

مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضة في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة لدى تلاميذ طور المتوسط (13 . 15) سنة

د. عقيلة زاوي *

الملخص:

تهدف دراستنا هذه إلى إبراز دور أستاذ التربية البدنية والرياضة في التقليل من خطر حدوث الإصابات أثناء الحصة في الطور المتوسط ، معرجا بذلك لأهم الصفات التي تمتلكها شخصيته ، إضافة إلى مكتسباته العلمية والعملية الواجب التحلي بها أثناء الحصة وكيفية التعامل مع هذه المرحلة « المراهقة المتقدمة » كثيرة التغيرات وصعبة التعامل من جهة ، ومن جهة أخرى التقليل من حدوث الإصابة وتجنب وقوعها ، وإذا حصل ذلك يبين لنا كيفية إسعافها وهذا كله من أجل المحافظة على سلامة التلميذ. وبذلك تكون ممارسة الرياضة نعمة عليه وليست نقمة.

Conclusion :

Le but de notre étude se basent sur le rôle de l'enseignant dans l'éducation physique et sportive dans la réduction de l'incidence des blessures pendant la classe dans la phase intermédiaire, sans oublier les qualités les plus importantes que possède la personnalité de l'enseignant, et ces gains scientifiques et le processus d'être soit au cours de la classe ,et comment faire face au sujet de l'adolescence et ces nombreux changements qui sont difficiles, et d'autre part basée sur la réduction de la gravité de la blessure et éviter qu'il se produisent et savoir l'est soigner, tout ça bien sûr pour assuré la sécurité de l'élève , donc le sport est une bénédiction et non une malédiction.

1 . مقدمة وإشكالية البحث :

تولي الدولة الجزائرية وعلى رأسها وزارة التربية البدنية والرياضة اهتماما بالغا بمادة التربية البدنية والرياضة في الوسم المدرسي وهي مقررة على جميع مستويات التدريس التربوي وإجراء امتحانات رسمية فيها.

وتشير المادة (4) من الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضة الصادر عن هيئة اليونسكو.

بأنه ينبغي أن تستند وظائف التعليم والتدريب في ميدان التربية البدنية والرياضة إلى أفراد مهيين (1) ، وكذلك جاء في قانون التربية البدنية والرياضية أمر 76/81. الذي ينص على أن: أستاذ يعمل على وقاية التلاميذ من الأخطار التي تصيبهم والحفاظ على سلامتهم(2).

وباعتبار حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية التي تسعى إلى تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وإكسابهم المهارات الحركية السليمة ، وهذا كله متعلق بمهارات التدريس للأستاذ التي تم اكتسابها عن طريق تكوينه القاعدي أو بحكم خبراته الميدانية ، وهدفه تكوين تلميذ سليم بدنيا وفكريا مع أخذ بعين الاعتبار أهمية هذه المرحلة التي يمر بها (مرحلة المراهقة) من جهة ، والإصابات الرياضية المحتملة الوقوع والتقليل منها وكيفية إسعافها في حالة حدوثها من جهة أخرى.

ومن خلال الملاحظات الميدانية للدراسة الاستطلاعية وبالاعتماد على نتائج دراسات سابقة تم صياغة ما يلي:

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة الجزائر 3

(1) أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية والرياضية (المهنة والإعداد المهني) ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، مصر 1996 ، ص 89 .
(2) الجريدة الرسمية (قانون 76/81) والمتعلق بالتربية البدنية والرياضية ، سنة 2010 ، ص 06 .

2. تساؤلات البحث:

1.2.1. التساؤل العام:

ما مدى مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة لدى تلاميذ الطور المتوسط (13 - 15) سنة؟.

2.2. الأسئلة الجزئية:

- هل اكتساب المؤهلات العلمية والعملية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في مجال الإصابات الرياضية وكيفية إسعافها أثناء وقوعها يقلل من خطورتها على تلميذ الطور المتوسط (13 - 15) سنة؟.

- هل توفر المعدات والهيكل الرياضية الملائمة تساعد أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة.

- وهل أستاذ التربية البدنية والرياضية يسعى إلى التقليل من شدة أثر مرحلة المراهقة في طور المتوسط (13 - 15) سنة ويخلق روح الممارسة لديهم؟.

