

الإدراك الحس - حركي وعلاقته بالسمنة لدى تلاميذ مدارس التعليم الاساسي بمدينة المكلا

د. هادي سالم الصبان

د. عمر عبدالله محروس

د. سعيد فرج الرمادي

قسم التربية البدنية والرياضية كلية التربية المكلا حضر موت

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الإدراك الحس - حركي والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا، والتعرف على الفروق بين الادراك الحس - حركي بين البدناء والمفرطين في السمنة على المتغيرات قيد الدراسة . تكونت عينة الدراسة من طلاب مدارس التعليم الاساسي بمدينة المكلا ، والبالغ عددهم (259) طالباً يمثلون (15) مدرسة. واستخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية ، و قام الباحثون بإجراء المعالجات الإحصائية باستخدام المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والنسبة ومعامل ارتباط بيرسون واختبار "ت" للعينات المستقلة.

وقد أشارت نتائج الدراسة الى ان الإدراك الحس - الحركي له علاقة ارتباطية بالسمنة وخاصة الاحساس بفراغ الخط الراسي ، الاحساس بالقدم المسيطرة، الاحساس بمسافة الوثب الافقي، الاحساس بمسافة الوثب العمودي و لا توجد علاقة ارتباطية بين السمنة و الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، والاحساس بالفراغ في الخط الافقي. وايضا اشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق في الإدراك الحس - الحركي بين البدناء والمفرطين في السمنة لصالح البدناء ، وقد اوصى الباحثون بوضع أنشطة رياضية تعمل على التخفيف من الوزن وايضا تزيد من الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، و الاحساس بفراغ في الخط الافقي.

الكلمات المفتاحية: الإدراك الحس - الحركي، السمنة، مدارس التعليم الاساسي.

Kinesthetic Perceptionits Relevance toObesity among Primary Schools Students in Mukalla

Abstract :

*This study aimed to identify **kinesthetic perceptionits** relevance to obesity among primary schools students in Mukalla. Moreover, it sought to find out the differences in **kinesthetic perception**between the fat and very fat studentswith reference to the study variables. The study sample was chosen purposefully and it consisted of primary schools students in Mukalla with a total number of (259)students who study in (15)schools. The researchers used the experimental method as it is considered more suitable for achieving the study purpose. The researchers conducted statistical treatments using the means, standard deviation, percentage and Pearson correlation coefficient and "T-Test" for independent samples.*

*The study findings indicated that there is a correlation between**kinesthetic perception**and obesity, especially in the sense of emptiness in vertical line, the sense of dominant foot, the sense of distance in the horizontal jumping, and the sense of distance in the vertical jumping. However, there is no correlative relationship between theobesity and the sense of emptiness in the horizontal flinging movements, and the sense of emptiness in the horizontal line. Besides, the study findings have revealed that there are statistical differences in **kinesthetic perception**between the fat and the very fat students in favor ofthe fat ones. Consequently,theresearchers have recommendedthat students should practice sport exercises that help them lose weight and increase the sense of emptiness in the horizontal flinging movements, and the sense of emptiness in horizontal line.*

Key words: *Kinesthetic Perception, obesity, primary schools students*

مقدمة:

ان الانشطة الرياضية والسمنة عنصران متناقضان ، ويؤثر احدهما في التلاميذ بشكل إيجابي والاخر بشكل سلبي، خصوصاً عند عدم توازن في تناول نوع وكمية الغذاء، وخلال السنوات السابقة حيث ظهر اهتمام بالعادات الصحية الجيدة كعادة المحافظة على الوزن المناسب، والتدريب المتزن من أجل التخلص من السمنة. أن الزيادة في وزن الإنسان تسبب له الكثير من المشاكل التنفسية والتهاب الكبد والمفاصل، وتظهر شدة الخطر بزيادة نسبة الإصابة بالأمراض القلبية المختلفة (موقع طبيبك، 2015). وقد أكد أيضاً ملحم (1999) بأن السمنة إحدى أمراض العصر التي قد تؤدي للوفاة لذلك يجب ان نعالجها كالأعراض الأخرى.

ويشير هويت (Huitt, 2011) إلى النظرة الشمولية في التعليم بالمدارس وخاصة القدرات الإدراكية التي يجب ان يتمتع بها التلميذ والعوامل التي تؤثر فيها ممارستها ويؤكد أيضاً علاونه (2001) ان الحس – الحركي يعتبر الخطوة الأولى في عملية التعليم، ولا يستطيع التلميذ من تغيير سلوكه الا بوجودها، ويشير عوف (2015) أن السمنة قد تسبب في كثير من الأمراض، كأمراض القلب والتهاب المفاصل وغيرها، فزيادة الوزن ترتبط ارتباطاً سلبياً مع صحة الإنسان وهناك دراسات عديدة أثبتت إمكانية إصابة التلاميذ ذوي الوزن الزائد بضغط الدم. لذا فان للسمنة من اخطار على الصحة فأنها تنعكس أيضاً سلبياً على التعلم الحركي والاداء الحركي، حيث يشير كل من (عبد الحافظ ، 2013؛ الكيلاني، 2005؛ Schmidt, 2000) إلى أن الإدراك الحس – حركي فعال في عملية التعلم، بحيث انه كلما إزداد الإحساس بالحركة أو المهارة، كلما أمكن أداؤها بصورة أفضل، مما يؤدي إلى رفع مستوى الأداء بصورة ملحوظة في ممارسة الالعب الأخرى.

