



تقييم مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بدولة الكويت

* أ . د / عبدالحليم يوسف عبدالعظيم

** م . د / محمود فتحى محمد الهوار

*** الباحث/ عبد العزيز هانى عبدالله بلوشى

الملخص

مدرس التربية الرياضية له دور هام فى نجاح العملية التربوية وزيادة مردودها ، ولذا كان لابد من إعدادة إعدادا مهنيا سليما كى يتمكن من تحقيق أحسن النتائج المتوقعة من برامج التربية الرياضية المختلفة ، والتي يأتى على رأسها إكساب التلاميذ المعلومات والحقائق والسوك الصحى الصحيح عن طريق النشاط البدنى والحركى ، فإن الباحث قد إتجه نحو تقديم دراسة تقييمية لمستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بدولة الكويت ، وذلك بإعتبار أن قياس المستوى المعرفى عن ثقافة الصحة الرياضية هو عملية تثقيفية حيث " أن التقييم فى عملية التثقيف لا يكتمل دون أن يستخدم الاختبارات المعرفية حيث أن التقييم والقياس يفيدنا كوسيلة لتحديد مدى النجاح الذى وصلنا إليه كعاملين فى هذا المجال وذلك فى سبيل تحقيق أهدافنا .

الكلمات الإستدلالية (ثقافة الصحة الرياضية - معلمي التربية الرياضية)

* أستاذ فسيولوجيا الرياضة بقسم علوم الصحة الرياضة - كلية التربية الرياضية بجامعة مدينة السادات .

**مدرس دكتور بقسم علوم الصحة الرياضة - كلية التربية الرياضية بجامعة مدينة السادات .

*** باحث دراسات عليا بقسم علوم الصحة الرياضة - كلية التربية الرياضية بجامعة مدينة السادات .





المقدمة ومشكلة البحث :

الصحة مطلب أساسي وهدف استراتيجي تسعى دول العالم ومنظماته وأفراده إلى بلوغه وتعمل جاهدة على تحقيقه من أجل حياة صحية سليمة ، يسهم من خلالها الإنسان في جهود التنمية المختلفة له ، ولأسرته ، ومجتمعه ، كما أن المجتمعات المتحضرة تسعى الى الاهتمام بصحة أفرادها حيث أن سلامة صحة الأفراد هي بمثابة القاعدة الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات مجدها وتقدمه ، فكما كان أفراد الأمة أصحاء كلما كانوا أقدر على رفع شأنها في الحياة وقد طرأ على حياة الانسان المعاصر تغير كبير أدى في كثير من الأحوال إلى حرمانه من الحركة والنشاط . (٧ : ٣١) (٢٠٢٢ : ٢) وتعد التربية الرياضية ميدانا من ميادين التربية الصحية ، وجزء هام من برنامج الإعداد لمجتمع أفضل ، ولم يقتصر ذلك على فئة الشباب بعينها فلقد مر حين من الزمن كانت الرياضة قاصرة على الشباب فقط ، ولقد ولى هذا العهد بهذا المفهوم المحدود ، فالرياضة والنشاط البدني هامة للشيوخ والأطفال والسيدات ولكل جنس ولكل عمر لأنها تعنى الصحة واللياقة والروح المعنوية العالية . (١٢ : ٧) (٢٢ : ٢)

ويؤكد " محمد الحماحمي " (١٩٩٧ م) على أهمية نشر المعلومات عن أهمية وضرورة ممارسة النشاط البدني في جميع المراحل العمرية ، مع مراعاة أن تتأسس تلك المعلومات على العديد من المعطيات والمبادئ العلمية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية ، وذلك من خلال توضيح أهمية تلك الممارسة في تحقيق الصحة والعافية والسعادة في الحياة اليومية للممارسين لأوجه النشاط البدني . (١٣ : ١٢٥)

إن المعرفة النظرية من أحد الأهداف التربوية بصفة عامة والطب الرياضي بصفة خاصة حيث يجب أن يتم زيادة المعرفة لدى الرياضيين ، وغيرهم من الطلاب وأفراد المجتمع فيما يتعلق بنواحي الإصابات والاسعافات الأولية والنواحي الفسيولوجية ، التغذية ، والاستشفاء وبدون شك فإن إستيعاب أفراد المجتمع لهذه المفاهيم من الأمور الهامة التي تتيح تكوين شخصية مثالية وفعالة وخاصة داخل المجال الرياضي . (٧ : ١٢) (٩ : ١٣)

ويعرف " التنقيف الصحي " بأنه وسيلة لتنمية الوعي الصحي الذي يعد معيار الأمة وراقيها والذي لم يعد مفهومه مجرد أحاديث ، أو عظات ، ودوروس ، وإنما هو عملية تربوية يتحقق عن طريقها تزويد الفرد بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفة ميوله وسلوكه من حيث صحته وصحة المجتمع الذي يعيش فيه . (٢٩) (٣ : ١٥)





