

دور حصة التربية البدنية والرياضية في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة

The role of the physical education and sports seance in integrating obese students into the group

حمودي عائدة^{1*}، مقراني جمال²، بن زيدان حسين³

¹ معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة مستغانم الجزائر ، aida.hammoudi@univ-mosta.dz

² معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة مستغانم الجزائر ، djamel.mokrani@univ-mosta.dz

³ معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة مستغانم الجزائر ، houcine.benzidane@univ-mosta.dz

تاريخ الإرسال: 2022/06/11 تاريخ القبول: 2022/11/07 تاريخ النشر: 2022/11/15

الملخص: يهدف البحث إلى كشف دور حصة التربية البدنية والرياضية في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة داخل الجماعة في مرحلة التعليم المتوسط (13-15 سنة) بمتوسطات بلدية سبدو(تلمسان)، حيث استخدم المنهج الوصفي على عينة قوامها 15 تلميذة، أما أداة البحث تمثلت في استمارة من إعداد الباحثين، وبعد معالجة النتائج إحصائيا أشارت النتائج إلى: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات عينات البحث وذلك من خلال الاستبيان الموزع عليهم حيث توصلت الدراسة إلى نتائج وهي النشاط الرياضي الجماعي له دور فعال في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة وقد أوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بهذه الفئة خلال الحصة وتوعيتهم بأهمية الأنشطة البدنية والرياضية في حياتهم.

الكلمات المفتاحية: التربية البدنية والرياضية، الإدماج، المراهقة، السمنة.

Abstract: the research aims to reveal the role of the physical and sports education class in integrating obese female students within the group in the intermediate education stage (13-15 years) in the averages of the municipality of sebdou (tlemcen), where the descriptive approach was used on a sample of 15 students, while the research tool was represented in a form prepared by the researchers, and after statistically processing the results, the results indicated: there are statistically significant differences in the answers of the research samples, through the questionnaire distributed to them. The class during the session and to

educate them about the importance of physical and sports activities in their lives.

Keywords: Physical Education, Sports; Integration; Adolescence; Obesity

مقدمة ومشكلة البحث:

لقد أصبحت الرعاية الاجتماعية والتكفل الحقيقي بمختلف الفئات الخاصة أحد أهم ميزات المجتمعات الراقية والتي تهدف إلى المساعدة على إدماج الفرد في المجتمع وفقا للمعايير الاجتماعية، مما يتوافق مع المتطلبات الحالية حاجياته ورغباته الذاتية والتي تمثل إحدى أهم الغايات التي تصبوا إليها سائر الأمم، وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الأنشطة البدنية الممارسة والتمرينات البدنية بأنواعها وأشكالها المختلفة ولجميع الفئات من الأسوياء وذوي الإعاقة في بناء الجسم والمحافظة على القوام وتحسين اللياقة البدنية مما يؤدي إلى تحسين مستوى الكفاءة والإنتاجية للفرد في مختلف مجالات الحياة. (محروس قنديل وبرايم عبد ربه خليفة، 1993، صفحة16)، وتعتبر عاملا ايجابيا للراحة النفسية والاجتماعية لدى الجميع خاصة التلميذات المصابات بالسمنة، والفئة العمرية بالتعليم المتوسط (13-15)سنة هي الفئة أكثر أهمية وحساسية في حياة الإنسان نظرا للتغيرات الفسيولوجية والمورفولوجية التي تحدث للمراهق، ويقر محمد شحاته (2007) إلى أن اللعب والجماعة يعد طريقة علاجية يلجأ إليها المربون في حل بعض المشكلات التي يعاني منها الفرد كاضطرابات النفسية، العقلية، الحركية والجسدية، وأداة للتواصل مع الآخرين ووسيلة ترويضية لتطوير الجسم وإنماء المهارات الحركية المختلفة التي تتطوي على الأهداف التربوية (محمد، 2007، ص31).

