

علاقة بعض عناصر اللياقة البدنية بالتحصيل الدراسي في الطور المتوسط

Relation some elements of physical fitness to academic achievement in the intermediate stage

بوخراز رضوان^{1*}، فتح الله عزوز²

¹ جامعة الجزائر 03 (الجزائر)، b_redouane_eps@yahoo.fr

² جامعة الجزائر 03 (الجزائر)، azzizazziz7@gmail.com

تاريخ النشر: 2021/05/31

تاريخ القبول: 2021/05/30

تاريخ الإرسال: 2021/05/04

الملخص: عالج الباحثان مشكلة مفادها، هل هناك علاقة ترابطية بين مستوى اللياقة البدنية في مؤشريها (السرعة والقوة) للتلميذ وتحصيله الدراسي في الطور المتوسط واستخدما الباحثان المنهج الوصفي مستعينان بعينة بلغت 250 تلميذ بطريقة قصدية، باستخدام عدة اختبارات (الجري السريع، والمضخة واختبار سارجنت)، وقد عولجت البيانات احصائيا من خلال برنامج spss 19 وفي الاخير توصل الباحثان لصحة الفرضية القائلة بأن هناك علاقة ارتباطية قوية بين مستوى اللياقة البدنية بمؤشريها (السرعة والقوة) والتحصيل الرياضي للتلميذ.

الكلمات المفتاحية: اللياقة البدنية ؛ التحصيل الدراسي ؛ الطور المتوسط.

Abstract: The two researchers dealt with a problem that is, is a correlation relationship between physical fitness in its two indicators (speed and strength) for the student and his academic achievement in the intermediate stage. Statistically from the SPSS 19 program. Finally, the two researchers reached the validity of the hypothesis that there is a correlation between the level of fitness with its two indicators (speed and strength) and the student's mathematical achievement.

Key words : physical fitness ؛ academic achievement ؛ Intermediate education.

1- مقدمة ومشكلة البحث:

إن نجاح العملية التربوية وتحقيق أهدافها يعد من أهم المحاور الأساسية في بناء النظام التربوي لذلك فإن إعداد التلاميذ أصبح من صميم اهتمامات الكثير من دول العالم لكونه يحتل مركز الصدارة في مسؤولية بناء الأجيال وأعدادها للمستقبل ، فالتربية البدنية والرياضية تعتبر احد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة ، ولكن تختلف عن المواد الأخرى ، بكونها تعمل على إكساب التلاميذ معارف ومعلومات زائد مهارات وخبرات حركية تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، وهذا من خلال العملية التدريسية(د حرياش براهيم وآخرون ، 2019 : 254)، وكون ان اللياقة البدنية وتقويمها له دور مهم في عملية الإعداد الصحيح للتلميذ في الوسط التربوي بسبب ما تقدمه عناصر اللياقة البدنية من بناء وظيفي وتشريحي صحيح وسليم للتلاميذ للوصول إلى مستوى مقبول للياقة البدنية والتي من خلالها يمكن يحصل التلميذ على صحة جيدة ، تنعكس ايجابا على تحصيله الدراسي، فاللياقة البدنية كانت وما زالت أحد الأهداف المهمة للتربية البدنية والرياضية.

كون اللياقة البدنية لا يتم تقويمها في وقت قصير وإنما تحتاج إلى مزيد من الوقت لتقويمها ويؤكد (البسطويس) "بأن للمدرسة دور فاعل في تطوير ورفع القدرات البدنية للتلاميذ للوصول إلى المستوى البدني الجيد في كافة المراحل، (البسطويس احمد ، عباس احمد، 1984 : 126) .

وتبرز أهمية اللياقة البدنية للفرد بصفة عامة وللتلاميذ بصفة خاصة في بناء جسم قوي لمجابهة صعاب الحياة كما أنها أحد أهم العوامل التي تساعد في الوقاية من الإصابة بالعديد من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة وأشار بختاوي أبوبكر وآخرون أن اللياقة البدنية تعد مؤشرا بيولوجيا مهما للحياة الصحية العامة (بختاوي أبوبكر وآخرون، 2019 : 271) ، كما بينت الدراسات أن ممارسة النشاط الرياضي وارتفاع مستويات اللياقة البدنية للطلبة تساهم في

زيادة عمليات التكيف الاجتماعي، وفي تكوين الشخصية المتوافقة اجتماعياً، مما قد يساهم في التأثير الإيجابي على التحصيل الدراسي، ويرى دحون عومري وآخرون أن تحديد المستويات المعيارية للياقة البدنية المرتبطة بالصحة من الأمور المهمة فمن خلالها يستطيع أستاذ التربية البدنية التعرف على النقص الحاصل في مستويات اللياقة البدنية (دحون عومري، 2018: 96).

