



الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -  
معهد العلوم و التقنيات البدنية و الرياضية  
قسم: التربية و علم الحركة



مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

**تدريس حصة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات  
التربوية في ظل جائحة الكورونا**

تحت إشراف الدكتور

ا.د. عطاء الله احمد

من إعداد الطالب :

ناصر محمد الامين

فريج كمال

السنة الجامعية 2021/2020

# إهداء

إلى من قال فيهما المولى عزوجل "وقل ارحمهما كما ربياني صغيرا "

إلى مثلى الأعلى و قدوتي الأولى الى الذي مهما فعلت فلن أرد له جزءا من عمله إليك يا  
من غمرتني بنصائحك " أبي العزيز " حفظه الله والى التي سهرت على راحتى و سعادتي  
إلى فيض الحنان و منبع المحبة إلى التي أول من نطق بها لساني "أمي العزيزة" حفظها الله  
إلى سندي في هذه الحياة إلى اللذين سعادتهم في سعادتي و حزنهم في حزني إلى شموع  
البيت إخوتي الأعزاء و أخواتي العزيزات و إلى كل الأحباب و الأصدقاء إلى كل من سهر  
على تعليمي من معلمين و أساتذة في جميع الأطوار والى كل من جمعتني بهم الأيام و

مقاعد الدراسة

ناصر محمد الأمين

# إهداء

الحمد لله حمدا كثيرا، والصلاة والسلام على من لا شفيح سواه المصطفى  
الكريم السراج المنير وعلى اله وأصحابه أبرار، عليه أزكى الصلاة والتسليم.

أهدي ثمرة جهدي إلى من بها أكبر وعليها أعتمد إلى شمعة موقدة تثيرظلمة  
حياتي، إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان والتفاني، إلى بسملة الحياة وسر  
الوجود إلى من كان دعاؤها سر نجاحي والتي لا تسعها كل عبارات الشكر والثناء  
والتقدير والاحترام " أمي حفظها الله".

إلى من علمني العطاء بدون انتظار، إلى من حملت اسمه بكل افتخار، إلى  
من لايمكن للكلمات أن توفي حقه إلى من عمل بكد في سبيلي وعلمني معنى  
الكفاح وأوصلني إلى ما أنا عليه "أبي حفظه الله".

إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد في إعداد هذه المذكرة وفي الأخير  
نسأل الله أن يتقبل منا هذا العمل خالصا لوجهه الكريم، وأن يجعل عملنا هذا نفعا  
يستفيد منه جميع الطلبة المقبلين على التخرج.

فريج كمال

# التشكر

الحمد لله تعالى نحمده و نشكره على توفيقه لنا إلى أن أكملنا هذا العمل المتواضع لتظهر  
ثمرة الجهد المبذول وبأطيب العرفان وجزيل الامتنان لا يسعنا إلا أن نتوجه بالشكر الخالص  
والخاص إلى الذي لم يبخل علينا بجهد وقدم لنا يد المساعدة و العون فكان ثمرة هذا الجهد  
مدعما بشكل كبير منه الأستاذ الدكتور المشرف "عطاء الله احمد " فتقبل منا جزيل الاحترام  
والتقدير كما لا ننسى تقديم الشكر إلى كل من ساعدونا في انجاز هذا العمل سواء من  
قريب أو بعيد كما نتقدم بالشكر إلى أساتذة معهد التربية البدنية بجامعة مستغانم والى كل  
من شجعنا ولو بكلمة طيبة شكرا.

## قائمة المحتويات

٥

٤

1.....	المقدمة
5.....	1 الإشكالية
7.....	2 التساؤلات
7.....	3 -الفرضيات
8.....	4 أهداف الدراسة
9.....	5 أهمية الدراسة
9.....	6 أسباب إختيار الموضوع
10.....	7 للمصطلحات والمفاهيم
11.....	8 للدراسات السابقة والمثابهة

### الباب الأول:الدراسة النظرية

#### الفصل الأول:الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي

16.....	تمهيد
17.....	1 تعريف النشاط البدني المدرسي
18.....	2 للعوامل المؤثرة على الرياضة المدرسية
19.....	3 تقسيمات النشاط البدني المدرسي

- 4 خصائص النشاط البدني المدرسي ..... 20
- 5 دور الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي..... 20
- 6 أدوار النشاط المدرسي لدى المراهق ..... 21
- 7 دور الأستاذ في النشاط البدني و الرياضي ..... 22
- 8 دور الأستاذ نحو أوجه النشاط في البرنامج التعليمي..... 22
- 9 -الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي المدرسي ..... 24
- 10 - الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في مرحلة الثانوية..... 26

### الفصل الثاني:الصحة في الوسط المدرسي

- تمهيد..... 34
- 11 - تداعيات جائحة كورونا ..... 35
- 12 - أهمية الممارسة الرياضية في ظل جائحة كورونا ..... 36
- 13 - العلاج والوقاية..... 36
- 14 - إجراءات الوقاية النفسية في مواجهة فيروس كورونا كوفيد-19..... 39
- 15 - تأثير ممارسة الرياضة على فيروس كورونا.. واللقاحات ..... 40
- 16 - إرشادات منظمة الصحة العالمية بشأن ممارسة الرياضة في هذه الظروف
- الاستثنائية..... 41

## الباب الثاني: الدراسة الميدانية

### الفصل الأول: منهجية البحث والاجراءات الميدانية

- 1 منهج البحث ..... 42
- 2 عينة البحث ..... 43
- 3 متغيرات البحث ..... 43
- 4 مجالات البحث ..... 43
- 5 أدوات البحث ..... 44
- 6 الأسس العلمية لأدوات البحث ..... 46

### الفصل الثاني: تحليل ومناقشة النتائج

- 7 تحليل النتائج ..... 49
- 8 -استنتاجات ..... 86
- 9 مناقشة فرضيات البحث ..... 86
- 10 - اقتراحات وتوصيات ..... 89
- 11 - خاتمة ..... 90
- الملاحق .....

..... قائمة المراجع

### قائمة الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
01	الاستبيان باللغة العربية	
02	قائمة الأساتذة المحكمين	

## قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
أ	جدول يوضح صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول	49
ب	جدول يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني	50
ت	جدول يبين ثبات وصدق أداة الدراسة	52
01	جدول يوضح كيفية التخطيط للدرس في الظروف الاستثنائية	52
02	جدول يوضح ما مدى كفاية التوقيت المبرمج للحصة	53
03	جدول يوضح كيفية استخدام الوسائل المتاحة في المؤسسة	54
04	جدول يبين ما مدى استخدام التلاميذ للوسائل التعليمية	56
05	جدول يبين كيفية تحقيق التباعد للوقاية من المرض	57
06	جدول يبين الاحتياطات اللازمة لتفادي اي عدوى	58
07	جدول يبين التقيد بالبروتوكول الصحي لتحقيق الهدف من الحصة	59
08	جدول يبين تغيير الحجم الساعي للحصة وهل له اثر على تقدم البرنامج	60
09	جدول يبين كيفية العمل بالأفواج وهل له اثر على تقدم البرنامج	61
10	جدول يبين ما مدى تكيف البرنامج وفق البروتوكول الصحي	62
11	جدول يبين استخدام النشاطات الجماعية في ظل هذه الظروف	63
12	جدول يبين الغاء النشاطات الجماعية من البرنامج	64
13	جدول يبين المستلزمات الوقائية متوفرة للأستاذ أو لا(معقم قناع قفازات .....	65
14	جدول يبين الميادين و الساحات الكافية لاجراء الحصة بأريحية	66
15	جدول يبين طريقة العمل بالأفواج وما مدى نجاحها	67
16	جدول يبين هل عدد التلاميذ بالفوج الواحد يساعد على العمل بأريحية	68
17	جدول يبين تطبيق البروتوكول الصحي على التلاميذ من الناصحة التعليمية	69
18	جدول يبين ما مدى نجاح فكرة اجراء حصة كل 15 يوم اثر على مستوى التلميذ	70
19	جدول يبين ما مدى احترام تطبيق الاجراءات الصحية من قبل التلاميذ جدول	71



	يبين ما مدى تحقيق التباعد البدني اثناء تنفيذ الدرس	
72	جدول يبين ما مدى تقيد الاستاذ بالاجراءات الوقائية	21
74	جدول يبين تحديد فضائات العمل الخاصة بالأستاذ	22
75	جدول يبين ما مدى توفر مستلزمات الوقاية (معقم جهاز قياس الحرارة كمادات ) عند كل حصة	23
76	جدول يبين ما مدى تقيد التلاميذ الممارسين والغير ممارسين بالاجراءات الوقائية	24
77	جدول يبين كيفية تقسيم التلاميذ الى مجموعات مغلقة اي صغيرة دون الاختلاط بينهما اثناء الدرس او اثناء الالعاب الرياضية	25
78	جدول يبين تنظيم مساحة اللعب	26
79	جدول يبين مامدى محافظة الأستاذ على نظافة محيطه بعد القايم بالحصة	27
80	جدول يبين اختيارات الاستاذ لقاعات التدريس للقيام بالحصة	28
81	جدول يبين مامدى ضمان التهوية المناسبة عند استعمال القاعة الرياضية	29
82	جدول يبين مامدى استجابة التلاميذ لكلام الاستاذ	30
83	جدول يبين عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس	31
84	جدول يبين كيفية اختيار الأنشطة البدنية الخاصة بتحقيق الهدف من الحصة	32

## قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفة
01	يوضح الشكل البياني كيفية التخطيط للدرس في الظروف الاستثنائية	53
02	يوضح الشكل البياني كفاية التوقيت المبرمج للحصة	54
03	يوضح الشكل البياني كيفية استخدام الوسائل المتاحة في المؤسسة	55
04	يوضح الشكل البياني مامدى استخدام التلاميذ للوسائل التعليمية	56
05	يوضح الشكل البياني التباعد للوقاية من المرض	57
06	يوضح الشكل البياني الاحتياطات اللازمة لتقادي أي عدوى	58
07	يوضح الشكل البياني التقيد بالبروتوكول الصحي لتحقيق الهدف من الحصة	59
08	يوضح الشكل البياني تغيير الحجم الساعي للحصة وهل له اثر على تقدم البرنامج	60
09	يوضح الشكل البياني كيفية العمل بالأفواج وهل له اثر على تقدم البرنامج	61
10	يوضح الشكل البياني ما مدى تكييف البرنامج وفق البروتوكول الصحي	62
11	يوضح الشكل البياني استخدام النشاطات الجماعية في ظل هذه الظروف	63
12	يوضح الشكل البياني إلغاء النشاطات الجماعية من البرنامج	64
13	يوضح الشكل البياني ال مستلزمات الوقاية متوفرة للأستاذ أو لا (معقم قناع قفازات .....	65
14	يوضح الشكل البياني الميادين و الساحات الكافية لإجراء الحصة بأريحية	66
15	يوضح الشكل البياني طريقة العمل بالأفواج وما مدى نجاحها	67
16	يوضح الشكل البياني ما مدى نجاح فكرة التفويج	68
17	يوضح الشكل البياني تطبيق البروتوكول الصحي على التلاميذ من الناصحة التعليمية	69
18	يوضح الشكل البياني ما مدى نجاح فكرة إجراء حصة كل 15 يوم اثر على مستوى التلميذ	70

19	يوضح الشكل البياني ما مدى احترام تطبيق الإجراءات الصحية من قبل التلاميذ	71
20	يوضح الشكل البياني ما مدى تحقيق التباعد البدني أثناء تنفيذ الدرس	72
21	يوضح الشكل البياني ما مدى تفيد الأستاذ بالإجراءات الوقائية	73
22	يوضح الشكل البياني تحديد أماكن العمل الخاصة بالأستاذ	74
23	يوضح الشكل البياني ما مدى توفر مستلزمات الوقاية (معقم جهاز قياس الحرارة كمادات ) عند كل حصة	75
24	يوضح الشكل البياني ما مدى تفيد التلاميذ الممارسين والغير ممارسين بالإجراءات الوقائية	76
25	يوضح الشكل البياني كيفية تقسيم التلاميذ إلى مجموعات مغلقة أي صغيرة دون الاختلاط بينهما أثناء الدرس أو أثناء الألعاب الرياضية	77
26	يوضح الشكل البياني تنظيم مساحة اللعب	78
27	يوضح الشكل البياني ما مدى محافظة الأستاذ على نظافة محيطه بعد القيام بالحصة	79
28	يوضح الشكل البياني اختيارات الأستاذ لقاعات التدريس للقيام بالحصة	70
29	يوضح الشكل البياني ما مدى ضمان التهوية المناسبة عند استعمال القاعة الرياضية	71
30	يوضح الشكل البياني ما مدى استجابة التلاميذ لكلام الأستاذ	72
31	يوضح الشكل البياني عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس	73
32	يوضح الشكل البياني كيفية اختيار أنشطة البدنية الخاصة بتحقيق الهدف من الحصة	74

## ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة كورونا.

تهدف هذه الدراسة الى معرفة واقع تدريس حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة الكورونا ، ولتحقيق الاهداف قمنا باعداد استمارة استبائية تمحورت حول الترتيبات التي يتخذها الاستاذ اثناء اخراجه لدرسه و الاحتياطات المتخذة لتطبيق الاحترازات الصحية في ظل تفشي فيروس الكورونا ، وبعد التأكد من صدق و ثبات الاستبيان ، شرعنا في تطبيقها على عينة الدراسة الاساسية التي كان قوامها 70 استاذ لمادة التربية البدنية بولاية عين تموشنت و ولاية مستغانم مستخدمين في ذلك المنهج الوصفي ،وبعد المعالجة الاحصائية اظهرت النتائج على ان أستاذ التربية البدنية والرياضة يتعامل في تدريسه لمادته حسب التعليمات والإجراءات التي توصي بها الهيئة المشرفة على التربية والتكوين في ظل جائحة كورونا . ووسائل الوقاية من الفيروس كورونا متفاوتة في الوسط المدرسي وفي درس التربية البدنية والرياضية . المناهج الحالية لتدريس التربية البدنية والرياضية أخذت بعين الاعتبار الظروف الاضطرارية في مثل هذا النوع من الظرف الاستثنائي.

**الكلمات المفتاحية :** درس التربية البدنية - فيروس الكورونا.

Study summary:

Study title: Teaching physical education and sports in educational institutions in light of the Corona pandemic.

This study aims to know the reality of teaching the physical and sports education class in educational institutions in light of the Corona pandemic, and to achieve the goals, we prepared a questionnaire that focused on the arrangements made by the professor during his exit from his lesson and the precautions taken to implement health precautions in light of the outbreak of the Corona virus, and after verifying the validity of And the stability of the questionnaire, we proceeded to apply it to the sample of the basic study, which consisted of 70 professors of physical education in the city of Ain Temouchent and the state of Mostaganem used the descriptive approach, and after the statistical treatment, the results showed that the professor of physical education and sports deals in his teaching of his subject according to the instructions and procedures recommended by the supervising authority on education and training in light of the Corona pandemic. The school environment and in the physical education and sports lesson. The current curricula for teaching physical education and sports have taken into consideration the compelling circumstances in this kind of exceptional circumstance.

Keywords: physical education lesson – Corona virus

# التعريف بالبحث

المقدمة :

من المعلوم أن الإنسان كلما تقدم في الحضارة و التطور كلما اتسعت و تعدد مطالبه و كثر مشاكله و من هذا تزداد حاجته الى التربية و التربية بإجماع أغلبية المربين و العاملين بها فانشغالها الأول هو تحريك كل طاقات الفرد من اجل ترقيته و إعداده ليصبح راشدا قادرا على مواجهة الصعوبات اليومية وحل المشكلات و الموضوعات العامة التي يصادفها الفرد مع نفسه و مجتمعه فالتربية تعني تربية الفرد تربية شاملة و متكاملة من جميع الجوانب الروحية و العقلية و الجسدية و الاجتماعية بشكل متزن و شامل بهدف إعداد فرد نافع لنفسه و مجتمعه (أحمد عطا الله، 2000، صفحة 13) وبقدر حاجة الإنسان الى التربية فحاجته للتربية البدنية و الرياضية أصبحت في وقتنا الراهن من أهم متطلبات العصر ومظهرا ثقافيا هاما في المجتمع فهي تحتل مكانة هامة في المنظومة التربوية لايمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها وتعتبر نظام تربوي واسع الانتشار يعكس احد جوانب من مظاهر السلوك البشري فهي احد الميادين الهامة للتربية الشاملة إذ تسعى لنفس الغايات التي تسعى التربية لبلوغها فتساهم بالتكامل مع المواد الأخرى وبطريقتها الخاصة في تحسين قدرات التلاميذ في مختلف المجالات حيث تمدهم بكثير من المهارات و الخبرات الحركية و المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب النفسية والاجتماعية كما أنها قادرة على استغلال الطاقات الكامنة داخل الأفراد وتفريغها بطرق صحيحة و المناسبة فبدلا ان تهدر طاقات الشباب على أوقات الفراغ و الأمراض المجتمعية كالانحراف الخلفي و المخدرات و الآفات الاجتماعية ..... يمكن ان يملئوا أوقات فراغهم بالرياضة أي بما هو مفيد ونافع بجو مليء بالمرح و السعادة و البهجة كما تعمل كذلك على تنمية الكفاية البدنية و المقصود بها أن يكون الجسم سليما من الناحية الفسيولوجية و المرفولوجية كما تعالج هذه الأخيرة الكثير من الانحرافات النفسية الناتجة عن الكبت و الانفعال فالتربية البدنية و الرياضية تكون ضمن جماعات يبتعد فيها الفرد عن العقد النفسية كالأنانية و حب الذات كما تلعب كثيرا في عملية إشعار السرور و التعبير عن الانفعالات الداخلية للممارسين وتطوير عواطفهم

ومما لا شك فيه ان عالم اليوم عالم متغير لا يعترف بالحدود فأبي قضية تحدث فيه تؤثر على باقي الدول سواء هذا التأثير سلبا او إيجابا وتتعدد قضايا العالمية المعاصرة فمنها البيئية كتغير المناخ على سبيل المثال، قضايا الأمن و السلام و بنسبة كبيرة قضايا الأمراض الخطيرة المعدية والأوبئة، فكلمة وباء نعني بها فيروس معدي ينتشر بين الأفراد بطريقة سريعة مؤديا إلى ظهور أعراض المرض وتحفيز مناعة الجسم لمحاربتة إما تستطيع التغلب عليه أو لا يمكنها ذلك فيؤدي إلى عواقب وخيمة قد تصل إلى الوفاة (منظمة الصحة العالمية)

وعلى مر السنوات تمت معرفة الأوبئة المختلفة ومحاولة الوصول الى لقاح يحمي من انتشار المرض وكانت على مر السنوات مميتة لأعداد كبيرة من البشر مثل وباء الكوليرا و الطاعون و الايبولا و الحمى الصفراء....أنفلونزا الخنازير وآخريهم وباء الكوفيد - 19 الذي أدى إلى وفاة الملايين من الأرواح على المستوى العالمي ومازال الآن العالم يحاول للحد من انتشاره نظرا لصعوبته فهو مرض مستجد اكتشف أول مرة سنة 2019 و لازال في تطور مستمر بحيث يمكن أن ينتقل من شخص لأخر عبر قطرات الرذاذ الصغيرة التي تتناثر من الأنف والقم عند السعال أو العطس أو عن طريق التلامس المباشر و الغير المباشر

ولم يسلم الوسط المدرسي الجزائري من هذا الوباء فقد تضاربت الآراء فيه بعد ارتفاع عدد الإصابات وتسجيل حالات وسط الطاقم التربوي بين مطالب يدعو لتعليق الدراسة حتى يتراجع مؤشر الإصابات في ظل تسجيل نقائص في وسائل الوقاية و الحد من المرض و بين مصر لاستمرار التعليم مثل باقي الدول وعند التعمق في القضية وجدنا انه لفيروس الكورونا انعكاس سلبي على المنظومة الرياضية المدرسية وكذا الانعكاسات السلبية للتلاميذ حيث أكد الدكتور الكيلاني ان بعض الدول التي تأثرت بفيروس كورونا ادعت أن التلامس الجسدي أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية قد يؤدي إلى مخاطر وتناقل للعدوى وهناك دراسة أجريت لاكتشاف هل أن ممارسة التربية البدنية بدون لمس أي من خلال التطبيقات الذكية له أهمية؟ وقد كانت التجربة قد خصصت الكثير من المعلمين الذين اعتبروا الرسوم و الفيديوهات و عدم التواصل مع التلاميذ



بشكل مباشر أدى إلى نقص مفاهيم التربية البدنية والقدرة على اكتشاف المهارة وتطبيقها. وبالرغم من مشكلة التباعد الجسدي إلا انه هناك الكثير من الحلول لتكون ممارسة الرياضة فاعلة و ناجحة و إلا ستكون العواقب في عدم تدريس التربية البدنية في شكلها الطبيعي وخيمة على مفهوم ووضع التربية البدنية وذلك من ناحية الأثر النفسي و البدني و الاجتماعي و الصحي و لعل نظام التعليم و المسؤول عن المناهج قد فكر في وضع مشدد تقيمي لتقديم إرشادات و المساعدة الفنية و بروتوكولات حول كيفية تعديل المناهج و طرق التدريس أثناء هذه الجائحة للتحقيق سلامة الوسط المدرسي و التقليل من مخلفات هذا المرض الخطير .

ولقد ارتأينا في هذا المرجع العلمي أن تقدم دراستنا حول تدريس حصة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية في ظل كورونا .وما هو جدير بالذكر اننا كنا حريصين كل الحرص على الطرق و الأساليب المتبعة من طرف الأستاذة في القيام بالحصة.و ما هي البروتوكولات الصحية المتبعة لحماية الأفراد وضمان سلامتهم ، ولمعالجة هذا الموضوع و للاجابة على تساؤل الدراسة وضعنا خطة بحثية مقسمة كالتالي :

حيث بدأنا بالاطار العام للدراسة وفيه تطرقنا إلى موضوع الدراسة ، تحديد إشكالية الموضوع بشكل منهجي وتدرجي انطلاقا من العام الى الخاص وصولا الى طرح التساؤل الرئيسي متبوعا بالتساؤلات الفرعية ، تحديد فرضيات البحث، ثم مجالات البحث، وبعدها أهمية الدراسة وأهدافها ثم أسباب اختيار الموضوع وبعد ذلك ذكر الدراسات السابقة والمشابهة ،وأخيرا تأكيد مفاهيم المصطلحات لبحثنا هذا أما الجانب النظري يتكون من :

**الفصل الأول:** تم التركيز على ممارسة الرياضة في الوسط المدرسي .

**الفصل الثاني:** الصحة في الوسط المدرسي .ذ.

ويأتي بعد هذا الجانب التطبيقي ويقسم الى فصلين وهما:

**الفصل الأول:** الطرق المنهجية للبحث ، حيث تطرقنا فيه الى المنهج المستخدم في الدراسة والمجال المكاني والزمني وكذا الشروط العلمية للأداة ومجتمع البحث ثم عينة البحث وكيفية اختيارها وفي الأخير أدوات الدراسة .

**الفصل الثاني:** تناولنا فيه عرض البيانات وتحليلها ثم نتائج الدراسة و في النهاية تم وضع الاقتراحات وتوصيات وفي الأخير مراجع وملاحق الدراسة.

