

جامعة المرقب

المجلة العلمية

مجلة علمية محكمة تحت مسمى (مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم
الأخرى)

منشورات كلية التربية البدنية – جامعة المرقب

العدد الثالث

(يوليو) 2018 م

هيئة التحرير

- د. ميلود عمار النفر رئيساً

أعضاء التحرير

- | | | |
|--------|---|------------------------|
| رئيساً | 1 | د. مفتاح محمد أبو جناح |
| عضواً | 2 | د. خالد محمد الكموشي |
| عضواً | 3 | د. عمران جمعة تنتوش |
| عضواً | 4 | أ. هشام رجب عبد الرحيم |

اللجنة الاستشارية

- | | | |
|--------|---|----------------------------|
| رئيساً | 1 | د. سليمان الصادق الأمين |
| عضواً | 2 | أ.د. سعيد سليمان معيوف |
| عضواً | 3 | د. عطية المهدي أبو الأجراس |
| عضواً | 4 | أ. محمد علي زائد |

التصميم

أ. حسين ميلاد أبو شعالة

ملاحظة

كافة البحوث تعبر عن وجهة نظر أصحابها ، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة أو الكلية

جميع الحقوق محفوظة

2018م

التعليمات الخاصة بنظم النشر مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى

طبيعة المواد المنشورة

تهدف المجلة إلى إتاحة الفرصة لكافة المتخصصين لنشر إنتاجهم العلمي في مجال علوم الرياضة والتربية البدنية والعلوم الأخرى، الذي تتوافر فيه الأصالة والجدية والمنهجية العلمية .

وتقوم المجلة بنشر المواد التي لم يسبق نشرها باللغة العربية أو الإنجليزية وتقبل

المواد في الفئات التالية :

- البحوث الأصلية.
- المراجعات العلمية.
- تقارير البحوث.
- المراسلات العلمية القصيرة.
- تقارير المؤتمرات والندوات.

اللائحة التنظيمية:

- 1- أن تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- تصدر كلية التربية البدنية جامعة المرقب مجلة علمية تسمى (مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى).
- 3- تصدر المجلة بصفة دورية كل 6 أشهر من كل عام.

أهداف المجلة:

- 1- المشاركة في تشجيع حركة البحث العلمي.
- 2- تحقيق إضافة جديدة على الساحة العلمية في المجالات الرياضية.
- 3- نشر وتعزيز الدراسات والأبحاث العلمية الرياضية.

سياسة النشر:

- 1- تختص المجلة بنشر الأبحاث والمقالات العلمية في المجالات الرياضية والتربية البدنية والعلاج الطبيعي والتأهيل الرياضي والأبحاث التربوية والعلوم الأخرى المرتبطة بها.
- 2- يسمح بالاشتراك في المجلة بالأبحاث أو المقالات التي يجربها أو يشترك فيها أعضاء هيئة التدريس أو الباحثين في الجامعة والمعاهد العلمية ومراكز وهيئات البحث العلمي في ليبيا وخارجها.
- 3- تنشر الأبحاث في المجلة وفق الأسبقية دورها بعد تحكيمها وإعدادها في شكلها النهائي وفق شروط النشر والقواعد التي تقرها المجلة.
- 4- جميع الأبحاث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها سواء نشرت أو لم تنشر وإذا تمت الموافقة على نشرها فإن لهيئة التحرير الحق في نشرها في الوقت الذي تراه مناسباً.
- 5- يخضع ترتيب الموضوعات في المجلة لاعتبارات فنية.

شروط ومعايير النشر:

- 1- تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- يقدم الباحث أصل + نسخة على CD + ثلاثة نسخ مطبوعة وعلى وجه واحد فقط وعلى ورق كوارتر مقياس 4A مع ضرورة ترك الصفحات بدون ترقيم.
- 3- تتضمن الصفحة الأولى عنوان البحث، اسم الباحث أو الباحثين ووظائفهم.
- 4- يجب ألا يزيد عدد الصفحات عن 20 صفحة وفي حالة الزيادة عن 20 صفحة يتم دفع مبلغ خمسة دنانير عن كل صفحة.
- 5- يمنح الباحث أو الباحثين نسخة من المجلة مجاناً وفي حالة رغبة الباحث في الحصول على نسخة إضافية يسدد مبلغ خمس وعشرون ديناراً عن النسخة الواحدة.

إجراءات التحكيم:

- 1- تلتزم لجنة المجلة بإشعار الباحث بوصول بحثه وإحالتة إلى هيئة التحرير.
- 2- تتم مراجعة البحوث المقدمة بصورة مبدئية من هيئة التحرير لتقرير مدى صلاحيتها وتمشيها مع سياسة المجلة ويمكن تبعاً لذلك استبعاد بعض البحوث وعدم إرسالها للتحكيم مع ضرورة إبلاغ صاحب البحث بذلك.