ويعتبر التحصيل الدراسي للتلميذ الغاية الأهم والهدف الأسمى عند كثير من أولياء الأمور، وذلك على اعتبار أن الدراسة والتعليم أمر ضروري لإيجاد التنمية البشرية ورفع المستوى الاجتماعي والاقتصادي للفرد، وقد أجريت العديد من الدراسات ومنذ فترة طويلة إلا أن الجدل العلمي ما زال قائماً لبيان وبحت العلاقة ما بين النشاط البدني الممارس ومستوى اللياقة البدنية وأثرهما على مستوى التحصيل الدراسي للتلميذ، حيثُ أجرى (العرجان والكيلاني 2001: 96) دراسة بهدف التوصل لبيان العلاقة الارتباطية بين التحصيل الدراسي ومستوى اللياقة البدنية، وقد أشارت نتائج دراستهما إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الدراسي ، وهذا يعني ان الأجهزة العضوية للجسم تتمتع بالصحة الوظيفية والكفاية في الاداء بما يمكنها من جعل الشخص قادرا على القيام بالأعمال اليومية القوية والمشاركة في أنشطة وقت الفراغ (رواء علاوي كاظم، 1999: 74) ، وعرف بن ذهبية الصفات البدنية مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس (بن ذهبية، 2013 : 125) وعرف عبد الرحمان العيسوي التحصيل الدراسي أنه مقدار المعرفة التي حصلها الفرد نتيجة التدريب والمرور بخبرات سابقة (عبد الرحمان العيسوي 1991 : 105).

وهناك العديد من البحوث والدراسات المشابهة أجراها الباحثون كلاً في مجال عمله ومن هذه البحوث :

1- دراسة قيس محمد ، لؤي ساطع ، نبيل عبد الوهاب : بعنوان تقويم مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة كلية المعلمين ، الجامعة المستنصرية ، 1995 .

أهداف البحث : يهدف البحث إلى تقويم بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة المرحلة الأولى (الفرع العام) . (قيس محمد ، وآخرون 2001 : 215)
الاستنتاجات :

- أن مستوى الطلاب البدنية أفضل من الطالبات .
 - أن العينة وبفئتيها كانت نسبتهم في مستوى (ضعيف جداً) هي أعلى النسب المقررة لهذا المستوى في منحى التوزيع الطبيعي .
 - في اختبار السرعة لكلى الجنسين كان في مستوى مقبول .
- التوصيات :

- التأكيد على رفع مستوى اللياقة البدنية لطلبة الكلية من خلال درس التربية الرياضية .
 - الاهتمام بالأنشطة اللاصفية لغرض رفع مستوى اللياقة البدنية للطلبة .
- 2 _ دراسة أيمن شاكر محمود : بعنوان " دراسة مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الأولى في كلية الأداء ، جامعة بغداد ، (أيمن شاكر محمود: 1988)
الاستنتاجات :

- تفوق طلاب المنطقة الوسطى في اختبار السرعة على طلاب المنطقتين الشمالية والجنوبية إلا أنها بصورة عامة تتصف بصورة بطيئة .
- تفوق طلبة المنطقة الشمالية في اختبار الوثب العريض من الثبات واختبار البطن

التوصيات :

- الاهتمام بتطوير الصفات البدنية لجميع الطلبة ولجميع المراحل على أسس علمية

- وضع برامج تعليمية وتدريبية لكافة مدارسنا تهتم باللياقة البدنية للمواطن العراقي ، (ايمان شاكر محمود ، 1988 : 583).

إشكالية الدراسة :

- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة ،القوة الأطراف العلوية ،القوة الأطراف السفلية) و التحصيل الدراسي للتلاميذ الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية لأفراد عينة الدراسة؟.
- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة) و التحصيل الدراسي للتلاميذ الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية لأفراد عينة الدراسة؟.
- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية (القوة للأطراف العلوية ،القوة للأطراف السفلية) و التحصيل الدراسي للتلاميذ الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية لأفراد عينة الدراسة؟.
- فرضيات الدراسة : توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة ،القوة للأطراف العلوية ،للقوة الأطراف السفلية) و التحصيل الدراسي للتلاميذ الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية لأفراد عينة الدراسة؟
- توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة) و التحصيل الدراسي للتلاميذ الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية لأفراد عينة الدراسة؟
- توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية (القوة للأطراف العلوية القوة للأطراف السفلية) والتحصيـل الدراسي للتلاميذ الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية لأفراد عينة الدراسة؟

2- الهدف العام من الدراسة:

- _ تطوير الصفات البدنية للتلاميذ على أسس علمية
- _ رفع مستوى اللياقة البدنية لطلبة الكلية من خلال درس التربية الرياضية .
- _ تقويم بعض عناصر اللياقة البدنية

3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

- اللياقة البدنية: يعرفه (رواء علاوي كاظم، 1999: 74) وهي تعني سلامة البدن وكفاءته في مواجهة التحديات التي تواجه الانسان خلال تعامله في الحياة ويستخلص الباحث انها القدرة على أداء مقتضيات الحياة بكل كفاءة .
- التحصيل الدراسي: (عبد الرحمان العيسوي 1991 : 105) أنه مقدار المعرفة التي حصلها الفرد نتيجة التدريب والمرور بخبرات سابقة .
- ويستخلص الباحث ان التحصيل هو من مخرجات العملية التربوية

