعة والمرونة (كتيف، جذع)، والقوة (قبضة، رجلين).

دراسة سليمان محمود سليمان (1996) (6) بعنوان: "أثر تنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على أداء مهارة الدوران بالشقلبة لسباحي المنافسات".

يهدف التعرف على أثر الصفات البدنية الخاصة على زمن أداء مهارة الدوران بالشقلبة لسباحي المنافسات، واستخدام الباحث المنهج التدريبي، على عينة قوامها (30) لاعب من نادي الشمس الرياضي، وأظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة لبرنامج المقترح على المجموعة الضابطة في معظم نتائج قياسات الصفات البدنية (قوة القبضة - مرونة مفصل العقب - مرونة المنكبين - التوافق) بالإضافة إلى تفوقها في المستوى الرقمي لأداء مهارة الدوران بالشقلبة في سباحة الرحف على البطن. (3)

دراسة محمد أحمد حسن التلاني (1991) (11) بعنوان: "تحديد الأهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية لدى سباحي الرحف على البطن".

يهدف تحديد عناصر اللياقة البدنية الخاصة لسباحي الرحف على البطن للمرحلة من 12-15 سنة، حرة للمرحلة السنية 12-15 سنة، استخدام الباحث المنهج الوصفي، (80) سباح من أندية الإسكندرية، وتوصل الباحث إلى وجود علاقة بين زمن سباحة 50م

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حرة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

زحف على البطن، وكل من نتائج الاختبارات السرعة المطلقة والتحمل الخاص، القوة العضلية، المرونة، إلى جانب الأهمية النسبية لكل من (المرونة - القوة العضلية-عدد سنوات الممارسة).

دراسة صلاح مصطفى مصطفى (1989) (8) بعنوان: "التنبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية". وكان من أهم أهداف البحث التوصل إلى نموذج رياضي مناسب يوسف المستوى الرقمي للسباح، وذلك للتنبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة البحث أصحاب المراكز الأولى لنهائي بطولة الجمهورية عموي رجال وأنسات في سباق (100-200م) حرة - فراشة - صدر - ظهر (رجال وأنسات)، وأهم النتائج التي توصل إليها الباحث النموذج الرياضي الأسّي (ص = أ + ب هـ) أكثر دقة من النموذج الرياضي الخطي (ص = أ + ب س) في التنبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات في جمهورية مصر العربية، وأسفرت النتائج على أن المعادلة الأسية أمكن التنبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية في مسابقات (100م حرة، 200م فراشة، 100م صدر، 200م حرة).

دراسة صالح محمد صالح (1987) (7) بعنوان: "الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي الظهر للناشئين". وكان من أهم أهداف البحث التعرف على الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي الظهر للناشئين واستخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة مكونة من (120 سباح) تحت 12-14 سنة، في الموسم الرياضي 87/86، وكان من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث السرعة القصوى للسباحين ساهمت بنسبة 66.714% في المستوى الرقمي لسن 12 سنة، وقد رتبت باقي الصفات البدنية كالتالي: (مرونة الكتف - مرونة الفخذ - التوازن الديناميكي - التحمل العضلي - مرونة القدم - القوة المميزة للسرعة) وبالنسبة لـ 14 سنة ساهمت القوة القصوى للسباح 71.22% في المستوى الرقمي، وقد رتبت باقي الصفات البدنية كالتالي: (مجموع الصفات البدنية - التحمل العضلي - التوازن الميكانيكي - مناوره الفخذ - القوة المميزة للسرعة - مرونة القدم).

إجراءات الدراسة:

أولاً-منهج الدراسة: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسيته لطبيعة هذه الدراسة وبيان ما هو موجود في الحالة الراهنة من المستويات الرقمية لعينة البحث.

ثانياً-عينة الدراسة: تم اختبار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من السباحين في بلدية الزاوية وصراتة من أندية (الزاوية - صرّاتة-المطرد) والجدول (1) يوضح خصائص العينة.

جدول (1)

خصائص عينة الدراسة

ن = 35

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	11.774	0.654	0.990
الطول	سم	148.895	1.639	0.067
الوزن	ثقل الجسم	40.244	1.099	0.632
العمر التدريبي	سنة	3.004	0.967	0.474

يتضح من جدول (1) أن جميع قياسات المتغيرات الأساسية والتي تتمثل في (السن - الطول-الوزن-العمر التدريبي) تنحصر بين (+3، -3) مما يشير إلى أن أفراد العينة تتوزع توزيعاً اعتدالياً وتقع تحت المنحنى الاعتلالي مما يدل على تجانس العينة.

وسائل جمع البيانات Data Collection Methods

استخدم الباحثون الوسائل التالية لجمع العينات الأساسية لهذه الدراسة:

الريستامتر **Restameter** لقياس أطوال السباحين عينة البحث.

ميزان طبي **Medical Scale** لقياس أوزان السباحين.

جهاز الجينوميتر لقياس المرونة.

جهاز لقياس قوة القبضة.

الاختبارات والمقياس الخاص بالصفات البدنية الخاصة المختارة لهذه الدراسة.

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

تم إجراء دراسة استطلاعية على (5 سباحين) من خارج عينة الدراسة ومن نفس المجتمع، وذلك في نادي صيرانة البحري وذلك بهدف:

التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.

تحديد التسلسل المناسب لإجراء الاختبارات.

تدريب المساعدين على إجراء الاختبارات.

التعرف على بعض الصعوبات التي قد تظهر وتعوق القياس.

وأُسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن:

صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.

تم تحديد التسلسل المناسب لإجراء الاختبارات.

تدريب المساعدين على كيفية القياس ورصد النتائج للسباحين.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قبل تطبيق الاختبارات على عينة الدراسة قام الباحثون بتحديد المعاملات العلمية (معامل الثبات - معامل الصدق) عن طريق تطبيق الاختبار على 15 سباح من سباحي نادي صيرانة البحري وقد راعى الباحثون إعطاء اللاعب المختبر فترة راحة تصل من (3: 5) بين كل اختبار وآخر ليزول خلالها أثر المجهود ولكي يصل السباح إلى حالة من الهدوء والاستعداد لبذل أقصى جهد خلال الاختبار الثاني وذلك لضمان تسجيل السباح أفضل النتائج.

هدف الدراسة الاستطلاعية:

إيجاد معامل الثبات **Reliability** للاختبار المختار وذلك عن طريق **Restest Test** بحيث يعاد تطبيق الاختبار على العينة بعد مرور عشرة أيام من التطبيق الأول، ثم إيجاد معامل الارتباط كدلالة لثبات الاختبارات المستخدمة، جدول (2) يوضح ذلك.

إيجاد معامل صدق التمييز عن طريق تطبيق الاختبار على عينة مميزة (العينة الاستطلاعية) وعينة غير مميزة (ممارسين) وفي نفس المرحلة الثانية لعينة البحث وعددهم 15 لاعب لإيجاد قيمة (ت) للمجموعتين وجدول (3) يوضح درجة الصدق للاختبارات المستخدمة.

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حرة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

جدول (2)

معامل الثبات والصدق الذاتي للصفات البدنية الخاصة على عينة الدراسة الاستطلاعية

ن = 15

م	الاختبارات	القياس الأول		القياس الثاني		معامل الصدق	معامل الثبات
		س1	ع1	س2	ع2		
X1	قياس مرونة الكتف يمين	109.987	3.175	109.510	2.619	*0.880	*0.774
X2	قياس مرونة الكتف شمال	111.893	4.233	111.711	4.256	*0.990	*0.980
X3	قياس مرونة الجذع	14.147	2.408	14.113	2.169	*0.900	*0.980
X4	اختبار قوة عضلات الرجلين	73.681	4.793	72.957	4.361	*0.934	*0.872
X5	اختبار الوثب العمودي	32.790	1.117	32.856	1.591	*0.810	*0.656
X6	قياس قوة القبضة يمين	37.437	2.069	36.842	1.789	*0.920	*0.846
X7	قياس قوة القبضة شمال	37.270	1.731	36.177	1.938	*0.903	*0.816
X8	قياس قوة عضلات الظهر	61.856	9.167	62.011	9.196	*0.995	*0.990
X9	اختبار سباحة 25 م	12.211	0.623	12.353	0.643	*0.832	*0.692
X10	اختبار سباحة 15 م	6.010	0.640	5.897	0.573	*0.933	*0.871
X11	اختبار سباحة 50 م	35.67	1.582	35.246	1.425	*0.983	*0.967
X12	اختبار سباحة 75 م	55.669	0.737	55.804	0.756	*0.965	*0.931

تدل العلامة (*) أن د عند مستوى (0.05)

أسفرت نتائج حساب معامل الثبات للاختبارات المطبقة لعينة الدراسة الاستطلاعية على حصول جميع الاختبارات على معامل ثبات ينحصر ما بين (0.656 و 0.990) وكانت جميعها دالة عند مستوى معنوية (0.05).

كما أسفرت نتائج الصدق الذاتي على العينة الاستطلاعية، حيث انحصرت جميع الاختبارات على معامل صدق ما بين (0.832 و 0.995) وكانت جميعها دالة عند مستوى معنوية (0.05).

جدول (3)

صدق التميز للاختبارات الخاصة بالصفات البدنية على عينة

الدراسة الاستطلاعية المميزة والغير مميزة

ن = 30

م	الاختبارات	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة
		س1	ع1	س2	ع2		
X1	قياس مرونة الكتف يمين	109.987	3.175	99.063	14.774	2.800	0.009
X2	قياس مرونة الكتف شمال	111.893	4.233	105.643	9.573	2.312	0.028
X3	قياس مرونة الجذع	14.147	2.408	11.974	1.870	2.760	0.010
X4	اختبار قوة عضلات الرجلين	73.681	4.793	67.694	8.432	2.391	0.024
X5	اختبار الوثب العمودي	32.790	1.117	28.583	4.789	3.314	0.003
X6	قياس قوة القبضة يمين	37.437	2.069	33.097	4.902	3.159	0.004
X7	قياس قوة القبضة شمال	37.270	1.731	31.427	4.740	4.485	0.00
X8	قياس قوة عضلات الظهر	61.856	9.167	56.080	4.180	2.220	0.035
X9	اختبار سباحة 25 م	12.211	0.623	13.019	0.713	3.302	0.003
X10	اختبار سباحة 15 م	6.010	0.640	6.770	0.654	3.216	0.003
X11	اختبار سباحة 50 م	35.167	1.582	36.578	1.261	2.702	0.012
X12	اختبار سباحة 75 م	55.669	0.737	60.877	6.082	3.292	0.003

تدل العلامة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (00.05) = 2.045

ويتضح من جدول (3) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة في الاختبارات البدنية الخاصة مما يدل على قدرة الاختبارات على التميز، وهذا يؤكد صدق الاختبار لما وضع من أجله.

تنفيذ الدراسة:

تم إجراء الدراسة الأساسية في الفترة من 2022/7/15 إلى يوم 2022/7/29 للناشئين تحت 12 سنة من الأندية قيد الدراسة وبلغ الحجم الإجمالي لعينة الدراسة 35 سباح (نادي صبراتة البحري 15 سباح-نادي المطرد البحري 12 سباح-نادي نادي الزاوية البحري 8 سباحين).

المعالجة الإحصائية:

في ضوء أهداف الدراسة وفي حدود فروضها تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة الدراسة مستخدماً البرنامج الإحصائي (SPSS).

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حررة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

عرض النتائج ومناقشتها:

يعرض الباحثون النتائج التي تم التوصل إليها بعد جدولتها والتي تتمثل في العلاقات الارتباطية بين الصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقعي لسباحي 100م حرة، و100م ظهر للنائشين تحت 12 سنة.

جدول (4)

مصنوفة الارتباط البسيط للصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي

لسباحي 100م حرة للناشئين تحت 12 سنة

30 = 3

X12	X11	X10	X9	X8	X7	X6	X5	X4	X3	X2	X1	Y	التغذية بر
													Y
												0.36	X1
											0.010	0.548	X2
										0.27	0.266	0.395	X3
									0.601	0.192	0.295	0.375	X4
								0.273	0.474	0.261	0.24	0.023	X5
							0.67	0.641	0.217	0.048	0.417	0.261	X6
						0.016	0.367	0.292	0.216	0.199	0.054	0.407	X7
					0.291	0.404	0.066	0.176	0.127	0.352	0.205	0.514	X8
				0.067	0.334	0.370	0.034	0.179	0.173	0.365	0.172	0.491	X9
			0.067	0.017	0.367	0.030	0.301	0.080	0.114	0.271	0.38	0.346	X10

		0.113	0.4	0.4	0.1	0.3	0.3	0.3	0.3	0.0	0.2	0.1	X1
			26	37	54	43	10	10	38	56	75	71	1
	0.3	0.631	0.3	0.3	0.1	0.4	0.2	0.1	0.0	0.1	0.2	0.1	X1
	31		05	30	32	07	27	32	34	50	99	28	2

تدل العلامة (*) أن معامل الارتباط إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

تدل العلامة (***) أن معامل الارتباط إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

يوضح جدول (4) أن مصفوفة الارتباط البسيط للصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباحي 100م حرة (للتأشدين تحت 12 سنة)، وأن عدد معاملات الارتباط للمصفوفة (78) معامل ارتباط منهم (32) معامل ارتباط موجب بنسبة (36.782%)، و(46) معامل ارتباط سالب بنسبة (52.874%) وعدد معاملات الارتباط الدال إحصائياً (34) معامل ارتباط بنسبة (39.080%) منها (14) معامل ارتباط دال عند مستوى معنوية (0.01) بنسبة (16.092) وعدد (20) معامل ارتباط دال عند مستوى معنوية (0.05) بنسبة (22.989%).