- 3- يحال البحث للتقييم من قبل ثلاثة من الأساتذة المحكمين أعضاء اللجنة العلمية الدائمة للتربية البدنية في ليبيا.
- 4- تحال البحوث المقدمة للنشر إلى المحكمين في آن واحد وترفق مع البحث استمارة التحكيم ليقيم كل محكم بملء هذه الاستمارة خلال فترة محددة.
- 5- تعتمد قرارات المحكمين بالأغلبية من حيث القبول أو الرفض من قبل هيئة التحرير.
- 6- تقوم لجنة المجلة بإبلاغ أصحاب البحوث بإجازة بحثهم، ولهيئة التحرير أن تطلب إجراء تعديلات شكلية أو موضوعية بناءً على توصية المحكمين قبل إجازة البحث للنشر.
- 7- تلتزم المجلة بالسرية التامة بالنسبة لعملية التحكيم وأسماء المحكمين.

قواعد عامة:

- تقبل البحوث من خارج ليبيا.
- تسديد الرسوم تحدد من قبل هيئة التحرير أو مجلس الكلية أو مجلس الجامعة.

شروط كتابة البحوث:

- 1- تكتب البحوث المقدمة للمجلة على ورق حجم 4A .
- 2- بالنسبة للهوامش تراعى الشروط التالية :
- من أعلى 3.5 سم ومن باقي الجوانب 3 سم.
- خط العنوان الرئيسي للبحث SakkalMajalla حجم 20 Bold .
- خط الكتابة العربي SakkalMajalla حجم 14 عادي وتأخذ أسماء الباحثين والعلماء. Bold.
- خط الكتابة الأجنبي Times New Roman حجم 12 Bold .
- خط العناوين Simplified Arabic حجم 16 Bold والعناوين الصغيرة 14 Bold .
- خط العناوين الأجنبي Times New Roman حجم 16 Bold .
- 3- بالنسبة للجداول تكون مفتوحة من الجانبين ومسطرة تحديداً مفرداً أما بداية ونهاية الجدول فيكون التحديد مزدوجاً .

كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين وأصلي وأسلم على خير الخلق أجمعين محمداً النبي الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين..... وبعد.

إنه ليسعدني نيابة عن مجلس الكلية أن أقدم العدد الثالث (يوليو 2018م) من المجلد الأول العدد الثالث من مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى الصادرة من كلية التربية البدنية - جامعة المرقب في صورتها الجديدة لتسهم بجهده وافر في النشر العلمي في مختلف أنشطة التربية الرياضية والبدنية والصحية والفنية والترويحية وبعض العلوم الأخرى المرتبطة باعتبارها رائدة المجالات العلمية المتخصصة على مستوى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بدولة الليبية إيماناً برسالة الجامعة في هذا الصدد مراعية اتسام محتوى المجلة بالتجريب والتطوير والتطبيق في ظل أهداف الجامعات الإقليمية الأمر الذي أصبح ضرورة ملحة في عالم سريع التغيير بابتكارية التكنولوجيا والتقدم العلمي المذهل، حيث حقق العلم وثبة كبيرة في كل المجالات وكان للتربية البدنية نصيباً من هذا التقدم حيث لعب طموح علماءها دوراً أساسياً في الاعتماد على علوم حديثة ليكون منها المنطلق للتقدم.

وقد آلت كلية التربية البدنية بالجامعة على تطوير هذه المجلة حتى تصل إلى المستوى اللائق بالجهود الذي تبذله للنهوض بها بين الجامعات الليبية والعربية والعالمية.

ولا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر لجميع من أسهموا في ظهور المجلة سواء بالنقد البناء أو تقديم المقالات والبحوث والتراجم العلمية ونتوجه إليهم جميعاً لطلب المزيد من التعاون حتى نصل بهذه المجلة إلى المستوى العلمي والفني المتكامل في مجالات أنشطة التربية الرياضية والصحية والتربوية.

عميد الكلية

ورئيس هيئة التحرير

د: ميلود عمار النفر

دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي القوامي والصحي داخل المدرسة

د . هشام محمد الزواغي

د . نوال عبد الله الفتحلى

• المقدمة ومشكلة البحث :-

تهتم الدول المتقدمة اقتصادياً واجتماعياً وسياسياً بجميع فئات شعوبها سواء كانوا أطفالاً أو شباباً أو كهولاً، وتعمل هذه الدول جاهدة على توفير الرعاية الصحية، وتقديم مختلف الخدمات لمواطنيها باذلة في سبيل ذلك الجهد والمال وهي مؤمنة أن ذلك سيعود عليها أضعافاً مضاعفة في جميع نواحي الحياة بغرض إعداد جيل جديد جيد خالي من الأمراض، ونحن أحوج ما نكون لأن نعرف الكثير عن أجسامنا وأن نقف على كيفية قيام أعضائها بوظائفها وأن نلم بالظروف التي تساعدنا على النمو المتزن.

