

أثر التخصص العلمي على أسلوب ونمط حياة طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

"دراسة مقارنة بين طلبة الأقسام العلمية الثلاثة"

جمال أحمد زربية محمد الحداد محمود محمد مزيبو

ملخص البحث

مرت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة خلال السنوات الماضية بمرحلة تطوير استراتيجي لم يقتصر على الجانب الإداري من حيث شكل الأقسام العلمية وتركيبها فحسب وإنما أيضاً على كادرها العلمي إذ أصبح هناك ثلاثة أقسام علمية ذات أهداف ورؤى ومقرارت مختلف مما يؤدي بطبيعة الحال ذلك إلى أحداث تغيير في مفهوم وفلسفة التخصص العلمي بالكلية. وبما أن التخصصات الثلاثة وإن اختلفت في هدفها المهني العام (إعادة تأهيل - تدريس - تدريب) إلا أنها تشترك في دراسة واقع انثروبولوجي واحد وهو الإنسان القائم بالحركة. حيث يهدف البحث إلى التعرف على مدى تأثير التخصص العلمي على أسلوب ونمط حياة الطالب في كل قسم من الأقسام الثلاثة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالسلوب المقارن على عينة قدرها (93) طالب بالفصل السابع والثامن أي السنة الأخيرة للأقسام العلمية (التدريس عادة التأ والتدريب والتأهيل). وتم تصميم استمارة استبيان وتقنيته، كأداة لجمع البيانات. ومن أهم النتائج البحث هي أن أسلوب ونمط الحياة لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بشكل عام كان له دلالة معنوية لصالح العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى وجاء محور (إيقاع النوم واليقظة) آخرًا في الترتيب. وأظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الأقسام العلمية في محوري تنظيم الجهد البدني وكذلك العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى لصالح قسم التدريب في حين لم تسجل فروق معنوية في محور إيقاع النوم واليقظة بين الأقسام الثلاثة غير أنه كان في آخر الترتيب

المقدمة ومشكلة البحث

من المعلوم أن البيئة التي يعيش فيها الإنسان ومستوى اطالعه الثقافي ينعكس بشكل مباشر على طريقة تفكيره ونظرته للحياة ويلعب دوراً هاماً في اسلوب تنظيمه لحياته البدنية والنفسية والاجتماعية. حيث يرى المعايطه و القمش (2008: 43) أن حياة الإنسان تنطوي منذ بدايتها على سلسلة من التفاعلات المستمرة بين شخصيته و البيئة التي يعيش فيها ، ويستهدف هذا التفاعل دائماً إيجاد التوافق في حالته البدنية والنفسية والاجتماعية ، وبين ما تتسم به ظروف البيئة من صفات في صحته ونفسيته وتعاملاته مع الآخرين فكيف ان كان الإنسان متخصصاً في أحد المجالات المرتبطة بشكل مباشر بأسلوب حياته وصحته وثقافته؟ في هذا السياق تشير رشاد (1990: 26) الي أن سلوك الطالب الجامعي يتغير عن المرحلة الثانوية ويرجع ذلك الي امكانية الخدمات وتغيير الاتجاهات ، فهو يميل الي البحث عن الرعاية الطبية للمشاكل الصحية البدنية والعقلية... وقد أوجزت المشاكل الصحية لطلبة الجامعة فكان أهمها سوء العادات الغذائية وقلة ساعات النوم وسوء استخدام العقاقير واضطرابات في الهضم والجهاز التنفسي

