

العلاقة بين الطول و الوزن بنتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية عند التلاميذ 14-16 سنة.

شريف معتز بالله*

رواب عمار*

ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الطول و الوزن بنتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية عند التلاميذ 14-16 سنة ، حيث إستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته و طبيعة هذه الدراسة و بلغت عينة البحث 324 تلميذ من 3 متوسطات ببلدية بسكرة ، تم إختيارهم بطريقة قصدية لتوفر هذه المتوسطات على المرافق لإجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية و توصل الباحث بعد الدراسة الميدانية و المعالجة الإحصائية إلى أنه توجد علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية (إلا بين الطول و نتائج الوضعية الإدماجية فلا توجد علاقة بينهما) .

The summary of the researche :

This research is done to recognize the relationship between the height and the weight with the brevet exam results in sports module (subject) to the pupils aged between 14 and 16 years old. That's why let the researcher used the descriptive approach because of its suitability to the type of the research, the research is done on 324 pupils from 3 middle schools in the municipality of Biskra because they consist all the facilities to do the brevet exam on them .

The result of this research and statistics showed that there is a relationship between the height and the weight with the result of the brevet exam except the situation of intergration .

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر، بسكرة. azousport@rocketmail.com

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

مقدمة :

لقد حظيت التربية البدنية باهتمام كبير بعد استقلال الجزائر حيث صدرت مراسيم و أوامر بشأن تنظيمها و سيرها و تطبيق أسسها و مبادئها، فهي مادة دراسية ضمن البرنامج التربوي الشامل ككل المواد قائمة بذاتها مما لها من مكانة داخل المنظومة التربوية ، والتي تسعى إلى تحقيق الأهداف التربوية في المجتمع فالمجال الحسي الحركي ،العاطفي الوجداني ، المعرفي من اجل إعداد الفرد إعدادا شاملا و متكاملا في جميع الجوانب .

حيث تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل: العلوم الطبيعية الكيمياء اللغة ...لكنها تختلف عن هذه لمواد لكونها تمتد أيضا بكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة البدنية مثل التمرينات و الألعاب المختلفة الجماعية و الفردية و التي تتم تحت إشراف التربوي للأساتذة الذين أعدو لهذا الغرض .

تعتبر السنة الرابعة من تعليم المتوسط (14-16) مرحلة مراهقة متوسطة والتي تحدث فيها تغيرات على التلميذ في جميع الجوانب الجسمية و النفسية و العقلية و الجنسية...الخ، و تعد مرحلة هامة من المراحل الدراسية التي يجتاز فيها التلميذ امتحان مصيري لنيل شهادة التعليم المتوسط و تعد مادة التربية البدنية و الرياضية اختبار إجباري ضمن امتحان شهادة التعليم المتوسط و التي تلعب فيها جوانب النمو عاملا لتحقيق نتائج في الإختبار المقرر.

إشكالية الدراسة :

إن التربية البدنية و الرياضية جزء من التربية العامة ، و التي تستخدم الأنشطة الرياضية كوسيلة لتحقيق أهدافها و المتمثلة في الجانب الحسي حركي، العاطفي الوجداني ، المعرفي من أجل إعداد فرد متكامل من جميع الجوانب إلا أنها تختلف من فرد إلى فرد آخر نظرا إلى الفروق الفردية بين التلاميذ و التي ترجع إلى العديد من الجوانب كالجانب البيولوجي ، النفسي ، الفسيولوجي ، المعرفي ... ولهذا تبنت الدولة الجزائرية استراتيجية التعليم بالمقاربة بالكفاءات و يعرفها محمد دريج على أساس أنها " قدرات مكتسبة تسمح بالسلوك و العمل في سياق معين و يتكون محتواها من معارف و مهارات و قدرات و إتجاهات مندمجة بشكل مركب بحيث يقوم الفرد الذي إكتسبها بتوظيفها قصد مواجهة مشكلة ما و حلها في

وضعية محددة " (1).

ومن بين القدرات المكتسبة نجد تأثير الوراثة و العوامل البيئية التي نشأ فيها الفرد كالغذية و الأنشطة اليومية التي يقوم بها و التي نلاحظها في شكله الجسماني كالطول و الوزن التي تعكس بعض الخصائص الوراثية المكتسبة للفرد.

وتعتبر مرحلة مراقبة متوسطة 14 ، 16 مرحلة هامة من المراحل الدراسية و التي يجتاز فيها التلميذ امتحان مصيري لنيل شهادة التعليم المتوسط و تعد مادة التربية البدنية و الرياضية إختبار إجباري ضمن إمتحان شهادة التعليم المتوسط فالإختبار " هو وسيلة لتقييم بمعنى أداة قياس تستخدم لتوثيق تعلم التلميذ " (2) حيث يضم إختبار شهادة التعليم المتوسط جزئين :

الجزء الأول: خاص بالمواد الذاتية: (رمي الجلة 3 كلغ ، سباق السرعة 60 م ، الوثب الطويل)

الجزء الثاني و الخاص بوضعيات الإدماج يضم من 3 إلى 5 ورشات ذات طابع إشكالي إدماجي تستدعي توظيف الكفاءات المعبر عنها بالمنهاج (3) و إنطلاقا مما سبق أردنا أردنا في هذه الدراسة معرفة العلاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية عند تلاميذ 14-16 سنة و منه يمكننا طرح التساؤل العام التالي :

هل هناك علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية عند تلاميذ 14-16 سنة؟

و يمكننا طرح التساؤلات الجزئية التي تخدم موضوع الدراسة :

هل هناك علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار الوثب الطويل عند تلاميذ 14-16 سنة ؟

هل هناك علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار رمي الجلة 3 كلغ عند تلاميذ 14-16 سنة ؟

هل هناك علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار السرعة 60 م عند تلاميذ 14-16 سنة ؟

هل هناك علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار الوضعية الإدماجية عند تلاميذ 14-16 سنة ؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة :

توجد علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في

التربية البدنية عند تلاميذ 14-16 سنة .