## 1\_ الإشكالية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية من المواد التربوية التي لها طابع خاص، فهي تحتل مكانة خاصة عند التلاميذ، نظرا لما توفره في محتواها من الأنشطة الرياضية المختلفة التي هي الوسيلة الأساسية التي تحقق أهدافها، ولكي تتحقق هذه الأهداف وضعت لها مناهج منظمة تخضع للعديد من الأحكام والأوامر والمراسيم بشأن تنظيمها، وتسييرها في جميع مراحل التعليم. سواء كان ذلك عن طريق إستراتيجية ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية أو عن طريق تطبيق برامج واستراتيجيات التي تهتم بتدريس النشاط البدني الرياضي الفردي والجماعي أملا في الوصول إلى أنجع الطرق المتبعة في تدريس التربية البدنية وترسيخ قيمها السامية لدى الن اشئين. (عصام الدين متولي عبد الله، 2006)

وإن التربية البدنية والرياضية علم قائم بنفسه وكل رياضة أو نشاط منه هدف مختصرة إلى تحقيق نتائج جيدة وكبيرة لهذا هم يعتمدون إلى البحث المستمر في طرق تمكنهم من إحداث تغيير إيجابي وكذا إحداث قفزة نوعية من حيث النتائج المتحصل عليها لدى التلاميذ سواء أكانت عن طريق التدريب المستمر أو عن طريق برامج أو استراتيجيات لتدريس المختلفة أملا منهم في التواصل إلى أنجع الطرق المتبعة في تدريس لتربية البدنية وترسيخ قيمها السامية لدى النشء خصوصا عندما يتعلق الأمر بالطريقة التي يتبعها الأستاذ من أجل إيصال المعلومة تلقين المهارات. ونظرا لما يعيشه العالم جراء هذا المرض والوباء نتيجة دخول فيروس معدي يسمى بالكورونا، إذ يعتبر من بين الفيروسات التاجية " التي تضرب الجهاز المناعي الذي يدخل جسم الإنسان قصد تدمير نوع معين من الخلايا وهي الخلايا الرئوية إذ ينجم عنه أعراض مشابهة لأعراض نزلات البرد الحادة ومن مميزات الفيروس انه غير مجهري و يتميز بخاصية الانتقال سريع من شخص إلى آخر كما أن الشخص المصاب لا تظهر عليه الأعراض إلا بعد مرور 15 يوم وهذا ما نتج عنه زيادة في عدد حالات الإصابة بالوباء والوفيات يوميا ما جعل العلماء والباحثين وخاصة الأطباء المتخصصين في علم الأوبئة تحت حيرة وضغط شديد للتعرف على

نوعية و تركيبة الفيروس و كيفية تقديم التشخيص الدقيق للوباء، وكيفية صنع مصل للوقاية أو لقاح لعلاج هذا الوباء وهو ما جعل افراد المجتمع تحت ضغط كبير وحالة نفسية مضطربة. ولإنسان غاية التنمية ووسيلتها والمحافظة على صحته تعد واجبا أساسيا له ولمجتمعه والصحة هي هدف رئيسي للتربية، فالتربية الصحية من أولى الأهداف التي يسعى الجميع لتحقيقها فهي عملية فنية لها مبادئها و أساسها التربوي، فتسعى الى اكتساب الافراد مجموعة من المعلومات والمكتسبات الأساسية المناسبة بهدف التأثير على سلوكيات الافراد واكسابهم عادات صحية سليمة تساعد على النمو السليم وخاصة في المؤسسات التربوية فيكلتا المرحلتين (المتوسط والثانوي) وبالاخص حصة التربية البدنية والرياضية التي يجب على التلاميذ الاخذ بكل طرق الوقائية لتجنب الإصابة بالفيروس خاصة انها الأكثر عرضة لكونها تجبر الافراد على الاختلاط والتزاحم وعدم احترام التباعد.

سواء كان ذلك عن طريق العمل وفق خطة ممنهجة لتلقين المتعلم السلوك الصحي السليم لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية أو عن طريق تطبيق برامج واستراتيجيات التي تقياالفرد من الإصابة بالفيروس. (عصام الدين متولي عبد الله، 2006، صفحة 15)

و يشير واقع الرياضة في الجزائر الى اهتمام الاساتذة بالنواحي الصحية مع اعطاء الاعتبار للجانب النفسي للتلاميذ رغم ان الاداء بصفة عامة يعتمد على ما لدى التلميذ من قدرات بدنية و كذلك مهارات نفسية. وباعتبار ان الأستاذ هو المسئول عن التلاميذ والتحكم فيها وتحديدتها من جميع الجوانب على حسب عدة معايير يأخذها بعين الاعتبار، حيث أن كل ذلك يتوقف على مدى نجاح عملية التدريس والإعداد المتعلق بالتلاميذ ونجاح الحصة وفعاليتها فيما يتعلق بتحسين المستوى الصحي وتطويره من شتى النواحي.

وانطلاقا مما سبق و من أهمية حصة التربية البدنية والرياضية، قمنا بصياغة الإشكالية التي نحاول إيجاد حل لها و الإجابة عنها بالتساؤل الرئيسي:

❖ ما هو واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة كورونا؟

وانطلاقاً من التساؤل العام نطرح الاسئلة الجزئية التالية

## 2-التساؤلات الجزئية:

- كيف يتعامل أستاذ التربية البدنية والرياضة في تدريسه لمادته ظل جائحة كورونا ؟
- هل وسائل الوقاية من الفيروس كورونا متوفرة في الوسط المدرسي وفي درس التربية البدنية والرياضية؟
- هل المناهج الحالية لتدريس التربية البدنية والرياضية أخذت بعين الاعتبار الظروف الاضطرارية في مثل هذا النوع من الظرف؟

## 3\_ الفرضية العامة:

❖ اظهر واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة كورونا.

## 3\_1\_ الفرضيات الجزئية:

- يتعامل أستاذ التربية البدنية والرياضة في تدريسه لمادته في ظل جائحة كورونا حسب التعليمات والإجراءات التي توصي بها الهيئة المشرفة على التربية والتكوين..
- وسائل الوقاية من الفيروس كورونا كافية في الوسط المدرسي وفي درس التربية البدنية والرياضية.
- المناهج الحالية لتدريس التربية البدنية والرياضية لم تأخذ بعين الاعتبار الظروف الاضطرارية في مثل هذا النوع من الظرف.

#### 4\_ أهداف البحث:

❖ التعرف على واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة كورونا.

#### 1\_4 الاهداف الجزئية:

• التعرف على كيفية تعامل أستاذ التربية البدنية والرياضة في تدريسه لمادته في ظل جائحة كورونا.

• التعرف على وسائل الوقاية من فيروس كورونا المتوفرة في الوسط المدرسي وفي درس التربية البدنية والرياضية.

• التعرف على المناهج الحالية لتدريس التربية البدنية والرياضية ومادى مراعاتها للظروف الاضطرارية التي تمر المؤسسات التربوية .

يهدف البحث أساسا إلى تسليط الضوء على اظهار واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة كورونا ، ألا وهو مشكل إعادة ترتيب استاد التربية البدنية لحياته وخطته الصحية لمجابهة الآثار السلبية التي قد تتجم عن فيروس كورونا المستجد. و كيف يتعامل أستاذ التربية البدنية والرياضة في تدريسه لمادته ظل جائحة كورونا حسب التعليمات والإجراءات التي توصي بها الهيئة المشرفة على التربية والتكوين و وسائل الوقاية من الفيروس كورونا وهو ما جعلنا نحاول أن نعرف بعض البروتوكولات والأساليب الصحية الواجب اتباعها لتكون أكثر أمنا ونجاعة في الممارسة الميدانية للمادة دون التعرض للأضرار الوباء.

## 5\_ أهمية البحث:

لقد وقع اختيارنا على دراسة موضوع " واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة كورونا" لمعرفة اهم الأساليب والبروتوكولات الصحية التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية في تسيير حصة التربية البدنية والرياضية ، بالاضافة الى اثناء الرصيد المعرفي حيث يعتبر من البحوث العلمية المهمة في التربية البدنية و الرياضية ، و كذلك نهدف الى ابراز اهمية معرفة البروتوكولات التي تسهل على أساتذة التربية البدنية والرياضية لان يرقى الى مستوى العالي.

إن لكل دراسة غاية ترجى من ورائها وأهداف تسعى لتحقيقها من أجل تقديم البديل أو تعديل ماهو موجود ويبقى إعطاء الأجوبة عن الأسئلة التي تطرحها المشكلة هدف كل دراسة يمكن تلخيص أهداف البحث فيه.

- توضيح مدى أهمية الوسائل الوقائية من فيروس كورونا لاساتذة التربية البدنية والرياضية في ضوء بعض المتغيرات.
- إبراز دور أستاذ التربية البدنية في نجاح الحصة التعليمية لتفادي الإصابة بفيروس كورونا.
- محاولة تسليط الضوء على دور الاستاذ في تحقيق السلوك الصحي.

## 6\_ أسباب اختيار الموضوع

كان وراء اختيارنا لهذا الموضوع العديد من الأسباب نذكر منها:

- أهمية السلوك الصحي لاساتذة التربية البدنية والرياضية لتفادي الإصابة بفيروس الكورونا.
- أهمية كون الاستاذ أنه يؤثر على السلوك الصحي .
- قلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع.

- التعرف على الحالة التي تعاني منها حصة التربية ابدنية والرياضية في ضوء المستجدات الراهنة.
- معرفة الصعوبات والعراقيل التي تواجه أساتذة التربية البدنية والرياضية.

## 7\_ المصطلحات والمفاهيم:

### 7\_1 مفهوم التربية البدنية و الرياضية :

#### تعريف:

يعرفها " بوتشر " بانها جزء متكامل من التربية العامة ، وهي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية ، و ذلك عن طريق الوان النشاط البدني اختبرت بغرض تطبيق المهام . (حميد، 2008\2009، صفحة 35)

#### التعريف الاجرائي :

يمكن تعريفها بانها : تكوين الفرد من جميع النواحي بدنيا و عقليا و نفسيا و اجتماعيا عن طريق مختلف البرامج الرياضية.

### 7\_2 أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائداً لحد كبير بحكم سنه ، وتخصصه الجذاب كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب ، كما زادت وسائل الإعلام من فرض شخصية الأستاذ كقائد. (جلون، بدون سنة، الصفحات 33-34)



### 7\_3 فيروس كورونا:

اصطلاحاً: هو سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان، وهو مرض معدٍ سببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا.

ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الخطير قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في كانون الأول/ديسمبر 2019. وقد تحول كوفيد 19 إلى جائحة صعبة السيطرة. (إدريس، 2020، صفحة 31)

التعريف الإجرائي: هي فصيلة من الفيروسات التي تسبب امراضاً متنوعة للإنسان.

### 7\_4 البروتوكول الصحي:

اصطلاحاً: وضع الخطط والبرامج الخاصة الأوبئة من أجل الوقاية من الإصابات والأمراض المعدية.

التعريف الإجرائي: هو مجموعة من الإجراءات الوقائية المتخذة من أجل الوقاية من الأمراض والأوبئة المعدية.

### 8\_ الدراسات السابقة والمشابهة:

إن التطرق إلى الدراسات السابقة هو عامل مساعد للبحث وهذا لمعرفة ما وفر الباحثون من آراء ومعارف ومعلومات تساهم في توفير قاعدة للباحثين للانطلاق في إعداد بحثهم هذا .

كلما أقيمت دراسة علمية لاحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها ، وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة ببعضها البعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد .

ومن مواضيع التي سبقت وتناولت بعض الجوانب لهذا الموضوع نجد الدراسات الآتي ذكرها:

### 8\_1\_ الدراسة الاولى:

دراسة د بن زيدان حسين مقراني جمال سيفي بلقاسم. 2015 - 2016: هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين لمنشآت الرياضي قصد توضيح أهمية الممارسة الرياضية في المحافظة على الصحة وتم استخدام المنهج الوصفي على عينة قوامها 100 معاق حركيا منهم 50 ممارس للنشاط الرياضي من بعض الولاية (مستغانم - سعيدة - عين تيموشنت - غليزان) بدولة الجزائر ومن الأدوات المستخدمة في البحث مقياس الوعي الصحي وبعد المعالجة الإحصائية النتائج المتوصل إليها المعاقون حركيا الممارسين للنشاط البدني (كرة السمة على الكراسي المتحركة) لدولة ووعي صحي عال بالمعاقين حركيا غير الممارسين لنشاط الرياضي كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي بين المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين لصالح عينة الممارسين لنشاط الرياضي.

### 8\_2\_ الدراسة الثانية:

دراسة جراد محمد الأمين 2015-2016 بعنوان مستوى الوعي الصحي بين تلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية هدفت من خلال هذه الدراسة المقارنة ومعلقات مستوى الوعي الصحي عند التلاميذ على مستوى الثانويات في بلدية بسكرة استخدمت كاداة للدراسة والاستبيان على عينة تمثلت في 90 تلميذ على مستوى 4 ثانويات مقسمة الى 45 تلميذ يمارسون التربية البدنية والرياضية و45 غير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.

### 8\_3\_ الدراسة الثالثة:

دراسة عبد الحليم خلفي 2013 بعنوان اثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي وتكونت عينة الدراسة من 252 طالب وطالبة ثم اختياريهم قصدا من مختلف التخصصات ثم استخدام المنهج الوصفي وتمت معالجة البيانات من خلال برامج spss باستخدام المقياس الذي طوره عماد الدين عبد الحق وزملاؤه عام 2012 ومقياس مصدر الضبط الصحي متعدد الابعاد (لوالستون) والذي ترجمه جبالي نور الدين عام 2007 وتم التوصل الى النتائج التالية:

- مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي عالي جدا حيث قدر 81.94 بالمئة.
  - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والاناث في مستوى الوعي الصحي.
  - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والاناث في مستوى الضبط الصحي
  - توجد علاقة بين مستوى الوعي الصحي والضبط الصحي لدى الطلبة العزاب والمتزوجين
- دالة عند مستوي 0.01.

### 8\_4\_ الدراسة الرابعة:

محمد مطر عراك 2010-2011 بعنوان مستوى الوعي لدى طلبة التربية البدنية في جامعة مثنى للسنة الدراسية 2010 البالغ عددهم 161 طالب وطالبة موزعين على المراحل الدراسية وحسب الجنس واختار الباحثون من هذا المجتمع في مراحل في مراحل البحث المختلفة بالطريقة العشوائية وما يتلائم بغرض كل مرحلة واستعمل الباحثون المنهج الوصفي كونه الأنسب لحل المشكلة هذه الدراسة واعتمدوا في تطبيق مقياس الوعي الصحي والنتائج المتحصل عليها ان مستوى الوعي لدى طلبة المرحلتين الاساسيتين الأولى والثانية في كلية التربية الرياضية وهناك تباين في المصادر التي يحصل عليها من خلالها طلبة كلية التربية الرياضية على المعلومات الصحية.

➤ 9\_ أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة و المشابهة وموضوع الدراسة:

9\_1\_ من حيث المنهج: استعملت هذه الدراسات المنهج الوصفي، وهو نفس المنهج الذي نعتمد عليه في دراستنا.

9\_2\_ من حيث مجتمع البحث : يختلف مجتمع البحث التي أجريت عليها الدراسات المشابهة من دراسة لأخرى.

9\_3\_ من حيث العينة : تختلف العينات من حيث الحجم و العمر و طريقة اختيارها.

9\_4\_ من حيث النتائج: اتفقت اغلب الدراسات من حيث نتائج البحث مع توقعاتنا.

➤ 10\_ الاستفادة من الدراسات السابقة والمشابهة:

من خلال تصنيف وتحليل الدراسات المشابهة هذا ما امكنا من الاستفادة من نتائج دراستهم وفيما يلي بعض النقاط التي استفدناها من هذه الدراسات:

- توجيه الباحث الى اختيار الأسلوب المناسب في تحديد العينة التي ستجرى عليها الاختبار.
- توجيه الباحث الى تحديد متغيرات البحث والدراسة.

## مدخل:

سننتاول في هذا الباب إن شاء الله الاطار النظري أو المفاهمي للدراسة حيث نتطرق فيه إلى الفصول النظرية و التي قسمناها الى فصلين بحسب متغيرات الدراسة فكانت على النحو التالي في الفصل الأول سنتطرق الى الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي بينما نتناول في الفصل الثاني الصحة في الوسط المدرسي .

## تمهيد:

إن النشاط البدني والرياضي يعتبر احد ألوان النشاطات المدرسية والذي له دور كبير في تكوين الأطفال ، فمن الناحية البدنية يعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية وتحسين الصحة العامة للجسم والتمتع بها ، كذلك اكتساب اللياقة البدنية والقوام الجيد .

أما من الناحية النفسية والاجتماعية فهو يحقق التكيف النفسي والاجتماعي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه ، كذلك يتشبع بالقيم الاجتماعية والاتجاهات المرغوب فيها ، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب توجيههم للتوجه التعليمي والمهني الصحيح ، ويرجع ذلك بدرجة الأولى إلى أستاذ النشاط البدني والرياضي الذي يجب عليه أن يعي هذا جيدا ويقوم بعمله على أكمل وجه، ازاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها ليستطيع النجاح في عمله.

## ❖ النشاط البدني الرياضي المدرسي:

### 1\_1\_1\_ تعريف النشاط: هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقعة على طاقة الكائن

الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها الاستجابة . (بدوي، 1977، صفحة 08)

### 1\_2\_1\_ تعريف النشاط البدني والرياضي المدرسي:

"يعتبر النشاط البدني والرياضي المدرسي احد اتجاهات الثقافة الرياضية التي ترجع إلى التقدم

حيث كان الإنسان البدائي يمارسها كثيرا ضمانا للإشباع حاجاته الأولية ، فأقام مسابقات العدو

والجري والساحة والرمي والجري والمصارعة والقفز وغيرها من النشاطات الأخرى محاكيا أجداده

الأولين ومستفيدا من خلفياته الرياضية السابقة ، ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض

الوسائل كالكرات والمضارب والشبكات ووضع لها القوانين واللوائح وأقام من أجلها التدريبات

والمنافسات عمل جاهدا من أجل تطويرها والارتقاء بها ، حتى أصبحت إحدى الظواهر

الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم وأصبحت عنوان الكفاح الإنساني ضد الزمن ، وذلك

ليبلغ أعلى المستويات من المهارة .

أما في عصرنا هذا فان النشاط البدني والرياضي المدرسي أصبح عنصر من عناصر

التضامن بين المجموعات الرياضية وفرصة لشباب العالم اجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض

خدمة للمجتمع ، بالإضافة الى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات

صفاته الطبيعية ، وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم

الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني. (المنصوري، 1971، صفحة 209)

### 1\_3\_1\_ تعريف الرياضة المدرسية :

هي مجموع العمليات و الطرق البيداغوجية العلمية ، الطبية ، الصحية ، الرياضية التي

بإتباعها يكسب الجسم الصحة و القوة و الرشاقة و إعتدال القوام. (سلامة، 1980، صفحة 129)

وهي عبارة عن أنشطة منظمة و مختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية و على كل المستويات .

وما أعطى نفسا جديدا للممارسة المدرسية هو العملية المشتركة بين وزارة التربية الوطنية و وزارة الشباب و الرياضة ، حيث قررت وزارة التربية الوطنية في مقالها " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية بحسب التعليم رقم 09 / 95 بتاريخ 02 / 25 / 1995 من خلال المادتين 5 و 6 و هي ما أكدته وزارة الشباب و الرياضة. (الخبر، 1996، صفحة 29)

## ❖ 2\_ العوامل المؤثرة على الرياضة المدرسية :

### 1\_2 تأثير البرنامج على الرياضة المدرسية :

إن عدد الحصص المبرمجة في الأسبوع غير كافية و لا تحقق أهداف الرياضة المدرسية ، حيث أن حصة واحدة في الأسبوع و لمدة ساعتين لا تمثل حصة الرياضة المدرسية ، و لهذا يجب إضافة حصص خاصة بالرياضة المدرسية كي تحقق نتائج حسنة .

### 2\_2 غياب البنية التحتية :

إن المنشآت الرياضية التي أنشأت لم تكن كافية مع عدد السكان ، رغم أن المادتان ( 97 / 98 ) من قانون التربية البدنية و الرياضة نص على أن لكل مؤسسة تعليمية الحق في منشأ رياضي ، كما أن أحكام القانون ( 09 / 95 ) تعطي أولوية للرياضة الجماهيرية ، إلا أن تجسيد هذه القوانين في الميدان وتطبيقها في الميدان يعكس وضعا مرا ، أما من ناحية العتاد و المنشآت ، فمن جهة تبنى الملاعب ، و من جهة أخرى في أحسن الأحوال نجد مساحات اللعب أحييت إلى أرضية لبناء مساكن ، و هذا مخالف للقوانين من المادة ( 88 / 98 ) من قانون ( 09 / 95 ) التي نصت على أهمية المنشآت الرياضية في المناطق العمرانية ، و إلزام صيانتها و الإهتمام بها .



## 2\_3 تأثير المستوى التكويني التربوي للأستاذ :

المربي عبارة من دائرة معارف للسائلين و ثقافة للمحتاجين من المرشدين و المتعلمين و رسالة لا تقتصر على التلقين الرياضي فقط ، بل رسالة شاملة للمجتمع من المعارف التجريبية أمام التلميذ ، و لكن الواقع في المؤسسات التربوية يخالف ذلك ، فمعظم التلاميذ يشكون من مستوى الأستاذ الذي يكون في غالب الأحيان غير مؤهل للعمل ، فإننا نجد في بعض الثانويات مدرسون مستواهم يخالف المستوى المطلوب ، و لهذا فالدولة في قوانينها الصادرة في القرار ( 95 / 09 ) في المادة ( 76 ) تمنع أي فرد من ممارسة وظائف التأطير لمادة التربية البدنية و الرياضة إذا لم يقيت بأن له شهادة و إثبات مسلم أو معترف به من طرف الهياكل المؤهلة لهذا الغرض. (الجزائرية، 1995)

## 3\_ تقسيمات النشاط البدني والرياضي المدرسي:

إذا أردنا أن نتكلم عن النواحي للنشاطات البدنية والرياضية المدرسي كان من الواجب معرفة أن هناك أنشطة

يمارسها الفرد لوحده وهي تلك الأنشطة التي يمارسها دون الاستعانة بالآخرين في تأديتها، أما الأنشطة الأخرى فيمارسها الفرد داخل الجماعة وتسمى بالأنشطة الجماعية أو الفرق، عقد قسم محمد علال الخطاب المشاط الرياضي على النحو التالي:

**3\_1 النشاطات الرياضية الهادئة:** هي النشاطات الرياضية التي لا تحتاج إلى مجهود جسماني ، ويقوم به الفرد وحده أو مع غيره ، وهذا في جو هادئ أو مكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو الغرف واغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد جهد مبذول طوال اليوم.

**3\_2 النشاطات الرياضية البسيطة:** ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

**3\_3 النشاطات البدنية التنافسية :** تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني

يتناسب مع نوع هذه الألعاب ، يتنافس فيها الأفراد فديا وجماعيا. (زكي، 1965، صفحة 70)

**4\_ خصائص النشاط البدني الرياضي المدرسي:**

من هم الخصائص التي يتميز بها النشاط البدني والرياضي المدرسي نجد :

- النشاط البدني الرياضي المدرسي عبارة عن نشاط اجتماعي ، وهو تعبير عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط البدني والرياضي المدرسي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.
- أصبح للصور التي يتسم بها النشاط الرياضي المدرسي التدريب ثم التنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية ، ويؤثر المجهود على السير النفسية للفرد
- كما نلاحظ أن النشاط الرياضي المدرسي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف (الخولي، 1996، صفحة 195)

**5\_ دور الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي:**

"اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب ، والألعاب والتمارين البدنية والتدريب الرياضي ، والرياضة ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف عن الجانب البدني الصحي وحسب ، وإنما تعرف على الآثار الايجابية النافعة لها الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية - المعرفية والجوانب الحركية المهارية ، والجوانب الجمالية الفنية وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملًا ، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة هذه الأنشطة في

تنظيمها في اطر ثقافية وتربوية ، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره ، وكانت التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والتي اتخذت أشكال واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها ، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا وتاريخيا .

