

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات لنيل شهادة ماستر في علم الحركة و حركية الإنسان

الإصابات الأكثر شيوعا في حصة التربية البدنية والرياضية ومسبباتها
وكيفية تعامل أساتذة الطورين الثانوي والمتوسط معها .

بحث مسحي أجري على أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط والثانوي لولاية النعامة

دراسة مقارنة بين الطورين المتوسط والثانوي

تحت إشراف الأستاذ:

بن خالد حاج

من إعداد الطلبة :

-بن طالب زكرياء

-بودواية هواري

السنة الجامعية: 2015/2014

الإهداء

كتابي هذا حائر بين يدي ..وقد نما .. فلمن أهديه..وبعد سفر طويل .. انتزعتني موجة عارمة ..وأسمعتني همسا قالت فيه لا تهديه إلا لمن تحب.....

إلى الوجه الذي يشع بالحب، إلى التي لو أهديتها كنوز الدنيا ما أوفيتها حق رعايتها لي منذ وجودي، إلى من حملتني جنينا و أرضعتني طفلا و رعتني شابا، نبع الحنان والوفاء أُمي العزيزة حفظها الله و رعاها .
إلى الذي يشقى من أجل راحتي ، إلى الذي غرس في حب العمل و الأمانة والرجولة و الذي واجه الصعاب وجابه المخاطر من أجلي أبي العزيز حفظه الله ورعاه .

إلى سندي في الحياة:إخوتي "محمد" "عبد الغاني" "رضوان" وإلى أختي الكريمة "حليمة" وزوجها "عمر".

إلى كل من يحمل لقب "بودواية" و"صديقي" وإلى أصدقاء الطفولة "محمد" "حماني"

إلى جميع أصدقائي في الجامعة دون استثناء وإلى كل من سانديني في إنجاز هذه المذكرة.

إلى زميلي في المذكرة بن طالب زكرياء.

إلى أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم .وإلى كل من علمني حرفا .

وأتمنى التوفيق إلى كل طالب علم بإذن الله .

- بودواية هواري-

الإهداء

إلى الذي أحاطني برحمته رغم جمودي إليك يا من أنت غني عن إهدائي إلهي سبحانه
إليك يا سيد الورى و نور عقلي و قلبي سيدي محمد صادق الوعد الأمين خاتم الأنبياء والمرسلين .
إلى من إرتبط رضى الله برضاها والدي الكريمن
إلى منبع الحنان الصافي إلى القلب الذي يحب فلا يمل و يعطي فلا يكل إلى من أهدتني من نور قلبها يوم
أرضعتني من حليبها إلى أمي الحبيبة أطال الله في عمرها
إلى من ألهمني روح العطاء و وهب عمره فداء لي، إليك يا من أضاء دروبي و قدم لي الكثير ولم ينتظر
منيا لمقابل، إلى الرجل الذي أعتز بكنيته أبي أطال الله في عمره
إلى إخوتي " محمد، عمر " و " بن التاج " وزوجته وإبنته " هبة وصال ويحيى " إلى أخواتي " مريم، حليلة، زينب "
و أزواجهم وأولادهم و إلى كل عائلة بن طالب صغيراً وكبيراً وإلى الذين سعدت برفقتهم طوال دراستي
الجامعية .

وإلى زميلي في البحث " هوارى بودواية "

وإلى كل من وسعته ذاكرتي ولم تسعه مذكري

- بن طالب زكرياء -

شكر و تقدير

نحمد الله بمنه وكرمه علينا وتوفيقه لنا بإتمام هذا البحث المتواضع و نسأله سبحانه وتعالى أن يوفقنا لما يحبه ويرضاه في الدنيا والآخرة .

إلى كل من أضاء بعلمه عقل غيره وأهدى بالجواب الشافي حيرة سائله فأظهر بسماحته تواضع العلماء و برحابته سماحة العارفين .

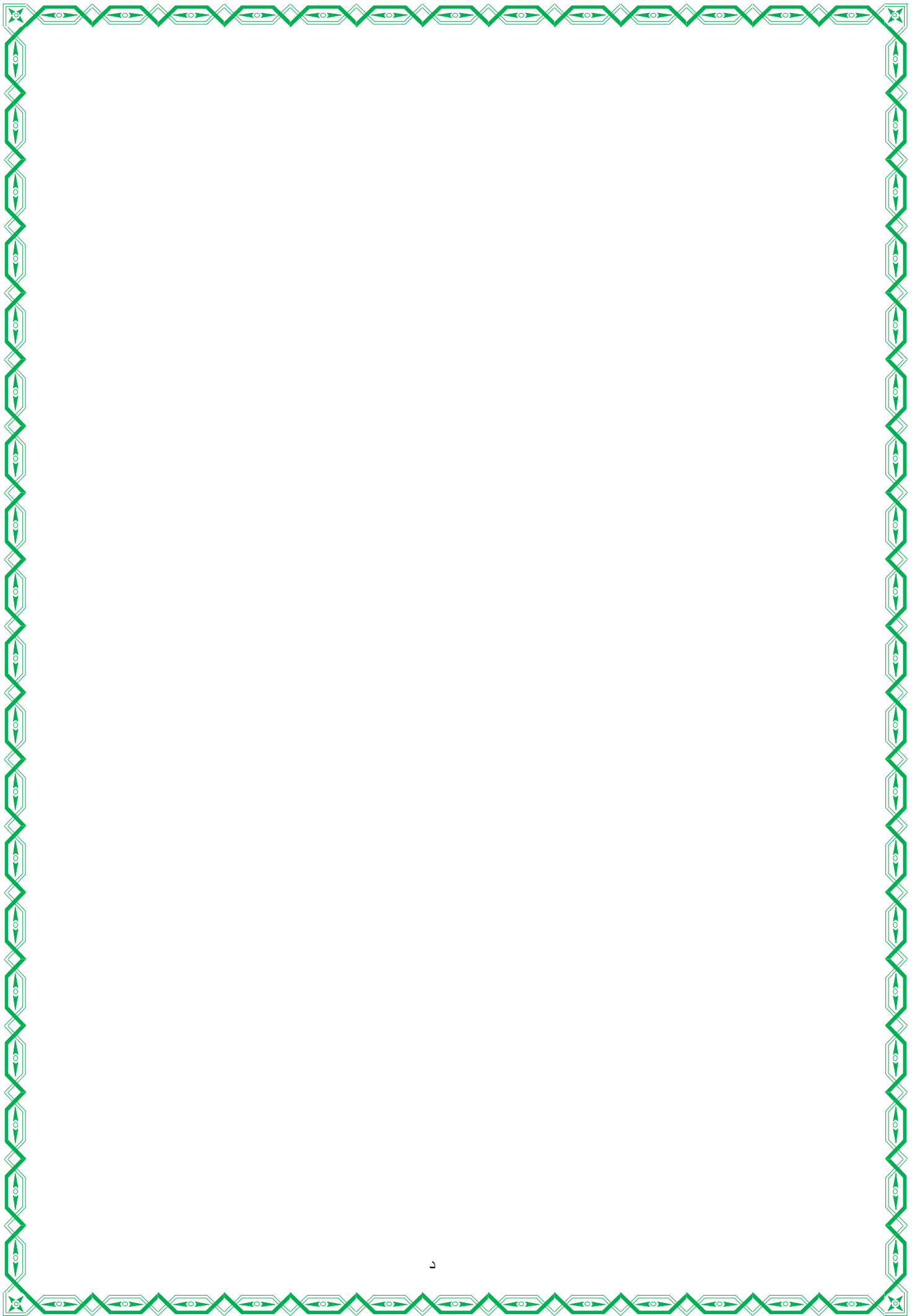
نتقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحبة إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة ، إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة

إلى الأستاذ الذي تفضل بالإشراف على هذا البحث الأستاذ "بن خالد حاج " والذي لم يخجل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة حتى آخر نقطة في هذا البحث .

كما نتوجه بالشكر إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم

إلى الذين كانوا عوناً لنا في بحثنا هذا و نورا يضيء الظلمة التي كانت تقف أحياناً في طريقنا ، إلى الذين زرعوا التفاؤل في دربنا وقدموا لنا المساعدات و التسهيلات و الأفكار والمعلومات

ويبقى رجاءنا من المولى عز وجل أن يلقي هذا البحث المتواضع القبول و النجاح إن شاء الله



فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
19	يوضح أهداف التربية البدنية	01
66	يبين الشهادة المتحصل عليها	02
68	يبين خبرة العينة المدروسة	03
70	يبين مطالعة الأساتذة للكتب الخاصة بالطب الرياضي	04
72	يبين مشاهدة الأساتذة لبرامج تكوينية	05
74	يبين الإصابات التي صادفت التلاميذ أثناء الدرس	06
76	يبين نوع الإصابات التي يتعرض لها التلاميذ	07
78	يبين أسباب حدوث الإصابات	08
80	يبين النشاط الرياضي الذي تكثر فيه الإصابات	09
82	يبين المرحلة التي تحدث فيها الإصابة	10
84	يبين تلقي التلاميذ فحوصات طبية	11
86	يبين كيفية وقوع الإصابة	12
88	يبين الأماكن التي وقعت فيها أغلب الإصابات	13
90	يبين تلقي الأساتذة للإسعافات الأولية	14
92	يبين نوع التكوين الخاص بالإسعافات الأولية الذي تلقاه الأساتذة	15
94	يبين مدة التكوين الخاصة بالإسعافات الأولية التي تلقاها الأساتذة	16
96	يبين كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث الإصابة	17
98	يبين كيفية التعامل مع الإصابة أثناء تشنج عضلي	18
100	يبين كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث كسر	19
102	يبين كيفية التعامل أثناء حدوث خلع	20
104	يبين كيفية التعامل مع التلميذ أثناء فقدان وعيه	21
106	يبين كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث إلتواء	22

08	يبين كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث تمزق عضلي	23
----	--	----

فهرس التمثيل البياني

الصفحة	عنوان التمثيل البياني	الرقم
67	يوضح الشهادة المتحصل عليها	01
69	يوضح خبرة العينة المدروسة	02
71	يوضح مطالعة الأساتذة للكتب الخاصة بالطب الرياضي	03
73	يوضح مشاهدة الأساتذة لبرامج تكوينية	04
75	يوضح الإصابات التي صادفت التلاميذ أثناء الدرس	05
77	يوضح نوع الإصابات التي يتعرض لها التلاميذ	06
79	يوضح أسباب حدوث الإصابات	07
81	يوضح النشاط الرياضي الذي تكثر فيه الإصابات	08
83	يوضح المرحلة التي تحدث فيها الإصابة	09
85	يوضح تلقي التلاميذ فحوصات طبية	10
87	يوضح كيفية وقوع الإصابة	11
89	يوضح الأماكن التي وقعت فيها أغلب الإصابات	12
91	يوضح تلقي الأساتذة للإسعافات الأولية	13
93	يوضح نوع التكوين الخاص بالإسعافات الأولية الذي تلقاه الأساتذة	14
95	يوضح مدة التكوين الخاصة بالإسعافات الأولية التي تلقاها الأساتذة	15
97	يوضح كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث الإصابة	16
99	يوضح كيفية التعامل مع الإصابة أثناء تشنج عضلي	17
101	يوضح كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث كسر	18
103	يوضح كيفية التعامل أثناء حدوث خلع	19
105	يوضح كيفية التعامل مع التلميذ أثناء فقدان وعيه	20

107	يوضح كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث إلتواء	21
109	يوضح كيفية التعامل مع التلميذ أثناء حدوث تمزق عضلي	22

محتوى البحث

أهداء..... أ

شكر و تقدير د

قائمة المحتويات

قائمة الجداول..... هـ

قائمة الأشكال..... و

التعريف بالبحث

1-مقدمة 01

2-مشكلة البحث 02

3-أهداف البحث 03

4- الفرضيات 04

5- تحديد مصطلحات البحث 04

6- الدراسات المشابهة 05

الباب الأول: الدراسة النظرية

الفصل الأول: التربية البدنية و الرياضية

تمهيد..... 10

1-1 تعريف التربية 11

1-1-1 المعنى اللغوي 11

- 11-1-2 المعنى الاصطلاحي 11
- 2-1 تعريف التربية البدنية 11
- 3-1 العلاقة بين التربية البدنية التربية العامة 12
- 4-1 طبيعة التربية البدنية 12
- 1-4-1 التربية البدنية كنظام أكاديمي 13
- 2-4-1 التربية البدنية كمهنة 13
- 3-4-1 التربية البدنية كبرامج 13
- 5-1 الأسس العملية للتربية البدنية والرياضية 13
- 1-5-1 الأسس البيولوجية للتربية البدنية والرياضية 13
- 2-5-1 الأسس السيكولوجية للتربية البدنية والرياضية 13
- 3-5-1 الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية 14
- 6-1 أهمية التربية البدنية والرياضية 14
- 1-6-1 تنمية القدرات والمهارات الحركية 14
- 2-6-1 التنمية الاجتماعية 15
- 3-6-1 تنمية القدرات المعرفية 17
- 4-6-1 من الناحية النفسية 17
- 7-1 بناء درس التربية البدنية 18
- 8-1 أهداف التربية البدنية والرياضية 18
- 9-1 الطرق المستخدمة في درس التربية البدنية 20
- 1-9-1 الطريقة الديمقراطية 20
- 2-9-1 طريقة الحرية المطلقة 20

20.....	3-9-1 الطريقة الدكتورية
22.....	خلاصة

الفصل الثاني : أستاذ التربية البدنية والرياضية

24.....	تمهيد
25.....	1-2 تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية
25.....	2-2 خصائص وصفات أستاذ التربية البدنية والرياضية
25.....	1-2-2 من الناحية الجسمية
26.....	2-2-2 من الناحية العقلية
26.....	3-2-2 من الناحية الاجتماعية
26.....	4-2-2 من الناحية الأخلاقية
27.....	5-2-2 من الناحية النفسية
27.....	6-2-2 الثقافة العامة
27.....	3-2 مهام أستاذ التربية البدنية
27.....	1-3-2 عملية التخطيط
27.....	2-3-2 عملية التحليل
28.....	3-3-2 عملية الأداء
29.....	4-2 المهارات التدريسية للأستاذ الناجح
29.....	5-2 المبادئ الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية

30.....	1-5-2 احترام الذات
30.....	2-5-2 احترام المهنة
30.....	3-5-2 احترام المتعلم
30.....	4-5-2 العلاقات الطيبة
31.....	6-2 واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية
32.....	7-2 توجيهات ونصائح لأستاذ التربية البدنية
34.....	خلاصة

الفصل الثالث: الإصابات و الإسعافات الأولية

36.....	تمهيد
37.....	1-3. مفهوم الاصابة الرياضية
37.....	3- 2. أسباب حدوث الاصابات في درس التربية البدنية و الرياضية
37.....	3-2-1. العوامل الخارجية
37.....	3-2-1-1. سوء التنظيم و طريقة التدريس
37.....	3-2-1-2. مختلف القوانين و شروط الأمان
37.....	3-2-3-1. سوء الأحوال المناخية
38.....	3-2-1-4. السلوك الغير سليم و فقدان الروح الرياضية

- 38.....العوامل الداخلية .2-2-3
- 38.....حالات الإرهاق (الإعياء الشديد) .1-2-2-3
- 38.....التغيرات الوظيفية لبعض أجهزة الجسم .2-2-2-3
- 38.....الخصائص الميكانيكية و البيولوجية .3-2-2-3
- 38.....عدم الاستعداد البدني الرياضي .4-2-2-3
- 39.....ميكانيكية الاصابات الرياضية .3-3
- 39.....العلاقة المتبادلة بين القوة الداخلية و الخارجية .4-3
- 40.....درجات الاصابة .5-3
- 40.....اعراض الاصابة .6-3
- 41.....الاصابات الشائعة التي تحدث أثناء درس التربية البدنية و الرياضية .7-3
- 41.....الصدمة .1-7-3
- 42.....أعراضها .1-1-7-3
- 42.....أسبابها .2-1-7-3-3
- 42.....أعراضها .1-7-3
- 43.....الشد أو التمزق العضلي .3-7-3
- 43.....التقلص العضلي (التشنج) .4-7-3
- 43.....الكدم .5-7-3
- 44.....الخلع .6-7-3

- 44..... 3-7-6-1: أعراض الخلع
- 44..... 3-8 التوزيع الموسمي للاصابات
- 45..... 3-8-1 اصابات اثناء الموسم
- 45..... 3-8-2. اصابات آخر الموسم
- 45..... 3-9 الطرق الوقائية والحد من حدوث الاصابات الرياضية
- 46..... 3-10 مفهوم الاسعافات الاولية
- 46..... 3-11 أهداف الإسعافات الأولية
- 46..... 3-12 خطوات الاسعاف الاولي
- 47..... 3-13 شروط التي يجب أن تتوفر في الأستاذ المسعف
- 47..... 3-14 ما يجب على الأستاذ اتخاده فور حدوث الإصابة عامة
- 48..... 3-15 ما يجب الامتناع عن عمله امام المصاب
- 48..... 3-16 الاسعافات الاولية النفسية
- 49..... 3-17 الاسعافات التطبيقية لبعض الاصابات الشائعة
- 49..... 3-17-1 اسعاف الصدمة
- 49..... 3-17-2 اسعاف الجروح
- 50..... 3-17-3 كيفية اسعاف السحجات
- 50..... 3-17-4 كيفية اسعاف الملخ
- 50..... 3-17-5 كيفية اسعاف الشد أو التمزق العضلي

51.....	6-17-3 اسعاف التقلض العضلي
51.....	7-17-3 اسعاف فقدان الوعي
51.....	8-17-3 كيفية القيام بتدليك القلب
52.....	18-3 طرق نقل المصابين
53.....	خلاصة

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول : منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

56.....	تمهيد
57.....	1-1 الدراسة الإستطلاعية
58.....	2-1 منهج البحث
58.....	3-1 مجتمع و عينة البحث
59.....	4-1 متغيرات البحث
59.....	1-4-1 المتغير المستقل
59.....	2-4-1 المتغير التابع
59.....	5-1 مجالات البحث
59.....	1-5-1 المجال المكاني
60.....	2-5-1 المجال الزماني

60.....	6-1 أدوات البحث
61.....	7-1 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة
61.....	1-7-1 الثبات
61.....	2-7-1 الصدق
62.....	8-1 الدراسة الإحصائية
63.....	9-1 صعوبات البحث
64.....	خلاصة

الفصل الثاني : عرض وتحليل النتائج

66.....	1-2 عرض ومناقشة الإستبيان
110.....	2-2- الإستنتاجات
110.....	3-2 مقارنة النتائج بالفرضيات
112.....	4-2- خلاصة عامة
113.....	5-2 التوصيات

قائمة المراجع.

الملاحق.

تعتبر التربية البدنية و الرياضية الجانب المتكامل من التربية و يعمل على تنمية قدرة الفرد و تكييفه جسمانيا و عقليا عن طريق الأنشطة البدنية التي تتناسب مع مرحلة النمو ،و التي تمارس بإشراف قيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الإنسانية كونها ليست مجرد صحة البدن أو الثقافة البدنية أو التمرينات أو التدريبات البدنية، فهو مجال من المجالات التربوية الشاملة التي تشكل التربية الرياضية التي تساعد على جعل حياة الإنسان ملائمة لمطلوبات العصر .

و لقد شهدت التربية البدنية الرياضية في الجزائر تطوراً نوعياً من حيث الاهتمام بها و تطويرها فقد أصبحت الآن مادة إجبارية في جميع المستويات الدراسية في الوطن و بالتالي تجري بها الاختبارات النهائية كشهادة المتوسط و شهادة البكالوريا.

كما أن للتربية البدنية و الرياضية درس يمثل الأنشطة الحركية التي تقدم التلاميذ حسب جدول مدرسي محدد يلتزم التلاميذ بحضوره إلا من كان له سبب مستوجب الإعفاء حسب القرار السابق ذكره كما يعمل هذا الأخير على تحقيق أهداف المنهج للتربية البدنية و الرياضية بحيث يكون اختيار الدرس بشكل متسلسل و يساعد على تطوير المهارات و القدرات الجسمانية و الحركية لدى التلاميذ و تطوير عناصر اللياقة البدنية. وعلى ضوء هذه الفكرة فإنه لا يمكن تصور حصة تطبيقية تحلو من الإصابات الرياضية من أوساط التلاميذ سواءً كانت إصابات خفيفة فهذا النوع الأول أو إصابات حلية كالكسور ، الجروح ، الكدمات بالنسبة للنوع الثاني، أما النوع الثالث من الإصابات فهي الإصابات الخطيرة كالإعاقة،التشوه أو الموت وهي حالات نادرة.

فهناك عوامل داخلية تترايط فيما بينها و تكون سببا لحدوث الإصابة و أحيانا تكون بعض هذه العوامل شرطاً لظهور الإصابة و كثيراً ما تؤدي العوامل الخارجية إلى تغيرات في الجسم و هذه بدورها تتيح الفرصة للعوامل الداخلية التي تنهي بدورها لحدوث الإصابة ومن العوامل الخارجية تتجلى في سوء التنظيم و طريقة التدريب و سوء الأحوال الجوية و أما الداخلية في تتمثل في حالات الإرهاق و عدم الاستعداد البدني الرياضي لذلك وحب على استاذ التربية البدنية تفادي جميع مسببات الإصابات و منع حدوثها وما إن

حدثت الإصابة فيجب على الأستاذ إتباع الخطوات الأولى للحفاظ على حياة التلميذ عند الإصابة و التخفيف من الأضرار و هذا ما نريد استعراضه في هذا البحث المتواضع الذي نرجوا من خلاله نشر ما نستطيع من المعلومات حول مختلف الإصابات داخل المؤسسات التربوية بين أوساط التلاميذ و طرق تعامل الأساتذة معها .

2-المشكلة:

أن التدرّب على التصرف السليم إضافة لعامل السرعة عنصران أساسيان في الإسعاف الأولي؛ كما أن الإسعافات الأولية تطلق على الشخص الحائز على تأهيل من هيئة مفوضة للتدريب تشير إلى أن حاملها مؤهل لتقديم إسعاف أولي و قد استخدمت هذه التسمية لأول مرة عام 1894 وتمنح شهادة الإسعاف على اشخاص لهم دورات دراسية عملية و اجتازوا الإمتحان التي تشرف عليه هيئة متخصصة تضمن أن المسعفين الأوليين مدربون على مستوى عالٍ.

و عليه فإن المسعف يجب أن يتصرف في حدود معلوماته الطبية التي تمكنه من تقديم الإسعافات الأولية بشكل صحيح يناسب مع نوعية الإصابة (نزيف، الوعدي، ثم التنفس و النبض) و أن يصل من ذلك إلى التشخيص التقريبي لإصابة المريض أو مرضه.

ومن الملاحظ أن أغلب المؤسسات تعاني كثيراً من قلة الإمكانيات البشرية و المادية الخاصة بالإسعافات الأولية، علماً أن وقوع الإصابات للتلاميذ أصبح في تزايد خاصة في الطور المتوسط و الثانوي لذا فإن هذه المؤسسات تحتاج بشكل كبير إلى مربيين قادرين على الحفاظ على سلامة التلاميذ سواء في الملاعب الرياضية أو المدارس التربوية، حيث قمنا بإجراء دراسة مقارنة بين الطور الثانوي والطور المتوسط من أجل التعرف على الإصابات الأكثر شيوعاً في حصة التربية البدنية والرياضية في الطورين المتوسط والثانوي و في هذا الإطار نطرح التساؤلات التالية :

التساؤل العام:

هل أساتذة التربية البدنية و الرياضية يتعاملون مع الإصابات أثناء وقوعها في حصة التربية البدنية في الطورين المتوسط والثانوي ؟ وما هي أهم المسببات لها ؟

التساؤلات الفرعية:

1- ما هي الإصابات الأكثر شيوعا في الطورين المتوسط والثانوي وما أسباب حدوثها؟

2- هل يتعامل أساتذة التربية البدنية والرياضية مع الإصابة أثناء وقوعها؟

الهدف العام: الكشف عن كيفية تعامل أساتذة التربية البدنية والرياضية مع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا في الطورين المتوسط والثانوي؟

3-أهداف البحث :

إن مرحلة التعليم المتوسط و الثانوي كثيرا ما تشهد وقوع إصابات رياضية متفاوتة الخطورة و لهذا وجب علينا من خلال هذا البحث تسليط الضوء على كيفية تعامل الأساتذة مع هذه الإصابات بهدف:

- التعرف على الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا في المدارس و أهم مسببات حدوثها.

- مدى تعامل أساتذة التربية البدنية و الرياضية مع الإصابات أثناء وقوعها للتلميذ.

- التعرف على دور عامل الخبرة لدى أساتذة التربية البدنية في كيفية التعامل مع الإصابة أثناء وقوعها.

4-فرضيات البحث:

1- تعد الجروح و الإلتواءات من أكثر الإصابات شيوعا ويعتبر سوء التسخين من أهم أسباب حدوث هذه الإصابات.

2- إن اغلب الأساتذة لا يتعاملون مع الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية أثناء وقوعها .

5-مصطلحات البحث:

- التربية البدنية و الرياضية :

التعريف الاصطلاحي:

هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة و الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم فيه الجهاز الحركي لجسم الإنسان الذي ينتج عنه اكتساب الفرد بعض السلوكيات (الشافعي، 2005، الصفحات 26-27)

التعريف الاجرائي :

هي العملية التربوية التي تهدف الى تحسين أداء التلاميذ في الطورين الثانوي والمتوسط عن طريق وسيط وهي الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق أهداف تدرج ضمن أهداف التربية العام .

- أستاذ التربية البدنية والرياضية :

التعريف الاصطلاحي :

هو ذلك الفرد الذي يكلف سير حصة التربية البدنية و الرياضية و الذي يعمل على تحقيق التوازن بين الجانب العقلي و الحركي للتلاميذ وكذا تحقيق الأهداف العامة (الله، 2008، صفحة بدون صفحة)

التعريف الاجرائي :

هو ذلك الفرد الذي يكفل سير حصة التربية البدنية في الثانويات والمتوسطات ، والذي يعمل على تحقيق التوازن بين الجانب العقلي والحركي للتلاميذ وكذا تحقيق الأهداف العامة للمادة .

