



قسم: التدريب الرياضي

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر ل.م.د أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع: تدريب رياضي

تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنوان:

تأثير الخلفية السوسيواقتصادية على مستوى اللياقة البدنية
المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة

تحت إشراف:

د. عبد المالك قراد

إعداد الطلبة:

- عبد الناصر نصيب

- علاء موايعية

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
د. عبد القادر بوخالفة	أستاذ محاضر ب	رئيسا
د. عبد المالك قراد	أستاذ محاضر ب	مشرفا و مقررا
أ.حشاني راجح	أستاذ مساعد ب	ممتحنا

السنة الجامعية: 2022/2021

شكر وعرفان

بسم الله الرحمن الرحيم

نتوجه بالشكر أولاً وأخيراً لله عز وجل الذي أعاننا على إتمام هاته الدراسة،
كما نتوجه بالشكر الجزيل للأستاذ المشرف: عبد المالك قراد الذي كان
لنا خير عون في إخراج هاته المذكرة وضبطها وتنقيحها ولا ننسى فضل
الدكتور محمد بوتة على ما قدمه من مساعدات ونصائح قيمة ، إضافة إلى
أفراد لجنة المناقشة الذين تكرموا بقبول مناقشة المذكرة، إضافة إلى جميع
طلبة وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة العربي التبسي وكل من
مد لنا ايد العون من قريب أو بعيد خاصة الأخ و الصديق ياسين فرحي.

إهداء

الحمد لله و كفى و الصلاة على الحبيب المصطفى و أهله وصحبه و من وفى أما

بعد:

الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا العلمية بمذكرتنا هذه ثمرة

الجهد و النجاح بفضلته عز و جل

مهداة إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله و ادامهما نورا لعيني و دربي

لكل العائلة الكريمة التي ساندتني ولا تزال من إخوة و أخوات

إلى الكتاكيت "عزالدين ، بهاء الدين، عبدالصمد ، و الأميرة صمود، مهند و

الرائعة ميسم "

إلى ابن اختي قريب أحمد البشير وفقه الله في شهادة التعليم المتوسط

إلى رفيقي في هذه الدراسة أخي " موايعية علاء"

إلى جميع أصدقائي و جميع زملائي في العمل

إلى أسرتي الثانية أعضاء و مؤسسي الأكاديمية الرياضية لبلدية بئرالعاطر

إلى اللاعبين الذي أدر بهم وفقهم الله في مسارهم العلمي و الرياضي

و أخيرا اهدي هذا العمل إلى كل من ساهم و يساهم في تطوير التربية البدنية و

الرياضية و إلى كل طالب علم سعى أن ينفع الأمة الإسلامية بعلمه .

نصيب عبدالناصر "إيهاب"

إهداء

أهدي ثمرة جهدي المتواضع الي من وهبوني الحياة والأمل والنشأة على شغف
الاطلاع والمعرفة ومن علموني أن أرتقي سلم الحياة بحكمة وصبر برا وإحسانا
ووفاء لهما والدي العزيز و والدتي العزيزة
الي من وهبني الله نعمة وجودهم في حياتي
الي العقد المتين من كانوا عوناً لي في رحلة بحثي إخواني وأخواتي
الي من كاتفني ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح في مسيرتنا العلمية
الي رفيق دربي "عبد الناصر نصيب"
وأخيرا الي كل من ساعدني وكان له دور من قريب أو بعيد في إتمام هذه الدراسة
سائل المولى عز وجل أن يجزي الجميع خير الجزاء في الدنيا والآخرة ثم الي كل
طالب علم سعى بعلمه ليفيد الإسلام والمسلمين بكل ما أعطاه الله من علم
ومعرفة.

موايعة علاء

قائمة المحتويات

الصفحة	قائمة المحتويات
أ	شكر وعرقان
ب	إهداء
د	فهرس المحتويات
و	فهرس الجداول
ح	فهرس الأشكال
1	مقدمة
الفصل الأول: الاطار العام للدراسة	
4	1- الإشكالية
6	2- فرضيات الدراسة
6	3- أهداف الدراسة
6	4- أهمية الدراسة
7	5- تحديد مصطلحات ومفاهيم البحث
7	6- صعوبات البحث
9	خلاصة الفصل الأول
الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
11	أولا : الخلفية النظرية
11	1. اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
11	1.1 مفهوم اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
11	2.1 مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
12	3.1 طرق قياس اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
15	2- الخلفية السوسيواقتصادية
15	1.2 معايير تشكيل الخلفية السوسيواقتصادية
16	2.2 مكونات الخلفية السوسيواقتصادية
19	3.2 أهمية الخلفية السوسيواقتصادية بالنسبة للفرد
21	ثانيا: الدراسات السابقة والمشابهة
22	الدراسة الأولى

23	الدراسة الثانية
24	الدراسة الثالثة
25	الدراسة الرابعة
26	الدراسة الخامسة
الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة	
28	1 - المنهج المتبع في الدراسة
29	2- الدراسة الإستطلاعية
29	3- مجتمع وعينة الدراسة
29	3-1- عينة البحث
29	3-2- طريقة اختيار العينة
29	4- مجالات الدراسة
29	4-1- المجال المكاني
30	4-1- المجال المكاني
30	5-أدوات جمع البيانات والمعلومات
30	5-1-"استمارة الاستبيان"
30	5-2-بطارية يوروفيت
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
42	1- عرض و تحليل النتائج
42	1-1- عرض و تحليل المعلومات الشخصية
62	1-2- عرض و تحليل نتائج التساؤل الأول
73	1-3- عرض و تحليل نتائج التساؤل الثاني
76	2-نتائج الدراسة
76	2-1-نتائج الدراسة على ضوء التساؤل الأول
77	2-2-نتائج الدراسة على ضوء التساؤل الثاني
81	خاتمة
83	قائمة المصادر والمراجع
الملاحق	
ملخص البحث	

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول
32	الجدول رقم 01: مكونات اللياقة البدنية حسب بطارية يورفيت
33	الجدول رقم 02: مؤشر الكتلة الجسمية
40	الجدول رقم 03: الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين تم استخراجه وفقا للعمر
43	الجدول رقم 04: يبين متغير الجنس
44	الجدول رقم 05: يبين متغير السن حسب السنوات
45	الجدول رقم 06: يبين متغير السن حسب الأشهر
46	الجدول رقم 07: يبين متغير المحيط السكني
46	الجدول رقم 08: يبين متغير وسيلة التنقل إلى المدرسة
47	الجدول رقم 09: يبين متغير الوضعية المهنية للأب
48	الجدول رقم 10: يبين متغير مهنة الأب
49	الجدول رقم 11: يبين متغير المستوى التعليمي للأب
50	الجدول رقم 12: يبين متغير الوضعية المهنية للأم
51	الجدول رقم 13: يبين متغير مهنة الأم
52	الجدول رقم 14: يبين متغير المستوى التعليمي للأم
53	الجدول رقم 15: يبين متغير الحالة الاجتماعية للوالدين
54	الجدول رقم 16: يبين متغير عدد أفراد الأسرة
55	الجدول رقم 17: يبين متغير التكفل بالإنفاق على الأسرة
56	الجدول رقم 18: يبين متغير كفاية دخل الأسرة
57	الجدول رقم 19: يبين متغير عدد الوجبات في اليوم
58	الجدول رقم 20: يبين متغير الأكل الصحي
59	الجدول رقم 21: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأسرة
60	الجدول رقم 22: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء
61	الجدول رقم 23: يبين متغير مستوى البدانة حسب مؤشر الكتلة الجسمية
62	الجدول رقم 24: يبين نتائج إختبار "ت" ستودنت للفروق (الجنس ، الأكل الصحي)
64	الجدول رقم 25: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الاجتماعية حسب الفئة العمرية
64	جدول رقم 26 : إختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الاجتماعية حسب الفئة العمرية

65	الجدول رقم 27: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب مستوى البدانة
66	الجدول رقم 28 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب مستوى البدانة
67	الجدول رقم 29: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب المستوى التعليمي للأب
69	الجدول رقم 30: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب المستوى التعليمي للأم
70	الجدول رقم 31: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب عدد أفراد الأسرة
70	الجدول رقم 32: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأسرة
71	الجدول رقم 33: : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأسرة
72	الجدول رقم 34: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأصدقاء
72	الجدول رقم 35 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأصدقاء
73	الجدول رقم 36: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب عدد الوجبات في اليوم
73	الجدول رقم 37: يبين نتائج إختبار "ت" ستودنت للفروق (مهنة الأم , التكفل بالإنفاق , كفاية الدخل الأسري)
74	الجدول رقم 38: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب الوضعية المهنية للأب
74	الجدول رقم 39 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب الوضعية المهنية للأب
75	الجدول رقم 40: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب مهنة الأب
75	الجدول رقم 41 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب مهنة الأب

فهرس الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل
33	الشكل رقم:01 يبين الوضعية الصحيحة لقياس الوزن والطول
43	الشكل رقم 02: يبين متغير الجنس
44	الشكل رقم 03: يبين متغير السن حسب السنوات
45	الشكل رقم 04: يبين متغير السن حسب الأشهر
46	الشكل رقم 05: يبين متغير المحيط السكني
46	الشكل رقم 06: يبين متغير وسيلة التنقل إلى المدرسة
47	الشكل رقم 07: يبين متغير الوضعية المهنية للأب
48	الشكل رقم 08: يبين متغير مهنة الأب
49	الشكل رقم 09: يبين متغير المستوى التعليمي للأب
50	الشكل رقم 10: يبين متغير الوضعية المهنية للأم
51	الشكل رقم 11: يبين متغير مهنة الأم
52	الشكل رقم 12: يبين متغير المستوى التعليمي للأم
53	الشكل رقم 13: يبين متغير الحالة الاجتماعية للوالدين
54	الشكل رقم 14: يبين متغير عدد أفراد الأسرة
55	الشكل رقم 15: يبين متغير التكفل بالإنفاق على الأسرة
56	الشكل رقم 16: يبين متغير كفاية دخل الأسرة
57	الشكل رقم 17: يبين متغير عدد الوجبات في اليوم
58	الشكل رقم 18: يبين متغير الأكل الصحي
59	الشكل رقم 19: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأسرة
60	الشكل رقم 20: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء
61	الشكل رقم 21: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء

مقدمة

مقدمة:

يعيش الفرد في هذا المجتمع ويمارس العديد من النشاطات والهوايات التي تساعده في الوصول إلى حياة سليمة ونشيطة ، ومن أبرز هذه النشاطات ما يعرف بالتربية البدنية ، إذ تلعب هذه الأخيرة دورا حيويا في المجتمع المعاصر الحديث ، إذ أنها جزء لا يتجزأ من الحياة الأساسية للرفاهية البدنية والعقلية للأفراد حيث أصبحت الرياضة في الآونة الأخيرة نشاطا ترفيهيا رئيسيا على مستوى العالم ، وهذا ما ساهم في بروزها في وسائل الإعلام، وبالتالي تأثير هذه الأخيرة على الحياة اليومية .

حيث أصبحت لها أهمية كبرى في الحياة الاجتماعية وذلك بالمساهمة في الحوار بين الثقافات وضمان السلام والتعايش وكذا خلق فرص لتوظيف وسد الفجوات الثقافية ، بالإضافة إلى تحسين الصحة واللياقة البدنية، حيث يمكن أن تجعلك ممارسة النشاطات البدنية أقوى وأكثر صحة مما يساهم في انخفاض معدلات السمنة ، حيث يميل الرياضيون إلى انخفاض مؤشرات كتلة الجسم وكذا انخفاض معدلات الإصابة بعدة أمراض كالسكري وارتفاع ضغط الدم ، بالإضافة إلى التأثيرات الاجتماعية حيث أن الأطفال الذين يمارسون النشاط البدني هم أقل عرضة لتعاطي المخدرات والتدخين ، إذ تساعد ممارسة مختلف النشاطات الرياضية في تكوين صداقات تتمحور حول أنشطة صحية آمنة وممتعة ، وتوفر خيارات اجتماعية تكون أكثر صحة، كما أن الأطفال الذين يمارسون الرياضة لديهم أداء أفضل في المدرسة.

وعليه التربية البدنية هي عبارة عن أسلوب متكامل يراعي جميع جوانب تطور الفرد الجسدي والعقلي والاجتماعي والروحي من خلال الأنشطة البدنية المختلفة التي تراعي بدورها جميع مراحل نمو الفرد وتطوره ، وعليه فإن للتربية البدنية أهداف تسعى إلى تحقيق نمو يراعي جميع الجوانب التي يحتاجها الإنسان جسديا و عقليا واجتماعيا ، وبالتالي الاهتمام بالصحة العامة و العناية بالجسم عن طريق الإعداد البدني العام ، وعلى رفع مستوى اللياقة البدنية وكذا الحركية لتحقيق الاتزان النفسي والصحي لدى الأفراد، اذا فإن كل المتغيرات الاجتماعية كانت أو الاقتصادية لها تأثير على الحالة الصحية للفرد و بالتالي التأثير على الجوانب الجسمية لديه ، وعليه تشكل ما يعرف باللياقة البدنية والتي أساسها بناء عظام صحية و المساعدة في السيطرة على الوزن والتقليل من مخاطر السمنة وكذا تحسين الدورة الدموية ، حيث يصبح الطفل أو الفرد أكثر وعيا لإتباع نظام غذائي صحي متوازن لاكتساب الطاقة من اجل الانشطة الرياضية .

وعليه فإن موضوع تأثير الخلفية السوسيواقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة والتي تم تناوله بالدراسة هو في حقيقة الأمر ليس بالموضوع الجديد على

مقدمة

اعتبار أن اللياقة البدنية والصحة قد عولجت من قبل لكن بطريقة أخرى، إذ تكمن الجدة فيه في التأثيرات السوسيواقتصادية وطريقة طرح الموضوع في هذا الإطار، وهذا الامر صعب لنا المهمة خاصة امام قلة المراجع المتخصصة لكن أمام التحدي والثقة تم قهر هذا الحاجز .

ولقد احتوت هذه الدراسة على أربعة فصول مقسمة كالتالي :

الفصل الأول والذي يشمل الإطار العام للدراسة، والذي طرحا فيه إشكالية البحث والفرضيات التي تحيط بجوانب الموضوع و أهداف وأهمية الدراسة، إضافة إلى تحديد المصطلحات .

أما الفصل الثاني الخلفية النظرية والدراسات السابقة واشتمل على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وأهم الدراسات التي تناولت الموضوع في الفئة العمرية المحددة، والدراسات السابقة .

وفي الفصل الثالث نعرض على لجانب التطبيقي حيث تكون الإجراءات الميدانية للدراسة، والمتمثلة في تحديد منهج الدراسة وعينة البحث ومجالاته والطرق المتبعة ووسائل جمع البيانات المتمثلة في استبيان واختبارات بطارية يوروفيت، والوسائل الإحصائية، والفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة، تم فيه عرض وقراءة النتائج المتحصل عليها، ثم عرضها وتحليلها ومناقشة النتائج على ضوء التساؤلات .

وطبعا في نهاية كل دراسة بحث نصل إلى وضع خاتمة تمثل حوصلة للعمل المقدم .

الفصل الأول

الاطار العام للدراسة

2- فرضيات الدراسة:

2-1- الفرضية العامة:

- تتعدد وتتوغل تأثيرات الخلفية السوسيواقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة منها طبقا لطبيعتها

2-2- الفرضيات الفرعية:

- تؤثر الخلفية الاجتماعية سلبا على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة

- تؤثر الخلفية الاقتصادية سلبا على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة

3- أهداف الدراسة :

- تحديد تأثير الخلفية الاجتماعية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة

- تحديد تأثير الخلفية الاقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة

4- أهمية الدراسة :

يعتبر تحديد أهمية البحث من العناصر الهامة والأساسية في إعداد خطة البحث، فكل بحث أكاديمي أهمية بالغة وهدف محدد يسعى لتحقيقه، وفيما يخص هذه الدراسة والتي تتدرج ضمن مجال التربية البدنية والرياضية، فإن أهميتها تكمن في كون فئة التلاميذ في الطور الابتدائي تعد مرحلة أساسية لبناء فرد رياضي يستطيع خوض منافسات عالية المستوى في المستقبل، إذ تعتبر هاته المرحلة حجر الأساس التي من خلالها تتضح معالم الرياضي المتميز الناشئ في بيئة صحية رياضية تساعده وعلى صقل مهاراته وتطويرها للوصول إلى الدرجات العليا في مجال التربية البدنية والرياضية، وبالتالي فدراسة الخلفية السوسيواقتصادية المتعلقة بتلاميذ المرحلة الابتدائية بمستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة من شأنه الوقوف على التأثيرات السلبية التي تتبع من هاته الخلفية وإيجاد الحلول الكفيلة بتحويلها إيجابا على لياقة التلميذ ، وهو ما يكسب موضوع بحثنا هذا أهمية قصوى تستحق الدراسة بالنظر إلى النتائج المرجوة منه

5- تحديد مصطلحات ومفاهيم البحث

5-1- السوسيواقتصاد:

يستعمل مصطلح الاقتصاد الاجتماعي كمصطلح شامل لمجموعة من مجالات التحقيق. قد يشير المصطلح عموماً إلى "استخدام الاقتصاد في دراسة المجتمع". تعتبر الممارسة المعاصرة للمصطلح للإشارة إلى دراسة التفاعلات السلوكية للأفراد والجماعات من خلال رأس المال الاجتماعي و "الأسواق" (دون استثناء، على سبيل المثال، الفرز قبل الزواج) وتشكيل المعايير الاجتماعية. من خلال هذا التعريف يشير المصطلح إلى دراسة علاقة الاقتصاد مع القيم الاجتماعية (Davis and Wilfred، 2008).

يستخدم المصطلح أيضاً للإشارة إلى "دراسة العلاقة المتبادلة بين العلوم الاقتصادية من جهة والفلسفة الاجتماعية، الأخلاق، وكرامة الإنسان من جهة أخرى" و بهذا يرتبط أيضاً بمجالات مثل علم الاجتماع، التاريخ، العلوم السياسية. يقوم هذا العلم بانتقاد تيار الاقتصاد السائد المبني على فلسفة السعي وراء المصلحة الذاتية وإهمال اختلال العلاقات الاقتصادية (Lawson، 2006).

5-2- التربية البدنية:

-التعريف الاصطلاحي

هي عملية واعية مقصودة وغير مقصودة تهدف الى ان تثير لدى الفرد حالات جسمية وعقلية يتطلبها منه مجتمعه (عبد العزيز، 1986، ص 11)

-التعريف الإجرائي: هي جزء من عملية التربية العامة للفرد وذلك من خلال استخدام الرياضة كوسيلة.

5-3- اللياقة البدنية:

هي الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حالته الجسمية، والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني الحركي، بأفضل درجة وأقل جهد ممكن (الموقع الرسمي للاتحاد الدولي لكرة القدم).

اللياقة البدنية هي مقدرة يتسم بها الفرد تتمكن من خلالها أجهزته الفسيولوجية من الوفاء بمتطلبات بعض الواجبات البدنية و الحياة بكفاءة وفعالية. (حماد، 2008، ص 32)

-التعريف الإجرائي:

وفي بحثنا هذا يمكن أن نعطي التعريف التالي للياقة البدنية غلى أنها هي قدرة الفرد وامكانياته البدنية على تطبيق الأنشطة بكفاءة وفعالية

5-4- اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

هي مقدرة التلميذ على امتلاك مستوى جيد من اللياقة البدنية التي ترتبط بالصحة لأجل المحافظة على صحته ووقايته من الإصابة بالأمراض الناجمة عن قلة الحركة في المستقبل (دحمون وآخرون، 2018)

كما يعرفها الهزاع بأنها: " مقدرة الفرد الأدائية في إختبارات تعبر عن التحمل الدوري التنفسي، التركيب الجسمي، و قوة العضلات الهيكلية و تحملها و مرونتها". (الهزاع، 1417هـ)

6-صعوبات البحث:

واجهتنا مجموعة من الصعوبات أثناء القيام بهذه الدراسة منها:

- صعوبة تحديد دراسات سابقة تمزج بين الخلفية السوسولوجية والاقتصادية كمتغير واحد وربطها بمستوى اللياقة البدنية والتي تتوافق مع دراستنا.
- ضيق الوقت في انجاز اختبارات الدراسة وجمع القياسات لكثرتها.
- صعوبة التعامل مع تلاميذ المرحلة الابتدائية والذين يجهلون هذا النوع من الاختبارات البدنية

خلاصة الفصل الأول

تناولنا في هذا الجزء المخصص في الجانب المنهجي للبحث الإشكالية بتساؤلاتها و الفرضيات المنبثقة عنها وأيضاً أهمية دراستنا لموضوع تأثيرات الخلفية السوسيواقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة ، وبيننا هذه الأهمية إضافة إلى تحديدنا للأهداف التي نأمل الوصول إليها من وراء هذه الدراسة.

الفصل الثاني:

الخلفية النظرية والدراسات
السابقة

أولاً: الخلفية النظرية

1- اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

1.1 مفهوم اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

ذكر (النجار عبد الوهاب، 1989) أن اللياقة نوعين: الأولى اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء الرياضي والثاني اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة .

وبشير (المزيني، 2003)، وصفه النشاط البدني لمختلف الأعمار، إلى أن هناك فرق بين اللياقة البدنية واللياقة البدنية من أجل الصحة لذا يجب مراعاة نوعية التمرين لتحقيق الفوائد الصحية وتحدد بأنها تلك العناصر التي ترتبط أو تؤثر في الصحة و تتضمن اللياقة القلبية التنفسية، والتركيب الجسمي. بينما نجد الكلية الأمريكية للطب الرياضي تعرف اللياقة البدنية على أنها تلك العناصر التي تقتصر على اللياقة الهوائية (الاستهلاك الأقصى للأكسجين) والتركيب الجسمي (نسبة الشحوم في الجسم) واللياقة العضلية الهيكلية (قوة العضلات وتحملها ومرونتها) (د الهزاع ه.، وصفه النشاط البدني)

2.1 مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

1.2.1 اللياقة القلبية التنفسية:

تعد اللياقة القلبية التنفسية من أهم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وذلك لعلاقتها الوثيقة بالإمكانية الوظيفية للجهاز الدوري التنفسي. ويمكن تعريفها على أنها قدرة الجهاز القلبي التنفسي على أخذ الأكسجين من الهواء الخارجي (بواسطة الجهاز التنفسي)، ثم نقله (بواسطة القلب والأوعية الدموية) ومن ثم استخلاصه من قبل خلايا الجسم (وخاصة العضلات) لتوفير الطاقة اللازمة للانقباض العضلي.

كما يعرف (المزيني، 2005) اللياقة القلبية التنفسية - الهوائية بأنها المؤشر على كفاية الجهاز الدوري التنفسي ومقدرة الفرد على الاستمرار في أداء الأنشطة دون الشعور بتعب مفرط.

