



كلية التربية الرياضية للبنين
قسم علوم الصحة
الرياضية

ملخص البحث باللغة العربية

فعالية برنامج للنشاط الرياضي والثقافة الصحية على اللياقة البدنية والسلوك الصحي لدى
الأحداث الجانحين بمحافظة أسيوط

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة
دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية

إعداد

صلاح محمد عبد الباسط محمد

معلم أول تربية رياضية بإدارة الفتح التعليمية
محافظة أسيوط

إشراف

الدكتور

ياسر عابدين سليمان

مدرس بقسم علوم الصحة الرياضية
بكلية التربية الرياضية للبنين
جامعة بنها

الدكتور

محمد أحمد الشامي

أستاذ الميكانيكا الحيوية ووكيل الكلية
لشئون التعليم والطلاب بكلية
التربية الرياضية للبنين
جامعة بنها

1431هـ . 2010 م

فعالية برنامج للنشاط الرياضى والثقافة الصحية على اللياقة البدنية والسلوك الصحى لدى الأحداث الجانحين بمحافظة أسيوط

تحرص معظم دول العالم على توجيه مواطنيها إلى ممارسة النشاط الرياضى لما له من تأثير إيجابى على مختلف الجوانب المتعلقة بصحة وحياة الإنسان فى مختلف الجوانب الاجتماعية ، والعلاجية ، والترفيهية ، والبطولية ، وحيث إن مبدأ التربية الرياضية لا يستثنى أحداً من طبقات المجتمع وأفراده ، لذا يجب علينا أن نعمل على تشجيع فئة الأحداث الجانحين والاعتراف بحقهم فى ممارسة الأنشطة الرياضية لما لها من فوائد تنعكس عليهم وعلى المجتمع .

ونظراً لأن مرحلة الطفولة تعد من أهم مراحل النمو التى تؤثر فى الفرد حيث تتكون فيها الشخصية السليمة بأبعادها ومكوناتها المختلفة ، ففي هذه المرحلة يكتسب الطفل مختلف المهارات والعادات السلوكية والاتجاهات اللازمة لتكوينه كإنسان كما يتمكن من تنمية قدراته واستعداداته العقلية وفهم العديد من العلاقات المختلفة وكيفية ممارستها .

أهمية البحث والحاجة إليه :

- 1 - بالرغم من توافر الجهاز الإدارى الكافى بمؤسسات رعاية الأحداث إلا أن هناك قصوراً كبيراً فى تنفيذ برامج الأنشطة المختلفة داخل هذه المؤسسات .
- 2 - لم تتطرق الدراسات إلى الأنشطة الرياضية التى يمكن أن يمارسها الحدث داخل المؤسسة مما يجعله يكتسب الكثير من النواحي البدنية والاجتماعية والنفسية والتربوية .
- 3 - ما قد يعود على الأحداث الجانحين فى هذه المؤسسات نتيجة إجراء هذا النوع من البحوث من اكتساب الصفات البدنية المرتبطة بالصحة .
- 4 - ما يمكن إضافته من خلال برامج النشاط الرياضى والثقافة الصحية على النواحي البدنية والصفات السلوكية للحدث .
- 5 - إثارة الوعي حول أهمية البحوث التى تهتم بالأحداث الجانحين خاصة فى المجال الرياضى .

أهداف البحث :

- تهدف هذه الدراسة إلى تصميم برنامج للنشاط الرياضى والثقافة الصحية يمكن من خلاله التعرف على :
- 1/3/1 عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وهى (التحمل الدورى التنفسى . التحمل العضلى . المرونة . تركيب بنية الجسم) لدى عينة الدراسة .
 - 2/3/1 السلوك الصحى السليم من خلال بعض محاور الثقافة الصحية وهى (الصحة الشخصية . التدخين والإدمان . الوقاية من الحوادث والأمراض . التغذية الصحية . أهمية الرياضة . الأمان والإسعافات الأولية) لدى عينة الدراسة .

فروض البحث :

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لبرنامج النشاط الرياضي والثقافة الصحية على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لعينة البحث لصالح القياس البعدي .
- 2 . توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لبرنامج النشاط الرياضي والثقافة الصحية على السلوك الصحي لعينة الدراسة لصالح القياس البعدي .

خطة وإجراءات البحث

المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهجين الوصفي والتجريبي لمناسبتها لطبيعة الدراسة ، وذلك باستخدام طريقة القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأحداث الجانحين بالوحدة الشاملة لرعاية الأحداث بمحافظة أسيوط ، وقد وقع الاختيار على عدد (60) حدث من إجمالي العينة الكلية البالغ عددها (150) حدث بالوحدة الشاملة لرعاية الأحداث في فترة إجراء هذه الدراسة لعام 2009م .