وقد اهتمت بعض الدراسات السابقة والبحوث المشابهة كدراسة بوعبدالله برهان وطورش الزين (2016) حول دور حصة التربية البدنية والرياضية على إدماج تلاميذ التعليم المتوسط في الجماعة (12-14 سنة)، دراسة بن قيدة لخضر والحمرة الطيب(2013) عن دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية العمل الجماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، ودراسة بخليفة الود (2013) حول النشاط

البدني الرياضي كأساس لبناء الجماعة الرياضية بين التلاميذ في المرحلة الثانوية بمدينة الجلفة، حيث بينت هذه الدراسات أهمية إدماج التلاميذ في المجتمع مثل المدرسة، زيادة على توضيح إسهامات حصص التربية البدنية والرياضية في تحسين مستوى التواصل، التفاعل الاجتماعي وبناء الجماعة.

ومن خلال الزيارات الميدانية للعديد من المتوسطات لوحظ أن هناك انتشار لظاهرة البدانة في الوسط المدرسي، خاصة أن التلميذات المصابات بالسمنة (البدانة) أكثر وجودا في المدارس، وهذه الظاهرة أدت ببعضهم إلى حالة العزلة والانسحاب، وفي المقابل أن النشاط البدني والرياضي المدرسي يساهم في تكوين شخصية الفرد من مختلف النواحي وذلك في إطار حصة التربية البدنية والرياضية، ولأهمية مساعدة التلميذات المصابات بالسمنة على جعلها متكاملة في شخصيتها وتوفير لها مجالا حرا للتعبير عن آرائها وانفعالاتها في إطار منظم وغير مقيد من خلال تزويدها بخبرات ومهارات حركية ونفسية واجتماعية جاءت فكرة البحث في كشف دور حصص التربية البدنية والرياضية بالمرحلة المتوسطة في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة، ومنه طرح التساؤل التالي:

- هل حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة؟

التساؤلات الجزئية:

- هل الألعاب الرياضية الفردية لها دور في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية الرياضية؟

- هل الألعاب الرياضية الجماعية لها دور في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية الرياضية؟

الفرضية العامة:

لحصة التربية البدنية والرياضة دور إيجابي في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة

الفرضيات الجزئية:

- الألعاب الرياضية الفردية لها دور في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية الرياضية.
- الألعاب الرياضية الجماعية لها دور في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية الرياضية.

أهداف البحث:

- خلق جو اجتماعي يسهل على التلميذات المصابات بالسمنة الاندماج فيه ويساعدهم على تحقيق ذاتهم.
- إبراز دور الألعاب الرياضية الفردية والجماعية في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في المجموعة.
- كشف الدور الفعال الذي تلعبه الألعاب الرياضية في الخفض والحد من الاضطرابات النفسية والاجتماعية لدى التلميذات المصابات بالسمنة و دور أستاذ التربية البدنية في كشف وتشخيص الحالات النفسية للتلميذات المصابات بالسمنة.

المنهجية والأدوات

المنهج المتبع: استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته مشكلة وطبيعة البحث.

مجتمع الدراسة: لقد تم اختيار 21 تلميذة مراهقة مصابات بسمنة خفيفة متوسطة من متوسطات بلدية سبدو ولاية تلمسان كمجتمع أصلي للبحث وبهذا يتمثل مجتمع البحث فيما يلي:

عينة البحث وخصائصها وكيفية اختيارها: تم اختيار العينة عن طريق مؤشر الكتلة 30 إلى 35 تمثل تلميذات مصابات بالسمنة من الدرجة الأولى خفيفة عددها 21 تلميذ موزعة على 15 متوسطة بدائرة سبدو وهي عينة مقصودة وتمثل كل افراد المجتمع الأصلي.

مجالات البحث:

المجال الزمني: كانت بداية البحث من 2018/11/06 إلى 2019/03/18 .
المجال المكاني: تمت هذه الدراسة بمتوسطات بلدية سبدو بولاية تلمسان.
المجال البشري: يمثل التلميذات المصابات بالسمنة (سمنة من الدرجة الأولى) بمتوسطات بلدية سبدو بولاية تلمسان.

أداة البحث: قام الباحثون بإعداد استمارة استبائية كأداة لجمع البيانات والمعلومات وهذا استنادا على العديد من الدراسات السابقة حيث تشمل الأسئلة (مغلقة) من خلال الاجابة بنعم او لا.

