



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم : التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر في تخصص رياضة وصحة

تحت عنوان :

دراسة الأسباب البيئية للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية

دراسة مسحية أجريت على بعض تلاميذ الطور الثانوي بولاية مستغانم

* تحت إشراف الدكتور:

من إعداد الطلبة:

د/ زيشي نور الدين

■ عصماني عيسى

لجنة المناقشة:

■ فناوي فتحي

* رئيس اللجنة: قوراري بن علي

* عضو اللجنة: مناد فوضيل

السنة الجامعية : 2015 – 2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الأهداء

إلى أغلى امرأة في الوجود

إلى من غمرتني بعطفها وحنانها

إلى قرة العين أُمي

إلى من كان سببا في وجودي

إلى من ضحى بأعلى ما يملك كي أصل إلى ما وصلت إليه أبي الغالي

إلى إخوتي وأخواتي: حياة، رفيقة، حسان، حسين

إلى أخوالي وخالاتي وأبنائهم وكل من له صلة بعائلة

إلى جميع الأصدقاء والذين عشت معهم الأيام الحلوة والمرّة داخل الجامعة وخارجها:

دون أن أنسى الأستاذ القدير والمشرف: زيشي نور الدين

إلى كل الأصدقاء حلّمة

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع

عيسى

ج

الأهداء

أهدي ثمرة عملي المتواضع هذا إلى:

إلى من سهرت الليالي وتعبت من أجلي وروتتي من نبع حنانها وسقتني عطفها

أمي العزيزة أطل الله في عمره.

إلى الغالي الذي تعب وضحى من أجلي وشجعني على مواصلة درب العلم أبي

العزیز أطل الله في عمره.

إلى الذين جمعني معهم ظلمة الرحم: إخوتي حفظهم الله ورعاهم

إلى كل زملائي وإخوتي الذين جمعني معهم طلب العلم ونور.

إلى كل الأصدقاء والأحباب: شيخ كمال، علال الهاشمي، محمادي نبيل، عباسي،

إلى الأستاذ المشرف: زيشي نور الدين.

إلى كل من عرفته من قريب أو من بعيد وشاركني الحياة حلوها ومرها

فتحي

ج

شكرو تقدير

نحمد الله كثيرا ونشكره شكرا جزيلا، الذي كان له الفضل والعطاء الكريم، نحمده
لأنه سهل لنا المبتغى وأعاننا على إتمام هذا العمل وسهل لنا الصعاب وهون
علينا المتاعب عملا بقوله تعالى: (من لم يشكر الناس لم يشكر الله)
كما نتقدم بالشكر إلى الذين أفادونا بمعلومات قيمة أثناء إنجاز هذه المذكرة
كما لا ننسى أن نشكر أساتذتنا الكرام وعمال المعهد التربوية البدنية والرياضية
كما نشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة
إلى كل هؤلاء نتقدم بأخلص التحيات وأطيب الأمنيات

ملخص البحث

عنوان الدراسة : دراسة أسباب البيئة للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية تهدف هذه الدراسة إلى دراسة أسباب البيئة وتحديد وكشف إصابات الرياضية الناتجة عن البيئة الطبيعية (طبيعية، بشرية، مادية). ولتحقيق هذا الهدف افتراضا أن البيئة تؤدي إلى حدوث الإصابات الرياضية لدى تلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وللتأكد من هذه الفرضية استخدمنا الاستبيان كأداة لجمع المعلومات الذي وجه إلى الأساتذة والتلاميذ ، بعدما استوفى الشروط العلمية، طبق على 150 تلميذ و10 أساتذة من ولاية مستغانم، بإتباع المنهج الوصفي، وأهم استنتاج توصلنا إليه هو البيئة المدرسية تعد العمل الأول الذي يؤدي إلى إصابات لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، و على ضوء هذه النتائج نقترح بالاهتمام بالمباني وكل ما يتعلق بها من توفير المرافق مثل الساحات لمزاولة الأنشطة، والحدائق والصالات الرياضية، و أماكن الترفيه، ودورات المياه و نظافتها وصيانتها المستمرة .

الكلمات المفتاحية: البيئة – الإصابات الرياضية – التربية البدنية والرياضية

***Titre d'étude :**

Etude des causes de l'environnement pour les blessures sportives chez les élèves pendant la séance de l'éducation physique et sportive.

Cette étude a pour but d'étudier les causes de l'environnement et de détecter les blessures sportives causées pas la nature. Pour détenir cet objective on a pour hypothèse que la nature produit ce type de blessures pour les élèves.

Pour confirmer cette hypothèse on a fait un questionnaire pour 150 élèves et 10 professeurs dans la wilaya Mostaganem. Le résultat obtenu que la nature provoque ce type de blessures. A travers ces résultats. Nous suggérons de mettre à la disposition de nos élèves des salles sport .des espaces pour exercer ces activités.

***The title of the study:** The aim of this study is about the environment's causes for sport injuries to students in a less of physical education and sport.

The study is about the causes of environment and also to identify and detect the sport's injuries that comes from the maternal environment (natural, Humaneness, Materialism) for achieving that aim, we supposed that environment caused sport injuries for students during the physical education and sport session; and to be sure about this hypothesis, we used a summery as a tool for gathering information from the province of mostaganem, following all the descriptive method. We conclude that the environment of school consider as the first factor that caused injuries for student during the session of physical education and sport; and due to this result, we suggest to take more care about by providing all kind of utility like spaces for praguteing sport activities, ganders, stadiums, entertainment places, bathrooms and it's maintenance and cleaning.

Key words: environment, sport's injuries, physical education and sport

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
33	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس	01
34	يمثل توزيع أفراد العينة حسب السن	02
35	يمثل توزيع مؤسسة على منشآت رياضية	03
36	يمثل توزيع التكرارات منشأة الرياضة صالحة	04
37	يمثل توزيع كثرة التلاميذ أثناء الحصة	05
38	يمثل توزيع سوء مستلزمات الرياضة	06
39	يمثل توزيع الخشونة بين التلاميذ	07
40	يمثل أرضية الملعب التي تؤدي إلى إصابات	08
41	يمثل توزيع سوء اختيار الحذاء	09
42	يمثل توزيع إصابات الرياضة خلال الحصة	10
43	يمثل توزيع الإصابات الشائعة	11
44	يمثل توزيع الأنشطة التي تتعرض لها بكثرة	12
45	يمثل توزيع أسباب الإصابة	13

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
46	يمثل توزيع التمارين المختارة	01
47	يمثل توزيع الظروف الجوية تؤثر في الأداء	02
48	يمثل توزيع أهمية التسخين أثناء الحصة	03
49	يمثل توزيع الملاعب تسهل انسياب الأمطار	04
50	يمثل توزيع الظروف الجوية تؤدي إصابات	05
51	يمثل توزيع الظروف المناخية	06
52	يمثل توزيع البيئة المدرسية	07
53	يمثل توزيع الملاعب المخططة وواضحة	08
54	يمثل توزيع كرات المتوفرة	09
55	يمثل توزيع المرافق والخدمات	10

56	يمثل توزيع الملابس والأحذية تؤدي إلى إصابات	11
57	يمثل توزيع توافق بين العتاد والتلاميذ	12
58	يمثل توزيع الاكتظاظ التلاميذ	14
59	يمثل توزيع الإصابات التي تؤثر في سير الحصّة	15
60	يمثل توزيع الاحتكاك مع التلاميذ	16
61	يمثل توزيع تكرارات لواجهة الطوارئ	17

قائمة الأشكال

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	يمثل نسب فراد العينة حسب الجنس	33
02	يمثل نسب أفراد العينة حسب السن	34
03	يمثل نسب مؤسسة على منشآت رياضية	35
04	يمثل نسب التكرارات منشأة الرياضية صالحة	36
05	يمثل نسب كثرة التلاميذ أثناء الحصة	37
06	يمثل نسب سوء مستلزمات الرياضية	38
07	يمثل نسب الخشونة بين التلاميذ	39
8	يمثل نسب الملعب التي تؤدي إلى إصابات	40
9	يمثل نسب سوء اختيار الحذاء	41
10	يمثل نسب إصابات الرياضية خلال الحصة	42
11	يمثل نسب الإصابات الشائعة	43
12	يمثل نسب الأنشطة التي تتعرض لها بكثرة	44
13	يمثل نسب أسباب الإصابة	45

قائمة الأشكال الخاص باستبيان الأساتذة

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	يمثل نسب أفراد العينة بالنسبة الوقت والمكان	46
02	يمثل نسب التمارين المختارة	47
03	يمثل نسب البيئة الطبيعية تساعد على نجاح الدرس	48
04	يمثل نسب الظروف الجوية تؤثر في الأداء	49
05	يمثل نسب أهمية التسخين أثناء الحصة	50
06	يمثل نسب تكرارات التي تتوفر في المؤسسة	51
07	يمثل نسب الملاعب تسهل انسياب الأمطار	52
8	يمثل نسب الظروف الجوية تؤدي إصابات	53
9	يمثل نسب الظروف المناخية	54
11	يمثل نسب الملاعب الرياضية المتوفرة	55

56	يمثل نسب تقويم حالة الملاعب بشكل مستمر	12
57	يمثل نسب الملابس والأحذية تؤدي إلى إصابات	13
58	يمثل نسب توافق بين العتاد والتلاميذ	14
59	يمثل نسب الاكتظاظ التلاميذ	15
60	يمثل نسب الإصابات التي تؤثر في سير الحصاة	16
61	يمثل نسب الاحتكاك مع التلاميذ	17

قائمة المحتويات

الفهرس

الموضوع	رقم الصفحة
إهداء	ج
شكر و تقدير	د
ملخص البحث	

قائمة المحتويات

قائمة الجداول	ط
قائمة الأشكال	ي

التعريف بالبحث

مقدمة	1
المشكلة	2
أهداف البحث	2
فرضيات البحث	3
مصطلحات البحث	3
الدراسات المشابهة	3
مناقشة الدراسات المشابهة	4

الباب الأول (الدراسة النظرية)

الفصل الأول: البيئة المدرسية

تمهيد	
1- مفهوم البيئة المدرسية	09
2- أهمية البيئة المدرسية	09
3- عناصر المنظومة التربوية	09
4- متطلبات البيئة المدرسية	10
5- بيئة ممارسة الرياضية	11

- 12 سلامة الأجهزة والأدوات -6
- 13 خلاصة

الفصل الثاني: الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية

تمهيد

- 15 مفهوم الإصابات -1
- 15 أنواع الإصابات -2
- 16 أسباب العامة للإصابات -3
- 19 مفهوم التربية البدنية والرياضية -4
- 20 أهمية التربية البدنية والرياضية -5
- 21 درس التربية البدنية -6
- 23 خصائص المرحلة العمرية -7
- 24 خلاصة

الباب الثاني (الدراسة الميدانية)

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد

- 28 منهج البحث -1
- 28 مجتمع وعينة البحث -2
- 28 متغيرات البحث -3
- 29 مجالات البحث -4
- 29 أدوات البحث -5
- 30 الأسس العلمية للاختبارات -6
- خلاصة

الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج

- 33 عرض و تحليل النتائج -1
- 62 الاستنتاجات العامة -2
- 62 مناقشة النتائج بالفرضيات -3
- 64 اقتراحات

64	خلاصة عامة
66	المصادر والمراجع
		الملاحق

التعريف بالبحث

مقدمة:

التربية الرياضية وممارستها تتطلب البيئة الصحية، حيث أن مظاهر التربية الرياضية (الألعاب الفردية أو الجماعية) بكافة أنواعها تمارس في البيئة الصالحة سواء كان على الأرض أو الماء، وتمارس في الأماكن المغلقة و الأماكن المفتوحة، وذلك جاء في قانون البيئة لصالح ممارسة الرياضة لان الممارسة لا تحقق أهدافها أو أغراضها إلا إذا توافرت شروط البيئة الصالحة.

وفي ظلّ التطور الرهيب الذي يعرفه العصر الحالي في شتى المجالات الحيوية والميادين العلمية، الاقتصادية الاجتماعية وغيرها تكاد حياة الفرد عموماً أن تكون سلسلة متصلة من احتمالات النفع والضرر، تجعله في قلق وتوتر دائم على مستقبله ومصيره...، فإذا كان الأمر بهذه الصورة بالنسبة للأشخاص العاديين، فلا بد أن حياة الرياضيين أصبحت أيضاً أكثر تعقيداً وحاجة إلى توفير وضمان الوقاية والحماية من الأضرار والمخاطر ثم مواجهة آثار ما قد يحدث لهم من إصابات في المجال الرياضي بالقدر الذي يضمن استمرار الحياة الكريمة للفرد والمجتمع من خلال طرق التكفل والمتابعة الناجعة.

كون ظاهرة الإصابات الرياضية في شتى الاختصاصات الممارسة الفردية والجماعية أصبح من المواضيع الأكثر أهمية التي تشغل البال وتؤرق الممارسين نظراً للخطورة المتأصلة في بعض الألعاب حيث يكون دوماً الاحتكاك مباشر أو نتيجة لعدم الوعي الكافي بالممارسة الصحية للأنشطة الرياضية من جهة أخرى، فاحتمال التعرض للإصابة الرياضية وارد عند جميع الممارسين، ويبقى البحث قائماً لدى المعنيين بتدريب الأنشطة لإيجاد أفضل السبل والوسائل للوقاية والتقليل من حدوث الإصابات الرياضية، أو على الأقل في حالة حدوثها محاولة التعريف بالطريقة العلمية السليمة في إسعاف وتأهيل الإصابة وإعادة للممارسة.

يوجه أستاذ التربية البدنية والرياضية التلاميذ نحو القيام ببعض النشاطات مما يسمح بالوصول إلى جملة من الأهداف، التي لا يمكن تحقيقها إلا إذا كان التلميذ على استعداد كامل لبذل أقصى طاقاته من أجل إنجاز ذلك النشاط وعلى النحو المطلوب منه أي يجب أن تكون الدافعية الانجاز لديه كبيرة، وهنا يجب الإشارة إلى أن التلميذ يتجه خلال هذه الفترة إلى القيام بالأنشطة التنافسية التي يغلب عليها الطابع الاندفاع البدني الكبير مما يجعله عرضة للإصابات الرياضية. ولهذا نريد في بحثنا التسليط الضوء على أسباب البيئية التي تؤدي إلى حدوث الإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية ؟ .

لقد تم تقسيم بحثنا هذا إلى بابين : باب خاص بالجانب النظري والثاني بالجانب التطبيقي، فالباب الأول تم تقسيمه إلى فصلين: الفصل الأول: تحت عنوان البيئة المدرسية: بحيث تطرقنا في هذا الفصل الى تعريف البيئة المدرسية من كل النواحي (الاجتماعية. النفسية. الطبيعية).

أما الفصل الثاني كان بعنوان الاصابات الرياضية في درس التربية البدنية والرياضية: وتكلمنا فيه عن تعريف الإصابات وأنواعها و أسبابها. أما الباب الثاني فتم تقسيمه إلى فصلين :الفصل الأول :تطرقنا إلى تعريف الدراسة الاستطلاعية والفصل الثاني خاص بالإجراءات المنهجية للدراسة و عرض و تحليل النتائج .

المشكلة:

تعتبر التربية البدنية العامل الأساسي في اكتساب التلميذ القدرات البدنية المرفولوجية واكتساب الخبرات المهارية والرياضية التي تساعد كثيرا في بناء شخصيته وارتقائه الى مستويات سلوكية مناسبة، من خلال التفاعل الاجتماعي بين أقرانه، كما أن ممارسة التربية البدنية لها عامل نفسي كبير على التلميذ إذ تساعده على طرح القلق جانبا وتجعل من شخصيته أكثر شعورا بالثقة والتمتع إذ تقوي الدوافع داخل الفرد وتدفعه للعمل ،كدوافع الرغبات والمثل العليا (الشافعي، 2001، صفحة 70).

ونعلم أن من المتطلبات الأساسية التي تسهل إجراء درس التربية البدنية هو الأستاذ الذي يعد المكون الأساسي والمؤطر لدرس التربية البدنية والرياضية ثم التلميذ الذي هو العامل الثاني المهم لتأدية النشاط الرياضي ثم المنهاج الذي يعد البرنامج المرتكز عليه والتخطيط البيداغوجي العام في بداية السنة. إضافة إلى هذا هناك عامل مهم يدرج إلى هذه المتطلبات وهو توفير البيئة المناسبة لتسهيل العملية التعليمية ونقصد بها البيئة الطبيعية المتمثلة في العوامل الطبيعية التي يتعرض لها التلاميذ خلال النشاط الرياضي مثل: الأمطار، الرطوبة العالية... الخ، كذلك البيئة البشرية المتمثلة في التلاميذ والتلميذات والأستاذ. ثم البيئة المادية، التي تتمثل في العتاد الرياضي وأرضية الميدان والقوائم الرياضية والأدوات المتوفرة.

وبحكم أننا نعيش في بيئة أو منطقة جغرافية ساحلية تتعرض هذه البيئة الى متغيرات تجعل منها وسطا غير مناسب لممارسة التربية البدنية والرياضية ونقصد بها من حيث الجانب الطبيعي سوء واضطراب الأحوال الجوية مثل الأمطار التي تؤدي إلى الانزلاقات ، كما نعلم أن الجانب البشري الذي ينتج عنه الاحتكاكات والاصطدامات أثناء المنافسات والألعاب الجماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية المبرمجة في المؤسسات التربوية بولاية مستغانم كما لاحظنا عند زيارتنا لمختلف المؤسسات التربوية أن الأدوات اللازمة للقيام بدرس التربية البدنية ونوعية أرضية الميدان والقوائم الرياضية يختلف من مؤسسة لآخرى بجودته وصلاحيته كما أن عدم مراعاة هذه الجوانب يؤدي الى تعرض التلاميذ إلى الإصابة التي تشكل حاجسا معيقا على التلميذ وتختلف الإصابات من منافسة الى أخرى تبعا لطبيعتها وطرق لعبها وقوانينها البيداغوجية

وعلى ضوء هذه المعطيات وبناء على ما سبق طرح الطالبان التساؤل التالي؟

- ماهي الأسباب البيئية التي تؤدي إلى حدوث الإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية؟

-التساؤلات الفرعية:

- ماهي أسباب البيئة الطبيعية التي تؤدي الى حدوث الاصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية؟

- ماهي أسباب البيئة البشرية التي تؤدي الى حدوث الاصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية؟

- ماهي أسباب البيئة المادية التي تؤدي الى حدوث الاصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية؟

2-أهداف البحث:

نطمح من خلال بحثنا إلى تحقيق عدة أهداف نلخصها في ما يلي:

- تحديد أسباب الإصابات الرياضية الناتجة عن البيئة الطبيعية.
- تحديد أسباب الإصابات الرياضية الناتجة عن البيئة البشرية.
- تحديد أسباب الإصابات الرياضية الناتجة عن البيئة المادية.

4-الفرضيات:

1-الفرضية العامة:

- تؤدي البيئة إلى حدوث الإصابات الرياضية لدى تلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

2-الفرضيات الجزئية:

- أ- يمكن للبيئة الطبيعية أن تكون سببا في حدوث الإصابات الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- ب- يمكن للبيئة البشرية أن تكون سببا في حدوث الإصابات الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- ج- يمكن للبيئة المادية أن تكون سببا في حدوث الإصابات الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

5- مصطلحات البحث:

البيئة: نظريا ذلك الوسط الذي يحيط بالكائنات الحية سواء كانت نباتية أو حيوانية ومن ضمنها الانسان، أو الذي يقسم شبكة الحياة والتي يتحكم فيها نظام ما يعبر عنه بالمحيط الحيوي طبيعي دقيق معقد التركيب يدعى نظام التوازن البيئي (الانصاري، 2009، صفحة 19).

إجرائيا: هي المناخ والجو أو الطبيعة الجغرافية للمكان الذي يمارس فيه التلميذ حصة التربية البدنية والرياضية.

+الإصابات الرياضية: نظريا: هي تعرض أنسجة الجسم المختلفة لمؤثرات خارجية أو داخلية تؤدي إلى إحداث تغييرات تشريحية وفيزيولوجية في مكان الإصابة، مما يعطل عمل أو وظيفة ذلك النسيج (حليمة، 2004، صفحة 94).
إجرائيا: هي مختلف الإصابات التي يتعرض لها تلميذ على مستوى العضلات أو العظام الناتجة عن حادث أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

+ التربية البدنية والرياضية: نظريا: يعرفها (ويست وبوشر): هي العملية التي تهدف إلى تحسين الاداء الانساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك (الحوالي، 2001، صفحة 55).

إجرائيا: هي حصة أسبوعية التي يمارس فيها التلميذ مختلف الأنشطة الفردية والجماعية لمدة ساعتين .

6-الدراسات المشابهة :

*الدراسة الاولى :

دراسة الطلبة (علاوي يلا حمو و دحماني عبد الصمد) درجة ماستر من جامعة مستغانم سنة (2013) حول " واقع اسهامات البيئة المدرسية في اقتناء ورعاية التلاميذ المتفوقين رياضيا في التعليم المتوسط ".
*وأوضحت الدراسة على أهم النقاط :. معرفة سبيل رعاية التلاميذ المتفوقين في التعليم المتوسط قصد الوصول بهذه الفئة الى تحقيق النتائج في المنافسات المختلفة.

*الدراسة الثانية :

وقد أكدت نتائج دراسة كوبر (Cooper, 1995) حول " أهمية تقديم أنشطة تربوية ثرية ومتنوعة من خلال البيئة المدرسية" وكنت النتائج
- تقابل احتياجات الطلاب المبدعين في مراحل التعليم العام. كما يرجى من المعلم أن يُعلم ويُرشد ويُقيم، وأن يظهر مقدرته على تنمية ذاته، وأن يشارك في تحديث المدرسة وجعلها أكثر تقبلاً للتغيير وتفاعلاً معه، تيسيراً للتعلم، بالإضافة إلى تنمية الإبداع لدى الطلاب
- كما أن المعلم يجب أن يتحول إلى مرشد إلى مصادر المعرفة المختلفة ومنسق لعمليات التعليم ومصصح لأخطاء المتعلم، ومقوم لنتائج التعلم، وموجه إلى ما يناسب قدرات كل متعلم.

الدراسة الثالثة :

دراسة الدكتور رمون معلولي درجة الدكتوراه حول " جودة البيئة المادية للمدرسة وعلاقتها بالأنشطة البيئية)
دراسة مسحية - ميدانية في مدارس التعليم الأساسي -مدينة دمشق (كلية التربية جامعة دمشق) سنة
2010

وأوضحت الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية :

- . التعرف إلى واقع التربية البيئية في المدارس الابتدائية، وتحديد جوانب الضعف والقوة، ومستوى هذا الواقع .
- . تحديد المؤشرات الأساسية للواقع البيئي التي تفيد في اتخاذ القرارات المناسبة في مجال التربية البيئية.
- . تحديد النشاطات المطبقة في تعليم مفردات التربية البيئية ومدى تطبيقها في مدارسنا.

*نقد وتعليق على الدراسات المشابهة:

من خلال اطلاع على الدراسات المشابهة وتحليل ما تناولته من مواضيع تمكنا من التوصل إلى أوجه التشابه والاختلاف فيما بينها من جهة والدراسة الحالية من جهة أخرى إذ :
•اتفقت اغلب الدراسات على التعرف على الإصابات الأكثر شيوعا في الألعاب الرياضية وأسباب حدوثها.
. استخدمت جميع الدراسات المنهج الوصفي
. ان كل هذه الدراسات استخدمت طريقة الاستبيان في جمع المعلومات
. أما نقاط الاختلاف في بحثنا فهي : لم يتناول الباحثون دراسة لمختلف الألعاب الرياضية وإنما تناول بعض الباحثين علاقة لعبة واحدة بالإصابات.

. ولم تتناول البحوث المشاهدة علاقة ونسبة شدة الإصابة حسب نوع اللعبة الرياضية .
ولم تتناول هذه البحوث الأنشطة الرياضية المبرمجة وعلاقتها بالبيئة ، الذي هو موضوع بحثنا . ومن خلال عرضنا للدراسات السابقة والتي تناولت موضوع البيئة المدرسية من جوانب عدة، حيث جاءت دراستنا والتي سلطنا الضوء فيها على " البيئة المدرسية وعلاقتها بالإصابات الرياضية المبرمجة أثناء إجراء حصة التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثانوي "لبعض ثانويات ولاية مستغانم . و لقد تمكنا من الاستفادة من هذه الدراسات في الجانب النظري في بعض التعريفات، كذلك فيما يتعلق بالجانب المنهجي للدراسة في، تحديد المنهج، أدوات جمع البيانات وتحديد أسئلة الاستبيان.