فتعاون الجهود للإبقاء على مظهر الإنسان بقوام جيد منسق متزن سيزداد إيثاراً من بعد ما يروه بقوام معتل غير منسق، وبالعقل وحده حظي الإنسان بالسيادة والتفوق على سائر المخلوقات وبما أن له عقلاً يدرك به الأمور فإنه يستطيع تمييز القبيح من الجميل والجيد من الرديء. (5:145)

ولما خلق الله الإنسان وأنعم عليه بعقل مدرك قصد أن يشغل الإنسان ذلك العقل بالتفكير في الأمور السامية وأن يحافظ على قوامه الذي وهبه الله له، حيث أن القوام السليم من علامات الصحة الجيدة، وأن العقل السليم في الجسم السليم.

والطريقة الوحيدة للاحتفاظ بقوام سليم هو العمل العضلي المتوافق الذي تقوم به المجموعات العضلية المتقابلة في كل من الجذع والأطراف العليا والسفلى محركة العظام وأجزاء الجسم المختلفة لأداء المهام المطلوبة منها. (13 : 65)

والتربية الرياضية بشكل خاص نشر الوعي القوامي والاهتمام بصحة جميع فئات الشعب وإكسابه اللياقة والقوة، باعتبار أن مجال التربية الرياضية من المجالات التربوية الهامة والفعالة في بناء جيل المستقبل لأي مجتمع وذلك عن طريق العاملين في مجال التربية الرياضية في قطاع التعليم للعمل على توفير الصحة المدرسية لتكون في خدمة المجتمع المدرسي. (3 : 45)

وتشير حياة عياد ، وصفاء الخربوطلى (1992م) إلى أن أهداف التربية الرياضية هو تكوين المواطن الصالح وذلك من خلال المحافظة على الصحة العامة وتنمية اللياقة البدنية ورفع مستوى قدرة الجسم على العمل، هذا بجانب الأهداف الاجتماعية والنفسية والعقلية فالقوام الجيد من الأمور الهامة التي تؤثر على حياة الفرد وصحته وأدائه لعمله وإنتاجه. (8 : 2)

ويتفق كل من آمال زكي محمود ، وإقبال رسي محمد (1988م) على أن المسئولية الكبرى في حفظ قوام التلميذ في المدرسة وغرس الوعي القوامي تقع على كاهل التربية الرياضية بالمدرسة ويستطيع ملاحظة حركة كل تلميذ وتتبع وقفته وجلسته وسيره. (6 : 13)

ويتفق كل من صبيح حسنين وعبد السلام راغب (1995م) 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. (12: 50)

وقد اهتمت العديد من المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة العربية والأجنبية بالقوام السليم باعتباره يقلل العبء على الأجهزة الحيوية بالجسم وبالمعالجة يحافظ على الحركة الصحيحة في الأنشطة اليومية والرياضية ما يحد من آلام المفاصل والظهر ويقلل من التوتر العصبي والنفسي ويحمي الجسم من الإصابات والتشوهات القوامية في المراحل الأولى من عمره. (11 : 43)، (8 : 21)، (7 : 2)

وتشير الأبحاث العلمية إلى أهمية الممارسة البدنية المقننة تحت إشراف علمي متخصص يؤدي إلى التكامل في البناء البدني بالإضافة إلى الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية. (4 : 78)

الأمر الذي دفع الباحث للتعرف على دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي القوامي والصحي داخل المدرسة للوقوف على نوعية هذه الانحرافات ومعدل انتشارها وبعض العوامل المؤدية إلى هذا الانتشار والحد منها حتى يمكن الاستفادة من هذه النتائج في إعداد برامج صحية من خلال وضع مجموعة من التمرينات الرياضية العلاجية يمكن إدراجها ضمن درس التربية الرياضية المدرسي ليستفيد منها القاعدة العريضة من أبنائنا التلاميذ وقد تحد من هذه الانحرافات والوقاية منها، إلى جانب رفع الوعي الصحي لدى مدرسي التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية وأولياء الأمور حتى يمكنهم المساهمة في تشخيص الانحرافات القوامية والعمل على الحد منها وإصلاحها من خلال هذه البرامج والإرشادات التأهيلية حتى تساهم في إكساب قوام سليم يعود على الفرد والمجتمع ب حياة سليمة لرفع المستوى الصحي ويعود بصورة ايجابية على زيادة الإنتاج.