2.2.1 اللياقة العضلية الهيكلية:

و تتمثل في القوة العضلية و التحمل العضلي و القدرة العضلية، و تعرف القوة العضلية بأنها قدرة الفرد على بذل أقصى قوة ممكنة ضد مقاومة ما، و تعتبر القوة العضلية المكون الأساسي للياقة العضلية الهيكلية و تسمى لياقة القوة Fitness Strength وتقاس عادة بتمارين الضغط، أما التحمل

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

العضلي أو الجلد العضلي يعرف على أنه قدرة العضلة على عمل انقباضات متعاقبة شدتها دون الأقصى لعدد معين من التكرارات و لهذا النوع ارتباط باللياقة القلبية التنفسية التي توفر للعضلات الطاقة الأوكسجينية اللازمة للانقباض، أما القدرة العضلية فتعرف على أنها القوة الانفجارية في العضلات بمعنى إطلاق أكبر زخم من القوة في لحظة معينة كالقفز و الرمي (ميلود وزرق، 2015)

ذكر (الخولي و الشافعي، 2005) أن القوة العضلية هي: قدرة العضلات على إنتاج قوة ذات شدة عالية خلال فترة زمنية قصيرة، كما يراد بالتحمل العضلي قدرة العضلات على تحمل عضلي مستمر بشدة من منخفضة إلى متوسطة على فترة طويلة من الزمن.

3.2.1. التركيب الجسمي:

و يعرف كمصطلح في التربية البدنية بأنه نسبة وزن الدهون في الجسم إلى الوزن الكلي للجسم، حيث أن الجسم يتكون إجمالاً من أجزاء شحمية و أخرى غير شحمية كالعضلات و العظام و الأنسجة و الماء و مما لا شك فيه أن زيادة نسبة الشحوم لدى الفرد أمر غير مرغوب فيه لارتباطها المطرد مع أمراض نقص الحركة و اعتبارها مصدر خطر على القلب و الشرايين و أيضاً تأثيرها السلبي على الحركة و النشاط، و هذا بالطبع لا يلغي حاجة الجسم إلى نسبة من الدهون لكون كثير من أعضاء الجسم يدخل الدهن في تركيبها، و النسبة المقترحة للدهون في الجسم 12-18% للذكور و 15-22% للإناث و هذا ما يسمى بالدهون الأساسية (ميلود وزرق، 2015)

3.1. طرق قياس اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة:

من أجل التعرف على المستويات الصحية للأفراد من ناحية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومدى التغيرات التي قد تطرأ عليه جراء تدريبات أو تمارين بدنية و يجب خضوعهم لقياسات خاصة ومدروسة من خلال تطبيق اختبارات ومقاييس مختلفة ميدانية كانت أو مخبرية تتناسب وكل عنصر من عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. وسنذكر أسهل الطرق التي يمكن للفرد العادي إجراؤها:

1.3.1. قياس اللياقة القلبية التنفسية:

يتم قياس اللياقة القلبية التنفسية بطريقة مباشرة في المختبر، وذلك بتعريض المفحوص إلى جهد بدني متدرج حتى التعب وغالباً ما يستخدم في ذلك وحدة قياس متكاملة على جهاز لتقنين الجهد البدني (السير

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

المتحرك أو الدراجة الأرجومترية) يتصل بجهاز آخر يستخدم في التحليل المباشر لغازات التنفس أثناء الأداء، ومن خلال الجهاز الأخير تؤخذ قراءة الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين بالإضافة إلى بعض مؤشرات اللياقة الفيزيولوجية الأخرى كمعدل القلب ومعدل التنفس ومقدار ضغط الدم والسعة الحيوية للرتتين. (أحمد نصر الدين، 2003)

كما يمكن تقديرها بطريقة غير مباشرة من خلال اختبارات ميدانية من أهمها قياس الزمن اللازم جريا لقطع مسافة محدودة (جريا / ومشيا)، وعادة ما تكون هذه المسافة من كيلومترا واحدا إلى 3 كيلومترات، معتمدا ذلك على نوع الاختبار المستخدم، والعينة المراد قياس لياقتها البدنية والإمكانات المتوفرة، والوقت المتاح. ومن بينها:

- اختبار كوبر **Test Cooper**: يعد من أكثر الاختبارات انتشارا لقياس اللياقة القلبية التنفسية؛ و طريقة تنفيذه أن يقوم الفرد بالجري (يسمح بتبادل الجري والمشي عند الضرورة) لمدة اثنتي عشرة دقيقة (12 دقيقة) ثم تحسب المسافة المقطوعة خلال هذه المدة بالميل
- اختبار الكلية الأمريكية للطب الرياضي: في هذا الاختبار يقوم الفرد بالمشي السريع (أو الهرولة) لمسافة (1600 متر ميل تقريبا) بعد قطع تلك المسافة يؤخذ الزمن و النبض مباشرة - و ذلك بحس النبض من الشريان الكعبري عند قاعدة الإبهام في رسغ اليد أو من الشريان السباتي عند التقاء القصبة الهوائية أسفل الذقن أو جسده من خلال جهاز أو ساعة لهذا الغرض - بعد تقارن بالرسم البياني التالي حسب عمر المفحوص وجنسه.
- اختبار جري واحد ميل (حوالي 1600 متر): الخاص ببطارية معهد كوبر للأبحاث الهوائية (أحمد نصر الدين، 2003).

2.3.1. قياس اللياقة العضلية الهيكلية:

- قياس القوة العضلية: يتم قياسها ميدانيا باختبار الضغط بالذراعين من وضع الانبطاح المائل Push up أو بشد العقلة بعدد معين كمؤشر لقياس قوة الذراعين و الحزام الصدري
- قياس التحمل العضلي: ويقاس التحمل العضلي عادة باختبار الجلوس من وضع الرقود Sit up مع ثني الركبتين لمدة معينه كمؤشر على قوة عضلات البطن و تحمله

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

- القدرة العضلية: فإن الاختبار الميداني الشائع لها هو اختبار القفز العمود أو الوثب الطويل من الثبات لمسافة معينة كمؤشر للقدرة الانفجارية للعضلات. وذلك في وصفة للكلية الأمريكية للطب الرياضي.

- المرونة المفصليّة: تستخدم لقياس المرونة اختبارات مباشرة و أخرى غير مباشرة، و أيضا اختبارات تستخدم لقياس مرونة عضلات خاصة و اختبارات لقياس مرونة الجسم بشكل عام، و من أهم الاختبارات غير المباشرة و أكثرها شيوعا و سهولة اختبار مد الذراعين من وضع الجلوس الطويل بواسطة صندوق المرونة Sit، & Reach و في وصفة النشاط البدني للكلية الأمريكية للطب الرياضي اختبار المرونة يكون من وضع الجلوس الطويل فتحا بحيث تكون المسافة بين القدمين 12 بوصة وتوضع مسطرة طويلة أو شريط قياس بشكل موازي للرجلين و الصفر ناحية الجسم و تكون القدمين عند علامة 15 بوصة للمسطرة أو شريط القياس؛ بعد ذلك يقوم المفحوص بثني جذعه للأمام ببطيء لأقصى ما يمكنه ذلك - مع عدم ثني الركبتين و يفضل وجود زميل لمسكهما - مع فرد الذراعين للأمام و لمس أبعد نقطة على المسطرة أو شريط القياس (ميلود وزرق، 2015)

3.3.1. التركيب الجسمي:

هي كما ذكر نسبة الشحوم في الجسم إلى الأجزاء الغير شحمية، و يتم قياس نسبة الشحوم في الجسم بطرقكثير معملية و ميدانية، من أكثر الطرق الميدانية شيوعا:

- قياس سمك طية الجلد في مناطق معينة من الجسم، و تحويلها فيما بعد إلى نسب بواسطة معادلات حسابية مخصصة لهذا الغرض، و يتطلب ذلك تدريباً و خبرة في وضع و قراءة أجهزة قياس سمك طية الجلد.

- مؤشر كتلة الجسم Body Mass Index (BMI) :و يعتبر من أسهل الطرق التي تنتبأ ممن خلالها بالسمنة، و معادلتها كالتالي : مؤشر كتلة الجسم = الوزن (كجم) / مربع الطول (متر (ميلود وزرق، 2015)

2- الخلفية السوسيواقتصادية:

1.2. معايير تشكيل الخلفية السوسيواقتصادية:

يقصد بالمعايير السوسيواقتصادية العديد من المؤشرات الخاصة بنوعية الخدمات التي تعيش الحياة اليومية لأفراد المجتمع وما يعتبرها من تغيرات، فهناك الجوانب الصحية والجوانب الخاصة بالتغذية، وكذلك الجوانب التعليمية والثقافية (عجمية ويسري، 2010).

1.1.2. معايير صحية:

لعل من بين المعايير التي تستخدم لقياس مدى التقدم الصحي:

- ✓ عدد الوفيات لكل ألف من السكان، عدد الوفيات لكل طفل من السكان (معدل الوفيات للأطفال دون الخامسة، معدل الوفيات بين الأطفال الرضع اقل من سنة)، فارتفاع معدل الوفيات يعني عدم كفاية الخدمات الصحية وعدم كفاية الغذاء وسوء التغذية، وكل هذه من صفات التخلف؛
- ✓ معدل توقع الحياة عند الميلاد، أي متوسط عمر الفرد، فكلما زاد دل ذلك على درجة من التقدم الاقتصادي وكلما انخفض دل ذلك على درجة من التخلف الاقتصادي؛
- ✓ كذلك توجد مؤشرات عديدة أخرى نذكر من بينها عدد الأفراد لكل طبيب، وعدد الأفراد لكل سرير بالمستشفيات وهكذا؛

2.1.2. معايير تعليمية:

سبق أن رأينا أهمية التعليم وأثره الواضح على جانبي الإنتاج والاستهلاك وأكدت على أن هناك إجماع على أن الإنفاق على التعليم يمثل استثمارا وليس استهلاكا، ومن بين المعايير التي تستخدم في التعرف على المستوى التعليمي والثقافي:

- ✓ نسبة الذين يعرفون القراءة والكتابة من أفراد المجتمع.
- ✓ نسبة المسجلين في مراحل التعليم الأساسي وكذلك نسبة المسجلين في التعليم الثانوي من أفراد المجتمع.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

✓ نسبة المنفق على التعليم بجميع مراحلها إلى إجمالي الناتج المحلي وكذلك إلى إجمالي الإنفاق الحكومي.

3.1.2. معايير التغذية:

هناك العديد من الدول النامية غير قادرة على توفير الغذاء الأساسي للسكان مما يؤدي إلى تعرضها إلى نقص التغذية أو سوء التغذية وما يترتب على ذلك من ضعف قدرتها الإنتاجية ومن ثم انخفاض مستويات الدخل فيها، ومن بين المؤشرات التي تستخدم للتعرف على سوء التغذية أو نقصها نذكر ما يلي:

✓ متوسط نصيب الفرد اليومي من السعرات الحرارية.

✓ نسبة النصيب الفعلي من السعرة الحرارية إلى متوسط القرارات الضرورية للفرد.

4.1.2. معايير نوعية الحياة المادية:

رأينا معايير الصحة ومعايير التعليم ومعايير التغذية وجميعها معايير فردية تعتمد على ناحية اجتماعية بذاتها، أما معايير نوعية الحياة المادية الذي وضعه مجلس أعلى البحار يواشنطن عام 1977 فهو معيار مركب أي يعتمد على أكثر من جانب من جوانب الحياة ولذلك فإنه أكثر شمولية عن المعايير الفردية السابقة ويتكون هذا المعيار من:

✓ توقع الحياة عند الميلاد. مؤشر صحي للكبار.

✓ معدل الوفيات بين الأطفال. مؤشر صحي للصغار.

✓ المعرفة بالقراءة والكتابة. مؤشر تعليمي للكبار.

ويلاحظ أن هذا المعيار يعتمد على بعض جوانب الحياة وبهمل البعض الآخر كما انه مهتم بالنتائج دون أن يتعرض للجهود المبذولة لتحقيق هذه النتائج كذلك فإنه يعطي أوزاناً متساوية للجوانب الثلاث التي يتكون منها وكذلك فإنه لا يأخذ في اعتباره مستويات الدخل والقدرة على الشراء.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

5.1.2. دليل التنمية البشرية:

نجح برنامج الأمم المتحدة في عام 1990 إلى الوصول إلى مقياس جديد يعرف بدليل التنمية البشرية أو بمعيار التقدم البشري، وهو من المعايير المركبة شأنه شأن معيار نوعية الحياة المادية، ويعتبر هذا المعيار محاولة وسط بين مفردات معيار نوعية الحياة المادية بالنتائج القومي المعدل بالقوة الشرائية، ويركز هذا المعيار على ثلاث متغيرات:

✓ توقع الحياة عند الميلاد.

✓ معيار التحصيل العلمي ويتكون من جزأين، معرفة القراءة والكتابة ومتوسط عدد سنوات الدراسة في المؤسسات التعليمية.

✓ متوسط نصيب الفرد من الدخل المعدل بالقوة على الشراء (عجمية ويسري، 2010).

2.2. مكونات الخلفية السوسيواقتصادية:

1.2.2. مكونات الخلفية الاجتماعية

ان تشكل الخلفية من ثلاثة مستويات رئيسية هي: المكون المعرفي، المكون الوجداني، المكون السلوكي. ويرتبط بهذه المكونات والمعايير التي تتحكم بمناهج القيم وعملياتها وهي الاختيار الفعلي والتقدير والفعل.

أ- المكون المعرفي:

ومعياره الاختيار أي "انتقاء القيمة الاجتماعية من ابدال مختلفة بحرية كاملة بحيث ينظر الفرد في عواقب انتقاء كل بديل ويتحمل مسؤولية انتقائه بكاملها وهذا يعني أن الانعكاس الإداري لا يشكل اختيار يرتبط بالقيم (عقلة، 2009).

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

ويعتبر الاختيار المستوى الأول في سلم الدرجات المؤدية إلى تكوين خلفية اجتماعية سليمة ويتكون من ثلاث درجات أو خطوات متتالية وهي: استكشاف الأبدال الممكنة والنظر في عواقب كل بديل، ثم الاختيار الحر.

ب- المكون الوجداني:

ومعياره "التقدير" الذي يعكس في التعلق بالقيمة الاجتماعية والاعتزاز بها والشعور بالسعادة لاختيارها والرغبة في اعلانها على الملأ، ويعتبر التقدير المستوى الثاني في سلم الدرجات المؤدية إلى القيم ويتكون من خطوتين متتاليتين هما: الشعور بالسعادة لاختيار القيمة، وعلان التمسك بالقيمة على الملأ (عقلة، 2009).

ج- المكون السلوكي:

ومعياره "الممارسة والعمل" أو "الفعل" ويشمل الممارسة الفعلية للقيمة أو الممارسة على نحو يتسق مع القيمة المنتقاة على أن تتكرر الممارسة بصورة مستمرة في أوضاع مختلفة كلما سمحت الفرصة لذلك (عقلة، 2009).

2.2.2. مكونات الخلفية الاقتصادية

تتمثل العناصر المكونة للخلفية الاقتصادية لأي فر أو مؤسسة في:

- العمل:

يعتبر عنصر العمل من أهم العوامل التي تؤثر على النمو الاقتصادي، وأهم عنصر في تكوينه هو السكان، وتوعية هؤلاء السكان والهرم السكاني، وزيادة السكان و في هذه الحالة تعني زيادة عرض العمل، مع الأخذ بعين الاعتبار اثر النمو السكاني على مستوى نصيب الفرد من الدخل الوطني حيث يعتبر ذلك مصدر زيادة

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

النشاط الاقتصادي و النمو الاقتصادي، ومن هنا وجب الاهتمام بتدريب العنصر البشري، وتنمية المهارات الفنية الأساسية لان مجموع هذه المهارات تؤدي إلى زيادة الإنتاجية، وبالتالي زيادة معدل النمو الاقتصادي.

- رأس المال:

هو عبارة على سلع تستخدم في إنتاج سلع وخدمات أخرى وهي تعتبر أيضا كعنصر أساسي ومهم للنمو الاقتصادي، ويعتبر رأس المال كل مؤشر يشرح مستوى ودرجة التجهيزات التقنية تحت شروط خاصة للظاهرة المشروحة فهو يساعد على تحقيق التقدم التقني من جهة، وعلى توسيع الإنتاج بواسطة الاستثمارات المختلفة من جهة أخرى (مسعودي، 2019).

- التقدم التقني:

هو تلك التغيرات ذات الطابع التكنولوجي يطرق الإنتاج أو طبيعة السلع المنجزات، والتي تسمح بإنتاج أكبر بنفس كمية المدخلات أو بالحفاظ على نفس كمية الإنتاج بمدخلات أقل، حل مشاكل الاختناقات التي تحد من الإنتاج، إنتاج سلع جديدة من ذات نوعية أحسن فالتقدم التقني هو عبارة عن حقيقة ذات طابع كفي، حيث يفترض في الواقع تقدير معتبر ومناسب في معاملات الإنتاج لأنه يدعو لتحسين تطوير الأداء الاقتصادي (مسعودي، 2019)..

3.2. أهمية الخلفية السوسيواقتصادية بالنسبة للفرد:

تتصدر الخلفية السوسيواقتصادية منزلة رفيعة وفي لكثير من النواحي ومن الجوانب سلوكياتنا اليومية، ونظرا لما يعترى مفهوم الخلفية السوسيواقتصادية من أهمية، فقد تعددت حوله الآراء وتنوعت أهميتها، فهي تتشكل من عناصر تتبع منها أشياء ذات قيمة عند نفر من الناس سواء كانوا مجتمعين أو موزعين حيث تتبع هذه القيم من خلال الرأي الجمعي للجماعة، كذلك يمكن اعتبارها الأساس في تشكيل حياة المجتمع حراسة

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الأنظمة وحماية البناء الاجتماعي من التدهور والانحيار وتمثل الحلقة الوسطى التي تربط بين العقيدة والنظم الاجتماعية والسياسية كما أنها في ذلك الوقت تمثل أحد المصادر الدائمة للحركة الانسانية.

وبهذا تصبح دراسة الخلفية السوسيواقتصادية في ضوء هذه الأهمية واحدة من الضرورات اللازمة في أي دراسة اجتماعية كانت أو اقتصادية أفرادا ومؤسسات (النقيب، 2002).

وعلى الرغم من أهمية دراسة العمليات والميكانيزمات التي يكتسب الأفراد من خلالها قيمهم الاجتماعية وكيف تتغير وما هي الظروف التي يحدث في ظلها هذا التغيير فان هذه الجوانب لم تتل الاهتمام الكافي كما أشار الكثير من الباحثين في الميدان فالوقوف على الصيغة الأساسية التي يكتسب في ظلها الأفراد أنساق قيمهم وتتبي على أساسها خلفيتهم الاجتماعية مازال أمر يتعامل معه الباحثون من منظور التعقيد وبالتالي العمومية الشديدة التي يعجز المرء من خلالها عن الوقوف على ديناميكيات عملية الاكتساب لدى الأفراد والجماعات، ويفرق العاملون في هذا المجال بين عملية اكتساب الخلفية الاجتماعية وبين عملية تغييرها، فهي العملية التي يتبنى الفرد من خلالها مجموعة معينة من القيم، مقابل التخلي عن قيم أخرى أما تغيير القيم فيقصد به تحرك وضع القيمة على هذا المتصل، فالأكتساب اذا يعني مسألة الوجود أو عدم الوجود، أما التغيير فهو في الدرجة التي يتحدد بها هذا الوجود، ويتضمن اعادة توزيع الفرد لقيمه، سواء على المستوى الفردي أو الجماعي (خليفة، 1992).

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

ثانياً: الدراسات السابقة

الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس إربد والناصرة: دراسة مقارنة

للباحثين: زاهي ابراهيم ووليد المارديني، مدرسة دبورية الثانوية - قضاء الناصرة، الناصرة، الخط الأخضر. قسم التربية البدنية، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، اربد، الاردن

الهدف من الدراسة:

التعرف على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس اربد والناصرة، وهل تختلف تلك العناصر تبعاً لاختلاف الصف

متغيرات الدراسة:

اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، طلبة المرحلة الأساسية

طريقة إجراء الدراسة:

استخدم الباحث استمارة خاصة لجمع الاختبارات المتعلقة بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

العينة المستهدفة: طلاب الصفوف الرابع والخامس والسادس وبلغت 215 طالباً منهم 110 من مدارس اربد و105 من مدارس الناصرة

نتائج الدراسة

ان مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (التحمل العضلي وقوة الرجلين والتحمل الدوري التنفسي، ونسبة الدهون) بين طلبة مدارس اربد والناصرة يوجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $a=0.05$ ولصالح طلبة مدارس اربد، وكما أظهرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً لصالح طلاب مدارس الناصرة في عنصري (المرونة وقوة القبضة). كما أظهرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب صفوف (الرابع، الخامس، السادس) على جميع اختبارات الدراسة لصالح طلاب الصف السادس بإستثناء اختبار التحمل الدوري التنفسي فلم تظهر أي فروق معنوية

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة: أثر برنامج رياضي مقترح لمصاحب للتثقيف الصحي على مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المراهقين المصابين بالسمنة

للباحث محمد جرور، معهد التربية البدنية جامعة مستغانم الجزائر

الهدف من الدراسة:

أبراز دور وأهمية النشاط البدني في تحسين مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية المصابين بالسمنة درجة أولى وثانية من خلال اقتراح برنامج رياضي مع التثقيف الصحي يساعدهم في التخفيف من الوزن

متغيرات الدراسة:

البرنامج الرياضي، عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

طريقة إجراء الدراسة:

استخدام مجموعة من الاختبارات القبلية والبعديّة (اختبار كوبر جري ومشى 12 دقيقة، اختبار مرونة الجذع من الوقوف، اختبار قوة القبضة، اختبار التحمل العضلي)

العينة المستهدفة: عينة البحث 10 تلاميذ في المرحلة الثانوية 6 ذكور و4 إناث من ذوي السنة الذي اختبروا بالطريقة العمدية)

نتائج الدراسة

للبرنامج الرياضي والتثقيف الصحي تأثير إيجابي في تحسين مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الدراسة الثالثة:

عنوان الدراسة: إقتراح برنامج تدريبي موجه لتلاميذ المرحلة الابتدائية لتحسين اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة دراسة ميدانية على بعض إبتدائيات ولاية الجلفة بالجزائر -

للباحثين: طه العطري ورياض علي ال اروي

الهدف من الدراسة:

معرفة وتحديد الفروق في مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة حسب متغيري الجنس والفئة العمرية، من خلال تطبيق برنامج تدريبي مقترح على عينة من تلاميذ مدارس المرحلة الابتدائية بولاية الجلفة، واستخدامنا بطارية اختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وذلك لتعرف على الأهداف التالية: التعرف على الفروق في مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي للقياسين القبلي والبعدي حسب متغير الجنس، وحسب متغير الفئة العمرية

متغيرات الدراسة:

البرنامج الرياضي، عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

طريقة إجراء الدراسة:

برنامج تدريبي مقترح نشاط بدني رياضي يتواءم ومتطلبات هذه الفئة لفترة تزيد عن ثلاث أشهر متتالية

العينة المستهدفة:

عينة بحثية التي تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية، من المجتمع الإحصائي المقدر بـ 17 مقاطعة تشمل جميع إبتدائيات ولاية الجلفة عدد هذه المؤسسات ككل 504: إبتدائية بما فيها الإبتدائيات الريفية وبعدد إجمالي لتلاميذها 68178 تلميذ، حسب آخر تقسيم إداري (مديرية التربية)،

نتائج الدراسة

لا على سبيل الحصر أن البرنامج المقترح يملك كل المقومات وهو فعال ليعتمد لتوفير الصحة كالنمو السوي للفرد، والتمتع بالصحة الجيدة وامتلاك التوازن البدني، الحد من البدانة وحسن سير الوظائف العضوية والتي تُعفي النفس من كل قلق وتشعرها بالثقة في الأداة الجسدية

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الدراسة الرابعة:

عنوان الدراسة: الوعي الصحي و علاقته باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة دراسة أجريت على طلبة قسم علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بالبيض العربي محمد و حريتي حكيم مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، جامعة الجزائر 3

الهدف من الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الوعي الصحي و اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، و الفروق بين طلبة السنة الأولى و الثالثة في الوعي الصحي و اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة .

متغيرات الدراسة:

الوعي الصحي، اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

طريقة إجراء الدراسة:

برنامج تدريبي مقترح و نشاط بدني رياضي يتواءم ومتطلبات هذه الفئة لفترة تزيد عن ثلاث أشهر متتالية

العينة المستهدفة:

تكونت العينة من 76 طالب (81 سنة أولى و 16 سنة ثالثة) أختيرت بطريقة عشوائية

نتائج الدراسة

خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة بين الوعي الصحي و اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة؛
- عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي بين طلبة السنة الأولى و الثالثة ليسانس؛
- كما تبين وجود فروق دالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بين طلبة السنة الأولى و الثالثة و لصالح السنة الأولى.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الدراسة الخامسة:

عنوان الدراسة:

تحديد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة المتوسطة

الهدف من الدراسة:

هدفت الدراسة إلى تحديد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة المتوسطة في بعض متوسطات الغرب الجزائري

متغيرات الدراسة:

مستويات معيارية، اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

طريقة إجراء الدراسة:

تم استخدام الأسلوب المسحي مع استخدام خمسة اختبارات تقيس مكونات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (اللياقة القلبية التنفسية - اللياقة العضلية الهيكلية - التركيب الجسمي)

العينة المستهدفة:

بلغت عينة الدراسة 204 تلميذة، في المرحلة المتوسطة

نتائج الدراسة

تم التوصل الى أن بناء مستويات معيارية للإناث كما أوصى الباحثون بضرورة باعتماد هذه المستويات المعيارية في عملية تقييم التلاميذ بطريقة موضوعية

الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الدراسة السادسة:

عنوان الدراسة:

تأثير العوامل السوسيواقتصادية على اللياقة البدنية والسمنة في اللغة الإسبانية لدى فئة المراهقين - دراسة
-AVENA

للباحث: دافيد بافيون وآخرون

الهدف من الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى دراسة تأثير الوضع الاجتماعي والاقتصادي على اللياقة البدنية والسمنة لدى المراهقين الإسبان.

متغيرات وطريقة اجراء الدراسة:

تم تقييم مكونات اللياقة البدنية التالية: القوة العضلية (الوثب الطويل الدائم) ، وخفة الحركة (الجري المكوكي 4×10 م) واللياقة القلبية التنفسية (تشغيل المكوك 20 م).

العينة المستهدفة:

شارك في هذه الدراسة ما مجموعه 1795 مراهقاً (833 فتى) تتراوح أعمارهم بين 12.5 و 18.5 عاماً من دراسة أفينا.

نتائج الدراسة

تشير نتائجنا إلى ارتباطات متواضعة للحالة الاجتماعية والاقتصادية العالية مع مستويات لياقة بدنية وسمنة أفضل لدى المراهقين الإسبان. تعتمد هذه الارتباطات بشكل كبير على الحالة الاجتماعية والاقتصادية ومعايير اللياقة التي تمت دراستها.

الفصل الثالث

الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

في هذا الجزء من الدراسة سوف نتناول الإجراءات المنهجية المتبعة في البحث من خلال التطرق إلى منهج البحث و الدراسة الاستطلاعية ومجتمع البحث وعينته إضافة إلى أدوات البحث و الإطار الزمني للدراسة وأخيرا الطرق الإحصائية و الصعوبات التي واجهتنا أثناء إنجازنا لهذا البحث .

1 - المنهج المتبع في الدراسة :

إن البحث العلمي يقصد به عملية التقصي المنظمة والدقيقة من أجل التوصل إلى معلومات أو معارف والتحقق منها وتطويرها باستخدام طرائق أو مناهج موثوق في مصداقيتها (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2002، ص11).

ويعرف المنهج على أنه أرقى الطرق في الحصول على المعرفة ،وهذا المنهج قوامه الاستقراء الذي يتضمن الملاحظة العلمية وفرض الفروض والتحقق من صحتها وإجراء التجارب واستخدام أساليب القياس الدقيقة والتحليل الإحصائي للبيانات بغرض التحقق من صحة الفروض (إخلاص محمد عبد الحفيظ، 2002، ص34).

لذلك فإنه يتعين على كل باحث أن يختار المنهج أو الأسلوب المعين لتحديد مشكلته التي هو بصدد دراستها وكلما تمكن الباحث من التحكم في المنهج تمكن من التحكم في دراسته.

واستجابة لطبيعة موضوعنا اعتمدنا المنهج الوصفي المسحي، وهو إجراء من أجل الحصول على حقائق وبيانات مع تفسير كيفية ارتباط هذه البيانات بمشكلة الدراسة ويشيع استخدام الدراسات و البحوث الوصفية في المجال الرياضي في التنظيمات الرياضية و الحالة البدنية لأفراد المجتمع، الحالة النفسية، على غرار الاحتراق النفسي، اللياقة العامة للرياضيين، المستوى الرياضي و الإنجازات الرياضية وغير ذلك من الخصائص الوصفية الأخرى (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2002، ص89).

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات التي يجب القيام بها في أي بحث علمي باعتبارها القاعدة والركيزة الأساسية للبحث الميداني بحيث تعمل على تعميق المعرفة بالموضوع المراد دراسته و الكشف عن جوانبه المختلفة و بالتالي تحديد الإطار العام الذي تجري فيه الدراسة .

كما تسمح أيضا بالشرع جديا في بداية الجانب الميداني للدراسة، حيث تمكننا من الوقوف على معالجة موضوع الدراسة والاشراف على تحليل نتائجه لاحقا.

3- مجتمع وعينة الدراسة :

وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية، عن طريق هذا النوع من العينات يعطي الباحث فرصة متساوية لكل فرد من أفراد المجتمع بأن يكون ضمن العينة المختارة، ويكون هذا النوع من العينات مفيد و مؤثر عندما يكون هناك تجانس وصفات مشتركة بين أفراد المجتمع الأصلي (عامر إبراهيم قنديلجي، 1999، ص 144).

3-1- عينة البحث :

تمثلت عينة دراستنا في 44 تلميذا في المرحلة الابتدائية

3-2- طريقة اختيار العينة:

تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة يوم اجراء الاختبار، حيث قمنا باختيار التلاميذ الذي سيخضعون للاختبار بالتنسيق مع المعلمين بالإبتدائية.

4-مجالات الدراسة:

4-1- المجال المكاني:

- تمت الدراسة بابتدائية بن جدة عبد الله بن علي بنر العاتر

4-2-المجال الزمني

- تمت الدراسة في الفترة الممتدة ما بين : شهر ديسمبر 2021 وبداية شهر ماي 2022.

5-أدوات جمع البيانات والمعلومات :

تتمثل أدوات جمع البيانات الخاصة بموضوع دراستنا أساسا في:

5-1- "استمارة الاستبيان".

يساعد الاستبيان الباحث في جمع البيانات وتسهيل على المبحوث الإجابة بمصادقية وذلك لصفة الخصوصية التي توفرها، التداول وتعاون الباحث والمبحوث يساعد في التحصل على بيانات أوضح وأقرب لموضوع البحث وتعرف الاستبانة على أنها : " إحدى وسائل البحث العلمي التي تستعمل على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس او ميولهم أو اتجاهاتهم وتوقعاتهم أو معادلتهم ، والاستبيان أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخبرية التي يطلب من المفحوص الإجابة عنها بطريقة يحددها الباحث، حسب اغراض البحث (عطوي، 2000، ص 99)".

وقد تم صياغة أسئلة هذا الاستبيان بالإعتماد من الدراسات السابقة التي سبق الإشارة إليها في الفصل الثاني على غرار دراسة زاهي ابراهيم ووليد المارديني (عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس إربد والناصرة: دراسة مقارنة) ودراسة محمد جرورو (أثر برنامج رياضي مقترح مصاحب للتنقيف الصحي على مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المراهقين المصابين بالسمنة)

وقد تم التركيز على المتغيرات المرتبطة بالوضعية الاجتماعية (المستوى التعليمي للوالدين، الحالة الاجتماعية، عدد أفراد الأسرة) وكذا متغيرات الوضعية الاقتصادية (الدخل، الأكل الصحي، المكلف بالإنفاق) وربطها بمتغيرات الجنس، المحيط السكني ووسيلة التنقل

5-2-بطارية يوروفيت

هو عبارة عن بطارية تضم مجموعة من الاختبارات التي تقيس جوانب متعددة للياقة البدنية، فهي تمدنا بمعلومات حول القدرات الحركية الأساسية للفرد، ولا تقيس مستوى تطور المهارات الرياضية المتخصصة، كما أنها تهتم بقياس بعض المكونات الجسمية والخصائص الأنثروبومترية. وتتلخص أهم أهداف هذا المشروع فيما يلي:

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

- بناء بطارية اختبار موحدة لجميع الدول الأعضاء في الاتحاد الأوروبي تهدف إلى قياس مستوى اللياقة البدنية لتلاميذ المدارس (6 إلى 18 سنة).
- معرفة التلاميذ وأوليائهم لحالتهم البدنية لكي يكونوا أكثر دافعية نحو النشاط البدني وتحسين لياقتهم.
- الكشف عن بعض الحالات الصحية الفردية والجماعية، واقتراح أنواع العلاج الممكنة
- الكشف عن القدرات الكامنة التي يمكن للتلاميذ تلميتها وتطويرها
- تحديد قيم مرجعية على المستوى الأوروبي في وقت قصير من خلال أسلوب المسح.
- المراحل التي مرت بها بناء هذه البطارية

قبل إيجاد الصيغة النهائية لهذه البطارية تم تنظيم سلسلة من المؤتمرات العملية لاختبارات وقياس اللياقة البدنية تحت رعاية لجنة تطوير الرياضة، والتي يمكن ذكرها بإيجاز فيما يلي:

- مؤتمر باريس (1978): وقد عقد في المعهد الوطني للرياضة والتربية البدنية (INSEP) وكان هدفه تحديد مكونات اللياقة البدنية وإمكانية بناء مجموعة اختبارات موحدة لقياسها.
- مؤتمر برمنجهام (1980): تحديد بعض اختبارات التحمل الدوري التنفسي
- مؤتمر بلجيكا (1981): نظم بجامعة كاثوليك وكان هدفه تحديد أبعاد اللياقة الحركية والاختبارات اللازمة لقياسها.
- مؤتمر أولمبيا القديمة (1982): تم اقتراح بطارية اختبارات تجريبية لمشروع يوروفيت ضمت 10 اختبارات.
- في عام 1983 تم إصدار كتيب تفصيلي، ثم تطبيق البطارية التجريبية على عينة كبيرة تعدت 50000 تلميذا عبر 15 عشر دولة أوروبية.
- مؤتمر فورميا (إيطاليا، 1986) نوقشت خلاله نتائج هذه الاختبارات، وتم التصميم النهائي للأجهزة والأدوات المستخدمة في بطارية المشروع، كما حددت المعاملات العلمية للاختبارات (الصدق، الثبات والموضوعية). بالإضافة إلى الجانب التطبيقي لها.
- مؤتمر أزمير (تركيا، 1990): تضمن بعض التعديلات البسيطة، ثم تقديم الشكل النهائي لبطارية الاختبار EUROFIT .

1. مكونات اللياقة البدنية حسب بطارية يوروفيت : تلخص الشكل النهائي لهذه البطارية في 09 اختبارات تقيس مختلف أبعاد اللياقة البدنية، وهي مبينة في الجدول رقم (1) أسفله:

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

الجدول رقم 01: مكونات اللياقة البدنية حسب بطارية يورفيت

الرقم	البعد	العامل	الاختبار
-	البيانات الشخصية	العمر (بالسنوات ، الشهور)	
-	القياسات الجسمية	الطول (سم) / الوزن (كغ) / مؤشر الكتلة الجسمية IMC	
1	التوازن	التوازن الكلي للجسم	توازن فلاننجو
2	السرعة	سرعة الأطراف العلوية	طرق الأقراص
3	المرونة	المرونة	ثني الجذع من الجلوس مع مد الذراعين للأمام
4	القوة العضلية	القوة الانفجارية	الوثب الطويل من الثبات
5		القوة الثابتة	قوة القبضة
6	التحمل العضلي	قوة الجذع (عضلات البطن)	الجلوس من الرقود
7		التحمل العضلي للذراعين	ثني الذراعين للتعليق والثبات
8	السرعة	جري السرعة- الرشاقة	الجري الارتدادي 5 x 10 م
9	التحمل الدوري التنفسي	التحمل الدوري التنفسي	- تحمل الجري الارتدادي - دراجة الأرجومتر (PWC ₁₇₀)

شروط تطبيق بطارية اختبارات يورفيت:

يراعى أثناء التطبيق الميداني لهذه الاختبارات مجموعة من الشروط أهمها:

- ترتيب الاختبارات تكون على النحو التالي: اختبار التوازن، طرق الأقراص، المرونة، الوثب الطويل من الثبات، قوة القبضة، الجلوس من الرقود، ثني الذراعين للتعليق والثبات، الجري الارتدادي 5 x 10 متر، تحمل الجري الارتدادي أو دراجة الأرجومتر.
- إعطاء وقت كاف للاسترجاع بين الاختبارات.
- يجب مراعاة الدقة في القياس، ومحاولة توفير ظروف مماثلة لكل التلاميذ لإجراء المقارنات.
- الرفع من دافعية التلاميذ وتقديم شروحات وتوضيحات لكيفية تنفيذ الاختبارات والتعليق على نتائجها.
- إعطاء نسخ من نتائج الاختبارات للتلاميذ وأوليائهم بالإضافة إلى الجداول المرجعية إن أمكن بهدف معرفة التلاميذ لمستوى لياقتهم البدنية.

شرح مختلف الاختبارات المكونة لبطارية Eurofit

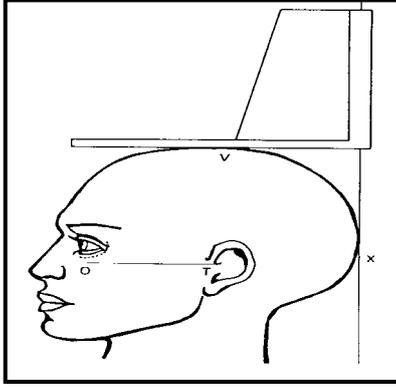
- القياسات الجسمية

▪ الطول والوزن

يتم قياس الوزن بالكيلو جرام بحيث يتخذ اللاعب وضعية الوقوف مستقيم الجسم على ميزان طبي دقيق وسبق تجريبه قبل عملية القياس.

الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة

يتم قياس الطول بنفس الجهاز الخاص بقياس الوزن إن أمكن بحيث يحتوي على مسطرة مدرجة عمودية على الأرض تسمح بالقراءة الصحيحة ووحدة القياس هي المتر والصور التالية أدناه توضح الوضعية الصحيحة لقياس الوزن (وضعية الوقوف) والطول (وضعية الرأس):



الشكل رقم: 01 يبين الوضعية الصحيحة لقياس الوزن والطول

■ مؤشر الكتلة الجسمية

وهو مؤشر يستعمل من طرف الباحثين والأطباء حيث يتناول العلاقة بين الطول والوزن بحيث نقوم بقسمة الوزن بالكيلوغرام على الطول مربع بالمتر.

$$\text{الكتلة الجسمية} = \frac{\text{الوزن (كغ)}}{\text{الطول (م)}^2}$$

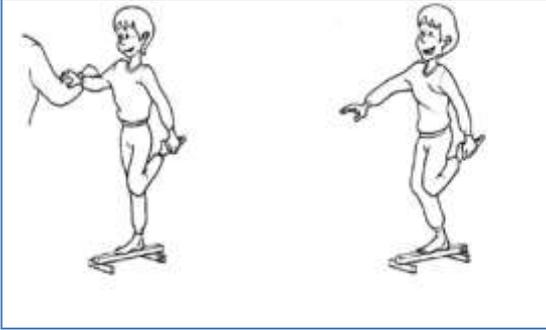
الجدول رقم 02: مؤشر الكتلة الجسمية

التصنيف	مؤشر الكتلة الجسمية	خطر الإصابة بالمرض
نحافة زائدة	أقل من 16	مرتفع
نحيف	أقل من 18.5	مرتفع
وزن عادي	18.5 – 24.9	ضعيف
وزن زائد	25.0 – 29.9	متوسط
سمنة درجة 1	30.0 – 34.9	مرتفع
سمنة درجة 2	35.0 – 39.9	مرتفع جدا
سمنة درجة 3 (سمنة قاتلة)	40 +	خطر كبير

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

-التوازن الكلي للجسم (اختبار توازن فلامينغو) Flamingo Balance test

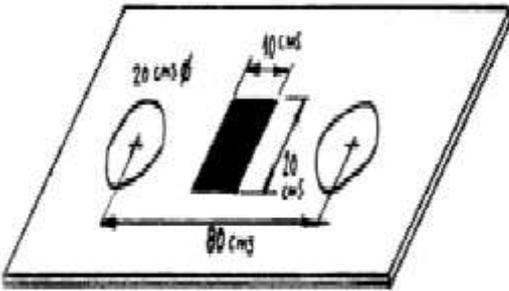
- الهدف: قياس التوازن العام للجسم
- الوسائل: لوحة : طولها 50 سم ، عرضها 03 سم وارتفاعها 04 سم، مثبتة فوق لوحين طولهما 15 سم وعرضهما 2سم. بالإضافة إلى ساعة إيقاف Chronomètre
- طريقة الأداء: يقف التلميذ برجل واحدة (حافي القدم) فوق لوحة الاختبار، على المحور الطولي، حيث



يختار الرجل المفضلة لديه، ويحاول الحفاظ على وضعية التوازن لأطول مدة ممكنة. يبدأ احتساب الوقت بمجرد بدء وضع التوازن ويستمر لمدة دقيقة كاملة وفي حالة سقوط التلميذ فوق اللوحة أو إطلاق الرجل الحرة يتم توقيف الوقت، وإعادة تشغيله بعد الرجوع للوضعية الصحيحة.

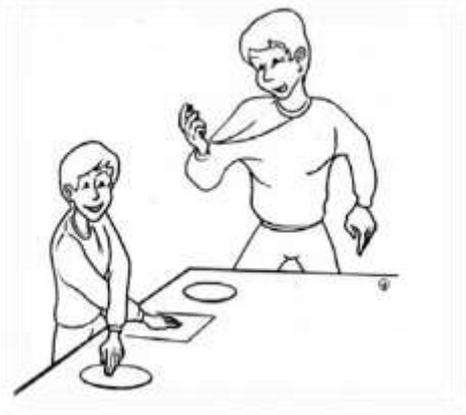
- النتيجة: يتم احتساب عدد المحاولات التي قام بها التلميذ إلى غاية استكمال دقيقة واحدة. أما إذا تعثر التلميذ 15 مرة خلال 30 ثانية فتحسب له نتيجة 30 ويتوقف عن الاستمرار في الاختبار.

سرعة الأطراف العلوية (طرق الأقراص) Plate Tapping



- الهدف: قياس سرعة الأطراف العلوية
- الوسائل: طاولة ذات ارتفاع مناسب لطول التلاميذ، قرصين من البلاستيك قطر كل واحد منهما 20 سم مثبتين فوق الطاولة، تفصل بينهما مسافة 80 سم بدءا من المركز. وضع لوحة مستطيلة بينهما (20سم / 10 سم) . ساعة إيقاف.

- طريقة الأداء: يقف التلميذ مواجهًا للطاولة، حيث يضع يدا على اللوحة الوسطى واليد الأخرى فوق أحد الأقراص. عند إعطاء الإشارة يقوم التلميذ بنقل يده من قرص لآخر بسرعة 25 مرة في كل قرص. (50 مرة لكلا القرصين) نثم يحتسب



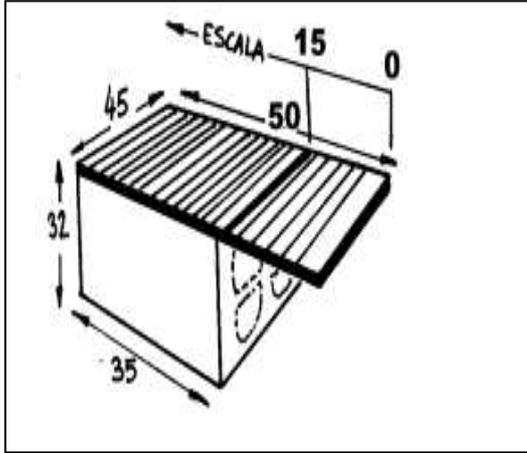
الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

الوقت المستغرق في ذلك. يؤدي التلميذ محاولتين وتحتسب له الأحسن.

- **النتيجة:** يتم احتساب أحسن وقت محقق وفي حالة عدم ملاسة القرص يضاف للتلميذ ضربة أخرى حيث يجب أن يبلغ 25 ضربة في كل قرص.

Sit-and-Reach -ثني الجذع من الجلوس مع مد الذراعين للأمام

▪ **الهدف:** قياس مرونة الجذع



- **الوسائل:** طاولة صغيرة مصممة بمقاييس معروفة حيث يكون طولها 45 سم وعرضها 35 سم وارتفاعها 32 سم. توضع فوقها لوحة بطول 50 سم وعرض 45 سم، وهذه اللوحة تخرج عن الجهة التي توضع عليها الأرجل بمقدار 15 سم. يرسم فوق اللوحة سلم مدرج من 0 إلى 50 سم. توضع فوق اللوحة مسطرة بطول 30 سم بحيث تكون عمودية على السلم المدرج وتمكن اللاعب من تحريكها بواسطة أصابعه.

▪ وصف الاختبار



- يجلس اللاعب على الأرض ورجليه عموديتان على الصندوق، نهاية أصابع يديه مع بداية اللوحة الأفقية.
- عند الإشارة يدفع اللاعب المسطرة الموضوعة فوق اللوحة بأصابعه ويميل بجذعه لأطول مسافة ممكنة للأمام بدون إنشاء الركبتين.
- يكون الدفع تدريجياً وبطريقة بطيئة، وعند الوصول إلى الحد الأقصى تترك الأيدي ممتدة إلى حين أخذ القراءة الصحيحة.
- تسجيل النتيجة يكون بالسنتيمتر.

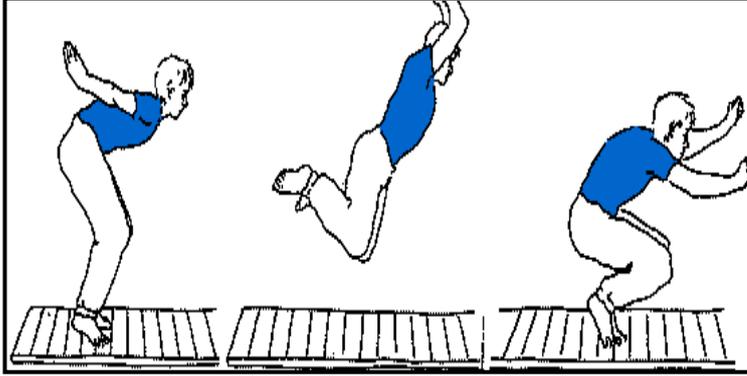
- تعطى للاعب محاولة ثانية بعد راحة قصيرة وتأخذ أحسن نتيجة محققة.