جدول (5)

الخطوة النهائية للانحدار لبعض الصفات البدنية الخاصة المساهمة

في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة تحت 12 سنة

المتغيرات	معامل الانحدار الجزئي B	الخطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة T	قيمة F المحسوبة F	نسبة المساهمة %
المقدار الثابت	118.870	14.568	31	8.160**	15.394**	
سباحة 15م	2.166	0.569		3.805**		29.1
مرونة كتف يمين	0.344	0.085		4.057**		14.5
وثب عمودي	0.861	0.243		3.0538**		16.2
نسب المساهمة						59.8

العلامة (**) تعني دال إحصائياً عند 0.01

ويشير جدول (5) أن سرعة سباحة 15م أكثر الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة، حيث بلغت النسبة المساهمة (29.1 %)، وقيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية، وبين ذلك أنها دالة إحصائياً، ومساهمة صفة مرونة الكتف اليمين ثاني أكثر الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة، حيث بلغت النسبة المساهمة (14.5%).

ومساهمة صفة الوثب العمودي ثالث أكثر الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحة 100م حرة، حيث بلغت النسبة المساهمة (16.2%).

والجدير بالذكر أن نسبة مساهمة الصفات البدنية السرعة 15 م سباحة ومرونة الكتف يمين والوثب العمودي ساهما معاً بنسبة (59.8%) في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة، ويعني ذلك أن معادلة الانحدار للمستوى الرقمي لسباحي 100م حرة كما يلي:

يلي:

$$ص = أ + ب 1 س 1 + ب 2 س 2 + ب 3 س 3$$

ص = المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة.

أ = المقدار الثابت

ب = معامل المتغير المساهم

س = المتغير المساهم الأكبر

وتكون المعادلة كما يأتي:

المستوى الرقمي 100م حرة =

$$118.870 + 2.166 \times \text{سرعة سباحة}$$

$$15م + 0.344 \times \text{مرونة كتف يمين} + 0.861 \times \text{مسافة الوثب العمودي}$$

وبدراسة الجدول السابق يتضح أن السرعة لمسافة 15م هي المتغير المساهم الأول من الصفات البدنية في المستوى الرقمي لسباح 100م حرة، حيث بلغت نسبة مساهمتها (29.1%)، وهذا يتفق مع دراسة أحمد عجينة (2007) على أن عنصر السرعة ذات أهمية كبرى بالنسبة لسباح 100م حرة وإن بداية 15م الأولى تعتبر القيمة الأنسب التي يجب أن يصل إليها أفضل أداء للسباحة. (4: 50-54)

كما يوضح أحمد عبد الجيد (2005) أن سباح الزحف على البطن يعتبر السرعة من القدرات الرئيسية لذلك فإن تكتيك الأداء وفلسفة السباح في أداء السباق تقتضي منه الحفاظ على سرعته ضد مقاومة الماء. (2: 31-35) وبدراسة جدول (5) يظهر مدى مساهمة المرونة لسباح 100م حرة، حيث بلغت نسبة مساهمة مرونة الكتف يمين (14.5%)، ويتفق ذلك مع كل من أبو العلا عبد الفتاح (1994) وسليمان محمود سليمان (1996)، والكتاب العلمي عن الاتحاد الكندي (1988) على أن هناك علاقة بين المرونة والسرعة في السباحة وأنه كلما زادت درجة المرونة كلما ساهم ذلك في تحسين مستوى الأداء. (1: 289)، (6: 129)، (17: 110)

كما يظهر مدى مساهمة الوثب العمودي من الثبات (القوة المميزة بالسرعة للرجلين)، حيث بلغت نسبة مساهمتها (16.2%) ويتفق ذلك مع كل من عادل فوزي (1990) وناجي الباجوري (1984) نقلاً عن كاربوفيتش **P- Ckarpovieh** و **Hogg** (1979) من أن هناك علاقة بين سرعة السباح والقوة وأن السرعة تعتمد اعتماداً كاملاً على القوة وأن السباحون ينتجون حوالي 30% من سرعته من الرجلين، لذلك تعتبر قوة الرجلين مساهم قوي في تقدم السباح. (9: 280)، (14: 160)، (16: 67) ويرى الباحثان أن سباح الزحف على البطن (100م) حرة، يتطلب لتحسين مستوى الأداء صفة السرعة والمرونة والقوة المميزة بالسرعة وقد لاحظ الباحثان أن بدءاً من طلقة البداية ودفع السباح مكعب البدء وبداية السباق لـ 15م سرعة تساعد السباح في التقدم بالمستوى الرقمي المنشود للسباق، وأن تحسين مستوى سرعة السباح يتطلب الاهتمام بتدريبات السرعة والقوة المميزة بالسرعة والمرونة لتحسين مقدرة السباح على الأداء الأسرع وتحقيق مستوى رقمي جديد.

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حرة وظهير) للناشئين تحت 12 سنة

جدول (6)

مصفوفة الارتباط البسيط للصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي

لسباحي 100م ظهر للناشئين تحت 12 سنة

ن = 35

التغيير	Y	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12
Y													
X1	0.13 8												
X2	0.02 6	0.8 10											
X3	0.33 7	0.3 66	0.0 27										
X4	0.12 6	0.2 95	0.1 92	0.6 01									
X5	0.29 8	0.0 24	0.2 61	0.4 74	0.2 73								
X6	0.20 5	0.4 12	0.0 48	0.2 17	0.4 61	0.0 67							
X7	0.11 1	0.0 54	0.1 99	0.2 16	0.3 92	0.0 16	0.0 67						
X8	0.30 8	0.2 05	0.1 53	0.1 27	0.1 76	0.0 66	0.2 91	0.0 6					
X9	0.53	0.1 72	0.3 65	0.1 73	0.1 79	0.3 34	0.2 70	0.9 43	0.0 34				
X10	0.18 0	0.0 38	0.2 71	0.1 14	0.0 0	0.3 01	0.8 38	0.3 62	0.0 17	0.0 67			
X11	0.34 7	0.2 75	0.0 56	0.3 38	0.3 10	0.3 18	0.1 43	0.4 45	0.6 37	0.113 36			
X12	0.75 **4	0.2 99	0.1 50	0.3 4	0.1 32	0.2 27	0.2 27	0.1 22	0.3 30	0.3 05	0.361	0.1 31	

تدل العلامة (*) أن معامل الارتباط إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

تدل العلامة (***) أن معامل الارتباط إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

يوضح جدول (6) أن مصفوفة الارتباط البسيط للصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر (للتأشقين تحت 12 سنة)، وأن عدد معاملات الارتباط للمصفوفة (78) معامل ارتباط منهم (44) معامل ارتباط موجب بنسبة (50.575%)، و(43) معامل ارتباط سالب بنسبة (49.425%) وعدد معاملات الارتباط الدال إحصائياً (29) معامل ارتباط بنسبة (33.333%) منها (12) معامل ارتباط دال عند مستوى معنوية (0.01) بنسبة (13.793%) وعدد (18) معامل ارتباط دال عند مستوى (0.05) بنسبة (20.690%).

جدول (7)

المتغيرات	معامل الانحدار الجزئي B	الخطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة T	قيمة F المحسوبة F	نسبة المساهمة %
المقدار الثابت	14.539	118.810	32	7.123**	12.379**	34.1
زمن سرعة 75م	1.763	0.898		3.987**		
قوة القبضة يمين	1.270	1.863		- 2.868**		3.5
نسب المساهمة						37.6

العلامة (**) تعني دال إحصائياً عند 0.01

يوضح جدول (7) أن صفة القوة هي المتغير المساهم الثاني في المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر، حيث بلغت النسبة المساهمة (3.5%)، ونسبة مساهمة صفة السرعة (34.1%)، وكانت قيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية، ويعني ذلك أنها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05).

وتصبح معادلة الانحدار للمستوى الرقمي لسباح 100م ظهر تحت 12 سنة هي:

$$\text{ص} = \text{أ} + \text{ب} 1 \text{ س} + \text{ب} 2 \text{ س} 2$$

المستوى الرقمي لسباحة 100 م ظهر = $14.539 + 1.763 \times \text{سرعة (75م)} + 1.27$ ؛ القوة قوة القبضة (يمين).

وبدراسة الجدول السابق يتضح أن صفة السرعة (75م) هي المتغير المساهم الأول من الصفات البدنية في المستوى الرقمي للسباحة 100م ظهر، ويتضح من ذلك أن امتلاك السباح مستوى عالى من السرعة يترجم في النهاية إلى رقم شخصي للسباح يعبر به عن مدى امتلاك السباح من سرعة لتحقيق رقم جديد، وهذا يتفق مع ما توصل إليه أحمد عبد الجيد (1998) وسليمان محمود سليمان (1996) وحاتم حسن يوسف (1985) وصالح محمد صالح (1987) من أن السرعة هي المتغير المساهم الأكبر للمراحل المختلفة وتعتبر بذلك السرعة من القدرات الرئيسية كما أنها من الصفات الهامة. (3: 72)، (6: 42-43)، (5: 38-41)، (7: 87-88).

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م" (حرة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

بينما يبين جدول (7) أن صفة القوة هي المتغير المساهم الثاني في المستوى الرقمي لسباحة 100م ظهر، ويتفق هذا مع ما أكدته محمد أحمد التلباني (1991) وأبو العلا عبد الفتاح (1996) على أهمية القوة للسباح وإذا أن أهميتها تظهر في تحسين سرعة السباح. (11: 95، 1: 230-232)

ويرى الباحثون أن قوة القبضة (يمين) تدل على تحسين سرعة السباح، وتدلل على تحسن التوافق العضلي العصبي المرتبط بعمل اليد أثناء السباحة على الظهر، ويرجع إلى أن لاعب الظهر يقتضي منه تحريك الأطراف ضد المقاومة والسحب بشدة، وأنها من جانب إلى آخر تعكس الحالة العامة للجسم والتي تعد قوة القبضة هي المؤشر إلى تحسين مستوى سباح الظهر بجانب إلى الأهمية القصوى لسرعة السباح 75م ظهر، وتعد هي المقياس الذي يعتمد عليه تحديد سرعة السباح 100م ظهر، وهذا يتفق مع كل من محمد علي أحمد (1998) أن تدريبات السرعة تزيد من كفاءة وسرعة السباح. (13: 2004)

ومن خلال ما تقدم؛ يتضح أهمية عنصر السرعة بالنسبة لسباحي 100م حرة و100م ظهر تحت 12 سنة، وأنها تعد مكون رئيسي لسباحي المنافسات وأنها ترتبط ارتباط وثيق بالصفات البدنية كـ (القوة "قوة القبضة" - القوة المميزة بالسرعة - المرونة "مرونة الكتف يمين").

الاستنتاجات:

انطلاقاً من مناقشة نتائج الدراسة استنتج الباحثون ما يلي:

1. أهم الصفات البدنية الخاصة تأثيراً في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة للناشئين تحت 12 سنة هي السرعة (15م سباحة)، وبلغت نسبة مساهمتها 29.1% ومرونة الكتف يمين وبلغت نسبة مساهمتها 14.9%، والوثب العمودي (القوة المميزة بالسرعة للرجلين) وبلغت نسبة مساهمتها 16.2%.

2. معادلة الانحدار المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة ناشئين تحت 12 سنة هي:

$$ص = أ + ب 1 س + 1 ب 2 س + 2 ب 3 س$$

زمن المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة = $118.870 + 2.166 \times \text{سرعة سباحة } 15م + 0.344 \times \text{مرونة الكتف يمين} + 0.861 \times \text{مسافة الوثب العمودي}$.

3. أهم الصفات البدنية الخاصة تأثيراً في المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر ناشئين تحت 12 سنة هي السرعة (زمن سرعة 75م)، وبلغت نسبة مساهمتها 34.1% والقوة (القبضة يمين) وبلغت نسبة مساهمتها 3.5%.

معادلة الانحدار للمستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر ناشئين تحت 12 سنة هي:

$$ص = أ + ب 1 س + 1 ب 2 س$$

4. زمن المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر = $14.539 + 1.763 \times \text{سرعة (75م)} + 1.27 \times \text{القوة (قوة القبضة يمين)}$.

التوصيات:

من خلال النتائج التي توصل إليها الباحثون يوصى الباحثون ببعض التوصيات:

1. ضرورة الاهتمام بالصفات البدنية عند اختيار السباحين.

2. ضرورة الاستعانة بإجراء مثل هذه البحوث على باقي الطرق.

3. ضرورة الاستعانة بالمعادلات التنبؤية عند انتقاء اللاعبين.

4. وضع البرامج التدريبية التي تهتم بتنمية صفة السرعة - المرونة - القوة.
5. ضرورة إجراء دراسات مشاهدة على مختلف طرق السباحة ومختلف الأعمار.

قائمة المراجع

أولاً-المراجع العربية:

- أبو العلا عبد الفتاح : تدريب السباحة للمستويات العليا، دار الفكر العربي، القاهرة. (1994)
- أحمد محمد محمد عبد الجيد : مساهمة بعض المتغيرات البيوميكانيكية في المستوى الرقمي في سباق 100، 200، 400 م حرة في الدورة الأولمبية بأثينا 2004، المجلة العلمية للبحوث، الدراسات كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس، العدد الحادي عشر، ديسمبر. (2005)
- أحمد محمد محمد عبد الجيد : التنبؤ بالمستوى الرقمي بدلالة الكفاءة الوظيفية للجهاز الفني المركزي والصفات البدنية الخاصة لسباحي المنافسات، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس. (1998)
- أحمد محمد عجيبة : المتحنة الخصائص الأنسب لكيمنائيكية سباحة 100م حرة السيدات في البطولة كأس أوروبا 2003، مجلة العلوم البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية، العدد العاشر، المجلد الأول. (2007)
- حاتم حسن يوسف : إعداد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية لسباحي المسافات القصيرة الناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان. (1985)
- سليمان محمود سليمان : أثر تنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على زمن الأداء مهارة الدوران بالشقيلة لسباحي المنافسات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس. (1996)
- صالح محمد صالح : الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسباحي الظهور الناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق. (1987)
- صلاح مصطفى مصطفى : التنبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، جامعة حلوان. (1989)
- عادل فوزي جمال : تكتيك سباحة المنافسات، نخضة مصر للطباعة، القاهرة. (1990)
- عصام حلمي محمد بريقع : التدريب الرياضي أسس-مفاهيم-اتجاهات، دار المعارف، الإسكندرية. (1997)
- محمد أحمد حسن التلباني : تحديد الأهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية لدى سباحي الزحف على البطن، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية. (1991)

- محمد نصر الدين رضوان (1994) : اختبارات الأداء الحركي، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.
- محمد حسن علاوي محمد علي أحمد (1998) : السباحة بين النظرية والتطبيق، المركز العربي للنشر.
- نادية محمد حسن الباجوري (1984) : علاقة بعض العوامل المساهمة في تحقيق المستوى الرقمي لسباحي المسافات القصيرة، رسالة دكتوراه، كلية التربية، الرياضية للبنات، الجزيرة، جامعة حلوان.