كما تعرف " الثقافة الصحية " بأنها عملية تربوية تسعى إلى ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد و المجتمع ، و ذلك بهدف تغيير الاتجاهات والعادات السلوكية غير السويه ، وكذلك مساعدة الفرد على اكتساب الخبرات وممارسة العادات الصحية الصحيحة . (٣ : ١٤، ١٥)

ولقد أصبحت النظرة إلى مهنة التدريس تبعاً لأهمية النشء وصعوبته تحتاج لمؤهلات خاصة يجب ان تتوفر في المدرسين حتى يستطيعوا القيام بهذه المسؤولية الكبيرة ، كما أصبح التدريس له أصوله وقواعده وليس مجرد مهنة تعتمد على المهارات البسيطة التي يستطيع أن يقوم بها أى إنسان . (١٦ : ١٦٢)

ويذكر كلاً من " محمد سعد زغلول ، ومكارم حلمى هرجه " (١٩٩٩ م) أن مدرس التربية الرياضية يعد بمثابة الركن الركين في العملية التعليمية بالمدرسة حيث تتاح له العديد من الفرص التربوية الكثيرة التي لا تتحقق للكثير من المدرسين في المواد الدراسية المختلفة ، كما أه يعد أساس المنظومة التعليمية وبمقدار قدرته وكفاءته تكون فعالية التعليم ، وعن طريقه يمكن الأخذ بيد المتعلم إلى الطريق المقبول إجتماعياً حيث تلقى التربية على كاهله عبئاً ضخماً يجعله مسئول إلى حد كبير عن إعداد جيل سليم لوطن . (١٧ : ٦٨)

ويضيف " محمد سعيد عزمى " (١٩٩٨ م) أن دور مدرس التربية الرياضية يتمثل في القيام بتربية التلاميذ عن طريق النشاط الرياضى وتعهدهم بدنيا وثقافيا مع العمل على مساعدتهم للتطور تطوراً يلائم المجتمع الذى يعيشون فيه ، وإكسابهم الخبرات التي تساعدهم على النمو المتزن في جميع النواحي الجسمية والعقلية والإنفعالية نموا يعمل على تعديل السلوك وتحقيق الأهداف السلوكية . (١٨ : ٢٦)

ومن خلال العرض السابق ومن خلال ما أوضحه كلاً من " باسم محمود عبد الحكيم " (٢٠٠٠ م) (٥ : ١١٥) ، و " أحمد رمزى ذكى " (٢٠١٠ م) (٢ : ٥) بأن مدرس التربية الرياضية له دور هام فى نجاح العملية التربوية وزيادة مردودها ، ولذا كان لابد من إعداده إعداداً مهنياً سليماً كي يتمكن من تحقيق أحسن النتائج المتوقعة من برامج التربية الرياضية المختلفة ، والتي يأتى على رأسها إكساب التلاميذ المعلومات والحقائق والسلوك الصحيح عن طريق النشاط البدنى والحركى ، فإن الباحث قد إتجه نحو تقديم دراسة تقييمية لمستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمى التربية الرياضية بدولة الكويت ، وذلك بإعتبار أن قياس المستوى المعرفى عن ثقافة الصحة الرياضية هو عملية تنقيفية حيث يذكر " دونالد ماثيوس " ١٩٧٨ م " أن التقييم فى عملية التنقيف لا يكتمل دون أن





يستخدم الاختبارات المعرفية حيث أن التقييم والقياس يفيدنا كوسيلة لتحديد مدى النجاح الذي وصلنا إليه كعاملين في هذا المجال وذلك في سبيل تحقيق أهدافنا . (٢٦ : ٣٩)

مصطلحات البحث :-

الثقافة الصحية :

- " تعنى الإلمام بالمعلومات والبيانات والحقائق الصحية والتي ترتبط بالصحة والمرض لكافة

المواطنين " (٦ : ٤٢،٤١)

هدف البحث :-

- يهدف هذا البحث إلى :-

- التعرف على مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بدولة الكويت .

فرضية البحث :-

- ماهو مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بدولة الكويت ؟

الدراسات المرجعية :

١- دراسة " وائل عبد العظيم عبد العظيم يونس " (٢٠١٥ م) (٢٤) بعنوان " الثقافة الصحية وعلاقتها بمعدل الإصابات لدى ناشئ ألعاب القوى " ، وتهدف الدراسة إلى وضع مقياس معرفي للثقافة الصحية للاعبين ألعاب القوى الناشئين تحت (١٦ - ١٨) سنة ، وذلك من خلال الأهداف الفرعية للتعرف على : مستوى الثقافة الصحية لدى ناشئ ألعاب القوى من (١٦-١٨) سنة ، إيجاد العلاقة بين مستوى الثقافة الصحية ونوعية الإصابات لدى ناشئ ألعاب القوى من (١٦-١٨) سنة ، واستخدام الباحث المنهج الوصفي ، وأشتملت العينة على (١٠٠) لاعب تتراوح أعمارهم من (١٦-١٨) سنة ، وكانت أهم النتائج : إرتفاع مستوى الثقافة الصحية لدى ناشئ ألعاب القوى ، وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى الثقافة الصحية لمحاور الدراسة (الصحة الشخصية ، التغذية ، الأدوات والملاعب ، تجنب الإصابات ، الصحة النفسية ، التدريب والاستشفاء) وجميع معدلات حدوث الإصابات لدى ناشئ ألعاب القوى .

