



الاجتهد للأبحاث العلمية

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





مجلة الاجتهد

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

بترهونة ليبيا

تنويه

- المعلومات والأراء 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 (117/2020)- دار الكتاب الوطنية

الإشراف العام

أ. صالح امعمر صالح الهمالي

مدير التحرير:

أ. سعيد أحمد سعيد

رئيس التحرير:

د. عبدالحافظ غوار

المراسلات : مجلة الاجتهد 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 القاتح لما أغلق، والخاتم لما سبق، ناصر الحق بالحق، والمادي إلى صراطك المستقيم، وعلى إله حق قدره ومقداره العظيم.

عزيزي القارئ: يسعدنا أن نقدم بين يديك العدد الثاني عشر من مجلة الاجتهد للابحاث العلمية المحكمة لكلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة، وقد زينتها بياقة منوعة 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.

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

وإذا نشكر كل من اختار هذه المجلة لنشر بحثه العلمي، فإننا نرحب بكل الباحث داخل الجامعة أو خارجها ومن مختلف الجامعات العربية والأجنبية شريطة التزامهم بالمنهجية العلمية، وشروط النشر التي وضعتها المجلة، وأن يكون البحث ذات قيمة علمية هادفة. وأخيراً وليس آخرأ لابد من وقفه نشكر فيها كل من ساهم في تأسيس هذه المجلة واستدامة طهورها المتميز.

ومن الله التوفيق

أ. صالح امعمر صالح الهمالي
عميد الكلية والمشرف العام للمجلة



- 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 بعض التعديلات الواردة من لجنة التقويم .
- البحث غير المعدل يتم استبعاده من عدد الخلية ، وإذا تطلب الأمر يتم عرضه على اللجنة الاستشارية بالخلية وفي حالة عدم قبوله يستبعا النشر خارجياً 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 بحثه ورسالة إيفاد بالنشر .

ثانياً: التحكيم:

- تقوم هيئة التحرير بإجراء تقييم مبدئي للبحوث المقدمة قبل إرسالها إلى الحكمين من ذوي الخبرة البحثية والمكانة العلمية المتميزة المقدم فيه البحث، ويتم الاستعانة بالقائمة المعتمدة من الجامعات التي رأى الحكمين بشأن صلاحية النشر.
- يخطر الباحث بنتيجة التحكيم خلال أسبوع من وصول النتيجة مدير التحرير من قبل الحكمين، مع احتفاظ هيئة التحرير بنسخة الإصدار الأولية .

أولاً : متطلبات البحث المقدم للنشر

أن تتضمن البحوث إضافة علمية جديدة أو مبتكرة في مجال الشخص 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 جزءاً لأمر يتم عرضه على اللجنة الاستشارية بالخلية وفي حالة عدم قبوله يستبعا 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) وبافي المقاطع بحجم (12).
- ترك مسافة 4 سنتيمتر من أعلى الصفحة و 3 سنتيمتر من أسفل الصفحة و 2،5 من كلا الجانبيين .

- أن تشتمل محتويات البحث على (المقدمة ،مشكلة البحث، الأهداف، الفروض، عرض للدراسات السابقة، إجراءات البحث، نتائج البحث، استنتاجات و توصيات البحث، المراجع) وأن تكتب word

- تسلم البحوث إلى مكتب المجلة العلمية من نسختين ورقة على A4 بالإضافة لنسخة على CD مرفق بقيمة الاشتراك نقدا.

- تحال إلا بحاجة للجنة تقويم البحوث العلمية المكونة من قبل أستاذة متخصصة كلاً في مجال تخصصه.

ثالثاً: حقوق المجلة:

يحق هيئة التحرير حرمانه من مستقبلاً ، كما تخطر الجهة التي يعمل بها.

البحوث المنشورة في المجلة لا تغير بالضرورة إلا عن رأي صاحبها
وتحمّل المسئولية اذا كان البحث منشور بجهة أخرى
إذا لم يتلزم الباحث بأجراء التعديلات المطلوبة من قبل المحكمين ، أو
قام بسحب البحث قبل نشره، يتحمّل أجور التحكيم
والبريد وغيرها من النفقات التي تحملتها هيئة التحرير بالمجلة .

المستلمات: يمنع الباحث نسختين مجانية من المجلة .
ترتيب البحوث في المجلة لا يخضع لأهمية البحث ولا مكانة الباحث، بل
يتم الترتيب وفق الأسبقية في الانتهاء من التحكيم والتعديل

هيئة التحرير حق الفحص الأولي للبحث وتقرير أهلية التحكيم، وبعد
رأي المحكمين إلزامياً .

يجوز لمدير التحرير إفاده الباحث ببعضه غير المقبول للنشر برأي المحكمين
عند طلبه دون ذكر أسماء المحكمين .

بعد البحث في حكم المسحوب إذا تأخير الباحث عن إجراء التعديلات
المطلوبة على البحث مدة تزيد عن أسبوعين من تاريخ تسلمه الرد من مدير
المجلة ، ما لم يكن هناك عذرًا قهريًا تقدره هيئة التحرير .

هيئة التحرير حق نشر البحث ورقياً كان أو إلكترونياً .
إذا ثبتت هيئة التحرير قيام الباحث بنشر بحثه مرة أخرى

فهرس المحتويات

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

"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 الفينيقين مع يهود أورشليم خلال القرن الاول قبل الميلاد

163

د. سانه خليفة سالم الزريق

"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 الموش

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

201

أ. إسماعيل عامر الطائش. أ. أشرف محمد اشتيفي . أ. أحمد محمد عوينة .



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

د. محمد رمضان عبدالله

ملخص البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج العلاجي باستخدام التمارين التأهيلية على الخد من إصابات مفصل الكاحل لدى ناشئين كرة اليد. استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية نظراً لملائمة ذلك لطبيعة البحث. تم اختيار عينة البحث ناشئين كرة اليد بمدينة سوهاج (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 التدريجي المقترن على عينة البحث مدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع. وكان من أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً 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 ، التمارين التأهيلية، الألتواء، المدى الحركي ، كرة اليد ، القوة العضلية.

1- المقدمة ومشكلة البحث :

بعد اختلاف أنواع الإصابات الرياضية وتوعتها مرتبطة بالعديد من الجوانب قد يرجع بعضها إلى اللاعبين أنفسهم والبعض الآخر إلى المدرب ، وقد تكون الإصابة راجعة إلى المحيط الخارجي أو البنية التحتية للأندية، كما تتعلق أيضاً الإصابات بالتواهي النفسية والفيسيولوجية الداخلية مثل تعرض اللاعب إلى فقد أو استهلاك الطاقة ووصوله إلى حالة التعب والإرهاق. ويشير عبد الرحمن عبد الحميد (2004) إلى أن إصابات اللاعب عادة تنشأ من أخطاء إما في الأماكن التي تزاول 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 الغمرى (2013) 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 فعل مختلفة للأجزاء الجسم، وكذلك قد ينتقل تأثيرها إلى أوعية القلب وأجهزة التنفس بالإضافة إلى الجهاز المضمي والإخراجي مما يؤدي إلى عدم التنسيق بين هذه الأجهزة، لذا فإن الإصابة تعتبر حالة مرضية. (16: 12) وكما يشير أسامة رياض (2013) إلى أن الاستخدام المستمر للقدمين في ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة ينبع عنه العديد من التغيرات المرضية، حيث يصاحبها آلام تختلف تبعاً لشدة المرض. (5: 45).

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

Junge, A., Dvorak, Cosio-Lima, L., & Reinald (2003) أن الإصابات الرياضية تثلج أحد المعوقات الأساسية التي تواجهه تطوير المستوى الرياضي للاعب وتحول دون تحقيقه للإنجاز الرياضي المطلوب، (22: 25-27)

ويوضح عزت الكافش (2004) 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 والمخالصل لوظائفها، ومن هنا يبرز دور التمرينات التأهيلية التي تسهم في عودة اللاعب للمارسة الطبيعية للأنشطة الرياضية عقب تعرضه للإصابة، (9: 12) ويدرك علي جلال الدين (2007) 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 ومتتابعة إلى معاودة التدريب الطبيعي في مجال تخصصه الرياضي، مع الأخذ في الحسبان المستويات المناسبة من أحجام وشدة الأحوال 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 أول مفصل معلق يسمح بحركة بسيطة لأعلى ولأسفل، وثانياً هو يسمح بحركات الانتقاء والدوران حيث يوجد الرباط الداخلي والخارجي على التماقق والتوازي وتعتبر إصابة مفصل الكاحل الخارجي من الإصابات الأكثر شيوعاً بين العامة والرياضيين بصورة خاصة حيث تحدث الإصابة أما مفاجئة نتيجة تعرض القدم لانقلاب داخلي أثناء ممارسة النشاط الرياضي كالمشي والجري والوثب على 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 على مستقبل الرياضيين ونحوه من أكثر مناطق القدم عرضة للإصابة بسبب الجهد الكبير الذي يصيب هذا المفصل الحيوى نتيجة للإرهاق الشديد وكثرة الاستخدام الذي تؤدي إلى نتائج لا يحمد عقباً لها خصوصاً إذا ما تكررت الإصابة في هذا الجزء من القدم.

ولكن تبقى الأربطة الخارجية أكثر تعرضاً للإصابة نتيجة لعدة أسباب منها الغربب كما ذكر سابقاً، أو الالتواء الشئ الذي يسبب الألم في تقاطع الأربطة وتداخلها مع العظام حتى تصل لدرجة الالتواء الشديد وتتصبح أكثر خطورة ويجب أن تلزم مثل هذه الإصابة عناية خاصة وذلك لتفادي الوقوع في أي خطأ يمكن أن يؤدي إلى الإصابة مرة أخرىخصوصاً 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 للمدربين واللاعبين بمحالات إصابات الملاعب والطبع الرياضي حيث قام الباحث بزيارة لبعض الاندية ومراكز العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل بالمنطقة للوقوف عن قرب من اللاعبين والتعرف على عدد ونوع الإصابات الرياضية بصورة عامة وأصابات الكاحل بصورة خاصة بمراكز التأهيل والاندية الرياضية داخل نطاق المدينة وبعد الاطلاع على السجلات داخل الاندية ومراكز التأهيل وجدنا ان إصابات مفصل الكاحل مثلت ما نسبته 64% من مختلف إصابات الجسم.

لذى رأى الباحث أن برنامج العلاج الطبيعي والتأهيل البدني تعد من البرامج المهمة والضرورية لليابسين للاستعادة سرعة الشفاء لليابسين وسرعة عودتهم إلى الملاعب.

2- أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على:

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

3- فروض البحث :

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

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

4- مصطلحات البحث :

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

الالتواء (الاجزع): " هو إصابة رباط أو أكثر بالمفصل ، وتحدث عندما يدفع المفصل للحركة خارج المدى الطبيعي له . (6 : 142) الكفاءة الحركية : " هي أحد وسائل العلاج البدني الحركي الرياضي ، بغرض توظيف الحركة المفتوحة اهادفة سواء على شكل تمارين أو أعمال وظيفية أو مهارية ، وذلك لاستعادة الوظائف الأساسية للعضو المصابة وتأهيله بدنيا للعودة بكمادة لمارسة النشاط الرياضي أو اليومي " . (15 : 78) (31 : 28) (31 : 28)

1- دراسة سيف الدين صبيح (2019) (8) :

بعنوان أثر تمارينات الاتزان العضلي باستخدام جهاز (MB) المصمم في تأهيل اصابة الالتواء مفصل الكاحل الجانبي الوحشي لليابسين ويهدف البحث الى تصميم جهاز لقياس وتأهيل اصابة الرباط الجانبي الوحشي لمفصل الكاحل وكذلك اعداد تمارين توازن عضلي تؤدي باستخدام اجهزة المصمم. وشملت مجالات البحث على ادخال البشري المتمثل بليابسين المصابين بالالتواء مفصل الكاحل الوحشي المتوسط الشدة. وادخال الزمني من (10-12-2019) الى (3-2-2020). المجال المكاني المتمثل بدائرة العط الرياضي بغداد. استخدام الباحث المنهج التجاري بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي اذلاعاته طبيعة المشكلة، أشتمل مجتمع البحث على (16) رياضي من المصابين بالالتواء مفصل الكاحل الوحشي، العينة التي ساهمت في التجربة الاستطلاعية ، وقد اختار الباحثون عينة البحث بالطريقة العددية بعد إجراء الفحص عليهم من قبل جنة اختصاص تابعة لدائرة الطب الرياضي وبلغ عددهم (10 مصابين) بنسبة 62.5 % من مجتمع البحث تم تقسيمهما بالطريقة البسيطة (القرعة) الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) كل مجموعة (5) مصابين بنسبة 63.1.25 % المجموعة التجريبية تستخدم برنامج تأهيلي باستخدام اجهزة

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمرنات التأهيلية على إصابة لتواء مفصل القدم لدى لاعبي كرة اليد للناشئين بمدينة سوها

المصمم والمجموعة الضابطة تستخدم البرنامج التأهيلي الخاص بدائرة الطب الرياضي / بغداد. ومن خلال نتائج المعاجلات الاحصائية للبيانات التي جمعت في الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية لمتغيرات البحث استنتج الباحث أن تمارين التوازن التأهيلية التي اعدها الباحث باستخدام الجهاز المصمم كان لها الدور الفاعل في تقديم تأهيل اصابة التواء مفصل الكاحل (انجهة الوحشية) من خلال ظهور تحسن في (الاربطة الوحشية و توازن القوة العضلية للعضلات الخيطية بالمنفصل وزوايا المدى الحركي)، وإمكانية استخدام الجهاز المصمم في مراكم العلاج الطبيعي من قبل المختصين، وكذلك في استخدام الجهاز المصمم لتأهيل الالتواء الانسي وتحدد مفصل الكاحل.

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

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

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

بعنوان "تأثير الكرة الوظيفية Physioball والتمرينات التقليدية على الظهر والبطن والتوازن لدى السيدات المبتدئات، ويبلغ 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 التجاريي بتصميم المجموعة الواحدة باسلوب القياس القبلي والقياس البعدى لعينة البحث.

- مجتمع البحث :

تم تحديد مجتمع البحث للاعب كرة اليد المصايبين بالالتواء مفصل الكاحل داخل اندية مدينة سوها وبالغ عددهم 13 لاعب من الدرجة الأولى والدرجة الثانية والمتدددين على مراكز التأهيل البدني بمدينة سوها

- عينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من بين لاعبي كرة اليد لناشئين والمصايبين بالالتواء في مفصل القدم من الدرجتين الأولى والثانية دون التدخل الجراحي، وذلك تبعاً لتشخيص الطبيب المختص، ويبلغ عدد العينة (12) مصابين وتم استبعاد لاعب واحد (1) وذلك لإجراء التجربة الإستطلاعية وترواحت أعمارهم ما بين (18 - 22) سنة.

(ن=12)

الجدول رقم (1) يوضح مواصفات العينة

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

يلاحظ من الجدول رقم (1) أن قيم معاملات الاتواء لتوسيف 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 المشاركون في منافسات كرة اليد للأئدية داخل المدينة.
3. موافقة جميع أفراد العينة على الاشتراك في البرنامج .

- أدوات ووسائل جمع البيانات :

- جهاز رستاميتير لقياس الطول والوزن الكلي للمصاب.
- جنديوميتير لقياس المدى الحركي لمفصل الكاحل.
- حبل مطاط تصميم البرنامج التأهيلي المقترن:
- تنسوميتير لقياس القوة العضلية.
- لوحة الاتزان لقياس التوازن.
- استماراة 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) Gerber (2005م) (25)، اسامه رياض (2013م)(1)، ألونسو Alonso (2008م)(21)، 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 الفصوص والمشكلات التي واجهت هذه البرامج عند تصميمها، ثم قام الباحث بتصميم البرنامج التأهيلي المقترن 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 حده، وبلغت مدة البرنامج (12) أسبوع بواقع(3) وحدات أسبوعياً لكل حالة، وكان زمن الخلسة يتراوح ما بين(35: 60) دقيقة. وقد قام الباحثون بتطبيق تجربة البحث الأساسية في الفترة من 2022-4-1 – 2022-7-1

8- القياسات البعدية:

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

تأثير برنامج علاجي باستخدام التمارين التأهيلية على إصابة إلتواء مفصل القدم لدى لاعبي كرة اليد للناشئين بمدينتها سوها

٩- المعالجة الإحصائية :

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

١٠- عرض ومناقشة النتائج :

جدول رقم ٢ يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعدل التغير للقياسين القبلي والبعدي لعينة البحث المصادبة بالتواء مفصل الكاحل من الدرجة الأولى (ن=١٢)

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

*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) وبانحراف معياري (1.82)، بينما متوسط قوة العضلات لمفصل الكاحل في القياس البعدى هو (17.41) وبانحراف معياري (1.98) وأن قيمة ت المحسوبة (-19.00) وهي معنوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة وبنسبة تحسن 22.12% وذلك لصالح القياس البعدى.

جدول رقم (٣)

يوضح جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية في متغيرات الإنزان، وذلك بالنسبة للقدم المصابة بالتواء مفصل الكاحل من الدرجة الأولى

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

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

كما يلاحظ من الجدول أن متوسط متغير الإنزان لمفصل الكاحل في القياس القبلي هو (57.00) وبانحراف معياري (5.34)، بينما متوسط الإنزان في القياس البعدى 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 وبنسبة تحسن 2.12% وذلك لصالح القياس البعدى.

جدول رقم (4)

يوضح جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية في متغيرات والبسط والقبض وذلك بالنسبة للقدم المضادة بالتواء من الدرجة الأولى.
(ن=12)

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	نسبة التحسين %
مرونة البسط	القبلية	19.00	2.044	- 15.397	0.000	%66.41
	البعدي	23.16	2.329			
مرونة القبض	القبلية	34.91	2.539	- 8.693	0.000	%63.17
	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) 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 إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة و بنسنة تحسن 66.41% لمرونة البسط و 63.17% لمرونة القبض وذلك لصالح القياس البعدي لمتغير المرونة .

جدول رقم (5)

يوضح جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية في متغيرات ، الدوران للخارج، والدوران للداخل، وذلك بالنسبة للقدم المضادة بالتواء من الدرجة الأولى.
(ن=12)

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	نسبة التحسين %
دوران لداخل	القبلية	26.50	1.446	- 11.285	0.000	%4.14
	البعدي	29.08	1.240			
دوران للخارج	القبلية	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 البعدى هو (29.08) وبانحراف معياري (1.240) وأن قيمة ت المحسوبة (-11.285) وأما بالنسبة لمتوسط مرونة الدوران للخارج في القياس البعدى 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 وبنسبة تحسن 4.14% لمرونة الدوران للداخل و 10.59% لمرونة الدوران للخارج وذلك لصالح القياس البعدى لمتغير المرونة.

- مناقشة النتائج :

يوضح جدول (٢) وجود دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى لصالح القياس البعدى في جميع المتغيرات في حالة الإصابة بالالتواء مفصل القدم من الدرجة الأولى، حيث حدث تحسن في القوة العضلية بنسبة 22.12%， والاتزان بنسبة 2012%， أما حركة البسط بنسبة 6.41%， والقبض بنسبة 63.17%， والدوران للخارج بنسبة 10.59%， والدوران للداخل بنسبة 4.14% وهذا يتفق مع ما أشارت إليه كل من مها حنفى قطب، داليا على حسن، ريحاب حسن

محمد (2009)، إلى أن التمرينات التأهيلية، والتسلق من أفضل وسائل العلاج والتأهيل البدنى الأئمة لها من أثر هام في تخفيف الألم وزيادة المدى الحركي.(17: 132 - 168) مما سبق يتضح أن البرنامج التأهيلي المقترن له تأثير إيجابي على زيادة معدلات المدى الحركي، حيث توجد فروق دالة أحصائية في متغيرات المدى الحركي بسط مفصل الكاحل، قبض مفصل الكاحل، وبذلك يتحقق الفرض الثاني للبحث في تحسن الجمال الحركي لمفصل القدم المصاب بالالتواء من الدرجة الأولى والثانية لدى الرياضيين.

ويشير دافيد David (2009) إلى أن الهدف 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 إليه عبد الباسط صديق (2013) أن ممارسة التمرينات التأهيلية تؤدي إلى تحسين المرونة في المفاصل وبالتالي زيادة المدى الحركي للعضلات، (10: 116 - 134) وهذا يتفق مع ما أشار إليه فراج عبد الحميد (2005) أن التمرينات التأهيلية تزيد من مرونة المفصل وبالتالي زيادة المدى الحركي للمفصل، كما تزيد من تغذية العظام فتشمل بشكل سليم ، كما تعمل على زيادة مطاطية العضلات العاملة على المفصل (14: 106) وهذا يتفق مع ما أشار إليه وليد الدمرداش (2010) 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 القبلية والقياسات البعدية لدى مفصل الكاحل المصاب والذي اشار الى وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) بين القياس القبلي والقياس البعدى لصالح القياس البعدى أن متوسط متغير الاتزان للمفصل الكاحل في القياس القبلي هو (57.00) وبانحراف معياري (5.34)، بينما متوسط الإتزان في القياس البعدى هو (69.16) وبانحراف معياري (5.49) وأن قيمة ت المحسوبة (4.44 - 14) وهي معنوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية وذات دلالة وبنسبة تحسن 2.12 % وذلك لصالح القياس البعدى. وكذلك يوضح جدول(4) وجود فروق دالة إحصائي لصالح القياسات البعدية ، 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 البعدى هو (23.16) وبانحراف معياري (2.329) وأن قيمة ت المحسوبة (15.397 -) وأما بالنسبة لمرونة القبض في القياس البعدى هو

(38.75) وبانحراف معياري (1.544) وإن قيمة ت المحسوبة (8.693 -) وهي معنوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة و بنسبة تحسن 63.17% لمرونة البسط و ذلك ناصح القياس البعدي لتغير المرونة .

كما يوضح جدول (5) الفروق بين القياسات القبلية والقياسات البعدية لدى مفصل الكاحل المصاب والذي اشار الى وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي. ويبلغ 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) وإن قيمة ت المحسوبة (-11.285) واما 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 ذات دلالة و بنسبة تحسن 64.14% لمرونة الدوران للداخل و 10.59% لمرونة الدوران للخارج وذلك لصالح القياس البعدي لتغير المرونة يرجع الباحثون تلك الفروق بين القياسات القبلية والبعدية وزيادة نسبة التحسن في القوة العضلية والاتزان وال المجال الحركي لمفصل القدم المصابة لصالح القياس البعدي عن القياس القبلي إلى قوة وفاعلية البرنامج التأهيلي المقترن لعينة البحث، مما يدل على أن البرنامج التأهيلي المقترن له تأثير إيجابي وفعال وذلك لاستخدامه التمرينات التأهيلية التي كانت تهدف إلى تتميم المدى الحركي للعضلات العاملة على مفصل القدم المصاب، وذلك من خلال تمرينات الأطالة والمرونة السلبية والأيجابية التي تفدت خلال مراحل البرنامج التأهيلي، كما يتضح أن من الفوائد الفسيولوجية للتمرينات التأهيلية الحركية تحسين المرونة والمنطاطية للعضلات والأوتار والأربطة ، وأدى هذا التحسن إلى زيادة المدى الحركي . وهذا يتفق مع ما أشارت اليه صفاء توفيق (2007) 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 الغمرى " (2013) إلى أن من اهداف التأهيل الرياضي التي ينبغي أن تتحققها برامج التأهيل للأصابات المختلفة ، هي استعادة القدرة الحركية للعضو المصاب، وكذلك استعادة سرعة رد الفعل الأنقباضي الأرادى للعضو المصاب، بالإضافة إلى استعادة سرعة رد الفعل الارتخائي الأرادى للعضو المصاب، وكذلك استعادة قوة العضلات العاملة على العضو المصاب مما يؤدي إلى زيادة سرعة استعادة سرعة الأعمال الحركية للعضو المصاب.(16: 88) كما يشير أحد عبد التواب(2011) أنه يجب أن تقدم بتمرينات القوة من القوة الثابتة في المرحلة الأولى إلى استخدام الأوزان، الأستيك المقطاط، المقاومات المختلفة في جميع الأتجاهات وذلك في المرحلة الثانية من البرنامج.(2: 22) كما يرجع الباحث الفروق بين القياسات القبلية والبعدية وزيادة نسبة التحسن في متغير الاتزان سواء لمفصل الكاحل المصاب من الدرجة الأولى أو الثانية إلى قوة وفاعلية البرنامج التأهيلي المقترن، مما يدل على أن البرنامج التأهيلي المقترن له تأثير إيجابي وفعال وذلك لاستخدامه تمرينات الاتزان الثابت والمتتحرك، وتمرينات باستخدام غرض الاتزان الخشبي، والذي تم تطبيقه على عينة البحث، بالإضافة إلى تمرينات القوة العضلية. وهذا يتفق مع ما أشار اليه "وليد الدمرداش (2010) أنه يجب الاهتمام بالتمرينات التأهيلية وتدريبات الاتزان الثابت والمتتحرك لانها تساعده في تحسين درجة الاتزان للرجل المصابة.(20: 114) كما يوضح "جمال حمب " (2013) وسعية خليل (2008) أن البرنامج التأهيلي يؤثر بشكل إيجابي في تحسين درجة الاتزان لمفصل الكاحل المصاب مقارنة بالقياسات القبلية والتبعية والبعدية للطرف المصابة. (6: 214)

11- الاستنتاجات :

1. البرنامج التأهيلي المقترن 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 المقترن عند تأهيل إصابة التواء مفصل القدم.
2. تصميم برامج تأهيلية للمصابين بالتواء مفصل القدم في مراحل عمرية مختلفة لكلا الجنسين.
3. اهتمام المدربين بعوامل الأمان والسلامة واتباع أساليب التدريب الجيدة للوقاية من الإصابة بالالتواء بمفصل القدم.
4. عدم التسرع بالتجدد للتدخل الجراحي عند الإصابة بالتواء 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 (2012) م: "تأثير برنامج تمارين تأهيلية بعد التدخل الجراحي لأصابةقطع في الرباط الحارجي لمفصل القدم" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، القاهرة. مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية .
3. ٣١٩ . العدد السادس عشر. يناير ٢٠٢٠
4. أحمد عبد السلام عطيتو(2016): إصابات الملاعب والتعامل مع المواقف الطارئة، دار الكتاب الحديث للنشر، القاهرة.
5. ٥. أحمد عبد السلام عطيتو(2007):إصابات الملاعب والتعامل مع المواقف الطارئة، دار الكتاب الحديث للنشر، القاهرة.
6. ٦. أسامة رياض (2013): الطب الرياضي وألعاب القوى ، دار الفكر العربي، القاهرة
7. جمال محب احمد(2013): فاعلية برنامج تأهيلي مقترن لمصابي التمزق الشاذ لركبة اللاعبين" ، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، القاهرة.
8. سمعة خليل محمد(2008): "أصابات الرياضيين ووسائل العلاج والتأهيل" ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
9. سيف الدين صلاح الدين صبيح (2019) : اثر تمارين الازران العضلي باستخدام جهاز (MB) المصمم في تأهيل اصابة التواء مفصل الكاحل الجانب الوحشي لرياضيين، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى.
10. ٩. صفاء توفيق عزمي عطا(2007): فاعلية التمارين وبعض الوسائل العلاجية الحديثة على التخلص من التقلص العضلي لعضلات الرقبة للسيدات من ٣٠-٢٥ سنة" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات، الجزيرة، القاهرة.
11. عبد الباسط صديق (2013): "قراءات حديثة في الإصابات الرياضية - برنامج التأهيل والعلاج " ، ماهي للنشر والتوزيع ، الإسكندرية.
12. عبد الرحمن عبد الحميد زاهر (2004): موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها نصفة مصر ، الطبعة الثانية، القاهرة

- .13. علي جلال الدين (2007م) : الإضافة في الإصابة الرياضية ، الطبعة الثالثة ، الزفازيق .
- .14. فراج عبد الحميد توفيق (٢٠٠٥م) : "أهمية التمارينات 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 قدرى بكرى، سهام الغمرى (2013م): الإصابات الرياضية والتأهيل البدنى ، دار المنار للطباعة ، القاهرة .
- .17. مها حنفى قطب، داليا على حسن، ريحاب 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 تحفيق ألم مفصل الكتف لمن لدى لاعبي الكرة الطائرة، مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية المجلد (1) الإصدار(6) ، الصفحات: 189-208
- .19. هاشم شريف درينى(2010م): "تأثير برنامج للتمرينات التأهيلية والعلاج المائي للحد من آلام أسفل الظهر لدى رياضي رفع الأثقال" ، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية رياضية للبنين
- .20. وليد محمد الدمرداش (2010م) : تأثير برنامج بدني علاجي تأهيلي مقترن على ناشئ كرة السلة المصابين بتمزق وتر أكيليس" ، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة . الاسكندرية
- .21 Alonso, A.(2008): " The Medical Tests To Injuries Ankle Tendo ", The Jurnal 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 MCRA FRCS(C).
- .24 Ekstrand & Jan, et all (2009): 'The Incidences Of Ankle Sprains In Orienteering", Jul, 544, No (3), P. 621-627, Sweden. Ankle", American Jurnal Of Sport Medicine (Waltham - Mass) 26 (2), Mar/Apr, 271-277, U.S.A
- .25 Gerber, J. P, et all. (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 Tournamentsand the Olympic Games. American Jurnal of Sports Medicine, 32, 805-895.
- .27 Kirk Patrick, D. P. (2009): " The Snowboarders Injuries Foot and -25 Sanders Mary, Elizabeth(2011): "Selected Physiological Training
- .28 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 المعمالي

المقدمة ومشكلة البحث :

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

وعلي الرغم من أن البحوث العلمية أثبتت أن الفرد له إمكاناته الجسمية الخاصة التي تؤهله إلى التفوق في أنشطة معينة والفرد وحدة متكاملة متوازنة بين العقل والجسم والروح مما يستدعي إلى تفهم طبيعة الفرد واحفاظه على 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 تتماشي مع طبيعة العمل ونوع النشاط . (39 : 3)

ان وجود التشوهات (الإصابات) يقلل من كفاءة عمل المفاصل والعضلات العاملة في منطقة التشوه سواء كان من الناحية الوظيفية او الميكانيكية وهذا يؤدي إلى حدوث خلل وظيفي وحركي في الجسم عامة وفي منطقة الإصابة خاصة . (39 : 7)

ويرى الباحث ان الإمكانيات العقلية والبدنية والنفسية تختلف من نشاط الى اخر حسب متطلبات اللعبة فالإصابات تختلف تبعاً لذلك حسب طبيعة أداء أي لعبة وعلى ذلك ، فان إصابات الألعاب الفردية تختلف عن إصابات الألعاب الجماعية ، كما تختلف في الرجال عنها في السيدات كذلك حسب طبيعة الأداء في اللعبة نفسها . (35 : 8) (71 : 12)

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على أكثر الإصابات حدوثا وأسباب حدوثها لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الزيتونة.

تساؤلات البحث :

1 / ما هي أكثر الإصابات حدوثا لدى طلاب كلية التربية البدنية . جامعة الزيتونة.

2 / ما هي 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 . (8 : 14)

المخل :

يعرف بأنه خروج رأس العضد من المفقرة الحقيقة في عظم لوح الكتف بعيداً 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 بالجسم أو أي قوة خارجية بحيث تؤدي إلى تفرق الشعيرات الدموية . (13: 12)

الملاخ :

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

الألم :

إن الألم ناتج عن اثارة الألياف العصبية العارية المنتشرة في الأنسجة وهناك ثلاثة هي : ألم جلدي - ألم عميق - ألم احتشائي . (23: 11)

درجات الإصابة:

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

الإصابات المففلة يكون سطح الجلد سليماً، أما الإصابات المفتوحة فتحدث تحنكـات على سطح الجلد وغالباً ما تتعرض الإصابة للتلوث أما من حيث الاتساع في الإصابات الشديدة تميز بتهتكـاتها كبيرة في الأنسجة ويمكن تحديدها بالعين المجردة(5:81)

1- الإصابات البسيطة: هي تلك الإصابات التي لا ينتجه عنها تحنكـات كبيرة، كما لا تؤدي أيضاً إلى نقصان في الكفاءة العامة أو الكفاءة الرياضية للشخص، ويبلغ نسبتها 69% .

2- الإصابات المتوسطة: وهي التي ينتجه عنها تأثيرات على الجسم ، كما تؤدي إلى نقصان في الكفاءة العامة وأيضاً الكفاءة الرياضية التي يتسبب عنها نقص القدرة على مزاولة النشاط لفترة من الوقت ، بلغ نسبتها 26% .

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

الأسباب العامة للإصابة :

- 1- التدريب غير العلمي.
- 2- عدم التنسيق والتوافق في تدريبات المجموعة العضلية اللاعب.
- 3- سوء تحضير البرنامج التدريسي.
- 4- عدم الاهتمام بالإحماء الكافي والمناسب.
- 5- عدم ملاحظة المدرب اللاعب بدقة.
- 6- سوء اختيار مواعيد التدريب.
- 7- مخالفة الروح الرياضية.
- 8- مخالفة المواقف 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)

اعراض وظاهر 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 توان يجب الإجابة على الثلاثة أسئلة لتحديد إمكانية عودة اللاعب إلى الملعب.
ب) وجود أعراض إصابة عصبية مثل التخدّر أو التنمّيل أو الإحساس بحرقان أو عدم القدرة على التحرّك وغيرها من مظاهر إصابة الأعصاب .

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

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

ه) 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 الأولى لمرضى القلب أو الإصابات الخطيرة بواسطة التقليل من النزيف والحفاظ على المجرى النفسي نظيفة ومفتوحة أحياناً إعادة تشغيل 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) أخذ من الألم والتهاب الأنسجة.

و) أخذ من انتشار الورم.

ر) أخذ من المضاعفات التي قد تسببها الإصابة. (255:6)

• قواعد عامة للإسعافات الأولية في الملابع:

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

ب) في حالة وجود تنريف من كثرة مضاعف يربط رباط ضاغط على مكان المخروج لإيقاف النزيف وحماية المخروج من التلوث.

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

د) يمكن استخدام الجيابر والعلاقات السابقة للتجمير.

هـ) في حالة عدم توفر الجيابر يمكن استخدام أي شيء موحد بالبيئة الخيشية كالألواح الخشبية جرائد ومجلات جيابر مصنوعة من الكرتون المقوى، سعف التخييل المصاب نفسه، وفي أسوأ الحالات يمكن أن تستخدم الساق السليمة كحجرة الساق المصابة، أو صدر المصاب كجيبرة لذراعه المكسورة.

و) تضع الخبرة حسب القواعد المعروفة لتشييد العضو المصاب.

ر) يجب أن تثبت الخبرة مفصل أعلى الكسور ومفصل أسفله.

ج) يجب مراعاة الخبرة والأربطة المثبتة لها لا تسبب احتباس في الدورة الدموية. (81:3)

الدراسات السابقة :

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

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

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة :

- انها تركز على تحليل ومعرفة الإصابات والانحرافات القوامية والتعرف على نوع الإصابات الأكثر انتشارا .
- ويرى الباحث أنه توجد علاقة بين نوع اللعبة والإصابة والانحرافات المنتشرة بين اللاعبين .

منهج البحث:

من أجل تحقيق أهداف البحث قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي وذلك ملائمته لطبيعة هذا البحث .

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على 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 استبعد (12) طالب نظراً لتغييدهم وعدم انتظامهم والتزامهم حيث أصبح العدد (70) طالب .

أدوات البحث :

ثم تحديد أداة البحث والتي تمثل في الاستبيان موجه إلى 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

نوع الإصابة	النوع	نسبة المئوية
الخلع الجزئي	الخلع الجزئي	% 17.4
الخلع أو الالتواء	الخلع أو الالتواء	% 35.7
الخلع الكامل	الخلع الكامل	% 2.85
إصابات مفصل المرفق	إصابات مفصل المرفق	% 14.28
إصابات مفصل الكتف	إصابات مفصل الكتف	% 21.4
إصابات مفصل الركبة	إصابات مفصل الركبة	% 32.85
إصابات مفصل رسغ اليد	إصابات مفصل رسغ اليد	% 25.71
إصابات العمود الفقري	إصابات العمود الفقري	% 22.85
إصابات الصدر	إصابات الصدر	% 2.85
إصابات الرأس	إصابات الرأس	% 21.4
إصابات البطن	إصابات البطن	% 10

من الجدول يتضح أن إصابة الملح أو الالتواء أكثر الإصابات تليها مفصل الركبة و إصابة رسغ اليد وليها الإصابات الأخرى بحسب مختلفة كما هو موضح بالجدول .

جدول رقم (2)

يبيّن فترة الإصابة التي يتعرض لها الطالب

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

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

جدول رقم (3)

يبيّن استمرارية الإصابة أو عدم استمراريتها

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

يبيّن جدول استمرارية الإصابة بلغت 18.57% كما موضح بالجدول .

جدول رقم (4)

يوضح التأثير على مستوى الطالب من الإصابة

تأثير الإصابة على المستوى الإصابة	التكرار	النسبة المئوية	ت
نعم	15	% 21.4	1
لا	50	% 71.42	2

يبيّن جدول رقم (4) تأثير الإصابة على الطلاب ، كانت نسبة التأثير على المستوى العلمي 21.4% كما هو موضح بالجدول تعتبر نسبة عالية .

جدول رقم (5)

يوضح أسباب الإصابة حسب الأهمية

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

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

جدول رقم (6)

يبيّن المواد الدراسية الأكثر حدوثاً للإصابة

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

جدول رقم (7)

يوضح السنوات الأكثر تعرض للإصابة

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

يتضح من جدول رقم (7) أكثر السنوات تعرضاً للإصابة تبين أعلى نسبة هي السنة الأولى .

جدول رقم (8)

يوضح الإصابة في أي وقت في السنة الدراسية

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

جدول رقم (9)

يبين إضافات أخرى في مجال الإصابات

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

جدول رقم (10)

يوضح الإصابة في وجود الأستاذ

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

- مناقشة النتائج :

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

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

وبالنظر إلى الجدول (2 - 3 - 4) نجد أن استمرارية الإصابة لدى الطالب بلغت (18.57 %) مما يؤثر على مستوى الطالب 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 لدى الطالب 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 الجمباز بنسبة (14.28 %) ، يليها المواد الأخرى حسب الجدول .

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

ويتضح من جدول رقم (7) الخاص بأكثر السنوات تعرضها للإصابة هي السنة الأولى الأكثر من بين السنوات الأخرى وهذا يرجع أن الطالب غير ملم باللياقة البدنية والمهاراة مما يؤدي إلى إصابته .

ويبين من الجداول (8 - 9 - 10) أن الإصابات تحدث في وجود أستاذ المادة وهذا يرجع إلى عدم اهتمام الطالب بتركيز على الشرح والأداء ، وأيضاً عدم فهم للمهارة والأداء أو التدريب غير الكافي وعدم استعداد الطالب للتمارسة وفي جدول (8) يتضح أن أعلى نسبة للإصابة تحدث في منتصف العام الدراسي ، يرجع إلى أن الطالب في فترة الراحة يقضون فترة بدون تدريب على الأنشطة والمهاراة والألعاب .

ويبين من جدول رقم (9) وجود ملاحظات لابد أن يأخذ فيها بعين الاعتبار في الكلية من حيث مراعاة الامن والسلامة أثناء الحاضرات من جانب الأستاذ ، وأن ينبه الطلاب أكثر والتركيز على الإرشادات والشرح والملاحظات من جانب الأستاذ ، وفي ذلك توصل الباحث إلى أن إصابات الملح أو الالتواء قد حققت أعلى نسبة من الإصابات تليها إصابة الركبة ثم إصابة الركبة ثم إصابة رسغ اليد وهذا ما يتحقق التساؤل الأول الذي ينص على ماهي الإصابات أكثر انتشاراً بين طلاب كلية التربية البدنية ، كذلك توصل الباحث إلى أن أسباب حدوث الإصابات تمثل في عدم الاهتمام بفترة الاحماء تليها انخفاض اللياقة البدنية وضعف العضلات والاستعداد البدني وعدم صلاحية الأجهزة والأدوات وبذلك يكون قد تتحقق التساؤل الثاني الذي ينص على ماهي أسباب حدوث الإصابات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الزيتونة .

- الاستنتاجات :

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

أ- أكثر الإصابات حدوثاً لدى الطلاب :

- 1- الملح أو الالتواء .
- 2- إصابات الركبة .

- 3 رسم (اليد - القدم
 - 4 الكتف .
 - 5 المرفق .
 - 6 العمود الفقري .

بـ- إن الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإصابات لدى الطلاب :

- 1 عدم كفاية فرقة الاعداد والاحماء .
 - 2 عدم الاستعداد البدني .
 - 3 عدم صلاحية الأجهزة والأدوات .
 - 4 ضعف اللياقه البدنيه .

ج - أكثر السنوات تعرض للاصابة :

- 1 السنة الأولى .
 - 2 السنة الثانية .

د- المُواد الدراسية الأكتر حدوثاً للإصابة :

- 1 الميدان والمضمار .
 - 2 الجمباز .

هـ- أى إضافات أخرى :

- 1 عدم صلاحية الأجهزة والأدوات .
 - 2 عدم توفر عوامل الامن والسلامة .

- الاستنتاجات :

ما تم التوصل اليه من نتائج يوصي الباحث بما يلي :

- الاهتمام بالأحياء وفترة الاعداد الكافي لها من أهمية كبيرة لتهيئة كافة أعضاء الجسم للأداء .
 - الاهتمام بالإصابات التي تحدث للطلاب ولو كانت بسيطة .
 - التأكيد على توفير عوامل الامن والسلامة .
 - التركيز على ضرورة اتقان المهارات الأساسية للعبة .
 - التركيز على اتباع الارشادات والنصائح من أستاذ المادة إلى الطلاب أثناء الشرح .
 - توفير الطبيب الاخصائي يتواجد أثناء العمل والممارسة .
 - توفير سيارة اسعاف خاصة بالكلية .

المراجع -

1. افتخار أحمد الموانى وحنان سليمان : دراسة تحليلية للإصابات في اعداد الفرق الوطنية . المؤثر العلمي لكلية التربية الرياضية البنات جامعة الرقازيق ، (1989) .
 2. جمال زربية : أكثر الإصابات حدوثاً بين لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض الانحرافات القومية لكلية التربية البدنية ، رسالة ماجستير ، طرابلس - ليبيا ، (1995) .

3. أسماء رياض: الإسعافات الأولية للإصابات الملاعبة، درا الفكر العربي، القاهرة ، 2002
4. حسن النواصرة : إصابات التمزق في اربطة مفصل الكاحل وعلاقته ببعض القياسات الجسمية والتشربجية لكلية التربية الرياضية للبنين الاسكندرية (1984) .
5. محمد حسن علاوي: سيكولوجية الإصابة الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998 ص 9
6. زينب عبد الحميد العام: التدريب 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، 42004م.
8. سرور أسعد منصور : القوام عيوبه تشوئاته ووسائل علاجه وطرق المحافظة عليه ، دار المعارف الإسكندرية ، (1985).
9. عماد عبد الرحمن : الطبع الرياضي ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل (1989).
10. فؤاد السامرائي وهاشم إبراهيم : الإصابات الرياضية والعلاج الطبيعي ، الطبعة الأولى ، شركة الشرق الأوسط للطباعة، القاهرة ، (1988) .
11. محمد السيد شطا : 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 الأولى ، (1992) .
14. مختار سالم : إصابات الملاعب ، الطبعة الأولى ، دار المريخ للنشر ، (1987) .



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

أ.أبوبكر سالم عمر أوجيدة

المقدمة ومشكلة البحث :

يتميز العصر الذي نعيش فيه بالمتغيرات السريعة والتطورات المذهلة في جميع جوانب المعرفة العلمية ، ولنكان وظيفة التربية هي إعداد الأفراد للحياة المدنية لكي يكونوا مواطنين منتحرين و المتعلمين ، وبعد التدريس من الجوانب التربوية التي تحتاج إلى تحديث لتلاءم العصر التكنولوجي الذي يخطو خطى واسعة وقفزات سريعة نحو اكتشاف المعرف على نحو الذي يتماشى مع الوسائل التعليمية الاعتيادية التقليدية المعتمدة على حفظ واستظهار المعلومات لذلك لابد من إيجاد وسائل تعليمية جديدة تختتم ببناء المتعلم وتزويده بالخبرات التعليمية المتنوعة والمطلوبة خل المشكّلات العلمية والحياتية فضال على تنمية مهاراته العقلية والفكيرية.

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

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 والتقويم لكل العمليات المتضمنة في التعلم والتدريس في ضوء أهداف معينة مؤسسة على نتائج التعليم لدى الإنسان، فهي اتصال وتوظيف لتوليف من المصدّرات البشرية وغير البشرية لإحداث أكبر تأثير في التدريس.

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

إن التقنيات التربوية لها دور مهم في ادخال التربوي التعليمي، حيث أصبحت وسيلة تعليمية فعالة تساعد المعلم على زيادة التعليم المناسب لكل متعلم على حده في صورة تدريس خصوصي، حيث تقوم البرمجيات على دمج وسائل أو أكثر من وسائل الاتصال التي يتم ضبطها و معالجتها عن طريق الكمبيوتر لتقديم المعلومات في افراص مدبجة تحتوي على صور ثابتة وال المتحركة ولقطات الفيديو والمؤثرات الصوتية والخوارق والالوان والخطوط . (61 : 5)

وتشير هذه الوسائل بالتنوع من خلال الوسائل المتعددة ، التي تعمل على إبعاد الملل وحرية الاختيار و تشجيع المتعلمين على ممارسة الأنشطة و تسهل عملية التدريس من خلال وجود وسائل معيّنة وأدوات وأجهزة مناسبة وجود معلم متّفهم لما لديه وهو مهوب وقدر على إدارة وتسهيل درسه وبذلك تتحقق كافة أهداف درس التربية البدنية والرياضية .

أن دخال التقنيات التربوية الحديثة في التعليم يمكن أن يخلصنا من الانفلات التعليمية البالية قبل فوات الاوان بشرط استخدامها استخداماً منظماً في عملية التعليم الأساسية وهي عملية كيف يحصل المتعلم على الحقائق و ينتفع بها. (34 : 11)

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 الوسائل و التقنيات التي يستخدمها المعلم في الموقف التعليمي لتوسيع الحقائق والأفكار للتلמיד بجعل درسه أكثر إثارة وتشويقاً.

وفي ضوء ذلك يشير "عبد الله عبد الرحمن" (1999م) أن التربية لابد 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 ان عملية التدريس في بدرس التربية البدنية تتم في غياب التقنيات التربوية الحديثة لأسباب عديدة ومنها عدم اهتمام معلمي التربية البدنية بعمليتي التخطيط والتنفيذ لأهداف المقررات الدراسية و عدم استخدام التقنيات التربوية في المواقف التدريسية المختلفة حتى أصبحت عملية التدريس تتمرّك حول الروتين التقليدي وهو الشرح والالقاء للمعارف والمعلومات دون النظر إلى احتياجات المتعلمين وفروعهم الفردية واستشارة 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 ومؤشرات خاصة وبرامج متميزة . إن هذا الدور للوسائل التعليمية يعيد التأكيد على تنامي الأبحاث حول أهمية الوسائل التعليمية في توسيع خبرات المتعلم وتنوير بناء المفاهيم وتحفيزي المحدود الجغرافية والطبيعية ولا ريب أن هذا الدور تضاعف حالياً بسبب التطورات التقنية المتلاحقة التي جعلت من البيئة الحيوطة بالمدرسة تشكل تحدياً لأساليب التعليم والتعلم المدرسية لما تزخر به هذه البيئة من وسائل اتصال متنوعة تعرض الوسائل بأساليب مثيرة ومشوقة وجذابة. (16 : 8)

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

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

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف إلى :

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

مسؤوليات البحث :

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

مصطلحات البحث :

التقنيات التربوية :

هي مجموعة الاجهزه و الادوات و المواد و الخاسب الالي التي يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعليم والتعلم و تقصير مدها و توضيح المعاني و شرح الافكار و تدريب التلاميذ على المهارات. (32 : 4)

درس التربية البدنية :

درس التربية البدنية و الرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطوة الشاملة لمنهج 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. (102 : 6)

الدراسات السابقة :

1 . دراسة يحيى محمد ملوم و إيمان فرج يشير (2017) : " معوقات استخدام التقنيات التربوية بدرس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي " يهدف البحث إلى التعرف على واقع استخدام التقنيات التربوية والمشكلات التي تعيق توظيفها في عملية التعلم بدرس التربية البدنية واستخدام الباحثان استيانة للحصول على البيانات طبقاً على عينة قوامها (80) معلم و معلمة من معلمي التربية البدنية بمدينة " تاجوراء " وأظهرت النتائج أن 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 المقرارات الخاصة بالأعداد المهني لعلم التربية البدنية .

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

3 . دراسة "مرعي الشهري" (2011) بعنوان " واقع إستخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية ومديري المدارس بمدينة الطائف " تهدف الدراسة إلى التعرف على واقع إستخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية ومديري المدارس بمدينة الطائف، يستخدم الباحث المنهج الوصفي، وإشتملت عينة البحث على (90) منهم (10) مشرفين تربويين، (80) مدير مدرسة،

وأستخدمت الإستبانة أداة جمع البيانات، وكانت أهم النتائج عدم توافر التقنيات الخديثة في تدريس التربية الإسلامية للمرحلة الابتدائية، عدم إستخدام التقنيات الخديثة، وجود معوقات إلى حد ما عند إستخدام التقنيات الخديثة في تدريس التربية الإسلامية .