ثانياً-المراجع الأجنبية:

- Counsilman, JE (1978) : Competitive Swimming, dlarua for caches and summers, 1st ed., Indiana
- Hogg, JM (1979) : Land Conditioning for competitive swimming E.P. Publishing, Limited for the U.S.A., Great Britain.
- Swimming Notion (1988) : Fina eardbook swimming Nanual. Glauce Canada ster ontaria, Canada
- United States Swimming (1992) : Instruction a serieswinning spirit U.S.A. federation

ثالثاً-مراجع الشبكة الدولية للمعلومات:

19- www.iraqacad.org

عقيل سليمان مهدي (2004): بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالإنجاز الرقمي لسباحة 50 متر، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد الثالث عشر، العدد الثاني، الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية.

20- www.iraqacad.org2007

رحاب عباس (2002): العلاقات بين القياسات الجسمية والإنجاز الرقمي للسباحة، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد الحادي عشر، العدد الرابع، الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية.

21- www.iraqacad.org2007

محمد صالح خليل السمرائي (2001): العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة وزمن أداء سباحة الصدر والرحف (25)م، لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين، بحث وصفي على لاعبي أندية بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد العاشر، العدد الرابع، الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية.

" مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن "

أ. محمود محمد رحومة الهوش

مقدمة البحث :

أن الثقافة الرياضية من العوامل المؤثرة في النظام الاجتماعي حيث يعمل على تأمين صحة الفرد وضمان حيويته والارتقاء لكفاءته الوظيفية والبدنية بل هي عامل من العوامل الهامة للنمو العقلي والنفسي والخلقي ، فالأفراد الأصحاء القادرون على البذل هم عماد النظام الاقتصادي لأنه كلما أمكن توفير الإمكانيات الاقتصادية كلما توفرت الإمكانيات الرياضية .

وتعرف الثقافة بشكل عام بما يمتلكه الفرد من تقدير سليم مظاهر الحياة كافة الذي من شأنه التقدم بفكرة من أجل تمتعه بالأشياء والأفراد والأحداث التي تتكون منها بيئة المحلية والعالمية وأنشطة التربية الرياضية بمختلف صورها إنما هي في الحقيقة ثقافة ، فتقدير الأداء البدني الراقي من قبل الآخرين ثقافة ، والتعبير الإبداعي في الرقص الشعبي المعاصر وربط ذلك بالرموز التاريخية والحضارية لمختلف دول العالم ثقافة ، ومفهوم وتقدير الجسم الإنساني من الناحية الجمالية والبيولوجية ثقافة والتربية الرياضية لها ثقافتها الخاصة بها .
(12: 32)

يذكر محمد لبيب (1984) ان الثقافة هي كل ما صنعه يد الانسان وعقله من اشياء ومن ظواهر في البيئة الاجتماعية أي كل ما اخترعه الانسان او ما اكتشفه وكان له دور في العملية الاجتماعية فالثقافة تشمل اللغة والعادات والتقاليد والمؤسسات الاجتماعية والمستويات والمفاهيم والافكار الى غير ذلك مما نجده في البيئة الاجتماعية من صنع الانسان والثقافة هي التراث الاجتماعي الذي اخذه الجيل الحاضر من الاجيال السابقة والذي يميزه عن الحيوان . (20 : 151)

تعتبر الرياضة جزء من مقومات الثقافة والحضارة عموماً ولكن بشرط ألا تستخدم الشباب في أغراض سياسية وكذلك شرط ألا تحول إلى نوع من عبادة الجسد ومناهضة العقل . (10 : 37)

ان الثقافة الرياضية هي إحدى أصناف الثقافة العامة تعتمد على الثقافة العريضة المبنية على مختلف نواحي المعرفة الإنسانية ، ويتعبّر آخر إن الثقافة الرياضية هي ثقافة فكرية تخصصية في المجال الرياضي ولا تبلغ مداها التطبيقي إلا بعد أن تعتمد على ثقافات تخصصية أخرى ، فالثقافة الصحية والسياسية والفنية والاجتماعية وغيرها ، تشكل معاً الثقافة الضرورية لبناء الشخصية الثقافية الرياضية .
(16: 71)

تمثل الثقافة الرياضية أحد فروع الثقافة العامة التي تعتمد الثقافة العريضة المبنية على مختلف نواحي المعرفة الإنسانية لتساهم في تمكين الفرد من القيام بواجباته ومسؤولياته التربوية والمهنية ، ولكي يقوم الفرد بهذا الدور عليه أن يفكر ، ويتحدث ، ويفهم ، ويعبر عن مهنته ليجعلها قريبة من أذهان الناس ، ويجد لها المؤيدين ، والراغبين ، والمشجعين ، وهذا لا يتم إلا من خلال ثقافة رياضية تستند وتترابط مع ثقافة عامة ، أي توظف العام لخدمة الخاص . (15 : 88)

ان الثقافة الرياضية تتأثر بالنظام السياسي فنجاح برامج الثقافة الرياضية يتوقف الى حد كبير على ما تقدمه الدولة له من امكانيات وتسهيلات ففي ظل هذه الظروف التي اتخذتها الدولة كوسيلة ناجحة لتوجيه الشعب نحو الاهداف المحددة وفي إشاعة روح التماسك الاجتماعي فالثقافة الرياضية يجب ان تشتمل عليها أي نظام تربوي لتحقيق التوازن للفرد مهما كانت قدراته وامكانياته . (8 : 15)

الثقافة الرياضية داخل المجتمع تؤدي إلى خلق قاعدة عريضة من الشباب الرياضي للارتفاع بمستواهم ، واكتساب المواهب التي تعمل على تكييفهم نفسياً ليصبحوا أعضاء فاعلين في المجتمع ، مما يؤدي إلى رفع الكفاءة الوظيفية ، وإلى تطوير مستوى القدرات البدنية والحركية للفرد ، وهو يساعد على رفع كفاءته الإنتاجية في حياته العامة ، ومن جانب آخر تعمل على إعلاء قيم الولاء للمجتمع ، وتحمل المسؤولية . (5 : 60)

يذكر أحمد عبدالفتاح ابو العلاء (2001) أن توفر الثقافة الرياضية للأفراد فرصة لتحسين وضعهم الصحي ، واكتساب اللياقة البدنية، والوقاية من بعض الأمراض ، وتختلف الفائدة المكتسبة منها باختلاف الممارسة ، ومدى تأثير الفرد واهتمامه بها ، وهناك العديد من الفوائد لإكساب الفرد الثقافة الصحية المتعلقة بممارسة النشاطات الرياضية ، فهناك فوائد رياضية تكتسب على المدى القصير ، كزيادة نبضات القلب ، مما يؤدي إلى تدفق الدم الخامل بالأكسجين والعناصر الغذائية لإنتاج الطاقة لجميع أعضاء الجسم ، والتنفس بعمق مما يزيد كمية الأكسجين ، وإعطاء طاقة أكبر لحمل الفضلات من الرئة ، وتحسين اللياقة البدنية ، وزيادة القوة العضلية ، والتحمل ، وتحسين القوام ، والمرونة وتقليل ألم تصلب المفاصل، والأمراض المزمنة مثل : الروماتيزم ، وزيادة القدرة الجسمية في أداء الأعمال اليومية دون الشعور بالتعب والإجهاد ، وتحسين نمط النوم ، وتحسين المزاج والسلوك ، أما الفوائد بعيدة المدى فتتلخص في تقوية جهاز الدورة الدموية بما يحتويه من القلب والشرابين ، فتخفف الإصابة بأمراض تصلب الشرايين ، وزيادة حجم الألياف العضلية، وينتج عنها زيادة القوة العضلية ، والتقليل من فرص الإصابة بأمراض الشيخوخة ، وزيادة مستوى الكوليسترول الجيد في الدم ، وتخفيض الدهون الثلاثية ، وتقليل الدهون المخزنة في الجسم ، وزيادة كثافة وقوة العظام ، وزيادة امتصاص الكالسيوم ، والإقلال من فقدان العناصر المعدنية . (3 : 72)

أن اللياقة البدنية ترتبط ارتباطاً مباشراً بأبعاد الصحة البدنية ، وأن تنمية مستوى عالٍ للياقة البدنية والمحافظة عليها يساعد الفرد على تحاشي الأمراض الوظيفية ، وتساعد على التكيف الاجتماعي، وتحسن أسلوب الحياة، حيث تدفع الفرد إلى تحسين عمله وتقبل الكثير من الضغوط البدنية والنفسية والاجتماعية والتي تواجهه وتزيد من شعوره بالرضا الشخصي للأنشطة التي يؤديها . (23 : 42)

لقد وجب التأكيد على علاقة مهمة تتمثل في وقت الفراغ بالنشاط الرياضي لتحديد حيوية الجسم من خلال ممارسة كافة أنواع الأنشطة الرياضية وأثر ذلك على صحة الأفراد، ولذلك فالرياضة ذات أهمية كبيرة في الحفاظ على المستوى الصحي لأفراد المجتمع ، وبالتالي وجب علينا أن نعمل على توفير الإمكانات المادية والبشرية للممارسة الرياضة حتى يتم تزويد الأفراد بكافة المعلومات والمعارف المفيدة وتدريبهم على العادات الصحية السليمة. (14 : 29)

مشكلة البحث :

لقد اتضح أن ممارسة الرياضة هي واحدة من أفضل الطرق بجانب تنظيم الغذاء ، فهناك من يبدأ في تنفيذ برنامج رياضي وهناك من يلتزم بالأعذار ويؤجل التنفيذ ، ويحتاج الفرد عند تنفيذ برنامج الممارسة الرياضية إلى معلومات عن مبادئ الممارسة وحتى الذي لا يمارسها فهو بحاجة إلى ذلك كثيراً وأن يعرف مدى تأثير هذه الممارسة على جسم الإنسان إيجابياً . (12 : 23)

أصبحت الرياضة جزءاً من الثقافة، وأصبحت الحياة الرياضية جزءاً لا يتجزأ من الحياة الثقافية، وأصبح النشاط الرياضي ضرورة للإعداد الفكري، والتربوي، والفني، والثقافي ، وظهرت دراسات هامة تستخدم مصطلح الثقافة البدنية كمفردات أو كبديل للتربية البدنية وتعتبر هذه الثقافة جزءاً متمماً لكل ثقافة . (18 : 108)

هناك مؤسسات معينة في كل مجتمع قد تقوم بتنشئة الأفراد وتثقيفهم رياضياً وتعليمهم على التوافق النفسي والاجتماعي إضافة إلى تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بيئتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضة ومن هذه المؤسسات المنزل والمدرسة ومؤسسات الرياضية كالأندية ومراكز الشباب والساحات الشعبية وغيرها ، ومن خصائص الثقافة الرياضية قدرته على الوصول إلى قطاع ينتمي من الجمهور وهذا يمثل وجه من الوجوه الإيجابية للثقافة الرياضية ، وهذا يتيح الفرصة للاعبين التنافس الشريف وإظهار قدراتهم وإبداعاتهم الرياضية بشكل جيد (23 : 75)

أن الثقافة الرياضية في المفهوم الحديث تعدت المفهوم البدني للبحث لتشمل المفاهيم النفسية والأخلاقية والجمالية والترفيهية والثقافية وهي وسيلة مهمة من وسائل تعميق صلة المواطن بوطنه وواقعه، إن ما سبق ذكره لا يجري بشكل عفوي وإنما بشكل مبرمج سواء في المدارس أو الكليات أو عن طريق التلفزيون والصحف والراديو والسينما أو المنهجيات والمناهج والهدف منها كلها هو تربية المواطن ثقافياً . (17 : 20)

التثقيف الصحي نظرة شرعية لقد اهتم الاسلام اهتماماً خاصاً بالتثقيف الصحي ، فكثير مما ورد في القرآن الكريم ، والسنة النبوية المطهرة ، حول الصحة يندرج في إطار التثقيف ، وهذه النصوص الشرعية تشكل للمثقف الصحي أساساً شرعياً متيناً ينطلق من خلالها في أنشطة التثقيف الصحي ، فالتثقيف الصحي يكون أجدى وأكثر وقعاً في نفوس الناس عندما تنطلق فيه من منطلقات شرعية ، وتوجهات دينية ، فالناس أكثر تقبلاً للإرشادات الصحية عندما يعلمون أنها جزء من تعاليم دينهم . (23 : 60)

يهتم كل من الاطباء والتربويين بالتشخيص والتحليل والتفسير والتقييم ، وكل منهم هدفه الأول والأساسي من ذلك هو الاهتمام بالصحة العامة ورعاية الفرد في محيطه الاجتماعي والثقافي ، حتى يحافظ على صحته العامة في نسق معين . (13 : 6)

تعتبر الصحة الظاهرة الاجتماعية التي تؤكد على القوى الكامنة في الأفراد والمجتمعات ، من أجل حياة كاملة وسعيدة ، وعلى ذلك فالصحة هي مصدر حياتنا البدنية، وبالتالي فإنها ليست الغاية في حد ذاتها ، فالصحة هي المصدر الذي من خلاله يستطيع الفرد تحقيق كافة إمكاناته وطموحاته ، وفي هذا السياق فالصحة تتضمن القدرات الوظيفية من أجل حياة سعيدة . (1 : 32)

إن العلاقة بين الصحة والرياضة علاقة قديمة منذ الأزل وأيضاً متجددة ومتغيرة ، لكنها وثيقة الصلة دائماً ، حيث يؤثر ويتأثر كل عنصر بالآخر، وسواء كانت الممارسة للقاعدة العامة أو حتى مستويات البطولة، فآثار الرياضة إيجابية ووقائية للصحة النفسية ، وصحة القوام والمقدرة على التكيف واكتساب اللياقة وصحة الجهاز الدوري والتنفسي والقلب وغيره من الأجهزة ، ولصحة المرأة والطفل والمسنين والمعوقين ، وتمتد آثارها لاستعادة شفاء المدمن لقدراته . (14 : 13)

