

ديسمبر 2013

تصدر عن جامعة أكلي محند أولحاج البويرة - الجزائر

Université Akli mohand Oulhadj (UAMOB) Bouira - Algérie



- مدى تأثير الإحساس النفسي الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم صنف أكفون دراسة ميدانية لبعض الفرق من الرابطة الجهوية لولاية البويرة.
- الترويج الوفاقي العلاجي للنشاط الرياضي وأثره في تحسين عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لمن ما بعد الأربعين (40-50) سنة.
- دور النشاط الرياضي الترويحي المكثف في مساحة المعق حركيا على تكيف إصغله .
- تحديد النمط الجسمي للموهوب الشاب في رياضة ألعاب القوى اختصاص جري المسافات (دراسة حالة أصناف : ستينين ، أصغفر ، أشيريل ولاية الشلف).
- أثر غياب مناهج التربية البدنية والرياضية في التطور الانتدائي على التنميد في الأطوار الأخرى .
- الثقافة التنميدية و الفعالية التنميدية للاتحاديات الرياضية و دورها في تطوير رياضة السنوي العالي دراسة ميدانية لبعض مسيري الاتحادية الجزائرية لكرة القدم و الاتحادية الجزائرية لكرة اليد .
- تناول الإعلام الرياضي لمشروع الإحتراف في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010 دراسة تحليلية لصعوبة الشروق اليومي الجزائرية .
- فيسولوجيا الطاقة لرياضي الجيدو خلال العملية التنميدية تحت ضغط جوي منخفض .
- اتجاهات علمي المرحلة الانتدائية التطور الأول والثاني نمو التربية البدنية والرياضية .
- طريقة التدريس بالكفاءات و صلاتها بوصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .
- علاقة الكفاءة المهنية و العلمية ببناء تدريبي السبلحة في صلبة إعداد الناشئين (09-12) سنة بلدية رباطة ولاية الجزائر .دراسة مستوحاة حول المد التربوي التطبيقي .
- التوجيه التربوي الرياضي تحديد معايير التوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (12-15 سنة) في الرياضة المدرسية .
- دور السلوك الصحي في تحسين مستوى الأداء لدى الرياضيين .
- فعالية المناخ التنميدية في تطوير إدارة المؤسسة الرياضية .
- مستويات الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم دراسة ميدانية لرابطة الولاية لكرة القدم .
- مساهمة أسس التربية البدنية و الرياضة في التثليل من حدوث الإصابات أثناء الحصص لدى تلاميذ طور المتوسط (13-15) سنة
- « Etude comparative entre les jeux réduits et les exercices intermittents dans le développement de la VO2 max et de la VMA »
- Détermination du Profil Morphologique Par Poste de Jeu des Footballeurs Algériens cas de l'Equipe Nationale Olympique U23

Depot legal
ISSN2006-1369
1112-7007الأبجد للقانوني
ر.د.د



MÂAREF

Revue académique

معارف

مجلة علمية محكمة

تصدر عن جامعة أكلبي محند أو لحاج بالبويرة (UAMOB)

قسم: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

Partie : Sciences et Techniques des Activates Physiques et Sportives

Numéro : 15

Décembre 2013

8^{EME} Année

العدد : الخامس عشر 15

شهر : ديسمبر 2013

السنة الثامنة

PRÉSIDENT D' HONNEUR:

Pr. Kamel BADDARI

DIRECTEUR de Publication :

Dr. Bouhadj MAZIANE

Rédacteur en chef:

Dr. BEN ABDERRAHMAE SIDALI

Membres du comité de Rédaction :

Dr. MAZARI FATAH

Dr. SACI AbdELAZIZ

Dr. CHERIFI MESSAOUD

Dr. LAOUICINE SOULEMANE

الرئيس الشرفي :

أ.د. كمال بداري

المدير مسؤول النشر :

د. بوحاج مزيان

رئيس التحرير :

د. بن عبد الرحمان سيد علي

أعضاء هيئة التحرير :

د. مزارى فاتح

د. ساسى عبد العزيز

د. شريفى مسعود

د. لاوسين سليمان

Depot Legal :

1369.2006

الإيداع القانوني :

ISSN :

1112.7007

ر.د.م.د. :

026934222 : ☎

www.univ_bouira.dz

benabdsidali@gmail.com

www.facebook.com/revue.maaref

026935282 : ☎

موقع الجامعة على الانترنت

البريد الإلكتروني لرئيس التحرير :

صفحة المجلة على الفايسبوك :

جامعة أكلبي محند أو لحاج

البويرة. الجزائر

Université Akli Mohand Oulhadj (UAMOB) ☐

BOUIRA . ALGERIE



معايير النشر في المجلة :

- يشترط في البحوث و المقالات التي تنشر في مجلة معارف ما يأتي :
- 1 - أن يكون البحث مبتكراً أو أصيلاً ، ويشكل إضافة نوعية في اختصاصه.
 - 2 - أن تتوفر فيه الأصالة والعمق وصحة الأسلوب.
 - 3 - أن يلتزم بالقيم الإنسانية وبمعايير البحث العلمي وبخاصة ما يلي :
 - أ - الابتعاد عن التجريح والتعريض بالآخرين.
 - ب - مراعاة المنهجية العلمية.
 - ج كتابة الهوامش (بخط حجم 12 بالنسبة للعربية وحجم 10 بالنسبة للاتينية) أما أسفل النص في نفس الصفحة ، أو في آخر المقال ، مستقلة عن قائمة المصادر والمراجع.
 - د - إعداد قائمة بمصادر البحث ومراجعته.
 - 4 - أن تكون مكملات البحث من خرائط أو جداول في صورتها الأصلية.
 - 5 - أن تقدم سيرة ذاتية للباحث في ورقة مستقلة عن البحث.
 - 6 - المجلة مفتوحة لنشر البحوث لكافة الأساتذة و الباحثين من الجزائر وخارجها شريطة أن لا يكون قد سبق نشره.
 - 7 - عدد كلمات البحوث النظرية بين 3000 و 5000 كلمة حسب المقاييس الدولية ، أي (بين 10 - 20 صفحة بمعدل 300 كلمة / صفحة) فيرجى التقيد بذلك.
 - 8 - ترفق بالبحث ملخصات باللغات الثلاث (العربية والفرنسية والانجليزية) بما لا يتجاوز صفحة لكل لغة.
 - 9 - أن يكون نص المداخلة خالياً من أي خطأ لغوي أو مطبعي ، وأن يكون قد تم إمراره على المدقق اللغوي والنحوي قبل إرساله إلى المجلة.
 - 10 - تخضع البحوث للتقويم العلمي واللغوي من طرف باحثين من جامعات جزائرية وأجنبية ويعلم الباحث بالنتيجة ، كما أنها تخزن في أرشيف المجلة ، ولا ترجع لأصحابها سواء نشرت أم لم تنشر.
 - 11 - تعبر البحوث عن آراء كتابها وحدهم ، فهم المسؤولون عن صحة المعلومات وأصالتها ، و التوصيات و الآراء التي يعبر عنها الباحثون لا تلزم سوى أصحابها.
 - 12 - تكتب المقالات بال - WORD على ورق 4A ويخط Traditional Arabic بحجم 16 باللغة العربية ، ويخط Times New Roman بحجم 12 للمداخلات باللغة الأجنبية ، وبالأبعاد 02 سم على كامل الاتجاهات.
 - 13 - أن يقدم لإدارة المجلة مطبوعاً على الورق ومخزناً في قرص مدمج CD أو في وسيلة من وسائل استقباله في جهاز الحاسوب.
 - 14 - على صاحب المقال متابعة سير عملية نشر مقاله ، ونبهه أن كل مقال يخالف شروط النشر لن يقبل.
 - 15 - يمكن إرسال البحوث عن طريق بريد رئيس التحرير benabdsidali@gmail.com





الهيئة الاستشارية الوطنية :

أ. د. بن تومي عبد الناصر (الجزائر) (البويرة)
 أ. د. بن عكي محند أكلي (الجزائر) (تبسة)
 أ. د. أحمد عطا الله (مستغانم) (قسنطينة)
 أ. د. بوعجنق كمال (خميس مليانة) (وهران)
 أ. د. عبد الليمين بوداود (المسيلة) (بسكرة)
 أ. د. نبيلة ميموني (الجزائر) (ورقلة)
 أ. د. بوطبة مراد (أم البواقي) (الجللفة)
 د. حكيم حريتي (الجزائر) (الشلف)
 د. هاني بن جدو (سطيف) (بومرداس)

الهيئة الاستشارية الدولية :

أ. د. محمد صبحي الحسين (مصر) د. قاري كمال الدين
 أ. د. صالح عمار العويب (ليبيا) د. فيصل قاسم
 أ. د. كارلوس أويينتو (كوبا) د. مسعود بورغدة
 أ. د. عبد الباسط الشerman (السعودية) د. هشام لوح
 أ. د. هشام هندلوي هويلي (العراق) د. عمارة رواب
 أ. د. جورج كازورلا (فرنسا) د. عبد الله بوجردة
 أ. د. عبد الباسط الشerman (الأردن) د. عيسى الهادي
 أ. د. عبد الكريم بوبكر (تونس) د. يوسف أحمد حمدان (العراق)
 أ. د. يوسف أحمد حمدان (العراق) د. فتح بلغول
 أ. د. حسين صالح جعيم (اليمن) د. الصادق بوبكر
 أ. د. عزيز فيروز (العراق)

اللجنة العلمية (لجنة القراءة) في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية :

أ. د. بن عكي محند أكلي «أ. ت. ع» (الجزائر) (المسيلة)
 أ. د. أحمد عطا الله «أ. ت. ع» (مستغانم) (الجزائر)
 أ. د. عبد الناصر بن تومي «أ. ت. ع» (بومرداس) (تونس)
 د. هشام هندلوي هويلي «أ. م. أ» (العراق) (باتنة)
 د. مزيان بو حجاج «أ. م. أ» (البويرة) (تونس)
 د. بوزيد أو شن «أ. م. أ» (المسيلة) (الأردن)
 د. عبد العزيز ساسي «أ. م. أ» (البويرة) (وهران)
 د. صالح عمار عويب «أ. م. أ» (ليبيا) (وهران)
 د. مسعود شريقي «أ. م. أ» (البويرة) (البويرة)
 د. مسعود بورغدة «أ. م. أ» (قسنطينة) (الجزائر)
 د. حسين صالح جعيم «أ. م. أ» (اليمن) (البويرة)
 د. عيسى الهادي «أ. م. أ» (الجللفة) (البويرة)

التدقيق اللغوي : بوعلام طهراوي

الإخراج الفني والتصميم الطباعي : لهواس سهام



فهرس الموضوعات

- 7.....كلمة هيئة التحرير
- مدى تأثير الإعداد النفسي الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر
دراسة ميدانية لبعض الفرق من الرابطة الجهوية لولاية البويرة.
- 9.....د. مزيان بوحاج و د. سيد علي بن عبد الرحمان
- الترويج الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية وأثره في تحسين عناصر اللياقة
البدنية المرتبطة بالصحة لسن ما بعد الأربعين (50.40) سنة.
- 27.....د. فاتح مزارى و د. طاهر طاهر
- دور السلوك الصحي في تحسين مستوى الأداء لدى الرياضيين.
- 43.....د. عبد السلام زاوي و أ. رضوان بوجم
- علاقة الكفاءة المهنية والعلمية بأداء مدربي السباحة في عملية إعداد الناشئين (09).
12) سنة بأندية رابطة ولاية الجزائر. دراسة متمحورة حول البعد التربوي التعليمي.
- 61.....أ. رفيق علوان
- مستويات الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم دراسة ميدانية لرابطة
الولائية لكرة القدم.
- 79.....أ. نبيل منصورى و د. عبد العزيز ساسى
- تناول الإعلام الرياضي لمشروع الاحتراف في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010
دراسة تحليلية لصحيفة الشروق اليومي الجزائرية.
- 95.....أ. عبد الحليم بلونى و أ. عز الدين رامى
- دور النشاط الرياضي الترويحي المكيف في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته.
- 111.....أ. ياسين مشيد
- تحديد النمط الجسمى للموهوب الشاب في رياضة ألعاب القوى اختصاص جري
المسافات (دراسة حالة أصناف : مبتدئين ، أصاغر ، أشبال ولاية الشلف).
- 123.....د. معمر بنور
- أثر غياب منهاج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي على التلاميذ في
الأطوار الأخرى.
- 141.....د. صادق بوبكر

الثقافة التنظيمية و الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية و دورها في تطوير رياضة المستوي العالي دراسة ميدانية لبعض مسيري الاتحادية الجزائرية لكرة القدم و الاتحادية الجزائرية لكرة اليد.

د. جمال بورزامة.....157
فسولوجيا الطاقة لرياضي الجيدو خلال العملية التدريبية تحت ضغط جوي منخفض.

د. كمال بوعجناق د. محمد فحصي173

اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية.
د. عبد القادر عثمانتي.....185

طريقة التدريس بالكفاءات وعلاقتها بوصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

أ. أحمد لزرق.....205

التوجيه التربوي الرياضي تحديد معايير التوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (12.15 سنة) في الرياضة المدرسية.

د. لعموري حديوش.....225

فعالية المناخ التنظيمي في تطوير إدارة المؤسسة الرياضية.

د. علي زاوي.....239

مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضة في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة لدى تلاميذ طور المتوسط (13 - 15) سنة

د. عقيلة زاوي.....251

« Etude comparative entre les jeux réduits et les exercices intermittents dans le développement de la VO2 max et de la VMA »

Mohamed Fayçal KHAROUBI & kheiredine BENRABAH 03

Détermination du Profil Morphologique Par Poste de Jeu des Footballeurs Algériens cas de l'Equipe Nationale Olympique U23

Mohamed YOUNSI 13_27

كلمة التحرير

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا وحبينا المصطفى محمد وعلى آله الأطهار وأصحابه الكرام أجمعين وعلى التابعين وتابع التابعين ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين وبعد :

يشع مرة أخرى نور المعارف لينير دربا من دروب البحث العلمي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، هي خطوة أخرى في طريق النجاح تجسدت بصدور العدد الخامس عشر ليكون رافداً صافياً وعذباً يصب في نهر العلم الذي يرتوي منه طلاب العلم والمعرفة. وتأمل هيئة التحرير أن يترجم حرصها الدائم على رصانة هذا المنبر العلمي بإتباع التقاليد المحكمة في تقويم البحوث علمياً من قبل الخبراء ملتزمةً طريق المجالات العلمية العريقة دون التخلي عن لمسات الإبداع والتطوير ونود أن نؤكد لجميع الباحثين والمهتمين في اختصاص علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية إن هذه النبتة اليانعة ستكبر وتصبح دوحة ظليلة بجهودكم و مساهماتكم القيمة لأنها ينبوع عطائكم. وأخيراً نقول انه لن يكون هناك طعم لأي نجاح بدون مشاركاتكم و انتقاداتكم البناءة والتي سنعتبرها فاصلة نتوقف عندها لبداية أقوى ، حتى يكتب لهذه المجلة الحياة والاستمرارية.

مدى تأثير الإعداد النفسي الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر

دراسة ميدانية لبعض الفرق من الرابطة الجهوية لولاية البويرة

د. سيد علي بن عبد الرحمان *

د. مزيان بوحاج *

الملخص :

إن التحضير النفسي يأخذ أهمية كبيرة لأنه لا يوجد هناك نشاط جسمي خالص كما لا يوجد نشاط نفسي فقط ، وإنما يتداخل النشاطان ويرتبطان ارتباطا وثيقا وهذا ما نجده عند لاعب كرة القدم فنشاطه الجسمي وجهده البدني تأثر فيه عوامل نفسية متعددة ، كما أن سلوكه وتصرفاته تتأثر بمقدار الطاقة البدنية التي يبذلها و أن هذا له علاقة وثيقة بالعوامل الأخرى من زملاء وخصوم وقانون ومتفرجين ، ليس هذا فحسب بل أصبح الاهتمام بالمبادئ التربوية المعروفة في التعليم والتي يكون لها الأثر الفعال في الاتزان النفسي وأمر في غاية الأهمية إن الاهتمامات بالفرق الرياضية أصبحت شاملة وعامة وباتت كل الفرق تولي لاعبيها اهتماما لرفع لياقتهم البدنية والمهارية والخططية وعندما تتقارب مستويات الفرق فمن الممكن جدا أن تؤدي مبادئ علم النفس الرياضي (التحضير النفسي) الدور الفعال في فوز الفرق.

الكلمات الدالة: الإعداد النفسي الرياضي ، الأداء ، كرة القدم ، اللاعبين ، صنف أكابر.

Abstract:

The psychological preparation takes great importance because there is no activity my body pure as there was no activity only myself, but also interferences activities are and are inextricably linked, and this is what we find when football player Vencath physical and his physical influenced by the multiple psychological factors, and that his behavior and his actions affected by physical energy exerted by and that this has a close relationship with the other factors of colleagues and opponents and the law and spectators, not only this, but became interest in the educational principles known in education, which have an effective impact on the psychological balance and is very important that the

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

Email : dr_b.mizou@yahoo.fr

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

Email : benabdsidali@yahoo.fr

interests of sports difference has become a comprehensive, general and now all the difference to pay attention to the players to raise their fitness and skill and tactical and when teams converge levels it is very possible to perform the principles of sport psychology (mental preparation) effective role in winning teams

nction: psychological preparation sports, performance, football, players words, class gentry.

1. مقدمة :

كرة القدم هي الرياضة الأكثر شعبية وهي من أبرز الرياضات انتشارا في العالم بحيث عرفت تطورا ملحوظا وملكت قلوب الملايين من البشر ، فهي تسعى إلى خلق روح المنافسة والتعاون وتقوية أواصر المحبة بين الشعوب وكذا بين الأفراد.

فبعدها كانت في القديم هواية تمارس للتسلية ، أصبحت في يومنا هذا مهنة بحد ذاتها ، كانت كرة القدم في القديم تعتمد على التدريب البدني فقط لكون هذا الأخير الجانب الأكثر أهمية وإهمال الجوانب الأخرى وطرق تنميتها.

أما حاليا وبفضل الباحثين في هذا الميدان والجهد المبذول فقد أدخلت طرق علمية جديدة تتماشى وتطورها ، فقد أصبح المدربون يعتمدون في إعدادهم للاعبين على عدة جوانب منها الجانب التكتيكي والتقني والنفسي وهذا الأخير الذي يعتبر جانب حساس في تحضير اللاعبين للمنافسة.

والحديث عن كرة القدم يقودنا إلى التحدث على الجانب النفسي المتمثل في التحضير النفسي للاعبين وهو عبارة عن دراسة تحليلية للجانب النفسي الرياضي ، والأهمية التي يلعبها الجانب النفسي على نفسية لاعب كرة القدم من خلال التقليل من حالات الشعور بالقلق وزيادة ثقة التركيز والانتباه والقدرة على التطور الذهني ودافعية الانجاز الرياضي والثقة بالنفس التي تشغل حيزا هاما حول مردود اللاعبين(1).

فرغم الأساليب الحديثة التي أدخلت في تدريب كرة القدم إلا أن الجانب النفسي يبقى مهما من طرف المدربين والمسؤولين وذلك ما لاحظناه في الميادين الرياضية التي زادت اهتمامنا بالجانب النفسي الذي مازال عند الكثير من الفرق دون الأهمية التي يتوجب أن تولي له ، رغم أنه العامل الأساسي الذي يضمن

(1) حنفي محمود مختار . الأسس العلمية في تدريب كرة القدم - دار الفكر العربي: مدينة النصر ، 1995 . ص 284 .

التوافق والانسجام في الأداء والمردود.

لذلك فالأمر يجب ألا يتوقف على الاهتمام بمختلف الجوانب (البدنية ، التقنية ، التكتيكية) وإهمال الجانب النفسي الذي هو جزء لا يتجزأ من عملية تعليم وتربية وتدريب الرياضيين وإعدادهم لخوض غمار المنافسات الرياضية ، وعليه جاءت دراستنا هذه تنصب على موضوع يلىق بالدراسة والذي يطرح كل نقاش وتساؤلات في الوسط الرياضي من طرف المدربين والمسؤولين والمتمثل في أهمية الإعداد النفسي بالنسبة للاعبين كرة القدم أكابر ، ومن خلال دراستنا الاستطلاعية التي قمنا بها لبعض أندية الرابطة الولائية لكرة القدم بالبويرة أثار فضولنا واقع التحضير النفسي على مستوى هذه الأندية وهو ما مكننا من طرح التساؤل التالي:

ما مدى تأثير الإعداد النفسي على مردود لاعبي كرة القدم 'صنف أكابر' أثناء المنافسة؟

ومن خلال هذا الإشكال نطرح التساؤلات التالية:

- 1 - هل للإعداد النفسي دور في تحسين مستوى الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم؟
- 2 - كيف يؤثر الإعداد النفسي على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة؟
- 3 - من المسؤول عن تطبيق برنامج الإعداد النفسي الرياضي وكيف يتم ذلك؟

2. الفرضيات :

أ. الفرضية العامة:

- للإعداد النفسي تأثير بالغ الأهمية على مردود لاعبي كرة القدم « فئة أكابر » أثناء المنافسة.

ب. الفرضيات الجزئية:

- للإعداد النفسي دور فعال في تحسين الأداء الرياضي للاعبين وتحقيق النتائج المرضية.

- يساهم الاهتمام بالجانب النفسي في التخفيف من حدة الاضطرابات النفسية التي قد تحدث للاعبين أثناء المنافسة.

- الإعداد النفسي الرياضي يتم من طرف مدرب الفريق بطريقة عشوائية.

3. أسباب اختيار الموضوع :

نظرا للأهمية القصوى للإعداد النفسي على لاعبي كرة القدم ارتأينا إجراء دراسة ميدانية حول هذا العامل المهم في رياضة كرة القدم خاصة عند فئة أكابر

لرابطة الولاية بالبويرة والتي هي ذات الوقت تمثل عمق الولاية التي تتصف بالدرجة الأولى بالعزلة وعدم احتكاك أنديةها الرياضية بأندية المستوى العالي ونقص الكفاءة المهنية لدى المدربين والمسيرين ، كل هذه العوامل ستؤثر سلبا لا محال على الجانب النفسي.

4. أهداف البحث :

- إن الهدف من دراستنا هو تحقيق ما يلي :
- إبراز أهمية الإعداد النفسي الرياضي في تحسين أداء لاعبي كرة القدم وكذا في تحقيق النتائج المرضية.
- التعرف على كيفية تأثير الإعداد النفسي على مستوى أداء لاعبي كرة القدم.
- تحديد المسؤول عن تطبيق برنامج الإعداد النفسي الرياضي على مستوى أندية الرابطة الولاية لكرة القدم فئة أكابر وطريقة تطبيقه.

5. تحديد المفاهيم والمصطلحات :

1.5. الإعداد النفسي للرياضي : يعرفه حمادة إبراهيم على أنه تلك العمليات التي من شأنها إظهار أفضل سلوك يقصد إيجابيا من الأداء البدني والمهاري والخططي والوصول به إلى قمة المستويات وأن الإعداد النفسي يبحث عن الأسباب التي قد تؤثر في سلوك الرياضي ومن ثم الوصول إلى مخطط ينفذ من خلال آليات محددة تسهم في تطوير وتعديل سلوك بما يسهم إيجابيا في الوصول إلى قمة مستويات الأداء(1).

أ - التعريف الإجرائي: هو مجموعة من الإجراءات العلمية التربوية المحددة سلفا عن طريق الأخصائي النفسي الرياضي تبعا للمتطلبات النفسية للممارسة الرياضية بصفة عامة والممارسة النوعية لنشاط الرياضي التخصصي من جهة واستعدادات الرياضي وبروفيله النفسي من جهة أخرى.

2.5. كرة القدم: هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة ، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف ، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة (هدف) وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط(2).

(1) عفت إبراهيم حمادة . التدريب الرياضي الحديث وتخطيط وتطبيق . دار الفكر العربي: القاهرة ، 1998 . ص 233 .

(2) مأمور بن حسن السلطان. كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية . دار بن الحزم :لبنان 1998 . ص 09 .

أ - التعريف الإجرائي : كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف ، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا ، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة ، في نهاية كل طرف من طرفها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط ، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة ، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة ، وإذا انتهت المباراة بالتعادل « في حالة مقابلات الكأس » فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة ، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

3.5. الأداء: هو قدرة الفرد على تنفيذ ما أوكل إليه من الأعمال والدرجة المتحصل عليها في تحمل المسؤولية ، ويعرفه احمد صقر عاشور بأنه: «قيام العامل بالأنشطة والمهام المختلفة»(1).

كما يعرفه نزار مجيد طالب على أنه: « إيصال الشيء إلى المرسل إليه ، وهو عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية ، وغالبا ما يؤدي بصورة فردية ، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة ، كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم ، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم سلوكيا»(2).

أ - التعريف الإجرائي : « عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي يقاس به نتائج التعلم وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيرا سلوكيا»(3).

6. منهج البحث :

أن المنهج المتبع خلال دراستنا هذه هو المنهج الوصفي الذي يسمح لنا بجمع أكبر عدد ممكن من المعلومات فيما يخص مدى تأثير الإعداد النفسي على أداء لاعبي كرة القدم - صنف أكابر - وذلك بالاعتماد على طريقة الاستبيان الذي يعتبر وسيلة لجمع المعلومات ويستعمل كثيرا في العلوم الاجتماعية وخاصة في البحوث الميدانية ، ويقوم الباحث بتوزيعه على العينة التي يريد دراستها وهذا

- (1) احمد صقر عاشور . إدارة القوى العاملة . دار النهضة العربية للطباعة والنشر: بيروت ، 1998 . ص 10 .
 (2) نزار مجيد طالب . علم النفس الرياضي . دار الحكمة للطباعة: بغداد ، 1983 ص 214 - 215 .
 (3) أسامة كامل راتب . علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات) دار الفكر: القاهرة ، 1997 . ص 195 .

للحصول على الأجوبة للأسئلة الواردة فيه.

7. مجتمع البحث :

هو مجتمع الدراسة والذي تجمع منه البيانات الميدانية ، حيث أن مجتمع بحثنا كان لاعبي ومدربي الرابطة الولائية لكرة القدم بالبويرة والمكونة من 26 فريق والتي تضم 500 لاعب و26 مدرب.

8. عينة البحث:

لقد قمنا باختيار 10 فرق من أصل 26 فريق أندية الرابطة الولائية لكرة القدم بالبويرة بطريقة عشوائية باستعمال القرعة البسيطة (الصندوق الأسود) ، وهي: الشباب الرياضي برج أخريص ، شباب بلدية المزدور ، النجم الرياضي لشباب تاقديت ، جمعية الهاشمية ، الشباب الرياضي لمشدالة ، الشباب الرياضي ديرة ، أولمبي الرافور ، شباب الرياضي لبلدية قادية ، الشباب الرياضي عين الترك ، شباب بلدية الحاكمية ، وبالاعتماد على طريقة سبيرز (10%) تم اختيار العينة بطريقة عشوائية وقد اشتملت على 50 لاعب من أصل 200 لاعب تضمها 10 فرق المختارة ومنها كذلك تم اختيار عينة المدربين التي ضمت 10 مدربين. والجدول التالي يوضح توزيع عينة البحث على الفرق:

الرقم	اسم النادي	عدد اللاعبين
01	الشباب الرياضي برج أخريص	05
02	شباب بلدية المزدور	05
03	النجم الرياضي لشباب تاقديت	05
04	جمعية الهاشمية	05
05	الشباب الرياضي لمشدالة	05
06	الشباب الرياضي ديرة	05
07	أولمبي الرافور	05
08	الشباب الرياضي لبلدية القادية	05
09	الشباب الرياضي عين الترك	05
10	شباب بلدية الحاكمية	05
المجموع	10 فرق	50 لاعب

9. مجالات البحث :

9-1 - المجال البشري : والمتمثل في 50 لاعبا و10 مدربين ينشطون على مستوى الرابطة الولائية لكرة القدم بالبويرة.

9-2 - المجال المكاني: المتمثل في فرق الرابطة الولائية لكرة القدم تنشط على مستوى إقليم ولاية البويرة.

9-3. **المجال الزمني:** لقد تم الشروع في بحثنا هذا ابتداء من أوائل شهر ديسمبر عن طريق البحث النظري ، أما في ما يخص البحث في الجانب التطبيقي فقد تم توزيع الاستمارات على الفرق خلال الفترة الممتدة ما بين 24 مارس 2013 إلى 14 أبريل 2013.

10. أدوات البحث :

في هذا البحث تناولنا تقنية الاستبيان الذي يعتبر من أنجح الطرق للتحقيق حول الرأي العام ومن أنسب الطرق للتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها ، كما يسهل جمع المعلومات المراد الوصول إليها انطلاقا من الفرضيات السابقة ، ويتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة حيث قمنا باستخدام ثلاث أنواع

10-1. **صدق الاستبيان :** للتأكد من صدق الاستبيان قمنا بتقديمه إلى مجموعة من الأساتذة المحكمين ، حيث تم تغيير بعض الأسئلة وحذف البعض الآخر وكذا إضافة بعض الأسئلة التي اقترحتها المحكمون ، وبالتالي الاستبيان يتميز بالصدق.

11. عرض وتحليل النتائج الخاصة باللاعبين (50 لاعب):

المحور الأول : أهمية الإعداد النفسي

- **السؤال رقم(1):** أثناء التدريب ما هو الجانب الذي تولونه أهمية كبرى؟

- **الغرض منه :** يهدف هذا السؤال إلى معرفة الجانب الذي يعطيه اللاعبون أهمية أكبر أثناء التدريب.

الجدول رقم (1): يبين الجانب الذي يوليه اللاعبون أهمية أكثر أثناء التدريب.

الرسم البياني رقم 24: بين النسبة المئوية لصور تكوين المديرين في مجال الاعداد							
الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المئوية	النسبة المئوية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	المقارن
الجانب البدني	19	38%	30%	42, 35	05, 0	10%	المقارن
الجانب النفسي	11	22%	99, 5	42, 35	05, 0	2	دالة إحصائية
الجانب الفني متوسطة والتكتيكية كبيرة	20	40%	30%	42, 35	05, 0	2	دالة إحصائية
المجموع	50	100%	30%	42, 35	05, 0	2	دالة إحصائية

- **تحليل النتائج:** من خلال النتائج الموجودة في الجدول يظهر أن نسبة

38% يعطون الأهمية للجانب البدني أما نسبة 22% من اللاعبين يعطون أهمية للجانب النفسي ، أما نسبة 40% فهم يولون أهمية كبيرة للجانب الفني والتكتيكي أثناء التدريب فهم لا يولون الأهمية المعتبرة للجانب النفسي إذ يركزون أثناء تدريبهم على الجانب الفني والتكتيكي والبدني فقط.

وحسب نتائج التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (01) نلاحظ أن ك² المحسوبة 35 ، 42 أكبر من ك² الجدولة 5 ، 99 عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ، ودرجة الحرية 02 ، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- الاستنتاج : يتجلى لنا من خلال النتائج أن اللاعبين يركزون اهتمامهم على الجانب الفني والتكتيكي ، ثم الجانب البدني في ما لا يحظى التحضير النفسي بالاهتمام اللازم وهذا راجع إلى نقص كفاءة المدربين في هذا المجال ، حيث أن تسليط الضوء على الجانب الفني والتكتيكي والبدني يتنافى تماما مع قول "هاهن": على حتمية تنظيم التدريب بالموازاة مقرونة بالعوامل النفسية(1).

السؤال 02: هل تثق في قدرتك على المنافسة تحت الضغط؟

الغرض منه: يهدف هذا السؤال إلى معرفة مدى قدرة تحمل اللاعب للضغط المفروض عليه الناتج عن المنافسة ومدى تحضيره نفسيا لتجاوز هذا الضغط.

الجدول رقم (04): يبين النسبة المئوية لمدى قدرة اللاعب على تحمل وتجاوز ضغط المنافسة.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
نعم	18	36%	65 ، 68	3 ، 84	0 ، 05	1	دالة إحصائيا
لا	32	64%					
المجموع	50	100%					

(1) محمد حسن علاوي . مرجع سابق ، 1985 - ص 225 .

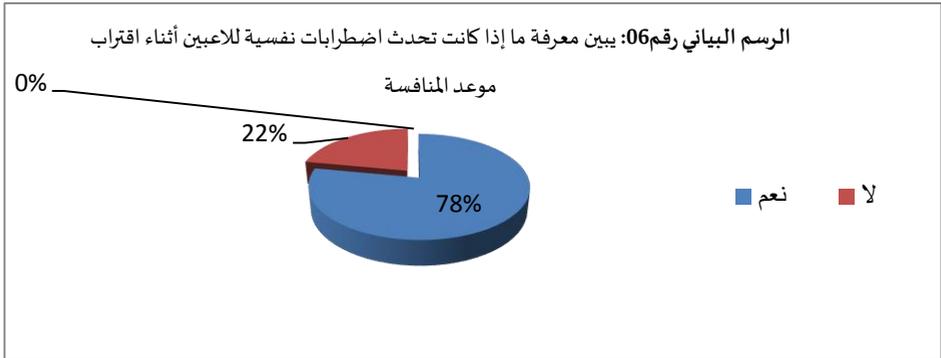
- **تحليل النتائج:** من خلال تحليلنا لنتائج الجدول نجد أن نسبة 64% من اللاعبين لا يثقون في قدرتهم على المنافسة تحت الضغط المفروض عليهم بينما 36% من اللاعبين يرون أنهم يثقون في قدرتهم على المنافسة مهما كانت الضغوطات المفروضة عليهم ، وكما تبين نتائج التحليل الإحصائي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التكرارات عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ودرجة الحرية 01.

- **الاستنتاج:** ومن هنا تجدر بنا القول أن معظم اللاعبين لا يثقون في قدرتهم على المنافسة تحت الضغط الذي تفرضه هذه الأخيرة مما يستوجب تدخل المدرب في مثل هذه الحالات لتحضير لاعبيه نفسيا لخوض المباريات بكامل ثقة وإرادة والذي يظهر مفعوله من خلال الأداء المقدم خلال المباريات.

المحور الثاني : الاضطرابات النفسية

السؤال 01: هل تحدث لك اضطرابات نفسية أثناء اقتراب موعد المنافسة ؟
الغرض منه: هو معرفة هل تحدث اضطرابات نفسية للاعبين أثناء اقتراب المنافسة.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
نعم	39	78%	68 ، 15	84 ، 3	05 ، 0	1	دالة إحصائيا
لا	11	22%					
المجموع	50	100%					



لجدول رقم (06): يبين مدى حدوث الاضطرابات النفسية للاعبين أثناء اقتراب المنافسة.
تحليل النتائج: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (06) نلاحظ أن نسبة 78% من اللاعبين تحدث لهم اضطرابات نفسية أثناء اقتراب موعد المنافسة ، أما نسبة 22% المتبقية من اللاعبين فلا تحدث لهم توترات واضطرابات أثناء أي منافسة فهم يرجعونها إلى نقص التحضير النفسي ونقص المنافسة واللياقة البدنية وكذا العامل الفني والخططي ، وحسب نتائج التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (06) نلاحظ أن ك2 المحسوبة 15 ، 68 أكبر

من كا2 المجدولة 3 ، 84 عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ودرجة الحرية 01 ، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- الاستنتاج : من خلال ما سبق في الجدول نستنتج أن معظم اللاعبين تحدث لهم اضطرابات نفسية أثناء اقتراب المنافسة ، تكون هذه الاضطرابات إيجابية أو سلبية تنعكس على أدائه ومواجهة مثل هذه الاضطرابات السلبية يكون ببعض سمات البعد النفسي كالإصرار الذي هو « السعي المستمر والجاد في مختلف الظروف الصعبة نحو تحقيق أهدافه الرياضية »(1).

السؤال 02: هل يعمل مدربك على مساعدتك في السيطرة والتحكم في أفكارك وانفعالاتك أثناء التدريب؟.

الغرض منه: يهدف إلى معرفة ما إذا كان المدرب يعمل على تنظيم الطاقة النفسية للاعبين.

الجدول رقم (14): يوضح مدى عمل المدرب في توجيه الطاقة النفسية للاعبين.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
دائما	11	22%	□	99 ، 5	0 ، 05	2	دالة إحصائية
أحيانا	26	52%	□ ، 0796				
أبدا	13	26%	□				
المجموع	50	100%	□				

- تحليل النتائج : نلاحظ من خلال النسب المئوية المدونة في الجدول (14) أكبر نسبة هي 52% تمثل اللاعبين الذين يؤكدون أن مدربهم أحيانا ما يقوم بمساعدتهم في السيطرة والتحكم على أفكار ذهنهم وانفعالاتهم أثناء التدريب ، أما نسبة 26% فهي نسبة اللاعبين الذين أجابوا بالعدم في مساعدة المدرب لهم في السيطرة والتحكم على أفكارهم وانفعالاتهم ، أما النسبة الثالثة والمتبقية والمجدولة ب - 22% فأجابوا بعمل المدرب الدائم في مساعدتهم على التحكم في انفعالاتهم وأفكارهم الذهنية أثناء التدريب.

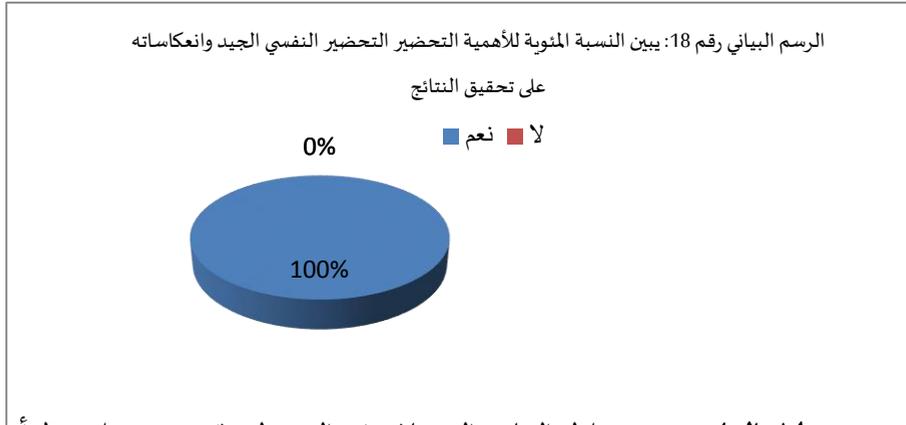
وحسب نتائج التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (13) نلاحظ أن كا² المحسوبة 07 ، 96 أكبر من كا² المجدولة 5 ، 99 عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ودرجة الحرية 02 وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- الاستنتاج : نستنتج أن عمل المدرب ناقص فيما يخص التدريب على مهارة

(1) أسامة كامل راتب . مرجع سابق ، 2000 . ص36

تنظيم الطاقة النفسية للاعبين أو لم يعطي لهم طريقة محددة في ذلك.
السؤال 03: هل ترون أن للتحضير النفسي الجيد أهمية في تحقيق النتائج المرضية؟
الغرض منه: يهدف هذا السؤال إلى معرفة مدى أهمية التحضير النفسي الجيد وانعكاساته على تحقيق النتائج في نظر المدربين.
 الجدول رقم (18): يبين أهمية التحضير النفسي الجيد وانعكاساته على تحقيق النتائج.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
نعم	10	100%	10	84 ، 3	0 ، 05	1	دالة إحصائيا
لا	00	00%					
المجموع	10	100%					



تحليل النتائج: من خلال النتائج المصاغة في الجدول رقم (18) نلاحظ أن ما نسبته 100% من المدربين أي كلهم يرون أن للتحضير النفسي الجيد أهمية في تحقيق النتائج المرضية ولم يجب أي مدرب على أنه ليس للتحضير النفسي الجيد دور في تحقيق النتائج، فهم يرون أن للتحضير النفسي الجيد دور في الحصول على النتائج الإيجابية في المنافسات حيث بواسطته تحقق الأهداف المسطرة مسبقا ، وحسب نتائج التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (18) نلاحظ أن كا² المحسوبة 10 أكبر من كا² الجدولة 3 ، 84 عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ودرجة الحرية 01 ، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: نستنتج بما لا يدع مجالا للشك أن للتحضير النفسي الجيد الأهمية البالغة في تحسين مردود اللاعبين ، ومن خلال تحقيق النتائج المرجوة حيث أن اختلال عناصر التحضير النفسي يؤدي إلى الشك في الذات ويضعف

التركيز وهذا ما ذهب إليه الدكتور محمد حسن علاوي(1).

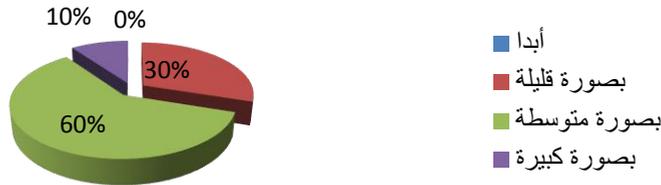
المحور الثالث : طرق الإعداد النفسي.

السؤال 01: هل تلقيتم تكويننا كافيا في مجال الإعداد النفسي الرياضي؟.

الغرض منه: يهدف هذا السؤال إلى معرفة مدى تلقي المدرب للتكوين الخاص بالتحضير النفسي ومجال علم النفس الرياضي.
الجدول رقم (24): يوضح صور التكوين الذي يملكه المدرب في مجال علم النفس الرياضي.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
أبدا	00	00%	□	81 ، 7	0 ، 05	3	دالة إحصائيا
بصورة قليلة	03	30%	□	4 ، 8			
بصورة متوسطة	06	60%	□				
بصورة كبيرة	01	10%	□				
المجموع	10	100%					

الرسم البياني رقم 24: يبين النسبة المئوية لصور تكوين المدربين في مجال الإعداد النفسي الرياضي



تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول (24) أن أغلبية المدربين لم يتلقوا تكويننا كافي في المجال النفسي الرياضي وتمثلهم ما نسبته 60% للمدربين الذين تلقوا تكويننا بصورة متوسطة ، وما نسبته 30% بالنسبة للمدربين الذين تلقوا تكويننا ولكن بصورة قليلة ، بينما من بين عينة المدربين التي اخترناها هناك مدرب واحد فقط من أجاب بأنه تلقى تكويننا كافيا في مجال الإعداد النفسي الرياضي ممثلا

(1) محمد حسن علاوي ، مرجع سابق ، 1985 ، ص 122 .

بنسبة 10%.

وحسب نتائج التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (24) نلاحظ أن ك² المحسوبة 08 ، أكبر من ك² الجدولة 7 ، 81 عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ودرجة الحرية 03 ، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج : نستنتج أن المعاهد الرياضية التي تخرج منها المدربون لا تولي اهتماما كبيرا لمجال علم النفس الرياضي وذلك بدليل أن غالبية المدربين قد تم تكوينهم في المجال التدريبي ناقصين من عنصر علم النفس الرياضي.

السؤال 02: متى تقوم بعملية التحضير النفسي للاعبين؟

الغرض منه: يهدف هذا السؤال إلى معرفة الوقت الذي يقوم فيه المدرب بالتحضير النفسي للاعبين.

الجدول رقم (26): يبين الحالات التي يقوم خلالها المدرب بالتحضير النفسي للاعبين.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
عند تعرض اللاعب لأزمة نفسية	06	60%	59 ، 05	99 ، 5	05 ، 0	2	غير دالة إحصائيا
في تحضيرك ضد فريق قوي	04	40%					
مبرمج ضمن رزنامة التدريب السنوي	00	00%					
المجموع	10	100%					

تحليل النتائج: من خلال النتائج المصاغة في الجدول أعلاه نلاحظ أن أكثر من نصف المدربين أي ما نسبة 60% يؤخرون عملية التحضير النفسي إلى غاية تعرض اللاعب لأزمة نفسية ، أما نسبة 40% من المدربين فيحضرون لاعبيهم نفسيا عند ملاقات منافسين أقوياء في حين لا نجد أي مدرب يبرمج التحضير النفسي ضمن مخططه السنوي.

وحسب نتائج التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (26) نلاحظ أن ك² المحسوبة 05 ، 59 أقل من ك² الجدولة 5 ، 99 عند مستوى الدلالة 0 ، 05 ودرجة الحرية 02 ، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وهذا الاختلاف راجع لعامل الصدفة.

- الاستنتاج : نستنتج أن مدربي الرابطة الولائية بالبويرة لا يحسنون تحضير لاعبيهم نفسيا ، أي بعد فوات الأوان وعند ملاقات خصم قوي وهذا ما يؤثر على مردود اللاعب لخوض المنافسة وقد يرجع إلى عدم حسن استغلال تكوينهم في هذا الجانب ونقص خبرتهم. واستخلاصا مما سبق يتضح لنا أن للتحضير النفسي

جانبا مهما يشغل حيزا هاما على الساحة الرياضية لما يقدمه من دور فعال في خدمة النشاط الرياضي ككل ، ولما يسهم به خصوصا في تهيئة اللاعبين وكذا تحسين مردود أدائهم ككل والوصول إلى النتائج المسطرة وفي تنمية وتطوير مكونات الجانب النفسي سواء كانت السمات الانفعالية الأساسية أو المهارات العقلية الأساسية التي تساعد اللاعب على مواجهة وضبط السلوكيات والاضطرابات التي تحدث له ، وذلك بالتخلي عن السلوكيات السلبية والمحافظة على السلوكيات الايجابية التي قد تفيد اللاعب أثناء مسيرته الرياضية.

إن التحضير النفسي يعد جانبا من الجوانب التي تؤثر على اللاعبين ونتائجهم فكلما كانت معنويات اللاعب مرتفعة كان الأداء جيد وأحسن والعكس ، ولهذا ينبغي عدم الإغفال عن أهميته البالغة مقارنة بالجوانب الأخرى كالبدينية والفنية والتكتيكية ، فيجب الموازنة في التدريب بين مختلف هذه الجوانب لاستغلالها في تحقيق ما نصبو إليه.

كما أن كفاءة المدرب تشغل حيزا مهما في هذه العملية التربوية النفسية ومدى قدرة المدرب على تقديم أفضل وأحسن الطرق التدريبية في مجال الإعداد النفسي الرياضي ففعالية التحضير النفسي المقدم من طرف المدربين تظهر من خلال أداء اللاعب ومردوده خلال المنافسة وهو ما يعكس الصورة الحقيقية لكفاءة المدرب في هذا المجال.

مما يساعد اللاعب على تطوير جانبه النفسي هو التحضير النفسي الذي يتلقاه من مدربه أثناء التدريب ، أو من خلال العمل الذي يقوم به الأخصائي النفسي للفريق ، حيث أن لهذا الأخير دورا بارزا في توجيه اللاعبين وإرشادهم فهو بمثابة الأداة التي تسيّر اللاعب نحو تحقيق أداء أفضل.

12. التوصيات:

من خلال البحث ارتأينا أن نقترح بعض النقاط التي نأمل أن تقدم الإضافة في هذا المجال منها :

- ❖ إدراج دراسات وتكوينات معمقة لتطوير مهنة التدريب.
- ❖ التركيز على الجانب النفسي موازنة مع الجانب البدني والتقني والتكتيكي في تكوين المدربين.
- ❖ العمل على إدراج التحضير والإعداد النفسي لبرنامج الإعداد البدني وما من شأنه تقليل من حدة الضغط والتوتر عند اللاعب.

- ❖ التحضير النفسي للاعبين يكون بشكل مستمر وبطرق منهجية علمية مدروسة.
- ❖ تجنب المعاملة والأساليب القاسية والمسلطة من طرف المدربين على اللاعبين.
- ❖ إدراج التحضير النفسي ضمن برنامج التحضير والإعداد العام للاعبين.
- ❖ العمل على توظيف أخصائي نفسي داخل الفريق نظرا للدور الهام الذي يقوم به.
- ❖ إضافة تخصصات في هذا المجال.

خاتمة :

تزداد الاهتمامات بكرة القدم يوما بعد يوم ، ولم تقتصر الاهتمامات على الجانب البدني أو المهاري أو الخططي فحسب ، بل تعدى إلى الجانب النفسي لما له من أثر فعال في إنجاز اللاعب وتحقيق الفوز.

وإذا كان علم النفس مهما في جوانب الحياة كافة وضروريا في جميع الألعاب الرياضية فإنه يأخذ أهمية خاصة في لعبة كرة القدم ، فهذه اللعبة وخاصة بأسلوبها الجديد تتطلب من اللاعب إمكانات هائلة في الحركة والتصرف السريع و التغلب على المشاكل المتكررة وحل الصعوبات المتعاقبة والقيام بعشرات الحركات التي تتطلب الإتقان الكامل بوجود الخصم الضاغط وكل ذلك يحتاج إلى الكثير من السمات النفسية كالصبر والثقة بالنفس والتحمل والمثابرة.

أن التحضير النفسي يأخذ أهمية كبيرة لأنه لا يوجد هناك نشاط جسمي خالص كما لا يوجد نشاط نفسي فقط ، وإنما يتداخل النشاطان ويرتبطان ارتباطا وثيقا وهذا ما نجده عند لاعب كرة القدم فنشاطه الجسمي وجهده البدني تؤثر فيه عوامل نفسية متعددة ، كما أن سلوكه وتصرفاته تتأثر بمقدار الطاقة البدنية التي يبذلها وأن هذا له علاقة وثيقة بالعوامل الأخرى من زملاء وخصوم وقانون ومتفرجين ، ليس هذا فحسب بل أصبح الاهتمام بالمبادئ التربوية المعروفة في التعليم والتي يكون لها الأثر الفعال في الاتزان النفسي وأمر في غاية الأهمية أن الاهتمامات بالفرق الرياضية أصبحت شاملة وعامة وباتت كل الفرق تولي لاعبيها اهتماما لرفع لياقتهم البدنية والمهارية والخططية وعندما تتقارب مستويات الفرق فمن الممكن جدا أن تؤدي مبادئ علم النفس الرياضي (التحضير النفسي) الدور الفعال في فوز الفرق ، وبسبب هذه الضغوط النفسية وغيرها ، أصبح الإرشاد والتحضير النفسي ذا أثر فعال للاعبين و لكن الذي نلاحظه على لاعبينا أنهم يترددون في التعامل مع الإرشادات والتوجيهات النفسية ويعتقدون أن ذلك يضعف مكانتهم الاجتماعية وسمعتهم بين الآخرين ، وبذلك تزداد المشاكل النفسية اتساعا

وتعقيدا وتصعب عند ذلك مسألة علاجها ، أما علم التحضير النفسي فقد أخذت أهميته تزداد بالتدرج حيث أصبحت له مكانة أساسية في تحقيق الإنجازات العالمية بكرة القدم ، لذلك فإنه لم يتحدد بتطبيق المبادئ العامة لعلم النفس العام على المجال الرياضي و إنما أصبحت مشاكله وخصوصياته واهتماماته المتعلقة به ، فلم تعد الحالة النفسية لكل من اللاعب كفرد والفريق كمجموعة من الأمور الثانوية التي تلقى اهتماما ثانويا من المدرب والمسئولين عن الفريق ، وإنما أصبحت ركنا أساسيا من أركان لعبة كرة القدم وعناصرها وخاصة في الدول التي تتنافس على الصدارة في اللعبة الشعبية الأولى.

المصادر:

القرآن الكريم.

.المراجع باللغة العربية:

1. أحمد أمين فوزي ، مبادئ علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي: القاهرة ، 2003.
2. أحمد صقر عاشور ، إدارة القوى العاملة ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر: بيروت ، 1998
3. أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضة. ط3. دار الفكر العربي: القاهرة ، مصر ، 2000
4. أسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات) ، ط2. دار الفكر العربي: مصر ، 1997
5. أسامة كامل راتب ، تدريب المهارات النفسية ، ط1 ، دار الفكر: مصر ، 2000.
6. بسطويطي أحمد ، أسس نظريات الحركة. ط1. القاهرة. دار الفكر العربي: مصر ، 1996.
7. حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط2 ، عالم الكتب: القاهرة ، 1979
8. حسن السيد أبو عبيده ، الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم. ط1 ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية: مصر ، 2001
9. حسن عبد الجواد المبادئ الأساسية للألعاب الإغناذية لكرة القدم. ط4. دار العلم للملايين: بيروت ، 1977
10. حنفي محمود مختار. الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. دار الفكر: مدينة النصر ، 1995
11. رومي جميل. كرة القدم. ط1. دار النقائض: بيروت (لبنان) ، 1986
12. سامي الصفار. كرة القدم ، ج1. دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل: العراق ، 1982
13. عبد الرحمان عيساوي ، سيكولوجية النمو ، دار النهضة العربية : بيروت ، 1980.
14. علي خليفة الغنشري وآخرون ، كرة القدم : الجماهيرية العربية الليبية ، 1987.
15. عفت ابراهيم حمادة ، التدرج الرياضي الحديث وتخطيط وتطبيق، دار الفكر: القاهرة ، 1998
16. فريد كامل أبو زينة ، عبد الحافظ الشاب وآخرون ، مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي ، ط1 ، دار المسيرة : عمان ، الأردن ، 2006.
17. فيصل رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق ، كرة القدم ، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية ، جامعة مستغانم : الجزائر ، 1997.
18. مأمور بن حسن السلمان ، كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية ، دار بن الحزم : لبنان، 1998
19. محمد العربي شمعون ، علم النفس الرياضي والقياس النفسي ، مركز الكتاب : مصر ، 1998
20. محمد حسن أبو عيبة ، المنهج في علم النفس الرياضي ، دار المعارف: مصر ، 1990.
21. محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، ط3 ، دار المعارف : مصر ، 1985.
22. محمد حسن علاوي ، علم النفس في التدريب الرياضي ، دار المعارف : مصر ، 1986.
23. محمد حسن علاوي ، سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط4 ، دار المعارف ، مصر ، 1987.
24. محمد حسن علاوي ، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، ط ب ، دار الفكر: مصر ، 2002.
25. محمد حسن علاوي وآخرون ، الإعداد النفسي في كرة اليد ، ط1 ، مركز الكتاب: القاهرة ، 2003.

26. محمد رفعت ، كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية ، دار البحار: لبنان ، 1998.
27. مروان عبد المجيد إبراهيم ، النمو البدني الحركي ، ط1 ، الدار العالمية الدولية : عمان ، 2000.
28. معين أمين السيد. المعين في الإحصاء ، دار العلوم للنشر والتوزيع: القبة ، 1998.
29. موفق مجيد المولى ، الإعداد الوظيفي لكرة القدم ، دار الفكر: لبنان ، 1999.
30. نزار مجيد الطالب ، علم النفس الرياضي ، دار الحكمة للطباعة : بغداد ، العراق ، 1983.
31. يحي كاظم النقيب ، علم النفس الرياضة ، معهد إعداد القادة : السعودية ، 1990.

ج. المراجع باللغة الأجنبية:

1. Raymond Thomas. préparation psychologique sportif. ED vigot. Paris :19

الترويح الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية وأثره في تحسين عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لسن ما بعد الأربعين (50.40) سنة.

- * د. فاتح مزاري
* د. طاهر طاهر

الملخص :

استهدفت هذه الدراسة إلى قياس بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للفئة المدروسة ومعرفة اثر الترويح الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية على بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لسن ما بعد الأربعين (40- 50) سنة.

وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (20) ممارسا لفئة ما بعد الأربعين سنة ، وقسمت العينة إلى مجموعتين متجانستين (10) للمجموعة التجريبية و(10) للمجموعة الضابطة ، وتم جمع البيانات من خلال الاختبار القبلي والبعدي لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وللتوصل إلى مؤشرات كمية تساعد في التحليل والتفسير ، تمت المعالجة الإحصائية باستخدام ستودنت.

وأُسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث التجريبية والضابطة وهي لصالح العينة التجريبية عند مستوى دلالة 0 ، 05. وهذا يعني الأثر الإيجابي للترويح الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لسن ما بعد الأربعين (40- 50) سنة.

مصطلحات البحث الأساسية : الترويح الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية ، عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

Abstract:

The research aims to measure some elements of health related fitness class studied and know the effect of preventive therapeutic recreation for sports activities on some elements of physical fitness for health related After age forty

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أو لحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

Email : mazarifatah@yahoo.fr

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة - بالبويرة - البريد الإلكتروني البريد الإلكتروني:

tahar30112005@yahoo.fr

(40.50 years) The research has used the experimental approach. e has carried out his experiment on a sample of 20 Practitioner The latter has been divided into two homogenous groups The experimental one and the leading one Each contained 10 Practitioner The data have been gathered through a before an after test of Elements of the health related fitness In order to get quantitative indexes that might enrich his analysis nd interpretation the research has treated his statistics using T student

The study has resulted in the existence of many statistical connotation disparities in the before an after test of the two groups The experimental groups has been superior at 0.05 level

This means that the positive impact of preventive therapeutic *recreation* for sports activities to improve some elements of health related fitness after age forty (40 50 years)

Research Basic terminology: preventive therapeutic recreation for sports activities Elements of the health related fitness

1. مقدمة ومشكلة البحث : على الرغم من أن فوائد النشاط البدني وتأثيراته الايجابية على الصحة لم تكن وليدة يومنا هذا ، إلا أن العقدين الماضيين شهدا العديد من الدراسات العلمية والملاحظات التجريبية التي أكدت نتائجها قوة العلاقة بين النشاط البدني والصحة ، لقد تم ذلك بطريقة غير مباشرة من خلال دراسة الآثار السلبية المترتبة على الخمول البدني من جراء ملازمة السرير ، أو الآثار المترتبة على فقدان الجاذبية الأرضية من خلال بحوث رحلات الفضاء الخارجي ، وكذلك بناءً على نتائج الدراسات الوبائية التي أجريت على عدد كبير من الناس ، وأكدت على وجود العلاقة بين الخمول البدني والإصابة بالعديد من أمراض العصر ، وبينت الدور الوقائي والعلاجي الذي تسهم به ممارسة النشاط البدني في مجابهة العديد من الأمراض المزمنة.

وتتعدد الفوائد الصحية الناجمة عن الممارسة المنتظمة للنشاط البدني لتشمل صحة أجهزة عديدة في الجسم ، مثل: القلب والدورة الدموية ، والرئتين والجهاز التنفسي ، والجهاز العصبي والعضلات والمفاصل والعظام ، بالإضافة إلى الصحة النفسية وتشير الجمعية الأميركية للصحة والترفيه البدنية والترويج إلى إسهامات الترويج في حياة المجتمعات الإنسانية في تطوير الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد.

وكذلك تشير العديد من الدراسات العلمية إلى أن للترويج العلاجي دورا هاما في الوقاية من العديد من أمراض العصر ، كأمراض القلب والأوعية الدموية

والتي منها ضغط الدم ، السكر ، الجلطة الدموية ، وذلك إلى جانب البدانة والآلام المفاصل والظهر ، وكذلك لأوجه نشاطات الترويج وبخاصة الترويج العلاجي الرياضي دور هام في علاج تلك الأمراض (Who ، 2004).

كما تشير التوصيات الصادرة من الجمعيات الطبية المتخصصة إلى أن أي شخص دون الأربعين من العمر ولا يعاني من مشكلات صحية ، وليس لديه أي مخاطر صحية مهيأة للإصابة بأمراض القلب التاجية ، يمكنه ممارسة النشاط البدني بدون الحاجة إلى إجراء كشف طبي. أما من هو فوق الأربعين من العمر أو ممن يعانون من مخاطر الإصابة بأمراض القلب (مثل ارتفاع ضغط الدم ، أو زيادة الكوليسترول في الدم ، أو من المدخنين ، أو يعاني من داء السكري ، أو ممن أصيب أحد والديه أو أخوته بأمراض القلب قبل عمر 55 سنة) ، فيلزمه إجراء الفحص الطبي بما في ذلك عمل تخطيط للقلب أثناء الجهد .

ومن خلال إطلاع الباحثين في مجال الترويج والصحة الرياضية لاحظ أن تركيز أغلب الباحثين ينصب على الأنشطة الترويحية وتأثيرها على بعض الفئات العمرية ، بينما يندر تناولهم للأنشطة الترويحية وتأثيرها على فئة ما بعد سن الأربعين ، الأمر الذي أثار فكر الباحثان نحو تناول إحدى المشكلات التي رأى من وجهة نظره أنها نادرة في المجال الترويحي عامة وفي مجال الترويج العلاجي الرياضي و فئة ما بعد سن الأربعين بشكل خاص ، وهى محاولة تطبيق برنامج ترويج علاجي رياضي على فئة تتراوح أعمارهم ما بين 40 - 50 سنة والتعرف على مدى فعالية الترويج الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية على تحسين لياقتهم البدنية المرتبطة بالصحة.

فما مدى تأثير الترويج الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لفئة 40 - 50 سنة ؟.

2. أهداف البحث :

أ - قياس اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لفئة 40 - 50 سنة.

ب - معرفة تأثير الترويج الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لفئة 40 - 50 سنة.

3. فرضيات البحث :

أ - توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي ، في بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لفئة البحث قيد الدراسة لصالح المجموعة التجريبية.

ب - للترويج الوقائي العلاجي بالأنشطة الرياضية تأثير ايجابي في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للعينة التجريبية قيد الدراسة.

4. مصطلحات البحث:

4-1. الترويج الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية: يذكر كمال درويش بأن الترويج العلاجي يختلف باختلاف الرغبات والهوايات لدى الأفراد بل ويختلف أيضاً عند الفرد نفسه من وقت إلى آخر ، فالترويجي العلاجي عند فرد ما يمكن أن يكون عملاً لدى الآخر ، فمثلاً نجد أن الصيد مهنة لبعض الأفراد وما هو إلا علاج يؤديه أفراد آخرون يجلب لهم الإحساس بالسعادة والصحة (كمال درويش ، 1990).

4-2. عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة: مظهر مميز للياقة التي تركز على جوانب ذات تأثير عام على الصحة و الطاقة والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة اليومية وأشطتها ، و تتضمن مكوناتها عناصر: اللياقة القلبية التنفسية واللياقة العضلية الهيكلية والتركيب الجسمي (سيد ، 2003).

حسب (الحسنات ، 2009) يتحكم في تشكيل اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ما يلي: قوة التحمل في وجود الطاقة التي تعتمد على الأكسجين ، القوة العضلية ، قوة التحمل العضلي ، المرونة ، التكوين الجسماني.

5. الدراسات السابقة:

5-1. دراسة إقبال عبد الدايم (1980): استهدفت التعرف على اثر النشاط الرياضي على التكيف النفسي والاجتماعي لكبار السن ، طبق خلالها المنهج التجريبي على عينة قوامها (60) موزعة بالتساوي على عينتين من الذكور والإناث واستخدم خلالها مقياس التكيف لكبار السن وطبق برنامج للنشاط الرياضي ، وأظهرت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في التكيف النفسي والاجتماعي.

5-2. دراسة صبحي محمد محمد سراج (1999): هدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح للترويج الرياضي في بعض المتغيرات النفسية والفسيولوجية والبيوكيماوية لمدمني المخدرات وقد أستخدم الباحث المنهج التجريبي مستعينا بأحد تصميماته وهو القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة كما تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لمدمني المخدرات والنزلاء بمستشفى المعمورة للطب النفسي ومركز الإسكندرية لعلاج الإدمان من القسم العام ، وقد بلغ قوامها (30) مدمنا تم تقسيمهم إلى

مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهما (15) مدمن إحداهما يطبق عليه البرنامج المقترح والأخرى ضابطة لا يطبق عليها أي برامج رياضية على أن يتناول كلا المجموعتين العقار الطبي المناسب من قبل إدارة المستشفى وذلك في الفترة من 1999/3/14 إلى 1999/5/21.

وقد أسفرت نتائج البحث عن :

تفوق واضح للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي في المتغيرات النفسية والفسولوجية والبيوكيميائية مما يؤكد أن البرنامج المقترح من الترويح الرياضي وتناول العقار الطبي كان أكثر فاعلية في تحسين المتغيرات النفسية والفسولوجية والبيوكيميائية مقارنة بتناول العقار الطبي فقط.

5- 3 - نبيلة عبد الله محمد عمران (1988). وهدفت الدراسة إلى معرفة تأثير البرنامج المقترح على بعض مكونات الدم وعلى وظائف الجهاز التنفسي ودراسة العلاقة بين مكونات الدم ووظائف الجهاز التنفسي قيد الدراسة قبل و بعد تنفيذ البرنامج المقترح. واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، واختيرت عينة البحث من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق لعام 1988 / 87 م وبلغ قوامها 40 طالبة يمثلن المجموعتين كل مجموعة 20 طالبة أحدهما تجريبية والمجموعة الأخرى ضابطة .

وقد أسفرت نتائج البحث على أن برنامج التمرينات الهوائية المقترح أدى إلى تحسن في وظائف الجهاز التنفسي تظهر في السعة الحيوية القصوى ، الكفاءة الرئوية ، حجم هواء الزفير ، أقصى سعة تنفسية ، وكذا تحسن في متغيرات مكونات الدم.

5- 4 - دراسة محمد خالد حمودة وطه عبد الرحيم (2009) : هدفت الدراسة إلى اقتراح برنامج تروحيي للاعبين ولاعبات المنتخبات القومية لكرة اليد داخل معسكرات الإعداد المغلقة ، أجريت هذه الدراسة على المنتخبات القومية التي تمثل جمهورية مصر العربية بكرة اليد حيث شملت 18 لاعباً في فريق الرجال ، 16 لاعباً في فريق الأنسات ، 14 لاعباً في فريق الشباب واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لأنه يتلاءم مع طبيعة الدراسة.

من خلال استمارة استبيان عن الأنشطة الترويحية التي يرغب اللاعبون في ممارستها أثناء وقت الفراغ داخل معسكرات الإعداد المغلقة ، كما استخدم الباحثان استمارة استبيان عن دوافع ممارسة الأنشطة الترويحية عند اللاعبين ، وكذلك دور الاتحادات الرياضية تجاه الترويح والنشاط الترويحي ، وتمت

المعالجات الإحصائية : النسبة المئوية ، معادلة معامل الارتباط.

6. الاستنتاجات :

أولاً / بالنسبة لأنشطة الرياضات والألعاب الخفيفة : فضل لاعبو المنتخب الأول ألعاب الماء ثم المضرب ثم الشطرنج ثم ألعاب التلفزيون ، وفضل فريق الشباب ألعاب المضرب والماء ثم ألعاب التلفزيون ، وفريق الآنسات فضل حل الكلمات المتقاطعة وألعاب المضرب ثم التلفزيون وألعاب الماء.

ثانياً / بالنسبة للأنشطة اليدوية : فضل لاعبو الفريق الأول التصوير الفوتوغرافي ، الرسم ، التلوين ، لاعبو فريق الشباب التصوير الفوتوغرافي ، الزخرفة ، الرسم ، فريق الإنسان الرسم ، التلوين ، التصوير ، التصميم.

ثالثاً / الأنشطة العقلية : فضل لاعب والفريق الأول والشباب نشاط مشاهدة التلفزيون ثم القراءة ، فريق الإنسان القراءة أولاً ثم التلفزيون واتفق جميع اللاعبين على الاستماع للراديو ثالثاً

رابعاً / دوافع ممارسة الأنشطة الترويحية : عند لاعبي الفريق الأول كان الدافع هو الشعور بالراحة والسعادة والتسلية وتمضية وقت الفراغ وتجديد الحيوية والنشاط ، عند لاعبي الشباب هو الشعور بالراحة والسعادة والتسلية والتخلص من الضغط النفسي والعصبي وتنمية الاعتماد على النفس ، وكان الدافع عند النساء في ممارسة النشاط الترويحي هو التحرر من الضغط النفسي والعصبي كما أن الترويح يجعل الحياة متزنة بين العمل والراحة.

7. منهجية البحث وإجراءاته:

1-7 - منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي عن طريق القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعتي البحث لمناسبتة وطبيعة البحث.

2-7 - عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بطريقة مقصودة حسب السن والجنس لفئة الرجال 40 - 50 سنة حيث كان عددهم 20 مختبراً وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين إحدهما ضابطة وأخرى تجريبية.

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	42.8	02.21	42.5	0.407
الطول	سم	1.74	00.00	1.74	00.00

0.039	78.7	15.02	78.7	كغ	الوزن
-------	------	-------	------	----	-------

قام الباحثان بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث في كل من السن والطول والوزن وبعض عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة قي البحث.

جدول رقم (1): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء ودلائنها في كل من السن والطول والوزن لعينة البحث.

يتضح من بيانات جدول رقم (1) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (0) كأقل قيمة ، (0.407) كأكبر قيمة و هي بذلك تنحصر ما بين (3- ، 3+) ، وهذا ما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية. جدول رقم (2): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في المتغيرات لأفراد عينة البحث.

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات
0.750	01.93	0.04	01.92	م2	مساحة الجسم
0.240	33.60	6.22	33.10	كغ	الكتلة العضلية
0.040	18.30	7.34	17.99	كغ	الكتلة الشحمية
2.770	05.88	0.54	05.38	ثا	سرعة 30 م
1.300	12.74	0.98	12.24	ثا	10X4 م
0.190	21.70	7.59	21.20	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح
0.320	26.30	4.64	25.90	عدد/د	اختبار الجلوس من الرقود
1.180	05.74	1.27	05.34	سم	اختبار ثني الجذع من الوقوف سم.
2.770	05.54	0.54	5.24	د	1000 م

يتضح من بيانات جدول (2) أن قيم معامل الالتواء لجميع المتغيرات تراوحت بين (0.040 ، 0.770) ، وقد انحصرت ما بين (3- ، 3+) ، مما يشير إلى تجانس أفراد العينة في كافة المتغيرات قيد البحث.

8. مجالات البحث :

- 1 - المجال البشري : فئة (40- 50 سنة) البالغ عددهم 20 مختبرا.
- 2 - المجال الزمني : الفترة من 2012/03/01 إلى 2012/06/01.
- 3 - المجال المكاني : ملعب الرائد فراج مستغانم.

9. أدوات البحث :

تم إعداد استمارة استبائية ، حيث عرضت على مجموعة من المحكمين لتحديد أهم القياسات الأنثروبومترية والعناصر البدنية المرتبطة بالصحة وبعد جمع

الاستمارات تم تبويبها كما موضح في الجدول (3).

جدول رقم (3) : يوضح أهم العناصر البدنية المرتبطة بالصحة لفئة الراشدين

النسب المئوية	التكرار	وحدة القياس	القياسات والإختبارات	المتغيرات القياسات
%100	4	كغ	قياس ثنايا الجلد (معادلة ماتيكيا)	المورفولوجية
%100	4	كغ	قياس المحيطات (معادلة ماتيكيا)	الكتلة الشحمية
%75	3	م ²	مخطط نوموغرام	الكتلة العضلية
				مساحة الجسر
				العناصر البدنية
%100	4	سم	ثني الجذع من الوقوف للأسفل	المرونة
%100	4	ثانية	10x4 م	الرشاقة
%100	4	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح	التحمل العضلي
%100	4	عدد	الجلوس من الرقود مع ثني الركبتين	التحمل العضلي
%75	3	ثانية	30 م	السرعة
%100	4	دقيقة	1000 م	التحمل الدوري التنفسي

9 - 1. الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث : جهاز رستا ميتر (لقياس

الطول الكلي) سم ، جهاز طبي معايير (لقياس وزن الجسم) كغ ، كالبير (لقياس طيات الجلد) مل ، شريط قياس (لقياس المحيطات) سم ، مخطط النمو جرام (تحديد مساحة الجسم) ، ساعة إيقاف إلكترونية لقياس الزمن.

أ - الاختبارات والمقاييس المستخدمة :

السن ، قياس طول الجسم ، قياس وزن الجسم ، مساحة الجسم ، قياس الكتلة العضلية ، قياس الكتلة الشحمية ، السرعة 30م (ثا) ، الرشاقة 10x4 م (ثا) ، التحمل العضلي ثنى الذراعين من الانبطاح (عدد) التحمل العضلي الجلوس من الرقود مع ثني الرجلين من مفصل الركبتين (عدد/60 ثا) المرونة اختبار ثني الجذع من الوقوف (سم) 1000م (د)

ب - المعادلات الخاصة بالقياسات الأنتروبومترية (خليفة ، 1999) :

- مساحة الجسم :

الهدف : تحديد مساحة الجسم ، ويستعمل لهذا الغرض مخطط النمو جرام الذي يحتوي على ثلاثة أعمدة :

- **العمود اليمين :** يمثل وزن الجسم بالكيلو جرام (كجم).

- **العمود الوسط :** يمثل مساحة الجسم بالمليمتير المربع (م²).

- **العمود اليسار:** يمثل طول الجسم بالسنتيمتر (سم).

الكتلة العضلية: تحسب بواسطة معادلة ماتيككا (MATEIKAM = L x R2xk) /1000

M : الكتلة العضلية (كلغ).

I : طول الجسم (سم).

K : ثابت 5.6

2R و يحسب :

R = مجموع المحيطات (العضد ، الساعد ، الفخذ ، الساق) - مجموع

سمك الكتل الشحمية العضد (أمام وخلف) ، الساعد ، الفخذ ، الساق 25. 80 12

الكتلة الشحمية : ونحسب الكتلة الشحمية بواسطة معادلة "ماتيككا (MATEIKA) : D = d

x s x k/1000

D : الكتلة الشحمية الموجودة في الجلد (كلغ).

D : معدل سمك الطبقة الشحمية الجلدية (مم).

S : مساحة الجسم (م²) :

K : ثابت 1.3. 2x7 d = 2x7 (d1+ d2 + d3 + d4+ d5 + d6 + d7)

- وسائل جمع البيانات :

استخدم الباحثان (الأستبيان ، الاختبارات والمقاييس ، معادلات الرياضية لماتيككا).

- **الاختبارات البدنية :** شملت الاختبارات البدنية التالية (حسانين ، 1995):

- اختبار العدو 30 متر من البداية الثابتة (ثا) ، اختبار الرشاقة 10x4 م (ثا)

- اختبار ثنى الذراعين من الانبطاح (عدد) ، اختبار الجلوس من الرقود لمدة

(عدد/د1) ، اختبار المرونة ثنى الجذع للإمام من الوقوف (سم) ، الجري والمشي

1000 متر(د).

- **برنامج الترويح الوقائي العلاجي للأنشطة الرياضية المقترح:**

قام الباحثان بوضع برنامج مقترح لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية

المرتبطة بالصحة بإتباع بعض الخطوات المقننة لإعداد ولتنفيذه.

- اللياقة البدنية في المرحلة التالية لسن الأربعين لا تتطلب أداء نمط محدد

من التمرينات الرياضية بقدر ما تعتمد على أهمية هذه التمرينات في تحسين

اللياقة البدنية والمرونة العضلية والحال الصحية ، هذا ما يؤكد الخبراء في

"الجمعية الأمريكية للطب الرياضي".

- يكشف خبراء اللياقة في الأكاديمية الوطنية للتربية البدنية والرياضة

برومانيا عن المواصفات المثالية في البرنامج الترويحوي الوقائي العلاجي للأنشطة

الرياضية المناسبة لمرحلة ما بعد الأربعين :

- **التنوع** : ينصح بضرورة تنويع البرنامج الرياضي وعدم الاعتماد على نمط محدد من الأنشطة والتمرينات ، ويفضل المزج ما بين المشي والسباحة وركوب الدراجات كونها تمرينات هوائية.