أهمية البحث:-

بناء على الدراسات السابقة يظهر أهمية الجانب القوامي بالنسبة للمرحلة الابتدائية والاهتمام بالكشف عن التشوهات القوامية والعمل على الوقاية منها، وعلاجها يعتبر هدفاً سامياً تسعى التربية الرياضية لتحقيقه من خلال التمرينات الوقائية والتأهيلية ولا سيما إذا كانت هذه التمرينات مع المراحل السنوية المبكرة لتؤتي ثمارها وتحقق أهدافها، والتأكيد على الاهتمام بالوعي القوامي باعتباره ضرورة ملحة للتعرف على العادات السليمة في الوقوف والجلوس والرقود والتقاط الأشياء والمشى والجري والتسلق وإلى غيرها من المهارات الحياتية اليومية، سيكون لذلك عظيم الأثر على تحسين العادات القوامية الخاطئة، وهنا يتعاضد دور الأسرة والمؤسسات التعليمية ووسائل الإعلام في دفع الوعي القوامي لدى الأفراد.

أهداف البحث :-

- 1- يهدف البحث للتعرف على دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي القوامي داخل المدرسة.
- 2- يهدف البحث للتعرف على دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي الصحي داخل المدرسة.

تساؤلات البحث :-

- 1- ما هو دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي القوامي داخل المدرسة.
- 2- ما هو دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي والصحي داخل المدرسة.

مصطلحات البحث:

القوام :

" العلاقة الميكانيكية بين أجهزة الجسم الحيوية المختلفة العظمية والعظلية والعصبية بحيث تؤدي وظيفتها في تناسق تام ". (9 : 15)

القوام الجيد :

" الوضع العمودي الذي يمر به خط الجاذبية من مفصل رصغ القدم إلى مفصل الركبة إلى مفصل الفخذ إلى مفصل الكتف حتى الأذن وأي خروج عن هذا الخط يعتبر انحراف ". (12 : 47)

القوام الرديء :

" الشكل الخارجي لجسم الإنسان حيث يكون هناك زيادة أو نقص في الانحناءات الطبيعية للجسم أو أي شكل غير طبيعي لأي جزء من الجسم، ومظهر ذلك عدم حفظ التوازن ". (2 : 150)

الانحراف القوامي :

" اختلاف في شكل عضو من أعضاء الجسم أو جزء منه أو انحرافه عن الوضع الطبيعي المسلم به ترشيحاً مما ينتج عنه تغير في علاقة هذا العضو بسائر الأعضاء الأخرى ". (12 : 149)

الوعي القوامي :

" يعد أحد الطرق المستخدمة بنجاح في الوقاية من التشوهات كما أنه من العناصر الفعالة للتخلص من التشوهات وخاصة التشوهات التي لم تصل إلى المرحلة التركيبية ". (8 : 33)

- الدراسات السابقة :-

- دراسة أحمد محمد عبد السلام 1996 (بناء مقياس للسلوك الصحي للطلاب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية) هدفت الدراسة إلى بناء مقياس للسلوك الصحي للطلاب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية بجامعة أسيوط ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على 552 طالباً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية والتربية

الرياضية تم اختيارهم بالطريقة العمدية. وقام الباحث ببناء مقياس للسلوك الصحي للطلاب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية، وتم تطبيق الدراسة في عام 2000م.

وكانت أهم النتائج: يتكون مقياس السلوك الصحي للطلاب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية من (43) عبارة موزعة على (6) عوامل، وكانت العوامل المستخلصة هي عامل المرافق الصحية وعدد العبارات به (11) عبارة، عامل صحة البيئة وعدد العبارات به (3) عبارات، عامل الصحة الشخصية والنشاط الرياضي وعدد العبارات به (3) عبارات، عامل التغذية وعدد العبارات به (8) عبارات، عامل أهمية الراحة والنوم عدد العبارات به (8) عبارات، عامل التدخين وعدد العبارات به (10)، استخلصت صورتين للمقياس، صورة مبدئية لمقياس السلوك الصحي للطلاب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية، وتمثل (15) محوراً موزعة عليها (171) عبارة، صورة نهائية لمقياس السلوك الصحي للطلاب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية وتمثل (6) عوامل موزعة عليها (43) عبارة. وأوصت الدراسة بضرورة تطبيق المقياس على الطالب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية، إعادة بناء المقياس كل ثلاث سنوات لمسايرة التغيير الحادث في سلوكيات الطلاب، بناء مقاييس للسلوك الصحي للمراحل السنية التي لم يتضمنها البحث. (1)

