

واقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني في مدارس مدينة الرياض

*د. مشعان بن زين الحربي

المقدمة:

يعتبر الخمول البدني احد أهم المشاكل الصحية ضراوة في هذا العصر وهو احد الأسباب المؤدية إلى الوفاة (U.S. Department of Health and Human Services, 2000)، وعلى النقيض من ذلك فان ممارسة النشاط البدني تساهم في رفع مستوى صحة الفرد سواءً من الناحية البدنية أو النفسية أو الاجتماعية (Pate et al. 1995) (Bouchard et al. 1995) وهذا ما حدا بالعديد من الهيئات العلمية المختصة إصدار توصيات بأهمية ممارسة النشاط البدني (Centers for Disease Control and Prevention , 1997).

وعلى الرغم من هذه الأهمية لممارسة النشاط البدني إلا أن مستواه لدى الأطفال والشباب يعد منخفض حيث أتضح من الدراسات التي أجريت في العديد من المجتمعات أن الأطفال يتجهون بصورة متزايدة إلى قلة الحركة والنشاط البدني، وذلك نظراً لقلّة الوقت والموارد المخصصة للنشاط البدني، وحلول الوقت الذي يقضى في مشاهدة التلفزيون وألعاب الحاسوب ووسائل التسلية محل الوقت الذي يقضى لممارسة النشاط البدني، وتشير الدراسات إلى أن أكثر من ثلثي الناشئة في كثير من البلدان، سواء المتقدمة أو النامية، لا يمارسون النشاط البدني بالقدر الكاف، (Dennison et al., 2002) (Ronda et al., 2001) (Khunti et al., 2007) (Brenda et al. 2004) (جعفر وآخرون ، ٢٠٠٦م).

أما مستوى النشاط البدني في المجتمع السعودي فهو منخفض أيضاً ، وهذا ما أشارت إليه دراسة الهزاع وسليمان (Al-Hazzaa & Sulaiman, 1993) والتي أظهرت نتائجها أن أفراد عينة الدراسة يقضون ما معدله ٢% من الوقت خارج المدرسة في نشاط بدني يرفع ضربات القلب إلى ١٥٩ ضربه في الدقيقة، وكذلك أظهرت دراسة الركبان (الركبان ، ٢٠٠٥م) أن ثلث طلاب المدارس المتوسطة والثانوية يعانون من قلة النشاط البدني.

وتعتبر المدرسة المؤسسة التعليمية والتربوية الأولى بعد الأسرة والتي تساهم في إكساب الطالب المعارف والمهارات من خلال الخبرات التربوية التي يكتسبها الطالب في المواقف التعليمية المختلفة، وتقع على المدرسة مسؤولية كبرى في إتاحة الفرصة للطالب في ممارسة

* أستاذ مساعد قسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية - جامعة الملك سعود

الأنشطة البدنية وتعزيز المواقف الايجابية نحو ممارسة النشاط البدني من خلال ما تقدمه من برامج متنوعة سواء داخل الصف أو خارجه (Salmon et al. 2007) (Corbin, 2002). حيث أنها تعتبر بيئة مثالية لزيادة الفرص المناسبة لممارسة النشاط البدني وبالتالي التقليل من احتمالية حدوث المخاطر الناجمة عن انخفاض مستوى ممارسة النشاط البدني (Stone, 1998). وتؤكد أهمية المدرسة في حال عدم قدرة الأسرة على توفير الفرص المناسبة لممارسة النشاط البدني، حيث يجب أن تكون المدرسة في وضع أكثر ايجابية لتهيئة فرص ممارسة النشاط البدني للطلاب، وهذا ما أكد عليه المركز

القومي الأمريكي لمكافحة الأمراض والوقاية منها في توصياته لتعزيز ممارسة النشاط البدني (Centers for Disease Control and Prevention, 1997)، حيث ينبغي أن توضع السياسات التي تشجع على ممارسة النشاط البدني، وتوفير البيئات التي تشجع ممارسة النشاط البدني بشكل ممتع وآمن وتزويد الطلاب بالمعارف والمهارات السلوكية اللازمة لتعزيز ممارسة النشاط البدني.

وأشارت العديد من الدراسات إلى هناك ارتباط كبير بين البيئة المحيطة بالفرد ومستوى ممارسة النشاط البدني، سواء كانت البيئة خارج المدرسة أو داخلها، حيث أن توافر العديد من العوامل مثل توفر الأجهزة والأدوات والمساحات والدعم المعنوي من قبل المعلمين سوف يساهم في تعزيز ممارسة النشاط البدني (Nichol, et al. 2009) (Larson, et al. 2009) (Mota, et al. 2009) (Ross, et al. 2001).

وعلى الرغم من تعاضم المسؤولية على المدرسة في تعزيز ممارسة النشاط البدني، وتهيئة العوامل الايجابية والمؤثرة على ممارسة النشاط البدني داخل البيئة التعليمية، إلا أن الدراسات التي تهتم بواقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني قليلة جداً أن لم تكن معدومة - حسب علم الباحث - وخصوصاً في المجتمع السعودي، لذا فإن هذه الدراسة تهدف إلى دراسة واقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني.

مشكلة الدراسة:

نتيجة لما شهده المجتمع من تغيرات ساهمت في خفض مستوى النشاط البدني لدى أفراد المجتمع بكافة شرائحه، والتي تجعل من التركيز على تعزيز ممارسة النشاط البدني أهمية كبيرة وتقع هذه المسؤولية على جميع مؤسسات المجتمع المختلفة بما فيها المدرسة، وحيث أن الأطفال والشباب يقضون معظم أوقاتهم في المدارس فإن المسؤولية تزداد عليها لتعزيز ممارسة النشاط

البدني، وبالتالي تهيئة البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني. ومن هذا المنطلق فان هذه الدراسة سوف تبحث الواقع الفعلي للبيئة التعليمية ومدى تعزيزها لممارسة النشاط البدني لدى الطلاب.

هدف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على واقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني في مدارس مدينة الرياض من وجهة نظر مديريها ومعلمي التربية البدنية.

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من التالي:

- ١- أهمية ممارسة النشاط البدني كأحد معززات الصحة للطلاب.
- ٢- أهمية دور المدرسة كأحد مؤسسات المجتمع المعنية بتعزيز ممارسة النشاط البدني.
- ٣- التعرف على واقع البيئة التعليمية في تعزيز ممارسة النشاط البدني قد يساهم في تذليل الصعوبات التي قد تؤثر على ممارسة النشاط البدني.

أسئلة الدراسة:

١- ما واقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني كما يراها مديري المدارس في مدينة الرياض؟

٢- ما واقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني كما يراها معلمي التربية البدنية في مدينة الرياض؟

حدود الدراسة:

تقتصر حدود هذه الدراسة على معلمي التربية البدنية ومُديري المدارس في التعليم العام بمدينة الرياض وبمراحله الثلاث (الابتدائي - المتوسط - الثانوي)، للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٣١/١٤٣٢هـ.