-الإسعافات الأولية:

التعريف الإصطلاحي :

هي تطبيق لمجموعة من المفاهيم المتفق عليها مسبقا لعلاج الإصابات و الأمراض المفاجئة باستخدام المواد و التجهيزات المتوفرة في المكان نفسه أثناء تلك اللحظة أي لحظة وقوع الإصابة إلى حيث وصول الطبيب المختص أو نقل المصاب إلى المستشفى(زاهر، 2003 صفحة 255).

التعريف الإجرائي :

هي مجموعة من الخطوات التي يقوم بها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء وقوع الإصابة للتلميذ والحفاظة على حياته حتى وصول الإسعاف .

6-الدراسات المشابهة :

الدراسة الأولى: دراسة بن دحو بن ناصر، عبد المومن زويير، شابولي محمد، تحت عنوان "أسباب الإصابات بدرس التربية البدنية والرياضية" بحث مسحي أجري بثانويات (وهران، مستغانم، تلمسان، النعامة، غليزان ، معسكر) مذكرة لنيل شهادة ليسانس 1994م.

هدف المذكرة:

- التعرف على الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات أثناء ممارسة التربية البدنية و الرياضية .
- تحديد أنواع الإصابات الشائعة بدرس التربية البدنية والرياضية .
- نتائج الدراسة الأولى: توصل الباحثون إلى:
- النقص الكبير للإطارات المختصة في مجال التربية البدنية والرياضية .
- عدم إجراء فحوصات طبية في وقتها المناسب .
- نقص وفساد وعدم صلاحية الأجهزة والأدوات وهذا ما يزيد من الخطورة على التلاميذ في حدوث الإصابة .
- معرفة الإصابات الشائعة في درس التربية البدنية والرياضية والتي كانت النسبة عالية فيها للجروح و التوعكات المفصلية والكسور .

توصيات الدراسة الأولى:

- ضرورة توفير الأساتذة المتخصصين في ميدان التربية البدنية والرياضية.
- إتباع التدرج في إعطاء التمارين بحيث تكون ملائمة لمراحل نمو التلاميذ.
- ضرورة إستعمال وسائل وقائية من طرف التلاميذ كالأرططة.
- ضرورة توفير المنشآت والأجهزة الرياضية.

- ضرورة إجراء فحوصات طبية.

الدراسة الثانية: دراسة العابدي إبراهيم ، زياد دحو ، سايح فؤاد تحت عنوان " واقع الإصابات الرياضية في معهد التربية البدنية والرياضية " مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التدريب الرياضي 2007م.

هدف المذكرة:

- معرفة الوضعية الحالية للإصابات الرياضية لمعهد التربية البدنية والرياضية.

- معرفة الإصابات الأكثر شيوعا في معهد التربية البدنية والرياضية.

توصيات الدراسة الثانية:

- العناية الطبية لصحة الطالب الممارس وذلك بالفحص الطبي.

- التهيئة نفسيا وعقليا أثناء إجراء الحصص التطبيقية.

- تخطيط برنامج الصحة على حسب إمكانيات كل رياضة.

- التسخين الكامل لجميع أعضاء الجسم والقيام بتمارين المرونة.

- تجنب الخشونة و الإندفاع البدني.

تمهيد :

من سوء الحظ أن يرتبط التربية البدنية والرياضية بعدد من المفاهيم والتصورات الخاطئة من قطاعات وفئات لا يستهان بها من الناس، فهناك خلط واضح في المفاهيم وبين المعاني والوظائف والأهداف والأشكال الاجتماعية للحركة والنشاط البدني مما أدى إلى تصور بعض الناس أن التربية البدنية والرياضية هي تمارين بدنية، أو بعض المنافسات الرياضية والألعاب... الخ، وهي تصورات خاطئة في مجملها، بالرغم من ذلك فإنها أفضل من بعض التصورات والمفاهيم التي ترى أن التربية البدنية مضيعة للوقت أو هي حواش للمنهج المدرسي وأنها على أحسن الأحوال أنشطة خارجة عن المنهج.

1-1-1-1-1 تعريف التربية:

إن علم التربية ميدان واسع لذا تعددت تعاريف العلماء من أجل الوصول إلى تعريف شامل، فعلم التربية يستمد أصوله من العلوم الاجتماعية والاقتصادية والفلسفية والسياسية.

1-1-1-1-1-1 المعنى اللغوي:

إن التفسير اللغوي يرجع إلى فعل "ربا"، "يربو"، فيقال: ربّى الولد أي غداه ونمّاه وتستخدم عند المفكرين بمعنى السياسة والإدراك التوجيه والتنمية والقيادة، والتربية تعتمد على مسلمة مقبولة من طرف المفكرين والباحثين والمطبقين، وهي أن الإنسان قابل للتغيير وأن الإنسان قابل للتربية (رابح، 1990، صفحة 26)

1-1-1-2-1-1 المعنى الاصطلاحي:

يعرفها جون ستيوارت ميل: «كل ما يؤثر في الفرد يعتبر تربية، فليست التربية مقتصرة على تلك العمليات المنظمة التي تدور في الأقسام الدراسية بل أوسع وأشمل من ذلك».

ويعرفها أفلاطون: «التربية هي إعطاء الجسم والروح وكل ما يمكن من الجمال والكمال». ويعرفها جون ديوي: «أنها بناء الأحداث التي تكون حياة الفرد ليصلح ما يستجد من عوارض وأحداث وعرض ومعنى كبيرين»

ويمكن تعريفها بأنها: "عملية تهئ الظروف المساعدة لنمو الشخص نموا متكاملا من جميع النواحي الشخصية، الهادف إلى نقل المعرفة، وخلق القابليات وتكوين الإنسان والسعي به إلى طريق الكمال من جميع النواحي وعلى مدى الحياة (جوادي خالد، 2001،

1-1-2-1-1 تعريف التربية البدنية:

يعرف ويست بوتشر 1990 West Bucher بأنها "العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك".

ويرى كوبسكي Kopesky أن "التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا، وعقليا وانفعاليا واجتماعيا... الخ".

ويعرفها الفرنسي روبرت بوبين Robert bobin أنها: "تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد".

ومن بريطانيا ذكر بيتر أرنولد PerterOrnold تعريفا للتربية البدنية "ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثرى وتوافق الجوانب البدنية والعقلية، والاجتماعية الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني المباشر" (أمين أنور الخولي 1996 ،

3-1 العلاقة بين التربية البدنية والتربية العامة:

إن التربية البدنية جزء لا يتجزأ من التربية العامة حيث أن هذه الأخيرة عبارة عن عملية تربوية تتم عن ممارستها أوجه النشاطات البدنية التي تنمي وتصون جسم الإنسان، عن طريق برامج التربية البدنية والرياضية الموجهة توجيهها صحيحا وسليما يكتسب الأطفال والمراهقين المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة كما أنهم يشتركون في نشاط يطور حياتهم الصحية.

وللحصول على أقصى فائدة تربوية من التربية البدنية والرياضية يجب على المدارس أن تقدم التوجيه والبرامج المتزنة والمتنوعة التي تخدم هذه الأخيرة، ومن هنا يمكن القول أن التربية البدنية والرياضية والتربية العامة مرتبتين ببعضهما إرتبطا واضحا ومتفقين في الغرض والمعنى الذي يحدد تنمية وتطور وتكيف الفرد من كل النواحي سواء الجسمية أو الاجتماعية أو النفسية، وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختارة لغرض تحقيق أسمى للقيم الإنسانية وذلك تحت إشراف قيادة مؤهلة تربويا (رابح، 1990).

4-1 طبيعة التربية البدنية:

يمكن النظر للتربية البدنية كنظام أكاديمي وكمهنة وكبرامج نشاط.

1- 4-1 التربية البدنية كنظام أكاديمي:

يسعى كل فرع من المعرفة الإنسانية نحو تحديد هويته الأكاديمية، والتربية البدنية والرياضية تهتم ببحث ودراسة ظاهرة حركة الإنسان والأشكال الثقافية التي اتخذتها هذه الظاهرة كالرياضة، والتمارين والرقص، وذلك من خلال بنية معرفية آخذة في التنامي تتمركز حول ظاهرة الحركة لدى الإنسان، وتنقسم هذه المباحث والعلوم كعلم وظائف أعضاء النشاط البدني، وعلم النفس الرياضي، والاجتماع الرياضي، والتعلم الحركي والميكانيكية الحيوية، وفلسفة وتاريخ التربية البدنية، ولها أيضا مباحث فنية تربوية تنتقل هذه العلوم تربويا إلى التلاميذ والطلاب كطرق تدريس التربية البدنية، مناهج التربية البدنية الوسائل التعليمية في التربية البدنية. (أمين أنور الخولي جمال الدين الشافعي) 2005, p. 29 .

1-4-2 التربية البدنية كمهنة:

يحترف عدد كبير من المتخصصين في مجالات العمل التربوي البدن D والرياضي، وإذ تنامت أفرع ومجالات العمل المهني في التربية البدنية والرياضية، بشكل كبير، فبعد أن كانت مقتصرة على التعليم (التدريس) أصبحت الآن تضم التدريب الرياضي، والترويح البدني، والرياضة الجماهيرية (الرياضية للجميع)، وبفضل جهود أبناء المهنة أصبح لها عدد من الجمعيات، والروابط المهنية للحفاظ على حقوق المهنيين، ومنع الدخلاء وغير المؤهلين من الانضمام إليها، والمهنة تعتمد على البيئة المعرفية وعلومها ومباحثها وفنونها لتقدم أرفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف مجالات التخصص المهني.

1-4-3 التربية البدنية كبرامج:

وهو المنظور الأقدم الذي ارتبط التربية البدنية منذ القدم ومازال، والذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في الأنشطة (بدنية / حركية) منتقاة بعناية وتتابع منطقي وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية الإنسانية وعبر فئات من النشاط الجمبازي والألعاب والسباحة وألعاب القوى والمنازلات (أمين أنور الخولي جمال الدين الشافعي، 2005، صفحة 30)

1-5-1 الأسس العملية للتربية البدنية والرياضية:

إن كل حركة أو مهارة وكل نشاط وكل صراع لابد أن يجد تفسير له في ضوء المعلومات المشتقة والمستندة إلى القوانين تستند التربية البدنية برامجها على قاعدة علمية ثابتة (بيولوجيا، نفسيا، حركيا واجتماعيا).

1-5-1-1 الأسس البيولوجية للتربية البدنية والرياضية:

إن فهم الأسس البيولوجية للتربية البدنية والرياضية ضرورة بالنسبة للمربي في هذا الميدان حتى يمكنه تقديم التفسيرات المناسبة لكل حالة حيث أنه يتعامل مع جسم قد يتعرض هذا الجسم للأذى إذ لم يكن المسؤول ملما بتأثيرات النشاط البدني على الجسم البشري (محمود عوض بسيوني، 1984، صفحة 28).

1-5-2-1 الأسس السيكولوجية للتربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية لا تؤثر فقط على النمو والإعداد البدني لكن يمتد ذلك ليشمل الصفات الخلقية والإدارية، فمعرفة الأسس النفسية يمكن أن تعطي تحليلا لأهم النواحي للنشاط البدني والرياضي ويساهم في

التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي لذلك على مدرس التربية البدنية والرياضية أن يوجه النشاطات المختلفة التي تتضمنها مهنته طبقاً للمبادئ السيكلوجية المتعارف عليها حتى يحقق نتائج أحسن في وقت وجهد أقل (محمود عوض بسيوني، 1984، صفحة 29).

1-5-3 الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية:

تستطيع التربية البدنية أن تلعب دوراً هاماً في تحسين أسلوب الحياة وذلك لأنها تتخلل حياتنا اليومية وهي تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فما للعب إلا أحد مظاهر التآلف الاجتماعي.

إن التربية البدنية قادرة من خلال أنشطتها أن تقدم الكثير لتغطية احتياجات الفرد، والتي تشمل التعاون واقتسام الحب الألفة والاهتمام بآراء الآخرين والرغبة في التأثير والتأثير بالغير (محمود عوض بسيوني، 1984، صفحة 30)

1-6 أهمية التربية البدنية والرياضية:

لقد عرفت منذ عصور قديمة أشكال متعددة للرياضية استعملها الإنسان كتنوية لعضلاته وحفاظاً على صحته وبنيته، أخذها بعدة أشكال كاللعب والمبارزة والفروسية والسباقات وغيرها، لأنه أدرك أن ثمة منفعة كبيرة تعدت حدود اللياقة والصحة إلى جوانب أخرى نفسية لترقيته اجتماعياً وزيادة التواصل بعلاقاته الاجتماعية.

كما تعد الرياضة المدرسية النواة الأساسية لبعث الحركة الرياضية، لذا يجب الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (حمص، بدون تاريخ).

ويمكن توضيح الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية والرياضية في المجالات الآتية:

1-6-1 تنمية القدرات والمهارات الحركية:

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماماً بالغاً، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية، كالقوة والسرعة، الرشاقة والتحمل والمرونة، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب

عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب في تحقيقه في تدريس التربية البدنية والرياضة (عفاف عبد الكريم، 1993، صفحة 76) .

فالتربية البدنية والرياضية تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتسابه للياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف الأجهزة البيولوجية للإنسان على القيام بواجباته الحياتية.

ومن خلال الأنشطة الرياضية يكتسب الفرد عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز العقلي والتنفسي والسعة الحيوية وجميع الأجهزة الوظيفية الأخرى، وبهذا يستطيع الإنسان القيام بأعماله دون مشاكل صحية.

فمدرس التربية البدنية والرياضية يقترح التمرين والنشاطات التي تتلاءم والفترة النسبية أو المرحلة العملية التي هو بصدد التعامل معها حتى لا يكون لهذه التمارين الأثر العكسي، فهدفه الأول هو تطوير إمكانات الأجهزة الوظيفية كالقلب والرئتان والعضلات كي يكون جسم التلميذ سليماً بشكل ملموس، ويؤكد حدوث تقدم في القدرات البدنية والحركية.

فأستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول أن يكسب التلميذ سلوكيات حركية منسقة، وملائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية أو في الوضعيات الأكثر تعقيداً ذات صبغة مفيدة ومسلية (وزارة التربية الوطنية، 1996، صفحة 07).

1-6-2 التنمية الاجتماعية:

تعتبر التربية البدنية أسهل وسيطة للدعوة إلى الإخاء وأقوى وسيلة ليتعارف الناس على بعضهم، فمن خلال أوجه نشاطاتها العديدة تساعد على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها، فمعظم هذه الأنشطة التي تنجز بشكل جماعي تجعلها التربية البدنية أحد أهم المواد التربوية التي يمكن أن تحقق تنشئة سوية للتلميذ "فهي تتسم ببراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصائل الاجتماعية المرغوبة" (أمين أنور الخولي، 1996، صفحة 169) .

ولعل أهم مظاهر التفاعل الاجتماعي إيجابية والتي يجب الاعتناء بها وتنميتها هي التعاون والمنافسة حيث يعتبران من صفات الشخصية الجيدة والمتزنة، فالرياضة تسهم بشكل واقعي في خلق الشعور بالوحدة الجماعية والشعور بالانتماء (خير الدين علي عويس، 1997، صفحة 72)

كما تلعب التربية البدنية دورا فعالا في تسهيل اندماج الفرد في الجماعة وبالتالي سرعة تكيفه مع متطلباتها وقيمها، ولعل الوسط الأمثل الذي تتمكن التربية البدنية من خلاله تحقيق ما ذكر سابقا هو الوسط التربوي، حيث يعتبر أكبر تجمع يلتقي فيه جميع أبناء المجتمع ليكونوا تلاميذ اليوم وطلبة الغد، و مواطنو المستقبل.

وهي وسيلة تربوية وليست غاية في حد ذاتها، حيث تسمح بتطوير سلوكيات التلميذ في مظاهره المعرفية، الحركية والاجتماعية، وتعتبر الفضاء المبجل للحفاظ على الصحة والوقاية من الأخطار الناجمة من الآفات الاجتماعية، كما تساهم في الحفاظ على البيئة والتطلع على الآفاق المستقبلية، كما أن هذه النشاطات تمارس بالطرق النشيطة، فتسمح بالاندماج الاجتماعي وتطوير طاقات التلميذ المخزنة، وتراعي رغباته المتزايدة، عملا بمبدأ التعاون والتضامن بين التلاميذ. وبذلك فهي (التربية البدنية والرياضية) تحفز التلميذ على الشعور بالمسؤولية والتصرفات التي تخدم الصالح العام، عملا بتطوير السلامة الحركية، تنمية الذكاء، وقدرات الإدراك، ومراقبة نزواته وانفعالاته وتحدي المواجهة بدون تردد كل هذا يؤهله لبناء شخصيته المستقبلية

(مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد، 2003، صفحة 05)

فكان من الضرورة بما كان إدماج التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية لها أهدافها وأسسها وخصائصها باعتبارها مجموعة من التعليمات البيداغوجية لها أبعاد تربوية، بحيث تؤثر في نمو التلميذ من جوانبه النفسية والحركية، الوجدانية والمعرفية وتحقق عن طريق النشاطات البدنية والرياضية وكذا الألعاب الهادفة والمتقنة، وبذلك يكون لها دور تساهمي مثل بقية المواد التعليمية، حيث تمكن من التعاون في القدرات البدنية والمعرفية والتأكيد على الذات في إطار تكوين منسجم وتوازن بين المجالات الحيوية المقترحة.

1-6-3 تنمية القدرات المعرفية:

لاشك أن النشاط البدني والرياضي يعزز نمو الجانب المعرفي، فالأنشطة البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية (منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط، 1996، صفحة 08)، فالألعاب الجماعية بتنوع خططها التكتيكية تحفز العمليات الذهنية عند التلميذ من أجل إدراك مكانه في اللعب ومكانزملائه، ما يحتم عليه كذلك وجوب معرفة القوانين والخطط وطرق اللعب وتاريخ اللعبة والأرقام المسجلة، فهذه الجوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط، فهذه الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي الفرد المعرفة والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعده على التصور الإبداع (عدنان درويش و آخرون، 1994، صفحة 20)

1-6-4 من الناحية النفسية:

أما أهمية التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية فلقد بينت الدراسات السيكولوجية أنها تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية، وعنصرها هاما بتكوين الشخصية الناضجة السوية كما أنها تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوازن النفسي، كما أنها تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس و الصبر و التحمل، وعند الانخراط في فريق رياضي تنمو عنده روح الطاعة والإخلاص للجماعة والعمل داخل الفوج، وتحارب فيه الأناية، وبذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تربية الشعور الاجتماعي (أنطوان الجوزي، 1980، صفحة 133)

أما أمين أنور الخولي، بين أن اللعب ينمي عند الطفل قابليته بالتدرج نحو التدرج والسيطرة على البيئة المحيطة، إن اكتساب الإحساس بالسيادة في اللعب من خلال التعلم ينتج له أن يتوقع نتائج معينة سببها سلوكها في اللعب حيث يتجرد بذاته وينتمي بسلوكه الحسي الأساسي، ويتجرد من القيود المفروضة عليه حيث أنه إذا انخرط في مستوى أرفع من اللعب يحقق ذاته بذاته من خلال الألعاب، وهكذا تتم نفس الآليات عندما يرقى لعبه إلى مستوى المنافسة الرياضية، وأيضا عندما يتخرج من عالمه الصغير (المعلب) إلى عالمه الكبير وهو حياته الاجتماعية. (أمين أنور الخولي، 1996، صفحة 212)

1-7 بناء درس التربية البدنية:

درس التربية البدنية هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية (حسن، 1990، صفحة 106) وهي الوحدة التشكيلية للدورة يتمثل مركز اهتمامها في النشاط الرياضي أو التعبير الجسدي، ويتم مركز الاهتمام الموضوع تبعاً للأهداف المسطرة من طرف الأستاذ وكذلك برنامجه السنوي، وتتكون حصة (درس) التربية البدنية والرياضية من خلال مراحل، كل مرحلة في خدمة المحور المختار.

المرحلة التحضيرية: وتشمل الإجراءات الإدارية والإحماء

المرحلة التعلم: وتشمل النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي

المرحلة التقييمية: وتشمل العودة إلى حالة الهدوء والمناقشة (اللجنة الوطنية للمناهج، 1996، صفحة 17)

1-8 أهداف التربية البدنية والرياضية:

مما لاشك فيه أن التربية البدنية والرياضة أهداف كثيرة لا يمكن حصرها في بضعة أسطر، لكن نحاول إيجازها فيما يلي .:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والخبرات الحركية وممارستها بشكل صحيح داخل وخارج المدرسة.

- ممارسة الحياة الصحية السليمة وتعريف التلاميذ بحاجيات النمو الجسمي في كل من دوري المراهقة والبلوغ ودور التربية البدنية في تحقيق هذه الحاجات.

- العناية القوام الصحيح وملاحظة الأوضاع البدنية الخاطئة في حالي الحركة والسكون والسعي لمعالجة ما قد يصيب الجسم من عيوب (عن طريق النشاط الحركي المكيف).

- تدعيم الصفات المعنوية والسلوك اللائق، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة (محمد عوض، 1992، صفحة 97)

-المساهمة في خدمة المجتمع عن طريق النشاط الرياضي وذلك بتدريب التلاميذ خلال مزاولتهم
الفعاليات على ممارسة العلاقات الإنسانية السوية في المجتمع داخل المدرسة وخارجها وتدعيم
أخلاقهم وإكسابهم الخلق الرياضي في اتجاهاتهم وسلوكاتهم (عباس أحمد صالح السمراي ، 1981 ،
صفحة 172)

وبصفة عامة يمكننا تلخيص هذه الأهداف في الجدول الموالي:

جدول (1) يوضح أهداف التربية البدنية

أهداف رئيسية	أهداف جزئية	أهداف تربوية مباشرة
التحكم في الجسم	تنمية القدرات الحركية	الانتباه - التوازن
التحكم في الوسط الداخلي	التنمية العقلية تنمية الأجهزة الفكرية	تنمية الوظائف العضوية المردود العضلي التوافق الحسي الحركي التوازن العصبي العضلي التمثيل العقلي
التحكم في الوسط الاجتماعي	الوعي الاجتماعي البحث عن التربية	تربية نفسية اجتماعية التعاون حسن معاملة الغير التكيف مع المراهق

(خطاب عامل، 1965، صفحة 41)

1-9 الطرق المستخدمة في درس التربية البدنية:

في درس التربية البدنية والرياضية هناك ثلاث طرق شائعة الاستعمال لكل طريقة خصائصها ومميزاتها:

1-9-1 الطريقة الديمقراطية:

تقوم هذه الطريقة على أن للتلميذ قيمة عليا في ذاته كما تقوم هذه الطريقة على مبدأ التكافؤ في الفرص كما تقوم على مساواتهم في الحقوق والواجبات كذا إتاحة الفرصة للتلاميذ لتنمية مواهبهم وقدراتهم إلى أقصى حد ممكن وذلك يتجلى في التعاون بين الأستاذ والتلميذ تعاونا يستهدف الصالح العام دون أنانية أو انفراد أحدهما بمصالحه وشؤونه الخاصة (محمود عوف، 1978، صفحة 218)

1-9-2 طريقة الحرية المطلقة:

وفي هذه الطريقة يترك الأستاذ الحرية للتلاميذ يفعلون ما يشاءون دون التدخل في تسييرهم وتنظيم صفوفهم وبالتالي سيكون هناك عدة سلبيات ومن بين هذه السلبيات:

- حل محل الأنانية أنانية أخرى والمتمثلة في أن يقوم التلميذ بما يشاء

- يحل محل الخشوع والتبعية وفق هدف الأستاذ الحصول على هوى النفس ونزواتها الطارئة دون هدف أو خطة.

- يحل العوض محل النظام الصارم (محمود عوف، 1978، صفحة 220)

1-9-3 الطريقة الدكتاتورية: وتقوم هذه على المبادئ التالية:

- تركيز السلطة في يد الأستاذ يعتبر فيها صاحب السيادة وأنه فوق المحكومين أي التلاميذ

- يعمل الأستاذ ما يريد وليس ما يريده التلاميذ

- عدم الثقة في التلاميذ من حيث ذكائهم واستعداداتهم وكذا قدراتهم على الإسهام في تدبير شؤون الحصة.

- الإكثار من العقاب والتقليل من المدح والثواب (محمود عوف، 1978، صفحة 218)

وهذه الطريقة تجعل حصة التربية البدنية والرياضية شبيهة بالسجن يسودها الضعف والشدة وهو ما يقلل من تجاوب التلاميذ والإقبال عليها.

● خلاصة :

من خلال العرض الموجز لهذا الفصل خلصنا إلى أن التربية البدنية هي

جملة الأفعال والآثار التي يحدثها أي كائن إنساني بإرادته، وفي الغالب فرد راشد مؤهل نحو تلميذ أو طفل صغير والتي تتوجه نحو غاية، وأن تكون لدى الكائن الصغير إستعدادات تقابل الغايات التي يعد لها حين يبلغ طور النضج .

أما التربية البدنية وسيلة تعمل على الوصول إلى الغايات التي تسعى لها التربية بمفهومها العام فهي لا تتجزأ منها، وهي ميدان تجريبي هدفه الإنسان وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني، لغرض تحقيق مهام تقابل أهداف وغايات المجتمع .

تمهيد :

يعتبر أستاذ التربية البدنية و الرياضية هو حجر الزاوية في العملية التعليمية , وهو بؤرة الضوء التي يشع منها العلم و المعرفة , لذا اهتمت الدولة بتربيته و إعدادة و تدريبه و رفع كفاءته لإعداد جيل بناء يأخذ بأسباب التطور و خلق مجتمع قوي قادر على مواكبة الثورة العلمية التي تحتاح العلم , و في فصلنا هذا قد تطرقنا إلى الجوانب التالية و التي تتمثل مايلي : صفات و خصائص أستاذ التربية البدنية و الرياضية , شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية , واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية , مهام أستاذ التربية البدنية و الرياضية , مهام الأستاذ عملية التدريس , دليل أستاذ التربية البدنية و الرياضية , تأهيل أستاذ التربية البدنية و الرياضية , الأستاذ و برنامج التربية البدنية و الرياضية .

