



جامعة أسيوط محمد أولحاج البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: 1 لتدريب الرياضي النخبوي.

الموضوع :

دراسة بعض الانحرافات القوامية عند طلبة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية

والرياضية

. دراسة ميدانية على طلبة السنة الاولى والثانية ليسانس.

- إشراف الدكتور:

*حاج احمد مراد

- إعداد الطلبة:

* بن عيسى عبد الله

السنة الجامعية: 2019/2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ
وَالَّذِي يُضَوِّبُ الْمَوْتَاطِفَ
إِنَّ اللَّهَ لَكَنُورٌ مُبِينٌ

تشكركم

قال عز وجل:

{ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ }

سورة يونس الآية: 12

نشكر الله تعالى على فضله وقده علينا أن هدانا وأعاننا بالعزم والقوة والإرادة والصبر على إنجاز هذا العمل المتواضع والصلوة والسلام على من بعث رحمة للعالمين وهداية للخالين

وعملنا بقوله ﷺ :

{ من لم يشكر الناس لم يشكر الله }.

(صحيح مسلم)

بفضل الله وعمونه تعالى خرج هذا العمل المتواضع للنور فالحمد لله على فضله ونتقدم بالشكر والعرفان الجزيل إلى المشرف والموجه والدكتور

" **حاج احمد مراد** "

على صبره معنا طيلة هذا البحث فكان خير دليل ومنبر لنا في هذا الطريق والذي لم يتوان بتقديم توجيهاته القيمة وإرشاداته ونصائحه الهامة فوجهنا حين الخطأ و شجعنا حين الصواب، فكان نعم المشرف.

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى رئيس قسم التدريب الرياضي الأستاذ، **منصوري نبيل والاستاذ**

بعوش خالد على كل مجهوداته لإرضاء جميع الطلبة

كما لا ننسى أن نشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد من أهل وإخوان وزملاء، وخاصة أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

وإن كنا عاجزين عن شكر الجميع فعند الله خير الجزاء وأوفره.

حياتنا ألم، يغطيها أمل،

يحققها عمل، نهايتها أجل،

إهداء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال الله تعالى: { واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا } . سورة
الإسراء الآية (24)

إلى كل من أعطاني ما يملكون دون مقابل إلى من بنصائحها امتدي وبدعواتها أوفق وانجح،
إلى من علماني معاني الصبر والمثابرة وحب العمل إلى من بذل أقصى جهد في تربية أحسن
تربية.

إلى سيدة النساء، إلى العظيمة في العطاء، إلى نور الحياة وبهجتها، إلى التي أعطتنا
روحها لتبقى أرواحنا

إلى أمي أم في الدنيا حفظها الله بعينه التي لا تنام

إلى خير الإباء، إلى من كان عظيما في العطاء، إلى نور الحياة وبهجتها إلى الذي ضحي من
اجلي بالغالي والنفيس إلى معلمي ورائدي في الجدية والالتزام والإيثار.

إلى أبي حفظه الله في كل وقت بعينه التي لا تنام.

إلى كل من كانوا ولا زالوا سندا لي في الحياة عائلة بن عيسى

إلى كل أساتذة وطلبة **محمد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والريضة** بجامعة البويرة.

إلى كل من علمني حرفا معلمتي في الابتدائية وأساتذتي في الإجمالي والثانوية وأساتذتي
في الجامعة إلى الأستاذ والمعلم القراني دواجي كمال حفظه الله.

إلى عائلتي : حسام ، حليلة ، مريم ، دلال ، السيد علي ، صلاح الدين ، مختار ، صالح ، سليمان ، فاطمة
الزهراء ، ناديا ، رشيد ، احمد ، طه ، هاجر .

إلى أصدقائي: ايمن ، عبد الحميد ، فاروق ، حكيم ، عبد الصمد ، عبد الرحمان ، ايوب ، خير

الدين ، فاتح ، فارس ، طاهر ، حميد ، حبيب ، حسين .

والى كل من ساهم في هذا البحث من قريب او من بعيد .

محمد اللهم

محتوى البحث

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير.
ب	- إهداء.
د	- محتوى البحث.
ر	- قائمة الجداول.
ز	- قائمة الأشكال.
ع	- ملخص البحث.
م	- مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث	
02	1- الإشكالية.
03	2- الفرضيات.
04	3- أهداف البحث.
04	4- أسباب اختيار الموضوع.
05	5- أهمية البحث.
05	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم.
الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث	
الفصل الأول: الانحرافات القوامية	
11	- تمهيد
12	1-1- تعريف الانحرافات القوامية
13	1-2- شروط القوام الصحيح
13	1-3- درجات الانحرافات القوامية
14	1-4- مورفولوجية القوام وعلاقتها بالأنشطة الرياضية
15	1-5- الاضطرابات القوامية
15	1-6- أشكال هذه الاضطرابات القوامية
15	1-7- الكشف عن الانحرافات القوامية
17	1-8- انحرافات العمود الفقري

18	1-8-1-استدارة او تحذب الظهر
20	1-8-2-تحذب الظهر للخلف مع التقعر القطني
21	1-8-3-تجنح عظمتي اللوح
22	1-8-4-الانحناء الجانبي
23	1-9-انحرافات الطرف السفلي
24	1-9-1-اصطكاك الركبتين
24	1-9-2-تقوس الساقين
25	1-9-3-التصاق الفخذين
26	1-10-تشوهات القدم
27	1-10-1-تقلطح القدمين
29	1-10-2-تشوه القدم مع اتجاه الاصابع للأسفل
29	1-10-3-تشوه القدم مع اتجاه الاصابع للأعلى
29	1-11-كيفية المحافظة على القوام
30	- خلاصة
الفصل الثاني: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	
33	1- نبذة تاريخية
33	2- الكفاءات في التربية البدنية والرياضية
34	2-1-الكفاءات المهنية
34	2-2- الكفاءات الشخصية
35	3- نظرة تحليلية في برنامج التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية
36	4- مراحل التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية
37	5- أهمية التكوين المتعلق بالتربية البدنية والرياضية في التشريع الجزائري
38	6- تقديم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة جامعة البويرة
38	6-1-تقديم
38	6-2-زوم حول التكوين في القانون الخاص
40	- خلاصة.
الفصل الثاني : الدراسات المرتبطة بالبحث	
42	- تمهيد.
43	- الدراسات المرتبطة بفصل الانحرافات القوامية
46	- التعليق عن الدراسات
48	- خلاصة

الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
51	- تمهيد.
52	1-3- الدراسة الاستطلاعية
52	2-3-اهداف الدراسة الاستطلاعية
53	3-3- خطوات الدراسة الاستطلاعية
54	4-3- المنهج العلمي المتبع
54	5-3-متغيرات البحث
54	*المتغير المستقل
54	*المتغير التابع
55	6-3- مجتمع البحث
55	7-3-الحصر الشامل
56	8-3-الاختبارات المستعملة لجمع البيانات
58	9-3-الأسس العلمية للأداة (الشروط السيكمترية)
59	/ الثبات
60	ب) الصدق الذاتي
61	10-3-الوسائل الإحصائية
62	- خلاصة.
الفصل الرابع: عرض و تحليل ومناقشة النتائج.	
64	- تمهيد.
65	1-4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج
65	1-1-4- عرض وتحليل وتفسير ومناقشة انحراف التقوس والاصطكاك
67	2-1-4- عرض وتحليل وتفسير و مناقشة انحراف التقعر القطني
69	3-1-4- عرض وتحليل وتفسير ومناقشة انحراف تفلطح القدم
71	4-1-4- عرض وتحليل وتفسير ومناقشة انحراف سقوط الراس
73	5-1-4- عرض وتحليل وتفسير ومناقشة انحراف عدم الاتزان في الاطراف العلوية
75	2-4-مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات
77	- خلاصة
79	- الاستنتاج العام
81	- الخاتمة
83	- الاقتراحات والفروض المستقبلية

85	- الببليوغرافيا
-	- الملاحق



قائمة الجداول

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم الجدول
55	يمثل مجتمع الدراسة وخصائص العينة	جدول رقم (01)
56	يمثل الاختبارات المطبقة لجمع البيانات	جدول رقم (02)
59	يمثل ثبات الاختبار	جدول رقم (03)
60	يمثل صدق الاختبار	جدول رقم (04)
65	يبين نتائج انحراف تقوس واصطكاك	جدول رقم (05)
67	يبين نتائج انحراف التقعر القطني	جدول رقم (06)
69	يبين نتائج انحراف تفلطح القدم	جدول رقم (07)
71	يبين نتائج انحراف سقوط الرأس	جدول رقم (08)
73	يبين نتائج انحراف عدم الاتزان في الاطراف العلوية	جدول رقم (09)
76	يبين عدد الفرضيات المحققة	جدول رقم (10)

قائمة الاشكال

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
65	دائرة نسبية تمثل نسب انحراف تقوس الساقين واصطكاك الركبتين	شكل رقم (01)
67	دائرة نسبية تمثل نسب التقعر القعر القطني	شكل رقم (02)
69	دائرة نسبية تمثل نسب انحراف تفلطح القدم	شكل رقم (03)
71	دائرة نسبية تمثل نسب انحراف سقوط الراس	شكل رقم (04)
73	دائرة نسبية تمثل نسب عدم الاتزان في الاطراف العلوية	شكل رقم (05)

ملخص البحث

"دراسة بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية"

- دراسة ميدانية أجريت على طلبة السنة الاولى والثانية معهد STAPS -

إشراف الدكتور: حاج احمد مراد

إعداد الطالب: بن عيسى عبد الله

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى محاولة دراسة واحصاء إبراز مجموعة من الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، حيث استخدمنا في بحثنا هذا مجموعة من الاختبارات منها اختبار بان كرافت وهو اختبار لقياس انحراف سقوط الراس و اختبار الحائط (كرام مبتون) لقياس انحراف التقعر القطني واختبار بصمة القدم لقياس انحراف تفلطح القدم واختبار اصطكاك وتقوس الساقين لقياس انحراف تقوس واصطكاك الركبتين واختبار عدم الاتزان في الاطراف العلوية لقياس انحراف عدم الاتزان في الاطراف العلوية 3 أسابيع بواقع في ايام متفرقة، وقد تم الاعتماد على دراسة وصفية باستخدام المنهج الوصفي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (74 طالب) من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من السنوات الاولى والثانية ليسانس، وقد تم اختيار عينة مكونة من (10 طلبة) من طلبة السنة الاولى والثانية في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وذلك من أجل إجراء الدراسة الاستطلاعية، وبعد تطبيق الاختبارات المقترحة وجمع نتائج القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الاستطلاعية قام الباحث بمعالجة هذه النتائج إحصائياً مستخدماً في ذلك: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، كوسائل إحصائية.

وفي الأخير أسفرت نتائج عملية التحليل والمناقشة الإحصائية عن عدم وجود الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، ليتم التوصل في الأخير إلى مجموعة من التوصيات والاقتراحات كان منها:

* إجراء بحوث ودراسات موسعة للكشف عن الانحرافات القوامية لدى الطلبة .

* اقتراح برامج وقائية او تأهيلية و التدخل المبكر .

* ضرورة عقد دورات وندوات توعوية وتنقيفية للطلبة حول اهمية الوعي القوامي

* نشر الوعي القوامي بين الطلبة والعمل على اكتسابهم العادات و السلوكات القوامية الصحيحة .

* مشروع قوامي مقترح للعناية بالقوام السليم .

❖ الكلمات الدالة: الانحرافات القوامية ، التقعر القطني ، سقوط الراس ، تفلطح القدم ، تقوس الساقين ، واصطكاك الركبتين.

مقدمة

القوام محصلة سلوكية هامة لكل انسان ،يعكس بدرجة كبيرة سلامتهم النفسية والصحية والبدنية والوظيفية والحركية، والتربية الرياضية بمراحل التعلم الاساسي تعتبر مجالا هاما ومطلبا حتميا لكل الاعمار بهدف اعدادهم بدنيا ونفسيا وصحيا وعقليا ، ذلك لاعداد جيل يتوافر فيه النمو المتكامل ،ومجتمعنا العربي في حاجة ضرورية للعناية بقوام الانسان وخاصة في مرحلة الصغر، فسلامة القوام تعد ضمن الاهداف التي تسعى التربية الرياضية لتحقيقها وفي مقدمتها العمل على الوقاية الصحية والعمل على تنمية القوام السليم .(صالح بشير سعد ،2011، الصفحة 12)

اثر التغيرات السريعة نتيجة الاستخدام المفرط للأجهزة التكنولوجية في ابرز انماط معينة للتركيب الجسماني نتيجة اتباعنا لعادات خاطئة تؤدي الى احد التغيرات في البنية التركيبية للعظام و العضلات والاربطة في جسم الانسان وخصوصا في مرحلة النمو والعادات الخاطئة تتميز بال تكرار في ظروف معينة حيث ينشا العيب تدريجيا نتيجة اخذ الفرد وضعا في جلوسه او وقوفه او اثناء المشي يترتب عليه اطالة بعض العضلات وقصر البعض الاخر والذي يؤدي بدوره الى الحصول على الالام المختلفة مثل الام اسفل الظهر والرقبة واليد وكذلك الام الاطراف السفلية واثارها النفسية تصل الى درجة العزلة الاجتماعية وعدم الثقة في النفس نتيجة المظهر غير المتناسق والذي يمكن احفاؤه احيانا .دور التغذية في القوام

وكذا تظهر أهمية الجانب القوامي والكشف عن الانحرافات لعلاجها والعمل على الوقاية من التشوهات القوامية، وهذا يعتبر هدفا ساميا تسعى الرياضة لتحقيقه من خلال التمرينات الوقائية والتأهيلية لا سيما إذا كانت هذه التمرينات حلال المراحل السنية المبكرة والتأكيد على الوعي القوامي باعتباره ضرورة ملحة للتعرف على العادات السليمة في الوقوف والجلوس والرقود والتقاط الأشياء والمشي والجري والتسلق وغيرها من المهارات الحياتية اليومية.(محمد سعيد عزمي،2004، الصفحة 22).

وهناك مجموعة من الدراسات السابقة تكلمت في موضوع الانحرافات القوامية من جميع النواحي هنالك من درست انحرافات العمود الفقري فقط وهنالك من درست انحرافات الطرف السفلي فقط وهنالك دراسات قامت بدراسة احصائية لمجموعة من الانحرافات في جانب معين وهنالك من قامت بدراسة مقارنة بين الانحرافات ونسبة انتشارها وكل هذه الدراسات ساعدت البحث في اجراء هذه الدراسة.

فالموضوع قيد الدراسة تكمن أهميته كونه عن دراسة وصفية وتقويمية للانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وقصد تناولنا لموضوع الدراسة فكانت البداية والإنطلاقة كالتالي:
المدخل العام للبحث الذي احتوى على إشكالية وفرضيات الدراسة مع التطرق بعدها إلى أهداف وأهمية البحث وكذا أسباب اختيار الموضوع بالإضافة إلى توضيح المصطلحات المرتبطة بالدراسة.

مقدمة

الجانب النظري الذي قسم بدوره إلى فصلين، حيث اشتمل الفصل الأول على محورين ، كانت بدايتها بالانحرافات القوامية موضحة مفهومها وانواعها ومكان وقوعها وطريقة التعرف عليها ، كما خصصنا محور آخر لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية حيث تناولنا فيه عن الكفاءات في التربية البدنية والرياضية والكفاءات المهنية والشخصية ومراحل التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية ، أما الفصل الثاني من الخلفية النظرية خصص للدراسات المرتبطة بالبحث والتي لها علاقة بموضوع الدراسة.

أما الجانب التطبيقي فاشتمل على فصلين، فصل احتوى على كل ما يتعلق بمنهجية البحث و إجراءاتها الميدانية كالمنهج المتبع والعينة وأدوات وحدود الدراسة، أما الفصل الآخر فخصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالقياسات القبلية والبعديّة، وصولاً إلى الاستنتاج العام والخاتمة والاقتراحات المستقبلية.



مدخل عام

التعريف بالبحث

الإشكالية :

تهتم الدول المتقدمة اقتصادية واجتماعية وسياسية بجميع فئات شعبها أطفالا وشبابا كهولا وتعمل جاهدة على توفير الرعاية الصحية للإبقاء على مظهر الإنسان بقوام جيد ومتناسق ومرتزن، لا معتل وغير متناسق فالقوام السليم من علامات الصحة الجيدة وأن العقل السليم في الجسم السليم؛ وفي ضوء الإسهام في قضايا الصحة توجه هذه الدراسة إلى إحدى المشكلات الصحية التي تواجه المجتمع الجزائري وهي مشكلة القوام الذي يعتبر دعامة من دعومات اللياقة البدنية العامة وذلك للتعرف على مدى انتشار الانحرافات القوامية ، وبما أن مجال التربية البدنية الرياضية من المجالات الهامة في بناء جيل المستقبل حيث يشير محمد صبحي حسانين وعبد السلام راغب (2003) على أن القوام السليم مطلباً ضرورياً للحياة اليومية التي يعيشها الإنسان فهو يعزز القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم الحيوية ويخفض من معدلات الإجهاد البدني على العضلات والمفاصل والأربطة.

إن الانحراف القوامي هو انحراف في عضلات الجسم وعلاقتها مع بعضها البعض مما يؤدي إلى عدم حفظ التوازن؛ كما أن الانحرافات القوامية تؤثر على الوظائف الحيوية لأجهزة الجسم، فالقوام غير السليم يحدث ضغط في الأجهزة الحيوية نتيجة ضيق الحيز وتحركها من مكانها الطبيعي مما يعوق من كفاءتهما على العمل، كما يؤدي إلى تناقص السعة الحيوية وضعف الدورة الدموية (ناهد عبد الرحيم، 2007).

وعلى ضوء هذا نرى أن القوام السيئ عند الفرد يصاحب القلق والتوتر وانخفاض الوزن والإجهاد السريع وانخفاض سعة الرئتين وضعف عمل الدورة الدموية واضطراب في التمثيل الغذائي إلى جانب تأثيره على ميكانيكية الجسم عند أدائه للمهارات المختلفة، وأن كثير من الأمراض العصبية المرتبطة بالجهاز الدوري أو العضلي أو مفاصل الجسم هي نتيجة للعيوب القوامية التي يجب ان يلقى اهتمام سريع لتصحيحها، ولذلك يجب إخضاع الفرد في هذه المرحلة للمتابعة وبعض القياسات الموضوعية مستخدمة في ذلك الأجهزة العلمية الحديثة. وقد اهتمت العديد من المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة العربية والأجنبية بالقوام السليم الذي يحمي الجسم من الانحراف مما يؤدي إلى الإصابات والتشوهات القوامية في المراحل الأولى من عمره .

وتعتبر الرياضة جزء يهتم بتربية الفرد عن طريق مختلف الأنشطة الممارسة بهدف التنمية الشاملة المتزنة لمواكبة التقدم العلمي في مختلف ميادين الحياة و تعتبر الرياضة من اهم الوسائل فهي تعمل على تحسين النمو البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والوجداني وهي التي يتم التوصل من خلالها على بعض العادات السليمة في محاولة لخلق مناخ صحي .

هذا الأمر دفعنا إلى القيام بهذه الدراسة بغرض دراسة بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للوقوف على نوعية هذه الانحرافات ومعدل انتشارها وبعض العوامل المؤدية إليها لنتمكن في المستقبل الاستفادة من هذه النتائج في إعداد برامج صحية من خلال تمارين رياضية علاجية وكل هذا يدفعنا الى طرح الاشكال التالي :

-هل توجد بعض الانحرافات القوامية لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ؟

التساؤلات الفرعية :

- 1/ هل توجد انحرافات سقوط الراس لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ؟
- 2/ هل يوجد التقعر القطني لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ؟
- 3/ هل توجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية؟
- 4/ هل توجد انحرافات اصطكاك الركبتين وتقوس الساقين لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ؟
- 6/ هل توجد انحرافات تفلطح القدمين لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ؟

الفرضية العامة :

لا توجد بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

الفرضيات الجزئية :

- 1/ لا توجد انحرافات سقوط الراس لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- 2/ لا توجد انحرافات التقعر القطني لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- 3/ لا توجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- 4/ لا توجد انحرافات اصطكاك الركبتين وتقوس الساقين لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- 5/ لا توجد انحرافات تفلطح القدمين لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

اهداف البحث :

- التعرف على الانحرافات القوامية للعمود الفقري لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- التعرف على انحرافات الطرف السفلي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- التعرف على نسبة انحرافات سقوط الراس عند بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- التعرف على نسبة انحرافات التقعر القطني عند بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- التعرف على نسبة انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية عند بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- التعرف على نسبة انحرافات تقوس الساقين واصطكاك الركبتين عند بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- التعرف على نسبة انحرافات تفلطح القدم عند بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

اسباب اختيار الموضوع :

- نقص الدراسات في هذا المجال وخلو المكتبات من ذلك.
- الرغبة الشخصية في دراسة هذا الموضوع .
- الرغبة في البحث العلمي الميداني .
- حب الاكتشاف في ميدان المورفولوجيا والبيو ميكانيك.
- الوقوف على موضوع الانحرافات القوامية .
- غياب الوعي القوامي لدى طلبة.

