

المعرفة الرياضية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة

د. يعقوب العيد د. خوجة عادل جامعة محمد بوضياف، المسيلة

الملخص:

يهدف البحث إلى معرفة العلاقة بين المعرفة الرياضية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة، وتم استخدام المنهج الوصفي نظرا لملائمته لطبيعة البحث، على عينة تقدر بـ (70) طالبا تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طلبة السنة الثالثة ليسانس للموسم الدراسي 2015/2016، واستخدم الباحثان مقياس المعرفة الرياضية لـ "ليلي فرحات" بعد تعديله وكذا اختبارات عناصر اللياقة البدنية الخمسة (التحمل الدوري التنفسي، القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة) كأدوات للقياس، وقد أشارت أهم نتائج البحث إلى: أن مستوى المعرفة الرياضية متوسط لدى الطلبة، بينما يتراوح مستوى اللياقة البدنية لديهم بين الضعيف والمتوسط باستثناء عنصر التحمل الدوري التنفسي، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين المعرفة الرياضية لطلبة السنة الثالثة ليسانس وعناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة.

ومن أهم التوصيات: الاهتمام بالجانب المعرفي وتحسينه لدى الطلبة من خلال زيادة الحجم الساعي الخاص بالجانب المعرفي في التربية البدنية، وكذا الربط بين الجانب المعرفي والجانب البدني سواء في شرح الدروس والمحاضرات أو من خلال إجراء الحصص التطبيقية.

الكلمات المفتاحية: المعرفة الرياضية، عناصر اللياقة البدنية، طلبة الليسانس (ل م د).

ABSTRACT

The study aimed to identify the relationship between sport knowledge and some fitness elements for students of the institute of science and technology of physical and sports activities at the M'sila University. The sample had been contained (70 male) students chosen randomly from the third year of the academic year 2015-2016. To gather data the researcher applied the Sport Knowledge Scale of Laila Farahat (modified scale) as well as the five fitness elements tests (endurance, Strength, speed, flexibility, and agility).

The study found that the level of sport knowledge is in average among students. While their level of fitness is between low and average, except in endurance element. The study also found a high correlation between the sport knowledge of male students and the fitness elements.

Key words: Sport Knowledge, Fitness elements, University students.

إشكالية الدراسة:

تتناول المعرفة الرياضية العلاقة بين ممارسة النشاط البدني والرياضي بين القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي يمكن اكتسابها من خلال هذا النشاط فالتربية البدنية تساهم بشكل كبير الاستزادة من الجانب العملي والمعرفي حيث حسب علمنا أن النشاط الحركي ذو صلة وطيدة بالعمليات العقلية العليا (Bentoumi, 1998, 98).

فالتربية البدنية كمجال حركي لا يغفل أهمية المعارف في تعلم المهارات الحركية عند التلاميذ من خلال التحصيل الأكاديمي و عمليات التفكير العليا أثناء ممارسة الأنشطة الحركية والمهارية (عبد الحليم، 2006، 192).

فالمعرفة المرتبطة بالأنشطة الرياضية في مجملها كفيلة بمساعدة الفرد على عقلنة ممارسة للرياضة و النشاط البدني و إضفاء المعنى عليها (الخولي، 1996، 164).

فقياس المعرفة الرياضية يعد من الوسائل التقويمية الموضوعية والتي يجب استخدامها بجانب الاختبارات التي تقيس الجوانب البدنية والمهارية مما قد يسهم في إعادة دراسة المناهج لكي تتضمن الجوانب المعرفية اللازمة لرفع مستوى الأداء بالإضافة لاكتساب الأسس العلمية التي تدعم الأداء (عيسوي، 2003، 42).

فدريب القدرات العقلية والمعرفة يعتبر جزءا لا يمكن الاستغناء عنه في مراحل التعلم الرياضي والمدرس الناجح والمدرّب الناجح هو الذي يهتم باكتساب طلابه أو لاعبيه المعارف والمعلومات النظرية المرتبطة بنوع النشاط (نصيف، 1980، 34)، لذا فإنه من الضروري على الطالب معرفة الأمور القانونية التي تتعلق بالرياضة أو النشاط الرياضي الذي يمارسه.

وبما أن الهدف الأساسي للتربية البدنية والرياضة هو الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية للممارسين وخاصة في العصر الحالي، لأن اللياقة البدنية هي القاعدة الأساسية التي تبنى عليها إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية

المختلفة، و كذلك ترتبط بالكثير من المجالات الحياتية كالذكاء والتحصيل والنضج الاجتماعي والصحة البدنية والنفسية والقوام الجيد وتأخير التعب وأمراض الشيخوخة وأبعاد اللياقة البدنية الترويحية وحسن استخدام وقت الفراغ والإنتاج البشري والنمو الاقتصادي والدفاع عن الوطن.