- دراسة أحمد محمد عبد السلام، وعاصم صابر راشد 1998م (أثر برنامج في التربية الصحية على اكتساب الثقافة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية) هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج تربية صحية ودراسة أثره على الثقافة الصحية لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية. واستخدم الباحث المنهج المسحي لتحديد قائمة المحاور الرئيسية لمقياس الثقافة الصحية، وإعداد محتوى برنامج التربية الصحية المقترح، المنهج التجريبي للتعرف على أثر تطبيق البرنامج على تلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية، واشتملت العينة على (1200) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقام الباحث ببناء مقياس للثقافة الصحية وإعداد برنامج للتربية الصحية لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية وتم تطبيق الدراسة في عام 2001م، وكانت أهم النتائج أن تدريس برنامج التربية الصحية المقترح لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية قد أدى إلى تحسن مستوى الثقافة الصحية المقترح على تلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية، إعادة النظر في برنامج الصحة المدرسية بحيث تتضمن الثقافة الصحية بالنسبة لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من مرحلة التعليم الابتدائي. (3)

- دراسة أحمد محمد عبد السلام 1996م: (بعض القياسات الأنثروبومترية وجوانب الرعاية الصحية للأطفال من 4-6 سنوات)، هدفت الدراسة إلى التعرف على بعض القياسات الأنثروبومترية وجوانب الرعاية الصحية للأطفال من 4-6 سنوات بجمهورية مصر العربية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على 2746 من أطفال الروضة بجمهورية مصر العربية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقام الباحث بإعداد استمارة لتدوين القياسات الأنثروبومترية للأطفال بدور الحضانة، استمارة للتعرف على جوانب الرعاية الصحية بدور الحضانة، وتم تطبيق الدراسة في عام 2002م، وكانت أهم النتائج: أن الأطفال في الوجه البحري يتميزون عن أقرانهم في الوجه القبلي في

القياسات الأنثروبومترية. الأطفال في الولايات المتحدة يتميزون عن أقرانهم المصريين في القياسات الأنثروبومترية، لا يوجد اهتمام بالرعاية الصحية للأطفال في دور الحضانه، وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالقياسات الأنثروبومترية للأطفال كمؤشر للصحة، توفير الدعم المالي والخدمات والإمكانات لدور الحضانه بجمهورية مصر العربية، تقديم الرعاية الصحية للأطفال من 4-6 سنوات بجمهورية مصر العربية بصفة عامة ولأطفال الوجه القبلي خاصة، بإجراء قياسات اللياقة البدنية للأطفال كمؤشر للصحة، استخدام المستويات المعيارية المقترحة لتقديم القياسات البدنية والفسولوجية للتلاميذ في مرحلة الطفولة المتأخرة بمحافظة أسيوط. (2)

- سمير محمد محي الدين أبو شادي، وأحمد محمد عبد السلام وعاصم صابر راشد حمودي 2001م:

(برنامج إرشادي مقترح للسلوك الصحي في التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة قنا) استهدفت الدراسة بناء برنامج إرشادي مقترح للسلوك الصحي في التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة قنا واستخدم الباحثين المنهج الوصفي "الدراسات المسحية" والمنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على 880 تلميذ بنسبة 12.5% من تلاميذ إدارات محافظة قنا، واستخدم الباحثين الملاحظة والمقابلة الشخصية، تحليل الوثائق والاستبيان كوسيلة لجمع البيانات، ومن خلال تحليل النتائج توصل الباحثين إلى أن عملية تدريس برنامج السلوك الصحي المقترح أدى إلى تحسن مستوى الثقافة الصحية وتنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة الشخصية والتغذية الصحية وأهمية الرياضة والوقاية من الحوادث والأمراض وصحة البيئة، كما جاء محور صحة البيئة لتحقيق أعلى نسبة تحسن (81.30%) ومحور التغذية الصحية أقل نسبة تحسن (12.69%). (10)

إجراءات البحث :-

منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ملائمته طبيعة البحث.

مجتمع البحث: معلمي التربية البدنية ببعض مدارس المرحلة الإعدادية بصبراتة.

عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من معلمي التربية البدنية ببعض مدارس المرحلة الإعدادية بصبراتة وعددهم (20 معلم ومعلمة).

مجالات البحث :-

المجال الزمني: تم توزيع واستلام استمارة استبيان بتاريخ 2010/4/11 إلى 2010/4/26.

المجال المكاني: بعض مدارس مدينة صبراتة.

المجال البشري: معلمي ومعلمات التربية البدنية لبعض مدارس مدينة صبراتة.

الأدوات المستخدمة : استمارة استبيان.

المعالجات الإحصائية : التكرار، المتوسط الحساب ، النسبة المئوية.