الخلاصة

لقد تضمن التعريف بالبحث و طرح الإشكالية و الفرضيات التي تخدم عنوان البحث و تطرقنا إلى الأهداف و أهمية البحث و المصطلحات البحث لتسهيل فهم الموضوع مثل هذه الدراسات تكتسي أهمية بالغة و لها دور كبير في حياة الرياضي، و رغم ذلك فهي مهمشة إن لم نقل منعدمة .

مدخل الباب الأول :

في ظل قيامنا بهذا البحث أو هذه الدراسة لمعرفة أسباب البيئية للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية. وبعد الإشكالية و الأهداف و الفرضيات التي يجب الوصول إليها وشرح بعض المصطلحات سوف نقوم في هذا الباب بعرض الجانب النظري من البحث و المتمثل في فصلين كل فصل يدرس جانب من جوانب البحث والمتمثلة في الفصل الأول تحت عنوان البيئة المدرسية، الفصل الثاني الاصابات الرياضية وعلاقتها بالدرس التربية البدنية والرياضية.

تمهيد

من الصعب الفصل بين البيئة المدرسية والمنهج والطلاب، وبات تطوير هذه البيئة وتكييف شروطها كي تلائم توجهات التربية الحديثة ومجالاتها المعاصرة. وهذه الرعاية تنطوي على توفير بيئة مناسبة لهم ليست من جانب الوالدين وأولياء الأمور وأدوارهم ومعرفتهم بطرق رعايتهم والاهتمام بهم.

1-1- مفهوم البيئة المدرسية: (عسكر، 2009، صفحة 123)

هي البيئة التي تقدم برامج تعليمية وتربوية نوعية من اجل اعدادا متعلمين دائمي التعلم لأجل اكتساب المعرفة واستعداد للتطورات الحياتية ولتحقيق الذات والعيش مع الاخرين من خلال التركيز على المهارات الاساسية والمهارات العصرية للوصول الى المعلومات والمهارات العقلية التي تشمل التفكير ومهارات التوظيف المعلومات لحل المشكلات وإنتاج المعرفة في جو يسوده المتعة والنشاط وتعمل على اكتساب الدراسات الخبرات والمهارات الحياتية المختلفة ووضعها موضع التطبيق كما تولي المدرسة عناية الخاصة بالجانب التربوي وغرس مجموعة من القيم الراقية لدى المدرسة.

1-2- البيئة المدرسية وأهميتها:

إن الهدف من الاهتمام بالبيئة المدرسية هو السعي لتقوية انتماء الطالب بالمدرسة، و الوصول إلى حبه لها، و إيجاد الجو المناسب لشعوره بالأمن النفسي والاجتماعي، كي يتمكن من تفرغ طاقاته الكامنة، ويتفاعل مع الأنشطة المدرسية الصفية واللاصفية و يشارك فيها، و يستفيد من البرامج التربوية و يزداد تحصيله العملي والمعرفي، فالواقع يؤيد هذا الكلام فكم من طالب تغيرت نفسيته وحالته عندما تغيرت بيئته المدرسية، وكم من تلميذ تردى وضعه عندما تغيرت بيئته المدرسية، لذلك من الخطأ حصر مفهوم البيئة المدرسية على المباني و ملحقاتها فقط .

1-3- عناصر منظومة البيئة المدرسية : (أحمد، 2001، صفحة 24)

تشكل منظومة البيئة المدرسية من مجموعة من العناصر و المتغيرات المادية والاجتماعية والإدارية التي تضبط العلاقات بين الأطراف ذات العلاقة بالعملية التربوية داخل المنظومة البيئية للمدرسة، وتحدد المسؤوليات وأنماط التعامل مع المشكلات واتخاذ القرارات، وتقسم عناصر البيئة المدرسية إلى قسمين رئيسيين هما :

1-3-1- العناصر البشرية:

وهي تشمل كل العناصر البشرية التي تضمها المنظومة المدرسية وتؤثر في العملية التعليمية بشكل مباشر، وهي على النحو التالي :

1-3-1-1 الإدارة المدرسية:

عرف (محمد، 2008 م) الإدارة المدرسية بأنها: " ذلك الكل المنظم الذي يتفاعل بإيجابية داخل المدرسة و خارجها وفقا لسياسة عامة و فلسفة تربوية تصنعها الدولة رغبة في إعداد ناشئين بما يتفق وأهداف المجتمع والصالح

العام للدولة وهذا يقتضي القيام بمجموعة متناسقة من الأعمال والأنشطة مع توفير المناخ المناسب لإتمام العمل بنجاح.

1-3-2-1 المعلم:

يعتبر المعلم ما تراه الشخص المفوض عن المجتمع في التواصل مع المتعلمين من خلال الأدوار المتعددة التي يقوم بها تجاه هؤلاء الطلاب و المتمثلة في كونه قائدا للمجموعة، وبمخا في الشخصية وصانع قرارات، ومدير المشروع، صادر لأحكام، وموجه ومرشدا للسلوك

1-4-4-1 متطلبات البيئة المدرسية:

تقتضي متطلبات التربية الحديثة تطويراً للبيئة التعليمية عموماً، والبناء المدرسي خصوصاً. وقد اتجه تطوير البيئة التعليمية المادية نحو تلبية متطلبات منها

- الاهتمام بالحاجات النفسية للمتعلمين عند القيام بتصميم وإنشاء البيئة التعليمية المدرسية. منها

- الحاجة إلى ملائمة المبنى المدرسي لأعمار الطلاب وخصائصهم الحركية .

يقول روبرت دوترنز: " لقد كانت مدارس الثكنات وما زالت موضع شكوى منذ زمن بعيد، لأنها تنطوي على . تربية نظامية لا تنفق مع كل ما نؤمن به من التدريب التقدمي لاكتساب الشعور بالمسؤولية وتفسح المجال لغريزة القطيع، المناهضة للجهود التربوية للمعلم، فيتعرض التلاميذ لنظام صارم وتفرض عليهم مراعاة طائفة من القيود التي غالباً ما تحول الحياة المدرسية لإشراف مستمر يضر بجميع المعنيين "

لا شك أن هذا الوضع يعد قاتلاً للمواهب ومكبلاً للقدرات، وقد أشار إلى ذلك راسل ج. دافيز " إن الأماكن للحرية في استخدام بعض الأماكن الضيقة والأشكال المنكرة التي تدعو إلى الملل والقذارة والحدود

كان لا بد أن تضم المدرسة قاعات وفضاءات ومساحات تختلف في حجمها ونمطها المعماري وحتى في تجهيزها .

إن ما نحتاج إليه أبنية جديدة . عن القاعة التعليمية العادية وذلك باختلاف الأنشطة التي تحضنها هذه القاعات

تلائم البرامج والطرق الجديدة التي فرضتها الثورة التكنولوجية إذ يجب أن تكون تلك المباني قادرة على أن

تستوعب كل ما يستجد وما يحدث في حقل التربية من ثورات لأن الأبنية لها آثار مباشرة وفاعلة على شخصية

الطفل بشكل عام . (Maker C. J., 1995)

1-4-1-1 ضربات الشمس:

عندما يتعرض التلميذ للجو الحار و الشمس خلال حصة التربية البدنية و الرياضية لفترة طويلة قد يحدث فشل

وتوقف بجهاز ضبط حرارة الجسم حيث يحدث إغماء و ارتفاع درجة الحرارة " 40 درجة مئوية فما فوق ونجد أن

الجلد جاف أو أحمر وساخن و النبض سريع وغير منتظم ونلاحظ عدم وجود عرق (نتيجة توقف جهاز ضبط

قبل الإغماء من صداع حرارة الجسم الذي يستخدم العرق في تخفيض درجة حرارة الجسم) وقد يشكو المصاب مفاجئ ودوخة وشعور بالميل للقي.

1-4-2-الإغماء

هي قصور المخ عن القيام بوظائفه لفترة وجيزة نتيجة عدم حصوله على كمية كافية من الدم ويحدث الإغماء بعد جهد بدني مطول خصوصا أثناء الوقت الساخن (فصل الصيف خاصة) حيث يكون الجو متعود عليه للعضلات والمخ كما أن هذا النوع من الإصابات يمكن أن يحدث أثر صدمة عنيفة، أو حالة كسر ويبدو التلميذ المصاب في هذه الحالة أصفر اللون وتكون شفثاه باهتتين ويتصبب منه عرق كثير ونبضات قلبه بطيئة وضعيفة بشكل عام

1-5-البيئة المادية المدرسية: (علي، 2009، صفحة 356)

هي الجانب الفيزيائي /المادي للمدرسة ويضم الموقع العام والأبنية من صفوف وقاعات ومخابر ومرافق صحية ومطاعم وتجهيزاتها وأدواتها، والفضاءات الفراغات من ملاعب وباحات وحدائق.

1-5-1 صفات البيئة المادية للمدرسة :

من المرونة بحيث تنسجم مع الظروف المحلية لكل مجتمع من جهة، وكذلك مع التطورات الجارية على الصعيد أن تتمتع بقيمتين: قيمة دائمة تمثل الحد الأدنى الذي لا يجوز له أن يتغير مع مرور التربوي من جهة ثانية. ومن ثم الزمن، مثلاً: ينبغي للأبنية التعليمية أن تكون فيها مرافق صحية ذات كفاءة عالية ومصدر للماء نظيف

1-6-بيئة ممارسة الرياضية

يقول "ريمون توماس" البيئة الرياضية تشكل منظومة اجتماعية خاصة بالفرد و الذي تشرف عليه وتسير قيمه و معاييره أو الصيغة الإيديولوجية، هذه الثقافة الخاصة تتطور منذ نشأته

1-6-1-سلامة الأدوات والأجهزة الرياضية المستعملة

إذ أن التأكد من سلامة الأدوات والأجهزة الرياضية المستعملة يقلل من فرص الوقوع بإصابات فعلى المدرب أو اللاعب أيضا التأكد من سلامة أجهزة الجمباز المستعملة وكذلك التأكد من صلاحية الملاعب وعدم وجود الموانع التي تعيق حركة اللاعب وكذلك التأكد من صلاحية الملاعب الداخلية المستعملة من الناحية الصحية كالإضاءة والتهوية وغيرها.

1-6-2- المنشآت الرياضية: (معلولي، 2010، صفحة 106)

ينبغي أن تتناسب مواد بناء المنشآت الرياضية مع المتطلبات الصحية المحددة مثل: العزل الحراري، وامتصاص

الصوت، وتقليل نسبة الرطوبة، والتي توفر مناخا محليا ملائما داخل المنشأة. فأكثر المواد استخداما في إقامة المنشآت الرياضية في وقتنا الحالي الخرسانة المسلحة، والمركبات الكيميائية المصنعة، وهي الأوسع استخداما، وتتميز بخصائص جيدة في عزل الصوت لكنها تفرز مواد سامة، ولذلك تشكل خطورة أثناء التدريبات نتيجة للزيادة الكبيرة في معدل التنفس داخل المنشأة، حيث يتولد عن هذه المركبات أقطاب كهربائية سالبة تؤثر تأثيرا سلبيا على صحة الرياضيين وقدرتهم على العمل ولاسيما في حالة طول مدة وتكرار التأثير. كما يساعد تولد هذه الشحنات الكهربائية السالبة والمواد الصناعية الأخرى المستخدمة في ملابس وأحذية الرياضيين (وبصفة خاصة الكربون والنيلون) وفي الأجهزة والأدوات الرياضية على حدوث الحساسية وأمراض الجلد .

وتستخدم الآن في ملاعب ألعاب القوى، والملاعب المكشوفة تغطية من المواد الصناعية والتي تتميز بخصائص مرونة عالية، وهي المرنة الضرورية للعدو والتنظيف الآلي. يجب النظر بعين الاعتبار إقامة المنشآت الرياضية إلى اتجاه الضوء، الأمر الذي يعتمد عليه حجم الإشعاع الشمسي الواصل من خلال النوافذ والفتحات إلى الداخل.

1-6-3- الملابس والأحذية الخاصة بالممارسة الرياضية:

تحدد الأهمية الصحية لملابس والأحذية أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية بدورها في تنظيم التمثيل الحراري ومنع الإصابات.

(الملابس:

يتم تقييم المواصفات الصحية للملابس وفق الخصائص التالية : توصيلية الحرارة، نفاذية الهواء، الوزن، قابلية التطهير لمقاومة العدوى، الانسيابية (تأثير الملابس في مقاومة الهواء المواجهه أثناء الحركة في بعض الرياضات). ويعتبر الصوف من أفضل المواد المستخدمة في صناعة الملابس من حيث الحفاظ على الحرارة، ففي النسيج الصوفي يوجد بين ألياف الصوف كمية كبيرة نسبيا من الهواء الذي يعتبر كذلك موصل غير جيد للحرارة مثله مثل الألياف تماما . وعلى هذا النحو تتميز الملابس المصنوعة من الصوف والقطن بدرجة منخفضة من توصيلية الحرارة ودرجة جيدة من نفاذية الهواء وامتصاص الرطوبة، كما يمكن تطهيرها جيدا الأمر الذي يتفق والمتطلبات الصحية بدرجة كبيرة . والملابس المصنوعة من الألياف الصناعية خفيفة ومرنة وتقلل مقاومة الهواء المواجهه، إلا أن مواصفاتها الصحية أسوء بكثير مقارنة بالملابس القطنية والصوفية.

ويوصى الرياضيين الذين يتدربون في الهواء الطلق باستخدام ملابس تتفق تقريبا وتلك التي يستخدمها ممارسي التربية البدنية والرياضية، ويتم اختيار الملابس في الطقس البارد وفقا لفاعلية وتأثير درجة الحرارة وخصائص النشاط الرياضي.

ب) الأحذية:

ينبغي أن تتصف مواصفات الأحذية الخاصة بممارسة الأنشطة الرياضية والمتطلبات الصحية التالية القدرة على الاحتفاظ بثبات درجة حرارة القدمين، ضمان تهوية القدمين، امتصاص الماء، عدم السماح بدخول الرطوبة الخارجية، القدرة على الوقاية من إصابات جهاز الارتكاز الحركي (تسطح القدمين)، والتهاب وتقرن جلد القدمين. الأمر الذي يمكن تحقيقه عن طريق الاختيار السليم للأحذية وفق الخصائص الفردية لتكوين وحجم القدمين ووفق، القدرة على تخفيف الصدمات (اختيار المقاس المطلوب، صفة سند القدمين). وتعتمد المواصفات الصحية للأحذية على عناصرها الثلاثة: الجوانب، والفرش، والحذاء الخارجي.

الخلاصة:

يمكن القول في النهاية أن البيئة المدرسية لها من الأهمية ما يجعلها معيار من معايير التقدم الرياضي في أي دول من دول العالم، حيث أن الرياضة المدرسية تساهم في إعداد الطفل من خلال تنميته من جميع الجوانب كالجسمية، النفسية، الحركية الاجتماعية... وغيرها. وبهذا يمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية تساهم في إعداد رجل المستقبل من كل الجوانب.

الفصل الثاني: الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية

تمهيد

2-1- مفهوم الإصابات

2-2- أنواع الإصابات

2-3- الأسباب العامة للإصابات الرياضية

2-4- مفهوم التربية البدنية والرياضية

2-5- أهمية التربية البدنية والرياضية

2-6- درس التربية البدنية والرياضية

2-7- خصائص المرحلة العمرية

الخلاصة

تمهيد

الإصابات الرياضية ليست كإصابات العادة فالإصابات العادية يكفي زوال الألم على صاحبها و يتم شفاؤه إكلينيكيًا لكي يعود إلى ممارسة مهنته وشؤون حياته. أما المصاب فإن مجرد زوال الألم وعودة العضو المصاب إلى حالته الطبيعية لا يكفيان مطلقًا لممارسة رياضته ومهامه الحركية إذ لا بد من عودة المصاب إلى مستوى كفاءته الوظيفية ولياقته البدنية العامة والإصابات الرياضية على اعتبارها أنها تعطيل وإعاقة لسلامة الأنسجة وأعضاء الجسم المختلفة نتيجة لمؤثرات كيميائية وجسمانية شديدة ومفاجئة هي ما دعى بالعاملين في مجال الطب الرياضي. فالتلميذ يتعلم من خلال درس التربية البدنية والرياضية أشياء كثيرة وفي مجالات مختلفة كالتدريب والتمرين والتطبيق، والتطور، والتوازن في بناء شخصيته المستقبلية.. لهذا فإننا نلقي الضوء في هذا الفصل على مفهوم التربية والتربية البدنية والرياضية مع توضيح أهمية درس التربية البدنية والرياضية و الأسس التي يقوم عليها.

1-2- مفهوم الإصابة: هي تعرض أنسجة الجسم المختلفة لمؤثرات خارجية أو داخلية تؤدي إلى إحداث تغييرات تشريحية و فيزيولوجية في مكان الإصابة، مما يعطل عمل النسيج (خليل، 2004، صفحة 05).

2-2- أنواع الإصابات: تنقسم الإصابات تبعًا لمكان حدوثها والظروف. (الدين، 2005، صفحة 25):

أ) - إصابات مهنية. ب) - إصابات منزلية. ج) - إصابات الطريق وحوادث المرور. د) - إصابات حربية. هـ) - إصابات رياضية.

2-3- الأسباب العامة للإصابات الرياضية: ومن أهم أسباب الإصابات الرياضية ما يلي:

1. التدريب الخاطئ (تحميل الرياضي جهدًا أكثر من طاقته، عدم تنسيق العمل والتوافق في المجموعات العضلية المؤدية للجهد البدني، عدم كفاية الإحماء، سوء تنظيم التدريبات في توزيع الجهد والراحة).
2. إهمال الجانب الصحي (عدم إخضاع الرياضيين للفحوصات الدورية السليمة من غذاء ومسكن).
3. سوء المستلزمات الرياضية (أرضية الملاعب، والملابس الرياضية، والأحذية الرياضية الملائمة).
4. مخالفة القوانين الرياضية (الخشونة المتعمدة في اللعب ومخالفة قوانين اللعب، واستخدام المنشطات).
5. عدم مراعاة الظروف الجوية خلال ممارسة الألعاب الرياضية (البرد الشديد، الحرارة، الأمطار...).
6. سوء الحالة النفسية، والابتعاد عن الروح الرياضية. (العوادلي، 2004، صفحة 90)
7. عدم تجانس اللاعبين من حيث الاستعداد البدني والمستوى المهاري بسبب تفاوت العمر والجنس.
8. عدم إلمام اللاعب بالتدابير الوقائية والعلاجية اللازمة.

2-4- خصائص الإصابات الرياضية:

** تزداد عند المسابقات أكثر من التدريبات.

** تزداد عند غياب التدريب.

** نسبتها تتوقف على مدى كفاءة الرياضي .

** تزداد في الألعاب الجماعية .

** تزداد عند القيام بحركات تقنية معقدة .

2-5 - تصنيف الإصابات الرياضية (زاهر، 2004، صفحة 27) : تصنف الإصابات الرياضية إلى خفيفة، متوسطة، وشديدة، ويبين الجدول أدناه تصنيف الإصابات تبعا للشدة، وكذلك الإجراءات اللازمة لكل منها :

تصنيف الإصابات	أعراضها	الإجراءات المتخذة
1* الخفيفة	1- لا يتأثر الإنجاز. 2- ألم بعد التدريب. 3- تصلب خفيف في منطقة الإصابة. 4- لا يتغير لون المنطقة.	1- تقليل فترات التدريب. 2- تخفيف الجهد على المنطقة المصابة. 3- الراحة والعلاج الأولي. 4- التمرين التدريجي للوصول إلى الأنشطة.
2* المتوسطة	1- تؤثر على الإنجاز. 2- ألم قبل وبعد الفعالية. 3- تورم خفيف. 4- تغير طفيف في لون المنطقة المصابة.	1- إراحة المنطقة المصابة. 2- عدم إجهاد المنطقة المصابة . 3- الراحة مع العلاج الأولي. 4- الرجوع التدريجي للأنشطة بشكل تام.
3* الشديدة	1- ألم مستمر قبل وأثناء وبعد التمرين. 2- يتأثر الإنجاز بسبب الألم. 3- تتأثر الحالة الطبيعية بسبب الألم. 4- تورم+تغير واضح في لون المنطقة المصابة.	1- التوقف على ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل تام. 2- مراجعة الطبيب.

2-5-1- درجات الإصابة من حيث تأثيرها على الكفاءة العامة: (رياض، 2002، صفحة 122)

أ- الإصابات البسيطة. ب- الإصابات المتوسطة ج- الإصابات الشديدة

2-5-1-1- الإصابات البسيطة: هي تلك الإصابات التي لا ينتج عنها تكهنات كبيرة وكما لا تؤدي أيضا إلى نقصان في الكفاءة العامة أو الكفاءة الرياضية للشخص وتبلغ نسبتها حوالي 90 % .

2-5-1-2- الإصابات المتوسطة: وهي التي ينتج عنها تأثيرات على الجسم كما تؤدي إلى نقصان في الكفاءة العامة أو الكفاءة الرياضية التي ينتج عنها نقص القدرة مزاوله النشاط لفترة من الوقت وتبلغ نسبتها 9 %

2-5-1-3- الإصابات الشديدة: ينتج عنها تأثير حاد على الصحة وتحتاج لإسعافها ونقل إلى المستشفى وتأخذ وقتا طويلا لعلاجها وأحيانا يفقد المصاب القدرة على مواولة النشاطه (توفيق، 2004، صفحة 83)

2-6- الأعراض الرئيسية للإصابات الرياضية :

- الألم في الجزء المصاب أثناء السكون والحركة ضمن المدى الطبيعي.
 - الألم عند الضغط على مكان الإصابة .
 - ورم في مكان الإصابة نتيجة النزيف الدموي.
 - حدوث تشوه في مكان الإصابة.
 - عدم قدرة اللاعب على المشي أو الحركة الطبيعية.
 - ضعف أو ضمور العضلات.
 - تغير لون الجلد في المنطقة المصابة.
 - سماع أصوات في المنطقة المصابة (خاصة في الحالة الكسور). (روفائيل، 2002، صفحة 45)
- 2-7- الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإصابة: (جوكل، 2008، صفحة 45) تختلف الإصابة باختلاف نوع النشاط الممارس، فإصابات الألعاب الفردية تختلف عن إصابات الألعاب الجماعية كما تختلف في الرجال عنها في النساء، كما تختلف الإصابة باختلاف طبيعة الأداء في اللعبة، فمثلا إصابات الطرف السفلي في كرة القدم أكثر من إصابات الناشئين، كما أن الإصابة تختلف تبعا لكفاءة اللاعب البدنية حيث كلما قلت زادت احتمالية إصابته وتلعب الحالة النفسية والثقافة الرياضية دورا مهما في احتمالية الإصابة .
- وتشمل ما يلي: أ- سوء المستلزمات الرياضية ب- عدم ملائمة أرضية الملعب
- ج - سوء اختيار الحذاء المناسب، حيث أن لكل لعبة ما يناسبها من أحذية وتجدر الإشارة إلى أن أغلب التشوهات الخلقية أو الوظيفية في المجال الرياضي تنتج من سوء اختيار الحذاء المناسب.
- د - عدم الاستخدام الصحيح والمناسب للأدوات الرياضية.
- 1- سوء الحالة النفسية والخلقية للاعب والابتعاد عن الروح الرياضية نتيجة التوجيه الخاطئ كالعنف والخشونة
 - 2- عدم الأخذ بنتائج الفحوصات والاختبارات الطبية الخاصة بتقييم التلميذ.
 - 3- استخدام المنشطات يؤدي إلى إجهاد وظيفي يعرض اللاعب لكثير من الإصابات .
 - 4- عدم توفير الغذاء المناسب كما ونوعا وكذلك الماء والأملاح ومواعيد الغذاء
 - 5- عدم مراعاة تجانس التلميذ من حيث العمر والقوة والجنس والمستوى المهاري
 - 6- عدم الراحة الكافية التي تتمثل بين التمارين الرياضية أو النوم لفترة كافية

2-8-8- الإصابات الرياضية الشائعة الخاصة بالأنشطة حصة التربية الرياضية:

2-8-1- إصابات سباق السرعة: (Ganong.w.f, 1995)

2-8-1-1- إصابة عضلات الفخذ : تمزق العضلات من الإصابات التي تنتشر بين التلاميذ و يحدث تمزق العضلة

أو انشقاقها عندما يضاعف التلميذ من سرعته بشكل مفاجئ، وبقوة كبيرة.

2-8-1-2- إصابة مفصل الركبة : يعتبر مفصل الركبة أشهر المفاصل وأكثرها عرضة للإصابة، خاصة العاب القوي

(عدو، جري مسافات متوسطة وطويلة، ودفع الجلة، من بين الاماكن التي تتعرض للإصابة وهي : إصابات الرباط

الخارجي والداخلي للركبة، إصابات الرباط الصليبي الأمامي والخلفي، الإصابة الغضروفية لمفصل الركبة.