ويعتبر طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (أساتذة) المستقبل من حيث أنهم الأشخاص المطالبين باكتساب قدرات معتبرا من اللياقة البدنية تؤهلهم للتعامل مع التلاميذ بدون أي صعوبات، إضافة إلى قدر عال من المعرفة الرياضية التي تؤهلهم لإعطاء التلاميذ معلومات عن جميع الفعاليات الرياضية التي يمارسونها سواء من الناحية القانونية أو من أي ناحية أخرى، وكذلك الإجابة عن أي أسئلة و استفسارات قد يطرحها التلاميذ حول النشاط الممارس، وبناءً على ما سبق جاءت هذه الدراسة لتجيب على التساؤلات التالية:

- ما مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة؟

- ما مستوى اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة؟

- هل توجد علاقة بين المعرفة الرياضية ومستوى اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة؟

فروض الدراسة:

- مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة متوسط.

- مستوى اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة قريب من المتوسط.

- هناك علاقة ارتباطية بين المعرفة الرياضية ومكونات اللياقة البدنية (التحمل الدوري التنفسي، القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة) لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة.

أهداف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى معرفة:

- مستوى اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة.

- مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة.

- العلاقة بين المعرفة الرياضية ومكونات اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة.

تحديد مصطلحات الدراسة:

القياس: هو تلك الإجراءات المقننة والموضوعية والتي تكون نتائجها قابلة للمعالجة الإحصائية (علاوي، 182، 72).

وكذلك هو جمع معلومات وبيانات بطرق كمية يؤسس عليها الحكم على الشيء، وذلك باستخدام أدوات متعددة (فرحات، 2001، 64).

ويقصد الباحثان بالقياس في المجال الرياضي جميع الاختبارات المعرفية والبدنية التي تستعمل في مختلف الأنشطة والفعاليات الرياضية.

المعرفة الرياضية: هي قدرة الطالب على تذكر المعلومات والتعرف عليها مع تنمية المهارات والقدرات العقلية والتمييز بين الأنواع المختلفة من المادة التربوية مثل المصطلحات والمفاهيم، كأن يعرض الطالب فائدة اللعب على الجسم، وفائدة التحمل على جسم الإنسان، والإلمام بقوانين الألعاب بمعنى التمكن من التعبير عما تعلمه من مصارف، ومعلومات كقيامه بتعريف السرعة، وإعطاء أمثلة عليها أو أمثلة عن بعض الحركات والمهارات التي تتطلب ذلك (محمد والديري، 1993، 122).

ويقصد بها كذلك العمليات التي تقوم باختزان المعلومات أي ملكة التذكر و تجهيزها ملكة الفكر، حيث تمتد من الاستدعاء البسيط لجزئية من المعلومات إلى العمليات الإبداعية التي تحتاج إلى تركيب الأفكار و الربط بينهما (فرحات، 2001، 31).

ويعرف الباحثان المعرفة الرياضية كل المعلومات والمعارف التي اكتسبها الطالب خلال مساره الدراسي أو الرياضي والتي تساعده على فهم والربط وتحليل مختلف العناصر وبطريقة متقنة في المجال الرياضي بهدف تحقيق نتائج جيدة في المجال الرياضي.

الأهداف المعرفية في المجال الرياضي: يمكن تلخيصها فيما يلي:

- معرفة تاريخ الأبطال الرياضيين.

- معرفة المفاهيم والمصطلحات الرياضية السائدة في النشاط الممارس.

- معرفة فن الأداء الحركي الصحيح لكل نشاط رياضي (التكنيك).

- المعرفة بقوانين وقواعد الألعاب الرياضية.

- معرفة الخطط الهجومية والدفاعية الخاصة بالناشط الممارس.

- معرفة قواعد الأمن والسلامة لتفادي الإصابات.

- معرفة المعلومات الصحية العامة.

- معرفة القيم الاجتماعية المكتسبة من الممارسة.

- معرفة المهارات الترويحية التي يمكن ممارستها في وقت الفراغ.

- معرفة ميكانيكية المهارات الحركية (التحليل الحركي) (فرحات، 2001، 31).

اللياقة البدنية: هي أحد مظاهر اللياقة العامة للفرد، والتي تشمل اللياقة العاطفية، واللياقة العقلية واللياقة الاجتماعية، واللياقة البدنية، وهي الخلو من الأمراض المختلفة العضوية والوظيفية، وقيام أعضاء الجسم بوظائفها على وجه حسن مع قدرة الفرد على السيطرة على بدنه، وعلى مدى استطاعته بمواجهة الأعمال الشاقة لمدة طويلة دون إجهاد زائد عن الحد (حسانين، 1997، 33).

وتتضمن اللياقة البدنية مجموعة من العناصر الأساسية كالتحمل، السرعة، القوة المرونة، الرشاقة، وهي تعني كذلك التغيرات التي تطرأ على الأجهزة العضوية الداخلية فتحفز في وظيفة هذه الأجهزة وتكيفها (حسين، 1998، 686).

ويرى الباحثان أن اللياقة البدنية هي المكونات أو الصفات البدنية التي تساعد الطالب في أداء أعماله الخاصة في مجال التربية البدنية، وتتكون من مكونات أساسية، وأخرى ثانوية تسمى بعناصر اللياقة البدنية.

عناصر اللياقة البدنية:

- **التحمل الدوري التنفسي:** يعرفه كل من بارو Barrow ومك جي Mc Gee بأنه "مقدرة المجموعات العضلية الكبيرة على الاستمرار في عمل انقباضات متوسطة لفترات طويلة من الوقت نسبياً، والتي تتطلب تكيف الجهازين الدوري والتنفسي لهذا النشاط" (حسانين، 2004، 243).