4. دراسة "علاء الدين صالح، حمدى 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 إستخدام التقنيات التعليمية في تدريس المناهج بكليات التربية الرياضية والمعوقات التي تحول دون إستخدام التقنيات التعليمية في تدريس المناهج بكليات التربية الرياضية، وإستخدام 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 لاستخدام التقنيات التعليمية وهي (عدم كفاية التقنيات التعليمية، وجود نقص في الدورات التدريبية لأعضاء هيئة التدريس).

منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسرحي المناسبة لطبيعة هذا البحث ويتسم بالموضوعية .

متحضر البحث :

يتمثل 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%) تقريراً من مجتمع البحث و المدخل رقم (1) يوضح مجتمع وعينة البحث .

المدخل رقم (1)

يوضح توصيف مجتمع البحث للمعلمين

النسبة	العدد	المتغير	المعلمون
%57	51	معلم	
%43	39	معلمة	

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 استبيان تناسب 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 استبيان الاستبيان على السادة الخبراء و عددهم (5) بمدف 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 الأولية على الخبراء في الشكل النهائي كما تم عرض عبارات الاستبيان ، على السادة الخبراء لإعطاء الرأي حول مدى مناسبة العبارات وكانت عدد العبارات في الصورة الأولية (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) إفراد 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 إثناء الإجابة لاستخراج المعاملات العلمية .

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

الدراسة الأساسية :

بعد التأكيد 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 إفراد عينة البحث .

الإجراءات الإحصائية :

استخدم الباحث الإجراءات الإحصائية التالية:

- 1. النسبة المئوية .
- 2. الوسيط .
- 3. الوجه .
- 4. الانحراف المعياري .
- 5. معامل الائفاء .

عرض النتائج ومناقشتها :

المجدول رقم (2)

يوضح التوزيع التكراري لاجابات إفراد عينة البحث

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

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

المدخل رقم (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم الوسيط ومعامل الالتواء

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

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

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

يتضح من خلال إجابات المبحوثين 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 ، و عدم 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 وتفق هذه النتيجة مع كلا من مهدي سالم (2001) و محمد علي (2009) ان هناك بعض العوامل التي تعيق استخدام التقنيات في البرامج التعليمية و منها نقص الإعداد المنهي للقائمين بالتدريس، وارتفاع 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 الالزمة 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 بالเทคโนโลยيا و كفايات المهارة الفنية لتكنولوجية 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 ملتمي التربية البدنية في كيفية استخدام التقنيات التربوية.
- 3- عدم وجود غرفة خاصة بالوسائل التعليمية يدرس 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 ناطر (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 والعلم الفردي ، كلية التربية النوعية ، جامعة الاسكندرية .
- 6- حسن شلتوت ، حسن عوض (د . ت) التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 7- خالد محمد السعود. (2008) تكنولوجيا ووسائل التعليمية وفعاليتها ، مكتبة المجتمع العربي للنشر ، عمان ،الأردن.
- 8- سهيلة محسن (2010) محاضرات في التقنيات التربوية ، كلية التربية الأساسية قسم التربية الرياضية، المراحل الثالثة، الجامعية المستنصرية .
- 9- شفي نادر سعيد (2008) مقدمة في تقنيات التعليم ، دار الفكر طبعة 1 ، عمان ،الأردن .
- 10- عبدالله عبد الرحمن الكعبي (1999) تكنولوجيا التعليم وتفعيل العملية التربوية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 11- علاء الدين صالح ، حمدى 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 ، ط 2 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .
- 14- محمود ، الخيلة محمد. (2009) تصميم وانتاج الوسائل التعليمية التعليمية ، ط 5 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ،الأردن.
- 15- مرجعي الشهري (2011) واقع استخدام التقنيات الحديثة في تدريس التربية الإسلامية ومديرى المدارس بمدينة الطائف.
- 16- ناهد محمد سعد و نيلي رمزي فهمي (1984) طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية .
- 17- بولرياح نصیر وغريب نجيب (2014) واقع استخدام طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي " ، رسالة ماستر غير منشورة، معهد علوم وتقنيات الشهادات البدنية والرياضية ، جامعة ورقلة - الجزائر .
- 18- بخيت 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 البهلوان 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 يأسلوب 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 ملائمة لطبيعة البحث ، وبلغ عدد أفراد العينة الأساسية للبحث (40) طالب بنسبة (14.14%) من إجمالي مجتمع البحث، وقد ثبتت معالجة البيانات وكانت أهم النتائج أنه هناك علاقة ارتباط دالة إحصائية بين بعض المهارات النفسية ومستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي.

١_١ مقدمة وأهمية البحث :

تعتبر رياضة الجمباز الفني من الرياضات الفردية 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 والارتفاع بمستوى قدراته واسكاناته 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 غضونها تعليم وتدريب المهارات النفسية (العقلية) في إطار عملية التدريب العقلي (5 : 192) .

والمهارات النفسية دائماً متغيرات تابعة مهمة في البرامج الخاصة بتحسين الأداء ولهذا فإنه من المهم أن تكون كمدرسين قائمين على عملية تدريب وتعليم المهارات الرياضية قادرين على تقدير التغير في هذه المهارات كوسيلة لتقييم كفاءة البرنامج التدريسي والتعليمي .

١_٢ مشكلة البحث :

من المعتقدات الرئيسية في علم النفس الرياضي أن المهارات النفسية تعتبر محلات مهمة للأداء الرياضي ، وهذا تم توجيه اهتمام ملحوظ للتعرف على المهارات المناسبة وارشاد المدرسين والرياضيين وخبراء الرياضة حول كيفية تعليم وتطبيق تلك المهارات. فالمهارات النفسية هي تلك المهارات التي يمتلكها اللاعبون مرتبطة بتحقيق الأداء البدني والمهاري الفائق، وتوحد في العقل، حيث يستطيع اللاعب استخدامها تبعاً لظروف الموقف التدريسي 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 إنجاز 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 المتساوي الذي هو من متطلبات الأداء للسنة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة دراسة العلاقة بينها وبين مستوى الأداء المهاري، فمن خلال اطلاع الباحثة على العديد من الدراسات السابقة والمرتبطة بمهارات النفسية وكذلك من خلال عملها كعضو هيئة تدريس مادة الجمباز الفني بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظت أن أغلب الطلاب يعانون من وجود ضعف في الاهتمام بمهارات النفسية مما يظهر نتائجه على الطلاب أثناء إجراء الامتحانات مما دفع الباحثة لدراسة هذه المشكلة ، ومن هنا وجوب 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 التدريبية والتدريسية للارتفاع بمستوى الطلاب والذي يغفل عنه الكثير من المدرسين الذين يحرضون على تصحيح الأخطاء وذلك بالذريعة 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 .

3_1 أهداف البحث :

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

4_1 فرض البحث :

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

5_1 مجالات البحث :

1_ المجال المكانى :

صاله الجمباز بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية .

2_ المكان البشري :

الطلاب المقيدين بالسنة الثانية للعام الجامعي (2021_2022م) .

3_ المجال الزمني :

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

6_1 المصطلحات المستخدمة في البحث :

المهارات النفسية :

هي برامح منظمة تربوية تقسم لنقديم المساعدة لكل من اللاعب والمدرب بغرض تحسين الأداء واتقاده فضلاً عن جعل ممارسة الرياضة مصدر للاستمتاع . (2 : 81)

2 الدراسات النظرية والمشابهة :

2_2 الدراسات المشابهة :

1_ دراسة رامي صالح حلاوة (2017) (4)

بعنوان " 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 البرموك ، 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 العrandomية من الطلبة المسجلين لمسابقات ألعاب القوى للعام الدراسي 2014_2015م ، وجمع البيانات استخدم الباحث أدلة 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 منساق 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 صيري حسن ومؤيد عبد الرزاق حسو وشذى حازم سعد الله (2018) (8)

بعنوان " المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن لطلابات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة " ، تهدف الدراسة إلى التعرف على المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن لطلابات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الاربطة ملائمة 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 تمايز بين المهارات النفسية (الفقة بالنفس ، القلق ، دافعية الانجاز ، تركيز الانتباه) ومستوى الأداء للدحرجة الأمامية والخلفية على جهاز عارضة التوازن وذلك بدلالة معنوية في قيم معامل الارتباط .
- لم ترتفع قيم معامل الارتباط بين المهارات النفسية (الاسترخاء ، التصور العقلي) ومستوى الأداء للدحرجة الأمامية والخلفية على جهاز عارضة التوازن .

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

بعنوان " المهارات النفسية والسلوك التنافسي وعلاقتهما بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي بطولة الجمهورية للتنس (2018) " ، تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى توافق المهارات النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي التنس ، والمهارات النفسية والسلوك التنافسي وعلاقتهما بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي التنس ، والعلاقة بين المهارات النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبي التنس . وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ملائمة طبيعة البحث ، وقد تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بالطريقة العrandomية من لاعبي التنس المشاركون 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 وختبار السلوك التنافسي وختبار 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 :

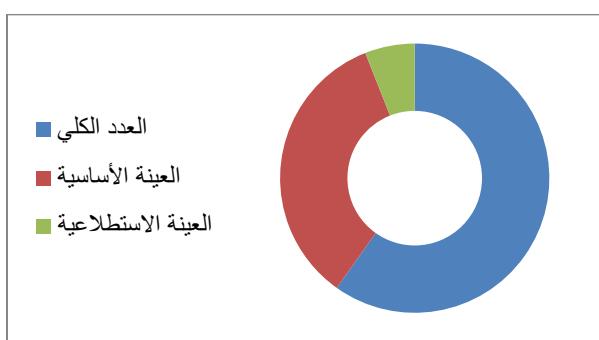
تمثل مجتمع البحث في طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية المقيدين بالسنة الثانية للعام الجامعي 2021_2022م وبالعديد (70) طالب.

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

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



الشكل (1) التوزيع النسبي للعينة الأساسية من مجتمع البحث

يتضح من خلال الجدول والشكل البياني رقم (1) بأن العدد الكلي ل المجتمع البحثي 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_ استماراة تقييم مستوى الأداء المهاري :

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

2_ مقياس المهارات النفسية :

استخدمت الباحثة مقياس المهارات النفسية المعد مسبقاً (3) حيث يتتألف المقياس من 46 فقرة تقييم ستة مهارات نفسية وهي (الثقة بالنفس ، القلق ، دافعية الانجذاب ، 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_ 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 الاستماراة وتفریغ البيانات تبين وجود نسبة اتفاق تراوحت ما بين (90% - 100%) وبهذا الإجراء تم التأكيد من صدق المقياس المستخدم في البحث الحالي .

2_ ثبات المقياس :

استخدمت الباحثة طريقة تطبيق المقياس واعادة 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 لمحاور المقياس .

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

معامل الثبات					وحدة المقياس	المتغيرات الإحصائية المهارات النفسية
	القياس البعدى	القياس العقللى	سَ	سَ		
	± ع	± ع	سَ	سَ		
* 0.993	3.468	16.556	3.528	17.333	الدرجة	الثقة بالنفس
* 0.832	2.108	17.000	1.832	17.556	الدرجة	القلق
* 0.917	1.803	18.500	1.462	18.833	الدرجة	دافعة الانجذاب
* 0.836	2.027	17.125	3.152	16.250	الدرجة	الاسترخاء
* 0.760	1.484	14.714	1.917	15.571	الدرجة	التصور العقلي
* 0.829	2.295	16.857	2.060	17.429	الدرجة	تركيز الانتباه

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 لغيرات المقياس ويصبح المقياس بصفته النهائية صالحًا للتطبيق على عينة البحث الأساسية .

3_3 الدراسة الاستطلاعية :

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

3_4 تفاصيل الدراسة الأساسية للبحث :

— تطبيق مقياس المهارات النفسية :

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

— اختبار مستوى الأداء المهاري على جهاز المتوازي :

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

3_5 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث :

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط .
- النسبة المئوية .

4 عرض ومناقشة النتائج :

4_1 عرض النتائج :

في ضوء البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها عند تفاصيل 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

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

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 ن= 40

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات الإحصائية
0.455	3.575	الدرجة	الطلوع للارتكاز من المرجحة الخلفية أو الأمامية
0.644	3.400	الدرجة	الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقطع
0.659	3.125	الدرجة	المرجحة أماماً من الارتكان المتقطع
0.589	3.450	الدرجة	المرجحة من وضع الارتكان على العضدين
0.740	2.875	الدرجة	الوقوف على الكتفين
0.742	3.238	الدرجة	الهبوط من المرجحة الأمامية أو الخلفية

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 الطلع للارتكاز من المرجحة الخلفية أو الأمامية (3.575) وبانحراف معياري (0.455) ، بينما مهارة الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقطع فقد بلغ المتوسط الحسابي (3.400) والانحراف المعياري (0.644) ، بينما مهارة المرجحة أماماً من الارتكان المتقطع كان المتوسط الحسابي (3.125) والانحراف المعياري (0.659) ، ومهارة المرجحة من وضع الارتكان 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 الهبوط من المرجحة 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 ن= 40

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

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى 0.304 = 0.05

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 :

ـ هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء نهارة الطلوع للارتفاع من المرجحة الخلفية أو الأمامية وبين الثقة بالنفس والقلق وداعية الانجاز والاسترخاء والتصور العقلي لأن قيمة معامل الارتباط المختسبة أكبر من القيمة الحدودية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء نهارة الطلوع للارتفاع من المرجحة الخلفية أو الأمامية وتركيز الانتباه .

هناك ارتباط مابين مستوى الأداء لهارة الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقطع وبين الشقة بالنفس والقلق والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المختسدة أكبر من القيمة الجدولية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لهارة الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقطع وداعية الانجاز والاسترخاء .

ـ هناك ارتباط مابين مستوى الأداء لمهارة المرجحة أماماً من الارتكاز المتقطاع وبين الثقة بالنفس والقلق ودافعية الانجاز والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المختسدة أكبر من القيمة الحدودية (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، ولا يوجد ارتباط معنوي بين مستوى الأداء لمهارة المرجحة أماماً من الارتكاز المتقطاع والاسترخاء .

— هناك ارتباط ما بين مستوى الأداء لمهارة المراجحة من وضع الارتكاز على العضدين وبين الثقة بالنفس والقلق وداعية الانجاز والاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه لأن قيمة معامل الارتباط المحسنة أكبر من القيمة الحدودية (0.304) عند مستوى دلالة .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 المختسدة أكبر من القيمة الجداولية (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 النقاء بالنفس والقلق والتصور العقلي لأن قيمة معامل الارتباط المحسوبة 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 الانجذار 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 المختسسة 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 قدرة الثقة بالنفس وكل مهارة من مهارات جهاز المتوازي (قيد البحث) .

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

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

أما عن مهارة القلق فقد اتضح من الجدول أن قيم معامل الارتباط معنوية بينها وبين جميع درجات مستوى الأداء المنهاري على جهاز المتوازي عدا مهارة الوقوف على الكتفين ، 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 الكتفين فقد بلغت قيمة معامل الارتباط الختبية (0.304) وهي قيمة مساوية للجدولية مما يعني عدم وجود ارتباط معنوي بين مهارة القلق ومستوى الأداء المنهاري لمهارة الوقوف على الكتفين .

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

أما عن دافعية الانجاز فإنه هناك ارتباط معنوي بينه وبين مهارة الطلوع للارتفاع من المرحمة الخلفية أو الأمامية ومهارة المرحمة أماماً من الارتفاع المتقطع ومهارة المرحمة من وضع الارتفاع على العضدين ومهارة الوقوف على الكتفين حيث تراوحت قيم معامل الارتباط الختبية ما بين (0.333 _ 0.804) وهي قيم أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، أما مهاراتي الدحرجة الخلفية للوصول للارتفاع المتقطع والهبوط من المرحمة الأمامية أو الخلفية فإنه ليس هناك ارتباط معنوي بينهم فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.193 ، 0.247) 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 المنهاري لمهارات جهاز المتوازي ، وترى الباحثة أن هذه النتيجة معقولة ومنطقية لأن الطلاب يعملون على بذل أقصى جهد ممكن بحسب قدراتهم للوصول إلى اتقان الأداء المنهاري لهذه المهارات، وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة رامي صالح حلاوة (2017) والذي يؤكد على أن اللاعبين والمتعلمين للمهارات الحركية يبذلون أقصى طاقة حرکية للحصول على الانجاز والأداء الجيد . (4 : 26)

فالدافع الشخصي لمواصلة لعبة ما والمتاثرة من أجل تحقيق النجاح والتميز يكون دافع لأداء أفضل للطالب . (8 : 476)
أما عن الاسترخاء فإنه هناك ارتباط معنوي بينه وبين مهارة الطلوع للارتفاع من المرحمة الخلفية أو الأمامية ومهارة المرحمة أماماً من الارتفاع المتقطع ومهارة المرحمة من وضع الارتفاع على العضدين ومهارة الوقوف على الكتفين حيث تراوحت قيم معامل الارتباط الختبية ما بين (0.411 _ 0.878) وهي قيم أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط (0.304) عند مستوى دلالة 0.05 ، أما مهاراتي الدحرجة الخلفية للوصول للارتفاع المتقطع والهبوط من المرحمة 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 يعكس على مستوى الأداء المنهاري . (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 مني عادل عبادة (2019) والتي تنص على ضرورة التدريب على المهارات النفسية من خلال التصور الصحيح للمهارة . (23 : 7)

يعد التصور العقلي من أصعب المهارات النفسية التي تتطلب من المتعلم أو الطالب لإتقان الأداء للحصول على الانجاز والمستوى الجيد ، لذلك يجب التدريب عليها لأن الطلاب بكلية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يسعون إلى الاحتفاظ والتصور الدائم للمهارة الحركية المراد تعلمها ليس فقط من أجل تطبيقها وإنما من أجل المحفظة عليها في المخزون العقلي وللقدرة 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 الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقطع ومهارة المرحجة أماماً من الارتکاز المتقطع ومهارة المرحجة من وضع الارتکاز على العضدين ومهارة الوقوف على الكتفين 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 مهارات الطلوع للارتکاز من المرحجة الخلفية أو الأمامية والمنبسط من المرحجة 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 الخاسمة والتي تساعد الطلاب في اتخاذ القرارات والاستجابات الصحيحة لأداء المهارات الحركية على جهاز المتوازي ، فتنتفق الباحثة في نتائج هذه الدراسة مع ما ذكره محمد حسن علاوي (2003) ومها صبري وأخرون (2018) في أن الانتباه يلعب دوراً مهماً في أداء المهارات الرياضية المختلفة حيث يتم التركيز على التخلص من الانفعالات الرائدة والتوتر مما يساعد في الوصول إلى حالة التعبئة النفسية . (350 : 6) (350 : 8) (476 : 8)

ومن خلال ما سبق تتفق الباحثة مع مها صبري وأخرون (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 . (476 : 8) ، (201 : 5)

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 الكففين .

3 _ هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين المهارات النفسية (دافعية الانجذاب ، الاسترخاء) ومستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث على جهاز المتوازي عدا مهارة الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز المتقطع ومهارة المبوط من المرجحة 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 المرجحة الخلفية أو الأمامية ومهارة المبوط من المرجحة الأمامية أو الخلفية

2 التوصيات :

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

2_ التأكيد 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 ، 2007م .

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

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

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

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

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

7_ مني 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 ، 2019م .

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

المراجع الأجنبية :

9_ Weinberg, Pobert (2008), Does imagery work effect on performance and mental skills. Journal 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

المجموع	الهبوط من المرجحة الأمامية أو الخلفية	الوقوف على الكفين	المرجحة من وضع الارتكاز على العضدين	المرجحة أماماً من الارتكاز المتقطع	الدحرجة الخلفية للوصول للارتكاز للارتكاز المتقطع	الطلع للارتكاز من المرجحة الخلفية أو الأمامية	المهارات أداء الطلاق	ت
30	5	5	5	5	5	5		
								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 اخترم :

بين بديك مجموعة من الفقرات تمثل شعورك ، لذا يرجى قراءة كل فقرة بتمعن ثم وضع علامة (/) أمام كل فقرة من الفقرات التي تراها مناسبة لك علماً بأن النتائج ستكون لأغراض البحث العلمي فقط .

شاكرة تعاؤنكم معي خدمة للبحث العلمي

د. عائشة البهلوان محمد سعد

النوع	البيان	النحو	الكلام	الكلام	الكلام	الكلام	الكلام	الكلام
نعم	أجد صعوبة في الإحساس بالثقة عند ادائى على جهاز المتوازي	لا	إلى حد ما	نعم	الكلام	الكلام	الكلام	الكلام
	أكون متancock من الأداء أثناء الامتحان العملي							
	اتتبع بشقى بالنجاح في الامتحان العملي							
	تفاوت ثقى في نفسي في الأداء من مهارة إلى أخرى على جهاز المتوازي							
	أشعر بالتوتر عند بداية الامتحان العملي مما يؤثر على مستوى ادائى							

		التمكن من التركيز في اداء المهارات على جهاز المتوازي	6
		أكون واثق جداً من قدراتي على جهاز المتوازي	7
		أشعر أني عصبي عند إدائي الجملة على جهاز المتوازي	8
		احقق أفضل أداء عندما أكون عصبي وقلق	9
		التحكم في تركيز انتباهي أثناء الأداء بسهولة	10
		استطاع استرجاع المهارات بداخلني	11
		يقل تركيز انتباهي عندما أفشل في الأداء لأحد المهارات على جهاز المتوازي	12
		أشعر بالخوف من الفشل في الامتحان العملي	13
		أخشى من انخفاض مستوى إدائي	14
		أشعر ببرودة اليدين وزيادة العرق عند إدائي للجمل على جهاز المتوازي	15
		تأثير خبرات الفشل في إدائي لأي مهارة على جهاز المتوازي	16
		أشعر بالتوتر عند ارتكابي لخطاء عند تطبيق أحد المهارات على جهاز المتوازي	17
		المتع بثبات الانفعال مع خططي في الأداء المهاري على جهاز المتوازي	18
		أكون مستعد نفسياً لبذل الجهد قبل الامتحان العملي	19
		استطاع تصور المهارة بكاملها عند استرجاعها	20
		افكر في أمثلاء خاصة أثناء الأداء المهاري مما يؤثر على تركيز انتباهي	21
		ابذل أقصى جهد أثناء التدريب على المهارات	22
		احقق أفضل النتائج عند الأداء بأقصى طاقة لدى	23
		أشعر بالضيق عندما أفشل في الامتحان العملي	24
		التحكم في نفسي أثناء إدائي للمهارات الصعبة	25
		اقوم دائماً بتشجيع نفسي على الأداء الجيد	26
		احتفظ بداخلني بسلسل الجملة الحركية على جهاز المتوازي	27
		أجد صعوبة في الاحتفاظ بهدوئي قبل الامتحان العملي	28
		استطاع تهدئة نفسي والاسترخاء بسرعة قبل الاشتراك في الامتحان العملي	29
		التمكن من استرجاع صورة المهارة بطريقة منفصلة	30
		أكون متواتر في اللحظات التي تسبق الامتحان العملي	31
		تردد استشاري قبل الطلوّع على جهاز المتوازي	32
		أستطيع أن أقيم نفسي عند إدائي مهارة معينة على جهاز المتوازي	33
		التمكن من استرجاع إداء المهارة على جهاز المتوازي بسهولة	34
		تتدخل صور مهارات أخرى عند استرجاع الصور	35
		ظهور الصورة وكأنها غير واضحة عند استرجاعها	36

			37
		امكـن من الفصل بين تصوـري العقـلي للـمهارات	38
		استطـيع التـصور الـذهـي للـحملـة الـخـرـكـية عـلـى جـهـاز المـتوـازـي بالـسـحوـة الـذـي اـحـبـ ان اـكـونـ عـلـيـهـ	39
		استطـيع استـرجـاع اـدـائـي بـعـد اـنـتـهـاء الـامـتـحـان الـعـلـمـي	40
		افـضـلـ دـائـماـ اـدـاءـ الـمـهـارـاتـ الـتـيـ تـمـيـزـ بـالـصـعـوبـةـ	41
		يـصـعـبـ عـلـيـ اـسـتعـادـةـ تـركـيزـ اـنـتـبـاهـيـ اـذـ وـقـعـتـ مـنـ عـلـىـ جـهـازـ المـتوـازـيـ	42
		يـنـتـابـيـ القـلـقـ فـيـ خـاتـمـ اـدـائـيـ لـلـحملـةـ عـلـىـ جـهـازـ المـتوـازـيـ	43
		اـرـىـ صـورـ مـتـعـدـدـ فـيـ نـفـسـ الـوقـتـ عـنـدـ اـسـتـرجـاعـ الـمـهـارـةـ	44
		اسـتـطـعـ التـركـيزـ بـشـكـلـ اـيجـابـيـ عـنـدـ اـدـائـيـ اـحـدـ الـمـهـارـاتـ الـصـعـوبـةـ	45
		تـؤـثـرـ الصـوـضـاءـ عـلـىـ تـركـيزـ اـنـتـبـاهـيـ اـثنـاءـ اـلـادـاءـ الـمـهـارـيـ	46
		يـقـلـ تـركـيزـ اـنـتـبـاهـيـ عـنـدـ اـدـاءـ الـمـهـارـاتـ الـصـعـوبـةـ	



النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وآثره 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 فأن المدرسة تقع على عاتقها العديد من المسؤوليات اتجاه الطالب فهي تساهم في عمليات التنشئة الاجتماعية . (6) 162

فالمدرسة هي الاسرة الثانية ولذلك أطلق عليها الأسرة التعليمية والتي تسهم بدوراً 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 وتدليل كافة الصعوبات التي تواجههم وذلك من خلال تفعيل درس التربية البدنية والنشاط الرياضي الداخلي والنشاط الرياضي الخارجي للوصول للممارسة الرياضية والاستفادة منها .

وتذكر عينات محمد أحمد فرج 1988 أن النشاط الرياضي الداخلي والنشاط الرياضي الخارجي جزء لا يتجزأ من درس التربية البدنية فيما مكملان له ومرتبطان بعضهما ارتباط ونique إذ يعتمد النشاط الرياضي الداخلي على محتوى درس التربية البدنية ، وإن الطالب في هذه المرحلة يتلقى العديد من المواد الدراسية والتي تسهم في عملية إعداده بشكل جيد وسلام 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 متکاملة متزنة خالية من الضغوط النفسية ومن هنا فإن الاهتمام بالمارسة الرياضية في العملية التربوية أمر هام جداً وذلك من خلال النشاط الرياضي الداخلي والنشاط الرياضي الخارجي وتفعيل درس التربية البدنية .

إن الممارسة الرياضية تبني لدى الطالب موهبة الذكاء والتفكير وتحمّل في حاضرية تامة لاستقبال المعلومات وتعود عليه بالصحة الجسمانية سواء كانت الممارسة تم 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 المشاركون في المسابقات الخارجية من حيث تأجيل بعض الامتحانات أو توضيح وشرح بعض المواضيع الدراسية التي لم يتسع لها أخذها بسبب تلك المشاركات وهذه من شأنها أن تساهم في تكوين اتجاهات إيجابية لدى الطلاب نحو الممارسة الرياضية .

ومنها 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 دوراً أساسياً وهاماً لازتقاء بهذا النوع من الأنشطة البشرية وهي تمثل القوى التي تحرك الفرد وتبرره لمارسة هذا النشاط والاستمرار بصورة منتظمة . (7 : 219)

ومن خلال الإشراف على التربية العملية أو التدريب الميداني الداخلي والخارجي وإثراء النقاش والمحوار مع بعض من أعضاء هيئة التدريس المشرفين أيضاً وبعض الزوارات لعدة مدارس مرحلة التعليم الثانوي لاحظ الباحث : عدم أو قلة الاهتمام بالنشاط الرياضي الداخلي والخارجي قد يكون له آثر 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 إنما تلقى الضوء على واحدة من أهم المشكلات التي يجب دراستها والبحث فيها فهي تساعدننا 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 الشخص الآخر وليس أقل منها شأناً.

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 تمية وعقل معرفة ومعلوماته وميوله واتجاهاته وتنمية شخصيته وتحرره من الاعتماد على غيره كما تتحقق له الرغبة الجسمية والعقلية مع زملائه ومدرسيه ويتأثر بهم ويوثر فيهم .

ومن هنا 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 والهامة 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. ما هو 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 الشاط الرياضي الداخلي امتداد لدروس التربية البدنية وهو جزء هام من البرنامج المدرسي العام فعندما يتعلم التلاميذ كيف يلعبون فإن هناك ضرورة إلى إتاحة فرصة أكبر لاشراكهم في مسابقات ومنافسات يمارسون من خلالها ما تعلموه في الدرس . (30 : 4)

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

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

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

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

منهج البحث : استخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسرحي وذلك ملائمته لطبيعة الدراسة أو البحث .

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

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) وبنسبة 75 % من مجتمع الدراسة ، وذلك للوصول إلى إجابات واضحة حول النشاط الرياضي الداخلي والخارجي وأثره على تكوين اتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية .

أداة البحث : تكونت أداة البحث من استماراة 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 استماراة 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 جمع البيانات والتحقق من وضوح الفقرات وتعليمات هذه الأهداف .

2- التدريب على تطبيق الأداة المستخدمة جمع 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) طالبا من المجتمع الأصلي ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وخارج عينة الدراسة ، وقد استغرقت فترة توزيع الاستبيان الاستطلاعى على أفراد العينة الاستطلاعية واسترجاعها أسبوع من (2022\5\9) لغاية (2022\5\16) .

الدراسة الأساسية :

تم إجراء الدراسة الأساسية على أفراد العينة المستهدفة بنفس الشروط والفرق ، وبعد التأكيد من سلامة الأداة وملائتها لأفراد العينة من حيث التنظيم والتركيز على الشكل النهائي لاستمرار الاستبيان من خلال الطباعة واللغة والاتساق والانتقال من العام إلى الخاص .

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

مجالات البحث :

أ - اخال البشري : تم تطبيق أداة البحث " الاستبيان " على أفراد العينة وهم (150) طالباً من مرحلة التعليم الثانوي .

ب - المجال الزمني : بدأت إجراءات الدراسة الأساسية في هذا البحث من يوم 18\5\2022 حتى 29\5\2022 .

ت - اخال الجغرافي : أجري هذا البحث في نطاق مدينة ترهونة \ سوق الجمعة \ وعلى عدد (3) مدارس وهي مدرسة خليج سرت، ومدرسة سوق الجمعة للتعليم الثانوي ومدرسة شهداء عبورة 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 بأختيار الاختبارات المناسبة له من أجل تحليل البيانات المنتحصل عليها من الاستبيانات الموزعة على عينة الدراسة ، حيث تم اختيار واستخدام الاستبيانات التالية :

- إسلوب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية means والانحراف المعياري .

- اختبار ألفا كرونباخ (&) cronbachs alpha Test لقياس ثبات فقرات الاستبيان .

- اختبار Independent Samples Test لإختبار فرضيات الدراسة (عند مستوى دلالة 0.05).

عرض النتائج ومناقشتها :

اعتمد الباحث على إستماراة الاستبيان للحصول على البيانات التي تساعده على اختبار فرضيات الدراسة المتعلقة بموضوع الدراسة حيث قام الباحث بتقييم استماراة الاستبيان وتضم مجموعات رئيسية من الأسئلة وهي كالتالي :

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 باستخدام مقياس (ليكرت) الثلاثي ، ويطلب من الطالب تحديد درجة موافقته مع العبارة أو عدم موافقته معها باستخدام (ليكرت) المكون من ثلاث مستويات متدرجة من (موافق) إلى (إلى حدا ما) إلى (غير موافق) ، وبعتبر 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 عالي من النشاط الرياضي .

الجدول رقم (1) أبعاد النشاط الرياضي

الابعاد	عدد الفقرات	أرقام الفقرات	ث
بعد النشاط الداخلي	7	12_11_8_6_3_2_1	1
بعد النشاط الخارجي	7	14_13_10_9_7_5_4	2
جميع الفقرات	14		

ـ ثبات وصدق الاستبيان معامل (الفاكترونباخ)

ان المقصود بثبات الاستبيان إعطاء نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه عدة مرات متتالية ويدل الثبات على إتساق النتائج ، يعنى إذا كرر الباحث القياس وتحصل على نفس النتائج فهذا هو الثبات ويكون معامل الثبات مقبولًا إذا كان أكبر من (0.6) وضعيفاً إذا كان أقل من ذلك، وعن طريق استخدام حساب معلمات الارتباط بين كل فقرة من الفقرات في الاستبيان عن طريق استخدام معامل (الفاكترونباخ).

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

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

الفرقة	العبارات	ارتباط الفقرة بالبعد
1	أهتم بحضور درس التربية البدنية .	0.648
2	هل ختم 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 آثر إيجابي لدى الطالب نحو النشاط الرياضي الداخلي.	0.748
5	عدم وجود الأجهزة والأدوات والملاءع داخل المدارس يؤثر على إقامة الأنشطة الرياضية المختلفة.	0.689
6	هل توجد حواجز 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	الفاكترونباخ	635.0

- صدق وثبات بعد النشاط الرياضي الخارجي.

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

جدول رقم (4) يوضح صدق الإتساق الداخلي وبعد النشاط اخارجي

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

جدول (5) بين ثبات بعد النشاط الرياضي الخارجي

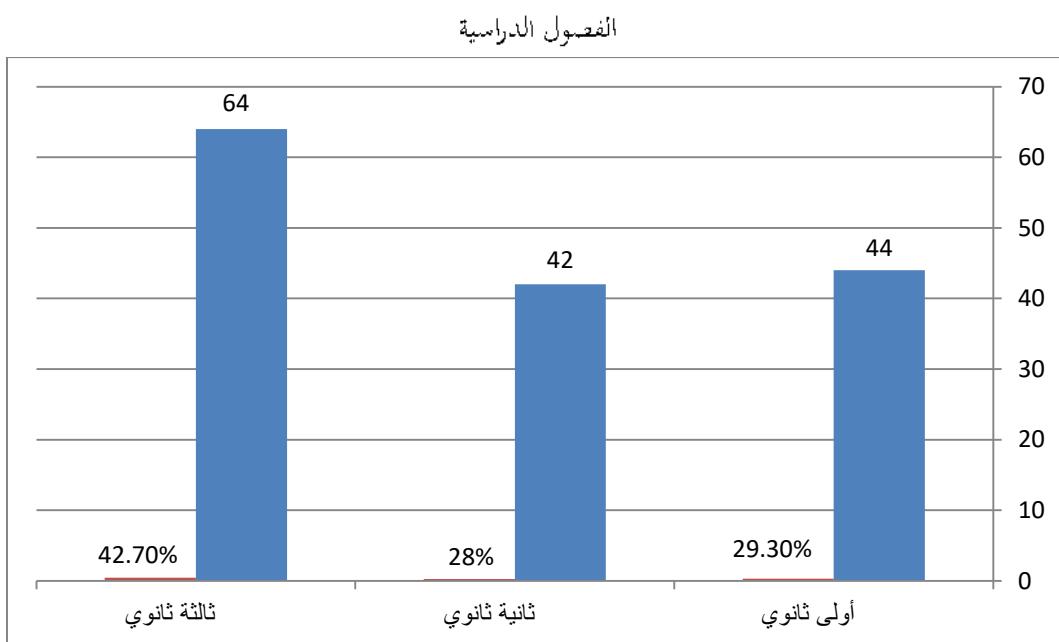
معامل الثبات	الطريقة المتتبعة	المتغير
0.712	ألفا كرونباخ	النشاط الرياضي الخارجي

- الوصف الإحصائي لعينة الدراسة وفق الخصائص والسمات الشخصية :

توزيع مفردات عينة الدراسة حسب (الفصول الدراسية)

جدول رقم (6) بين التوزيع النسيي المثوي لمفردات عينة الدراسة حسب الفصول الدراسية

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



الشكل رقم (1) يبين التمثيل البياني للتوزيع النسيي المعموي لمفردات عينة الدراسة حسب الفصول الدراسية

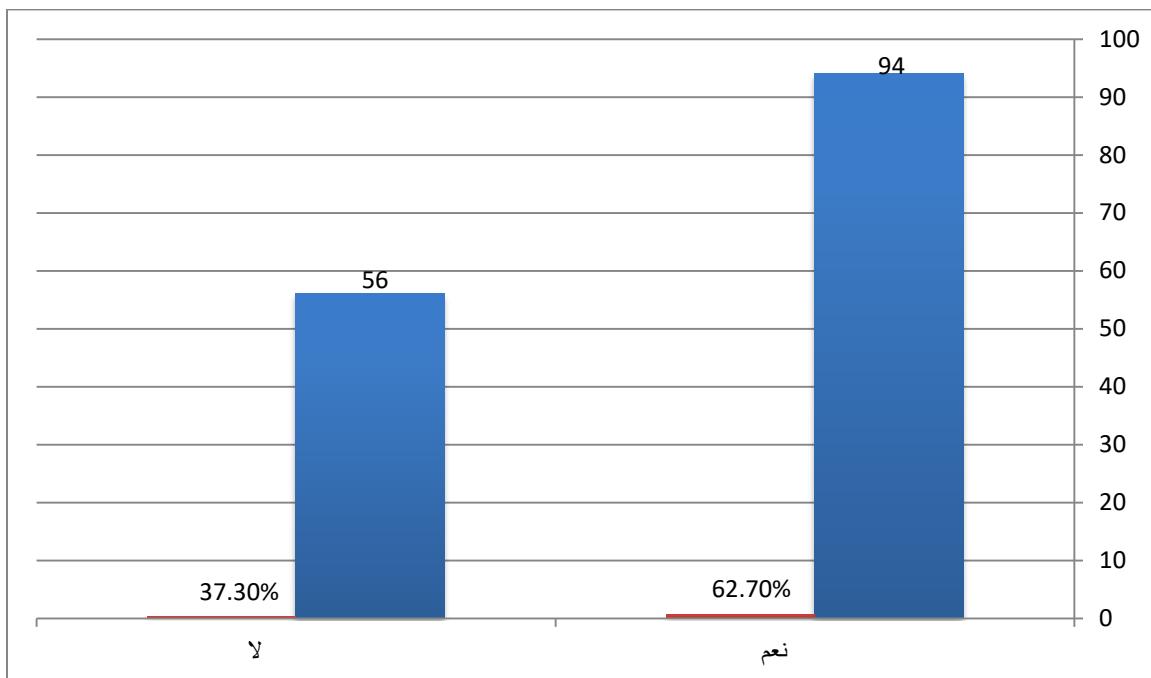
من خلال الجدول رقم (6) والشكل رقم (1) نلاحظ إن أكبر نسبة لعينة مجتمع الدراسة هي الطلبة الذين يدرسون في سنة ثلاثة ثانوي وبعدد (64) ونسبة مئوية (642.7) ومن بعد طلبة سنة أولى ثانوي وبعدد (44) ونسبة مئوية (629.3) وبعد سنة ثانية ثانوي بعدد(42) ونسبة مئوية (28%) مما سبق يلاحظ أن أكبر عينة هم طلبة سنة ثلاثة ثانوي .

توزيع مفردات عينة الدراسة حسب (هل تمارس الرياضة)

جدول رقم (7) يبين التوزيع النسيي المعموي لمفردات عينة الدراسة حسب هل تمارس الرياضة

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

الفصول الدراسية



شكل رقم (2) بين التمثيل البياني للتوزيع النسبي المعمولى لمفردات عينة الدراسة حسب ممارسون الرياضة .

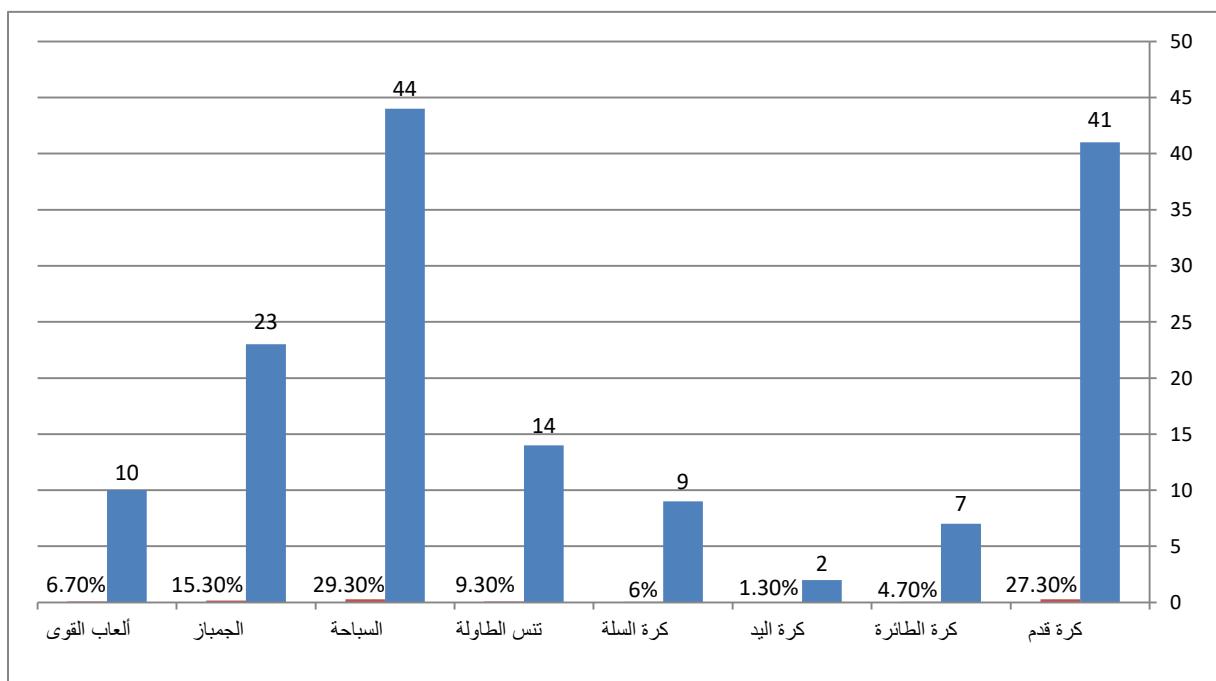
من خلال الجدول رقم (7) والشكل رقم (2) نلاحظ إن أكبر نسبة لعينة مجتمع الدراسة هي الطلبة الذين يمارسون الرياضة بنسبة مئوية (62.7%) مقارنة مع نسبة الطلبة الذين لا يمارسون الرياضة بنسبة (37.3) .

توزيع مفردات عينة الدراسة حسب نوع النشاط

جدول (8) بين التوزيع النسبي المعمولى لمفردات عينة الدراسة حسب هل تمارس الرياضة

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

نوع النشاط



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

من خلال الجدول رقم (8) والشكل رقم (3) نلاحظ أن أعلى نسبة هم من يفضلون السباحة بنسبة (44%) وب يأتي في المرتبة الثانية النوع المفضل لديهم هو كرة القدم بنسبة (41%) وب يأتي في المرتبة الثالثة النوع المفضل لديهم هو الجمباز بنسبة (23%) وب يأتي في المرتبة الرابعة النوع المفضل لديهم هو تنس طاولة بنسبة (14%) وب يأتي في المرتبة الخامسة النوع المفضل لديهم هو ألعاب القوى بنسبة (10%) وب يأتي في المرتبة السادسة النوع المفضل لديهم هو كرة السلة بنسبة (6%) ، وب يأتي في المرتبة السابعة النوع المفضل لديهم هي كرة الطائرة بنسبة (7%) ، وأنهياً كرة اليد بنسبة (2%)، وبصفة عامة نجد تنوع لدى الطلبة من حيث نوع النشاط المفضل لديهم .

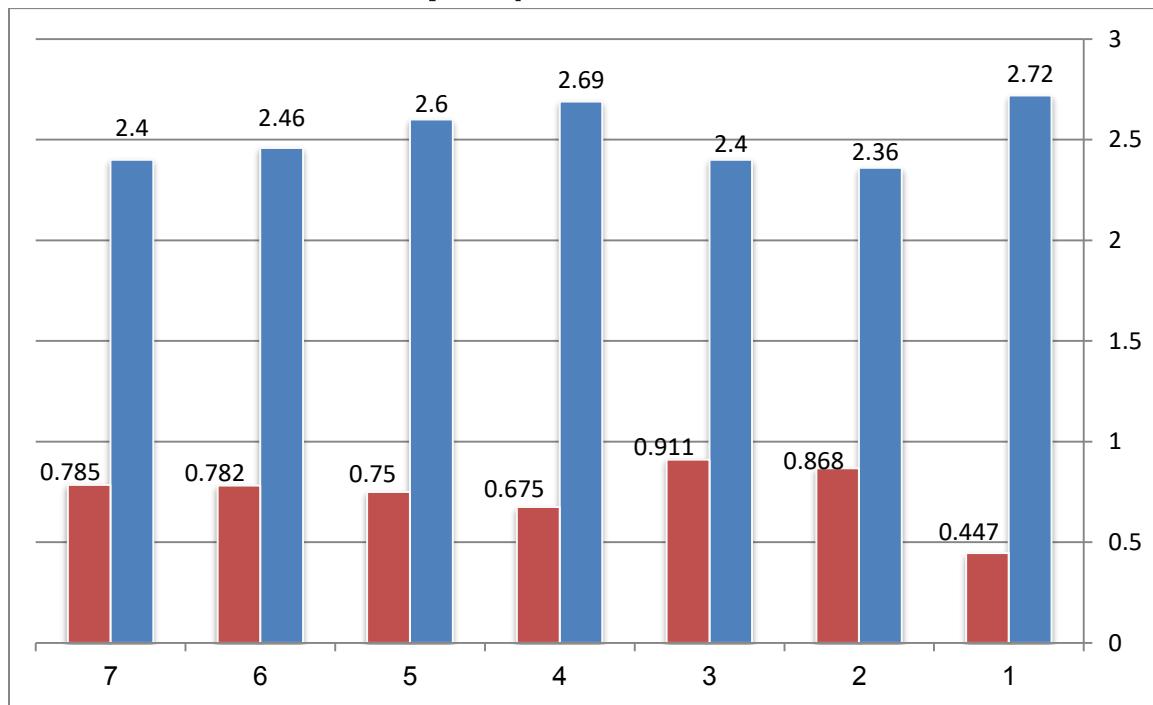
الوصف الإحصائي لمحاور الدراسة وفق إنجابات المحوّلين :

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

الجدول رقم (9) يبين التوزيع التكراري والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي والإختلاف المعياري للعبارات

الاتجاه العام	الاختلاف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية (%)			عبارات المخور الاول	ت
			غير موافق	الى حد ما موافق	موافق		
			العدد	العدد	العدد		
			%	%	%		
موافق	0.447	2.72	0	41	109	أهتم بحضور درس التربية البدنية	1
			%60	%27.3	%72.7		
موافق	0.868	2.36	40	23	87	هل قم بالمشاركة في الانشطة الداخلية بالمدرسة	2
			%26.7	%15.3	%58		
موافق	0.911	2.40	46	12	92	هل هناك شافتة من قبل المعلمين على حصة التربية البدنية وقتها	3
			%30.7	%8	%61.3		
موافق	0.675	2.69	24	10	122	إعطاء حصة التربية البدنية في وقتها يساهم في خلق أثر إيجابي لدى نحو النشاط الرياضي الداخلي	4
			%12	%6.7	%81.3		
موافق	0.750	2.60	24	12	114	عدم وجود الأدوات والأجهزة والملاءع داخل المدارس يؤثر على إقامة الأنشطة الرياضية المختلفة	5
			%16	%8	%76		
موافق	0.782	2.46	27	26	97	هل توجد حواجز تشجعية أو حواجز للطلبة المتميزين في الأنشطة الرياضية الفردية أو الجماعية	6
			%18	%17.3	%64.7		
موافق	%0.785	2.40	28	34	88	هل هناك تسييق وتعاون بين قسم النشاط وإدارة المدرسة والمعلمين لتنفيذ برامج الأنشطة الرياضية الداخلية	7
			%18.7	%22.7	%58.7		
موافق	0.680	2.50	المتوسط العام				

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 ان متوسط جميع الفقرات تقع ضمن الفقرة الأولى من مقاييس ليكيرث 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 أهتم بحضور درس التربية البدنية كانت نسبة التوافق 72.7% على هذه العبارة وغير موافق كانت النسبة . %0

أما الفقرة الثانية والتي تنص هل ختم 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 كانت نسبة 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 ايجابي 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 الأدوات والأجهزة والملاعب داخل المدارس يؤثر على إقامة الأنشطة الرياضية المختلفة كانت نسبة التوافق 76% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 16% .