وتؤكد الدراسات الحديثة أن ممارسة 30 دقيقة من التمرينات الهوائية مقسمة على مراحل ثلاث تبلغ مدة كل منها 10 دقائق موزعة على اليوم تعادل في فائدتها 30 دقيقة من التمرين المستمر ومن جهة أخرى يوصي خبراء اللياقة بتغيير تتابع التمرينات كل فترة ، مع تعديل عدد تكرار الحركات في كل مجموعة ، ما يجعل التمرين أكثر متعة وتنوعا والتزاما. شريطة أن تستهل بوتيرة بطيئة في الدقائق الخمس الأولى ، وتدرج وفق المعدل المثالي لمؤشر كتلة الجسم ، ثم تنتهي ببطء تدريجي في الدقائق العشر الأخيرة من التمرين ، ما يقي من الإصابة بالجلطات الدماغية والنوبات القلبية في سن متقدمة.

- **التمرين اليومي** : من الضروري الانتظام في ممارسة الرياضة قدر المستطاع ، بدون الحاجة إلى تنفيذ نمط معين من التدريبات يوميا.

ويفضل أن يشمل البرنامج الرياضي على عدد من التمرينات الهوائية تتم ممارستها بمعدل ثلاثة أيام أو أربعة أيام في الأسبوع ، بالإضافة إلى تمرينات التحمل كرفع الأثقال مرتين في الأسبوع.

ضرورة البدء بتمرينات المرونة والإحماء والإطالة لتهيئة العضلات ، خصوصا مع تقدم السن لدورها في تنشيط الدورة الدموية وزيادة دفع الدم المحمل بالأوكسجين إلى المنخ ، علاوة على تقليل حدوث الإصابات الناتجة عن الرياضة كالشد العضلي وألم الظهر وخشونة فقرات الرقبة والرباط الصليبي في الركبة.

- **مشاركة المجموعات** : مما لا شك فيه أن كثيرا من الناس يميلون بعد سن الأربعين إلى التباطؤ والراحة ، نتيجة لشعورهم المستمر بالخمول والتعب المزمن والإرهاق بفعل تقدم السن ، وفي هذا الخصوص يعتبر خبراء اللياقة أن قيام الأفراد بتشكيل مجموعات لهو أداة رئيسة لضمان الاستمرار والمواظبة في ممارسة الرياضة.

- **سجل بياني بصري** : يشكل منتصف العمر فترة حرجة للحفاظ على الصحة والدوام عليها ، لذا يقترح الخبراء الاحتفاظ بسجل خاص يتكون من رسم أو مخطط بياني يكون بمثابة مرجع بصري سريع لعرض النتائج المنجزة لملاحظة مدى التقدم في البرنامج الرياضي ، الأمر الذي يشعر المرء بالرضى والتحفيز على نحو تلقائي نتيجة للتحكم في الأمور الصحية ، وذلك عبر جعلها

في معدلاتها الطبيعية كضغط الدم والكوليسترول والوزن ومؤشر كتلة الجسم.

- **الاختبارات القبليّة** : تم إجراء الاختبارات القبليّة لمتغيرات قيد الدراسة على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (20) مختبر في ملعب الرائد فراج مستغانم بتاريخ (1 /3/ 2012) ، وتم إطلاع أفراد العينة جميعهم على الدرجات التي حصلوا عليها في الاختبارات المستخدمة قيد البحث لتحسين الأداء والنتيجة.

- **التجربة الرئيسيّة**: قام الباحثان بإعداد تمرينات (الهوائية) لفئة (40 - 50 سنة) ، موزعة على (36) حصّة ولمدة (12) أسابيع ، بواقع 3 حصص أسبوعياً لضمان الأثر عند ممارسة الترويج العلاجي الرياضي ، وتراوح زمن الحصّة الواحدة (30) دقيقة ، أشتمل القسم التحضيري للحصّة على الإحماء العام لجميع عضلات ومفاصل الجسم من الحركة والثبات ، والجزء الرئيسي قام بوضع تمرينات بدنية وراعى الباحث المستوى التدريبي والمرحلة العمرية والقابلية البدنية لعينة البحث معتمداً على المراجع والمصادر العلمية الخاصة بعلم التدريب الرياضي ، فضلاً عن آراء الخبراء والمختصين للإفادة من آرائهم وخبراتهم العلمية والعملية وتوجيهاتهم من أجل إخراج التمرينات بشكلها النهائي ، وفي الأخير التهدئة التي تعتبر جزءاً مهماً لعودة الأجهزة الوظيفية للجسم إلى الهدوء.

- **الاختبارات البعديّة** : قام الباحثان بإجراء القياسات و الاختبارات البعديّة لبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة يوم 01 /06 /2012 ، وبالشروط والضوابط المتبعة نفسها في الاختبارات القبليّة وياشرف مباشر من الباحثين.

- **الدراسة الإحصائية** : تم استخدام القوانين الإحصائية التالية لمعالجة نتائج الاختبارات : المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء ، معامل الارتباط (بيرسون) ، اختبار (ت) الفروق. (إبراهيم ، 2000).

10. عرض النتائج ومناقشتها :

جدول (4):المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي والبعدي للمتغيرات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة قيد البحث ن=20

مستوى الدلالة	قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجة الإحصائية المتغيرات
		2ع	2س	1ع	1س	
دال	31.2	35.0	01 ، 88	19.2	95.02	مساحة الجسم م2

مستوى الدلالة	قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجة الإحصائية المتغيرات
		2ع	2س	1ع	1س	
دال	2.76	0.35	05.12	0.46	05.35	السرعة
دال	2.15	0.77	11.89	0.69	12.35	الرشاقة
دال	4.62	3.91	27.70	6.27	22.80	التحمل العضلي
دال	10.16	1.84	33.90	1.66	27.60	التحمل العضلي
دال	2.20	1.31	06.67	0.69	05.08	المرونة
دال	3.03	0.54	05.12	0.19	05.13	التحمل

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.2 = 101

يتضح من بيانات جدول رقم (4)، وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة لصالح المجموعة التجريبية.

وهذا يؤكد التأثير الإيجابي لبرنامج الترويح العلاجي للأنشطة الرياضية المتبع من طرف المجموعة التجريبية في تحسين عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة من خلال ممارستها للتمرينات المختارة بعناية لتحقيق هدفها المنشود وممارستها بانتظام على الأقل ثلاث مرات في الأسبوع، حيث يشمل الأداء في كل مرة التمهيد والإحماء ثم الجزء الرئيسي الذي يحقق الهدف، وأخيراً التهدئة التي تشتمل على تمرينات سهلة بسيطة تأخذ في الغالب شكل لعبة حركية هدفها الحصول على السعادة، بالإضافة إلى الاسترخاء والمرونة إذا لزم الأمر، مع إجرائها للكشف الدوري وذلك للوقوف على الحالة الصحية مع استشارة الطبيب والاسترشاد برأي رائد النشاط حتى لا يتعرض لمشكلات صحية.

وهذا ما يؤكد محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز مصطفى وكل من آدمز Adams و دانيال Daniel وبولمان Pullman بان «الترويح العلاجي يعد وسيلة من وسائل العلاج الهامة، وذلك للتأثير الإيجابي لمجالات الترويح على الجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية لممارستها، حتى أصبح الترويح العلاجي جزءاً أساسياً في برامج علاج العديد من المستشفيات والعيادات الطبية، ويؤكد أن الترويح العلاجي يهدف إلى تقديم المساعدة لعلاج المرضى و تأهيلهم بالإضافة إلى تعديل سلوكهم و تكيفهم مع مجتمعهم، كما أن البرنامج الترويحي النموذجي يهدف إلى استعادة لياقتهم البدنية والإسهام في الارتقاء بقدراتهم العقلية ونمو قدراتهم الإبداعية وكذلك مساعدتهم في التعبير الذاتي ونموهم الشخصي.

وكذا رفع مستوى الكفاءة البدنية وتطوير الصحة من خلال التأثير الإيجابي للمناشط البدنية على وظائف أجهزة الجسم المختلفة.

ويشير كمال درويش وأمين الخولي إلى نماذج أخرى من أهداف الجوانب

البدنية في الترويح العلاجي المتمثلة بزيادة القوة العضلية ، ومرونة المفاصل ، وتنمية التوافق العضلي العصبي مما يقلل من الآلام العضلية والمفاصل .
ويذكر حذام محمد ضياء القزويني وبوجه عام أن ممارسة أوجه النشاط البدني الترويحية تسهم في الوقاية من أكثر أمراض العصر كأمراض القلب والأوعية الدموية والبدانة والآلام المفاصل والظهر والسكر وكذلك في علاج تلك الأمراض .
وحسب دان كوربن «إن تميز الترويح العلاجي باستخدامه لوسائل اللعب المتنوعة يوفر للمصابين بالأمراض المختلفة ما يحقق رغباتهم ، ويكون لهم منفذاً يعبرون فيه عن مشاكلهم وعن مشاعرهم العميقة وإحساسهم العدائي المكبوت الذي يخرج على شكل تصرف عدائي ، إذ يتناسب مع جميع الأعمار ، ويستخدم كعلاج مكمل بالإضافة إلى ذلك الوسائل الأخرى المتوفرة للعلاج ، للتقدم بالحالة العامة للفرد وتنمية مهاراته الاجتماعية كلما تقدم العلاج .»
وتعتبر التمرينات الهوائية من أهم وأكثر الأنشطة الرياضية فائدة ، حيث أنها تحتوي على العديد من الرياضات المختلفة التي تؤدي بطرق مشوقة: كالمشي بشرط أن يؤدي بنشاط ورشاقة مع مرجحة اليدين بحركة تبادلية ، ركوب الدراجات ، و السباحة التي تعتبر نوعاً من الرياضات الهامة والمفيدة جداً لجميع مفاصل الجسم ، كما أنها تستخدم العلاج الطبيعي ، وفي الأنشطة الترويحية المختلفة وتكسب لياقة عالية وتؤثر تأثيراً فعالاً في الجهاز التنفسي. وللحصول على هذه الفوائد ، يجب استخدام ضربات مختلفة في تنفيذ تكتيك السباحة ، التمرينات المائية التي تعتبر أفضل وأكثر فائدة من التمرينات الهوائية الأرضية ، خاصة بالنسبة للمسنين ، حيث أن الماء يقلل من إجهاد وإرهاق المفاصل أثناء التمرينات كما أن الكثير يفضلون أداء التمرينات في المياه لأنها بالإضافة إلى عامل التشويق يقلل من إفراز العرق ، وتهدئ حرارة الجسم الزائدة ، وتساعد كثيراً في إنقاص الوزن ، حيث أنها تساعد على حرق سعرات حرارية أكثر مما يحدث في التمرينات الهوائية. فلقد تبين أن المشي على الأرض يحرق 135 سعراً حرارياً في مدة نصف ساعة ، بينما المشي في عمق المياه يحرق 264 سعراً حرارياً في نفس الزمن ، ورياضيات أخرى عديدة داخل الماء تكون أكثر فاعلية من التي تنفذ خارج المياه. وبوجه عام فإن التمرينات المائية لها فوائد عديدة لكبار السن وعلى الأخص لمن يعانون من هشاشة العظام والسكر ومتاعب وآلام الظهر والمفاصل ، وتدخل ضمن برامج التمرينات الهوائية.

11. استنتاجات البحث :

وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس

البعدي ، في بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للفترة البحث قيد الدراسة لصالح المجموعة التجريبية.

التأثير الايجابي للترويج الوقائي العلاجي بالأنشطة الرياضية في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للعينة التجريبية قيد الدراسة.

12 - توصيات البحث :

- ❖ ضرورة ممارسة نشاط بدني يتسم بالشدة المعتدلة لمدة لا تزيد عن 30 دقيقة في اليوم ، خلال ثلاثة أيام أو أربعة أيام في الأسبوع.
- ❖ ضرورة قياس مستويات النشاط البدني لأفراد المجتمع ، وتوفير التوعية المناسبة لهم عن أهمية النشاط البدني للصحة ، وإرشادهم للبرامج البدنية الملائمة.
- ❖ ينبغي على الأطباء والعاملين في الرعاية الصحية أن يسألوا المرضى عن مستوى نشاطهم البدني ، ويصفوا لهم النشاط البدني الملائم لصحة المريض وعمره.
- ❖ ينبغي على الجهات المعنية توفير الأماكن الرياضية المناسبة التي تشجع على ممارسة النشاط البدني ، كالمساحات الرياضية وطرق المشاة وغيرها.
- ❖ تشير التوصيات الصادرة من الجمعيات الطبية المتخصصة إلى أن أي شخص دون الأربعين من العمر ولا يعاني من مشكلات صحية ، وليس لديه أي مخاطر صحية مهيأة للإصابة بأمراض القلب التاجية ، يمكنه ممارسة النشاط البدني بدون الحاجة إلى إجراء كشف طبي. أما من هو فوق الأربعين من العمر أو ممن يعانون من مخاطر الإصابة بأمراض القلب (مثل ارتفاع ضغط الدم ، أو زيادة الكوليسترول في الدم ، أو من المدخنين ، أو يعاني من داء السكري ، أو ممن أصيب أحد والديه أو أخوته بأمراض القلب قبل عمر 55 سنة) ، فيلزمه إجراء الفحص الطبي بما في ذلك عمل تخطيطاً للقلب أثناء الجهد.
- ❖ عند القيام بممارسة النشاط البدني ، ينبغي على الممارس أن يتوقف عن الممارسة عند شعوره بألم في الصدر أو الكتفين ، أو شعوره بضيق في التنفس أو الشعور بالدوخة أو الغثيان ، أو ما شابه ذلك ، ومن ثم عليه استشارة الطبيب.
- ❖ على الممارس ارتداء الحذاء الرياضي المناسب ، فالهرولة والجري لهما حذاء خاص يساعد على امتصاص الصدمات ويقلل من الإجهاد على مفصلي الكاحل والركبة ، كما أن الرياضات الأخرى كالتنس وغيرها لها أحذيتها المناسبة التي تمنع الانزلاق.
- ❖ ينبغي عند ممارسة الأنشطة البدنية ارتداء الملابس القطنية المريحة ، والابتعاد عن الملابس البلاستيكية ، أو التي لا تسمح بتبخر العرق.
- ❖ من الضروري اختيار الوقت والمكان المناسبين ، حيث ينبغي تجنب

الممارسة في أوقات الحرارة أو البرودة الشديتين ، مع الابتعاد ما أمكن عن الأماكن التي يزداد فيها تلوث الهواء مثل أرصفة الشوارع المزدهمة بالسيارات. كما يستحسن في حالة الهرولة أو الجري أن يتم ذلك على أرض لينة ، كأرضية الترتان أو الأرض الترابية وليست الإسفلتية أو الإسمنتية التي تسبب إجهاداً على المفاصل.

- ❖ لا تمارس النشاط البدني المرتفع الشدة بعد تناول وجبة غذائية دسمة ، بل أنتظر من ساعتين إلى ثلاث ساعات ، ثم مارس نشاطك البدني المفضل. ولا تنس تعويض السوائل المفقودة من خلال العرق بشرب كميات كافية من الماء.
- ❖ يجب بدء الممارسة بالإحماء ثم الانتهاء بالتهلئة ، مع عدم إغفال تمرينات الإطالة.
- ❖ من الضروري وضع أهداف طويلة الأمد ، والبدء بالتدرج سواء في الشدة أو المدة أو حتى تكرار الممارسة ، وفي حالة الانقطاع لسبب من الأسباب ، لا بد من مراعاة التدرج أيضاً.
- ❖ عند حدوث التهاب في الحلق أو في الصدر أو ارتفاع درجة حرارة الجسم نتيجة للإصابة بالأنفلونزا مثلاً ، يستحسن عدم مزاوله أي نشاط بدني مجهود ، وبعد تحسن الحالة الصحية ، يمكنك معاودة الممارسة ، ولكن بالتدرج.
- ❖ تجنب الحمام الساخن أو حمام البخار بعد ممارسة النشاط البدني مباشرة نظراً لأن الأوعية الدموية تكون متسعة بعد النشاط البدني مباشرة ، والحمام الساخن أو الساونا تزيد من اتساعها ، مما قد يؤدي إلى انخفاض ضغط الدم الشرياني ، خاصة عند فقدان كمية من السوائل أثناء ممارسة النشاط البدني ، كما ينبغي تعويض السوائل المفقودة قبل الدخول إلى الساونا.

المصادر والمراجع:

1. إبراهيم ، د. م. (2000) إحصاء الوصفي والإستدلالي ، عمان ، الأردن: دار الفكر.
2. البهي ، ا. ف. (1997) الأسس النفسية للنمو، القاهرة: دار الفكر العربي.
3. الحسنيات ، د. (2009) علم الصحة الرياضية (Vol) الطبعة الأولى (دار أسامة للنشر و التوزيع).
4. الحماحمي ، د. ك (1986) الترويح والتربية الترويحية ، القاهرة: دار الفكر العربي.
5. الحميد ا. ع. (1992) علم النفس التكويني ، القاهرة: مكتبة الخانجي.
6. الدين ، ا. أ. (2000) مناهج التربية البدنية المعاصرة ، القاهرة: دار الفكر العربي.
7. العزيز ، ا. م. (1998) الترويح بين النظرية والتطبيق ، القاهرة: مركز الكتاب والنشر.
8. الميزني خ. ب. (2005) وصفة النشاط البدني لكبار السن. المجلة العربية للغذاء والتغذية.
9. الهنداوي ، (2002) علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ، الإمارات: دار الكتاب الجامعي.
10. يبسكوف ، (1984) علم النفس الكبار. بغداد: المنظمة العربية للتربية و الثقافة و العلوم.
11. حسنين ، د. ص. (1995) التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية القاهرة: دار الفكر العربي.
12. خليفة ، د. (1999) دليل المخبر الوظيفي - إختبارات و قياسات ، مستغانم.
13. أبو العلا أحمد عبد الفتاح و د أحمد نصر الدين سيد ، (2003) ، فسيولوجيا اللياقة البدنية ، القاهرة: دار الفكر العربي.
14. سعيد ، ا. ع. (2000) نمو الأحكام الخلقية أدى عينة من الذكور من مرحلة المراهقة غلى الرشد. مكة المكرمة: كلية التربية أم القرى.
15. صادق ، أ. ح. (1995) نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة الرشد. القاهرة: الأنجلوالمصرية.

16. عثمان ، خ. ه. (2001) نظريات النمو الإنساني ، جدة :الدار السعودية للنشر.
17. عمر ، ا. (1995) ازمة منتصف العمر ، قطر :حولية كلية التربية.
18. فاروز ، د. إ. (1996) برنامج اللياقة البدنية والرياضية للجميع ، الإسكندرية : منشأة المعارف.
19. محمد ، ا. (2002) لا يوجد قيادات للبرامج الترويحية ، الرياض : مجلة المعرفة.
20. محمد ، د. ع. (2001) الترويح و التربية الترويحية. القاهرة :دار الفكر العربي.
21. مروان ، غ. و. (2001) التربية الترويحية و أوقات الفراغ ، عمان :الوراق للنشر و التوزيع.

المصادر والمراجع باللغة الأجنبية :

1. lugo hershy.(1979).human development.new york: macmillan publishing .
2. neugarte.n.(1974).the rols we playin quality life.publishing science group.
3. santrock.(1979).life span development. 3.iowa: brown publisher.

دور السلوك الصحي في تحسين مستوى الأداء لدى الرياضيين

- * د. عبد السلام زاوي
* أ. رضوان برجم

الملخص :

هدفت الدراسة إلى معرفة أنماط السلوك الصحي لدى الرياضيين وكذلك معرفة اتجاهات السلوك الصحي لديهم ومن خلال ذلك معرفة تأثير السلوكيات الصحية للاعبين على مستوى الأداء الرياضي ، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لمعالجة مشكلة الدراسة ، وقد اختار الباحثين عينة بلغ عددها (140) لاعب وهي تشكل نسبة (47.6%) من المجموع الكلي لمجتمع الدراسة وكان الاختيار بالطريقة العشوائية الطبقية حسب نوع الفعالية وبأسلوب الاختيار المتساوي إذ تم اختيار (10) لاعبين لكل فعالية ومن كل نادي. وقد توصل الباحثان إلى مجموعة من الاستنتاجات واقتراحات المستقبلية نذكر منها:

- 1 - وجود نسبة عالية من أفراد العينة الذين يدخنون السجائر وأنواعها.
- 2 - ارتفاع نسبة الرياضيين الذين يتناولون المواد المنبهة.
- 3 - انخفاض واضح في نسبة أفراد العينة الذين يحافظون أو يلتزمون بالممارسات الصحية الايجابية (النوم ، الوقاية من الشمس ، تنظيف الأسنان).
- 4 - عدم التزام نسبة عالية من أفراد العينة بالأسس الصحية لعادات التغذية والطعام.
- 5 - انخفاض نسبة أفراد العينة الذين يتخذون إجراءات صحية وقائية.
- 6 - إقامة دورات توعية للرياضيين بأهمية المحافظة على السلوك الصحي والعادات الصحية.
- 7 - ضرورة وجود كوادر طبية متخصصة في المؤسسات الرياضية تعنى بأنواع السلوك الصحي.
- 8 - إجراء الرياضيين لفحوصات طبية دورية للتعرف على حالتهم الصحية بدقة.

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

Email : dr.zaouistaps@yahoo.fr

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني
redouaneberdjem@yahoo . fr :

Abstract:

Cette étude visait à connaître les modèles de comportement de santé parmi les athlètes, ainsi que la connaissance des tendances de comportement et de santé ont par cette connaissance influence des comportements de santé des joueurs au niveau de la performance athlétique, Lorsque les chercheurs ont utilisé les enquêtes approche de manière descriptive pour résoudre le problème de l'étude, et les chercheurs ont choisi un échantillon total de (140) pour le joueur qu'ils constituent proportion (47,6%) de la population totale de l'étude et le choix a été stratifié au hasard par type d'efficacité et d'une manière choix égale comme il a été sélectionné (10) joueurs chacune, et l'efficacité de chaque club Les chercheurs sont parvenus à un ensemble de conclusions et suggestions pour l'avenir, y compris:

- Une forte proportion de répondants qui fumaient des cigarettes et types
- Un pourcentage élevé des athlètes qui prennent des substances stimulantes
- Une nette diminution de la proportion de répondants qui maintiennent ou adhèrent aux pratiques de santé positives (sommeil, la protection solaire, le nettoyage des dents)
- Manque d'engagement à une forte proportion de répondants fondations de santé d'habitudes nutritionnelles et alimentaires
- Faible pourcentage de répondants qui prennent des mesures de santé préventives
- Établir des sessions de sensibilisation pour les athlètes de l'importance de maintenir les habitudes de comportement et de santé la santé
- La nécessité d'un personnel médical spécialisé dans les institutions sportives concernées avec les types de comportements de santé
- Les athlètes d'effectuer des examens médicaux périodiques pour connaître attentivement leur santé

أولا . التعريف بالدراسة:

1 . مقدمة الدراسة وأهميتها:

إن التطور الهائل الذي حدث في مستوى المنافسات الرياضية في الألعاب المختلفة رافقته زيادة كبيرة في الأحمال التدريبية التي يخضع إليها اللاعبون في التدريب والمنافسة ، وإن هذه الزيادة تتطلب بطبيعة الحال أن يكون اللاعب على مستوى عالٍ من الصحة واللياقة البدنية والوظيفية ، لكي يكون مؤهلاً لمواجهة الحجم والشدة التدريبية المتزايدة. فإن للسلوك الصحي ومتابعته أهمية كبيرة

لجميع الممارسين للأنشطة الرياضية بصورة عامة والرياضيين الذين ينتظمون في تدريبات عالية وشاقة على وجه الخصوص ، وإن هذه الأهمية لا تتعلق بالجوانب الجسدية فحسب بل تمتد إلى النواحي النفسية والوظيفية أيضا وقد قاد الفهم المتزايد للعلاقة الكامنة بين السلوك والصحة إلى حدوث تحولات كبيرة في مستوى إدراك الرياضيين إلى أهمية الاهتمام بالسلوك الصحي لديهم ، وإن دراسة وفهم الممارسات السلوكية المعززة بالصحة هي الخطوط الأولى نحو الابتعاد عن المخاطر الكبيرة الناتجة عن عدم الاهتمام بها ، وإن أهمية البحث الحالي تتجلى في دراسة وتحليل السلوك الصحي للرياضيين ومحاولة تعديل أنماط هذا السلوك الأمر الذي يجنب الرياضيين العادات الصحية غير الجيدة التي تسهم في الأذى الصحي وتعرضهم لمشاكل صحية متعددة وفي الوقت نفسه تقف حائلا دون التطور الذي ينشده الرياضي على المستوى البدني والمهاري والنفسي من أجل تحقيق أفضل الانجازات الرياضية.

2. مشكلة الدراسة:

من خلال الخبرة الميدانية للباحثين في المجال الرياضي لوحظ أن معظم الأندية الرياضية لا تعطي للسلوك الصحي للاعبين أي اهتمام ، ناهيك عن أنها لا تكلف اختصاصيا طيبا في متابعة الجوانب الصحية للاعبين وبالتالي فإن المدربين يقومون بتطبيق المناهج التدريبية دون أي فكرة عن المستوى الصحي للاعب ولا عن اتجاهاته الصحية مما يؤدي إلى حدوث العديد من الإصابات البدنية والوظيفية.

وقد حدث بالفعل أن تعرض بعض الرياضيين إلى حالات الوفاة المفاجئة أثناء المنافسة الرياضية نتيجة الجهد العالي المبذول الذي يزيد من القابلية البدنية والصحية للرياضيين مما يؤدي إلى زيادة الإجهاد على عمل الأجهزة الوظيفية الداخلية ويؤدي إلى حدوث مضاعفات قاتلة.

لذا لابد من التعرف على السلوك الصحي واتجاهاته للرياضيين لكي يستطيع المدربون مراعاة الحالة الصحية للاعب قبل الشروع في إعطائه الجرعات التدريبية.

3. أهداف الدراسة:

- التعرف على أنماط السلوك الصحي لدى الرياضيين.
- التعرف على اتجاهات السلوك الصحي لدى الرياضيين.

4. فرضية الدراسة:

ماهو دور السلوك الصحي في تحسين مستوى الأداء لدى الرياضيين.

الفرضيات الجزئية :

- 1 - استهلاك التدخين والمنبهات يؤثر على السلوك الصحي لدى اللاعبين.
- 2 - كلما زادت الممارسات الصحية الإيجابية لدى اللاعبين كلما تحسن السلوك الصحي لديهم.
- 3 - السلوك الصحي لدى اللاعبين له علاقة بعادات التغذية والطعام لديهم.
- 4 - إجراءات الأمن والسلامة الصحية لدى اللاعبين تجنبهم من أخطاء صحية.

5. مجالات البحث:

- 5.1. **المجال البشري:** لاعبو الأندية الرياضية لألعاب (كرة القدم - كرة اليد) في ولاية المدية لموسم 2012 - 2013.
- 5.2. **المجال الزمني:** المدة من 2012/10/15 ولغاية 2013/03/12.
- 5.3. **المجال المكاني:** بعض الملاعب والقاعات الرياضية للأندية في ولاية المدية.

ثانيا - الدراسات النظرية :**1. مفهوم السلوك الصحي:**

يسهم علم الصحة في تحديد أنماط السلوك الخطرة وتحديد أسباب الاضطرابات الصحية وتشخيصها ، وفي إعادة التأهيل وتحسين نظام الإمداد الصحي بالإضافة إلى ذلك فإنه يهتم بتحليل إمكانيات التأثير لأنماط السلوك المتعلقة بالصحة للإنسان على المستوى الفردي والجماعي وبالأسس الاجتماعية للأمراض والتغلب عليها ، وعلم الصحة يهتم بجوانب السلوك الصحي الآتية:

- تنمية الصحة والحفاظ عليها.
- الوقاية ومعالجة الأمراض.
- تحديد أنماط السلوك الخطرة.
- تحديد أسباب اضطرابات الصحة وتشخيصها.
- إعادة التأهيل.
- تحسين نظام الإمداد الصحي.

وهذا التطور السريع في علم الصحة قاد إلى تطوير كثير من البرامج الوقائية الجديدة ذات القيمة العملية وبالخصوص في المجال الرياضي لما له من تطبيقات عملية واقعية بالإضافة إلى كون جميع المناهج التدريبية في جميع الفعاليات

الرياضية تعتمد كلياً على صحة الفرد الرياضي ، وكلما كانت هذه الصحة بحالة جيدة استطعنا تطبيق مفردات البرامج بشكل صحيح(1).

ويرى الباحثون أن صحة الرياضي لا تعني مجرد غياب المرض عن اللاعب فقط وإنما هي قدرة اللاعبين على الاستغلال الكامل لكفاياتهم البدنية والوظيفية والذهنية من أجل الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية والتغلب على العوامل المسببة للضرر في الصحة والأمراض.

وعلى وفق هذا المنظور لم تعد الصحة تفهم على أنها حالة من الإحساس المثالي الظاهري وإنما هي كفاءة الفرد الرياضي وغير الرياضي المستمدة من التشخيص العلمي الطبي الدقيق مما يتيح للاعب التصرف بقدرة عالية بدنياً وعقلياً ومهارياً في التدريب والمنافسة الرياضية فضلاً عن التغلب على جميع الظروف التي قد تواجهه من خلال متطلبات الحياة والعمل.

2. تعريفات السلوك الصحي(2):

السلوك الصحي هو مفهوم جامع لأنماط السلوك والمواقف القائمة على الصحة والمرض وعلى استخدام الخدمات الطبية ويعرف السلوك الصحي كذلك على أنه كل أنماط السلوك التي تهدف إلى تنمية وتطوير الطاقات الصحية عند الفرد.

3. أنماط السلوك الصحي(3):

إن أنماط السلوك الصحي تقوم على الإجراءات التي يتخذها الفرد من أجل التعرف المبكر على حدوث الأمراض ومنع حدوثها وهذا يشمل على أنماط السلوك التي تبدو ملائمة من أجل الحفاظ على الصحة وتنميتها وإعادة الصحة الجسدية وهناك خمسة عوامل مهمة يمكن أن تحدد أنماط السلوك الصحي هي:
- العوامل المتعلقة بالفرد والبيئة(السن وتاريخ الحالة والمعارف والمهارات والاتجاهات... الخ).

- العوامل المتعلقة بالحماية والمجتمع(المهنة والتأهيل أو التعليم وتوقعات السلوك ومتطلباته المتعلقة بمركز الشخص والدعم الاجتماعي... الخ).
- العوامل الاجتماعية والثقافية على مستوى المحافظة أو القطر(العروض المتوفرة وسهولة استخدام والوصول إلى مراكز الخدمات الصحية بمعنى التربية

(1) Wardle, Steptoe, A, Bellisle, F and Dcuvout .P:Health dietary practice among European students, Health psychology, September, 1997,p 443-445 .

(2) عويد سلطان المشعان وعبد اللطيف محمد خليفة: تعاطي المواد المؤثرة في الأعصاب بين طلاب جامعة الكويت، مجلة مؤتمر الخدمة النفسية والتنمية، الكويت، جامعة الكويت، 1999، ص 104 .

(3) نفس المصدر السابق، ص 108 .

والتوعية الصحية ومنظومات التواصل العامة.. الخ).
 - العوامل الثقافية والاجتماعية عموما(منظومات القيم الدينية والعقائدية والأنظمة القانونية.. الخ).

- عوامل المحيط المادي (الطقس ، الطبيعة ، البني التحتية. .. الخ).

ثالثا- منهج الدراسة وإجراءاته الميدانية :

1 . منهج الدراسة :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لمعالجة مشكلة البحث ، وهو أنسب منهج للوصول إلى الحلول المطلوبة.

2 . أدوات الدراسة :

1.2 .مجتمع وعينة الدراسة: إن مجتمع البحث الحالي هو لاعبو فرق أندية (المدية ، قصر البخاري ، تابلاط ، بني سليمان ، البرواقية ، العمارية ، شلالة العذاورة ، السواقي ، الشهبونية ، العزازية) بألعاب مختلفة هي (كرة القدم ، كرة اليد) للموسم (2012/2013) إذ بلغ المجموع الكلي لأفراد مجتمع البحث (294) لاعبا من جميع الفعاليات المذكورة وقد اختار الباحثان عينة بلغ عددها (140) لاعب وهي تشكل نسبة(47.6%) من المجموع الكلي لمجتمع البحث وكان الاختيار بالطريقة العشوائية طبقية حسب نوع الفعالية وبأسلوب الاختيار المتساوي إذ تم اختيار(10) لاعبين لكل فعالية ومن كل نادي.

جدول(1): يبيّن عينة البحث وأنديتها وفعاليتها

الرقم	اسم النادي	الولاية	نوع الفعالية	عدد العينة
1	اولمبي المدينة	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
			كرة اليد	10 لاعب
2	نجم البرواقية	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
3	شباب بني سليمان	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
			كرة اليد	10 لاعب
4	العمارية	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
5	السواقي	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
6	قصر البخاري	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
			كرة اليد	10 لاعب
7	شلالة العداورة	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
8	الشهبونية	المدينة	كرة اليد	10 لاعب
9	تابلاط	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
			كرة اليد	10 لاعب
10	العزازية	المدينة	كرة القدم	10 لاعب
			كرة اليد	10 لاعب
		المجموع		140 لاعبا

2.2. وسائل جمع البيانات:

1 - الملاحظة «هي الانتباه إلى ظاهرة أو حادثة معينة أو شيء ما بهدف الكشف عن أسبابها وقوانينها»⁽¹⁾، ومن خلال ملاحظة ومتابعة الباحثين للمؤسسات الرياضية المختلفة حددت مشكلة الدراسة الحالية.

2 - الاستبيان «يعد الاستبيان أو الاستقصاء أداة ملائمة للحصول على معلومات وبيانات وحقائق مرتبطة بواقع معين، ويقدم الاستبيان بشكل عدد من الأسئلة يطلب الإجابة عنها من قبل عدد من الأفراد المعنيين بموضوع الاستبيان»⁽²⁾.

وقد استخدم الباحثان العديد من الاستبيانات لاستكمال إجراءات البحث منها: مقياسي السلوك الصحي⁽³⁾:

وقد احتوى المقياس بصيغته العربية على المحاور التالية:

* التدخين. * الممارسات الصحية الايجابية. مدة النوم والوقاية من الشمس ، تكرار تنظيف الأسنان.

(1) سامي محمد ملحم : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط1، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000 ، ص226 .

(2) ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي، مفهومه، أدواته، أساليبه، عمان دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، 1988م، ص226 .

(3) سامر جميل رضوان وكونراد ريشكه: السلوك الصحي والاتجاهات نحو الصحة، دراسة ميدانية مقارنة بين طلاب سورين وألمان، مجلة التربية، العدد/4، دمشق، جامعة دمشق، 2001م، ص 73.42 .

* عادات التغذية والطعام: تناول اللحوم ، الفاكهة ، المواد الغذائية بالألياف ، تجنب تناول الدهون ، الكلسترول.

* اتخاذ تدابير الأمن والسلامة الصحية: المراجعة المنتظمة للأطباء وأطباء الأسنان ، القياس المنتظم لضغط الدم ، وفحوصات ذاتية أخرى.

وإن طريقة بناء فقرات المقياس (السلوك الصحي) كانت عبارة عن سؤال متبوع ببداية الإجابة بما يتناسب مع نوع السلوك باستخدام طريقة (ثريستون) وبعضها باستخدام طريقة (ليكرت) وبعضها الآخر باستخدام طريقة (الصواب والخطأ).

* استبيان تعديل مقياس السلوك الصحي: إذ تم عرض المقياس على السادة الخبراء لغرض الحكم على ملائمة التعديلات التي أجريت على المقياس ليتناسب مع البيئة الخاصة لولاية المدية.

3.2. وسائل جمع المعلومات:

- 1 - المصادر والمراجع العلمية.
- 2 - الدراسات والبحوث السابقة.

4.2. وسائل تحليل البيانات:

- 1 - استمارات جمع البيانات وتفرغها.
- 2 - الوسائل الإحصائية.

3. إجراءات الدراسة :

3-1 - تعديل مقياس السلوك الصحي: قام الباحثان بتعديل مقياس السلوك الصحي ليتلاءم مع البيئة الجزائرية (ولاية المدية) إذ اقترح الباحثان حذف مجال (سلوك قيادة السيارات) لكون غالبية أفراد عينة الدراسة لا يملكون سيارات خاصة ، كما تم إضافة فقرة (تناول المنبهات) كونها أيضا من الظواهر المنتشرة بين الرياضيين ، وقد أضيفت هاته الفقرة إلى المجال الأول (التدخين).

3-2 - الدراسة الاستطلاعية: أجرى الباحثان دراسة استطلاعية على لاعبو فرق أندية (المدية ، قصر البخاري ، تابلاط ، بني سليمان ، البرواقية ، العمارية شلالة العذاورة ، السواقي ، الشهبونية ، العزازية) بألعاب مختلفة هي (كرة القدم ، كرة اليد) للموسم (2012/2013) وتم استبعاد من عينة التجربة الرئيسة للمقياس لغرض تحديد الزمن اللازم للإجابة على المقياس والتعرف على الصعوبات

والعقبات وتنظيم إدارة المفحوصين.

3.3. استخراج الأسس العلمية للمقياس (التقنين) :

♦ **الصدق:** استخراج الباحثان صدق المحتوى للمقياس من خلال عرضه والتعديلات التي أجريت عليه على لجنة من الخبراء المختصين.

♦ **الثبات:** للتأكد من ثبات المقياس استخدم الباحثان طريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) إذ تم تطبيق المقياس على عينة من لاعبي نادي (شباب بني سليمان) بلغ عددهم (15) لاعب بتاريخ 2012/10/14 وتم إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها بتاريخ 2012/10/25 وبعد معالجة نتائج التطبيق إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ظهر أن قيمة معامل الثبات تبلغ (0.82) وهو معامل ثبات عالي.

♦ **موضوعية المقياس:** من أجل التأكد من موضوعية المقياس استعان الباحثان بمقومين اثنين عند تطبيق المقياس يوم 2012/10/22 يقومان بتفريغ نتائج المقياس في الوقت نفسه ، وبعد إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج المقومين ظهر أن معامل الموضوعية يبلغ (0.91) وهو معامل موضوعية عالي.

3-4 - الدراسة الميدانية: أجرى الباحثان الدراسة الميدانية للمقياس على أفراد عينة البحث للفترة من 2012/12/09 ولغاية 2013/03/12 إذ تم توزيع استمارة المقياس على لاعبي النوادي المذكورة أعلاه ، وقد جرت عملية توزيع المقياس وجمعه بكل سهولة ويسر وبتعاون جيد من قبل أفراد عينة البحث.

3.5. الوسائل الإحصائية(1):

* الوسط الحسابي * الانحراف المعياري * النسبة المئوية * معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

4. عرض ومناقشة نتائج الدراسة :

4.1. عرض ومناقشة نتائج السلوك الصحي لأفراد العينة :

4.1.1. عرض ومناقشة نتائج المحور الأول (التدخين ، والمنبهات):

الجدول(2): يبين نتائج أفراد العينة على المحور الأول.

(1) وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999م ، ص 137_279 .

التدخين	%	المنبهات	%
بانتظام	31.1%	أكثر من ثلاث مرات	76%
بين الحين والآخر	15%	3 = 2 مرة	18.6%
مرة واحدة	11.6%	مرة واحدة	4%
أبدا	42.3%	ولا مرة	1.4%
المجموع	100%	المجموع	100%

يتبين من الجدول (2) ما يلي:

ظهر أن النسبة المئوية للذين يدخنون بانتظام تبلغ (31.1%) فإذا أضفنا هذه النسبة للرياضيين الذين يدخنون بين الحين والآخر والذين بلغت نسبتهم (15%) فإن المجموع الكلي للذين يدخنون سيكون (46.1%) وهي نسبة عالية جدا خصوصا إذا ما عرفنا أن هؤلاء شريحة الرياضيين المنتظمين في التدريب والمنافسة والذين يتلقون جرعات تدريبية عالية إذ أن التدخين يؤدي إلى الكثير من الأمراض كأمراض القلب والشرابيين والسرطان كما أن ذلك يؤثر على اللياقة البدنية والوظيفية لهؤلاء اللاعبين. وفي هذا الصدد يذكر (سامي الصفار وآخرون، 1990) أن على الرياضي الامتناع عن التدخين لما لها من أضرار جسمية على صحته⁽¹⁾.

لذا ينصح الباحثان الرياضيون الابتعاد عن كل أنواع التدخين سواء أكان السجائر بأنواعها أو أي نوع آخر حفاظا على صحة اللاعب وتحقيقا لأفضل المستويات التنافسية.

فيما بلغت النسبة المئوية للاعبين الذين جربوا التدخين مرة واحدة في حياتهم (11.6%) فإذا أضفنا هذه النسبة إلى النسبة المئوية للاعبين الذين لم يدخنوا أبدا في حياتهم والذين بلغت نسبتهم (42.3%) فإن المجموع الكلي لغير المدخنين يبلغ (53.9%) وهي نسبة منخفضة بالمقارنة مع نسبة المدخنين، ويؤكد الباحثان ضرورة الإقلاع نهائيا عن ممارسة عادة التدخين غير الصحية وبالخصوص اللاعبين الرياضيين.

وتبين من الجدول (2) أيضا ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون المنبهات (الشاي والقهوة) أكثر من ثلاث مرات يوميا بلغت (76%) أما النسبة المئوية للاعبين الذين يتناولون المنبهات بين (3 - 2) مرات يوميا قد بلغت (18.6%) أم النسبة المئوية للاعبين الذين يتناولون الشاي أو القهوة مرة واحدة يوميا قد بلغت (4%) وإذا ما جمعنا هذه النسب نحصل على نسبة (89.6%) من أفراد العينة الذين يتناولون المواد

(1) سامي الصفار وآخرون: أسس التدريب بكرة القدم، بغداد، 1990، ص 384.

المنبهة يوميا وهذه نسبة عالية جدا ، وهي تعود بالتأكيد على طبيعة الفرد والعائلة الجزائرية التي تناوم على تناول (القهوة والشاي) باستمرار ، ويرى الباحثان أن على اللاعبين في النوادي عدم الإكثار أو الإقلاع عن تناول المنبهات وتعويضها بمواد ذات قيمة غذائية تفيد الجسم ويؤكد (سامي الصفار وآخرون ، 1990) أن على الرياضي التقليل من الشاي والقهوة والتركيز على الحليب ، وهناك أنواع وتراكيب خاصة من الشراب الصحي للرياضي قدمه أحد المهتمين بالتغذية ويتكون من (250غ ماء ، 25غ من الغلوكوز ، 1غ من الكالسيوم ، 1ملعقة طعام من البوتاسيوم) ويمكن للرياضي أن يتناول بعد المباراة شراب مكون من (300غ من الماء ، 1غ من الملح ، 5غ من البوتاسيوم ، 30غ من العسل)⁽¹⁾.

فيما بلغت النسبة المئوية لأفراد العينة الذين لا يتناولون المنبهات ولا مرة في اليوم (1.4%) وهي نسبة وضيئة جدا.

4. 1. 2. عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني (الممارسات الصحية الايجابية):

بيّن الجدول (3) نتائج استجابات أفراد العينة على المحور الثاني (الممارسات الصحية الايجابية):

الجدول(3): بيّن نتائج أفرج العينة على المجال الثاني.

النوم	النسبة المئوية	الوقاية من الشمس	النسبة المئوية	تنظيف الأسنان	النسبة المئوية
أكثر من 8 ساعة	32.8%	دائما	0.8%	3 أو أكثر	8.6%
من 7 = 8 ساعة	60.4%	أحيانا	11%	مرتين	20.6%
أقل من 8 ساعة	6.8%	نادرا	22.5%	مرة واحدة	40.8%
		أبدا	64.7%	ولا مرة	30%
المجموع	100%	المجموع	100%	المجموع	100%

تبين من الجدول(3) ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يحصلون على فترات نوم أكثر من (8) ساعة قد بلغت (32.8%) أما النسبة المئوية للأفراد الذين يحصلون على فترات نوم بين (7 – 8) ساعات يوميا قد بلغت (60.4%) ليكون مجموع اللاعبين الذين يحصلون على فترات نوم صحية تبلغ (93.2%) وهي نسبة جيدة إذ يرى الباحثان أن الرياضي يجب أن يحصل على أوقات راحة تامة لاستعادة بعد أداء المجهود

(1) سامي الصفار وآخرون: مرجع سابق، 1990 ، ص384-385 .

بدنيا أو فكريا ، ويؤكد (حماد ، 1998) أن المدة المثالية للنوم التي يجب أن يحصل عليها اللاعب هي ما بين (7 - 8) ساعات يوميا⁽¹⁾. أما النسبة المئوية لأفراد عينة البحث اللذين يحصلون على فترات نوم تقل عن (8) ساعات يوميا فقد بلغت (6. 8%) وهي نسبة قليلة ونصح كل اللاعبين بالخلود للنوم والراحة ضمن الحدود التي يحتاج إليها الجسم للمحافظة على حيوية ونشاط الأجهزة الداخلية والخارجية ولضمان استمرار عملها لفترات أطول.

وتبين من الجدول (3) ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد عينة البحث اللذين يستخدمون وسائل الوقاية من الشمس والحرارة العالية تبلغ (0. 8%) وهي نسبة لا تكاد تذكر إذا ما أضيفت إليها نسبة اللذين يستخدمون وسائل الوقاية من الشمس أحيانا وهي (11%) واللذين يستخدمون هذه الوسائل بصورة نادرة (22. 5%) يبلغ المجموع الكلي لأفراد عينة البحث اللذين يستخدمون وسائل الوقاية من الشمس تبلغ (34. 3%) وهذه النسبة إذا ما قورنت بأفراد العينة اللذين لا يستعملون أبدا أي وسيلة للوقاية من حرارة الشمس والتي تبلغ (64. 7%) سنجد أنها نسبة كبيرة ويتوضح أن أفراد العينة غير مدركين لإضرار التعرض إلى درجات الحرارة العالية إذ تشير المصادر إلى أن التعرض لدرجات الحرارة العالية يؤدي إلى فقدان كبير للسوائل من الجسم وبالتالي نقصان وزن الرياضي لذا يجب تشجيع الرياضي على تناول السوائل بكثرة وتناول الطعام الذي يحتوي على نسبة من الماء كالفواكه والسلطة وكذلك تناول فيتامين (C) يوميا⁽²⁾.

ويبين الجدول (3) أيضا ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد العينة اللذين ينظفون أسنانهم ثلاثة مرات في اليوم أو أكثر تبلغ (8. 6%) ونسبة الأفراد اللذين ينظفون أسنانهم مرتين في اليوم تبلغ (20. 6%) أما نسبة الأفراد اللذين ينظفون أسنانهم مرة واحدة في اليوم فتبلغ (40. 8%) ليكون المجموع الكلي التلاميذ اللذين ينظفون أسنانهم تبلغ (70%) وهي نسبة متوسطة وليست عالية.

أما النسبة المئوية لأفراد العينة اللذين لا ينظفون أسنانهم ولا مرة في اليوم فتبلغ (30%) وهي نسبة عالية ، ويذكر الباحثان الأهمية القصوى لتنظيف الأسنان

(1) مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتدريب وقيادة ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998م ، ص366 .

(2) سامي الصفار وآخرون: مرجع سابق ، 1990 ، ص63 .

وأن عدم تنظيفها يؤدي إلى تلفها وبالتالي فقدان الوسيلة الأولى من وسائل الهضم الطبيعية للإنسان مما يؤدي إلى عدم هضم الطعام في الفم ويلحق أضرار كبيرة بالمعدة ويسبب تكرار عسر الهضم لدى الإنسان ناهيك عن الرائحة الكريهة للفم مما يخل باللياقة العامة للإنسان في المجتمع.

3.1.4. عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث (عادات التغذية والطعام) :

يبين الجدول (4) نتائج استجابات أفراد العينة على المجال الثالث (عادات التغذية والطعام):

الجدول(4): يبين نتائج أفراد العينة على المجال الثالث.

اللحوم	%	الفواكه والخضر	%	الدهون والكوليسترول	%
مرة واحدة في اليوم	5.30%	مرة واحدة في اليوم	4.43	غالبا	9.5
2 = 3 كل أسبوع	4.38	2 = 3 كل أسبوع	8.30	أحيانا	22
مرة واحدة في الأسبوع	2.25	مرة واحدة في الأسبوع	8.25	نادرا	4.32
ولا مرة	9.5			أبدا	397
المجموع	100		100		100

تبين من خلال الجدول(4) ما يلي :

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون اللحوم مرة واحدة في اليوم بلغت (30.5%) وهي نسبة منخفضة أما النسبة المئوية للأفراد الذين يتناولون اللحوم (2 - 3) مرة في الأسبوع فقد بلغت (38.4%) فيما بلغت النسبة المئوية للرياضيين الذين يتناولون اللحوم مرة واحدة في الأسبوع تبلغ (25.2%) وهي نسبة عالية ، أما الأفراد الذين لا يتناولون اللحوم ولا مرة في الأسبوع فقد بلغ (5.9%) وبالتأكيد فإن اللحوم (البروتين) مهمة جدا للإنسان عموما وللرياضي على وجه الخصوص ، واللحوم بأنواعها الحمراء والبيضاء.

يتبين من الجدول (4) ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين يتناولون الفواكه والخضروات مرة واحدة في اليوم قد بلغت (43.4%) وهي نسبة منخفضة نظرا للأهمية الكبيرة لتناول الفواكه والخضروات بشكل يومي للإنسان وبالخصوص الرياضيون إذ أن تناول الرياضي للفواكه مثل البرتقال والتفاح وغيرها يعد مرطب ومغذ لجسم الرياضي وكذلك الحال بالنسبة للخضروات ويذكر (الصفار وآخرون ، 1990) أن من الأغذية الواجب زيادتها وتأكيد تناولها يوم المباراة هي الفواكه والخضروات وذلك لاحتوائها على الفيتامينات بشكل كبير والتي يحتاج إليها الرياضي إلى حد كبير

من جهة ولسهولة هضمها من جهة أخرى" (1).

فيما بلغت نسبة أفراد العينة الذين يتناولون الفواكه والخضروات (2 - 3) مرات كل أسبوع (30.8%) وهي نسبة عالية فيما بلغت نسبة أفراد العينة الذين يتناولون الفواكه والخضروات مرة واحدة في الأسبوع (25.8%) وهي نسبة عالية أيضا إذ يجب التأكيد على تناول كمية كبيرة من الفواكه والخضروات الطازجة والطبيعية لما لها من أهمية كبيرة لجسم الرياضي.

ويتبين من الجدول (4) ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين غالبا ما يتجنبون تناول الأغذية التي تحتوي نسبة عالية من الدهون والكولسترول فتبلغ (5.9%) فيما بلغت النسبة المئوية للذين أحيانا ما يتجنبون تناول الأغذية ذات النسبة العالية من الدهون والكولسترول تبلغ (22%) وهي نسبة قليلة إذ يجب على الرياضي تجنب الأغذية ذات النسبة العالية من الدهون والكولسترول وذلك للأضرار الصحية الناشئة عن ذلك إذ أن تناول كمية كبيرة من المواد الغذائية التي تحتوي على نسبة كبيرة من الكولسترول في الدم يمكن أن ترتفع لمستويات تعد غير صحية ما يزيد من الخطورة للإصابة بأمراض مثل تصلب الشرايين والذي يؤدي إلى التعرض إلى الجلطات الدموية والنوبات القلبية.

أما النسبة المئوية للأفراد الذين نادرا ما يتجنبون تناول المواد الغنية بالكولسترول والدهون فتبلغ (32.4%) إذا ما أضيفت إلى النسبة المئوية لأفراد العينة الذين أبدا لا يتجنبون تناول هذه الأغذية البالغة (39.7%) فإن المجموع يبلغ (72.1%) وهي نسبة عالية جدا تؤكد عدم حرص أفراد العينة على تجنب تناول الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من الكولسترول والدهون، وفي هذا الصدد يذكر (خريط، 1991) أن الكولسترول مادة غذائية هامة عادة يحتاج إليها في كثير من الوظائف المعقدة ويحتاج إليها في تكوين أو تخليق الهرمونات في الخلية حتى نقطة معينة بعدها زيادته تسبب خطورة على الصحة وأن لم يحصل إمداد كافٍ من الأحماض الدهنية الأساسية تزيد نسبة الكولسترول في الشرايين ويؤدي إلى ضيق الأوعية الدموية وانسدادها ويسبب مرض تصلب الشرايين وتتكون مادة الكولسترول من الدهون وتنتشر في جميع خلايا الجسم وخاصة في خلايا الكبد ومصدرها الرئيسي الطعام الذي يتناوله الفرد كالدهون

(1) ريسان خريط مجيد: مرجع سابق، 1991م، ص 71.

الحيوانية(الكولسترول) أو تصنع داخل الخلايا الحية (الكولسترول الداخلي)(1).
ومن خلال ما تقدم يجب على الرياضي مراقبة وزنه باستمرار وعدم السماح
بزيادة أو نقصان الوزن عن الحدود المثالية.

4. 1. 4 . عرض ومناقشة نتائج المحور الرابع (اتخاذ الإجراءات الأمن والسلامة

الصحية):

يبين الجدول (5) نتائج استجابات أفراد العينة على المحور الرابع (اتخاذ
الإجراءات الأمن والسلامة الصحية):

الجدول(5): بين نتائج أفراد العينة على المحور الرابع.

فحوصات عامة	%	طب الأسنان	%	ضغط الدم	%	تخطيط القلب	%	فقر الدم والسكر	%
دائما	1.1%	دائما	2.1%	دائما	5.0%	دائما	3.1%	دائما	4.0%
أحيانا	3.6%	أحيانا	8.5%	أحيانا	9.0%	أحيانا	9.1%	أحيانا	7.2%
نادرا	6.15%	نادرا	12%	نادرا	15%	نادرا	6.12%	نادرا	9.17%
أبدا	77%	أبدا	81%	أبدا	6.83%	أبدا	2.84%	أبدا	79%
المجموع	100%	المجموع	100%	المجموع	100%	المجموع		المجموع	100%

يتبين من خلال الجدول (5) ما يلي:

إن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين لا يهتمون أبدا باتخاذ الإجراءات الأمن
والسلامة الصحية (فحوصها عامة ، مراجعة طبيب الأسنان بدون الشعور بألم ،
القياس الدوري لضغط الدم ، إجراءات تخطيط للقلب ، إجراء تحاليل لقياس قفص
الدم والسكري) قد تراوح بين (77% - 2.84%) وهذه بطبيعة الحال نسب عالية
تؤشر عدم الاهتمام بهذا الجانب الصحي المهم وتبين عدم توفر الكوادر الطبية التي
تعنى بهذا الجانب داخل النوادي الرياضية وضعف الثقافة الصحية للرياضيين
والمدرين لما لهذا الأمر من أهمية كبيرة إذ أن عدم الاهتمام بذلك يمكن أن
يعرض حياة الرياضي للخطر وخاصة انه يتعرض على أنشطة بدنية إذ يذكر (عبد
الحميد وحسانين ، 1997) أن الطب الرياضي له دور كبير في مجال التدريب
الرياضي فالحاجة للأوكسجين ومعدل ضربات القلب في الدقيقة وضغط الدم
والعمليات الكيميائية الحادثة أثناء المجهود كل ذلك يساعد على معرفة وتثبيت
أسلوب ودرجة الحمل الداخلي على أساس أن الحمل الداخلي هو الأساس في
متابعة متطلبات التدريب من حيث الحمل الخارجي(2).

(1) ريسان خريبط مجيد: مصدر سبق ذكره ، 1991م ، ص135 .

(2) كمال عبد الحميد وحمد صبحي حسانين: اللياقة البدنية ومكوناتها - الأسس النظرية - البدنية - طرق

إذ أن الحمل الخارجي يعتمد على جاهزية الرياضيين الصحية ومن غير الصحيح إعطاء الرياضي أحمال التدريبية دون تدقيق حالة الصحية. ويتبين أيضا من الجدول نفسه أن استجابات أفراد العينة على بدائل الإجابة الأخرى كانت في مستويات متدنية تؤكد عدم الاهتمام بالجانب الصحي للاعب وعدم اتخاذ إجراءات احترازية حفاظا على صحة اللاعب وهذا يعرض الكثير من اللاعبين إلى خطر التعرض للوعكات الصحية المفاجئة وتقف حائلا أمام تقدم المستوى الرياضي وفي هذا الصدد يضيف (توفيق ، 1999) أن من الواجب على المشغلين في حقل التدريب البدني الوقوف على التغيرات الفسيولوجية والكيميائية التي تحدث للرياضي والتي قد تكون عائق أمام تقدم مستواه والعمل على تلافي هذه المعوقات بالإعداد الجيد المسبق باستخدام الوسائل والأساليب العلمية الحديثة(1).

ويضيف (علاوي ، 1995) أن من العوامل الجسمية التي لها أثرها الواضح على المستوى الرياضي ويتأسس عليها إمكانية الوصول لأعلى المستويات الرياضية هي الأسس الوظيفية لأجهزة الجسم إذ أن النشاط الرياضي وخاصة في رياضة المستويات العالمية يتطلب سلامة النواحي الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة(2).

5. الاستنتاجات:

توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1 - وجود نسبة عالية من أفراد العينة الذين يدخلون السجائر وأنواعها.
- 2 - ارتفاع نسبة الرياضيين الذين يتناولون المواد المنبهة.
- 3 - انخفاض واضح في نسبة أفراد العينة الذين يحافظون أو يلتزمون بالممارسات الصحية الايجابية (النوم، الوقاية من الشمس، تنظيف الأسنان).
- 4 - عدم التزام نسبة عالية من أفراد العينة بالأسس الصحية لعادات التغذية والطعام.
- 5 - انخفاض نسبة أفراد العينة الذين يتخذون إجراءات صحية وقائية.

القياس، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997م، ص114 .
 (1) فراج عبد الحميد توفيق: دراسة تأثير الارتفاع عن سطح البحر على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمكونات الكيميائية في الدم والمستوى الرقمي لدى متسابقين جري المسافات الطويلة، مجلة المؤتمر العلمي واقع الرياضة وطموحاتها المستقبلية، الإمارات، جامعة الإمارات، كلية التربية، قسم التربية الرياضية، 1999م، ص3 .

(2) محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، القاهرة، دار المعارف، 1995، ص2827 .

6. التوصيات :

يوصي الباحثون بما يلي:

- 1 - إقامة دورات توعية للرياضيين بأهمية المحافظة على السلوك الصحي والعادات الصحية.
- 2 - ضرورة وجود كوادر طبية متخصصة في المؤسسات الرياضية تعنى بأنواع السلوك الصحي.
- 3 - إجراء الرياضيين لفحوصات طبية دورية للتعرف على حالتهم الصحية بدقة.
- 4 - تقديم معونات مادية للرياضيين لأغراض الوقاية الصحية.
- 5 - إجراء دراسات حول انتشار الأمراض بين الرياضيين أو الإصابات التي تنشأ من خلال التدريب والمنافسة.

قائمة المصادر والمراجع :**. اللغة العربية:**

1. ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي ادواته أساليبه ، عمان دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، 1988
2. ريسان خريط مجيد: التحليل البيوكيميائي والفلسفي في التدريب الرياضي ، البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، 1991.
3. سامر جميل رضوان وكونراد ريشكه : السلوك الصحي والاتجاهات نحو الصحة - دراسة ميدانية مقارنة بين طلاب سورين وألمان ، مجلة التربية ، العدد 4 ، دمشق ، جامعة دمشق ، 2012.
4. سامي الصفار وآخرون : أسس التدريب بكرة القدم ، بغداد ، 1990.
5. سامي محمد ملحم : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط 1 ، عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000.
6. سليمان احمد حجر ومحمد قدرى بكري : دراسة مقارنة للانحناء الجانبي للعمود الفقري بين تلاميذ المدينة والقوية لسن (12 - 15) سنة ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية ، المجلد 1 ، العدد 1 - 2 ، 1984.
7. عمار عبد الرحمن قبيع: الطب الرياضي ، ط 2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1992.
8. عويد سلطان المشعان وعبد اللطيف محمد خليفة: تعاطي المواد المؤثرة في الاعصاب بين طلاب جامعة الكويت ، مجلة مؤتمر الخدمة النفسية والتنمية ، الكويت ، جامعة الكويت ، 1999.
9. فاطمة إبراهيم صقر: برنامج ترويجي رياضي لتنمية القدرة على الاسترخاء وتنظيم التنفس واثره على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ومفهوم الذات الجسمية لدى المدمنين ، مجلة المؤتمر العلمي لواقع الرياضة العربية وطموحاتها المستقبلية ، الإمارات ، جامعة الإمارات ، كلية التربية ، قسم التربية الرياضية ، 1999.
10. فراج عبد الحميد توفيق: دراسة تأثير الارتفاع عن سطح البحر على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمكونات الكيميائية في الدم والمستوى الرقمي لدى متسابقين جري المسافات الطويلة ، مجلة المؤتمر العلمي لواقع الرياضة العربية وطموحاتها المستقبلية ، الإمارات ، جامعة الإمارات ، كلية التربية ، قسم التربية الرياضية ، 1999.
11. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين: اللياقة البدنية ومكوناتها - الاسس النظرية - الاعداد البدني - طرق القياس ، ط 3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997.
12. محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسة ، القاهرة ، دار المعارف ، 1995.
13. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتدريب وقيادة ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1988.

١٤. وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية الموصول، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999.

. اللغة الأجنبية:

Wardle. & Steptoe, A, Bellisle, F, and Devut: Health dietary Practice among European student, Health psychology, September, 1997. □

علاقة الكفاءة المهنية والعلمية بأداء مدربي السباحة في عملية إعداد الناشئين (2009) سنة بآندية رابطة ولاية الجزائر .

دراسة متمحورة حول البعد التربوي التعليمي .

أ. رفيق علوان *

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في نجاح عملية إعداد وتكوين البراعم الشبانية المستقبلية (09 - 12 سنة) والإحاطة ببعض الجوانب الفنية والعلمية في إعداد وتكوين البراعم الشبانية ومدى مطابقتها للمقاييس العلمية في مجال تعليم وتدريب السباحين الناشئين ، ضف إلى ذلك معرفة الفروق الموجودة في الطرق والأساليب التعليمية المتبعة من طرف مدربي السباحة في إعداد وتكوين البراعم الشبانية ، ومدى مطابقتها للمقاييس العلمية والعملية في المجال التربوي والرياضي ، كما تطرقنا في دراستنا إلى بعض الجوانب التربوية والفنية لعمل مدربي السباحة وبعض المشاكل والنقائص في ميدان العمل.

Abstract:

This study aims to highlight the importance of professional and scientific competence of the swim trainers in the success of the process of setting up and configuring the future Young buds 12 09 years and take some of the technical and scientific aspects of setting up and configuring the Young buds and the extent of compliance with scientific standards in the field of education and training of young swimmers, Add to that knowledge of the differences in the ways and methods of education followed by coaches swimming in the setup and configuration of Young buds, and the extent of compliance with the scientific and practical standards in the educational and sports field as we talked in our study to some of the educational and technical aspects of the work of swimming coaches and some of the problems and shortcomings in the field of employment

مقدمة:

حظيت الرياضة منذ فترة طويلة من الزمن باهتمام كبير ولقيت عناية كبيرة عند غالبية المجتمعات في العالم بما تعود به من فوائد على صحة الفرد وقوة

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

وصلابة المجتمع ، وما لها من أهمية إستراتيجية وسياسية واقتصادية في بسط وهيمنة بعض الدول في المجال الرياضي ، وتأتي رياضة السباحة من ضمن النشاطات التي لقيت الدعم والاهتمام الكبيرين في الدول المطلة على البحار على وجه الخصوص ، باعتبارها سلاحا في يد من يجيدها ، فهي رياضة كاملة من خصوصيتها و من حيث ممارستها فهي تعود بالصحة على جسم الإنسان ، فهي فن أساسي لا نظير له بين سائر الفنون الرياضية ، لقد عرفت منذ أن عرف الماء في الأنهار والبحار.

إن تعليم السباحة وتدريب السباحين الناشئين تساهم فيها عدة عوامل التي يجب أن تتوفر وهي حوض الماء أو المسبح ، الثقة في النفس عند السباح الناشئ معلم ومدرّب السباحة والأغذية الجيدة ، ويعد معلم ومدرّب السباحة هو الركن الأساسي في عملية تعليم وتدريب السباحين الناشئين ، ومن أجل الارتقاء بمستوى السباحين الناشئين يجب أن تتوفر لدى مدرّب السباحة لهته الفئة العمرية الصغرى كفاءة مهنية وعلمية عالية وخبرات في مجال تخصصه ، وصفات المدرّب الناجح والدراية الكافية بالتطورات الحاصلة في مجال التدريب الرياضي وخصوصية هذه الرياضة ، وخصائص ومميزات النمو للفئة العمرية ، فالإعداد والتحضير الجيد للسباحين الناشئين يتطلب على أن يكون هذا المدرّب كفؤا ناجحا في عمله.

وتطرقنا في دراستنا إلى إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّبي السباحة في إعداد وتكوين الناشئين (9 – 12 سنة) ، وذلك من خلال تناولنا بعض المعايير والاتجاهات العلمية في هذا المجال ، وإحاطته ببعض الجوانب العلمية في مجال التدريب الرياضي الحديث في السباحة ، والمميزات والخصائص والشروط التي يجب أن تتوفر لدى مدرّبي السباحة لنجاح عملية إعداد وتكوين البراعم الشبانية.

ولقد قسمنا بحثنا هذا إلى جانبين ، جانب نظري وجانب تطبيقي ، جانب نظري يتضمن في محتواه على خمسة فصول ، تطرقنا في الفصل الأول إلى رياضة السباحة: تاريخها وتطورها ، فوائدها ومجالاتها ، مبادئ التحليل الفني للسباحة التحليل الفني لطرق السباحة ، المواصفات القانونية لحمامات السباحة ، أما الفصل الثاني فقد تطرق فيه الباحث إلى المدرّب الرياضي والكفاءات المهنية والعلمية المرتبطة بتدريب السباحة: طبيعة عمله ، صفات المدرّب الناجح ، أهدافه وأدواره ، مسؤوليات مدرّب الناشئين ، دوافعه وتأهيله العلمي والمهني ، الأسلوب العلمي في الحكم على كفاءة المدرّب ، الخصائص والسمات الرئيسية للمدرّب ، المدرّب

الرياضي كشخصية تربوية ، كفاءات وأخلاقيات المدرب الرياضي ، وفي الفصل الثالث تطرق الباحث إلى التدريب الرياضي في السباحة مفهومه وواجباته مشتملات وطرق التدريب في السباحة ، مكونات وأسس عملية التدريب في السباحة ، المبادئ الفسيولوجية لتدريب السباحة ، أقسام التدريب الرياضي في السباحة ، أما الفصل الرابع فقد تطرق فيه الباحث إلى خصائص المرحلة العمرية (09 _ 12 سنة) وممارسة السباحة: متطلبات النمو في هذه المرحلة مميزات الموهوبين لممارسة السباحة ، حاجات ودوافع النشء الرياضي ، خصائص تدريب الناشئين ، مميزات برامج تدريب الناشئين تبعاً للعمر ، التغيرات الفسيولوجية عند ممارسة السباحة ، وفي الفصل الخامس تطرق الباحث إلى إعداد وتكوين الناشئين في السباحة: الأسس والعوامل المؤثرة على تعليم السباحة للناشئين ، خطوات تعليم المهارات الخاصة بالسباحة ، تعليم الطرق الأساسية في السباحة ، خصائص حمل التدريب للناشئين ، تدريبات تنمية اللياقة البدنية للناشئين في السباحة.

أما الباب الثاني للبحث ، فقد تضمن الجانب التطبيقي ، الذي يحتوي بدوره على فصلين ، الفصل الأول منه تطرق فيه الباحث إلى منهجية البحث وتتضمن كل من: المنهج المتبع ، مجتمع الدراسة ، عينة البحث ، الدراسة الاستطلاعية ، مجالات وإجراءات البحث ، صعوبات البحث ، الأدوات والوسائل الإحصائية المستعملة ، أما الفصل الثاني فقد تضمن عرض ومناقشة نتائج الاستبيان ، مقارنة النتائج بفرضيات البحث ، أهم النتائج المتوصل من خلال البحث.

1 . إشكالية البحث:

تسابق الخبراء والمختصون في المجال الرياضي خاصة في الحقبة الأخيرة كل في مجال تخصصه ، في دراسة التأثير الإيجابي للممارسة الرياضية والتدريب الرياضي على مختلف أجهزة الجسم الحيوية والمختلفة ، والكل يعمل جاهداً من خلال الأبحاث والدراسات العلمية والمعملية في إمداد العاملين في الحقل الرياضي بمختلف المعلومات والنظريات التي تساهم في رفع كفاءة الممارسين للوصول بهم إلى مرحلة الإنجاز الأمثل. ومن هنا كانت ضرورة الاهتمام والعناية بكل العوامل التي تساعد في الارتقاء بمستوى الانجاز الفني والرقمي ، حيث أضاف التطور العلمي والتكنولوجي الكثير من الوسائل الجديدة التي يمكن الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للاعبين الرياضيين ، حتى يتم إعداد الفرد

بدرجة عالية من الكفاءة تؤهله لمواجهة تحديات العصر(1).

إن السباحة كباقي النشاطات الرياضية تعتمد في مبادئها على الممارسة المبكرة في الصغر وعلى الإعداد والتحصير والتخطيط الجيد خلال الموسم الرياضي من أجل إكساب الرياضي الناشئ المهارات العالية وإكسابه قدرات ومواصفات بدنية عالية وهذا كله لرفع وتحسين مستوى أداء السباح الناشئ بالتدريب وعبر مراحل يسعى من خلالها المدرب من أجل نجاح عملية التدريب ورفع مستوى أداء الرياضيين والحصول على نتائج جيدة في الحاضر أو في المستقبل.

إن الإعداد والتحصير الجيد للسباحين الناشئين هما من أهم عوامل الارتقاء بالمستوى وأداء الرياضي ، وهذا يرتكز على عدة عوامل مادية وبشرية وفكرية ونفسية ، وتوفر الإمكانيات كالمنشآت الرياضية وخبرة وكفاءة المدرب في ميدان التخصص ، ونوع المنهج التدريبي المتبع من طرفه في إعداد المواهب الرياضية المستقبلية ، فهناك جدل كبير حول إعداد وتدريب سباحي المراحل السنوية - خاصة المراحل الصغيرة - فالاهتمام بالبراعم والتخطيط السليم لعملية إعدادهم يعتبر وبحق ضمان للمستقبل القريب لهؤلاء السباحين الصغار. فيرى البعض ضرورة الضغط على هؤلاء السباحين والتركيز على تدريبات السرعة ، والبعض الآخر يرى الاهتمام بالجوانب التكنيكية والتأهيلية. وأظهرت البحوث وتجارب الدول المتقدمة في هذا المجال أن التدريب العنيف لسباحي المراحل السنوية يمثل خطورة حقيقية على الجوانب الفسيولوجية والنفسية لهم - مما يجعلهم يتعدون عن السباحة في سن مبكرة(2).

إن نجاح مدرب السباحة في عمله يرتبط إلى حد كبير بمستواه العلمي وخبراته ومعلوماته ومعارفه وقدراته في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص بالعمل فيه ، فكلما تميز بالتأهيل العلمي التخصصي العالي كلما ازداد إتقانه للمعارف النظرية والعلمية وطرق تطبيقها ، كلما كان قادرا على تطوير وتنمية مستوى الأداء الرياضي للسباح إلى أقصى درجة ، فلا بد أن يلم بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لعلم التدريب والتطورات الحاصلة في مجال التدريب ، وأن يتقن المهارات الحركية في مجال تخصصه ، وأن يمتلك المعلومات التي ترتبط

(1) هدى محمد محمد الخضري: التقنيات الحديثة لانتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة ، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، 2004 ، ص 7 .

(2) عصام حلمي: إستراتيجية تدريب الناشئين في السباحة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1998 ، ص 03 .

بأسس تطوير وتنمية القدرات البدنية والمهارات الحركية والخصائص البدنية لدى السباح الناشئ وطرق اكتسابها وتطويرها ، مع ضرورة إلمامه بالخصائص المميزة والفروق الفردية في مجال تدريب الناشئين ذكور وإناث.
انطلاقا مما سبق لنا ذكره جاء محور تساؤلنا على النحو التالي:
ما هو دور الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في إعداد وتكوين الناشئين (9 - 12) سنة؟.

التساؤلات الجزئية:

- 1 - هل المدربون القائمون على إعداد وتكوين سباحي الفئة العمرية (09 - 12) سنة لديهم كفاءة مهنية والمؤهلات العلمية الكافية؟.
- 2 - هل نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدربي السباحة له انعكاس على إعداد وتكوين السباحين الناشئين (09 - 12) سنة؟.
- 3 - كيف يمكن أن تساهم الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في الإعداد والتكوين الجيد لسباحي المرحلة العمرية (09 - 12) سنة؟.
- 4 - هل يولي المسировون القائمون على أندية السباحة أهمية للمؤهلات العلمية والقدرات المهنية للمدربين من أجل الإعداد والتكوين الجيد لسباحي الفئة العمرية (09 - 12) سنة؟.

2. فرضيات البحث:

* الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في نجاح عملية الإعداد والتكوين الجيد الشامل والمتزن لسباحي الفئة العمرية (9 - 12) سنة.

- الفرضيات الجزئية:

- 1 - المدربون القائمون على إعداد وتكوين سباحي الفئة العمرية (09 - 12) سنة لا تتوفر لديهم كفاءة مهنية والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة.
- 2 - نقص الخبرة والتكوين العلمي والمهني لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على إعداد وتكوين السباحين الناشئين (09 - 12) سنة.
- 3 - الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في الإعداد والتكوين الجيد للفئات الناشئة وذلك من خلال التخطيط الجيد وإتباع البرامج التعليمية والتدريبية العلمية الحديثة.
- 4 - المسировون القائمون على أندية السباحة لا يولون أهمية للمؤهلات العلمية والقدرات المهنية للمدربين من أجل الإعداد والتكوين الجيد لسباحي الفئة العمرية (09 - 12) سنة.

3. أسباب اختيار الموضوع:

- تكمّن أسباب اختيار موضوع بحثنا فيما يلي:
- نقص الدراسات والبحوث التي تناولت مواضيعها مثل هذا الموضوع.
- نود من خلال هذا الموضوع إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّبي السباحة في إعداد وتكوين البراعم الشبانية المستقبلية.
- نسعى من خلال اختيارنا لهذا الموضوع تحقيق بعض الأهداف في مجال تكويننا والتي تعتبر مسعى كل باحث.
- نسعى إلى اكتشاف بعض الحقائق في مجال تدريب وإعداد وتكوين البراعم الشبانية في السباحة وعمل المدرب كشخصية تربوية.
- محاولة الوقوف على بعض جوانب القصور في إعداد وتكوين البراعم الشبانية

4. أهمية البحث:

- تنبع أهمية البحث من أهمية الموضوع الذي نتناوله في دراستنا وهو أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّبي السباحة في نجاح عملية إعداد وتكوين الناشئين (12 سنة - خلال الموسم الرياضي ومستقبلياً ، والتي يجب إعطاؤها أهمية بالغة في إعداد وتحضير البراعم الشبانية والتي تنعكس على المدرب الكفاء والناجح.
- إبراز مكانة وأهمية الكفاءة المهنية العلمية لمدرّبي السباحة في إعداد وتكوين البراعم الشبانية.
- إبراز القيمة العلمية والعملية لكفاءة مدرّبي السباحة.
- الوقوف على بعض الحقائق المهنية والعلمية لعمل مدرّبي السباحة في إعداد وتكوين البراعم الشبانية.