وهناك علاقة وطيدة بين الصحة والتمارين الرياضية ، فلقد أوضحت الأبحاث البيولوجية أهمية العلاقة بينهما ، فقد خلصت كلها إلى فكرة أن الاشتراك في الرياضة طريق السعادة الفنية والعقلية ، إضافة إلى برامج التربية الرياضية بدأت في تأكيد دور النشاط البدني من أجل الوصول إلى تكامل الشخصية واللياقة العامة كنمط للوجود الإنساني المتكامل ، وسوف تلعب فنون الحركة وعلوم الرياضة دوراً هاماً في الصحة العامة ولياقة الجميع . (9 : 18)

لقد ازدادت أهمية علم الصحة في مجال التربية الرياضية بدرجة كبيرة ، فقد أصبحت التربية الرياضية من أكثر العوامل أهمية في مجال الحفاظ على الصحة العامة وتقويتها ، فيجب أن تدخل التربية الرياضية ضمن برامج الحياة اليومية للفئات العريضة من السكان ولأسيا الاطفال . (11 : 7)

كما ان الرياضة تعمل أساساً على تحقيق الصحة بمفهومها الشامل من صحة جسمية وعقلية ونفسية واجتماعية ، فهي غنية بالفرص التي تحقق الصحة بمعناها المتكامل ، فالترفيه الصحية والرياضية ترتبط ارتباطاً وثيقاً وجب علينا أن نؤكد خلال العلاقة بين التغذية الجيدة وما يترتب عليها من قدرة على ممارسة النشاط الرياضي بكفاءة . (4 : 44)

تعد بر التربية البدنية والرياضية من الممارسات المحببة إلى نفوس الناس جميعاً باختلاف مستوياتهم الثقافية والاجتماعية والعمرية ، لكونها تساهم في إيجاد انسان لائق من الناحية الانفعالية والصحية يتسم بروح الايثار والتضحية والتعاون ، وهذه المراكز لا تتحقق الا بشيوع ثقافة رياضية تدعوا لها وتقربها إلى اذهان المجتمع كما أن هذه المفاهيم لا تنتشر ألا بوجود شخص مثقف ، ومن خلال عمل الباحث لاحظ وجود ضعف في الثقافة الرياضية واختلال الصحة العامة لأفراد المجتمع الامر الذي ادى لإجراء بحث لمعرفة مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة العامة لدى الفئة الأكثر تأثير على المجتمع الا وهي طلبة وطالبات كلية التربية البدنية كونها تعتبر القاعدة الاساسية لنشر الثقافة الرياضية ودورها في تحسين الصحة العامة للأفراد .

أهمية البحث :

تظهر أهمية الثقافة الرياضية من خلال الاهداف التي تسعى إلى تحقيقها في نشر الوعي الرياضي بين المجتمعات، ومساعدة الفرد في اكتساب الخبرات الحياتية العملية، وتربية الفرد بدنيا وسلوكياً وفكرياً وإجتماعياً، وأن للثقافة الاثر التربوي الايجابي على جميع الافراد الممارسين وغير الممارسين من جميع الفئات العمرية ولكال الجنسين . (2 : 65)

تعد الثقافة الرياضية كمجموعة من العلوم والمعارف والمعلومات والفنون المكتسبة من الانشطة الرياضية المختلفة، حيث يكتسبها الفرد من البيئة ويتزود بها من خلال خبرته الخاصة سواء بالمشاهدة أو الممارسة أو القراءة لتلك الانشطة الرياضية . (16 : 87)

أن أهمية البحث تكمن في كونها واحد من البحوث القلائل التي تنصدر لموضوع الثقافة الرياضية والصحة العامة لشريحة متخصصة في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي يقع على عاتقهم تزويد المجتمع والمحيطين بهم بالمعلومات الرياضية واثرا على صحتهم العامة ، ومن المهم جدا معرفة واقع الثقافة الرياضية لدى عينة البحث لكون الثقافة الرياضية ذات أهمية كبيرة في تنمية الجوانب الاجتماعية والتربوية والصحية ، ولاهتمام الباحث في مجال دراسته ومن خلال ملاحظته انتشار الامراض المزمنة وأمراض السمنة وغيرها فقد وضع الباحث اثر الثقافة الرياضية نصب عينه ليكن وضع الدراسة والبحث .

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على :

- بناء مقياس للثقافة الرياضية والصحة العامة والذي يمكن من خلاله التعرف على مستوى الثقافة الرياضية لدى طلبة كلية التربية زلطن .
- العلاقة بين الثقافة الرياضية والصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن .

تساؤلات البحث :

- حاول البحث الخائى الإجابة على التساؤلات التالية :
- ما هو مستوى الثقافة الرياضية والصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن ؟
- هل هناك علاقة بين مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن ؟

مصطلحات البحث :

الثقافة :

" هي المكون المعرفي الذي يشمل المعتقدات والعادات والسلوكيات التي تسيطر على أفراد المجتمع نحو كل أوجه الأنشطة الاجتماعية " (7 : 29)

الثقافة الرياضية :

" هي الزيادة الزاخرة للخبرة الإنسانية من خلال الأنشطة الرياضية ، والتي تؤدي بدورها إلى فهم وتقدير أفضل للبيئة التي يجد فيها الأفراد أنفسهم جزءاً منها " . (19 : 76)

الصحة العامة :

" هي حالة من اكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً ، لا مجرد انعدام المرض أو العجز " (22 : 130)

الدراسات السابقة

دراسة منها فكري (1995)

عنوان الدراسة " العلاقة بين الثقافة الغذائية لدى مدربي الفرق الرياضية وبعض دلالات الصحة لدى اللاعبين " .

هدفت الدراسة للتعرف على أثر التغذية الصحيحة على صحة اللاعبين .

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي .

تكونت عينة الدراسة من (43) مدرب و (722) لاعب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

استخدمت الباحثة الاستبيان والملاحظة كوسيلة لجمع البيانات .

كانت اهم نتائج الدراسة ، هناك علاقة ايجابية بين الثقافة الغذائية للمدربين والصحة العامة للاعبين .

دراسة أيمن الهنداوي (2001)

عنوان الدراسة " تحليل برامج التلفزيون الرياضي وأثره على نشر الوعي الصحي " .

هدفت الدراسة تحليل البرامج ومعرفة أثرها في نشر الوعي الرياضي .

استخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي .

تكونت العينة من (400) تلميذ بالمرحلة الاعدادية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

استخدم الباحث الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات .

اهم النتائج التي اسفرت عنها الدراسة بان البرامج الرياضية بالتلفزيون لا تلبي احتياجات الجمهور من المشاهدين من هذه المرحلة العمرية .

منهج البحث :

من أجل تحقيق أهداف البحث تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي وذلك من خلال استعراض أهم الاديات بموضوع البحث ، وتطبيق أداة البحث لجمع المعلومات والإجابة عنها لاختبار فرضياتها .

" مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن "

مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث من طلبة وطالبات المرحلة الثالثة والرابعة بكلية التربية زلطن والبالغ عددهم (226) طالب وطالبة ، يمثلون الأقسام العلمية كما هو مبين في الجدول رقم (1) .

جدول رقم (1) توصيف مجتمع البحث

النسبة المئوية	المجموع	الجنس		السنوات الدراسية
		إناث	ذكور	
51.3 %	116	75	41	السنة الثالثة
48.7 %	110	67	43	السنة الرابعة
100 %	226	142	84	المجموع

يتضح من الجدول رقم (1) توصيف مجتمع البحث، حيث يتبين فيه السنة الدراسية والجنس والنسب المئوية .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث بالطريقة العشوائية وقد راعى الباحث فيها أن تكون ممثلة لمجتمع البحث من طلبة وطالبات كلية التربية زلطن، وقد بلغ عدد أفراد عينة البحث (67) طالب وطالبة ونسبة 30 % من مجتمع البحث ، والجدول رقم (2) يوضح توصيف العينة .

جدول رقم (2) توصيف عينة البحث

النسبة المئوية	المجموع	الجنس		المجموع	الجنس		السنوات الدراسية
		إناث	ذكور		إناث	ذكور	
50.7 %	34	23	11	116	75	41	السنة الثالثة
49.3 %	33	20	13	110	67	43	السنة الرابعة
100 %	67	43	24	226	142	84	المجموع

يتضح من الجدول رقم (2) توصيف عينة البحث من طلبة وطالبات كلية التربية زلطن ، حيث يتبين فيه السنوات الدراسية والجنس والمجموعة الكلية للمجتمع ، ومجموع عينة الدراسة الفعلية للبحث .

ادوات البحث :

مقياس الثقافة الرياضية :

استخدم الباحث مقياس الثقافة الرياضية الذي تم اعداده من قبل " احمد مهدي 2012" وقد تكون المقياس من (25) عبارة ، واشتمل سلم الإستجابة على (3) إستجابات حسب تدرج (ليكرت) السلم الثلاثي وهي " أوافق (3) درجات"، " أوافق أحياناً (2) درجة"، لا أوافق (1) درجة.

تصميم استمارة استبيان :

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والبحوث والدراسات السابقة وذات الصلة بموضوع البحث وكذلك الاستفادة الناتجة من المقابلة الشخصية للخبراء حيث تم تصميم استمارة استبيان للتعرف على مستوى الصحة العامة للفرد .

تحديد محاور الاستبيان :

اشتمل مقياس الثقافة الرياضية على (25) عبارة .

اشتملت قائمة استمارة استبيان التعرف على مستوى الصحة العامة على (15) عبارة

الصدق والثبات :

تم عرض قائمتي الاستبيان على عدد (10) من الخبراء في مجال العلاج الطبيعي وعلم الاجتماع الرياضي والعلوم النظرية التخصصية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس ، وذلك للحكم على مدى صلاحية محاور الاستبيان وعباراته فيما وضعت من أجله .

جدول رقم (3)

آراء الخبراء حول مدى صلاحية محاور استبيان التعرف على مستوى الثقافة الرياضية والنسبة المئوية لكل محور ، ن = 10

ت	محاور قائمة الاستبيان	رأي الخبير			النسبة المئوية
		موافق	موافق بتعديل	غير موافق	
1-	مقياس الثقافة الرياضية	10	-	-	% 100
2-	استبيان الصحة العامة	8	2	2	% 80

يتضح من الجدول رقم (3) آراء الخبراء في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة حول مقياس الثقافة الرياضية واستبيان الصحة العامة والي جاءت نسبته المئوية للمقياس (100%) ، ونسبة الاستبيان (80%) .

ثبات قائمة الاستبيان :

قام الباحث بحساب قائمة ثبات قائمة الاستبيان باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ، وإعادة التطبيق Test - Retest على عينة من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجميل، بلغ قوامها (10) طلبة، بفاصل زمني قدره عشرة أيام، بين التطبيقين في الفترة من 2020/12/5م وإلى يوم 2020/12/15م بعدها تم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين، لتحديد مدى ثبات الاستبيان، كما هو موضح في جدول رقم (5،6).

جدول رقم (4)

معامل الارتباط والصدق الذاتي لاستمائي الاستبيان (ن=10)

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		عدد العبارات	الاستبيان
	ع+	س-	ع+	س-		
0.97	5.94	47.85	5.75	47.59	25	مقياس الثقافة الرياضية
0.80	4.53	42.1	4.37	41.2	14	الرياضة والصحة العامة

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.388

" مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن "

يتضح من الجدول رقم (4) أن كلاً من استمارتي الاستبيان حققت معاملات ارتباط عالية مما يدل على أن محتويات الاستمارة ثابتة وهذا يطمئن الباحث لاستخدام استمارتي الاستبيان في التطبيق الميداني .

الدراسة الأساسية :

بعد الانتهاء من الاتفاق على محاور استمارة الاستبيان الخاص بالتعرف على مستوى الثقافة للفرد واستمارة التعرف على الصحة العامة للفرد، والانتهاء من استخراج المعاملات العلمية للاستمارتين، قام الباحث بتطبيقهما بصورتهم النهائية ، في الفترة من 2021/1/4م الى غاية 2021/2/4م ، على عينة البحث .

- المعالجات الاحصائية المستخدمة

- النسبة المئوية .
- الوسيط .
- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل ارتباط بيرسون .

عرض النتائج ومناقشتها :

ما هو مستوى الثقافة الرياضية والصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن ؟

للإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بإيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية، ونتائج الجدول (5) تبين مستوى الثقافة الرياضية، ونتائج الجدول (6) تبين مستوى الصحة العامة، والجدول (7) يبين خالص النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، ومن أجل تفسير النتائج اعتمدت النسب المئوية الآتية :

(80% فأكثر مستوى عالي جداً، (70- 79.9%) مستوى عالي، (60- 69.9%) مستوى متوسط، (50- 59.9%) مستوى منخفض ، أقل من 50% مستوى منخفض جداً) .