ولعل أقدم النصوص إلى أشارت إلى أهمية النشاط البدني المدرسي على المستوى القومي ، ما ذكره سقراط مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب : " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي" كما ذكر المؤلف شيلر Schiller في رسالته " جماليات التربية " "إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب"، ويعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهديب الإرادة ويقول " انه لا يأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا ، بل على النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه " ، ويذكر المربي الألماني جونس موتس أن الناس تلعب من اخل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم (الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، 2001، صفحة 41)

## 6\_ ادوار النشاط البدني الرياضي المدرسي لدى المراهق:

يلعب النشاط البدني الرياضي المدرسي دورا فعالا في حياة المراهق فهو يساعده على تنمية الكفاءة الرياضية ، والمهارات البدنية النافعة في حياته اليومية والتي تمكنه من اجتياز بعض الصعوبات والمخاطر التي تعيقه كما أن للنشاط الرياضي المدرسي دور في تنمية القدرات الذهنية والعقلية الي تجعله متمكن في مختلف المجالات كالدراسة ومختلف الإبداعات....

والنشاط الرياضي المدرسي يستغل أوقات الفراغ لدى المراهق ، فهو ينمي فيه صفات القيادة الصالحة ، والتبعية السليمة بين المواطنين ، ويفضل النشاط الرياضي نتاح الفرصة للطامحين للوصول إلى مرتبة البطولة في المنافسات الرياضة ، كما انه ينمي في المراهقين الصفات الخلقية ، ويدمجه في المجتمع.

ونجد عرض ادوار النشاط الرياضي في جمهورية ألمانيا الغربية:

-تحسين الحالة الصحية للمواطن .

-النمو الكامل للحالة البدنية كأساس من اجل زيادة الإنتاج .

- النمو الكامل للناحية البدنية كأساس للدفاع عن الوطن .

-التقدم بالمستويات العالية (الخالق، 1982، صفحة 11)

## 7\_ دور الأستاذ في النشاط البدني والرياضي:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤدي واجبه من خلال مادة التربية البدنية والرياضية والتي

تقوم برسالتها من خلال أوجه النشاط الرياضي والتنظيم المدرسي في المجالات التالية :

ا . البرنامج التعليمي من خلال دروس التربية البدنية .

ب . النشاط الداخلي من خلال المباريات الداخلية بين الفصول والجماعات .

ج . النشاط الخارجي من خلال المباريات الدورية والرسمية والبطولات العامة .

د . النشاط الترويحي من خلال الأندية و الفرق والهوايات الرياضية والمنافسات الاجتماعية

والرحلات والأيام الرياضية. (الأفندي، 1983، صفحة 87)

## 8\_ دور الأستاذ نحو أوجه النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي:

1. يقوم المدرس بتنفيذ البرنامج الخاص بمرحلة الخطة العامة الموضوعة في البرنامج، ثم تجزئته

إلى أجزاء اصغر فاصغر حتى يصل إلى الدرس اليومي أو فترة التدريب اليومية.

2. يعد المشرف أو المعلم الملعب ويسهر على تجهيزه بالوسائل اللازمة.

3. يعمل المدرس جاهدا على إبراز واستدعاء أحسن ما عنده من تلاميذ ذوي القدرات البدنية كي

يقوموا بأداء العرض ، في بعض الأحيان يضطر هو لأداء العرض كي يريهم النموذج المطلوب.

4. يجب على المدرس أن يغير شكل الدري إن لاحظ نوع من الملل عند التلاميذ، فيقوم باستخدام تمرين تروحي قصد تغيير جو الملل الذي يسود الحصة.

5. يجب على المدرس النظر إلى البرنامج كله من كل الزوايا، ومعرفة الأخطاء الموجودة وإقرار

طرق إصلاحها. (الأفندي، 1983، صفحة 87)

### 8\_1\_ دور الأستاذ في النشاط الرياضي الداخلي:

1. يقوم المدرس خلال هذا النشاط بدور المدرب ودور الحكم ، فهو يقوم بدور المدرب في تعليم المهارات المختلفة خلال مدة النشاط بالدرس ، وعند بدا المنافسات يبدأ دوره كحكم ، وهذا يستدعي ان يكون ملما بقواعد وقوانين الألعاب.

2. يجب مراعاة وملاحظة الوسيلة التي يستخدمها التلاميذ في سبيل الفوز في المباريات و المنافسات الرياضية، وتوجيههم التوجيه التربوي السليم.

3. المباريات والمسابقات الداخلية تعتبر فرصة سامحة للمدرس لبث القيم والمفاهيم الاجتماعية والخلقية،

ويجب أن يكون مستمرا لا مؤقتا، وعلى مدرس النشاط الرياضي إعداد وتجهيز الملاعب اللازمة لإقامة هذه المباريات والمسابقات والإكثار منها.

### 8-2- دور الأستاذ في النشاط الرياضي الخارجي:

1. يجب على مدرس النشاط الرياضي أن لا يضع أثناء المباريات سوى التلاميذ يجمعون بين الامتياز الخلقى والرياضي.

2. يستحسن أن يستعين المدرب ببعض زملائه الأكفاء فنيا وإداريا في بع الألعاب التي لا يجيدها، وإذا لم يجد فعليه بالاستعانة ببعض المدرسين الأكفاء فنيا وتربويا.

3. يجب على المدرس إعداد أكثر من فريق لكل لعبة، والاهتمام بالأشبال حتى إذا ما تخرج بعض التلاميذ من المديرية يجد المدرس من يحل محلهم في الفريق.
4. من أهم واجبات المدرس تشجيع روح الخلق الراضي بين التلاميذ وعدم تركيز الاهتمام ببذل الجهد والظهور بالمظهر الرياضي اللائق والسلوك الجيد.
5. الإكثار من الوسائل وإعداد الملاعب والأماكن الخاصة بالتدريب يحفز على العمل اكر ويأتي بنتائج ايجابية.

### 8-3- دور الأستاذ في النشاط الترويحي:

1. الإكثار من الفرق الرياضية والهوايات الرياضية حتى يتسنى لكل تلميذ إشباع رغباته وميوله من ناحية تكوين هواية رياضية.
2. الإكثار من الملاعب والوسائل التي تسمح لكل تلميذ مزاولة النشاط المرغوب فيه.
3. تأسيس النادي المدرسي وتنظيمه، وتحقيق مبدأ الحكم الذاتي في إدارته.
4. تشجيع الرحلات والمعسكرات، والعمل على بذل أقصى المعونات حتى تظهر نشاطها.
5. الإكثار من الأيام الرياضية لفائدتها بالارتقاء بالخلق الرياضي للتلميذ وظهور الروح الاجتماعية والرياضية عندهم. (الأفندي، 1983، صفحة 87)

### 9\_ الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي المدرسي:

إن أهداف التربية البدنية والرياضية تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيقها انجازها وتوضيح وظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداهة مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة ، متكاملة وشاملة وفيما يلي نذكر بعض أهداف التربية البدنية والرياضية :

**9\_1\_ أهداف النشاط البدني والرياضي المدرسي من الناحية البدنية:**

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة، السرعة المرونة والقدرة العضلية.

فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

**9-2 أهداف النشاط البدني والرياضي المدرسي من الناحية النفسية والاجتماعية:**

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد. و لا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.

كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة قوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة.

فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد ، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أخا وعونا موجها وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عصوا في جماعة منطقة.

فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب للوثام المدني، فهي تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

**9\_3\_ أهداف التربية البدنية والرياضية من الناحية الخلقية:**

إن التربية البدنية والرياضية تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ظل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة، وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية. فالتربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب الخلقى وتكوين الشخصية وإظهار صفات كالشجاعة والصرامة، التعاون، الطاعة، حب النظام. (حسانين، 1995، صفحة 106)

**10\_ الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في المرحلة الثانوية:**

لقد اعتمدت المنظومة التربوية الجزائرية على عدة نشاطات رياضية مختلفة في البرنامج التعليمي للتلاميذ قصد البحث عن أفضل وسيلة لتحقيق تلك الأهداف السابقة ، ومن أهم الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في الطور الثانوي نجد:

\* درس التربية البدنية والرياضية .

\* النشاط الرياضي الداخلي.

\* النشاط الرياضي الخارجي.



**10\_1\_1\_ درس التربية البدنية والرياضية:****10\_1\_1\_1 تعريفه:**

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد في كونها تمتد للتلاميذ ليس فقط بالمهارات والخبرات الحركية، ولكنه أيضا يمدده بالثير من المعارف التي تغطي الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتموين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي المعدين لهذا الغرض. (الشاطي، 1992، صفحة 94)

**10-1-2 محتوى درس التربية البدنية والرياضية:**

إن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأساسية والتي يمكن من خلالها تحقيق مختلف أهداف مزاولة النشاط الرياضي، بحيث أن المدة الزمنية المخصصة لها وحسب القوانين و المعمول بها هي ساعتان في الأسبوع، ويلجا معظم الأساتذة إلى تخصيص ساعة واحدة للنشاط الفردي والأخرى إلى النشاطات الجماعية.

وهذه الساعة لا يمكن تعوّدها أن تسير على وتيرة واحدة، لهذا يمكن تقسيمها إلى أجزاء لكل جزء هدف معين، وتشارك وتعمل هذه الأجزاء مجتمعة على تحقيق هدف الدرس ككل.

إن تقسيم الدرس إلى أجزاء ما هو إلا طريقة لتمكين المعلم من تنفيذ خطة الدرس وفي غالب الأحيان نجد هذا الخيار ينقسم إلى ثلاثة أقسام:

1. القسم التحضيري.

2. القسم الرئيسي

3. القسم الختامي.

### • القسم التحضيري:

وفيه يقوم المدرس بتحضير التلاميذ، فالمعلم الجيد هو ذلك المربي الذي يعمل جاهداً على إعطاء مقدمة الدرس الأهمية الكافية واللائقة بها، وفيه نوعين من التحضير:

**1. التحضير النفسي:** ويقصد به تهيئة المناخ الملائم للتلميذ، كإعداد الملعب بالصورة التي يركز عليها الدرس وتحضير الأجهزة، لأن بواد العمل المهيأة يرتاح لها التلميذ نفسياً إضافة إلى تهيئته إدارياً عند تبديل الملابس، والوصول إلى الملعب ومنحه المسؤولية على العناد الرياضي، إضافة إلى تسجيل الغياب له أكثر من وجهة، حيث لا يقتصر على إحصاء الغائبين بل يتعدى حتى يعطي للمعلم فكرة نسبية عن مشاركة التلاميذ، وهذا يساعد المعلم في تقويم الدرس، فهذه المقدمة تعتبر فاتحة الدرس وكلما كانت المقدمة وافية بالعرض وناجحة كلما أثر ذلك بالإيجاب على سير الدرس ومستواه. (ثلثوت، 1970، صفحة 61)

### 2. التحضير البدني:

والهدف منه هو تهيئة أجهزة الجسم المختلفة والعضلات والمفاصل للتمارين التي ترد في القسم الرئيس والوحدة التدريبية حتى لا يكون هناك أي إصابة، ويشتمل على الإحماء العام والخاص.

**أ. الإحماء العام:** يشتمل على التمارين والألعاب بأنواعها المختلفة والتي تهدف إلى وضع القابليات البدنية للجسم كالقوة، السرعة، المداومة، الرشاقة والمرونة، بصرف النظر عن الوحدة المعطاة للتلميذ.

**ب. الإحماء الخاص:** ويشمل التمرينات والألعاب بأشكالها الخاصة والتي لها علاقة بالوحدة التعليمية "موضوع الدرس"، فيشمل هذا الجزء على تمارين خاصة بمجموعات معينة، أما الألعاب فتهدف إلى تنمية الصفات البدنية التي تتناسب مع موضوع الدرس. (تامر محسن ساسي 1988، 64)

### • القسم الرئيسي:

وهو اكبر جزء في الوحدة العلمية ومن هنا جاءت أهميته، وأصبح الجزء الرئيس للدرس، وهو متنوع المحتوى بشكل كبير جدا، ويعتد على ثلاث نقاط أساسية هي الشرح، العرض والتنفيذ، ويتكون القسم من النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي:

**1. النشاط التعليمي:** يشمل على عرض وشرح المهارات الحركية للألعاب المختلفة، وتزيد او تنقص مدة الشرح أو العرض حسب مدى صعوبة الفعالية ومستوى المهارات للتلاميذ، وكذا الظروف البيئية الأخرى.

**2. النشاط التطبيقي:** ويهدف إلى تطبيق التلاميذ ما تعلموه في الجزء التعليمي وإدخاله على حيز التنفيذ تحت إشراف الأستاذ بتقسيم الأفواج بالأسلوب الذي يراه مناسباً لاستيعاب التلميذ بأسرع وقت واقل جهد.

### • القسم الختامي:

وهو أحر قسم في درس التربية البدنية والرياضية، ويهدف إلى الرجوع في أجهزة الجسم الداخلية إلى حالتها الطبيعية وذلك بإجراء تمارين استرخائية، ويمكن تصعيد الجهد وهذا ما أشارت إليه الدراسات الحديثة بأخذ الاعتبار الساعة التي تليها إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب هنا التهدئة والاسترخاء، أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ، وتتجلى أهمية القسم الختامي فيما يلي:

- اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء على نحو جيد يسمح له بالمزيد من المعرفة عن حالته البدنية والعقلية والانفعالية وكيف يمكن أن يستفيد من ذلك في أدائه الرياضي.

- اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء تسمح له بإنقاص الاستثارة الزائدة إلى المستوى المناسب قيل أو أثناء المنافسة، ويساعد ذلك على كفاءة الإدراك الحركي وسرعة رد الفعل ومزيد من التركيز والانتباه أثناء الأداء.

- اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء تسمح له بالشعور بالصحة الجيدة مما يمكنه من إعادة تعبئة طاقته الجسمية و العقلية والانفعالية. (كامل، 1999، صفحة 161)

## 10-2 النشاط الرياضي الداخلي:

### 10-2-1 تعريفه:

هو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدراسة وداخل المدرسة، والغرض منه إتاحة الفرصة إلى جميع التلاميذ لممارسة النشاط المحبوب إليهم، وهو كذلك تطبيق للمهارات التي تعلمها التلميذ خلال الدرس.

وهو احد أنواع الممارسة الفعلية التي تتصل اتصالا وثيقا بالدروس التي تمثل القاعدة والتي يبني عليها تخطيط النشاط الداخلي من مدرسة إلى أخرى، وذلك راجع إلى الإمكانيات المتوفرة وطبيعة البيئة، والنشاط الداخلي يحتوي على الأنشطة المتوفرة بالمدرسة، الفردية منها أو الجماعية، ويتم النشاط الداخلي عادة في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم الدراسي وتحت إشراف المدرسين و التلاميذ الممتازين والذين يجدون فرصة لتعلم أدق الأنشطة الرياضية وكذلك التحكيم، وبشكل عام فان هذا النشاط يتيح الفرصة للتلاميذ للتدرب على المهارات والألعاب الرياضية خارج وقت الدرس. (أحمد، 1980، صفحة 130)

### 10-2-3 أهمية النشاط الداخلي:

إن النشاط الداخلي بالمؤسسة يعد نشاطا تربويا متكاملًا خارج أوقات الدراسة، والغاية منه هو إتاحة

الفرصة الجيدة لكل تلميذ في المدرسة للاشتراك في جانب أكثر من هوايته الرياضية.

ويعتبر احد الأجزاء المكمل لبرنامج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، فهو حقل خصب لتنمية المهارات التي تعلمها التلميذ خلال دروس التربية البدنية والرياضية، ولهذا فالتلميذ يعمل على تحقيق بعض الأهداف التربوية بطريقة راشدة. (شلتوت، 1970، صفحة 55)

### 10-2-4 أهداف النشاط الداخلي:

- تحقيق أهداف منهاج النشاط البدني والرياضي التربوي.
- رفع مستويات المتعلمين في الأنشطة المختلفة.
- تدعيم روح التعاون والمحبة بالمدرسة.
- تقوية الولاء للمدرسة.
- الكشف عن المواهب الرياضية للمتعلمين.
- العرف على رغبات وميول المتعلمين لتحديد أنواع الأنشطة التي يجب التركيز عليها .
- تربية القيادة والتبعية السليمة.
- استثمار أوقات الفراغ للمتعلمين بتنمية الصفات الذاتية والحركية.
- تشجيع المتعلم على الاختبار الذاتي.
- تدعيم القيم الخلقية والاجتماعية لدى المتعلمين. (زغول، 1999، صفحة 105)

### 10-3 النشاط الرياضي الخارجي:

#### 10-3-1 تعريفه:

هو الجزء المكمل لدروس التربية البدنية والرياضية وبرنامج النشاط الرياضي الداخلي لتدعيم مسيرة منهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة.

والنشاط الخارجي يخص الأفراد الممتازين رياضيا بالمدرسة، ولذا فانه نشاط تنافسي يتم وضع برنامجه عن طريق توجيه التربية البدنية والرياضية بالاتحاديات والإدارات التربوية بالإضافة إلى برنامج سنوي يضعه مدرس التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، وذلك بإقامة عدد من المباريات المدرسية الرسمية. (زغلول، 1999، صفحة 158)

### 10-3-2 مميزات النشاط الخارجي:

- رعاية المواهب الرياضية بالمدرسة من حيث صقلها وتمييزها.
- يكشف على الأفراد الممتازين رياضيا حتى يكون ذخيرة رياضية فعالة في المجال الأصلي.
- كفاءات صالحة لتمثيل الدولة في المباريات المحلية و الإقليمية و الدولية.
- إتاحة فرصة التدريب على القيادة أثناء المباريات.
- تنمية السلوك الاجتماعي لأفراد الفرق وتدعيم العلاقات بينهم وبين لاعبي الفرق الأخرى.
- تحقيق الشخصية الرياضية من الناحية البدنية والمهارية والخلقية والاجتماعية والصحية.
- الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي للأفراد الممتازين.
- تعلم النواحي الخطئية والمهارية وقوانين الألعاب المختلفة.
- خلق نوع من التضامن الشريف بين المتعلمين بالمدرسة كالاشتراك الخارجي . (زغلول، 1999، صفحة 158)

### 10-3-3 أهداف النشاط الخارجي:

- إفساح المجال للفرق الرياضية للتنمية الاجتماعية والنفسية، وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ

المؤسسات والمدارس الأخرى.

- الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي بين التلاميذ.
- إتاحة الفرصة لتعلم قواعد وقوانين الألعاب وكيفية تطبيقها.
- إعطاء الفرصة لتعلم القيادة والتبعية ، كذا الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية (الشاطي، 1992، صفحة 147)

### خلاصة الفصل:

يعد النشاط البدني الرياضي أمرا ضروريا وهاما للاتزان السليم للفرد ، فالعلاقات مع الآخرين والحياة المدرسية قد تؤدي إلى خلافات، لذا لابد من التقليل من حجم المسؤوليات، وما يترتب عنها من اضطرابات في الجهاز النفسي، فالتلميذ الذي يبذل جهدا كبيرا في الدراسة على حسب صحته معرض للاضطرابات النفسية أو ما يسمى بالانهيار العصبي.

لهذا يجب تخصيص وقت فراغ لممارسة الأنشطة الرياضية التي تقلل من حدة التوتر الذي يعانيه المراهق، وقد تكون الممارسة الرياضية وسيلة لتحقيق الصحة النفسية للمراهق .

**تمهيد:**

فيروس كورونا فصيلة واسعة الانتشار معروفة بأنها تسبب أمراضاً تتراوح من نزلات البرد الشائعة إلى الاعتلالات الأشد وطأة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (Mers) ومتلازمة التهاب الرئوي الحاد الوخيم (السارس)، و يعاني معظم الأشخاص الذين يصابون بفيروس كوفيد-19 من اعتلالات تنفسية خفيفة إلى متوسطة، وأفضل طريقة لمنع وإبطاء انتقال العدوى هي أن تكون على علم جيد بهذا الفيروس، والمرض الذي يسببه وكيفية انتشاره لذلك اضحى من الضروري على الاسرة التربوية ان تأخذ بجدية هذا المرض الخطير في مؤسساتها التربوية لتفادي الأخطار و المخلفات السلبية داخل الوسط المدرسي لحماية الأفراد منه و المحافظة على السلامة العامة



## 11- تداعيات جائحة كورونا:

أزمة كورونا التي باتت منذ أشهر مضت محور اهتمام الدارسين والباحثين في كل مجالات العلوم بشتى أفرعها، كما أصبحت على رأس المتابعات والتحليلات -ليس فقط ذات الطابع الطبي البحت، ولكن أيضا المتابعات والتحليلات ذات الطابع الاجتماعي والانساني فهي أزمة ذات انعكاسات إنسانية وانثروبولوجية واجتماعية تمس حياة البشر بشكل مباشر كما وكيفا، بل وتهدد تلك الحياة استمراريتها.

ولا مجال هنا لذكر مدى انعكاس الأزمة محليا وإقليميا ودوليا، خاصة أن ما يطرحه الملف الأول الصادر عن مركز الدراسات الإستراتيجية لمكتبة الإسكندرية هو محاولة لطرح هذه الانعكاسات في صرة مقالات تحليلية يمكن الربط بين موضوعاتها، لتتكامل فيما بينها طارحة أبعاد متباينة من الأزمة من عدة زوايا، وعلى مستوى أكثر من اقليم عربي من الخليج الى المغرب العربي. فموضوعات وقضايا مثل ظاهرة الهجرة الدولية، وتحديات العولمة، ونقاشات تقويضها وارتداداتها والحديث عن عودة قبضة الدولة القومية وجدول حديث عن نظريات المؤامرة التي ارتبطت بتفشي الجائحة، وإدارة معركة البيانات BIG DATA وتأثيرها على الأمن القومي للدول، والتداعيات الجيو-اقتصادية للأزمة وانعكاساتها، كل تلك الموضوعات باتت تمثل تحديات جديدة تواجهها المنطقة العربية من أقصاها إلى أدناها وتتطلب ليس فقط محاولات لاستشراف شكل الحياة في حضور تلك التحديات وطبيعتها، ولكن أيضا التفكير في آليات للتعامل مع الواقع الجديد الذي خلفته الأزمة (الأستاذ الدكتور مصطفى الفقي، تداعيات الجائحة، رؤى تحليله ونقدية لتداعيات فيروس كورونا 2020 . (غنيم، 2020)

## 12- أهمية الممارسة الرياضية في ظل جائحة كورونا:

طلبت منظمة الصحة العالمية عدم اعتبار جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) عذرا عن لامتناع عن ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية، ودعت المنظمة في بيان على صفحتها الرسمية الأربعاء 25 من تشرين الثاني الناس إلى ممارسة التمارين الرياضية مشددة على أنها أمر حيوي مهم للصحة البدنية والعقلية وأن للسلوك الخامل تداعيات خطيرة وجاء في بيان المنظمة "ما لم نظل نشيطين، فإننا نخاطر بإحداث جائحة أخرى من اعتلال الصحة نتيجة للسلوك الخامل".

ولم تتوفر لدى المنظمة احصاءات واضحة حول تأثير الفيروس على النشاط البدني لكنها لفتت إلى أنها عمليات الإغلاق والقيود المفروضة على الحركة أجبرت الناس على البقاء في منازلهم معطلة الأنشطة المنتظمة. (وافي حاجة 2020، ص39)

## 13- العلاج والوقاية:

لا يوجد علاج فعال للفيروس و كذلك المضادات الحيوية غير مفيدة لان السارس مرض فيروسي و ليس بكتيري , كما انه لا يوجد لقاح فعال ضد المرض للوقاية منه , و لقد اعلنت شركة ارتاس الالمانية للصناعات الدوائية في توزيع معدات اختبار جديد للكشف عن الاصابة بالمرض خلال ساعتين فقط في حين ان الاختبارات التقليدية للكشف عن الفيروس قد تستغرق اكثر من عشرة ايام.