كما يعرف على أنه: مقدرة الفرد على مقاومة التعب الذي ينتج عن نوع النشاط الممارس أطول فترة ممكنة وفقا لما يتطلبه نوع النشاط من أداء، ومدى التعب الذي يظهر كنتيجة لهذا النشاط (المهشيش والدرس، 2002، 23).

- **القوة العضلية:** تعرف على أنها القدرة العضلية في التغلب على المقاومة الخارجية، أو مواجهتها على أساس أن الأداء البدني، أو الحركي يتطلب محاولة التغلب على المقاومات، أو يستدعي مواجهة هذه المقاومات (الحكيم، 2004، 8).

كما تعرف كذلك بأنها: أقصى مقدار من القوة يمكن أن تنتجه عضلة واحدة أو مجموعة عضلية، هذه مقاومة معينة (حسانين، 2004، 291).

- **السرعة:** يعبر مصطلح السرعة من وجهة النظر الميكانيكية عن معدل التغيير في المسافة بالنسبة للزمن، وبمعنى آخر؛ العلاقة بين الزيادة في المسافة -التغير في المسافة- بالنسبة للزيادة في الزمن -التغير في الزمن- (عبد البصير، 1999، 105).

فالمقصود بالسرعة، قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقصى زمن ممكن، سواء صاحب ذلك انتقال الجسم أو عدم انتقاله (بريدة، 1990، 97).

- **المرونة:** حسب كيرتن Curton هي: إمكانية الجسم للتحرك بسهولة إلى المدى الكامل للحركة (حسانين، 2004، 262).

ويرى "علاوي ورضوان" أن المرونة الحركية هي: قدرة الفرد على تحريك الجسم أو أجزائه خلال أوسع مدى ممكن للحركة، دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق للعضلات أو الأربطة (علاوي ورضوان، 1998، 318).

- **الرشاقة:** هي المقدرة على تغيير أوضاع الجسم، أو سرعته، أو اتجاهه على الأرض، أو في الهواء بدقة وانسيابية، وتوقيت صحيح (عبد البصير، 1999، 105).

ويتفق معظم الخبراء في مجال التدريب الرياضي على أن الرشاقة؛ تعني قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه، أو سرعة تغيير الاتجاه، سواء كان ذلك بالجسم كله، أو أجزاء منه، وسواء كان ذلك على الأرض أو في الهواء (حماد، 1998، 159).

الدراسات السابقة:

أجرى عون (2008) دراسة هدفت التعرف على درجات المعرفة القانونية لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل بالعراق وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، مستخدماً الاستبانة كأداة لجمع البيانات، وتحتوي على (1494) فقرة مكونة هامشية الرياضات في الكرة الطائرة، كرة اليد، كرة القدم، كرة السلة، مسابقات الساحة والميدان إضافة إلى مصطلحات باللغة الإنجليزية، طبقت على عينة مكونة من (90) طالب، وأشارت النتائج إلى أن درجة المعرفة القانونية عند الطلبة كانت ضعيفة، وكذلك وجود فروق في درجة المعرفة القانونية في الألعاب أعلاه.

قامت إيناس نقولا (2005) بدراسة هدفت التعرف على المعرفة القانونية ونموذج النمط الجنسي والمزاجي للاعبين أندية العراق للريشة الطائرة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي والارتباطي، وتكون مجتمع البحث من (84) لاعبا يمثلون (19) ناديا، أما عينة البحث فقد شملت (49) لاعبا، طبق عليهم اختبار المعرفة القانونية بالريشة الطائرة، وقد توصلت الباحثة إلى أن لاعبو الريشة الطائرة بالتحصيل العالي في المعرفة القانونية، كما توصلت إلى بناء مقياس المعرفة القانونية بالريشة الطائرة.

قام كل من الصالح وعبد ربه والرخامنة (2007) بدراسة هدفت التعرف على مستوى الحصيلة المعرفية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية في مجال اللياقة البدنية، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي على عينة تتكون من (174) طالب وطالبة تم اختبارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية، وقد توصلوا إلى أن الحصيلة المعرفية للطلاب بشكل عام في مجال اللياقة البدنية ضعيفة جداً، كما تبين أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للجنس (ذكور، إناث) وفئة الطلاب (لاعب وغير لاعب)، في حين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في فئة السنة الدراسية (السنوات الأربعة) ولصالح السنة الرابعة.

قام الوزير (2000) بدراسة هدفت التعرف على المعرفة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بمنطقة المدينة المنورة بالمملكة العربية السعودية، وقد بلغت عينة الدراسة (66) معلماً للتربية الرياضية ممن يدرسون بالمدارس الإعدادية لمنطقة المدينة المنورة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تم بناء اختبار معرفي شمل على ثمانية أبعاد منها (أسس التعلم الحركي والمهاري، وأسس مبادئ التدريب الرياضي، واستراتيجية التدريس) وقد أظهرت النتائج أهمية المعرفة الرياضية للمعلمين، وضرورة امتلاكها بصورة مميزة.

