

## مدى التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية أثناء ممارسة النشاط البدني الصفّي في ظل جائحة كوفيد-19

### The Extent of Students' Adherence to Health Guidelines in Classroom Physical Activity during the COVID-19 Pandemic

مدرس مصطفى<sup>1</sup>، الحاج عيسى رفيق<sup>2</sup>\*

<sup>1</sup> جامعة الأغواط (الجزائر)، m.mederres@lagh-univ.dz

مخبر الأبعاد المعرفية لعلوم التدريب الرياضي

<sup>2</sup> جامعة الأغواط (الجزائر)، r.hadjajissa@lagh-univ.dz

مخبر الأبعاد المعرفية لعلوم التدريب الرياضي

تاريخ النشر: 2021/12/15

تاريخ القبول: 2021/10/16

تاريخ الإرسال: 2021/06/30

#### الملخص:

هدفت الدراسة الكمية الحالية لفحص التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية أثناء ممارسة النشاط البدني الصفّي خلال جائحة كوفيد-19 حيث اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة. وصمم استبيان وزع على 36 تلميذ سنة 2021 (وشملت الدراسة عينة مقصودة غير احتمالية لتلاميذ الاقسام النهائية الأدبية بثانوية 11 ديسمبر 1960 تيسمسيلت). بعد حساب معامل الثبات ومعامل ألفا كرونباخ حلتل البيانات بالنسب الوصفية معززة بـ ك<sup>2</sup>. وفسرت النتائج المتضاربة (4 دالة إحصائية و6 غير دالة إحصائية) على أن الإرشادات الصحية لم تطبق لدى عينة الدراسة.

**الكلمات المفتاحية:** الإرشادات الصحية للتلاميذ، النشاط البدني الصفّي، جائحة كوفيد-19.

#### Abstract:

This study aimed at examining pupils' commitment to health guidance in their physical activity during the Corona pandemic. It depended on the descriptive-analytical approach and a non-probability purposive sample (36 pupils). The questionnaire was administered in 2021 (After the pilot study, the main study covered the Lycée final-year pupils). Using R, Alpha Chronbach, descriptive percentages and Chi-square, the ambivalent results (4 significant; 6 insignificant) were negative. That is to say, the sample's pupils did not abide by health guidance rules during their physical activity.

**Keywords:** Health Guidance of Pupils, Physical Activity, Corona Pandemic

## 1- مقدمة ومشكلة البحث:

يعد التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية في حصة التربية البدنية خلال ممارسة النشاط البدني الصفي من الأولويات للمحافظة على صحتهم بشكل عام، حيث يساعد على رفع الوعي لدى التلاميذ وشعورهم بالمسؤولية اتجاه أنفسهم والآخرين. وضرورة الالتزام والمشاركة والبعد عن القلق وإتباعهم للسلوكيات الصحية في تصرفاتهم وتعاملهم أثناء نقشي الامراض والفيروسات مع أخذ التدابير الوقائية والالتزام بقواعد التباعد الجسدي للمحافظة على الصحة والسلامة العامة.

حسب (بحري، 2020: 10) أنه في الآونة الاخيرة زاد الاهتمام بالمرض والصحة بين جميع أفراد المجتمع خاصة في ظل انتشار جائحة كورونا، حيث ساعد الوعي والالتزام بالإرشادات الصحية المقدمة من خلال وسائل الإعلام المختلفة والهيئات الحكومية على نشر الوعي والمعلومات الصحية التي تتعلق بجائحة كورونا حيث أدت إلى اتخاذ الكثير من الإجراءات الاحترازية بهدف الحد من انتشار الفيروس المستجد، وكذلك ساهم في رفع وعي الفرد وشعوره بالمسؤولية وضرورة الالتزام والمشاركة والبعد عن القلق كما ساعد على إتباع الأفراد للسلوكيات الصحية في تصرفاتهم وتعاملهم، فالصحة هي مسؤولية الفرد في المقام الأول إما أن يحافظ عليها ويصلبها إلى التكامل أو يهملها فتؤدي به الى الهلاك.

