

# مجلة دراسات علوم الرياضة

Journal of Sports Science Studies



موقع المجلة على الأنترنات:  
<https://josss.ejsst.com/>

العدد 54  
2021

تصدر عن المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة

## هيئة تحرير مجلة دراسات

✚ - الأكاديمي / ريسان خريبط  
مؤسسها و رئيس مجلس الإدارة

✚ - أ.د. محمد حسين حميدي - الرئيس

✚ - أ.د. ماجد عزيز لفتة - نائب الرئيس

✚ - أ.د. محمد صبيح حسن - مدير التحرير

جامعة مؤتة كلية علوم الرياضة

جامعة حلوان كلية التربية الرياضية

جامعة ديالى كلية التربية البدنية

جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية و علوم  
الرياضة

جامعة المنصورة كلية التربية الرياضية

جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة

جامعة السليمانية كلية التربية البدنية

جامعة ميسان كلية التربية البدنية و علوم  
الرياضة

مسقط العالمية

✚ - أ.د. قاسم محمد خويلة - عضو

✚ - أ.د. سماح كمال محمد - عضو

✚ - أ.د. علاء خلف حيدر - عضو

✚ - أ.د. وسام صلاح عبد الحسين - عضو

✚ - أ.د. محمد يحي غيدة - عضو

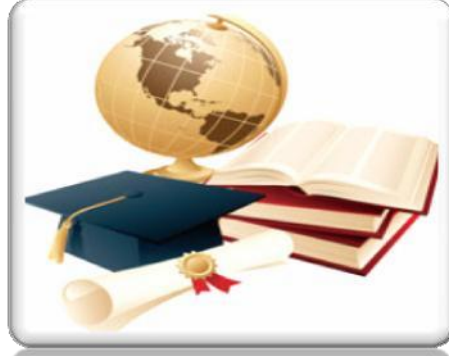
✚ - أ.د. نعمان هادي عبد علي الخزرجي - عضو

✚ - أ.م.د. شيلان حسين محمد - عضو

✚ - أ.م.د. فاضل باقر مطشر - عضو

✚ - أ. ليلي مهدي عبد الكريم - عضو





## مجلة دراسات

مجلة شهرية تصدر عن **المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة** تنشر خلاصات الرسائل الدكتوراه و الماجستير و ملخصات الابحاث المنشورة في المجالات و كذلك الدراسات الخاصة بالمستجدات العلمية في مجال الرياضة .

و الهدف من إصدار هذه المجلة هو التعرف على رسائل الدكتوراه و الماجستير التي تصدر عن المؤسسات العلمية و كليات و معاهد و أقسام التربية البدنية و الرياضية , للاستفادة من هذه الرسائل في التعرف على طرق البحث و المنهج المستخدم و المعالجات الإحصائية و كذلك للاستفادة من الدراسات السابقة .

و التعرف على الحداثة العلمية للرسائل و الأطاريح إضافة الى الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث في علوم الرياضة . و تقدم العون الى طلاب الدراسات العليا و الباحثين .

جميع المراسلات باسم : **رئيس التحرير** .

دعوة للأساتذة في مجال التربية البدنية و الرياضية و كذا طلبة الدكتوراه و الماجستير و الرياضيين و الباحثين لنشر خلاصات رسائلهم العلمية و ملخصات الابحاث العلمية المنشورة في المجالات ضمن مجلة دراسات علو الرياضة التابعة للأكاديمية الدولية لتكنولوجيا علوم الرياضة في السويد على البريد الإلكتروني :

[Mm70hh@gmail.com](mailto:Mm70hh@gmail.com)

موقع المجلة على شبكة الأنترنت:

<https://joss.ejsst.com/>

# دعوة للكتابة

إن الهدف من هذه المجلة هو الوصول الى بناء فضاء للحوار العلمي بين الباحثين و النخب من مختلف البلدان العربية و الأجنبية و نشر الدراسات الاصلية المبتكرة في مختلف العلوم التي تهتم بعلوم الرياضة .

ولهذا فالمجلة مفتوحة لكل الباحثين العرب و غيرهم .... إذ أننا نطمح الى التعاون مع كل الاساتذة و الباحثين لتطوير هذا الفضاء العلمي من أجل المساهمة في جعل مجتمعاتنا تنظر بصورة نقدية الى العديد من القضايا التنموية و تراجع تصوراتها فيما يخص العديد من الجوانب المتصلة بواقعها و بتحديات مستقبلها .

تعتبر هذه الرسالة المفتوحة دعوة عامة لكل الباحثين و الاساتذة للإتصال بالمجلة و إرسال دراساتهم قصد النشر و هذا حسب القواعد المتعارف عليها في مثل هذه المجلات العلمية و المعلنة عنها في قواعد النشر ، و سوف تستقبل المواضيع العلمية حسب المحاور التالية :

**1. ملخصات عن رسائل الدكتوراه و الماجستير لا تزيد عن 20 صفحة و الملخص لا يتضمن الدراسات النظرية.**

**2. إسدلال مواضيع علمية من رسائل الدكتوراه و الماجستير بحيث لا تزيد عن 15 صفحة .**

**3. مستخلصات عن رسائل الدكتوراه و الماجستير لا تزيد عن 05 صفحات.**

**4. دراسات علمية لا تزيد الدراسة عن 20 صفحة.**

**5. المحاضرات التي تتضمن المستجدات المعرفية العلمية في علوم الرياضة لا تزيد المحاضرة عن 12 صفحة.**

**6. مستخلصات لبحوث منشورة في مجلات علمية لا يزيد الملخص عن 05 صفحات.**

ملاحظة: ترسل المواضيع على البريد الإلكتروني التالي:

[Mm70hh@gmail.com](mailto:Mm70hh@gmail.com)

موقع المجلة على شبكة الأنترنت:

<https://josss.ejsst.com/>

و تقبلوا منا أرق التحيات

أ.د / محمد حسين حميدي

عن هيئة تحرير مجلة دراسات

# الفهرس

صفحة	أم.د. يسرى حسون مطشر	تمارين الفاكيو	-1-
01			
صفحة	د. إقبال عمار الفرطوسي	الأسلوب المعرفي في مجال التعلم الحركي !!	-2-
04			
صفحة	أ.د. محمد حسين حميدي	اختيار أفضل انحدار خطي متعدد في	-3-
06	أ.د. محمد ماجد محمد صالح	التربية البدنية وعلوم الرياضة	
صفحة	سفاري سفيان	الخصائص الفسيولوجية للتحصينات الرياضية ذات	-4-
10		الحركة الوحيدة المتكررة	
صفحة	زينب عبد الحسن هداي	افضل التقنيات في ملاعب كرة القدم	-5-
18			
صفحة	الباحث:	دمج منهج التربية الرياضية والبدنية مع المناهج	-6-
25	د. محمد رأفت محمد بيومي	الدراسية ومدى تأثيره على التحصيل الدراسي	
	إشراف:	والتكيف الاجتماعي للمرحلة الاعدادية.	
	أ.د. رشا أشرف		
صفحة	الباحث:	ملخص أطروحة دكتوراه	-7-
60	نهلة مجدي فاروق سعد	تأثير برنامج إرشادي نفسى في تنمية التفكير	
	بأشراف:	الإبداعي لناشئي الجمباز	
	د. عزة شوقي الوسيمي		
	د. مرفت أحمد كمال		
صفحة	الباحث:	مستخلص رسالة ماجستير باللغة العربية	-8-
69	عبد الجليل إسماعيل عبد الرضا	تحليل وتقويم المسار الحركي للثقل وعلاقته ببعض	
	بأشراف:	المتغيرات البايوكينماتيكية للمحاولات الناجحة	
	أ.م.د. صباح كريم مهدي	والفاشلة في رفعة الخطف	
	أ.د. يعرب عبد الباقي دايع		
صفحة	الباحثة:	اثر تمرينات خاصة في تغيير مستوى انزيمي	-9-
73	نبأ حميد جلوب العبيات	التروبونين والـ (CPK) وتطوير بعض القدرات الحركية	
	المشرف:	والمهارية بالكرة بالجمناستك الايقاعي	
	أ.د. مجيد جاسب حسين الموسوي		
صفحة	المجمع العلمي العربي لعلوم	المؤتمر العلمي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة	-10-
77	الرياضة		
صفحة	/	إعلانات هامة	-11-
90			





## تمارين الفاكيو

أ.م.د يسرى حسون مطشر

جامعة القادسية | كلية التربية للبنات

تمرين " فراغ المعدة " أو **الفاكيوم** هو تمرين يمكن القيام به بشكل يومي للمساعدة في تنحيف محيط الخصر. يستهدف عضلة البطن المستعرضة، الموجودة خلف البطن المستقيمة. يساعد بناء هذه العضلات على شدّ الأعضاء الداخلية ما يمنح الجسم محيط خصر أنحف ، بالإضافة إلى مجموعة عضلات جميلة المظهر.

وهي من التمارين المهمة جدا لانها تقوم بتمرين العضلات العكسية للبطن والعضلة العكسية للبطن هي العضلة التي تكون خلف العضلة الظاهرية وما تفعله من الدعم والحفاظ والثبات والاهم انها تحمي الاعضاء الداخلية اذن من المهم السيطرة على الجزء الاوسط من الجسم حيث انها تساعد في توفر فوائد صحية كبيرة بما في ذلك تحسين القوام وتقليل آلام الظهر وتعطي المظهر الجميل والقوي والمسطح للبطن.

كما تفيد هذه التمارين في تقوية العضلات المائلة ، والعضلات العميقة ، مما يعمل على تحسين ثبات أسفل الظهر، واستقرار العمود الفقري ، والوركين. السبب الرئيسي الوحيد وراء ظهور هذه التمارين البسيطة في دائرة التمارين هو أنها فعالة جداً في حرق الدهون البطنية أي الدهون الحشوية الزائدة ( الدهون الحشوية هي تلك الدهون التي تتركز بين الأعضاء الداخلية في البطن و التي تعتبر الأكثر خطورة مقارنة بدهون بطنك).

وإذا دمجت تمارين الفاكسيوم هذه التمارين في روتين تمارين المعدة المعتاد وخاصة إذا كان هناك نظام غذائي متبع لن يؤدي الى خصر أنحف وبطن قوية ومسطحة فحسب ، بل سيؤدي أيضاً إلى تحسين صحتك إلى حد كبير. بالإضافة إلى تقليل دهون البطن ومن الفوائد الأخرى لهذه التمارين انها تحافظ على صحة الجهاز الهضمي وذلك بالتخلص من أضرار الإمساك عن طريق الحفاظ على صحة الأمعاء بشكل عام وبالتالي التمتع بالجسم السليم ،وممارسة هذا النوع من تمارين شد البطن بعد الولادة يعتبر مهم جدا في علاج الانفصال العضلي ( الانفصال العضلي هو نتيجة للانفصال الكامل أو جزئي للعضلات البطنية و يحدث بكثرة عند النساء الحوامل بسبب التمدد الذي يحدث في الرحم أثناء أو بعد الولادة).

و لا بد من التوضيح في كيفية الحصول على هذه التمارين والخطوات التالية توضح ذلك:

- كخطوة أولى تنفس بعمق بأخذ شهيق عميق من الأنف ثم اخرج الهواء من الفم بقوة حتى تشعر بعضلات بطنك تكاد تتلامس فيما بينها .
- اما الخطوة الثانية احبس النفس بعد اخذ الشهيق محاولا سحب السرة باتجاه الظهر والثبات على هذا الوضع من 5 الى 10 ثواني خصوصا اذا كنت مبتدأ.
- اما الخطوة الثالثة بعد الثبات لمدة مناسبة استأنف التنفس بهدوء حتى تحس أخذت قسطا كافيا من الراحة. بعدها حاول القيام بهذا التمرين مرات عديدة.

### وضعيات هذه التمرينات:

الان ننتقل الى هناك العديد من الوضعيات التي يمكننا العمل بها. لكننا سوف نختار الفعالة منها للحصول على معدة قوية ومشدودة. في البداية نطبق الخطوات الثلاثة اعلاه خلال القيام بهذه التمارين الموجودة في الصورة التالية:



وهناك بعض التوصيات التي يوصى بها خلال اداء تمارين الفايكوم منها ان تؤدي هذه التمارين صباحا وعلى معدة فارغة حيث تعطي نتائج اكثر فاعلية كما يمكن القيام بالتمارين واقفا وليس شرطا الوضعيات السابقة اعلاه، حيث كما يمكن القيام بها في البيت او في المكتب او اي مكان اخر كونها لا تحتاج الى اي معدات، كما يفضل القيام بتمارين الفايكوم بشكل مستمر.

من هذا كله نستنتج ان هذه التمارين مهمة ويمكن الاستفادة منها في بعض الالعاب الرياضية المختلفة كونها تمنح الفرد المقدرة على حبس النفس وتغذية الجسم بالاكسجين وهذا نحتاجه في فعالية السباحة على سبيل المثال وكذلك العضلات البطنية القوية التي نحتاجها في مهارات اخرى فمن الممكن ان نوصي بالقيام ببعض الدراسات و الابحاث لهذه التمارين للوصول الى مدى امكانية الاستفادة منها و العمل عليها في الفعاليات الرياضية المختلفة.

# الأسلوب المعرفي في مجال التعلم الحركي !!

د . إقبال عمار الفرطوسي

أغرب حارس مرمى كرة قدم في ثمانينات وتسعينات القرن الماضي ، الحارس الكولومبي رينيه هيجيتا لهذا الحارس 41 هدفاً في مرمى الخصوم بسبب المهارات التي إكتسبها في التسديدات القوية من خارج منطقة الجزاء والمهارات الفردية في مراوغة دفاعات الخصوم رغم إنه حارس مرمى ولم يكتفي بذلك فله تصديت غريبة وعجيبة لا يمكن لأي حارس مرمى القيام بها ففي مباراة كولومبيا وإنجلترا تصدى لتسديدة من الخصم بطريقة غريبة حيث قفز بالهواء وقام بثني قدميه خلف ظهره وصد الكرة وعرفت تلك الحركة باسم صدة العقرب وهي الحركة التي تسببت بشهرته.

ورغم إن خروجه من حراسة المرمى قد كلفه احياناً أهدافاً من الخصوم إلا إننا نعتمده هنا في مقالنا لنشير إلى المهارات التي إكتسبها هذا الحارس في تسديد الكرات من خارج منطقة الجزاء ومراوغة المدافين والتصديت الصعبة المكتسبة التي أتقنها بعد أن عمل على نفسه كثيراً في التدريب والتدرج في تعلم مهارة الحركة والتحكم والإستيعاب والإستعداد والثقة بالنفس ، كلها عوامل مؤثرة مكنت هذا الحارس من إتقان التصدي للكرة زائد إتقان مهارات وحركات هي من إختصاص المهاجمين كتسديد الكرات وضربات الرأس ومراوغة الخصوم لتسجيل الأهداف ليصل رصيده إلى 41 هدفاً وهو حارس مرمى .

وكل ذلك هو نتاج التعلم الحركي الذي يسمح بتطوير وإكتساب مهارات جديدة وتحسينها وصولاً للجودة في الإداء الحركي ، والتعلم الحركي هو الذي

اتاح لهذا الحارس القيام بتصديات وإداء مهارات في المراوغة وتسجيل الأهداف دون وقوع اصابات رغم خطورتها .

التعلم الحركي هو عملية بدء التوجيه وتدرج الحركة الطوعية الهادفة ، وهو القدرة على تنظيم الآليات الضرورية للحركة ، التي تتأثر في الوضوح بالمادة النظرية وتطبيقاتها العملية من حيث الشرح والعرض والدافع والإستعداد والإستيعاب والتحكم.

ولابد أن يخضع التعلم الحركي إلى أساليب معرفية في الرياضة التي هي عبارة عن خطة مركبة وبرنامج حركي داخلي يتم العمل على تحديده لإختيار تصنيفات محددة من المعارف الرياضية لمعالجتها حيث ينظر إليها على أنها تكوينات فرضية تتوسط بين المثيرات الحركية وإستجابات اللاعبين ، وأيضاً تشير إلى الطرق المميزة التي ينظم بها الفرد الرياضي المجتمع الرياضي الذي يعيش فيه والإساليب المعرفية هي عبارة عن عوامل فرضية لا يتم إدراكها بصورة مباشرة إنما يتم التعرف عليها من خلال آثارها ونتائجها .

لذلك كان الحارس رينيه هيجيتا سبباً في إجبار الإتحاد الدولي لكرة القدم على تغيير العديد من قوانين لعبة كرة القدم وإهمها عدم السماح لحارس المرمى مسك الكرة باليد داخل منطقة الجزاء في حالة إرجاع الكرة من زميله المدافع وذلك لتشجيع الحارس ليكون جزءاً من الهجمة لفريقه عن طريق لعب الكرة بالقدم إلى أمام كما يفعل هيجيتا .

وختاماً نقول إن الإسلوب المعرفي هو إسلوب ذات طبيعة شخصية يعبر به اللاعب عن ميوله وقدراته عند تناوله وإعداده للمعلومات .

# اختيار أفضل انحدار خطي متعدد في التربية البدنية

## وعلوم الرياضة

أ.د. محمد ماجد محمد صالح

أ.د. محمد حسين حميدي



عند لجوء السادة الباحثين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة الى استخدام الوسائل الإحصائية لمجموعة من البيانات لغرض تحليلها والحصول من خلالها على نتائج تسهم في حل مشكلة بحثية معينة وكما يطلق عليها مجموعة طرق تستخدم في البحث العلمي من أجل التوصل الى نتائج علمية دقيقة .

تقدم معادلة الانحدار معلومات قيمة حول تأثير كل متغير توضيحي على القيم المتوقعة، بما في ذلك معامل الانحدار لكل متغير يمكن مقارنة قيم المنحدر لتحديد التأثير النسبي لكل متغير مستقل بالنسبة للمتغير التابع وكلما تغيرت قيمة المنحدر عن الصفر سواء كانت موجبة أو سالبة، زاد التأثير من المؤلف التفكير في احتواء الأنموذج على عدد كبير من المتغيرات المستقلة ثم اختيار مجاميع جزئية من هذه المتغيرات والتي تكون أكثر ملائمة وأهمية وذات تأثير على المتغير التابع، ولتعيين الأنموذج على أسس هذه المجموعات المختارة لا بُد من استخدام أسلوب إحصائي موثوق ودقيق , إذ يُعد اختيار مجموعة

المتغيرات المستقلة المتضمنة في الأنموذج من أصعب مسائل تحليل الانحدار, وأن طرائق اختيار أفضل أنموذج انحدار يُفضل استخدامها مع الحاسوب لأنها تحتاج إلى عمليات حسابية مطولة جداً ولا سيما في حالة وجود عدد كبير من المتغيرات .

إن تقليل عدد المتغيرات المستقلة التي تُستخدم في الأنموذج النهائي يَعْمَل على التقليل من الجهد والوقت والثمن وكذلك يضمن لنا سهولة التحليل والفهم, إذ أن أية زيادة في عدد المتغيرات المستقلة ذات الارتباطات الداخلية العالية يمكن أن تضيف قوة تنبؤية قليلة للأنموذج, لذا فإنه يجب في هذه الحالة أن يكون هناك توازن بين عملية تقليل المتغيرات المستقلة وبين زيادة عددها للحصول على نتائج تنبؤية دقيقة, ويكون من الأفضل اختيار المعادلة المُفسرة بأقل عدد من المتغيرات المستقلة بحيث تكون هذه المتغيرات مُهمة ولها تأثير على المتغير التابع .

هناك عدة طرائق مختلفة فيما بينها من ناحية الدقة ودرجة الأهمية في اختيار المتغيرات المستقلة ذات التأثير المُهم على المتغير التابع.

ويمكن للباحثين استخدام إحصائية مالو **Mallow Statistic** هو وسيلة إحصائية يمكن استخدامها لغرض اختيار أفضل معادلة انحدار خطي متعدد والتي تحوي على المتغيرات المستقلة في المعادلة عندما يكون حجم العينة كبيراً او موزع الى فئات متوسطة وتعتمد قيمة هذه الوسيلة الاحصائية على متوسط مجموع مربعات الأخطاء لقيم البيانات الداخلة في الأنموذج الخطي المتعدد الذي يضم كافة المتغيرات المؤثرة على المتغير التابع وكذلك المتغيرات الأقل تأثيراً لذا سيتم اختيار أفضل اربع معادلة انحدار في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تضم متغيرات المستقلة معينة حددت درجة أهمية تأثيرها باستخدام أربعة طرائق هي:

## أولاً : طريقة الاختيار الأمامي (المباشر) Forward Selection Procedure.

في هذه الطريقة تكون المعادلة في الخطوة الأولى لا تحتوي على أي متغير مستقل وتبدأ الطريقة باختيار المتغيرات التوضيحية التي تدخل في المعادلة متغيراً بعد الآخر وذلك عن طريق الاختبار، أي اختبار المتغيرات المهمة وإضافتها إلى المعادلة وأن يكون أحد المتغيرات التي يتم اختبارها غير مهم أي عندما تقل قيمة  $F$  (المحسوبة) عن قيمة معينة من قيمة  $F$  الجدولية.

## ثانياً : طريقة الحذف الخلفي (العكسي) Backward Elimination Procedure :

إذ يتم في هذه الطريقة إدخال جميع المتغيرات في معادلة الانحدار كخطوة أولى ثم نبدأ بحذف المتغيرات ذات التأثير غير المعنوي واحداً بعد الآخر عن طريقة قيمة  $F$  المحتسبة حتى نصل إلى الصيغة النهائية للمعادلة التي تحتوي على المتغيرات ذات التأثير المعنوي فقط .