و نظرا للدور الذي لعبه أستاذ التربية البدنية و الرياضية في حياة التلاميذ و تشكيل شخصياتهم فلا بد ان يكون معلما ناجحا في مهنته , لذلك عالجنا في فصلنا هذا هذه المواضيع لتثيت الجوانب الفنية و الإدارية و الاجتماعية التي تؤهل الأستاذ لكي يكون مدربا أو معلما أو مربيا ناجحا , و كيفية تأدية واجباته بالشكل الذي يجعله ناجحا في مهنته .

1-2 تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

هو المرابي الأمين، الذي يعهد إليه أولياء الأمور، بثقة واطمئنان بفلذات أكبادهم، وبأمل عريض مرتقب تلقي الأوطان إلى هذا المرابي بمستقبل نشئها، وبقدر ما يكون هذا المرابي أهلا للأمانة بقدر ما يبذل من عمله وإخلاصه في إعداد النشء للحياة تضمن مستقبل البلاد وازدهار حياتها وتقدم نمضتها (عفاف، 1993، صفحة 09).

ويعتبر الأستاذ في مجال التربية البدنية من أهم الشخصيات التربوية بالمدرسة، فهو لديه الفرصة للاحتكاك المباشر بالتلاميذ، ويعتبر وسيطا بين السلوك المتواجد والسلوك المراد تغييره لدى التلاميذ، كما أنه أكبر قوة ديناميكية للتخطيط للتربية البدنية، وهو بطريقته التربوية ومسؤوليته المتفاهمة، يساعد المتعلم ليصبح مدركا، مسؤولا، موحها بتعلمه بحيث يتمكن من الملائمة والتوفيق بين نفسه وبين بيئته، وذلك بوضعه في الوضع المناسب لهذا التطوير أي يقوم بتسيير عملية التعلم (عفاف، 1993، صفحة 10).

2-2 خصائص وصفات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يتوقف نجاح المدرسة في تحقيق أهدافها وقيامها بدورها التعليمي والتربوي على عوامل، وفي هذه الفقرة تقوم بتبيان خصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية .

1-2-2 من الناحية الجسمية:

يجب أن يكون الأستاذ التربية البدنية والرياضية خاليا من العيوب والعاهاات والتشوهمات القوامية، لأن الأستاذ ذو العاهة ينفر التلاميذ منه ويجعلهم يسخرون منه، لأنه بذلك لا يستطع القيام بمسؤولياته وتحمل الجهود الشديدة التي تتطلبها عمله، ويجب عليه أن يكون قدوة لتلاميذه من حيث العناية بملابسه الرياضية أو ملابسه الخاصة لأن التلاميذ يتأثرون به إلى حد كبير (السايح، 2001، صفحة 19).

2-2-2 من الناحية العقلية:

يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يكون قادرا على التعليم حسنا في إدارته، حكيما في عمله، لكونه ليس مدربا فحسب، ولكنه منظم ومهذب، ومرتب وحاكم، وقوة في التنفيذ وحكمة في التصرف، وحضور البديهة.

وقد يكون الرجل عالما ولكنه سيء الإدارة، لا يستطيع أن ينفذ مشروعا من المشروعات أو عملا من الأعمال لضعف إرادته، وسوء تصرفه، وعدم اتصاله بالحياة، وضعف إدراكه، وفساد رأيه فهو لا يستطيع أن ينجح في الحياة العملية، ولا يمكنه أن ينفذ ما يعهد إليه من الأمور (البرشي، 1993، صفحة 119)

3-2-2 من الناحية الاجتماعية:

إن الأستاذ الكفاء هو الذي يعرف كيف يتعامل مع التلاميذ معاملته حسنة مبنية على أساس من الفهم والثقة المتبادلة والتعاون القائم بينهما، وتتوقف هذه المهارات على الآتي:

- المقدرة على اكتساب ثقة التلاميذ
- المقدرة على التوصيل
- المقدرة على فهم التلاميذ
- المقدرة على التعاون مع التلاميذ.

وينبغي على الأستاذ أن يلم بالطبيعة البشرية واحتياجاتها والمفاهيم والاتجاهات الاجتماعية وأن يكون لديه القدرة على فهم البيئة المحيطة والتأثير فيها وأن يكون على صلة طيبة مع تلاميذه، ويتميز بالعدل والنزاهة (الخولي، 1996، صفحة 174).

4-2-2 من الناحية الأخلاقية:

- يجب أن يتحكم بتصرفاته وسلوكه بتعاليم الأديان السماوية.
- أن يكون عادلا في تقييم أداء الطلاب سواء في الاختبارات أو في أي نوع من أنواع الأنشطة التعليمية الأخرى.

- أن يكون مخلصاً وأميناً في عمله.

- أن يكون سلوكه قويم داخل وخارج الفصل المدرسي مما يجعله قدوة لطلابه (محمد، 2009، صفحة 74)

2-2-5 من الناحية النفسية:

- لا بد أن يكون الأستاذ هادئ المزاج، خالياً من القلق والاضطراب النفسي.

- لا بد أن يكون بشوشاً في وجوه التلاميذ، أي أنه غير متسلط

- لا بد أن يكون متصفاً بالصبر والمثابرة في مهنته، فلا يقلق أو يتضجر من عمله الشاق.

الأستاذ يجب أن يقبل عملهم، وهو من الذين يألفون ويؤلفون وله قابلية للتعاون من أجل إيجاد حلول للمشكلات التربوية والتعليم (زدي، 2007، صفحة 224)

2-2-6 الثقافة العامة: يحتاج الأستاذ إلى الثقافة العامة بجانب الثقافة الخاصة لمهنته ولذا يجب أن

يكون ملماً تماماً بالنواحي المعرفية في كثير من المواد مثل اللغة العربية، واللغات الأجنبية والعلاج الطبيعي، كما يجب أن يكون ملماً ببعض الأعمال المهنية المختلفة (السايع، 2001، صفحة 20).

2-3 مهام أستاذ التربية البدنية:

يمكن تلخيص مهام ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية كما قدمها لنا "دورخوف" في شكل ثلاثة وظائف أساسية هي: (عبداللطيف، 2000-2001، صفحة 29)

2-3-1 عملية التخطيط:

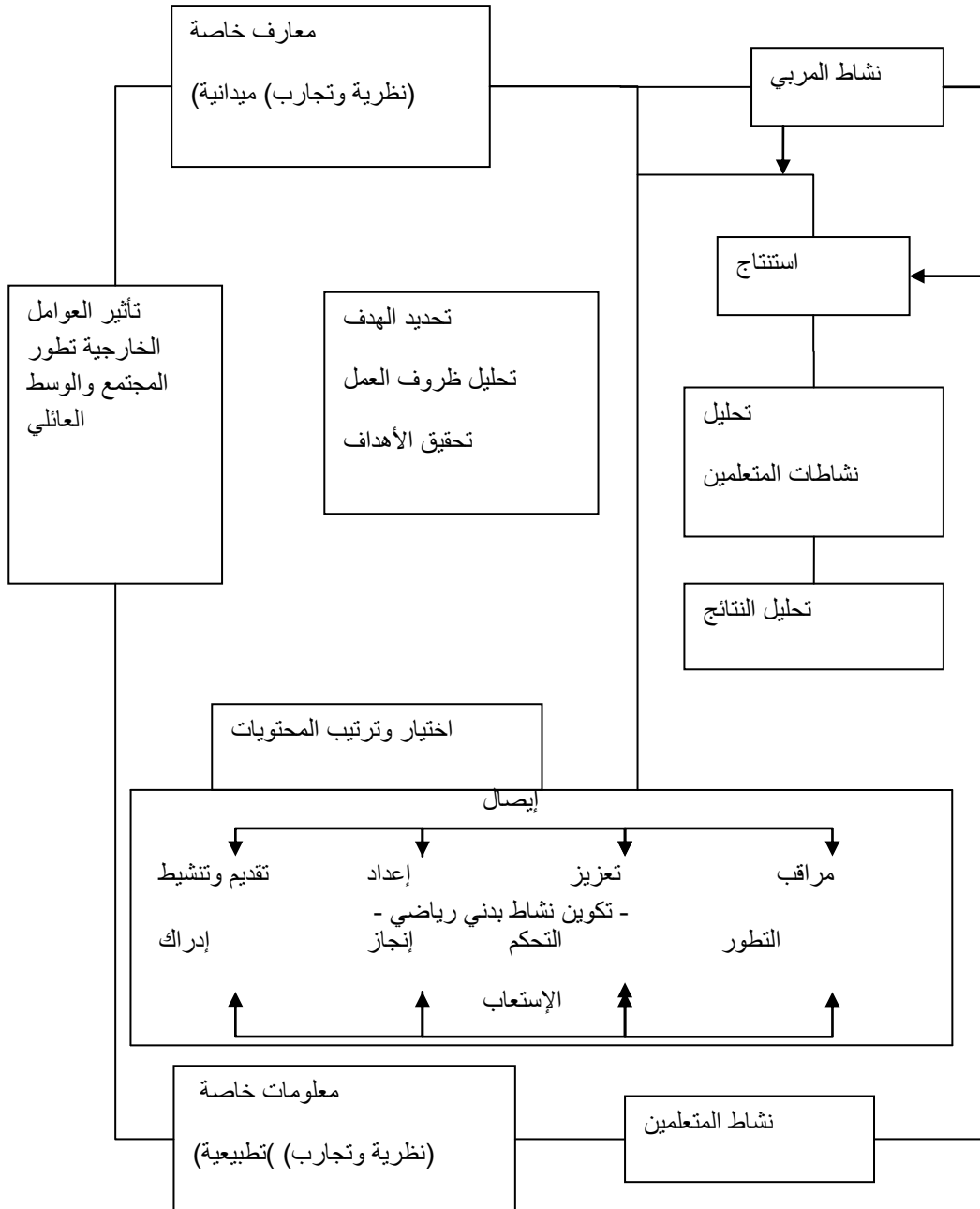
وظائف الأستاذ في هذه المرحلة تتمثل في تحديد وتوضيح الأهداف البيداغوجية اختيار وتنظيم المحتوى التعليمي، التفكير في الطريقة التنظيمية (زغلول، 2004).

2-3-2 عملية التحليل:

يقوم الأستاذ في هذه المرحلة بتحليل المحتوى التعليمي، تحليل الأداء البيداغوجي للتلاميذ، تحليل واستخلاص المعاني الأساسية منها قصد اتخاذها كمرجع أساسي للمراحل التعليمية المواكبة.

3-3-2 عملية الأداء:

تعتبر هذه المرحلة نقطة أساسية في عملية التعلم، حيث فيها تحدث اتصالات متبادلة بين الأستاذ والتلميذ قصد إيصال المعلومات، تحديد وتوزيع المهمات للتلاميذ، تعزيز التعلم، مراقبة تقويم العملية التعليمية والشكل الموالي يوضح ذلك:



شكل (1) يوضح وظائف أستاذ التربية البدنية والرياضية حسب دورنهوف.

(عبداللطيف، 2000-2001، صفحة 29).

4-2 المهارات التدريسية للأستاذ الناجح:

ينبغي على الأستاذ الناجح أن يمتلك العديد من المهارات التدريسية منها:

- القدرة على التفكير العلمي والتفكير الناقد والتفكير المرن والتأمل.
- التمكن من مادة تخصصه ومتابعة الجديد من المصادر العلمية.
- القدرة على استخدام المنهج العلمي والرجوع إلى هذا الميدان.
- اتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب.
- يمتلك القدرة على التأثير في تلاميذه من خلال كونه يمثل النموذج الحسن.
- يمتلك مهارة وضع الأسئلة التقليدية والموضوعية فضلا عن التقويم الموضوعي.
- فن القدرة على استخدام طرائق التدريس الحديثة والوسائل المعينة.
- فن إدارة الصف وضبطه.
- القدرة على ربط المدرسة بالمجتمع.
- التعامل الإنساني مع التلاميذ وزملائه الأساتذة والإدارة والمشرفين وأولياء أمور التلاميذ.
- الدراسة بأساليب الإرشاد والتوجيه لمعالجة وتشخيص مشكلات التلاميذ وتوجيههم وفق ميولاتهم وقدراتهم.
- يحفز التلاميذ على أداء واجباتهم بحمة ونشاط.
- ينمي روح المبادرة والإبداع لدى التلاميذ.
- يراعي الفروق الفردية بين التلاميذ. (الداهري، 1999، الصفحات 100-103)

5-2 المبادئ الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

هناك أربعة مبادئ أساسية وهامة يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يلتزم العمل بها. وذلك إذا أراد لنفسه أن ينجح في عمله وحياته، والمبادئ الأربعة هي:

2-5-1 احترام الذات:

أستاذ التربية البدنية والرياضية لا بد وأن يؤمن أن مهنته التدريسية من أشرف المهن ويضع في اعتباره أنه ليس ناقل للمعرفة والمعلومات ومعلم للمهارات فحسب ولكنه مربى رائد في عمله ومجتمعه ويحمل كل القيم والمثل والمفاهيم، وبالتالي فاحترام الذات ضرورة هامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية، فهذا يجعله يعرف أين هو موقعه من العملية التربوية والتعليمية، ويعرف حقوقه وواجباته نحو نفسه ونحو تلاميذه وزملائه في المدرسة والمجتمع وبالتالي يحدد الإطار العام الذي يمكنه من دوره وواجباته على أكمل وجه (عزمي، 1996).

2-5-2 احترام المهنة:

إن احترام المهنة من احترام الذات وعلى أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يكون إيمانه قوي بأنه يعمل في مهنة شريفة مقدسة، وإيمانه القوي و يرتكز أساسا على احترامه لنفسه، وأن احترام المهنة لا يتأكد إلا إذا كان الأستاذ ملما بمادته العلمية وبكل أبعاد العملية التعليمية، ويكون قادرا على أن يتعامل مع تلاميذه ويتفاعل معهم بكل احترام وتقدير (السايع، 2001، صفحة 31)

2-5-3 احترام المتعلم:

إن التلميذ هو المحور العام في العملية التعليمية فهو عنصر متصل بالأستاذ اتصال تام فيتفاعلان وينشأ بينهما ارتباطا وثيق مستمر، كما تنشأ بينهما علاقة ودية طيبة مبنية على احترام المتعلم وشخصيته وأحاسيسه ومشاعره وعواطفه وما يحمله من قيم ومواقف واتجاهات، فلا يجب أن ينظر الأستاذ إلى تلاميذه بأنهم أداة استلام للمعرفة بل هم أفراد لهم ميولاتهم واهتماماتهم ورغباتهم وطموحاتهم، فاحترام الأستاذ لتلاميذه ضرورة حتمية لنجاح العملية التعليمية وهذا بدون شك امتداد لاحترام الأستاذ لذاته ومهنته.

2-5-4 العلاقات الطيبة:

احترام الأستاذ لكل ما ذكرناه سابقا يتطور و ينمو داخل إطار تكوين وبناء علاقات طيبة ومحبة مع كل الأفراد المكونين للعملية التعليمية، فيجب على الأستاذ أن يبني جسرا من العلاقات الطيبة مع كل من زملائه في المدرسة وفي المهنة ومع أسرة تلاميذه ومع جماعة المجتمع الذي يعيش فيه ومع المتعلم نفسه.

2-6 واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يلعب الأستاذ التربية البدنية والرياضية دروا هاما وفعالا بالمدرسة ولا يقتصر هذا على تدريس حصص التربية البدنية والرياضية فقط بل تتعداه إلى واجبات أشمل من ذلك وهي:

- الإشراف على النظام بالمدرسة: أي مجتمع يجب أن يسوده نوعا من النظام لذا كان على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يكون له دور في المساهمة في عملية النظام بالمدرسة وذلك من خلال الإشراف على ما يلي:

- طابور المدرسة

- عدم نزول التلاميذ أثناء تدريس حصص التربية البدنية والرياضية إلى الميدان المخصص لها.

- وضع تعليمات الأمن والسلامة وتقديم الإرشادات المستمرة للتلاميذ.

- خدمة البيئة المحيطة بالمدرسة: وتكون مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية بوضع برامج لرفع مستوى اللياقة البدنية وتنظيم محاضرات وندوات لأولياء أمور التلاميذ وأهالي المنطقة المحيطة بالمدرسة تتناول محاربة السموم والمخدرات والتدخين وأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية.

- الإشراف على الميزانية الخاصة بالتربية البدنية والرياضية: إلمام تام بميزانية النشاط الرياضي بالمدرسة وكيفية توزيعها على الأنشطة الرياضية المختلفة (شراء أدوات وملابس رياضية... الخ)

- الاشتراك في مجلس الآباء: يجب أن يشترك المعلم في مجلس الآباء وأن يستفيد من ذلك في توضيح أهمية التربية البدنية والرياضية للآباء والدور الذي تلعبه الأنشطة في خدمة التلاميذ (السايح، 2001،

الصفحات 21-22)

- الإشراف على الفرق الرياضية المدرسة: يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يقوم بتدريب الفرق المدرسية التي تشترك في النشاط الخارجي، وذلك بوضع خطة للتدريس على مدار العام الدراسي، وتوزيع خطة التدريس على مدار الشهور، وتحديد الأيام ومواعيد التدريب.
 - الاشتراك في عملية القياس والتقويم: تلعب وسائل القياس دوراً هاماً في التعرف على تحقيق أبعاد وأهداف أي برنامج للتربية البدنية المدرسة، حيث يتعرف أستاذ التربية البدنية والرياضية على ما تحقق من نتائج.
 - الإشراف على المجالات والمطبوعات الدورية للتربية الرياضية ونشر الوعي الرياضي: فعلى الأستاذ التربية البدنية والرياضية أن يعمل على نشر الوعي الرياضي بالمدرسة من خلال كتابة بعض المقالات والحث على التربية البدنية والرياضية ودورها في محاربة السموم، وتنظيم محاضرات وندوات تتناول التربية البدنية والرياضية ودورها في خدمة المجتمع (السايح، 2001، صفحة 25)
 - القيام ببعض النواحي الصحية التي تقوم بها المدرسة: البدنية والتي تتمثل في:
 - مساعدة الإدارة الصحية بالمدرسة على إجراء الكشف الطبي على جميع تلاميذ المدرسة للتحقق من سلامتهم الصحية.
 - التركيز على الحالة القوامية للتلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية.
 - اختيار أوجه النشاط الرياضي لما يتناسب مع الظروف الجوية.
 - القيام بالإسعافات الأولية الضرورية إذا دعت الحاجة إلى ذلك.
 - التعاون بين إدارة المدرسة من جهة وزملائه الأساتذة من جهة أخرى.
- المساهمة في إجراء البحوث والتجارب بقدر المستطاع بهدف تطوير العملية التعليمية وتحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية (محمد، 2009، صفحة 81).

7-2 توجيهات ونصائح لأستاذ التربية البدنية:

- قابل أو تحد النظام بإصرار وقوة بدون تساهل فهناك في أغلب الأحيان بعض التلاميذ يحاولون وضع الأستاذ الجديد تحت التجربة، والنجاح في مقابلة التحدي بحزم يؤدي إلى منع تكرار مثل هذه المحاولات.
- في حالة شك في ارتكاب التلميذ لخطأ ما، فقد وجد بالتجربة أن الصمت أفضل من إلقاء محاضرة عن الخلق والروح الرياضية وما شابه.

- تذكر دائما أن غالبية التلاميذ بالفصل يميلون إلى أن يطيعوا توجيهات الأستاذ والتصرف تبعا لذلك.
- اعرف مادتك جيدا وبالتالي تجنب المواقف الحرجة الناتجة عن عدم القدرة على الإجابة عن سؤال في صميم عملك، فمثل هذه المواقف تسيء إلى النظام في الفصل.
- ضع باعتبارك أن شقاوة التلاميذ ليست إهانة شخصية موجهة لك، وحاول ما استطعت أن تعالج الموقف على هذا الأساس ..
- تصرف بسرعة وحسب نظام موضوعي معروف حتى يعرف التلاميذ ما ينتظره نتيجة لتصرف ما، فعدم معرفة التلميذ للنظام الموضوعي يدعو للقلق ويزيد من احتمال إخلاله بالنظام.
- كن مرحا واسع الصدر، فهاتان الصفتان لازمتان لأستاذ التربية البدنية على وجه الخصوص، وهما كثيرا ما يساعدان الأستاذ على الخروج من مواقف كثيرة موفور الكرامة (محمد، 2009، صفحة 82) .

خلاصة:

من خلال العرض الموجز لهذا الفصل خلص الباحثان إلى أن التربية البدنية هي جملة الأفعال والآثار التي يحدثها أي كائن إنساني بإرادته، وفي الغالب فرد راشد مؤهل نحو تلميذ أو طفل صغير والتي تتوجه نحو غايته، وأن تكون لدى الكائن الصغير استعدادات تقابل الغايات التي يعد لها حين يبلغ طور النضج. وهي ميدان تجريبي هدفه الإنسان وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني، لغرض تحقيق مهام تقابل أهداف وغايات المجتمع .

و تعتبر مهنة التدريس من أهم المهن التي تتطلب صفات خاصة ينبغي توفرها في الأستاذ الذي يعد المسؤول الأول عن تحقيق الأهداف التربوية على مستوى جميع المجالات، لذلك اهتم الباحثون والعاملون في المجال التربوي على تحديد صفات مثالية يجب أن تتوفر في الأستاذ الكفاء من أجل أن يؤدي رسالته التربوية على أكمل وجه ممكن.

تمهيد :

لا يخلو أي مجال من المجالات الرياضية من احتمال وقوع الإصابات بل و حتمية حدوثها على اختلاف أنواعها و شدة درجتها ، الواقع الذي ترفضه طبيعة أداء الألعاب لمختلف أنواعها و خاصة بالنسبة للفئة المراهقة و التي نحن بصدد مناقشتها .

3-1. مفهوم الإصابة الرياضية :

هي تغيير ضار في نوع أو أكثر من أنسجة الجسم المختلفة تصاحبها مراحل رد فعل فسيولوجي كيميائي و نفسي نتيجة قوة غالبية داخلية أو خارجية ، كما عرفها أسامة رياضي أنها تعطيل أو إعاقة مؤثر خارجي لعمل أنسجة و أعضاء الجسم الرياضي المختلفة ، و غالبا ما يكون هذا التأثير مفاجئا و شديدا مما قد ينتج فيه غالبا تغييرات وظيفية مثل الدم - أو ورم في مكان الإصابة و تختلف نوعية المؤثر باختلاف الأسباب. (الدين، 2007 صفحة بدون صفحة)

كما يعرفها أحمد فايز النماس هي إصابة جزء سليم من الجسم أو عضو منه أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة و بالتحديد فالإصابة تعني عطب النسيج.

3-2. أسباب حدوث الإصابات في درس التربية البدنية و الرياضية :

إن التعرف على أسباب الإصابة من الموضوعات الأساسية و الهامة 'فالتقييم الواضح لطبيعة مرض ما و الحالة التي يكون عليها المريض من مختلف الزوايا لمن العوامل و الأسس التي تحدد طريقة أو أسلوب العلاج السليم ' و إن أسباب الإصابات قسمت إلى قسمين داخلية و خارجية. (العوادلي، بدون تاريخ)

3-2-1. العوامل الخارجية :

3-2-1-1. سوء التنظيم و طريقة التدريس :

من حالات الإصابة % إلى 50 %تبلغ نسبتها 30

3-2-1-2. مختلف القوانين و شروط الأمان :

من 1% إلى 25% من حالة الإصابة.

3-2-1-3. سوء الأحوال المناخية :

من 2% إلى 6% من حالات الإصابة.

3-2-1-4. السلوك الغير سليم و فقدان الروح الرياضية :

من 5% إلى 15% من الإصابات الرياضية (توفيق، 2004 الصفحات 108-107)

3-2-2. العوامل الداخلية :**3-2-2-1. حالات الإرهاق (الإعياء الشديد):**

يمثل كل من اختلاف التنسيق و سوء حالة ردود الفعل في هاتين الحالتين السبب المؤدي إلى الخلل و نتيجة لعمليات الإرهاق و الإعياء، يمكن أن تحدث تغييرات من شأنها إشارة و ذبذبة الجهاز العصبي للعضلات و خاصة مع الأشخاص غير المدربين جيدا مما يؤدي إلى حدوث الإصابة (رشيدي، 2006) .

3-2-2-2. التغييرات الوظيفية لبعض أجهزة الجسم :

تنشأ عند الرياضي بعد لانقطاع في التدريب لفترة طويلة بسبب المرض أو غيره، انخفاض في قوة العضلات و بالتالي قوة تحملها كما يؤدي أيضا إلى انخفاض سرعة ارتخاء أو تقلص العضلات يعوق و يعرقل تنفيذ التمارين التي تتطلب مجهودات عالية فينتهي بحدوث إصابة .

3-2-2-3. الخصائص الميكانيكية و البيولوجية :

عدم مراعاة البناء الميكانيكي للحركة و زيادة الجهد الناتج عن عدم التنفيذ المنطقي للتدريبات على العضلات وعدم مراعاة اتجاه الحركة بسبب عدم توافر الخبرة في القوة الدافعة بسبب التغيير الطارئ فيها و هذا بسبب حدوث الإصابة.

3-2-2-4. عدم الاستعداد البدني الرياضي :

لأداء تدريبات صعبة أو معقدة لتأدية بعض الحركات في بعض الرياضات كالجهاز مثلا تتطلب قدرة بدنية عالية للاعب ، لذا تؤثر بعض الأحيان في حدوث الإصابة ، كما أن عامل الإحماء غير جيد له دور في حدوث الإصابة (توفيق، 2004 الصفحات 107-108).