ونتيجة لتزايد أعداد الإصابات بفيروس كورونا وفرض الحكومات للإجراءات الصحية أصبحت هناك حاجة لنشر الإرشاد والوعي الصحي بين الأفراد عامة وتلاميذ المدارس خاصة منهم الممارسين للنشاط البدني الصفي بهدف المحافظة على الصحة في ظل انتشار فيروس كورونا وفي ضوء الظروف الاستثنائية والحجر الصحي مما كان له أثر كبير في تغيير أنماط الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي، وكان لابد من العمل على نشر الوعي والالتزام

بالإرشادات الصحية لدى التلاميذ أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي بهدف مواجهة هذه الظاهرة العالمية والوقاية منها.

وهذا ما دفع الباحث إلى التعرف على مدى الالتزام بالإرشادات الصحية لدى التلاميذ أثناء ممارسة النشاط البدني في ظل جائحة كوفيد-19، وذلك من خلال التوجيه والإرشاد عن طريق الصور والفيديوهات الخاصة بنشر الوعي الصحي في حصص التربية البدنية والرياضية وجلب انتباههم واهتماماتهم ووقايتهم من الأخطار الصحية الناجمة عن جائحة كوفيد-19، واعتمدنا في بحثنا على متغيرات الدراسة وفقاً للمتغير المستقل الذي يقيس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة، وعامة ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي ويتمثل في الإرشادات الصحية لدى التلاميذ. أما المتغير التابع هو ناتج عن تأثير العامل المستقل في الظاهرة ويتمثل هذا العامل في النشاط البدني الصفي.

لقد اعتمد بعض الدراسات في البيئة الجزائرية على المنهج الوصفي في دراسة متغيري الوعي الصحي والنشاط البدني، حيث درس (العربي، وآخرون، 2018: 66) طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية الممارسين بالمركز الجامعي بالبيض، حيث تكونت العينة بالنسبة لهذه الدراسة من 67 طالباً من المجتمع الأصلي وقد اختاروها بطريقة عشوائية أما (براهيمي، وآخرون، 2016: 113) فشملت عينتهم تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي لـ 13 ثانوية بلدية بسكرة الممارسين وغير الممارسين، وقد تكونت عينة بحثهم من 90 تلميذاً على مستوى 4 ثانويات، وهي مقسمة إلى 45 تلميذاً يمارسون حصص التربية البدنية والرياضية و45 تلميذاً غير ممارسين لحصة الرياضة حيث اختيرت العينة بطريقة مقصودة. وقد أظهرت نتائج كلا الدراستين وجود علاقة ارتباطية قوية بين الوعي الصحي ومستوى النشاط البدني بالنسبة لدراسة (العربي، وآخرون، 2018: 66) وأن التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية

والرياضية يتميزون بمستوى من الوعي الصحي أكثر من التلاميذ غير الممارسين بالنسبة لدراسة (براهيمي، وآخرون، 2016: 113).

قام (زغلول، 2020: 611) بدراسة هدفها التعرف على تأثير برنامج إرشادي على مستوى الوعي الصحي لدى الممارسين لنشاط الرياضي اثناء جائحة كورونا(كوفيد-19) وتم تحديد مجتمع البحث من الممارسين للنشاط الرياضي من الجنسين وعددهم 164 ممارس وتتراوح أعمارهم من 30-40 سنة وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية العشوائية وكان قوامها 120 ممارس تم تقسيمهم إلى 100 ممارس كعينة أساسية بواقع 75 ممارس و25 غير ممارسين للنشاط الرياضي، بالإضافة الى 20ممارس كعينة استطلاعية واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي على مجموعة تجريبية واحدة لملائمتها لطبيعة البحث وأظهرت النتائج ان البرنامج الارشادي ساعد على تحسين الوعي الصحي لدى ممارسي النشاط الرياضي اثناء جائحة كورونا.

وقد اعتمد الباحثون في البيئية الأجنبية مثل ( :ROSS C BROWNSON, 2007) على دراسة بعنوان نشر برامج موثقة لرفع مستوى النشاط البدني والوعي الصحي بالولايات المتحدة الامريكية، الهدف من الدراسة هو التعرف على تأثير نشر برامج موثقة لرفع مستوى النشاط البدني للعينة قيد البحث واستخدام المنهج الشبة تجريبي وذلك لملائمته طبيعة البحث واشتملت عينة البحث على 08ولايات اختيرت بطريقة مقصودة وتم استخدام باقي الولايات كمجموعة ضابطة وكانت أدوات البحث المستخدمة أداة الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات وأظهرت النتائج ارتفاع النشاط البدني والوعي الصحي نتيجة لنشر البرامج الموثقة.