الأسس العلمية للاستبيان

صدق المحكمين: صدق المحتوى باللجوء إلى عدد المحكمين ذوي الخبرة البالغ عددهم (07) لإبداء الرأي في مدى وضوح الأسئلة أداة الدراسة ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت لأجلها أو بتعديل الصياغة أو حذف بعض الأسئلة أو إضافة بعض الأسئلة.

ثبات الاستبيان:

تم توزيع الاستبيان على عينة من التلميذات في حالة السمنة وهم خارج العينة الأساسية والبالغ عددهم 05 لكشف مدى سهولة وصعوبة الأسئلة بالاستبيان، وعليه توزيعه بتاريخ 2018/12/03 وأعيد توزيعه بتاريخ 2018/12/10 وذلك لمعرفة نسبة تقارب الإجابات بين التوزيعين الأول والثاني والجدول يوضح ذلك:

الجدول 1: ثبات الاستبيان

رقم السؤال	الإجابة الأولى	الإجابة الثانية	نسبة الاختلاف
01	%100	%98	%02
02	%100	%98	%02
03	%100	%99	%01
04	%100	%98	%02

05	%100	%98	%02
06	%100	%100	%00
07	%100	%100	%00
08	%100	%100	%00
09	%100	%100	%00
10	%100	%98	%02
11	%100	%98	%02

نلاحظ من الجدول أعلاه (1) أن نسبة الاختلاف في إجابات العينة الاستطلاعية بين التوزيعين الأول والثاني تراوحت بين 00 و 02% وهذا يبين على التقارب الكبير بين الإجابات مما يعكس أن الاستمارة تتمتع بنسبة ثبات كبيرة تتراوح بين 98 و 100%.

تنفيذ التجربة

قام الباحثون بمساعدة فيق البحث المتكون من طالبة الماستر بالتوجه إلى متوسطات بلدية سبدو بولاية تلمسان الفرق المذكورة سابقا وذلك في شهر جانفي 2019 ليتم توزيع الاستمارة الاستبائية على عينة البحث، حيث جمع الاستمارات بعد إعطاء المدة الكافية (10 د كأقصى حد) للإجابة على فقراته وتم استرجاعه في ساعته.

الوسائل الإحصائية : النسبة المئوية، اختبار كا²

عرض و تحليل نتائج المحور الأول :

السؤال 1: هل تحب ممارسة الرياضة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

الجدول 2: يبين نتائج ممارسة الرياضة الفردية في حصة التربية البدنية

والرياضية

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
----------	-----------	----------	-------------	-------------	-------------	---------

دال	01	2.706	2.79	19.04%	04	نعم
				80.96%	17	لا
		/		100%	21	المجموع

من خلال الجدول (1) تبين لنا أن أغلبية التلميذات كانت إجابتهن بـ لا وبنسبة مئوية قدرت بـ 80.96% مقابل 19.04% بنعم. حيث بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 2.79 وهي أكبر من χ^2 الجدولية المقدر بـ 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، وعليه نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد العينة على السؤال (1) أن أغلبية التلميذات لا يحبون ممارسة الألعاب الفردية خلال حصص التربية البدنية والرياضية.

السؤال 2: هل تساعد زملائك في الألعاب الرياضية الفردية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

الجدول 3: يبين نتائج مساعدة الزملاء في الألعاب الرياضية الفردية

الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	التكرارات	العبارات
دال	01	2.706	6.77	14.28%	03	نعم
				85.72%	18	لا
		/		100%	21	المجموع

من خلال الجدول (2) تبين لنا أن أغلبية التلميذات كانت إجابتهن بلا، حيث بلغت 85.72%، في المقابل نجد نسبة قليلة تمثلت في 14.28% يساعدون بعضهم في حصة التربية البدنية والرياضية. ومن خلال المعالجة الإحصائية بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 2.706 وهي أكبر من χ^2 الجدولية المقدر بـ 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 إذ يتضح أن هناك فروق ذات

دلالة إحصائية بين إجابات أفراد العينة وفقا للسؤال السابق، وعليه فإن أغلبية التلاميذ لا يساعدون التلميذات البدنيات في الألعاب الفردية خلال حصة التربية البدنية.