ولعل مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة من أهم التخصصات التي يمر فيها الدارس على أغلب المقررات والعلوم التطبيقية والإنسانية التي تلمس جوانب مهمة في حياته ، سواء من الجانب البدني أو الفسيولوجي " الوظيفي " أو النفسي أو الاجتماعي، مما قد يجعله أكثر المام من غيره ذوي التخصصات الأخرى بالجوانب الحيوية في حياته الشخصية ، حيث يشير علي الديري و محمد علي (1993: 104) إلى أن علوم التربية البدنية تعني بليجاز دراسة كيف ولماذا يتحرك الإنسان ؟ و تحكمها مفاهيم ومبادئ فسيولوجية ومبادئ علم النفس و علم الاجتماع و ميكانيكية الحركة، كما أنها تعتبر جزءاً هاماً من التربية العامة لأنها هي العملية التربوية التي يتم فيها ممارسة أوجه النشاط التي تنمي و تصون جسم الإنسان و عقله ، و مهارته و انفعالاته. حيث ينعكس ذلك على نمط حياته وثقافته الصحية وفي هذا السياق يعرف (توماس وود) التربية الصحية بأنها محصلة الخبر ارت التعليمية للفرد والتي تؤثر تأتي أراً إيجابياً في معلوماته وعاداته واتجاهاته التي ترتبط بصحة الفرد وصحة المجتمع بواسطة الوسائل التعليمية (رشاد، 1990 : 13) فالتربية البدنية إذا لم تعد اليوم قاصرة علي العلوم التربوية الرياضية التي تهتم بالتدريس والتدريب علي الأنشطة الرياضية بل أصبح لها دور بارز وفعال أيضاً في الوقاية والتأهيل والعلاج نتيجة لزيادة الوعي الرياضي والصحي الذي يشمل كل المراحل العمرية بما في ذلك كبار السن

وفي ذات السياق قامت شنبينة و شالبي (2013) بدراسة المدركات الصحية والغذائية لطلبة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة وتأثير ذلك على حالتهم الصحية والنفسية والاجتماعية وكانت من أهم النتائج إدراك الطلبة لأهمية الوعي الغذائي وضرورة تناول الوجبات بصورة منتظمة ، وإدراك الطلبة لتأثير الناحية النفسية والتوتر النفعالي على مستوى اللياقة البدنية والناحية الصحية وبعد أن كانت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على مدى ثلاثة عقود تقريباً أحادية التخصص وتقتصر على " مخرجات التدريس فقط " ، فقد مرت خلال الخمس سنوات الماضية بمرحلة تطور استراتيجي لم يقتصر على الجانب إنما أيضاً في الإداري من حيث شكل الأقسام العلمية وتركيبها فحسب وإكادرها العلمية الذين درسوا في مدارس علمية وعالمية مختلفة أسهم بشكل ملموس في

وضع استراتيجية جديدة للكلية. فقد أصبح هناك ثلاثة أقسام علمية ذات أهداف وروى ومقررات مختلفة مما قد يؤدي ذلك بطبيعة الحال الي احداث تغير في مفهوم وفلسفة التخصص العلمي بالكلية. حيث أضيف التدريب الرياضي و اعادة التأهيل والعالج الطبيعي كأقسام تخصصي. فوبما أن التخصصات الثلاثة وان اختلفت في هدفها المهني العام(اعادة تأهيل – تدريس- تدريب) إلا أنها تشترك في دراسة واقع انثروبولوجي واحد وهو النسان القائم بالحركة. لكن استحداث قسم إعادة التأهيل والعالج الطبيعي هو ما أثار جدالاً علمياً نظار يدرس في كليات أخرى مختلفة ليس على أنه المستوى المحلي فقط ولكن أيضا على المستوى الدولي حيث يذكر الصابري (2014:8) أن إعادة التأهيل كمفهوم عام يخضع إلي إشكالية الرؤيا وفق التخصصات التي لها علاقة به، فالعلوم الطبية تعطي إلي التأهيل الطبي الأولوية القصوى وعلم النفس دائرة السلوك تعطي للتأهيل النفسي الأولوية سوا والخدمة الاجتماعية ترى أن البيئة الاجتماعية تلعب الدور الأكبر في التأهيل