Standing Broad Jump اختبار القفز الأفقي من الثبات

- **الهدف من الإختبار:** قياس القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلية بالقفز للأمام.
- **الأدوات المستخدمة:** أرض صلبة غير + شريط قياس يوضع على الأرض.

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

- وصف الاختبار: الوثب لأطول مسافة ممكنة من وضع الثبات.
- يقف اللاعب وأصابع القدمين وراء الخط مباشرة ومتباعدتين باتساع الحوض.
- ثني الركبتين مع وضع الذراعين أماما موازيين للأرض.



- عند مرحة كلا الذراعين؛ يقوم اللاعب بدفع الأرض بقوة والوثب للأمام لأبعد مسافة ممكنة.
- الهبوط يكون بكنتا القدمين معا ويحاول اللاعب الوقوف في مكان السقوط لأخذ القياس الصحيح.

- يؤدي الاختبار مرتين وتحسب النتيجة الأفضل.

- اختبار قوة القبضة Handgrip Test

- الهدف من الاختبار: قياس القوة الثابتة (قبضة اليد)

- الوسائل المستخدمة: جهاز ديناموميتر يدي

- وصف الاختبار: يمسك التلميذ جهاز

الديناموميتر في اليد القوية بالنسبة إليه، القيام بالضغط على الجهاز بأقصى قوة مع إبعاده عن الجسم. يستمر التمرين خلال 2 ثا . يؤدي التمرين مرتين وتحسب أحسن نتيجة مسجلة.

اختبار الجلوس من الرقود على الظهر خلال 30 ثا Sit-

Ups in 30 seconds

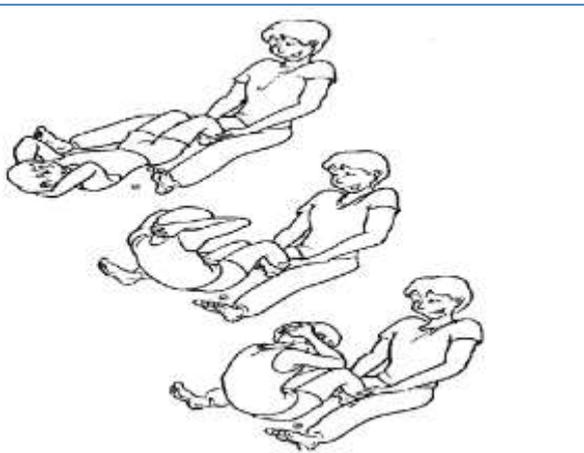
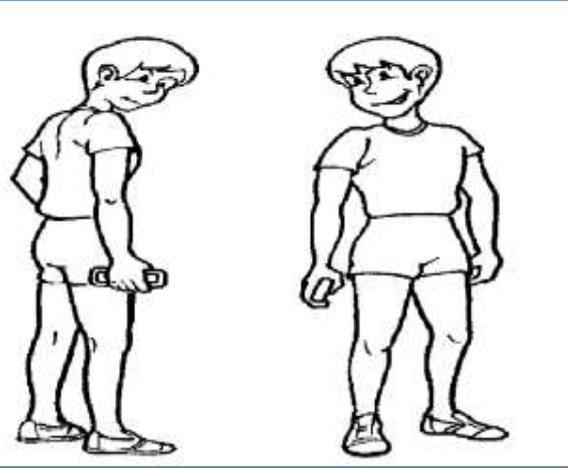
- الهدف من الاختبار: قياس التحمل العضلي لعضلات

الجذع

- الوسائل المستخدمة: بساط أرضي، ساعة إيقاف،

تلميذ مساعد

- وصف الاختبار: خلال 30 ثا يحاول التلميذ القيام

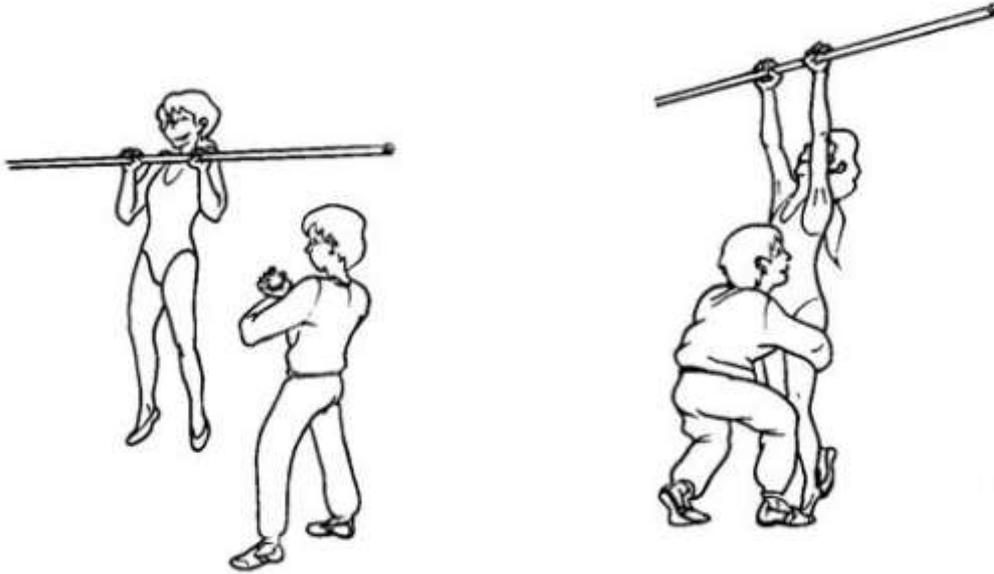


الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

بأكبر عدد من الانتشاءات الجذعية ، حيث تكون اليدان خلف الرقبة، والركبتين مثنيتين 90 °، القدمان على الأرض. تحتسب في الأخير عدد مرات الإنتشاء الصحيحة لكل تلميذ.

- اختبار ثني الذراعين للتعلق والثبات Bent Arm Hang

- الهدف من الاختبار: قياس التحمل العضلي للذراعين
- الوسائل المستخدمة: عارضة أفقية مستديرة قطرها 2.5 سم توضع بحيث يستطيع التلميذ الوصول إليها عند الوقوف تحتها دون الوثب. ساعة إيقاف. بساط تحت العارضة لامتصاص الصدمات في حالة السقوط. منشفة لتنظيف العارضة.
- وصف الاختبار: يقف التلميذ تحت العارضة، الأصابع فوقها بحيث يكون الإبهام لأسفل مع وضع اليدين باتساع الكتفين والقبضة للأمام. يقوم الأستاذ بمساعدة التلميذ على التعلق بالعارضة إلى غاية وصول الذقن أعلى العارضة ويحتفظ بهذه الوضعية لأطول فترة ممكنة، بدون إسناد الذقن على العارضة. ينتهي الاختبار بمجرد وصول العينين أسفل العارضة.



الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

اختبار الجري الارتدادي 5 x 10 م 10 x 5 meter Shuttle Run

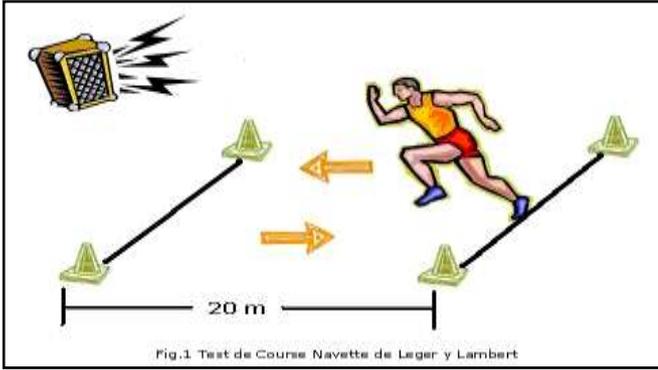
- الهدف من الاختبار: سرعة الجري - الرشاقة
- الوسائل المستخدمة: أرضية ملائمة للجري ، ساعة إيقاف، شريط قياس، أقماع، طباشير.
- وصف الاختبار: الوقوف في وضع الاستعداد وراء خط الانطلاق، عند سماع الإشارة يكون الجري بأقصى سرعة وتجاوز الخط الثاني بالقدمين ثم العودة. وهكذا يكرر التمرير 10 مرات.
- (10 x 5 م). يسجل الوقت المحقق في نهاية الاختبار.



- اختبار الجري المكوكي 20 متر

- الهدف من الاختبار: قياس السرعة الهوائية القصوى (vma) والاستهلاك الأقصى للأكسوجين (vo₂max)
- الأدوات المستخدمة
 - ملعب يسمح بتحديد مسافة 20 متر.
 - شريط قياس طوله 20 متر.
 - شريط لاصق أو جير أو أقماع صغيرة لتحديد بداية ونهاية 20 متر.
 - شريط سبق تسجيله لنظام الاختبار
 - جهاز كمبيوتر مرفق بأجهزة إخراج الصوت.

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة



- **وصف الاختبار:** اختبار الجري المكوكي يمثل مؤشرا لمقدرة التلميذ الهوائية القصوى (تحمل دوري تنفسي) ويتضمن هذا الاختبار الجري ذهابا وإيابا عبر مسافة 20 متر، والسرعة في هذا الاختبار يتم التحكم فيها بواسطة شريط ينبعث منه أصوات على فترات محددة سابقا.

فعلى التلميذ تنظيم خطواته وإيقاعه لكي تكون إحدى نهايتي مسار 20 متر عند سماع صوت الشريط وحدود الدقة تتراوح ما بين 1 متر إلى مترين، ويقوم اللاعب بوضع إحدى رجليه خلف الخط ثم يستدير سريعا ليجري في الاتجاه العكسي.

في البداية تكون السرعة بطيئة نسبيا (8 كلم/سا) ولكن تزداد ببطء وبانتظام مع كل دقيقة (5،0 كلم/سا)، وعلى اللاعب الحفاظ على الإيقاع المضبوط لأطول فترة ممكنة، وإذا لم يستطع الاستمرار في أداء الاختبار حسب الإيقاع المحدد فيجب إيقافه.

نقوم بتسجيل نتيجته في جدول خاص حسب ما أعلنه الصوتي قبل توقفه. وطول الاختبار يتباين ما بين مفحوص وآخر طبقا للياقته فكلما زادت لياقته كلما استمر زمن الأداء.

يتم استخراج السرعة الهوائية القصوى من الجدول الخاص بالاختبار وكذلك نفس الشيء بالنسبة للإستهلاك الأقصى للأكسوجين مع العمر الخاص بكل لاعب

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

الجدول رقم 03: الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين تم استخراجها وفقا للعمر

الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين تم استخراجها وفقا للعمر VO2max (ملل/د.مغ)									السرعات المناسبة (كلم/سا)	المستويات المسجلة
18 سنة	17 سنة	16 سنة	15 سنة	14 سنة	13 سنة	12 سنة	11 سنة	10 سنوات		
بداية الاختبار تكون بعد دقيقتين (2 دقيقة) لتعديل السرعة وفق المنبهات										
23.6	25.5	27.5	29.4	31.4	33.3	35.2	37.2	39.1	8.5 كم/سا	المستوى 1
24.3	26.3	28.2	30.1	32.0	34.0	36.0	37.8	39.7	8.6	15ثا.
25.1	27.0	28.9	30.8	32.7	34.6	36.5	38.4	40.3	8.8	30ثا.
25.8	27.7	29.6	31.5	33.4	35.3	37.1	39.0	40.9	8.9	45ثا.
26.6	28.5	30.3	32.2	34.0	35.9	37.8	39.6	41.5	9.0 كم/سا	المستوى 2
27.3	29.2	31.0	32.9	34.7	36.6	38.4	40.3	42.1	9.1	15ثا.
28.1	29.9	31.7	33.6	35.4	37.2	39.1	40.9	42.7	9.3	30ثا.
28.8	30.6	32.5	34.3	36.1	37.9	39.7	41.5	43.3	9.4	45ثا.
29.6	31.4	33.2	35.0	36.7	38.5	40.3	42.1	43.9	9.5 كم/سا	المستوى 3
30.3	32.1	33.9	35.6	37.4	39.2	41.0	42.7	44.5	9.6	15ثا.
31.1	32.8	34.6	36.3	38.1	39.8	41.6	43.3	45.1	9.8	30ثا.
31.8	33.6	35.3	37.0	38.8	40.5	42.2	44.0	45.7	9.9	45ثا.
32.6	34.3	36.0	37.7	39.4	41.1	42.9	44.6	46.3	10 كم/سا	المستوى 4
33.3	35.0	36.7	38.4	40.1	41.8	43.5	45.2	46.9	10.1	15ثا.
34.1	35.8	37.4	39.1	40.8	42.5	44.1	45.8	47.5	10.3	30ثا.
34.8	36.5	38.1	39.8	41.5	43.1	44.8	46.4	48.1	10.4	45ثا.
35.6	37.2	38.9	40.5	42.1	43.8	45.4	47.0	48.7	10.5 كم/سا	المستوى 5
36.3	38.0	39.6	41.2	42.8	44.4	46.0	47.7	49.3	10.6	15ثا.
37.1	38.7	40.3	41.9	43.5	45.1	46.7	48.3	49.9	10.8	30ثا.
37.8	39.4	41.0	42.6	44.2	45.7	47.3	48.9	50.5	10.9	45ثا.
38.6	40.2	41.7	43.3	44.8	46.4	47.9	49.5	51.1	11 كم/سا	المستوى 6
39.3	40.9	42.4	44.0	45.5	47.0	48.6	50.1	51.7	11.1	15ثا.
40.1	41.6	43.1	44.7	46.2	47.7	49.2	50.7	52.3	11.3	30ثا.
40.8	42.3	43.8	45.3	46.8	48.3	49.8	51.3	52.8	11.4	45ثا.
41.6	43.1	44.6	46.0	47.5	49.0	50.5	52.0	53.4	11.5 كم/سا	المستوى 7
42.3	43.8	45.3	46.7	48.2	49.7	51.1	52.6	54.0	11.6	15ثا.
43.1	44.5	46.0	47.4	48.9	50.3	51.8	53.2	54.6	11.8	30ثا.
43.8	45.3	46.7	48.1	49.5	51.0	52.4	53.8	55.2	11.9	45ثا.
44.6	46.0	47.4	48.8	50.2	51.6	53.0	54.4	55.8	12 كم/سا	المستوى 8
45.3	46.7	48.1	49.5	50.9	52.3	53.7	55.0	56.4	12.1	15ثا.
46.1	47.5	48.8	50.2	51.6	52.9	54.3	55.7	57.0	12.3	30ثا.
46.8	48.2	49.5	50.9	52.2	53.6	54.9	56.3	57.6	12.4	45ثا.
47.6	48.9	50.3	51.6	52.9	54.2	55.6	56.9	58.2	12.5 كم/سا	المستوى 9
48.3	49.6	50.9	52.2	53.5	54.8	56.1	57.4	58.7	12.6	15ثا.
49.1	50.4	51.7	53.0	54.3	55.6	56.7	58.2	59.4	12.8	30ثا.
49.8	51.1	52.4	53.7	55.0	56.3	57.6	58.9	60.2	12.9	45ثا.
50.6	51.9	53.2	54.5	55.8	57.0	58.2	59.5	60.7	13 كم/سا	المستوى 10

6-الوسائل الإحصائية المستعملة:

تم الاعتماد على برنامج SPSS من أجل تحليل النتائج المتحصل عليها من خلال تحديد:

- التكرارات والنسب المئوية
- المتوسطات الحسابية
- الدرجة التائية t
- معامل الارتباط بيرسون
- اختبار التباين الأحادي ANOVA

الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

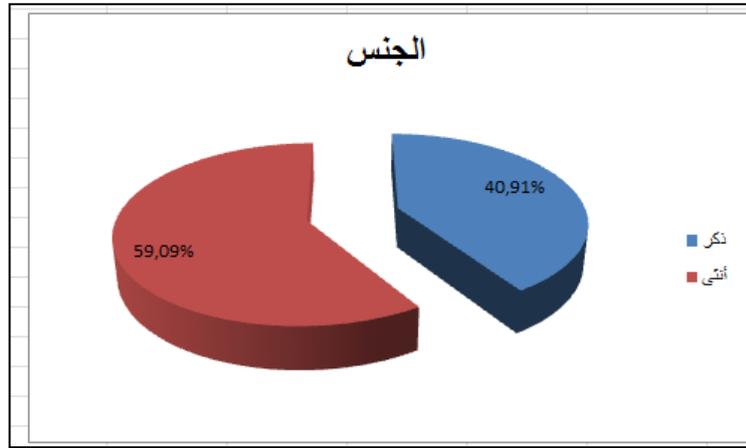
2- عرض و تحليل النتائج

1-1- عرض و تحليل المعلومات الشخصية:

الجدول رقم 04: يبين متغير الجنس

النسبة المئوية%	التكرار	الجنس
40.9	18	ذكر
59.1	26	أنثى
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 02: يبين متغير الجنس



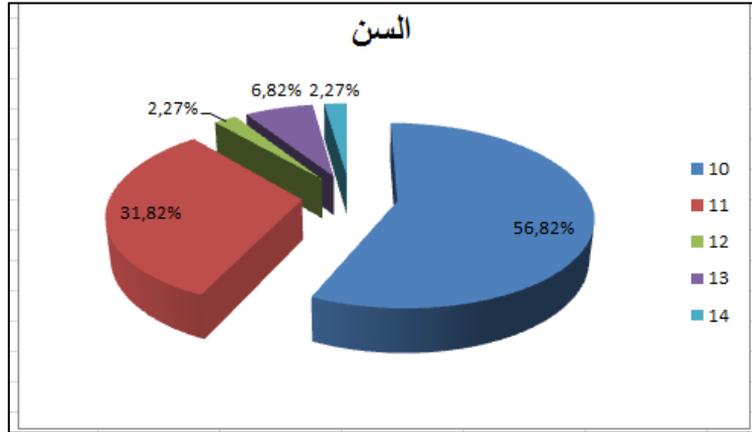
من خلال الجدول المبين أعلاه نلاحظ أن نسبة الإناث قدرت بـ 59.1% ، بينما نسبة الذكور قدرت بـ 40.9%، و هذا راجع إلى التزايد المستمر لفئة الإناث على الذكور خاصة في السنوات الأخيرة ، مما يجعل معظم المدارس تكون فيها نسبة الإناث تفوق نسبة الذكور .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 05: يبين متغير السن حسب السنوات

النسبة المئوية%	التكرار	السن
56.8	25	10
31.8	14	11
2.3	1	12
6.8	3	13
2.3	1	14
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 03: يبين متغير السن حسب السنوات



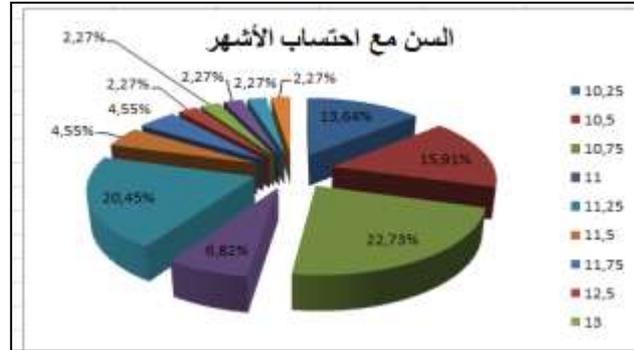
من خلال الجدول المبين أعلاه نلاحظ أن أعلى نسبة لمتغير السن كان لفئة 10 سنوات نسبة قدرها 56.8% ، و تلتها نسبة 31.8% لسن 11 ، في حين أن سن 13 جاء في المرتبة الثالثة بنسبة مقدرة بـ 6.8% بينما سن 12 و 14 جاءوا في المرتبة الأخير متساوين بنسبة قدرها 2.3% ، هذا يدل على أن العينة المدروسة ستتمركز أكثر على الأعمار ما بين 10 و 11 سنة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 06: يبين متغير السن حسب الأشهر

النسبة المئوية%	التكرار	السن مع احتساب الأشهر
13.6	6	10.25
15.9	7	10.50
22.7	10	10.75
6.8	3	11.00
20.5	9	11.25
4.5	2	11.50
4.5	2	11.75
2.3	1	12.50
2.3	1	13.00
2.3	1	13.25
2.3	1	13.50
2.3	1	14.25
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 04: يبين متغير السن حسب الأشهر



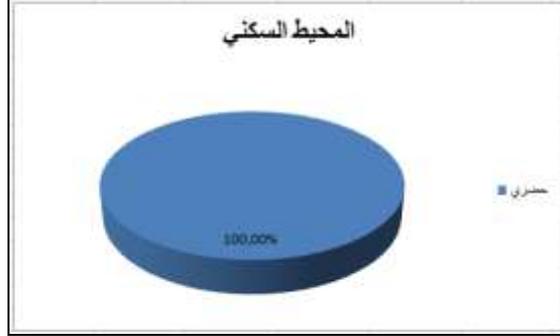
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أعلى نسبة لسن 10 بنسبة قدرها 56.8% مفصلة كالآتي: 10.25 بنسبة 13.6% و 10.50 بنسبة مقدرة بـ 15.9% بينما سن 10.75 كان في المرتبة الأولى بنسبة 22.7% ، و تلتها نسبة 31.8% لسن 11 كان فيها سن 11.25 أولا بنسبة 20.5% و 11.00 ثانيا بنسبة 6.8% و جاء سن 11.50 و 11.75 أخير بنسبة 4.5% لكليهما ، في حين أن سن 13 جاء في المرتبة الثالثة بنسبة مقدرة بـ 6.8% مفصلة بنسبة 2.3% لكن من 13.00 و 13.25 و 13.50 ، بينما سن 12 (12.50) و 14 (14.25) جاءوا في المرتبة الأخير متساوين بنسبة قدرها 2.3% ، و هذا يدل على وجود تفاوت متقارب بين أعمار التلاميذ حسب الأشهر و حسب كل مستوى دراسي .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 07: يبين متغير المحيط السكني

النسبة المئوية%	التكرار	المحيط السكني
100.0	44	حضري

الشكل رقم 05: يبين متغير المحيط السكني



من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 100% من التلاميذ قانطين في محيط حضري و هذا يرجع إلى أن الابتدائية التي يدرسون بها تقع داخل محيط حضري بعيد عن الريف مما يؤثر بالإيجاب على المردود الدراسي للتلاميذ و كذا البدني و الصحي .

الجدول رقم 08: يبين متغير وسيلة التنقل إلى المدرسة

النسبة المئوية%	التكرار	وسيلة التنقل إلى المدرسة
97.7	43	على القدمين
2.3	1	وسيلة نقل
100.0	44	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن نسبة التلاميذ الذين ينتقلون على القدمين بلغت 88.5% ، في حين جاءت نسبة المنتقلين باستعمال وسيلة نقل مقدرة بـ 2.3% ، و هذا يرجع إلى أن التلاميذ الذين يزاولون دراستهم بهذه الابتدائية يقطنون بالقرب منها .

