

## دراسة مقارنة لسمنة الجسم وشمولية الجانب البدني لدى مدرسي التربية البدنية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص

بحث تقدمت به

م. د لبنى قتيبة محمد

الكلمات المفتاحية : سمنة الجسم ، شمولية الجانب البدني .

اشتمل البحث على خمسة ابواب وكان هدف البحث اعداد استبانتيين في سمنة الجسم وشمولية الجانب البدني لمدرسي التربية البدنية والمشرفين الاختصاص ومقارنتهما معا ، كما تطرق البحث الى الاطار النظري فيما يخص السمنة والجوانب البدنية المتعلقة به ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي لتطبيق اجراءات الاستبانة مع اجراء المعاملات العلمية من صدق وثبات للاستبانات للحصول على النتائج التي معاملتها احصائيا وكانت ابرز الاستنتاجات (وجود تقارب كبير في نتائج الاجابات على الاستبانتيين ما بين المدرسين والمشرفين مما تعزوه الباحثة الى وجود خلل واضح في مستوى السمنة لدى المدرسين وشمولية الجانب البدني وهذا ما اشرة السادة المشرفين في اجاباتهم) اما اهم التوصيات (اجراء اختبارات دورية للمدرسين بأشراف السادة المشرفين للوقوف على جاهزيتهم البدنية والمهارية قبل بدء السنة الدراسية) .

## Research Summary

### ***A comparative study of body obesity and physical comprehensiveness of physical education teachers from the point of view of specialized supervisors***

*The research was conducted on five sections. The aim of the research was to prepare two questionnaires in the body obesity and the comprehensiveness of the physical aspect of the physical education teachers and the supervisors and compare them together. The research also dealt with the theoretical framework regarding obesity and the physical aspects related to it. The researcher used the descriptive method to implement the procedures of the questionnaire, Of the validity and reliability of the questionnaire to obtain the results that were treated statistically. The most prominent conclusions were (a significant convergence in the results of the responses on the two questionnaires between teachers and supervisors, which the researcher attributed to a clear imbalance in the level of obesity Teachers and the overall physical aspect, and this is what supervisors in their answers) The most important recommendations (periodic tests of teachers under the supervision of supervisors to determine their physical fitness and skill before the start of the school year).*

عند الحديث عن ماهية متطلبات النظام التربوي والذي يهدف الى تحقيق التربية التكامل والتوازن في شخصية المدرس من جميع الجوانب البدنية والمعرفية والانفعالية وتأثيرات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة العامة فضلا عن تأثيرها في كيفية توصيل المادة العلمية نظريا وعمليا الى الطالب ليتكامل به التحصيل الدراسي من المنظور الصحي والتربوي والاكاديمي ، وعند التطرق الى اللياقة البدنية للمدرس المرتبطة بالصحة والتأكيد على انعكاسها على الطلبة بشكل خاص لدورها الفعال في تحقيق منظور الصحة العامة التي اكدت عليه جميع مناهج التربية الرياضية من خلال وضع مجموعة من المتطلبات والهادفة لزيادة النشاط البدني في المدارس والى دور درس التربية الرياضية المفترض في تحقيق بعض الاهداف التربوية للنظام التربوي .

ان دور الانشطة الرياضية في تدعيم اهداف النظام التربوي تكمن من خلال التخفيف من الكثير من الانفعالات السلبية المرافقة للعملية التربوية ومن ضمنها السمنة التي تظهر عند اكثر مدرسي التربية الرياضية وعلاقتها بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وتأثيراتها السلبية على شخصية المدرس وتعرضه للكثير من المواقف الصعبة المدرسية الاجتماعية السلبية مما يؤثر على اتجاهه العام امام الطلبة فضلا عن ان ارتفاع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة يمكن ان يكون عاملا مهما جدا في التأثير الايجابي على ارتفاع مستوى التحصيل.