ومن خلال التعرف على العلاقة بين القدرات الحس – حركية والسمنة لدى تلاميذ المدارس التعليم الاساسي بمدينة المكلا، تتضح أهمية هذا البحث من خلال ارتباطها بالسمنة ، وقد يساعد ذلك في الحصول على عوامل تسهم في تطوير عمليات التعلم والتدريب ، ومن هنا برزت أهمية الدراسة.

مشكلة الدراسة:

ان المنافسات الرياضية في المدارس تحتاج الى توافر مجموعه متطلبات تتداخل فيما بينها كاللياقه البدنية والاداء للمهارات الأساسية والقياسات الجسمية المناسبة وغيرها من المتطلبات وبرز الادراك الحس الحركي كأحد هذه المتطلبات التي يؤكد عليها المدربون والمعلمين. ومن خلال ملاحظة الباحثين ان كثيرا من المدرسين والمعلمين يركزون في تدريباتهم على عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية دون الاخذ بعين الاعتبار اهمية القدرات الإدراكية الحس حركيه وعلاقتها بهذه العناصر والمهارات التي يؤديها التلميذ في الملعب. اضافة الى هناك عدد من التلاميذ في المدارس يعانون من زيادة أوزانهم الأمر الذي جعلهم غير قادرين على ممارسة الأنشطة الرياضية التي تنظمها المدارس مثل أقرانهم لكن في بعض الأحيان عند اشتراكهم في بعض الأنشطة الرياضية يكون من الصعب عليهم تنفيذ الاداء بشكل صحيح، لذا أجريتهذه الدراسة لتوضح بعض المعلومات للمدرسين والمعلمين والتلاميذ لاسيما أصحاب الأوزان الزائدة.

اهداف الدراسة:

- 1) التعرف على العلاقة بين الادراك الحس - حركي والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا.
- 2) التعرف على الفروق بين الادراك الحس - حركي بين البدناء والمفرطين في السمنة على المتغيرات قيد الدراسة.

اسئلة الدراسة:

- ما مستوى العلاقة بين الادراك الحس - حركي والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا؟.
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين الاوساط الحسابية لمستوى الادراك الحس - حركي بين البدناء والمفرطين في السمنة على المتغيرات قيد الدراسة يعزى لمستوى السمنة (بدن ، سمين)؟.

تعريف المصطلحات:

- الإدراك الحس -حركي : القدرة على الاحساس بالوضع وحركة اجزاء الجسم كله من خلال العمل العضلي (سلامة، 2000 ، ص 121).

مجالات الدراسة :

المجال المكاني : ملاعب مدارس التعليم الاساسي بمدينة المكلا، حضرموت.

المجال الزمني : العام الدراسي 2014/2015.

المجال البشري : طلاب مدارس التعليم الاساسي بمحافظة حضرموت.

الدراسات السابقة والمشابهة :

دراسة الصبان وآخرون (2015) هدفت هذه الدراسة التعرف على الإدراك الحس -حركي لبعض القدرات البدنية لدى طلاب التعليم الأساسي، والتعرف على الفروق بين الإدراك الحس - حركي لبعض القدرات البدنية بين المدارس الحكومية والاهلية. تكونت عينة الدراسة من طلاب مدارس التعليم الأساسي بمدينة المكلا ، والبالغ عددهم (390) طالباً يمثلون (13) مدرسة (7/حكومية، 6/أهلية). واستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائته طبيعة الدراسة، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية المنتظمة، و قام الباحثون بإجراء المعالجات الإحصائية باستخدام المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والنسبة المئوية واختبار "ت" للعينات المستقلة، وقد أشارت نتائج الدراسة وجود فروقات داله في مستوى الإدراك الحس - حركي لبعض القدرات البدنية لدى طلاب مدارس التعليم الأساسي بمدينة المكلا بين المفترض والفعلي لمتغيرات الدراسة، وتوجد فروق داله إحصائياً بين الاوساط الحسابية لمستوى الإدراك الحس - حركي لبعض القدرات البدنية بين طلاب مدارس التعليم الأساسي بمدينة المكلا يعزى لنوع المدرسة (مدارس حكومية، ومدارس أهلية) ولصالح المدارس الحكومية في متغير ادراك المسافة وإدراك القوة، ولا توجد فروقات داله في مستوى الإدراك الحس - الحركي لمتغير الزمن.

واجرى بطاينه وآخرون (2013) بعنوان الإدراك الحس حركي وعلاقته بالاحتفاظ بدقة الثبات الحركي على جهاز الدراجة الهوائية الثابتة ، لدى أفراد عينة الدراسة، استخدم الباحثون المنهج التجريبي حيث تم اختيار (60) طالباً وطالبة، (30) ذكور و (30) إناث تراوحت

أعمارهم بين (20-23) سنة، عينة الدراسة بالطريقة العمدية منا لطلبة المسجلين لمساق التعلم والتطور الحركي في كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ومن ليس لهم خبرة سابقة عن طبيعة الاختبار، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن لفترات الاستراحة أثراً في دقة الاحتفاظ بالواجب الحركي المتكرر الذي تم تعلمه من قبل أفراد عينة الدراسة، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية تبعاً لعامل الجنس ولصالح الإناث، وأوصى الباحثون بضرورة إجراء دراسات مماثلة على مهارات حركية متكررة ووحيدة أو مهارات حركية مفتوحة و مغلقة.