5/اهمية البحث :

- اهمية هذا الموضوع في ميدان التربية البدنية والرياضية .
- اهمية هذا الموضوع في ميدان التدريب الرياضي .
- فتح الابواب من اجل دراسات جديدة في هذا المجال .
- يعد من ابرز الموضوعات دراسة في الوقت الحالي .

المصطلحات والمفاهيم :

اصطلاحا :

- 1/تعريف الانحراف القوامي : عرف بانه شذوذ في شكل عضو من الاعضاء او جزء منه وانحرافه عن الوضع الطبيعي السليم تشريعيا مما ينتج عنه تغيير في علاقة هذا العضو بسائر الاعضاء الاخرى . (الغامري، 1986 ، ص7)
- 2/تعريف الانحرافات القوامية :المبالغة في الانحرافات الطبيعية والخروج عن الخط الشاقولي للجسم والمستويات المنصفة للجسم نتيجة للخلل في ميكانيكية العضلات او الاعصاب او المفاصل او العظام. (الدليمي، 2018، صفحة 25)
- 4/التعريف الاجرائي للانحرافات القوامية : يعرف بانه تغير في الاشكال الطبيعية للاعضاء وابتعادها عن الخط الشاقولي للجسم وتغير الية عملة عن الالية الطبيعية ويؤدي ذلك الى خلل العضو المصاب بسائل الاعضاء الاخرى وذلك لسبب خلل في ميكانيكية العضلات او في فيزيولوجية العضلات .
- 3/ تعريف انحراف سقوط الراس : خلل المنطقة العنقية وفي هذا التشوه تنقبض مفاصل الرقبة وتندفع الرأس للأمام ولأسفل.

4/تعريف انحراف التقعر القطني:خلل المنطقة السفلي من العمود الفقري وهو عبارة عن زيادة كبيرة في التقعر القطني وينتج من ميل الحوض للأمام.(الدليمي، 2018،الصفحة 64)

5/تعريف انحراف تفلطح القدم : وهو عبارة عن الملاصقة الكاملة للجانب الداخلي للقدم للأرض عند وضع الوقوف. ويعرف كمال الزرقاني وصلاح جادو القدم المفلطحة بأنها: (القدم التي يلامس فيها الجانب الإنسي الأرض عند الوقوف. وتحدث عندما يكون هناك سقوط في القوس الطولي للقدم وانحراف للخارج)

ويعرف «جون وال» أحد اختصاصي العلاج الطبيعي القدم المفلطحة على أنها: هبوط في قوس القدم الداخلي والأقواس المستعرضة المصحوبة بقلب القدم للخارج.

6/ تقوس الساقين:

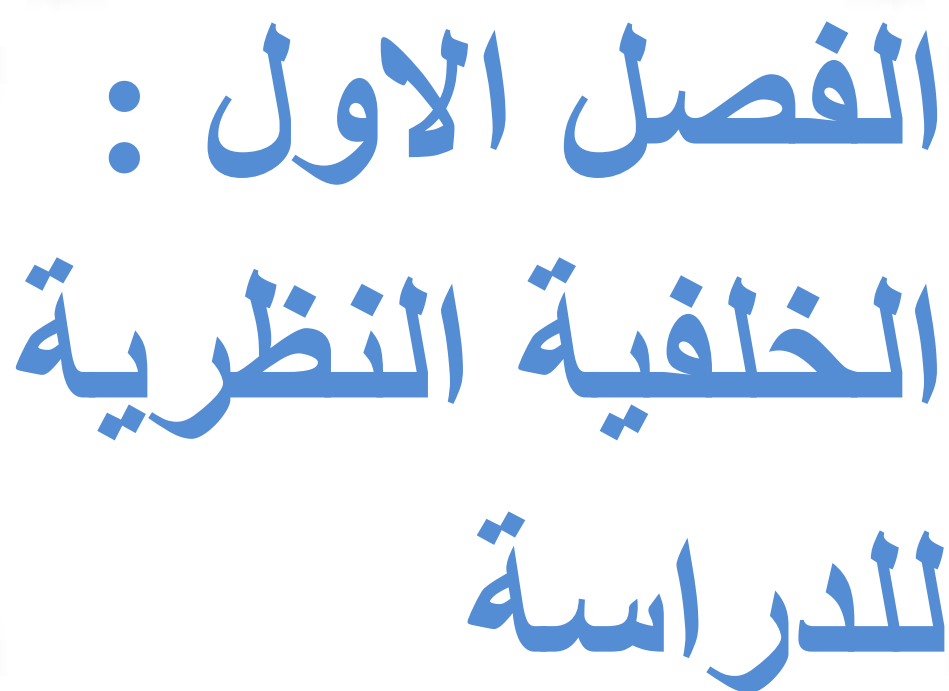
- يحدث هذا التشوه في الساقين ، وقد يشمل تقوس الفخذ والقصبة ، وقد يقتصر على القصبة فقط .

7/اصطكاك الركبتين :

منطقة الركبتين وفي هذه الحالة تتقارب الركبتان للداخل وتتباعد المسافة بين القدمين وهذا التشوه قد يحدث في جهة واحدة أو الجهتين معا وغالبا ما يصاحب هذا التشوه تفلطح القدم .



الجانب النظري و الدراسات السابقة



الفصل الأول :
الخطفية النظرية
للدراسة



المحور الأول

الانحرافات القوامية

تمهيد :

في هذا الفصل المعنون بنظام التكوين في معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية سنتطرق الى نظرة تحليلية لنظام التكوين بقسم التربية البدنية و الرياضية و كذا مراحل التكوين التي يمر بها الطالب في هذا المعهد و أهمية هذا التكوين بالنسبة للتشريع الجزائري، ثم نتعرف على معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بالبويرة و مختلف التخصصات التي يضمنها، و المتمثلة في التدريب الرياضي النخبوي و النشاط البدني الرياضي التربوي و الادارة و التسيير الرياضي.

يعتبر القوام الانساني مفتاح الجمال لكل فرد ، بحيث هو عملية تنظيمية صحيحة لأجزاء الجسم وذلك التنظيم الذي يسمح باتزان لأجزاء الجسم وذلك التنظيم الذي يسمح باتزان الاجزاء على قاعدة ارتكازها .

وقد تطرقنا الى مجموعة من تعريفات لمعنى الانحراف القوامي من وجهة نظر مجموعة من العلماء وتطرقنا ايضا الى درجات الانحرافات القوامية وايضا علاقة القوام والمورفولوجيا بالأنشطة الرياضية المختلفة ومع تسليط الضوء على انواع الانحرافات القوامية المختلفة وكل هذا من اجل الوصول الى اكبر قدر من المعرفة النظرية في هذا المجال .

1-1) تعريف الانحرافات القوامية:

***تعريف القوام من وجهة نظر علماء الانثروبوجي:**

هو مظهر يتضمن الخصائص المميزة لجنس ما ، فهو يعد من المؤثرات المصاحبة للنشوء والارتقاء والتي من خلالها يمكن التعرف على درجة نمو وتطوير الانسان.

***تعريف القوام من وجهة نظر جراحي العظام :**

هو مؤشر يعكس اطار عمل الهيكل العظمي والجهاز العضلي .

تعريف القوام من وجهة نظر جراحي العظام :

هو مؤشر يعكس اطار عمل الهيكل العظمي والجهاز العضلي .(صالح بشير سعد،2013،ص16)

***تعريف القوام من وجهة نظر صالح بشير سعد :**

القوام المعتدل هو توافق عمل الاجهزة العظمية -العضلات -الاعصاب بشكل سليم في الاوضاع الثابتة والمتحركة باعلى كفاءة.

* ويعرفه محمد السيد شطا وآخرون " أن القوام المعتدل هو الذي يكون في حالة توازن دائم .

* وتعرفه صفاء الحزبوظلي " هو مجموعة العظام والعضلات وباقي أجهزة الجسم التي تبنى مظهره .

* ويعرفه صالح بشير سعد " القوام المعتدل هو توافق عمل الأجهزة - العظام - العضلات - الأعصاب بشكل

سليم في الأوضاع الثابتة والمتحركة بأعلى كفاءة وأقل جهد .(صالح بشير سعد،2013،ص17)

***عرفته اللجنة القوامية للمشوهين بالولايات المتحدة الأمريكية:**

أنهم أولئك الذين ينحرفون عن مستوى الخصائص الجسمية بالنسبة للفئة السنوية بصفة عامة إلى الحد الذي يحتاجون معه لخدمات لأقصى درجة.

***عرفه كسينجر:**

أنهم الأفراد المصابون بخلل بدني ظاهر أو خفي يحد من طاقاتهم للعمل بسبب حالات سلوكية حركية غير مرغوب فيها.

*ويعرفه البعض على أنه:

شذوذ في شكل عضو من أعضاء الجسم أو جزء منه، وانحرافه عن الوضع الطبيعي المسلم به تشريحياً مما ينتج عنه تغيير في علاقة هذا العضو بسائر الأعضاء الأخرى.

*ويعرفه آخرون على أنه:

تغير كلي أو جزئي في عضو أو أكثر من أعضاء الجسم وابتعاده عن الشكل الطبيعي المسلم به تشريحياً هذا التغير قد يكون موروثاً أو مكتسباً.

*تعرفه ناهد أحمد عبد الرحيم:

هو حالة من عدم التوازن الواضح بين أجهزة الجسم المختلفة تؤدي لبذل طاقة زائدة أثناء الحركة والثبات.

1-2) شروط القوام الصحيح :

1- شروط ترتبط بميكانيكية آليات الإحتفاظ بحالة القوام المنتصب.

2- شروط تتعلق بالثبات.

3- شروط تتعلق بالوظيفة العضوية.

4- شروط ترتبط بالقوة والمرونة.

5- شروط ترتبط بالشكل التشريحي للجسم. (ناهد أحمد عبد الرحيم، 2011، ص18-19)

1-3) درجات الانحرافات القوامية :

أ/ انحرافات من الدرجة الاولى :

وفيها يحدث التغير في الشدة العضلية ، وفي الاوضاع القوامية المعتادة ولا يحدث تغير في العظام ، ويمكن معالجة الانحرافات القوامية من هذه الدرجة بالتمارين العلاجية وبإحساس الفرد نفسه بالخطأ فيحاول اصلاح

ب/ انحرافات من الدرجة الثانية :

وفيها يكون الانقباض واضحاً في الأنسجة الرخوية ، كالعضلات والاربطة مع درجة خفيفة من التغير العظمي ، الانحرافات القوامية من الدرجة الثانية تحتاج الى خبير العلاج الطبيعي للتغلب عليها .

ج/ انحرافات من الدرجة الثالثة:

وفيها يكون تغيير شديد في العظام ، بجانب تغيير العضلات والاربطة ومن الصعب اصلاح الحالة ، وهذه الدرجة تحتاج في معظم الاوقات الى التدخل الجراحي وتعطى التمرينات العلاجية لتجنب تشوهات اخرى .(عباس الرملي

،1946، ص84)

1-4) مورفولوجيا القوام وعلاقتها بالأنشطة الرياضية:

أن المقاييس المورفولوجية للشكل التشريحي للجسم لها تأثير واضح على ميكانيكية الحركة عند أداء المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية. وبالتالي إصابة الجسم بالتشوهات أو العيوب القوامية تؤدي إلى تشتيت قوي للجسم بما يجعله يبذل طاقة وجهد عضلي كبير في غير موضعه مما يصيب اللاعب بالإرهاق والتعب بسرعة ملحوظة.

فمثلا في حالة الإصابة بزيادة تحدب الظهر لأحد الممارسين لرياضة الرمي فالقوة المبذولة من الرجلين كما ذكر صبحى حسنين لا تصل بكاملها لمنطقة الكتفين لوجود زاوية بين الحوض والمنطقة القطنية كأحد أشكال تشوه زيارة تحدب الظهر من شأنها تغيير مسار عمل القوة فتصبح القوة المبذولة ضعف القوة المطلوبة لأتمام حركة الرمي فالقاعدة العامة لمهارة الرمي أن يكون قوام الجسم واقعا على إمتداد خط الشد أو الدفع، إذ يجب أن يكون الذراعان والكتفان والجذع والرجلين على إمتداد هذا الخط أو قريبة منه قدر الإمكان.

كذلك في حالة زيادة التجويف القطنى عند مهارة الرمي تطول عضلات البطن وتضعف مما يعمل على تدلى الأجهزة الداخلية وبالتالي تشكل عبء على القوة المبذولة ونقل الكفاءة الحركية للفرد حيث لا يستطيع إتخاذ الزوايا المثلى مع إستخدام أقصى قوة في الإتجاه الأفقي لإحداث أقصى مسافة للأمام. هذا على عكس ما يفعله هذا اللاعب حيث يميل إلى بذل قوته في الإتجاه الأعلى نتيجة لبروز الصدر وعضلات البطن وضعفها وقصر عضلات أسفل الظهر (القطنية). فالمتحكم في مسافة الرمي السرعة وزاوية الإنطلاق.

فقد ذكر صبحى حسنين أن تشوه سقوط الرأس أماما يؤثر سلبا على وضع البداية في رياضة العاب القوى. حيث تقتصر وتتقبض عضلات الرقبة الأمامية كالعضلة الترقوية الحلمية بينما تطول وتضعف عضلات خلف الرقبة وهي اللياف العليا للمنحرفة المربعة. والمطلوب في الوضع السليم للبداية أن يقع مركز ثقل الجسم أماما في أقصى مسافة يستطيع اللاعب بحيث يكون جسمه على وشك السقوط أماما حتى لا يضيع جزء من القوة تحريك مركز ثقل الجسم للتغلب على وزن الجسم ومن المؤكد أن سقوط الرأس أماما عند وضع البدء يجعلها لا تكون على إستقامة الجذع لحظة الإنطلاق.

أيضا في تشوه تفلطح القدم في رياضة العدو فمن المعروف أن خط ثقل الجسم يمر بين عظمة القصبية إلى العظم القنزعي الذي يوزعه على القصبية خلفا والعظم الزورقي أماما. حيث ينتقل وزن القصبية إلى الأرض عن طريق عظم العقب أما وزن الزورقي فينقله إلى عظام أمشاط القدم.

وهذا التوزيع لوزن ثقل الجسم لديناميكية حركة القدمين هو المسؤول عن مرونة حركة القدم، بينما المصاب بتفلطح القدمين يضطر للمشي على القدم بكامله بسبب سقوط وإنهيار أقواس القدم الأنسية وبالتالي لا يستطيع العداء الجري لمسافات طويلة. كما أن ميل وتر اكليس في تفلطح القدم يصبح في حالة شد دائم مما يقلل من كفاءته الوظيفية وكذلك إتجاه الأمشاط للخارج يؤدي لفقد مسافة تناسب مع درجة إنحراف القدم للخارج. (ناهد احمد عبد الرحيم

2011، ص20)

1-5) الاضطرابات القوامية:

هي الآلام الناتجة عن الأوضاع القوامية الخاطئة عند ثبات الجسم لبعض الوقت لفترات زمنية طويلة بمعنى أنها الآلام المصاحبة لثبات الجسم في وضعية قوامية خاطئة لفترات طويلة والإعتياد عليها، وقد عرفها آخرون "هي الآلام أو الأعراض التي يشكو منها الفرد عند الاعتياد على اتخاذ الجسم لبعض الأوضاع القوامية الخاطئة لفترات زمنية طويلة.

1-6) أشكال هذه الاضطرابات القوامية:

تأتي هذه الأعراض في صورة ألم خلف الرقبة (الفقرات العنقية) آلام بالحزام الكتفى أو أحدهما - أو الكوعين (المرفقين) أو أحدهما، رسغ اليد .. الخ - آلام أسفل الظهر - تتمثل بالمنطقة السفلي من القطن - آلام الركبة - القدمين، وهذه كلها مؤشرات تعلن عن وجود خلل بالجهاز الحركي للجسم عموماً أو في جزء منه، وخاصة بالعضلات العاملة على إستقامة الجسم ترجع إلى خلل في التوازن في العمل العضلي بين العضلات العاملة والعضلات المضادة مما يؤهل للإصابة بالإنحرافات ثم بإهمالها تصبح تشوهات قوامية. (ناهد احمد عبد الرحيم، 2011، ص22)

1-7) الكشف عن الانحرافات القوامية :

بالطبع الكشف على عيوب القوام والشخص مرتديا الملابس لا تعطي صورة واضحة لحقيقة العيوب ، فالملابس تخفي تحتها كل شيء تقريبا ، والحكم الظاهري قد لا يكون مطابقا للواقع ، ولذا لابد ان يجرد الفرد من ملابسه ويكتفي بشورت قصير ،وان يكون عاري القدمين و الاجزاء الهامة التي يجب ان نركز عليها ونكشف الاخطاء التي بها هي كالاتي :

1-7-1)الراس :

1/ميل الراس جانبا .

2/سقوط الراس اماما وخلفا.

3/مدى القصر في المنطقة العنقية .

1-7-2)الجزع :

1/التقعر القطني.

2/الظهر المستدير .

3/الانحناء الجانبي.

1-7-3)الصدر:

1/الصدر المفلطح .

2/الصدر الحمامي.

3/الصدر القمعي.

1-7-4)الحوض :

ا- ميل الحوض للأمام .

ب- ميل الحوض للخلف .

ج - ميل الحوض للجانب

عظمتى اللوحتين :

ا- عظمة اللوح الجانحة.

ب- ميل عظمة اللوح للجانب .

ج - ارتفاع عظمة اللوح لأعلى.

7-5)الكتف :

ا- مندفع لأعلى .

ب - استدارة الكتفين للداخل.

ج - ضغط الكتفين للخارج .

1-7-6)المرفق :

ا- زيادة في مد المفصل .

ب- انثناء المفصل.

ج-الثبات في وضع الكب أو البطح .

1-7-7)اليـد:

ا- اليد الساقطة .

ب-يد القرد .

ج- اليد المخليبية .

1-7-8)ركبتان :

ا- اصطكاك الركبتين .

1-7-9)القدم:

1- القدم المفطحة .

- تشوه القدم مع اتجاه الأصابع لأسفل .
- تشوه القدم مع اتجاه الأصابع لأعلى .
- تشوه القدم مع اتجاه الأصابع للداخل .
- تشوه القدم المنحنية للداخل .
- انحناء القدم للخارج
- القدم المخلبية.
- انحراف ابهام القدم للوحشية .

1-8)انحرافات العمود الفقري:

التحدث عن تشوهات الجسم يجب أن تنتبع خطواته متسلسلة متدرجة منطقية في وصف وتحليل التشوه ومن هذه الخطوات ما يلي :

1/ المنطقة التي يحدث فيها التشوهات التي يحدث فيها التشوه .

2/ التغيرات العظمية والعظمية للمنطقة التي يحدث فيها التشوه

3/ تأثير التشوه على القوام والناحية الميكانيكية و الكفاءة في العمل والتوازن .

4/ التشوهات التعويضية التي تصيب الفرد كنتيجة التشوهاالأصلي

5/أسباب حدوث التشوه.

6/العلاج ووسائله .

7/ نماذج من التمرينات العلاجية .

-التغيرات العظمية والعظمية :

تحدث انحرافات الرأس والرقبة بأنواع مختلفة منها .

ميل الراس للامام مع انثناء الرقبه ويؤدي هذا التشوه الى :

(ا) ضعف العضلات والأربطة خلف الرقبة فتطول .

(ب) قصر العضلات والأربطة الأمامية المقابلة للعضلات والأربطة الخلفية وينتج عن ذلك عدم توازن المنطقة العنقية .

- تأثير التشوه على القوام :

سقوط الراس أماما يتطلب أن يكون هناك عمل مقاوم للراس في الاتجاه العكسي لكي لا يسقط الجسم للامام ، فيكون التصرف هو دفع الحوض للأمام قليلا ، فتختل بذلك قاعدة الاتزان وفي أثناء الحركة يميل الجسم للاندفاع للأمام.

- اسباب حدوث التشوه :

(أ) الجلوس في المكتب والكتابة لمدة طويلة .

(ب) عادات الخجل عند البنات و المراهقات طوال الأجسام ومحاولتهن اخفاء ذلك بثني الرأس .