٢- دراسة " جوز.أ. وستانديجو وآخرون. Jose A. Santiago et al " (٢٠٠٦ م) (٢٧) بعنوان " مقياس معرفي لمعلمي التربية الرياضية في النشاط البدني والصحة " ، وتهدف الدراسة إلى قياس معارف معلمي التربية البدنية في مضمون النشاط البدني واللياقة الصحية ، واستخدام الباحث المنهج الوصفي ، وأشتملت العينة على (٥٠) معلمة و (١٩) معلم من معلمين التربية البدنية من جنوب





شرق تكساس ، وكانت أهم النتائج :وجود أوجه قصور في معرفة محتوى المعلمين بنسبة بلغت (٥٥.٦٤ %) وهو ما يُكن أن يؤثر على فعاليتها وكفاءتها في تحقيق المعايير المرغوب فيها ؛ وهو ما يُشير إلى الحاجة تنمية المستوى المهني لتدريس النشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في المدارس .

إجراءات البحث :

أولاً : منهج البحث :

إستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة وإجراءات الدراسة .

ثانياً : مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث معلمى التربية البدنية بدولة الكويت والبالغ عددهم (٦٢٥) معلم للتربية البدنية في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت ، وعدد (٧٣٠) معلمة للتربية البدنية في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، وقد تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من معلمى التربية البدنية في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت ، وبلغ حجم العينة (٢٠٠) معلم ومعلمة موزعين بين (١٠٠) معلم ، و (١٠٠) معلمة من معلمى التربية البدنية للمرحلة المتوسطة بدولة الكويت ، كما تم اختيار عدد (٢٨) من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية من معلمى التربية البدنية في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت .

- العينة الأساسية قوامها (٢٠٠) من معلمى التربية البدنية في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت
- العينة الاستطاعيه قوامها (٢٨) من معلمى التربية البدنية في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت

ثالثاً : وسائل وأدوات جمع البيانات

- استطاع الباحث وضع المعايير الخاصة باستمارة استبيان للتعرف على مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمى التربية الرياضية بدولة الكويت من خلال الآتى :-
- ١- الاطلاع على الدراسات والبحوث العربية والأجنبية في مجال الصحة الرياضية .
 - ٢- الاطلاع على السجلات والكتب العلمية في مجال الصحة الرياضية .
 - ٣- قام الباحث بعرض محاور المقياس بالمقابلة الشخصية لعدد (٧) من السادة الأساتذة الخبراء المتخصصين في الفترة من (٢٠٢١/١٠/١٠ - ٢٠٢١/١٠/٢٨) وذلك بهدف :-
 - استطلاع الرأي حول مدى مناسبة المحاور والعبارات المستخدمة للتعرف على مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمى التربية الرياضية بدولة الكويت . مرفق (١)



جدول (١)

آراء الخبراء حول محاور التعرف على مستوى ثقافة الصحة الرياضية
لمعلمي التربية الرياضية بدولة الكويت

ن = ٧

م	المحاور	موافق	غير موافق	نسبة الاتفاق
١	السلوك الصحي الوقائي	٧	-	١٠٠ %
٢	السلوك الصحي القوامي	٧	-	١٠٠ %
٣	السلوك الصحي الغذائي	٧	-	١٠٠ %

جدول (١) يوضح نسبة إتفاق الخبراء على محاور الاستبيان قد بلغ (١٠٠%)

٤- تحديد عبارات كل محاور :-

• قام الباحث بجمع العبارات المناسبة لكل محور ثم قام بصياغتها في (٤٥) عبارة ، وقد قسمت بالتوزيع لعدد (١٥) عبارة لكل محور .

٥- قام الباحث بعرض الاستبيان على الخبراء لمعرفة مناسبة العبارات لقياس محاور الاستبيان ومناسبة ميزان التقدير التالي :-

(تنطبق دائماً = ٣ درجات - تنطبق أحياناً = درجتان - لا تنطبق أبداً = درجة واحدة) وقد أشارت آرائهم إلى تعديل بعض العبارات .

المعاملات العلمية للدراسة :-

أولاً: معامل الصدق :-

قام الباحث بإيجاد معامل الصدق للاستبيان من خلال :-

١- صدق المحكمين

استخدم الباحث صدق المحكمين في التحقق من صدق الاستبيان حيث قام بعرض الاستبيان على عدد (٧) من الخبراء المتخصصين بهدف استطلاع الرأي في المحاور والعبارات وميزان التقدير للاستبيان ، وبذلك قد تحقق صدق المحتوى .

٢- صدق الاتساق الداخلي .