5. أهداف البحث:

- يهدف بحثنا بالأخص إلى ما يلي:
- إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّبي السباحة في نجاح عملية إعداد وتكوين البراعم الشبانية المستقبلية (09 - 12 سنة).
- الإحاطة ببعض الجوانب الفنية والعلمية في تدريب وإعداد وتكوين البراعم الشبانية ومدى مطابقتها مع المقاييس العلمية في مجال تعليم وتدريب السباحين الناشئين.
- معرفة الفروق الموجودة في الأساليب التعليمية وطرق التدريب عند مدرّبي السباحة في إعداد وتكوين البراعم الشبانية ، ومدى مطابقتها للمقاييس العلمية والعملية في المجال التربوي والرياضي.

– الوقوف على بعض الجوانب التربوية والفنية لعمل مدربي السباحة وبعض المشاكل والنقائص في ميدان العمل.

6 . التعريف بمصطلحات البحث :

6-1 - الإعداد: يعرف الإعداد بأنه رفع مستوى الأداء البدني للفرد الرياضي لأقصى مدى تسمح به قدراته.
- ويعرف أيضا بأنه إكساب الفرد الرياضي باللياقة البدنية.
- والإعداد في المجال الرياضي هو أربعة أشكال : إعداد بدني ، إعداد مهاري إعداد خططي ، إعداد نفسي(1).

6-2 - الكفاءة :

أ - المعنى اللغوي للكفاءة : في المنجد للغة العربية تدل كلمة كفاءة على المهارة والبراعة والحدق ، المقدرة المهنية ، أهلية للقيام بعمل في مجال من المجالات « كفاءة : طيب » معرفة متعمق فيها ومعترف بها ، أو قدرة مسلم بها تخول صاحبها الحق بأداء الرأي في بعض الموضوعات أو في مادة ما(2).

ب - مفهوم الكفاءة اصطلاحا : هي مجموعة القدرات والمعارف المنظمة والمجندة بشكل يسمح بالتعرف على إشكالية وحلها من خلال نشاط تظهر فيه أداءات أو مهارات المتعلم في بناء معرفته.

* يعرف لبوتارف LE BOTERF (2000) الكفاءة ويقول: « يمكن أن نعت مفهوم الكفاءة بما نعت به « HEINZ VON FOESTER » المعلومة بأنها مفهوم متقلب مما يدل على تنوع وتعدد دلالاته ، ففي المجال التربوي ، يقصد بالكفاءة ما يكون قد اكتسبه شخص معين من معرفة وتجربة في مجال من المجالات مما يعطيه ميزة ما يقيم من خلالها فيقال ، برهن فلان على كفاءته في كذا أو كذا... أو لفلان كفاءات استثنائية»(3).

* وتعرف دولا نشير « Delansheere .v (1992) الكفاءة على أنه: « مصطلح يدل على القدرة على تنفيذ مهمة معينة بأسلوب مرض ». فحسب هذه الباحثة فإن ما ينبغي الاهتمام به عندما نريد تعريف الكفاءة ليس هو السلوك وإنما المهمة التي تعبر عن الأنشطة التي تسمح بإنجاز ما هو متوقع من نتائج إيجابية ،

(1) مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث: تخطيط وتطبيق وقيادة الطبعة 1 ، دار الفكر العربي 1998 القاهرة 101 .

(2) المنجد في اللغة العربية المعاصرة ، دار المشرق ، ط2 ، بيروت 2001 ، ص 123 .

(3) محمد بوعلاق: مدخل لمقاربة التعليم بالكفاءات ، قصر الكتاب ، البلية ، 2004 ، ص 23 .

أي أن المهمة هي أفعال دقيقة ينتظر من المتعلم القيام بها(1).

1.2.6. الكفاءة المهنية:

هي عبارة عن مكتسب شامل يدمج قرارات فكرية ومهارات حركية ومواقف ثقافية واجتماعية.

كما يعد مفهوم الكفاية « Competency » من المفاهيم الاقتصادية التي شاع استخدامها حديثا - نسبيا - في مجال التربية ، يرجع ذلك إلى تزايد النظرة الاقتصادية إلى التعليم باعتباره عملية استثمارية يمكن أن تحقق مردودا بأقل تكلفة وجهد وفي أقصر وقت.

2.2.6. الكفاءة العلمية:

هي نظام معارف تصورية وأدائية منظمة وفق تصميم عملي علمي محاط بأسس علمية(2).

6 - 3 - السباحة: السباحة هي إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي الذي يعد غريبا نوعا ما عليه بصفته وسطا يختلف كليا عن الوسط الذي اعتاد التحرك فيه (الأرضي). فالوضع الذي يتخذه في الماء مختلف كليا عنه في الأرض بالإضافة إلى تأثيرات ضغط الماء على جسم السباح والتي قد تحدث عنه تغيرات فسيولوجية في الأجهزة الداخلية بالإضافة إلى التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب وتعرضه لكثير من الانفعالات(3).

6 - 4 - التدريب الرياضي: التدريب الرياضي كمصطلح بينت آراء العلماء تعريف مشترك له ، حيث كان لكل منهم مفهومه الخاص والذي يتحدد وفقا لاتجاهاته فلسفته ومجال التخصص.

من وجهة النظر الفيزيولوجية يعرف التدريب " هو مجموعة التمرينات أو المجهودات البدنية الموجهة والتي تؤدي إلى إحداث تكيف أو تغيير وظيفي في أجهزة وأعضاء الجسم الداخلية لتحقيق مستوى عال من الإنجاز الرياضي.

6 - 5 - الناشئين: هم الصغار من الجنسين ، البنين والبنات الذين تتراوح أعمارهم ما بين (5 - 13) سنة ، وتندرج هذه السنوات تحت كل من مراحل الطفولة

(1) محمد بوغلاق ، نفس المرجع ، ص 22 .

(2) الفتلاوي سهيلة محسن ، مرجع سابق ، ص 42 .

(3) قاسم حسن حسين ، افتخار أحمد: مبادئ وأسس السباحة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، 2000 ، ص 11 .

المتوسطة (8 - 10 سنوات) تقريبا ، ومرحلة الطفولة المتأخرة (11 - 12 سنة تقريبا) ، وبداية مرحلة المراهقة الأولى (1).

6 - 6 - المدرب الرياضي: وهو الأداة العلمية التدريسية بفعل المعارف والخبرات والمعلومات الرياضية كما أنه شخصية تربوية تتولى قيادة عملية التربية والتعليم ويؤثر مباشرة في التطوير الشامل والمتزن لشخصية الرياضي. وهو أيضا: الشخصية التي يقع على عاتقها القيم بالتخطيط والقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب وتوجيه اللاعبين خلال المنافسات (2).

7. الدراسة الاستطلاعية:

نظرا لأهمية موضوع بحثنا ودقته والجوانب المراد دراستها ، والتي تتطلب منا جهد كبير واجتهاد مقنن حسب الإمكانيات المتوفرة لدينا ، بالإضافة إلى الخصائص التي تتميز بها عينة البحث ، جاءت الدراسة الاستطلاعية على النحو الآتي:

قمنا في بداية الأمر وبعد اختيار موضوع الدراسة وتحديد المشكلة ثم صياغة الفرضيات والعينة التي سنجري عليها الدراسة ، بدراسة ميدانية استطلاعية على بعض المسابح بالعاصمة (مسبح أحمد غرمول ، مسبح باب الزوار) للاطلاع على عمل بعض المدربين ، وكانت لنا لقاءات مع بعض المدربين وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص الإعداد والتكوين الرياضي في السباحة وخصوصا مع الفئات العمرية الصغرى ، والغرض منها هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر رابطة ولاية الجزائر للسباحة وكان لنا نقاش مع رئيس الرابطة الذي أمدنا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم النوادي على مستوى مسابح الولاية ، وعدد الأندية والمدربين القائمين على إعداد الفئات الصغرى ، وكان لنا لقاء مع بعض رؤساء والمدراء الفنيين لبعض الأندية وأجرينا معهم مقابلات شخصية وطرحنا عليهم بعض الأسئلة التي تقربنا نوعا ما من فهم مشكلة البحث.

قمنا بعد ذلك بصياغة أسئلة على شكل استبيان لغرض تقصي الحقائق والاطلاع على واقع إعداد الناشئين وتكوينهم ، وعمل المدربين وطبيعة هذه العلاقة. هذا الاستبيان تم عرضه على الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة

(1) يحي السيد إسماعيل الحاوي: الموهبة الرياضية والإبداع الحركي ، المركز العربي للنشر ، مصر ، 2004 ، ص 21 .

(2) مفتي إبراهيم حماد ، نفس المرجع ، ص 27 .

المتخصصين ، والغرض منه هو التأكد من أن الأسئلة واضحة ومفهومة وتحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث. وبعد مراجعة الأسئلة والتصحيح وتعديل البعض منها حسب ملاحظات الأساتذة ، قمنا بتوزيع البعض منها على 07 مدربين و03 مدراء فنيين وقمنا باسترجاعها ، ثم بعدها بأيام وزعنا الاستبيان على عينة البحث كمرحلة نهائية ، واستنتجنا أن الإجابة على الأسئلة كانت بصدق وجدية من طرف عناصر عينة البحث.

8. مجتمع الدراسة:

إن مجتمع البحث يعني جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها البحث فالباحث الذي يعد بحثه في دراسة ظاهرة أو مشكلة ما ، فإنه يحدد جمهور بحثه أو مجتمع بحثه حسب الموضوع أو الظاهرة أو المشكلة التي يختارها(1). إن مجتمع الدراسة يمثل أفراد الفئة التي نريد إجراء الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المتبع والمناسب لهذه الدراسة ، فكان المجتمع الأصلي للبحث مدربي السباحة القائمين على إعداد وتكوين السباحين على مستوى الأندية التابعة لرابطة ولاية الجزائر للسباحة. والذين كان عددهم (129) مدرب ، موزعين على (31) نادي وجمعية رياضية. والمدراء الفنيين الرياضيين لهذه الأندية والجمعيات الرياضية وعددهم الإجمالي (31). ومنه المجتمع الأصلي لدراستنا هو (129) مدرب و(31) مدير فني رياضي.

9 . عينة البحث:

يعتبر اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل الهامة للبحث ، إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي سيستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي سيختارها ، هل سيأخذها عينة واسعة وممثلة أم عينة محددة؟ هل سيطبق دراسته على كل الأفراد أم يختار قسما منهم فقط؟(2).

لقد تم اختيارنا للعينة بطريقة قصدية (عينة مقصودة) ، عينة من المدربين: والمتمثلة في جميع مدربي السباحة للفئات العمرية (09 - 12) سنة للأندية الرياضية التابعة لرابطة ولاية الجزائر للسباحة وعددهم (67) مدرب ومدربة ، موزعين على (31) نادي وجمعية رياضية ، حيث يمارسون نشاطهم الرياضي على مستوى (05) مسابح بولاية الجزائر. عينة من المدراء الفنيين الرياضيين: لقد تم أخذ جميع المدراء الفنيين الرياضيين لهذه الأندية والجمعيات الرياضية وعددهم

(1) ذوقات عبيدات ، عبد الرحمان عدس ، كايد عبد الحق: البحث العلمي - مفهومه وأدواته وأساليبه ، ط7 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2001 ، ص99 .

(2) ذوقات عبيدات ، عبد الرحمان عدس ، كايد عبد الحق ، مرجع سابق ، ص99 .

(31) مدير فني رياضي.

10 . أدوات البحث:

قصد إيجاد حلول لإشكالية البحث المطروحة وللتحقق من صحة فرضيات لزم علينا إتباع طرق علمية للدراسة ، واستخدام مجموعة من الأدوات لجمع المعلومات التي تخدم موضوع البحث ، ومجموعة من الوسائل الإحصائية لتحليل المعطيات والنتائج التي ستحصل عليها ، حيث تم استخدام الأدوات والوسائل التالية :
10-1 . الدراسة النظرية : التي يصطلح عليها ب « البليوغرافيا » أو المادة الخيرية ، حيث تم الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب ، مذكرات ، مجلات ، جرائد رسمية ، في جمع المعلومات التي لها صلة وعلاقة بموضوع الدراسة.

10-2 . المقابلة الشخصية : ولقد كانت لنا مقابلات شخصية مع رئيس رابطة ولاية الجزائر للسباحة ، مقابلات مع بعض المدراء الفنيين الرياضيين للأندية الرياضية ، وكان موضوع هذه المقابلات مجموعة من الأسئلة تتمحور حول عمل المدرسين القائمين على إعداد وتكوين الفئات الصغرى ورأيهم حول النتائج المحصل عليها في مجال الإعداد والتكوين ، والمستوى العلمي والمهني للمدرسين والأسلوب المهني ونوعية البرامج التدريبية المنتهجة ومدى تحقيقها للأهداف المسطرة.

10-3 . الاستبيان: تحتوي استمارة الاستبيان الموجهة للمدرسين على مجموعة من الأسئلة ، تمت صياغتها لإيجاد حلول لمشكلة البحث تبعا للمنهج العلمي الذي اتبعناه في هذه الدراسة ، وقد تم تصميم هذا الاستبيان وصياغة الأسئلة والعبارات وكتابتها استنادا إلى آراء وتوجيهات الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة المختصين في المجال التربوي والرياضي بما يتماشى مع موضوع وإشكالية البحث وفروضة. ولقد احتوى الاستبيان في مضمونه على عبارات في شكل أسئلة عددها (24) سؤال ، منها (08) أسئلة مغلقة ، (02) سؤال مفتوح ، و(14) سؤال من النوع المغلقة المفتوحة. وتحتوي استمارة الاستبيان الموجهة للمدراء الفنيين الرياضيين على مجموعة من الأسئلة عددها (11) سؤال ، منها (02) سؤال مفتوح ، و(09) أسئلة من النوع المغلقة المفتوحة.

11 . مجالات البحث:

1.11 . المجال الزمني:

تم توزيع استمارات الاستبيان على أفراد العينة في الفترة الممتدة ما بين 22 - 03 - 2008 إلى 29 - 03 - 2008 ، وتم استرجاعه بعد 05 أيام ، أما فيما يخص المقابلة فقد تم إجراؤها مع بعض رؤساء الأندية والمدراء الفنيين الرياضيين

المسؤولين على مستوى الأندية في فيفري 2008 ، كما كانت لنا مقابلة مع رئيس رابطة ولاية الجزائر للسباحة في مارس 2008.

2.11 . المجال المكاني؛

لقد أجريت الدراسة الميدانية ، على مستوى المسابح التي تتدرب فيها الأندية والجمعيات الرياضية التابعة للجزائر العاصمة وهي كالتالي: (مسبح أحمد غرمول ، مسبح 01 ماي ، مسبح باب الزوار ، مسبح 05 جويلية ، مسبح الدرارية). أما فيما يخص المقابلات التي أجريناها مع رؤساء الأندية والجمعيات الرياضية ، المدراء الفنيين الرياضيين ، فقد تمت على مستوى المسابح المذكورة أعلاه ، المقر الاجتماعي لبعض الأندية الرياضية ، وعلى مستوى رابطة الجزائرية للسباحة.

12 . مقارنة النتائج بالفرضيات؛

- **الفرضية الأولى:** تفسير نتائج المحور الأول الخاص بالفرضية الأولى من خلال إجابات المدربين على عبارات المحور الأول من الاستبيان.

جدول رقم(39): الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الأول الخاص بإجابات المدربين.

نتائج المحور الأول الخاص بإجابات المدربين			
الدلالة الإحصائية	ك ² الجدولة	ك ² المحسوبة	ك ² العبارات
دالة	/	/	العبارة رقم 01
دالة	07.81	09.73	العبارة رقم 02
دالة	07.81	18	العبارة رقم 03
دالة	03.84	24.06	العبارة رقم 04
دالة	05.99	14.8	العبارة رقم 05
دالة	03.84	08.06	العبارة رقم 06
دالة	03.84	04.26	العبارة رقم 07
دالة	03.84	21.6	العبارة رقم 08

تنتقل الفرضية الجزئية الأولى من اعتقاد مفاده أن المدربون القائمون على إعداد وتكوين سباحي الفئة العمرية (09 - 12) سنة لا تتوفر لديهم كفاءة مهنية والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة ، فانطلاقا من مختلف هذه القراءات واستنادا إلى النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم(39) السابقة الذكر والمؤكدة بطرق إحصائية علمية ، فإنها تفيد أن تراجع مستوى الإعداد وتكوين سباحي هذه الفئة العمرية يعود بالدرجة الأولى إلى نقص كفاءة المدربين المهنية ، ونوعية ودرجة مؤهلاتهم العلمية التي لا تتماشى ولا تتناسب مع متطلبات إعداد وتكوين سباحي

هذه الفئة العمرية ، حيث تأتي هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث ، وبهذا نستطيع أن نحكم بأن الفرضية الأولى قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

الفرضية الثانية: تفسير نتائج المحور الثاني الخاص بالفرضية الثانية من خلال إجابات المدربين على عبارات المحور الثاني من الاستبيان.

جدول رقم(40) : الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين.

نتائج المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين			
الدلالة الإحصائية	ك ² الجدولة	ك ² المحسوبة	ك ² العبارات
دالة	07.81	15.59	العبارة رقم 09
دالة	03.84	17.06	العبارة رقم 10
دالة	03.84	08.06	العبارة رقم 11
دالة	07.81	29.32	العبارة رقم 12
دالة	05.99	09.7	العبارة رقم 13
دالة	03.84	09.6	العبارة رقم 14
دالة	03.84	05.4	العبارة رقم 15
دالة	05.99	09.1	العبارة رقم 16

بنيت الفرضية الجزئية الثانية على أساس اعتقاد مفاده أن نقص الخبرة والتكوين العلمي والمهني لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على إعداد وتكوين السباحين الناشئين (09 - 12) سنة ، فمن خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثاني والمؤكدة بطريقة إحصائية ، والمبينة في الجدول رقم(40) ، فإنها جاءت مؤكدة لصحة فرضية الباحث ، حيث أن نقص خبرة المدربين وتكوينهم العلمي والمهني يؤثر سلبيا على إعداد وتكوين السباحين الناشئين في النواحي الفنية والبدنية والنفسية ، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية ، وعليه نستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

الفرضية الثالثة : تفسير نتائج المحور الثالث الخاص بالفرضية الثالثة من خلال إجابات المدربين على عبارات المحور الثالث من الاستبيان.

جدول رقم (41): الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثالث الخاص بإجابات المدربين.

نتائج المحور الثالث الخاص بإجابات المدربين			
الدلالة الإحصائية	ك ² الجدولة	ك ² المحسوبة	ك ² العبارات
دالة	07.81	29.32	العبارة رقم 17

دالة	05.99	10.3	العبارة رقم 18
دالة	05.99	06.7	العبارة رقم 19
دالة	03.84	05.4	العبارة رقم 20
دالة	05.99	09.1	العبارة رقم 21
دالة	05.99	09.3	العبارة رقم 22
دالة	05.99	13.9	العبارة رقم 23
دالة	07.81	13.98	العبارة رقم 24

بنيت الفرضية الجزئية الثالثة على اعتقاد مفاده أن الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في الإعداد والتكوين الجيد للفئات الناشئة وذلك من خلال التخطيط الجيد وإتباع البرامج التعليمية والتدريبية العلمية الحديثة، فمن خلال مختلف النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثالث من الاستبيان والمؤكدة بطريقة إحصائية، والمبينة في الجدول رقم (41)، نرى أن البرامج المطبقة والمنتجة من طرف المدربين لا تتماشى ولا تطابق البرامج التعليمية والتدريبية العلمية الحديثة في السباحة مع الفئات الناشئة، هذا راجع لنقص كفاءاتهم المهنية والعلمية، وعدم تطلعهم على الدراسات الحديثة في مجال تعليم وتدريب السباحة للفئات الناشئة، وقد جاء هذا مطابقا لتوقعات الباحث، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية، وعليه نستنتج أن الفرضية الثالثة قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

الفرضية الرابعة:

تفسير نتائج المحور الرابع الخاص بالفرضية الرابعة من خلال إجابات المدراء الفنيين الرياضيين على عبارات المحور الرابع من الاستبيان الخاص بهم. جدول رقم (42): الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الرابع الخاص بإجابات المدراء الفنيين.

نتائج المحور الرابع الخاص بإجابات المدراء الفنيين الرياضيين			
الدلالة الإحصائية	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	كا ² العبارات
دالة	03.84	07	العبارة رقم 02
دالة	07.81	09.42	العبارة رقم 03
دالة	03.84	05.14	العبارة رقم 04
دالة	03.84	07	العبارة رقم 05
دالة	05.99	07.35	العبارة رقم 06
دالة	05.99	07.98	العبارة رقم 07

العبارة رقم 08	35 .07	99 .05	دالة
العبارة رقم 09	10	81 .07	دالة
العبارة رقم 10	08	81 .07	دالة
العبارة رقم 11	14 .09	84 .03	دالة

بنيت الفرضية الجزئية الثالثة على اعتقاد مفاده أن المسيرين القائمون على أندية السباحة لا يولون أهمية للمؤهلات العلمية والقدرات المهنية للمدربين من أجل الإعداد والتكوين الجيد لسباحي الفئة العمرية (09 - 12) سنة ، فمن خلال مختلف النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الرابع من الاستبيان والمؤكدة بطريقة إحصائية ، والمبينة في الجدول رقم (42) بحيث نجد أن هناك مدربين يمارسون مهنتهم وهم لا يحملون شهادات علمية ولم يتلقوا أي تكوين في تعليم وتدريب السباحة ، وقد جاءت النتائج مطابقة لتوقعات الباحث ، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية ، وعليه نستنتج أن الفرضية الرابعة قد تحققت

. مقارنة النتائج بالفرضية العامة:

. الجدول رقم (43): مقارنة النتائج بالفرضية العامة.

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	■ المدربون القائمون على إعداد وتكوين سباحي الفئة العمرية (09) ■ سنة لا تتوفر لديهم كفاءة مهنية والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة.	الفرضية الجزئية الأولى
تحققت	■ نقص الخبرة والتكوين العلمي والمهني لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على إعداد وتكوين السباحين الناشئين (09 = 12) سنة.	الفرضية الجزئية الثانية
تحققت	■ الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في الإعداد والتكوين الجيد للفئات الناشئة وذلك من خلال التخطيط الجيد وإتباع البرامج التعليمية والتدريبية العلمية الحديثة.	الفرضية الجزئية الثالثة
تحققت	■ المسيرين القائمون على أندية السباحة لا يولون أهمية للمؤهلات العلمية والقدرات المهنية للمدربين من أجل الإعداد والتكوين الجيد لسباحي الفئة العمرية (09 = 12) سنة.	الفرضية الجزئية الرابعة
تحققت	■ الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في نجاح عملية الإعداد والتكوين الجيد الشامل والمتزن لسباحي الفئة العمرية (9 = 12) سنة.	الفرضية العامة

من خلال الجدول رقم (43) يبين أن الفرضيات الأربعة التي اقترحها الباحث كحلول لمشكلة البحث قد تحققت ، وهذا ما أثبتته النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للمدربين والمدراء الفنيين الرياضيين ، والمبينة في الجداول رقم (39) (40) (41) (42) ، ومنه نستنتج أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت ، والتي مفادها أن الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في

نجاح عملية الإعداد والتكوين الجيد الشامل والمتزن لسباحي الفئة العمرية (9 - 12) سنة.

. الاستنتاج العام :

على ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة ، ومن خلال الفرضيات المطروحة نستنتج أن نجاح عملية إعداد وتكوين السباحين الناشئين خاصة الفئة العمرية (09 - 12) تعود أساسا وبالدرجة الأولى على كفاءة المدرب المهنية والعلمية ، والعناية والأهمية التي يجب أن يوليها مسيرى ومسئولي الأندية الرياضية لسباحي هذه المرحلة من خلال توفير الدعم والإمكانيات المادية ، والاختيار الجيد للمدربين الذين تتوفر فيهم الشروط العلمية والمهنية اللازمة ومستوى تأهيلهم العلمي والمهني في ميدان تدريب السباحة للفئات الناشئة.

فمن خلال ما توصلنا إليه من نتائج في هذه الدراسة ، أن أغلبية المدربين لا تتوفر فيهم الكفاءة العلمية والمهنية اللازمة ، وهذا من خلال المؤهلات العلمية والخبرة المكتسبة في الميدان المهني التخصصي ، ونقص تكوينهم وتأهيلهم المهني في تعليم وتدريب السباحة للفئات الناشئة ، فهم لا يهتمون بمتابعة ومزاولة الدورات التكوينية والرسكلة ، وعدم حضورهم الملتقيات والمجالس العلمية في مجال تخصصهم ، ضف إلى ذلك أغليبتهم ليس لديهم دراية بالدراسات الحديثة المتعلقة بتعليم وتدريب السباحة للناشئين وإعداد وتخطيط برامجهم التعليمية والتدريبية ، هذا كله يدل على نقص في مستوى تكوين وإعداد السباحين الناشئين ، فنقص الخبرة والتكوين العلمي والمهني لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على إعداد وتكوين السباحين الناشئين. ونستنتج أيضا أن الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة تساهم في الإعداد والتكوين الجيد للفئات الناشئة وذلك من خلال التخطيط الجيد وإتباع البرامج التعليمية والتدريبية العلمية الحديثة التي تتماشى مع متطلبات النمو وخصائص السباحين.

ونستنتج من خلال نتائج المحور الرابع من الاستبيان أن المسؤولين والمسيروون القائمون على أندية السباحة لا يولون أهمية للمؤهلات العلمية والقدرات المهنية للمدربين عند توظيفهم من أجل الإعداد والتكوين الجيد للسباحين الناشئين ، بحيث نجد مدربيون لا يحملون شهادات علمية تخصصية ، فهناك ممارسة عشوائية وسوء التسيير ، وهذا كله لا يخدم تطوير وتحسين المستوى الرياضي للسباحة الجزائرية.

. الخاتمة :

لقد حاولنا جاهدين من خلال بحثنا هذا أن نبين أهمية كفاءة المدرب

المهنية والعلمية في إعداد وتكوين السباحين الناشئين ، فالفترة الطويلة لإعداد النشء للمستويات الرياضية العالية والتطوير الشامل المتزن لقدراتهم وخصائصهم يتطلب من المدرب أن يكون ملما بالأسس النظرية والعملية المختلفة لعلم التدريب ، وأن يتقن المهارات الحركية في السباحة ، وضرورة إلمامه بالخصائص المميزة لتدريب السباحين الناشئين ، كما يجب أن يلم بالمعارف والمعلومات الأساسية في الفروع والميادين العلمية التي ترتبط بعملية التدريب الرياضي ، وعدم الاكتفاء بما وصل إليه من درجة التأهيل العلمي والمهني ، بل العمل على الاستزادة والاطلاع الدائم على كل ما يستجد من المعارف والمعلومات الحديثة ، ومسايرة التطور والتقدم العلمي في المجال الرياضي. ومن هنا تطرح فكرة إدراك أهمية كفاءة المدرب المهنية والعلمية في نجاح عملية إعداد وتكوين السباحين الناشئين.

ومن خلال جمع المعطيات النظرية والتطبيقية المرتبطة بالبحث ، وانطلاقا من مشكلة مطروحة معاشة ميدانيا ، وبعد عرض النتائج وتحليلها بخصوص أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في إعداد وتكوين الناشئين (09 - 12) سنة ، فهذه النتائج تبدو منطقية إلى حد كبير ، فكان الهدف الذي يرمي إليه الباحث هو الكشف عن أهمية كفاءة المدرب في إعداد وتخطيط البرامج التعليمية والتدريبية بالأسس العلمية والحديثة في ميدان السباحة ، التي من خلالها يمكن تطوير وتنمية قدرات السباح الناشئ التي تراعي خصائص ومتطلبات نموه ، وهذا كله يتحدد بكفاءة وقدرات المدرب في مجال تخصصه. ومن خلال النتائج العامة المتحصل عليها نجد:

- قصور في الإعداد المهني للمدرب وبالتالي لا يضمن في بناء وإعداد وتخطيط البرامج ذات فعالية وإيجابية التي تسمح بتطوير مختلف قدرات السباح الناشئ.

- ضعف مستوى المدربين في الثقافة التدريسية والمعرفية والذي لا يضمن نجاح العملية التدريسية التعليمية ، وعدم إلمامهم بالمبادئ الأساسية للتدريب الرياضي الحديث والعلوم المرتبطة به كان له أثر على ضعف مستوى التكوين الرياضي للناشئين على مستوى الأندية.

- قصور وضعف كبير للمدربين في بناء وتخطيط ووضع أهداف واضحة المعالم ومحددة للبرامج ، كما أن البرامج التدريبية المطبقة لا تتماشى ولا تسمح بتطوير وتنمية قدرات السباحين الناشئين.

* قائمة المراجع:

/ قائمة المراجع باللغة العربية:

- 01 - المنجد في اللغة العربية المعاصرة ، دار المشرق ، ط2 ، بيروت 2001.
- 02 - العيسوي عبد الرحمان: مناهج البحث العلمي ، المكتب العربي الحديث ، مصر ، 1996.
- 03 - الفتلاوي سهيلة محسن: أثر فاعلية التدريب في أداء الطالب المعلم الكفايات التدريسية ، جامعة بغداد ، 1995 ، رسالة دكتورا غير منشورة.
- 04 - أحمد بدر: أصول البحث العلمي ومناهجه ، وكالة المطبوعات ، الكويت ، 1979.
- 05 - بشير صالح الرشيد: مناهج البحث التربوي ، دار الكتاب الحديث ، 2000
- 06 - سامي عريفج وآخرون: مناهج البحث العلمي وأساليبه ، ط2 ، دار مجدلاوي للنشر ، عمان ، سنة 1999.
- 07 - عصام حلمي: إستراتيجية تدريب الناشئين في السباحة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1998.
- 08 - قاسم حسن حسين ، افتخار أحمد: مبادئ وأسس السباحة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، 2000.
- 09 - محمد السيد: الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ، ط2 ، دار النهضة العربية ، مصر ، 1970.
- 10 - محمد بوعلاق: مدخل لمقاربة التعليم بالكفاءات ، قصر الكتاب ، البليلة ، 2004.
- 11 - محمد شفيق زكي: البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية ، المكتب الجامعي ، مصر ، 1985.
- 12 - مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث: تخطيط وتطبيق وقيادة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1998.
- 13 - ذوقات عبيدات ، عبد الرحمان عدس ، كايد عبد الحق: البحث العلمي ، مفهومه وأدواته وأساليبه ، ط7 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2001.
- 14 - هدى محمد محمد الخضري: التقنيات الحديثة لاتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة ، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، 2004.
- 15 - يحي السيد إسماعيل الحاوي: الموهبة الرياضية والإبداع الحركي ، المركز العربي للنشر ، مصر ، 2004.

* قائمة المراجع باللغة الفرنسية:

- 16 - Vincent Lamotte: lexique de l'enseignement de l'EPS, Paris, édition PUF, 2005.

مستويات الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم دراسة ميدانية لرابطة

الولائية لكرة القدم

د. عبد العزيز ساسي *

أ. نبيل منصوري *

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم ، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثان استخدم الباحثان المنهج الوصفي المنهج الوصفي التحليلي على عينة من 20 حكما 14 حكما للساحة و 06 حكام رئيسيين اختيروا بطريقة عشوائية من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم ، وطبق عليهم مقياس الصلابة النفسية المعد من طرف الباحثان ، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى الصلابة النفسية كان عال في كل أبعاده ما عدا بعد التحكم وفي ضوء ذلك أوصى الباحثان بما يلي:

- 1 - التركيز على الجوانب النفسية للحكام مع الجوانب البدنية عند اختبارات الترقية أو خلال الندوات التحسيسية والتثقيفية.
- 2 - تنمية السمات الايجابية للشخصية لدى الحكام واتجاههم نحو مهنة التحكيم.
- 3 - تنمية الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم و مساعدتهم على الالتزام. نحو الأنشطة التي يمارسونها والتحكم بظروف المنافسات وتنمية قدرتهم ودافعيتهم على التحدي.

. مقدمة وأهمية البحث :

يعيش الإنسان المعاصر زمناً كثرت فيه وتعددت روافد الضغوط النفسية ، وامتاز هذا العصر بالتغير السريع والمتلاحق مما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات في طريق تحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته وصولاً للتوافق الشخصي والاجتماعي ، ومن خلال تفاعل الإنسان مع البيئة نجده في حاجة دائمة إلى عملية موائمة مستمرة بين مكوناته الذاتية والظروف الخاصة.

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

Email : aziz_saci2610@yahoo.fr

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة آكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني

mansourisport@live.fr :

ومع التطور المتزايد الذي شهده العصر الحالي في جميع مجالات الحياة مما أدى إلى المزيد من الحاجات الناشئة عن هذا التطور ، وقد انعكس ذلك على الحياة الإنسانية في حد ذاتها فأصبحنا نعيش عصرا مليئا بالضغوطات الكبيرة العائدة إلى التطور السريع سواء في المجال العلمي أو التكنولوجي أو الاجتماعي المتسارع كل هذه الأمور ساهمت وساعدت في تعقيد أمور الحياة مما ولدت توترات نفسية لدى الأفراد ، مما اعتبر الضغوط احد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة ، وهذه الضغوط ما هي إلا انعكاس للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة. (Marks,2000 p 66)

والتحكيم يعتبر ركنا أساسيا من أركان العمل التي تستند إليها كرة القدم مثلما يشكل قطاعا متميزا له خصوصية تتصف بالأهمية نظرا لما يعكسه مستوى التحكيم على مستوى المنافسات بحيث ارتبط ذلك معا طرديا ، ومن هنا أخذ التحكيم يحظى برعاية واهتمام كبيرين ليس على صعيد الاتحادات الأهلية فحسب وإنما من الاتحادات القارية والدولية خاصة مع تطور الكبير لمستوى المنافسات ، وتعدد بطولاتها والدور الكبير الذي يلعبه التحكيم في إنجاحها باعتبار أن الحكم هو القاضي الذي يدير المباراة في حدود السلطات التي منحها له القانون فهو يفصل في أي نزاع داخل الملعب ويوقع العقوبات ضد المخالفات التي يرتكبها اللاعبون أو الإداريون على حد سواء ، ويرمز وجوده إلى إشاعة الطمأنينة بين الجمهور واللاعبين كلما جاء نزيها محاذيا وقيامه بواجبه بكفاءة واقتدار. (هارون ، 1997 ، ص 04)

ومن هنا أصبح التحكيم أحد الأمور الأساسية التي تسهم في رفع مستوى اللعبة بشكل عام لكون سلطة الحكم مستمدة من قانون اللعبة الذي ينشد العدالة أثناء قيادته للمباراة ، والحكم الجيد والصائب في قراراته سيزيد من حماس اللاعبين ويشجعهم على بذل المزيد من الجهد لتطوير مستواهم والحصول على نتائج أفضل مما يسهم بشكل فاعل في متعة الجمهور المتابع (الخيكانى ، 2005 ، ص 03).

ويرتبط أداء الحكم الرياضي بالعديد من عوامل الضغط النفسي الداخلية والخارجية تتفاوت من حيث شدتها وأنواعها وتأثيراتها ، والتي في تراكمها قد تؤدي إلى الإنهاك البدني والذهني ، وبشكل يؤثر على مستوى قدراته البدنية والنفسية بشكل عام ، وقدرته على التحكم في انفعالاته أو القدرة على اتخاذ القرار الصحيح بشكل خاص (هارون ، 1997 ، مصطفى ، 2001 ، Constbal,1996).

إذ يشير تيبيل (Teipel,2001) إلى أن الأدوار الكبيرة والمهام الفريدة التي يقوم بها الحكم قد تكون مصدر رئيسي للضغوط التي يتعرض لها الحكم ، حيث

يرى أن هناك ثلاثة أدوار يقوم بها الحكم وهي: العمل كمفاوض لمناقشة وحل التوتر الذي ينشأ خلال المنافسة بين المتنافسين ، وكقاضي يعمل على تطبيق القواعد والقوانين الخاصة باللعبة واتخاذ القرارات المناسبة ، وأخيراً يعمل كموجه ومشرف على كل المشاركين لإدارة كل ما يحدث في المنافسة الرياضية. في المقابل يختلف إدراك المتنافسين لهذه الأدوار ، مما قد يؤدي إلى استمرار الخلاف والتضارب بين المشاركين في معظم المنافسات وبشكل يحتم على الحكم حل هذه الخلافات. ويؤكد وينبرج ورشاردسون (Weinberg, & Richardson, 1990) على أن مثل هذه الأدوار والمهام الفريدة غالباً ما تكون سبب رئيسي في تعرض الحكام إلى القلق والتوتر وزيادة الضغوط النفسية ، خاصة وأنه غالباً ما تكون أخطاء الحكام عرضة للتدقيق والنقد والمناقشة من قبل العامة وبشكل علني ، في المقابل لا يلاحظ أو يقيم نجاح الحكم إلا من قلة.

1. الإشكالية:

تعتبر الصلابة النفسية أحد أهم عوامل وسمات الشخصية الايجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الأداء وتحقيق الانتصارات الرياضية ، لذا كلما استطعنا الارتقاء بمستويات الصلابة النفسية لدى الرياضيين في ظروف المنافسة والتدريب ، استطعنا الانتصار على العوائق الشخصية الداخلية والخارجية وتحقيق الانجازات. فقد أوكدت كوبازا (Kopasa, 1984) أن الأفراد الأكثر صلابة نفسية ، هم أكثر صموداً ومقاومة وانجازاً.

كما يرى مادي (Maddi, 2002) أن الصلابة تساعد الفرد على مواجهة الأوضاع الصعبة والتوتر والمواقف الضاغطة وتزوده بحماية أو حصانة من الآثار الضارة المحتملة وتصون صحته النفسية وتساعد على التكيف مع مصاعب الحياة.

وبما أن الحكام هو أحد أهم المكونات الرئيسية للرياضة إذا لم يكونوا عمودها الفقري وأهم أضلاعها ، ولأنهم كذلك لما يمثلونه من أهمية فهم بمثابة الرياضي المحايد الذي يحرص على إدارة المباراة في نطاق احترام قانون الرياضة نصاً وروحاً ، وهم بهذا الاعتبار مهنيون أكثر من غيرهم للقيام بذلك الدور بديناً ، وبنياً ، وذهنياً. ولكونهم يفصلون بين الفرق المتنافسة داخل الملعب فقد أصبحوا محط أنظار الجميع من لاعبين ، ومدربين ، وإداريين ، وجماهير ، الأمر الذي يولد ضغط نفسياً رهيباً لدى الحكم لا يستطيع الكل تحمله ما لم تكن لديه صلابة نفسية شديدة يستطيع من خلالها التكيف مع الضغط ومتطلباته وكذا مواجهته ولأجل ذلك نطرح التساؤل التالي : ما مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم.

2. أهداف الدراسة:**تسعى الدراسة إلى :**

- 1 - معرفة حكام كرة القدم لمفهوم الصلابة النفسية لديهم.
- 2 - معرفة مستوى الصلابة النفسية المميز لدى حكام كرة القدم.

3. فرضية البحث :

مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم عالي.

4. مجالات الدراسة:

1. **المجال البشري:** حكام كرة القدم المسجلين على مستوى الرابطة الولائية لولاية البويرة التي تقع على عاتقهم إدارة مباريات الدور ما قبل الشرفي - الشرفي - الولائي - الجهوي.

2. **المجال المكاني:** تم تطبيق الدراسة على مستوى مقر الرابطة.

3. **المجال الزمني:** تم تطبيق الدراسة مع الموسم الرياضي 2014/2015.

5. تحديد المصطلحات والمفاهيم:

أ. الصلابة النفسية: اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (الحجار ودخان ، 2005 ، ص373).

كما تعرف على أنها : اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.

التعريف الإجرائي هي الاعتقاد النفسي والمعرفي للحكم على مواجهة كل الظروف المحيطة بإدارة مباراة كرة القدم.

ب.الحكام : نفة: هو الحكم المكلف رسميا لتسيير وقيادة مقابلة رياضية وسهر على احترام القانون (Robert du sport , 1990).

التعريف الاصطلاحي : أصل كلمة حكم هو إنسان نعود إليه ليتخذ قرار معين ، فالحكم هو الشخص المسئول الوحيد أثناء إدارته للمباريات على دعم روح اللعب السليم ويقوم بتنفيذ قواعد وقوانين اللعبة في جميع الظروف ، كذلك يعمل لحسم المواقف التي تنص عليها القانون ويقوم بممارسة سلطته بطريقة لبقة دون أن يخل بالقوانين والأسس الرياضية الصحيح (مختار سالم ، 1987 ، ص 215).

6. الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

6-1. الصلابة النفسية: لم يعد التعرض للضغوط النفسية أو البيئية هو المتغير الرئيسي المؤثر في نشاط الفرد وارتقائه ، بل هناك متغيرات أخرى أكثر تأثيراً وهي أهداف الفرد وغاياته التي يسعى إلى تحقيقها والتي تجعله يقيم مصدر الضغوط تقييماً معرفياً يجعله يسلك بطريقة معينة في مواجهة هذه الضغوط ما بين المرونة والفعالية وبين الجمود والسلبية والمرض. ومن هذا المنطلق بدأ الباحثون يركزون على المتغيرات التي تقي الفرد من الآثار الضارة للمواقف الضاغطة ، وتدعم قدرته على مواجهة هذه الضغوط.

فقد قام كل من كوباسا ومادي (Kobasa and Maddi) 1979، بمجموعة من الدراسات ، التي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ بعض الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية عند تعرضهم للضغوط ، بينما يتعرض آخرون للمرض والإجهاد عند تعرضهم للضغوط نفسها. وتوصلا من خلالها إلى أن الصلابة النفسية إحدى المتغيرات الشخصية الايجابية التي من شأنها مساعدة الفرد في الوقاية من الأثر النفسي والجسمي الذي ينتج عن التعرض للضغوط ، حيث أن غياب الصلابة النفسية يقلل من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط وتزيد الشكاوى البدنية.

ويعبر مفهوم الصلابة النفسية عن قدرة التحمل التي تعكس نمطاً معرفياً وانفعالياً وسلوكياً من المقاومة للإرهاق ، فهي سمة شخصية يمتلكها الفرد تساعده على مواجهة ضغوط الحياة والعمل بإيجابية ، وباستخدام أساليب المواجهة الفعالة التي تحمي الفرد وتقيه من الوقوع في براثن الأمراض النفسية والجسدية الناتجة عن التعرض لتلك الضغوط والمشكلات والعراقيل.

ويرى لانج Lang أن الصلابة النفسية سمة شخصية فيقول بأن كل فرد يظهر بعض المستويات على الصلابة ، ويعتمد ارتفاع ذلك أو انخفاضه على الموقف والوقت الذي يمر به الفرد ، ويمكن أن يكون ذلك الاختلاف راجع إلى الطريقة والممارسة التي تعلمها الفرد ، والتي تؤثر على كل شكل خبراتهم وما ينعكس في النهاية على صحتهم وبذلك فإن الصلابة قدرة متعلمة يمكن أن تتغير أي أن الصلابة مصدر شخصي وليس سمة شخصية لدى الفرد (عباس ، 2010 ، ص 184).

وتؤكد كوبازا أن الصلابة النفسية مفيدة لمقاومة الضغوط والإنهاك النفسي حيث إنها تعدل من إدراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل أثراً ، فتكسب الفرد قدراً من المرونة ، ولهذا فالصلابة النفسية تزيد من قدرات الفرد لمواجهة الضغوط المختلفة ، وكذلك الوقاية من الإنهاك النفسي (عباس ، 2010 ، ص 186).

6- 2- تعريف الصلابة النفسية : عرفها مخيمر: بأنها « نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها ، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه شديداً أو إعاقة له » (مخيمر ، 1996 ، ص 284).

ويعرف مجدي (2008 ، ص 85) الصلابة النفسية بأنها " القدرة العالية على المواجهة الإيجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية ، والتي تعكس مدى اعتقاده في فعاليته والقدرة على الاستخدام الأمثل لكل المصادر الشخصية والبيئة النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة وتحقيق الإنجاز والتفوق.

6- 3 - أبعاد الصلابة النفسية: تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها كوبازا والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير من مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها وهذه الأبعاد هي (الالتزام ، التحكم ، التحدي).

وترى كوبازا أن هذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة ، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص النمو لشخصي. كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه احتراق نفسي. ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمر أكثر إيجابية ، فالصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس.

أولاً : الالتزام يعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة.

ثانياً: التحكم ترى كوبازا التحكم بأنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث ، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له فإدراك التحكم يمثل توجه الفرد نحو إحساس بالفعالية والتأثير في ظروف الحياة المتنوعة فالتحكم يمثل التوجه للشعور والتصرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة (Kobasa , 1979).

ثالثاً :التحدي تعرفه كوبازا بأنه " :اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة ، هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه ، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته

بنفسه وسلامته النفسية (Kobasa, 1979p70).

7. أهمية الصلابة النفسية:

تعتبر الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقوي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

وقد أعطت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة:

أولاً: تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.

ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.

ثالثاً: تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

رابعاً: تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة لرياضة ، وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية (حمادة وعبد اللطيف ، 2002).

8. الدراسات السابقة:

8 - 1 - دراسة (جيرسون 1998 Gerson) هدفت الدراسة إلى بيان العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين طلبة الدراسات العليا ، حيث بلغت عينة الدراسة (101) طالباً من الدراسات العليا من قسم علم النفس/ مدرسة مدوسترن للخريجين. وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يستخدمون مهارات مواجهة أكثر فاعلية وتأثيراً من الذين حصلوا على درجات صلابة منخفضة ، وأن الضغوط ترتبط إيجابياً بمهارات المواجهة التالية: التحليل المنطقي ، التجنب المعرفي ، التفريغ الانفعالي ، الاستسلام كما توصلت الدراسة أيضاً إلى أن الصلابة الكلية والتجنب المعرفي والتحليل

المنطقي منبئات هامة للضغوط ، وأخيراً توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين الصلابة والضغط حيث وجد أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها أقل ضغطاً من الطلاب الذين لم يحصلوا على درجات عالية في الصلابة.

2-8 - دراسة دخان نبيل كامل ، بشير إبراهيم الحجار 2005 هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة والصلابة النفسية لديهم وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي ، وبلغت عينة الدراسة (541) طالباً وطالبة ، وهي تمثل حوالي (4%) من مجتمع الدراسة البالغ (15441) طالباً وطالبة من كليات الجامعة التسعة بأقسامها المختلفة. واستخدم الباحثان استبانتين ، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة ، و الثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج وكان من أهمها: أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (62.05%) وأن معدل الصلابة النفسية لديهم (77.33%). كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا ضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور أي أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب أعلى منه لدى الطالبات ، وبينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الأسرية والمالية - تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا المالية والدرجة الكلية - تعزى لمتغير الدخل الشهري ، وبينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية وأوصت الدراسة بضرورة قيام مسؤولي الجامعة والمرشدين خاصة بعمل برامج إرشادية لزيادة وعي طلبة الجامعة بمفهوم الضغوط النفسية والعوامل المؤثرة فيها وتحسين شروط الدراسة في الجامعة.

3-8 - دراسة (مخيمر ، 1997): هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرين من متغيرات المقاومة والوقاية من آثار الأحداث الضاغطة خاصة الاكتئاب. وقد طبقت على عينة من طلبة الفرقتين الثالثة والرابعة لكليات الآداب والعلوم والتربية بجامعة الزقازيق ، وبلغ عدد الذكور (75)

طالباً ، والإناث (96) طالبة ، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والضغط ، فكانت لصالح الذكور في الصلابة النفسية وإدراك الضغط ، ولصالح الإناث في المساندة الاجتماعية ، أما الاكتئاب فلا توجد فروق بين الجنسين.

9. الإجراءات المنهجية للدراسة:

سوف نتناول في هذا الجانب المتعلق بمنهجية الدراسة الميدانية من حيث المنهج المناسب وشرح الأدوات والوسائل المستعملة لجمع المعلومات وتحليل ذلك ، مع إبراز علاقتها في الفرضيات والجانب النظري وكذا شرح التقنيات الإحصائية وتحليل ومناقشة النتائج المتوصل إليها بشيء من التفصيل.

9-1 - مجتمع الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة على جميع أفراد حكام كرة القدم للرابطة الولاية لولاية البويرة ، للموسم الرياضي (2013/2014).

9-2 - عينة البحث : العينة في معناها هي مجتمع الدراسة الذي يجمع منه البيانات الميدانية وهي جزء من الكل ، وتعني بذلك عدد الأفراد المستخرج من المجتمع المراد دراسته ، وتستخدم للدلالة على جزء من مفردات المجتمع التي تم اختيارها في الدراسة في أغلب الأحيان و تطبق نتائجها على المجتمع ، وفي عينة دراستنا تكونت من 20 حكماً من بين 14 حكماً تماس و 06 حكماً ساحة.

9-3 - أداة الدراسة : تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات الصلابة النفسية عند الحكام كرة القدم عند إدارته للمباريات بصفة عامة أو المباريات التي تجمع الجمهور الكبير أو التي تكون نتيجتها تحدد الصاعد بالدوري أو النازل منه. وتماشياً مع أهداف الدراسة المسطرة ولأجل التحقق من فرضياتها المسطرة في الجانب النظري وما تتطلبه بيانات ونتائج يستند إليها الباحث في تحقيق أهداف الدراسة فقد اختار الباحث الأدوات التالية :

بعد الإطلاع على الأدبيات التربوية والنفسية والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة واستطلاع رأي عينة من حكام كرة القدم قام الباحثان بتصميم المقياس الحالي من مقياس الصلابة النفسية الذي صممه سابقاً كل من (مخيمر ، 2002) و(نبيل كامل دخان ، بشير إبراهيم الحجار ، 2006) مع إجراء بعض التعديلات:

❖ تحديد فقرات المقياس.

❖ تحديد أبعاد الفقرات وبالتالي المقياس.

وفي ضوء ذلك تم تحديد عدد فقرات المقياس 40 فقرة و 03 أبعاد وتم عرض المقياس على 05 أساتذة محكمين الذين قاموا بتعديل بعض الفقرات حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (تنطبق دائماً ، تنطبق أحياناً ، تنطبق نادراً) لقياس مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم وبذلك تنحصر درجات أفراد بين (40 و 120).

10. صدق المحكمين:

أولاً - الصدق الظاهري : من الطرائق التي يلجأ إليها الباحث للحصول على صدق المحتوى اللجوء إلى عدد من المحكمين ليقوموا بالحكم على ما إذا كان كل بند يمثل تمثيلاً صادقا ما وضع له وما إذا كان يقيسه بكل موضوعية أو ما يعرف بالصدق الظاهري ، إذ بعد رجوع الباحث إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي تتمحور حول موضوع الصلابة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى تم اختيار مقياس الصلابة النفسية وقد تم عرض المحاور على عينة من الأساتذة المختصين في التربية البدنية والرياضية والذي بلغ عددهم (05) أساتذة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وقام الباحث بمناقشة المحكمين في تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس وطلب من المختصين المحكمين استبعاد العبارات التي لا تخدم المحور من المقياس ، وفق الجدول التالي:الجدول رقم 01 يمثل أبعاد وعبارات مقياس الصلابة النفسية.

الرقم	البعد	عدد الفقرات
01	التحدي	12
02	الالتزام	15
03	التحكم	13
	مقياس الصلابة النفسية	40

ثانياً : صدق الاتساق الداخلي: جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس المعد على عينة استطلاعية من 15 حكماً رئيسياً وحكماً مسعداً استبعدوا من عينة الدراسة الأساسية.

وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وكذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وتراوحت معاملات الارتباط بين فقرات المقياس ما بين (0.346) و (0.883) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01 - 0.05) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي وللتحقق من الصدق

البنائي للمجالات قام الباحثان بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات المقياس والمجالات الأخرى ، وكذلك كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس .

والجدول رقم (02) : معاملات ارتباط كل مجال من مجالات المقياس مع الدرجة الكلية

التحكم	التحدي	الالتزام	الصلابة	
			1.000	الصلابة
		000 , 1	0.851	الالتزام
	1.000	.0533	0.831	التحدي
1.000	0.346	.0787	0.883	التحكم

ثبات المقياس: تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية وذلك باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ : الجدول رقم 03 يوضح معاملات ألفا كرونباخ لكل مجال من مجالات المقياس وكذلك المقياس ككل.

معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	الأبعاد
0.72	15	الالتزام
0.75	12	التحدي
0.65	13	التحكم
0.79	40	مقياس الصلابة النفسية

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ألفا كرونباخ جميعها جيدة وأن معامل الثبات الكلي بلغ 0.79 مما يدل على أن المقياس يدل على درجة عالية من الثبات.

11 . تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها:

تضمن هذا الجانب من البحث عرض لنتائج الدراسة التي توصل إليها الباحثان ، وبعد نتائج التحليل الإحصائي ارتأى الباحثان اعتماد النسب المئوية المبينة والمتوسطات الحسابية أذناه لتحديد متوسطات استجابة الأفراد على مقياس الصلابة النفسية ، وذلك بناء على دراسة سليمان وعبد الوهاب 2005 ، دراسة دخان نييل كامل بشير إبراهيم الحجار 2005 والنسب المئوية الخاصة لتحديد مستوى الصلابة النفسية هي:

80 % وأكثر صلابة نفسية عالية جدا.

60% - 79.9 % صلابة نفسية متوسطة.

اقل من 60 % صلابة نفسية منخفضة. ولتحليل ومناقشة نتائج المتوصل إليها للمقياس ككل يجب تحليل ومناقشة كل بعد ثم المقياس ككل: الجدول رقم 04

يمثل بعد الالتزام.

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
01	المبادئ والقيم التي أتمسك بها تعطي مهني في التحكيم قيمة	2.51	84.66	عالي
02	اعمل أي شيء حتى يمكنني التحكم في المباراة	2.84	94.00	عالي
03	استسلم عندما تسوء مواقف إدارتي للمباراة	1.63	52.66	منخفض
04	احزن عندما أوزع بطاقات حمراء أو صفراء على لاعبين لا يستحقونها	1.84	63.47	متوسط
05	أقبل قرارات اللاعبين والمدربين دون اعتراض	2.84	94.00	عالي
06	ما من شيء يمكنه إعاقتي عن تحقيق أهدافي	1.94	69.74	متوسط
07	التزم بحضور المنتقيات والندوات في وقتها	2.56	87.50	عالي
08	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها	1.65	54.66	منخفض
09	أبادر إلى تقديم المساعدة للزميل حتى لو كان منافسالي في إدارتي للمباراة	2.64	89.76	عالي
10	دأبم الإطلاع على كل القضايا والأحداث الرياضية من حولي	1.86	64.66	متوسط
11	اشعر بان الحياة مليئة بالأشياء التي تجعلها ذات قيمة	2.60	87.37	عالي
12	أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى التزم من أجل تحقيقه	2.51	84.66	عالي
13	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها	1.82	62.41	متوسط
14	اعمل أي شيء حتى يمكنني الفوز وتحقيق الهدف	2.82	93.87	عالي
15	اهتمامي بتحقيق ذاتي لا يمكنني من التفكير في أي شيء آخر	2.56	85.79	عالي
	المستوى الكلي لبعء الالتزام	2.41	81.69	عالي

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسطات الحسابية وكذا النسبة المئوية للاستجابة جاءت بمستوى عال على العبارات (01 - 02 - 05 - 07 - 09 - 11 - 12 - 14 - 15) وكانت بمتوسط حسابي يتراوح ما بين (2.2 و 51.2 و 94.2) وبنسبة مئوية ما بين (84.66% و 94.00%) أما في العبارات (04 - 06 - 10 - 13) فكانت الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم متوسطة بمتوسط حسابي يتراوح (1.82 و 1.94) وبنسب مئوية تتراوح (62.41% و 69.74%) أما من كانت بمستوى متدني فكانت في العبارتين (03 - 08) بمتوسط حسابي ما بين (1.63 و 1.65) بنسبة مئوية ما بين (52.66% و 54.66%) أما في الدرجة الكلية للبعء الالتزام فكانت عالية بمتوسط حسابي 2.41 و 81.69% لدى عينة البحث من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
28	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	2.58	86.79	عالي
29	الحياة الثابتة والسكون هي الحياة الممتعة بالنسبة لي	1.62	54.32	منخفض
30	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	1.87	63.41	متوسط
31	أعتقد لأن سوء حظي التحكيمي يعود إلى سوء التحكم في التخطيط	1.86	64.67	متوسط
32	أرجع أسباب الفشل في إدارة المباريات لقدراتي وإمكاناتي الذاتية	1.85	64.59	متوسط
33	تحقيق أهدافي ينتج من تخطيطي لهذه الأهداف	2.80	93.74	عالي
34	أتحكم في كل الأمور المتعلقة بالتدريب والمنافسة التحكيمية	2.40	83.00	عالي
35	أعتقد أن النظرة السلبية للأخريين لها تأثير ضعيف على الأحداث التي تقع على بعد المباراة	2.10	74.00	متوسط
36	أعتقد أن تحكيمي في أعصابي سر نجاح إدارتي للمباراة	2.58	86.12	عالي
37	زملائي يساندونني في تحقيق أهدافي	2.62	88.16	عالي
38	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على التحكم في مواجهته بنجاح	1.85	64.59	متوسط
39	إحراز الماديات هو هدفي من التحكيم	1.59	52.84	منخفض
40	أعتقد أن قدراتي لها تأثير واضح في إحراز التفوق	2.56	85.79	عالي
	البعد الكلي للتحكم	2.16	72.45	متوسط

الجدول رقم 05 يمثل : التحدي

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
16	أفترض المشكلات لحلها ولا أنتظر حتى حدوثها	2.12	74.48	متوسط
17	لدي حيا استطلاع كل الجديد في مجال التحكيم	2.58	86.12	عالي
18	النجاح في التحكيم فرصة وحظ وليست عمل و كفاح	1.84	63.08	متوسط
19	أشعر بالقلق إذا طرأ تغير على ظروف المباراة	2.59	85.94	عالي
20	أتمتع بحب الفامرة والمجازفة في التنافس في التحكيم	2.85	94.36	عالي
21	أجنب الاحتكاك بالمحيط الخارجي (أصدقاء - زملاء) إذا كتبت عني الصحافة أشياء لا تعجبني	2.46	83.33	عالي
22	أعتقد أن المباراة مثل الحياة تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها	2.85	94.36	عالي
23	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه	2.62	88.16	عالي
24	المشكلات تستنزف قواي وقدراتي على التحدي	1.86	64.67	متوسط
25	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى	2.45	83.04	عالي
26	أعتقد أن مواجهة المشكلات استبانة لقوة تحملي وقدراتي على المثابرة	2.44	82.81	عالي
27	حدوث تغيير في حياتي غير مهم لكن المهم هو القدرة على مواجهته والتغلب عليه	2.40	80.06	عالي
	المستوى الكلي لبعد التحدي	2.59	86.46	عالي

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسطات الحسابية وكذا النسبة المئوية للاستجابة جاءت بمستوى عال على العبارات (17 - 19 - 20 - 21 - 22 - 23 - 25 - 26 - 27) وكانت بمتوسط حسابي يتراوح ما بين (2.2 و 40 و 85) ونسبة مئوية ما بين (80.06% و 94.36%) أما في العبارات (16 - 18 - 24) فكانت الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم متوسطة بمتوسط حسابي يتراوح (1.84 و 2.12) و بنسب مئوية تتراوح (63.08% و 83.04%) أما في الدرجة الكلية للبعد الكلي للتحدي فكانت عالية بمتوسط حسابي 2.59 و 86.46% لدى عينة البحث من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

الجدول رقم 06 يمثل بعد التحكم

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسطات الحسابية وكذا النسبة المئوية للاستجابة جاءت بمستوى عال على العبارات (28 - 33 - 34 - 36 - 37 - 40) وكانت بمتوسط حسابي يتراوح ما بين (2.40 و 2.85) ونسبة مئوية ما بين (83.00% و 93.74%) أما في العبارات (30 - 31 - 32 - 35 - 38) فكانت الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم متوسطة بمتوسط حسابي يتراوح (1.85 و 2.10) و بنسب مئوية تتراوح (64.69% و 74.00%) أما في الدرجة الكلية للبعد الكلي لبعد التحكم فكانت متوسطة بمتوسط حسابي 2.16 و 72.45% لدى عينة البحث من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

الجدول رقم 07 يمثل المقياس ككل

التقييم	الترتيب	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الفقرات	الأبعاد
عالي	02	81.69	2.41	15	الالتزام
عالي	01	86.46	2.59	12	التحدي
متوسط	03	72.46	2.16	13	التحكم
عالي		80.20	2.42	40	مقياس الصلابة

من خلال الجدول رقم 07 يتبين لنا أن ترتيب أبعاد مقياس الصلابة النفسية كان التحدي بمتوسط حسابي 2.59 وبنسبة مئوية 86.46% وفي المرتبة الثانية كان بعد الالتزام بمتوسط حسابي 2.41 وبنسبة مئوية 81.69% وفي المرتبة الثالثة بعد التحكم بنسبة 72.46% وكان مقياس الصلابة بدرجة عالية بمتوسط حسابي بلغ 2.42 وبنسبة مئوية 80.20.

مناقشة النتيجة المتحصل عليها :

يفسر الباحثان ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم أن طبيعة مهنة التحكيم وإدارة المباريات تحتم على الحكام التمتع بدرجة عالية من الصلابة النفسية وذلك من اجل التحكم في المباراة والقدرة على التعامل مع الأطراف الضاغطة عليه من لاعبين ومدربين وإداريين وجمهور.

كما يرى الباحثان أن الصلابة النفسية تكون موجودة عند الرياضيين لارتباطهم بالإنجاز الرياضي وتحقيق النتائج الرياضية التي يريد الوصول إليها وكذلك حكم كرة القدم الذي يدير مقابلات كرة القدم خاصة تلك المباريات المصيرية الأمر الذي يجعله أكثر التزاما اتجاه نفسه وذاته وتأكيد قيمته ، وأكثر من ذلك تكون له القدرة على التحكم بمجريات المباراة وتحكمه في ما حولها من إداريين وجمهور ، الأمر الذي يولد له تحديا كبيرا لمواجهة التحديات والضغوط

النفسية وتحملا للمسؤولية الملقاة على عاتقه.

وتتفق نتائج هذه الدراسة دراسة سليمان وعبد الوهاب (2005) التي أشارت إلى أن الأفراد الذين يعانون ضغطا خارجيا لديهم أكثر دافع للصلابة النفسية في دراسة للأفراد ذوي الإعاقة الحركية والذين يمارسون النشاط الرياضي لديهم أكثر صلابة نفسية الأمر الذي يساعدهم على التدريب ودراسة (جيرسون 1998 Gerson, في دراسته حول الضغوط النفسية وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الطلبة والتي أشارت أن للطلبة صلابة نفسية كبيرة تجعلهم يواجهون الضغوط النفسية والحياتية.

الاستنتاجات :

- 1 - مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم عالي.
- 2 - يمثل بعد التحدي أول بعد في مقياس الصلابة النفسية حسب رأي الحكام فهم يرون أن وظيفة التحكيم هي مجال لبيّن الحكم الرياضي عن قدراته ومهارته.
- 3 - كما يمثل بعد الالتزام ثاني أبعاد مقياس الصلابة وهو بالنسبة لحكام كرة القدم الالتزام النفسي للحكم اتجاه المهنة والعناصر المكونة لها.
- 4 - يمثل بعد التحكم ثالث أبعاد مقياس الصلابة وكان بدرجة متوسطة.

التوصيات :

لعل خير أثر يتركه الباحث عند إجرائه لموضوع بحثه هو ترك المجال مفتوح للبحث واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه ، من خلال تقديم بعض الاقتراحات وفرضيات مستقبلية تضيف على البحث قيمة علمية وكذا فتح المجال لاستمرارية البحث من طرف باحثين آخرين لمعالجة الموضوع من زاوية مختلفة من أجل الوصول إلى معالجة الموضوع من كل أبعاده ومن هذه التوصيات والفرضيات المستقبلية نقتراح :

- 1 - التركيز على الجوانب النفسية للحكام مع الجوانب البدنية عند اختبارات الترقية أو خلال الندوات التحسيسية والتصحيحية.
- 2 - العمل على تدريب الحكام من خلال الممارسة الكثيرة للتحكيم والإرشاد ولخفض حالة فقدان الثقة بالذات إلى درجة أدنى وذلك للارتباط العكسي بين الصلابة والضغوط ومستوى الأداء.
- 3 - تنمية السمات الايجابية للشخصية لدى الحكام واتجاههم نحو مهنة التحكيم.
- 4 - تنمية الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم و مساعدتهم على الالتزام.

نحو الأنشطة التي يمارسونها والتحكم بظروف المنافسات وتنمية قدرتهم ودافعيتهم على التحدي.

5 - تصميم برامج تدريبية تتضمن تطبيقات نظرية للصلاية النفسية للمساهمة في رفع درجة دافعية للانجاز وتجنب دافع الفشل مهما كانت الظروف.

المراجع:

1. عباس ، مدحت (2010) الصلاية النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية ، مجلد 26
2. الرفاعي ، عزة (2003). الصلاية النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة حلوان القاهرة.
3. ياغي ، شاهر (2006). الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلاية النفسية. رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية : غزة
4. مخيمر ، عماد. (1996). إدراك القبول /الرفض الوالدي وعلاقته بالصلاية النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية ، مجلد 6 (02) 285 - 299.
5. خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي (2012) الصلاية النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة ، كلية التربية جامعة القرى جامعة السعودية.

1. Kobasa S.C.(1979).Stressful life events , Journal personality and Social Psychology.37.111
2. Kobasa, s.c.,maddi ,s.r.kahn, s.(1982).Hardiness and health.A prospective syudy.Journal of personalty
3. and social psychology,vol 42,168.177
4. Maddi.S.R.(2004).Hardiness: An operatinalization of Existential Courage, Journal of Humanistic Psychology 44(3) 279298.

□

□

تناول الإعلام الرياضي لمشروع الاحتراف في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010

دراسة تحليلية لصحيفة الشروق اليومي الجزائرية

* أ. عبد الحليم بلوني *

* أ. عز الدين رامي *

الملخص:

الإعلام الرياضي المكتوب يستجيب إلى البيئة والمتغيرات التي تحصل فيها مجموعة التفاعلات بينه وبين الرياضة ، وحتى يمكن دراسته وفهمه يجب أن لا تتعارض مع ما يقدمه من رسائل إعلامية رياضية والتي بدورها تشكل المرأة التي تعكس صورة وفلسفة الرياضة. والاحتراف أحد الفلسفات في الميدان الرياضي يحاول الإعلام الرياضي مسيرتها من خلال المعالجة والتناول .

فالرياضة في علاقتها بالإعلام علاقة مترابطة فيما بينها إذ لم يقتصر دور الإعلام الرياضي في علاج بعض الظواهر السلبية أو تدعيم القيم الأخلاقية ومفهوم المواطنة والتثقيف الرياضي بل تعداه إلى التسويق والترويج لأفكار وملفات كاحتراف الرياضي الذي يعد واجهة التطور في المجال الرياضي.

العلاقة بين وسائل الإعلام والرياضة (مشروع الاحتراف الرياضي) ، وذلك من زاوية المعالجة الإعلامية لنظام الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية. و معرفة مدى اهتمام وجدية صحيفة الشروق اليومي لمعالجة وتناول ملف الاحتراف الرياضي من خلال حجم المساحة التي وفرتها الصحيفة ، وطبيعة الموضوعات والمصادر التي اعتمدت عليها لعرض هذا المشروع.

Abstract:

General speaking iz that the communication is the exchange of information to realize a purpose or it is an operation to edit and evaluate correct information true facts previous news limited realities and logical and real news to successful performance in accordance with a concentration on the public service and this will be done by the use of the different means of communication are known to be the set of technique material knowledge artistic literature

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية -
* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة أكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني
mail : azedinrami@yahoo.com

scientific means which lead to social communication in direct forms in the frame of cultural and educative process of community the general aim of the various means of communication written audio or visual one sis the content which is presented in these means aned the up dated topise in addition to the effection objectivity

The sports newspapers respond to the changes of the community withe accur in the field of sports Professionalisem is dealet in sports mass media and that contributes largely to undertand its notion and system according to the choice of topise that related to it and if it is bedly dont it with be a failure to give supporters enovgh news and information about this project that is of professionalisem.el chourouk el youmi the algerian daily newspaper was amongy the national newspepers wich dealt with professionalism in sport as a crcial issue especially it is the famous daily newspaper in algeria and it contributes to give enough information qnd news to form a public obinion in sport.

مقدمة :

التقدم والتغير الذي يطرأ على القطاعات في مختلف المجالات من الناحية القانونية والتشريعية والإدارية والمالية وفق قوالب تتضمن مشاريع ، والتي تساهم في الارتقاء والتطور وهذا من أجل تحقيق مجموعة من الأهداف.

والرياضة من القطاعات التي تشهد تطورا سريعا في مختلف دول العالم إذ أصبحت عصب الحياة كمييار ومقياس لتطور المجتمعات في عصرنا الحديث ومحركا اقتصاديا وثقافيا وسياحيا في العالم ، فان هذه الدول تأخذ بكافة الأساليب العلمية الكفيلة بالنهوض بها والأخذ بعدة مشاريع من أجل تطويرها ، ومبدأ الاحتراف الرياضي أحد هذه المشاريع الذي أشار إليها الخبراء على أنه الطريق الصحيح لمستقبل أفضل لجميع الرياضيات وخصوصا مجال الكروي لما لها من خصوصية وشعبية تتلاءم مع المنظومة المتكاملة له.

ولدخول في الاحتراف الرياضي في كرة القدم بشكل سليم يجب أن يعتمد على مجموعة من القواعد والأساليب والمعطيات وفق إستراتيجية مدروسة ، والتي تسمح لرياضة كرة القدم في الجزائر على سبيل الحصر ، لأنها منطلق دراستنا الإعلامية في جانبها الرياضي ، أن تتخذ الإجراءات اللازمة من لوائح وقوانين وأنظمة متتبعين في ذلك خطوات منهجية مدروسة ومنطقية تتماشى وطبيعة البيئة الجزائرية وخصوصيتها وبما يتناسب مع المعطيات الجديدة للاحتراف الرياضي وشروطه.

فالاتحادية الجزائرية اختاره سنة 2010 لبعث مشروع الاحتراف الرياضي

عامة و انطلاق أول بطولة احترافية لموسم 2010/2011 م على الخصوص ، فجاءت هذه السنة بعدة إجراءات وقوانين ولوائح تدخل الأندية الجزائرية بصفة حقيقية للاعتراف في ظل الظروف العالمية لعولمة الرياضة وما نتج عنه من التزام وإجبار الدول للدخول في نفس السياق من الاعتراف.

رغم أن الجزائر فتحت مجال الاعتراف سنة 1995 بموجب الأمر رقم 09/95 ثم أكدت هذا التوجه بموجب القانون 04 - 10 إلا أن الأندية الجزائرية واجهت صعوبات وتحديات في الفترة السابقة ، فكانت سنة 2010 اعتماد الاتحادية الجزائرية لكرة القدم الدخول الفعلي للاعتراف وفق مجموعة من الإجراءات واللوائح والقوانين منها تحويل الأندية إلى شركات إلى جانب دفتر شروط ودفاتر الأعباء ولعل الصحافة المكتوبة واحدة من أهم الوسائل الإعلامية في المجتمع كونها تمثل عنصر جذب واستقطاب لجمهور واسع ومتنوع تؤثر فيهم بفعالية وذلك بتثقيفهم وإكسابهم المهارات والمعلومات العلمية والفنية الرياضية فيصبحون أكثر قدرة على تحقيق قدرا من النمو المتكامل (1) .

1. الإشكالية:

الإعلام والاتصال عامة هو تبادل المعلومات ونقل المعنى لتحقيق هدف معين ، أو هو عملية نشر وتقويم معلومات صحيحة وحقائق واضحة وأخبار سابقة وموضوعات دقيقة ووقائع محددة وأخبار منطقية ، وفق أداء ناجح مع التركيز على الخدمة للمصالح العام ، وذلك باستخدام وسائل الإعلام والاتصال المختلفة(1).

الإعلام الرياضي المكتوب يستجيب إلى البيئة والمتغيرات التي تحصل فيها مجموعة التفاعلات بينه وبين الرياضة ، وحتى يمكن تفهمها يجب دراستها وفهمها حتى ليتعارض مع ما تقدمه من رسائل إعلامية رياضية والتي بدورها تشكل المرآة التي تعكس صورة وفلسفة الرياضة ، والاحتراف أحد الفلسفات في الميدان الرياضي يحاول الإعلام الرياضي مسيرتها من خلال المعالجة والتناول.

وبالتالي فإن (وسائل الإعلام) عالجت موضوع الاحتراف الرياضي وتكون بذلك قد ساهمت في الترويج لأهدافه وأفكاره ومنظومته وفق قوالب واختيار موضوعات المتعلقة به ، وإن هي امتنعت أو قصرت في تغطية تلك الأحداث تكون بذلك مهددة بخسارة نسبة معينة من جماهيرها المتعطشين لمعرفة الحقائق والمعلومات حول هذا المشروع ، وهو ما يؤدي إلى إمكانية التفريط في حق الجماهير في الإعلام.

وكانت جريدة «الشروق اليومي» الجزائرية من بين الصحف الوطنية التي اهتمت بنقل هذا الموضوع ، خاصة وأن هذه الجريدة تعد من بين أكثر الجرائد اليومية الجزائرية سحباً ومقروئية ، وبالتالي فهي تساهم إلى حد ما في تزويد الجمهور بالمعلومات والمعطيات ، لتشكيل رأي عام رياضي وبناءً على ما سبق يمكن طرح التساؤل الجوهرى التالي: **كيف تناولت جريدة «الشروق اليومي» الجزائرية مشروع الاحتراف في كرة القدم في الجزائر لسنة 2010؟** ينطوي هذا التساؤل على مجموعة أخرى من التساؤلات الفرعية التي من شأنها أن تساعد في الوصول إلى إجابات دقيقة وواضحة للسؤال الرئيسي السابق:

1- ما الأهمية التي أولتها جريدة «الشروق اليومي» الجزائرية لمشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010م من حيث: المساحة، مساحة العناصر التيبوغرافية والموقع؟

2 - ما هي الأنواع الصحفية التي وظفتها جريدة "الشروق اليومي" لإبراز موضوعات مشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010 م؟

3 - ما هي أهم الموضوعات التي ركزت عليها الجريدة خلال تناولها لموضوع الاحتراف الرياضي لسنة 2010؟

4 - ما هي مصادر الموضوعات التي اعتمدها جريدة «الشروق اليومي» الجزائرية خلال تناولها لموضوع الاحتراف الرياضي؟

5- ما هو موقف واتجاه جريدة الشروق اليومي نحو مشروع الاحتراف الرياضي لكرة القدم في الجزائر سنة 2010.