(ج) بعض المهن تتطلب اتخاذ أوضاع تساعد على تشوه الظهر .

(د) الخلل العضوي سواء في احدى العينين أو الأذنين أو قصر احدى الرجلين عن الأخرى أو تفلطح في احدى القدمين .

(هـ) المشي مع توجيه النظر لأسفل باستمرار .

1-8-1) استدارة أو تحدب الظهر :

1- منطقة التشوه :العمود الفقري وهو عبارة عن زيادة غير عادية في تحدب المنطقة الظهرية من العمود الفقري للخلف .

ب- التغيرات العضلية والعظمية :

استدارة أو تحدب الظهر :

ج- منطقة التشوه :

العمود الفقري .. وهو عبارة عن زيادة غير عادية في تحدب المنطقة الظهرية من العمود الفقري للخلف .

د- التغيرات العضلية والعظمية :

- تقصر عضلات الصدر بينما تطول عضلات الظهر وتضعف وإذا طالت مدة بقاء هذا الانحناء تشكل الفقرات تبعا له ويصبح سمكها من الأمام أقل من سمكها من الخلف .

- يستدير الظهر وتبرز الذقن للامام ، ويتسطح القفص الصدري .

- يصاب الكتفان بالاستدارة ويتباعد اللوحان .

- تقل المرونة في العمود الفقري والقفص الصدر مما يؤثر على الكتف.

ويحدث هذا التشوه في أي مرحلة من مراحل العمر لكن يكثر في مراحل الطفولة والمراهقة و في كبار السن .

- اسبابه في الطفولة المبكرة والطفولة المتأخرة :

- 1- العادة السيئة مثل الجلسة الخاطئة على الدرج أو المكتب او الوقفة الخاطئة .
- 2- بعض أمراض الجهاز التنفسي التي تسبب ضيقا الصدري وتسطحه فينحني الظهر .
- 3 - ضعف النظر وقصره.
- 4 - خلل في منحنيات العمود الفقري .
- 5 - مرض الكساح ولين العظام .

- منطقة التشوه :

المنطقة القطنية في العمود الفقري وهو عبارة عن زيادة غير عادية في تحدب المنطقة القطنية الامام .

- التغيرات العضلية والعظمية :

تقصر عضلات منطقة أسفل الظهر وتطول عضلات جدار البطن وتضعف وربما عضلات خلف الفخذ نتيجة الدوران الحوض للأمام .

- التشوهات التعويضية :

قد يصاب الفرد باستدارة الكتفين كتشوه تعويض لكي يواجه أثر انتقال ثقل الجسم للخلف بسبب حدوث التجوف القطني .

- تأثير التشوه على القوام :

. نتيجة حدوث التشوه ينتقل ثقل الجسم للخلف فيكون نتيجة لذلك أن يحاول الفرد الانحناء للأمام بمنطقة الكتف لكي يتزن فيصاب باستدارة الكتفين .

- أسباب حدوث التشوه :

- 1- هذا التشوه كثيرا ما يحدث للأفراد السمان ذوى الكروش والسيدات الحوامل
- 2- قد يحدث كتشوه تعويضي لاستدارة الكتفين أو يحدث نتيجة لاستدارة الظهر
- 3- الوقفة العسكرية حيث يكون فيها الشخص قابضا على العضلات الأمامية للفخذ فتقوى وتقصر ، وبالتالي فان العضلات الخلفية للفخذ تطول وتضعف مما يساعد على دور ان الحوض للأمام ويحدث التشوه .
- 4- الكعب العالي عند السيدات حيث : حيث يجعل مركز ثقل المرأة يميل للامام. فتعوض عن ذلك بدفع الكتفين للخلف والحوض للامام .

- 5- ضعف النعمة العضلية في عضلات البطن .
- 6- عدم الالمام بالوعي القوامى والوقفة المعتدلة .
- 7- العلاج الخاطيء لتشوه تحذب الظهر للخلف .

1-8-2) تحذب الظهر للخلف مع تقعر القطن:

تعريف التشوه :

هو الزيادة في تحذب الظهر للخلف في المنطقة الظهرية عن الوضع الطبيعي مع الزيادة في تحذب الفقرات القطنية للأمام عن الوضع الطبيعي والتغيرات هي نفس التغيرات التي تحدث لكل تشوه منهما على انفراد.

الظهر المسطح :

تعريف التشوه :

هو نقص في تحذب العمود الفقري للأمام في المنطقة القطنية عن الوضع الطبيعي وبذلك تطول وتضعف عضلات الظهر و تقصر عضلات البطن ويتغير وضع الحوض فيندفع للأمام .

1-8-3) استدارة الكتفين:

- منطقة التشوه :

المنكبين .

- التغيرات العضلية والعظمية :

(ا) ضعف وإطالة عضلات الظهر العليا .

(ب) قصر عضلات الصدر .

(ج) تتقدم النهايتان الخارجيتان للترقوتين للأمام .

(د) حدوث ضغط على النهايتين الداخلتين للترقوة.

(هـ) تباعد اللوحين أحدهما عن الآخر وذلك نتيجة لإطالة الجزء الأوسط من العضلة المنحرفة المربعة و العضلة العينية .

- التشوهات التعويضية :

(ا) قد يظهر هذا الانحراف مصحوبا باستدارة الظهر ومن النادر أن يقف الانحراف عند ذلك فأحيانا نجد أن الرأس والرقبة تميلان للأمام ويتسطح الصدر وذلك لانخفاض بداية العضلات في هذه المنطقة . وهذه التغيرات في وضع

الرأس والرقبة على العمود الفقري تؤدي الى اطالة العضلات المدة للجزء العلوي من العمود الفقري مما يزيد من الانحناء الأمامي للمنطقة الظهرية من العمود فينتج تحذب بالظهر بطول المدة .

(ب) التغيير في وضع الرأس والرقبة يؤدي الي استطالة عضلات الظهر والكتفين وقصر عضلات الصدر واذا طالت، المدة قد يسبب ذلك تحذب الظهر ثم تجوف المنطقة القطنية و يساعد في ذلك كثرة سقوط الذراعين أمام الجسم وزيادة شدهما للعضلات القريبة للوحين.

- تأثير التشوه على القوام :

(أ) اختلال قاعدة الاتزان نتيجة توجه الذراعين امام كذلك في حالة زيادة الحركة يندفع خط الثقل للأمام .

(ب) يقلل من كفاءة حركة الذراعين واستعمالها ويبقيان أمام الفخذين معظم الوقت .

- اسباب حدوث التشوه :

يرجع التشوه الى العادات القوامية السيئة ، وخاصة الأعمال التي تتطلب خفض الرأس أماما كالكتابة والقراءة والحياكة والكي وعموما جميع الأعمال التي يستخدم فيها الذراعين امام الجسم.

1-8-4) تجنح عظمتى اللوح:

- منطقة التشوه :

يحدث التشوه في منطقة الظهر العليا .

- التغيرات العضلية والعظمية :

(أ) ضعف العضلات تحت اللوح يؤدي الى جذب اللوحين للأضلاع واستطالة أليافهما .

(ب) بروز الحد الأدنى لعظم اللوح في كلا من الجانبين أكثر من الحد الوحشي .

(ج) اتجاه زاوية عظم اللوح السفلى الى الوحشية .

- التشوهات التعويضية :

قد يؤدي تجنح عظمتى اللوح الى استدارة الظهر أو استدارة الكتفين .

- أسباب حدوث التشوه:

(أ) حدوث شد دائم على عظمتى اللوح الى الخارج.

(ب) ضعف النعمة العضلية للعضلات تحت اللوح التي تجذب اللوح للأضلاع ، وكذا التي تجذب العمود الفقري .

(ج) قد يحدث كتشوه تعويضي لاستدارة الكتفين اذ تتجه رأسا.

عظمتا العضد للأمام مما يؤدي إلى حدوث شد على عظمتا الوحين فيتجهان للخارج وترتفع زوايتهما السفلتين .

1-8-5) الانحناء الجانبي:

هو عبارة عن انثناء جانبي للعمود الفقري لأحد الجانبين مصحوب بدوران اجسام الفقرات للجهة الأقل في الضغط حيث نبعث النتوءات الشوكية عن خط منتصف الظهر وتكون جهة التحدب .

وتتباع بعض أجسام الفقرات عن بعضها الآخر جهة التحدب وتكون مضغوطة جهة التقعر وكذلك الضلوع تكون مضغوطة جهة التقعر وبعيدا بعضها عن بعض جهة التحدب ، وتقل المرونة في المنطقة المتأثرة ، وتطول وتضعف العضلات جهة التحدب وتقصر جهة التقعر .

- ويظهر أحد الكتفين أعلى من الثاني في حالة التشوه للمنطقة الظهرية .

وعندما يصيب الانحناء الجانبي الفقرات العنقية يسمى تصعر العنق ويسمى شمالا أو يمينا تبعا للجهة التي تميل اليها الراس .

- أما اذا أصاب أي منطقة من الفقرات الظهرية أو القطنية فيسمى شمالا او يمينا تبعا لجهة التحدب .

درجات التشوه :**1- انحناء من الدرجة الأولى :**

أي نتيجة للتعود على عدم اعتدال القامة ولا يوجد أي تغيير لا في الأنسجة الرخوة ولا في العظام - واذا طلب من الشخص اصلاح الانحناء تمكن من ذلك فهذا النوع من الانحناء يعالج تمارينات حرة عاملة لتقوية العضلات المادة للظهر و تمارينات اعتدال القامة .

ب - انحناء من الدرجة الثانية :

في هذه الحالة لا يمكن للشخص اصلاح الانحناء نتيجة وجود تغيرات بالأنسجة الرخوة ، والعلاج يكون عن طريق التمارينات القسرية .

ج : انحناء جانبي من الدرجة الثالثة :

انحناء جانبي ثابت و في هذه الحالة لا يمكن اصلاح الانحناء عن طريق الشخص نفسه ولا يمكن عن طريق التمارينات العلاجية ولكن تعطى التمارينات لمنع حدوث مضاعفات .

- اسباب حدوث التشوه :

أسباب حدوث التشوه كثيرة ومتعددة فقد تكون خلقية أو نتيجة عادات أو أوضاع خاطئة ويمكن حصر هذه الأسباب فيما يلي :

1- الوراثة .

2 - لين العظاموشلل الاطفال

3 - وضع خاطيء للجنين في الرحم أو حادث أثناء الولادة .

4 - نتيجة لبتز أحد الذراعين .

5 - نتيجة الألم الشديد في احد الجانبين

6 - نتيجة لانكماش الأنسجة بعد الحروق أو الجروح .

7 - نتيجة العادات السيئة في الوقوف والجلوس .

8- سوء اختيار الملابس .

-انواع الانحناء الجانبي :

1- انحناء جانبي في منطقة واحدة (العنقية أو الظهرية أو القطنية) ويمكن حدوث الانحناء الجانبي في منطقتين ولكن في جانب واحد مثلما يحدث في المنطقة الظهرية و القطنية - أو في المنطقة الظهرية و العنقية .

2 - انحناء جانبي في منطقتين مختلفتين مثل ظهري يمين - قطنى شمال.

3 - ممكن حدوثه في ثلاث مناطق على شكل حرف S أي مثل عنقى شمال - ظهري يمين - قطنى شمال .

(9) انحرافات الطرف السفلى:

1-9-1) اصطكاك الركبتين:

• **منطقة حدوث التشوه :**

منطقة الركبتين وفي هذه الحالة تتقارب الركبتان للداخل وتتباعد المسافة بين القدمين .

وهذا التشوه قد يحدث في جهة واحدة أو الجهتين معا وغالبا ما يصاحب هذا التشوه تفلطح القدم .

-اصطكاك الركبتين و التغيرات العضلية والعظمية :

ا) استتالة وضعف العضلات و الأربطة الداخلية للركبة .

ب) قصر العضلات والأربطة الخارجية للركبة .

أسباب حدوث التشوه :

(ا) بسبب بعض الاصابات والحوادث .

(ب) ضعف أربطة و عضلات مفصل الركبة .

(ج) العادات الخاطئة في المشية .

(د) محاولة وقوف الأطفال مبكرين قبل أن تقوي عضلات ارجليهم .

(هـ) مرض لين العظام والكساح .

علاماته :

- ١- اذا وقف المريض وتلامست الركب - تتباعد القدمان بحوالى من ٢ الى ٢٠ بوصة .
- ٢ - اذا ضم المريض قدميه تتقاطع الركبتان .
- 3 - يختفي التشوه في حالة ثني الركبتين .
- 4 - تصبح المشية متخبطة وركيكة .

المضاعفات :

تقلطح القدمين - و الانحناء الجانبي في العمود الفقري اذا كان التشوه في ركبة واحدة .

1-9-2) تقوس الساقين:

- منطقة التشوه :

يحدث هذا التشوه في الساقين ، وقد يشمل تقوس الفخذ والقصبه ، وقد يقتصر على القصبه فقط .

- التغيرات العضلية والعظمية :

(1) يظهر هذا التشوه على شكل تقوس للوحشية فتتباعد الساقان وتتقارب القدمين.

(ب) تنحني الساقان لتكوين دائرة التحذب فيها للخارج .

(ج) تتباعد الركبتان عند تلاصق القدمين .

(د) قد تشترك عظمتا الفخذ والقصبه في اتخاذ هذا التقوس فيسمى تقوس الرجلين.

هـ) وتقتصر عضلات وأربطة الركبة الداخلية ، أما الخارجية فتطول وتضعف .

- التشوهات التعويضية :

قد يتجه القدمين للداخل عند الوقوف أو المشي ، كما يتجه الحوض إلى الخلف لمحاولة المصاب السيطرة على

اتزانه أثناء السير أو الوقوف .

- أسباب التشوه :

(أ) الاصابة بمرض الكساح وقد ينشأ هذا المرض منذ الطفولة نتيجة عدم القدرة على امتصاص أملاح الكالسيوم .

(ب) نتيجة لزيادة وزن الجسم بحيث يعجز الطرفان السفليان عن حمل الجسم عند المشي المبكر .

(ج) اضطرابات النمو بأسفل عظم الفخذ أو أعلى عظم الساق مما يؤدي الى حدوث التشوه في هذه المرحلة .

(د) النمو السريع خصوصا اذا كان الوزن أكثر من الطبيعي .

(هـ) جلوس التربيع مدة طويلة في الصغر .

1-9-3)التصاق الفخذين:

- منطقة التشوه :

يحدث في منطقة الفخذين.

- التغيرات العضلية والعظمية :

(ا)يزداد التصاق الفخذين أكثر من الحد الطبيعي له .

(ب) يزداد الضغط والعبء على منطقة مفصل الحوض .

(ج) الحد من حركة الفرد، والشعور بالتعب المبكر .

- التشوهات التعويضية:

-قد يحدث هبوط في أقواس القدم .

-قد يصاب الفرد بتشوه اصطكاك الركبتين .

- اسبابه:

(ا) السمنة الزائدة .

(ب)خلل في مفصل الحوض .

(ج) التئام كسور العظام حول الركبة في وضع معيب كما يحدث نتيجة الحوادث .

(ت)حدوث التهابات في مفصل الركبة وتمدد المحفظة الليفية للمفصل خاصة من الناحية الوحشية .

(هـ) نتيجة للعادات القوامية السيئة مثل جلوس القرنصاء الدائم .

1-10)تشوهات القدم:

تعتبر القدم هي اساس انتصاب الجسم ولذلك يجب دراستها ليس فقط من ناحية تركيبها ولكن أيضا من ناحية وظيفتها الميكانيكية حيث أن الجسم بكافة انشطته وحركاته واوزانه يعتمد اعتمادا أساسيا على القدم التي تعتبر ركيزة له ، و الآلة المحركة لجميع أجزائه ، كما أنها تشكل عاملا فعالا في أي نشاط حركي .

ومن ناحية أخرى فان سلامة القدم تعتبر من المقومات الأساسية للمهارات الحركية حيث تلعب دورا هاما في انسيابية الحركة وتحمل الصدمات والمؤثرات الخارجية ، وخاصة بالنسبة للفرد الذي يقوم بأداء حركي لا يستطيع القيام به بكفاءة عالية الا اذا كانت قدماه سليمتين قويتين في كافة أجزائهما من عظام و عضلات و اربطة ، كما أن تشوهات القدم تسبب آثارا ضارة متعددة فهي الى جانب شعور المصاب بالالام فانها تؤثر تأثيرا سلبيا على كفاءة الفرد البدنية وقدرته الحركية على ممارسة الأنشطة الرياضية والتي تلعب القدم دورا هاما في أدائها بالطريقة السليمة .

وبالتالي فان القدم بما تحتويه من تركيبات عظمية وعضلية متداخلة معا و مرتبط بعضها ببعض الآخر و تعمل جميعا على حفظ القدم من التشوهات وخاصة تشوه تفلطح القدم فمن ناحية نجد أن تركيب العظام وطريقة تمفصلها تعمل على تكوين الشكل الطبيعي بقوس القدم بل وتدعيمه . ومن ناحية أخرى تعمل مجموعة الأربطة والأوتار و العضلات على حفظ هذا القوس بحيث لا تختل العلاقات العظمية لعظام القدم .

وبهذا يظهر لنا أهمية الدراسة التشريحية للقدم حيث أن أي خلل لهذا التركيب سوف يؤدي الى حدوث التشوهات

1-10-1) تفلطح القدمين :

في هذا الجزء نتعرض لمناقشة تفلطح القدمين من حيث ماهيته ومعناه والتغيرات المرضية والمراحل التي يمر بها والأسباب التي تؤدي اليه والأعراض التي تظهر والدرجات التي ينقسم اليها .

ماهيته وتعريفه :

ليس هناك اختلاف جوهري في الآراء التي تعرضت لتحديد معنى تفلطح القدمين بل لقد تقاربت للدرجة التي يصعب معها التفرقة بينها وفيما يلي نستعرض بعض ما كتب عن مفهوم تفلطح القدمين :

ينظر «جون وال» أحد أخصائي العلاج الطبيعي الى تفلطح القدمين على أنه أحد متاعب القدم ويعرف القدم المفلطحة على أنها :

« هبوط في قوس القدم الداخلي و الأقواس المستعرضة المصحوبة مقلب القدم للخارج ».

ويعرف كمال الزرقاني وصلاح جادو القدم المفلطحة بأنها:

« القدم التي يلامس فيها الجانب الأنسي الأرض عند الوقوف ، وتحدث عندما يكون هناك سقوط في القوس الطولي للقدم وانحراف للخارج » .

ويعرفها البعض بأنها:.

« سقوط القوس الطولي للقدم وهو مصطلح علمي يعني أن الجانب الأنسي للقدم. يلاصق الأرض بكامله عند الوقوف » .

وينقسم تفلطح القدمين من الناحية الطبية الى :

(أ) التفلطح الخلقي او الوراثي .

(ب) تفلطح متحرك .

وهذا النوع ينقسم الى :

1 - تفلطح طفولي .

2 - تفلطح قوامي .

3 - تفلطح تعويضي .

(ا) انحراف خلقي او وراثي :

وهي فلتحة يولد بها الطفل وهي نادرة وقد تكون بسبب قصر في وتر أكياس أو قصر في العضلات الباسطة للقدم أو موروثة فتحدث في بعض الأفراد بدون سبب واضح .

(ب) تفلطح متحرك :

وينقسم الى :

1- تفلطح القدمين الطفولي :

وهذا النوع شائع بين الأطفال ويظهر بينهم في بداية سن الوقوف والمشي وذلك بسبب تأخر قدرة العضلات الخاصة بالقوام ، ووجود كمية من النسيج الليفي الدهني في باطن القدم وعلى الجانب الأنسي

2- تفلطح القدمين القوامي :

وهو ناتج عن فقدان التناسب بين قدرة عضلات القدمين وبين ثقل الجسم أو العبء الواقع عليها كما يحدث في حالة زيادة الوزن أو المشي أن الوقوف لمدة طويلة، مما يؤدي إلى اجهاد عضلات القدم وعجزها عن تحمل العبء الواقع عليها فتتهار أقواس القدم ويحدث التفلطح .

3 - تفلطح القدمين التعويضي:

وينتج عن وجود بعض المفارقات التكوينية في القدم والساق مما يؤدي إلى خلل في توزيع ثقل الجسم فيحاول التعويض عنها بدفع ثقله على الناحية الأنسية للقدم فيتهار القوس ويحدث التفلطح .

التغيرات المرضية :

ويقصد بها المراحل التي يمر بها التفلطح حيث يحدث أولاً تغيرات في العضلات و الأربطة تليها تغيرات في وضع العظام وأخيراً تحدث تغيرات في شكل العظام نفسها وتكوينها ، وفيما يلي شرح لكل من هذه المراحل :

- تغيرات في العضلات والأربطة فبجانب ضعف العضلات بين

-المشطية و العضلات الداخلية للقدم تحدث التغيرات الآتية:

- اطالة الأربطة على الجانب الداخلي المقدم .