قام الباحث بحساب صدق المقياس المقترح بإيجاد معامل الارتباط بين كل عبارة ومحورها من جهة ، وأيضاً معامل الارتباط بين المحاور والمجموع الكلي للمقياس من جهة أخرى ، وتم تنفيذ هذه المرحلة في الفترة من (٥/١١/٢٠٢١م - ١٨/١١/٢٠٢١م) .





جدول (٢)

معاملات الارتباط بين كل عبارة ومحورها ن = ٢٨

المحاور قيد البحث			رقم العبارة فى محورها
السلوك الصحى الغذائى	السلوك الصحى القوامى	السلوك الصحى الوقائى	
٠.٨١٠	٠.٧٢٢	٠.٦٦٣	١
٠.٦١٨	٠.٧٠٢	٠.٦٦٥	٢
٠.٥١٨	٠.٦٤٠	٠.٨٠٤	٣
٠.٥٥٦	٠.٨٠٥	٠.٥٧٧	٤
٠.٧١٨	٠.٦١٩	٠.٥٢٣	٥
٠.٥٩٩	٠.٨٨٨	٠.٦٥١	٦
٠.٧١٨	٠.٥٦٩	٠.٧٣٠	٧
٠.٧٢٨	٠.٨٠٣	٠.٦٧١	٨
٠.٦٧٥	٠.٥٩٥	٠.٧١٢	٩
٠.٦٥٠	٠.٦٧٥	٠.٦٢٠	١٠
٠.٦٨٦	٠.٦٤٥	٠.٦٩٤	١١
٠.٦٣٨	٠.٧٧١	٠.٥٨٣	١٢
٠.٧٢٢	٠.٦٠٨	٠.٦٨٧	١٣
٠.٧٠١	٠.٧٤٦	٠.٧٢٤	١٤
٠.٨١٠	٠.٦٣٠	٠.٧٤٣	١٥

قيمة " ر " الجدولية عند (٠.٠٥) = ٠.٣٨٨

- أظهرت جميع قيم الارتباط بين كل عبارة ومحورها وجود دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) وهذا يؤكد تجانس الاستبيان .

- ثبات الاستبيان :

قام الباحث بإيجاد الثبات على العينة الاستطلاعية عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق مرة أخرى وكان قوام العينة من معلمى التربية البدنية فى المرحلة المتوسطة بدولة الكويت .



جدول (٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لإستمارة الاستبيان .

ن = ٢٨

م	المحاور	عدد العبارات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
			ع	س	ع	س
١	السلوك الصحى الوقائى	١٥	4.98	43.60	5.97	44.22
٢	السلوك الصحى القوامى	١٥	3.25	37.85	2.99	36.85
٣	السلوك الصحى الغذائى	١٥	3.09	32.40	3.43	33.01

قيمة " ر " الجدولية عند (٠.٠٥) = ٠.٣٨٨

- الدراسة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق الاستبيان (مرفق ٢) فى الفترة (٣٠ / ١١ / ٢٠٢١م - ١٠ / ١٢ / ٢٠٢١م)

ثم تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً بالمعالجات الإحصائية المستخدمة قيد البحث .

- المعالجات الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحث برنامج **spss** لاجراء المعالجات الاحصائية التالية :

- معامل الارتباط بيرسون

- المتوسط الحسابى

- الأهمية النسبية

- الانحراف المعياري

- إختبار كا^٢

- النسب المئوية

عرض النتائج ومناقشتها :

جدول (٤)

المحور الأول (السلوك الصحى الوقائى)

ن = ٢٠٠

ك٢	مجموع الدرجات	لا ينطبق		ينطبق أحياناً		ينطبق دائماً		مسلسل العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك	
١١٢,٩	٤٣١	صفر	صفر	٨٤,٥	١٦٩	١٥,٥	٣١	١
١٢٧	٤٧٠	صفر	صفر	٦٥	١٣٠	٣٥,٠	٧٠	٢
١٦٦,٣	٥٤٧	صفر	صفر	٢٦,٥	٥٣	٧٣,٥	١٤٧	٣
١٦٢,٧	٥٢٢	١٩,٥	٣٩	صفر	صفر	٨٠,٥	١٦١	٤
١٢٧,٧	٢٧٨	٧٠,٥	١٤١	٢٠	٤٠	٩,٥	١٩	٥
١٢٥,٣	٤٧١	صفر	صفر	٦٤,٥	١٢٩	٣٥,٥	٧١	٦



ك٢	مجموع الدرجات	لا ينطبق		ينطبق أحياناً		ينطبق دائماً		مسلسل العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك	
١٩٧,٥	٥٥٧	صفر	صفر	٢١,٥	٤٣	٧٨,٥	١٥٧	٧
١١٢,٧	٤٥٤	صفر	صفر	٦١	١٢٢	٣٥	٧٠	٨
١٥٣,٣	٥٩٠	صفر	صفر	٥	١٠	٩٥	١٩٠	٩
١١٠,٥	٥٢٤	صفر	صفر	٢٦	٥٢	٧٠	١٤٠	١٠
٩٨,٨	٤٨٢	٩	١٨	٤١	٨٢	٥٠,٠	١٠٠	١١
١١٣,٠١	٥٤٢	صفر	صفر	٢٩	٥٨	٧١	١٤٢	١٢
٨٧,٣	٤٤٣	٩	١٨	٦٠,٥	١٢١	٣٠,٥	٦١	١٣
١٢٥,٢٢	٤٧١	صفر	صفر	٦٤,٥	١٢٩	٣٥,٥	٧١	١٤
٨٧,٩	٣٢٨	٥١,٥	١٠٣	٣٣	٦٦	١٥,٥	٣١	١٥
	٧١١٠							المجموع