الشكل رقم 06: يبين متغير وسيلة التنقل إلى المدرسة

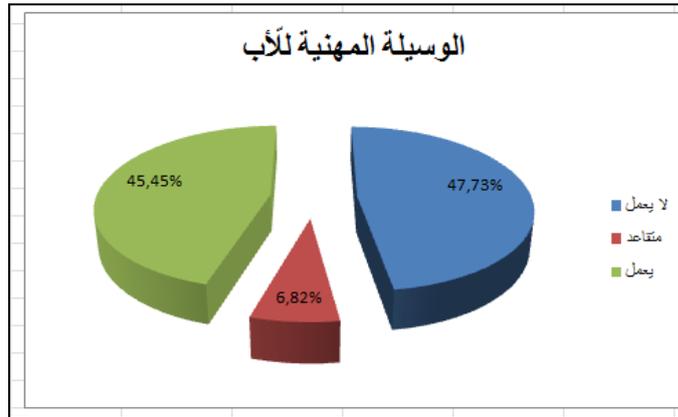


الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 09: يبين متغير الوضعية المهنية للأب

الوضعية المهنية للأب	التكرار	النسبة المئوية %
لا يعمل	21	47.7
متقاعد	3	6.8
يعمل	20	45.5
المجموع	44	100.0

الشكل رقم 07: يبين متغير الوضعية المهنية للأب



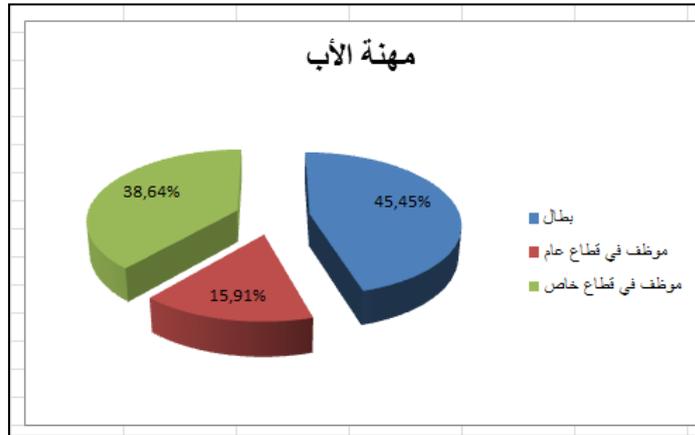
من خلال الجدول المبين أعلاه و الذي يمثل الوضعية المهنية للأب نلاحظ أن نسبة 47.7% من عينة الدراسة يكون الأب فيها لا يعمل و هذا يدل على عدم الاهتمام بالرعاية الصحية للأبناء خاصة الصحة البدنية لأن كل تركيزهم سوف يكون على توفير لقمة العيش ، أي الأمور الأساسية للحياة ، في المقابل نجد نسبة 45.5% من العينة المتبقية تكون فيها وضعية الأب المهنية في مجال العمل مما يجعل من هذه الأسر غايتها توفير بعض مستلزمات الحياة بما فيها الرعاية الصحية للتلميذ خاصة من ناحية التغذية السليمة التي هي أساس الصحة و اللياقة البدنية الجيدة و بالتحديد في هذه المرحلة العمرية (مرحلة الابتدائي) التي يكون فيها التلميذ بحاجة ماسة إلى الاهتمام من جميع النواحي خاصة الصحية منها .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 10: يبين متغير مهنة الأب

النسبة المئوية%	التكرار	مهنة الأب
45.5	20	بطل
15.9	7	موظف في قطاع عام
38.6	17	موظف في قطاع خاص
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 08: يبين متغير مهنة الأب



من خلال الجدول المبين أعلاه و الذي يوضح مهنة الأب تبين لنا أن نسبة 45.5% من العينة منعدمي المدخول الشهري و هذا يؤثر حتما على المستوى المعيشي للأسرة و بالتالي يحدث خلل داخل البناء الاجتماعي و من هنا ينعكس سلبا على الرعاية الاجتماعية للطفل و كذا الرعاية الصحية و بالتالي فقدان التلميذ أو الطفل للصحة البدنية ، في حين نجد نسبة 15.9% من العينة لديها مدخول شهري تابع للقطاع العام و بالتالي يكون الدخل متوسط أو محدود بحكم أن القطاع العام دخلها ضعيف مقارنة بالقدرة الشرائية و بالتالي اهتمام الأولياء على توفير اساسيات الحياة و فقط و منه لا يمكن الحديث هنا عن الرعاية الصحية أو اللياقة البدنية بمفهومها الحقيقي ، أما فيما النسبة المتبقية و التي بلغت 38.6% و التي تخص فئة الاولياء ذوي الدخل في القطاع الخاص هنا نتحدث عن المستوى المعيشي الجيد نسبيا لأن دخل الفرد في القطاع الخاص يكون مرتفعا ، و هذا ما يؤثر ايجابا على الحياة الاجتماعية حيث تكون الرعاية الاجتماعية بكل رفايتها بما فيها الرعاية الصحية و البدنية .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 11: يبين متغير المستوى التعليمي للأب

النسبة المئوية%	التكرار	المستوى التعليمي للأب
18.2	8	دون مستوى
11.4	5	ابتدائي
22.7	10	متوسط
34.1	15	ثانوي
13.6	6	جامعي
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 09: يبين متغير المستوى التعليمي للأب



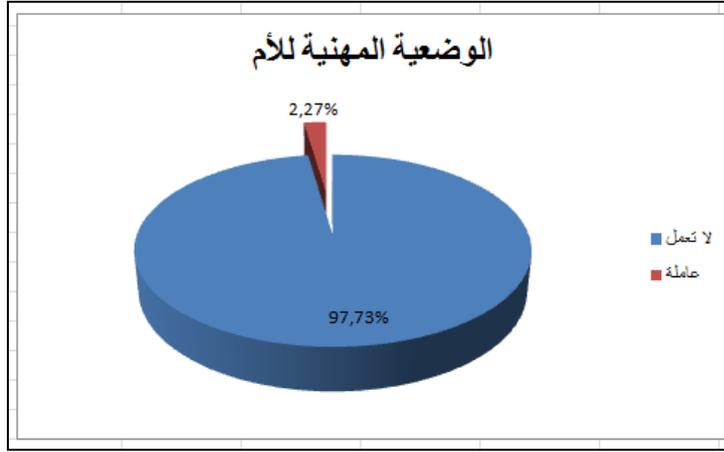
من خلال الجدول المتضح و الذي يمثل المستوى التعليمي للأب يتبين لنا أن نسبة 22.7% و نسبة 34.1% من المبحوثين آبائهم لديهم مستوى تعليمي متوسط و ثانوي أي أن ثقافتهم منحصرة و ليست متوسعة و بالتالي عدم الدراية الكافية لمثل هذه الأمور الخاصة باللياقة البدنية على عكس المستوى الجامعي و الذي قدر بـ 16.3% من عينة الدراسة حيث يساعد هذا على الاهتمام بتحسين الجانب الصحي للأبناء مع الاهتمام بالثقافة الخاصة باللياقة البدنية و الاهتمام بتحسين الجانب الصحي للأبناء و بالتالي فإن معظم عينة الدراسة سوف تنحصر في الجانب المحدود في الاهتمام بالأمور الصحية و اللياقة البدنية ، في حين نجد نسبة 18.2% و 11.4% من العينة تتدرج في فئة دون المستوى و كذا المستوى ابتدائي على التوالي و هذا يؤثر على تمركز مفهوم اللياقة البدنية أو الاهتمام بالصحة البدنية في هذه الفئة بسبب عدم اكتساب الأباء الثقافة الصحية الخاصة بالطفل أو التلميذ و بالتالي الانعدام الشبه التام بهذا المجال .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 12: يبين متغير الوضعية المهنية للأم

النسبة المئوية %	التكرار	الوضعية المهنية للأم
97.7	43	لا تعمل
2.3	1	عاملة
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 10: يبين متغير الوضعية المهنية للأم



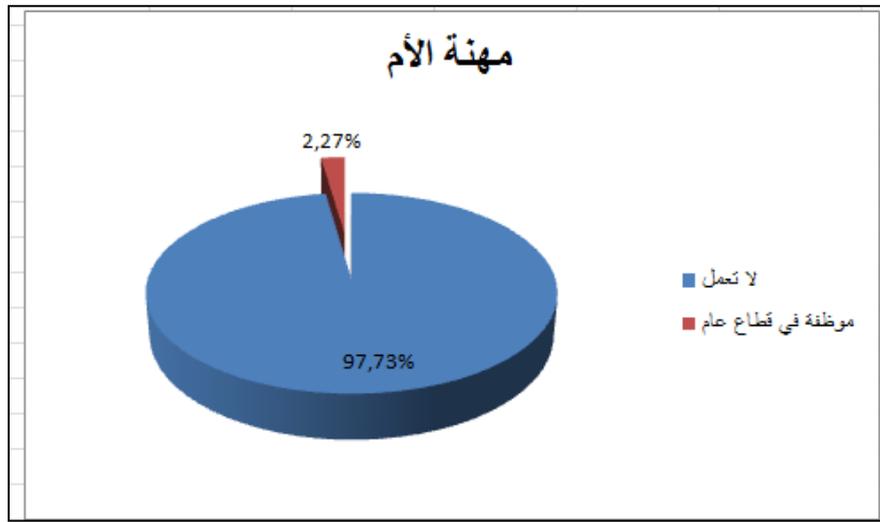
من خلال الجدول المتضح أعلاه والذي يمثل الوضعية المهنية للأم نلاحظ أن أعلى نسبة قدرت بـ 97.7% من المبحوثين و هي تمثل جل العينة كانت تقرر بعدم عمل الأم و بالتالي سوف يكون هناك مدخول شهري وحيد في الأسرة في حالة إذا كان الأب يعمل و عليه يتطلب منه توفير الأساسيات و فقط للأولاد (لباس + غذاء) ، أما في حين عدم وجود مدخول حتى من ناحية الأب فقد يكون هناك تدهور الحالة الاجتماعية لهذه الفئة مما يستدعي الغيب التام للرعاية الصحية و بالتالي غياب اللياقة البدنية التي تتطلب إمكانيات مادية بالدرجة الأولى ، في حين نجد نسبة 2.3% من المبحوثين كانت وضعية الأم فيها تعمل لكنها نسبة ضئيلة جدا لا يمكن مقارنتها بالنسبة الأولى .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 13: يبين متغير مهنة الأم

مهنة الأم	التكرار	النسبة المئوية %
لا تعمل	43	97.7
موظفة في قطاع عام	1	2.3
المجموع	44	100.0

الشكل رقم 11: يبين متغير مهنة الأم



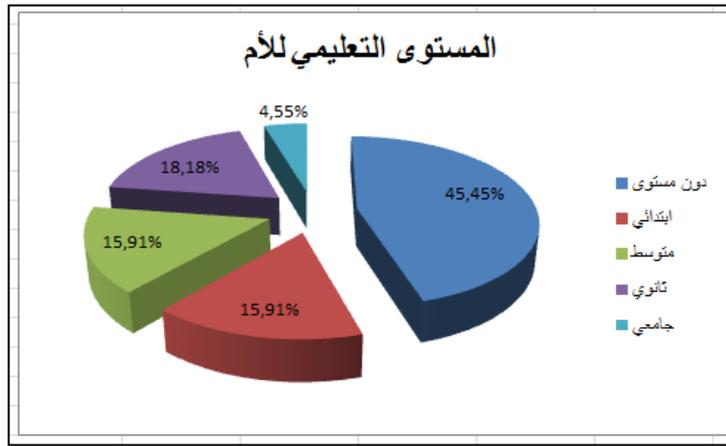
من خلال الجدول المبين أعلاه و الذي يمثل مهنة الأم يتضح لنا أن نسبة 97.7% من العينة أمهاتهم لا تعمل و هيدا قد يؤثر بالسلب على الظروف المعيشية حيث يتضح لنا أن المدخول الشهري سيتوقف على الأب فقط في حين توفر العمل لديه ، أما في حين عدم توفر العمل سيؤدي ذلك إلى التدهور في الوضع المعيشي و الاجتماعي و بالتالي عدم الاهتمام بالجانب الصحي للابناء في المقابل نجد نسبة 2.3% من الامهات تعمل و في القطاع العام و هي نسبة ضئيلة جدا مقارنة بالنسبة الأولى .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 14: يبين متغير المستوى التعليمي للأم

النسبة المئوية %	التكرار	المستوى التعليمي للأم
45.5	20	دون مستوى
15.9	7	ابتدائي
15.9	7	متوسط
18.2	8	ثانوي
4.5	2	جامعي
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 12: يبين متغير المستوى التعليمي للأم



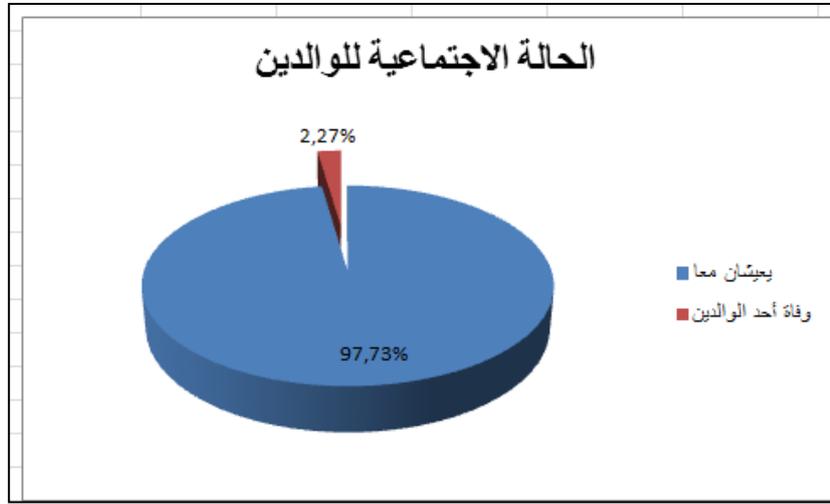
من خلال الجدول أعلاه و الذي يمثل المستوى التعليمي للأم يتضح لنا أن نسبة 45.5% من الأمهات دون المستوى و هذا يرجع بالسلب على طريقة تربية الأبناء في ظل تطور الحياة ، و كذا الاهتمام بالجانب الصحي و البدني لهم ، و هذا طبعا لانعدام تطلعاتهم حول الثقافة الصحية للطفل و بالتالي عدم الاهتمام بناتنا بهذا الجانب ، في حين نجد نسبة 18.2% من الامهات مستوى الدراسي لديهم ثانوي أي مستوى محدود و هي تمثل فئة صغيرة من عينة الدراسة و التي تتقارب مع المستوى الدراسي للأمهات ما بين الابتدائي و المتوسط و الذي يمثل نسبة 15.9% و بالتالي احتمال الاهتمام بهذا الجانب تكون قليلة جدا بحكم عدم تطلع الكافي للثقافة الصحية ، أما فيما يخص النسبة المتبقية و التي تمثل 4.5% فكانت للفئة الخاصة بالمستوى الجامعي و هي نسبة ضئيلة جدا مقارنة بسابقتها اذ تؤثر ثقافة أو مستواها الدراسي في الاهتمام بالجانب الصحي و البدني للأبناء و كذا الاهتمام بجانب النشاطات الرياضية .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 15: يبين متغير الحالة الاجتماعية للوالدين

النسبة المئوية %	التكرار	الحالة الاجتماعية للوالدين
97.7	43	يعيشان معا
2.3	1	وفاة أحد الوالدين
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 13: يبين متغير الحالة الاجتماعية للوالدين



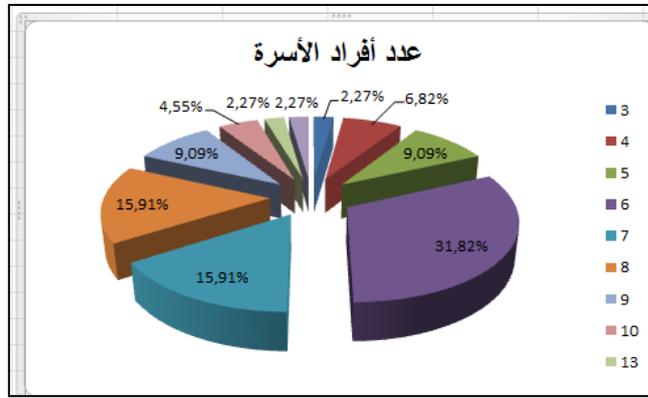
يتضح من الجدول أعلاه و الذي يمثل الحالة الاجتماعية للوالدين بالنسبة لمجتمع البحث تمثل 97.7% من العينة في استقرار عائلي مع الوالدين و الذي له تأثير إيجابي على الصحة النفسية للتلميذ و بالتالي الصحة البدنية لأن انعدام المشاكل العائلية و عدم تشتت الأسرة أساس النجاح في تربية الطفل نفسيا و كذا صحيا و بالتالي وجود اهتمام بالجوانب الخاصة لديهم ، خاصة بما يسمى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ، و في المقابل نجد نسبة 2.3% تمثل وفاة أحد الوالدين و هي نسبة ضئيلة جدا لا يمكننا مقارنتها بالنسبة الأولى ، و بالتالي يتضح أن مجتمع البحث في استقرار عائلي أي الاستقرار الاجتماعي الأسري .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 16: يبين متغير عدد أفراد الأسرة

النسبة المئوية %	التكرار	عدد أفراد الأسرة
2.3	1	3
6.8	3	4
9.1	4	5
31.8	14	6
15.9	7	7
15.9	7	8
9.1	4	9
4.5	2	10
2.3	1	13
2.3	1	14
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 14: يبين متغير عدد أفراد الأسرة



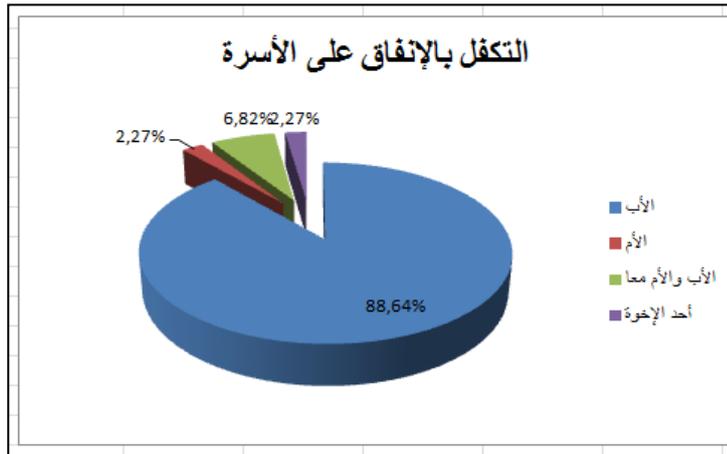
من خلال الجدول المبين في الأعلى و الذي يمثل عدد أفراد الأسرة يتضح لنا أن نسبة 31.8% من الأسرة تتكون من 6 أفراد و هذا يدل على وجود اكتظاظ في العائلة مما يستدعي عدم الاهتمام أكثر بالطفل أو التلميذ محل الدراسة خاصة من ناحية الجانب الصحي الخاص باللياقة البدنية و هي نسبة الأكثر مقارنة بالنسبة المتبقية و التي كانت مقدرة بـ 15.9% و التي تمثل الأسر التي تتكون من 7 إلى 8 أفراد و التي ينصب اهتمامهم بالدرجة الأولى على توفير الأمور الأساسية للحياة و فقط أما النسبة المتبقية و التي تقدر من 9.1% إلى 2.3% و التي تمثل الأسر التي تتكون من 5 إلى 14 فرد و هذا يجعل مثل هذه الأسر توفير الأكل و اللباس فقط و عدم التطلع إلى النواحي الخاصة بالجانب الصحي البدني و توفير الإمكانيات اللازمة للوصول إلى اللياقة البدنية الجيدة .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 17: يبين متغير التكفل بالإنفاق على الأسرة

النسبة المئوية %	التكرار	التكفل بالإنفاق على الأسرة
88.6	39	الأب
2.3	1	الأم
6.8	3	الأب والأم معا
2.3	1	أحد الإخوة
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 15: يبين متغير التكفل بالإنفاق على الأسرة



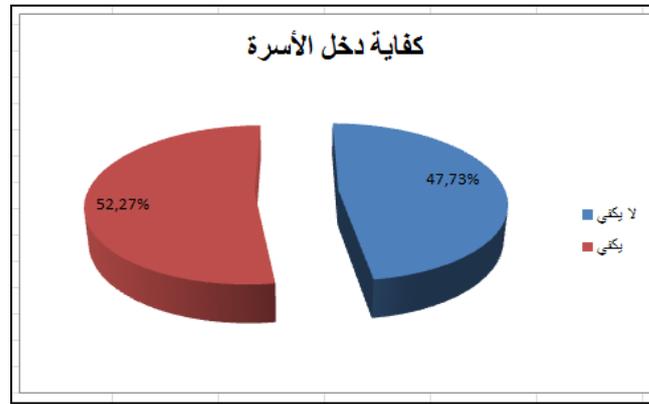
من خلال الجدول أعلاه و الذي يمثل التكفل بالإنفاق على الأسرة يتبين لنا أن نسبة 88.6% تمثل الفئة الخاصة بتكفل الأب بالأسرة و هذا يدل على وجود ضغوطات عليه لا يستطيع توفير إلا الأمور الضرورية و بالتالي عدم الإهتمام بالأمور الصحية أو الجانب البدني للأولاد و بالتالي انعدام الرعاية الخاصة باللياقة المرتبطة بالصحة ، في المقابل نسبة 6.8% تمثل الفئة الخاصة بتكفل الوالدين معا مما يستدعي توفر الإمكانيات اللازمة للاهتمام بالجانب الصحي للأولاد و بالتالي الرعاية الصحية التامة ، أما النسبة المتبقية و التي تمثل الفئة الخاصة بتكفل الأم أو أحد الإخوة و التي قدرت بنسبة 2.3% و هي نسبة ضئيلة جدا لا يمكننا مقارنتها بالنسب السابقة .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 18: يبين متغير كفاية دخل الأسرة

النسبة المئوية%	التكرار	كفاية دخل الأسرة
47.7	21	لا يكفي
52.3	23	يكفي
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 16: يبين متغير كفاية دخل الأسرة



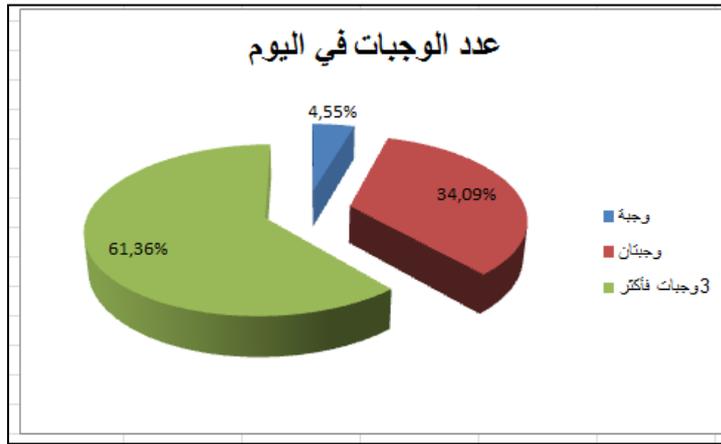
من خلال الجدول أعلاه و الذي يمثل كفاية دخل الأسرة يتضح لنا أن نسبة 52.3% من العينة مكتفية من ناحية الدخل و هي تمثل نصف مجتمع الدراسة و بالتالي وجود حدود جيدة في الاهتمام بجانب الرعاية الصحية و البدنية للأبناء ، في حين نجد نسبة 47.7% من مجتمع البحث يعاني من عدم الاكتفاء بالدخل و بالتالي نصل إلى حقيقة مفادها أن نصف مجتمع الدراسة يس له اهتمام بالجانب الصحي أو بالرعاية الصحية التي توصل إلى اللياقة البدنية خاصة في جانب التغذية السليمة و الاهتمام بالنشاطات الرياضية و بالتالي تأثير الجانب الاجتماعي و كذا الاقتصادي على تدهور الحالة الصحية و كذا البدنية لمعظم التلاميذ .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 19: يبين متغير عدد الوجبات في اليوم