2-8-1-3- إصابة مفصل الكاحل : لأكثر الإصابات حدوثا للكاحل هي: الالتواء : ويحدث في اغلب الأحيان في

الرياضات التي فيها حركة جانبية وعندما تكون الأحذية غير مناسبة والأرضية غير مستوية مما يجعل الكاحل يدور

حول نفسه، وغالبا يسمع صوت تمزق الرباط وقت الإصابة، ويحدث ألم شديد وقد تتمزق الأوعية الدموية وتحدد

درجة التواء الكاحل بمدى التلف الحادث في الأربطة الخارجية .

2-8-2- إصابات جري المسافات المتوسطة : الجري حلقات متصلة من لحظة الارتكاز على إحدى القدمين

بالأرض، ولحظة الطيران بتأثير الاندفاع الحادث من لحظة الارتكاز السابق ويشارك تلك الحركة أفقيا احتكاك القدم

بالأرض ومقاومة الهواء، والجاذبية الأرضية وتأثير وزن الجسم ويصاحبها حركة اتزان للذراعين والجذع، ويصاحب

عملية الجري لحظة الطيران انثناء مفصل الركبة ثم يليها هبوط القدم الأمامية.

2-8-3- إصابة عضلة الساق الخلفية :

2-8-3-1- التقلص العضلي: هو عبارة عن تقلص مفاجئ حاد وشلل مؤقت وعدم الإحساس بالجزء المصاب

وترجع أسباب الإصابة إلى التهيج العصبي الشديد، الاستخدام الزائد عن الحد، قصور في الدورة الدموية المغذية

لمنطقة الإصابة، خوف، قلق، توتر، ارتداء أحذية غير مناسبة .

2-8-3-2- تمزق عضلة الساق: تحدث نتيجة لعدم الاهتمام بالإحماء الكافي أو ارتداء حذاء غير مناسب،

أو التعرض لعنف مباشر، أو حمل في زائد عمل العضلات وإجهادها أكثر من اللزوم .

2-8-4- إصابات القدم : تعتبر من الإصابات الشائعة خاصة في العاب القوي بكافة أنواع مسابقاتها .

2-8-5- إصابات دفع الجلة : خلال دفع الجلة تكون هناك ثلاث أجزاء رئيسية للجسم عرضة للإصابة وهي :

إصابة عضلات الظهر السفلة، الكتف والذراع بالإضافة إلى مفصل المرفق خاصة في المرحلة الأخيرة لدفع.

- 2-8-6- إصابات مفصل الكتف : مفصل الكتف هو المفصل الوحيد الذي يسمح لنا بالدوران 360 درجة كاملة فهو المفصل الأكثر مرونة في جسم الإنسان، فهو يسمح لنا برمي وقذف كرة السلة أو التعلق بالحلق أو الحركة على المتوازيين أو أداء الحركات الأرضية في لعبة الجمباز .
- 2-8-7- إصابة مفصل اليد: كسر العظمة الزورقية : العظم الزورقي واحد من ثماني عظام من رسغ اليد ويوجد في الصف الأمامي في النهاية السفلي في عظم الكعبرة وعند قاعدة إصبع الإبهام، وتكون عرضة للإصابة بالتهاب الموضعي واحتمال إصابتها بالكسر عند السقوط مباشرة على الجزء الخارجي لليد (الكف) وفي المجال الرياضي عندما يحاول التلميذ مثلا تفادي الارتطام الناتج من السقوط أثناء الجري يضع يده أولا على الأرض لامتناس من جزء الصدمة .
- 2-8-8- إصابات الوثب الطويل : يستغل التلاميذ الطاقة الحركية المكتسبة من سرعة الاقتراب لحمل الجسم عموديا أو رأسيا نتيجة لحركة الارتقاء، خاصة كعب قدم الارتقاء في الوثب الطويل يلمس الأرض أولا ويصاب اسفل الظهر نتيجة لحركة الهبوط غير السليمة بالإضافة اثر إلى حفرة الوثب على إصابة الظهر أيضا.
- 2-8-9- إصابة عضلات أسفل الظهر : تتمثل في دفع الجلة والوثب الطويل ويصيب عضلات المنطقة القطنية للظهر نتيجة لإصابة بالتهاب الأنسجة الدقيقة المكونة للعضلات .ومن أهم أسباب الإصابة بنجد : القيام بحركة مفاجئة عنيفة، عدم الانتظام في ممارسة الرياضة الانقباض المفاجئ لعضلات الظهر من الممكن أن تؤدي إلى نش أو سحب تلك العضلات من أماكن اتصالها (فريد، 2009، صفحة 38)
- 3-4- مفهوم التربية البدنية والرياضية (زايد، 2003، صفحة 234) يعتقد البعض أن التربية البدنية والرياضية هي مختلف الرياضات، والبعض الآخر يعتقد عضلات وعرق، لكن هذه المفاهيم جميعها في الواقع يطلق عليه اسم التربية البدنية والرياضية؛ ويمكن إظهار مفهوم التربية البدنية والرياضية من خلال دورها وأهميتها حيث يقول المفكر التربوي (هربرت ريد) " أنا أوافق تماما على أن التربية البدنية تمدنا إلى حد بعيد بتهذيب الإرادة، كما أنني لا أسف على الوقت الذي يخصص للألعاب على النقيض، هو الوقت الوحيد الذي يمضي على أحسن وجه".
- 3-5- أهمية التربية البدنية والرياضية : لا تتوقف على الجانب البدني والصحي(الحمامي، 2002، صفحة 78) فحسب، وإنما تعرف على الايجابية النافعة على الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية والمعرفية والحركية والمهارة والجوانب الجمالية والفنية وجوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا ومتكاملا؛ لذا يجب الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية؛ ويمكن توضيح الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية والرياضية في المجالات الآتية

- 3-5-1- تنمية القدرات والمهارات الحركية (الله، 2007، صفحة 139): يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية كالقوة والسرعة والرشاقة والتحمل والمرونة.
- 3-5-2- التنمية الاجتماعية 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
- 3-5-3- تنمية القدرات المعرفية الأنشطة البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية و المسائل التي تطرحها التركيز واليقظة، وسرعة الاستجابة لمختلف المنبهات والرؤية المركزية والمحيطية.
- 3-5-4- الناحية النفسية تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية وعنصرها هام في الشخصية الناضجة كما تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوازن النفسي، وتربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس؛ أما الدكتور (أمين أنور الخولي) "بين أن اللعب ينمي عند الطفل قابليته نحو التدرج والسيطرة على البيئة المحيطة".
- 3-6- أهداف التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في مرحلة الثانوية إلى تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكيات النفسية والاجتماعية وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلورة شخصية التلميذ... من حيث
- الناحية البدنية: -تطوير و تحسين الصفات البدنية (عوامل التنفيذ).
 - قدرة التكيف مع الحالات و الوضعيات
 - الرفع من المردود البدني وتحسين النتائج الرياضية
 - الناحية المعرفية:
 - معرفة تركيبية جسم الإنسان ومدى تأثير المجهود عليه، مع معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان.
 - معرفة قواعد الإسعافات الأولية أثناء الحوادث الميدانية، ومن ثم معرفة قواعد الوقاية الصحية.
 - معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطنيا ودوليا
 - الناحية الاجتماعية : (زيان، 2008)
 - التحكم في نزواته والسيطرة عليها، و تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة.
 - التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز (التحكم في الانفعالات)
 - روح المسؤولية والمبادرة البناءة والتعاون بين التلاميذ.

3-7- متطلبات درس التربية البدنية والرياضية فالتلميذ الذي يتعب ذهنه في الدروس الفكرية طوال النهار وهو جالس على المقعد لا يبدي أية حركة يحتاج إراحة ذهنه بعض الوقت والى ترويض جسمه ليتردد الكسل والخمول منه إنه الدرس الذي يخفف ضغط المناهج إلى على عقول التلاميذ، والذي يفرض التوازن بين التربية العقلية والتربية الجسدية إنه الدرس الذي يمكن الفكر من الاستمرار في التعلم ويقويه ويجعله سليما (الوطنية، منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي، مارس 2006).

3-7-1- أهداف درس التربية البدنية والرياضية :

- إن من أهم الأهداف التي تخدم درس التربية البدنية والرياضية هي : (الوطنية، 2003)
- محاولة بناء وتطوير الصفات البدنية بشكل شامل (القوة، السرعة، التحمل، الدقة في الأداء
 - إيصال المعلومات الأساسية حول الصحة والنظريات الرياضية والمعلومات الهادفة عن طريق التصرفات الرياضية.
 - اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق عن أسس الحركة البدنية وأصولها.
 - تربية بعض العادات الجيدة كالإرادة والصفات الخلقية الحسنة، والتعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- 3-7-2- أدوات درس التربية البدنية والرياضية (الرسمية، 2004، صفحة 37) :

درس التربية البدنية والرياضية هو الوحدة المصغرة التي تحقق البناء المتكامل لمناهج التربية البدنية والرياضية وتشمل نشاطين بدنيين مختلفين بمهدفين متباينين يصبان في الكفاءة المعنية والموزعة خلال العام الدراسي وتتكون حصة أو درس التربية البدنية والرياضية من ثلاث أقسام هي 1-القسم الإعدادي: ويشمل الجو التربوي والإحماء.

2- القسم الرئيسي: ويشمل النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي.

3- القسم الختامي: ويشمل العودة إلى حالة الهدوء ويتضمن تمارين التهدئة كتمارين التنفس والاسترخاء

3-8- أستاذ التربية البدنية والرياضية (زغلول، 2001، صفحة 166): يتوقف مدى تقدم التلاميذ ومقدار

الخبرات التي يتعلمونها ونوعيتها على مدى إسهام الأستاذ الفاعل والحيوي في تحقيق ما يتطلع إليه من تنشئة أفراد وفقاً لغايات وأهداف تربوية، واجتماعية، وإنسانية، فالأستاذ مربي أولاً وعليه تقع مسؤولية تربية التلاميذ.

3-9- مفهوم المراهقة مصطلح نصفى لفترة أو مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد . (عبد الرحمن، دون تاريخ، صفحة 49)

2-1- المعنى اللغوي: يعرفها البهي السيد: " المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، يؤكد رهق بمعنى (مجدي محمد، غشى أو لحق أو دنى من فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج " 2003، صفحة 148).

2-2- المعنى الاصطلاحي: التدرج نحو النضج البدني الجنسي والانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج ". (محمد عبد الرحمان، 2005، صفحة 15)

3-9-2- مراحل المراهقة :

3-9-2-1- مرحلة المراهقة المبكرة : ويطلق عليها اسم المراهقة الأولى، وهي تبدأ من سن 12 إلى سن 14 سنة من العمر، وهي فترة تتسم بالاضطرابات المتعددة، حيث يشعر المراهق خلالها بعدم الاستقرار النفسي والانفعالي وبالقلق والتوتر وبحدة الانفعالات والمشاعر المتضاربة . (الوافي، 2006، صفحة 353 و354).

3-9-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى : وهي تبدأ من سن (15 إلى 17) سنة من العمر، وفيها يشعر المراهق بالنضج الجسمي والاستقلال الذاتي نسبياً، كما تتضح له كل المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى (عبد الرحمن الوافي، 2004، صفحة 55). ويتميز المراهق في هذه الفترة بالخصائص التالية: النمو البطيء. زيادة القوة والتحمل. التوافق العضلي والعصبي. المقدرة على الضبط والتحكم في الحركات (زيدان، 2001، صفحة 72 و73).

3-9-2-3- مرحلة المراهقة المتأخرة: تبدأ من سن (18 إلى سن 21-22) سنة من العمر، وتعتبر هذه المرحلة في بعض المجتمعات مرحلة الشباب، ويتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلال، وبوضوح الهوية. (عبد الرحمن الوافي، 2004، صفحة 59)

3-9-3- خصائص النمو في مرحلة المراهقة :

3-9-3-1- النمو الجسمي: تظهر الفروق التي تميز تركيب جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة كما يزداد نمو

عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام (سعيد، 2004، صفحة 74)

3-9-3-2- النمو المورفولوجي: تتميز بضعف التحكم في الجسم، حيث تمثل مرحلة غياب التوازن في النمو بين مختلف أطراف الجسم وهذا نتيجة لعوامل غير المتوازنة تبعاً لاستطالة الهيكل العظمي العظمي، (سعيد، 2004، صفحة 74)

3-9-3-3-النمو النفسي : تتميز بشرة وحيرة واضطراب يترتب عليها جميعا عدم تناسق وتوازن ينعكس على

انفعال المراهق مما يجعله حساسا إلى درجة بعيدة. (توما جورج، 2000، صفحة 91)

3-9-3-4-النمو الاجتماعي: يبلغ الطفل مرحلة النضج حيث ينعكس هذا النضج في نموه الاجتماعي الواضح،

فيبدو المراهق إنسانا يرغب في أخذ مكانة في المجتمع وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يقبله كرجل أو امرأة. . (توما جورج، 2000، صفحة 111).

3-9-3-5-النمو العقلي والمعرفي: تأثر إدراك المراهق بنموه العضوي والعقلاني والاجتماعي، وبمر الإدراك في

المستوى الحسي المباشر عند طفل بالمستوى المعنوي المجرد عند المراهق، كما يتأثر في تفكيره بالبيئة والمحيط (تعلم اجتماعي) وذلك حتى يتكيف تكيفا صحيحا معها (محمد عماد الدين، صفحة 165).

الخلاصة:

ان الخط الرفيع الذي يفصل بين المجهود الرياضي المنظم و المبني على أسس فسيولوجية علمية في جانب و الإجهاد المفاجئ الذي يسبب بالإصابة في الجانب الأخر غير معرف حتى الآن تعريفنا جيدا و لا يمكن تحديده بوضوح و لذلك يجب على الرياضي أن يكون ملما بأسس فسيولوجيا الرياضة حيث أن استخدامها لهذه الأسس تمنع حدوث كثير من الإصابات و جميعنا نتفق و لا شك أن الوقاية خير من العلاج.

فإعداد المجتمع السليم لا يمر دون الاعتناء بالفرد الذي هو اللبنة الأساسية والجزء الدقيق في تشكيل المجتمع، فالتربية و بأنواعها المختلفة تعني بهذا الفرد منذ نشأته الأولى وطوال مراحل نموه، وهو في كل مرحلة يتعلم شيئا جديدا يسمح له بأداء ما هو مطلوب منه مقابل أن يتمتع بجميع حقوقه، والتربية البدنية الرياضية باعتبارها أحد أهم مكونات التربية العامة، فهي تأخذ على عاتقها هذا الإعداد وتوليه أهمية كبيرة في جوانب عدة منها الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي والجانب المعرفي ويتسنى ذلك من خلال درس التربية البدنية والرياضية؛ الذي يقوي الأجسام باتساق واتزان، ويثبت الإرادة ويقدم فوائد عظيمة إلى التلاميذ رجال المستقبل فهي بذلك تهدف إلى تطوير شخصية الفرد كوحدة حيوية تحت تأثير الجماعة في إطار الوضعيات الاجتماعية وتحت إشراف أستاذ التربية الرياضية، والذي يعتبر العمود الفقري للعملية التربوية.

خاتمة الباب الأول:

تعتبر الدراسة النظرية من أهم الدعائم المعرفية الأساسية التي يستند عليها الباحث في دراسة مشكلة بحثه والاستدلال بها في الدراسة التطبيقية حيث تطرق الطالبان الباحثان خلال هذا الباب إلى مجموعة من المواضيع التي

تمس مشكلة البحث والدراسة محل البحث "دراسة أسباب البيئية للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية"

الباب الثاني الدراسة الميدانية

مقدمة الباب

الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

خاتمة الباب

مدخل الباب الثاني :

بعد أن تطرقنا للجانب النظري للبحث نحاول من خلال هذا الجزء الاشارة للجاني التطبيقي بتحديد المنهج العلمي المتبع، عينة البحث .مجالات البحث، أدوات ووسائل البحث،الدراسة الاستطلاعية وتوظيف الاستمارة الاستبيان التي قمنا بتوزيعها على فئتي البحث من أساتذة وتلاميذ الطور الثانوي، وكل هذا بغية الوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة بعد تحليل ومناقشة النتائج ودراسة مدى تقبلها مع الفرضيات.

الفصل الأول

منهجية البحث والإجراءات الميدانية

الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

. تمهيد

1-1- منهج البحث

1-2- مجتمع وعينة البحث

1-3- مجالات البحث

1-4- أدوات البحث

1-5- الأسس العلمية للاختبارات

1-6- الدراسة الاحصائية

- الخلاصة

تمهيد

بعد الانتهاء من عرض الجانب النظري سنحاول في هذا الفصل، من تغطية الموضوع من جانبه التطبيقي، بحيث سنتطرق إلى التعرف على المنهج المتبع في هذه الدراسة وعينة البحث، مجالات البحث، الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث، أدوات البحث والأسس العلمية للبحث، ثم التنقل إلى عرض وتحليل النتائج ومناقشة الفرضية بالنتائج المتحصل عليها.

1-1 منهج البحث:

اعتمدنا في موضوعنا هذا على المنهج الوصفي لإجراء بحثا الميداني. (بوحفص، 2005، صفحة 123)

1-2 مجتمع و عينة البحث: (حفيظ، 2003، صفحة 35)

لدينا في بحثنا هذا مجتمع واحد وهو متكون من 1800 تلميذ وتلميذة من بعض ثانويات مستغانم. اختيار العينات: حرصا منا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية، ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة البحث بطريقة متعمدة، وكانت متكونة من مجموعة تلميذ وتلميذة حيث اخذنا 150 بنسبة 10 % وهي موزعة على 5 ثانويات حيث كل ثانوية اختير منها 30 تلميذ وتلميذة.

1- 30 تلميذ من ثانوية جبلي محمد

2- 30 تلميذ من ثانوية محمد اوكراف

3- 30 تلميذ من ثانوية معروف شارف

4- 30 تلميذ من ثانوية الاخوة عمار

5- 30 تلميذ من ثانوية الاخوة وال

كما اشتمل بحثنا على عينة من الأساتذة وكانت العينة 10 لبعض الثانويات مستغانم.

1-3 المتغير المستقل: وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة وعامة يعرف باسم

المتغير أو العامل التحريبي ويتمثل في دراستنا هي دراسة أسباب البيئية.

- المتغير التابع: وهذا المتغير هو نتاج العامل المستقل في الظاهرة والمتغير التابع في دراستنا هو الاصابات الرياضية

لدى تلاميذ الطور الثانوي .

4-1 مجالات البحث:

- 1-4-1 المجال المكاني:** أجري بحثا في بعض الثانويات لولاية مستغانم، أين قمنا بتوزيع استمارات الاستبيان وأخذ النتائج من المراكز التي تم توزيع الاستبيان هي: (ثانوية جبلي محمد. ثانوية محمد اوكراف. ثانوية معروف شارف. ثانوية الاخوة عمار. ثانوية الاخوة والي).
- 1-4-2 المجال الزمني:** أجري هذا البحث في الفترة الممتدة من شهر أكتوبر إلى غاية شهر ماي. حيث خصصت الأشهر الثلاثة الأولى في الجانب النظري (أكتوبر، نوفمبر، ديسمبر) (من 15 / 11 / 2015) إلى غاية (25 / 12 / 2015)، أما الجانب التطبيقي فقد دام قرابة اربعة اشهر ابتداء من أواخر شهر جانفي إلى غاية بداية شهر أفريل من (22 / 01 / 2016)، وخلال هذه المدة قمنا بجمع نتائج لبعض ثانويات بولاية مستغانم الذين يمارسون التربية البدنية والرياضية، بحيث قمنا بتحضير الأسئلة المناسبة والتي تخدم موضوع بحثنا على الفصل منهجية البحث شكل استبيان وزع على عينة البحث، وبعدها قمنا بجمع النتائج وتحليلها والوصول إلى الاستنتاج العام.
- 1-4-3 المجال البشري:** اشتمل بحثنا هذا على 150 تلميذ من بعض الثانويات لولاية مستغانم وبعض أساتذة التعليم الثانوي. و قد تم اختيار العينة بشكل متعمد وذلك لمراعاة الصدق في النتائج .
- 1-4-4 المجال المكاني:** اجري هذا البحث في بعض الثانويات بولاية مستغانم حيث تم توزيع الاستمارات الاستبائية على التلاميذ والأساتذة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- 1-5 أدوات البحث:** (زرزواني، 2007، صفحة 334) قصد الوصول إلى حلول أولية لمشكلة البحث المطروحة، و لتحقيق من صحة فرضيات بحثنا لزمنا علينا إتباع أنجع الطرق و الوسائل و ذلك من خلال الدراسة و الاستنتاج حيث اعتمدنا على الدراسات النظرية بالاعتماد على مجموعة من الكتب و بعض المذكرات السابقة بعض المناهج التربوية و على بعض المصادر من الأنترنت. كما اعتمدنا في بحثنا هذا على المقابلة وشرح لهم موضوع قدومنا إليهم، وشرح الاستبيان حتى يكون مفهوما لدى جميع أفراد العينة.
- 1-5-1 الاستبيان:** هو عبارة عن استبيان تقليدي مغلق، يتكون من مجموعة من الأسئلة التي تتطلب إجابات قصيرة، وهذا هو بالضبط ما انتهجناه في العملية تحديد أدوات البحث حيث قمنا بعد تشاور مع الأستاذ المشرف بتصميم استبيانين أحدهما موجه للتلاميذ وزع على عينة الدراسة مقدرة ب 150 تلميذ والآخر موجه للأساتذة واشتملت على 10 ووزعت على أساتذة التربية البدنية والرياضية لبعض ثانويات مستغانم.
- 1-5-4 الاستبيان موجه للتلاميذ :**
- يحتوي على (32) عبارة مرقمة من(1 إلى 32) والذي تم بناءه وفق الجانب النظري.

1-5-5 الاستبيان موجه للأساتذة: وتم تصميمه وفق ثلاثة محاور أساسية هي :

- المحور الأول: والذي يتمحور حول البيئة المادية (القاعات ،طبيعة الأرضية) معظم الإجابة على السؤال كانت مفتوحة.

-المحور الثاني: تمحور حول البيئة البشرية الذي يعبر عنه وفق النشاطات الممارسة وعلاقتها بطبيعة الجو (الرطوبة، الحرارة، الرياح.....)

- المحور الثالث: يصب حول عوامل البيئة البشرية والتي تمحورت حول الاكتظاظ ونوعية الملابس...

1-6 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة: (وأخرون، 2006، صفحة 68) حتى تكون الأداة ذات ثقل علمي

لغرض استخدامها و تطبيقها ميدانيا ينبغي مراعاة الشروط و الأسس العلمية التالية:

1-6-1 صدق الأداة :

- الاستبيان: تم توزيع الاستبيان على مجموعة أفراد العينة المتمثلة في التلاميذ الطور الثانوي وأساتذة، أثناء فترة الاستراحة وملئها حتى نتمكن من التأكد من صدق الإجابة.

1-6-2الصدق الظاهري: قبل توزيع الاستبيان قمنا بعرضه على مجموعة من المحكمين المشهود لهم بالكفاءة والمستوى العلمي في مجال التخصص وذلك بغية معرفة مدى صدقه، بالإضافة إلى أخذ عينة صغيرة من الإداريين والمختصين في مجال الإدارة الرياضية وهذا لمعرفة مدى فهمهم لأسئلة هذا الاستبيان.

1-6-3 الدراسة الاستطلاعية: شرع الطالبان خلال هذه الدراسة في الوقوف على الصعوبات التي قد تواجه التلاميذ والأساتذة في فهم أسئلة الاستبيان الذي يعتبر من أحد أدوات المسح الهامة لتجميع البيانات المرتبطة بالموضوع البحث وذلك بإعداد استمارة لاستطلاع رأي موجه لتلاميذ والأساتذة الثانوي، حيث تم الاعتماد على طريقة ليكرت " likert technique " في إعدادها، باستعمال تقدير الثلاثي التدرج (نعم - لا - أحيانا)،

(رشوان، 2003، صفحة 167) كما استخدمنا هذه الدراسة أسلوب دراسة الحالة ، باستخدام منهج التحليل

الإحصائي من خلال توزيع الاستبيان و قمنا باستعمال البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل نتائج الاستبيان أسهل طريقة لوصف الاتجاه وهي توضيح النسبة المئوية للمستجوبين على كل عبارة، كما اتبعنا الخطوات التالية لإعداد هذا الاستبيان :- تحديد المحاور اللازمة لاستطلاع الرأي وهي ثلاثة محاور وهي :-المحور البيئة الطبيعية - المحور البيئة المادية- المحور البيئة البشرية.وامتدت هذه العملية ما بين (10 - 10 - 2015 إلى غاية 15 - 01 - 2016) وذلك في ضوء :- مراجعة الدراسات السابقة المرتبطة بمضمون الاستبيان .