• قيمة ك² عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) = ٥.٩٩

جدول (٥)

المحور الثانى (السلوك الصحى القوامى)

ن = ٢٠٠

ك٢	مجموع الدرجات	لا ينطبق		ينطبق أحياناً		ينطبق دائماً		مسلسل العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك	
١٢٩,٧	٤٨٠	٢٠	٤٠	٢٠	٤٠	٧٠	١٢٠	١
١٠٤,٩	٤٣٠	٣٥	٧٠	١٥	٣٠	٥٠	١٠٠	٢
١٠٩,٥	٥٥٥	صفر	صفر	٢٢,٥	٤٥	٧٧,٥	١٥٥	٣
١٣٢,٦	٥٧٠	٩,٥	١٩	٥٣	١٠٦	٥٦,٥	١١٣	٤
١٢٨,٥	٥٠٠	١١	٢٢	٢٨	٥٦	٦١	١٢٢	٥
١٣١,٨	٥٠٣	٢٠,٥	٤١	٧,٥	١٥	٧٢	١٤٤	٦
١١٥,١	٥٢٨	٠,٥	١	٣٥	٧٠	٦٤,٥	١٢٩	٧
١٢٨,٧	٥١٤	١,٥	٣	٤٠	٨٠	٥٨,٥	١١٧	٨
١١٨,٩	٥٤٢	صفر	صفر	٢٩	٥٨	٧١	١٤٢	٩
١٣٠,٧	٥١١	صفر	صفر	٨٤,٥	٨٩	٥٥,٥	١١١	١٠
١١٧,٥	٥٣٥	٢,٥	٥	٢٧,٥	٥٥	٧٠	١٤٠	١١
١٢٣,٦	٥٣٥	١,٥	٣	٢٩,٥	٥٩	٦٩	١٣٨	١٢
١١٩,٧	٥٢٠	٢,٥	٥	٤٠	٧٠	٦٢,٥	١٢٥	١٣
١٢٦,٩	٥٢٧	صفر	صفر	٣٦,٥	٧٣	٦٣,٥	١٢٧	١٤
١٤١,١	٥٧٠	صفر	صفر	١٥	٣٠	٨٥	١٧٠	١٥
	٧٨٢٠							المجموع

• قيمة ك² عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) = ٥.٩٩



جدول (٦)

المحور الأول (السلوك الصحي الغذائي)

ن = ٢٠٠

ك٢	مجموع الدرجات	لا ينطبق		ينطبق أحياناً		ينطبق دائماً		مسلسل العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك	
١٢١,٢	٥٢٢	١٩,٥	٣٩	صفر	صفر	٨٠,٥	١٦١	١
١٢٥,٤	٥٤٢	صفر	صفر	٢٩	٥٨	٧١	١٤٢	٢
١٥٠,١	٥٩٠	صفر	صفر	٥	١٠	٩٥	١٩٠	٣
١٤٦,٥	٥٤٧	صفر	صفر	٢٦,٥	٥٣	٧٣,٥	١٤٧	٤
١٤٤,٣	٥٥٧	صفر	صفر	٢١,٥	٤٣	٧٨,٥	١٥٧	٥
١٣٣,٥	٥١٤	١,٥	٣	٤٠	٨٠	٥٨,٥	١١٧	٦
١٢٩,٦	٥١١	صفر	صفر	٨٤,٥	٨٩	٥٥,٥	١١١	٧
١٥٢,٦	٥٨٥	٠,٥	١	٦,٥	١٣	٩٣	١٨٦	٨
٢٠٢,٨	٥٨٦	صفر	صفر	٧	١٤	٩٣	١٨٦	٩
١٤٩,٣	٥٧٥	صفر	صفر	١٢,٥	٢٥	٨٧,٥	١٧٥	١٠
١١٨,٢	٥٣٠	١٦,٥	٣٣	٢	٤	٨١,٥	١٦٣	١١
١٢٠	٥٥٠	٠,٥	١	٢٤	٤٨	٧٥,٥	١٥١	١٢
١٠٧,٤	٤٩٨	٠,٥	١	٥٠	١٠٠	٤٩,٥	٩٩	١٣
١٨٦,٨	٦٢٤	١	٢	٨	١٦	٩١	١٨٢	١٤
١٤٣,٩	٥٦١	صفر	صفر	١٩,٥	٣٩	٨٠,٥	١٦١	١٥
	٨٢٩٢							المجموع