أجرى مبارك (1988) دراسة هدفت إلى بناء اختبار معرفي في التربية الرياضية لطلاب المرحلة الثانوية بنين في دولة الكويت، وقد بلغت عينة الدراسة (1450) طالبا، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتمل الاختبار على ثمانية (8) ألعاب مختلفة، واشتمل على خمسة محاور رئيسية، وقد أظهرت النتائج ضرورة الاهتمام ببناء اختبارات معرفية لطلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت لتساهم في الارتقاء في الأداء المهاري المطلوب.

منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية:

منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة السنة الثالثة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة للعام الدراسي 2014-2015 والبالغ عددهم (771) طالبا وطالبة، وتكونت عينة الدراسة من (70) طالبا "ذكور"، اختيرت بطريقة عشوائية من حيث الخصائص البدنية ومقصودة من حيث المستوى الدراسي والجنس.

أدوات الدراسة: استخدم الباحثان في الدراسة الحالية الأدوات التالية:

مقياس المعرفة الرياضية: الذي أعدته "فرحات" ويشتمل المقياس على (6) أبعاد لقياس القدرة المعرفية للطلاب وهي: تاريخ ومعلومات عامة، قواعد وقوانين وأدوات، فن الأداء المهاري (التكتيك)، اللياقة البدنية، الصحة والسلامة، القيم والسلوك.

ويتضمن كل بعد عدد من العبارات يقوم الطالب بالإجابة عليها، ويتكون المقياس كله من (48) عبارة يقوم الطالب بالإجابة على جميع العبارات، والدرجة العظمى للمقياس هي (48) درجة على أساس إعطاء درجة لكل سؤال، وكلما اقترب الطالب من الدرجة العظمى للمقياس دل ذلك على ارتفاع المعارف والمعلومات الخاصة بالمادة ونجاح العملية التعليمية (فرحات، 2001، 94-95).

صدق المقياس:

للتحقق من صدق الأداة اعتمد الباحثان على الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس بأبعاده الستة والعبارات التي تعكسها على مجموعة من الأساتذة الدكاترة في الاختصاص وعددهم (08) مشهود لهم بمستواهم العلمي

وتجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلمي، حيث أشار المحكمون إلى صلاحية العبارات المعدّة للقياس المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

كما تم حساب الصدق من خلال حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات حيث بلغت قيمته 0.94 وهو عالي وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق.

ثبات المقياس:

تم التأكد من ثبات مقياس المعرفة الرياضية باستعمال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest) على عينة استطلاعية مكونة من (10) طلبة من المجتمع الكلي وخارج العينة الأساسية، وكان الفارق الزمني بين التطبيقين أسبوعين، وتم حساب معامل الثبات للمقياس باستخراج معامل ارتباط بيرسون حيث بلغ (0,91) عند مستوى دلالة 0.01، مما يشير إلى أن المقياس عالي الثبات وصالح للتطبيق بصورته النهائية.

الاختبارات البدنية الخاصة بقياس عناصر اللياقة البدنية:

استعمل الباحثان خمسة اختبارات لقياس اللياقة البدنية لعينة البحث هي:

- اختبار كوبر جري 12 دقيقة، لقياس التحمل الدوري.

- اختبار القفز العريض من الثبات لقياس القوة.

- اختبار جري 50 م لقياس السرعة.

- اختبار ثني الجذع الجلوس الطويل لقياس المرونة.

- اختبار الجري 10 م × 4 لقياس الرشاقة.

وقد تم اختيار هذه الاختبارات بعد الاطلاع على العديد من المراجع والدراسات والبحوث العلمية التي تتحدث على اللياقة البدنية وقياسها، وهذه الاختبارات تتمتع جميعها بمعاملات علمية عالية من صدق وثبات وموضوعية.

صدق اختبارات اللياقة البدنية:

قام الباحثان بعرض استمارة اختبارات اللياقة البدنية على (6) دكاترة خبراء في مختلف المجالات منها: القياس والتقويم والتدريب الرياضي ومناهج وأساليب تدريس التربية الرياضية، وذلك لإبداء الرأي فيها بهدف التأكد من

مدى مناسبة الاختبارات وشروط أدائها لخصائص وقدرات أفراد عينة الدراسة، حيث اتفق الخبراء على مناسبة تلك الاختبارات لقياس ما وُضعت من أجله ومناسبتها لعينة الدراسة.

ثبات اختبارات اللياقة البدنية:

تمّ حساب معامل الثبات للاختبارات اللياقة البدنية المستخدمة وذلك بتطبيقها ثم إعادة تطبيقها (Test-Retest) بفارق زمني مدته أسبوع من تاريخ إجراء التطبيق الأول، على عينة من مجتمع الدراسة وخارج العينة الأساسية قوامها (8) أفراد لإيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني، كما تم استخراج دلالات ثبات اختبارات اللياقة البدنية باستخدام معامل ارتباط بيرسون، والجدول رقم (1) يوضّح قيم ذلك.

الجدول رقم (01): يوضح معامل الثبات للاختبارات البدنية بين القياس الأول والثاني

الاختبار	معامل الثبات	مستوى الدلالة
التحمل الدوري	0.89	0.01
القوة	0.91	0.01
السرعة	0.93	0.01
الرشاقة	0.84	0.01
المرونة	0.80	0.01

يتضح من الجدول رقم (1) أن معامل الارتباط بين التطبيقين قيم دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على صلاحية هذه الاختبارات للتطبيق على عينة الدراسة.