الفرضيات الجزئية :

توجد علاقة بين الطول و الوزن بنتائج إختبار الوثب الطويل عند تلاميذ 14-16 سنة .

توجد علاقة بين الطول والوزن بنتائج إختبار رمي الجلة 3 كلغ عند تلاميذ 14-16 سنة .

توجد علاقة بين الطول والوزن بنتائج إختبار السرعة 60 م عند تلاميذ 14-16 سنة .

توجد علاقة بين الطول والوزن بنتائج إختبار الوضعية الإدماجية عند تلاميذ 14-16 سنة .

تحديد مفاهيم البحث :

الطول : يقاس الطول المفحوص من وضع الوقوف معتدلا في مواجهة سطح قائم بحيث يلمس بعقبه و المقعدة و الظهر هذا المسطح ، الرأس عمودية على الجذع العينان و الأذنان في مستوى أفقي .

التعريف الإجرائي : يعبر الطول عن إرتفاع الشخص من أسفل نقطة من سطح القدم إلى أعلى نقطة في الرأس في وضعية يكون فيها الجسم معتدلا بدون أي ثني لأحد المفاصل ويقاس الطول بسنتيمتر .

الوزن : يتم وزن المفحوص من وضع الوقوف في منتصف الميزان مرتديا أقل الملابس و يتم تسجيل الوزن(4)

التعريف الإجرائي : يعبر الوزن عن الكتلة الكلية للجسم الإنسان و يحسب بالكيلوغرام

3- إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية والرياضية :

الجزء الأول: خاص بالمواد الذاتية: (رمي الجلة 3 كلغ ، سباق السرعة 60 م ، الوثب الطويل)

الجزء الثاني و الخاص بوضعيات الإدماج يضم من 3 إلى 5 ورشات ذات طابع إشكالي إدماجي تستدعي توظيف الكفاءات المعبر عنها بالمنهاج (3)

التعريف الإجرائي : هو الاختبار الإجباري الذي يقوم به التلاميذ الغير معفيين في مادة التربية البدنية و الرياضية كباقي المواد الدراسية الأخرى من أجل

الحصول على شهادة التعليم المتوسط حيث يقوم الديوان الوطني للامتحانات و المسابقات بتنظيم و اقتراح هذا الاختبار و الذي يضم كل من رمي الجلة 3 كلغ ، السرعة 60م ، الوثب الطويل ، الوضعية الإدماجية.

4- تلاميذ 14- 16 سنة : وهي مرحلة مراقبة متوسطة حيث تعتبر هذه المرحلة همزة وصل بين المراهقة المبكرة و المتأخرة علما بأنه لا يمكن وضع خط فاصل بين مراحل العمر المختلفة إلا أن أبرز ما تمتاز به هذه المرحلة يتمثل في إستيقاظ إحساس الفرد بذاته و كيانه ، وفي ظهور القدرات الخاصة لديه (5).

التعريف الإجرائي : تلاميذ 14-16 سنة هم التلاميذ الذين يمرون بمرحلة هامة من حياتهم الدراسية و فيها يجتازون إختبار مصيري لنيل شهادة التعليم المتوسط وهم جميع التلاميذ المولودين بين 1999-2001. متغيرات البحث :

المتغير المستقل : هو ذلك المتغير الذي يتم بحث أثره في متغير اخر و يمكن للباحث التحكم فيه للكشف عن تباين هذا الأثر بإختلاف قيم ذلك المتغير الذي يتعلق بظروف الظاهرة ، وفي دراستنا هذه الطول و الوزن هو المتغير المستقل.

المتغير التابع : هو المتغير الذي يرغب الباحث في الكشف عن تأثير المتغير المستقل فيه أو هي المسألة التي يسعى الباحث لتفسيرها و المرتبطة بهدف الباحث ، وفي دراستنا هذه نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ 14-16 سنة هو المتغير التابع . (6)

أهداف البحث :

- معرفة علاقة الطول و الوزن بنتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية الرياضية.
- معرفة علاقة الطول و الوزن بنتائج اختبار الجري السريع.
- معرفة علاقة الطول و الوزن بنتائج اختبار القفز الطويل.
- معرفة علاقة الطول و الوزن بنتائج اختبار رمي الجلة.
- معرفة علاقة الطول و الوزن بنتائج الوضعية الإدماجية .

أهمية الدراسة :

إبراز دور الطول و الوزن في نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية وأخذ كمعيار جديد مثلما هو معمول في سلم التقطيع مع السن

و الجنس .