## ثالثاً : طريقة الانحدار المتدرج Stepwise Selection Procedure :

هذه الطريقة تسمى أيضاً بطريقة الخطوات المتسلسلة وهي تستخدم للتوصل إلى المتغيرات التوضيحية التي لها تأثير على التغيرات الحاصلة في المتغير التابع، وفيها يُعتمد اختبار الفرضية الخاصة بمعنوية معامل الانحدار الجزئي وتُعد من أكثر الطرائق اتساعاً في الاستخدام لأنها لا تحتاج إلى حساب كل الانحدارات الممكنة ، وهذه الطريقة تدمج بين طريقة الاختيار الأمامي التي تعتمد على اختبار المتغيرات لإدخالها إلى معادلة الانحدار التقديرية إذا كانت ذات تأثير معنوي وطريقة الحذف العكسي التي تعمل على حذف تلك المتغيرات من المعادلة عند عدم معنوية معاملها الجزئي.

## رابعاً : طريقة كل الانحدارات الممكنة All Possible Regressions

### : Procedure

تُعد طريقة كل الانحدارات المُمكنة من الطرائق المطولة لاختيار أفضل معادلة انحدار لأنها تعتمد على إيجاد كل المعادلات الانحدارية باستخدام كل المجاميع المُمكنة من المتغيرات التوضيحية والتي تعطي للمُحلل أكبر كمية من المعلومات المتعلقة بطبيعة العلاقة بين المتغيرات المستقلة والتابعة .

# الخصائص الفسيولوجية للتخصصات الرياضية ذات الحركة

## الوحيدة المتكررة

سفاري سفيان

sefianeseffari@gmail.com

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

جامعة المسيلة – الجزائر

### -1- مقدمة:

في الدول المتقدمة و التي تهتم بالبحث العلمي و إقامة مختلف المختبرات البدنية و الفسيولوجية و نخص بالذكر منها دول أوربا الشرقية التي كانت تنتمي سابقاً الى المدرسة الشرقية سابقاً ( روسيا حالياً) حيث يوجد فيها عدت تصانيف تشير إلى أن جميع الرياضات المرتبطة مظهر من مظاهر النشاط البدني تنقسم إلى خمس مجموعات رئيسية هي :

- ✚ تخصصات رياضية تتميز بالقوة المميزة بالسرعة .
- ✚ تخصصات رياضية الحركة الوحيدة المتكررة.
- ✚ تخصصات رياضية تتميز بالتنسيق الحركي .
- ✚ تخصصات رياضية تتميز بذكاء و قدرات العقلية .
- ✚ و تخصصات رياضات الفنون القتالية.

حيث أن أساس كل من هذه التخصصات الرياضية تكمن في طبيعة عمومية الأداء فيها , و بالتالي تكون لها متطلباتها الرياضية و التي تكون مشتركة فيما بينها و التي هي مدرجة في مجموعة معينة و خاصة.

إن التخصصات الرياضي ذات الحركة الوحيدة المتكرر الرياضة حيث أنها تخصصات رياضية يغلب عليها الجانب التحمل الدوري التنفسي ( ألعاب الساحة و الميدان , السباحة , التزلج على الجبال , التزلج السريع , و جميع أنواع رياضات القوارب و ركوب الدراجات وما إلى ذلك ) و حيث تكون هناك مراحل تكرر مختلفة لأداء هذه الحركات المتكررة وراء كل حركة لهذا الأداء الحركي , و بشكل وثيق يكون هناك ربط كل حركة أداء اللاحقة و السابقة لها . في قلب الأداء الحركي الدوري المتكرر هو إيقاع رد الفعل الحركي يتجلى تلقائياً , و التكرار الدوري لهذه الحركات هو لتحريك الجسم في الفضاء و هو مؤشر جوهري لتخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة , وهكذا فإن القواسم المشتركة من تدريبات و تمارين لهذه التخصصات الرياضية هي : يكون هناك دائماً تكرار متعدد من نفس الحركة و التي تتكون من عدة مراحل.



حيث ان جميع مراحل أداء هذه حركة و التي تكون بالتتابع دورة واحدة تتكرر في دورة أخرى نفسها .

و أن المرحلة الأخيرة من دورة واحدة للحركة الأولى هي نفسها بداية المرحلة الأولى من دورة لاحقة من الحركة .

خلال الدروس و تمارين الرياضية ذات الحركية الوحيدة و المتكررة حيث تستهلك كميات كبيرة من الطاقة , ويتم تنفيذ العمل و الأداء الحركي نفسه مع شدة عالية , و تتطلب هذه التخصصات الرياضية بدعم طاقي جيد من التمثيل الغذائي , و خاصة المواد الغذائية المتخصصة وخصوصاً في سباق الماراثون , و خاصة عند التبدل مصادر الطاقة من الكربوهيدرات (الفوسفات الطاقة والجليكوجين والجلوكوز) في الجسم. إن أنظمة التحكم الهرمونية و التي بدورها يجب أن تكون في مستوى عالي من هذه الأنواع من التمثيل الغذائي أمر ضروري سواء في التنبؤ و أداء لرياضي هذه التخصصات. حيث تكون نتيجة جيدة في هذه التخصصات الرياضية في المقام الأول تعتمد على وظيفة أنظمة القلب والأوعية الدموية والجهاز التنفسي و مقاومة الجسم لحالات التعب الشديدة و قدرة الرياضيين القوة من الإرادة لمقاومة التعب.

حيث أن رياضة ألعاب الساحة و الميدان هي تخصص رياضي ذات الحركة الوحيدة و المتكررة التي تجمع بين ممارسة المشي و الجري و القفز و رمي و تتكون هذه التخصصات الرياضية من جميع أنحاء مراحلها بالحركة الوحيدة و المتكررة.

### **تصنيفات النشاط العضلي في رياضات ذات الحركة الوحيدة و المتكررة:**

في التخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة يمكن أن يكون أي نشاط عضلي فيها متاح , حيث تشارك المجموعات العضلية كلها تقريباً في الأداء , حيث أنه هناك العديد من التصنيفات من نشاط العضلات على سبيل

المثال حيث ينقسم الأداء العضلي إلى ثابت , و الذي تقلص فيه العضلة بدون ان تكون هناك حركة , و هناك التقلص المتحرك ( الديناميكي ) و الذي يكون في تغيير في طول العضلية و حركة أجزاء الجسم بالنسبة لبعضها البعض . حيث أن التقلص ثابت أكثر متعب للجسم و العضلات بالمقارنة مع التقلص الديناميكي و هذا مع نفس شدة و مدة الأداء, لأن الأداء الثابت يكون فيه استرخاء العضلات بمرحلة ثابتة خلالها يمكن أن تعوض المواد الطاقة التي أنفقت لتقلص هذه العضلات.

إن في التخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة تكون نسبة أكبر من المجاميع العضلات المشاركة في الأداء حيث أنه كلما كان التغيير هذا الأداء في الجسم بالتالي يكون أثر التدريب عالي جداً على الجسم , لذلك فإن تمارين القوة العضلية تمارس لمجموعات العضلات الفردية ( وليست المجاميع ) , بطبيعة الحال سوف يساعد هذا النهج التدريبي على زيادة قوة هذه العضلات , ولكن تقريباً لا يكون أي تأثير على أنشطة الأجهزة الأخرى (القلب , الرئتين , الأوعية الدموية , والأعضاء في الجهاز المناعي).



و كمثال من التمارين الرياضية هناك ما يمكن أن يكون أي نشاط منخفض الشدة و التي يمكن أن تستمر لفترة طويلة, بما في ذلك الحركات اليومية عند الإنسان. و يفترض عموماً أن الحمولة الهوائية والتي يتم تنفيذها في حدود

النبض يكون ما بين **140-160** نبضة في الدقيقة , التدريب في هذا الوضع يكفل تماماً الكمية اللازمة من الأكسجين لتكملة الأداء , و بعبارة أخرى يمكن أن يوفر للرياضي لجسمه كمية الأوكسجين و هو أمر ضروري لممارسة الخاصة لهذا النشاط , حيث أن ممارسة في حدود هذه التمارين ذات الأحمال الهوائية لا تؤدي إلى تراكم الدين الأوكسجين و ظهور حمض اللبنيك (**لاكتات**) في عضلات هؤلاء الرياضيين , من الأمثلة لتخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة في هذا الأمر و فترات طويلة منها رياضة المشي و الجري المستمر الطويل (على سبيل المثال سباق المراثون ) و ركوب الدراجات لفترة طويلة , رياضة التجديف لفترة طويلة , أداء حركي طويل المدة من التزلج و التزلج على الجليد و هلم جراً.

### **قوة الأداء المنجز و إمدادات الطاقة من جراء تقلص العضلات :**

حيث يتم تنفيذ التمارين البدنية بسرعات و أحجام تدريبية مختلفة من جراء الأعباء أو الحمولات التدريبية الخارجية. حيث تكون الشدة من المؤشرات التي تآثر على مختلف الوظائف الفسيولوجية (معدل التشغيل) , يكون ذلك حسب تقديرات تحول حجم الأداء من المستوى الأولي إلى المستوى الذي يليه و بالتالي يكون تغيير في الأداء , و بالتالي فإنه تكون هناك عملية أداء القوة النسبية في أعضاء الجسم و لكن تكون بطبيعة أداء دورية متكررة , و التي منها يمكن الحكم على الحمولة الفسيولوجية الحقيقية الواقعة و المسطرة على جسم رياضي.

و بطبيعة الحال فإن درجة الإجهاد الفسيولوجية المرتبطة ليس فقط مع قياس و المحاسبة الدقيقة لمؤشرات قابلة الممارسة , حيث أن ذلك يعتمد على حالة وظيفية الأولية للرياضي من مستوى اللياقة البدنية و الظروف البيئية التي

يكون فيها الأداء . على سبيل المثال أداء جهد بدني واحدة و نفسه يكون عند مستوى سطح البحر و على علو شاهق في المرتفعات تكون هناك تغيرات فسيولوجية مختلفة عن بعضها البعض. و بعبارة أخرى إذا تم قياس قوة الأداء البدني على وجه التحديد بما فيه الكفاية و أعطيت جرعات تدريبية جيدة , تكون هناك القيمة الناجمة عن التغيرات الفسيولوجية لن تسفر و تعطي القيم الكمية الدقيقة, حيث من الصعب توقع الحمولة الفسيولوجية دون النظر إلى حالة وظيفية الحالية للرياضي.

إن تقييم للتغيرات التكيفية الفسيولوجي في جسم رياضي غير ممكنة و هذا دون الرجوع إلى (التوتر) الأداء الذي يكون منتج من طرف عضلاتهم , حيث يتم أخذ هذه الأرقام في الإعتبار لتصنيف ممارسة الرياضة البدنية على الحمولة الفسيولوجية و التي تكون مسطرة على الأنظمة الفسيولوجية والكائن الحي ككل , فضلاً عن القوة النسبية للأداء الذي قام به الرياضي .

### **طرق تدريبات التخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة :**

تلخص العديد من أعمال و أبحاث الروسي ( **زاتسيورسكي** ) خاصة من ناحية البيوميكانيكية و الطاقوية لأجسام الرياضيين تقريباً على ثلاثة طرق على النحو التالي:

- ▣ طريقة بذل أقصى الجهود لتطوير أقصى قوة عضلية ممكنة.
  - ▣ طريقة الجهد المتكرر لعملية تنمية و تطوير التضخم العضلي .
  - ▣ طريقة جهد القوة العضلية بالطريقة الديناميكية لكي تزامن عمل و تقلص مختلف الوحدات الحركية العضلية في جسم الرياضي.
- و هذه الاخيرة هي التي تعتبر جد مهمة في التخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة.

## طريقة التدريب بالترار ( التكرارية - Repetition ) :

يصفها (زاتسيورسكي - Zatziorski) بأنها " طريقة تحميل غير قصوية " و هذا لإجبار جسم الرياضي على تجنيد أكبر عدد ممكن من ألياف العضلات و الوحدات الحركية ولكن بالتناوب ( وحدات حركية تعمل و الأخرى في راحة ثم يكون هناك تناوب التي كانت في راحة تصبح في عمل و التي كانت تعمل تركز للراحة ) .

في الواقع للحفاظ على التوتر العضلي المفروض وعلى الرغم من الإرهاق الذي يحدث خلال نفس السلسلة التدريبية ( المجاميع ) فإن الجهاز العصبي المركزي سيضع المزيد والمزيد من الوحدات الحركية في العمل حيث أنه لا يمكن حشد كل الوحدات الحركية في نفس الوقت في طريقة التدريب التكرارية ذات التكرار العالي .

التأثير الناتج هو تحفيز نمو كتلة العضلات على الرغم من أنه لا يمكن تجاهل مكون المؤشر العصبي ( تكون هناك حساسية عالية للجهاز العصبي لتجنيد الوحدات الحركية و عملية تثبيط البعض منها و تحفيز الأخرى ) .

لهذا تتراوح الأحمال المستخدمة في الطريقة التدريب التكرارية خاصة في التخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة ما بين 80% و 90% من أقصى قدر مما يؤديه الرياضي حيث إن هنا بالتحديد الهدف الأساسي هو جعل الرياضي يؤدي مختلف المجاميع ( السيتات ) يدوم أداؤها حتى التعب .

و يوصي الروسي (زاتسيورسكي - Zatziorski) بأداء من 06 إلى 16 مجموعة ( سلسلة - سيتات ) و من 05 إلى 07 تكرارات تتخللها 5 دقائق من الراحة .

خلال جلسة تدريبية واحدة يختلف عدد مرات التكرار الأداء للتمرين و هذا وفقاً لسرعة تنفيذ حركة الأداء و وفقاً لـ "التصنيف المعروف للتعب " اي

للجهود البدنية المبذولة التي وضعها العديد من علماء علم التدريب الرياضي ، بالنسبة لهذا المؤشر و الهدف لتخصصات الرياضية ذات الحركة الوحيدة المتكررة لا تكون التكرارات فعالة إلا في ظل حالة ظهور الإرهاق و التعب بشكل واضح في الجلسات و الوحدات التدريبية ( **تنمية التحمل الخاص** ) - و **تحمل الاداء** ) .

# افضل التقنيات في ملاعب كرة القدم

زينب عبد الحسن هدايا

وزاره التربية والتعليم العراقية

مديرية تربيته ميسان

أن التكنولوجيا الحديثة او ما يسمى (AI) باتت لها بصمة كبيرة في عالم الرياضة، وبالتحديد في الدول المتقدمة التي تسابق الزمن من أجل الوصول إلى منصات التتويج، حيث لم تعد الرياضة عشوائية، بل ذات قيمة كبيرة مغنويًا ومالياً للدولة وللمن يعتمد على الأحداث الرياضية في تحقيق الدخل القومي من وراء البطولات التي تُقام بين الفينة والأخرى. فعلى ما يبدو الحاجة إلى اتخاذ قرارات مبنية على معلومات تأتي بها الآلة أمر أصبح لا مفر في ظل الأخطاء البشرية التي قد تحدث وعلى وجه التحديد في مباريات كرة القدم العالمية. وتشير التوقعات إلى أنه في السنوات المقبلة، ستكون التطورات التكنولوجية قد غيرت رياضة كرة القدم إلى ما هو أبعد مما مستخدم في الملاعب حالياً فقد نشهد ظهور ابتكارات مثل "الجد النشط" وهي تقنية تمكن أجهزة الكمبيوتر من ربط الأنظمة العصبية للاعبين لأغراض التتبع والمراقبة لكن يمكن أيضاً استخدامها لاحقاً للتحفيز العصبي لمساعدة لاعبي كرة القدم على تحسين أدائهم بشكل أكبر. ومتوقع أيضاً أن تتغير الطريقة التي نشاهد بها مباريات كرة القدم مثل التحكم في زوايا المشاهدة كما يحلو لنا، كما سيصبح تدريب اللاعبين أكثر تطوراً بفضل ابتكار كرات خاصة يُمكنها إخبار اللاعبين بكيفية تحسين التحكم والتصويب وقوة ركل الكرة، إضافة إلى إمكانية إدخال روبوتات في التدريبات لمحاكاة حركات معينة. وفي الوقت الحاضر، فقد تم تطبيق العديد من التقنيات المتقدمة في صناعة كرة القدم، وهو ما ساهم في إحداث تغييرات كبيرة سواءً

في قوانين اللعبة أو تحسين أداء وتدريبات الفرق أو وسائل التفاعل مع الجمهور. في هذا الموضوع نسلط الضوء على أفضل تقنيات كرة القدم الحديثة التي يتم استخدامها على نطاق واسع وكيفية تأثير الابتكار والتكنولوجيا على صناعة الكرة حول العالم.

### 1. تقنيات التصوير عالي الجودة والواقع الافتراضي:

والآن أصبح بالإمكان مشاهدة المباريات بدقة 8 K وتقنية HDR مع الصوت المحيطي Dolby Atmos ما يوفر تجربة مشاهدة استثنائية للمباريات، حيث تمكننا الكاميرات عالية الجودة المنتشرة في أرجاء الملعب من رؤية كل حركة من جميع الزوايا التي يمكن تخيلها. يتم تحويل معلومات اللعبة إلى إحصائيات، مما يعزز مشاهدة اللعبة بشكل كبير بحيث يمكننا أن نرى في أي جزء من الملعب يقضي اللاعب معظم الوقت، وكم عدد التمريرات التي قام بها، وأين قام بها، ولمن. وتتيح التكنولوجيا للمشاهدين تجربة كرة القدم على مستوى جديد تماماً وفهم أعمق للعبة. فهي توفر للمعلنين والمذيعين فرصة لإنشاء المزيد من أنواع المحتوى للأحداث الكبيرة التي يعرفون أنها ستجذب جماهير كبيرة. كما تزداد فرصة خفض تكاليف تشغيل الفاعليات الرياضية وتسجيل الأحداث الرياضية بشكل شامل وكامل. فمن الممكن الحصول على نتائج حول الحدث الرياضي في حينه. وهذا يساعد في عمل التقارير الصحفية الرياضية بشكل أدق وشامل وذلك بإبراز الوقائع الرياضية وبالصوت والصورة لحظه بلحظه. هذا الأمر يعمل على تقليل التكاليف التشغيلية للفاعليات والأحداث المقامة رياضياً وبالتالي زيادة في نسب العوائد المالية التي تعود على الدولة المستضيفة للحدث الرياضي والمنظمين أيضاً. لكن في المستقبل، قد تغير التكنولوجيا الطرق التي يتفاعل بها المعجبين مع كرة القدم ، حيث من المحتمل

أن تحول تقنيات الواقع الافتراضي والتصوير المجسم تجربة مشاهدة المباريات إلى حدث فريد من نوعه فيمكن لسماعات الواقع الافتراضي أن تضعك في أي مكان في العالم، حتى أنها تسمح للمشجعين بمحاكاة تجربة مشاهدة مباراة في الملعب والجلوس بجوار صديق يكون في الجانب الآخر من العالم ويشاهد المباراة فعلياً بفضل إمكانية الذكاء الصناعي في المجال الرياضي.

## 2. تقنية التحكم بالفيديو – VAR :

واحدة من أهم التغييرات التي تم إدخالها على كرة القدم، حيث يتم استخدام تقنيات الفيديو لمساعدة الحكام في المباراة على اتخاذ القرارات المتعلقة بالأهداف والعقوبات ورصد أي انتهاكات داخل الملعب.

تستفيد هذه التقنية من تتبع الكرة المدعوم بالذكاء الاصطناعي، جنباً إلى جنب مع تتبع الأطراف ونمذجة الهيكل العظمي للاعبين. يُمكن لهذه التقنية تحديد اللحظة الدقيقة لتمريرة الكرة الحاسمة والموقع الدقيق للاعبين المشاركين وأطرافهم بالنسبة إلى خط المرمى ويقوم النظام بإنشاء الخطوط تلقائياً ويرسل تنبيهاً في حالة وجود تسلل، وهو ما يسمح للحكم بمراجعة الموقف بشكل سريع جداً.

## 3. تقنية (عين الصقر) خط المرمى:

كان إدخال تقنية خط المرمى (GLT) تطوراً مهماً للغاية في اللعبة. حيث تحدد هذه التقنية ما إذا كانت الكرة قد عبرت خط المرمى أم لا. في غضون جزء من الثانية، يتم إرسال هذه المعلومات إلى ساعة خاصة يرتديها الحكم، مما يضمن استجابة فورية ويمنع التوقف أو التدخلات الأخرى تتعقب هذه التقنية الكرة بدقة متناهية عن طريق قياس المجال المغناطيسي. ثم يتم إرسال البيانات إلى جهاز كمبيوتر لتحديد ما إذا كانت الكرة قد تجاوزت الخط بالفعل. ثم يتم

إخطار حكم المباراة عبر ساعة ذكية. إضافة إلى أن من الممكن معرفة حالات التسلل في الملعب على الفور .

#### 4. تقنية الـ Prozone:

وهي تقنية تقوم بتعقب اللاعبين وتوفر كل الإحصائيات حولهم؛ وذلك لمساعدة المدربين على تحليل المباريات عبر. yalla shoot extra أصبحت هذه التكنولوجيا مهمة جداً في كرة القدم، فهي تدخل البيانات من الملفات الشخصية الطبية وتقييمات اللياقة البدنية لتحديد اللاعبين الذين قد يتعرضون لخطر الإصابة. يوفر النظام مؤشرات خضراء وصفراء وحمراء لمستويات المخاطر اليومية للاعبين، مما يمكّن المدرب من تحديد ما إذا كان سيخفض شدة جلسات تدريب لاعب معين لتقليل مخاطر الإصابات.

#### 5. الكرة الذكية:

وهي تقنية استخدمتها شركة أديداس في بطولات كأس العالم وتحتوي الكرة الذكية على شرائح ذكية من شأنها مساعدة اللجان الإحصائية في قياس قوة وسرعة التصويبات بالإضافة إلى درجة تقوس الكرة أثناء تسديدها في الهواء.

#### 6. الرذاذ المتلاشي:

هذه التقنية تعنى بتحديد مكان لعب الركلات الحرة عبارة عن مادة تم تطبيقها في لعبة كرة القدم من أجل توفير علامة بصرية مؤقتة وذلك باستخدام سبراي من نوع خاص سرعان ما يتطاير ويزول من أرضيات الملاعب، وقد سهلت هذه التقنية كثيراً من مهمة الحكام في تسيير تنفيذ الركلات الحرة، ومكان وقوف الجدار البشري بعدما كان التلاعب بالأماكن وتغييرها من قبل اللاعبين حاضرًا بكثرة.