- تقصر الأربطة على الجانب الخارجي للقدم والرباط الوحشي لمفصل القدم

- شد واطالة في عضلات القدم الداخلية وخاصة العضلات المشطية .

- تقلص عضلي يؤدي إلى قصر تركيبى يحدث في مكونات العضلة وذلك في العضلات الشظية نتيجة للعمل الزائد على هذه العضلات .

- تغييرات في وضع العظام :

التي تحدث نتيجة لانتقال العظام من أماكنها .

-أسباب تفلطح القدمين : .

يمكن تلخيص أسباب تفلطح القدم فيما يلي :

1- تفلطح ناتج عن أوضاع خاطئة في توازن الجسم .

2- تفلطح نتيجة لإصابة عظمة العقب بكسر مع التهام خاطيء .

3 - تفلطح نتيجة التهاب مفاصل القدم مثل الالتهاب المفصلي المزمن.

4 - تفلطح نتيجة إصابة الأربطة كما يحدث في حالات تمزق أربطة أخمص القدم .

1-10-2)تشوه القدم مع اتجاه الأصابع للأسفل :

هذا التشوه يكون السبب مكتسبا أكثر منه خلفيا ، وفيه يسير المريض على اصابعه وبالتالي يقع وزن الجسم على رؤوس الامشاط وفي هذا التشوه لا يحدث تغير ملحوظ في العظام بينما تتمدد الاربطة الامامية لمفصل القدم مع قصر الاربطة الخلفية كما تطول العضلات القصرية الامامية وتنقبض السمانة والعضلات القابضة للأصابع .

1-10-3) تشوه القدم مع اتجاه الأصابع لأعلى :

غالبا ما يكون هذا التشوه نادرا وبصفة عامة ينتج هذا التشوه عن شلل الأطفال أو عمليات اطالة وتر اكليل ، ويكون هذا التشوه في مفصل القدم ، حيث يكون بين الساق و القدم زاوية حادة ، والعظام في هذا التشوه غالبا ما تكون مشوهة قليلا بينما تنقبض الأربطة الأمامية الخارجية وتمتد الأربطة الخلفية والخلفية الخارجية. كما يحدث انقباض في العضلات القصيدة الأمامية وتنقبض السمانة ".(عباس الرملي، 1946، ص86-137)

1-11)كيفية المحافظة على القوام :

ويتم ذلك من خلال تحقيق النقاط التالية :

-صحة جيدة

-غذاء كامل متوازن .

-تمارينات بتناسق لجميع اجزاء الجسم .

-جهاز عصبي سليم مع توافق عضلي عصبي .

-اجهزة داخلية سليمة .

-راحة كافية .

-ملابس صحية .

-عادات سليمة في الحركة والوقوف والجلوس والسير .

-راحة نفسية .

-علاج سريع في حالة المرض .(زكي محمد محمد حسين ،2004،الصفحة 12-13)



المحور الثاني

التكوين في معهد staps

1- نبذة تاريخية:

يعود السبب الرئيسي في بداية تكوين إدارات جامعية في التربية البدنية إلى قرار وزارة الشبيبة والرياضة القاضي بتوقيف تكوين مدرستي التربية البدنية والرياضية، وهذا عام 1978 بعدما كانت هناك معاهد جهوية بسريريدي والشلف أيضا معاهد لتكوين الأساتذة المساعدين (P.A) فحملت وزارة التربية الوطنية على عاتقها مهمة تكوين إدارتها في هذا الميدان الحيوي، إيماننا منها بدور درس التربية البدنية وفي مختلف المستويات التعليمية، في تحسين صورة الجسم، اكتساب المتعلمين الحركات والمهارات الرياضية المناسبة، التوافق النفسي للمتعلمين، فما كان عليها أن ذاك سوى فتح مراكز لتكوين مدرسين مختصين، لكن النموذج المكون ساعتها لم يرق إلى المستوى المطلوب (معلمون، أساتذة، مساعدون، وأساتذة التعليم الأساسي في التربية البدنية والرياضية مدة تكوينهم عامين فقط). (شلغوم عبد الرحمان، 1997، مذكرات نهاية ليسانس)

وكانت الانطلاقة الحقيقية لتكوين إدارات في التربية البدنية والرياضية ذوي مستوى جامعي يقوم الواجد منهم لا مجال لتعويضه، وبالتالي أصبح مطالبا بإثبات قدراته للتكوين مكانة اجتماعية مرموقة عن طريق الجدية في العمل، والسيرة المثالية، والقدوة الحسنة، وعليه أن يكون أيضا على علم تام بقوانين وطرق التعليم. ولقد عانت مادة التربية البدنية والرياضية بالأخص من التناطح القائم بين عدة وزارات منها: وزارة التربية الوطنية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الوزارة المسؤولة عن أنشطة التكوين، وزارة الشبيبة والرياضة، لكن كل ذلك لم يفقدها القيمة العلمية والعملية، وصارت مادة كباقي المواد مدرجة في برامج المنظومة التربوية، وتعتمد في الامتحانات والمسابقات. (قانون التربية البدنية والرياضية، رقم 86/76: المؤرخ في 23 مارس 1976)

2- الكفاءات في التربية البدنية والرياضية:

تمت محاولات عديدة خلال العقود الثلاثة الاخيرة وحتى يومنا هذا في سبيل تطوير برامج الاعداد المهني (التكوين) للمتخصصين في التربية البدنية والرياضية سواء من خلال الدراسات والبحوث والمسوح الميدانية أو المؤتمرات والندوات وورش الأعمال وغيرها من أطر البحث والتقصي وحل المشكلات واقتراح الأفكار. من بين الأفكار التي لاقت نجاحا ما قدمه سيندر سكوت 1954 فيما عرف بمدخل الكفايات كوسيلة لتحسين عملية الإعداد المهني بشكل مجمل في التربية البدنية الرياضية، فقد واكب ذلك ظهور مدخل المواد البيئية، وضغوط الحالة الاقتصادية في الولايات المتحدة الأمريكية، وظهر مجالس التعليم العالي في مختلف الولايات، مما كان له أثر واضح على الكليات والجامعات التي تقدم برامج التأهيل المهني في المجال، وخاصة في إبراز مدخل الكفاءات المهنية، وتأثرت به في مجال الإعداد المهني.

ويتقدم جون اندروز أن تأهيل القيادات في مجال التربية البدنية والرياضية يعتمد على نظرة المجتمع لهذه المهنة، التي قد ينظر لها على أنها إحدى وكالات التطبيق الاجتماعية، أو ينظر لها على أنها وكالة التغيير والتنمية الاجتماعية، كما حدد بلوز جوانب التأهيل الي تتحكم بها هذه النظرة، وتتمثل في الاعتبارات التالية:

- انتقاء نوعية الطلاب المتقدمين.
- المواد والمقررات التي يتلقونها.

- الأدوار والمهام التي تنتظرهم على المستوى المجتمعي.
 - الأوضاع والمراتب التي سيحتلونها خلال حياته العملية والمهنية. (أمين أنور خولي، ط1، القاهرة، 1996، ص133)
 وقد اجتمع الخبراء على أن الكفايات المطلوبة في التكوين في إطارات التربية البدنية والرياضية يمكن إيجازها في:

1-2- الكفاءات المهنية:

يشير تعبير الكفاءات المهنية إلى القدرات والقابليات التي تتيح للفرد الاستمرار في أداء مهام وأنشطة تخصصه المهني بنجاح واقتدار، في أقل زمن ممكن وبأقل من الجهد والتكاليف، والمؤسسات المعنية بتأهيل وتكوين المتخصصين في التربية البدنية والرياضية، يجب أن تعد الطلاب في ضوء واجبات ومهام يفترض أن تواجههم بعد التخرج وما يقابله من صعوبات ميدانية، وذلك بمقابلة هذه الواجبات بكفايات مهنية تساعد المهني على تحقيق مهامه بنجاح.

ويعتقد سنيدر سكوت وجهة النظر التي ترى أن الإعداد المهني يجب أن يهتم بالفرد كإنسان مستنير ومواطن مثقف، ومرب قدير ومعلم ماهر، وقائد مختص في مجال مهني ورياضي محدد، وحيثما يعمل الفرد المهني سيواجه دوماً بعدد من المشكلات التي تتطلب الكفايات المهنية والشخصية، وهذه الكفايات يمكن تمييزها بطرق أفضل من خلال سلسلة من الخبرات المخططة والمؤسسة على احتياجات واهتمامات وأهداف الطالب المعلم، بالإضافة إلى متطلبات المهنة نفسها، وهذه الكفايات والخبرات لا ينبغي تخطيطها بعزلها عن بعضها البعض، ولكن يجب أن نخطط معاً في ضوء الكفايات المطلوبة مهنيًا، بحيث تكون هذه الكفايات واقعية ونشطة متصلة بحياة الطالب ومستقبلهم المهني. (أمين أنور خولي، نفس المرجع: 1996، ص135).

الشيء نفسه ذهب إليه جاكسون في مؤتمره حينما أشار إلى الكفايات المهنية تشكل غالبية ما يفكر فيه المهنيون في التربية البدنية والرياضية والتي تتمثل في:

- معرفة الاسهامات والأدوار التي تقدمها المدرسة للمجتمع.
- معرفة المزيد عن تنظيمات المجتمع والمدرسة.
- فهم طبيعة التلاميذ ونموهم وتطورهم.
- فهم أبعاد العملية التعليمية وكيف يمكن تحسينها.
- المهارة في تعديل الخبرات المتعلقة في ضوء طبيعة الأفراد واحتياجاتهم.
- المعرفة والمهارة في استخدام مصادر ومواد التدريس والوسائل التعليمية.
- المهارة في استخدام التدريس المناسب وطرق القيادة الدائمة. (أمين أنور خولي، مرجع سابق، ص136)

2-2- الكفاءات الشخصية:

هي أحد الجوانب الأساسية في عملية الإعداد، والتي تعتمد مؤسسات التأهيل والتكوين في التربية البدنية والرياضية إلى البحث عنها كأحد شروط القبول بها، باعتبارها أحد دعائم نجاح المهني في مجال التربية البدنية

والرياضية، وهذه الكفايات تعبر عن خصائص وصفات ضرورية ومهمة لتقرير الفعالية المهنية والعمل الناجح في المجال الرياضي. (أمين أنور خولي، نفس المرجع، ص138).

ولقد أصدر مؤتمر **جاكسون ميل** قائمة بالصفات والكفايات الشخصية والتي أوصى بها، ويمكن إيجازها فيما يلي:

- الإيمان بقيمة التدريس والقيادة.
- الاهتمام الشخصي برعاية الآخرين.
- احترام وتقدير الأفراد.
- فهم الأطفال والشباب وتقديرهم كمواطنين.
- التفهم الاجتماعي والسلوك الراقى.
- روح مرحة تتسم بالدعابة.
- معايشة المجتمع.
- حالة صحية فوق متوسطة.
- الاهتمام والاستعداد للتدريس والقيادة.
- مستوى قدرات عقلية فوق المتوسط، مع حس باده مشترك.
- صوت واضح النبرات قوي وخال من عيوب النطق، مع استخدامه بشكل جيد.
- استخدام فعال وطلق للغة القومية.
- الطاقة والحماس بالقدر الذي يكفل قيادة رشيدة. (أمين أنور خولي، نفس المرجع، ص139)

3- نظرة تحليلية في برنامج التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية:

حضي موضوع تكوين الفرد باهتمام خاص ومتزايد من طرف جميع الدول لما له من أهمية في التنمية الوطنية، من النواحي الاقتصادية والاجتماعية تماشيا مقولة "إذا صلح الفرد صلح المجتمع"، ومما لا شك فيه هو أن مشكل التكوين في الجزائر ينفرد عن نظيره في بلاد أخرى تبعا للظروف الخاصة التي مرت وتمر بها الجزائر. هذا بالإضافة إلى أن التكوين في أي بلد يخضع للسياسة المتبعة والأفكار السائدة فيه، مما أدى إلى اختلاف أهداف ومهام مدرس التربية البدنية والرياضية من دولة إلى أخرى سواء من حيث برامج التكوين أو حتى ناحية المحتوى، ومرد ذلك هو اختلاف إيديولوجيات وطبيعة كل دولة، حدد **Barsch** مهام البيداغوجي الرياضي:

- اكتساب الرغبة في الرياضة.
 - تطوير الميول لتحقيق نتائج المستوى العالي.
 - نقل المعارف الإيجابية حول قيمة النشاط الرياضي. (ساكر طارق، 2000، ص86).
- أما **Andrew** فقد أشار إلى أنه في بريطانيا تتحدد مهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في نقل الاتجاه الإيجابي للتلميذ بطريقة يحثهم فيها على البحث على النشاط وحب الرياضة. (Brinding the Andrew Dohns C, role of teacher in school sports, 1986, p170)

وفي هذا إشارة دالة على ما ينبغي أن يكون بين المعلم والمتعلم من علاقات وطيدة تسهل بلوغ الأهداف، وهذا لا يعني أيضا أنه بالرغم من مهمة معلم التربية البدنية والرياضية والمتمثلة في التعليم، ليس بمعنى التلقين المهاري أو التربية الوقائية فحسب، بل يجب التوسيع أكثر لبلوغ أهداف اجتماعية ونفسية، وأن يتعلم ويتدرب على الطرق الفنية في نقل المهارات والمعارف، وفي هذا السياق نقول أن التربية البدنية والرياضية قد شملها التطور من حيث المحتوى والوسائل والأهداف، فلم تعد عبارة عن حركات بدنية أو جسم قوي فقط، أو ما شابه ذلك، بل تعدت هذا المفهوم، وأصبحت حقلا من الحقول الهادفة، تشترك وتتفاعل مع كل الحقول الإنسانية والاجتماعية والطبيعية واحتلت موقعا في برامج الدول المتقدمة حضاريا، حيث أصبحت حاجة ملحة حياة الأفراد في المجتمع الحديث، و قد أكدت الخطط والبرامج الحديثة أثرها الفعال في تطوير قدرة الناشئة، وتنمية قابليتهم وموهبهم واكتشاف وتطوير قدراتهم... إلخ كل ذلك من أجل عمل منتج. (غسان محمد الصادق، فاطمة ياس الهاشمي، 1988، ص107).

فبات لزاما إقحام العلوم الانسانية في البرامج التكوينية لأساتذة التربية البدنية والرياضية، وليس بطريقة نظرية فحسب، لكن يجب تطبيقها ميدانيا.

لأن الهدف الأساسي من التكوين هو إعداد معلمين أكفاء علميا ومهنيا، لكن **Chavvier** يرى أن هناك صراعات تسفر دائما على تكوين ناقص راجع ذلك إلى الخلط ما بين الميادين الإلقائية (الديداكتيكية) والبيداغوجية والمفهوم الحالي للتكوين الذي يأخذ المعارف التقنية كمحتوى أساسي للتكوين والذي يجعله هشاً باعتباره لا يأخذ بعين الاعتبار كل الصعوبات التي سيواجهها الأستاذ في سلوك قسمه، الآن الواقع البيداغوجي جد معقد، فإنه لا يكفي معرفة نظريات التعلم وقوانينها إذا أردنا التحكم في زمام الأمور داخل درس التربية البدنية والرياضية لأجل هذا يبدو من الضروري إدخال تغييرات أو إضافات على التكوين الحالي أو إعطائه شكلا جديدا ليتكيف مع هذا الواقع. (شلغوم عبد الرحمان ، 1997، ص17).

4- مراحل التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية:

وبالنسبة إلى أطر التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية يقول **G.Feery** أن التكوين لا بد أن يمر بثلاث مراحل هي:

- **المرحلة الأولى:** وهي المرحلة العلمية أو الأكاديمية بأصح معنى الكلمة، والتي يرمي من خلالها اكتساب المعارف، وطرق البحث بهدف الإلمام بمختلف المتطلبات العملية التعليمية.
- **المرحلة الثانية:** وتشمل التكوين المتخصص في النشاط أو مجموعة من النشاطات، أو التكوين الديداكتيكي، ففي هذه المرحلة يتعلم المكون وينتق المفاهيم العامة، والطرق والمنهج التي تسهل بواسطتها عملية توصيل وتلقين المعارف والمهارات إلى المتعلمين.
- **المرحلة الثالثة:** وتضم التكوين البيداغوجي، السوسيوبيداغوجي، والتي يكسب مكون المستقبل من خلالها عددا من المواقف، وعددا من التصرفات والسلوكيات التي لها علاقة مع الدور الذي يتحضر من أجل القيام به.

5- أهمية التكوين المتعلق بالتربية البدنية والرياضية في التشريع الجزائري:

كانت الدولة تتبع سياسة منهجية التحريض والبحث عن ممارسة الرياضة وظلت التربية البدنية والرياضية منظمة بأحكام قانون 1979 حتى إصلاح المنظومة التربوية لقسم التربية البدنية والرياضية سنة 1989، وقد يجسد هذا الإصلاح في قانون (03/89) المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية مجموعة من الممارسات المدرجة في السياق والتطور المنسجم والمندرج في المحيط الأساسي والاجتماعي وكذا الاقتصادي والثقافي مع مراعاة القيم الإسلامية. (الميثاق الوطني، العدد 07، الفصل 06، المادة 09: 1986، ص185-186).

كما تهدف المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية الجديدة على وجه الخصوص للمساهمة في:

- تفتح شخصية المواطن.
 - تربية الشباب.
 - المحافظة على صحة الكفاءات المنتجة لدى العمال.
 - تجنيد المواطنين وتدعيمهم الدفاعية.
 - إثراء الثقافة الوطنية بإنتاج القيم الثقافية.
 - تحقيق مثل التقرب والتضامن والصدقة والسلم بين الشعوب.
 - تحسين مستمر لمستوى النخبة قصد ضمان التمثيل المشرف للبلاد على الساحة الدولية.
- وقد تم تعديل القانون (03/89/76) في شكل قانون أمرية (09/95) الصادر عن وزارة الشباب والرياضة المتعلق بتعديل المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتنظيمها وتطويرها، وجاءت فيه قواعد وأسس التكوين الرياضي وفق المواد التالية:

● **المادة (54):** تتمثل مهمة التكوين في الاستجابة للحاجيات الكمية والنوعية المسجلة في ميدان التأطير للمنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية، ويختص التكوين في تزويد الهياكل والأجهزة المنصوص عليها بالمستخدمين العاملين للوقت الجزئي، ويظم التكوين للمؤسسات والهياكل في دورات قصيرة أو طويلة الأمد أو فترات متوسطة. (ج.ج.د.ش، قانون رقم 03/89، المتعلق بتنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية: المؤرخ 1989/02/14).

● **المادة (56):**

- تحديد الحاجيات من مؤطري الممارسات البدنية والرياضية ومحتويات وبرامج مدة التكوين من طرف الوزير المكلف بالرياضة، بالاشتراك مع الوزير أو الوزراء المعنيين بعد أخذ الرصد الوطني للرياضة.

- يهدف التكوين عن بعد إلى ضمان اكتساب تكوين أساسي في ميادين التنشيط والتدريب الرياضي.

● **المادة (58):** يهدف تكوين الاطارات شبه الرياضيين إلى إمداد هياكل المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية بمستخدمين متخصصين في الطب والإعلام الآلي الرياضي وفي تسيير هياكل التنظيم والتنشيط ودعم الممارسات البدنية والرياضية، وفي صيانة المنشآت الرياضية والمحافظة عليها، يمكن القيام بتكوين الاطارات شبه الرياضيين في جميع المؤسسات المتخصصة.

• المادة (59): يهدف التكوين الدائم إلى ضمان تحديد المعلومات لدى مستخدمى تأطير الممارسة البدنية والرياضية وتحسين مستواهم

6- تقديم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة i.s.t.a.p.s جامعة البويرة:

1-6- تقديم:

هو امتداد لقسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية المؤسس بالقرار الوزاري رقم (121) سبتمبر 2004 التابع لمعهد العلوم الاجتماعية والإنسانية للمركز الجامعي بطاقة استيعاب لـ (180) طالب(ة) بتخصص واحد هو التدريب الرياضي، وبعد صدور المرسوم التنفيذي رقم (12-241) المؤرخ بـ 2012/06/04 المتضمن ترقية المركز الجامعي أكلي محند أولحاج إلى مصف الجامعات، كما يلعب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دورا بارزا في التكفل بالتكوين العالي والتدريس في مختلف التخصصات بناء على الطلبات المقدمة وفق النظام الجديد ل.م.د من خلال المهام المرتبطة بالتكوين على مستوى المعهد والمتمثلة في مجال التدريب الرياضي، وبحكم توسع الشعب والفروع في الميدان توازيا مع التطورات والإصلاحات الجديدة، ارتأت إدارة المعهد إلى اقتراح فتح فروع التكوين باستحداث قسمين جديدين يتعلق الأمر بـ: قسم الإدارة والتسيير الرياضي، وقسم النشاط البدني الرياضي التربوي، وهذا بالنظر الى الحاجة الملحة والطلب المتنامي للإطارات المختصة في مجال الأنشطة الرياضية والتربية البدنية، منهجية التدريب، البحث العلمي، وكذلك المساهمة في احتواء الكم الهائل من الطلبات المقدمة للتكوين الأكاديمي في المستويات الثلاث.