الأسس المنهجية للدراسة الميدانية :

الدراسة الإستطلاعية :

من أجل التعرف بصورة جيدة و دقيقة على حيثيات الجانب التطبيقي قبل الشروع في إجراء الإختبارات الميدانية :

"حيث يحدد الباحث المدة الزمنية و المستلزمات الرئيسية للبحث و تحديد أماكن إجراء البحث و تحليل نتائجها بعد استكمال الدراسة الإستطلاعية التي تكون بالأساس القاعدة الأساسية للإختبار ، بحيث يتم تعيين موعد الإختبارات و المدة الزمنية و مكانها و شروطها في ضوء النتائج الذي تحصل عليها الباحث في دراسته الإستطلاعية " (7)

وفي بحثنا هذا قمنا بإجراء دراسة استطلاعية كان الهدف منها ما يلي:
التعرف على الصعوبات الميدانية التي يمكن أن تواجهنا أثناء الجانب التطبيقي.

التعرف على المؤسسات التي توجد فيها مرافق لإجراء إختبار المقرر في شهادة التعليم المتوسط.

معرفة المدة الزمنية التي يمكن أن تستغرقها القياسات و الإختبارات لكل تلميذ ولجميع تلاميذ القسم.

4- معرفة أوقات إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية المخصصة لكل قسم.

1.1. إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

تم الإتصال بمدراء و أساتذة التربية البدنية و الرياضية لكل من متوسطة الإخوة قروف و متوسطة بشير بن ناصر و متوسطة محمد الطاهر قدوري فبعد أخذ الموافقة على إجراء الإختبارات و إستلام قوائم الإسمية و تواريخ ميلاد التلاميذ ،بعد هذا كله تم ضبط تواريخ إجراء الإختبارات المقررة في شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

2- المنهج:

لكل بحث منهج يسير عليه لدراسة المشكلة " فمنهج البحث هو طريقة موضوعية يتبعها الباحث لدراسة ظاهرة من الظواهر بقصد تشخيصها و تحديد

أبعادها و معرفة أسبابها و طرق علاجها و الوصول إلى نتائج عامة يمكن تطبيقها و تعينها " (8)

وفي دراستنا هذه نظرا إلى طبيعتها و أهدافها إستخدمنا المنهج الوصفي للتأكد من صحة فرضياتنا .

فالمنهج الوصفي " أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة و ذلك من أجل الحصول على نتائج عملية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية و بما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة " (9)

كذلك يستخدم المنهج الوصفي في دراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائصها ، أشكالها ،علاقتها و العوامل المؤثرة في ذلك .(10)

وتتخذ الدراسات الوصفية أنماطا و أشكال متعددة و من بين هذه الأنماط و الأشكال نجد الدراسات الوصفية الارتباطية و التي سنلجأ إلى إستخدامها في دراستنا هذه " بحيث تهتم الدراسات الارتباطية بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات و التعبير عنها بصورة رقمية عن طريق إستخدام معامل الارتباط .(11)

المجتمع و عينة البحث :3 -

إن أول خطوة في إختيار العينة هي تعريف مجتمع البحث الذي يرغب الباحث الوصول إليه في دراسته ، بمعنى تحديد المجموعة الكبيرة التي يهتم الباحث بدراستها و معرفة الأشخاص الذين يود الباحث أن يطبق نتائج دراسته عليهم ، بعبارة أخرى فإن المجتمع هو المجموعة التي يهتم بها الباحث .(12)

وفي دراستنا هذه " علاقة الطول و الوزن بنتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ 14-16 سنة فإن مجتمع الدراسة هم جميع تلاميذ مرحلة التلاميذ المتوسط الذين تتراوح أعمارهم ما بين 14-16 سنة في الجزائر .

أما المجتمع المتاح للباحث في دراسته هذه هم جميع تلاميذ مرحلة التلاميذ المتوسط الذين تتراوح أعمارهم ما بين 14-16 سنة في بلدية بسكرة و التي يبلغ عدد المتوسطات فيها ب 34 متوسطة و يقدر إجمالي التلاميذ الذين سيجرون إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية في بلدية بسكرة حوالي 3000 تلميذ .

العينة :

هي نموذج يشمل جانبا أو جزءا من محددات المجتمع الأصلي المعني

بالبحث التي تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة و هذا النموذج يغني الباحث عن دراسة كل وحدات و مفردات المجتمع الاصل خاصة في حالة صعوبة أو إستحالة دراسة كل تلك الوحدات (13) ، فقد بلغ أفراد العينة 324 تلميذ تتراوح أعمارهم بين 14-16 سنة من 3 متوسطات في بلدية بسكرة .

خصائص العينة وطريقة إختيارها:

تم إختيار العينة بطريقة قصدية " حيث ينتقي الباحث أفراد العينة بما يخدم أهداف دراسته و بناء على معرفته دون أن يكون هناك قيود أو شروط غير التي يراها هو مناسبة من حيث الكفاءة أو المؤهل أو الإختصاص أو غيرها ، وهذه غير ممثلة لكافة و جهات النظر و لكنها تعتبر الأساس متين للتحليل العلمي و مصدر ثري للمعلومات التي تشكل قاعدة مناسبة للبحث حول موضوع الدراسة " (14).

