

## "الجوانب الصحية للممارسة الفعلية للنشاط البدني والرياضي في المدرسة"

## دراسة ميدانية من حيث الهياكل والفضاءات في ولاية المسيلة للطور الثانوي

جامعة المسيلة

أ. بن دقفل رشيد

## ملخص البحث :

يعتبر النشاط البدني والرياضي في المدرسة لبنة من لبنات بناء الفرد النفسية والاجتماعية والتربوية والخلقية بصفة عامة لما يميزه عن باقي المواد الأخرى باعتباره المادة التي توافق التلميذ من حيث تلبية حاجاته النفسية المتمثلة في اللعب والحاجة الاجتماعية المتمثلة في مجموعة النظائر من أصدقاء وزملاء الدراسة لكن كل هذا لا يتأتى إلا بالممارسة الفعلية والصحية للنشاط وهذا ما تناولوه في مداخلتنا هذه تحت إشكالية عامة وهي "هل هناك ممارسة صحية للنشاط البدني والرياضي في المدرسة من حيث الهياكل والفضاءات" وقد كانت ثانويات ولاية المسيلة نموذجاً له.

وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية :

- الوقوف على الواقع الميداني لممارسة النشاط البدني الرياضي في ولاية المسيلة
- تحقيق الأهداف الصحية للنشاط البدني والرياضي في المدرسة والذي كان الطور الثانوي عينة لذلك فإنه بعيد عن هذه الأهداف في الوقت الحالي .
- رغم وجود القوانين والتنظيمات التي تسمح بممارسة التلاميذ لهذا النشاط إلا أنه لا توجد ممارسة فعلية بالمفهوم الصحيح .
- كثير من الأحيان تكون الفضاءات والهياكل دور سلبى بتسببها في إصابات للتلاميذ
- ضرورة مراجعة سياسة التهيئة في ما يخص الهياكل والفضاءات اخذين بعين الاعتبار مبدأ السلامة للتلاميذ .

**Resumé :** D'après tous ce que l'on a vu, il s'avère que la réalisation des objectifs hygiéniques de l'activité physique et sportive à l'école – et dont on a pris le cycle secondaire comme échantillon – nécessite de la disponibilité des moyens matériels hygiéniques qui protègent l'élève des dangers qui peuvent lui causer des atteintes ou des handicaps durant la pratique des différentes activités physiques et sportives ayant pour but l'amélioration de l'aptitude physique et de la santé de l'élève. Mais, tout cela ne peut pas nier l'importance des autres facteurs déjà abordés comme la compétence du professeur, le volume horaire convocable et la lutte contre le surnombre dans les classes. En dernier lieu, nous concluons que l'activité physique et sportive au lycée est actuellement loin d'atteindre les objectifs que l'on a espérés.

## تمهيد:

يلعب النشاط البدني والرياضي في المرحلة الثانوية دورا هاما في تكوين شخصية التلميذ، وصقلها وتزويدها بالمهارات الحركية، والسمات الشخصية اللائقة، كما يلعب دورا كبيرا في اثبات ذات المراهق، والتنفيس والخفض من التوترات والضغط النفسية، التي يعاني منها التلميذ، فاللعب والممارسة التلقائية للنشاط تمنح للأستاذ فرصة ملاحظة مختلف السلوكيات، ومحاولة فهمها خاصة انه تربطه به علاقة خاصة، بحكم قربه منه، وطبيعة النشاط الممارس.

وحتى يحقق النشاط البدني والرياضي أهدافه، لابد له من هياكل ووسائل تعليمية وفضاءات رياضية تساعد الأستاذ على تأدية مهامه، وتدفع التلميذ للممارسة الفعلية في ظروف صحية لائقة، وهذا ما سنتطرق إليه في هذا البحث.

**1 مفهوم النشاط البدني والرياضي:**

إن النشاط البدني والرياضي كصطلح، هو تحرك الجسم بأي طريقة تؤدي إلى استهلاك للطاقة، مثل المشي، والجري، والسباحة، واللعب بأنواعه المختلفة.