2-6- زوم حول التكوين في القانون الخاص:

* ليسانس:

- **التدريب الرياضي:** نلتمس أهداف التكوين الجوهرية في مختلف الأوساط الرياضية التي ترمي إلى تحقيق الأداء الرياضي الرفيع المستوى الذي يساعد على تحقيق الأرقام القياسية والفوز بالمباراة في المنافسات الرياضية المحلية أو الدولية سواء كان التنافس يشمل فئة المبتدئين أو المتقدمين أو الفرق النخبوية، ينحصر الهدف الأسمى للتكوين في فرع التدريب الرياضي على تنمية الحركة الرياضية الوطنية، تنحصر مجالات التكوين في ثلاثة محاور أساسية: التكوين العلمي النظري، التكوين الفني البيداغوجي، التكوين التطبيقي الميداني. مجال التكوين كل ما له صلة بالعلوم البيوطبية والعلوم الاجتماعية والإنسانية الرياضية من جهة، وبالعلوم المنهجية والبيداغوجية من جهة أخرى، فضلا على النشاطات البدنية والرياضية ذات الطابع الجماعي والفردى والدفاعى والمدعمة بالممارسات الميدانية. يهدف هذا التخصص إلى تكوين مختصين في التدريب الرياضي التنافسي القادرين والمهيين على العمل مع الرياضيين ذوي المستوى العالي وأندية النخبة، ويمكنهم الالتحاق بوزارة التربية الوطنية، وزارة الشباب والرياضة، أندية النخبة، الأسلاك المشتركة.

- **النشاط البدني الرياضي التربوي:** يكمن الهدف الرئيسي وراء فرع النشاط البدني الرياضي التربوي الذي يطغى عليه البعد التربوي، التكفل بشريحة التلاميذ المتمدرسين والطلبة الجامعيين التابعين للقطاع العمومي والقطاع التربوي الخاص، كل ذلك من أجل تنمية شخصية الأطفال والمراهقين والطلبة الجامعيين ليس فقط من الزاوية البدنية

والمهارات الحركية بل الأهم يكمن في تنمية التحصيل التعليمي والتوافق النفسي والعلاقات الاجتماعية الإنسانية في الوسط الاجتماعي الذي ينتمون إليه.

يهدف هذا التخصص إلى تكوين مختصين في النشاط البدني الرياضي التربوي القادرين والمهيئين على العمل مع تلاميذ المدارس والثانويات كما يمكن للطلبة المتخرجين الالتحاق بوزارة التربية الوطنية، وزارة الشباب والرياضة.

- **الإدارة والتسيير الرياضي:** يهدف هذا التكوين إلى تغطية العجز الواضح المعالم على مستوى التسيير الناجع للمنشآت والأجهزة من جهة، وللموارد البشرية المؤهلة وذلك على مستوى الوسط المدرسي، الجماعات المحلية والبلديات، فرق الرياضة النخبوية، الأوساط الرياضية المكيفة.

يهدف هذا التخصص إلى تكوين مختصين في إدارة الموارد البشرية الرياضية وتسيير المرافق الرياضية يمكن للطلبة المتخرجين الالتحاق بالالتحاق بميادين كثيرة كوزارة التربية الوطنية، وزارة الشباب والرياضة، المنشآت الرياضية، الاتحادات الرياضية، النوادي الرياضية، الأوساط الرياضية المكيفة.

* ماستر:

- **تدريب رياضي نخبوي:** يهدف هذا التكوين إلى إعداد إطارات وباحثين في التدريب الرياضي من أجل التكفل بالتأطير التقني للهيئات الرياضي سواء على المستوى الفدرالي أو الخاص، ويمثل التدريب الرياضي مكونا أساسيا في المسار التنافسي، ويتضح أنه لا غنا عنه في الرفع الأقصى للتجلية، مهام هذه الإطارات ستتمثل في البحث وتصميم ومتابعة التدريب الرياضي، وإنشاء شبكة علاقات مع الهيئات الرياضية، وإعادة تقويم نشاطاتها من خلال الإعلام والاتصال وترقية أساسيات التدريب والممارسة الرياضية النخبوية.

وذلك بتوفير فضاء نظري ومنهجي متعدد الاختصاصات للطلبة، وربطها بمنهجية التدريب، وفسولوجية الحركة والبيوميكانيك وعلوم الأعصاب وتكويننا عالي المستوى تحضيرا لأطروحة الدكتوراه، ويتيح التكوين جملة واسعة من وحدات التعليم، سواء على المستوى النظري (البيوميكانيك، الفسيولوجيا، علوم الأعصاب، المراقبة الحركية، الإدراك، التخطيط والتحضير للتجلية الرياضية) أو المنهجي (الإحصاء، تحليل الحركة والتجلية الرياضية).

يمكن للطلاب في هذا المجال الانخراط في سلك التربية والتعليم، الخوض في البحث العلمي الرياضي كأستاذ باحث، تأطير نشاطات ما قبل التمدرس والشبه مدرسي، العمل في مراكز التكوين المهني ومراكز الشباب والهيئات المختصة، تأطير الرياضة الجماهيرية ورياضة النخبة (موقع جامعة البويرة - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية <http://www.univ-bouira.dz/> شوهد يوم 2016/12/31)

- خلاصة:

لقد توصلنا من خلال هذا الفصل إلى بناء قاعدة معرفية لدراستنا من خلال الاستناد على محورين مهمين ، والتي تناولنا فيهما مجموعة من المعارف والمفاهيم الخاصة بمفردات الدراسة، وهذا للإلمام بجميع النواحي والمظاهر الخاصة بها لتمهيد الطريق إلى الدراسة التطبيقية وتسهيل عملية تنفيذها على أرض الواقع.

ولقد اعتمدنا على الدراسات السابقة كمرجع رئيسي لتقسيم محاور هذا الفصل وفق متغيرات دراستنا الحالية، ومتطلباتها المعرفية والنظرية، حيث تناولنا محورين تطرقنا في أولها إلى الانحرافات القوامية من خلال تعريفه، وإبراز أهم الانحرافات، ، وكذا العوامل المؤثرة فيه، وهذا باعتباره المتغير الرئيسي في دراستنا والذي نقوم بدراسته لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، أما المحور الثاني فتناولنا فيه معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بداية من مفهومه سنتطرق إلى نظرة تحليلية لنظام التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية وكذا مراحل التكوين التي يمر بها الطالب في هذا المعهد و ، ثم نتعرف على معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة و مختلف التخصصات التي يضمنها، و المتمثلة في التدريب الرياضي النخبوي و النشاط البدني الرياضي التربوي و الإدارة و التسيير الرياضي.

لذا يمكن القول أن للخلفية المعرفية النظرية دور كبير في توجيه الباحث لضبط جميع المفاهيم المتعلقة بمتغيرات دراسته وبالتالي الفهم الجيد للموضوع والإحاطة به قبل البدء في الدراسة التطبيقية والتنفيذ الفعلي لها.



الفصل الثاني :

الدراسات المرتبطة

تمهيد :

تعتبر الدراسات السابقة والمشابهة المرتبطة بالبحث ميدانيا يجب التطرق اليه قبل اي دراسة لما لها من اهمية بالغة في تحضير الباحث في اطلاعه على المعارف المرتبطة بميدان ومجال بحثه ، وكذلك لاطلاع الباحث على اخر المستجدات والتطورات في ميدان الدراسة ولتجنب وقوع الباحث في الاعداء والتكرار وكذا تبحت النظريات والمعارف المرتبطة بمجال الدراسة .

ولذلك فقد تناولنا في هذا الفصل مجموعة من الدراسات والتي كانت في مجملها دراسات سابقة غير مشابهة للدراسة الحالية ، وعرض المحاور المتناولة في هذه الدراسة مثل الفرضيات والاهداف والمنهج والعينة والادوات المستعملة .

ان الدراسات السابقة تفيدنا في لتحصل والاطلاع على مختلف المعارف النظرية المرتبطة بالدراسة وكذا الاطلاع على المنهجية المستخدمة ومقاربتها مع الدراسة الحالية والتقنيات المستخدمة في الدراسات التطبيقية للبحث ، ومن كل هذا فان الدراسات التي سنتطرق اليها بالعرض والتعليق روعي فيها ارتباطها بالدراسة الحالية من حيث المتغيرات المدروسة والمنهج المستخدم .

الدراسات المرتبطة بالبحث:

هناك العديد من الدراسات السابقة التي تطرقت لموضوع دراسات بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وتناولته من زوايا مختلفة ، وقد تنوعت هذه الدراسات بين المحلية والأجنبية. وسوف تستعرض هذه الدراسة جملة من الدراسات التي تم الاستفاضة منها مع الإشارة إلى أبرز ملامحها . مع تقديم تعليقا عليها يتضمن جوانب الاتفاق والاختلاف وبيان الفجوة العلمية التي تعالجها الدراسة الحالية ، ويود الباحث أن يشير إلى أن الدراسات التي سوف يتم استعراضها جاءت في الفترة الزمنية بين 2018 / 2019 وشملت جملة من الأقطار و البلدان مما يشير إلى تنوعها الزمني والجغرافي .

هذا وقد تم تصنيف هذه الدراسات حسب المتغيرات الرئيسية للدراسة وحسب كونها دراسات عربية أو أجنبية إلى تصنيفين هي : الدراسات التي ناولت محور الانحرافات القوامية ، والدراسات التي تناولت معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وفيما يلي نقدم عرضة لهذه الدراسات ، ثم نبين جوانب الاتفاق والاختلاف بينها ، ثم نوضح الفجوة العلمية من خلال التعرف على اختلاف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة ، وأخيرة جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة في الدراسة الحالية .

أولا : استعراض الدراسات السابقة : من الدراسات التي لها علاقة بموضوعنا نجد:

*الدراسات المرتبطة بفصل (الانحرافات القوامية):

الدراسة الاولى: دراسة محمد مجيد نصر الدية 1999 بعنوان : "تأثير برنامج للتمارين والوعي القوامي على تحسين بعض الانحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة الاعدادية" .

الهدف من الدراسة :

التعرف على معدل انتشار الانحرافات القوامية على عينة البحث ثم وضع برنامج علاجي لهذه الانحرافات يتضمن تمارين رياضية وبرنامج وعي للقوام .

العينة :

قدرة العينة من 500 تلميذ من المرحلة الاعدادية للصف الدراسي الاول والثاني .

الوسائل المستخدمة :

شريط مرن لقياس الانحناء الجانبي للعمود الفقري ، جهاز بان كرافت : قياس طبعة القدم .

اهم نتائج الدراسة :

خلصت هذه الدراسة الى وجود انحرافات قوامية بين عينة البحث مرتبة كالتالي : الانحناء الجانبي 22 بالمئة ،استدارة الظهر والكتفين 21 بالمئة استدارة الظهر 16.6 بالمئة ، تقوس الساقين 5 بالمئة تفلطح القدمية 38 بالمئة ، التقعر القطني 3.6 بالمئة .

الدراسة الثانية : دراسة لوح هشام 2011 : بعنوان توصيف وتصنيف الانحرافات القوامية وانعكاساتها على اختلال الاتزان العضلي لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9*11) سنة .

اهداف الدراسة :

معرفة مدى انتشار الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية لمدينة وهران للوقوف على نوعية الانحرافات ومعرفة اهم العوامل المؤدية الى ذلك الظهور .

منهج البحث : وصفي تحليلي .

العينة:

تلاميذ المرحلة الابتدائية .

اهم النتائج المتوصل اليها:

وجود انتشار كبير للانحرافات القوامية في وسط عينة البحث ،حيث بلغ عدد التلاميذ المصابين بالانحرافات القوامية 435 تلميذ بنسبة 77.67 بالمئة من اجمالي عينة البحث مرتبة كما يلي :

سقوط الكتفين 45 بالمئة ، استدارة الظهر 30.71 بالمئة ،ميل الراس للجانب 27.85 بالمئة ، بروز البطن : 26.71 بالمئة .بينما جاءت نسبة الانحرافات الاخرى بنسب اقل .

الدراسة الثالثة:

عمروش مصطفى والآخرين : "اعداد برنامج تأهيلي لعلاج انحرافات العمود الفقري واثره على بعض المتغيرات الانتروبومترية والصفات البدنية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة فئة 12-14 سنة في الجزائر

اهداف الدراسة :

-اعداد برنامج تأهيلي مقترح له اثر دال احصائيا بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي للفئة العمرية (12-14)سنة .

-كشف اثر البرنامج التأهيلي المقترح على بعض المتغيرات (الطول الوزن ، درجة التحذب عن طريق السطح العمودي الاملس) والصفات البدنية .

المنهج المستعمل :

استخدم المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث .

مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من تلاميذ الطور المتوسط فئة (12-14) سنة في الجزائر ، حيث قام الباحث لاختيار عينة عشوائية لأفراد مجتمع البحث من متوسطة عاشور زيان المتواجدة بالمسيلة والبلغ عددهم 20 تلميذ .

عينة البحث:

تمثل 5 تلاميذ من الطور المتوسط بأعمار (12-14) سنة مصابين بانحراف العمود الفقري نتيجة الجلوس الخاطئ او الوظيفي .

نتائج الدراسة

1/ ان ممارسة البرنامج التأهيلي المقترح يقلل من درجة تحذب العمود الفقري لأفراد عينة البحث عن طريق زاوية فركسون .

2/ ان ممارسة البرنامج التأهيلي المقترح له تأثير على كافة المتغيرات قيد البحث

• **ثانياً :** جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة .

مما لا شك فيه أن الدراسة الحالية استفادت كثيراً مما سبقها من دراسات ، حيث حاولت أن توظف كثيرة من الجهود السابقة للوصول إلى تشخيص دقيق للمشكلة ومعالجتها بشكل شمولي ، ومن جوانب الاستفادة العلمية للدراسات السابقة ما يلي :

1. استفادت الدراسة الحالية من جميع الدراسات السابقة في الوصول إلى صياغة دقيقة للعنوان البحثي الموسوم به "دراسة بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية"
2. استفادت الدراسة الحالية من جميع الدراسات السابقة في الوصول للمنهج الملائم لهذه الدراسة .
3. وظفت الدراسة الحالية توصيات ومقترحات الدراسات السابقة في دعم مشكلة الدراسة وأهميتها
4. استفادت الدراسة الحالية من دراسة لوح هشام 2011 و دراسة عمروش مصطفى والآخرين في صياغة أدوات الدراسة .
5. استفادت الدراسة الحالية من دراسة محمد مجيد 1999 و دراسة لوح هشام 2011 في إثراء الإطار النظري .

التعليق على الدراسات: من خلال عرض الدراسات المرتبطة بالبحث والتي تناولت متغير أو متغيرين من دراستنا الحالية، والتي تناولت موضوع الانحرافات القوامية وبين دراستنا الحالية:

من حيث الأهداف: تعددت الأهداف في هذه الدراسات لكن اتفقت معظمها أهمية الكشف على هذه الانحرافات القوامية

من حيث المنهج: تنوعت الناهج في الدراسات السابقة بين المنهج الوصفي والمنهج التجريبي

من حيث مجتمع الدراسة: شمل مجتمع الدراسات على الطلبة في مختلف المراحل.

من حيث العينة وكيفية اختيارها: تنوعت كيفية اختيار العينات في الدراسات السابقة بين اختيار العينة عشوائياً واختيارها بطريقة غير عشوائية، كما أنه هناك دراسات لم تذكر كيفية اختيارها للعينة.

من حيث متغيرات الموضوع: اختلفت الدراسات السابقة في الصياغة ولكنها تشترك مع الدراسة الحالية لموضوع الانحرافات

من حيث الأدوات المستعملة: استخدمت الدراسات السابقة اختبارات للانحرافات القوامية المختلفة .

من حيث الوسائل الإحصائية: استعملت الدراسات السابقة العديد من الوسائل الإحصائية من بينها المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط لحساب الثبات، واختبار ت لقياس دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي، الحزمة الاحصائية spss.

خلاصة :

ترتبط جل الدراسات والبحوث العلمية والاكاديمية بعدد من الدراسات السابقة والمشابهة ذات الصلة المباشرة بالمواضيع المراد دراستها ، ولأهمية هذه الدراسات ،فان صاحب البحث قد حاول استعراض جملة من الدراسات في ميدان الانحرافات ، بغرض تحديد وضبط بعض المتغيرات الرئيسة في ميدان بحثه .

والتي اتفقت بالإجماع على اهم النقاط المشتركة ، حاولنا من خلالها تسليط الضوء على النقاط التي تخدم دراسة بحثنا وتدعيمها للوصول الى نتائج ذات قيمة علمية ومبرز بذلك بعض نقاط التشابه والاختلاف بين الدراسات .

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته
الميدانية

تمهيد :

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى كشف الحقائق، وتكمل قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها وصدقها وموضوعيتها.

من خلال المعلومات النظرية التي تم جمعها المتمثلة في الفصلين في الجانب النظري، وتماشياً مع الفرضيات المقترحة كحل أولية لإشكالية البحث، تم وضع مجموعة من الاختبارات تهدف إلى خدمة البحث و تحقيق فرضياته، وزعت على أفراد عينة البحث وذلك بالاعتماد على طرق المنهجية محددة في الجانب التطبيقي، حيث تم تخصيص الفصل الثالث لشرح الدراسة الاستطلاعية وتحديد مجالها المكاني والزمني و كشف الشروط العلمية لأداتها وضبط متغيراتها وعينة البحث وشرح المنهج المستخدم في ذلك و أدوات الدراسة.

3-1) الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية في معناها العام أنها البحوث جديدة التناول لم يتطرق إليها من قبل ولا تتوفر عليها بيانات أو معلومات علمية مسبقة تجعل الباحث يجهل كثيرا من أبعادها وجوانبها. (ثابت، 1984، صفحة 25)

ويشير إبراهيم أبو زيد أن هدف الدراسة الاستطلاعية في أي بحث هو التحقق من سلامة الاختبارات المستخدمة و سلامة العينات وأسلوب اختيارها وتقدير الوقت اللازم والمناسب لتطبيق هذه الاختبارات عليها، بما في ذلك طريقة تطبيق وشروطها وذلك كله لان الدراسة الموضوعية للشخصية تتطلب استخدام أدوات مقننة حتى لا تكون الدراسة تحكمها العوامل الذاتية .

يمكن استخدام مجموعة من الاختبارات للقياس الانحرافات القوامية على عينة محددة من طلاب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة .

معرفة مجتمع الأساسي للدراسة وهم طلبة السنة الاولى والثانية ليسانس على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في البويرة خلال الموسم الدراسي 2018-2019.

3-2) أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- تكمّن أهداف دراستنا الاستطلاعية فيما يلي:
- معرفة حجم المجتمع الأصلي الذي تستهدفه الدراسة وخصائصه.
 - ضبط العينة المناسبة حسب متغيرات الدراسة وطريقة اختيارها.
 - التأكد من ملائمة أدوات الدراسة التي تم اختيارها والمتمثلة في مجموعة من الاختبارات لقياس الانحرافات .
 - التحقق من صدق وثبات الاختبار على العينة الاستطلاعية، وذلك قبل استخدامه وتطبيقه على عينة الدراسة.
 - التحقق من صدق المحكمين (الظاهري) على العينة الاستطلاعية.
 - الصياغة النهائية لفرضيات الدراسة، حيث تعطينا النتائج الأولية للدراسة الاستطلاعية مؤشرات لمدى ملائمة الفرضيات وماهي التعديلات الواجبة في حالة عدم ملائمتها.
- ومن هذا المنطلق قمنا بدراستنا الاستطلاعية على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، لتحقيق الأهداف السالفة الذكر.

3-3 خطوات الدراسة الاستطلاعية

❖ التجربة الاستطلاعية الأولى:

اجراءاتها : لتحديد مجتمع البحث المتمثل في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، توجهنا إلى مكتب المتابعة للحصول على قوائم الطلبة جميع التخصصات والمستويات للموسم الجامعي 2019/2018.