_ **الطور المتوسط :** (عابد سماح ، 2018: 89) ، هي مرحلة دراسية معتمدة من قبل وزارة التربية الوطنية الجزائرية ، حيث تقع هذه المرحلة ، في موقع حساس في عملية التعليم ، تمتد من السنة الاولى متوسط ، الى السنة الرابعة متوسط

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

4-1 الطريقة والأدوات:

- **المنهج المتبع:** اعتمدنا على المنهج الوصفي لملاءمته حيثيات البحث.
- **الدراسة الإستطلاعية (كيفياتها - ظروفها - النتائج الأولية)**
قبل الشروع في الدراسة الميدانية و حتى يحصل الباحثان على النتائج الصحيحة والموثوق بها ، وجد من اللازم عليه إن يتقيدا بالسياق العلمي لإجراء الاختبار وبناءا عليه تم إجراء تجربة استطلاعية ،لذا قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية للمدة من 18_2019/02/28 لأجل التعرف على الصعوبات التي قد تواجههما من حيث تنفيذ وطريقة التسجيل للاختبارات البدنية والوقت المستغرق لتنفيذها ومدى صلاحية الأدوات المستخدمة وعلى

الرغم من كون جميع الاختبارات البدنية المرشحة للتطبيق تمتاز بالمعاملات العلمية نظرا لكونها مقننة ووردت في عدة مراجع ، إلا ان الباحثان لم يكتفيا بذلك لذا قام بتطبيقها على عينة قوامها (30) تلميذ من خارج أفراد العينة ومنخبون عشوائيا من مجتمع البحث نفسه من اجل استخراج المعاملات العلمية لها والمتمثلة بالصدق والثبات والموضوعية، حيث تم إجراء الاختبارات البدنية على مدى (10) أيام ووزعت الاختبارات البدنية وفق أسلوب متدرج ومتنوع من ناحية الأداء والشدة بحيث لا تؤدي أثناء تطبيقها الى وصول التلميذ إلى حالة التعب أو الملل والتي قد تؤثر سلبيا على مجريات الدراسة.

والغرض من الدراسة الاستطلاعية يتجلى في عدة أمور منها :

- التعرف على الوقت اللازم لأداء الاختبارات .
 - التأكد من إمكانية تطبيق الاختبارات من قبل التلاميذ.
 - التعرف على الأسس العملية للاختبارات .
 - العينة وطرق اختيارها.
- تتألف عينة البحث من 250 تلميذ من تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط تم اختيارهم بالطريقة القصدية ، موزعين على 10 متوسطات بحيث 25 تلميذ من كل متوسطة تناول الباحث مايلي
- 5 تلاميذ يكون معدلهم اقل من 07,00 بمستوى ضعيف جدا.
 - 5 تلاميذ يكون معدلهم بين 07.00 / 20 <...> 10.00 بمستوى ضعيف.
 - 5 تلاميذ يكون معدلهم بين 10.00 / 20 <...> 13.00 بمستوى متوسط .
 - 5 تلاميذ يكون معدلهم بين 13.00 / 20 <...> 16.00 بمستوى جيد.
 - 5 تلاميذ يكون معدلهم اكبر من 16.00 / 20 بمستوى ممتاز .

- مجالات الدراسة.

- المجال المكاني: أجري البحث الميداني بالساحات المخصصة لحصة التربية البدنية والرياضية من 10 متوسطات ببلدية افلو ولاية الاغواط .
- المجال الزمني: امتد من نهاية نوفمبر وبالتحديد في اليوم الثلاثين من عام 2017 من السنة الميلادية لغاية الفاتح من مارس 2019 هـ .

- إجراءات البحث

_ادوات البحث: المراجع العربية والاجنبية ، شبكة الانترنت الدولية، الاختبارات والقياسات، المقابلات الشخصية، استمارة استبيان للأساتذة والمختصين لتحديد اهم الصفات البدنية، استمارة استبيان للأساتذة والمختصين لتحديد اهم الاختبارات البدنية.

- تحديد الصفات البدنية: قام الباحثان بتجميع استبيان تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية واهم اختباراتهما وقد تم توزيعها على مجموعة من السادة الخبراء المختصين في مجال التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي واللياقة البدنية لغرض استطلاع ارائهم في تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية التي تتناسب مع تلاميذ السنة رابعة من التعليم المتوسط ، وقد تم استخدام قانون النسبة المئوية في تحديد المهارات واختيار الاختبارات حيث تم اعتماد نسبة 80% فأكثر كما في الجدول (1) .

جدول (1) جدول يوضح نسب الاتفاق وقيمة مربع كا2 للاختبارات من قبل الخبراء

الاختبار	وحدة القياس	عدد الموافقين	%	قيمة كا2		الدالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
المداومة	م	7	87,5%	4,5	3,84	معنوي
السرعة (الجري السريع)	ثا	8	100%	8		معنوي
الرشاقة	ثا	8	100%	8		معنوي
القوة	ثا	8	100%	8		معنوي
المرونة	سم	7	87,5%	4,5		معنوي

- تحديد الاختبارات البدنية: بعد أن تم تحديد أهم الصفات البدنية لتلاميذ السنة رابعة متوسط حسب رأي الخبراء قام الباحثان بترشيح مجموعة من الاختبارات بلغ عددها (18) اختبارا تمتاز بالمعاملات العلمية العالية لورودها في المراجع العلمية إضافة إلى تطبيق أغلبها في الوسط التربوي بالجزائر . ولأجل تحديد أهم الاختبارات البدنية عرضت استمارة لاستطلاع رأي الخبراء في مجال التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي واللياقة البدنية والبالغ عددهم (12) خبيرا وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات تم استبعاد الاختبارات البدنية التي حصلت على أقل حسب رأي الخبراء.