فالنشاط البدني والرياضي تجاوز حدود الجسم، ليشمل أفاق الفكر، والإدراك والمشاعر والإحساسات، والانفعالات، والدوافع الشخصية، وهو ما يبين بصورة أوضح، إن مفهوم النشاط البدني قد خرج عن نطاق العضلات والجسم، كما كان يعرف به، ليشمل كل جوانب النمو السليم لشخصية الفرد.

- يرى "بيوتشر بتشارلز" أن النشاط البدني والرياضي، هو ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق، من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني، الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام<sup>32</sup>.

**1-2 علاقة النشاط البدني والرياضي بحصة التربية البدنية والرياضية:**

يقول الدكتور رسمي علي عابد في هذا الصدد "يعتبر النشاط البدني جزءا مهما ومكملا لحصة التربية الرياضية، بشكل خاص، وللتربية العامة بشكل عام، وهو جانب مهم في بناء الشخصية للطالب، وتغطي الجانب الجسدي، ويجب أن تكون النشاطات الرياضية مدروسة دراسة واقعية لكل فئة من الطلبة، توافق قدراتهم الجسدية، وتوافق الهدف الاجتماعي التربوي، المتوخى منها"<sup>33</sup>.

**1-3 الإمكانيات المادية وعلاقتها بدرس النشاط البدني والرياضي :**

تقول الدكتورة عنايات محمد "الإمكانيات المادية تلعب دورا كبيرا في تحضير الدرس، فتواجد الأماكن الرياضية وحالاتها الوظيفية، مثل الصالات الرياضية قاعة التمرينات، افية المدارس، الملاعب الرياضية وعدد الأدوات اليدوية الصغيرة، تجعل الدرس أكثر سهولة ويصبح مبهجا ومفيدا، لأنه إذا لم تتوفر هذه

<sup>32</sup> محمد عوض بسبوني وآخرون: نظريات وطرق التربية البدنية، ط2 ديوان المطبوعات الجامعية، ص 9

<sup>33</sup> رسمي علي عابد: النشاطات التربوية المدرسية بين الاصلالة والتحديث، ط 1، دارالكندي، سنة 1998 عان، الأردن ص 261

الإمكانيات المادية فهذا يتطلب تكوين مغاير للدرس، ويكون غالبا أصعب بل ويتطلب من المدرس معرفة أعمق بالمادة "34

فلا يجب التقليل من تأثير الإمكانيات المادية كما انه من الخطأ إن نقول أن نوعية الدرس تعتمد فقط على الإمكانيات المادية، ولكن يمكننا القول انه يمكن التوصل لأداء درس التربية البدنية والرياضية جيدا، إذا توفرت إمكانيات مادية بسيطة نسبيا، لأنها في غاية الأهمية، خاصة في عملية التقييم للتلاميذ مثل الميقاتية والديكامتر، بالإضافة إلى الكرات وما تعلق منها بنوعية النشاط وفي هذا الصدد تضيف الدكتور عنايات "توافر الإمكانيات هام، ويجب أن يتناسب مع عدد التلاميذ، تدريس درسين أو ثلاث دروس في نفس الوقت، في الصالة أو الفناء وحالات الأمان الصحية بما فيها أماكن خلع الملابس والأحوال الجوية" 35

#### 4-1 الإمكانيات المادية وعلاقتها بالجوانب الصحية في ممارسة النشاط البدني والرياضي:

إن مزاوله النشاط البدني والرياضي لأي غرض كان هو طريق سليم نحو تحقيق الصحة، حيث انه من خلال مزاوله هذا النشاط يتحقق للفرد النمو المتكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية، والعقلية، وهذا في الواقع يساعد على تحقيق مفهوم الصحة كما عرفتها منظمة الصحة العالمية " بأنها ليست خلو الفرد من المرض أو العجز ولكنها تكامل النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية" 36 ومن خلال ممارسة النشاط الرياضي يتحقق ما يلي :

يحقق النشاط الرياضي من خلال ممارسته السرور والسعادة بصفة عامة، وإشباع الرغبات بصفة خاصة "ويظهر ذلك جليا عندما يتعلم الفرد مهارة جديدة في أي لعبة من الألعاب أو عند تحقيق الفوز وهذا يجعل الفرد يشعر بقيمته وكيانه ويعوضه ذلك عن مظاهر الفشل في الحياة العامة وهو يساعد الفرد على الاتزان النفسي والاستقرار الوجداني" 37