2 - الفرضيات: يمكن طرح الفرضيات باقتراح فرضية عامة وجزئية.

أ - الفرضية العامة:

* جريدة الشروق اليومي تناولت مشروع الاحتراف الرياضي في الجزائر بأهمية إعلامية ، من خلال تخصيص مساحة له ، وتطرقها لمجموعة مختلفة من الموضوعات ، وإلى أنواع ومصادر صحفية متعددة ، وحيادية في تناولها*.

ب - الفرضيات الجزئية:

1 - جريدة الشروق اليومي أعطت أهمية في تناولها لمشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010 م من خلال توفير مساحة له ومساحة لعناصر التيبوغرافية وتخصيص موقع له على صفحاتها.

2 - كلما اعتمدت الجريدة على الأنواع الصحفية كلما زاد استيعاب وترويج

- لمشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010 م.
- 3 - ما هي المواضيع التي وردت في تناول مشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010 م في صحيفة الشروق اليومي.
- 4 - اعتمدت جريدة الشروق اليومي في مصادر موضوعاتها على صحفها والمراسلين وإلى وكالات الأنباء في معالجة مشروع الاحتراف الرياضي لكرة القدم في الجزائر سنة 2010 م .
- 5 - اتخذت جريدة الشروق اليومي موقف ايجابي من الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010 م .

3. أهمية البحث :

- هناك مجموعة من العوامل التي تجعل هذه الدراسة مهمة ومن بينها:
- 1 - تستجيب هذه الدراسة إلى حاجة الباحث إلى اكتشاف ومعرفة التناول والمعالجة الإعلامية لمشروع الاحتراف الرياضي في الجزائر.
- 2 - كون الموضوع جديد علي الساحة الرياضية والإعلامية.
- 3 - اختيار إحدى أبرز الموضوعات الرياضية وأهمها والتي دار الحديث عنها على الساحة الإعلامية وهو الاحتراف الرياضي مما وهذا لما يملكه من أهمية ومعايير للتطور والتقدم.
- 4 - كون الصحافة المكتوبة تمثل عنصر جذب واستقطاب للقارئ فتساهم في نشر الأخبار والمعلومات الخاصة بالاحتراف الرياضي التي تناولتها الشروق اليومي.
- 5 - الصحافة المكتوبة تساهم في تكوين رأي عام حول مسألة ما وما ينشر فيها من مضمون يعد دافعا فعالا في تكوين رأي عام جديد وتوجيهه.

4. أهداف الدراسة :

- تدرج دراستنا ضمن نطاق البحوث الإعلامية التي تهدف إلى محاولة تبيان العلاقة بين وسائل الإعلام والرياضة (مشروع الاحتراف الرياضي) ، وذلك من زاوية المعالجة الإعلامية لنظام الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية.
- 1 - تهدف الدراسة إلى معرفة مدى اهتمام وجدية صحيفة الشروق اليومي لمعالجة وتناول ملف الاحتراف الرياضي من خلال حجم المساحة التي وفرتها الصحيفة ، وطبيعة الموضوعات والمصادر التي اعتمدت عليها لعرض هذا المشروع.

- 2 - معرفة مدى تناول جريدة الشروق اليومي للحدث ومجاراتها لوتيرة الأحداث الحاصلة في تطبيق الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية.
- 3 - القيام بتحليل مضمون الصحيفة من جوانب الموضوعات والمصادر وكيفية العرض واتجاه المضمون الإعلامي وذلك لإظهار طبيعة المشروع والجوانب التي حرصت عليها.
- 4 - التعرف على مختلف الأساليب وفتيات التحرير التي اعتمدها الشروق اليومي في تناولها لمشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية.
- 5 - محاولة المساهمة في وضع بناء معرفي لدور وسائل الإعلام في إدارة وتناول الموضوعات الرياضية بخطة إعلامية صحيحة.

5. أسباب اختيار الموضوع

هناك عدة أسباب دفعتنا إلى اختيار ودراسة موضوع تناول الإعلام لمشروع الاحتراف الرياضي من خلال الصحافة المكتوبة دراسة تحليلية لجريدة الشروق اليومي والتي يمكن حصرها في :

1.5. أسباب ذاتية :

- أ - الرغبة في البحث في ميدان الإعلام الرياضي في علاقته مع الرياضة مثل القضايا والمنافسات والمناسبات والمواضيع الرياضية (الاحتراف الرياضي) ، من خلال صحيفة الشروق اليومي والتعرف عن قرب لطرق التغطية والتناول الإعلامي.
- ب - قلة الدراسات السابقة في ميدان الإعلام الرياضي جعل الباحث يخوض في هذا البحث بطريقة تحليلية من خلال الاعتماد على وسائل الإعلام المكتوبة في سرد ما كتب علي مشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية.

2.5. أسباب موضوعية:

- أ - اختيار إحدى أبرز الصحف الوطنية المكتوبة في الساحة الإعلامية الجزائرية فكانت جريدة « الشروق اليومي » الناطقة باللغة العربية.
- ب - معرفة الكيفية التي تناولتها الصحافة الجزائرية لمشروع الاحتراف الرياضي في الجزائر وذلك بالقيام بدراسة وصفية تحليلية لمضمون الشروق اليومي.
- ج - الوقوف على خصائص وأهداف ومميزات هذا المشروع من خلال التناول الإعلامي.
- د - الاحتراف الرياضي موضوع جديد علي الساحة الرياضية والإعلامية.

6. مفاهيم ومصطلحات البحث :**1.6. الإعلام :****أ. التعريف اللغوي :**

الإعلام (علم) «إعلام المحاكم» في إصلاح المحاكم ، وهو صورة الحكم الذي يصدره الحاكم ، وأعلمه أبلغه بالمعلومة(1). أيضا من اعلم ، يعلم ، إعلاما أي اعلمه ، ابلغه بالمعلومة ، وهو التبليغ والإبلاغ أي الإيصال ، يقال: بلغت القوم بلاغا أي أوصلتهم الشيء المطلوب ، والبلاغ ما بلغك أي وصلك.

ب. التعريف الاصطلاحي:

الإعلام : هو نشر معلومات صحيحة ووقائع محددة باستخدام الوسائل الموثقة ، مع ذكر مصادرها لخدمة للصالح العام.

يعرف الدكتور «أحمد عصام الصفدي ومحمد رضا البغدادي» الإعلام بأنه : «تزويد الناس بالأخبار الصحيحة والمعلومات السليمة والحقائق التي تساعد على تكوين رأي صائب في واقعة من الوقائع أو مشكلة من المشكلات ، بحيث يعتبر هذا تعبيراً موضوعياً في عقلية الجماهير واتجاهاتهم وميولهم ، بمعنى أن الغاية الوحيدة للإعلام هي نقل المعلومات والحقائق والأرقام والإحصائيات ونحو ذلك»(2).

ج. التعريف الإجرائي:

هو تلك المعلومات والحقائق والتعريفات والموضوعات ، التي تنشرها جريدة الشروق اليومي من خلال معالجتها وتناولها لمشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لسنة 2010م

2.6. الإعلام الرياضي:**أ. التعريف الاصطلاحي:**

يعرف «الدكتور حسن أحمد الشافعي» الإعلام الرياضي بأنه: «عملية نشر الأخبار والمعلومات والحقائق ، وشرح القواعد والقوانين الخاصة بالألعاب والأنشطة الرياضية للجمهور بقصد نشر الثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع وتنمية وعيه الرياضي»(3).

ب. التعريف الإجرائي:

تزويد الجمهور بالمعلومات و الموضوعات والحقائق وذلك باستخدام

(1) المنجد الأبجدي ، المؤسسة الوطنية للكتاب ، دار الشروق ، ط6 ، بيروت ، 1998 ، ص108 .

(2) أحمد عصام الصفدي ، محمد رضا البغدادي ، تكنولوجيا التعليم والإعلام ، مكتبة الفلاح ، ط1 ، الكويت 1980 ، ص36 .

(3) حسن أحمد الشافعي ، الإعلام في التربية البدنية والرياضية ، مرجع سبق ذكره ، ص 37

فنيات التحرير الصحفي الرياضي لنقل الأخبار بكل موضوعية من خلال تناول جريدة الشروق اليومي لمشروع الاحتراف الرياضي بهدف نشر الثقافة البدنية والرياضية لدى القراء.

ج. تناول الإعلام:

وهناك من يطلق على هذا المفهوم اسم المعالجة الإعلامية أو التغطية الصحفية، وقد جاء تعريف التغطية الصحفية (La couverture médiatique) في قاموس (Le dicom) على أنها عمل يقوم به الصحفي لضمان تغطية فعل من الواقع عن طريق جمع ونشر المعلومات (1).

كما ورد مفهوم التغطية الصحفية في المعجم الإعلامي على أنها: «عملية الحصول على البيانات والتفاصيل الخاصة بحدث معين، والمعلومات المتعلقة به والإحاطة بأسباب وقوع هذا الحدث ومتى وأين وكيف يقع؟ وأسماء المشاركين فيه... وغير ذلك من المعلومات والحقائق التي تجعل الحدث مالكا للمعلومات والعناصر التي تجعله صالحا للنشر» (2).

وأما في قاموس "المبريق" فقد جاء تعريف التغطية الصحفية على أنها "جمع المعلومات والوثائق (تخص منطقة جغرافية أو قطاع خدمات أو حدثا من الأحداث) ومعالجتها إعلاميا، لغرض نشرها وتبليغها للجُمهور" (3).

3.6. الاحتراف الرياضي:

أ. تعريف الاصطلاح:

يطلق على المحترف اسم «المهني كان شخصا طبيعيا أم معنويا، الذي هو خلافا للمستهلك، يتصرف في عقد البيع أو عقد تقديم الخدمات في إطار نشاطه المهني وبموجب اختصاصه فيه» (4).

فيعرّف الاحتراف: بأنه ممارسة الشخص لنشاطه على أنه حرفة وذلك بأن يباشره بصفة منتظمة ومستمرة بغرض تحقيق عائد مادي يعتمد عليه كوسيلة للعيش (5).

(1) Marie Héléne Westphalien : Le dicom, le dictionnaire de la communication, les pratiques professionnelles de la communication, Edition Triangle, Paris, 1992, P 22 . □

(2) منير حجاب، المعجم الإعلامي، دار الفجر للنشر والتوزيع، ط1، القاهرة، مصر، 2004، ص 154 .

(3) محمد إبراقن، المبريق، قاموس موسوعي للإعلام والاتصال، منشورات ثلاثة، ط2، 2007، ص 187 .

(4) Le Robert, Dictionnaire alphabétique et analogique de la langue française, Paris, 1970, p. 484 □

(5) كمال الدين عبد الرحمن درويش، السعدني خليل السعدني، الاحتراف في كرة القدم (المفهوم-الواقع-المقترح)، ط1، مركز الكتاب للنشر، 2006، ص 41 .

والاحتراف الرياضي : هو مهنة يباشرها الشخص الرياضي في نشاط رياضي متخصص بصفة منتظمة ومستمرة من خلال ممارسته لنشاط رياضي معين بهدف تحقيق عائد مادي يعتمد عليه مع التفرغ التام والالتزام بتنفيذ بنود العقد المتفق عليه والمحدد المدة.

هو منظومة كاملة مبنية على أسس وإستراتيجية وفكر واحد وسياسة عمل واحدة تطبق على اللاعب والمدرب والإدارة بلوائح وقوانين لتحقيق وتطوير اللعبة(1).

ب. المعنى الإجرائي

اعتمدت الدولة الجزائرية في ميدان الرياضة عامة وكرة القدم خاصة ملف ومشروع احتراف قدمته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم والرابطة الوطنية إلى النوادي الرياضية بهدف تطبيقه بصفة رسمية ابتداء من موسم 2010 / 2011 ويتضمن قواعد ولوائح ودفاتر شروط لتنظيم اللعبة والارتقاء بها إلى المستوى العالمي في التسيير والإدارة والفكر والبدن والتقنية.

وتطبيق الاحتراف الرياضي يخضع إلى مبادئ وضوابط في المؤسسات والأندية الرياضية التي تسيير وفق قوانين جيدة ولجان تصدر اللوائح الخاصة وتبني الأفكار بجدية والتي تحاول أن تنهض بنظام الاحتراف الرياضي وتحقق أهدافه وغاياته وتحديد تنظيم وربط التفاعل بين الرياضيين والأندية وضرورة بناء إستراتيجية ووضع اللوائح الخاصة والمنظمة للعمل الاستثماري والتمويل والتسويق الرياضي.

4.6. الصحافة المكتوبة:

هي شيء يرتبط بالطبع Press وفي قاموس أكسفورد تستخدم كلمة صحافة بمعنى « الطباعة ونشر الأخبار على أساس أنها قطعة جلد كتب عليها ، كما تعني مجموعة الصفحات التي تصدر يوميا في مواعيد منتظمة(2).

كما عرفها معجم مصطلحات الإعلام أنها عملية إصدار الصحف وذلك لاستقاء الأنباء ونشر المقالات لهدف الإعلام ونشر الرأي والتعليم والتسلية وأن الصحافة هي واسطة تبادل الآراء والأفكار.

في حين عرفها أديب حضور على أساس أنه يقصد بمصطلح الصحافة» هي الإعلام المكتوب من مجلات ونشرات التي تقدم إعلاما جماهيريا من أجل

(1) كمال الدين عبد الرحمن درويش ، نفس المرجع ص 42 .

(2) فاروق أبو زيد ، مدخل إلى علم الصحافة ، عالم الكتب ، ط 2 ، القاهرة ، 1993 ، ص 37 .

توجيه الجمهور وإرشاده بصدد الظواهر والتطورات والقوانين الموضوعية للحياة الاجتماعية و التأثير في قنوات ووجهات نظر وآراء وتطلعات هذه الجماهير» (1).

7. منهج الدراسة:

تندرج هذه الدراسة ضمن البحوث الوصفية التحليلية التي يعرفها هويتني «بأنها هي التي تتضمن الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة الظاهرة أو الموقف أو مجموعة من الناس والأحداث أو مجموعة من الأوضاع» ومن خلال هذا المنهج الملائم لدراستنا الذي يمكننا من الإجابة على مشكلة الدراسة وتساؤلاتها وفرضياتها.

واستخدام منهج الوصف في هذه الدراسة يمر عبر وصف مشروع الاحتراف في كرة القدم وطبيعة العلاقة بينها ، وبين وسائل الإعلام (بشيء من التفصيل) بهدف تشكيل فكرة حول موضوع الدراسة ، مما يسهل عملية وصف و تحليل مضمون مادة الدراسة ، وهو ما يسهل عملية تبيان وفهم الكيفية التي تناولت بها جريدة «الشروق اليومي» لمشروع الاحتراف الرياضي في الفترة الممتدة بين 2010/01/01 إلى 2010/12/31.

ويتطلب هذا النوع من الدراسات اعتماد المنهج المسحي الذي تم الاستعانة به للاعتبارات ومتطلبات الدراسة ، حيث يعتبر المنهج المسحي من المناهج المستخدمة في الحصول على المعلومات والخصائص التي تتعلق بالظاهرة مجتمع البحث : فمجتمع البحث في دراستنا هو أعداد صادرة من الصحافة المكتوبة جريدة (الشروق اليومي) والتي حملت موضوع الاحتراف الرياضي (كرة القدم) سنة 2010 والتي قدر عددها 60 عددا.

عينة البحث : فقد وقع اختيارنا على 27 عددا من أصل مجموعه 60 عددا لجريدة الشروق اليومي للفترة الممتدة من 01 جانفي 2010 إلى ديسمبر 2010 ، والعينة التي اعتمدنا عليها هي العينة القصدية.

أدوات البحث :

- **تحليل المضمون:** من خلال إتباع المنهج الوصفي التحليلي في دراستنا يفرض علينا الاعتماد على بعض الأدوات البحثية والتي تتلاءم مع دراستنا ، والأداة يتم استخدامها هي تحليل المضمون الذي يهدف إلى وصف مضمون الظاهرة وصفا منتظما وموضوعيا.

(1) أديب خضور ، أدبيات الصحافة ، مطبعة مداوي ، دمشق ، 1986 ، ص 14 .

وتعد أداة تحليل المضمون من الأدوات الأساسية التي يستند إليها باحثو الإعلام والاتصال في تحليل النصوص الإعلامية المختلفة سواء كانت صحفية أو مضامين إذاعية وتلفزيونية ، كما يشير اصطلاح تحليل المضمون فان هناك عملية تتضمن مجموعة الخطوات المتتالية والمتكاملة تعنى بالوصف الشامل والدقيق لمختلف الرسائل الإعلامية وفق لإستراتيجية بحثية يتم فيها تحديد الأهداف للدراسة ونوع العينات وطبيعة الفئات المستهدفة تحليلها والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات وغير ذلك من عمليات بحثية

– المقابلة: وتوظيفنا لأداة المقابلة كان بغية إثراء وتدعيم المعطيات المتحصل عليها من خلال تحليل مضمون المادة الإعلامية المدروسة

8. عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض وتحليل ومناقشة النتائج بدأ بالتحليل الكمي للشكل والتحليل الكمي للمحتوى ثم يليه التحليل الكيفي للشكل والتحليل الكيفي للمحتوى.

1. المساحة الإجمالية والمساحة المطبوعة:

الأعداد	المساحة الإجمالية	المساحة المطبوعة	النسبة المئوية
27	672825.4	362800.84	53.92 %

2. مساحة الموضوع:

الأعداد	مساحة الموضوع	النسبة المئوية
27	1152291	3.17 %

3. الموقع الصحفي الأكثر تناولا للموضوع:

الموقع الصحفي	التكرار	النسبة المئوية
الصفحة الرياضية	25	73.54 %

4. فئة العناصر التوبوغرافية:

التوزيع	مساحة النصوص	مساحة العناوين	مساحة الصور
مساحة	9089.11	1383.24	1110.56
النسبة المئوية	78%.87	12%.00	9%.63

5. الأنواع الصحفية المستخدمة في الموضوع

النسبة المئوية	العدد	الأنواع الصحفية
61.29%	38	الخبر الصحفي الرياضي
16.12%	10	التقرير الصحفي الرياضي
1.61%	01	المقال الصحفي الرياضي
12.90%	08	الحديث الصحفي الرياضي
3.24%	02	الريبورتاج الصحفي الرياضي
4.84%	03	العمود الصحفي الرياضي
100%	62	المجموع

فئة الموضوعات

النسبة المئوية	التكرار	الموضوعات
12.90%	08	موضوعات تحضير فكرة الدخول للاحتراف الرياضي
24.20%	15	موضوعات خاصة بقوانين ولوائح وشروط الاحتراف الرياضي .
9.68%	06	موضوعات متعلقة بالشركة الرياضية
14.51%	09	موضوعات متعلقة بشخصيات وخبراء الرياضية
17.74%	11	موضوعات بردة فعل الأندية حول المشروع
12.90%	08	موضوعات خاصة بصعوبة الاحتراف الرياضي
8.07%	05	موضوعات أهمية والأهداف والتحديات
100%	62	المجموع

فئة الاتجاهات :

النسبة المئوية	التكرار	الاتجاه
19.35%	12	إيجابي
9.67%	06	سلبى
70.98%	44	محايد
100%	62	لمجموع

فئة مصادر الموضوع :

الجدول 12 طبيعة المصادر المعتمدة في الموضوع

النسبة المئوية	التكرار	المصادر
4.83%	03	المبعوث أو المراسل المتحرك
87.10%	54	توقيع الصحفي
1.62%	01	توقيع الصحيفة
1.62%	01	بدون توقيع
4.83%	03	مصادر أخرى
100%	62	المجموع

وخلصت الدراسة إلى مجموعة من الاستنتاجات هي :

- لم تولي جريدة "الشروق اليومي" أهمية معتبرة لمشروع الاحتراف بشكل

الكبير وفي حجم الموضوع من خلال المساحة ، فتفاوتت درجة هذه الأهمية من خلال تفاوت المساحة المخصصة للموضوع والمساحة المخصصة للعناصر الجغرافية بالإضافة إلى موقع المادة الإعلامية المتعلقة بالاحتراف الرياضي ، على اعتبار أنه كلما زادت المساحة كلما زادت درجة الأهمية.

- أما بالنسبة للأجناس الصحفية التي وظفتها الجريدة ، فقد تبين أنها تنوعت بين الأنواع الخبرية وأنواع الرأي ، بحيث وظفت النوع الخبري الذي شمل كل من الخبر الصحفي والتقرير الصحفي والريبورتاج ، وذلك لنشر كل الأخبار والمعلومات والحقائق المتعلقة بمشروع الاحتراف الرياضي ، فيما استخدمت الجريدة أنواع الرأي التي توزعت على كل من الحديث الصحفي والمقال الصحفي ، العمود الصحفي ، بهدف تبيان المواقف من مشروع الاحتراف الرياضي وكل ما اتصل بها من وقائع

بالنسبة للموضوعات الرئيسية التي ركزت عليها جريدة « الشروق اليومي » خلال تناولها مشروع الاحتراف لكرة القدم بالجزائر لسنة 2010 نجد في هذا الإطار أن الصحيفة أهملت بعض المواضيع المتعلقة بالاحتراف الرياضي في كرة القدم مثل التمويل الرياضي ، التسويق الرياضي ، الإدارة والمؤسسة الرياضية المحترفة ، التأمين في الاحتراف ، لم تعطي جانبا من الموضوعات الخاصة بتجربة الدول في الاحتراف الرياضي في كرة القدم ، كما أنها أشارت إلى بعض اللوائح والقوانين ولم تعطيهما التحليل اللازمة ، ولم تستعن في مناقشاتها بالخبرة الأكاديمية.

- صحيفة الشروق اليومي تناوله مشروع الاحتراف على بعض من صفحاتها ، فقد جاءت أكبر موضوعاتها على صفحاتها الرياضية وهذا لطبيعة الموضوع الرياضي ومنطقية تواجده عليها من جهة ومن جهة أخرى اهتمام الجمهور الرياضي وتتبع الأندية ومسئولياتها للأحداث والموضوعات الرياضية فيها.

- فيما يخص المصادر المعتمدة في تناول مشروع الاحتراف في كرة القدم بالجزائر العاصمة ، اتضح أن الجريدة قد اعتمدت على مصادر مختلفة لنقل الأخبار والمعلومات المتعلقة بمشروع الاحتراف ، إلا أن التركيز كان منصباً على مصدر صحفي وذلك بنسبة 87.10% وهذا لتأكيد مصداقية و رسمية المعلومات و الأخبار الرياضية الموجهة للقارئ.

إن الاتجاه المحايد هو الذي كان الأبرز في تناول الإعلامي لمشروع الاحتراف وهذا راجع إلى أن الموضوع جديد على الساحة الإعلامية والرياضية

ولم ترد الجريدة أن تتخذ مواقف تدل على سلبيتها لأنه مشروع متعلق بمستقبل الرياضة الجزائرية.

9. الاقتراحات والفروض المستقبلية:

من خلال الاستنتاجات المتوصل إليها في هذا البحث تم الخروج باقتراحات وبعض الفرضيات المستقبلية التي تسمح لنا بترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة ، والتي ندرجها كما يلي:

- نجاح واحترافية الإعلام عامة والإعلام الرياضي على الخصوص متوقف على متوقف على مجموعة من الأسس التي ترجع إلى التخطيط ووضع استراتيجيات إعلامية في تعامل مع المعلومة والموضوعات والقضايا الرياضية وإتباع سياسة إعلامية. وهذا في مساندة هذه الموضوعات بكثير من الأهمية.

- على الصحافة المكتوبة أن تملك وتؤسس لثقافة التناول الإعلامي الرياضي للموضوعات والقضايا الرياضية ونجاحه وتقديمه متوقف على هذه الثقافة.

- موضوع الاحتراف الرياضي موضوع كبير يستحق المعالجة الإعلامية كثقافة موجهة إلى الجمهور أو كحلقة نقاش وأراء لمختلف الشخصيات الرياضية والأكاديمية على صفحات الصحافة المكتوبة.

- يبقى الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية لم يعطى نصيبه إعلاميا لنشر ثقافة الخاصة الاحتراف للجمهور وأكاديميا لدراسته من الجوانب نظامه المتكون من مجموعة المتغيرات الإعلامية والاقتصادية و التشريعية والإدارية... الخ.

- لنجاح أي مشروع احترافي في كرة القدم يجب وضع استراتيجيات لتطبيقه على النوادي الرياضية هذه الإستراتيجية تقوم على الدراسات العلمية والأكاديمية في المعاهد الرياضية للجوانب المكونة له من حيث الإدارة أو الجودة الشاملة لإدارة الاحتراف أو الخوض في التسويق والتمويل الرياضي والإعلام الرياضي ومجموعة التشريعات التي يتم بطها من خلال واقع هذه الأنديية والتعمق في الدراسات على المستوى العالي لمواكبة هذا المشروع من الناحية الأكاديمية والعلمية.

الخاتمة:

إن الكثير من النجاحات الخاصة بالمشاريع تضمنها أو تحددتها في كثير من المرات المرأة الإعلامية (تناولها في وسائل الإعلام) ، من حيث دفعها ومسيرتها و آصالها إلى الآخر وفق قواعد وأسس وإستراتيجية إعلامية تحدد الموضوع وصياغته إعلاميا وبلورته في مساحات مهمة وعناصر تتداخل في إبرازه

كالمتون أو النصوص والعناوين والصور وفق مصادر تضمن له الموضوعية في الأخبار والمعالجة مع اتخاذ موقع على صفحاتها أو برامجها أو أثرها وفق اتجاه محايد للوسيلة.

هذا ما يحتاج إليه مشروع الاحتراف الرياضي في كرة القدم الجزائرية كموضوع رياضي له من الأهمية التي يطالب بها الإعلام مسائره والتعريف به ومناقشة موضوعاته في أعلى مستويات المعالجة الإعلامية والوقوف عند النقاط الأساسية كانت ايجابية أو سلبية على الساحة الكروية الجزائرية والاستعانة بالشخصيات الرياضية التي تعرف وترتبط بين العلاقات في منظومته الكاملة وفق ما يسمى بالذكاء العلمي الذي يساعد على تطبيقه واعتماده.

التناول الإعلامي للموضوعات والقضايا والحقائق والأحداث والمناسبات والمنافسات الرياضية في وسائل الإعلام يجب أن تدرس مسبقا وفق إستراتيجية إعلامية واتصالية حتى تضمن الإلمام بهذه الأخيرة وإيصالها إلى الأخر وفق الفائدة الإعلامية أو التربوية أو التثقيفية أو الاجتماعية.

قائمة المراجع:

الكتب باللغة العربية:

- 1 - أديب خضور ، الإعلام الرياضي ، دراسة علمية للتحليل الرياضي في الصحافة والإذاعة والتلفزيون ، المكتبة الإعلامية دمشق ، 1994
- 2 - حسن أحمد الشافعي ، عبد الرحمان أحمد السيار ، استراتيجية الاحتراف الرياضي في المؤسسات الرياضية ، ط1 ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، 2009
- 3 - أحمد عصام الصفدي ، محمد رضا البغدادي ، تكنولوجيا التعليم والإعلام ، مكتبة الفلاح ، ط1 الكويت ، 1980.
- 4 - حسن أحمد الشافعي ، الإعلام في التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، القاهرة ، بلون سنة
- 5 - كمال الدين عبد الرحمن درويش ، السعدني خليل السعدني ، الاحتراف في كرة القدم (المفهوم - الواقع المقترح) ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، 2006
- 6 - فاروق أبو زيد ، مدخل إلى علم الصحافة ، عالم الكتب ، ط2 ، القاهرة ، 1993.
- 7 - أديب خضور ، أدبيات الصحافة ، مطبعة مداوي ، دمشق ، 1986.

الكتب باللغة الفرنسية:

- 1 - Marie Hélène Westphalien : Le dicom, le dictionnaire de la communication, les pratiques professionnelles de la communication, Edition Triangle, Paris, 1992

المناجد والقواميس:

- 1 - المنجد الأبجدي ، المؤسسة الوطنية للكتاب ، دار الشروق ، ط6 ، بيروت ، 1998.
- 2 - منير حجاب ، المعجم الإعلاني ، دار الفجر للنشر والتوزيع ، ط1 ، القاهرة ، مصر ، 2004.
- 3 - محمد إيراغن ، المبرق ، قاموس موسوعي للإعلام والاتصال ، منشورات ثلاثة ، ط2 ، الجزائر ، 2007.

دور النشاط الرياضي الترويحي المكيف في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته

أ. ياسين مشيد *

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى الدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته. وفي ضوء هذه الدراسة استعملنا المنهج الوصفي الذي يعد الأنسب لهذه الدراسة ، كما استعملنا مقياس تقبل الإعاقة ليكرت ، حيث شملت العينة 60 متربصا من مركز التكوين المهني للمعاقين بقورصو وقد قسمت العينة إلى مجموعتين واحدة ممارسة وأخرى غير ممارسة لهذه الأنشطة وكل واحدة مكونة من 30 متربصا.

في ختام هذه الدراسة توصلنا إلى أن للأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة دورا هاما وفعالا في الرفع من مستوى تقبل الإعاقة لدى المعاقين حركيا ، كما توصلنا إلى أن هناك علاقة طردية بين ممارسة هذه الأنشطة ومستوى تقبل الإعاقة.

Résumé :

Le but de cet étude est de ca maître le rôle qui jouer les activités sportives pour aider l'handicapé à accepter

On suit dans cet étude la méthode descriptive et l'échelle «Likert » l'échantillon comporte 60 stagiaires choisis du centre de formation de « Corso » et divisés en deux groupes le premier groupe pratique ces activités et le deuxième m'en pratique pas Les deux groupes comportent 30 stagiaires

La conclusion qu'on a pu tirée de cet étude est que les activités sportives de loisir conditionnées jouent un rôle très important et efficace à élever le niveau de l'accepté de l'handicape on peut dire aussi qu'il y a une relation positive entre la pratique de ces activités et l'accepté de l'handicape.

مقدمة:

تعتبر قضية المعوقين من القضايا الحساسة ، التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا ، لدرجة أن أقدر وأحكم الأنظمة في العالم لم تتمكن من استئصالها نهائيا من بلدانها ، إلا أن نسبة انتشارها يختلف من مجتمع

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة بومرداس - البريد الإلكتروني : .Yacine
m35@hotmail . com

لآخر ، وذلك حسب درجة الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع لها ، بداية من الوقاية منها إلى العناية بأفرادها ، من جميع النواحي (الطبية ، النفسية ، الاجتماعية والتربوية) ، حيث أن العناية بالمعوقين تعتبر أحد الدلائل على تقدم أي مجتمع من المجتمعات ، لذلك يعمل المفكرون المخلصون لخدمة الإنسانية جادين لتوفير سبل الراحة للمعوق ، ما يجعله كفيلا في نمو وبناء شخصيته ، وتأهيله بالشكل الصحيح والسليم ، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع.

لهذه الأسباب وأخرى أنشئت المراكز الخاصة بفئة المعوقين ، وابتكرت الطرق التي تتلاءم معهم ، ووضعت المادة التعليمية التي تتناسب مع مستوياتهم ، ومن المجالات التي أولت اهتماما كبيرا بهذه الفئة ، مجال الأنشطة البدنية والرياضية التي قدمت البرامج المعدلة والمقننة ، وأساليب القياس والتقويم ، ضمنا لحسن الممارسة ، واستغلال جل الأهداف والغايات المنتظرة من هذا المجال.

ويعتبر النشاط الرياضي الترويحي المكيف أحد الوسائل الحديثة والأساسية في تنمية الفرد المعوق الممارس له ، وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب والمستويات سواء من حيث قدرات واستعدادات الفرد البدنية والذهنية واسترجاع بعض العضلات التي تعتبر تقريبا ضامرة ، وكذا في تنشيط ذوي الاحتياجات الخاصة وجلب السرور والمتعة له ، وتنميته من الناحية النفسية التي تتميز غالبا عند ذوي الاحتياجات الخاصة بالإحباط والشعور الزائد بالنقص وعدم الشعور بالأمان وغيرها من السمات التي ذكرها الدكتور كليمك في تعدادها للسمات السلوكية التي تنتج عن الإصابة بالإعاقة ، وتؤدي ممارسة النشاط الرياضي إلى الخروج من حالة الثبات والانطواء والعزلة وكذا يساهم في إدماج المعوق في مجتمعه بطريقة فعالة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات الحديثة.

فالنشاط الرياضي الترويحي المكيف يجعل المعوق يشعر بالقدرات التي يتمتع بها خاصة وأن رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة تعتمد على التصنيف في وضع المجموعات المتقاربة من حيث القدرات والاستعدادات لضمان التنافس العادل وتكافؤ الفرص ، وهذا ما يجعل مقارنة الفرد مع أقرانه تكون ايجابية وممكنة وهو ما يضمن لتناسق بين شخصية الفرد المصاب وبيئته والوسط الذي يعيش فيه ، والنشاط الرياضي يتيح الفرصة لذوي الاحتياجات الخاصة لإشباع هواياتهم وممارستها بشكل بناء ومناسب وهي تعتبر من المطالب الضرورية للفرد بل أن الترويح عن النفس واللعب يمثل أسلوبا علاجيا للجانب النفسي لدى بعض من ذوي الاحتياجات الخاصة للتغلب على المشكلات الشعورية لديهم والنتيجة

عن الشعور بالنقص وعدم التكافؤ مع الآخرين ، كما أن درجة التكيف لذوي الاحتياجات الخاصة تكون حسب مدى تقبله للإعاقة من جهة وحسب موقف المجتمع منه من جهة أخرى ، ومن هذا المنطلق ظهرت إشكالية البحث فهذه الدراسة تهتم بدور النشاط الرياضي الترويحي المكيف في مساعدة المعاق على تقبل إعاقته.

وتهدف هذه الدراسة التي قمنا بها إلى معرفة مدى أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف لدى الفرد المصاب بالإعاقة الحركية كعامل أساسي ليعوض بها عجزه ويتقبل الإعاقة الدائمة في المجتمع الجزائري ، وكذا التعرف على المعوقات التي أدت إلى قلة الإقبال على هذه الأخيرة في بلادنا ومعرفة كذلك مدى تشجيع المجتمع الجزائري لهذه الفئة.

1 . إشكالية :

يقصد بالمعوقين الأشخاص الذين لهم قصور نتيجة مرض عضوي أو حسي أو حركي أو عقلي ، حيث يرجع ذلك إلى أسباب وراثية أو مكتسبة كما قد يحدث نتيجة أمراض أو حوادث مما يعجز الفرد على أداء متطلباته الأساسية مما يؤثر على نموه الطبيعي أو قدرته على التعليم أو مزاوله العمل أو تكيفه الاجتماعي.

تنتج الإعاقة أثارا نفسية قد تحدث تغيرات كبيرة في شخصية الفرد لذلك يجب توفير الرعاية النفسية المناسبة للمعاقين ، وبالطبع يوجد اختلاف بين المعاقين في تقبلهم للإعاقة ، كما قد تبرز لديهم سمات شخصية معينة بصورة واضحة مثل التبعية أو القلق الشديد ، وضعف الثقة في النفس... ، وهذه السمات تنشأ من الإحباط المتكرر والفشل في مواجهة متطلبات الحياة بصورة عادية كما قد يلجأ بعض المعاقين إلى الحد من النكوص ، ومحاولة التعويض واندماجه ضمن الجماعة.

إن المدرسة والأسرة يقدمان العون للمعاق للتخلص من هذه المشاكل كالانتفاع بكل أوقاته حتى لا يصبح خاملا ، أو يحميد عن الطريق السوي فيفسد ، وتقدر المجتمعات الناهضة في هذا الاتجاه فتهتم بالأوقات الحرة وإحاقها بالترويح.

إن للنشاط الرياضي الترويحي المكيف أهمية وأثرا على نفسية المعاق من خلال تنمية كفاءاته وتحسين مردود وذلك بالتخلص من المشاكل النفسية ويهدف إلى توجيه المعوقين بهدف الارتقاء بقدراتهم في مواجهة المشكلات ، بالرجوع

إلى العقبات التي قد تعترضهم كما يساعدهم على اكتساب خبرات وأنماط سلوكية حميدة ، والتمسك بالعادات الحسنة ، ونمو العلاقات الاجتماعية الطيبة.

ومن خلال دراستنا الاستطلاعية ، وزياراتنا الميدانية لعدد من المراكز الخاصة بالمعاقين حركيا وملاحظتنا لواقع النشاط الرياضي الترويحي المكيف داخل هذه المراكز ، لاحظنا إهمالا لرعاية هذا الجانب ، فممارستهم للنشاط الرياضي يكاد يكون منعدما وهذا راجع إلى القائمين على رعاية هذه المراكز الذين ليست لديهم دراية بأهمية النشاط الرياضي الترويحي المكيف.

وقصد إثارة هذا الموضوع قمنا بطرح الإشكالية مقدما إياها كالتالي:

هل للنشاط الرياضي الترويحي المكيف دور في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته؟.

ومن خلال هذه الإشكالية يمكن صياغة التساؤلات الجزئية التالية:

- 1 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بتقبل الإعاقة بين الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير ممارسين له؟.
- 2 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير المحيط الاجتماعي للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير ممارسين له؟.

2. الفرضيات:

♦ الفرضية العامة:

* - للنشاط الرياضي الترويحي المكيف دور في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته.

♦ الفرضيات الجزئية:

- * - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بتقبل الإعاقة بين الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير ممارسين له.
- * - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير المحيط الاجتماعي للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير الممارسين له.

3. أسباب اختيار البحث :

تعتبر فئة المعاقين أكثر فئة تعاني التهميش في مجتمعنا ، فهي الفئة الأكثر تعرضا لمختلف المشاكل النفسية.

ومن خلال ملاحظتي لقللة الاهتمام بالمعاقين من هذا الجانب ، أي المشاكل النفسية دفعتني للاهتمام ومحاولة إيجاد حلول للتخفيف من هذه المشاكل فكان

لنشاط الرياضي الترويحي المكيف نصيب في هذا المجال ، من خلال ممارسة المعوق لنشاط الرياضي الترويحي المكيف وذلك بالخروج من العزلة والتخلص من مختلف المشاكل النفسية.

4. أهداف البحث:

يمكن حصر أهداف بحثنا هذا في كونه عبارة عن دراسة تحليلية تبين أهم المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا داخل المراكز الخاصة من جانب وأهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف للتخلص من هذه المشاكل النفسية من جانب آخر.

وللتوضيح أكثر فإن هذا البحث يهدف إلى:

* التعرف على تصنيف مختلف المشاكل التي يتعرض لها المعاق حركيا داخل المراكز الخاصة بهم.

* إثبات أنه لممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف دورا في التغلب على المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا.

5. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لقد وردت في بحثنا عدة مصطلحات تفرض على الباحث أن يوضحها وأن يزيل عليها اللبس والغموض حتى يتسنى لقارئ العام والخاص أن يستوعب ما جاء فيه دون عناء أو غموض وأهمها:

5-1 - النشاط الرياضي الترويحي: معنى الترويح: أن كلمة الترويح هي كلمة انجليزية تعني التجديد والخلق والابتكار وهناك نظريات وتفسيرات لها إذ أنها تفوق في مفهومها اصطلاح "اللعبة" ويفسر الترويح والترفيه على أنه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية وشعور يحسبه الفرد قبل وأثناء ممارسته لنشاط ما سلبيا أو ايجابيا هادفا ، ويتم أثناء وقت الفراغ وأن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية ويتصف بحرية الاختيار في ذاته أي الترويح والترفيه أكثر من النشاط ، فالنشاط ليس غاية في حد ذاته ، أما الغاية فهي ذلك التغير في الحالة الانفعالية والعاطفية والإحساس بالعبطة والسعادة التي تعمل على شحن البطارية البشرية لمواجهة الحياة بما فيها من تعقيد.

5-2 - التكيف: يعرف التكيف بأنه ملاءمة الكائن الحي مع نفسه ومع مقتضيات البيئة والظروف من حوله وهو يتضمن التألف والتوافق من أجل التدبير والتفاهم بدلا من الاحتكاك والصراع والتدمير.

5-3- المساعدة: جمع مساعدات (سعد) وتعني المعاونة ، الإسعاف.

نقول مساعدة مادية أو إعانة مادية.

ونقصد بالمساعدة في بحثنا تمكين الشخص المعاق من تحقيق أكبر قدر من الاتزان النفسي والانفعالي والوصول به إلى اكتشاف مواهبه وإمكانيات - ه واستخدامها في تخطي صعوبات الحياة.

5-4- الإعاقة: الإعاقة هي عدم قدرة الفرد على تأدية عمل يستطيع غيرهم

من الناس تأديته ويصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الفرد على القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معينة ، والإعاقة هي حالة من الضرر البدني أو العجز.

5-5- الإعاقة الحركية: المعاق حركيا هو الشخص الذي يعاني من درجة

من العجز البدني أو سبب يعيق حركته ونشاطه نتيجة لخلل أو عاهة أو مرض أصاب عضلاته أو مفاصله أو عظامه بطريقة تحد من وظيفته العادية ، وبالتالي تؤثر على العملية التعليمية وممارسة حياته بصفة طبيعية.

5-6- المعوق: يشير عبد المنعم الحنفي إلى المعوق « بأنه الطفل أو الفرد

الذي يملك من القدرات ما هو دون المستوى والذي به عيب أو نقص شرعي أو وظيفي يجعله غير قادر على منافسة أقرانه».

لكن أحمد زكي بدوي يؤكد على أن المعوق « هو الفرد الذي يختلف عمن يطلق عليه لفظ سوي أو عادي في النواحي الجسمية أو العقلية أو المزاجية أو الاجتماعية إلى الدرجة التي تستوجب عمليات التأهيل الخاصة والتي تؤدي به إلى استخدام أقصى ما تسمح به قدراته ومواهبه».

من هذين التعريفين يتضح لنا أن المعوق هو كل شخص يعجز عن استخدام مؤقت أو دائم لقدراته ومواهبه نتيجة التعرض لعاهة جسمية.

5-7- التقبل: لغة يعني الاستسلام ، الخضوع والتحمل أما في علم النفس

فيعرفه « فولكي » 1971 بأنه موقف الفرد اتجاه ذاته أو غيره ليبدو في الرضا عن الذات أو على الغير من الاعتقاد بوجود إمكانية التحسيس أو دون الاقتصار على النقد أو العقاب.

ويعتبر « كارل روجرز 1968 أن هذا التقبل ضروري لتغيير الوضعية التي يوجد فيها الإنسان أي تحسين ظروفه فيقول في الوقت الذي أتقبل فيه ذاتي أو غيري تصبح لدي القدرة على التغيير وكما كنت مستعدا على أن أكون بكل بساطة (أنا) بكل تعقيدات الحياة كلما بحثت على معرفة وتقبل كل ما هو حقيقي في

شخصي أو غيري أمكنني تغيير الوضع نحو الأفضل».

ومن ثم يمكن استخلاص أن تقبل الإعاقة لا يعني الاستسلام والخضوع لأثارها السلبية بل هو شعور بالرضا اتجاه الإعاقة التي يتولد عنها والتي تعترض وعي الفرد بحالته مع إمكانية تعويض هذه الحالة.

6. المنهج المتبع:

انطلاقا من طبيعة الدراسة والبيانات المراد الحصول عليها لمعرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف على مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته (15 - 18) سنة، فقد استخدمنا المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويساهم بوصفها وصفا دقيقا، ويوضح خصائصها عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، ومن ثم تقديم النتائج في ضوءها". (عبيدات، 1997:188).

وانطلاقا من هذه الدراسة قمنا بدراسة استطلاعية لمركز المعاقين بقورصو من أجل تعيين مجتمع الدراسة الذي هو الفئة المراد تطبيق هذه الدراسة عليها من خلال المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، فكان اختيار هذا المجتمع المكون من تلاميذ هذا المركز الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية. وبالتالي تم استخراج عينة البحث الممثلة للمجتمع الأصلي للبحث بطريقة عشوائية وضمت 30 تلميذا ممارسا و30 تلميذا غير ممارس للأنشطة الرياضية الترويحية داخل المركز.

7. ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

لكي تكون نتائجها مستقلة عن أي متغيرات أخرى، أخذنا بعين الاعتبار ضبط المتغيرات بين أفراد المجموعتين لتحقيق التوازن بينهما من حيث السن، طبيعة الإصابة (مكتسبة، وراثية) والجدول التالي يبين الفروق بين مجموعتين. الجدول رقم (01): يبين الجدول الفروق بين المجموعة الممارسة وغير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية:

المتغيرات	المجموعة الممارسة	المجموعة غير ممارسة
السن	16.90	17.10
طبيعة الإصابة	مكتسبة	14
	وراثية	16
	18	

نلاحظ من خلال الجدول التالي أن متوسط السن للمجموعتين كان تقريبا متعادلا قدرة نسبه ب - 16.90 بالنسبة للعينة الممارسة و 17.10 للعينة غير ممارسة،

بينما جاءت طبيعة الإصابة بين المكتسبة والوراثية حيث جاء العدد 12 تلميذ لطبيعة الإصابة المكتسبة و 18 تلميذ للوراثية وهذا بالنسبة للعينة الممارسة ، أما فيما يخص العينة غير ممارسة فقد جاءت كما يلي 14 للمكتسبة و 16 للوراثية.

8. أدوات البحث:

أن أداة البحث وسيلة أو طريقة تستطيع من خلالها حل أو الإجابة عن مشكلة بحثنا بالاعتماد عليها وبالنسبة لبحثنا استخدمنا مقياس تقبل الإعاقة.

8-1 - مقياس تقبل الإعاقة: استخدم مقياس "ليكرت" لكشف مدى تقبل الإعاقة للعينتين الممارسة وغير الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي المكيف. يحتوي هذا المقياس على 25 سؤالاً (فقرة) كل فقرة تعبر عن الشعور وينقسم هذا المقياس إلى:

- **معاناة ذاتية :** تحتوي على 11 فقرة وهي (1- 3- 7- 5- 16- 10- 17- 18- 21- 23- 25).

- **التكيف مع الإعاقة :** يحتوي على 08 فقرات وهي (9- 6- 2- 12- 11- 14- 19- 24).

- **مؤشر علائقي :** يحتوي على 05 فقرات وهي (8- 4- 15- 20- 22).

9. الأساليب الإحصائية المستعملة :

احتكم الباحث في بحثه هذا على الأدوات الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية وكذا معامل الارتباط البسيط.

10. استعراض نتائج الدراسة:

الجدول رقم (02): يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد التكيف مع الإعاقة.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	اختبار (T)		المعاقين حركيا غير الممارسين للأنشطة		المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة		العمليات الإحصائية
		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	58	2.00	2.29	6.04	0.48	8.45	8.50	بعد التكيف مع الإعاقة

نلاحظ من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول أن المتوسط الحسابي لدرجات المعاقين حركيا على مستوى بعد التكيف مع الإعاقة عند فئة المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ 8.50 وذلك بانحراف

معياري قدر ب - (8.45) بينما بلغ المتوسط الحسابي عند الفئة غير الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية ب - (0.48) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (6.04).

عند مقارنة المتوسطات الحسابية للعينتين يتبين أن درجات فئة المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية كانت أكبر من درجات فئة غير ممارسين أي (8.50 > 0.48) ، كما جاءت قيمة الانحراف المعياري كبيرة للفئة الممارسة مقارنة بالفئة غير ممارسة أي (8.45 > 6.04) ، ومن جهة أخرى جاءت قيمة T المحسوبة أكبر من قيمة T المجدولة أي (2.29 > 2.00) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05).

الجدول رقم 03: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد مؤشر علائقي.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	اختبار (T)		المعاقين حركيا غير الممارسين للأنشطة		المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة		المعاملات الإحصائية بعد مؤشر علائقي
		قيمة "ت" المحسوبة المجدولة	قيمة "ت" المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	58	2.00	2.10	4.54	1.27	6.17	9.85	

تبين لنا نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ على مستوى بعد مؤشر علائقي (9.85) وذلك بانحراف معياري قدر ب(6.17) بينما نجد المتوسط الحسابي لعينة المعاقين حركيا غير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ (1.27) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (4.54).

عند مقارنة نتائج المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة غير الممارسة أي (9.85 > 1.27) ، كما نجد الانحراف المعياري للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة غير ممارسة (6.17 > 4.54).

أما فيما يخص اختبار T نجد أن قيمة T المحسوبة على هذا البعد والمقدرة ب - (2.10) قد جاءت أكبر من T المجدولة المقدرة ب - (2.00) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05).

11. تفسير ومناقشة النتائج:

1.11. تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من أجل التحقيق من درجة صحة الفرضية الأولى التي مفادها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى بعد تقبل الإعاقة بين العينتين (ممارسة وغير ممارسة) للأنشطة الرياضية الترويحية وهذا ما أظهرته النتائج المتحصل

عليها من تحليلنا لنتائج الاستبيان ومن هذا نستطيع إثبات هذه الفرضية. من خلال ما سبق نستنتج أن المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية لهم تقبل ايجابي مقارنة بغير الممارسين وهذا يظهر الأهمية والدور الفعال لممارسة هذه الأنشطة.

هذا ما أكدته دراسة (بشير حسام) من خلال تناوله لموضوع أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من المشاكل النفسية عند الرياضي المعاق حركيا ، حيث توصل إلى أهمية النشاط الرياضي الترويحي في إزاحة الحواجز النفسية التي تعترض المعاق حركيا.

من خلال النتائج المتحصل عليها وحسب ملاحظتنا للفروق يمكن القول أنه قد تحققت نتائج الفرضية الأولى.

2.11. تفسير ومناقشة الفرضية الثانية:

هي درجة دالة إحصائية على وجود فروق بين المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين لنفس هذه الأنشطة هذا من جهة ، ومن جهة أخرى جاء الفرق بين المتوسطات ذوا دلالة إحصائية عند نفس المستوى وهذا لصالح العينة الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية.

من خلال ما سبق وعند قراءتنا للنتائج المحصل عليها يتضح لنا أن التقبل الايجابي لفئة المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية على مستوى بعد مؤشر علائقي كان أكبر من المستوى المسجل لدى الفئة غير الممارسة ، هذا أن دل على شيء فإنما يدل على الدور الهام والفعال للأنشطة الرياضية الترويحية ، ما يجعل الفرد يقبل على ممارسة الأنشطة الرياضية عموماً بدافعية وإيجابية والترويحية خصوصاً للاستثمار الفعال لوقت الفراغ والابتعاد عن الآفات السلبية التي تضر بالفرد والمجتمع وكذلك الخروج من العزلة والانطواء وزيادة القدرات والعلاقات الاجتماعية التي تعود بالنفع للفرد المعاق والمجتمع الذي يعيش فيه.

إذاً من خلال كل ما تقدم ذكره وتحليله لنتائج محور بعد مؤشر علائقي نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين لهذه الأنشطة على مستوى هذا البعد ، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى بعد مؤشر علائقي بين المعاقين حركياً الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية ولصالح فئة الممارسين.

. الاستنتاج العام

يعتبر فقدان الحركة أمراً صعباً المراس على المجتمع عموماً وعلى الفرد خصوصاً ، وذلك من خلال عديد المشكلات والمواقف التي يتعرض لها الفرد المعاق من خلال تفاعلهم مع من حولهم من الأفراد سواء في الأسرة أو المدرسة أو حتى في نطاق المجتمع.

مشكلة فقدان الحركة ليست عرضية في حد ذاتها ، بل هي ذات طابع نفسي واجتماعي مما يحتم توفير كل السبل التي تتيح الفرص للمعاقين حركيا ، لكي يشقوا طريقهم في الحياة لتأدية وظائفهم ويحققوا ذاتهم داخل هذا المجتمع.

لذلك سارعت المجتمعات الحديثة للاهتمام بهذه الشريحة وإدماجها في المجتمع باعتبارها ثروة إنسانية فاعلة يمكن استثمارها وتوجيهها لتكوين مواطنين صالحين وعناصر قوية في المجتمع بالاعتماد على كافة الأجهزة والمؤسسات التربوية والتأهيلية لمساعدة هؤلاء الأشخاص.

ومنه جاء موضوع بحثنا الذي نرمي من خلاله إلى مساعدة هذه الشريحة على تطويرها ونموها السليم ، وكذا فرض أنفسهم كأشخاص أسوياء من خلال اقتراح الأنشطة الرياضية الترويحية لإثبات أنفسهم.

ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها نستنتج ما يلي:

- ❖ تساهم الأنشطة الرياضية الترويحية في القضاء على الانطواء والعزلة والهروب من الواقع والتخوف منه.
- ❖ تساعد هذه الأنشطة المعاق حركياً على إثبات وجوده وأهميته في المجتمع.
- ❖ تساعد هذه الأنشطة المعاق حركياً في عمل الأجهزة الحيوية بشكل جيد وفعال مثل : دقات القلب والكبد والدورة الدموية وكذا المحافظة على الأعضاء الجسمية مثل: اليد والرجلين... من الضمور والنحافة.
- ❖ تقوي هذه الأنشطة العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والتأثير والتأثر وكذا تقبل الفوز والخسارة.

خاتمة:

في ختام هذه الدراسة والتي كان الغرض منها معرفة مدى الدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته ، وفي حدود هذه الدراسة توصلنا إلى أنه توجد علاقة إرتباطية بين ممارسة الأنشطة

الرياضية الترويحية المكيفة ومستوى تقبل الإعاقة ، فالممارسين لهم مستوى مرتفع مقارنة بغير الممارسين ، وهذا من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الميدانية والتي اعتمدنا فيها مقياس تقبل الإعاقة "ليكرت" ، فيما تم تطبيق هذا المقياس على عينتين إحداهما ممارسة وأخرى غير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية ، ومنه تم صياغة فرضيتين جزئيتين وضعت كحلول مؤقتة وهي كما يلي:

***1 -** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بتقبل الإعاقة بين الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير ممارسين له.

***2 -** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير المحيط الاجتماعي للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير الممارسين له.

ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها في ختام هذه الدراسة والتي أثبتت أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين (الممارسة وغير الممارسة) على مستوى كل من تقبل الإعاقة و تأثير المحيط الاجتماعي ، فقد جاءت النتائج كلها لصالح العينة الممارسة عند نفس مستوى الدلالة (0 ، 05) وهذا ما يثبت صحة الفرضيات الجزئية وبالتالي تقبل صحة الفرضية العامة.

قائمة المراجع:

- 1 - أحمد عبد الله أحمد العلي (2004): الشباب والفراغ ، دار السلطان الكويت ، الطبعة الثانية.
- 2 - أسامة رياض ، رياضة المعوقين (2000): الأسس الطبية والرياضية ، ط1 ، دار الفكر العربي القاهرة.
- 3 - الروسان فاروق (1998): قضايا ومشكلات في التربية الخاصة ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
- 4 - أمين أنور الخولي (2001): أصول التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، مصر ، الطبعة الثالثة.
- 5 - حزام محمد رضا القزوني (1978): التربية الترويحية ، دار العربية لطباعة بغداد ، بدون طبعة.
- 6 - تركي راجح (1982): المعوقون في الجزائر وواجب المجتمع والدولة نحوهم ، الشركة الوطنية لنشر والتوزيع ، الجزائر.
- 7 - جمال الخطيب (1998): مقدمة في الإعاقات الجسمية والصحية ، دار الشروق لنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
- 8 - عطيات محمد الخطاب (1982): أوقات الفراغ والترويح ، دار المعارف ، القاهرة ، الطبعة الثانية.
- 9 - عبد الرحمن سيد سليمان وآخرون (2001): بحوث ودراسات في سيكولوجية الإعاقة ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة.

تحديد النمط الجسمي للموهوب الشاب في رياضة ألعاب القوى اختصاص

جري المسافات (دراسة حالة أصناف: مبتدئين ، أصاغر ، أشبال ولاية الشلف)

د. بنور معمر*

الملخص:

إن الهدف الأساسي من هذه الدراسة هو تحديد ولو بصفة مبسطة النمط الجسمي لرياضي ألعاب القوى الشاب اختصاص جري المسافات ، ولقد أجرينا بحثنا هذا على عينة متكونة من 30 عداء صنف مبتدئين ، أصاغر ، أشبال ولاية الشلف ، خضعوا لقياسات أنثروبومترية دقيقة شملت معظم مناطق الجسم بغية الحصول على أكبر عدد ممكن من المعلومات والمعطيات الخام. ولقد أفضت دراستنا إلى نتائج لا بأس بها تبرز مدى ملائمة النمط الجسمي لعينة البحث مع الاختصاص الممارس.

مقدمة :

لقد عرفت رياضة المستوى العالي قفزة نوعية كانت نتيجة جهود علمية وعملية كبيرة من طرف الباحثين والمدربين منذ أمد بعيد. حيث أصبح تطور هذه الأخيرة مرهونا بالمادة الأولية الخام ، ألا وهو العنصر البشري الذي يريد أن يصنع من نفسه أو يصنع منه بطلا.

ولكي نصنع من شخص ما بطلا ، في رياضة ما ، يجب علينا أولا ، اختيار الشخص المناسب لذلك ، وهو ذلك الشخص الذي تتوفر فيه كل الصفات البدنية والمرفولوجية والفزيولوجية والنفسية التي تتماشى مع الاختصاص الموجه إليه ، ولهذا الغرض أصبح يستوجب على كل مدرب يريد أن يظم إلى فريقه عناصر جديدة ، أن يقوم بعملية اكتشاف وانتقاء ، حتى يعرف مدى استعداداتهم وخاصة المورفولوجية منها وهذا حتى يستثمر في جهده ووقته والأموال التي ستصرف على تكوينهم.

نحن في هذه الدراسة نهتم بالخصائص المرفولوجية لرياضي ألعاب القوى الشاب اختصاص جري المسافات ، حيث نلاحظ أن المدربين يولون اهتماما بليغا بتطور مستويات مختلف عناصر اللياقة البدنية من خلال مختلف العلوم البيولوجية

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة حسيبة بن بوعالي الشلف - البريد الإلكتروني: Benor02@yahoo . fr

كعلم المرفولوجيا وذلك من أجل خلق نظام فعال في الرياضة ، وللخصائص المورفولوجية عند الرياضيين علاقة وطيدة بالإمكانات الحركية في كل الاختصاصات وكذا في الصفات البدنية ، كالقوة والمداومة و السرعة ، و للوصول إلى المستوى العالي يجب معرفة المتطلبات المرفولوجية لكل رياضي حسب كل اختصاص ، حيث أن الرياضي ذوي المستوى العالي يعتبر كمرجع يقاس عليه باحترام المتطلبات العلمية التي يفرضها الاختصاص الذي يمارسه هذا الأخير. وحسب Carter ، (1970) و Muller ، (1991) فإن رياضي المستوى العالي ، يجب أن يتصف ببنية مورفولوجي أكثر رياضية ، وخصائص جد محددة من بينها النمط العضلي المتوازن. وفي هذا السياق يشير Karpovich (1975) إلى أهمية اختيار النمط الجسمي المناسب قبل البدء في عمليات التدريب.

ومن الضروري أيضا الاعتماد على المعطيات العلمية التي تحاول معرفة مدى تأثير النشاط البدني الرياضي على جسم الإنسان ، لهذا فإن المعطيات المرفولوجية تعتبر الأكثر استعمالا وتلعب دورا هاما في هذا المجال ، وهاذ حسب Kouzenetsove (1968) .

1. إشكالية:

من خلال التطورات التي شهدتها علم المرفولوجيا عبر العصور و نظرا لاهتمام الباحثين به تولد مصطلح (النمط الجسمي حيث في وقتنا الحالي تتميز أغلب الرياضات الممارسة بنمط مرفولوجي خاص بها ، هذا النمط الذي توصل إليه شيلدون (1940) وأطلق عليه تسمية النمط الجسمي somatotype ، وعرفه بكونه (التحديد الكمي لثلاث مكونات الأول يشير إلى السمنة و الثاني إلى العضلية والثالث إلى النحافة (محمد صبحي حسانين) (2000).

ورياضة المستوى العالي أصبحت تهتم في وقتنا الحالي بمعرفة و بشكل دقيق كل ما يتعلق بجسم الرياضي خاصة البنية الخارجية ، حيث أصبح كل اختصاص يستوجب نمطا معينا خاصا به وكذا استعدادات بدنية تتوافق مع الاختصاص الممارس ، ومن هذا المنطلق تنبثق إشكالية البحث و التي تقول:

هل النمط الجسمي لرياضي ألعاب القوى الشاب على مستوى ولاية الشلف اختصاص جري المسافات يتماشى مع الاختصاص الممارس؟

2. فرضية :

إن النمط الجسمي لرياضي ألعاب القوى الشاب على مستوى ولاية الشلف اختصاص جري المسافات يتماشى مع الاختصاص الممارس.

3. أهداف الدراسة:

- تتمثل الأهداف الأساسية لهذه الدراسة في:
- تقييم الاستعدادات والقدرات البدنية التي يتمتع بها رياضي ألعاب القوى الشاب اختصاص جري المسافات.
- تحديد الخصائص المرفولوجية التي يتمتع بها رياضي ألعاب القوى الشاب اختصاص جري المسافات.
- تحليل العلاقة الإرتباطية بين الاختبارات البدنية والقياسات الجسمية لرياضي ألعاب القوى الشاب اختصاص جري المسافات.

4. أهمية البحث :

تكمن أهمية هذه الدراسة كون هذه الفئة ، هي اللبنة الأساسية لبناء منتخب رياضي قوي ومتميز ، يعول عليه في المستقبل ، ولذا فإن هذه الدراسة ربما ستسمح بإعطاء نتائج تساعد المدربين على اختيار أحسن العناصر أثناء عملية الانتقاء ، وذلك وفق النتائج التي سنحصل عليها ، بالإضافة إلى المحددات البدنية وكذا الخصائص المورفولوجية التي سيتم تحديدها.

5. الدراسات السابقة والمشابهة:

5-1- الدراسة الأولى: بحري كنزة 2011 ، عنوان الدراسة تأثير الخصائص المرفولوجية والفيزيولوجية على تطور الصفات البدنية للمداومة والقوة المميزة بالسرعة عند التلميذات المتدرسات ذوي 9 - 10 سنوات لولاية قسنطينة ، الهدف من الدراسة يتمثل في دراسة مدى تأثير الخصائص المرفولوجية والفيزيولوجية على تطور الصفات البدنية للمداومة والقوة المميزة بالسرعة ، بغية تقدير الدلائل التي يمكن الاعتماد عليها في الانتقاء والتوجيه الرياضي ، وكذلك تنظيم طور التحضير والتدريب ، العينة 40 تلميذة ، المنهج المستخدم التجريبي ، تقدير الكفاءة البدنية للتحمل والقوة المميزة بالسرعة ، والمرونة والخفة ميدانيا بواسطة بطارية الاختبار اوروفيت EUROFIT ، وكذا تقدير الاستهلاك الأقصى للأكسجين بالإضافة للقدرة القصوى اللاهوائية اللا لبنية مخبريا ، وقد خلصت الدراسة إلى وجود تغيرات مورفولوجية تمثلت في الطول والوزن وتطور الدلائل الفيزيولوجية المتعلقة بالحجم الأقصى للأكسجين وكذا القدرة القصوى اللاهوائية اللا لبنية ، إلا أن الأطفال الذين لديهم قدرات عالية لحجم الأكسجين الأقصى والقدرة القصوى اللاهوائية اللا لبنية في المخبر ، تمكنوا من إنجاز أحسن النتائج في الميدان

للتحمل والقوة المميزة بالسرعة.

5 - 2 - الدراسة الثانية: درنكويتز اريكجونسون وآخرون Drinkwate ،
 2007EricJ&all عنوان الدراسة العمر النموذجي والفروق بين الأجيال في اللياقة
 البدنية بين لاعبي كرة السلة ، هدف الدراسة تقييم تأثير حجم الجسم وحالة البلوغ
 على التغيير في القدرات الوظيفية والمهارات الخاصة ، الاهتمام بقيمة اختبارات
 اللياقة البدنية والانخفاض الواضح في اختبارات الأداء لدى ناشئ كرة السلة ،
 تناولت الدراسة حقبة زمنية ماضية عن الاتجاهات حول درجات في الاختبارات
 والقياسات الانثروبومترية واللياقة البدنية المرتبطة بنسبة الانتقاء وسنة الانتقاء. هدف
 الدراسة الاهتمام بقيمة اختبارات اللياقة البدنية والانخفاض الواضح في اختبارات
 الأداء لدى ناشئ كرة السلة ، تناولت الدراسة حقبة زمنية ماضية عن الاتجاهات
 حول درجات الاختبارات والقياسات الانثروبومترية واللياقة البدنية المرتبطة بنسبة
 الانتقاء وسنة الانتقاء ، العينة لاعبة 1862 و236 لاعب ، المنهج المستخدم الوصفي ،
 أهم النتائج سجل اللاعبين على المستوى القومي درجات أفضل من لاعبي الولاية
 في كل الاختبارات والفروق كانت بصفة عامة بسيطة (تراوحت بين 0.2 - 0.6 أو
 متوسط 0.6 - 1.2 ، في كل الاختبارات كان الذكور أفضل من الإناث بفروق
 معيارية كبيرة (اكبر 1.2) ، الرياضيون في سن 16 سنة أدوا بشكل أفضل من
 اللاعبين في سن 14 سنة في معظم الاختبارات (بلغت 0.7 - 2.1) وكل درجات
 الاختبارات غالباً ما كان يظهر فيها بشكل الهضبة أو تبدأ في التدهور في سن 17
 سنه ، انخفاض معدلات التغيير لدى لاعبي المستوى العالي يلقى الضوء على
 الفائدة المحتملة لهذه الاختبارات في برامج الناشئين في كرة السلة ، على الرغم من
 الانخفاض في المستوى بين الأجيال بحيث أن موضع اهتمام.

5 - 3 - الدراسة الثالثة: بن الشيخ يوسف 2013 ، عنوان الدراسة دراسة معايير
 اكتشاف و انتقاء المواهب الشابة في الميدان الرياضي لدى الأطفال المتمدرسين
 ببعض ولايات الوطن الفئة العمرية (10 - 12 سنة) إن الهدف الأساسي من هذه
 الدراسة يتمثل في دراسة الخصوصيات المورفولوجية و الاستعدادات الجسمية التي
 يتميز بها الطفل الجزائري ، من أجل حل الكثير من المشاكل و من بينها إشكالية
 اكتشاف وانتقاء وتوجيه المواهب الشابة ، العينة 500 طفل ، موزعين على النحو
 التالي: 161 طفل 10 سنوات ، 171 طفل 11 سنة ، 168 طفل 12 سنة ، أجريت لها
 مجموعة من القياسات الأنتروبومترية تمثلت في قياس: الوزن والأطوال والاتساع
 والمحيطات والطيات الجلدية ومن خلال هذه القياسات تمتحديد الوجهة
 المورفولوجية لهذه الفئة العمرية و تقييم كل من مؤشرات التطور البدني (المساحة

الجسمية و مؤشر كيتلي ومؤشر شيلدون...) وتقييم مختلف مكونات التركيبة الجسمية (الكتلة العضلية ، الكتلة الدهنية...) وتحديد النمط الجسمي حسب طريقة هيث و كارتر ، هذا من جهة و إجراء مقارنات بين مختلف النتائج المتحصل عليها بين الفئات العمرية الثلاث 10 سنوات و 11 سنة و 12 سنة.

6. عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

6.1 . عرض نتائج القيم العامة لعينة البحث:

الجدول رقم (01) : يبين نتائج القيم العامة لعينة البحث.

الطول (سم)			الوزن (كغ)			المتغير المقياس
أشبال N = 8	أصاغر N = 12	مبتدئين N = 10	أشبال N = 8	أصاغر N = 12	مبتدئين N = 10	السن
.17108	.16354	.1454	.522	.4718	.3475	المتوسط الحسابي
177	.1707	157	60	56	42	القيمة القصوى
164	.1502	.1355	44	35	30	القيمة الدنيا
.574	.823	.617	.606	.723	.427	الانحراف المعياري
.335	.503	.424	.1161	.1532	.1228	معامل الاختلاف

من خلال الجدول نلاحظ ما يلي:

بالنسبة لفئة المبتدئين: عدد عناصر المجموعة N = 10

تميزت عينة بحثنا بمتوسط حسابي للوزن قدره 34.75 ± 27.4 كغ بقيمة دنيا قدرها 30 كغ و قيمة قصوى قدرها 42 كغ بمعامل اختلاف قدره 12.28% وهذا ما يدل على التجانس متوسط بين عناصر عينة البحث.

أما فيما يخص الطول فقد عرف متوسط حسابي قدره 145.4 ± 17.6 سم بقيمة دنيا قدرها 135.5 سم وقيمة قصوى 157 سم بمعامل اختلاف قدره 4.24% ما يدل على وجود تجانس كبير داخل عينة البحث. بالنسبة لفئة الأصاغر: عدد عناصر المجموعة N = 12

تميزت عينة بحثنا بمتوسط حسابي للوزن قدره 47.47 ± 23.7 كغ بقيمة دنيا قدرها 35 كغ و قيمة قصوى قدرها 56 كغ بمعامل اختلاف قدره 15.32% وهذا ما يدل على التجانس المتوسط بين عناصر عينة البحث.

أما فيما يخص الطول فقد عرف متوسط حسابي قدره 163.8 ± 23.8 سم بقيمة دنيا قدرها 150.2 سم و قيمة قصوى 170.7 سم بمعامل اختلاف قدره 5.5% ما يدل على وجود تجانس كبير داخل عينة البحث.

بالنسبة لفئة الأشبال: عدد عناصر المجموعة N = 8

عرفت عينة البحث متوسط حسابي للوزن قدره 52.52 ± 06.6 كغ بقيمة دنيا

قدرها 44 كلغ وقيمة قصوى قدرها 60 كلغ بمعامل اختلاف قدره 61. 11% وهذا ما يدل على التجانس المتوسط بين عناصر عينة البحث.

أما فيما يخص الطول فقد عرف متوسط حسابي قدره 171. 08±74.5 سم بقيمة دنيا قدرها 164 سم وقيمة قصوى 177 سم بمعامل اختلاف قدره 35. 3% ما يدل على وجود تجانس كبير داخل عينة البحث.

2.6. الدراسة الأولى: عرض نتائج الحسابات البيومترية لعينة البحث.

1.2.6. عرض نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث حسب الصنف:

1.1.2.6. عرض نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف مبتدئين:

الجدول رقم (02): يبين نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف مبتدئين.

المكون المقاييس	المركب العظمي	المركب الدهني	المركب العضلي
المتوسط الحسابي	.722	.727	.1564
القيمة القصوى	.990	.942	.1842
القيمة الدنيا	.617	.587	.1310
الإنحراف المعياري	.136	.128	.168
معامل الاختلاف	.1881	.1761	.1075
النسبة المئوية	21.00 %	21.14 %	45.44 %

نلاحظ من خلال الجدول رقم 29 الذي يبين نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف مبتدئين مايلي:

بالنسبة إلى المركب العضلي سجل أكبر قيمة ، حيث عرف المتوسط الحسابي قيمة قدرها 15.16 كلغ وبنسبة مئوية قدرها 45.44 % من الوزن الإجمالي للجسم وبالتالي هذه النتائج تعتبر إيجابية في صالح عينة البحث ، نظرا للاختصاص الممارس ومتطلباته ، لذا فإن الفرد الذي يتفوق لديه المكون العضلي على باقي المكونات ، يعتبر من العناصر ذوا الاستعدادات البدنية والجسمية التي تؤهلهم لممارسة النشاطات البدنية والرياضية وخاصة ألعاب القوى ، وهذا ما لمسناه لدى عينة البحث مبتدئين رغم صغر سنهم وحادثة مزاولتهم للنشاطات البدنية والرياضية.

المركب الدهني أخذ الدرجة الثانية من حيث القيمة ، إذ سجل متوسطه الحسابي قيمة قدرها 7.27 كلغ وبنسبة مئوية قدرها 14.21 % من الوزن الكلي للجسم ، هذه القيمة تعتبر ضئيلة وهي في صالح عينة البحث وتدل على الإنسجام الكبير بين عناصر مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث وبالتالي هي دلالة أيضا على تمتعهم بإمكانات جسمية تسمح لهم بممارسة النشاطات البدنية والرياضية بصفة

عامة ورياضة ألعاب القوى بصفة خاصة. المركب العظمي سجل أقل قيمة من غيره وذلك بمتوسط حسابي قدره 2.7 كـلغ وبنسبة مئوية قدرها 21.00% من الوزن الكلي للجسم. وعلى العموم فإن النتائج المحصل عليها كانت إيجابية و في صالح عناصر عينة البحث.

2.1.2.6. عرض نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف أصاغر:

الجدول رقم (03): يبين نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف أصاغر.

المكون المقاييس	المركب العظمي	المركب الدهني	المركب العضلي
المتوسط الحسابي	.1046	.902	.2479
القيمة القصوى	.1190	.1059	.3038
القيمة الدنيا	.851	.604	.1842
الإنحراف المعياري	.109	.137	.412
معامل الاختلاف	.1041	.1519	.1661
النسبة المئوية	22.27%	19.20%	52.75%

نلاحظ من خلال الجدول رقم 30 الذي يبين نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف أصاغر مايلي:

بالنسبة إلى المركب العضلي سجل أكبر قيمة ، حيث عرف المتوسط الحسابي قيمة قدرها 24.79 كـلغ وبنسبة مئوية قدرها 52.75% من الوزن الإجمالي للجسم وبالتالي هذه النتائج تعتبر إيجابية في صالح عينة البحث ، نظرا للاختصاص الممارس ومتطلباته ، وكما ذكرنا سابقا فكلما تفوق لدى الفرد المكون العضلي على باقي المكونات ، فإنه يعتبر لديه استعدادات و مؤهلات بدنية وجسمية تؤهله لممارسة النشاطات البدنية والرياضية وخاصة رياضة ألعاب القوى ، وهذا ما لمسناه لدى عينة البحث أصاغر حيث لازالوا في بداية المشوار الرياضي إلا أنهم أبدوا مميزات لا بأس بها تسمح لهم مزاوله النشاطات البدنية والرياضية وخاصة ألعاب القوى ، ومن خلال قيمة المتوسط الحسابي للمكون العضلي ونسبته المئوية يظهر جليا كيف تفوق هذا المكون عند الأصاغر على فئة المبتدئين.

المركب الدهني أخذ الدرجة الثالثة من حيث القيمة ، إذ سجل متوسطه الحسابي قيمة قدرها 9.02 كـلغ وبنسبة مئوية قدرها 20.19% من الوزن الكلي للجسم ، هذه القيمة تعتبر ضئيلة وهي في صالح عينة البحث وتدل على الانسجام الكبير بين عناصر مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث وبالتالي هي دلالة أيضا على تمتعهم بإمكانات ومؤهلات جسمية تسمح لهم بممارسة النشاطات البدنية

والرياضية بصفة عامة ورياضة ألعاب القوى بصفة خاصة ، كما نلاحظ الفرق الذي سجله هذا المكون عند فئة المبتدئين وعند فئة الأصغر ، حيث سجل عند الأولى الدرجة الثالثة من حيث القيمة ، أما بالنسبة للثانية فأحتل المرتبة الثانية ، وهذه النتيجة تعطينا معلومات إيجابية من حيث التوافق في تسلسل الأصناف مع قيمة المكون ودلالته العلمية.