مصطلحات الدراسة:

البيئة التعليمية :

تعرف البيئة التعليمية إجرائياً لغرض هذه الدراسة بأنها كل العناصر والموارد البشرية والإمكانات المادية والمكان المناسب والعوامل المحيطة المساعدة والتي تساهم في التأثير على تعلم الطالب.

النشاط البدني:

حركة جسم الإنسان بواسطة الجهاز العضلي والتي تؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز الطاقة المصروفة أثناء الراحة، بالاعتماد على التغيرات الحاصلة في معدلات ضربات القلب فوق مستوى الراحة (الهزاع، ١٤١٧هـ).

الدراسات السابقة:

- دراسة (Larsen, et al. 2000) والتي هدفت إلى التعرف على المحددات البيئية والاجتماعية والديموغرافية لأنماط ممارسة النشاط البدني، وعدم ممارسته لدى المراهقين في الولايات المتحدة الأمريكية، وتم استخدام المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٩٣٣) مراهقاً. وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك ارتباط بين عوامل البيئة القابلة للتعديل قبل المشاركة في النشاط البدني في المدرسة أو المجتمع أو برامج التربية المختلفة مع نمط النشاط البدني عند المراهقين، كما أظهرت النتائج أن هناك قلة من الطلبة الذين يشاركون بمثل هذه العوامل المذكورة.
- دراسة (Ross, et al. 2001) والتي هدفت الدراسة لتحديد أثر المحددات البيئية على ممارسة النشاط البدني في الولايات المتحدة الأمريكية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة من أصحاب الدخل المنخفض بين عامي ١٩٩٩-٢٠٠٠، وأظهرت نتائج الدراسة أن ممارسة النشاط البدني أكثر لدى الذكور مقارنة بالإناث، وغالبية أفراد العينة يمارسون الأنشطة البدنية (٤) مرات أسبوعياً. إضافة إلى ذلك أظهرت نتائج الدراسة انه يوجد تأثير للمحددات البيئية على ممارسة النشاط البدني في الولايات المتحدة الأمريكية.
- دراسة عماد عبدالحق (٢٠٠٥) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور مدراء المدارس في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية المدرسية من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية وقام الباحث بإعداد استبانته مكونة من (٣٣) فقرة موزعة على خمسة مجالات. وتكونت عينة الدراسة من (٦٦) معلماً ومعلمة من مديرية التربية والتعليم في نابلس. وأظهرت نتائج الدراسة أن دور مدراء المدارس في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية جاء بدرجة كبيرة على جميع مجالات الدراسة وعلى المجال الكلي.
- دراسة عيد كذعان (٢٠٠٥) والتي هدفت إلى معرفة العوامل التي تشجع طلبة المرحلة الأساسية العليا على المشاركة على المشاركة في أداء الأنشطة الرياضية المدرسية،

وأظهرت نتائج الدراسة أن العوامل المؤثرة على المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية هي العوامل المتعلقة بالأصدقاء والأسرة ووسائل الإعلام والمدرسة والإمكانات والتسهيلات الرياضية، وأوصت الباحث بضرورة تفعيل دور التربية البدنية المدرسية وذلك من خلال توفير الألعاب الرياضية الممتعة.

- دراسة فايز ابوعريضة وآخرون (٢٠٠٥) والتي هدفت إلى التعرف على دور الإدارة المدرسية في تفعيل مشاركة الطلبة في النشاط الرياضي الداخلي من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية، واستخدم الباحثون استبانته لجمع البيانات، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن للإدارة المدرسية دور كبير في تفعيل مشاركة الطلاب في النشاط الرياضي الداخلي بدرجة كبيرة.

- دراسة موفق سعادات (٢٠٠٩) والتي هدفت هذه الدراسة التعرف إلى دور مديري المدارس في الإشراف على مبحث التربية الرياضية والنشاط الرياضي في مديرية التربية والتعليم في قباطية. وتكونت عينة الدراسة من جميع معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مديرية قباطية ، والبالغ عددهم (٦٧) معلم ومعلمة. وأظهرت نتائج الدراسة أن مجال الإمكانات احتل المرتبة الأولى ، بينما احتل مجال معلم التربية الرياضية المرتبة الثانية ، واحتل مجال الطالب المرتبة الثالثة ، ثم مجال الفرق المدرسية المرتبة الرابعة ، واحتل مجال درس التربية الرياضية المرتبة الأخيرة . وقد أوصى الباحث بضرورة أن يرتقي دور مديري المدارس بصورة أكبر نحو درس التربية الرياضية ، والاهتمام أكثر بالفرق الرياضية المدرسية، وذلك بتخصيص ميزانية مناسبة للنشاط الرياضي المدرسي .

إجراءات الدراسة :

منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي (أسلوب المسح الميداني) وذلك لمناسبته وطبيعة الدراسة.

عينة الدراسة :

تم الاختيار العشوائي لعينة الدراسة من مديري المدارس ومعلمي التربية البدنية بمدينة الرياض في المراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي، متوسط، ثانوي) وقد بلغت عينة الدراسة (١٢٢) معلم للتربية البدنية و (٨٧) مدير مدرسة، وكان توزيعهم وفق الموضح في الجدول رقم (١).

جدول رقم (١): توزيع عينة الدراسة بناء على المرحلة التعليمية.

المرحلة التعليمية	معلمي التربية البدنية	مدراء المدارس
ابتدائي	٣٤	٢٧
متوسط	٤٦	٣٣
ثانوي	٤٢	٢٧
المجموع	١٢٢	٨٧

أداتي الدراسة:

للإجابة على تساؤلات الدراسة قام الباحث بإعداد استبانتين لاستطلاع رأي مديري المدارس ومعلمي التربية البدنية عن واقع البيئة المعززة للنشاط البدني في المدارس، وتضمنت استبانة مديري المدارس محورين هما:

المحور الأول: نظرة مديري المدارس نحو معلمي التربية البدنية كأحد معززات ممارسة النشاط البدني.

المحور الثاني: نظرة مديري المدارس نحو الإمكانيات المادية كأحد معززات ممارسة النشاط البدني.

أما استبانة المعلمين فتضمنت محورين هما:

المحور الأول: نظرة معلمي التربية البدنية نحو إدارة المدرسة كأحد معززات ممارسة النشاط البدني.

المحور الثاني: نظرة معلمي التربية البدنية نحو الإمكانيات المادية كأحد معززات ممارسة النشاط البدني.

وتم استخدام مقياس ليكرت (Likert) الخماسي المتدرج لقياس مدى الاستجابة حيث يكون موافق بشدة (٥ درجات)، موافق (٤ درجات)، غير متأكد (٣ درجات)، غير موافق (درجتان)، غير موافق بشدة (درجة واحدة).