مكان ممارسة النشاط الرياضي

#### تنظيم البحث :

##### 1- منهج البحث:

اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج الوصفي بأسلوب تحليلي والذي يقوم بدراسة الظاهرة عن طريق وصف ظواهرها وخصائصها وطبيعتها ومعرفة أسبابها وسبل التحكم فيها معتمدا على تجميع البيانات وتحليلها وبالتالي استخلاص النتائج بغرض معالجة المشكلة ثم تعميم هذه النتائج طبقا لمجموعة من القواعد خاصة بجمع المعلومات والحقائق وتصنيفها ومقارنتها وتفسيرها وهو المنهج المناسب لدراستنا التي تخص دراسة الإشكالية المتعلقة بالجوانب الصحية للممارسة الفعلية للنشاط البدني والرياضي في المدرسة الطور الثانوي.

<sup>34</sup> عنايات محمد فرح: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، سنة 1998، القاهرة، ص 37

<sup>35</sup> المرجع نفسه ص 38

<sup>36</sup> بهاء الدين إبراهيم سلامة: الجوانب الصحية في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، مصر، سنة 2001، ص 61

<sup>37</sup> المرجع نفسه ص 61

كما اعتمدنا على المنهج الإحصائي لتحويل البيانات والمعطيات من صورتها الكيفية إلى الصورة الكمية ليسهل قياسها وتحليلها

### - مجالات البحث :

1- المجال المكاني: تمت الدراسة في مختلف المؤسسات التربوية للطور الثانوي لولاية المسيلة حيث تم توزيع الاستبيانات على الأساتذة والمقدر ب 50 أستاذا من مجموع 69 أستاذا . والقيام بعملية مسح شامل للثانويات 45 بالولاية للوقوف على الواقع الميداني والصحي للممارسة.

ب-المجال الزماني : تمت الدراسة من شهر نوفمبر 2006 إلى شهر ماي 2007

عرض وتحليل النتائج للاستشارة الموجهة للمؤسسات التربوية :

بالنسبة مع السيد مع السيد مفتش المادة لتربية والتعليم مادة التربية البدنية والرياضية قمنا بإعداد استمارة تم توزيعها على كامل المؤسسات التربوية لولاية المسيلة والتي تدرس الوضعية الحالية لممارسة النشاط البدني والرياضي وقد تحصلنا على النتائج التالية :

1- عدد الأفواج التربوية التي لا تمارس التربية البدنية لأي سبب من الأسباب :

تبين الوثيقة المرفقة في الملاحق العدد الإجمالي للتلاميذ والمقدر ب 31720 في الطور الثانوي للموسم الحالي 2006 – 2007 وعلمنا إن العدد الإجمالي بين الطور الثانوي والمتوسط لعدد الأفواج هو 499 وكان عدد الأفواج في الطور المتوسط هو 310 فإننا بعملية بسيطة نجد عدد الأفواج في طور الثانوي التي لا تمارس النشاط البدني والرياضي لأي سبب من الأسباب هو :  $499 - 310 = 189$  فوج أي ما يعادل بالأرقام

19180 – 12400 = 6780 تلميذ أي ما يعادل 21% من المجموع الإجمالي للتلاميذ لولاية المسيلة والذين لا يمارسون النشاط البدني والرياضي ( انظر الملاحق )

2- العجز في مناصب التأطير :

لدينا المجموع الإجمالي للعجز في الطورين المتوسط والثانوي هو 102 منصبا ولدينا العجز في الطور المتوسط هو منصبا 73 فإننا نجد:

العجز في الطور الثانوي هو  $73 - 102 = 29$  منصبا وهو ما يعادل نسبة أكثر من 6.03 % مقارنة بعدد الأساتذة الحالي المقدر ب 63 أستاذا

3- عدد المؤسسات التي لا تمارس فيها كل الأصناف المقررة في الامتحان داخل المؤسسة نجلها في الجدول التالي :