3-3. ميكانيكية الإصابات الرياضية :**3-3-1. الاختلاف البيولوجي الميكانيكي :**

بما أن اللاعب عبارة عن آلة حية فهناك عدة مبادئ ميكانيكية و أخرى حية تؤثر في حركاته يستطيع اللاعب أن يغلق الطاقة اللازمة أثناء الأداء الرياضي و ربما يستخدم الطاقة بكفاءة تامة .

أي إن الحركة التي يقوم بها موازية و مساوية للطاقة المبذولة و قد لا تتوفر الكفاءة في استخدام الطاقة بكفاءة تامة ، أي يبذل اللاعب أضعاف الطاقة المطلوبة للحصول على نفس النتيجة و هنا ربما تحدث الإصابة لأنها زادت عن الحدود الفسيولوجية للعضلات و الأجهزة الحيوية .

3-3-2. المدى الحركي للمفاصل :

إن نوع المفصل و طريقة تركيبه يحددان درجة حرية الحركة بها لأن الأسطح المفصالية لعظام المفاصل و تجاوبها تتكون من عصارين ملساء جدا لها خاصية الانزلاق الجيد مما يزيد من قدرتها على أداء الحركات الإنسانية بينما يتكون الجهاز المساعد للمفصل من أربطة عضلية تكسبه صفة التماسك و الاحتفاظ بالطريقة التكوينية و لهذا يتأثر المدى الحركي للمفصل حسب طبيعة شكله و قدرة العضلات و الأربطة المحيطة به ، و لذلك ربما يتعرض المفصل للإصابة عند العمل بالضغط عليه في مدى حركي أوسع من قدرته و كما اقترب المفصل من الحد الأقصى بسرعة عالية تقل فرصة التحكم في إيقاف تلك السرعة في الوقت المناسب.

3-4. العلاقة المتبادلة بين القوة الخارجية و الداخلية :

اتفقت الدراسات أن هناك علاقة متبادلة بين الإصابات المباشرة و غير المباشرة نتيجة العوامل الخارجية و الداخلية حيث تؤكد العديد من الخبرات الميدانية أو العوامل الخارجية تؤدي إلى حدوث حوالي 45 بالمائة من الإصابات الرياضية التي غالبا ما تؤدي إلى تغييرات داخلية تنتهي بحدوث الإصابة التي تختلف في درجتها من حيث النوع و العدد و الخطوة باختلاف ميكانيكية الحركة حسب متطلبات الأداء البدني الرياضي من لعبة إلى أخرى (محمد، بدون سنة صفحة 22).

3-5. درجات الإصابة :

تختلف الإصابات عادة من حيث وجود أو عدم وجود تلقيات بالأسطح الخارجية للجسم (إصابات مفتوحة - مغلقة) وكذلك من حيث الاتساع (شديدة - بسيطة) و أخيرا من حيث تأثيرها على جسم إصابات بسيطة ، متوسطة ، شديدة .

3-5-1. الإصابات البسيطة :

وهي التي ينتج عنها تهتكات خفيفة حيث تظهر على شكل ألم لا يدوم لفترة طويلة و تبلغ نسبتها 80 بالمئة حيث مدة شفائها لا تعيق التلميذ عن الاستمرار في ممارسة درس التربية البدنية و الرياضية عن ذلك : كدمات خفيفة و تقلصات خفيفة ، سحجات جلدية ، التواءات بسيطة لا ينتج عنها مضاعفات.

3-5-2. الإصابات المتوسطة :

وهي التي ينتج عنها تأثيرات على الجسم كما تؤدي الى نقصان في الكفاءة العامة و أيضا الرياضة التي يتسبب عنها نقص القدرة على مواولة النشاط لفترة من الوقت ، تبلغ نسبتها حوالي 10 بالمئة و أمثلة عن ذلك الكدمات الشديدة التي تصحبها مضاعفات للتمزقات العضلية البسيطة ، الجروح الخفيفة.

3-5-3. الإصابات الشديدة :

تظهر على شكل ألام شديدة أو ورم ملحوظ ، و قد يصاحبه تغيرات في لون الجلد و محدودية الحركة و تقدر نسبتها ب 8 بالمائة ، بينما تقدر نسبة و مدة شفاؤها حسب تقدير الطبيب حيث تستغرق ما بين 3 الى 4 أسابيع و أمثلة عن ذلك : التمزقات المفصالية الشديدة ، الكسور ، التمزقات لغضاريف المفاصل (العالم، بدون سنة الصفحات 93-94).

3-6. أعراض الإصابة :

إن حدوث الإصابة تلحقها أعراض على الأستاذ إن يلاحظها لكي يتأكد من أن الإصابة حدثت فعلا و من بين هذه الأعراض ما يلي :

- فقدان الوعي لمدة 10 ثواني فما فوق ، و يجب التأكد من أن التلميذ استرد كامل وعيه قبل أن يعود إلى الملعب .
- التورم الذي ينتج عادة من النزيف الدموي .
- الألم بدون حركة الجزء المصاب .
- النزيف الدموي سواء كان بسيطاً أو مستمر و يجب التأكد من إيقاف النزيف كلياً قبل عودة التلميذ لمزاولة التمارين الرياضية .
- التشوه في أحد الأعضاء و يمكن معرفة ذلك من خلال مناظرة العضو المصاب بالعضو السليم .
- عدم ثبات المفصل (جوكل، 2008 صفحة 22).

3-7. الإصابات الشائعة التي تحدث أثناء درس التربية البدنية و الرياضية :

يجب على العاملين في ميدان التربية البدنية و الرياضية التعرف على أنواع الإصابات الشائعة لاتخاذ الإجراءات الفورية لتأدية الإسعافات اللازمة السليمة للمصاب و لعدم تعرضه لمضاعفات الإصابة ، و من هذه الإصابات نذكر ما يلي :

3-7-1. الصدمة :

هي حالة هبوط الأجهزة الحيوية و تحدث بسبب إصابات مفاجئة منها :

* إصابات مفاجئة مثل ألم الكسور

* صدمة نتيجة فقدان كمية كبيرة من الدم مثل حالات النزيف الشديد

نتيجة فقدان سوائل كثيرة من الحجم.

3-7-1-1. أعراضها :

*هبوط درجة الحرارة

*لون المصاب يكون شاحبا و الجلد باردا

*التنفس سطحي (روفائيل، 1886 صفحة 86)

3-7-1-2. أسبابها:

هناك سببين أساسيين:

*تأذي القلب و فشل في ضخ بالشكل التام.

*فقدان الدم بحيث يكون حجم الدم داخل الأوعية غير كاف.

3-7-2. الملعخ (الجزع):

هو عبارة عن شد في الرباط المفصلي المثبت للمفصل يتجاوز قدرته على التمدد ، مما يؤدي إلى حدوث

تمزق فيه، و تختلف حدته تبعا لشدة الإصابة المسببة و يعتبر الجزع من الإصابات الشائعة أثناء ممارسة

الرياضة و يكثر حدوثه في الرباط الخارجي لمفصل القدم و أربطة مفصل الركبة و الرسغ و يسمى الجزع في

بعض الأحيان بتمزق الأربطة (مروش، 1976).

3-7-2-1. الأعراض:

*ألم في منطقة الرباط حول المفصل و يزداد الضغط عليه أو تحريك المفصل المصاب.

*انتفاخ نتيجة زيادة تجمع السوائل في منطقة الإصابة.

زيادة درجة حرارة المفصل مع تغير لون الجلد إلى الاحمرار.

3-7-3. الشد أو التمزق العضلي :

الشد العضلي هو عبارة عن استطالة في الألياف العضلية المرنة المكونة للعضلة بشد تتجاوز مقدار المرونة العضلية مما يؤدي إلى استطالة غير طبيعية أو تمزق في الألياف العضلية و يسمى الشد العضلي في بعض الأحيان بالتمزق العضلي و هو من أكثر الإصابات الرياضية شيوعا .

3-7-3-1. أسباب الشد و التمزق العضلي:

يحدث أثناء القيام بمجهود بدني كبير لا يتناسب مع الاستعداد البدني للرياضي كما تكون أسبابه نتيجة عدم الإحماء الجيد للعضلات المقدمة عل المجهود البدني الرئيسي ، ضعف العضلات (رياض، 2001).

3-7-3-4. التقلص العضلي(التشنج):

هو عبارة عن انقباض لا إرادي في أنسجة العضلات، و تتميز الحالة بتركيز الألم و بقاءه في موضع العضلة التي تعرضت للإجهاد.

و بالرغم من وجود أكثر من خمس مائة عضلة في الجسم 5 بالمائة منها هي التي تتعرض في الغالب للإصابة (روفائيل، 1886 صفحة 94)

3-7-3-4-1. أسبابه :

*عدم الإحماء الجيد للعضلة

*عدم ليونة العضلة

*عدم التدفق الجيد للدم إلى العضلة

*تقلص الأملاح المعدنية(نافع، بدون سنة صفحة 130)

3-7-3-5. الكدم:

الكدمة هي أكثر الإصابات شيوعا ، و تحدث في المناطق العضلية أو فوق مناطق البروز العظمي

و هي عبارة عن تهتك أو تمزق في الطبقة أسفل الجلد أو العضلة و تعرف أحيانا بالرضة و تتراوح الإصابة ما بين كدمة سطحية أو تمزق في الطبقة أسفل الجلد أو العضلة إلى تمزق عميق و نزيف و قد تصل إلى العظمة و تحدث خدوشا بها(روفائيل، 1886 صفحة 88).

3-7-5-1 الأعراض :

- ألم شديد و عدم القدرة على تحريك العضو المصاب.

- تفقد العضلة القدرة على الانقباض و المرونة.

3-7-6. الخلع:

هو خروج أحد العظمتين المكونتين للمفصل عن وضعه الطبيعي إلى آخر غير طبيعي داخل أو خارج التجويف المفصلي.

3-7-6-1: أعراض الخلع :

-الم حاد في منطقة الخلع و المنطقة المحيطة بها و عجز كامل أو جزئي عن الحركة و تغيير و انفتاح في منطقة المفصل كما يمكن أن يصعب حدوث الخلع المفصلي كسر في إحدى العظمتين أو جرح فوق منطقة الإصابة

- عدم القدرة على تحريك المفصل

3-8. التوزيع الموسمي للإصابات :

غالبا ما يحدث شد أو تمزق في الأربطة أو العضلات تتركز في عدم كفاية إعداد اللاعبين و عدم تهيئة العضلات للمجهود و ترجع أسباب إصابات أول الموسم إلى ما يلي:

- عدم الاهتمام بالكشف الطبي على التلاميذ في بداية الموسم و أثناء الموسم.

- طريقة الأداء الحركية يجب أن توضع على أسس علمية سليمة لأنها خير ضمان لحماية اللاعب ووقايته من الإصابة .

- عدم التدرج في بذل المجهود.

3-8-1. إصابات أثناء الموسم :

- إصابة بسيطة حدثت في أول موسم و أهمل علاجها فتضاعفت.

- عدم الاهتمام بالإحماء المناسب .

- عدم وجود نظام معين سليم للتغذية و الراحة .

- زيادة حمل التدريب الذي يؤدي للإجهاد .

3-8-2. إصابات آخر الموسم :

و ترجع أسبابها إلى ما يلي :

- عدم الاهتمام بالكشف الطبي على التلاميذ خلال الموسم بطريقة دورية .

- عدم وصول التلميذ إلى مستوى الكفاءة الموجودة و يرجع ذلك إلى الخطة الموضوعية أو إلى التلميذ نفسه و عدم لياقته.

3-9. طرق الوقاية و الحد من حدوث الإصابات الرياضية :

- ينبغي على المدرس التحدث مع الرياضيين في المسببات التي تؤدي إلى حدوث الإصابة للتعرف عليها .

- العناية الطبية بصحة التلاميذ و ذلك بواسطة الفحص الطبي الدوري عليهم .

- التدريب المنطقي المنظم و الذي لا يسمح بزيادة الجهد و التوتر.

- عدم التمرين إذا كانت الظروف الجوية غير مناسبة .

- عدم إجبار التلميذ بالقيام بالمجهود أو التمرين وهو غير مستعد له.

- أن يكون التلميذ مهيبًا تمامًا بدنيا و عقليا و نفسيا أثناء مزاولة التدريب.

- التفتيش على البذلة الرياضية للتلميذ خاصة الحذاء الرياضي.
- توعية التلميذ بالغذاء المتوازن خاصة قبل الحصة .
- تسخين عام يشمل الأجهزة و المفاصل .
- تسخين خاص يخص النشاط في حد ذاته (قبع، 1989).

3-10. مفهوم الإسعافات الأولية :

هي تطبيق لمجموعة من المفاهيم المتفق عليها مسبقا لعلاج الإصابات و الأمراض المفاجئة باستخدام المواد و التجهيزات المتوفرة في المكان نفسه أثناء تلك اللحظة أي لحظة وقوع الإصابة إلى حيث وصول الطبيب المختص أو نقل المصاب إلى المستشفى(زاهر، 2003 صفحة 255).

3-11. أهداف الإسعافات الأولية :

- المحافظة على حياة المصاب أو المريض كما يحدث في حالة الإسعاف الأولي لمريض القلب أو الإصابات الخطيرة بواسطة التقليل من النزيف و المحافظة على المجاري الهوائية نظيفة و مفتوحة أحيانا.
- إعادة تنشيط القلب.
- منع تدهور حالة المريض أو المصاب عن طريق الإسعاف الممكن في مكان حدوث الإصابة.
- رفع معنويات المصاب لاسترداد الحالة الطبيعية .
- نقل المصاب بالطرق الصحيحة للمستشفى (زاهر، 2003 صفحة 255).

3-12. خطوات الإسعاف الأولي:

إن خطوات الإسعاف الأولي وضعت للسيطرة على الورم إلى أقصى حد لغرض التقليل من تضخم التورم الدموي (كمونة، 2002 صفحة 99).

3-13. الشروط التي يجب أن تتوفر في الأستاذ المسعف :

- أن يكون الأستاذ ملما نظريا و عمليا بمبادئ الإسعافات الأولية مع متابعة التطور الحديث لطرائق الإسعافات.
- أن يكون على دراية تامة بأنواع الإصابات للتدخل فور حدوثها .
- أن يكون قادرا على استخدام الوسائل المتاحة في مكان حدوث الإصابة كالجبائر و الأربطة .
- أن يمتلك القدرة و الشجاعة على مواجهة المواقف الصحية دون تردد مع القدرة على اتخاذ القرار السليم، السريع و الصحيح.
- أن يتحمل المسؤولية بأمانة و أن يلتزم بمحدود معوماته .
- هدوء الأعصاب.
- عدم تعريض المصاب إلى الخطر(زاهر، 2003 صفحة 255)

3-14. ما يجب على الأستاذ اتخاذه فور حدوث الإصابة عامة :

- مراعاة أن يكون المصاب في وضع مريح خاصة الجزء المصاب.
- تهدئة المصاب نفسيا.
- يستفسر من المصاب عن كيفية و سبب حدوث الإصابة(ميكانيكية الإصابة)، و كذلك فحص الجزء المصاب يساعد على تحديد نوع الإصابة.
- يحدد المصاب المكان الذي يشعر فيه بالألم بالضبط .
- و باستخدام اختبارات وظيفية من الممكن للأستاذ أن يقيم إذا كانت الإصابة خفيفة، متوسطة أو شديدة.

ثم يؤدي الأستاذ الإسعاف الأولي تبعا لتشخيص الحالة مع الراحة التامة و تلخص فيما يلي:

- إيقاف النزيف الداخلي في مكان الإصابة بوسائل التبريد، أما في حالة النزيف الشديد الخارجي فيتبع طرق إيقافه بأسرع ما يمكن و تعويض مت فقد من دم و سوائل و كذلك إجراء التنفس الاصطناعي إذا توجب الأمر.

- ربط الجزء المصاب تبعا لنوع الإصابة .

- إعطاء مسكن و مضاد للالتهاب إذا لزم الأمر(روفائيل، 1886 صفحة 61).

3-15. ما يجب الامتناع عن عمله أمام المصاب :

عند حدوث الإصابة يجب الامتناع عن ما يلي :

- محاولة إنمهاض المصاب .

- أخذه إلى المستشفى بدون تثبيت .

- أن تنسى البحث عن الأضرار الأخرى بعد العثور على الأول.

- أن تنسى القيام بالإسعافات الأولية النفسية.

3-16. الإسعافات الأولية النفسية :

و هي ذات أهمية قصوى، في بعض الحالات لا نجد ما نقدمه للمصاب إلا الإسعافات النفسية التي بواسطتها تفشل أو تنجح في إنقاذ أو مساعدة المصاب و للتبسيط نقدم هذه النصائح:

- تهدئة الآلام حسب الاستطاعة مثل طمأنينة المصاب .

-عدم لوم المصاب لما حدث .

- تأكد له أن الجرح الأليم ليس خطيرا.

-إخباره بأن أصعب فترة قد مرت بسلام.

- إخباره بأنه بعيد عن الخطر.

3-17-17. الإسعافات التطبيقية لبعض الإصابات الشائعة :

3-17-1-1. إسعاف الصدمة:

- يوضع المصاب برفق مع مراعاة منتهى اللين و الرقة عند الحركة و ذلك في وضع مستلقي على ظهره مع خفض الرأس عن مستوى الجسم و الرجلين أعلى من مستوى الرأس ليتمكن الدم الوصول الى المخ.
- تخفيف الملابس و الأربطة الضاغطة حول الرقبة أو الصدر.
- استنشاق الأكسجين أو عمل تنفس اصطناعي إذا لزم الأمر و احتياج المصاب إلى ذلك.
- معالجة العضو المصاب المسبب للصدمة .

3-17-2-2. إسعاف الجروح :

- في حالة تعرض التلميذ للجرح يجب على الأستاذ التأكد قبل الإسعاف من عدم وجود إصابات أخرى لدى اللاعب المصاب و في حالة عدم وجود إصابات أخرى تجري الإسعافات التالية:
- تنظيف الجرح جيدا بقطن أو قطعة قماش بمطهر طبي أو ماء أو جافيل من أجل إزالة أتربة أو جراثيم عالقة على الجرح .
- يوضع شاش معقم على الجرح ثم يوضع بعض القطن فوق الشاش و يتم لف الجرح برباط ضاغط مع الضغط لوقف النزيف.
- و إذا كان النزيف شديدا يستعمل رباط ضاغط للضغط على الشريان الرئيسي النازف للعضو المصاب.
- ينتقل المصاب بعدها إلى المستشفى ليحيط الجرح إذا لزم الأمر.

3-17-3. كيفية إسعاف السحجات:

تمسح برفق بقطعة من القطن المبلل بأي مطهر مثل " المايكرو كروم المائي " و يستحسن عدم وضع مطهرات تحتوي على اليود لأنه يسبب ألما شديدا لشدة حساسية الجلد المجروح و بعد التنظيف يوضع عليها طبقة مرهم البنسلين و تغطى بعد ذلك بالشاش المعقم و بذلك يمكن منع حدوث أي التهاب .

3-17-4. كيفية إسعاف الملخ :

يجب عدم تحريك اللاعب المصاب بالملخ إلا بعد التأكد من سبب الإصابة و عدم وجود إصابات أخرى بجانب الملخ و عندها تبلغ ما يلي :

- وضع المفصل في الوضع الطبيعي غير المؤلم بدون ثني أو فرك العضو المصاب.
- وضع كمادات باردة على منطقة الملخ لمدة نصف ساعة.
- تثبيت المفصل برباط ضاغط حول قطعة قطن مع مراعاة عدم منع الدورة الدموية .
- إعطاء مسكنات الألم (زاهر، 2003 صفحة 90).

3-17-5. كيفية إسعاف الشد أو التمزق العضلي :

يعتبر إيقاف أو التقليل من النزيف الدموي داخل الألياف العضلية هو الهدف الأول من الإسعافات الأولية لحالات الشد العضلي و يجب إتباع الخطوات التالية:

- وضع اللاعب المصاب في وضع مناسب و غير مؤلم و الوضع المثالي هو الاستلقاء على الظهر في حالة إصابات الأطراف السفلى أو الجذع أو الجلوس المعتدل في حالات إصابة الأطراف العليا.
- وضع كمادات باردة على الجزء المصاب من العضلة لإيقاف النزيف و لتقليل التجمع الدموي .
- عمل رباط ضاغط و الأفضل أن يشمل العضلة بأكملها و المفصل القريب منها لتقليل الحركة.
- تجنب جميع أنواع المواد الحرارية مثل: المراهم و التدليك في الفترة بعد الإصابة.

3-17-6. إسعاف التقلص العضلي:

- وضع كمادات باردة و الضغط على مكان التقلص.
- تدليك العضو مع عمل حركات حرة .
- عمل حركات حرة(روفائيل، 1886 صفحة 95).

3-17-7. إسعاف فقدان الوعي :

في هذه الحالة يستوجب على الأستاذ إتباع الخطوات التالية :

- عدم المبالغة في تحريك المصاب لتفادي حدوث مضاعفات ممكنة.
- وضع المصاب على ظهره بلطف دون ترك رأسه يطرق الأرض.
- مراقبة نبض القلب و التنفس.

3-17-1. الحالة الأولى:(انعدام التنفس مع وجود نبضات القلب):

- افتح المجاري التنفسية عن طريق رفع الثياب من حول عنقه و صدره.
- ضع يدك تحت رقبة التلميذ و ارفعها قليلا حتى يتسنى لك فتح الفك بالإبهام و تأكد من أن المصاب لم يبلغ شيئا خارجيا (علك، حلوى) أو لسانه.
- افتح الفم بالإبهام و أغلق الأنف و أجر عليه عملية الفم بالفم بمعدل 12 مرة في الدقيقة.

ملاحظة: في حالة ما إذا كان المصاب بالعا لسانه يستوجب عليك إخراجه فورا لأنه قد يغلق المجاري التنفسية و تكون هذه العملية بإدخال أصبع السبابة في فم المصاب من الجانب ملفوفا بقطعة قماش و اسحبه بقوة.

أما إذا كان بالعا شيئا آخر(علك، حلوى) فانه يستوجب عليك وضعه بلطف على جانبه و فتح فمه و ضربه ضربات خفيفة على ظهره حتى يرمي ما بلعه.

3-17-7-2. الحالة الثانية: (انعدام النبض مصاحبا لانعدام التنفس)

في هذه الحالة فان العملية السابقة للإسعاف الأولي (الفم بالفم) تكون مصاحبة بتدليك القلب و ذلك بمعدل نفختين تليها 30 ضغطة على القلب.

و بعد أن يسترجع المصاب نبضه و تنفسه العاديين يمكن وضعه في الوضعية الجانبية الأرضية.

3-17-8. كيفية القيام بتدليك القلب :

- وضع المريض مستلقيا على ظهره فوق سطح قاس أو على الأرض.
- وضع راحة اليد على النصف السفلي للفص و الأصابع فوق أضلاع المريض دون تلامسها ثم وضع راحة اليد و الأخرى فوق الأولى.
- انحناء إلى الإمام بحيث يصبح كتفيك مباشرة فوق فص المريض، و الإبقاء على المرفقين مستقيمين، ثم المباشرة بالضغط إلى الأسفل فوق الفص مستعينا بوزن الجزء العلوي للجسم.

3-18. طرق نقل المصابين :

إن طريقة نقل المصاب بعد إسعافه عامة في الملعب خاصة إنما هي جزء هام من واجبات المسعف، لاسيما اذا كانت هناك إصابة في العمود الفقري ، أو كان المصاب مهدد بعودة الصدمة أو النزيف، فقد اكتشفت الإحصائيات أن النقل الغير الصحيح للمصاب يزيد في حدة الإصابة.

- أما في المدرسة وبالذات مع أساتذة التربية البدنية والرياضية فإذا كان هناك سيارة إسعاف مع مسعفين خاصين فهناك يكون نقل المصاب واجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية لأنه من المفروض هو الأدرى من أي شخص آخر في المدرسة.

خلاصة :

لقد باتت الإسعافات الأولية علم هام لا بد من دراسته ليس فقط لأساتذة التربية البدنية و الرياضية , بل حتى أساتذة المواد الأخرى , وحتى العامل في شركته و الأب في بيته حتى تقدم خدمات إنسانية لغيرنا وتنقذ حياة أفراد من الهلاك المحتم.

تمهيد:

يشترط على الباحث في البحوث النفسية والتربوية وكذا في المجال الرياضي توضيح وكشف الطريقة أو المنهجية المتبعة في دراسته وهذا قبل الشروع في عرض نتائجها، حيث يتوجب عليه شرح وتوضيح كافة الإجراءات والطرق المتبعة ، والأدوات والوسائل المستعملة، وهذا حتى يكون هناك تسلسل في البحث، وكذا لكي يسهل على القارئ فهم البحث أكثر وتقبل نتائجه.

1-1 الدراسة الإستطلاعية:

بعد النظر في الدراسات السابقة، التي إستعملت إستمارات إستبائية والتي بحثت في أهم الإصابات التي تحدث للتلميذ أثناء درس التربية البدنية، حيث إنتقلنا إلى الميدان من أجل تكوين فكرة واضحة حول أفراد الدراسة، ومن جهة أخرى لبناء إستبيان يعبر بصدق عن مسببات الإصابات الرياضية وأثارها حيث قمنا بزيارة أولية لثلاثة متوسطات وثلاثة ثانويات والتي من شأنها أن تساعد في بناء الصور النهائية للإستمارة، وعلى أساس الإجابات التي تحصلنا عليها خرجنا بعدة ملاحظات أفادتنا في بحثنا منها:

- إعادة صياغة أسئلة الإستمارة بشكل مبسط.
 - إضافة بعض الأسئلة التي لفت إنتباهنا إليها أفراد العينة.
 - حذف بعض الأسئلة التي وجدنا أنها لا تفيد في دراستنا.
- وبفضل هذه الملاحظات شكلنا إستبيان في هذا الشأن وعرضناه على مجموعة من المحكمين حيث أبدوا لنا آراءهم من حيث:

- مدى وضوح البنود والتعليمات وسلامتها اللغوية.
 - مدى إرتباط البنود بتعليمات والجانب المدروس.
 - مدى ملائمة العبارات.
 - إضافة أي معلومات أو تعديلات أو بنود يرونها مناسبة .
 - حذف أي معلومات أو تعديلات أو بنود يرونها غير مناسبة.
- وبعد جمع الإستبيانات المحكمة تم مراجعة إقتراحات المحكمين والتعديلات التي يرونها مناسبة وبناء على ذلك تم تغيير الصياغة اللغوية لبعض العبارات.