## 7. أجهزة الاتصال بين الحكام :

ساهمت تقنيات الذكاء الاصطناعي في تواصل الحكام بسهولة، أما في السابق فكان على حكم الساحة التوجه لحكم الراية والحكم المراقب لمناقشة بعض القرارات ويستغرق ذلك أحيانا بضع دقائق.

## 8. إيليت فورم ( EliteForm ) :

هي تقنية تتابع وتحلل حركات الرياضي أثناء التدريب والمنافسات، وتقيس بشكل مباشر طاقة الرياضيين. وتساعد هذه المنصة على توقع أداء اللاعبين والفرق، ما يساعد في تسليط الضوء على نقاط الضعف لدى كل لاعب في الفريق، ومفاجأة الخصم بما قد لا يتوقعه من الفريق المنافس.

## 9. التكنولوجيا القابلة للارتداء:

أحد أبرز الأشياء التي استخدمت مؤخراً هي القمصان التي تمتص عرق اللاعبين وتعمل على زيادة جهودهم داخل الملعب فمن خلال أجهزة نانوية الكترونية صغيرة ومحمولة ونظام الكتروني متكامل يمكنها أن تكشف في وقت واحد وسريع عن العديد من المتغيرات الفسيولوجية والكيميائية زودت هذه الملابس بأجهزة تتبع الموقع (GPS) الموجودة على السترات والسراويل والجوارب وأنظمة المراقبة والكاميرا المتقدمة تسمح بتتبع البيانات الخاصة باللاعبين ومعلومات اللياقة البدنية ويُمكن أن تساعد في تجنب العديد من المشكلات الصحية التي يتعرض لها اللاعبون مثل التعب وإجهاد العضلات وحتى نزلات البرد. سرعة الجري ونشاط العضلات ومعدل التنفس ومعدل ضربات القلب والعرق ودرجة الحرارة وعدد الخطوات والسعرات الحرارية المستهلكة ومستوى الارتفاع وتتبع المسافة ومستويات التوتر والعديد من المقاييس الأخرى. حيث جميعها توفر ثروة من المعلومات عن اللاعبين طوال

الموسم ومراقبة مدى تطور أدائهم. وبمجرد جمع هذه المعلومات وتحليلها يُمكن أن يؤدي ذلك إلى تحسين الأداء .

## 10. اكتشاف المواهب:

يستخدم الذكاء الاصطناعي أيضاً بشكل متزايد للمساعدة في تحديد المواهب الشابة في كرة القدم. فأندية كرة القدم لا تترك أي شيء للصدفة فهناك شبكات دولية من مكشفي المواهب والمحللين والتكنولوجيا المتقدمة لفرز قواعد البيانات الضخمة التي تحتوي على البيانات ولقطات الفيديو عن لاعبين في جميع أنحاء العالم تستفيد منها الأندية لاكتشاف المواهب واختيار اللاعب المميز لا يتم هكذا بدون أي أسس علمية وعملية يجب الاعتماد عليها من أجل اختيار اللاعب المناسب في المكان والوقت المناسب ومساعدته النوادي والمؤسسات الرياضية في ايجاد الموهبة القادمة التي يبحثون عنها حيث يمكن لتلك التكنولوجيا تقديم معلومات صحيحة حول تقدم اللاعب بسرعة اللاعب والمهارات التي يملكها وقياس جهد اللاعب في المباراة والإصابات المحتمل وقوعها وعدد التسديدات والمسافات التي قطعها في الملعب وجميع تحركاته واكتشاف قدراته مبكراً من خلال الدراسة المستضيفة التي تتم في معامل متخصصة، بجانب تحليل الأداء عبر وضع أجهزة خاصة على جسده. هذه العوامل وغيرها تسهل على النادي اختيار المواهب الرياضية القادمة في المستقبل من أجل تعزيز عمل الفريق لزيادة فرص الفوز.

## 11. تكنولوجيا البرامج التدريبية المتطورة:

تمكنت تكنولوجيا الذكاء الصناعي بتعزيز وبناء برامج التدريب الرياضية التي من الممكن أن يعتمد عليها أي مدرب أو مشرف فني من أجل اختيار اللاعبين في المستقبل بناء على التحليلات والتقييمات التي توفرها لنا تلك التقنية المفيدة جداً. فيمكنك استخدام تلك البرامج الجاهزة في تحديد أنواع معينة

من التدريبات المخصصة لكي يتم تنمية قدرة اللاعب بالشكل المطلوب بدلاً من الاعتماد على الحظ، أو التدريب العشوائي .

دمج منهج التربية الرياضية والبدنية مع المناهج الدراسية  
ومدى تأثيره على التحصيل الدراسي والتكيف الاجتماعي  
للمرحلة الإعدادية.

Integrating the physical education curriculum  
with the school curriculum And its impact on  
academic achievement and social adjustment  
for the middle school stage.

الباحث:

د. محمد رأفت محمد بيومي

إشراف:

أ.د. رشا أشرف

عميد كلية التربية - الجامعة العربية المفتوحة

الجامعة العربية المفتوحة

دبلوم منحة المعلمين لحالات الطوارئ

## الفصل الاول

### -1- الاطار العام للبحث:

#### -1-1- مقدمة البحث:

النشاط البدني الرياضي يعتبر النشاط البدني والرياضي أحد اتجاهات الثقافة الرياضية التي ترجع إلى التقدم، حيث كان الإنسان البدائي يمارسها كثيرا ضمنا لإشباع حاجاته الأولية. فأقام مسابقات العدو والجري والرمي والجري والقفز والمصارعة وغيرها من النشاطات الأخرى، محاكيا أجداده الأولين ومستفيدا من خلفياته الرياضية السابقة.

ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات والمضارب والشبكات ووضع لها القوانين واللوائح وأقام من أجلها التدريبات والمنافسات وعمل جاهدا من أجل تطويرها والارتقاء بها حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم، وأصبحت عنوان الكفاح الإنساني ضد الزمن .

وذلك ليبلغ أعلى المستويات من المهارة أما في عصرنا الحالي فإن النشاط البدني والرياضي أصبح عنصر من عناصر التضامن بين المجموعات الرياضية، وفرصة لشباب العالم أجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع بالإضافة إلى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني . (2): ( 195 )

النشاط الرياضي هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربية متزنة ومتكاملة من النواحي: الوجدانية والاجتماعية والبدنية والعقلية، عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق أهداف النشاط الرياضي بما يساهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم العام، وينطلق من الأسس العامة للسياسة التعليمية العامة للدولة.

**أهداف النشاط الرياضي: يسعى النشاط الرياضي إلى الإسهام في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم العام من خلال ما يلي :**

**1. نشر الوعي الرياضي الموجه الداعي إلى ممارسة الرياضة لكسب اللياقة البدنية والنشاط الدائم وتقوية الجسم .**

**2.** غرس وترسيخ المفاهيم الصحيحة للتربية البدنية والنشاط الرياضي ومنها العمل بمفهوم روح الفريق الواحد وإدراك البعد التربوي الصحيح للمنافسات الرياضية .

**3.** تنمية الاتجاهات الاجتماعية والنفسية السليمة والسلوك القويم عن طريق بعض المواقف في الألعاب الجماعية و الفردية وإكسابهم الثقة بالنفس وتنمية الروح الرياضية .

**4.** المساهمة في التخلص من التوتر النفسي وتفرغ الانفعالات واستنفاد الطاقة الزائدة وإشباع الحاجات النفسية والتكيف الاجتماعي وتحقيق الذات .

**5.** تقدير أهمية استثمار وقت الفراغ ببعض النشاطات الرياضية المفيدة.

**6.** رفع مستوى الكفاءة البدنية للطلاب عن طريق إعطائهم جرعات مناسبة من التمرينات التي تنمي الجسم وتحافظ على القوام السليم .

**7.** لإكساب الطلاب المهارات والقدرات الحركية التي تستند إلى القواعد الرياضية والصحية لبناء الجسم السليم حتى يؤدي واجباته في مجتمعه بقوة وثبات.

**8.** العناية والاهتمام بالطلاب الموهوبين في الألعاب الرياضية المختلفة والعمل على الارتقاء بمستوياتهم الفنية المهارية.

**توجيه البرامج ينبغي لكي تحقق برامج النشاط الرياضي أهدافها التربوية المأمولة توجيهها وفق ما يلي :**

**1.** إبراز أهمية النشاط الرياضي في حياة أبنائنا الطلاب وغرس المفاهيم والقيم التربوية الفاضلة .

**2.** توجيه عنصر المنافسة بحيث لا تكون هدفا في حد ذاتها وإنما تكون وسيلة تربوية مشوقة وذلك بالتأكيد على المنافسات الشريفة والبعد عن مظاهر التعصب .

**3.** المساهمة في إعداد القيادات الواعية من الطلاب عن طريق إعطائهم الفرص الكافية للمشاركة في برامج الأنشطة من خلال لجان التنظيم والتحكيم والتسجيل .

وعليه فإن نشاط التربية البدنية يعمل على تنمية الولاء والانتماء لدى التلاميذ وحب المدرسة والاحتكاك والتعارف والتنافس في جو رياضي سليم ومن خلال تحقيق الأهداف التربوية من تعاون، كفاح، تحمل المسؤولية،

القيادة، الروح، السلوك الرياضي، التعبير عن الذات، تكوين الهوية الرياضية، شغل أوقات الفراغ كما يعمل على التأكيد على الأهداف التعليمية وتدريب التربية الرياضية وتنمية اللياقة البدنية وتطبيق المهارات الرياضية.

تعتبر الحفلات الرياضية مهرجانات رياضية وترويحوية مصغرة، تعكس الصورة الحقيقية من واقع التربية الرياضية بالمدرسة اوالمخيم ومعارفه ومعلوماته وخبراته ومستويات التلاميذ الرياضية وسلوكهم وأحلامهم وروحهم الرياضي .

وبالتالى ينطبق على أى مكان آخر كالمخيمات والساحات الشعبية بالإضافة إلى دور إدارة المدرسة ومديرها ومدرسيها وتعاونهم وعلاقة البيت بالمدرسة و هي جانب من جوانب التربية العامة التي تعمل على تربية الفرد تربية كاملة متزنة من جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية عن طريق النشاطات البدنية المختارة بإشراف قيادة واعية ومتخصصة.

تهدف التربية البدنية إلى تحقيق النمو المتكامل والمرتزن للفرد إلى أقصى ما تسمح به استعداداته وامكانياته، عن طريق المشاركة الفاعلة في الأنشطة البدنية التي تتناسب مع خصائص نمو كل مرحلة وتحت إشراف قيادات تربوية مؤهلة.

ولتحديد الأهداف العامة للتربية البدنية في التعليم العام فإنه يجب أن ينطلق من فلسفة تتعامل مع الطالب على انه جسم وعقل وروح . ( 1 )

### **1-2- مشكلة البحث وأهميته:**

تتلخص مشكلة البحث في أنها محاولة عملية تطبيقية إلى دراسة أى مدى تأثير حصص التربية الرياضية والبدنية فى :

➤ **أولاً :** رفع المستوى العلمى للطلبة والطالبات .

➤ **ثانياً :** تلبية إحتياجات الطلبة فى الحياة العامة وذوى الهمم والمتعلمين فى حالات الطوارئ خلال ظروف النزاع وترسيخ قيم العدالة الاجتماعية والمساواة وإنخراط اللاجئيين مع المجتمع المستضيف .

➤ **ثالثاً :** التربية الرياضية تعمل على تنمية الولاء والانتماء لدى التلاميذ وحب المدرسة والاحتكاك والتعارف والتنافس فى جو رياضي سليم ومن خلال تحقيق الأهداف التربوية من تعاون، كفاح، تحمل المسؤولية، القيادة، الروح، السلوك الرياضي، التعبير عن الذات شغل أوقات الفراغ كما يعمل على التأكيد

على الأهداف التعليمية وتدريب التربية الرياضية وتنمية اللياقة البدنية وتطبيق المهارات الرياضية.

**رابعاً :** من خلال التربية الرياضية والبدنية يتم بشكل غير مباشر تقديم الدعم الاجتماعي للطلبة والطالبات والمتعلمين في حالات الطوارئ تقديم أنشطة تدعم العافية وتراعى إنسانيتهم وتساعدهم على التكيف الاجتماعي وتقبل الآخر بخلق مناخ عام ومرحب يشمل الجميع ويبعث الأمل في نفوسهم وفي الحياة.

كذلك تعالج مشكلة التسرب من التعليم وعمالة الاطفال وإستغلاهم كما أن ممارسة التربية الرياضية والبدنية تمارس في المدرسة والساحات ويمكن أن ينفذها المعلمون المتخصصون مع المتعلمون في حالات الطوارئ من خلال أنشطة تنافسية يتعلم من خلالها الروح الرياضية والتعاون والعمل بروح الفريق من خلال مباريات في كرة القدم و مسابقات الجري والعب ترويحوية النشاط الرياضي المدرسي إذن يسهم في الذكاء المرتفع، وهو ليس مادة دراسية منفصلة عن المواد الدراسية الأخرى، بل إنه يتخلل كل المواد الدراسية، وهو جزء مهم من المنهج المدرسي بمعناه الواسع ( الأنشطة غير الصفية ) الذي يترادف فيه مفهوم المنهج والحياة المدرسية الشاملة لتحقيق النمو المتكامل للتلاميذ، وكذلك لتحقيق التنشئة والتربية المتكاملة المتوازنة، كما أن هذه الأنشطة تشكل أحد العناصر الهامة في بناء شخصية الطالب وصقلها، وهي تقوم بذلك بفاعلية وتأثير عميق ولعلنا في مدارسنا نتبع الجديه في تطبيق وتنفيذ تلك الأنشطة التي فعلا تدفع بطلابنا الى التفكير سليم وتدفعهم الى التميز . (1) .

### **النشاط الرياضي الخارجي :**

وهو رافد من روافد التربية البدنية ويعنى بالطُّلاب المتميزين رياضياً من خلال قيامهم بتمثيل مدارسهم أو إداراتهم التعليمية في اللقاءات الرياضية الؤدية والرسمية ويتمثل في الآتي :

**1.** نشاط تنافسي رياضي بين مدارس الإدارة التعليمية الواحدة في الألعاب الجماعية والفردية وفق تنظيم مُعد من قِبَل إدارة التعليم مُحدّد فيه كل مايتطلبه نجاح هذا النشاط .

**2.** لقاءات رياضية وُدية بين المدارس المتجاورة داخل الإدارة التعليمية .

**3.** لقاءات ثنائية بين منتخبات الإدارات التعليمية في الألعاب الجماعية والفردية

4. تنظيم المهرجانات والعروض الرياضية ضمن برنامج الحفلات الختامية للنشاطات الطلابية على مستوى إدارات التعليم .

5. المشاركة في الدورات الرياضية المدرسية والبطولات المركزية في الألعاب الجماعية والفردية وفق ما يصدر من تنظيمات ولوائح خاصة بذلك .

وقد أثبتت الرياضة أنها أداة فعالة التكيف ومرنة لتعزيز أهداف السلام والتنمية. ومنذ بداية الأهداف الإنمائية للألفية في عام 2000، أدت الرياضة دوراً حيوياً في القرارات المتعددة الصادرة عن الجمعية العامة. وفي القرار 1/70، المعنى "تحويل عالمنا إلى خطة التنمية المستدامة لعام 2030"، الذي اعتمد في عام 2015، استمر الإقرار بدور الرياضة في تعزيز التقدم الاجتماعي و الرياضة هي أيضاً من العناصر التمكينية المهمة للتنمية المستدامة. ونعترف بالمساهمة المتعاظمة التي تضطلع بها الرياضة في تحقيق التنمية والسلام بالنظر إلى دورها في تشجيع التسامح والاحترام ومساهمتها في تمكين المرأة والشباب والأفراد والمجتمعات وفي بلوغ الأهداف المنشودة في مجالات الصحة والتعليم والاندماج الاجتماعي.

ولطالما قام مكتب الأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام بالتقريب بين البشر عن طريق الرياضة ودعم مبادرات تسخير الرياضة لأغراض السلام، بدءاً من المناسبات الرياضية الضخمة إلى الأنشطة الشعبية. وهذه المبادرات تساعد الرياضة على تحقيق إمكاناتها على أكمل وجه فيما يتعلق ببلوغ الأهداف.

والمشاركة المنتظمة في الأنشطة الرياضية والبدنية توفر فوائد اجتماعية وصحية شتى. فهي لا تؤثر على اللياقة البدنية تأثيراً مباشراً فحسب، بل تغرس أيضاً لدى الأطفال وصغار السن خيارات أساليب حياة صحية، وتساعدهم على أن يبقوا نشطين، وأن يكافحوا الإصابة بالأمراض غير السارية. وقد سلط أيضاً عدد من الدراسات التي أجرتها منظمة الصحة العالمية الضوء على قدرة التمارين البدنية على تنشيط الصحة العقلية الإيجابية والتطور الإدراكي. ووجد ارتباط بين التمارين الرياضية و حدوث تحسينات في إحساس الإنسان بقدر نفسه وثقته بنفسه، فضلاً عن تأثيرات إيجابية لدى الأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب والقلق وتسهم الرياضة في السلامة بغض النظر عن العمر أو الجنس فهي يستمتع بها الجميع، ومداها لا يضارها فيها شيء آخر. فعلى سبيل

المثال، أنشأ الاتحاد العالمي للتايكوندو مؤسسة التايكوندو للعمل الإنساني من أجل تشجيع الفنون الحركية في مخيمات اللاجئين في جميع أنحاء العالم. وهذه المبادرات تذكى الوعي بمحنة صغار اللاجئين وتتسجم تماماً مع أهداف التنمية المستدامة، لا سيما فيما يتعلق بالصحة (الهدف 3: ضمان تمتع الجميع بأنماط عيش صحية وبالسلامة في جميع الأعمار) .

ويستفيد الأطفال وصغار السن استفادة هائلة من النشاط البدني. فالأنشطة البدنية والرياضة المقترنة بمنهج مدرسي، ضرورية للتعليم الشامل (الهدف 4: ضمان التعليم الجيد المنصف والشامل للجميع وتعزيز فرص التعليم مدى الحياة للجميع). وتوفر الرياضة تعليماً مدى الحياة وتعليماً بديلاً للأطفال الذين لا يمكنهم الانتظام في مدرسة. وبالإشتراك في الأنشطة الرياضية والبدنية، إلى جانب الدراسة في المدرسة، يتعلم التلاميذ القيم الرئيسية للرياضة، ومن بينها روح العمل كفريق، واللعب النظيف، واحترام القواعد والآخرين، والتعاون، والانضباط، والتسامح. وهذه المهارات أساسية للمشاركة المستقبلية في الأنشطة الجماعية وللحياة المهنية، ويمكن أن تحفز التماسك الاجتماعي داخل المجتمعات المحلية والمجتمعات الأوسع نطاقاً. وبالنظر إلى الفوائد التي تحققها الرياضة من حيث نماء الشخص والتنمية الاجتماعية، تمثل إمكانية ممارسة الرياضة والمشاركة فيها هدفاً إنمائياً رئيسياً .

ولهذا السبب يواصل مكتب الأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام برنامجاً للقيادة الشبابية منذ عام 2012 بهدف تدريب وتمكين القيادات الشبابية من المجتمعات المحرومة من أجل استخدام الرياضة كأداة للتقدم. وفي معسكر برنامج القيادة الشبابية الذي أقيم في هامبورغ، ألمانيا، في شباط/فبراير 2016، جرى الترحيب بستة لاجئين وأدمجوا في المجموعة، مما أبرز قدرة الرياضة على تشجيع شمول الجميع والتقريب بين الناس.

فعلى سبيل المثال، يصور مشروع مجموعة ديار في دولة فلسطين تصويراً فعالاً لقدرة الرياضة على تعزيز المساواة في الرياضة، وتعلم المهارات التي يمكن نقلها واكتساب معرفة من أجل العمل.

### -1-3- أهداف الدراسة :

من هذا المنطلق يمكن أن تتشكل الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم المختلفة بما يحقق هذه الفلسفة، مع مراعاة خصائص مراحل النمو واحتياجات الطلاب العاديين والفئات الخاصة ( نوى الاحتياجات الخاصة) واللاجئين في حالات الطوارئ وهذه الأهداف تعمل على :

1. مدى تأثير دمج مناهج التربية البدنية والرياضة بالمناهج الدراسية الاساسية.
2. تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية الايجابية ودعمها وتعزيزها من خلال النشاط البدني .
3. تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والمحافظة عليها .
4. تنمية المهارات الحركية، بما يعزز المشاركة في الأنشطة البدنية والاعمال الحياتية طوال فترات العمر .
5. تنمية المفاهيم المعرفية المرتبطة بممارسة النشاط البدني والآثار المترتبة عليه .

ولقد أصبح لزاما على إنسان القرن الواحد العشرين أن يبذل جهدا كبيرا ليصارع عبء الحياة ومشاكلها فقد كان الإنسان في الماضي قبل عهد الآلة والاعتماد على السيارات ذا كفاءة جسمانية عالية ولياقة بدنية ممتازة اكتسبها من حياته اليومية العادية والتي نبعد عنها اليوم كل البعد.

وكذلك ظروف النزاع التي تؤثر على الافراد إجتماعياً وصحياً ونفسياً وإقتصادياً فقد يجد الافراد أنفسهم بلامأوى وآخرون يحتجزون وآخرون لايتمكنون من التكيف مع الثقافة الجديدة والنسيج الاجتماعي الجديد وهنا تظهر الحاجة الماسة إلى دمج مناهج التربية البدنية والانشطة مع المناهج الدراسية في بوتقة ومنظومة واحدة من خلال الحياة الطبيعية العامة والتعليم في حالات الطوارئ ولعل التربية البدنية والرياضية أحد أهم العوامل التي تساعد الافراد على الخروج من هذه الازمات ولعل عدم ممارسة الرياضة بصفة عامة بين أفراد المجتمع .