وللإجابة على هذه التساؤلات جاءت :

3. فرضيات البحث :

3.1. الفرضية العامة : يساهم أستاذ التربية البدنية والرياضية بشكل كبير في التقليل من حدوث الإصابات الرياضية أثناء الحصة في طور المتوسط (13-15) سنة.

2.3. الفرضيات الجزئية:

- اكتساب المؤهلات العلمية وخبرات العملية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في مجال الإصابات وكيفية إسعافها في حالة وقوعها يقلل من شدة خطورتها على تلاميذ طور المتوسط (13-15) سنة.

- توفر المعدات والهيكل الرياضية الملائمة ساعد أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة.

- يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية من تقليل شدة أثر مرحلة المراهقة المتقدمة في الطور المتوسط (13-15) سنة ويخلق روح الممارسة لديهم.

4. أهداف الدراسة :

- إبراز مدى مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في التقليل من حدوث الإصابات الرياضية أثناء الحصة بالنسبة لتلاميذ الطور المتوسط (13 - 15) سنة.

- إبراز أهمية التكوين في الإسعافات الأولية لأساتذة التربية البدنية والرياضية للتقليل من خطورة الإصابات أثناء الحصة.

- التعرف على أهم التغيرات الحاصلة في مرحلة المراهقة المتقدمة وكيفية التعامل معها والتخفيف من شدتها على تلاميذ طور المتوسط (13 - 15) سنة.

- معرفة رأي أستاذ التربية البدنية والرياضية إذا كانت المعدات والهيكل الرياضية الملائمة تساعد في التقليل من حدوث الإصابات أثناء الحصة.

5. أهمية الدراسة:

التعرف على أهم الإصابات التي يمكن أن يتعرض لها التلميذ الطور المتوسط (13-15) سنة أثناء الحصة وكيفية إسعافها في حالة وقوعها من جهة ومن جهة أخرى التعرف على كيفية تعامل أستاذ التربية البدنية والرياضية مع مرحلة المراهقة المتقدمة وتخفيف شدة أثرها وخلق روح الممارسة لدى التلاميذ طور

المتوسط (13-15) سنة.

6. تحديد المصطلحات:

1.6. أستاذ التربية البدنية والرياضية :

أ - **التعريف اللغوي:** جمع أساتذة ، من يمارس تعليم علم أو فن « معلم » كلمة فارسية. أستاذ التربية البدنية والرياضية يمارس فن الرياضة(3).

ب - **التعريف الاصطلاحي:** عبارة عن منظم لنشاطات تكوين التلميذ. عمله مستمر ومنهجي أين يجب أن يواجه عملية التكوين ويراقب النتائج ، أي يحقق التوازن بين الأهداف المحددة لدور المدرس(4).

ج - **التعريف الإجرائي:** هو الشخص المشرف على تدريس مادة التربية البدنية والرياضية وفق برنامج سنوي أكاديمي يمتلك مؤهلات علمية وعملية ، وصفات بدنية وفكرية مؤهلة لتدريس هذه المادة.

2.6. الإصابات الرياضية:

أ - **التعريف الاصطلاحي(5):** الإصابة الرياضية هي تأثر نسيج أو مجموعة من أنسجة الجسم ، نتيجة مؤثر خارجي أو داخلي مما يؤدي إلى تعطيل عمل أو وظيفة ذلك النسيج ، وتنقسم هذه المؤثرات إلى:

- مؤثر خارجي: أي تعرض الرياضي إلى شدة خارجية كاصطدام بزميل أو أرض أو الأداة المستخدمة.
- مؤثر ذاتي: أي إصابة الرياضي مع نفسه نتيجة للأداء الفني الخاطئ أو عدم الإحماء.
- مؤثر داخلي: مثل تراكم حمض اللاكتيك في العضلات أو الإرهاق العضلي أو قلة مقدار الماء والأملاح في الجسم.

ب - **التعريف الإجرائي:** هو كل أذى جسماني يتعرض له التلاميذ في الطور المتوسط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بسبب نوعية التمارين أو المعدات والهيكل الرياضية المتوفرة.

3.6. حصة التربية البدنية والرياضية:

أ - **التعريف الاصطلاحي(6):** هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية ، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تمثل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها التلاميذ في هذه المدرسة ، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة ، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر.

ب - **التعريف الإجرائي:** هي الفترة الزمنية المخصصة لمزاولة النشاط البدني المدرسي بالنسبة لتلاميذ الطور المتوسط بإشراف أستاذ التربية البدنية والرياضية.