أداة الإحصاء: قام الباحثان بالمعالجة الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والتي تمثلت في:

النسبة المئوية، النقاط المعيارية لتحويل نتائج قياس اللياقة إلى نقاط، الربيع الأعلى والأدنى لتحديد مستوى عناصر اللياقة البدنية والمعرفة الرياضية، معامل الارتباط بيرسون لحساب الارتباط بين عناصر اللياقة والمعرفة الرياضية.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على: مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية متوسط، وبعد تفرغ نتائج مقياس المعرفة الرياضية لدى الطلبة تحصلنا على النتائج الموضحة في الجدول (02).

الجدول رقم (02): يوضح مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

المؤشرات	العينة	أقل درجة على المقياس	أعلى درجة على المقياس	المتوسط	الانحراف المعياري
المعرفة الرياضية	70	30	43	37.77	2.90

يتضح من الجدول رقم (02) أن نتائج الطلبة في مقياس المعرفة الرياضية كانت متوسطة نوعا ما، حيث أن أقل درجة كانت 30 نقطة من مجموع المقياس 47 نقطة بينما كانت أعلى درجة هي 43 نقطة، وكانت متوسط نقاط الطلبة هو 37.77 نقطة وهو بعيدا نوعا ما عن أعلى نتيجة على المقياس وهي 47 نقطة لذلك يمكن القول أن درجات الطلبة متوسطة على المقياس حسب صاحبه "فرحات" والتي تؤكد على أنه كلما اقتربت النتائج من 47 كانت المعرفة الرياضية جيدة.

عرض نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية على: مستوى اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة قريب من المتوسط، وبعد تحويل نتائج قياس مختلف عناصر اللياقة البدنية إلى نقاط معيارية تم حساب الربع الأعلى والربع الأدنى لتوضيح المستوى وتحصلنا على النتائج التالية حسب عناصر اللياقة البدنية:

التحمل:

الجدول رقم (03): يمثل مستوى التحمل الدوري التنفسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التحمل الربيع	التحمل	عدد الطلبة	النسبة المئوية
الربيع الأعلى	54.3	50	70.14%
الربيع الأدنى	43.8	18	25.7%

يتضح من الجدول (03) أن نسبة الطلبة في الربيع الأعلى تقدر بـ 70.14% وهي أعلى من نسبتهم في الربيع الأدنى والمقدرة بـ 25.7%.

القوة:

الجدول رقم (04): يمثل مستوى عنصر القوة لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

القوة الربيع	القوة	عدد الطلبة	النسبة المئوية
الربيع الأعلى	57.8	17	24.28%
الربيع الأدنى	44.6	25	34.71%

من خلال الجدول (04) يتضح أن نسبة الطلبة في الربيع الأعلى الخاص بعنصر القوة تقدر بـ 24.28% وهي أقل من نسبتهم في الربيع الأدنى والمقدرة بـ 34.71%.

السرعة:

الجدول رقم (05) يمثل مستوى عنصر السرعة لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

السرعة الربيع	السرعة	عدد الطلبة	النسبة المئوية
الربيع الأعلى	18	43.8	25.7%
الربيع الأدنى	37	58.4	52.85%

يتضح من الجدول (05) أن نسبة الطلبة في الربيع الأعلى الخاص بعنصر السرعة تقدر بـ 25.7% وهي أقل من نسبتهم في الربيع الأدنى والمقدرة بـ 52.85%.

المرونة:

الجدول رقم (06) يمثل مستوى عنصر المرونة لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

النسبة المئوية	عدد الطلبة	المرونة	المرونة الربيع
55.01%	39	42.3	الربيع الأعلى
30%	21	54.6	الربيع الأدنى

يتضح من الجدول (06) أن نسبة الطلبة في الربيع الأعلى الخاص بعنصر المرونة والمقدرة بـ 55.01% أكبر من نسبتهم في الربيع الأدنى والمقدرة بـ 30%.

الرشاقة:

الجدول رقم (07) يمثل مستوى عنصر الرشاقة لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

النسبة المئوية	عدد الطلبة	الرشاقة	الرشاقة الربيع
25.7%	18	43.8	الربيع الأعلى
52.85%	37	58.4	الربيع الأدنى

يتضح من الجدول (07) أن نسبة الطلبة في الربيع الأعلى الخاص بعنصر الرشاقة تقدر بـ 25.7% وهي أقل من نسبتهم في الربيع الأعلى والتي تقدر بـ 52.85%.

عرض نتائج الفرضية الثالثة: تنص الفرضية الثالثة على: هناك علاقة ارتباطية بين المعرفة الرياضية ومكونات اللياقة البدنية (التحمل الدوري التنفسي، القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة) لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة.

الجدول رقم (08): يمثل العلاقة الارتباطية بين المعرفة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مستوى الدلالة	نوع العلاقة	معامل الارتباط	المعرفة الرياضية عناصر اللياقة
0.01	إيجابية	0.92	التحمل
0.05	إيجابية	0.089	القوة
0.05	إيجابية	0.14	السرعة
0.01	إيجابية	0.57	المرونة
0.01	إيجابية	0.76	الرشاقة

من خلال نتائج الجداول (08) يتضح أنه توجد علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين المعرفة الرياضية وكل من التحمل الدوري التنفسي والمرونة والرشاقة بمعاملات ارتباطية عالية عند مستوى الدلالة 0.01 بينما هناك علاقة ارتباطية إيجابية ضعيفة بين المعرفة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية السرعة والقوة بمعاملات ارتباطية ضعيفة وعند مستوى الدلالة 0.05.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات:

مناقشة نتائج الفرضية الأولى: نصت الفرضية الأولى على: مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية متوسط.