جدول (1)

يوضح كل من التكرار والنسبة المئوية الخاصة بنشر الوعي القوامي داخل المدرسة

م	العبارات	دائماً		أحياناً		إلى حد ما	
		التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %
1	هل تعمل على أن تكون مثلاً أعلى للقوام الجيد داخل المدرسة	11	%55	6	%30	3	%15
2	هل تعمل على توجيه نظر التلاميذ بعدم لبس الملابس والأحذية الضيقة التي تعيق الحركة فتؤدي إلى احتمال حدوث بعض الانحرافات القوامية	5	%25	5	%25	10	%50
3	هل تعمل على توجيه التلاميذ إلى الطرق والوسائل التي تساعد على اعتدال القوام	4	%20	7	%35	9	%45
4	هل تعمل على الكشف الطبي الدوري الشامل للتأكد من خلو التلاميذ من الأمراض أو الانحرافات	4	%20	5	%25	11	%55
5	هل تعمل على معاينة الأدرج المدرسية واختيار الدرج المناسب والسليم بالنسبة لطول وسن كل تلميذ ومراقبة عاداتهم وسلوكهم القوامي	3	%15	3	%15	14	%70
6	هل تعمل على وضع الصور أو عرض الأفلام التي توضح الأوضاع السليمة والقوام الجميل للفرد داخل المدرسة	3	%15	3	%15	14	%70
7	هل تعمل على توجيه التلاميذ إلى الطرق والوسائل التي تساعد على اعتدال القوام	2	%10	2	%10	14	%70
8	هل تقوم بإرشاد التلاميذ باستمرار أثناء جلوسهم في الحصص المختلفة وغرس العادات الجسمانية الصحيحة وتجنب العادات السيئة للمحافظة على القوام السليم	3	%15	6	%30	11	%55
9	هل تعمل على الاهتمام بتخصيص حصة إضافية بالمدرسة أو أكثر أو تحديد وقت معين لممارسة البرامج العلاجية	0	%0	0	%0	0	%0
10	هل تعمل على تقديم النصح لمن يتخذ أوضاع قواميه خاطئة وعلى التشجيع المستمر للطلاب لتحسين قوامهم	3	%15	5	%25	12	%60

جدول (2)

يوضح المتوسط الحسابي لنشر الوعي القوامي في الطابور الصباحي لكل من
(فترات الراحة- أثناء تنفيذ الدرس- داخل المدرسة)

م	نشر الوعي القوامي	دائماً		أحياناً		إلى حد ما	
		المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية
1	أثناء الطابور الصباحي	4	20%	7	35%	9	45%
2	أثناء فترات الراحة	2	10%	5	25%	13	65%
3	أثناء تنفيذ الدرس	4	20%	8	40%	8	40%
4	داخل المدرسة ككل	3	15%	6	30%	11	55%
		3.25		6.5		10.25	

يتضح من الجدول (2)

- أن المتوسط الحسابي لـ (دائماً) في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل) = (3.25).
- أن المتوسط الحسابي لـ (أحياناً) في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل) = (6.5).
- أن المتوسط الحسابي لـ (إلى حد ما) في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل) = (10).

جدول (3)

يوضح كل من التكرار والنسبة المئوية الخاصة بنشر الوعي الصحي داخل المدرسة

م	العبارات	دائماً		أحياناً		إلى حد ما	
		التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %
1	هل تعمل على الكشف الطبي الدوري الشامل للتأكد من خلو التلاميذ من الأمراض	0	%0	0	%0	0	%0
2	هل تقوم بإعطاء الإرشادات الصحية والمحاضرات الخاصة بسلامة وصحة التلاميذ في المدرسة	3	%15	3	%15	14	%70
3	هل تعمل على تشجيع التلاميذ على مواولة الرياضة التي لها فوائد صحية داخل وخارج المدرسة	5	%25	7	%35	8	%40
4	هل تقوم بنصح التلاميذ بالاهتمام بالتغذية الجيدة والتركيز على المكونات الغذائية ذات الفائدة الصحية بالجسم	2	%10	3	%15	15	%75
5	هل تتوفر في المدرسة طرق الأمن والسلامة	3	%15	4	%20	13	%65
6	هل تعمل على مراعاة الحالة الصحية والنفسية للتلاميذ داخل المدرسة	3	%15	5	%25	12	%60
7	هل تعمل على تهيئة البيئة الصحية المناسبة داخل المدرسة	4	%20	5	%25	11	%55
8	هل تعمل على تلافي العادات السيئة وما يعيق النمو الطبيعي للتلاميذ أثناء الدرس	3	%15	6	%30	11	%55
9	هل تعمل على مراعاة الملابس المناسبة وخاصة الحذاء	4	%20	7	%35	9	%45
10	هل تعمل على الاهتمام بالرعاية الصحية وسرعة المبادرة بالعلاج في الحالات الطارئة	7	%35	11	%55	2	%10

جدول (4)