4.6. المراهقة:

أ - **التعريف اللغوي:** هي تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم أي اكتمال النضج(7).

ب - **التعريف الاصطلاحي :** وهي مرحلة أولى (المتقدمة) التي يمر بها الإنسان بعد الطفولة وهي تتوسط بين الصبي والشباب وتتميز بالنمو السريع في جميع اتجاهات النمو البدني والنفسي والاجتماعي...

(3) صبحي محمود ، المنجد في اللغة العربية ، ط1 ، دار الشرق ، سنة 2000 ، ص 22 .

(4) Bouchay, Z influence du vécu Sportif sur la pédagogie du l'enseignant d'éducation phys . Sportif these de magistere e . p . s université d'Iger, 1996, p 52 .

(5) عبد الرحمان عبد الحميد زاهر ، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 ، ص 8 .

(6) أحسن شلتوت ، حسن عوض ، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ص 122 .

(7) فؤاد السيد ، النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، ط1 ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1956 ، ص 26 .

7. الدراسات السابقة:

7- 1 - دراسة شريط عبد الحكيم عبد القادر 2006 بعنوان : الإصابات الرياضية ومدى تأثيرها على السلوك التقني للرياضي ، رسالة ماجستير تخصص العلوم البيو طبية الرياضية ، جامعة الجزائر3.

.تمحورت إشكالية البحث:

ما هي أنواع الإصابات وأسبابها وشدتها ومناطق حدوثها ومدى تأثيرها على أداء الرياضي في الألعاب المختلفة ونسبة وجودها في كل لعبة ، وذلك من أجل الوصول إلى الحلول المناسبة لمعالجة مثل هذه الإصابات الرياضية التي تؤثر في مستوى الإنجاز والتقدم الرياضي في العاصمة.

.الهدف من الدراسة:

التعرف على الإصابات الأكثر شيوعا التي تصيب مختلف الأطراف من الجسم في مختلف الألعاب الرياضية وفعال : (أنواعها ، مناطق حدوثها ، أسبابها ، شدتها).

- التعرف على نسب الإصابات الرياضية للاعبين وفق متغيرات (الطول ، الوزن).

- واستعمل المنهج الوصفي التحليلي ، وكانت عينة البحث تضم 60 لاعبا لدى أندية الجزائر العاصمة.

وخلصت الدراسة أن إصابة التمزق العضلي هي من أكثر الإصابات شيوعا ، وأكثر نوع من الرياضة تحدث فيها الإصابة كرة القدم وتليها كرة اليد ثم كرة السلة... وعدم الإحماء أحد أهم أسباب الإصابات الرياضية فحين كان الجانب النفسي أقل تأثيرا منه.

7- 2 - دراسة مرهوبي عيسى 2007 بعنوان: الإصابات الرياضية التي يتعرض لها التلاميذ أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية. دراسة ميدانية على مستوى ثانويات ولاية برج بوعرييريج ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر3.

فكانت إشكالية بحثه تتمحور حول:

ما هي الإصابات الرياضية التي يتعرض لها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية؟

والمنهج الذي اتبعه الباحث هو المنهج الوصفي المسحي وكانت على مستوى الثالثة ثانوي من ثانويات برج بوعرييريج تضم 200 تلميذ واستعمل الاستبيان والملاحظة العلمية كأداة جمع المعلومات وكانت النتائج المتوصل إليها هي:

أغلب الإصابات التي يتعرض لها التلميذ أثناء إجراء امتحان مادة التربية البدنية والرياضية هي: (الخدوش ، الجروح ، والتشنجات والالتواء). والأماكن المعرضة للإصابة هي الكاحل والركبة والفخذ وسبب حدوث الإصابة راجع إلى قصر فترة الإحماء وكذلك الأرضية غير صالحة للممارسات الرياضية.

7- 3 - دراسة بلبول فريد 2009 بعنوان : علاقة الإصابات الرياضية بدافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية عند التلاميذ الطور الثانوي ، الشهادة المحضرة ماجستير ، جامعة الجزائر3.

فكانت الإشكالية تتمحور حول:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية والرياضية عند تلاميذ الطور الثانوي الذين سبق لهم وتعرضوا للإصابات الرياضية؟.