لذلك تكمن اهمية البحث الى زيادة وتفعيل الانشطة الرياضية المعتمدة على صحة المدرس وإمكانية الاداء بدون معوقات والموجهة لطلابه ولمختلف المراحل التعليمية لما لذلك من دور كبير جدا في تحسين مستوى الفهم لديهم وانعكاسه الايجابي على مجموعة من المتغيرات النفسية والسلوكية والتخفيف من مظاهر القلق والتوتر الانفعالي والجسمي الذي يرافق العملية التعليمية كون درس التربية الرياضية له اهمية عند ممارسة الانشطة البدنية ولتطوير اللياقة البدنية من منظور الصحة العامة وتعزيز السلوك الحياتي اليومي .

ان فهم الفرد الرياضي او الذي لديه علاقة مباشرة او غير مباشرة بالنشاطات الرياضية سواء كان تدريس او ممارس او هاوي لطبيعة خصائص جسمه وكفاءته البدنية تجعله اكثر ثقة من غيره في التعامل مع الآخرين وخاصة اداء التمرينات الرياضية او المهارات امام الطلبة بكل

ثقة وانسيابية دون اللجوء الى الاعذار السلبية ، وهذا ما ذهبت اليه الباحثة لتبيان العلاقة بين الجانب البدني الايجابي وبين الاداء الايجابي البدني و المهارى وتأثير السمنة عليها من حلال:

- اعداد استبانتين في سمنة الجسم وشمولية الجانب البدني لمدرسي التربية البدنية والمشرفين الاختصاص.

- مقارنة بين استبانتى مدرسي التربية البدنية والمشرفين الاختصاص في سمنة الجسم وشمولية الجانب البدني .

وفرضت الباحثة ان :

- هناك فروق ذات دلالة احصائية ما بين سمنة الجسم وشمولية الجانب البدني لدى مدرسي التربية البدنية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص .

كما حددت حدود البحث كالآتي:

- **الحد البشري :** بعض مدرسي التربية البدنية في تربية الكرخ /2.

- **الحد المكاني :** بعض مدارس مديرية تربية الكرخ /2 .

- **الحد الزماني :** السنة الدراسية 2018 - 2019.

وبينت تفسير لبعض المصطلحات الخاصة بالبحث :

- **سمنة الجسم :** هي ارتفاع نسبة الدهون الكلية في الجسم المتسببة في زيادة وزن الجسم

بمعدل 20% أو أكثر من الوزن الطبيعي الملائم للعمر والطول و تحدث السمنة عادة

بسبب استهلاك سعرات حرارية أكثر مما تم حرقها على مدى الوقت مما يؤدي الى

تراكم الدهون. ( كامل العجلوني : 2018 ، 67 )

- **شمولية الجانب البدني :** هو الشعور الايجابي تجاه طبيعة الجسم من خلال المظهر

الخارجي عند اداء حركات بدنية بانسيابية ورشاقة. ( محمد حسن : 1998 ، 44 )

## الفصل الثاني

### 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

2-1 **منهج البحث :** اتبعت الباحثة المنهج الوصفي (المسحي) وهو اسلوب يعتمد على دراسة

الواقع او الظاهرة كما هي في الواقع وتسهم بوصفها وصفاً دقيقاً ويُعبر عنها تعبيراً كيفياً او

كمياً. ( عبيدات ، 2004: 191 ) .



**2-2 مجتمع وعينة البحث :** تكون مجتمع البحث من (65) مدرساً ومدرسة من بعض مدارس تربية الكرخ /2 ضمن قاطعي الجهاد والبيع لغرض جمع المعلومات الميدانية عن مدى شمولية الجانب البدني ونسبة سمنة الشحوم لديهم من خلال وجود الاستبانة الخاصة بها، واعتمدت الباحثة على (40) مدرسا ومدرسة للسنة الدراسية 2018- 2019 المتواجدين الفعليين فيما كانت عينة البحث من المشرفين (5) فيما اعتمدت الباحثة على عينة استطلاعية تألفت من (10) مدرسين من مجتمع البحث لغرض التأكد من صلاحية استبانة جمع المعلومات عن شمولية الجانب البدني وحساب الصديق والثبات .