وبدلل جمال أحمد زربية (2009:282) على ذلك بالدراسة التي قدمها بيللي (1987) حول "الأمراض العقلية(هكذا)، حيث قام باستفتاء طالب من تخصصات علم النفس وكذلك طرح نفس الأسئلة على طالب من تخصصات طبية، فوجد أن الأمراض العقلية بالنسبة لطلبة علم النفس ترتبط بشكل مباشر بالأجواء النفس اجتماعية التي يعيشها الإنسان ، وأن التعامل معها وعالجها ال يتم إل من خلال تغيير بيئة المريض والظروف التي يعيشها، فألسرة هي من يجب أن يكون لها الدور الأكبر في عالجها وتفادي العزلة الأمراض العقلية" تحدث أسباب بيولوجية وأن عالج الشخص "الاجتماعية للشخص المريض. أما طلبة التخصصات الطبية فيرون أن المصاب يستلزم استخدام العقاقير الطبية وأن المستشفى هي الجهة الوحيدة القادرة على عالجها. وهكذا يتبين أنه في غياب الثقافة العامة والإطلاع على العلوم الأخرى والربط معها فإن الهوية المهنية والاجتماعية تؤثر بشكل كبير على مفاهيم الأفراد وتؤدي إلي التحيز

وبناء على ما سبق يمكن أن نطرح التساؤل التالي : الي أي مدى يمكن أن تختلف تخصصات الكلية في أثرها على أسلوب ونمط الحياة اليومية للطالب باعتباره محوراً للعملية التعليمية ؟ وللحصول على نتائج موضوعية تم اختيار طالب الفصل السابع والثامن

(أي السنة الأخيرة) لعينة البحث لمعرفة مدى تأثير التخصص العلمي على الطالب

أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث في تقييم التغيرات التي طرأت على الكلية في الهيكلية والتخصص العلمي من حيث تأثيرها على أسلوب ونمط حياة الطالب ، حيث يعطي انطباعاً للمسؤولين عن مدى نجاح ذلك التطوير باعتبارها التجربة الأولى على مستوى البالد، كما يعد هذا البحث لأول من نوعه على حد علمنا مما يجعله مصداً مهماً للباحثين وطالب الدراسات العليا يثري المكتبة العلمية

هدف البحث:

هو التعرف على مدى تأثير التخصص العلمي على أسلوب ونمط حياة الطالب في كل قسم من الأقسام الثلاثة

تساؤلات البحث:

- ما هو أسلوب ونمط الحياة لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالسنة الأخيرة؟
- هل هناك فروق دالة احصائياً في أسلوب ونمط الحياة بين طلبة أقسام(التأهيل والتدريس والتدريب) بالكلية ؟
- ما هو أسلوب ونمط الحياة لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالسنة الأخيرة؟

أهم المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في البحث :

اسلوب ونمط الحياة : هو طريقة النسان في تنظيم حياته بأسلوب يعتمد على مراعاة الألسس والعادات الصحية السليمة والتغذية المثلى والحركة البدنية بما يمكنه من توظيف طاقاته الكامنة على أحسن وجه ويضمن له العيش في صحة وسالمة. (تعريف إجرائي)

تنظيم ايقاع النوم واليقظة : ويقصد به الدورة الزمنية لتعاقب النوم واليقظة للطالب على مدى الأربعة والعشرون ساعة ومن ثم على مدى العام الدراسي وارتباطها بإيقاع حياته اليومية(تعريف إجرائي)

التغذية الصحية :يعرفها مجلس الغذاء الأمريكي بأنها " العلم الذي يمثل جميع المعلومات المرتبطة بالغذاء والذي يحتاج اليه الكائن الحي ويدرس عمليات الميتابوليزم التي تحدث للغذاء منذ تناوله عن طريق الفم وحتى اخراجه من الجسم عن طريق الفضالت (شنينة و شالبي، طرابلس 2013 : 382)

التدريب : على انه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية، وتعلم التكنيك، التكتيك، وتطوير القابليات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج واهداف خاضع ألسس تربوية قصد للوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة" (سكر 2002: 9)