جدول رقم (5) يبين المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الثقافة الرياضية

لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن (ن=67)

ت	الفقرات	الإجابة		
		متوسط الاستجابة	النسبة المئوية % 100	مستوى الثقافة
1	يجب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامة العضلات والمفاصل	2.79	93 %	عالي جداً
2	تسهم الثقافة الرياضية في التعرف على المهارات الرياضية المختلفة	2.70	90 %	عالي جداً
3	تساعد الثقافة الرياضية في معرفة المصطلحات والمفاهيم الرياضية	2.66	88.66 %	عالي جداً
4	تسهم الثقافة الرياضية في معرفة تاريخ الألعاب الرياضية	2.53	84.33 %	عالي جداً
5	تسهم المعلومات الرياضية في معرفة الشخصيات الرياضية البارزة في كل دول العالم	2.47	82.33 %	عالي جداً
6	تبين المعلومات الرياضية المعالم الرياضية في العالم وتعريف بها	2.41	80.55 %	عالي جداً

7	النشاط الرياضي الترويحي ينمي العلاقات بين الفرد وزملائه ومجتمعه	2.66	86.66 %	عالي جدا
8	تزيد الثقافة الرياضية من التشويق في عرض النواحي الفنية للألعاب الرياضية	2.57	85.66 %	عالي جدا
9	اللياقة البدنية تكتسب عن طريق موازاة الأنشطة الرياضية	2.53	84.33 %	عالي جدا
10	تنمي مفهوم التعاون وقيمه الاجتماعية	2.63	87.66 %	عالي جدا
11	تعمل على تطبيع العلاقات الثقافية والاجتماعية للفرد	2.51	83.33 %	عالي جدا
12	تعمل على تنمية القيم الاجتماعية المقبولة	2.49	83 %	عالي جدا
13	لا تبين أهمية الأنشطة الرياضية في إشباع حاجات الفرد وميوله	2.28	76 %	عالي جدا
14	تنمي مفهوم الانتماء للجماعة والوطن	2.45	81.66 %	عالي جدا
15	تعمل على توطيد العلاقات بين أفراد المجتمع	2.57	85.66 %	عالي جدا
16	تشجع الأفراد على الانتماء إلى المؤسسات والأندية الرياضية والشبابية	2.54	84.66 %	عالي جدا
17	لا تدعو إلى تجنب العنف والشغب في البطولات والمنافسات الرياضية	2.25	75 %	عالي جدا
18	تساعد في توجيه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة	2.61	87 %	عالي جدا
19	تسهم في إيقاظ الحس الجمالي في البشر ودوره الحضاري والأخلاقي	2.51	83.66 %	عالي جدا
20	تؤدي دوراً مهماً في الكشف عن بعض الانحرافات في الوسط الرياضي	2.41	80.33 %	عالي جدا
21	تسهم في تجنب العادات الخاطئة أثناء ممارسة النشاط الرياضي	2.58	86 %	عالي جدا
22	الثقافة الرياضية تدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الأخرى	2.58	86 %	عالي جدا
23	ممارسة الرياضة علمتني احترام الآخرين	2.68	89.33 %	عالي جدا
24	تعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية جزء هام في تعمق العلاقة بين الرياضة والجمهور	2.49	83 %	عالي جدا
25	أتمتع باللعب عندما أعرف قوانين اللعبة التي أمارسها	2.68	89.33 %	عالي جدا
	المستوى الكلي للثقافة الرياضية	2.54	84.66 %	عالي جدا

يتضح من الجدول رقم (5) أن مستوى الثقافة الرياضية لدى طلبة وطالبات كلية التربية البدنية زلطن كان عالياً جداً وسجلت الفقرة (1،2)، أعلى نسبة ، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة عليهما على التوالي (93% ، 90%) ، وكان مستوى الثقافة الرياضية عالياً جداً على جميع الفقرات المتبقية ، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة عليها ما بين (75% ، 89.33%) ، وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للثقافة الرياضية كان عالياً جداً ، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (84.66%) .

جدول رقم (6) المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن (ن=67)

ت	الفقرات	الإجابة		
		متوسط الاستجابة	النسبة المئوية % 100	مستوى الثقافة
1	الرياضة تساعد في عملية النمو	5.65	80.71%	عالي جدا
2	ممارسة الرياضة أهم الوسائل الناجحة في التصدي لانحرافات الشباب	5.61	87 %	عالي جدا
3	الرياضة تطيل عمر الإنسان	5.62	80.29%	عالي جدا

4	الرياضة تحدد من الإصابة بالأمراض المختلفة	5.57	85.66 %	عالي جداً
5	الرياضة تعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية المختلفة	5.54	84.66 %	عالي جداً
6	عدم ممارسة تزيد من الأرق	5.47	82.33 %	عالي جداً
7	ممارسة الرياضة تنمي النضج العقلي لدى الممارس	5.25	75 %	عالي جداً
8	أن الرياضة تتيح للفرد فرصة إشباع الرغبة في المغامرة والمخاطرة	5.62	80.29 %	عالي جداً
9	الرياضة تمنحك حيوية وشباب دائم	5.41	80.33 %	عالي جداً
10	إن ممارسة التمارين تساعد على التخفيف من التوتر العصبي وارتفاع ضغط الدم	5.68	89.33 %	عالي جداً
11	التمارين الرياضية تعمل على تحسين كفاءة الدورة الدموية	5.68	89.33 %	عالي جداً
12	الرياضة تزيد من طاقة الجسم والصحة اليومية	5.51	83.66 %	عالي جداً
13	تعمل الرياضة على إكساب جهاز مناعي قوي	5.58	86 %	عالي جداً
14	يجب إجراء كشف طبي كامل بواسطة طبيب مختص قبل ممارسة الرياضة	5.66	86.66 %	عالي جداً
15	يجب أن تؤدي التمارين الرياضية مع مدرب مختص	5.57	85.66 %	عالي جداً
	المستوى الكلي للصحة العامة	5.63	80.42 %	عالي جداً

يتضح من الجدول رقم (6) أن مستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن كانت عالية جداً في الفقرتين (10،11) حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة عليهما على متساوية (89.33%) وكانت مستوى الصحة العامة عالية جداً في باقي العبارات حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة عليها ما بين (75% - 87%) . وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن فقد كانت عالية جداً ، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (80.42%) .

جدول رقم (7) المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة

المتغيرات	متوسط الاستجابة	النسبة المئوية %	المستوى
مستوى الثقافة الرياضية	2.54	84.66 %	عالي جداً
مستوى الصحة العامة	5.39	80.42 %	عالي جداً

يتضح من الجدول رقم (7) أن مستوى الثقافة الرياضية لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن كان عالية جداً حيث بلغت النسبة المئوية (84.66 %) ، وأن مستوى الصحة العامة لديهم كانت عالية جداً ، حيث كانت النسبة المئوية (80.42%) . فيما يتعلق بالثقافة الرياضية يرى الباحث أن السبب يعود إلى البيئة المحيطة وكذلك مشاهدة نسبة عالية من أفراد العينة للقنوات الرياضية الفضائية والتي بدورها تنمي الثقافة الرياضية ، كما تلعب مواقع التواصل الاجتماعي دوراً هاماً وفعالاً في نشر الثقافة الرياضية وهذا يتفق مع ما ذكره على عبدالرزاق حلي (2003م) " تعد الثقافة الرياضية كمجموعة من العلوم والمعارف والمعلومات والفنون المكتسبة من الأنشطة الرياضية المختلفة، حيث يكتسبها الفرد من البيئة ويتزود بها من خلال خبرته الخاصة سواء بالمشاهدة أو الممارسة أو القراءة لتلك الأنشطة الرياضية " . (16 : 87)

أما بخصوص الصحة العامة فإن الباحث يعزو سبب ذلك ممارسة الطلبة للأنشطة الرياضية أثناء فترة دراستهم الجامعية وكذلك في أوقات فراغهم لافتتاعهم التامة بالأهمية العلمية والصحية للممارسة الرياضية وأثرها الإيجابي على صحتهم العامة ، حيث سجلت العبارتين (10،11) أعلى نسبة (89.33%) والتي تنص (أن ممارسة التمارين تساعد على التخفيف من التوتر العصبي وارتفاع ضغط الدم - التمارين الرياضية تعمل على تحسين كفاءة الدورة الدموية) وهذا يؤكد ما ذكره أحمد عبدالفتاح ابو العلاء (2001م) أن توفر الثقافة الرياضية للأفراد فرصة لتحسين وضعهم الصحي، واكتساب اللياقة البدنية ، والوقاية من بعض الأمراض ، وتختلف الفائدة المكتسبة منها باختلاف الممارسة ، ومدى تأثير الفرد واهتمامه بها ، وهناك العديد من الفوائد لإكساب الفرد الثقافة الصحية المتعلقة بممارسة النشاطات الرياضية ، فهناك فوائد رياضية تكتسب على المدى القصير ، كزيادة نبضات القلب ، مما يؤدي إلى تدفق الدم المحمل بالأكسجين والعناصر الغذائية لإنتاج الطاقة لجميع أعضاء الجسم ، والتنفس بعمق مما يزيد كمية الأكسجين ، وإعطاء طاقة أكبر لحمل الفضلات من الرئة ، وتحسين اللياقة البدنية ، وزيادة القوة العضلية ، والتحمل ، وتحسين القوام ، والمرونة وتقليل آلم تصلب المفاصل ، والأمراض المزمنة مثل : الروماتيزم ، وزيادة القدرة الجسمية في أداء الأعمال اليومية دون الشعور بالتعب والإجهاد ، وتحسين نمط النوم ، وتحسين المزاج والسلوك ، أما الفوائد بعيدة المدى فتتلخص في تقوية جهاز الدورة الدموية بما يحتويه من القلب والشرابين ، فتتخف الإصابة بأمراض تصلب الشرايين ، وزيادة حجم الألياف العضلية، وينتج عنها زيادة القوة العضلية ، والتقليل من فرص الإصابة بأمراض الشيخوخة ، وزيادة مستوى الكوليسترول الجيد في الدم ، وتخفيض الدهون الثلاثية ، وتقليل الدهون المخزنة في الجسم ، وزيادة كثافة وقوة العظام ، وزيادة امتصاص الكالسيوم ، والإقلال من فقدان العناصر المعدنية (3 : 72) ، وتراوحت النسب المئوية لباقى العبارات من (75% - 85%) وكانت عالية جداً للمستوى الصحي لدى عينة البحث وهذا ما يدل على وعيهم الثقافي بأهمية ممارسة الرياضة لأثرها الإيجابي على صحتهم البدنية والنفسية والعقلية .

هل هناك علاقة بين مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن ؟
للإجابة على هذا التساؤل استخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون لدلالة العلاقة بين مستوى الثقافة والصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن كم هو مبين في الجدول رقم (8) .

جدول رقم (8)

نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية زلطن (ن=67)

الثقافة الرياضية	الانحراف	الصحة العامة		قيمة (ر)	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف		
2.54	0.41	5.39	1.06	0.48	0.000 *

** دال احصائياً عند مستوى الدلالة ($0.01 > a$)

يتضح من الجدول رقم (8) انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($0.01 > a$) بين مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن ، ويرى الباحث أن الثقافة الرياضية تحتوي على المعلومات التي تمي الجوانب المعرفية والاجتماعية والنفسية والصحية للأفراد من خلال مشاهدة أو ممارسة الأنشطة الرياضية والتي بدورها تنعكس على تنمية الصحة العامة ، حيث أن الطلبة الذين يتميزون بمستوى عال من الثقافة الرياضية يحسن ذلك من صحتهم العامة وهذا يتفق مع ما ذكره سامح عبدالقادر (1991م) وهناك علاقة وطيدة بين الصحة والتمارين الرياضية ، فلقد أوضحت الأبحاث البيولوجية أهمية

العلاقة بينهما ، فقد خلصت كلها إلى فكرة أن الاشتراك في الرياضة طريق السعادة الفنية والعقلية ، إضافة إلى برامج التربية الرياضية بدأت في تأكيد دور النشاط البدني من أجل الوصول إلى تكامل الشخصية واللياقة العامة كنمط للوجود الإنساني المتكامل ، وسوف تلعب فنون الحركة وعلوم الرياضة دوراً هاماً في الصحة العامة ولياقة الجميع . (9 : 18)

واتفق معه علاء الدين محمد عليوة (2006) " إن العلاقة بين الصحة والرياضة علاقة قديمة منذ الأزل وأيضاً متجددة ومتغيرة ، لكنها وثيقة الصلة دائماً ، حيث يؤثر ويتأثر كل عنصر بالآخر ، وسواء كانت الممارسة للقاعدة العامة أو حتى مستويات البطولة ، فآثار الرياضة إيجابية ووقائية للصحة النفسية ، وصحة القوام والمقدرة على التكيف واكتساب اللياقة وصحة الجهاز الدوري والتنفسي والقلب وغيره من الأجهزة ، ولصحة المرأة والطفل والمسنين والمعوقين ، وتمتد آثارها لاستعادة شفاء المذممن لقدراته " . (14 : 13) وأشار إليه أيضاً بماء إبراهيم سلامة (2001) " لقد ازدادت أهمية علم الصحة في مجال التربية الرياضية بدرجة كبيرة ، فقد أصبحت التربية الرياضية من أكثر العوامل أهمية في مجال الحفاظ على الصحة العامة وتقويتها ، فيجب أن تدخل التربية الرياضية ضمن برامج الحياة اليومية للفتيات العريضة من السكان ولاسيما الأطفال " . (11 : 7)

الاستنتاجات :

1. تميز طلبة وطالبات كلية التربية زلطن بمستوى عال جداً من الثقافة الرياضية ومستوى عال من الصحة العامة .
2. ان مستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن تعتمد على مستوى ثقافتهم الرياضية .
3. تقارب وتشابه مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الهوية الرياضية بين طلبة كلية التربية زلطن بجميع الأقسام العلمية .
4. أن نسبة عالية من طلبة كلية التربية زلطن يرون الدور الإيجابي لمشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في تنمية الثقافة الرياضية.
5. نسبة عالية من الطلبة يرون الدور الإيجابي لممارسة الأنشطة الرياضية لتحسين صحتهم العامة
6. توجد علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن .

التوصيات :

1. يجب ان يهتم الفرد بممارسة الرياضة لما لها من آثار إيجابية على حالته البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية .
2. يجب ان يكون الفرد على درجة عالية من الثقافة الرياضية .
3. الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية في حصص التربية البدنية بالمدارس وذلك لدفع التنمية والتطور
4. الاهتمام بزيادة عدد البرامج التثقيفية في جميع المجالات على القنوات الرياضية الفضائية لما لها دور فعال في نشر الثقافة الرياضية .
5. إجراء دراسات مشاهة حول علاقة الثقافة الرياضية وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية الاخرى .