_ الأسس العلمية للاختبارات

_ صدق الاختبارات :

ولغرض استخراج (صدق الاختبارات) قام الباحث بعرض استمارة الاستبيان على مجموعة من الخبراء وبذلك حصل الباحث على صدق المحتوى او المضمون.

جدول (2) جدول يوضح نسب الاتفاق وقيمة مربع كا² للاختبارات من قبل الخبراء

ت	الاختبار	وحدة القياس	عدد الموافقين	%	قيمة كا ²		الدلالة الإحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
1	الجري السريع : الجري لمسافة 70 متر	م	7	87,5%	4,5	3,84	معنوي
2	اختبار المداومة : استعمال اختبار بريسكي لمدة 10 د	م	8	100%	8		معنوي
3	اختبارات القوة للأطراف السفلية اختبار سارجنت لقياس القوة في الأطراف السفلية	سم	8	100%	8		معنوي
4	اختبارات القوة للأطراف العلوية : اختبارات المضخة	ثا	8	100%	8		معنوي

_ ثبات الاختبار: استخدم الباحث لحساب معامل الثبات طريقة اختبار وإعادة

الاختبار وبفاصل زمني قدره (10) أيام، وبعد معالجة البيانات إحصائيا من

خلال ايجاد معاملات الارتباط (سبيرمان) للرتب بين الاختبار الأول والثاني قد تبين من الجدول (2) إن جميع الاختبارات تتمتع بمعامل ثبات عالي وذات موضوعية عالية .

_ موضوعية الاختبار: استخدم الباحث معامل الارتباط (سبيرمان) لموضوعية الاختبارات بين الحكم الأول والثاني، وبعد معالجة النتائج احصائيا بين نتائج الحكمين تبين إن الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية .

جدول (3) يوضح المعاملات العلمية للاختبارات

ت	الاختبارات	درجة القياس	معامل الثبات	معامل الموضوعية
1	الجري السريع لمسافة 70 متر	ثا	0,86	0,90
2	اختبار المداومة : استعمال اختبار بريسكي لمدة 10 د	م	0,84	0,87
3	اختبارات القوة للاطراف السفلية : اختبار سارجنت لقياس القوة في الاطراف السفلية	سم	0,80	0,84
4	الاطراف العلوية : اختبارات المضخة	ثا	0,84	0,90

- التجربة الرئيسية:

- اختبار قياس السرعة : بالجري السريع لمسافة 70 متر من الوقوف.

جدول(4) يمثل مستويات الجري السريع 70 متر

	الذكور (بالثواني)	الإناث (بالثواني)	العلامة النهائية
ممتاز	أقل من 9 ثا	أقل من 10,5 ثا	أكثر من 16
جيد	من 9 ثا إلى 10,5 ثا	10,5 ثا إلى 12 ثا	20 / 13.00 < ... > 16.00 / 20
متوسط	من 10,5 ثا إلى 12 ثا	من 12 ثا إلى 13,5 ثا	بين 20 / 10.00 < > 20 / 13.00
ضعيف	12 ثا إلى 13,5 ثا	من 13,5 إلى 15 ثا	بين 20 / 07.00 < ... > 10.00 / 20
ضعيف جدا	أكثر من 13,5 ثا	أكثر من 15 ثا	أقل من 07,00

- **اختبار المداومة :** اختبار بريكسي bixci الجري لمدة 5 دقائق
- الغرض من الاختبار: قياس حجم الاكسجين الأقصى VO2Max .
- حساب النتيجة: تسجل للاعب المسافة التي قطعها خلال 5 دقائق .
- جدول (5) :يمثل مستويات اختبار بريكسي (جري 05 دقائق).

النتيجة	التقدير
1450متر فأكثر	ممتاز
1450متر الى 1300	جيد
1300متر الى 1150	متوسط
1150 الى 1000متر	ضعيف
1000متر فأقل	ضعيف جدا

اختبارات القوة :

- _ **الاطراف السفلية :** اختبار سارجنت لقياس القوة في الاطراف السفلية
- الغرض من الاختبار - قياس القدرة العضلية المتفجرة بالرجلين.
- طريقة حساب درجات الاختبار
- يعطى المتقدم للاختبار ثلاث محاولات وتسجيل أفضل محاولة له.
- يتم القياس من العلامة الأولى حتى العلامة الثانية.
- تعبر المسافة بين العلامة الأولى والثانية عن مقدار ما يتمتع به المختبر من
- القوة المتفجرة للرجلين مقاسه بالسنتيمتر
- _ **الاطراف العلوية :** اخبارات المضخة .