• قيمة ك^٢ عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) = ٥.٩٩

جدول (٧)

* ترتيب المحاور وفقاً لنسبتها المئوية

م	محاور المقياس	مجموع الدرجات	النسبة المئوية (%)	ترتيب المحور
١	السلوك الصحي الوقائي	٧١١٠	٧٩,٠ %	٣
٢	السلوك الصحي القوامي	٧٨٢٠	٨٦,٨ %	٢
٣	السلوك الصحي الغذائي	٨٢٩٢	٩٢,١ %	١

* ترتيب المحاور " هو الوزن النسبي للمحور في الاستبيان قيد البحث "





مناقشة النتائج :

في ضوء هدف البحث وتساؤله فقد قام الباحث بتطبيق استمارة الاستبيان على عينة البحث الأساسية وبعرض نتيجة ما أظهرته نتائج جداول (٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧) والذي مكن الباحث من الإجابة على تساؤل الدراسة المتمثل في :-

- ما هو مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بدولة الكويت ؟

تشير جداول (٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧) إلى مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمي التربية الرياضية قيد البحث بدولة الكويت والتي تظهر إرتفاع مستوى ثقافة الصحة الرياضية لدى هؤلاء المعلمين ، فقد تم تصميم الاستبيان وفقاً للميزان الثلاثي (ينطبق دائماً ، ينطبق أحياناً ، لاينطبق) ، وقد جاءت إستجابات عينة الدراسة بإشارة إيجابية نحو مدى التزامهم بتطبيق المعارف الصحية نحو المحاور التالية على الترتيب :-

- السلوك الصحي الوقائي
- السلوك الصحي القوامي
- السلوك الصحي الغذائي

ومن خلال ما أشار إليه مجموع الدرجات وما تظهره الاستجابات فإن الباحث يشير إلى مفهوم " الثقافة الصحية " كونها عملية تربوية تسعى إلى ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد و المجتمع ، و ذلك بهدف تغيير الاتجاهات والعادات السلوكية غير السوية ، وكذلك مساعدة الفرد على اكتساب الخبرات وممارسة العادات الصحية الصحيحة . (٣ : ١٤ ، ١٥)

ويذكر " أديب منصور " (١٩٩٥ م) أن الثقافة الرياضية تسعى إلى تقديم مادة تثقيفية واسعة متنوعة وعميقة نسبياً تتعلق بمختلف المجالات ذات الصلة بالحياة الرياضية . (٤ : ١٠٣)
ويضيف " وليد إبراهيم حمزة " (٢٠٠٧ م) أن الثقافة الرياضية لها دور كبير في غرس العادات الصحية والقوامية السليمة للوقاية من العادات الخاطئة ، كما أنها تعمل على تنمية الصفات البدنية والمهارات الطبيعية لتحقيق مستوى اللياقة البدنية العامة ، بالإضافة إلى أن تنمية الثقافة الرياضية ينعكس بشكل فعال على الإحساس بالجمال الحركي ، كما أن ممارسة الرياضة بوجه عام هو درب مؤثر من دروب الصحة العامة . (٢٥ : ٣)

وتؤكد إلهام شلبي (١٩٩٦ م) على أهمية التثقيف الصحي لأنه أصبح أكثر إهتماماً من أي وقت مضى في ظل الظروف المتغيرة والذي يعاني فيها الإنسان من ظواهر ومستجدات بيئية ،





وصحية لم تكن معروفة سابقاً ، حيث يجب تثقيف الرياضى فى الأمور التى تهمة مثل التغذية ، وطبيعة ومسببات الأمراض والوقاية منها ، وكذلك النظافة الشخصية . (١ : ٧٦)
حيث يذكر " على جلال " (٢٠٠٣ م) أن الفرد الرياضى أحوج ما يكون لمعرفة مبادئ الصحة الشخصية والصحة العامة والالتزام بإتباع ذلك لرفع المستوى الصحى وزيادة فاعلية التدريب الرياضى وذلك بالعناية بالجسم . (١١ : ١٥)

ويعد إرتفاع المستوى المعرفى الخاص بالعناية بالغذاء وما يلاحظ من وجود محور المعلومات الصحية المرتبطة بالغذاء فى مقدمة محاور الاستبيان بمجموع ما تحصل عليه من درجات جعلتها يتقدم فى الترتيب النسبى للمحاور بنسبة (٩٢.١ %) ومجموع درجات (٨٢٩٢) من إجمالى مجموع الدرجات الكلى البالغ (٢٣٢٢٢) طبقاً لميزان التقدير فإن ذلك يعضد من إستنتاجات الباحث حول المستوى الجيد لمعارف عينة الدراسة فى مفاهيم ومبادئ الصحة الرياضية والثقافة الصحية الرياضية ، وفى ضوء ذلك يشير الباحث إلى " تقرير لجنة خبراء منظمة الصحة العالمية " (١٩٩٧ م) أن الأمراض الناجمة عن طريق الغذاء مشكلة خطيرة فى كل من الدول النامية والمتقدمة على السواء ، ولكن تراجعت هذه الأمراض تراجعاً شديداً وخاصة فى الدول المتقدمة نتيجة العناية بالبيئة والصحة العامة ومصادر المياه النقية اللازمة للشرب وغسل اليدين والتطبيق الواسع لتقنيات سلامة الغذاء . (٨)