دراسة احمد وآخرون(2012)هدف البحث إلى التعرف على علاقة التوافق الحركي والإدراك الحس حركي بمستوى الأداء المهاري على أجهزة الجمناستيك الفني لطلبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد/ الجادرية. استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، واشتملت عينة البحث على طالبات كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / الجادرية / المرحلة الدراسية الثانية / قسم العلوم التطبيقية و المتكونة من (٤٥) طالبة، و قد توصل الباحثون من خلال النتائج بعد التحليل الإحصائي إلى وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين التوافق والإدراك الحس حركي ومهارات الجمناستيك الفني لطلبات المرحلة الثانية، إما أهم التوصيات فقد أوصى الباحثون إلى ضرورة الاهتمام بتطوير عنصر التوافق والإدراك الحس حركي خلال الدروس ؛ لأن لها دور كبير في تطوير الأداء المهاري.

دراسة عبدا لحق وآخرون (2010) هدفت الدراسة التعرف إلى أثر برنامج تدريبي لتطوير اللياقة البدنية على تحسين الإدراك الحس حركي لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية ، لتحقيق ذلك تكون عينة الدراسة من (16) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي بالأسلوب القياسي القبلي والبعدي لمجموعة واحدة، للتعرف على مدى تأثير برنامج اللياقة البدنية على تحسين بعض متغيرات الإدراك الحس حركي حيث أظهرت إحساس القوة العضلية للقبضة ، الإحساس بالزمن، الإحساس بالمسافة، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر فعال للبرنامج المستخدم للياقة البدنية على تحسين مستوى اللياقة البدنية لدى الطالبات، وكذلك تحسين مستوى متغيرات الإدراك الحس حركي لديهن، كما أظهرت النتائج انخفاض الخطأ في التقدير

لهذه المتغيرات لدى أفراد عينة الدراسة. و قد أوصى الباحثون بضرورة التأكيد على أهمية اللياقة البدنية قبل البدء بتعليم المهارات الحركية واستخدام البرنامج المقترح لتطوير اللياقة البدنية و متغيرات الإدراك الحس حركي لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. و اجرى عباس (2008) دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الادراكية الحس حركية وبعض عناصر اللياقة البدنية والصفات المهارية لدى لاعبي الريشة الطائرة، استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته، تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (24) لاعب، واستخدم الوسائل الإحصائية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون)، اثبتت نتائج الدراسة ضعفا واضحا لدى عينة الدراسة في القوة الانفجارية للذراعين وضعف اختبار الاحساس بالوثب الأفقي هذا ينعكس على سوء تنفيذ الواجبات الحركية المتعلقة بالمهارات الاساسية باللعبة وبالأخص الضرب الساحق الذي يحتاج الى قوة انفجارية للذراعين وبالأخص الذراع الضاربة، وكذلك ضعف الاحساس بالفراغ الخط الرأسي وهذا ما يدل على ضعف الاحساس بدقة توجيه الريشة (الاداة) في اماكن الدقة من الملعب والتي تكون على جانبي الملعب وايضاً في اماكن تحت الشبكة في ملعب الخصم.

التعليق على الدراسات السابقة:-

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة استفاد الباحثون منها في:

- طريقة اختيار منهج الدراسة.
- طرق اختيار اختبارات الإدراك الحس - حركي.
- الاستعانة بالدراسات السابقة في ربط نتائجها بالدراسة الحالية.
- الدراسات السابقة تطرقت للإدراك الحس - حركي ، بينما الدراسة الحالية حاولت العلاقة بين الإدراك الحس حركي والسمنة لدى تلاميذ المدارس التعليم الاساسي بمدينة المكلا. وأيضا اختلفت في الدراسات السابقة عنها في الدراسة الحالية.

اجراءات الدراسة

منهج الدراسة:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة مرحلة التعليم الاساسي بمدارس مدينة المكلا بمحافظة حضرموت البالغ عددها 15 مدرسة. وتكونت عينة الدراسة من (259) طالباً، اختيروا بالطريقة العمدية (15) طالباً من كل مدرسة والجدول الاتي يوضح المدرسة ونوعها:

جدول رقم (1) يوضح اسماء المدارس ونوع المدرسة واعداد عينة الدراسة
(ن=259)

الرقم	المدرسة	العدد	نوع المدرسة
1	مدرسة بقریان	16	حكومي
2	مدرسة مكارم الاخلاق	15	حكومي
3	مدرسة عبدالله السلال	15	حكومي
4	مدرسة الجماهير	15	حكومي
5	مدرسة عثمان بن عفان	15	حكومي
6	مدرسة ابي ذر الغفاري	16	حكومي
7	مدرسة 30 نوفمبر	15	حكومي
8	مدرسة مجمع السعيد	16	اهلية
9	مدرسة عمر علي غيث	15	حكومية
10	مدرسة حضرموت العالمية	15	اهلية