الغرض منها: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مجتمع الدراسة المتمثل في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة للموسم الجامعي 2019/2018 ، من حيث عدده وخصائصه المتمثلة في الجنس والتخصص والمستوى.

نتائجها: بعد الاطلاع على القوائم استنتجنا ما يلي:

- يتكون مجتمع الدراسة من (525) طالب وطالبة مسجلون للموسم الجامعي 2019 /2018 .
- مجتمع البحث موزع على طورين (ليسانس / ماستر) .
- مجتمع البحث موزع على خمس مستويات ثلاثة في طور ليسانس (السنة الاولى ، السنة الثانية ، السنة الثالثة) مستويين في طور الماستر (السنة الاولى ماستر ، السنة الثانية ماستر) .
- مجتمع البحث موزع على ثلاثة تخصصات التدريب الرياضي النخبوي، النشاط البدني الرياضي المدرسي، تسيير الموارد البشرية والمنشآت الرياضية).

- عدد الطلبة الذكور في المجتمع كان (499) طالب، أما عدد الطالبات الإناث فهن (26) طالبة.

التجربة الاستطلاعية الثانية:

إجراءاتها : بعد البحث في مختلف الكتب والمجلات العلمية والاطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي اعتمدت أو اختبارات الانحرافات القوامية بمختلف انواعه ، والتي من خلالها قمنا بإعداد استبانة اختبارات في صورته الأولى ، وللتأكد من الصدق الظاهري قمنا بعرضه على (05) محكمين مختصين من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

الغرض منها: الهدف الأساسي من هذه الدراسة هو التأكد من الصدق الظاهري للاختبارات أو ما يقب بصدق المحكمين، وهذا للتأكد من مدى وضوح الاختبارات ، ومدى ملائمة ، وسلامة ووضوح الصياغة اللغوية لل فقرات .

نتائجها: بعد عرض استبانة الاختبارات على (05) محكمين، تبين أن الاختبارات تتصف بالصدق الظاهري، من خلال رأي المحكمين الذين أكدوا أن الاختبارات ملائمة.

التجربة الاستطلاعية الثالثة:

إجراءاتها: بعد تعديل بعض الكلمات حسب آراء المحكمين، قمنا بتطبيق الاختبارات على عينة استطلاعية تكونت من (10) طلاب حيث حرصنا على أن تكون هذه العينة خارج عينة الدراسة الأساسية.

الغرض منها: يكمن الهدف من هذه الدراسة الاستطلاعية في:

- حساب ثبات الاختبارات بطريقة بيرسون .
- التحقق من الصدق و الثبات .
- نتائجها:** ومن خلالها توصلنا إلى :
- يتميز بثبات عالي من خلال الطريقة لحساب الثبات والتمثلة في بطريقة بيرسون .
- تم التأكد من الصدق الذاتي والثبات .

3-4) المنهج العلمي المتبع:

في حقيقة الأمر ليس الباحث هو من يختار المنهج الذي يراه مناسباً للدراسة، بقدر ما طبيعة الموضوع المتناول هي التي تحدد نوع المنهج وبما أن الدراسة التي بين أيدينا هي دراسة بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، فنحن بصدد وصف واقع وهذا من خلال جمع المعلومات المتعلقة به لتقييمه، مما يتحتم علينا استعمال **المنهج الوصفي** لمناسبته لطبيعة الإشكال المطروح حيث يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداماً وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن و تفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضاً إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة . (إخلاص محمد عبد الحفيظ، 2000، صفحة 54)

3-5) متغيرات البحث: يمكن أن نقسم موضوع بحثنا حسب المتغيرين التاليين:

(أ) - المتغير المستقل:

يعرف أنه ذو طبيعة استقلالية، حيث يؤثر في المتغير التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما، وهذا المتغير المستقل هو الانحرافات القوامية .

(ب) - المتغير التابع:

وهو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى، ومعنى ذلك أن الباحث حين يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع وهذا المتغير هو مستوى المستوى العام للانحرافات .

3-6) مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع البحث في العلوم الانسانية على انه مجموعة عناصر خاصة او عدت خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الاخرى والتي يجرى عليها البحث ولذا ارتأيت في بحثي هذا على ان يكون المجتمع الأصلي للدراسة مكون من طلبة السنة الاولى والثانية ليسانس على التخرج في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية . (عثمان، المنهج في كتابة البحوث والوسائل الجامعية ، 1998 ، الصفحة 29)

3-7) الحصر الشامل :

-اسلوب الحصر الشامل :

-يعرف هذا الاسلوب بانه اسلوب جمع البيانات من جميع الوحدات الاحصائية (وحدات المجتمع موضوع الدراسة) دون استثناء ،ومن امثلة الحصر الشامل :التعدادات السكانية وفي مجالات اخرى.

-يهدف الحصر الشامل الى الحصول على البيانات ومعلومات شاملة عن كل وحدة من وحدات المجتمع سواء كانت هذه الوحدة شخصية او اسرة ، او المؤسسة.

-يستخدم هذا النوع من الاساليب عندما :

-نرغب في الحصول على بيانات تفصيلية عن جميع وحدات المجتمع .

-كذلك عندما يجهل الباحث طبيعة المجتمع خاصة اذا لم تتفد عنه بحوث في السابق .

-عندما لا نستطيع اخذ عينة عشوائية تمثل المجتمع . (الشبكة الدولية للانترنت)

جدول رقم(1) : يمثل مجتمع الدراسة و خصائص العينة :

عدد الطلبة المختبرين	عدد طلبة العينة الاستطلاعية	عدد الطلبة المقصيين	العدد الكلي للطلبة	الخصائص		
				المستوى	ليسانس	السنة الأولى
09	03	10	22	السنة الأولى	ليسانس	المستوى
65	07	05	77	السنة الثانية		
74	10	15	99	المجموع		
لم يأخذ بعين الاعتبار				نكر		الجنس
				أنثى		

تحليل محتوى الجدول (1) :

- مجتمع الدراسة الممثل بعدد الطلبة البالغ عددهم 99 تم خصم عدد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم 10 فاصبح عدد الطلبة 89 طالب وتم خصم منهم ايضا عدد الغيابات والطلبة المقصيين وذلك لاسباب مختلفة في كل من السنة الاولى والسنة الثانية والبالغ عددهم 15 طالب ومنه :
- عينة الدراسة الاساسية والتي تم اجراء عليهم الاختبارات بلغ عددهم 74 طالب .

3-8) الاختبارات المستعملة لجمع البيانات :

الانحراف	الاختبار	شرح الاختبار
انحراف الراس	سقوط اختبار بان كرافت	<u>الغرض من الاختبار :</u> تحديد القوام الجيد الخالي من الانحرافات بالاضافة الى الكشف على الانحرافات الامامية والخلفية للعمود الفقري .
		<u>سقوط الراس الى الامام :</u> اذا تعدت النقطة على حلمة الاذنين الخط المتوسط الجهاز الامام يستدل من ذلك ان الطالب لديه انحراف الراس الى الامام .
انحراف التجويف القطني	اختبار الحائط (كرام مبتون 1920)	<u>الغرض من الاختبار :</u> قياس القوام السليم والتجويف القطني

<p>طريقة الانجاز انحراف التقعر القطني: وفيه يقف التلميذ مواجهاً للحائط ويحكم على القوام بانه سليم عندما يلامس الصدر الحائط بحيث لا يبتعد الفخذان اكثر من عرض اليد ثم يقف والظهر للحائط بحيث يلامس العقبان الحائط وفي هذا الوضع يجب بان لا يسمح الا بمرور اليد خلف التجويف القطني</p>		
<p>طريقة الانجاز: وفيها تحديد الزاوية بخطين كالتالي: الخط الاول: يرسم من ابرز نقطة في اسفل اصبع الابهام الى ابرز نقطة انسية لعظم العقب الخط الثاني: يرسم من ابرز نقطة في اسفل اصبع الابهام (النقطة الولي لقياس السابق حتى اعمق نقطة في اثر قوس القدم المطبوع على الورقة . ثم تقاس الزاوية المحصورة بين الخطين (اسفل اصبع الابهام) بالمنقلة وتشير النتائج كالتالي: -ان المعدل الطبيعي لهذه الزاوية تتحصر بين 42 الى 47 درجة. -اما اذا كانت الزاوية اقل من 30 درجة فان القدم تكون ضعيفة -اما اذا كانت الزاوية بين 30-35 فتكون اقرب للعلاج. -اما اذا كانت الزاوية عن 20 درجة فتكون القدم مفلطحة مسطحة.</p>	<p>اختبار بصمة القدم (طريقة كلاك لتحديد زاوية قوس (القدم)</p>	<p>تفلطح القدم</p>
<p>الغرض من الاختبار: معرفة درجة ميل الفخذ للداخل والتعرف بزاوية الميل .</p>	<p>اختبار اصطكاك الركبتين .</p>	<p>انحراف تقوس الساقين ،اصطكاك الركبتين .</p>
<p>طريقة الانجاز: يقف المختبر واقفا في الوضعية التشريحية حيث يوضع القدمين بارتياح متباعدين نسبيا ويقوم بقياس المسافة بين عظام الركبتين من الداخل وهناك ثلاث مستويات في هذا الانجاز : -من 01-03 بوصات اصطكاك . -من 03-05 بوصات حالة عادية .</p>		

<p>-أكبر من 05 يدخل المختبر في تقوس الساقين</p>		
<p><u>طريقة الانجاز :</u> يقف المختبر واقفا بحيث الكعبين والحوض واعلى الظهر والراس ملامسة للحائط ويقوم المختبر برفع الذراعين الى الاعلى وتكون ممدودتين . <u>النقاط المراد ملاحظتها :</u> -ملاحظة اذا كانت اطراف الاصابع في نفس المستوى . -اذا لو تكن ذلك فان هنالك حالة عدم الاتزان في الاطراف العلوية</p>	<p>اختبار لات داون :</p>	<p>انحراف عدم الاتزان في الاطراف العلوية</p>

الجدول رقم (2) يمثل الاختبارات المطبقة .

3-9) الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة :

1) الصدق الذاتي :

حرصنا منا على مدى دقة القياسات قيد البحث والتي اسفرت عنها المسح المرجعي وازاء الخبراء ، اجرينا هذه الدراسة الاستطلاعية على عينة من خارج مجتمع البحث عدد افرادها (10) والمنزوعة من مجتمع الدراسة الاساسية ،حيث قمنا بعملية اجراء قياسات قبلية للانحرافات القوامية المتفق عليها من طرف الخبراء ثم بعد فترة اسبوع اعدنا نفس القياسات ، وكان منها مايلي :

- تحديد زمن اجراء القياسات والحصول على البيانات كل طالب .
- تحديد صعوبات القياسات التي توجه المختبرين لمحاولة ترشيحها .
- التأكد من سلامة تطبيق قياسات الاختبارات .
- التأكد من المعاملات العلمية للقياسات المستخدمة في البحث .

(ا) ثبات الاختبار :

باستخدام معادل الارتباط لبيرسون وذلك لمعرفة ثبات الاختبارات المستخدمة في الدراسة .

احصاء الاختبارات	حجم العينة n	درجة الحرية n-1	مستوى الدلالة الاحصائية	القيمة المحسوبة لمعامل ارتباط بيرسون	القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون	الدلالة
اختبار سقوط الرأس	10	09	0.01	0.81	0.6	دال
اختبار التقعر القطني				0.81		دال
اختبار عدم توازن في الاطراف العلوية				0.80		دال
اختبار تقوس الساقين				0.76		دال
اختبار اصطكاك الركبتين				1		دال
اختبار تفلطح القدم				1		دال
مجموع الاختبارات				0.86		0.01

الجدول رقم (3) الذي يمثل ثبات الاختبار .

- التحليل نتائج الاختبار الجدول رقم (3):

من خلال النتائج الموضحة في الجدول الذي يبين ثبات الاختبارات يتضح لنا ان القيمة المحسوبة لمعامل ثبات الاختبارات والممثلة في : (0.81)،(0.81)،(0.80)،(0.76)،(1)،(1)،(0.84) هي اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط لبيرسون المقدر ب (0.60) عند مستوى الدلالة (0.01) ودرجة الحرية (09)، وهذا ما يؤكد ان هذه الاختبارات تتميز بدرجة ثبات عالية .

-الصدق الذاتي : من اجل التاكيد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي ،والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار .

الدالة	القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون	القيمة المحسوبة لمعامل صدق الاختبارات	مستوى الدلالة الاحصائية	درجة الحرية n-1	حجم العينة n	احصاء الاختبارات
دال	0.6	0.9	0.01	09	10	اختبار سقوط الرأس
دال		0.9	0.01			اختبار التقعر القطني
دال		0.89	0.01			اختبار عدم توازن في الاطراف العلوية
دال		0.87	0.01			اختبار تقوس الساقين
دال		1	0.01			اختبار اصطكاك الركبتين
دال		1	0.01			اختبار تفلطح القدم
دال		0.86	0.01			مجموع الاختبارات

الجدول رقم (04) يمثل صدق الاختبار

تحليل النتائج الجدول رقم (04):

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (04) الذي يوضح صدق الاختبارات نلاحظ ان القيمة المحسوبة لمعامل صدق الاختبارات والمتمثلة في (0.9)،(0.9)،(0.894)،(0.871)،(1)،(1)،(1)،(1)،(0.91)، هي اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط لبيرسون والمقدرة ب(0.60) عند مستوى الدلالة (0.01) ودرجة الحرية (09)، وهذا يعني ان الاختبارات تتميز بدرجة صدق عالية .

3-10) الوسائل الاحصائية :

ا) النسبة المئوية.

ب) كاف تربيع .

ج) معامل القيمة الاحتمالية.

د) اختبار ثنائي الحدين.

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل التمهيدي للجانب التطبيقي الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة و توضيح أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتسلسلها وتنظيمها، وأيضا عرض هذه الطرق والأدوات وتوضيح كيفية استعمالها بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة ، كما حددنا كل من مجتمع وعينة البحث الذي تمحورت حوله دراستنا، والهدف منها جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور لأجل الوصول إلى نتائج مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سلفا.

وتكمن أهمية هذا الفصل كونه يعتبر الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد ويحدد الإطار المنهجي والعلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطى مصداقية علمية لبحثه، فالباحث الذي يتبع هذه الخطوات والإجراءات أثناء إنجازه لبحثه للوصول إلى نتائج علمية ودقيقة يمكن الاعتماد عليها مستقبلا وحتى إمكانية تعميمها.



الفصل الرابع
عرض وتحليل ومناقشة
النتائج

تمهيد:

تتمثل أهداف هذا الفصل في عرض النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق أدوات البحث المستعملة والمتمثلة في اختبارات وتحليل نتائج المقارنات المتمثلة أساسا في الفرضيات التي قمنا بتحديددها، وقد قمنا في بداية هذا الفصل بعرض وتحليل نتائج الاستمارة الخاصة بخصائص العينة المحصل عليها بعد اجراء كل الاختبارات على الطلبة وترجمة النتائج المتحصل عليها بتفريغها في جداول إحصائية، كما سنقوم بعد المعالجة الإحصائية لهذه المعطيات بإتباع طريقة تحليل ومناقشة النتائج حتى نعرف مدى مصداقية الفرضيات إلى أن نصل للاستنتاج العام لهذه الدراسة للخروج بخاتمة البحث مع بعض الاقتراحات التي نراها مناسبة لخدمة الهدف من هذه الدراسة.

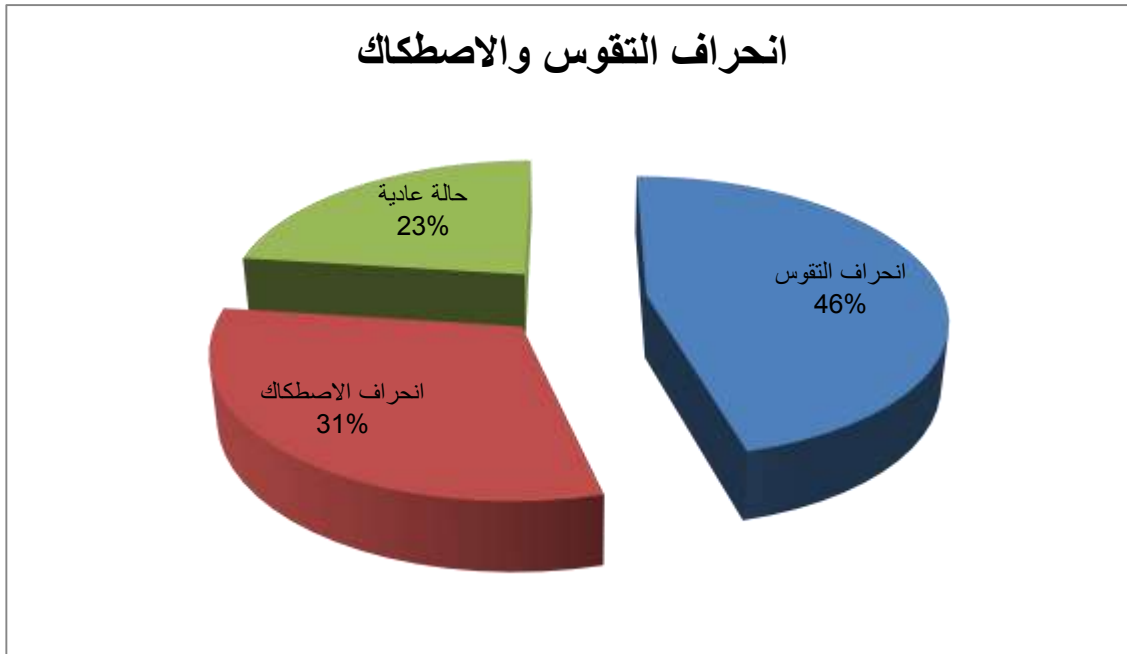
4-1-1) تحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى :

الجدول رقم (05): يبين نتائج انحراف التقوس والاصطكاك بدلالة Chi-Square Test

Sig P-Value	Chi- Square	النسب المئوية			المجموع	القرار			الانحراف
		عادي	اصطكاك	تقوس		عادي	اصطكاك	تقوس	
0.049	6.03	%22.97	%31.08	%45.94	74	17	23	34	التقوس والاصطكاك

الشكل رقم (01) : يمثل انحراف التقوس والاصطكاك



يظهر من خلال نتائج عينة الدراسة والموضحة في الجدول (05) والدائرة النسبية رقم (01) أن نسبة انحراف تقوس الساقين 46% ونسبة انحراف الاصطكاك بلغت 31% بينما نسبة الحالة العادية بلغت 23% وبلغت ك² (6.03) بقيمة احتمالية (0.049) وهي أقل من (0.05) وهي دالة احصائيا .

ومن خلال نتائج عينة الدراسة الموضحة في الجدول رقم (05) يبين لنا انه توجد انحرافات اصطكاك الركبتين وتقوس الساقين عند الطلبة وبالتالي يفسر الباحث وجود هذا الانحراف وسط طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لأسباب وراثية وهذه الاسباب يحصل عليها الطالب من ابائه واجداده بمعنى ان بعض الانحرافات القوامية تأتي عن طريق الوراثة وذلك عدم توافق جينات الوالدين، اسباب تكتسب من البيئة وذلك عن طريق الإصابة عندما تصاب عظمة او عضلة او رباط يختل الاتزان العضلي للجسم ويضطر لاتخاذ اوضاع خاطئة لتخفيف العبء على العضو و العادات الخاطئة وينتج العيب تدريجيا عن طريق اتخاذ الطلبة وضع خاطئ في جلسته او حمل الحقيبة بيد واحدة معينة باستمرار او الانحناء اكثر من اللازم عند المذاكرة و سوء التغذية قد تكون سبب في الانحراف وذلك قد يصاب الجسم بالضعف نتيجة سوء التغذية وقتلتها كما ان الافراط يؤدي الى السمنة المفرطة .