التدريس : هو ذلك الجهد الذي يبذله المعلم من اجل تعليم التلاميذ ويشمل أيضا كافة الظروف المحيطة المؤثرة في هذا الجهد ، مثل نوع النشاطات والوسائل المتاحة ودرجة الإضاءة ودرجة الحرارة والكتاب المدرسي والسبورة والأجهزة وأساليب التقويم وما قد يوجد بين عوامل جذب الانتباه والتشتت (قورة و الصادق: 2006)

الجهد البدني : يذكر هزاع الهزاع (2004) عن Caspersen et al أن الجهد البدني هو نشاط بدني مخطط له مسبقا وذو طابع إعادة التأهيل: هو عملية شاملة تأخذ بنيوي ويؤدي بانتظام بغرض تنمية عنصر أو أكثر من عناصر اللياقة البدنية أو المحافظة عليها بعين الاعتبار جوانب النمو المختلفة عند الإنسان ، وتهدف إلى إعادة قدراته على التكيف في مجالات الحياة المختلفة

(وان عملية إعادة التأهيل تشمل استعادة الفرد لقدراته الجسمية والعقلية بالإضافة إلى جعله أكثر قبول لذاته من جهة ، وللمجتمع من جهة أخرى. (Cheuk,J.and Hatch,j, 2007)

منهج البحث: المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن على عينة من طلبة الفصل السابع والثامن أي السنة الأخيرة لأقسام العلمية (التدريس والتدريب و عادة التأهيل)

مجتمع وعينة البحث: يتكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية البدنية- جامعة طرابلس لفصل الربيع عام 2017 ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وعددهم 93 طالب مقسمين على الأقسام العلمية الثلاثة (تدريس- تدريب- اعادة تأهيل)

جدول رقم(1) التوصيف الإحصائي للمتغيرات الساسية لعينة البحث (ن=93)

الاتواء	أكبر قيمة	المعياري أقل قيمة	النحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحصائيات المتغيرات
0.99	30.00	20.00	2.27	23.64	العمر
0.07	200.00	150.00	8.70	172.86	الطول
0.36	95.00	48.00	10.93	69.87	الوزن

من خلال قراءة الجدول رقم (1) للتوصيف الإحصائي لعينة الدراسة في أسلوب الحياة لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتضح أن جميع القيم الخاصة بمعامل اللتواء قريبة من الصفر والتي تراوحت ما بين (0.07- 0.99) والتي تشير إلى اعتدالية هذه القيم

دوات جمع البيانات: تكونت أداة البحث الرئيسية من استمارة استبيان تضمنت المحاور الرئيسية أسلوب ونمط الحياة كما يراها الباحثان حيث قاما ببحث وثائقي ومكتبي معمق للحصول على أدبيات الموضوع الال أنه لم تكن هناك دراسات مرتبطة بشكل مباشر بموضوع البحث الأمر الذي شكل صعوبة في صياغة محاور وعبارات الاستمارة ، حيث تطلب ذلك من الباحثين اتخاذ سلسلة من الخطوات الدقيقة والجراءات التي تضمن صياغة العبارات بطريقة علمية، حيث تضمنت(45) عبارة، تم تقسيمها كالتالي:

(15) عبارة للمحور الأول: ايقاع النوم واليقظة (15) عبارة للمحور الثاني: تنظيم الجهد البدني(15) عبارة للمحور الثالث : العادات الصحية واسلوب التغذية السليمة، ثم قام الباحثون باستخدام مقياس ليكرت ثالثي البعد لإجابة على العبارات

الدراسة الاستطالية الأولى

رأي الخبراء صدق المحتوى: تم تصميم استمارة رأي الخبراء واختيار عدد خمسة أعضاء هيئة تدريس بالكلية موزعين على الأقسام الثلاثة و يحملون الدرجة العلمية وذلك لتقييم الاستمارة ومدى مناسبتها لتقييم موضوع البحث والمحاور التي وضعت من أجلها وكان نسبة الموافقة وصلت 90% حيث قام الباحثان بإجراء التعديلات المطلوبة، وبهذا اكتسب المقياس صفة صدق المحتوى