المركب العظمي أحتل المرتبة الثانية من حيث القيمة ، وذلك بمتوسط حسابي قدره 10.46 كلغ ونسبة مئوية قدرها %27.22 من الوزن الكلي للجسم ، على عكس ما سجله عند فئة المبتدئين حين سجل أقل قيمة من غيره ، بتفوق كلا من العضلي والدهني على التوالي. بالتالي فإن النتائج المحصل عليها كانت إيجابية و في صالح عناصر عينة البحث ، ويعكس ربما مدى توفر لدى عناصر عينة البحث فئة أصغر من متطلبات لممارسة هذا الاختصاص.

3.1.2.6 عرض نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف أشبال:

الجدول رقم (04): يبين نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف أشبال.

المكون المقاس	المركب العظمي	المركب الدهني	المركب العضلي
المتوسط الحسابي	.1045	.841	.2752
القيمة القصوى	.1139	.953	.3059
القيمة الدنيا	.930	.690	.2233
الانحراف المعياري	.059	.083	.241
معامل الاختلاف	.570	.990	.877
النسبة المئوية	% 20.02	%16.2	%52.73

نلاحظ من خلال الجدول رقم 31 الذي يبين نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث صنف أشبال مايلي:

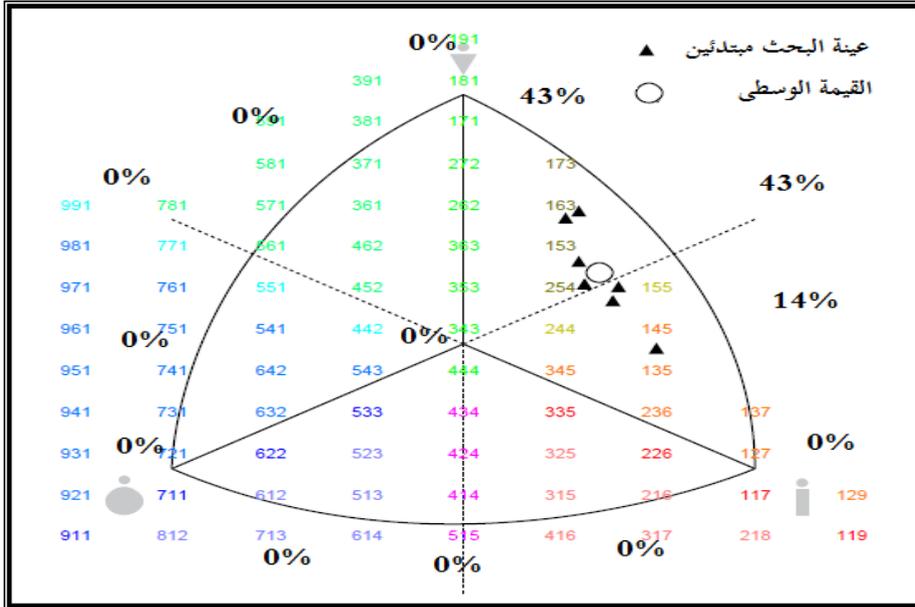
بالنسبة إلى المركب العضلي سجل أكبر قيمة ، حيث عرف المتوسط الحسابي قيمة قدرها 27.52 كلغ ونسبة مئوية قدرها %52.73 من الوزن الإجمالي للجسم وبالتالي هذه النتائج تعتبر إيجابية في صالح عينة البحث ، نظرا للاختصاص الممارس ومتطلباته ، وكما ذكرنا سالفًا فكلما تفوق لدى الفرد المكون العضلي على باقي المكونات ، فإنه يعتبر لديه استعدادات ومؤهلات بدنية وجسمية تؤهله لممارسة النشاطات البدنية والرياضية وخاصة ألعاب القوى وبالأخص المسافات النصف طويلة ، وهذا ما لمسناه لدى عينة البحث أشبال باعتبارهم في السنوات الأولى من التخصص إذ أبدوا مميزات لا بأس بها تسمح لهم بممارسة هذا الأخير والتنبؤ لهم بمستقبل رياضي واعد ، ومن خلال قيمة المتوسط الحسابي للمكون العضلي ونسبته المئوية يظهر جليا كيف تفوق هذا

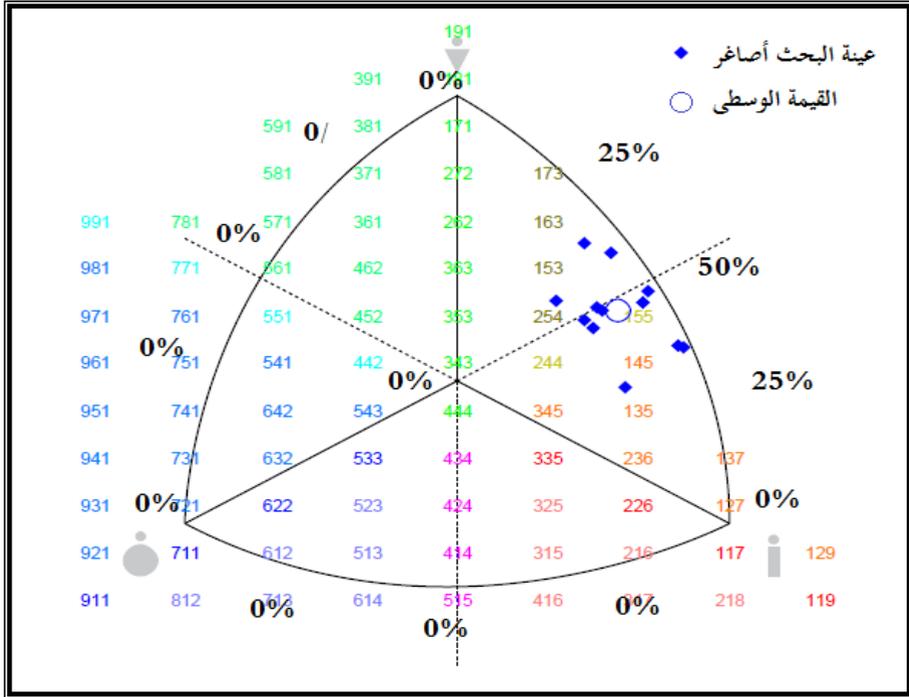
المكون عند الأشبال على فئتي كل من الأصغر والمبتدئين. المركب الدهني أخذ الدرجة الثالثة من حيث القيمة ، إذ سجل متوسطه الحسابي قيمة قدرها 8.41 كـلغ وبنسبة مئوية قدرها %12.16 من الوزن الكلي للجسم هذه القيمة تعتبر ضئيلة وهي في صالح عينة البحث وتدل على الانسجام الكبير بين عناصر مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث وبالتالي هي دلالة أيضا على تمتعهم بإمكانات ومؤهلات جسمية تسمح لهم بممارسة رياضة ألعاب القوى وتدل أيضا على التوجيه السليم للتخصص الممارس ألا وهو المسافات النصف طويلة ، كما نلاحظ الفرق بين القيمة التي سجلها عند فئة الأشبال وعند فئتي كل من الأصغر والمبتدئين ، حيث نلاحظ أن قيمه بدأت بالانخفاض كلما كبر الصنف وهذه ربما دلالة على نجاعة الاختيار والتوجيه ، وهذه النتيجة تعطينا معلومات إيجابية من حيث التوافق في تسلسل الأصناف مع قيمة المكون ودلالته العلمية.

المركب العظمي احتل المرتبة الثانية من حيث القيمة ، وذلك بمتوسط حسابي قدره 10.45 كـلغ وبنسبة مئوية قدرها %02.20 من الوزن الكلي للجسم ، على عكس ما سجله عند فئة المبتدئين حين سجل أقل قيمة من غيره ، بتفوق كلا من العضلي والدهني على التوالي ، كما نلاحظ القيمة التي سجلها عند الأشبال و القيمة التي سجلها عند الأصغر كانتا متقاربتين لأن المركب العظمي لا يتأثر جراء التدريب الرياضي بشكل كبير عكس المكونين الدهني والعضلي. بالتالي فإن النتائج المحصل عليها كانت إيجابية و في صالح عناصر عينة البحث ، ويعكس ربما مدى توفر لدى عناصر عينة البحث فئة أشبال من متطلبات لممارسة هذا التخصص.

6.2.2. عرض نتائج الأنماط الجسمية لعينة البحث حسب الصنف:

6.2.2.1. عرض بطاقة النمط الجسمي لعينة البحث صنف مبتدئين:





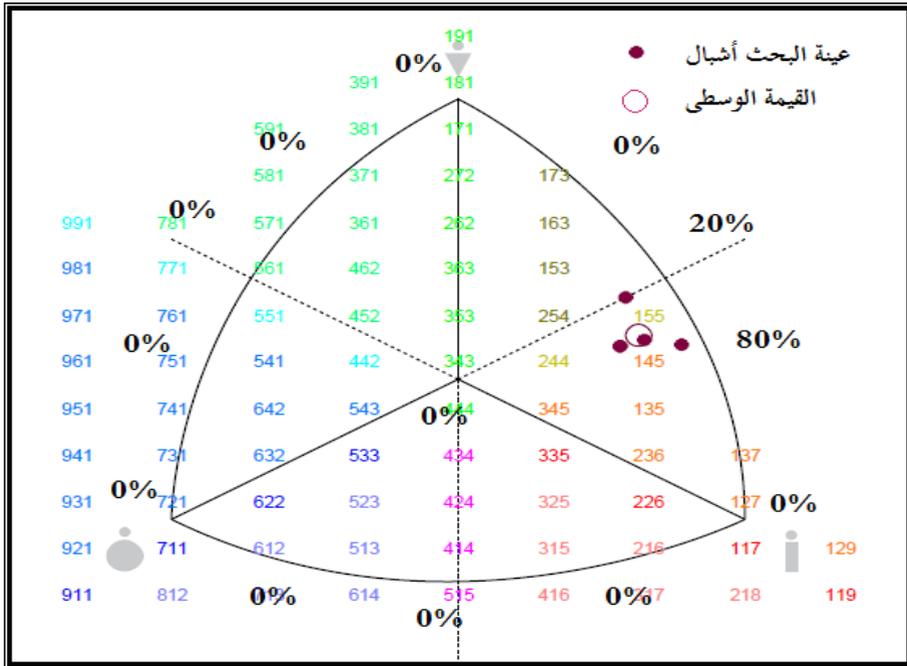
الشكل رقم 02 : يمثل بطاقة نمط الجسم لعينة البحث صنف أصاغر.

نلاحظ من خلال الشكل في الأعلى توزيع الأنماط الجسمية لعناصر عينة البحث أصاغر على بطاقة النمط الجسمي لهيث وكارتر ، أن 25% من عناصر العينة توزعوا في منطقة النحافة أما منطقة العضلية فحازت على 25% من مجموع العناصر ، والبقية توزعوا في منطقة عضلي - نحيف بنسبة قدرها 50%.

أما القيمة الوسطى فكانت من النوع العضلي - النحيف.

وبالتالي نلاحظ بأن المكونين الذين طغيا عليهم هو العضلية والنحافة ، فيما نسجل غياب تام لمكون السمانة. وبالتالي فإن النتائج كانت في صالح عينة البحث لأن نوع النمط الذي تحصلنا عليه يتماشى ومتطلبات الاختصاص.

6.2.2.3 . عرض بطاقة النمط الجسمي لعينة البحث صنف أشبال:



الشكل رقم 03 : يمثل بطاقة نمط الجسم لعينة البحث صف أشبال.

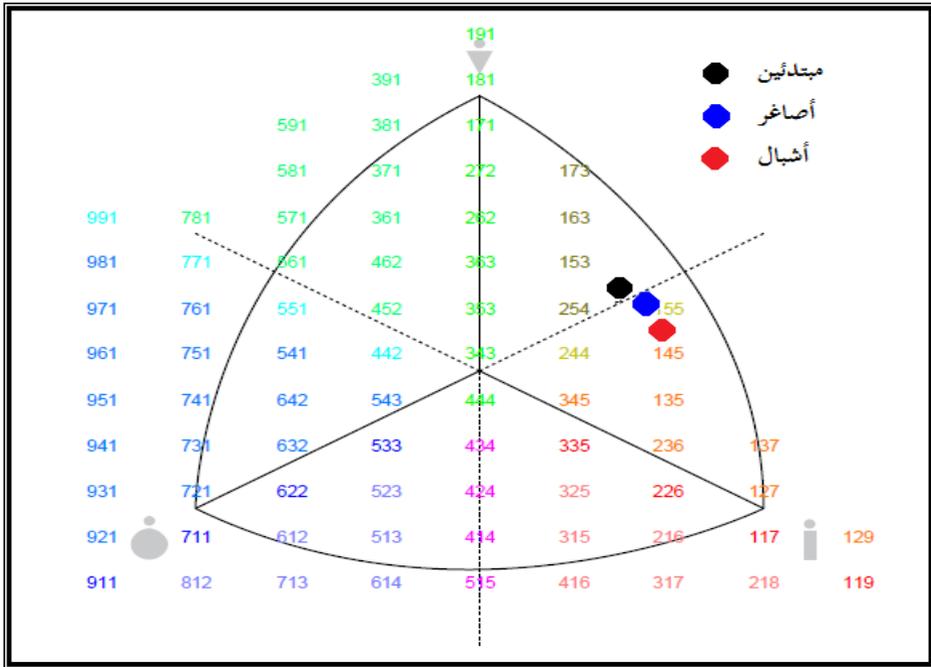
نلاحظ من خلال الشكل في الأعلى توزيع الأنماط الجسمية لعناصر عينة البحث أشبال على بطاقة النمط الجسمي لهيث وكارتر ، أن 80% من عناصر العينة توزعوا في منطقة النحافة والبقية توزعوا في منطقة عضلي - نحيف بنسبة قدرها 20% ، أما منطقة العضلية فحازت هذه المرة على 0% من مجموع العناصر. أما مكون النحافة فلم يسجل له أي تمثيل مرة أخرى من قبل عناصر عينة البحث. أما القيمة الوسطى فكانت من النوع العضلي - النحيف.

وبالتالي نلاحظ بأن المكون الذي طغى على عناصر العينة هو النحافة ، فيما نسجل غياب تام لمكون السمنة وشبه تام للعضلية ، وبالتالي فإن النتائج كانت في صالح عينة البحث لأن نوع النمط الذي تحصلنا عليه يتماشى ومتطلبات الاختصاص والتخصص لأن عناصر عينة البحث أشبال يمارسون رياضة المسافات النصف طويلة.

4.2.2.6 - مقارنة الأنماط الجسمية لعينة البحث:

الجدول رقم (05): نتائج الأنماط الجسمية لعينة البحث حسب الصنف.

المكون المقياس	النحافة	العضلية	السمنة
مبتدئين	4.1	4.5	1.3
أصاغر	4.8	4	1.2
أشبال	4.8	3.8	1



الشكل رقم 04 : يمثل بطاقة نمط الجسم لعينة البحث حسب الصنف.

نلاحظ من خلال الجدول الذي يبين قيم مكونات الأنماط الجسمية لعينة البحث حسب الصنف وكذا الشكل الذي يمثل توزيع الأنماط الجسمية لعينة البحث على بطاقة النمط الجسمي لهيئ وكارتر ما يلي:

بالنسبة لمكون النحافة عرف ارتفاع في القيمة بشكل طردي مع الصنف حيث سجل قيم قدرها (4، 1، 4، 8، 4، 8) لكل من مبتدئين، أصاغر وأشبال حسب الترتيب.

أما بالنسبة لمكون العضلية فعرف إنخفاض في القيمة بشكل عكسي مع الصنف بحيث سجل قيم قدرها (4، 4، 5، 3، 8) لكل من مبتدئين، أصاغر و أشبال حسب الترتيب.

وأخيرا مكون السمنة فعرف هو الآخر إنخفاض في القيمة بشكل عكسي مع الصنف بحيث سجل قيم قدرها (1، 3، 1، 2، 1) لكل من مبتدئين، أصاغر

و أشبال حسب الترتيب.

ومن خلال هذه النتائج وكذا الشكل رقم (8) نلاحظ انه كلما مررنا من الصنف الأصغر إلى الأكبر ، تناقص كل من المكونين العضلية والسمانة ، لصالح مكون النحافة والذي له علاقة مباشرة مع الوزن والطول لأن كلما أرتفع الطول ونقص الوزن تفوق مكون النحافة ، وهذا ما يميز رياضي هذا الاختصاص.

3.2.6 . مناقشة عامة:

في هذا الجزء من الدراسة ، وبعد عرض وتحليل النتائج التي تم التوصل إليها ، سنهتم في هذا العنوان بالمناقشة العامة لهذه النتائج ، انطلاقا من تشخيصها وتمحيصها على الأسس النظرية التي بنيت عليها المنطلقات الفرضية.

أ . مناقشة نتائج الحسابات البيومترية :

مكونات التركيبة الجسمية: نلاحظ من خلال نتائج مكونات التركيبة الجسمية لعينة البحث للأصناف الثلاثة:

بالنسبة إلى المركب العضلي سجل أكبر قيمة عند كل الأصناف ، وبالتالي هذه النتائج تعتبر إيجابية في صالح عينة البحث ، نظرا للإختصاص الممارس ومتطلباته ، لأنه وكلما تفوق لدى الفرد المكون العضلي على باقي المكونات ، فإنه يعتبر لديه استعدادات ومؤهلات بدنية وجسمية تؤهله لممارسة النشاطات البدنية والرياضية وخاصة رياضة ألعاب القوى وبالأخص المسافات النصف طويلة ، وحيث يشير محمد صبحي حسانين إلى أن الحجم و البناء و التكوين لجسم الشخص الرياضي تمثل العوامل الحاسمة للإنجاز و التفوق الرياضي ولكل رياضي نمط جسمي خاص به و هذا ما يفرض حدودا على كل من بناء الجسم وتكوينه ، فالتدريب الرياضي للجهاز العضلي ينمي الكتلة العضلية بدرجات متفاوتة ويؤدي أيضا إلى نقص في المكون الدهني للجسم وهذا أمر يشير إلى إمكانية التطوير. بن الشيخ يوسف (2012) ، وهذا ما لمسناه لدى عينة البحث إذ أبدوا مميزات لا بأس بها تسمح لهم بممارسة هذا التخصص والتنبؤ لهم بمستقبل رياضي واعد ، ومن خلال قيم المتوسطات الحسابية للمكون العضلي ونسبته المئوية يظهر جليا كيف تفوق هذا المكون عند الأشبال على فئتي كل من الأصاغر و المبتدئين وهذا ما يبدي التسلسل الهرمي في النمو وبالموازاة التدريب الرياضي.

المركب الدهني أخذ الدرجة الثالثة من حيث القيمة عند فئتي الأشبال والأصاغر ، أما بالنسبة لفئة المبتدئين فقد أخذ الدرجة الثاني متفوقا على المكون العظمي ، وذلك كون هذه الفئة لازالت في بداية المشوار ، هذه القيم تعتبر في صالح عينة البحث وتدل على الانسجام الكبير بين عناصر مكونات التركيبة

الجسمية لعينة البحث وبالتالي هي دلالة أيضا على تمتعهم بإمكانات ومؤهلات جسمية تسمح لهم بممارسة رياضة ألعاب القوى ، وتدل أيضا على التوجيه السليم للتخصص الممارس ألا وهو المسافات النصف طويلة بالنسبة لفئة الأشبال ، كما نلاحظ الفرق بين القيمة التي سجلها عند فئة الأشبال وعند فئتي كل من الأصغر و المبتدئين ، حيث نلاحظ أن قيمه بدأت بالانخفاض كلما كبر الصنف وهذه ربما دلالة على نجاعة الاختيار والتوجيه ، وهذه النتيجة تعطينا معلومات إيجابية من حيث التوافق في تسلسل الأصناف مع قيمة المكون ودلالته العلمية. كما تؤدي الزيادة في نسبة المكون الدهني إلى التأثير بشكل مباشر على القدرات البدنية و بالتالي نتائج الاختبارات البدنية وهذا ما يشير إليه Karpovich (1975) باعتبار أن تكوين الجسم يشير إلى نسبة تواجد الأجزاء الدهنية والغير دهنية في الجسم إذ يمكن إحداث تغيرات ملموسة فيه ، و هذا الأمر له أهمية كبرى في مجال التدريب الرياضي. ويشير كل من ماك أردل Ardeletal Mc وآخرون (1994) ، وأبو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي حسانين (1997) ، روبرجز وروبرت Robert & Robergs (1997) إلى أهمية المحددات الأثروبومترية في عملية الانتقاء بان لكل نشاط رياضي متطلبات جسمانية خاصة يلزم توافرها في من يستهدف إحراز البطولات والميداليات في هذا النشاط ، كما أن الحجم والشكل والبناء والتكوين لجسم شخص تمثل العوامل الحاسمة للإنجاز والتفوق الرياضي ، كما أن القياسات الأثروبومترية تتيح الفرصة لدراسة العلاقة بين شكل الجسم والأداء ، كما أنها تعطي دلالة قوية على كل ما يتعلق بالتكوين الجسماني للفرد من حيث الطول والوزن والمحيطات وبين إمكانية الوصول للمستويات الرياضية العالية وأنه غالباً يتطلب كل نشاط رياضي صفات جسمانية معينة يجب ملاحظتها عند اختيار الفرد لممارسة النشاط الممارس. بن الشيخ يوسف (2012).

المركب العظمي أحتل المرتبة الثانية من حيث القيمة لدى فئتي الأشبال و الأصغر ، على عكس ما سجله عند فئة المبتدئين حين سجل أقل قيمة من غيره ، بتفوق كلا من العضلي والدهني على التوالي ، كما نلاحظ القيمة التي سجلها عند الأشبال و القيمة التي سجلها عند الأصغر كانتا متقاربتين لأن المركب العظمي لا يتأثر جراء التدريب الرياضي بشكل كبير عكس المكونين الدهني والعضلي. بالتالي فإن النتائج المحصل عليها كانت إيجابية وفي صالح عناصر عينة البحث ، ويعكس ربما مدى توفر لدى عناصر عينة البحث من متطلبات لممارسة هذا التخصص.

- الأنماط الجسمية : نلاحظ من خلال الجدول الذي يبين قيم مكونات

الأنماط الجسمية لعينة البحث حسب الصنف وكذا الشكل الذي يمثل توزيع الأنماط الجسمية لعينة البحث على بطاقة النمط الجسمي لهيث وكارتر ما يلي:
بالنسبة لمكون النحافة عرف ارتفاع في القيمة بشكل طردي مع الصنف حيث سجل قيم قدرها (4، 1، 4، 8، 4، 8) لكل من مبتدئين، أصاغر و أشبال حسب الترتيب، أما بالنسبة لمكون العضلية فعرف انخفاض في القيمة بشكل عكسي مع الصنف بحيث سجل قيم قدرها (4، 4، 5، 3، 8) لكل من مبتدئين، أصاغر و أشبال حسب الترتيب.

وأخيرا مكون السمنة فعرف هو الآخر انخفاض في القيمة بشكل عكسي مع الصنف بحيث سجل قيم قدرها (1، 3، 1، 2، 1) لكل من مبتدئين، أصاغر و أشبال حسب الترتيب.

إن تطور هذه القيم، نظريا كان إيجابيا وذلك نظرا لطبيعة الاختصاص الممارس ألا وهو ألعاب القوى، ونحن نعلم بأن هذا النوع من التدريب، خاصة إذا كان الرياضي يتدرب على المسافات الطويلة والنصف طويلة، يستهدف مباشرة المكونات الأساسية للجسم وخاصة المكون الشحمي والعضلي، بحيث يجعل كل منهما يتناقض لصالح مكون النحافة والذي له علاقة مباشرة مع الوزن والطول لأن كلما ارتفع الطول ونقص الوزن تفوق مكون النحافة، وهذا ما يميز رياضي هذا الاختصاص، وهذا أمر تجدر الإشارة إليه لما له من أهمية إذ أنه يعتبر من متطلبات مختلف التخصصات. وحسب (1970) Carter و (1991) M. Muller فإن رياضي المستوى العالي، يجب أن يتصف ببنية مورفولوجية أكثر رياضية، وخصوصيات جد محددة من بينها النمط العضلي المتوازن. وفي هذا السياق يشير Karpovich (1975) إلى أهمية اختيار النمط الجسمي المناسب قبل البدء في عمليات التدريب، وأن المدرب العاقل لا يضيع وقته وجهده مع نمط غير مبشر بالنجاح.

ويتفق كل من كارتر وهيث (Carter & Heath 1990)، ومحمد صبحي حسانين (1995)، ماك أردل وآخرون (McArdel et al 1994) على أن نمط الجسم يعتبر أحد أهم محددات الانتقاء التي تتمتع بالثبات النسبي في منظومة إستراتيجية البطل الرياضي، فنمط الجسم يمثل أشكال التنبؤ بالتتابع المقبل لشكل الجسم الظاهري ويعتبر أهم المحددات الفيزيائية التي تتميز بالثبات النسبي على مدار الحياة الرياضية للرياضي، كما يعتبر نمط الجسم شاملاً لمتغيرات البناء الجسمي بكاملها لأن معظم طرق قياس نمط الجسم تتضمن قياسات أنثروبومترية وتحديد نسب تواجد الدهون المخزونة في أماكن تجمعها بالجسم، كما أن الجسم يعتبر أحد المواجهات التي يعتمد عليها في توجيه عملية التدريب.

وحسب محمد صبحي حسنين ، (2005) فقد تبين من خلال الدراسات التي أجريت على الناشئين والشباب البالغين أن توزيع أنماط أجسام الرياضيين الصغار على بطاقة النمط أظهرت استقرارا وقدرا كبيرا من التشابه مع مثيلاتها لدى الرياضيين الكبار في الألعاب الفردية. وهذا ما لمسناه لدى عينة البحث حيث كانت أنماط أجسامهم من النوع النحيف العضلي أي مطابقة إلى حد كبير مع نتائج heath و carter التي تحصلا عليها في أولمبياد عام (1984) أنظر الجدول رقم(04).

وهذا ما يثبت فرضيتنا والتي تقول :

إن النمط الجسمي لرياضي ألعاب القوى الشاب على مستوى ولاية الشلف اختصاص جري المسافات يتماشى مع الاختصاص الممارس.

خاتمة :

إن المستوى العالي الذي بلغته رياضة ألعاب القوى الحديثة ، يرجع أساسا إلى كون هذه الأخيرة ، تركز على التمرن الجيد ، المبني على نظام تدريبي يتوافق مع نموذج مورفولوجي تتطلبه كل شعبة من شعبها. ومنذ سنين عدة ، كان موضوع ارتباط السمات المورفولوجية بالرياضة الممارسة محل اهتمام العديد من الباحثين والمدرسين (heath ، carter ، schwartz ، krouchev... الخ) ، حيث تجددهم دائما يولون اهتماما بليغا في رسم معالم الشخص النموذج مورفولوجي وبدني التي يتطلبه كل اختصاص على حدا ، ويمكن الرجوع إليها أثناء عملية الانتقاء والتوجيه.

ومن هذا المنطلق وجهنا دراستنا نحو تحديد ولو بصفة مبسطة لنموذج الموهوب الشباب الجزائري مورفولوجي في اختصاص ألعاب القوى ، ولحصر دراستنا و من أجل التحكم في مجرياتها وقع اختيارنا على ولاية الشلف كمرحلة أولية ، لأنها تعتبر من الأقطاب الهامة لإنتاج المادة الخام ألا وهي المواهب الشابة في ألعاب القوى ، إلى أن تعمم على باقي الولايات ، خاصة المسافات النصف طويلة والطويلة ، وهذا باعتراف وزارة الشباب والرياضة الجزائرية ، بالإضافة إلى التاريخ الطويل والعريض والذي سجله أبناء هذه المنطقة وبأحرف من ذهب على الصعيد المحلي والدولي.

هذا وبناء على معطيات نظرية واعتمادا على قياسات انثروبومترية أجريت ل - 30 رياضي من 3 فئات (مبتدئين ، أصاغر وأشبال). وتمحورت هذه القياسات في تحديد أبعاد الجسم والتي تتمثل في (الأطوال ، المحيطات ، الاتساعات ، سمك ثنايا الجلد).

ولقد أفضت نتائج دراستنا بقيم مورفولوجية لا بأس بها ، تبين امتياز مواهبنا

الشابة بصفات مورفولوجية تتوافق إلى حد ما مع الاختصاص الممارس وفي ضل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال هذه الدراسة ، تمكنا من تحديد ولو بصفة مبسطة معالم الخصائص المورفولوجية لرياضي ألعاب القوى الشاب الجزائري ، اختصاص جري المسافات وهي كالتالي:

يتميز بأطراف سفلية طويلة وجذع قصير نسبيا ، تطور على مستوى محيطات و إتساع منطقة الصدر على حساب محيط البطن ومحيط الحوض ، كما يتميز بسمك ثنية الجلد ضئيلة في كامل الجسم ، بالنسبة للمكونات الجسمية فيتميز بطغيان المكون العضلي على حساب كل من المكون العظمي والمكون الشحمي على الترتيب ، كما يتميز بنمط نحيف عضلي وهذا ما أثبتته ETCarter من قبل.

- استغلال هذه النتائج واعتبارها كمرجع للالتقاء والتوجيه.
- استغلال هذه النتائج في اختيار النموذج الأمثل لانتقاء الموهوب الرياضي في ألعاب القوى.
- استغلال النتائج المحصل عليها في عملية إنجاز نضام تدريبي يتوافق مع اختصاص ألعاب القوى.

قائمة المراجع العربية :

- 1- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994.
- 2- محمد حسن علاوي : سيكولوجية النمو للطفل والمراهق ، دار المعارف ، القاهرة ، 1995.
- 3- محمد صبحي حسنين: أطلس تصنيف و توصيف أنماط الجسم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2005.
- 4- محمد صبحي حسنين: (التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضة) ، ط5 ، 2003.
- 5- محمد حسنين صبحي: (التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضة) الجزء الثاني ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000.
- 6- محمد صبحي حسنين : (أطلس تصنيف وتوصيف أنماط الأجسام) ، الطبعة 1 ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، 1998.
- 7- محمد صبحي حسنين: المرجع في القياسات الجسمية ، دار المعارف للنشر والطباعة القاهرة ، 1996.
- 8- محمد صبحي حسنين: (التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضة) الجزء الثاني ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996.
- 9- محمد صبحي حسنين: (أنماط أجسام أبطال الرياضة من الجنسين) ، ط1 ، دار الفكر العربي ، 1995.
- 10- محمد صبحي حسنين: المحددات الفيزيائية لإستراتيجية صناعة البطل الرياضي ، البحرين ، 1993.
- 11- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987.
- 12- محمد صبحي حسنين ، أبو العلا أحمد عبد الفتاح: (فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم) الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997.
- 13- محمد صبحي حسنين ، محمد نصر الدين رضوان : فيزيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي ، دار المنارة القاهرة ، 2005.
- 14- محمد نصر الدين رضوان: (المرجع في القياسات الجسمية) ، ط1 ، دار الفكر العربي ، 1997.

15. يوسف بن الشيخ : دراسة معايير اكتشاف و انتقاء المواهب الشابة في الميدان الرياضي لدى الأطفال المتدربين ببعض ولايات الوطن الفئمة العمرية (10 - 12 سنة) ، 2013.

قائمة المراجع الأجنبية

1. Boulgakova. N. J :atbori potgatova younikh plavtsov la sélection et la préparation des jeunes nageurs , (1978).
2. bahri,k: incidences des parametres morphologiques et physiologiques sur le developpement des qualites physiques d'endurance et de force, vitesse chez les jeunes filles scolarisées à l'age de 9 ,12 de constantine.These de doctorat université mentouri constantine ، (2011).
3. Carter.J.E.I: The Heath Carter Somatotype Methode , 3rd.ed , San Diego State University Syllabus Service san diego (1980)
4. Carter, J.E.L ,Aubry,S.P.& Sleet D.A: Somatotypes of Montreal Olympic athletes.In physical Structure of Olympic Athletes.Part 1.The Montreal Olympic Games Anthropological Project ed.J.E.L Carter pp.53.80.Basel: Karger (1982).
5. Carter ,J.E.L:Somatotypes of Olympic athletes from 1984 to 1976.In physical Structure of Olympic Athletes.Part II.Kinanthropometry of Olympic Athletes,ed.J.E.L.Carter, pp.80 109.Basel: Karger ,(1984)
6. Carter,J.E.L.& Lucio, F.D: Body size , Skinfolds, and Somatotypes of high School and Olympic Wrestlers.In Perspectives In Kinanthropometry, ed.JA.P.Day, pp.171.180 Champing.Illinois: Human Kinetics ,(1986)
7. Carter.J.E.I; heath:Somatotyping: Development nad applications Cambridge University press ,(1990)
8. drinkwater ,ej , pritchett , e.j,and behm, d.j: effect of instability and resistance on unintentional squat.lifting kinetics ، (2007).
9. Karpovich.P.V, et Sinning, S.E , :Physiology of muscular Activity , 7th.Ed , W.B.Sunders Co, philadelphia , (1971)
- 10.mcardle,w.d , katch , f.i ,katch , v.l: exercice physiology: energy , nutrition and human performance.4th ed.Williams & wilkins, (1996).
- 11.MIMOUNI.N: Contributions des méthodes biométriques à l'analyse de la morphotypologie des sportifs.These de doctorat université cloude bernard , luon 1, (1996).

أثر غياب منهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي على التلاميذ في الأطوار الأخرى

د. الصادق بوبكر *

الملخص:

تبين الدراسة الأهمية القصوى للعمل بمنهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي بما يتماشى مع قدراتهم العقلية والجسمية وكذا النفسية ، وتبين الدراسة آثار غياب المنهج في الطور الابتدائي على المستويات الأخرى وخاصة المتوسط ، وهذا ما توضحه الدراسة من خلال استجواب أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يزاولون عملهم بالتعليم المتوسط ، بينت الدراسة وجود صعوبات كبيرة تواجه الأساتذة في هذا المستوى من جميع النواحي التي تخص قدرات التلاميذ ، وقد يرجع ذلك إلى عدم الممارسة المنتظمة وفق منهج واضح المعالم في الطور الابتدائي وتحت أساتذة مختصين في التربية البدنية والرياضية.

مقدمة:

إن الرياضة تلعب دورا في صحة الأفراد بشكل عام و للرياضيين بشكل خاص بالإضافة إلى الترويح وقضاء الأوقات ببرامج تهدف إلى التسويق والمتعة والسعادة. وتعتبر الرياضة المدرسية هي إحدى حلقات تقدم البرنامج النموذجي لما يتصف به من أهمية كبيرة في تقدم المجتمع بشكل عام فدرس التربية الرياضية في المدارس لم يوضع اعتبارا بل لكونه درسا أساسيا ، الهدف منه بناء جيل قوي من الشباب نساء ورجالا مسلحين بالعلم والمعرفة ، ولكن نضمن نجاح الرياضة المدرسية فانه يستوجب على الجميع الدراسة والبحث المكثفين لتقصي الحقائق لإيجاد الأساليب والحلول لتطويرها(الخطيب، 2007) .

أن الرياضة في المدارس الابتدائية أصبحت من الأمور الأساسية في المجال التربوي من أجل مواكبة التقدم العلمي وحاجيات التلاميذ ونموهم من جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية ومتطلبات حياتهم الاجتماعية ، ومن أجل مواكبة هذا التقدم بات من الضروري أن يكون هناك منهج خاص بالتربية البدنية والرياضية في المراحل في المراحل الابتدائية وخاصة أن تطور المنهج التربوي أصبح من الأمور الأساسية في المجال التربوي.

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية -

- لقد بات من الضروري اختيار الطريقة الصحيحة الملائمة للتدريس لغرض تحقيق أهداف المنهج حيث أن اختيار الطريقة الصحيحة لها اثر كبير في تنفيذ المنهج وطريقة التدريس تتأثر بعوامل كثيرة منها أهداف الدرس ، أنواع البرامج الرياضية، وقت الدرس التجهيزات الرياضية ، القاعات ، الملاعب ، عدد التلاميذ الوسائل التعليمية.

وبما أن الرياضة المدرسية مرتبطة بالمؤسسات الأخرى ، كالرياضة في المرحلة المتوسطة والثانوية فإن في أي تأخر يصيبها يؤثر بشكل سلبي على المراحل اللاحقة مما يتطلب من كافة المربين وأساتذة التربية البدنية والرياضة من تصميم منهاجا أوليا للرياضة المدرسية في الوقت الحاضر لغرض وضع الأسس الثابتة لبناء قاعدة رياضية علمية يمكن خلالها لتعيد التوازن للحالتين الصفي واللاصفي والتي تنعكس ايجابيا على المراحل الأخرى.

1. إشكالية :

إن الرياضة المدرسية أصبحت ظاهرة اجتماعية كبيرة في لعالم وتعتبر جزء لا يتجزأ من الحركة الرياضية ولقد أصبحت الأنشطة الرياضية بمختلف أشكالها وبمختلف نظمها وقواعدها السليمة ميدانا من الميادين الاجتماعية التي تهتم بها الأمم وهي تساهم في بناء الإنسان المتكامل جسديا وعقليا ونفسيا وتعد الرياضة بالنسبة للطفل وساطة لإعداده للحياة الاجتماعية وعن طريقها يمكن تحقيق النمو النفسي وجميع الصفات العامة كحب النظام ، الطاعة ، التعاون والاعتماد على النفس ، وتعد مرحلة الطفولة من أهم مراحل الحياة الإنسان وأكثرها خطورة لأنها مرحلة تكوينية تتحد فيها سمات شخصية للفرد وسوكه (أوجيني مداتان ، 2001).

مما يدعو ذلك إلى الاهتمام بالطفل بهدف بناء التشكيل البدني والنفسي و الاجتماعي كأساس لحمايته في المستقبل وان للمدرسة دور كبير في حياة الطفل فهي تعلمه الكثير من الاستجابات الجديدة فضلا عن المهارات الأكاديمية وتمكنه من ممارسة العلاقات الاجتماعية من خلل إشرافها وتوجيهها المستمرين في لم تعد المكان الذي يهدف إلى تلقين التلاميذ إلى المعلومات وإعدادهم من الناحية العقلية فقط بل أصبحت المكان الطبيعي لتربية عن طريق اكتشاف ميولهم وواهبهم وتنميتها لصالح التلاميذ والمجتمع. (إدارة المنهاج و الكتب المدرسية منهج التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية (ط1الدوحة مطابع علي بن علي 1988ص5).

إن المؤسسات التربوية من خلال ما تقدمه من مقررات ودروس ينبغي عليها أن تستوعب الحاجات الأساسية للتلاميذ من جميع النواحي في هذه

المرحلة العمرية ، وهذا ما يمكن تحقيقه من خلال الاهتمام بكل الجوانب المعرفية والنفسية والاجتماعية والبدنية التي توفر فرص التفاعل الايجابي بين المعلم و المدرسة وبين المدرسة والمجتمع أو البيئة المحيطة به.

إلا أننا نفتقد في منظومتنا التربوية إلى مناهج خاص بالتربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية وخاصة أن النشاط البدني واللعب يعتبر جزء لا يتجزأ من حياة الطفل ومن اجل إبراز تلك المواهب والقدرات وتنميتها لدى أبنائها وجب علينا تصور مناهج خاص بالتربية البدنية في هذه المرحلة في وفقا للأهداف محددة وسليمة تحقق النم الشامل من جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية ومن مهنا نطرح تساؤلنا في ظل غياب مناهج التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية هل له تأثير على مستوى التلاميذ في المراحل الأخرى اتجاه التعلم. وبالتالي يمكن طرح التساؤل التالي: إلى أي مدى يمكن أن يؤثر غياب مناهج التربية البدنية والرياضية على التلاميذ في الطور الابتدائي؟.

2. الفرضية العامة :

هناك تأثير في غياب مناهج التربية البدنية الرياضية للطور الابتدائي للتلاميذ في بقية المراحل الدراسية اتجاه التعلم على النواحي الحركية والاجتماعية والنفسية.

1.2. الفرضيات الجزئية : لغياب مناهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي تأثير سلبي على الجوانب الاجتماعية.

- لغياب مناهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي تأثير سلبي على الجانب الحركي.

- لغياب مناهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي تأثير سلبي على الجانب المعرفي.

3. أسباب اختيار البحث :

أن اختيار أي موضوع للدراسة يعتبر مرحلة هامة وأساسيا لبناء أي بحث علمي فهو لم ينطلق من العدم وإنما نظرا لاعتبارات كبيرة تجعل الباحث يتوجه بالدراسة إلى هذا الموضوع دون غيره من المواضيع واختيارنا لموضوع **أثر غياب مناهج التربية البدنية والرياضية للمرحلة الابتدائية في الأطوار الأخرى** كان انطلاقا من أسباب موضوعية وأخرى ذاتية.

4. أهداف البحث :

أن أهمية البحث تكمن في إيجاد منهاج يراعي مستوى تلاميذ المرحلة الابتدائية لغرض وضع أسس ثابتة ، لبناء قاعدة علمية يمكن من خلالها التعرف على المستوى البدني والحركي ، وبالتالي يمكن وضع منهاج موجه لهم بما يتلائم مع احتياجاتهم المختلفة لغرض تنميتها و تطويرها وإعادة التوازن للمراحل المتبقية.

5. تحديد المصطلحات:

5-1 . الرياضة :

أ. لغة : روض يروض ويقال :روض الفارس فرسه أي قام بتدريب وتعليم الفرس حركات وإيقاع منسجم سواء كان ذلك في الميدان أو على الهواء الطلق ويقال أن الصيام رياضة من خلاله يعود الإنسان نفسه الصبر و الامتناع عن الأكل والشرب وفعل المنكرات كما أن الصلاة رياضة يصلها خمس مرات في اليوم ويمكن اعتبار الرياضة ظاهرة تعود وجاء في تعريف الرياضة عند الصوفية على أنها تهذيب الأخلاق النفسية بملازمة العبادات والتخلي عن الشهوات.

ب. اصطلاحا : عرفها كوسلا بأنها التدريب البدني يهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة من المنافسة لا من اجل الفرد فقط وإنما من اجل الرياضة في حد ذاتها كما عرفها أمين الخولي أنها احد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهي ظهور متقدم من اللعب هي الأكثر تنظيما والأرفع مهارة. (علي بن هادية ، 1990ص(413. 1034)

5-2 . المدرسة :

أ. لغة : هو الموضوع الذي يتعلم فيه الطلبة المذاهب يقال هذه مدرسة النعم أي طريقها وكون الشاعر مدرسته إلى أو أجد إتباعا يتقيدون به في منهجه.

ب. اصطلاحا : هي المؤسسة التي يتلقى فيها مبادئ التعليم الأولية وهي موضوع الذي يتم ترسيخ القيم وإتمام تربية الفرد وتنشئته الاجتماعية. (أمين أنور الخولي ، الكويت 1996ص32)

ج. الرياضة المدرسية : هي عبارة عن منافسات رياضية تقام في المدارس وفيما بينها على مختلف الرياضات الجماعية والفردية و المقررة في البرنامج السنوي الخاص بها ، أو هي مجموعة العمليات والطرق البيداغوجية العلمية الطبية الصحية الرياضية التي يأتباعها يكسب الجسم الصحة والقوة والرشاقة واعتدال القوام.

(ابراهيم محمد ، 1980)

3.5 . المنهاج :

المنهاج هو جميع الخبرات التربوية التي تقدمها المدرسة إلى التلاميذ داخل الفصل أو خارجه وفق الأهداف محددة و تحت قيادة سليمة لتساعد على تحقيق النمو الشامل من جميع النواحي الجسمية و العقلية و النفسية ، عرف روز نجلي المنهج بأنه جميع الخبرات المخططة التي توفرها المدرسة لمساعدة الطلبة في تحقيق الأهداف التعليمية المنشودة إلى أفضل ما تستطيع قدراتهم.

وعرف كيلمي المنهج هو ما يحدث للأطفال في المدرسة نتيجة ما يعد له المدرسون (منذر. هاشم الخطيب ، 2007م).

المنهج المتبع :

يتميز البحث العلمي بتعداد مناهجه فالمنهج لغة الطريق الواضح والمستقيم و في ترتيب قوله تعالى " لكل جعلنا منكم شرعة و منهاجا" سورة المائدة الآية (48) حيث يعتبر منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي اذ يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس لذا فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة و إشكالية البحث حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختيار المنهج المتبع وانطلاقا من موضوع دراستنا "أثر غياب منهاج التربية البدنية الرياضية للمرحلة الابتدائية بالبنية للأطوار الدراسية الأخرى" حيث نتطرق في موضوعنا إلى ظاهرة من الظواهر التربوية فيما يخص منهج مبني من جميع النفسية والجسمية والعقلية والاجتماعية ماهي عليه في الحاضر و كشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها. وتصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات و بناء تنبؤات مستقبلية الخ (العيساوي ، 1996 ، ص96).

6 . الدراسة الاستطلاعية:

كما لا يخفى على أي باحث أن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات هو أساس انطلاق الدراسة وإن أدوات البحث المناسبة فهي أساس انجاز الجانب الميداني الذي يعطي مصداقية ولذا كان الاختبار هو احد الأدوات المعتمد عليها لانجاز هذا البحث و باعتبار أن دراستنا كانت بداية المشروع مند توجيه و إرشاد الأستاذ المشرف و بعدها قمنا بزيارة لمجموعة من المؤسسات التربوية التابعة لمديرية التربية لولاية الجزائر غرب و قمنا بالاتصال بأساتذة التربية البدنية و ملء استمارة الاستبيان الذين يزاولون مهامهم في الطور المتوسط.

7. تحديد مجتمع وعينة البحث :

7-1 - **مجتمع البحث** : أن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي تزيد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة وفي هذه الدراسة يتكون مجتمع بحثنا من أساتذة التعليم المتوسط وهم موزعين على مؤسسات الطور المتوسط لولاية الجزائر غرب.

7-2 - **عينة البحث** : أن الهدف من اختيار العينة للحصول على معلومات من المجتمع الأصلي فالعينة هي انتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة. فالاختبار الجديد للعينة يجعل النتائج قابلة لتعميم على المجتمع حيث تكون نتائجها صادقة بالنسبة له. وقد حاولنا تحديد عينة لهذه الدراسة تكون أكثر تمثيل للمجتمع الأصلي وهذا ما يخول لنا الحصول على نتائج يمكن تعميمها ولو بصورة نسبية ومن ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة وتعطي صورة واقعية للميدان المدروس وشملت عينة البحث أساتذة التربية البدنية لتعليم المتوسط على مستوى ولاية الجزائر غرب.

8. وسائل البحث :

لاحظنا أنه من أنجع الطرق لانجاز بحثنا هو استعمال التقنية السائدة وهي الاستبيان وذلك للتحقيق من الإشكالية التي قمنا بطرحها. كما سمحت لنا هذه الوسيلة بجمع المعلومات المراد الحصول عليها بسهولة انطلاقا من الفرضيات السابقة الذكر وتتضمن استمارة الاستبيان مجموعة من الأسئلة قمنا بتوزيعها على أساتذة التربية البدنية و الرياضية اشتملت هذه الأسئلة مع الشكل التالي:

- أسئلة مفتوحة.

- أسئلة نصف مفتوحة.

- أسئلة مغلقة.

9. مجالات البحث:

9-1 - **المجال المكاني** : تم اختبار العينة من أساتذة من مؤسسات الطور المتوسط لمديرية الجزائر غرب وبعض متوسطات الجزائر شرق.

9-2 - **المجال الزمني**: أجرينا البحث في الفترة الممتدة ما بين شهر جانفي إلى شهر مارس 2014.

المحور الأول: أثر ممارسة التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي على المهارات الحركية الأساسية

السؤال الأول : هل ترى أن التلميذ عند القيام بنشاط ما يعي أنه قادر على انجازه؟.
الغرض من السؤال : معرفة مدى ثقة التلميذ بنفسه من خلا بعض المواقف مثل التردد.
الجدول رقم 06 :

الإجابات 3	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	23	46
لا	27	54
المجموع	50	100

نلاحظ من خلال الجدول رقم 6 أن نسبة 46% من الأساتذة يرون أن التلاميذ واعون بقدراتهم عند انجاز نشاط رياضي معين في حين أن نسبة 54% يرون أن هناك بعض النقص في إدراك التلميذ لقدراته عند انجاز عمل فني معين.

نستنتج من الجدول رقم 6 أن أغلب الأساتذة يرون أن التلاميذ في التطور المتوسط يعانون من مشكل إدراكهم لقدراتهم البدنية من خلال الممارسة الرياضية وقد يرجع ذلك لعدم تعود التلاميذ على بعض المواقف التعليمية التي قد تتسم بالتعقيد والتركيب لأن بعض الأنشطة تكون مركبة وتتطلب قدر من التكيف للوصول بالتلميذ إلى مستوى معين وتكون له مكتسبات سابقة تساعده على تطوير كفاءاته المهارية والحركية في نجد نسبة معتبرة من الأساتذة يرون أن التلاميذ لهم سهولة في إدراكهم ووعيهم بقدراتهم الحركية لإنجاز العمل المنوط به وقد يرجع ذلك للممارسة الأطفال للنشاط البدني الرياضي خارج المدارس سواء في النوادي أو الجمعيات الرياضية مما ساعدهم على تنمية وتكوين مهارات في مرحلة عمرية مبكرة.

المحور الثاني: اثر ممارسة التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي على الجانب الاجتماعي

السؤال رقم 10 : هل للتلاميذ قدرة التحكم في نزواته والسيطرة عليها من خلال تنظيم قانون النشاط ؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى تحكم التلاميذ في ميولاتهم ورغباتهم
الجدول رقم 13:

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات 11
22	11	تحكم جيد
50	25	تحكم متوسط
28	14	تحكم ضعيف
100	50	المجموع

احظ من خلال الجدول المبين أعلاه نسبة 50% من الأساتذة صرحوا بأن التلاميذ يتحكموا في نزواتهم أحيانا في حين هناك نسبة 22% من الأساتذة صرحوا بأن التلاميذ يتحكموا في نزواتهم بصفة جيدة إلا أن نسبة 28% صرحوا بأن التلاميذ يتحكمهم ضعيف في رغباتهم في إطار النشاط البدني الرياضي نلاحظ من خلا الجدول المبين أعلاه أن النسبة الأكبر من الأساتذة بينوا بأن التلاميذ يتحكموا في نزواتهم أحيانا خلال الممارسة الرياضية وهذا قد يرجع إلى كون التلاميذ لديهم الرغبة الزائدة في المشاركة من خلال اللعب المشترك وسط الجماعة وخاصة في الألعاب الجماعية، إلا أن بعض التلميذ لا يستطيعون التحكم في نزواتهم كون الألعاب لها قوانين تنظمها والتلميذ في غالب الأحيان لا يتقبلوا هذا التنظيم المفروض في الألعاب الرياضية.

المحور الثالث : اثر ممارسة التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي على الجانب المعرفي

السؤال رقم 17: كيف ترى كفاءة التلاميذ من خلال انجاز العمل مع إدراك الفضاء المسموح للنشاط؟.

الغرض من السؤال : معرفة قدرة التلميذ على استغلال الفضاء المسموح له لتحقيق الأهداف
الجدول رقم 20:

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات 18
08	04	عالية
24	12	متوسطة
68	34	ضعيفة
100	50	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول المبين أعلاه أن نسبة 68% من الأساتذة صرحوا بأن قدرة التلاميذ على استغلال الفضاء ضعيفة في حين هناك نسبة 24% من التلاميذ مستواهم متوسط والنسبة الأقل جيدة.

نستنتج من الجدول أن مستوى التلاميذ في استغلال الفضاء المتواجد فيه

لتحقيق أهداف النشاط البدني الرياضي ضعيفة وذلك قد يرجع لعدم الإدراك العقلي لمسح شامل للموضوع المتواجد فيه حتى يقرر لعملية التنفيذ وقد يرجع ذلك بالسلب على الفرد الجماعة ، لأن التمثيل الجزئي يشكل الكلي سواء في التسلسل الإجمالي للخطة أو جزء منها ، وبالتالي يصبح التلميذ مطالب ببذل جهد أكبر خاصة وأن هذه المرحلة العمرية يكون فيها الطفل غير قادر على بذل جهد بدني كبير ، وبالتالي نرى أنه من الضروري تعود التلميذ على الممارسة المقننة في مساحات ضيقة حتى نمي له الكفاءة العالية في الاستثمار في الفضاء الممنوح له سواء في الألعاب أو المنافسات.

السؤال رقم 4 : هل لديهم تراكمات معرفية حول الأنشطة الممارسة ؟ الغرض من السؤال : معرفة الكم المعرفي للتلاميذ حول النشاط الممارس

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات 21
14	07	نعم
86	43	لا
100	50	المجموع

نلاحظ من الجدول رقم أن نسبة 86 % من الأساتذة صرحوا بأن التلاميذ ليست لديهم معارف مكتسبة حول الأنشطة الممارسة ، في نجد نسبة قليلة من لديهم معارف حول الأنشطة البدنية والرياضية.

ملاحظ من خلال الجدول المبين أعلاه أن نسبة كبيرة من التلاميذ ليست لديهم معارف حول الأنشطة الممارسة وقد يرجع ذلك لعدم ممارستهم من قبل في المدارس الابتدائية بالإضافة إلى عدم الانخراط في الجمعيات الرياضية بمختلف التخصصات - وبالتالي يجب القول أنه من الضروري المعرفة المسبقة لمختلف الأنشطة الممارسة سواء من التلفزيون أو الأسرة أو كتب تتكلم عن الرياضات مع تدعيمها بصور ، إضافة إلى ضرورة وجود كتاب مدرس كالدراسة التي اقترحها الباحث بجاوي فاضلي في دراسته للحصول على شهادة الدكتوراه التي أكد فيها على إلزامية وجود كتاب مدرسي في جميع الأطوار التعليمية لتدعيم الحظيرة العلمية المدرسية والرياضية كبقية المواد ، حتى يسهل للأساتذ التطبيق الميداني إذا كان التلميذ على معرفة لمختلف التمارين الرياضية مسبقاً.

استنتاج خاص بالمحور الأول : لغياب منهاج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي تأثير سلبي على الجانب الحركي

بعد عرض وتحليل النتائج تبين لنا أنه لغياب منهاج التربية البدنية

والرياضية في التطور الابتدائي له تأثير سلبي واضح على مستوى التلاميذ من ناحية المهارات الحركية الأساسية وهذا ما يثبت صحة الفرضية ومنه نستنتج أنه لا بد من وجود منهج للتربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي ويجب أن يراعي مراحل النمو للتلميذ ويكسب السلوك المؤدي لإبراز قدراته الفردية التي تحقق ثقته بنفسه وينمي لديه عناصر اللياقة البدنية ويدرك المفاهيم الحركية المرتبطة بالمهارات الحركية. نستنتج مما سبق أن معظم التلاميذ طريقة وقوفهم أثناء تأدية الأنشطة البدنية والرياضية غير معتدلة وقد يرجع ذلك إلى عدم تعود التلاميذ على الوضعيات الرياضية السليمة خاصة في هذه المرحلة العمرية المتميزة بنمو بدني متسارع الذي نرى أن للنشاط الرياضي تأثير على البناء المورفولوجي للطفل خاصة إذا مارس مختلف الأنشطة عند مختص في الأنشطة البدنية والرياضية مما يدل على أهمية ممارسة الرياضة في التطور الابتدائي وخاصة عند أستاذ متخصص تلقى تكويننا مكثفا عن خصائص النمو عند الطفل ، وهذا ما بينه الباحث المختص في فسيولوجية التدريب الرياضي محمد الهزاع في دراسة منشورة ، حول أهمية الممارسة الرياضية عند الناشئة ، على البنية المورفولوجية وكذا الفيسيولوجية ، مما يسمح للتلميذ في التألق والتأقلم مع الأنشطة الرياضية باختلافها سواء تنافسية أو ترويحية أو حتى علاجية. لذا نرى أنه من الضروري تحفيز الأطفال على الممارسة الرياضية المنتظمة وذلك ابتداء من التطور الابتدائي ، وهذا أكد عليه مختصين في آخر ندوة حول الممارسة الرياضية في الابتدائي وذلك في ولاية عين تيموشنت ، وخرجت نتائج هذه الندوة أنه من الضروري وضع دليل لمعلمي التربية البدنية والرياضية في أقرب الآجال.

تبين لنا أن أغلب الأساتذة قيموا مستوى التلاميذ نحو المحافظة على التوازن أثناء تأدية الأنشطة الرياضية بين المتوسط والضعيف

وهذا ما يعطي مؤشر عن الصعوبات التي يواجهها التلاميذ عند تطبيق مختلف الحركات التي تتطلب قدرا من الاتزان والمحافظة على ثبات الجسم لما تتطلبه هذه الوضعيات البيداغوجية ، ومن هذا المنطلق يذهب تفكيرنا إلى عدم الممارسة المقننة في التطور الابتدائي خاصة في هذا الإطار (الاتزان) ، في حين وجدنا أن هناك فئة من الأساتذة يرون أن بعض التلاميذ لديهم قدرة الاتزان خلال ممارسة النشاطات ربما يرجع ذلك لوجود بعض المدارس يمارس فيها التلاميذ البعض الأنشطة اللاصفية مما ساعدتهم على تطوير هذا الجانب.

استنتاج خاص بالمحور الثاني: لغياب منهج التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي تأثير سلبي على الجوانب الاجتماعية :

بعد عرض وتحليل النتائج تبين لنا أن غياب منهج التربية البدنية والرياضية له أثر سلبي على الناحية الاجتماعية ولذا وجب وجود منهج خاص بالمادة في الطور الابتدائي وبالتالي تكون قد تحققت الفرضية التي كانت تقتر خان لغياب المنهج تأثير أن الأساتذة يرون أن معاملة التلاميذ فيما بينهم فيها نوع من عدم تقبل الآخرين سواء في إطار حب الذات أي اللعب دون البقية أو عدم التعاون في إطار العمل الجماعي وقد يرجع ذلك إلى عدم تعود التلاميذ على تقبل آراء الآخرين في العمل المنظم التعاوني في حين نجد نسبة لأبأس بها تعمل بالتعاون والتآزر ربما لحث وتركيز المعلم على تنمية هذا الجانب والحس التآلفي وسط التلاميذ.

ووجدنا أن أكبر نسبة من التلاميذ يتمتعون بالروح الرياضية وذلك ما يتجلى خلال الممارسة الرياضية وسط الجماعة في صورة تقبل الخسارة والعمل لبناء لعب مبني على التنافس الشريف حتى يكتسب التلاميذ خبرة في تقبل الفوز والخسارة لأن الخسارة في حد ذاتها يستفيد الأطفال منها لتنظيم صيغ اللعب من جديد ويكتسب خبرات في إطار تنظيم الأنشطة الرياضية المتنوعة من ترفيه وترويح ولعب ومنافسة ، في حين نجد النسبة المتبقية من التلاميذ ليست لديهم الروح الرياضية لطبيعة الأطفال حب الفوز والبروز أمام الزملاء والأطفال أو حتى التباهي أمام الوالدين عندما يعود إلى المنزل ليحكى قصصه في إطار النجاح وفرض النفس أمام الإخوة ، بينما نجد التلاميذ غير قادرين على تبني المسؤولية ربما لعدم قدرة التلميذ على فهم الحركات العامة لخطط اللعب أو التخوف من العقاب في حالة الفشل وقد يكون ذلك بسبب عدم تعود التلاميذ على مثل هذه الوضعيات وهذا ما يكون عائق للتلاميذ في إبداء آرائهم وتبني المسؤولية المشتركة لتطوير أفكارهم في حين نجد بعض التلاميذ لديهم القدرة على ذلك وهذا ما يجعلنا نفكر في أن هذه المواقف تسهم في بناء الأفكار الجيدة لدى التلاميذ حتى في الحياة اليومية للفرد.

نستنج من الجدول رقم أن التلاميذ معظمهم يتعاونون فيما بينهم ويتعايشون خاصة في إطار الألعاب الرياضية والجماعية المبنية على التعاون والتآزر الذي يفرض نفسه من خلال الأنشطة البدنية والرياضية المبنية على التكاتف وهذا ما ينمي لدى الطفل التعاون الاجتماعي في إطار مساعدة الآخرين هذا يحث عليه ديننا الحنيف ، في حين نجد بعض التلاميذ لا يتقبلون التعامل والتعاون ربما لأنطوائهم وانعزالهم وهذا ما ترفضه طبيعة الأنشطة البدنية والرياضية. في حين نجد أن اغلب الأساتذة صرحوا بأن التلاميذ لديهم القدرة على

تطوير علاقاتهم فيما بينهم وذلك ما يهدف إليه النشاط البدني الرياضي من خلال التعاون والتآزر التي تتجلى في المواقف التعليمية المختلفة وهذا ما يسعى إليه المنهج الجديد في ظل الإصلاحات التربوية الحديدة والذي قيد التقييم من طرف المختصين في نظام التدريس المقاربة بالكفاءات وهذا ما يتجلى في شقه الاجتماعي ، إلا أن هناك فئة من الأساتذة ترى بأن التلاميذ غير قادرين ربط علاقات وطيدة ربما لطبيعة التلاميذ للخوف من الآخرين وهنا تبين دور وأهمية وجود منهج للتربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي حتى يقضي على بعض التصرفات السلبية مثل الانطواء والعزلة وعدم الرغبة في تكوين صداقات. وتبين لنا أن النسبة الكبيرة من الأساتذة قيموا التلاميذ في المستوى المتوسط فيما يخص قدرتهم على التكيف وسط الجماعة في إطار العمل المنوط إلى التلميذ وذلك على فهم التلميذ للدور الذي يجب أن يقوم به وسط الجماعة ، وذلك ما يفرضه النشاط البدني في ما يخص ترعة تكيف التلميذ لتحقيق أهداف سواء كانت فردية أو جماعية مع إدراك التلميذ لأهمية الوقت المسموح لتنفيذ الأهداف فيجو التنافس ومقارعة الآخرين على أداء أفضل لتحقيق نتيجة أحسن بما يتماشى مع قدراتهم العقلية والبدنية ، وهذا ما قد نرجعه لعدم وجود منهج التربية البدنية والرياضية الذي ينمي الجانب الحسي الحركي وكذا العاطفي ، في حين نجد النسبتين المتقاربتين للمستوى الجيد والضعيف وقد يرجع ذلك للخصوصيات الفردية للتلاميذ سواء جيد أو ضعيف ويمكن أن نرجع ذلك للممارسة أو عدم الممارسة المنتظمة للتلاميذ خارج أوصار المدرسة.

لى النواحي الاجتماعية في الطور الابتدائي وهذا ما تجلى في الطور المتوسط.
استنتاج خاص بالمحور الثالث : لغياب منهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي تأثير سلبي على الجانب المعرفي

بعد عرض وتحليل النتائج تبين لنا أن غياب منهج التربية البدنية والرياضية له أثر سلبي على الناحية المعرفية وبالتالي تحققت الفرضية الثالثة التي كانت تقترح أن لغياب المنهج تأثير سلبي على الجانب المعرفي للتلاميذ. وبالتالي نستطيع القول أن الفرضية العامة قد تحققت ، أن مستوى التلاميذ في استغلال الفضاء المتواجد فيه لتحقيق أهداف النشاط البدني الرياضي ضعيفة وذلك قد يرجع لعدم الإدراك العقلي لمسح شامل للموضوع المتواجد فيه حتى يقرر لعملية التنفيذ وقد يرجع ذلك بالسلب على الفرد الجماعة ، لأن التمثيل الجزئي يشكل الكلي سواء في التسلسل الإجمالي للخطة أو جزء منها ، وبالتالي يصبح التلميذ مطالب ببذل جهد أكبر خاصة وأن هذه المرحلة العمرية يكون فيها

الطفل غير قادر على بذل جهد بدني كبير ، وبالتالي نرى أنه من الضروري تعود التلميذ على الممارسة المقننة في مساحات ضيقة حتى نمي له الكفاءة العالية في الاستثمار في الفضاء الممنوح له سواء في الألعاب أو المنافسات.

قدر يرجع مستوى التلاميذ فيما يخص قدرتهم على فهمهم ووعيهم وإدراكهم لقدراتهم البدنية بصفة منقطعة لعد التعود على مواقف مختلفة في طابع الألعاب أو التنافس ، إلا أنه من المعروف على هذه الفئة من الأطفال على الرغبة الجامحة في تحقيق نتائج جيدة وعدم تقبل الخسارة مما يفقدهم التركيز على الجانب البدني الذي يظهر بسرعة بعد بذل مجهود عالي ، وهذا ما يجعلنا نفكر كباحثين ومختصين في الأنشطة البدنية والرياضية على حث التلميذ للتكيف والتأقلم والتحكم في رغباته الآنية دون إهمال الحس البدني الذي تتطلبه كل مهارة أو حركة أو موقف الذي يختلف من مكان إلى آخر ، وحتى مراعاة قدرات زملاء حتى نستطيع تعويض جوانب أخرى مثل تعديل خطة اللعب في الدفاع دون التركيز على الهجوم إذا لم تتوفر الإمكانيات البدنية أو المهارية أن أغلب التلاميذ لا يدركون للمواقف التي تكون سببا في وقوع إصابات ويرجع ذلك لعدم المعرفة المكتسبة من قبل للمواقف التي قد تحدث مثلا إصابات خطيرة قد تؤدي إلى حدوث إصابات ، وهذا راجع لرغبة كل فرد للحصول على الكرة للفوز والافتخار أمام الزملاء والأساذ ، ولذا وجب على القائمين على الأنشطة البدنية والرياضية من أساتذة ومعلمين على تحسيس التلاميذ لخطورة الاندفاعات العشوائية التي تؤدي إلى مالا يحمد عقباه ، بالإضافة إلى ضرورة التنظيم الجيد للمواقف التعليمية مثل عدم وقوف أفواج متقابلة ومتعاكسة ونطلب منهم الجري للوصول إلى نقطة مشتركة ، أو عدم تشكيل أفواج متكونة من أعداد كبيرة دون مراعاة المساحات المخصصة للنشاط.

وبالتالي يجب القول أنه من الضروري المعرفة المسبقة لمختلف الأنشطة الممارسة سواء من التلفزيون أو الأسرة أو كتب تتكلم عن الرياضات مع تدعيمها بصور ، إضافة إلى ضرورة وجود كتاب مدرس كالدراسة التي أقرحها الباحث بجاوي فاضلي في دراسته للحصول على شهادة الدكتوراه التي أكد فيها على إلزامية وجود كتاب مدرسي في جميع الأطوار التعليمية لتدعيم الحظيرة العلمية المدرسية والرياضية كبقية المواد ، حتى يسهل للأستاذ التطبيق الميداني إذا كان التلميذ على معرفة لمختلف التمارين الرياضية مسبقا

. استنتاج عام:

بعد دراسة مختلف الجداول في الجانب التطبيقي والتي تحتوي على

مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات فرضيات دراستنا والتي تمحورت حول الإشكالية التالية: تأثير غياب منهج التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي على المستويات الأخرى؟

ومن خلال الاستنتاجات التي توصلنا إليها في المحاور السابقة والتي تشمل الفرضيات الجزئية الثلاثة يمكن استنتاج أن لغياب منهج التربية البدنية والرياضية تأثير كبير على عدة جوانب لنمو التلاميذ في المرحلة الابتدائية وبقية الأطوار وهذا ما تجلّى من خلال استجواب أساتذة التربية البدنية والرياضية للتطور المتوسط الذين لاحظوا جلّيا النقص الواضح في مستوى التلاميذ من الناحية البدنية والمهارية وكذا صعوبة التكيف وسط الجماعة وتقبل أفكار الآخرين وسط الممارسة المنتظمة للأنشطة البدنية والرياضية، في حين بينت النتائج أن التلاميذ لهم نقص في الدمج الاجتماعي وتقبل المنافسة وحب الفوز دون مراعاة القوانين المنتظمة للعبة أو النشاط، إلا أن هناك بعض الحالات النفسية مثل الانطواء والعزلة، وقد ترجع هذه المشكلات البيداغوجية إلى غياب الممارسة المنتظمة منذ مراحل عمرية مبكرة وذلك في التطور الابتدائي تحت إشراف أستاذ متخصص تلقى تكويناً مكثفاً حول خصوصيات الأنشطة البدنية والرياضية وكذا خصائص النمو عند الطفل سواء بدنية أو نفسية أو اجتماعية وكذا المهارية الحركية المرتبطة لتعود التلميذ على الحركة وحل المشكلات في إطار تحمل المسؤولية المشتركة.

- خاتمة -

من واقع الدراسة والبحث الذي قمنا به ونتائج الدراسة الميدانية التي توصلنا إليها، لمعرفة مدى أهمية منهج التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي، وتأثيرها على الأطوار الأخرى فكانت النتيجة الهامة التي استخلصت من بحثنا هذا بعد الدراسة الميدانية، وذلك باستعمال مختلف تقنيات البحث الميداني وجدنا بأن وجود منهج التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي يلعب دور مهم وكبيراً في تطوير مستوى التلاميذ من ناحية المهارات الحركية الأساسية ومن الناحية الاجتماعية ومن الناحية المعرفية وغياب المنهج هو سبب تدني مستوى التلاميذ في بقية الأطوار الأخرى وهذا ما يكلف أستاذ المادة في للتعليم المتوسط بذل جهد من أجل تحيين كفاءات التلاميذ الحركية والمهارية والنفسية وكذا الاجتماعية. وبالرغم من هذه المحاولة المتواضعة التي أردنا من خلالها توضيح أهمية وجود منهج التربية البدنية والرياضية في التطور الابتدائي إلا أننا فتحنا هذا الانشغال من أجل فتح المجال لدراسات مستقبلية في المجال التربوي.

قائمة المراجع :

- 1 - منذر الهاشم الخطيب ، عميد كلية التربية الرياضية. 3 جامعة بغداد بدع و منن الأكاديمية العراقية 2007.
- 2 - إبراهيم محمد سلامة اللياقة البدنية الاختبارات و التدريب ط2. دار المعرفة القاهرة 1980.
- 3 - عبد الخليدي المجيدي و كمال حسني وهبي. الأمراض النفسية العقلية والاضطرابات السلوكية عند الأطفال. دار الفكر العربي. الطبعة الأولى لبنان 1992.
- 4 - عزيز سمارة و عصام و هشام الحسن. سيكولوجية الطفولة. دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع الطبعة الثالثة الأردن 1999.
- 5 - تهناني عبد السلام. الترويح و التربية الترويحية. دار الفكر العربي. الطبعة الأولى. مصر 2001.
- 6 - محمد أحمد خطاب و أحمد عبد الكريم حمزة. سيكولوجية العلاج. دار الثقافة للنشر و التوزيع. الطبعة الأولى. عمان 2008.
- 7 - عبد العلي الجسماني. علم التربية و سيكولوجية الطفل الدار لعربية للعلوم. الطبعة الأولى ، لبنان 1994
- 8 - محمود عوض سبيوني فيصل ياسف الشاطي : نظريات لتربية البدنية. ط2 ديوان المطبوعات الجامعية 1992.
- 9 - حسين عوض : طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية ط1. الجهاز المركزي للكتاب الجامعية و الرسائل العلمية. مصر. 1963.
- 10- محمد عادل خطاب. التربية البدنية الاجتماعية. دار لنهضة العربية. القاهرة 1995.

منشورات ووثائق :

- 11 - إدارة المنهاج و الكتب المدرسية منهاج التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية (ط1) الدوحة مطابع بن علي 1988.
- 12- مديريةية التعليم الأساسي منهاج التربية البدنية و الرياضية الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية. الجزائر. 1996.

الثقافة التنظيمية و الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية و دورها في

تطوير رياضة المستوى العالي

دراسة ميدانية لبعض مسيري الاتحادية الجزائرية لكرة القدم و الاتحادية الجزائرية لكرة اليد .

د. جمال بورزامة *

الملخص :

إن دراسة الثقافة و الفعالية التنظيمية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم و كرة اليد و أهميتها في تطوير رياضة المستوى العالي هو تقديم مقارنة فلسفية عن أهمية التنظيم الإداري للاتحاديات وأهميته في رياضة المستوى العالي من حيث إحداث نوع الدمج بين ما هو فكر إداري ونشاط بدني رياضي يكون أساسه تكوين نخب ذات مستوى عالي يستمد من نجاحه من ثقافة و فعالية تكون على مستوى الاتحاديات الرياضية والذي يعتمد على نظرة متعددة الأقطاب سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية أو سياسية هذا من جهة و من جهة أخرى هو بناء رياضة ذات مستوى عالي لتأسس لهدفين أساسيين ذو شقين رياضة ذات طابع تنافسي نخبوي ورياضية ذات طابع اقتصادي حيث أن وجود الثاني يكون إلا بوجود ثقافة تنظيمية وفعالية إدارية يمتلكها أصحاب القرار.

Abstract:

The study of the culture and organisational effectiveness of the Algerian Football and Handball Federation and thus its role in the development of high level sport is a representation of a philosophical approach on the importance of administrative organisation of federations and its importance in high level sport. This is carried out through the infusion of what is administrative with what is athletic/physical activity via the training of high level elite that learns from its success a culture and effectiveness at the level of sport federations. On the one hand it is based on a multidimensional outlook; social economic and political but on the other hand it is the building up of a high level sport that sets the background for two fundamental goals: an elitist competitive sport and a sport of economic character whereby this latter can not exist except through an organizational culture and administrative effectiveness which decision makers possess.

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية البريد الإلكتروني: البريد الإلكتروني :
djamelchlef26@yahoo . fr

مقدمة :

الرياضة مهمة للناس في نواحي كثيرة حيث أنها توفر منتدى مثاليا للفرد من ناحية اللياقة البدنية والرياضية وتبنى شبكات العلاقات الاجتماعية كما أنها تلبي احتياجات عميقة الجذور للهوية والقبلية للأفراد والمجموعات وإحياء الطقوس والتراث حيث جعلت هذه الأخيرة تعزز القيم و سلوك الأفراد وهذا ما يبرزونهم في المنافسات الرياضية وهذا نتيجة (Harald Dolles and Sten P 147 Söderman 2011 الاتصال العاطفي لفريقهم حيث أصبحت الإدارة الرياضية والمتمثلة في الاتحاديات الرياضية من تنظيم المنافسات الرياضية و تطوير الرياضة ذات المستوى العالي والتي لها منافع اقتصادية و لها تنمية مستدامة للمجتمع وإضافة قيمة مضافة للتنمية المحلية وهذا لا يكون متوفر إلا تواجد إدارة رياضية مهنية تكون مهمتها تطوير متعدد الأقطاب وهذا ليس بعيدا عن الذاتية المتأصلة في النشاط الرياضي هذا ما تطرقت إليه الأكاديمية الملكية للعلوم الاقتصادية والمالية في إسبانيا بعد الأزمة العالمية حيث قالت لا بد من إيجاد مناطق وأفكار جديدة للبحوث الاقتصادية حيث أقامت مؤتمر وكان موضوع العمل " الإدارة وجامعة برشلونة ومجموعة Jame Gil - lafente الاقتصاد الرياضي في مواجهة الأزمة العالمية وكان ذلك برئاسة وخلص المؤتمر بمجموعة من النقاط : PRADALOS من المفكرين من جامعة فلوريدا)

- تتمثل في تطوير رياضة المستوى العالي والتكوين النخبوي.

- وتطوير المنشآت الرياضية ذات قيمة عالمية وخلق نسيج صناعي رياضي (Bob Stewart 2010 - p89) مراجعة نظام الضرائب ودعم الإدارة الرياضية.