**قد أظهرت بعض النتائج بأنه يكثر بينهم:**

أمراض القلب والشرايين والنزلات الشعبية والسمنة المفرطة وضغط الدم ومن هنا كانت الحاجة لهذه الدراسة ولمعرفة العلاقة بين البحوث التربوية والبحوث الاجتماعية لأن البحث التربوي لايعتمد فقط على مجرد تطبيق مفاهيم

ونظريات ومناهج البحث فى هذه العلوم لأن البحث التربوى لى ينمو وينضج فلابد أن يتوصل إلى مفاهيم ونظريات تربوية وسلوكية تناسب طبيعة المجال التربوى وتساعد على إستخدام الاساليب العلمية فى دراسته وحل مشكلاته ورفع كفاية العملية التربوية وكما نعلم تختلف العملية التربوية عن الظواهر الطبيعية التى يستطيع الباحث فى مجال العلوم الطبيعية التحكم فيها والوصول إلى نتائج دقيقة بشأنها ذلك لأن نشاط المدرسة والمنهج وطرق التدريب ليست أشياء من فكر الانسان وإبتكاره كما أن مادة البحث فى المجالات التربوية هى الانسان وسلوكه ولذلك فإن البحوث التربوية والبحوث الاجتماعية وهى بحوث سلوكية فى طبيعتها ينبغى أن تطبق أقصى حدود الدقة الممكنة فى المنهج العلمى المستمد من مجال العلوم الطبيعية .

### **ومجال البحوث التربوية كثيراً مانثير سؤالين هامين هما :**

ماذا ندرس للتلاميذ ... ؟ وكيف ندرسه حتى يتعلم التلاميذ ماتريد لهم أن يتعلموه على نحو فعال؟ ولما كان علم الاجتماع يشكل جانباً هاماً من أسس البحث التربوى فإن البحوث الاجتماعية هى الاساس الاجتماعى والبيولوجى للتعلم والنتائج التى تتوصل إليها تسهم فى توفير إجابات لمثل هذه التساؤلات .

(3- 22:23)

تهتم التربية البدنية و الرياضية الحديثة بالناحية الصحية للطفل فهي تنمي قواه البدنية و العضلية عن طريق التدريبات الرياضية وممارسة مختلف النشاطات العملية إضافة إلى هذا فإنها تسوق له سلامة صحته وتجري عليه كشوف طبية دورية و ترسله إلى الطبيب كلما ظهرت عليه علامات المرض و تدربه على طرق الوقاية الصحية وأساليب التغذية السليمة وبهذا فهي تلعب دورا فى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفسيولوجية النفسية بالقضاء على الاضطرابات والصراعات النفسية والتحكم أكثر فى الجسم والتكيف المستمر مع الطبيعة (6- 91:97).

ويشير التكيف إلى محاولات الفرد والنشاطات التي يقوم بها بقصد الحصول على التوازن المقبول والمنتج بين متطلبات المحيطين، من خلال سيطرة إرادية واعية تسمح له ليس بالمحافظة على كفايته وإزالة التوترات الحاصلة من اندفاعات الحاجة إلى درجة يحقق معها الرضى العقلاني المزدوج (رضاه عن ذاته ورضاه عن بيئته) فحسب، وإنما تتعدى ذلك لتوفر فرصاً لتطوير هذه الكفايات وتدعيمها بخبرات جديدة. ويتميز التكيف بديناميته

وبخضوعه لمتغيرات، كالعمر والجنس والدور الاجتماعي والثقافي... الخ، وانطلاقاً من سيرة النمو والخبرة لدى الإنسان، فإن الجمود في وسائل التكيف أمر مقلق ويشير إلى تخلف في المنهج التكيفي عن مسايرة وفهم التغيرات المستمرة من حوله، تخلفاً يدفع الإنسان ثمنه عزلة واغتراباً عن بيئته وعن ذاته .

التكيف عرفه يوسف مراد أنه سلوك الفرد كى ينسجم مع غيره من الافراد خاصة باتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية أما عندما يواجه الفرد مشكلة خلقية أوعانى صراعاً نفسياً تقتضى معالجته أن يغير الفرد من عاداته واتجاهاته الجماعة التي كان فيها . (10: 329)

إن التكيف الاجتماعي يعد امراً مهماً لطلبة المرحلة الإعدادية من الوافدين داخ المجتمع المصري وذلك لتحديد مستوى تفاعل الطلبة مع كل المحاور موضوع الجزء الثاني من الدراسة وذلك للوصول لنتيجة تبين مدى التكيف الذى يحصل عليه بعض طلاب المرحلة الإعدادية من الوافدين مما دفع الباحث لتحديد الاربع محاور رئيسية لمعرفة أيهم تؤثر على مستوى التكيف أم الاربع محاور مجتمعين الامر الذى يتطلب اداة لقياس هذه الظاهرة لذا تكمن المشكلة الثانية فى البحث فى بناء مقياس التكيف الاجتماعى لطلاب المرحلة الإعدادية الهدف الثانى للبحث بناء مقياس التكيف الاجتماعى لطلبة المرحلة الإعدادية.

مفهوم التكيف الاجتماعى : يعد التكيف من الموضوعات التى أهتم علم النفس بدراستها لأنه يرتبط ارتباطاً مباشراً بسلوك الانسان ومع دخول التكيف كمرادف التوافق لتفسير مظاهر التغيير الاجتماعى فى سلوك الفرد ليشمل كل مايقوم به الفرد من سلوك ليحقق التكيف بينه وبين بيئته معناه تغير سلوك الفرد كى ينسجم مع غيره من الافراد وخاصة الخضوع للالتزامات الاجتماعية إن عملية التكيف تقوم على مسايرة الفرد لمعايير المجتمع ولمواصفات الثقافة من خلال قدرته على الاستجابات المتنوعة التى تلائم المواقف المتلفة ويعكس أسلوب الفرد فى مواجهه ظروف الحياة وحل مشكلاته .

### **1-1-5- تساوالات البحث :**

1. هل هناك فروق دالة إحصائياً فى مستوى أداء الطلبة خلال حصص المواد الدراسية (العلوم – اللغة الانجليزية – الدراسات الاجتماعية- الرياضيات ) داخل الفصل بعد شرح الدرس وأداء الامتحان .

2. هل هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى أداء الطلبة خلال حصص المواد الدراسية (العلوم – اللغة الانجليزية – الدراسات الاجتماعية - الرياضيات ) في فناء المدرسة من خلال حصة التربية الرياضية واداء الامتحان .
3. هل هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى أداء الطلبة خلال حصص المواد الدراسية (العلوم – اللغة الانجليزية – الدراسات الاجتماعية - الرياضيات ) داخل الفصل واداء الامتحان و في فناء المدرسة من خلال حصة التربية الرياضية واداء الامتحان .
4. هل توجد علاقة داله إحصائيا بين عبارات المحاور الخمسة ومجموع الاستبيان ككل للتكيف الاجتماعي .
5. هل دمج حصة التربية البدنية والرياضة مع المناهج الدراسية الاساسية له تأثير على التحصيل الدراسي و التكيف الاجتماعي لدى الطلاب الوافدين مع زملائهم بالمجتمع المضيف .

#### 1-5- مصطلحات البحث :

- **اللياقة البدنية :** عرفها هارسون كلارك بكونها " القدرة على أداء الواجبات اليومية بحيوية ويقظة دون تعب لامبرر له مع توافر جهد كاف للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة " (7: 35)
- **البحوث التربوية :** النشاط الذي يوجه نحو تنمية علم السلوك في المواقف التعليمية والهدف النهائي لهذا العلم هو توفير المعرفة التي تسمح للمربين بتحقيق الاهداف التربوية بأكثر الطرق والاساليب فاعلية. (3: 21)
- **المنهج التجريبي :** هو المنهج الذي يقوم بمعالجة عوامل معينة تحت شروط مضبوطة ضبطاً دقيقاً لكي يتحقق من حدوث حالة أو حادثة معينة ويحدد أسباب حدوثها فالتجريب هو تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما وملاحظة التغيرات الناتجة في الحدث ذاته وتفسيرها (4: 348) .
- **التكيف :** أن يتوافر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع الحاجات الملحة وهذه العادات تكون في المراحل المبكرة في حياة الفرد ولذلك فالتكيف هو في الواقع محصلة لما جربه الفرد في خبرات وتجارب اثرت في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته ( 6: 471 ) .

## الفصل الثاني

### -2-1- الاطار النظري :

### -2-2- أهمية الرياضة :

وتساهم الرياضة، من خلال مبادرات مكتب الأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام وشركائه، في جعل المدن والمجتمعات المحلية أكثر شمولاً للجميع (الهدف 11: جعل المدن شاملة للجميع وآمنة وقادرة على الصمود ومستدامة). وفي نيسان/أبريل 2016، كان افتتاح مباراة في تنس الطاولة من أجل مشروع "تنس الطاولة للجميع في نيبال الذي يهدف إلى تشجيع شمول ذوي الإعاقة. وهذا المشروع مثال عظيم لقدرة الرياضة على تعزيز التنمية الاجتماعية بتغيير التصورات عن ذوي الإعاقة وإتاحة الفرصة لأولئك الأشخاص للمشاركة في الرياضة رغم وجود حواجز كبيرة أمامهم. وقد أوجدت الرياضة، بعد الزلزال المدمر الذي حدث في نيبال عام 2015، على وجه الخصوص، إحساساً لدى الباقين على قيد الحياة بعودة الأمور إلى طبيعتها وبقدرتهم على التأثير وإضافة إلى ذلك، يمكن استخدام الرياضة كأداة مجدية لمنع النزاع والعمل على تحقيق سلام يدوم طويلاً لمنع النزاع والعمل على تحقيق سلام يدوم طويلاً .

وذلك لأن الرياضة وعالميتها لديهما القدرة على تخطي حدود الثقافات (الهدف 16: التشجيع على إقامة مجتمعات عادلة ومسالمة لا يهمل فيها أحد) وكثيراً ما تهين الرياضة، في مساهمتها في تحقيق السلام، بينات على المستويين الشعبي والمجتمعي تجمع بين المشاركين في السعي إلى تحقيق أهداف ومصالح مشتركة؛ واكتساب قيم الاحترام والتسامح واللعب النظيف، وتطوير الكفاءات الاجتماعية. وبإمكان الرياضة، بوصفها قاسماً مشتركاً أعظم وشغفاً مشتركاً، أن تبني جسور بين الطوائف بصرف النظر عن الاختلافات الثقافية أو الانقسامات السياسية بينها. وفي أوقات النزاع أو انعدام الاستقرار، يمكن أن تمنح الأنشطة الرياضية المشاركين إحساساً بأن الأمور طبيعية.

وقد شاهدت إمكانية استخدام الرياضة لإيجاد تفاهم متبادل وحوار في مناطق النزاع خلال برنامج القيادة الشبابية في غوانغجو، بجمهورية كوريا، في

عام 2013. فقد جمع البرنامج بين مشاركين من كل من جمهورية كوريا وجمهورية كوريا الشعبية الديمقراطية، بحيث أتاح لهم ولغيرهم الفرصة لإدراك أن أوجه التشابه بينهم أكثر من أوجه الاختلاف، وساعدهم على تبديد ما يوجد لدى كل منهم من تصورات سلبية عن الآخر. وكان برنامج القيادة الشبابية أداة أساسية لاستخدام البلدين للرياضة لإقامة روابط اجتماعية تساعد على تشجيع التقارب والاحترام والتفاهم المتبادل والحوار وإقامة شراكات قوية و متماسكة هي أمر أساسي للتحسين الحقيقي للتنمية العالمية ولتحقيق أهداف التنمية المستدامة. فالعالم أصبح أكثر ترابطاً مما كان في أي وقت مضى وللرياضة، كظاهرة عالمية، القدرة على ربط الشبكات المؤثرة التي تضم شركاء وأصحاب مصلحة متباينين يجمع بينهم التزام بالتنمية الدائمة. وفي هذا الصدد، باستطاعة عالم الرياضة أن يوفر شبكات قوية، تضم شركاء وأصحاب مصلحة، ملتزمة بتسخير الرياضة لأغراض التنمية المستدامة (الهدف 17: تنشيط الشراكة العالمية من أجل التنمية المستدامة).

ومن الأمثلة البارزة لشراكة من هذا القبيل في هذا السياق التعاون بين الأمم المتحدة واللجنة الأولمبية الدولية، وهي كيان له مركز المراقب في الجمعية العامة للأمم المتحدة وتعمل كشريك رئيسي لمكتب الأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام لديه مبادرات مشتركة متعددة في مجال تسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام. فعلى سبيل المثال، اعتمدت الجمعية العامة عدة قرارات بشأن الهدنة الأولمبية. فكل أربع سنوات، تحت الأمم المتحدة الدول الأعضاء، وجميع الأطراف المتنازعة وغيرها من أصحاب المصلحة، على الالتزام بهدنة أثناء الاحتفال بالألعاب الأولمبية للمعوقين، وذلك بأمل أن يؤدي يوم هدنة واحد إلى أسبوع من السلام، وشهر من السلام، ويضع في نهاية المطاف نهاية للحرب. وبذلك أصبحت القيم الأولمبية عنصراً هاماً من عناصر الرياضة والتعليم له تاريخ طويل في تشجيع السلام. كما أن قرار الجمعية العامة 4/70، المعنون "بناء عالم سلمي أفضل من خلال الرياضة والمثل الأعلى الأولمبي"، اشتركت في تقديمه 180 من الدول الأعضاء في الأمم المتحدة واعتمد بتوافق الآراء في عام 2015. وقد وافقت الدول في القرار على الالتزام بالهدنة الأولمبية لفترة تبدأ قبل الاحتفال الافتتاحي للألعاب الأولمبية لعام 2016 في ريو في آب/أغسطس بسبعة أيام وتنتهي بعد الاحتفال

الختامي للألعاب الأولمبية للمعوقين في ريو في أيلول/سبتمبر 2016 بسبعة أيام وهذه الألعاب ستكون مؤثرة تأثيراً هائلاً في إلهام الناس وتوحيدهم على صعيد العالم. وستستضيف البرازيل أول ألعاب أولمبية وألعاب أولمبية للمعوقين تقام على الإطلاق في أمريكا الجنوبية .

وللمرة الأولى أيضاً، سيمثل اللاجئيين فريقهم الأولمبي. وهاتان السمتان غير المسبوقتين للألعاب الأولمبية وللألعاب الأولمبية للمعوقين في عام 2016 تبينان أن تلك الألعاب ليست منافسات شرسة بل فرصاً فريدة لبناء مجتمع أكثر شمولاً وتبعث برسالة سلام وشمول واحترام. وبإمكان المناسبات الرياضية الضخمة أن تساعد على تعزيز التنمية الاجتماعية، والنمو الاقتصادي والصحة، والتعليم، وحماية البيئة، لا سيما إذا كانت جزءاً من سياسات متسقة ومستدامة وطويلة الأجل على كل من الصعيد الإقليمي والوطني بيد أن الرياضة ما زالت تواجه تحديات كثيرة تحول دون تحقيق إمكاناتها الحقة. فكثيراً ما شاهدنا أمثلة للتعصب والعنصرية والكراهية والعنف أثناء مناسبات رياضية. ويجب على المنظمات الرياضية ومديريها وعلى اللاعبين والمشجعين أن يفعلوا كل ما بوسعهم لمكافحة هذه العطل وتسخير القوة الإيجابية التي تتسم بها الرياضة تسخيراً كاملاً. كما أن الفساد يؤثر على الرياضة، كما هو الحال في مجالات أخرى. فالفساد يقتل الرياضة، وينبغي عدم التسامح إطلاقاً إزاء سوء الممارسة في مجال الرياضة، بما يشمل تعاطي المخدرات. ودورنا هو أن نواصل مكافحة التجاوزات وتشجيع تبني الحوكمة الرشيدة، والنزاهة، والشفافية. ويجب أيضاً أن نسعى إلى جعل أهداف التنمية المستدامة في صلب جميع المنظمات الرياضية .

ورغم هذه التحديات سنظل القوة الإيجابية الهائلة التي تتسم بها الرياضة وسيظل الشغف الهائل بها يوحد بين الناس، بحيث يعملان على جعل العالم أكثر شمولاً للجميع وأكثر سلمية من خلال ما ينطويان عليه من قيم ومبادئ عالمية. وقد أدت الرياضة، تاريخياً، دوراً هاماً في جميع المجتمعات وكانت بمثابة منبر اتصالات قوي يمكن استخدامه لتشجيع ثقافة السلام. فالرياضة هي، وستظل، إحدى أكثر الأدوات فعالية بالنسبة للتكلفة وأكثرها تنوعاً للترويج لقيم الأمم المتحدة وتحقيق أهداف التنمية المستدامة .

## الدراسات السابقة :

✚ أجرى بولحواش رابع - خميرة عبد الوهاب دراسة ميدانية 2018-2019 على ثانويات ولاية البويرة وسط بعنوان "النشاط البدني الرياضي اللاصفي وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية".

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة النشاط البدني الرياضي اللاصفي بالتفاعل الاجتماعي في ثانويات ولاية البويرة وسط، بالإضافة إلى معرفة إذا كان هناك تباين في ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي ما بين تلاميذ المرحلة الثانوية. وقد استخدمنا المنهج الوصفي نظرا لتلائم هذا المنهج مع هذا النوع من الدراسات وقد تألف مجتمع البحث من جميع أستاذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية البويرة وسط والذي بلغ عددهم ( 19 ) أستاذ ثم تطبق أداة الدراسة المتمثلة في الاستبيان للحصول على المعلومات من المبحوثين وقد تم بناء الاستبيان بالاعتماد على عدة مقاييس للنشاط الرياضي اللاصفي التي استعملت في دراسات سابقة تناولت موضوع النشاط الرياضي اللاصفي، وقد تم توزيع الاستبيان على عينة استطلاعية وذلك من أجل التحقق من خصائصه السيكيومترية، قبل طرحه على مجتمع الدراسة هذا وقد جاءت نتائج الدراسة أنه أثناء ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي نرى تفاعل أكثر بين التلاميذ، وقد جاء في أهم توصيات ان تكون هناك اهتمام أكبر بالأنشطة اللاصفية بالإضافة الى توفير كل المرافق الملائمة لتعليم مختلف الأنشطة الرياضية .

لقد أصبح الاهتمام بالأنشطة الرياضية اللاصفية بالمدرسة يأخذ حيزا كبيرا لدي القائمين بالرياضة المدرسية بشكل أصبح يضاهاى الأنشطة الممنهجة أو الدراسية المقررة , فالنشاط الرياضي اللاصفي يعتبر جانبا مهما في إعداد الشخصية المتكاملة للفرد ومكملا للنشاط الرياضي الصفي فهو يعرف على أنه جميع الجهود العقلية والحركية والنفسية والاجتماعية التي يقوم بها التلاميذ بفاعلية ووفق قدراتهم وميولهم واستعداداتهم خارج الفصل الدراسي , وذلك من خلال برامج تنظمها المدرسة بإشراف الأستاذ وتعتبر متكاملة مع البرنامج التعليمي ويقبل عليها التلاميذ تلقائيا وتحقق أهداف تربوية معينة , وتؤدي إلى نمو التلاميذ وتنمية خبراتهم وقدراتهم وهواياتهم

وتوجيهها نحو الاتجاهات التربوية المرغوبة ولأن النشاط البدني الرياضي التربوي اللاصفي يمثل محور بحثنا ودراستنا تناولنا في هذا الفصل كل ما يتعلق بجوانبه من ماهيته أنواعه وأهدافه وأغراضه بالإضافة إلى العلاقات التي تتفاعل داخل هذا النشاط ص 64 .

✚ أجرى جرعوب عبد الرحمان 2009- دراسة تحليلية لأهم العوامل المؤثرة في مشاركة وأداء تلاميذ المرحلة الثانوية للأنشطة الرياضية المدرسية ( دراسة ميدانية بولاية الجلفة).

معرفة أهم العوامل التي تساعد على تشجيع تلاميذ المرحلة الثانوية للمستويات (أولى ثانوي , الثانية ثانوي , ثالثة ثانوي ) على المشاركة وأداء الأنشطة الرياضية المدرسية ( وتشمل حصة التربية البدنية والرياضة والنشاط الرياضي اللاصفي ويتمثل في الأنشطة الخارجية والأنشطة الداخلية والتي تنظم عادة خارج اليوم الدراسي ) وبالنسبة لعدم المشاركة أيضا .

الأنشطة الرياضية المدرسية في تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية وخاصة عند المراهقين وهي مكملة للتربية العامة ، لذلك نجد العديد من الدراسات تهتم بهذه الأنشطة الرياضية المدرسية ، وفي هذا السياق جاءت دراستنا من أجل البحث في العوامل التي تساعد على أداء الأنشطة الرياضية المدرسية لدى فئة المراهقين والإلمام بدور كل العوامل في التأثير على مشاركة التلاميذ لهذا النشاط وقد أخذنا خطوات في دراستنا التطبيقية معتمدين على المنهج الوصفي كمنهج للدراسة وحاولنا تأكيد دور كل من العوامل المتعلقة بالأسرة والأصدقاء ووسائل الإعلام والإمكانات والوسائل في المساهمة لدفع التلاميذ للنشاط الرياضي المدرسي تأكيد تأثير هاته العوامل على عملية المشاركة الرياضية كما أظهرت وجود فروق على عوامل معينة تعزى إلى متغير الجنس و عدم وجود فروق على مجالات أخرى ، وبالنسبة لمتغير المستوى الدراسي عدم وجود فروق في عوامل معينة ووجود فروق في أخرى وعلى ضوء ما سرده وتوصل إليه في دراسته ينبغي التحكم في دفع التلاميذ للمشاركة في الأنشطة العوامل قدر المستطاع من أجل تأثير الرياضة كعالمي الأسرة والمدرسة اللتان يمكنهما أن تلعبا دورا أكبر في دعم المشاركة الرياضية التي تخدم تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية للمراهقين وذلك من

خلال تشجيعهم وتحفيزهم بتبني خطة أو إستراتيجية لدعم النشاطات الرياضية المدرسية بصفة عامة .