## 13-1 متلازمة الشرق الاوسط التنفسية:

المعروفة ايضا باسم انفلونزا الابل و هي التهاب الجهاز التنفسي الفيروسي الناتج عن فيروس كورونا , و تتراوح اعراضه بين معتدلة الى حادة : حمى مع سعال و اسهال و ضيق النفس و يكون المرض اكثر حدة عند الاشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية اخرى مثل السكري و الربو . ينتقل المرض من الابل للبشر بطريقة غير معروفة , و ينتقل بالاتصال المباشر بين

البشر و يعتبر انتشاره خارج المستشفيات واماكن الرعاية الصحية امر غير شائع و بذلك يعتبر خطره على سكان العالم منخفض الى حد ما . اول حالة تم اكتشافها و تشخيصها في عام 2012 في المملكة العربية السعودية و تم العثور على سلالة من متلازمة الشرق الاوسط التنفسية - كورونا فيروس المعروف باسم HCoV-EMC/2012 في اول شخص مصاب في لندن عام 2012 و وجد انه مطابق 100% لامراض الخفافيش المصرية وبعدها انتشر بشكل ملحوظ في كوريا عام 2015.

### 13-2 التشخيص:

وفقا لمنظمة الصحة العالمية يمكن ان يتم التشخيص عن طريق :

1. وجود الاعراض المحتملة: الحمى، السعال، وجود علامات لالتهاب الجهاز التنفسي.
2. فحوصات مختبرية لمتلازمة الشرق الاوسط التنفسية ايجابية: انخفاض عدد خلايا الدم البيضاء و خاصة اللمفاوية و الكشف عن الفيروس في تفاعل البوليمراز المتسلسل باخذ عينات من البلغم او غسل القصبات الهوائية حيث انها تحمل كميات كبيرة من الفيروس , و مسحة البلعوم .
3. فحوص اشعاعية ايجابية تؤكد وجود التهاب رئوي: حيث تميل الفصوص السفلى الى ان تكون أكثر انخراط.
4. المقيم او المسافر الى دول الشرق الاوسط او بالقرب من شبه الجزيرة العربية حيث يعتقد ان الفيروس ينتشر خلال 14 يوما قبل ظهور المرض , او يكون متواجدا في المستشفيات و مراكز الرعاية (كمريض او عامل او غير ذلك).

## 13-3 الوقاية:

أوصت منظمة الصحة العالمية انه ينبغي على جميع الاشخاص الذين لهم اتصال مباشر بالحالات المشتبه اصابها بفيروس كورونا بما يلي:

1. ارتداء القناع الطبي , نظارة واقية , ارتداء لباس نظيف ذو اكمام طويلة و قفازات , تنظيف اليدين قبل و بعد الاتصال بالشخص المصاب او ادواته او ما يحيط به و ازالة معدات الوقاية الشخصية(تشمل الملابس و الخوذ و النظارات ) فور الانتهاء منها .
2. ارتداء جهاز تنفس الجسيمات الصناعي والتأكد دائما انه محكم.
3. ارتداء منزر غير نافذ لبعض الاجراءات التي يتوقع فيها اختراق كميات كبيرة من السوائل للباس.
4. تنفيذ الاجراءات التي تحمل خطر الاستضباب مثل التنبيب في غرفة عالية التهوية بالحد الأدنى للتغيرات الجوية للساعة الواحدة 6-12 في المرافق التي يوجد فيها تهوية ميكانيكية، ولا تقل عن 60 لتر/ثانية / مريض في مرافق التهوية الطبيعية ويتطلب تحديد عدد الاشخاص الموجودين في الغرفة الى أدنى حد ممكن.

5. غسل اليدين قبل وبعد الاتصال بالشخص المصاب او ادواته او ما يحيط به. 6. مدة عزل الاشخاص المصابين غير معروفة ولكن مدة العزل تكون بعد 24 ساعة من زوال الاعراض ( صحيفة الشعب اليومية أونلاين، لنجعل أنوار التعاون الدولي تبدد ظلام الوباء، منشور على الموقع الإلكتروني، الساعة 16.5 25 مارس 95، يوم . <http://arabic.people.com.cn/n3/2020/0325/c31660-9672435.html>

## 14- إجراءات الوقاية النفسية في مواجهة فيروس كورونا كوفيد-19:

يؤثر فيروس كورونا على قلوب الناس طوال الوقت الوباء وقد دخلت أعمال الوقاية من الوباء والسيطرة عليه فترة حرجة، ومن بين الإجراءات التي يمكن أن تخفف من هذه الآثار:

- متابعة المعلومات الموثوقة وفهم المرض فهما شاملان وعلميا وعدم الخوف من المجهول. فيجب تباع المعلومات الصادرة عن الحكومة والمنظمات الرسمية لفهم حالة الوباء ومعرفة طرق الوقاية منه والسيطرة عليه. وتجنب الاهتمام الزائد بأخبار الوباء، وقلل من الذعر المفرط الناجم عن المعلومات غير العلمية، ولا تصدق أو تنشر الشائعات.

ترتيب الأمور اليومية بطريقة منظمة وعدم التكاسل فالتكاسل سيجعل لفرد يتهم اكثر باخبار الوباء حيث كلما عرف معلومات أكثر حول الوباء زاد تفكيره وزاد خوفه وقلقه. لذا يجب ، عليه أن يحافظ على عادات الأكل الجيدة والعادات الصحية وممارسة التمارين والحصول على نوم كاف. كما يمكن القيام ببعض الأشياء التي أراد الفرد دائما القيام بها ولم يكن لديه وقت مثل: قضاء المزيد من الوقت مع العائلة، أو مشاهدة الأفلام.

تخلص من المشاعر السلبية فمن الطبيعي أن يكون للفرد مشاعر سلبية لذا عليه تقبل ردود الأفعال العاطفية، وعدم لوم النفس، وتعلم تقنيات الاسترخاء للمساعدة على الهدوء وتخفيف القلق، استخدم نظام الدعم الاجتماعي واطلب المساعدة من العائلة والأصدقاء، فمن خلال التواصل معهم، سيحصل على دعم فعال، ويتخلص من المشاعر السيئة. وإذا كان من الصعب التحكم في المشاعر السيئة.(سعيد واخرزن 2020 ص54).

## 15- تأثير ممارسة الرياضة على فيروس كورونا.. واللقاحات :

كشفت دراسة حديثة نشرت نتائجها في مجلة "سبورتس ميديسن"، التأثير الإيجابي لممارسة الرياضة على مواجهة فيروس كورونا المستجد، واللقاحات المستخدمة للوقاية منه. ووفق الدراسة، فإن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، يقلل من فرص الوفاة بسبب الأمراض المعدية مثل كوفيد-19 بأكثر من الثلث، كما يخفض احتمال الإصابة بالفيروس بنسبة 31 في المئة.

وأشارت الدراسة التي أجراها باحثون من جامعة "غلاسكو كالدونيان" الأُسكتلندية، أن ممارسة الرياضة لـ 30 دقيقة يوميا أو 150 دقيقة أسبوعيا، من شأنه أن يقوي جهاز المناعة. وتشمل الأنشطة الرياضية التي أوصى بها العلماء، المشي والجري وركوب الدراجات، بالإضافة إلى تمارين تقوية العضلات. كذلك أشار الباحثون في دراستهم إلى أن ممارسة الرياضة، يجعل اللقاحات الواقية من كوفيد-19، أكثر فعالية بنسبة 40 في المئة، حسبما نقلت شبكة "سكاي نيوز" البريطانية.

وتعليقا على نتائج الدراسة، قال أستاذ ديناميكيات السلوك الصحي في جامعة "غلاسكو كالدونيان"، سيباستيان شاستين، إن النشاط البدني "يقوي خط الدفاع الأول لجهاز المناعة البشري، وتحديدًا الخلايا المناعية والأجسام المضادة".

جدير بالذكر أن الدراسة شملت مراجعة 16698 بحثا عالميا يتعلق بالأوبئة، نشرت بين يناير 1980 وأبريل 2020، وشارك فيها علماء بارزون في مجال المناعة. ( sky newes عربية، 2021)

## 16- إرشادات منظمة الصحة العالمية بشأن ممارسة الرياضة في هذه الظروف الاستثنائية:

توصي منظمة الصحة العالمية بأن يحصل البالغون على 150 دقيقة على الأقل، أي ساعتين ونصف الساعة من النشاط البدني المعتدل إلى شديد الوتيرة أسبوعياً. وتأتي توصيات منظمة الصحة العالمية بشأن النشاط البدني الجديدة في وقت تستمر فيه جائحة فيروس كورونا في إحداث فوضى في جميع أنحاء العالم، وقد ارتبطت زيادة الوزن أو السمنة بزيادة خطر الإصابة بأعراض مرض "كوفيد-19" خطيرة ودخول المستشفى. وأوصت منظمة الصحة العالمية سابقاً بأن يمارس البالغون، الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و64 عاماً، 150 دقيقة على الأقل من التمارين المعتدلة، أو 75 دقيقة على الأقل من التمارين القوية كل أسبوع. وكانت التوصيات السابقة تشمل البالغين الأصحاء فقط، بينما تشمل التوصيات الجديدة أيضاً الأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة أو إعاقة. وقال المدير العام لمنظمة الصحة العالمية، الدكتور تيدروس أدهانوم غيبريسوس، في بيان صحفي إن "ممارسة النشاط البدني يعد أمراً بالغ الأهمية للصحة والرفاهية ويمكن أن يساعد في إضافة سنوات إلى الحياة". وأشار غيبريسوس إلى أن كل خطوة نخطوها تعد مهمة خاصة في الوقت الحالي خلال تعاملنا مع قيود جائحة "كوفيد-19"، مضيفاً: "يجب علينا جميعاً التحرك يومياً، بأمان وإبداع".

وتضع منظمة الصحة العالمية بعض المبادئ الأساسية في الاعتبار، أولها أنه يمكن للجميع الاستفادة من كونك أكثر نشاطاً، وأن ممارسة بعض النشاط البدني أفضل من عدم ممارسة أي نشاط، وأنه يمكنك أن تبدأ بتمارين بسيطة ثم تزيد من التكرار وكثافة التمرين ومدته بمرور الوقت. كما يمكنك تقوية عضلاتك في المنزل أو في صالة الألعاب الرياضية عندما تكون آمنة، وخصوصاً أن النشاط البدني مفيد للقلب والجسم والعقل.

## 1-16 ما يحتاجه الأطفال والمراهقون :

يحتاج الأطفال حتى سن 17 عاماً إلى 60 دقيقة على الأقل من التمارين المعتدلة إلى شديدة الوتيرة كل يوم، وفقاً للتوصيات الجديدة. ويجب أن تشمل التمارين الهوائية، مثل الركض، أو ركوب الدراجات. كما تعد التمارين التي تقوي العضلات والعظام ضرورية أيضاً. وقالت المديرية الطبية لصحة الطفل في مركز رعاية الأطفال في أتلانتا، الدكتورة ستيفاني والش إنه حتى يصبح الأطفال أكثر نشاطاً، يجب أن يتطلعوا إلى خيارات ممارسة الرياضة على أنها وقت للاستمتاع. وأوضح كريج ويليامز، أستاذ فسيولوجيا وصحة الأطفال ومدير مركز أبحاث صحة الأطفال والتمارين الرياضية بجامعة "إكستر" في إنجلترا، عبر البريد الإلكتروني أنه "بشكل عام، يذكر الأطفال والمراهقون دائماً أنهم يرغبون في القيام بنشاط بدني من أجل التواجد مع أصدقائهم، والاستمتاع، وتعلم شيء جديد". وأوصى ويليامز بممارسة الرياضة مع الآخرين بهدف التشجيع والتعلم من بعضهم البعض، بالإضافة إلى ابتكار أساليب جديدة في ممارسة الرياضة. وقال ويليامز إنه يمكنك على سبيل المثال ممارسة الرقص إذا كنت لا تفضل الجري، وممارسة التزلج إذا كنت تفضل عدم المشي، بالإضافة إلى ذلك، شجع أطفالك على ملاحظة ما يشعرون به. وعلى سبيل المثال إذا تعرقوا مع التنفس بقوة، فيعني ذلك أنهم مارسوا الرياضة بشكل جيد. ويتعرض الشباب لخطر الإصابة بمشكلات الصحة العقلية بشكل مباشر أكثر من تعرضهم لأمراض القلب المزمنة أو أمراض التمثيل الغذائي. وقد يكون تشجيع المراهقين على ممارسة الرياضة مع مراعاة صحتهم العقلية أكثر فاعلية من تحذيرهم بشأن الآثار الصحية الجسدية، التي قد لا تعنيهم، بحسب ما قاله جوزيف هايز، زميل أبحاث رئيسي في الطب النفسي في جامعة كوليدج لندن، عبر البريد الإلكتروني. وأشارت والش إلى أن الأنشطة الممتعة غير التنافسية يمكن أن تساعد الأطفال على تنمية الثقة، والقدرة، والمتعة حتى يتمتعوا بالنشاط لبقية حياتهم، مما يؤثر على تقديرهم لذاتهم، ومزاجهم، بالإضافة إلى أدائهم الأكاديمي.



## 16-2 إرشادات للبالغين :

وبالنسبة للبالغين حتى سن الـ 64 عاماً، فإن ممارسة ما لا يقل عن 150 إلى 300 دقيقة من النشاط الهوائي المعتدل الوتيرة، أو 75 إلى 150 دقيقة على الأقل من التمارين الهوائية الشديدة الوتيرة كل أسبوع يمكن أن يقلل من خطر الموت المبكر، وأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسرطان، ومرض السكري من النوع 2. ويجب ممارسة التمارين التي تقوي جميع العضلات مرتين أسبوعياً على الأقل. وينطبق التوجيه ذاته على كبار السن بقدر ما يستطيعون، ولكن يجب عليهم إعطاء الأولوية لتمرين التوازن والقوة بضعة أيام في الأسبوع. ويمكن أن يساعد ذلك في منع وقوع الإصابات ذات الصلة، فضلاً عن تدهور صحة العظام وقدرتها. وقال الدكتور عدنان قريشي، أستاذ علم الأعصاب في معهد زينات قريشي للسكتة الدماغية وجامعة ميسوري كولومبيا، إن التزامات العمل والمنزل، والظروف الطبية والعزلة يمكن أن تعرقل تحقيق أهداف النشاط الرياضي. وأشار قريشي إلى بضع خطوات يمكنها أن تعزز المشاركة في النشاط الرياضي :

- فهم كيف يمكن للنشاط البدني أن يحسن من نوعية حياتك .
- ربط النشاط بشغف آخر مثل التفاعل مع الناس أو الطبيعة أو التكنولوجيا .
- تحديد الوقت والمسافة المقطوعة خلال ممارسة رياضة المشي أو الركض
- دمج النشاط في روتين منتظم مجدول .
- ضع في اعتبارك العوائق التي تحول دون تحقيق الأهداف وإيجاد استراتيجيات للتغلب على الحواجز مع المهنيين الصحيين .
- لاحظ الفوائد التي حققتها .

وقال الدكتور ريتشارد ماروتولي، الطبيب وأستاذ الطب في كلية الطب بجامعة بيل في ولاية كونيتيكت الأمريكية، إن الفوائد المحتملة "يجب أن تكون متوازنة مع مخاطر

السلامة المحتملة، ويجب على الناس توخي الحذر اعتماداً على الظروف الصحية الأساسية التي قد يعانون منها ."

### 16-3 إرشادات للأشخاص المصابين بأمراض مزمنة :

وأكد تقرير منظمة الصحة العالمية أن أسلوب الحياة الصحي لا يزال ممكناً حتى لو كنت تعاني من أمراض مزمنة .وقالت ريجينا ديفيس، المديرية التنفيذية المساعدة لسياسة الصحة العامة وممارساتها لجمعية الصحة العامة الأمريكية: "يواجه بعض الأشخاص المصابين بأمراض مزمنة تحديات في أداء بعض الأنواع الموصى بها ومقدار النشاط البدني، وقد يتجنبون ممارسة النشاط البدني بسبب مخاوف بشأن المخاطر . "وقد يكون نوع النشاط البدني الذي يمكن للمرء القيام به مختلفاً، ولكن لا تزال هناك فوائد .ومن بين الأشخاص المصابين بأمراض مثل السرطان وأمراض القلب، يمكن أن يقلل النشاط البدني من مخاطر الوفاة المبكرة، وتطور المرض، وسوء نوعية الحياة .ويجب أن يمارس الأشخاص الذين لديهم إصابة بأمراض مزمنة ما لا يقل عن 150 إلى 300 دقيقة من التمارين الهوائية المعتدلة الوتيرة أسبوعياً بقدر استطاعتهم، أو 75 إلى 150 دقيقة على الأقل من التمارين الرياضية الشديدة الوتيرة أسبوعياً .

### 16-4 نصائح لذوي الاحتياجات الخاصة :

وبالنسبة للأطفال الذين يعانون من إعاقات جسدية أو ذهنية، تنطبق الإرشادات الرئيسية للأطفال الأصحاء إذا كانت الفوائد تفوق أي مخاطر محتملة، وفقاً لما ينصح به طبيب الأطفال .ويمكن أن يفيد النشاط بشكل خاص أولئك الذين يعانون من حالات تضعف الوظيفة الإدراكية، مثل اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط .وبالنسبة للبالغين الذين يعانون من إعاقات جسدية أو ذهنية، يمكن للنشاط أن يحسن الوظيفة البدنية، والمعرفية، ونوعية الحياة .وتنطبق الإرشادات الخاصة بالبالغين على البالغين من ذوي الاحتياجات الخاصة أيضاً .

**خلاصة:**

من خلال هذا الفصل نستخلص ان ازمة الكورونا ازمة عالمية خطيرة ، تنتشر بوتيرة عالية جدا وهذا ما لم يسلم منه الوسط التربوي المدرسي ، مما دفع هيئات الدولة و مؤسساتها التربوية للاهتمام بها للحد من انتشارها في الاوساط الاجتماعية ،اذ اصبحت ضرورة من ضروريات التعرف عليها عن قرب خاصة اساتذة التربية البدنية للمساهمة في سلامة التلاميذ.

## مدخل:

يعتبر هذا الباب لب البحث حيث يتم فيه معالجة مشكلة البحث المطروحة وبناءا عليه تم تقسيم الباب الى فصلين حيث نتناول في الفصل الأول منهجية البحث والاجراءات الميدانية أما الفصل الثاني فسنخصصه لعرض وتحليل ومناقشة النتائج ثم الاستنتاجات ومناقشة الفرضيات وبعض الاقتراحات والتوصيات مع الخلاصة العامة .

تمهيد:

بعد محاولتنا تغطية الجانب النظري للبحث ، سننتقل في هذا الجزء إلى الإحاطة بالموضوع من الجانب التطبيقي ، والقيام بدراسة ميدانية إلى تحقيق الأهداف المسطرة من قبل ، فيما نتأكد صحة الفرضيات وذلك بعد تحقيق النتائج إلى جانب معالجة النقائص والمشاكل التي تنجم عن هذا الموضوع حتى نتمكن من الخروج بنتائج تعود بالفائدة على الجميع ، خاصة طلبة التربية البدنية و الرياضية و الأساتذة في الثانوية .

### 1 الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية على مجموعة من الأساتذة بحيث كان العدد 20 أستاذ تابعين لثانويات دائرة عشعاشة تم أخذهم كعينة أولية للقيام بالدراسة الاستطلاعية حيث كان الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو:

1 -التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث و مدى صلاحية الأداة المستعملة حول موضوع البحث.

2 حساب الخصائص السيكومترية للأداة(الصدق الثبات)

3 للوقوف على نواحي القصور في الأداة بهدف تعديلها قبل إجراء الدراسة الأساسية. وقبل شروعا في الدراسة الميدانية والتي تتمثل في توزيع الاستمارات على الأساتذة أردنا أن نقوم بدراسة استطلاعية حتى يتسنى لنا معرفة بعض الجوانب المحيطة بموضوعنا رغم الظروف الصحية التي نمر بيها وكذلك التذبذب المستمر للدراسة نتيجة تفشي المرض ، ومن خلال هذه الدراسة تمكنا من وضع الاستبيان والذي وجهناه إلى الأساتذة .

## 1-منهج البحث

استخدمنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لكونه منهج مناسب و ملائم لحل المشكلة المطروحة و يعرف المنهج الوصفي "بأنه كل استقصاء ينص على ظاهرة من الظواهر كما هي في الوقت الحاضر بقصد تشخيصها كشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها و يتم هذا عن طريق جمع البيانات وتنظيمها و تحليلها ثم الاستنتاج و اهم ادوات هذا المنهج الملاحظة المقابلة الاستبيان " (الشاطى، 1992)

**2-مجتمع البحث:** تكون مجتمع البحث من أساتذة التربية البدنية والرياضية لبعض ثانويات ولاية مستغانم وولاية عين تمونشت والذين بلغ عددهم 50 أستاذ .

**3-عينة البحث :** اشتملت عينة البحث على 50 استاذ التربية البدنية و الرياضية موزعين على 10 ثانويات لولاية عين تمونشت و 10 ثانويات لولاية مستغانم

## 4-متغيرات البحث:

اعتمد البحث على المتغيرات التالية :

## 4-1 المتغير المستقل:

ويسمى أحيانا بالمتغير التجريبي، وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث انه السبب او أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي الى معرفة تأثيره على متغير اخر (رحالطة، 2011، صفحة 301)

**المتغير المستقل:** درس التربية البدنية والرياضية .

#### 4-2 المتغير التابع:

وهو الظاهرة التي تختفي او تتغير حينما يطبق الباحث الم تغير المستقل او يبدله  
(علاوي، 1999، صفحة 219)

المتغير التابع : فيروس الكورونا

#### 5-مجالات البحث

##### 5-1 المجال البشري:

اشتمل المجال البشري على اساتذة التربية البدنية و الرياضية بمرحلة التعليم الثانوي لكل من ولاية عين تمونشت وولاية مستغانم اذ قمنا بتوزيع الاستمارات الاستبائية في الثانويات و أخذ النتائج المتحصل عليها .

##### 5-2 المجال المكاني:

لقد اجرينا دراستنا الميدانية على مستوى بعض الثانويات بولاية عين تمونشت.

##### 5-3- المجال الزمني:

امتدت هذه الدراسة خلال الفترة الممتدة ما بين شهر جانفي 2021 الى غاية جوان 2021

وقد خصصت الأشهر الأولى (جانفي، فيفري، مارس ) في الجانب النظري أما الجانب التطبيقي من أواخر مارس الى بداية شهر جوان

#### 6-ادوات البحث :

لغرض الإلمام بموضوع البحث و متغيراته اعتمدنا على مجموعة من المصادر و المراجع من كتب وبحوث ودراسات سابقة والتي كانت سندا قويا للوصول إلى حل المشكلة المطروحة وبالتالي تطلب انجاز هذا البحث استخدام الادوات التالية :

6-1- طريقة دراسة المعطيات النظرية :

وهي الالمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة في كل من المصادر و المراجع العلمية من كتب مذكرات مجلات بحوث ودراسات مشابهة و انترنت

5-2- طريقة الاستبيان :

استخدمنا الاستبيان كأداة للدراسة باعتبارها احد ادوات البحث الوصفي الهامة لجمع المعلومات المرتبطة بموضوع البحث و الوصول الى اهدافه وفيها تم الاعتماد على الاستبانة خصت تدريس حصة التربية البدنية في المؤسسات التربوية في ظل الكورونا اشتملت محورين المحور الاول يخص الترتيبات التي يتخذها الاستاذ لاجراء درسه والمحور الثاني يخص الاحتياطات المتخذة لتطبيق الاحترازاات الصحية في ظل تفشي فيروس الكورونا .  
الا ان هذا الاسلوب الخاص بجمع المعلومات يتطلب اجراءات دقيقة منذ البداية وهي :

-تحديد الهدف من الاستبيان.