Sex	Age	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290	300	310	320	330	340	350	360	370	380	390	400	410	420	430	440	450	460	470	480	490	500	510	520	530	540	550	560	570	580	590	600	610	620	630	640	650	660	670	680	690	700	710	720	730	740	750	760	770	780	790	800	810	820	830	840	850	860	870	880	890	900	910	920	930	940	950	960	970	980	990	1000																																																																																						
M	20	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210	215	220	225	230	235	240	245	250	255	260	265	270	275	280	285	290	295	300	305	310	315	320	325	330	335	340	345	350	355	360	365	370	375	380	385	390	395	400	405	410	415	420	425	430	435	440	445	450	455	460	465	470	475	480	485	490	495	500	505	510	515	520	525	530	535	540	545	550	555	560	565	570	575	580	585	590	595	600	605	610	615	620	625	630	635	640	645	650	655	660	665	670	675	680	685	690	695	700	705	710	715	720	725	730	735	740	745	750	755	760	765	770	775	780	785	790	795	800	805	810	815	820	825	830	835	840	845	850	855	860	865	870	875	880	885	890	895	900	905	910	915	920	925	930	935	940	945	950	955	960	965	970	975	980	985	990	995	1000	
F	20	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210	215	220	225	230	235	240	245	250	255	260	265	270	275	280	285	290	295	300	305	310	315	320	325	330	335	340	345	350	355	360	365	370	375	380	385	390	395	400	405	410	415	420	425	430	435	440	445	450	455	460	465	470	475	480	485	490	495	500	505	510	515	520	525	530	535	540	545	550	555	560	565	570	575	580	585	590	595	600	605	610	615	620	625	630	635	640	645	650	655	660	665	670	675	680	685	690	695	700	705	710	715	720	725	730	735	740	745	750	755	760	765	770	775	780	785	790	795	800	805	810	815	820	825	830	835	840	845	850	855	860	865	870	875	880	885	890	895	900	905	910	915	920	925	930	935	940	945	950	955	960	965	970	975	980	985	990	995	1000

شكل (1) :يوضح طريقة تقييم اختبار المضخة بالنسبة للذكور والاناث

- اختبارات المرونة: اختبار ثني الجذع من الوقوف.

قياس الدرجات: درجة المختبر هي اقصى نقطة على المقياس يصل إليها من وضع ثني الجذع أمام اسفل .

- الأساليب الإحصائية المستعملة: استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، المنوال، الخطأ المعياري ، معامل الالتواء، النسبة المئوية، الدرجة المعيارية المعدلة، معامل الارتباط (بيرسون).

2-4 عرض وتحليل النتائج:

_ الدرجات المعيارية الخاصة بنتائج اختبارات اللياقة البدنية للأفراد وعينة البحث، لذا سعى الباحثان إلى معرفة المستويات التي عليها أفراد عينة البحث لغرض تقويم مستوى اللياقة البدنية التي يتمتع بها تلاميذ السنة رابعة من التعليم المتوسط في كل من الاختبارات المعنية بقياس عناصر اللياقة البدنية ، وحيث إن هذه الاختبارات متنوعة في وحدات قياسها فمنها ما يقاس بالثانية وأجزائها ومنها يقاس بالمتر وأجزائه وغيرها يقاس بعدد المرات .

وحتى يتمكن الباحث من الحصول على الدرجات المعيارية لجأ الباحثان الى

ترجمة نتائج كل اختبار على حدى كما يوضح المثال التالي :

جدول (6) طريقة تفريغ اختبارات السرعة (الجري السريع 70 م)

التقدير	العلامة النهائية	العلامة الممنوحة للاداء / 20	وضعية الوصول 5 /	تناسق الاطراف 5 /	الجري في خط مستقيم / 5	وضعية الانطلاق 5 /	العلامة الممنوحة للوقت المستغر ق / 20	الوقت المستغر ق	المعدل السنوي	الجنس	الرقم
ممتاز	15.9	16.5	4	3.5	4	5	15.3	10.02	17.4	ذكر	1
متوسط	12.45	12.5	4.75	2	2	3.75	12.4	12.65	12.8	انثى	2
ممتاز	18.875	19.25	4.75	4.75	4.75	5	18.5	8.65	17.15	انثى	3
ممتاز	15.75	15	3.5	3.5	4.5	3.5	16.5	7.78	16.8	ذكر	4
ضعيف	7.45	9.5	2	3.5	2	2	5.4	13.59	4.95	ذكر	5
ضعيف جدا	6.3	9.5	2	2	3.5	2	3.1	14.49	4.92	انثى	

ومنها استخرج الباحث الدرجات الخام للياقة البدنية ككل درجاتها فاستخرج الوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذلك تم وضعها في الجدول المعياري ، وبعد تحويل الدرجات الخام الى معيارية ووضعها في جدول خاص تمكن الباحث من استخراج اي درجة معيارية لأي من الدرجات الخام التي حصل عليها التلاميذ في اي من الاختبارات التي خضعوا لها .