### **3-1- منهج البحث :**

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته مع طبيعة واهداف الدراسة محل البحث:

### **3-2- عينة البحث :**

فصلين بالصف الثانى الاعدادى عددهم 20 طالب وطالبة لكل فصل إحداهما المجموعة الضابطة والثانية المجموعة التجريبية .

### **3-3- خطوات إجراء البحث :**

#### **التجربة الاستطلاعية :**

هدف التجربة الاستطلاعية التعرف على اهم المناهج الرياضية التى تناسب هذه المرحلة السنية مع المواد الدراسية الاساسية .

#### **معوقات القياس :**

أستغرقت التجربة الاستطلاعية أسبوع داخل الفصل وإسبوع فى فناء المدرسة وكانت خلال فترة (كوفيد 19) كورونا وقد طبق خلالها الاجراءات الاحترافية وكان تجمع الطلبة والطالبات من الصعوبة نظرا للغيبات خلال هذه الفترة .

وقد أسس الباحث الدراسة بناء على المناهج الدراسية للصف الثانى الاعدادى بالنسبة لمناهج التربية البدنية والرياضة والمناهج الدراسية ( العلوم – اللغة الانجليزية – الدراسات الاجتماعية – الرياضيات ) .

#### **التجربة الاساسية :**

قام الباحث بالاتفاق مع مدرسى المواد الاساسية بتحديد الدروس التى سوف يتم تدريسها للطلبة والطالبات أستغرقت عملية الدراسة عشرة أيام خمس أيام داخل الفصل وخمس أيام داخل فناء المدرسة وكذلك قياس مدى التكيف الاجتماعى بين الطلبة والطالبات الوافدين مع زملائهم من الطلبة والطالبات المصريين كمجتمع مستضيف السادة الخبراء الذى تم إستطلاع رأيهم فى محاور التكيف الاجتماعى الذى أجرى البحث عليه:

✚ الاستاذ الدكتور / **خيري الدين عويس** - استاذ علم الاجتماع - كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان .

✚ الاستاذ الدكتور/ **ايمن صلاح الدين محمد** - استاذ علم الاجتماع- كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان .

✚ الاستاذ الدكتور/ **احمد صلاح الدين خليل** - أستاذ علم النفس الرياضى- كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان.

✚ الاستاذ الدكتور / **رشا أشرف** - أستاذ علم النفس الرياضى- كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان .

**طريقة الاداء لدمج المناهج التربوية البدنية والرياضة مع المناهج الدراسية  
الاساسية داخل الفناء المدرسى :**

✚ **مادة العلوم :**

تم عمل نشاط رياضى من خلاله يوضح خصائص جزيئات المادة لحالات مختلفة من المادة ( الصلبة - السائلة - الغازية ) حيث تم توضيح أهم الخصائص مثل المسافات البينية بين الجزيئات والقوى الرابطة بين الجزيئات ومن خلال تقسيم الطلبة والطالبات إلى مجموعات فى فناء المدرسة كل مجموعة تمثل حالة من حالات المادة مجموعة تمثل الحالة الصلبة (الاولى) ومجموعة الحالة السائلة ( الثانية ) ومجموعة الحالة الغازية (الثالثة) وتم عمل دوائر ووضع اقماع فى منتصف الفناء وعند النداء على المجموعة الاولى تبدأ فى الجرى داخل دائرتهم ثم ينادى على المجموعة المماثلة لهم لتحويل كل حالة إلى الحالة الثانية.

✚ **مادة اللغة الانجليزية :**

درس عن كرة القدم وكرة السلة يودى كل طالب النموذج بالتمرير والتصويب مع النطق الصحيح باللغة الانجليزية.

✚ **مادة الدراسات الاجتماعية :**

وضع خريطة معلقة على الحائط تمثل مصر وموقعها على خريطة الوطن العربى وخريطة سوريا وموقعها على خريطة الوطن العربى وتوضع على

منضدة أشكال أشهر المعالم لمصر وسوريا ويوضع الفصل على شكل قطارين كل منهم يمثل دولة عند النداء من المعلم على إحدى المعالم وإسم الطالب يجرى الطالب حول القطار ثم يمسك الطالب بالشكل ويضعه على الخريطة حتى تكتمل الخريطة لكلا الدولتين ثم يتم التبادل بين الطلبة .

### مادة الرياضيات :

رسم الاشكال الهندسية بالطلبة على هيئة مثلث أو مستطيل ويتم تطبيق النظريات الهندسية ويمثل كل مجموعة من الطلبة شكل من الاشكال (دائرة أو مستطيل) كمثال القطر ونصف القطر.

### -3-4- وسائل وأدوات جمع البيانات :

➤ وقد تم تجميع الامتحانات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

➤ وقد إهتم الباحث بأداء الطلبة والطلبات الصحيح للنشاط البدني للمجموعة التجريبية

➤ وكذلك عند أداء الامتحانات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية وتصحيحها من قبل السادة الاساتذة مدرسي المواد الاساسية .

هدفت الدراسة أيضاً إلى التعرف على التكيف الاجتماعي لطلبة المرحلة الاعدادية من خلال بناء مقياس معد لهذا الغرض وقد إشمطت العينة على عدد 20 طالب وطالبة بكل فصل وقد إستخدم الباحث إستبيان إشمط على عبارات:

➤ صدق الاتساق الداخلي مقياس التكيف الاجتماعي المحور الاول علاقة الطالب بزملائه .

➤ صدق الاتساق الداخلي مقياس التكيف الاجتماعي المحور الثاني علاقة الطالب بإدارة المدرسة.

➤ صدق الاتساق الداخلي مقياس التكيف الاجتماعي المحور الثالث موقف الطالب من الانشطة الرياضية والاجتماعية.

➤ صدق الاتساق الداخلي مقياس التكيف الاجتماعي المحور الرابع علاقة الطالب بالمعلم.

➤ صدق الاتساق الداخلي مقياس التكيف الاجتماعي المحور الخامس علاقة الطالب بالمنهج الدراسي .

### -3-5- المعالجة الإحصائية :

جدول ( 1 ) الوصف الإحصائي لعينة البحث واعتدالية العينة في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية قيد البحث لدي مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية (ن=40).

المقررات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العلوم	5.800	1.339	0.374-
الانجليزي	5.788	1.255	0.584-
الدراسات الاجتماعية	5.925	1.163	0.388-
الرياضيات	6.013	1.077	0.407-

يتضح من جدول ( 1 ) أن معاملات الإلتواء لمجتمع البحث في اختيار مستوى التحصيل المعرفي قيد البحث قد إنحصرت ما بين (  $3\pm$  ) مما يدل على أن اعتدالية البيانات .

**جدول ( 2 ) دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية في القياسات القبليّة**

قيمة ت	المجموعة الضابطة (ن=20)		المجموعة التجريبية (ن=20)		المقررات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1.436	1.353	6.100	1.288	5.500	العلوم
1.336	1.213	6.050	1.272	5.525	الانجليزي
0.675	1.111	6.050	1.229	5.800	الدراسات الاجتماعية
1.570	0.980	6.275	1.130	5.750	الرياضيات

يتضح من جدول ( 2 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" مما يدل على تكافؤ المجموعتين

**جدول ( 3 ) دلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة الضابطة في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية (ن=20)**

قيمة ت	انحراف الفرق	متوسط الفرق	القياس البعدي		القياس القبلي		المقررات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
6.185	0.379	0.525	1.292	6.025	1.287	5.500	العلوم
5.940	0.489	0.650	1.280	6.175	1.271	5.525	الانجليزي
4.721	0.544	0.575	1.086	6.375	1.229	5.800	الدراسات الاجتماعية
5.627	0.397	0.500	1.322	6.250	1.129	5.750	الرياضيات

يتضح من جدول ( 3 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة الضابطة في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" ولصالح القياس البعدي

**جدول ( 4 ) نسب التغير بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدي  
المجموعة الضابطة في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية  
(ن=20)**

المقررات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسب التغير
العلوم	5.500	6.025	9.5
الانجليزي	5.525	6.175	11.8
الدراسات الاجتماعية	5.800	6.375	9.9
الرياضيات	5.750	6.250	8.7

يتضح من جدول ( 4 ) أن جميع نسب التغير بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدي المجموعة الضابطة في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" قد انحصرت ما بين 8.7، 11.8

**جدول ( 5 ) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدي المجموعة  
التجريبية في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية (ن=20)**

المقررات	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفرق	انحراف الفرق	قيمة ت
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
العلوم	6.100	1.353	9.125	0.871	3.025	0.865	15.628
الانجليزي	6.375	1.326	9.125	0.886	3.075	0.907	15.158
الدراسات الاجتماعية	6.675	1.388	9.075	0.949	3.025	1.093	12.366
الرياضيات	7.000	0.873	8.975	0.818	2.700	1.351	8.935

يتضح من جدول ( 5 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدي المجموعة التجريبية في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" ولصالح القياس البعدي

**جدول (6) نسب التغير بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة التجريبية في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية (ن=20)**

المقررات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسب التغير
العلوم	6.100	9.125	49.6
الانجليزي	6.375	9.125	43.1
الدراسات الاجتماعية	6.675	9.075	36.0
الرياضيات	7.000	8.975	28.2

يتضح من جدول ( 6 ) أن جميع نسب التغير بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة التجريبية في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" قد انحصرت ما بين 28.2 ، 49.6

**جدول ( 7 ) دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية في القياسات البعدية**

قيمة ت	المجموعة التجريبية (ن=20)		المجموعة الضابطة (ن=20)		المقررات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
8.893	0.871	9.125	1.292	6.025	العلوم
8.472	0.886	9.125	1.280	6.175	الانجليزي
8.367	0.949	9.075	1.086	6.375	الدراسات الاجتماعية
7.833	0.818	8.975	1.322	6.250	الرياضيات

يتضح من جدول ( 7 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة 0.05 بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مستوي التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" ولصالح المجموعة التجريبية .

التكيف الإجتماعي :

صدق الاتساق الداخلي:

صدق الاتساق الداخلي المحور الأول علاقة الطالب بزملائه:

## جدول (8) صدق الاتساق الداخلى مقياس التكيف الاجتماعى المحور الأول

علاقة الطالب بزملائه " ن = 35

م	العبرة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	معامل الارتباط بين العبرة والمحور	معامل الارتباط بين العبرة والاستبيان ككل
1	انسجم دائما مع زملائى بالفصل	1.2000	.40584	.381	.434**
2	أتقبل مزاح زملائى معى	1.3143	.47101	.364*	.419*
3	زملائى يشجعوننى على أن أكون قائدهم	1.6000	.49705	.345	.414*
4	يساعدوننى زملائى فى حل مشاكلى الشخصية	1.2857	.45835	.765**	.557**
5	زملائى يهتمون بأرائى	1.9429	.23550	.639**	.557**
6	تربطنى بزملائى علاقة طيبة	1.7143	.45835	.433**	.414*
7	لا اتسرب من الحصص	1.8286	.38239	.381	.655**
	مجموع البعد	17.1429	.17381		

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.276

تشير نتائج الجدول رقم ( 8 ) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الأول علاقة الطالب بزملائه الذى تنتمى اليه وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين ( 345 - .765\*\*) وتوجد علاقة إرتباط داله إحصائياً عبارات المحور الأول ومجموع الإستبيان ككل وقد تراوحت قيم معامل الأرتباط بين (.414\*-.787\*\*) وجميع هذه المعاملات للأرتباط مرتفع عند مستوى معنوية ( 0.05 ) مما يدل على أنها صادقه .

أ صدق الاتساق الداخلى علاقة الطالب بإدارة المدرسة:

**صدق الاتساق الداخلى مقياس التكيف الاجتماعى المحور الثانى علاقة الطالب  
بإدارة المدرسة " ن = 35**

م	العبرة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	معامل الارتباط بين العبرة والاستبيان ككل	معامل الارتباط بين العبرة والمحور
1	توفر لى المدرسة المكتبة للإطلاع على جوانب المعرفة المختلفة	1.2286	.42604	.386*	.361*
2	مدير المدرسة شديد فى التعامل مع الطلبة	1.1714	.38239	.587**	.802**
3	المدرسة والمدرسين ينمو روح المثابرة والابداع	1.2286	.42604	.538**	.694**
4	أشعر بجو من الالفة والمحبة من زملائى	1.7429	.44344	.428*	.640**
5	هل تشارك فى البطولات المدرسة	1.5429	.50543	.473**	.435**
6	تشارك المدرسة فى الانشطة الاجتماعية	1.6857	.47101	.418*	.480**
7	يرحب بالمشاركة فى الدورات الرياضية التى تقيمها المدرسة	1.9143	.28403	.438*	.718**
	مجموع البعد	14.9716	.19018		

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.276

تشير نتائج الجدول رقم(9) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الثانى علاقة الطالب بإدارة المدرسة "الذى تنتمى اليه . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-.) وتوجد علاقة إرتباط داله إحصائيا عبارات المحور الثانى ومجموع الاستبيان ككل . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على إنها صادقة

**ب - صدق الاتساق الداخلى المحور الثالث موقف الطالب من الانشطة الرياضية والاجتماعية والترفيهية:**

**جدول (10) صدق الاتساق الداخلى المحور الثالث موقف الطالب من الانشطة الرياضية والاجتماعية والترفيهية ن = 35**

م	العبرة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	معامل الارتباط بين العبرة والمحور	معامل الارتباط بين العبرة والاستبيان ككل
1	لدى الرغبة فى تطوير قدراتى المهارية من خلال المدرسة والمدرسين	1.5714	.50210	.609**	.292*
2	الادوات المدرسية والكتب تؤثر على الحالة المادية والاقتصادية	1.2857	.45835	.462**	.327*
3	تطرح المدارس أنشطة متنوعة، وتحرص على تشجيع الطلبة على المشاركة الفعالة فى الأنشطة والمسابقات،	1.3429	.48159	.483**	.368*
4	لدى الرغبة فى ممارسة الأنشطة الرياضية والترفيهية	1.4857	.50709	.544**	.416*
5	المدرسة تعزز الجانب الثقافى والعلمى لدى الطالب.	1.2857	.45835	.409*	.372*
	مجموع البعد	14.3714	.28085		

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.276

تشير نتائج الجدول رقم ( 10 ) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الثالث "الذى تنتمى اليه . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-.) وتوجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً عبارات المحور الثالث ومجموع الاستبيان ككل. وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية ( 0.05 ) مما يدل على أنها صادقه

**ت - صدق الاتساق الداخلى المحور الرابع علاقة الطالب بالمعلم:**

## جدول (11) صدق الاتساق الداخلى المحور الرابع علاقة الطالب بالمعلم ن = 35

م	العبرة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	معامل الارتباط بين العبرة والمحور	معامل الارتباط بين العبرة والاستبيان ككل
1	معلمى المدرسة يساعدوننى على التحصيل الدراسى الجيد	1.8857	.32280	.673**	.388*
2	هل تجد المتعة فى مشاهدة المعارض التى تقيمها المدرسة	1.7714	.42604	.305*	.365*
3	هل المعلم قدوة صالحة لك	1.3143	.47101	.403*	.428*
4	المعلم يحتفظ بمكانته و هيئته	1.9143	.28403	.564*	.355
5	الطلاب يتعلموا الطرق الصحيحة للتعامل مع المعلمين	1.7143	.45835	.371*	.417*
6	* يوجد تعاون ومشاركة متبادلة بين الطرفين المعلم والطالب	1.4571	.50543	.464**	.385*
	مجموع البعد	16.5713	.24288		

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هى 0.276

تشير نتائج الجدول رقم ( 11 ) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الرابع "الذى تنتمى اليه وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-.) وتوجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً عبارات المحور الثالث ومجموع الاستبيان ككل . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على أنها صادقه.

ث - صدق الاتساق الداخلى المحور الخامس علاقة الطالب بالمنهج المدرسى:

**جدول (12) صدق الاتساق الداخلي المحور الخامس علاقة الطالب بالمنهج المدرسي**

**ن = 35**

م	العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بين العبرة والمحور	معامل الارتباط بين العبرة والاستبيان ككل
1	تنمي المدرسة الثقة بالنفس من خلال المناهج والدروس	1.8857	.32280	.673**	.388*
2	تخفض المدرسة من كثافة المنهج وطول المقرر الدراسي .	1.7714	.42604	.305*	.365*
3	تساعد المدرسة في التغلب على صعوبة المادة العلمية و عدم ملاءمتها لمستوى الطلاب	1.3143	.47101	.403*	.428*
4	تحل المدرسة مشكلة قلة الحصص المخصصة للمادة الدراسية .	1.9143	.28403	.564*	.355
5	توفر المدرسة الوسائل التعليمية المعينة .	1.7143	.45835	.371*	.417*
6	الكتاب المدرسي يتسم بالأخطاء المطبعية ونوع الورق وحجم الكتاب وحروف الطباعة وعدم وضوح الوسائل التعليمية فيه .	1.4571	.50543	.464**	.385*
7	المناهج يتسم بالجمود وعدم مواكبتها لما يستجد من تطورات وابتكارات	1.7452	.22485	.654*	.527
	مجموع البعد	17.3145	.3214		

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.276

**جدول (13) معامل الارتباط بين المحور المقياس والمحاور الممثلة له ن = 35**

م	المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
1	علاقة الطالب بزملائه	17.1429	.17381	.691**
2	علاقة الطالب بإدارة المدرسة	14.9716	.19018	.828**
3	موقف الطالب من الأنشطة الرياضية والاجتماعية والترفيهية	14.3714	.28085	.837**
4	علاقة الطالب بالمعلم	16.5713	.24288	.866**
5	علاقة الطالب بالمنهج المدرسي	17.3145	.3214	.754**
	مجموع الاستبيان ككل	80.4215	.18117	

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.276

تشير نتائج الجدول رقم ( 13 ) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين المحاور " علاقة الطالب بزملائه ، علاقة الطالب بإدارة المدرسة ، موقف الطالب من الأنشطة الرياضية والاجتماعية والترفيهية ، علاقة الطالب بالمعلم ، علاقة الطالب بالمنهج المدرسي" وقد تراوحت قيم معامل الارتباط ( .691 - .668\*\* ) وهى معاملات ارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على أنها صادقة .

### ثبات استبيان:

ولتحقيق ثبات الاستبيان، قام الباحث باستخدام معامل (الفكرونباخ) ، وكانت نتيجة حساب معاملات الثبات على النحو الآتي:

### جدول ( 14 ) لمحاور الاستبيان lph قيم معامل ألفا

المحور	البعد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	قيمة معامل ألفا lph
الأول	علاقة الطالب بزملائه	17.1429	.17381	.462
الثانى	علاقة الطالب بإدارة المدرسة	14.9716	.19018	.525
الثالث	موقف الطالب من الأنشطة الرياضية والاجتماعية والترفيهية	14.3714	.28085	.679
الرابع	علاقة الطالب بالمعلم	16.5713	.24288	.648
الخامس	علاقة الطالب بالمنهج المدرسي	17.3145	.3214	.754**
المجموع	الاستبيان ككل	80.4215	.18117	.598

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هى 0.276

يتضح من جدول رقم ( 14 ) أن قيم المعاملات للثبات بطريقة " الفا " تتراوح بين ( ، ) وذلك يشير الي أن الاستبيان على درجة من الثبات.

### 4- عرض ومناقشة النتائج :

#### 4-1- عرض النتائج:

➤ يتضح من الجدول الاول ( 1 ) أن معاملات الإلتواء لمجتمع البحث في اختيار مستوي التحصيل المعرفي قيد البحث قد إنحصرت ما بين (  $\pm 3$  ) مما يدل على أن اعتدالية البيانات .

➤ يتضح من جدول ( 2 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" مما يدل على تكافؤ المجموعتين .

➤ يتضح من جدول ( 3 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة الضابطة في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" ولصالح القياس البعدي.

➤ يتضح من جدول ( 4 ) أن جميع نسب التغير بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة الضابطة في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" قد انحصرت ما بين 8.7، 11.8 .

➤ يتضح من جدول ( 5 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة التجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" ولصالح القياس البعدي .

➤ يتضح من جدول ( 6 ) أن جميع نسب التغير بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لدي المجموعة التجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" قد انحصرت ما بين 28.2، 49.6.

➤ يتضح من جدول ( 7 ) أن جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية " قيد البحث" ولصالح المجموعة التجريبية .

➤ تشير نتائج الجدول رقم ( 8 ) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الأول علاقة الطالب بزملائه الذي تنتمي اليه وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين ( 345 - .765\*\*) وتوجد علاقة ارتباط داله إحصائيا عبارات المحور الأول ومجموع الإستبيان ككل وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (\*-0.414- .787). وجميع هذه المعاملات للأرتباط مرتفع عند مستوى معنوية ( 0.05 ) مما يدل على أنها صادقه ..

➤ تشير نتائج الجدول رقم (9) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الثانى علاقة الطالب بإدارة المدرسة "الذى تنتمى اليه . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وتوجد علاقة إرتباط داله إحصائياً عبارات المحور الثانى ومجموع الاستبيان ككل . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على إنها صادقة .

➤ تشير نتائج الجدول رقم (10) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الثالث "الذى تنتمى اليه . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وتوجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً عبارات المحور الثالث ومجموع الاستبيان ككل. وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على أنها صادقة .

➤ تشير نتائج الجدول رقم (11) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الرابع "الذى تنتمى اليه وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وتوجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً عبارات المحور الثالث ومجموع الاستبيان ككل . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على أنها صادقة .

➤ تشير نتائج الجدول رقم (12) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين عبارات المحور الرابع "الذى تنتمى اليه . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين ( . - ) وتوجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً عبارات المحور الثالث ومجموع الاستبيان ككل . وقد تراوحت قيم معامل الارتباط بين (-) وجميع هذه المعاملات للارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على أنها صادقة .