وبالرجوع إلى نتائج الجدول رقم (02) الموضح لمستوى المعرفة الرياضية حسب المقياس التي أعدته الدكتورة ليلي فرحات، ومن خلال حساب المتوسط الحسابي لنقاط الطلبة أنه يساوي 37.77 نقطة، وهو بعيدا نوعا ما عن أعلى درجة، وهي 47 نقطة وبذلك يعتبر مستوى المعرفة الرياضية متوسط حسب صاحبة المقياس، والتي ترى أنه كلما اقتربت النتائج من 47 كان المعرفة الرياضية جيدة.

ويعود ذلك إلى عدة عوامل منها عدم اهتمام الطلبة بمواكبة النمو العلمي والمعرفي ومصادرها الرئيسية، والتي تضاعفت في السنوات الأخيرة؛ حيث أن هناك ثورة في مجال المعرفة الرياضية المرتبطة بالنواحي النظرية والتطبيقية، ويتجلى عدم الاهتمام هذا في أن الطالب أصبح لا يعير أي اهتمام للجانب المعرفي من خلال عدم اهتمامه بالمحاضرات، والدروس النظرية، وقلة الحضور للمحاضرات، إضافة إلى النقص في المقاييس الخاصة

بالمعرفة في المجال الرياضي في البرامج التكوينية، وكذلك الانعكاس السلبي للتطور العلمي (الانترنت)، على التحصيل العام للطلبة، حيث أصبح اختصار إنجاز البحوث الخاصة بالأعمال الموجهة على مواقع الانترنت عن طريق استنتاج مباشر للبحوث من هذه المواقع دون تعديل، أو مراجعة، أو تمحيص للمعلومات، وهذا ما ينعكس على الجانب المعرفي للطلبة، ويؤدي إلى ضعف المستوى المعرفي، وكذلك عدم ذهاب الطلبة إلى المكتبات إلا نادرا و اقتصار ذلك على إنجاز المذكرات فقط، ويشير كل من "الخولي وعنان" أن المعرفة تسهل الوعي بالمعلومات، أو اكتشافها اكتشافا مباشرا، أو إعادة اكتشافها، أو التعرف عليها (الخولي وعنان، 1999، 42).

كما تؤكد النظريات المعرفية أن الأفراد يسعون دائما إلى تحقيق الترابط والتماسك وإعطاء معنى لأنسجتهم المعرفية، أي يسعون إلى تأكيد الاتساق فيما بينهم ومعارفهم المختلفة (درويش، 1993، 102)

والكل يعلم بأن هذا الطالب مقبل على التخرج، وهو غدا المدرس في المتوسطات والثانويات، وسيكون من واجبه شرح وتوضيح قوانين الألعاب، والمعارف الخاصة بالنشاط الرياضي، وقيادة، وإجراء مقابلات، ودورات خاصة بمختلف الأنشطة الرياضية في المؤسسات التربوية، حيث ذكر "علاوي" أن المعرفة في المجال الرياضي يتأسس عليها اكتساب السلوك الصحيح للفرد الرياضي، ويؤكد أن نجاح المربي الرياضي في عمله يرتبط إلى حد كبير بما يمتلكه من معلومات، ومعارف، وقدرات ومهارات في نوع النشاط الذي يتخصص فيه، أي أنه كلما زاد فهمه للمعلومات، والمعارف النظرية، وطرق تطبيقها، كلما كان أقدر على تحليل المواقف التعليمية، وطرق تطبيقها، كلما كان أقدر على تحليل المواقف التعليمية والتدريبية والتدريسية المختلفة، واختيار أنسب الحلول لمواجهة تلك المواقف (علاوي، 1993، 296).

وتتوافق هذه النتائج مع نتائج دراسة "الصالح" وآخرون (2007)، والتي توصلت إلى أن الحصيلة المعرفية للطلاب بشكل عام في مجال اللياقة البدنية ضعيفة جدا، وتتفق أيضا مع نتائج دراسة "عون" (2008) والتي توصلت إلى أن درجة المعرفة القانونية عند طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية بجامعة بابل بالعراق ضعيفة إلى حد ما.

مناقشة نتائج الفرضية الثانية: نصت الفرضية الثانية على: مستوى اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة قريب من المتوسط.