السؤال 3: هل يشجعك زملائك أثناء ممارسة الألعاب الرياضية الفردية؟

الجدول 3: يبين نتائج تشجيع الزملاء خلال الألعاب الفردية

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
نعم	09	42.86%	0.49	2.706	1	دال
لا	12	57.14%				
المجموع	21	100%	/			

تبين نتائج الجدول (3) أن نسبة تشجيع التلاميذ لبعضهم البعض كانت متقاربة حيث بلغت 57.14% وعدم التشجيع بـ 42.86%، ومن خلال المعالجة الإحصائية بلغت قيمة ك² المحسوبة 0.49 هي اصغر من ك² الجدولية المقدر بـ 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 جاءت النتائج دالة إحصائيا أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد العينة. ومنه نلاحظ أن تشجيع التلاميذ لبعضهم البعض مقبول ومتقارب.

السؤال 4: هل ترى النشاط الفردي في حصة التربية البدنية مشوقا؟

الجدول 5: يبين النشاط الفردي في حصة التربية البدنية مشوقا

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
نعم	02	09.52%	6.79	2.706	01	دال
لا	19	90.48%				
المجموع	21	100%	/			

تبين نتائج الجدول (4) أن نسبة التلميذات الذين يحسون بنقص التشويق بلغت 90.48 % مقارنة بالتلميذات الذين يتمتعون بالنشاطات الفردية حيث بلغت 09.52 % ومن خلال المعالجة الإحصائية بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.79 وهي اكبر من كا² الجدولية المقدر ب 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، ومنه نرى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات افراد العينة على السؤال (5). ومنه فالتلميذات ليس لهن ميول نحو للأنشطة الفردية.

السؤال 5: هل ترى أن النشاط الفردي يخلق جو تنافسي أثناء ممارستك لـ حصة التربية البدنية ؟

الجدول 6: يبين نتائج ممارسة النشاط الفردي يخلق جو تنافسي

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	الدلالة
نعم	04	19.04%	2.79	2.706	دال
لا	17	80.96%			
المجموع	21	100%	/		

من خلال نتائج الجدول (5) نلاحظ أن نسبة التلميذات الذين يحسون بجو تنافسي جاءت ضئيلة حيث بلغت 19.04% و80.96%. تمثل نسبة التلميذات الذين لا يحسون بالجو التنافسي خلال حصة التربية البدنية والرياضية، وبعد تطبيق كا² جاءت القيمة المحسوبة 2.79 وهي اكبر من كا² الجدولية المقدر ب 2.706 هذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بن إجابات افراد العينة على السؤال (6). ومنه فالألعاب الفردية لا تخلق جو تنافسي بين التلاميذ خلال حصة التربية البدنية عند التلميذات المصابات بالسمنة.

السؤال 6: هل ترى أن النشاط الفردي أكثر فعالية من النشاط الجماعي في اندماجك مع زملائك في حصة التربية البدنية والرياضية؟

الجدول 7: نتائج فاعلية النشاط الفردي والنشاط الجماعي في الاندماج

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
نعم	04	19.04%	2.79	2.706	01	دال
لا	17	80.96%				
المجموع	21	100%				

تبين نتائج الجدول (6) أن غالبية التلميذات يعتبرن أن الرياضة الفردية ليس لها أهمية في اندماج التلاميذ في الجماعة بنسبة تمثلت في 19.04% مقارنة بالرياضة الجماعية التي كانت نسبتها عالية قدرت 80.96% ومن خلال المعالجة الإحصائية بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.79 وهي اكبر من كا² الجدولية المقدر ب 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 ومنه نرى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات افراد العينة على السؤال (6) ومنه فالنشاط الجماعي أكثر فاعلية في إدماج التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال 7: هل الأنشطة الجماعية تساعدك في الاندماج داخل الجماعة وتشعر بالارتياح؟