وانطلاقا من نتائج الدراسات السابقة تم طرح التساؤل التالي:

- ما مدى التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية أثناء ممارسة النشاط البدني  
الصفي في ظل جائحة كوفيد-19؟

أما التساؤلات الفرعية فكانت كالتالي:

◀ هل التزم التلاميذ بالإرشادات الصحية التي فرضتها الإدارة في حصة التربية البدنية قبل ممارسة النشاط البدني الصفي وبعدها في ظل جائحة كوفيد-19؟

◀ هل التزم التلاميذ بالإرشادات الصحية المقدمة من الأستاذ أثناء ممارسة حصة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19؟  
وقد تمثلت فرضيات الدراسة في:

◀ التزم التلاميذ بالإرشادات الصحية التي تفرضها الإدارة في حصة التربية البدنية إلى حد ما قبل وبعد ممارسة حصة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19.

◀ لم يلتزم التلاميذ تماما بالإرشادات الصحية التي يقدمها الأستاذ أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19.

## 2- الهدف العام من الدراسة:

تهدف الدراسة الى معرفة مدى التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي أي في حصة التربية البدنية والرياضية في ظل جائحة كوفيد-19، كما يهدف الى معرفة الفروق في مستوى الإرشاد والوعي لدى التلاميذ خلال ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19. بالإضافة الى التعرف على مدى تطبيق التلاميذ للإرشادات والالتزام بها خلال ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19.

حيث تمثلت الأهمية العلمية للدراسة أنها ذات بعد واقعي وموضوع الساعة لما خلفته جائحة كوفيد-19 من اثار نفسية اجتماعية وصحية على البشرية جمعاء حيث نتناول في هذه الدراسة زيادة درجة الالتزام بالإرشادات المتعلقة بالصحة خلال جائحة كوفيد-19. أما من الناحية العملية فيعمل الباحث على دراسة الجانب التوعوي عند فئة الممارسين للنشاط البدني الصفي للحد من انتشار الوباء من خلال الالتزام بالإرشادات الصحية.

### 3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث: قام الباحث بإعطاء تعاريف

للمصطلحات التالية:

- الإرشادات الصحية: يعرفه (بدح، 2018: 14) على أنه "عملية ترجمة الحقائق الصحية والمعرفية إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع بهدف تغيير الاتجاهات والعادات السلوكية غير السوية، وكذلك مساعدة الفرد على اكتساب الخبرات وممارسته العادات الصحية الصحيحة".

ويستخلص الباحث أن الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ على المعرفة والعلم والتزامه بالسلوكيات الصحية المستخدم في الدراسة الحالية.

- النشاط البدني الصفي: يعرفه (الخولي، 1998: 19) بأنه "عملية توجيهه للنمو البدني للإنسان باستخدام التمرينات البدنية، التدابير، والخبرات لتحقيق متطلبات المجتمع أو حاجيات الإنسان تربوياً".

ويستخلص الباحث أن النشاط البدني الصفي هو العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين أداء التلاميذ عن طريق الأنشطة البدنية المختارة لتحضيرهم نفسياً وعقلياً وجسدياً وصحياً.

- **جائحة كوفيد-19**: تعريف منظمة الصحة العالمية (WHO) "فيروس كورونا المستجد كوفيد-19 تم التعرف عليه لأول مرة عبر عدد من المصابين بأعراض الالتهاب الرئوي في مدينة ووهان بمقاطعة هوبي بالصين وهو فيروس جديد ضمن فصيلة كبيرة تسمى الفيروسات التاجية والتي تصيب الجهاز التنفسي وتتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة الى الامراض الاشد خطورة مثل سارس وميرس ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخراً مرض (فيروس كورونا كوفيد-19)

ويستخلص الباحث هنا أن جائحة كورونا هي وباء سريع الانتشار بين الأفراد أي فيروس يصيب الأجهزة التنفسية للأشخاص.