الجدول (7) يبين الدرجات الخام والمعيارية لاختبارات اللياقة البدنية والتي خضع لها افراد عينة البحث

اختبار بريسكي 5د	مضخة	جري سريع 70 م	اختبار سارجون
2	4,87	1,99	13,79
3	4,49	2,76	13,37
4	4,11	3,53	12,95
5	2,73	4,3	12,53
6	3,35	5,07	12,11
7	2,97	5,84	11,69
8	2,59	6,61	11,27

التوضيح : قام الباحثان بوضع ثلاث مستويات معيارية تبدأ من (جيد ، متوسط، ضعيف) على أساس إن كل درجتين معياريتين من التقسيم العشري للدرجات المعيارية وتحت مستوى واحد ما عدا المستوى الوسط بثلاث درجات معيارية ، فمثلا الدرجة المعيارية (1,2) يكون مستواها (الضعيف) .

_ المستويات المعيارية لعناصر اللياقة البدنية التي يتمتع بها افراد العينة
اشرنا فيما سبق الى وضع ثلاث مستويات معيارية بشأن تقويم (مستوى) اللياقة البدنية التي عليها افراد عينة البحث،وهنا ننوه الى ان الأسلوب الذي تم استخدامه في وضع هذه المستويات هو أسلوب المنحني للتوزيع الطبيعي،حيث ان هذه الطريقة تعد من أصح الطرق في وضع المستويات المعيارية وإغراض بيان أهم المستويات المتحققة للعينة نسلط الضوء على ما جاء في الجدول (8)

الجدول (8) يبين النسب المئوية المتحققة للمستويات المعيارية المعنية بعناصر اللياقة البدنية والتي عليها افراد العينة

اللياقة البدنية	الوثب من الثبات سارجون	اختبار المضخة	اختبار بريسكي 5د	جري سريع	
4,34	34,78	8,69	8,69	صفر	ضعيف
86,95	8,69	82,60	91,30	95,62	متوسط
8,69	56,52	8,69	صفر	4,34	جيد

التفسير : ان ما يعكسه لنا الجدول اعلاه , هو ظهور اختلاف في النسب ما بين ما حقته العينة في نفس الاختبار وبين الاختبارات الاخرى وفي المستوى المعياري الواحد ايضا و فمثلا في الجري السريع 70 م حققت العينة نسبة صفر % في المستوى الضعيف, 95,62% في المستوى المتوسط , 4,34% في المستوى الجيد , وفي اختبار بريسكي حققت العينة نسبة 8,69% في المستوى الضعيف , 91,30% في المستوى المتوسط, صفر % في المستوى الجيد, وفي اختبار المضخة حققت العينة نسبة 8,69% في المستوى الضعيف , 82,60% في المستوى المتوسط , 8,69% في المستوى الجيد, وفي اختبار سارجون حققت العينة نسبة 34,78% في المستوى الضعيف , 8,69% في المستوى المتوسط , 56,52% في المستوى الجيد .

- مناقشة النتائج: من خلال الجدول رقم (3) و (4) يتبين لنا ان هناك اختلاف في نسب الدرجات المتحققة ضمن المستويات المعيارية لعينة البحث وفي معظم الاختبارات البدنية التي تم إجراؤها من قبل الباحثان حين نلاحظ ان هناك درجات مقبولة ضمن المستوى المعياري (جيد) في اختبارات (القوة للاطراف السفلية), بينما كانت الدرجات غير مقبولة في المستوى المعياري (جيد) في اختبارات (جري سريع , والمضخة, واختبار سارجون) يعزوا الباحثان سبب ذلك إلى البرنامج الدراسي الخاص بمرحلة الطور المتوسط والمتضمن غالبا فقط هي الانشطة الجماعية (كرة السلة و كرة الطائرة ,كرة

اليدين، الساحة والميدان، كرة القدم)، بينما نرى مما اثر على خفض مستوى اداء الطلاب في بعض الاختبارات البدنية وخاصة اختبارات السرعة ومطاوله السرعة، مما يدل على ان هذه الحصص الجماعية غير كافية لتطوير هذه الصفات البدنية مما يتطلب اعادة النظر في سير حصة التربية البدنية في الطور المتوسط من اجل المحافظة على مستوى اللياقة البدنية للطلاب في هذه المرحلة كونها هي المرحلة الأساسية والمهمة في حياة التلميذ. والتي من خلالها يجب المحافظة على المستوى المقبول من اللياقة البدنية لتلاميذ هذا الطور.

معاملات الانحدار بين المتغير المستقل مستوى اللياقة البدنية و المتغير

التابع التحصيل الدراسي

جدول (9) يوضح معاملات الانحدار بين المتغير المستقل مستوى اللياقة البدنية و

المتغير التابع التحصيل الدراسي

المصدر	المعاملات اللامعيارية		المعاملات المعيارية	قيمة T المحسوبة	القيمة الاحتمالية	معامل الارتباط R	معامل التحديد R Square	معامل التحديد المعدل
	B	خطأ المعياري						
مقطع خط الانحدار B_0	118,29	31,30	-	3,33	0,00	0,6575	43230,4	0, 5630
السرعة	0,811	0,652	0,207	1,24	0,222			
المداومة	0,058	2,53	0,013	2,97	0,00			
القوة	8,93	2,46	0,47	3,27	0,029			

_ التعليق على النتائج و الحكم على صلاحية نموذج الانحدار الذي تم

حسابه:

أولا الشروط النظرية :

1- إتفاق أو منطقية قيمة و إشارات معاملات الانحدار :

يلاحظ هنا أن متغيرات الظاهرة محل الدراسة تندرج ضمن الإطار البيداغوجي في مجال التربية البدنية و الرياضية .