-تحديد و تنظيم الوقت المخصص للاستبيان.

-اختيار العينة التي يتم استجوابها.

-وضع العدد الكافي من الخيارات لكل سؤال.

-وضع خلاصة موجزة لاهداف الاستبيان.

ويتجلى الاسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الاجوبة و الملاحظات التي تثير البحث و الاستبيان يتضمن نوعين كوسيلة لجمع المعلومات بوفرة و اكثر دقة



وكونه تقنية شائعة الاستعمال ووسيلة علمية لجمع البيانات و المعلومات مباشرة من مصدرها الاصيلي وكذلك باعتباره مناسباً للطالب و الاستاذ و الاسئلة هي استجابة للمحاور وبالتالي استجابة للفرضيات فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات (باهي، 2000، صفحة 83)

### 5-3 - صياغة عبارات الاستبيان:

قمنا بصياغة عبارات استمارة الاستبيان ، حيث تناولت أغلب الجوانب المهمة لعناصر موضوع البحث، وقد راعينا في ذلك أن تكون العبارة واضحة وأن لا تشمل العبارة على أكثر من معنى، ومناسبة لكل محور تنتمي إليه وبعد ذلك تم عرض الاستبيان للتحكيم لتحديد عبارات الاستبيان على مجموعة من الأساتذة الخبراء والدكاترة ذوي الخبرة والكفاءة والتخصص وبعد تغيير وتعديل في العبارات الغير الواضحة بشكل يسهل فهمها وحذف الفقرات المكررة، ليتم بعدها تحديد عبارات الاستبيان.

### 6- الأسس العلمية لأدوات البحث:

لقد تم تحكيم الاستمارة وذلك من خلال عرضها على مجموعة من الأساتذة الخبراء والدكاترة ذوي الخبرة والكفاءة والتخصص في مجال التربية البدنية والرياضية، بغرض الأخذ بأرائهم و توجيهاتهم العلمية حول ما إذا كانت صياغة الاسئلة الموضوعية بأسلوب علمي واضح وصحيح، وكذا حسن ترتيبها ومدى انتماء السؤال للمحور وإضافة بعض العبارات التي يرون بأنها ضرورية إن أمكن، وبعد الأخذ بأراء المحكمين تم تحديد عبارات الاستبيان وحتى تكون الأداة ذات ثقل علمي لغرض استخدامها وتطبيقها ميدانياً ينبغي مراعات الشروط و الأسس العلمية التالية :

6-1- صدق الأداة: تم توزيع الاستبيان على مجموعة من افراد العينة المتمثلة في اساتذة التعليم الثانوي عبر استبيان الكتروني يسمح لهم بأخذ وقت الكافي للاجابة بتمعن حتى نتمكن من صدق الاجابة.

### 6-2- الصدق الظاهري:

قبل توزيع الاستبيان قمنا بعرضه على مجموعة من الأساتذة المحكمين المشهود لهم بالكفاءة و المستوى العلمي في مجال التخصص وذلك بغية معرفة مدى صدقه.

### 6-3- صدق المحكمين:

وبعد اعداد الاستبيان في شكله الاولي عرض على المحكمين (صدق المحكمين) وبناءا على ملاحظتهم العملية عدلت صياغة بعض العبارات الا ان اصبحت في صورتها النهائية حيث وضعت عبارات بشكلها المناسب يتصف بالوضوح ولا يحتاج الى تفسير وشرح، وبهذا يعتبر الاستبيان صادق يمكن تطبيقه على عينة من المجتمع الأصلي.

### 7- الوسائل الاحصائية:

اعتمدنا على مجموعة من الوسائل الإحصائية في معالجة النتائج بغرض الاستناد عليها في عملية التحليل والتفسير، وتمثلت هذه المعادلات الإحصائية فيما يلي:

• المتوسط الحسابي:

•  $\bar{X}$  : المتوسط الحسابي:

•  $\sum x$  : مجموع القيم:

•  $n$  : عدد الافراد:

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

## الانحراف المعياري:

$s^2$ : الانحراف المعياري.

$\sum x^2$ : مجموع مربع الدرجات:

$(\sum x)^2$  مربع مجموع الدرجات.

$n$ : عدد الافراد:

- معامل الارتباط بيرسون: الهدف منه معرفة مدى العلاقة الارتباطية بين الاختبارين من اجل إيجاد معامل الثبات الاختبار وعلاقته هي:

$$r = \frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{X})(y_i - \bar{Y})}{\sqrt{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{X})^2 \sum_{i=1}^n (y_i - \bar{Y})^2}}$$

## Sps: البرنامج الاحصائي

كما استخدمنا في هذه الدراسة أسلوب دراسة الحالة باستخدام منهج التحليل الاحصائي من خلال توزيع الاستبيان وقمنا باستخدام البرنامج الاحصائي المذكور اعلاه لتحليل نتائج الاستبيان.

## خلاصة :

يعتبر هذا الفصل بمثابة فصل تمهيدي للمرحلة التطبيقية والذي يساعدنا في انجاز التحليل و المناقشة و الاستنتاجات بواسطة المعطيات المذكورة سابقا ومنه نستخلص مما سبق أنه لا دراسة علمية بدون منهج ، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها و أن تتوفر لدي الباحث الذي يقوم بها منهجية علمية معينة ومناسبة والتي تتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث ،ولا بد له أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة ومتغيرات واختبارات .....الخ. تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث والمجتمع ومنه فإن العمل بالمنهجية يعد أمرا ضروريا في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى النتائج المؤكدة إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمين في البحث واضحة وخالية من الغموض والتناقضات.

صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول :

الرقم	صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول	صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول	صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول
01	كيف تخطط للدرس في الظروف الاستثنائية؟	0.783**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
02	هل التوقيت المبرمج يكفي ؟	0.953**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
03	كيف تستخدم الوسائل المتاحة في المؤسسة ؟	0.902**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
04	يستخدم كل التلاميذ نفس الوسائل ؟	0.578**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
05	كيف يتم نظريا تحقيق التباعد للوقاية من المرض ؟	0.630**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
06	هل تقوم بالاحتياطات اللازمة لتفادي اي عدوى ؟	0.784**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
07	هل التقيد بالبروتوكول الصحي يعيق تحقيق الهدف من الحصة ؟	0.858**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
08	هل تغيير الحجم الساعي للحصة اثر على تقدم البرنامج ؟	0.654**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
09	هل العمل بالأفواج اثر على تقدم البرنامج ؟	0.900**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
10	هل تجرون النشاطات الجماعية في ظل هذه الظروف؟	0.785**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
11	هل تم الغاء النشاطات الجماعية من البرنامج ؟	0.625**	يوجد ارتباط دال إحصائيا

12	هل تم الغاء النشاطات الجماعية من البرنامج ؟	0.825**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
13	هل مستلزمات الوقاية متوفرة للأستاذ (معلم قناع قفازات ..... ) ؟	0.725**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
14	هل الميادين و الساحات كافية لا إجراء الحصة بأريحية ؟	0.945**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
15	هل طريقة العمل بالأفواج ساعدت على تطبيق البروتوكول الصحي ؟	0.754**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
16	هل عدد التلاميذ بالفوج الواحد يساعد على العمل بأريحية ؟	0.856**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
17	هل اثر تطبيق البروتوكول الصحي على مستوى التلاميذ من الناحية التعليمية ؟	0.758**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
18	هل اجراء حصة كل 15 يوم اثر على مستوى التلاميذ ؟	0.865**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا

يتضح من خلال الجدول أعلاه بان جميع فقرات ترتبط مع المحور الأول .أي أن فقراته دالة إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته اكبر من قيمة  $r$  الجدولية، كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) اقل من بمستوى دلالة 0.05 في جميع فقرات المحور أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات المحور الاول صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه .

#### صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني:

الرقم	صدق الاتساق الداخلي لفقرات	صدق الاتساق الداخلي لفقرات	صدق الاتساق الداخلي لفقرات
01	هل تم احترام تطبيق الاجراءات الصحية من قبل التلاميذ خلال الحصة ؟	0.940**	0.000
02	هل تحقق التباعد البدني بالحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد اثناء تنفيذ الدرس ؟	0.899**	0.000

03	هل تقوم بتقييم مكتبك الخاص و المعدات الديالكتيكية قبل وبعد استعمالها ؟	0.860**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
04	هل تقوم بتحديد فضاءات العمل الخاصة بك في المؤسسة ؟	0.956**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
05	هل تقوم بتوفير مستلزمات الوقاية (معقم جهاز قياس الحرارة كامات ) عند كل حصة؟	0.748**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
06	هل تجبر التلاميذ الممارسين والغير ممارسين على ارتداء الكمامات المناسبة للفئات العمرية المختلفة عندما يتعذر التباعد البدني ؟	0.835**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
07	هل تقوم بتقسيم التلاميذ الى مجموعات مغلقة اي صغيرة دون الاختلاط بينهما اثناء الدرس او اثناء الالعاب الرياضية	0.954**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
08	كيف تقوم بتنظيم مساحة اللعب (الملعب او القاعة) ؟	0.755**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
09	هل تحافظ على بيئة نظيفة وذلك بتنظيف الوسائل البيداغوجية بعد كل استعمال ؟	0.844**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
10	هل تتجنب التدريس في القاعات المغلقة و التركيز على التدريس في الهواء الطلق؟	0.911**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
11	هل تضمن التهوية المناسبة عند استعمال القاعة الرياضية .؟	0.836**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
12	هل تقوم بإجبار التلاميذ على الحضور بالبدلة الرياضية مباشرة ؟	0.785**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
13	هل تقوم بالحد من عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس؟	0.933**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
14	هل تقوم بالحد من عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس؟	0.912**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا

ثبات وصدق أداة الدراسة:

تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ

محاور الاستبيان	معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	النتيجة
01 المحور الأول	0.97	18	ثابت
02 المحور الثاني	0.96	14	ثابت
جميع فقرات الاستبيان	0.98	32	ثابت

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ هي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان معا بلغ 0.98 و هذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة لأداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين ( 0-1 ) ، وكلما اقترب من الواحد؛ دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات. وان الحد الأدنى المتفق عليه لمعامل ألفا كرونباخ هو : 0.6 .

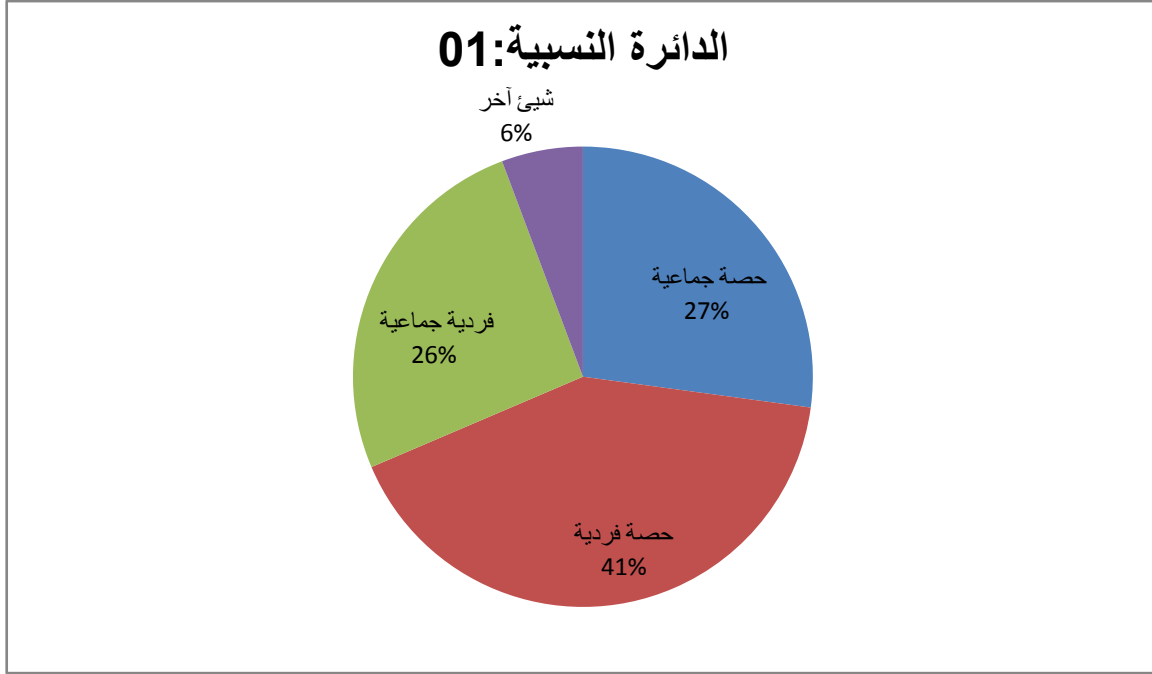
المحور الأول : الترتيبات التي يتخذها الاستاذ لإخراج درسه :

1. كيف تخطط للدرس في الظروف الاستثنائية؟

الجدول رقم : 01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
حصة فردية	19	27.1	9.35	18.11	0.05	3	دال
حصة جماعية	29	41.4					
فردية جماعية	18	25.7					
شيء آخر	4	5.7					
المجموع	70	100.0					





**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 27.1 % من الاساتذة يخططون للدرس في الظروف الاستثنائية عن طريق الحصص الفردية ، و نسبة 41.4 % يخططون لها عن طريق الحصص الرياضية الجماعية ، ونسبة 25.7 % يخططون للحصص عن طريق الحصص الرياضية الفردية الجماعية ، ونسبة 5.7 % يخططون للحصص بطرق أخرى .

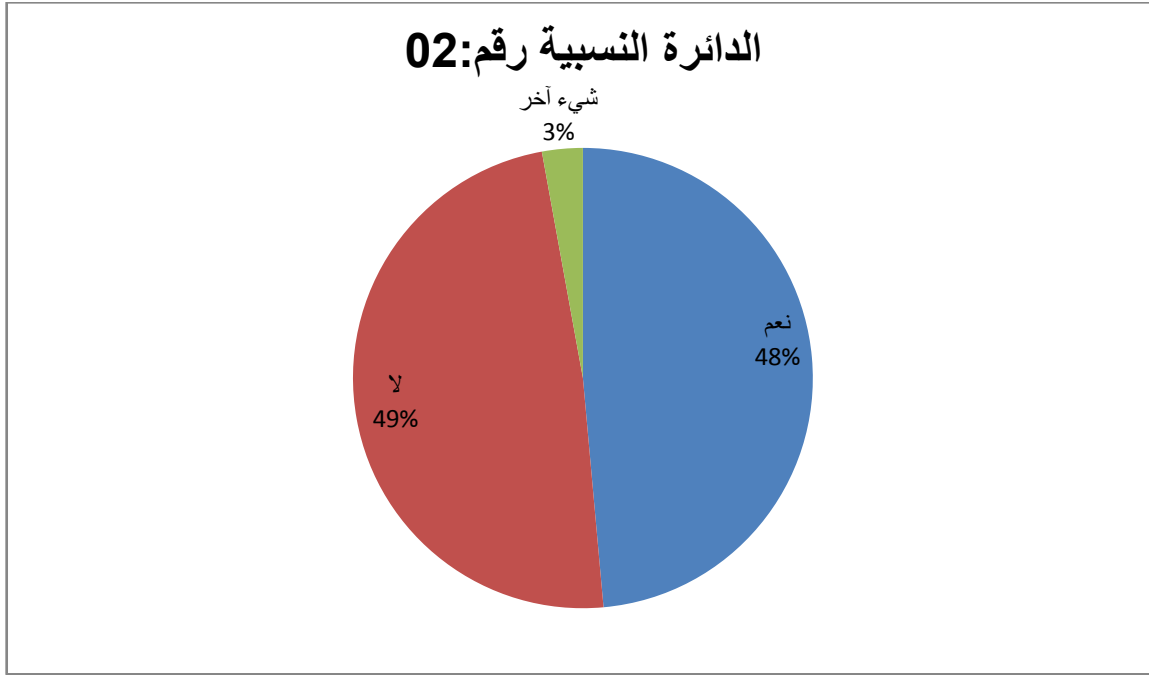
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبيّنة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 18.11 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 9.35 عند درجة الحرية 03 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستج أن ، الاساتذة يخططون للحصص بطريقة جماعية

2. هل التوقيت المبرمج يكفي ؟

الجدول رقم : 02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	34	48.6					
لا	34	48.6					
شيء آخر	2	2.9	5.99	29.25	0.05	2	دال
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 48.6% من الاساتذة يرون أن التوقيت المبرمج يكفي ، و نسبة 48.6 % يرون أنه لا يكفي ، ونسبة 2.9 % يرون انه يكفي أحيانا

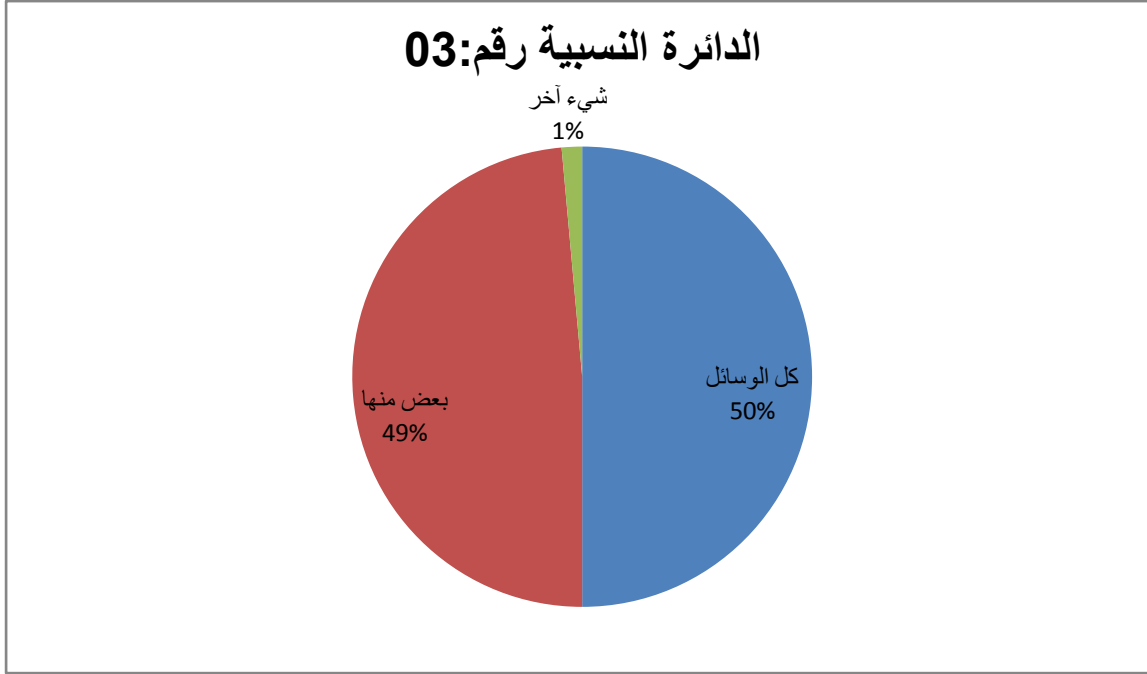
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 29.25 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، التوقيت المبرمج كافي الى حد ما

### 3. كيف تستخدم الوسائل المتاحة في المؤسسة؟

**الجدول رقم : 03**

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
كل الوسائل	35	50.0					
بعض منها	34	48.6					
شيء آخر	1	1.4	5.99	32.08	0.05	2	دال
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 50% من الاساتذة يستخدمون كل الوسائل ، و نسبة 48.6 يستخدمون البعض منها % ، ونسبة 1.4 % يستخدمون كل الوسائل أحيانا

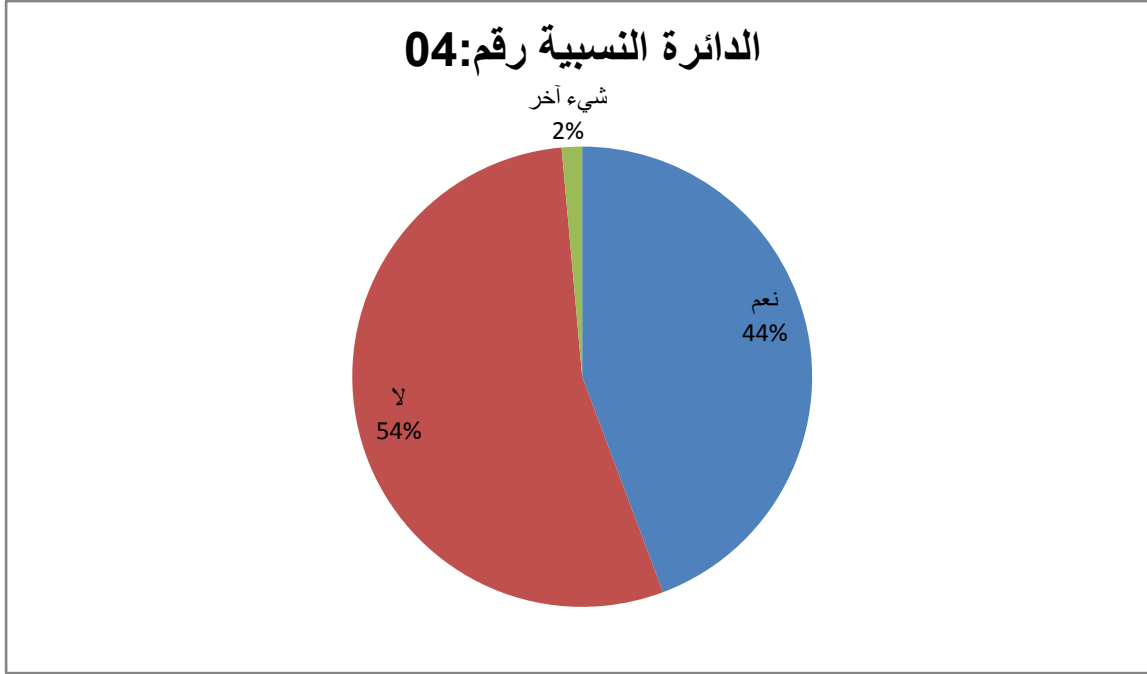
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 32.08، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يستخدمون كل الوسائل المتاحة

4. يستخدم كل التلاميذ نفس الوسائل ؟

الجدول رقم : 04

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	31	44.3					
لا	38	54.3					
شيء آخر	1	1.4	5.99	33.11	0.05	2	دال
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 44.3% من الاساتذة يرون ان التلاميذ يستخدمون نفس الوسائل ، و نسبة 54.3% يرون أن التلاميذ لا يستخدمون نفس الوسائل ، ونسبة 1.4% يرون أن التلاميذ يستخدمون نفس الوسائل أحيانا .

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 33.11 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

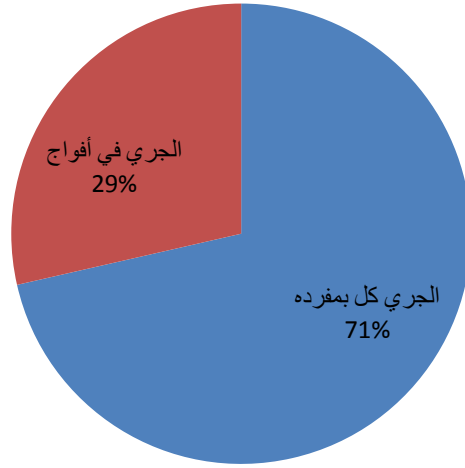
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، التلاميذ لا يستخدمون نفس الوسائل .

### 5. كيف يتم نظريا تحقيق التباعد للوقاية من المرض؟

الجدول رقم : 05

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
كل بمفرده	50	71.4					
الجرى في أفواج	20	28.6	3.84	12.85	0.05	1	دال
المجموع	70	100.0					

الدائرة النسبية رقم: 05



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 71.4 من الاساتذة يرون أن التباعد يتحقق نظريا عن طريق الجري كل بمفرده %، و نسبة 28.6 % يرون أنه يتحقق بالجري في أفواج .