### 4- الاجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة: وتتمثل الإجراءات المنهجية

المتبع في العناصر التالية:

#### 4-1 الطريقة والأدوات:

### - المنهج المتبع:

يعرفه (العيساوي، 1996: 13) بأنه " الطريقة أو الأسلوب الذي ينتهجه العالم في بحثه أو دراسة مشكلته والوصول لحلولا لها أو إلى بعض النتائج". ومن أجل دراسة وتحليل الاشكالية التي بين أيدينا واستجابة لطبيعة الموضوع المقترح اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي.

- **الدراسة الاستطلاعية:** يرى (دليو، 1995: 46) أن "الدراسة الاستطلاعية هي تعميق المعرفة بالموضوع المقترح للبحث سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية وتجميع ملاحظات ومشاهدات عن مجموع الظواهر الخاصة بالبحث، وكذلك التعرف على أهميته وتحديد فروضه والبدء في وضع النقاط الأولى لتخطيط البحث".

حيث قمنا في بحثنا بالدراسة الاستطلاعية التي لها أهمية كبيرة، وتعتبر القاعدة الأساسية التي يبني عليها الباحثون تصوراتهم الأولية حول دراستهم وميدان تطبيقها، قمنا بالاتصال والتقرب من بعض تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية 11 ديسمبر 1960 بتيسمسيلت. وتم توزيع استمارات استبيانية على عينة مكونة من 10 تلاميذ من مجتمع البحث، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بحيث لا تنتمي إلى عينة الدراسة الأساسية وهذا يوم 2021/05/05.

### - العينة وطرق اختيارها:

يرى (هام، 1987: 73) أن العينة هي "عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخراج النتائج وتعميمها على مجتمع الدراسة". اعتمدنا في بحثنا على عينة مقصودة غير احتمالية وشملت 36 تلميذ من السنة الثالثة تخصص آداب ولغات بثانوية 11 ديسمبر 1960 بتيسمسيلت.

### - مجالات الدراسة:

تمثلت الدراسة الأساسية في مجالين هما:

- **المجال المكاني:** حيث أجري البحث في ثانوية 11 ديسمبر 1960 بولاية تيسمسيلت،

- **المجال الزمني:** تم اجراء الدراسة يوم: 2021/05/25 أي دامت الدراسة يوم واحد.

- **إجراءات الدراسة:** وتتمثل في متغيرات الدراسة وهي كالآتي:

- **المتغير المستقل:** هو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة، وعامة ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي ويتمثل في: الإرشادات الصحية.

- **المتغير التابع:** هذا المتغير هو ناتج عن تأثير العامل المستقل في الظاهرة ويتمثل في: النشاط البدني الصفي.

- **أدوات الدراسة:** قام الباحثون بتصميم استبيان موجه لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي شعبة الأدب والفلسفة بثانوية 11 ديسمبر 1960 ولاية تيسمسيلت حيث اشتمل على العينة الاستطلاعية والاساسية.

- **الأسس العلمية للأداة:** وتمثلت الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة في ما يلي:

- **الصدق:** وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحتوى حيث تم عرض الاستبيان في صورته المبدئية على 05 خبراء من أساتذة التربية البدنية والتدريب الرياضي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لكل من جامعة الأغواط وتيسمسيلت وذلك لإبداء رأيهم في أسئلة وعبارات الاستبيان ومدى وملاءمتها للدراسة، ولقد أجمع غالبية الأساتذة على إعادة صياغة بعض العبارات، وبذلك أصبح الاستبيان في شكله النهائي قابل للتطبيق.

- **الثبات:**

بعد التأكد من صدق المحكمين للأداة قمنا بتوزيع الاستبيان على التلاميذ وذلك للتأكد من ثبات الاختبار حيث استخدمنا الطريقة الأولى المتمثل في طريقة



بلاك (الاختبار وإعادة الاختبار) حيث استغرقت المدة بين الاختبارين مدة 15 يوم، وتم حسابه وفقا للمعادلة التالية:

$$\text{نسبة الموافقة} = \frac{\text{الموافقة}}{\text{الموافقة} + \text{عدم الموافقة}}$$

الجدول 1: خاص بثبات الاختبار طريقة بلاك (الاختبار وإعادة الاختبار)

استبيان عينة الدراسة	عدد العينة	عدد الفقرات	نسبة الموافقة
	10	10	90%

من خلال الجدول تحصلنا على نسبة 90% وهي بذلك تفوق النسبة المحددة لثبات الاختبار والمقدرة بـ 80%.