ومن خلال ما ذكرته " مروة محمد مجدى ، نسرين نادى عبدالجيد " (٢٠١٣ م) أن كلية التربية الرياضية تنشأ أجيال صحية وذات سلوك وعادات صحية سليمة بناء على المواد التى يدرسونها الطلبة ، وتعودهم على الإعتماد على النفس وحسن التصرف ومواجهة أى مواقف تواجههم .
(٢٠ : ٥١٥)

ومن خلال ما سبق ونتائج البحث فإن الباحث يتفق مع ما أشار إليه " عصام بدوى " (١٩٩٨ م) إلى أهمية الثقافة الرياضية التى تكمن فى قدرتها على توصيل المعلومات والبيانات فى شكل رسائل إلى قاعدة جماهيرية كبيرة ومتابينة الاتجاهات ومختلفة فى الرأى العام نحو قضية معينة ، كما أن له القدرة على تغيير الأنماط السلوكية سواء بتشجيع السلوكيات الطيبة أو بطرد السلوكيات السيئة ، والثقافة الرياضية تهدف للارتقاء باللياقة البدنية والصحة العامة للفرد . (١٠)

ويشير الباحث من خلال إرتفاع إستجابات المبحوثين قيد البحث نحو الاكتساب المبكر للرعاية الصحية وإتباع السلوكيات الصحية السليمة وذلك بالإطلاع الدائم على المعلومات الصحية بغرض الوقاية الصحية .





لذا يتفق الباحث مع كلاً من " مرفت يوسف " (٢٠٠١م) ، " معتصم شطناوى " (٢٠٠٦ م) على ضرورة أن يهتم العاملين فى المجال الصحى بالمعلومات الخاصة بالمحافظة على المعافاة والوقاية من الأمراض واتخاذ القرارات الأخرى المتصلة بالصحة والرعاية الصحية التى تشمل فى متنها الخدمات الصحية التى قد تكون فى شكل نصوص مكتوبة أو مسموعة أو لقطات فيديو ، كما أنه من الضروري إجراء الفحص الطبى الشامل بإعتباره أهم العناصر الأساسية للوقاية من الإصابات .

(١٩) (٢١)

كما يشير الباحث إلى ما ذكرته " نادية رشاد " (١٩٩٢ م) بأن اللياقة البدنية ترتبط ارتباطاً مباشراً بأبعاد الصحة البدنية وأن تنمية مستوى عال لللياقة البدنية والمحافظة عليها يساعد الفرد على تحاشى الأمراض الوظيفية ، ويساعد على التكيف الإجتماعى ، وتحس أسلوب الحياة ، حيث تدفع الفرد إلى تحسين عمله وتقبل الكثير من الضغوط البدنية والنفسية والإجتماعية التى تواجهه وتزيد من شعوره بالرضا الشخصى للأنشطة التى يؤديها . (٢٣ : ٤٢ ، ٤٣)

وختاماً يتفق الباحث مع دراسة " روف ميتشل كينث " (١٩٩٥ م) والتى تشير إلى أن الثقافة والتعليم والرياضة لهم دور فى زيادة الصحة البدنية والعقلية والرياضية . (٢٨)
وبما سبق تتحقق الإجابة على تساؤل الدراسة " ما هو مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمى التربية الرياضية بدولة الكويت ؟ " .

الاستنتاجات :

فى ضوء أهداف البحث وعينته ونتائجه يستنتج الباحث الآتى :-

١- ارتفاع مستوى ثقافة الصحة الرياضية لمعلمى التربية الرياضية بدولة الكويت فى المحاور

التالية :-

أ) السلوك الصحى الوقائى

ب) السلوك الصحى القوامى

ت) السلوك الصحى الغذائى

٢- هناك إهتمام بتطبيق برنامج التوعية الصحية الخاص بمقاومة ومكافحة الأمراض المعدية على معلمى التربية الرياضية بدولة الكويت.

٣- تظهر الاستجابات مداومة معلمى التربية الرياضية بدولة الكويت على إتباع العادات

الصحية الصحيحة فى الغذاء والممارسة الرياضية والاهتمام بالحالة القوامية .





التوصيات :

- يوصى الباحث من خلال الدراسة الحالية وما توصل إليه من نتائج بالآتي :-
- ١- ضرورة الاهتمام بتطبيق مادة التربية الصحية داخل المنهج العلمي للتلاميذ أثناء حصص التربية البدنية بحيث تشتمل على جميع النواحي (البدنية - النفسية - العقلية - الاجتماعية) .
 - ٢- الإهتمام بزيادة التوعية بالمعارف الصحية السليمة تجاه الانحرافات القوامية ومبادئ العناية بالقوام .
 - ٣- الإهتمام بصقل وتثقيف معلمي التربية الرياضية بدولة الكويت عن تطبيقات التربية الصحية فى المجال الرياضى .