وزعت الباحثة (30) استبانة وتم استرجاع (20) استبانة فقط من المدرسين والتي اعتمدتها اما عينة المشرفين الاختصاص وعددهم (5) مشرفين فتم اختيارهم عمدياً لمقارنة وجهات نظرهم واجوبتهم لشمولية الجانب البدني لمدرسي التربية البدنية لديهم .

### **2-3 الادوات المستخدمة في البحث**

- 1- استبانة شمولية الجانب البدني لدى مدرسي التربية البدنية .
- 2- استبانة وجهة نظر المشرفين الاختصاص .
- 3- شبكة الانترنت .
- 4- احصائيات قسم التخطيط /شعبة الاحصاء في تربية الكرخ/2 .

### **2-4 خطوات بناء الاستبانات**

- 2-4-1** استبانتي شمولية الجانب البدني لدى مدرسي التربية البدنية والمشرفين الاختصاص .
  - مراجعة الدراسات السابقة الخاصة بالبحث والتي سبق واعداها في هذا المجال .
  - تحديد المحور الرئيس لبناء الاستبانة بالاعتماد على تقسيم الاستبانة الى جزئين (استبانة مفتوحة) و (استبانة مغلقة) وفي الاستبانة المفتوحة وجهت الباحثة عدد من الاسئلة الى السادة مدرسي التربية البدنية عينة البحث ملحق (1) والتي تضمنت (5) أسئلة محددة اجابتها على ورقة الاستبانة بشكل مختصر .
  - قامت الباحثة بالاعتماد على الشكل العام لتنفيذ اطار الاستبانات السابقة بتحويل عدد من اجابات السادة المدرسين الى الاستبانة المغلقة مع بعض الاضافات . ملحق (2)

- تم عرض الاستبانة المغلقة على عدد من المحكمين في مجال التربية البدنية ملحق (5) من اعضاء هيئة التدريس في الجامعات العراقية كلا حسب لقبه العلمي وتخصصه الدقيق لأبداء ملاحظاتهم عليها .
- قامت الباحثة بتوزيع استبانة مفتوحة للسادة المشرفين الاختصاص ملحق(3) لأبداء آرائهم عليها وتم تفرغ الاجوبة وتحويلها الى الاستبانة المغلقة مع بعض التعديلات والاضافات عليها من قبل السادة المحكمين سابقى الذكر ، حيث تكونت الاستبانة المغلقة من (15) فقرة ملحق(4) بشكل نهائي وفق سلم تدرج ( بشكل كبير، بشكل متوسط ، بشكل قليل ) واعطيت الدرجات لكل تدرج (3-2-1) على التوالي بحيث تنحصر الدرجة النهائية لأفراد العينة ما بين ( 15-45) درجة ومتوسط فرضي (30) وتضمنت الاستبانة عبارات ايجابية وارقامها هي (1-4-5-7-10-11-12-14) وعبارات سلبية وارقامها (2-3-6-8-9-13-15) .
- بعد اجراء التعديلات على الاستبانة وفق ملاحظات السادة المحكمين في مجال التربية البدنية تم تعديل وصياغة عباراتها وبلغ عدد العبارات (15) عبارة بشكل نهائي وفق سلم تدرج ( بشكل كبير، بشكل متوسط ، بشكل قليل ) واعطيت الدرجات لكل تدرج (3-2-1) على التوالي بحيث تنحصر الدرجة النهائية لأفراد العينة ما بين ( 15-45) درجة وتضمنت الاستبانة عبارات ايجابية تسلسلها (1-3-4-6-7-9-10-11-14) وعبارات سلبية تسلسلها (2-5-8-12-13-15) وعند تصحيح هذه العبارات يتم اعطاء الدرجات للعبارات الايجابية تصاعدياً (3) بشكل كبير و(2) بشكل متوسط و(1) بشكل قليل وللعبارات السلبية بالعكس ، ولأجل استخراج الدرجة الكلية للاستبانة تجمع الدرجات التي يحصل عليها المدرس او المشرف .