أما الطريقة الثانية تمت بحساب معامل ألفا كرونباخ وفق المعادلة التالية:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum S_{item}^2}{S_{total}^2} \right]$$

الجدول 2: خاص بثبات الاختبار وفق معامل ألفا كرونباخ

استبيان عينة الدراسة	عدد العينة	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
	10	10	0,98

يتضح من الجدول أن معامل ألفا كرونباخ يساوي 0,98 أكبر من 0,70 المحدد وهذا ما يدل على قوة وثبات الاختبار.

- الأدوات الإحصائية: من أجل تحليل النتائج المتحصل عليها بعد الإجابة على أسئلة الاستبيان، اعتمدنا على الطريقة الإحصائية المتمثلة في النسبة المئوية وحسن المطابقة كاي تربيع.
- قانون النسبة المئوية = عدد التكرارات  $\square$  100 / العدد الكلي للعينة.
- حسن المطابقة  $\text{كا}^2$  (كاف تربيع): حيث يسمح لنا هذا القانون بمعرفة مدى وجود فروق معنوية في إجابة الباحثين على أسئلة الاستبيان حيث أن:
- $$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت م - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$
- ت م: التكرار المشاهد.
- ت ن: التكرارات النظرية المتوقعة.
- درجة الخطأ العيارية:  $\alpha = 0,05$
- درجة الحرية =  $n - 1$
- حيث ن تمثل عدد الفئات أو الأعمدة.
- يتم استخدام  $\text{كا}^2$  في البيانات التي تقع في تصنيفات متعددة و التي يبلغ عددها 02 أو أكثر مثل الإجابة عن أسئلة الاستبيان، والتي يتطلب الإجابة عنها اختيار بديل من البدائل.

#### 2-4 عرض وتحليل النتائج:

سوف نتطرق إلى نتائج البحث من خلال الإجابة على الأسئلة الموجودة في الجداول ومناقشتها.

الجدول 3: توزيع مستلزمات الوقاية في ثانوية 11 ديسمبر 1960 تيسمليت

العبارات	النسبة المئوية		كاي تربيع		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
	لا	نعم	المحسوبة	الجوابية			
العبارات الثانية	47.22	52.77	0.11	3,84	0,05	01	غير دالة إحصائيا

من خلال نتائج الجدول رقم 03 نلاحظ أن نسبة 52,77% من أفراد العينة يرون أن الإدارة زودتهم بالمستلزمات الخاصة بالوقاية (الكمامة، المعقم الكحولي) من هذا الفيروس، وحسب نتائج التحليل الاحصائي نلاحظ كاً<sup>2</sup> المحسوبة قدرت بـ 0,11 أصغر من كاً<sup>2</sup> الجدولية المقدره بـ 3,84 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 01 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح القيمة الاقل تكرارا.

الجدول 4: سلوكيات التلاميذ الوقائية خلال ممارسة النشاط البدني الصفي الفردي

## والجماعي

الاحصائية الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاي تربيع		النسبة المئوية		العبارات
			الجماعية	المحسوبة	لا	نعم	
غير دالة إحصائية	01	0,05	3,84	1,77	38,88	61,11	العبارة الثالثة
دالة إحصائية	01	0,05	3,84	12	83,33	16,66	العبارة الرابعة
دالة إحصائية	01	0,05	3,84	04	33,33	66,66	العبارة الخامسة

من خلال نتائج الفقرات في الجدول رقم 04 نلاحظ أن نسبة 61,11% بالنسبة لـ 3 و 83,33 بالنسبة لـ 4 و 66,66% بالنسبة لـ 5 من افراد العينة كانت السلوكيات الوقائية لديهم أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي منضبطة، وحسب نتائج التحليل الاحصائي نلاحظ كاً<sup>2</sup> المحسوبة قدرت بـ 1,77 بالنسبة لـ 3 أصغر من كاً<sup>2</sup> الجدولية المقدره بـ 3,84 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 01 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح القيمة الاقل تكرارا أما لـ 4 و 5 قدرت كاً<sup>2</sup> المحسوبة بـ 12 و 04 أكبر من كاً<sup>2</sup> الجدولية التي قدرت بـ 3,84 عند مستوى الدلالة

0,05 و درجة الحرية 01 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح القيم الأكثر تكرارا ،  
الجدول 5: آراء التلاميذ حول صعوبات تطبيق التدابير الوقائية خلال النشاطات البدنية الصفية.

الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاي تربيع		النسبة المئوية		العبارات
			الجدولية	المحسوبة	لا	نعم	
غير دالة إحصائية	01	0,05	3,84	01	58,33	41,66	العبارة السادسة
غير دالة إحصائية	01	0,05	3,84	1,77	38,88	61,11	العبارة الثامنة
غير دالة إحصائية	01	0,05	3,84	2,77	36,11	63,88	العبارة التاسعة

من خلال نتائج الفقرات في الجدول رقم 05 نلاحظ أن نسبة 58,33% بالنسبة لـ 6 و 61,11% بالنسبة لـ 8 و 63,88% بالنسبة لـ 9 من أفراد العينة كانت آراء التلاميذ حول التدابير الوقائية متقاربة خلال الأنشطة البدنية الصفية، وحسب نتائج التحليل الإحصائي نلاحظ أن كاي<sup>2</sup> المحسوبة لـ 6، 8، 9، قدرت بـ 1 و 1,77 و 2,77 أصغر من كاي<sup>2</sup> الجدولية المقدر بـ 3,84 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 01 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأقل تكرار.

**الجدول 6: تقييم التلاميذ لالتزام أستاذ التربية البدنية بالإجراءات الوقائية أثناء الحصة**

**في ظل جائحة كوفيد-19**

الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاي تربيع		النسبة المئوية		العبارات
			الجدولية	المحسوبة	لا	نعم	
غير دالة إحصائية	01	0,05	3,84	0,94	41,66	58,33	العبرة الأولى
دالة إحصائية	01	0,05	3,84	21,77	88,88	11,11	العبرة السابعة
دالة إحصائية	01	0,05	3,84	07,11	27,77	72,22	العبرة العاشرة

من خلال نتائج الفقرات في الجدول رقم 06 نلاحظ أن نسبة 58,33% بالنسبة لـ س1 و 88,88% بالنسبة لـ س7 و 72,22% بالنسبة لـ س10 من أفراد العينة كان تقييم التلاميذ حول التزام أستاذهم بالإجراءات الوقائية أثناء الحصة في ظل جائحة كوفيد-19، وحسب نتائج التحليل الإحصائي نلاحظ ك<sup>2</sup> المحسوبة قدرت بـ 0,94 و 21,77 و 07,11 أصغر من ك<sup>2</sup> الجدولية المقدر بـ 3,84 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 01 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيم الأقل تكرار.

**4-3 مناقشة النتائج وتفسيرها: وبعد عرض النتائج سنقوم بمناقشة وتفسير**

كل فرضية على حدى وهذا لمعرفة مدى تحققهما.

**- بالنسبة للفرضية الأولى:**

- التزم التلاميذ بالإرشادات الصحية التي تفرضها الإدارة في حصة التربية البدنية إلى حد ما قبل وبعد ممارسة حصة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19.

من خلال اجابة افراد عينة البحث التي تناولت التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية المفروضة من الإدارة في حصة الرياضة قبل وبعد ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل الجائحة أظهرت نتائج الجدولين رقم 03 و 05 أن التلاميذ التزموا بالإرشادات الصحية المقدمة من طرف الإدارة إلى حد ما قبل وبعد ممارسة النشاط البدني الصفي وهذا ما أكدته دراسة كل من (زغلول، 2020: 642) وكذا دراسة (ROSS C BROWNSON, 2007: 1907) حيث أكدت نتائج بحثهما أن البرنامج الارشادي ساعد على تحسين الوعي الصحي لدى ممارسي النشاط الرياضي أثناء جائحة (كوفيد-19) نتيجة للنشر، ومقارنة بالنتائج المتوصل اليها في دراستنا مع نتائج الدراستين المذكورتين سابقا نستنتج أن هناك تضارب في اجابات المبحوثين في الجدول رقم 03 إلا أن غالبية التلاميذ قاموا بتطبيق التدابير الوقائية المقدمة من طرف الادارة وذلك من خلال نتائج النسب المئوية المتحصل عليها في الجداول وعليه نقول أن الفرضية قد تحققت.