اهلية	16	مدرسة المكلا الحديثة	11
اهلية	15	مدرسة ناصر لوتاه	12
اهلية	15	مدرسة المجد النموذجية	13
حكومية	15	مدرسة الهدى	14
حكومية	15	مدرسة 14 أكتوبر	15
	259	الاجمالي	

الاجهزة والادواتالمستخدمة في الدراسة

استخدم الباحثون الأجهزة والأدوات الآتية :

- ميزانا طبيا
- استمارة تسجيل بعض المتغيرات الحس- حركي .
- شريط قياس (5م)لقياس الطول
- كرسي، حائط مدرج
- طباشير، مسطر، صافره، قطعة قماش كرات تنس
- ساعة توقيت الكترونيه
- قوائم خشبيه بارتفاع (150)

مؤشر كتلة الجسم: [Body Mass Index(BMI)] ملحم (1999:185):

تعتبر اكثر الطرق سهولة التي يمكن من الاستدلال على نسبة الدهون المتراكمة على الجسم

وتستخدم المعادلة :

الوزن بالكيلو غرام

الطول (بالمتر)²

= مؤشر كتلة الجسم

ويعتبر المؤشر الكتلة في حدوده الطبيعية إذا كان لا يزيد عن 25 للرجال و 27 للسيدات

والجدول التالي يبين المعدلات الطبيعية والغير طبيعية لهذا المؤشر :

التصنيف	الرجال	السيدات
نسبة منخفضة	18.9 – 17.9	17.9 – 15.0
نسبة جيدة	24.9 – 19.0	24.4 – 18.0
بدين	27.7 – 25.0	27.2 – 24.5
سمين	27.8 فما فوق	27.3 فما فوق

الاختبارات (الحس - الحركي):

الاختبار الاول	الاحساس بالقدم المسيطرة.	المرجع	(عباس، 2008؛ النعيمات، 1995)
الهدف من الاختبار	قياس قدرة القدم المسيطرة على الاحساس بالمسافة الجانبية.		
الادوات المستخدمة	شريط قياس - قطعه قماش لعصب العينين.		
إجراءات الاختبار	<p>✓ يرسم خطان على الارض المسافة بينهما (29,4 سم).</p> <p>✓ يقف المختبر بحيث تكون قدمه المسيطرة موازية للخط الايسر ,اي قدمه اليمنى مثلا قربه وموازية للخط الايسر ,ويترك للمختبر فرصه تقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عيناه.</p> <p>✓ يقوم المختبر وهو معصوب العينين بنقل قدمه اليمنى جانبا الى الخط الثاني (الخط الايمن) والذي يبعد بمسافه (29,4 سم) عن الخط الاول(الخط الايسر) مع محاولة وضع القدم اليمنى على الحافه الخارجية للخط الثاني.</p>		
طريقة التسجيل	<p>✓ تحسب المسافة من القدم حتى الحافه الخارجية للخط الثاني.</p> <p>✓ يعطي المختبر ثلاث محاولات بحيث يسجل له مجموع المحاولات الثلاثة والتي تمثل مجموع الاخطاء في المحاولات الثلاث(تجمع المحاولات وتقسّم على 3).</p> <p>✓ تدل دقه نقل احدى القدمين جانبا للمسافة المحددة مسبقا على ارتفاع مستوى الاحساس شريطه عدم استخدام حاسة البصر.</p>		

الاختبار الثانية	اختبار الاحساس بمسافة الوثب الافقي	المرجع	(عباس، 2008؛ النعيمات، 1995)
الهدف من الاختبار	قياس القدرة على الاحساس بمسافة الوثب الافقي (إلى الامام)		
الادوات المستخدمة	شريط قياس _ قطعة قماش لعصب العينين		
اجراءات الاختبار	<p>✓ يرسم على الارض خطين متوازيين المسافة بينهما (5,58) سم يخصصا احدهما للبدء (خط البداية) والاخر كهدف (خط الهدف).</p> <p>✓ يقف المختبر خلف خط البدء مواجهاً لخط الهدف بحيث تكون قدماه خلف خط البدء مباشرة.</p> <p>✓ يترك المختبر لتقدير بعد مسافة خط الهدف عنه ثم تعصب عيناه ويترك في هذا الوضع لمدة خمس ثوان.</p> <p>✓ يقوم المختبر بالوثب بالقدمين معا من خط البدء الى الامام لمحاولة الوصول الى خط الهدف بحيث يلامس الخط الثاني.</p>		
طريقة التسجيل	<p>✓ تحسب المسافة من القدم حتى الحافة الخارجية للخط الثاني.</p> <p>✓ يعطي المختبر ثلاث محاولات بحيث يسجل له مجموع المحاولات الثلاثة والتي تمثل مجموع الاخطاء في المحاولات الثلاث (تجمع المحاولات وتقسّم على 3).</p> <p>✓ تدل دقه نقل احدى القدمين جانبا للمسافة المحددة مسبقا على ارتفاع مستوى الاحساس شريطه عدم استخدام حاسة البصر.</p>		