- مراجعة الإطار النظري لبحث الحالي (الدراسات النظرية والمصادر والمراجع ذات صلة بالبحث)

- ارتبط كل سؤال في الاستبيان بمشكلة البحث وهذا يساعد على تحقيق أهداف البحث.

- صدق المحكمين: وبعد إعدادها في شكلها الأولي عرضت على الأساتذة المحكمين (صدق المحكمين) وبناء على ملاحظاتهم العملية عدلت صياغة بعض العبارات إلا أن أصبحت في صورتها النهائية حيث وضعت عبارات مناسبة لكل محور بشكل يتصف بالوضوح ولا يحتاج إلى تفسير أو شرح. وبهذا كله تعتبر الاستبيان صادقة. وأنه يمكن تطبيقها على عينة من المجتمع الأصلي. وبعد التغير وتعديل في بعض الأسئلة بشكل يسهل فهمها دون أي تأويل أو تعقيد، تم توزيع هذا الاستبيان على أساتذة وتلاميذ من الطور الثانوي بولاية مستغانم قصد تأكيد ثبات وصدق الاستبيان (صدق المحتوى) إلى أن تم إعدادها بشكل نهائي.

1-7 الدراسة الإحصائية: لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علمياً، استخدمنا الطريقة الإحصائية في بحثنا هذا لكون الإحصاء هو الوسيلة والأداة الحقيقية التي تعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث والاستقصاء، وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي:

- النسبة المئوية والتي إعتدنا في تحديدها على معالجة البيانات ببرنامج SPSS

الخلاصة :

يعتبر هذا الفصل بمثابة فصل تمهيدي للمرحلة التطبيقية الذي يعدنا للشروع في انجاز التحليل والمناقشات لمعلومات مسبقة، ولازم في الاستنتاجات وبهيئنا بواسطة المعطيات المذكورة في البداية للدخول في المرحلة القادمة هذا الميدان، حيث وضعنا في مستهله المنهج المتبع في هذا الموضوع ووصفنا أدوات وتقنيات البحث وكيفية اختيار العينة ومجالات البحث والوسائل الإحصائية

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج ومناقشة النتائج

تمهيد :

لقد تمكنا من خلال الإجراءات المنهجية المتبعة للدراسة من الحصول على أكبر قدر من المعلومات حول الظاهرة الدراسية. ومن أجل الضمان تحليل هذه النتائج بدقة ووفق ما تقتضيه أهداف الدراسة قمنا بمعالجة تلك النتائج إحصائياً. ولقد سمحت لنا هذه المعالجة الإحصائية بالحصول على النتائج أخرى ترجمناها على شكل جداول ورسوم بيانية ومن أجل تنظيم عملية التحليل وضمان عدم تداخل النتائج.

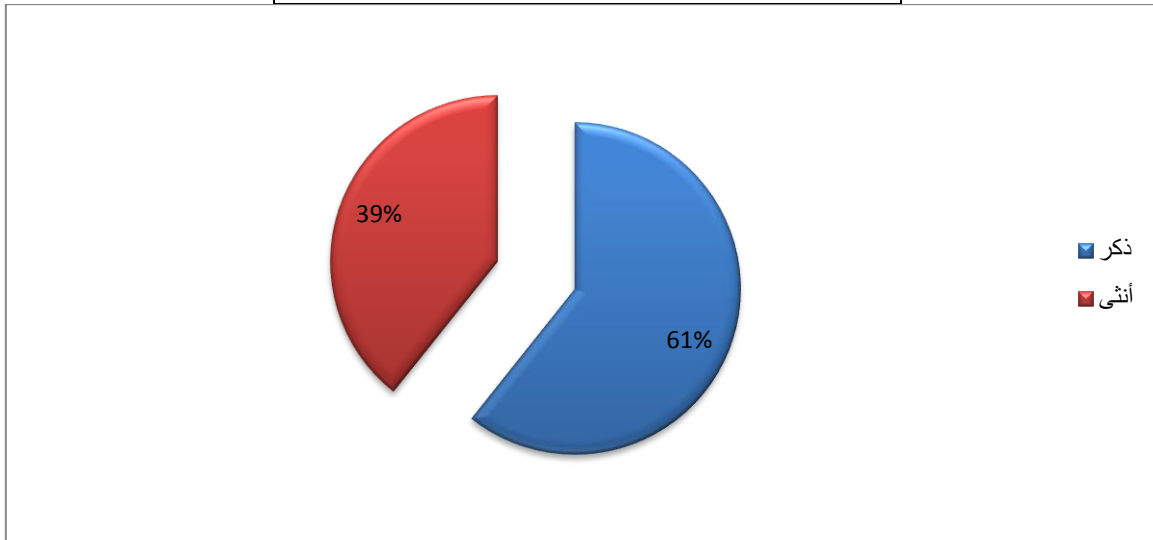
+عرض و تحليل نتائج الدراسة

المعلومات الشخصية: الجنس

الجدول رقم 01 : توزيع أفراد العينة حسب الجنس (المصدر : نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
%60.7	91	ذكر
%39.3	59	أنثى
%100	150	المجموع:

الشكل رقم 01 : يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس



يوضح الجدول رقم (01) توزيع أفراد العينة تبعاً للجنس، حيث 61% من عينة الدراسة هم ذكور و 39% هم

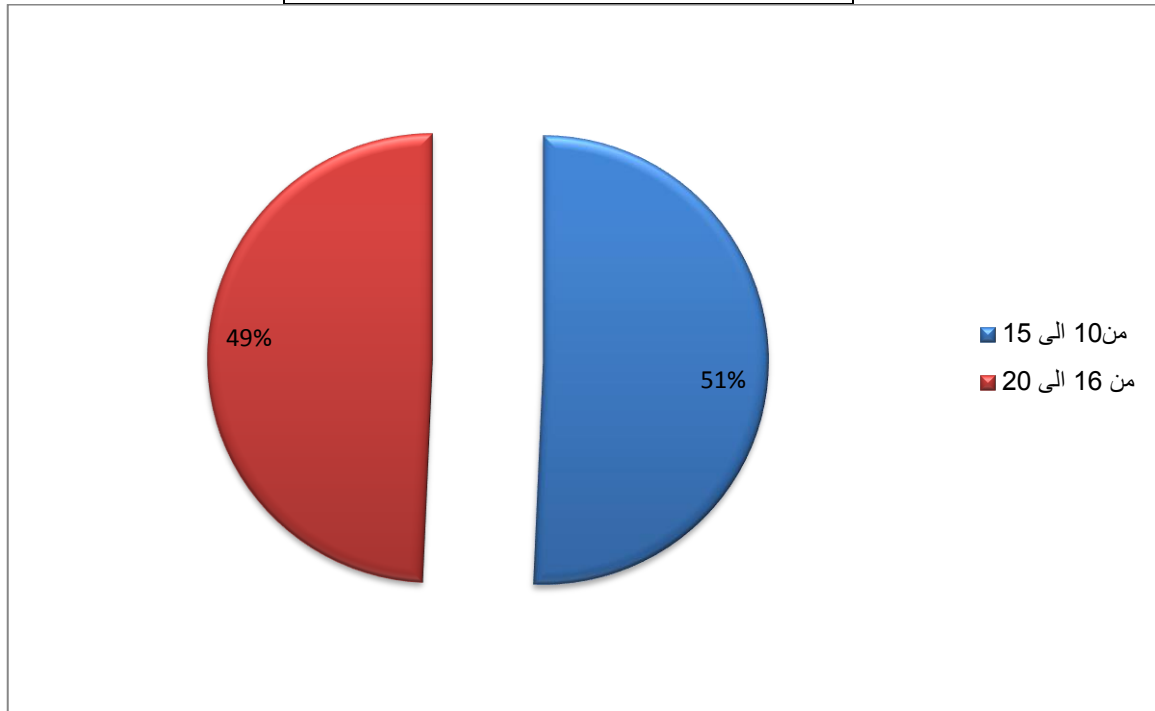
إناث، وهذا يدل على أن نسبة الذكور أكبر من نسبة الإناث.

■ السن :

الجدول رقم 02 : توزيع أفراد العينة حسب السن (المصدر : نتائج spss)

السن	التكرار	النسبة المئوية
15	76	%50.7
17	74	%49.3
المجموع	150	%100

الشكل رقم 02: توزيع أفراد العينة حسب السن



يوضح الجدول رقم (02) توزيع أفراد العينة تبعاً للسن، حيث %51 من أفراد العينة يبلغون من 10 إلى 15

سنة، %49 يبلغون من 16 إلى 20 سنة، سنة.

نلاحظ أن فئة ذكور في الثانويات تمثل أكبر نسبة مقارنة مع فئة الإناث

+ عرض نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ

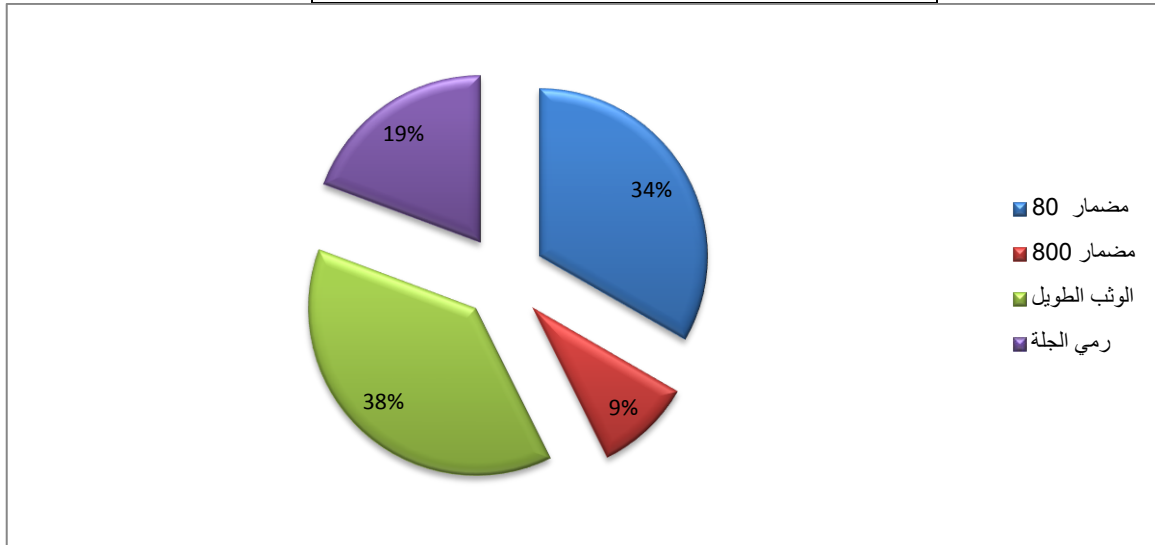
السؤال 1: تتوفر مؤسستكم على هذه منشآت رياضية؟

الهدف منه: معرفة ما إذا توفرت المؤسسة على هذه المنشآت قبل الشروع في الدرس.

الجدول رقم 03 يمثل توفر مؤسسة على منشآت رياضية (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
43.4%	14	مضمار 800
9.3%	29	مضمار 80
38%	50	الوثب الطويل
19.3%	57	رمي الجلة
100%	150	المجموع

الشكل رقم 03 : يمثل نسبة منشآت الرياضية



يوضح الجدول رقم (03) أن 33.3% من أفراد العينة أجابوا بأن معظم الثانويات تفتقر إلى مضمار 800م،

وإلا العدد القليل من الثانويات، بينما نجد ميدان دفع الجلة، وميدان الوثب الطويل متوفر وبنسب عالية قدرت بـ

38% 34% على التوالي وهي غير كافية لنشاط رياضي ونستنتج أن أغلب المؤسسات التعليمية الثانوي لا تتوفر على مضممار 800م يشكل مشكل لبعض المؤسسات التعليمية ذلك عدم وجود أماكن خاصة بالألعاب الرياضية

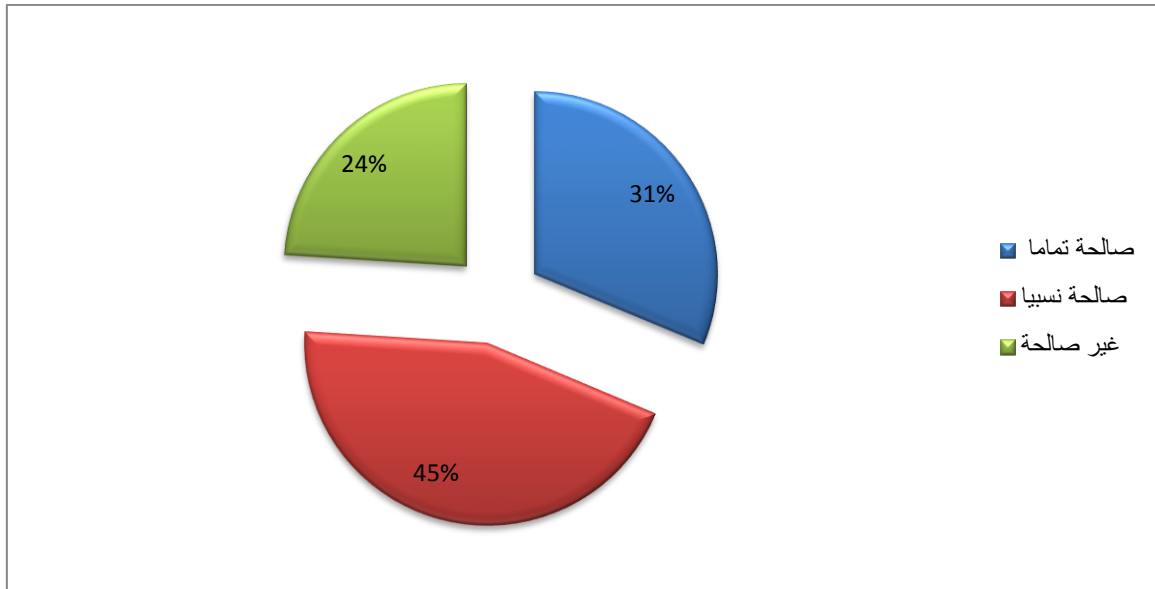
السؤال 2: صلاحية منشآت رياضية التي تمارس فيها ؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت صالحة هذه المنشآت قبل الشروع في الدرس

الجدول رقم 04 : توزيع التكرارات والنسب منشأة الرياضية الصالحة

النسبة المئوية	التكرار	
31.3%	47	صالحة تماما
44.7%	67	صالحة نسبيا
24%	36	غير صالحة
100%	150	المجموع :

الشكل رقم 04: توزيع نسب العينة للمنشآت الرياضية الصالحة



يوضح الجدول رقم (04) أن 45% من أفراد العينة أجابوا ب صالحة نسبياً، و 31% أجابوا ب صالحة تماماً و 25% أجابوا ب غير صالحة. وهنا نستنتج أن المنشآت الرياضية ليست صالحة وينتج عنه إصابات تؤثر في حصة التربية البدنية والرياضية

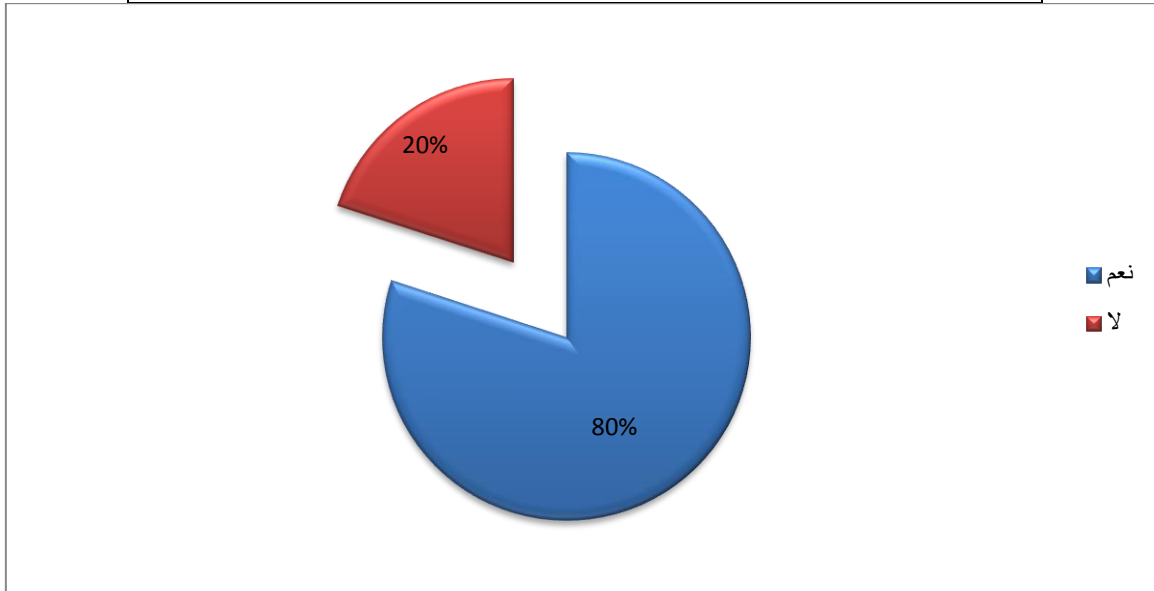
السؤال 3: كثرة تلاميذ أثناء الحصة يؤدي إلى الإصابات؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كان الاكتظاظ يؤدي إلى الإصابات

الجدول رقم 05 : توزيع أفراد العينة لكثرة التلاميذ أثناء الحصة يؤدي إلى إصابات (المصدر : نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
80%	120	نعم
20%	30	لا
100%	150	المجموع:

الشكل رقم 05 : توزيع نسب العينة لكثرة التلاميذ أثناء الحصة يؤدي إلى إصابات



يوضح الجدول رقم (05) أن 80% من أفراد العينة أجابوا بنعم بان كثرة الإصابات أثناء الحصة تؤدي إلى إصابات و 20% أجابوا ب لا وهنا نستنتج أن الاكتظاظ من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية

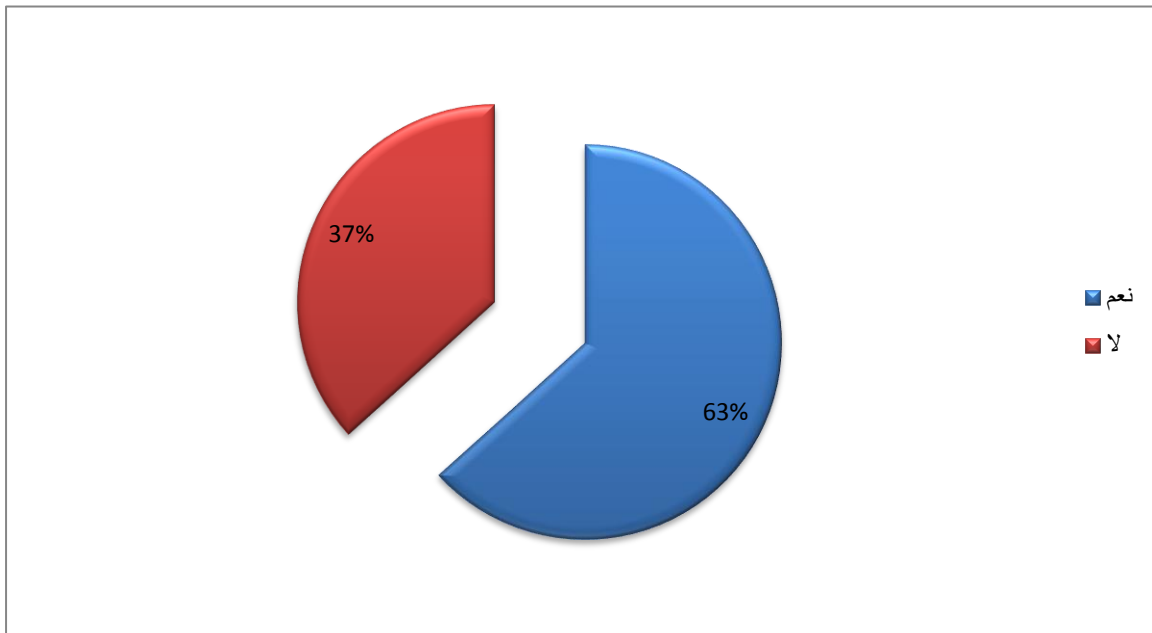
السؤال 4: الخشونة بين التلاميذ أثناء الحصة يؤدي إلى إصابات؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الخشونة تؤدي إلى إصابات.

الجدول رقم 06 : توزيع أفراد العينة لخشونة التلاميذ

النسبة المئوية	التكرار	
63.3%	95	نعم
36.7%	55	لا
100%	150	المجموع :

الشكل رقم 06: توزيع نسب العينة لخشونة التلاميذ



يبين الجدول رقم (06) أن 63% من أفراد العينة أجابوا بنعم لكثرة خشونة التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، و 37% أجابوا ب لا لعدم وجود خشونة بين التلاميذ. نستنتج أن الخشونة بين التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تؤدي إلى الإصابات بسبب فروق في العمر والجنس

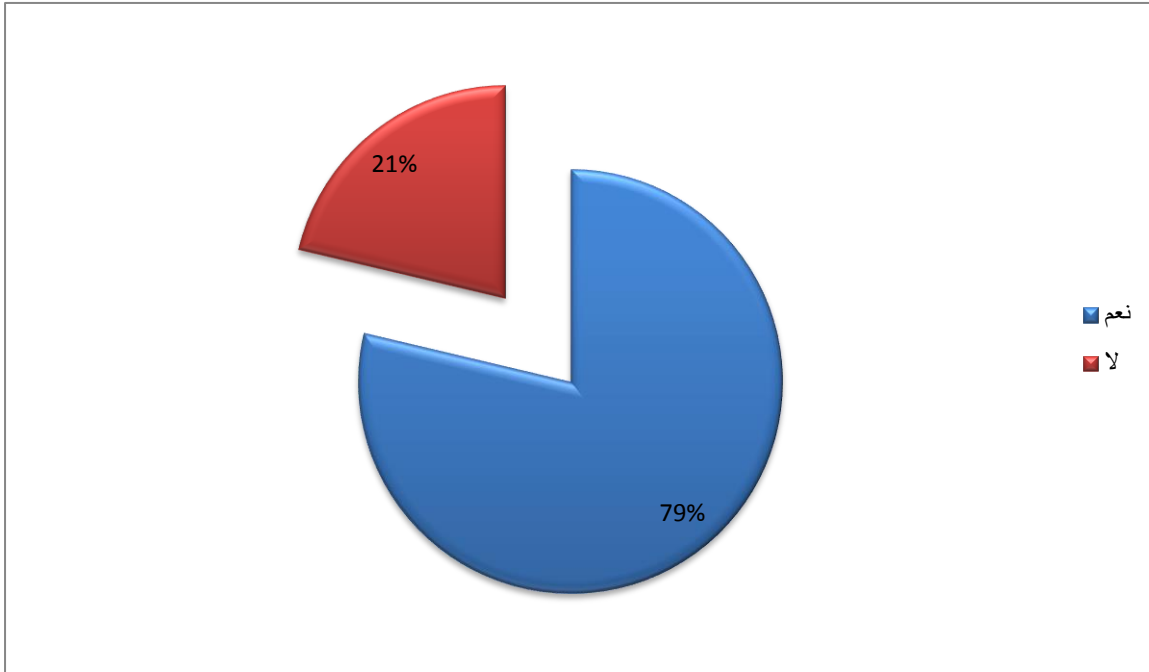
السؤال 5: سوء المستلزمات الرياضية يؤدي إلى الإصابات؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت سوء المستلزمات سبب في الإصابات.