1-2 المنهج:

تختلف المناهج المتبعة في الدراسات العلمية حسب نوع المشكلة و الأهداف المؤخودة من الدراسة ، وبذلك فإن المنهج المناسب هو المنهج الوصفي ، الذي يعتبر حسب ما ورد في معظم مصادر البحث العلمي أنه عبارة عن استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر كما هي عليه ، بقصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة ، ثم توضيح العلاقة بينهما و بين العناصر الأخرى ، و يتم ذلك عن طريق جمع البيانات و وصف الظروف و الممارسات الشائعة ، ثم بعد ذلك تنظم هذه البيانات و تحلل و تستخرج منها الاستنتاجات ذات الدلالة بالنسبة إلى الإشكالية المطروحة.

وبما أننا في بحثنا هذا نقوم بدراسة مقارنة تطلب علينا استخدام أسلوبين ، الأسلوب الأول يتمثل في أسلوب المسح الشامل لجمع آراء العينة المستجوبة ، أما الأسلوب الثاني هو الأسلوب المقارن من خلال مقارنة نتائج الدراسة عند العينة الأولى التي تتمثل في أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط والعينة الثانية تتمثل في أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي .

1-3 مجتمع وعينة البحث:**- مجتمع البحث:**

تمحور مجتمع بحثنا حول أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط والطور الثانوي وذلك في متوسطات وثانويات ولاية النعامة والبالغ عددهم 71 أستاذ في الطور المتوسط 35 أستاذ في الطور الثانوي موزعين على متوسطات وثانويات ولاية النعامة.

-عينة البحث:

العينة هي التي يجري الباحث تجربته وهي جزء يأخذ من الكل، وشملت عينة بحثنا هذا على 30 أستاذ في الطور المتوسط أي بنسبة 42.25 % من المجتمع الأصلي ، و 30 أستاذ في الطور الثانوي أي بنسبة 71.42 % من المجتمع الأصلي حيث وقع إختيارنا على هذه العينة بطريقة مقصودة والتي تمثل المجتمع الأولي.

1-4.متغيرات البحث:

إن الإشكالية والفرضيات تبني على شكل أو على أساس متغيرات، وهي متغيرات البحث المستقلة والتابعة وفي هذه الدراسة يوجد متغيران ألاوهما:

1-4-1. المتغير المستقل:

هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر في المتغير التابع، وتُعرف آخر هو السبب في علاقة السبب والنتيجة، أي أن العامل الذي نريد من خلاله قياس النتائج. والمتغير المستقل في هذه الدراسة هو أساتذة التربية البدنية والرياضية .

1-4-2. المتغير التابع:

وهي المتغيرات التي تتغير بالمتغير المستقل وهذه المتغيرات هي التي توضح النتائج، أو هي بعبارة أخرى تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها وهي تتغير تبعاً للمتغير المستقل والمتغير التابع في هذه الدراسة هو الإسعافات الأولية .

1-5. مجالات البحث:

1-5-1. المجال المكاني:

تم إجراء الجانب التطبيقي من بحثنا هذا من خلال توزيع استمارة في بعض متوسطات وثانويات ولاية النعامة وهي كالتالي:

المتوسطات:

- 1- متوسطة حملات بوجمعة - النعامة-
- 2- متوسطة دحاوي يحي - النعامة-
- 3- متوسطة ابن سينا - المشرية-
- 4- متوسطة المضاوي - المشرية -
- 5- متوسطة مالك ابن نبي - المشرية -
- 6- متوسطة مفدي زكرياء - بن عمار -
- 7- متوسطة خالد بن الشيخ - البيوض -
- 8- متوسطة سمية بنت الخياط - العين الصفراء -
- 9- متوسطة الخوارزمي - العين الصفراء -
- 10- متوسطة الشيخ بوعمامة - العين الصفراء -
- 11- متوسطة محمد بودلال - مغرار -
- 12- متوسطة بن طالب بوسماحة - جنين بورزق -

الثانويات:

- 1 ثانوية صادوق الحاج - النعامة -
- 2 ثانوية الإمام مالك - العين الصفراء -
- 3 ثانوية عاشم العيد - العين الصفراء -
- 4 ثانوية عبد الحميد بن باديس - العين الصفراء -
- 5 متقنة خليفي بلهاشمي - العين الصفراء -
- 6 ثانوية مكاوي محمد - العين الصفراء -
- 7 الثانوية الجديدة - جنين بورزق -
- 8 ثانوية العربي بن مهدي - مغرار -
- 9 متقنة أحمد توفيق مداني - مشرية -
- 10 ثانوية براني ميلود - مشرية -
- 11 ثانوية ابن رشد - مشرية -
- 12 ثانوية الإخوة حميدات - مشرية -
- 13 ثانوية حمدان خوجة - مشرية -

1-5-2. المجال الزمني:

تم إنجاز بحثنا هذا في شقيه النظري والتطبيقي خلال الفترة الممتدة ما بين 2015/01/01 إلى 2015/05/20 .

1-6. أدوات البحث:

- الاستبيان: هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبة بطريقة منهجية و هو كذلك وسيلة لجمع المعلومات، و هذه الطريقة تستلزم جمع المعلومات من المصدر الأصلي، و هي عبارة عن جملة من الأسئلة يتم وضعها في استمارة تعطى إلى أشخاص معينين و هذا للحصول على الأجوبة للأسئلة الواردة فيها، كما يعرفها فاخر عاقل بأنها: " مجموعة من الأسئلة تتعلق بموضوع أو مجموعة من الموضوعات المتواصلة تطرح على فريق معين من الأفراد من أجل جمع المعلومات الخاصة بمشكلة من المشكلات الجاري بحثها" و نعتد في هذا الاستبيان على طريقة الأسئلة المغلقة وبعض الأسئلة المفتوحة ونصف مفتوحة حيث تم تقسيم هذا الأخير إلى ثلاث محاور:

- الأحوال الشخصية .

المحور الأول: الإصابات الأكثر شيوعاً في المدارس.

المحور الثاني : إلمام الأستاذ بالإسعافات الأولية.

- الملاحظة :

تعتبر شيء رئيسي مع أدوات البحث ، إذا هي عامل أساسي لتشخيص بعض الجوانب الظاهرة بحيث تلاءمت وساعدت على موضوع البحث مما أدى إلى التطرق إليها في إنجاح الدراسة .

- المقابلة :

أهم عنصر من عناصر البحث ، إذ من خلالها يستطيع الباحث معروفاً بنفسه معظم المشاكل و العراقيل والكشف عن الواقع الشامل الذي هو بصدد البحث عنه.

- المصادر والمراجع :

من أجل الإلمام بالموضوع في جميع جوانبه

1-7-1. الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

1-7-1. الثبات:

يسند مفهوم ثبات أداة القياس على فكرة إستقرار الدرجة التي يتم جمعها بالنسبة لسمة الشخص مرتين أو أكثر لقياس سمعة معينة وهناك عدة طرق للتأكد من ثبات أداة القياس مثل طريقة إعادة الإختبار أو طريقة الصور المكافئة أو طريقة التجزئة النصفية .

1-7-2. صدق المحكمين:

تم عرض نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة على أربع أساتذة محكمين، مشهود لهم بمستواهم العلمي، وتجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلمي، بغرض تحكيمه وذلك لمراعاة إمكانية توافق العبارات بالمحاور، وكذا المحاور بالفرضيات. وقد تمّ تعديل كل الإشارات التي أوصى بها المحكمين وفق المعايير المنهجية للبحث وهو ما أسفرت عنه من جانب صدق الاستبيان. وبحيث أفرزت النتائج إلى تحقيق صدق الأبعاد التي يتضمنها الاستبيان.

من كل ما سبق نجد أن أداة القياس تتمتع بصدق وثبات عاليين وهذا الأمر يجعلنا نعول على هذه الأداة في الحصول على نتائج موثوق بها .

1-8. الدراسات الإحصائية:

- التوزيع التكراري:

تعتمد أغلب العمليات الإحصائية على هذا التوزيع اعتمادا كبيرا لأنه نقطة البداية في أغلب العمليات ويهدف التوزيع التكراري إلى تبسيط العمليات الإحصائية وذلك بتبويبها وصياغتها في إحدى الصور المناسبة التي تكون سهلة في إجرائها، كذلك يهدف إلى صياغة البيانات العديدة صياغة علمية يسهل التعامل معها .

- النسب المئوية:

وذلك لوصف خصائص أفراد العينة ، ووصف البيانات ، وإعطاء فكرة عن حجم الفروق الموجودة بين مختلف إمكانيات كل سؤال.

بعد جمع كل الإستمارات الموزعة على الأساتذة قمنا بترجمة النتائج المتحصل عليها عن طريق تبويبها في جداول إحصائية حيث تضمنت هذه الأخيرة التكرارات والنسب المئوية لمجموع الإجابات حيث أن:

$$\frac{\text{التكرار } 100 \times}{\text{العدد الكلي للعينة}} = \text{النسبة المئوية}$$

- إختبار حسن المطابقة كا²:

$$\frac{\text{مجموع (التكرار المشاهد - التكرار المتوقع)}^2}{\text{التكرار المتوقع}} = \text{كا}^2$$

9-1. صعوبات البحث:

- نقص الكتب الخاصة بالإصابات الرياضية ، بحيث أن معظم الكتب المتوفرة لها تقريبا نفس المحتوى.
- نقص الدراسات المشابهة لبحثنا.
- غياب بعض مدراء المتوسطات و الثانويات وكذا بعض الأساتذة مما صعب علينا إسترجاع الإستمارات.

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل نكون قد أوضحنا أهم الإجراءات الميدانية التي قمنا بها من أجل التحقق من صدق الفروض ومدى تحققها على أرض الواقع وبذلك قد أزلنا اللبس أو الغموض عند بعض العناصر والتي وردت في هذا الفصل، كما تأكدنا من صحة الإستبيان المتمثلة في الصدق والثبات والتي كانت له درجة عالية تسمح لنا بالوثوق في النتائج التي نتوصل إليها.

1-2 عرض ومناقشة النتائج:

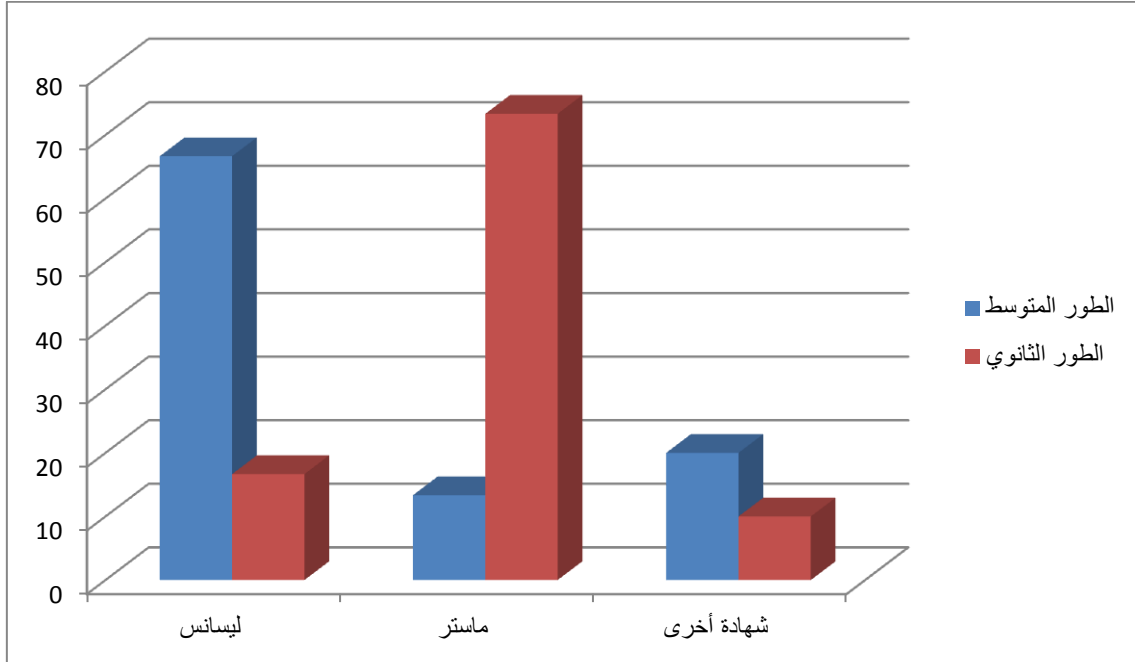
الأحوال الشخصية :

السؤال الأول : ما هي الشهادة المتحصل عليها ؟

الجدول رقم 2 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 1

ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
	النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
60	16.66	05	66.66	20	ليسانس
	73.33	22	13.34	04	ماستر
	10	03	20	06	شهادة أخرى
	100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (2) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول الشهادة المتحصل أنه في الطور الثانوي كان نسبة الأساتذة المتحصلين على شهادة ماستر 73.33% أي ما يعادل 22 أستاذ ونسبة الأساتذة المتحصلين على شهادة ليسانس 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ونسبة الأساتذة المتحصلين على شهادة أخرى 10% أي ما يعادل 03 أساتذة ، أما في الطور المتوسط كان نسبة الأساتذة المتحصلين على شهادة ليسانس 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ونسبة الأساتذة المتحصلين على شهادة أخرى 20% أي ما يعادل 06 أساتذة ونسبة الأساتذة المتحصلين على شهادة الماستر 13.34% أي ما يعادل 04 أساتذة .



شكل بياني رقم (1) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (1).

الإستنتاج :

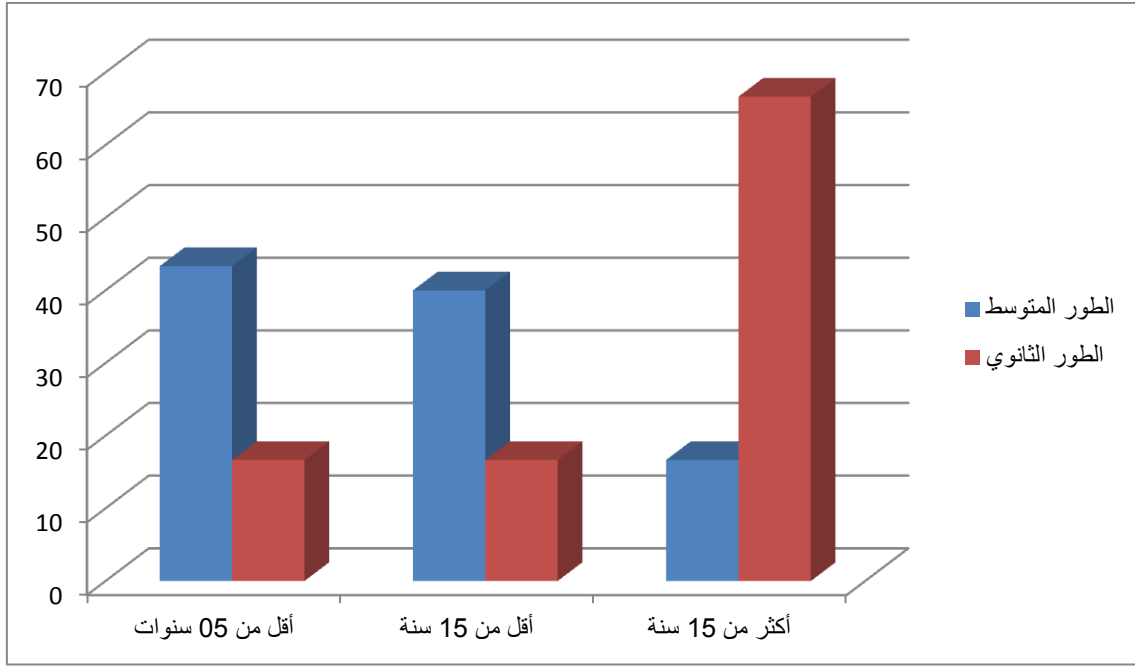
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن جل الأساتذة في الطور المتوسط متحصلون على شهادة أخرى، بالمقارنة مع أساتذة الطور الثانوي فمعظمهم متحصلون على شهادة ماستر.

السؤال الثاني : ماهي خبرتك في مجال التدريس

الجدول رقم 3 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 2

ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
	النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
60	16.66	05	43.33	13	أقل من 05 سنوات
	16.66	05	40	12	أقل من 15 سنة
	66.66	20	16.66	05	أكثر من 15 سنة
	100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (3) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول خبرتهم في مجال التدريس أنه في الطور الثانوي كان نسبة الأساتذة الذين لديهم الخبرة أكثر من 15 سنة 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين لديهم الخبرة أقل من 15 سنة 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين لديهم الخبرة أقل من 05 سنوات 16.66% أي ما يعادل 05 ، أما في الطور المتوسط كان نسبة الأساتذة الذين لديهم الخبرة أقل من 05 سنوات 43.33% أي ما يعادل 13 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين لديهم الخبرة أقل من 15 سنة 40% أي ما يعادل 12 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين لديهم الخبرة أكثر من 15 سنة 16.66% أي ما يعادل 05 .



شكل بياني رقم (2) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (2).

الإستنتاج :

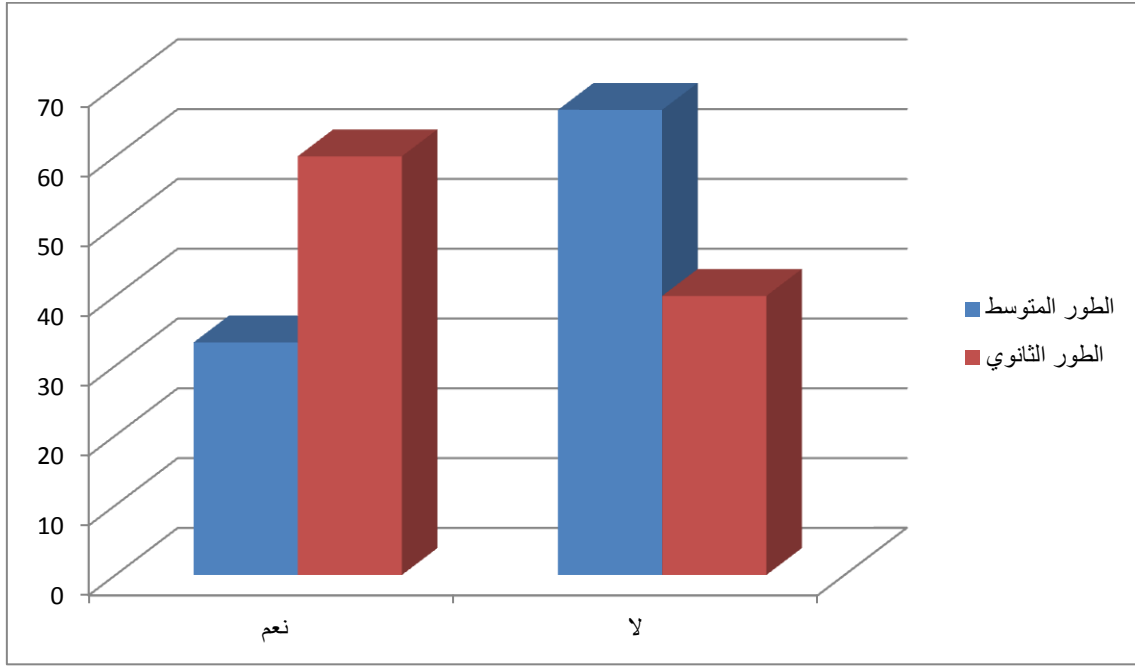
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور الثانوي لديهم الخبرة في مجال التدريس بالمقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين هم أقل منهم خبرة .

السؤال الثالث : خارج أوقات العمل هل تطالع كتب خاصة بالطب الرياضي.

الجدول رقم 4 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 3 .

ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
	النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
60	60	18	33.33	10	نعم
	40	12	66.66	20	لا
	100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (4) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول مطالعتهم للكتب الخاصة بالطب الرياضي خارج أوقات العمل انه في الطور الثانوي كان نسبة الأساتذة الذين كانت إجابتهم ب نعم 60% أي ما يعادل 18 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين كانت إجابتهم ب لا 40% أي ما يعادل 12 أستاذ ، أما في الطور المتوسط فكان نسبة الأساتذة الذين كانت إجابتهم ب لا 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين كانت إجابتهم ب لا 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة .



شكل بياني رقم (3) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (3).

الإستنتاج:

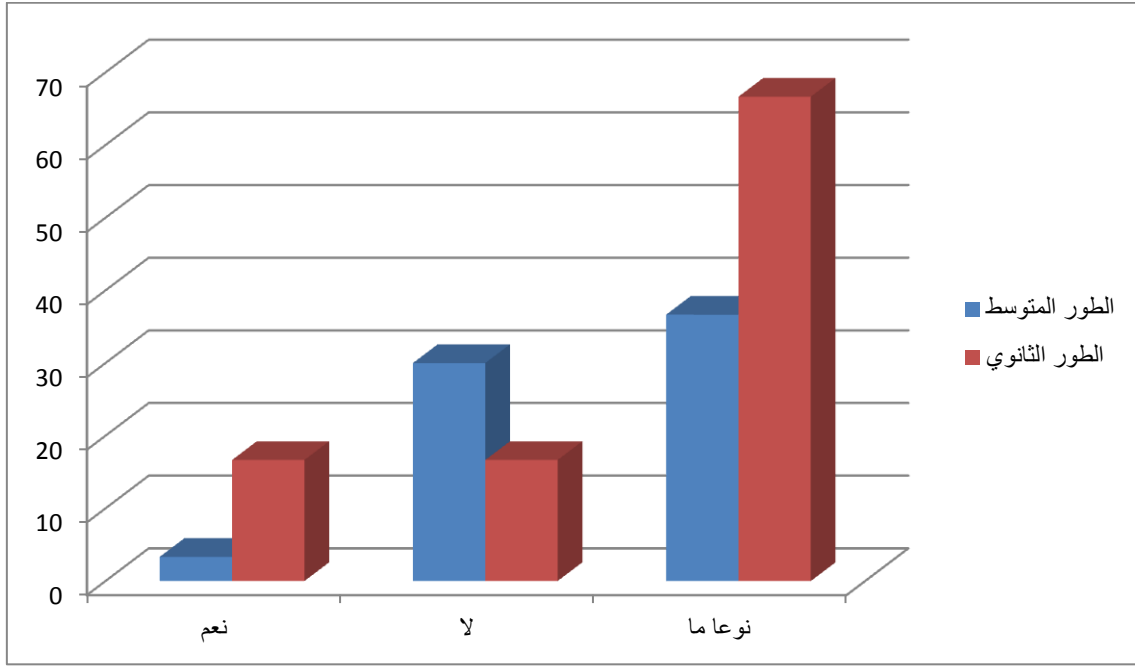
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن نسبة الأساتذة الذين يطالعون الكتب الخاصة بالطب الرياضي في الطور الثانوي أكثر مقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين لا يفعلون.

السؤال الرابع: هل تشاهد برامج تكوينية ؟

الجدول رقم 5 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 4

ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
	النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
60	16.66	05	33.33	10	نعم
	16.66	05	30	09	لا
	66.66	20	36.66	11	نوعا ما
	100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (5) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول مشاهدتهم لبرامج تكوينية أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نوعا ما 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نعم 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب لا 16.66% أي ما يعادل 05 ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نوعا ما 36.66% أي ما يعادل 11 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نعم 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب لا 30% أي ما يعادل 09 أساتذة .



شكل بياني رقم (4) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (4).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن نسبة الأساتذة في الطور الثانوي الذين يشاهدون نوعا ما برامج تكوينية أكثر مقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين لا يشاهدون برامج تكوينية.

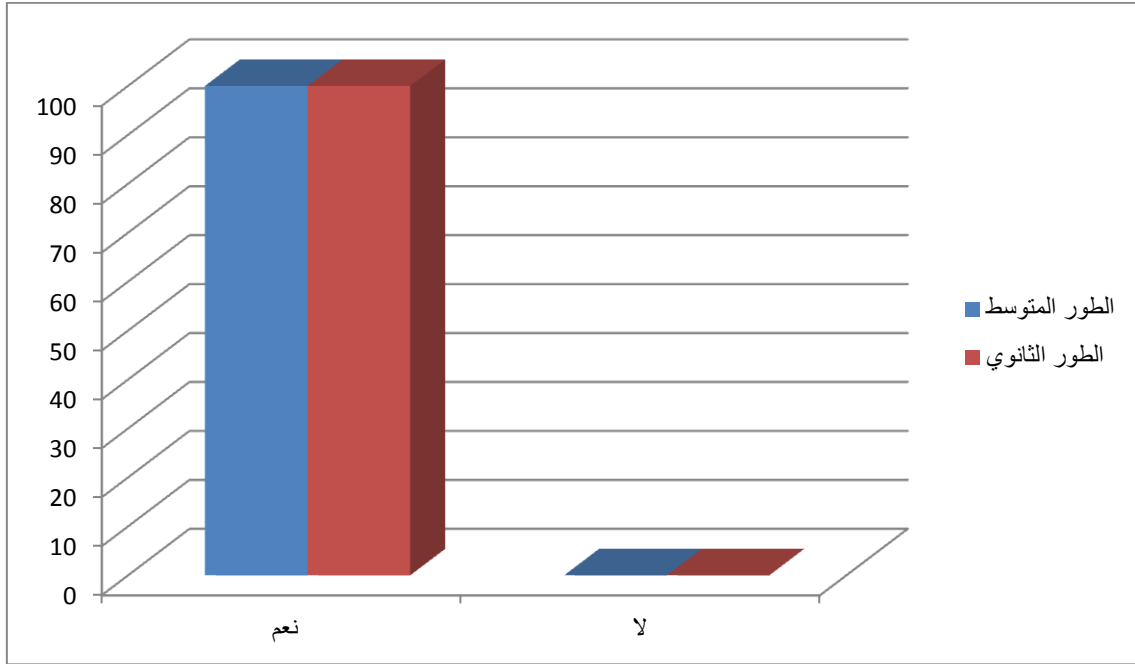
المحور الأول : الإصابات الرياضية و أسباب حدوثها

السؤال الأول : هل صادفت التلاميذ إصابات أثناء الدرس؟

الجدول رقم 6 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 1 المحور الأول

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا الجدولية	كا المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية %	التكرار	النسبة المنوية %	التكرار	
دال	3.84	60	60	100	30	100	30	نعم
				00	00	00	00	لا
				30	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (6) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول الإصابات التي تعرض لها التلاميذ أثناء درس التربية البدنية و الرياضية أنه في الطور الثانوي كان نسبة الأساتذة الذين صادفوا إصابات 100 % أي ما يعادل 30 أستاذ ، أما في الطور المتوسط فكان نسبة الأساتذة الذين صادفوا إصابات 100% أي ما يعادل 30 أستاذ، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة حرية (ن-1)= 1 ومستوى الدلالة الإحصائية 0.05 إتضح أنها تساوي 3.84 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 60 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .



شكل بياني رقم (5) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (1).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن كل الأساتذة في كلا الطورين الثانوي و المتوسط صادفتهم إصابات أثناء درس التربية البدنية و الرياضية .

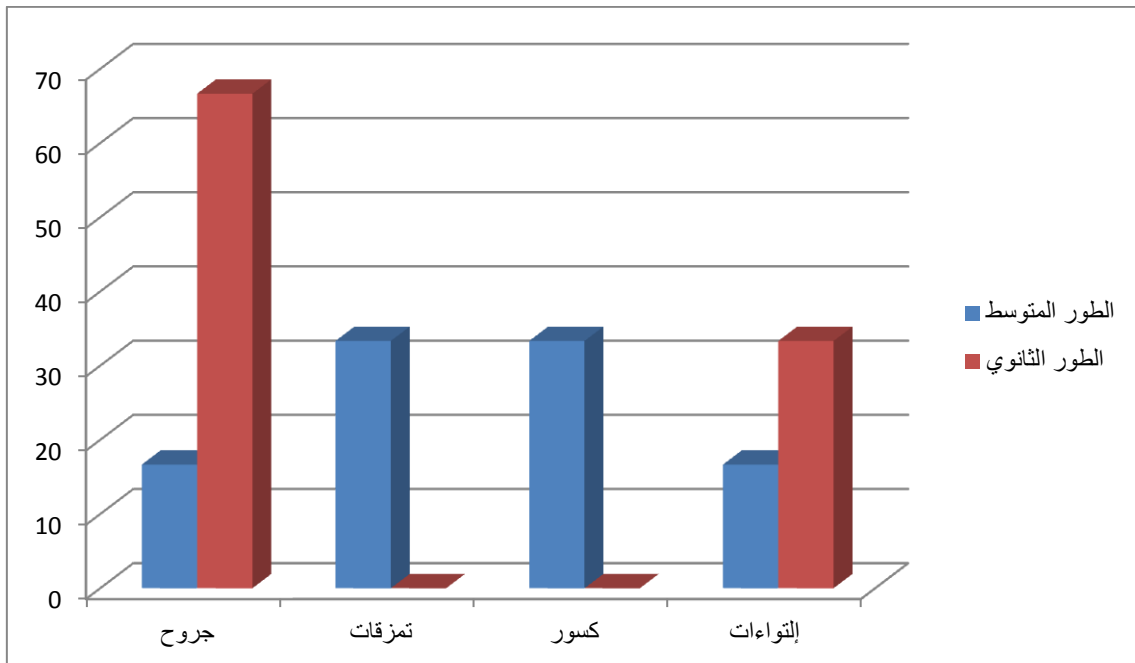
السؤال الثاني : ماهي نوع الإصابات ؟

الجدول رقم 7 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 2 المحور الأول

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
دالة	7.82	20.66	60	66.66	20	33.33	10	جروح
				00	00	16.66	05	تمزقات
				00	00	16.66	05	كسور
				33.33	10	33.33	10	التواءات
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (7) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول نوع الإصابات التي يتعرض لها التلاميذ أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن الجروح هي الإصابات الأكثر شيوعا 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ثم تليها الإلتواءات بنسبة 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ثم التمزقات و الكسور بنسبة 00% ، أما الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن التمزقات هي الإصابات الأكثر شيوعا 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ثم الكسور بنسبة 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ثم الجروح بنسبة 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ثم الإلتواءات بنسبة 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين إستخدمنا إختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة حرية (ن-1)=3 ومستوى الدلالة الإحصائية 0.05 إتضح أنها تساوي 7.82 وإثر المقارنة بين تين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب

20.66 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الجروح والإلتواءات في الطور الثانوي.



شكل بياني رقم (6) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (2).

الإستنتاج :

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن الإصابات الأكثر شيوعاً في الطورين الثانوي المتوسط هي الجروح و الإلتواءات .

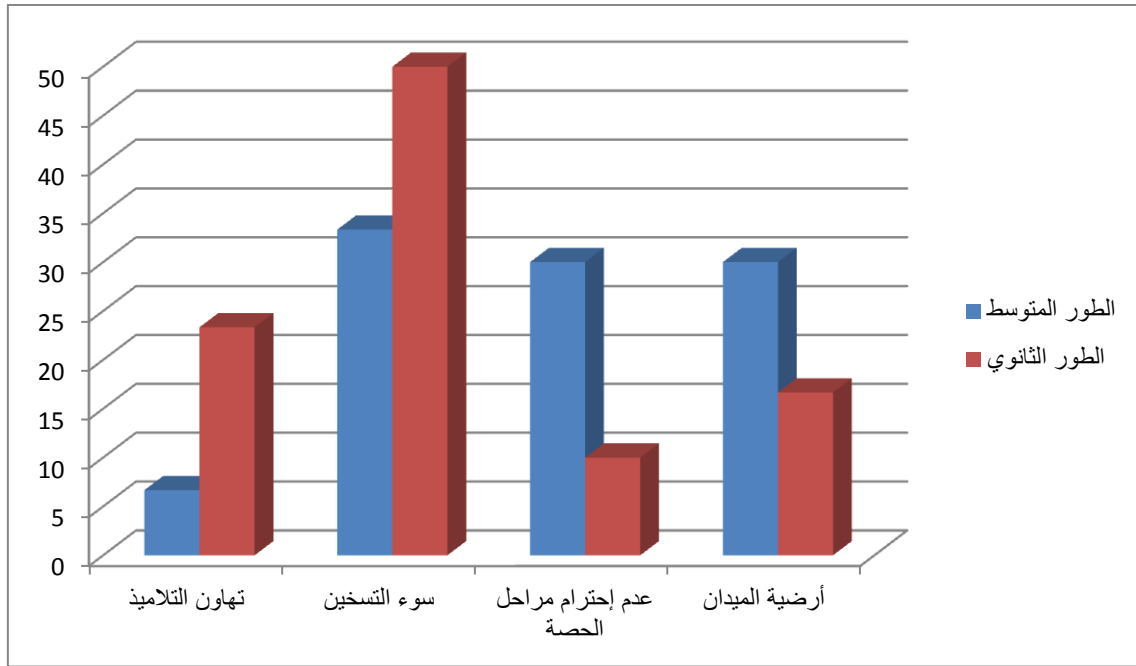
السؤال الثالث: ماهي أسباب حدوث الإصابة في رأيك ؟

الجدول رقم 8 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 3 المحور الأول

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا الجدولية	كا المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية %	التكرار	النسبة المنوية %	التكرار	
دال	7.82	7.95	60	23.34	07	6.67	02	تهاون التلاميذ
				50	15	33.33	10	سوء التسخين
				10	03	30	09	عدم إحترام مراحل الحصة
				16.67	05	30	09	أرضية الميدان
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (8) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول أسباب حدوث الإصابة التي يتعرض لها التلاميذ أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا بسوء التسخين 50% أي ما يعادل 15 أستاذ ثم تليها تهاون التلاميذ بنسبة 23.34% أي ما يعادل 07 أساتذة تليها أرضية الميدان بنسبة 16.67% أي ما يعادل 05 ثم عدم إحترام مراحل الحصة 10% أي ما يعادل 03 أساتذة ، أما الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين بسوء التسخين 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ثم عدم إحترام مراحل الحصة بنسبة 30% أي ما يعادل 09 أساتذة ثم أرضية الميدان بنسبة 30% أي ما يعادل 09 أساتذة ثم تهاون التلاميذ بنسبة 6.66% أي ما يعادل 02 أساتذة ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين إستخدمنا إختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة حرية (ن-1)=3 ومستوى الدلالة الإحصائية 0.05 إتضح أنها تساوي 7.82 وإثر المقارنة بين

تين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 07.95 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح سوء التسخين في الطور الثانوي .



شكل بياني رقم (7) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (3).

الإستنتاج :

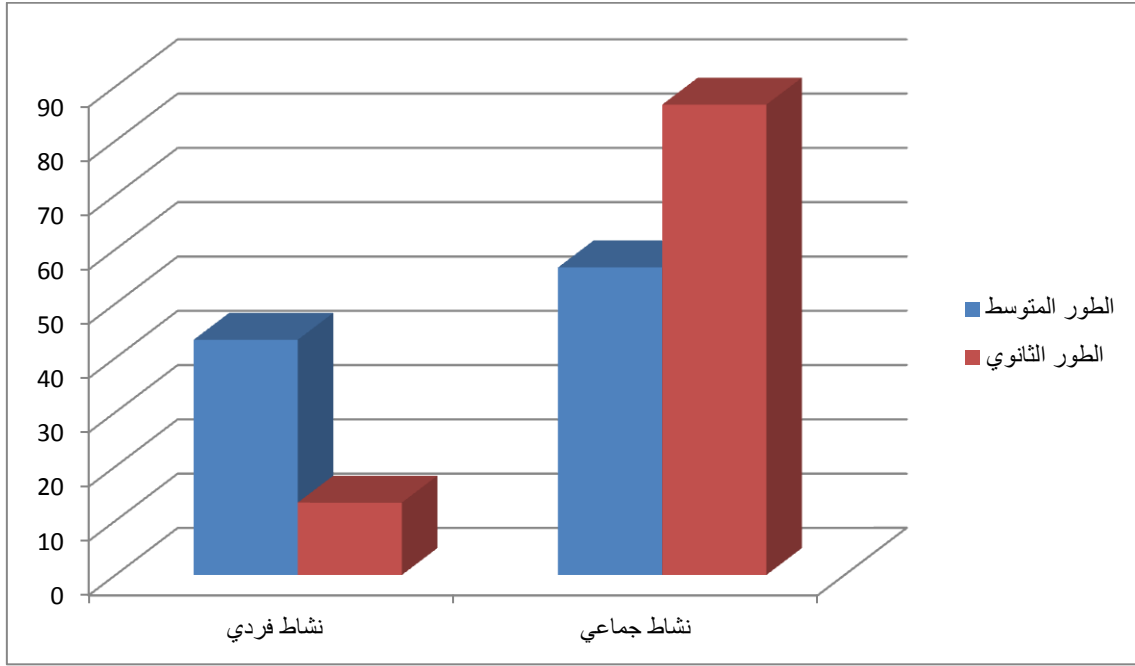
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن سوء التسخين سبب من أسباب حدوث الإصابات في كلا الطورين الثانوي و المتوسط .

السؤال الرابع: في أي نشاط من الحصص الرياضية تكثر الإصابات ؟

الجدول رقم 9 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 4 المحور الأول

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا الجدولية	كا 2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية %	التكرار	النسبة المنوية %	التكرار	
دال	3.82	7.54	60	13.34	04	43.33	13	نشاط فردى
				86.66	26	56.6 7	17	نشاط جماعى
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (9) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول النشاط الرياضي الذي تكثر فيه الإصابات أثناء درس التربية البدنية والرياضية أنه في الطور الثانوي أجابوا بأن النشاط الجماعي هو الذي تكثر فيه الإصابات بنسبة 86.66% أي ما يعادل 26 أستاذ ثم يليها النشاط الفردي بنسبة 13.34% أي ما يعادل 04 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فأجابوا بأن النشاط الجماعي هو الذي تكثر فيه الإصابات بنسبة 56.67% أي ما يعادل 17 أستاذ ثم يليها النشاط الفردي بنسبة 43.33% أي ما يعادل 13 أستاذ و من خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين إستخدمنا إختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند (ن-1)=1 ومستوى الدلالة 0.05 إتضح أنها تساوي 3.82 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة المقدره ب 7.54 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح النشاط الفردي في الطور الثانوي .



شكل بياني رقم (8) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (4).

الإستنتاج:

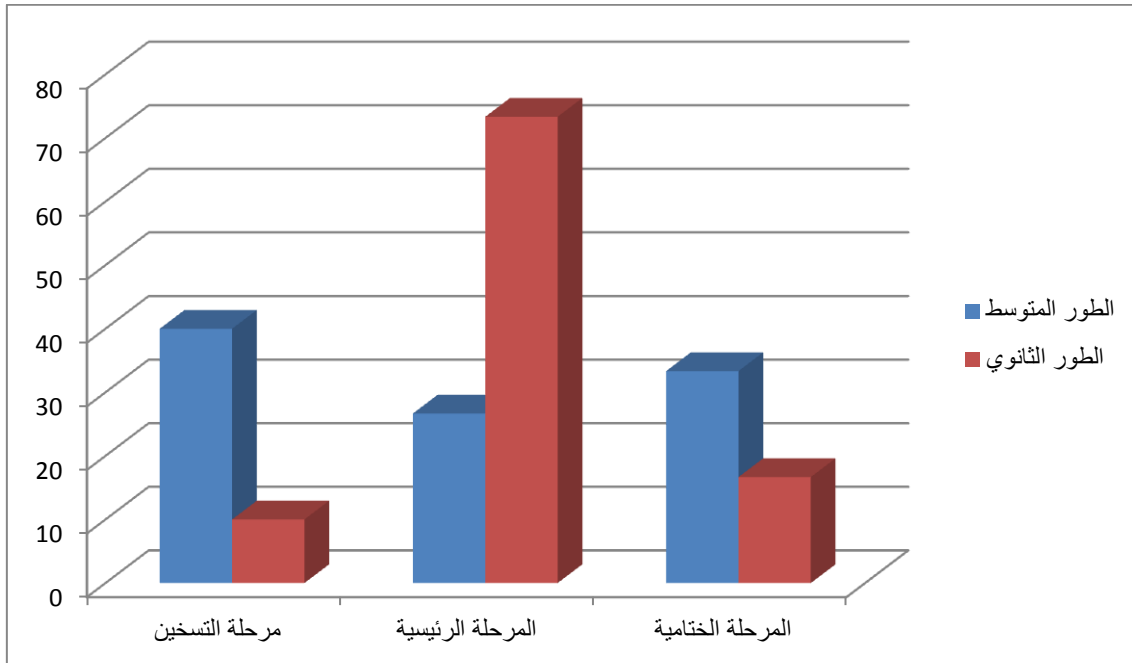
من خلال التمثيل البياني نستنتج أن النشاط الجماعي هو الذي تكون فيه نسبة الإصابة عالية أكثر من النشاط الفردي في كلا الطورين الثانوي و المتوسط حسب رأي الأساتذة .

السؤال الخامس: في أي مرحلة من مراحل الحصة تحدث الإصابة ؟

الجدول رقم 10 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 5 المحور الأول

الدلالة	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية %	التكرار	النسبة المنوية %	التكرار	
مستوى الدلالة 0.05	5.99	13.06	60	10	03	40	12	مرحلة التسخين
				73.34	22	26.67	08	المرحلة الرئيسية
				16.67	05	33.34	10	المرحلة الختامية
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول المرحلة التي تحدث فيها الإصابة أثناء الحصة أنه في الطور الثانوي أجابوا بأن المرحلة الرئيسية هي التي تحدث فيها الإصابة بنسبة 73.34% أي ما يعادل 22 أستاذ ثم تليها المرحلة الختامية بنسبة 16.67% أي ما يعادل 5 أساتذة ثم تليها مرحلة التسخين بنسبة 10% أي ما يعادل 03 أساتذة أما في الطور المتوسط فأجابوا بأن المرحلة الختامية هي التي تحدث فيها الإصابة بنسبة 33.34% أي ما يعادل 10 أساتذة ثم تليها المرحلة الرئيسية بنسبة 26.67% أي ما يعادل 08 أساتذة ثم تليها مرحلة التسخين بنسبة 40% أي ما يعادل 12 أستاذ ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين إستخدمنا إختبار حسن المطابقة كا2 الشئائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 2 ومستوى الدلالة 0.05 إتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 13.06 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المرحلة الرئيسية في الطور الثانوي .



شكل بياني رقم (9) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (5).

الإستنتاج:

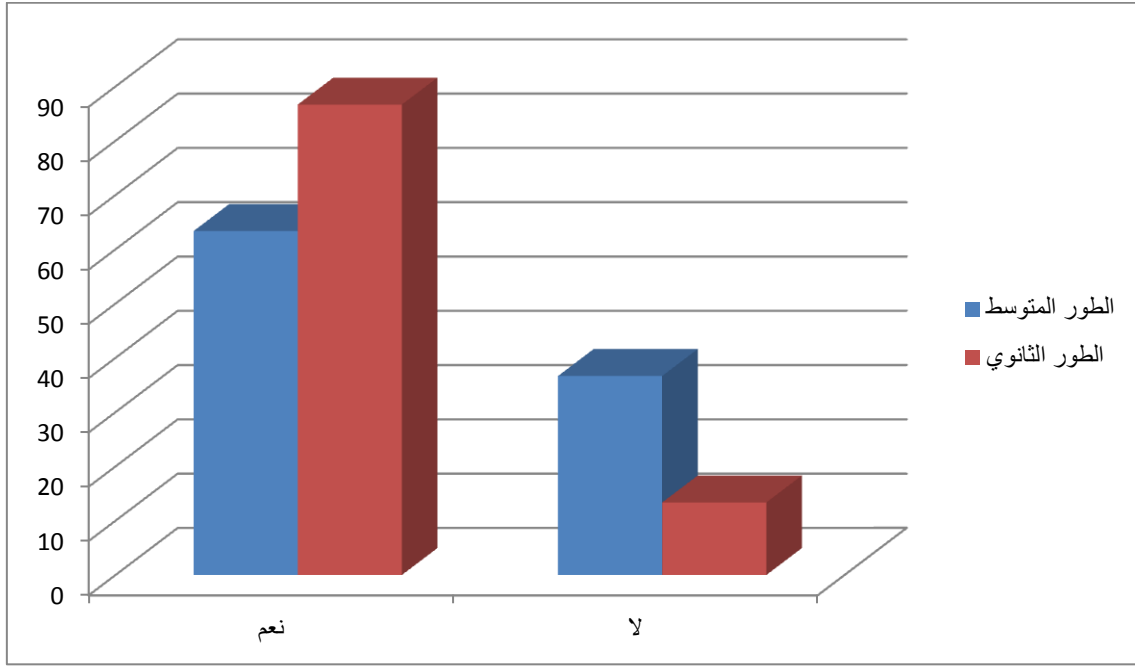
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن المرحلة الرئيسية هي المرحلة التي تحدث فيها الإصابة عند الطور الثانوي مقارنة بالطور المتوسط فإن مرحلة التسخين هي المرحلة التي تحدث فيها الإصابة.

السؤال السادس: هل يتلقى التلاميذ في مؤسستكم فحوصات طبية ؟

الجدول رقم 11 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 6 المحور الأول

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية %	التكرار	النسبة المنوية %	التكرار	
دال	3.82	4.35	60	86.67	26	63.3 7	19	نعم
				13.37	04	36.6 7	11	لا
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول تلقي التلاميذ للفحوصات الطبية أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نعم 86.67 % أي ما يعادل 26 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب لا 13.37 % أي ما يعادل 04 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نعم 63.37 % أي ما يعادل 19 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب لا 36.67 % أي ما يعادل 11 أستاذ ، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الشنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1) = 1 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 3.82 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 4.35 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطور الثانوي في تلقي التلاميذ للفحوصات الطبية .



شكل بياني رقم (10) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (6).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن نسبة التلاميذ الذين يتلقون فحوصات طبية في الطور الثانوي مقارنة بنسبة التلاميذ الذين لم يتلقوا الفحوصات في الطور المتوسط .

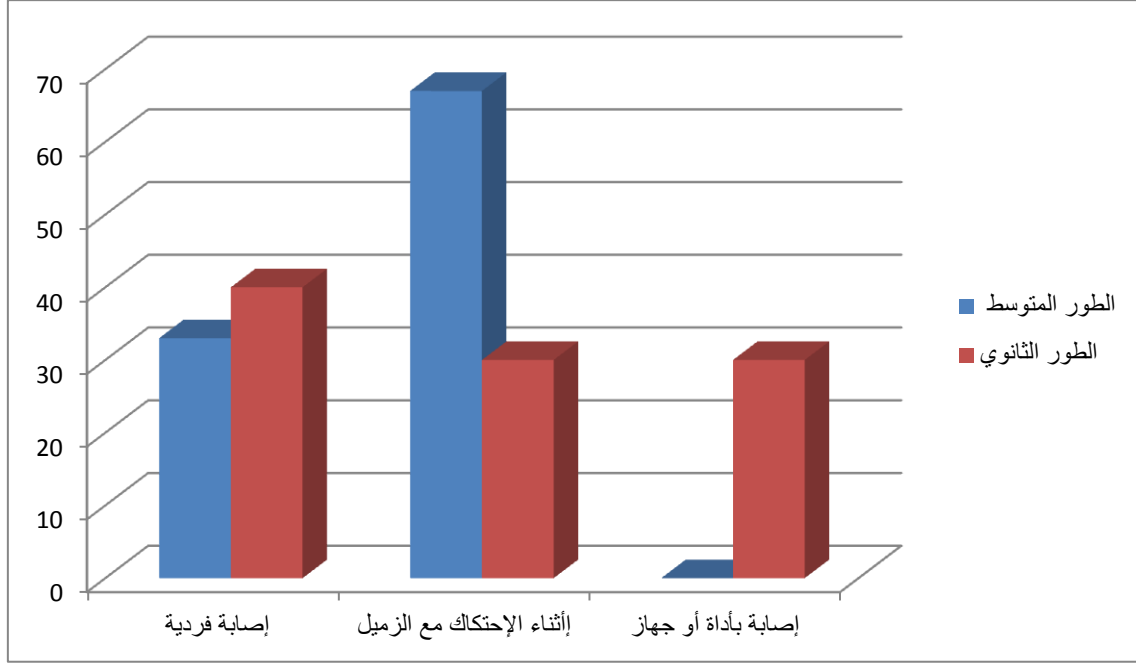
السؤال السابع : كيف كان وقوع أغلب الإصابات؟.

الجدول رقم 12 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 7 المحور الثاني.

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا الجدولية	كا المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
دال	5.99	10.20	60	40	12	26.67	08	إصابة فردية
				40	12	56.67	17	إصابة أثناء الإحتكاك بالزميل
				20	06	16.66	05	إصابة بأداة أو جهاز
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول كيف كان وقوع أغلب الإصابات أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابات فردية 40 % أي ما يعادل 12 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابات أثناء الإحتكاك بالزميل 40 % أي ما يعادل 12 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة بأداة أو جهاز 20 % أي ما يعادل 06 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة أثناء الإحتكاك بالزميل 56.67 % أي ما يعادل 17 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة فردية 26.67 % أي ما يعادل 08 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة بأداة أو جهاز 16.66 % أي ما يعادل 05 أساتذة، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة

تبين أن 20.2% المحسوبة والمقدرة ب 10.2 أكبر من 2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإصابة أثناء الإحتكاك مع الزميل في الطور المتوسط .



شكل بياني رقم (11) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (7).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أغلب الإصابات كانت إصابة فردية بالنسبة الثانوي مقارنة بتلاميذ الطور المتوسط الذين كانت أغلب إصابتهم أثناء الإحتكاك مع الزميل.

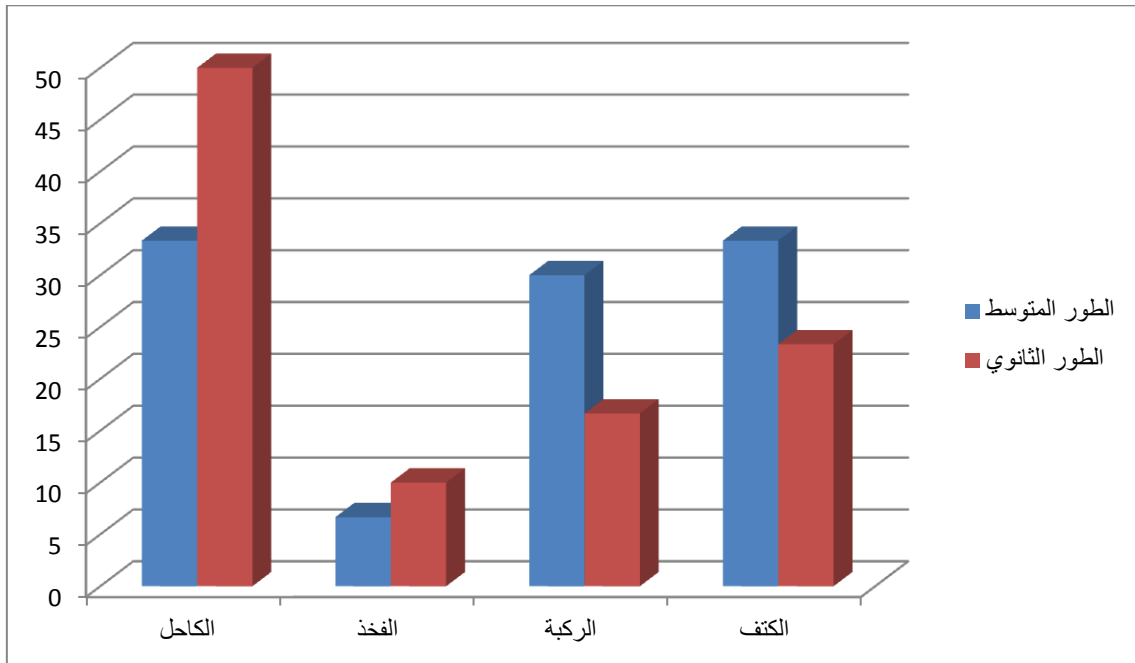
السؤال الثامن: ما هي الأماكن التي وقعت فيها أغلب الإصابات؟

الجدول رقم 13 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 8 المحور الأول

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا الجدولية	كا المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية %	التكرار	النسبة المنوية %	التكرار	
دال	7.82	7.95	60	50	15	30	09	الكاحل
				10	03	6.67	02	الفخذ
				16.67	07	30	09	الركبة
				23.34	10	33.33	10	الكتف
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول الأماكن التي تقع فيها الإصابات أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الكاحل 50 % أي ما يعادل 15 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الكتف 23.34 % أي ما يعادل 07 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الركبة 16.67 % أي ما يعادل 10 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الفخذ 10 % أي ما يعادل 03 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الكاحل 30 % أي ما يعادل 09 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الركبة 30 % أي ما يعادل 09 أستاذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الكتف 33.33 % أي ما يعادل 10

أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا إصابة الفخذ 6.67 % أي ما يعادل أستاذين ، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 10.20 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإصابة على مستوى الكاحل في الطور الثاني.