يوضح المتوسط الحسابي لنشر الوعي الصحي في الطابور الصباحي لكل من
(فترات الراحة - أثناء تنفيذ الدرس - داخل المدرسة ككل)

م	نشر الوعي الصحي	دائماً		أحياناً		إلى حد ما	
		المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية
1	أثناء الطابور الصباحي	3	20%	9	35%	11	45%
2	أثناء فترات الراحة	2	10%	4	25%	9	65%
3	أثناء تنفيذ الدرس	5	20%	8	40%	13	40%
4	داخل المدرسة ككل	6	15%	8	30%	11	55%
		4		7.25		8.5	

يتضح من الجدول (4) :-

- إن المتوسط الحسابي لـ (دائماً) في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل) = (4).
- أن المتوسط الحسابي لـ (أحياناً) في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل) = (7.25).
- أن المتوسط الحسابي لـ (إلى حد ما) في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل) = (8.5).

مناقشة النتائج:-

حيث يلاحظ من خلال جدول (1) ، (3) أن معظم النسب المئوية والتكرارات كانت في مستوى متدني فيما يخص نشر الوعي القوامي والصحي داخل المدرسة، ويرجع الباحث ذلك إلى عدم اهتمام معلمي التربية البدنية أثناء عملهم بالوعي القوامي والصحي للتلاميذ أثناء الدراسة من خلال ملاحظة السلوكيات والعادات الغير صحية لهم أثناء دروس التربية الرياضية بالتوجيه والإرشاد الصحي وإدارة برامج التربية الصحية أثناء العام الدراسي وتصويب العادات الغير صحية وإكسابهم عادات واتجاهات صحية سليمة.

وهذا يتفق مع دراسة أحمد محمد عبد السلام 1996م أنه من الضرورة وضع مقياس أو برنامج معد لمعلم التربية الرياضية يؤدي إلى تحسن مستوى الثقافة الصحية وتنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة الشخصية والتغذية الصحية وأهمية الرياضة والوقاية من الحوادث والأمراض وصحة البيئة بالنسبة للعملية التعليمية داخل المدرسة. (1)

كما يتضح من خلال جدول (2) ، (4) والذي يوضح المتوسط الحسابي لنشر الوعي القوامي والصحي في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل)، أن هناك فرق كبير بين أعلى متوسط حسابي وهو (10.25) وأقل متوسط حسابي وهو (3.25) وكذلك تدني النسب المئوية بالنسبة لنشر الوعي القوامي والصحي في الطابور الصباحي لكل من :- (فترات الراحة ، أثناء تنفيذ الدرس ، داخل المدرسة ككل)، ويرجع الباحث ذلك إلى عدم الرعاية الصحية بالمدارس وعدم إدراك معلم التربية البدنية لأهمية التوعية القوامية والصحية، وبأنه عملية تربية تسعى إلى ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع، وذلك باستعمال الأساليب التربوية الحديثة.

ويتفق هذا مع دراسة سمير محمد محي الدين أبو شادي، وأحمد محمد عبد السلام، وعاصم صابر راشد حمودة 1981م إلى أهمية الوعي الصحي وسط المجتمع المدرسي من خلال:-
تقديم الخدمات العلاجية والرعاية الصحية بالمدارس وتحسين صحة البيئة المدرسية والحقل التربوي في مجال الصحة المدرسية والإسهام في بناء نظام غذائي صحي متوازن وشد الهمم والقدرات في مجابهة ومحاربة البائيات والأمراض المستوطنة وتعزيز الصحة النفسية للتلاميذ والعاملين بالحقل التربوي والأخص معلمي التربية الرياضية. (10)

الاستنتاجات :

- 1- وجود نقص في برامج الصحة المدرسية بحيث تتضمن الثقافة الصحية بالنسبة لتلاميذ الصفوف الأولى.
- 2- عدم إشراك أولياء أمور التلاميذ في ندوات خاصة وإطلاعهم على أسباب التشوهات القوامية وكيفية الحد منها.
- 3- عدم إطلاع المشرفين والمدرسين على البرامج العلاجية لعلاج التشوهات القوامية لدى التلاميذ وكيفية تطبيقها على التلاميذ.

التوصيات :-

- 1- الاهتمام بنشر الوعي القوامي والصحي بين تلاميذ المدارس وإتباع العادات القوامية السليمة.
- 2- يجب صرف بطاقات صحية خاصة للتلاميذ وتسجيل كل ما يتعرض له من انحرافات قوامية وصحية.
- 3- يجب أن يلاحظ جميع مدرسي ومدرسات المواد المختلفة قوام الطفل باستمرار أثناء جلوسه في الحصص المختلفة وغرس العادات الجسمانية الصحيحة في سن مبكرة حتى يشب عليها مع تلافي العادات السيئة.