الدراسة الاستطالية الثانية

صدق المقياس: قام الباحثون بتطبيق المقياس على عينة استطالية بلغت 12 طالب يمثلون الأقسام العلمية الثلاثة وذلك لغرض ايجاد المعاملات العلمية صدق وثبات المقياس، حيث تم توزيع الاستمارة لإجابة عليها في حضور الباحث وبعد أسبوعين تم اعادة تطبيق

المقياس على نفس أفراد العينة حيث تغيب اثنان من العينة ، مما اضطر الباحثان بمعالجة البيانات لعدد 10 طلاب كعينة استطلاعية. وتم إيجاد الصدق التكويني بين الدرجة الكلية للمقياس ودرجة كل محور بطريقة التساق الداخلي والجدول التالي 3 يبين معاملات الصدق

جدول رقم (3) معامل الصدق بين درجات محاور والدرجة الكلية لمقياس أسلوب ونمط الحياة

المحاور الاحصاء	محاور المقياس		
	الصحية واسلوب التغذية المثلى	تنظيم الجهد البدني	ايقاع النوم واليقظة
معامل الارتباط	** 0.07	** 0.90	** 0.95
مستوى الدلالة	0.00	0.00	0.00

يتضح من الجدول رقم (3) أن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس أسلوب ونمط الحياة في الدرجة الكلية للمقياس والمحور الأول الأول قد بلغت 0.95 ++ وبمستوى دالة 0.00 ، وبالنسبة للدرجة الكلية للمقياس والمحور الثاني قد بلغت

0.90 ++ وبمستوى دالة 0.00 ، وهي جميعها دالة إحصائيا عند مستوى دالة 0.05 مما يؤكد درجة عالية من الصدق التكويني بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده

ثبات السنتيان: استخدم الباحثان معامل ألفا كرومباخ للثبات من خلال عينة الدراسة الاستطلاعية والجدول التالي يبين ذلك

جدول رقم 4 معامل الثبات بين درجات محاور مقياس أسلوب ونمط الحياة

المحاور الاحصاء	ابعاد المقياس		
	الدرجة الكلية للمقياس	العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى	تنظيم إيقاع النوم واليقظة
معامل الثبات (الفارونباخ)	0.90	0.89	0.94

يتضح من الجدول رقم (5) إيجاد معامل الثبات لمقياس أسلوب ونمط الحياة أن جميع معاملاتها دالة إحصائيا مقارنة بالمعيار الذي حدده كرونباخ للثبات وهو (0.70) وعند استخدام معادلة(الفا) والتي تنص على أن أي قيمة من 0.70 فأكثر دالة إحصائيا وتعتبر عن وجود ثبات للمقياس

جدول رقم (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والدرجة الكلية والوزن النسبي لمقياس أسلوب ونمط الحياة لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (ن=93)

ترتيب المحاور	الوزن النسبي	الدرجة الكلية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاحصائيات محاور المقياس
الثالث	% 65.51	2742	3.49	29.49	تنظيم ايقاع النوم واليقظة
الثاني	%69.8	2925	4.09	31.45	تنظيم الجهد البدني
الأول	%71.02	2972	4.90	31.95	الصحة و اسلوب التغذية المثلى

عرض ومناقشة النتائج

بعد جمع البيانات وتصنيفها قام الباحثان بإجراء المعاملات الاحصائية اللازمة حيث انتجت مجموعة من الجداول لخصت محاور البحث، حيث قام الباحثان بتحليلها ومناقشتها على النحو التالي

يتضح من الجدول السابق رقم (5) والذي يناقش تأثير التخصص على أسلوب ونمط حياة الطلبة بالفصلين السابع والثامن على مستوى الكلية بشكل عام قد كان بالدرجة الأولى لصالح المحور الثالث (العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى) وذلك بوزن نسبي