وانتقلت دراستي مع دراسة صفية عبد الرحمان سنة 1971 عن القوام النشيء من سن 8 -12 سنة وأكدت هذه الدراسة ان هنالك انحرافات قوامية لدى عينة البحث وظهر في مقدمة الانحرافات القوامية انحراف هبوط قوس القدم و يليه تقوس الساقين ثم اصطكاك الركبتين . (صفية عبد الرحمان، 1971)

نستنتج :

انه يوجد انحرافات تقوس الساقين واصطكاك الركبتين لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

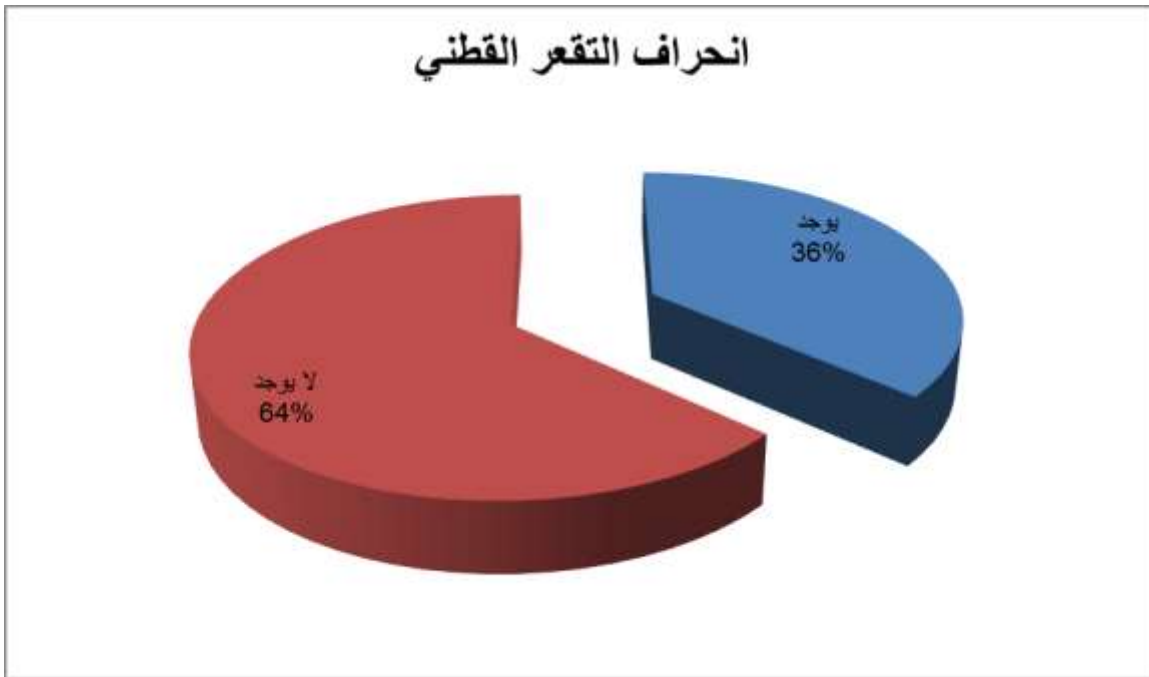
4-1-2) تحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية :

الجدول رقم (06): يبين نتائج انحراف التقعر القطني بدلالة Binomial Test

Sig P-Value	Test Prop	Observed Prop		المجموع	القرار		الانحراف
		لا يوجد	يوجد		لا يوجد	يوجد	
0.03	%50	%64	%36	74	47	27	التقعر القطني

الشكل رقم (02) : يمثل انحراف التقعر القطني



يظهر من خلال نتائج عينة الدراسة والموضحة في الجدول (06) والدائرة النسبية رقم(02) ان لنحرف التقعر القطني يوجد بنسبة %36 ولا يوجد بنسبة %64 ويظهر لنا ايضا من خلال الجدول (06) أن القيمة الاحتمالية

(Sig) لانحراف التقعر القطني بلغت (0.03) وهي أقل من مستوى المعنوية (5%)، وبالتالي نرفض الفرض الصفري الذي يقرر أن نسب الوجود تساوي (50%)، ونقبل الفرض البديل الذي يقرر أن نسب الوجود أقل من (50%) وهذا يعني وجود فروق دالة إحصائياً بين النتائج في اتجاه .

ومن خلال نتائج عينة الدراسة الموضحة في الجدول رقم (06) يبين لنا انه لا يوجد انحراف التقعر القطني وبالتالي يفسر الباحث النتائج المتوصل اليها الى ان هذا الانحراف له مجموعة من الاسباب من بينها السمنة الزائدة والكرش و ايضا عدم الالمام بالوعي القوامي والوقفة المعتدلة وايضا عادات الجلوس الخاطيء وهذا ما يتنافى مع الصفات التي يتميز بها طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية واهتمامهم بالجسم الرشيق وابتعادهم على السمنة الزائدة ووعيهم بالقوام المعتدل وطريقة الوقوف والجلوس السليم.

استنتاج :

نستنتج انه لا يوجد انحرافات التقعر القطني لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

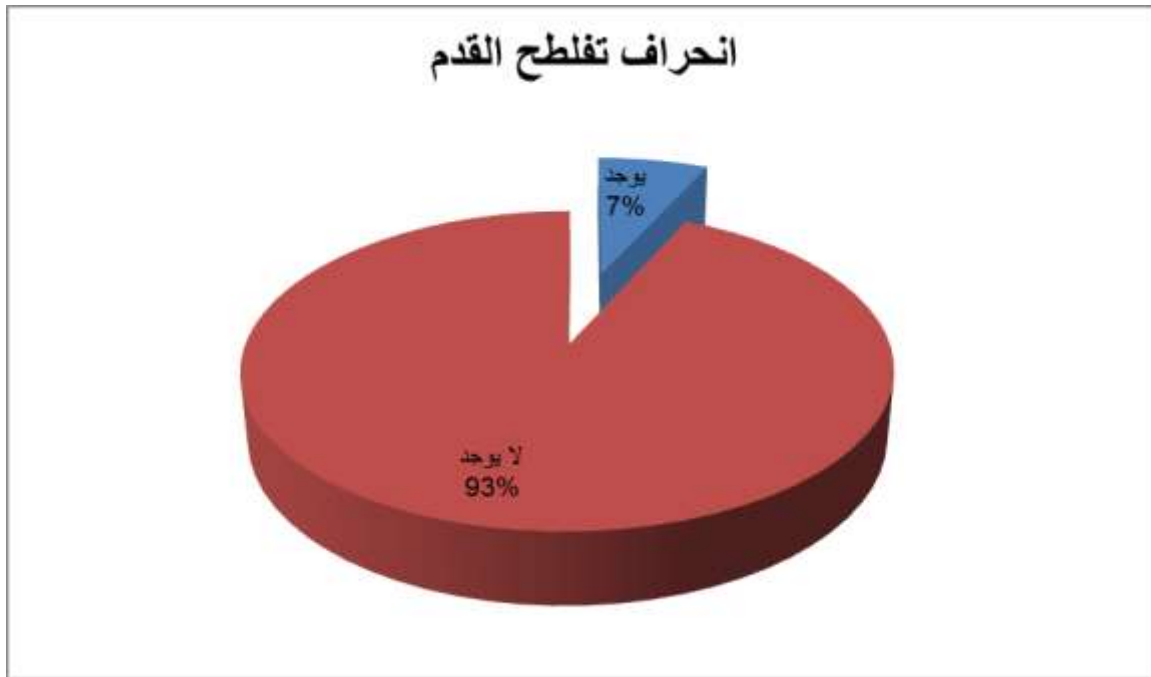
3-1-4 تحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة :

الجدول رقم (07): يبين نتائج انحراف تفلطح القدم بدلالة Binomial Test

Sig P-Value	Test Prop	Observed Prop		المجموع	القرار		الانحراف
		لا يوجد	يوجد		لا يوجد	يوجد	
0.000	%50	%93	%7	74	69	5	تفلطح القدم

الشكل رقم (03) : يمثل انحراف تفلطح القدم



يظهر من خلال نتائج عينة الدراسة والموضحة في الجدول (07) والدائرة النسبية رقم(03) ان انحراف تفلطح القدم يوجد بنسبة 07% ولا يوجد بنسبة 93% ويظهر لنا ايضا من خلال الجدول (07) أن القيمة الاحتمالية (Sig) لانحراف تفلطح القدم بلغت (0.000) وهي أقل من مستوى المعنوية (5%)، وبالتالي نرفض الفرض الصفري الذي

يقرر أن نسب الوجود تساوي (50%)، ونقبل الفرض البديل الذي يقرر أن نسب الوجود أقل من (50%) وهذا يعني وجود فروق دالة إحصائياً بين النتائج في اتجاه .

ومن خلال نتائج عينة الدراسة الموضحة في الجدول رقم (07) يبين لنا انه لا يوجد انحراف تفلطح القدم وبالتالي يفسر الباحث النتائج المتوصل اليها الى ان هذا الانحراف له مجموعة من الاسباب من بينها اسباب وراثية واسباب تتعلق بالعادات الخاطئة في المشي والجري وطريقة اختيار الحذاء المناسب واسباب تتعلق بالضعف العضلي والعصبي في منطقة القدم عكس طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية الذين يمارسون التمارين الرياضية التي تكون لهم سبب في الوقاية من الضعف العضلي والعصبي في منطقة القدم وايضا وعيهم بالقوام السليم وتجنبهم للعادات الخاطئة في المشي والجري وهذا ما يفسر انعدام وجود هذا الانحراف عند الطلبة .

وتختلف نتائج دراستنا مع دراسة بدروث كالفانز "calavins ruth" ومورتون "morton" ان الانحرافات القوامية وتفلطح القدم اكثر انتشار بين الشعوب المتمدنة .

قد يرجع هذا الاختلاف في النتائج بين الدراستين الى مجتمع الدراسة الذي قام باختياره كل من الباحثين والعينة المتخذة وطريقة اجراء الاختبارات وكل هذا قد يكون اثر على النتائج مما ادى الى اختلافها.

استنتاج :

نستنتج انه لا يوجد انحرافات تفلطح القدم لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

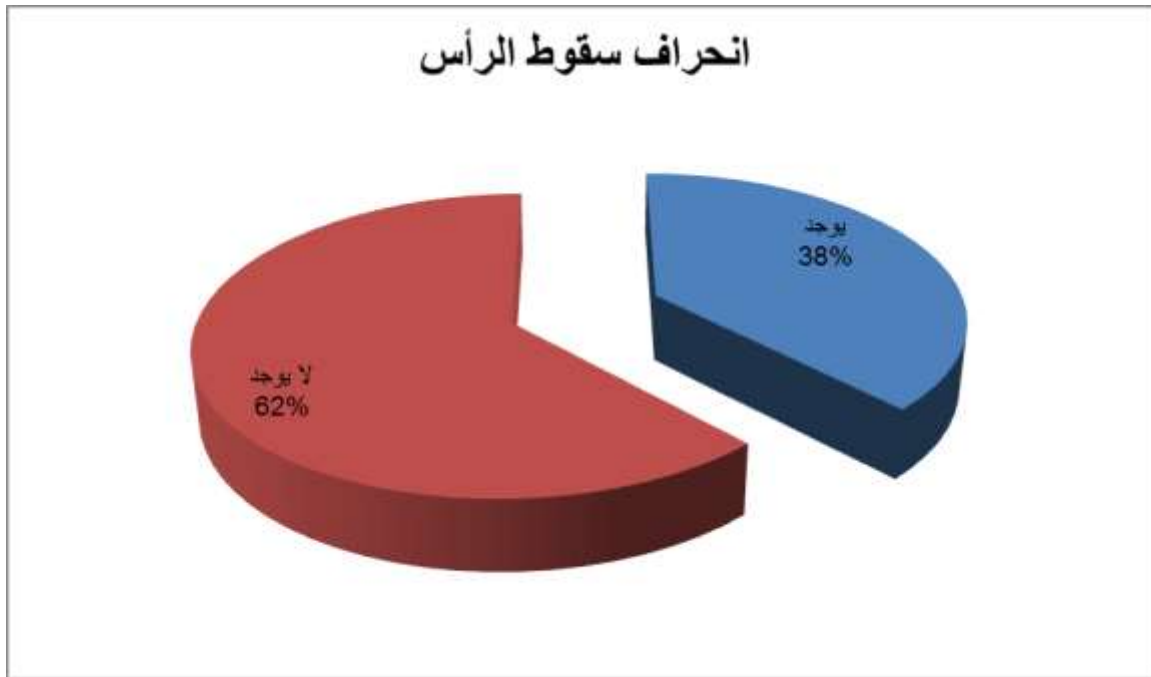
4-1-4) تحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الرابعة :

تنص الفرضية الرابعة :

الجدول رقم (08): يبين نتائج انحراف سقوط الرأس بدلالة Binomial Test

Sig P-Value	Test Prop	Observed Prop		المجموع	القرار		الانحراف
		لا يوجد	يوجد		لا يوجد	يوجد	
0.047	%50	%62	%38	74	46	28	سقوط الرأس

الشكل رقم (..) : يمثل انحراف سقوط الرأس



يظهر من خلال نتائج عينة الدراسة والموضحة في الجدول (08) والدائرة النسبية رقم(04) ان لانحراف سقوط الرأس يوجد بنسبة %38 ولا يوجد بنسبة %62 ويظهر لنا ايضا من خلال الجدول (08) أن القيمة الاحتمالية (Sig) لانحراف سقوط الرأس بلغت (0.047) وهي أقل من مستوى المعنوية (5%)، وبالتالي نرفض الفرض الصفري الذي

يقرر أن نسب الوجود تساوي (50%)، ونقبل الفرض البديل الذي يقرر أن نسب الوجود أقل من (50%) وهذا يعني وجود فروق دالة إحصائية بين النتائج في اتجاه .

ومن خلال نتائج عينة الدراسة الموضحة في الجدول رقم (08) يبين لنا انه لا يوجد سقوط الرأس وبالتالي يفسر الباحث النتائج المتواصل اليها الى ان هذا الانحراف له مجموعة من الاسباب البنية العضلية القوية لعضلات الطرف العلوي لدى علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وايضا الجلوس في المكتب والكتابة مدة طويلة ، الجلوس الطويل امام التلفاز وخاصة بأوضاع خاطئة عكس طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية الذين يبتعدون كل البعد عن كل هذه العادات السيئة وذلك لسبب انهم يمضون معظم اوقات يومهم في الساحات الرياضية والملاعب الرياضية يمارسون مختلف النشاطات و بالتالي يقل عندهم هذا الانحراف.

استنتاج :

نستنتج انه لا يوجد انحرافات سقوط الرأس لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

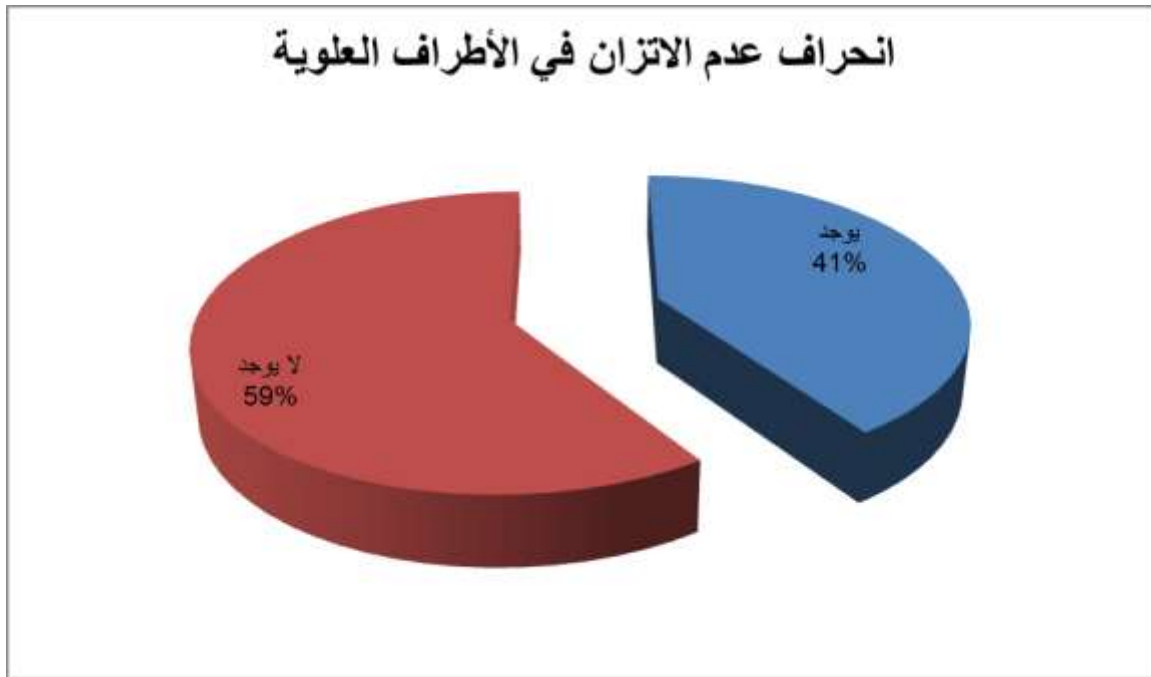
4-1-5) تحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الخامسة :

تنص الفرضية الخامسة :

الجدول رقم (09): يبين نتائج انحراف عدم الاتزان في الأطراف العلوية بدلالة Binomial Test

Sig P-Value	Test Prop	Observed Prop		المجموع	القرار		الانحراف
		لا يوجد	يوجد		لا يوجد	يوجد	
0.13	%50	%59	%41	74	44	30	عدم الاتزان في الأطراف العلوية

الشكل رقم (05) : يمثل انحراف عدم الاتزان في الأطراف العلوية



يظهر من خلال نتائج عينة الدراسة والموضحة في الجدول (09) والدائرة النسبية رقم(05) ان عدم الاتزان في الاطراف العلوية يوجد بنسبة %41 ولا يوجد بنسبة %59 ويظهر لنا ايضا من خلال نتائج عينة الدراسة والموضحة في الجدول (09) والدائرة النسبية رقم(05) أن القيمة الاحتمالية (Sig) لانحراف عدم الاتزان في

الأطراف العلوية بلغت (0.13) وهي أكبر من مستوى المعنوية (5%)، وبالتالي نقبل الفرض الصفري الذي يقرر أن نسب الوجود تساوي (50%)، وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية بين النتائج في اتجاه.

ومن خلال نتائج عينة الدراسة الموضحة في الجدول رقم (09) يبين لنا انه لا يوجد انحراف عدم الاتزان في الاطراف العلوية ويرجع الباحث ذلك لبعض العادات السليمة التي يتميز بها طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في طريقة الجلوس الصحيح في الاستذكار لساعات طويلة وطريقة حمل المحفظة واستعمال الاحذية المناسبة وطريقة المشي والوقوف السليم وهذه العادات التي تتكرر مع وجود الوعي بالقوام السليم ويؤدي ذلك الى الابتعاد عن اصابات اطالة العضلات وقصر البعض الاخر الذي يثبت بذلك القوام السليم.

استنتاج :

نستنتج انه لا يوجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

2-5 مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات :

في هذا الفصل يجب علينا معرفة ما ان كانت الفرضية العامة تحققت وذلك من خلال مقارنة الفرضيات التي حصلنا عليها في الفرضيات الجزئية الاول وانطلاقا من نتائج الفرضية الاولى كنا قد توصلنا فيها الى انه لا يوجد انحرافات سقوط الراس لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والفرضية التي طرحناها المتمثلة في انه لا توجد انحرافات سقوط الراس لدى الطلبة ومنه نقول ان الفرضية الاولى تحققت والفرضية الثانية التي كانت لا توجد انحرافات التقعر القطني لدى الطلبة وبعد دراستها وجدنا ان الفرضية الثانية التي نقول لا توجد انحرافات التقعر القطني لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية قد تحققت وبالنسبة للفرضية الثالثة التي نقول انه لا توجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وبعد دراستها كانت لا توجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية لدى الطلبة ومنه فان الفرضية الثالثة قد تحققت و بالنسبة للفرضية الرابعة التي نقول انه لا يوجد انحرافات اصطكاك الركبتين وتقوس الساقين لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وجدنا بعد دراستها انه توجد انحرافات اصطكاك الركبتين وتقوس الساقين لدى الطلبة ومنه ان الفرضية لم تحققت وبالنسبة للفرضية الخامسة التي نقول لا توجد انحرافات تفلطح القدم لدى الطلبة وبعد دراستها تبين انه لا يوجد انحرافات تفلطح القدم لدى الطلبة ومنه فان الفرضية تحققت ومن هذه النتائج التي نقول انه تحققت اربع فرضيات ولم تتحقق اثنتين نستنتج ان الفرضية العامة التي نقول انه لا توجد انحرافات قوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية . وهذا الجدول يعبر لنا على ذلك :

الجدول رقم (10) يمثل عدد الفرضيات المحققة .

النتائج	الفرضيات
الفرضية تحققت	لا توجد انحرافات سقوط الراس لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الفرضية تحققت	لا توجد انحرافات التقعر القطني لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الفرضية تحققت	لا توجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف السفلية لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الفرضية لم تحققت	لا توجد انحرافات تقوس الساقين واصطكاك الركبتين لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تحققت	لا توجد انحرافات تفلطح القدم لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تحققت	لا توجد انحرافات قوامية لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

خلاصة:

احتوى هذا الفصل على عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث، لكل من الفرضيات التي تناولناها على شكل محاور وذلك لمعرفة ما ان توجد هذه الانحرافات لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، واستخدمنا في الحصول على النتائج كل من النسبة المئوية واختبار كا²، وذلك لمعرفة الدلالة الإحصائية لهذه النتائج. وفي الأخير توصلنا إلى مجموعة من الحقائق جاءت في سياق الفرضيات المطروحة.