الجدول 8: نتائج مساهمة الأنشطة الجماعية في الاندماج بالجماعة

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
----------	-----------	----------	-------------	-------------	-------------	---------

دال	01	2.706	2.79	%80.96	17	نعم
				%19.04	04	لا
		/		% 100	21	المجموع

يتضح لنا جليا من الجدول (7) أن أغلبية التلاميذ يعتبرون أن الرياضة الجماعية تساعد على الاندماج داخل الجماعة والنسبة المسجلة تؤكد ذلك والتي كانت في حدود 80.95%، أما التلاميذ الذين أجابوا بلا فكانت نسبتهم 19.05%، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.79 وهي اكبر من كا² الجدولية المقدر ب 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية الأنشطة الجماعية تساعد في اندماج التلميذات مع بعضهم البعض ويحسون بالارتياح ضمن الجماعة.

السؤال 8: هل ممارسة الأنشطة الجماعية تحقق للفرد الابتعاد عن العزلة والانطواء؟

الجدول 9: نتائج ممارسة الأنشطة الجماعية وحالة العزلة

الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	التكرارات	العبارات
دال	01	2.706	0.11	%61.90	13	نعم
				%38.10	08	لا
		/		% 100	21	المجموع

تبين نتائج الجدول (8) أن أغلبية التلميذات يقرن بنسبة 61.90% أن ممارسة الأنشطة الجماعية تحقق للفرد الابتعاد عن كل مظاهر العزلة والانطواء في المقابل نجد نسبة قليلة 38.10% يرون عكس ذلك، وقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.11 وهي اصغر من كا² الجدولية المقدر ب 2.706

وهذا عند درجة حرية 01 و مستوى الدلالة 0.05، إذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات افراد العينة على السؤال (12). وعليه فالأنشطة الجماعية تساهم في التفاعل الايجابي مع الاخرين وتعمل على الابتعاد عن كل مظاهر العزلة و الانسحاب.

السؤال 9: هل ترى أن الرياضة الجماعية داخل حصة التربية البدنية مشوقة ووسيلة للتنفيس؟

الجدول 10: نتائج ممارسة الرياضة الجماعية وعلاقتها بالتشويق والتنفيس

العبارات	التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
نعم	18	85.72%	6.77	2.706	1	دال
لا	03	14.28%				
المجموع	21	100%	/			

يبين الجدول (9) أن 85.71% من التلاميذ يرون أن الرياضة الجماعية مشوقة جدا، أما الذين يرون عكس ذلك فكانت نسبتهم ضئيلة قدرت ب 14.29 %، وقد بلغت قيمة ك² المحسوبة 6.77 و بمقارنتها مع ك² الجدولية المقدره ب 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، ومنه نقول أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات عينة البحث حول السؤال (9). حول النشاطات الجماعية مشوقة في حصة التربية البدنية والرياضية انها وسيلة للترويح عن النفس.

السؤال 10: هل تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة للتعارف والتواصل بين التلاميذ؟

الجدول 11: نتائج ممارسة الرياضة الجماعية والتعارف والتواصل

الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	التكرارات	العبارات
دال	01	2.706	5.26	%90.48	19	نعم
				%09.52	02	لا
		/		% 100	21	المجموع

يتضح من نتائج الجدول (10) أن غالبية التلميذات يقرن بنسبة بلغت 90.48 % أن حصة التربية البدنية والرياضية لها دور كبير في التعاون والتواصل بين التلاميذ في المقابل نجد نسبة قليلة جدا تمثلت في 09.52 % تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية ليس لها دور في التعارف والتواصل بين التلاميذ. كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 5.26 وهي اكبر من كا² الجدولية المقدر ب 2.706 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلميذات ان حصة التربية البدنية والرياضية لها دور كبير في التعارف بين التلاميذ والتواصل فيما بينهم .