الاختبار الثالث	اختبار الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي	المرجع	(عباس، 2008؛ النعيمات، 1995)
الهدف من الاختبار	الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي		
الادوات المستخدمة	كرة تنس صغيرة - قطعة قماش لعصب العين - شريط قياس		
اجراءات الاختبار	<p>✓ يرسم خطين المسافة بينهما (5,122 سم) ويقوم المختبر برمي الكرة بكلتا اليدين من خلف خط الرمي وتكون عيناه معصوبتين بعد إعطائه فرصه لتقدير المسافة بالنظر.</p>		
طريقة التسجيل	<p>✓ يتم تسجيل المسافة بين مكان سقوط الكرة والخط الثاني.</p> <p>✓ يعطي المختبر ثلاث محاولات ويحسب له مجموعها ويقسم على ثلاث.</p>		

الاختبار الرابع	اختبار الاحساس بفرغ الخط الراسي	المرجع (عباس، 2008؛ النعيمات، 1995)
الهدف من الاختبار	قياس الاحساس الحركي للذراعين في حركات راسيه	
الادوات المستخدمة	مسطره -قطعه قماش لعصب العينين-شريط قياس	
اجراءات الاختبار	✓ يرسم خطين المسافة بينهما (122,5 سم) ويقوم المختبر برمي الكره بكلتا اليدين من خلف خط الرمي وتكون عيناه معصوبتين بعد إعطائه فرصه لتقدير المسافة بالنظر.	
طريقة التسجيل	✓ يتم تسجيل المسافة بين مكان سقوط الكره والخط الثاني. ✓ يعطي المختبر ثلاث محاولات ويحسب له مجموعها يقسم على ثلاثة.	

الاختبار الخامس	اختبار الاحساس بمسافة الوثب العمودي	المرجع (عباس، 2008؛ النعيمات، 1995)
الهدف من الاختبار	قياس القدرة على الاحساس بمسافة الوثب العمودي	
الادوات المستخدمة	حائط مدرج بارتفاع مناسب -قطعة طباشير -قطعة قماش لعصب العينين	
اجراءات الاختبار	✓ يقوم المختبر برفع الذراع المسيطر على كامل امتدادها لعمل علامه بالأصابع على الحائط ويجب ملاحظة عدم رفع الكعبين من على الارض ويسجل الرقم الذي تم وضع العلامة امامه. ✓ من وضع الوقوف يمرحح المختبر الذراعين اماما عاليا ثم اماما اسفل خلفا مع ثني الركبتين نصفاً ثم مرجحتهما اماما عاليا مع فرد الركبتين للوثب العمودي الى الاقصى مسافه يستطيع الوصول اليها لعمل العلامة الثانية بأصابع اليد المسيطرة وهي على كامل امتدادها.	
طريقة التسجيل	✓ -يتم حساب المسافة بين العلامة الاولى والعلامة الثانية فلنفرض ان قراءة العلامة الاولى كانت (220 سم) وقراءة العلامة الثانية كانت (260 سم) هذا يعني ان المختبر قد قفز (40 سم) وهذا يعبر عن مقدار ما يتمتع به المختبر من القدرة العضلية مقاسا بالسنتيمتر. ✓ يعطي المختبر محاولتين وتسجل له افضلهما. ✓ -نطلب من المختبر ان يقفز (50٪) من قدرته العضلية (اي يلامس العلامة التي تشير الى 240 سم) وهي معصوب العينين بعد اعطائه فرصه لتقدير المسافة بالنظر. ✓ -يعطي المختبر ثلاث محاولات ويسجل له مجموعها (تجمع ثلاث محاولات) وتقسّم على (3).	

الاختبار السادس	الاحساس بالفراغ الخط الافقي .	المرجع (عباس، 2008؛ النعيمات، 1995)
الهدف من الاختبار	قياس الاحساس بالحركة الأفقية للذراعين.	
الادوات المستخدمة	مسطرة - قطعها كما شلغص العيينين.	
اجراءات الاختبار	<p>✓ توضع المسطرة بوضع افقي على الحائط بحيث يكون طرفها السفلي على ارتفاع من الارض.</p> <p>✓ يوازي مستوى النظر للمختبر وهي في وضع الجلوس على المقعد توضع علامه معينه على المسطرة.</p> <p>✓ يجلس المختبر على المقعد موازيا للحائط يترك فرصه لتقدير نقطه العلامه المرسومة على المسطرة ثم تعصب العيينين.</p> <p>✓ يطلب من المختبران تشير بسبابتها اليمنى الى العلامه المحدد على المسطرة أي محاوله وضع السبابه على العلامه مباشره علان يتم ذلك بدون تدريب سابق.</p>	
طريقة التسجيل	<p>✓ يتم تسجيل المسافة للمختبر بين مكان ملامسه سبابتها للمسطرة والعلامه المرسومة على المسطرة الى اقرب ربع بوصه.</p> <p>✓ تمنح للمختبر ثلاثة محاولات ويسجل لها مجموعها.</p>	

الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثون الوسائل الاحصائية الآتية:-

- النسبة المئوية. - الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - اختبارات للعينات

المستقلة.

- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

عرض النتائج ومناقشتها

أولاً: عرض نتائج التساؤل الأول

نص هذا السؤال على: ما مستوى العلاقة بين الادراك الحس - حركي والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا؟.