عدد المؤسسات التي لا تمارس فيها كل أصناف الأنشطة المقررة في الامتحان داخل المؤسسة			
رمي	حفرة القفز	مضمار	مضمار سباق
الجملة	الطويل	السرعة	نصف طويل
7	0	12	13
%15	%0	%26.66	%28.88
النسبة العامة لمجموع المؤسسات المقدر ب 45			

الجدول رقم 2 : يوضح عدد المؤسسات ونسبها التي لا تمارس فيها كل الأصناف المقررة في امتحان البكالوريا الرياضية

4- عدد المؤسسات غير الوظيفية لممارسة النشاط البدني والرياضي :

إذا علمنا العدد الإجمالي للمؤسسات بين الطورين الثانوي والاكمل هو 29 كما توضحه الوثيقة ( انظر الملاحق ).

فإننا بالطرح نجد  $29 - 41 = 12$  مؤسسة غير وظيفية وهو ما يعادل بلغة الأرقام نسبة 26.66% من مجموع المؤسسات المقدر ب 45 مؤسسة بالولاية .

تحليل وتفسير نتائج الاستبيان الموجه للأساتذة:

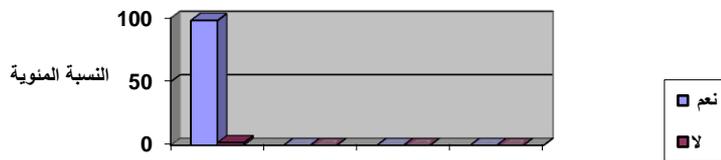
سكننتي بتقديم بعض النتائج فقط والتي تمس الموضوع بصفة مباشرة .

السؤال الأول: هل أنت راض بوظيفتك؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى قناعة الأستاذ بوظيفته .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	49	%98
لا	1	%2
المجموع	50	%100

الجدول 1: يبين الإجابة عن السؤال الثاني



الاجابة

رسم توضيحي 1 يبين نسبة الإجابة عن السؤال الثاني

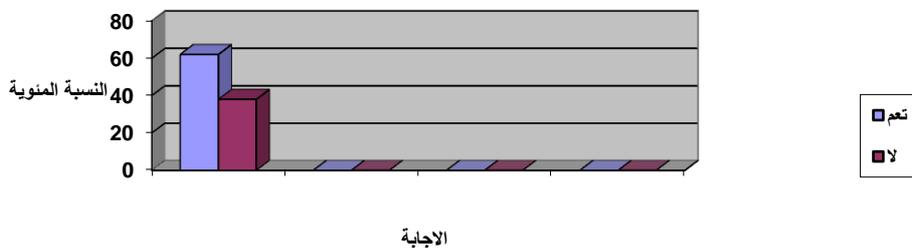
## التحليل:

من خلال الجدول نجد إن الأغلبية الساحقة من الأساتذة والمقدرة نسبتهم ب 98% هي راضية بالوظيفة باستثناء واحد والذي قد يرجع عدم قناعته بالوظيفة إلى التوجيه الأول والاصطدام بواقع النشاط البدني والرياضي فقناعة الأستاذ تعتبر دافع قوي للإتقان المهنة والسعي للابتكار والإبداع وتجاوز العقبات فمن يجب شيئا يجب أن يضحى لأجله ويصبر على مشاقه .

السؤال الثاني: هل يقبل التلاميذ على ممارسة النشاط البدني والرياضي في الحصة؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى إقبال التلاميذ على ممارسة النشاط البدني والرياضي ؟

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	31	62%
لا	19	38%
المجموع	50	100%

الجدول 2: يبين الإجابة عن السؤال السابع



رسم توضيحي 2 يبين الاجابة عن السؤال السابع

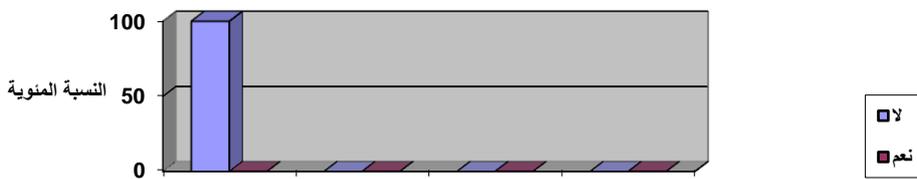
## التحليل:

إذا كانت نسبة الإقبال تعادل 62% بالمئة للتلاميذ فان نسبة 38% يقولون بان التلاميذ لا يقبلون على ممارسة النشاط البدني والرياضي وهي نسبة ذات دلالة تعكس الوضعية الميدانية لهذا النشاط والذي يرجع إلى عدة أسباب والتي منها الهياكل والفضاءات بالإضافة على طريقة الأستاذ في التعامل مع التلميذ.