وتم إختيار العينة بطريقة قصدية لتوفر المتوسطات (الإخوة قروف ، بشير بن ناصر ، محمد الطاهر قدوري) على المرافق الضرورية لإجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط بعد الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها على متوسطات بلدية بسكرة .

أدوات جمع البيانات :4 -

قياس الطول و الوزن :

قياس الطول و وزن الجسم بواسطة جهاز معد لذلك ، حيث يحتوي هذا الجهاز على تدريب لقياس الطول بالإضافة إلى ميزان طبي لقياس الوزن ، يراعى عند إجراء هذين القياسين مراعاة الوقوف على منتصف قاعدة الجهاز عند قياس الوزن و يسجل بسنتيمتر و الوزن بالكيلوغرام .(15)

- إختبارات شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية :

- رمي الجلة (3 كلغ)

- الوثب الطويل

- السرعة 60 م

- الوضعية الإدماجية

شكل رقم 01 : يبين طريقة إجراء الوضعية الإدماجية

40 متر				
10 م	4 م	6 م	10 م	10 م
الوصول	الإطلاق			
تصويب كرة يد نحو أهداف دائرية غير متساوية الأبعاد	التفعل غير دوائر برجل واحدة	التفعل غير فضاءات غير متساوية الأبعاد بالرجلين مضمومتين	التفعل بين معالم بتسطيح كرة السلة	جري على خط مستقيم باجتياز 3 حواجز العلو 40 سم

5- الوسائل الإحصائية المستعملة:

لقد استعملنا في دراستنا هذه مجموعة مختلفة من الوسائل الإحصائية وذلك باستعمال برنامج (Excel 2007) وهي كما يلي:

المتوسط الحسابي: (MOYENNE) وهو الطريقة الأكثر استعمالاً، حيث يعتبر الحاصل لقسمة مجموعة المفردات أو القيم في المجموعة التي أجري عليها القياس.

الانحراف المعياري: (ECARTYPEP) هو أهم مقاييس التشتت لأنه أدقها، حيث يدخل استعماله في كثير من قضايا التحليل الإحصائي فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن القيم متقاربة والعكس صحيح. (16)

معامل الارتباط: (COEFFICIENT.CORRELATION)

الارتباط بين ظاهرتين يعني وجود علاقة بينهما، وقد يكون الارتباط موجبا بين متغيرين بمعنى أن يكون تغير الظاهرتين في اتجاه واحد أي طرديا، و يعني ذلك أنه إذا تغير احدهما في اتجاه معين يتغير الآخر في نفس الاتجاه، وقد يكون الارتباط سالبا بين متغيرين بمعنى أن يكون تغير الظاهرتين في اتجاهين متضادين أي عكسيا ويعني ذلك أنه كلما زاد أحد المتغيرين نقص الآخر.

ويستخدم في قياس العلاقة بين متغيرين مقياس حده الأعلى +1، وحده الأدنى -1، ويسمى بمعامل الارتباط.

القانون:

حيث:

من 0.01% - 0.25% يوجد ارتباط ضعيف. من 0.26% - 0.50% يوجد ارتباط متوسط.

من 0.51% - 0.75% يوجد ارتباط قوي. من 0.76% - 0.99% يوجد ارتباط قوي جدا.

1 ارتباط تام. (17)

فالارتباط هو طريقة ترمي للتعرف على العلاقة التي تربط عاملين فإذا كانت هناك علاقة فيكون $1+$ إيجابياً و إذا كان $1-$ فإنه سلبي عند دراسة نوعين معينين مختلفين و نريد وصف مدى العلاقة و التلازم سوف يعطي للباحث التنبؤ . و يطلق هذا المعامل معامل الارتباط الذي يصف العلاقة بين متغيرين و تنحصر كما قلنا بين $1+$ و $1-$. (18).

6- عرض ومناقشة النتائج :

1- عرض النتائج :

جدول رقم (1) : يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للطول ، الوزن ، السرعة 60م ، الوثب الطويل ، دفع الجلة ، الوضعية الإدماجية و كذا العلاقة لكل من (الطول ، الوزن) مع (السرعة 60 ، الوثب الطويل ، دفع الجلة ، الوضعية الإدماجية).

العلاقة مع الوزن	العلاقة مع الطول	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاختبارات و القياسات الجسمية
0.030	0.30 -	1.36	10.55	السرعة 60 م
0.032-	0.268	0.80	2.61	الوثب الطويل
0.160	0.428	1.98	4.58	دفع الجلة
0.080-	0	0.72	5.89	الوضعية الإدماجية
		12.02	161.38	الطول
		35.53	56.52	الوزن

6- 1- علاقة الطول و الوزن بنتائج اختبار السرعة 60 م :

أظهرت نتائج قياس العلاقة بين الطول و الوزن و نتائج اختبار السرعة 60 م إلى وجود علاقة عكسية متوسطة ب $0.30-$ بين الطول و السرعة ، و علاقة طردية ضعيفة ب 0.03 بين الوزن و السرعة .