الاستنتاج العام

- الاستنتاج العام:

من خلال ما تم التطرق إليه في الجانب النظري وعرض وتحليل أهم النتائج في الجانب التطبيقي، أصبح بإمكاننا استخلاص مضمون هذه الدراسة التطبيقية التي ازلت الغموض عن هذا العمل، حيث صمم الباحث استبانة اختبارات للانحرافات القوامية بهدف الكشف على الانحرافات القوامية لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وهذا ما تم التأكد منه من خلال تحليل أهم النتائج المتوصل إليها في الجانب التطبيقي، حيث استطعنا الكشف عن نسب الانحرافات القوامية من خلال تحليل نتائج القياسات للمجموعة التجريبية (عينة الدراسة) التي طبق عليها هذه الاختبارات ، تم التوصل إلى بعض النتائج والتي تتمثل في:

* لا يوجد انحرافات سقوط الراس لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

* لا يوجد انحرافات التقعر القطني لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

* لا توجد انحرافات عدم الاتزان في الاطراف العلوية لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية.

*توجد انحرافات تقوس الساقين واصطكاك الركبتين لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

* لا توجد انحرافات تفلطح القدم لدى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

ومن خلال هذه النتائج يرى الباحث انه لا توجد انحرافات قوامية لدى الطلبة ومنه توصلنا إلى صحة الفرضية العامة والتي مفادها أن "لا توجد بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية".

ويعود عدم وجود هذه الانحرافات الى ان طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية راجع الى اهتمامهم بالجسم الرشيق وابتعادهم على السمنة الزائدة ووعيهم بالقوام المعتدل وطريقة الوقوف والجلوس السليم . يمارسون التمارين الرياضية التي تكون لهم سبب في الوقاية من الضعف العضلي والعصبي وايضا وتجنبهم للعادات الخاطئة في المشي والجري وايضا طريقة اختيارهم للباس الرياضي الجيد الذي له دور في تجنب الانحرافات وهذا ما يفسر انعدام وجود هذا الانحرافات عند طلبة المعهد.

خاتمة

الخاتمة:

لقد اهتمت المجتمعات في العصر الحديث بمشكلات القوام السليم وكيفية الوقاية من الانحرافات القوامية ، والرعاية والعلاج من جهة أخرى.

وتظهر أهمية الكشف على الانحرافات القوامية من خلال جملة النتائج التي خلصت بها عديد الدراسات العربية والأجنبية والتي قام بدراسة الانحرافات القوامية ، والدراسة الحالية إسهام جديد في هذا المجال حيث قمت بدراسة بعض الانحرافات القوامية في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة قوامها 74 طالب ، وأيضاً استخدام اختبارات الانحرافات القوامية من طرف الباحث، لجمع المعلومات الضرورية لموضوع الدراسة، التي بدأت بإشكالية وافتراسات وانتهت بحلول ونتائج مع اقتراحات وفروض مستقبلية تساعد الباحث على مواصلة البحث من جوانب أخرى، حيث تم معالجة وتحليل المعلومات المجموعة بالاعتماد على العمل المنهجي المنظم الذي لا يخلو من الضوابط والالتزامات التي يتطلبها أي بحث علمي، لهذا كانت أهم خطوة ركز عليها الباحث هي تنظيم العمل وفق إطار علمي ممنهج.

إذ يتمحور الهدف الرئيسي من هذه الدراسة إلى دراسة بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية التي استغرق بناؤها قرابة ثلاثة اشهر والتي تم فيها جمع المعطيات والمفاهيم والمعلومات الهامة ومن ثم توظيفها من خلال حصص لإجراء القياسات ، حيث تم عرضها على أساتذة مختصين من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة وأخذ الموافقة منهم على البداية بالتطبيق.

وبعد تطبيق الاختبارات القوامية التي دامت مدة التطبيق 3 أسابيع والمعالجة الإحصائية للنتائج تبين أنه لا توجد انحرافات قوامية لدى الطلبة وهذا ما أكدته دراسة نتائج الاختبارات المطبقة على الطلبة.

وتفتح هذه النتائج المتوصل عليها أفقا جديدة لبحوث مستقبلية قادمة في هذا المجال الخصب، تسعى للدراسة والبحث على العينة نفسها وفق متغيرات وتأثيرات أخرى جديدة الأمر الذي يساهم دون شك في التعرف على الانحرافات القوامية ومختلف أنواعها لدى الطلبة المعهد .

لذلك يمكن القول أنه بدراسة الانحرافات القوامية والاكتشف عليها أهمية كبيرة وذلك لمعرفة نسبة انتشار هذه الانحرافات وتصنيفها والتعريف بها ولهذه الاختبارات المبنية على أسس علمية لها دور كبير في الحد من الانحرافات والتي تساهم في المضي قدما نحو بناء الجسم القويم وهذا بناء على ما تم التوصل إليه في نتائج دراستنا الحالية والتي كان أهمها دراسة هذه الانحرافات في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

وان الجدوى من هذه الدراسة التي قام بها الباحث هي القيام بعملية الكشف عن بعض الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ونسبة انتشارها بين الطلبة وذلك من اجل التعريف بها وفتح ابواب لدراسات اخرى موسع في هذا المجال الذي يعتبر مجالا له اثر كبير في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وبما انا معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية يتميز بالممارسة الرياضية الكبيرة فانتشار هذه الانحرافات له اثر سلبي على هذه الممارسة .



الفروض والاقتراحات

- في ضوء نتائج الدراسة نتقدم ببعض الفروض و الاقتراحات :

*اجراء بحوث ودراسات موسعة للكشف عن الانحرافات القوامية لدى الطلبة .

*اقتراح برامج وقائية او تأهيلية و التدخل المبكر .

*ضرورة عقد دورات وندوات توعوية و تثقيفية للطلبة حول اهمية الوعي القوامي

*نشر الوعي القوامي بين الطلبة والعمل على اكتسابهم العادات و السلوكات القوامية الصحيحة .

*مشروع قوامي مقترح للعناية بالقوام السليم .

الفروض المستقبلية :

*وتكمن هذه الفروض في القيام بدراسات مماثلة في هذا المجال والكشف على الانحرافات القوامية لدى

الرياضيين في التخصصات المختلفة .

*اجراء دراسات مقارنة للكشف عن الانحرافات بين الرياضيين وغير الرياضيين .

*اجراء دراسات للكشف عن الانحرافات في معاهد اخرى غير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية

والرياضية .



البيبليوغرافيا

-قائمة المصادر :

*القرآن الكريم.

-قائمة المراجع باللغة العربية:

- أمر رقم 09/95، المتعلق بتوجيه المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتنظيمها وتطويرها: المؤرخ في 25 فبراير 1995.
- أمين أنور خولي، أصول التربية البدنية والرياضة المهنة والاعداد، ط1، القاهرة، دار الفطر، العربي: 1996.
- بوفلجة غياث، الأسس النفسية للتكوين ومناهجه، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية: 1984.
- زكي محمد حسن و صلاح الدين صبري ، المكتبة المصرية للطبعة النشر والتوزيع ،لوزان الاسكندرية ،2004.
- ساكر طارق، الأسلوب البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، رسالة ماجستير، الجزائر: 2000.
- شلغوم عبد الرحمان، تحديد النموذج الحقيقي للأستاذ المتخرج من معهد التربية البدنية والرياضية من خلال تحليل محتوى مذكرات نهاية الليسانس 1996/1986، رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر 3، معهد التربية البدنية والرياضية، 1997.
- صالح بشير سعد ، القوام البشري وسبل المحافظة عليه ،الاسكندرية ،مصر ،دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر ،2011.
- صالح بشير سعد القوام البشري وسبل المحافظة عليه ، الاردن ،دار زهراء للنشر والتوزيع ، سنة 2013، الطبعة الاولى .
- عارف عبد الجابر حسين الدليمي. (2018). منهج علاجي تاهيلي لتقويم بعض التشوهات للعمود الفقري. مصر الاسكندرية.
- عباس الرملي تربية القوام ،الكويت ،دار الكتاب الحديث ،1946.
- عبيدات ، محمد أبوناصر محمد. (1999). منهجية البحث العلمي. الاردن.

- عثمان حسن عثمان. (1998, الصفحة 29). المنهج في كتابة البحوث والوسائل الجامعية .
- غسان محمد الصادق، فاطمة ياس الهاشمي، الاتجاهات الحديثة في طرق التدريس ت.ب.ر: 1988.
- غسان محمد الصادق، فاطمة ياس الهاشمي، الاتجاهات الحديثة في طرق التدريس ت.ب.ر: 1988.
- قانون التربية البدنية والرياضية، رقم 86/76: المؤرخ في 23 مارس 1976.
- محمد حسن الغامري. (1986 ، ص7). القوام البشري و السبل المحافظة عليه.
- محمد سعد عزمي : درس التربية الرياضية في كرحلة التعليم الاساسي ،الاسكندرية ،دار الوفاء ،الطبعة 2004.
- محمد شفيق. (1998). البحث العلمي الخطوات المنهجية لاعداد البحوث الاجتماعية . الاسكندرية
- محمد محمد الحمامي : الرياضة للجميع للفلسفة والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ،القاهرة ،1998.
- مصطفى حنين باهي إخلاص محمد عبد الحفيظ. (2000). طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية . القاهرة .
- مصطفى نمر دعمس ،منهجية البحث العلمي في التربية ،سنة 1998.
- ناصر ثابت. (1984). أضواء على الدراسة الميدانية . الكويت.
- ناهد احمد عبد الرحيم ،التمرينات التاهيلية لتربية القوام ، عمان دار الفكر ،السنة 2011،الطبعة الاولى .

الملاحق

ملحق رقم (1)

1- التقوس والاصطكاك:

القرار			
	Observed N	Expected N	Residual
تقوس	34	24,7	9,3
اصطكاك	23	24,7	-1,7
عادي	17	24,7	-7,7
Total	74		

Test Statistics

القرار	
Chi-Square	6,027 ^a
df	2
Asymp. Sig.	,049

2- التقعر القطني:

Binomial Test						
		Category	N	Observed Prop.	Test Prop.	Exact Sig. (2-tailed)
القرار	Group 1	يوجد	27	,36	,50	,027
	Group 2	لايوجد	47	,64		
	Total		74	1,00		

3- تفلطح القدم:

Binomial Test						
		Category	N	Observed Prop.	Test Prop.	Exact Sig. (2-tailed)
القرار	Group 1	يوجد	5	,07	,50	,000
	Group 2	لايوجد	69	,93		
	Total		74	1,00		

4- سقوط الراس:

Binomial Test

	Category	N	Observed Prop.	Test Prop.	Exact Sig. (2-tailed)	
القرار	Group 1	يوجد	28	,38	,50	,047
	Group 2	لايوجد	46	,62		
	Total		74	1,00		

5- عدم الاتزان في الأطراف العلوية:

Binomial Test

	Category	N	Observed Prop.	Test Prop.	Exact Sig. (2-tailed)	
القرار	Group 1	يوجد	30	,41	,50	,130
	Group 2	لايوجد	44	,59		
	Total		74	1,00		

ملحق رقم 2

Corrélations

		سقوط_الرأس القبلي	سقوط_الرأس البعدي
سقوط_الرأس القبلي	Corrélacion de Pearson	1	,816**
	Sig. (bilatérale)		,004
	Somme des carrés et produits croisés	2,400	2,000
	Covariance :	,267	,222
	N	10	10
سقوط_الرأس البعدي	Corrélacion de Pearson	,816**	1
	Sig. (bilatérale)	,004	
	Somme des carrés et produits croisés	2,000	2,500
	Covariance :	,222	,278
	N	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		التععر_القطني القبلي	التععر_القطني البعدي
التععر_القطني القبلي	Corrélacion de Pearson	1	,816**
	Sig. (bilatérale)		,004
	Somme des carrés et produits croisés	2,500	2,000
	Covariance :	,278	,222
	N	10	10
التععر_القطني البعدي	Corrélacion de Pearson	,816**	1
	Sig. (bilatérale)	,004	
	Somme des carrés et produits croisés	2,000	2,400
	Covariance :	,222	,267
	N	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		عدم_توازن_في_الاط راف_القبلي	عدم_توازن_في_الاط راف_البعدي
عدم_توازن_في_الاطراف القبلي	Corrélacion de Pearson	1	,802**
	Sig. (bilatérale)		,005

	Somme des carrés et produits croisés	2,400	1,800
	Covariance :	,267	,200
	N	10	10
عدم توازن في الاطراف البعدي	Corrélation de Pearson	,802**	1
	Sig. (bilatérale)	,005	
	Somme des carrés et produits croisés	1,800	2,100
	Covariance :	,200	,233
	N	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		تقوس السائقين القبلي	تقوس السائقين البعدي
تقوس السائقين القبلي	Corrélation de Pearson	1	,764*
	Sig. (bilatérale)		,010
	Somme des carrés et produits croisés	2,100	1,400
	Covariance :	,233	,156
	N	10	10
تقوس السائقين البعدي	Corrélation de Pearson	,764*	1
	Sig. (bilatérale)	,010	
	Somme des carrés et produits croisés	1,400	1,600
	Covariance :	,156	,178
	N	10	10

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

		اصطكاك الركبتين القبلي	اصطكاك الركبتين البعدي
اصطكاك الركبتين القبلي	Corrélation de Pearson	1	1,000**
	Sig. (bilatérale)		,000
	Somme des carrés et produits croisés	2,400	2,400
	Covariance :	,267	,267
	N	10	10
اصطكاك الركبتين البعدي	Corrélation de Pearson	1,000**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	Somme des carrés et produits croisés	2,400	2,400

Covariance :	,267	,267
N	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		تفطح_القدم القبلي	تفطح_القدم البعدي
تفطح_القدم القبلي	Corrélation de Pearson	1	1,000**
	Sig. (bilatérale)		,000
	Somme des carrés et produits croisés	2,100	2,100
	Covariance :	,233	,233
	N	10	10
تفطح_القدم البعدي	Corrélation de Pearson	1,000**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	Somme des carrés et produits croisés	2,100	2,100
	Covariance :	,233	,233
	N	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الاختبارات القبليّة	الاختبارات البعديّة
الاختبارا ت القبليّة	Corrélation de Pearson	1	,863**
	Sig. (bilatérale)		,001
	Somme des carrés et produits croisés	14,100	10,700
	Covariance :	1,567	1,189
	N	10	10
الاختبارا ت البعديّة	Corrélation de Pearson	,863**	1
	Sig. (bilatérale)	,001	
	Somme des carrés et produits croisés	10,700	10,900
	Covariance :	1,189	1,211
	N	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

ملحق رقم 3

جامعة آكلي محند أولحاج -البويرة-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي النخبوي.

استمارة استبانة لاستطلاع رأي السادة الخبراء المحكمين حول ترشيح اختبارات الانحرافات القوامية.

الأستاذ، الخبير، المدرب المحترم، تحية طيبة وتقدير أما بعد:

في إطار التحضير لإنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص التدريب الرياضي النخبوي تحت عنوان "دراسة بعض الانحرافات البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية " وباعتباركم من أهل التخصص ومن ذوي الخبرة في المجال نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تحتوي مجموعة من اختبارات الانحرافات القوامية التالية : (تقوس الساقين ،اصطكاك الركبتين ،عدم الاتزان في الاطراف العلوية ،تفطح القدم ،سقوط الرأس ، التقعر القطني) لذلك يُرجى الإشارة للاختبار الملائم والذي يخدم الصفات السالفة الذكر وموضوع الدراسة، كما يمكن لحضرتكم تعديل وإضافة اقتراحات أخرى ترونها ملائمة أكثر لدراستنا.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير وشكرا.

إشراف الدكتور: حاج احمد مراد

الطالب: بن عيسى عبد الله .

السنة الجامعية: 2017/2018.

جدول الاختبارات المقترحة للانحرافات القوامية :

الملاحظة	شرح الاختبار	الاختبار	الانحراف القوامي
	<p><u>الغرض من الاختبار :</u> تحديد القوام الجيد الخالي من الانحرافات بالاضافة الى الكشف على الانحرافات الامامية والخلفية للعمود الفقري</p> <p><u>سقوط الراس الى الامام :</u> اذا تعدت النقطة على حمة الازنين الخط المتوسط الجهاز الامام يستدل من ذلك ان الطالب لديه انحراف الراس الى الامام .</p>	اختبار بان كرافت	انحراف سقوط الراس
	<p><u>الغرض من الاختبار :</u> تحديد القوام الجيد الخالي من الانحرافات بالاضافة الى الكشف على الانحرافات الامامية والخلفية للعمود الفقري</p> <p><u>طريقة الانجاز انحراف التقعر القطني:</u> اذا مر الخيط المتوسط للجهاز خلف النقطة المقابلة للمدور الكبير لعظمة الفخذ يستدل ذلك من ان التلميذ لديه انحراف بالفقرات الظهرية .</p>	ساختبار بان كرافت	انحراف التقعر القطني
	<p><u>طريقة الانجاز :</u> وفيها تحديد الزاوية بخطين كالتالي :الخط الاول :يرسم من ابرز نقطة في اسفل اصبع الابهام الى ابرز نقطة انسية لعظم العقب الخط الثاني: يرسم من ابرز نقطة في اسفل اصبع الابهام (النقطة الولى لقياس السابق حتى اعرق نقطة في اثر قوس القدم المطبوع على الورقة . ثم تقاس الزاوية المحصورة بين الخطين (اسفل اصبع الابهام) بالمنقلة وتشير النتائج كالتالي: -ان المعدل الطبيعي لهذه الزاوية تنحصر بين 42الى 47 درجة. -اما اذا كانت الزاوية اقل من 30 درجة فان القدم تكون</p>	اختبار بصمة القدم (طريقة كلاك لتحديد زاوية قوس القدم)	تفطح القدم

	ضعيفة -اما اذا كانت الزاوية بين 30-35 فتكون اقرب للعلاج. -اما اذا كانت الزاوية أقل من 20 درجة فتكون القدم مفلطحة مسطحة.		
	<u>الغرض من الاختبار</u> : معرفة درجة ميل الفخذ للداخل والتعرف بزاوية الميل . <u>طريقة الانجاز</u> : يقف المختبر واقفا في الوضعية التشريحية حيث يوضع القدمين بارتياح متباعدين نسبيا ويقوم بقياس المسافة بين عظام الركبتين من الداخل وهناك ثلاث مستويات في هذا الانجاز : -من 01-03 بوصات اصطكاك. -من 03-05 بوصات حالة عادية . -اكبر من 05 يدخل المختبر في تقوس الساقين حيث أن 01 بوصة يساوي 2.54 تقريبا	اختبار اصطكاك الركبتين.	انحراف تقوس الساقين ،اصطكاك الركبتين .
	<u>طريقة الانجاز</u> : يقف المختبر واقفا بحيث الكعبين والحوض واعلى الظهر والراس ملامسة للحائط ويقوم المختبر برفع الذراعين الى الاعلى وتكون ممدودتين . <u>النقاط المراد ملاحظتها</u> : -ملاحظة اذا كانت اطراف الاصابع في نفس المستوى . -اذا لم يكن ذلك فان هنالك حالة عدم الاتزان في الاطراف العلوية	اختبار لث داون :.	انحراف عدم الاتزان في الطرف العلوية

اقتراح اختبارات للانحرافات التي ترونها مناسبة أكثر إن أمكن؟

.....

.....

.....

.....

ملحق رقم 4

بطاقة الاختبارات

الاختبارات												المستوى	رقم المختبر
اختبار تفلطح القدم				انحراف تقوس الساقين واصطكاك الركبتين			انحراف عدم توازن في الاطراف العلوية		انحراف التقعر القطني		انحراف سقوط الرأس		
أقل من 20 مفلطحة مسطحة	من 30 - 35 أقرب للعلاج	أقل من 30 ضعيفة	من 42 - 47 طبيعي	أكبر من 5 تقوس	من 3 - 5 عادي	من 1 - 3 اصطكاك	لا يوجد	يوجد	لا يوجد	يوجد	لا توجد	توجد	
													01
													02
													03
													04
													05
													06
													07
													08
													09
													10
													11

															33
															34
															35
															36
															37
															38
															39
															40
															41
															42
															43
															45
															46
															47
															48
															49
															50
															51
															52
															53
															54

														55
														56
														57
														58
														59
														60
														61
														62
														63
														64
														65
														66
														67
														68
														69
														70
														71
														72
														73
														74