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

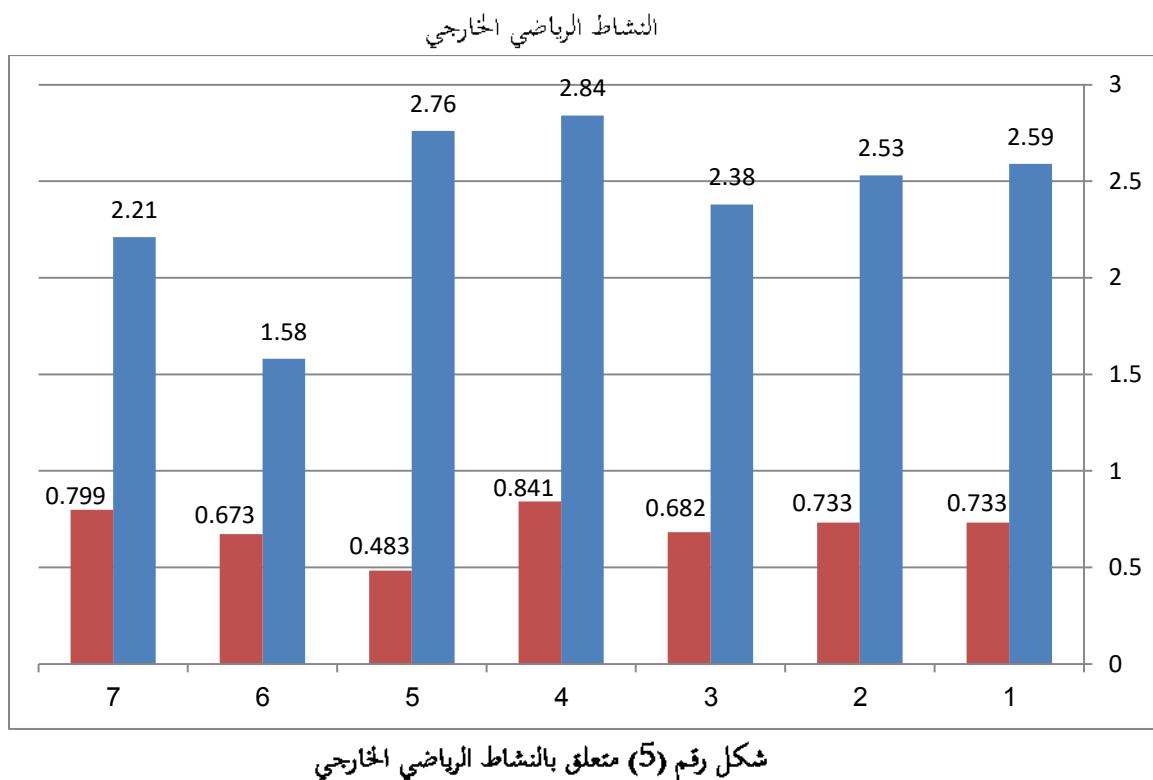
الفقرة السابعة والتي تنص هل هناك تنسق وتعاون بين قسم النشاط وإدارة المدرسة والمعلمين لتنفيذ برامج الأنشطة الداخلية كانت نسبة التوافق 58% على هذه العبارة ، وغير موافق كانت النسبة 18.7%.

وبصفة عامة كانت إيجابيات محور النشاط الرياضي الداخلي إيجابية بنسبة كبيرة .

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

الجدول رقم (10) بين التوزيع التكراري والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والإنحراف المعياري للعبارات .

الإتجاه العام	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية (%)			عبارات المحور الثاني	نوع
			غير موافق	إلى حدا ما	موافق		
			العدد	العدد	العدد		
			%	%	%		
موافق	0.733	2.59	22	17	111	أفضل المشاركة في الأنشطة الرياضية الخارجية مثل المهرجانات والرحلات المدرسية	1
			%14.7	%11.3	%74		
موافق	0.733	2.53	16	38	96	هل تقوم المدرسة بإقامة الدوريات والمسابقات بشكل منتظم	2
			%16	%38	%64		
موافق	0.682	2.38	35	22	93	لا توجد إمكانيات مناسبة داخل المدرسة لممارسة النشاط الرياضي الداخلي والخارجي	3
			%23.3	%14.7	%62		
موافق	0.841	2.84	6	11	133	هل يولي معلم التربية البدنية اهتمام بالملادة والأنشطة الرياضية الخارجية	4
			%4	%7.3	%88.7		
موافق	0483	2.76	4	27	119	هل هناك تشجيع ومشاركة من قبل المعلمين الآخرين في الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية	5
			%2.7	%18	%79.3		
غير موافق	0.637	1.58	75	63	12	هل هناك دعم من قبل مراقبات التعليم بالمناطق لإقامة المسابقات والبطولات الرياضية سواء كان مادي أو معنوي.	6
			%50	%42	%8		
إلى حدا ما	0.799	2.21	35	48	67	هل تقوم الأسرة بتشجيع أبنائها على حضور الحافل الرياضية والمشاركة فيها داخلية في المدارس أو خارجية مثل الأندية	7
			%23.3	%32	%44.7		



شكل رقم (5) متعلق بالنشاط الرياضي الخارجي

من خلال المدخل رقم (10) والشكل رقم (5) تبين إن كل الإجابات تتركز في مستوى (الموافق)، أى أن متوسط جميع الفقرات تقع ضمن الفقرة الأولى من مقياس ليكارث الثلاثي (3.2.34) ولنحواف المعناري لهذه الفقرات يدل على وجود توزع في أفراد عينة الدراسة ، نلاحظ أن الإجابات على العبارات كانت نسبتها بالتوافق كبيرة جدا .

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 الدوريات والمسابقات 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 لمارسة 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 إهتمام 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 ومشاركة من قبل المعلمين الآخرين في الأنشطة الرياضية الداخلية أو الخارجية كانت نسبة التوافق 79% على هذه العبارة . وغير موافق كانت النسبة 2.7% .

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 أبنائهما 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 % . وبصفة عامة كانت إيجابيات محور النشاط الرياضي الخارجي إيجابية وبنسبة متوسطة .

مناقشة نتائج الفرضيات الفرعية للدراسة . مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

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

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

اختبار (Independent Samples Test)

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

نلاحظ من المدول (11) أن قيمة مؤشر الاختبار المحسوبة ($t = 12.426$) 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 إتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) .

مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

(ما هو الأثر السلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين إتجاهات الطلاب نحو الممارسة الرياضية)

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

اختبار (Independent Samples Test)

القرار	مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط	المتغير	المجال
معنوية	0.000	149	11.345	1.20	1.12	إتجاهات الطلاب نحو الممارسة	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 يوجد أثر سلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين إتجاهات 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) بيان الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسط درجات التشجيع الأسري تبعاً لإفراد عينة الدراسة .

اختبار (Independent Samples Test)

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

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 توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي عند مستوى الدلالة (0.05) .

نتائج :

1. من خلال الدراسة أتضح أنه الفرضية القائلة يوجد أثر إيجابي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين إتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) ، جدول رقم (11) بنسبة 35.3 %

2 الفرضية القائلة يوجد أثر سلبي للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي على تكوين إتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة عند مستوى الدلالة (0.05) ، جدول رقم (12) بنسبة 37.3 % .

3 أتضح 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 :

1الاهتمام بإتجاهات الطلاب نحو ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ وزيادة الحث على الممارسة من خلال تعديل فوائد الرياضة من جميع التواحي .

2نشر الوعي في الوسط الاجتماعي ودفع أبنائهم للممارسة الرياضية .

3 تشجيع الطلبة على ممارسة الرياضة حسب إتجاهاتهم نحو النشاط المفضل لديهم ولكل طالب .

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

المراجع :

1. أحمد ركي خطابية : الأسس النفسية للتعليم الثانوي ، دار النهضة القاهرة 1997 م .
2. إسماعيل المادي حسن : 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 الهلاني : الاجتماع الرياضي ، الطبعة الأولى دار الفكر العربي القاهرة 2005 م .
4. زهير أحمد كامل : مدخل علم النفس ، دار الشروق للطباعة والتوزيع عمان 2002 م .
5. علي بشير الغاندي : المرشد الرياضي التربوي ، المنشآء العامة للنشر طرابلس 1983 م .
6. علي يحيى المنصوري ومحمد فضالي : الإتجاهات للثقافة الرياضية ، الطبعة الأولى القاهرة 1973 م .
7. محمد أحمد سلامة : علم النفس الاجتماعي 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 الغضب الاجتماعي والعمل خير الجماعة، والسعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية (88:1)

وقد أشارت نبية أحمد محمود (1999) : إلى الجامعة على أنها " أحدى الهيئات النافذة التي وقع على عاتقها رعاية الشباب ومساعدتهم على ا لارتقاء بأفكاره واتجاهاته وقدراته بما يتماشى مع فلسفة مجتمعهم مهدف التنمية المتنزنة للشخصية و بما يؤثر إيجابياً على ثقافة وازدهار وتقدم المجتمع، ولقد أصبح من أهم الأهداف التي تعمل الجامعات على تحقيقها هو إعداد الطلاب مهنياً وتربيوياً من خلال تعديل سلوكهم وإكسابهم الخبرات والمهارات التي تساعدهم 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 وأكتساب معارف مختلفة تتعلق بطبيعة النشاط، كتاریخ اللعبة التي يمارسها وقوانينها، كما تتبع الأنشطة الرياضية فرصاً عديدة لتكون الخلق الاجتماعي، إذا تعمى في الفرد صفة العمل الصالح واحترام آرائه والتعاون مع الغير والابتكار والثقة بالنفس وغيرها من الصفات الخلقية

والاجتماعية (12.357:)

مشكلة البحث :

وحيث إن المرحلة الجامعية من المراحل الهامة في حياة الطالب مما يحدث فيها من متغيرات بيولوجية واجتماعية وكوتها تمثل المرحلة التي يطلق عليها بفترة المراهقة المتأخرة، والتي من خلالها تمدد الملامح الأساسية لشخصيته، إن الجامعات العصرية لم يعد دورها مقتصرًا على التعليم والبحث العلمي فحسب بل عليها أن تختتم بالخواص الأخلاقية والبدنية والاجتماعية أيضاً والنشاط الرياضي يامكانه تحقيق ذلك فهو يعمل على تربية الفرد تربية شاملة ومتزنة .

وتكمّن 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 وتفاعلًا 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 طلاب جامعة طرابلس) .

أهمية البحث:

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

أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على الآتي :

- 1- التوافق الاجتماعي لدى الطلاب الممارسين وغير 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) .

فرضيات البحث :

- 1 - وجد فروق دالة احصائياً في مستوى التوافق الاجتماعي بين الطلاب الممارسين وغير 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 الرياضة) .

مصطلحات المستخدمة في البحث :

1. التوافق Adjustment

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

2. التوافق الاجتماعي : Social Adjustment

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

3. النشاط الرياضي : Physical Activity

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

4. المارسون للنشاط الرياضي : The Practitioners physical activity

"هم الذين يبدون أي نوع من أنواع النشاط الرياضي (فردي، جماعي) والمنتظمين على التدريب سواء كان ذلك داخل الكبة أو خارجها (تعريف إجرائي) .

5. غير المارسون للنشاط الرياضي : No practitioners physical activity

"هم الذين لا يبدون أي نوع من أنواع النشاط الرياضي (فردي، جماعي) داخل الكلية أو خارجها . (تعريف إجرائي)

2_2 . الدراسات المرتبطة :

1 - دراسة عبدالحكيم تتوش (2005) (2)

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

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

عنوان الدراسة "تأثير الممارسة الرياضية على مستوى التوافق الاجتماعي لدى طلاب جامعة قاريونس كلية الآداب والعلوم / المرج . واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المحسّي ملائمة طبيعة الدراسة . وقد اشتملت عينة الدراسة على (200) طالب شكلت ما نسبته 20% من مجتمع الدراسة.

3 - دراسة نصرالدين كرسخ (2014) (3)

عنوان الدراسة "تقييم واقع النشاط الرياضي الجامعي بليبيا" وقد هدفت الدراسة التعرف على الواقع الحالي للنشاط الرياضي الجامعي بليبيا (جامعة طرابلس) وتقييم هذا الواقع . وقد استخدم الدارس المنهج الوصفي بالأسلوب المحسّي ، واشتملت عينة الدراسة على (300) طالب وطالبة بالإضافة إلى منسيقي الكليات التابعة للجامعة وعددتهم (19) فرداً وكذلك مسؤولين عن الإشراف الرياضي بجامعة وعددتهم (10) فرداً

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 المحسّي ، وتكونت عينة الدراسة من (108) رياضياً مشاركاً في لعبة كرة القدم وبنفس العدد المجموعة أخرى من غير الرياضيين .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الدارس المنهج الوصفي بالأسلوب المحسّي، وذلك ملائمة 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 المجتمع وعينة الدراسة

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

أدوات البحث :

تكونت أداة البحث من استبيان تضمنت عدة محاور معرفة أثر الممارسة الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة طرابلس من وجهة نظر عينة الدراسة، وقد تضمنت استبيان 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 تضمن على (10) عبارات.

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

الدراسة الأساسية :

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

على أفراد عينة الدراسة بنفس الشروط والظروف لكافة أفراد العينة ،

الأساليب الإحصائية :

قام الباحث باستخدام اختبار " ت " بين عيدين متراقبتين لإيجاد الفروق بين

جدول (13)

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

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

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

وقد تم استخدام اختبار "ت" لتحليل معنوية الفروق بين المتوسطي العيدين (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 إحصائياً 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 وغير الممارسين للنشاط الرياضي قد بينت وجود مستوى يصل إلى الجيد في التوافق الاجتماعي وهي تختلف من محور إلى آخر وكما الآتي :

محور الثقافة الاجتماعية (%62.63)

محور التنمية 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 وموجب متغير (عدد سنوات الممارسة الرياضة) .

خامساً : بینت النتائج أن نسبة الغير الممارسين لا لنشاط الرياضي تكاد تصل إلى النصف وهذا العدد كبير جداً خصوصاً إذا ما علمنا بأن أفراد العينة هم من الذكور وأنهم في مرحلة الشباب (المراحل الجامعية) .

التوصيات :

- من خلال الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة بأن الدراس يوصي بالآتي :
- أولاً : زيادة الاهتمام بالمارسة 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 أولائها للرياضة لما له من تأثيرات إيجابية على تحسين مستوى التوافق الاجتماعي .
 - رابعاً : ضرورة وضع نظام حواجز يتضمن على حواجز 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 الفتاة الجامعية حقها في مزاولة النشاط الرياضي مع التأكيد على تقديم كل أشكال الدعم للمهوبات منهـن .
 - سادساً : يوصي الدراس زملائه الدراسين بتناول متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة (متغير الحسن) وكذلك (مراحل عمرية) أخرى وكذلك في مناطق مختلفة في ليبيا.

المراجع

أولاً _ المراجع العربية :

أثر الممارسة الرياضية على مستوى التوافق الاجتماعي لدى طلاب جامعة فاريونس ، كلية الآداب والعلوم المزج	إبراهيم على إبراهيم(2009) :
أثر بعض المشكلات الاجتماعية على التوافق الاجتماعي لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية الخفارة ، رسالة ماجستير منشورة . كلية التربية البدنية جامعة طرابلس .	عبد الحكيم تنتوش (2005) :
تقييم واقع النشاط الرياضي الجامعي بليبيا" وقد هدفت الدراسة التعرف على الواقع الحالي للنشاط الرياضي الجامعي بليبيا (جامعة طرابلس)	نصر الدين كرسخ (2014) :
دراسة العلاقة بين المستوى الثقافي والتوافق النفسي لمارسة بعض الأنشطة الطلابية بالمرحلة الجامعية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الإسكندرية .	نبيلة أحمد محمود (1992) :
التوافق الشخصي والاجتماعي ، مكتب الخانجي ، القاهرة	مصطففي فهمي (1979) :
سيكولوجية التدريب والمنافسات ، دار المعارف ، القاهرة .	محمد حسن علاوي (1983) :
نحو مفهوم جديد لندرس التربية الرياضية ، دار العالم والإيمان للنشر ، القاهرة .	محمد محمد الشحات (2007):
علم النفس ، ترجمة محمود الريادي ، دار النهضة العربية ، القاهرة .	كافيل والتر وأخرون (1968):
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 للتلميذ الصف الأول الابتدائي

أ. نوري علي محمد المزروعي

مقدمة البحث :

التربية عملية متكاملة واسعة النطاق، متعددة المقاصد، تشمل جميع المجالات والأنشطة التي تختتم بالتنمية 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. وبعد الإدراك الحس - حركي أحد متطلبات مجالات الحياة، وذلك لأهميته جمجمة الحركات، وأن الإحساس الحركي يعني القدرة على الإدراك بوضع الجسم وأعضائه في الفراغ بدرجة كبيرة تمكنها من معرفة مسببات الحركة بدون استخدام الحواس، وأن دراسة الحس حركي أخذت اهتمام الكثير من الباحثين في مجال التعلم الحركي .

ذكر هالة الباروبي (2012) نقاً 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 لنقطة أن العديد من العلماء يعتبرون أن القدرات الإدراكية الحس . (22: 1)

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

وتشير هيسن عبد العزيز (2004) نقاً عن بوت BOTT وديفنز DAVIES وتامروني Tamburine "أن للحركات الأساسية والقدرات الإدراكية الحس - حركية اعتبارهما الخصوصية 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 مجتمع ناميًّاً يحتاج مثل هذه الدراسات التي تختتم بالمهارات الحركية الأساسية للطفل الذي يمثل البنية الأساسية للمجتمع، حيث إن القواعد الأساسية للشخصية تتوضع في السنوات الأولى من حياة الطفل والذي يطلق عليها البعض بالسنوات التكورية لشخصية الطفل .

مشكلة البحث :

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

وعن أهمية اللعب والبرامج الحركية يوصي العديد من الخبراء والمتخصصين في مجال علم 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 والملازمة لأعمارهم السنوية، والتي تساعد على تقويم السلبيات واكتشاف قدراتهم ومهاراتهم والعمل على تطويرها مع إتاحة حرية الحركة لهم، لذلك يجب أن تؤخذ في الاعتبار عند إعداد برامج للأطفال أن يعتمد على الممارسات العملية من خلال الإدراك الحسي والمشاهدة واللاحظة والتجربة، فالطفل في مرحلة الطفولة يتعلم عن طريق النشاط، فمطلع العمل عنده غالب على متعلق الفكر حيث تروقه الخيال ويجد لذاته في فحص الأشياء لذلك فإن التعلم في هذه المرحلة من خلال اللعب والحركة والاستكشاف أجدى من التعلم عن طريق الشرح والتلقين .

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

وليمانا 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 الحس - حركة التلاميذ الصف الأول الابتدائي .

أهمية البحث :

تحدد أهمية البحث في النقاط التالية :

1. قد تضييف نتائج هذا البحث بعض أشكال الأنشطة الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي باعتبارها مجالاً خصياً لتنمية النمو الحركي وتعلم بعض القدرات الأساسية والالتراكية
2. قد تسهم نتائج هذا البحث في التوصل إلى تحفيز الطلاب من إشاع ميولهم وتنمية فنونهم البدنية والإدراكية وتوافقهم الاجتماعي.

وقد يسهم هذا البحث في إيجاد البيئة المناسبة من خلال اللعب الموجه الأمر الذي يعطي الأطفال الفرصة الكافية للإرضاهم ميولهم ورغباتهم من الحركة التي يشعرون فيها بالخرج والسعادة

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى الآتي : -

- 1- إعداد برنامج البعض أنشطة اللعب الموجه التنمية بعض المهارات الأساسية والإدراكية نصر - حركة لـ تلاميذ وللمعذيات الصف الأول الابتدائي
- 2- التعرف على حجم تأثير برنامج اللعب الموجه على بعض المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية (الحس - حركة) لدى التلاميذ وللاميذ عينة البحث
- 3- التعرف على تباين حجم تأثير برنامج الموجه وفقاً الجنس (قياس قبل وبعد تطبيق)

تساؤلات البحث :

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

مصطلحات البحث :

اللعبة : يعرفه فود GOOD بأنه نشاط موجه أو غير موجه يقوم به الأطفال من أجل تحقيق المتعة والتسلية ويستغله الكبار عادة ليسيهم في تنمية سلوكهم وشخصياتهم بأبعادها المختلفة العقلية والجسمية والوجودانية (4: 42)

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

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

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

الدراسات السابقة :

1. بحث بشينة محمد فاضل (1999) بعنوان " التغيرات الإنمائية للقدرات الإدراكية - الحركة للأطفال من 6- 9 سنوات . (5)

أهداف الدراسة :

1. التعرف على الفروق في مستوى التطور الكمي للقدرات الإدراكية - الحركة للأطفال من 6- 9 سنوات .
2. التعرف على الفروق في مستوى التطور الكمي للقدرات الإدراكية - الحركة للأطفال (البنين - البنات) من 6- 9 سنوات .
3. التعرف على معدلات التغيرات الكمية للقدرات الإدراكية - الحركة 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، وترواحت 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 - الحركة للأطفال من 6- 9 سنوات .
2. وجود فروق دالة إحصائياً من مستوى (0.05) بين البنين والبنات لصالح البنين في معظم الفئات السنية في كل من اختبار الوثب واختبار كروبس وير ؟
2. دراسة بيريفان المفتي وعبد الله محمد سعيد (2000) : بعنوان " أثر استخدام برنامج مفتاح للتربية الحركية في تنمية القدرات الإدراكية (الحس - حركية) لأطفال ما قبل المدرسة. (6)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر استخدام برنامج التربية الحركية المقترن في تنمية القدرات الإدراكية (الحس - حركية) لأطفال ما قبل المدرسة بشكل عام وحسب الجنس وتم استخدام المنهج التجاريي و التصميم القبلي والبعدي بجموعتين وتكونت عينة البحث من

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

(36) طفل وطفلة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين بالعدد أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وتم تطبيق البرنامج المقترن 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 وبينس عدد الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية وتضمنت أداة البحث (مقياس ها بود للإدراك الحس - حركي للأطفال بعمر (7-4) سنوات .

وتوصلت الدراسة إلى الاستنتاجات الآتية:

1. البرنامج المقترن للتربية الحركية ذو تأثير إيجابي وفعال في تنمية القدرات الإدراكية (الحس - حركية) الأطفال المجموعة التجريبية بشكل عام وحسب الجنس .
2. حق 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 البعدى على أطفال المجموعة الضابطة في تنمية القدرات الإدراكية (الحس حركة بشكل عام وحسب الجنس .

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي المجموعة الواحدة قياس قبلى وبعدى.

متحمم البحث :

تكون مجتمع البحث من تلاميذ الصف الأول الابتدائي بمدرسة عمر بن عبد العزيز منطقة الدربي مدينة طرابلس والبالغ عددهم (96) تلميذ وتلميذة للعام الدراسي 2021 – 2022 .

عينة البحث :

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

- 1- أن يكون التلميذ من المسجلين للدراسة بالعام 2021/2022 م.
- 2- التحاقه في نتائج اختبارات القدرات الحركية المقترنة
- 3- التحاقه 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 هايدل المعدل للقدرات الإدراكية حس - حركية للأطفال من (5-7) سنوات .

أداة البحث :

1. ساعة توقيت .
2. أشرطة لقياس المسافة ، والطول .
3. كورتس .
4. مكعبات ، أحالم ملونة .
5. كرة قدم .
6. مقعد سويدي .
7. أفلام .
8. صور حيوانات .
9. جرس .
10. صفاره .
11. ميزان لقياس الوزن .
12. طباشير .

الإجراءات الإحصائية :

1. معامل الارتباط .
2. المتوسط الخسبي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الائفاء .
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. التأكيد 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 ومحظى 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 الحسن - حرمية .

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

جدول رقم (1)

معاملات الارتباط بين التطبيقات للاختبارات المهارية (n = 6)

معامل الصدق الذاتي	معامل الارتباط	الاختبار المعني	م
0.87	0.75	لوبي الطويل من الاقتراب	1
0.91	0.82	رمي كرة تنس بيد واحدة بعد مسافة	2
0.93	0.87	الحمل مسافة 10 م على قدم واحدة	3

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

ر الجدولية عند المستوى $0.05 = (0.669)$

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

ثانياً : الصدق

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

الدراسة الأساسية :

بعد تقييم الاختبارات قام الباحث بالدراسة الأساسية والتي تضمنت ثلاثة مراحل وهي كالتالي :

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

مرحلة القياسات القبلية

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

جدول رقم (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط ومعامل الانتواء في القياس القبلي للمهارات الأساسية لأفراد عينة البحث ($n = 20$)

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

يتضح من الجدول رقم (2) أن قيم معاملات الانتواء تتراوح جميعها ما بين (0.08 ، 0.13 ، 0.76) وهي تقع ما بين (-3+3) مما يدل على اعتدالية البيانات على المدى الاعتدالي ، وهذه النتيجة تؤكد تجانس أفراده العنة من التلاميذ والتلميدات في القياس القبلي في مستوى المهارات الأساسية .

جدول رقم (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الانتواء في القياس القبلي للقدرات الإدراكية الحس - حركة لأفراد عينة البحث

(ن=20)

المعطيات الاحصائية للمهارات الاساسية	m
الإدراك البصري (ثبات حجم الاشياء)	1
الإدراك الكلي والجزئي	2
الإدراك المعرفي (أجزاء الجسم)	3
الإدراك التميزي (بي أجزاء الجسم)	4
الإدراك الحركي التوازن	5
الإدراك الحركي السمعي	6

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

عرض النتائج

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

جدول رقم (1)

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

المهارات الأساسية	متوازن القبلي	متوازن القياس	متوازن القياس	الفرق البعدى	الفرق بين المعياري للفرق	قيمة t المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
الوثب	64.70	99.10	34.40	15.53	9.90	0.83	0.00	0.83%	%83
الرمي	10.60	17.51	6.91	2.56	12.09	0.88	0.00	0.88%	%88
المحمل	11.80	9.07	2.73	1.46	8.38	0.78	0.00	0.78%	%78
الركل	1.60	3.35	1.75	0.91	8.59	0.79	0.00	0.79%	%79
العدو	9.92	8.45	1.46	0.85	7.64	0.75	0.00	0.75%	%75

يتضح من الجدول رقم (1) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع المهارات الأساسية لدى افراد 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 المهارات الأساسية بين القياسين التباين الذي أحده البرنامج بين القياسين بلغ حجمه من (0.75 إلى 0.88) وهو حجم تأثير كبير جداً ، حيث بلغت نسبة من 675% إلى 88% ولصالح 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 (اللامايد والتلميذات)

نسبة التأثير	حجم التأثير	مستوى دلالة الاختبار	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري للفرق	الفرق بين القياس البعدي	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	المعلميات الاحصائية للمهارات الأساسية
%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 الكلوي 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 التميزي (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 دلالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع المهارات الأساسية لدى أفراد العينة وهو ما ظهر واضحـاً 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 نسبة من 66.8% 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	المعلميات الاحصائية للمهارات الأساسية
%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	المحجل
%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

تأثير اللعب كنشاط حركي موجه على تمية بعض المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية - الحس - حركة لسلاميد الصف الأول الابتدائي

يتضح من الجدول رقم (3) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي 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 بين الجدول حجم ونسبة تأثير البرنامج على المهارات الأساسية بين القياسين وأن التباين الذي أحدهه البرنامج بين القياسين بلغ حجمه من (0.69 إلى 0.94) وهو حجم كبير جداً، حيث بلغت نسبة من (94% إلى 69%) 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

المعطيات الاحصائية المهارات الأساسية	المتوسط القبلي	متوسط القياس البعدى	متوسط القياس	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	0.81	%81
الإدراك الكلي والجزئي	2.91	5.91	3.00	1.12	9.21	0.00	0.88	0.88	%88
الإدراك المعرفي (أجزاء الجسم)	6.75	11.33	4.58	2.19	7.23	0.00	0.82	0.82	%82
الإدراك التميزي (بي أجزاء الجسم)	2.75	4.50	1.75	1.21	4.98	0.00	0.69	0.69	%69
الإدراك الحركي التوازن	0.75	1.91	1.16	0.38	10.38	0.00	0.90	0.90	%90
الإدراك الحركي السمعي	2.83	4.66	1.83	1.40	4.52	0.00	0.65	0.65	%65

يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدى في جميع القدرات الإدراكية حس - حركة 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 بين الجدول حجم ونسبة تأثير البرنامج على القدرات الإدراكية بين القياسين والذي بلغ حجمه من (0.65 إلى 0.90) وهو حجم كبير جداً ، حيث بلغت نسبة من (90% إلى 65%) 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 لسلاميد عينة البحث

المعطيات الاحصائية المهارات الأساسية	المتوسط القبلي	متوسط القياس البعدى	متوسط القياس	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	0.85	%85
الرمي	11.62	19.47	7.84	3.43	6.96	0.00	0.87	0.87	%87
المحجل	1.99	8.57	2.41	1.26	5.39	0.00	0.80	0.80	%80

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

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي 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 ونسبة تأثير البرنامج على المهارات الأساسية بين القياسين ، حيث بلغت قيمة التأثير من (0.80 إلى 0.94) وهو حجم تأثير كبير جداً ونسبة باغت (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 - حركة تلاميذ عينة البحث

المعطيات الاحصائية المهارات الأساسية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدى	فرق بين القياسين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى دلالة الاختبار	حجم التأثير	نسبة التأثير
الإدراك البصري (ثبات حجم الأشياء)	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 التميزي (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 السمعي	2.87	4.62	1.75	1.03	4.78	0.00	0.76	%76

يتضح من الجدول رقم (6) وجود فروق دالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدى في جميع القدرات الإدراكية حس - حركة قيد الدراسة لدى التلاميذ وهو ما ظهر واضحاً من خلال مقارنة دلالة قبول الفرضية (0.05) مع مستوى دلالة الاختبار التي بلغت (0.00) كما يبين الجدول حجم ونسبة تأثير البرنامج على القدرات الإدراكية الحس - حركة حيث بلغت قيمة التأثير من (0.55 إلى 0.96) وهو حجم كبير جداً، حيث بلغت نسبة 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 المهارات الأساسية	الطلاب				الطالبات				نسبة التأثير	حجم التأثير	مستوى دلالة الاختبار	قيمة ت المحسوبة
	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س				
المهارات الأساسية	%8.13	%83	%8.61	%8.61	0.49	0.63	0.013	1.31	%1.31	0.039	0.39	0.88
القدرات الإدراكية حس - حركة	%85	%81	%7.87	%7.87	%15.14	%74	%7.87	%7.87	%3.9			

يتضح من الجدول رقم (7) عدم وجود فروق دالة احصائياً في نسب تأثير برنامج اللعب الموجه على نتائج القياس البعدى 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 31.31% والقدرات الإدراكية 63.9% في مناقشة النتائج .

- الاستنتاجات :

في حدود نتائج البحث تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

1- برنامج اللعب الموجه أثر إيجابياً بإحداث تغير معمني ولصالح القياس البعدى في المهارات الأساسية وبنسبة بلغت كالتالي :

- مهارة الوئب %83
- مهارة الرمي %88
- مهارة الخجل %78
- مهارة الركل %79
- مهارة العدو %75

2- برنامج اللعب الموجه أثر إيجابياً بإحداث تغير معمني ولصالح القياس البعدى في القدرات الإدراكية حس - حرية وبنسبة بلغت كالتالي :

- الإدراك البصري / ثبات، حجم الأشياء %77
- الإدراك الكلي والجزئي للأشياء %81
- الإدراك المعرفي لوظائف أطراف الجسم %70
- الإدراك التميزي بين أطراف الجسم %71
- الإدراك الحركي التوازن %88

الإدراك السمعي لتحديد أماكن الأصوات %76

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

4- عدم وجود فروق معمنية في قوة نسب حجم تأثير البرنامج على المهارات الأساسية والقدرات الإدراكية حس - حرية في القياس البعدى بين التلاميذ والتلميذات عينة البحث .

5- نتائج البحث أظهرت أن تلاميذ وتلميذات المرحلة العمرية (7) سنوات تتميز بمهارات وقدرات واستعدادات منكافية 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 للتلاميذ المرحلة الابتدائية لإشباع رغباتهم وتنمية قدراتهم واستعداداتهم .
- 2- ضرورة تعيين معلمين ومعلمات بالمدارس الابتدائية من خريجي كليات التربية البدنية (متخصصين).
- 3- العمل على إيجاد الأدوات والألعاب المناسبة للتلاميذ المرحلة الابتدائية وبخاصة من السنة الأولى وحتى الثالثة .
- 4- ضرورة التوجيه والمتابعة المستمرة للأنشطة الحركية للتلاميذ المرحلة الابتدائية
- 5- تزويد مدرسات الفصول في هذه المرحلة بعض الخبرات والبرامج ووسائل وأساليب وطرق قياس للتلاميذ هذه المرحلة
- 6- العمل على إجراء دورات تأهيلية للمعلمات الفصول ترفع وتنمية كفاءتهم كمعلمات تدريسية للأنشطة التربية البدنية في المرحلة الابتدائية .
- 7- ضرورة إدراج مادة التربية الحركية ضمن مقررات كليات التربية البدنية.
- 8- العمل على تضمين هذا البرنامج وإفراطه كأحد المقررات الدراسية .

المراجع :

1. هاله الباروبي (2012) : أثر التفاعل بين طريقي تعليم وبعض القدرات البدنية والحس حركية على تعلم بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية 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 مقترن لتنمية بعض الإدراكات الحس حركية على مستوى أداء بعض مهارات جهاز التوازيين ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة حنطا .
4. هيمن عبد العزيز (2004) : بناء بطارية اختبار لقياس المهارات الحركية الأساسية للتلاميذ المرحلة الابتدائية باختصار " رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية بالقاهرة .
5. بشارة محمد فاضل (1999) : التغيرات الإنعائية 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 مقترن للتربية الحركية في تنمية القدرات الحركية (الحس - حركة) للأطفال ما قبل المدرسة رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل .



التسول، الأسباب، وآليات المواجهة من منظور العمل الاجتماعي

د. خديجة مسعود محمد أبو حماري

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 والأمنية ، وهدفت الدراسة على الكشف على الأسباب والأشكال المؤدية للتسول في المجتمع الليبي . والتعرف على دور المؤسسات الاجتماعية 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%، ونحوه المعيشة وارتفاع الأسعار والانخفاض دخل الأسرة أحد أسباب التسول ، وضعف الدور الرقابي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية بنسبة 90%، وانخاذ التسول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل شبكات التسول التي تستغل النساء والأطفال والأشخاص ذوي الإعاقة من أجل زيادة أموالهم بنسبة 70% . وضعف وسوء توجيه وسائل الإعلام من كتب وبجلات واداعية وتلفزيون بنسبة 60%.

مقدمة :

التسول ظاهرة قديمة حيث كانت تمارس من بعض شرائح مختلفة في المجتمع ، ولكن في الوقت الحالي أصبحت مهنة وبدأ المتسول بابتكر 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 والأمنية ، فهو يؤثر على الحركة الاقتصادية حيث يعيش عدد كبير من الأشخاص عالة على المجتمع مما يعطّل حركة النمو الاقتصادي ويعوق تطور المجتمع وتقده.

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 الناجمة عن التسول.

مشكلة الدراسة :

إن ظاهرة التسول انتشرت في مجتمعنا ليبي بشكل كبير وأصبح عدد المتسولين كبير جداً وهناك من يعرقل حركة السير عند التسول بجوار الإشارات الضوئية وعلى مقاطع الطرق والأسواق وال محلات التجارية وفي الجواجم والشوارع في صورة يرثى لها هدف الاستعطاف وتحريض أحاسيس الناس ، وهناك من يعتقد أن هؤلاء يتهون التسول كمهنة ، وجعلوها مهنة وحفة لأنها لا تحتاج بجهود ذهني أو

بدني كبير وأثمن يخدمون تحت ناس آخرين، ولها تبعات جنائية متشعبه تستحق الوقوف عندها . ولذا تصغ مشكلة الدراسة في التساؤل الثاني التسول ، الأسباب ، وأليات 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 الأخلاقية التي أجريت على هذه الظاهرة في المجتمع الليبي . وقد توفر هذه الدراسة البيانات والمعلومات التي قد تكون مفيدة للجهات المسؤولة والمهتمة بظاهرة التسول ومكافحتها كوزارة الشؤون الاجتماعية ووزارة الداخلية ووزارة التعليم والقوى العاملة لوضع الخطة اللازمة والبرامج الوقائية للحد من هذه الظاهرة . إن محاولة فهم هذه الظاهرة من خلال الإمام بجوانبها لمعرفة حجمها وتأثيرها في المجتمع الليبي سوف يوسع لقاعدة بيانات يمكن البناء عليها في تعويتها مستقبلاً والاستفادة منها في التعامل معها .

أهداف الدراسة :

- 1- انكشف 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- ما هي 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 سأّل الشيء . وسأّل عن الشيء ، سؤال ومسألة . وأصل السول : اهتز عند العرب غير أثمن استقلوا ضعفه الهرمة فيه (359,2).

في معاجم اللغة العربية أن كلمة التسول مشتقة من مصدر سول أي : سأّل وأستعلق ، والسؤال ما يسأل ويطلب ، أي سؤال الناس أموالهم (6,20).

التسول في الدين:

معنى التسول في السنة النبوية ميل المتسولين ، وهم فئة تشمل الأعمار المختلفة ذكوراً وإناثاً من لم يبلغوا الحلم ، ومن هم في سن النضج ، ومن هم في سن الشّيخوخة إلى ممارسة ما يعتبر في الشريعة الإسلامية مكرهًا ، روى عن رسول الله صلى الله عليه قوله (اليد العليا خيراً وأطيب إلى الله من اليد السفلة) . ونجد رسول الله يحث المؤمنون على العمل وبقبح التسول بقوله ((والذى نفس محمد بيده لأن يأخذ أحدكم خيله فيختطلب 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 الحال أو الأماكن العمومية ، أو الإدعاء أو التظاهر بأداء الخدمة لغيره ، أو عرض ألعاب هزلانية ، أو القيام بعمل من الأعمال التي تتحذ شعارات لإخفاء التسول ، أو النّبيت في الطرقات وبحوار 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 مزاولة عمل شريف يدر عليه دخلاً يقيم أولاده ويحفظ له ماء وجهه من الاستجداء أو العطف (21، 3).

عند علماء الاجتماع ينشأ من البيئة دون أي تدخل من العمليات والميكانيزمات النفسية وهو يصف المسؤولين بأنهم ضحايا ظروف خاصة اتسمت بعدم الاحترام والضمآن الاجتماعي ، لأسباب متعلقة بالانخفاض الشديد لمستوى المعيشة الذين يعيشون في ظلله ، أو أنهم ضحايا مزيج من هنا وذاك ، ويرى آخر أن التسول " مظاهر من مظاهر الخلل الاجتماعي أو شكلاً من أشكال الباثولوجية الاجتماعية " (35، 16). 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 المتفافق عليه " (12، 13). ويعرف أبو المعاطي المسؤول بأنه " كل شخص يقف في الأماكن العامة أو الخاصة ويستجدي بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بغية التكسب للحصول على مصدر دخل (204، 16).

مفهوم العمل الاجتماعي :

العمل في اللغة بأنه مهنة أو شغل ، أو وظيفة ، وهو محمود بذلك الفرد ، للحصول على منفعة ما أو فائدة محددة ، أو هو مجموع المهام التي يجب القيام بها أو إنجازها أو ممارسة نشاط ما والسعى من أجل الحصول على فائدته ، ويقال عمل عملاً أي فعل أمراً ما عن قصد وواطئ عليه حتى التصدق به ، ويقال أيضاً رجلاً عمولاً 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 الغلروف 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 وتمكن تحويل الناس لتحسين الوجود الإنساني . وتتوظف في تحقيق ذلك نظريات السلوك البشري ، والأنساق الاجتماعية ، وتتدخل الخدمة الاجتماعية عند النقطات التي يتفاعل فيها الناس مع بيئتهم . وتمثل قيم حقوق الإنسان والعدالة الاجتماعية مبادئ أساسية في الخدمة الاجتماعية (19، 39).

كذلك مهنة ونظام اجتماعي يتحقق الرفاهية للإنسان بإيجاد تغييرات اجتماعية موجهة من خلال بناء متخصصين يتعاونون مع أجهزة المجتمع لمقابلة الاحتياجات الاجتماعية .

عوامل التسول وأسبابه:

1- العوامل الحيوية : التشوهات الخلقية مثل القرامة 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 المرأة من الاكتفاء الذاتي (14: 26) . مما يدفعهم إلى ممارسة ظاهرة التسول .

2- العوامل الاجتماعية :

1- التفكك الأسري : هو اختصار 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 يتضمن شمل الأسرة ويتدحرج وضعها نتيجة تضليل البنية الاجتماعية إذ يكون الأبناء وعلى الأخص الأطفال والمرأهين 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 وانحلال 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 إكمال 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 والسعى إلى عمل غالباً ما يكون هامشياً (8 ، 156-168).

3- العوامل النفسية :

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

4- العوامل الاقتصادية :

1- الفقر : إن من أهم أسباب ظاهرة التسول هو الفقر وعدم القدرة على الحصول على أبسط 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 (ولIAM بوونجر) الاقتصادي الهولندي والتي تعد من أهم الدراسات التقليدية التي تأخذ هذا الاتجاه حيث جاء إلى جميع البيانات الخاصة بالدول الأوروبية المختلفة ليؤكد ارتباط كافة المشكلات الاجتماعية من تسول وتشريد وإدمان إلى الفقر) (13 ، 58) ، لهذا يعد الفقر من بين أهم عوامل انتشار ظاهرة التسول في المجتمع ، فالفقر لا يفصل عن التسول ، ومادياً يشتراك في صفة العوز المادي ، فـ أكثر المتسولين من جراء آثار الظروف والتهمير أو من غير القادرين على سد احتياجاتهم (13 ، 30).

2- التهجير القسري : والذي يقصد به ممارسة تنفذها حكومات أو قوى شبه عسكرية أو مجموعات متعددة تجاه مجموعات عرقية أو دينية أو مذهبية بهدف إخلاء أرض معينة وإحلال مجتمع سكينية أخرى بدلاً 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 خلو بعض الأشخاص إلى ممارسة للتسول ليسدو رمهم من متطلبات الحياة المعيشية. (7 ، 345).

هناك أسباب أخرى للتسلُّل:

- 1- الظروف وما تخلَّفَهُ من دمار كالإعاقة والمرض والفاقد وال الحاجة إضافة إلى الهجرة والتشرد وطلب اللجوء بسبب فقدان الأمان كلها أسباب أدت لانتشار ظاهرة التسلُّل بشكل كبير . يمكن النظر إلى تجربة التسلُّل وتأثيره على الأسر والأطفال في ليبيا إلى الحاجة إلى السكن ، الفقر ، ورفض مساعدة الحكومة لأسر هؤلاء الأطفال ، والعنف المنزلي ، والنزاعات المسلحة ، ونقص المساعدات الاجتماعية.
- 2- المعتقدات الخاطئة : يرى الكثيرون من المسؤولين أن التسلُّل لا يشكل مشكلة أو عيب اجتماعي وهو لا يختلف عن أي عمل آخر سوى احتياجاته لقليل من التذليل وهدر الكرامة .
- 3- المرض : على الرغم من تصريح العديد من الأشخاص المسؤولين للمرض و حاجتهم إلى المال لغرض العلاج من خلال عرض وثائق أو صفات طيبة مزورة إلا أن البعض منهم لا يملكون المال فعلاً للعلاج حيث تفوق كلفة علاجهم أو علاج ذويهم مقدارهم المالي بشكل كبير لهذا يكون دافعهم الأساسي هو الحصول على المال لغرض العلاج ، وهذه حالات قليلة.
- 4- تهاون الحكومات للحد من هذه الظاهرة : إن أحد أسباب شيوخ وانتشار ظاهرة التسلُّل هو نتيجة تهاون الحكومات عن مسؤولياتهم في الرقابة للحد ومنع هذه الظاهرة . وخاصة هؤلاء الذين امتهنوا هذه المهنة وجعلوها مهنة وحفة ومن ثم القيام بخطف الأطفال مثلاً للقيام بدور المسؤولين فيه تحولت إلى ظاهرة إجرامية في نفس الوقت .
- 5- التعود أو توارث المهنة : كثير من الأشخاص المسؤولين ورثوا التسلُّل كمهنة من الآباء وذويهم الذين سبقوهم إلى مزاولة هذه الظاهرة دون التردد أو الشعور بالخارج . فهذا النوع من المسؤولين يكون أكثر تعقيداً لأن قناعته بنيت على ضرورة ممارسة مهنة التسلُّل للحصول على المال دون النظر إلى الأسباب .
- 6- الادمان على المخدرات : يلحًا مدمني المخدرات للتسلُّل لغرض الحصول 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 (346)، 7 (346).

الدراسات السابقة :

- دراسة ابتسام وأمال ميلاد حيدر ، (2021) ، بعنوان دور الخدمة الاجتماعية في التمكين وبناء القدرات للتصدي لظاهرة التسلُّل ، بمحفل وضع مقترن لتحويل المسؤولين من طاقة سلبية إلى طاقة إيجابية تسهم في حفظ المجتمع واستقراره ، واعتمدت الدراسة على ما جاء في الدراسات السابقة والكتب والدوريات ذات العلاقة بالموضوع ، وخلاصت النتائج إلى أن دور الخدمة الاجتماعية في استخدام استراتيجية التمكين وبناء القدرات للتصدي لظاهرة التسلُّل يتمثل في تجميع بيانات حول الأسرة والأفراد الذين يقومون بالتسُّلُل ، والتعرف على ظروفهم ومدى احتياجهم للمساعدة والعون ومساعدتهم في حال حاجتهم للمساعدة ، ويتمثل مقترن تحويل المسؤولين من طاقة سلبية إلى طاقة إيجابية إلى تبني اتجاه التمكين وبناء القدرات لتحويل المسؤولين إلى طاقات إيجابية بالمجتمع (1).
- دراسة زينب هاشم عبود ، (2019) ، بعنوان العوامل الاجتماعية لظاهرة التسلُّل وسائل معالجتها من وجهة نظر أستاذة الجامعات دراسة ميدانية في مدينة بغداد ، وقد هدف البحث إلى معرفة العوامل الاجتماعية لظاهرة التسلُّل ، 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 .

- يؤدي ظاهرة التسول إلى تعاطي المخدرات والسرقة .

- يوجد فرق بين التفكك الأسري وتسلُّل الأبناء .

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

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

دراسة أنسية ذوكم، (2005) ، بعنوان ظاهرة التسلُّل 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 التسلُّل ، كما تبين أن (63%) من الأطفال المتسلولين 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 كف أسرة غير طبيعية ، وأن وجود الطفل في حي أسري متواتر ومشحون ينعكس سلبياً على نفسه ويدفعه إلى التشرد والتسلُّل وهذا يعني بدوره عدم الالتحاق بالمدرسة والحرمان من التعليم وتأمين المستقبل (4).

العمل الاجتماعي ودوره في مكافحة التسلُّل :

يعتبر العمل الاجتماعي والمتبوع لنشأة وتطور الخدمة الاجتماعية كمهنة تأتي في المرتبة الثانية كتجهيزه أساسياً ، وإن الأهمية تكمن في فهم كيف تطورت الخدمة الاجتماعية إلى أن وصلت إلى ماهيّة وهي تمارس وفقاً لتصور مفاهيمي محدد ، إن ممارسة الخدمة الاجتماعية المعاصرة هي ذلك النتاج الموروث لتلك الاستجابات لحاجات واهتمامات الذين تمارس معهم الخدمة الاجتماعية والأجهزة في أوقات وظروف متعددة . إن الاستجابة للحاجة كانت عادة ما تتأثر بالأحداث الرئمانية والواقف الفلسفية السائدة في ذلك الزمان من ناحية ، والقاعدة المعرفية ، واهتمامات الرعاية الاجتماعية ، والأحداث الاجتماعية والسياسية والاقتصادية من ناحية أخرى .

إن تطور مهنة الخدمة الاجتماعية وقادتها النظرية على صلة مباشرة بتطور الرعاية الاجتماعية في الولايات المتحدة الأمريكية . وإن الرعاية الاجتماعية والخدمة الاجتماعية شيان مختلفان وأي فهم للمارسة العامة للخدمة الاجتماعية المعاصرة يتعزز بهم تطورها كمهنة وبخاصة الطريقة التي تطورت بما نظرية الممارسة ، وهذه تشمل إعطاء بعض الاهتمام للتصورات المفاهيمية المبكرة للمارسة المهنية .

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

ورغم أن جذور الخدمة الاجتماعية في الغرب تعود إلى الموروث الديني اليهودي / والمسيحي ، فأها مهنة حديثة جداً وفترة ، عاشت وتعيش حالة غير ليس في اهتماماتها ، وظروف التغير التي يمر بها المجتمع ، بل أيضاً في معارفها ، وفيها ، 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 ، وبمثل ذلك مهارة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختصاصي الاجتماعي ، وقد يأخذ فريق العمل عادة أشكال بحسب طبيعة عمل المؤسسة ونوع الخدمة المطلوبة ، ومدى الحاجة إلى تنوع التخصصات .

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

غالباً ما تناقض 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 يتصرف بالتعقيد وبثورة المعرفة بالتزامن مع زيادة التخصص في جوانب دقيقة ، أصبح من الصعوبة يمكن تقديم المساعدة المهنية باستمرار من ظرف مهنة واحدة أو شخص واحد ، على سبيل المثال لا يستطيع الاختصاصي التعامل مع ظاهرة التسول بمفرده لا بتعاون مع مؤسسات الدولة الأخرى .

ووهنا غالباً ما يكون الاختصاصي عضواً في فريق متعدد الاختصاصات . وأن مشكلات الفرد هي مشكلات متراقبة ومترادفة ولا يمكن دائماً تقسيمها بوضوح حسب الحال أو النوع مما قد يؤدي إلى تحصل الممارس الخبير من العمل بمفرده مع مثل تلك المشكلات (التسول) . وعادة ما تتطلب الخدمة الاجتماعية المعاصرة العمل التسويقي بين عادة أفراد من تخصصات متعددة أو من نفس الشخص ، مجموعة من الاختصاصيين الاجتماعيين ، أو اختصاصي اجتماعي مع مجموعة من أشخاص شبه مهنيين أو متطلعين ، أو من الاختصاصيين الاجتماعيين وأولئك المهنيين من تخصصات أخرى .

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

(المتسهولين) . تمثل أهدافاً لهذا النوع من فريق العمل . وقد توفر في بعض الأحيان فرق العمل لخدمات الوقائية أو التحطيط مثل هذه البرامج .

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

(245-246 ، 18)

إن عملية التصدي لهذه المشكلة صعبة وتحتاج إلى تعاون أكثر من مؤسسة في الدولة :

التأكيد على دور الجمعيات الخيرية من خلال تقييم المعونات للأسر الحتاجة من خلال تقديم المعونات للأسر الحتاجة ومحاولة إيجاد عمل بالتعاون 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 الازمة للكشف عن الأسباب الحقيقة للمشكلة وأسباب انتشارها وطرح 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 ليكون المجتمع مسانداً حقيقاً في عملية مكافحة الظاهرة .