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط لمستوى الادراك الحس - حركي والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا، حيث كانت كما هي موضحة في الجدول رقم (2).

جدول (2) يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الادراك

الحس - حركي

والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا (ن=259)

ت	الاختبار	وحدة القياس	بدين ن=132	سمين ن=127
			س ± ع	س ± ع
1	الاحساس بالقدم المسيطرة	سم	4.58 ± 2.99	6.81 ± 4.47
2	الاحساس بمسافة الوثب الافقي	سم	4.40 ± 2.89	11.14 ± 6.35
3	الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي	سم	11.45 ± 8.06	13.31 ± 10.34
4	الاحساس بفراغ الخط الراسي	سم	5.86 ± 6.51	9.73 ± 9.89
5	الحساس بمسافة الوثب العمودي	سم	7.82 ± 7.96	15.93 ± 12.71
6	الاحساس بالفراغ الخط الافقي	سم	7.32 ± 3.18	8.29 ± 4.06

يبين الجدول رقم (2) قيم الاوساط الحسابية لاختبارات (الاحساس بالقدم المسيطرة، الاحساس بمسافة الوثب الافقي، الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، الاحساس بفراغ الخط الراسي، الاحساس بمسافة الوثب العمودي، الاحساس بالفراغ الخط الافقي) لطلبة البدينين بلغت (2.99، 2.89، 8.06، 6.51، 7.96، 3.18، 7.32 سم) بانحرافات معيارية قدرها (4.58، 4.40، 11.45، 5.86، 7.82، 7.32 سم) وحسب الترتيب، في

حيناً اختبارات (الاحساس بالقدم المسيطرة، الاحساس بمسافة الوثب الافقي، الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، الاحساس بفراغ الخط الراسي، الاحساس بمسافة الوثب العمودي، الاحساس بالفراغ الخط الافقي) لطلبة السمن بلغت قيم الاوساط الحسابية (4.47، 10.34، 6.35، 9.89، 12.71، 4.06 سم) وبانحرافات معيارية قدرها (8.29، 15.93، 9.73، 13.31، 11.14، 6.81) وحسب الترتيب.

وللتعرف على مستوى العلاقة بين الادراك الحس - حركي والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا، قام الباحثون بحساب معامل الارتباط للاختبارات السابقة الذكر، حيث كانت كما هي موضحة في الجدول رقم (3).

جدول رقم (3) يوضح علاقات الارتباط بين الاختبارات الادراكية الحس - حركية والسمنة لدى بعض تلاميذ التعليم الاساسي بمدينة المكلا (ن=259)

الاختبارات	الاحساس بالقدم المسيطرة	الاحساس بمسافة الوثب الافقي	الاحساس بالخط الراسي	الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي	الاحساس بفراغ الخط الراسي	الاحساس بمسافة الوثب العمودي	الاحساس بالفراغ الخط الافقي
معامل الارتباط	0.165**	0.164**	0.096	0.179**	0.150*	0.039	
مستوى الدلالة	0.008	0.008	0.125	0.004	0.016	0.536	
معنى الدلالة	دال	دال	غير دال	دال	دال	غير دال	

** دال عند مستوى 0.01 * دال عند مستوى 0.05

من الجدول المرقم (3) يتضح وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من اختبار الاحساس بالقدم المسيطرة والسمنة، اذ بلغ معامل الارتباط المحتسبة (0.165) عند مستوى الدلالة (0.008)، عند نسبة خطأ ($\alpha = 0.01$)، كما يتضح من الجدول ذاته وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من اختبار الاحساس بمسافة الوثب الافقي والسمنة اذ بلغ معامل الارتباط المحتسبة

(0.164)، عند مستوى الدلالة (0.008) ، عند نسبة خطأ ($\alpha = 0.01$). اما اختبار الاحساس بفراغ الخط الراسي فقد اظهرت النتائج وجود ارتباط معنوي بينها وبين السمنة اذ بلغ معامل الارتباط المحسبه (0.179) عند مستوى الدلالة (0.004) ، عند نسبة خطأ ($\alpha = 0.01$)، اما اختبار الاحساس بمسافة الوثب العمودي فقد اظهرت النتائج وجود ارتباط معنوي بينها السمنة، اذ بلغ معامل الارتباط المحسبه (0.150) وعند مستوى الدلالة (0.016) ، عند نسبة خطأ ($\alpha = 0.05$). اما الاختبارات الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي والاحساس بالفراغ الخط الافقيا توجد دلالة احصائية ، حيث بلغ معامل الارتباط المحسبه (0.039؛0.096) وعند مستوى الدلالة (0.536؛0.125) حسب الترتيب.

ثانياً: عرض نتائج التساؤل الثاني:

نص هذا السؤال على: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين الاوساط الحسابية لمستوى الادراك الحس - حركي بين البدناء والمفرطين في السمنة على المتغيرات قيد الدراسة يعزى لمستوى السمنة (بدين ، سمين)؟.

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات واختبار "ت" للمقنات المستقلة لمستوى الادراك الحس - حركي بين البدناء والسمنة على المتغيرات قيد الدراسة يعزى لمستوى السمنة (بدين ، سمين)، حيث كانت كما هي موضحة في الجدول (4).