شكل بياني رقم (12) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (8).

الإستنتاج :

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أماكن وقوع الإصابات في الطور الثاني كانت على مستوى الكاحل بالمقارنة مع الطور المتوسط والذي كانت فيه الإصابة على مستوى الكتف .

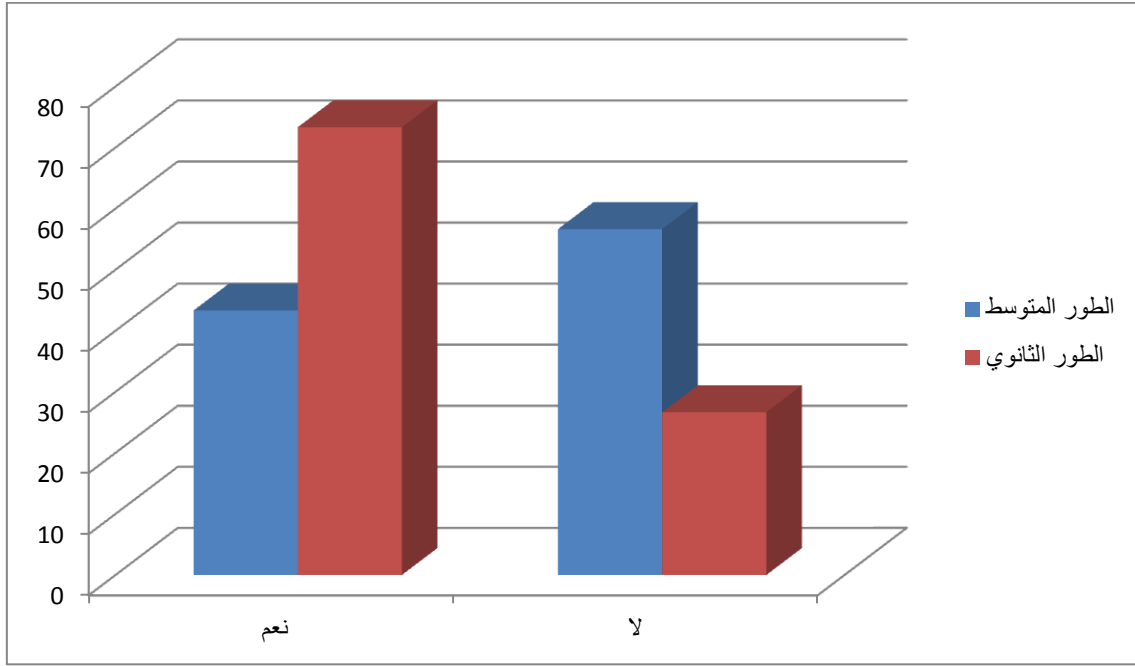
المحور الثاني : إلمام الأستاذ بالإسعافات الأولية

السؤال الأول : هل تلقيت تكوين خاص بالإسعافات الأولية ؟

الجدول رقم 14 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 1 المحور الثاني

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
دال	3.82	5.55	60	73.33	22	43.33	13	نعم
				26.66	08	56.66	17	لا
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول تلقيهم لتكوين خاص بالإسعافات الأولية أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نعم 73.33% أي ما يعادل 22 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب لا 26.66% أي ما يعادل 08 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا ب لا 56.66% أي ما يعادل 17 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا ب نعم 43.33% أي ما يعادل 13 أستاذ ، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 1 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 3.82 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 5.55 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي في تلقيهم للتكوين الخاص بالإسعافات الأولية .



شكل بياني رقم (13) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (1).

الإستنتاج:

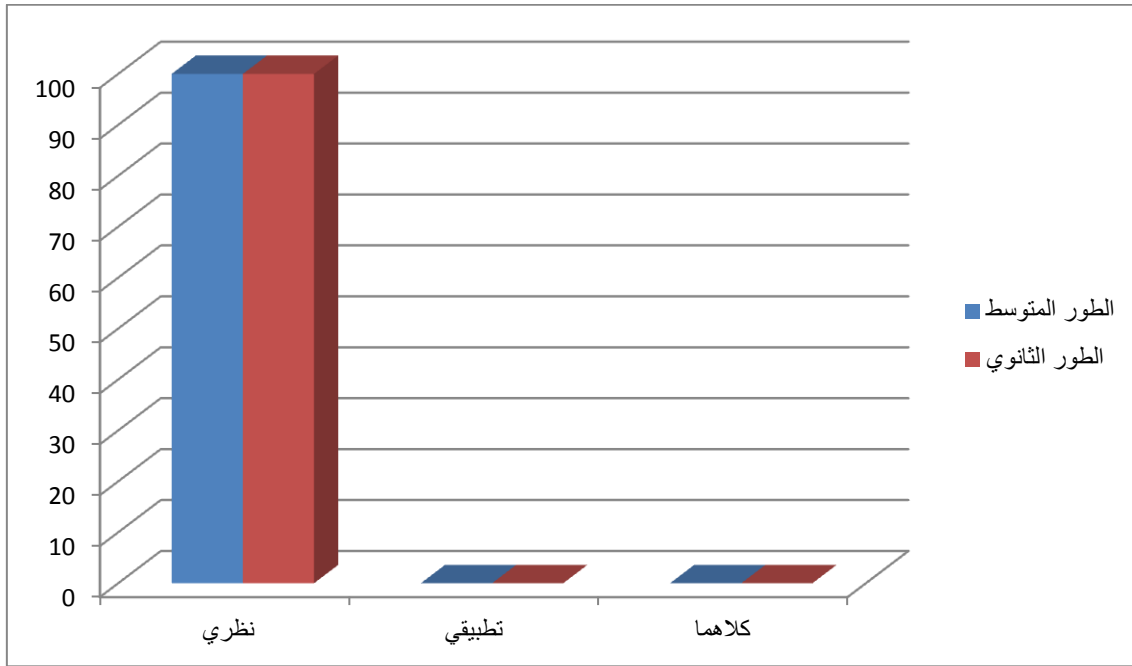
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور الثانوي تلقوا تكوين خاص بالإسعافات الأولية أكثر مقارنة بأساتذة الطور المتوسط الذين تلقوا تكوين أقل.

السؤال الثاني : كيف كان هذا التكوين ؟

الجدول رقم 15 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 2 من المحور الثاني

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المئوية %	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار	
دال	5.99	60	60	100	30	100	30	نظري
				00	00	00	00	تطبيقي
				00	00	00	00	كلاهما
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول نوع التكوين الذي تلقوه أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين تلقوا تكوين نظري 100% أي ما يعادل 30 أستاذ، و نسبة الأساتذة الذين أجابوا بالتكوين التطبيقي وكلاهما كانت 00% ، أما في الطور المتوسط فكان نسبة الأساتذة الذين تلقوا تكويناً نظرياً فكانت 100% أي ما يعادل 30 أستاذ ، ونسبة الأساتذة الذين أجابوا بالتكوين التطبيقي وكلاهما 00% ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الشائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1) = 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 60 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .



شكل بياني رقم (14) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (2).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطورين الثانوي والمتوسط تلقوا تكويننا نظريا .

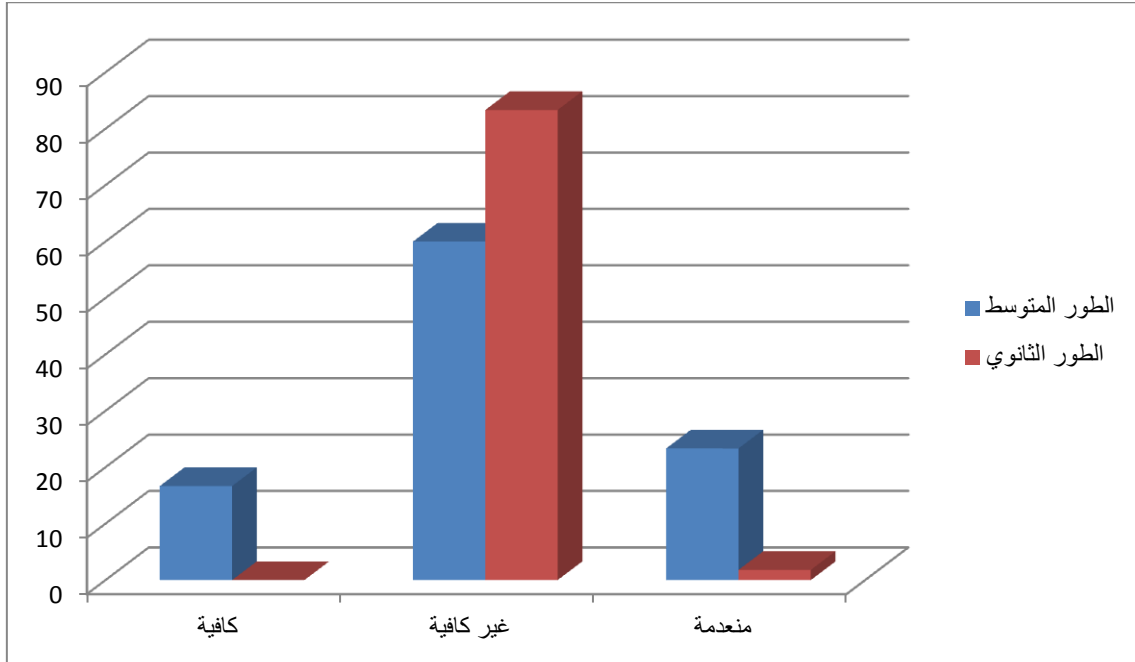
السؤال الثالث: هل كانت مدة التكوين :

الجدول رقم 16 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 3 من المحور الثاني

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية	التكرار	النسبة المنوية	التكرار	
				56.33	16	23.33	07	كافية
				40	12	60	18	غير كافية
				6.66	02	16.66	05	منعدمة
				100	30	100	30	المجموع
	دال	5.99	6.02	60				

نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول مدة التكوين التي تلقوها أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن مدة التكوين كان غير كافية 56.33% أي ما يعادل 16 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن مدة التكوين كان منعدمة 6.66% أي ما يعادل 02 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن مدة التكوين كانت كافية 40% أي ما يعادل 12 ، أما في الطور المتوسط كانت نسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن مدة التكوين كان غير كافية 60% أي ما يعادل 18 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن مدة التكوين كان منعدمة 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة و نسبة الأساتذة الذين أجابوا بأن مدة التكوين كانت كافية 23.33% أي ما يعادل 07 أساتذة ، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها

تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 6.54 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي بكفاية مدة التكوين .



شكل بياني رقم (15) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (3).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال الجدول أن مدة التكوين الخاصة بالإسعافات الأولية لم تكن كافية للأساتذة في كلا الطورين الثانوي و المتوسط.

السؤال الرابع : عند حدوث الإصابة أثناء الدرس ماذا تفعل ؟

الجدول رقم 17 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 4 من المحور الثاني

الدلالة	كا 2 الجدولية	كا 2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية	التكرار	النسبة المنوية	التكرار	
مستوى الدلالة 0.05	5.99	6.26	60	26.66	08	40	12	طلب الإسعاف
				26.66	08	43.33	13	تبلغ الإدارة
				46.66	14	16.66	05	تقوم بالإسعاف
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (17) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول كيفية التعامل مع الإصابة ، أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بالإسعاف 46.66% أي ما يعادل 14 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يطلبون الإسعاف 26.66% أي ما يعادل 08 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يبلغون الإدارة 26.66% أي ما يعادل 08 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة يبلغون الإدارة 43.33% أي ما يعادل 13 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يطلبون الإسعاف 40% أي ما يعادل 12 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون بالإسعاف 16.66% ، ومن خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 6.26 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي الذين يقومون بالإسعاف.



شكل بياني رقم (16) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (4).

الإستنتاج:

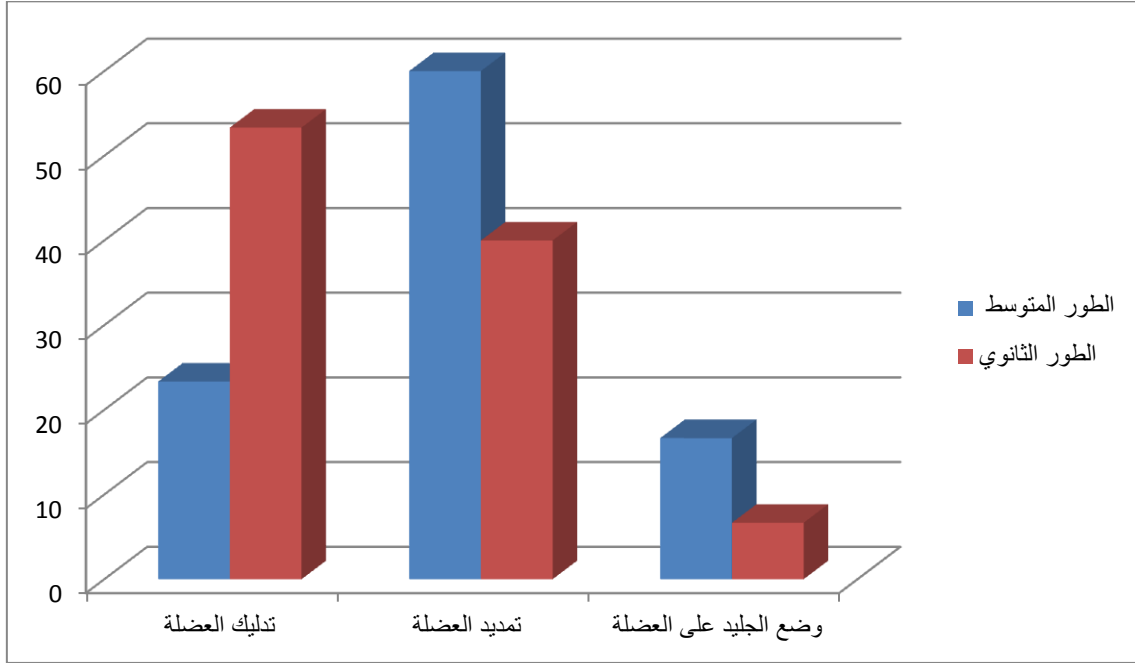
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور الثانوي يقومون بالإسعاف أثناء وقوع الإصابة مقارنة بأساتذة الطور المتوسط الذين يقومون بتبليغ الإدارة .

السؤال الخامس: عند حدوث تشنج عضلي ماذا تفعل ؟

الجدول رقم 18 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 5 من المحور الثاني

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية	التكرار	النسبة المنوية	التكرار	
دال	5.99	6.02	60	53.33	16	23.33	07	تدليك العضلة
				40	12	60	18	تمديد العضلة
				6.66	02	16.66	05	وضع الجليد على العضلة
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (18) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول كيفية تعاملهم أثناء حدوث تشنج عضلي للتلاميذ أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بتدليك العضلة 53.33% أي ما يعادل 16 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون بتمديد العضلة 40% أي ما يعادل 12 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع الجليد على العضلة 6.66% أي ما يعادل 02 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بتمديد العضلة 60% أي ما يعادل 18 أستاذ و نسبة الأساتذة الذين يقومون بتدليك العضلة 23.33% أي ما يعادل 07 أساتذة و نسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع الجليد على العضلة 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ، و خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)= 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 6.02 أكبر من كا2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات فروق إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي الذين يقومون بتدليك العضلة.



شكل بياني رقم (17) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (5).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور الثانوي يقومون بتدليك العضلة أثناء التشنج العضلي بالمقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين يقومون بعملية بتمديد العضلة.

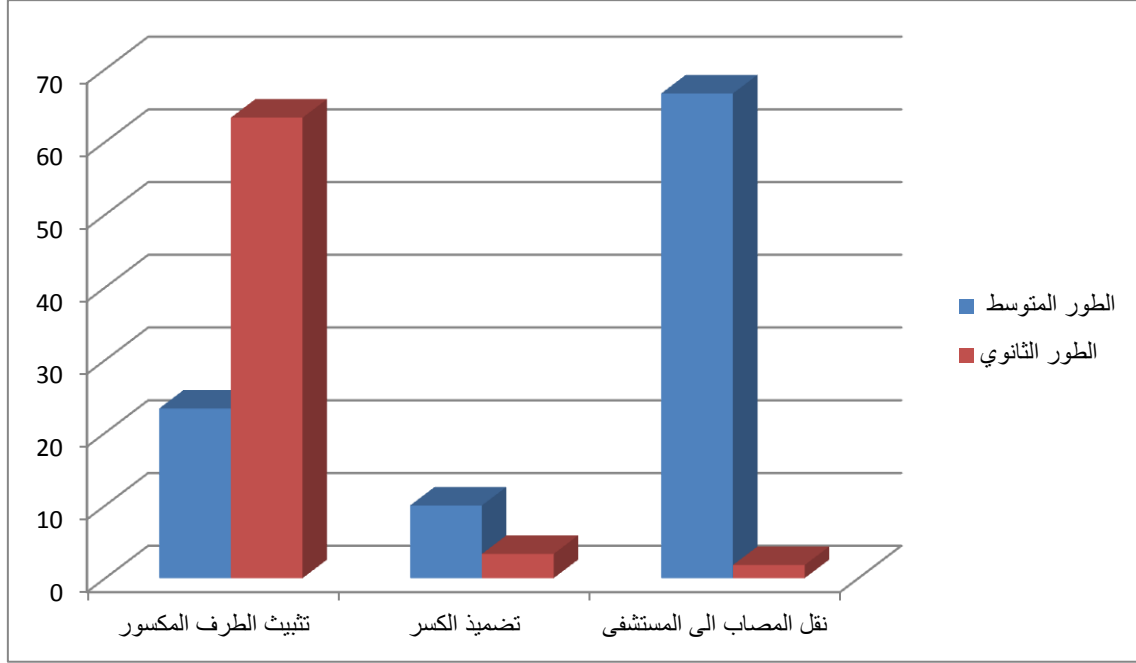
السؤال السادس: عند حدوث كسر ما هي الإجراءات المتبعة ؟

الجدول رقم 19 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 6 من المحور الثاني

الدلالة	2 كا الجدولية	2 كا المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية	التكرار	النسبة المنوية	التكرار	
مستوى الدلالة 0.05				63.33	19	23.33	07	تثبيت الطرف المكسور
				3.33	01	10	03	تضميد الكسر
				33.33	10	66.66	20	نقل المصاب إلى المستشفى
				100	30	100	30	المجموع
دال	5.99	11.84	60					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (19) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول الإجراءات المتبعة أثناء حدوث كسر أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بتثبيت الطرف المكسور 63.33% أي ما يعادل 19 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون بنقل المصاب إلى المستشفى 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يقومون بتضميد الكسر 3.33% أي ما يعادل أستاذ واحد ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بنقل المصاب إلى المستشفى 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ و نسبة الأساتذة الذين يقومون بتثبيت الطرف المكسور 23.33% أي ما يعادل 07 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يقومون بتضميد الكسر 10% أي ما يعادل 03 أساتذة ، و خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)=2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة

بين أن كإ2 المحسوبة والمقدرة ب 11.84 أكبر من كإ2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي في تثبيتهم للطرف المكسور أثناء حدوث الإصابة .



شكل بياني رقم (18) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (6).

الإستنتاج:

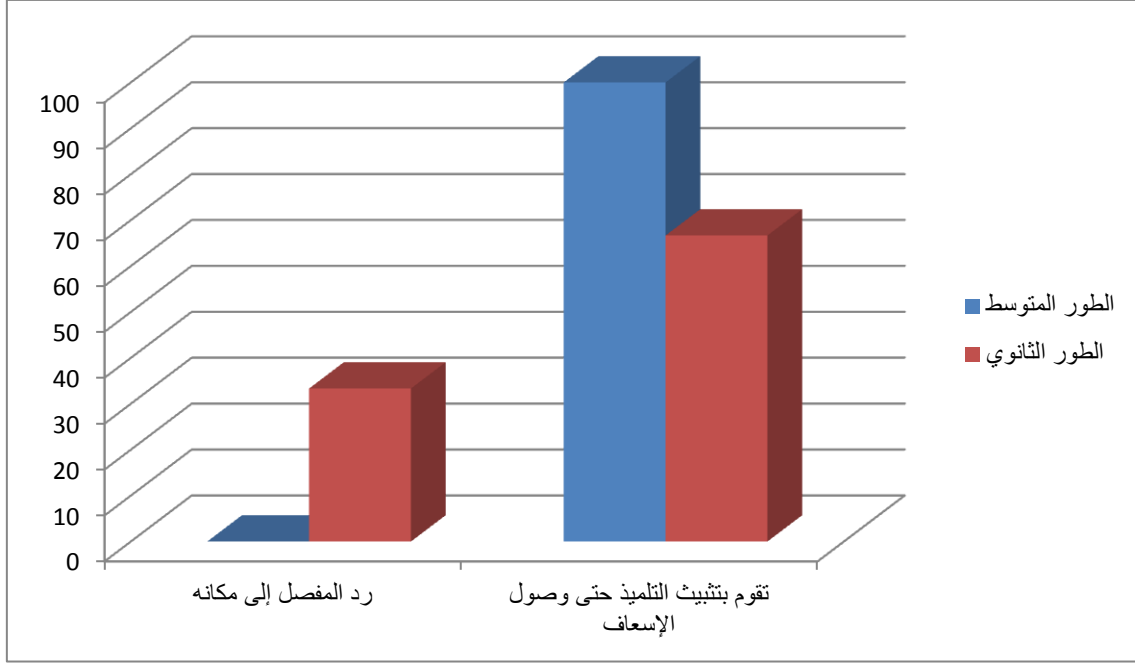
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن الاجراءات المتبعة عند حدوث كسر لدى أساتذة الطور الثانوي هي تثبيت الطرف المكسور بالمقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين يقومون بنقل المصاب إلى المستشفى .

السؤال السابع : عند حدث خلع ما الذي يمكن القيام به ؟

الجدول رقم 20 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 7 من المحور الثاني

الدلالة	كا 2 الجدولية	كا 2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية	التكرار	النسبة المنوية	التكرار	
مستوى الدلالة 0.05								
				33.33	10	00	00	رد المفصل إلى مكانه
				66.66	20	100	30	تقوم بتثبيت التلميذ حتى وصول الإسعاف
				100	30	100	30	المجموع
دال	3.82	12	60					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (20) إجابات الأساتذة حول كيفية التعامل أثناء حدوث خلع أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بتثبيت التلميذ حتى وصول الإسعاف 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون برد المفصل 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بتثبيت التلميذ حتى وصول الإسعاف 100% أي ما يعادل 30 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون برد المفصل 00% ، و خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا 2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا 2 عند درجة (ن-1) = 1 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 3.82 وإثر المقارنة تبين أن كا 2 المحسوبة والمقدرة ب 12 أكبر من كا 2 الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي بقيامهم بتثبيت التلميذ أثناء حدوث خلع حتى وصول الإسعاف.



شكل بياني رقم (19) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (7).

الإستنتاج:

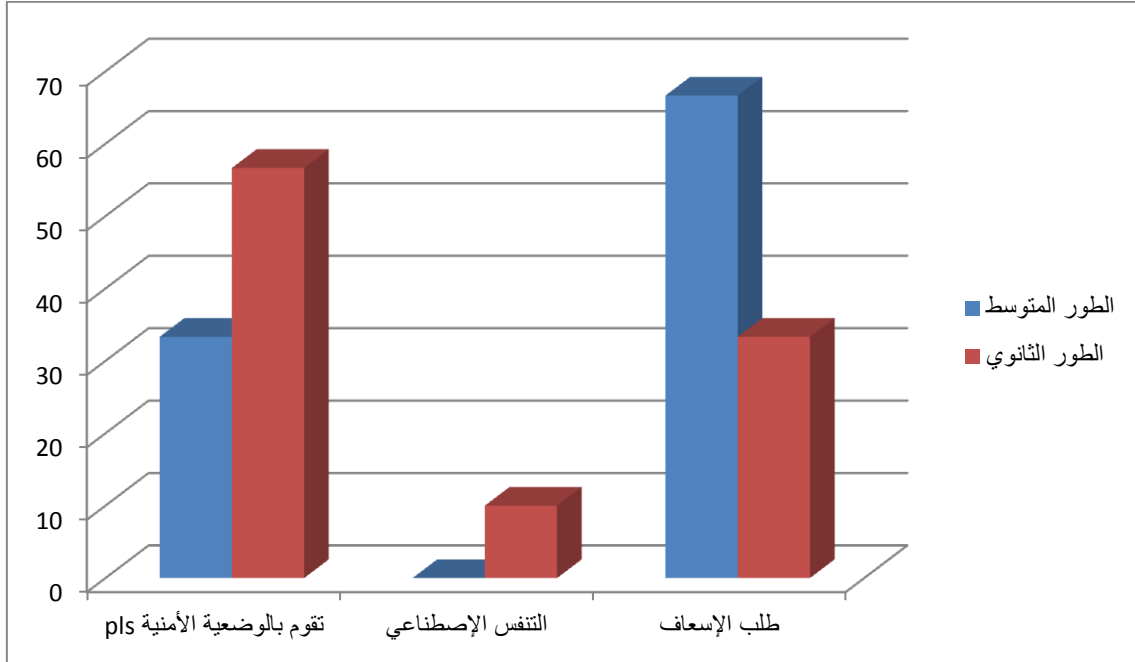
نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطورين الثانوي و المتوسط عند حدوث الخلع يقومون بتثبيت التلميذ حتى وصول الإسعاف.