حيث تتميز السرعة في سباق 60 م بالعديد من المراحل تبدأ بمرحلة الإنطلاق التي تعتمد على سرعة رد الفعل للإنعكاس العصبي العضلي فور إعطاء إشارة البدء حيث يقوم التلميذ بتحريك الرجل الخلفية إلى الأمام لأخذ أول خطوة ثم الدفع بالقدم الأمامي ففي الخطوات الأولى تكون مرجحة الذراعان من مفصل الكتف في حركة سهلة دون توتر و بسرعة تتناسب مع حركة الرجلين و هذه الحركة تساعد التلميذ في الإندفاع إلى الأمام مستخدماً وزن الجسم ، أما حركة

الرجل الخلفية فإنها تندمج الى الأمام وهي مثنية بزاوية 90 درجة لأداء أول خطوة بعد خطوة البداية و بصورة عامة تكون هذه الخطوة قصيرة وسريعة لأن ميل الجذع و قرب بمركز الثقل يحد من طولها و تساعد هذه الخطوة القصيرة و السريعة لأن ميل الجذع قرب مركز الثقل يحد من طولها و تساعد هذه الخطوة القصيرة على تفادي مرحلة الطيران و بالتالي قصر الزمن الأداء وهذا ما يفسر وجود العلاقة العكسية بين الطول و السرعة حيث أن التلميذ الذي يملك خطوات قصيرة يتمكن من الانطلاق بتردد حركي سريع وكذلك إلى جهل بعض التلاميذ الى كيفية الإنطلاق و الإعتماد على طول الخطوات بإستغلال طول الجسم و بالتالي تضيع بعض الوقت في مرحلة الإنطلاق و التي لها دور كبير في تحقيق نتيجة جيد في إختبار السرعة 60 م ، حيث أن طول خطوات تعتمد على طول التلميذ وكذلك على كيفية الإنطلاق بالشكل الصحيح ففي اللحظة التي تهبط بها الرجل الخلفية على الأرض تبدأ الرجل الأمامية بحركتها إلى الأمام و بأقصى قوة و سرعة ممكنة و تتحمل هذه الرجل مسؤولية إعطاء الجسم أكبر دفع للأمام الشيء الذي يتطلب وزن مناسب و تناسب عصبي عضلي ، ثم تأتي مرحلة التسارع التي تتوقف على طول الخطوات الأولى و أسلوب أدائها فالخطوات القصيرة جدا لا تضمن ازدياد سرعة الركض ، و الخطوات الطويلة تؤدي إلى إنخفاض في السرعة نتيجة الطيران الشيء الذي يتطلب إستغلال طول التلميذ بشكل إقتصادي ما يضمن تحقيق نتيجة جيدة بشكل يسمح بإستثمار كفاءتهم و قدراتهم العقلية ، النفسية ، البيولوجية (كالطول و الوزن).... من أجل إستغلال عامل الطول و الوزن في تحقيق نتائج جيدة في إختبار شهادة التعليم المتوسط فترجع هذه النتائج المحصل عليها إلى غياب مقاربات يستغل فيها الطول و الوزن كعاملين أساسيين لتحقيق نتائج جيدة و نتيجة عدم معرفة التلاميذ لقواعد و تقنيات الجري كمرحلة الإنطلاق أو كمرحلة نهاية السباق فعند الإقتراب من خط الوصول يقوم التلاميذ بالقفز نحو خط النهاية الشيء الذي يفقد التلاميذ الوقت الذي يتطلب من التلاميذ الصبر و العزيمة الكبيرة.

فالسريعة هي "القدرة الفسيولوجية على الأداء الحركي في أقل زمن ممكن فتتأثر بعدة عوامل منها : الوراثة ، و التكوين العام للجسم (وزنه - وطوله) . فهناك علاقة بين زيادة الطول الوراثية و تفوق لاعبي العدو و الجري و الوثب و القفز في ألعاب القوى(19).

وهذا ما يثبت صحة الفرضية الجزئية الأولى حيث توجد علاقة بين الطول و الوزن بنتائج إختبار السرعة 60 م عند تلاميذ 14-16 سنة.

6- 2- علاقة الطول و الوزن بنتائج إختبار الوثب الطويل :

أظهرت نتائج قياس العلاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار الوثب

الطويل إلى و جود علاقة طردية متوسطة ب 0.27 بين الطول و الوثب الطويل ، و علاقة طردية ضعيفة ب 0.03 بين الوزن و الوثب الطويل .

حيث تشمل الخطوات الفنية للوثب الطويل على الإقتراب ، الإرتقاء ، الطيران ، الهبوط . (20)

فسرعة التلميذ تزداد خلال الجزء الأول من مسافة الإقترابنتيجة لميل الجذع إلى الأمام أو خلفا لذا نجد طول الخطوة يزداد حتى يصل إلى خطوات طوله الطبيعي و توقيته الثابت خلال منتصف المسافة (21) فهذا ما يثبت علاقة طول الجسم في هذه المرحلة فتتأثر نتيجة الإختبار على حسب سرعة الجري وكذا على طول الخطوات ، حيث أنه يوجد ارتباطات عالية بين القياسات الأثروبومترية و مستويات الأداء في الأنشطة المختلفة ، و على سبيل المثال يفضل طوال القامة لرياضات الرمي و الوثب (22)

فمسافة الإقتراب تتوقف على الفروق الفردية بين التلاميذ من سن و جنس (23). وهنا قد تكون المرحلة العمرية التي يمر بها التلاميذ سببا في الحصول على هذه النتائج وقد أثبتت بعض الدراسات أن طول الناشئ و قابليته للوثب الطويل ترجع إلى نسبة طول الجسم و التي تعتبر من أهم الخطوات في إختيار الناشئ لممارسة رياضة الوثب الطويل في سن 13-15 سنة . (24)