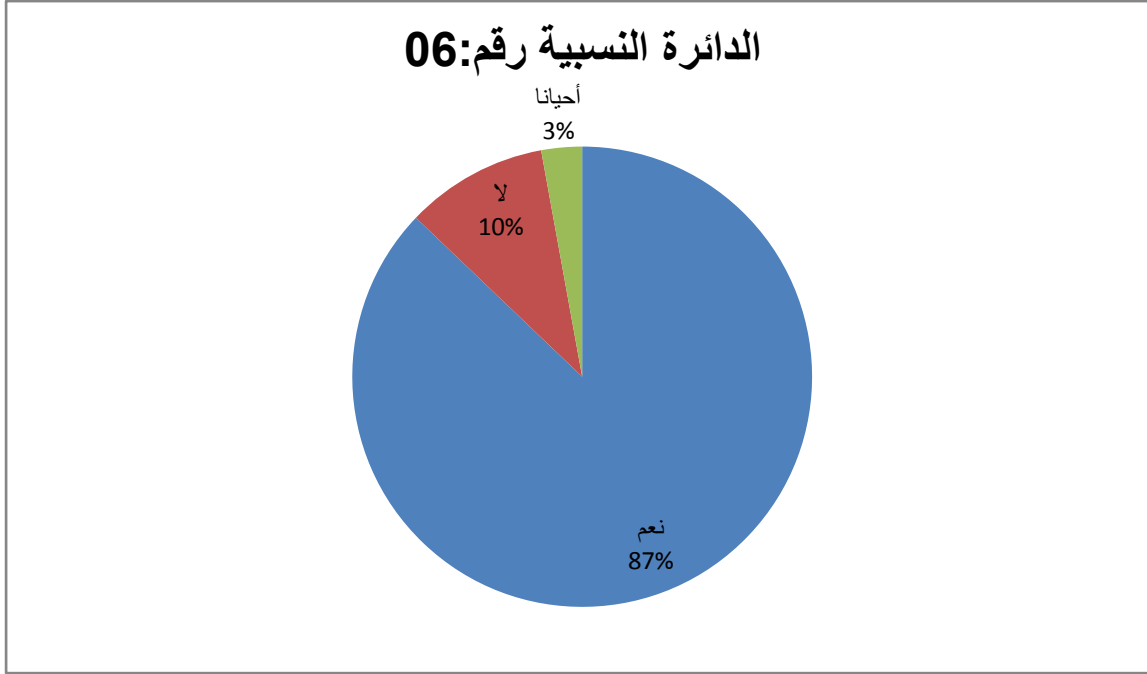
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 12.85 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، التباعد للوقاية يتحقق بالجري كل بمفرده

6. هل تقوم بالاحتياطات اللازمة لتفادي اي عدوى؟

الجدول رقم : 06

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	61	87.1					
لا	7	10.0					
أحيانا	2	2.9	5.99	91.74	0.05	2	دال
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 87.1 يقومون بالاحتياطات اللازمة لتفادي أي عدوة %، و نسبة 10 % لا يقومون بالاحتياطات اللازمة ونسبة 2.9 % يقومون بالاحتياطات اللازمة احيانا

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 91.74 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

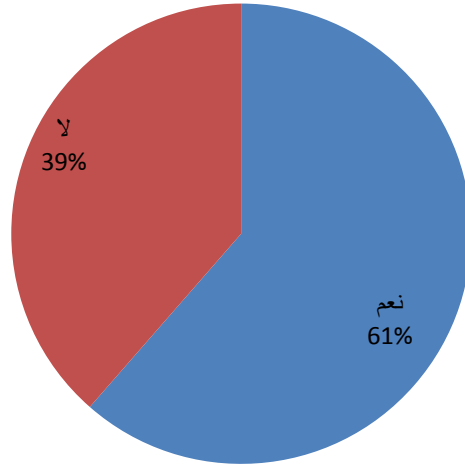
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بالاحتياطات اللازمة

7. هل التقيد بالبروتوكول الصحي يعيق تحقيق الهدف من الحصة؟

**الجدول رقم : 07**

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	43	43					
لا	27	27					
المجموع	70	70	3.84	3.65	0.05	1	غير دال

الدائرة النسبية رقم: 07



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 43 من الاساتذة يرون بأن التقيد بالبروتوكول يعيق تحقيق الهدف من الحصة %، و نسبة 27 % يرون أنه لا يعيقه.

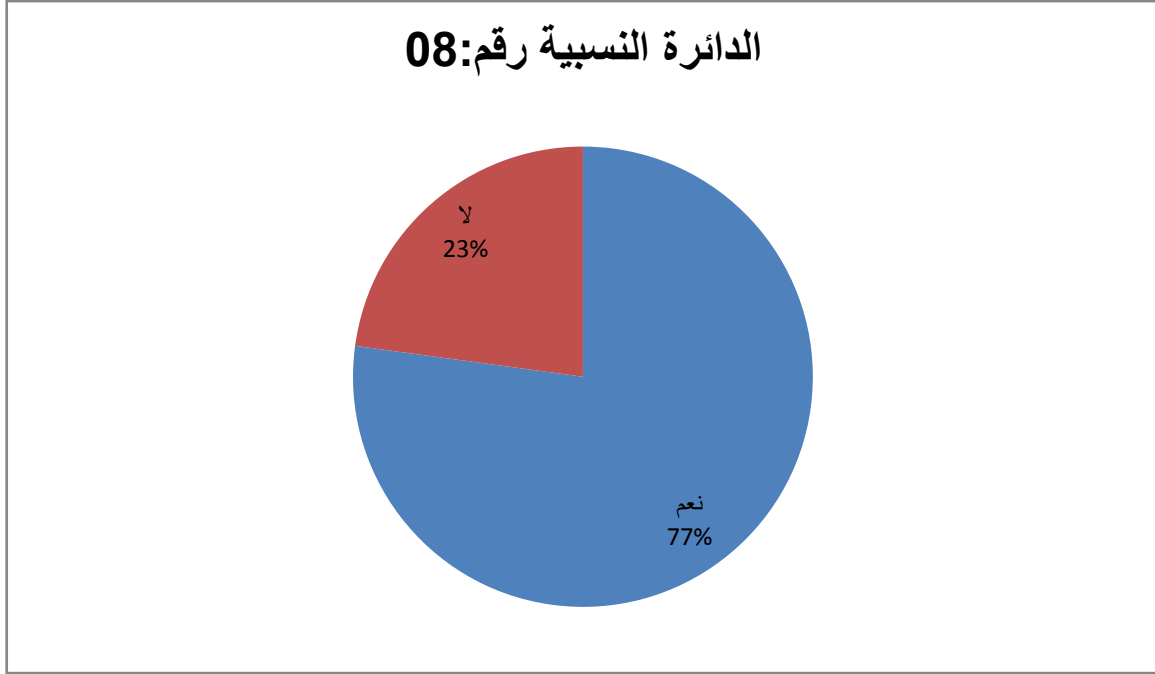
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 3.65 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، البروتوكول الصحي لا يعيق تحقيق الهدف من الحصة

8. هل تغيير الحجم الساعي للحصة اثر على تقدم البرنامج ؟

الجدول رقم : 08

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	54	77.1					
لا	16	22.9					
المجموع	70	100.0	3.84	20.62	0.05	1	دال



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 77.1 % من الاساتذة يقرون بأن الحجم الساعي لحصص الرياضية قد اثرعلى تقدم البرنامج ، و نسبة 22.9 % منهم يقرون بأنه لم يآثر

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 20.62 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

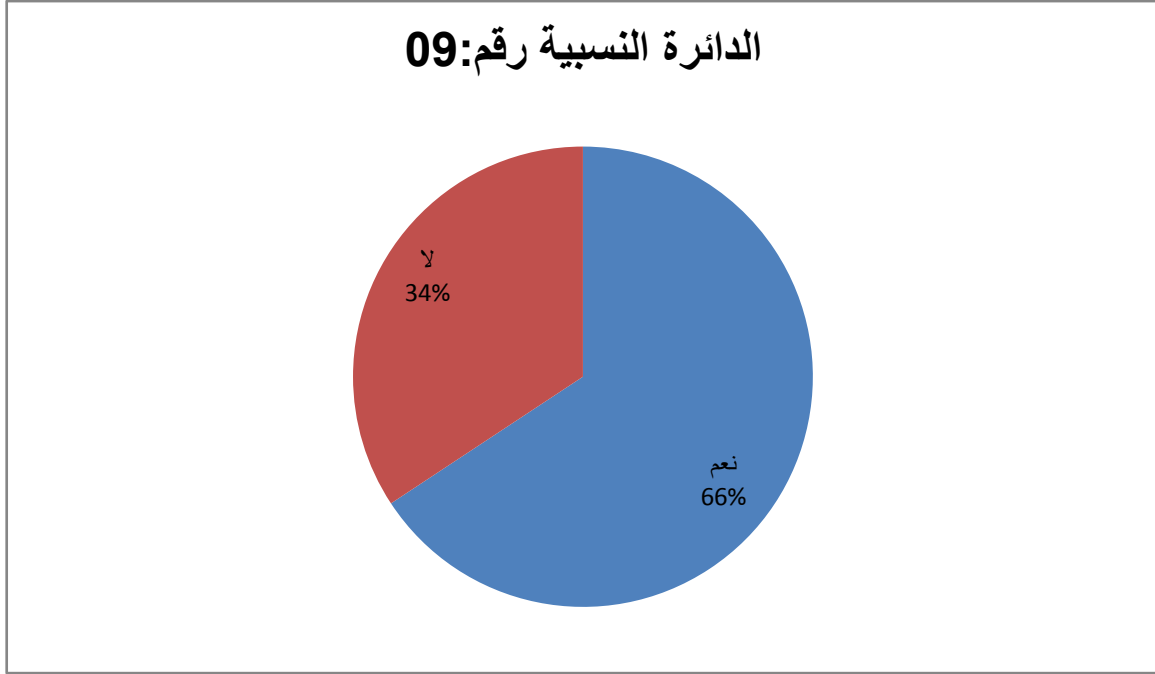
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الحجم الساعي للحصص قد اثر على تقدم البرنامج .

### 9. هل العمل بالأفواج اثر على تقدم البرنامج؟

**الجدول رقم : 09**

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	46	65.7					
لا	24	34.3					
المجموع	70	100.0	3.84	6.91	0.05	1	دال





**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 65.7 % يقرون بأن العمل بالأفواج أثر على تقدم البرنامج ، و نسبة 34.3 % يصرحون بأنه لم يَأثر.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 6.91 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

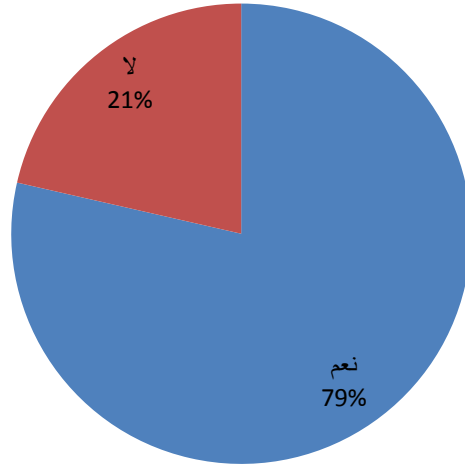
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، العمل بالأفواج أثر على تقدم البرنامج

### 10. هل تم تكييف البرنامج وفق البروتوكول الصحي؟

الجدول رقم : 10

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	55	78.6					
لا	15	21.4					
المجموع	70	100.0	3.84	22.85	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم:10



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 78.6 يقرون بأنه تم تكييف البرنامج وفق البروتوكول الصحي %، و نسبة 21.4 % يقرون بأنه لم يتم تكيفه .

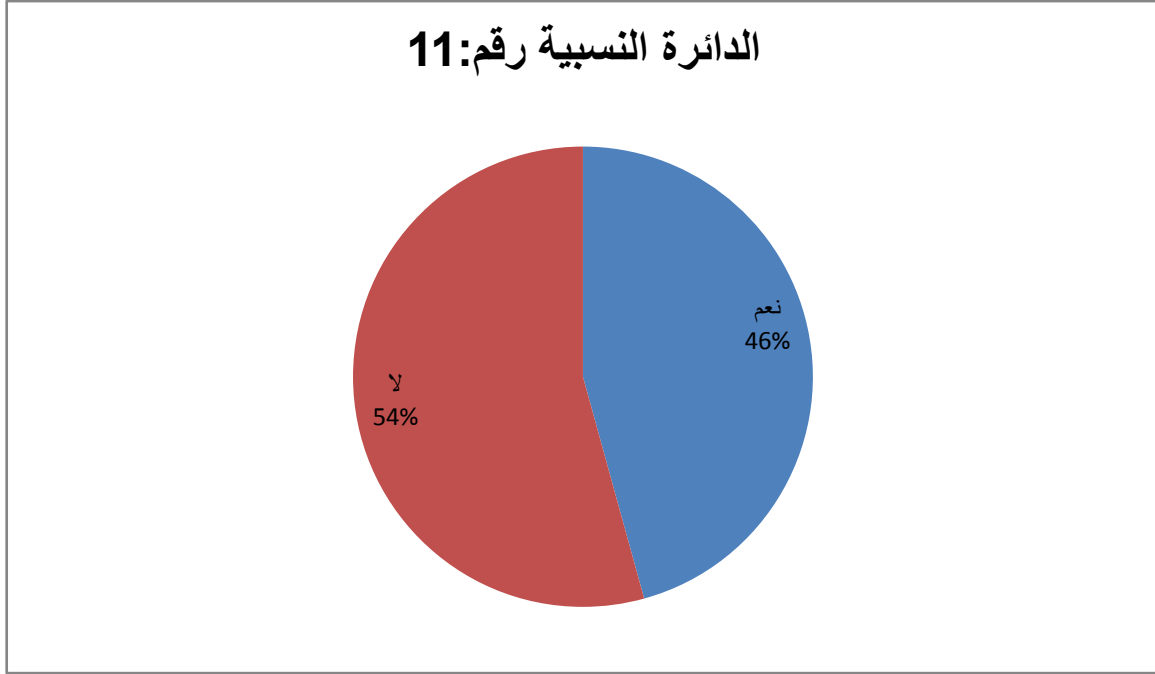
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 22.85 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيعة الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، البرنامج تم تكيفه وفق البروتوكول الصحي .

11. هل تجرون النشاطات الجماعية في ظل هذه الظروف؟

الجدول رقم : 11

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	32	45.7					
لا	38	54.3					
المجموع	70	100.0	3.84	0.51	0.05	1	غير دال



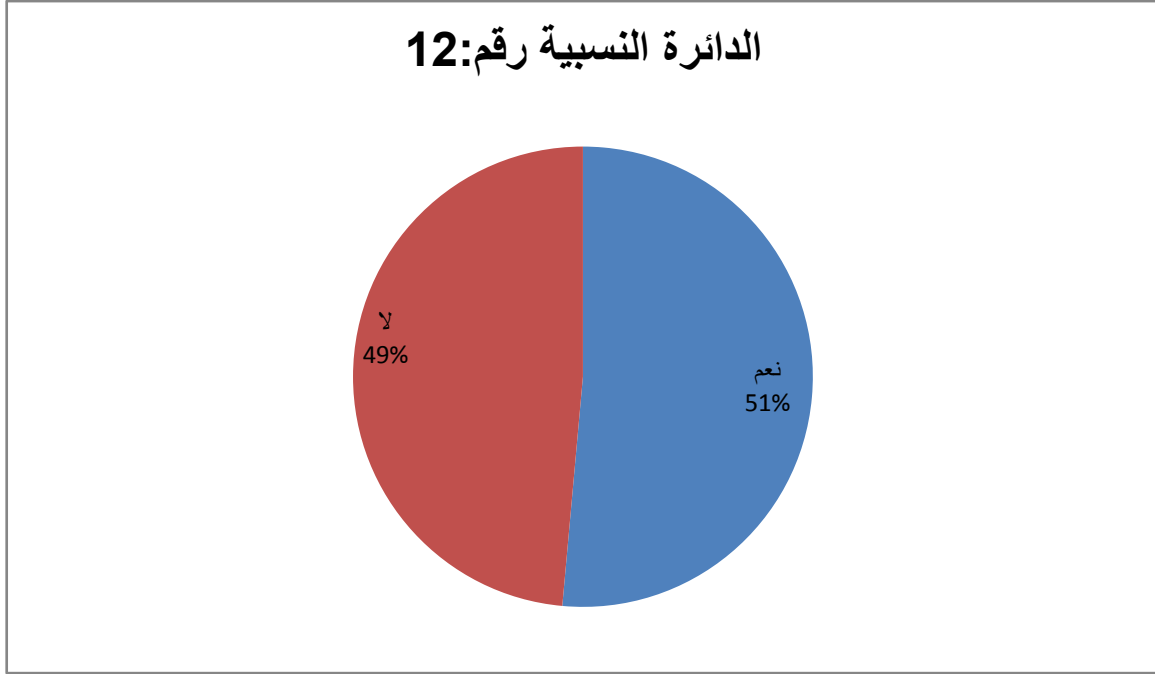
**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 45.7 يقرون بأنهم يجرون النشاطات الجماعية %، و نسبة 54.3 % يقرون بأنهم لا يجرون النشاطات الجماعية ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 0.51 ، اصغر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة لا يجرون النشاطات بالنشاطات الجماعية

## 12. هل تم الغاء النشاطات الجماعية من البرنامج؟

الجدول رقم : 12

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	36	51.4					
لا	34	48.6					
المجموع	70	100.0	3.84	0.057	0.05	1	غير دال



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 51.4 يقرون بأنه تم الغاء النشاطات الجماعية %، و نسبة 48.6 % يرون انه لم يتم الغائها

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 0.057 ، اصغر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

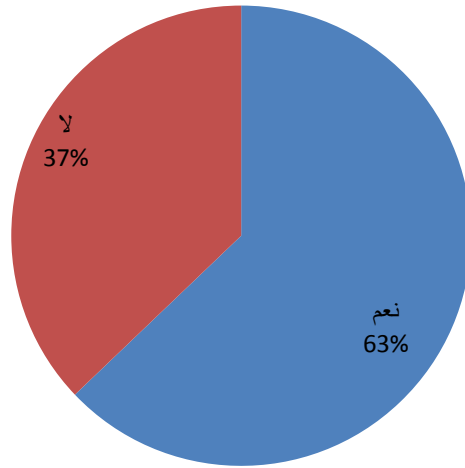
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، النشاطات الجماعية تم الغائها

**13. هل مستلزمات الوقاية متوفرة للأستاذ (معقم قناع قفازات .....)?**

**الجدول رقم : 13**

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	44	62.9					
لا	26	37.1					
المجموع	70	100.0	3.84	4.62	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم: 13



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 62.9 % يقرون بأن مستلزمات الوقاية متوفرة ، و نسبة 37.1 % يقرون بأنها غير متوفرة

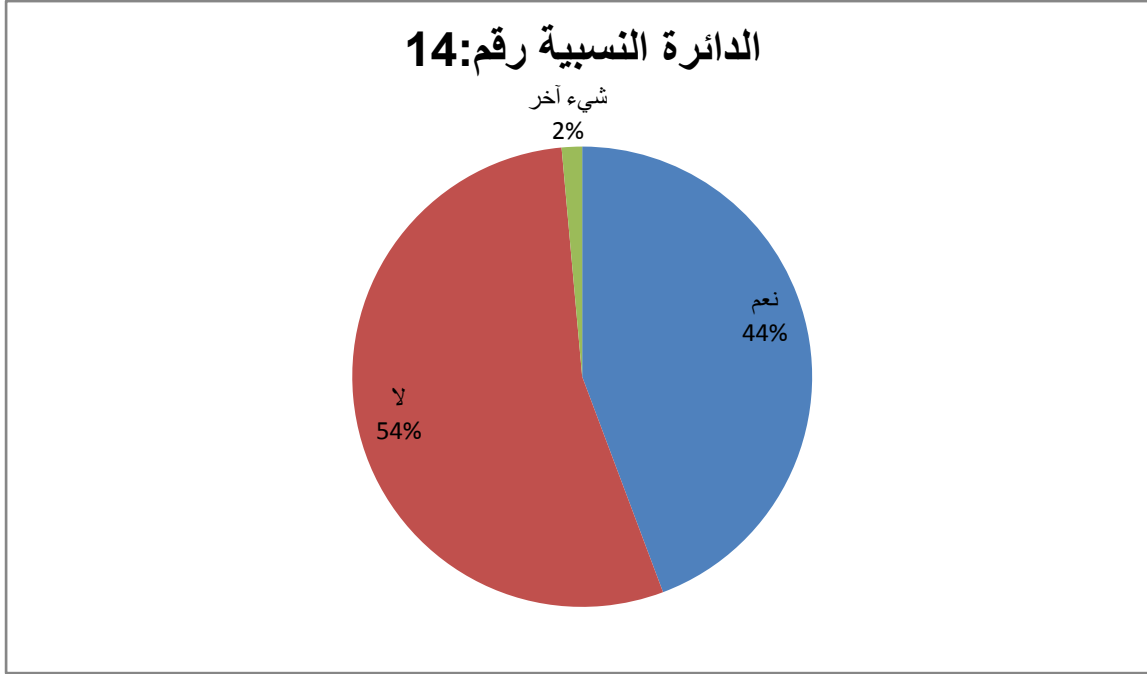
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 4.62 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، مستلزمات الوقاية متوفرة

14. هل الميادين و الساحات كافية لا جراء الحصة بأريحية ؟

الجدول رقم : 14

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	46	65.7					
لا	24	34.3					
المجموع	70	100.0	3.84	6.91	0.05	1	دال



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 65.7% يرون أن الميادين والساحات كافية ، و نسبة 34.3% يرون أنها غير كافية

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب  $\chi^2$  المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة 6.91 ، أكبر من قيمة  $\chi^2$  تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

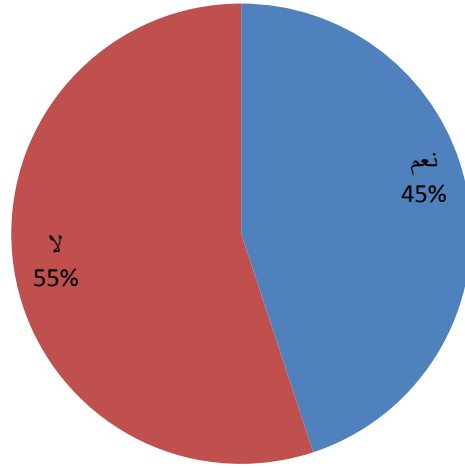
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الميادين والساحات كافية .

### 15. هل طريقة العمل بالأفواج ساعدت على تطبيق البروتوكول الصحي ؟

الجدول رقم : 15

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ ك		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	57	81.4					
لا	13	18.6					
المجموع	70	100.0	3.84	27.65	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم:15



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 81.4 % يبرز أن العمل بالأفواج ساعد على تطبيق البروتوكول الصحي ، و نسبة 18.6 % يرون انه لم يساعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة ... 27.65 أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

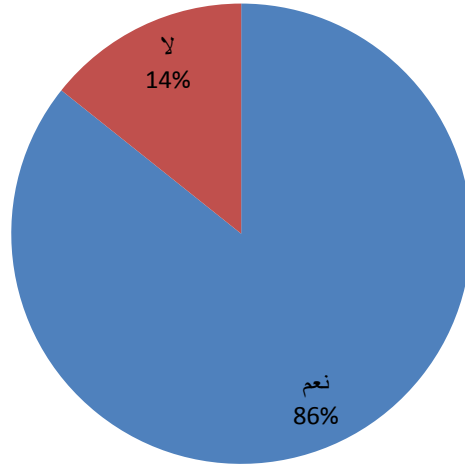
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، العمل بالأفواج ساعد على تطبيق البروتوكول الصحي .