- فموضوع الفعالية التنظيمية والثقافة التنظيمية في عملية تطوير رياضة المستوى العالي من الموضوعات في عملية البناء الإداري الحديث حيث الفعالية التنظيمية تحدد من خلال الأنشطة و الممارسات التنظيمية الداخلية للهيئة الرياضية كسهولة أداء المهام الوظيفية ومدى الاستفادة من طاقات الأفراد والجماعات أما موضوع الثقافة التنظيمية فهي إطار معرفي مكون من الاتجاهات والقيم ومعايير السلوك والتوقعات التي يتقاسمها العاملون في المنظمة الرياضية ، وتتأصل أي ثقافة تنظيمية على مجموعة من الخصائص الأساسية التي يشتملها العاملون في المنظمة الرياضية (Daniel Covell - 2007) - Sharienne) (2007 - Walker - p232 - Julie - Siciliano - Peter W Hess .

- أن تطوير رياضة المستوى العالي الإداري من الموضوعات التي حظيت

بالبحث و الدراسة ، في الدول المتقدمة وفي عدد محدود جدا من الدول النامية. فالفعالية التنظيمية و الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية تمثل عنصرا أساسيا في مدى التعرف على نجاح المنظمات الرياضية وعلى الرغم من الاهتمام المتزايد من جانب الباحثين في مجال الإدارة الرياضية منذ ما يقارب من نصف قرن في دراسة موضوع الثقافة التنظيمية والفعالية التنظيمية ، والتعرف على العوامل المؤثرة في فعالية المنظمات الرياضية إلا أن هذا الموضوع لازال يعد من أحد الموضوعات المثيرة للجدل في العلوم الإدارية في مجال Burton ، Vol4 - No.2 - 1990. (p125) الفعالية التنظيمية والثقافة التنظيمية

- أن تحقيق رياضة المستوي العالي يتطلب عدد من الشروط و المؤهلات تكون على مستوي الإدارة الرياضية بكل مستوياتها وتكون بدرجة عالية من الثقافة والفعالية للاتحاديات الرياضية و هذا من جانب ومن جانب آخر توفر بعض الخصائص من قبل الرياضيين لإحداث العلاقة أو الملائمة بين أهداف الاتحادية الرياضية من فعالية وثقافة تنظيمية وفعالية الإنجاز الرياضي للوصول إلي رياضة النخبة أو المستوي العالي الذي يلبي احتياجات الجمهور الرياضي الذي (Stefan Szymanski 2010 - p - 109) يلبي رغباته من منفعة ومتعة ومعرفة.

- أن الهدف من الثقافة والفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية هو خلق رياضة المستويات العليا وهو زيادة قيمة مضافة في العمل الرياضي والوصول إلي أعلى مستويات الأداء والإنجاز الرياضي الذي يعتبر أفضل مستوي الذي يحققه اللاعب الذي يظهر مدى استعداداته المختلفة - البدنية والمهارية والخطية والجسمية والنفسية والعقلية - حيث أن الإنجاز الرياضي هو الوصول إلي الحد الأقصى من العناصر التي تحدد رفع المستوي في فعالية الاختصاص مع الاستعداد عالي Elissa Burton - p96 - 2009 المستوي المطلوب وهذا ما يسمى لرياضة المستوي العالي.

- فرياضة المستوي العالي توجه الرياضي إلي استخدام الطرق و الوسائل الخاصة و التوسع من أجل الوصول إلي حالة التكامل والثبات و هذا ما نشاهده بأن رياضة المستويات العليا تتطلب من الرياضي مستوي عالي من التكتيك وقدرات بدنية عالية وهذا إلا من خلال توفر فلسفة ثقافية وفعالية تنظيمية للاتحاديات الرياضية وهذا من أجل الارتقاء بمستوي الإنجاز الرياضي وهذا ما يعبر عنه الرياضي بالقيم المعتقدات للوصول إلي رياضة المستوي العالي حيث أن هذه الأخيرة عملية مشتركة بين العمل الإداري والرياضي سواء كانت ذلك علي

المستوي النظري أو العلمي ولا يمكن توفيقه إلا : (Dave Bartram SHL Group : p96 plc - 2002 الأخذ بالمحددات التالية :

- الجانب الإداري :

- الثقافة التنظيمية.

- الفعالية التنظيمية.

- الجانب المتعلق بالرياضي :

- التكتيك.

- اللياقة البدنية.

- التغذية.

- الناحية النفسية والتربوية.

- خصائص التدريب المعتمد.

فهذا يتبادر إلى طرح الإشكالية العامة:

- ما مدى مساهمة الثقافة التنظيمية الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي؟

2. الإشكاليات الجزئية :

1.1. الإشكالية الأولى : ما مدى مساهمة الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي؟

2.2. الإشكالية الثانية : ما مدى مساهمة الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي؟

3.2. الإشكالية الثالثة : ما هو واقع رياضة المستوى العالي في الجزائر في ظل القوانين والتشريعات التنظيمية الجديدة؟

3. فرضيات الدراسة :

1.1. الفرضية العامة : هناك أثر فعال للفعالية التنظيمية الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي؟

2.3. الفرضيات الجزئية:

الفرضية الأولى: هناك تأثير للفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي.

الفرضية الثانية: هناك تأثير الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي.؟

الفرضية الثالثة: هناك أثر فعال للقوانين و التشريعات التنظيمية لرياضة المستوى العالي في الجزائر.

4. أهمية البحث :

- تكمن أهمية البحث المدرج تحت عنوان: الثقافة التنظيمية و الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية و دورها في تطوير رياضة المستوى العالي من البحوث التي تساهم:
- التركيز على موضوع الفعالية التنظيمية و الثقافة التنظيمية باعتبارهما مدخلان أساسيان لعملية لتطوير رياضة المستوى العالي.
- الاتحاديات الرياضية لهم دور أساسي في وضع الأطر و المنهج لرياضية المستوى العالي عن طريق توفير مراكز البحث و التطوير في تقنيات النشاط الرياضي
- ثقافة التنظيم و فعالية الاتحاديات الرياضية لهم دور هام في كسب الرياضي معارف أكاديمية و فلسفة في طريقة اللعب.

5. أهداف البحث:

- أن الأهداف الإستراتيجية التي أسعها لتحقيقها من خلال دراسة الثقافة التنظيمية و الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية و دورها في تطوير رياضة المستوى العالي تكمن فيما يلي:
- استجلاء الغموض و توضيح الرؤية تجاه موضوع الفعالية التنظيمية الثقافة التنظيمية.
- العلاقة بين الفعالية التنظيمية و الثقافة التنظيمية و رياضة المستوى العالي.
- تحسين نوعية الإنجاز الرياضي و إعطاء قيمة مضافة للعمل الإداري.
- تطبيق أسس علمية للتسيير الإداري في الاتحاديات الرياضية.

6. أسباب اختيار الموضوع :

- هناك جملة من الأسباب كانت وراء اختياري للموضوع:
- نجاح المنظمات الرياضية لا بد من توفر الفعالية و الثقافة التنظيمية تسيير مختلف المستويات الرياضية.
- تقديم بعض المقترحات التي يمكنها في تحسين عملية التطوير الإداري في المؤسسة الرياضية.
- إظهار أهمية الفعالية التنظيمية و الثقافة التنظيمية للتسيير في ظل التغيرات الحاصلة في البيئة الخارجية.
- الحاجة الماسة للمنظمات الرياضية ألي تطوير أسلوب التسيير الإداري.

7. مصطلحات البحث :

1.7. الفعالية التنظيمية :

- تعني مجموعة من التصرفات الإدارية التي تؤدي إلى تعظيم العائد لتحديد وتجميع الثروات الداخلية والخارجية ، لتحقيق أهداف الوحدة الإدارية ، وهي إلى مدى تستطيع المنظمة كنظام اجتماعي له موارده ووسائله الخاصة أن يحقق أهدافه. (Colyer ، 1990 S - p147) .

أ. تعريف للثقافة التنظيمية :

حسب منظور جيرالد جرينبرج وروبرت بارون "أن الثقافة التنظيمية إطار معرفي مكون من الاتجاهات والقيم ومعايير السلوك والتوقعات التي يتقاسمها العاملون في المنظمة ، وتتأصل أي ثقافة تنظيمية على مجموعة من الخصائص الأساسية التي يثمنها العاملون في المنظمة".

- كما يعرفها Edgar Morin على أنها "ذلك النظام ينقل التجربة الموجودة لدى الأفراد والمعرفة الجماعية المركبة التي تتمثل في الاتجاهات «المعتقدات» ، القيم والمعايير السائدة بين الجماعات والأساطير وتاريخ المنظمات والطقوس الجماعية Pete - (Elsore .2001 ، p58)

أما شين Shein فيعرفها في كتابه «الثقافة التنظيمية والقيادة» ، بأنها مجموع المبادئ الأساسية التي اخترعتها أو اكتشفتها أو طورتها أثناء حل مشكلاتها للتكيف الخارجي والاندماج الداخلي والتي أثبتت فعاليتها ومن ثم تعليمها للأعضاء الجدد كأحسن طريقة للشعور بالمشكلات وإدراكها وفهمها".

حيث يقصد بالمبادئ الأساسية:

- احترام المحيط الطبيعي أو التفتح على العالم الخارجي.

- القيم التي تساعد على التكيف الداخلي ، نجد مبدأ الاستماع للغير واحترام القواعد (محمد سعيد أنور السلطان 2003 ص96).

كما عرف الكتاب Gibson وزملاؤه ثقافة المنظمة بأنها تعني «شيئا مشابها لثقافة المجتمع ، إذ تتكون ثقافة المنظمة من قيم ومعتقدات ومدرجات وافتراسات وقواعد ومعايير وأشياء من صنع الإنسان ، أنماط سلوكية مشتركة ، إن ثقافة المنظمة هي شخصيتها ومناخها أو الإحساس وثقافة المنظمة تحدد السلوك والروابط المناسبة وتحفز الأفراد (Parker ، Martin 2000.p78) .

ب. الجانب التطبيقي

- تهدف الدراسة العلمية تحت عنوان « الثقافة التنظيمية و الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية ودورها في تطوير رياضة المستوى العالي » إلى مدي التعرف مدى تأثير كل من الثقافة التنظيمية الفعالية التنظيمية على أداء الإداري للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي حيث هذين المتغيرين لهم دور فعال في تطوير العمل الإداري وسوف تتناول في الجانب التطبيقي هذين المتغيرين من وجهة عينة الدراسة.

أولا- منهجية الدراسة :

- استخدمت في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الذي يعبر عن الظاهرة المدروسة الذي يعمل على جمع المعلومات لوصف الظاهرة ويعمل على تحليلها وكشف العلاقة المترتبة عن الثقافة التنظيمية والفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي وذلك من أجل الخروج بنتائج لفهم الموضوع.

- حيث يستخدم المنهج الوصفي التحليلي في دراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من خصائصها وأشكالها وعلاقاتها والعوامل المؤثرة في ذلك وهذا يكون المنهج الوصفي التحليلي يهتم بدراسة الظواهر والأحداث ويشمل في كثير من الأحيان على عمليات التنبؤ لمستقبل الظواهر والأحداث الذي يدرسها وللمنهج الوصفي خطوات بحث تتمثل فيما يلي :

- تحديد المشكلة وصياغتها (طلعت إبراهيم 1995 ص 25) .
- وضع الفروض وتوضيح الأسس التي بنيت عليها.
- تحديد المعلومات والبيانات التي يجب جمعها لأغراض البحث و كذلك تحديد طرق وأساليب جمعها
- جمع البيانات والمعلومات من المصادر المختلفة التي تم تحديدها .
- تنظيم البيانات والمعلومات وتحليلها وتفسيرها.

ثانيا- مجتمع الدراسة :

- بعد الحصول على المعلومات الكافية من مسيري والاتحادية الجزائرية لكرة القدم والاتحادية الجزائرية لكرة اليد التي زودت بها حيث بلغ مجموع الموظفين 30 موظف حيث نجد 16 مسير الاتحادية الجزائرية لكرة القدم والاتحادية الجزائرية لكرة اليد ب - 14 مسير.

1. عينة الدراسة :

- اختيار العينة المناسبة للبحث من العناصر الأساسية والمهمة في بداية العمل الميداني ، فالعينة هي أحد التقنيات المساعدة على جمع المعلومات من مجتمع الدراسة حيث يلجأ الباحث إليها عند استحالة أو صعوبة المسح الشامل للمجتمع الأصلي للدراسة كما يجب أن تحتوي العينة المختارة على مجموعة الشروط الموضوعية للعينة الممثلة لمجتمع البحث حتى يتمكن الباحث من تعميم النتائج المتحصل عليها من خلال العينة على مجتمع الدراسة (رشيد زرواتي - 2002 - ص 101) وانطلاقاً من موضوع البحث فإن العينة في هذه الدراسة تم اختيارها بعناية حسب موضوع الدراسة وطبيعتها حيث كان التركيز على الإطارات الإدارية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم وإطارات الإدارة للاتحادية الجزائرية لكرة اليد.

2. حدود الدراسة :

1.1. المجال البشري : وشملت مسيري الاتحادية الجزائرية لكرة القدم والاتحادية الجزائرية لكرة اليد

2.2. المجال المكاني: أجريت الدراسة الميدانية بإدارة الاتحادية الجزائرية لكرة القدم ، المتواجدة بمنطقة دالي إبراهيم - بالجزائر العاصمة - والاتحادية الجزائرية لكرة اليد .

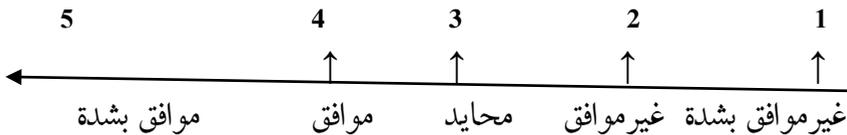
2.3. المجال الموضوعي: ركزت الدراسة على موضوع الثقافة التنظيمية الفعالية التنظيمية للإتحادات الرياضية ودورها في تطوير رياضة المستوى العالي.

3. متغيرات البحث الأساسية:

1. المتغير التابع: رياضة المستوى العالي

2. المتغيرات المستقلة: الفعالية التنظيمية والثقافة التنظيمية

- و قد استخدمت مقياس ليكرت لكل متغير من متغيرات الدراسة وأعطيت الأهمية النسبية مايلي :



4. أساليب المعالجة الإحصائية :

- لغرض الوصول إلى النتائج تم استخدام الاختبارات التالية :

- معامل الثبات باستعمال ألفا كرونباخ.
- المتوسطات الحسائية والانحرافات المعيارية لتحديد الأهمية النسبية لاستجابات أفراد العينة الدراسة اتجاه المتغيرات.
تحليل الانحدار المتعدد للدراسة أثر المتغيرين المستقلين على المتغير التابع (سعد زغلول بشير دليل الإحصاء) 2003 - ص 64 spss.

5. صدق وثبات أداة الدراسة :

1.5. الصدق الظاهري للأداة :

- تم بعد عرض الاستبيان في صورتها الأولية على عدد من الباحثين من جامعة الجزائر وجامعة حسيبة بن بوعلي بشلف وذلك من أجل التأكد من صدقها الظاهري إلى الصيغة النهائية للإستبانة.

2.5. الصدق البنائي :

- يعتبر الصدق البنائي أحد مقاييس صدق الأداة التي تقيس مدى تحقق الأهداف التي نريد الوصول إليها ويبين مدى ارتباط كل مجال من مجالات الدراسة بالدرجة الكلية لعبارات الدراسة أن معامل الارتباط دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.005 هذا و الاتحادية الجزائرية لكرة و الاتحادية الجزائرية لكرة اليد و بهذا تعتبر جميع مجالات الإستبانة صادقة بما وضعت لقياسه.

6. صدق وثبات أداة الدراسة :

1.6. الاتحادية الجزائرية لكرة القدم :

- حيث تم التأكد من ثبات الاستبيان باستخدام أفاكرونباخ على 8 إستبانة اخترتها عشوائيا من عينة الدراسة و قد تم حساب معامل الثبات : ألفا كرونباخ وفق الجدول التالي :

معامل الثبات ألفا كرونباخ	المتغير
0.998	الفعالية التنظيمية = تابع مستقل
0.998	الثقافة التنظيمية = تابع مستقل
0.998	رياضة المستوى العالي = متغير تابع

من الجدول رقم - 1 - يظهر لنا أن معاملات الثبات كانت كما يلي :

- 0.998 لمتغير رياضة المستوى العالي.

- 0.998 لمتغير الفعالية التنظيمية.

- 0.998 لمتغير الثقافة التنظيمية.

- وهي القيمة أكبر من 0.6 وهذا يؤكد ثبات جيد للأداة.

الجدول رقم 2. الاتحادية الجزائرية لكرة اليد :

المتغير	معامل الثبات ألفا كرونباخ
الفعالية التنظيمية - تابع مستقل	0.997
الثقافة التنظيمية - تابع مستقل	0.997
رياضة المستوى العالي - متغير تابع	0.986

يوضح معامل الثبات للاتحادية الجزائرية لكرة اليد - المصدر: مخرجات spss

من الجدول يظهر لنا أن معاملات الثبات كانت كما يلي :

- 0.986 لمتغير رياضة المستوى العالي.

- 0.998 لمتغير الفعالية التنظيمية.

- 0.998 لمتغير الثقافة التنظيمية.

وهي القيمة أكبر من 0.6 و هذا يؤكد ثبات جيد للأداة

- التوزيع الطبيعي NORMALITY والعلاقة الخطية - Linearity - والتي تعد من الانحدار المتعدد. حيث كانت النتائج مشاهدات المتغير التابع للمركب الأولمبي والاتحادية الجزائرية القدم طبيعية وذلك من خلال المدرج التكراري الذي يبدو مماثلا حول المتوسط.

- معامل الالتواء skewness وبعد الحساب أن معامل الالتواء يقدر بـ 427.0 للاتحادية الجزائرية لكرة القدم و - 0.247 للمركب الأولمبي. وهذا ضمن المجال (+2 - 2) وهذه القيمة ضمن مجال القبول. المصدر: مخرجات spss

7. القرار الإحصائي:

أ - الفرضية الصفرية : لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيرين من متغيرات الدراسة.

ب - الفرضية البديلة : توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيرين من متغيرات الدراسة.

الجدول رقم 3. عبارات الثقافة التنظيمية والفعالية التنظيمية

الفعالية التنظيمية	الثقافة التنظيمية
1	تبدى الهيئة استجابة للتغيير القائم في المجتمع .
2	يشجع رئيسي على أن تعمل و زملائي كفريق لتحقيق أهداف الهيئة .
3	تعمل الهيئة على حل معوقات التنفيذ .
4	يحدد رئيسي بين طبيعة علاقات العمل والعلاقات الإنسانية
5	يهتم رئيسي بكل مشاكل العاملين الاجتماعية .
6	يتم تشجيع العاملين على استخدام طرق وأفكار جديدة في العمل .
7	أساليب الرقابة المتاحة في الهيئة تؤدي إلي تصحيح الانحرافات .
8	تضع الهيئة مقاييس رقابية للتأكد من قيام المرؤسين بالعمل .
9	تتدخل الهيئة بمجرد أن توضح التقارير أن أداء العمل يتدهور .
10	أعقد اجتماعات مستمرة لكي أكون على علم بما يحدث باستمرار
11	أسلوب التوجيه والإشراف التابع في الهيئة مناسب .
12	يفتق أفراد المجتمع في النظام الإداري في الهيئة .
13	تهتم الهيئة بمتابعة مستوى تعامل العاملين مع البيئة الخارجية .
14	البرامج والأنشطة في الهيئة تعاني أغلب الأحيان من نقص في التخطيط والتنظيم .
15	يتم اللجوء إلي المبادئ والمثاليات التنظيمية في حل الخلافات لتحقيق أقصى فائدة ممكنة .
16	الخطة الإدارية بالبيئة غير مسايرة لاحتياجات البيئة في المجتمع .
17	تشجع الهيئة التعاون مع الهيئات الخارجية .
18	يسود الاحترام المتبادل بين الموظفين .
19	تنظيم دورات تكوينية للعامل كما يتطلب الأمر ذلك .
20	تختفي العديد من المشكلات عندما يمتلك كل فرد فرصة للمشاركة في القرار .
21	يؤثر نظام العقوبات والإجراءات المعتمدة في المؤسسة في تحسين وتطوير الأداء الوظيفي للعاملين .
22	يوجد تحفيز مادي للعاملين بالهيئة
23	توجد تجاوزات في الصرف على بنود الميزانية المقررة .
24	الأجور تتناسب مع حجم الأعمال المطلوبة بين العاملين .
25	صرف الميزانية المالية يتم بناء على الإنجازات
26	التشريعات والأنظمة القانونية متلائمة مع البيئة الرياضية في الجزائر .
27	التشريعات والقوانين الجديدة ملائمة للوحدات المحترفة
28	المصالح الإدارية أصبحت أكثر تلاؤما مع القوانين المنظمة للعمل الرياضي
29	هناك تغييرات في الهيكل التنظيمي نتيجة اعتماد تطبيقات تشريعات قانون الاحتراف .
30	المستويات الإدارية أصبحت أكثر فعالية نتيجة فهم المسيرين إيجابية الدخول الي الاحتراف

- الجدول رقم - 4 - معامل الارتباط و الوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعامل BETA للاتحادية الجزائرية لكرة القدم.

(1) أديب خظور، الإعلام الرياضي، دراسة علمية للتحرير الرياضي في الصحافة والإذاعة والتلفزيون، المكتبة الإعلامية دمشق، 1994، ص 87

(2) حسن أحمد الشافعي، عبد الرحمان أحمد السيار، استراتيجية الاحتراف الرياضي في المؤسسات

الثقافة التنظيمية و الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية ودورها في تطوير رياضة المستوى العالي 169

الثقافة التنظيمية				الفعالية التنظيمية				
قيمة R BETA	عامل R	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	قيمة R ABET	عامل R	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
.518	.518	.1153	.376	373.	373.	.1433	20.3	
.400	.400	.1492	.351	376.	376.	.1481	32.3	
.365	.365	.1583	.338	393.	393.	.1433	62.3	
.402	.402	.1392	.336	431.	431.	.1422	63.3	
.363	.363	.1601	.339	425.	425.	.1400	49.3	
.349	.349	.1557	.324	467.	467.	.1300	67.3	
.419	.419	.1445	.358	360.	360.	.1404	05.3	
.346	.346	.1527	.317	486.	486.	.1300	83.3	
.400	.400	.1474	.354	432.	432.	.1352	50.3	
.371	.371	.1486	.329	413.	413.	.1419	47.3	
.398	.398	.1401	.334	478.	478.	.1307	80.3	
.318	.318	.1679	.318	402.	402.	.1508	59.3	
.459	.459	.1370	.374	432.	432.	.1380	55.3	
.371	.371	.1507	.332	429.	429.	.1371	53.3	
.401	.401	.1455	.346	309.	309.	.1592	00.3	
.433	.433	.1370	.355	439.	439.	.1408	67.3	
.394	.394	1.485	3.42	.415	.415	1.406	3.78	المجموع

الجدول رقم 5 - معامل الارتباط و الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل BETA للاتحادية الجزائرية لكرة اليد

الثقافة التنظيمية				الفعالية التنظيمية				
قيمة R BETA	عامل R	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	قيمة R BETA	عامل الارتباط R	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
.393	.393	.1544	.354	361.	361.	.1461	.316	
.116	.116	.1474	.346	415.	415.	.1428	.353	
.375	.375	.1479	.330	345.	345.	.1582	.324	
.342	.342	.1609	.325	458.	458.	.1345	.371	
.325	.325	.1690	.325	.454	.454	.1461	.384	
.451	.451	.1326	.362	325.	325.	.1625	.316	
.348	.348	.1576	.325	347.	347.	.1554	.322	
.406	.406	.1447	.347	437.	437.	.1435	.368	
.325	.325	.1628	.317	324.	324.	.1523	.300	
.369	.369	.1566	.338	343.	343.	.1622	.328	
.468	.468	.1320	.374	376.	376.	.1587	.347	
.382	.382	.1562	.347	477.	477.	.1277	.375	
.417	.417	.1535	.367	426.	426.	.1417	.358	
.471	.471	.1323	.378	483.	483.	.1222	.370	
.370	.370	1.394	3.66	.397	.397	1.46	3.45	المجموع

الثقافة التنظيمية		الفعالية التنظيمية		
B مقطع الإنحدار	أ قيمة	B مقطع الإنحدار	أ قيمة	
066 .	.8920	050 .	.6633	1
056 .	.7019	052 .	.6673	2

052 .	.6521	019 .	.6929	3
054 .	.7054	059 .	.7485	4
053 .	.6496	057 .	.7379	5
049 .	.6293	062 .	.8059	6
050 .	.7301	047 .	.6455	7
047 .	.6262	056 .	.8361	8
051 .	.7145	057 .	.7509	9
053 .	.6612	056 .	.7231	10
047 .	.9994	056 .	.8237	11
063 .	.5837	057 .	.7052	12
052 .	.7921	058 .	.7505	13
055 .	.6612	058 .	.7460	14
058 .	.7043	044 .	.5746	15
064 .	.7525	061 .	.7617	16
054	7.159	053	7.247	المجموع

للاتحادية الجزائرية لكرة القدم. B ومقطع خط الانحدار T الجدول رقم - 6 - قيمة

: للاتحادية الجزائرية لكرة اليد B الجدول رقم - 7 - مقطع خط الانحدار

الثقافة التنظيمية		الفعالية التنظيمية		
B مقطع الانحدار	T قيمة	B مقطع الانحدار	T قيمة	
056 .	.8124	063 .	.8313	1
056 .	.6917	049 .	.6462	2
057 .	.3113	057 .	.7252	3
051 .	.6659	049 .	.6243	4
049 .	.6196	062 .	.7902	5
048 .	.5964	064 .	.7848	6
060 .	.7795	047 .	.5971	7
050 .	.6288	049 ..	.6266	8
056 .	.7116	061 .	.7585	9
047 .	.5986	045 .	.5949	10
053 .	.6585	050 .	.6211	11
063 .	.8075	054 .	.6675	12
055 .	.6785	064 .	.8220	13
060 .	.7282	058 .	.7408	14
054	6.632	055	7.021	المجموع

9 . نتائج اختبار الفرضيات . الاتحادية الجزائرية لكرة القدم .

- الهدف من اختبار الفرضيات هو الإجابة على أسئلة الدراسة لتحقيق الأهداف المرجوة منها و كما أشرنا سابقا فلإخبار الإحصائي المستخدم لدراسة الثقافة التنظيمية والفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية ودورها في تطوير رياضة المستوى العالي هو الانحدار المتعدد و سوف يتم اختبار فرضيات الدراسة:

أ. الفرضية الأولى: هناك تأثير للفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي.

بالنظر إلى الجدول أعلاه نلاحظ أن زيادة المتغير المستقل الفعالية التنظيمية بوحدة واحدة يؤدي إلى زيادة مقدارها 0.053 في المتغير التابع كما نلاحظ قيمة - ت - المحسوبة و المقدره 7.247 وهذا عند مستوى الدلالة 0.005 و مستوى معنوية 0.000 بذلك نقبل الفرضية البديلة التي تقول أن هناك تأثير الفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية على رياضة المستوى العالي.

ب. الفرضية الثانية: هناك تأثير الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي.

بالنظر إلى الجدول أعلاه نلاحظ أن زيادة المتغير المستقل الثقافة التنظيمية بوحدة واحدة يؤدي إلى زيادة مقدارها 0.054 في المتغير التابع كما نلاحظ قيمة - ت - المحسوبة و المقدره 159.7 وهذا عند مستوى الدلالة 0.005 و مستوى معنوية 0.000 و بذلك نقبل الفرضية التي تقول أن هناك تأثير الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية على رياضة المستوى العالي.

ج. الفرضية الثالثة: هناك قوانين وتشريعات تنظيمية لرياضة المستوى العالي في الجزائر.

نلاحظ من الجدول رقم (04) أن الإجابات كانت ذات أهمية متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي للأسئلة 26.27.28.29.30 إجماليا ب 3.41 وانحراف معياري قدره 1.41 ونجد في هذا السياق أن معامل الارتباط R قدر ب - 0.622 وقيمة BETA ب - 0.622 و قيمة T الجدولية 4.785 وعند مستوى المعنوية 1 % وهى دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 5% وبذلك نقبل الفرضية البديلة التي تقول هناك تأثير للقوانين و للتشريعات التنظيمية لرياضة المستوى العالي في الجزائر.

10 . نتائج اختبار الفرضيات . الاتحادية الجزائرية لكرة اليد :

الهدف من اختبار الفرضيات هو الإجابة على أسئلة الدراسة لتحقيق الأهداف المرجوة منها وكما أشرنا سابقا فاختبار الإحصائي المستخدم لدراسة الثقافة التنظيمية والفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية ودورها في تطوير رياضة المستوى العالي هو الانحدار المتعدد وسوف يتم اختبار فرضيات الدراسة.

أ. الفرضية الأولى: هناك تأثير للفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي.

بالنظر إلى الجدول رقم (6) نلاحظ أن زيادة المتغير المستقل الفعالية

التنظيمية بوحدة واحدة يؤدي إلى زيادة مقدارها 0.055. في المتغير التابع كما نلاحظ قيمة المحسوبة والمقدرة 7.025 وهذا عند مستوى الدلالة 0.005 وبذلك نقبل الفرضية التي تقول أن هناك تأثير والفعالية التنظيمية للاتحاديات الرياضية على تطوير رياضة المستوى العالي.

ب - الفرضية الثانية: هناك تأثير الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية في تطوير رياضة المستوى العالي.

بالنظر إلى الجدول رقم (7) نلاحظ أن زيادة المتغير المستقل الثقافة التنظيمية بوحدة واحدة يؤدي إلى زيادة مقدارها 0.054 في المتغير التابع كما نلاحظ قيمة - ت - المحسوبة و المقدرة. 6.632. وهذا عند مستوى الدلالة 0.005 وبذلك نقبل الفرضية التي تقول أن هناك تأثير الثقافة التنظيمية للاتحاديات الرياضية ودورها في تطوير رياضة المستوى العالي.

ج. الفرضية الثالثة: هناك قوانين وتشريعات تنظيمية لرياضة المستوى العالي في الجزائر نلاحظ من الجدول رقم (05) أن الإجابات كانت ذات أهمية متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي للأسئلة 26. 27. 28. 29. 30 إجمالاً ب - 3.41 وانحراف معياري قدره 1.41 ونجد في هذا السياق أن معامل الارتباط R قدر ب - 6.22. وقيمة BETA ب - 6.22. وقيمة T الجدولية 4.785 وعند مستوى المعنوية 1 % وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 5% و بذلك نقبل الفرضية البديلة التي تقول هناك تأثير للقوانين والتشريعات التنظيمية لرياضة المستوى العالي في الجزائر.

الخاتمة:

- بعد مناقشة الفرضيات سمحت لنا هذه الدراسة بمعرفة دور الفعالية التنظيمية والثقافة التنظيمية في بناء أساسيات العمل الإداري الرياضي حيث تعمل هذه الأخيرة على تغذية الممارسة الرياضية ذات المستوى العالي من ثقافة وفعالية إدارية تدرك متطلبات الممارسة الرياضية من قرارات وإجراءات تعمل على تطوير الرياضة النخبوية

وهذا يتم عن طريق فهم العلاقة بين أهمية تطوير الإدارة الرياضية ومستوى الإنجاز الرياضي بما هو على مستوى الرياضات الفردية والجماعية هذا من جهة ومن جهة أخرى التركيز على علاقة المجتمع مع المدارس الرياضية والتركيز على البحوث السوسولوجية للمجتمع الجزائري والمعاني الثقافية والتفاعلات الاجتماعية المرتبطة بزيادة القدرة التنافسية بين الفرق الرياضية

واللاعبين وهذا من أجل بناء خريطة معرفية لمعرفة مختلف التغييرات التي تعيق تحقيق رياضة المستوى العالي أو رياضة النخبة.

المراجع باللغة العربية :

- 1 - سمير عبد الحميد علي دارة الهيئات الرياضية - دار المعارف - الإسكندرية مصر - 1999.
- 2 - مروان عبد المجيد إبراهيم - إدارة البطولات و المنافسات الرياضية - ط1- دار النشر - عمان - 2002.
- 3 - طلعت إبراهيم - أساليب وأدوات البحث الاجتماعي - دار غريب للطباعة والنشر - مصر - 1995
- 4 - فائق حسني أبو حليلة - الحديث في الإدارة الرياضية - دار وائل للنشر والتوزيع - الأردن - 2004.
- 5 - الدكتور محمد عبد الفتاح الصبر في - مفاهيم إدارية حديثة - تطور الفكر والأساليب في الإدارة - الدار العلمية الدولية للنشر عمان الأردن - 2005.
- 6 - محمد سعيد أنور السلطان - السلوك التنظيمي - الإسكندرية - دار الجامعة الجديدة 2003.
- رشيد زرواتي - تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية - دار هومة للطبع - ط 1 - دون مدينة نشر - 2002.
- الإصدار العاشر - المعهد العربي للتدريب و البحوث الإحصائية - 7SPSS - سعد زغلول بشير دليل الإحصائي الجهاز المركزي للإحصاء - العراق سنة 2003
- 8 - محمد سعيد أنور السلطان - السلوك التنظيمي الإسكندرية دار الجامعة الجديدة 2003.
- 9 - العميان محمود سلمان - السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال دار وائل ، عمان ، 2000.

المراجع باللغة الفرنسية

1. David C. Watt. Sports management and administration. This edition published in the Taylor & Francis e. Library. 2003 .
2. Daniel Covell,Sharianne Walker,Julie Siciliano,Peter W.Hess Managing Sports 3Organizations.Butterworth,Heinemann publications,British Library.2007.
3. Harald Dolles and Sten Söderman.Sport as a Business.First published PALGRAVE MACMILLAN 2011.
4. Bob Stewart :Sport Funding and Finance.london. British Library2010.
5. Sergiy Butenko,Jaime Gil. Lafuente ·Panos M.Pardalos. Optimal Strategies in Sports.2010
6. Dave Bartram SHL Group plc:Organizational Effectiveness The Role of Psychology Miltza Callinan Manchester School of Management. UMIST.UK 2002.
7. Bennis,W.G.The concept of organization health.N.Y: Mc.Grow.Hill 1996.
8. Colyer,S.A study of organisational effectiveness in local government recreation services in Western Australia.Unpublished Doctoral. Curtin University of Technology.Perth.1993.
9. Elissa Burton. ORGANISATIONAL EFFECTIVENESS IN SELECTED GRASS ROOTS SPORT CLUBS IN WESTERN AUSTRALIA. Cowan University2009.
- 10.BRANCH,D."Athletic Director Behaviour as a predictor of intercollegiate athletic organisational effectiveness.Journal of Sport Management.Vol.4. No.2. 1990
- 11.Stefan Szymanski The Comparative Economics of Sport. published PALGRAVE MACMILLAN.london 2010.
- 12.Elissa Burton.ORGANISATIONAL EFFECTIVENESS IN SELECTED GRASS ROOTS SPORT CLUBS IN WESTERN AUSTRALIA.Cowan University2009.
- 13.Elsore. Peter.Organizational Culture: Organizational Change? Hampshire,England: Gower Publishing Limited.2001
- 14.Parker. Martin.Organizational Culture and Identity : Unity and.Division at Work ، London.Sage Publication.2000.

فسيولوجيا الطاقة لرياضيي الجيدو خلال العملية التدريبية تحت ضغط

جوي منخفض

د. كمال بوعجناق *

د. محمد فحصي *

الملخص:

أفضت الدراسة إلى معرفة نوع النظام الطاقوي المناسب لدى رياضيي الجيدو في فترة المنافسة وكذا معرفة الفروق في مستوى السرعة الهوائية العظمى VMA تبعاً لنسبة تركيز الأوكسجين في الهواء المحيط ، حيث تكونت عينة الدراسة من 15 رياضية من الفريق الوطني للجيدو الصنف أوسط وأكابر كان متوسط السن لديهم يتراوح ما بين 19-25 سنة في الموسم 2013 وضمن الفترة الممتدة 2013/09/17 - 2013/10/10 بمرتفعات تيكجدة ذات الارتفاع 1470 متر فوق مستوى سطح البحر وتحت ضغط جوي يقدر بحوالي 634 ملم زئبقي وضغط نسبي للأوكسجين O₂ يقدر بحوالي 123 ملم زئبقي.

فتم تحليل البيانات من خلال استخدام الاختبار الميداني لبري كسي 5 دقائق والتحليل الإحصائي المتمثل في اختبار T ستودند.

وتم استنتاج انه هنالك تناقص في معدل السرعة الهوائية القصوى كلما نقص معدل تركيز الأوكسجين في الهواء المستشق ، كما انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القدرة الهوائية.

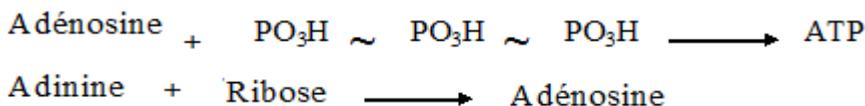
الكلمات الدالة: السرعة الهوائية العظمى ، رياضيي الجيدو ، التكيف ، النظام الطاقوي.

1 . مشكلة الدراسة: أن المتتبع لمسارات النوادي والفرق خلال فترات

التربص يلاحظ بأنه هنالك اهتمام بالغ بطبيعة النظام الغذائي المطبق ضمن البرنامج المسطر من طرف المختصين في المجال الرياضي ، هذا ويعتبر النظام الغذائي من الوسائل المساعدة في الرفع من القدرة البدنية وبلوغ أفضل النتائج من خلال توفير الطاقة اللازمة لذلك ، حيث أن الجسم يحصل على الطاقة من خلال الغذاء الذي يتناوله والذي يتحول بدوره إلى طاقة كيميائية تخزن في الجسم ، وتتححر هذه الطاقة لاستخدامها في الانقباض العضلي ، ولكنها لا تستخدم في هذا الشكل مباشرة إذ تستغل لتكوين مركب كيميائي هو ثلاثي أدينوزين الفوسفات (ATP)

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



Adénosine tri phosphate ، الذي يخزن في جميع خلايا الجسم.

وتقوم خلايا الجسم بوظائفها اعتمادا على الطاقة الناتجة عن انشطار هذا المركب الكيميائي ، ولكون كمية ATP تعتبر قليلة ، فإن إعادة تكوين ATP تتم بصورة مستمرة أثناء العمل العضلي وهي تعتمد على ثلاثة أنظمة النظام الفوسفاتي ، النظام حمض اللاكتيك ، والنظام الأوكسجيني.

ومن مميزات رياضة الجيدو أنها دفاعية هجومية تهدف إلى الفوز على المنافس ببلوغ أقصى جهد باستخدام مهارات مختلفة مثل الرمي من اعلي (تاجي وازا) واللعب الأرضي (كاتامي وازا) مثل الخنق والكسر والتثبيت ، للحصول على النقطة الكاملة (ايون) لأداء المباراة أو ما يعادلها أو درجة اقل منها مع الاستمرار في اللعب لمدة خمس دقائق ، وهي تعتمد على قواعد وقوانين تحكم المنافسة لتحقيق الكفاءة القصوى للقدرة الحركية العالية(1).

وتعتمد رياضة الجودو على ثلاثة أبعاد فلسفية البعد الأول يتمثل في مبدأ التكيف (ju no ri) ، البعد الثاني يتمثل في أفضل استعمال للطاقة (seiryoku zenyo) ، أما البعد الثالث يتمثل التوافق التضامني (jita kyoei)(2).

وعلى ضوء هذا تتحدد إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي: ما مدى تأثير المصدر الطاقوي على قيمة القدرة الهوائية القصوى لرياضي الجيدو وقد تفرع هذا لتساؤل إلى التساؤلات الفرعية التالية

1 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية بين القياسات القبلية والبعديّة.

2 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السرعة الهوائية القصوى للرياضيين بين القياسات القبلية والبعديّة.

2. أهداف الدراسة :

التعرف على قدرة التكيف البدني للرياضي الجيدو على احتواء ومواكبة التغيرات المصاحبة لنقص التركيز الأوكسجين للغازات التنفسية وذلك من أجل الوصول إلى أفضل المستويات لأداء البدني الكشف عن الفروق في انتقال اثر

(1) ياسر يوسف عبد الرؤوف ، رياضة الجودو في القرن الواحد والعشرين ، ط1 ، دار السحاب للنشر والتوزيع ، مصر 2005 ، ص5 .

(2) Patrik Maupu, Jacques Vetraino, Le guide du judo, editions EPS, paris 2011,p4 .

نقص تركيز غاز الأكسجين على مستوى القدرة الهوائية للرياضيين بعد عملية الاسترجاع والعودة للمنخفضات.

3. أهمية الدراسة:

هو التقييم المعرفي والكمي لمختلف التغيرات الفسيولوجية الأساسية التي تحدث في أجهزة الجسم المختلفة نتيجة للتغير في تركيز الغازات في الهواء المحيط ، وأثرها على وظائف أعضاء الجسم من أجل رفع مستوى كفاءة الأداء البدني للرياضي.

4. فرضيات الدراسة: من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم صياغة الفرضيات التالية

أ. الفرضية العامة: للمصدر الطاقوي دور مؤثر على القدرة الهوائية القصوى لرياضي منتخب الجيدو.

ب. الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السرعة الهوائية القصوى للرياضيين بين القياسات القبليّة والبعدية.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية بين القياسات القبليّة والبعدية.

5. مصطلحات الدراسة:

- القدرة الهوائية : الطاقة العظمي المستخلصة من طرف النظام الهوائي.

- السرعة الهوائية القصوى VMA : تمثل السرعة التي من خلالها أن يصل الفرد إلى أقصى استهلاك و كسجيني Vo2 max.

- الفريق الوطني للجيدو: مجموعة عناصر الفريق الوطني لرياضة الجيدو صنف أوسط وأكابر سن 19 و 25 سنة أغلبيتهم متحصلون على ألقاب أولى إفريقيًا وعربيًا.

6. الإجراءات المنهجية للدراسة:

منهج الدراسة: انطلاقاً من موضوع دراستنا والمتمثل في الدراسة الفسيولوجية لوظائف أعضاء الجسم وتكيفها وفق المتغيرات الفيزيائية الموجودة في المرتفعات فكان استعمالنا المنهج التجريبي ، وهذا لملائمة مع طبيعة البحث. من خلال إتباع مراحل الثلاثة:

الملاحظة : وتتميز ب - مضبوطة ودقيقة ، نزيهة وموضوعية ، وان تكون كاملة.

الفرضية: ويشترط فيها الملاحظة العلمية ، قابلة للتجريب والاختبار والتحقق ، أن تكون خالية من التناقض للوقائع ، أن تكون شاملة ومتراطة.

التجربة: بعد عملية إنشاء الفرضيات العلمية ، تأتي عمليات التجريب على الفرضيات لإثبات مدى سلامتها وصحتها لتفسير الظواهر والوقائع علميا

7. مجالات الدراسة :

7-1. **المجال الزمني:** اجري هذا البحث في الفترة الممتدة من 09/2013/ إلى غاية 10/2013/ .10

7-2. **المجال المكاني:** انطلاقا من موضوع الدراسة كان اختيار المكان هو مرتفعات تيكجدة المتواجدة بمنطقة البويرة التي يقدر ارتفاعها ما يزيد عن 1470م فوق مستوى سطح البحر.

8. مجتمع وعينة الدراسة :

8.1. **مجتمع الدراسة:** في هذه الدراسة كان مجتمع البحث يتناول مجموعة عناصر الفريق الوطني لرياضة الجيدو صنف أوسط وأكبر سن 19 و25 سنة.

8.2. **عينة الدراسة:** فا الاختيار هنا ليس عشوائيا فهو اختيار مقصود لأنها تمثل المجتمع الأصلي ، وفي دراستنا كانت العينة المختارة هي 15 مصارعة من هذا النادي تتراوح أعمارهم ما بين 19 و25 سنة.

8.3. **اداة الدراسة:** استخدمنا القياسات التجريبية الميدانية والمتمثلة في اختبار 5 دقائق (Briki et Dekkar) بهدف قياس السرعة الهوائية القصوى VMA ، كمؤشر للحكم على مدى كفاءة الجهاز التنفسي أو ما يطلق عليه اسم التحمل الدوري التنفسي. كما هو موضح في الجدول الذي يبين القياس المعياري حسب بريكسي.

قيم VMA بـ كم\سا	مستوي اللياقة
VMA < 14	Très faible ضعيف جدا
< VMA < 15 14	Faible ضعيف
< VMA < 16 15	*Moyen اقل من المتوسط
< VMA < 17 16	Moyen+ اكبر من المتوسط
< VMA < 18 17	Bon جيد
< VMA 18	Très bon جيد جدا

المعالجة الإحصائية: قمنا باستخدام المتغيرات الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار ستيودنت T

4.8. متغيرات الدراسة :

أ. **المتغير المستقل:** في دراستنا هذه يتمثل في تعرض الفريق لضغط جوي يقدر حوالي 634 ملم زئبقي وضغط نسبي للأكسجين O₂ يقدر بحوالي 123 ملم زئبقي.

ب. المتغير التابع: هو المتغير الذي يتغير ويتأثر نتيجة تأثير المتغير المستقل و يتمثل في التكيف الفسيولوجي لكل من الجهاز التنفسي.

9. عرض النتائج ومناقشتها:

كانت تهدف هذه الدراسة إلي معرفة مدى تأثير تعرض العضوية إلى ضغط جوي منخفض ومدى تأثيره على القدرة الهوائية العظمى.

اختبار بريكسي { 5 دقائق } للتحقق من نتائج الفرضية الأولى القياسات القبالية

الجدول يمثل قيم السرعة الهوائية القصوى للقياس القبلي

عرض النتائج :

القياس القبلي	رقم المختبر	القياس القبلي	رقم المختبر
VMA (Km/h)		VMA (Km/h)	
11.20	9	12.60	1
12.60	10	10.40	2
13.30	11	11.40	3
10.20	12	13.20	4
14.96	13	11.40	5
14.60	14	12.40	6
14.20	15	13.20	7
		11.36	8

من خلال النتائج الجدولية للقياس القبلي للسرعة الهوائية القصوى VMA كلم\سا لوحظ انه كانت تتراوح لدى 4 رياضيين ما بين [10.00 - 14.20] كم\سا.

مناقشة النتائج:

رقم المختبر	التصنيف القبلي	رقم المختبر	التصنيف القبلي
1	ضعيف جدا	9	ضعيف جدا
2	ضعيف جدا	10	ضعيف جدا
3	ضعيف جدا	11	ضعيف جدا
4	ضعيف جدا	12	ضعيف جدا
5	ضعيف جدا	13	ضعيف
6	ضعيف جدا	14	ضعيف
7	ضعيف جدا	15	ضعيف
8	ضعيف جدا		

الجدول يمثل التصنيف المعياري حسب بريكسي لقيم السرعة الهوائية القصوى وحسب التصنيفات المعيارية لاختبار بريكسي والمرافقة لقيم VMA المجدولة نلاحظ بان هنالك تباين في تصنيف أفراد العينة وهذا التباين يتمثل في

فئتان كل فئة تعبر عن مستوى تحضير بدني معين فالمستوى الأول يوصف المستوى بدني بالضعيف جداً ويظم 12 رياضية ، والمستوى الثاني يصنف بمستوى البدني الضعيف ويضم 3 رياضيات.

ومن خلال هذه النتائج التي تشير إلى عدم وجود تكافؤ بين كل أفراد العينة وهو ما يدل بأنه عدم وجود تجانس بين أفراد العينة وهي نتيجة متوقعة كون وجود العينة في بداية الموسم التحضيري لمثل هذه التبرصات وهو مؤشر يدل على مدى الفروق الموجودة لدى كل فرد وقدراته البدنية والخصوصية الفردية التي تميزه.

رقم المختبر	القياس البعدي	رقم المختبر	القياس البعدي
	VMA (Km/h)		VMA (Km/h)
1	14.60	9	14.20
2	13.40	10	13.20
3	13.60	11	14.30
4	14.20	12	15.20
5	14.40	13	16.96
6	15.40	14	15.60
7	16.20	15	16.20
8	14.36		

القياسات البعدية :

الجدول يمثل قيم السرعة الهوائية القصوى للقياس البعدي
عرض النتائج: من خلال النتائج الجدولية للقياس البعدي لقيم السرعة الهوائية القصوى فكانت تتراوح لدى رياضيين اثنين ما بين [13.20 - 16.96] كم \سا.

رقم المختبر	التصنيف البعدي	رقم المختبر	التصنيف البعدي
1	ضعيف	9	ضعيف
2	ضعيف جدا	10	ضعيف جدا
3	ضعيف جدا	11	ضعيف
4	ضعيف	12	اقل من المتوسط
5	ضعيف	13	كبر من المتوسط
6	اقل من المتوسط	14	اقل من المتوسط
7	اكبر من المتوسط	15	كبر من المتوسط
8	ضعيف		

الاستنتاج :

وحسب التصنيفات المعيارية لاختبار بريكسي والمرافقة لقيم VMA المجدولة نلاحظ بان هنالك تباين في تصنيف أفراد العينة وهذا التباين يتمثل

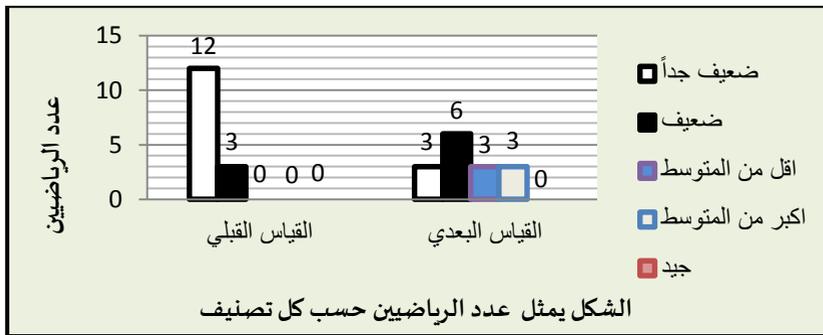
في 4 فئات كل فئة تعبر عن مستوى تحضير بدني معين ، فالمستوى الأول يوصف بالمستوى البدني الضعيف جدا ويظم 3 رياضيات ، والمستوي الثاني يصنف بمستوى الضعيف ويظم حوالي 6 رياضيات ، أما المستوى الثالث يضم التصنيف البدني الأقل من المتوسط ويظم 3 رياضيات ، أما المستوى الرابع يضم التصنيف للتحضير البدني الأكبر من المتوسط ويظم 3 رياضيات ، كما هو موضح في الجدول.

الجدول يمثل التصنيف المعياري حسب بريكسي لقيم السرعة الهوائية القصوى للقياس البعدي وعليه فمن خلال تحليل النتائج الجدولية لقيم السرعة الهوائية القصوى تبين لنا ظهور أربعة مستويات كل مستوى يعبر عن حالة الاستعداد ضمن الفئة الواحدة بقيم متقاربة تعبر عن مستواها التحضيري أو استعدادها البدني الذي يميزها.

مقارنة النتائج:

الجدول يمثل التصنيف القبلي والبعدي لنتائج التربص لقيم السرعة الهوائية القصوى

جيد	أكبر من المتوسط		أقل من المتوسط		ضعيف		ضعيف جدا		
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	
		□		□		6		□ □	ضعيف جدا
		□		1				□	ضعيف
									أقل من المتوسط
									أكبر من المتوسط
									جيد



الاستنتاج :

من خلال عرض النتائج الجدولية للجدول وكما هو موضح في الشكل تمكنا من إجراء مقارنة بين نتائج القياسات القبليّة قبل التربص والقياسات البعدية

بعد الانتهاء من التريص انه من بين 12 متربصة ذات تصنيف ضعيف جدا انخفض إلى ثلاثة ، وأما التسعة المتبقية تحسنت إلى مستويات ذات تصنيف أعلى وهو مؤشر يدل على تحسن في القدرة الهوائية القصوى ، ومن خلاله نستخلص أهمية التعرض لضغط جوي منخفض وبعد الانتهاء من فترة التريص نتج زيادة أو رفع مستوى القدرة الهوائية العظمى حيث تم خلال فترة التريص تعرض الجسم وأعضائه الداخلية إلى عدة تغيرات فزيولوجية ، بالإضافة إلى حمل تدريبي ضمن البرنامج المسطر مما أدى بالإخلال بالتوازن الداخلي الوظيفي والبيولوجي للجسم ، والتي من خلالها تم محاولة احتواء تلك التأثيرات من خلال عملية التكيف الفسيولوجي والتي كان من بينها تكيف الجهاز التنفسي من الزيادة في عدد مرات التنفس بهدف تعويض النقص في إمداد العضلات العاملة بالأوكسجين الأزم لذلك ، وهذه النتيجة التي تحصلنا عليها تتوافق مع نتائج التجربة التي قام بها الباحثان ميل لروفيكس وميللر U Mellrowiez et Meller عام 1970م بالتعاون مع طاقم من المتخصصين في المجال الطبي الرياضي على عينة من 22 لاعب من لاعبي المسافات الطويلة في ألعاب القوى ، حيث قام بتقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين أحدهما باشرت التدريب تحت ضغط جوي 596 ملم زئبقي وضغط أكسجيني 115 ملم زئبقي ، أما المجموعة الثانية قامت بالتدريب تحت ضغط جوي 760 ملم زئبقي وضغط أكسجيني 159 ملم زئبقي ، حيث تم إخضاع المجموعتين إلى برنامج تدريبي متماثل ، وفي نهاية التجربة قامت المجموعتان بالتدريب مرة أخرى تحت ضغط جوي 760 ملم زئبقي وضغط أكسجيني 159 ملم زئبقي لمدة 18 يوماً بنفس مواصفات البرنامج السابق تقريباً فأوضحت النتائج على وجود فروق معنوية بين المجموعتين المستوى الرقمي لسباق 3000 متر لصالح المجموعة الأولى ، حيث تبين انه من بين أصل أفضل 10 أرقام في هذا السباق ، كان منهم ثمانية لصالح من تدربوا تحت ضغط منخفض(1).

وعندما نرجع للدراسة التي تناولها الأستاذ الدكتور هزاع بن محمد الهزاع و المشرف على مختبر فسيولوجيا الجهد البدني جامعة الملك سعود - الرياض - المملكة العربية السعودية تناول فيها تأثير التعرض لضغط منخفض على القدرة الهوائية القصوى ، حيث تطرق في هذه الدراسة لتأثير التدريب تحت ضغط جوي 600 ملم زئبقي على القدرة الهوائية القصوى (لتر في الدقيقة) ومعدل ضربات القلب وتركيز حمض اللبن (ملي مول / لتر) لدى مجموعة من المذكور تم إجراء اختبارات

(1) محمد عثمان ، الحمل التدريبي والتكيف ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة 2000 ، ص 144 .

الجهد البدني لهم باستخدام دراجة الجهد.

وقد توصل الباحث على انه كانت هنالك استجابات لبعض المتغيرات الفسيولوجية القصوى ودون القصوى قبل وأثناء و بعد المكوث مدة 25 يوماً تحت الضغط المنخفض ، حيث لوحظ أن هنالك انخفاض الاستهلاك الأقصى للأوكسجين بمقدار 15.6% من (4.87 لتر/ق إلى 4.11 لتر/ق) في اليوم الأول ، ثم تحسنه شيئاً فشيئاً حتى وصل إلى 4.32 لتر/ق بعد 25 يوماً (على الرغم من حدوث التأقلم ، إلا أن مستوى الاستهلاك الأقصى للأوكسجين ما يزال منخفضاً بمقدار 11.3% بعد 25 يوماً ، لكن عند العودة مرة أخرى إلى الضغط الجوي 760 ملم زئبقي نجد أن مقدار الاستهلاك الأقصى للأوكسجين قد عاد وارتفع عما كان عليه ليصل إلى 4.76 لتر في الدقيقة ، لكنه ما يزال دون مستواه السابق بحوالي 2.3%⁽¹⁾).

وعليه ومن خلال هذا كله نستنتج بأنه أثناء التعرض لضغط جوي منخفض وإخضاع أفراد العينة لشدة برنامج حمل تدريبي وبعد العودة للضغط الجوي العادي 760 ملم زئبقي ومن خلال نتائج القياسات القبليّة البعدية لقيم السرعة الهوائية القصوى ومطابقتها مع التصنيف المعياري لبركسي كما هو ممثل في الجدول أعلاه. تبين أن 17 رياضي من بين 19 تحصلوا نتائج أفضل في قيمة السرعة الهوائية القصوى ، هذا ما يؤدي بنا إلى أن التعرض والتدريب تحت الضغط المنخفض يؤدي إلى الرفع من مستوي القدرة الهوائية وذلك من خلال الرفع في مستوى أداء الجهاز التنفسي في توفير الأوكسجين.

وعلي ضوء كل هذه النتائج التي تؤكد صحة الفرضية البديلة التي تثبت صحة الفرضية الأولى التي تقول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السرعة الهوائية القصوى للرياضيين بين القياسين القبلي والبعدى ، مما يسمح لنا بالقول بان الفرضية الأولى قد تحققت.

التحليل الإحصائي لقيم السرعة الهوائية القصوى: للتأكد من صحة الفرضية الثانية T ستيودنت :

الجدول يمثل قيم T ستيودنت لقيم VMA

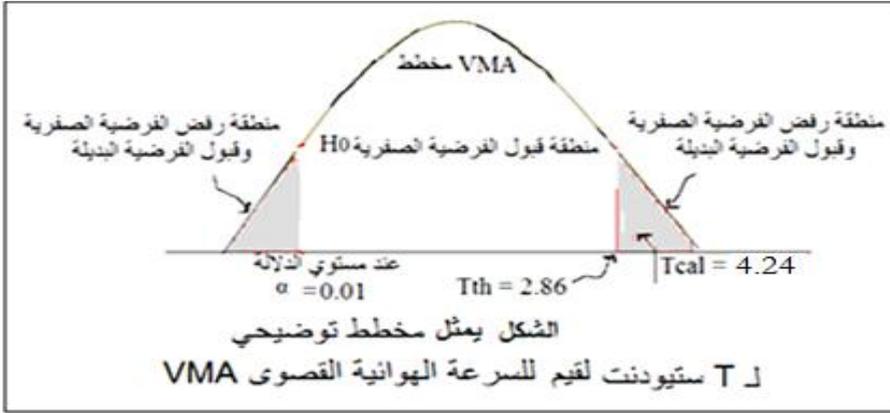
متوسط الفروق \bar{u}	الانحراف المعياري S_d	T _{cal} ستيودنت	نتائج الفروق بين القياسين لقيم VMA (km/h)
2.32	,092	4.29	

عرض النتائج : من خلال النتائج الجدولية لقيم VMA في الجدول نلاحظ

(1) هزاع بن محمد الهزاع ، فسيولوجيا النشاط والأداء البدني ، النشر العلمي والمطابع ، السعودية 2010 ، ص 199 .

أن القيمة المحسوبة

$T_{cal} = 4.24$ والقيمة النظرية $T_{th} = 2.86$ فنجد بأنه $T_{th} < T_{cal}$ عند مستوي الدلالة $\alpha = 0.01$ مما يؤدي إلى رفض الفرضية الصفرية التي تقول انه ليس هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لقيم VMA وقبول الفرضية البديلة التي تقول أن هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لقيم VMA كما هو مبين في الشكل.



الاستنتاج :

من خلال ما تم عرضه من نتائج الجدول أعلاه لقيم السرعة الهوائية القصوى لقيم ستودنت T التي تؤكد بأنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لقيم السرعة الهوائية القصوى ، أي بعد عملية التعرض لضغط جوي منخفض 634 ملم زئبقي خلال فترة التربص والعودة إلى الضغط الجوي العادي 760 ملم زئبقي يحدث تحسن في القدرة الهوائية القصوى.

وهذه النتيجة تم تأكيدها من طرف العديد من الباحثين والدراسات التي تناولت مثل هذه الموضوعات وهو ما تم تأكيده من طرف بعض النتائج والتجارب العلمية التي أجراها كل من ليزن وهولمان Liesen, Hollmann عام 1972م على ستة لاعبين اختصاص 5000 متر بهدف التعرف على تأثير عملية التدريب لمدة أسبوعين تحت ضغط جوي مابين 596 ملم زئبقي و405 ملم زئبقي على مستوى كفاءة الجهاز الدوري بعد العودة إلى ظروف الضغط الجوي 760 ملم زئبقي ، حيث إشارة النتائج إلى انه ثبت تسجيل زيادة في الاستهلاك الأوكسجيني بمقدار 12.5% عن مثيله أي عند 760 ملم زئبقي (تم القياس عند نبض 180 ن أد

أي بعد الحمل مباشرة(1).

وهذا ما تم تأكيده من طرف (Whipp; 1994 و Easton 1986) بان عملية التكيف الناتجة عن التعرض لظروف الهيبوكسي لبضعة أيام ينتج عنها زيادة تدريجية في التهوية الرئوية VE.

وعليه نلاحظ من خلال تحليل النتائج التجريبية للاختبارات الإحصائية الخاصة نجد أن هناك فروق بين القياسين من خلال تحليل النتائج الإحصائية للاختبار الإحصائي ل - T ستودنت ، تبين انه عند التعرض لضغط منخفض 634 ملم زئبقي خلال فترة التربص وبعد العودة للضغط الجوي 760 ملم زئبقي ومن خلال قيم T ستودنت لقيم السرعة الهوائية القصوى VMA أن هناك تحسن في مستوي اللياقة الهوائية للجسم.

وعليه نقول أن الفرضية الثانية التي تقول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي اللياقة البدنية بين القياسات القبليّة والبعدية قد تحققت.

(1) محمد عثمان ، مرجع سابق ، ص 142 .

اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية

د. عبد القادر عثمانى *

الملخص :

تتناول هذه الدراسة اتجاه معلم المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية لأهمية دوره في إنجاح العملية التربوية وللدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية في تحقيق النمو الشامل والمتزن للفرد جسميا ونفسيا واجتماعيا ، فانه من الأهمية بمكان دراسة اتجاهات تلك العناصر المؤثرة نحو التربية باعتبارها إحدى الوسائط الهامة في إكساب التلاميذ اتجاهات واهتمامات وميول وقيم تتعلق بنواحي الحياة المختلفة ، وبالنظر للطبيعة النفس - حركية للتربية البدنية والرياضية فان نجاح برنامجها يتوقف على مدى تعاون كافة العناصر التربوية في المدرسة ، فالتربية البدنية والرياضية تتطلب إمكانات وتسهيلات خاصة حتى يتمكن معلموها من تنفيذ مهمتهم التربوية بنجاح.

Résumé :

Cette recherche a étudié la tendance de l'enseignant primaire vers l'éducation physique et sport de l'importance de son rôle dans le succès du processus éducatif et le rôle joué par l'éducation physique et sport dans la réalisation de la croissance inclusive et une personne équilibrée, physiquement, psychologiquement et socialement, il est important d'étudier les tendances de ces acteurs sur l'éducation comme l'un des grands médias d'inculquer à élèves les tendances et les intérêts et les inclinations et les valeurs liées aux aspects de la vie différente, et compte tenu de la nature de l'auto cinétique de l'éducation physique et des sports, le succès du programme dépend de la coopération de tous les éléments à l'école, l'éducation met l'accent sur la physique et mathématique nécessite des installations potentiels et spéciaux ainsi que les enseignants de mener à bien leur mission de l'éducation avec succès.

2. إشكالية :

تعتمد المشكلة قيد الدراسة اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية حيث تمثل دراسة الاتجاهات نحو الموضوعات التربوية المختلفة أهمية لدى العديد من الأوساط المعنية بالتخطيط

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة محمد خيضر بسكرة

والتطوير التربوي والتي تساهم في بناء الأهداف الأكثر واقعية وتأخذ بعين الاعتبار طبيعة اتجاهات وآراء العناصر المعنية مباشرة بتطبيق المنهاج المدرسي من مفتش ومدير ومعلم.

وحسب الحماحمي « انه لمن المعروف أن عملية التعلم عملية شاملة لا تقتصر على اكتساب المعارف والمعلومات فحسب وإنما تهدف أيضا إلى تغيير سلوك الأفراد في النواحي المعرفية والحركية والانفعالية» (1).

إن التطور الذي شهدته مختلف العلوم في عصرنا هذا وخاصة في المجال التربوي كشف عن أهمية التربية والبدنية والرياضية كمادة أكاديمية لها أهدافها التربوية والتعليمية والتي تدرس في جميع المراحل التعليمية، وهذا ما دعا الجهات الوصية للتربية أن تعتمد على المادة إجبارية طبقا لمراسيم قانون التربية البدنية والرياضية لسنة 1976 تحت إشراف أساتذة مختصين درسوا في معاهد وطنية متخصصة ماعدا المرحلة الابتدائية التي لم يخصص لها أساتذة مختصين وأوكلت مهمة تدريس هذه المادة للمعلم.

فللتربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية، لا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها خاصة في مرحلة الطفولة، بما تضمنه من تربية وتنمية وصقل لكل المركبات البدنية والنفسية والفكرية والاجتماعية المؤسسة للتلميذ نفسه، فهي تربية قاعدية ملازمة لنمو الطفل في جميع مراحلها، بأبعادها السالفة الذكر. ولا تمنح الصحة المتمثلة في تنمية عوامل التنفيذ (المداومة، المقاومة، السرعة المرونة، القوة والدقة) الضرورية للتلميذ الفاعل فحسب، بل تدخل وتساهم بقدر كبير في تنمية وتطوير وتحسين الجانب المهاري بكل أبعاده (التحكم، الإدراك، التوازن الهيكلية، الاستجابات...) وكذا في تكوين وبلورة الشخصية المستقبلية للتلميذ بجانبها الذاتي والاجتماعي، وهذا الأمر لن يتحقق إلا إذا توافرت اتجاهات إيجابية نحو التربية البدنية والرياضية لدى احد العناصر الرئيسية في عملية التعليم، ألا وهو المعلم الذي يمثل احد الوسائط الهامة في تحقيق أهدافها.

وللاتجاهات دور رئيسي في استجابة الفرد بالقبول أو الرفض لفكرة أو موضوع أو موقف وهي التي توجه سلوك الفرد نحو موقف معين، وان الاتجاهات النفسية لا تكون من فراغ فهي تتضمن دائما علاقة بين الفرد وموضوع

(1) محمد الحماحمي، جابر، أثر تدريس مقرر التربية الرياضية على الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لدى طلاب جامعة أم القرى، مجلة علوم وفنون، المجلد الأول، رقم 4، القاهرة، 1989، ص 10.

الاتجاه ، وكذلك تتعدد وتختلف حسب المثيرات التي ترتبط بها ، لذا ارتأينا إلى القيام بدراسة علمية تعرفنا باتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية من خلال محور مادتها وأهدافها المعرفية والانفعالية والحس - حركية ومدرسها لتشخيص الإشكال بدقة وعلمية مستعينين بمتغير الجنس وسنوات الخبرة والمؤهل العلمي للمعلم لما لها من أهمية في تحديد ودراسة المشكل قيد الدراسة.

التربية البدنية والرياضية في تحقيق النمو المتزن للفرد جسميا ونفسيا واجتماعيا ، فانه من الأهمية بمكان التعرف على اتجاهات تلك العناصر المؤثرة نحو التربية البدنية والرياضية باعتبارها إحدى الوسائط الهامة في إكساب التلاميذ اتجاهات واهتمامات وميول وقيم تتعلق بنواحي الحياة المختلفة ويمكننا من مواجهة الاتجاهات السلبية وتدعيم الاتجاهات الايجابية وما يرتبط ذلك من تسهيل تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية كما يشير محمد حسن علاوي "أن أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية والرياضية هو أن قياسها يسمح بتوقع نوعية سلوك الفرد نحو منشطها ، نظرا لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبيا"⁽¹⁾.

ولقناعتنا أن التطرق إلى الاتجاهات كموضوع أو جانب قد يعتبر من أهم الجوانب التي تستلزم دراستها قبل الإقبال على خوض الإصلاح أياً كان نوع هذا الإصلاح ، سواء بتدعيم السياسة الحالية والمتمثلة بترك تدريس مادة التربية البدنية والرياضية لمعلم العربية أو تخصيص أستاذ متخصص متخرج من معاهد جامعية للتربية البدنية والرياضية؛ لذلك حاولت الدراسة الإجابة على التساؤلات التالية :

- 1 - ما هي اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية؟.
- 2 - هل توجد فروق بين اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير الجنس؟.
- 3 - هل توجد فروق بين اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير سنوات الخبرة؟.
- 4 - هل توجد فروق بين اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير المؤهل العلمي؟.

(1) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، الطبعة السابعة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1988 ، ص 222 .

❖ فرضيات :

- 1 - توجد اتجاهات ايجابية لمعلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية.
- 2 - توجد فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس.
- 3 - توجد الفروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لسنوات الخبرة المهنية.
- 4 - توجد فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير للمؤهل العلمي.

3. مفاهيم أساسية للدراسة :

. الاتجاه:

. تعريف الاتجاه:

الاتجاه في اللغة: الاتجاه - الوجه الذي تقصده.

وشيء موجه: إذا جعل على جهة واحدة لا تختلف.

الجهة الوجهة: الموضوع الذي تتوجه إليه وتقصده (1).

تعريف توماس (Thomas) و زنانكي (Znanicki) «الموقف النفسي للفرد حيال إحدى القيم والمعايير» (2).

ويعرفه بوجاردوس (Bogardus) الميل الذي ينجو بالسلوك قريباً من بعض عوامل البيئة أو بعيداً عنها، ويضفي عليها معايير موجبة أو سالبة تبعاً لانجذابه لها أو نفوره منها (3).

تعريف البورت (Allport) «إحدى حالات التهيؤ والتأهب العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة، وما يكاد يثبتته الاتجاه حتى يمضي مؤثراً وموجهاً لاستجابات الفرد للأشياء والمواقف المختلفة فهو بذلك ديناميكي عام» (4).

- (1) أبو النيل محمود، علم النفس الاجتماعي، الطبعة الثانية، دار النهضة العربية، بيروت، 1988، ص
- (2) فاطمة المنتصر الكتاني، الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص 34 .
- (3) نفس المرجع، نفس الصفحة .
- (4) صفوت فرج، القياس النفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980، ص 258 .

. مفهوم الاتجاه الايجابي :

هو الاتجاه الذي يعبر عن تأييد الفرد للموضوع المراد دراسته ، فيدفع بصاحبه لتأييد كل ما يتعلق بموضوع الاتجاه.

. مفهوم الاتجاه السلبي :

هو الاتجاه الذي يعبر عن معارضة الفرد للموضوع المراد دراسته عز وجل فيدفع بصاحبه للوقوف ضد موضوع الاتجاه.

.4 الدراسات السابقة :

أ - **الدراسة الأولى:** دراسة اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية والإعدادية نحو التربية البدنية والرياضية قام بها محمد الحماحمي في الأردن بمنطقة مسقط حيث اختار عينة عشوائية تتمثل ب - 237 معلم ومعلمة من منتسبين لمدارس التعليم العام ابتدائي وإعدادي بمنطقة مسقط. استعمل في الدراسة مقياس اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية و الرياضية ، وقد أظهرت الدراسة أن معلمي المرحلة الابتدائية يمتلكون اتجاهات ايجابية نحو التربية الرياضية ونحو كل من المادة وأهداف التربية الرياضية ومعلمي التربية الرياضية وقد احتلت الاتجاهات نحو أهداف التربية الرياضية المرتبة الأعلى نسبيا واحتل بعد الاتجاهات نحو معلمي التربية الرياضية المرتبة الأدنى مقارنة ببعدها اتجاهاتهم نحو مادة التربية الرياضية أما في ما يخص متغير الجنس فلم يكن هناك فروق تذكر بين اتجاهات الذكور والإناث نحو التربية الرياضية وأظهرت النتائج أيضا أن المؤهل الدراسي للمعلمين لا يؤثر في اتجاهاتهم نحو التربية الرياضية أما تأثير سنوات الخبرة على اتجاهات المعلمين نحو التربية الرياضية فكانت ظاهرة لذوي الخبرة الأكثر.

ب - **الدراسة الثانية :** أجرى تانهال ورفاقه (Tanhill et ses collaborateurs) سنة 1994 ، دراسة بعنوان الاتجاهات نحو التربية الرياضية ، باستخدام على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وأبائهم نحو التربية البدنية ، وقد بينت الدراسة أن أغلبية الآباء لم يكونوا ايجابيين في دعمهم للتربية البدنية ولا يدركونها باعتبارها مادة كبقية المواد الأكاديمية الأخرى ، كما أن الطلاب لا يدعمون برنامج التربية الرياضية بصورة كبيرة.

ج - **الدراسة الثالثة:** قد قام زايد سنة 1996 بدراسة اتجاهات 427 معلما 29 مديرا من العاملين بالمرحلة الأساسية في الأردن نحو التربية الرياضية المدرسية وقد أظهرت الدراسة أن أفراد العينة يمتلكون اتجاهات ايجابية نحو التربية

الرياضية المدرسية ، وقد وجد أن اتجاهات أفراد العينة من المعلمين تتأثر بمتغيرات الجنس ، ومستوى ممارسة الأنشطة الرياضية ، الرضا المهني ، الدافعية للأعمال المدرسية ، ودراسة مقرر يتصل بالتربية البدنية ، وأشارت النتائج أيضا أن الاتجاهات تتأثر حسب نوعية المدرسة (حكومية - خاصة) وحسب جنس المدرسة (ذكور ، إناث ، مختلطة) ، وأشارت النتائج أن الاتجاهات نحو التربية الرياضية المدرسية لم تتأثر بالمؤهل العلمي ولا بعدد سنوات الخبرة.

د - الدراسة الرابعة: قام عبد الرحمن احمد ومحمد الحماحمي سنة 1983 بدراسة اتجاهات ، مدرء المدارس في مناطق مختلفة من المملكة العربية السعودية ، وقد أظهرت النتائج أن مدرء المدارس يمتلكون اتجاهات ايجابية بصورة عامة نحو التربية الرياضية المدرسية ، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة في اتجاهات المدرء ممن يحملون درجات جامعية ودرجات غير جامعية(1).

5. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.5. منهج البحث:

سنعتمد على المنهج الوصفي المسحي منهجا للدراسة ، حيث قمنا في هذه الدراسة بوصف ما هو موجود في واقع المدارس الابتدائية من اتجاهات لمعلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية بولاية المسيلة في ضوء متغيرات العينة المتمثلة في الجنس ، المؤهل وسنوات الخبرة.

2.5. مجتمع البحث:

يشتمل مجتمع بحثنا على معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني بولاية المسيلة ذكورا وإناثا من معلمين مرسمين وأساتذة مجازين ومن مختلف الخبرات الميدانية ومن مختلف المؤهلات العلمية.

3.5. عينة البحث:

اخترنا العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية ، ولغرض الحصول على عينة ممثلة للمجتمع الأصلي للدراسة قمنا بتقسيم المجتمع الأصلي إلى مجتمعات فرعية حسب المناطق التعليمية البالغ عددها 15 دائرة موزعين على 47 بلدية والتي تضم بمجملها على 702 مدرسة ابتدائية بها 4693 معلم لذا أخذنا نسبة 10% من مجموع مجتمع البحث الذي يبلغ 4693 وكانت العينة 469 معلم من الجنسين ومن معلمين

(1) محمد محمد الحماحمي ، دراسات مقارنة لاتجاهات بعض مدرسات التربية الرياضية والموجهات وناظرات المدارس نحو النشاط البدني ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، المجلد الثالث ، جامعة حلوان ، 1992 ، ص 137 .