وهذا ما يفسر صحة نتائج الدراسة أما بالنسبة للوزن فأظهر علاقة عكسية ضعيفة وهذا يرجع إلى غياب الإرتكاز المؤثر و كذا عدم الإرتقاء الجيد و التسارع وعدم المحافظة على توازن الجسم أثناء الإرتقاء تحت تأثير كتلة الجسم (25) مما أدى إلى عدم الإستغلال الجيد للجسم أثناء الإرتقاء ، وهو متصل إليه(علي جواد عبدو) بأنلوزن الجسم علاقة ارتباط في أداء مهارة القفز وهذا ما اثبت حسب ارتباط بيرسون للمؤشرات مع أقصى قوة فكلمما كان وزن الجسم مناسب يعطي قوة دفع للجسم مساعدة على القفز على العكس من الأجسام البدينة وبالإضافة إلى إن الجسم المناسب الأقل وزن يكون اقل تعرض للجاذبية الأرضية إذ يمكن مقاومتها والقيام بالقفز وكذا وجد أهمية كبيرة لمؤشر طول الطرف السفلي حيث وجد ارتباط عالي و أثبتت الإحصائيات التي توصل إليها إلى مدى تأثيرها على الأداء في مهارة القفز وذلك واضح فيزيائيا من طول ذراع القوة يؤثر تأثير كبير على المقاومة (القوة × ذراعها = المقاومة × ذراعها) وذلك يوضح مدى أهميتها في أداء مهارة القفز.

وكذلك وجد أن وزن الجسم له ارتباط فعال على أداء القفز إذ كانت قيمة

ارتباطه هي (0.98) وهي ارتباط عالي تدل على أهمية وزن الجسم ولائتمته على أداء القفز بالصورة التي توصل اللاعب إلى الانجاز. وكذلك وجد أن الطول الكلي ذا ارتباط وتأثير عالي حيث بلغ (0.814) مما يساعد على أداء أفضل في القفز فالطول الكلي يساعد في الحصول على مسافة قفز جيدة وهذا الاثر واضح وبالتالي تحصل على مسافة أفضل . (26) حيث أن المتميز بالنعافة و متوسط القامة ينسب إليه لاعبو الجري المسافات الطويلة و المارثون و الوثب . (27)

وهذا ما يثبت صحة الفرضية الجزئية الثانية : حيث توجد علاقة بين الطول و الوزن بنتائج إختبار الوثب الطويل عند تلاميذ 14-16 سنة

6- 3- علاقة الطول و الوزن بنتائج رمي الجلة :

أظهرت نتائج قياس العلاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار دفع الجلة إلى و جود علاقة طردية متوسطة ب 0.43 بين الطول و دفع الجلة ، و علاقة طردية ضعيفة ب 0.16 بين الوزن و دفع الجلة .

حيث عند أداء حركة الدفع ينتقل وزن الجسم إلى القدم الأمامية يكون التلميذ قد واجه مقطع الرمي و تكون الرجل اليمنى قد وصلت إلى أقصى إمتداد لها ومرتكزة على مشطها ويكون وزن الجسم ساقط على الرجل الأمامية التي تستمر في الإمتداد حيث يكون الذراع الرامية قد دفعت الجلة و استمر الدفع مع الإستمرار في متابعة الجلة حتى يتم التخلص و كلما ارتفعت نقطة التخلص كلما بعدت نقطة الهبوط لذلك يفضل التلميذ طويل القامة .(28) حيث أن الخصائص البيوميكانيكية التي تحدد المسافة التي يتحركها أي جسم يقذف في ضوء عدد من العوامل (الإرتفاع، الزاوية ، السرعة) من أجل التخلص من الجسم المراد ، حيث أن إرتفاع التخلص أو الرمي يتحدد بإرتفاع جسم اللاعب .(29) كما أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها (ناجح محمد الذيابات والذيابات انعام محمد) إلى أن الطول الكلي يساهم في مستوى الإنجاز الرقمي حيث يشير الباحثان أن طول الجسم يعلب دورا هاما وجوهريا في الأداء من حيث الاعتماد على نظام الروافع لإنتاج أكبر قدر من القوى، حيث تسهم القياسات الاثربومترية) الطول والوزن بمستوى الإنجاز الرقمي.(30)

وكذلك حين اختيار لاعبي دفع الجلة فمن الضروري مراعاة سمة الطول و أيضا القوة الجسمانية حيث يتراوح متوسط الطول للاعبي دفع الجلة من 185 الى 2.04م ويتراوح وزنهم أكثر من 115 كلغ (31) وهذا يدل على أهمية كل من الطول و الوزن في نتائج إختبار رمي الجلة

وهذا ما يثبت صحة الفرضية الجزئية الثالثة : حيث توجد علاقة بين الطول و الوزن بنتائج إختبار دفع الجلة عند تلاميذ 14-16 سنة

6- 4- علاقة الطول و الوزن بنتائج إختبار الوضعية الإدماجية:

أظهرت نتائج قياس العلاقة بين الطول و الوزن و نتائج الوضعية الإدماجية إلى عدم جود علاقة بين الطول و الوضعية الإدماجية ، و وجود علاقة عكسية ضعيفة ب -0.08 بين الوزن و الوضعية الإدماجية .