السؤال 11: هل علاقتك مع تلاميذ القسم حسنة أثناء حصة التربية البدنية؟

الجدول 12: نتائج العلاقة بين التلاميذ خلال حصة التربية البدنية

الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	التكرارات	العبارات
دال	01	2.706	8.5	%100	21	نعم
				%00	00	لا
		/		% 100	21	المجموع

تبين نتائج الجدول (11) أن نسبة التلميذات الذين أجابوا بأن المعاملة تكون حسنة مع الزملاء القسم وبقية التلاميذ حيث بلغت 100% في المقابل ولا تلميذ رأى أن المعاملة عكس ذلك ومن خلال المعالجة الإحصائية بلغت قيمة كا²

المحسوبة 8.5 وهي اكبر من χ^2 الجدولية المقدرة ب 7.87 وهذا عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، ومنه نرى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلميذات. وهذا يبين أن تلميذات لهم علاقة حسنة مع الزملاء في الصف خلال حصة التربية البدنية والرياضية .

الاستنتاجات

- الأنشطة الرياضية الفردية ليس لها دور في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة داخل الجماعة في الطور المتوسط.
- الأنشطة والتمارين الجماعية لها دور فعال في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة
- حصص التربية البدنية والرياضية لها دور فعال في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة

مناقشة فرضيات:

الفرضية الأولى: الأنشطة الرياضية الفردية لها دور فعال في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة

من خلال الدراسة التي قمنا بها تحت عنوان دور حصة التربية البدنية والرياضية في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة والتي حاولنا من خلالها تسليط الضوء على دور حصة التربية البدنية والرياضية في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة الرياضية وفي الفترة الأخيرة من المراهقة بمسؤولية اتجاه الجماعة ويحاول أن يتعاون مع الآخرين للقيام ببعض الخدمات والإصلاحات بحثا عن التقدير والانتماء للجماعة (ستوارتجونز، 1997، صفحة 19).

ويتضح لنا جليا أن النشاطات الفردية داخل حصة التربية البدنية والرياضية ليس لها تأثير على إدماج التلميذات المصابات بالسمنة داخل الجماعة وبعد تحليل نتائج الاستبيان الموجه لهن توصلنا إلى أن نتائج النسب المئوية في

الأسئلة (1،2،3،4،5،6) للمؤيدين أقل بكثير من الراضين وهذا دليل على أن التلميذات لا يؤيدون ممارسة الأنشطة الفردية وبالتالي يمكن أن نقول أن الفرضية الأولى لم تتحقق وهذا راجع لعدم ميول تلميذات المصابات بالسمنة إلى الأنشطة الفردية. كما تضيف دراسة بخليفة الود (2013) أن النشاط البدني الرياضي كأساس لبناء الجماعة الرياضية بين التلاميذ في المؤسسة التعليمية، حيث بينت إسهامات حصص التربية البدنية والرياضية في تحسين مستوى التواصل، التفاعل الاجتماعي، بناء الجماعة

الفرضية الثانية: النشاط الرياضي الجماعي له دور فعال في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة

ويتضح لنا جليا أن النشاطات الجماعية داخل حصة التربية البدنية والرياضية لها تأثير إيجابي على إدماج التلميذات المصابات بالسمنة داخل الجماعة وبعد تحليل الاستبيان الموجه لهن توصلنا إلى أن نتائج النسب المئوية للمؤيدين في الأسئلة (07، 8، 9، 10، 11) أكبر بكثير من الراضين وهذا دليل على أن التلميذات يحبذون ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية، وهذا راجع لميول التلميذات المصابات بالسمنة إلى الأنشطة والألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة (عدنان درويش واخرون، 1994)، ويؤكد آخرون إن التربية البدنية تحقق أفاقا كبيرة في التفاعل والتماسك الاجتماعي بغض النظر عن فعاليتها وبرامجها، حيث تؤدي مسألة الانتماء إلى الفرق الرياضية المختلفة سواء في المدرسة أو النادي أو في مؤسسة أخرى، أهميته متميزة في تطوير التفاعل والتماسك الاجتماعي، ولهذا يكون للمشاركة الرياضية أهميتها أيضا في عملية التقارب بين الأفراد

ومساعدتهم على تبادل وجهات النظر والكشف عن مشاعرهم وأحاسيسهم لتخلق فيها روح التعاون والوحدة والترابط الاجتماعي (زكي صالح، 1992).