الجدول رقم 07: توزيع تكرارات العينة الخاصة بالمستلزمات الرياضية

النسبة المئوية	التكرار	
78.7%	118	نعم
21.3%	32	لا
100%	150	المجموع:

الشكل رقم 07 : توزيع نسب العينة حسب المستلزمات الرياضية



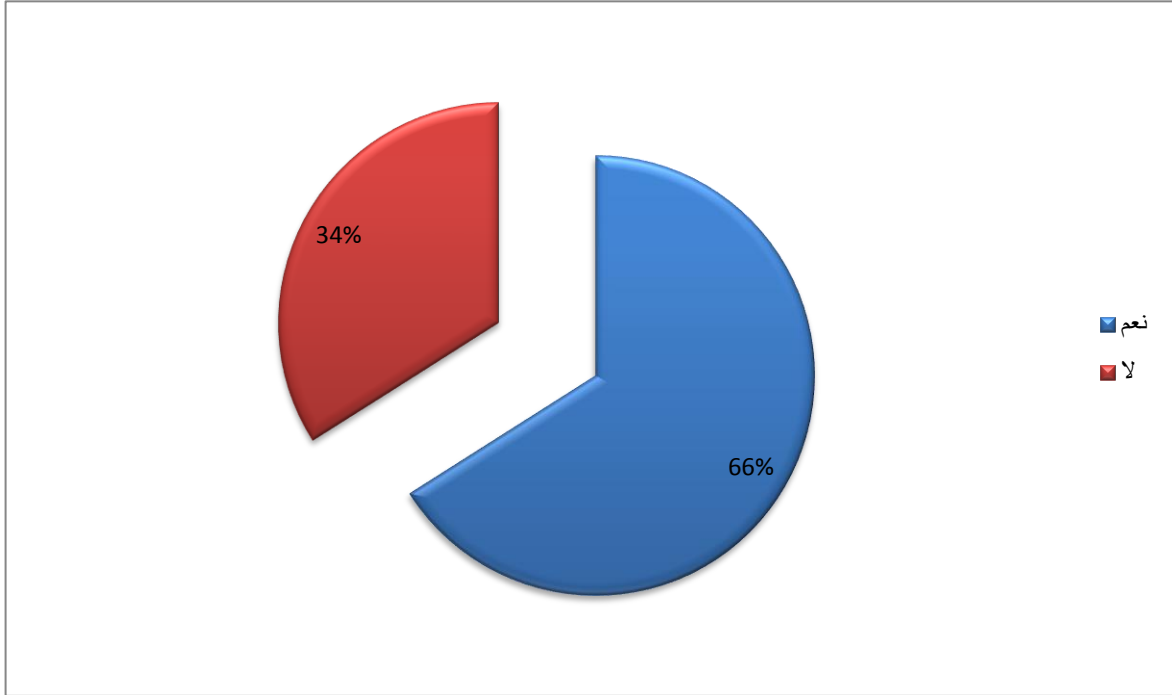
يوضح الجدول رقم(07) أن 79% من أفراد العينة أجابوا بنعم لسوء المستلزمات الرياضية و 21% أجابوا ب لا بأن المستلزمات لا تؤثر أثناء الحصة ونستنتج أن سوء المستلزمات الرياضية واستعمالها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية من الأسباب التي تؤدي إلى الإصابات.

السؤال 6: عدم ملائمة أرضية الملعب أثناء الحصة يؤدي إلى الإصابات؟
الهدف منه: معرفة ما إذا كانت أرضية اللعب تؤدي إلى الإصابات.

الجدول رقم 08: توزيع تكرار العينة الخاصة بأرضية الملعب أثناء الحصة

النسبة المئوية	التكرار	
66%	97	نعم
34%	53	لا
100%	150	المجموع:

الشكل رقم 08 : يمثل توزيع نسب العينة لأرضية الملعب أثناء الحصة (المصدر : نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (08) أن 34% من أفراد العينة أجابوا بنعم و 66% أجابوا ب لا، هذا ما يؤكد أن الثانويات لا تتوفر على ملاعب رياضية بشكل جيد ، نستنتج أن أرضية الملاعب تؤثر سلبا على التلاميذ أثناء حصص التربية البدنية والرياضية خاصة بسبب العوامل الطبيعة والتي تؤدي إلى الإصابات.

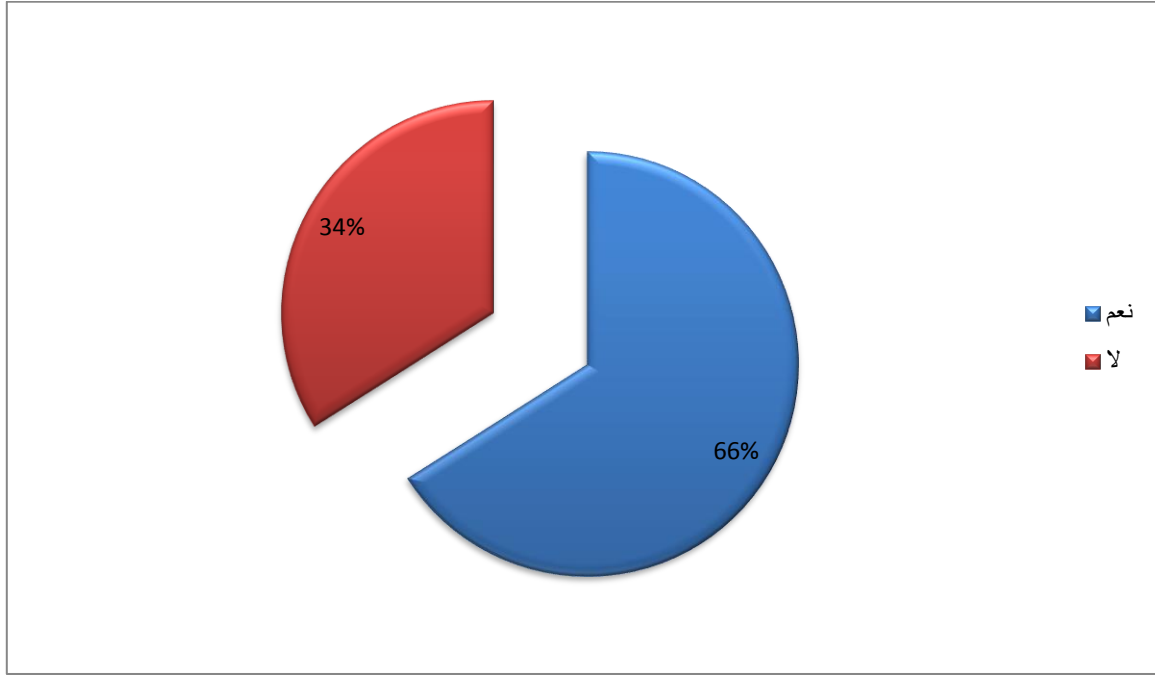
السؤال 7: سوء اختيار الحذاء أثناء الحصص يؤدي إلى الإصابات؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت سوء استعمال الحذاء يؤدي إلى الإصابات.

الجدول رقم 9: توزيع تكرار العينة حسب سوء اختيار الحذاء (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
66%	99	نعم
34%	51	لا
100%	150	المجموع :

الشكل رقم 9: توزيع نسب العينة حسب سوء اختيار الحذاء



يوضح الجدول رقم (9) أن 34% من أفراد العينة أجابوا بنعم و 6% أجابوا ب لا، هذا ما يؤكد أن الثانويات لا

تتوفر على ملاعب رياضية بشكل جيد

نستنتج أن أرضية الملاعب تؤثر سلبيًا على التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية خاصة بسبب العوامل الطبيعية والتي تؤدي إلى الإصابات.

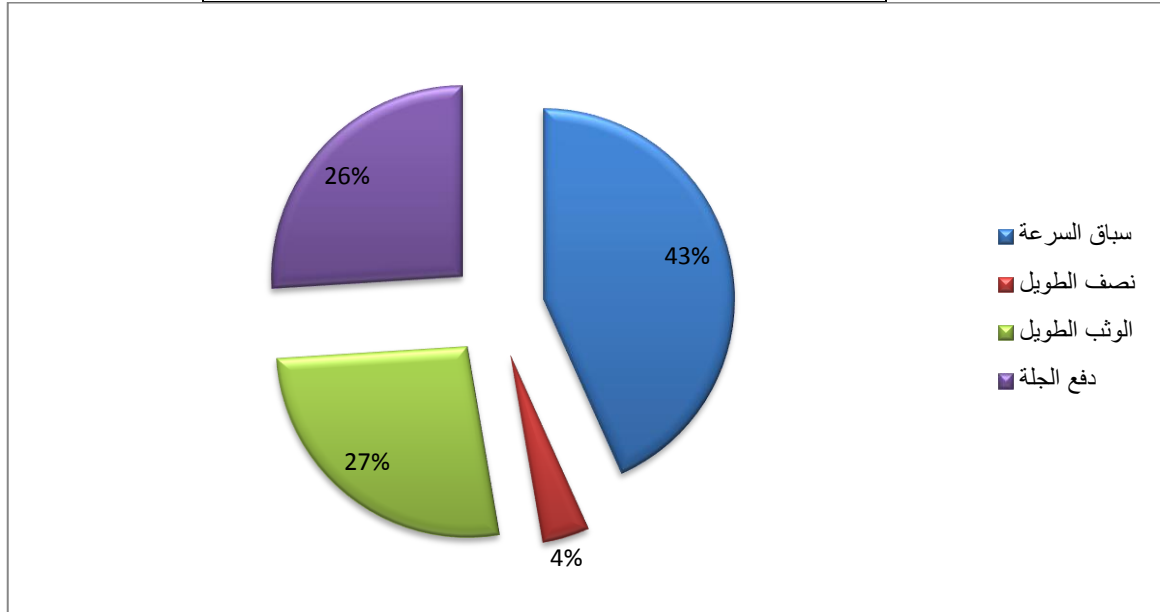
السؤال 8: الأنشطة التي تتعرض لها بكثرة أثناء الحصة ؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الأنشطة هي التي تؤدي إلى الإصابات.

الجدول رقم 10: توزيع تكرارات العينة الأنشطة المعرضة للإصابات (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
43.3%	65	سباق السرعة
4%	6	سباق نصف الطويل
26.7%	40	الوثب الطويل
26%	39	دفع جلة
100%	150	المجموع:

الشكل رقم 10: توزيع نسب العينة حسب الإصابات الشائعة



يوضح الجدول رقم (10) أن أكثر المنافسات الرياضية التي يتعرض من خلالها التلاميذ للإصابة هي سباق الجري النصف الطويل بنسبة 43% والسبب في ذلك يعود بالدرجة الأولى إلى قلة التحضير البدني، وإلى تكرار عدد الدورات ، لان اغلب ساحات المؤسسات التربوية صغيرة الحجم (دورة ب 200م) زيادة على ذلك الأرضية الصلبة ، ثم تليها منافسة الوثب الطويل بنسبة 27% بسبب الخوف يليها سباق السرعة بنسبة 26% ثم وأخيرا منافسة دفع الجلة وذلك راجع لنقص الإحماء وقلة المنشآت الخاصة بالأنشطة الرياضية .

السؤال 9: أسباب الإصابات ؟

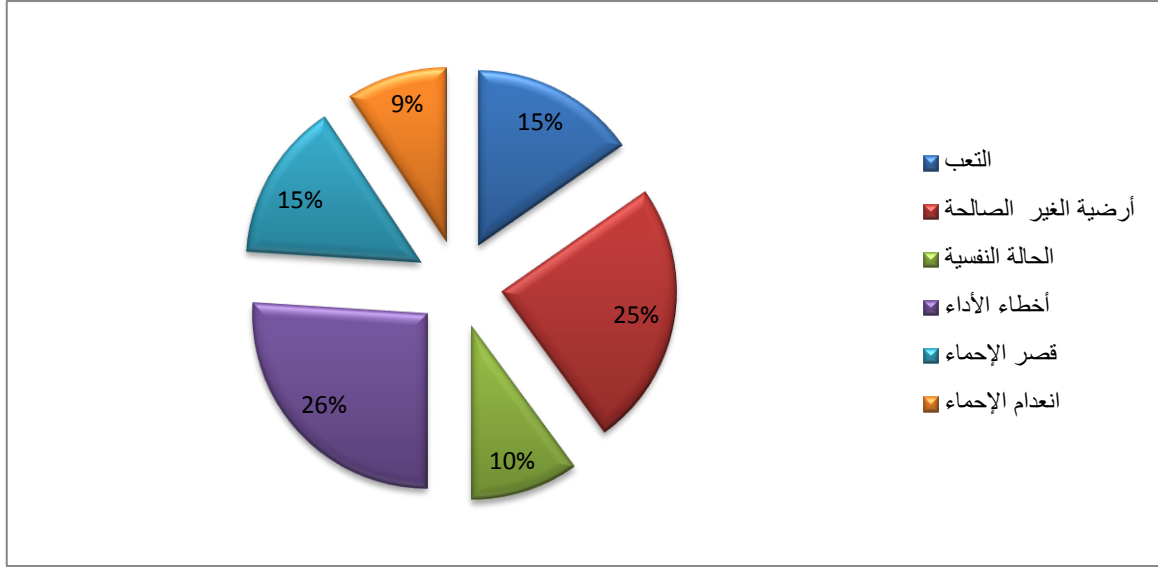
الهدف منه: معرفة ما هي أسباب الإصابات التي يتعرض لها .

الجدول رقم 11: توزيع تكرارات العينة أسباب الإصابات (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	السبب
15.3%	23	التعب
24.7%	37	أرضية الغير الصالحة
10%	15	الحالة النفسية
26%	39	أخطاء الأداء
14.7%	22	قصر الإحماء
9.3%	14	انعدام الإحماء

المجموع	150	%100
---------	-----	------

الشكل رقم 11: توزيع نسب العينة حسب أسباب الإصابات



يتضح من الجدول رقم (11) قصر فترة الإحماء والتي قدرت نسبتها بـ 26% تليها الأرضية الغير صالحة بنسبة 25% ثم أخطاء الأداء بنسبة 15% تليها الحالة النفسية للتلاميذ بنسبة 15% ثم التعب من جراء هذه المنافسات بنسبة 10% وأخيرا انعدام الإحماء ونستنتج أن نقص الإحماء هو السبب الرئيسي لحدوث الإصابات .

+ عرض وتحليل نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة

1) المحور الأول: البيئة الطبيعية

السؤال 1: التمارين المختارة تتلاءم حسب طبيعة الجو؟

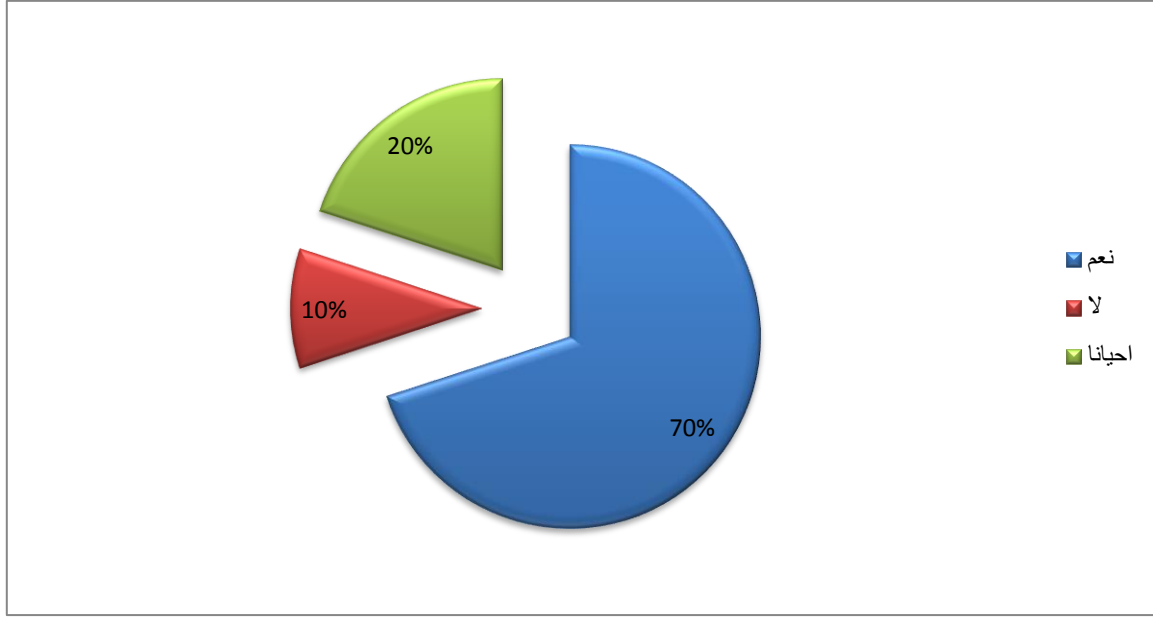
الهدف منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يختار التمارين قبل الشروع في الدرس.

الجدول رقم 01 يمثل التمارين تتلاءم مع أحوال الجوية المصدر: نتائج spss

النسبة المئوية	التكرار	
%70	7	نعم
%10	1	لا

أحيانا	2	20%
المجموع	10	100%

الشكل رقم 01 : توزيع نسب أفراد العينة حسب تلاءم الجو



يوضح الجدول رقم (01) أن 70% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن التمارين تتلاءم مع الجو، و 10% أجابوا ب لا لعدم تلاءم التمارين مع طبيعة الجو و 20% أجابوا ب أحيانا. و هذا يعني أن طبيعة الجو يعد من أولويات لإنجاح عملية التدريسية التمارين الرياضية يجب أن تتلاءم مع طبيعة الجو .

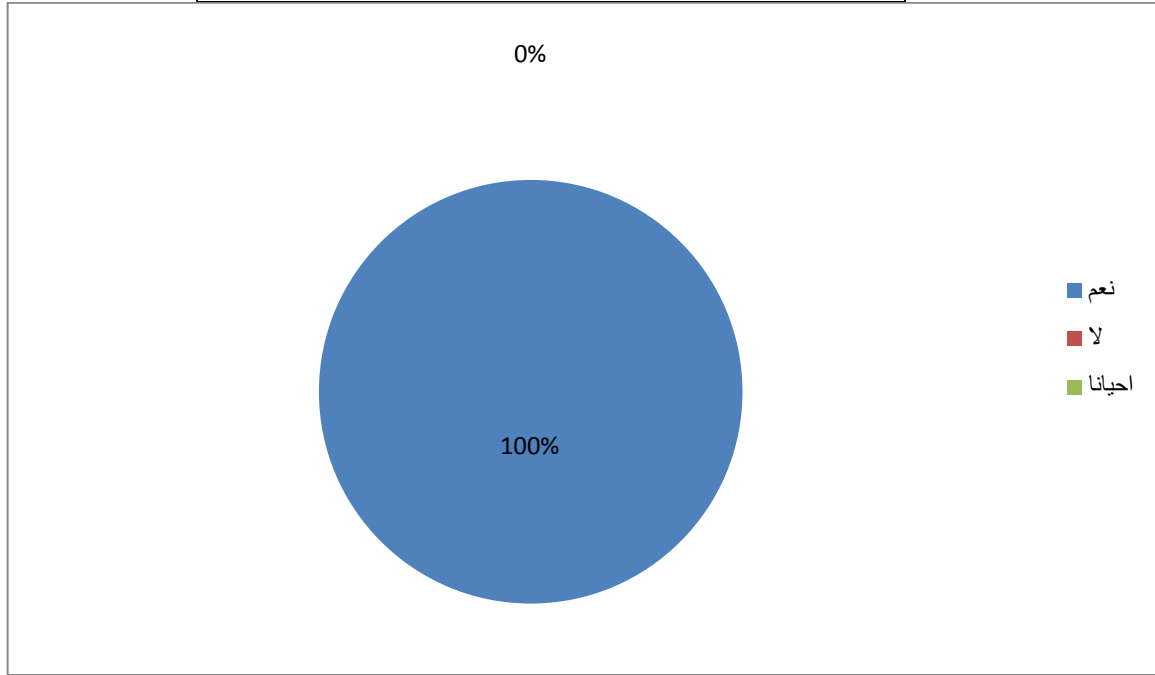
السؤال 2: الظروف الجوية وما تخلفه على أرضية الملاعب تعد من بين العوامل المؤثرة؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كان الظروف الجوية تؤثر قبل الشروع في الدرس.

الجدول رقم 04: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الظروف (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	تلاءم الجو
100%	10	نعم
00%	00	لا
00%	00	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 04 : توزيع نسب أفراد العينة حسب الظروف الجوية



يوضح الجدول رقم (04) أن 100% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن البيئة الطبيعية أو الظروف الطبيعية تؤثر على حصة التربية البدنية والرياضية إيجابيا.

و نستنتج أن البيئة الطبيعية أو الظروف الطبيعية تؤثر بدرجة كبيرة على نجاح حصة التربية البدنية والرياضية والتي تؤدي إلى إصابات.

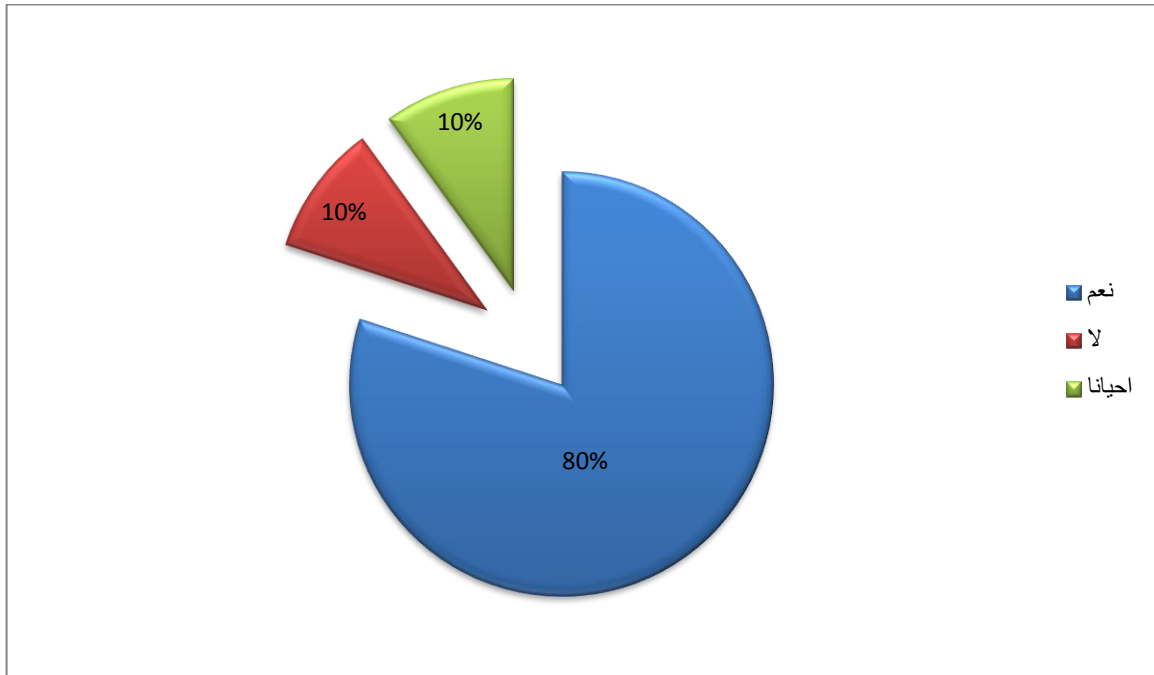
السؤال 3: تعطي أهمية لعملية التسخين في حصة ؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يعطي أهمية التسخين قبل الشروع في الدرس.

الجدول رقم 3: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب أهمية التسخين (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
80%	8	نعم
10%	1	لا
10%	1	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 03: توزيع نسب أفراد العينة حسب عملية الإحماء



يوضح الجدول رقم (03) أن 80% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن عملية الإحماء التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و 10% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبي مع طبيعة الجو و 10% أجابوا ب أحيانا. ونستنتج أن عملية الإحماء جزء أساسي في نجاح العملية التدريسية ولا بد من توفرها.

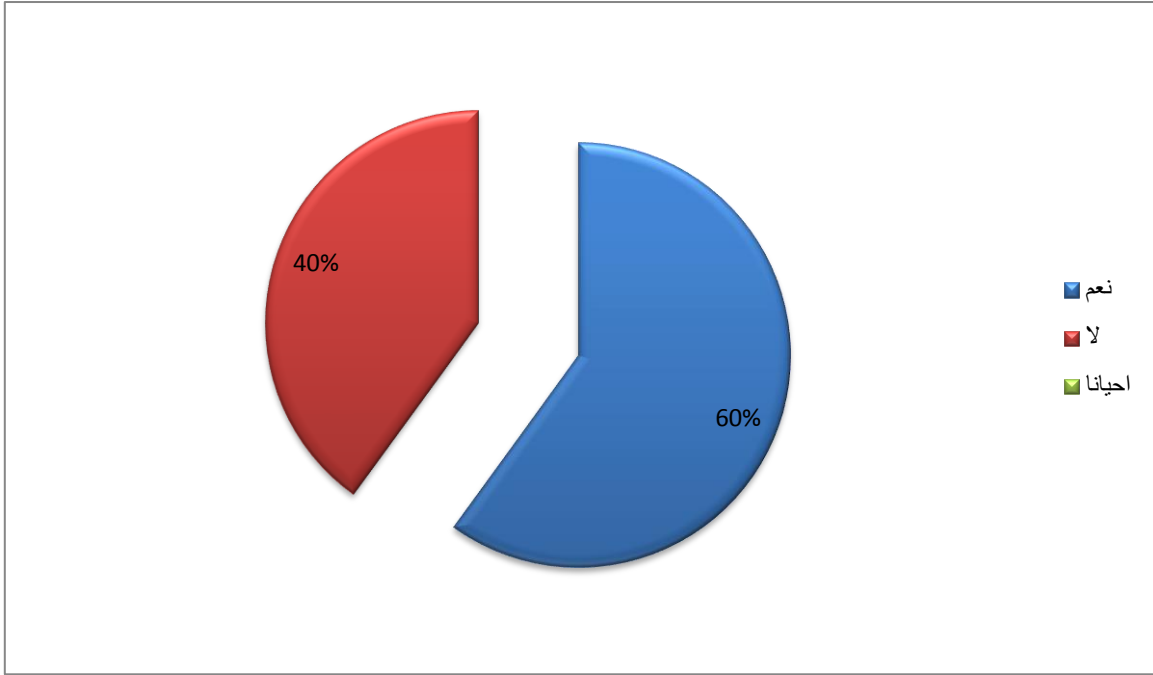
السؤال 4: أرضية الملاعب تسهل انسياب الأمطار وتصريف المياه الزائدة؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كان الملاعب تسهل انسياب الأمطار وتصريف المياه.