### 3-4-2 المعاملات العلمية للاستبانات

#### 1- استبانة شمولية الجانب البدني لدى مدرسي التربية البدنية .

##### أ- صدق المحكمين :

- تم عرض الاستبانة على عدد من المحكمين من الجامعات العراقية وعددهم (5) محكمين حيث قاموا بأبداء الملاحظات اللازمة واخذت الباحثة بملاحظاتهم بعين الاعتبار .

تم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين درجة كل فقرة من فقرات الاستبانة والدرجة الكلية لمعرفة مدى الارتباط ما بين الفقرات ودرجة الاستبانة الكلية وكما موضح في الجدول (1) بالنسبة لاستبانة المدرسين والجدول (2) بالنسبة لاستبانة المشرفين وكالاتي :

### الجدول (1)

يبين معامل الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة الخاصة بالمدرسين

ت	العبارات	الاتساق الداخلي
1	انا شخص قوي جداً .	0,56
2	انا شخص سمين جداً .	0,60
3	استطيع الجري لمسافة طويلة بدون توقف .	0,67
4	انا جيد في مد وثني جسمي .	0,62
5	اشعر بعدم الثقة عندما اؤدي التمارين الرياضية .	0,60
6	يعتقد الآخرون اني جيد بتأدية الألعاب .	0,75
7	معظم الألعاب الرياضية سهلة عندي .	0,64
8	أؤدي التمارين الرياضية بوجود صعوبة بالتنفس .	0,65
9	نادراً ما امرض .	0,61
10	امتلك مظهراً جيداً .	0,62
11	استطيع ان اكون نشيطاً لمدة طويلة بدون ان اتعب .	0,59
12	يعتقد الآخرون بأنني سمين .	0,60
13	احتاج للرشاقة لتأدية التمارين الرياضية .	0,58
14	لدي شعور جيد عندما اكون لائقاً بديناً .	0,63
15	لا امارس الرياضة او بعض التمارين كل يوم .	0,60

وقد اظهرت النتائج الموضحة بالجدول اعلاه ان فقرات الاستبانة تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) وكانت القيمة الجدولية (0,37) ودرجة حرية (18) .

## الجدول (2)

يبين معامل الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة الخاص بالمشرفين الاختصاص

ت	العبارات	الاتساق الداخلي
1	اعتقد ان اكثر مدرسي التربية البدنية اقوياء .	0,82
2	اغلب المدرسين لديهم سمعة .	0,85
3	لا يستطيع المدرسين الجري لمسافات طويلة .	0,87
4	لدي ثقة كاملة بالمدرسين بتأدية التمارين الرياضية .	0,85
5	معظم الالعاب الرياضية سهلة للمدرسين .	0,86
6	نادراً ما ارى المدرسين متحمسين .	0,81
7	يمتلك اغلب المدرسين مظهراً لائقاً .	0,85
8	يحتاج الكثير من المدرسين الى الرشاقة واللياقة .	0,84
9	لا يمارس اكثر المدرسين الالعاب الرياضية .	0,83
10	لا أرى قصوراً في الاداء المهاري لأغلب المدرسين .	0,80
11	لدي ثقة بأداء المدرسين امام الطلبة .	0,82
12	يمتلك اغلب المدرسين الثقة باللعب مع الطلبة .	0,88
13	لا يمتلك اغلب المدرسين الملابس الرياضية لأداء التمارين .	0,83
14	يتواصل المدرسين اغلب الاحيان مع مستجدات الالعاب الرياضية.	0,85
15	يخاف اغلب المدرسين من الاصابة عند اداء التمارين امام الطلبة.	0,82

اظهرت النتائج الموضحة بالجدول اعلاه ان فقرات الاستبانة تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة

احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) وكانت القيمة الجدولية (0,80) ودرجة حرية (3) .