السؤال الثامن : لو فقد احد التلاميذ وعيه أثناء الحصة ماذا تفعل ؟

الجدول رقم 21 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 8 المحور الثاني

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة النسبية	التكرار	النسبة النسبية	التكرار	
دال	5.99	8.13	60	56.66	17	33.33	10	تقوم بالوضعية pls الأمنية
				10	03	00	00	التنفس الإصطناعي
				33.33	10	66.66	20	طلب الإسعاف
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (21) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول كيفية تعاملهم أثناء فقدان الوعي للتلاميذ أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بالوضعية الأمنية pls 56.66% أي ما يعادل 17 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يطلبون الإسعاف 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يقومون بالتنفس الإصطناعي 10% أي ما يعادل 03 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين يطلبون الإسعاف 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ و نسبة الأساتذة الذين يقومون بالوضعية الأمنية pls 33.33% أي ما يعادل 10 أساتذة و نسبة الأساتذة الذين يقومون بالتنفس الإصطناعي 00% ، و خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1) = 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 8.13 أكبر من كا2 الجدولية وعليه فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أساتذة الطور الثانوي الذين يقومون بالوضعية الأمنية pls .



شكل بياني رقم (20) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (8).

الإستنتاج:

نستنتج خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور قاموا بالوضعية الأمنية pls عند فقدان التلميذ وعيه بالمقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين يقومون بطلب الإسعاف عند فقدان التلميذ لوعيه.

السؤال التاسع: عند حدوث إلتواء كيف تتعامل مع الإصابة

الجدول رقم 22 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 09 المحور الثاني

الدلالة	2كا الجدولية	2كا المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المنوية	التكرار	النسبة المنوية	التكرار	
مستوى الدلالة 0.05	5.99	9.44	60	26.67	08	60	18	وضع الثلج مكان الإصابة
				56.67	17	23.34	07	وضع ضمادة طبية
				16.66	05	16.66	05	إسعاف بالأدوية
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (22) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول كيفية تعاملهم أثناء حدوث إلتواء أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع ضمادة طبية 56.67% أي ما يعادل 17 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع الثلج مكان الإصابة 26.67% أي ما يعادل 08 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يسعفون بالأدوية 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ، أما في الطور المتوسط فكانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع الثلج مكان الإصابة 60% أي ما يعادل 18 أستاذ و نسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع ضمادة طبية 23.34% ونسبة الأساتذة الذين يسعفون بالأدوية 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ، و خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1) = 2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2 المحسوبة والمقدرة ب 9.44 أكبر من

كما الجدولية وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية أساتذة الطور الثانوي بقيامهم بضمادة طبية أثناء حدوث إلتواء.



شكل بياني رقم (21) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (09).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور الثانوي يقومون بوضع ضمادات طبية في مكان الالتواء بالمقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين يقومون بوضع الثلج مكان الالتواء .

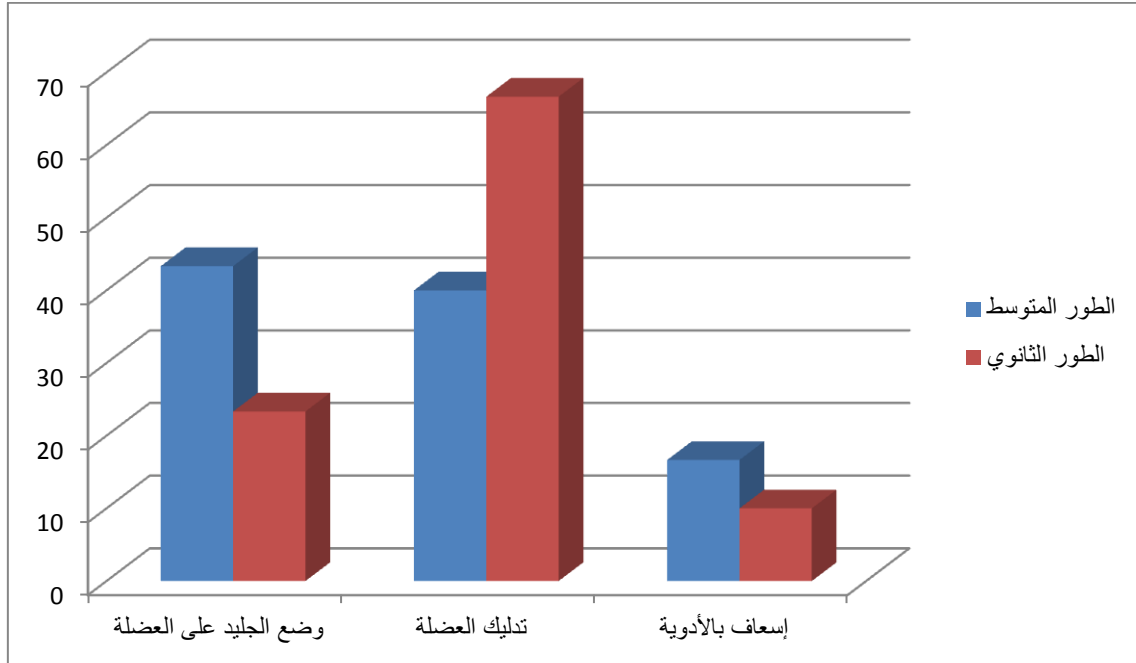
السؤال العاشر: عند إصابة التلميذ بتمزق عضلي ماهي الإسعافات المتبعة؟

الجدول رقم 23 يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم 10 المحور الثاني

الدلالة مستوى الدلالة 0.05	كا2 الجدولية	كا2 المحسوبة	ن	الطور الثانوي		الطور المتوسط		البيانات
				النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	5.99	4.30	60	23.33	07	43.33	13	وضع الجليد على العضلة
				66.66	20	40	12	تدليك العضلة
				10	03	16.66	05	إسعاف بالأدوية
				100	30	100	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (23) الذي يوضح إجابات الأساتذة حول الإسعافات المتبعة عند إصابة التلميذ بتمزق عضلي أنه في الطور الثانوي كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بتدليك العضلة 66.66% أي ما يعادل 20 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع الجليد على العضلة 23.33% أي ما يعادل 07 أساتذة ونسبة الأساتذة الذين يسعفون بالأدوية 10% أي ما يعادل 03 أساتذة ، أما في الطور المتوسط كانت نسبة الأساتذة الذين يقومون بوضع الجليد على العضلة 43.33% أي ما يعادل 13 أستاذ و نسبة الأساتذة الذين يقومون بتدليك العضلة 40% أي ما يعادل 12 أستاذ ونسبة الأساتذة الذين يسعفون بالأدوية 16.66% أي ما يعادل 05 أساتذة ، و خلال التباين الحاصل بين الأساتذة في الطورين استخدمنا اختبار حسن المطابقة كا2 الثنائي حيث وبالكشف عن قيمة كا2 عند درجة (ن-1)=2 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أنها تساوي 5.99 وإثر المقارنة تبين أن كا2

المحسوبة والمقدرة ب 4.30 أكبر من 2 الجدولية وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لأن أساتذة كلا الطورين لم يصادفهم هذا النوع من الإصابة .



شكل بياني رقم (22) يوضح نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (10).

الإستنتاج:

نستنتج من خلال التمثيل البياني أن أساتذة الطور الثانوي يقومون بعملية التدليك أثناء التمزق العضلي بالمقارنة مع أساتذة الطور المتوسط الذين يقومون بوضع الجليد أثناء التمزق العضلي.

2-2 الإستنتاجات : بعد دراستنا وتحليلنا لنتائج الإستبيان الموجه لإساتذة الطورين الثانوي والمتوسط

توصلنا إلى النتائج التالية :

- وجود نقص في تعامل أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط في مجال الإصابات الرياضية .

- هناك إصابات متنوعة تحدث للتلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي والمتوسط أثناء درس التربية البدنية والرياضية.

- أغلب الإصابات تكمن في الجروح والإلتواءات .

- هناك عدة أسباب تؤدي إلى حدوث الإصابة للتلميذ منها سوء التسخين وسوء أرضية الميدان .

- تكون الإصابات شائعة في المرحلة الرئيسية و النشاط الجماعي .

- الطور المتوسط تكثر فيه الإصابات مقارنة مع الطور الثانوي .

2-3 مقارنة النتائج بالفرضيات :

نص الفرضية الاولى: " تعد الجروح و الإلتواءات من أكثر الإصابات شيوعا ويعتبر سوء التسخين من أهم أسباب حدوث هذه الإصابات".

المناقشة:

- إتضح لنا من خلال الجداول (6-7-8-9-10-11-12-13) من المحور الأول أن التلميذ في الطورين المتوسط والثانوي يتعرض لإصابات عديدة أثناء الدرس وتكمن هذه الإصابات في الجروح والإلتواءات بالدرجة الأولى وذلك راجع إلى سوء التسخين بإعتباره سبب من أسباب حدوث الإصابة كما يعد النشاط الجماعي من بين الأنشطة التي تكثر فيها الإصابات.

هذه النتائج تم التوصل إليها من طرف دراسة سابقة ألا و هي دراسة "بن دحو بن ناصر، عبد المومن زوبير، شابولي محمد" حيث توصلوا إلى نفس النتائج التي تحصلنا عليها من خلال فرضيتنا. ومن خلال ما تقدم من عرض وتحليل ومناقشة للنتائج نقول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

نص الفرضية الثانية :

2- إن اغلب الأساتذة لا يتعاملون مع الإصابات الرياضية في الطورين المتوسط والثانوي .

مناقشة :

من خلال الجداول (14-15-16-17-18-19-20-21) من المحور الثاني تبين لنا أن أغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط لا يتعاملون مع الإصابات الرياضية أثناء وقوعها للتلميذ أثناء الحصة ، كما أن أغلبهم يقومون إما بتبليغ الإدارة أو طلب الإسعاف مما يدل على أن تكوينهم إقتصر على دروس نظرية فقط .

هذه النتائج تم التوصل إليها من طرف دراسة سابقة ألا وهي دراسة " بن دحو بن ناصر، عبد المومن زوبير، شابولي محمد".

ومن كل هذا ومن خلال ما تقدم من عرض و تحليل ومناقشة النتائج نقول أن الفرضية الثانية تحققت.

2-4 خلاصة عامة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية مظهر من مظاهر الصحة البدنية والعقلية ونظاما من مجموع النظم التربوية مكملة للتربية العامة ككل لها أساسها وأهدافها ، وإن دراستنا لهذا الموضوع لم تكن عشوائية أو من قبل بل كانت عن إقتناع و يقين وقد إنحصر إهتمامنا في هذا البحث حول تعامل أساتذة التربية البدنية والرياضية مع الإصابات الرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط وذلك بإجراء مقارنة بين الطورين و من خلال النتائج المتحصل عليها تبين لنا أن أغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية لا يتعاملون مع الإصابات الرياضية كما إتمسنا أيضا أن الطور الذي تكثر فيه الإصابات الرياضية هو الطور المتوسط ومن خلال النتائج أيضا تبين لنا أن الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا في الطورين هي الجروح بالدرجة الأولى ثم تليها الإلتواءات بدرجة ثانية ، وعلى هذا الأساس نطلب من الأساتذة الإهتمام أكثر فاكثر وبذل المزيد من الجهود وذلك من اجل تطوير الرياضة و إعطائها أكثر أهمية ، كما نتمنى من الأساتذة العمل على مواكبة ومسايرة كل المستجدات في مجال الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها وفي الاخير نتمنى أن تكون هناك بحوث مشابحة تعالج موضوع الإصابات الرياضية لما تحمل في طياتها من أهمية كبيرة بغية الإرتقاء وتحديث الجانب العلمي المعرفي والعملية لدرس التربية البدنية والرياضية .

وفي الأخير نحمد الله أن نكون قد وفقنا في الإحاطة بمجمل جوانب هذا الموضوع.

2-5 التوصيات :

بعد الدراسة التي قمنا بها وتحليل الإصابات الموجهة لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط، إستخلصنا بعض التوصيات والإقتراحات التالية :

- العناية الطبية لصحة التلميذ بالفحص الطبي الدوري خاصة في الطور المتوسط.
- التحضير النفسي و البدني للتلميذ قبل البدء في الحصة.
- التسخين الجيد للتلميذ بحيث يكون من قبل الأستاذ من أجل تفادي الإصابات .
- توفير الإمكانيات المادية من ملاعب وقاعات بما يناسب قواع الأمن والسلامة مما يسمح بتقليل الإصابات.
- تجنب العمل أثناء رداءة الأحوال الجوية وتعويضها بدروس نظرية.
- إهتمام الأساتذة بالندوات الشهرية والسنوية.
- ممارسة الرياضة ومطالعة الكتب الخاصة بالإصابات الرياضية للتثقيف الجيد.

قائمة المصادر والمراجع

- 1- الابريشي ,م . ع . (1993). *روح التربية والتعليم* . مصر : دار الفكر العربي .
- 2- الخولي , ا . ا . (1996). *أصول التربية البدنية والرياضية* . القاهرة، مصر .
- 3- الداھري , و . م . (1999). *مدخل الى علم النفس التربوي* . الاردن : دھر الكندي للنشر والتوزيع .
- 4- السايح , م . س . (2001). *تكنولوجيا اعداد معلم التربية البدنية والرياضية* . مصر : مطبعة الاشعاع الفنية .
- 5- زبدي , ن . ا . (2007). *تكنولوجيا المدرس دراسة وصفية تحليلية* . الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية .
- 6- عبداللطيف - م . (2000-2001). *الحالة النفسية الجسمية لاساتذ التربية البدنية دراسة وصفية*
- 7- تحليلية . (كلية العلوم الاجتماعية قسم التربية البدنية والرياضية).
- 8- عفاف , ع . ا . (1993). *طرق التدريس في التربية البدنية* . مصر : منشأة المعارف .
- 9- محمد , ب . (2009). *منهاج التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات بين غموض المصطلح وإمكانية التطبيق لدى الأساتذة* . الجزائر : معهد سيدي عبد الله .
- 10- أمين أنور الخولي جمال الدين الشافعي (2005) *منهاج التربية البدنية المعاصرة* مصدر دار الفكر العربي
- 11- أمين أنور الخولي . (1996). *أصول التربية البدنية والرياضية* ، القاهرة ، مصر : الطبعة الأولى .
- 12- أنطوان الجوزي 1980 طالب الكفاءة التربوية، سوريا المؤسسة الكبرى للطباعة،
- 13- جوادى خالد 2001
- 14- حسن . (1990). *التنظيم والإدارة في التربية الرياضية* . الكويت : دارالكتاب الحديث .

- 15- خطاب عامل (1965). التربية البدنية والرياضية في الخدمة الإجتماعية . بيروت :. دار النهضة العربية .
- 16- خير الدين علي عويس 1997
- 17- عباس أحمد صالح السمراني (1981). طرق تدريس التربية البدنية . بغداد.
- 18- عدنان درويش و آخرون 1994/التربية الرياضية المدرسية ،، دليل المعلم والطالب، ط3، دار الفكر
- 19- عفاف عبد الكريم 1993/طرق التدريس في التربية البدنية، الإسكندرية مصر . منشأة المعارف
- 20- محمود عوض بسيوني 1984/نظريات وطرق التربية البدنية الجزائرديوان المطبوعات الجامعية
- 21- محمود عوف (1978). المدرس في المدرسة والمجتمع، مصر :المكتبة الإنجلوالمصرية.
- 22- مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد 2003/منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط الجزائر/مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد.
- 23- منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط 1996/وزارة التربية الوطنية .
- 24- وزارة التربية الوطنية 1996/منهاج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية .
- 25- محمد سعيد عزمي ، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الاساسي بين النظري .
- 26- محسن محمد حمص ، المرشد في تدريس التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، بدون تاريخ .
- 27- مكرم حلمي أبو هراجة وسعد زغلول ، ايمن محمد عبد الرحمان ، مدخل الى التربية البدنية والرياضية ، مركز الكتاب القاهرة ، 2004 .

- 28- العالم زينب التديك الرياضي وإصابة الملاعب دار الفكر العربي ,1995.
- 29- توفيق فراج عبد الحميد كمياء الإصابة العضلية والمجهود البدني للرياضيين : دار الوفاء للطباعة والنشر الصفحة 107 - 2004.
- 30- جوكل بزاز علي مادة وأساسيات الطب الرياضي دار دجلة 2008 .
- 31- روفائيل حياة عياد إصابة الملاعب :وقاية ، إسعاف ، علاج طبيعي - الإسكندرية : منشأة المعارف.1886 ,
- 32- زاهر عبد الحميد ، عبد الرحمن موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية : - مركز الكتاب للنشر , - 2003. صفحة.255 .
- 33- كمونة فريق موسوعة الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها : - دار الثقافة للتوزيع والنشر , - 2002.صفحة.99 .
- 34- محمد لإقبال رسمي الإصابات الرياضية وطرق علاجها : دار الفجر للنشر والتوزيع , بدون سنة - . صفحة.22 .
- 35- نافع محمد قدوي بكري ، ثريا دليلك إلى الطب الرياضي ، مركز الكتاب للنشر , بدون سنة الصفحة 137-130
- 36- عبد العظيم العوادلي ، الجديد في العلاج الطبيعي والإصابات الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، بدون تاريخ
- 37 - علي جلال الدين ،الإضافة في الإصابة الرياضية ، 2007 .
- 38 - أسامة رياض ، أطلس الإصابات الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة 2001 .
- 39 - عبد الرحمان قبع ، الطب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1989 .

40 – علي مروش ، الإصابات الرياضية ، دار الفكر العربي ، الجزائر ، 1976 .

41 – محمود عادل رشدي ، موسوعة الطب الرياضي ووسائل العلاج والتأهيل ، الأكاديمية الرياضية العراقية ، 2006 ،

42 – سميرة خليل ، إصابات الرياضة ووسائل العلاج والتأهيل ، الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية ، 2005 .

المحور الأول: الأحوال الشخصية

السؤال الأول: ما هي الشهادة المتحصل عليها؟

ليسانس ماستر شهادة أخرى

السؤال الثاني: ماهي خبرتك في المجال التدريس؟

أقل من 05 سنوات أقل من 15 سنة أكثر من 15 سنة

السؤال الثالث: خارج أوقات العمل هل تطالع كتب خاصة بالطب الرياضي؟

نعم لا

السؤال الرابع: هل تشاهد برامج تكوينية؟

نعم لا نوعا ما

المحور الثاني: الإصابات الرياضية و أسباب حدوثها

السؤال الأول: هل صادفت التلاميذ إصابات أثناء الدرس:

نعم لا

السؤال الثاني: ماهي نوع الإصابات

جروح تمزقات كسور إلتواءات

السؤال الثالث: ماهي أسباب حدوث الإصابات في رأيك؟

تمهون التلاميذ سوء التسخين عدم احترام مراحل الحصة

أرضية الميدان

السؤال الرابع: في أي نشاط من الحصص الرياضية تكثر الإصابات؟

نشاط فردي نشاط جماعي

السؤال الخامس: في أي مرحلة من مراحل الحصص تحدث الإصابات؟

مرحلة التسخين مرحلة الرئيسية المرحلة الختامية

السؤال السادس: هل يتلقى التلاميذ في مؤسستكم فحوصات طبية

السؤال السابع: كيف كان وقوع أغلب الإصابات؟

إصابة فردية إصابة أثناء الاحتكاك مع الزميل إصابة بأداة أو جهاز

السؤال الثامن: ما هي الأماكن التي وقعت فيها أغلب الإصابات

الكاحل الفخذ الركبة الكتف

المحور الثالث: إمام الأستاذ بالإسعافات الأولية؟

السؤال الأول: هل تلقيت تكوين خاص بالإسعافات الأولية؟

نعم لا

السؤال الثاني: كيف كان هذا التكوين؟

نظري تطبيقي كلاهما

السؤال الثالث: هل كانت مدة التكوين:

كافية غير كافية منعدمة

السؤال الرابع: عند حدوث الإصابة أثناء الدرس ماذا تفعل؟

طلب الإسعاف تبليغ الإدارة تقوم بالإسعافات

السؤال الخامس: عند حدوث تشنج عضلي ماذا تفعل؟

- تدليك العضلة تمديد العضلة وضع الجليد على العضلة

السؤال السادس: عند حدوث كسر ماهي الإجراءات المتبعة؟

- تثبيت الطرف المكسور تضميد الكسر نقل المصاب إلى المستشفى

السؤال السابع: عند حدوث خلع ما الذي يمكن القيام به؟

- رد المفصل إلى مكانه تقوم بتثبيت التلميذ حتى وصول الاسعاف

السؤال الثامن: لو فقد أحد التلاميذ وعيه أثناء الحصة ماذا تفعل؟

- تقوم بالوضعية الامنية pls التنفس الاصطناعي طلب الاسعاف

السؤال التاسع: عند حدوث إلتواء كيف تتعامل مع الإصابة؟

- وضع الثلج مكان الالتواء وضع ضمادة طبية اسعاف بالأدوية

السؤال العاشر: عند إصابة التلميذ بتمزق عضلي ماهي الإسعافات المتبعة؟

- وضع الجليد على العضلة تدليك العضلة اسعاف بالأدوية

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : « الإصابات الأكثر شيوعاً في حصة التربية البدنية والرياضية ومسبباتها وكيفية تعامل أساتذة الطورين الثانوي والمتوسط معها. »

- دراسة مقارنة بين الطورين الثانوي و المتوسط - تهدف الدراسة إلى معرفة مدى تعامل اساتذة التربية البدنية والرياضية مع الإصابات الأكثر شيوعاً في حصة التربية البدنية والرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط بولاية النعامة وقد جاءت فرضيات الدراسة كالتالي :

- تعد الجروح و الإلتواءات من أكثر الإصابات التي تحدث للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط .

- إن أغلب الأساتذة لا يتعاملون مع الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية أثناء وقوعها .

عينة البحث هي 60 أستاذ ، 30 أستاذ من الطور الثانوي من المجتمع الأصلي المقدر ب 42 أستاذ بنسبة 71.42 %، و 30 أستاذ من الطور المتوسط من المجتمع الأصلي المقدر ب 71 أستاذ بنسبة 42.25 %، حيث تم إختيار عينة البحث بشكل قصدي ، الأداة المستخدمة هي الإستبيان ، أهم إستنتاج في البحث هو أن الجروح و الإلتواءات من أكثر الإصابات التي تحدث للتلاميذ في الطورين الثانوي والمتوسط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ، أغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط لا يتعاملون مع الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية أثناء وقوعها .

Synthèse de l'étude:

Titre de l'étude: «les premiers secours et l'utilisation de l'éducation et de sport professeurs physiques»

- Comparaison des phases secondaires et étude Almtost-

L'étude vise à savoir comment utiliser les premiers secours par des professeurs d'éducation physique et sportive dans les phases secondaires et intermédiaires hypothèses de l'étude à l'état d'autruche étaient comme suit:

- Les blessures et les inflexions de la plupart des blessures qui se produisent à des étudiants au cours de la part de l'éducation physique et du sport dans les phases secondaires et intermédiaires.

- La plupart des professeurs d'éducation physique et sportive dans les phases secondaires et la Méditerranée ne pas utiliser les premiers soins, mais les meilleurs professeurs de phase secondaire familial et couramment utilisé pour cette aide.

L'échantillon de l'étude est de 60 Professeur 0,30 professeur de phase secondaire de la communauté d'origine, estimé à 42 professeur de 71,42%, et 30 professeur de phase moyenne de la communauté d'origine, estimé à 71 professeur par 42,25%, où l'échantillon est ma sélection d'intention, l'outil utilisé est un questionnaire , résultat le plus important dans la recherche est que les blessures et les inflexions de la plupart des blessures qui se produisent à des étudiants en phases secondaires et intermédiaires tandis que la part de l'éducation physique et les sports, la plupart des professeurs d'éducation physique et des sports en phases secondaires et intermédiaires ne pas utiliser les premiers soins, mais les professeurs d'éducation physique et sportive meilleurs à utiliser et familial à cette première Cela est dû au facteur de l'expérience que nous avons noté que la configuration reçue était en théorie configuration seulement sans recevoir configurable appliquée et ceci est ce qui les rend incapables d'intervenir lors de l'apparition de la blessure et faire les premiers soins.

Study summary:

Study Title: "first aid and the use of physical education and sports professors"

- Comparison of secondary phases and Almtost- study

The study aims to find out how to use first aid by professors of physical education and sports in secondary and middle phases state ostrich study hypotheses were as follows:

- The wounds and inflections of the most injuries that occur to students share during physical education and sports in secondary and middle phases.
- Most professors of physical education and sports in the secondary phases and the Mediterranean do not use first aid, but the best secondary phase professors familiar and commonly used for such aid.

The research sample is 60 Professor 0.30 professor of secondary phase of the original community, estimated at 42 professor by 71.42%, and 30 professor of average phase of the original community, estimated at 71 professor by 42.25%, where the sample is my intention selection, the tool used is a questionnaire , most important finding in the research is that the wounds and inflections of the most injuries that occur to students in secondary and middle phases while the share of physical education and sports, most of the professors of physical education and sports in secondary and middle phases do not use first aid, but the professors of physical education and sports best to use and familiar to this first This is due to the experience factor as we have noted that the configuration they received was in theory only configuration without receiving configurable Applied and this is what makes them unable to intervene during the occurrence of the injury and do first aid.