واستعمل المنهج الوصفي وكانت دراسته على مستوى 05 ثانويات من ثانويات المسيلة والاستبيان والمقابلة العلمية كأداتين لجمع المعلومات.
خلصت الدراسة أن:

الإصابات الرياضية تؤثر سلبا على سلوكهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعمل الإصابات على التخفيف من مستوى أدائهم أثناء الحصة وتؤثر سلبا على مستوى التنافس عندهم.

مجالات الاستفادة من هذه الدراسات السابقة:

لقد استفادت الدراسة الحالية من هذه الدراسات فيما يتعلق بالجانب النظري في كيفية ذكر المراجع وتقسيم الفصول والتنسيق بينها. أما الجانب التطبيقي كان في تحديد الموضوع وبناء الإشكالية ، واختيار المنهج وأدوات جمع المعلومات ومعرفة بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجهنا من أجل تفاديها.

8 - المنهج المتبع: يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في البحث العلمي. إذ يحدد كيفية جمع المعلومات حول موضوع الدراسة أي منهج الدراسة له علاقة بطبيعة الموضوع خصوصياته وخلفياته النظرية والتطبيقية من أجل وصول لنتائج علمية قابلة للدراسة والتحقق الشمولية(9) ، فكان المنهج المناسب هو المنهج الوصفي التحليلي

9 - تحديد مجتمع البحث: أن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار فهذه الدراسة كان مجتمع يضم كل أساتذة التربية البدنية والرياضية التابعين لمقاطعة بئر مراد راييس لمديرية التربية الجزائر غرب وعددهم 41 أستاذ.

10 - عينة البحث : « هي جزء من المجتمع وليس أي جزء ، بحيث تمثله أحسن تمثيل »(10) فضمت 30 أستاذ تابعين ل16 متوسطة (بئر خادم ، وجسر قسنطينة) لمقاطعة بئر مراد راييس ، مديرية التربية الجزائر غرب.

11 . متغيرات الدراسة:

11 - 1 - المتغير المستقل: هو المتغير التجريبي ، معرفة مدى تأثيره على المتغيرات الأخرى للدراسة ومقصود به (السبب) وفي دراستنا يتمثل: مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية
11 - 2 - المتغير التابع: هو ناتج من تأثير المتغير التجريبي والمقصود به (النتيجة).
وفي هذه الدراسة يمثل : نسبة حدوث الإصابات عند تلاميذ طور المتوسط.

12 . أدوات جمع المعلومات وتقنيات الإحصائية المستخدمة:

إن الباحث يفضل الأدوات جمع المعلومات التي تمكنه من الوصول إلى بيانات مستهدفة بأكثر دقة وموضوعية ، وذلك حسب طبيعة الموضوع وأهدافه وكيفية استجابة المبحوثين لها. فكانت المقابلة العلمية والاستبيان أداتين مستعملتين في جمع المعلومات في هذه الدراسة.

أما التقنيات الإحصائية كانت:

عدد التكرارات

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{المجموع الكلي}}{100 \times}$$

مستعملة لتسهيل قراءات البيانات

(9) جودت الركابي ، منهج البحث الأدبي في إعداد الرسائل الجامعية ، ط1 ، دمشق 1992 ، ص 05 .
(10) خالد حامد ، منهجية البحث في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، جسر للنشر والتوزيع ، ط1 ، الجزائر ، ص 130 .

اختيار كاف تريبع:

مستعملة في أخذ القرار (رفض أو نفي) الفرضية بالمقارنة بين القيمة المحسوبة والقيمة المجدولة.

$$x = \frac{R^2}{R+1} = \text{اختيار كرونباخ}$$

بحيث R = معامل ارتباط بيرسن.

يستعمل اختيار كرونباخ في حساب معامل الثبات لأداة الاستبيان

استنتاج عام:

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا وتطبيق مقاييس جمع البيانات على العينة وعرضها وتحليلها وتفسيرها إحصائيا. ومقارنتها مع الدراسات السابقة خلصت هذه الدراسة إلى:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية له مسؤولية كبيرة اتجاه التلميذ الطور المتوسط (13-15) سنة ، وأن يركز في تكوينه على الناحية الجسمية الصحية والنفسية العاطفية ، كونه يمر بمرحلة المراهقة المتقدمة وهي مفعمة بالتغيرات وجديدة بالنسبة إليه من جهة. ومن جهة أخرى يمتلك الأستاذ قدرات علمية