صدق أداتي الدراسة:

قام الباحث بعرض الاستبانتين على أربعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس وقسم التربية البدنية وعلوم الحركة في كلية التربية بجامعة الملك سعود ،

وكذلك أربعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الملك سعود. وطلب منهم إبداء الرأي في عبارات الاستبانتين. من حيث صحة العبارة وملاءمتها لما وضعت من أجله وانتماء كل عبارة للمحور الذي تتبعه، وقد تم إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون حتى اكتملت أداة الدراسة بصورتها النهائية.

ثبات أداتي الدراسة:

تم حساب ثبات الاستبانتين باستخدام معامل الفايرونباخ ويوضح الجدول رقم (٢) معاملات الثبات والتي تشير إلى وجود ثبات في أداتي الدراسة، حيث تراوحت ما بين ٠,٨٧ - ٠,٩٣ وهي قيم جيدة يمكن الثقة بها .

جدول رقم (٢)

قيم معامل الفايرونباخ لمحاور الاستبانتين.

المحاور	عدد البنود	معامل الفايرونباخ
نظرة مديري المدارس نحو معلمي التربية البدنية	٢١	٠,٩٣
نظرة مديري المدارس نحو الإمكانيات المادية	١١	٠,٩٢
نظرة معلمي التربية البدنية نحو إدارة المدرسة	٨	٠,٨٨
نظرة معلمي التربية البدنية نحو الإمكانيات المادية	١١	٠,٨٧

عرض النتائج والمناقشة:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخراج التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، لتحليل بيانات الدراسة وفيما يلي نتائج الدراسة:

جدول رقم (٣)

التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية وترتيبها لعبارات

محور نظرة المدراء نحو معلم التربية البدنية.

رقم العبارة	المتوسط	موافق بشدة	موافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة	ك	العبارة
١	٣,٩	٣٦	٣٠	٦	١٢	٣	ك	يقوم معلم التربية البدنية بإعداد خطة سنوية للنشاط البدني.
		٤٦,٤	٣٤,٥	٦,٩	١٣,٨	٣,٤	%	
٢	٣,٤	٢٤	٣٠	٣	١٨	١٢	ك	يقوم معلم التربية البدنية بإعداد خطة أسبوعية ذات أهداف واضحة للنشاط البدني.
		٢٧,٦	٣٤,٥	٣,٤	٢٠,٧	١٣,٨	%	
٣	٣,٧	١٨	٤٢	١٨	٣	٦	ك	يتقبل معلم التربية البدنية وجهات نظر الطلاب في الأنشطة البدنية.
		٢٠,٧	٤٨,٣	٢٠,٧	٣,٤	٦,٩	%	
٤	٤,١	٣٣	٣٩	١٢	٣	صفر	ك	يتعرف معلم التربية البدنية على المشكلات التي تواجه الطلاب عند ممارسة النشاط البدني والعمل على حلها.
		٣٧,٩	٤٤,٨	١٣,٨	٣,٤	صفر	%	
٥	٤	٢٤	٤٨	٦	٩	صفر	ك	يهيئ معلم التربية البدنية الظروف المناسبة لممارسة النشاط البدني.
		٢٧,٦	٥٥,٢	٦,٩	١٠,٣	صفر	%	
٦	٣,٤	١٨	٣٩	صفر	٢١	٩	ك	يشرك معلم التربية البدنية الطلاب في اختيار الأنشطة البدنية.
		٢٠,٧	٤٤,٨	صفر	٢٤,١	١٠,٣	%	
٧	٣,٥	٢٧	٣٠	٣	٢١	٦	ك	يشجع معلم التربية البدنية الطلاب في الاشتراك في الأنشطة البدنية المختلفة.
		٣١,٠	٣٤,٥	٣,٤	٢٤,١	٦,٩	%	
٨	٣	١٢	٢٧	١٢	٢٤	١٢	ك	يبحث معلم التربية البدنية عن أسباب عدم اشتراك الطلاب بفعالية في الأنشطة البدنية.
		١٣,٨	٣١,٠	١٣,٨	٢٧,٦	١٣,٨	%	
٩	٣,١٧	١٨	٢٧	١٢	١٢	١٨	ك	يحرص معلم التربية البدنية على اشتراك

		٢٠,٧	٣١,٠	١٣,٨	١٣,٨	٢٠,٧	%	المتميزين فقط في الأنشطة البدنية.
١٧	٢,٨٢	١٥	١٨	صفر	٤٥	٩	ك	يقدم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية متنوعة في الفسحة لجميع الطلاب.
		١٧,٢	٢٠,٧	صفر	٥١,٧	١٠,٣	%	
١٥	٢,٩٦	١٢	٢٧	٣	٣٦	٩	ك	يقوم معلم التربية البدنية بتتويج الأنشطة البدنية.
		١٣,٨	٣١,٠	٣,٤	٤١,٤	١٠,٣	%	
١٦	٢,٩٣	١٢	٢٤	٣	٤٢	٦	ك	يقوم المعلم بتجديد محتوى النشاط البدني باستمرار.
		١٣,٨	٢٧,٦	٣,٤	٤٨,٣	٦,٩	%	
١٣	٣,١٣	١٢	٣٣	١٢	١٥	١٥	ك	يقوم معلم التربية البدنية بإشراك ذوي الاحتياجات الخاصة في الأنشطة البدنية.
		١٣,٨	٣٧,٩	١٣,٨	١٧,٢	١٧,٢	%	
٦	٣,٦٥	٢١	٣٣	١٥	١٨	صفر	ك	يبين معلم التربية البدنية الفوائد الناتجة عن ممارسة النشاط البدني.
		٢٤,١	٣٧,٩	١٧,٢	٢٠,٧	صفر	%	
٩	٣,٣٧	٢٧	١٨	٩	٢٧	٦	ك	يقوم معلم التربية البدنية بالأنشطة البدنية بطريقة ممتعة.
		٣١,٠	٢٠,٧	١٠,٣	٣١,٠	٦,٩	%	
١١	٣,٢٤	٢٤	٢٤	صفر	٢٧	١٢	ك	يقوم معلم التربية البدنية بتسجيل مستوى النشاط البدني لطلاب المدرسة.
		٢٧,٦	٢٧,٦	صفر	٣١,٠	١٣,٨	%	
٤	٣,٨٦	٣٣	٣٠	٣	٢١	صفر	ك	يقيم معلم التربية البدنية يوم معين في السنة لممارسة الطلاب للأنشطة البدنية.
		٣٧,٩	٣٤,٥	٣,٤	٢٤,١	صفر	%	
١١	٣,٢٤	٢١	٣٠	٣	١٥	١٨	ك	يقدم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية متنوعة في الطابور الصباحي.
		٢٤,١	٣٤,٥	٣,٤	١٧,٢	٢٠,٧	%	
١٨	٢	٣	١٨	٦	٩	٥١	ك	يقدم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية للطلاب خارج وقت الدوام الرسمي.
		٣,٤	٢٠,٧	٦,٩	١٠,٣	٥٨,٦	%	
١٠	٣,٣٤	٣٠	٢١	صفر	٢١	١٥	ك	يحضر معلم التربية البدنية دورات في تعزيز ممارسة النشاط البدني.
		٣٤,٥	٢٤,١	صفر	٢٤,١	١٧,٢	%	
٦	٣,٦٥	٣٠	٢٧	٣	٢٤	٣	ك	شخصية معلم التربية البدنية تساهم في جذب الطلاب لممارسة النشاط البدني.
		٣٤,٥	٣١,٠	٣,٤	٢٧,٦	٣,٤	%	