عدد الوجبات في اليوم	التكرار	النسبة المئوية%
وجبة	2	4.5
وجبتان	15	34.1
وجبات فأكثر 3	27	61.4
المجموع	44	100.0

الشكل رقم 17: يبين متغير عدد الوجبات في اليوم



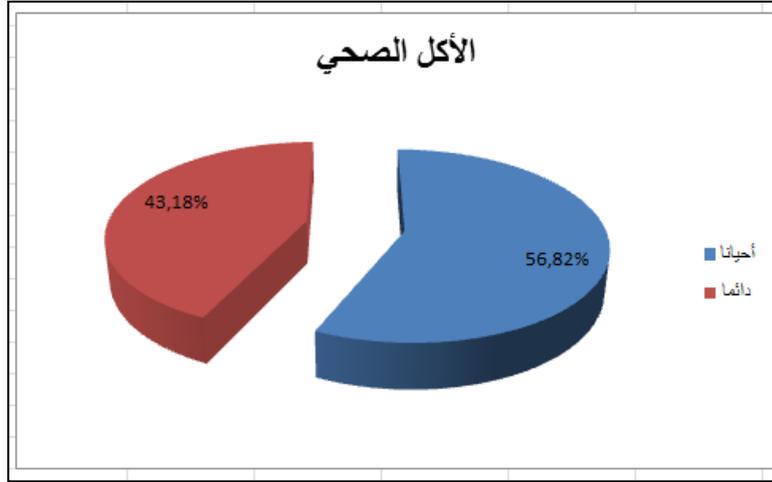
من خلال الجدول المتضح في الأعلى و الذي يمثل عدد الوجبات المتناولة في اليوم بالنسبة لعينة الدراسة حيث نجد نسبة 61.4% تمثل التلاميذ الذين يتناولون 3 وجبات و أكثر في اليوم و هذا قد يكون له اتجاهين اتجاه ايجابي يتمثل في تنظيم وجبات الغذاء الثلاثة المتمثلة في الفطور و الغداء و العشاء و هذا هو المطلوب للوصول للياقة البدنية الجيدة ، أما الاتجاه الثاني و هو الاتجاه السلبي حيث احتمالية وجود افراط في الأكل مما يؤثر بالسلب على اللياقة البدنية و كذا الوزن الخاص بالتلميذ محل الدراسة ، في حين نجد نسبة 34.1% تمثل الفئة التي تتناول وجبتين في اليوم و هذا يؤدي إلى خلق جسم نحيف خالي من الافراط في الأكل و بالتالي لياقة و صحة بدنية جيدة ، أما النسبة المتبقية و التي تمثل 4.5% فكانت للفئة التي تتناول وجبة واحدة و هي نسبة ضعيفة مقارنة بالنسب السابقة حيث يؤثر ذلك بالسلب على الصحة و بالتالي الوصول على النحافة المفرطة التي بدورها تقضي على اللياقة البدنية تماما.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 20: يبين متغير الأكل الصحي

الأكل الصحي	التكرار	النسبة المئوية%
أحيانا	25	56.8
دائما	19	43.2
المجموع	44	100.0

الشكل رقم 18: يبين متغير الأكل الصحي



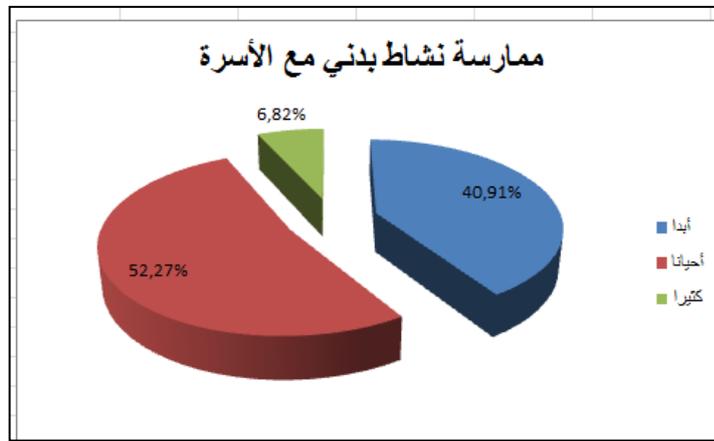
من خلال الجدول الوارد في الأعلى و الذي يمثل مؤشر تناول الاكل الصحي لمجتمع البحث نجد نسبة 56.8% يتناولون الاكل الصحي أحيانا أي ليس دائما مما قد يؤدي ذلك إلى تدهور الجسم من خلال نقص الفيتامينات خاصة التي يحتاجها الجسم للوصول للياقة صحية أو بدنية جيدة تتماشى مع سن التلميذ محل الدراسة و هذا لتناول أكلات غير صحية قد يؤدي إلى مشاكل خاصة في الوزن ، في حين نجد نسبة 43.2% من التلاميذ يتناولون أكلات صحية دائما مما يجعلهم في صحة جيدة مع وجود لياقة بدنية تجعلهم يتوصلون إلى جسم سليم و بالتالي صحة سليمة .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 21: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأسرة

النسبة المئوية%	التكرار	ممارسة نشاط بدني مع الأسرة
40.9	18	أبدا
52.3	23	أحيانا
6.8	3	كثيرا
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 19: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأسرة



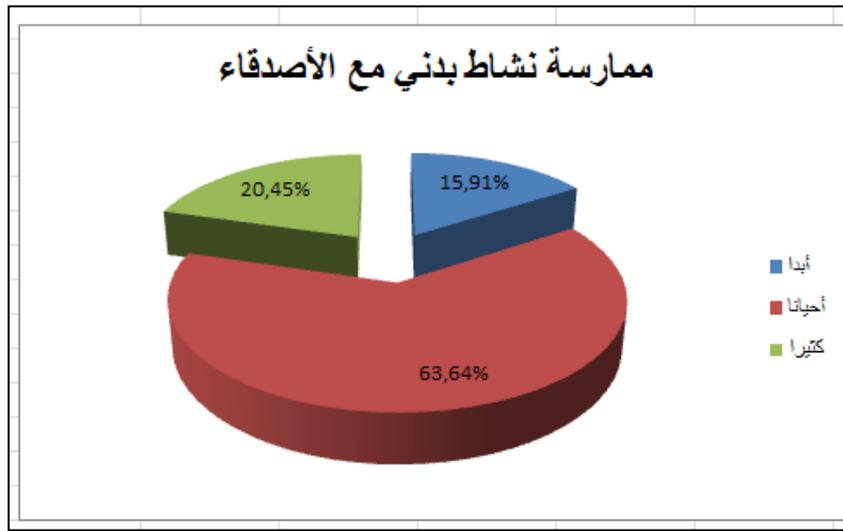
من خلال الجدول المبين اعلاه يتضح لنا أن نسبة 52.3% من التلاميذ يمارسون نشاط بدني مع أسرهم من حين لآخر أي ليس دائما و هذا مؤشر إيجابي نوما ما على توفير الحياة الصحية الجيدة داخل الاسرة و بالتالي الوصول إلى لياقة بدنية خاصة و ان التلاميذ في مثل هذه المرحلة يحتاجون إلى رعاية تخص الجانب البدني من خلال ممارسة الرياضة في أي مجال ، في حين نجد نسبة 40.9% من لا يمارسون أي نشاط بدني مع أسرهم و هذه قد تكون الفئة التي لا تهتم بالجانب الصحي لأبنائها مما يؤثر ذلك بالسلب على صحة التلاميذ و على لياقتهم البدنية مما يؤدي بهم إلى العديد من الأمراض و بالتالي فقدان جسم سليم ، أما النسبة المتبقية و التي تقدر ب 6.8% و التي تمثل التلاميذ الذين يمارسون بكثرة نشاطات بدنية مع أسرهم و ذلك دليل على ثقافة مثل هذه الأسر و التي تساعد ابنائها للوصول إلى لياقة بدنية و إلى رعاية صحية جيدة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 22: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء

النسبة المئوية%	التكرار	ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء
15.9	7	أبدا
63.6	28	أحيانا
20.5	9	كثيرا
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 20: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء



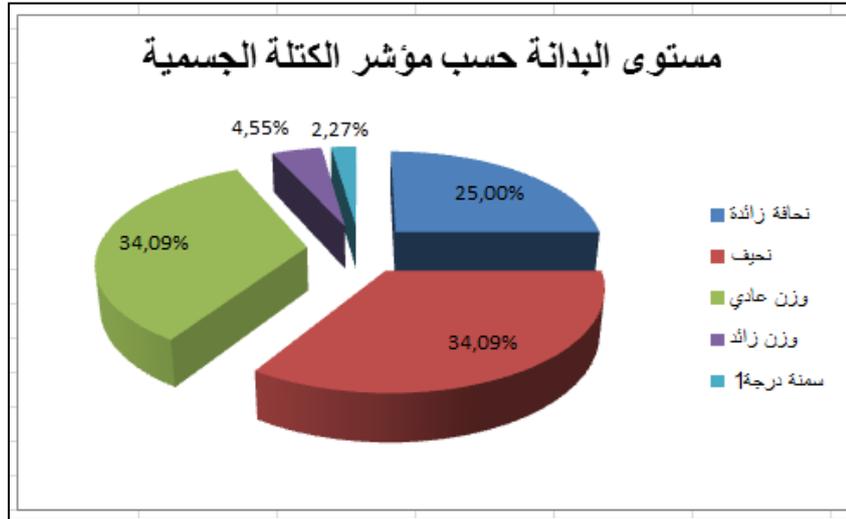
من خلال الجدول المبين أعلاه و الذي يمثل ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء يتضح لنا أن نسبة 63.6% من التلاميذ أحيانا ما يمارسون نشاطات بدنية مع أصدقائهم و هذا إن دل فإنما يدل على انعدام وجود نشاطات بدنية في المؤسسة التربوية محل الدراسة و عدم تشجيع مثل هذه النشاطات مما يستدعي عدم اهتمام هذه الفئة لممارسة أي نشاط بدني دائما و بالتالي فقدان روح المشاركة في النشاطات الرياضية ، في المقابل نجد نسبة 20.5% من التلاميذ يمارسون النشاطات البدنية مع الأصدقاء و باستمرار مما يخلق لهم اهتمام بالجانب الصحي و البدني للجسم و بالتالي الوصول للياقة بدنية مرتبطة أساسا بصحة التلميذ ، أما النسبة المتبقية و التي تقدر بـ 15.9% من التلاميذ لا يمارسون نهائيا أي نشاط بدني مع الأصدقاء و هذه الفئة قد نجدها تعاني من الكثير من الأمراض ولا تملك أي لياقة بدنية ، هذا من ناحية و من ناحية أخرى قد تكون هذه الفئة منعزلة داخل المجتمع و ليس لها احتكاك جماعي و بالتالي شخصية منطوية و غير سليمة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 23: يبين متغير مستوى البدانة حسب مؤشر الكتلة الجسمية

النسبة المئوية%	التكرار	مستوى البدانة حسب مؤشر الكتلة الجسمية
25.0	11	نحافة زائدة
34.1	15	نحيف
34.1	15	وزن عادي
4.5	2	وزن زائد
2.3	1	سمنة درجة 1
100.0	44	المجموع

الشكل رقم 21: يبين متغير ممارسة نشاط بدني مع الأصدقاء



من خلال الجدول المبين أعلاه و الذي يمثل متغير مستوى البدانة حسب مؤشر الكتلة الجسمية نلاحظ أن نسبة 34.1% من التلاميذ يمتلكون وزن عادي يجعلهم ذوي لياقة بدنية جيدة و بالتالي جسم سليم خالي من الامراض ، في حين نجد نفس النسبة من التلاميذ يعانون من النحافة و 25% يعانون من النحافة الزائدة و هذه قد تكون الفئة التي تأكل من وجبة إلى وجبتين في اليوم نظرا للحالة الاجتماعية المزرية و بالتالي قد يؤدي بهم الحال الى تدهور الجسم و انعدام اللياقة البدنية لأن مؤشر الكتلة الجسمية أكبر دليل على وجود اللياقة المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ خاصة في مرحلة التعليم الابتدائي أما النسبة المتبقية و التي تقدر بـ 4.5% و 2.3% من التلاميذ يعانون من وزن زائد و سمنة درجة 1 على التوالي و هي نفس الفئة التي لا تمارس النشاطات البدنية نهائيا و لا تتناول أكلات صحية مما لا يجعلها تهتم بالجانب الصحي و بالتالي انعدام اللياقة البدنية كليا .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1-2- عرض و تحليل نتائج التساؤل الأول :

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تبعا لخلفتهم الاجتماعية(السن، الجنس، مستوى البدانة، المستوى التعليمي للوالدين، عدد أفراد الأسرة، ممارسة النشاط الرياضي مع الأسرة ومع الأصدقاء، عدد الوجبات، الأكل الصحي)؟

الجدول رقم 24: يبين نتائج إختبار "ت" ستودنت للفروق (الجنس ، الأكل الصحي)

الدلالة	ت	الأكل الصحي				الدلالة	ت	الجنس				
		دائما		أحيانا				أنثى		ذكر		
		م	م	م	م			م	م	م	م	
0,676	0,420	2,160	3,00	2,208	3,28	0,086	1,759	,928	2,69	3,130	3,83	اختبار التوازن فلامينجو
0,322	-1,002	1,8800	15,1332	1,43440	14,6328	0,804	,250	1,24022	14,7969	2,12937	14,923	إختبار طرق الأقراص
0,766	0,299	5,6707	19,3568	4,13962	19,7992	0,357	,932	4,35760	19,0458	5,40909	20,420	اختبار قوة القبضة
0,088	1,747	5,5972	16,3684	5,90607	19,4400	0,216	-1,25	5,60878	19,0385	6,24081	16,777	مرونة الجذع
0,669	-0,431	20,632	137,4737	23,33467	134,5600	0,000	4,302	17,56136	125,8077	19,9169	150,27	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,983	-0,022	4,1815	13,4737	5,73789	13,4400	0,000	4,288	4,29597	11,1538	4,25034	16,777	عضلات البطن
0,753	0,317	19,943	19,8747	22,12058	21,9192	0,006	2,892	18,07540	14,0000	21,1898	31,200	اختبار التعلق
0,756	0,313	3,5195	25,9742	3,92408	26,3316	0,000	-4,40	3,57881	27,8954	2,25058	23,695	اختبار الرشاقة 5×10م
0,948	0,065	1,3567	3,3500	1,45452	3,3780	0,010	2,707	1,20667	2,9231	1,43598	4,0056	اختبار جري 20 متر مكوكي
0,932	0,086	,70649	9,7368	,74838	9,7560	0,005	2,973	,63812	9,5000	,70082	10,105	السرعة الهوائية القصوى
0,946	-0,068	3,8683	44,0474	3,82478	43,9680	0,013	2,581	3,58287	42,8462	3,55326	45,672	الاستهلاك الأقصى للأكسجين
مستوى الدلالة عند 0.05												

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لصالح الذكور في الاختبارات التالية:

عند مستوى $P < 0.05$ في اختبار الوثب العريض من الثبات (91،19+27،150) مقابل (29،4+15،11) وفي اختبار عضلات البطن (25،4+77،16) مقابل (56،17+80،125) و في اختبار التعلق (18،21+20،31) مقابل (07،18+00،14) و اختبار جري 20 متر مكوكي (43،1+00،4) مقابل (20،1+92،2) وفي السرعة الهوائية القصوى (070،+10،10) مقابل (063،+50،9) وفي الاستهلاك الأقصى للأكسجين (55،3+67،45) مقابل (58،3+84،42).

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لصالح الإناث:

فعند مستوى $P < 0.05$ في اختبار الرشاقة 10×5 م (57،3+89،27) مقابل (25،2+69،23). أما باقي الإختبارات (اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، اختبار قوة القبضة ، مرونة الجذع) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تتسبب لمتغير الجنس .

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الأكل الصحي في جميع اختبارات بطارية البيروفيت ،و ما يجذب الانتباه أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأكل الصحي .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 25: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب الفئة العمرية

الدلالة	ف	12 سنة وأكثر		11 سنة		10 سنوات		
		م	إ	م	إ	م	إ	
0,129	2,151	2,20	,447	4,00	2,556	2,78	1,953	إختبار التوازن فلامينجو
0,292	1,267	15,8140	2,01491	14,9588	1,75733	14,5626	1,45240	إختبار طرق الأقراص
0,026	3,976	16,0180	2,64285	18,2625	4,62879	21,3248	4,67922	إختبار قوة القبضة
0,897	0,109	18,8000	8,28855	18,4688	5,67882	17,7174	5,78561	مرونة الجذع
0,256	1,408	151,2000	17,90810	133,5000	24,14953	134,0870	20,72967	إختبار الوشب العريض من الثبات
0,648	0,439	13,8000	5,31037	12,5000	5,97774	14,0435	4,43620	عضلات البطن
0,977	0,023	21,8000	20,22869	21,7488	23,18452	20,3748	20,47958	إختبار التعلق
0,961	0,039	26,5520	4,22322	26,2425	4,42614	26,0504	3,21623	إختبار الرشاقة 10×5م
0,655	0,428	9,7400	0,85029	9,6188	0,74585	9,8391	0,69853	السرعة الهوائية القصوى
0,003	6,606	40,1400	3,28299	42,9250	3,64810	45,5913	3,20892	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

جدول رقم 26 : إختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب الفئة العمرية

دلالة إختبار شيفيه	الفئة العمرية		الاستهلاك الأقصى للأكسجين
	10 سنوات	11 سنة	
0,065	10 سنوات	11 سنة	
0,009	10 سنوات	12 سنة وأكثر	
0,065	11 سنة	10 سنوات	
0,286	11 سنة	12 سنة وأكثر	
0,286	12 سنة وأكثر	11 سنة	
0,009	12 سنة وأكثر	10 سنوات	

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

من خلال الجدول:

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السن (10 سنوات ، 11 سنة ، 12 سنة و أكثر) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، اختبار طرق الأقراص ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات ، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، حيث جاءت $P>0.05$.

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الإختبارات تنسب لمتغير الفئة العمرية و هما إختبار قوة القبضة و الاستهلاك الأقصى للأكسجين ، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $P<0.05$ فنلاحظ هنا أنه في المقارنات الزوجية بين الفئات العمرية في اختبار قوة القبضة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

و نلاحظ من خلال نتائج الجدول أعلاه أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الفئات العمرية في الاستهلاك الأقصى للأكسجين ، فكلما تقدم الطفل في العمر كلما نقص استهلاكه للأكسجين نظرا لزيادة الكتلة الجسمية و خاصة إذا كانت السرعة الهوائية القصوى متساوية .

10 سنوات (20,3+ 59,45) مقابل 12 سنة و أكثر (28,3+14,40) وهي فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($P > 0,05$)، وحسب نتائج اختبار شيفيه للفروق البعدية نلاحظ أن هذه الفروق ظهرت بين فئتي (10 سنوات و 12 سنة و أكثر).

الجدول رقم 27: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب مستوى البدانة

الدلالة	ف	وزن زائد و سمنة درجة 1		وزن عادي		نحافة ونحافة زائدة		
		م	ح	م	ح	م	ح	
0,561	0,587	0,577	2,33	2,261	3,60	2,227	3,00	اختبار التوازن فلامينجو
0,835	0,181	0,73894	15,2767	1,61921	14,9513	1,75381	14,7404	إختبار طرق الأقراص
0,000	23,588	6,35529	22,9100	3,34265	23,9447	2,99432	16,7254	اختبار قوة القبضة
0,755	0,283	2,29129	18,5000	7,32819	17,1667	5,36714	18,6154	مرونة الجذع
0,032	3,738	11,01514	124,6667	18,04940	125,7333	22,63435	142,9231	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,222	1,563	7,00000	9,0000	5,08499	13,0000	4,76074	14,2308	عضلات البطن
0,051	3,197	3,05505	4,6667	10,99578	13,7720	24,23215	27,1162	اختبار التعلق
0,482	0,742	6,53174	28,3900	3,48166	26,4747	3,56722	25,7504	اختبار الرشاقة 10×5م
0,224	1,552	0,50000	9,1000	0,84470	9,8933	0,64379	9,7385	السرعة الهوائية القصوى
0,111	2,321	3,21299	41,4667	3,64387	45,5267	3,74633	43,4154	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

جدول رقم 28 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب مستوى البدانة

دلالة اختبار شيفيه	مستوى البدانة		
0,000	وزن عادي	نحافة ونحافة زائدة	اختبار قوة القبضة
0,016	وزن زائد و سمنة درجة 1	نحافة ونحافة زائدة	
0,048	وزن عادي	نحافة ونحافة زائدة	اختبار الوثب العريض من الثبات

من خلال الجدول رقم : 27

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تتسبب لمتغير مستوى البدانة (نحافة و نحافة زائدة ، وزن عادي، وزن زائد و سمنة درجة 1) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو، اختبار طرق الأقراص، مرونة الجذع، عضلات البطن، اختبار التعلق، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين، حيث جاءت $P>0.05$.

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة في بعض الاختبارات تتسبب لمتغير مستوى البدانة و هما اختبار قوة القبضة و اختبار الوثب العريض من اثبات حيث $P<0.05$.

و في الجدول رقم : 28 نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستويات البدانة في اختبار قوة القبضة ، فكلما زادت الكتلة الجسمية للطفل زادت قوة قبضته ، حيث أظهر اختبار شيفيه الفروق بين نحافة و نحافة زائدة(2.99+16.72) مقابل وزن عادي (3.34+23.94) و كذلك ظهرت بين نحافة و نحافة زائدة(2.99+16.72) مقابل وزن زائد و سمنة درجة 1 (6.35+22.91) ، و هي فروق ذات دلالة حيث $P<0.05$.

و نلاحظ في نفس الجدول ان هناك فروق في اختبار الوثب العريض من الثبات فكلما نقصت الكتلة الجسمية زادت رشاقة الطفل ، ظهرت هذه الفروق بين نحافة و نحافة زائدة(22.63+142.92) مقابل وزن عادي (18.04+125.73) و هي فروق ذات دلالة إحصائية .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 29: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب المستوى التعليمي للأب

الدلالة ف	جامعي		ثانوي		متوسط		ابتدائي		دون مستوى			
	م	ح	م	ح	م	ح	م	ح	م	ح		
0.415	1,008	2,994	4,17	1,302	2,53	2,214	2,70	1,483	3,80	2,964	3,75	اختبار التوازن فلامينجو
0.264	1,363	1,65608	15,6267	1,64118	14,1693	2,02992	14,8790	,909220	15,6840	1,17736	14,980	إختبار طرق الأقراص
0.841	0,353	5,25077	17,9583	4,96610	19,8133	5,50302	18,9670	4,23987	20,5280	4,30961	20,6875	اختبار قوة القبضة
0.715	0,776	4,90323	19,9167	7,30655	19,3000	5,22839	16,8500	5,60134	16,5000	5,15994	17,1250	مرونة الجذع
0.085	2,219	16,27268	128,0000	24,33046	144,6000	16,56670	142,3000	22,06128	129,2000	20,47123	121,2500	اختبار الوثب العريض من الثبات
0.050	2,608	4,07022	9,1667	3,88893	16,1333	4,64758	13,4000	7,62889	12,2000	4,62910	12,5000	عضلات البطن
0.027	3,070	22,92030	20,1000	24,07073	34,6000	6,51920	10,5000	14,09156	13,1960	18,88181	14,3775	اختبار التعلق
0.306	1,251	2,73583	28,4483	2,84649	25,1107	4,93239	26,3590	5,07260	27,7560	2,76819	25,2600	اختبار الرشاقة 10×5م
0.544	0,782	,520580	9,3500	0,69680	9,9467	0,74117	9,6600	1,02225	9,7000	0,70597	9,8125	السرعة الهوائية القصوى
0.548	0,530	2,72764	42,3000	3,79722	44,9200	4,21500	42,9800	4,65596	44,0400	3,56789	44,8125	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

من خلال الجدول رقم:29

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأب (دون المستوى ، ابتدائي ، متوسط ، ثانوي، جامعي) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، قوة القبضة ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات ، عضلات البطن ، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث جاءت $P>0.05$.