حيث أن الوضعية الإدماجية تعتمد على توظيف المعارف و المهارات التصرفية التي تتطلب كفاءات معرفية " لا تقتصر الكفاءات المعرفية على المعلومات و الحقائق ، بل تمتد إلى إمتلاك كفاءات التعلم المستمر ، وإستخدام أدوات المعرفة ، و توظيف المعارف في هذه النشاطات ، كمعرفة طرق تنظيم العمل " (32) من حيث أن الوضعية الإدماجية هي عملية إقامة التفاعل بين مجموعة من العناصر قصد تكوين كل منسجم بهذه العناصر ، أو عملية إدماج عنصر بكيفية تجعله منسجما مع عناصر أخرى وفي المجال التعليمي الإدماج يعني ربط بين الموضوعات الدراسية المختلفة مما يستدعي في النشاط الإدماجي بحصر الكفاءات المستهدفة (33).

حيث ان سبب عدم وجود علاقة بين الطول و الوزن و الوضعية الإدماجية يرجع إلى طبيعة الوضعية الإدماجية التي تعتمد على معايير معينة في طريقة التقويم بحيث يجب إحترام مراحل التحقيق كإحترام ترتيب المراحل و التوازن أثناء التنفيذ ، و كذا التحكم في تنفيذ الحركات من تطبيق المبادئ الصحيحة للتنفيذ و تسلسل الحركات و ترابطها ، وكذا إستعمال الجيد من تقدير حجم و ثقل الأداة و وضعها على مسارها و تطبيق القواعد الخاصة بها و المحافظة على الجانب الأمني كل هذه العوامل تستدعي توظيف المعارف و الفهم و التفكير الجيد و التحليل و التركيب (34).

فبالتالي فإن معيار التقويم في الوضعية الإدماجية الذي يعتد على الجاني التصرفي و المعرفي من تقدير و إحترام المراحل و الخطوات فلا يؤثر الطول على نتيجة الوضعية الإدماجية بينما قد يعيق الوزن في حالة زيادته بشكل ضعيف على مراحل تنفيذ الوضعية الإدماجية كالتوازن و التحكم في مختلف الحركات أثناء التنفيذ .

ومنه فقد تحققت الفرضية الرابعة بشكل نسبي : حيث توجد علاقة بين الوزن بنتائج إختبار دفع الجلة عند تلاميذ 14-16 سنة .



و لا توجد علاقة بين الطول بنتائج إختبار دفع الجلة عند تلاميذ 14-16 سنة .

خلاصة عامة :

توجد علاقة عكسية متوسطة بين الطول وإختبار السرعة عند تلاميذ 14-16 سنة.

توجد علاقة طردية متوسطة بين الطول وإختبار الوثب الطويل عند تلاميذ 14-16 سنة

توجد علاقة طردية متوسطة بين الطول و دفع الجلة عند تلاميذ 14-16 سنة
لا توجد علاقة بين الطول و الوضعية الإدماجية عند تلاميذ 14-16 سنة
توجد علاقة طردية ضعيفة بين الوزن و السرعة عند تلاميذ 14-16 سنة
توجد علاقة عكسية بين الوزن و الوثب الطويل عند تلاميذ 14-16 سنة
توجد علاقة طردية ضعيفة بين الوزن و دفع الجلة عند تلاميذ 14-16 سنة
توجد علاقة عكسية بين الوزن و الوضعية الإدماجية عند تلاميذ 14-16 سنة
توجد علاقة بين الطول و الوزن و نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية (إلا بين الطول و نتائج الوضعية الإدماجية فلا توجد علاقة بينهما)

إقتراحات و دراسات مستقبلية :

ضرورة أخذ كل من الطول و الوزن كمؤشرات لصياغة الأهداف الإجرائية من قبل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

أخذ الطول و الوزن كمعيرين في تنقيط التلاميذ في إختبار شهادة التعليم المتوسط في للتربية البدنية و الرياضية .

تصنيف التلاميذ إلى فئات حسب الطول و الوزن أثناء تنقيط التلاميذ على حسب النشاط المستخدم في التربية البدنية و الرياضية سرعة 60م، وثب الطويل ، دفع الجلة .

التركيز على الجانب التقني في تعليم النشاطات المستخدمة في إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية من خلال البرنامج السنوي للمادة من أجل إستغلال عاملي الطول و الوزن من أجل الحصول على نتائج جيدة في الإختبار.

إستخدام الطول و وزن التلميذ كمؤشر لتقويم إنجاز التلاميذ في إختبار السرعة 60م، الوثب الطويل ، دفع الجلة من أجل تقديم بسرعة معلومات حول

تطور أو ضعف التلميذ مقارنة بطوله و وزنه .

تدعيم إستراتيجية المقاربة بالكفاءات و التي تراعي الفروق الفردية بين التلاميذ في عملية التعليم مع الأخذ بعين الإعتبار كل من الطول و الوزن كأحد هذه الفروق الهامة .