يتضح من جدول رقم (٣) الآتي :-

- حصلت العبارة رقم (٤) (يتعرف معلم التربية البدنية على المشكلات التي تواجه الطلاب عند ممارسة النشاط البدني والعمل على حلها) على الترتيب الأول بين العبارات بمتوسط بلغ ٤,١. وحصلت العبارة رقم (٥) (يهيئ معلم التربية البدنية الظروف المناسبة لممارسة النشاط البدني) على الترتيب الثاني بين العبارات بمتوسط بلغ ٤ ، ويعزي الباحث ذلك إلى أن حل المشكلات والصعوبات التي تواجه الطالب وتهيئة الظروف المناسبة لممارسة النشاط البدني هي احد أهم الأدوار الأساسية التي يجب أن يقوم بها المعلم.
- أما العبارة رقم (١) (يقوم معلم التربية البدنية بإعداد خطة سنوية للنشاط البدني) قد حصلت على أعلى نسبة موافق بشدة بعدد تكرارات (٣٦) ونسبة مئوية (٤١,٤ %) ، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة سعادات (٢٠٠٩) حيث أشارت إلى اهتمام مديري ومديرات المدارس بالخطط اليومية والسنوية، والإطلاع عليها أسبوعيا، وذلك لإدراك هذه الإدارات لأهمية التخطيط في العملية التربوية، والتعامل مع مادة التربية البدنية مثل باقي المواد استجابة لتعليمات وزارة التربية والتعليم، وتتفق مع نتيجة دراسة أبو عريضة وآخرون (٢٠٠٥) والتي أظهرت أن إعداد خطة سنوية للنشاط الرياضي قد حصل على المرتبة الأولى لموافقة عينة الدراسة .
- حصلت العبارة رقم (١٩) (يقدم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية للطلاب خارج وقت الدوام الرسمي) على الترتيب الأخير بين العبارات بمتوسط بلغ ٢، على الرغم من أهمية دور المدرسة في تعزيز ممارسة الأنشطة البدنية خارج وقت الدوام المدرسي، ويرجع الباحث ذلك إلى عدم تكليف معلم التربية البدنية من قبل الإدارة المعنية بتنفيذ الأنشطة البدنية خارج وقت الدوام المدرسي حيث أن هذا يرتبط بتبعات مالية قد لا يستطيع المعلم إيجادها في ظل الإمكانيات المادية المحدودة والمتاحة له.
- حصلت العبارة رقم (١٠) (يقدم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية متنوعة في الفسحة لجميع الطلاب) على الترتيب ما قبل الأخير بين العبارات بمتوسط بلغ ٢,٨٢. ويرجع الباحث ذلك إلي احتمال وجود أنشطة أخرى تقام في فترة الفسحة كالأنشطة الاجتماعية والثقافية، وتتفق تلك النتيجة مع دراسة درادكة (٢٠٠٠) والتي أظهرت أن الأنشطة الرياضية تأتي في المرتبة الرابعة بعد أنواع الأنشطة الأخرى بالمدرسة.

من خلال نتائج هذا المحور (نظرة مدراء المدارس إلى المعلمين كأحد معززات ممارسة النشاط البدني) نجد أن أهم معززات ممارسة النشاط البدني لدى الطلاب بالمدرسة والمرتبطة بالمعلم هي: تعرف معلمي التربية البدنية على المشكلات التي تواجه الطلاب عند ممارسة النشاط البدني والعمل على حلها، تهيئة معلم التربية البدنية الظروف المناسبة لممارسة النشاط البدني، إعداد المعلم للخطة السنوية للنشاط البدني.

أما أهم العوامل التي قد تحد من تعزيز ممارسة النشاط البدني فهي : عدم تنوع الأنشطة التي يقدمها معلم التربية البدنية في الفسحة والطابور الصباحي، عدم تقديم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية للطلاب خارج وقت الدوام الرسمي.

جدول رقم (٤) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية وترتيبها لعبارات محور
نظرة المدير نحو الإمكانيات المادية.

الترتيب	المتوسط	موافق بشدة	موافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة	العبارة	م
٢	٣,٢٤	٢٤	٢٧	صفر	١٨	١٨	المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية مناسب.	٢٢
		٢٧,٦	٣١,٠	صفر	٢٠,٧	٢٠,٧	%	
٨	٢,٧٩	١٥	٢٤	صفر	٢٤	٢٤	توجد حوافز مادية ومعنوية لممارسي النشاط البدني.	٢٣
		١٧,٢	٢٧,٦	صفر	٢٧,٦	٢٧,٦	%	
٤	٣,١٧	٢٤	١٨	٦	٢٧	١٢	تتوفر الإسعافات الأولية اللازمة بالمدرسة.	٢٤
		٢٧,٦	٢٠,٧	٦,٩	٣١,٠	١٣,٨	%	
١	٣,٢٨	٢٤	٢٤	٣	١٨	١٥	الملاعب والمساحات مهيأة لممارسة النشاط البدني.	٢٥
		٢٧,٦	٢٨,٦	٣,٦	٢١,٤	١٧,٩	%	
٣	٣,٢	٢١	٢١	٩	٢٧	٩	يتوفر مكاناً مناسباً لحفظ أدوات النشاط البدني.	٢٦
		٢٤,١	٢٤,١	١٠,٣	٣١,٠	١٠,٣	%	
٣	٣,٢	١٥	٣٣	صفر	٣٣	٦	تتوفر عوامل الأمن والسلامة أثناء اشراك الطلبة بالنشاط البدني.	٢٧
		١٧,٢	٣٧,٩	صفر	٣٧,٩	٦,٩	%	
٦	٢,٩٣	١٥	٢١	٩	٢٧	١٥	يتوفر وقت كافي في اليوم الدراسي لممارسة النشاط البدني.	٢٨
		١٧,٢	٢٤,١	١٠,٣	٣١,٠	١٧,٢	%	
٥	٣	٢٤	١٥	٦	٢١	٢١	تتم صيانة الملاعب والأدوات الرياضية بشكل دوري.	٢٩
		٢٧,٦	١٧,٢	٦,٩	٢٤,١	٢٤,١	%	
٧	٢,٨٩	٢١	١٥	٦	٢٤	٢١	عدد حصص التربية البدنية كافية لتعزيز ممارسة النشاط البدني.	٣٠
		٢٤,١	١٧,٢	٦,٩	٢٧,٦	٢٤,١	%	
٩	٢,٧	١٢	٢٤	٣	٢٤	٢٤	وقت الفسحة كافي لممارسة الأنشطة البدنية.	٣١
		١٣,٨	٢٧,٦	٣,٤	٢٧,٦	٢٧,٦	%	
١٠	٢,٤	١٢	١٢	٦	٣٣	٢٤	توجد أدوات رياضية متاحة لجميع الطلاب لاستخدامها أثناء الفسحة.	٣٢
		١٣,٨	١٣,٨	٦,٩	٣٧,٩	٢٧,٦	%	