مرسمين وأساتذة مجازين ومختلف سنوات الخبرة.

وتحصلنا على عينة دراستنا بتقسيم المناطق إلى ثلاث مناطق والذي افرز عدد المعلمين بالنسب التالية. حيث بلغ عدد المعلمين الموجودين بمنطقة الشمال 2771 معلم بنسبة 59.04% من مجموع المجتمع و1426 من منطقة الوسط بنسبة 30.38% من مجموع المجتمع و496 من منطقة الجنوب بنسبة 10.56% وفي النهاية أخذنا من مجموع نسب المناطق نسبة 10% فتحصلنا على النسب التالية للعينة النهائية منطقة الشمال 5.90% ب - 277 معلم ومنطقة الوسط بنسبة 3.04% ب - 143 معلم ومنطقة الجنوب بنسبة 1.06% ب 49 معلم في النهاية تحصلنا على 469 كعينة نهائية لمعلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني ممثلة لكل المناطق بها يمكننا القيام بالدراسة الميدانية.

5.5.5 أداة البحث:

قمنا بتطبيق مقياس اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية يتألف هذا المقياس من ثلاث محاور رئيسية وثلاث متغيرات مستقلة وهي:

- اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو مادة التربية البدنية والرياضية: يتكون من 10 عبارات.

- اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو أهداف التربية البدنية والرياضية: يتكون من 20 عبارة.

- اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو مدرس التربية البدنية والرياضية: يتكون من 10 عبارات.

المتغيرات المستقلة فهي:

1 - متغير الجنس.

2 - متغير سنوات الخبرة.

3 - متغير المؤهل.

5.5.5.1 الصدق والثبات:

1.5.5.1. صدق الأداة: من أجل التأكد من صدق الأداة اتبعنا الوسائل التالية لتقنين معامل صدق المقياس وهي كالتالي:

1.5.5.2. الصدق الظاهري: ويبدل هذا النوع من الصدق على المظهر العام للمقياس كوسيلة من وسائل القياس. تم اختياره من مراجع علمية ودراسات

وبحوث سابقة في مجال التربية البدنية والرياضية وهي ذات معاملات ودلالة إحصائية عالية من حيث الصدق والثبات مما جعلنا أن نتوقع منطقياً أن هذا المقياس صادقاً.

3.5.1.5.1. الصدق الذاتي: ويقصد به الصدق الداخلي للاختبار ، وهو عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس؛ ويقاس عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الأداة(1)؛ وبما أن معامل ثبات المقياس يساوي: 0.72 ، فإن معامل الصدق الذاتي يكون كالتالي:

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

$$0.84 = \text{الصدق الذاتي}$$

1.5.4.5.1. صدق التكوين الفرضي:

لقد استخدمنا الاتساق الداخلي ، وهذا النوع يؤدي إلى الحصول على تقدير للصدق التكويني للاختبار ، ويكون باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Correlation Pearson). تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات محاور المقياس الثلاثة و الدرجة الكلية للمحور من جهة ، وحساب معاملات الارتباط بين درجات كل المحاور والدرجة الكلية للمقياس من جهة أخرى.

2.5.5. ثبات الأداة:

تم حساب :

ألفا كرونباخ:

معاملات ثبات أداة جمع البيانات باستخدام «معادلة كرونباخ المعروفة بمعامل ألفا (∞) لتقدير الاتساق الداخلي للاختبارات والمقاييس متعددة الاختيار أي عندما تكون احتمالات الإجابة ليست صفراً أي ليست ثنائية البعد»(2).

بلغ ثبات مقياس اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية Alpha Cronbach = 0.72

- (1) محمد نصر الدين رضوان ، المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية ، طبعة أولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2006 ، ص 216 .
- (2) محمد نصر الدين رضوان ، المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية ، طبعة أولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2006 ، ص 138 .

6 . مناقشة النتائج:

1.6 . الفرضية الأولى:

توجد اتجاهات ايجابية لعلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني نحو التربية

البدنية والرياضية:

كشفت الدراسة الحالية أن معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني لولاية المسيلة ممثلة في عينة الدراسة أنهم يمتلكون اتجاهات ايجابية نحو التربية البدنية والرياضية على الدرجة الكلية للمقياس ونحو كل من محور أهداف التربية البدنية والرياضية بمستوى الاتجاه الايجابي بنسبة 93.9% ومحور مدرس التربية البدنية والرياضية بمستوى الاتجاه الايجابي بنسبة 79.19% حيث احتلت الاتجاهات نحو الأهداف المرتبة الأعلى وبفارق كبير عن الاتجاهات نحو مدرس التربية البدنية والرياضية ، وقد يرجع ذلك إلى إدراك معلمي المرحلة الابتدائية لأهمية الدور الذي تضطلع به التربية البدنية والرياضية في النظام التربوي ، متمثلة في المجال المعرفي الذي يهتم بالأداء العقلي الذي يستهدف تقويم تذكرواعد وقوانين اللعب والتاريخ والمبادئ الأساسية للأنشطة والألعاب الرياضية والمجال النفس ، حركي بالأداء البدني في الرياضة.

ورغم اتجاهاهم الايجابي نحو الأهداف والمدرس وكذا الدرجة الكلية للمقياس الذي يعكس وعيا عند المعلمين ينبغي أن ينظر إليه بقدر كبير من الاعتبار من طرف مخططى البرامج والمناهج التعليمية سيما وان المعلمين أكثر تهيئاً من غيرهم باستشعار الآثار المباشرة والغير مباشرة لجميع البرامج التربوية بحكم موقعهم المهني وخبراتهم الميدانية ولو أعطيت لهذه المادة أهمية اكبر خاصة في الرفع من معاملها التقديري ومن إنشاء مرافق ومنشآت رياضية تساعد على تطبيق المادة بسهولة ويسر ، مما يعطي للتربية البدنية والرياضية مكانة تليق بها لما لها من أهمية خاصة في هذه المرحلة من السن وتتفق هذا النتائج مع الدراسة التي أجراها الحماحمي على عينة من المعلمين من المرحلة الابتدائية والإعدادية بمدينة مسقط الأردنية والتي أظهرت أن اتجاهات العينة ايجابية بصفة عامة واحتل فيها محور الأهداف المرتبة العالية مقارنة بمحور المعلمين والمادة.

وعليه تتفق أيضا نتائج دراستنا مع الدراسة والنتائج التي توصل إليها عبد المنعم ورفاقه سنة 1984 بمدينة القاهرة لتقصي اتجاهات المعلمين من تخصصات مختلفة نحو التربية الرياضية في ضوء المرحلة التعليمية (إعدادي ، ثانوي) وكانت ايجابية وكذلك تتفق مع الدراسة التي قام بها زايد سنة 1996 التي

درست اتجاهات 427 معلما 29 مديرا من العاملين بالمرحلة الأساسية في الأردن نحو التربية الرياضية المدرسية وقد أظهرت الدراسة أن أفراد العينة يمتلكون اتجاهات ايجابية نحو التربية الرياضية المدرسية.

إلا أن اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو مادة التربية البدنية كانت سلبية بدرجة كبيرة وقد يرجع السبب في ذلك لعدم تفرغ المعلمين لتدريس هذه المادة وانشغالهم الكبير بتدريس مواد أخرى مثل الرياضيات واللغة العربية والنشاط والتكنولوجيا والتربية الإسلامية والتربية المدنية واعتبارها مادة ثانوية مقارنة بالمواد الأخرى وربما لكون مفتش المرحلة لا يطلب بطاقة الحصة الخاصة مادة التربية البدنية.

وربما جاء اتجاههم سلبيا أيضا نتيجة لنظرتهم السائدة أن الوقت الذي يمضيه التلاميذ دروس مادة التربية البدنية والرياضية يفضل تمضيته في تعلم مواد أخرى ، وكذلك لعدم وجود مساحات لممارسة النشاط الرياضي وهذا ما يعزز احتلال العبارة رقم 08 أعلى درجة في المقياس ككل « عند التخطيط لبناء مدرسة ينبغي وضع المنشآت الرياضية بعين الاعتبار».

وتنق مع ما أشارت دراسة تانهال سنة 1994 أن أغلبية الآباء لم يكونوا ايجابيين في دعمهم للتربية البدنية ولا يدركونها باعتبارها مادة كبقية المواد الأخرى ، كما أن الطلاب لا يدعمون برنامج التربية البدنية بصورة كبيرة.

ونختلف في ذلك إلى ما توصلت إليه دراسة محمد الحماحمي إلى أن اتجاهات مديري المدارس السعودية نحو التربية الرياضية كمادة دراسية ايجابية ويرجع ذلك إلى المستوى الاقتصادي الجيد والذي يتمثل في توفير الأدوات والإمكانات اللازمة لانجاز طموحات برامج التربية الرياضية في المملكة العربية السعودية.

ونفسر استجابات المبحوثين على العبارات (08 ، 18 ، 36 ، 21 ، 14 ، 13 ، 23 ، 15 ، 35 ، 10) التي تتراوح متوسطات حسابهم بين 4.57 و 4.28 درجة في اتجاهاتهم الايجابية نحو التربية البدنية والرياضية

أما في ما يتعلق بعبارات المقياس فقد أظهرت النتائج أن أفراد عينة الدراسة سجلوا أعلى متوسط على العبارات التالية والتي نصها « عند التخطيط لبناء مدرسة ينبغي وضع المنشآت الرياضية بعين الاعتبار» من محور مادة التربية البدنية والرياضية بمتوسط حسابي 4.57 وكذلك الأمر للفقرة « تسهم التربية البدنية والرياضية في تحسين الوضع الصحي للتلاميذ» من محور أهداف التربية البدنية

والرياضية بمتوسط حسابي 4.43 والعبارة « يسهم مدرس التربية البدنية والرياضية في تحقيق نهضة رياضة الوطن» من محور مدرس التربية البدنية بمتوسط حسابي 4.42 تؤكد الأهمية الكبيرة التي يوليها معلمي المرحلة الابتدائية للتربية البدنية متمثلة في المنشآت الرياضية والأهمية الصحية والاجتماعية وكذلك مدرس التربية البدنية وفي المقابل أشارت النتائج أن الفقرة التي نصها « ينبغي حذف دروس التربية البدنية والرياضية من المنهاج» سجلت أدنى متوسط لها في المقياس ككل ب - 1.62 مما يدل على الاعتقاد السائد عند المعلمين أن مادة التربية البدنية والرياضية مقارنة بالمواد الأخرى تحتل المرتبة الأخيرة في الترتيب والأهمية. وكذلك العبارة التي سجلنا أدنى متوسط حسابي وهما « أعتبر دروس التربية البدنية والرياضية مضيعة للوقت» والعبارة « يستطيع أي شخص القيام بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية» تعكس بوضوح مدركات خاطئة لدى عامة المعلمين في أنه أي شخص يستطيع تدريس التربية البدنية والرياضية لسهولةتها الظاهرية واعتبار أن دروس التربية البدنية والرياضية مضيعة للوقت تعكس أيضا فهما منقوصا لدور التربية البدنية والرياضية في تحقيق النمو الشامل والمتكامل للتلاميذ من النواحي العقلية والجسمية والنفسية والاجتماعية.

2.6. الفرضية الثانية :

توجد فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس:

بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات كل من الذكور والإناث من معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية لعدم دلالة المقياس ككل حيث كان مستوى الدلالة عند 0.09 ، رغم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على محاور المقياس الثلاثة عند مستوى الدلالة 0.05 لكن تبقى فروق بمتوسطات حسابية صغيرة عند الذكور والإناث في كل من المحور الأول اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو مادة التربية البدنية والرياضية لصالح الإناث حيث جاء متوسط حساب الذكور 21.35 ومتوسط حساب الإناث 22.20.

أما المحور الثاني اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو أهداف التربية البدنية والرياضية التي جاءت المتوسط الحسابي ب - 67.82 لصالح الذكور ، حيث كانت قيمة ت عند مستوى الدلالة 0.05 وهي أيضا متقاربة جدا بين الذكور والإناث ويبقى المحور الثالث والذي جاء متقاربا في متوسطات حسابه ولصالح

الذكور بمتوسط حسابي 32.18 وهذا يشير إلى أن متغير الجنس ليس له تأثير كبير على اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية والرياضية.

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية نجد أن اتجاهات كل من المعلمات والمعلمين كانت ايجابية على الدرجة الكلية لمقياس اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية ، أما في ما يخص محاور المقياس الثلاث فكان اتجاه المعلمات أكثر ايجابية منه من المعلمين لمادة التربية البدنية والرياضية ، بينما اظهر المعلمين اتجاه أكثر ايجابية في كل من أهداف التربية البدنية والرياضية ومدرس التربية البدنية والرياضية.

يبدو جليا أن متغير الجنس ليس له تأثير كبير في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية هذا ما يفسر وجود انشغالات وسلوك موحد بين الذكور والإناث في المرحلة الابتدائية في اتجاهاتهم نحو التربية البدنية ، وربما لإجبارية تدريس المادة على كلا الجنسين ، وكذا قد يرجع السبب إلى شعور كل من المعلمات والمعلمين بأهمية التربية البدنية والرياضية على المستوى المعرفي والاجتماعي والجمالي والصحي والترويحوي. هذا ما يتفق بشكل كلي مع دراسة الحماحمي التي أجراها في الأردن والتي أظهرت انه لا توجد فروق بين الجنسين في اتجاهاتهم نحو التربية البدنية والرياضية وتتعارض مع النتائج التي توصلت إليها زايد سنة 1996 من الأردن في دراسته لاتجاهات 427 معلما و29 مديرا من العاملين بالمرحلة الأساسية نحو التربية الرياضية المدرسية وقد وجد أن اتجاهات أفراد العينة من المعلمين تتأثر بمتغيرات الجنس.

3.6. الفرضية الثالثة:

توجد فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات الخبرة:

أظهرت نتائج الدراسة الحالية انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات معلمي (أقل من 10 سنوات خبرة و من 10 إلى 19 سنوات و من 20 سنة إلى ما فوق) للمرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية على الدرجة الكلية للمقياس وعلى كل المحاور مما يؤكد انه توجد فروق في اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات الخبرة حيث تباينت متوسطات الحساب للمجموعات الثلاثة وقد أشارت النتائج أن المجموعة التي سنوات خبرتهم أكثر من 20 سنة كانت متوسطات حسابهم عالية مقارنة بالمجموعات الأخرى ، لهذا نستطيع القول أن المعلمين ذوي سنوات الخبرة

أكثر من 20 سنة يمتلكون اتجاهات أكثر ايجابية من زملائهم الأقل خبرة منهم نحو التربية البدنية والرياضية.

ويمكن تفسير ذلك بان المعلم مع تقدم سنوات خبرته يتعمق لديه الوعي بأثر أهداف التربية البدنية والرياضية ودور مدرستها ، ويصبح أكثر قدرة على تقييم مخرجات التربية البدنية والرياضية ويمكن تفسير هذه النتائج بما أشارت إليه دوما الأدبيات التربوية بان اتجاهات المعلمين نحو الموضوعات التربوية المختلفة تتعمق أكثر من خلال المعلومات التي يحصلون عليها ومن خلال تنامي خبراتهم وهذا ما يؤكده محمد شقيق في قوله "انه بوجه عام نشير إلى أن الاتجاه هو حالة من الاستعداد العقلي والعصبي تنشأ خلال التجارب والخبرات التي يمر بها الإنسان ، وتؤثر على استجاباته بالموافقة تجاه موضوعات معينة تجعله يقبل عليها ويحبذها"⁽¹⁾.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسة التي قام بها الحماحمي من الأردن على عينة من المعلمين في اتجاهاتهم نحو التربية الرياضية ووجد فيها أن سنوات الخبرة المهنية لها تأثير ايجابي على اتجاهات المعلمين نحو التربية الرياضية حيث كلما زادت سنوات الخبرة كلما زادت ايجابية الاتجاهات نحو التربية الرياضية ، أما الدراسة التي قام بها زايد سنة 1996 في اتجاهات 427 معلما و29 مديرا أظهرت النتائج أن اتجاهاتهم نحو التربية الرياضية لا تتأثر بسنوات الخبرة.

كما أن ذوي سنوات الخبرة الأقل من 10 سنوات جلهم من خريجي الجامعات أو المجازين حيث اختاروا التدريس في الابتدائي أما للحاجة أو لعدم توفر فرص عمل في مجالات أخرى وأكثر من هذا قد يرجع ذلك لنظرتهم العامة للتربية البدنية ولتخرجهم من معاهد ذات تخصص معين.

4.6. الفرضية الرابعة:

توجد فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المؤهل العلمي :

أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المؤهل العلمي ، وذلك على المحاور الثلاث وكذا الدرجة الكلية للمقياس ، لصالح ممن لا يحملون المؤهل الدون الجامعي ، حيث

(1) محمد شقيق ، السلوك الإنساني ، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، الشركة المتحدة للطباعة والنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1990 ، ص 85 .

أظهر المعلمين ذوي المستوى دون الجامعي اتجاهها أكثر ايجابية من المعلمين ذوي المستوى الجامعي نحو أهداف ومدرس التربية البدنية والرياضية ، لأن معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني الذين لا يحملون مؤهلات علمية مكونين خصيصا لهذه المرحلة ، وقد يرجع السبب في ذلك عدم تقبل أصلا ذوو المستوى الجامعي التدريس في المرحلة الابتدائية إضافة أنهم يحملون شهادات جامعية متخصصة ولا يرغبون في تدريس برامج المرحلة الابتدائية والتي تتميز بتنوع المواد فيها.

ومن خلال ما سبق نجد أن دراستنا الحالية تختلف مع دراسة اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية والإعدادية نحو التربية البدنية والرياضية قام بها محمد الحماحمي السنة في الأردن بمنطقة مسقط حيث اختار عينة عشوائية تتمثل ب - 237 معلم ومعلمة من منتسبين لمدارس التعليم العام ابتدائي وإعدادي بمنطقة مسقط. وأظهرت النتائج أن المؤهل الدراسي للمعلمين لا يؤثر في اتجاهاتهم نحو التربية الرياضية(1).

وكذلك إلى ما تشير إليه دراسة زايد سنة 1996 حول اتجاهات 427 معلما 29 مديرا من العاملين بالمرحلة الأساسية في الأردن نحو التربية الرياضية المدرسية والتي أظهرت أن أفراد العينة لا تتأثرون بالمؤهل العلمي.

إضافة إلى الدراسة التي قام بها عبد الرحمن احمد سنة 1983 حول اتجاهات ، مدراء المدارس في المملكة العربية السعودية ، وقد أظهرت النتائج أن مدراء المدارس يمتلكون اتجاهات ايجابية بصورة عامة نحو التربية الرياضية المدرسية ، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة في اتجاهات المدراء ممن يحملون درجات جامعية ودرجات غير جامعية(2).

7. الاستنتاجات :

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا ، وتطبيق مقياس اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية على عينة مكونة من 423 معلم الطور الأول والثاني من ولاية المسيلة ، وبعد جمع البيانات وعرضها ومعالجتها إحصائيا ومناقشة نتائج الدراسة ومقارنتها مع الدراسات

(1) محمد محمد الحماحمي ، بناء مقياس اتجاهات الإدارة المدرسية نحو التربية الرياضية المدرسية ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، المجلد الرابع ، جامعة حلوان ، 1993 . ص 10 .

(2) محمد محمد الحماحمي ، دراسات مقارنة لاتجاهات بعض مدرسات التربية الرياضية والموجهات وناظرات المدارس نحو النشاط البدني ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، المجلد الثالث ، جامعة حلوان ، 1992 ، ص 137 .

- السابقة و في حدود عينة الدراسة تم استنتاج ما يلي :
- ❖ كشفت الدراسة الحالية أن معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني لولاية المسيلة ممثلة في عينة الدراسة أنهم يمتلكون اتجاهات ايجابية نحو التربية البدنية والرياضية على الدرجة الكلية للمقياس ونحو كل من محور أهداف التربية البدنية والرياضية ومحور مدرس التربية البدنية والرياضية.
 - ❖ كما كشفت الدراسة على وجود اتجاهات سلبية وبنسبة كبيرة لمعلمي المرحلة الابتدائية نحو مادة التربية البدنية والرياضية ، قد يرجع ذلك لعدم تفرغ المعلمين لتدريس هذه المادة وانشغالهم الكبير بتدريس مواد أخرى مثل الرياضيات واللغة العربية والنشاط والتكنولوجيا والتربية الإسلامية والتربية المدنية واعتبارها مادة ثانوية مقارنة بالمواد الأخرى.
 - ❖ أظهرت نتائج الدراسة الحالية انه توجد فروق في اتجاهات معلمي (أقل من 10 سنوات خبرة و من 10 إلى 19 سنوات ومن 20 سنة إلى ما فوق) للمرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية على الدرجة الكلية للمقياس وعلى كل المحاور مما يؤكد انه توجد فروق في اتجاهات المعلمين نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات الخبرة.
 - ❖ وحسب ما توصلت إليه دراستنا فإننا نستطيع القول أن المعلمين ذوي سنوات الخبرة أكثر من 20 سنة يمتلكون اتجاهات أكثر ايجابية من زملائهم الأقل خبرة منهم نحو التربية البدنية والرياضية ، ويمكن تفسير ذلك بان المعلم مع تقدم سنوات خبرته يتعمق لديه الوعي بأثر أهداف التربية البدنية و الرياضية ودور مدرستها ، ويصبح أكثر قدرة على تقييم مخرجات التربية البدنية والرياضية.
 - ❖ نستنتج أيضا انه كلما زادت سنوات خبرة المعلمين كلما كان اتجاهاتهم ايجابية نحو التربية البدنية والرياضية طبعاً في حدود عينة الدراسة.
 - ❖ أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المؤهل العلمي ، وذلك على المحاور الثلاث وكذا الدرجة الكلية للمقياس ، لصالح ممن لا يحملون المؤهل الدون الجامعي ، حيث اظهر المعلمين ذوي المستوى دون الجامعي اتجاهها أكثر ايجابيا من المعلمين ذوي المستوى الجامعي نحو أهداف ومدرس التربية البدنية والرياضية.
 - ❖ المعلمين ذوي المستوى دون الجامعي اتجاههم نحو التربية البدنية

والرياضية أكثر ايجابية من المعلمين ذوي المستوى الجامعي لأن معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني الذين لا يحملون مؤهلات علمية مكونين خصيصا لهذه المرحلة وقاموا بدورات تكوينية خصصت للتعريف بالتربية البدنية وأهميتها في هذه المرحلة.

8. اقتراحات :

- ❖ نقترح إسناد مادة التربية البدنية والرياضية لأساتذة مختصين نظرا لخصوصية المادة ونشاطها المميز عن بقية المواد.
- ❖ إعادة النظر في برنامج المادة والذي يجب أن يتماشى مع الاحتياجات النفسية والجسمية (الألعاب) للتلاميذ في المرحلة الابتدائية.
- ❖ ضرورة توفير الوسائل البيداغوجية لمادة التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس الابتدائية.
- ❖ تهيئة الملاعب والمحيط الخاص بالتربية البدنية والرياضية وتوفير الأمن والسلامة للتلاميذ أثناء الممارسة.
- ❖ إجراء ندوات وملتقيات مكثفة حول المادة.
- ❖ ضرورة إلزام المعلمين بتطبيق برنامج مادة التربية البدنية والرياضية للمرحلة الابتدائية.
- ❖ حث المعلمين على تحضير مذكرة الدرس لكل حصة وإجراء حصة التربية البدنية المقررة في التوقيت الأسبوعي.
- ❖ نقترح مشاركة المعلمين في منافسات رياضية بين المؤسسات.
- ❖ الإكثار من المنافسات في إطار الرياضة المدرسية حتى تنمو المادة اجتماعيا عند المعلمين والتلاميذ والأولياء.

9. فرضيات مستقبلية :

- ❖ توجد اتجاهات ايجابية لمعلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الرضا المهني.
- ❖ توجد اتجاهات ايجابية لمعلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية تعزى للحالة الاجتماعية.
- ❖ أثر كفاءات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني عند قيامهم بتدريس التربية البدنية والرياضية.

10. خاتمة الدراسة :

حاولت الدراسة الحالية الكشف عن اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية والفروق للمتغيرات التالية (الجنس ، سنوات الخبرة ، المؤهل العلمي) على مقياس اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية ، ذو محاوره الثلاث (محور المادة الأهداف ، المدرس) ، وكما حاولت الدراسة التعرف على أهم الاتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية.

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا ، وإعداد أداة لجمع البيانات وتطبيقها على عينة مكونة من 423 معلم من الجنسين ومن مختلف سنوات الخبرة ومختلف المؤهلات العلمية يعملون بمختلف المؤسسات التربوية متمثلة في المدارس الابتدائية لولاية المسيلة ؛ وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها بالاعتماد على التناول النظري الذي شمل ثلاث فصول خلصت دراستنا إلى ما يلي:

أولا: أغلبية معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني لهم اتجاهات ايجابية نحو التربية البدنية والرياضية.

إلا أن محور اتجاهات معلمي المرحلة نحو مادة التربية البدنية والرياضية جاء سلبيا وبنسبة كبيرة جدا.

أن محور اتجاهات معلمي المرحلة نحو أهداف التربية البدنية والرياضية ومحور اتجاهات معلمي المرحلة نحو مدرس التربية البدنية والرياضية جاءت ايجابية بدرجات متفاوتة نسبيا.

ثانيا : أن متغير الجنس لا يؤثر في اتجاهات معلمي المرحلة نحو التربية البدنية والرياضية.

ثالثا : أن هناك فروق في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات خبرة المعلمين.

رابعا : أن المؤهل العلمي (المستوى الجامعي والمستوى دون الجامعي) يؤثر في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية.

قائمة المراجع:**مراجع عربية:**

1. إبراهيم حامد قنديل ، برامج ودروس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية ، مطبعة مخيمر ، 1998.
2. إبراهيم عصمت مطاوع ، واصف عزيز واصف ، التربية التعليمية وأسس وطرق التدريس ، دار النهضة

- العربية للطباعة ، بيروت ، 1981.
3. أبو النبل محمود ، علم النفس الاجتماعي ، الطبعة الثانية ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1988.
4. احمد حسين اللقاني ، على احمد الجمل ، معجم المصطلحات التربوية المعرفة في المنهاج وطرق التدريس ، الطبعة الثانية ، عالم الكتاب ، القاهرة ، 1998.
5. أحمد زكي صالح ، التعلم - أسسه ومناهجه ونظرياته ، مكتبة النهضة ، القاهرة ، 1959.
6. أستاذ بقسم أصول التربية الرياضية والترويح ووكيل كلية الدراسات العليا والبحوث ، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان.
7. افانز ، كتاب مترجم ، الاتجاهات والبيول في التربية ، ترجمة صبحي عبد اللطيف المعروف ، مؤسسة مختار للنشر والتوزيع ، 1990.
8. دمشقي الإمام أبي زكرياء يحيى بن شرف النووي ، رياض الصالحين ، طبعة الثالثة ، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، 1998 ،
9. رقم الحديث 367.
10. الزغبى أحمد محمود ، أسس علم النفس الاجتماعي ، دار الحكمة اليمانية ، صنعاء ، 1994.
11. السيد فؤاد البهي ، علم النفس الاجتماعي ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1981.
12. القاعد إبراهيم ، الدراسات الاجتماعية - مناهجها وأساليبها ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، 1991.
13. الميثاق الوطني لسنة 1976.
14. أمين أنور الخولي ، أسامة كمال راتب ، التربية الحركية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1982.
15. أمين أنور الخولي ، أصول التربية البنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996.
16. تركي رايح ، أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1990.
17. تركي رايح ، تجربة الجزائر في تكوين المكونين للمنظومة التربوية ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر.
18. جون كورنجر وآخرون ، سيكولوجية الطفولة الشخصية ، ترجمة احمد عبد العزيز سلامة وجاب عبد الحميد ، النهضة ، العربية ، القاهرة ، 1970.
19. حسن السيد معوض ، طرق التدريس في التربية الرياضية ، مطبعة النهضة ، القاهرة ، 1969.
20. راجع احمد عزت ، علم النفس الصناعي ، الطبعة الثانية ، دار القومية للطباعة والنشر ، القاهرة ، 1965.
21. سعاد جاد الله ، محمد مصطفى زيدان ، بحوث في علم النفس ، القاهرة ، الانجلومصرية ، 1970.
22. سعد جلال ، علم النفس الاجتماعي ، الاتجاهات التطبيقية المعاصرة ، منشأة المعارف ، الطبعة الثانية ، 1984.
23. سعد عبد الرحمن ، القياس النفسي ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، 1983.
24. سعد عبد الرحمن ، السلوك الإنساني ، الطبعة الثالثة ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، 1983.
25. صالح عبد العزيز. عبد العزيز عبد المجيد ، التربية وطرق التدريس ، طبعة أولى ، دار المعارف ، مصر ، 1984.
26. صفوت فرج ، القياس النفسي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1980.
27. عبد الحلیم محمود السيد ، علم النفس الاجتماعي والإعلام - المفاهيم الأساسية ، دار الثقافة للطباعة والنشر ، 1979.
28. عبد الحلیم محمود السيد ، طريف شوقي فرج ، عبد المنعم شحاتة محمود ، علم النفس الاجتماعي المعاصر ، الطبعة الثانية ، ايتراك للنشر والتوزيع ، القاهرة ، 2004.
29. عبد الرحمان أحمد عبد الله ، دور التربية العلمية في إعداد المعلمين ، من دون سنة.
30. عبد الرحيم طلعت حسن ، علم النفس الاجتماعي المعاصر ، طبعة الثانية ، دار الثقافة ، القاهرة ، 1991.
31. عبد الله سيد معتز ، الاتجاهات التصيبية ، سلسلة عالم المعرفة ، العدد 137 ، المجلس الوطني للثقافة والفنون ، الكويت ، 1989.
32. عبد المجيد نشواتي : علم النفس التربوي ، الطبعة الثانية ، دار الفرقان للنشر والتوزيع جامعة اليرموك أربد الأردن ، 1985.
33. عدس عبد الرحمان ، توق محي الدين ، المدخل إلى علم النفس ، ط2 ، جون ويلبي ، 1994.
34. عدس عبد الرحمان ، مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس ، ج2 ، دار الفكر للطباعة ، 2000.
35. على الشبير الفاندي ، إبراهيم رحومة زايد ، فؤاد عبد الوهاب ، المرشد الرياضي التربوي ، المنشأة العامة للنشر والتوزيع والإعلان ، ليبيا ، 1983.

36. غنيم سعيد محمد ، سيكولوجية الشخصية (محدداتها قياسها نظرياتها) دار النهضة ، 1978 .
37. فؤاد البهي ، الأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، 1974 .
38. فؤاد البهي السيد ، سعد عبد الرحمن ، علم النفس الاجتماعي رؤية معاصرة ، دار الفكر العربي ، مدينة نصر ، القاهرة ، 2006 .
39. فاطمة المنتصر الكتاني ، الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية ، دار الشروق للنشر ، 2000 .
40. قطامي يوسف ، سيكولوجية التعليم والتعلم الوصفي ، الإصدار الثاني ، دار الشروق ، 1989 .
41. لويس كامل مليكة ، قراءات في علم النفس الاجتماعي ، القاهرة ، 1965 .
42. محمد السباعي ، معلم الغد ودوره ، طبعة أولى ، دار المعارف . 1985 .
43. محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، الطبعة السابعة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1991 .
44. محمد خليفة بركات علم النفس التعليمي ، الجزء الثاني ، الطبعة الخامسة ، دار القلم ، 1983 .
45. محمد زيدان حمدان ، أدوات ملاحظة التدريس استعمالاتها مناهجها ، د. م. ج ، الجزائر ، 1985 .
46. محمد سعيد عظمي ، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية ، منشأة معارف ، 1996 .
47. محمد شفيق ، السلوك الإنساني ، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، الشركة المتحدة للطباعة والنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1990 .
48. محمد صبحي حسين ، طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987 .
49. محمد محي الدين مشرفي ، محمد عبد الحميد الدويري ، التكوين المهني لمعلمي المدارس الابتدائية ، دار الكتاب العربي ، القاهرة ، 1981 .
50. محمد مصطفى زيدان ، الكفاية الإنتاجية للمدرس ، طبعة أولى ، دار الشروق ، لبنان ، 1973 .
51. محمد مصطفى زيدان ، الكفاية الإنتاجية للمدرس ، دار الشروق ، لبنان ، 1981 .
52. محمد منير موسى ، أصول التربية ، عالم الكتاب ، القاهرة ، 2001 .
53. محمد نصر الدين رضوان ، المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية ، طبعة أولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2006 .
54. محمود سليمان ، السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال ، طبعة أولى ، دار وائل للنشر والتوزيع ، الجامعة الأردنية ، 2002 .
55. محمود عوض بسيوني وفصل ياسين الشاطي ، نظريات وطرق تدريس التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992 .
56. محمود فتحي عكاشة ، علم النفس الاجتماعي ، مطبعة الجمهورية ، الإسكندرية ، 1996 .
57. محمود فتحي عكاشة ، محمد شفيق زكي ، المدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، المكتب الجامعي الحديث ، الأزاريطة ، الإسكندرية ، 2002 .
58. مرعى توفيق ، بلقيس أحمد ، الميسر في علم النفس الاجتماعي ، طبعة الثانية ، مكتبة ، النجلو مصرية ، القاهرة ، 1982 .
59. مشروع الميثاق الوطني 1986 ، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية .. .
60. مقداد يالجن ، الاتجاه الأخلاقي في الإسلام ، طبعة أولى و مكتبة الخانجي ، القاهرة ، 1973 .
61. ناصر الدين زبدي ، سيكولوجية المدرس ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 2007 .
62. ناهد محمود السعد ونيلا رمزي فهم ، طرق التدريس في التربية الرياضية ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب لنشر ، مصر الجديدة ، 2004 .
63. أستاذ بقسم أصول التربية الرياضية والترويح ووكيل كلية الدراسات العليا والبحوث ، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان .

مراجع أجنبية:

1. Abderahman BOUZIDA ,Les Instituteurs algeriens et leurs professions ,OPU, Alger 1973,P3. □
2. D, Crutchfieldh, theory and problems of psychology, London,1958, P51. □
3. Gibson et autres ,Organisation Behavior Structure Processes, 8et eddition, homwood 3, Irwin, 1994 , P114.
4. Mustapha HADDAD,Education et Changement Socio Culturels, le moniteur de

- l'Enseignement en Algerie C. N. R. S. Paris,1974,P14. □
5. Kanfer. F,& H. Goldstein, A, Helping people change, Pengquon Press, New York, 1984, P59□
6. Morris G,Benjamin, Psychology :An introduction,New York,Printice HALL, Englewood Cliffs,1988, P622. □

طريقة التدريس بالكفاءات وعلاقتها بوصف الذات البدنية لدى تلاميذ

المرحلة الثانوية

د. أحمد لزرق *

الملخص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة التدريس بالكفاءات بوصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، من خلال التعرف على خصائص إدراك الذات العام والذات البدنية لطلبة المرحلة الثانوية، والتعرف على العلاقة بين الإدراك العام للذات وكل من قيمة الذات البدنية وأبعاد الذات البدنية: الحالة البدنية، الكفاءة الرياضية، المرونة، التوافق، الصحة، ولذلك اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بإخضاع عينة مشكلة من 562 تلميذ للمرحلة الثانوية لمقياس وصف الذات البدنية، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية بين التدريس بالكفاءات ووصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وأن الممارسة المنتظمة للنشاط البدني مع إدراك كلا من التلميذ والأستاذ لبيداغوجية المقاربة بالكفاءات تجعل من التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية هم الأفضل في تطوير صفات الذات البدنية ووصفها، وعليه أوصى الباحث بضرورة اعتماد أساتذة التربية البدنية على الصيغ العلمية في تدريس المادة حسب بيداغوجية المقاربة بالكفاءات والابتعاد عن الارتجال في عملية بناء وتطوير مستوى التلاميذ، والاهتمام بإدراك وتقدير الذات البدنية لتأثيرها الكبير في تحديد حالة التلاميذ بما يعزز ثقتهم بقدراتهم البدنية والمهارية.

الكلمات المفتاحية: التدريس بالكفاءات، وصف الذات البدنية، تلاميذ المرحلة الثانوية.

Abstract:

The study aimed to identify the relationship between method of teaching qualification and the describing of physical self for secondary school students, through the identification of general self-esteem and self-physical and to identify the relationship between the general perception of the self and all of the self-mast value, and the dimensions of self-physical Physical condition, sports efficiency, flexibility, coordination, health. The researcher adopted the descriptive approach by subjecting a sample of 562 students of secondary school to

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية -

measure self physical description, and the results have shown a positive relationship between teaching qualification and self-description fitness among secondary school students, and that the regular practice of physical activity, recognizing both the student and the professor of the pedagogical approach qualification make disciples of practitioners of physical education and sports are better at self-development of physical qualities and its description, Accordingly, the researcher recommended the importance for teachers of physical education's For the method of teaching qualification and the influence of self-esteem on physical and technical skills of secondary school students.

Keys words : method of teaching qualification, describing of physical self, secondary school students.

الإشكالية :

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية مادة أكاديمية معتمدة ، لها أهدافها التربوية والتعليمية ، فهي ذات مكانة هامة في المنظومة التربوية الجزائرية ولا يمكن الاستغناء عنها في جميع المراحل نظرا لدورها في تنمية الجوانب الاجتماعية والبدنية والنفسية مثل تكوين صورة للفرد عن ذاته بشكل عام وصولا إلى تكوين ذاته البدنية ، وهذه الأخيرة لا يمكن إدراكها أو التعرف عليها إلا من خلال أنشطة بدنية ورياضية ، والمؤسسات التربوية في الآونة الأخيرة أبدت اهتمام كبير بتدريس هذه المادة الأساسية لما لها من أهمية بالغة للتلميذ خاصة في مرحلة المراهقة ، وهذا باعتبارها باعثا لحدوث تطور ايجابي في الجوانب النفسية ومن خلالها يجد التلميذ نفسه قادرا على أن يصف إمكانياته وقدراته اتجاه أداء كل الحركات والمهارات الرياضية في مختلف الأنشطة البدنية في حصة التربية البدنية والرياضية كما أنه يتمكن من الوصول إلى مستوى معين في التكيف والثبات الانفعالي في مختلف المواقف التي تواجهه.

إن تصور وإدراك الفرد لخصائص جسمه وتحديد كفاءته البدنية لها أهمية كبيرة في تعيين ذاته ، فتصور الذات أو مفهوم الذات الايجابي يجعل الفرد أكثر ثقة وأمنا في معاملاته مع الآخرين وفي الأعمال التي تقوم بها ، كما أنه يلعب دورا هاما في تحقيق الانجاز الرياضي ، أما الفرد الذي لديه مفهوم ذات سلبي يتصف بأنه يفتقر إلى الثقة في قدراته حيث كلما ضعف تقبل الفرد لذاته ضعف مستوى توافقه النفسي وبالتالي يصعب عليه تخطي المشاكل والصعوبات التي يواجهها ويتعرض إلى مواقف من الصراع النفسي والتي تؤثر على سلوكه الخاص ومستوى أدائه.

وفي ضوء ما ذكر سابقا يرى الباحث في دراسته هذه ضرورة الاهتمام بتدعيم مفهوم الذات البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية وذلك من خلال التقويم المستمر لدى التلاميذ في مستوى إدراكهم وإجراء اختبارات اللياقة البدنية ليزداد إدراكهم بذواتهم.

وبالرغم من أن النشاط البدني الرياضي يعتبر من أهم الأنشطة والمقررات التي نجد فيها كما هائلا من القدرات والمواقف التي يعالجها ، ويعمل على تنميتها بحكم مركباته الأساسية (النفسية - الحركية - الاجتماعية - المهارية - البدنية) غير أنه لا بد من دراسة تقييمية لما هو موجود في الميدان حتى نستطيع تحديد نقاط الضعف لعلاجها ، وكشف نقاط القوة لتدعيمها ، وعلى هذا الأساس جاء التساؤل الرئيسي على النحو التالي:

هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

ومنه نطرح جملة من الأسئلة الفرعية على النحو التالي :

- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف المظهر الخارجي ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف التحمل ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف المرونة ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف التوافق ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف الصحة ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف النشاط البدني ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف الكفاءة الرياضية ؟.
- ❖ هل لطريقة التدريس بالكفاءات علاقة ارتباطيه بوصف شمولية الجانب البدني ؟.

2. أهداف البحث :

الهدف العام : معرفة علاقة التدريس بالكفاءات بوصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الأهداف الفرعية : أن التعرف على مدى إدراك الذكور لذاتهم البدنية بصفة عامة وعلى ما يرتبط بها من إدراك لإمكاناتهم البدنية مثل القوة البدنية ، الكفاءة الرياضية ، التحمل ، المرونة بالإضافة لإدراكهم للشكل الخارجي للجسم أو الجاذبية الجسمية ومدى صلة كل ذلك بالتقدير العام للذات سيمكن الباحثين

والمتخصصين في وضع حلول للمشكلات التي أبرزتها الدراسات المختلفة في هذا المجال مما جعلنا نسعى إلى طرح مجموعة من الأهداف والمتلخصة فيما يلي :

- ❖ التعرف على خصائص إدراك الذات العام والذات البدنية لطلبة المرحلة الثانوية في دولة الجزائر.
- ❖ التعرف على العلاقة بين الإدراك العام للذات وكل من قيمة الذات البدنية ، وأبعاد الذات البدنية: الحالة البدنية ، الجاذبية الجسمية ، الكفاءة الرياضية ، المرونة ، التوافق ، الصحة ، شمولية الجانب البدني.
- ❖ المقارنة بين الطلبة الذين لديهم رضا ، والطلبة الذين لديهم عدم الرضا عن وزن أجسامهم في متغيرات كل من تقدير الذات العام والذات البدنية خاصة.
- ❖ التعرف على إمكانية ربط العلاقة بين تطوير المهارات والكفاءات وذلك في الوضعيات الإدماجية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية ووصف الذات البدنية لتلاميذ المرحلة النهائية.

3 . فرضيات البحث:

أ. الفرضية العامة:

توجد علاقة ايجابية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ب. الفرضيات الجزئية:

- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف المظهر الخارجي.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات وصفة التحمل.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات وصفة المرونة.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات وصفة التوافق.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات والصحة.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات والنشاط البدني.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات والكفاءة الرياضية.
- ❖ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين طريقة التدريس بالكفاءات وشمولية الجانب البدني.

4 . أهمية وأسباب اختيار الموضوع :

تستمد هذه الدراسة أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تناولته باعتباره من الموضوعات الحديثة والتي لقيت ولا تزال تلقى الاهتمام الكبير من الباحثين في هذا المجال باعتباره موضوع الساعة وي طرح مشكلات ذات بعد بيداغوجي في تدريس النشاطات البدنية والرياضية في ظل الإصلاحات التي عرفتها منظومتنا التربوية.

إن محاولة إدراك الذات البدنية وظيفتها يمارسها الإنسان في شتى المراحل العمرية ، كل مرحلة بما يناسبها وتجتمع كلها في مفهوم واحد هو : أن الإنسان يقوم بالوظائف الملائمة لقدراته واستعداداته ويمارس الأدوار المناسبة له ، والمتوقعة منه ، وينتج عن ذلك الشعور بالقيمة والأهمية والإحساس بجديّة الحياة وغاياتها ، أو ما يسمى بتحقيق الذات.

تقديم خدمة لقطاع التربية والتعليم والمساهمة فيما يطرأ من إصلاحات مختلفة مبرزين أهمية النشاط البدني والرياضي كششاط تربوي تعليمي وبعتماده على الوضعيات الإدماجية التي تنمي في التلميذ كل القدرات والمهارات والكفاءات المكتسبة لتمكّنه من وصف ذاته البدنية.

أسفر الاستقصاء الأولي على ندرة البحوث في مجال التربية البدنية والرياضية والتي تربط بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف الذات البدنية. اعتقاد الكثيرين من المربين أن دور النشاط البدني الرياضي مقتصر فقط على تطوير بعض المهارات الحركية ، وأن له جانب ترفيهي تروحي فقط مهملين الجوانب الأخرى.

5 . الدراسات السابقة ذات العلاقة :

تعتبر خطوة مراجعة الدراسات السابقة من أهم المراحل المعينة على حل مشكلة البحث كما لها من إسهامات في التوجيه أو التخطيط أو ضبط المتغيرات كما أن الباحث يمكن أن يوظفها في الحكم والمقارنة ، أو الإثبات والنفي. وعلى الرغم من ما يمكن أن يجني من الدراسات السابقة ذات العلاقة إلا أننا لم نعر على العديد من الدراسات التي تناولت بوجه الخصوص علاقة طريقة التدريس بالكفاءات باعتبارها المتغير المستقل في بحثنا ووصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية باعتباره المتغير التابع ، ولكن بالرغم من ذلك استطعنا الحصول على بعض الدراسات السابقة ذات العلاقة.

نحاول ذكرها وإبراز أهم النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسات

أ. الدراسة الأولى :

أجريت هذه الدراسة للتعرف على درجة تقدير طالبات المرحلة الثانوية في البحرين لذاتهن البدنية وكذلك تقديرهن لذاتهن بصفة عامة للدكتورة : منى صالح الأنصاري ، ماي 2002.

أجريت هذه الدراسة على عينة من 153 طالبة في المرحلة الثانوية من المنتظمات في مدراس وزارة التربية والتعليم في مملكة البحرين وقد عالجت الإشكالية التالية :

- 1- هل توجد علاقة بين تقدير الذات وأبعاد الذات البدنية (الحالة البدنية ، القوة البدنية ، الجاذبية الجسمية ، الكفاءة الرياضية) لدى طالبات المرحلة الثانوية في مملكة البحرين ؟
- 2- هل توجد علاقة بين قيمة الذات وأبعاد الذات البدنية (الحالة البدنية ، القوة البدنية ، الجاذبية الجسمية ، الكفاءة الرياضية) لدى طالبات المرحلة الثانوية في مملكة البحرين ؟.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- ❖ كان تقدير الذات بصفة عامة لأفراد عينة البحث متوسطا.
- ❖ أظهرت 54.9 % من عينة الدراسة عن عدم رضاهن عن وزن الجسم.
- ❖ أن الغالبية من أفراد عينة البحث تقع أوزانهم ضمن الحدود الطبيعية حسب تقدير منظمة الصحة العالمية.
- ❖ هناك تباين في تقدير عينة البحث لأبعاد الذات البدنية (الجاذبية الجسمية ، الحالة البدنية ، قيمة الذات البدنية) بين أفراد عينة البحث.

ب. الدراسة الثانية :

دراسة الأستاذ الدكتور: كمال عارف طاهر والأستاذة الدكتورة: سعاد عبد الكريم موضوعها مقارنة تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد وكرة الطائرة وهدفت الدراسة إلى :

- ❖ التعرف على الفروق في تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة.
- ❖ التعرف على العلاقة بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات

كرة اليد.

❖ التعرف على العلاقة بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة الطائرة.

شملت عينة البحث (52) لاعبة من منتخب الكلية بواقع (26) لاعبة كرة اليد و(26) لاعبة الكرة الطائرة ، أما فيما يخص منهج البحث وإجراءاته الميدانية فقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته طبيعة مشكلة البحث كما استخدم مقياس مفهوم الذات الجسمية ومفهوم الذات البدنية من تصميم وإعداد الدكتور محمد حسن علاوي كأداة لانجاز البحث.

وقد أسفرت الدراسة عن الاستنتاجات التالية :

1. توجد علاقة ايجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات كرة اليد.
2. تتميز لاعبات كرة اليد بتقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بصورة ايجابية عن لاعبات الكرة الطائرة.
3. لم تظهر علاقة ايجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات الكرة الطائرة.

6 . تحديد مصطلحات البحث :

6 . 1 . تعريف الكفاءة :

يعرف البوتارف (2000) Le boterf الكفاءة ويقول: (يمكن أن تنعت مفهوم الكفاءة بما نعت به (Heinz Von Foester) المعلومة بأنها مفهوم متقلب مما يدل على تنوع وتعدد دلالاته ، ففي المجال التربوي ، يقصد بالكفاءة ما يكون قد اكتسبه شخص معين من معرفة وتجربة في مجال من المجالات مما يعطيه ميزة ما يقيم من خلالها فيقال ، برهن فلان على كفاءته في كذا أو كذا.. أو لفلان كفاءات استثنائية).

6 . 2 . نشأة مقاربة الكفاءات :

إن ظهور مصطلح الكفاءة في الميدان التربوي إشارة للتعبير الإستيمولوجي أو تدعيماً للمفاهيم المعرفانية ، إن مصطلح الكفاءة يسوده غموض كبير على حد تعبير كل من جاكيم دولز وإدمي أو لوني بحيث أن الفرد المكتسب لمعارف وتقنيات وقدرات التسيير هذا لا يعني أنه فرد كفؤ بحيث نتحدث هنا عن توظيف محكم لهذه الموارد.

يتفق أغلب الباحثين على أن مقارنة بيداغوجيا الكفاءات نشأت نتيجة للصراع بين نظريتين في التعلم هما النظرية البنائية (Théorie constructuriste) التي يتزعمها جان بياجيه (Jean Piaget) والنظرية السلوكية التي يتزعمها العالم الأمريكي (Watson) والعالم الروسي بافلوف (Pavlov).

يري محمد بوعلام أن الفرد الذي يتعلم نادرا ما يوظف طاقاته وقدراته أثناء التعلم ومن ثم فإن تطوير القدرات إلى أعلى مستوى ، يمكن أن يتم من خلال تبني طرائق وأساليب بيداغوجية معرفية ، بحيث أن الهدف الأسمى حسب هذا الباحث في هذه النظرية ليست تزويد المتعلم بمعارف وبمعلومات جاهزة بقدر ما هو تطوير وتكيف نشاطه العقلي والوجداني والنفسي الحركي لكي يصبح قادرا على استثمار قدراته وطاقاته بشكل فعال.

6.3. مستويات الكفاءة :

مثل ما كان للأهداف مستويات فإن للكفاءة أيضا مستويات باعتبارها مفهوما تطوريا يبنى تدريجيا عبر مستويات متدرجة من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المركب ، تظهر في تعليمات التلاميذ خلال مراحل متوالية ، إذ يتحقق كل مستوى منها في مرحلة تعليمية معينة.

أولا: الكفاءة القاعدية (Compétence de base) :

تعتبر المستوى الأول من الكفاءات وتتصل مباشرة بالوحدة التعليمية وهي الأساس الذي تبنى عليه بقية الكفاءات وإذا أحقق المتعلم في اكتساب هذه الكفاءة بمؤشراتها المحددة ، فإنه سيواجه صعوبات وعوائق في بناء الكفاءات اللاحقة.

ثانيا: الكفاءة المرحلية (Compétence d'étape) :

يبنى هذا المستوى من مجموعة الكفاءات القاعدية الأساسية ويتحقق بناء هذا النوع من الكفاءات عبر مرحلة زمنية (سيرورة) قد تستغرق شهرا ، أو ثلاثيا ، أو سداسيا ، ويتم بناؤها بالشكل التالي:

كفاءة قاعدية +1 + كفاءة قاعدية +2 = كفاءة قاعدية +3 = كفاءة مرحلية.

ثالثا: الكفاءة الختامية (Compétence finale) :

وتعد ختامية كونها تصف عملا كليا منتهيا ، وتتميز بطابع شامل وعام وهي تعبر عن مفهوم إدماجي لمجموعة من الكفاءات المرحلية يتم بناؤها وتنميتها خلال سنة دراسية أو طور.

7. المعنى التربوي لمفهوم القدرة:

إن مفهوم القدرة كما يعرف اليوم مفهوم حديث نسبيًا ، حيث ظهر كمفهوم في ميدان علم النفس التطبيقي في أواخر القرن التاسع عشر ، إذ كان متصلاً بالبحوث التجريبية ، وفي بداية القرن العشرين استعمل في فرنسا كمعيار لقياس الذكاء في أبحاث الفريد بينيه (A. Binet) ثم أخذ هذا المفهوم يتطور إلى أن أصبح يقصد به ما سيكون المتعلم قادراً على فعله عندما يكتسب عدداً معيناً من أنماط السلوك التي يكون قد أكتسبها وتعلمها.

أ . تعريف الذات :

هو تكوين معرفي منظم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ، ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيנותه الداخلية أو الخارجية ، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو (مفهوم الذات المدرك) والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورها (مفهوم الذات الاجتماعي) والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة الميثالية للشخص التي يود أن يكون عليها (مفهوم الذات الميثالي).

ب. أنواع الذات :

- أشار وليم جيمس إلى ثلاثة أنواع من الذات :
1. الذات المادية : وهي ذات ممتدة تحتوي بالإضافة إلى جسم الفرد على أسرته وممتلكاته.
 2. الذات الاجتماعية : وتتضمن وجهة نظر الآخرين نحو الفرد.
 3. الذات الروحية : وتتضمن انفعالات الفرد ورغباته.

8. أنواع تقدير الذات:

1. الذات البدنية:

من خلال استقراء حول الذات البدنية وجد بأنها عبارة عن قدرة الرياضي وتوقعه عن قدراته الكامنة من خلال فهمه الإيجابي لذاته وتقديره لنقاط ضعفه وقوته بما يخدم تعزيز وتطوير شخصيته وثقته بنفسه.

2. الذات المهارية:

هي عبارة عن تقدير لاعب كرة اليد مثلا لما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة كرة اليد ، ومدى كفاءته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساسية في لعبة كرة اليد.

3. الذات الجسمية :

لقد أثار محمد حسن علاوي نقلا عن (Fishor) إلى أن اتجاهات الفرد نحو جسمه تمثل مؤشرا هاما لجوانب مختلفة من شخصيته وأن شعور الفرد بأن جسمه كبيرا أو صغيرا ، بدينا أو نحيفا ، قويا أو ضعيفا ، قد يفيد كثيرا في التعرف على مفهومه لذاته والتعرف على نمط سلوكه تجاه الآخرين.

ومن ناحية أخرى فإن الأفراد الذين لديهم اتجاهات أو تصورات ايجابية نحو أجسامهم يتمتعون بدرجة مرتفعة لتقدير ذاتهم.

المرحلة الثانوية:

تعريف إجرائي : تعد مرحلة الثانوي من أهم المراحل الدراسية التي يمر بها الفرد ، حيث تبدأ ملامح شخصيته بالظهور والتبلور وتشكل النواة الأولى لتكوين أفراد المستقبل تكويننا بدنيا ، وعقليا ، واجتماعيا ، ونفسيا ، وتعرف هذه المرحلة بمرحلة المراهقة ، ومرحلة المراهقة هي المرحلة النمائية ، أو الطور الذي يمر فيه الناشئ وهو الفرد غير الناضج جسيميا وانفعاليا وعقليا واجتماعيا نحو بدء النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي.

النشاط البدني: يري (بيوتشر تشارلز) أن النشاط البدني والرياضي ، هو ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة ، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، وذلك عن طريق مختلف النشاط البدني ، الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام.

أهداف النشاط البدني الرياضي :

1. الصحة.
2. النمو الحركي.
3. التنشئة الاجتماعية.
4. الهدف العلاجي.
5. التنمية العقلية.

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

الفصل الأول : منهجية البحث والإجراءات الميدانية

1. **منهج البحث** : استخدمنا المنهج الوصفي باعتباره هو الأكثر ملاءمة لحل إشكالية البحث وقمنا بدراسة مسحية مقارنة.

2. **مجتمع البحث** : تلاميذ ثانويات ولاية المسيلة.

3. **عينة البحث** : متمثلة في تلاميذ ذكور من المرحلة الثانوية (السنة الثالثة).

4 . **مجالات البحث**:

1.4. **المجال الزمني**: تمحورت دراستنا في السنة الدراسية : 2010 / 2009 ، انطلاقا من شهر سبتمبر 2009 م ، كما أنه أجريت الدراسة الاستطلاعية في شهر أكتوبر 2009 م.

2. 4. **المجال المكاني**: تتمحور دراستنا في ولاية المسيلة موزعة على منطقتين شمالية وجنوبية.

- منطقة الشمال وتضم الدوائر التالية ببلدياتها : المسيلة ، أولاد دراج ، مقرة ، حمام الضلعة ، الشلال.

- منطقة الجنوب وتضم الدوائر التالية ببلدياتها : بوسعادة ، بن سرور ، عين الملح.

3.4. **المجال البشري** : شملت الدراسة مجموعة من التلاميذ ذكور والذين بلغ عددهم 562 ممثلين لمجتمع الدراسة المتكون حسب إحصاءات مديرية التربية بـ ب - 5624 تلميذ من مجموع 13865 علما بأن عدد الإناث كان 8241.

5. أداة البحث :

الأسس العلمية للأداة صدق - ثبات - موضوعية على ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة ولأجل اختيار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها سنقوم بتطبيق «مقياس وصف الذات البدنية» من تصميم «هربرت مارش» واقتباس الدكتور محمد حسن علاوي ، ويشمل المقياس كل الصفات الخاصة بالذات البدنية ، (دكتور / محمد حسن علاوي ، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ط1 ، 1998 ، ص111).

أسلوب التحليل والمعالجة الإحصائية :

بعد مرحلة التطبيق ثم تفرغ بيانات الاستبيانات الصالحة لغايات الدراسة والمستوفية الإجابة في الحاسب الآلي بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق

البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS Statistical Package for Social Science) وهذا من أجل مناقشة الفرضيات في ضوء أهداف البحث ، وقد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية :

1. حساب معامل ارتباط بيرسون Pearson ، لدراسة العلاقات بين فقرات محاور الاختبار؛ والمحاور الثمانية مع الاختبار ككل (الصدق).
2. حساب معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach ، ومعاملات الارتباط في تقنين وتحديد الخصائص السيكومترية لأداة البحث (الثبات).
3. حساب النسب المئوية لتكرار إجابات عينة البحث على اختبار وصف الذات البدنية للتلاميذ
4. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ، وذلك للتعرف على درجات الفروق بين محاور الاختبار.
5. ك² لدلالة الفروق بين التكرارات.

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطية بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف المظهر الخارجي وبما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (ك²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 17.

جدول رقم (17) : قيم (ك²) لمحور المظهر الخارجي

الدلالة الإحصائية	ك ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	النسبة المئوية
05 .0*	73 .3	304	258	التكرار	النسبة المئوية
		54.10	45.90		
0.001**	24.77	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار الذات البدنية
		60.5	39.5		

♦♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للمظهر الخارجي لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (ك²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة المظهر الخارجي مرتفعة بنسبة 54.10% ومنخفضة بنسبة 45.90% ويظهر من تطبيق (ك²) على محور المظهر الخارجي وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 وللاختبار ككل

عند مستوى الدلالة 0.01.

وعليه فإن النتائج تدل على أن المحور الأول وصف التلاميذ للمظهر الخارجي للجسم جاء بدرجة مرتفعة بنسبة 54.10% بتكرار 304 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطيه بين طريقة التدريس ووصف التحمل ، و بما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (كا²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 18.

جدول رقم (18) : قيم (كا²) لمحور التحمل

الدلالة الإحصائية	كا ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	التحمل
0.001**	12.55	239	323	التكرار	التحمل
		42.5	57.5	النسبة المئوية	
0.001**	24.77	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار
		60.5	39.5	النسبة المئوية	الذات البدنية

♦♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للتحمل لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة التحمل مرتفعة بنسبة 42.5% ومنخفضة بنسبة 57.5% ويظهر من تطبيق (كا²) على محور التحمل وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01.

وعليه فإن النتائج تدل على أن المحور الثاني وصف التلاميذ للتحمل جاء بدرجة منخفضة بنسبة 57.5% بتكرار 323 من مجموع العينة ال - 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها:

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطيه بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف المرونة وبما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (كا²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 19.

جدول رقم (19) : قيم (كا²) لمحور المرونة

الدالة الإحصائية	كا ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	النسبة المئوية
0.001**	6.84	312	250	التكرار	المرونة
		55.5	44.5	النسبة المئوية	
0.001**	24.77	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار الذات البدنية
		60.5	39.5	النسبة المئوية	

♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01 ♦

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للمرونة لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة المرونة مرتفعة بنسبة 55% ومنخفضة بنسبة 44.5% ويظهر من تطبيق (كا²) على محور المرونة وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01.

وعليه فإن النتائج تدل على أن المحور الثالث وصف التلاميذ لمرونة الجسم جاء بدرجة مرتفعة بنسبة 55.5% بتكرار 312 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المحصل عليها.

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الرابعة :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطيه بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف التوافق وبما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (كا²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 20.

جدول رقم (20) : قيم (كا²) لمحور التوافق

الدالة الإحصائية	كا ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	النسبة المئوية
0.001**	15.72	328	234	التكرار	التوافق
		58.4	41.6	النسبة المئوية	
0.001**	24.77	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار الذات البدنية
		60.5	39.5	النسبة المئوية	

♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01 ♦

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للتوافق لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة التوافق مرتفعة بنسبة 58.4% ومنخفضة بنسبة 41.6% ويظهر من

تطبيق (كا²) على محور التوافق وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01. وعليه فإن النتائج تدل على أن المحور الرابع وصف التلاميذ لصفة التوافق جاء بدرجة مرتفعة بنسبة 58.4% بتكرار 328 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها.

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الخامسة :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطية بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف الصحة. وبما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (كا²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 21.

جدول رقم (21) : قيم (كا²) لمحور الصحة

الدلالة الإحصائية	كا ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	النسبة المئوية
001.0**	41.14	326	236	التكرار	الصحة
		58	42	النسبة المئوية	
001.0**	77.24	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار الذات البدنية
		5.60	5.39	النسبة المئوية	

♦♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01 :

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للصحة لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة الصحة مرتفعة بنسبة 58% ومنخفضة بنسبة 42% ويظهر من تطبيق (كا²) على محور الصحة وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01.

إن النتائج تدل على أن المحور الخامس وصف التلاميذ للصحة في الجسم جاء بدرجة مرتفعة بنسبة 58% بتكرار 326 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها.

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية السادسة :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطية بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف النشاط البدني وبما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (كا²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 22.

جدول رقم (22) : قيم (كا²) لمحور النشاط البدني

الدالة الإحصائية	كا ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	النشاط البدني
003.0**	71.8	316	246	التكرار	النشاط البدني
		2.56	8.43	النسبة المئوية	
001.0**	77.24	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار
		5.60	5.39	النسبة المئوية	الذات البدنية

♦♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للنشاط البدني لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة النشاط البدني مرتفعة بنسبة 2.56% ومنخفضة بنسبة 8.43% ويظهر من تطبيق (كا²) على محور المظهر الخارجي وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.03 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01 ، وعليه فإن النتائج تدل على أن المحور السادس وصف التلاميذ للنشاط البدني جاء بدرجة مرتفعة بنسبة 2.65% بتكرار 316 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها.

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية السابعة:

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطيه بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف الكفاءة الرياضية وبما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (كا²) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 23.

جدول رقم (23) : قيم (كا²) لمحور الكفاءة الرياضية

الدالة الإحصائية	كا ²	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	الكفاءة الرياضية
001.0**	38.11	321	241	التكرار	الكفاءة الرياضية
		1.57	9.42	النسبة المئوية	
001.0**	77.24	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار
		5.60	5.39	النسبة المئوية	الذات البدنية

♦♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01

تم حساب التكرار والنسبة المئوية للكفاءة الرياضية لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة الكفاءة الرياضية مرتفعة بنسبة 1.57% ومنخفضة

بنسبة 9.52% ويظهر من تطبيق (K^2) على محور الكفاءة الرياضية وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01.

إن النتائج تدل على أن المحور السابع وصف التلاميذ للكفاءة الرياضية جاء برده مرتفعة بنسبة 1.57% بتكرار 321 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها

عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثامنة :

للتحقق من صحة الفرضية القائلة انه توجد علاقة ارتباطيه بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف شمولية الجانب البدني ، و بما انه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (K^2) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول رقم 24.

جدول رقم (24) : قيم (K^2) لمحور شمولية الجانب البدني

الدلالة الإحصائية	K^2	الدرجة		المحاور	
		مرتفعة	منخفضة	التكرار	شمولية الجانب البدني
0.001**	18.51	332	230	التكرار	شمولية الجانب البدني
		59.1	40.9	النسبة المئوية	
0.001**	24.77	340	222	التكرار	الدرجة الكلية لاختبار الذات البدنية
		60.5	39.5	النسبة المئوية	

♦♦ دالة إحصائية عند مستوى 0.01

تم حساب التكرار والنسبة المئوية شمولية الجانب البدني لكل أفراد العينة ، ثم تم حساب (K^2) لدلالة الفروق بين الدرجات (درجة منخفضة ودرجة مرتفعة) ويتضح من الجدول أن درجة شمولية الجانب البدني مرتفعة بنسبة 59.1% و منخفضة بنسبة 40.9% ويظهر من تطبيق (K^2) على محور شمولية الجانب البدني وعلى درجة الاختبار الكلية أن هناك دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 وللمقياس ككل عند مستوى الدلالة 0.01.

إن النتائج تدل على أن المحور الثامن وصف التلاميذ لشمولية الجانب البدني جاء بدرجة مرتفعة بنسبة 59.1% بتكرار 332 من مجموع العينة 562 والشكل البياني يوضح أكثر النتائج المتحصل عليها.

خاتمة الدراسة :

لقد تمكنا في دراستنا هذه من المساهمة ولو بجزء بسيط في الكشف عن بعض الجوانب الهامة التي تمس شخصية التلميذ المراهق في الثانوية الجزائرية من خلال تسليط الضوء على العلاقة الارتباطية بين طريقة التدريس بالكفاءات ووصف

الذات البدنية لدى تلاميذ الأقسام النهائية ذكور ، مما يؤكد على أن حصة التربية البدنية والرياضية مادة لها أهدافها التربوية والتعليمية والنفسية ، فهي ذات مكانة هامة في المنظومة التربوية الجزائرية ، ولا يمكن الاستغناء عنها في جميع المراحل نظرا لدورها في تنمية الجوانب الاجتماعية والبدنية والنفسية مثل تكوين صورة للفرد عن ذاته بشكل عام وصولا إلى تكوين ذاته البدنية ولما جاء تبني طريقة التدريس بالكفاءات التي جاءت كنتيجة حتمية لتطور طبيعي لبيداغوجيا الأهداف حيث يتم التعلم عن طريق إدراك العلاقات والأشكال التي تنتظم ضمن سياقها الوضعية التعليمية ، وهذا من خلال وضع المتعلمين أمام مشكلات حقيقية ، متدرجة في الصعوبة ، تنمي قدراته العقلية ، ضمن أنشطة تعالج أهدافا عقلية ومهارات تجعلهم في نهاية المطاف قادرين على تطبيق تلك القدرات والكفاءات بشكل فعال وهذا ما يؤدي بالتلميذ أن يبني تصور وإدراك بخصائص حتمية وتحديد الفرد أكثر ثقة وأمنا في معاملاته مع الآخرين ، كما أنه سلبي يتصف بأنه يفتقد إلى الثقة في قدراته حيث كلما ضعف تقبل الفرد لذاته ضعف مستوى توافقه النفسي وبالتالي يصعب عليه تخطي المشاكل والصعوبات التي يواجهها وتعرض إلى مواقف من الصراع النفسي والتي تؤثر على سلوكه الخاص ومستوى أدائه.

إن الاهتمام بالذات البدنية ليس عملا سهلا يمكن توفيره في إطار الحجم الساعي المخصص لمادة التربية البدنية والرياضية وهو ساعتين (2 سا) في الأسبوع ، بل أن الأمر يحتم الممارسة المستمرة لتنميتها ، ولكن المهم هو معرفة كيفية استغلال الكفاءات السابقة في المجال الحسي الحركي ، وهذا بمراجعة مضمون المناهج الدراسية في كل المواد وإعدادها بشكل تسلسلي لكي تحقق المناهج هدفها ، وهذا بتحويل الأهداف التربوية ككل في المواد ومنها النشاط البدني الرياضي الذي يتماشى مع الجوانب الفطرية المتمثلة في اللعب والعلاقات الاجتماعية مع فئة النظائر والأصدقاء من مجرد شعارات إلى أهداف إجرائية سلوكية وحركية ومهارية تعتمد على القدرات الذهنية والبدنية حتى يمكن قياس تأثيرها وتحقيقها داخل القسم الدراسي ، وكذا إعداد المناهج الدراسية علي أساس مشاركة كل المتعلمين مشاركة فعالة في اكتشاف المعارف وتعلم المهارات ، والعمل على تنمية الجسم من خلال كل مركبات النشاط البدني الرياضي (النفسية ، الحركية ، الاجتماعية ، المهارية ، البدنية).

الاستنتاجات العامة : بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا وتطبيق اختيار وصف الذات البدنية على عينة مكونة من 562 تلميذ وبعد جمع البيانات وعرضها ومعالجتها إحصائيا ومناقشة نتائج الدراسة ومقارنتها مع الدراسات

السابقة ذات العلاقة ، توصلنا في حدود عينة الدراسة إلى استنتاج مايلي :

كشف الدراسة الحالية أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي في حصة التربية البدنية وبالطريقة الحديثة للتدريس أي المقاربة بالكفاءات يمتلكون قدرات وكفاءات تمكنهم من وصف ذاتهم البدنية مقارنة مع أقرانهم.

أظهرت الدراسة الحالية أن ممارسة النشاط البدني الرياضي لها دور ايجابي في معرفة التلاميذ لذاتهم البدنية مع إمكانية معرفة تنمية الكفاءات المكتسبة سابقا لتوظيفها في الوضعيات الإدماجية للخروج بنجاح من وضعيات الإشكال التي يجد التلميذ نفسه فيها.

كشفت الدراسة الحالية عن أهمية البيداغوجية الجديدة التي تعتمد على كفاءات التلاميذ في ربط العلاقة والشراكة التربوية بين المرابي والتلاميذ وهذا لتنميته بدنيا ونفسيا وذهنيا ، توجد علاقة ايجابية بين التدريس بالكفاءات ووصف الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

خلصت الدراسة إلى أن الممارسة المنتظمة للنشاط البدني مع إدراك كلا من التلميذ والأستاذ لبيداغوجية المقاربة بالكفاءات تجعل من التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية هم الأفضل في تطوير صفات الذات البدنية ووصفها.

التوصيات :

- ❖ الاهتمام بتدعيم مفهوم الذات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- ❖ الاهتمام أكثر بتدعيم العوامل المؤثرة على تقدير مفهوم الذات البدنية بصورة ايجابية لتنميتها وتطويرها.
- ❖ الاهتمام بتدعيم الحاجات النفسية كالحاجة على الأمن واحترام الذات وتقديرها واحترام الآخرين.
- ❖ ضرورة الاهتمام بإدراك وتقدير الذات البدنية لتأثيرها الكبير في تحديد حالة التلاميذ بما يعزز ثقتهم بقدراتهم البدنية والمهارية.
- ❖ ضرورة تفعيل العمل المشترك بين الأستاذ والتلميذ في الإعداد والتحصيل لمتطلبات المستوى البدني والمهاري بما يخدم حالة التلميذ النفسية والبدنية.
- ❖ اعتماد أساتذة التربية البدنية على الصيغ العلمية في تدريس المادة حسب البيداغوجية المقاربة بالكفاءات والابتعاد عن الارتجال في عملية بناء وتطوير مستوى التلاميذ.

قائمة المراجع :

المراجع باللغة العربية :

- 1- إبراهيم أحمد بوزيد ، سيكولوجية الذات والتوافق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 1987.
- 2- إبراهيم محمد محاسنة ، تعليم التربية الرياضية ، دار جليل للنشر والتوزيع ، ط1 ، الأردن ، 2006.
- 3- إبراهيم يوسف العبد الله ، الإصلاحات التربوية لمواجهة متطلبات العصر وتحديات المستقبل ، ط1 ، بيروت ، 2004.
- 4- ابن منظور ، لسان العرب ، دار صادر للطباعة والنشر ، ط4 ، 2005.
- 5- أحمد أمين فوزي ، مبادئ علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتطبيقات ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 2004.
- 6- أحمد أمين فوزي ، مبادئ علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتطبيقات ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 2004.
- 7- أحمد رضا ، متن اللغة العربية ، مكتبة الحياة ، بيروت ، ط1 ، 1965.
- 8- أحمد زكي صالح ، علم النفس التربوي ، ط10 ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1973.
- 9- أحمد زكي صالح ، علم النفس التربوي ، مكتبة النهضة ، مصر ، ط1 ، 1990.
- 10- أحمد شيشوب ، علوم التربية ، الدار التونسية للنشر ، 1991.
- 11- أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتصنيفات ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000.
- 12- الأشلول عادل عز الدين ، علم النفس النمو ، مكتبة الانجلو المصرية ، ط2 ، مصر ، 1989.
- 13- أمين أنور الخولي وآخرون ، التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، ط3 ، القاهرة ، 1994.
- 14- أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، ط3 ، القاهرة ، 2001.
- 15- إياد محمد السيد خليل ، العلاقة بين نمط الجسم والقوام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، بمحاضرة الجيزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، بنات ، القاهرة ، 2000.
- 16- بسطويس أحمد ، أسس ونظريات الحركة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1996.
- 17- تركي رابع ، أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1982.
- 18- جابر بلير ، ستبورات جونز ، (ترجمة: أحمد عبد العزيز) ، سيكولوجية المراهقين ، دار النهضة ، مصر ، 1970.

المراجع باللغة الأجنبية :

1. BAUNEY (Y) ,CLAVEL (A) , toute la vie pour apprendre,PARIS, édition SULLEPSE.
2. Ben Aki(M. A)Pour approche conceptuelle de L'E. P. S. en milieu éducatif. R. S. E. P. S. vol. 1 N°4, OPU. Alger. 1995.
3. BERZIA (C. Rendre opérationnelles les objectifs pédagogiques, ed. PUF, PARIS,
4. B. S BLOOM , taxonomie des objectifs pédagogiquesT1,T2 , traduction de MARCEL Lavalée , éducation nouvelle, MONTREAL , 1969.
5. Col. I. adolescence. in horiman. p. lencyclodia of psycholog. 1964.
6. De Landsheere (V. et G) , Définir les objectifs de l'éducation , PARIS , P. U. F. , 1975.
7. DELANDSCHEER (V&G), définir les objectifs de l'éducation ,7em édition, PUF, PARIS, 1992.
8. JOAQUIM DOLZ & EDMEE OLLANGNIER, L'énigme de la compétence en éducation,BRUXELLES, Ed DeBoeck université, 2002.
9. Nash Jay. B, Physical Education, interpretation and objective, N Y , 1948, A,S Barnes and CO.
10. NORBERT SILLAMY ,DICTIONNAIRE USUEL DE PSYCHOLOGIE, 1983.
11. R. MAGER, comment définir les objectifs pédagogiques ,PARIS ,1971.

12. TILMAN (F) & GROOTAERS (D), Les chemins de la pédagogie, édition EVO, PARIS,
13. TYLER in DELANDSCHEERE (V & G), Définir les objectifs de
14. l' Education, 7eme édition PUF, PARIS 1992 .