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

- وضع القوانين الرادعة ، وتطبيقها دون تراخي على من يقف خلف هذه الجماعات ويستغلها لتحقيق مكاسب شخصية .
- تفعيل دور الشرطة وإشراكهم في عملية القبض على المتسلوبين .

الإجراءات المنهجية للدراسة :

1- منهج الدراسة :

أعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي .

2- عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من 20 حالة من المتسلولات داخل مدينة طرابلس في كل من منطقة أبو سليم ، منطقة باب بن غشير ، منطقة الكريمة . كان اختيار الحالات التي تمتهن التسول بطريقة الصدفة تم وجودهم في حالة التسول ، في الأسواق و محلات الملابس والشوارع . وهذا حسب درجة التجاوب والاستعداد للإجابة على أسئلة ٤ إذ بعض المبحوثات رفضن الإجابة وقد احترمت هذه الخصوصية .

3- أداة الدراسة :

اتبعت الدراسة أسلوب المقابلة غير مقتنة ، أي مقابلة مفتوحة حول موضوع الدراسة ، حيث قامت الباحثة بمقابلة عدد من المتسلولات من مختلف الأعمار ، وفي أثناء ذلك حدث بيبي وبينهم مناقشات حول بعض الجوانب المختلفة لموضوع ، وساعد هذا الأسلوب الباحثة على رصد أسباب التسول وتحليل بعض الحالات الخاصة بالفرد المتسلول ، ومنذلما أمهلن هذه المنهنة دون غيرها .

4- الأساليب الإحصائية : النسب المئوية والمتوسط الحسابي.

مناقشة وعرض وتحليل المعلومات والبيانات

جدول (1) يبين أعمار أفراد العينة

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

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

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

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

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

للحظ من الجدول 3 أن أفراد العينة كان أغلبهم من خارج مدينة طرابلس بنسبة 60%، وتمثل تلك المدن في كل : بنغازي وعدهم اثنان ، ورشفانة وعدهم 4 ، وتاورغاء عدهم 5 ، اجليل 1.

جدول (4) بين 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% تتحذ مساكن للإيجار في مدينة طرابلس؛ وذلك لتقارب المسافة من مكان المسؤول حيث إن سكنهم الأصلي في المناطق المشار إليها في الجدول السابق.

جدول (5) بين الحالة الاجتماعية

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

يتبيّن من الجدول 5 أن أعلى نسبة من المبحوثين كانت أرامل بنسبة 65%. وهذا يتفق مع نتائج دراسة سعاد راحي الاعرجي (2017)، بعنوان التعرف على الظروف الشخصية والأسرية والاجتماعية لممارسي المسؤول، بأن التفكك الأسري ووفاة الوالدين كانت السبب في ممارستهم للمسؤول.

جدول (6) مهنة أفراد العينة

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

وبحسب ما ذكروه من دواع للمسؤول تمثل في عدم سد احتياجاتهم اليومية من لدبها أسرة أو يحتاج لعلاج أو مستلزمات الأطفال، أو إيجار. لأن نسبة 70% من أفراد العينة يتقاضوا مرتبات معاش التضامن. على الرغم بأن المطلقات والأرامل يتقاضون معاش تضامني 900 دينار في الشهر تقريباً في الوقت الحالي.

جدول (7) بين 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) بين جنسية أفراد العينة

الجنسية	النكرار	النسبة
ليبي	15	75
غير ليبي	5	25
المجموع	20	100.0

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

جدول (9) بين القائمين على التسول من أفراد العينة

النسبة	النكرار	القائمين على التسول
نسماء	20	100.0
المجموع	20	100.0

للحظ من الجدول أن كل العينة كانت النساء بنسبة 100% . من خلال المقابلة أشار بعض المبحوثين إلى أنهم يتلقون مساعدات في الأعياد من الجماع والأقارب ولكن لا يكفي المصروف اليومية .

استماراة استبيان عن طريق المقابلة

جدول (10) بين العوامل المؤدية للتسول

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

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

يتضح من الجدول (10) وفقاً للرأي السائد والتي جاءت في الترتيب الأول كل من أن غلاء المعيشة وارتفاع الاسعار وأيضاً انخفاض مستوى دخل الاسرة بنسبة 100%. حاجة المسؤول للمال وانخفاض مستوى دخل الأسرة ، وغلاء المعيشة بنسبة 100. 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 احتاجة وخاصة الأرامل والأنثى و تطبيق قوانين حماية الأسرة و تلبية احتياجاتها وخاصة النساء حتى لا يتعرضن إلى الاستغلال والتسول ، فلابد من تعزيز دور الشؤون الاجتماعية لمتابعة وحصر المسؤولين في الشوارع وال محلات 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 و اماني حديدان ، 2021 والكتب ذات العلاقة بال موضوع بأن في العمل الاجتماعي لأبد من استخدام استراتيجية التسويق وبناء القدرات للتتصدي لظاهرة التسول والذي يتمثل في تجميع البيانات حول الأسرة والأفراد الذين يقومون بالتسول ، والتعرف على ظروفهم ومدى احتياجهم للمساعدة والعون ومساعدتهم في حال حاجتهم

للمساعدة . أيضاً عدم توفر فرص عمل بنسبة 85% . وعدم اهتمام منظمات المجتمع المدني بمنابع المسؤولين بنسبة 85% ، ونقص الوعي الديني بنسبة 680% . حيث إن أغلبية المبحوثين لا يعرفون ماهكم الشرع في قضية المسؤول من خلال المعلومات التي تم جمعها والتي تثلج وجهة نظر الفئة المسئولة بأن عدم اهتمام المجتمع المدني بمنابعه وبالتعاون مع الجهات الأخرى في الدولة كان من أهم الأسباب التي أدت لانتشار ظاهرة المسؤول ، وهذا يدل على عدم وجودوعي وتدني المستوى الثقافي لدى المسؤولات بشكل عام والوعي الديني بشكل خاص .

التفكك الأسري الذي يعيش فيه المسؤول 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 وقدد العطف والحنان والحب إلى المزاحب لشارع ومارسة المهن الهاشمية أو المسؤول أو السرقة .

أخذ المسؤول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل شبكات المسؤول التي تستغل النساء والأطفال والأشخاص ذوي الإعاقة من أجل زيادة مواههم بنسبة 670% . حيث أشاروا إلى أن المسؤول لا يكلف أي جهد أو تعب . المزاحب التي تتعرض لها البلاد جاءت موافق بنسبة 65% حيث أن المزاحب التي تعرض لها المجتمع الليبي جعلت الأسرة بلا مغيل مما دفع النساء إلى المسؤول لإعالة أطفالهم، وأيضاً المزاجة من منطقة إلى أخرى بسبب المزاحب موافق بنسبة 65% .

تقبل المجتمع انتشار المسؤولين ساعد على انتشار ظاهرة المسؤول موافق بنسبة 65% إذ يغلب على المجتمع الليبي العاطفة والطيبة والإحسان فيعطون المال ظنا منهم أنهم محتاجين . وضعف وسوء توجيه وسائل الإعلام من كتب ومحلات واذاعة وتلفزيون بنسبة 60% .

نتائج الدراسة :

- 1- إن نسبة انتشار ظاهرة المسؤول كانت بين النساء بنسبة 100.00%.
- 2- كثرة عدد الابناء في العائلة الواحدة أحد أسباب المسؤول بنسبة 95%.
- 3- غلاء المعيشة وارتفاع الأسعار وانخفاض دخل الأسرة أحد أسباب المسؤول .
- 4- ضعف الدور الرقابي لمؤسسات الرعاية الاجتماعية بنسبة 90%.
- 5- عدم اهتمام منظمات المجتمع المدني بمنابع المسؤولين بنسبة 75%.
- 6- اتخاذ المسؤول كمهنة تدر الأموال الطائلة وتدار من قبل شبكات المسؤول التي تستغل النساء والأطفال والأشخاص ذوي الإعاقة من أجل زيادة مواههم بنسبة 70%.
- 7- ضعف وسوء توجيه وسائل الإعلام من كتب ومحلات واذاعة وتلفزيون بنسبة 60%.
- 8- نقص الوعي الديني بنسبة 80%.

الوصيات والمقترحات :

- 1- على وزارة الشؤون الاجتماعية القيام بدراسات مسحية شاملة لكل مناطق ليبيا لجمع البيانات والحقائق على حجم وسبل انتشار المسؤول وخاصة لدى النساء .
- 2- تحصيص نفقات شهرية من وزارة الشؤون الاجتماعية للأسر المحتاجة ورعايتها اجتماعياً ونفسياً .
- 3- تقليل الرعاية الاجتماعية والنفسية للنساء الأرامل .

- 4- التنسيق بين وزارة العمل والشئون الاجتماعية ووزارة الداخلية لخارة هذه الظاهرة ومحاسبة كل من يجر 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 المجتمع والجمعيات الخيرية الموجودة في كل المناطق وذلك لاتصالهم المباشر بالأسر المحتاجة داخل مناطقهم

قائمة المصادر والمراجع:

- 1-ابتسام و أمال ميلاد حيدر ، دور الخدمة الاجتماعية في التمكين وبناء القدرات للتعددي لظاهرة التسول ، طرابلس ، مؤتمر بعنوان التحديات الأمنية بالمجتمع الليبي – المشكلات والحلول ، (2021).
- 2- ابن منظور ، لسان العرب ، ط 3، ج 6 ، تحقيق عبد الله علي الكبير وأخرون ، مصر ، دار العرب ، القاهرة ، 2020.
- 3- حامد زهان ، التسول في مصر مشكلة التسول لدى الكبار وأسبابها الاقتصادية والاجتماعية ، مصر ، 1985.
- 4- أنيسة دوكم ، أطفال الشوارع (الظاهرة – الأسباب – الآثار – مقترحات للمعالجة ، مؤتمر الطفولة الوطنية 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 خانقين ، مجلة الفتح ، العدد 34، 2008.
- 6- حسان بوسرسوب ، دور المسجد في نشر الوعي البيئي المستدام من منظور سوسيوبيدي ، مجلة الدینقراطي العربي للدراسات الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية ، برلين ، ألمانيا ، 2020.
- 7- زيدب هاشم عبود ، العوامل الاجتماعية لظاهرة التسول وسبل معالجتها من وجهة نظر أستاذة الجامعات ، دراسة ميدانية في مدينة بغداد ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية الأساسية ، قسم الارشاد التربوي والتوجيه النفسي ، مجلة إداب المستنصرية ، العدد 88-كانون الأول ، 2019 .
- 8-سامي عصر ، أطفال الشوارع ، الظاهرة والأسباب ، الملخص 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-حسان عبد الله الضبياني ، ظاهرة التسول وكيفية علاجها في الفقه الإسلامي ، مجلة الدراسات الاجتماعية ، جامعة العلوم والتكنولوجيا ، صنعاء اليمن ، مجلد (9) العد(17) ، 2004 .
- 11-فاطمة حيد 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 ، نوفيمبر 2007 .
- 13-عادل الشرجي ، التسول ، دراسة اثربولوجية عن التسول في العاصمة صنعاء ، 1999 .
- 14-عبد الرحمن سيد سليمان ، الإعاقة البدنية ، القاهرة ، مكتبة الزهراء ، 2004.
- 15-عبد الله غانم ، أسباب جنوح الأحداث في مدينة الرياض ، جامعة نايف للعلوم الامنية ، الرياض ، كلية الدراسات العليا،2000.
- 16-عطية فيليب ، أمراض الفقر : المشكلات الصحية في العالم الثالث " سلسلة علم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدب، الكويت ، الكتاب رقم 116 116 مايو ، 1992.
- 17- علي بن إبراهيم النملة ، العمل الاجتماعي والخيري ، التنظيم – التحديات – المواجهة ، ط 2 ، بيروت –لبنان ، 2014.

18- لويس س . جنسن . وستيفن ح . باليككي ، 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 ضو

المقدمة :

إن البيئة العمرانية للمدن تعكس المفهوم الأخباري لساكنيها ثقافياً واجتماعياً واقتصادياً، لكن مع التطور والنمو الحضري المتتسارع غير ملائم المدينة نتيجة لما شاكلها من تحولات جذرية اقتصادية ، سكانية ، معمارية، تلاصقت فيها المباني وزادت الكثافات السكانية بما لا رفاه اعداد قاطنيها ، فواجهت هذه المدن العديد من المشاكل الحضرية خاصة البيئية منها و المتمثلة بداية بتلوث الهواء و التربة مسروراً بالتلويث الضوضائي وصولاً إلى التلوث البصري والآخر مجال هذه الدراسة والذي يعود من المؤثرات التي لها انعكاس سلبي على الصحة النفسية والعدام الارتباط بالذوق العام من اتباع لسلوكيات خاطئة أدت إلى تشوه المنظر العام للمحيط الع marin الذي يفترض فيه التناسق مع البيئة واحتياج الاجتماعي والثقافي مما يوفر الراحة النفسية والجسدية للإنسان .

ومدينة طرابلس كغيرها من مدن العالم الرئيسية تشهد تلوث بصري في محيطها الع marin نتيجة لنمو المتتسارع للمدينة والذي شهدت خلال فترة قصيرة وبصورة كبيرة جداً أدت إلى الإخلال بالتوازن الع marin لها صاحبه تلوثاً بصرياً أخل بالذوق العام للمدينة خاصة فيما يتعلق بالواجهة البحرية للمدينة والتي يفترض فيها أن تكون مت نفس جمالياً للمدينة يعطي الراحة لساكن المدينة وملجاً لهم من ضغوطات الحياة الحضرية لدى جاءت هذه الدراسة متناولة للتلوث البصري للمدينة في واجهتها البحرية وقسمت هذه الدراسة بعد الإطار النظري من تحديد للمشكلة البحثية وتوضيح لأهدافها واهدافها ومنهجيتها وادراجاً لبعض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع التلوث البصري - إلى ثلاثة مباحث تتناول المبحث الأول 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 هذه الدراسة وووضع بعض التوصيات على أساسها ثم ختمت بخاتمة وقائمة للمراجع .

تحديد مشكلة الدراسة:

إن موقع مدينة طرابلس على نتوء صخري في تداخل مع البحر جعل منها مدينة ذات أهمية محيطةها منذ نشأتها فنمت وتطورت عبر عصورها المختلفة شهدت خلالها حركة تطوير وتنمية لواجهتها الساحلية كبوابة للمدينة ومرآة لمورتها الثقافية والحضارية، إلا أن هذا المعلم الحضري يواجه في بعض أجزائه تشويهاً بصرياً قد يؤثر على الذوق العام للتسريح المعماري للواجهة، لدى فهذه الدراسة جاءت متناولة لموضوع التلوث البصري في صياغة الإشكالية البحثية في التساؤلات التالية :-

ما هي مظاهر التلوث البصري للواجهة البحرية للمدينة وما هي اسبابه؟

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

أهدافها:

إن موضوع التلوث البصري للواجهة البحرية بعد ذا أهمية خاصة للمدن الساحلية كمدينة طرابلس الذي كان تناح غو حضري متتسارع أدى إلى وجود تشويه بصري في بعديها الع marinي والطبيعي فكان من اهداف هذه الدراسة من خلال تناول هذا الموضوع هي :-

التعريف بمفهوم التلوك البصري والواجهة البحرية.

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

القاء الضوء على مظاهر التلوك البصري الموجود بهذه الواجهة.

محاولة وضع بعض المقترنات للحد من هذه الظاهرة.

أهميةها:

تمثل أهمية الدراسة في أنها:- تناولت موضوعاً ذا أهمية في مجال التخطيط الحضري لم يقتصر وجوده على مدن الدول النامية وإنما عانت منه حتى الدول المتقدمة سابقاً مما أبجحها إلى الاهتمام بهذا المعلم لما يمثله من دليل على هوية المدينة تاريخياً واقتصادياً واجتماعياً بالرغم من صعوبة قياسه بصورة دقيقة للإختلاف في درجات التلوك 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 لمطلبات 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 (الإنترنت) كما تم استخدام الدراسة الاستطلاعية والتي كان الاعتماد عليها بصورة كبير في تحليل هذه الظاهرة للوقوف على بعض مظاهر التشوهية البصري بالمنطقة المحددة بالدراسة.

حدود الدراسة :

تتمثل حدودها في:-

الحدود المكانية : تناولت الدراسة مدينة طرابلس التي تقع على الجزء الشمالي الغربي لليبيا 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.

الخرائط رقم (1) موقع الواجهة البحرية لمدينة طرابلس



المصدر : - من عمال الطلبة استخدام نظم المعلومات الجغرافية

الدراسات السابقة:

إن التلوث البصري وما يمثله من تشويه لمرآة 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 يدل حظه من البحوث البيئية للمناطق الحضرية إذ يصعب قياسه ، كما أنه يخضع لقوانين وتشريعات أقل أهمية من المشاكل الخضرية الأخرى كتلوث الماء والهواء والضجيج مثلاً، بينما يرى البعض آخر أنه من المشاكل التي تؤثر بصورة مباشرة على الصحة الانسان من فرق وتوتر وأكتئاب يؤثر إجمالاً على الصحة الجسدية، فقد أثبتت دارسة ان 45% من مساكن تطل على مناظر غير جذابة او مرحلة عرضة الاكتئاب من غيرهم، وان للبيئة المادية تأثير على مستويات الإجهاد والصحة النفسية، ففي دراسة اجريت في تكساس بينت أن الذين يقودون سيارتهم داخل شوارع المدينة ترتفع لديهم مستويات التوتر أكثر من يقودون سيارتهم في بيئات ريفية أو طبيعية، وعلى الرغم اختلاف الآراء أجمعوا حول أهمية 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 التشوّهات في التكوين البصري للمنباني على البيئة العمرانية بمدينة الخمس، إذ تعرضت هذه الدراسة لمشكلة التلوث البصري الذي يؤدي إلى مشكلات نفسية وجسدية تبدأ بالقلق والتتوّر والضغط النفسي وما يصاحبه من أمراض مزمنة، فهدفت هذه الدراسة إلى التعريف بالتلوث البصري ومصادره واسبابه ومكونات البيئة البصرية والعمرانية وفهم إدراك محددات التلوث

البصري في مدينة الخمس من خلال أسس ونظريات التشكيل العماني، وتوصلت هذه الدراسة إلى وجود تباين في أشكال المنشآت بين القديمة والحديثة في الموقع الواحد وإن التكلفة المادية في تحديد مواد التسطيب النهائية تتفق حالاً دون اعتماد مواد تسطيب معينة تعطى للمبني شكلاً جمالياً، كما أن وجهات المبني مخالفة لما تم اعتماده من البلدية وغياب الجماليات في التصميمات الحديثة للمبني كما أن الطابع المعماري لا يتماشى مع البيئة الثقافية والاجتماعية للمدينة. (سان، تأثير التشوّهات في التكوين البصري للمبني على البيئة العمرانية.

(5 : 639 - 652)

في دراسة الهدر لأثر التلوث البصري على جمالية مدينة زليتن هدفت للتعریف بظواهر التلوث البصري واشكاله بالمدينة وإلى تحديد أسبابه وأثاره السلبية على السكان المدينة ومحاولة وضع مقترنات وحلول لهذا المشكلة توصلت هذه الدراسة إلى نتائج مفادها افتقار منطقة الدراسة إلى شخصية وطابع معماري موحد سواء في الشكل أو الحجم واحتلافاً في الانماط بين قلبيها وجديدها وقد استغلت أسلوب المبني خاصة المبني الشعبية منها وأقفلت بعض الشرفات، وبروز مشاكل مرورية تمثل في الاختناق المروري وقلة مواقف السيارات وقصور شبكة الصرف الصحي انتشار اللوحات علانية والدعائية غير منتظمة وبالإضافة إلى المخالفات والقمامة وغيرها من المشاكل الحضرية. (المدار، أثر التلوث على جمالية المدينة مدينة زليتن كنموذج ، سنة 2017 م ، 4: 60 - 83)

دراسة باوراث والتي تناولت دراسة ظواهر التلوث البصري في بعض أحياء مدينة جدة وهي دراسة مقارنة هدفت فيها الباحثة للتعرف على التلوث البصري واهم ظواهره والاسباب التي أدت إلى ظهوره وتأثيره على الصحة النفسية والجسمية للإنسان وتطبيق ذلك على أرض الواقع من خلال استخدام المنهج الوصفي التحليلي في دراسة ظواهر التلوث البصري في أحياء المدينة والمقارنة بينها في مستويات التلوث بمعرفة أكثرها تركيزاً بظواهر التلوث البصري، توصلت إلى أن الاحياء المدروسة يتباين فيها التلوث البصري بين التركيز بظواهره وبين ماهي حالية من هذه المظاهر بصورة كبيرة. (باوراث ، دراسة ظواهر التلوث البصري في بعض الاحياء مدينة جدة ، 2022 م ، 1: 170 - 198) .

المبحث الاول التلوث البصري :

مفهوم :

تعد ظاهرة التلوث البصري من اهم المشاكل الحضرية المعاصرة التي تتعرض لها المدن في الوقت الحالي اصبحت ذات اهتمام من قبل المختصين بعد انتشارها فهذه الظاهرة لا تمس الذوق الجمالي عند الانسان فقط وإنما تندل لتتشكل تحديداً لصحته النفسية وضياع هويته الحضارية، وقد ورد العديد من التعريفات للتلوث البصري فهو تغير غير مرغوب فيه لأحد عناصر البيئة يؤدي لاحتلال توازناً ما يسبب الإحساس بالغفور فور رؤية تلك المظاهر والظواهر غير الجمالية المبنية لعناصر البيئة المحيطة، وهو مصطلح يطلق على العناصر البصرية غير الجذابة بسبب انعدام الذوق الفني واحتفاء الصورة الجمالية.

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

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

أي أنه هو ذلك التشوهية للصورة العامة للوسط الحضري والذي يفقد جماله، فعين الإنسان عند التقاطها مثل هذا التشوهية وما تثيره في الجملة العصبية المسئولة عن شبكة الأ بصار تعطي مؤشرات بعدم الراحة النفسية وخلل التذوق الفني، أي إحتفاء الصورة الجمالية للبيئة بجميع تفاصيله.

عناصر التلوث البصري:-

يشمل مفهوم التلوث البصري كل عناصر البيئة التي تمس السكان وتغير غير مقبولة لدى فهي تعتبر مسألة نسبية ترتبط بالخلفية الثقافية والاجتماعية والاقتصادية الغير مسؤولة 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 أو حي لا يعاني من مظاهره، ويمكن ايجاز بعض عناصر ومظاهر التلوث في :

1. فوضى عمرانية:- وتمثل فيما أصحاب العمارة من تغير في خط العمارة وشكله فقدت معه المدينة هويتها وطابعها ومكانتها كمدن لها طابع وتاريخ وتراث خاص بها لتتصبح معه مدن ليست ذات صلة بثراتها غير متحاسبة حضارية ومن الأمثلة :-

- واجهات المباني التي تعددت بها الأشكال الهندسية المعمارية بطبعاتها المختلف فمنها الحديث ومنها القديم ومنها الزجاجي، ليبرز التناقض في هذه الطرز المعمارية بل تتنافر مع بيئتها العمرانية ولا تتمثل بما الخاصية المجتمعية.
- اختلاف الارتفاعات للمباني والتي لا يراعي فيها الاسس التنظيمية التخطيطية أو اتساعات الشوارع التي تختلف باختلاف البيئات العمرانية.
- المظاهر الارتجالية المغناطة كالزيادة على البناء وإضافة وتفعيل الشرفات والبلكونات، وإضافة مساحات الإعلانات على المباني واختلاف ألوان الدهانات لها.

2. التعديات والتجاوزات في البيئة العمرانية كعربات القمامات أو مخلفات البناء وعمليات الحفر، والأكشاك وأماكن البيع العشوائية المنتشرة على أرصفة الطرقات ، إضافة إلى تعديات بعض أحوال التجارية والمساكن على أرصفة المنشآة والارضية المهدمة والرماد وبقايا البناء واعمال الاشغال العامة التي لا تنتهي.

3. الكثل الخرسانية من الحواجز بين المساكن والمعماريات المتعددة الطوابق تختلف عما حولها في الصور غير ملائمة ومتكلمة 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 إلى التأثير السريع الذي يتمثل في الازعاج والتلوث وهدم الخاصية .

4. تشوية الفراغات الخارجية : - فالتصميم العماني للفراغات يمكن أن يؤدي إلى إشباع حاجة الاتساع عند السكان فيعملوا على الحفاظ على بيئتهم السكنية ضد كافة أنواع التلوث ما يحدث في المدن فهو أهون إهمال تام للفراغات العمرانية التي ترك للاستعمالات التجارية لترويج منتج أو لإعلان عن سلعة بدلاً من الاهتمام بتنسيق الفراغ العماني المتمثلة في وحدات الإضاءة والعلامات الارشادية وأحواض لظهور النافورات وسلات النهملات والمنظلات وأماكن الاسترخاء .

5. مؤشرات محطة : - تتمثل في وجود مبنى وطابع غريب في المنطقة ما موجود مني حديث في منطقة تاريخية بما يتنافر مع طابعها وقد يكون المبني في ذاته مقبولاً ولكن البيئة المحيطة به متدهورة غير متناسبة معه .

6. سلوك الانسان وهذا لا يمثل عنصر بحد ذاته اما هو أحد أسباب التلوث البصري حيث يمثل التعايش الذي ينبع عن معايشة الناس للتلوث البصري الذي يحدث في منطقة ما ثم يعتاده الانسان حتى يصبح جزء من واقعه لا يراه شادا إنما بالله بل سيساهم أيضاً بزيادة سلوكياته الخطأة.

أسباب التلوث البصري :

أدى التوسيع العمراني وعدم الاهتمام بالصورة الجمالية للمدينة في البناء بما يتماشى والبيئة المحيطة التي تدهور هذه البيئة وبالتالي تأثر الصورة البصرية للمتنائي نتيجة لاختلاط وتدخل الأنماط العمرانية بها ، مما أوجد تأثير سلبي على المشهد الحضري للمدينة وهو الشيء غير المرغوب حدوثه فالمدينة هي العكاس للقيم الجمالية تناسب مع إرثها الحضاري الخاص بها ويمكن تحديد الحضاري الخاص بها ويمكن تحديد أسباب التلوث البصري في :-

1. أسباب اقتصادية :- تمثل في ظهور نماذج معمارية مستحدثة متأثرة بثقافات لا تتماشى مع البيئة الحضرية المحيطة بها كما انما اوجدت أيضاً في اختلاف في أنماط العمراني بين المستويات الاقتصادية بين حديث لبنائه واخر بطراز قديم ، كما ساهمت الهجرة من الريف الى مدينة كثرة المساكن وتراصتها مما أوجد العشوائيات.

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

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

4. أسباب ترتبط بمستجدات العصر:- تتمثل في الانفجار السكاني والتتطور التكنولوجي والاقتصادي.

5. أسباب اهانة حماية البيئة والاحافظة على نظافتها.

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

أنواع التلوث البصري :

يمكن تقسيم أنواع التلوث البصري الى :

- 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 الإنارة في أوضاعها وعدم انتظامها وأسلاك الكهرباء فوق المبني.

- التلوث الكتالي:- يمثل في فقدان المبني بجوده ونظمه لتصبح عناصره غير مرتبه لتهار العلاقة النسبية بين المبني وما يحيط به من عناصر عمرانية كتحاور مبنيين مختلفين في الطراز أو التناقض في المستويات والارتفاع بطريقة مبالغ فيها.

- التلوث المستوى :- وهي تمثل في الإضافات على المبني في شكل ارجحالي لا تتماشي مع طراز المبني نفسه أو اقفال الشرفات.

أضرار التلوث البصري :

يتسبب التلوث البصري في آثار سلبية ليس فقط من الناحية الجمالية بل أيضاً على الصحة العامة والأمن والاقتصاد فهي :-

- تغيرات الحالة العاطفية: عندما يدرك الانسان بيئه ملوثه بصرياً ومرتكبة فإن هذا يثيره ويؤثره مما يسبب القلق طوال مدة النظر، لذلك عند رؤية مشاهد التمام او اللوحات الاعلانية وحركة المرور فانها لا تأثير سلبي.

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

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

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

- فقدان قيمة المناظر الطبيعية : تمثل المناظر الطبيعية معاييرًا جمالية 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 : قيمية العقار أو الأرض مرتبطة بميزاته الجمالية الجاذبة فوجود مظاهر التشویه البصري يؤدي إلى انخفاض قيمتها السياحية إذ أن السياحة تمثل نشاطاً اقتصادياً وتحقيق الصلة بجمالية المدينة.
- ان التشبع المنطقية الحضرية بالافتات الإعلان يؤدي إلى عدم اكتزاص السكان بها بسبب تكيفية مع تشبع 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 أحجلاً بأنها : - تعنى كل ما يحيط بالأفراد من التشكيلات الأرض والمناخ (مريش ، التلوث البصري وأثره في تشویه البيئة العمرانية مدينة سلط ، 2021 م ، ص 7) ، وهي تنقسم إلى مستويين هما:-

- البيئة الظاهرة وهي كل ما يتم رؤيته بصورة موضوعية تتدخل فيها العواطف أو المشاعر.
- البيئة الإدراكية والسلوكية:- وهي الصورة البصرية أو الانطباع الذهني المكون عن البيئة الظاهرة وهذا المستوى يتأثر بشخصية الإنسان 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 عنصرين أساسين هما:

البيئة المادية :-

تتكون البيئة المادية تجمع العماني من عناصرين هما البيئة الطبيعية والبيئة المشيدة.

- البيئة الطبيعية وهي البيئة التي تكسب السكان خصائصها ومقوماتها الذاتية البيئة المشيدة وهي البيئة المبنية بناء حضاري من صنع الإنسان ناتجة من تدخله وتعديلاته للبيئة الطبيعية ، وتمثل عناصره في المبني وهي أكثر عناصر هذه البيئة المبنية وضوهاً والفراغات والمرات المعمارية والشوارع والتي تمثل نقاط اتصال بين الفراغات والمبني الإدراك الذهني للبيئة العمرانية :-

• وهو عبارة عن عملية عقلية منظمة تعمل على تثبيت المكونات العمرانية في ادھان المستعمرين والذى له أهمية في الإحساس بالأمان والقدرة على الاستمتاع بالبيئة العمرانية في سهولة استخدامها وتكون علاقات مكانية متراقبة بين المستعمرين بين عناصر البيئة العمرانية وعملية تكوين الأدراك الذهني للبيئة العمرانية تتطلب ثلاث عناصر أساسية :-

أولاً :- الانتباھ للعقل نحو وجود عنصر معمارة يشعر بأهمية وهذا العنصر مختلف من شخص لأخر حسب فئة العمر والمستوى الاجتماعي والاقتصادي وغيره

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

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

ة بدأ باستقبال المؤثرات البيئية مروراً بإضافة معنى لهذه المؤثرات في الصورة الذهنية انتهاء بتكوين الانطباع الذهني النهائي للمكان او للعنصر المعماري وبذلك ترتبط مكونات البيئة المعمارية بالصورة الذهنية وفقاً لانطباع المتكون عنها و فوق علامات محددة على ارض الواقع بكل وضوح وراحة واسجام الا ان هذه الصورة الذهنية قد تتأثر بعض المشكلات العمرانية مثل :

1. عدم تكامل العناصر البصرية وتداخلها واحتلاطها وعدم استمراريتها.
2. الخدود 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 المقاطعة العمرانية - في تداخل بين اليابس والماء تعطي منظر ومشهد طبيعي تشكل ونقاط جذب للسكان بما نقدمه من مناظر خلابة ونشاطات الترفيهية وإجتماعية وترويجية لذا يتوجب الحفاظ عليها والتعامل معها بما يتافق وراحة السكان، فهناك بعض العناصر التي تتميز بها حدود تلك النطاقات الشاطئية كممارات المنشآت والكورنيش التجاور لحد المياه، وما يوجهها من امتداد عمراني يعطي ترابط قوي عمانيًا وبصرياً ووفقاً لرأي جوردن كولن بالخ خلط الحياة، مؤكداً أن الوظيفة الأساسية والجوهرية للمدينة يجب إدراكتها وتصورها من خلال نظرة واحدة سريعة للموقع العام للمدينة (فؤاد ، سياسات التنمية العمرانية المستدامة لاستغلال نطاقات الجماري المائية بالمدن المصرية)

فعنصر الماء يعد أفضل الحلول التي لو أحسن استغلالها الاستغلال الأمثل لتوطيد العلاقة العلامة بين بيئه الإنسان وبيئه الطبيعية التي تفتقد لها المدن و التي تعانى من سوء تخطيط فراغات وأماكن الفضاء مما يبعدها عن إيجاد التوازن بين البيئة العمرانية والراحة النفسية لساكنيها.

دراسة الواجهة البحرية والمناطق الشاطئية تعنى بالعمران القائم على حد مائي سواء كان هذا الحد خراً او بحراً او محيط او خليج او حتى قناة فتهتم بالمشاريع على الواجهة المائية بكافة التفاصيل من الحياة البرية على سطح الماء الى التفاصيل الانشائية

الحقيقة، فهي لا تضمن المباني الموزية للماء فقط بل أيضاً تدرج المباني التي تؤثر بصرياً أو حركياً، ولكنها في خلفية المدينة وكذلك يمكن أن ترتبط بما فمن خلال الاهتمام بالواجهة المائية يمكن تحقيق جوانب الترفيه السياحية والبصرية المتمثلة في الفراغات المفتوحة بما تتمتع به تلك البيئات.

ولقد بُرِز 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 الإنسان وإحتياجات البيئة الحفاظ البيئي حتى الحصول على بيئة نظيفة وملائمة للأجيال القادمة، وقد بلغ الاهتمام بالواجهات المائية ذروته في سبعينيات القرن الماضي ليصبح ظاهرة حيث ظهرت العديد من الأبحاث والدراسات في هذا المجال ليصبح مجال التنمية العمرانية للواجهات المائية مجالاً متخصصاً قائم بذلكه أجازته جمعية المخططيين الأميركيين في عام 1990م، بالإضافة إلى نشوء منظمات في هذا المجال هدفت جياعها لتحقيق ما يمتناه قاطني هذه الواجهات من ناحية وما يوجه من مجال التنمية من ناحية أخرى، بحيث تكون نظيفة خضراء، يسهل الوصول إليها، مفتوحة يسهل استخدامها متنوعة الاستعمالات الاقتصادية وسياحية.

الواجهة المائية المدينة طرابلس:

إن منطقة مجال الدراسة لم ينظر إليها رغم تاريخها الطويل ووقعها على البحر كان سبباً في نشوء مدینتها، نتيجة لعدم احتياجها لتطوير باعتبار أنها كانت مناطق فضاء أو مناطق زراعية وكانت البيئة المحيطة طبيعية لا تحتاج إلى تدخل الإنسان بها، ولكن مع دخول الإيطاليين للبلاد الذين عملوا منذ وصولهم إلى تحويل المدينة وواجهتها البحرية بتفاصيلها يطابع يتماشى مع بيئتهم التي قادمها منها، فاهتموا بعمارة المدينة فأوكلوا مهمة ذلك للعديد من المهندسين بدايةً من المهندس لوبيجي الذي عمل على إعادة تأهيل المباني وتوجيه العمارة نحو الجنوب الشرقي وأتجه المهندس أرماندو براسيني بعده لتطوير الواجهة البحرية حتى تكون البصمة الإيطالية واضحة لزائرى المدينة لما تمثله كمارة هويتها وتفاقتها فقام برسيم قلعة السرايا الحمراء وترميم الكورنيش وتصميم الشارع المطل على الواجهة البحرية الذي سمي بشارع فولي والذي يمثل الان بشارع او طريق الشط فتم زراعة أشجار التخيل على جانبيه وثم في جنوبه انشاء عددين من المباني كان من أهمها الفندق الكبير وكنيسة طرابلس ((جمعية الدعوى الإسلامية)) وتم ترميم قوس ماركتوس وفندق الودان المهاري، وقد حاول في تصميم هذه الفنادق الجمع بين العمارة الإسلامية و العمارة الرومانية ليتوأم المنظر المعماري في نسق منتظم، كما اهتموا بجمالية هذه الواجهة فقاموا بتصميم المبادين فكان ميدان الشهداء و ميدان الجزائر، ولازالت هذه المنشآت يافيه بمعالتها 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 مواكبة هذه التطورات والتغيرات وكانت للواجهة البحرية أهمية في هذه المنطقة خاصة فيما يتعلق بتطوير المباني كما تم اجراء بعض معاجلات 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 يشغل 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 يبرر على هذه الواجهة من ملوثات بيئية متنوعة من تلوث مائي وهوائي وضوضائي وتلوث بصري جعل منها منطقة منقرفة لأغلب ساكنيها، وهذه الدراسة الاستطلاعية اختارت دراسة تحديد مظاهر التلوث البصري المعوق خاذية هذه الواجهة لما تعانيه من تعبديات على مقوماتها الجمالية مما سبب الاضرار بمحيطها السكاني وبالذوق العام الذي يؤثر في الجملة العصبية البصرية للإنسان والذي يؤثر

بصورة غير مباشرة على الصحة النفسية ومن ثما 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 وتتغافر المشهد فيه، بما أن عدد تحطيط تطوير المدن خاصة العربية بما أن يراعي فيه المواءمة في التصميم بين الواقع المنقارية فما بالك في إيجاد التقارب بين بناء الحديث بتصميمه المتماشي مع عصره وبين قديم عريق في تراثه ليعطي مدى بصري بعيد المدى بين أبراج تعانق السماء وبين مدينة قديمة متشبكة ومرتبطة سطح ارضها تؤام بيئتها حتى في لون تراهامها، كما موضعه الصورة رقم (1) و(2) فالناظر من المبنية نحو الغرب يرى أبراجاً متبااعدة تشوّه منظر السماء دون تناسق بصري يؤثر وبشدة جمال منظر شاطئ البحر المتناقض وأيضاً يمكن رؤية هذه الصورة باتجاه الشرق من المبنية في اختلاف ارتفاع المباني وترافقها بصورة غير منسقة تحطيطياً دون الالتزام بمعايير التخطيط العمري بصورة (3,4,5,6) قانون رقم 32 لسنة 1977 بشأن تحطيط وتنظيم المدينة.

• البناء على خط الساحل والذي يفترض ان تكون مفتوحة لل العامة وفقاً لما جاء في قانون 32 لسنة 1977 في مادته 22 بأنه لا يجوز البناء داخل المخططات او خارجها على الاراضي المتأخمة 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 مصايف لا تمتلك في انشائها المعيار الجمالي والذوقى لها مما يعطي صورة غير مرغوبه مذكان مرغوب خاصة في فصل الصيف والذي ربما يكون مقبولاً بوجود الماء ولكن تركتها في الفصول الأخرى من السنة خاوية بمنظار لا يبعث على الراحة، وتحت تحجب رؤية مياه البحر عن المارة عبر الطريق الساحلي للبحر تتضارب فيها الألوان والأشكال الهندسية للبناء، وفوق هذا كله مقامة في منطقة حظرت السباحة فيها نتيجة للوجود مسارات مياه الصرف الصحي بها تاهيك عن الروائح غير مقبولة بها، كما توضح الصورة رقم (2) .

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

• هذا او بالإضافة الى أكوام الرمال ومخلفات البناء تصطف متاثرة 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 لازلت ترتاد 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 حق الزمن وجودها الاعلانية، بالإضافة الى الاعمدة الاعلانية المتهالكة، كما تواجد هذه الإعلانات حتى على الحوائط بطريقة عشوائية، ومهما هو ملا حظ أيضاً ظاهرة شاشات العرض الاعلانية للدعاية على الكباري وفي غاية حزر الدوران التي قد تؤدي الى تشتت انتباه السائقين بإضاءتها وحركة صورها.

• 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 الى المشاريع الإنسانية التي لم تستكمل

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

• حفر تصريف مياه الامطار المهملة والمفتوحة بصورة مباشرة على الارضية وبقايا المخلفات التي يلقى بها مارة الطريق او مررتادي الشاطئ لانعدام الوعي البيئي مما مع عدم الاهتمام من قبل جهاز المرافق وجهه باز حماية البيئة من مراقبتها، مما يؤثر سلباً في فصل الشتاء مع هطول الامطار.

• 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 اهداف مشروع تعظيم الواجهة بزراعة عشرة آلاف شجرة على طول الطريق للواجهة، لما لها من تأثير جاهلي مكمل لمنظر الطبيعي لمياه البحر.

• السيارات والاختناق المروري :- إذ يعد اصحاب السيارات على جانبي الطريق وعدم وجود مواقف سيارات كافية لمررتادي منطقة الشاطئ خاصة في فصل الصيف من مشكلات التلوث البصري المهمة والتي تعاني منها الواجهة سواء في المنطقة القريبة للمدينة والكورنيش او حتى منطقة المطار، فمنظر السيارات المركونة خاصة في المنطقة الأخيرة والتي تتواجد حتى على ارصفة المشاة يؤدي إلى إختناق مروري خاصه وقت الذروة، وفترة فصل الصيف.

• الاسيجة الخديدية تعد من المظاهر التلوث البصري التي تمحجز وتقطع التتابع البصري للمناظر الطبيعية للبحر وهذه تم ملاحظتها في حدائق العاب الاطفال والتي يتلف حوالها السياج بصورة كاملة وبارتفاع عالي، كما توجد ايضاً وبخلاف سياج كورنيطي الطريق الواقع على البحر مما يحجب ويسد الرؤية.

• اختلاف الوان طلاء المباني والذي لا يتلاءم والبيئة المناخية في كثير من الوانه فالألوان المختلفة للمباني ظاهرة واضحة أيضاً في واجهة المدينة معاً يؤثر على التتابع البصري دون وجود مخلفات بصرية تؤثر على الراحة في الرؤية، ومن الملاحظ ايضاً على الطلاء حتى على جوانب بعد جداريات المدينة 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 مبنيها وتأكل في اسوارها وبالإضافة إلى التأكل بفعل المياه الصرف في بعض الاماكن الأخرى، كما هو موضح بصورة رقم (12).

- النتائج :-

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

1. ان الواجهة البحرية مدينة طرابلس تعاني من العديد من المظاهر التلوث البصري وإن تفاوتت في درجتها.
2. يعد مظاهر اكمام القمامه ومخلفات البناء واكdas الرمال ابرز مظاهر التلوث البصري الموجودة على الشاطئ بصورة كبيرة.
3. عشوائية توزيع اللوحات الإعلانية على طول الواجهة وكثراً كانت ثانية ابرز مظاهر التلوث البصري.

4. ان وجود المصائف في هذه الصورة غير المنتظمة في اشكالها والوانها على شواطئ المدينة يفقد جمالية المنظر البحري والخصوصية الاجتماعية للمراتدة.

5. ان عدم الوعي البيئي لسكان المدينة يزيد من تفاقم التلوثات البيئة الخضرية للواجهة البحرية للمدينة.

6. ان عدم المتابعة بجهات الاختصاص في تنفيذ القوانين والتشريعات ضد التجاوزات التي تحدث في البيئة الخضرية ساهم في وجود مظاهر بصرية غير مرغوبة.

7. لا يوجد التزام بمعايير التخطيط العمراني في بعض الواجهة البحرية المدروسة مما أثر على مظهر الجمالية بها و أوجد تشوهات بصرية .

التوصيات :

من التوصيات التي توصي بما 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. اعادة تخطيط وتنمية الواجهة البحرية أو تنفيذ المخطط منها وذلك :-

4. ايجاد موقع الوقوف السيارات .

5. العمل على تنظيم استخدام الأراضي على شاطئ البحر كالاستعمال الرياضي مثلاً.

6. اعادة 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 المتهالكة وترميم الذي يحتاج إلى ترميم.

10. العمل على تطبيق التشريعات ضد التجاوزات التي تحدث في معمار الواجهة و على ساحلها و المتابعة المستمرة لذلك.

الخاتمة :-

يشمل موضوع التلوث البصري ذا اهمية ذلك لما يحمله من مفاهيم جمالية تحتاجها المدن في الوقت المعاصر الذي يشهد نمواً حضرياً متزايناً تفقد فيه المدينة جماليتها و رونقها معه نتيجة لتسارع هذه النمو غير متزن والمتزمن بمعايير جمال هندسة معمارية الذي تتبعه مخططات المدن سواء في مبانيها او شوارعها متماشياً ومتطلبات قاطنيها، تؤدي إلى فقدان الذوق العام والاعتياد على نظر 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 مظاهر تلوث بصري حاد خاصة في الاطراف الشرقية لهذا الوجهة، مظاهر ر بما لا تتماشى وحجم مدينة طرابلس بمقعدها 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 باورث : دارسة مظاهر التلوث البصري في بعض الاحياء مدينة جدة ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، اجلد 6، العدد 2 ، السنة 2022م ، السعودية .

2. محمد حسام مريش/ التلوث البصري وأثره في تشويه البيئة العمرانية لمدينة سلط ، المجلة الإلكترونية الشاملة ، العدد الثالث والاربعون ، 2021 ، الاردن .
3. محمد فؤاد واحرون سياسات التنمية العمرانية المستدامة لاستغلال نطاقات الجاري المائي بالمدن المصرية .
4. فرج مصطفى المدار، أثر التلوث على جالية المدينة زليتن كنموذج ، مجلة التربوي، العدد10 ، 2017 م جامعة المرقب ، الخامس ليبيا .
5. لطفي على سنان ، تأثير التشوّهات في التكوين البصري للمباني على البيئة العمرانية، ورقة بحثية مقدمة في المؤتمر الرابع للبيئة والتنمية المستدامة للمناطق الجافة وشبة الجافة .
6. قانون رقم 32 لسنة 1977 بشأن تحطيط وتنظيم المدينة.