جدول رقم (4) يبين دلالة الفروق الإحصائية لمستوى الادراك الحس - حركي وبين

البدناء والمفرطين في السمنة على المتغيرات قيد الدراسة يعزى لمستوى السمنة

ت	الاختبار	وحدة القياس	بدين	سمين	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	معنى الدلالة
			ن=132	ن=127			
			س ± ع	س ± ع			
1	الاحساس بالقدم المسيطرة	سم	4.58± 2.99	6.81±4.47	*- 2.035	0.043	دال

2	الاحساس الافقي	بمسافة الوثب	سم	4.40 ± 2.89	11.14 ± 6.35	*- 3.270	0.001	دال
3	الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي		سم	11.45 ± 8.06	13.31 ± 10.34	- 1.475	0.141	غير دال
4	الاحساس الراسي	بفراغ الخط	سم	5.86 ± 6.51	9.73 ± 9.89	*- 3.370	0.001	دال
5	الاحساس العمودي	بمسافة الوثب	سم	7.82 ± 7.96	15.93 ± 12.71	*- 3.025	0.003	دال
6	الاحساس الافقي	بالفراغ الخط	سم	7.32 ± 3.18	8.29 ± 4.06	- 0.908	0.364	غير دال

*قيمة "ت" الجدولية (1.645) عند درجة الحرية ن=257

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغيرات وخاصة (الاحساس بالقدم المسيطرة، الاحساس بمسافة الوثب الافقي، الاحساس بفراغ الخط الراسي، الاحساس بمسافة الوثب العمودي) حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (-2.035، -3.025، -3.370، 3.270) حسب الترتيب، عند مستوى معنوية ($\alpha \geq 0.05$) بين اختبارات الحس - الحركي والبدناء والمفترين بالسمنة ولصالح البدناء، بينما اختبارات الحس الحركي (الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، الاحساس بالفراغ الخط الافقي) حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (-0.908، -1.475) حسب الترتيب، لم تكن هناك فروق ذات دلالة احصائية في متغير خطا ادراك الزمن عند مستوى معنوية ($\alpha \geq 0.05$).

مناقشة النتائج:

اظهرت نتائج الجدول وجود ارتباطات معنوية وكما يأتي :

وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين كل اختبارات الادراك الحس - الحركي والسمنة، (الاحساس بفراغ الخط الراسي ، الاحساس بالقدم المسيطرة، الاحساس بمسافة الوثب الافقي، الاحساس بمسافة الوثب العمودي) وعلى التوالي (0.165؛ 0.164؛ 0.179؛ 0.150) وقد يعزو الباحثون ذلك الى ان البدنين والمفترين في

السمنة لها تأثير كبير هذه الاختبارات بسبب عدم قدرة التلميذ من أداء الاختبارات بشكل اسهل عن الشخص الطبيعي الذي يتمتع بصحة جيدة ووزنه في الحدود الطبيعية بحسب المعيار المشار إليه سابقاً، ادى الى وجود مثل هذا الارتباط اذ يحتاج التلميذ الى الادراك الصحيح لكي يمارس حياته الطبيعية واداء الأنشطة الرياضية، لذا لا بد من التخفيف من الوزن من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية التي بدورها تساعد على الاحتفاظ بمستوى الوزن الطبيعي، حيث يؤكد كلان من ماتيفيف(1995) و بلانوف (1994) و شيفرد (1999) و (Matveev, 1995)، (Platonov, 1994، Shephard, 1999)، بأن الأنشطة الرياضية تعتبر إحدى المكونات الأساسية لصحة الفرد حتى تمكنه من أداء متطلبات الحياة ووظائفها على أكمل وجه، وذلك نظراً لارتباطها ألطردى بالصحة والشخصية والقوام، ويؤكد ايضاً ذلك نتائج دراسة ثومبسون وآخرون (Thompson, at el, 2005) انعدم ممارسة التلميذ الأنشطة الرياضية لفترات طويلة التي تؤدي بشكل سلبي على الوزن والصحة واعاقته عن ممارسة كثير من الأنشطة الرياضية، وهذا تتفق مع دراسة كلا من أحمد وآخرون (2012) وعبدالحق وآخرون (2010).

ويبين الجدول رقم (3) ايضاً عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من اختبار (الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، الاحساس بالفراغ الخط الافقي) والسمنة، ويعزو الباحثون ذلك بان قدرة التلميذ على الاحساس بالفراغ الافقي لا تتأثر بالوزن وذلك لان التلميذ اثناء جلوسه لفترات طويلة دون الحركة او اي نشاط رياضي جعلته يستطيع الادراك في الافق، وهذه النتيجة تتفق ايضاً مع دراسة أحمد وآخرون (2012).

ويشير الجدول رقم (4) وجود فروق دالة لبعض اختبارات الادراك الحس - الحركي ونوع السمنة (بدين، سمين) ويعزو الباحثون سبب ذلك هو التباين والفرق الواضح بين وزن الواضح بين البدنين والمفرطين في السمنة وصعوبة اداء الاختبارات لبعض التلاميذ المفرطين في السمنة مقارنة بالتلاميذ البدناء والذي اصبح عائقاً. ونتائج هذه الدراسة تتفق مع ما توصل اليه الصبان وآخرون(2015) وبطايينة (2013) .