تضح من جدول رقم (٤) الآتي :-

- العبارة رقم (٢٥) (الملاعب والمساحات مهيأة لممارسة النشاط البدني) حصلت على الترتيب الأول بين عبارات محور نظرة المدير نحو الإمكانيات المادية بمتوسط بلغ ٣,٢٨، وهذا مايعزز ممارسة النشاط البدني داخل المدرسة حيث أن توفر المكان المهيأ لممارسة النشاط البدني هو احد معززات ممارسته (Sallis, J. et al. 2000). ويتفق ذلك مع ما ذكره سعادات (٢٠٠٩) من أن تهيئة ومتابعة ملاعب المدرسة قد حصلت على نسبة عالية من الموافقة.

- العبارة رقم (٢٢) (المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية مناسب) حصلت على الترتيب الثاني بين عبارات محور نظرة المدير نحو الإمكانيات المادية بمتوسط بلغ ٣,٢٤، ويرجع الباحث ذلك لأن الأنشطة البدنية غالبا ما تقام في ملاعب المدرسة أو صالاتها وهي الأماكن المخصصة لممارسة الأنشطة.

- حصلت العبارة رقم (٢٧) (تتوفر عوامل الأمن والسلامة أثناء اشتراك الطلبة بالنشاط البدني) على أعلى نسبة موافق بعدد تكرارات (٣٣) ونسبة مئوية (٣٧,٩%)، ويرجع الباحث ذلك اهتمام المدرسة بتوفير عوامل الأمن والسلامة للمشاركين بالأنشطة بوجه خاص وكل التلاميذ بوجه عام، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة عبد الحق (٢٠٠٥) أن المدرسة توفر الإسعافات الأولية اللازمة كجزء من اهتمامها بعوامل الأمن والسلامة، ودراسة أبو عريضة وآخرون (٢٠٠٥) والتي أظهرت احتلال عامل الأمن والسلامة المرتبة الأولى بالنسبة لعينة البحث .

- العبارة رقم (٣١) (وقت الفسحة كافي لممارسة الأنشطة البدنية) والعبارة رقم (٣٢) (توجد أدوات رياضية متاحة لجميع الطلاب لاستخدامها أثناء الفسحة) حصلنا على الترتيب ما قبل الأخير والأخير بمتوسط بلغ ٢,٧ و ٢,٤ على التوالي بين عبارات هذا المحور، وهذا يؤكد على أن وقت الفسحة غير كافي لممارسة الأنشطة البدنية، على الرغم من أنها المنتفَس الوحيد للطلاب أثناء اليوم الدراسي، حيث انه لا يوجد سوى فسحة واحدة مدتها عشرون دقيقة، كما أن عدم توفر الأدوات الرياضية وإتاحتها للطلاب أثناء الفسحة يساهم في خفض ممارسة النشاط البدني في المدرسة، وهذا ما تشير إليه نتائج دراسة (2010 Benson & Jenkinson) حيث أن من العوامل المؤثرة في ممارسة النشاط البدني تأخر وصول المعدات الرياضية وقتلتها.

- حصلت العبارة رقم (٢٣) (توجد حوافز مادية ومعنوية لممارسي النشاط البدني) على أعلى نسبة غير موافق بشدة بعدد تكرارات (٢٤) ونسبة مئوية (٢٧,٦)، ويرجع الباحث ذلك إلى ضعف الميزانيات المخصصة للأنشطة البدنية بشكل خاص وضعف الدعم المادي للمدارس بشكل عام ، ويتفق ذلك مع ما ذكره سعادات (٢٠٠٩) أن هناك ضعف في الميزانية المخصصة للأنشطة الرياضية.

من خلال نتائج هذا المحور (نظرة مدراء المدارس إلى الإمكانيات المادية كأحد معززات ممارسة النشاط البدني) نجد أن أهم معززات ممارسة النشاط البدني لدى الطلاب بالمدرسة والمرتبطة بالإمكانيات المادية هي: تهيئة الملاعب والساحات لممارسة النشاط البدني، ومناسبة المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية. أما أهم العناصر المثبطة لممارسة النشاط البدني هي عدم كفاية وقت الفسحة لممارسة الأنشطة البدنية، وعدم توفر أدوات رياضية كافية لممارسة النشاط البدني أثناء الفسحة.

جدول رقم (٥)

التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية وترتيبها لعبارات محور نظرة معلم التربية البدنية نحو إدارة المدرسة.

م	العبارة	غير موافق بشدة	غير موافق	غير متأكد	موافق	موافق بشدة	المتوسط	الترتيب
١	اقتناع مدير المدرسة بالنشاط البدني.	٦٦	٣٤	٩	١٢	١	١,٢٥	٧
		٥٤,١ %	٢٧,٩	٧,٤	٩,٨	٠,٨		
٢	وجود تعاون بين إدارة المدرسة والقائمين على النشاط البدني بالمدرسة.	٦٧	٤٠	٢	٩	٤	١,٧١	٨
		٥٤,٩ %	٣٢,٨	١,٦	٧,٤	٣,٣		
٣	يتابع مدير المدرسة تنفيذ النشاط البدني.	١٥	٣٢	٤	٤٠	٣١	٣,٣٢	٤
		١٢,٣ %	٢٦,٢	٣,٣	٣٢,٨	٢٥,٤		
٤	يعمل مدير المدرسة على توفير الإمكانيات اللازمة للنشاط البدني.	٨	٢١	صفر	٥٥	٣٨	٣,٧٧	٢
		٦,٦ %	١٧,٢	صفر	٤٥,١	٣١,١		

٥	٢,٤٥	١٣	١٩	٢٥	١٩	٤٦	ك	يشجع مدير المدرسة على
		١٠,٧	١٥,٦	٢٠,٥	١٥,٦	٣٧,٧	%	استخدام مرافق المدرسة بعد انتهاء الدوام لممارسة النشاط البدني.
٣	٣,٦٣	٤٣	٣٨	٥	٢٥	١١	ك	يشجع مدير المدرسة الطلاب
		٣٥,٢	٣١,١	٤,١	٢٠,٥	٩,٠	%	على ممارسة النشاط البدني.
١	٣,٩٦	٥٧	٣٨	صفر	٢٠	٧	ك	يقوم مدير المدرسة بتكريم
		٤٦,٧	٣١,١	صفر	١٦,٤	٥,٧	%	الطلاب الممارسين للنشاط البدني.
٦	٢,١٨	١٣	١١	٢	٥٥	٤١	ك	توفر الإدارة المدرسية الكتب
		١٠,٧	٩,٠	١,٦	٤٥,١	٣٣,٦	%	والنشرات والمجلات التي تهتم بالأنشطة البدنية.