ج - ثبات الاستبانات

- طريقة الفا - كورنباخ

تم تطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية عددها ( 20 ) من مدرسي التربية البدنية وعلوم الرياضة في تربية الكرخ / 2 ، وبعد تطبيق الاستبانة تم حساب معامل الفا- كورنباخ لقياس الثبات بالنسبة للاستبانتين وحسب الجدول ادناه ، حيث وجد ان قيمة المعامل تساوي (0,56) لاستبانة المدرسين وقيمة المعامل تساوي (0,52) لاستبانة المشرفين وهذا دليل على ان الاستبانات تتمتع بمعامل ثبات مرتفع .



## - طريقة التجزئة النصفية :

قامت الباحثة باستخدام طريقة التجزئة النصفية وذلك بتقسيم الدرجات الى (فردية وزوجية) حيث كانت الدرجات الفردية = 8 والدرجات الزوجية = 7 ، وذلك لحساب معامل الارتباط بين النصفين بعد ان تم التحقق من تكافؤهما ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة (سبيرمان براون) :

$$\text{معامل الثبات} = 2 \times \text{معامل الثبات النصفية}$$

$$\text{معامل الثبات} = 1 \times \text{معامل الثبات النصفية}$$

فأوضح ان معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قبل التعديل = 0.59 ، ومعامل الثبات بعد التعديل = 0.73 ، وهذا يدل على ان المقياس يتمتع بالثبات .

## 3-5 المعاملات الاحصائية :

- معامل الارتباط لسبيرمان و معامل الثبات لسبيرمان براون .
- الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاتساق الداخلي .
- قيمة (T) .

## الفصل الثالث

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

### 3-1 عرض نتائج استبانات المشرفين الاختصاص والمدرسين وفقاً لإجاباتهم

#### الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث ( المشرفين - المدرسين )

الفئة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المشرفين	5	38,80	1,30
المدرسين	20	36,45	2,45

يتضح من الجدول (3) ان المتوسط الحسابي لإجابات المشرفين البالغ (38,80) والمتوسط الحسابي لإجابات المدرسين هي (36,45) هما اعلى من المتوسط الفرضي البالغ (30) (وهيب مجيد :2010 ، 79)

3-2 عرض نتائج الفروق بين اجابات المدرسين والمشرفين في استبانة الدراسة .

## الجدول(4)

يبين الفروق بين المدرسين والمشرفين بين اجاباتهم وفقاً لاستبانة الدراسة

الفئة	معامل الفروق	انحراف الفروق	قيمة (T)	الدلالة
المشرفين	2,35	1,15	2,04	غير معنوي
المدرسين				

عند درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05) .

ويتضح من الجدول (4) ان معامل الفروق طبقاً للأوساط الحسابية (2,35) في حين ان انحراف الفروق بين الانحرافات هي (1,15) وكانت قيمة (T) هي (2,04) ولوحظ ان مستوى الدلالة غير معنوي بنسبة بسيطة ، تعزوها الباحثة الى ان اجابات المشرفين كانت اعلى من الوسط الفرضي البالغ (30) على الرغم من قيام الباحثة بالتنوع في استخدام طريقة طرح الاسئلة المناسبة والتي تشجع وبدرجة كبيرة جدا على تحقيق اجابات منطقية وذلك من خلال تشجيع المدرسين على الاعتماد على الذات والخبرة الميدانية وقد يعزى ذلك الى النقص الواضح في المهارات التدريسية التي يمتلكها مدرس التربية البدنية وما يحتاجه المدرس عند تأدية المهارات والالعاب ضمن المنهج المقرر، وهذا يتفق مع ما توصل إليه الكيلاني والحاك وعمور ( 2008 ) بان هناك نقص واضح في المهارات والأساليب التدريسية والتدريبية الحديثة التي يمتلكها مدرس التربية البدنية والتي تظهر الكثير من المشاكل التي يعاني منها الطلبة في عملية التعلم وقد يكون السبب ورائها عدم اختيار أساليب التدريب المناسبة من قبل المدرسين، لذلك فالأسلوب الذي يتعامل به المدرس مع

تنفيذ مفردات الحصة الرياضية تكون ناقصة بسبب ظهور علامات السمنة عليه اضافة الى

وجود عيوب في شمولية الجانب البدني.