➤ تشير نتائج الجدول رقم (13) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين المحاور " علاقة الطالب بزملائه ، علاقة الطالب بإدارة المدرسة ، موقف الطالب من الأنشطة الرياضية والاجتماعية والترفيهية ، علاقة الطالب بالمعلم ، علاقة الطالب بالمنهج المدرسى" وقد تراوحت قيم معامل الارتباط

( .691. - .668\*\* ) وهى معاملات ارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على أنها صادقة .

➤ ولتحقيق ثبات الاستبيان، قام الباحث باستخدام معامل (الفكرونباخ) ، وكانت نتيجة حساب معاملات الثبات .

➤ يتضح من جدول رقم ( 14 ) أن قيم المعاملات للثبات بطريقة " الفا " تتراوح بين ( ، ) وذلك يشير الي أن الاستبيان على درجة من الثبات .

#### 4-2- مناقشة النتائج :

يوضح الباحث فى مناقشة النتائج نقطة هامة وهو دور مناهج التربية البدنية والرياضة الهامة والتي ظهرت جليا من خلال دمج مناهج التربية البدنية والرياضة مع المناهج الدراسية الاساسية ومن خلال العينة التجريبية مدى التأثير الواضح سواء فى إرتفاع مستوى التحصيل الدراسى والنتائج التى ظهرت من خلال إمتحانات الطلبة والطالبات وفى ضوء إنتاجية ماتم من خلال منهج التربية البدنية الذى تميز بالتوافق العضلى العصبى من خلال المسابقات بين الطلبة والذى من خلال الجداول والطريقة الاحصائية تبين إرتفاع معدل الدرجات لدى الطلبة والطالبات عند وضع منهج التربية البدنية والرياضة ودمجة فى المواد الاساسية( العلوم - اللغة الانجليزية - الدراسات الاجتماعية - الرياضيات).

وكذلك وضح دور حصة التربية البدنية والرياضة فى عملية التكيف الاجتماعى بين الطلبة والطالبات المصريين والوافدين بالغ الاثر فى إنخراط الطلبة والطالبات فى المجتمع المستضيف وهو مصر وأثره فى التحصيل الدراسى

وقد أظهرت المعاملات الاحصائية مدى تأثير التحصيل الدراسى والتكيف الاجتماعى على الطلبة الوافدين وإنخراطهم داخل المجتمع المصرى وذلك من خلال مناهج التربية الرياضية والبدنية سواء داخل نشاط او منهج تعليمى وقد أظهرت المعاملات الاحصائية وجود علاقة بين المحاور ( علاقة الطالب بزملائه , وعلاقة الطالب بإدارة المدرسة , موقف الطالب من الانشطة الرياضية والترفيهية , علاقة الطالب بالمعلم , علاقة الطالب بالمنهج الدراسى) و نتائج الاستبيان وقد أثبتت صادقة وإستخدام معامل ( الفكرونباخ) وكانت نتيجة حساب معامل الثبات أشار الاستبيان على درجة من الثبات .

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

### 5-1- الاستنتاجات :

➤ من خلال الجداول السابقة أن القياس القبلي والبعدي لدى المجموعات التجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية تفوق المجموعة التجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية قيد البحث لصالح القياس البعدي .

➤ ان جميع قيم ت المحسوبة جاءت دالة إحصائيا بين مجموعتي البحث الضابطة و التجريبية في اختبار مستوى التحصيل في المقررات الدراسية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

### 2/5 التوصيات :

➤ إن هذه الدراسة تسهم في الاهتمام بمناهج التربية البدنية والرياضة لما لها من بالغ الاثر في مستوى التحصيل الدراسي ورفع الروح المعنوية لدى الطلبة والطالبات وتنمية روح التعاون والتغلب على مشكلات التكيف الاجتماعي بين الطلبة والطالبات

➤ إن ممارسة نشاط التربية البدنية والرياضة ودمجها بالمناهج الدراسية الاساسية ( العلوم- اللغة الانجليزية – الدراسات الاجتماعية – الرياضيات ) تساعد التلاميذ على اكتساب مهارات التحصيل الدراسي والتفوق في مختلف المواد الدراسية الاساسية

➤ إن ممارسة نشاط التربية البدنية والرياضة تساعد التلاميذ على اكتساب العديد من المهارات من كل النواحي البدنية، العقلية، الاجتماعية، الأخلاقية فهي تساعد التلاميذ على التكيف الاجتماعي

➤ إن حصة التربية البدنية والرياضة تساهم مساهمة فعالة وأكيدة في تحقيق التكيف الاجتماعي للتلاميذ مما يساعدهم في التأقلم السريع و السليم في المجتمع. بالإضافة أن ممارسة الأنشطة الجماعية تمكنهم من الترويح عن النفس وإزالة المشاكل وربط علاقات اجتماعية جديدة فيما بينهم وهذا ما يؤكد صحة فرضيتنا التي أثبتت على أن حصة التربية البدنية والرياضة لها دور إيجابي في زيادة التحصيل الدراسي وكذلك في زيادة التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية

- الاهتمام بدمج مناهج التربية البدنية والرياضة والمناهج الدراسية الاساسية له دور إيجابي بالخروج بالعملية التعليمية من التعليم التقليدي داخل الفصل والتلقين للمشاركة الفعالة مع معلم التربية البدنية الذى له دور فعال مع الطلبة والطالبات ومدى حبهم له
- دور النشاط الرياضى فى تفعيل دور التغذية الراجعة بالنسبة للمناهج الدراسية وتذكر الطلبة والطالبات الدرس من خلال النشاط المؤدى وبطه بالمنهج .
- وضع عدد من حصص التربية الرياضية أكبر يندمج بها حصص المواد الدراسية وفترة زمنية أكبر
- أظهرت الدراسة مدى الانسجام بين الطلبة والعلاقات الطيبة بينهم .
- أظهرت الدراسة من خلال هذا الدمج ارتباط الطلبة بالمنهج الدراسى وعدم التسرب من الحصص والاقبال على المواد الدراسية .
- أظهرت الدراسة مدى الالفة والمحبة وتقبل الاخر وتقديم المساعدة للزميل.
- أظهرت الدراسة نمو روح المثابرة الابداع والابتكار بين الطلبة والطالبات
- أظهرت الدراسة تطوير القدرات المهارية من خلال المدرسة والمدرسين
- أظهرت الدراسة دور المدرسة فى تعزيز الجانب العلمى والثقافى .
- أظهرت الدراسة الدور الايجابى للمدرسة ودور معلمى المدرسة الهام فى التحصيل الدراسى وإحتفاظهم بهيبتهم ومكانتهم .
- أظهرت الدراسة تنمية المدرسة الثقة بالنفس من خلال دمج مناهج التربية البدنية والرياضة مع المناهج الاساسية.
- أظهرت الدراسة دور منهج التربية الرياضية والبدنية من خلال المدرسة فى التغلب على صعوبة المادة العلمية

### المراجع :

1. أمر الله أحمد البساطى- التدريس في التربية البدنية والرياضة- الرياض- النشر العلمى والمطابع - 2009 .
2. أمين أنور الخولي- الرياضة والمجتمع- عالم المعرفة- مصر- 1996 .
3. جابر عبد الحميد جابر- احمد خيرى كاظم : مناهج البحث فى التربية وعلم النفس- دار النهضة العربية- 1996.

4. ديويولديب فان دالين- ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون مراجعة سيد احمد عثمان- ط4-مكتبة الانجلو- 1990.
5. ساعي عريفج وآخرون- مناهج البحث العلمي وأساليبه- مجدلاوي للنشر عمان، ط1- 87.
6. سعد جلال – محمد علاوى :علم النفس التربوى الرياضى- دار المعارف – القاهرة - 1992.
7. كمال عبدالحميد – محمد صبحى حساين : اللياقة البدنية ومكوناتها- دار الفكر العربى – ط ثانية- 1985 .
8. محمد صبحى حساين " التقويم والقياس في التربية البدنية " - ط4 - دارالفكر العربى- 1996 .
9. ويلفريد ليمكي : المستشار الخاص لأمين عام الأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام \_ دور الرياضة وتحقيق أهداف التنمية المستدامة- 2008 .
- يوسف مراد : دراسات فى التكامل النفسى – دار المعارف ط3 –القاهرة - 1999.

# ملخصات الرسائل و أطروحات

ملخص أطروحة دكتوراه

تأثير برنامج إرشادي نفسي في تنمية التفكير الإبداعي

لناشئي الجمباز

الباحث :

نهلة مجدي فاروق سعد

المدرس المساعد بقسم علم النفس الرياضي – بكلية التربية الرياضية – جامعة

طنطا

ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في التربية الرياضية

إشراف

الدكتور

مرفت أحمد كمال

الدكتور

عزة شوقي الوسيمي

أستاذ الجمباز بقسم الجمباز

والتمرينات والتعبير الحركي

والعروض الرياضية بكلية التربية

الرياضية

جامعة طنطا

أستاذ علم النفس الرياضي

وعميد كلية التربية

الرياضية

جامعة طنطا - السابق

## مشكلة البحث :

يعتبر الإرشاد النفسي في المجال الرياضي ليس بالأمر السهل أو البسيط ولكنه مسئولية كبيرة، ولذا فهو يحتاج إلى تضافر جهود جميع اللاعبين في المجال الرياضي والمتعاملين مع اللاعب وأفراد أسرته والأقارب والأصدقاء من أجل مساعدته على التغلب على الصعوبات التي يواجهها، وعلى الرغم من أهمية التوجيه والإرشاد النفسي إلا أننا نجد أنه في المجال الرياضي في جمهورية مصر العربية لم توضع تلك المسألة في الاعتبار، كما لا يوجد أفراد مؤهلين لتولى تلك المهمة ولكننا نجد أن هناك من يقوم بها على سبيل الاجتهاد.

تعتبر العملية الإرشادية عملية تعاونية نظراً لأنها مسئولية جماعية، فالإرشاد النفسي ليس مسئولية فرد، فهو عملية شاملة تتضمن العديد من الجوانب، لذا يجب أن يكون الفريق الإرشادي متكاملًا حيث أن كل مسئول في فريق الإرشاد يعمل من زاوية تخصصه وبذلك يمكن تقديم أفضل الخدمات الإرشادية للاعب بما يحقق له التوافق والتوازن النفسي.

أن هناك علاقة تبادلية بين الإبداع وممارسة الأنشطة الرياضية حيث يشير إلى أن الفرد منذ تعلمه لأبسط الحركات التوقيفية حتى استطاعته أداء أعقد الحركات التي تشتملها الأنشطة الرياضية يجد في هذه الممارسة العديد من المواقف التي تتيح له الفرصة كي يعبر عن قدراته الذاتية وما يفسح لخياله المجال ليبتكر ويصمم، كما أن التفوق في الأداء الحركي في أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية كالجهاز والتمرينات الفنية والتعبير الحركي، يرتبط بوجود القدرات الإبداعية لدى الفرد الممارس، كما أن ممارسة تلك الأنشطة الحركية تساهم في تنمية تلك القدرات وإظهارها من خلال ذلك الأداء الإبداعي المتميز.

أن رياضة الجمباز تعد من الرياضات ذات العروض الشيقة والممتعة للاعب والمشاهد فهي تتيح فرصة لا حد لها في خلق القدرة على الإبداع فهي

تحقق الرضا الذي يؤدي لتنمية القدرة على التناسق والاستمرار والتوافق والاتزان والتوقيت السليم عند اللاعبين في الأداء، وينمى أيضاً لديهم إدراك مدى الحاجة للقوة والجلد من أجل إتمام بعض الحركات المبتكرة في الجمباز. وأنه من خلال الدراسات المرجعية للباحثة، وأيضاً القراءات النظرية في مجال علم النفس ومجالي علم النفس الرياضي ورياضة الجمباز على وجه الخصوص فقد وجدت الباحثة أن هناك عدم اهتمام لعدد كبير من المدربين بالقدرات الإبداعية لدى ناشئ الجمباز بالرغم من أهميته الكبيرة في تطوير الأداء وإظهار مهاراتهم الفنية بمستوى يساهم في الحصول على أعلى الدرجات في تقييم الأداء الفني لهم، وأن العملية التدريبية تعتمد في رياضة الجمباز على العديد من برامج الإعداد المختلفة والتي منها البدني والمهاري والنفسي والتي تتضافر فيما بينها بهدف رفع مستوى أداء اللاعب من خلال إتقان المحتوى المهاري للجمل الحركية على الأجهزة المختلفة، لذا من الضروري أن تتسق هذه البرامج التدريبية فيما بينها وأن تتمشى مع أهداف الخطة الموضوعية للمرحلة السنوية المعنية وفقاً لمستوى الأداء الفني لكل لاعب، مما يشير إلى تأصل تلك المشكلة في مجال رياضة الجمباز بصفة خاصة لذا رأت الباحثة أنه من الأهمية أن تقوم الباحثة بدراسة عملية تتناول "تأثير برنامج إرشادي نفسي في تنمية التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز".

### **هدف البحث :**

- التعرف على تأثير برنامج إرشادي نفسي في تنمية التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز الفني وذلك من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية:
- بناء برنامج إرشادي نفسي لتنمية التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز الفني.
- بناء مقياس علمي مقنن للتعرف على درجات التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز الفني.

✚ التعرف على تأثير البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في درجات التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز الفني.

### فروض البحث:

➤ يمكن تصميم برنامج إرشادي نفسي لتنمية التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز الفني.

➤ يمكن بناء مقياس علمي مقنن للتعرف على درجات التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز الفني.

➤ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات التفكير الإبداعي لصالح القياس البعدي لناشئ الجمباز الفني.

### إجراءات البحث :

#### أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والمنهج التجريبي لملاءمتها لطبيعة البحث وأهدافه باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة.

#### ثانياً: مجتمع وعينة البحث :

#### (أ) مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في ناشئ الجمباز بنادي طنطا الرياضي بواقع (50) من ناشئ الجمباز (بنين - بنات) من المقيدون بنادي طنطا الرياضي في الموسم 2021/2020 والمسجلين في الاتحاد المصري للجمباز في المرحلة السنوية من (9 : 12) سنة.

## (ب) عينة البحث:

- قامت الباحثة باختيار عينة البحث الأساسية من ناشئ الجمباز (بنين - بنات) بنادي طنطا الرياضي وعددهم (30) ناشئ بالطريقة العمدية من مجتمع البحث لإجراء الدراسة الأساسية.
- قامت الباحثة باختيار عدد (20) ناشئ لإجراء الدراسة الاستطلاعية من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج العينة الأساسية.

## أدوات جمع البيانات :

- البرنامج الإرشادي النفسي المقترح (تصميم الباحثة).
- مقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز (تصميم الباحثة).

## الدراسات الاستطلاعية:

### (1) الدراسة الإستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة بإستطلاع رأى الساده الخبراء حول أبعاد مقياس التفكير الإبداعي يوم السبت 2021/1/23 إلى يوم السبت 2021/2/6، وأسفرت نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى عن ما يلي: التوصل إلى عدد (4) أبعاد مكونه التفكير الإبداعي وجاءت على النحو التالي: الطلاقة، الأصالة، المرونة، حل المشكلات، وكانت بنسبه اتفاق 100%.

### (2) الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة بإستطلاع رأى الساده الخبراء حول أهم عبارات المكونة لمقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز يوم الأحد 2021/2/7 إلى الخميس يوم 2021/2/25، وأسفرت نتائج الدراسة الإستطلاعية الثانية عن ما يلي: الوصول إلى عدد (38) مكونه لمقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز.

### (3) الدراسة الاستطلاعية الثالثة:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية على عدد (20) ناشئ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث يوم الثلاثاء 2021/3/8 إلى يوم الثلاثاء 2021/3/23، وكان الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية التعرف على الآتي:

- ✓ إجراء المعاملات العلمية لمقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز.
- ✓ مدى فهم أفراد عينه البحث لعبارات مقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز.
- ✓ التعرف على الصعوبات المحتمل ظهورها أثناء تطبيق البحث للعمل على تلافئها.

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية الثالثة عن ما يلي: التحقق من صدق وثبات مقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز.

### (4) الدراسة الاستطلاعية الرابعة:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة بإستطلاع رأى السادة الخبراء حول تحديد التوزيع الزمني ومحتوى البرنامج الإرشادي النفسي المقترح يوم الأربعاء 2021/4/14 إلى الاثنين 2021/4/26، وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية الرابعة عن ما يلي:

- ✓ تحديد التوزيع الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح.
- ✓ تحديد محتوى البرنامج الإرشادي النفسي المقترح.
- ✓ وضع جلسات البرنامج الإرشادي النفسي المقترح.

## الدراسة الأساسية:

### (1) القياس القبلي:

قامت الباحثة بعمل القياس القبلي للمجموعة التجريبية في أولى جلسات البرنامج الإرشادي النفسي المقترح وذلك يوم الثلاثاء 2021/5/4 بصالة جمباز نادي طنطا الرياضي.

### (2) تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح (قيد البحث) على أفراد عينه البحث من (ناشئ الجمباز) بصالة الجمباز بنادي طنطا الرياضي يوم الثلاثاء 2021/5/4 إلى يوم الثلاثاء 2021/7/13 وذلك بعد التحقق من اعتداليه بيانات العينة والإجراءات الإدارية لتنفيذ البرنامج على الناشئين.

### (3) القياس البعدي:

قامت الباحثة بعمل القياس البعدي للمجموعة التجريبية في الجلسة الأخيرة للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح وذلك يوم الثلاثاء 2021/7/13 بصالة الجمباز بنادي طنطا الرياضي.

### (4) تفرغ البيانات:

بعد الانتهاء من تطبيق استمارات مقياس البحث "التفكير الإبداعي" قامت الباحثة بجمع الاستمارات متكاملة الاستجابات وتم تفرغ البيانات في كشوف التفرغ، وتصحيح المقياس وفقا لمفتاح التصحيح الخاص به ورصد الدرجات في برنامج Excel لإعدادها للمعالجة الإحصائية بما يتماشى مع أهداف البحث.

### المعالجات الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم تجميعها، فقد تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم

الاجتماعية Statistical Package for Social Science (SPSS) وفيما يلي مجموعة من الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات: المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل التفلطح - معامل الالتواء - النسبة المئوية - الأهمية النسبية - اختبار(ت) - معامل الارتباط - معامل ألفا كرونباخ - التجزئة النصفية لسبيرمان.

### الاستخلاصات والتوصيات:

#### إستخلاصات البحث:

من خلال المعالجات الإحصائية التي استخدمت في عرض ومناقشه النتائج توصلت الباحثة إلى استخلاص النتائج التالية:

➤ صلاحية مقياس التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز للتطبيق والذي تضمن (4) أبعاد وهم: الطلاقة - الأصالة - المرونة - حل المشكلات، واشتمل المقياس على عدد (38) عبارة أمكن من خلاله التعرف على درجات التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز.

➤ فعالية البرنامج الإرشادي النفسي في تنمية التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز بنسبه تحسن تراوحت ما بين (62.520% إلى 78.001%) لصالح القياس البعدي.

#### توصيات البحث :

انطلاقاً من طبيعة هذا البحث وأهميته وفي حدود ما أمكن التوصل إليه من استنتاجات توصى الباحثة بالآتي:

1. استخدام مقياس التفكير الإبداعي كوسيله اختبار مستوى التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز.

2. استخدام البرنامج الإرشادي النفسي لتنمية التفكير الإبداعي لناشئ الجمباز والوصول به إلى أعلى مستوى من الأداء الإبداعي.
3. الاستفادة من الدراسة الحالية في المجال التطبيقي للتعرف الدوري على درجات التفكير الإبداعي لدى ناشئ الأنشطة الرياضية المختلفة.
4. الاهتمام بالناشئين بشكل عام وناشئين الجمباز على وجه الخصوص بتنمية التفكير الإبداعي.

مستخلص رسالة ماجستير باللغة العربية

## تحليل وتقويم المسار الحركي للثقل وعلاقته ببعض المتغيرات البايوكينماتيكية للمحاولات الناجحة والفاشلة في رفعة الخطف.

الباحث :

عبد الجليل إسماعيل عبد الرضا

بإشراف:

أ.م.د صباح كريم مهدي أ.د يعرب عبد الباقي دايع

تضمنت الرسالة على ما يلي:

التعريف بالبحث:

تطرق الباحث في المقدمة عن التحليل الحركي وما له دور كبير في المجال الرياضي الذي من خلاله يتم التعرف على المتغيرات البايوكينماتيكية إذ يخضع اللاعبون في شتى الرياضات إلى عملية التحليل والمطابقة في الأداء مع الأداء المثالي ومسار الحركة الصحيح وكان لرياضة رفع الإثقال نصيبا وافرا من ذلك الاهتمام، وهدفت الدراسة إلى التعرف على عملية تحليل وتقويم مسارات الثقل للرباعيين، أما مشكلة البحث دراسة مطابقة المسار مع النموذج الحركي إذ تعد العملية بهذا الشكل أكثر صعوبة مما يقل على القائمين بالعملية التدريبية أمكانية الوقوف على جدوى ذلك المسار وعلاقته بالمتغيرات وما يتسبب به من نجاح أو فشل بالأداء وهذا ما يعد مشكلة في هذا المجال.

## أما أهداف البحث:

تمثلت بتقويم مخطط المسار الحركي للثقل والمؤشر المستخدم لمسار الثقل لدى عينة البحث مع المسار الحركي المثالي و التعرف على العلاقة بين مؤشر للمسار الحركي لمراحل الأداء وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية في أداء رفعة الخطف.

## أما فرضا البحث:

أن هناك ضعفا في المسار الحركي لدى عينة البحث نسبة إلى المسار الحركي المثالي وجود علاقة ارتباط معنوية بين مؤشرات المسار الحركي لمراحل الرفعة الرقمية وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية عند الأداء الفاشل والناجح.