يتضح من جدول رقم (٥) الآتي :-

- عبارة رقم (٧) (يقوم مدير المدرسة بتكريم الطلاب الممارسين للنشاط البدني) حصلت على الترتيب الأول بين العبارات بمتوسط بلغ ٣,٩٦. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه سعادات (٢٠٠٩)، ودراسة أبو عريضة وآخرون (٢٠٠٥) بأن مديري المدارس غالباً يقومون بمكافأة الطالب المبدع في النشاط الرياضي، ودراسة عبد الحق (٢٠٠٥) حيث أشارت إلى أن مدير المدرسة يقوم بتكريم الفرق الفائزة في الأنشطة.
- حصلت العبارة رقم (٤) (يعمل مدير المدرسة على توفير الإمكانيات اللازمة للنشاط البدني) على الترتيب الثاني بين العبارات بمتوسط بلغ ٣,٧٧، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة موفق سعادات أن مديري ومديرات المدارس يستجيبون لطلب معلم التربية البدنية بتوفير أدوات رياضية معينه، وكذلك دراسة عبد الحق (٢٠٠٥) حيث أظهرت نتائجها أن مدير المدرسة يعمل على توفير الأدوات الرياضية اللازمة للنشاط.
- حصلت العبارة رقم (٨) (توفر الإدارة المدرسية الكتب والنشرات والمجلات التي تهتم بالأنشطة البدنية) على أعلى نسبة غير موافق بعدد تكرارات (٥٥) ونسبة مئوية (٤٥,١) وتتفق تلك النتيجة مع نتيجة دراسة سعادات (٢٠٠٩) حيث أشارت إلى ضعف اهتمام مديري ومديرات المدارس بتوفير الكتب والنشرات والمجلات الداعمة للتربية الرياضية

بسبب ندرة توفر مثل هذه المجالات والكتب في الأسواق وكذلك ضعف الميزانية العامة للمدارس.

- حصلت العبارة رقم (٢) (وجود تعاون بين إدارة المدرسة والقائمين على النشاط البدني بالمدرسة) على الترتيب الأخير بين عبارات هذا المحور بمتوسط بلغ ١,٧١، ويعزو الباحث ذلك إلى وجود نظرة قاصرة لدى مديري المدارس عن أهمية النشاط البدني للطلاب مقارنة بالأنشطة الأخرى التي تقيمها المدرسة مثل النشاط الثقافي أو الاجتماعي، وهذا ما يوضحه ما حصلت عليه العبارة رقم (١) (اقتناع مدير المدرسة بالنشاط البدني) من ترتيب بين العبارات حيث حصلت على الترتيب ما قبل الأخير بمتوسط بلغ ١,٧٥ .

من خلال نتائج هذا المحور (نظرة معلم التربية البدنية نحو إدارة المدرسة) نجد أن أهم معززات ممارسة النشاط البدني لدى الطلاب بالمدرسة والمرتبطة بإدارة المدرسة هي: قيام مدير المدرسة بتكريم الطلاب الممارسين للنشاط البدني، وأيضاً توفير مدير المدرسة للإمكانات اللازمة للنشاط البدني. أما العوائق التي قد تحد من ممارسة النشاط البدني فهي: عدم وجود تعاون بين إدارة المدرسة والقائمين على النشاط البدني بالمدرسة، وعدم اقتناع مدير المدرسة بالنشاط البدني.

جدول رقم (٦)

التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية وترتيبها لعبارات
محور نظرة معلم التربية البدنية نحو الإمكانات المادية.

رقم	العبارة	غير موافق بشدة	غير موافق	غير متأكد	موافق	موافق بشدة	النسبة المئوية	الترتيب
٩	المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية مناسب.	١٧	٣١	٣	٣٤	٢٧	٣,٣٥	١
		١٣,٩	٢٥,٤	٢,٥	٢٧,٩	٣٠,٣		
١٠	توجد حوافز مادية ومعنوية لممارسي النشاط البدني.	٢٧	٣٧	صفر	٣٤	٢٤	٢,٩٢	٦
		٢٢,١	٣٠,٣	صفر	٢٧,٩	١٩,٧		
١١	تتوفر الإسعافات الأولية اللازمة بالمدرسة.	٢٤	٥١	٢	٢٤	٢١	٢,٧٢	٨
		١٩,٧	٤١,٨	١,٦	١٩,٧	١٧,٢		
١٢	الملاعب والمساحات مهيأة لممارسة النشاط البدني.	٣٠	٣٠	٢	٣٢	٢٨	٢,٩٨	٥
		٢٤,٦	٢٤,٦	١,٦	٢٦,٢	٢٣,٠		
١٣	يتوفر مكاناً مناسباً لحفظ أدوات النشاط البدني.	١٤	٣٨	٢	٤٤	٢٤	٣,٢١	٢
		١١,٥	٣١,١	١,٦	٣٦,١	١٩,٧		
١٤	تتوفر عوامل الأمن والسلامة أثناء اشترك الطلبة بالنشاط البدني.	١٩	٤٧	٦	٣٨	١٢	٢,٨١	٧
		١٥,٦	٣٨,٥	٤,٩	٣١,١	٩,٨		
١٥	يتوفر وقت كافي في اليوم الدراسي لممارسة النشاط البدني.	٢٧	٢٩	٢	٤٠	٢٤	٣,٠٤	٣
		٢٢,١	٢٣,٨	١,٦	٣٢,٨	١٩,٧		
١٦	تتم صيانة الملاعب والأدوات الرياضية بشكل دوري.	٣٧	٤٣	٥	٢٣	١٤	٢,٤٥	١٠
		٣٠,٣	٣٥,٢	٤,١	١٨,٩	١١,٥		
١٧	عدد حصص التربية البدنية كافية لتعزيز ممارسة النشاط البدني.	٢٢	٣٨	صفر	٣٨	٢٤	٣,٠٣	٤
		١٨,٠	٣١,١	صفر	٣١,١	١٩,٧		
١٨	وقت الفسحة كافي لممارسة الأنشطة البدنية.	٣٨	٣٦	٢	٣٥	١١	٢,٥٤	٩
		٣١,١	٢٩,٥	١,٦	٢٨,٧	٩,٠		
١٩	توجد أدوات رياضية متاحة لجميع الطلاب لاستخدامها أثناء الفسحة.	٥٩	٣٥	٣	١٦	٩	٢,٠٢	١١
		٤٨,٤	٢٨,٧	٢,٥	١٣,١	٧,٤		