الجدول رقم 04: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب انسياب الأمطار الزائدة المصدر: نتائج spss

النسبة المئوية	التكرار	الرد
60%	6	نعم
40%	4	لا
00%	00	أحيانا
100%	10	المجموع

الجدول رقم 04: توزيع نسب أفراد العينة حسب انسياب الأمطار الزائدة المصدر: نتائج spss



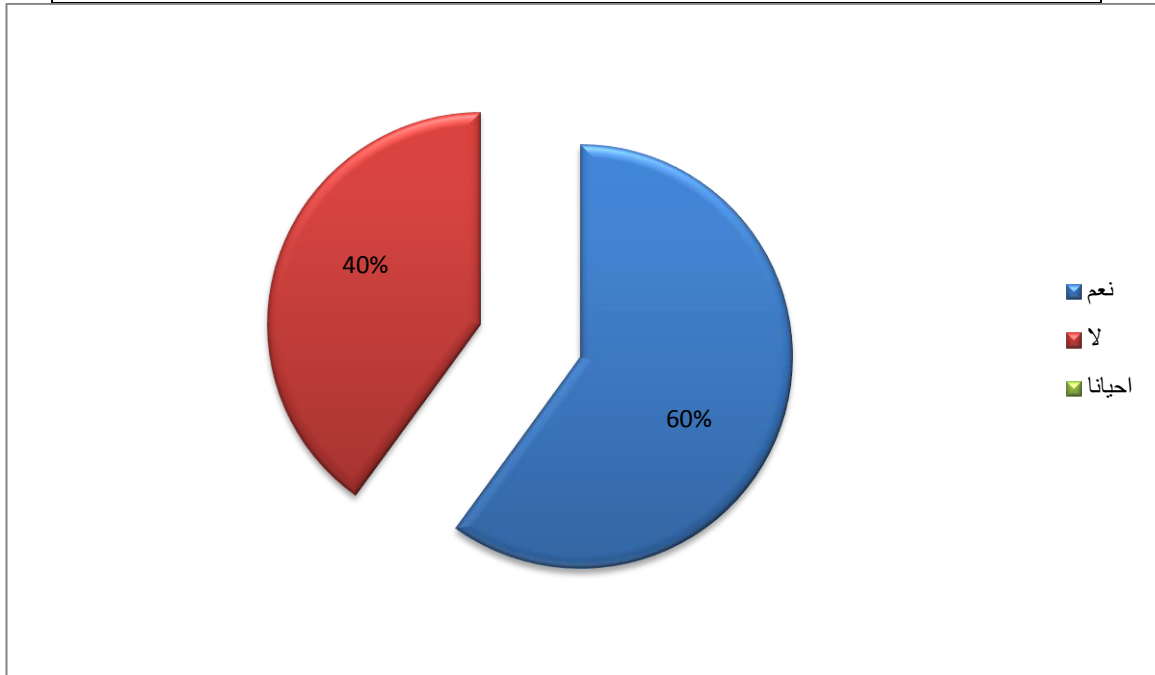
يوضح الجدول رقم (04) أن 60% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود انسياب الأمطار الزائدة التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و20% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلمي مع طبيعة الحصة. ونستنتج أن توفر المؤسسة على قنوات انسياب الأمطار الزائدة جزء أساسي في نجاح العملية التدريسية ولا بد من توفرها والتي تؤدي إلى إصابات.

السؤال 5: الظروف الطبيعية والأحوال الجوية هي العامل الأول التي تؤدي إلى إصابات أثناء الحصة ؟
الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الأحوال الجوية تؤدي إلى إصابات.

الجدول رقم 05: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب السؤال الأحوال الجوية المصدر: نتائج spss

النسبة المئوية	التكرار	
60%	6	نعم
40%	4	لا
00%	00	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 05: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب السؤال الأحوال الجوية المصدر: نتائج spss



يوضح الجدول رقم (05) أن 60% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن الظروف الطبيعية والأحوال الجوية التي تعطي مؤشرا سلبي، و40% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر إيجابي مع عدم تأثير العوامل الجوية. ونستنتج أن الظروف الجوية أو العوامل الطبيعية تعد العامل الأول التي تؤدي إلى إصابات وتؤثر أيضا في نجاح العملية التدريسية ولا بد من توفرها.

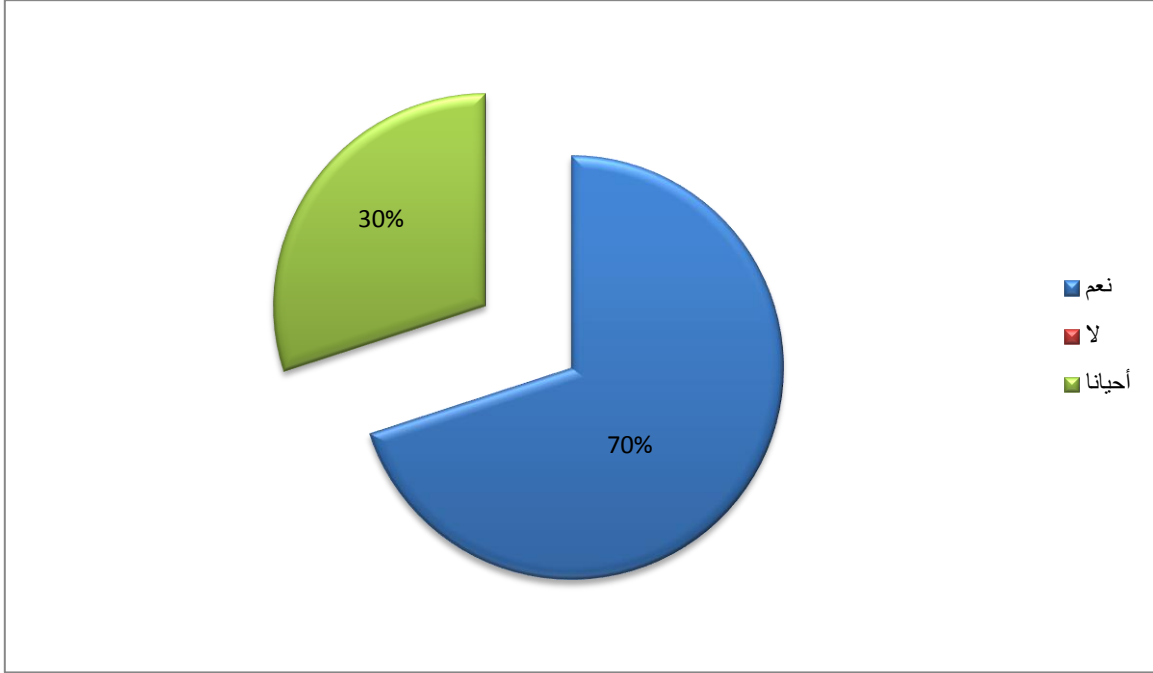
السؤال 6: بإمكانك تفادي إجراء الحصة في الظروف المناخية الصعبة؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الظروف المناخية تؤثر على إجراء الحصة.

الجدول رقم 6: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الظروف المناخية المصدر: نتائج spss

النسبة المئوية	التكرار	
70%	7	نعم
00%	00	لا
30%	3	أحيانا
100%	10	المجموع:

الجدول رقم 6: توزيع نسب أفراد العينة حسب الظروف المناخية المصدر: نتائج spss



يوضح الجدول رقم (6) أن 70% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن الظروف الطبيعية والأحوال الجوية التي تعطي مؤشرا سلبي، و40% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر إيجابي مع عدم تأثير العوامل الجوية. ونستنتج أن الظروف الجوية أو العوامل الطبيعية تعد العامل الأول التي تؤدي إلى إصابات وتؤثر أيضا في نجاح العملية التدريسية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

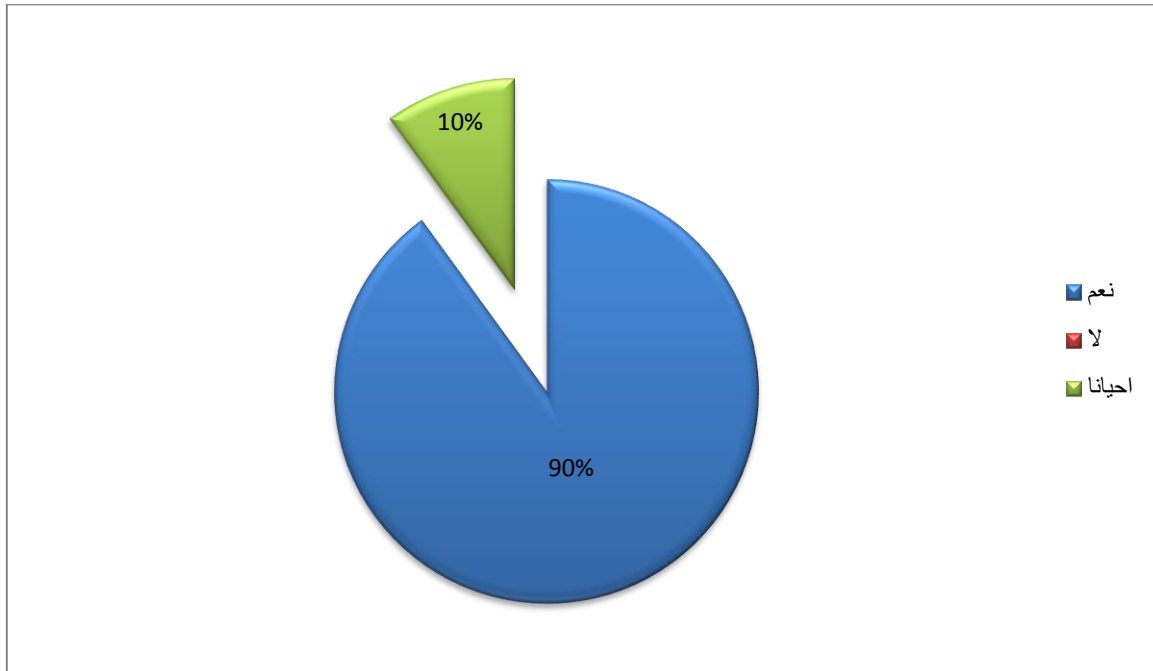
السؤال 7: البيئة المدرسية تعتبر عنصرا لا غنى عنه؟

الهدف منه: معرفة ما إذا كانت البيئة لها أهمية قبل الشروع في الدرس.

الجدول رقم 7: توزيع نسب أفراد العينة حسب البيئة (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الرد
90%	9	نعم
0%	0	لا
10%	1	أحيانا
100%	10	المجموع :

الشكل رقم 7: توزيع نسب أفراد العينة حسب البيئة (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (7) أن 90% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن أهمية البيئة التي تعطي مؤشرا ايجابي، و10% أجابوا ب أحيانا والتي تعطي مؤشر سلبي مع عدم تأثير البيئة. ونستنتج أن الظروف البيئة تعد العامل الأول في نجاح العملية التدريسية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ولا يمكن الاستغناء عنه.

❖ تحليل المحور الثاني: البيئة المادية

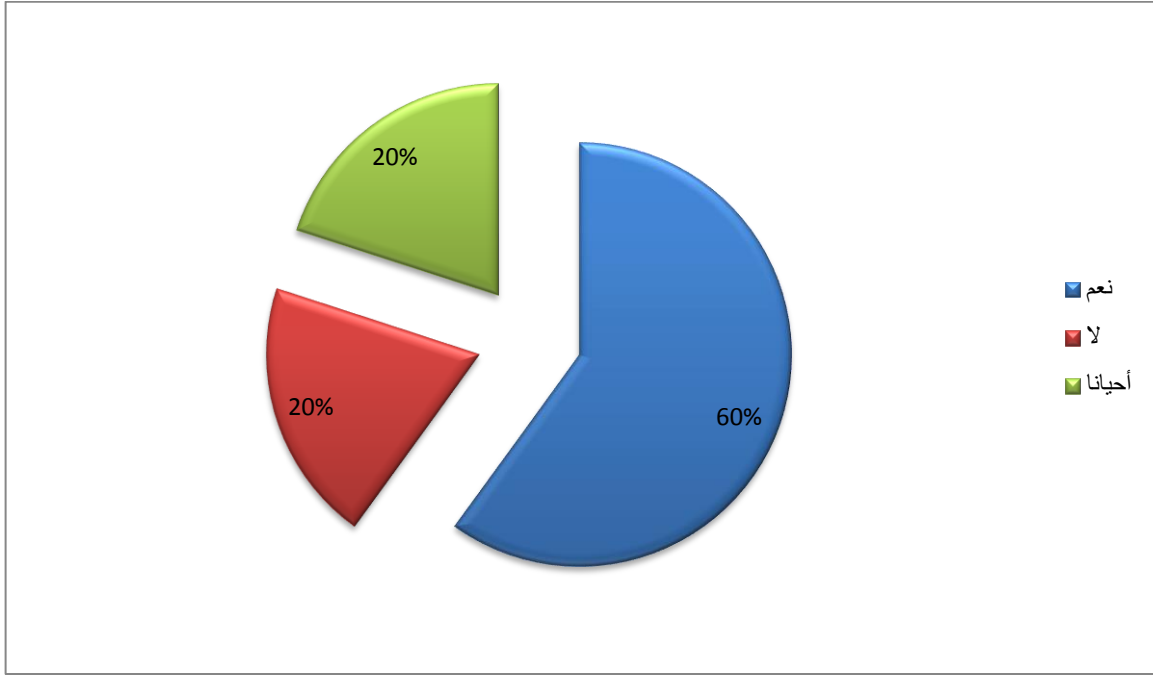
❖ السؤال 1: الملاعب الرياضية المتوفرة تفي بمتطلبات تنفيذ فقرات المنهج؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الملاعب الرياضية تفي بمتطلبات المنهج

الجدول رقم 1: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الملاعب الرياضية

النسبة المئوية	التكرار	
60%	6	نعم
20%	2	لا
20%	2	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 01: توزيع نسب أفراد العينة حسب الملاعب الرياضية



يوضح الجدول رقم (01) أن 60% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود ملاعب رياضية تفي بالغرض التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و 20% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبي مع طبيعة الحصة و 20% أجابوا ب أحيانا.

ونستنتج أن الملاعب الرياضية تفي بمتطلبات فقرات المنهج وهو جزء أساسي في نجاح العملية التدريسية ولا بد من توفرها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

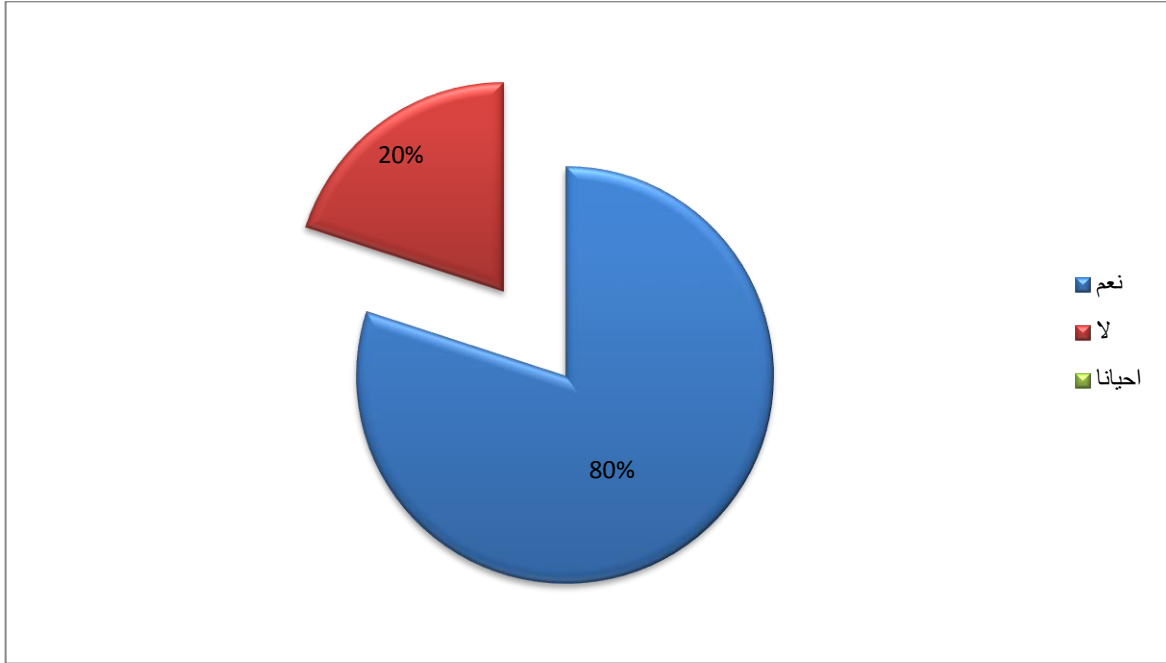
❖ السؤال 2: الملاعب التي ينفذ فيها درس خالية من الحفر والعوائق؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الملاعب لا تعيق التلاميذ

الجدول رقم 02: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الملاعب التي ينفذ فيها الدرس (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
80%	8	نعم
20%	2	لا
00%	00	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 02: توزيع نسب تكرارات أفراد العينة حسب الملاعب التي ينفذ فيها الدرس (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (02) أن 80% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود ملاعب فيها حفر والمطبات التي تعطي مؤشرا سلبي، و20% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر إيجابي مع عدم وجود حفر ومطبات. و نستنتج أن توفر المنشآت الرياضية التي ينفذ فيها درس التربية البدنية والرياضية يجب أن تكون خالية من الحفر والمطبات الأولى لإنجاح العملية التدريسية.

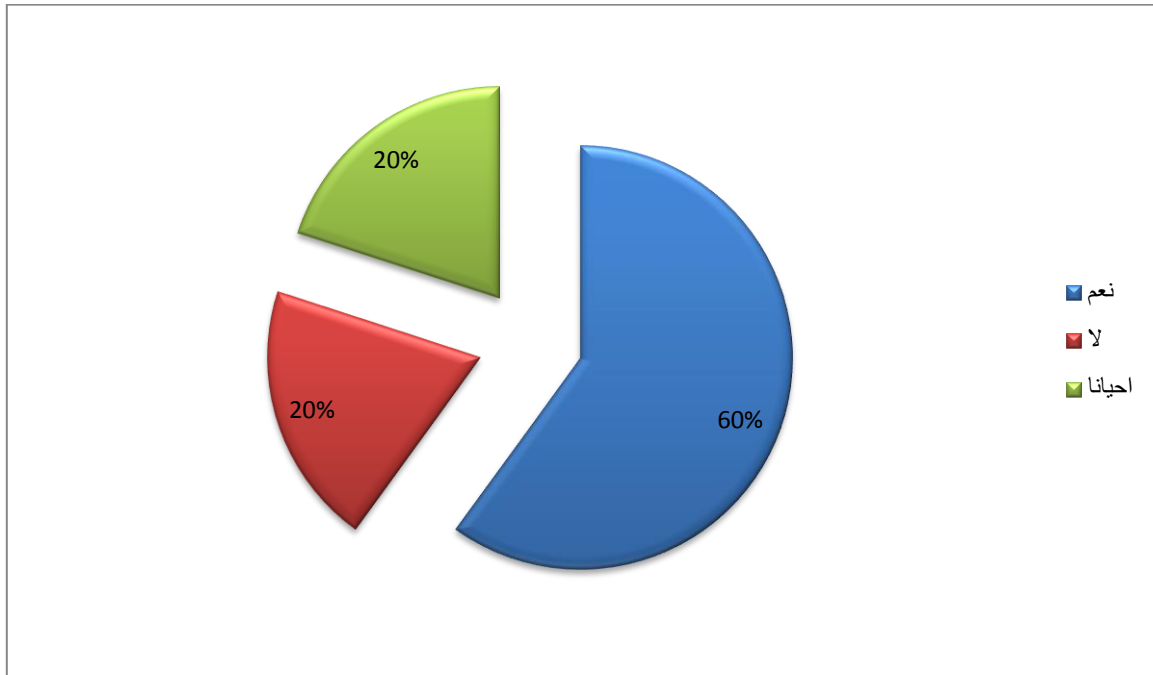
❖ السؤال 3: يتم بشكل منتظم تقويم حالة الملاعب وصيانتها؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت صيانة ملاعب بشكل منتظم

الجدول رقم 03: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الملاعب التي يتم صيانتها (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
60%	6	نعم
20%	2	لا
20%	2	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 03: توزيع نسب تكرارات أفراد العينة حسب الملاعب التي يتم صيانتها (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (03) أن 60% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود ملاعب رياضية يتم صيانتها بشكل دائم التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و 20% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبي مع طبيعة الحصة و 20% أجابوا ب أحيانا.

ونستنتج أن الملاعب الرياضية يجب صيانتها بشكل دائم لنجاح العملية التدريسية ولا بد من توفرها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

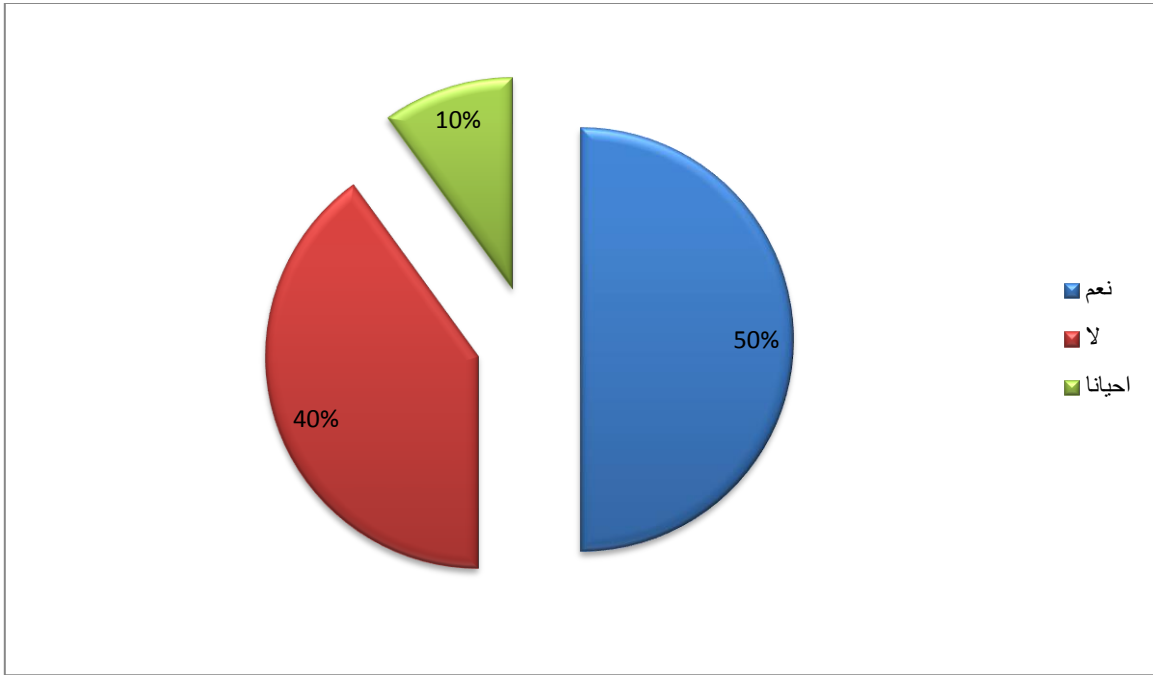
❖ السؤال 4: الكرات ذات جودة وقليلة التأثير بالعوامل؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الكرات ذات جودة وقليلة التأثير

الجدول رقم 04: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الكرات ذات جودة (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الرد
50%	5	نعم
40%	4	لا
10%	1	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 4: توزيع نسب أفراد العينة حسب الكرات ذات جودة (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (04) أن 50% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود كرات ذات جودة عالية وقليلة التأثير بالعوامل الجوية التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و 40% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبي مع طبيعة الحصة و 10% أجابوا ب أحيانا. ونستنتج أن كرات التي تمارس بها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لا بد أن تكون ذات جودة عالية وقليلة التأثير بالعوامل الجوية.