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير المستوى التعليمي للأب في إختبار التعلق ، حيث جاءت $P<0.05$ كما نلاحظ هنا أنه في المقارنات الزوجية بين المستويات التعليمية في اختبار التعلق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 30: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب المستوى التعليمي للأُم

الدالة ف	جامعي		ثانوي		متوسط		ابتدائي		دون مستوى		
	م	إ	م	إ	م	إ	م	إ	م	إ	
0.980 0.105	2.121	2.50	2,726	3,50	1,574	3,14	3,094	3,29	1,932	3,05	اختبار التوازن فلامينجو
0.963 0.147	2.20617	14.7600	2.48691	15.0525	1.88018	14.4814	1.02983	14.6914	1.41903	14.9600	إختبار طرق الأقراص
0.086 2.206	0.02121	15.7250	4.83831	20.5300	3.53355	17.2114	5.44086	23.4143	4.54656	19.1345	اختبار قوة القبضة
0.354 1.135	0.00000	20.0000	2.52753	20.5625	7.87628	19.9286	8.31880	18.5714	5.20147	16.1500	مرونة الجذع
0.812 0.393	4.94975	139.5000	22.56894	140.2500	34.82678	142.2857	20.04044	130.4286	18.83194	133.3000	اختبار الوثب العريض من الثبات
0.855 0.332	7.07107	17.0000	5.47560	12.6250	6.17599	13.8571	5.32291	14.0000	4.64418	13.1000	عضلات البطن
0.042 2.742	37.47666	49.5000	7.02384	9.4500	25.87525	33.8543	18.39765	23.7171	19.18168	17.4000	اختبار التعلق
0.885 0.286	6.89429	26.1250	2.90459	26.0713	3.37563	24.9800	3.84868	25.9086	4.05982	26.7380	اختبار الرشاقة 10×5م
0.626 0.656	0.84853	9.7000	0.70496	9.6375	0.92170	10.0429	0.84600	9.9714	0.62515	9.6150	السرعة الهوائية القصوى
0.622 0.662	5.09117	43.9000	2.71158	43.3875	5.07276	44.7429	4.28169	45.8571	3.54854	43.3500	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

من خلال الجدول رقم:30

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأُم (دون المستوى ، ابتدائي ، متوسط ، ثانوي، جامعي) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، قوة القبضة ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات ، عضلات البطن ، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث جاءت $P>0.05$. بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير المستوى التعليمي للأُم في إختبار التعلق ، حيث جاءت $P<0.05$ كما نلاحظ هنا أنه في المقارنات الزوجية بين المستويات التعليمية في اختبار التعلق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 31: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب عدد أفراد الأسرة

الدلالة ف	أكثر من 08 أفراد		من 08-06 أفراد		من 05-01 أفراد		
	م	ح	م	ح	م	ح	
0,734 0,312	1,061	2,63	2,229	3,32	2,850	3,13	اختبار التوازن فلامينجو
0,496 0,714	1,22117	14,2625	1,80842	15,0443	1,36651	14,7513	إختبار طرق الأقراص
0,547 0,612	4,20065	19,1863	5,33634	20,1650	3,18633	18,0813	اختبار قوة القبضة
0,971 0,030	6,54347	18,4375	6,30012	17,9464	4,29909	18,3750	مرونة الجذع
0,958 0,042	27,15958	133,7500	22,77597	136,1786	15,16516	136,6250	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,737 0,308	4,30739	12,3750	5,37028	13,8929	5,07093	13,0000	عضلات البطن
0,348 1,083	21,29054	21,2525	22,91685	23,7350	9,59073	11,3750	اختبار التعلق
0,622 0,481	5,00205	27,3200	3,76443	25,8411	1,79425	26,2113	اختبار الرشاقة 5×10م
0,659 0,421	0,90859	9,8375	0,71235	9,7821	0,59746	9,5375	السرعة الهوائية القصوى
0,761 0,275	4,47493	44,7750	3,72688	43,9679	3,72444	43,3500	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

من خلال الجدول رقم : 31

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمغير عدد أفراد الأسرة (من 05-01 أفراد ، من 08-06 أفراد ، أكثر من 08 أفراد) في جميع الاختبارات (اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، قوة القبضة ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات ، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، اختبار الرشاقة 5×10م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين) حيث جاءت $P > 0.05$.

الجدول رقم 32: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأسرة

الدلالة ف	كثيرا		أحيانا		أبدا		
	م	ح	م	ح	م	ح	
0,794 0,232	2,082	3,67	2,033	2,96	2,425	3,33	اختبار التوازن فلامينجو
0,356 1,058	0,73786	16,1567	1,89742	14,8109	1,32248	14,6794	إختبار طرق الأقراص
0,043 3,390	4,67449	25,7800	4,76580	19,7452	4,25675	18,4044	اختبار قوة القبضة
0,365 1,034	5,22015	15,5000	5,78911	17,3261	6,13066	19,5556	مرونة الجذع
0,365 1,033	16,09348	119,0000	24,35273	138,3478	19,18682	135,3889	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,099 2,450	3,78594	12,6667	4,29588	15,0000	5,69973	11,6111	عضلات البطن
0,487 0,733	3,60555	7,0000	17,88105	22,6783	25,70604	21,2778	اختبار التعلق

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

0.065	2,929	0.90357	23.8133	3.33443	25,3139	4.01043	27,6744	اختبار الرشاقة 10×5م
0.129	2,150	0,35119	9,9333	0.78996	9,9304	0,60997	9,4833	السرعة الهوائية القصوى
0.005	5,994	1,78979	45,5333	3.58262	45,4826	3.35493	41,8556	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

جدول 33. : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأسرة

دلالة اختبار شيفيه	ممارسة النشاط مع الأسرة		
0.044	كثيرا	أبدا	اختبار قوة القبضة
0.007	أحيانا	أبدا	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

من خلال الجدول رقم:33

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير ممارسة النشاط مع الأسرة (أبدا ، أحيانا ، كثيرا) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، حيث جاءت $P > 0.05$.

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير ممارسة النشاط مع الأسرة في إختبار قوة القبضة و الاستهلاك الأقصى للأكسجين ، حيث جاءت $P < 0.05$.

و نلاحظ من خلال نتائج الجدول رقم (.33.) أعلاه أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية فيما يخص متغير ممارسة النشاط مع الأسرة في اختبار قوة القبضة ، وحسب نتائج اختبار شيفيه للفروق البعدية نلاحظ أن هذه الفروق ظهرت بين (أبدا و أحيانا)، و كانت لصالح خيار أبدا بمتوسط حسابي(18.40) و انحراف معياري (4.25) مقابل خيار كثيرا (4.67+25.78) و هي فروق ذات دلالة حيث $P < 0.05$.

و في نفس الجدول نلاحظ أن هناك كذلك فروق ذات دلالة إحصائية في الإستهلاك الأقصى للأكسجين ، و حسب نتائج شيفيه للفروق البعدية نلاحظ ظهور الفروق بين (أبدا و أحيانا) و كانت لصالح أبدا (3.35+41.85) مقابل أحيانا ب(3.58+45.48) و هي فروق ذات دلالة إحصائية حيث $P < 0.05$.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الجدول رقم 34: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأصدقاء

الدلالة	ف	كثيرا		أحيانا		أبدا		
		م	ح	م	ح	م	ح	
0.633	0.463	2.828	3.33	2.141	3.29	1.272	2.43	اختبار التوازن فلامينجو
0.943	0.059	1,32961	14.6800	1.86320	14.8993	1,11832	14.8643	إختبار طرق الأقراص
0.046	3,313	3,86960	18.1478	5.08505	20.8857	2.45723	16,3757	اختبار قوة القبضة
0.221	1.567	3,94845	15.0556	5.87443	18.9821	7.52456	18.5714	مرونة الجذع
0.883	0.125	22,62803	137.4444	23.34036	134.5714	17,75495	138.7143	اختبار الوثب العريض من الثبات
0.915	0.089	5,83095	14.0000	4.84850	13,2143	5,67786	13,7143	عضلات البطن
0.667	0.409	18.18420	16.0000	20,09963	21,5571	28,93589	25,4286	اختبار التعلق
0.621	0.482	4.36434	25.3722	3,47336	26.1718	4.12604	27.2343	اختبار الرشاقة 5×10م
0.794	0.232	0.87670	9,8889	0.68293	9,7250	0.75687	9,6571	السرعة الهوائية القصوى
0.149	1,997	4,14005	44,8667	3,36710	44,3571	4,51284	41,4714	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

الجدول 35 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأصدقاء

دلالة اختبار شيفيه	ممارسة النشاط مع الأصدقاء		
0.077	أحيانا	أبدا	اختبار قوة القبضة

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير ممارسة النشاط مع الأصدقاء (أبدا ، أحيانا ، كثيرا) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، اختبار الرشاقة 5×10م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث جاءت $P>0.05$.(انظر الجدول رقم 34)

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير ممارسة النشاط مع الأصدقاء في إختبار قوة القبضة ، حيث جاءت $P<0.05$.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

كما نلاحظ في الجدول 35 في اختبار شيفيه للمقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب ممارسة النشاط مع الأصدقاء نلاحظ أن الفروق ظهرت بين أبدا (2.45+16.37) مقابل أحيانا (5.08+0.88) و هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة لصالح أبدا ، حيث $P < 0.05$.

الجدول رقم 36: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإجتماعية حسب عدد الوجبات في اليوم

الدالة	ف	3 وجبات أو أكثر		وجبتان		وجبة		
		م	ح	م	ح	م	ح	
0.770	0.263	2.270	3.00	2.024	3.33	2.828	4.00	اختبار التوازن فلامينجو
0.565	0.579	1.75219	14.9756	1.43389	14.5207	1.97990	15.6000	إختبار طرق الأقراص
0.543	0.620	5.20306	19.2267	3.94530	19.8287	6.42760	23.1050	اختبار قوة القبضة
0.044	3.386	6.01873	17.5741	4.98498	20.2000	0.35355	9.7500	مرونة الجذع
0.746	0.296	20.59735	136.5926	24.55024	136.0000	32.52691	124.0000	اختبار الوثب العريض من الثبات
0.732	0.314	4.91408	13.9259	5.68457	12.8000	2.82843	12.0000	عضلات البطن
0.583	0.547	19.86859	22.5407	24.15269	20.2667	4.94975	6.5000	اختبار التعلق
0.624	0.477	3.16694	25.7593	4.54216	26.7407	5.55079	27.5950	اختبار الرشاقة 10×5م
0.849	0.164	0.72042	9.7852	0.77632	9.7133	0.56569	9.5000	السرعة الهوائية القصوى
0.377	0.998	3.60787	44.2148	4.01673	44.1133	5.23259	40.3000	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

من خلال الجدول رقم: 36

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير عدد الوجبات في اليوم (وجبة ، وجبتان ، 3 وجبات و أكثر) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، إختبار طرق الأقراص ، قوة القبضة ، اختبار الوثب العريض من الثبات ، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث جاءت $P > 0.05$.

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير عدد الوجبات في اليوم في إختبار مرونة الجذع ، حيث جاءت $P < 0.05$ كما نلاحظ هنا أنه في المقارنات الزوجية بين المستويات التعليمية في اختبار مرونة الجذع أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1-3- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني:

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تبعا لخلفتهم الاقتصادية (الوضع المهنية للوالدين , مهنة الوالدين , التكفل بالإنفاق، كفاية الدخل الأسري)؟

الجدول رقم 37: يبين نتائج إختبار "ت" ستودنت للفروق (مهنة الأم , التكفل بالإنفاق، كفاية الدخل الأسري)

الدلالة	ت	كفاية الدخل الأسري				الدلالة	ت	التكفل بالإنفاق				الدلالة	ت	مهنة الأم				
		يكفي		لا يكفي				مدخول واحد		مدخولان				موظفة في قطاع عام		لا تعمل		
		م	إ	م	إ			م	إ	م	إ			م	إ	م	إ	
0,463	-0,740	2,369	3,39	1,947	2,90	0,897	0,130	1,000	3,00	2,235	3,17	0,594	0,537	.	2,00	2,185	3,19	اختبار التوازن فلامينجو
0,100	-1,681	1,68801	15,2378	1,51211	14,4229	0,612	-0,511	,94573	15,3200	1,68228	14,8144	0,938	0,079	.	14,7200	1,65967	14,8519	إختبار طرق الأقراس
0,539	-0,619	5,39179	20,0396	4,14531	19,1357	0,867	-0,168	3,84204	20,0633	4,90414	19,5749	0,081	-1,790	.	27,9000	4,68498	19,4153	اختبار قوة القبضة
0,381	-0,885	5,56821	18,8696	6,29796	17,2857	0,278	1,099	6,72681	14,5000	5,85318	18,3780	0,722	0,358	.	16,0000	5,97288	18,1628	مرونة الجذع
0,373	0,901	21,62170	132,9565	22,51994	138,9524	0,341	0,9630	15,87451	124,0000	22,28726	136,6829	0,690	0,401	.	127,0000	22,22342	136,0233	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,662	0,440	4,88322	13,1304	5,36301	13,8095	0,274	1,108	3,78594	10,3333	5,11096	13,6829	0,139	1,510	.	6,0000	4,99535	13,6279	عضلات البطن
0,573	-0,567	21,02957	22,7661	21,30058	19,1419	0,309	1,030	12,12436	9,0000	21,32334	21,9171	0,703	0,383	.	13,0000	21,20295	21,2233	اختبار التعلق
0,359	0,927	2,97266	25,6804	4,40233	26,7214	0,003	-3,121	3,18288	32,0700	3,39801	25,7461	0,057	-1,960	.	33,1500	3,59949	26,0151	اختبار الرشاقة 5×10م
0,834	-0,210	,626650	9,7783	,829030	9,7143	0,108	1,641	0,50000	9,1000	0,71727	9,7951	0,168	1,403	.	8,9000	0,71870	9,7674	السرعة الهوائية القصوى
0,773	-0,290	3,13193	44,3087	4,47318	43,6667	0,200	1,303	2,87460	41,2667	3,80752	44,2024	0,240	1,193	.	40,9000	3,81308	44,0744	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

مستوى الدلالة عند 0.05

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

من خلال الجول إعلاه نلاحظ:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $P > 0.05$ في متغير مهنة الأم (لا تعمل ، تعمل) و متغير كفاية الدخل الأسري (لا يكفي ، يكفي) في جميع اختبارات بطارية اليوروفيت .

كما نلاحظ في متغير التكلفة بالإنفاق (مدخول ، مدخولان) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $P > 0.05$ في الإختبارات التالية: اختبار التوازن فلامينجو، إختبار طرق الأقراص ، اختبار قوة القبضة ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات ، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، السرعة الهوائية القصوى و الاستهلاك الأقصى للأكسجين .

كما نلاحظ ظهور فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $P < 0.05$ تعزى لمتغير التكلفة بالإنفاق و ذلك في اختبار الرشاقة 10×5 م لصالح مدخولان بمتوسط حسابي يساوي 32.07 و إنحراف معياري مقدر بـ 3.18 مقابل مدخول وحيد (3.39+25.74) .

الجدول رقم 38: يبين نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب الوضعية المهنية للأب

الدلالة	ف	يعمل		متقاعد		لا يعمل		
		م	ح	م	ح	م	ح	
0.282	1.307	2.110	2.85	1.000	5.00	2,272	3,19	اختبار التوازن فلامينجو
0.013	4.861	1,70085	14,1600	0,35388	16,6033	1,38409	15,2543	إختبار طرق الأقراص
0.885	0,122	5,46219	20,0015	7,04540	19,5200	4,00120	19,2462	اختبار قوة القبضة
0.853	0,160	6,62188	18,6750	7,08872	17,5000	5,28047	17,6667	مرونة الجذع
0,550	0,607	21,90746	137,4000	18,71719	122,3333	22,80768	136,2381	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,356	1,060	4,95745	14,4500	1,52753	10,3333	5,38030	12,9524	عضلات البطن
0,269	1,355	25,43706	26,5800	9,29157	12,6667	16,28845	16,9524	اختبار التعلق
0,342	1,100	3,19506	25,6140	4,63869	28,9767	4,04149	26,3138	اختبار الرشاقة 10×5 م
0,549	0,608	0,64797	9,7750	0,52915	9,3000	0,81381	9,7857	السرعة الهوائية القصوى
0,269	1,357	3,25342	44,7550	2,59422	41,1000	4,28614	43,7000	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

الجدول رقم 39 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب الوضعية

المهنية للأب

دلالة اختبار شيفيه	الوضعية المهنية للأب		
0.043	يعمل	متقاعد	اختبار قوة القبضة

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

من خلال الجدول رقم 38:

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الوضعية المهنية للأب (لا يعمل ، متقاعد ، يعمل) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، اختبار قوة القبضة ، مرونة الجذع ، اختبار الوثب العريض من الثبات، عضلات البطن ، اختبار التعلق ، اختبار الرشاقة 10×5م ، السرعة الهوائية القصوى ، الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث جاءت $P > 0.05$. بينما نجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الوضعية المهنية للأب في اختبار طرق الأقراص ، عند مستوى الدلالة $P < 0.05$.

كما نلاحظ في الجدول رقم 38 في اختبار شيفيه للمقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الاقتصادية حسب الوضعية المهنية للأب نلاحظ أن الفروق ظهرت بين متقاعد (0.35+16.60) مقابل يعمل (1.70+14.16) و هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة لصالح متقاعد ، حيث $P < 0.05$.
الجدول رقم 40: يبين نتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA للفروق في مؤشرات الخلفية الاقتصادية حسب مهنة الأب

الدلالة	ف	موظف في قطاع خاص		موظف في قطاع عام		بطل		
		م	ح	م	ح	م	ح	
0,769	0,264	2,384	3,06	1,496	3,71	2,235	3,05	اختبار التوازن فلامينجو
0,036	3,611	1,79347	14,0676	1,20199	15,5514	1,41879	15,2670	إختبار طرق الأقراص
0,203	1,657	5,43804	21,0994	4,78146	17,5143	4,02405	19,0735	اختبار قوة القبضة
0,948	0,053	6,74332	18,2353	6,11497	18,6429	5,36626	17,8250	مرونة الجذع
0,284	1,297	21,50564	140,6471	18,16066	124,8571	23,17547	135,5500	اختبار الوثب العريض من الثبات
0,011	5,013	4,43001	16,0000	3,23669	9,8571	5,18576	12,5500	عضلات البطن
0,210	1,622	24,50001	28,0941	21,81633	17,5714	16,38207	16,2500	اختبار التعلق
0,203	1,657	3,05945	25,2318	3,51071	28,2143	4,14089	26,2680	اختبار الرشاقة 10×5م
0,439	0,839	0,64717	9,8412	0,51870	9,4286	0,83452	9,7800	السرعة الهوائية القصوى
0,191	1,723	3,16384	45,1882	2,85815	42,2714	4,37228	43,6000	الاستهلاك الأقصى للأكسجين

الجدول رقم 41 : اختبار المقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الاقتصادية حسب مهنة الأب

دلالة اختبار شيفيه	مهنة الأب		
	موظف في قطاع عام	موظف في قطاع خاص	اختبار عضلات البطن
0.020			

نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير مهنة الأب (بطل ، موظف في قطاع عام ، موظف في قطاع خاص) في الاختبارات التالية : اختبار التوازن فلامينجو ، اختبار قوة

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

القبضة , مرونة الجذع , اختبار الوثب العريض من الثبات , اختبار التعلق , اختبار الرشاقة 10×5 م , السرعة الهوائية القصوى , الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث جاءت $P > 0.05$. (انظر الجدول رقم 40)

بينما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير مهنة الأب في اختبار طرق الأقراص , عند مستوى الدلالة $P < 0.05$, فنلاحظ هنا أنه في المقارنات الزوجية بين (بطل و موظف في قطاع عام و موظف في قطاع خاص) في اختبار طرق الأقراص أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية . و كما نلاحظ كذلك في نفس الجدول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير مهنة الأب في اختبار طرق الأقراص عند $P < 0.05$,

كما نلاحظ في الجدول 41 في اختبار شيفيه للمقارنة البعدية للفروق في مؤشرات الخلفية الإقتصادية حسب مهنة الأب أن الفروق ظهرت بين موظف في قطاع خاص (4.43+16.00) مقابل موظف في قطاع عام (3.23+9.85) و هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة لصالح موظف في قطاع خاص عند مستوى الدلالة $P < 0.05$.

2-نتائج الدراسة:

2-1-نتائج الدراسة على ضوء التساؤل الأول:

من خلال التساؤل الأول و المتضمن ما يلي : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تبعا لخلفتهم الاجتماعية؟
تم التوصل إلى النتائج التالية :

- ✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لتلاميذ الابتدائي خاصة متغير الجنس وبالذات اختبارات الوثب العريض من الثبات و عضلات البطن و اختبار التعلق واختبار السرعة الهوائية والاقصى للأكسجين التي كانت فيها النتيجة لصالح فئة الذكور وهذا راجع لبنيتهم الجسمية مقارنة بالإناث بالإضافة إلى ممارستهم النشاطات الرياضية أكثر , في حين نجد تفوق الإناث في اختبار الرشاقة و هذا كذلك بحكم البنية الجسدية لديهم .
- ✓ عدم وجود دلالات إحصائية نهائيا في متغير الأكل الصحي في جميع اختبارات البطارية.
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في متغير السن حسب نتائج اختبارات التباين الأحادي ANOVA , إلا أننا وجدنا في اختبار قوة القبضة فروق لكن بين المقارنات الزوجية لم نجد فروق ذات دلالة إحصائية , و لكن في اختبار الاستهلاك الأقصى للأكسجين لمسنا فروق ذات دلالة إحصائية بين فئتي 10 سنوات و 12 سنة أو أكثر حيث وجدنا أنه كلما زاد العمر نقص الاستهلاك الأقصى للأكسجين و خاصة إذا كانت السرعة متساوية عند الأطفال .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير مستوى البدانة , فحسب نتائج التباين الأحادي ANOVA لم نجد أي فروق إلا في اختبارات قوة القبضة و إختبار الوثب العريض من الثبات حيث جاءت $P < 0.05$, فكلما زادت الكتلة الجسمية زادة القوة العضلية , و كلما نقصت كتلة الجسم زادت الرشاقة لدى الطفل .
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير المستوى التعليمي للوالدين و ذلك حسب نتائج التباين الأحادي ANOVA.
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير عدد أفراد الأسرة في جميع اختبارات بطارية اليوروفيت عند مستوى الدلالة $P > 0.05$.
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير ممارسة النشاط مع الأسرة في بطارية الاختبارات المعمول بها , ماعدا اختبار قوة القبضة حيث أنه كلما زاد النشاط مع الأسرة كلما زادة لياقة الطفل و قوته البدنية , و في اختبار الاستهلاك الأقصى للأكسجين حيث كلما زاد النشاط كلما زاد استهلاك الأكسجين و تحسين اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة .
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنسب لمتغير ممارسة النشاط مع الأصدقاء في جميع إختبارات البطارية إلا في اختبار قوة القبضة حيث أظهر نتائج التباين الأحادي ANOVA أن كلما نشط التلميذ مع أصدقائه كلما زادت قوته البدنية .
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية نهائيا تعزى لمتغير عدد الوجبات في اليوم , إلا في اختبار مرونة الجذع حيث و حسب نتائج التباين الأحادي ANOVA وجدنا فروق عند مستوى $P < 0.05$, و لكن في المقارنات الزوجية لم نجد أي دلالة إحصائية .
و عليه نصل إلى أن معظم و ليس كل الاختبارات تؤكد أن بعدم وجود دلالة إحصائية لمعظم مؤشرات الخلفية الإجتماعية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ماعدا مؤشر الجنس و كذا السن في كل من اختبارات الوثب العريض من الثبات و كذا قوة القبضة و الاستهلاك الأقصى للأكسجين .