ثانياً المراجع الأجنبية :

1. Ar.warbetoncouncil.ory 2022- 1-

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

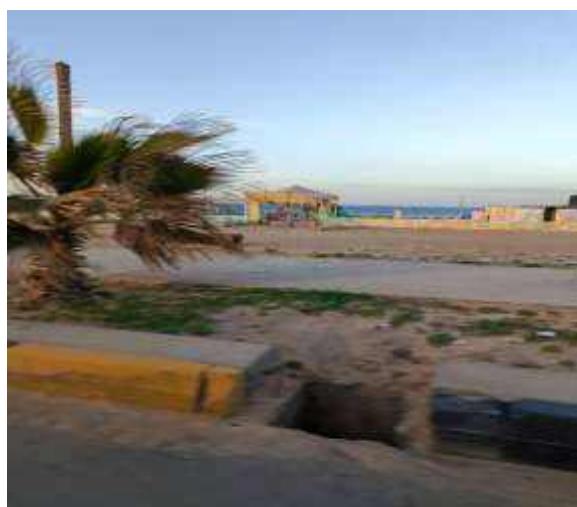


المصدر : شبكة المعلومات

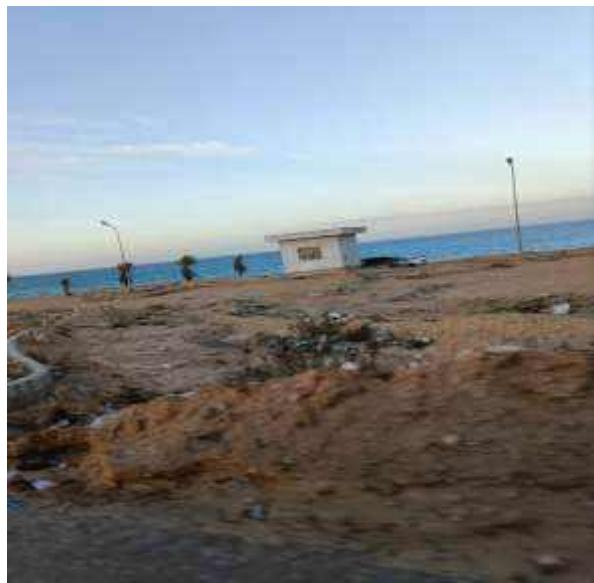


المصدر: تصوير الطالبة

الصور رقم (3) المصايف على شواطئ طرابلس معينة



الصور رقم (4) تجمعات للقمامة



الصور رقم (5) اللوحات الاعلانية وانتشارها العشوائي



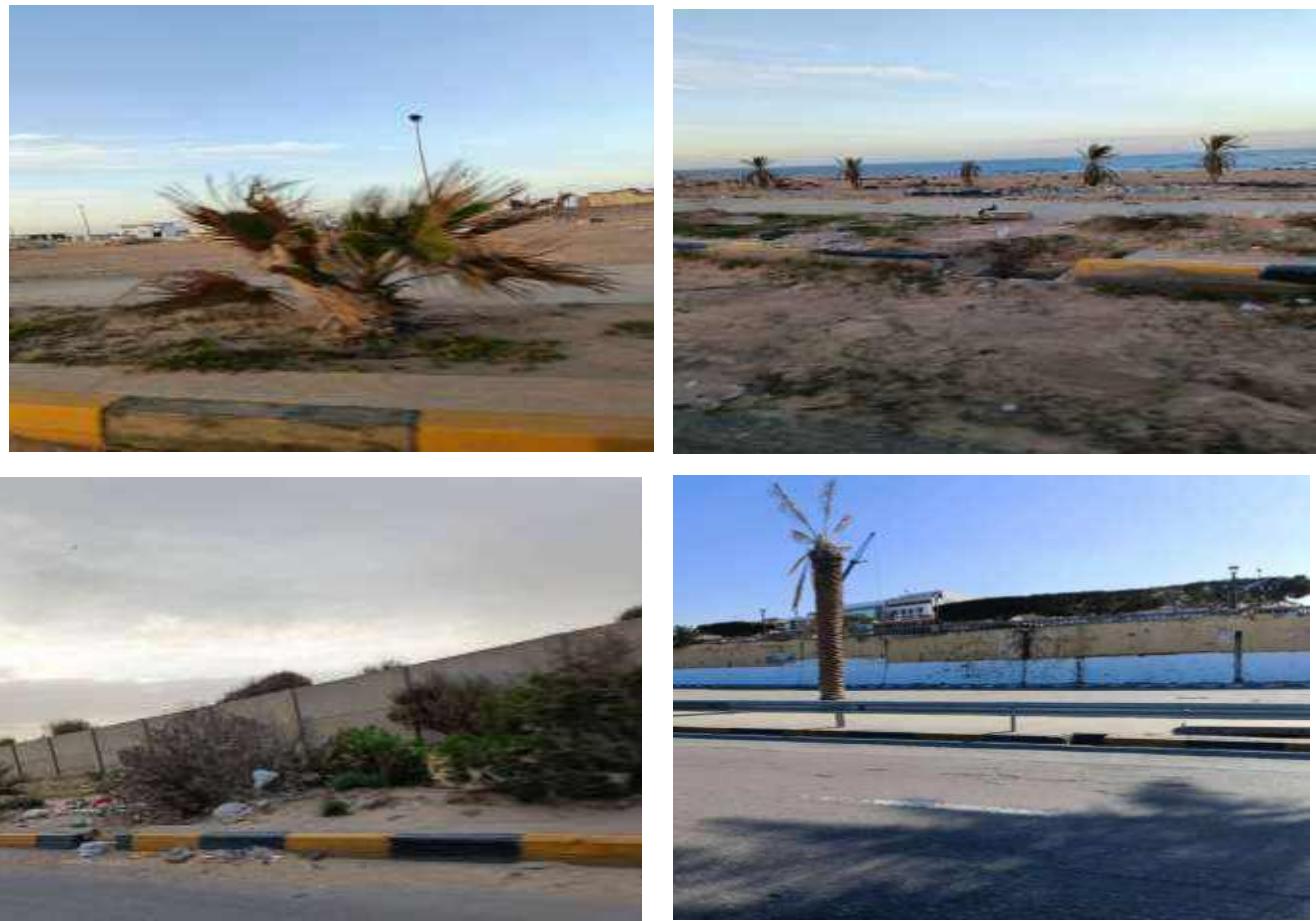
الصور رقم (6) بقايا الأبنية المتهالكة وغير المكتملة البناء



الصور رقم (7) حفر تصريف مياه الأمطار



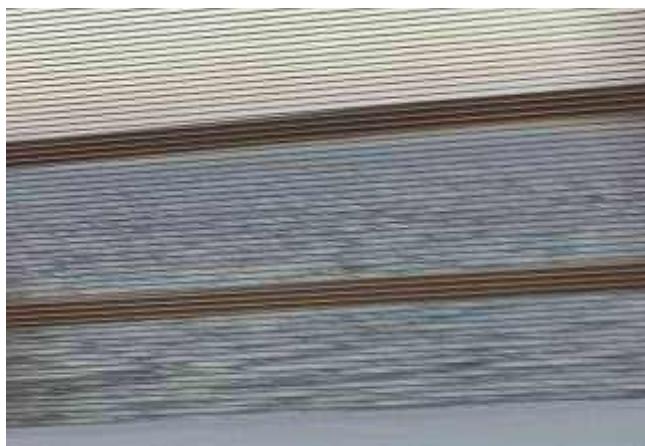
صور رقم (8) الاشجار المتدهالة



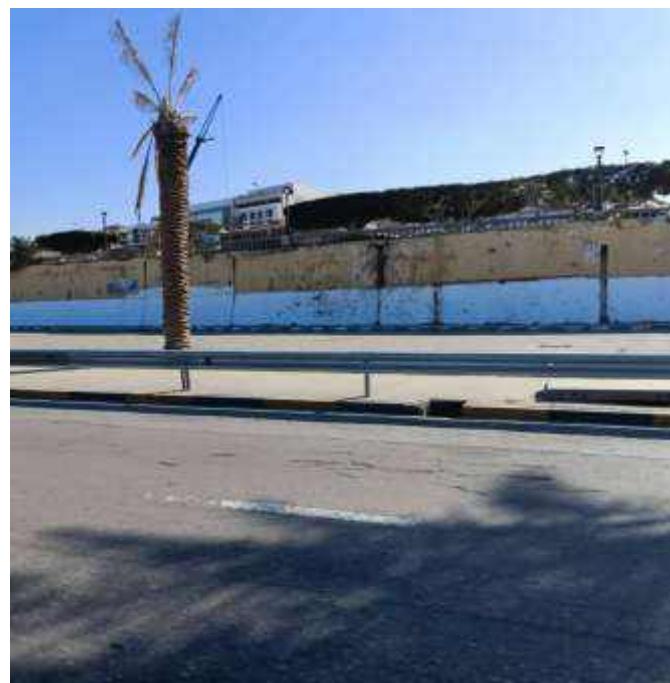
صور رقم (9) اصطاف السيارات على جنبي الطريق و فوق ممر المشاة



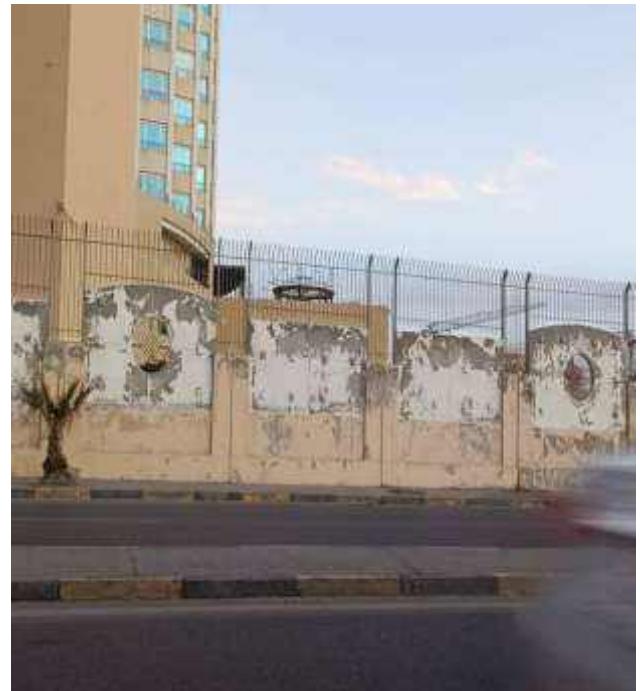
صور رقم (10) الأسيجة الحديدية



صور رقم (11) طلاء المبني غير المتناسق



صور رقم (12) تآكل البناء بفعل عوامل المناخ





دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطالب 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 الخرزة 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 المعامم السياحية في ليبيا داخل المناهج الدراسية للطلبة بمختلف صنوف مراحل التعليم الأساسي والثانوي ، كذلك ندرة الرحلات المدرسية إلى الأماكن السياحية والمعامم الآثرية ، توصي الدراسة بضرورة تضمين المناهج الدراسية في مراحل التعليم الأساسي والثانوي بالمعامم السياحية والأثرية للمدن الليبية وتفعيل الأنشطة والرحلات المدرسية مساهمة في إعداد النشئ وتوعيتهم بالمعامم 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 يارز 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 ماقتها تؤثر بشكل مباشر في مسح الحياة الاجتماعية والثقافية للبلدان . أن أهمية صناعة السياحة تزداد في الدول النامية حيث تتحقق صناعة السياحة غير منظورة وبذلك تعد صناعة السياحة أكبر وأهم الصناعات في العالم التي تساهم في دعم الاقتصاد المحلي العالمي ، وينفق الأستهلاكون في الدول المتقدمة على السفر والسياحة أكثر مما ينفقون على المواد الأخرى.

وتعزى زيادة معرفة المواطنين بالمعلومات حول المناهجه السياحية ومقومات الجذب السياحي وصور النشاط السياحي بداية الطريق لبناء قاعدة قوية من الوعي السياحي ، حيث تراكم المعلومات وتوسيع بنتوعها وتكرارها على المدى الطويل ويظهر الوعي السياحي عند المواطنين في صورة مشاركتهم الإيجابية في النشاط السياحي والحفاظ على التراث السياحي واتباع السلوك السليم تجاه السائح وتقدير مشروعات التنمية السياحي والحفاظ على التراث السياحي واتباع السلوك السليم تجاه السائح وتقدير مشروعات التنمية السياحية . حتى يتسمى للدولة تشكيل الوعي السياحي عند المواطنين فإن الأمر يتطلب تضافر 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 بثابة عمل دائم لفترات زمنية طويلة يتم فيها الاستعاة

بحيرات 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 وخبار اقتصادي لا بد من تحول في الوعي والتفكير الاجتماعي . فالسياحة تعتمد في المقام الأول على إعداد مجتمع واعٍ ومثقف سياحياً ، وعلى الرغم من أهمية الوعي السياحي وضرورة تعميمه ونشره بين الطلاب في مراحل التعليم المختلفة عامه ومراحل التعليم الأساسي والثانوي خاصة ، إلا أن الدراسات أظهرت إلى تدني دور المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، لهذا كان من الضروري البحث عن دورها في نشر الوعي والثقافة السياحية . لذلك تمتلئ 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: تمتلئ 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 الحافظة على مقومات البلد وتاريخه .

3. يقدم البحث التوصيات والمقترنات لذوي الاختصاص بوزارة 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 ، وتغير الجو والبيط الذي يعيش فيه الإنسان والوعي الثقافي المنشق لتدوّق جمال المشاهد الطبيعية ونشوة الاستمتاع بجمال الطبيعة . (عبدالنبي ، 2006 : 3) ويرى البعض أنّها عبارة عن " علاقة مؤقتة زمنية بين إنسان ومكان (المقصد السياحي) ولكن منها صفات خاصة ، كما وأن هذه العلاقة ولكونها مؤقتة تميز بخواص معينة تختلف عن العلاقة المتداولة زمنياً والتي تعني الإقامة الدالة أو المستمرة " . وقال Hunziker&Kraf : " السياحة هي الجموع 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 :

بعد الوعي السياحي شكلاً من أشكال الوعي الاجتماعي - الوعي الاجتماعي . هو الآراء والتعاليم المختلفة وهو انعكاس للعلاقات الاجتماعية التي تم تكوينها في نظريات وأراء متنوعة (سياسية ، وحقوقية ، ودينية ، وفلسفية ، وعلمية ، وأخلاقية ، وفنية) ، فالوعي السياحي هو إدراك الفرد فهمه للسياحة وأهميتها الاقتصادية وتقديره للتنمية السياحية ، وبعتر زيادة معرفة المواطنين بالمعلومات حول المناطق السياحية ومقومات الجذب السياحي بما وصول النشاط السياحي فيها بداية الطريق لبناء قاعدة قوية من الوعي السياحي ، حيث تراكم 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 لفوائدتها الاقتصادية وتقديره لمشروعات التنمية السياحية واحترامه للسائح وحسن معاملته وحفظه على الشروط السياحية ومشاركته الإيجابية في النشاط السياحي (تيمور ، 2008 : 109) .

المناهج الدراسية :

تتعدد تعريفات المنتهـج الـدرـاسي وتنـوع ، ولكن يمكنـنا من خـلال ما كـتب بعض البـاحثـين في المناهج وطرق التـدرـيس أـن نـعـرـفـهـ بـأنـهـ: الجانب الديناميـكي المتحركـ الذي يـرتبط اـرـتـباطـاً قـوـياً بالـعـاصـرـ المـوـجـودـةـ بـالـبيـئةـ الـاجـتمـاعـيـةـ نـفـهـ بـذـلـكـ لـيـأـثـرـ بـالـبيـئةـ الـحـالـيـةـ فـحـسـبـ ، وإنـماـ يتـعدـىـ تـأـثـرـهـ بـالـبيـئةـ الـعـالـمـيـةـ السـرـعـةـ التـغـيـرـ وـالـكـثـيرـ التـحـدـيـاتـ ، وـهـوـ مـخـطـطـ تـرـبـويـ يـضـمـنـ عـنـاصـرـ مـكـوـنةـ مـنـ أـهـدـافـ وـمـخـتـوىـ وـخـرـجـاتـ تـعـلـيمـيـةـ وـتـعـلـيمـيـةـ مـنـاسـبـةـ مـعـ حـاجـاتـ التـلـاـمـيـذـ وـمـتـطلـبـاتـ الـعـصـرـ . كذلكـ هـوـ مـحـمـوـعـةـ مـنـ الـمـوـادـ الـدـرـاسـيـةـ وـالـمـقـرـرـاتـ الـلـازـمـةـ للـتـأـهـيلـ فيـ مـحـالـ درـاسـيـ معـيـنـ : مـثـلـ منـهـجـ الـرـياـضـيـاتـ ، منـهـجـ الـلـغـاتـ ، منـهـجـ الـعـلـمـوـنـ ، وـالتـرـيـةـ الـاجـتمـاعـيـةـ وـغـيـرـهـ . (سـعادـةـ ، 2004 ، 32)

الأنشطة المدرسية :

يقصد بالأنشطة المدرسية هي تلك البرامج التي تختـتمـ بـتـنـميةـ الـوعـيـ السـيـاحـيـ لـلـطـلـابـ وـاـكـسـاحـمـ مـعـلـومـاتـ وـخـرـجـاتـ حـيـاتـيـةـ جـدـيدـةـ حيث يمكنـ منـ خـلالـ هـذـهـ الأـنـشـطـةـ تـقـدـمـ بـعـضـ الـمـعـلـومـاتـ عـنـ السـيـاحـةـ وـاـهـمـيـهـ السـيـاسـيـةـ وـالـاـقـتصـادـيـةـ وـالـاجـتمـاعـيـةـ وـتـوـضـيـعـ تـأـثـرـاـتـهاـ الإـيجـابـيـةـ وـالـسـلـيـبةـ عـلـىـ أـفـرـادـ الـجـمـعـ وـكـيفـ يـمـكـنـ الـاستـفـادـةـ مـنـ إـيجـابـيـاتـهاـ وـتـغلـبـ عـلـىـ سـلـيـاتـهاـ . (غـرابـ ، 2009)

وـالـأـنـشـطـةـ المـدـرـسـيـةـ تـعـدـ جـزـءـاـ مـنـ منـهـجـ الـمـدـرـسـةـ الـخـدـيـةـ ، وـمـنـ خـلـالـهـ يـمـكـنـ تـنـمـيـةـ الـوعـيـ السـيـاحـيـ لـذـيـ الطـلـابـ ، وـهـذـاـ فـيـانـ توـظـيـفـ وـسـائـلـ الـمـدـرـسـةـ وـتـقـنيـاتـهاـ وـأـنـشـطـتهاـ الـمـخـلـفـةـ سـوـاءـ كـانـتـ دـاخـلـ الـفـصـلـ أـوـ خـارـجـهـ بـكـافـةـ أـنـوـاعـهـاـ . مـنـ أـجـهـزةـ الـحـاسـبـ الـأـلـيـ ، وـالـتـلـفـيـزـيونـ

التعليمي و أجهزة العرض والإذاعة المدرسية والصحف الخانقية 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 كإذاعة والمسابقات وإقامة المعارض التي تتناول موضوعات السياحة وتحدف 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 صفووف المدرسة ، وتشمل الفرق المسرحية والكلسفية ، والإعلام ، الأندية ، المنظقيات . (عبو ، 2016 : 25)

7. الدراسات السابقة :

دراسة المطيري (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 تشحيط المعارض الفنية والفوتوغرافية التي تظهر بعض الواقع السياحية .

دراسة الآلفي وأخرون (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 الحالات المدرسية لها دور في زيادة الوعي السياحي ، كذلك بينت الدراسة انعدام البعد السياحي وخلط 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 ت其中之一 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 أبوب 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 طريق البرامج والأنشطة ، وأوصت بضرورة إعداد برامج متكاملة وشاملة للرحلات حتى يتعرف الطلاب على المعام السياحية الأخرى .

دراسة محمود و شحاج (2022) : هدفت إلى التعرف على أهمية رفع الوعي السياحي لدى النشء 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 المختلفة ، تشجيع المدارس للطلاب للاشراك في الرحلات السياحية الداخلية .

8. منهجة الدراسة وأدواتها

منهجية الدراسة (البحث) : من أجل تحقيق هدف البحث تم استخدام النهج 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 استبيان من خلال الإطلاع على الدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة ، حيث تكونت الاستبيان من قسمين على النحو التالي :

القسم الأول : يختص بجمع البيانات الشخصية من أفراد عينة الدراسة حيث شملت حسن أسماء مثلت (الجنس ، المؤهل ، الوظيفة ، التخصص ، سنوات الخبرة) . القسم الثاني : تضمن أسئلة محاور الدراسة حيث تم وضع (14) سؤالاً موزعة بين محوريين ، وقد تم استخدام مقياس ليكرت الخمسى حتى يتمكن المشاركون من تحديد درجة الموافقة على كل سؤال (موافق بشدة ، موافق ، لا أدرى ، غير موافق ، غير موافق بشدة) ، بالإضافة إلى سؤالين مفتوح للاستفادة من آراء المشاركون حول المواقف 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) ، بمختلف 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) استبياناً ، استرجع منها (210) استبياناً ، الصالحة للتحليل الإحصائي (190) استبياناً .

صدق الأداة وثباتها : لأجل اختبار ثبات عبارات المتغيرات ومدى الترابط والاتساق الداخلي بينها ، تم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي الخزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ، قد تم الاعتماد على مقياس "الغا كرونباخ" Alpha ، حيث كانت قيمة معامل الثبات العام للاستبيان (0.965) ، وهي معنوية عند مستوى (0.05) وهذا مؤشر ممتاز يدل على أن استبيان البحث ذات ثبات مرتفع يمكن الاعتماد عليه .

9. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

من خلال تحليل البيانات باستخدام برنامج الخزم 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 استبيان الاستبيان ، وذلك فيما يتعلق (النوع ، المؤهل ، التخصص ، الوظيفة ، عدد سنوات العمل في المؤسسة) ، ويتبين 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 فيبين الجدول أن (75%) ، من عينة الدراسة من معلمي المواد وبالتالي هم على إطلاع على محتوى المناهج الدراسية ، (14%) محراء مواد ومحجنهين ، وكانت النسبة الأقل لمعلمي النشاط ، ونشير إلى ارتباط هذه الوظائف بعض ، 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 ، تاتها (26.3) من عشر سنوات إلى 15 سنة ، وهذا يبين أن أكثر من منتصف عينة الدراسة ذوي مؤهلات وخبرة طويلة في العمل الأمر الذي يضفي نوع من الثقة في إمكانية الاعتماد على إجاباتهم المختلفة .

المجدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخصائص الديموغرافية

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

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

ثانياً : تحليل إجابات المشاركون 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 الحسافية والانحرافات المعيارية وترتيب الأهمية لعبارات هذا المخور وذلك وفق الآتي :

حيث يبين الجدول التكرارات ونسب الإجابات والمتوسطات الحسافية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة حول عبارات محور المناهج الدراسية ودورها في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب، ويتبين من خلال البيانات الواردة في الجدول رقم (2) أن المتوسطات الحسافية لإجابات المشاركون عن عبارات محور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي تراوحت بين (2.263 . 2.08 . 3.08) وانحرافات معيارية (1.3771 . 1.2220 . 1.3346)، وبلغ المتوسط العام (2.8717) والذي يقع ضمن المدى (0 . 3.40) ، وكان أعلى متوسط لعبارة " تتحتوي المقررات الدراسية موضوعات تبني الوعي بأهمية السياحة " ، وأقل متوسط لعبارة " تتحتوي المقررات الدراسية صوراً للمعالم السياحية في ليبيا ".

الجدول (2)

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

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

(المصدر: إعداد الباحثين بالأعتماد على إجابات أفراد عينة الدراسة ومتخرجات 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 تثلج بشكل كاف في المناهج التعليمية الليبية لمرحلة التعليم الأساسي والثانوي ، من حيث غياب صور المعام السياحية للبلاد ، والتعريف بمفهوم السياحة ، وكذلك دور وزارة السياحة والآثار ، أو احتوائهما على موضوعات تبني 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 مرحلة التعليم الأساسي والثانوي تم حساب المتوسطات الحسابية والإخراقات المعيارية وترتيب الأهمية لعبارات هذا الجدول وذلك وفق الآتي :

يبين الجدول رقم (3) التكرارات ونسبة الإجابات والمتوسطات الحسابية والإخراقات المعيارية وترتيب الأهمية لعبارات حول دور الأنشطة المدرسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، و يتضح من خلال البيانات الواردة في الجدول أن

الجدول (3)

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

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

(المصدر: إعداد الباحثين بالاعتماد على إجابات أفراد عينة الدراسة ومحجرات SPSS)

المتوسطات الحسابية لإجابات المشاركين عن عبارات هذا المخور تراوحت بين (3.047 - 2.679) والمخالفات معيارية (1.2555 - 1.3499)، وبلغ المتوسط العام (2.8767) والذي يقع ضمن المدى (3.40 - 2.60)، 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 المواقف ، 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 لبيانات الدراسة لفهم قوته الارتباط واتجاهه بين المخاور ، 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 و هذا يعني كلما زاد الاهتمام بالمناهج 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 وتحديداً (المؤهل العلمي ، التخصص ، سنوات العمل بالمؤسسة والوظيفة) ، تم استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA).

الفرق حسب متغير المؤهل العلمي : حول وجود اختلافات في إجابات أفراد عينة الدراسة تعزيز متغير 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 المخور الدراسة. كما بين 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 المخور .

الجدول (4)

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

المخور	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 لتغير 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 المبحوثين ترجع لتغير الوظيفة (معلم ، خبير مادة ، موجه ، معلم نشاط) من وجهة نظرهم حول دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي فيما يتعلق بالإجابات على عبارات هذا المخور الدراسة . كما يبين الجدول أن قيمة F حول مخور 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 المبحوثين ، أي أن باختلاف الوظائف وتبعها التفق ووجهات نظر المبحوثين في الإجابة عن عبارات مخور الأنشطة المدرسية ودورها في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب .

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

المخور	الوظيفة	العدد	المتوسط الخصائي	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 الاحادي **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 المبحوثين تعزى لتغير سنوات الخبرة في إجاباتهم عن عبارات مخور دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي السياحي لدى الطلاب ، أي التفاق 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

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

الفرق 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 $t = 0.699$ 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 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 هن عبارات هذا المحور

الجدول (7)

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

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

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

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 مرحلتي التعليم الأساسي والثانوي أي موضوعات تعليمية تعمل على التعريف بمفهوم السياحة وأهمية الوعي السياحي .
2. تفتقر المقررات الدراسية في معظم الصفوف الدراسية مرحلتي 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 يعتز بمقومات مجتمعه السياحي .
5. عدم عمل المدارس على تنظيم رحلات للأماكن السياحية التي يمكن زيارتها في المدن الليبية هدف 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 Libya السياحي . وقد أظهرت الدراسة بعض المعوقات التي تحول دون تنمية الوعي السياحي لدى طلاب المدارس بمراحل التعليم الأساسي والثانوي مثلت 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 للتعرف 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 Libya السياحي بناء على النتائج التي توصلت إليها الدراسة نوصي بما يلي :

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

2. العمل على توضيح المفاهيم السياحية في المناهج الدراسية وتوضيح الأماكن السياحية في ليبيا ب مختلف أنواعها من خلال الأنشطة المدرسية الخارجية
3. التعريف بمقومات السياحة في ليبيا وأبعادها التاريخية بما يجعل الطالب يعترف بمقومات مجتمعه السياحي
4. تنظيم الرحلات المدرسية للأماكن السياحية والمواقع الأثرية ب مختلف المناطق الليبية لتعريف الطالب بها .
5. توجيه الأنشطة في المدارس خدمةً للوعي السياحي وأن يكون هناك صور ولوحات حائطية بالمدرسة توضح الأماكن السياحية والمعالم الأثرية في ليبيا
6. تزويد المكتبة المدرسية بكتب وبرامج 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 ، حاجاج ، مني 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
- . المنطري ، 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 ، مرتضى محمد ، (2008) ، التعليم السياحي في العراق ، مجلة الإدارة والاقتصاد ، العدد (73) ، ص ص 215-240
- . آيوب ، حسيني سيد ، ميرفت عبدالغفار ، محمد احمد الظهراوي ، محمد عبدالجود احمد ، (2022) ، دور الرحلات الترويجية في تنمية الوعي السياحي لدى طلاب كليات التربية الرياضية ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، جامعة الرفاقت ، اخناد (72) العدد (140) ، ص ص 150-176.
- تيمور، داليا محمد، (2008)، الوعي السياحي والتنمية السياحية مفاهيم وقضايا ، مؤسسة شباب الجامعات ، الاسكندرية .
- . رزقي ، سارة محمد عبدالسميع، (2021) ، دور معلم التعليم الابتدائي في تنمية الوعي السياحي للتلاميذ ، مجلة كلية التربية ج 1، العدد (82) ، ص ص 237-279
- . سعادة ، جودت أحمد ، (2004) ، المنبع الدراسي المعاصر ، دار الفكر ، ط 2 ، عمان ، الأردن .
- . عبدالنبي ، صالح ونيس ، (2006) المعتمد في السياحة والآثار ، منشورات اللجنة الشعبية العامة للثقافة والإعلام ، ط 1
- . عبوى ، زياد منير ، (2016) ، مبادئ السياحة الحديثة ، دار المunter للنشر ، الطبعة الأولى ، عمان . الأردن
- . غراب ، غنى 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 الشعور والشباب بمراحل التعليم الأساسي ، مجلة كلية السياحة والفنادق ، جامعة مدينة السادات .
- . مليونية ، أحمد فوزي ، (2008) ، مدخل إلى السياحة ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ، ط 1



الأسس والمعايير العلمية للطالب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني

أ. ياسين ياسين عبد القادر

الملخص:

تناولت الدراسة إشكالية كهمة في عملية التدريب الميداني وهي الأسس والمعايير المتعلقة بطلاب الخدمة الاجتماعية باعتبارهم مثليين نكلياً لهم 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 للطالب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني بالقسم؟، وهدفت الدراسة إلى محاولة تحديد أسس ومعايير علمية للطالب بقسم الخدمة الاجتماعية المتعلقة بالتدريب الميداني، و تكونت عينة الدراسة من طلاب كلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس / قسم الخدمة الاجتماعية ، وقد تم استخدام استمار الاستبيان كأداة لجمع البيانات من المبحوثين المكونة من (13) الفقرة ، و من النتائج التي توصلت إليها الباحثة تمثل في الأسس و المعايير المتعلقة بطلاب الخدمة الاجتماعية باعتبارهم أهم عنصر من عناصر عملية التدريب الميداني و كانت تمثل في : سجل التدريب الميداني الخاص به ، معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي ، اعتماد مواعيد التدريب الميداني ، بأهمية نسبة 98.7% ، تحديد مستوى الطالب بشكل دوري ، اعتماد خطة التدريب الميداني ، بأهمية ، تقييم الأنشطة وأنها التي يتم تدريب الطلاب عليها ، تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفادياً لضياع المعلومات ، المهارات المرتبطة بمحال التدريب ، سياسة المؤسسة التي يتم تدريبي فيها ، الاجتماعيات الإشرافية التمهيدية ، المعرف المترتبة بمحال التدريب ، تحويله المسئولة في أداء الأعمال المنوط به ، إجراء اختبارات دورية خاصة بجانب العملي ، بأهمية نسبة .

المقدمة

بعد 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، ص 260)

مشكلة الدراسة:

بما 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 ويندرج في ذلك يكون أداء المهني متميز، فإعداده مهنياً يمثل العمود الفقري لممارسة المهنية. (مرعي، ص 138)

ولا يتحقق ذلك إلا بالتدريب الميداني الجيد (ذا الجودة العالمية) فهو يمثل إحدى الركائز المهمة في إعداد الممارسين المهنيين باعتباره عملية فنية من خلالها يكتسب الخبرة والمهارة والمرؤنة والقدرة على مواجهة مختلف مواقف الممارسة المهنية.

وبالتالي تتطلب عملية الإعداد العلمي للممارس المهني جانبين أساسين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي ، ويتمثل الجانب النظري في القاعدة العلمية المنظورة والمعلومات والمعارف النظرية المستنيرة التي يتم اكتسابها للطلاب خلال فترة الدراسة حيث يتتوفر الإعداد النظري من خلال دراسة مجموعة من المواد العامة الأساسية ، ودراسة مجموعة من المعرف 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 الأخصائية الاجتماعية ، والتي يتبلور بصفة أساسية في إكسابها المهارات الفنية للعمل الميداني والشخصية المهنية عن طريق الاحتكاك الذي من خلال الدراسة النظرية أولاً ، ثم المشرفين أثناء التدريب الميداني ، وذلك لتأهيلها للممارسة العملية والتطبيقية في الحالات المختلفة للخدمة الاجتماعية . وبالنظر إلى محمل 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 الأخصائية الاجتماعية، ومنها من اهتم بتقسيم العملية التدريبية ودورها في إكساب الطالبات قيم ومهارات المهنية والبعض الآخر ركز على ضرورة تحقيق التلاحم بين المعرفة النظرية والتطبيق في الممارسة.

وعدد آخر منها أشار إلى دور خطط وأساليب التدريب الميداني في إكساب الطالبات المهارات والقيم والاتجاهات التي يتعلمها الطالب واعتكافها على الممارسة المهنية، وتوصلت إلى نتيجة هامة وهي وجود مجموعة من الصعوبات التي تحول بين التدريب الميداني وإعداد الأخصائي الاجتماعي الكفاءة وتحقيق أهداف الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية وهذه الصعوبات ترتبط بعناصر العملية التدريبية.

أهمية الدراسة:

1 . تعتبر المهنة من المهن الحساسة وذلك لكثره 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 ت تعرض 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 العنوان.

أهداف الدراسة:

محاولة تحديد أساس 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، ولنعيار لغويًا هو ما اخذا أساساً للمقارنة والتقدير" (مجاهد، 2008، ص 137)

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

(1202

الأمس:

أ. لغويًا: جمع أساس، و(الأساس لأصل البناء، وجمع الأساس أساس)، وهذه المادة من الحمزة والسين تدل على الأصل والشيء الوظيفي ثابت، فالإس: أصل البناء، وكذلك الأساس، والأسس مقصور منه. وقد اسست البناء تأسيسا. وأسّ البناء يؤسسه أساسا، وأساسه تأسيسا، وأسست دارا إذا بنت حدودها ورفعت من قواعدها، فالأس، ما يبني، عليه.

ب - الاسس اصطلاحا:

الاساس فهو الارضية التي تبني عليها القواعد، واطلاقه شامل للأمور الحسية والمعنوية، كما في بيان المعنى اللغوي، والأساس منه التعريف اذ المعنوية؛ لأنّه يعني عليها بعد تقييده بما يترتب منه التعريف، اذ هو الارضية المعرفية التي تبني عليها حركة الفكر او المنظومة الفكرية التي تحجف للوصول الى نتائج حقيقة، او النتيجة القصوى من حيث ملامسة الحقيقة او مقارتها.

3. التدريب الميداني:

أ- التدريب لغة /

يعرف التدريب لغويًا بأنه الكلمة مشتقة من درب أي اعتاد وعلم ومنها الدرب وهو الطريق، ودرب على الشيء بمعنى مرن عليه وحذقه.
(الباشا، 1994، ص 438)

ب - التدريب اصطلاحا:

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

حدود الدراسة:

1. الحدود البشرية: اقتصرت حدود البشرية للدراسة على طلاب التدريب الميداني.
 2. الحدود المكانية: اقتصرت الحدود المكانية للدراسة بقسم الخدمة الاجتماعية بكلية التربية فرع القصر بن غشير.
 3. الحدود الزمنية: يمثل الحد الزمني في الفصل الدراسي خريف 2022 م.

ثانياً الإطار النظري للدراسة:

١. التدريب الميداني:

مفهوم التدريب الميداني

التدريب الميداني هو عملية إكساب الفرد مجموعة من المعرف والمهارات والاتجاهات التي تمكّنه من القيام بعملٍ يمكن في استطاعته، وعلى هذا فإن نتاج 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 خبرات 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 لمارسة العلاقات الإنسانية.

6 - تنمية النواحي السلوكية للطالب والعمل على صلاحية العمل ضمن المجموعة الأكبر.

7 - رفع الروح المعنوية للطالب نتيجة تزويده بخبرات المختلفة. (حمراء، 1987، ص 185.186)

طلاب التدريب الميداني:

الطلاب هم الفئة المستهدفة تحقيقاً مصلحتهم في كل الجهود التي تبذل من الكلية ومؤسسات التدريب فيما تصل بالتدريب الميداني

وإعدادهم ليصبحوا أخصائيين اجتماعيين مهنيين قادرين على الأداء الفعال لمسؤولياتهم 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. (مداوح، 1989، ص 742.747)

ولذلك لا بد أن تستعرض بعض الصفات الأساسية التي يجب أن يتتصف بها من يؤهل للعمل كأخصائي اجتماعي وتتحدد في:

* الصفات الجسمية والظاهرة:

مثل سلامة الحواس والقدرة واللياقة البدنية والسلامة الجسمية، الاهتمام بالظهور

الملاائم والحسن، اتصافه بالحركة والنشاط وبذل الجهد.

* الصفات العقلية والمعرفية:

وتتضمن إلمامه بالمعرفة الأساسية المرتبطة بالخدمة الاجتماعية ومتابعته للتقدم العلمي والتكنولوجي وأن يكون له إطاره الفلسفي

الخاص والمرتبط إلى حد كبير بفلسفة الخدمة الاجتماعية (الجمعة، 1996، ص 133)، ومن صفاته العقلية أن يكون ملحاً ذكياً قادراً

على التعبير السليم والإقناع الاجتماعية والملائحة الدقيقة والتجارب مع العملاء، كما يجب أن يكون يقظاً واسع الاطلاع.

* الصفات الانفعالية والت نفسية:

1 - النضج والانزان الانفعالي حيث لا تثيره مثيرات تافهة والقدرة على تحمل وتأجيل إشباع رغباته وعدم التذبذب الانفعالي.

2 - القدرة على الثبات وعدم التحيز لأى اعتبارات شخصية.

3 - أن يتميز 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

السلط والسيطرة وعرض القوة.

5 - أن يكون محبًا للناس ولوطنه حالياً من الأحقاد والصراعات المدamaة راغباً 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 وتقديرهم.

3 - التعاون مع الآخرين في سبيل إنجاز أهداف مشتركة.

- 4 - أن يكون له قادوة ومثل في سلوكه.
- 5 - قد رته على التطبيق مع المواقف المختلفة.
- 6 - الإيمان بقدرة الأفراد والمحافظة على مواعيد العمل.
- 7 - أن يكون حسن السمعة معروف بالالتزام والتزوي وخلق الحميد والصبر والتسامح. (خاطر، 1988، ص 188)

* واجبات طلاب طالبات التدريب:

- وبصفة 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 162.163)

ثالثاً الدراسات السابقة:

- دراسة عائشة عثمان ملوم بعنوان " دراسة تقويمية للتربية 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 ومحالاتها المختلفة.
 3. التعرف على الأهداف المتوقعة من التدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية، ودور وأهمية المشرف الأكاديمي والمؤسس 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 ميدانياً وهم طلبة السنة الثالثة والرابعة والبالغ عددهم 160 طالب وطالبة، إضافة لجميع مشرفي التدريب الميداني الأكاديميين والبالغ عددهم 20 مشرفاً ومشرقاً، وكذلك جميع مشرفي المؤسسي وعددهم 40 مشرف ومشرقاً.

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 مهنياً.
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 للمسارحة العلمية.

. اختلاف المواد النظرية عن الواقع الميداني.

. عدم وضوح الهدف من تدريس بعض المواد.

. كثرة عدد الطلاب داخل قاعة اخاضرات يؤدي إلى عدم مشاركتهم في المناقشة

4. تبين من نتائج الدراسة أن هناك مجموعة من الأهداف التي يتحققها التدريب الميداني ومن أهم هذه الأهداف:

. اكتساب قيم وأخلاقيات المهنة.

. تنو فداته على استخدام المعرف الفصحى في الممارسة العملية.

5. كما اتضحت 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 مني يوسف الجنازي 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 المبحوثين، 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 إن 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 بحوثه 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 طانفة من القواعد العامة تهيمن على سير العمل وتحديد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة. أي هي الحصلة التي يشير فيها الباحث حل مشكلته،

ومنهج الدراسة في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي التحليلي لأنه يسعى لاكتشاف الواقع وتحديد خصائصه، ويسعى إلى اكتشاف طبيعة العلاقات القائمة بين العوامل المتغيرات (الثير، 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:**

وصولاً لأهداف الدراسة استخدمت الباحثة استمار 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 النطقية إلى رقمية. وقد ثبتت المعالجة الإحصائية الازمة للبيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة والتي تتالف مما يلي:

مقاييس الإحصاء الوصفي **Descriptive Statistics** حيث تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة.

2. المتوسطات الخسائية **Arithmetic Mean** لتحديد معدل استجابة أفراد عينة الدراسة.

3. الانحرافات المعيارية **Standard Deviation** لقياس درجة الشتات المطلق لقيم الإجابات عن وسطها الخسائي.

4. اختبار **One Sample T - Test** لاختبار معنوية (دلاله) المتوسطات الخسائية.

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 أدلة القياس (الاستبيان):

1- صدق الاستبيان **Validity**

يعرف الصدق على أنه " مدى استطاعة أدلة الدراسة أو إجراءات القياس، قياس ما هو مطلوب لقياسه (عطيه، 1996، ص 260)، ويعني ذلك أنه إذا تمكنت أدلة جمع البيانات من قياس الغرض الذي صممت من أجله، فإنها بذلك تكون صادقة.

كما يقصد بالصدق "تمول الاستمارة لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية ثانية، بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها (عيادات ، 1997، ص 179). وقامت الباحثة بالتأكد من صدق الاستبيان بطريقتين:

1 - 1: صدق المحتوى (الصدق الظاهري):

يعرف صدق المحتوى على أنه قدرة القياس على "قياس ما ينبغي قياسه من خلال النظر إليه وتفحص مدى ملاءمة بنوده لقياس ابعاد المتغير المختلفة" (القطاطي ، 2002، ص 212-212).

لضمان صدق محتوى أدلة جمع بيانات هذه الدراسة، قامت الباحثة بمراجعة أهم الدراسات والبحوث ذات العلاقة والتي من خلالها تم التوصل إلى تصميم المسودة الأولى لأدلة جمع البيانات (الاستبيان)، وتم التأكد من صدق المحتوى بعرض الاستبيان بعد تصديقه على المشرف على الدراسة لأنّه من المختصين في المنهج العلمي، ومن ثم تم تحكيمها علمياً من قبل مجموعة من المختصين والخبراء في

محال الدراسة والمهتمين بناهنج 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 تنتهي إليه، وكذلك مدى كفاية العبارات لتعطية كل محور من محاور متغيرات الدراسة الأساسية هذا بالإضافة إلى افتراح ما يرونه ضروريًا من تعديل صياغة العبارات أو حذفها، او 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 وصلاحيتها للتحليل الاحصائي.

وقد تفضلوا مشكورين بإبداء ملاحظاتهم ومقترناتهم 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 تنتهي 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 المبينة بالجدول دالة إحصائيًا 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

الدالة الإحصائية P- Value	معامل ارتباط بيرسون	الفقرة	X02
0.000 *	0.705	المعرف المرتبطة بمحال التدريب	1
0.000 *	0.713	المهارات المرتبطة بمحال التدريب	2
0.000 *	0.642	الاجتماعات الإشرافية التمهيدية	3
0.000 *	0.734	اعتماد خطة التدريب الميداني	4
0.000 *	0.629	اعتماد مواعيد التدريب الميداني	5
0.000 *	0.872	سياسة المؤسسة التي يتم تدريسيه فيها	6
0.000 *	0.761	سجل التدريب الميداني الخاص به	7
0.000 *	0.866	تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفادياً لضياع المعلومات	8
0.000 *	0.580	تحميله المسؤولية في أداء الأعمال المنوطة به	9
0.000 *	0.834	معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي	10

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، ص 430) أو بعبارة أخرى أن ثبات الاستبانة يعني الاستقرار في نتائج الاستبانة وعدم تغيرها 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 والتجزئية التصفية، وذلك كما يلى:

2 – 1: معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's alpha Coefficient)

للحتحقق 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%， ومحبلاً إذا كانت هذه القيمة ضمن الفترة (من 60% أو أقل من 670%)، 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% تغير النتائج الخاصة بالاختبار أفضل. (Sekaran, 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

معامل الثبات %	عدد الفقرات	الرمز	المتغير	ن
93.1	13	X02	المعايير المتعلقة بطالب التدريب الميداني	2

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لجميع محور من محاور الدراسة. وكذلك قيمة معامل الثبات الكلية تساوي 95.7%， وهي قيمة ثبات عالية جداً ومحبولة إحصائياً، وتدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

خامساً تحليل نتائج وتقسيمها :

يتناول عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الباحثة من خلال تطبيق استبيان الدراسة

المعايير المتعلقة بطلاب التدريب الميداني.

قامت الباحثة بدراسة فقرات المخور (المعايير المتعلقة بطلاب التدريب الميداني)، كلاً على حدة، حيث يتبع من خلال البيانات الواردة بالجدول رقم (3) التوزيع التكراري لإجابات عينة الدراسة حول كل فقرة من فقرات المخور، وكذلك الجدول رقم (4) يبين التحليل الإحصائي لإجابات عينة الدراسة حول نفس المخور، ومن خلال الجداولين يتضح الآتي:

1/ المعرف المرتبطة بمحال التدريب: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين منحوها الإجابة "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 55.1% تقريباً، وبوجه ما نسبته 63.2% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.43 معياري 0.706، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

2/ المهارات المرتبطة بمحال التدريب: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أجابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 62.1% تقريباً، وبوجه ما نسبته 23.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.48 باختلاف معياري 0.730، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

جدول رقم (3): التوزيع التكراري لإجابات عينة الدراسة حول فقرات المخور

الاجمالي	موجود، يتعامل بها	موجود، لا يتعامل بها	غير موجود		الفقرة	X02
214	118	69	27	العدد	المعرف المرتبطة بمحال التدريب	1
100.0	55.1	32.2	12.6	% النسبة		
214	133	51	30	العدد	المهارات المرتبطة بمحال التدريب	2
100.0	62.1	23.8	14.0	% النسبة		
214	123	60	31	العدد	الاجتماعات الإشرافية التمهيدية	3
100.0	57.5	28.0	14.5	% النسبة		
214	136	63	15	العدد	اعتماد خطة التدريب الميداني	4
100.0	63.6	29.4	7.0	% النسبة		
214	146	53	15	العدد	اعتماد مواعيد التدريب الميداني	5
100.0	68.2	24.8	7.0	% النسبة		
214	128	60	26	العدد	سياسة المؤسسة التي يتم تدريسيه فيها	6
100.0	59.8	28.0	12.1	% النسبة		

الإجمالي	موجود، يتعامل بها	موجود، لا يتعامل بها	غير موجود		الفقرة	X02
214	171	33	10	العدد	سجل التدريب الميداني الخاص به تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفادياً لضياع المعلومات	7
100.0	79.9	15.4	4.7	% النسبة		
214	130	59	25	العدد	تحميمه المسئولية في أداء الأعمال المنوطة به معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي	8
100.0	60.7	27.6	11.7	% النسبة		
214	113	66	35	العدد	تحديد مستوى الطلاب بشكل دوري	9
100.0	52.8	30.8	16.4	% النسبة		
214	152	48	14	العدد	اجراء اختبارات دورية خاصة بالجانب العملي	10
100.0	71.0	22.4	6.5	% النسبة		
214	147	49	18	العدد	تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها	11
100.0	68.7	22.9	8.4	% النسبة		
214	93	75	46	العدد	تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطلاب عليها	12
100.0	43.5	35.0	21.5	% النسبة		
214	130	68	16	العدد	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 628.0% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.43 بالحرف معياري 0.733، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها".	13
100.0	60.7	31.8	7.5	% النسبة		

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 628.0% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.43 بالحرف معياري 0.733، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان 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 629.4% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.57 بالحرف معياري 0.623، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فان تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها".

جدول رقم (4): المتوسط المرجح والاحرف المعياري ونتائج اختبار T لفقرات المخور

الاتجاه السائد	الاحرف المعياري	المتوسط المرجح	الفقرة	X02
موجود، يتعامل بها	0.706	2.43	المعارف المرتبطة بمحاجال التدريب	1
موجود، يتعامل بها	0.730	2.48	المهارات المرتبطة بمحاجال التدريب	2
موجود، يتعامل بها	0.733	2.43	الاجتماعات الإشرافية التمهيدية	3

الإتجاه السائد	الانحراف المعياري	المتوسط المرجع	الفقرة	X02
موجود، يتعامل بها	0.623	2.57	اعتماد خطة التدريب الميداني	4
موجود، يتعامل بها	0.616	2.61	اعتماد موايد التدريب الميداني	5
موجود، يتعامل بها	0.703	2.48	سياسة المؤسسة التي يتم تدريسيها فيها	6
موجود، يتعامل بها	0.530	2.75	سجل التدريب الميداني الخاص به	7
موجود، يتعامل بها	0.697	2.49	تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفاصياً لضياع المعلومات	8
موجود، لا يتعامل بها	0.749	2.36	تحميه المسئولية في أداء الأعمال المنوط به	9
موجود، يتعامل بها	0.601	2.64	معايير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي	10
موجود، يتعامل بها	0.640	2.60	تحديد مستوى الطالب بشكل دوري	11
موجود، لا يتعامل بها	0.777	2.22	إجراء احبارات دورية خاصة بالجانب العملي	12
موجود، يتعامل بها	0.633	2.53	تقييم الأنشطة والمهام التي يتم تدريب الطالب عليها	13

5/ اعتماد موايد 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 "، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجع لهذه الفقرة 2.61 بالانحراف معياري 0.616، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها ".

6/ سياسة المؤسسة التي يتم تدريسيها: 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 "، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجع لهذه الفقرة 2.48 بالانحراف معياري 0.703، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن 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 "، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجع لهذه الفقرة 2.75 بالانحراف معياري 0.530، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها ".

8/ تسجيل المهام التدريبية أول بأول تفاصياً لضياع 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 "، ويتبين كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجع لهذه الفقرة 2.49 بالانحراف معياري 0.697، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو " موجودة، يتعامل بها ".

9/ تحويله المسئولية 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، وتحتها ما نسبته 30.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.36 بانحراف معياري 0.749، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

10/ معاير تقييم الأداء المهني في نهاية العام الدراسي: فيما يتعلق بنتائج تقييم هذه الفقرة سجلت نسبة عينة الدراسة الذين أحابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 71.0% تقريباً، وتحتها ما نسبته 22.4% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.64 بانحراف معياري 0.601، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل 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، وتحتها ما نسبته 22.9% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.60 بانحراف معياري 0.640، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل 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 أحابوا "موجودة، يتعامل بها" ما يعادل 43.5% تقريباً، وتحتها ما نسبته 35.0% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.22 بانحراف معياري 0.777، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 1.67 إلى اقل 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، وتحتها ما نسبته 31.8% منحها الإجابة "موجودة، لا يتعامل بها"، ويوضح كذلك من بيانات الجدول المذكور أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي المرجح لهذه الفقرة 2.53 بانحراف معياري 0.633، حيث ان قيمة المتوسط الحسابي ضمن الفترة (من 2.34 إلى اقل من 3.00) وبالتالي فإن تقييم هذه الفقرة هو "موجودة، يتعامل بها".

سادساً - نتائج الدراسة:

وأقامت الباحثة بترتيب "المعايير العلمية المتعلقة بطلاب التدريب الميداني قيد الدراسة"، حسب الأهمية النسبية كالتالي:

1. سجل التدريب الميداني اخراص به، بأهمية نسبية 91.7%.
2. معاير 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 النهاية التدريبية أول بأول تفاصياً لبيان المعلومات، بأهمية نسبية 83.0%.

8. المهارات المرتبطة بمحال التدريب، بأهمية نسبية 82.7%.
9. سياسة المؤسسة التي يتم تدريسي فيها، بأهمية نسبية 82.6%.
10. الاجتماعات الإشرافية التمهيدية، بأهمية نسبية 81.0%.
11. المعارف المرتبطة بمحال التدريب، بأهمية نسبية 80.8%.
12. تحميلاه المسؤولية في أداء الأعمال المنوط به، بأهمية نسبية 78.8%.
13. إجراء 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 بمحال التدريب الميداني لمعرفة أهم الأسس التي على الطالب مراعاتها لتحقيق الاستفادة المطلوبة من هذا المجال.

ثامناً - مقتراحات الدراسة:

1. إجراء دراسات عن علاقة هذه الأسس والمعايير بإكساب الطلاب المهارات المهنية الازمة للممارسة المهنية.
2. إجراء مقابلة شخصية للطلاب الراغبين بالدراسة يقسم الخدمة الاجتماعية لتأكد مدى استعدادهم الشخصي لخوض هذا المجال.

تاسعاً المراجع :

1. ابراهيم بيومي مرعي، و محمد حسين البغدادي: الجماعات في الخدمة الاجتماعية. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
2. أحمد بدوي، معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية. بيروت: مكتبة لبنان، دار العلم للملائين، 1981.
3. أحمد مصطفى حاطر، الخدمة الاجتماعية. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، 1988.
4. أحمد إبراهيم باشا، أسس التدريب. القاهرة: دار النهضة، 1978.
5. سليم محمود جمعة، المدخل إلى طريقة العمل مع الجماعات. القاهرة: دار المعرفة الجامعية، 1996.
6. حمدي عطية، منهجة البحث العلمي وتطبيقاتها في الدراسات التربوية والنفسية. القاهرة: دار النشر للجامعات 1996.
7. سالم القحطاني، وأخرون، منهج البحث في العلوم السلوكية. الرياض: مع تطبيقات على الـ **SPSS**. 2002.
8. صالح العساف، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية. الرياض: مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع، 1995.
9. ظلال يوسف مداح، " مدى اكتساب طلابات الخدمة الاجتماعية مهارات الممارسة المهنية من التدريب الميداني " رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض، كلية الخدمة الاجتماعية، 1998.
10. عبد المعطى محمد عساف، يعقوب حيدان، 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 عبيادات، وأخرون، البحث العلمي (مفهومه، أدواته، أساليبه). الرياض: دار اسامه للنشر، 1997.