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ١- إلهام إسماعيل شلبي : المعلومات الغذائية وعلاقتها بالتكوين الجسماني ومستوى الأداء لطالبات التربية الرياضية بالقاهرة ، المجلد الثالث ، العدد الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- ٢- أحمد رمزي ذكى: دراسة الكفاءة الصحية لمدرسي التربية الرياضية بمحافظة الغربية وعلاقتها بالأداء المهني ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠١٠ م .
- ٣- أحمد محمد بدح ، أيمن سليمان مزهرة ، زين حسن بدران : الثقافة الصحية ، ط ١ ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ، ٢٠٠٩ م .
- ٤- أديب منصور: دراسات في الصحافة الرياضية ، المكتبة الإعلامية ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٥- باسم محمود عبد الحكيم : دراسة مدى إدراك اطالب المعم لمادتي المناهج وطرق التدريس وعلاقتها بالاتجاه نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٠ م .
- ٦- بهاء الدين إبراهيم سلامة : الصحة والتربية الصحية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٧ م .
- ٧- بن زيدان حسين ، مقراني جمال ، سيفي بلقاسم : مستوى الوعي الصحي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضى ، مجلة الأكاديمية للدراسات الإجتماعية والإنسانية ج/ قسم العلوم الإجتماعية ، العدد ١٧ ص ٣٠-٣٨ ، جانفي ، ٢٠١٧ م .





- ٨- تقرير لجنة خبراء منظمة الصحة العالمية : التعليم والتعزيز الصحي المدرسي الشامل ، ١٩٩٧م
- ٩- عبد الأمير محمد سلطان : دراسة لسلوك الصحي والإصابات الرياضية للاعبين بعض الأنشطة الرياضية في دولة الكويت ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٨م
- ١٠- عصام بدوي: موسوعة التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ٢٠٠١م
- ١١- على جلال الدين : الصحة الرياضية ، ط ٢ ، المركز العربي للنشر ، الزقازيق ، ٢٠٠٣م .
- ١٢- على محمد جلال الدين ، محمد قدرى بكرى : الإصابات الرياضية والتأهيل ، ط ١ ، المكتبة المصرية ، القاهرة ، ٢٠١١م .
- ١٣- عويس الجبالي ، تامر الجبالي : منظومة التدريب الحديث ، ط ٢ ، دار أبوالمجد للطباعة بالهرم ، القاهرة ، ٢٠١٣م .
- ١٤- فؤاد البهى السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، ط ٤ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨م .
- ١٥- محمد الحماحمي : الرياضة للجميع - الفلسفة والتطبيق - ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧م
- ١٦- محمد الحماحمي ، أمين الخولى : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ٢٠٠١م .
- ١٧- محمد سعد زغول ، ومكارم حلمى هرجه : مناهج التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩م
- ١٨- محمد سعيد عزمى: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسى بين النظرية والتطبيق ، منشأة المعارف ، ١٩٩٨م .
- ١٩- مرفت السيد يوسف : مشكلات الطب الرياضى ، ط ٣ ، مكتبة الإشعاع ، ٢٠٠١م .
- ٢٠- مروة محمد مجدى ، نسرين نادى عبدالجيد : تقييم مستوى الثقافة الصحية لدى طلاب جامعة أسيوط ، المؤتمر العلمى الدولى حول علوم الرياضة فى قلب الربيع العربى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، نوفمبر - ٢٠١٣م .
- ٢١- معتصم شطناوى: دراسة تحليلية للإصابات الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، مجلة نظريات وتطبيقات كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ٢٠٠٦م .





- ٢٢- **مصطفى أحمد حسن** : تأثير برنامج تأهيلى مقترح لتخفيف مظاهر تقدم السن وزيادة الوزن على المترددين على المركز الصحى بالمدينة التعليمية بالسادس من أكتوبر فوق ٤٥ سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة مدينة السادات ، ٢٠١٤م .
- ٢٣- **نادية محمد رشاد**: التربية الصحية والأمان ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، ١٩٩٢م
- ٢٤- **وائل عبد العظيم يونس** : الثقافة الصحية وعلاقتها بمعدل الإصابات لدى ناشئ ألعاب القوى ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠١٥م .
- ٢٥- **وليد إبراهيم حمزة** : الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة العامة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة السويس ، ٢٠٠٧م .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 26- **Donald, K. Mathews D, P** : Measurement in Physical Education W.B. Saunders .Company ,Philadelphia ,London ,Toronto ,1978 .
- 27- **Jose A. Santiago et ; al** : Physical Activity and Health –Related Fitness Knowledge of Physical Education Teachers ,Rice University ,Houston ,AAHPERD National Convention and Exposition ,March , 2006 .
- 28- **Rof Metchel Kenth** : Japanese Government Policies in Education , Science Sports and Culture ,Mental and Physical Health and Sports , 1998 .

ثالثاً : شبكة المعلومات الدولية .

- 29 – <https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&ald=104147>