2-2- نتائج الدراسة على ضوء التساؤل الثاني :

من خلال التساؤل الثاني و المتضمن ما يلي : هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تبعا لخلفتهم الإقتصادية؟
تم التوصل إلى النتائج التالية :

- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في متغير مهنة الأم و كذا في كفاية الدخل الأسري , في جميع إختبارات بطارية اليوروفيت , و هذا إن دل فإنما

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

- يدل على أن اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ليس لها أية علاقة بالجانب الإقتصادي للأسرة لا من ناحية الوضعية المهنية للأب و لا من ناحية كفاية الدخل الأسري .
- ✓ بينما في متغير التكفل بالإنفاق على الأسرة وجدنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الإختبارات ماعدا إختبار الرشاقة 10×5 م حيث $P < 0.05$ و حسب نتائج إختبار "ت" ستودنت و جدنا أن الفروق لصالح مدخولان حيث أنه كلما زاد عدد المتكفلين بالأسرة كلما زادت رشاقة الطفل و حافظه على لياقته البدنية .
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $P > 0.05$ في متغير الوضعية المهنية للأب في جميع الإختبارات , إلا إختبار طرق الأقراص حيث $P < 0.05$ و حسب نتائج إختبار التباين الأحادي ANOVA , فإن الأباء المتقاعدون عن العمل لهم تأثير إيجابي على لياقة أبنائهم البدنية المرتبطة بالصحة , و هذا ما أظهرته نتائج إختبار شيفيه للمقارنة البعدية حيث أن الفروق لصالح الأولياء المتقاعدون مقابل العاملين .
- ✓ عدم وجود دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الابتدائي , بالنسبة لمتغير مهنة الأب , في جميع الإختبارات ماعدا إختبار طرق الأقراص بالإضافة إلى إختبار عضلات البطن فحسب نتائج إختبار التباين ANOVA حيث وجدنا $P < 0.05$ و خاصة في عضلات البطن ظهرت فروق لصالح الموظف في القطاع الخاص مقابل الموظف في القطاع العام , و هذا يلوح بنا إلى أن الخلفية الإقتصادية لها تأثير على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية خاصة في مجال الدخل الأسري و كفايته و هذا ما أوضحته الدراسة في بعض من إختباراتها .
- ✓ و عليه فإننا من خلال ما سبق نصل إلى حقيقة مفادها أن الوضع الإقتصادي تأثير على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ , و هذا التأثير مرتبط بمدى كفاية الدخل الأسري و كذا إختلاف الإنفاق في التكفل .

2-3- النتائج الدراسية العامة

من خلال ما سبق و من خلال ماتوصلت إليه نتائج الإختبارات المعمول بها (إختبار ستودنت , إختبار التباين الأحادي ANOVA , إختبار شيفيه للفروق البعدية) , و كذلك بناء على التحليل الوصفي لإجابات العينة من خلال الإستبيان المقدم لهم يتضح لنا ما يلي :

- ✓ هناك تأثير سوسيوإقتصادي على اللياقة المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الإبتدائي , بمعنى أن للجانب الإجتماعي دخل في وصول التلميذ إلى لياقة جسمية أو بدنية تتوط به إلى صحة جيدة , و بالتالي الوصول إلى تلميذ سليم صحيا , في المقابل نجد كذلك تأثير الجانب

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الإقتصادي و نخص بالذكر الوضع المادي و المعيشي للطفل أو التلميذ قيد الدراسة في الجانب البدني أو في اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى فئة تلاميذ الطور الابتدائي بحكم أن جسم الطفل يحتاج الغذاء خاصة (الأكل الصحي) ، وكذا إهتمام الأسر بالنشاط البدني و الذي له أهمية في تحسين مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الابتدائي .
✓ و عليه فإن للخلفية السوسيوإقتصادية تأثير ذو حدين (اتجاه سلبي أو إيجابي) على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية و هذا ما أقرته إجابات المبحوثين من خلال الاستبيان المقدم لهم .

أما بالنسبة للإختبارات المعمول بها و التي أجريت على عينة البحث بتطبيق بطارية اليوروفيت و بعد المعالجة الإحصائية للنتائج الخام تم التوصل إلى مايلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي و ذلك في كل من متغير الجنس و السن هذا من جانب الخلفية الإجتماعية , في حين نجد أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ , ماعدا في متغير مهنة الأب و وضعيته من جانب الخلفية الإقتصادية , و عليه نصل إلى أنه هناك تأثير إجتماعي و كذا إقتصادي على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ مرحلة التعليم الإبتدائي في ولاية تبسة .

خاتمة

ونحن في خاتمة بحثنا هذا نؤكد أن التربية البدنية هي عبارة عن أنشطة بدنية توفر الحرية من الإجهاد والقلق للوصول بالفرد إلى اللياقة البدنية التي تكسب الشخص الصحة والنشاط وتقلل من فرص إصابته من الأمراض، إذ أن اللياقة البدنية تعد غذاء الفكر والبدن وهي ترمز إلى مدى صحة الإنسان وحيويته، كما يتم قياسها بناء على عدد من الاجهزة أو الإختبارات العلمية والتي تم تناولها في هذه الدراسة، حيث من الممكن أن يحصل الفرد على لياقة بدنية مرتفعة من خلال ممارسة التمارين الرياضية ونمط غذائي صحي، والتي تعتبر من المحددات الرئيسية للياقة البدنية وهذا ما تم التطرق إليه في الدراسة والتي ترمي إلى مدى تأثير الخلفية السوسيوإقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة خاصة لدى تلاميذ الطور الابتدائي، والتي كان أساسها عدة عناصر تلخصت في السرعة والرشاقة والمرونة وكذا القوة العضلية، لدى يجب على التلميذ بوجه الخصوص عدم التوقف بشكل كبير عن ممارسة التمارين الخاصة به، لأن ذلك يؤثر على اللياقة البدنية بشكل سلبي، وعليه يجب على الأسرة والمجتمع أن يعملان على تشجيع الإهتمام بالتربية البدنية وترسيخ هذه المفاهيم في عقول الاطفال حتى نصل إلى ما يعرف باللياقة البدنية وبالتالي الوصول إلى صحة وجسم سليم .

وهذا ما تم إعماده في دراستنا هاته من خلال تسليط الضوء على التأثيرات الإجتماعية وكذا الإقتصادية على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة خاصة بالتحديد فئة الطور الابتدائي، من خلال الإعتداد على وسيلة جمع البيانات وهي الإستبيان بالإضافة إلى إختبارات اليوروفيت، وقد تم التوصل في الأخير إلى أن مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي ليس لها أي فروق ذات دلالة إحصائية ماعدا متغير الجنس والسن بالإضافة إلى الجانب المادي للأسر، وهذا ما أثبتته الدراسة الميدانية التي تم القيام بها على تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة.

وبالرغم من كل النقائص إلا أننا حولنا تقديم عمل جاد ومساهمة في مجال البحث العلمي من خلال تحديد التأثيرات السوسيوإقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الإبتدائي .

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية

1. أحمد نصر الدين سيد: (2003)، :فسيولوجيا الرياضة : نظريات وتطبيقات القاهرة : دار الفكر العربي.
2. اخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، (2002)، طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية القاهرة : مركز الكتاب للنشر
3. الالوسي احمد اسماعيل، (2001)، فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غر منشورة مقدمة الى كلية الاداب ، جامعة بغداد .
4. حماد مفتي إبراهيم، (1998)، "التدريب الرياضي الحديث تخطيط-قيادة-تطبيق، القاهرة: دار الفكر العربي، ط1.
5. عطوي جودت عزت ، (2000): أساليب البحث العلمي (مفاهيمه - أدواته - طرقه الإحصائية)، عمان: دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع.
6. قنديلجي عامر إبراهيم، (دت)، منهجية البحث العلمي، الأردن: دار اليازوري للنشر والتوزيع
7. كمال جميل الرضي، (دت)، الاستثمار الرياضي في التنمية الاقتصادية، الأردن: دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع،
8. محمد عبد العزيز عجمية، عبد الرحمن يسري أحمد، (1980)، التنمية الاقتصادية، الإسكندرية: دار الجامعة المصرية
9. مروان عبد المجيد ابراهيم، (2002)، طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضة، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
10. المزيني، خالد بن صالح (2005)، صفة النشاط البدني لكبار السن.المجلة العربية للغذاء والتغذية ، السنة السادسة - العدد الثالث عشر.
11. منظمة الصحة العالمية (2010)، التوصيات العالمية بشأن النشاط البدني من أجل الصحة.
12. النجار عبدالوهاب محمد، (1989م) عناصر التربية البدنية للشباب السعودي. الرياض: الرئاسة

قائمة المصادر والمراجع

العامة لرعاية الشباب.

13. هزاع بن محمد الهزاع ومحمد بن محمد الاحمدي (2004)، قياس مستوى النشاط البدني والطاقة المصروفة لدى الانسان: الاهمية وطرق القياس الشائعة، السعودية: جامعة الملك سعود
14. هزاع بن محمد الهزاع، (1425هـ) . مستويات النشاط البدني المرتبط بالصحة. الرياض.

ثانيا: المراجع باللغة الأجنبية

15. John B Davis and Wilfred Dolfsma (2008), The Elgar Companion to Social Economics, Edward Elgar: Cheltenham and Northampton, MA, 2008
16. Lawson, B. (2006). How Designers Think: The Design Process Demystified (4th ed.). Oxford; Burlington, MA: Elsevier/ Architectural Press.

الملاحق



قسم: التدريب الرياضي

تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

إستبان موجه لتلاميذ الطور الإبتدائي

في إطار إعداد مذكرة تخرج موسومة بـ "تأثير الخلفية السوسيواقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الإبتدائي في ولاية تبسة" و ذلك استكمالا لمتطلبات الحصول على شهادة ماستر في التدريب الرياضي النخبوي , معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية – جامعة تبسة .

يرجى منك عزيزي التلميذ(ة) التكرم بتعبئة الاستبيان المرفق بكل دقة و موضوعية و حسب فهمك و معرفتك , بوضع علامة (X) أو كتابة ما يجب كتابته بما يتفق مع إجابتك بالنسبة لكل عبارة , علما بأن كافة المعلومات ستعامل بسرية تامة و لغايات البحث العلمي .

ملاحظة:

- يتكون الاستبيان من 20 فقرة .
- لا تترك أي عبارة دون إجابة .
- لا توجد عبارات صحيحة و أخرى خاطئة , المهم صدق إجابتك بما يتناسب مع حالتك.

شاكرين لكم حسن تعاونكم

إشراف:

- الدكتور : قراد عبدالمالك

إعداد الطلبة:

- نصيب عبد الناصر

- موايعية علاء

- 1- اللقب و الاسم :
- 2- المستوى الدراسي:
- 3- تاريخ الميلاد: (يوم/شهر/سنة):
- 4- الجنس : ذكر أنثى
- 5- المحيط السكني : أ- حضري ب- ريفي
- 6- وسيلة التنقل للمدرسة : أ- على القدمين ب- وسيلة نقل
- 7- الوضعية المهنية للأب : أ- يعمل ب- لا يعمل ج- متقاعد
- 8- ما هي مهنة الأب : الدخل الشهري :
- 9- ما هو المستوى التعليمي للأب:
- 10- الوضعية المهنية للأم : أ- تعمل ب- لا تعمل ج- متقاعدة
- 11- ما هي مهنة الأب : الدخل الشهري :
- 12- ما هو المستوى التعليمي للأم:
- 13- ماهي الحالة الاجتماعية للوالدين؟ : أ- يعيشان معا ب- مطلقان
- ج- متوفيان د - وفاة أحد الوالدين هـ - أخرى
- 14- ماهو عدد أفراد أسرتك؟
- 15- من يتكفل بالإنفاق على أسرتك ؟ أ- الأب ب- الأم ج- معاً
- د - في حالة كان فردا اخر من العائلة اذكره:
- 16- هل دخل الأسرة يكفي احتياجاتك ؟ أ- يكفي ب- لا يكفي
- 17- كم من وجبة تأكل في اليوم : أ- 01 ب- 02 ج- 03 واكثر
- 18- هل الأكل الذي تأكله صحي ؟ أ- نعم دائما ب- لا ج- أحياناً
- 19- هل تمارس أي نشاط بدني ورياضي مع أحد أفراد اسرتك كثيرا أحيانا أبدا
- 20- هل تمارس أي نشاط بدني ورياضي مع أصدقائك: كثيرا أحيانا ابدا

الملحق رقم 02: نتائج الاختبارات والقياسات الانتروبومترية

اختبار الجري المكوكي 20 متر			اختبار الجري الارتدادي / m10X5 ثا	عضلات الجذع خلال 30ثا	الوثب من الثبات / m	التوازن العام للجسم / ثا	قياس مرونة الجذع / cm	التعلق / ثا	القرص / ثا	قوة القبضة kg	مؤشر الكتلة الجسمية			الاختبارات			
الاستهلاك الأقصى للأكسجين	السرعة الهوائية القصى	الزمن المستغرق									التصنيف	BMI(kg/m ²)	الوزن (kg)	الطول (m)	الجنس	الرمز	الرقم
45.2	10.1	4.15	22.01	12	137	8	17	12	15.17	16.32	نحيف	18.2	40.4	149	ذكر	nad1	01
40.3	9.1	2.15	26.53	4	112	2	21	4	15.55	16.52	وزن زائد	25.64	61.6	155	أنثى	nad2	02
44	9.9	3.45	23.67	10	101	6	9.5	10	17	27.65	وزن عادي	24.88	52.3	145	ذكر	nad3	03
47.5	10.3	4.3	24.99	11	119	2	11	8	14.05	19.23	نحيف	18.25	38.9	146	أنثى	nad4	04
44.5	9.6	3.15	29.56	13	106	2	7	2	15.2	21.5	وزن عادي	21.99	55.6	154	أنثى	nad5	05
50.7	11.3	6.3	22.12	20	147	4	9.5	25.98	16.18	21.6	وزن عادي	18.99	41.6	148	ذكر	nad6	06
49.3	10.6	5.15	22	13	93	2	26	10	14.66	20.66	وزن عادي	24.34	52.6	147	أنثى	nad7	07
40.3	9.1	2.15	25.01	6	95	4	17	3	16.3	13	نحافة زائدة	12.55	20.9	129	أنثى	nad8	08
46.9	10.1	4.15	22.47	15	111	2	20.5	63	16.74	14.23	نحافة زائدة	15.18	30.6	142	أنثى	nad9	09
44.5	9.6	3.15	28.77	8	124	2	25	4	16.5	22.36	وزن عادي	21.02	47.3	150	أنثى	nad10	10
47.5	10.3	4.3	23.04	16	148	1	15	59.02	15	14.26	نحافة زائدة	15.98	29.1	137	ذكر	nad11	11
52.8	11.4	6.45	23.97	16	148	4	3.5	30	13	31.02	وزن عادي	20.21	46.7	152	ذكر	nad12	12
47.5	10.3	4.3	25.69	13	112	2	12	5	14.49	18.99	نحيف	18.38	39.5	137	أنثى	nad13	13
39	8.6	1.45	35.65	6	130	3	16.5	2	14.44	22.98	سمنة درجة 1	33.92	81.5	155	أنثى	nad14	14
40.9	8.6	1.45	31.05	13	132	4	17	4	12.88	24.95	وزن عادي	20.67	51.6	158	أنثى	nad15	15
43.3	9.4	2.45	22.85	18	167	2	17.5	61	14	18.92	نحيف	17.83	38	146	ذكر	nad16	16
45.1	9.6	3.15	22.99	17	132	2	18	8	15.84	29.23	وزن زائد	25.96	56.1	147	ذكر	nad17	17
37.1	8.6	1.45	30.13	12	134	2	11	3	14.69	13.25	نحافة زائدة	14.46	34.3	154	أنثى	nad18	18
40.8	10.3	4.3	25.6	6	135	3	28	45	16.08	13.89	نحافة زائدة	14.19	33.1	141	أنثى	nad19	19
44.5	9.6	3.15	29.88	14	143	4	18	23	12.86	15.26	نحيف	16.35	36.3	149	أنثى	nad20	20
41.8	10.1	4.15	24.19	20	170	2	26	41	14.9	19	نحيف	17.9	33.6	137	ذكر	nad21	21
44.4	10.6	5.15	21.32	17	170	2	19	17	19.2	15.39	نحيف	18.13	43	154	ذكر	nad22	22
40.3	9.1	2.15	27.96	18	164	2	21	3	12.81	25.36	نحيف	17.41	41.3	154	أنثى	nad23	23
40.9	9.3	2.3	24.77	16	173	6	30	69	11.2	13.66	نحافة زائدة	15.34	33.6	148	ذكر	nad24	24
46.9	10.1	4.15	24.98	17	150	2	19.5	22	13.8	17.41	نحافة زائدة	14.17	33.6	154	ذكر	nad25	25
36.6	9.1	2.15	31.52	14	147	2	10	3	14.2	18.56	نحيف	16.11	39.2	156	أنثى	nad26	26
40.3	9.1	2.15	32	6	109	2	26	65	15.76	14	نحافة زائدة	15.72	29.5	137	أنثى	nad27	27
42.1	9.1	2.15	29.02	12	108	3	21	3	14.7	21.2	وزن عادي	19.74	38.7	140	أنثى	nad28	28
40.3	9.1	2.15	31	12	136	4	20	23	16.32	15.71	نحيف	16.37	33	142	أنثى	nad29	29
41.5	9.4	2.45	25.32	20	148	10	17.5	20	14.63	22.01	نحيف	17.12	36.5	148	ذكر	nad30	30

40.9	8.9	1.45	29.12	5	125	10	21.5	12.6	18.39	28	وزن عادي	21.42	49.5	152	ذكر	nad31	31
40.9	8.9	1.45	33.15	6	127	2	16	13	14.72	27.9	وزن عادي	19.69	31.7	142	أنثى	nad32	32
39	8.9	1.45	32.26	9	130	5	23	5	16.49	15.2	نحافة زائدة	15.96	35.9	150	أنثى	nad33	33
42.7	9.6	3.15	26.35	6	123	4	21	5	15.35	16.31	نحيف	16.5	34.7	145	أنثى	nad34	34
47.7	10.6	5.15	22.55	19	150	2	16	22	13.4	22.36	وزن عادي	21.35	45.5	146	أنثى	nad35	35
45.7	9.9	3.45	27.23	21	150	6	14.5	31	15	22.7	وزن عادي	21.93	52	154	ذكر	nad36	36
47.5	10.3	4.3	21.25	22	143	1	20	76	13.2	15.74	نحافة زائدة	14.13	33.5	154	ذكر	nad37	37
47.5	10.3	4.3	24.78	11	124	3	19	3	15.63	20.46	وزن عادي	20.96	51	156	أنثى	nad38	38
44.5	9.6	3.15	25.7	16	143	1	14	26	17.14	19.38	نحيف	16.23	39.5	156	ذكر	nad39	39
46.9	10.1	4.15	25.02	9	126	2	25	6	12.68	21.12	وزن عادي	23.61	47.6	142	أنثى	nad40	40
44.5	9.6	3.15	25.11	19	125	2	27	30	14.33	25.69	وزن عادي	19.44	42	147	أنثى	nad41	41
42.1	9.1	2.15	27.23	15	156	3	20	7	13.89	14.5	نحيف	16.85	33.5	141	أنثى	nad42	42
47.7	10.6	5.15	20.21	21	170	0	10	16	12	15.29	نحافة زائدة	14.4	33.7	153	ذكر	nad43	43
51.7	11.1	6.15	21.78	18	183	2	20	25	12.98	19.99	نحيف	16.27	40.1	157	ذكر	nad44	44

ملخص

حاولنا من خلال هاته الدراسة دراسة تأثير الخلفية السوسيواقتصادية على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي في ولاية تبسة، حيث يكتسي هذا الموضوع أهمية بالغة كون فئة التلاميذ في الطور الابتدائي تعد مرحلة أساسية لبناء فرد رياضي يستطيع خوض منافسات عالية المستوى في المستقبل، وقد تمثلت عينة دراستنا في 44 تلميذا في المرحلة الابتدائية، واعتمدنا اساسا على بطارية يورفيت الخاصة بقياس اللياقة البدنية عبر مجموعة من الاختبارات، إضافة إلى استمارة الاستبيان، حيث تم الاعتماد على برنامج SPSS لمعالج النتائج

وقد أسفرت النتائج عن وجود تأثير سوسيواقتصادي على اللياقة المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي ، بمعنى أن للجانب الاجتماعي دخل في وصول التلميذ إلى لياقة جسمية بدنية تنوط به إلى صحة جيدة ، و بالتالي الوصول إلى تلميذ سليم صحيا ، في المقابل نجد كذلك تأثير الجانب الاقتصادي و نخص بالذكر الوضع المادي و المعيشي للطفل أو التلميذ قيد الدراسة في الجانب البدني أو في اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى فئة تلاميذ الطور الابتدائي بحكم أن جسم الطفل يحتاج الغذاء خاصة.

كلمات مفتاحية: الخلفية السوسيواقتصادية، اللياقة البدنية، التلاميذ، الطور الابتدائي

Abstract:

Through this study, we tried to study the effect of the socioeconomic background on the level of physical fitness related to health among primary school students in wilaya of Tebessa. The sample of our study consisted of 44 primary school students, and we relied mainly on the Yorvet battery for measuring physical fitness through a set of tests, in addition to the questionnaire, where we relied on the SPSS program for the results processor.

The results resulted in a socio-economic impact on health-related fitness for primary school students, meaning that the social aspect was involved in the student's attaining physical fitness entrusted with good health, and consequently reaching a healthy student. On the other hand, we also find the effect of the economic aspect and In particular, we mention the financial and living situation of the child or the student under study in the physical aspect or in the health-related physical fitness of the primary stage students, given that the child's body needs food in particular.

Key words: socioeconomic background, physical fitness, students, the primary stage