14. عائشة عثمان ملوم؛ دراسة تقويمية للتدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الخدمة الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية، أكاديمية الدراسات العليا، جنوزر، 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 على، 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 للأحصائي 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، 2011).
19. محمد خليل الباشا، معجم عربي حديث. لبنان: شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، ط 3، 1994.
20. مختار حزرة، رسية علي خليل، السلوك الإداري. جدة: دار المجتمع العلمي، 1987.
21. مصطفى التير، مقدمة في مبادئ وأسس البحث الاجتماعي. طرابلس: منشورات الجامعة المفتوحة، ط 3، 1995.
22. مني يوسف الجنازي، 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 Methods for 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

د. مسعود عبد السلام سعيد

د. خالد المهدى الدحر

أ. سعيد احمد سعيد عمر

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)

تدكر ليلى شاهين (7: 44) عن شلي محمد شلي (3: 13) ومحمد عثمان (8: 24) إلى أن التمارين البدنية تعتبر حجر الزاوية والأساس الذي يبني 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 كثيرة من الأمراض.

وتشير نبيلاً 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 للرئتين وتختلف التغيرات باختلاف حجم الجهاز التنفسي وأوضاع الجسم أثناء الأداء الحركي ونوع التدريب المعطاة، كما يؤدي التدريب الرياضي إلى زيادة أقصى تحويلية رئوية، مما يساعد على إزالة تراكم ثاني أكسيد الكربون كما تردد عمل الشعيرات الدموية الخحيطة بالحويصلات 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.

وتعود تمارين الخطوة (Step Exercises) من الأشكال الحديثة للتمرينات البدنية داخل الصالات التي ذاع صيتها في أوائل الآلفينيات 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 تمارين الماء حيث إنها تعتبر الآن واحدة من أحدث الطرق على مستوى العالم حيث تلعب تمارين الماء أو التمارين البدنية باستخدام الوسط المائي دوراً هاماً كأحد فروع الطب البديل، حيث تعمل تمارين الماء كطلب وقائي وعلاج طبيعي في مواجهة العديد من علاج حالات الإصابة 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: 2)، (22: 2).

كما يمكن استخدام الوسط المائي في تطوير بعض القدرات البدنية كالقوية، التحمل، المرونة، حيث يعمل على مرونة المفاصل واستطالة العضلات وقويتها دون التعرض لأي إصابات أو مضاعفات وذلك عن طريق تمارين ضد مقاومات الماء باستخدام أثقال متدرجة. (12: 16)، (21: 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 التدريبات المائية ل مختلف الأعمار والأجناس والمستويات بشرط مراعاة المدف الموضوعة من أجله وكذلك الأدوات المستخدمة، (91: 29)

كما أن التدريب للعلاج في الماء يفيد أكثر من التدريب على العارض في درجة الحرارة الصيفية، ولقد أظهرت بعض الدراسات أن التدريبات في الماء قد تكون أكثر مناسبة من التدريبات على الأرض للأفراد الذين لديهم مشاكل في العضلات الهيكلية، حيث إن ضغوط تحمل الوزن على العرف السفلي أقل بشكل ملحوظ في الماء عن اليابس. (53: 5)

وظهر أيضاً أهمية استخدام التمرينات المائية المتنوعة كوسيلة لتطوير الصحة العامة البدنية وعمل الأجهزة الحيوية للجسم. (53: 22)

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 عليهم.

تحسين أداء الفرد، فالتمرينات في الوسط المائي يجعل الفرد يؤدي التمرينات بخففة ورشاقة وتزيد من المدى الحركي.

تستخدم تمرينات الماء كما لو كانت قاعدة لكل النظريات الجديدة والطرق العلمية القيمة لأسلوب التدريب.

إن ممارسة التمرينات البدنية في الماء تتم في أي بيئة مائية كحمامات السباحة، البحار، المحيطات، البحيرات، ومناسبة لكل الأعمار من الطفولة حتى الشيخوخة.

التدريبات المائية توفر قدرًا من المساعدات الفسيولوجية، السيكلولوجية، والتغذوية. (111: 23)

وتبرز أهمية وفوائد توظيف الوسط المائي في عملية التأهيل والطب الوقائي من خلال خواصه والتي تمثل في:

العطف: وهو الضغط لأعلى والناتج عن غمر الجسم في الماء واتجاه العطف عكس اتجاه قوة الجاذبية، حيث يسمح للجسم بالتحرك ويسر عن اليابس.

نقص القوة الضاغطة: و يحدث هذا نتيجة لتأثير العطف وكلما زاد عمق الفرد في الماء قلت تبعاً لذلك القوة الضاغطة أو قوة ثقل الوزن على كل المفاصل وكذلك غضاريف فقرات العمود الفقري.

الضغط الهيدروستاتيكي 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 خلالهاربط بين توظيف دور النشاط البدني المقتن في تحسين الحالة الصحية لمرضى الجهاز الدوري والتنفسي والتي كان يستخدم من خلالها كثير من الطرق مثل (التمرينات البدنية الحرجة بأدوات، العجلة الأرجومترية، السير المتحرك) ولم يستخدم الوسط المائي والاستفادة من فوائد وعيادات الوسط المائي في عمليات التأهيل والعلاج، لذا عمل الباحثون بمختلف تخصصاتهم على تقييم مجموعة من التمرينات البدنية يؤديها الأفراد ذوي بعض عوامل المخاطرة الناجحة بأعمال تدريبية متدرجة ومنخفضة الشدة باستخدام الوسط المائي بهدف وقاية هؤلاء الأفراد من خطورة تفاقم عوامل المخاطرة الناجحة والتلوّع في براثن أمراض القلب.

وبيشير ليفي وغورست Levy, Forest إلى التأثير الإيجابي لتدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي في تحسين لياقة الجهاز الدوري التنفسى، وزيادة مخرجات القلب والدورة الدموية مع الاقتصاد في الجهد المبذول، وحيث إن الخصائص الفسيولوجية لتطور القدرات التكيفية والوظيفية تعد أساساً هاماً لتجهيز عمليات التدريب الرياضي ليكى موالماً لكل مراحل النمو ولتحقيق أعلى مستوى من الإنجاز.

وبيشير بريوكس وأخرون Prioux et all إلى زيادة زمن الدورة التنفسية، ووصول سرعة دخول وخروج هواء الشهيق والرفير لأعلى معدل لها في سن 14 سنة. (313:29)

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 الظنبفية وأهمها الجهاز التنفسى موضوع البحث للارتفاع بوظيفته، ومن ثم إحداث الوقاية الالزمة من الإصابة وتحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسى الذي يعد من أكثر الأمراض شيوعاً في العصر الحديث.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسى لدى المصابين بحساسية الصدر باستخدام الوسط المائي كعلاج مساعد للموقاية من الإصابة بمرض الربو.

فروض الدراسة:

هناك تحسن في نتائج قياسات وظائف التنفس والمشتملة في الآتي (FEVI, FVC, MVV, FIFR, FEFT, FIVC) لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي تساعده في تحسين الحالة الصحية للمصابين بحساسية الصدر.

إجراءات الدراسة:

استخدم الباحثون المنهج التجاربي في إجراء الدراسة مناسبته 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 متكافئتين (إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة) وفقاً لما يلى:

شروط اختيار العينة:

أن يكونوا من التلاميذ المصابين بحساسية الصدر.

أن يكونوا حاليين من أي أمراض أخرى.

وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة كالتالى:

المجموعة التجريبية الأولى قوامها 10 تلاميذ ويطبق عليها برنامج تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي حمل التدريب 960% - 75% من زمن احتياطي النبض.

"أثر بعض تدريبات التنفس باستخدام الوسط المائي على تحسين الحالة الصحية للجهاز التنفسى لدى المصابين بحساسية الصدر من سن 13 - 15 سنة"

المجموعة الضابطة قوامها 10 تلاميذ وانتظمت في البرنامج الرياضي لتمرينات التنفس وخضعت لقياسات القبلية والبعدية ولم تشارك في البرنامج المائي.

الفحوصات الطبية التي أجريت على عينة الدراسة:

Boek slow test اختبار تدفق التنفس

Exed neter اختبار تحدي الميساكولين

اختبار أكسيد النتريل:

اختبارات وظائف الدقة **Spirigmeter** مقياس وظائف التنفس.

مقياس تدفق التنفس **Peok**

Methacholone challenge test اختبار تحدي الميساكولين

اختبار ثانٍ أكسيد النتريل

الحال المكاني: تم إجراء الدراسة بمراقبة التربية والتعليم صبراته – ومركز الابحاث التحت مائية التابع لرئاسة الاركان البحرية.

الحال الرمادي: 2022/5/15 حتى 2022/6/12.

قياسات الدراسة:

تم إجراء بعض القياسات الوظيفية على مجموعة الدراسة قبل إجراء التجربة وبعدها ومثلت تلك القياسات في الآتي:

- قياس الوظائف التنفسية باستخدام جهاز مورجان :

- السعة الحيوية القسرية (FVC)

- حجم هواء الرفير القسري في الثانية الأولى (FEV1)

- سعة الشهيق الحيوية القسرية (FIVC)

- معدل سريان الهواء الرفيري الأقصى (PEER)

- معدل سريان الهواء الشهيقي الأقصى (PIFR)

- التهوية الإرادية القصوى (45-30 :27) Maximal Voluntary Ventilation (MVV)

- 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 المنطلوبة 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 المسروقة

بنموذج.

نموذج لأحوال التدريب الخاصة بالمجموعة التجريبية

		متغيرات التدريب
		طريقة التدريب
		نظام الطاقة
التجريبية الشدة (60-75%)	من احتياطي النبض	طريقة التدريب نظام الطاقة الراحة البيئية
التدريب الفتري منخفض الشدة		
النظام المواتي		
11 أسبوع	عدد الأسابيع	
3 وحدات تدريبية	عدد وحدات التدريب الأسبوعية	
33 وحدة تدريبية	إجمالي عدد وحدات التدريب	
80 ق	زمن الوحدة التدريبية	
45 ق	فتره دوام التمرينات في الوحدة التدريبية	
2-1 مجموعة	عددمجموعات التمرينات بالوحدة التدريبية	
3-4 ث	فتره الراحة بين المجموعات	
45-60 ق	فتره الراحة بين التمرينات	
تمرينات إطالة	طبيعة فتره الراحة	

محتوى البرنامج التدريسي:

تم تطبيق التجربة الأساسية على المجموعة التجريبية في الفترة من 2022/7/25 إلى 2022/10/22 مدة أحد عشر أسبوعاً ي الواقع ثلاثة وحدات تدريبية أسبوعياً ويتألفي ثلاثة وثلاثين وحدة تقريرية وذلك على شاطئ البحر بمدينة صرطان، ولقد تم تقدير تمرينات الخطوة في شكل أحوال 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 وتطلب 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 تقدير البرنامج التدريسي المقترن إلى الآتي:

البرنامج الإجمائى :

اشتمل محتوى هذا الجزء من الوحدة التدريبية على تمرينات الجري المتنوعة بحيث يصل معدل البعض إلى 120-130 نبضة / فالدقائق 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 675% من أقصى مقدرة للطالب في كل ثمانين، تم تشكيل الحمل التدريبي للإعداد البدني في العام على مدار الوحدات التدريبية لبرامج تدريبات التنفس في الوسط المائي بشكل تدريجي 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 التدريبي تدريجياً على مدار الوحدات التدريبية بشكل ديناميكي مضطرب الشدة، خوذج لتشكيل حمل جزء الإعداد البدني الخاص "التمرينات التنفس" في الوحدة التدريبية لدى المجموعة التجريبية.

الحادي عشر	الخامس	الأسبوع التدريبي
الثانية والثلاثون	الثانية عشر	الوحدة التدريبية
الأولى هوائية	الأولى هوائية	المجموعة التجريبية متغيرات التدريب
45	45	زمن التمرينات (ق)
2	2	عدد مجموعات التمرينات
5 - 4	5	عدد تكرارات التمرينات بالمجموعة
75	71	الشدة من احتياطي النبض (%)
172	167	متوسط نبض الوحدة (ن - ق)
1 : 5	1 : 3	النسبة بين زمن التمرين والراحة
250 - 225	190	فترقة دوام التمرين (ث)
3.15	4.15	الراحة البيئية بين المجموعات (ق)
50 - 45	60	الراحة البيئية بين التمرينات (ث)

البرنامج التدريبي خوذج 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 الرفير.

تفريغ هواء الرئتين بالكامل.

تقوية العضلات الكاملة حول القفص الصدري.

تقوية عضلات الجانبين.

زيادة مرنة القفص الصدري.

تقوية العضلات الكاملة على حزام الكتف.

تحسين ميكانيكية التنفس.

تمرينات التهدئة :

بعد أن ينتهي الطالب من أداء التمارين الأساسية للبرنامج يقوم التلميذ بأداء تمرينات الارتخاء بعد كل جرعة تدريبية يومية، حيث إن هذه النوعية من التمارين تعمل بصورة إيجابية على إزالة التوتر والاضطراب العصبي من المناطق التي يتمركز فيها التوتر كما أنها تعمل على خفض ضغط الدم وتسهم في الإفلال من الحمل الواقع على القلب وتعمل على سرعة عودة المريض إلى الحالة الطبيعية.

البرنامج المائي المقترن (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 تم التوصل إلى النتائج التالية:

جدول (1)

الدلائل الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة للعينة الإجمالية قيد الدراسة

ن = 20

معامل الاختلاف %	التفااطح	الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلائل الإحصائية المتغيرات
2.35	2.19	1.22	0.10	4.14	FVC
8.06	1.74 –	0.16	0.27	3.37	FEVI

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

قيمة (ت) المحسوبة	بين الفرق المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الدلالات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س	
1.39	0.06	0.05	4.11	0.12	4.17	FVC
0.34	0.05	0.27	3.35	0.29	3.40	FEVI
0.29	0.03	0.28	3.35	0.30.	3.38	FVC
0.08	0.01	0.13	3.29	0.27	6.30	PEFR
0.39	0.02 -	0.07	5.82	0.17	5.80	PIFR
1.02	0.13	1.69	116.70	2.12	115.83	MVV

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى * $2.021 = 0.05$

من جدول (2) والخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات الدراسة بين المجموعة التجريبية والضابطة قبل التجربة، يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة 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 بمتغيرات قيد الدراسة لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة

ن = 10

نسبة التحسين %	قيمة (ت) المحسوبة	الخraf الفروق	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدى		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية المتغيرات
				± ع	س	± ع	س	
14.35	* 12.66	0.15	0.60	0.16	4.77	0.12	4.17	FVC
27.16	* 6.61	0.44	0.92	0.31	4.32	0.29	3.40	FEVI
36.32	* 10.67	0.36	1.23	0.17	4.61	0.30	3.38	FVC
20.53	* 20.84	0.20	1.29	0.26	7.59	0.27	6.30	PEFR

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

$$\text{قيمة (ت) المحدولة عند مستوى } * 2.262 = 0.05 *$$

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 ، حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (20.84، 6.61)، وبنسبة تحسن تراوحت بين (14.06 – 0.05 %).

جدول (4)

الدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات القياسات الضابطة قبل وبعد التجربة

ن = 10

نسبة التحسن %	قيمة (ت) المحسوبة	النحواف الفروق	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدى		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية للمتغيرات
				± 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

$$\text{قيمة (ت) المحدولة عند مستوى } * 2.262 = 0.05 *$$

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 ، حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (12.71، 2.28)، وبنسبة تحسن تراوحت بين (1.40 – 0.05 %).

تأثير 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

$n = 20$

نسبة التحسن %	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الدلالات الإحصائية المتغيرات
			\pm	م	\pm	م	
12.30	* 11.61	0.59	0.03	4.18	0.16	4.77	FVC
19.25	* 6.12	0.83	0.30	3.49	0.31	4.32	FEV1
24.47	* 11.35	1.13	0.26	3.48	0.17	4.61	FIVC
14.25	* 10.05	1.08	0.22	6.51	0.26	7.59	PEFR
8.17	* 4.74	0.54	0.23	6.01	0.28	6.55	PIFR
19.62	* 8.90	28.88	1.55	118.33	10.14	147.21	MVV

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى * $2.021 = 0.05$

من جدول (5) واضح 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:

يتتفق كل من شاركى وهيرست، كوربن ولندسى، وليفي وفورست أنه عند تخطيط برامج تمرينات التنفس في الوسط المائي بعناية فإنهما تكون مؤثرة في تطوير وبناء لياقة الجهاز الدوري التنفسى لكلا الجنسين، حيث تمثل وحدة تدريبية ملحة ساعة من تمرينات التنفس في الوسط المائي عملاً هواياً يعادل تأثير الجري 7 أميال/ ساعة، وباستهلاك الطاقة يعادل مشي 3 أميال/ ساعة، مما يشير إلى انخفاض كمية الطاقة المستهلكة في برامج تمرينات 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 التنفسى.(30: 96)،(17: 73)

ويذكر سيد المقصود أن التدريب الرياضي البحري يؤدي إلى ظهور بعض مظاهر التكيف في تركيب وظائف الرئتين، حيث يزداد اتساع القفص الصدرى، 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 العصبة. (2: 148)

حيث يشير لاكيرا وأخرون أن الأولاد ذوي المستوى المترافق من الكفاءة البدنية تردد 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.

(261:24)

ولقد أوضحت نتائج هذه الدراسات من خلال الجداول (3 - 4 - 5) الخاصة بمقارنة متوسطات الوظائف التنفسية في القياسيين "القبلي والبعدي" لدى المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في متغيرات الوظائف التنفسية (**FVC, MVV, PIFR, PEFR, FIVC, FEV**) مقارناً بالمجموعة الضابطة.

وينسب الباحثون ان ارتفاع نسب التحسن في الوظائف التنفسية إلى تطور كفاءة وفاعلية عمل الجهاز التنفسى بشكل إيجابي كأحد مظاهر التكيف لبرامج تدريب تنفسات التنفس في الوسط المائي التي وجهت أساساً للتأثير على التواهي الوظيفية للجهازين الدورى والتنفسى، 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 هايس (1998) من أن تدريب التحمل يؤدي إلى تحسن في وظائف الرئتين عن طريق زيادة قوة وتحمل عضلات ما بين الصدر 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)، ولاكيرا وأخرون (1994) من تحسن للسعة الحيوية القسرية نتيجة لبرامج التدريب الهوائي. (96: 9, 107: 258)

كما تحسن حجم هواء الزفير القسري في الثانية الأولى (**FEVI**) بنسبة 19.25% لدى المجموعة التجريبية، ويرجع ذلك إلى أن التدريب الرياضي يؤدي إلى اتساع القفص الصدري، والانخفاض مقاومة سربات الهواء في الممرات الهوائية، مما يساعد على زيادة عمق التنفس وخروج حجم أكبر من هواء الزفير، ويتفق ذلك مع ما يشير إليه لاكيرا وأخرون (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 والانخفاض مقاومة حركة الهواء في الرئتين. (107: 261)

ويتفق ذلك أيضاً مع نتائج دراسات كل من استود (2001)، أحمد إبراهيم وماجدة حمودة (2000)، ودوهيرتي وديتروي (1997) من تأثير التدريب الرياضي على تحسن حجم هواء الزفير المدفوع من الرئتين في نهاية الثانية الأولى. (78: 78), (7: 95), (406: 76), (337)

وجاءت نسبة تحسن سعة الشهيق الحيوية القسرية (**FVC**) لدى المجموعة التجريبية 624.47%， 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 تبرره نتائج دراسة أحمد إبراهيم وماجدة حمودة (2001)، ولاكيرا وأخرون (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 الرفري والشهيقى يشير روبيرجس وروبرتس (1997) أن معدلات سريان الهواء في الرئتين تعكس مدى التطور في قوة عضلات التنفس. (139: 506)

ويضيف مارتن وكوي (1997) أن تنمية عضلات البطن تسهم بشكل كبير في تحسين معدلات سريان الهواء الرفري والشهيقى. (126: 119)

أما فيما يخص معدلات سريان الهواء، فجاءت نسبة تحسن معدل سريان الهواء الرفري الأقصى (**PEFR**) لدى المجموعة التجريبية 14.25 %، ونسبة تحسن معدلات سريان الهواء الشهيقى الأقصى (**PIFR**) 17.88 %، ويرجع الباحث التحسن في معدلات سريان الهواء الرفري والشهيقى إلى تطور قوة عضلات التنفس، والانخفاض مقاومة سريان الهواء في الممرات الهوائية، إضافةً إلى ذلك انتظام المجموعة التجريبية في برنامج التحمل العضلي الذي أكمل على تمارينات 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 بحدى التطور الوظيفي للقدرات التنفسية المصاحبة للتدریب خلال فترة البلوغ، حيث يشير بريوكس وأخرون (1995) أن سرعة دخول وخروج هواء الشهيق والرفير تصل أعلى معدل لها في سن 14 سنة. (313: 138)

وجاءت نتائج هذه الدراسة متفقة مع نتائج دراسات كل من لوسيا وأخرون **Lucia et all** (2001) من ارتباط معنوي بين تأثير التدريب الرياضي ومعدل سرعة انسياپ هواء الرفير (**PEFR**), حيث أدى الارتفاع بمستوى الحالة التدريبية إلى تحسن في معدلات سرعة انسياپ هواء الرفير. (115: 133)

كما أظهرت نتائج هذه الدراسة مدى التطور في حجم التهوية الإرادية القصوى (**MVVI**) حيث كانت نسبة التحسن لدى المجموعة التجريبية 62.19 %، ويرجع الباحث التحسن في حجم التهوية الإرادية القصوى إلى الزيادة في حجم هواء التنفس، حجم هواء الرفير المدفوع من الرئتين في الثانية الأولى، وكذا الزيادة في معدلات سرعة سريان هواء الرفري 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 وأخرون (2001) من أن حجم التهوية الإرادية القصوى يعادل من 35 إلى 40 مرة (**FEVI**). (121: 262) وما ذكره شاركى (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 وأخرون (2001) ودوهيرى ودمعروى (1997) من زيادة في حجم التهوية الإرادية القصوى لدى الرياضيين كنتيجة لانتظامهم في البرنامج التدريبي مقارنة بغير الممارسين للنشاط الرياضي (337: 76)، (133: 115)

ويشير مارتن وكوي (1997) من أن التهوية الإرادية القصوى تعتبر أهم المؤشرات الوظائف التنفسية. (119: 125) وبشكل عام يتضح أن استجابات الوظائف التنفسية المصاحبة للتدريبات اللاهوائية اللاكتيكية أكبر منها بالنسبة للتدريبات الهوائية، وهو ما يبرز إحدى ميزات توظيف تمارينات الخطوة في اتجاه العمل اللاهوائي اللاكتيكي.

أما فيما يخص المجموعة الضابطة فيتضح من جدول (4) وجود فروق دالة معنوية بين متطلبات الوظائف التنفسية في القياسيين القبلي والبعدي، ويرجع الباحث ذلك إلى انتظامهم في البرنامج المدرسي خلال فترة تطبيق البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية، وكانت

نسبة التحسن تحصر ما بين (4.12% و 41.40%)، 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 بريوكس وأخرون (1995) من تحسن في مستوى الوظائف التنفسية خلال فترة البلوغ.

الاستنتاجات:

1. إن ممارسة طلاب المرحلة الثانوية (المجموعة التجريبية)، لبرنامج تمرينات التنفس في الوسط المائي بشدة حمل تتراوح ما بين 60-75% من احتياطي النبض لمدة إحدى عشر أسبوعاً بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً أدى إلى تحسن في نتائج قياسات وظائف التنفس والمتمثلة في الآتي (**FEVI, FIVC, MVV, FIFR, FEFR, FIVC**) والتي تشير إلى تطور كفاءة وفاعلية عمل الجهاز التنفسى بشكل إيجابي.

الوصيات:

استناداً على نتائج الدراسة وفي حدود عيّتها وأهدافها يوصي الباحثون بما يلي:

1. توظيف تمرينات 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 تمرينات 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 تمرينات 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 بعض 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 السنوية 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 الحيوى على قيم بعض مؤشرات الجهاز التنفسى، 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 مقترن من التمرينات البدنية على بعض المتغيرات

- الفسيولوجية والبدنية لمرض السكر، نظريات وتطبيقات، الإسكندرية.
- عزمي فيصل السيد (2002) : فاعلية تمرينات الخطو للارقاء بمستوى نظامي الطاقة الهوائي واللاهوائي للمرحلة السنوية 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 الخطير التاجية، رسالة دكتوراه، جامعة الإسكندرية.
- محمد عثمان (1995) : التدريب في الأماكن والمدن المرتفعة عن سطح البحر للاعبين المسافات الطويلة، نشرة ألعاب القوى، العدد الخامس.
- مصطففي نور (2000) : أثر بعض التمرينات البدنية في الوقاية من بعض الأمراض المصاحبة للتغيرات المناخية.
- نبيلة محمد عمران (1991) : أثر برنامج مقترن للقرنيات الهوائية على بعض مكونات الدم ووظائف الجهاز التنفسي، رسالة دكتوراه، جامعة الإسكندرية.
- هشام مهيب (2001) : تأثير أحوال بدنية ذات اتجاه هوائي ومحضي 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 السنوية 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, C.A., (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, Jun. Vol.6 PP. 95- 104.
- Hillman, D.R.,
- Finucane, R.E.,
- Hurst, Mc Ardle, W. D., (2001)
- Katch, F.I. Katch. V.L.,
- Hayes, F. (2005) : The Complete guide to gloss training A.B black London.
- Lamb, David (1991) : Physiology of exercise, responses and adaptions Macmillan Publishing company New York.
- Lakhera, S.C., et al (1994) : Changes in Lung function During 24 Adolescence in Athletes and non-Athletes, J Sports Med. 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 Physiol., Apr. vol 51. (2) PP.133.141.
- Lawrence. F. N., (2008) : Structure and function of the cardiovascular system. 2ed.



علاقات الفينيقين مع يهود اورشليم خلال القرن الاول قبل الميلاد

د. سالمه خليفة سالم الزريق

المقدمة:

يتناول هذا الموضوع بالدراسة العلاقات بين الفينيقين ويهود اورشليم خلال الألف الأول قبل الميلاد والأثر الحضاري المترتب على هذه العلاقات بين الطرفين .

وتحدف هذه الدراسة إلى معرفة أنواع العلاقات التي كانت تربط بين الفينيقين ويهود اورشليم في عهد سيدنا داود وكذلك في عهد سيدنا سليمان ، والكشف عن التأثيرات الحضارية المترتبة على تلك العلاقات بين الطرفين.

وتكمّن أهمية الموضوع في إضافة جزء بسيط من المعلومات التي تتعلق بتاريخ العلاقات بين الفينيقين واليهود في مملكة اورشليم وكذلك الدور الذي قام به هذه الشعوب في نقل الكثير من المؤثرات الحضارية .

وتتحمّل إشكالية الدراسة في محاولة الإجابة عن هذا التساؤل وهو هل كان للفينيقين 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؟

ويمكّن طرح غرضية 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 تربّب عليها تبادل العديد من المظاهر الحضارية بينهما .

الدراسات السابقة :

1. جوستاف لوبون، اليهود ، ترجمة: عادل زعيتر ،تعليق محمد النجيري ،مكتبة النافذة ،طبعة 1 ،الجيزة ، 2008. والذي تناول فيه دراسة تاريخ اليهود بصفة عامة في حين هذه الدراسة قد حصرت للعلاقات بين يهود اورشليم والفينيقين .
2. سيد محمد السعيد ، صفحات مطوية من تاريخ وحضارة مصر والشرق الادين ،طبعة 1، بنها 2017. والذي تحدث فيه عن العلاقات التاريخية والحضارية لمصر والشرق الادين القديم بصفة عامة بينما هذه الدراسة تناولت العلاقات الخاصة بالفينيقين مع يهود اورشليم.
3. ستيينو موسكاني :الحضارات السامية القديمة ،الجامعة 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 واهما : كتاب العهد القديم وكذلك مجموعة من المراجع الحديثة.

وقد تم تقسيم هذه الدراسة إلى مقدمة واربع 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 الخضراء المتبادلة بين الطرفين.

الكلمات المفتاحية : الفينيقيين ، اليهود، أورشليم ، العلاقات

العلاقات في عهد سيدنا داود (عليه السلام):

ترجع العلاقات بين الفينيقيين واليهود وأورشليم إلى عهد الملك النبي "داود" (عليه السلام) (965-1005ق.م)، الذي توّلَ عرش مملكة اليهود بعد مقتل ملكها شاؤول (طلالت بالقرآن الكريم) على يد الفلسطينيين في معركة جلبوع (جلبون حالياً) (زيادة، صفحه 385)، وبعد سيدنا داود (عليه السلام) المؤسس الحقيقي للدولة اليهودية ، حيث استطاع أن يجمع حوله اليهود في مملكة يهودا الموحدة وعاصمتها أورشليم، وهذا استناداً لما ورد بالعهد القديم، فيما نصه: "وجاء جميع شيوخ إسرائيل إلى الملك، إلى حبرون فقطع الملك داود معهم عهداً في حبرون أمام رب، ومسحوا داود ملكاً على إسرائيل، كان داود ابن ثلاثين سنة، حين ملك أربعين سنة" (صوموبل 1، 3-4) وتحذّر في بداية الأمر من مدينة حبرون عاصمة مملكته التي أطلق عليها اسم (يهودا)، وذلك نسبة لقبيلته، ثم نقل عاصمة مملكته إلى أورشليم بعد ذلك، ونسب اسمها إليه وذلك طبقاً لما ورد بالعهد القديم، فيما نصه: "وأقام داود في الخصين وسمّاه مدينة داود" (صوموبل 1، الاصلاح 5 ، 9-10)، وقد أصبحت أورشليم من ذلك الخصين المركز الاقتصادي الأول لمملكة يهودا الوليدة، فانطلقت منها القوافل التجارية نحو الشمال والجنوب، في ظل سيطرة داود (عليه السلام) على طرق القوافل القادمة من بلاد العرب الجنوبيّة، والتي كانت تمر بملكة يهودا حتى أقصى شعاعها، ومن هناك كانت تتجه 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 داود (عليه السلام) (مهران، 1999م).

العلاقات في عهد سيدنا سليمان(عليه السلام):

زادت تلك العلاقات قوة ومتانة في عهد النبي الملك سيدنا سليمان (عليه السلام)(960-922ق.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، لأنّه كان في حاجة ملحة لخبراته، لتحقيق مساعيه التجارية البحريّة، حيث كان ملك أورشليم يحاول إقامة نشاط تجاري بالبحر الأحمر (phillips p.107)، وبالفعل قام سيدنا سليمان (عليه السلام) ببناء أسطول كبير لسفنه عبّاب هذا البحر، وقد اتخذ هذا النبي الملك مرفأً له يُرسِّخ لخيجه العقبة، عند (تل الخليفة حالياً)، والتي كانت تسمى قديماً بميناء "آيلا" وأطلق عليها بعد ذلك اسم آيلات (Reusch، p.23)

(p.23)، مركزاً لصناعة هذا الأسطول البحري، وذلك طبقاً لما ورد بالعهد القديم فيما نصه: "و عمل الملك سليمان سفناً في عصيون حابر التي يجائب آيلاً على الشاطئ بحر سوف في أرض أدم. فأرسل حيرام في السفن النوافل العرفين بالبحر مع عبد سليمان" (ملوك، 1-2)، وقد جهر من أجل ذلك هذا النبي الملك كثيراً من الرجال للعمل في هذا الأسطول وذلك كما ورد بالعهد القديم

أيضاً: "وَسَخَرَ الْمَلِكُ سَلِيمَانٌ مِنْ جَمِيعِ إِسْرَائِيلَ، وَكَانَ السَّخْرَهُ ثَلَاثَيْنَ أَلْفَ رَجُلٍ" (ملوك، 1-2)، فضلاً عن هذا فقد زود حiram هذا الأسطول بكثير من البحارة اللازدين لهذا الأمر (p.23, Reusch).

وتوجه هذا الأسطول كما يذكر العهد القديم عبر إسفاره إلى أوفير الشهيرة بالذهب (اشعياء، 16)، والتي كانت في هذا مضرب للأمثال بالعديد من إسفار العهد القديم ما نصه: «وَاجْعَلْ الرِّجَالَ أَغَرَّ مِنَ الْذَّهَبِ الْأَبْرَيزِ وَالْإِنْسَانَ أَغَرَّ مِنْ ذَهَبَ أَوْفِر» (اشعياء، 16)، وأيضاً ورد في هذا الصدد بسفر أليوب ما نصه: «لَا تَوْزَنْ بَذَهَبَ أَوْفِرَ أَوْ بِالْجَزْعِ الْكَرْمِ» (أليوب، 16)، ويرجح البعض من المؤرخون بأن تلك المدينة تقع في جنوب جزيرة العرب (حوران، صفحة 138)، لأسماها وقد استندوا في ذلك على ما ذكره بعض الكتاب الكلاسيكيين بأن ذهب الجزيرة بصفة عامة يعد من أجود الخامات، فمن هذا يذكر ديدور الصقلي بأن ذهب تلك البلاد كان ذهباً خالصاً لا يحتاج إلى صهر (scaly, 6, 14-4)، ولعل تفسير ذلك يرتبط بأن بعض المناطق كانت تحوي ذهباً مختلطًا بالحصى والرمل، وكان يتم استخلاصه عن طريق غربلة تلك المواد المختلطة به، حتى يتبقى في النهاية جزيئات الذهب، والتي قد تستخدم أحياناً كما هي (النعميم، صفحة 168)، وكذلك يذكر بليني في هذا الصدد ما نصه: «فَاقْتَ السَّبَائِ الْجَمِيعَ ثُروَةً بِمَا يَتَوَفَّرُ فِي أَرْضِهَا مِنْ أَدْغَالِ ذَاتِ عَطُورٍ وَمَنَاجِمِ لِلْذَّهَبِ» (ترسيسي، صفحة 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 تمع عاصمة قبيان، وقد عثر معها أيضاً على قلائد أخرى ذهبية، نقش عليها أشكال غائرة لبعض الحيوانات، هذا بالإضافة إلى العثور على قطع معدنية أخرى مطلية بطبقة ذهبية (علي، صفحة 76).

وهناك اتجاه آخر من بعض المؤرخين يري بأن أوفير هذه تقع على ساحل الخليج العربي مستندين في ذلك على كثير من الأدلة الأثرية منها ما ورد في حوليات "تجولات بلاسرا الثالث" (745-727 ق.م تقريباً)، حيث يذكر من خلالها بأن: "مدون بلاسان ملك أرض البحر أو كما وردت في نصوص أخرى باسم بيت يكين (الكويت حالياً) قام بإرسال هدايا ذهبية تتألف من أوعية وقلائد ذهبية متعددة إلى هذا الملك الأشوري" (الأحمدى، الصفحات 275-276).

فضلاً عما سبق فقد وصف الكثير من الكلاسيكيون مدينة الجرعاء الواقعة على الخليج العربي بأنها مدينة كأنزه للذهب (السعيد، الصفحات 65-66)، حيث يذكر عن ذلك احجار حبيس من أن التجار الجرهائيين قد أغنووا سوريا بالذهب (علي، صفحة 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 بناة قادرین على تشييد المباني، وهذا ما دفع سيدنا داود (عليه السلام) إلى الاستعانة بالفينيقيين، والذين كان منهم المهندسين والفنانين في أعمال التشييد والبناء (لوبون، صفحة 33)، وتدل التوراة على ذلك "وَأَرْسَلَ حِيرَامَ مَلِكَ صُورَ رَسَلًا إِلَى دَاؤَدَ وَخَشَبَ أَرْزَ وَنَحَارِينَ وَنَبَانِينَ فَبَنَوْا لِدَاؤَدِ بَيْتاً" (صومئيل، 11)، كما استعان داود بالفينيقيين عندما أراد تشييد مكان للعبادة حيث جاء في التوراة "وَأَمَرَ دَاؤَدَ بِجَمِيعِ الْأَجْنَبِيِّنِ الَّذِينِ فِي أَرْضِ إِسْرَائِيلِ، وَأَقَامَ نَحَارِينَ لِنَحْتِ حَجَارَةَ مَرْبَعَةَ لِبَنَاءِ بَيْتِ اللَّهِ، وَهِيَا دَاؤَدَ حَدِيدًا كَثِيرًا لِلْمَسَامِيرِ لِمَصَارِيعِ الْأَبْوَابِ وَلِلْوُصُلِ، وَنَحَارِينَ كَثِيرًا بِلَا وَزْنٍ" (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 تعظيم مصروفات بناء الهيكل الضخم الذي بني على طراز المبادرات الكنعانية، وقد استعان سليمان أيضاً في بنائه بذلك صور حiram الذي أرسل إليه الكثير من عبيده من أجل ذلك الغرض، وكان معظمهم من البناة

والفنيقين في أعمال التشييد والبناء (لوبون، صفحة 33) ، وتأكد ذلك التوراة فيما نصه: "وأرسل حiram ملك صور عبيده إلى سليمان، لأنه سمع أنهم مسحوه ملكاً مكان أبيه، لأن حiram كان محبًا لداود كل الأيام" (ملوك، الصفحتان 1-2)

وقد استغرقت عملية بناء هذا المبنا كل سبع سنوات، وتأكد ذلك التوراة وجاء فيها " وفي الشهر الثامن، أكمل البيت في جميع أموره وأحكامه فبني 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 المстроقات الضخمة التي أنفقها سليمان على بناء المبنا كل كما يزعم اليهود إلى إرهاق الناس بالضرائب، مما أدى إلى ظهور معارضي له في الحكم، ومن أشهر أولئك المعارضين (يريعام بن نبات) (حمدادي، صفحة 55). وهذا يتناقض كما اعتقد مع ما يذكره اليهود من اتهامات لذلك النبي الملك الكريم بأنه قد فرض ضرائب باهظة على أهل أورشليم، من أجل توفير المстроقات لبناء المبنا، ويربطون حركات المتمردين على حكم ذلك النبي الكريم العادل بهذا الأمر.

فضلاً عما سبق فقد ساعد الفينيقيين النبي 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 أقصاء البحر المتوسط، وكانتون يغادرون ديارهم بحثاً عن المعادن المتوفرة في مناطق عدة كالذهب والفضة ثم القصدير، ليقيموا علاقات طيبة ومشترة مع سكان المناطق التي وصلوا إليها، وقد كانت جزيرة إيبيريا من الجزر المنهمة التي تاجروا معها، حيث تمثل مصدر مهم في ثروات العام القائم لاحتواها على المعادن، وفي حدود سنة 1110 قبل الميلاد نزل الفينيقيون بأقصى العرب وأسسوا مجموعة من المستوطنات (Kringse، صفحة p.90).

وكانت جزيرة إيبيريا أشهرها وبذكر بعض المؤرخين القدماء، أن الفينيقيين قد جلبو منها مقابل الزيت والبضائع الخاصة التي كانت بحوزتهم حولة من الفضة هي أكثر ما استطاعوا نقله عبر البحر، كما صهروا في الوقت نفسه من الفضة كل الأدوات التي تسعمل عادة على السفن حتى المراسي (مازيل، صفحة 119) ، وقد كانت مستوطنة قادش في شبه الجزيرة إيبيريا من بين المستوطنات الفينيقية الباكرة، في الحوض الغربي للبحر المتوسط، والتي جاء تأسيسها لأغراض اقتصادية، بغية الحصول، على خامات المعادن كالفضة والقصدير ثم النحاس واستبدالها بالمواد المصنعة التي كانت تحلى من شرق المتوسط (غانم، صفحة 78).

وقد تحدث ديودور الصقلي عن ثروات شبه الجزيرة إيبيريا قائلاً: تحتوي منطقة إيبيريا على كميات وافرة من مناجم الفضة التي كان السكان المحليون يجهلونها استعمالها، ولكن التجار الفينيقيين الذين حلوا بالمنطقة كانوا يحصلون عليها مقابل كميات البضائع القليلة التي كانوا يجلبونها معهم من بلاد الإغريق وأسيا، ومن بعض الشعوب الأخرى، وقد حصل الفينيقيون من وراء ذلك على ثروة كبيرة، كما أن ممارستهم لتجارة المعادن مدة طويلة زادتهم قدرة وبالتالي سمح لهم بتأسيس عدد من المستوطنات في ليبيا وإيبيريا (sicily، صفحة 25).

وقد استفاد بلا شك النبي الملك سيدنا سليمان (عليه السلام) من تلك العلاقات التجارية في توفير الأموال الأزمة لتشييد هيكله، والذي يعد دليلاً قوياً على علاقته مع الفينيقيين، وتصف التوراة مدينة صور الفينيقية زمن سيدنا سليمان (عليه السلام) فتذكر إن صور كانت تمتلك غابات الأرز الغنية وكانت تدار مملكة بني إسرائيل، وقد كانت صور في علاقة تحالفية مع مملكة يهودا وبظاهر ذلك واضحاً في نصوص الاتفاقية التجارية التي عقدتها سيدنا سليمان عليه السلام مع ملك صور حiram، والتي كانت بدورها مجحفة 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 التزاعات مع دول إقليمية مجاورة، بالإضافة إلى

الصراعات الداخلية بين أسباط بني إسرائيل، واستعادت مصر لقوتها (برغرات، الصفحات 104-105). وعلى الأرجح أن هذا الرأي صحيح، وما لا شك فيه بان تلك العلاقات القوية التي ربطت ما بين حكام الفينيقين وبهود 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 ذاقهم، ولعل هنا يتجلى في زواج الملك أحاب بن عمري (869-850 ق.م) ملك إسرائيل من ابنة ملك صور إزابل (عليان، الصفحات 54-95).

كانت العلاقات الاجتماعية هي أساس العلاقات السياسية والاقتصادية التي ربطت مملكة سيدنا سليمان (عليه السلام) بملك المنطقة، وذلك عن طريق الزواج والصاهرة، مع العادات التي كانت تحكم هذه الممالك، حيث اتخذ زوجات من الأسر الحاكمة في كل من مصر ومواب وأدوم وعمون وتؤكد ذلك التوراة حيث جاء فيها: "أحب الملك سليمان نساء غريبة كثيرة مع بنت فرعون مواطنات وعمنيات وادوميات وصیدونيات وحيات، من الأمم الذين قال عنهم الرب لبني إسرائيل: "لا تدخلن إليهم وهم لا يدخلن إليكم، لأنكم يهيلون قلوبكم وراء آفتهم" فالتصق سليمان بخواصه" (ملوك، 1-2)، وبناء على ما جاء في نص التوراة السابق، لم تكن العلاقات سيئة بين فراعنة مصر وسيدنا سليمان (عليه السلام) فقد كانت تجارة أنهى بفضل مصايرته لفرعون مصر الذي زوجه إحدى بناته، وعلى الأرجح إن هذا الفرعون هو (بسوسينس) والذي هاجم حصن جرز وأحرقه وسيطر عليه من الكهنة، ثم أعطاه هدية لابنته عند زواجهها من سليمان (فخرى، صفحة 397)، ومن الأدلة الأخرى 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 (زياد، صفحة 389) ويبدو إن سليمان أراد بهذا الزواج السياسي تقوية مملكته وتأمينها من الشعوب المجاورة لها.

العلاقات بين الفينيقين وبهود أورشليم بعد عهد سيدنا سليمان عليه السلام :

استمرت العلاقات بين الفينيقين واليهود بعد عهد سيدنا سليمان، ويستدل على ذلك من انتشار عبادة الإله الفينيقي (بعل) بين اليهود؛ فقد انتقلت عبادته من الفينيقين إلى أورشليم عبر العلاقات التجارية والاجتماعية، وخاصة بعد زواج يهورام (849-842 ق.م) من "عتالياه" ابنة عمري، وكذلك عندما تزوج الملك اليهودي أحاب من إزابل بنت ايشتعل ملك صور، والذي حقق رغبة زوجته في عبادة الإله الفينيقي بعل (عليان، صفحة 95، 45)، وأقام له معبد في مدينة السامرية، وتؤكد التوراة ذلك فيما نصه: "وأقام مذبحاً للبعل في بيت الذي بناه في السامرية" (الاول، الاصحاح 16، 32)، حيث نقلت هذه المرأة القوية كل نظم الحكم الفينيقي إلى اليهود (مهران، المغرب القديم، صفحة 167). وقد أثبتت إزابل لأحاب يواش واحزبا وقد ملك أحريا من بعد أبيه، أما إزابل فقد قتلها جنود زمري وبذلك تحققت نبوة إيليا الشهبي حين قال لها بان الكلاب ستأكل لحمها في حقل بزرعييل (مر ابن عامر) (عليان، صفحة 45) وتؤكد ذلك العهد القديم فيما نصه: "وَمَا مَضَوا لِيَدْفُونَهَا، لَمْ يَجِدُوهَا مِنْهَا إِلَّا أَجْمَحَمْهُ وَالرَّجَلَيْنِ وَكَفِيَ الْيَدَيْنِ" (الثانى م، 35).

المظاهر المضاربة المتباينة بين الطرفين :

نقل الفينيقون الكثير من الطقوس والعبادات الفينيقية إلى اليهود، ومنها الأعمدة الخشبية وبناء المذابح على التلال والمرتفعات في المعابد وتقديم القرابين، وقد تأثر اليهود بذلك حتى أكتم أطلقوا على معبدتهم (يهود) نفس الصفات التي يتصف بها الإله الفينيقي بعل وهو رب السموات ومنزل الأمطار وإله الزراعة البعلية والخصوصية، وكانت طقوس العبادة التي تمارس من قبل اليهود في معبد سليمان من

أصل فينيقي، كالغناء 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 حيرائهم الفينيقيين (حتى، صفحة 169)

وإلى جانب العلاقات الاقتصادية والاجتماعية والدينية كانت هناك علاقات ثقافية، تربط بين الفينيقيين واليهود حيث جاء في الرقم الفينيقي العديد من المعلومات الأدبية مثل الملحمات الشعبية حول جزيرة كريت وملك صيدا البطل القومي الفينيقي الذي قام ببطولاته بأمر من الإله أيل، وكذلك رقم يحتوي على قصيدة شعرية يعتقد أنها تمثل شرحاً دينياً خاصاً يعود للحاكم "دانيل" 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 (سوريان، صفحة 69)، وكذلك أحد اليهود عن الفينيقيين لغتهم وحروفهم الهجائية وتعلموا عنهم في 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 الخضارة الأرافي وهم الفينيقيون 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 يهودا لشمعون أخيه: اسعد معى لقرعي لكى نحارب الكنعانيين ... فسعد يهودا ودفع الرب الكنعانيين والفراريين بيدهم فضرروا منهم في بازق عشرة آلاف رجل ... وحارب بنو يهود أورشليم وأخذوها وضربوها بحد السيف وأشعلوا المدينة بالنار ، وبعد ذلك نزل بنو يهودا طهارة 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 وأسعدوا تلك الذبيحة إلى الحرق (مازيل، صفحة 208)، مثلما كان يفعل "كرت" ملك صيدا، ويدرك في هذا الصدد بالعهد القديم أن سيدنا سليمان (عليه السلام) قد ضحي إلى الله (سبحانه وتعالى) بذبائح حيوانية، وذلك طبقاً لما ورد بالعهد القديم فيما نصه: "وذبح سليمان ذبائح السلام التي ذبحها للرب: من البقر اثنين وعشرين ألفاً ومن الغنم مائة ألف وعشرين ألفاً، فدشن الملك وجميع بي إسرائيل بيت الرب" (ملوك، صفحة الاصحاح 63/8).

ويمتنصر اليهود في طقوسيهم هذه على القرابين الحيوانية فقط، بل كذلك امتد إلى تقديم القرابين البشرية أيضاً، فتذكر في هذا نصوص العهد القديم، أن يهود أمرهم بتقدیم قرابين بشرية مماثلة في الأبناء الأبكار، من أجل تقدیسه، وقد اعتبر الأمر كذلك تكفيراً عن الذنوب والمعاصي، إذ جاء في العهد القديم ما نصه: "كلم الرب موسى قائلاً: فلس لي كُلَّ بِكْرٍ فاتح رحِمٍ من بني إسرائيل من الناس ومن البهائم انه لي" (خروج، صفحة الاصحاح 1/13).

وقد عرف بي 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 المرايا، وأصعده هناك محروقة على أحد الجبال الذي أقول لك" (التتكوين، صفحة الاصحاح 2/22).

ودامت هذه العادة عند بي إسرائيل زمناً طويلاً، فضحي بفتح الجلعادي بابته لكي يهيئ بنزرة للرب، وذلك كما جاء في العهد القديم فيما نصه: "ونذر بفتح نزرة للرب قائلاً: آلن دفعت بي عمون ليدي، فالخارج الذي يخرج من ابواب بيتي للقائي عند رجوعي

بالسلامة من عند بي عمون يكون للرب واصعدة محرقة" (القضاة، الصفحات الاصحاح 30/31)، كذلك احرق "ميشع" ملك موآب ابنه البكر على أسوار المدينة إثر الخصار الذي ضربه عليه "ييورام" ملك إسرائيل كما ورد ذلك في التوراة فيما نصه: "فأخذ ابني البكر الذي كان عوضاً عنه، واصعده محرقة على السور" (الثانى م، الاصحاح 3، 27) كما قام "احاز" ملك يهودا بحرق ابنه في وادي بي هنوم (الثانى م، الاصحاح 16، 3)، وتبعه في ذلك حفيده "منسي" (الثانى م، الاصحاح 21، 6).