الإستنتاجات و التوصيات :

الإستنتاجات :

- ان الادراك الحس - الحركي له علاقة ارتباطية بالسمنة وخاصة الاحساس بفراغ الخط الراسي ، الاحساس بالقدم المسيطرة، الاحساس بمسافة الوثب الافقي، الاحساس بمسافة الوثب العمودي ولا توجد علاقة ارتباطية الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، الاحساس بالفراغ الخط الافقي.
- ان الادراك الحس - الحركي يوجد فروق بين البدناء والمفرطين في السمنة ولصالح البدناء.

التوصيات:

- التأكيد على وضع أنشطة رياضية التي تعمل التخفيف من الوزن وايضا تزيد من الاحساس بالفراغ الافقي في حركات الرمي، الاحساس بالفراغ الخط الافقي.
- العمل على اجراء بحوث ودراسات متشابهة على عينات والعب اخرى
- اجراء الاختبارات الدورية التي تتناول الادراك الحس - حركي والعمل على تقويمها

المراجع:

- احمد، زهرة شهاب وداود، سوزان سليم و سلمان، اياد صالح. (2012). دراسة التوافق الحركي والإدراك الحس-حركي وعلاقتها بمستوى الأداء لمهارات الجمناستيك الفني للنساء. مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، المجلد 24، العدد2، ص: 151-171.
- بطاينة، احمد سالم وعطيات، خالد محمد وحتاملة، مازن رزق والخزاعلة، وصفي محمد. (2013). الإدراك الحس حركي وعلاقته بالاحتفاظ بدقة الثبات الحركي على جهاز الدراجة الهوائية الثابتة. مجلة الدراسات العلوم التربوية الجامعة الاردنية المجلد(40) ، العدد (1)، ص: 232-240.
- سلامة، ابراهيم احمد . (2000). المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية. دار الفكر العربي، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- سهام محمد النعيمات. (1995). العلاقة بين متغيرات الادراك الحس-حركي ومستوى الاداء المهاري على اجهزه جمباز السيدات لطالبات كلية التربية الرياضية, رسالة ماجستير غير منشوره, الجامعة الأردنية.
- الصبان، هادي سالم وحسن، عدي جاسب والشرع، آيات مصطفى. (2015). دراسة مقارنة الادراك الحس - حركي لبعض القدرات البدنية لدى تلاميذ مدارس التعليم الاساسي الحكومية والاهلية. مجلة جامعة حضرموت للعلوم الإنسانية، (مقبول للنشر).
- عبد الحافظ، عبدالباسط مبارك . (2013). السلوك الحركي من التعلم الى الاداء. دار جهينة للنشر والتوزيع، عمان. الاردن.
- عبدالحق، عماد وأبو جعب، إيمان وعبدالحق، ايرينا . (2010). اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير اللياقة البدنية على تحسين الإدراك الحس حركي لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الانسانية، المجلد (24)، العدد (6)، ص: 1615-1630.
- علاونه، شفيق. (2001). سيكولوجية النمو الانساني الطفولة، دار الفرقان للنشر والتوزيع، اريد، الاردن.

عباس، إيمان نجم الدين .(2008). الإدراك الحس- حركي وعلاقته ببعض عناصر اللياقة البدنية والصفات المهارية لدى لاعبي الريشة الطائرة، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد (1)، العدد (9)، ص: 178-210.

عوف، أحمد محمد .(2015). كتاب أمراض شائعة وعلاجها، الكيلاني، هاشم .(2005). التربية الحركية في رياض الأطفال. دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، المجلد (32)، العدد(21)، عمان ص: 62-74.

محمد، عبدالرحمن محمد و سلمان ، حيدر مهدي وخضير، غزوان كريم(2012) علاقة الإدراك الحس - الحركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية بسلاح الشيش لطلاب كلية التربية الرياضية. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد (12)، العدد (1)، ص: 227-244.

ملحم، عائد فضل.(1999). الطب الرياضي والفسولوجي: قضايا ومشكلات معاصرة. إريد: دارالكندي للنشر والتوزيع، الاردن.

Huitt, W. (2011, .<http://www.your-doctor.net/article.aspx?id=636>.(2015). موقع طبيبك (July). **A holistic view of education and schooling**: Guiding students to develop capacities, acquire virtues, and provide service. Revision of paper presented at the 12Th Annual International Conference sponsored by the Athens Institute for Education and Research (ATINER), May 24-27, Athens, Greece. Retrieved from Matveev L.P. (1998). **Oat Theories Sportivnoi Trenirovki k obzsei Theories Sports**. Theory and practical, Physical Culture publishers, V(5), N.(8), Moscow. Platonov, V,A. (1994). **A book for Physical Education Institutes, Physical and Sport**, Physical Culture publishers, Kiev. Schmidt R. Second edition Human Kinetics . (2000). **Motor Learning and performance** Published. United Kingdom. Shephard, Y. (1999). **Relationship between Perception of physical Activity and Health Related Fitness**, Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 35(3), 149-158. Thompson AM, Rehman . **Factors influencing physical activity in children)2005(LA, Humbert ML. and youth: A qualitative study**