و بالرجوع إلى نموذج الانحدار الخطي المتعدد المتحصل عليه في الدراسة الذي يوضح العلاقة المعنوية بين متغيرات البحث بعد عملية التكميم نجد المعادلة :

$$Y= 0.81X_1+0.058X_2+8.93X_3++118.29$$

أي

$$Y=0.81 \text{المدائمة} +0.058 \text{القوة} +8.93 \text{السرعة} +118.29$$

من خلال هذا النموذج نستنتج ما يلي:

- الجزء الثابت من 0 له قيمة موجبة لا يساوي الصفر (118,29)
- ميل خط الانحدار B_1 له قيمة موجبة تقدر ب (0.811)
- ميل خط الانحدار B_2 له قيمة موجبة تقدر ب (0.058)
- ميل خط الانحدار B_3 له قيمة موجبة تقدر ب (8.93)

نلاحظ أنه لا يوجد تعارض بين الشروط النظرية للظاهرة محل الدراسة و نتائج

نموذج الانحدار المفسر لعلاقة الأثر المعنوية بين المتغير التابع (التحصيل

الدراسي) ومؤشرات المتغير المستقل (السرعة ، المدائمة ، القوة)،

القدرة التفسيرية للنموذج :

يتم الحكم على القدرة التفسيرية لنموذج الانحدار من خلال معامل التحديد

المعدل، الموجودة في الجدول رقم (4) الذي يبين للعلاقة المعنوية بين المتغير

التابع (التحصيل الدراسي) ومؤشرات المتغير المستقل اللياقة البدنية (السرعة ،

المدائمة ، القوة) ،حيث أن قيمة معامل التحديد المعدل المقدرة (0.563)، هذا

يعني أن متغيرات الدراسة المختارة للنموذج قد فسرت ما قيمته (56.3%)

من أثر مؤشرات المتغير المستقل اللياقة البدنية (السرعة ، المدائمة ،

(القوة)، على المتغير التابع التحصيل الدراسي المقدرة ب(0.563) ،بمعنى أن (56.3%) من التغيرات التي تحدث المتغير التابع التحصيل الدراسي تعزى لمؤشرات المتغير المستقل اللياقة البدنية (السرعة ، المداومة ، القوة) ، و (43.7%) إلى عوامل أخرى و هذه النتائج تعكس صلاحية المتغيرات المختارة لدراسة و مدى قدرتهما على تفسير نتائج نموذج الإنحدار، أما الدلالة الإحصائية لهذا النموذج قد بررها مستوى الدلالة المقدر (0.00) و هو دال إحصائيا و يتماشى مع فرضية الدراسة.

- تحليل التباين و معاملات الارتباط بين المتغير التابع و المتغير المستقل
الجدول رقم(10) تحليل التباين و معاملات الارتباط ANOVA بين المتغير التابع التحصيل الدراسي لمؤشرات المتغير التابع

المصدر	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة F	درجة الحرية	مستوى الدلالة sing	معامل الارتباط R	معامل التحديد R Square	معامل التحديد المعدل
الإنحدار	1020,034	102,034	,5903	1	,4406 ^b	0.387	0.122 ^a	0.119
الخطأ	6706,844	171,970	0.00	39	0.00			
الكلية	6808,878	102,034	0.00	40	0.00			

أن الغرض من حساب الجدول رقم(10) تحليل التباين ANOVA هو تحليل مجموع مربعات الانحرافات الكلية للمتغير المستقل SST ومجموع المربعات الانحرافات العائدة للإنحدار SSR ومجموع مربعات الخطأ SSE.
كما يتم إستخراج أهم مؤشر لجودة نموذج الإنحدار معامل التحديد R^2
مجموع مربعات الانحرافات الكلية للمتغير التابع / مجموع مربعات الانحرافات العائدة للإنحدار $R^2 =$

$$0.149 = \frac{1020,034}{6808,878}$$

إن الجذر التربيعي لقيمة معامل التحديد يساوي معامل الارتباط

$\sqrt{R^2} = r$ بتعويض القيم نجد $r = \sqrt{0.149} = 0.387$ ، يتم الحكم على القدرة التفسيرية لنموذج الانحدار من خلال معامل التحديد المعدل، المستخلص الذي يبين للعلاقة المعنوية بين المتغير التابع (التحصيل الدراسي) والمتغير المستقل (بعض عناصر اللياقة البدنية)، حيث أن قيمة معامل التحديد المعدل المقدرة (0.387)، هذا يعني أن متغيرات الدراسة المختارة للنموذج قد فسرت ما قيمته (38.7%) من أثر مؤشرات المتغير التابع لدرجة اللياقة البدنية (السرعة، المداومة، القوة)، على المتغير المستقل درجات التحصيل الدراسي بـ(0.38)

مما نستخلص هو صدق الفرضية المقترحة من طرف الباحثان حيث تأكد بالدليل الرياضي انه هناك تأثير قوي نسبي للمتغير المستقل اللياقة البدنية على التحصيل الدراسي في حين يقابله تأثير بسيط نسبي من جهة المتغير التابع التحصيل الدراسي على المتغير المستقل اللياقة البدنية وهو الى حد ما اتفاق مع دراسة دراسة حلواني (2006) في هاته النقطة.