وبالرجوع إلى نتائج الجداول (3) (4) (5) (6) (7) نجد أن مستوى عناصر اللياقة البدنية يتراوح بين المتوسط والضعيف، وهذه النسب المئوية لعدد الطلبة في الربيع الأدنى كانت دائما أكثر منها في الربيع الأعلى باستثناء التحمل الدوري التنفسي؛ حيث كانت النسبة المئوية في الربيع الأعلى 70.14% و 25.2% في الربيع الأدنى، وقد يعود مستوى الطلبة المتوسط في هذا العنصر إلى الممارسة الرياضة في السنوات الماضية، من خلال ممارسة لعبة كرة القدم في الأحياء الشعبية لدى غالبية الطلبة، مما قد يساهم في تحسين مستوى هذا العنصر، إذ يرى كل من الأسود ومرزوق أن للبيئة المحيطة أثر على أسلوب الحياة البشرية؛ حيث تفرض على الأفراد نمط معين من الحياة تؤثر على خصائصهم الجسدية وصفاتهم البدنية، ويرجع ضعف مستوى الطلبة في اللياقة إلى أن المقاييس التطبيقية لا تؤثر على الطلبة وأن المستوى البدني للطلبة يحمل صفات الشخص العادي (غير رياض)، وهذا لأن إجراء حصة تطبيقية واحدة في الأسبوع لا يمكن أن يساهم في تطوير اللياقة أما فيما يخص القوة فيشير كل من Barrow بارو و جونسون Johnson أن القوة المميزة بالسرعة خاصة تتبلور بالتدريب على الربط بين القوة والسرعة لهذا يعتبران أن هذه الصفة من أهم ما يميز الأفراد المتدربين لأنهم يعملون على تدريب كل من القوة والسرعة ويعملون في نفس الوقت على تدريب التوافق الذي يربط بين هذين المكونين معا (وحشة، 1997، 93).

أما فيما يخص السرعة فهي صفة رئيسية، وتتأثر دائما بقلّة التدريب وتزيد بالانتظام في التدريب، فأى إضافة إلى قلة ممارستها سواء في الأعمال التطبيقية، أو في النشاط الرياضي خارج الجامعة.

أما المرونة فإنها تتأثر دائما بالتدريب المنظم، وقلّة التدريب تؤدي إلى الضعف في هذه الصفة، وكذلك تتأثر بالبيئة، فقد أشار عبد الفتاح، والسيد 1993 إلى أن المرونة تتأثر بقوة عوامل منها البنية المحيطة بالفرد ومستوى النشاط الحركي (عبد الفتاح والسيد، 1993، 187).

أما فيما يخص الرشاقة فإنها تتأثر بجميع العوامل السابقة الذكر إضافة إلى ارتباطها بعنصري السرعة والمرونة، فارتباط هذه العناصر جميعها ببعضها البعض إضافة إلى التذبذب الحاصل في حضور الأعمال التطبيقية بالنسبة للطلبة، وقلّة الوسائل البيداغوجية وانعدامها في بعض الأحيان أدى كله إلى ضعف مستوى عناصر اللياقة البدنية.

مناقشة نتائج الفرضية الثالثة: نصت الفرضية الثالثة على: هناك علاقة ارتباطية بين المعرفة الرياضية ومكونات اللياقة البدنية (التحمل الدوري التنفسي، القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة) لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة المسيلة.

بالرجوع إلى نتائج الجدول رقم (8) يتضح أنه توجد علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين المعرفة الرياضية وكل من التحمل الدوري التنفسي والمرونة والرشاقة بمعاملات ارتباطية عالية عند مستوى الدلالة 0.01 بينما هناك علاقة ارتباطية إيجابية ضعيفة بين المعرفة الرياضية وعنصر اللياقة البدنية السرعة والقوة بمعاملات ارتباطية ضعيفة وعند مستوى الدلالة 0.05.

ويعود هذا الارتباط إلى إدراك الطلبة لدور وقيمة المعرفة الرياضية في ممارسة الرياضية ودورها في تحسين اللياقة البدنية من خلال معرفة أهمية هذه العناصر في التنمية العامة للياقة البدنية ومعرفة طرق وكيفيات القيام بمختلف التمارين الرياضية وتحسين هذه العناصر من خلال استثمار الجانب المعرفي والفكري الخاص بالنشاط البدني والرياضي حيث يرى ابن سينا أن المعلومات تحدث في النفس انفعالات يترتب عليه عزم أو نية بدفع الاستجابة سلوكية (السيد وآخرون، 2003، 76).

ويؤكد كارول وآخرون، أن المجال المعرفي وثيق الصلة بالمجال الحركي ولعل ما يؤكد ذلك تسمية أول مراحل تعلم مهارة حركية باسم المرحلة المعرفية (مفتاح وآخرون، 2016، 07)، فالحركة بقدر ما هي جديدة فإنها لا تبدو كذلك حيث يكون أداؤها وفق التوافقات العصبية القديمة والمتراكمة في الجهاز العصبي ويمكن تصور ذلك في أن الإنسان كل مرة يبني وتتراكم عنده حركة جديدة متكونة من أجزاء توافقية مختلفة فإن الفرد يتقن هذه الأجزاء نتيجة لخبراته السابقة (خاطر والبيك، 1996، 436).

فالتفكير الذي يعد أحد العمليات العليا دور هام في الأداء الحركي والمهاري، حيث يساعد في التغلب على صعوبات الأداء والإنجاز، ويكسب الفرد مقومات التفكير السليم من خلال سنوات عديدة من التدريب ويكون نتيجة طبيعية للتفكير الجيد والمنطقي الذي يصاحب الخبرة الطويلة والذي يؤدي بدوره إلى الدقة وإمكانية التفكير السريع ومن خلال التفكير يستطيع الفرد الرياضي امتلاك المقدرة على التحليل من خلال اختبار أوجه الأداء المتعددة للحركات (الفالح والسيد، 2002، 145).