يتضح من جدول رقم (٦) الآتي :-

- عبارة رقم (٩) (المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية مناسب). قد حصلت على الترتيب الأول بين عبارات هذا المحور وبمتوسط بلغ ٣,٣٥، ويرجع الباحث ذلك لأن الأنشطة البدنية غالباً ما تقام في ملاعب المدرسة أو صالاتها وهي الأماكن المخصصة لممارسة الأنشطة، وتتفق إجابات المعلمين مع مديري المدارس حيث أنها حصلت على ترتيب متقدم بين عبارات المحور انظر إلى الجدول رقم (٤).
 - حصلت العبارة رقم (١٣) (يتوفر مكاناً مناسباً لحفظ أدوات النشاط البدني) على الترتيب الثاني بين عبارات المحور بمتوسط بلغ ٣,٢١، ويرجع الباحث ذلك لوجود حجرة للتربية البدنية أو مكان مخصص في غالبية المدارس يتم حفظ الأدوات الرياضية به، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة أبو عريضة وآخرون (٢٠٠٥) من وجود مكان بالمدارس لحفظ الأدوات .
 - حصلت العبارة رقم (١١) (تتوفر الإسعافات الأولية اللازمة بالمدرسة) على أعلى نسبة غير موافق بعدد تكرارات (٥١) ونسبة مئوية (٤١,٨) . وتختلف هذه النتيجة عن ما أشار إليه مديري المدرسة في الجدول رقم (٤) من توفر الأدوات اللازمة للإسعاف بالمدارس، ويرجع الباحث ذلك إلى أن الأدوات قد تكون موجودة بالفعل ولكن بعدد قليل قد لا يفي باحتياجات المدرسة.
 - حصلت العبارة رقم (١٩) (توجد أدوات رياضية متاحة لجميع الطلاب لاستخدامها أثناء الفسحة) على الترتيب الأخير بين عبارات هذا المحور بمتوسط بلغ ٢,٠٢، ويتفق ذلك مع ما سبق ذكره من ضعف الإمكانيات والميزانيات المخصصة للأنشطة البدنية بالمدارس والذي قد لا يوفر عدد كافي من الأدوات لممارسة أنشطة بدنية أثناء الفسحة، أو لخشية المعلمين من تلف الأدوات قليلة العدد .
 - حصلت العبارة رقم (١٦) (تتم صيانة الملاعب والأدوات الرياضية بشكل دوري) على الترتيب قبل الأخير بين عبارات هذا المحور بمتوسط بلغ ٢,٤٥، هذا مما يساهم في عدم الاستفادة من الملاعب والأدوات الرياضية التي قد تحتاج إلى صيانة بسيطة.
- من خلال نتائج هذا المحور (نظرة معلم التربية البدنية نحو الإمكانيات المادية) نجد أن أهم معززات ممارسة النشاط البدني لدى الطلاب بالمدرسة والمرتبطة بالإمكانيات المادية هي: مناسبة المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية، وتوفير مكان مناسب لحفظ أدوات النشاط البدني.

أما العوائق التي قد تحد من ممارسة النشاط البدني فهي: عدم كفاية وقت الفسحة لممارسة الأنشطة البدنية، وعدم الصيانة الدورية للملاعب والأدوات الرياضية بشكل دوري، وعدم توفر أدوات رياضية كافية لممارسة النشاط البدني أثناء الفسحة.

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة يمكن استنتاج مايلي:

١- توجد مجموعة من معززات ممارسة النشاط البدني في البيئة التعليمية وفق لنظرة مدراء المدارس ومعلمي التربية البدنية وهي :

- تعرف معلمي التربية البدنية على المشكلات التي تواجه الطلاب عند ممارسة النشاط البدني والعمل على حلها.

- تهيئة معلم التربية البدنية الظروف المناسبة لممارسة النشاط البدني.

- إعداد المعلم للخطة السنوية للنشاط البدني.

- تكريم مدير المدرسة للطلاب الممارسين للنشاط البدني.

- توفير مدير المدرسة للإمكانات اللازمة للنشاط البدني.

- مناسبة المكان الذي تقام فيه الأنشطة البدنية.

- توفر مكان مناسب لحفظ أدوات النشاط البدني.

- تهيئة الملاعب والمساحات لممارسة النشاط البدني

٢- توجد مجموعة من العوامل التي تثبط ممارسة النشاط البدني في البيئة التعليمية وفق لنظرة مدراء المدارس ومعلمي التربية البدنية وهي :

- عدم تنوع الأنشطة التي يقدمها معلم التربية البدنية في الفسحة والطابور الصباحي.

- عدم تقديم معلم التربية البدنية أنشطة بدنية للطلاب خارج وقت الدوام الرسمي.

- عدم اقتناع مدير المدرسة بالنشاط البدني.

- عدم وجود تعاون بين إدارة المدرسة والفائمين على النشاط البدني بالمدرسة.

- عدم كفاية وقت الفسحة لممارسة الأنشطة البدنية.

- عدم توفر أدوات رياضية كافية لممارسة النشاط البدني أثناء الفسحة.

- عدم الصيانة الدورية للملاعب والأدوات الرياضية بشكل دوري.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة فإن الباحث يوصي بما يلي:

- ١- تفعيل ممارسة الأنشطة البدنية خارج وقت الدوام من خلال تمكين الطلاب من المشاركة بالأنشطة البدنية في مرافق المدرسة.
- ٢- وضع برامج توعوية بأهمية النشاط البدني تستهدف مدراء المدارس والمعلمين.
- ٣- الاهتمام بالصيانة الدورية للملاعب والأدوات الرياضية.
- ٤- توفير أنواع متعددة من الأجهزة والأدوات الرياضية في المدارس لممارسة الأنشطة البدنية أثناء الفسحة.
- ٥- زيادة زمن الفسحة من أجل إتاحة الفرصة للطلاب لممارسة الأنشطة البدنية خلالها.

المراجع

أولا : المراجع العربية:

- أبو عريضة، فايز، وآخرون (٢٠٠٥). دور الإدارة المدرسية في تفعيل مشاركة الطلبة في النشاط الرياضي الداخلي من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، م (٦) ع (١)، ١٩١-٢٢٢.
- جعفر، عبدالرحيم، وآخرون (٢٠٠٦). النشاط البدني عند طلبة المدارس بسلطنة عمان. تغذية الأطفال والمراهقين في دول الخليج العربي. البحرين، المركز العربي للتغذية.
- درادكة، أمجد (٢٠٠٠). دور مدير المدرسة الثانوية في تطوير الأنشطة المدرسية في محافظة اربد من وجهة نظر المعلمين. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.
- الركبان، محمد (٢٠٠٥م). النشاط البدني وعلاقته بالسمنة عند طلاب المدارس السعوديين. المجلة العربية للغذاء والتغذية، السنة السادسة، العدد (١٣)، ٢٢-٤٧.
- سعادات، موفق فتحي (٢٠٠٩). دور مديري المدارس في الإشراف على مبحث التربية الرياضية والنشاط الرياضي في مديرية قباطية. المؤتمر الفلسطيني الرياضي العلمي الأول، جامعة النجاح الوطنية.
- عبد الحق، عماد صالح (٢٠٠٥). دور مدراء المدارس في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية. مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الإنسانية، م١٣، ع ١، ١٩٥-٢١٩.
- كنعان، عيد (٢٠٠٥). دراسة العوامل المؤثرة في مشاركة وأداء طلاب المرحلة الأساسية العليا بمحافظة اربد لبرنامج التربية الرياضية المدرسية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، م (٦) ع (٢)، ٢٠٧-٢٣٤.
- الهزاع، هزاع. (١٤١٧هـ). فسيولوجيا الجهد البدني لدى الأطفال والناشئين. الرياض : الاتحاد السعودي للطب الرياضي.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