السؤال الثالث: هل لديكم قاعة رياضية لممارسة النشاط؟  
الغرض من السؤال: معرفة تأثير المناخ على الممارسة الفعلية صيفا وشتاء.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	0	%0
لا	50	%100
المجموع	50	%100

الجدول 3: يبين الإجابة عن السؤال السادس



الاجابة

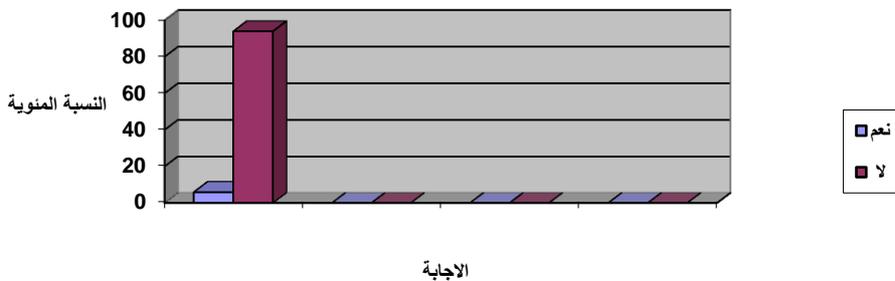
رسم توضيحي 3 يبين الاجابة عن السؤال الثاني  
التحليل:

من الجدول يتضح انعدام كل لاستعمال القاعات الرياضية بالولاية في المؤسسات مما يؤثر سلبا على الممارسة الفعلية خاصة في فصلي الشتاء والصيف نظرا لصعوبة الظروف المناخية سواء ما تعلق منها بالحرارة أو البرودة وتساقط الأمطار خاصة في المناطق الشالية وهذا كله يؤثر على عملية التخطيط والبرمجة للحصص على طول السنة.

السؤال الرابع: هل الفضاءات الموجودة حاليا صحية لممارسة النشاط البدني والرياضي؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى صحة هذه الفضاءات.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	3	6
لا	47	94
المجموع	50	100

الجدول 4: يبين الإجابة عن السؤال الثالث



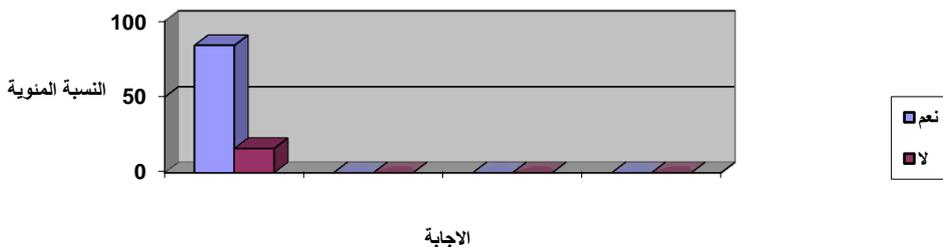
رسم توضيحي 4 يبين نسبة الاجابة عن السؤال لثالث

**التحليل:** من خلال الجدول نجد إن الغالبية الساحقة من الأساتذة يقولون بان الفصاءات الموجودة غير صحية والمتمثلة في 47% اما النسبة المتبقية فهم يرون عكس ذلك وهي المؤسسات المحظوظة من حيث التهيئة والصيانة .