## أما مجالات البحث:

### المجال البشري :

أبطال العراق للشباب في رفع الإثقال وزن ( 77 كلغ ) .

## أما المجال الزماني:

من 2013/11/4 لغاية 2013 /11/29 .

## أما المجال المكاني:

قاعة التأميم لرفع الأثقال/بغداد .

## أما الدراسات النظرية والسابقة:

فشملت الدراسات النظرية على المواضيع التي تخص الدراسة وأهم ما تطرق إليه الباحث هو مفهوم البايو ميكانيك وأقسامه ، مفهوم التحليل البايوميكانيكي، مسار الثقل وأهميته في رفع الإثقال، رفعة الخطف ومراحلها ، ومبحث عن التقويم وتقويم القدرات الحركية أما الدراسة السابقة اشتملت على دراسة سابقة متمثلة بدارسة (علي شبوط).

أما منهجية البحث وإجراءاته الميدانية أستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية وذلك لملائمة طبيعة المشكلة، وتضمنت عينة البحث على بعض أبطال العراق للشباب برفع الإثقال بوزن (77 كلغ) والبالغ عددهم (5) لاعبين كما تناول الباحث وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة وبعض القياسات الخاصة بالتجربة الرئيسية وتطرق إلى التجربة الاستطلاعية للبحث والتصوير الفديوي وموقع الكاميرا.

أما عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية لمسار الثقل من خلال العلاقة بين أقصى مسافة للثقل والمتغيرات البايوكينماتيكية أقصى ثني لزاوية الركبة والورك والكتف وتم توضيح النتائج وقيم الارتباط المعنوي على شكل جداول.

**وقد توصل الباحث من خلال الدراسة والبحث إلى جملة من الاستنتاجات**

**ومن أهمها:-**

➤ تبين أن العينة اقتربت إلى حد ما المسار الحركي للثقل وفي أغلب مراحل السحب من حيث الشكل الظاهري مع المسار النموذجي في المحاولات الناجحة.

➤ تبين أن العينة ابتعدت بشكل واضح ظاهريا عن المسار النموذجي في المحاولات الفاشلة.

**في إطار الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث وضع الباحث مجموعة من**

**التوصيات:**

➤ التأكيد على حفظ مسار الثقل لدى رباعينا في مرحلتي السحب الثانية والرابعة لما لها من أهمية كبيرة.

➤ زيادة التدريبات على حفظ مسار الثقل والإعداد البدني الجيد الذي يسهم  
بزيادة القدرة على التحكم بحركة الثقل في مراحل السحب وعدم التسرع في  
أداء الرفع.

مستخلص رسالة ماجستير باللغة العربية

# اثر تمارينات خاصة في تغيير مستوى انزيمي التروبونين والـ (CPK) وتطوير بعض القدرات الحركية والمهارية

## بالكرة بالجمناستك الايقاعي

الباحثة:

نبأ حميد جلوب العبيات

المشرف:

أ.د. مجيد جاسب حسين الموسوي

**هدفت الدراسة الى** وضع تمارينات خاصة لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبات نادي فتاة البصرة الرياضي, فضلاً عن التعرف على تأثير التمارينات الخاصة في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية, والتعرف على مستوى انزيمي التروبونين (Troponin) والكرياتين فوسفو كاينيز (CPK) من جراء استخدام التمارينات الخاصة لدى لاعبات نادي فتاة البصرة الرياضي.

**وافترضت الباحثة بان** هناك تأثير للتمارين الخاصة في تطوير القدرات الحركية والمهارية قيد الدراسة, فضلاً عن ان هناك تأثير على مستوى انزيمي التروبونين (Troponin) والكرياتين فوسفو كاينيز (CPK) من جراء استخدام التمارينات الخاصة عالية الشدة لدى لاعبات نادي فتاة البصرة الرياضي.

وتطرق الباحثة في الفصل الثاني الى الانزيمات واهميتها والتروبونين والـ (CPK) والتدريب الرياضي والتمرينات الخاصة ورياضة الجمناستك الايقاعي بالكرة.

واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية وقامت الباحثة بتحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهن لاعبات نادي الفتاة البصرة الرياضي والبالغ عددهن (28) لاعبة, وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والذي تمثل بجميع مجتمع البحث لتمثل نسبة العينة (100%) من المجتمع, وتم تقسيمهن الى مجموعتين مجموعة ضابطة والاخرى تجريبية. اذ بلغ عدد كل مجموعة (14) لاعبة وقامت الباحثة بأجراء التجانس والتكافؤ لعينة

بهدف تحديد القدرات الحركية والمهارات الاساسية، والمطلوب تطويرها للاعبات الجمناستك الايقاعي, قامت الباحثة بتوزيع استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين في مجالات التدريب الرياضي وفلسجة التدريب والاختبارات والقياس والتعلم الحركي والجمناستك الايقاعي. وقد حددت القدرات بـ (التوافق والرشاقة والتوازن والمرونة), وتم تحديد المهارات الاساسية والتي هي ((الدوران والتدوير على شكل 8, قفزة القطة, وثبة الخطوة, الخطوة الثلاثية (الفالس)). وقد قامت الباحثة بأجراء تجربتين استطلاعتين للاختبارات والبرنامج التدريبي المقترح وذلك للتحقق من الأجهزة والأدوات وسير عملية التدريب والتمرينات الخاصة التي اعدتها الباحثة. بعدها اجرت الباحثة الاختبارات القبليّة ايام الاثنين والثلاثاء والاربعاء الموافق 19-21/2/2018 في تمام الساعة العاشرة صباحاً. بعدها طبقت الباحثة برنامجها التدريبي لمدة (10) اسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبية اسبوعية. واجريت أول وحدة

تدريبية يوم الاحد الموافق 2018/2/25 بعد الاختبارات القبلية مباشرة وأخر وحدة تدريبية يوم الخميس الموافق 2018/5/3. وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي أجرت الباحثة الاختبارات البعدية في تمام الساعة العاشرة صباحاً أيام الاحد والاثنين والثلاثاء الموافق 2018/5/8-6 في قاعة الجمناستك الايقاعي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ميسان، وبعد الحصول على النتائج قامت الباحثة بمعالجتها احصائياً للحصول على النتائج النهائية والتي تم عرضها في جداول ومخططات وتحليلها ومناقشتها، ومن خلال النتائج توصلت الباحثة إلى أهم الاستنتاجات الآتية:-

1. كانت جميع قيم المؤشرات الوظيفية ضمن الحدود الطبيعية، وأثر البرنامج التدريبي ايجابياً في ارتفاع نسب انزيمي التربونين وانزيم الـ (CPK).
  2. اسهمت التمرينات الخاصة في تحسين مستوى الرشاقة والتوافق والتوازن والمرونة لدى افراد عينة البحث.
  3. اسهمت التمرينات الخاصة في تحسين مستوى الاداء الفني للمهارات الحركية قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث.
- وعلى ضوء الإستنتاجات التي توصلت اليها الباحثة وضعت اهم التوصيات الآتية:-**

1. اعتماد البرنامج التدريبي في تطوير القدرات الحركية والمهارية للاعبات رياضة الجمناستك الايقاعي بالكرة.
2. اجراء دراسات مشابهة على فعاليات اخرى في رياضة الجمناستك الايقاعي او الجمناستك الفني او على فئات عمرية اخرى.

**3. التأكيد على دروس رياضة الجمناستك الايقاعي في رياض الاطفال والمدارس الابتدائية لكي تأخذ مجالها الحقيقي لكونها رياضة اوسمة ولتوسيع قاعدتها الرياضية.**



## المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة

Arab Scientific Academy for Sports Sciences

مؤسسة علمية عربية تختص بطوم الرياضة تضم أكثر من ٨٠٠ استاذ وباحث في مجال علوم الرياضة في الوطن العربي

اسسه ريسان خريبط، سنة ٢٠١٦



### محاور المؤتمر

- ١- من اين تبدأ صناعة البطل الاولمبي؟
  - ٢- المدارس والاكاديميات مصانع لاكتشاف المواهب الرياضية .
  - ٣- الاختبارات والمقاييس البدنية والمهارية والفلسجية والبيوكيميائية والنفسية والانثروبومترية مؤشرات لانتقاء وصناعة البطل الاولمبي .
  - ٤- الفحوصات الطبية والجينية والتحليل البيوكيميائية مؤشرات لانتقاء المواهب الرياضية .
  - ٥- دور التنظيم والادارة في صناعة البطل الاولمبي.
  - ٦- الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب الرياضية
  - ٧- الجينات الوراثية لانتقاء المواهب الرياضية وصناعة البطل
  - ٨- تجارب العالم المتقدم رياضيا في صناعة البطل الاولمبي
- ملاحظة: ان المحاور أعلاه تنطبق على الاسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة ولكلا الجنسين ولجميع الالعاب الرياضية

### يقدم المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة

المؤتمر العلمي الدولي الثامن  
لتكنولوجيا علوم الرياضة

الذي ينعقد تحت شعار ( صناعة البطل الاولمبي  
ورعاية الموهوبين... رؤية مستقبلية )

للمدة من ٢٧-٢٨ / تشرين الاول / ٢٠٢٢

على قاعات المركز الثقافي والاجتماعي لجامعة  
دهوك . إقليم كردستان العراق

سيتم منح المشاركين في المؤتمر ( حقيبة المؤتمر - قرطاسية -كتيب ملخصات المؤتمر - شهادة مشاركة -وسام التميز العلمي للمجمع العلمي - كوفي شوب - وجبة عداء - سفرة سياحية للمعالم السياحية في مدينة دهوك - نشر بحوث المشاركين مجانا في مجلة المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة الحاصلة على التصنيف الدولي : ISSN:2409-2908  
وضمن مستوعبات ( IMPACT FACTOR:2.0842 )

ملاحظة

➔ هناك معرض للكتب العلمية سيقام خلال المؤتمر للبيع المباشر

رابط التسجيل في المؤتمر:

<https://forms.gle/Cs5ks6Liavyh7DGH6>



# المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة

**The Arab Scientific Society for Sports Sciences**

## المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة

**The Eighth International Scientific Conference on  
Sports Science Technology**

**تحت شعار**

( صناعة البطل الاولمبي ورعاية الموهوبين . . . . رؤية مستقبلية )

**Making the Olympic champion and caring  
for the talented....a vision for the future**

**للمدة من ٢٧ - ٢٨ /أكتوبر/ ٢٠٢٢**

**العراق . دهوك**

### ❖ محاور المؤتمر

- ١- من اين تبدأ صناعة البطل الاولمبي؟
  - ٢- المدارس والاكاديميات مصانع لولادة المواهب الرياضية .
  - ٣- الاختبارات والمقاييس البدنية والمهارية والفلسفية والبيوكيماوية والنفسية والاثروبومترية منشرات لانتقاء وصناعة البطل الاولمبي .
  - ٤- الفحوصات الطبية والجينية والتحليل .
  - البيوكيماوية منشرات لانتقاء المواهب الرياضية.
  - ٥- دور الادارة والتنظيم في صناعة البطل الاولمبي.
  - ٦- الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب الرياضية .
  - ٧- الجينات الوراثية لانتقاء المواهب الرياضية وصناعة البطل .
  - ٨- تجارب العالم المتقدم رياضيا في صناعة البطل الاولمبي .
- ملاحظة : ان المحاور أعلاه تنطبق على الاسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة وكلا الجنسين وتجميع الالعاب الرياضية



المركز الثقافي والاجتماعي لجامعة دهوك- العراق



❖ رئيس المؤتمر  
الدكتور نasser Hassan خريبط

❖ اللجنة العليا للمؤتمر  
أ.د. محمد ناصر الدين رضوان



رئيس اللجنة



نائب رئيس اللجنة

أ.د. عبد التّايّف بكري



عضو

أ.د. ناهدة أمين الربيعي



عضو

أ.د. عبد الزهرة حمودي



عضو

أ.د. هادي حميد



عضو

أ.د. مवाद الهادي

## ❖ ضيوف الشرف



رئيس جامعة عمان الاطبية

1- أ.د. ساري حمدان



رئيس جامعة واسط

2- أ.د. مازن حسن حاسم الحسني



رئيس جامعة الصمدانية

3- أ.د. عقيل يحيى هاشم الاعرجي



❖ اللجنة العلمية للمؤتمر

ت	الاسم الثلاثي واللقب	الصفة	صورة	ت	الاسم الثلاثي واللقب	الصفة	صورة
١	أ.د. رافع صالح الكبيسي	رئيس اللجنة		٩	أ.د. أوحيد أونيشو آسي	عضو	
٣	أ.د. ياسين طه محمد علي	نائب رئيس اللجنة		١٠	أ.د. موفق أسعد الهيتي	عضو	
٣	أ.د. عباس فاضل الحراصي	عضو		١١	أ.د. سلمان عكاب الجنابي	عضو	
٤	أ.د. لمياء الحيوان	عضو		١٢	أ.د. حيار محمد صديق	عضو	
٥	أ.د. عادل تركي حسن	عضو		١٣	أ.د. صباح مهدي كريم	عضو	
٦	أ.د. عقيل مسلم عبد الحسين	عضو		١٤	أ.د. مازن هادي كزار	عضو	
٧	أ.د. ناهدة عبد ريد الطيبي	عضو		١٥	أ.د. حيار علي حيار	عضو	
٨	أ.د. آزاد حسن قادر	عضو		١٦	أ.د. حاسم عبد الحبار صالح	عضو	

■ اللجنة التحضيرية للمؤتمر

ت	الاسم الكامل	الصفة	صورة
١	أ.د. مازن عبد الهادي احمد	رئيس اللجنة	
٢	أ.د. أحمد عبد الأمير حمزة	عضو	
٣	أ.د. طلي محمد جواد الصائغ	عضو	
٤	م. أحمد مالك حمود	عضو	

❖ لجنة سكرتارية المؤتمر

ت	الاسم الثلاثي	الصفة	صورة
١	أ.م.د. سري جميل حنا	رئيس اللجنة	
٢	أ.م.د. بسيم عيسى يونس	عضو	
٣	م.د. رشاد عباس فاضل	عضو	
٤	م.د. حسين صالح نجم	عضو	
٥	م.م. بشار محمد خليل	عضو	
٦	م. قحطان عدنان	عضو	

■ اللجنة الإعلامية

ت	الاسم الثاني	الصفة	صورة
١	أ.د. طلي عبد الزهرة الهاشمي	رئيس اللجنة	
٢	أ.د. نعلان هادي الخرجي	عضو	
٣	أ. محمد زين العائدين	عضو	



مدينة دهوك السليمانية . إقليم كردستان العراق

- ❖ يتضمن المؤتمر مايلي :-
- ❖ منح جوائز علمية لأفضل بحث في كل محور من محاور المؤتمر من المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة .
- ❖ ندوة علمية تخصصية عن صناعة البطل الاولمبي .
- ❖ معرض للكتاب العلمي في مجال علوم الرياضة للبيع المباشر .
- ❖ يحصل المشاركون في المؤتمر على المستلزمات التالية :-
- ❖ حقيبة المؤتمر
- ❖ كتيب ملخص بحوث المؤتمر
- ❖ باج تعريفى للباحث مع صورة
- ❖ ميدالية المجمع العلمي للتميز والابداع
- ❖ فوئدر خاص بصور الباحثين
- ❖ وجبة غداء لجميع المشاركين في المؤتمر
- ❖ وجبات كوفي بريك على مدى جلسات المؤتمر
- ❖ سفرة سياحية للمشاركين في المؤتمر للمناطق السياحية خارج مركز محافظة دهوك
- ❖ شهادة المشاركة باللغة الانكليزية تصدر من مقر المجمع العلمي في مدينة سنفي الاسترالية
- ❖ نشر جميع الابحاث المقبولة في المجلة الاوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة التي تحمل معامل تأثير وكذلك تحمل رقم معياري دولي :
- ISSN:2409-2908 وضمن مستوعبات IMPACT FACTOR:2.0842
- موقع المجلة [www.ejsst.com](http://www.ejsst.com)

❖ رابط التسجيل بالمؤتمر :

<https://forms.gle/Cs5ks6Liavyh7DGH6>



## ❖ المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة



اسمه ريسان خريبط عام ٢٠١٦ خطنى المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة طريقاً واضحاً له في أن يكون صرحاً علمياً عربياً متميزاً، وفي صدارة الجمعيات والروابط والمؤسسات الرياضية العربية، واضعاً نصب أعينه تشجيع الباحثين والاكاديميين العرب في مجال علوم الرياضة على التفوق والتميز ورعايتهم علمياً ، ورفع مستوى الجودة في التعليم والتعلم ، ويضم المجمع العلمي العربي مجلس ادارة يتألف من رئيس لمجلس الادارة والنواب والامناء العلمي والاداري بالإضافة الى اعضاء مجلس الادارة من جميع الدول العربية والمئات من اعضاء المجمع بلقب استاذ من جميع الجامعات العربية ، ويصدر المجمع العلمي العربي عدة مجلات علمية متخصصة منها ( المجلة الاوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة المتخصصة في نشر البحوث العلمية الرصينة بعدة لغات ومجلة عالم الرياضة ومجلة دراسات علوم الرياضة ومجلة الاكاديمي وهي مجلات علمية متخصصة في نشر المقالات والدراسات العلمية في مجال علوم الرياضة وقد اقام المجمع العلمي سبعة مؤتمرات علمية عربية ودولية في العراق وتونس ومصر وماليزيا وروسيا ، واليوم يتشرف المجمع العلمي بإقامة مؤتمر الثامن ، ورعى المجمع العلمي العربي العديد من المؤتمرات العلمية في جامعات البصرة وبابل والكوفة وكلية الحلة الجامعة ويصدر المجمع العلمي مجلة علمية دورية ذات تقويم علمي محكم للبحوث المنشورة ، وقام المجمع العلمي العربي خلال مؤتمر جامعه الكوفة في العراق بتكريم كوكبة من العلماء العرب بوسام التميز والابداع العربي بالإضافة الى تكريم الباحثين العرب من فئة الشباب وكما رعى المجمع العلمي المؤتمر العلمي الثالث لعلوم الرياضة في كلية المستقبل الجامعة في نيسان ٢٠١٩ .



### ❖ شروط كتابة البحث

- لا يزيد البحث عن 15 ورقة A4 الخط 14
- لا يحتوي البحث على الباب النظري
- المصادر في متن البحث وليس هامش ويذكر
- ( اسم المؤلف ، السنة ، الصفحة )
- تدمج المقدمة مع مشكلة البحث مع الاهداف والغرض ولأذكر المجالات لان تفاصيل العينة موجودة في اجراءات البحث.
- لا يوجد عرض للجداول وانما مناقشتها مياثرتا.
- يكتب اسم الباحث وعنوانه والايمل والتلفون في الملخص
- ملخص باللغة العربية واللغة الانكليزية مترجم في مكتب متخصص ويرفض الملخص المترجم بشكل غير صحيح

### ❖ نشر بحوث المؤتمر

❖ نشر بحوث المؤتمر في المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة التي يصدرها  
المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة

❖ التصنيف الدولي للمجلة : ISSN:2409-2908 وضمن مستوعبات

IMPACT FACTOR:2.0842 موقع المجلة الرسمي : [www.ejsst.com](http://www.ejsst.com)

❖ رابط التسجيل بالمؤتمر :

<https://forms.gle/Cs5ks6Liavyh7DGH6>

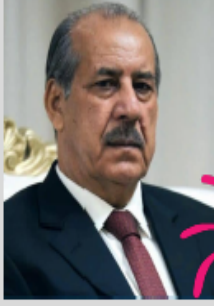


المركز الثقافي والاجتماعي لجامعة دهوك . موقع المؤتمر

أهلاً وسهلاً بكم

المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة  
Arabs Academy for Sports Science

## إعلانات هامة



### المجمع العلمي لعلوم الرياضة



انتهى الدكتور ريسان خريط من كتابة موسوعة بحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة بعدد ( خمس وعشرون جزء ) لعدد من دول العالم المتقدم، مثل امريكا، روسيا، الصين، المانيا، بريطانيا، استراليا، فرنسا، وعدد اخر من دول العالم المتقدم في الرياضة . حيث ضمت الموسوعة العديد من ملخصات الابحاث ورسائل الماجستير واطارح الدكتوراة ( التي لاتزيد عن عشر صفحات ولا تقل عن خمس صفحات ) ، بأستثناء الابحاث الرياضية في الوطن العربي لم يتناولها الكاتب في هذه الموسوعة . كما أنه سبق وأن اصدر ثمان اجزاء بهذا الشأن خاصة بابحاث كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في الوطن العربي والتي صدرت عن دار المناهج في عمان عام 1990. **01**

وسيتم احالة الاجزاء وعددها خمس وعشرون جزء قريبا الى احد المطابع. و هذه الموسوعة هي هدية علمية لطلاب الماجستير والدكتوراة وطلاب الدراسات الاولية وكذلك الباحثين في علوم الرياضة لدعم ابحاثهم العلمية بالافكار العلمية المتقدمة وكذلك دعم ابحاثهم في الدراسات المشابهة والسابقة ، وممكن الدراسات المقارنة ، وكذلك الاطلاع على العناوين للحصول على الافكار وتطبيقها في البيئة العربية . وبعد الانتهاء من طباعة الموسوعة سيتم الاعلان عن دار النشر التي سوف تقوم بطباعة الموسوعة مع ذكر عنوان دار النشر ورقم الهاتف والبريد الالكتروني والبلد التي تقع فيه دار النشر .