لذلك يمكن اعتبار أن الارتباط بين مستوى المعرفة الرياضية ومستوى عناصر اللياقة البدنية يرجع إلى أهمية الجانب المعرفي وتأثيره على الجانب البدني والحركي في المجال الرياضي وبالتالي تتحقق الفرضية الثالثة التي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين مستوى المعرفة وعناصر اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

الاستنتاجات:

- مستوى المعرفة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية متوسط.
- مستوى عناصر اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، متوسط إلى ضعيف في العناصر الأربعة (القوة، السرعة، المرونة والرشاقة) وفوق المتوسط في عنصر التحمل الدوري التنفسي.
- هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين مستوى المعرفة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الاقتراحات:

- الاهتمام بالجانب المعرفي وتحسينه لدى الطلبة من خلال زيادة الحجم الساعي الخاص بالجانب المعرفي في التربية البدنية.
- مطالبة الطلبة بإجراء بحوث ذات معلومات دقيقة وعدم الاعتماد على الانترنت فقط.
- ضرورة حضور الطلبة للمحاضرات من أجل تحسين الجانب المعرفي.
- ضرورة ذهاب الطلبة إلى المكتبات للاطلاع والقراءة لزيادة المعلومات ومختلف المعارف المتعلقة باختصاصهم.
- تزويد المكتبة بالمكتب الجديدة والخاصة بالمعرفة الرياضية.
- الاهتمام بالجانب البدني (اللياقة البدنية) للطلبة أثناء الحصص التطبيقية، وزيادة الحجم الساعي للتخصص.
- الربط بين الجانب المعرفي والجانب البدني سواء في شرح الدروس والمحاضرات أو من خلال إجراء الحصص التطبيقية.

قائمة المراجع:

- أبو العلاء عبد الفتاح، أحمد نصر الدين السيد، فيزيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1993.
- أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك، القياس في المجال الرياضي، ط4، دار الكتاب الحديث، 1996.

- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية الرياضية، الفلسفة المراحل، التاريخ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
- أمين الخولي، محمد عنان، المعرفة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- الوزير أحمد عبد الدايم المعرفة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية، بمنطقة المدينة المنورة، 2000.
- إيناس بهنام نقولا، بناء اختبار المعرفة القانونية ونموذج النمط الجسمي والمزاجي للاعبين أندية العراق، بريشة الطائفة، 2005.
- زين العابدين درويش، علم النفس الاجتماعي، القاهرة، 1993.
- عبد الكريم محمود عبد الحليم، ديناميكية تدريس التربية البدنية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2006.
- عبد الرحمن عيسوي، الاختبارات والمقاييس النفسية والعقلية، منشأة المعارف، الاسكندرية، 2003.
- عبد علي نصيف، التعلم الحركي، جامعة بغداد، دار الحكمة، ط1، 1980.
- علي سلوم جواد الحكيم، الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، الطيف للطباعة، القادسية، 2004.
- عادل عبد البصير، التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- عبد الحليم محمود السيد وآخرون، علم النفس الاجتماعي المعاصر، الترك للنشر والتوزيع، 2003.
- عابد عبد الكريم عون، بناء مقياس المعرفة لقانون بعض الألعاب الرياضية لطلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل، 2008.
- سالم محمد مفتاح وآخرون، قياس مستوى المعرفة الرياضية لطلاب كليتي التربية البدنية وعلوم التربية البدنية والرياضية، جامعة طرابلس، جامعة الزاوية، مجلة علوم الرياضة والعلوم التربوية، المجلد 3، العدد 13، 2016.
- فاضل سلطان بريدي، وظائف الأعضاء والتدريب البدني، مطابع دار الهلال، الرياض، 1990.
- فتحي المهشيش، يوسف درس، علم وظائف الأعضاء الرياضي، منشورات، جامعة قار يونس، بنغازي، 2002.
- قاسم حسن حسين، أسس التدريب الرياضي، دار الفكر للنشر، عمان، 1998.
- ليلي السيد فرحات، القياس المعرفي الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001.
- مؤيد مطلق عبد الله وحشة، مستوى اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الأساسية العليا، ماجستير، غم، الجامعة الأردنية، 1997.

- مبارك: بناء اختبار معرفي في التربية الرياضية لطلاب المرحلة الثانوية بنين، في دولة الكويت، 1998.
- محمد حسن علاوي، علم التدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ط2، 1993.
- محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان، اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982.
- محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان، اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، ط2، 1989.
- محمد صبحي حساني، القياس والتقويم في التربية البدنية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1997.
- محمد صبحي حسانيين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط6، ج1، دار الفكر العربي، 2004.
- محمد علي محمد علي الديري، منهاج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الفرقان، عمان، ط1، 1993.
- مروان عبد المجيد، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام التحليل العاملي، عمان، 2001.
- مغني إبراهيم حماد، التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- وجدي مصطفى الفالح، محمد لطفي السيد، الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب، دار الهدى للنشر والتوزيع، 2002.
- Bentoumi A, l'image du corps dans la relation pédagogique en éducation physique et sportive, thèse doctorat, l'EPS, université d'Alger, 1998.