#### - بالنسبة للفرضية الثانية:

- لم يلتزم التلاميذ تماما بالإرشادات الصحية التي يقدمها الأستاذ أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19.

من خلال اجابة افراد عينة البحث التي تناولت عدم التزام التلاميذ تماما بالإرشادات الصحية التي يقدمها الأستاذ أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19. أظهرت نتائج الجدولين رقم 04 و 06 أن التلاميذ التزموا بالإرشادات الصحية المقدمة من طرف الاستاذ أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي وهذا ما أكدته دراسة كل من (العربي، وآخرون، 2018: 76) وكذا دراسة (براهيمي، وآخرون، 2016: 138) حيث أكدت نتائج دراستهم على وجود علاقة قوية بين الوعي الصحي ومستوى النشاط البدني بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين وارتفاع مستوى السلوك الصحي للتلاميذ والعناية بالصحة العامة والبعد النفسي والاجتماعي، ومقارنة بالنتائج المتوصل اليها في

دراستي مع الدراسات المذكورة سابقا نستنتج أن التلاميذ لم يقوموا بتطبيق الإجراءات الوقائية المقدمة من طرف الاستاذ الخاصة بجائحة كوفيد-19 خلال ممارسة النشاط البدني الصفي وذلك من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدولين 04 و 06 وعليه نقول أن الفرضية قد تحققت.

#### - الخاتمة:

انطلقت هذه الدراسة من اشكالية مفادها معرفة مدى التزام التلاميذ بالإرشادات الصحية اثناء ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كوفيد-19 حيث تطرقت الدراسة إلى أهمية الارشادات الصحية ومساهمتها في رفع مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ وتحفيزهم على ممارسة الانشطة الرياضية مع الالتزام بالسلوكيات الصحية السليمة التي تساعد على الوقاية من خطر الاصابة بفيروس كورونا المستجد كوفيد-19 ، ومن خلال مناقشة نتائج الاستبيان تم التوصل إلى أن التلاميذ لم يلتزموا نوعا ما بالإرشادات الصحية أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي حيث كان هناك تضارب في النتائج المتحصل عليها من خلال الجداول ، فحسب رأي الباحثان لم يأخذ التلاميذ الاجابة على أسئلة الاستبيان بجدية تامة، ومن هنا نقترح بعض النقاط التي قد يتم الاستفادة منها مستقبلا و نتمنى أن تأخذ بعين الاعتبار ونذكر منها :

- توفير المستلزمات الخاصة بالوقاية (الكمامة والمعقمات الكحولية).
- الاستفادة من مواقع التواصل لنشر الوعي الصحي للتلاميذ لكونها الأكثر تأثيرا حاليا.
- تخفيض عدد التلاميذ في القسم ليتماشى مع البروتوكول الصحي المفروض من طرف الوصاية.
- حث التلاميذ على ممارسة الرياضة والالتزام بالتعليمات الصحية الخاصة بجائحة كوفيد-19.

- نشر الارشاد الصحي من خلال برامج توعوية في المؤسسات التربوية حول هذه الجائحة.

- ضرورة الاهتمام بزيادة وعي التلاميذ حول طرق وأساليب التعامل مع الأوبئة والأمراض الفيروسية وطرق ممارسة النشاط الرياضي.

- العمل على إعداد برامج ارشادية صحية يتم نشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي مع اعداد منصات مختصة بنشر المعلومات والحقائق المتعلقة بجائحة كوفيد-19.

- الاعتراف بدور التكنولوجيا في تقييم مخاطر الوباء والتأهب لمواجهة هذا الجائحة.

- إنشاء لجان معلوماتية واتصالات وطنية بهدف مواجهة المخاطر والازمات التي تتعرض لها البلاد.

- اجراء المزيد من الدراسات والأبحاث لإثراء الموضوع في هذا المجال ومواكبة آخر التطورات التي تحدث في العالم عامة وفي الجزائر خاصة حول هذا الوباء.