وقدره (71.02%) ويليه في الترتيب المحور الثاني (تنظيم الجهد البدني) وذلك بوزن نسبي وقدره (69.89%) ثم يأتي المحور الأول (إيقاع النوم واليقظة) وذلك بوزن نسبي وقدره (65.51%)، وبالرغم من اختلاف ترتيب المحاور إلّا أننا نلاحظ تقارب هذه القيم من بعضها البعض

ومع أن حصول محور العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى على الترتيب الأول يعد شيء إيجابياً إلا أن حصول محور إيقاع النوم

واليقظة على آخر الترتيب (65.51%) يعد أمراً سلبياً إلى حد ما، حيث يشير الباحثون في هذا المجال Testu 2004 وآخرون

أن إيقاع النوم واليقظة يعتبر المفتاح الرئيسي لبقية إيقاعات الجسم الداخلية "البابولوجية والنفسية" والخارجية الحياتية والبيئية " بمعنى أن عدم اكتفاء الإنسان من عدد ساعات نومه قد يترك أثراً سلبياً على صحته ومستوى النجاح في متطلبات حياته اليومية بشكل عام.

وبذلك نكون قد أجابنا على التساؤل الأول: ما هو أسلوب ونمط الحياة لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالسنة الأخيرة؟

جدول رقم (6) اختبار تحليل التباين (المحور الأول: إيقاع النوم واليقظة) (ن=93)

ترتيب المحاور	الوزن النسبي	الدرجة الكلية	النحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحصائيات محاور المقاييس
الثالث	65.51%	2742	3.49	29.49	تنظيم إيقاع النوم واليقظة
الثاني	69.8%	2925	4.09	31.45	تنظيم الجهد البدني
الأول	71.02%	2972	4.90	31.95	الصحة و أسلوب التغذية المثلى

ويبين الجدول رقم (6) والخاص بتحليل التباين للمحور الأول (إيقاع النوم واليقظة) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الأقسام العلمية الثلاثة (التدريب إعادة التأهيل – التدريس) كما أظهرته قيمة مستوى الدلالة التي بلغت (0.14) مما يعني أن إيقاع النوم واليقظة يسير على وثيرة واحدة لدى عموم الطلبة وأن طبيعة التخصص العلمي لم يكن له تأثير معنوي على عاداتهم في النوم واليقظة

وهذا ما أكدته الجدول رقم (5) أيضاً بتدني نتيجة هذا المحور

جدول رقم (7) اختبار تحليل التباين (المحور الثاني: تنظيم الجهد البدني)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	47.49	2	23.74	1.99	0.14
داخل المجموعات	1075.74	90	11.96		
الجمالي	1123.27	92			

يتضح من الجدول رقم (7) والخاص بتحليل التباين للمحور الثاني وجود فروق دالة إحصائية بين الأقسام العلمية الثلاثة (التدريب – التدريس و إعادة التأهيل) كما أظهرته قيمة مستوى الدلالة التي بلغت (0.02) الأمر الذي يعني أن هناك إثنين من المتوسطات غير متساوية، ولمعرفة اتجاه الفرق ولصالح أي قسم علمي نستخدم قيمة أقل فرق معنوي كما يتبين من الجدول التالي

جدول رقم (8) يبين المقارنات المتعددة بين متوسطات المحور الثاني ومستوى الدلالة (أقل فرق معنوي)

المتوسطات	لمقارنات الثنائية	متوسط الفروق	مستوى الدلالة
32.69	التدريب × إعادة التأهيل	2.8	0.00
29.83	التدريب × التدريس	0.95	0.34
31.46	التدريب × إعادة التأهيل	1.90	0.06