المراجع

1. ابراهيم احمد سلامة (2006م) : القياس والتقييم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
2. احمد اسماعيل الخارثي (2014م) : مستوى السلوك الصحي لطلاب جامعة ام القرى في ضوء بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة ام القرى ، المملكة العربية السعودية .
3. أحمد عبدالفتاح ابوالعلا (2001م) : الثقافة الصحية للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
4. اسماعيل بوساق (2008م) : تأثير الاعلام المحلي على تقديرات الذات لدى طلبة قسم الإدارة والتسيير الرياضي بجامعة محمد ضياف بالمسلية رسالة ماجستير غير منشورة .

5. اسماعيل كمال وعبد الفتاح أحمد (2001م) : الثقافة الصحية للرياضيين ، دار الفكر العربي ، بيروت .
6. أيمن الهنداوي (2001م) : تحليل برامج التلفزيون الرياضي وأثرها على نشر الوعي الرياضي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
7. بهاء إبراهيم سلامة (2001م) : الصحة والتربية الصحية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
8. حضرة عيد محمد (1993م) : أثر استخدام جهاز التلفزيون في نشر الثقافة الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة السويس .
9. سامح كمال عبدالقادر (1991م) : دور الصحافة في نشر الثقافة الرياضية لطلاب جامعة قناة السويس ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة قناة السويس .
10. عبدالرحيم درويش (2006م) : مقدمة الى علم الاتصال ، مكتبة نانسي ، دمياط .
11. عصام الحسنيات (2009م) : علم الصحة الرياضية ، دار اسامة ، ط1 ، الاردن .
12. عصام بدوي (1998م) : الرياضة دوار لكل داء ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة .
13. عصمت عبدالمقصود (1985م) : الصحة الرياضية ، دار المعارف ، مصر .
14. علاء الدين محمد عليوة (2006م) : الصحة والرياضة ، دار الوفاء ، الإسكندرية .
15. علي الهاشمي (2007م) : تأثير الحصار على الثقافة الرياضية لأساتذة التربية الرياضية ، دار النهضة ، مصر .
16. علي عبد الرزاق حلي (2003م) : المجتمع والثقافة والشخصية ، دار المعارف الجامعية ، مصر .
17. غسان محمد صادق (1990م) : مبادئ التربية والتربية الرياضية ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد .
18. محسن حمص (2009م) : المرشد في تدريس التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
19. محمد إبراهيم شحاته (2004م) : الثقافة الرياضية، كلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية، سلسلة الوعي الصحي، العدد 9 .
20. محمد لبيب (1984م) : التربية وأصولها الثقافية والاجتماعية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
21. مها أحمد فكري (1995م) : العلاقة بين الثقافة الغذائية لدى مدربي الفرق الرياضية وبعض دلالات الصحة لدى اللاعبين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الزقازيق
22. نبيل أحمد حافظ (1999م) : الجوهر في التربية الصحية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، القاهرة
23. ندى السباعي (2010م) : التنقيف الصحي ، مركز غريب للعلوم الصحية ، الكويت .

تأثير تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ. إسماعيل عامر الطائش، أ. أحمد محمد عويبة، أ. أشرف محمد اشتبوي

الملخص :

قام الباحثون بدراسة بعنوان " تأثير تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة "، واستهدفت الدراسة معرفة تأثير تدريبات البليو مترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب في ألعاب القوى لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة تجريبية، واشتملت الدراسة على عينة قوامها (20) طالب تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلاب الفصل الثالث لعام (2021 - 2022)، وكانت من أهم نتائج الدراسة تطور بعض القدرات البدنية (قدرة عضلات الرجلين، قوة عضلات الرجلين، السرعة الحركية للرجلين، المرونة، التوافق، التوازن) لمسابقات الوثب لطلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة .

الكلمات المفتاحية: تدريبات البليو مترك – طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

– المقدمة:

يعد التدريب الرياضي عملية تربوية هادفة، وتعتمد في المقام الأول على العديد من الأسس العلمية، التي تخدم جوانب الإعداد البدني والمهاري والخططي والنفسي، ويتحقق من خلالها مبدأ التكامل في تطوير تلك الجوانب للوصول باللاعب إلى أفضل المستويات الرياضية.

ويرى محمد محمد سعد (2005) أن الارتفاع بمستوى الإنجاز والأداء الرياضي عملية ذات أبعاد علمية متعددة تنعكس من خلال تطبيق برامج التعليم والتدريب المختلفة وإسهام المعلومات والحقائق العلمية في تقنين الأحكام التدريبية البدنية والمهارية والخططية لإعداد لاعب متكامل لمواجهة المنافسات الرياضية.

ويذكر مفتي إبراهيم حامد (1996) أن طرق التدريب الرياضي تنوعت لتهدف جميعها إلى تطوير مستوى الأداء البدني والمهاري والفني، وصولاً لتحقيق مراكز متقدمة في الأنشطة الرياضية المختلفة، ويسعى القائمون على العملية التدريبية إلى اختيار أفضل أنواع طرق التدريب وتطبيق أنسبها واستخدام أحدث الوسائل التي تتناسب مع نوع النشاط التخصصي، وذلك بهدف استثمار أهم القدرات الحركية والبدنية الخاصة بنوع النشاط المحدد، لما لها من تأثير مباشر في ارتفاع مستوى الأداء البدني والمهاري.

ويشير يعقوب محمود (2004) أن اللاعبين يطمحون إلى تحسين أدائهم وتطوير إنجازهم البدني والرقمي، وهذا هو الغاية أو الهدف من البرامج التدريبية التي يضعها المدربون للاعبين، ولذلك فقد زاد الاهتمام في الآونة الأخيرة بتطبيق المبادئ والأسس العلمية لتطوير الإنجاز البدني والرياضي من قبل هؤلاء المدربين، وأصبحت معرفة طرق التدريب وفعاليتها والانتقاضات العضلية ونوعية الألياف والخصائص البيوكيميائية للانتقاضات العضلية والاستجابات العصبية والفسولوجية عوامل مهمة في إعداد الفرد الرياضي للمنافسات المحلية والخارجية.

كما ذكر بسطويسى أحمد (1997) تتميز أنشطة ألعاب القوى بأنها تتكون من سباقات ومسابقات متنوعة وارتباط مستوى أدائها المهاري عامة بمستوى عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة ارتباطاً كبيراً، ومن ثم بمستوى التعليم، وبذلك لا يمكن تعليم أي مهارة دون التركيز على تنمية العناصر البدنية الخاصة بها حيث يتوقف مستوى المهارة بصفة عامة على ما يتمتع به الرياضي من تلك القدرات ذات العلاقة بالمهارة التي تعمل طرق التدريب المختلفة على الارتقاء بمستواها.

كما أشار محمد محمود (1993) أن الارتقاء بمستوي الأداء المهاري والبدني يأتي من خلال إعداد برامج تدريبية تهدف إلى ذلك حيث أن التدريب الرياضي لا تقتصر مجالاته على تدريب المستويات العليا فقط بل يتعدى ذلك إلى قطاعات أخرى كثيرة في المجتمع وهي بأشد الحاجة إليه، لكونه عملية تربية تهدف إلى إعداد الرياضيين بدنياً ومهارياً ونفسياً وخلقياً إلى المستوى العالي فالأعلى، حيث تختلف أنواع الوحدات التدريبية حسب الهدف من بنائها وأسلوب تنفيذها بالإضافة إلى اتجاه تأثيرها ومن أهم هذه التقسيمات حسب الهدف من بنائها (الوحدة التعليمية / الوحدة التعليمية التدريبية / الوحدة التدريبية / وحدة المنافسات) حيث تعد الوحدات التعليمية التدريبية ذات أهمية كبيرة للمبتدئين والناشئين (ولا سيما الطلاب في المرحلة الجامعية) وذلك في أولى مراحل تعلمهم للمهارات الرياضية والتدريب عليها.

ويذكر Watsons (2002) يعد تدريب البليومتر تديراً خاصاً يهدف إلى تعزيز القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ويطور العلاقة بين القوة الانفجارية والسرعة، لذا فقد انتشر هذا النوع من التدريب بسرعة فائقة، وأصبح من أشهر أساليب التدريب لمختلف مستويات اللاعبين، وأصبح أيضاً مقبولاً بوصفه أسلوب عام من أساليب التدريب المناسبة لقطاع عريض من الأنشطة الرياضية التي تلعب فيها القدرة دوراً كبيراً.

ويشير أبوغلا عبد الفتاح (2003) أن تدريبات البليومتر تعد شكلاً جديداً للانقباض العضلي المتحرك والذي أصبح شائعاً في الآونة الأخيرة لتحسين القدرة على الوثب، فهذا النوع من التدريب يستخدم منعكس المظاطية (Stretch Reflex) لتسجيل عملية تجنيد وحدات حركية أكثر، كما يركز على تحميل كل المكونات الانقباضية والمظاطية للعضلة.

وقد أشار بسطويسى أحمد (1996) أن تدريبات البليومتر تشمل على الوثب بأشكالها المختلفة والحجل والارتداد والقفز بارتفاعات مختلفة من وعلى الصناديق والحواجز وغيرها، والأساس في هذا التدريب العمل على تكييف الجهاز العصبي - العضلي على التغيير الحاصل في مستوى القوة بشكل أسرع خاصة عند القيام بأداء حركات القفز من الأسفل إلى الأعلى (خلال كل من القفز العمودي والأفقي أو مع الوثب وتغيير الوضع في الجري والركض) أو من الأعلى إلى الأسفل (خلال الهبوط من الأعلى أو في القفز المتعدد بين مجموعة صناديق). ويرى الباحثون أن تدريبات البليومتر نظام تدريبي يهدف إلى تجسير الفجوة بين السرعة والقوة وهذا يؤدي إلى زيادة القدرة العضلية، والتي تعد جزءاً مهماً في كثير من الألعاب والمسابقات الرياضية وخاصة رياضة أم الألعاب ألعاب القوى.

ويتفق كل من محمد محمد سعد (2005) وبحيري نجلة (2003) أن تدريبات البليومتر هي أحد تدريبات الشدة، والذي تستخدم لتطوير بعض الصفات البدنية مثل السرعة والرشاقة والقدرة، ويميز هذا النوع من التدريبات السرعة في الأداء وتأثيره الفعال في تطوير هذه الصفات وتحسين معدلات الانقباضات العضلية.

– مشكلة الدراسة:

يهدف التدريب الرياضي إلى محاولة الوصول باللاعب لأعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع من الأنشطة الرياضية، ولتحقيق هذا الهدف فإن التدريب الرياضي يسعى إلى تنمية كل من عناصر اللياقة البدنية والقدرات البدنية الخاصة بالنشاط الرياضي المختار وتطويرها.

ويشير Mike, stone (2002) تدريب البليومترك من أشهر الأساليب حالياً في تنمية القدرة العضلية ويعتمد على تنمية القوة والسرعة معاً وهناك أنشطة عديدة تستخدم البليومترك لتحسين الأداء به، إذ يزيد القوة والسرعة بدرجة أكبر من الأساليب المعتادة مع الاحتفاظ بدرجة عالية من السرعة

ويشير السكري عمور (2002) إلى أن تدريب البليومترك هو أحد تدريبات الشدة والذي يستخدم لتطوير بعض الصفات البدنية مثل السرعة والرشاقة والقدرة ويميز هذا النوع من التدريبات السرعة في الأداء وتأثيره الفعال في تطوير هذه الصفات وتحسين معدلات الانقباضات العضلية.

ويرى الباحثون أن رياضة ألعاب القوى تعتمد بشكل كبير على الأداء الفني العالي لما تتطلبه هذه الرياضة من قدرات بدنية عالية، ويظهر ذلك واضحاً في فعاليات الوثب التي تحتاج إلى مستوى عالٍ من الأداء الفني، وضاف إلى ذلك توصية من أحد الدراسات السابقة، ومن خلال خبرة الباحثون في مجال تدريب والتحكيم وتدريب مسابقات ألعاب القوى، ومن خلال الاطلاع على بطولات ألعاب القوى وتحكيمها في ليبيا، وخاصة مسابقة الوثب الطويل، لاحظ الباحثون أن هناك ضعفاً في مستوى الأداء، ومن خلال الأرقام المنحزة في البطولات المحلية التي ينظمها الاتحاد الليبي لألعاب القوى مما دعى الباحثون لإجراء هذه الدراسة (تأثير بعض تدريبات البليومترك على تطوير القدرات البدنية لمهارات الوثب في ألعاب القوى لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة).

– أهمية الدراسة:

1. إمكانية إعداد برامج التدريب الهادفة إلى تطوير المهارات والإرتقاء بمستوى الأداء البدني في الأنشطة الرياضية بشكل عام وفي مسابقات الوثب الطويل خاصة.
2. مساعدة المدربين وخبراء ألعاب القوى خصوصاً مهارة الوثب في اختيار برامج التدريب البليومترك التي تناسب وطبيعة الفعاليات المختارة.
3. مساعد المدربين ألعاب القوى خصوصاً المهتمين بمنافسات التي تعتمد على الوثب.

– هدف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة للتعرف على تأثير تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب في ألعاب القوى لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.

– فرض الدراسة:

- توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدي ولصالح البعدي لاستخدام تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب في ألعاب القوى لطلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.

– مصطلحات الدراسة:

تدريبات البليومتر ك: Donald Chu, 1999 pp:160

"أنها التمرينات التي تتضمن إطالة للعضلة من وضع الانقباض المعتمد على التحويل إلى وضع الانقباض المعتمد على التقصير لإنتاج حركة تتميز بالقوة الكبيرة خلال وقت قصير"

القدرات البدنية: Physical Abilities

"صفات مورثة يتميز بها كل لاعب عن لاعب آخر ويمكن تطويرها من خلال مواصلة التدريب والممارسة".