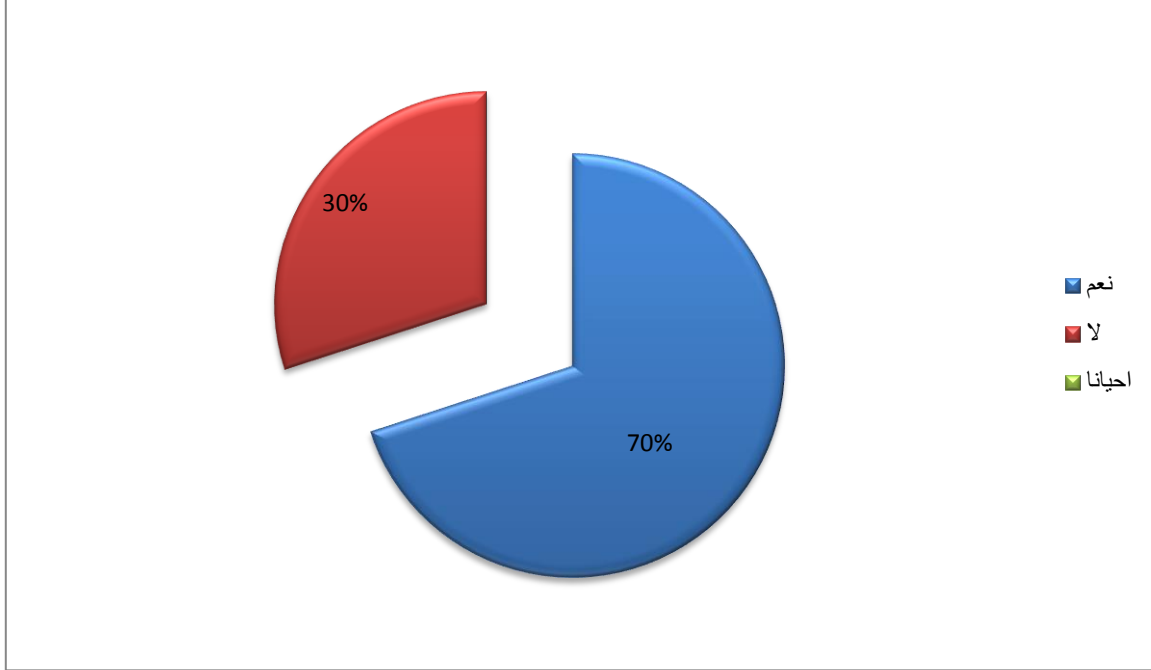
❖ السؤال 4: المرافق والخدمات قريبة من الملعب؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت المرافق قريبة من موقع إجراء الدرس

الجدول رقم 04: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب المرافق والخدمات (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الرد
70%	7	نعم
30%	3	لا
00%	00	أحيانا
100%	10	المجموع

الشكل رقم 04: توزيع نسب أفراد العينة حسب المرافق والخدمات (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (08) أن 70% من أفراد العينة أجابوا ب نعم لوجود مرافق وخدمات قريبة من الملاعب التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و30% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبي. و نستنتج أن عدم وجود ملاعب قريبة من المرافق والخدمات يؤثر سلبا على نجاح العملية التدريسية وفي درس التربية البدنية والرياضية ولا بد من توفرها.

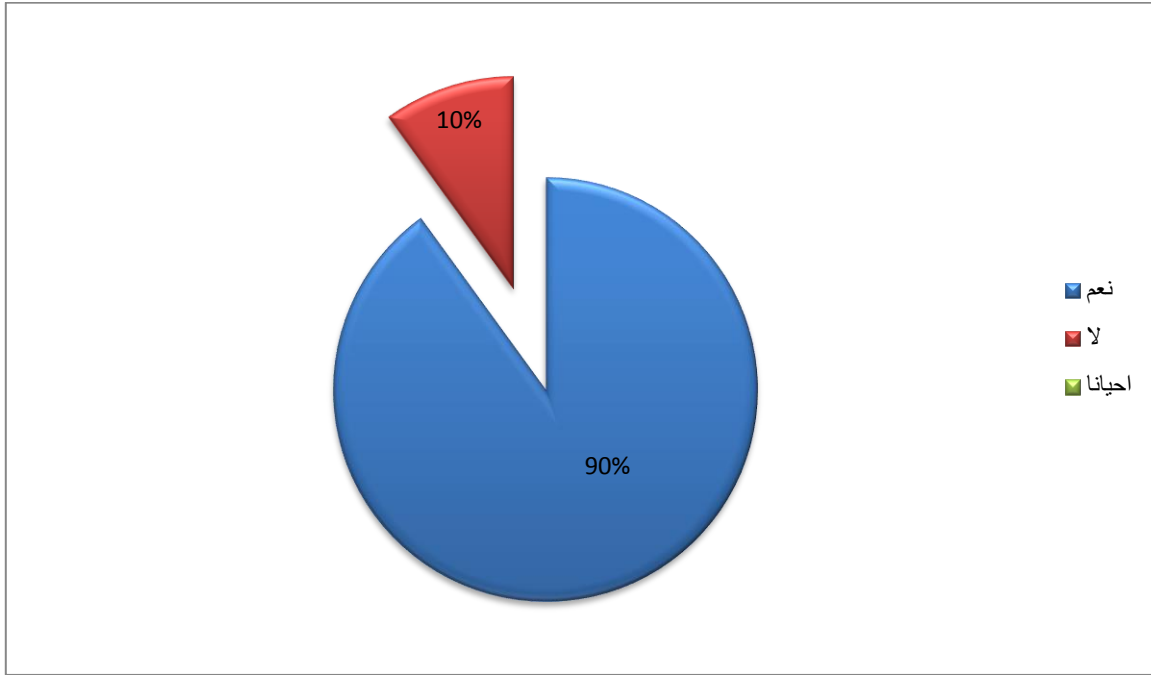
❖ السؤال 05: الملابس والأحذية العالية تؤدي إلى الإصابات؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الملابس والأحذية العالية تؤدي إلى الإصابات

الجدول رقم 05: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الملابس والأحذية (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
90%	9	نعم
10%	1	لا
00%	00	أحيانا
100%	10	المجموع :

الشكل رقم 10: توزيع نسب تكرارات أفراد العينة حسب الملابس والأحذية (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (05) أن 90% من أفراد العينة أجابوا ب نعم لوجود أحذية تؤدي إلى إصابات والتي تعطي مؤشرا ي، سلبيا و 10% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبيا.

ونستنتج أن الملابس والأحذية هي السبب الرئيسي التي تؤدي إلى الإصابات أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ويؤثر سلبا على نجاح العملية التدريسية وفي درس التربية البدنية والرياضية ولا بد من توفرها.

تحليل نتائج أسئلة المحور الثالث: البيئة البشرية

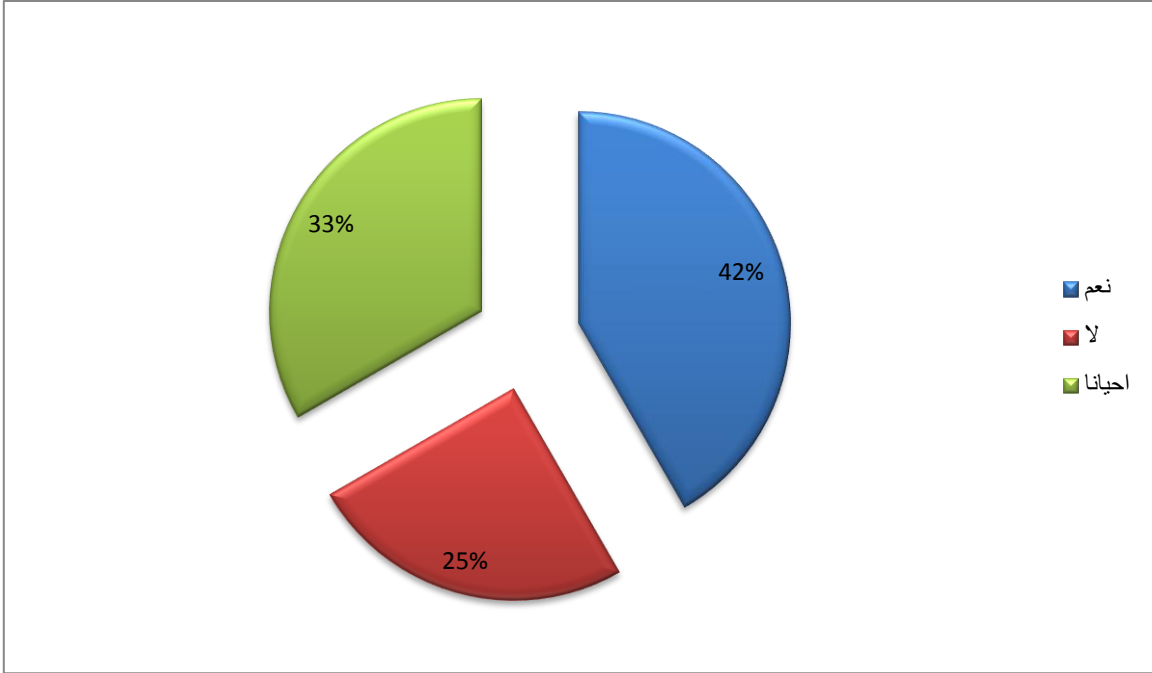
❖ السؤال 1: يوجد توافق بين العناد الرياضي الموجود وعدد التلاميذ؟

❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كان هناك توافق بين العناد الرياضي والتلاميذ

الجدول رقم 01: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب توافق العناد مع التلاميذ (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
50%	5	نعم
30%	3	لا
20%	2	أحيانا
100%	10	المجموع

الجدول رقم 01: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب توافق العناد مع التلاميذ (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (01) أن 42% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود توافق بين التلاميذ والعناد التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و 25% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلبي مع طبيعة الحصة و 33% أجابوا ب أحيانا.

ونستنتج أن لنجاح درس أو حصة التربية البدنية والرياضية يجب أن يتوافق العناد مع التلاميذ لتفادي الاكتظاظ والذي يؤدي إلى إصابات .

❖ السؤال 2: الاكتظاظ التلاميذ يعيق من سير الحصة ؟

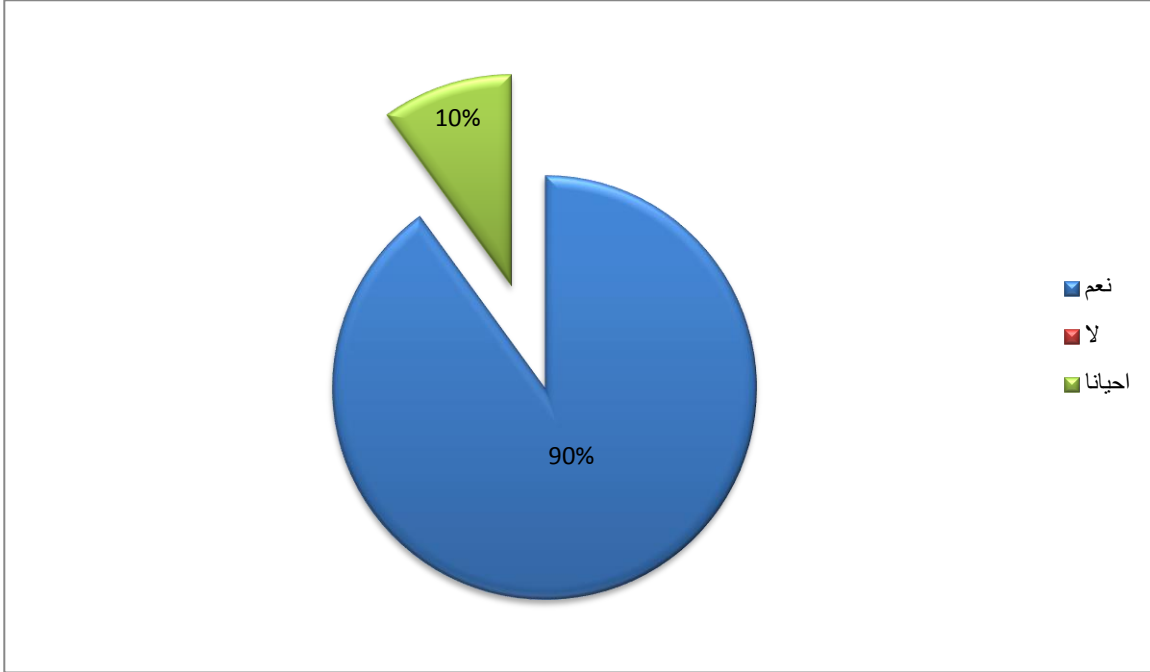
❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كان الاكتظاظ يعيق أثناء الدرس.

الجدول رقم 02: توزيع تكرارات أفراد العينة العناد مع اكتظاظ التلاميذ (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
90%	9	نعم
10%	1	لا
00%	00	أحيانا

المجموع	10	%100
---------	----	------

الشكل رقم 02: توزيع تكرارات أفراد العينة العتاد مع اكتظاظ التلاميذ (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (02) أن 90% من أفراد العينة أجابوا ب نعم لوجود اكتظاظ والتي تعطي مؤشرا ، سلمي و10% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر ايجابي .

ونستنتج أن الاكتظاظ هي السبب الرئيسي التي تؤدي إلى الإصابات أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ويؤثر سلبا على نجاح العملية التدريسية ويعيق درس التربية البدنية والرياضية ولا بد من توفرها.

❖ السؤال 3: تعتقد أن الإصابات تؤثر على رغبة التلاميذ؟

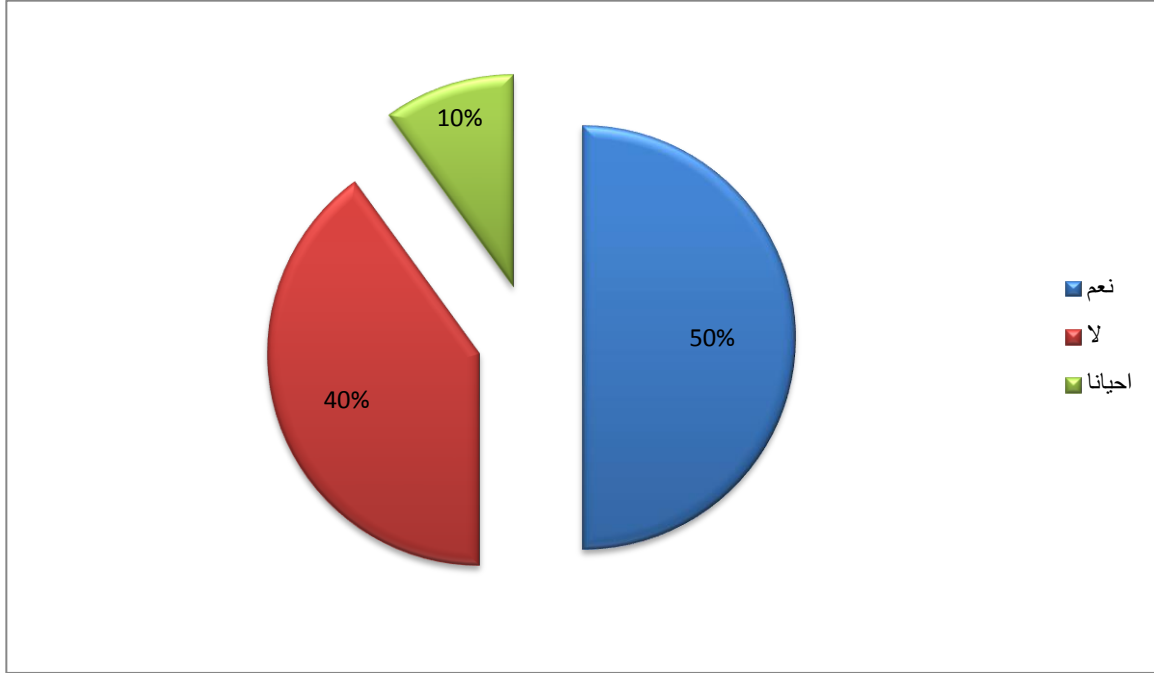
❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت الإصابات هي سبب في نقص رغبة التلاميذ

الجدول رقم 03: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الإصابات (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الرد
%50	5	نعم
%40	4	لا
%10	1	أحيانا

المجموع	10	%100
---------	----	------

الجدول رقم 03: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الإصابات (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (03) أن 50% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود إصابات بين التلاميذ التي تعطي مؤشرا سلبيا، و 40% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر إيجابي مع طبيعة الحصص و 10% أجابوا ب أحيانا. و نستنتج أن الإصابات تؤثر على رغبة التلاميذ لنجاح درس أو حصص التربية البدنية والرياضية نفيًا ونقص رغبة في أداء نشاط رياضي بسبب الإصابة السابقة.

❖ السؤال 4: تظن أن الاحتكاك يؤدي إلى الإصابات؟

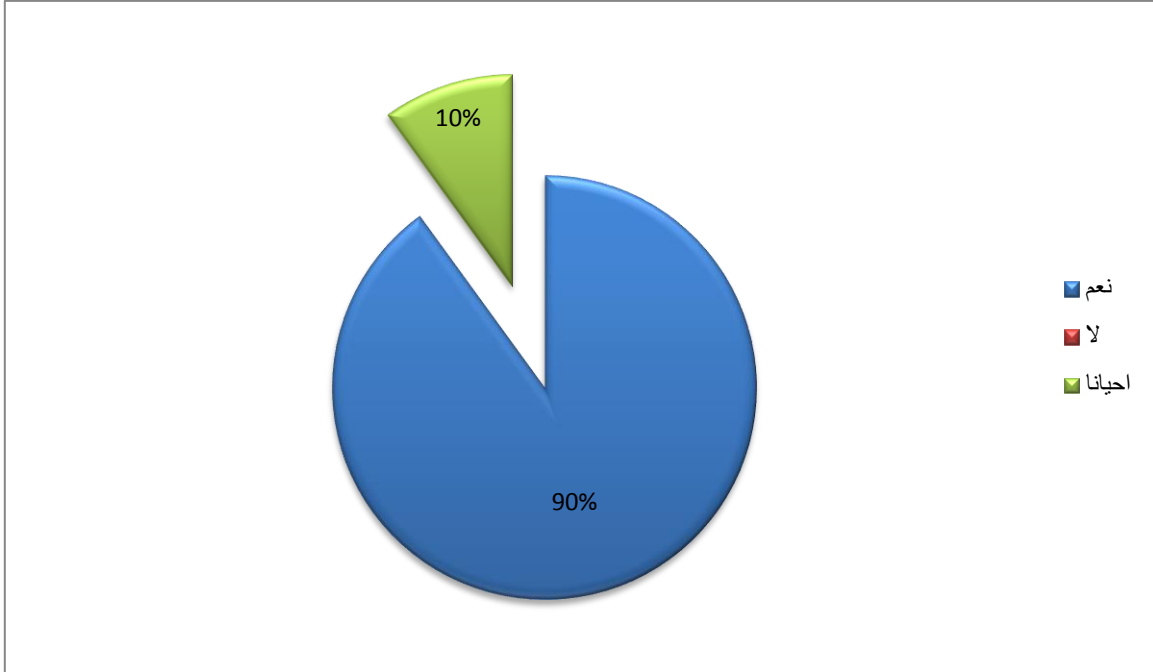
❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كان الاحتكاك يؤدي إلى الإصابات

الجدول رقم 04: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الاحتكاك التلاميذ (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	
%90	9	نعم
%00	00	لا
%10	1	أحيانا

المجموع	10	%100
---------	----	------

الشكل رقم 04: توزيع تكرارات أفراد العينة حسب الاحتكاك التلاميذ (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (04) أن 90% من أفراد العينة أجابوا ب نعم لوجود احتكاك والتي تعطي مؤشرا سلبي. و10% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر ايجابي. ونستنتج أن الاحتكاك هي السبب الرئيسي التي تؤدي إلى الإصابات أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ويؤثر سلبا على نجاح العملية التدريسية ويعيق درس التربية البدنية والرياضية ولا بد من توفرها.

❖ السؤال 5: تتوفر مؤسستكم على لوازم الإسعافات الأولية؟

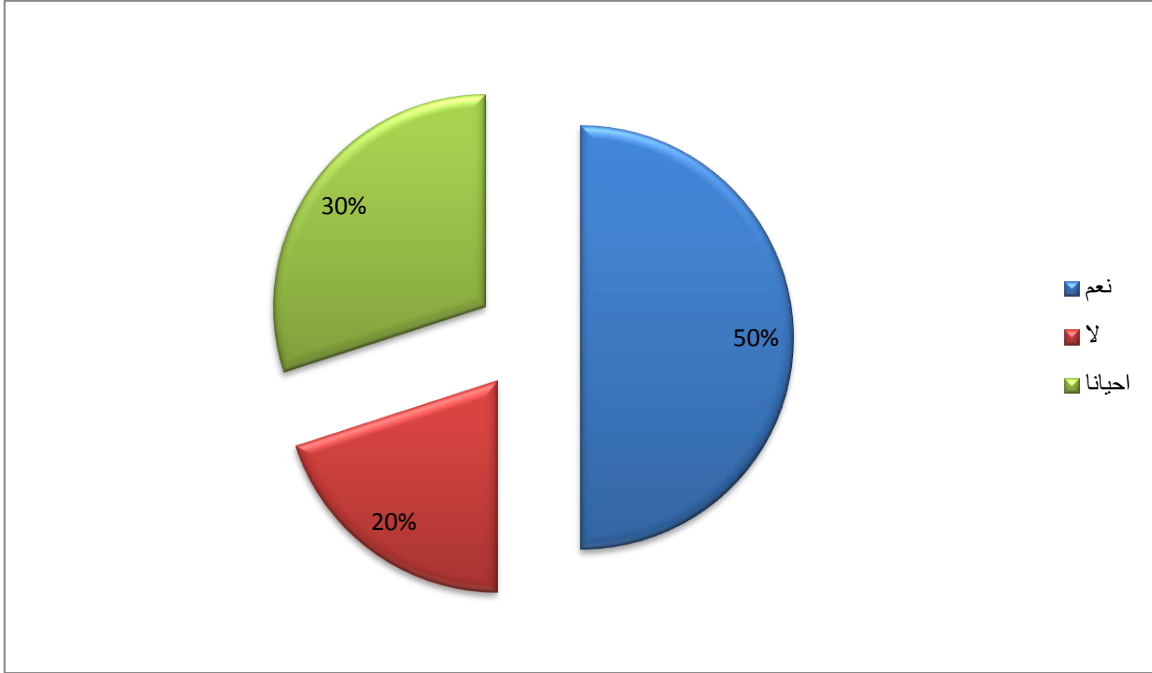
❖ الهدف منه: معرفة ما إذا كانت المؤسسة تتوفر على لوازم

الشكل رقم 05: توزيع نسب تكرارات أفراد العينة حسب لوازم الإسعافات (المصدر: نتائج spss)

النسبة المئوية	التكرار	الرد
%50	5	نعم
%20	2	لا

أحيانا	3	%30
المجموع	10	%100

الشكل رقم 05: توزيع نسب تكرارات أفراد العينة حسب لوازيم الإسعافات (المصدر: نتائج spss)



يوضح الجدول رقم (05) أن 50% من أفراد العينة أجابوا ب نعم عن وجود لوازيم إسعافات الأولية التي تعطي مؤشرا إيجابيا، و20% أجابوا ب لا والتي تعطي مؤشر سلمي مع طبيعة الحصة و 10% أجابوا ب أحيانا. ونستنتج أن لنجاح درس أو حصة التربية البدنية والرياضية يجب أن تتوفر لوازيم الإسعافات الأولية لتدخل أثناء حصة ومعالجة الإصابة.

مناقشة فرضيات :

من خلال دراستنا لموضوع البحث تحت عنوان " دراسة أسباب البيئية للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية "، ودارساتنا الميدانية التي أجريناها بثانويات لولاية مستغانم ، وبعد قراءة الجداول و التحليل الإحصائي المتحصل عليه استطعنا إلى وصول للمعطيات التالية:

+ بالنسبة للفرضية الأولى: " إن النتائج التي توصلنا إليها من خلال إجابات التلاميذ، ومن نتائج الجدول رقم: 1. 3. لأسئلة الاستبيان الموجه للتلاميذ فإن هذه النسبة مرتفعة جدا إذا ما اعتبرنا أن سباق 800م مدرج في امتحان التربية البدنية والرياضية أما فيما يخص مضمار 80م والخاص بامتحان بسباق السرعة هو أيضا ، وقدرت نسبة عدم توفره حسب إجابات التلاميذ بـ 32% أي من مجموع 10 ثانوية منها 7 ثانوية لا تتوفر على مضمار 80م ، لان هذه المؤسسات بنيت بشكل استعجالي فهي لا تتوفر حتى على ساحة بطول وعرض 100م. وعليه فإن الفرضية الأولى للبحث قد تحققت مع دراسة السابقة لطلبة (علاوي يلا همو و دهماني عبد الصمد) من جامعة مستغانم سنة (2013) حول " واقع إسهامات البيئة المدرسية في اقتناء ورعاية التلاميذ المتفوقين رياضيا في التعليم المتوسط " .