يتبين من الجدول رقم (8) وجود اختلاف معنوي بين أوزان كمال من قسم التدريب وقسم التأهيل بمتوسط فرق بلغ (* 2.86) ولصالح قسم التدريب حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.00) وهي أصغر من مستوى المعنوية (0.05) وفي حين أن الاختلاف بين قسمي التدريب والتدريب، والاختلاف بين قسمي التدريب وعادة التأهيل كان غير معنوي، ويعني ذلك أن طبيعة التخصص كان له تأثير معنوياً في هذا المحور على طلبة قسم التدريب في تنظيم الجهد البدني

ويرى الباحثون أن النتيجة في هذا المحور تعد منطقية حيث يبدي طلبة قسم التدريب ادء متميزاً ومرد ذلك لد ارساء مقررات تخصصية في تنظيم الجهد البدني ذات أبعاد بدنية وفسولوجية ونفسية، أكثر ارتباطاً، في حين أن قسم التدريب يولي أهمية أكبر للنواحي التربوية وطرق التدريس، أما قسم التأهيل فإن أولوياته ترتكز على جوانب وقائية وعلاجية، وأن المقررات الدراسية المرتبطة بالتدريب والمجهود البدني تقتصر على الفصلين الأول والثاني

جدول رقم (9) تحليل التباين (المحور الثالث : العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى) (ن =93)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة(ف) المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	131.85	2	65.93	2.85	0.05
داخل المجموعات	2081.97	90	23.13		
الجمالي	2213.83	92			

يتضح من الجدول رقم (6) والخاص بتحليل التباين للمحور الثالث وجود فروق دالة إحصائية بين الأقسام العلمية الثالثة (التدريب – التدريس و إعادة التأهيل) كما أظهرته قيمة مستوى الدلالة التي بلغت (0.05) الامر الذي يعني أن هناك إثنين من المتوسطات غير متساوية، ولمعرفة اتجاه الفرق ولصالح أي قسم علمي نستخدم قيمة أقل فرق معنوي كما يتبين من الجدول رقم (7)

يتبين من الجدول رقم (7) وجود اختلاف معنوي بين أوزان كمال من قسم التدريب وقسم التأهيل بمتوسط فرق بلغ (* 2.61) ولصالح قسم التدريب، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.03) وهي أصغر من مستوى المعنوية (0.05) وفي حين أن الاختلاف بين قسمي التدريب والتدريب كان غير معنوي، والاختلاف بين قسمي التدريب وعادة التأهيل كان اختلاف معنوي بمتوسط فرق بلغ (*2.47) ولصالح قسم التدريب بقيمة مستوى دلالة (0.04) وبتفسير نتيجة هذا المحور يتضح أنها كانت معنوية لصالح طلبة قسمي التدريب و التدريس.

وبنظرة عامة يتضح أن نتيجة أسلوب ونمط الحياة لدى طلبة الكلية كان لصالح قسمي التدريب ثم التدريس، وبناء على ما سبق يرى الباحثان أن النتائج العامة وان كانت دون المتوقع في أسلوب ونمط حياة الطلبة إلا أن ودال إحصائياً وحيث أن قسمي التدريب تأثر التخصص كان موجودا والتدريب يدرسان مقررات دراسية متنوعة ذات أبعاد بدنية ونفسية واجتماعية وتقنية وصحية مرتبطة مباشرة بكيفية بناء وتطوير الحركة البشرية فقد كانت نتائجها دالة إحصائية، في حين تنتهي دراسة أغلب المواد المرتبطة بالجهد البدني في قسم اعادة التأهيل والعلاج الطبيعي بانتهاء الفصل الدراسي الثاني ، وتقتصر الدراسة من الفصل الثالث وحتى الثامن على وبذلك نكون قد أجينا .دراسة مواد تخصصية مرتبطة مباشرة بإعادة التأهيل والعلاج الطبيعي لإصابات والأمراض وحالت العاقبة على التساؤل الثاني للبحث : هل هناك فروق دالة إحصائية في أسلوب ونمط الحياة بين طلبة أقسام (التأهيل والتدريب والتدريب