#### - المراجع المستخدمة في البحث:

- الخولي، أمين أنور (1998). التربية الرياضية المدرسية، ط 4، القاهرة/مصر: دار الفكر العربي.
- العربي، محمد. مسعودي، خالد. بن الدين، كمال. خدوم، عبد الفتاح. (2018). "العلاقة بين الوعي الصحي ومستوى النشاط البدني". مجلة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. المجلد (01)، العدد (01)، الجزائر، الصفحات 66-77.
- العيساوي، عبد الفتاح محمد. (1996). مناهج البحث العلمي في الفكر الاسلامي والفكر الحديث، مصر: دار الجامعة الاسكندرية.
- بحري، صابر (2020). "إدارة أزمة فيروس كورونا من خلال تعزيز الصحة النفسية في ظل الحجر الصحي المنزلي". مجلة العلوم الاجتماعية المركز الديمقراطي العربي، ألمانيا-برلين-عن المركز الديمقراطي العربي للدراسات الإستراتيجية والسياسية والاقتصادية، مجلد3، العدد 13، 10-26.



- بدح، أحمد محمد، ومزاهرة، أيمن سليمان، وبدران، زين حسين. (2018). الوعي الصحي، ط6، عمان: دار المسيرة والطباعة للنشر والتوزيع.
- براهيمي، عيسى. صلحاوي، حسناء. زيدان، فاطمة الزهراء. (2016). "دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية دراسة ميدانية على مستوى بعض الثانويات بلدية بسكرة". *نفاثر المخبر*، المجلد 11، العدد 2، الصفحة 113-140.
- زغلول، أحمد سمير سعد. (2020). "تأثير برنامج ارشادي على مستوى الوعي الصحي لدى الممارسين للنشاط الرياضي أثناء جائحة كورونا (كوفيد-19)". *المجلة العلمية لتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان مصر*، العدد 90(03)، الصفحة 611-645.
- دليو، فوضيل، واخرون. (1995). *دراسات في المنهجية، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية*.
- طلعت، همام. (1987). *قاموس العلوم النفسية والاجتماعية، ط2، عمان دار الفرقان للنشر والتوزيع*.

#### المراجع باللغة الأجنبية:

- ROSS, C BROWNSON. PAULA, BALLEW. KATHRIN, L BROWN. MICHAEL, B ELLIOTT. DEBRA, HAIRE-JOSHU. GREGORY, W HEATH. MATTHEW, W KREUTER. (2007). THE EFFECT OF DISSEMINATING EVIDENCE-BASED INTERVENTIONS THAT PROMOTE PHYSICAL ACTIVITY TO HEALTH DEPARTMENTS. AM J PUBLIC HEALTH, 97(10),1900-1907.

#### المراجع من شبكة المعلومات الدولية:

- منظمة الصحة العالمية. (2020، 12 أكتوبر). مرض فيروس كورونا (كوفيد-19). <https://www.who.int/ar>، جوان 2021

الملاحق:

استمارة استبيان خاصة بالتلاميذ

الاستجابة		العبارات	الرقم
لا	نعم		
		هل قدم لكم أستاذ التربية البدنية نصائح وإرشادات في مؤسستكم عن جائحة كورونا؟	01
		هل زودوكم بالمستلزمات الخاصة بالوقاية (الكمامة ، المعقم الكحولي) من هذا الفيروس؟	02
		هل انت ملتزم بالتوصيات والارشادات المقدمة حول الفيروس في حصة التربية البدنية اي أثناء النشاط البدني الصفي ؟	03
		هل ترتدي القناع الواقي وتستعمل المعقمات الكحولية بانتظام حتى في النشاط الفردي أو النشاط الجماعي ؟	04
		هل أنت ملتزم بالتباعد الجسدي أثناء ممارسة النشاط البدني الصفي	05
		هل وجدت صعوبة خلال النشاط البدني الصفي في تطبيق البروتكول الصحي الخاص بالجائحة ؟	06
		هل يفحص أستاذ التربية البدنية درجة الحرارة قبل بداية الحصة وبعد نهايتها؟	07
		هل التزمت بممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كورونا للحفاظ على صحتك؟	08
		ما رأيك في النشاطات الممارسة في حصة التربية البدنية في ظل جائحة كورونا؟	09
		هل يلتزم الأستاذ بالإجراءات الوقائية خلال ممارسة النشاط البدني الصفي في ظل جائحة كورونا؟	10