16. هل عدد التلاميذ بالفوج الواحد يساعد على العمل بأريحية ؟

الجدول رقم : 16

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	60	85.7					
لا	10	14.3					
المجموع	70	100.0	3.84	35.71	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم:16



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 85.7 يرون ان عدد التلاميذ بالفوج الواحد يساعد على العمل بأريحية %، و نسبة14.3 % يرون انه لا يساعد

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 35.71 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، عدد التلاميذ بالفوج الواحد يساعد على العمل بأريحية .

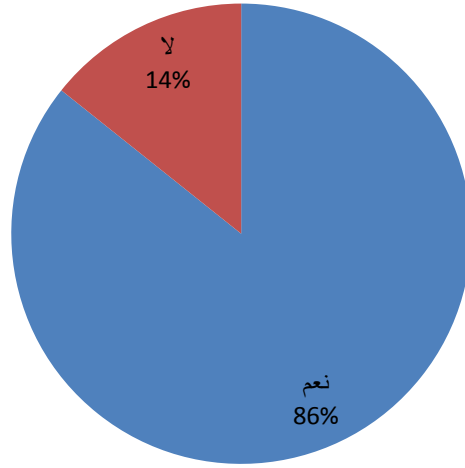
17. هل اثر تطبيق البروتوكول الصحي على مستوى التلاميذ من الناصحة التعليمية ؟

الجدول رقم : 17

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	47	67.1					
لا	23	32.9					
المجموع	70	100.0	3.84	8.229	0.05	1	دال



الدائرة النسبية رقم: 17



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 67.1 % يرون ان البروتوكول اثر على التلاميذ من الناحية التعليمية ، و نسبة 32.1 % يرون أنه لم يؤثر .

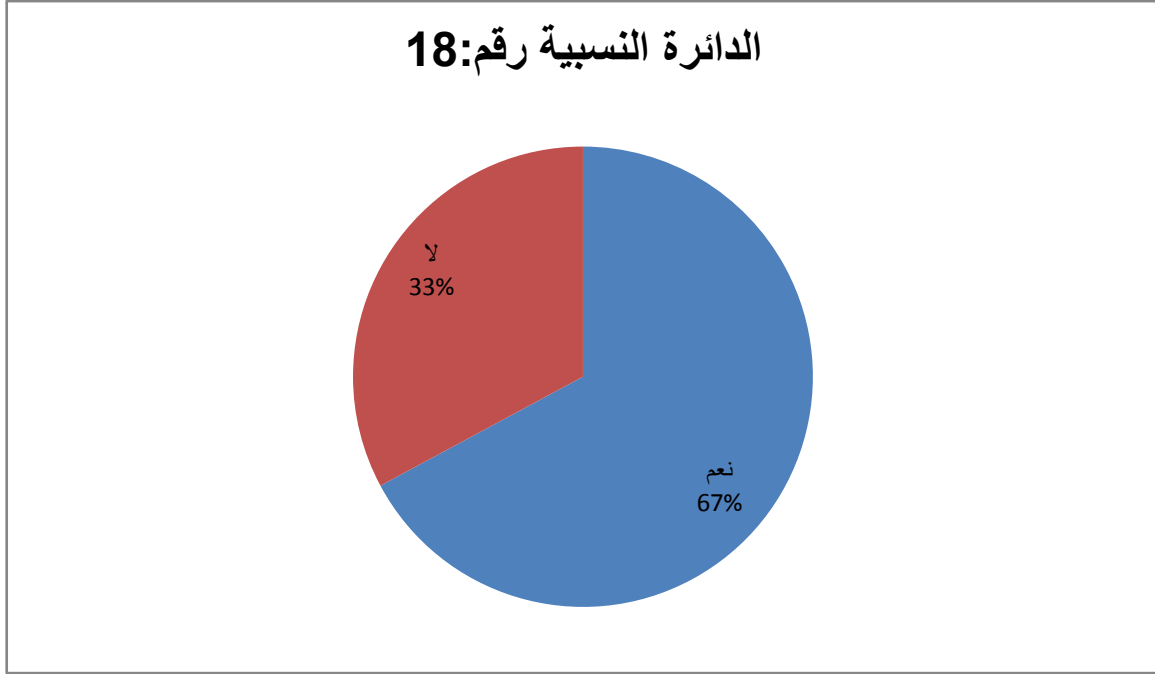
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 8.22 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، البروتوكول أثر على التلاميذ من الناحية التعليمية

18. هل اجراء حصة كل 15 يوم اثر على مستوى التلاميذ؟

الجدول رقم : 18

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	47	67.1	3.84	8.22	0.05	1	دال
لا	23	32.9					
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 67.1% يرون اجراء حصة كل 15 يوم يؤثر على التلاميذ ، و نسبة 32.9% يرون انه لا يؤثر

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 8.22 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، اجراء حصة كل 15 يوم يؤثر على التلاميذ.

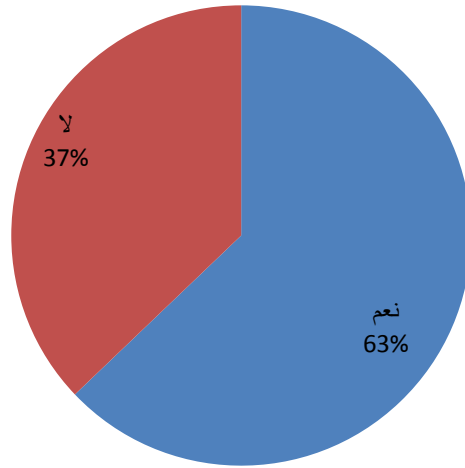
المحور الثاني : الاحتياطات المتخذة لتطبيق الاحترازمات الصحية في ظل تفشي فيروس الكورونا

1. هل تم احترام تطبيق الاجراءات الصحية من قبل التلاميذ خلال الحصة؟

الجدول رقم : 19

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	44	62.9					
لا	26	37.1					
المجموع	70	100.0	3.84	4.62	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم:19



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 62.9 يرون أن تم احترام البروتوكول من قبل التلاميذ ، و نسبة 37.1 % يرون أنه لم يتم احترامها

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 4.62 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

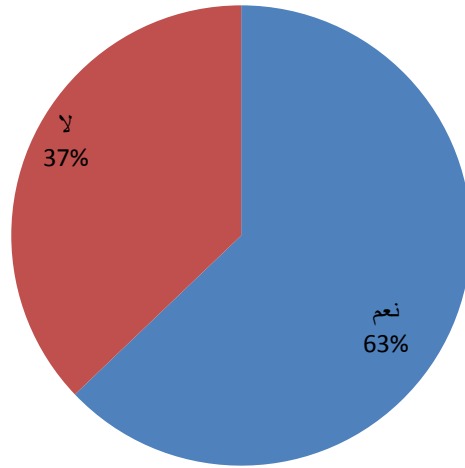
الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أنه تم احترام البروتوكول من قبل التلاميذ

2. هل تحقق التباعد البدني بالحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد اثناء تنفيذ الدرس؟

الجدول رقم : 20

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	46	65.7					
لا	24	34.3					
المجموع	70	100.0	3.84	6.91	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم: 20



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 65.7 يرون ان التباعد البدني تحقق %، و نسبة 34 % يرون انه لم يتحقق

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 6.91 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

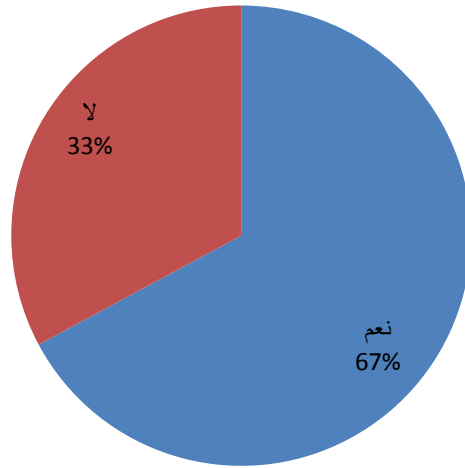
الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، التباعد البدني قد تحقق

3. هل تقوم بتعقيم مكتبك الخاص و المعدات الديلكتيكية قبل وبعد استعمالها ؟

الجدول رقم : 21

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	47	67.1					
لا	23	32.9					
المجموع	70	100.0	3.84	8.22	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم: 21



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 67 يقومون بتعقيم مكتبهم ومعداتهم %، و نسبة 32.9 % لا يقومون بتعقيمها .

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 8.22 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

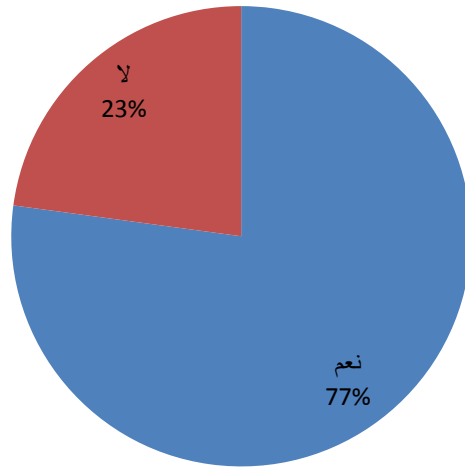
الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الأساتذة يقومون بتعقيم معداتهم ومكاتبهم

4. هل تقوم بتحديد فضائات العمل الخاصة بك في المؤسسة ؟

الجدول رقم : 22

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	54	77.1					
لا	16	22.9					
المجموع	70	100.0	3.84	20.62	0.05	1	دال

الدائرة النسبية رقم: 22



تحليل الجدول: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 77.1 يقومون بتحديد

فضاءات العمل الخاصة بهم %، و نسبة 22.9 % لا يقومون بذلك

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 20.62 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

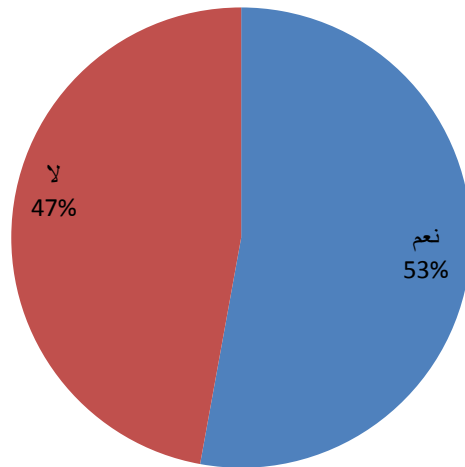
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بتحديد فضاءات العمل الخاصة بهم .

5. هل تقوم بتوفير مستلزمات الوقاية (معقم جهاز قياس الحرارة كامات ) عند كل حصة؟

الجدول رقم : 23

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	37	52.9					
لا	33	47.1	3.84	0.22	0.05	1	غير دال
المجموع	70	100.0					

الدائرة النسبية رقم: 23



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 52.9 يقومون بتوفير مستلزمات الوقاية عند كل حصة %، و نسبة 47.1 % لا يقومون بتوفيرها

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب  $\chi^2$  الميينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة 0.22 ، اصغر من قيمة  $\chi^2$  تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

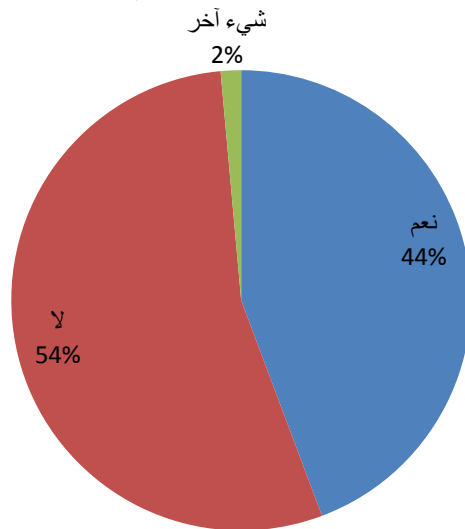
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بتوفير مستلزمات الوقاية

6. هل تجبر التلاميذ الممارسين والغير ممارسين على ارتداء الكمامات المناسبة للفئات العمرية المختلفة عندما يتعذر التباعد البدني؟

الجدول رقم : 24

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	44	62.9					
لا	24	34.3					
طرق اخرى	2	2.9	5.99	37.82	0.05	2	دال
المجموع	70	100.0					

الدائرة النسبية رقم: 24





**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 62.9% يجبرون التلاميذ على ارتداء الكمامات المناسبة للفئات العمرية المختلفة ، و نسبة 34.3 % ونسبة 2.9 % يستعملون طرق أخرى لحثهم على ذلك

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبيينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 37.82 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيعة الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

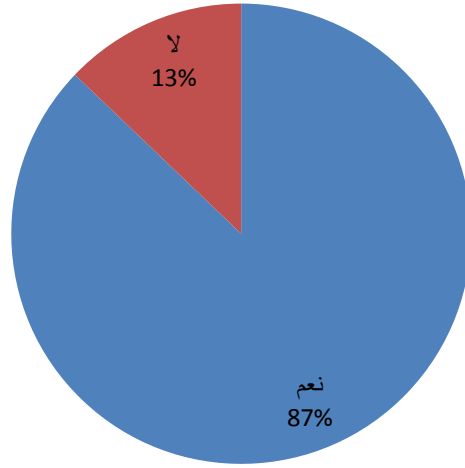
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يجبرون التلاميذ الممارسين والغير ممارسين على ارتداء الكمامات المناسبة للفئات العمرية المختلفة عندما يتعذر التباعد البدني

7. هل تقوم بتقسيم التلاميذ الى مجموعات مغلقة اي صغيرة دون الاختلاط بينهما اثناء الدرس او اثناء الالعب الرياضية؟

الجدول رقم : 25

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	61	87.1					
لا	9	12.9	3.84	38.62	0.05	1	دال
المجموع	70	100.0					

الدائرة النسبية رقم: 25



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 87.1 % يقومون بتقسيم التلاميذ الى مجموعات مغلقة ، و نسبة 12.9 % لا يقومون بذلك

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 38.62 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بتقسيم التلاميذ الى مجموعات مغلقة اي صغيرة دون الاختلاط بينهما اثناء الدرس او اثناء الالعاب الرياضية

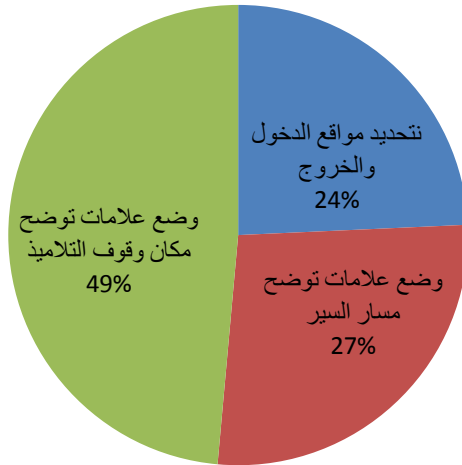
8. كيف تقوم بتنظيم مساحة اللعب (الملعب او القاعة) ؟

الجدول رقم : 26

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
تحديد مواقع الدخول والخروج	17	24.3					
وضع علامات توضح مسار السير	19	27.1	5.99	7.4	0.05	2	دال

					48.6	34	وضع علامات توضح مكان وقوف التلاميذ
					100.0	70	المجموع

### الدائرة النسبية رقم: 26



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 24.3% يقومون بتنظيم مساحة اللعب عن طريق تحديد مواقع الدخول والخروج %، و نسبة 27.1% يقومون بذلك عن طريق وضع علامات توضح مسار السير ونسبة 48.6% يقومون بذلك عن طريق توضيح مكان وقوف التلاميذ

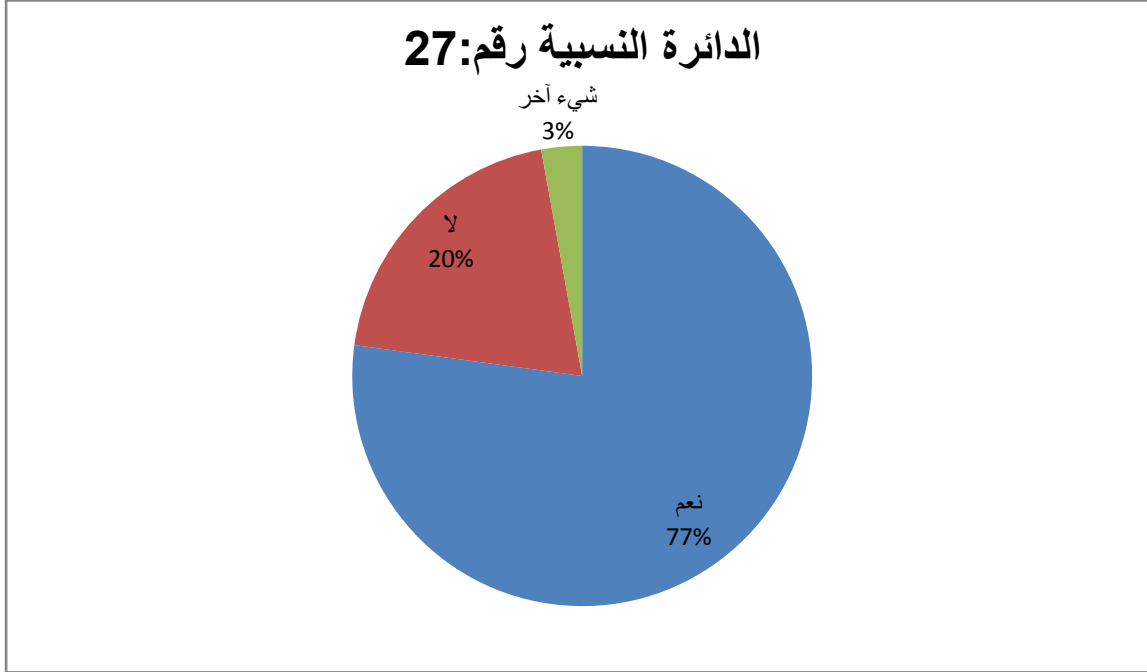
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 7.4 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون ب تنظيم مساحة اللعب عن طريق وضع علامات توضح مكان وقوف التلاميذ

9. هل تحافظ على بيئة نظيفة وذلك بتنظيف الوسائل البيداغوجية بعد كل استعمال؟

الجدول رقم : 27

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	54	77.1					
لا	14	20.0					
أحيانا	2	2.9	5.99	63.54	0.05	2	دال
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 77.1 يحافظون على بيئة نظيفة وذلك بتنظيف الوسائل ، و نسبة 20 % لا يفعلون ذلك ونسبة 2.9 يفعلون ذلك أحيانا .

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 63.54 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

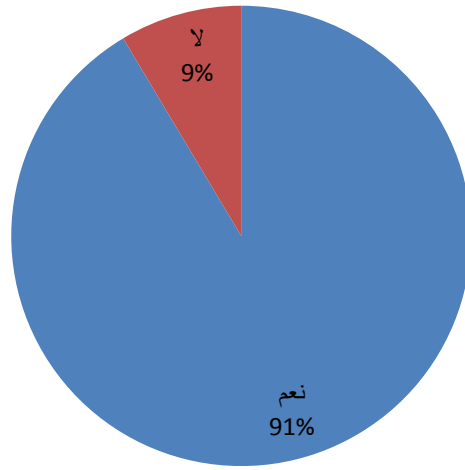
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بتنظيف الوسائل للحفاظ عليها .

10. هل تتجنب التدريس في القاعات المغلقة و التركيز على التدريس في الهواء الطلق؟

الجدول رقم : 28

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	64	91.4					
لا	6	8.6	3.84	48.057	0.05	1	دال
المجموع	70	100.0					

الدائرة النسبية رقم: 28



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 91.4 % يتجنبون التدريب في القاعات المغلقة ، و نسبة 8.6 % لا يتجنبون ذلك

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 48.05 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تريبع المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

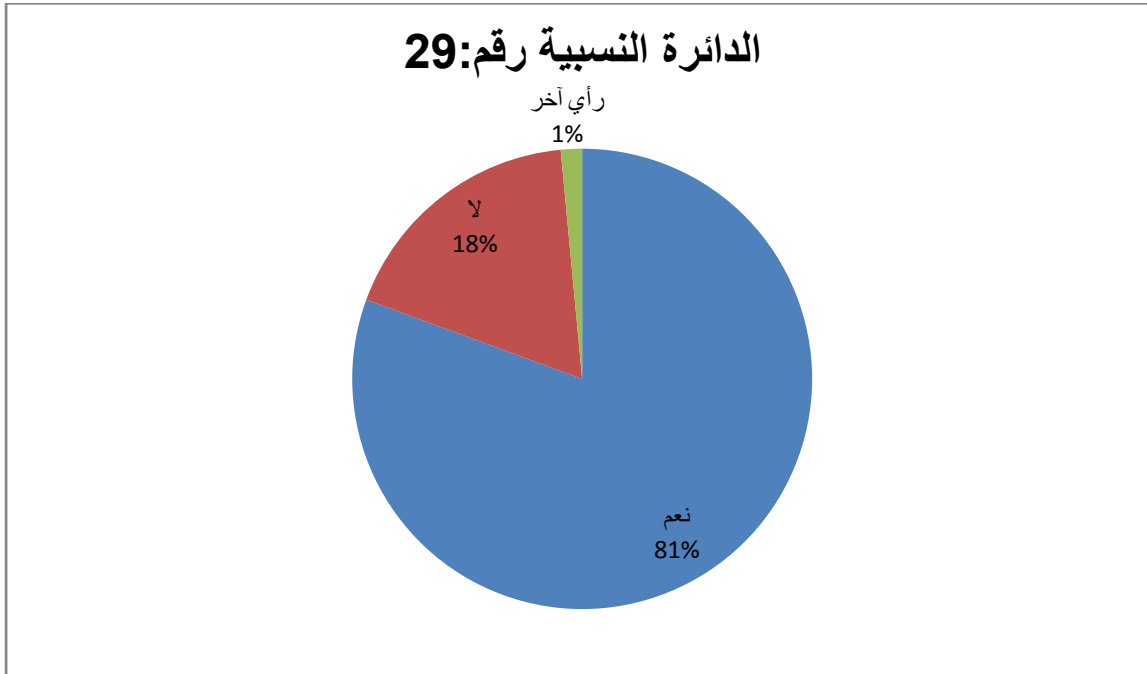
**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يتجنبون التدريس في القاعات المغلقة

11. هل تضمن التهوية المناسبة عند استعمال القاعة الرياضية .؟

الجدول رقم : 29

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
----------	-----------	----------------	-----------------	---------------	-------------	-------------------

نعم	54	77.1	المحسوبة	المجدولة	الدلالة	الحرية	الإحصائية
لا	12	17.1	61.82	5.99	0.05	2	دال
رأي آخر	4	5.7					
المجموع	70	100.0					



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 77.1 % من الاساتذة يضمنون التهوية المناسبة عن استعمال القاعات ، و نسبة 17.1 % لا يفعلون ذلك ونسبة 5.7 لهم يفعلون ذلك أحيانا ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 61.82 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تريبع المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن الاساتذة يضمنون التهوية المناسبة عند استعمال القاعات الرياضية

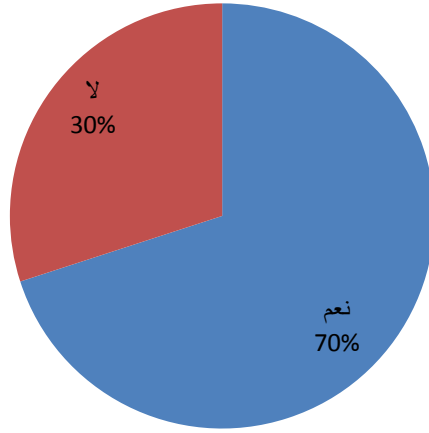
12. هل تقوم بإجبار التلاميذ على الحضور بالبدلة الرياضية مباشرة؟

الجدول رقم : 30

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>	مستوى	درجة	الدلالة
----------	-----------	----------------	-----------------	-------	------	---------

نعم	49	70.0	المحسوبة	المجدولة	الدلالة	الحرية	الإحصائية
لا	21	30.0	11.20	3.84	0.05	1	دال
المجموع	70	100.0					

### الدائرة النسبية رقم: 30



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 70 % يقومون بإجبار التلاميذ على البدلة الرياضية ، و نسبة 30 % لا يجبرونهم على ذلك

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 11.20 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بإجبار التلاميذ على

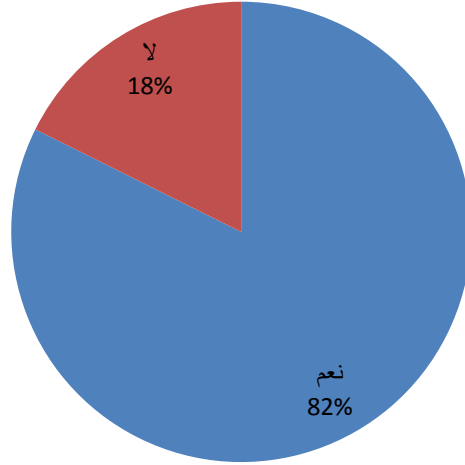
البدلة الرياضية

13. هل تقوم بالحد من عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس؟

### الجدول رقم : 31

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	56	80.0	70.74	5.99	2	دال
لا	12	17.1				
رأي آخر	2	2.9				
المجموع	70	100.0				

الدائرة النسبية رقم: 31



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 80 % يقومون بالحد من عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس ، و نسبة 17.1 % لا يقومون بذلك ونسبة 2.9% يقومون به احيانا

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 70.74 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن ، الاساتذة يقومون بالحد من عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس.