بالكلية ؟

الاستنتاجات:

بناء على القراءات النظرية ونتائج البحث أمكن استخلاص الاستنتاجات التالية:

1. أن أسلوب ونمط الحياة لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بشكل عام كان له دلالة معنوية لصالح المحور الثالث العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى وذلك بوزن نسبي وقدره (71.02%) في حين جاء (إيقاع النوم واليقظة) في آخر الترتيب بوزن نسبي وقدره (65.51%)

2. عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الأقسام العلمية الثالثة (لتدريب, إعادة التأهيلو والتدريس) في محور (إيقاع النوم واليقظة) كما أظهرته قيمة مستوى الدلالة التي بلغت (0.14)

3. وجود اختلاف معنوي في الوزن النسبي لمحور(تنظيم الجهد البدني) بين كال من قسم التدريب وقسم التأهيل ولصالح قسم التدريب عند مستوى معنوية (0.05) مما يعني أن طبيعة التخصص كان له تأثير معنوياً على طلبة قسم التدريب في تنظيم الجهد البدني

4. وجود اختلاف معنوي في محور (العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى) بين الوزن النسبي لكالم من قسم التدريب وقسم التأهيل ولصالح قسم التدريب حيث بلغت قيمة مستوى المعنوية (0.05)

5. كما أن الاختلاف بين قسمي التدريب وإعادة التأهيل كان معنوياً في محور (العادات الصحية وأسلوب التغذية المثلى) بقيمة مستوى معنوية (0.05) ولصالح قسم التدريب

التوصيات

في ضوء النتائج التي أمكن الوصول إليها فإن الباحثون يوصون بالآتي :

_ ضرورة إعادة النظر في المقررات الدراسية وخصوصاً لقسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي وقسم التدريب وذلك باختيار المفردات التطبيقية التي يستفيد منها الطالب في حياته العملية والمهنية

_ ضرورة توسيع النطاق المعرفي لطالب الكلية في ما يتعلق بأسلوب ونمط الحياة وذلك من خلال الأنشطة وورش العمل المكملة التي تساعد الطالب في الانتقال من النظرية الي التطبيق ، بمعنى أن ينعكس ما يدرسه من علوم نظرية على حياته الشخصية

المراجع

- الديري علي و محمد السيد (1993): أساسيات التأهيل المهني لذوي الاحتياجات الخاصة ، الطريق للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى

- الهزاع هزاع محمد(2004): مستويات النشاط البدني المرتبطة بالصحة واللياقة القلبية التنفسية لدى عينة من الشباب السعودي ، التقرير النهائي لادارة العامة للمنح ، جامعة الملك سعود ، الرياض

- رشاد نادية محمد (1990): التربية الصحية والمان، منشأة المعارف،السكندرية،مصر

- زربية جمال أحمد(2009) : اندماج المدرسي للتلاميذ المعاقين حركياً ، خصوصية المشكلة وخصوصية مجال التربية البدنية، المجلة العلمية لكلية التربية البدنية، جامعة طرابلس، العدد العاشر ، ليبيا

- سكر ناهد رسن (2002) : علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن ، ص 9

- شنينة حميدة و شالبي ناجية (2013): المدركات الصحية والغذائية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة طرابلس ، المؤتمر العلمي الأول ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ودورها في الدفع بحركة التنمية البشرية في ليبيا الجديدة، طرابلس

- قورة علي عبد السميع والصادق ممدوح عبد العظيم (2006): إستراتيجيات التدريس للمجموعات الكبيرة والصغير ، كلية التربية ، جامعة المنصور

-Cheuk,J.and Hatch,j.(2007): Teachers' perceptions of integrated Kindergarten program in Hong Kong Early Child Development and Care

- Testu F. (1994) : Chronopsychologie et rythmes scolaires. Paris, Masson, (3ème édition), 1994.