#### الفصل الرابع

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1 الاستنتاجات

1- ان مستوى اجابات المشرفين والمدرسين كانت اعلى من الوسط الفرضي في فقرات الاستبانات .

2- ان ارتفاع درجات الإجابة انعكست ايجابياً على متغير سمنة الجسم وشمولية الجانب البدني .

3- وجود تقارب كبير في نتائج الاجابات على الاستبانتين ما بين المدرسين والمشرفين مما تعزوه الباحثة الى وجود خلل واضح في مستوى السمنة لدى المدرسين وشمولية الجانب البدني وهذا ما اشرة السادة المشرفين في اجاباتهم .

##### 4-2 التوصيات

1- ضرورة تحفيز مدرسي التربية البدنية لتحسين مظهرهم الجسماني وأدائهم أثناء الدرس في ضوء معايير جودة الاداء الرياضي المحددة لأدوارهم.

2- إعادة النظر في استمارة تقييم الأداء الوظيفي للمدرس بما يحفزه على الاداء الامثل.

3- اعداد برامج تدريبية رياضية خاصة للمدرسين بما يخدم كفاياته لأداء الالعاب والتمرينات ضمن المنهج المقرر .

4- اجراء اختبارات دورية للمدرسين بأشراف السادة المشرفين للوقوف على جاهزيتهم البدنية والمهارية قبل بدء السنة الدراسية .

**المصادر**

- احمد عبد القادر : دور المشرف التربوي في اشباع الحاجات التربوية، الاردن / جامعة اليرموك ، 2001.
- الكيلاني وصادق الحايك وعمر عمور: دراسة مقارنة لمعرفة واستخدام أساليب التدريس والصعوبات التي تواجه المعلمين في الأردن والجزائر، المؤتمر العلمي العشرون، مناهج التعليم والهوية الثقافية، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس المجلد 2. 2008
- بولرياح محمد :كفاءة استاذ التربية البدنية والرياضية ، مجلة اصوات الشمال ، 2014.
- حاتم ابو سالم : واقع اعداد معلم التربية الرياضية بجامعة الاقصى ، الاردن / عمان 2003.
- خولي وآخرون : اصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، ط1، 1998 .
- خليل عيسى الحسنات، معيقات تطبيق المناهج الالكترونية ، المؤتمر العلمي 11 (تكنولوجيا المعلومات) مصر / القاهرة ، مج 18 ، 2008.
- كامل العجلوني : كتاب السمنة ، مطابع التربية / المركز الوطني للسكري والغدد الصم ، الاردن - عمان، 2018.
- عبيدات ذوقان وآخرون : البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه، دار الفكر التربوي، ط1 ، عمان ، 2001.
- زغلول والسائح : تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية، مكتب الإشعاع الفني الإسكندرية، مصر، 2001.
- محمد الهاشمي : علم اللقيمات ، ط1 ، مصر ، جامعة القاهرة ، 2009.
- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، مصر - القاهرة ، 1998.
- محمد كمال السيد يوسف : البدانة الغذائية (داء له دواء) ج1، مجلة اسبوط للدراسات البيئية ، العدد 22 ، 2002.
- محمد معوض : النفسية والعقلية وقاية وعلاج، ط1، دار الجيل ،بيروت، 1997.
- محمد داود الربيعي : الإشراف والتقويم في التربية الرياضية، دار المناهج، عمان، 2001.
- منى احمد صادق : مفاهيم حديثة في تغذية الاطفال ، ط2 ، دار المسيرة للنشر والاعلان ، الاردن ، عمان ، 2012.
- منظمة الصحة العالمية : السمنة والوزن الزائد ، مركز وسائل الاعلام ، 2016.