- Al-Hazzaa,H. , and M. Sulaiman .(1993). Maximal oxygen uptake and daily physical activity in 7-to 12-year -old Boys . Pediatr Exerc Sci , 5 (4): 357-366 .
- Bouchard ,C. et al. (1995). Exercise , Fitness , and Health. Champaign. II.: Human Kinetics .
- Brenda, M. et al. (2004). Body Weight Status, Dietary Habits, and Physical Activity Levels of Middle School-aged Children in Rural Mississippi. Southern Medical Journal," 97, 6, 571-577.
- Centers for Disease Control and Prevention. (1997). Guidelines for school and community programs to promote lifelong physical activity among young people . Morb Mort Weekly Rep, 46, 1-36.
- Corbin, C. B. (2002). Physical activity for everyone: What every physical educator should know about promoting lifelong physical activity. Journal of Teaching in Physical Education, 21,128-44.
- Dennison, B. et al.(2002).Television Viewing and Television in Bedroom Associated with Overweight Risk among Low-Income Preschool Children. Pediatrics, 109, no. 6: 1028-35.
- Khunti, K. et al. (2007). Physical activity and sedentary behaviors of South Asian and white European children in inner city secondary schools in the UK. Family Practice, 24(3), 237-244.
- Larson, P. et al. (2000). Determinants of Adolescent Physical Activity and Inactivity Patterns. Pediatrics, V (1) N0 (105), p 83.
- Mota, J. et al. (2009). Association of Perceived Environmental Characteristics and Participation in Organized and Non-Organized Physical Activities of Adolescents. Pediatric Exercise Science, 21(2): 233-239.
- Nichol, M. et al. (2009). Associations Between School Recreational Environments and Physical Activity. Journal of School Health, 79(6): 247-254.
- Pate, R. et al (1995). Physical activity and public health - a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. J Am Med Assoc, 273 (5), 402-407.
- Ronda, G. et al. (2001). Stages of change, psychological factors and awareness of physical activity levels in the Netherlands. Health Promotion International, 16, 305--314.
- Ross, B. et al. (2001). Environmental and policy determinants of physical activity in the United States. American Journal of Public Health, vol (91), No (12) pp. 121-125.
- Sallis, J. et al. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. Med Sci Sports and Exerc, 32: 963-975.

- Salmon, J. et al. (2007). Promoting Physical Activity Participation among Children and Adolescents. Epidemiologic Reviews , 29(1):144-159.
- Stone, E. et al. (1998). Effects of physical activity interventions in youth. Review and synthesis. Am J Prev Med, 15(4):298-315.
- U.S. Department of Health and Human Services. (2000). Healthy people 2010: understanding and improving health. 2nd ed, Washington, DC: US Department of Health and Human Services.
- Jenkinson, K & Benson, A (2010). Barriers to providing physical education and physical activity in Victorian state secondary schools. Australian Journal of Teacher Education, Vol 35 (8): 1-17.

واقع البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني في مدارس مدينة الرياض

* د. مشعان بن زبن الحربي

ملخص الدراسة

تساهم ممارسة النشاط البدني في رفع مستوى صحة الفرد سواءً من الناحية البدنية أو النفسية أو الاجتماعية. وتعتبر المدرسة المؤسسة التعليمية والتربوية الأولى بعد الأسرة والتي تساهم في إكساب الطالب المعارف والمهارات، وحيث أن الأطفال والشباب يقضون معظم أوقاتهم في المدارس فإن المسؤولية تزداد عليها لتعزيز ممارسة النشاط البدني، وبالتالي تهيئة البيئة التعليمية المعززة لممارسة النشاط البدني. ومن هذا المنطلق فإن هذه الدراسة تهدف إلى التعرف على الواقع الفعلي للبيئة التعليمية ومدى تعزيزها لممارسة النشاط البدني لدى الطلاب من وجهة نظر مديري المدارس ومعلمي التربية البدنية في مدينة الرياض. وتكونت عينة الدراسة من (١٢٢) معلم للتربية البدنية و (٨٧) مدير مدرسة، وتم إعداد استبانة للمعلمين وأخرى لمديري المدارس لجمع البيانات. وقد أظهرت نتائج الدراسة أنه تتوفر العديد من معززات ممارسة النشاط البدني في البيئة التعليمية وكان أهمها تعرف معلمي التربية البدنية على المشكلات التي تواجه الطلاب عند ممارسة النشاط البدني وحلها، بالإضافة إلى تهيئة المعلم للظروف المناسبة لممارسة النشاط البدني، وإعداد المعلم للخطة السنوية والأسبوعية للنشاط البدني. كما أظهرت نتائج الدراسة أن هناك عوامل قد تحد من تعزيز ممارسة النشاط البدني من أهمها عدم استخدام مرافق المدرسة بعد الانتهاء من الدوام في ممارسة الأنشطة البدنية، وعدم توفر الأدوات الرياضية الكافية لممارسة الأنشطة البدنية، وعدم صيانة الملاعب والأدوات الرياضية بشكل دوري.

* أسناد مساعد لسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية - جامعة الملك سعود

**The Reality of the Educational Environment Which Reinforces the
Practice of Physical Activity at
Schools in Riyadh**

**Mashaan Z. Al-Harbi, Assistant Professor, Department of Curriculum
and Instruction, College of Education, King Saud
University, Saudi Arabia**

Abstract

The practice of physical activity contributes to raising the individual's health level both physically and socially. Next to families, schools are the first educational institution which helps students acquire skills and knowledge. Because children and young students spend most of their time at schools, the responsibility of schools to reinforce the practice of physical activity and prepare the educational environment which reinforces physical activity becomes greater. In this context, the study aims at identifying the actual reality of the educational environment and the extent to which it reinforces physical activity in students from the point of view of the school principals and physical education teachers in Riyadh. The study sample consisted of 122 physical education teachers and 87 school principals. One questionnaire was prepared for the teachers and another for the school principals to collect data. The results of the study showed that there were many reinforcements for physical activity in the educational environment, most important of which were the physical education teachers' identification of the problems facing the students when they practice physical activity and how to solve them in addition to providing the teachers with the right conditions of practicing physical education, preparing the teacher for the annual and weekly plans of physical activity. Furthermore, the study showed a number of factors which might limit the reinforcement of physical activity such as the disuse of school facilities after physical activity, the unavailability of sufficient sport equipment to practice physical activity, the lack of periodical maintenance of fields and sport equipment.