قائمة المراجع:

- 1- أحمد محمد عبد السلام
بناء مقياس للسلوك الصحي للطالب المعلم بكلية التربية والتربية الرياضية، مجلة علوم الرياضة، جامعة المنيا، كلية التربية الرياضية، المجلد التاسع، العدد 19، 1996م.
- 2- —
بعض القياسات الانثروبومترية وجوانب الرعاية الصحية للأطفال من 4-6 سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حتان، 1996م.
- 3- أحمد محمد عبد السلام
وعاصم صابر راشد
أثر برنامج في التربية الصحية على اكتساب الثقافة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، جامعة حلوان، العدد الواحد والثلاثون، 1998م.
- 4- إقبال رسي محمد
تأثير برنامج مقترح للتمرينات العلاجية على انحراف تفلطح القدمين واصطكاك الركبتين لتلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة علوم الرياضة، جامعة المنيا، كلية التربية الرياضية، المجلد الحادي عشر، العدد 24، 1999م، ص 221-224.
- 5- إقبال رسي محمد
6- أمال زكي محمود
القوام والعناية بأجسامنا، دار الفجر للنشر، القاهرة، 2007م.
العلاقة بين الانحرافات القوامية وكل من التوافق النفسي واللياقة البدنية لطلبة المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، جامعة حلوان، العدد 33.
- 7 - حياة عياد روفائيل
8 - حياة عياد روفائيل
إصابات الملاعب، وقاية، إسعاف، علاج طبيعي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1986م.
- 9 - سليمان أحمد حجر
وأخرون
اللياقة القوامية والتدليك الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1991م.
- القوام للرياضيين 1996م.

برنامج إرشادي مقترح للسلوك الصحي في التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة قنا، رسالة ماجستير منشورة، مجلة علمية، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة، العدد 25، 1981م.

تربية القوام، دار الفكر العربي، القاهرة، 1981م.

القوام السليم للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995م.

تأثير برنامج علاجي على بعض الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة، 1981م.

10- سمير محمد أبو شادي

وأحمد محمد عبد السلام

وعاصم صابر حمودة

11 - عباس عبد الفتاح الرملي

وزينب خليفة

12 - محمد صبحي حسانين

ومحمد عبد السلام راغب

13- ناهد أحمد عبد الرحيم

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
11 - 1	أثر السلوك الصحي واتجاهاته على طلبة كلية التربية البدنية جامعة الزاوية.	د / هشام محمد الزواغي د / نوال عبدا لله الفتحلى	1
22 - 12	الكفايات التكنولوجية التعليمية اللازمة للتدريس الفعال القائم على تقنية الـهـيـبرنت لدى أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية البدنية في الجامعات الليبية.	د / أحمد محمد عبد العزيز أ / أحمد بشير الحوته أ / محمد نوري عبد القادر	2
38 - 23	تأثير الألعاب الصغيرة باستخدام الهاتف النقال على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.	د / أحمد محمد عبد العزيز	3
58 - 39	الصعوبات التي تحول دون استخدام الوسائط المتعددة بدرس التربية البدنية لمرحلة التعليم الأساسي.	د / خالد الهادي الكموثي د / محمد مفتاح جابر	4
70 - 59	دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي القومي والصحي داخل المدرسة.	د / هشام محمد الزواغي د / نوال عبد الله الفتحلى	5
94 - 71	تأثير العمل وفق اختلاف أنظمة إنتاج الطاقة على استجابة عمل الهرمونات المنظمة لبعض الأملاح في بلازما الدم.	د / ميلود عمار النفر د / سامي خليفة حمدي	6
110 - 95	تأثير التدليك والتمارين العلاجية لعلاج المصابين بالفقرات القطنية (أسفل الظهر)	د / محمد مسعود عبد الرزاق م / زيدان إبراهيم الزاهي	7
141 - 111	الإشباع العاطفي للمراهقين وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية دراسة ميدانية على عينة من طلاب كليات جامعة المرقب بمدينة الخمس.	د / نجاة سالم زريق أ / نوال مفتاح الشريف	8
144 - 142	الرياضة المدرسية والقيادة الرياضية من التطبيق إلى التعليق.	أ / شعبان محمد الأزرق	9
154 - 145	Role of PC-transformation in the rock unit discrimination in Al-Haruj Al-Aswad South Central Libya.	Mousa.M. Elyuonsi* Mahmoud Al-Daba**	10
163 - 156	هل كان هناك فراغ حقا.	د / حسين محمد سالم	11
196 - 164	قلق الامتحان وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلاب كلية التربية قصر بن غشير بجامعة طرابلس	أ / طارق ميلاد أبو غمجة الأستاذ المشرف / مراد بهلول	12