أدوات جمع البيانات :

أولاً : أجهزة القياس :

(مسطرة لقياس مرونة الجذع . بساط . ساعة إيقاف . ميزان طبي . لوحات إرشادية . جهاز كمبيوتر وأقراص صلبة (Lap Top) . سبورة خشبية . أدوات أخرى تناسب تطبيق إجراءات البحث)

ثانياً : استمارات جمع البيانات :

- 1 - استمارة استبيان لمحاور الثقافة الصحية واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة .
- 2- استمارة محتوى عناصر الثقافة الصحية .
- 3 - استمارة استبيان لعناصر الإحماء والتمارين البدنية اللازمة لتنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والمسابقات الترفيهية .
- 4 - استمارة استبيان الأهداف المعرفية والوجدانية الخاصة بمحاور الثقافة الصحية .
- 5 - استمارة محتوى عناصر الثقافة الصحية .
- 6 - استمارة طرق التدريس والوسائل التعليمية وأساليب التقييم للبرنامج المقترح .
- 7 - استبيان مقياس السلوك الصحي .
- 8 - اختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة .
- 9 - استمارة جمع بيانات نتائج اختبارات كل مفحوص (من تصميم الباحث) .

10 - برنامج النشاط الرياضى والثقافة الصحية .

أهم النتائج :

- 1 - تدريس برنامج النشاط الرياضى والثقافة الصحية المقترح أدى إلى تحسن فى مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وارتفاع مستوى السلوك الصحى لدى العينة .
- 2 - وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى فى قياسات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والسلوك الصحى لصالح القياس البعدى .
- 3 - عينة الأحداث الجانحين من العينات التى تحتاج إلى برامج مختلفة فى كافة المجالات مما قد يؤدى إلى تحسن فعلى فى سلوكيات وحياة تلك العينة .
- 4 - وجد الباحث قبولاً من العينة للبرنامج خاصة ما يتميز به البرنامج من وجود حافز للمنافسة فى أداء تمارين اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والتحدى فى الوصول لأعلى مستوى بين أفراد العينة .
- 5 - وجود تحسن واضح بين التطبيقين القبلى والبعدى لعبارات مقياس السلوك الصحى مما يدل على استجابة أفراد العينة لمحتوى الثقافة الصحية الموجود بالبرنامج .
- 6 - حقق عنصر المرونة أعلى نسبة تحسن لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ، بينما حقق عنصر تركيب بنية الجسم أقل نسبة تحسن .
- 7 - حقق محور الأمان والإسعافات الأولية أعلى نسبة تحسن فى محاور الثقافة الصحية المرتبطة بالصحة بينما حقق محور التدخين والإدمان أقل نسبة تحسن .

توصيات البحث :

- 1 - توفير أماكن جيدة لممارسة جميع أفراد العينة النشاط الرياضى المرتبط بالصحة ووضع هذه البرامج ضمن المنافسات العامة للمؤسسات الرياضية المختلفة .
- 2 - الاهتمام الجيد بالأحداث الجانحين يغير كثيراً من سلوكياتهم الصحية والاجتماعية .
- 4 - أن يت وضع البرامج الشيقة والجذابة لعينة الدراسة مما يجنبهم كثيراً عن مشكلات الانحراف .
- 5 - وضع مشرف بصورة فعلية وأن يكون متواجداً يومياً فى مثل هذه المؤسسات حتى يكون هناك ضماناً لاستمرار النشاط الرياضى .
- 6 - توفير فرص المنافسة بين المؤسسات المختلفة فى مجالات النشاط الرياضى ومجالات الصحة العامة من خلال إجراء مسابقات رياضية وخلوية تعبر عن مدى الاهتمام بالصحة والنظافة الشخصية والعامة .



كلية التربية الرياضية للبنين
قسم علوم الصحة
الرياضية

مستخلص البحث باللغة العربية

فعالية برنامج للنشاط الرياضى والثقافة الصحية على اللياقة البدنية والسلوك الصحى لدى الأحداث الجانحين بمحافظة
أسيوط

إعداد

صلاح محمد عبدالباسط محمد

إشراف

أ . د / محمد أحمد الشامى

د / ياسر عابدين سليمان

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج للنشاط الرياضى والثقافة الصحية على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والسلوك الصحى لدى الأحداث الجانحين بمحافظة أسيوط ، وكان من أهم فروض البحث هو أنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومحاور الثقافة الصحية لصالح القياس البعدى ، وقد استخدم الباحث المنهجين التجريبي والوصفى لمناسبتها للدراسة ، وقد تم اختيار عدد (50) حدث من أعمار (12-15) سنة بالطريقة العمدية من الأحداث الجانحين بالوحدة الشاملة لرعاية الأحداث بمحافظة أسيوط ، وقد تم استخدام أدوات وأجهزة مناسبة للدراسة واستمارات استبيان لإعداد البرنامج المقترح للنشاط الرياضى والثقافة الصحية ، وتم القياس باستخدام اختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومقياس السلوك الصحى ، وكان من أهم نتائج البحث أنه توجد دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والسلوك الصحى لصالح القياس البعدى ، وقد حقق عنصر المرونة أعلى نسبة تحسن كما حقق محور الأمان والإسعافات الأولية أعلى نسبة تحسن أيضاً ، ويوصى الباحث بالاهتمام بهذه الفئة من الأطفال وتوفير برامج الأنشطة الرياضية التى يمكن من خلالها إكسابهم الكثير من النواحي البدنية والاجتماعية والعقلية والنفسية والتربوية .