- الخاتمة

حققت العينة وعند جميع الاختبارات التي خضعت لها المستوى الضعيف الا في اختبار الجري السريع وهو نفس النتيجة تقريبا التي توصلت اليها دراسة دراسة كل من (قيس محمد، لؤي ساطع، نبيل عبد الوهاب)

حققت العينة وعند جميع الاختبارات المستوى المتوسط.

حققت العينة وعند جميع الاختبارات المستوى الجيد إلا في اختبار بريسكي.

تأكد بالدليل الرياضي ان هناك علاقة ارتباطية قوية بين مستوى درجة اللياقة البدنية لدى التلاميذ المتمدرسين بالتحصيل الدراسي الذي يمكن قياسه بالمعدل العام للنتائج الفصلية.

- التوصيات

من الأهمية بمكان إن يتم التقويم البدني بشكل دوري لتلاميذ الطور المتوسط لبيان المستويات الحقيقية للياقة البدنية عندهم .
ضرورة الاهتمام بالدروس المقدمة في حصة التربية الرياضية والمواظبة على الزام التلاميذ عليها لتحقيق الغاية المرجوة منها .
ضرورة الاعتماد على المستويات المتحققة عند التلاميذ لاجل تشجيعهم على تطويرها وتتميتها .

المراجع المستخدمة في البحث:

الكتب

- البسطويس احمد , عباس احمد : طرق التدريس في مجال التربية الرياضية , مطبعة الموصل , 1984 .
- عبد الفتاح العيسوي و عبد الرحمن العيسوي, منهج البحث العلمي في الفكر الإسلامي والفكر الحديث, بيروت , دار الكتب الجامعية , 2001 .

الأطروحات

رواء علاوي كاظم: الأنماط الحسية واثرها في مستوى اختبارات عناصر اللياقة البدنية, رسالة ماجستير, جامعة بابل, كلية التربية الرياضية , 1999 .

المقالات:

- حرياش براهيم وآخرون , كوين الاستاذ المتربص وعلاقته بالتحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية , مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية , العدد الثامن , الصفحة 254.
- ايمان شاكر محمود : دراسة مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الاولى في كلية الاداء , جامعة بغداد, بحث منشور , مجلة المؤتمر الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق , ج1 , بغداد , كلية التربية الرياضية , 1988 .
- بختاوي أبوبكر. التحليل العاملي الاستكشافي لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلميذات المرحلة المتوسطة غرب الجزائر, مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية , المجلد 16, العدد 3, الصفحة 270-285, 2019.

- دحون عومري. بن خالد الحاج. طاهر طاهر. عطاء الله أحمد. تقييم مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة الثانوية باستخدام برنامج حاسوبي ، مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية و الرياضية ،المجلد 15، العدد 5، الصفحة 83-103، 2018.
- عطري طه ، إقتراح برنامج تدريبي موجه لتلاميذ المرحلة الابتدائية لتحسين اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة - دراسة ميدانية على بعض ابتدائيات ولاية الجلفة بالجزائر ، مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية و الرياضية ،المجلد 15، العدد 1، الصفحة 44-63.
- قرين عواد . قاسمي احسن . برية محمد ، اللياقة البدنية الخاصة وأثرها على حالة القلق في مقابلة كرة القدم للفتيات صنف كبريات، مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية و الرياضية، المجلد 16، العدد 3، الصفحة 224-238.
- قيس محمد، لؤي ساطع ، نبيل عبد الوهاب: تقويم بعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة كلية المعلمين، الجامعة المستنصرية، بحث منشور، مجلة كلية المعلمين، العدد 29، بغداد، كلية المعلمين، 2001.
- مراح خالد. عطاء الله أحمد، دحون عومري. تحديد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة المتوسطة اناث، مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 16، العدد 2، الصفحة 220-234. 2019.
- مساليتي لخضر، تأثير برنامج تدريبي مقترح للتدريب البدني المدمج في تنمية القوة والسرعة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة الأواسط (16-18) سنة ، مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 9، العدد 9، الصفحة 116-130، 2012.

المدخلات:

- العرجان، جعفر والكيلاني، هاشم، (2001). مستوى اللياقة البدنية وعلاقته بالتحصيل الدراسي لطلاب المرحلة العمرية (16-18) سنة، المؤتمر العلمي الأول للأنشطة التربوية (25-27/2/2001)، وزارة التربية والتعليم والشباب- الأنشطة والرعاية الطلابية، الإمارات العربية المتحدة، دبي، (2)، 81-109.