بالنسبة للفرضية الثانية: الاستبيان لأسئلة 10 ، 9" فإن صلاحية هذه المنشآت، أشارت النتائج أن 51% من إجابات التلاميذ ترى أنها غير صالحة تماما بينما نجد نسبة 43% من التلاميذ ترى أنها صالحة نسبيا، فأغلب المؤسسات التي زرتها أثناء توزيع استمارة الاستبيان على الأساتذة والتلاميذ أن ساحات الثانويات مغطاة بالحصى. ينتج عنه إصابات مباشرة وعليه فإن الفرضية الثانية للبحث قد تحققت مع دراسة السابقة لدراسة كوبر (Cooper, 1995) حول " أهمية تقديم أنشطة تربية ثرية ومتنوعة من خلال البيئة المدرسية

بالنسبة للفرضية الثالثة ومن نتائج الجدول رقم: 3.1 : " أن اغلب هذه الإصابات تتمثل في الجروح بنسبة 68% ثم الالتواء بنسبة 56% والتشنجات بنسبة 55% ، أما الأماكن المعرضة بكثرة للإصابات عند التلاميذ فهي الكاحل بنسبة 75% ثم الفخذ بنسبة 48.75% تليها الركبة بنسبة 45% . وأن نسبة 50% من الأساتذة هم دائما على مقدرة من اكتشاف إصابة التلاميذ عند محاولتهم إخفاء هذه الإصابة من طرف التلاميذ بحجة الخجل أو ما شابه ذلك ، أما فيما يخص المنافسة التي يتعرض من خلالها التلاميذ للإصابة أكثر ، هي منافسة جري المسافات النصف الطويلة ، فقدرت إجابة الأساتذة بنسبة 85%. ومنافسة الوثب الطويل بنسبة 48% ، ولتقليل من هذه الإصابات الرياضية أجاب اغلب الأساتذة أن التحضير الجيد والتسخين الجيد ، واختيار مراكز خاصة كفيلة بتقليل الإصابات الرياضية ؛ وأن نسبة 47% من الأساتذة أجابوا أن التلاميذ أصبحوا لا يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية بانتظام داخل المؤسسة وعليه فإن الفرضية الثانية للبحث قد تحققت مع دراسة السابقة لدكتور ريمون معلولي حول " جودة البيئة المادية للمدرسة وعلاقتها بالأنشطة البيئية "

الاستنتاجات

إن تعليم مادة التربية البدنية والرياضية ليست غاية في حد ذاتها وإنما هي وسيلة لتربية الفرد في ا شتى مجالات التي تساهم في تشكيل شخصيته (التربية الجسمية، النفسية، العقلية والاجتماعية) لان التربية البدنية والرياضية تسعى إلى خدمة شخصية التلميذ،

من خلال تحليل الجداول تبيننا لنا إن اغلب الأساتذة لا يشرفون على عملية الإحماء للتلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية وهذا ما يؤدي بالتلاميذ لإهمال التسخين ومن هن العمل البشري أو البيئة البشرية لها دور فعال في حدوث الاصابات الرياضية.

كما أن سوء الحالة الطبيعية من أمطار ورياح ودرجة الحرارة العالية تشكل هاجس كبير أمام التلميذ ومنه إن البيئة الطبيعية تؤدي الى حدوث الاصابات الرياضية

وسوء المستلزمات والادوات الرياضية ونوعية الحذاء الرياضي ورداءة أرضية الميدان(البيئة المادية) هي العامل الاول في حدوث الاصابات الرياضية أثناء درس التربية البدنية.

+الاقتراحات وتوصيات :

في حدود بحثنا و النتائج المتحصل عليها يقدم الطالبان بعض الاقتراحات في معالجة موضوع أخذ القرار

باستعمال طريقة المحاكاة، في شكل نقاط استفهام قد تفيد المهتمين بالموضوع العمل عليها و هي:

- ضرورة توفير جميع المنشآت والمرافق الرياضية الخاصة بالرياضة المبرمجة في جميع المؤسسات التعليمية

الإشراف على عملية التسخين للتلاميذ قبل بدء أي منافسة

- الاهتمام بالمباني وكل ما يتعلق بها من توفير المرافق مثل الساحات لمزاولة الأنشطة، وغرف الدراسة وإضاءةها

وتحسينها بشكل جيد، والسعي الجاد لتقليل أعداد الطلاب داخل الصفوف، فمن الظلم وجود (40) طالبا في

فصل واحد.

- الاهتمام بالنواحي الصحية، ورعايتها، تكثيف زيارات الأطباء للمدارس، وتحسين وضع الوحدات الصحية وزيادة إعدادها وإمكاناتها.

-يجب أن تكون الملابس الرياضية مناسبة لمثل هذه المنافسات، وخاصة الأحذية

- الاهتمام بالنواحي النفسية حيث لوحظ في الآونة الأخيرة ظهور بعض الأمراض النفسية في صفوف الطلاب

(كالقلق والاكتئاب، والتوحد، وغيرها) والتي تحتاج إلى مختصين نفسيين لعلاجها مما يتطلب وجودهم في

المدارس، أو على أقل تقدير في كل مركز إشرافي، مع زيادة عدد المرشدين الطلابيين داخل المدارس .

- بيئة مدرسية تعمل على أن تكون بيئة الصف سمحة ومرنة ويسودها الاحترام المتبادل، وينبغي على العاملين

بالبيئة المدرسية توفير بيئة تعليمية جذابة ومناخ اجتماعي إيجابي.

الخلاصة العامة :

من خلال المعطيات النظرية و التطبيقية التي سبقت، و انطلاقاً من المشكلة المطروحة "دراسة أسباب البيئية للإصابات الرياضية في درس التربية البدنية" قام بصياغة فرضية عامة تنص على أن الهدف من الاهتمام بالبيئة المدرسية هو السعي لتقوية انتماء التلميذ بالمدرسة، والوصول إلى حبه لها، و إيجاد الجو المناسب لشعوره بالأمن النفسي والاجتماعي، كي يتمكن من تفرغ طاقاته الكامنة ، ويتفاعل مع الأنشطة المدرسية الصفية ويشترك فيها ويستفيد من البرامج التربوية ويزداد تحصيله العملي والمعرفي، فالواقع يؤيد هذا الكلام فكّم من تلميذ تغيرت نفسيته وحالته عندما تغيرت بيئته المدرسية ، وكم من تلميذ تردى وضعه عندما تغيرت بيئته المدرسية ، لذلك من الخطأ حصر مفهوم البيئة المدرسية على المباني و ملحقاتها فقط، بل هي أشمل من ذلك فالاهتمام بالبيئة المدرسية يشتمل على عدة أمور . فمدارس كثيرة مشغولة وهي غير صالحة للاستخدام، وجزء منها ذات أبنية متصدعة . وعدد من المباني المدرسية آيلة للسقوط، أدرج عدد منها في الخطة لإشغاله. وما يزال عدد مرتفع من المدارس مستأجرة، وطنية... ومدارس جديدة متصدعة نتيجة سوء تنفيذ في الدراسات وفي تنفيذ بناء المدارس أدى إلى حوادث مفرجة (هيئة تخطيط، الدولة وإذا أضفنا إلى ما تقدم، وجود شكوك بشأن انخفاض مستوى الأنشطة التربوية ذات الطابع البيئي التي يمارسها التلاميذ استناداً لنتائج بحث سابق "مناهج التربية البيئية المعرفة والممارسة والتي يمكن لو تمت ممارستها في المدرسة وبيئتها المحلية لتحسن واقع البيئة المدرسية وتحمّلت في عيون طلابها، الأمر الذي يمكن أن يسهم بقسطه في تنمية اتجاهات إيجابية نحو المدرسة، وزيادة الرغبة في تحسينها، عندئذ ستغدو المدرسة مسرحاً لأنشطة عديدة ومتنوعة نظرية وعملية يشترك فيها المعلم والطالب بهدف اكتساب المعارف والمهارات والسلوك والمواقف التي تعد للحياة. المدرسة البيت الثاني للطلاب من الصعب الفصل بين البيئة المادية للمدرسة والمنهج والطالب، وباتت تطوير هذه البيئة وتكليف شروطها كي تلاؤم مع توجهات التربية الحديثة ومجالاتها المعاصرة ونخص هنا التربية البيئية على أنها مجال تربوي واعد بات أمراً لا بد التنوع في البناء المدرسي وفق نماذج متعددة، تبعاً للمرحلة التعليمية ونوع التعليم والبيئة المحلية والظروف المناخية والتأكيد على توفير قاعات الأنشطة المتعددة الأغراض، وتطبيق نظام القاعات الدراسية التخصصية نظراً لما توفره من بيئة تعليمية وتعلمية مناسبة، وتسمح باستخدام التقنيات المتوفرة في عملية التعلم والتوجه نحو البناء المدرسي القابل للاستخدامات المتعددة الأغراض تحقيقاً للاستثمار الأمثل وتقليل الكلفة المالية وصيانة المدارس أهمية خاصة حرصاً على استمرار صلاحيتها والتركيز على البعدين الوظيفي والاجتماعي للبيئة، والاستفادة من مكوناتها الحية والفنية والمادية في تصميم البناء المدرسي وتنفيذه واستخدامه وإعادة النظر ببيئة المرافق / مياه الشرب، المراحيض، والمغاسل.../من حيث كفايتها ونظافتها

من خلال نظام خدمة مختلف عما هو سائد في الوقت الراهن والعمل على تحسين العلاقات الاجتماعية التربوية بين أعضاء المجتمع المدرسي، من خلال تبني مدخل العلاقة الديمقراطية ذات البعد الإنساني بما تتضمنه من تشجيع التلاميذ على المشاركة في اتخاذ القرارات وتخطيط المناشط ومنها تشكيل اللجان لتنشيط العناية بالبيئة المدرسية

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر و المراجع

.

.

- المراجع باللغة العربية

- 1- أبو العلا عبد الفتاح. (2003). فيزيولوجيا اللياقة البدنية. مصر: دار الفكر العربي.
أسامة رياض. (2002). الاسعافات الرياضية لاصابات الملاعب. القاهرة: دار الفكر العربي ط 02.
- 2- الدكتور بزاز علي جوكل. (2008). مبادئ وأساسيات الطب الرياضي. دار دجلة للنشر ط 01.
- 3- الشافعي حسن أحمد. (2001). التربية الرياضية وقانون البيئة. عمان: مكتبة الاشعاع.
- 4- أمين أنور الخولي. (2001). أصول التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي ص 36.
- 5- بلبول فريد. (2009). علاقة الإصابات الرياضية بدافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية والرياضية عند التلاميذ الطور الثانوي. جامعة الجزائر: رسالة الماجيستر معهد التربية البدنية والرياضية.
- 6- حسن أحمر الشافعي. (2001). النقد في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الوفاء لدنيا والطباعة.
- 7- حسين عبد الحميد رشوان. (2003). التطور الفكري التربوي في مجال التربية البدنية. الاسكندرية : ديوان مطبوعات الجامعة.
- 8- حياة عياد روفائيل. (2002). وقاية علاج طبيعي اسعاف. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 9- رشيد زرواتي. (2007). مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية. الجزائر: دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع ط 1.

- 10 - رعمون معلولي. (2010). جودة البيئة المادية للمدرسة وعلاقتها بالانشطة البيئية. دمشق: مجلة جامعة دمشق المجلد 26.
- 11- سميرة حليلة. (2004). كتاب الاصابات الرياضية. العراق: عالم الكتاب.
- 12- سميرة خليل. (2004). الاصابات الرياضية. العراق: كلية التربية الرياضية للبنات.
- 13- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر. (2004). موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر ط 01.
- 14- عبد العظيم العوادلي. (2004). الجديد في العلاج والإصابات الرياضية. مصر: دار الفكر العربي ط 02.
- 15- عبد الكريم بوحفص. (2005). الاحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والانسانية . بن عكنون الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 16- عبده علي نصيف و اخرون. (2002). طرق الاحصاء. بغداد: ط 1.
- 17- علي جلال الدين. (2005). الإصابات الرياضية (العلاج والوقاية). القاهرة: ط 02.
- 18- علي عسكر. (2009). البعد النفسي للعلاقة بين السلوك والبيئة. دار الكتاب الحديث.
- 19- فاطمة فوزي عبد العاطي. (2006). مناخ التربية ابداع اطفال التعليم الابتدائي. القاهرة: مؤتمر الابداع في التعلم والثقافة.
- 20- فراج عبد الحميد توفيق. (2004). كمياء الإصابة العضلية والمجهود البدني للرياضيين. الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ط 01 .
- 21- فريد كامل أبو زينة وأخرون. (2006). مناهج البحث العلمي الكتاب الثاني الاحصاء في البحث العلمي. عمان الاردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع ط 1.
- 22- فهمي علي. (2009). علم النفس البيئي. الاسكندرية: دار النشر الجديدة.
- 23- محمد الانصاري. (2009). علم النفس البيئي. الكويت: منشورات حماية البيئة.

24 - مقدم عبد حفيظ. (2003). الاحصاء والقياس النفسي التربوي . الجزائر: ديوان المطبوعات.

+ المراجع باللغة الفرنسية

25.- A. B., (). . Austin: Shoal Creek Blvd C. J. and Nielson, Maker (1995)

26- Teaching models in Education of the Gifted. Second Edition

27- Asia: . Review of Medical physiology .(1995) .Ganong.w.f International ed 17 enth

الأملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

الموضوع :

- مقابلة مع طبيب الثانوية.

السيد:

الصفة:

المقاطعة:

الغرض من المقابلة : جمع معلومات لإثراء مشكلة البحث حول " دراسة الأسباب البيئية للإصابات الرياضية عند تلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية ".
الأسئلة :

1- كم تقدرتون نسبة حالات الاصابة التي تحدث أثناء التربية البدنية والرياضية؟

.....
.....
.....

2- ماهي أغلب الاصابات التي يتعرض لها التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

.....
.....
.....
.....

3- ماهي أسباب الإصابة ؟

.....

.....

.....

4- ماهي الإجراءات المتخذة في حالة الإصابة ؟

.....

.....

.....

5- حسب رأيكم هل يعد عامل البيئة والمنشآت والوسائل الرياضية من الاسباب التي تؤدي إلى الإصابات ؟

.....

.....

.....

6- حسب رأيكم ماذا تقترحون لتقليل من الإصابات الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

.....

.....

.....

.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة الاستبيان

استبيان موجه للتلاميذ التربية البدنية والرياضية (مرحلة الثانوي)

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان في إطار انجاز بحث علمي ميداني لانجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر التدريب الرياضي (تخصص صحة الرياضة) بعنوان: "دراسة أسباب البيئية للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية".

نرجوا منكم ملئ هذا الاستبيان بالإجابة على هذه الأسئلة بصدق حسب إحساسكم حتى يتسنى لنا الوصول إلى معلومات تفيدنا في هذا البحث، لتكون قد ساهمت في إثراء البحث العلمي عامة ومساعدتنا و لك منا كل الشكر.

ملاحظة: ضع علامة (X) في الإطار المناسب مع العلم انه يمكن الإجابة على أكثر من احتمال واحد .

البيانات الشخصية:

السن:

الجنس:

ذكر:

أنثى:

المؤسسة:

المستوى الدراسي:

الأولى ثانوي - الثانية ثانوي - الثالثة ثانوي

السنة الجامعية : 2015-2016

1- تتوفر مؤسستكم على هذه المنشآت الرياضية ؟

مضمار 80 م - ميدان رمي الجلة

ميدان الوثب الطويل - القاعة
ملعب كرة اليد

2- كيف ترى صلاحية المنشآت الرياضية التي تمارس فيها (القاعة. نوعية الملاعب) ؟

صالحة تماما - غير صالحة

3- سوء المستلزمات الرياضية يؤدي إلى الإصابات؟

نعم - لا

4- عدم ملائمة أرضية الملعب (الأمطار) أثناء الحصة يؤدي إلى الإصابات ؟

نعم - لا

5- سوء اختيار الحذاء أثناء الحصة يؤدي إلى الإصابات ؟

نعم - لا

6- كثرة التلاميذ أثناء الحصة التربية البدنية والرياضية يؤدي إلى إصابات ؟

نعم - لا

7- الخشونة بين التلاميذ أثناء الحصة التربية البدنية والرياضية يؤدي إلى إصابات ؟

نعم - لا

8- حدثت لك إصابات خلال حصة التربية البدنية والرياضية ؟

نعم - لا

9- ماهي الإصابات الشائعة التي تتعرض لها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

جروح - ضربات الشمس
التواء - خدوش
كسور - الإغماء
تشنجات

10- الأنشطة (الفعاليات) التي تتعرض فيها بكثرة للإصابات؟

- | | | | |
|--------------------------|--------------------|--------------------------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | -سباق النصف الطويل | <input type="checkbox"/> | - سباق السرعة |
| <input type="checkbox"/> | - دفع الجلة | <input type="checkbox"/> | - الوثب الطويل |
| <input type="checkbox"/> | | <input type="checkbox"/> | - الألعاب الجماعية |

11- أسباب الإصابة

- | | | | | | |
|--------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> | - التعب | <input type="checkbox"/> | - أرضية الميدان الغير الصالحة | <input type="checkbox"/> | - الحالة النفسية |
| <input type="checkbox"/> | -أخطاء الأداء | <input type="checkbox"/> | - قصر فترة الإحماء | <input type="checkbox"/> | - انعدام الإحماء |
| <input type="checkbox"/> | - أسباب الفسيولوجية | <input type="checkbox"/> | | | |

12- تعطي أهمية لعملية الإحماء في حصة التربية البدنية والرياضية؟

- | | | | |
|--------------------------|---------|--------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> | - دائما | <input type="checkbox"/> | - احيانا |
|--------------------------|---------|--------------------------|----------|

13- من المشرف على عملية الإحماء أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

- | | | | |
|--------------------------|-----------|--------------------------|------------|
| <input type="checkbox"/> | - الأستاذ | <input type="checkbox"/> | - التلاميذ |
|--------------------------|-----------|--------------------------|------------|

14- تتوفر مؤسساتكم على اسعافات أولية وسيارة إسعاف ؟

- | | | | |
|--------------------------|-------|--------------------------|------|
| <input type="checkbox"/> | - نعم | <input type="checkbox"/> | - لا |
|--------------------------|-------|--------------------------|------|

15- تتوفر مؤسساتكم على طبيب المدرسة ؟

- | | | | |
|--------------------------|-------|--------------------------|------|
| <input type="checkbox"/> | - نعم | <input type="checkbox"/> | - لا |
|--------------------------|-------|--------------------------|------|

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة الاستبيان

استبيان موجه لأساتذة التربية البدنية والرياضية (مرحلة الثانوي)

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان في إطار إنجاز بحث علمي ميداني لانجاز مذكرة تخرج ضمن

متطلبات نيل شهادة الماستر التدريب الرياضي (تخصص صحة والرياضة) بعنوان: دراسة أسباب البيئية

للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية "

نرجوا منكم ملئ هذا الاستبيان بالإجابة على هذه الأسئلة بصراحة وصدق حسب إحساسكم حتى يتسنى .

لنا الوصول إلى معلومات تفيدنا في هذا البحث، لتكون قد ساهمت في إثراء البحث العلمي عامة ومساعدتنا و

لك منا كل الشكر.

الأستاذ المشرف

فريق البحث:

د- زيشي نور الدين

- عصماني عيسى

- قناوي فتحي

ملاحظة : ضع علامة (X) في الإطار المناسب. مع العلم انه يمكن الإجابة على أكثر من احتمال واحد.

* المحور الأول: البيئة الطبيعية

الرقم	الأسئلة	نعم	لا	أحيانا
1	الوقت والمكان ملائم لعرض الوسيلة التعليمية.			
2	التمارين المختارة تتلائم حسب طبيعة الجو.			
3	البيئة الطبيعية تعطي مؤشرا إيجابيا تساعد على النجاح الدرس			
4	الظروف الجوية وما تخلفه على أرضية الملاعب تعد من بين العوامل المؤثرة في أدائك			
5	تعطي أهمية لعملية التسخين في حصة التربية البدنية والرياضية وفق الحالة الجوية.			
6	تتوفر مؤسستكم على مياه نظيفة وصحية؟			
7	أرضية الملاعب تسهل انسياب الأمطار وتصريف المياه الزائدة.			
8	المكان الذي تمارس فيه حصة التربية البدنية والرياضية مناسب وخالي من التلوث			
9	الظروف الطبيعية (الأمطار، الحرارة) تؤدي الى الاصابات أثناء حصة التربية البدنية والرياضية			
10	الاحوال الجوية هي العامل الأول التي تؤدي إلى الاصابات أثناء الحصة التربية البدنية والرياضية.			
11	وجود البيئة محفزة تتوفر على الملاعب والمرافق والوسائل الرياضية تعد عاملا مهما في العملية التدريسية التي تزيد من إبراز إبداعاتك ومهاراتك في التدريس مادة التربية البدنية والرياضية.			
12	بإمكانك تفادي إجراء حصة في الظروف المناخية الصعبة (الرطوبة العالية. الأمطار. الحرارة...)؟			
13	البيئة المدرسية تعتبر عنصرا أساسيا لا غنى عنه في النجاح العملية التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية داخل النظام التعليمي.			

* المحور الثاني: البيئة المادية

الرقم	الأسئلة	نعم	لا	أحيانا
1	تتوفر مؤسستكم على منشآت رياضية (ملاعب. قاعات.....)؟			
2	الملاعب الرياضية المتوفرة تفي بمتطلبات تنفيذ فقرات المنهج من حيث صلاحيتها الفنية والأمنية.			
3	تصميم الملاعب الرياضية يثير الدافعية للتلاميذ نحو التعلم الحركي والإبداع الرياضي			
4	الملاعب الرياضية المتوفرة تفي بممارسة وتنويع الانشطة البدنية المقررة في المنهاج			
5	الملاعب التي ينفذ فيها درس التربية البدنية والرياضية تخلو من العوائق كالحفر أو المطبات			

6	يتم بشكل منتظم تقويم حالة الملاعب وعمل صيانة إصلاحية ووقائية لها في حالة الاتلاف من حيث إزالة الحفر والشقوق.
7	في مؤسستكم توجد قاعة واسعة تحتوي على عدد كاف من الأجهزة والشروط
8	الملاعب الرياضية التي يمارس فيها درس التربية البدنية والرياضية مخططة جيدا و بطريقة واضحة
9	الكرات المتوفرة ذات جودة عالية وقليلة التأثير بالعوامل الجوية.
10	المرافق والخدمات المرتبطة بأداء النشاط الرياضي مثل غرف تغيير الملابس مخزن التجهيزات الرياضية قريبة من موقع مكان تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية.
11	الملابس والأحذية العالية تؤدي الى الاصابات

*المحور الثالث: البيئة البشرية

الرقم	الاسئلة	نعم	لا	احيانا
1	هناك توافق بين العناد الرياضي الموجود وعدد التلاميذ الممارسين أثناء الحصة.			
2	الاحتفاظ التلاميذ يعيق من سير حصة التربية البدنية والرياضية ؟			
3	تعتقد أن الاصابات الرياضية قد تؤثر على رغبة في تحقيق النجاح؟			
4	ألا تظن أن الاحتكاك مع زملاء يؤدي إلى الاصابات.			
5	تتوفر مؤسسة على لوازم الاسعافات الأولية بشكل كاف			
6	تحتل الأخطاء التي قد يقع فيها التلاميذ أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية ؟			
7	تحضر نفسك دائما لمواجهة أي طوارئ التي قد تحدث مثل عدم القدرة التلاميذ على أداء تمرين معين أو التغيير الغير المتوقع في الحالة الجو .			
8	يتواجد لكل تلميذ دفتر صحي والقيام بزيارة الطبيب كل مرة ؟			
9	تراعي الفروق الفردية بين التلاميذ أثناء الدرس ؟			

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

شهادة التحكيم

صدق المحكمين

يشهد السادة والأساتذة والدكاترة المحترمون الموقعون أدناه أن الطلبة

- عصماني عيسى

- قناوي فتحي

وتحت إشراف الدكتور زبشي نور الدين

من قسم التدريب الرياضي (الثانية ماستر) قد حكم أداة من بحثه (استمارة أسئلة) موجهة إلى عينة التلاميذ
الطور الثانوي والتي تندرج ضمن متطلبات إنجاز بحثه المتواضع خلال الموسم الجامعي (2015-2016) تحت
عنوان: " دراسة الأسباب البيئية للإصابات الرياضية عند التلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية " .

- قائمة الأساتذة المحكمين -

اسم ولقب الاستاذ	الدرجة العلمية	مكان العمل	التوقيع
-1			
-2			
-3			
-4			
-5			
-6			
-7			

الأطباء	الاختصاص	مكان العمل	التوقيع
-1			
-2			
-3			