وخللت ظاهرة التضحية بالأبناء في بني إسرائيل متبعه 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 أنت فقدمتم إلى هنا يا بني الساحرة، نسل الفاسق والزانية، على من تسخرون، وعلى من تغفرون لهم وتدعون الناس أنما أنتم أولاد المعصية، نسل الكذب، المتوددون إلى الأصنام تحت كل شجرة حضراء، القاتلوا الأولاد في الأودية تحت شقوف المعاقل" (اشعياء، الاصحاح 57، 5-3) .

وقد حدد العهد القديم الموضع الذي كان يمارس فيه بني إسرائيل عادة التضحية البشرية، والمعرفون لديهم باسم وادي هينوم، وكذلك كان يطلق عليه أيضاً "توفه" ، ويقع هذا الوادي حالياً في الجهة 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 رب، ولا يدعى بعد هذا الموضع توفه ولا وادي ابن هنوم، بل وادي القتل" (أرميا، صفحة الاصحاح 19/5) ومن الغريب بأن تلك الظاهرة التي مارسها اليهود كانت متبعه بشكل متماثل في تفاصيلها بفينيقية بصفة عامة، وعلى سبيل المثال نجد اليهود كانوا يقدمون أضاحيهم لإله يسمى "مولك" (Lipinski (E)، صفحة 297)، كان يمثل بمحنة تماثيل نحاسية، وقد ارتبط بالنار الصارة، حيث كان هؤلاء اليهود يضعون صغار أولادهم المقدمة كقربان على ذراعيه الحمامات sicily، الصفحات 6-4 v.14.

ومن مظاهر هذا التمثال أيضاً بين عادة التضحية البشرية هذه التي مارسها بني إسرائيل والفينيقيين، إن هؤلاء اليهود كانوا يختلطون في مراكب العظمية للأضحية البشرية بعد حرقها في مردمات خاصة Aubet (Ma)، صفحة p.214، وكانت هذه الأولى تصنع في مكان يدعى باب الفخار المكسور، ويقع هذا المكان بالقرب من وادي ابن هينوم عند الحائط الجنوبي من أورشليم، ويقوم الكهنة بهام استلام تلك القرابين البشرية كما كان لهم الإشراف على تطبيق هذا الطقس، تحت إمرة رئيس الكهنة بنفسه، وذلك طبقاً لما جاء في العهد القديم ما نصه: "هكذا قال رب: اذهب واشتري إبريق فخاري من حرف، وخذ من شيوخ الشعب وشيوخ الكهنة، واحرج إلى وادي ابن هنوم الذي عند مدخل باب الفخار (أرميا، الاصحاح 19، 2-1)

هذا ويدو ان تلك الطقوس اليهودية كانت تمارس بشكل واضح وغريب لدى الفينيقيين، الذين كانوا يقدمون تلك الأضاحي البشرية إلى الإلهين؛ أحدهما يسمى "بعل حمون" والأخر باسم تانيت (الميلار، الصفحات 14-18)، وقد انتقلت عباده تانيت وطقوس التضحية البشرية هذه إلى الشمال الإفريقي، وخاصة إلى مدينة قرطاجة، لمشاركة "تانيت" في هذا الطقس إله فينيقي آخر من مدينة قرطاجة أيضاً "ملك كارت" المصنوع من المعدن على هيئة بشرية وذراعاه ممدودان لكي تقدم عليها التضحية من الأطفال، التي كان أيضاً يقوم الكهنة الفينيقيين بالإشراف على ذلك الطقس بأنفسهم، وذلك وسط دق الطبول بصوت عالي لكي لا يسمع صوت بكائه أبويه والخاضرين عند حرق ذلك العفن، ومن مواضع التشابه أيضاً دفن الأطفال المضحى بهم في أواني فخارية عثر على الكثير منهم في موقع فينيقيا مثل "كفر جرة" (الواقعة حالياً بجوار صيدا) (كونتيتو، صفحة 164)، وكذلك عثر بمدينة قرطاجة على الكثير من الأواني الفخارية الكبيرة التي تحوي هيكل أطفال محروقة وبؤكد هذا ديدور الصقلبي إنه قد رأى في قرطاجة جرار فينية تحوي رماد أطفال في معبد تانيت (حيث الله، صفحة 171)

المخاتمة :

- كانت العلاقات بين الفينيقيين واليهود قديمة وتعود إلى عهد سيدنا داود عليه السلام
- تتنوع العلاقات التي تربط بين الفينيقيين واليهود في مملكة اورشليم إلى العلاقات الاقتصادية والاجتماعية والدينية والثقافية
- العلاقات التي ربطت بين الفينيقيين واليهود خلال القرن الأول قبل الميلاد تميزت بالطابع السلمي والتأثير الحضاري في الجانب الاجتماعي والاقتصادي والديني والمعماري لصاحب الحضارة الارقى وهم الفينيقيين على اليهود .
- استطاع الفينيقيون بناء الكثير من المستوطنات على مختلف سواحل البحر المتوسط الشرقية والغربية ، والتي ساعدتهم على توسيع العديد من المعادن الغالية كالذهب والفضة وغيرها .
- استطاع الفينيقيون نقل الكثير من الطقوس والعادات الفينيقية إلى اليهود والأخذ منها .

6. قائمة المصادر والمراجع :

7. ..(6,14-4) VoL .x11, BK.xx. Diodorus of Sicily
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.Kringse .(1995) .Veronique, la Civilisation Phénicienne, et Punique .Paris E.S Britelon Koelen.
- 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، ج 1. بغداد: دار العروبة.
15. احمد فخرى. (1987). مصر الفرعونية (المجلد 4). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
16. ارد فازد سوريان. (2008). تاريخ سوريا (الإصدار ج 2)، المجلد 1). (الكسندر كشيشيان، المترجمون) حلب: دار النهيج للدراسات والنشر والتوزيع.
17. العهد القديم ، سفارانيا. (1-2). الاصحاج 19.
18. العهد القديم ، سفارانيا. (5). الاصحاج 19.
19. العهد القديم ، اشعيا. (16). الاصحاج 28.
20. العهد القديم ، اشعيا. (3-5). الاصحاج 57.
21. العهد القديم ، الاخبار الاول ،(4-2). الاصحاج 22.

22. الاول ملوك. (1-2). الاصحاح 11.
23. الطيب محمد حمادي. (1994). اليهود ودورهم في دعم الاستيطان البطلمي والروماني في إقليم برقة (المجلد 1). بنغازى: جامعة قاريونس.
24. القضاة. (1,8,4). الاصحاح 1.
25. ايوب. (16). الاصحاح 28.
26. ج. كونتيتو. (1997). الحضارة الفينيقية (المجلد 1). (طه حسين، المحرر، و محمد الحادى شعيرة، المترجمون) القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
27. جان مازيل. (1998). مع الفينيقيين في متابعة الشمس على دروب الذهب والقصدير (المجلد ط 1). (نجيب غزاوى، المترجمون) اللادقية: دار المرساة للطباعة والنشر والتوزيع.
28. جواد علي. (1993). مفصل في تاريخ العرب قبل الإسلام ، ج 8 (المجلد 2). بغداد : مكتبة النهضة.
29. حورج فضلو حوراني. (1985). العرب والملاحة في الخط الهندي وأوائل العصور الوسطى. (السيد يعقوب بكر، المترجمون) الانجليزية المصرية .
30. جوستاف لوبيون. (2008). اليهود (المجلد الاولى) . (عادل زعيتر، المترجمون) لقاهرة ، الجيزة: مكتبة النافذة.
31. سامي سعيد الأحمدى. (1985). تاريخ الخليج العربي من أقدم الأزمنة حتى التحرير العربي. العراق: مركز دراسات الخليج العربي.
32. سبتيتو موسكاتى. (1997). الحضارات السامية القديمة . القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب .
33. سفر التكربين. (2). الاصحاح 22.
34. سفر الخروج. (1/). الاصحاح 13.
35. سفر القضاة. (30-31). الاصحاح 1.
36. سيد سليمان عليان. (1996). نساء العهد القديم (المجلد 1). القاهرة: مكتبة مدبوبي.
37. سيد محمد السعيد. (2000). "علاقات الأنبياء السياسية مع الكيان اليهودي بأورشليم منذ بداية عهد الحارث الثاني حتى نهاية عهد الحارث الثالث". مجلة كلية الآداب، صفحه 3.
38. سيد محمد السعيد. (2007). النشاط التجاري لشبة الجزيرة العربية مع شعوب الشرق الأدنى القديم (المجلد الاولى) . القاهرة: الهيئة العامة للكتاب.
39. شوقي خير الله. (1992). فرطاج العروبة الأولى في المغرب. منشورات المذكر العلمي.
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). الصحاح 5.
44. عبد الحفيظ فضيل المياير. (1999م). ظاهرة الأضحية البشرية في الديانة الفينيقية. مجلة آثار العرب.
45. عبد العزيز صالح: . (1999). لشرق الأدنى القديم (مصر والعراق). القاهرة.
46. عبدالحميد زايد. (1966). الشرق الحالى. القاهرة: دار النهضة العربية.

47. عدنان ترسיסي. (بلا تاريخ). بلاد سبا وحضارات العرب الأولى (المجلد 2). دمشق: دار الفكر.
48. فايزة محمود صقر. (مارس، 2003). "العلاقات الاقتصادية بين مصر وكنعان خلال النصف الأخير من الألف الثاني قبل الميلاد". مجلة المؤرخ العربي، صفحة 2، مع 1.
49. فيليب حتى. (1972). تاريخ لبنان. (أنيس فريحة، المترجمون) بيروت: دار الثقافة - لبنان.
50. كارلهاينز برلنر. (1999). لبنان القديم (المجلد 1). (زياد مني، المحرر، و ميشيل كيلو، المترجمون) دمشق.
51. محمد الصغير غانم. (1982). لتوسيع الفينيقي في غرب المتوسط، (المجلد 2). بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
52. محمد بيومي مهران. (1990). المغرب القديم (المجلد 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. الاصحاح 9 .
61. نوره عبد الله العلي التعيم. (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 100 م" (حرة وظهر) للناشئين تحت 12 سنة

أ. سعيد احمد سعيد عمر د. مسعود عبد السلام سعيد د. خالد المهدى نصر الدخير

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 للارتفاع بالفرد في محاولة لتحقيق أكبر قدر ممكن من النظيرات العلمية خدمة الفرد والمجتمع، وتميز رياضة السباحة بطبيعة منافسة خاصة فهي تتطلب قدرات بدنية وفنية خاصة تتناسب مع طبيعة الاداءات المختلفة، ولكن يتم الوصول بالسباح لأعلى مستوى من الأداء يجب أن يمر بعدة مراحل من الإعداد منها ما هو بدني ومهاري وخططلي ونفسى.

ويشير أبو العلا عبد الفتاح (1994)، وسلامان سليمان (1996) بأن الصفات البدنية الخاصة لسباحي المنافسات يتم التركيز عليها خلال التدريب لأنها تسهم بقدر كبير في إمكانية تحقيق زمن أفضل وبالتالي يستطيع السباح تحقيق مستويات رقمية متميزة عند أدائه سباقاته. (1: 225-226)، (3: 226)

وفي هذا الصدد يشير كل من محمد نصر الدين ومحمد علاوي (1994) نفلاً عن أوزيلين 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)

وتعود الحالة البدنية أحد أهم العوامل المؤثرة في مستوى الأداء، حيث يشير عصام حلمي ومحمد بريقع (1997) نفلاً عن ساجر Singer أن الخصائص البدنية ذات أهمية قصوى للتفوق في الأداء للنشاط التخصصي كما أن هذه الخصائص تسهم 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 تربية 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.

وقد لاحظ الباحثون من خلال عملهم بتدريب وتدريس السباحة أن غالبية كبيرة من المدربين يعتمدون على التقدير الشخصي لتقدير الصفات البدنية للسباحين وأهميتها النسبية لها كمساهمة للأرتقاء 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 لأنواع 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 يتبع لكثير من المدربين فرصة القياس وعدم استخدام (عين الخبر) 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 100 م حرة، 100 م 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:

تحدد هذه الدراسة إلى الكشف عن:

- التعرف على العلاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة وتأثيرها على المستوى الرقمي لسباحي 100 م حرة ناشئين تحت 12 سنة.
- التعرف على العلاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة وتأثيرها على المستوى الرقمي لسباحي 100 م ظهر ناشئين تحت 12 سنة.
- التعرف على نسبة مساهمة بعض الصفات البدنية الخاصة وتأثيرها على المستوى الرقمي لسباحي 100 م حرة و100 م ظهر ناشئين تحت 12 سنة.

فروض الدراسة:

- وجود علاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباحي 100 م حرة للناشئين تحت 12 سنة.
- وجود علاقة بين بعض الصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لسباحي 100 م ظهر للناشئين تحت 12 سنة.
- تحتختلف نسبة مساهمة كل من الصفات البدنية الخاصة على سباحي 100 م حرة للناشئين تحت 12 سنة.
- تحتختلف نسبة مساهمة كل من الصفات البدنية الخاصة على سباحي 100 م ظهر للناشئين تحت 12 سنة.

الدراسات المرتبطة:

قام الباحثون بدراسة مسحية للمراجع والدراسات التي أمكنه الحصول عليها في مجال البحث والمدف هو الاستفادة منها في إجراء الدراسة قيد البحث.

دراسة عقيل سليمان مهدي (2004) (19) بعنوان: "بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالإنجاز الرقمي لسباحة 50 م".
هدف التعرف على العلاقة بين المعايير الجسمانية وبين مستوى الإنجاز الرقمي في 50 م سباحة لدى طلاب كلية التربية الرياضية بغداد، واستخدام الباحث النهج الوصفي بالأسلوب المنسخي 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 50 م، هي طول الذراعين ثم طول الرجلين ثم الطول الكلي، ويمكن التنبؤ بالمستوى الرقمي بدلاله 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".

مهدف التعرف على العلاقة بين بعض المواصفات الجسمانية وبين الإنجاز الرقمي في 50م سباحة للطلابات، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المحسحي، ويبلغ حجم العينة 40 طالبة من طلابات 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 والزحف (25م) لدى سباحي المسافات القصيرة الناشئين بحث وصفي على لاعبي أولدية بغداد".

مهدف التعرف على العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة وزمن الأداء في سباحة الزحف وسباحة الصدر واستخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المحسحي ويبلغ حجم العينة 18 سباح من أولدية (الأعظمية - الشرطة، الشباب - الجيش) من أعمار 13-14 سنة، من السباحين الذين يجيدون طرق السباحة في البحث، وكانت أهم النتائج أن حققت جميع اختبارات القوة المميزة للسرعة ارتباط معنوي مع زمن سباحة (25م) (صدر-زحف) باستثناء اختبار الوثب الطويل من الثبات.

دراسة أحمد محمد عبد الحميد (1998) (3) بعنوان: "التبؤ بالمستوى الرقمي بدلاًلة الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة لسباحي المنافسات".

مهدف التعرف على نسبة مساهمة كل من الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة في المستوى الرقمي لسباحي المنافسات، ووضع معادلة للتتبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المنافسات بدلاًلة الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة، على عينة قوامها (74) سباح واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المحسحي، وأهم النتائج التي توصل إليها الباحث المعادلة التنبؤية للاحتجار المستوى الرقمي للذلة الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي والصفات البدنية الخاصة لسباحي 50م حرّة وعدم التوصل إلى المعادلة التنبؤية لسباحي 100م ظهر، كما توصل إلى أهم الصفات البدنية الخاصة المساهمة لسباحي المنافسات وهي السرعة والمرنة (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".

مهدف التعرف على أثر الصفات البدنية الخاصة على زمن أداء مهارة الدوران بالشقلبة لسباحي المنافسات، واستخدم الباحث المنهج التدريبي، على عينة قوامها (30) لاعب من نادي الشمس الرياضي، وأظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة لبرنامج المقترن على المجموعة الضابطة في معظم نتائج قياسات الصفات البدنية (قوة القبضة - مرنة مفصل العقب-مرنة المنكبين-التوافق) بالإضافة إلى تفوقها في المستوى الرقمي لأداء مهارة الدوران بالشقلبة في سباحة الزحف على البطن. (3)

دراسة محمد أحمد حسن التلبياني (1991) (11) بعنوان: "تحديد الأهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية لدى سباحي الزحف على البطن".

مهدف تحديد عناصر اللياقة البدنية الخاصة لسباحي الزحف على البطن للمرحلة من 12-15 سنة، حرّة للمرحلة السنوية 12-15 سنة، استخدم الباحث المنهج الوصفي، (80) سباح من أولدية الإسكندرية، وتوصل الباحث إلى وجود علاقة بين زمن سباحة 50م

زحف على البطن، وكل من نتائج الاختبارات السرعة المتعلقة والتحمل الخاص، القوة العضلية، المرونة، إلى جانب الأهمية النسبية لكل من (المرونة – القوة العضلية- عدد سنوات الممارسة).

دراسة صلاح مصطفى مصطفى (1989) (8) بعنوان: "التبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية". وكان من أهم أهداف البحث التوصل إلى نموذج رياضي مناسب يوسع المستوى الرقمي للسباح، وذلك للتبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة البحث أصحاب المراكز الأولى لنهائي بطولة الجمهورية عمومي رجال وأنسات في سباق (100-200م) حرة – فراشة- صدر- ظهر (رجال وأنسات)، وأهم النتائج التي توصل إليها الباحث النموذج الرياضي الأسني ($\text{ص} = \text{أ} + \text{ب ه}$) أكثر دقة من النموذج الرياضي الخطي ($\text{ص} = \text{أ} + \text{ب س}$) في التبؤ بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات في جمهورية مصر العربية، وأسفرت النتائج على أن المعادلة الأساسية 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 واستخدام 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 14.714% 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 22.67% في المستوى الرقمي، وقد رتبت باقي الصفات البدنية كالتالي: (مجموع الصفات البدنية- التحمل العضلي - التوازن الديناميكي - مناورة الفخذ- القوة المميزة للسرعة - مرونة القدم).

إجراءات الدراسة:

أولاً-منهج الدراسة: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المنسخي ل المناسبة لطبيعة هذه الدراسة وبيان ما هو موجود في الحالة الراهنة من المستويات الرقمية لعينة البحث.

ثانياً-عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من السباحين في بلدية الزاوية وصبراته من أندية (الزاوية – صبراته-المطرد) والجدول (1) يوضح خصائص العينة.

جدول (1)

خصائص عينة الدراسة

ن = 35

المعامل الائتماء	الانحراف المعياري	المتوسط المحسبي	وحدة القياس	المتغيرات
0.990	0.654	11.774	سنة	السن
0.067	1.639	148.895	سم	الطول
0.632	1.099	40.244	ثقل الجسم	الوزن
0.474	0.967	3.004	سنة	العمر التدريسي

يتضح من جدول (1) أن جميع قياسات المتغيرات الأساسية والتي تمثل في (السن - الطول- الوزن- العمر التدربي) تتحقق بين (3+) - 3 () مما يشير إلى أن أفراد العينة تتوزع توزيعاً اعتدالياً وتقع تحت المدى الاعتدالي مما يدل على تجانس العينة.

وسائل جمع البيانات Data Collection Methods

استخدم الباحثون الوسائل التالية لجمع البيانات الأساسية لهذه الدراسة:

الرستاميتير Restameter لقياس أطوال السباحين عينة البحث.

ميزان طهي Medical Scale لقياس أوزان السباحين.

جهاز الجينوميتير 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 صرافة 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 وتعرق القياس.

وأسفرت 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 صرافة البحري وقد راعى الباحثون إعطاء اللاعب المختبر فترة راحة تصل من (3:5) بين كل اختبار وآخر ليزول خلالها أثر الجهد ولكن 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 كدليل ثبات الاختبارات المستخدمة، جدول (2) يوضح ذلك.

إيجاد معامل صدق التمييز عن طريق تطبيق الاختبار على عينة مميزة (العينة الاستطلاعية) وعينة غير مميزة (مارسين) وفي نفس المرحلة الثانية لعينة البحث وعددتهم 15 لاعب لإيجاد قيمة (t) للمجموعتين وجدول (3) يوضح درجة الصدق للاختبارات المستخدمة.

جدول (2)

معامل الثبات والصدق الذاتي للصفات البدنية الخاصة على عينة الدراسة الاستطلاعية

ن=15

معامل الصدق	معامل الثبات	القياس الثاني		القياس الأول		الاختبارات	م
		ع2	س2	ع1	س1		
*0.880	*0.774	2.619	109.510	3.175	109.987	قياس مرونة الكتف يدين	X1
*0.990	*0.980	4.256	111.711	4.233	111.893	قياس مرونة الكتف شمال	X2
*0.900	*0.980	2.169	14.113	2.408	14.147	قياس مرونة الخد	X3
*0.934	*0.872	4.361	72.957	4.793	73.681	اختبار قوة عضلات الرجلين	X4
*0.810	*0.656	1.591	32.856	1.117	32.790	اختبار الوثب العمودي	X5
*0.920	*0.846	1.789	36.842	2.069	37.437	قياس قوة القبضة يمين	X6
*0.903	*0.816	1.938	36.177	1.731	37.270	قياس قوة القبضة شمال	X7
*0.995	*0.990	9.196	62.011	9.167	61.856	قياس قوة عضلات الظاهر	X8
*0.832	*0.692	0.643	12.353	0.623	12.211	اختبار سباحة 25 م	X9
*0.933	*0.871	0.573	5.897	0.640	6.010	اختبار سباحة 15 م	X10
*0.983	*0.967	1.425	35.246	1.582	35.67	اختبار سباحة 50 م	X11
*0.965	*0.931	0.756	55.804	0.737	55.669	اختبار سباحة 75 م	X12

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

الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		الاختبارات	م
		ع2	س2	ع1	س1		
0.009	2.800	14.774	99.063	3.175	109.987	قياس مرونة الكتف بعين	X1
0.028	2.312	9.573	105.643	4.233	111.893	قياس مرونة الكتف شمال	X2
0.010	2.760	1.870	11.974	2.408	14.147	قياس مرونة الجذع	X3
0.024	2.391	8.432	67.694	4.793	73.681	اختبار قوة عضلات الرجلين	X4
0.003	3.314	4.789	28.583	1.117	32.790	اختبار الوثب العمودي	X5
0.004	3.159	4.902	33.097	2.069	37.437	قياس قوة القبضة بعين	X6
0.00	4.485	4.740	31.427	1.731	37.270	قياس قوة القبضة شمال	X7
0.035	2.220	4.180	56.080	9.167	61.856	قياس قوة عضلات الظاهر	X8
0.003	3.302	0.713	13.019	0.623	12.211	اختبار سباحة 25 م	X9
0.003	3.216	0.654	6.770	0.640	6.010	اختبار سباحة 15 م	X10
0.012	2.702	1.261	36.578	1.582	35.167	اختبار سباحة 50 م	X11
0.003	3.292	6.082	60.877	0.737	55.669	اختبار سباحة 75 م	X12

تدل العلامة (ت) المحدولة عند مستوى معنوية (00.05) = 2.045

ويتبين من جدول (3) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة في الاختبارات البدنية الخاصة مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز، وهذا يؤكد صدق الاختبار لما وضع من أجله.

تنفيذ الدراسة:

تم إجراء الدراسة الأساسية في الفترة من 15/7/2022 إلى يوم 29/7/2022 للفتيان تحت 12 سنة من الأندية قيد الدراسة وبلغ الحجم الإجمالي لعينة الدراسة 35 سباح (نادي صبراته البحري 15 سباح-نادي المنطرد البحري 12 سباح-نادي الزاوية البحري 8 سباحين).

المعالجة الإحصائية:

في ضوء أهداف الدراسة وفي حدود فرضها تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة الدراسة مستخدماً البرنامج الإحصائي

(SPSS)

"الصفات البدنية المساهمة في المستوى الرقمي لسياحي 100م" (حرة 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 الرقمي لسياحي 100م حرة، و100م ظهر للناشئين تحت 12 سنة.

جدول (4)

مصفوفة الارتباط البسيط للصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي

لسياحي 100م حرة للناشئين تحت 12 سنة

$n = 30$

X12	X11	X10	X9	X8	X7	X6	X5	X4	X3	X2	X1	Y	التغير غير
													Y
												0.3 6	X1
											0.0 10	0.5 48	X2
										0.2 7	0.2 66	0.3 95	X3
									0.6 01	0.1 92	0.2 95	0.3 75	X4
								0.2 73	0.4 74	0.2 61	0.2 4	0.0 23	X5
							0.6 7	0.6 41	0.2 17	0.0 48	0.4 17	0.2 61	X6
						0.0 16	0.3 67	0.2 92	0.2 16	0.1 99	0.0 54	0.4 07	X7
					0.2 91	0.4 04	0.0 66	0.1 76	0.1 27	0.3 52	0.2 05	0.5 14	X8
				0.0 67	0.3 34	0.3 70	0.0 34	0.1 79	0.1 73	0.3 65	0.1 72	0.4 91	X9
			0.0 67	0.0 17	0.3 67	0.0 30	0.3 01	0.0 80	0.1 14	0.2 71	0.3 8	0.3 46	X1

		0.113	0.4 26	0.4 37	0.1 54	0.3 43	0.3 10	0.3 10	0.3 38	0.0 56	0.2 75	0.1 71	X1 1
		0.3 31	0.631 05	0.3 30	0.1 32	0.4 07	0.2 27	0.1 32	0.0 34	0.1 50	0.2 99	0.1 28	X1 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 حرفة (للناشئين 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) وبنسبة (16.092)، وعدد (20) معامل ارتباط دال عند مستوى معنوية (0.05) بنسبة (22.989%).

جدول (5)

الخطوة النهائية للانحدار لبعض الصفات البدنية الخاصة المنساهمة

في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرفة تحت 12 سنة

المتغيرات	معامل الانحدار الجزئي B	خطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة T	قيمة ف المحسوبة F	نسبة المنساهمة %
المقدار الثابت	118.870	14.568	31	** 8.160	**15.394	
	2.166	0.569		**3.805		29.1
	0.344	0.085		**4.057 -		14.5
	0.861	0.243		**3.0538		16.2
						59.8

العلامة (**) تعني دال إحصائياً عند 0.01

ويشير جدول (5) أن سرعة سباحة 15م أكثر الصفات البدنية المنساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرفة، حيث بلغت النسبة المنساهمة (29.1 %)، وقيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية، وبين ذلك أنها دالة إحصائياً، وممساهمة صفة مرونة الكتف اليمين ثانية أكثر الصفات البدنية المنساهمة في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرفة، حيث بلغت النسبة المنساهمة (%14.5).

وممساهمة صفة الوثب العمودي ثالث أكثر الصفات البدنية المنساهمة في المستوى الرقمي لسباحة 100م حرفة، حيث بلغت النسبة المنساهمة (%16.2).

وأخدhir بالذكر أن نسبة ممساهمة الصفات البدنية السرعة 15م سباحة ومرونة الكتف يمين والوثب العمودي ساهموا معاً بنسبة (59.8%) في المستوى الرقمي لسباحي 100م حرفة، ويعني ذلك أن معادلة الانحدار للمستوى الرقمي لسباحي 100م حرفة كما يلي:

$$\text{ص} = \text{أ} + \text{ب} 1 \times 1 + \text{ب} 2 \times 2 + \text{ب} 3 \times 3$$

ص = المستوى الرقمي لسباحي 100م حرفة.

أ = المقدار الثابت

ب = معامل المتغير المساهم

س = المتغير المساهم الأكبر

وتكون المعادلة كما يأتى:

= المستوى الرقمي 100م حرفة

$$2.166 + 118.870 \times \text{سرعة سباحة}$$

$$15 + 0.344 \times \text{مرنة كتف يمين} + 0.861 \times \text{مسافة الوثب العمودي}$$

ويدراسة الجدول السابق يتضح أن السرعة لمسافة 15م هي المتغير المساهم الأول من الصفات البدنية في المستوى الرقمي لسباح 100م حرفة، حيث بلغت نسبة مساهمتها (29.1%)، وهذا يتفق مع دراسة أحمد عجيبة (2007) على أن عنصر السرعة ذات أهمية كبيرة بالنسبة لسباق 100م حرفة وإن بداية 15م الأولى تعتبر القيمة الأنسب التي يجب أن يصل إليها أفضل أداء للسباحة. (54-50:4)

كما يوضح أحمد عبد الحميد (2005) أن سباح الرمح على البطن يعتبر السرعة من القدرات الرئيسية لذلك فإن تكثيف الأداء وفلسفه السباح في أداء السباق تقتضي منه الحفاظ على سرعته ضد مقاومة الماء. (35-31:2)

ويدراسة جدول (5) يظهر مدى مساهمة المرنة لسباح 100م حرفة، حيث بلغت نسبة مساهمة مرنة 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 المرنة والسرعة في السباحة وأنه كلما زادت درجة المرنة كلما ساهم ذلك في تحسين مستوى الأداء. (129:6)، (129:1)، (110:17)

كما يظهر مدى مساهمة الوثب العمودي من الثبات (القدرة المميزة بالسرعة للرجلين)، حيث بلغت نسبة مساهمتها (16.2%) ويتتفق

ذلك مع كل من عادل فوزي (1990) وناحي الباجوري (1984) نقلاً عن كاربوفيتشر Hogg P- Ckarpovieh وهوج (1979) من أن هناك علاقة بين سرعة السباح والقدرة وأن السرعة تعتمد اعتماداً كاملاً على القدرة وأن السباحون يتتجرون حوالي 63% من سرعتهم من الرجلين، لذلك تعتبر قوة الرجلين مساهم قوي في تقدم السباح. (280:9)، (160:14)، (16:67)

ويرى الباحثان أن سباح الرمح على البطن (100m) حرفة، يتطلب لتحسين مستوى الأداء صفة السرعة والمرنة والقدرة المميزة بالسرعة وقد لاحظ الباحثان أن بدءاً من طلقة البداية ودفع السباح مكعب البدء وببداية السباق لـ 15م سرعة تساعد السباح في التقدم بالمستوى الرقمي المنشود للسباق، وأن تحسين مستوى سرعة السباح يتطلب الاهتمام بتدريبات السرعة والقدرة المميزة بالسرعة والمرنة لتحسين مقدرة السباح على الأداء الأسرع وتحقيق مستوى رقمي جديد.

جدول (6)

مصفوفة الارتباط البسيط للصفات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي

لسياحي 100 م ظهر للناشئين تحت 12 سنة

ن = 35

X12	X11	X10	X9	X8	X7	X6	X5	X4	X3	X2	X1	Y	التغيير
													Y
												0.13 8	X1
											0.8 10	0.02 6	X2
										0.0 27	0.3 66	0.33 7	X3
								0.6 01	0.1 92	0.2 95	0.2 6	0.12 X4	
							0.2 73	0.4 74	0.2 61	0.0 24	0.0 28	0.29 X5	
						0.0 67	0.4 61	0.2 17	0.0 48	0.0 12	0.4 5	0.20 X6	
					0.0 16	0.3 67	0.2 92	0.2 16	0.1 99	0.1 54	0.0 1	0.11 X7	
				0.2 91	0.0 6	0.0 66	0.1 76	0.1 27	0.1 53	0.1 05	0.2 8	0.30 X8	
			0.9 43	0.2 34	0.3 70	0.0 34	0.1 79	0.1 73	0.3 65	0.1 72	0.1 0.53	0.53 X9	
		0.0 67	0.0 17	0.3 62	0.8 38	0.3 01	0.0 0	0.1 14	0.2 71	0.0 38	0.0 0	0.18 X10	
	0.113 36	0.6 37	0.4 45	0.1 43	0.3 18	0.3 10	0.3 38	0.3 56	0.0 75	0.2 7	0.2 0.34	0.34 X11	
0.1 31	0.361 05	0.3 30	0.3 22	0.1 27	0.2 27	0.2 32	0.1 4	0.3 50	0.1 99	0.2 **4	0.75 X12		

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 (للناشئين تحت 12 سنة)، وأن عدد معاملات الارتباط لمصفوفة (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 (63.333%) 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	خطأ المعياري	درجة الحرية T	قيمة ت المحسوبة F	نسبة المساهمة %
المقدار الثابت	14.539	118.810		**7.123	
زمن سرعة 75 م	1.763	0.898	32	**12.379	34.1
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 (34.1%)، ونسبة مساهمة صفة السرعة (3.5%)، وكانت قيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الانحدارية، ويعنى ذلك أنها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05).

وتصبح معادلة الانحدار للمستوى الرقمي لسباح 100م ظهر تحت 12 سنة هي:

$$\text{ص} = \alpha + \beta_1 \text{س} 1 + \beta_2 \text{س} 2$$

المستوى الرقمي لسباحة 100 م ظهر = $14.539 + 1.763 \times \text{سرعة}(75\text{م}) + 1.27 \times \text{قوه القبضة}(يمين)$.
وبدراسة الجدول السابق يتضح أن صفة السرعة (75م) هي المتغير المساهم الأول من الصفات البدنية في المستوى الرقمي للسباحة 100م ظهر، ويتبين من ذلك أن امتلاك السباح مستوى عالي من السرعة يترجم في النهاية إلى رقم شخصي للسباح يعبر به عن مدى امتلاكه السباح من سرعة لتحقيق رقم جديد، وهذا يتفق مع ما توصل إليه أحمد عبد الجيد (1998) وسلیمان محمود سلیمان (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 المهمة. (3: 72)، (5: 43-42)، (6: 41-38)، (7: 87). (88)

بينما يبين جدول (7) أن صفة القوة هي المتغير المساهم الثاني في المستوى الرقمي لسباحة 100م ظهر، ويتفق هذا مع ما أكدته محمد أحمد التلبياني (1991) وأبو العلا عبد الفتاح (1996) على أهمية القوة للسباح وإذا أن أهميتها تظهر في تحسين سرعة السباح. (11: 95)، (1: 232-230)

ويرى الباحثون أن قوة القبضة (يمين) تدل على تحسين سرعة السباح، وتدل على تحسين التوافق العضلي العصبي المرتبط بعمل اليد أثناء السباحة على الظاهر، ويرجع إلى أن لاعب الظاهر يقتضي منه تحريك الأطراف ضد المقاومة والسحب بشدة، وأنها من جانب إلى آخر تعكس أخالة العامة للجسم والتي تعد قوة القبضة هي المؤشر إلى تحسين مستوى لسباح الظاهر بجانب إلى الأهمية الفصوى لسرعة السباح 75م ظهر، وتعد هي المقاييس 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 ارتباطاً وثيقاً بالصفات البدنية كـ (القوة "قبضة" - القوة المميزة بالسرعة - المرونة "المرونة 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 62.9.1% ومرونة الكتف يمين وبلغت نسبة مساهمتها 14.9%， والوثب العمودي (القدرة المميزة بالسرعة للرجالين) وبلغت نسبة مساهمتها 16.2%.

2. معادلة الانحدار المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة ناشئين تحت 12 سنة هي:

$$ص = أ + ب 1 س 1 + ب 2 س 2 + ب 3 س 3$$

زمن المستوى الرقمي لسباحي 100م حرة = $2.166 + 118.870 \times \text{سرعة سباحة 15م} + 0.344 \times \text{مرونة الكتف يمين} + 0.861 \times \text{مسافة الوثب العمودي}$.

3. أهم الصفات البدنية الخاصة تأثيراً في المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر ناشئين تحت 12 سنة هي السرعة (زمن سرعة 75m)، وبلغت نسبة مساهمتها 63.4.1% (القبضة يمين) وبلغت نسبة مساهمتها 63.5%.

معادلة الانحدار لل المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر ناشئين تحت 12 سنة هي:

$$ص = أ + ب 1 س 1 + ب 2 س 2$$

4. زمن المستوى الرقمي لسباحي 100م ظهر = $14.539 + 1.763 \times \text{سرعة (75m)} + 1.27 \times \text{القدرة (قبضة يمين)}$.

الوصيات:

من خلال النتائج التي توصل إليها الباحثون يوصي الباحثون بعض 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 تختتم بتنمية صفة السرعة - المرونة - القوة.

5. ضرورة إجراء دراسات مشابهة على مختلف طرق السباحة ومختلف الأعمار.

قائمة المراجع

أولاً-المراجع العربية:

- (1994) : تدريب السباحة للمستويات العليا، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (2005) : مساهمة بعض المتغيرات البيوميكانيكية في المستوى الرقمي في سباق 400، 200، 100م حرفة في الدورة الأولمبية بأتينا 2004، المجلة العلمية للبحوث، الدراسات كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس، العدد الثاني عشر، ديسمبر.
- (1998) : التباين بالمستوى الرقمي بدلالة الكفاءة الوظيفية للجهاز الفني المركزي والصفات البدنية الخاصة لسباحي المنافسات، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس.
- (2007) : المنحنة الخصائصي الأنسب لكيمناتيكية سباحة 100م حرفة السيدات في البطولة كأس أوروبا 2003، مجلة العلوم البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية، العدد العاشر، المجلد الأول.
- (1985) : إعداد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية لسباحي المسافات القصيرة الناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان.
- (1996) : آثر تنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على زمن الأداء مهارة الدوران بالشقلبة لسباحي المنافسات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بيور سعيد، جامعة قناة السويس.
- (1987) : الصفات البدنية المنساهمة في المستوى الرقمي لسباحي الظهور الناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- (1989) : التباين بالمستوى الرقمي لسباحي المستويات العالية في جمهورية مصر العربية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، جامعة حلوان.
- (1990) : تكثيف سباحة المنافسات، نخبة مصر للطباعة، القاهرة.
- (1997) : التدريب الرياضي أنس-مفاهيم-اتجاهات، دار المعرف، الإسكندرية.
- (1991) : تحديد الأهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية لدى سباحي الزحف على البطن، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.

- | | |
|---|---|
| <p>(1994) : اختبارات الأداء الحركي، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.</p> <p>(1998) : السباحة بين النظرية والتطبيق، المركز العربي للنشر.</p> <p>(1984) : علاقة بعض العوامل المساهمة في تحقيق المستوى الرقمي لسباحي المسافات القصيرة، رسالة دكتوراه، كلية التربية، الرياضية للبنات، الجزيرة، جامعة حلوان.</p> | <p>محمد نصر الدين رضوان</p> <p>محمد حسن علاوي</p> <p>محمد علي أحمد</p> <p>نادية محمد حسن الباجوري</p> |
|---|---|

ثانياً-المراجع الأجنبية:

- Counsilman, JE (1978) : Competitive Swimming, dlarua for casches 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 Nauual. Gloucester ontaria, Canada
- 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 متراً، 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 لسباحة، 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 والزحف (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. محمد محمد رحومة الموش

مقدمة البحث :

أن الثقافة الرياضية من العوامل المؤثرة في النظام الاجتماعي حيث يعمل على تأمين صحة الفرد وضمان حيويته والارتقاء لكتفاته الوظيفية والبدنية بل هي عامل من العوامل الحامة للنمو العقلي والنفسى والختفى ، فالآفراد الأصحاء القادرون على البذل هم عماد النظام الاقتصادي لأنه كلما أمكن توفير الإمكانيات الاقتصادية كلما توفرت الإمكانيات الرياضية .

وتعنى الثقافة بشكل عام بما يمتلكه الفرد من تقدير سليم مظاهر الحياة كافة الذي من شأنه التقدم بفكرة من أجل تمعنه بالأشياء والأفراد والأحداث التي تكون منها بيئة المحلية والعالنية وأنشطة التربية الرياضية بمختلف صورها إنما هي في الحقيقة ثقافة ، فتقدير الأداء البدني الراقى 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 .

(32 : 12)

يدرك محمد لبيب (1984) أن الثقافة هي كل ما صنعه يد الإنسان وعقله من أشياء ومن ظواهر في البيئة الاجتماعية أي كل ما اخترعه الإنسان او ما اكتشهه 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 الإنسان 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 . (37 : 10)

ان الثقافة الرياضية هي إحدى أصناف الثقافة العامة تعتمد على الثقافة العريضة المبنية على مختلف نواحي المعرفة الإنسانية ، ويعتبر آخر إن الثقافة الرياضية هي ثقافة فكرية تخصصية في المجال الرياضي ولا تبلغ مداها التعليمي إلا بعد أن تعتمد على ثقافات تخصصية أخرى ، فالثقافة الصحية والسياسية والفنية والاجتماعية وغيرها ، تشكل معاً الثقافة الفضورية لبناء الشخصية الثقافية الرياضية .

(71 : 16)

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 فريدة من أذهان الناس ، ويجد لها المؤيدون ، والرافعين ، والمشجعين ، وهذا لا يتم إلا من خلال ثقافة رياضية تستند وتترابط مع ثقافة عامة ، أي توظف العام خدمة الخاص . (15 : 88)

ان الثقافة الرياضية تتأثر بالنظام السياسي فنجاح برامج الثقافة الرياضية يتوقف إلى حد كبير على ما تقدمه الدولة له من امكانيات وتسهيلات ففي ظل هذه الظروف التي تأخذها الدولة كوسيلة ناجحة لتجويم الشعب نحو الاهداف المحددة وفي إشاعة روح التماسك الاجتماعي فالثقافة الرياضية يجب ان تشتمل عليها أي نظام تربوي لتحقيق التوازن للفرد مهما كانت قدراته وإمكاناته . (15 : 8)

الثقافة الرياضية داخل المجتمع تؤدي إلى خلق قاعدة عريضة من الشباب الرياضي للارتفاع بمستواهم ، وأكساب المواهب التي تعمل على تكييفهم نفسياً ليصبحوا أعضاء فاعلين في المجتمع ، مما يؤدي إلى رفع الكفاءة الوظيفية ، وإلى تطوير مستوى القدرات البدنية والحركة للفرد ، وهو يساعد على رفع كفاءته الإنتاجية في حياته العامة ، ومن جانب آخر تعمل على إعلاء قيم الولاء للمجتمع ، وتحمل المسؤولية . (60 : 5)

يدرك أحد عبدالفتاح ابو العلاء (2001) أن توفر الثقافة الرياضية للإفراد فرصة لتحسين وضعهم الصحي ، واكتساب اللياقة البدنية، والوقاية من بعض الأمراض ، وتختلف الفوائد المكتسبة منها باختلاف الممارسة ، ومدى تأثير الفرد واهتمامه بها ، وهناك العديد من الفوائد لاكتساب 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 ، والمرنة 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 فتشمل تقوية جهاز الدورة الدموية بما يحتويه من القلب والشرايين ، فتحف 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 ، وانخفاض الدهون الثلاثية ، وتقليل الدهون المخزنة في الجسم ، وزيادة كثافة وقوة العظام ، وزيادة امتصاص الكالسيوم ، والإغلال من فقدان العناصر المعدنية . (72 : 3)

أن اللياقة البدنية ترتبط ارتباطاً مباشراً بأبعاد الصحة البدنية ، وأن تربية مستوى عالٍ للياقة البدنية والاحافظة عليها يساعد الفرد على تحاشي الأمراض الوظيفية ، وتساعد على التكيف الاجتماعي ، وتحسين اسلوب الحياة، حيث تدفع الفرد إلى تحسين عمله وتقبل الكبير من الضغوط البدنية والنفسية والاجتماعية والتي تواجهه وتزيد من شعوره بالرضا الشخصي للأنشطة التي يؤدinya . (42 : 23)

لقد وجد التأكيد على علاقة مهمة تمثل في وقت الفراغ بالنشاط الرياضي لتحديد حيوية الجسم من خلال ممارسة كافة أنواع الانشطة الرياضية وأثر ذلك على صحة الأفراد، ولذلك فالرياضة ذات أهمية كبيرة في الحفاظ على المستوى الصحي لأفراد المجتمع ، وبالتالي وجد علينا أن نعمل على توفير الإمكانيات المادية والبشرية للممارسة الرياضية حتى يتم تزويد الأفراد بكافة المعلومات والمعارف المفيدة وتدريبهم على العادات الصحية السليمة. (29 : 14)

مشكلة البحث :

لقد اتضح أن ممارسة الرياضة هي واحدة من أفضل الطرق بجانب تنظيم الغذاء ، فهناك من يبدأ في تنفيذ برنامج رياضي وهناك من يتسم الأعذار ويوجّل 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 . (23 : 12)

اصبحت الرياضة جزءاً من الثقافة، وأصبحت الحياة الرياضية جزءاً لا يتجزأ من الحياة الثقافية، وأصبح النشاط الرياضي ضرورة للإعداد الفكري، والتربوي، والفنوي، والثقافي ، وظهرت دراسات هامة تستخدم مصطلح الثقافة البدنية كمفهودات او كبدائل للتربية البدنية وتعتبر هذه الثقافة جزءاً متماماً لكل ثقافة . (108 : 18)

هناك مؤسسات معينة في كل مجتمع قد تقوم بتنشئة الأفراد وتقديرهم رياضياً وتعليمهم على التوافق النفسي والاجتماعي إضافة إلى تقييمهم 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 يتبع الفرصة للاعبين التنافس الشريف وإظهار قدراتهم وإبداعاتهم الرياضية بشكل جيد (23 : 75)

أن الثقافة الرياضية في المفهوم الحديث تعدد المفهوم البني للبحث لتشمل المفاهيم النفسية والأخلاقية والجمالية والتربوية والثقافية وهي وسيلة مهمة من وسائل تعميق صلة المواطن بوطنه وواقعه، إن ما سبق ذكره لا يجري بشكل عفويا وإنما بشكل مبرمج سواء في المدارس أو الكليات أو عن طريق التلفزيون والصحف والراديو والسينما أو المهرجانات وأهدف منها كلها هو تربية المواطن ثقافيا . (20 : 17)

التشيف الصحي نظرية شرعية لقد اهتم الإسلام اهتماماً خاصاً بالتشيف الصحي ، فكثير مما ورد في القرآن الكريم ، والسنن النبوية المطهرة ، حول الصحة يندرج في إطار التشيف ، وهذه النصوص الشرعية تشكل للمثقف الصحي أساساً شرعياً متيناً ينطلق من خلالها في أنشطة التشيف الصحي ، فالتشيف الصحي يكون أجدى وأكثر وقاية في نفوس الناس عندما ينطلق فيه من مطلقات شرعية ، وتوجهات دينية ، فالناس أكثر تقبلاً للإرشادات الصحية عندما يعلموها جزءاً من تعاليم دينهم . (23 : 60)

يهتم كل من الأطباء 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)

تعتر 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 متعددة ومتغيرة ، لكنها وثيقة الصلة دائماً ، حيث يؤثر وبتأثير كل عصر بالأخر ، وسواء كانت الممارسة لقواعد العامة أو حتى مستويات البطولة، فأثار الرياضة إيجابية وواقعية للصحة النفسية ، وصحة القوام والمقدرة على التكيف واكتساب اللياقة وصحة الجهاز الدوري والتنفس والقلب وغيره من الأجهزة ، ولصحة المرأة والطفل والمسنين والمعوقين ، وقد أثارها لاستعادة شفاء الماء من 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 إلا نسبياً 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 وقوتها ، فيجب أن تدخل التربية الرياضية ضمن برامج الحياة اليومية للنشاطات العريضة من السكان ولأنها الأطفال . (7 : 11)

كما ان الرياضة تعمل أساساً على تحقيق الصحة بمفهومها الشامل من صحة جسمية وعقلية ونفسية واجتماعية ، فهي غنية بالفرص التي تحقق الصحة بمعناها المتكامل ، فالتربيـة الصحـية والـرياضـية تـرتبـط اـرـتـيـاطـاً وـثـيقـاً وجـبـ عـلـيـناـ أـنـ تـؤـكـدـ خـالـلـ الـعـلـاقـةـ بـيـنـ التـغـذـيـةـ الـجـيـدةـ وـمـاـ يـتـرـتـبـ عـلـيـهـاـ مـنـ قـدـرـةـ عـلـىـ مـارـسـةـ النـشـاطـ الـرـياـضـيـ بـكـفـاءـةـ . (44 : 4)

تعـةـ بـرـ التـرـبـيـةـ الـبـدنـيـةـ وـالـرـياـضـيـةـ مـنـ الـمـارـسـاتـ الـجـبـيـةـ إـلـىـ نـفـوسـ النـاسـ جـمـيـعـاـ بـاـخـتـلـافـ مـسـتـوـيـاـتـ الـقـاـفـيـةـ وـالـاجـتـمـاعـيـةـ وـالـعـمـرـيـةـ ، لـكـوـنـهـاـ تـسـاـهـمـ فـيـ اـيـجادـ اـنـسـانـ لـأـنـقـاـعـ مـنـ النـاـحـيـةـ الـاـنـعـالـيـةـ وـالـصـحـيـةـ يـتـسـمـ بـرـوحـ الـاـيـاثـارـ وـالـتـضـحـيـةـ وـالـتـعاـونـ ، وـهـذـهـ الـمـرـتـكـرـاتـ لـاـ تـتـحـقـقـ اـلـاـ بـشـيـوـعـ ثـقـافـةـ رـياـضـيـةـ تـدـعـواـ هـاـ وـتـقـرـهـاـ إـلـىـ اـذـهـانـ اـخـتـمـعـ كـمـاـ أـنـ هـذـهـ الـمـفـاهـيمـ لـاـ تـتـنـشـرـ أـلـاـ بـوـجـودـ شـخـصـ مـقـفـ ، وـمـنـ خـالـلـ عـلـمـ الـبـاحـثـ لـاـ حـظـ وـجـودـ ضـعـفـ فـيـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ وـاـخـتـلـافـ الـصـحـةـ الـعـامـةـ لـأـفـرـادـ اـخـتـمـعـ اـلـاـمـرـ الـذـيـ اـدـىـ لـإـجـراءـ بـحـثـ مـعـرـفـةـ مـسـتـوـيـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ وـعـلـاقـتـهاـ بـالـصـحـةـ الـعـامـةـ لـدـىـ الـفـتـةـ الـأـكـثـرـ تـأـثـيرـ عـلـىـ اـخـتـمـعـ اـلـاـ وـهـيـ طـلـبـةـ وـطـالـبـاتـ كـلـيـةـ التـرـبـيـةـ الـبـدنـيـةـ كـوـنـهـاـ تـعـتـرـ القـاـعـدـةـ الـإـاسـاسـيـةـ لـنـشـرـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ وـدـوـرـهـاـ فـيـ تـحـسـينـ الـصـحـةـ الـعـامـةـ لـأـفـرـادـ .