– الدراسات السابقة:

1 – دراسة الفضلي صريح وحسين إيهاب (2012) : هدفت إلى استخدام وسيلة تدريبية جديدة وهي تطبيق تدريبات القفز المختلفة بأسلوب البليومتر ك بوسط مائي لاعبي الوثب العالي بألعاب القوى للشباب لتطوير بعض القدرات البدنية ذات العلاقة بفعالية الوثب العالي، إذ يعتقد الباحثان أنه لم يسبق لأحد من لاعبي الوثب العالي إجراء تدريبات البليومتر ك بوسط مائي، وبهذا يمكن أن يساهم هذا البحث في حل بعض المشكلات العلمية التي قد تساعد في تطوير المستوى الرقمي لهذه الفعالية، فضلاً عن دراسة تأثيرات هذه التدريبات على الإنجاز. وهدف البحث إلى إعداد تدريبات بالوسط المائي والتعرف على تأثير هذه التدريبات على تطوير بعض أنواع القوة الخاصة والسرعة وسرعة الإنطلاق والإنجاز للوثب العالي للشباب، تكونت عينة الدراسة من لاعبي الشباب بالوثب العالي، وأجريت لهم اختبارات القوة الانفجارية والسرعة وسرعة الإنطلاق قبلها، ثم طبقت التدريبات وأجرى الباحثان الاختبارات البعيدة وظهر أن هذه التدريبات كان لها تأثيراً فعالاً في تطوير القدرات البدنية الخاصة والإنجاز.

2 – دراسة الخطاوية فوزي محمد (2013) : هدفت للتعرف إلى أثر تمرينات الأثقال والبليومتر ك على تطوير كل من القدرة العضلية وتحمل القوة لدى لاعبي الكرة الطائرة بالإضافة إلى أي الطريقتين أفضل في تطوير القدرة العضلية وتحمل القوة لدى لاعبي كرة الطائرة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبتين في أسلوب القياس القبلي والبعدي وقد تكونت عينة الدراسة من (26) لاعبا من لاعبي كرة الطائرة في جامعة اليرموك، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين بعد إجراء الاختبارات القبليّة حيث تكونت المجموعة الأولى من (13) لاعبا طبقوا تدريبات الأثقال والمجموعة الثانية مكونة من (13) لاعبا طبقوا تدريبات البليومتر ك، استمر البرنامج التدريبي لكلا المجموعتين لمدة (7) أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريبية لكل أسبوع، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود تطور ذي دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت تمرينات الأثقال ولصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات قيد الدراسة، بالإضافة إلى وجود تطور دال إحصائياً لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت تمرينات البليومتر ك. كما أظهرت النتائج بوجود أفضلية بين الطريقتين لكن لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في تطوير القدرة العضلية وتحمل القوة. وتوصي الباحثة باعتماد أسلوب تمرينات الأثقال والبليومتر ك لأثره في تحسين الصفات البدنية لدى لاعبي كرة الطائرة وتطويرها.

3 – وأجرى السعدون سامراء (2013) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر تدريب البليومتر ك على متغير القدرة (Power) لدى لاعبي كرة السلة وكرة اليد فئة الشباب بأعمار (15-19) سنة، تكونت العينة من (40) لاعبا: (20) لاعبا من نادي الخليل لكرة السلة و(20) لاعبا من النادي العربي لكرة اليد، تم تقسيم لاعبي كرة السلة إلى مجموعتين متكافئتين (10) لاعبين كمجموعة ضابطة و(10) لاعبين كمجموعة تجريبية، وكذلك الحال مع لاعبي كرة اليد. حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، خضعت كلا العيّنتين التجريبتين (السلة واليد) إلى البرنامج التدريبي المقترح (البليومتر ك) والعينتين الضابطتين (السلة واليد) إلى البرنامج الاعتيادي، وذلك

بإجراء اختبارات قبلية وبعديّة للمجموعتين التجريبتين، حيث تم استخدام اختبارات للطرف العلوي يرمي الكرة الطبية (1 كغم) بكلتا اليدين واختبارات الطرف السفلي بالوثب العمودي من الثبات، وبعد جمع النتائج تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية (SPSS) لتحليل النتائج حيث أظهرت نتائج الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي الخاص بالبرنامج التدريبي المقترح للتدريب البليومتري.

4 - دراسة قام بها Santos & Janeira (2011) وهدفت إلى معرفة أثر تدريبات البليومتري على القدرة العضلية لدى لاعبي كرة السلة، حيث تم استخدام عدة مقاومات للطرف العلوي والسفلي وبمدة (10) أسابيع لمعرفة القدرة العضلية لدى لاعبي كرة السلة (الناشئين) حيث كانت عينة الدراسة تتكون من (25) ناشئاً كرة سلة وبأعمار (14-15) سنة تم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية تكونت من (15) لاعباً ومجموعة ضابطة تكونت من (10) لاعبين. تم اختبار العينة قبل البرنامج التدريبي المخصص وبعده (اختبار الوثب العمودي من الثبات، واختبار الوثب السقوطي (drop Jump)، واختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس). هذا وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن هناك تحسناً لدى المجموعة التجريبية مع القياس البعدي وفي جميع الاختبارات وهذا يؤكد أن تمارينات

المقاومة وبشدة متوسطة وحجم متوسط خلال فترة المتنافسات تساعد على تطوير القوة الانفجارية لدى ناشئ كرة السلة وتنميتها.

5 - دراسة أجرى Charag, Pal & Yadav (2001) بعنوان: "أثر التدريب البليومتري على القوة العضلية والقدرة الهوائية لعدائي المسافات القصيرة للمبتدئين، والتي هدفت إلى معرفة أثر التدريب البليومتري على القوة العضلية والقدرة الهوائية لعدائي المسافات القصيرة حيث تم اختيار المنهج التجريبي ملائمة وطبيعة البحث وباستخدام الطريقة العشوائية. حيث شملت عينة الدراسة (40) لاعباً خضعوا للتدريب لمدة (12) أسبوعاً كما هدفت الدراسة إلى اختبارات القوة العضلية والقدرة الهوائية المتعلقة بالقفز العريض وانطلاقات (50م). حيث أظهرت الدراسة فروقاً إحصائية لصالح التدريب البليومتري وذلك باستخدام اختبار (T-test) وكانت مستوى الدلالة عند (0.05) وبهذا كان للتدريب البليومتري أثراً مهماً وواضحاً في تحسين القوة العضلية والقدرة الهوائية لعدائي المسافات القصيرة للمبتدئين.

6 - دراسة الجميلي باهر علوان (2005) بعنوان: أثر تدريبات البليومتري على تطوير القوة لعضلات الرجلين لدى لاعبي الكرة الطائرة، وإن استخدام هذه التمارين سوف يطور مهارة الوثب الأفقي والعمودي من الثبات كذلك تأثير هذه التدريبات على سرعة ركض (30) متراً. تم إجراء اختبار قبلي على (24) لاعب كرة طائرة من الدرجة الأولى لنادي الطلبة، ثم قسمت العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية. خضعت المجموعة التجريبية إلى تدريبات البليومتري المكونة من قفزات سريعة، الوثب الطويل، القفز العريض مع زيادة المسافة، ظهر من خلال تطبيق المنهج التجريبي ونتائج الدراسة أن هناك فرقاً معنوياً في اختبار الوثب الأفقي والوثب العمودي وسرعة ركض 30 متراً ولصالح المجموعة التجريبية وكنتيجه لاستخدام تدريبات البليومتري. استنتجت الباحثة أن سبب هذا الفرق المعنوي لصالح المجموعة التجريبية وتطور القوة العضلية من خلال تنفيذ تمارينات البليومتري ما أدى إلى تحسين الوثب الأفقي والعمودي وسرعة ركض (30) متراً. أوصت الباحثة بإجراء بحوث على الناشئين لمعرفة أثر استخدام تمارين البليومتري عليهم مع إجراء تكييف لتمرارين البليومتري لكي تلاءم مستوى اللاعب ونوعية اللعبة للحصول على أفضل النتائج كذلك أوصت الباحثة باستخدام هذه التمارين في مرحلة الإعداد لتنمية القوة الانفجارية لدى اللاعبين من الجزء الخاص بالإعداد البدني.

تأثير تدريبات البليومتر على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوثب لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

صياغة أهداف وفروض البحث الحالية بأسلوب علمي جيد.

اختيار المنهج المستخدم وعينة البحث وفقاً لطبيعة البحث.

تحديد الفترة الزمنية اللازمة للبرنامج لإحداث التغيير في المتغيرات قيد البحث.

تحديد المعالجات الإحصائية التي تناسب البحث الحالية.

كيفية تصميم البرنامج التعليمي قيد البحث.

- منهج الدراسة:

استخدام الباحثون المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي بطريقة القياسين القبلي والبعدي لمجموعة واحدة تجريبية لملائمته لهدف البحث وإجراءاته.

- مجتمع الدراسة:

طلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة للعام الجامعي 2022/2021م والبالغ عددهم (28).

- عينة الدراسة:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة للعام الجامعي 2022/2021م والبالغ عددهم (20) طالب وهي تمثل نسبة 77% من مجتمع البحث.

- تجانس العينة :

قام الباحثون بإجراء عملية التجانس على عينة البحث في المتغيرات الأنثروبومترية والبدنية كما هو موضح في الجدول رقم (1).

جدول 1 . توصيف أفراد العينة بالمتغيرات الأنثروبومترية الأساسية ن = 20

المتغيرات	المعامل	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
الأنثروبومترية	العمر	السن	18,67	19	0,52	1,90
	الطول	سم	178.20	170	1.77	- 0.65
	الوزن	كغم	73.05	69	1.88	0.84

أن معاملات الالتواء قد انحصرت بين (+3، -3) في المتغيرات الأنثروبومترية قيد البحث، مما يدل على أن مجتمع البحث يعد مجتمعاً اعتدالياً متجانساً في تلك المتغيرات.

وقام الباحثون بإجراء عملية التجانس لأفراد عينة الدراسة في بعض تدريبات البليومتر على أفراد عينة الدراسة، والجدول (2) يوضح ذلك:

جدول 2. توصيف أفراد العينة بالمتغيرات البدنية ن = 20

المتغيرات	المعامل	وحدة القياس	متوسط حسابي	الوسيط	انحراف معياري	معامل الالتواء
البدنية	قدرة عضلية رجلين	متر	1,95	1,92	0,06	1,5
	قوة عضلية رجلين	كجم	325	329	4,32	2,78
	السرعة الحركية للجسم	ث	31,11	31	0,14	2,36
	مرونة	عدد/30ث	8,11	8	0,65	0,51
	توافق	ث	3,79	3,76	0,39	0,23
	توازن	ث	58,26	57,98	1,13	0,74

يتضح من جدول (2) أن معاملات الالتواء قد انحصرت بين (+3، -3) في المتغيرات البدنية قيد البحث، مما يدل على أن مجتمع البحث يعد مجتمعاً اعتدالياً متجانساً في تلك المتغيرات.

3 / 5 مجالات الدراسة:

المجال البشري: طلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة للعام الدراسي 2021/2022م.

المجال الزمني: تم تطبيق البرنامج التدريبي من 2021/12/27م إلى يوم 2022/02/28م.

المجال المكاني: ملعب خاص بالوثب بالمدينة الرياضية بمصراتة.

- وسائل جمع البيانات :

المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة ذات علاقة حول أهمية التواحي الجسمية وأثرها على مستوى الأداء في مسابقات الوثب، وقد اتفقوا جميعاً أن أهم القدرات البدنية لمسابقات الوثب هي (القدرة العضلية للرجلين، القوة العضلية للرجلين، السرعة الحركية للجسم، المرونة، التوافق، التوازن).

- الاختبارات البدنية المستخدمة:

الاختبارات والمقاييس العلمية في قياس المتغيرات البدنية للعينة قيد الدراسة، وقد توصل الباحثون إلى الاختبارات والمقاييس التالية:

الوثب العريض من الثبات (متر) لقياس القوة الانفجارية للرجلين

اختبار القوة العضلية لقياس القوة العضلية للرجلين

اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقائي (الثانية) لقياس السرعة الحركية للجسم

اختبار اللمس الأمامي والخلفي (عدد/30ث) لقياس المرونة

اختبار العدو 30 متر لقياس السرعة

– الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة:

1. جهاز ديناموميتر.
2. حواجز متعددة الارتفاع وأقماع.
3. ميزان طيبي.
4. متر أو شريط قاس.
5. ساعة توقيت (Stop Watch).
6. أقماع لتحديد العلامات.
7. مضمار ألعاب قوى وحفرة خاصة بالوثب الطويل.
8. المعاملات العلمية للاختبارات

– الصدق:

للتأكد من صدق البرنامج والاختبارات المعدة لغايات الدراسة باستخدام طريقة صدق البرنامج قام الباحثون بعرض الاختبارات على عدد من الخبراء والمحكمين المتخصصين في رياضة ألعاب القوى، لمعرفة آرائهم حول البرنامج والاختبارات، ومدى مناسبتها للقدرات الحركية المراد قياسها والملحق (2) بين أسماء السادة المحكمين، وقام الباحثون بأخذ ملاحظات الخبراء وإجراء التعديلات المقترحة، حيث أنهم أكدوا صدق محتوى الاختبارات بمعنى أن الاختبارات تقيس ما وضعت من أجله.

– الثبات:

للتحقق من ثبات أداة الدراسة قام الباحثون بتطبيقها على عينة كان عددها من (8) طلاب من طلاب الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، أخذت من مجتمع الدراسة، وتم استبعادها من الدخول ضمن عينة الدراسة، وذلك بطريقة الاختبار وإعادة اختبار (Test-Retest)، وبفارق أسبوع بين التطبيقين الأول والثاني، وقد تم حساب معامل الثبات بين التطبيقين وعلى كل اختبار من اختبارات الدراسة، والجداول (3) يوضح ذلك:

الجدول (3): معامل ثبات الاختبارات المستخدمة في الدراسة

الاختبار	معامل ارتباط بيرسون
الوثب العريض من الثبات	0.89
قوة عضلية رجلين	0.88
اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقائي	0.90
اختبار اللمس الامامي والخلفي	0.89
العدو 30 م	0.90

– الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على (8) من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأساسية، وتم تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات البليومترية ست وحدات تدريبية، وكان الهدف من الدراسة استطلاعية ما يأتي:

1. التعرف إلى المعوقات والأخطاء التي من الممكن أن تواجه الباحثون أثناء التطبيق.
2. التعرف إلى مناسبة مكونات الأحمال التدريبية للوقت المحدد لها، وتوزيع أجزاء الوحدة التدريبية.
3. التعرف إلى الوقت والمكان الملائم لتطبيق البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات البليومترية.
4. التأكد من صلاحية الأدوات الرياضية المستخدمة في الدراسة ومدى توفرها.