السؤال الخامس : هل تسبب هذه الفصاءات إصابات للتلاميذ أثناء الممارسة ؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى صحة الفصاءات للممارسة.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	42	84
لا	8	16
المجموع	50	100

الجدول 5: يبين الإجابة عن السؤال الرابع

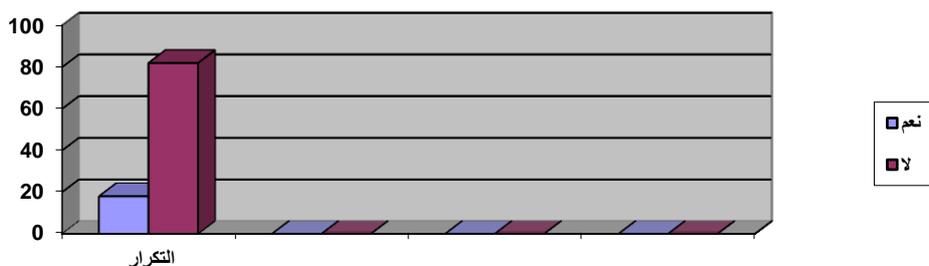


رسم توضيحي 5 يبين نسبة الاجابة عن السؤال الرابع  
**التحليل:** من خلا الجدول يتضح إن نسبة 84% من الأساتذة يرون إن الفصاءات الرياضية في الوضعية الحالية تعتبر عامل من العوامل التي تؤدي إلى اصابة التلاميذ في حصة النشاط البدني والرياضي وهذا له تفسيره خاصة إذا علمنا إن اغلب الفصاءات تبنى بشكل تكميلي دون سابق تخطيط .  
في حين نجد إن نسبة 16% يرون عكس ذلك .

السؤال السادس: في رأيك هل النشاط البدني والرياضي يحقق اهدافه الصحية حاليا؟  
الغرض من السؤال معرفة رأي الأستاذ في تحقيق النشاط لاهدافه الصحية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	9	%18
لا	41	%82
المجموع	50	%100

الجدول 6: يبين الإجابة عن السؤال الخامس



رسم توضيحي 6 يبين نسبة الاجابة عن السؤال الخامس  
التحليل:

من خلال الجدول يتضح إن نسبة 82% من الأساتذة يعتبرون أن النشاط البدني لا يحقق أهدافه الصحية في وضعيته الحالية في مقابل 18% يقولون أن النشاط يحقق أهدافه المرجوة من الناحية الصحية. وهذا التفاوت في النسبة يعكس الفروقات بين مختلف المؤسسات التربوية من حيث تهيئة الفضاءات.

#### الاستنتاج العام:

من خلال كل ما تقدم يتبين انه لتحقيق الأهداف الصحية للنشاط البدني والرياضي في المدرسة والذي كان الطور الثانوي عينة لذلك فانه لا بد من توفر الإمكانيات المادية الصحية والتي لا تعرض التلميذ للخطر أثناء الممارسة وبالتالي ينقلب من نشاط يساهم في إكساب الصحة واللياقة البدنية إلى نشاط مسبب للعاهات والإصابات وهذا لا ينبغي توفر عوامل أخرى والتي سبق التطرق لها كأهلية الأستاذ والحجم الساعي والتقليل من عامل الاكتظاظ ومن كل ما تقدم يمكن ان نقول ان النشاط البدني والرياضي في الطور الثانوي بعيد عن تحقيق الأهداف المرجوة منه .

المراجع:

بهاء الدين إبراهيم سلامة:الجوانب الصحية في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، مصر، سنة

- رسمي علي عابد: النشاطات التربوية المدرسية بين الأصالة والتحديث، ط1، دارالكندي، سنة 1998 عمان، الأردن .
- عبد الحميد شرف: تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية مركز الكتاب للنشر دار الوفاء سنة 2000 الإسكندرية .
- عنايات محمد فرح: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، سنة 1998، القاهرة .
- محمد حسن علاوي سيكولوجية التدريب والمنافسات دار المعارف كلية التربية البدنية والرياضية جامعة حلوان سنة 1992 محمد رفعت رمضان : أصول التربية وعلم النفس، دار الفكر العربي، سنة 1984 مصر العربية .
- محمد زياد حمدان: الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها ، ط1، مؤسسة الرسالة، بيروت، سنة 1981 .
- محمد عوض بسيوني وآخرون: نظريات وطرق التربية البدنية، ط2 ديوان المطبوعات الجامعية .