كما تتفق هذه النتائج مع دراسة بوعبدالله برهان وطورش الزين (2016) حول دور حصة التربية البدنية والرياضية على إدماج تلاميذ التعليم المتوسط في الجماعة (12-14 سنة)، ودراسة بن قيدة لخضر والحمرة الطيب (2013) عن دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية العمل الجماعي لدى تلاميذ ودراسة بخليفة الود (2013) حول النشاط البدني الرياضي كأساس لبناء الجماعة الرياضية بين التلاميذ في المرحلة الثانوية بمدينة الجلفة، حيث بينت هذه الدراسات أهمية إدماج التلاميذ في المجتمع مثل المدرسة.

وما يزيد التأكيد هو الدراسات المشابهة كدراسة نحال حميد (2009) التي ترى أن ممارسة الأنشطة الجماعية خلال حصة التربية البدنية والرياضية تساعد الفرد على التفاعل مع أفراد بيئته والإحساس بالقيم وإدراك تلاميذ المراهقة بالدور الذي تلعبه هذه الأخيرة في تحقيق النمو النفسي والاجتماعي وذلك عن طريق تخفيض المشاكل النفسية للمراهق.

ومن المعلوم انه تشمل الجماعات الأولية وهي الاسرة والجيران، والجماعة الوسطى وهي التي تقوم على علاقات تقترب في جوهرها من العلاقات المباشرة الشخصية وتتميز أحيانا باتجاهات متشابهة أو مختلفة نوعا ما إلى الجماعة أحد الفصول في مدرسة ما، أو كالجماعة التي تتكون من سكان أحد الأحياء في القرية. أما الجماعة الرسمية أو غير الرسمية والتي تشمل الموظفين والاداريين. حيث أن التربية البدنية والرياضية تعمل على خلق جو التعاون وتوسيع العلاقات البينية بين التلاميذ، تسمح لهم بسهولة الاندماج مع الزملاء ومع الجماعة بصفة عامة.

التوصيات:

- توعية الأولياء بضرورة ممارسة النشاط الرياضي لأبنائهم

- التتويج وتكثيف التمارين الرياضية الجماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية
- دمج التلميذات المصابات بالسمنة بمختلف الطرق والأساليب مع أقرانهم وزميلاتهم.
- إجراء دراسات أخرى حول الممارسة الرياضية لدى التلميذات البدنيات في مختلف المراحل العمرية.

المصادر والمراجع :

- أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، مكتبة النهضة، 1992
- إخلص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، طرق البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، القاهرة، مركز الكتاب، 1998.
- الزوبغي والغم، مناهج البحث في التربية البدنية والرياضية. بغداد، 1994.
- بوعبدالله برهان، طورش الزين، دور حصة التربية البدنية والرياضية على إدماج تلاميذ التعليم المتوسط في الجماعة (12-14 سنة)، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة أم البواقي، 2016.
- بن قيدة لخضر، الحمرة الطيب، دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية العمل الجماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة الجلفة، 2013.
- بخليفة الود، النشاط البدني الرياضي كأساس لبناء الجماعة الرياضية بين التلاميذ في المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة الجلفة، 2013.
- ستوارت جونز، سيكولوجية المراهق للمربين، القاهرة، نشر النهضة العربية، 1997.
- عدنان درويش وآخرون، التربية البدنية والرياضية المدرسية. القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.

- محروس محمد قنديل، ابراهيم عبد ربه خليفة، تأثير برنامج للتمرينات والمشي والجري على بعض المتغيرات البدنية والوزن والنبض لدى الاعمار 40-60 سنة. مصر جامعة الاسكندرية، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين، 1993.
- محمد شحاتة سليمان، سيكولوجية اللعب رؤية نظرية وأمثلة تطبيقية، دار الفتح للتجليد الفني، الإسكندرية. 2007
- محمد عادل الخطاب، كمال الدين زكي، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية.
- معوض حسن شلتوت. التنظيم والإدارة في التربية البدنية، القاهرة، دار الفكر العربي.