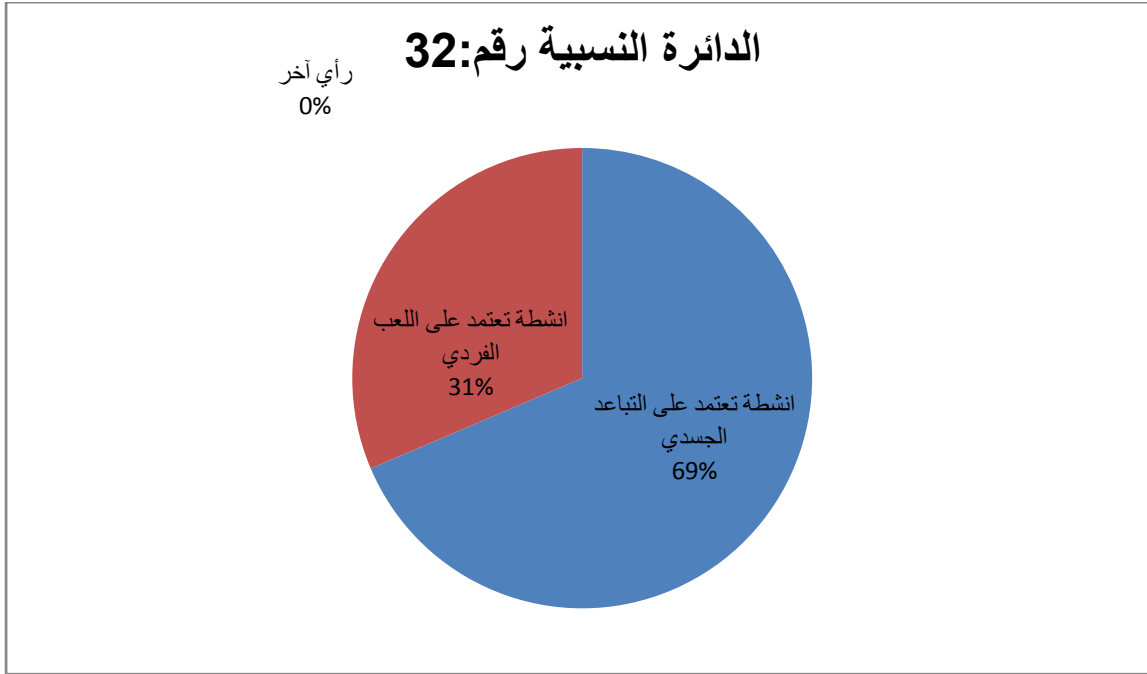
14. كيفية اختيار أنشطة بدنية الخاصة بتحقيق الهدف من الحصة؟

الجدول رقم : 32

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أنشطة تعتمد على التباعد الجسدي	48	68.6					



دال	1	0.05	3.84	9.65	31.4	22	انشطة تعتمد على اللعب الفردي
					00	00	رأي آخر
					100	48	المجموع



**تحليل الجدول:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، نجد أن نسبة 68.6 من الاساتذة يختارون النشطة تعتمد على التبعاد الجسدي ، و نسبة 31.4 % يختارون أنشطة تعتمد على اللعب الفردي.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> المبينة في الجدول أعلاه، نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة 9.65 ، أكبر من قيمة كا<sup>2</sup> تربيع الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:** من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج أن الأساتذة يختارون أنشطة بدنية تعتمد على التبعاد الجسدي

## 7-استنتاجات

من خلال النتائج المتحصل عليها استنتج الطالب الباحث ما يلي:

- يتعامل أستاذ التربية البدنية والرياضة في تدريسه لمادته ظل جائحة كورونا حسب التعليمات والإجراءات التي توصي بها الهيئة المشرفة على التربية والتكوين..
- وسائل الوقاية من الفيروس كورونا كافية في الوسط المدرسي وفي درس التربية البدنية والرياضية.
- المناهج الحالية لتدريس التربية البدنية والرياضية أخذت بعين الاعتبار الظروف الاضطرارية في مثل هذا الظرف الاستثنائي.

## 8-مناقشة فرضيات البحث :

الفرضية الأولى تنص على ان " يتعامل أستاذ التربية البدنية والرياضة في تدريسه لمادته في ظل جائحة كورونا حسب التعليمات والإجراءات التي توصي بها الهيئة المشرفة على التربية والتكوين" ..فمن خلال نتائج المدونة في الجداول المتمثلة في الجدول رقم ( 19 ) الى الجدول رقم (32) نستنتج ان استاذ التربية البدنية اثناء تدريسه لحصة التربية البدنية و الرياضية يحرص على تطبيق الاجراءات الصحية المنصوص عليها وذلك ما أكدته النتائج بحيث توصلنا على انه يقوم بتعقيم الوسائل الديداكتيكية قبل و بعد تنفيذ الدرس،تحقيق التباعد بين التلاميذ،تعقيم المكتب الخاص به و توفير المستلزمات الوقائية وقد وافقت هذه النتائج دراسة د بن زيدان حسين مقراني جمال سيفي بلقاسم ، تحت عنوان " مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين لمنشاط الرياضي " 2016 مكملة لنيل شهادة الماستر هدفت هذه الدراسة الى قصد

توضيح أهمية الممارسة الرياضية في المحافظة على الصحة وتم استخدام المنهج الوصفي وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

إليها المعاقون حركيا الممارسين للنشاط البدني (كرة السمة على الكراسي المتحركة) لدولة وعي صحي عال بالمعاقين حركيا غير الممارسين لمنشآت الرياضي كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي بين المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين لصالح عينة الممارسين لمنشآت الرياضي.

وكذلك دراسة جراد محمد الأمين بعنوان مستوى الوعي الصحي بين تلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية 2015-2016 مذكرة لنيل شهادة الماجستير هدفت من خلال هذه الدراسة المقارنة ومعلقت مستوى الوعي الصحي عند التلاميذ على مستوى الثانويات وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

أن مستوى الوعي الصحي يعمل فعلا على تكريس التربية الصحية لدى التلاميذ الممارسين للرياضة وذلك من خلال أبراز مقوماتها والتي تعمل على نشر الوعي الصحي بين التلاميذ

ويتضح من خلال الخلفة النظرية للدراسة عصام عبد الخالق هي عبارة عن تهيئة خبرات تربية متعددة تهدف إلى التأثير الايها على عادات الفرد وسلوكه واتجاهاته ومعارفه، مما يساعد على الارتقاء بصحة الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه وكذا دراسة مفتي إبراهيم حماد حيث قال " يؤدي النشاط الرياضي إلى وصول الجسم إلى الوزن المناسب" و نشر الوعي الصحي والثقافة الصحية بين أفراد المجتمع والتي تتعلق بتقديم المعلومات والحقائق الصحية والعمل على شعور الأفراد وإحساسهم بالمسؤولية نحو العناية بصحتهم بحيث تتحول ممارستهم الصحة إلى أنماط سلوكية وعادات صحية يومية وكذلك العمل على التأكيد على التعاون بين أفراد المجتمع والمشرفين والاساتذة على برامج الصحة العامة من أجل المجتمع

في مجال تخطيط وبناء البرامج الصحية، وتنمية المشاريع الصحية، وتقديم المعالجات والاقترحات اللازمة لتطوير المستوى الصحي في المجتمع فلا شك بأن شعور الفرد مسؤوليته المباشرة تجاه الجانب الصحي تجعله يهتم بقوة بالتغذية الصحية، وممارسة الأنشطة الرياضية، وإتباع أسلوب حياة صحي، التمتع بالأهداف الواعية والتعامل الذي يؤدي إلى التعرض إلى عوامل المخاطرة الصحية وتجنب التصرفات التي تؤدي إلى الإصابة ببعض الأمراض، وخاصة أمراض القلب، أمراض الجهاز التنفسي، أمراض السرطان ومن أهم هذه التصرفات. التدخين، تناول المشروبات الكحولية.

- وفي الأخير يمكن القول ان هذه النتائج تتوافق مع العديد من النتائج والدراسات السابقة وتتماشى تماما مع توقعاتنا ومنه نقول ان استاذ التربية البدنية و الرياضية يتعامل حسب التعليمات و الاجراءات التي توصي بها الهيئة المشرفة على التربية و التكوين، و عليه يستخلص الطالب الباحث ان الفرضية الأولى تحققت
- **الفرضية الثانية تنص على ان " وسائل الوقاية من الفيروس كورونا قليلة في الوسط المدرسي وفي درس التربية البدنية والرياضية " فمن خلال النتائج المدونة في الجداول المتمثلة في الجدول رقم (13)،(14)، توصلنا على وجود مستلزمات الوقاية متوفرة (معقم قفازات اجهزة الحرارة... الخ) كما ان الميادين و الساحات كافية لاجراء الحصص بأريحية و عليه نستنتج على ان الوسائل الوقاية متوفرة لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية داخل الوسط المدرسي وكذا في درس التربية البدنية ،وعليه يستخلص الطالب الباحث ان الفرضية الثانية لم تتحقق**
- **الفرضية الثالثة تنص على " المناهج الحالية لتدريس التربية البدنية والرياضية أخذنا بعين الاعتبار الظروف الاضطرارية من مثل هذا النوع" فمن خلال النتائج المتحصل عليها و المدونة في الجداول ، ( 04)،(05)،(10)،(12)،(15) قد توصلنا من خلالها ان العمل بنظام التفويج ساعد الاساتذة في تطبيق البروتوكول**

الصحي و الوقاية من المرض كما ساهم في انجاح الحصص و عمل الاساتذة بكل اريحية كما توصلنا من خلال النتائج انه تم تكييف البرنامج وفق البروتوكول الصحي،اذن نستنتج انه قد اخذ المنهاج الحالي بعين الاعتبار الظروف الاضطرارية لمثل هذا النوع ،وعليه يستخلص الطالب الباحث على ان الفرضية الثالثة تحققت.

### 9-اقرحات و توصيات :

- اثناء برامج اعداد اساتذة التربية البدنية و الرياضية بمساقات تتعلق بالصحة و كيفية الوقاية و حماية التلاميذ من الامراض المعدية.
- اجراء دراسات حول واقع تدريس التربية البدنية و الرياضية في ظل انتشار الامراض المعدية و في ظل الجائحة
- توفير الوسائل و المستلزمات الوقائية في جميع المؤسسات التربوية للحد من انتشار الامراض المعدية
- ضرورة اختيار الانشطة الرياضية المناسبة التي تقلل من خطر الاصابة
- الاتجاه نحو التعليم الالكتروني لحصة التربية البدنية و الرياضية و تطويره في ظل انتشار المرض
- الحرص على توعية التلاميذ و جميع افراد المنظومة التربوية على ضرورة الوعي الصحي.

## الخلاصة العامة :

في ختام هذه الدراسة نريد معرفة واقع تدريس حصة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية في ظل جائحة الكورونا ،من خلال البحث النظري و الدراسة الميدانية التي قمنا بها باستخدام الاستبيان وجدنا ان استاذ التربية البدنية والرياضية يتعامل في تدريسه لمادته في ظل جائحة الكورونا حسب التوصيات التي حددتها الجهات الوصية وهذا راجع على وعيهم بالمسؤولية التي هي على عاتقهم في حماية المنظومة التربوية من تفشي المرض و توفر الامكانيات المادية في المؤسسات التربوية نظرا للمخلفات الخطيرة لهذا المرض المميت اجبر الدولة على الحرص على توفير هذه المستلزمات لحماية الاسرة التربوية عامة وسلامة جميع الافراد خاصة كما ان المنهاج الحالي اخذ بعين الاعتبار الظروف الاظطرابية لمثل هذا النوع من الامراض وذلك عن طريق تفويج الاقسام و تقليص الحجم الساعي للحصص نظرا لطبيعة الحصة حيث تعرف بالاحتكاك المباشر بين التلاميذ و التنافس الشديد بينهم لذا وجب الاخذ بعين الاعتبار هذه الظروف لضمان السير الحسن للحصة تسهيل الوصول للاهداف مع ضمان السلامة العامة للجميع وفي الاخير نتمنى ان تكون دراستنا هذه المتواضعة بابا واسعا و انطلاقة جيدة للدراسات القادمة مستقبلا والتي تختص بمواضيع الرياضة المدرسية و الصحة العامة و ان تجد المنظومة التربوية و المؤسسات التربوية و خاصة اساتذة التربية البدنية و الرياضية الاهتمام و العناية الكافية من طرف الجهات المختصة لخدمة الرياضة المدرسية وضمان السلامة في ظل انتشار هذا المرض

# قائمة المراجع

- إبراهيم أحمد سلامة. (1980). *مناهج البحث في التربية البدنية والرياضية*. دار المعارف.
- إبراهيم حامد قنديل. (1990). *برنامج ودرس التربية البدنية والرياضية (المجلد الطبعة الثانية)*. الأردن: مطبعة مخيم.
- إبراهيم قنديلجي. (2002\2008). *البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات التقليدية والإلكترونية*. عمان-الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أحمد النفاخ. (2008). *التربية الصحية (المجلد الطبعة الثانية)*. القاهرة: المطبعة العربية.
- أحمد باهمام. (2011). *مصدر الضبط الصحي وعلاقته بالاستراتيجية الموجهة*. مجلة العلوم الاجتماعية .
- أحمد زكي بدوي. (1977). *معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية*. مكتبة لبنان.
- أحمد عطا الله. (2000). *أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أحمد محمود. (2001). *الصحة النفسية وعلم الصحة الاجتماعي والتربية الصحية*. الاسكندرية : مركز الاسكندرية للكتاب.
- أسامة راتب كامل. (1999). *النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والانشطة الرياضية المدرسية* . دار الفكر العربي .
- الحارثي. (2020). *دور السلوك الصحي في تحسين مستوى الأداء لدى الرياضيين*. مجلة المعارف (14).
- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون. (بدون سنة). *التربية الرياضية المدرسية (المجلد الطبعة الرابعة)*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أمين أنور الخولي. (2001). *أصول التربية البدنية والرياضية (المجلد الطبعة الثانية)*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أمين أنور الخولي. (1996). *الرياضة والمجتمع (المجلد الثانية)*. الكويت : دار الفكر .
- بدوي عبد العال بدوي، عصام الدين متولي عبد الله. (2006). *طرق تدريس التربية البدنية والرياضية بين النظرية والتطبيق (المجلد الطبعة الأولى)*. مصر: دار الوفاء.
- جريدة الخبر. (1996). *إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية*.
- جمال الدين محمد بن مكرم ابن منظور. (1990). *لسان العرب (المجلد الطبعة السادسة)*. بيروت: دار صادر للنشر.
- د حسن معوض ،د حسن شلتوت. (1970). *التنظيم والإدارة في التربية الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ديبورا ماكنزي ترجمة زينة إدريس. (2020). *كوفيد 19 الوباء الذي ما كان يجب أن يظهر وكيف نتجنب الوباء التالي* .
- سلامة إبراهيم أحمد. (1980). *الاختبارات والقياس في التربية البدنية*. القاهرة: دار المعارف.
- شهد هيثم شيك الجبباني. (جانفي، 2020). *دور الرياضة في ظل جائحة كورونا*. مجلة المقالة العلمية .
- صحيفة الشعب اليومية أونلاين . (25 مارس، 1995). تم الاسترداد من [HTTP//ARABIC](http://arabic.people.com.cn/n3/2020/03/25/c3166089672435.html) ..PEOPEL.COMCN/N3/2020/03/25/C3166089672435.HTML
- عبد الرحمان علي غنيم. (2020). *أزمة كورونا والشائعات. وباء فيروس كورونا الاسباب والنتائج الابعاد والتداعيات المجتمعية في كافة المجالات* .
- عربيي حمود وليد رحاحلة. (2011). *علم النفس الرياضي* . عمان الأردن : دار الراية للنشر والتوزيع .
- عصام عبد الخالق. (1982). *التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات (المجلد 2)* . مصر : دار الكتب الجامعية .
- علي بشير الأفندي. (1983). *المرشد الرياضي التربوي*. المنشأة العامة للنشر والتوزيع.
- علي يحي المنصوري. (1971). *مدخل الى الثقافة الرياضية* . الاسكندرية.



- محمد حسن علاوي، (1999). *البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي*. القاهرة : دار الفكر العربي .
- محمد عادل الخطاب ،كمال الدين زكي. (1965). *التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية*. القاهرة ، مصر .
- محمد عوض بسيوني ،فيصل ياسين الشاطئ. (1992). *نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية*. ديوان المطبوعات الجامعية .
- مقدم عبد الحفيظ مصطفى حسين باهي. (2000). *طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي*. مصر : مركز الكتاب للنشر .
- مكارم حلمي أبو هوجة محمد سعد زغلول. (1999). *منهاج التربية الرياضية*. مركز الكتاب والنشر .
- نحال حميد. (2008\2009). *دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية*. الشلف: جامعة حسيبة بن بوعلي.
- وزارة الشباب والرياضة الجزائرية. (1995). *امر رقم 09/95*.

الملاحق

## الاستبيان:

كيف تخطط للدرس في الظروف الاستثنائية؟

عن طريق برمجة حصة رياضية فردية

عن طريق برمجة حصة عمل جماعية

عمل رياضة فردية جماعية

شيء اخر

هل التوقيت المبرمج يكفي ؟

نعم

لا

شيء اخر

كيف تستخدم الوسائل المتاحة في المؤسسة ؟

كل الوسائل

بعض منها

شيء اخر

يستخدم كل التلاميذ نفس الوسائل ؟

نعم

لا

شيء اخر

كيف يتم نظريا تحقيق التباعد للوقاية من المرض ؟

عن طريق الجري كل بمفرده

الجري في افواج

هل تقوم بالاحتياطات اللازمة لتفادي اي عدوى ؟

نعم

لا

كيف ذلك

هل التقيد بالبروتوكول الصحي يعيق تحقيق الهدف من الحصة ؟

نعم

لا

هل تغيير الحجم الساعي للحصة اثر على تقدم البرنامج ؟

نعم

لا

هل العمل بالافواج اثر على تقدم البرنامج ؟

نعم

لا

هل تم تكييف البرنامج وفق البروتوكول الصحي ؟

نعم

لا

هل تجرون النشاطات الجماعية في ظل هذه الظروف؟

نعم

لا

هل تم الغاء النشاطات الجماعية من البرنامج؟

نعم

لا

هل مستلزمات الوقاية متوفرة للاستاذ (معقم قناع قفازات .....

نعم

لا

هل الميادين و الساحات كافية لاجراء الحصة باريفية؟

نعم

لا

هل طريقة العمل بالافواج ساعدت على تطبيق البروتوكول الصحي؟

نعم

لا

هل عدد التلاميذ بالفوج الواحد يساعد على العمل باريفية؟

نعم

لا

هل اثر تطبيق البروتوكول الصحي على مستوى التلاميذ من الناحية التعليمية ؟

نعم

لا

هل اجراء حصة كل 15 يوم اثر على مستوى التلاميذ ؟

نعم

لا

المحور الثاني : الاحتياطات المتخذة لتطبيق الاحترازمات الصحية في ظل تفشي فيروس

### الكورونا

هل تم احترام تطبيق الاجراءات الصحية من قبل التلاميذ خلال الحصة

نعم

لا

هل تحقق التباعد البدني بالحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد اثناء تنفيذ الدرس ؟

نعم

لا

هل تقوم بتعقيم مكتبك الخاص و المعدات الديدائكتيكية قبل وبعد استعمالها ؟

نعم

لا

هل تقوم بتحديد فضائات العمل الخاصة بك في المؤسسة ؟

نعم

لا

هل تقوم بتوفير مستلزمات الوقاية (معقم جهاز قياس الحرارة كمادات ) عند كل حصة؟

نعم

لا

هل تجبر التلاميذ الممارسين والغير ممارسين على ارتداء الكمادات المناسبة للفئات العمرية المختلفة عندما يتعدر التباعد البدني ؟

نعم

لا

طرق اخرى

هل تقوم بتقسيم التلاميذ الى مجموعات مغلقة اي صغيرة دون الاختلاط بينهما اثناء الدرس او اثناء الالعاب الرياضية

نعم

لا

كيف تقوم بتنظيم مساحة اللعب (الملعب او القاعة) ؟

عن طريق تحديد مواقع الدخول والخروج بالنسبة للقاعة

عن طريق وضع علامات توضح مسار السير

عن طريق وضع علامات توضح مكان وقوف التلاميذ

شيء آخر

هل تحافظ على بيئة نظيفة وذلك بتنظيف الوسائل البيداغوجية بعد كل استعمال ؟

نعم

لا

رأي آخر.

هل تتجنب التدريس في القاعات المغلقة و التركيز على التدريس في الهواء الطلق؟

نعم

لا

هل تضمن التهوية المناسبة عند استعمال القاعة الرياضية .؟

نعم

لا

رأي آخر

هل تقوم باجبار التلاميذ على الحضور بالبدلة الرياضية مباشرة ؟

نعم

لا.



هل تقوم بالحد من عدد الأشخاص المسموح لهم بدخول غرف تغيير الملابس ؟

نعم

لا

رأي اخر

كيفية اختيار الأنشطة الهدية الخاصة بتحقيق الهدف من الحصة ؟

أنشطة تعتمد على التباعد الجسدي و بروتوكول السلامة الصحية

أنشطة بدنية تعتمد على اللعب الفردي

رأي اخر



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم  
معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية  
قسم نشاط البدني الرياضي المدرسي



يشرفنا ان نضع بين ايديكم هذه الاستمارة تحتوي على مجموعة من الاسئلة بشكل استبيان بغرض تحكيمها  
قصد استخدامها في انجاز مذكرة تخرج ماستر في التربية البدنية والرياضية

## استمارة التحكيم

موضوع البحث:  
تدريس حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية في ظل  
جائحة كورونا

الامضاء	التخصص	الدرجة العلمية	اسم ولقب الاستاذ
	3	استاذ	علاء المير
	4	دكتور	محرز حمار
	5	دكتور	حمزة براهيم
	6	دكتور	ريمي راهيم
	7	دكتور	محرز حمار

تحت إشراف:  
عطاء الله

إعداد الطالبان :  
ناصر محمد الأمين  
فريج كمال

السنة الجامعية: 2020-2021