– الدراسة الأساسية:

1. دراسة مفهوم التدريبات البليومترية.
2. مراعاة الزيادة التدريجية في الحمل تجنباً لحدوث أي إصابات تحول دون استكمال البرنامج.
3. مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.
4. اختيار مجموعة تمارين مناسبة لتنمية القدرات البدنية الخاصة بلاعبي الوثب الطويل.
5. أن يحقق البرنامج الأهداف التي وضع من أجلها.

– تطبيق البرنامج التدريبي التعليمي المقترح:

تم تطبيق البرنامج باستخدام تدريبات البليومترية على مجموعة البحث وتنفيذ الوحدات التدريبية لمدة شهرين بواقع وحدتان في الأسبوع وذلك ابتداء من يوم 2021/12/27م إلى يوم 2022/02/28م.

– القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج لتدريبات البليومترية بالترتيب نفسه وشروط إجراء القياسات القبلية.

– المعالجة الإحصائية:

تم تحليل البيانات إحصائية باستخدام (SPSS) حيث تم إجراء المعالجات الآتية:

1. النسبة المئوية
2. المتوسط الحسابي.
3. اختبار (ت).
4. الانحراف المعياري.
5. معامل الارتباط.
6. معامل الارتباط النسبي.

– البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات البليومترية:

بعد أن تم اختيار العينة وأخذ الموافقات اللازمة وتوضيح ما هي التدريبات التي سوف يتم تطبيقها والتي سيتم إجراؤها، تم البدء بتدريب الطلاب باستخدام تدريبات البليومترية، وبمعدل وحدتان لكل أسبوع ولمدة ثمانية أسابيع.

- 1- المدة الزمنية للبرنامج المقترح شهرين.
 - 2- عدد الوحدات التدريبية 16 وحدة بمعدل وحدتان اسبوعياً (السبت - الثلاثاء).
 - 3- زمن الوحدة التعليمية 90 دقيقة.
 - 4- تشكيل دورة حمل شهرية.
- **القياسات القبليّة:**

تم إجراء القياسات الأساسية على مجموعة الدراسة يوم الأربعاء الموافق 24 / 11 / 2021 م حيث تم إجراء القياسات التالية:

- 1- اختبار الوثب العريض من الثبات.
- 2- اختبار قدرة عضلية رجلين
- 3- اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقالية.
- 4- اختبار اللمس الامامي والخلفي.
- 5- اختبار العدو 30 م

- عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالفرضية والتي نصت على: وجود تأثير ذو دلالة إحصائية عند استخدام تدريبات البليومتر على تطوير بعض القدرات البدنية (قدرة عضلية رجلين / قوة عضلية رجلين/ السرعة الحركية للجسم / مرونة / توافق / توازن) لمسابقة الوثب لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصرارة.

وفي هذه الفرضية تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت)، بين الاختبارين القبلي والبعدى لأفراد مجموعة الدراسة على اختبارات الدراسة، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (4): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى لاختبارات القدرات البدنية

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س		
الوثب العريض من الثبات	المتر	2.05	0.76	2.40	0.50	-2.33	0.03
قوة عضلية رجلين	كج	331	361	2.95	2.75	-5.81	0.00
اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقالي	ث	1.73	0.042	1.98	0.023	2.80	0.01
اختبار اللمس الامامي والخلفي	عدد/ث	8.24	0.087	7.22	0.056	2.40	0.02
العدو 30 م	ث	4.75	1.55	4.00	0.75	2.60	0.02

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ = 2.179

نلاحظ من خلال الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لاختبارات القدرات البدنية لأفراد عينة الدراسة (المجموعة الواحدة) في (قدرة عضلية رجلين / قوة عضلية رجلين / السرعة الحركية للجسم / مرونة / توافق / توازن) لمسابقات الوثب الطويل لطلاب الفصل الدراسي الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة مصراتة ولصالح القياس البعدي. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كل من دراسة السعدون (2013)، ودراسة الخطابية (2013)، ودراسة الجميلي (2005) التي أشارت إلى تأثير تدريبات البليومترية على القدرات والصفات البدنية المختلفة.

ويعزز الباحثون هذه النتائج أن المميزات التي يتسم بها تدريب البليومترية أثرت بشكل فعال في التأثير على مطاطية العضلات والمفاصل خاصة ومرونتها، وأن التدريبات كانت تتم في بعض الأشكال على الأداء في المدى الحركي الكامل سواء للركل خلال الأداء المهاري على الصناديق المقسمة الحواجز أو الأقماع بجانب بعض تدريبات الإطالة والمرونة والحركات التي كانت تتخلل البرنامج التدريبي المقترح مما أثر بشكل إيجابي في زيادة مستوى المرونة والقوة للعضلات والأربطة المحيطة والمفاصل. وهذا يتفق مع ما أشار إليه أبو العلا (1997) في أن تدريبات البليومترية تعتبر أحد أنواع التدريبات التي تساهم في تحسين بعض القدرات البدنية الخاصة والتي أهمها القوة العضلية. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه الخطيب (1991) من أن تدريب الوثب العميق يزيد من قدرة عضلات الرجلين على الأداء المتفجر، كما أن استخدام الوثب العميق له تأثير هام على تنمية الرشاقة والتي تتمثل في انخفاض زمن تغيير الاتجاه في الهواء وعلى الأرض ولأهمية ارتباط عنصر الرشاقة وما يتطلبه الجسم من تغيير اتجاهه في الهواء.

ويعزو الباحثون ذلك إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح والذي أنسجم بالتنمية المتوازنة والشاملة لعناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة ومراعاته للفروق الفردية بين عينة البحث واستخدام مبدأ التدرج في الحمل. وهذا يتفق مع ما أشار إليه أبو العلا عبد الفتاح (1997) في أن تدريبات البليومترية تعد إحدى التدريبات التي تساهم في تحسين بعض القدرات البدنية الخاصة والتي أهمها القوة العضلية. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه الأمير (2011) أن تدريب البليومترية يعد همزة الوصل بين كل من القوة العضلية والقدرة، وقد أكدت العديد من الدراسات على أن توليفة من تدريب البليومترية.

كما أكد كل من البسطويسى أحمد (1996) ومهدي كاظم علي (1995) أن تمارين البليومترية هي وسائل تدريبية فعالة لتطوير القوة المميزة بالسرعة وتساهم إسهاما فعالا في تحسين الانجاز في الفعاليات التي تحتاج إلى السرعة مثل الوثب والركض السريع. وهذا يعني أن تمارين البليومترية أدت إلى تحسين سرعة رد الفعل لدى أفراد العينة التجريبية إلى زيادة طول الخطوة. ويرى الباحثون أن تدريبات البليومترية تهدف إلى إنتاج أكبر قوة في أقل زمن ممكن وهي تساهم في زيادة الدفع لأعلى والنتائج عن سرعة بسط العضلات العاملة الناتجة عن تدريبها وتكييفها على تقليل زمن التقصير والتطويل أثناء القيام بالدفع لأعلى مما يعمل على زيادة مسافة الوثب.

كما أن البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات البليومترية يعمل على تحسين سرعة العضلة في الانبساط والانقباض مما يدل أن تدريبات البليومترية تحسن القوة الانفجارية لعضلات الرجلين.

كما أن تدريبات البليومترية هي من الوسائل التدريبية الفعالة لتطوير القوة المميزة بالسرعة وتساهم إسهاما فعالا في تحسين الانجاز في الفعاليات التي تحتاج إلى السرعة مثل القفز والركض السريع وهذا يعني أن تمارين البليومترية أدت إلى تحسين سرعة رد الفعل لدى أفراد العينة التجريبية بالإضافة إلى زيادة طول الخطوة. وهذا ما أكدته دراسة رشاد (1998) في أن تدريب الوثب العميق يؤدي إلى تنمية السرعة والقدرة العضلية للرجلين.

- الاستنتاجات:

في ضوء أهداف الدراسة واستناداً إلى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية:

1. البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات البليومتر له تأثير فعال في تطوير بعض القدرات البدنية (قدرة عضلات رجلين / قوة عضلات رجلين/ السرعة الحركية للجسم / مرونة / توافق / توازن) لمسابقات الوثب لطلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.
2. ساهم البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات البليومتر على تحسين مهارة الوثب في مقرر الميدان والمضمار لطلبة كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة بجامعة مصراتة /ليبيا.

- التوصيات:

1. تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام هذه التدريبات مساهمتها في التأثير الإيجابي على تطوير القدرات البدنية لمسابقات الوثب الطويل.
2. إجراء دراسات أخرى باستخدام تدريبات مختلفة من البليومتر وتأثير ذلك على الوثب في مسابقات الميدان والمضمار.
3. إجراء هذه الدراسة على عينات من الاندية وجميع الفئات.
4. التأكيد على توافر الأجهزة والأدوات الخاصة التي تستخدم لتدريبات البليومتر.
5. إجراء دراسات على مهارات أخرى من مسابقات الميدان والمضمار التي تستخدم فيها التدريبات البليومتر.

المراجع:

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح (1997). حمل التدريب وصحة الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي.
2. أبو العلا أحمد عبد الفتاح (2003). فسيولوجيا التدريب والرياضة، القاهرة: دار الفكر العربي.
3. الأمير نصر حسين (2011). تأثير أسلوبين للتدريب بالانقباض والبلايومترك في تطوير القدرة العضلية وأداء بعض مهارات كرة السلة للشباب. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الرابع.
4. البسطويسي أحمد (1996). البليومتر في مجال تدريب ألعاب القوى، الحلقة الثانية، الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة، مركز التنمية الإقليمية، نشرة ألعاب القوى، العدد التاسع عشر، القاهرة.
5. الجميلي باهرة علوان (2005). تأثير استخدام تمرينات البليومتر في تطوير القوة العضلية لعضلات الرجلين للاعبين الكرة الطائرة، مجلة التربية الرياضية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني.
6. الخطايب فوزية محمد (2013). أثر تمرينات الانقباض والبلايومترك على تطوير بعض مظاهر القوة لدى لاعبي الكرة الطائرة بجامعة اليرموك (دراسة مقارنة). رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية، جامعة اليرموك.
7. الخطيب ناريمان، والنمر عبد العزيز (1996). التدريب الرياضي، تدريب الانقباض تصميم وتخطيط الموسم التدريبي، الطبعة الاولى، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
8. السعدون سامراء (2013). أثر تمرينات البلايومترك على القدرة العضلية لدى لاعبي كرة السلة وكرة اليد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، اربد.

9. السكري عمرو (2002). تأثير التدريبات البليومترية للرجلين للمبتدئين علي معدلات القدرة العضلية، والسرعة الانتقالية وبعض المهارات الأساسية في رياضة المبارزة، المجلة العلمية، الرياضة علوم وفنون، المجلد الرابع عشر، العدد العشرون.
10. الفضلي صريح، وحسين إيهاب (2012). تأثير تدريبات البليومترية المائتية في تطوير بعض القدرات الخاصة وسرعة الانطلاق للاعبين الوثب العالي. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث (ج2)، المجلد الخامس.
11. بحيري نجلة عبد المنعم (2003). تأثير تدريبات البليومترية علي تنمية القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين والمستوي الرقمي لرمي الرمح لتلميذات الثانوية الرياضية بالزقازيق، بحث غير منشور كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
12. حسانين محمد (2004) القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الطبعة السادسة، الجزء الأول، دار الفكر العربي، القاهرة.
13. رشاد عاطف خليل (1998). تأثير استخدام تدريبات الوثب العميق على بعض القدرات البدنية للاعب الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان.
14. سلامة إبراهيم (2000) المدخل التطبيقي لقياس اللياقة البدنية، منشأة المعارف، الاسكندرية.
15. علاوي محمد حسن (1999). علم التدريب الرياضي، الطبعة الثانية عشر، القاهرة: دار المعارف.
16. علي مهدي كاظم (1995). دراسة بعض الأساليب المستخدمة لتنمية القوة المميزة بالسرعة في الانجاز بالوثب الثلاثي. بحث منشور في مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد الثالث عشر، العدد العاشر.
17. كاظم مهدي (1995). دراسة مقارنة لبعض الاساليب المستخدمة لتنمية القوة المميزة بالسرعة في انجاز الوثبة الثلاثية، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العدد العاشر.
18. محمد محمود (1993). أثر استخدام نموذجين من التدريب البليومترية علي تحسين أداء الوثب العمودي والإقعاء النصفى لدى الإناث، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، الجامعة الأردنية، المجلد العشرون الاول، العدد الثالث والعشرون.
19. محمد محمد سعد (2005). تأثير تدريبات البليومترية علي تطوير الرشاقة الخاصة وعلاقتها بتطوير مستوى أداء الكاتا لدى ناشئي مرحلة من 12-14 سنة. أطروحة دكتوراة، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنين.
20. محمود مسعد، وبيدران عمرو (2004). مدخل التربية البدنية والرياضة، الطبعة الثالثة، دار الإسلام للطباعة والنشر القاهرة.
21. مفتي إبراهيم حماد (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي.
22. يعقوب محمود (2004). تأثير استخدام تدريب البليومترية علي الوثب العمودي لدى ناشئي الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد.

المراجع الاجنبية:

23. Mohamed, K. (2014). The effect of palladium training in the water and ground media on some physical and skill variables among young soccer players, unpublished Master Thesis, College of Physical Education, University of Jordan, Jordan.
24. Charag, A; Pal, R; & Yadav, S. (2001). Effect Plyometric Training on Muscular Power and Anaerobic Ability of the Noviced Sprinters Asian Journal of Physical Education and Computer Science in Sports, 4(1), 77- 81.
25. Chu, DA. (1999). Jumping Into Plyometrics Champaign, Human kinetics publishers I.

26. Jamurtas E, et al. (2000). Basketball Techniques .Teaching and Training. U SA, Barnesand, Co
27. Mike stone, (2002). Explosive exerciser. The university of Edinburgh, Scotland, UK, P.1