أهمية البحث :

تـظـهـرـ أـهـمـيـةـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ مـنـ خـالـلـ الـاهـدـافـ الـتـيـ تـسـعـيـ إـلـىـ تـحـقـيقـ هـاـ فـيـ نـسـرـ الـوعـيـ الـرـياـضـيـ بـيـنـ الـمـجـمـعـاتـ ، وـمـسـاـعـدـةـ الـفـرـدـ فـيـ اـكـتـسـابـ الـخـبـرـاتـ الـحـيـاتـيـةـ الـعـمـلـيـةـ ، وـتـرـبـيـةـ الـفـرـدـ بـدـنـيـاـ وـسـلـوكـيـاـ وـفـكـرـيـاـ وـإـجـتمـاعـيـاـ ، وـأـنـ لـثـقـافـةـ الـأـنـرـ التـرـبـويـ الـاجـبـاجـيـ عـلـىـ جـمـيـعـ الـأـفـرـادـ مـارـسـيـنـ وـغـيـرـ مـارـسـيـنـ مـنـ جـمـيـعـ الـفـتـاتـ الـعـمـرـيـةـ وـلـكـالـجـيـسـيـنـ . (65 : 2)

تـعـدـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ كـمـجـمـوعـةـ مـنـ الـعـلـومـ وـالـمـعـارـفـ وـالـمـعـلـومـاتـ وـالـفـنـونـ الـمـذـكـوـرـةـ مـنـ الـاـنـشـطـةـ الـرـياـضـيـةـ الـمـخـلـعـةـ ، حـيثـ يـكـسـبـهـاـ الـفـرـدـ مـنـ الـبـيـئةـ وـيـتـرـوـدـ بـهـاـ مـنـ خـالـلـ خـبـرـتـهـ الـخـاصـةـ سـوـاـ بـالـمـاـشـاهـدـةـ أـوـ الـمـارـسـةـ أـوـ الـقـرـاءـةـ لـتـلـكـ الـاـنـشـطـةـ الـرـياـضـيـةـ . (87 : 16)

أـنـ الـهـيـةـ الـبـحـثـ تـكـمـنـ فـيـ كـوـنـهـاـ وـاحـدـ مـنـ الـبـحـوـثـ الـعـلـالـلـ الـتـيـ تـتـصـدـرـ مـوـضـوـعـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ وـالـصـحـةـ الـعـامـةـ لـشـرـكـةـ مـتـخـصـصـةـ فـيـ مـحـالـ التـرـبـيـةـ الـبـدنـيـةـ وـعـلـومـ الـرـياـضـيـةـ وـالـلـيـلـيـنـ الـمـجـمـعـ وـالـمـحـيـطـيـنـ بـهـمـ بـالـمـعـلـومـاتـ الـرـياـضـيـةـ وـأـثـرـهـاـ عـلـىـ صـحـتـهـمـ الـعـامـةـ ، وـمـنـ الـمـهـمـ جـداـ مـعـرـفـةـ وـاقـعـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ لـدـىـ عـيـنةـ الـبـحـثـ لـكـونـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ ذاتـ أـهـمـيـةـ كـبـيرـةـ فـيـ تـسـمـيـةـ الـجـوانـبـ الـاجـتـمـاعـيـةـ وـالـتـرـبـيـةـ وـالـصـحـيـةـ ، وـلـاـهـتـامـ الـبـاحـثـ فـيـ مـحـالـ درـاستـهـ وـمـنـ خـالـلـ مـلـاحـظـتـهـ اـنـشـارـ الـاـمـرـاضـ الـمـزـمـنةـ وـأـمـرـاضـ السـمـنـةـ وـغـيـرـهـاـ فـقـدـ وـضـعـ الـبـاحـثـ أـثـرـ ثـقـافـةـ الـرـياـضـيـةـ نـصـبـ عـيـنهـ لـيـكـنـ وـضـعـ الـدـرـاسـةـ وـالـبـحـثـ .

أهداف البحث :

يـهـدـفـ الـبـحـثـ لـلـتـعـرـفـ عـلـىـ :

- بناء مقياس لثقافة 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 اخالي 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 " (29 : 7)

الثقافة الرياضية :

" هي الزيادة الراخدة للخبرة الإنسانية من خلال الأنشطة الرياضية ، والتي تؤدي بدورها إلى فهم وتقدير أفضل لبيئة التي يجد فيها الأفراد أنفسهم جزءاً منها " . (19 : 76)

الصحة العامة :

" هي حالة من اكتمال السلامه بدنياً وعقلياً واجتماعياً ، لا مجرد انعدام المرض أو العجز " (22 : 130)

الدراسات السابقة

دراسة مها فكري (1995)

عنوان الدراسة " العلاقة بين الثقافة الغذائية لدى مدربى 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 ائن 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) تلميد بالمرحلة الاعدادية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

استخدم الباحث الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات .

اهم النتائج التي اسفرت عنها الدراسة يان البرامج الرياضية بالتلذيون 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 الادبيات بموضوع البحث ، وتطبيق أداة البحث لجمع المعلومات والإجابة عنها لاختبار فرضياتها .

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 يتبيّن فيه السنة الدراسية والجنس والنسبة المئوية .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث بالطريقة العشوائية وقد راعى الباحث فيها أن تكون ممثلة ل المجتمع البحث من طلبة وطالبات كلية التربية زلطن، وقد بلغ عدد أفراد عينة البحث (67) طالب وطالبة وبنسبة 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 يتبيّن فيه السنوات الدراسية والجنس والمجموع الكلي 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 ، ويشتمل سلم الاستجابة على (3) إستجابات حسب تدرج (ليكرت) السلم الثلاثي وهي " أوفق (3) درجات" ، " أوفق أحياناً (2) درجة " ، لا أوفق (1) درجة.

تصميم استبيان :

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والبحوث والدراسات السابقة وذات الصلة بموضوع البحث وكذلك الاستفادة الناجحة من المقابلة الشخصية للخبراء حيث تم تصميم استبيان للتعرف على مستوى الصحة العامة للفرد .

تحديد محاور الاستبيان :

اشتمل مقياس الثقافة الرياضية على (25) عبارة .

اشتملت قائمة استبيان التعرف على مستوى الصحة العامة على (15) عبارة

الصدق والثبات :

تم عرض قائمة 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 والثقة المغوية لكل محور ، ن = 10

النسبة المئوية	رأي الخبرير			محاور قائمة الاستبيان	ت
	غير موافق	موافق بتعديل	موافق		
% 100	-	-	10	مقياس الثقافة الرياضية	-1
% 80	2	2	8	استبيان الصحة العامة	-2

يتضح من الجدول رقم (3) آراء الخبراء في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة حول مقياس الثقافة الرياضية واستبيان الصحة العامة والتي جاءت نسبة المغوية 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، بفارق زمني قدره عشرة أيام، بين التطبيقين في الفترة من 15/12/2020م وإلى يوم 15/12/2020م بعدها تم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين، لتحديد مدى ثبات الاستبيان، كما هو موضح في جدول رقم (5).

جدول رقم (4)

معامل الارتباط والصدق الذاتي لاستبيان الاستبيان (n=10)

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		عدد العبارات	الاستبيان
	+	-	+	-		
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 $0.388 = 0.05$

يتضح من الجدول رقم (4) أن كلاً من استماري الاستبيان حققت معاملات ارتباط عالية مما يدل على أن محتويات الاستمارة ثابتة وهذا يطمئن الباحث لاستخدام استماري الاستبيان في التطبيق الميداني .

الدراسة الأساسية :

بعد الانتهاء من الاتفاق على محاور استماري الاستبيان الخاص بالتعرف على مستوى الثقافة للفرد واستمارة التعرف على الصحة العامة للفرد، والانتهاء من استخراج المعاملات العلمية للاستمارتين، قام الباحث بتطبيقهما بصورةهما النهائية ، في الفترة من 2021/1/4 إلى غاية 2021/2/4م ، على عينة البحث .

- المعاجلات 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 التساؤل قام الباحث بإيجاد المتوسطات الحسابية والأنحرافات المعيارية والنسب المئوية، ونتائج الجدول (5) تبين مستوى الثقافة الرياضية، ونتائج الجدول (6) تبين مستوى الصحة العامة، وجدول (7) يبين حالعة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول، ومن أجل تفسير النتائج أعتمدت 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) بين المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الثقافة الرياضية

لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن (n=67)

مستوى الثقافة	النسبة المئوية % 100	متوسط الاستجابة	الإجابة		الفقرات	ت
			الإجابة	النسبة المئوية		
عالي جداً	% 93	2.79	يحب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامه العضلات والمفاصل			1
عالي جداً	% 90	2.70	تسهم الثقافة الرياضية في التعرف على المهارات الرياضية المختلفة			2
عالي جداً	% 88.66	2.66	تساعد الثقافة الرياضية في معرفة المفطلحات والمفاهيم الرياضية			3
عالي جداً	% 84.33	2.53	تسهم الثقافة الرياضية في معرفة تاريخ الألعاب الرياضية			4
عالي جداً	% 82.33	2.47	تسهم المعلومات الرياضية في معرفة الشخصيات الرياضية البارزة في كل دول العالم			5
عالي جداً	% 80.55	2.41	تبين المعلومات الرياضية المعالم الرياضية في العالم وتعریف بما			6

عالي جدا	% 86.66	2.66	النشاط الرياضي الترويجي ينمي العلاقات بين الفرد وزملائه ومجتمعه	7
عالي جدا	% 85.66	2.57	تزيد الثقافة الرياضية من التسويق في عرض النواحي الفنية للألعاب الرياضية	8
عالي جدا	% 84.33	2.53	اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاولة الأنشطة الرياضية	9
عالي جدا	% 87.66	2.63	تنمي مفهوم التعاون وقيمة الاجتماعية	10
عالي جدا	% 83.33	2.51	تعمل على تطبيع العلاقات الثقافية والاجتماعية للفرد	11
عالي جدا	% 83	2.49	تعمل على تعميم القيم الاجتماعية المقبولة	12
عالي جدا	% 76	2.28	لا تبين أهمية الأنشطة الرياضية في إشباع حاجات الفرد وميوله	13
عالي جدا	% 81.66	2.45	تنمي مفهوم الانتماء للجامعة والوطن	14
عالي جدا	% 85.66	2.57	تعمل على توطيد العلاقات بين أفراد المجتمع	15
عالي جدا	% 84.66	2.54	تشجع الأفراد على الانتماء إلى المؤسسات والأندية الرياضية والشبابية	16
عالي جدا	% 75	2.25	لا تدعو إلى تحبب العنف والشغب في البطولات والمنافسات الرياضية	17
عالي جدا	% 87	2.61	تساعد في توجيه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة	18
عالي جدا	% 83.66	2.51	تسهم في إيقاظ الحس الجمالي في البشر ودوره الحضاري والأخلاقي	19
عالي جدا	% 80.33	2.41	تؤدي دوراً مهماً في الكشف عن بعض الاختلافات في الوسط الرياضي	20
عالي جدا	% 86	2.58	تسهم في تحبب العادات الخاصة أثناء ممارسة النشاط الرياضي	21
عالي جدا	% 86	2.58	الثقافة الرياضية تدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الأخرى	22
عالي جدا	% 89.33	2.68	ممارسة الرياضة علمتني احترام الآخرين	23
عالي جدا	% 83	2.49	تعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية جزء هام في تعمق العلاقة بين الرياضة والجمهور	24
عالي جدا	% 89.33	2.68	أقنعت باللعب عندما أعرف قوانين اللعبة التي أمارسها	25
عالي جدا	% 84.66	2.54	المستوى الكلي للثقافة الرياضية	

يتضح من الجدول رقم (5) أن مستوى الثقافة الرياضية لدى طلبة وطالبات كلية التربية البدنية زلطن كان عالياً جداً وسجّلت الفقرة (1،2) أعلى نسبة ، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة عليها على التوالي (93% ، 90%) ، وكان مستوى الثقافة الرياضية عالياً جداً على جميع الفقرات المتبقية ، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة عليها ما بين (89.33% ، 75%) ، وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للثقافة الرياضية كان عالياً جداً ، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (684.66%).

جدول رقم (6) المتواصلات الحسابية والنسبة المئوية لمستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن (n=67)

مستوى الثقافة	النسبة المئوية % 100	متوسط الاستجابة	الفقرات	ت	الإجابة	
					الإجابة	
عالي جدا	% 80.71	5.65	الرياضة تساعده في عملية النمو	1		
عالي جدا	% 87	5.61	ممارسة الرياضة أهم الوسائل الناجحة في التصدي لأنحرافات الشباب	2		
عالي جدا	% 80.29	5.62	الرياضة تطيل عمر الإنسان	3		

عالي جدا	% 85.66	5.57	الرياضة تحد من الإصابة بالأمراض المختلفة	4
عالي جدا	% 84.66	5.54	الرياضة تعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية المختلفة	5
عالي جدا	% 82.33	5.47	عدم ممارسة تزيد من الأرق	6
عالي جدا	% 75	5.25	ممارسة الرياضة تبني التضخم العقلي لدى الممارس	7
عالي جدا	% 80.29	5.62	أن الرياضة تتبع للفرد فرصة إشباع الرغبة في المغامرة والمخاطرة	8
عالي جدا	% 80.33	5.41	الرياضة تحرك حيوية وشباب دائم	9
عالي جدا	% 89.33	5.68	إن ممارسة التمارين تساعد على التخفيف من التوتر العصبي وارتفاع ضغط الدم	10
عالي جدا	% 89.33	5.68	التمارين الرياضية تعمل على تحسين كفاءة الدورة الدموية	11
عالي جدا	% 83.66	5.51	الرياضة تزيد من طاقة الجسم والصحة اليومية	12
عالي جدا	% 86	5.58	تعمل الرياضة على إكساب جهاز مناعي قوي	13
عالي جدا	% 86.66	5.66	يجب إجراء كشف طبي كامل بواسطة طبيب متخصص قبل ممارسة الرياضة	14
عالي جدا	% 85.66	5.57	يجب أن تؤدي التمارين الرياضية مع مدرب متخصص	15
عالي جدا	% 80.42	5.63	المستوى الكلي للصحة العامة	

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 (689.33%) وكانت مستوى الصحة العامة عالية جداً في باقي العبارات حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة عليها ما بين (75% - 687%).

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

المتغير	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 تبني الثقافة الرياضية ، كما تلعب موقع التواصل الاجتماعي دوراً هاماً وفعال في نشر الثقافة الرياضية وهذا يتفق مع ما ذكره على عبدالرزاق حلبي (2003م) " تعد الثقافة الرياضية كمجموعة من العلوم والمعارف والمعلومات والفنون المكتسبة من الأنشطة الرياضية المختلفة، حيث يكتسبها الفرد من البيئة ويتردّد به من خلال خبرته الخاصة سواء بالمشاهدة أو الممارسة أو القراءة لتلك الأنشطة الرياضية " . (16 : 87)

أما بخصوص الصحة العامة فإن الباحث يعزى سبب ذلك ممارسة الطلبة للأنشطة الرياضية أثناء فترة دراستهم الجامعية وكذلك في أوقات فراغهم لاقتاعهم التامة بالأهمية العلمية والصحية للممارسة الرياضة 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 يذكر أحد عبدالفتاح ابو العلاء (2001م) أن توفر الثقافة الرياضية للأفراد فرصة لتحسين وضعهم الصحي، واكتساب اللياقة البدنية ، والوقاية من بعض الأمراض ، وتختلف الفائدة المذكورة منها باختلاف الممارسة ، ومدى تأثير الفرد واهتمامه بها ، وهناك العديد من الفوائد لاكتساب الفرد الثقافة الصحية المتعلقة بممارسة النشاطات الرياضية ، فهناك فوائد رياضية تكتسب على المدى القصير ، كزيادة نبضات القلب ، مما يؤدي إلى تدفق الدم الحigel بالاكتسجين والعناصر الغذائية لإنجاح 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 فتشمل في تقوية جهاز الدورة الدموية بما يحتويه من القلب والشرايين ، تخفيف الإصابة بأمراض الشيخوخة ، وزيادة مستوى الكوليسترول الخيد في الدم ، وتخفيف الدهون الثلاثية ، وتقليل الدهون المخزنة في الجسم ، وزيادة كثافة وقوة العظام ، وزيادة امتصاص الكالسيوم ، والإفلال من فقدان العناصر المعدنية (3 : 72) ، وتراوحت النسب المئوية لباقي العبارات من (75% - 85%) وكانت عالية جداً لل مستوى الصحي لدى عينة البحث وهذا ما يدل على وعيهم الثقافي بأهمية ممارسة الرياضة لأنها الإيجابي على صحتهم البدنية والت نفسية والعقلية .

هل هناك علاقة بين مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن ؟
لإجابة على هذا التساؤل استخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون لدالة 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)

مستوى الدلالة **	قيمة (r)	الصحة العامة			الثقافة الرياضية
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	المتوسط
* 0.000	0.48	1.06	5.39	0.41	2.54

** دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($a > 0.01$)

يتضح من الجدول رقم (8) انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a > 0.01$) بين مستوى الثقافة الرياضية ومستوى الصحة العامة لدى طلبة وطالبات كلية التربية زلطن ، ويرى الباحث أن الثقافة الرياضية تحتوي على المعلومات التي تبني الجوانب المعرفية والاجتماعية والت نفسية والصحية للأفراد من خلال مشاهدة أو ممارسة الأنشطة الرياضية والتي بدورها تعكس على تنمية الصحة العامة ، حيث أن الطلبة الذين يتميزون بمستوى عال من الثقافة الرياضية يحسن ذلك من صحتهم العامة وهذا يتتفق 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 وللبياقة العامة كنمط للوجود الإنساني المتكامل ، وسوف تلعب فنون الحركة وعلوم الرياضة دوراً هاماً في الصحة العامة وللبياقة الجمجم . (9 : 18)

وأتفق معه علاء الدين محمد عليوة (2006) " إن العلاقة بين الصحة والرياضة علاقة قديمة منذ الأزل وأيضاً متعددة ومترغبة ، لكنها وثيقةصلة دائمة ، حيث يؤثر ويتأثر كل عنصر بالأخر ، وسواء كانت الممارسة للقاعدية العامة أو حتى مستويات البطولة ، فأثار الرياضة إيجابية وواقية للصحة النفسية ، وصحة القوام والقدرة على التكيف وأكتساب اللياقة وصحة الجهاز الدوري والتنفسى والقلب وغيره من الأجهزة ، ولصحة المرأة والطفل والمسنين والمعوقين ، ومتند أثارها لاستعادة شفاء المدمن لقدراته " . (14 : 13)

واشار اليه ايضاً بحثاء ابراهيم 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 للفئات العريضة من السكان ولاسيما الأطفال " . (7 : 11)

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 الـ هوية الرياضية بين طلبة كلية التربية زلطن بجميع الأقسام العلمية .
4. أن نسبة عالية من طلبة كلية التربية زلطن يرون الدور الإيجابي لمشاهدة الفنون الفضائية الرياضية في تنمية الثقافة الرياضية.
5. نسبة عالية من الطلبة يرون الدور الإيجابي لممارسة الانشطة 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 حرص التربية البدنية بالمدارس وذلك لدفع التنمية والتطور
4. الاهتمام بزيادة عدد البرامج التثقيفية في جميع المجالات على الفنون الرياضية الفضائية لما لها دور فعال في نشر الثقافة الرياضية .
5. إجراء دراسات مشاهدة حول علاقة الثقافة الرياضية وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية الأخرى .

المراجع

1. ابراهيم احمد سلامة (2006) : القياس والتقييم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
2. احمد اسماعيل الخارثي (2014) : 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 (2001) : الثقافة الصحية للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
4. اسماعيل بوساق (2008) : تأثير الاعلام المحلي على تقدیرات الذات لدى طلبة قسم الادارة والتسییر الرياضي بجامعة محمد ضیاف بالنسبة رسالة ماجستير غير منشورة .

5. اسماعيل كمال وعبد الفتاح أحمد (2001م) : الثقافة الصحية للرياضيين ، دار الفكر العربي ، بيروت .
6. أسمى المنداوي (2001م) : تحليل برامج التلفزيون الرياضي وأثرها على نشر الوعي الرياضي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
7. نهاد ابراهيم 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 إلى علم الاتصال ، مكتبة نانسي ، دمياط .
11. عصام الحسنس (2009م) : علم الصحة الرياضية ، دار اسامه ، ط 1 ،الأردن .
12. عصام بدوي (1998م) : الرياضة دوار لكل داء ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، القاهرة .
13. عصمت عبدالملقصود (1985م) : الصحة الرياضية ، دار المعارف ، مصر .
14. علاء الدين محمد عليوة (2006م) : الصحة والرياضة ، دار الوفاء ، الإسكندرية .
15. على الحاشمي (2007م) : تأثير الحصار على الثقافة الرياضية لأساتذة التربية الرياضية ، دار النهضة ، مصر .
16. على عبد الرزاق حلي (2003م) : المجتمع والثقافة والشخصية ، دار المعرف الجامعية ، مصر .
17. غسان محمد صادق (1990م) : مبادئ التربية والتربية الرياضية ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد .
18. محسن حص (2009م) : المرشد في تدريس التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
19. محمد ابراهيم شحاته (2004م) : الثقافة الرياضية، كلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية، سلسلة الوعي الصحي، العدد 9 .
20. محمد نجيب (1984م) : التربية وأصولها الثقافية والاجتماعية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
21. مها أحمد فكري (1995م) : العلاقة بين الثقافة الغذائية لدى مدربين الفرق الرياضية وبعض دلالات الصحة لدى اللاعبين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الرقةائق .
22. نبيل أحمد حافظ (1999م) : الجوهر في التربية الصحية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، القاهرة .
23. ندى السباعي (2010م) : التشيف 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 الطاوش، أ. أشرف محمد عوينة.

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 البليومترك على 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 نحومعة 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 البليومترك – طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

- المقدمة:

بعد التدريب الرياضي عمليه تربوية هادفة، وتعتمد في المقام الأول على العديد من الأسس العلمية، التي تخدم جوانب الإعداد البدني والمهاري والخططي والنفسى، 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 عمليه ذات أبعاد علمية متعددة تعكس من خلال تطبيق برامج التعليم والتدريب المختلفة وإسهام المعلومات والحقائق العلمية في تقوين الأحوال التربوية البدنية والمهارية والخططية لإعداد لاعب متكامل مواجهة المنافسات الرياضية.

ويذكر مفتي إبراهيم حامد (1996) أن طرق التدريب الرياضي تتوجه لتهدف جمعها إلى تطوير مستوى الأداء البدني والمهاري والفنى، وصولاً لتحقيق مراكز متقدمة في الأنشطة الرياضية المختلفة، ويسعى القائمون على العملية التربوية إلى اختيار أفضل أنواع طرق التدريب وتطبيق أنسيتها واستخدام أحدث الوسائل التي تناسب مع نوع النشاط التخصصي، وذلك بهدف استئمار 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 المدف من البرامج التربوية 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 والانقباضات العضلية ونوعية الألياف والخصائص البيوكيميائية للانقباضات العضلية والاستجابات العصبية والفيسيولوجية عوامل مهمة في إعداد الفرد الرياضي للمنافسات المحلية والخارجية.

كما ذكر بسطوسيي أَحمد (1997) تميز أنشطة العَاب القوى بأنها تتكون من سباقات ومسابقات متنوعة وارتباط مستوى أدائها المهاري عامة بمستوى عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة ارتباطاً كبيراً، ومن ثم تبقى 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 الارتفاع بمستواها.

كما أشار محمد محمود (1993) أن الارتفاع بمستوى 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 يمتد ذلك إلى قطاعات أخرى كثيرة في المجتمع وهي بأشد الحاجة إليه، لكونه عملية تربوية تهدف إلى إعداد الرياضيين بدنياً ومهارياً ونفسياً وخلقياً إلى المستوى العالمي فالأخير، حيث تختلف أنواع الوحدات التدريبية حسب الهدف من بنائِها وأسلوب تطبيقها بالإضافة إلى اتجاه تأثيرها ومن أهم هذه التقسيمات حسب الهدف من بنائِها (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) بعد تدريب البليومترك تدريباً خاصاً يهدف إلى تعزيز القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة وتطور 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 المناسب لقطاع عريض من الأنشطة الرياضية التي تلعب فيها القدرة دوراً كبيراً.

ويشير أبوعلا عبد الفتاح (2003) أن تدريبات البليومترك تعد شكلاً جديداً للاقتراض العضلي المتحرّك والذي أصبح شائعاً في الآونة الأخيرة لتحسين القدرة على الوئب، فهذا النوع من التدريب يستخدم معكس الملاطية (Stretch Reflex) لتسجيل عملية تجنيد وحدات حركة أكثر، كما يركِّز على تحميل كل المكونات الانقباضية والمطاطية للعضلة.

وقد أشار بسطوسيي أَحمد (1996) أن تدريبات البليومترك تشتمل على الوئب بأشكالها المختلفة والمحجل والارتداد والقفز بارتفاعات مختلفة من وعلى الصناديق والحواجر وغيرها، والأساس في هذا التدريب العمل على تكيف 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 الوئب 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 البليومترك نظام تدريبي يهدف إلى تحسين الفجوة بين السرعة والقوة وهذا يؤدي إلى زيادة القدرة العضلية، والتي تعد جزءاً مهماً في كثير من الألعاب ولمسابقات الرياضة وخاصة رياضة أم الألعاب العَاب القوى.

ويتفق كل من محمد محمد سعد (2005) وبجري بحثه (2003) أن تدريبات البليومترك هي أحد تدريبات الشدة، والذي تستخدم لتطوير بعض الصفات البدنية مثل السرعة والرشاقة والقدرة، ويعزز 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 ويعزز 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، وبطبيعة ذلك واضحًا في فعاليات الوئب التي تحتاج إلى مستوى عال من الأداء الفني، وضفت إلى ذلك توصية من أحد الدراسات السابقة ، ومن خلال خبرة الباحثون في مجال تدريب والتحكيم وتدریس مسابقات ألعاب القوى، ومن خلال الاطلاع على بطولات ألعاب القوى وتحكيمها في ليبيا، وخاصة مسابقة الوئب الطويل، لاحظ الباحثون أن هناك ضعفًا في مستوى الأداء، ومن خلال الأرقام المنجزة في البطولات المحلية التي ينظمها الاتحاد الليبي لألعاب القوى مما دعى الباحثون لإجراء هذه الدراسة (تأثير بعض تدريبات البليومترك على تطوير القدرات البدنية لمهارات الوئب في ألعاب القوى لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة).

- أهمية الدراسة:

1. إمكانية إعداد برامج التدريب المادفة إلى تطوير المهارات والإرتقاء بمستوى الأداء البدني في الأنشطة الرياضية بشكل عام وفي مسابقات الوئب الطويل خاصة.

2. مساعدة المدربين وخبراء ألعاب القوى خصوصاً مهارة الوئب في اختيار برامج التدريب البليومترك التي تتناسب وطبيعة الفعاليات المختارة.

3. مساعد المدربين في ألعاب القوى خصوصاً المهتمين بمنافسات التي تعتمد على الوئب.

- هدف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة للتعرف على تأثير تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوئب في ألعاب القوى لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.

- فرض الدراسة:

- توجد فروق دالة احصائيًا بين القياس القبلي والبعدي ونصالح البعدي لاستخدام تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية لمسابقات الوئب في ألعاب القوى لطلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.

- مصطلحات الدراسة:

Donald Chu, 1999 pp:160

"أَنَّمَا التَّمْرِينَاتُ الَّتِي تَضُمِّنُ إِطَّالَةً لِلْعَضْلَةِ مِنْ وَضْعِ الْانْقِبَاضِ الْمُعْتَمَدِ عَلَى التَّطْوِيلِ إِلَى وَضْعِ الْانْقِبَاضِ الْمُعْتَمَدِ عَلَى التَّقْسِيرِ لِإِتَاجِ حَرْكَةٍ تَسْمِيْزَ بِالْقُوَّةِ الْكَبِيرَةِ خَلَالَ وَقْتٍ قَصِيرٍ"

القدرات البدنية: Physical Abilities

"صفات موروثة يتميز بها كل لاعب عن آخر ويمكن تطويرها من خلال مواصلة التدريب والمحارسة".

- الدراسات السابقة:

1 - دراسة الفضلي صريح وحسين إيهاب (2012) : هدفت إلى استخدام وسيلة تدريبية جديدة وهي تطبيق تدريبات القفز المختلفة بأسلوب البليومترك بوسط مائي للاعبين العالي بالألعاب القوى للشباب لتطوير بعض القدرات البدنية ذات العلاقة بفعالية الوئب العالي، إذ يعتقد الباحثان انه لم يسبق لأحد من لاعبي الوئب العالي إجراء تدريبات البليومترك 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 بوسط المائي والتعرف على تأثير هذه التدريبات على تطور بعض أنواع القوة الخاصة والسرعة وسرعة الانطلاق والإنجاز للوئب العالي للشباب، تكونت عينة الدراسة من لاعبي الشباب باللوئب العالي، واجريت لهم إختبارات القوة الانفجارية والسرعة وسرعة الانطلاق قبلياً، ثم طبقت التدريبات وأجري الباحثان الإختبارات البعيدة وظهر أن هذه التدريبات كان لها تأثيراً فعالاً في تطور القدرات البدنية الخاصة والإنجاز.

2 - دراسة الخطاطية فوزي محمد (2013) : هدفت للتعرف إلى أثر تربينات الأنتقال والبليومترك 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 بمحوعتين بخريبيتين في أسلوب القياس القبلي والبعدي وقد تكونت عينة الدراسة من (26) لاعباً من لاعبي كرة الطائرة في جامعة اليرموك، حيث تم تقسيمهما إلى مجموعتين متكافئتين بعد إجراء الاختبارات القبلية حيث تكونت المجموعة الأول من (13) لاعباً طبقوا تربينات الأنتقال والمجموعة الثانية مكونة من (13) لاعباً طبقوا تدريبات البليومترك، استمر البرنامج التدريسي لكلا المجموعتين لمدة (7) أسابيع يواقع ثلث وحدات تدريبية لكل أسبوع، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود تطور ذي دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت تربينات الأنتقال ولصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات قيد الدراسة، بالإضافة إلى وجود تطور ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت تربينات البليومترك. كما أظهرت النتائج يوجد أفضلية بين الطريقتين لكن لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في تطوير القدرة العضلية وتحمل القوة، وتحصي الباحثة باعتماد أسلوب تربينات الأنتقال والبليومترك لآثره في تحسين الصفات البدنية لدى لاعبي كرة الطائرة وتطويرها.

3 - وأجرى السعدون سامراء(2013) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر تدريب البليومترك على متغير القدرة (Power) لدى لاعبي كرة السلة وكمة اليد فئة الشباب بأعمار (15-19) سنة، تكونت العينة من (40) لاعباً (20) لاعباً من نادي الخليل لكرة السلة و(20) لاعباً 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، حضرت كل العينتين التجريبيتين (السلة واليد) إلى البرنامج التدريسي المقترن (البليومترك) والعينتين الضابطيتين (السلة واليد) إلى البرنامج الاعتيادي، وذلك

بإجراء اختبارات قبلية وبعدية للمجموعتين التجريبتين، حيث تم استخدام اختبارات للطرف العلوي برمي الكرة الطيبة (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 البعدى الخاص بالبرنامج التدريسي المقترن للتدريب البليومترك.

4 - دراسة قام بها **Stantos & Janeira (2011)** وهدفت إلى معرفة أثر تدريبات البليومترك على القدرة العضلية لدى لاعبي كرة السلة، حيث تم استخدام عدة مقاومات للطرف العلوي والسفلي ومدة (10) أسبوع 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 اختيار العينة قبل البرنامج التدريسي المخصص وبعده (اختبار الوثب العمودي من الثبات، واختبار الوثب السقوطي drop Jump)، وختبار رمي الكرة الطيبة من الخلوس). هنا وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن هناك تحسيناً لدى المجموعة التجريبية مع القياس البعدى وفي جميع الاختبارات وهذا يؤكد أن تمارين المقاومة وبشدة متقطعة وحجم متوسط خلال فترة المنافسات تساعد على تطوير القوة الانفجارية لدى ناشئ كرة السلة وتنميتها.

5 - دراسة أجرى **Charag, Pal & Yadav (2001)** بعنوان: "أثر التدريب البليومترك على القوة العضلية والقدرة الهوائية لعدائي المسافات القصيرة للمبتدئين". والتي هدفت إلى معرفة أثر التدريب البليومترك على القوة العضلية والقدرة الهوائية لعدائي المسافات القصيرة حيث تم اختيار المنهج التجاربي ملائمة وطبيعة البحث وباعتماد 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 (50). حيث أظهرت الدراسة فروق إحصائية لصالح التدريب البليومتركي وذلك باستخدام اختبار T-test وكانت مستوى الدلالة عند (0.05) وهذا كان للتدريب البليومترك أثراً مهماً واضحاً في تحسين القوة العضلية والقدرة الهوائية لعدائي المسافات القصيرة للمبتدئين.

6 - دراسة الجميلي باهر علوان (2005) بعنوان : "أثر تدريبات البليومترك على تطوير القوة لعضلات الرجلين لدى لاعبي الكرة الطائرة، وإن استخدام هذه التمارين سوف يتطور 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 البليومترك المكونة من قفزات سريعة، الوثب الطويل، القفز العريض مع زيادة المسافة، ظهر من خلال تطبيق المنهج التجاربي ونتائج الدراسة أن هناك فرقاً معنوياً في اختبار الوثب الأفقي والوثب العمودي وسرعة ركض 30 متراً ولصالح المجموعة التجريبية وكنتيجة لاستخدام تدريبات البليومترك. استنحت الباحثة أن سبب هذا الفرق المعنوي لصالح المجموعة التجريبية وتطور القوة العضلية من خلال تنفيذ تمارين البليومترك ما أدى إلى تحسين الوثب الأفقي والعمودي وسرعة ركض (30) متراً. أوصت الباحثة بإجراء بحوث على الناشئين لمعرفة أثر استخدام تمارين البليومترك عليهم مع إجراء تكيف تمارين البليومترك لكي تلائم المستوى اللاعب ونوعية اللعبة للحصول على أفضل النتائج كذلك أوصت الباحثة باستخدام هذه التمارين في مرحلة الإعداد لتنمية القوة الانفجارية لدى اللاعبين من الجهة الخاصة بالإعداد البدني.

- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

صياغة أهداف وفرض 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 بجموعة واحدة تجريبية ملائمة لهدف البحث واجراءاته.

- مجتمع الدراسة:

طلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة للعام الجامعي 2021/2022م والبالغ عددهم (28).

- عينة الدراسة:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة للعام الجامعي 2021/2022م والبالغ عددهم (20) طالب وهي تمثل نسبة 96.77% 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

الإثنوغرافيا	الإنحراف المعياري	الوسط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعامل	المتغيرات
1,90	0,52	19	18,67	السن	العمر	الأنثروبومترية
- 0.65	1.77	170	178.20	سم	الطول	
0.84	1.88	69	73.05	كغم	الوزن	

أن معاملات الإناث 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 البليومترك على أفراد عينة الدراسة، وجدول (2) يوضح ذلك:

جدول 2 . توصيف أفراد العينة بالمتغيرات البدنية ن = 20

يتضح من جدول (2) أن معاملات الائتمان 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:

الإنجاز البشري: طلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة للعام الدراسي 2021/2022م.

الجهاز الرئاسي: تم تطبيق البرنامج التدريسي من 27/12/2021 إلى 28/02/2022.

الإيجاب المذكوري: ملعب خاص بالوثب بالمدينة الرياضية مصراته.

- وسائل جمع البيانات :

المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة ذات علاقة حول أهمية النواحي 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 والمقياس العلمية في قياس المتغيرات البدنية للعينة قيد الدراسة، وقد توصل الباحثون إلى الاختبارات والمقياس التالية:

الوثب العريض من الثبات (متر) لقياس القوة الانفجارية للرجلين

اختبار القوة العضلية للاختبارات المبكرة

اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقامي (الثانية) لقياس السرعة الحركية للجسم

اختيار اليمين، الإمام، والخلفي (عدد 30 ث) لقمان المدونة

اختبار العدوانية 30 متة

- الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة:

1. جهاز ديناموميتر.
2. حواجز متعددة الإرتفاع وأقماع.
3. ميزان طبي.
4. متر أو شريط قاس.
5. ساعة توقيت (Stop Watch).
6. أقماع لتحديد العلامات.
7. مضمار ألعاب قوى وحفرة خاصة بالوئب الطويل.
8. المعاملات العلمية للاختبارات

- الصدق:

للتتأكد 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 والمتحقق (2) بين أسماء السادة المحكمين، وقام الباحثون بأخذ ملاحظات الخبراء وإجراء التعديلات المقترنة، حيث أكملوا صدق محتوى الإختبارات بمعنى أن الإختبارات تقيس ما وضعت من أجله.

- الثبات:

للحتحقق 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 وإعادته (Test-R test)، وبفارق أسبوع بين التطبيقين الأول والثاني، وقد تم حساب معامل الثبات بين التطبيقين وعلى كل اختبار من اختبارات الدراسة، والدخول (3) يوضح ذلك:

الجدول (3): معامل ثبات الاختبارات المستخدمة في الدراسة

معامل ارتباط بيرسون	الاختبار
0.89	الوئب العريض من الثبات
0.88	قوة عضلية رجلين
0.90	اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقائي
0.89	اختبار اللمس الإمامي والخلفي
0.90	العدو 30 م

- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على (8) من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأساسية، وتم تطبيق البرنامج التدريسي باستخدام تدريبات البيومترك 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 الأحوال التدريبية لتوقيت الحدث لها، وتوزيع أجزاء الوحدة التدريبية.
3. التعرف إلى الوقت والمكان الملائم لتطبيق البرنامج التدريسي باستخدام تدريبات البيومترك.
4. التأكد من صلاحية الأدوات الرياضية المستخدمة في الدراسة ومدى توفرها.

- الدراسة الأساسية:

1. دراسة مفهوم التدريبات البيومترك.
2. مراعاة الزيادة التدرج في الحمل تجنبًاً لخدوش أي إصايات تحول دون استكمال البرنامج.
3. مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.
4. اختيار مجموعة تمرينات مناسبة لتنمية القدرات البدنية الخاصة بلاعبي الوثب الطويل.
5. أن يتحقق البرنامج الأهداف التي وضع من أجلها.

- تطبيق التدريسي التعليمي المقترن:

تم تطبيق البرنامج باستخدام تدريبات البيومترك على مجموعة البحث وتنفيذ الوحدات التدريبية لمدة شهرين بواقع وحدتان في الأسبوع وذلك ابتداءً من يوم 2021/12/27م إلى يوم 2022/02/28م.

- القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج لتدريبات البيومترك بالترتيب نفسه وشروط إجراء القياسات القبلية.

- المعاجلة الإحصائية:

تم تحليل البيانات إحصائية باستخدام (SPSS) حيث تم إجراء المعاجلات الآتية:

1. النسبة المئوية.
2. المتوسط الحسابي.
3. اختبار (ت).
4. الانحراف المعياري.
5. معامل الإلتواء.
6. معامل الارتباط السي.

- البرنامج التدريسي باستخدام تدريبات البيومترك:

بعد أن تم اختيار العينة وأخذ المواقف اللاحزة وتوضيح ما هي التدريبات التي سوف يتم تطبيقها والتي سيتم إجراؤها، تم البدء بتدريب الطلاب باستخدام تدريبات البيومترك، وبمعدل وحدتان لكل أسبوع ولمندة ثمانية أسابيع.

1- المدة الزمنية للبرنامج المقترن شهرين.

2- عدد الوحدات التدريبية 16 وحدة بمعدل وحدتان أسبوعياً (السبت - الثلاثاء).

3- زمن الوحدة التعليمية 90 دقيقة.

4- تشكيل دورة حمل شهرية.

- **القياسات القبلية:**

تم إجراء القياسات الأساسية على مجموعة الدراسة يوم الأربعاء الموافق 24 / 11 / 2021 م حيث تم إجراء القياسات التالية:

1- اختبار الوئب العريض من الثبات.

2- اختبار قدرة عضلية رجلين

3- اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقالية.

4- اختبار اللمس الإمامي والخلفي.

5- اختبار العدو 30 م

- **عرض النتائج ومناقشتها:**

النتائج المتعلقة بالفرضية والتي نصت على: وجود تأثير ذو دلالة إحصائية عند استخدام تدريبات البليومترك على تطوير بعض القدرات البدنية (قدرة عضلية رجالين / قوة عضلية رجالين/ السرعة الحركية للجسم / مرونة / توافق / توازن) لمسابقات الوئب لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.

وفي هذه الفرضية تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت)، بين الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد مجموعة الدراسة على اختبارات الدراسة، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (4): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفرق بين القياسين القبلي والبعدي لاختبارات القدرات البدنية

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت)	القياس البعدى		القياس القبلى		وحدة القياس	الاختبارات
		ع	س	ع	س		
0.03	2.33-	0.50	2.40	0.76	2.05	المتر	الوئب العريض من الثبات
0.00	5.81-	2.75	2.95	361	331	كجم	قوة عضلية رجالين
0.01	2.80	0.023	1.98	0.042	1.73	ث	اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقالية
0.02	2.40	0.056	7.22	0.087	8.24	عدد/ث	اختبار اللمس الإمامي والخلفي
0.02	2.60	0.75	4.00	1.55	4.75	ث	العدو 30 م

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 كـ 2.179

نلاحظ من خلال الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($0.05 < \text{كت}$) بين القياسين القبلي والبعدي لاختبارات القدرات البدنية لأفراد عينة الدراسة (المجموعة الواحدة) في (قدرة عضلية رجلين / قوة عضلية رجلين / السرعة الحركية للجسم / مرونة / توازن) لمسابقات الوثب الطويل لطلاب الفصل الدراسي الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة مصراته ولصالح القياس البعدي. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كل من دراسة السعدون (2013)، ودراسة الخطاطية (2013)، ودراسة الجميلي (2005) التي أشارت إلى تأثير تدريبات البليومترك على القدرات والصفات البدنية المختلفة.

ويعزز الباحثون هذه النتائج أن المميزات التي يتسم بها تدريب البليومترك أثرت بشكل فعال في التأثير على مطاطية العضلات والمفاصل خاصة ومرؤتها، وأن التدريبات كانت تتم في بعض الأشكال على الأداء في المدى الحركي الكامل سواء للركل خلال الأداء المنهاري على الصناديق المقسمة الحواجز أو الأقماع بجانب بعض تدريبات الإطالة والمرنة والحركات التي كانت تتخلل البرنامج التدريسي المقترن مما أثر بشكل إيجابي في زيادة مستوى المرنة والقوه للعضلات والأربطة المحيطة والمفاصل. وهذا يتفق مع ما أشار إليه أبو العلا (1997) في أن تدريبات البليومترك تعتبر أحد أنواع التدريبات التي تسهم في تحسين بعض القدرات البدنية الخاصة والتي أهمها القوة العضلية. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه الخطاطي (1991) من أن تدريب الوثب العميق يزيد من قدرة عضلات الرجلين على الأداء المنعجل، كما أن استخدام الوثب العميق له تأثير هام على تنمية الرشاقة والتي تمثل في انخفاض زمن تغيير الاتجاه في الهواء وعلى الأرض وأهمية ارتباط عنصر الرشاقة وما يتعلمه الجسم من تغيير اتجاهه في الهواء.

ويعزو الباحثون ذلك إلى تأثير البرنامج التدريسي المقترن على تأثير البرنامج التدريسي المقترن والذي أتسم بالتنمية المترادفة 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 البليومترك تعد إحدى التدريبات التي تسهم في تحسين بعض القدرات البدنية الخاصة والتي أهمها القوة العضلية. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه الأمير (2011) أن تدريب البليومترك يعد همزة الوصل بين كل من القوة العضلية والقدرة، وقد أكدت العديد من الدراسات على أن توليفة من تدريب البليومترك.

كما أكد كل من البسطويسي أحمد (1996) ومهدى كاظم على (1995) أن تمارين البليومترك هي وسائل تدريبية فعالة لتطوير القوة المميزة بالسرعة وتسهم إسهاماً فعالاً في تحسين الانجاز في الفعاليات التي تحتاج إلى السرعة مثل الوثب والركض السريع. وهذا يعني أن تمارين البليومترك أدت إلى زيادة طول الخطوة.

ويرى الباحثون أن تدريبات البليومترك تهدف إلى إنتاج أكبر قوة في أقل زمن ممكن وهي تساهم في زيادة الدفع لأعلى والناتج عن سرعة بسط العضلات العاملة الناتجة عن تدريبيها وتكليفها على تقليل زمن التقصير والتطويل أثناء القيام بالدفع لأعلى مما يعمل على زيادة مسافة الوثب.

كما أن البرنامج التدريسي باستخدام تدريبات البليومترك يعمل على تحسين سرعة العضلة في الانبساط والانقضاض مما يدل أن تدريبات البليومترك تحسن القوة الانفعالية لعضلات الرجلين.

كما أن تدريبات البليومترك هي من الوسائل التدريبية الفعالة لتطوير القوة المميزة بالسرعة وتسهم إسهاماً فعالاً في تحسين الانجاز في الفعاليات التي تحتاج إلى السرعة مثل القفز والركض السريع وهذا يعني أن تمارين البليومترك 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 التدريسي باستخدام تدريبات البليومترك له تأثير فعال في تطوير بعض القدرات البدنية (قدرة عضلات رجلين / قوة عضلات رجلين/ السرعة الحركية للجسم / مرونة / توازن) لمسابقات الوئب لطلبة الفصل الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة مصراتة.
2. ساهم البرنامج التدريسي باستخدام تدريبات البليومترك على تحسين مهارة الوئب في مقر الميدان والمضمار لطلبة كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة بجامعة مصراتة /ليبيا.

- التوصيات:

1. تطبيق البرنامج التدريسي باستخدام هذه التدريبات لمساهمتها في التأثير الإيجابي على تطوير القدرات البدنية لمسابقات الوئب العلوي.
2. إجراء دراسات أخرى باستخدام تدريبات مختلفة من البليومترك وتأثير ذلك على الوئب في مسابقات الميدان والمضمار.
3. إجراء هذه الدراسة على عينات من الاندية وجميع الفئات.
4. التأكيد على توافر الأجهزة والأدوات الخاصة التي تستخدم لتدريبات البليومترك.
5. إجراء دراسات على مهارات أخرى من مسابقات الميدان والمضمار التي تستخدم فيها التدريبات البليومترك.

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 بالأنتقال والبليومترك في تطوير القدرة العضلية وأداء بعض مهارات كرة السلة للشباب. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الرابع.
4. البسطويسي أحمد (1996). البليومترك في مجال تدريب ألعاب القوى، الحلقة الثانية، الاتحاد الدولي لأنلعاب القوى للهواة، مركز التنمية الإقليمي، نشرة ألعاب القوى، العدد التاسع عشر، القاهرة.
5. الجميلي باهرة علوان (2005). تأثير استخدام تربينات البليومترك في تطوير القوة العضلية لعضلات الرجلين للاعبين لكرة الطائرة، مجلة التربية الرياضية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني.
6. الخطالية فوزية محمد (2013). أثر تربينات الأنتقال والبليومترك على تطوير بعض مظاهر القوة لدى لاعبي الكرة الطائرة بجامعة اليرموك (دراسة مقارنة). رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية، جامعة اليرموك.
7. الخطليب ناريمان، والنمر عبد العزير (1996). التدريب بالأنتقال تصميم وتحفيظ الموسم التدريسي، الطبعة الأولى، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
8. السعدون سامراء (2013). أثر تربينات البليومترك على القدرة العضلية لدى لاعبي كرة السلة وكمة اليد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، اربيل.

9. السكري عمرو (2002). تأثير التدريبات البليومترية للرجلين للمبتدئين على 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 البليومتر المائية في تطوير بعض القدرات الخاصة وسرعة الانطلاق للاعبين الوئب العالي. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث (ج2)، المجلد الخامس.
11. بحري نجلاة عبد المنعم (2003). تأثير تدريبات البليومتر على تنمية القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين والمستوى الرقبي لمري المروح 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 الوئب 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، الإسكندرية.
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 الاجاز بالوئب 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 الوئبة الثلاثية، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العدد العاشر.
18. محمد محمود (1993). أثر استخدام ثنوذجين من التدريب البليومتر على تحسين أداء الوئب العمودي والإقاعه النصفى لدى الإناث، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، الجامعة الأردنية، المجلد العشرون الاول، العدد الثالث والعشرون.
19. محمد محمد سعد (2005). تأثير تدريبات البليومتر على تطوير الرشاقة الخاصة وعلاقتها بتطوير مستوى أداء الكاتات لدى ناشئي مرحلة من 12-14 سنة. أطروحة دكتوراه، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنين.
20. محمود مسعد، ويدران عمرو (2004). مدخل التربية البدنية والرياضة، الطبعة الثالثة، دار الإسلام للطباعة والنشر القاهرة.
21. مفتى إبراهيم حماد (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي.
22. يعقوب محمود (2004). تأثير استخدام تدريب البليومتر على الوئب العمودي لدى ناشئي الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك ، اربد.

المراجع الأجنبية:

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 publishersI.

26. Jamurtas E, et al.(2000). Basket ball- Techniques .Teaching and Training. U SA, Barnesand, Co

27. Mike stone, (2002). Explosive exerciser. The university of Edinburgh, Scotland, UK, P.1