- المراجع:

- (1)- عطا الله أحمد و اخرون ، تدريس التربية البدنية و الرياضية في ضوء الأهداف الإجرائية و المقاربة بالكفاءات ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 2009، ص57.
- (2)- مصطفى باهي و صبرى عمران ، الإختبارات و المقاييس في التربية الرياضية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر ، 2008 ، ص 3
- (3)- وزارة التربية الوطنية اللجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة إختبارات مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، جوان 2006 ، ص 2
- (4)- مصطفى السايح محمد ، صلاح أنس محمد ، الإختبار الأوربي للياقة البدنية يورفيت ، ط1 ، دار الوفاء لنبيا للطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر، 2009، ص93.
- (5)- علي فاتح الهندلوي ، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ، ط2 ، دار الكتاب الجامعي العين ، الإمارات العربية المتحدة، 2002، ص325.
- (6)- بلقاسم سلاطونية ، أسماء بن تركي ، خطوات عملية لتحديد مشكلة البحث ، مجلة العلوم الإنسانية ، العدد 29، جامعة محمد خيضر بسكرة ، الجزائر ، 2013، ص278.
- (7)- وجيه محجوب ، البحث العلمي و مناهجه ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن، 2014، ص74.
- (8)- محمود حسين الوادي، علي فلاح الزعبي ، أساليب البحث العلمي مدخل منهجي و تطبيقي، ط1، دار المناهج للنشر و التوزيع، عمان ،الأردن ، 2011 ، ص 176.
- (9)- محمد عبيدات و اخرون ، منهجية البحث العلمي و القواعد و المراحل و التطبيقات ، كلية الغفقتاد و العلوم الإدارية ، الجامعة الأردنية، 1999، ص46.
- (10)- ربيحي مصطفى عليان ، عثمان محمد غنيم ، أساليب البحث العلمي النظرية و التطبيق ، ط5 ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان، الأردن ، 2012 ، ص 72.
- (11)- علي سلوم جواد ، مازن حسن جاسم ، البحث العلمي أساسيات و مناهج إختبار الفرضيات تصميم التجارب ، ط1 ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، 2012 ، ص 143.
- (12)- عبد القادر عباس ، طبيعة البحث العلمي و الدلالة الإحصائية ، ط1 ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، 2013، ص118.
- (13)- عصام حسن الدليمي ، علي عبد الرحيم صالح ، البحث العلمي أسسه و مناهجه ، ط1 ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، 2014، ص74.
- (14)- زياد أحمد الطاوسي ، مجتمع الدراسة و العينات ، مديرية التربية لواء البتراء ، الأردن، 2000/2001، ص6
- (15)- محمد إبراهيم شحاته ، محمد جابر بريقع ، دليل القياسات الجسمية و إختبارات الأداء الحركي ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، 1995 ، ص 27.
- (16)- عبد القادر حلبيمي، مدخل الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992 ، ص 45 .
- (17)- أحمد سعد جلال، مبادئ الإحصاء تطبيقات و تدريبات على برنامج spss ، ط1 ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، غرب القاهرة، مصر، 2008 م، ص (84-85).
- (18)- وجيه محجوب ، نفس المرجع السابق ، ص 2013.
- (19)- أسامة رياض ، الطب الرياضي و ألعاب القوى ، ط1 ، دار الفكر العربية القاهرة ، مصر ، 2003 ، ص223، 222.
- (20)- ريسان خريط مجيد ، عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، ألعاب القوى ، ط1، الدار العلمية للنشر و التوزيع ودار الثقافة للنشر و التوزيع ، الأردن ، 2002 ، ص 101.
- (21) - عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس ألعاب القوى ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة

- ، مصر ، 2009، ص 164
- (22) - أمر الله أحمد الباسطي ، قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، 1998، ص 11
- (24) - أسامة رياض ، نفس المرجع السابق ، ص 264.
- (23) - عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس ألعاب القوى ، نفس المرجع السابق ، ص 163.
- (25) - عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، فسيولوجيا مسابقات الوثب الطويل و القفز ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، 2000 ، ص 20.
- (26) - علي جواد عبد ، بعض القياسات الأنثروبومترية و المتغيرات البايوميكانيكية وعلاقتها بأداء مهارات القفز ، مجلة العلوم التربية الرياضية ، العراق ، العدد 3 المجلد 6 سنة 2013 ، ص 151 ، 153
- (27) - أسامة رياض ، نفس المرجع السابق ، ص 233
- (28) - ريسان خريبط مجيد ، عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، نفس المرجع السابق ، ص 229، 228.
- (29) - عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس ألعاب القوى ، نفس المرجع السابق ، ص 217
- (30) - ناجح محمد الذيابات، الذيابات انعام محمد ، علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية و البدنية بالإنجاز لرقمي لدى لاعبات الكرة الحديدية ، سلسلة العلوم الإنسانية المجلد الثامن عشر العدد الثاني ، مجلة جامعة الأقصى ، غزة ، يونيو 2014 ، ص 105
- (31) - سعد الدين الشرنوبى ، عبد المنعم هريدي ، مسابقات الميدان و المضمار، مطبع الإشعاع الفني ، مصر ، 1998 ، ص 103
- (32) (33) - عطا الله أحمد و اخرون ، نفس المرجع السابق ، ص 68 ، 88.
- (34) - وزارة التربية الوطنية اللجنة الوطنية للمناهج ، ص 3.