**02**



# قدرات الاسترداد والتجديد في الأعداد البدني

المدخل العلمي للعلاقة  
بين جهاز المناعة والأداء البدني

قراءة في الدراسات النظرية والميدانية  
المتعلقة بالارتقاء بالمستوى البدني والرياضي



دكتوراً / ريسان خريبط  
دكتوراً / محمد عثمان

مركز الكتاب للنشر

مركز الكتاب للنشر



قدرات الاسترداد والتجديد في الأعداد البدني - دكتوراً / ريسان خريبط - دكتوراً / محمد عثمان - مركز الكتاب للنشر



دكتور / محمد عثمان



دكتور / ريسان خريبط

### نبذة عن المؤلفين

تم اختيار هذه الشخصية كونهما تشكلان الركيزة الأساسية في إعداد التدريبات والمعين في مجال علوم التربية البدنية والرياضة. مجال موضوع الكتاب دراسة وتحليل ومناقشة قضايا الاسترداد والتجديد في صفات الأعداد البدني للأحسين والأبطال والتميز والتفكير الرياضي. يهدف هذا الكتاب إلى إكساب القارئ المبادئ العلمية التي تمكنه من فهم طبيعة هذه الصفات واستراتيجيات التدريب والاستعداد للتحديات التي تواجهها. كما يهدف إلى إكساب القارئ المبادئ العلمية التي تمكنه من فهم طبيعة هذه الصفات واستراتيجيات التدريب والاستعداد للتحديات التي تواجهها. كما يهدف إلى إكساب القارئ المبادئ العلمية التي تمكنه من فهم طبيعة هذه الصفات واستراتيجيات التدريب والاستعداد للتحديات التي تواجهها.



# موسوعة المواهب وصناعة البطول في المجال الرياضي

الجزء الأول: النظام المتبع للمواهب في دول العالم المتقدم



ريسان خريبط

مركز الكتاب للنشر



دكتوراً / ريسان خريبط

نبذة عن المؤلف

المرحلات العلمية والأكاديمية العلمية:  
- الدكتور / ريسان خريبط - كلية التربية الرياضية 1992 - 1995  
- الدكتور / ريسان خريبط - جامعة موسكو لعلوم الرياضة 1999  
- الدكتور / ريسان خريبط - جامعة موسكو لعلوم الرياضة 1999  
- الدكتور / ريسان خريبط - معهد الدولة المركزي للبحوث الرياضية بالتعاون مع جامعة موسكو لعلوم الرياضة وهي أعلى درجة علمية في قارة آسيا  
- الدكتور / ريسان خريبط - كلية التربية الرياضية 1995 - 2000  
- حصل على درجة (دكتور) في التربية الرياضية عام 1991  
التدريب العلمي:  
- له عشرات الكتب العلمية بين المؤلف والمترجم.  
- له عشرات البحوث العلمية المنشورة داخل الوطن العربي وخارجه.  
- شارك على المستوى من خلال المؤتمر والدكتوراه.  
- شارك في مئات من المؤتمرات العلمية في مختلف دول العالم.  
المناصب الأكاديمية:  
- 1992 - 1995: عميد كلية التربية الرياضية جامعة البصرة.  
- 1995 - 1999: عميد كلية التربية الرياضية جامعة بغداد.  
- 1999 - 2000: وكيل عميد كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ورئيس قسم الدراسات العليا.  
- 2000 - 2001: رئيس الأمانة العامة للمؤتمرات الرياضية في السويد.  
- 2001 - 2002: رئيس اللجنة العلمية العربية لعلوم الرياضة.  
- 2002 - 2003: نائب رئيس جمعية الأكاديميين العرب في قطر.  
- 2003 - 2004: نائب رئيس اللجنة العامة للشباب والرياضة.  
- 2004 - 2005: رئيس قسم البحوث والإحصاء في مجلس أوقاف قطر الرياضي.  
- مؤسس وعدد من المؤسسات والهيئات والأكاديميات والأقسام العلمية.



مركز الكتاب للنشر

موسوعة المواهب وصناعة البطول في المجال الرياضي - دكتوراً / ريسان خريبط - مركز الكتاب للنشر

موسوعة المواهب وصناعة البطل

في المجال الرياضي

الجزء الثاني: فعاليات ألعاب القوى

ريسان خريبط



مركز الكتاب للنشر

موسوعة المواهب وصناعة البطل في المجال الرياضي

ريسان خريبط

مركز الكتاب للنشر



ريسان خريبط

نبذة عن المؤلف

المرجات العلمية والألقاب العلمية:

- الدكتور بوس - جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية 1992 - 1993
- الدكتور - جامعة موسكو لعلوم الرياضة 1993
- الدكتور - جامعة موسكو لعلوم الرياضة 1997 PhD
- فوق الدكتوراه - معهد الدولة المركزي للبحوث الرياضية بالتعاون مع جامعة موسكو لعلوم الرياضة وهي أعلى درجة علمية في قارة آسيا
- والوطن العربي في حقل التخصص 1998 - 2001
- حصل على مرتبة ( لقب الأستاذية عام 1991

المنشآت العلمية:

- له عشرات الكتب العلمية بين التأليف والترجمة.
- له عشرات البحوث العلمية المنشورة داخل الوطن العربي وخارجه.
- شارك على العشرات من طلاب الماجستير والدكتوراه.
- شارك في ثلاث من المؤتمرات العلمية في مختلف دول العالم.

المناصب الإدارية:

- 1992 - 1993 عميد كلية التربية الرياضية جامعة البصرة.
- 1993 - 1994 عميد كلية التربية الرياضية جامعة سلفور.
- 1994 - 1995 وكيل عميد كلية التربية الرياضية جامعة سبها ورئيس قسم الدراسات العليا.
- 2002 رئيس الأندية الدولية لتكنولوجيا الرياضة في السويد.
- 2003 رئيس لجمعية الفيس العربي لعلوم الرياضة.
- 2004 نائب رئيس جمعية الأكاديميين العرب في أستراليا ونيوزلندا.
- 2004 رئيس الفيس في الهيئة العامة للشباب والرياضة.
- 2004 - 2005 رئيس قسم البحوث والإحصاء في مجلس أوقاف دبي الرياضي.
- مؤسس لعدد من المؤسسات والقطاعات والأكاديميات والأقسام العلمية.



مركز الكتاب للنشر

موسوعة المواهب وصناعة البطل

في المجال الرياضي

الجزء الثالث: الألعاب الرياضية

ريسان خريبط



مركز الكتاب للنشر

موسوعة المواهب وصناعة البطل في المجال الرياضي

ريسان خريبط

مركز الكتاب للنشر



ريسان خريبط

نبذة عن المؤلف

المرجات العلمية والألقاب العلمية:

- الدكتور بوس - جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية 1992 - 1993
- الدكتور - جامعة موسكو لعلوم الرياضة 1993
- الدكتور - جامعة موسكو لعلوم الرياضة 1997 PhD
- فوق الدكتوراه - معهد الدولة المركزي للبحوث الرياضية بالتعاون مع جامعة موسكو لعلوم الرياضة وهي أعلى درجة علمية في قارة آسيا
- والوطن العربي في حقل التخصص 1998 - 2001
- حصل على مرتبة ( لقب الأستاذية عام 1991

المنشآت العلمية:

- له عشرات الكتب العلمية بين التأليف والترجمة.
- له عشرات البحوث العلمية المنشورة داخل الوطن العربي وخارجه.
- شارك على العشرات من طلاب الماجستير والدكتوراه.
- شارك في ثلاث من المؤتمرات العلمية في مختلف دول العالم.

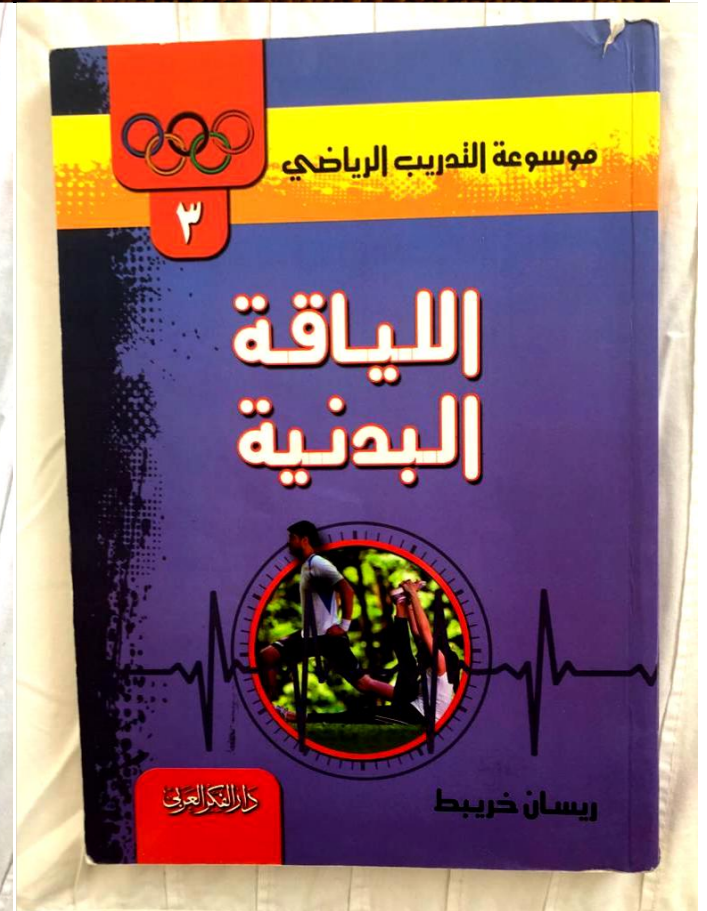
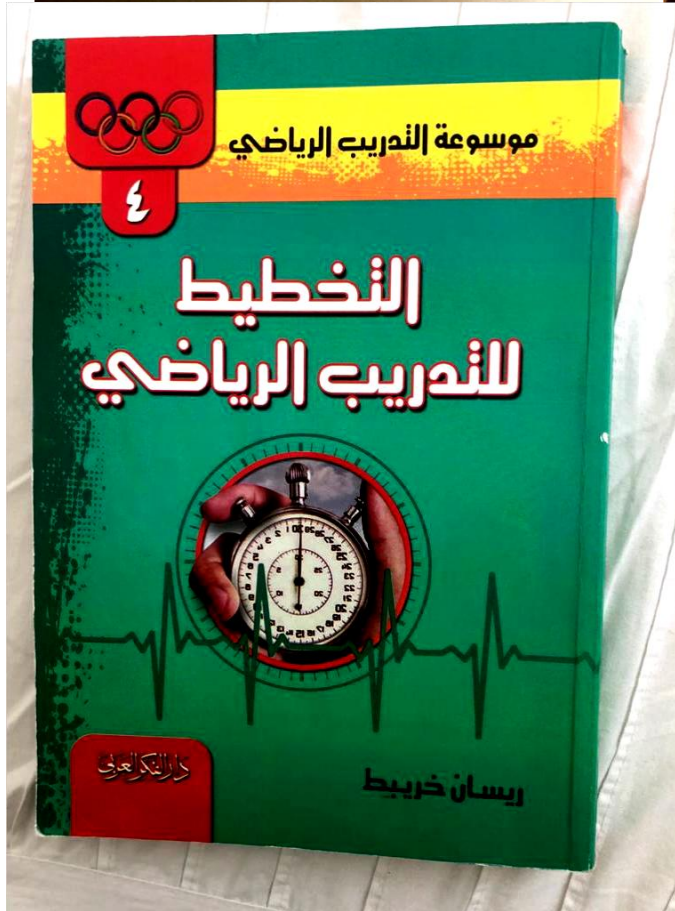
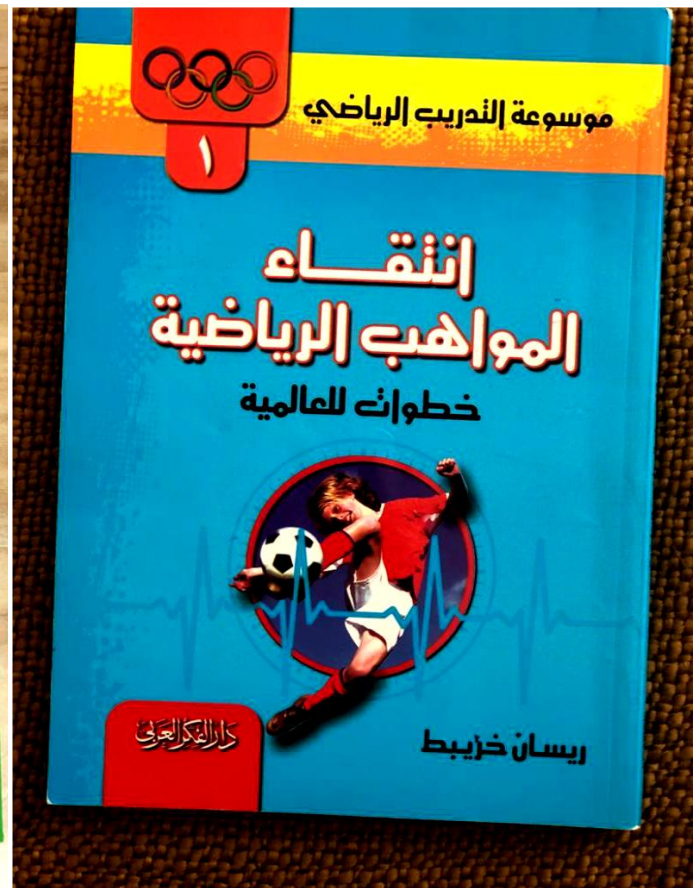
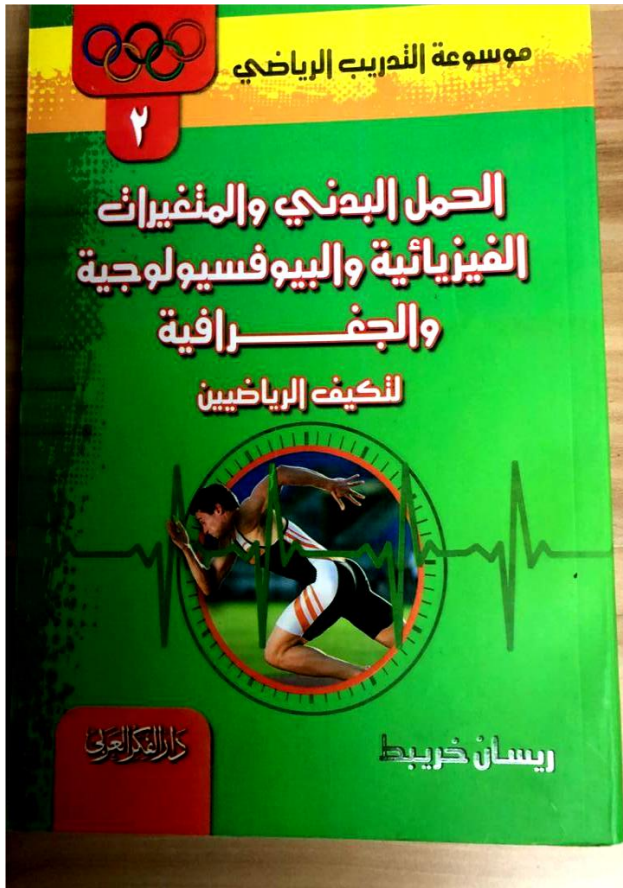
المناصب الإدارية:

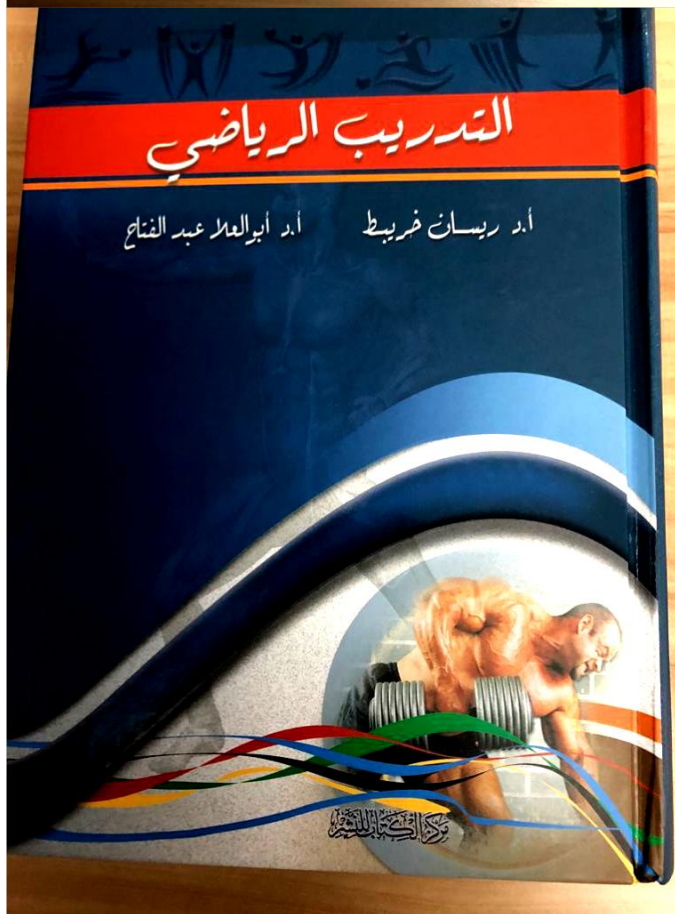
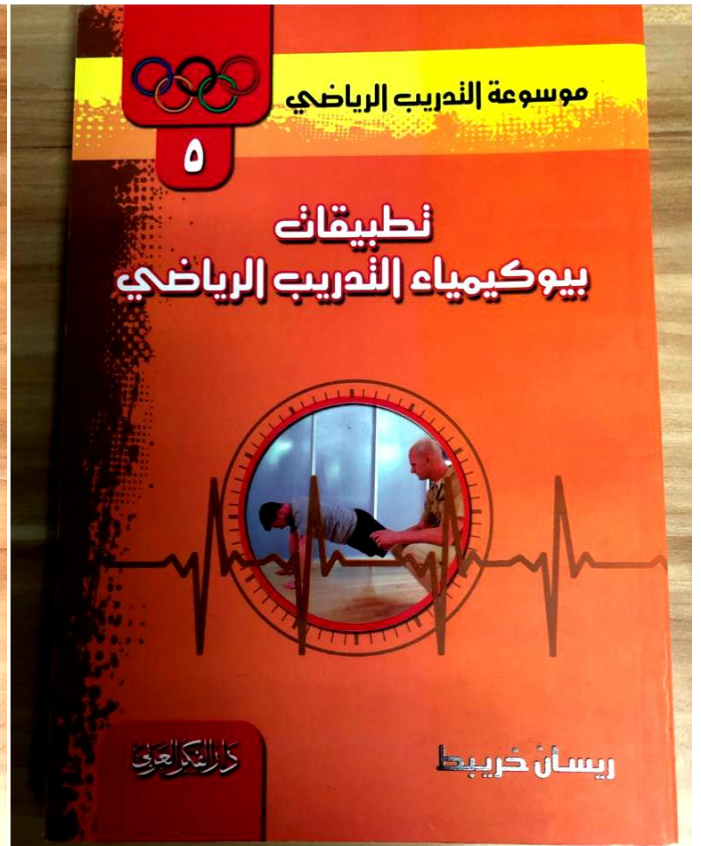
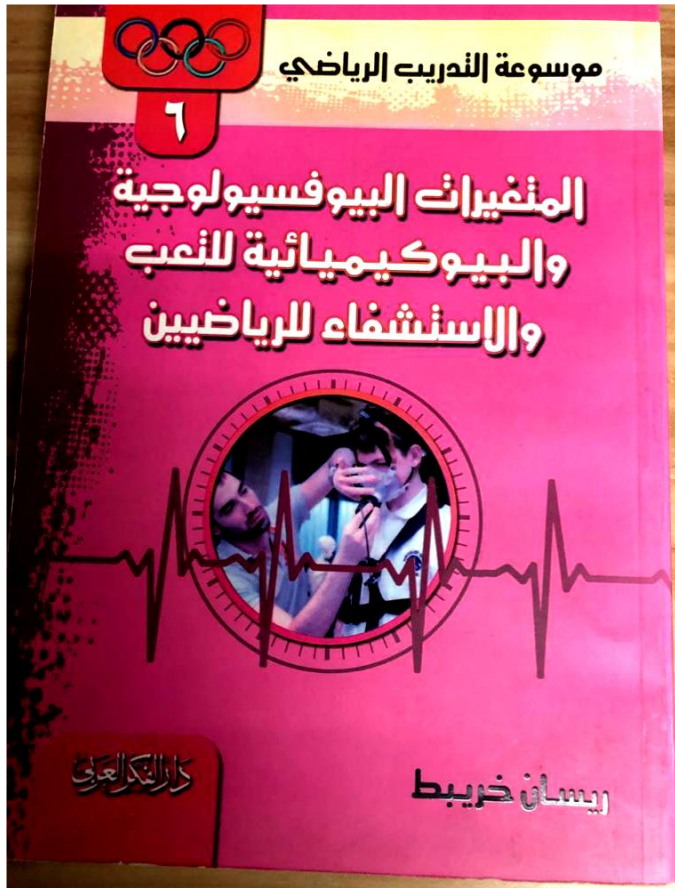
- 1992 - 1993 عميد كلية التربية الرياضية جامعة البصرة.
- 1993 - 1994 عميد كلية التربية الرياضية جامعة سلفور.
- 1994 - 1995 وكيل عميد كلية التربية الرياضية جامعة سبها ورئيس قسم الدراسات العليا.
- 2002 رئيس الأندية الدولية لتكنولوجيا الرياضة في السويد.
- 2003 رئيس لجمعية الفيس العربي لعلوم الرياضة.
- 2004 نائب رئيس جمعية الأكاديميين العرب في أستراليا ونيوزلندا.
- 2004 رئيس الفيس في الهيئة العامة للشباب والرياضة.
- 2004 - 2005 رئيس قسم البحوث والإحصاء في مجلس أوقاف دبي الرياضي.
- مؤسس لعدد من المؤسسات والقطاعات والأكاديميات والأقسام العلمية.



مركز الكتاب للنشر









مجلة دراسات علوم الرياضة  
العدد الرابع و الخمسون 54

أغسطس - أوت 2022

و من الله التوفيق

2022

المجمع العلمي العربي لعلوم الرياضة .