التوجيه التربوي الرياضي تحديد معايير التوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15.12 سنة) في الرياضة المدرسية

د. لعموري حديوش *

الملخص:

التوجيه الرياضي هو العملية التي تهتم بمساعدة الفرد في اختيار نوعية النشاط الرياضي الذي يناسبه والتوجيه الرياضي بصفة عامة يتم بتوافق الميول والقدرات مع المتطلبات أي بميول وقدرات التلميذ مع متطلبات النشاط المختار، فالتوجيه له دور كبير في تطوير وتحسين مستوى الممارسة الرياضية. كما يهدف هذا البحث إلى التعرف على المحددات والمعايير التي نستطيع الاعتماد عليها لتوجيه التلاميذ لمختلف مراكز اللعب في كرة القدم في إطار الرياضة المدرسية وكذا الكشف على القدرات الخاصة بالتلاميذ وتوجيهها توجيها سليما وفق أسس ومعايير علمية تراعى فيها استعدادات والقدرات البدنية و المرفولوجية والفيزيولوجية والمهارية وكذا العقلية والنفسية. فمن خلال هذا البحث سنحدد المعايير الخاصة بالتوجيه في رياضة كرة القدم نحو مختلف مراكز اللعب.

1. مقدمة :

إن التفوق الرياضي هو هدف يصبوا إليه كل فرد، وصار عنوانا للتميز والتقدم بالنسبة لعدة دول متطورة بحيث سخر للرياضيين كل الإمكانيات اللازمة لكي يمثلوا بلدهم أحسن تمثيلا في المنافسات القارية والدولية، ويصبحوا بذلك أبطالاً قوميين يحظون باحترام الجميع. لهذا فقد عمد المختصون في المجال الرياضي إلى حصر المواصفات الخاصة التي تميز ممارسي كل نشاط من الأنشطة الرياضية عن الآخرين و ذلك بهدف الاعتماد على هذه المواصفات كقاعدة علمية لاختيار و توجيه الرياضي الناشئ والوصول به إلى مستويات عليا من الأداء. وتعد رياضة كرة القدم من الألعاب الفرعية التي تتميز بقدرات عديدة منها

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية -

البدنية و المهارية و الخططية و العقلية ما لهذه القدرات من دور فاعل في تحقيق أعلى مستوى فني للعبة.

وان الارتقاء بهذا المستوى لا يتم إلا إذا كان هناك توجيه علمي مدروس يشمل كل المرتكزات العلمية سواء كانت بدنية أو خططية أو عقلية و ترقية كل ما من شأنه إظهار المستوى الفني الجيد أثناء المنافسة أو المباريات. أن المجهود الذي يبذله اللاعب أثناء المباراة لا يقتصر على المجهود البدني والمهاري إنما تفاعل كامل بين أجهزة الجسم الوظيفية و العقلية بغية إنتاج مستوى فني جيد عن طرق الربط بين الصفات البدنية والمهارية و بتوافق تام يمنح اللاعب أداء فني يسر الناظر. أن لاعب كرة القدم يؤدي حركات كثيرة أثناء المباراة ومن هذه الحركات الجري و القفز و الارتداد الذي يجعله يرتكب أخطاء مهارية أو قانونية بسبب الجهد المبذول من جهة و وجود اللاعب المنافس وتحركاته من جهة أخرى. وبسبب الطبيعة المعقدة لكرة لقدم ، التي تتداخل فيها متغيرات عدة (فيزيولوجية ، بدنية تقنية ، نفسية ، اجتماعية...). كما أن مراكز اللعب في كرة القدم تتطلب مقاييس ومعايير خاصة ، فلكل مركز متطلباته البدنية و المرفولوجية و النفسية... لذا يجب مراعاة متطلبات كل مركز. ويعد التوجيه الرياضي من المجالات المهمة بها حديثا نظرا للأهمية الكبيرة التي يؤديها في تنمية الفرد وتحقيق الفعالية اللازمة والوصول إلى أعلى مستوى ممكن للفرد مع إمكانية التنبؤ بمساره المستقبلي في سن مبكرة ، وذلك باكتشاف استعداداته وقدراته الفطرية عن طريق الاختبارات الخاصة سواء كانت في الجانب النفسي أو العقلي أو البدني. و التوجيه التربوي الرياضي يهتم بتوجيه التلاميذ إلى الأنشطة البدنية والرياضية المناسبة من خلال التعرف على الاختصاصات الأكثر تناسبا مع قدرات وميول الأفراد ، والذي يضمن فيه إلى حد معتبر فرص النجاح ويستطيع تأدية الدور الذي ينتظر منه.

سنحاول من خلال هذه الدراسة الإجابة عن التساؤل التالي:

- ❖ ما هي المعايير المحددة للتوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم لدى تلاميذ الطور المتوسط (12 - 15) سنة في الرياضة المدرسة؟
- ومن هذا التساؤل العام نطرح التساؤلات التالية:
- ❖ ما هي المعايير البدنية ، المهارية ، المرفولوجية ، الوظيفية ، التوافقية المحددة للتوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم؟
- ❖ ما هي المعايير العقلية المحددة للتوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم؟

❖ ما هي المعايير النفسية المحددة للتوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم؟

2. الفرضيات :

أ. **الفرضية العامة :** التوجيه التربوي الرياضي نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يتم بتوافق ميول و استعدادات و قدرات التلاميذ البدنية ، المهارية ، المرفولوجية ، الوظيفية ، التوافقية ، العقلية و النفسية مع و متطلبات مراكز اللعب المختلفة.

ب. الفرضيات الجزئية:

- ❖ توجيه التلاميذ نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يخضع إلى استعدادات و قدرات بدنية ، مرفولوجية ، وظيفية و توافقية.
- ❖ توجيه التلاميذ نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يخضع إلى استعدادات و قدرات عقلية.
- ❖ توجيه التلاميذ نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يخضع إلى استعدادات و قدرات النفسية.

3. أهمية البحث :

تمكين الأفراد من الاستفادة من توجيه موافق لقدراتهم واستعداداتهم. توسيعه قاعدة الممارسين المتخصصين بالنسبة لكل أنواع الأنشطة الرياضية لتمكين من الوصول إلى نخبة مناسبة للمنافسات الدولية السماح للفرد بالتعبير المناسب عن قدراته المكونة فيه في المركز والنشاط المناسب له مما يساعده على تحقيق التوازن النفسي والثقة بالنفس والإحساس بالدور الايجابي الذي يعود بالفرد بالنمو النفسي الجيد

الدراسات السابقة : من خلال عملية البحث عن الدراسات السابقة لموضوع بحثي لم أجد الدراسات التي تناولت موضوع تحديد معايير ومحددات التوجيه لممارسة النشاط الرياضي المناسب الرياضي ، وبصفة خاصة في البيئة الجزائرية ، ماعدا دراسة قام بها الدكتور بن شرين عبد الحميد تحت عنوان : محدثات التوجيه الرياضي القاعدي للأنشطة البدنية والرياضية الجماعية حسب آراء مختصين للفئة السنية (10-14 سنة) وقد شملت هذه الدراسة المحددات الخاصة بالتوجه الرياضي القاعدي وقد توصل إلى بعض النتائج منها اختيار الفرد لنوع النشاط البدني والرياض الممارس يجب أن يخضع إلى توجيه يراعي مجموعة من استعداداته وقدراته البدنية وتوافقية. وكذلك اختيار الفرد لنوع النشاط البدني

والرياض الممارس يجب أن يخضع إلى توجيه يراعي مجموعة من استعداداته وقدراته العقلية و توصل كذلك إلى أن اختيار الفرد لنوع النشاط البدني والرياض الممارس يجب أن يخضع إلى توجيه يراعي مجموعة من استعداداته وقدراته النفسية.

4. المفاهيم المستخدمة في الدراسة:

1.4. تعريف التوجيه :

أ. التعريف اللغوي : يشير مصطلح التوجيه في معاجم اللغة العربية إلى مصدر الفعل : وجه ، يوجه ، توجيها: ويقصد به دلالة على الوجهة الصحيحة. أو انقاد واتباع (علي بن هادية وآخرون ، 1991) وجاء في المعجم العربي الأساسي: وجه توجه توجه أي أدار الشيء إلى جهة من الجهات ، أو جعله يأخذ اتجاهها معيننا(أحمد العابد و آخرون ، 1998)

ب. التعريف الاصطلاحي : لقد اختلف العلماء في إعطاء تعريف دقيق للتوجيه ، ولكن يمكننا أن نصل إلى خلاصة تجمع بين التعاريف التي سنقدمها ، ونربط بينها من باب الإفادة.

يعرف سعد جلال التوجيه على أن (مجموع الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ، ويفهم مشاكله ، ويستغل إمكانيته من قدرات و مهارات ، واستعدادات و ميول و انه يستغل إمكانيات بيئية ، فيحدد من خلالها أهدافا تتفق مع إمكانياته من ناحية و الإمكانيات الخارجية من ناحية أخرى.

و يختار الطرق المحققة لها بحكمة ، و تعقل ، فيتمكن بذلك من حل مشاكله حلولا علمية ، ويؤدي ذلك إلى تكيفه مع نفسه و مع مجتمعه ، فيبلغ أقصى ما يمكن أن يبلغه مع النمو و النجاح والتكامل. (سعد جلال ، 1992)

ج. التوجيه الرياضي: يعرف التوجيه على أنه مجموع الخدمات التي تقدم للأفراد قصد مساعدتهم على اختيار نشاط رياضي أو مجموعة من الأنشطة الرياضية الملائمة لقدراته واستعداداته وميوله

2.4. مفهوم المراهقة:

أ. المراهقة لغة:

جاء على لسان العرب لابن منظور ، راهق الغلام أي بلغ مبلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام ، فهو مراهق إذا قارب الاحتلام ، المراهق الغلام الذي قارب الحلم ، و جارية مراهقة ، و يقال جارية مراهقة و غلام راهق و ذلك ابن العشر إلى

إحدى عشر) أبو الفضل جمال الدين ابن منصور (1997)

أما في اللغة اللاتينية:

مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني Adolescers بمعنى يكبر ، أي ينمو على تمام النضج و على أن يبلغ مبلغ سن الرشد. (كمال الدسوقي ، 1997)

ب. المراهقة اصطلاحاً: المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو فرد غير ناضج انفعاليا جسميا و عقليا ، من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة ، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد و اكتمال النضج فهي عملية بيولوجية عضوية في بدايتها و ظاهرة اجتماعية في نهايتها. (رابح تركي ، 1990)

ج. الرياضة المدرسية: هي مجموع العمليات و الطرق البيداغوجية ، العلمية ، الطبية ، الصحية و الرياضية التي ياتباعها تكسب الجسم الصحة و القوة و الرشاقة و اعتدال القوام. (إبراهيم محمد سلامة ، 1980).

3.4 . النشاط البدني الرياضي التربوي اللاصفي الخارجي:

أ. تعريفه: هو ذلك النشاط الرياضي الذي تنظمه المدرسة أو تشارك فيه مع هيئات أخرى بتنظيم مسابقات و مباريات تشارك فيها الفرق الرياضية للمدرسة) أمين أنور الخولي ، محمد الحماحمي ، 1990) وهو رافد من روافد التربية البدنية و يعني بالطلاب المتميزين رياضيا من خلال قيامهم بتمثيل مدارسهم أو إدارتهم التعليمية في اللقاءات الرياضية الودية و الرسمية.

4.4 . تعريف كرة القدم:

أ. التعريف الغوي:

كرة القدم (Foot Ball) هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بال Rugby أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى Soccer.

ب. التعريف الاصطلاحى: كرة القدم هي رياضة جماعية ، تمارس م نظرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع(رومي جميل 1986).

ح. التعريف الإجرائي: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس م نظرف جميع الأصناف ، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا ، تلعب

بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة ، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط ، و حكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 د وفترة راحة مدتها 15 د ، و إذا انتهت المباراة بالتعادل في حلة مقابلات الكأس فيكون هناك شرطين إضافيين وقت كل منهما 15 د وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل الفريقين.

مراكز اللعب في كرة القدم: مفهوم مراكز اللعب يمكن تحديده بالموقع الذي يحدد للاعب في البناء المتكامل للاعب الفريق حيث يقوم من خلاله بتنفيذ و واجباته الهجومية و الدفاعية في إطار الخطط الموضوعية. لكل مركز واجبات محددة يؤديها اللاعب خلال المباراة انطلاقاً من طريقة اللعب والخطط المستخدمة وتساعد عملية تحديد مراكز اللعب في تحديد المهام والواجبات فان تحديد المراكز يضمن إلى حد كبير عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط المختلفة من الملعب ، بالإضافة إلى ذلك فان هذا التحديد لمراكز اللعب يضمن من جهة أخرى التنسيق و التنظيم في تغطية جوانب الملعب المختلفة دون إهمال لمساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير مجريات المباراة. أن توزيع المهام والأداء في صورة مراكز لها متطلبات الأداء الخاصة بها مازال حيويًا وملماً لتكامل الأداء وتوفير الجهد في كرة القدم (مفتي إبراهيم ، 1994)

إن لاعب كرة القدم يحتاج إلى متطلبات بدنية عالية جداً تفيده وتساعد على تنفيذ المهارات الأساسية لما تملكه هذه اللعبة من سرعة عالية في الأداء داخل مساحة صغيرة فضلاً عن عدد القليل من اللاعبين الذي يجعل المباراة دائمة الحركة وخالية من التوقف لان من واجبات كل لاعب هي الهجوم والدفاع في نفس الوقت وذلك "لوصول إلى أعلى المستويات في هذه اللعبة وتحقيق أفضل الانجازات ويجب إعداد الفريق إعداداً متعدد الجوانب (بدني ، مهاري ، خططي ، نفسي ، وتربوي) وجوانب الأعداد المختلفة هذه متصلة ومتراطة كلا منها بالجوانب الأخرى وان الإخلال في أي منها له تأثير سلبي على الإعداد النهائي للفريق لذلك وجب إيلائها جميعاً الاهتمام الذي تستحقه في البرامج التدريبية لتحقيق نتائج متميزة" (سامي الصفار وآخرون ، 1987). "حيث أن لاعب كرة القدم لا بد أن يجيد اللعب في كافة مناطق الملعب وبما أن وقت المباراة (90 دقيقة تقسم إلى شوطين والتي تتطلب من اللاعب أداء حركات سريعة وانطلاقات متعددة في أوقات متكررة فكل ذلك لا يتحقق ما لم يمتلك اللاعب القدرات البدنية

العالية والتي تمكنه من أداء المباراة على أكمل وجه" (عماد زبير احمد؛2005)
ومن هنا برزت أهمية البحث في معرفة مدى علاقة القدرات البدنية و
المهارية و المرفولوجية والفسولوجية والنفسية والعقلية مع متطلبات مراكز
اللعب في كرة القدم.

و بهدف تحديد الصفات البدنية الخاصة وبعد الإطلاع على المصادر
والأبحاث في هذا الجانب قام الباحث بعرض القدرات البدنية الخاصة التي تم
الحصول عليها من المصادر العلمية و الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم
وقد تم اختيار الصفات البدنية التي تتفق مع بنيامين بلوم(بنيامين وآخرون1987
(القوة الانفجارية ، القوة المميزة بالسرعة ، تحمل القوة ، سرعة الأداء ، سرعة رد
الفعل ، تحمل الأداء ، تحمل السرعة ، السرعة الحركية ، القوة الانفجارية للأطراف
السفلى ، تحمل القوة ، الرشاقة ، المرونة ، التحمل العام.

المهارات النفسية في الرياضة : تتضمن كل من(أسامة كامل راتب ، 2000)

- القدرة على التصور - القدرة على الاسترخاء.

- القدرة على التركيز الانتباه

- القدرة على مواجهة القلق

- الثقة بالنفس

- دافعية الانجاز الرياضي

وتنقسم المهارات الأساسية إلى: (محمد حسن علاوي ، 1984).

- ضرب الكرة بالقدم (المناوله والتهديف)

- المراوغة والخداع

- دحرجة الكرة

- ضرب الكرة بالرأس

- السيطرة على الكرة (الإخماد)

- الجري بالكرة

- مهاجمة الكرة

- الرمية الجانبية

- مهارات حارس المرمى

لتلبية متطلبات التوجيه لكرة القدم يجب توسيع وظائف اللاعبين و تقديم

تكوين محكم ومنسجم ومتعدد الأشكال ، لان مجموعة معقدة كفريق كرة القدم يحتاج إلى درجة عالية من التنظيم الذي يلبي فيه توزيع المهام المتطلبات الخاصة بالوظيفة التي يقوم بها اللاعب.

متطلبات لاعب كرة القدم الحديث حسب مراكز اللعب:

متطلبات لاعب الدفاع:

يقوم أفراد الفريق بالدفاع من لحظة فقدان الكرة مع استخدام ظهير الوسط خاصة الظهير القشاش والحر والدفاع القوي ضد الجناحين و مراقبتهم اللاصقة وكذا المراقبة اللصقية للمهاجمين الخطرين وعدم التهور والاندفاع عند القلة العددية مع عودة لاعبو الوسط لغلق منطقة اللعب المباشرة الخطرة. (حنفي محمود ، 1995)

متطلبات لاعبي الهجوم:

أن يعمل جميع الفريق على تنفيذ خطط اللعب التي تدربوا عليها مساعدة الزميل المستحوذ على الكرة وجري اللاعب الحر (المهاجم) مائلا أمام و خلف المدافعين مع مساعدة الزميل الذي معه الكرة في الوسط و خلق مساحة فارغة في الجناح بالإضافة إلى فسح المجال الهجومي لمدافع الجناح الذي تصعب مراقبته ، القادم من الخلف و المشاركة في إنهاء الهجوم بأكبر عدد ممكن.

متطلبات لاعبي الوسط:

يعتبر حلقة وصل بين الهجوم و الدفاع ، وتعتبر منطقة الوسط المنطقة التي يمر منها أكثر اللاعبين ذهابا وإيابا ، بالإضافة إلى كل هذا فان لاعبي الوسط هم أحسن اللاعبين المساندين لخط الهجوم ، و تحويل اتجاه اللعب من جانب لآخر ، تطبيق مبدأ الاحتفاظ بالكرة والبدء بتطبيق الخطط الهجومية ، التهديد والهجوم المباشر ، تشكيل جدار الدفاع الأول (الدفاع المتقدم) ، المراقبة القوية للاعبي الخصم.

متطلبات مدافعي الجناح:

التقدم في خطط اللعب ، ألزم المدافعين المشاركة في الهجوم وإنجاحه باعتبارهم يتقدمون من الخلف حيث تصعب مراقبتهم وحريرتهم من فكرة الالتزام بالدفاع فقط(تامر محسن إسماعيل ، موفق مجيد المولى ، 2000)

ولوجود الفراغات الواسعة عند الأجنحة باعتبارها مناطق هجومية غير مباشرة وكذا قلة المدافعين في المناطق الجانبية و صعوبة التغطية من المدافعين أنفسهم ولذلك تتلقى كرة القدم الحديثة واجبات إضافية لمدافعي الجناح

بتحويلهم إلى مهاجمين جناح وحتى إلى مهاجمين إنهاء الهجوم ، و يتم هذا خاصة إذا أراد المدرب الاحتفاظ بلاعبي خط الوسط كاملين حتى يتمكن من التحكم في وسط الملعب.

والتوجيه يهتم كذلك بقدرات التلميذ كشرط أساسي لتوجيهه بالنسبة للفئة المدروسة تتمثل في تلاميذ الطور المتوسط أي مرحلة المراهقة المبكرة و التي تتميز بعدة خصائص:

الصفات البدنية أثناء المراهقة:

القوة:

3 - 7 - 1 - تزداد القوة المطلقة عند الأولاد بصورة أسرع في مستواها كما نلاحظ تطور القوة الانفجارية ، و تتضح كفاءات المراهق للتغلب على المقاومة بسرعة كبيرة للتقلص العضلي.

3.7.2. السرعة:

ترتبط السرعة بتغير حركة العمليات العصبية التي يعبر عنها في اكتمال سير عمليات الإثارة في أجهزة مختلفة للجهاز العصبي ، ومستوى التناسق العصبي ، مرونة و التواء الألياف العضلية و فعالية التناسق في العضلة مع تغير مستوى القوة و المرونة و الكفاءة التناسقية للصفات الإرادية.

3.7.3. المرونة:

تتصف هذه الصفة عند المراهق بوصولها لأكبر قابلية تحرك للمفاصل نتيجة لتأثر القوة الخارجية ، و تكون مؤشرات المرونة الخاملة أعلى من مؤشرات المرونة النشطة دائما و يتم تحديد مستوى المرونة عن طريق قابلية تحريك المفاصل ، و صفات المرونة للعضلات والأربطة وعن طريق مقاييس الضخامة العضلية و تأثير الجهاز العصبي المركزي.

3.7.4. التحمل:

يتم بلوغ المستوى العالي في التحمل عند المراهق بعد بلوغ المستوى الأعظم للسرعة والرشاقة والمرونة ، وفي التحول العام تفهم كفاءة المراهق بالعمل الطويل بشكل فعال و مستمر والذي يشارك فيه الجزء الأعظم من الجهاز العضلي نتيجة للتفاعلات الكيميائية التي تستند إلى استخدام ثلاث أنواع من مصادر تكون الطاقة اللاسيدية لغازية و عازية. (ريسان خريبط محمد ، 1989)

في المجال الانفعالي: بهذا الصراع نوعا ما ، و تخف الشحنة الانفعالية نسبيا.

في المجال العقلي: يظهر التفكير الموضوعي و يصبح أكثر خصوصاً للأغراض العلمية ، و أكثر سعياً إلى التكيف مع الواقع.

في المجال الاجتماعي: ينتقل مركز الثقل في الحياة النفسية من الاهتمام بالذات إلى الرغبة في التوافق مع المجتمع. (ع. الرحمن عيسوي ، 1990)

فتوجيه الطفل أو المراهق إلى نشاط رياضي ككرة القدم أو لمركز لعب معين يتم بدراسة و تحليل لقدرات التلميذ وكذا متطلبات النشاط أو المركز وكذلك معرفة ميول التلميذ فالتوجيه بصفة عامة يتم بتوافق قدرات و ميول التلميذ مع متطلبات النشاط أو المركز المختار.

الدراسة المنهجية :

منهج البحث المستخدم :

قام الباحث باختيار المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على جمع البيانات وتصنيفها وتبويبها ومحاولة تفسيرها وتحليلها وهو المنهج الأنسب لطبيعة الموضوع.

مجتمع البحث :

المجتمع المبحوث يتكون من مجموع الأخصائيين في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وبالخصوص مدربي كرة القدم ذوي مستويات دراسية عالية وكذا المستشارين في الرياضة من خرجي المعهد العالي لتكنولوجيا الرياضة.

عينة البحث :

العينة في هذا البحث متكونة من مدربي و أساتذة كرة القدم الحاصلين على شهادة الدكتوراة وكذلك الحاصلين على الشهادات الأكاديمية العليا وذوي الخبرة الميدانية و اشتملت العينة على 50 مدرب من أصحاب الشهادات العليا.

أدوات الدراسة: اعتمد الباحث على الاستمارة الاستبائية التي استعملها كل من FAMOSE. BERTEC. في عملية اكتشاف المعايير المحددات المناسبة لتوجيه الأطفال في رياضة التنس. (FAMOSE M DURANND K 1998) حي تم اعتماد شكل الاستمارة الاستبائية مع القيام بتعديلات وفق ما يتطلبه موضوع بحثي المتمثل في تحديد معايير خاصة بالتوجيه نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم.

الأساليب الإحصائية: استخدم الباحث معاملات الارتباط « لبيرسون » و« سيرمان » والنسب المئوية واستعمل سلم " ليكارت " السباعي وكذا المتوسط الحسابي.

مناقشة نتائج البحث:

من خلال نتائج البحث المتوصل إليها و بتحليل الاستثمارات الاستيعابية الخاصة بمختلف مراكز اللعب ، والتي شملت (50) متخصص في كرة القدم توصلنا إلى مجموعة من المعايير والمحددات الخاصة بمختلف مراكز اللعب في كرة القدم وذلك لتأكيد الفرضيات الجزئية الثلاث التي كانت على الشكل التالي:

- توجيه التلاميذ نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يخضع إلى استعدادات وقدرات بدنية ، مرفولوجية ، وظيفية وتوافقية.

- توجيه التلاميذ نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يخضع إلى استعدادات وقدرات عقلية.

- توجيه التلاميذ نحو مختلف مراكز اللعب في كرة القدم يخضع إلى استعدادات وقدرات النفسية.

توصلنا إلى مجموعة من معايير ذات أهمية كبيرة في عملية التوجيه نحو مختلف مراكز اللعب وكانت هذه المعايير كما يلي:

حارس المرمى:

المعايير البدنية: سرعة رد الفعل ، سرعة التنفيذ ، القوة الانفجارية للأطراف السفلية ، القوة الانفجارية للأطراف العلوية ، المرونة ، الرشاقة. الطول ، طول الذراع.

المهارية: دقة التصويب ، قوة القذف ، تحكم والسيطرة على الكرة.

العقلية: الانتباه ، التركيز ، الذكاء ، شدة وثبات الانتباه.

التوافقية: قدرة التمييز ، سرعة اتخاذ القرار.

النفسية: الميول ، الثقة بالنفس.

لاعب الدفاع:

البدنية: سرعة رد الفعل ، القوة الانفجارية للأطراف السفلية ، القوة الانفجارية للأطراف العلوية ، الرشاقة ، التحمل ، الطول ، علاقة الطول بالوزن ، التحمل.

المهارية: السيطرة على الكرة ، التحكم و السيطرة على الكرة ، قوة القذف ،

دقة التصويب.

العقلية: الذكاء ، الانتباه ، التركيز.

التوافقية: التوازن ، سرعة اتخاذ القرار ، قدرة التمييز.

النفسية: الميول ، القدرة على التحمل الحمل النفسي ، الخصائص المزاجية

للممارس ، الثقة بالنفس.

لاعبى الوسط :

البدنية: سرعة رد الفعل ، سرعة التنفيذ ، القوة الانفجارية للأطراف السفلية ، سرعة التنفيذ ، السرعة القصوى ، الرشاقة ، المرونة ، التحمل ، علاقة الطول بالوزن. نسبة الدهون في الجسم ، القوة المتميزة بالسرعة.

المهارية : التحكم و السيطرة على الكرة ، دقة التصويب ، قوة القذف ، السيطرة على الكرة.

العقلية: الذكاء التركيز ، الانتباه.

التوافقية: التوازن التوافق العصبي العضلي ، سرعة اتخاذ القرار ، قدرة التمييز.

النفسية: الثقة بالنفس ، الميول ، قدرة على تحمل الحمل النفسي.

لاعبى الهجوم:

البدنية: سرعة رد الفعل ، سرعة التنفيذ ، القوة الانفجارية للأطراف السفلية و العلوية ، الرشاقة و المرونة ، الطول ، خلاقية الوزن بالطول ، القوة المتميزة بالسرعة.

المهارية: قوة القذف ، دقة التصويب ، التحكم و السيطرة على الكرة.

التوافقية: قدرة التمييز ، سرعة اتخاذ القرار

العقلية: الذكاء ، الانتباه ، التركيز ، قدرة التحفز.

النفسية: الميول ، الثقة بالنفس ، الخصائص المزاجية للممارس ، القدرة على

تحمل الحمل النفسي.

خلاصة:

إن النتائج المتوصل إليها مع أنها مهمة إلى أنها نسبية إلى حد ما لان مثل هذه المواضيع (التوجيه ، الانتقاء ، الاكتشاف) تحتاج إلى دراسات معمقة و دقيقة وطولية لان نتائج هذه الدراسة إذا طبقت تحتاج لعدة سنوات لمعرفة مدى مصداقية و دقة نتائجها مع العلم أن العينة المختبرة لها باع طويل في التكوين والتأطير و ذوي خبرات وشهادات عالية.

لذا يجب العمل واخذ هذا النموذج كمعيار ولو بسيط في اختيار وتوجيه رياضيي كرة القدم نحو مختلف مراكز اللعب حيث بينت هذه الدراسة الاختلافات الموجودة بين المتطلبات ودرجة أهميتها من منصب أو مركز لعب إلى آخر.

المراجع والمصادر:

المراجع باللغة العربية:

1. العابد ، أ وآخرون(1998) المعجم العربي الأساسي ، المنطقة العربية للتربية والثقافة والإعلام
2. أبو الفصل جمال الدين ابن منصور(1997) لسان العرب" دارا لطباعة والنشر ب ط ، ج3 ، لبنان

3. سلامة إبراهيم محمد ، (1980). اللياقة البدنية ، الاختبارات والتدريب ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة
4. الخولي أمين أنور ، محمد الحماحمي ، (1990) أسس بناء برنامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي.
5. مفتي ابراهيم ، (1994) ، الجديد في الإعداد المهاري و الخططي للاعب كرة القدم ، القاهرة
6. بن هادية علي وآخرون(1991): القاموس الجديد للطلاب ط 7 ، المؤسسة الوطنية للكتاب
7. سعد جلال ، (1992) ، التوجيه النفسي و المهني ، ط2 ، دارا لعكر ، القاهرة ، مصر.
8. كمال الدسوقي ، (1997) " النمو التربوي للطفل و المراهق " دارا لنهضة العربية ، ب. لبنان
9. رايح تركي ، (1990) ، أصول التربية و التعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، ط2 ،
10. رومي جميل ، (1986) ، كرة القدم ، دار النقائض ، ط1 ، بيروت ، لبنان.
11. سامي الصفار وآخرون ، (1987) كرة القدم ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2 ، بغداد.
12. عماد زبير احمد؛(2005) التكنيك والتكتيك في خماسي كرة القدم ، شركة السندباد للطباعة ، ط1:بغداد.
13. بنيامين وآخرون ، (1987) قسم تعليم الطالب الجامعي ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون ، دار الكتب ماكرو هبل ، القاهرة.
14. أسامة كامل راتب ، (2000) ، تدريب المهارات النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
15. حنفي محمود ، (1995) التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،
16. محمد حسن علاوي ، (1992) سيكولوجية التدريب والمنافسات ، دارالمعارف كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان.
17. ثامر محسن اسماعيل ، موفق مجيد المولى (2000) ، الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
18. ريسان خريبط محمد ، (1998) النظريات العامة في التدريب الرياضي ، دار النشر ، ط1 ،
19. عبد الرحمان عيسوي ، (1990) علم النفس التقليدي ، كلية الأدب ، جامعة الإسكندرية ، دار الرتب الجامعية ، بيروت.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. FAMOSEETM. DURAND K. (1998). IN APTITUDE ET PARFOEMANCE MOTIRICE. PARIS. Ed REVUE EPS

□

فعالية المناخ التنظيمي في تطوير إدارة المؤسسة الرياضية

د. علي زاوي *

الملخص

أفضت الدراسة إلى معرفة أهمية شبكة التطوير التنظيمي في تحقيق الأهداف الإدارية للمؤسسات الرياضية، والمتمثلة في السعي إلى تحسين الأداء لكل من الأفراد والمؤسسات من خلال الاعتماد على المنهجية العلمية والنظريات والمفاهيم السلوكية الرامية لإيجاد الحلول للمشكلات التي يواجهها أي تنظيم من خلال الدراسة والبحث في ثقافتها وثقافة العاملين فيها، بشكل ينعكس على أعضاء التنظيم بصورة تحمل في معانيها انفتاحا وإخلاصا يسعى إلى تحسين فعالية إدارة المؤسسات الرياضية، وعليه أبرزت الحاجة والأهمية لدراسة فعالية شبكة التطوير التنظيمي في إدارة المؤسسات الرياضية، وباعتبار التطوير التنظيمي ظاهرة صحية وطبيعية في إدارة المؤسسات الرياضية من خلال أهمية الكبيرة في زيادة كفاءة الأداء وفعاليتها تعتمد على وجود نظم إدارية تقوم على البحث والدراسة والتحليل لتطوير.

الكلمات الدالة: التطوير التنظيمي، شبكة التطوير التنظيمي، الإدارة، المؤسسة الرياضية، المناخ التنظيمي.

مشكلة الدراسة: تعتبر الرياضة واحدة من الأنشطة الإنسانية التي أخذت تتوسع وتتفرع نتيجة الاهتمام المتزايد بها، وخلال هذا التوسع كان من الضروري التثبت بالإطار العلمي في تنظيمها، فنجاعها مرهون بمدى استخدامها كأسس ومبادئ وتطبيق الوظائف الإدارية على كافة المستويات بدءا من المجلس الأعلى للشباب والرياضة، والجنة الأولمبية مرورا بالاتحادات الرياضية، وصولا للأندية ومراكز الشباب.

باعتبار الإدارة علم قائم على أسس عملية ومبادئ ومفاهيم منظمة تستخدم أرقى أساليب الأبحاث والدراسات في حل المشكلات، وفي التفاعل مع البيئتين الداخلية والخارجية وصولا إلى تحقيق أهداف مادية ومعنوية وإنسانية لأطراف كافة⁽¹⁾. وكثيرا ما اتجهت المؤسسات الرياضية إلى التخطيط لتطوير ذاتها

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة باجي مختار عناية
(1) بشير علاق، مبادئ الإدارة، ط1، دار البيزوري العملية للنشر والتوزيع، 2008، ص 20.

"واعتمادها على خطط سريعة للتغلب على مشاكلها الإدارية إلا أن مثل هذه الخطط تواجه الفشل لأن هدفها هو حل المشكلات وليس التعمق في جذورها للقضاء عليها ، فظهرت أساليب التطوير التنظيمي كأسلوب معالجة المشاكل ومواكبة تطورات العصر الحديث"⁽¹⁾.

وعلى ضوء هذا تتحدد إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي: ما مدى فعالية شبكة التطوير التنظيمي في تحقيق الأهداف الإدارية للمؤسسات الرياضية؟

الأسئلة الجزئية:

1. هل الأنظمة والسياسات الإدارية المتوفرة في إدارة المؤسسات الرياضية تساهم في تحقيق الأهداف المسطرة؟.
2. هل توفر المناخ التنظيمي الملائم يساعد في تفعيل أساليب التطوير التنظيمي داخل المؤسسات الرياضية؟.
3. هل التحكم والتطبيق الجيد لأساليب التطوير التنظيمي يساعد إدارة المؤسسات الرياضية في تحقيق أهدافها؟.

أهداف الدراسة:

1. التعرف على كيفية تنمية مهارات موظفي الإدارة الرياضية وحل المشكلات الإدارية بطريقة جماعية وتعرف.
 2. على مناخها المناسب لحلها بدلا من إخفائها أو تحميلها للآخرين.
 3. التعرف على البرنامج لتغيير والتطوير الذي يزيد من قدرة المؤسسات الرياضية على التكيف مع بيئتها. والذي يتلاءم مع الأهداف المرجوة منه بدقة وعناية.
- تشخيص أهم المشاكل الإدارية والتنظيمية التي تؤثر سلبا على أهداف الإدارة للمؤسسات الرياضية و على مستوى الأداء والتعرف على مدى قدرتها على تحقيق الرضا لجميع الأطراف المرتبطة بها.

أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة في تحسين آليات حل المشكلات التنظيمية المعقدة ، ومعالجة العوائق الفنية التي تعاني منها المؤسسات الرياضية بهدف جلب بيئة مناسبة للابتكار والإبداع للعاملين ، وإشاعة الثقافة التنظيمية المحفزة بتوظيف المعرفة السلوكية والعلمية المتاحة ، وتطبيق تقنيات التدخل والتجريب بهدف

(1) محمد الصيرفي ، التطوير التنظيمي ، ط1 ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ، 2007 ، ص 05 .

تحسين الأداء وزيادة فاعلية المؤسسات الرياضية لتمكينها من تحقيق أهدافها وأهداف العاملين فيها.

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: لشبكة التطوير التنظيمي دور إيجابي في تحقيق الأهداف الإدارية للمؤسسات الرياضية.

الفرضيات الجزئية:

1. الأنظمة والسياسات الإدارية المتوفرة في إدارة المؤسسات الرياضية تساهم في تحقيق الأهداف المسطرة.
2. توفر المناخ التنظيمي الملائم يساعد في تفعيل أساليب التطوير التنظيمي داخل إدارة المؤسسات الرياضية.
3. التحكم والتطبيق الجيد لأساليب التطوير التنظيمي يساعد إدارة المؤسسات الرياضية في تحقيق أهدافها.

مصطلحات الدراسة:

التطوير: هو مصطلح مشتق من أصل لاتيني « volupe » والذي يعني إخراج الميزة أو الفائدة الكامنة داخل أي شيء.

تطوير التنظيمي: عرفه «ريتشارد بيكارد» (RICHARD BECHARD) على أنه مجموعة الأنشطة المخططة على مستوى التنظيم ككل التي تشرف عليها الإدارة العليا لزيادة الكفاءة التنظيمية من خلال التدخل المخطط في العمليات التنظيمية وباستخدام العلوم السلوكية⁽¹⁾.

الإدارة: أن لفظ الإدارة كلمة لاتينية tosave وترجمتها للغة الفرنسية تعنى بذلك أداء خدمة للآخرين أو ADMINISTRATION تحقيق غرض معين أو هدف معين.

الاجراءات المنهجية للدراسة :

منهج الدراسة: انطلاقا من موضوع دراستنا واستجابة لطبيعة الموضوع اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي.

مجتمع وعينة الدراسة :

مجتمع الدراسة: يعتبر مجتمع الدراسة كل الوحدات التي تمتلك خصائص أو صفات محددة يتم إقرارها بمعرفة الباحث وفقا لبعض الأسس⁽²⁾. فكان المجتمع يضم جميع الموظفين التابعين لمقر مديرية الشباب

(1) وحيد بن احمد الهندي، تطوير المنظمات، مكتبة ملك فهد الوطنية، الرياض، 2000، ص 62.
(2) محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2009، ص 15.

والرياضة بالمدينة والبالغ عددهم 68 موظف وفق الإحصائيات الرسمية لمديرية الشباب والرياضة بالمدينة.

عيينة الدراسة: تمثلت العينة في هذه الدراسة في 60 موظفا من مجموع 68 موظف أي بنسبة 88% من المجموع الكلي وتم اختيارهم بطريقة قصديه.

أدوات الدراسة :

الدراسة النظرية : يصطلح في تسميتها بالمعطيات البيبلوغرافية حيث تتمثل في الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب ومذكرات ونصوص منشورة التي يدور محتواها حول الإدارة في المؤسسات الرياضية ، والمناخ التنظيمي.

أداة الدراسة "الاستبيان":

اعتمدنا في بحثنا هذا على جمع البيانات و المعلومات المتعلقة بالدراسة ، فكانت الصورة النهائية لأداة الدراسة كما هو موضح في الجدول 01.

الجدول رقم (01): يوضح توزيع أسئلة الاستبيان على محاور الدراسة

موقعها في الاستبيان	عدد الأسئلة	محاور أداة الدراسة (الاستبيان)
1 . 12	12	إدارة المؤسسات الرياضية
13 . 20	08	المناخ التنظيمي
21 . 34	14	أساليب التطوير التنظيمي
143		الكلي

صدق أداة الدراسة من خلال :

صدق المحتوى أو الصدق الظاهري: تم العرض الأولي على الأستاذ المشرف أولا ثم ستة محكمين « أساتذة مختصين فطلب منهم تحكيم ، فقمت بدراسة ملاحظتهم واقتراحاتهم وأجريت التعديل في ضوء توصياتهم.

صدق الاتساق الداخلي للفقرات أداة الدراسة: بهدف التحقق من مدى ارتباط كل محور من محاور الدراسة بفقرات أداة الدراسة ، والتأكد من عدم التداخل بينها ، من خلال إيجاد معامل الارتباط « بيرسن » كما هو موضح بالجدول 02.

الجدول رقم (02) يمثل معامل ارتباط بيرسن لمحاور الدراسة

معامل الارتباط بيرسن	محاور أداة الدراسة
0 . 87	إدارة المؤسسات الرياضية
0 . 85	المناخ التنظيمي
0 . 89	أساليب التطوير التنظيمي

يتضح من الجدول أن جميع معدلات الارتباط "بيرسن" لمحاور الاستبيان الثلاث مرتفعة لها دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,05 وبذلك تعتبر جميع محاور الاستبيان صادقة لما وضعت لقياسه.

ثبات أداة الدراسة: يقول "فان دالين" عن ثبات الاختبار: "يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين تحت نفس الشروط"⁽¹⁾. لذلك قمنا بتطبيق أداة الدراسة مرتين على نفس العينة من الموظفين متكونة من 18 موظفا تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، وبعد 15 يوما قمنا بإعادة تقديم نفس الأداة لنفس الفئة للتأكد من ثبات الاختبار ، ويمكن تفسير هذا باستعمال معامل "ألفا كرونباخ" كما هو مبين في الجدول 03 :

الجدول رقم (03): يوضح نتائج اختبار ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان:

معامل الثبات	محاور أداة الدراسة
91 .0	إدارة المؤسسات الرياضية
89 .0	المناخ التنظيمي
93 .0	أساليب التطوير التنظيمي
90 .0	الثبات الكلي

واضح من نتائج أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لكل محور من محاور الاستبيان ، وهذا يعني أن معامل الثبات الكلي مرتفع بنسبة 0,90 وتكون أداة الدراسة في صورتها النهائية قابلة للتوزيع.

العمليات الإحصائية:

$$\bar{d} = \frac{\sum x_i - y}{n}$$

المتوسط الحسابي \bar{x} **المتوسط الفروق**

$$S_d = \sqrt{\frac{\sum (d_i - \bar{d})^2}{n-1}}$$

الانحراف المعياري S_d **اختبار مربع كاي** χ^2 **القيمة المتوقعة** E **القيمة المشاهدة** O

$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E} = \sum \frac{S_d^2}{E}$$

معامل الاختلاف $CV = S_d / \bar{X}$

- معامل الارتباط "بيرسن" للاتساق الداخلي لأستلة أداة الدراسة.
- معامل اختبار "ألفا كرونباخ" لقياس ثبات أداة الدراسة.

(1) محمد صبحي حسنين ، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 ، ص 192 .
(2) عبد الجبار توفيق البياني ، البحث التجريبي واختبار الفرضيات ، ط1 ، دار النشر جهينة ، الأردن 2007 ، ص 91 .

تفسير ومناقشة نتائج الفرضيات:

تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من خلال النتائج المتوصل إليها في تحليل أسئلة الاستبيان الخاص بالفرضية الأولى التي تقول "أن الأنظمة والسياسات الإدارية المتوفرة في المؤسسات الرياضية تساهم في تحقيق الأهداف المسطرة" نجد أن التكامل بين مختلف المستويات الإدارية غير موجود ، هذا ما أثر على التفاعل بين مختلف المتغيرات (الهيكل التنظيمي ، التكنولوجيا ، أداء الموظفين) وجعل المعلومات تتدفق وتنصب في اتجاه واحد « اتصال رأسي » وما يميز الأهداف وإستراتيجية الإدارة الرياضية بعدم الوضوح والصعوبة في تنفيذها داخل المؤسسة.

يقول "المعاينة" بأن التنظيم يشتمل على تقييم العمل وتحديد السلطات وتنمية الهيئات الإدارية وذلك بوضع كل إداري مسؤول في منصبه الملائم ، ويعتبر الإدارة الناجحة هي التي تمتلك التنظيم الجيد الذي يساعدها على تحقيق أهدافها وتحديد المسؤوليات والمهام للأشخاص داخل المؤسسة ، وبالتالي يتم إنجاز الأعمال في وقت قصير وبأقل التكاليف والجهد(1).

كما نجد أن الموظفين لا يتم تدريبهم على أساليب التسيير الإداري إلا أنهم يعملون ما بوسعهم لتجديد المهارات والمعارف لتقبل المهام والمسؤوليات الملقاة على عاتقهم ، وهذا راجع لمتابعة ومراقبة المسؤولين في معالجة المشاكل التي تواجههم من جهة ، وتطوير السلوك الإداري باستعمال نظام اللوائح التنفيذية من جهة أخرى ما يميز إدارة المؤسسة الرياضية بالمتابعة المستمرة للأهداف المسطرة من أجل التأكد من تنفيذها بشكل سليم ودقيق.

ومن هنا وفي إطار وحدود وظروف ما ترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للفرق يمكننا القول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

من خلال النتائج المتوصل إليها في تحليل أسئلة الاستبيان الخاص بالفرضية الثانية التي تقول: "توفر المناخ التنظيمي الملائم يساعد في تفعيل أساليب التطوير التنظيمي داخل إدارة المؤسسات الرياضية".

نجد أن الموظفين في المؤسسة الرياضية لا تجمعهم أهداف ومصالح مشتركة وهذا راجع للهيكل التنظيمي للإدارة غير مرن من حيث مكوناته لمواجهة

(1) العميان محمود سليمان السلوك التنظيمي ط 2 دار وائل للنشر ، عمان ، 2005 ، ص 36 .

التغيرات المفاجئة والتأقلم معها ، يعني بذلك وجود مستوى ضئيل من الاتصالات والتعاون بين الموظفين.

ويؤكد ذلك "محمود": "على أن الهيكل التنظيمي هو البناء الذي يحدد التركيب الداخلي للعلاقات السائدة في المنظمة فهو يوضح التقييمات أو الوحدات الرئيسية أو الفرعية المتعلقة بمختلف الأعمال والأنشطة التي تحقق أهداف المنظمة ، إضافة لذلك يبين أنماط الاتصالات والعلاقات التي تربطهم ، ولكي يحقق الهيكل التنظيمي للمؤسسة الكفاءة والفعالية في إنجاز المهام لابد أن يتسم بالمرونة ، إن هذه الخصائص تتيح للعاملين المشاركة في اتخاذ القرارات ورسم السياسات وتحقيق سبل الإبداع والابتكار في إطار مناخ تنظيمي قادر على تحفيز الأفراد ورفع روحهم المعنوية(1).

كما يتضح أن الموظفين مستعدون لإحداث التطوير كونه يقوم بتخفيف الصراعات بين الجماعات ويهيئ جوا ملائما للعمل داخل الإدارة وما يتطلبه هذا التطوير من إعادة تصميم العمليات والأنشطة في ضوء خطة مقترحة وتشجيع الجوانب السلوكية الإيجابية لديهم ، ومراعاة العلاقات الإنسانية والاجتماعية من طرف المسؤولين.

وباعتبار أن الإدارة الرياضية تستخدم التكنولوجيا الحديثة في أعمالها من حين إلى آخر نتيجة ما تقدمه الإدارة من منفعة كبيرة سواء في نوعية الخدمة أو الوقت المستغرق لإنجازها ، وهو ضروري من أجل إحداث التطوير داخل المؤسسة.

يقول « اللوزي » أن استخدام التكنولوجيا في الإدارة يؤدي إلى تحقيق فوائد عديدة منها تحسين نوعية الخدمات المقدمة ، ورفع مستوى الأداء وتخفيض التكاليف وتقليص الوقت ، وزيادة ولاء العاملين للمؤسسة والعمل على تحسين وتطوير إجراءات وأساليب العمل وزيادة قدرة المؤسسات على البقاء والاستمرار(2) ، ومن هنا وفي إطار وحدود وظروف ما ترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للفرق ، يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

من خلال الاستنتاجات المتوصل إليها في تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالفرضية الثالثة والتي تقول: "التحكم والتطبيق الجيد لأساليب التطوير التنظيمي يساعد المؤسسة الرياضية في تحقيق أهدافها".

(1) محمود خيظر كاضم ، السلوك التنظيمي ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، 2002 ، ص 47 .

(2) اللوزي موسى ، التطوير التنظيمي ، دار وائل للنشر ، عمان ، 1999 ، ص 235 .

نجد أن التطوير التنظيمي داخل إدارة المؤسسات الرياضية يحتاج إلى إمكانيات مادية كبيرة وجهود بشرية كفأه متخصصة في هذا المجال ، وباعتبار أن الإدارة لا تملك تصورا لخطة تنفيذية للتطوير ، وغياب المعايير التي تقيس درجة فعالية هذه البرامج الخاضع لها الموظفون ، اتضح لنا أن الخبير باشتراك مع الموظفين قاموا بتكوين فكرة التطوير ، لأنهم يمتلكون الرغبة ودافع في الالتحاق بالدورات التدريبية لتنمية وتطوير مهاراتهم ومعارفهم.

ويؤكد ذلك CUMMING AND WORLEY : أن عملية حل المشكلات تتعلق بطريقة المؤسسة في التعامل مع التهديدات والفرص في البيئة المحيطة بها ، كما يوضح أن الأهداف الرئيسية للتطوير التنظيمي هو تحسين قدرة المؤسسة على تجديد نفسها ، وبالتالي الموظفون يمكنهم أن يتبنوا بسرعة نمط إداري معين يمكنهم من التعامل مع المشاكل الجديدة التي تواجههم⁽¹⁾.

ويشير في هذا الصدد RESH and BELLE : أن التطوير التنظيمي جهد يحضى بالتأييد من الإدارة العليا وينصب على الأجل الطويل لتطوير أسلوب حل المشاكل في المؤسسة ، ولتجديد عملياتها خاصة من خلال التشخيص والتسيير الفعال وجماعي لمناخ المؤسسة مع التركيز الخاص لعمل الفريق الرسمي والعلاقات المتبادلة بين الجماعات ، وذلك بمساعدة المستشارين والخبراء ، وباستخدام التكنولوجيا والنظريات الخاصة بالعلوم السلوكية التطبيقية⁽¹⁾. ومن هنا وفي إطار وحدود وظروف ما ترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للفرق ، يمكن القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

الاستنتاجات :

تتأثر الأهداف المسطرة من طرف إدارة المؤسسة الرياضية بالأنظمة والسياسات المتوفرة لأن العمل على تطوير الهيكل التنظيمي للمؤسسة الرياضية بشكل مستمر يجعلها قادرة على مواكبة التغيرات في بيئة العمل وإجراء تعديلات في الأنظمة والسياسات المتبعة يزيد من فاعليتها في اتخاذ القرارات الصائبة ، وتحقيق أهدافها ويجعل من المسؤولين إتباع أنماط قيادية "ديمقراطية" مؤثرا في ذلك على عمل الموظفين باكتسابهم أساليب التسيير الجيد في تطبيق العناصر الأساسية للإدارة "التخطيط ، التنظيم ، ... " والتحلي بروح المسؤولية والعمل على تجديد معارفهم وقدراتهم لمواجهة التغيرات المفاجئة في حياة عملهم.

توفر مناخ تنظيمي ملائم يساعد في تفعيل أساليب التطوير التنظيمي داخل

(1) CUMMINGS AND WORLEY . organization development and change six the edition south western publishing . 1998, P02 .

إدارة المؤسسة الرياضية لأن عمليات التطوير التنظيمي تركز على المناخ الداخلي للتنظيم الذي يتكون من مجموعة العناصر الإنسانية، وما يتم بينها من تفاعلات وعلاقات مع عدم تجاهل المناخ الخارجي والاعتماد على خبراء ومستشارين متخصصين في هذا المجال، حيث يقوم المسؤول بتشجيع الجوانب السلوكية ورفع مستوى الاتصال بينهم ومراعاة العلاقات الإنسانية والاجتماعية لدى الموظفين والعمل على تحقيق أهدافهم من أجل تفعيل أساليب التطوير التنظيمي.

التحكم والتطبيق الجيد لأساليب التطوير التنظيمي يساعد إدارة المؤسسة الرياضية في تحقيق أهدافها لأن من السمات المميزة لشبكة التطوير التنظيمي أنها جهد منظم تحظى بدعم من الإدارة العليا وتشمل المؤسسة ككل، وتعمل على تنمية وتطوير الموظفين في مجال التطوير وزيادة مشاركتهم في العملية الإدارية بشكل عام الذي يؤدي إلى تطوير المؤسسة وتعزيز كفاءتها وتحقيق أهدافها وأهداف العاملين فيها.

خاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها وتبعنا لحركة تطور الإدارة كحقل علمي منذ نهاية القرن التاسع عشر وحتى الوقت الحاضر لاحظنا أن مفهوم التطوير التنظيمي يمثل الوجه الآخر للإدارة، فقد سعت المدارس الفكرية الإدارية المختلفة إلى محاولة التطوير المستمر للنظريات والمبادئ والمفاهيم والعمليات الإدارية، وذلك بهدف رفع مستوى الأداء وتجاوز المعوقات التي تواجه المنظمات الإدارية الرياضية.

وفي سبيل تحقيق أهدافها بكفاءة وفعالية، فقد تزايد دور التطوير التنظيمي وأهميته في الإدارة مع تحول المجتمعات في القرن الحادي والعشرين إلى مجتمع المعلومات ذي الطبيعة المتسارعة التغيير حيث تواجه المؤسسات الرياضية تحديات تتعلق بكفاءة الأداء والتطوير التنظيمي المستمر للتكيف مع بيئتها الداخلية والخارجية، وباعتبارها نظام مفتوح يؤثر ويتأثر بالبيئة المحيطة بها، فإن كفاءتها وقدرتها على التغيير ومواجهة بيئتها الداخلية والخارجية يتطلب القيام بنوع من التطوير يتناول الأهداف والسياسات والأنظمة والقواعد والإجراءات والمهارات مع تطوير أفرادها، تجعلها أكثر قدرة على معالجة المشاكل الفنية والإدارية، ومشاكل الموظفين فيها، أي خلق مناخ مناسب للعمل داخلها.

وعليه يمكن القول أن شبكة التطوير التنظيمي ذات طابع عملي وعلمي يهتم بماضي المؤسسة الرياضية وحاضرها ومستقبلها على المدى البعيد باعتمادها على القيم الإنسانية بجميع أشكالها، والبحث المستمر من قبل المنظمات الإدارية

من وسائل مناسبة لمواكبة متطلبات التغيير السريع ومحاولة التأثير فيه ليتوافق مع الاحتياجات المتجددة للإدارة الرياضية.

فتكمن أهمية هذا الموضوع لما تقدمه للمؤسسات الرياضية في رفع كفاءة وأداء الموظفين فيها ، وزيادة فعاليتها في بيئتها الداخلية والخارجية ، وتحقيق أكبر قدر ممكن من الأهداف المسطرة في مدة قصيرة وبأقل التكاليف.

وأخيرا يترك هذا المجال لدراسات أخرى للبحث والتعمق في جوانب أخرى لم نتطرق إليها.

اقتراحات وفرضيات مستقبلية:

تقترح الدراسة بتطوير المهارات الإدارية في مجال التطوير التنظيمي وعمليات التسيير عن طريق الالتحاق بالدورات التدريبية المتخصصة في هذا المجال ، لأنه يساهم في رفع درجة الوعي بأهمية التطوير التنظيمي لمواجهة التغيرات والتحديات التي تهدد كفاءة وفعالية أداء المؤسسات الرياضية.

1. الاهتمام بالعنصر البشري في المؤسسة عند التخطيط لإحداث التطوير التنظيمي كونه أساس عمل المؤسسات الرياضية.
2. العمل على تطوير اللوائح والأنظمة والسياسات الإدارية بشكل مستمر وذلك من أجل مواكبة المتغيرات العالمية والمحلية المتسارعة.
3. الاستعانة بخبراء في مجال التطوير التنظيمي لمعالجة المشاكل داخل المؤسسة ورفع كفاءة الأداء.
4. توجيه جهود الدراسات نحو تطوير المناخ التنظيمي السليم وزيادة وعي الموظفين بإدارة الصراع وجوانبه الإيجابية.
5. اختيار القائمين على التطوير بعناية شديدة وتفويض الصلاحيات المناسبة مع المراقبة الجيدة ، وإيجاد انسجام بين فلسفة التطوير وقيم العاملين في المؤسسة.
6. زيادة الاهتمام بالعلاقات التنظيمية والاهتمام بآراء وحاجات واقتراحات الموظفين ، وإعادة توزيع المهام وفقا للقدرات والمؤهلات.
7. تهيئة البيئة المناسبة لتطبيق التطوير التنظيمي ، ودعم الاتصالات في المؤسسة الرياضية وتدريب العامل في مجال التطوير التنظيمي ، وتوفير الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة لتطبيقه.

قائمة المصادر والمراجع:

1. أحمد ماهر ، عبد السلام أبو قحف ، تنظيم وإدارة المنشآت السياسية والفندقية ، ط1 ، المكتب العربي

1. الحديث ، الإسكندرية 1999.
2. إدريس ثابت عبد الرحمان ، المدخل الحديث في الإدارة العامة ، الدار الجامعية للطبع والنشر ، القاهرة 2001.
3. أمل مصطفى عصفور ، قيم ومعتقدات الأفراد وأثرها على فاعلية التطوير التنظيمي ، المنظمة العربية للتنمية الإدارية للنشر ، القاهرة 2009.
4. أنور سلطان محمد سعيد ، السلوك التنظيمي ، الدار الجامعية الجديدة ، الإسكندرية 2003.
5. بشير العلاق ، مبادئ الإدارة ، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع ، الأردن 2008.
6. عبد الجبار توفيق البياتي ، البحث التجريبي واختبار الفرضيات ، ط1 ، دار النشر جهينة ، الأردن 2007.
7. عمر سعيد ، منذر الخليبي وآخرون ، مبادئ الإدارة الحديثة ، ط1 دار الثقافة والدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ، الأردن 2003.
8. العميان محمود سليمان ، السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال ، ط1 ، دار وائل للنشر 2002.
9. اللوزي موسى ، التطوير التنظيمي ، دار وائل للنشر ، عمان ، 1999.
10. محمد الصريفي ، التطوير التنظيمي ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية 2007.
11. محمد الصيرفي ، التطوير التنظيمي ، ط1 ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ، 2007.
12. محمد صبحي حسنين ، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1995.
13. محمد نصر الدين رضوان ، الإحصاء الاستدلالي ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2009.
14. وحيد بن احمد الهندى ، تطوير المنظمات ، مكتبة ملك فهد الوطنية ، الرياض ، 2000.
15. CUMMINGS AND WORLY. organization development and change six the edition south western publishing 1998. □



مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضة في التقليل من حدوث الإصابات

أثناء الحصة لدى تلاميذ طور المتوسط (13 . 15) سنة

د. عقيلة زاوي *

الملخص:

تهدف دراستنا هذه إلى إبراز دور أستاذ التربية البدنية والرياضة في التقليل من خطر حدوث الإصابات أثناء الحصة في الطور المتوسط ، معرجا بذلك لأهم الصفات التي تمتلكها شخصيته ، إضافة إلى مكتسباته العلمية والعملية الواجب التحلي بها أثناء الحصة وكيفية التعامل مع هذه المرحلة « المراهقة المتقدمة » كثيرة التغيرات وصعبة التعامل من جهة ، ومن جهة أخرى التقليل من حدوث الإصابة وتجنب وقوعها ، وإذا حصل ذلك يبين لنا كيفية إسعافها وهذا كله من أجل المحافظة على سلامة التلميذ.

وبذلك تكون ممارسة الرياضة نعمة عليه وليست نقمة.

Conclusion :

Le but de notre étude se basent sur le rôle de l'enseignant dans l'éducation physique et sportif dans la réduction de l'incidence des blessures pendant la classe dans la phase intermédiaire, sans oublier les qualités les plus importantes que possède la personnalité de l'enseignant, et ces gains scientifiques et le processus d'être soit au cours de la classe ,et comment faire face au sujet de l'adolescence et ces nombreux changements qui sont difficiles, et d'autre part basée sur la réduction de la gravité de la blessure et éviter qu'il se produisent et savoir l'est soigner, tout ça bien sûr pour assuré la sécurité de l'élève , donc le sport est une bénédiction et non une malédiction.

1 . مقدمة وإشكالية البحث :

تولي الدولة الجزائرية وعلى رأسها وزارة التربية البدنية والرياضة اهتماما بالغا بمادة التربية البدنية والرياضة في الوسم المدرسي وهي مقرررة على جميع مستويات التدريس التربوي وإجراء امتحانات رسمية فيها.

وتشير المادة (4) من الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضة الصادر عن

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة الجزائر 3

هيئة اليونسكو.

بأنه ينبغي أن تستند وظائف التعليم والتدريب في ميدان التربية البدنية والرياضة إلى أفراد مهيين (1)، وكذلك جاء في قانون التربية البدنية والراضية أمر 76/81. الذي ينص على أن: أستاذ يعمل على وقاية التلاميذ من الأخطار التي تصيبهم والحفاظ على سلامتهم (2).

وباعتبار حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية التي تسعى إلى تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وإكسابهم المهارات الحركية السليمة، وهذا كله متعلق بمهارات التدريس للأستاذ التي تم اكتسابها عن طريق تكوينه القاعدي أو بحكم خبراته الميدانية، وهدفه تكوين تلميذ سليم بدنيا وفكريا مع أخذ بعين الاعتبار أهمية هذه المرحلة التي يمر بها (مرحلة المراهقة) من جهة، والإصابات الرياضية المحتملة الوقوع والتقليل منها وكيفية إسعافها في حالة حدوثها من جهة أخرى.

ومن خلال الملاحظات الميدانية للدراسة الاستطلاعية وبالاعتماد على نتائج دراسات سابقة تم صياغة ما يلي:

2. تساؤلات البحث:

1.2.1. التساؤل العام:

ما مدى مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة لدى تلاميذ الطور المتوسط (13 - 15) سنة؟.

2.2. الأسئلة الجزئية:

- هل اكتساب المؤهلات العلمية والعملية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في مجال الإصابات الرياضية وكيفية إسعافها أثناء وقوعها يقلل من خطورتها على تلميذ الطور المتوسط (13 - 15) سنة؟.

- هل توفر المعدات والهياكل الرياضية الملائمة تساعد أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة.

- وهل أستاذ التربية البدنية والرياضية يسعى إلى التقليل من شدة أثر مرحلة المراهقة في طور المتوسط (13 - 15) سنة ويخلق روح الممارسة لديهم؟.

(1) أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية (المهنة والإعداد المهني)، دار الفكر العربي، ط1، مصر 1996، ص 89.

(2) الجريدة الرسمية (قانون 76/81) والمتعلق بالتربية البدنية والرياضية، سنة 2010، ص 06.

وللإجابة على هذه التساؤلات جاءت :

3. فرضيات البحث :

3.1. الفرضية العامة : يساهم أستاذ التربية البدنية والرياضية بشكل كبير في التقليل من حدوث الإصابات الرياضية أثناء الحصة في طور المتوسط (13 - 15) سنة.

3.2. الفرضيات الجزئية:

- اكتساب المؤهلات العلمية وخبرات العملية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في مجال الإصابات وكيفية إسعافها في حالة وقوعها يقلل من شدة خطورتها على تلاميذ طور المتوسط (15\13) سنة.

- توفر المعدات والهياكل الرياضية الملائمة ساعد أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة.

- يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية من تقليل شدة أثر مرحلة المراهقة المتقدمة في الطور المتوسط (15\13) سنة ويخلق روح الممارسة لديهم.

4. أهداف الدراسة :

- إبراز مدى مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات الرياضية أثناء الحصة بالنسبة لتلاميذ الطور المتوسط (13 - 15) سنة.

- إبراز أهمية التكوين في الإسعافات الأولية لأساتذة التربية البدنية والرياضية للتقليل من خطورة الإصابات أثناء الحصة.

- التعرف على أهم التغيرات الحاصلة في مرحلة المراهقة المتقدمة وكيفية التعامل معها والتخفيف من شدتها على تلاميذ طور المتوسط (13 - 15) سنة.

- معرفة رأي أستاذ التربية البدنية والرياضية إذا كانت المعدات والهياكل الرياضية الملائمة تساعد في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة.

5. أهمية الدراسة:

التعرف على أهم الإصابات التي يمكن أن يتعرض لها التلميذ الطور المتوسط (15\13) سنة أثناء الحصة وكيفية إسعافها في حالة وقوعها من جهة ومن جهة أخرى التعرف على كيفية تعامل أستاذ التربية البدنية والرياضية مع مرحلة المراهقة المتقدمة وتخفيف شدة أثرها وخلق روح الممارسة لدى التلاميذ طوع المتوسط (15\13) سنة.

6. تحديد المصطلحات:

1.6. أستاذ التربية البدنية والرياضية :

أ - التعريف اللغوي: جمع أساتذة ، من يمارس تعليم ← علم أو فن (« معلم ») كلمة فارسية. أستاذ التربية البدنية والرياضية يمارس فن الرياضة(1).

ب - التعريف الاصطلاحي: عبارة عن منظم لنشاطات تكوين التلميذ. عمله مستمر ومنهجي أين يجب أن يواجه عملية التكوين ويراقب النتائج ، أي يحقق التوازن بين الأهداف المحددة لدور المدرس(2).

ج - التعريف الإجرائي: هو الشخص المشرف على تدريس مادة التربية البدنية والرياضية وفق برنامج سنوي أكاديمي يمتلك مؤهلات علمية وعملية ، وصفات بدنية وفكرية مؤهلة لتدريس هذه المادة.

2.6. الإصابات الرياضية:

أ - التعريف الاصطلاحي(3): الإصابة الرياضية هي تأثر نسيج أو مجموعة من أنسجة الجسم ، نتيجة مؤثر خارجي أو داخلي مما يؤدي إلى تعطيل عمل أو وظيفة ذلك النسيج ، وتنقسم هذه المؤثرات إلى:

- **مؤثر خارجي:** أي تعرض الرياضي إلى شدة خارجية كاصطدام بزميل أو أرض أو الأداة المستخدمة.

- **مؤثر ذاتي:** أي إصابة الرياضي مع نفسه نتيجة للأداء الفني الخاطئ أو عدم الإحماء.

- **مؤثر داخلي:** مثل تراكم حمض اللاكتيك في العضلات أو الإرهاق العضلي أو قلة مقدار الماء والأملاح في الجسم.

ب - التعريف الإجرائي: هو كل أذى جسماني يتعرض له التلاميذ في الطور المتوسط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بسبب نوعية التمارين أو المعدات والهياكل الرياضية المتوفرة.

(1) صبحي محمود ، المنجد في اللغة العربية ، ط1 ، دار الشرق ، سنة 2000 ، ص 22 .

(2) Bouchay, Z influence du vécu Sportif sur la pédagogie de l'enseignant d'éducation phys . Sportif these de magistere e . p . s université d'Iger, 1996, p 52 .

(3) عبد الرحمان عبد الحميد زاهر ، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 ، ص8 .

3.6. حصة التربية البدنية والرياضية:

أ - التعريف الاصطلاحي⁽¹⁾: هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية ، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تمثل 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.

ب - التعريف الإجرائي: هي الفترة الزمنية المخصصة لمزاولة النشاط البدني المدرسي بالنسبة لتلاميذ الطور المتوسط بإشراف أستاذ التربية البدنية والرياضية.

4.6. المراهقة:

أ - التعريف اللغوي: هي تفيد معنى الاقتراب أو النبو من الحلم أي اكتمال النضج⁽²⁾.

ب - التعريف الاصطلاحي : وهي مرحلة أولى (المتقدمة) التي يمر بها الإنسان بعد الطفولة وهي تتوسط بين الصبي والشباب وتتميز بالنمو السريع في جميع اتجاهات النمو البدني والنفسي والاجتماعي...⁽³⁾.

7. الدراسات السابقة:

7 - 1 - دراسة شريط عبد الحكيم عبد القادر 2006 بعنوان : الإصابات الرياضية ومدى تأثيرها على السلوك التقني للرياضي ، رسالة ماجستير تخصص العلوم البيو طبية الرياضية ، جامعة الجزائر3.

تمحورت إشكالية البحث:

ما هي أنواع الإصابات وأسبابها وشدتها ومناطق حدوثها ومدى تأثيرها على أداء الرياضي في الألعاب المختلفة ونسبة وجودها في كل لعبة ، وذلك من أجل الوصول إلى الحلول المناسبة لمعالجة مثل هذه الإصابات الرياضية التي تؤثر في مستوى الإنجاز والتقدم الرياضي في العاصمة.

الهدف من الدراسة:

التعرف على الإصابات الأكثر شيوعا التي تصيب مختلف الأطراف من الجسم في مختلف الألعاب الرياضية وفعال : (أنواعها ، مناطق حدوثها ، أسبابها ، شدتها).

(1) أحسن شلتوت ، حسن عوض ، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ص 122

(2) فؤاد السيد ، النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، ط1 ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1956 ، ص 26 .

(3) محمد السيد الزعلابي ، المراهق المسلم ، ط1 ، مكتبة التوبة ، الرياض ، مملكة العربية السعودية ، 1998 ، ص 20 .

- التعرف على نسب الإصابات الرياضية للاعبين وفق متغيرات (الطول ، الوزن).
- واستعمل المنهج الوصفي التحليلي ، وكانت عينة البحث تضم 60 لاعبا
لدى أندية الجزائر العاصمة.

وخلصت الدراسة أن إصابة التمزق العضلي هي من أكثر الإصابات شيوعا ،
وأكثر نوع من الرياضة تحدث فيها الإصابة كرة القدم وتليها كرة اليد ثم كرة
السلة.. . وعدم الإحماء أحد أهم أسباب الإصابات الرياضية فحين كان الجانب
النفسي أقل تأثيرا منه.

7-2 - دراسة مرهوبي عيسى 2007 بعنوان: الإصابات الرياضية التي يتعرض
لها التلاميذ أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية. دراسة ميدانية على مستوى
ثانويات ولاية برج بوعريريج ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر3.

فكانت إشكالية بحثه تتمحور حول:

ما هي الإصابات الرياضية التي يتعرض لها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي أثناء
إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية؟

والمنهج الذي اتبعه الباحث هو المنهج الوصفي المسحي وكانت على مستوى
الثالثة ثانوي من ثانويات برج بوعريريج تضم 200 تلميذ واستعمل الاستبيان
والملاحظة العلمية كأداة جمع المعلومات وكانت النتائج المتوصل إليها هي:

أغلب الإصابات التي يتعرض لها التلميذ أثناء إجراء امتحان مادة التربية
البدنية والرياضية هي: (الخدوش ، الجروح ، والشنجات والالتواء). والأماكن
المعرضة للإصابة هي الكاحل والركبة والفخذ وسبب حدوث الإصابة راجع إلى
قصر فترة الإحماء وكذلك الأرضية غير صالحة للممارسات الرياضية.

7-3 - دراسة بلبول فريد 2009 بعنوان : علاقة الإصابات الرياضية بدافعية
الإنجاز لحصة التربية البدنية عند التلاميذ الطور الثانوي ، الشهادة المحضرة
ماجستير ، جامعة الجزائر3.

فكانت الإشكالية تتمحور حول:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإصابات الرياضية ودافعية
الإنجاز لحصة التربية البدنية والرياضية عند تلاميذ الطور الثانوي الذين سبق لهم
وتعرضوا للإصابات الرياضية؟.

واستعمل المنهج الوصفي وكانت دراسته على مستوى 05 ثانويات من
ثانويات المسيلة والاستبيان والمقابلة العلمية كأداتين لجمع المعلومات.

خلصت الدراسة أن:

الإصابات الرياضية تؤثر سلبا على سلوكهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعمل الإصابات على التخفيف من مستوى أدائهم أثناء الحصة وتؤثر سلبا على مستوى التنافس عندهم.

مجالات الاستفادة من هذه الدراسات السابقة:

لقد استفادت الدراسة الحالية من هذه الدراسات فيما يتعلق بالجانب النظري في كيفية ذكر المراجع وتقسيم الفصول والتنسيق بينها. أما الجانب التطبيقي كان في تحديد الموضوع وبناء الإشكالية ، واختيار المنهج وأدوات جمع المعلومات ومعرفة بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجهنا من أجل تفاديها.

8 - المنهج المتبع: يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في البحث العلمي. إذ يحدد كيفية جمع المعلومات حول موضوع الدراسة أي منهج الدراسة له علاقة بطبيعة الموضوع خصوصياته وخلفياته النظرية والتطبيقية من أجل وصول لنتائج علمية قابلة للدراسة والتحقق الشمولية⁽¹⁾، فكان المنهج المناسب هو المنهج الوصفي التحليلي

9 - تحديد مجتمع البحث: أن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار فهذه الدراسة كان مجتمع يضم كل أساتذة التربية البدنية والرياضية التابعين لمقاطعة بئر مراد رايس لمديرية التربية الجزائر غرب وعددهم 41 أستاذ.

10 - عينة البحث : « هي جزء من المجتمع وليس أي جزء ، بحيث تمثله أحسن تمثيل »⁽²⁾ فضمت 30 أستاذ تابعين ل16 متوسطة (بئر خادم ، وجسر قسنطينة) لمقاطعة بئر مراد رايس ، مديرية التربية الجزائر غرب.

11 . متغيرات الدراسة:

1-11 المتغير المستقل: هو المتغير التجريبي ، معرفة مدى تأثيره على المتغيرات الأخرى للدراسة ومقصود به (السبب) وفي دراستنا يتمثل: مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية

2-11 المتغير التابع : هو ناتج من تأثير المتغير التجريبي والمقصود به (النتيجة).

(1) جودت الركابي ، منهج البحث الأدبي في إعداد الرسائل الجامعية ، ط1 ، دمشق 1992 ، ص 05 .
(2) خالد حامد ، منهجية البحث في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، جسر للنشر والتوزيع ، ط1 ، الجزائر ، ص

وفي هذه الدراسة يمثل : نسبة حدوث الإصابات عند تلاميذ طور المتوسط.

12. أدوات جمع المعلومات وتقنيات الإحصائية المستخدمة:

إن الباحث يفضل الأدوات جمع المعلومات التي تمكنه من الوصول إلى بيانات مستهدفة بأكثر دقة وموضوعية ، وذلك حسب طبيعة الموضوع وأهدافه وكيفية استجابة المبحوثين لها. فكانت المقابلة العلمية والاستبيان أداتين مستعملتين في جمع المعلومات في هذه الدراسة.

أما التقنيات الإحصائية كانت:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات}}{\text{المجموع الكلي}} \times 100$$

مستعملة لتسهيل قراءات البيانات

اختيار كاف تربيع:

$$K^2 = \frac{\text{مجموع}^2}{\text{التكرارات الحقيقية} - \text{التكرارات المتوقعة}^2}$$

مستعملة في أخذ القرار (رفض أو نفي) الفرضية بالمقارنة بين القيمة المحسوبة والقيمة المجدولة.

$$x = \frac{R^2}{R+1} = \text{اختيار كرونباخ}$$

بحيث R = معامل ارتباط بيرسن.

يستعمل اختيار كرونباخ في حساب معامل الثبات لأداة الاستبيان

استنتاج عام:

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا وتطبيق مقاييس جمع البيانات على العينة وعرضها وتحليلها وتفسيرها إحصائيا. ومقارنتها مع الدراسات السابقة خلصت هذه الدراسة إلى:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية له مسؤولية كبيرة اتجاه التلميذ الطور المتوسط (15-13) سنة ، وأن يركز في تكوينه على الناحية الجسمية الصحية والنفسية العاطفية ، كونه يمر بمرحلة المراهقة المتقدمة وهي مفعمة بالتغيرات وجديدة بالنسبة إليه من جهة. ومن جهة أخرى يمتلك الأستاذ قدرات علمية

معارف



موقع الجامعة على الإنترنت: www.univ-bouira.dz
بريد الجامعة: info@univ-bouira.dz
الماتف / الفاكس: 026 93 42 22



Depot legal
ISSN

2006-1369
1112-7007

البيداع القانوني
ردود: