

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
و الرياضية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر
في التربية البدنية والرياضية
بعنوان :

معرفة أستاذ التربية البدنية و الرياضية
للإسعافات الأولية لها أهمية في نجاح
حصة التربية البدنية والرياضية
* دراسة ميدانية لثانويات ولاية بسكرة *

تحت إشراف الدكتور :

* بزيو سليم *

إعداد الطلبة :

حجوري أيمن.

العابد عبد التواب

السنة الجامعية

2020/2019

قائمة المحتويات

- شكر
- إهداء
- قائمة الجداول
- قائمة الأشكال
- مقدمة

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
➤ الجانب التمهيدي.	
04	1- الإشكالية
05	2- فرضيات الدراسة
05	1-2 الفرضية العامة
05	2-2 الفرضيات الجزئية
05	3- أهداف الدراسة
06	4- أسباب إختيار البحث
06	5- أهمية الدراسة
07	6- ضبط المفاهيم والمصطلحات
08	7- الدراسات السابقة والمثابهة
10	7-1-التعليق على الدراسات
الجانب النظري	
الفصل الأول: أستاذ التربية البدنية والرياضية	
12	- تمهيد.
13	1- أستاذ التربية البدنية والرياضية
13	2 - شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية
14	1-2- الإعداد الفني للأستاذ
15	2-2- الإعداد المهني للأستاذ
16	3- الأستاذ المتمكن (الكفاء)
16	3-1- التمكن
17	4- أسباب نجاح الأستاذ في عمله
17	4-1- الخصائص السلبية
17	4-2- الخصائص الايجابية
18	5- الأهمية التربوية لأستاذ التربية البدنية والرياضية
18	6- خصائص الواجب توفرها في الأستاذ

قائمة المحتويات

18	1-6- الخصائص الجسمية
19	2-6- الخصائص العقلية والعملية
19	3-6- الخصائص الخلقية والسلوكية
20	7- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية
21	8. درس التربية البدنية والرياضية
21	1/8. تعريف درس التربية البدنية والرياضية
22	2/8. بناء درس التربية البدنية والرياضية
23	3/8. أهمية درس التربية البدنية
24	4/8. أهداف درس التربية البدنية
27	خلاصة الفصل الأول
الفصل الثاني: الإسعافات الأولية	
29	تمهيد
30	1- تعريف الإسعافات الأولية
30	2- ترتيب الإسعافات الأولية حسب الأولويات
31	3- خصائص الإسعافات الأولية
31	3-1 مسؤوليات المسعف الأول
32	3-2 صفات المسعف الأول
33	4- الإسعافات الأولية في المجال الرياضي
33	4-1- الثلج
34	4-2- الضغط
34	4-3- الرفع
34	4-4- الراحة
34	5- أهمية الإسعافات الأولية
35	6- أساسيات الإسعافات الأولية
36	7- لوائح الإسعافات الأولية في المدرسة
37	8- الوسائل المستخدمة في الإسعاف الأولي
37	9- نصائح وقوانين عامة
39	10- أهداف الإسعافات الأولية

قائمة المحتويات

39	11- صندوق الاسعافات الاولية
39	12- محتويات صندوق الاسعافات الاولية
41	13- الاسعافات الاولية لبعض الحالات
41	13-1- الحريق
43	13-2- الاختناق
44	13-3- الغرق
44	13-4- الصرع
45	13-5- النزيف
46	خلاصة
الفصل الثالث: حصة التربية البدنية والرياضية	
48	تمهيد
49	1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية
49	2- ماهية حصة التربية البدنية والرياضية
50	3- صفات حصة التربية البدنية والرياضية
50	4- محتوى حصة التربية البدنية والرياضية
51	5- إخراج حصة التربية البدنية والرياضية
51	6- اقسام الخطة الرئيسية
51	6-1- الجزء التمهيدي
52	6-2- الجزء الرئيسي
53	6-3- الجزء الختامي
53	7- تنظيم حصة التربية البدنية والرياضية
53	8- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
54	9- أهداف التربية البدنية والرياضية
54	9-1- أهداف تعليمية
54	9-2- أهداف تربوية
54	9-3- اهداف اجتماعية و اخلاقية
55	9-4- التربية لحب العمل
55	9-5- التربية الجمالية
55	10- الطبيعية التربوية للتربية البدنية والرياضية
56	11- اغراض حصة التربية البدنية والرياضية
56	11-1- تنمية الصفات بدنية
56	11-2- تنمية المهارات الحركية
57	11-3- النمو العقلي
57	12- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية
58	13- بناء حصة التربية البدنية والرياضية

قائمة المحتويات

59	14- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية
60	15- الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير درس
60	16- شروط حصة التربية البدنية والرياضية
61	17- خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية
61	18- متطلبات حصة التربية البدنية والرياضية
63	19- استمرارية حصة التربية البدنية والرياضية
64	20- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
64	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الأول: الإجراءات الميدانية والمنهجية للدراسة	
67	تمهيد
68	1- الدراسة الاستطلاعية
68	2- المنهج المستخدم
68	3- أدوات البحث
69	1-3 الاستبيان
69	4- طريقة بناء أداة البحث
69	5- ضبط الشروط العلمية للأداة
69	1-5 الصدق
70	2-5 صدق المحكمين
70	3-5 الثبات
70	6- المجامع الأصلي
71	1-6 عينة البحث
71	2-6 خصائص العينة وطريقة اختيارها
71	3-6 ضبط متغيرات أفراد العينة
72	7- ضبط متغيرات الدراسة
72	1-7 المتغير مستقل
72	2-7 المتغير التابع
72	8-المجال المكاني والزمني للدراسة
72	1-8 المجال المكاني
72	2-8المجال الزمني
73	9-الادوات الاحصائية المستعملة
73	خلاصة

قائمة المحتويات

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
87-75	1- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الاولى
96-88	2- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية
الفصل الثالث : مناقشة النتائج	
98	1- مناقشة النتائج الفرضية الاولى
99	2- مناقشة النتائج الفرضية الثانية
100	الاستنتاج العام
101	خاتمة
102	الإقتراحات
104	قائمة المراجع
	الملاحق

الشكر و التقدير

الشكر والحمد لله الواحد الأحد كثيرا طيبا مباركا ولك يارب على ما أنعمت علينا من قوة وصبر الذي وفقنا بقضاء وقدر بإنهاء هذا العمل المتواضع.

كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ المشرف "بزيو سليم" الذي أشرف على عملنا هذا وسهل لنا الطريق في نجاز هذا البحث ، الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة، حيث وجهنا حين الخطأ وشجعنا حين الصواب فكان بذلك نعم المشرف ونعم الأستاذ ، كما نشكر كل أساتذة المعهد اللذين درسونا في السنوات الثلاثة .

ولا ننسى كل من قدم لنا يد المساعدة من الزملاء والأصدقاء من قريب أو من بعيد

فألف شكر لكل هؤلاء وجزاهم الله ألف خير.

إهداء

إلى من قال فيهما الرحمن
(وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا)).
إلى من حملتني صغيرة ورعتني كبيرة، إلى من دفعتني إلى
النجاح دوما ونمت روح الإرادة بداخلي، إلى من علمتني
أبجديات الحياة وغمرتني بدعائها
وسندها، إليك أغلى الناس أُمي.
إلى سندي وقدوتي في الحياة ومثالي في التضحية، إلى من
علمني
الفضيلة والأخلاق الحميدة، إلى من نسي وجوده بوجودنا،
إلى من كان شمعة تحترق من أجل إسعادنا إلى الصادق
الدعوب، أطال الله عمرك
أبي الغالي.
إلى كل من رافقني الدرب وأعطيانني بصيص الأمل.
إلى إخوتي وكل أفراد عائلتي، وإلى كل أصدقائي وإلى كل
الأساتذة
الذين وضعوا بصمتهم فينا و أناروا درب مسيرتنا.

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	يبين جنس الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات.	75
2	يبين الشهادة المحصل عليها الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات.	76
3	يبين خبرة الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات	77
4	يبين قدرة تدخل الاستاذ في حالة حدوث الإصابة	78
5	يبين معرفة سبب حدوث الإصابة بين التلاميذ	79
6	يبين تدخلات استاذ عند حدوث الإصابة	80
7	يبين الفروق الفردية لها دور كبير في حدوثالإصابة اثناءحصة التربية البدنية والرياضية .	81
8	يبين تفكير جيد قبل بداية عملية إسعاف مصاب .	82
9	يبين مواجهة أستاذ كل مواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .	83
10	يبين مدى تعاطف أستاذ مع تلاميذ مصابين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية	85
11	يبين تعامل أستاذ في حالة وجود أكثر من مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية	86
12	يبين الرياضات التي تكون فيها الإصابات	87
13	يبين ممارسة التربية البدنية والرياضية .	88
14	يبين مدى اهتمام المؤسسة بتوفير المواد الإسعافات الأولية	89
15	يبين وجود حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية	90
16	يبين أهمية الوسائل الإسعافات الأولية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية	91
17	يبين تعامل مؤسسة مع طبيب أو عيادة	92
18	يبين اهتمام مؤسسة بصحة تلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية	94
19	يبين قدرة أستاذ على إسعاف تلاميذ في حالة عدم توفر الأدوات اللازمة لعملية الإسعاف	95

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
1	يمثل جنس الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات.	75
2	يمثل الشهادة المحصل عليها الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات.	76
3	يمثل خبرة الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستمارات	77
4	يمثل قدرة تدخل الاستاذ في حالة حدوث الإصابة	78
5	يمثل معرفة سبب حدوث الإصابة بين التلاميذ .	79
6	يمثل تدخلات استاذ عند حدوث الإصابة	80
7	يمثل الفروق الفردية لها دور كبير في حدوث الإصابة اثناء حصة التربية البدنية والرياضية .	81
8	يمثل تفكير جيد قبل بداية عملية إسعاف مصاب .	82
9	يمثل مواجهة أستاذ كل مواقف الصحية اثناء حصة التربية البدنية والرياضية .	84
10	يمثل مدى تعاطف أستاذ مع تلاميذ مصابين اثناء حصة التربية البدنية والرياضية	85
11	يمثل تعامل أستاذ في حالة وجود أكثر من مصاب اثناء حصة التربية البدنية والرياضية	86
12	يمثل الرياضيات التي تكون فيها الإصابات	87
13	يمثل ممارسة التربية البدنية والرياضية .	88
14	يمثل مدى اهتمام المؤسسة بتوفير المواد الإسعافات الأولية	89
15	يمثل وجود حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية	91
16	يمثل أهمية الوسائل الإسعافات الأولية اثناء حصة التربية البدنية والرياضية	92
17	يمثل تعامل مؤسسة مع طبيب أو عيادة	93
18	يمثل اهتمام مؤسسة بصحة تلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية	94
19	يمثل قدرة أستاذ على إسعاف تلاميذ في حالة عدم توفر الأدوات اللازمة لعملية الإسعاف	95

ان للرياضة معني اكبر من كونها وسيلة لقضاء وقت الفراغ نعم مازال الكثير ممن يعتقدون ان هدفها هكذا وفي ذات الوقت يمكن الاستفادة من الرياضة اكثر من مجرد الاستمتاع بمشاهدتها ، وتمثل التربية البدنية جزءا مهما ضمن مكونات برامج ومناهج المدارس والتي تستهدف جميعها وبصفة عامة مساعدة التلاميذ علي التنمية الشاملة والمتزنة وتعديل السلوك في مختلف الجوانب الفكرية والبدنية والاجتماعية والنفسية وتعمل التربية البدنية في المدرسة كوحدة متكاملة للجسم والروح معا وتهدف لاعداد التلميذ للحياة بما يتلائم مع متطلبات العصر الحديث ، ولقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا لما لها من اهداف تساعد علي اعداد المواطن الصالح اعداد شاملا لجميع الجوانب الشخصية سواء كانت عقلية او جسمية او نفسية او اجتماعية حتي انها اصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل علي التقدم الحضاري للمجتمع .

ومن جهة ثانية تكاد الحياة الرياضية للانسان ان تكون سلسلة متصلة من احتمالات النفع والضرووالاحتمالات تجعله في قلق دائم علي مستقبله ومصيره وموضوع الاصابات الرياضية اصبح من المواضيع الهامة التي تؤرق الرياضيين والممارسين للانشطة الرياضية من الخطورة التي تكون متصلة في بعض الالعاب التي يكون فيها احتكاك مباشر مع الخصم او نتيجة لعدم الوعي الكافي بالممارسة الصحية للانشطة الرياضية فاحتمال التعرض للاصابة الرياضية وارد عند جميع الرياضيين الممارسين ولكن البحث دائما لدي القائمين علي تدريب الانشطة هي ايجاد افضل الوسائل للوقاية والتقليل من تعرض الاشخاص للاصابات الرياضية او في حالة حدوث الاصابة محاولة التعرف بالشكل العلمي السليم في اسعاف وتاهيل الاصابة واعادة اللاعب للممارسة ،والاسعافات الالوية هي عمل انساني اكثر منه طبي والمسعف يجب ان يحمي نفسه قبل الضحية وما حوله وان يتحلي بالروح الانسانية وبما ان الاستاذتنطبق عليه هذه الصفات يستطيع ان يكون مسعفا وبالرغم من العوائق المتمثلة في نقص المعدات والكفاءة العلمية ونظرا لاهمية الاسعافات في تفادي تفاقم حالة الاصابة للتلميذ التي تعتبر الفاصل الحقيقي بين مزاولة النشاط البدني او الانقطاع عنه وهنا يتضح لنا تعامل الاستاذ مع الاصابات التي تحدث اثناء التربية البدنية والرياضية وهل لديه الكفاءة الكافية للقيام بالاسعافات الالوية .

وفي دراستنا هذه تطرقنا الي ثلاث جوانب اساسية هي الجانب التمهيدي وجانب نظري وجانب تطبيقي.

فالجانب الاول يتكلم علي مدخل للدراسة وفيه مشكلة الدراسة وفرضيات الدراسة واهمية الدراسة بالاضافة للاهداف واسباب اختيار الموضوع واخيرا ضبط المفاهيم والمصطلحات وثانيا الجانب النظري ويحتوي علي ثلاثة فصول :

الفصل الاول يتكلم علي الاسعافات الالوية حيث تكلمنا على تعريفها وترتيبها بالاضافة الي الاخصائي ثم ذكرنا الاسعافات الالوية في مجال الرياضة واهميتها ،اساسياتها ولوازم

المقدمة

الاسعاف الاولي في المدرسة واخيرا الوسائل المستخدمة وواهداف الاسعافات وبعض النصائح

الفصل الثاني فكان علي استاذ التربية البدنية والرياضية حيث تطرقنا الي تعريف الاستاذ التربية البدنية والرياضية وسماته ومسؤولياته في المدرسة الحديثة واتجاه النشاط المدرسي خارج القسم وواجباته وحقوقه ودوره في الاعداد درس التربية البدنية والرياضية .

الفصل الثالث فكان علي حصة التربية البدنية والرياضية ويحتوي تعريفها وصفاتها ومحتواها وكيفية بناءه والاسس التي يجب مراعاتها عند تحضيرها.

اما فيما يخص الجانب التطبيقي فيحتوي علي فصلين :

الاول للاجراءات الميدانية للبحث ،منهجية البحث حيث تضمن دراسة استطلاعية و المنهج المستخدم و تحديد المجتمع الاصلي للعينة وعينة البحث كما ضم هذا الفصل ادوات تحليل البيانات .

اما الفصل الثاني في هذا الجانب فتضمن عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالدراسة الميدانية واخيرا تضمنت هذه الدراسة خاتمة وبعض الاقتراحات .

الجانب التمهيدي

الإشكالية

أصبحت التربية البدنية والرياضية في صورتها الحديثة بنظامها وقواعدها السليمة وبأنواعها المتعددة ميدانا هاما من ميادين التربية وعنصر قويا في إعداد تلميذ صالح حيث تزوده بمختلف الخبرات والمهارات تمكنه من تكيف مع مجتمعه ويجعله قادرا على أن يشكل حياته وتعيّنه على مسايرة العصر في تطوره ونموه.

فالتربية البدنية والرياضية تعبر على حركة الإنسان المنظمة سواء في مستواها التعليمي التربوية المبسط وهو ما نطلق عليه اسم التربية وفي إطارها التنافسي بين الأفراد والجماعات وهذا ما نطلق عليه اسم الرياضة اما في إطار تطبيق المهارات المتعلمة في المجال التنافسي تحت قيادة تربوية وهذا ما نسميه بالتربية البدنية.

التربية البدنية والرياضية مجموعة من الألعاب والتمرينات وبالتالي تتوافق مع النشاط البدني والرياضي عدة إصابات مختلفة ومتفاوتة الخطورة حسب الاختصاص الممارس.

وتخضع أيضا على مجموعة من المؤثرات البدنية والنفسية والعقلية والفنية والصحية وحسب القانون الصادر 23 اكتوبر 1976 امر رقم 76-81 الذي اوجب على أستاذ المادة أن يعمل على الحفاظ على امن وسلامة التلاميذ من مختلف الأسباب الداخلية والخارجية التي تؤدي بالتالي إلى الوقوع في الإصابة وتكوين الأستاذ في الإسعافات الأولية وتدخله عند حدوث الإصابة بتقديمه للإسعافات اللازمة بمختلف الوسائل والأجهزة الممكنة والمتوفرة ومعرفة أستاذ للإسعافات الأولية هامة جدا في حصة التربية البدنية والرياضية.

وفي الواقع يوجد فرق كبير بين شخص (استاذ - مربى - مدرب) يشهد حادث امامه ويتقدم بثقة للإسعاف و انقذ حيت المصابين من الموت، وانسان اخر يقف فاغرا الفم لايدري ما يفعل ازاء شخص مصاب او تلميذ في حالة اغماء او كسر او نزيف

ان الشخص اوبالاحرى الاستاذ الذي تتوفر لديه مهارات و اجراءات الاسعافات الاولوية تتوفر لديه الثقة في ان يتدخل و يتعامل مع المصابين، كما تتوفر لدى المحيطين به الثقة و الشعور بالامن لوجده بينهم، وعلى ضوء ما سبق تطلب دراسة هذا الموضوع طرح الإشكال التالي:

- التساؤل العام

"هل لمعرفة أستاذ التربية البدنية و الرياضية للإسعافات الولية لها اهمية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية ؟"

- التساؤلات الجزئية:

- هل لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية الكفاءة على تقديم الاسعافات الاولوية عند حدوث الاصابة في حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

- هل لتوفر وسائل ومواد الإسعافات الأولية أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية؟

1. الفرضيات:

- الفرضية العامة:

الإسعافات الأولية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية لها أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

- الفرضيات الجزئية:

- كفاءة أستاذ التربية البدنية و الرياضية على تقديم الاسعافات الاولية له اهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.
- توفر وسائل ومواد الإسعافات الأولية يساهم في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

2. أهداف الدراسة:

كثيرا ما نسمع التلاميذ يتكلمون على تعرض احد التلاميذ إلى إصابة خلال حصة التربية البدنية والرياضية ونسمع كثيرا أن الأستاذ هو أول المتدخلين، فلهذا أردنا بدراستنا هذه إبراز الإسعافات الأولية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بسير حصة التربية البدنية والرياضية ولعل هذا البحث يضاف إلى عدد قليل جدا مثل هذه البحوث وسعيا منا لتتوير الطريق أمام الجهات المسؤولة على المؤسسات التربوية للاهتمام بصحة التلاميذ وسلامته فإن بحثنا يدرس هذه المشكلة لتحقيق الأهداف التالية:

- معرفة مدى كفاءة الأستاذ وادراكه للإسعافات الأولية وتدخله عند حدوث الإصابة في حصة التربية البدنية و الرياضية.
- إبراز وتوفر مستلزمات الإسعافات الأولية و الوسائل الضرورية له اهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

3. أسباب اختيار الموضوع:

يمثل البحث العلمي أهمية كبيرة في تحقيق التقدم الحضاري والرقي البشري في مجالات الحياة المختلفة في العصر الحديث ومن المؤلف أن نلاحظ علاقة إيجابية واضحة بين البحث العلمي والعصر الذي نعيشه ومن هذا المنطلق نجد أنفسنا مضطرين بالقيام بهذا البحث وذلك للأسباب التالية:

- أسباب ذاتية:

- للاستفادة من البحث في حياة اليومية وقيمتها العلمية.
- الرغبة والميول الشخصية في اختيار هذا الموضوع.
- يتناسب مع إمكانياتنا.
- أسباب موضوعية:

- قلة الدراسة والبحوث العلمية السابقة في هذا المجال ومعرفة هذه العناصر الأساسية لاسيما فيما يتعلق بالإسعافات الأولية.
- الوقوف عند التكفل الطبي والذي يشكو بدوره نقص التأطير واختصاص إثراء مكتبة الجامعة وتوفير البحوث للدفعة القادمة.

4. أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية بحثنا في كون أن الأستاذ يهتم بجانب الصحي للتلاميذ وكذلك معرفة الإصابات وأباب حدوثها والإسعافات الأولية التي يجب أن تقدم للتلاميذ وتقليل من حدة خطورتها وعدم تأثيرها عليه سواء من جانب الصحي أو الدراسي لبناء المجتمع سليم.
- تعد إثراء للمجال العلمي حيث تقدم للباحث مجموعة من المفاهيم كالإسعافات الأولية وأستاذ التربية البدنية والرياضية وحصة التربية البدنية والرياضية.
- إبراز مختلف الإسعافات الأولية التي يقدمها أستاذ في حصة التربية البدنية والرياضية.
- الوصول إلى تحديد مؤشرات كافية لإثبات التأثير وأهمية البالغة للإسعافات الأولية.
- يعد هذا البحث تكملة للبحوث والدراسات السابقة ومقدمة لبحوث أخرى ل طرح تساؤلات جديدة في هذا المجال.

5. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

إن مفهوم التربية الرياضية المعاصرة ومدلولها العصري، يتخطى مجرد كونها بعض الألعاب أو التمرينات التي كان البعض يعاقد بأنها واجب حتى حامي... يجب ان يؤدي التلاميذ مرة في الأسبوع او ان يقوم به مدرس التربية الرياضية لقاء مرتب حدد موعده بنهاية كل شهر لقد تغير هذا المفهوم تغيرا جذريا بحيث انتقلت التربية الرياضية بأغراضها وأساسياتها ومفاهيمها إلى المرحلة العلمية العملية الميدانية، شأنها شأن العلوم الحيوية، التي تخص عليها الدين والعرف والتقاليد بغرض الارتفاع بالفرد والمجتمع كما ونوعا، وخلال حصة التربية البدنية تحدث هذه أشياء جديدة وغير متوقعة وفي مقدمتها الإصابات الرياضية وهي تعطيل لسلامة أنسجة وأعضاء الجسم ونادرا ما تؤدي الحركة المكررة إلى حدوث الإصابة وفي حالة الإصابة تحدث تغيرات تشريحه أو فيزيولوجية لبعض الوظائف

الجسمانية ويمكن مواجهتها او تخفيف منها بالإسعافات الأولية أي تقدم مساعدة طبية وفورية للرياضي أو التلميذ من اجل نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

• تعريف الأستاذ التربوية البدنية والرياضية

تلقي التربية على كاهل معلم التربية البدنية والرياضية عبئاً ضخماً يجعله مسؤولاً إلى حد كبير في إعداد جيل سليم للوطن وهذه المسؤولية الكبيرة وخطيرة في نفس الوقت تتطلب من المعلم أن يكون جديراً بتلك المسؤولية وذلك عن طريق العمل المتواصل لكي يهيئ للتلاميذ في مراحل تعليم مستقبلاً سليماً وذلك عن طريق يتعكس على تقدم الوطن فأستاذ التربية البدنية الرياضية هو أكثر الأساتذة في المدرسة تأثيراً على بل له دور أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم واجبات التربوية من خلال هذه الأنشطة التي تهدف إلى تنمية القيم والأخلاق الحميدة لدى التلاميذ مع مراعاة التلاميذ ورغباتهم المتوفرة وهذا يساعد التلاميذ على اكتساب القدرات الفنية والبدنية والمهارات الحركية والقوام المعتدل والصحة العضوية وتنمية العلاقات الاجتماعية والمعارف والاتجاهات والميل الإيجابي¹.

• تعريف إجرائي:

هو أكثر أساتذة في المدرسة تأثيراً على تلاميذ فلا يقتصر دوره على تقديم أوجه الأنشطة المتعددة البدنية والرياضية بل له دوراً أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم واجبات تربوية خلال الأنشطة البدنية والرياضية.

• الإسعافات الأولية:

هي عبارة عن عناية فورية التي تقدم على الشخص الذي يعاني من الإصابة أو الذي تعرض للمرض بصورة مفاجئة وتشمل هذه على مساعدة أو إجراءات الفنية التي تتخذ في حالة تعرض شخصي أو مجموعة أشخاص لإصابات مختلفة الخطورة وذلك بهدف إنقاذ الشخص المصاب وكذلك بهدف تقليل مضاعفات الإصابات².

• تعريف إجرائي

عبارة عن العناية الفورية التي تقدم إلى الشخص الذي يعاني من إصابة أو تعرض إصابة بصورة مفاجئة.

• حصة التربية البدنية والرياضية:

1- مصطفى كامل زنكلوجي: أضواء على منهج التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2007، ص95، 96.

2- عبد المجيد مصطفى شعراوي وآخرون، المفاهيم الأساسية للإسعاف الأولي، دار المستقبل للنشر والتوزيع، ط2، عمان، الأردن، 1993، ص8

وتعرف في المنهاج الرسمي على أنها الحصة التي يتم تطبيق فيها الهدف الإجرائي للدرس وتستدعي معايير التنفيذ المرتبط بالسلوك المنتظر الذي يتم تفعله في وضعيات التعلم المناسب(الحالات التعليمية) للهدف الإجرائي في إطار نشاط فردي أو جماعي، يستدعي مهارات حركية وتصرفات مكيفة مناسبة لهذه النشاطات³.

• تعريف إجرائي:

هي حصة تكسب التلاميذ حب العمل الجماعي والتعاون والارتقاء بالمستوى العمل الجماعي مثل الألعاب الصغيرة الجماعية والألعاب الرياضية أو التمرينات الجماعية والمساعدة على تكامل المهارات الحركية ووضع القواعد الصحية الصحيحة لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة.

• تعريف الإصابة الرياضية:4

الإصابة الرياضية هي تأثير نسيج أو مجموعة أنسجة الجسم نتيجة مؤثر خارجي أو داخلي مما يؤدي إلى تعطيل عمل أو وظيفة ذلك النسيج؟

6. دراسات سابقة والمشابهة:

تمهيد: تعتبر الدراسات السابقة أو المشابهة من أهم المحاور التي يجب على الباحث إتباعها وتحليلها وملاحظتها بدقة لتدعيم وإثراء البحث والمقارنة بين هذه الدراسات و البحث ويتعمق فيها قدر المستطاع ومن أهم الدراسات السابقة والمشابهة لهذا الموضوعي هي:

1. **الدراسة الأولى:** "صابري بلقاسم" قام الباحث بدراسة مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تحت عنوان "دراسة الكفاءة الإسعافية عند أستاذ التربية البدنية والرياضية" في جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف، معهد التربية البدنية والرياضية، سنة 2012.

• الفرضية العامة للدراسة:

- هل أستاذ التربية البدنية والرياضية قادر على التدخل والحد من الإصابة عند حدوثها؟

• الهدف من الدراسة:

- معرفة كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية الإسعافية.
- معرفة تدخل أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء الإصابة وكيفية الوقاية منها.

• المنهج المستخدم:

- استخدام الباحث المنهج الوصفي.

• الاستنتاجات:

³ اللجنة الوطنية للمنهاج: الوثيقة المرافقة لمنهاج سنة ثانية متوسط، مطبعة الديوان للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر،

2003، ص91

⁴ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،

2004، ص81.

من كل هذه النتائج نستنتج ان درس التربية البدنية والرياضية لا يخلوا من وجود الحوادث والإصابات كما هناك نقص في الكم المعرفي في مجال الإسعافات الأولية ما أظهر عجز عند أساتذة في عملية التدخل للحد من الإصابة واحتواء الحالة بالتعامل السليم القائم على ركائز عملية صحيحة هذا ما يظهر فروق غير دالة إحصائيا تسمح لنا بتأييد الفرضية عامة للبحث.

2. **الدراسة الثانية:** "بوغزالة حمد شعيب" قام الباحث بدراسة مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تحت عنوان " الإسعافات الأولية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بسير حصة التربية البدنية والرياضية لتعليم الثانوي لمدينة الوادي " في جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف، معهد التربية البدنية والرياضية، سنة 2014.

● **الفرضية العامة للدراسة:**

- وجود أهمية للإسعافات الأولية في درس التربية البدنية والرياضية؟

● **الهدف من الدراسة:**

- تمكين أستاذ من الحفاظ على أمن وسلامة تلاميذ من شتى أنواع الإصابات.
- تجنب وتفادي أسباب حدوث إصابات وكيفية التدخل إسعاف أولي عند حدوثها.

● **المنهج المستخدم:**

- المنهج الوصفي المسحي لملائمة طبيعة البحث.

● **الاستنتاجات:**

- وقابة من الإصابات التي تحدث في درس التربية البدنية والرياضية. المعرفة الكاملة والدقيقة لكل إصابة وكيفية التعامل وكيفية تفاديها.

- معرفة أدق لكيفية التعامل وإسعاف الإصابة الرياضية التي تحدث في درس التربية البدنية والرياضية.

- إقامة ندوات وتجمعات لتوعية أساتذة التربية البدنية والرياضية لأهمية معرفة الإسعافات الأولية.

7- **التعليق على الدراسات السابقة:**

من خلال استعراضنا لهذه الدراسات وجدنا في مجملها تساؤلات عن الإسعافات الأولية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بسير حصة التربية البدنية والرياضية حيث أن الدراسة الأولى حاولت أن تدرس كفاءة الاسعافية عند أستاذ التربية البدنية والرياضية اما الدراسة ثانية حاولت أن تدرس أهمية معرفة الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية لأساتذة التعليم الثانوي أن هاتين الدراستين سلطت الضوء على الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية التي يعتمدها الأستاذ وهذا ما يتفق مع بحثنا .

_كما اتفقت الدراسة الاولى والثانية على تناول دراسة المنهج الوصفي لأنه يتلاءم مع هذا نوع من الدراسات

ونتيجة لتلك المؤشرات التابعة من أوجه الاختلاف والتشابه فيما بينها الدراستين السابقتين الذكر فقد استعنا بها من حيث استخدام المنهج واختيار العينة وهذا النوع من البحوث الذي تكلمت عنها الدراستين التي تخص الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية بشكل عام ولذلك نجد أن الدراستين السابقتين اتفقت من حيث الشكل بالدراسة الحالية واختلفت من ناحية المضمون .

وانطلاقاً من ذلك استخلصنا فكرة بحثنا الحالي والذي يندرج تحت عنوان : معرفة أستاذ التربية البدنية و الرياضية للإسعافات الأولية لها اهمية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة ثانوية.

الجانب النظري

الفصل الأول

أستاذ التربية البدنية و الرياضية

تمهيد :

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد العامل الحاسم في مدى تحقيق عملية التدريس وعلى الرغم مما قدمته التربية التكنولوجية المعاصرة من مبتكرات تسعى إلى تحسين وتسهيل العملية التعليمية إلا أن الأستاذ لازال وسيظل العامل الرئيسي في هذا المجال ، إذ انه هو الذي ينظم الخبرات ويديرها وينفذها في اتجاه الأهداف المحددة لكل منها

وهو أيضا احد أطراف عملية الاتصال البشرية التي تفتقدها الوسائل الآلية المستخدمة في العملية التعليمية ولهذا يجب أن يكون الأستاذ على دراية واسعة فيما يخص تخصصه إلى جانب حصيلة معرفية عن المجالات الأخرى حتى يستطيع التلاميذ التفاعل معه بصورة جيدة وان يدركوا علاقات الترابط بين مختلف المجالات العلمية .

إذا يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية الركيزة الأساسية في العملية التربوية والتعليمية ، فالأستاذ الكفاء هو من يحدث اثر ايجابيا في تلاميذه هذا بالإضافة إلى الدور الرياضي الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية فهو رائد رياضي ، نفسي ، اجتماعي يساهم في بناء المجتمع وتقدمه عن طريق تربية النشء تربية صحيحة .

كما يمكن أن يكون الأستاذ سببا في ظهور أو تدعيم السلوك الشاذ وعاملا من عوامل الإلتلاف والاضطراب النفسي وسوء التوافق لدى التلاميذ .

إن تكوين نشئ تكوين جيد يعتمد إلى حد كبير على ما يتصف به هذا الأستاذ من كفاءات مهنية تساعد على أداء مهمته بنجاح .

وأن تكون سيطرته محكمة على المادة ومن اجل الحفاظ على هذا المستوى العالي من المهارة ومن اجل تطويره وتوسيعه يجب أن يطلع المعلم على التطبيقات والطرق النموذجية وأن يظهر رغبته في تطوير مهارته المهنية ، وهذا ما يسمى بالكفاءة التربوية لدى الأستاذ.

وعلى هذا نحاول في هذا الفصل أن نسلط الضوء على كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية وأنواعها.

1- أستاذ التربية البدنية والرياضية :

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما في تكوين الصفات الرئيسية للتلميذ مثله مثل أساتذة المواد التربوية الأخرى حيث أصبحت مهمته أوسع في إكساب التلاميذ المعارف الصالحة والمثل العليا وتعويدهم على السلوك الاجتماعي الصالح أن تعلم للتلميذ كيفية التلاؤم مع البيئة التي يعيش فيها.¹

وقد عبر احد المربين على وظيفة المعلم بقوله : « إن عملية التربية تعمل على تقويم الفرد وإدماجه في شتى المجالات الطبيعية ، الاجتماعية ، والأخلاقية وكيفية العمل بهم ».

«فالمعلم هو نائب على المجتمع والوالدين بالنسبة للتلميذ، إذ أن هذا الأخير يقضي اغلب أوقاته في المدرسة مع أساتذته ، فعلى الأستاذ أن يكون المرشد والمصلح الاجتماعي قبل أن يكون أستاذ مدرس أو مربيا»²

كما يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية المسؤول عن تدريس هذه المادة واحد أركان العملية التربوية التعليمية كما تعتبر الصحة النفسية لدى التلميذ احد أهدافه وغاياته يسعى لتحقيقها .

2 - شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية:

الشخصية هي أولى الأشياء المؤثرة في المدى نجاح الأستاذ ويتوقف نجاح الحصة إلى حد بعيد على شخصيته وكفاءته .

كما يعطيها " كاتل " مفهوم أنها هي التي تسمح بالتنبؤ بما يفعله الشخص في موقف معين. إن مدرس التربية البدنية والرياضية يبث المثل العليا في تلاميذه وهو القدوة أمامهم وعلى منواله يسير الكثيرون منهم ويتأثرون بشخصيته لأنه يتقابل مع تلاميذه آلاف المرات في مواقف الحياة اليومية، وهذه المواقف يمكن أن توصف بأنها محبوبة إلى النفس، يسودها طابع الصداقة والشعور الودي والمتبادل .

وكذلك كان من الواجب أن يكون المدرس ذو شخصية محبوبة ويمتاز بصفات الصداقة والقيادة الحكيمة، حيث يعتبر التلاميذ معكس حالة المدرس المثالية واستعداده وانفعالاته، فإن اظهر الصفات الانفعالية غير الحسنة كسرعة التوتر وعدم الاستعداد للعامل فإنه لايجني تلاميذه سوى ما وجههم به . (3)

1 عصام عبد الحق ، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار الكتب الجامعية ، مصر ، بدون طبعة ، ص 7.

2 عبد المجيد النشواني ، علم النفس التربوي ، دار النشر بيروت ، بدون طبعة، 1981، ص 03.

(3)-السمراني العباس، ع الكريم محمد السمراني ، تطوير مهارات تدريس التربية البدنية والرياضية ، جامعة بغداد ، كلية التربية والرياضة ، بدون طبعة ، 1992، ص 79.

« ويقول (محمد محمد الشحات 1999) أن مدرس التربية البدنية والرياضية ذا شخصية قيادية إلى حد كبير وذلك بحكم سنه وتخصصه الجذاب ووضعه بالنسبة إلى السلطة في المدرسة وهذا الإطار القيادي يفرض على الأستاذ سواء أراد أو لم يريد.

فالمقصود من المدرس هو قدرته على التفاعل والتعامل مع التلاميذ الذين يتولى قيادتهم وذلك بغرض التأثير في سلوكهم وتوجيههم نحو تحقيق الأهداف في إطار العلاقات الإنسانية التي تبني على أساس من الثقة والاحترام المتبادلين، والعلاقات الاجتماعية الطيبة» (1).

فيجب على مدرسي التربية البدنية والرياضية أن يكونوا قادة في المواقف المهنية التي يخضونها ويتصفون بالإبداع والحماس وتحمل المسؤولية الآخرين، والحسم والتمتع بالشخصية المتزنة.

ومن أهم الصفات التي يتصف بها الأستاذ هي:

- 1- أن يحب مهنته ويؤمن بواجبه.
- 2- أن يكون مخلصا وصادقا في أقواله وأفعاله.
- 3- أن يكون ملما بأصول مادته وما يتصل بها من حقائق.
- 4- أن يكون ملما بالأسس النفسية والاجتماعية والثقافية للنشئ.
- 5- أن يكون ذو شخصية قيادية².

1-2- الإعداد الفني للأستاذ : تتمثل في مايلي :

- * تحضير الدرس .
- * تنفيذ الدرس وفقا للتحضير .
- * توصيل المعلومات وتقديم النموذج سليم معرفة القواعد التي تبني عليها طرق التدريس.
- * استمرارية الدرس بدون فترات توقف.
- * تغيير اتجاهات الحركة ومداهها وكيفية استغلال الفراغ و المسافة.
- * تقديم المهارات التي تتناسب مع قدرات التلاميذ البدنية و المهارات.
- * اختيار طريقة التدريس السليم و التي تتماشى مع تعدد جوانب التعليم.

(1) - محمد محمد الشحات ، كيف تكون معلما ناجحا لتربية الرياضة ، جامعة المنصورة ، الطبعة الأولى، 1999،

2 عادل عز الدين أشول ، سيكولوجية الشخصية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، المطبعة الفنية الحديثة ، طبعة الأولى، سنة 1978، ص 95.

- * كيفية تصحيح الأخطاء – سلامة النداءات ووضوحها – تحديد الهدف من الدرس بوضوح.
- * كيفية ربط المهارات الجديدة بمهارات متشابهة سبق تعلمها.
- * كيفية تقديم المهارة بطريقة تتناسب مع سن التلميذ.
- * كيفية تجنب وقوف التلاميذ بأوضاع صعبة عند عرض بعض أجزاء الدرس.
- * كيفية التحرك السليم بين التلاميذ و الوقوف المناسب الذي يتطلب ذلك.
- * استخدام المصطلحات العلمية إثناء تنفيذ الدرس.
- * التدريب على كيفية مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
- * كيفية التقدم بالمهارات الرياضية.
- * استخدام التشكيلات الشكلية في الدرس.
- * وضع الأهداف السلوكية المناسبة لسن التلميذ.
- * استخدام الوسائل التعليمية
- * كيفية تزويد التلاميذ بالمعلومات الخاصة بالثقافة الرياضية خلال الدرس.

2-2- الإعداد المهني للأستاذ :

- * الاهتمام بالمظهر الشخصي.
- * النظافة الشخصية.
- * احترام المواعيد.
- * تحمل المسؤولية.
- * الثقة بالنفس.
- * القيادة.
- * مساعدة الآخرين و رعايتهم.
- * تجنب الانفعال و الغضب.
- * المثابرة في العمل.
- * معرفة المسؤولية الوظيفية لمعلم التربية الرياضية.
- * معرفة الآداب الأخلاقية.
- * كيفية معايشة الحياة المدرسية بصورة علمية.
- * اكتساب الروح الاجتماعية. (1)

(1) محمد سعد زغلول ، رضوان محمد رضوان ، تكنولوجية إعداد معلم التربية ، سنة 2001 ، ص 112.

3- الأستاذ المتمكن (الكفاء):

إذا حكمنا على الأستاذ انه متمكن في مادته يكون إما من الناحية حجم العمل الذي يقدمه و الذي يقوم به او من ناحية الجودة المقدمة من طرفه. ولكن هذا يكفي أن الأستاذ المتمكن الحقيقي هو الأستاذ الذي تكون له القدرة في التلاؤم مع الوسط الذي يكون فيه الوصول على تحقيق أهدافه المسطرة و يكون عمله مبرمج و موجه و محلل لكن قبل أن نتكلم على الأستاذ المتمكن يجب معرفة معنى التمكن.

3-1- التمكن: هو إمكانية تحقيق عمل و نقوم بالمتابعة المدققة للشئ الذي يمكننا من تحقيق الهدف المنتظر.(1)

إذا الأستاذ المتمكن هو الأستاذ الذي يجعل لنهاية عمله تقييماً أيجابياً محترفاً.

3-1-1- شروط التمكن: التمكن في التربية ب- ر خاصة يعتمد على بعض العناصر و الشئ المؤكد انه في كل الميادين سواء معرفية أو علمية فإنه يتحقق من التمكن في المادة يجب أن يحقق:

أ- المعرفة ب- القدرة ج- الهو

أ- المعرفة : التي لاجدال فيها فالمعرفة ضرورية لتطبيق المادة .

مثال: كيف نقوم بإبرام بمقابلة للتلميذ في كرة السلة ونحن لا نعرف قانونها ولا نعرف قوانين تحكيمها للوصول إلى الهدف المسطر يجب على الأستاذ إن يكون مكتسباً لمعرفة احترافية في جوانب منها : علم التشريح – الفزيولوجيا – (الجهاز- التنفسي- العضلي...)

- علم النفس و الاجتماع.

- الدارية و كل جوانبها من تأمينها و تسهيلاتهما.

- التقنية أي معرفة مقادير الملعب والقوانين الخاصة بالمادة الممارسة مع معرفة تطبيق السلم التنقيطي حسب المادة و العمر والجنس.

ب- القدرة : إن الخبرة الاحترافية هي أيضاً تابعة للقدرة إذا إن الأستاذ الذي له الخبرة في ميدانه لا يكثر من الأخطاء و إذا قام بها فلا تكون فادحة مقارنة مع الأستاذ الذي لا يكسب شئ كبير من الخبرة.

ج- الهو: يتعلق بالقدرات الشخصية التي لا تعلم و التي يمكن إن تحدد مدى تمكن الأستاذ في مادته و يتعلق الأمر: الإحساس ، الكرامة ، حسن النية وروح البحث و الثقافة العامة و الخاصة به.

(1)- عصام عبد الحق ، مرجع سابق ، ص 38 .

عندما تكون هذه الشروط متوفرة يجب دراسة مجمل جوانب التمكّن الاحترافي و هذا حسب الأهداف المسيطرة.

4- أسباب نجاح الأستاذ في عمله:

إن نجاح الأستاذ و مربّي التربية البدنية والرياضية في عمله يرجع للأسباب التالية :

* إن إتباع الأسلوب الغير المتسلط من قبل الأستاذ يعطي الفرصة للتلميذ بالشعور بالقدرة على التعامل معه بشكل أفضل.

* يجب على الأستاذ إن يتيح للتلميذ أن يأخذ بيده زمام المبادرة أحيانا فيصل على استقلالية و يقل اعتماده على المدرب في المواقف الصعبة التي تتميز بالضغوط النفسية وبهذا يصبح التلميذ مسؤولا.

* إن إتاحة الأستاذ الفرصة للتلاميذ بالاشتراك في اتخاذ القرارات و منهجهم نوعا من السلطة في بعض الأحيان قد يصور لديهم سلوك انفعالي ناضج.

* إن المرونة في اتخاذ القرارات الخاصة للخطط التي تتبع أثناء اللعب وإقامة الفرصة للتلميذ للمساهمة في صنع القرارات تضاعفان من إمكانية لأن يصبح شخصا ينفذ الأوامر للأستاذ المتسلط فقط و هنا سوف نذكر الخصائص السلبية و الايجابية للمربين.

4-1- الخصائص السلبية: (1)

الأستاذ الذي يحاول اهانة تلاميذه و السخرية منهم فهذا يعتبر أسوء نوع الأساتذة و اقلهم شعبية بين التلاميذ و اقلهم محبة.

* الأستاذ الذي يتبع الأساليب المعقدة في تهيئة درس ت.ب. ر بدلا من استخدام الأساليب واضحة و سهلة.

* المربي الذي يجدد دائما إلى الصراخ معتقدا نجاح عملية التعلم تتوقف على مدى ارتفاع صوته.

* الأستاذ المتمسك الذي يتعامل مع تلاميذه بالأسلوب الدكتاتورية مع محاولته أحيانا الثأر من تلاميذه.

4-2- الخصائص الايجابية :

الأستاذ الهادئ الذي لا ينفعل بسرعة في المواقف الحرجة الذي يستطيع اتخاذ القرار المناسب تحت ظروف تتميز بالضغوط ولو القدرة على السيطرة على نفسه.

(1) - عصام عبد الحق: نفس المرجع السابق، ص 39.

* الأستاذ القادر على إيصال التلميذ إلى قمة مشواره مع تمكنه لمواجهة الفشل بصورة مناسبة.

* المربي الذي يحاسب التلميذ على أخطائه لكنه يشجعه على تحسين أدائه في المستقبل

* الأستاذ الذي يكون علاقة جيدة طيبة مع جميع تلاميذه بدون تفریق أو تمييز بينهم.

5- الأهمية التربوية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا كبيرا في المؤسسات التربوية والتعليمية في الجزائر بجميع أطوارها لما ترقى إليه أهمية التربية البدنية والرياضية بحد ذاتها ، فيقول "بون بوار " من خلال وحداتها وعلاقتها المرتبطة ، تعطى اتجاهها محددًا ، وتطبع عمله بأسلوب المربي، لذا فالاختيار المهني لدور وظيفي متخصص يتطلب جهود ارتباط بين طبيعة هذا الدور ومتطلبات من قدرات وكفاءات تخصصية مناسبة، وثمة فان التدريس هو عملية التعامل

المتبادل بين الأستاذ والمتعلمين وعناصر البيئة التي يهيئها المدرس ، من اجل اكتساب المتعلمين المعلومات والمهارات والقيم والاتجاهات التربوية المرغوبة، والتي ينبغي تحقيقها في فترة زمنية محددة تعرف بالدرس أو وحدة النشاط.¹

6- خصائص الواجب توفرها في الأستاذ:

هناك ثلاث أنواع من الخصائص :

1-6- الخصائص الجسمية :

لا يستطيع الأستاذ القيام بمهمته علي أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه الخصائص الجسمية الآتية:

1- تمتعه بلياقة بدنية كافية تمكنه بالقيام بأي حركة أثناء عمله.

2- القوام الجسمي المقبول فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها اثر اجتماعي كبير.

3- أن يكون دائما النشاط فالمعلم الكسول يهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه.

4- أن يكون نضيف المظهر فالأستاذ نموذج تلميذه فعلى الأستاذ أن يكون في مستوى هذا النموذج.

1 محمد الحمامي ، أنور الخولي ، أسس وبناء مراجع في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، بيروت 1990، ص197.

5- أن يكون خاليا من العاهات الجسدية كالصم والبكم لأنه لا يستطيع توصيل رسالته للتلاميذ بأي صورة من الصور.¹

2-6- الخصائص العقلية والعملية :

الأستاذة سواء منهم في المدارس الأولية أو في المعاهد يجب أن يكونوا علي نصيب من الذكاء والعلم وعلى هذا فالخصائص العلمية والعقلية المطلوبة هي:

- أن يكون قادرا على التحصيل السريع ومصدره للتجديد فعلى دعوى المعرفة والتفكير العلمي يستند المعلم سلطته.²

* استعداده لتدريس المادة : الأستاذ كغيره من المهن لابد أن تتوفر فيه عنصرين هامين هما: الفطرة المكتسبة والفطرة هو استعداده لهذه المهنة وميله وحبه إليها أما العنصر المكتسب فيرجع إلي مدى نجاعة تكوينه متطلعا على كل ما يخص هذه المادة.

* أن يكون كثير الإطلاع ميالا لإنماء معارفه لان الأستاذ يكون كثير التطلع حتى يكون في المستوى المطلوب يقتدي به التلميذ.

* يجب علي الأستاذ أن يكون متطلعا على جميع الاختصاصات بما فيها المجالات التربوية الأخرى.³

3-6- الخصائص الخلقية والسلوكية:

لكي يؤثر الأستاذ ايجابيا خلال تدريس مادته على تلاميذه وفي معاملاته مع المحيط يجب أن تتوفر فيه الخصائص منها:

* العطف اللين مع تلاميذه : إذ لا يجب أن يكون قاسي القلب كي لا ينفرون منه ومن مادته.

* الصبر وطول البال والتحمل :فمعاملته للتلاميذ تحتاج إلى السياسة والمعالجة بدون أن يفقد فعند فقدانه الصبر يغلب عليه طابع القلق هذا يؤدي به إلى الإخفاق في عملية التدريس.

* الأمل والثقة في النفس فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى ينجح في مهمته وان يكون واسع الأفاق بعيد التصورات كي يصل إلي تفهم التلميذ وهذا لا يكون إلا بالثقة بالنفس.

* الحزم والصلابة فلا يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب فيفتقد بذلك الحكم على نفسه وعلى تلاميذه مع افتقاد احترامهم له فالأستاذ ذا المجاز المتهور و القلق غير المقبول في الوسط التعليمي عامة ومع تلاميذه خاصة.

1 صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد المجيد ، التربية وطرق التدريس ، دار المعارف بمصر ، ط1 ، 1984 ، ص 160.

2 محمود السباعي ، معلم الغد و دوره ، دار المعارف بمصر ، 1985 ، ص 38.

3 صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد المجيد ، مرجع سابق ، ص 162.

- * أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه ما أمكنه ذلك من التضحيات.
- * أن يكون محبا لمهنته جاد فيها ومخلصا لها.
- * أن يحكم بالأنصاف فيما يختلف فيه التلاميذ ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة فهذا قد يثير الغيرة بين التلاميذ.
- * يجب أن يكون قدوة في الإبداع في عمله حتى يتوصل إلى حلول المسائل الصعبة إذ وجدت.
- * يجب أن يكون متقبلا لأفكار تلاميذه متفتحا لهم.
- * أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه في العمل.¹
- * يجب أن يتحلى الأستاذ بالأمانة والعبر والعطف والتحمل.
- * أن يكون مخلصا في عمله وصادقا في أقواله وأفعاله ومتعاوننا مع الجميع ويمتلك القدرة على تحمل المسؤولية

7- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

1/7. الواجبات العامة:

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية و الرياضية جزء لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي يعمل بها، و هي في نفس الوقت تعبر عن النشاطات و الفعاليات - المتوقعة من طرف رؤسائه- التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية .و لقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية و الرياضية الجديد ما يلي :

- لديه شخصية قوية تتسم بالحسم، الأخلاق و الاتزان.
- يعد إعداد مهنيا جيدا لتدريس مادة التربية البدنية و الرياضية.
- يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال و تطورهم كأساس لخبرات التعليم.
- لديه القابلية للنمو المهني الفعال و العمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
- لديه الرغبة للعمل مع كل التلاميذ و ليس مع الرياضيين الموهوبين فقط

2/7. الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به، يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة بالمؤسسة، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة، و هي في نفس الوقت تعتبر احد الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة و منها :

1 عصام عبد الحق ، مرجع سابق ، ص 47-48.

- إدارة برامج التلاميذ أصحاب المشكلات الوظيفية والنفسية (الفروقات الفردية) .
- تنمية واسعة للمهارات الحركية و القدرات البدنية لدى التلاميذ.
- تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية.
- السهر على سلامة التلاميذ و رعايتهم بدنيا و عقليا و صحيا.
- الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية.¹

8. درس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية كغيره من الدروس المنهجية الأخرى، له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربوية، حيث يمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرنامج المدرسي للنشاط البدني الرياضي التربوي، ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج، ويفترض أن يستفيد بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتدرج التعليمي لتتابع الخبرات المتعلقة وطرق القياس منه كل التلاميذ، ونظرا للطبيعة التعليمية للدرس يجب أن يراعي فيه المدرس كافة الاعتبارات المتعلقة والتعليم.

1/8. تعريف درس التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، وهي تشتمل كل أوجه الأنشطة التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعلم مباشر وتعليم غير مباشر.²

ويعتبر درس التربية البدنية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة، والكيمياء واللغة، ولكنه يختلف عن هذه المواد لكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي نعطي الجوانب الصحية، النفسية والاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تعطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان

وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية وتتم تحت الإشراف التربوي عن طريق مربين أعدوا لهذا الغرض.³

وإذا كانت التربية البدنية والرياضية عرفت بأنها عملية توجيه النمو وقوام الإنسان باستخدام التمارين البدنية والتدابير الصحية وبعض الأساليب الأخرى التي تشترك مع الوسائط التربوية في تنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلقية، فإن بذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لها تحقق أيضا هذه الأهداف ولكن على مستوى

1 أمين أنور الخولي : مرجع سبق ذكره - ص/ 154.

2 محمود عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطني : نظريات وطرق تدريس التربية البدنية و الرياضية - ديوان المطبوعات الجامعية - الجزائرية - سنة 1992 - ص/ 94.

3 حسن معوض و حسن شتلوت : التنظيم و الإدارة في التربية البدنية - دار المعارف - القاهرة - سنة 1996 - ص/ 102.

المدرسة فمن النمو الشامل والمتزن للتلاميذ، ويحقق احتياجاتهم البدنية طبقاً لمراحلهم السنوية وتدرج قدراتهم الحركية، وبهذا الشكل فإن درس التربية البدنية والرياضية لا يعطي مساحة زمنية فقط ولكنه يحقق الأغراض التربوية التي ترسمها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ.⁽¹⁾ كما يعتبر درس التربية البدنية في البرنامج الدراسي وهو أساس كل منهاج للتربية البدنية، كما يراعي حاجات الطلبة بالإضافة إلى ميولهم ورغباتهم.¹

2/8. بناء درس التربية البدنية والرياضية:

لقد اختلفت وجهات النظر حول بناء درس التربية البدنية والرياضية ولكن رغم هذا فإن أغلبهم يقسمونه إلى ثلاثة أقسام هي:

1/2/8. القسم التحضيري:

ويتضمن هذا الجزء ما يلي: الأعمال الإدارية، الإحماء (الإعداد البدني). وتتمثل الأعمال في اصطحاب الأستاذ للتلاميذ من الفصل إلى المكان المخصص لدرس التربية البدنية والرياضية مع قيام التلاميذ بتغيير الملابس واخذ الغيابات ثم البدء في الإحماء: الإحماء العام الذي يتمثل في التمرينات والألعاب بقصد تهيئة أجهزة الجسم المختلفة والعضلات والمفاصل وتهيئة التلميذ من الناحية النفسية والمعنوية، أما الإحماء الخاص فهو يخدم الأجزاء التي ستشارك في القسم الرئيسي بصورة كاملة وتدخل التمرينات الخاصة بكل نوع من الرياضات على حدة.

2/2/8. القسم الرئيسي:

ويتمثل النشاط التعليمي الذي يقدم المهارات والخبرات الواجب تعلمها سواء أكانت اللعبة فردية أو جماعية، وطريقة التعلم تلعب دور كبير في استيعاب التلاميذ للمادة المعلمة وهي تعبر عن أسلوب الإيضاح أو استخدام الطريقة الكلية والجزئية.

أما النشاط التطبيقي فيهدف إلى تطبيق ما تعلمه التلاميذ من جزء النشاط التعليمي وذلك بتقييم تلاميذ القسم، ويبدأ التلاميذ بالتمرين والتدريب حسب طبيعة الحصة تحت إشراف وتوجيه الأستاذ الذي يكون شغله الشاغل هو مراقبة المجموعة وتصحيح الأخطاء وإبداء النصح من أجل خدمة أهداف الحصة.

3/2/8. القسم الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية وإعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقاً ويتضمن هذا الجزء تمرينات التهيئة بأنواعها كتمرينات التنفس،

1 غسان الصادق و سامي الصغار : التربية البدنية والرياضية - كتاب منهجي ، جامعة بغداد - ص/209.

والاسترخاء والألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم النتائج التربوية ويشير إلى الجوانب الإيجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الدرس، وختام الدرس يكون شعار القسم أو نصيحة ختامية. (1)

3/8. أهمية درس التربية البدنية:

يرى قاسم " المندلأوي" وآخرون أن للتربية البدنية الرياضية مكانه كبيرة في عملية بناء شخصية التلميذ وتطويرها بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا، ويحتاج التلميذ إلى الحركة واللعب لكي تنمو وتتكامل أجهزتهم الداخلية وتتكيف لكامل الاحتمالات والظروف الحياتية والعملية لاكتساب المناعة والمعارضة ضد الأوبئة والأمراض وتعد التربية البدنية والرياضية الوسيلة الأساسية لبناء وتكوين شخصية التلميذ النفسية الاجتماعية من خلال درس التربية البدنية والرياضية .

والوحدات التدريسية في المدرسة يتعلم التلميذ الكثير من الصفات النفسية والتربوية والاجتماعية مثل : التعاون، الاحترام، الالتزام بتطبيق القوانين والتعليمات والنظام وتنفيذ الأوامر والإشارات وغيرها ولما كانت التربية الرياضية تعد الركن الأساسي لتطوير مكانة مهارات التلميذ لذا وجب الاهتمام إلى مادتها وما تحتاج إليه من إمكانيات ومتطلبات بشرية ومادية من مساحات وأجهزة وأدوات وبرامج ومناهج حديثة. (1)

وإذا كانت التربية البدنية عرفت بأنها عملية توصية للنمو البدني والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدريبات الصعبة وبعض الأساليب الأخرى التي تشارك مع الأوساط التربوية بتنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلفية فإن ذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لما يحقق أيضا هذه الأهداف ولكن على مستوى المدرسة فهو يضمن من النمو الشامل والمشرف للتلاميذ لتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنوية، وتدرج قدرتهم الحركية ويعطي الفرصة المتميزين منهم للاشتراك في أوجه النشاط داخل وخارج المؤسسة التربوية، بهذا الشكل فإن درس التربية البدنية والرياضية لا يغطي مساحة زمنية فقط ولكنه يحقق الأغراض التربوية التي رسمتها السياسة في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات. (2)

سعى درس التربية البدنية إلى تحقيق أهداف عديدة مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب

(1) عباس احمد السمراي، بسطويس أحمد بسطويس : طرق تدريب التربية الرياضية ، جامعة بغداد – سنة 1984 – ص/36.

(1) قاسم المندلأوي وآخرون : دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية و الرياضية جامعة الموصل -العراق، سنة1990- ص/98.

(2) محمود عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطني : نظريات و طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية – ديوان المطبوعات الجامعية - الجزائرية – سنة1992- ص/94.

المعارف الرياضية والصحية وتكوين الاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوية. (3)

4/8. أهداف درس التربية البدنية :

يعتبر الدرس في أي مادة حيز الزاوية لكل مناهج رسمية ولدرس التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولاً ثم على المجتمع ثانياً .

ويمكن تلخيص أهم أهداف درس التربية البدنية والرياضية فيما يلي:

1/4/8. تنمية الصفات البدنية والمهارات الحركية:

يرى عباس أحمد السامرائي وأحمد بسطوسي أن أهم أغراض حصة التربية الرياضية تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والمطاولة والرشاقة والمرونة والقوة العضلية كأنهم عنصر وصفة بدنية ترتبها بعوامل اجتماعية أو نفسية أو صحية... فتتمية القوة العضلية متطلبة لإعطاء الفرد الشخصية الدفاعية وكذلك القدرة على مواجهة أعباء الحياة فإذا كان للقوة العضلية أهمية خاصة بين العناصر البدنية سواء في المحيط المدرسي أو المجتمع ، فإن بقية العناصر الأخرى كالسرعة ، و المطاولة ، والرشاقة ، والمرونة لها قدرها من الأهلية أيضاً وبتتمية مثل هذه الصفات تعمل على تقوية الأجهزة العفوية والوظيفية بالجسم كالقلب والرئتين والدورة الدموية .. الخ ، والتي تساعد الجسم على إمكانية القيام بوظائفه الحيوية وعلى التغلب على بعض المؤثرات الخارجية كمقاومة التعب وبعض الأمراض.¹

كما أنها تعطي للجسم نشاطاً وحيوية وتبعث في النفس أمل الحياة وللإنسان بهجته وسعادته فأمل الحياة والبهجة والسعادة قد يكون مصدرها راحة و اطمئنان الفرد وقناعته بها وصل إليه من مستوى لهذه الصفات أو العناصر والتي تساعد في إعطائه شخصية كاملة ومنتزعة ولذلك يجب الاهتمام بكل عنصر من العناصر من جهة ، والعناصر المركبة من جهة أخرى وذلك في مجال الصحة أو خارجها لغرض من الأغراض الهامة للتربية الرياضية دون إهمال إحداها حتى تنمو هذه الصفات عند التلاميذ نمواً متزاناً.

لقد تكلمنا عن حصة التربية البدنية لغرض تنمية الصفات البدنية والتي لها ارتباط سواء بالفعاليات أو الألعاب الرياضية المختلفة من جهة وفي المجتمع من جهة أخرى وكما تشكل أساس وقاعدة وأهمية كبيرة لجميع فعاليات والألعاب فكل فعالية أو لعبة من الألعاب تحتاج إلى صفة بدنية خاصة.

(3) عنايات أحمد فرح : منهج وطرق تدريس التربية البدنية ، دار الفكر العربي - مصر - سنة 1998 - ص/11

1 أمين أنور الخولي : الرياضة و المجتمع ، المجلس الوطني الثقافي للأدب و الفنون ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت، سنة 1996 - ص/ 711.

2/4/8. التنمية العقلية:

يشير غرض التنمية العقلية إلى تجميع المعارف أو العناية على التفكير وتفسير هذه المعارف وأوجه النشاط البدني ، يجب أن تعلم وعلى ذلك فهناك حاجة إلى التفكير من جانب الجهاز الذهني وينتج عن ذلك اكتساب المعرفة ، فيلم الشخص بمسائل مثل فوانين وفنون الأداء والإستراتيجية في أوجه النشاط البدني والرياضي ويمكن أن نتخذ كرة السلة هنا كنموذج ففي هذه الرياضة يجب على الممارس أن يلم بجوانب عديدة كقانون اللعبة وإستراتيجية الدفاع والهجوم وأنواع التمريرات المختلفة ، وأخيرا لا بد أن يعرف الفوائد والقيم المستمدة من ممارسة هذه الرياضة .

والخبرات الفنية التي يتعلمها الشخص بالخبرة ينتج عنها معارف على الفرد أن يكتسبها ، فمثلا يعرف الشخص أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر إذا قام بخطوة عند تمريرها كما يمكن للمرء اكتساب بعض المعارف التي تعتبر غاية في الأهمية مثل التبعية والقيادة والشجاعة والاعتماد على النفس ويجب أن تؤخذ المعرفة الخاصة بالصحة مكانا هاما في البرنامج وحصيلة المعلومات تمد الشخص بخيرات وتساعد على تفهم وتفسير المواقف الجديدة التي تقابلها من يوم إلى آخر، وهذا يعني أنه يملك قدرة أكبر على الوصول إلى قرارات حكيمة، وأنه يستطيع أن يفرق بين الخطأ والصواب فعن طريق خبراته في الألعاب والرياضيات المختلفة يستطيع الشخص أن ينمي إحساسه بالقيم وتنمية اليقظة والمقدرة على شخصية الموقف المشحون بالانفعال.¹

1- تشالز أبي وكور : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض و كمال صالح ، فرنكلين للطباعة والنشر ، القاهرة ، مصر العربية – سنة 1964 – ص/169.

ونرى أن حصة التربية البدنية والرياضية تهدف إلى تنمية الحواس والمقدرة على التفكير واكتسابهم المعارف والمعلومات عن كيفية أداء الحركات الرياضية والممارسة المنظمة لها وتنمية قابلية القيادة الرشيدة وتدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق لديهم .

3/4/8. التنمية الاجتماعية والخلقية :

يرى جلال العبادي وآخرون أن الفعاليات الرياضية تتم في مجالات اجتماعية عديدة وبهذا الاتجاه فإنها تظهر واحدة من العناصر الضرورية للتطور الحضاري والاجتماعي في المجتمع مما يؤكد أهمية التربية البدنية والرياضية بصفاتها أداة فعالة في عملية الإعداد المتكامل للفرد والمجتمع.²

1 جلال العبادي و آخرون : علم الاجتماع الرياضي ، مطبعة الوصل ، بغداد ، سنة 1989 - ص/77.
2 عدنان درويش جالون : التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، سنة 1994 - ص/30.

وتعميق ممارسته الإيجابية في تقدم المجتمع وازدهاره وكما يكون لها أهمية في الاستخدام الأمثل والأفضل لوقت الفراغ ودعم القدرة الصحية لأبناء المجتمع على مقاومة الأمراض المختلفة وكذلك مكانتها في البناء والتنشئة الاجتماعية وأهميتها في مختلف مراحل الحضارات الإنسانية وبتطويرها للعلاقات والروابط الاجتماعية فضلا عن أهميتها النفسية والبدنية.

ويرى عدنان درويش جلون وآخرون أن الأغراض الاجتماعية تتمثل في تنمية الجو الملائم الذي يمكن الطالب من إظهار التعاون وإنكار الذات ، والإخوة الصادقة وإعدادهم للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح وإتاحة الفرصة للتعبير عن النفس والابتكار وإشباع الرغبة في المخاطرة حتى ينمو الطالب نموا نفسيا واجتماعيا.¹

1 جلال العبادي و آخرون : مرجع سبق ذكره - ص/79.

خلاصة الفصل الأول

بعد تطرقنا إلى الجوانب المتعلقة بشخصية أستاذ التربية .ب.ر من أنواعها وشخصية الأستاذ التربية الدنية والرياضية لأهمية التربية والأستاذ المتمكن وأسبابه نجاحه في عمله يتضح لنا حالياً الدور الكبير الذي يلعبه في ميدان التربية والتعليم عكس ما يتداول عند عامة الناس حول دور حصة التربية البدنية والرياضية عامة وأساتذة ت.ب.ر خاصة لأنه يقوم بدور المنشط الذي يقوم بنشاطات بدنية ورياضية بغرض الترفيه والتسلية فقط.

من خلال هذه العناصر نجد أن المنظومات التربوية غير مطالبة بالحرص على واجبات الأساتذة فحسب، بل تتعدى ذلك بكثير، حيث أنها مطالبة أيضاً بالحرص على توفير كل حقوقهم ابتداءً من الحرية المهنية و مروراً بالعلاقات بين الأساتذة وبين الطاقم التربوي كاملاً، وكذا مراعاة الجانب الاجتماعي للأستاذ؛ وهكذا فإن الأستاذ ليس مؤهلاً فقط كما يظن البعض، بل إنه محاطاً من جميع الجوانب ولا يُنتظر منه إلا الكفاءة المهنية وأداء رسالته النبيلة. ومن الأهداف التي يسعى لتحقيقها التكوين إعداد أساتذة وإطارات ذات كفاءة فنية وعملية راقية فهو عملية فعالة في إعطاء النموذج المثالي لمدرس التربية البدنية الرياضية في إطار برنامج مسطر ومنظم .

حيث تهدف حصة التربية البدنية والرياضية إلى تنمية السمات الخلقية وإدماج الفرد ضمن المجتمع عن طريق التربية الصالحة، وتنشئة التلميذ على التحلي بالصبر، الطاعة، النظام، وحب الآخرين، كما ترمي إلى تعريفهم بأهمية ممارسة نشاطات التربية البدنية والرياضية، وذلك لما تحمله من خصائص وإيجابيات تعود على الفرد بنتائج

الفصل الثاني

الإسعافات الأولية

تمهيد:

التربية البدنية والرياضية منبع الصحة والترفيه على انفس ولها منافع متعددة أخرى مثل التأثير على الجهاز التنفسي والقلبي وكذلك على الجهاز الحركي من ناحية تطوير القوة وحجم العضلات وصيانة ومرونة المفاصل والأربطة وكذلك يعترف للرياضي بالدور الايجابي على مستوى الاجتماعي والسلوكي والنفسي ولكن الرياضة وقبل كل شيء لها جانب سلبي، ولحسن الحظ أن عدد الحوادث التي تصيب الرياضيين أثناء التدريبات او المنافسات نادرة المقارنة من العدد الهائل من الممارسين لمختلف أنواع الرياضات فتعرض الإنسان لطيلة حياه الرياضية لعدة حوادث مختلفة تكون بسيطة، خطيرة، ومعقدة فعدم احترام النصائح والتوجيهات الآمينة وكذلك السهو أثناء التدريبات او أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بسوء تقدير الأخطاء

1- تعريف الإسعافات الأولية :

- الإسعاف الأولي هو الخطوات الأولى التي يجب أن تتبع للعناية بالمصاب و المصابين من أجل المحافظة على حياتهم ثم التخفيف من الأضرار و العاهات و المضاعفات التي قد تنجم عن المسببات المختلفة... و ذلك منذ بداية الإصابة حتى وصول المصاب إلى الأماكن المخصصة للعلاج (المستشفيات ، و العيادات)¹.
- هي مجموعة الإجراءات الفنية التي تتخذ في حالة تعرض شخص أو مجموعة أشخاص لإصابات مختلفة الخطورة وذلك بهدف إنقاذ حياة الشخص المصاب وكذلك بهدف تقليل مضاعفات الإصابات².
- هي العلاج الضروري المؤقت للمصاب أو المريض والهدف منها إنقاذ حياة المصاب والتقليل من حدوث مضاعفات وإزالة الألم .
- هي مجموعة إجراءات بسيطة ولكنها فعالة تهدف لإنقاذ حياة المصاب وتحول دون حدوث مضاعفات للإصابة³.
- إن الإسعافات الأولية عبارة عن العناية الفورية التي تقدم إلى الشخص الذي يعاني من الإصابة أو الذي تعرض للمرض بصورة مفاجئة وتشتمل هذه على مساعدة الشخص لنفسه والعناية الطبية المنزلية في حالة عدم توفر المساعدة الطبية أو تأخر وصولها. و تشتمل كذلك على تشجيع المصاب وطمأنته إلى رغبتك بالمساعدة وإحراز ثقته بكمن خلال إثبات الكفاءة .

2- ترتيب الإسعافات حسب الأولويات :

- في الحالات الخطيرة يجب نقل المصاب علي الفور إلي المستشفى وفي مصلحة خاصة نظرا لإصابة الوظائف الحيوية (التنفس، الدورة الدموية) والتي تضع حياة المصاب ومن بين هذه الإصابات :
- الصدمات الكبيرة _ الإصابات الصدرية الخانقة .
- النزيف القوي غير المعصب، النزيف الداخلي أو النزيف الشرياني غير الموقف بالضغط .

1- عبد المجيد مصطفى الشاعر وآخرون، المفاهيم الأساسية للإسعاف الأولي، دار المستقبل للنشر و التوزيع، ط2، عمان، الأردن، 1993، ص8 .

2- نشوان عبد الله نشوان، فن الرياضة والصحة، دار حامد للنشر والتوزيع، ط1، جامعة عمان الأهلية، الأردن، 2010، ص 231 .

3- علاء الدين محمد عليوة، الصحة الرياضية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، مصر، 2006، ص 31 .

- في بعض الأحيان لا تصاب الوظائف الحيوية مبدئياً، ورغم هذا يجب اخذ الحيطة لأنها قد تصاب بعد وقت قصير، كما يجب نقل المصاب في الساعة التي تلي الصدمة ومن بين هاته الإصابات:
- الأطراف المسحوقة _ جروح في البطن .
- هنالك حالات أخرى يمكن أن تصاب فيها الوظائف الحيوية بعد زمن طويل ويستلزم نقل المصاب فيها في الثلاث ساعات التي تلي الصدمة ومن بين هاته الإصابات:
- كسر في الجمجمة _ كسر في الحوض
- كسر في العمود الفقري
- _ كسر وجروح مفتوحة في الأطراف.
- حالات اقل خطورة من السابق:
- _ كسر في الأطراف بدون جروح مفتوحة _ جروح بسيطة.
- الشروط الثلاثة التي تنتقد المصاب:
- _ في حالة نزيف: الضغط.
- _ في حالة فقدان الوعي وضعية الأمن .
- _ في حالة الخنق: التنفس الاصطناعي¹.

3- خصائص الإسعافات الأولية:

- يستطيع أي شخص إن يقدم خدمة الإسعافات الأولية بشرط إن يكون مدرباً بطريقة صحيحة علي عمل مثل هذه الإجراءات الأولية في مراكز مخصصة لذلك أو في المنزل والشارع ويتم اللجوء إلي الإسعافات الأولية إما:
- _ لتعذر وجود الطبيب وذلك بالنسبة للحالات الجراحية .
 - _ عندما تكون الإصابة أو النوبة المرضية ثانوية لا تحتاج للتدخل الطبي .

3-1 مسؤوليات المسعف الأول:

- المحافظة علي الهدوء و الثقة بالنفس قبل البدء بالإسعافات، مع عدم إضاعة الوقت .
- تحليل دقيق للحالة التي أمامه مع إمكانية الاستعانة بمن هو كفؤ للقيام بذلك .
- في حالة النزف الشديد يجب البدء بالتحكم في النزيف وإيقافه .
- يجب إجراء التنفس الصناعي في أسرع وقت إذا توقف التنفس أو كان ضعيفاً.
- يجب تدليك القلب في حالة هبوط أو توقف القلب .

1- مسعود دريدي، مبادئ الإسعافات الأولية، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، ص10-11.

- يجب أن لا يتحرك المصاب إذا كان هناك شك في وجود كسر في الجمجمة أو العمود الفقري إلا في الحالات القصوى .
- يجب المحافظة علي المصاب هادئا ومستريحا مع فك الملابس أو الأحزمة الضيقة .
- يجب العمل علي أن لا يري المصاب إصابته ومدى خطورتها .
- إذا لم يكن هناك إصابات ظاهرة فان المسعف يستطيع الاستدلال علي حالة المصاب بالاتي:
- _الوجه الشاحب يدل علي وجود صدمة ._الوجه الأحمر يدل علي ارتفاع ضغط الدم .
- _الوجه الأزرق يدل علي إعاقة التنفس مثل وجود شيء غريب في المسالك الهوائية أو أزمة قلبية .
- _الوجه الأحمر الشاخص قد يحدث نتيجة الإفراط في شرب الخمر ويحدث شحوب نتيجة القيء.
- _النزف مع وجود سائل اصفر من الأذن علامة علي وجود كسر في قاع الجمجمة.
- _ خروج دم من الكحة دليل علي احتمال وجود إصابة مباشرة في الرئة.
- _ وجود شلل في جنب واحد من الجسم يدل علي احتمال الإصابة بالسكتة الدماغية.¹

2-3 صفات المسعف الأول:

- أن يكون ملما نظريا وعلميا بمبادئ الإسعافات الأولية مع متابعة التطور الحديث لطرائق الإسعافات
 - أن يكون علي دراية تامة بالمعدات والأدوات اللازمة للقيام بعملية الإسعاف مع توافر القدرة استخدام الوسائل في حالة عدم توافرها.
 - أن يكون عالما بالمراكز الصحية العلاجية في المنطقة المحيطة به.
 - أن يمتلك القدرة والشجاعة علي مواجهة المواقف الصحية دون تردد مع القدرة علي اتخاذ القرار السريع والصحيح
 - أن يتحمل المسؤولية بأمانة وأن يلتزم بحدود معلوماتية .
 - أن يكون عنده الإحساس بالتعاطف مع المصابين والمرض والقدرة علي تقديم المساعدة اللازمة للمصاب²
- يتعين علي الذي يقوم بالإسعافات ، هذه أن يتعرف علي :**

1- نشوان عبد الله نشوان ، فن الرياضة والصحة ، دار حامد للنشر والتوزيع ، ط1 ، جامعة عمان الأهلية ، الأردن ، 2010 ، ص231-232 .

2- عبد الرحمان عبد الحميد زاهر، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية ، ومركز الكتاب للنشر، ط1، مصر، 2004، ص25-256.

- طبيعة وخطورة الإصابة .
 - اتخاذ الإجراءات العاجلة لإزالة الاضطرابات في التنفس ونشاط القلب .
 - إيقاف النزيف الخارجي .
 - تضميد الجرح .
 - تثبيت الجزء المصاب .
 - إتقان الطرق الصحيحة في عملية الرفع والنقل ونزع الملابس
- فهذه العوامل مجتمعة إضافة إلي حسن استخدام المواد والأدوات الموجودة بمتناول اليد تحدد بشكل كبير مصير المصاب وشفائه اللاحق.¹

4- الإسعافات الأولية في المجال الرياضية:

إن الخطوات الأساسية الثابتة للإسعاف الأولي المباشر الذي يجري حال وقوع الإصابة الرياضية تستند علي رد فعل الجسم تجاه الإصابة وعملية الاستجابة للعلاج إن خطوات العلاج الأولي وضعت للسيطرة علي الورم إلي أقصى حد لغرض التقليل من تضخم التورم الدموي الذي يفسح المجال أمام عملية الالتئام بالبداية مبكرا وتسريع خطوات الشفاء وخطوات العلاج هي معروفة و مقبولة وهي الثلج والضغط والرفع ،والراحة وكل خطوات من هذه الخطوات مهمة جدا ويجب عدم تجاوزها أو إهمالها عند معالجة الإصابات الرياضية وسنأتي علي شرح كل الخطوات كما يلي

4-1 الثلج:

إن الخطوة الأولي في الإسعاف الأولي هي وضع شيء بارد علي منطقة الإصابة إذا كان كيس بارد أو ثلج ويعمل الثلج حالا بعد أن تتباطأ عملية رد فعل الجسم بالإضافة إلي ذلك فإنه يساعد علي تجسيد الدم في الأوعية الدموية الشعرية في المنطقة الإصابة ليقلل من تدفق الدم فيها ،ويقلل من وقت تخثر الدم ويقلل من درجة تدفق الدم في منطقة الإصابة وبالتالي يقلل من التورم والنزيف والفائدة الأخرى للثلج هي تقليل درجة حرارة الأنسجة المصابة مما يقلل من حصول التغذية في منطقة الإصابة وهذا يقلل من إنتاج الفضلات في المنطقة وتفسح المجال للخلايا الأخرى للبقاء سليمة في فترة نقص الأكسجين المؤقتة في منطقة الإصابة و وباختصار فإن استخدام الثلج يقلل من ضرر الأنسجة ويقلل التورم الدموي ويقلل أيضا من التمزق العضلي المصاحب للإصابة ويزيد من راحة المصاب

1- علاء الدين عليوة، الصحة في المجال الرياضي ، منشأة المعارف للنشر ، الإسكندرية ، مصر ، ص 11-12

2-4 الضغط:

إن الغرض من الضغط هو المساعدة علي السيطرة أو التقليل من كمية النزف وإعطاء دهم متوسط الشدة وتستخدم في الضغط نوع من الأربطة (باندج) أو الأشرطة اللاصقة الملائمة ،والضغط يزيد من ضغط الأنسجة خارج الأوعية الدموية وبهذا يساعد علي التقليل من النزيف الدموي ومن البلازما أو تمزق الأوعية الدموية الشعرية .واعتياديا فان الضغط يساعد علي شعور بالراحة في منطقة الإصابة وعلي الرغم من أن الأربطة المستخدمة تعطي دعما متوسطا ولكنه يبدو واضحا من أن الضغط يمنح بعض الهدوء وقلة الألم ولكن يجب الأخذ بعين الاعتبار بأن الضغط ليس واجبا في كل أنواع الإصابات فهو مثلا غير مصرح به في الكسور أو التمزقات العظمية.¹

3-4 الرفع:

يقلل رفع المنطقة المصابة من عملية رفع السوائل ويشجع عمل الأوردة في إرجاع الدم ويقلل من عملية الضغط الانبساطي في الأوعية الدموية والذي بدوره يساعد علي تقليل كمية النزف الدموي وتقل كمية السوائل الخارجية من الأوعية الدموية في فضاء الأنسجة وهذا يقلل من كمية الأنسجة المدمرة وتكون النتيجة مساحة صغيرة يجب علاجها

4-4 الراحة :

إن جعل موضوع الإصابة في وضع مريح أساسي وضروري للجسم لأخذ الوقت اللازم لجعل الإصابة تحت السيطرة وتجنب حدوث مضاعفات وضغوط بدنية وربما تحطيم أنسجة مجاورة أخرى ،ان فترة الراحة المطلوبة تعتمد علي نوعية الإصابة وأيضا علي فلسفة المدرب والمعالج في هذا المضمار ومدى رؤيتهم للوقت والوضع الصحيحين للراحة ومدى شدة عنف الإصابة وربما يكون معدل وقت الراحة يتراوح بين 10_15 دقيقة في حالة الإصابة البسيطة إلي بعض الشهور في حالة الإصابة العنيفة.²

5- أهمية الإسعافات الأولية:

مما لا شك فيه إن الإسعافات الأولية التي تتبع عقبه أية إصابة أو حادثة تعتبر في غاية الأهمية ،لأنها تقلل وتحد كثيرا من المضاعفات التي قد تنتج من تلك الإصابات ، بمعنى أنه إذا أجريت الإسعافات الأولية بطريقة عملية صحيحة فان ذلك يساعد علي حفظ حياة

¹- فريق كمونه ، موسوعة الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها ،الدار العلمية الدولية للنشر وتوزيع ، ط 1 ، عمان ، الأردن، 2002ص99-100

²- فريق كمونه ، مرجع سابق ، ص 101

المصاب، كما انه يسهل من الإجراءات العلاجية التي تتم بعد ذلك بواسطة الطبيب المختص، كما إن معرفة الناس بمبادئ تلك الإسعافات الأولية وتجعلهم قادرين علي تقديم المساعدة سواء لأنفسهم أو لغيرهم

إن حب مساعدة الآخرين صفة جميلة وإنسانية إلي ابعد حد ، وهي موجودة لدي قطاع كبير من الناس ومطلوب أن يقدم الإنسان لأخيه الإنسان المساعد التي يحتاجها في الوقت المناسب، وفي هذا المجال لا يمكن تقديم المساعدة إلا إذا كان الفرد علي معرفة ودراية بمبادئ الإسعافات الأولية

كما أن معرفة الأفراد بأهمية الإسعافات الأولية وتدريبهم عليها، تنمي لديهم الاتجاهات السليمة الايجابية بشكل يحافظ علي حياتهم وحياة الآخرين، ويكون علي درجة من الوعي لأمر السلامة داخل المنزل وخارجه مما يساعد في الحد من الاثر السلبي عند وقوع الحوادث المختلفة.¹

إن للإسعافات الأولية أهمية كبيرة ونذكر منها ما يلي :

- إنقاذ حياة المصاب وإبعاده عن مصدر الخطر .
- إجراء الإسعافات الأولية اللازمة لإنقاذ الحياة ، مثل التنفس الاصطناعي أو تدليك القلب أو إيقاف النزيف
- منع حالة المصاب من التدهور وتخفيف آلامه ، وتجنب حدوث مضاعفات لإصابته كما في حالة كسور العظام والجروح .
- توفير الراحة الجسمانية والنفسية للمصاب ، والعمل على طمأنته وتهدئته ومنع الازدحام. من حوله .
- استدعاء سيارة الإسعاف إلى مكان الحادث ،حتى يتمكن من نقل المصاب إلى أقرب مستشفى لتكملة علاجه²

6- أساسيات الإسعافات الأولية:

- فهم قواعد الإسعافات الأولية و مسؤولياتها .
- علي المسعف أن يتقدم لإسعاف المصاب وعليه أن يخبر من حوله بأنه هو المسعف .
- القيام بعمل التنفس الاصطناعي _ معرفة كيفية فتح ممرات للهواء
- تقييم مكان الحادث .الوضع الملائم للمرض أو المصاب .
- معرفة الأعراض وعلامات الخطر للمشاكل الطبية
- معرفة علامات الاستجابة من عدمها للمصاب
- معرفة ما إذا كان يوجد نزيف داخلي أم لا

1- بهاء الدين إبراهيم سلامة ، الصحة والتربية الصحية دار الفكر العربي ، ط1 ، مدينة نصر ، مصر ، 1997 ، ص245 .
2- عيد المجيد مصطفى الشاعر، عيد القادر العكايلة ،عمار إبراهيم الخطيب ،(المفاهيم الأساسية للإسعاف الأولي)، ط2، دار المستقبل للنشر والتوزيع ،عمان ،الأردن 1993،ص08.

- معرفة التعامل مع إصابات العمود الفقري _ معرفة السيطرة علي النزيف الداخلي
 - توافر المعلومات العامة لديه عن الجسم الإنسان وتشريحه وأعضائه وأجهزته المختلفة
 - معرفة كيفية حمل المريض لتخفيف تعرضه لمزيد من الضرر أو الأذى
 - معرفة الإعراض المتعلقة بمختلف الأمراض وكيفية التعامل معها
 - معرفة التعامل مع الحروق والكسور
 - معرفة كيفية التعامل مع إصابات الأطفال
 - معرفة كيفية تضميد الجروح _ تدليك القلب.¹
 - يجب أن يتصرف المسعف بعناية وسرعة وهدوء لان المسعف الهادئ يوحي بالثقة ويرفع من معنويات المصاب
 - علي المسعف أن يفكر جيدا قبل البدء بعمل أي شيء فمثلا عليه أن يفكر بأفضل طريقة للتصرف في الموقف ، والقاعدة التي تكون أمامه هي حياة المصاب أولا .
 - يجب أن يتأكد المسعف من عدم وجود خطر علي حياته وعلي حياة المصاب مثل احتمال حدوث انفجار أو انهيار للمبني أو ازدياد الحريق في مكان وجودهما وعندئذ عليه أن يبادر بنقل المصاب بكل حذر عن مصدر الخطر
 - عند وجود أكثر من مصاب من واجب المسعف أن يحدد وبسرعة من المصابين يحتاج للعناية أولا .
 - علي المسعف عدم إهمال إسعاف إصابة علي حساب إصابة أخرى .
- علي المسعف أن يتجنب**
- التأخر في إجراء التنفس الاصطناعي .
 - ترك النزيف يستمر من المصاب .
 - التأخر في علاج الصدمة .
 - إعطاء المغمي علي أي شراب من الفم .
 - لمس الجروح والكسور باليدين قبل تنظيفهما وتعقيمهما .
 - التأخر في نقل المصاب إلي المستشفى .²

7- لوازيم الإسعاف الأولى في المدرسة :

- أشرطة طبية مسامية _ قطن طبي.
- ضمادات معقمة بأحجام مختلفة .
- ضمادات لاصقة غير مسربة للماء بأحجام مختلفة.
- حبوب مسكنة (كالأسبرين أو البندول) .

¹ - فرح الزبيدي، موسوعة الإسعافات الأولية، دار دجلة، العراق، 2008، ص1

² - بهاء الدين إبراهيم سلامة، الصحة والتربية الصحية دار الفكر العربي، ط1، مدينة نصر، مصر، 1997، ص245 .

- عصابات مثلثة الشكل لتثبيت الضمادات أو لتدلى من العنق لحمل الذراع.
- مرهم الكالامين، لعلاج مشاكل الجلد وحروق الشمس واللسعات.
- ملقط ومقص ودبابيس التثبيت _ ميزان حراري _ محلول مطهر.

8- الوسائل المستخدمة في الإسعافات الأولية:

- التطبيقات الباردة.
- الأربطة الضاغطة.
- رفع الطرف المصاب.
- الراحة التامة.
- التثبيت المحكم لمكان الإصابة عند نقل اللاعب المصاب.¹

9- نصائح وقوانين عامة:

- ما يجب فعله أمام المصاب وإذا فوجئت بمصاب عليك إتباع النصائح التالية :
- الاتصال فوراً بالإسعاف : رجال الدرك أو الشرطة، الطبيب، سيارة الإسعاف، رجال المطافئ.
 - تذكر بان هناك حالتين خطيرتين للإسعاف هما النزيف وتوقف التنفس ، فأول شيء يجب القيام به هو التأكد هل المصاب ينزف ، يتنفس وللتأكد من أن المصاب يتنفس نلاحظ حركات صدره وفي حالة الشك يقترب المسعف بخده من فم المصاب ليتأكد جيداً ، لان الجلد والأذن حساسين لأدنى تنفس.
 - وضع المصاب علي ظهره إذا كان واعياً أو علي جانبه إذا كان غير واع "وضعية الأمن" كما يجب وضعه جالساً أو واقفاً.
 - عدم إعطائه أي شيء يشربه خاصة إذا كان غير واع خشية من أن تمتلئ رئتاه بالماء ويصعب بعد ذلك تخدير المريض لإجراء بعض العمليات لإنقاذه
 - الهدوء واجب وضروري لان ذلك يعطي للمنقذ ثقة كبيرة بعد فحص المنطقة المصابة وتقديم ما يلزم من إسعاف أولي ويجب مواصلة الفحص للبحث عن إصابات أخرى تصعب رؤيتها بسهولة فالفحص يكون دائماً من اعلي إلي أسفل من الرأس إلي القدمين حسب ما يلي :
 - حالة الجلد : لونه مصفر ، احمر ، ازرق ، بارد أم لا .
 - حالة التنفس : منتظم أم لا .
 - حالة النبض : سريع ، بطيء ، منتظم.²

1- أسامة رياض، إمام حسن محمد النجمي: نفس المرجع السابق، ص106، 107.

2- مسعود دريدي ، مبادئ الإسعافات الأولية ، ص7-8

فحص الرأس

- إذا كان المصاب واعيا نطلب منه تحريك رأسه فإذا استطاع فهذا يعني أن العنق غير مكسورة .
- جس جلد الشعر للبحث عن جروح ، انخفاض ، انتفاخ ... الخ
- فحص الإذنين إذا كان هناك نزيف فهذا يعني أن الجمجمة بها كسر داخلي.
- فتح العينين للبحث عن اتساع الحدقتين "إغماء ، غثيان" ، عدم تساوي الحدقتين يعني أصابه في المخ .
- فتح الفم للبحث عن وجود أجسام غريبة أسنان مكسورة ، بقايا الفم الركب ، حصى ... الخ .
- إذا وجد احد هذه الأجسام فعلي المنقذ أن ينزعه لكي لا يختنق المصاب .
- شم الروائح التي تخرج من الفم مثل :
_ رائحة الأسيتون "مرض السكر" .
_ رائحة الكحول "حالة سكر" .
- جس الرقبة للبحث عن بعض الكسور .
- بعد انتهائنا من الرأس والعنق ننتقل إلي الجذع ونبدأ كما يلي :
- جس الترقوة ، الكتف ، والأطراف العلوية للبحث عن بعض الكسور او خلع بعض المفاصل ، وهذا بوجود تشوهات ، انتفاخ "تورم" ، آلام عند لمس العضو المصاب .
ننزل بعد ذلك إلي الصدر:
- نطلب من المصاب أن يتنفس بقوة ثم يسعل فإذا قام بذلك بدون أن يشعر بالآلام فمعني هذا انه لا توجد أضلاع مكسورة أو إصابات أخري خطيرة في القفص الصدري .
- جس البطن : وهذا للبحث عن رضوض أو كدمات و حتى تصلب البطن .
- فحص العمود الفقري بدقة تامة للبحث عن بعض الكسور "آلام وتشوهات " لأدني شك يجب اخذ الاحتياطات اللازمة وإلا ستكون العواقب وخيمة "عدم تحريك المصاب في حالة كسر في العمود الفقري إلا من طرف مسعفين مدربين علي ذلك" .
- ننهي فحصنا بالأطراف السفلي بنفس الطريقة التي فحصنا بها الأطراف العلوية .
- إذا وجب خلع الثياب لكي نرى الجروح والإصابات جيدا ويجب أن نبدأ دائما بالأماكن السليمة ، وان اقتضى الأمر نقصها بواسطة مقص أو أي شيء أخر لكي لا نزيد من حدة الخطورة .¹

1- مسعود دريدي، مرجع سابق ، ص 9-10 .

10- أهداف الإسعافات الأولية:

- تهدف الإسعافات الأولية إلي ما يلي
- المحافظة علي حياة المصاب أو المريض كما يحدث في حالة الإسعاف الأولي لمريض القلب أو الإصابات الخطرة بواسطة التقليل من النزيف والمحافظة علي المجاري التنفسية نظيفة ومفتوحة أحيانا لإعادة تنشيط القلب
 - منع تدهور حالة المصاب أو المريض عن طريق إعطاء العلاج الممكن في مكان الإصابة
 - نقل المصاب بالطرق الصحيحة إلى المستشفى إذا كانت حالته تستدعي ذلك
 - رفع معنويات المصاب لاسترداد حالته الطبيعية
 - الحد من الألم والتهاب الأنسجة
 - الحد من انتشار الورم.
 - الحد من المضاعفات التي قد تسببها الإصابة.¹

11- صندوق الإسعافات الأولية:

تباع صناديق الإسعافات الأولية اما على شكل حقيبة واما بشكل خزانة , أما تلك التي تباع بشكل حقيبة فيكون داخلها مقسماً إلى وحدات صغيرة بشكل علب يتراوح أعدادها ما بين 16-24-32 وحدة.وتحتوي هذه الوحدات على مواد الإسعاف الأولية محفوظ داخل عبوات محكمة الأغلاق حجمها مساو لحجم الوحدة وكل عبوة تحتوي على جميع ما يلزم لتضمين الجرح, وتكون مواد الإسعاف هذه معقمة, أما المواد السائلة فتحفظ داخل قوارير محكمة الاقفال لا تتبخر منها الأدوية , وهي غير قابلة للكسر. وتزود حقيبة الإسعاف هذه بتعليمات وإرشادات مكتوبة على غطائها الداخلي لتوضيح كيفية استعمال محتوياتها . وهذا النوع من الصناديق سهل الحمل وسهل الاستعمال , لأن جميع مواد الإسعاف فيه مرتبة ترتيباً جيداً ومكتوبة الأسماء عليها بخط كبير وغامق, ويستعمل هذا النوع داخل السيارات , وعندما تنفذ محتوياته يتم شرائها من الصيدلية بسهولة.²

أما النوع الثاني الذي يباع بشكل خزانة, فيصنع بعدة أشكال وأحجام وأنواع بحيث توضع فيها جميع مواد الإسعافات لأولية بكافة أحجامها , ومحتوياتها تكون مغلقة وبعضها يكون معقماً.

12- محتويات صندوق الإسعافات الأولية:

1- عبد الرحمان عبد الحميد زاهر ، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية ، ص55 .
2- الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر في الشرق الوسط وشمال إفريقيا، دليل الإسعاف الأولي المجتمعي والصحة العامة، (د.ط)، (د.ت)، ص155.

تحتوي صناديق الإسعافات الأولية على المواد الرئيسية التالية التي تلزم لأجراء معظم الإسعافات الأولية وهي :

- محلول معقم: مثل Benzalkonsum أو أي محلول معقم يمكن شراؤه من الصيدلية}
- ويستعمل لتطهير الجروح المفتوحة والخدش, ولكن لا يستعمل لتطهير الحروق}
- مركب عطري من زيت الأمونيا : { ويستعمل لحالات الأغماء, حيث تستعمل 2/1ملعقة مع كوب ماء للكبار, أما الأطفال فتستعمل 10 نقاط داخل نصف كوب من الماء ويوضع أسفل أنف المصاب للاستنشاق}
- حبوب ملح الطعام: {يستعمل لمعالجة الصدمة حيث تذاب ملعقة صغيرة في كوب من الماء ويسقى للمريض أكبر كمية ممكنة ولكن لا يعطي للمصاب
- بيكربونات الصوديوم أو مسحوق الخبز أو سترات الصوديوم (لميمونات الصوديوم): {ويستعمل للحماية ضد الغاز العصبي " غاز مؤدي للأعصاب والرئتين " ويذاب منه أربعة ملاعق صغيرة مع كمية من الماء ويغسل بها الجزء المعرض للغاز العصبي , أو تشبع ملابس المصاب , وتوضع قرب الوجه كقناع للغاز}
- عصابة مثلثة (رباط): {وتستعمل كغطاء للغبار في منطقة الصدر أو البطن}
- ضمادات معقمة متوسطة الحجم , مطرية ومغطاة بقماش المؤسليين: {تستعمل لتغطية الجروح المفتوحة أو الحروق , وتشتري هذه الضمادات داخل عبوات وتكون معقمة ولا يتم عملها في المنزل}
- ضمادات لاصقة : {ويستعمل على الجروح الصغيرة وتضميد مكان وخزة الإبرة لعزلها عن الهواء}
- أكواب من الورق : {تستعمل للشرب ولخلط الأدوية}
- قطرة للعين: {تستعمل للحكة التي تصيب العين بسبب الغبار أو الدخان , مع عمل كمادات ماء بارد كل 20 دقيقة}
- حبوب تعقيم الماء: {لتعقيم الماء عند عدم التمكن من غليه}
- ميزان حرارة طبي لقياس الحرارة عن طريق الفم : {ويستعمل لقياس حرارة الجسم للكبار}
- ميزان حرارة طبي لقياس الحرارة عن طريق الشرج : {ويستعمل لقياس حرارة الجسم للصغار}
- حافظة لسان خشبية: {تستعمل لفحص الحلق, وكذلك لتثبيت كسور الأصابع, أو العظام الصغيرة في الجسم}
- مقص صغير حاد أو موسى بسلاح واحد : {ويستعمل لقص الأربطة والشريط اللاصق}

- قفازات طبية معقمة: (وتستعمل لارتدائها عند القيام بإجراء تغطية على الجروح أو الجروح ويستعمل مرة واحدة فقط)¹.

13- الإسعافات الأولية لبعض الحالات:

1-13 الحريق:

تنتج أغلب الحروق في المنزل عن الإهمال في استعمال أعواد الثقاب والسجائر, وكذلك السوائل الساخنة وأجهزة التدفئة غير الصالحة, وأوعية الطبخ والأجهزة الكهربائية, كما أن استعمال المنظفات الكيميائية القوية أصبح من أهم أسباب الحروق. والحروق من الأسباب الرئيسية المؤدية إلى الوفاة في كثير من الأحوال, وتؤدي الحروق إلى فقدان مصل الدم, وفقد سوائل الجسم وتهتك أنسجة الجسم, كما يؤدي إلى الاختناق نتيجة عدم كفاية الأكسجين واستنشاق الهواء الساخن والغازات السامة بما فيها أول أكسيد الكربون².

أ- أنواع الحروق:

وتنقسم الحروق تبعاً لدرجتها إلى :

1. **حروق الدرجة الأولى:** وهي أبسط أنواع الحروق . وعلاماتها : الاحمرار او تغير اللون والتورم والألم ويتسبب عند التعرض الزائد للشمس أو التلامس الخفيف مع الاجسام الساخنة. ولا تحتاج حروق الدرجة الاولى إلى رعاية طبية إلا إذا كانت مساحتها كبيرة . ولتخفيف الألم يغمر الجزء المصاب بالماء البارد , أو توضع عليه كمادات باردة حسب الحاجة. وتغطي المنطقة المحروقة بضمادات جافة.
2. **حروق الدرجة الثانية:** وتسببها جروحاً أعمق من جروح الدرجة الأولى , وتصيب طبقتي الجلد الخارجية والداخلية فقد تكون الفقاعات ويتورم مكان الحرق وينتفخ عدة أيام , و تؤدي إلى نزوح المصل عبر طبقات الجلد التالفة , وتنتج هذه الحروق عن أشعة الشمس الشديدة , والتلامس الطويل مع اللهب والسوائل الساخنة وعند إصابة الحرق لليد أو القدم او الوجه , فيجب إدخال المصاب إلى المستشفى.

الإسعافات الأولية لحروق الدرجة الثانية :

1. **المساحات الصغيرة:** يغمر الجزء المحروق بالماء البارد وليس بالماء المثلج , أو يوضع على مكان الحرق كمادات باردة وذلك لتقليل الألم, ويؤدي تبريد الأنسجة بهذه الطريقة إلى تقليل الحرارة على الأنسجة الملاصقة للجلد , ثم تجفف المنطقة بعد ذلك بضمادات معقمة, أو قطعة قماش مكوية , ويراعى عدم استعمال القطن مطلقاً , لأنه يلصق بالحرق ويتسخ

1- الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر في الشرق الوسط وشمال إفريقيا، مرجع سابق، ص.56.

2- مسعود دريدي، مرجع سابق ، ص93.

ويؤدي إلى حصول التهابات. ويغطى الحرق بعد ذلك بقطعة ضماد جافة, ويراعى عدم إزالة الأنسجة المحروقة أو محاولة ثقب النفطيات, وكذلك عدم استعمال أي نوع من أنواع المواد المطهرة أو المرهم إذا كان الحرق شديداً. إذا لم يكن بالإمكان الحصول على رعاية طبية اسبب من الأسباب, فيجب ترك الضمادة مبللة بالمصل الناضج-إلا إذا أصبحت ذات رائحة كريهة-وقبل إزالتها يجب تبليها بالماء المعقم وتركها فترة, ثم إزالتها من قبل المصاب نفسه. بعد ذلك تغسل المنطقة المحروقة بالماء الفاتر والصابون.

2. المساحات الواسعة: إذا أحترق أكثر من 15% من مساحة جسم البالغ أو 10% من مساحة جسم الطفل, فيجب إدخال المصاب إلى المستشفى والإسعاف الأولى هو الإسعاف نفسه لحروق الدرجة الثانية.

3. حروق الدرجة الثالثة: تؤدي حروق الدرجة الثالثة إلى تلف اعمق وأكبر من حروق الدرجات السابقة ويبدو مكان الحرق مبيضاً بلون الشمع أو مسوداً. ولا يشعر المصاب بالألم بعد حدوث الحرق, حيث تحترق جميع طبقات الجلد بالإضافة إلى الأنسجة الداخلية ويبدو الحرق لأول وهلة مشابها لحرق الدرجة الثانية, وحروق الدرجة الثانية والثالثة تؤدي إلى تدمير خلايا الدم الحمراء. ولا يتم شفاء الحرق إلا بعد أن ينو جلد جديد إلا إذا التهاب موضع الحرق التهاباً شديداً, ولذلك فإن النظافة المتناهية هي أساس علاج الحروق.¹

الإسعافات الأولية لحروق لدرجة الثالثة :

- يجب عدم محاولة إزالة قطع الملابس المحترقة الملتصقة بمكان الحرق, بل يجب تغطية مكان الحرق بضماد معقم.
- إذا كان الحرق في اليدين, يجب رفعهما بواسطة علاقة خاصة إلى مستوى أعلى من مستوى القلب-إذا كان المصاب واقفاً-أو أسنادها إلى فخذة-إذا كان المصاب مستلقياً-كما يجب عدم رفع القدم المحروق أعلى من مستوى الجسم, ويجب عدم السماح للمصاب بالوقوف أو السير.
- وإذا كانت الحروق في الوجه, يجب وضع المصاب مستلقياً مع رفع الرأس ومنطقة الصدر إلى أعلى من مستوى الجسم, ويراقب تنفس المصاب, وفي حالة حدوث أية صعوبة في التنفس, يجب العمل على ابقاء مجرى التنفس مفتوحاً.
- يراعى عدم وضع الماء الثلج على المساحات الواسعة من الحروق, لأن هذا يؤدي إلى تزايد أثر الصدمة كما يراعى عدم وضع أي مراهم أو مواد أخرى لأن ذلك قد يتعارض مع ما سيقوم به الطبيب.

1- مسعود دريدي، مرجع سابق ، ص94.

- إذا تأخر نقل المصاب إلى المستشفى , وكان المصاب مستيقظا يعطى محلولاً من الملح (ملعقة ملح صغيرة لكل لتر ماء) ويعطى البالغ نصف كوب كبير كل ربع ساعة ويشرب ببطء شديد. إما الأطفال الصغار فيعطون ربع كوب, والأطفال دون السنة يجب إعطائهم ثمن كوب. ويجب التوقف عن إعطاء السوائل في حالة حدوث القيء , إعطائه بعض مخففات الألم.
- **التواء المفاصل :**

قد يتحرك المفصل فيما وراء حدود امكانيته الطبيعية, ويؤدي ذلك إلى تمزق جزئي في الأنسجة المحيطة به , مثل الأربطة, وكيس المفصل, والأوتار العضلات والأوعية الدموية. ويحدث التواء المفاصل عادة في الكاحل, والركبة والرسغ, والأصابع, كما يحدث في فقرات العنق في حوادث السيارات, نتيجة عدم استعمال أحزمة الأمان.

الإسعافات الأولية لالتواء المفاصل:

يثبت المفصل بجبيرة مناسبة ثم يرفع إلى الأعلى. وإذا كان الالتواء خفيفاً يرفع المفصل فوق مستوى الجسم لمدة 24 ساعة وتوضع عليه الكمادات الباردة , ويحذر من استعمال الكمادات الساخنة , ثم ينقل المصاب إلى الطبيب إذا استمر التورم.

2-13 الاختناق :

هو توقف التنفس, ويحدث عندما يمنع الهواء بسبب ما من الوصول إلى الرئتين, وعلامته توقف التنفس أو وجود نفس ضعيف ومتقطع, وتظهر على المصاب علامات أخرى هي فقدان الوعي, وتغير لون الجلد والشفاه فيصبح لونها مزرقاً, أو لونا أحمر قرمزيًا. وسبب الاختناق هو وجود عائق في مجرى التنفس كما يحدث عند الغرق, أو التشرّدق بالطعام أو الشراب أو الدخان أو دخول أداة في مجرى التنفس- كما يحدث عند الأطفال - أو حدوث شللي مركز التنفس في الدماغ, نتيجة صدمة كهربائية أو تسمم دوائي أو استنشاق غاز سام.

الإسعافات الأولية للاختناق :

- يجب إزالة السبب الذي يعيق التنفس, ثم إعادة دخول الهواء إلى الرئتين بطريقة التنفس الصناعي (حيث يعمل المسعف على تأمين مسالك الهواء مفتوحة من الانف أو الفم, ويعيد التنفس بواسطة زيادة وانقاص اتساع القفص الصدري بالتناوب).
- إذا كان سبب الاختناق هو (التشرّدق) أو دخول أية أداة غريبة في مجرى التنفس فيجرى له الإسعاف كما يلي

- يفك الرباط حول الرقبة أو الخصر، ويحني رأس المصاب إلى الامام، ويضرب ضربة عنيفة بين الكتفين، وإذا لم يجد ذلك نفعاً، يمدد على السرير ورأسه متدل للأسفل، ويضرب ثانية بين الكتفين.¹

- وإذا كان المصاب طفلاً فيرفع من رجليه ليصبح رأسه إلى الأسفل ورجلاه إلى أعلى. ويضرب بلطف بين كتفيه حتى يسقط ما في حلقه، وإذا لم يجد ذلك نفعاً، فيرسل المصاب إلى أقرب طبيب أو مستشفى وبعد خروج ما كان يسد مجرى التنفس، يجرى للمصاب التنفس الصناعي إلى حين استعادته وعيه.

3-13 الغرق :

بعد إخراج المصاب من الماء يجب إجراء التنفس الصناعي له، ثم معالجة الصدمة ونقل المصاب إلى مكان فيه تلقى عناية طبية كاملة، ويموت ضحايا الغرق عادة في غضون (10) دقائق من الحادث، نتيجة نقص الهواء وقصور القلب، وليس نتيجة وجود الماء في الرئتين أو المعدة، وإن أية محاولة لإخراج الماء من الرئتين لن تجدي نفعاً لأنها غير ممكنة.

وتجرى عملية التنفس الصناعي من الفم إلى الفم بأسرع وقت ممكن، وقبل وصول المصاب إلى اليابسة، ويجب على المنقذ أن ينتبه لاحتمال وجود انسداد في المسالك الهوائية، ونظراً لوجود الماء في الرئتين، فيتطلب أن تكون قوة نفخ الهواء إلى الرئتين أكبر من قوة النفخ في الطوارئ الأخرى. وإذا وجد إن معدة الغريق منتفخة فيدار وجهه إلى أسفل، وتوضع اليد تحت بطنه ثم يرفع البطن إلى أعلى لإفراغ المعدة. إلا فان ما تحتويه المعدة من هواء وماء سيؤثر في الحركة التنفسية، وعلى عمل القلب. أو أنيوضع الغريق مستلقياً على ظهره، ثم يضغط على المعدة بينما يكون الرأس متجهاً إلى أحد الجوانب.

كما يجب المحافظة على حرارة جسم الغريق ومتابعة عملية التنفس الصناعي في أثناء نقل الغريق إلى المستشفى كما يجب عدم السماح للأشخاص الناجين من الغرق بالانصراف إلى بيوتهم بسبب المضاعفات الأجلة التي يمكن أن تحدث بعد ذلك، لهذا يجب مراقبتهم عدة أيام لانهم معرضون للإصابة بالالتهاب الرئوي.

4-13 الصرع :

هو إغماء مصحوب بتشنج وتيبس في الجسد، وحركات غير إرادية، إزراقاق في لون الجلد وخروج زبد من الفم، ومن ثم توقف كل هذا وعودة المصاب إلى وعيه، والصرع مرض مزمن. وإسعاف الصرع يكون باهتمام المسعف لمنع المريض من الحاق الأذى بنفسه، وإذا توقف تنفسه يجب عمل التنفس الصناعي.²

¹- مسعود دريدي، مرجع سابق، ص 95.

²- مسعود دريدي، مرجع سابق، ص 96-97.

5-13 النزيف :

- النزيف يعني خروج الدم من الأوعية الدموية نتيجة لتمزقها بفعل الحوادث المختلفة , ولوقف نزيف الدم يجب عمل ما يلي:
1. ارفع العضو المصاب إلى أعلى مع التوقف عن تحريكه.
 2. اضغط مباشرة على موضع الإصابة بواسطة ضمادة أو منديل نظيف مع التأكد تماماً من عدم ملامسة دم المصاب.

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف الإسعافات الأولية وترتيبها حسب الأولويات ومعرفة الإسعافات الأولية في المجال الرياضي ومعرفة التعامل مع مختلف الإصابات وكيفية معالجة الإصابات لكي لا تؤثر سلباً على الجانب الصحي والنفسي للرياضي وكذلك على جانب الأداء المهارى للرياضي.

الفصل الثالث

حصة التربية البدنية و الرياضية

تمهيد:

تعتبر حصة التربية و الرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية و الرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، وتنفيذ حصص التربية البدنية و الرياضية يعتبر أحد واجبات الأستاذ. إن لكل حصة أغراضها التربوية كما لها من أغراض بدنية، مهارية و معرفية، إذ يميزها عن غيرها من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أنها الوحدة الصغيرة في المنهاج الدراسي للتربية البدنية و الرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية و الرياضية للمؤسسة التربوية، و هي تسعى إلى تحقيق الأهداف التربوية التعليمية البالغة الأهمية، هذا ما يلزمنا على الاعتناء و التفكير بجدية في مضمون الحصة. و سنحاول في هذا الفصل إلمام على أهم العناصر المتمثلة في تقديم مفهوم حصة التربية البدنية و الرياضية، أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية و أغراضها و الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهق.

1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعة والكيمياء واللغة ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمتد أيضا الكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة البدنية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي للأساتذة الذين أعدوا لهذا الغرض.¹

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها التلاميذ في هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر.²

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمرينات وألعاب بسيطة.

2- ما هي حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل الرياضيات، الفيزياء، العلوم واللغة... الخ إلا أنه يختلف عنه بكونه لا يقتضي بتزويد التلاميذ بالمهارات والخبرات الحركية فقط، بل يتعدى تزويدهم أيضا بالمهارات والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية، النفسية والاجتماعية إضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية في تكوين جسم الإنسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية: التمرينات، الألعاب المختلفة الفردية والجماعية، هذا تحت إشراف مدرسين أعدوا لهذا الغرض³، تعد حصة التربية البدنية والرياضية عملية مركبة للتعليم والتعلم وكذلك لتعليم التربية ويختلف عن غيرهم من المواد الدراسية الأخرى، لأن سلوك التلميذ الحركي يعد هدفا أساسيا كما تعد التمرينات البدنية والألعاب والمسابقات أهم المحتوى الأساسي للدراسي.⁴

1- محمود عوض البسيوني و آخرون: نظريات و طرق التدريس، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992م، ص: 94.

2- حسن شلتوت و حسن معوض: التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، 1993 ص: 102.

3- محمد عوض البسيوني، د. فيصل ياسين الشاطي: النظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، 1968 ص. 94

4- د. عنيات محمد أحمد فرج: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية(دط)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988م، ص: 30.

3- صفات حصّة التربية البدنية والرياضية:

- لحصّة التربية البدنية والرياضية شروط يجب توفرها من أجل نجاحها وأهمها:
- أن يكون للحصّة هدف معروف وواضح يعمل على تحقيقه.
 - أن يتماشى الدرس مع العوامل الصحية ويتمثل في (نظافة، مساحة للعب، مراعاة العوامل المناخية، مراعاة قدرات التلاميذ وفتراتهم العمرية).
 - الاهتمام بالجانب النفسي التربوي من حيث (أوجه النشاط الشيقة ومناسبة لسن التلاميذ، دراسة التلاميذ بسن النشاط المقدم، التعاون والمنافسة، الروح القتالية).
 - مراعاة القيم السلوكية الاجتماعية والأخلاقية.
 - أن يتناسب النشاط مع إمكانيات الدراسة من حيث المساحة وتوفر الأجهزة والأدوات.
 - يجب مراعاة النقاط التالية عند تنفيذ الدرس :
 - أ- أن يكون الجزء الأول من الدرس منشطا وجذابا للتلاميذ.
 - ب- عدم إضاعة الوقت من الدرس.
 - ج- أن يسود النظام والطاعة والالتزام بالضوابط.
 - د- أن تكون شخصية المدرس عاملا مؤثرا في الدرس.
 - هـ- أن تكون أجزاء الدرس متسلسلة ومرتبطة ومتصاعدة في الجهد والشدة.
 - و- أن تشمل النشاطات والفعاليات جميع أجزاء الجسم.
 - ز- العناية بالأجهزة والأدوات وحفظها في أماكن مخصصة.¹

4- محتوى حصّة التربية البدنية والرياضية:

- لا شك أن نجاح المربي الرياضي في اختبار محتويات الحصّة وطريقة تشكيلها أو تدريسها أو إخراجها، تعد من العوامل الهامة التي نعمل على تحقيق أهداف معينة وينبغي النظر على عملية التدريس على أنها وحدة تتضمن: (الهدف، المحتوى والطريقة) ويرتبط الدرس ككل ارتباطا وثيقا بهذه العوامل الثلاثة، كل واحد منهم يؤثر في الآخر ويتأثر به ويسعى لتحقيق الأهداف المرجوة وحتى الآن لا يوجد اتفاق تام حول مفهوم محتوى درس التربية البدنية والرياضية، على أنه مجموعة مركبة من التمرينات البدنية، ويرى البعض الآخر أنها نضام من المعارف والمعلومات والسلوك.
- وينبغي على المدرس اختيار المحتوى والأهداف الجيدة مع الطريقة المناسبة لكي يسهل له الوصول إلى الأهداف المرجوة ويثير بعض المختصين أن محتوى درس التربية البدنية والرياضية يتضمن المكونات التالية:
- مجموعة مركبة من التمرينات (حركية والأنشطة الرياضية، الألعاب، المسابقات والمنافسات)

¹ - د. عدنان جواد خالف وجبوري والآخرين: المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، جامعة البصرة بغداد، 1988، ص 141 142

- مجموعة مركبة من القيم والاتجاهات التي تناسب أساليب السلوك السنوي.
- مجموعة مركبة من المفاهيم والمعايير والحقائق التي تكسب التلاميذ المعارف والمعلومات.
- مجموعة من أساليب الأداء الرياضي التي يكتسبها التلاميذ والتي تساعدهم على ممارسة النشاط الرياضي بصورة مستقلة¹.

5- إخراج حصة التربية البدنية والرياضية:

لقد تضاربت الآراء واختلفت وجهات النظر حول إخراج الحصة في التربية البدنية والرياضية فالإتحاد السوفياتي ودول أوروبا الشرقية تقسمه إلى 3 أقسام: جزء تمهيدي، جزء رئيسي وجزء ختامي.

أما في الدول الغربية الولايات المتحدة فتقسمه إلى أربع أقسام : مقدمة، تمرينات، نشاط تطبيقي وجزء ختامي.

أما في الجزائر فهو مقسم إلى 3 أجزاء: جزء تمهيدي، جزء رئيسي، جزء ختامي ونورد هنا².

من وجهات النظر بالنسبة للجزء التمهيدي والجزء الختامي ومن وجهات نظر فسيولوجية نفسية وتربوية وهي ترتبط ببعضها البعض، ارتباطا وثيقا، فوجهة النظر الفسيولوجية ترى أن التدفئة في بداية الدرس كالاستعداد للعمل، أما في الجزء الختامي، فيكون للتهدة ومن وجهة النظر النفسية فيتطلب أولافي الجزء التمهيدي إيقاظ البهجة والاهتمام والرغبة في الحركة وفي الجزء الختامي يجب التركيز على أن تكون عاطفية ومن الوجهة التربوية يحب مراعاة البدء في الجزء التمهيدي بمواقف تربوية حقيقية كأساس للأداء الذي يليه وفي الختام يهتم بموازنة تربوية.

6- أقسام الخطة الرئيسية:

تنقسم خطة حصة التربية البدنية والرياضية إلى ثلاثة أقسام رئيسية هي :

1-6- الجزء التمهيدي: يجب أن يحقق الجزء التمهيدي لحصة التربية البدنية والرياضية ثلاث أهداف (موقف تربوي، إعداد بدني، إيقاظ الاستعداد للتمارين) .

- خلق موافقة تربوية مناسبة في أول الحصة مع مراعاة الأوقات المختلفة، النظام في تغيير الملابس، النظام في حجرة الملابس، أخذ الغيابات، يبدأ الدرس في حينه، التفتيش على الملابس الرياضية (النظافة)، نزع الساعات، السلاسل، الخواتم، الحفاظ على التشكيلات النظامية.

¹ - د/ عنايات محمد أحمد فرج: مرجع سابق، ص 17

² - د/ عنايات محمد أحمد فرج: مرجع سابق، ص 89، 90

- الإعداد البدني عن طريق ما يسمى بالتدفئة ليؤثر في الدورة الدموية، عضلات، الأربطة، المجموعة العصبية، العمليات البيوكيميائية التمثيل الغذائي والاهتمام بالتدفئة يمنع الإصابات ويساعد اللاعب على رفع مستوى العمل الأصعب والأقوى، يراعي في التدفئة زيادة الحمل تدريجياً، بناء على توفر الإمكانيات أن يتصرف جميع التلاميذ في نفس الوقت وعلى المدرس أن يعطى نقاطاً تعليمية قصيرة ويقوم بإصلاح الخطأ أثناء التمرين، حتى يمكن تجنب فترات الراحة الكبيرة ويتجنب الشرح الطويل ويجب اختيار التمارين والحركات والألعاب السهلة والغير معقدة، والتي لا تؤدي إلى زيادة الحمل مع مراعاة تنفيذها بأشكال متعددة ومتنوعة حتى لا تدخل الملل بناتا إلى التلاميذ، ففي الجري مثلاً يكفي تبديل شكله، الجري بدائرة، صفا، خط منحرج، خط مائل، الجري في صفين، قاطرة موانع.¹

تعد الألعاب الصغيرة والحركات البدنية (خاصة تمارين الارتخاء، تمارين تسخين العضلات) مناسبة جداً لهذا الجزء من الدرس ويجب على المدرس أن يغير وينوع دائماً في التمرينات وأن تكون متدرجة الصعوبة بالنسبة للجنسين، كما يجب أن يتناسب الجزء التمهيدي مع نوع النشاط الممارس في الدرس، حيث يمكن مباشرة انتقال إلى تدريس الجزء الثاني من الدرس (الجزء الأساسي).

يجب حث التلاميذ في بداية الدرس على الاستعداد للتعلم والوصول إلى مستوى أفضل ولا يأتي هذا إلا بتوضيح الهدف من الدرس للتلاميذ، شرحاً يكون شيقاً ومميزاً ليقظ اهتمامهم ورغبتهم للعمل مع مراعاة أن يناسب الهدف من التلاميذ.

6-2- الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء تتحقق جميع الواجبات والأهداف الموضوعية والمطلوبة من درس التربية البدنية والرياضية، لذلك يجب أن يتضمن هذا الجزء الأمور الأساسية، مثل تنمية الصفات البدنية (القوة، السرعة، المداومة..). تعلم النواحي الفنية والخطية وتوصيل واكتساب الرياضة والعادات الجيدة والذي يوافق تعليم المهارات الحركية عن طريق النصح والإرشاد ويجب على الأستاذ أن يكون مرناً وأن يغير من العمل الواقع على أجزاء الجسم المختلفة في استخدام أماكن اللعب والأدوات ويجب أن يراعي في تخطيطه ما يناسب الطلاب ويحقق أغراض الحصة الأساسية المرسومة.²

6-3- الجزء الختامي: يجب أن يحقق الجزء الختامي لحصة التربية البدنية والرياضية الأهداف التالية:

- العمل على تهدئة الجسم والوصول مرة أخرى إلى حمل عالي الشدة، بفضل استخدام الألعاب الصغيرة المناسبة وخاصة من خلال اللعب بالكرة أو التتابعات المناسبة في

¹ - نفس المرجع، ص 47

² - د/ عنايات محمد أحمد فرج: مرجع سابق، ص 48

- تهدئة الجسم، على أنه من الممكن أيضا الوصول إلى ذلك عن طريق الألعاب المنظمة، ثم تمارينات منشطة ومشوقة مع إتباع فترة ارتخاء قصيرة .
- تناسب الختام مع الشعور : يجب الاهتمام ببعث البهجة سواء كان العمل عالي أو منخفض، هذا شعور لا يعني فقط الفرحة أو البهجة، بل كذلك السعادة لمعرفة كل تلميذ للمستوى الذي وصل إليه، إن أداء المهارات الحركية الصعبة والتمارين السهلة والأساسية لمتابعة المستوى يعمل على إيقاظ الشعور بالمعاشة.
 - عمل ختام ذي قيمة تربوية: بعد الانتهاء من الحصة يجب ترتيب الأدوات وتنظيمها مع مراعاة الهدوء والتركيز ويتبع ذلك كلام المدرس النهائي الذي يجب أن يكون قصيرا، يعرض من خلال ما توصل إليه من نتائج في الحصة كنوع من التقويم وأن يمنح المجتهد ويدلي بالملاحظات و بأداء التحية للمدرس، ينتهي الدرس وعلى التلاميذ ترك الملعب لتغيير الملابس.¹

7- تنظيم حصة التربية البدنية والرياضية: (طرق إخراج الحصة):

تعد العملية التنظيمية لحصة التربية البدنية والرياضية، هامة جدا لنجاح الحصة، وهي العلاقة بين المدرس والتلميذ، وكذلك العلاقات بين التلاميذ بعضهم البعض، وتعد العملية التنظيمية لحصة التربية البدنية والرياضية هامة جدا لنجاحها، واكتساب التلاميذ القدرة على معاشتها وفهمها ومن خلالها تعديل سلوكهم، بحيث يكتسبون معايير سلوكية مرغوب فيها، وكل عمل تعليمي وتربوي يتطلب استعمال أدوات ووسائل بيداغوجية، مع مراعاة صحة التلاميذ أثناء الأداء (الوقاية والسلامة) واحترام زمن كل مرحلة من مراحل الحصة حتى يمكن ضمان سهولة انسيابية واقتصادية الأداء الحركي للتلاميذ والأنواع الأساسية للتنظيم وإخراج الحصة.²

8- مفهوم درس التربية البدنية و الرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمناهج التربية الرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة و أن يكتسبوا المهارات التي تنظمها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من مصاعب مباشرة و غير مباشرة.

و بما أن المنهاج المباشر العام لا يمكن القيام بتدريسه و إكساب التلاميذ كل المهارات المتعددة التي يتضمنها دفعة واحدة لذلك لجأ المختصون إلى تقسيم هذا المنهاج العام إلى مناهج متعددة كل سنة دراسية، وهي الأخرى جزأت إلى أقسام صغرى أي إلى مراحل يمكن تنفيذ كل مرحلة (دورة) في شهر مثلا، ثم قسمت هذه الخطة (الدورة) الشهرية إلى أجزاء

¹ - نفس المرجع، ص 49

² - د/ عنايات محمد أحمد فرج : مرجع سابق، ص 50

أصغر حتى وصلنا إلى وحدة التدريس أو وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصاحبها من تعليم مباشر وغير مباشر، وهذه الوحدة هي درس التربية البدنية والرياضية، والدرس بهذا المعنى هو حيز زاوية في كل مناهج التربية البدنية والرياضية به هي الخطة الأولى والهامة ولو أردنا أن نجني الفائدة الموجودة من المناهج كلها.

لذا وجب أن ندرس درس التربية البدنية والرياضية إجمالاً وتفصيلاً وأن نلم بكل ما يمكن من معلومات عن هذا الحيز الأساسي في بناء مناهج التربية البدنية والرياضية¹.

9- أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التعليمية و التربوية مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الداخلية للمتعلم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوكيات السوية وتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

9-1- أهداف تعليمية:

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية و الرياضية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام و ذلك بتحقيق الأهداف الجزئية التالية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة و المرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق و المشي.
- تدريس و إكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية و جمالية²
- والتي يتطلب إنجازها سلوكاً معيناً و أداءً خاصاً، وبذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير و التصرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم و الدفاع في لعبة من الألعاب يعتبر موقفاً يحتاج إلى تصرف سليم و الذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف³.

9-2- أهداف تربوية:

إن حصة التربية البدنية و الرياضية لا تغط مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني و الصحي للتلاميذ على المستويات وهي كالآتي:

9-3- أهداف اجتماعية و أخلاقية:

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، و التكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، و بما أن حصة التربية البدنية و الرياضية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية و كان من اللازم أن تعطي

1- أحسن شلتوت، أد حسن عوض "التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية" (دط)، دار الفكر العربي، القاهرة، ص106.

2- ناهد محمد سعد: نبلي رمزي فهمي، طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية (دط)، 1984م، ص80

3- عباس أحمد السمراي، بسطوسي أحمد بسطوسي كطرق التدريس في مجال التربية البدنية (دط)، بغداد، 1984م، ص

كلامها صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة.¹

9-4- التربية لحب العمل:

حصة التربية البدنية والرياضية تعود التلميذ على الكفاح في سبيل تخطي المصاعب وتحمل المشاق، وخير دليل على ذلك هو تحطيم الأرقام القياسية، الذي يمثل تغلبا على الذات وعلى المعوقات والعراقيل. وهذه الصفات تهيأ التلميذ إلى تحمل مصاعب الحياة في مستقبله. وتمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كأعداد الملعب وحمل الأدوات وترتيبها عملا جسمانيا يربي عنده عادة احترام العمل وتقدير قيمته.

9-5- التربية الجمالية:

إن حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشتمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب و رشاقة و قوة و توافق. و تتم هذه التربية الجمالية عن طريق تعليقات الأستاذ القصيرة، كأن يقول هذه الحركة جميلة، أو جميلة بنوع خاص.

وتشمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية والرياضية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي.²

10- الطبيعة التربوية للتربية البدنية و الرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس التربية وهذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية التفاهم بينهم تتم في إطار القيم والمبادئ للروح الرياضية، تكسبهم الكثير من الصفات التربوية بحيث تقوم على تنمية الصفات الأخلاقية كالطاعة والشعور بالصدقة والمثابرة والمواظبة، وتدخل صفات الشجاعة و القدرة في اتخاذ القرار عند عملية تأدية الحركة و الواجبات مثل: القفز في الماء والمصارعة، حيث كل من هذه الصفات لها دور كبير في تنمية الشخصية للتلميذ.³

11- أغراض حصة التربية البدنية و الرياضية:

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض عديدة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا، ثم على المجتمع كله ثانيا. وقد وضع الكثير من الباحثين و المفكرين

¹ - عدنان درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994م، ص: 30.

² - ناهد محمود سعد، نايلي رمزي فهمي: مرجع سابق، ص: 67-86.

³ - محمود عوض البسيونس و آخرون: مرجع سابق، ص: 95.

هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فحدد كل من "عباس صالح السمرايئوبسطويسي أحمد بسطويسي" أهم هذه الأغراض فيما يلي:
الصفات الحركية، النمو البدني، الصفات الأخلاقية الحميدة، الإعداد للدفاع عن الوطن، الصحة و التعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي.¹
ومن جهة أخرى أشارت "عنيات حمد أحمد فرج" إلى ما يلي: وينبثق عن أهداف التربية البدنية والرياضية عدة أغراض التي تسعى حصة التربية البدنية و الرياضية إلى تحقيقها مثل: الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم و الصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية و تكوين الاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوية.²

و يمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية و الرياضية كالآتي:

1-11- تنمية الصفات البدنية:

يرى "عباس أحمد السمرايئوبسطويسي أحمد بسطويسي" أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية: تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة، التحمل، الرشاقة و المرونة، وتقع أهمية هذه الصفات و العناصر و تنميتها في المجال الرياضة المدرسية.

ليس من واقع علاقتها بتعلم المهارات و الفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع.³
وتقول "عنيات محمد أحمد فرج" الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية لأجهزة الجسم وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمات النفسية والإرادية للفرد.⁴
وعن مميزات النمو العقلية لهذه المرحلة العمرية (15-18 سنة) يقول "محمد حسن علاوي" ما يلي: تتضح القدرات العقلية المختلفة و تظهر الفروق الفردية في القدرات، و تنكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والاهتمام بالمتفوق الرياضي و اتضح المهارات البدنية.⁵

2-11- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، و المهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية طبيعية وفطرية التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية، مثل: العدو، المشي، القفز...

1- عباس أحمد السمرايئوبسطويسي أحمد بسطويسي، بسطويسي أحمد بسطويسي، ص: 73.

2- عنيات محمد أحمد فرج: مرجع سابق، ص: 11.

3- عباس أحمد السمرايئوبسطويسي أحمد بسطويسي، بسطويسي أحمد بسطويسي، ص: 74-75.

4- قاسم المنداولي وآخرون، أصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، بغداد، 1989م، ص 21.

5- محمد حسن علاوي، علم النفس التربوي، ط2، دار المعارف، القاهرة، 1992م، ص 21.

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب والفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية.¹

وترى "عنايات حمد أحمد فرج" في هذا الموضوع ما يلي: و يتأسس تعليم المهارات الحركية على التنمية الشاملة للصفات البدنية.²

11-3- النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية التي تحدث للكائن البشري وهي عملية نضج القدرات العقلية، و يلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا إيجابيا وفعالا في هذا النمو عامة، و النمو العقلي بصورة خاصة.

12- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية:

- لقد تحددت فوائد و واجبات حصة التربية البدنية و الرياضية في النقاط التالية:
- المساعدة في الاحتفاظ بالصحة و البناء البدني السليم لقوام التلاميذ.
 - المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية ولكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل: القفز، الرمي، الوثب.
 - المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة،...إلخ.
 - التحكم في القوام في حالتي السكون والحركة.
 - اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف على الأسس الحركية، والبدنية وأحوالها الفسيولوجية والبيولوجية والبيوميكانيكية.
 - تدعيم الصفات المعنوية و السمات الإرادية و السلوك اللائق.
 - التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
 - تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو الممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.³
- ومما سبق ذكره يتبين لنا أن التربية البدنية تؤدي وظيفتها القائمة على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة كماهيتها و أهميتها و دورها داخل المنظومة التربوية.

13- بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

1- عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد بسطويسي،.: مرجع سابق، ص: 27.

2- عنايات محمد أحمد فرج، مرجع سابق، ص 12.

3- محمد عوض البسيوني و آخرون، مرجع سابق، ص 96.

حصة التربية البدنية أو خطة العمل هي مجموعة من التمارين المختارة و المرتبة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معنية لها، وتنقسم إلى ثلاثة أجزاء: الجزء التحضيري، الجزء الرئيسي، الجزء الختامي.¹

الجزء التحضيري:

في هذا القسم يتبع الأستاذ ثلاث قبل الدخول بالتلاميذ إلى القسم الرئيسي، فالمرحلة الأولى هي مرحلة إعداد التلاميذ تربوياً، إذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس الدخول في الصف حسب تسلسله، الدخول إلى الملعب. والمرحلة الثانية هي مرحلة الإحماء، وتشمل أجهزة الجسم

المختلفة استعداداً للنشاط المبرمج للوقاية من الإصابات المفاجئ، وعليه وجب التدرج في العمل، أما المرحلة الثالثة فهي الدخول في المرحلة الرئيسية.

في حالة استخدام تدريبات الإعداد البدني في الجزء التحضيري للحصة يراعي ما يلي:

- أن تعمل على تحسين الصفات البدنية لدلى التلاميذ.
- أن تؤدي على هيئة منافسات بين التلاميذ.
- أن يكون هناك تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات.
- أن تتضمن المكونات البدنية التالية: السرعة، التوافق، الدقة، التوازن.
- أن تؤدي باستعمال بعض الأدوات، و أن تؤدي و التلاميذ في حالة انتشار حر في الملعب، و ليس على هيئة تشكيلات.
- يفضل عدم استخدام النداء أثناء أداء التلاميذ التدريبات البدنية.

الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، و لا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصة حتى تطبق على جميع الحصص، و لا يوجد ترتيب معين للأغراض و الأهداف، فمثلاً تنمية القدرات العقلية وتعليم تكنيك رياضي، أو توصيل تحصيل المعلومات و المساهمة في تكوين الشخصية، كما يشتمل هذا الجزء على قسمين:²

النشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق والمفاهيم والشواهد بالاستخدام الواعي للواقع العملي، ويتم ذلك في الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة القدم، وهو يتميز بروح التنافس بين مجموعات التلاميذ والفرق حسب الظروف.

يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثاً و التدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ و يصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما يتطلب الجانب الترويحي والحرص على شعور التلاميذ بالمتعة وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد الأمن والسلامة.

¹ محمد عوض البسيوني و آخرون، مرجع سابق، ص 111-112.

² عفاف عبد الكريم، طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية (دط)، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1989م، ص 506.

الجزء الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية، و إعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقاً، ويتضمن هذا الجسم التمرينات التهيئية بأنواعها المختلفة، كتمرينات التنفس والاسترخاء و بعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الايجابية والسلبية و الأخطاء التي حدثت أثناء الحصة و ختام الحصة يكون شعاراً للفصل، أو نصيحة ختامية.¹

كما أخذت الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية و الرياضية. إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز و الانتباه، فيجب التهدئة و الاسترخاء. أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير و تشد انتباه التلميذ.²

14- تحضير حصة التربية البدنية و الرياضية:

يتطلب ذلك أن يكون الأستاذ متمكناً من مادته مخلصاً في بذل الجهود، ديمقراطياً في تعليمه و معاملته ولكي يكون التحضير ناجحاً من الناحية التربوية و النظامية يجب مراعاة ما يلي:

- إشراك التلاميذ في وضع البرنامج فهذه العملية الديمقراطية فيها تدريب لشخصية التلميذ، فهي تشعره بأن هذا البرنامج برنامجهم، و أنه لم يفرض عليه بل اشترك في وضعه، فيكون تفاعله معه قوياً، فيقل بذلك انصرافه عن النشاط الموضوع إلى نشاط آخر، أو بمعنى آخر الخروج عن النظام الموضوعي.
- أن تكون أوجه النشاط ملائمة لمواصفات و مميزات أطوار النمو و تتطور للمرحلة التي وضع لها البرنامج فيراعي ميولهم و رغباتهم و قدراتهم، وهذا يجعل التلاميذ يرون هدفاً يتمشى مع ما يحبونه فيقبلون على النشاط بروح عالية.
- إدخال أوجه النشاط التي تحتوي على المنافسة، حيث يؤدي ذلك إلى جعل الموقف التربوي مشحوناً بالانفعال، مما يضمن عدم انصراف التلاميذ من الحصة.
- أن يكون في الحصة أوجه نشاط كافية لكل تلميذ خلال الفترة المخصصة لها.³

15- الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير حصة التربية البدنية:

- يجب تحديد الهدف التعليمي و التربوي لكل حصة.
- تقسيم المادة و تحديد طريقة التدريس التي سوف تتبع.

¹ - محمد عوض البسيوني و آخرون، مرجع سابق، ص 155-116.

² - أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي(دط)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990م، ص 161.

³ - مروان عبد المجيد إبراهيم، الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية(دط)، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، 2000م، ص 203.

- تحديد التكوين و النواحي التنظيمية.
- مراعاة عدد التكرارات التمارين و فترة الراحة.
- تحضير الأدوات عند بداية الحصة، فمثلا عند تعليم تقنية الجري و محاولة تبديل الأماكن في الصفوف.
- يجب على الأستاذ أن يقوم بتخطيط الملعب حتى يمكن الوصول إلى الديناميكية الجيدة في الأداء.
- الاهتمام بالنقاط التعليمية المرتبطة بالحركة.
- يجب الفصل بين التلاميذ ذوي المستويات الجيدة و التلاميذ ذوي ضعاف المستوى.

16- شروط حصة التربية البدنية و الرياضية:

- يجب أن تتماشى حصة التربية البدنية و الرياضية مع الظروف التي تملئها طبيعة الجو من جهة، و عامل الجنس و السن من جهة أخرى، و لا يمكن إهمال دور الأجهزة و الأدوات المتوفرة، لذا يجب أن تخضع للشروط التالية:
- يجب أن تحتوي تمارين متنوعة تخدم حاجة الجسم في النمو و القوة.
- أن يتكرر أداء التمرين الواحد في الحصة عدة مرات و ذلك من أجل الوصول إلى الهدف من وضع التمرين من ناحية، و يسهل حفظه و أداءه من ناحية أخرى، و يجب الأخذ بعين الاعتبار عدم الإطالة في التمرين حتى لا يصبح مملا.
- إذا كانت بعض حركات التمرين تخدم جهة واحدة من الجسم، عندها يجب تدريب الناحية الأخرى كتدريب أولي، و بصورة خاصة تمارين الجذع، فمثلا إذا أعطى تمرين فني في الجذع في الجانب الأيسر يجب إعادته في الجانب الأيمن، و ذلك خوفا من إحداث تشوهات في الجسم.
- يجب أن تتوافق الحصة مع الزمن المخصص لها كي يصل الأستاذ إلى الغاية المرجوة و أن لا يضطر إلى حذف بعض التمارين أو الإسراع في البعض الآخر.
- تعويد التلاميذ على الاعتناء بالأدوات و الأجهزة و ترتيبها، و يجب أن يسير العمل في النظام و الطاعة و المرح.
- إن لشخصية الأستاذ و حماسه للعمل أثر كبير على إقبال التلاميذ و الوصول للغاية المرجوة من النشاط.
- يجب الأخذ بعين الاعتبار فارق السن و الاختلاف الجنسي بين التلاميذ و انتفاء التمرين المناسب¹.

17- خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية و الرياضية:

¹ - فايز مهند: التربية الرياضية الحديثة، دار الملايين (دط)، دمشق، 1987م، ص: 124 ص: 125.

- تبدأ أولى خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية عند مقابلة الأستاذ للتلاميذ في القسم مرة أخرى عقب تأديتهم للنشاط البدني والرياضي المخصص في الحصة، ويكون التسلسل الطبيعي لخطوات تنفيذ الحصة وعادة تكون كما يلي:
- مقابلة الأستاذ للتلاميذ.
 - خلع الملابس و استبدالها بملابس التربية الرياضية أو تخفيفها.
 - الذهاب إلى المكان المخصص لحصة.
 - الاصطفاف لأخذ الغياب، و الاصطفاف في النهاية لأداء النشاط الختامي.
 - تنفيذ أوجه نشاط الحصة.
 - الذهاب على مكان الاغتسال و استبدال الملابس¹.

18- متطلبات حصة التربية البدنية و الرياضية:

- هناك متطلبات أساسية يجب على أستاذ التربية البدنية و الرياضية مراعاتها عند تنفيذ الحصة وتتمثل فيما يلي:
- يجب على الأستاذ الصعود إلى القسم لمقابلة التلاميذ ثم النزول بهم إلى المكان المخصص لحصة التربية البدنية و الرياضية، وبساعده في ذلك مسؤول القسم من التلاميذ.
 - أن يسود الهدوء و النظام أثناء توجه التلاميذ من القسم إلى المكان المخصص للحصة.
 - يجب أخذ غياب التلاميذ عند الاصطفاف أمام الأستاذ على أن يتم ذلك بسرعة، و دقة حتى يمكن الانتفاع من كل دقيقة من وقت الحصة.
 - يبدأ تنفيذ أجزاء الحصة طبقاً للنظام الموضوع لذلك.
 - أن يكون الشرح أثناء تنفيذ الحصة موجزاً ومفيداً وبصوت مناسب يسمعه جميع التلاميذ، وأن يكون باعثاً على نشاط، وأن يتناسب صوت الأستاذ مع عدد التلاميذ ومكان الحصة، فلا يكون مرتفعاً منكرراً، ولا منخفضاً فاتراً يدعو إلى الملل.
 - يجب على الأستاذ أن يقف في مكان يرى منه جميع التلاميذ و يروونه.
 - يحسن إرشاد التلاميذ إلى النقاط المهمة أثناء قيامهم بالحركات، وتشجيعهم بالمعززات الموجبة بصفة مستمرة
 - أن يقف التلاميذ بعيداً أثناء حصة التربية البدنية عن الأقسام الدراسية والورشات في المدارس التقنية.
 - يجب على الأستاذ مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
 - لا يمكن تصحيح الأخطاء أثناء أداء التلاميذ للحركات، بل يجب على الأستاذ توقيف العمل ثم تصحيح الأخطاء ومن الأحسن الإشارة إلى التلميذ الممتاز في أداء الحركات

¹- فايز مهند: مرجع سابق، ص: 128.

- والمخطئ، فيطلب من الممتاز أداء الحركة أمام التلاميذ ثم يطلب من المخطئ أدائها على وجه الصواب وفي هذا تشجيع التلاميذ للتنافس فيما بينهم.
- يجب على الأستاذ الاهتمام بتوزيع الحصة على أجزاء الحصة.
- يجب أن يكون تحرك الأستاذ بين التلاميذ بشكل سليم في الوقت المناسب الذي يتطلبه ذلك.¹
- يجب على الأستاذ الاهتمام بمظهره الشخصي.
- أن يكون الملعب المعد للحصة نظيفاً وخالياً من العوائق.
- يجب على الأستاذ استعمال السفارة، بشكل و وقت مناسب أثناء تنفيذ الحصة.
- يجب عدم ترك التلاميذ في حالة السكون لفترات طويلة أثناء الشرح
- يجب أن يهتم الأستاذ ببعض القيم والسلوكيات السليمة سواء من خلال مواقف اللعب أو النقاط التعليمية.
- يجب أن يهتم الأستاذ بالنواحي المعرفية أثناء الحصة.
- يجب عدم استخدام الشكل النظامي (العسكري) أثناء الحصة.
- يراعي أن يأخذ كل جزء من أجزاء وقت الحصة بدون نقص أو زيادة.
- يجب أن يهتم الأستاذ بالتربية النظامية في مقدمة الحصة و الجزء الختامي.
- يجب أن يكون الأستاذ واثقاً من نفسه أثناء الحصة و لا يتردد في أي لحظة عند اتخاذ القرار.
- يجب أن يهتم الأستاذ بجميع التلاميذ و معاملتهم معاملة واحدة.
- يجب أن تكون لدى التلاميذ القدرة على الابتكار أثناء تنفيذ الحصة.
- أن يستعمل الأستاذ بعض التمرينات الإعداد البدني كوسيلة من وسائل التقويم الذاتي للتلاميذ.
- يجب إشراك بعض التلاميذ المعوقين في بعض أجزاء الحصة، و التي تتماشى مع طبيعة الخاصة بهم.
- أن تؤدي جميع أجزاء الحصة و التلاميذ في حالة انتشار في الملعب.
- أن تتوفر الأدوات البديلة أثناء الحصة، و أن تتناسب مع عدد التلاميذ.
- يجب استخدام الوسائل التعليمية أثناء الحصة.
- ان تتسم الحصة بالاستمرارية و عدم التوقف.
- عدم استخدام الألفاظ الغير تربوية مع التلاميذ.²

19- استمرارية حصة التربية البدنية و الرياضية:

لكي يتمكن الأستاذ من استمرارية الحصة دون توقف، يجب مراعاة ما يلي:

¹ - مروان عبد المجيد ابراهيم: مرجع سابق، ص : 203 ص: 205.

² - مروان عبد المجيد ابراهيم، مرجع سابق، ص: 206.

- أن يكون هناك ترابط بين أجزاء الحصة أثناء التنفيذ.
- تجنب عمل التشكيلات و التكوينات (الصفوف، القاطرات، الدوائر).
- تأدية جميع أجزاء الحصة و المتعلمون في حالة انتشار في الملعب.
- يجب عدم ترك التلاميذ في وضع السكون لفترات طويلة أثناء الشرح.
- تجهيز الأدوات و الأجهزة في الملعب قبل بداية الحصة.
- عدم التركيز بشكل كبير على الأخطاء البسيطة لبعض المتعلمين.

20- أهمية التربية البدنية و الرياضية للمراهق:

إن التربية البدنية و الرياضية هي جزء من التربية العامة و ميدان يهدف لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية، و ذلك عن طريق أنواع النشاطات البدنية التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأهداف المدرسية فهي تحقق النمو الشامل و المتزن للتلاميذ و تحقق اختياراتهم البدنية و الرياضية التي لها دور هام جدا في عملية التوافق بين العضلات و الأعصاب و زيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلاميذ من حركات، و هذا من الناحية البيولوجية، إذن فممارسة التربية البدنية و الرياضية لها تأثير على جسم و سلوك المراهق من الناحية البيولوجية و كذا فهي تؤثر على الجانب النفسي و الاجتماعي للتلميذ.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى تطور تاريخ و مفاهيم التربية البدنية و الرياضية، و من خلال ما سبق تتجلى لنا الأهمية البالغة للتربية البدنية و الرياضية في حياة الشعوب و الأمم و ما تلعبه من دور هام لدى الناس و بالخصوص المراهقين، و التي تطبعهم لينشئوا منفهمين لأبعادها، متبنيين اتجاهات ايجابية نحوها و التي تهف بدورها إلى بناء و إعداد المواطن الصالح الذي يسعى إليه المجتمع.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

الإجراءات الميدانية و المنهجية للدراسة

تمهيد:

إن كل باحث من خلال بحثه يسعى إلى التحقق من صحة الفروض التي وضعها، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي باستخدام مجموعة من الأدوات العلمية وذلك بإتباع منهج يتفق وطبيعة دراسته ويشمل الجانب التطبيقي على تعاريف لمجالات الدراسة المكانية والرمانية للبحث الميداني، وأيضاً على عينة البحث التي تقام عليها الدراسة، وذلك بتحديد عددها وطريقة اختيارها، كما يحتوي على تحديد المنهج المستخدم، وتحليل النتائج ومناقشتها مع الاستنتاج العام لهذه النتائج.

- الدراسة الاستطلاعية:

من الدراسة الاستطلاعية قمنا بتحديد فرضيات البحث وكذلك أسئلة الاستبيان النهائي قمنا بعرض الاستبيان على مجموعة من أساتذة تم تصديقهم وموافقهم على الاستبيان المطبق استطعنا تحديد استبيان نهائي يحتوي على أسئلة توافق محاور البحث التي بدورها تخدم فرضيات البحث وفي الأخير قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية بالتعليم الثانوي وقدر عددهم ب 35 أستاذ أي ما يعادل استاذين بكل مؤسسة.

2- المنهج المستخدم:**المنهج الوصفي:**

يهدف هذا المنهج الوصفي إلى جمع البيانات و أوصاف دقيقة علمية الظواهر الاجتماعية في وضعها الراهن والى دراسة العلاقات التي توجد بين الظواهر الاجتماعية. ومن أهم طرق المنهج الوصفي الملاحظة العلمية التي تعتبر موردا خصبا للحصول على معلومات وبيانات دقيقة.

وفي هذا المنهج يهتم الباحث بدراسة الوضع الحالي للظاهرة التي لا بد ان تتوفر للباحث أوصاف دقيقة للظاهرة التي يدرسها قبل أن يشرع في الدراسة الفعلية التي تتطلب تطبيق وسائل دقيقة لتسجيل وتحديد الملاحظات.

3- أدوات البحث :

إن أدوات البحث هي الوسيلة التي من خلالها يمكن جمع المعلومات التي تتعلق بالبحث, وهذا يتطلب جمع اكبر حصيلة ممكنة من المعلومات والبيانات وكذلك التوصل إلى الحقائق الخاصة بهذه الدراسة الميدانية ,وعلى هذا الأساس كان من الضروري الاعتماد على أكثر من أداة يتم ذكر الأساس منها :

3-1 الاستبيان:

يعتبر الاستبيان من أهم الوسائل في البحث العلمي للحصول على معلومات صحيحة بنسبة عالية، كما أنها وسيلة يمكن بواسطتها الحصول على عدد من الإجابات لعدد من الأسئلة المنظمة والمدونة في نموذج، يعد ويهيئ خصيصاً لذلك ويقوم المجيب بملئه بعد قراءة وفهم لمحتواه. لقد صممت استمارة الاستبيان بغية الحصول على إجابات واضحة تخص موضوع البحث كما تم تجنب التعقيد واعتماد البساطة باستعمال كلمات وعبارات مباشرة سهلة الفهم، خالية من الألفاظ الصعبة أو العبارات الزائدة أو الأسئلة المملة .

هذه الطريقة تسمح باستخراج عدد معين من الأجوبة بناءاً عن الأسئلة المطروحة على المجيبين والتي تعطي واقعية حول موضوع البحث من طرف التلاميذ ويتضمن عدة أسئلة مقسمة على فرضيات البحث.

4- طريقة بناء أداة البحث:

لقد تم تقسيم دراسة البحث الى ثلاثة محاور بحيث كل محور يتضمن عدة أسئلة فالمحور الأول يتضمن 8 أسئلة أما المحور الثاني يتضمن 7 أسئلة والمحور الثالث يتضمن 9 بحيث ثلاثة المحاور يتضمنون 24 سؤالاً.

-الاستبيان المغلق : وتكون الإجابة في معظم الأحيان محدودة نعم أو لا .

وقد يتضمن كذلك مجموعة من الاختيارات وعلى المستجوب أن يختار الإجابة الصحيحة

-الاستبيان النصف مفتوح : يحتوي هذا النوع من الاستبيان على مجموعة من الأسئلة النصف الأول منه مغلق تكون الإجابة عليه بنعم أو لا والنصف الآخر مفتوح هي حق للمستجوب الإدلاء برأيه الخاص .

5- ضبط الشروط العلمية للأداة :

5-1- الصدق: وهو شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومه لكل من يستخدمه

ويعتبر مقياس الصدق من أهم المقاييس التي يحرص الباحث على مراعاتها عند القيام بالبحث ضماناً لعامل الموضوعية حتى يمكن التحكم في الجوانب الذاتية ويقصد بالصدق صحة الاختبار لقياس ما وضع لقياسه، إن الصدق الأداة المستخدمة في البحث لها اختلاف أسلوب القياس بمعنى قدرته على قياس ما وضعت من أجله أو الصفة المراد قياسها وتعد الأداة صادقة إذا قاست ما أعدت لقياسه فقط.¹

حيث رأينا أن :

5-2- صدق المحكمين:

وللوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف الدراسة وباستخدام آراء المحكمين قمنا بعرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة شهد لهم بتجربة والخبرة في مجال البحث العلمي حيث استفدنا من ملاحظتهم وعلى هذا الأساس تم استبعاد عدد من العبارات وإضافة أخرى واستبعاد أسئلة وإضافة أخرى وقد تم إخراج الشكل النهائي للاستمارة .

5-3- الثبات :

بعد ذلك قمنا بعرضها مرة أخرى على الأساتذة المحكمين الذين كان عددهم 3 أساتذة قصد تحكيمها وقد اجمعوا على صدق محتوى الاستمارة .

6-مجتمع الاصيلي للبحث:

ومجتمع البحث من الناحية الاصطلاحية هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون مجموعة من المدارس ،الفرق ، السكان ، أو أي وحدات أخرى ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تملك الخصائص أو السمات قابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي.² و مجتمع بحثنا وبناءا على فرضيات

¹- فاطمة عوض صابر وآخرون ، أسس البحث العلمي ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، ط1 ، 2001، ص67.

²محمد نصر الدين رضوان ، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة

، 2003، ص14.

الدراسة فان مجتمع البحث يتكون من 97 أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي في مؤسسات التربية لولاية الوادي.

6-1- عينة البحث:

هي مجموعة فرعية من عناصر مجتمع معين وهي جزءا من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه توجد مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة بمجتمع البحث وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لانجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس والعلوم الإنسانية والتي من ضمنها التربية البدنية والرياضية تكون هي الأشخاص والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين.

6-2- خصائص العينة وطريقة اختيارها:

لقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية وفي بحثنا هذا قمنا بالحصص الشامل للعينة أي من 97 أستاذ تعليم ثانوي تخصص تربية بدنية ورياضة عبر المؤسسات بولاية بسكرة أخذنا 35 أستاذًا وتمثل العينة جزء من مجتمع الدراسة .

6-3- ضبط متغيرات أفراد العينة :

- السن : ويتمثل في أعمار أساتذة تربية بدنية ورياضية.
- الجنس : المجموعة التي وزعت عليها كلها ذكور .
- المكان : يدرسون في مؤسسات تربية .
- وسائل القياس : جميع عناصر العينة تطبق نفس وسائل.

7- ضبط متغيرات الدراسة :

إستنادا إلى الفرضية العامة للبحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين إثنين أحدهما مستقلا والآخر تابع.

7-1 المتغير المستقل : هو متغير يجب أن يكون له تأثير في المتغير التابع وهو

الأداء الذي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة به.

تحديده : يتمثل المتغير المستقل في كل من: الإسعافات الأولية .

7-2 المتغير التابع : هو متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته

على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى ، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع .

تحديده : يتمثل المتغير التابع في :استاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقته بسير حصة

التربية البدنية والرياضية .

8- المجال المكاني و الزماني لدراسة:

8-1- المجال المكاني :

قمنا بإجراء الدراسة الميدانية الخاصة بالبحث على مجموعة من اساتذة التربية البدنية

و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية بسكرة.

8-2- المجال الزماني :

تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من أوائل جانفي إلى نهاية شهر مارس خاصة

بالجانب النظري أما الجانب التطبيقي فقد كان من بداية شهر أفريل تم خلاله تحضير الأسئلة

الخاصة بالاستمارة الاستبائية وتوزيعها على العينة المختارة ، ثم بعد ذلك قمنا بعملية جمع

النتائج و تحليلها و مناقشتها .

9- الأدوات الإحصائية المستعملة:

تعتبر الطريقة الثلاثية الأكثر استعمالاً من أجل تحديد المعطيات العددية وهذا لاستخراج النسب المئوية لمعطيات كل سؤال ولهذا فقانون العلاقة الثلاثية يكون كما يلي:

$$\frac{\text{عدد التكرارات} \times \text{النسبة}}{100} = \text{المئوية}$$

مجموع أفراد العينة

خلاصة :

نستخلص مما سبق أنه لا دراسة علمية بدون منهج ، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها و أن تتوفر لدى الباحث الذي يقوم بها منهجية علمية معينة ومناسبة ، و تتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث ولا بد له أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة ومتغيرات واستبيان ... الخ ، تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث ، ومنه فإن العمل بالمنهجية تعد أمراً ضرورياً في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى النتائج المؤكدة، إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمين في البحث واضحة وخالية من الغموض و التناقضات .

الفصل الثاني

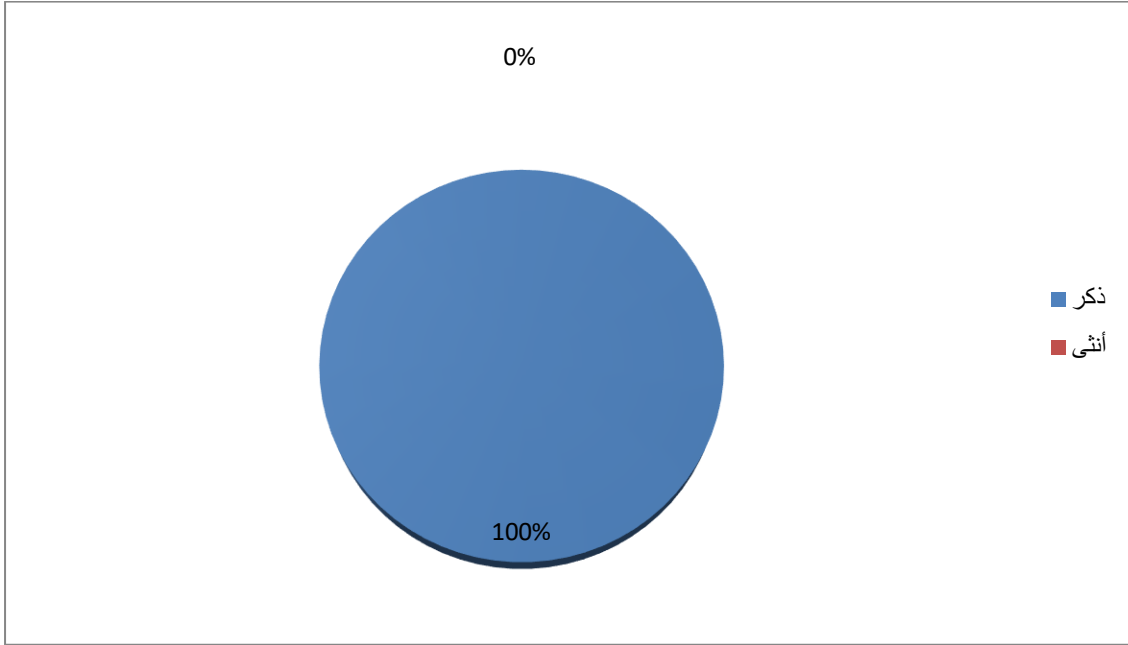
عرض و تحليل و مناقشة نتائج الدراسة

البيانات الشخصية :

جنس:

الجدول رقم (01): جنس الأساتذة الدين وزعت عليهم الاستثمارات.

النسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
100%	35	ذكر
00%	00	أنثى
100%	35	المجموع



شكل (01) يبين جنس الأساتذة

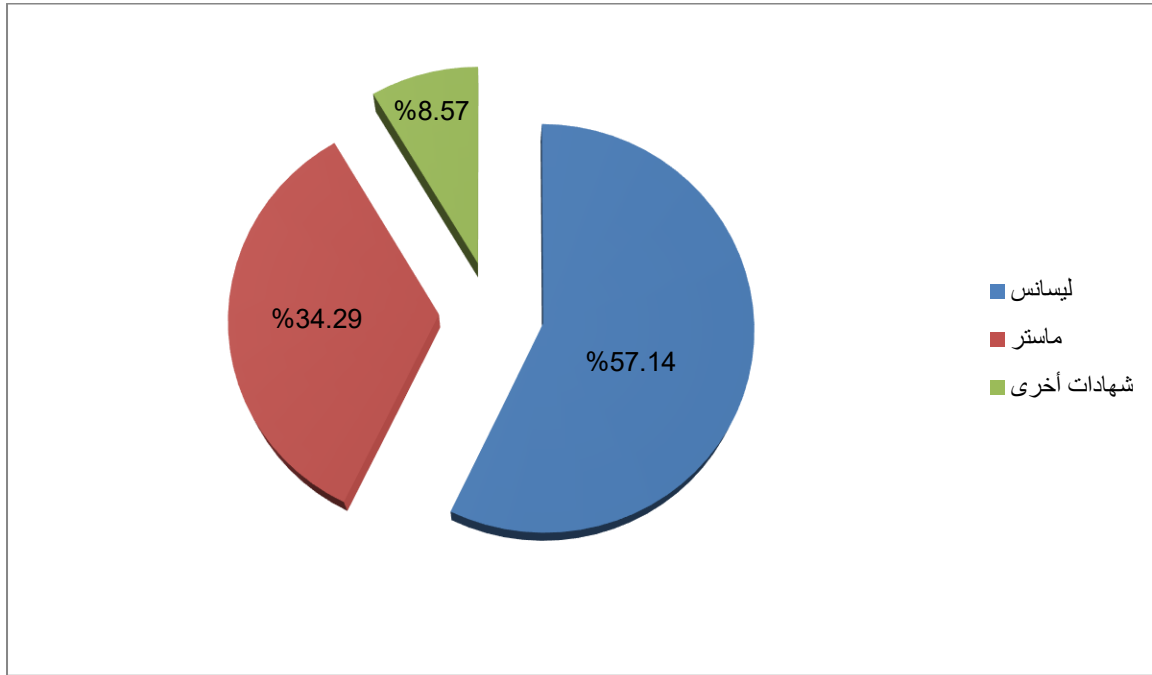
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم 01

من خلال بيانات الجدول رقم (01) والتمثيل البياني رقم (01) يتضح لنا ان كل الاستثمارات وزعت على جنس الذكور وتقدر نسبتهم 100%.

الشهادة المحصل عليها :

الجدول رقم (02): يبين الشهادة المحصل عليها الأساتذة الذين وزعت عليهم الاستمارات.

النسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
57.14%	20	ليسانس
34.29%	12	ماستر
8.57%	03	شهادات أخرى
%100	35	المجموع



شكل (02) يبين نوع الشهادة المحصل عليها

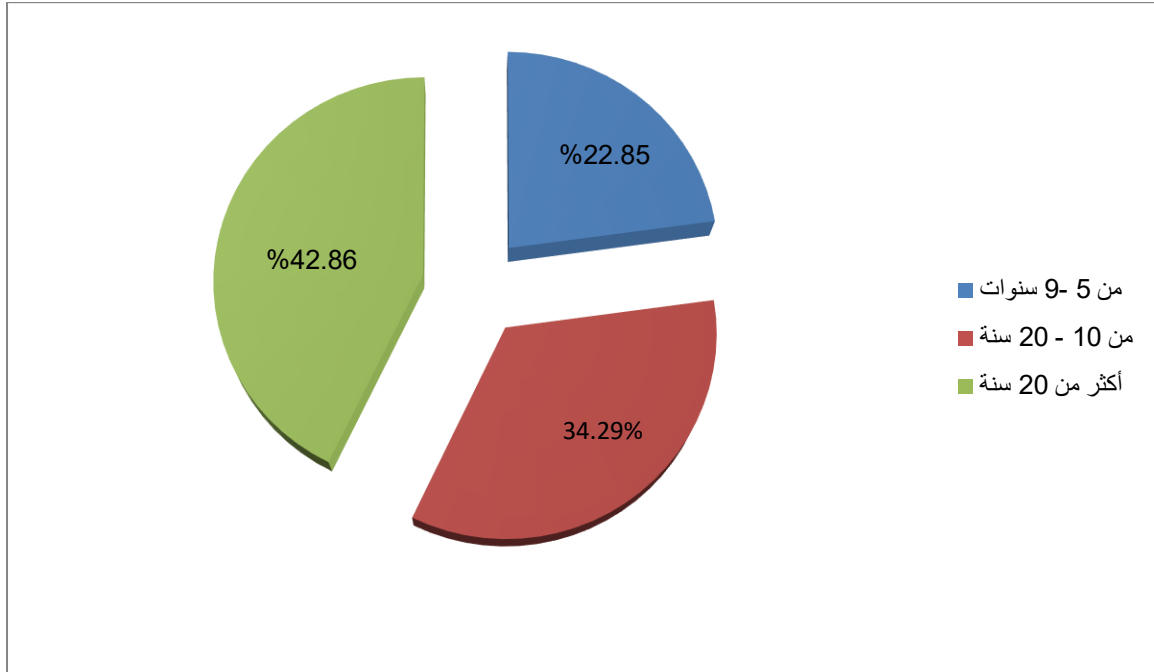
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم 02

من خلال بيانات الجدول رقم (02) والتمثيل البياني رقم (02) يتضح لنا أن عدد الأساتذة المتخرجين ليسانس 20 استاذ وتقدر نسبتهم المئوية 57.14% في حين قدر عدد الأساتذة المتحصلين على شهادة ماستر تربية بدنية 12 أساتذة وقدرت نسبتهم المئوية بـ 34.29% أما نسبة 8.57% تمثل الأساتذة الذين تحصلوا على شهادات أخرى.

الخبرة:

الجدول رقم (03): يبين خبرة الأساتذة الذين وزعت عليهم الاستثمارات.

النسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
22.85%	8	من 5_9 سنوات
34.29%	12	من 10-20 سنوات
42.86%	15	أكثر من 20 سنة
100%	35	المجموع



شكل (03) يبين خبرة الأساتذة

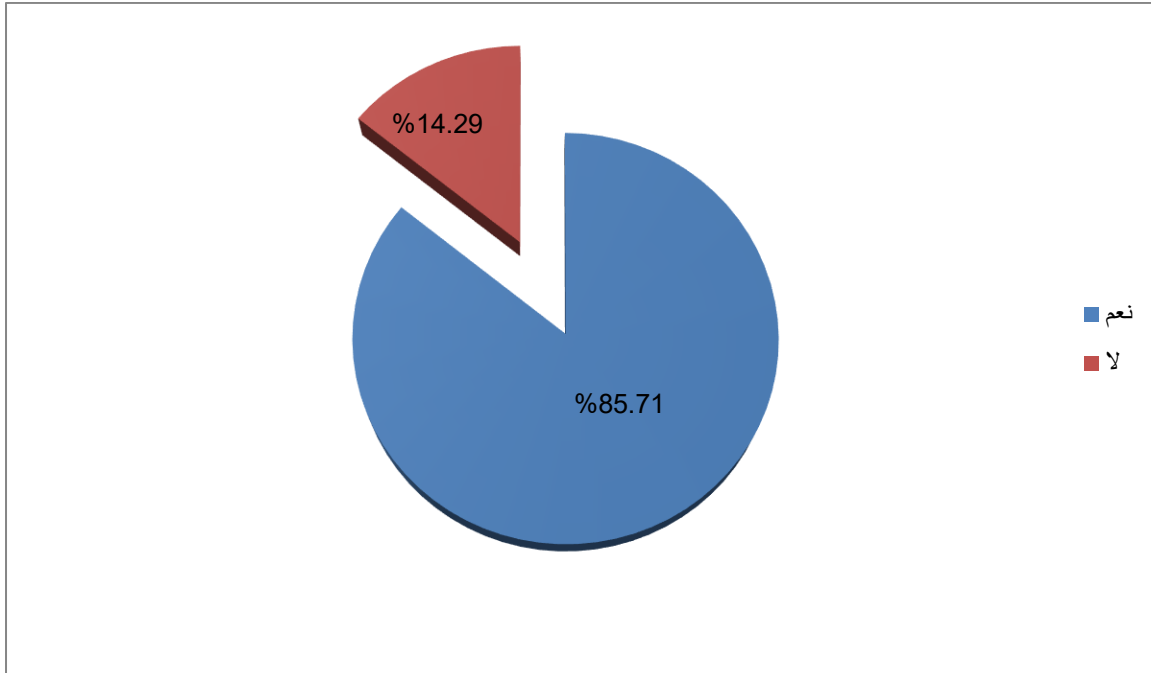
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم 03

من خلال بيانات الجدول رقم (03) والتمثيل البياني رقم (03) يتضح لنا أن الأساتذة التي خبرتهم من 5 إلى 9 سنوات وعددهم 8 تقدر نسبتهم 22.85% بينما هناك 12 أستاذاً خبرتهم من 10-20 سنة أي نسبتهم المئوية 34.29% وهناك 15 أستاذاً خبرتهم أكثر من 20 سنة أي نسبتهم 42.86%.

الفرضية الأولى: كفاءة استاذ التربية البدنية و الرياضية على تقديم الاسعافات الاولية له اهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (04) : هل لديك القدرة على التدخل واتخاذ قرار السريع والصحيح في حالة حدوث الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟
 - الغرض من السؤال : معرفة قدرة تدخل الأستاذ في حالة حدوث الإصابة .
 الجدول رقم (04): يبين قدرة تدخل الاستاذ في حالة حدوث الإصابة.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%85.71	30	نعم
%14.29	05	لا
%100	35	المجموع



الشكل رقم(04):تمثيل بياني يوضح قدرة تدخل الأستاذ في حالة حدوث الإصابة.

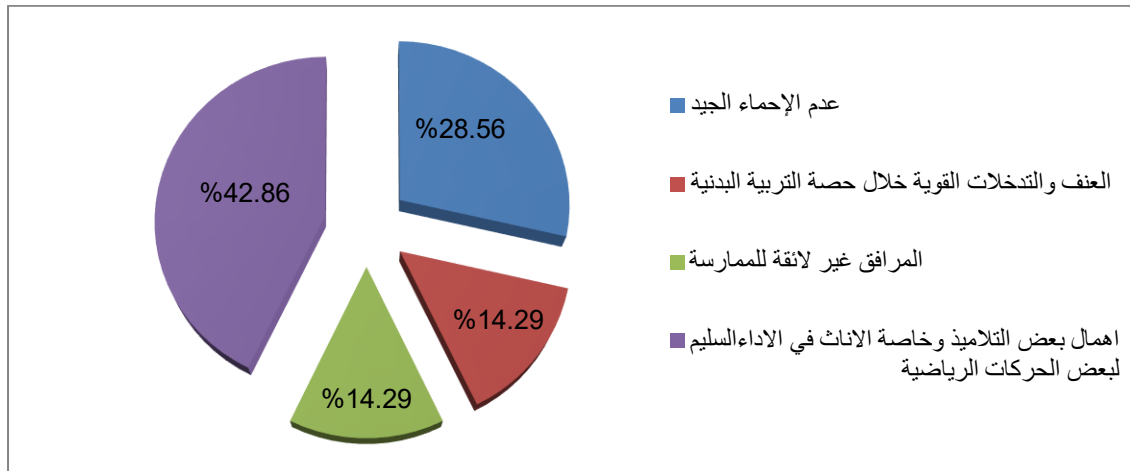
- عرض و تحليل النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) و التمثيل البياني رقم (04) أن أغلبية الاساتذة اجابوا بنعم وتقدر نسبتهم %85.71 بينما هناك 5 اساتذة اجابوا لا وتقدر نسبتهم %14.29.
 الاستنتاج : نستنتج من خلال الجدول والتمثيل البياني ان الاستاذ لديه قدرة فعالة اثناء تدخل في حالة حدوث الإصابة في حصة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (05): في رأيك ما هو سبب حدوث الإصابة بين تلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

- الغرض من السؤال : معرفة سبب حدوث الاصابة بين التلاميذ .
الجدول رقم (05): يبين معرفة سبب حدوث الاصابة بين التلاميذ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%28.56	10	عدم الإحماء الجيد
%14.29	05	العنف والتدخلات القوية خلال حصة التربية البدنية
%14.29	05	المرافق الغير اللائقة للممارسة
%42.86	15	إهمال بعض التلاميذ وخاصة الإناث في الأداء السليم لبعض الحركات الرياضية
%100	35	المجموع



شكل رقم (05): تمثيل بياني يوضح معرفة سبب حدوث الإصابة بين التلاميذ

- عرض وتحليل النتائج :

يتبين لنا من خلال الجدول رقم (05) والتمثيل البياني رقم (05) يتضح لنا 10 اساتذة و تقدر نسبتهم %28.56 يرون ان سبب حدوث الاصابة هو عدم الاحماء الجيد بينما 5 اساتذة وتقدر نسبتهم %14.29 يرون سبب حدوث الاصابة العنف والتدخلات القوية خلال الحصة التربية البدنية والرياضية بينما 5 اساتذة وتقدر نسبتهم %14.29 يرون ان سبب حدوث الاصابة هو سوء المرافق الرياضية بينما باقي الاساتذة وتقدر نسبتهم

42.86% يرون اهمال بعض التلاميذ وخاصة الاناث في الاداء السليم لبعض الحركات الرياضية.

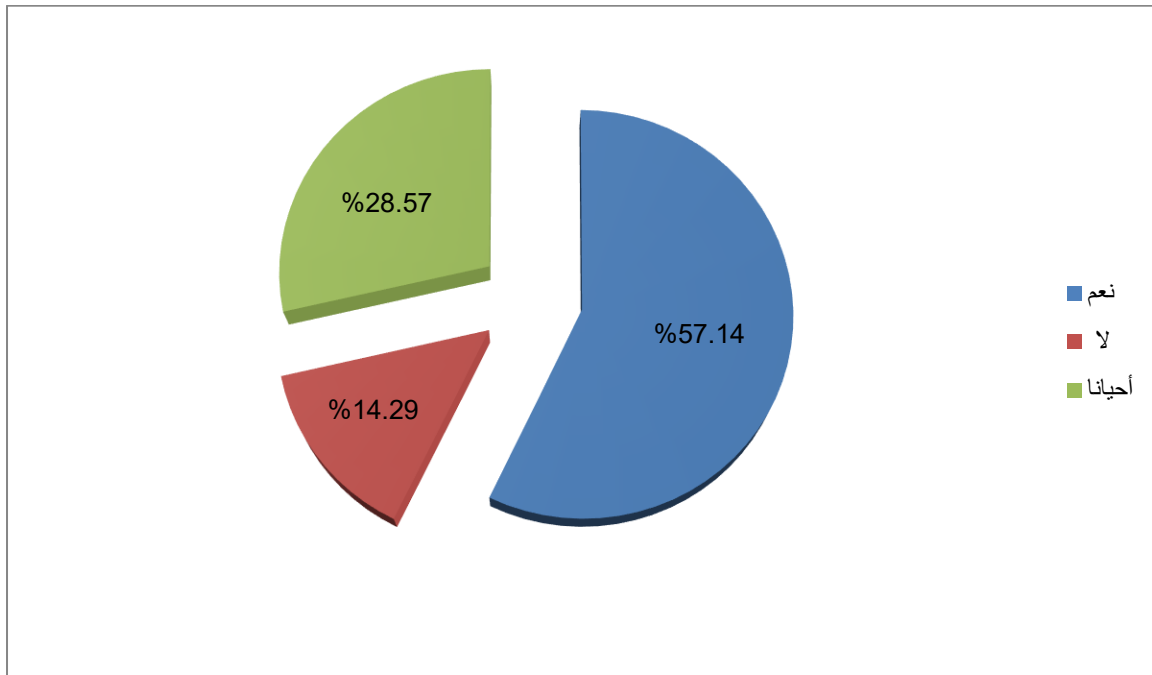
استنتاج: نستنتج من خلال الجدول والتمثيل البياني تبين لنا اكثر مسبب للإصابة هو عدم الاحماء الجيد واهمال من طرف التلاميذ او الاساتذة عنما لا يبالي بعدم الاحماء الجيد وهذا ما يسبب حدوث الإصابة .

- السؤال رقم(06): هل تدخلاتك أثناء إصابة احد التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية تكون سليمة وفعالة ؟

- الغرض من السؤال: معرفة تدخلات أستاذ عند حدوث الإصابة.

الجدول رقم (06): يبين تدخلات استاذ عند حدوث الإصابة.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
57.14%	20	نعم
14.29%	05	لا
28.57%	10	أحيانا
100%	35	المجموع



شكل رقم (06): تمثيل بياني يوضح تدخلات أستاذ عند حدوث الإصابة

- عرض و تحليل النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) و التمثيل البياني رقم(06) أن أغلبية الاساتذة أجابوا "لا" وتقدر نسبتهم 57.14% تدخلاتهم لا تكون سليمة وفعالة بينما الاساتذة اجابوا " احيانا" عددهم 10 اساتذة وتقدر نسبتهم 28.57% تكون احيانا تدخلاتهم سليمة وفعالة بينما الاقلية منهم اجابوا "نعم" وتقدر نسبتهم 14.29% تكون تدخلاتهم سليمة وفعالة.

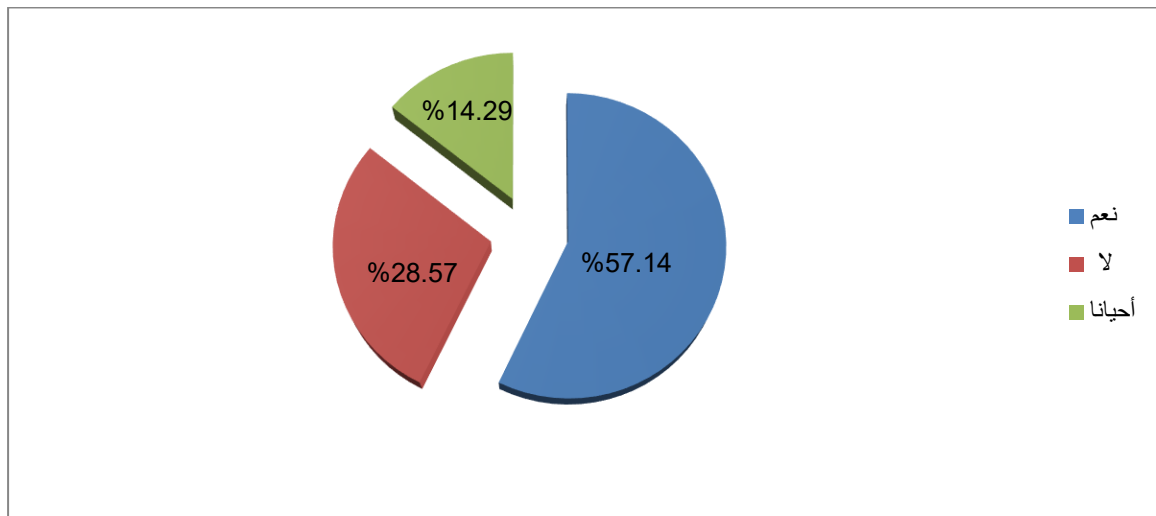
-الاستنتاج: نستنتج من قراءة الجدول من الاجابات ان هناك الاقلية من الاساتذة الذين يتدخلون ويشخصون الحالة والاصابة مقارنة مع باقي اساتذة العينة.

- السؤال رقم(07): هل الفروق الفردية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لها دور كبير في حدوث الإصابة بين الذكور والإناث؟

- الغرض من السؤال: معرفة الفروق الفردية لها دور كبير في حدوث الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (07): يبين الفروق الفردية لها دور كبير في حدوث الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
57.14%	20	نعم
28.57%	10	لا
14.29%	05	احيانا
100%	35	المجموع



شكل رقم (07): تمثيل بياني يوضح الفروق الفردية لها دور كبير في حدوث الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

- عرض و تحليل النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) و التمثيل البياني رقم (07) أن 57.14% أجابوا "نعم" وهذا راجع للفروق الفردية في حدوث الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بينما 28.57% أجابوا "لا" ليس للفروق الفردية دور في حدوث الإصابة بينما باقي الاساتذة اجابوا " احيانا" وتقدر نسبتهم 14.29% تكون احيانا لها دور في حدوث الإصابة.

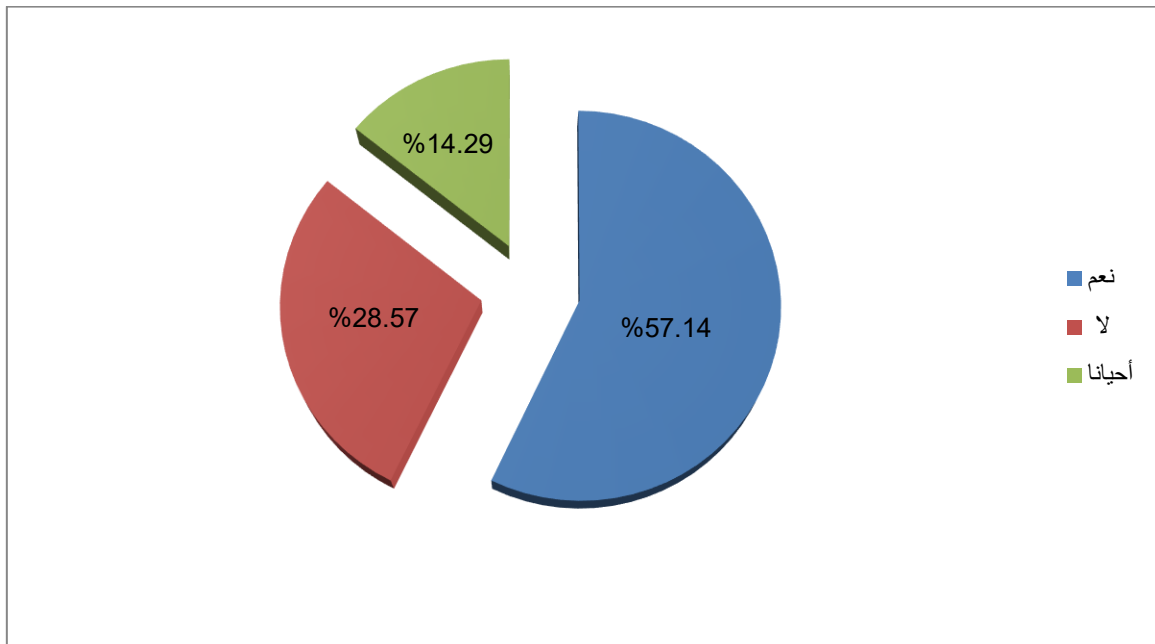
-الاستنتاج: نستنتج من قراءة الجدول والتمثيل البياني ان للفروق الفردية لها دور في حدوث الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (08): هل تفكر جيدا قبل بدء في عملية إسعاف مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضي؟

- الغرض من السؤال : معرفة تفكير أستاذ قبل بداية عملية إسعاف مصاب .

الجدول رقم (08): يبين تفكير جيد قبل بداية عملية إسعاف مصاب .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
57.14%	20	نعم
28.57%	10	لا
14.29%	05	أحيانا
100%	35	المجموع



شكل رقم (08): تمثيل بياني يوضح تفكير جيد قبل بداية عملية إسعاف مصاب

- عرض و تحليل النتائج :

يتضح من خلال النتائج المبينة على الجدول (08) و التمثيل البياني رقم (08) أن نسبة 57.14 % من افراد العينة اجابوا "بنعم" يقومون بالتفكير قبل بداية عملية الاسعاف بينما نسبة 28.57% من افراد العينة اجابوا "لا" يقومون بتقديم عملية الاسعاف بدون تفكير وباقي الاساتذة اجابوا "احيانا" و تقدر نسبتهم 14.29% في بعض الحالات نقوم بالتفكير قبل الشروع في عملية الاسعاف.

-الاستنتاج:

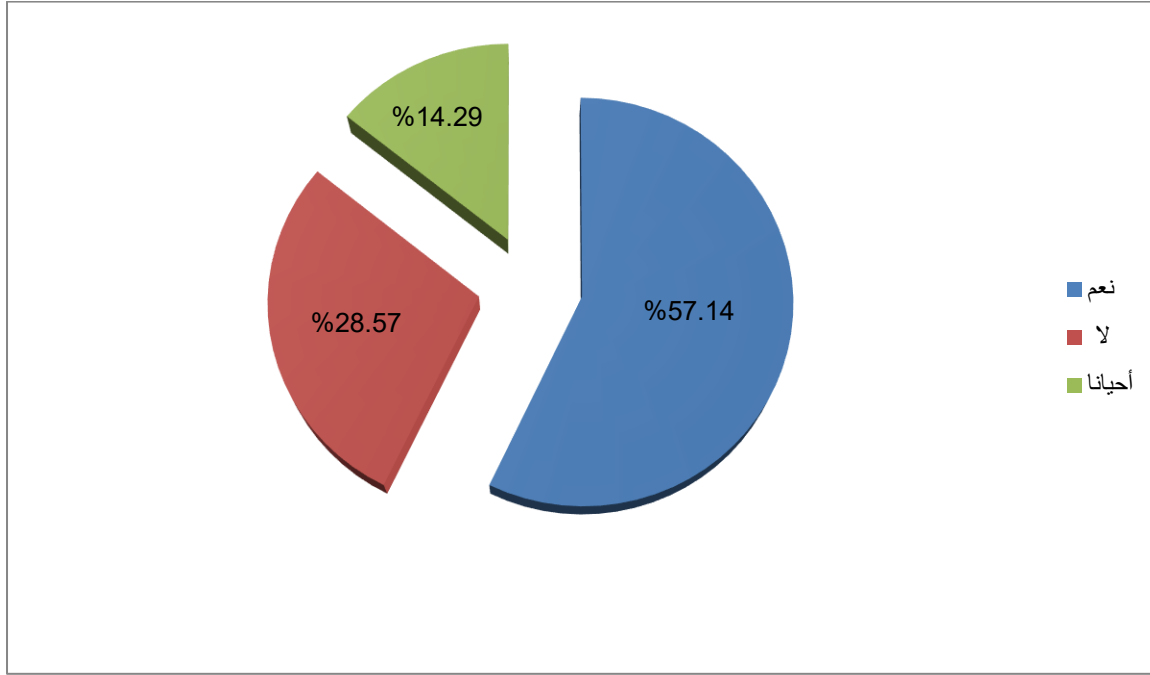
من خلال تحليلنا للسؤال نستنتج ان الاغلبية يفكرون قبل البدء في عملية الاسعاف وهذا له علاقة في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (09): هل تملك الكفاءة والشجاعة على مواجهة كل مواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بدون تردد ؟

- الغرض من السؤال : معرفة مواجهة أستاذ كل مواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (09): يبينمواجهة أستاذ كل مواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

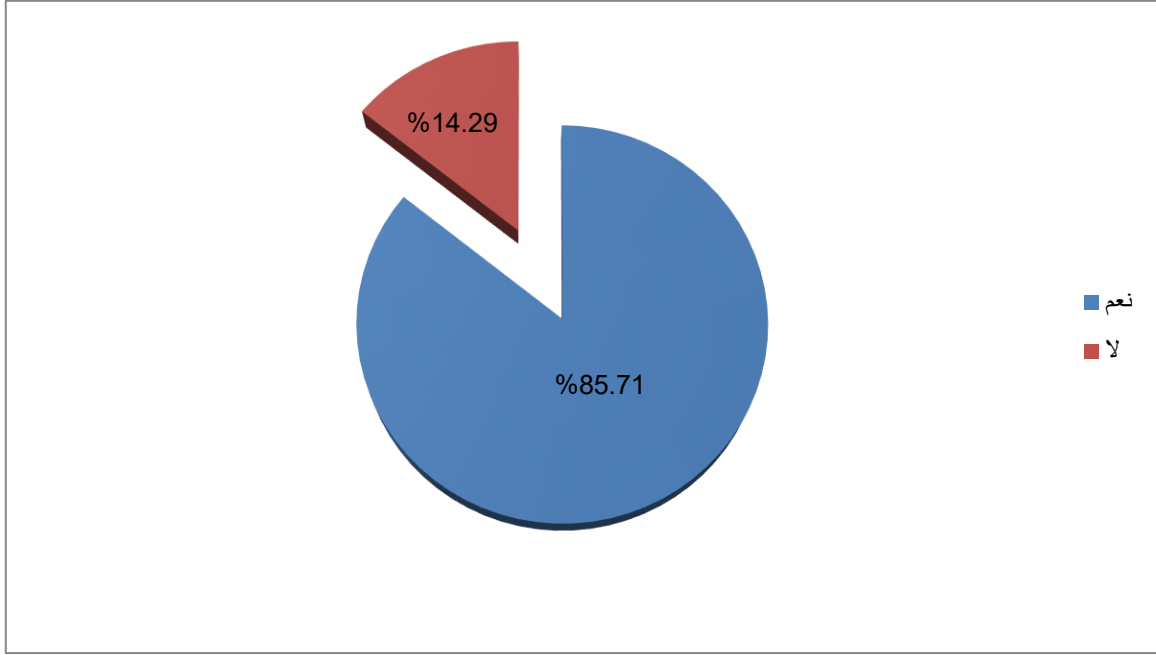
النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
57.14%	20	نعم
28.57%	10	لا
14.29%	05	أحيانا
100%	35	المجموع



شكل رقم (09): تمثيل بياني يوضح مواجهة أستاذ كل مواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

- عرض و تحليل النتائج : يتبين لنا من خلال قراءتنا للجدول رقم (09) و التمثيل البياني رقم(09) أن نسبة 57.14% أجابوا "بنعم" لديهم القدرة على مواجهة كل مواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بينما نسبة 28.57% اجابوا "لا" ليس لديهم القدرة على مواجهة كل المواقف الصحية وباقي الاساتذة أجابوا "أحيانا" وتقدر نسبتهم 14.29% في بعض الحالات لديهم القدرة على مواجهة كل المواقف الصحية.
- الاستنتاج: نستنتج من خلال تحليلنا للجدول والتمثيل البياني معظم افراد العينة لديهم القدرة على مواجهة كل المواقف الصحية اثناء حصة التربية البدنية والرياضية وهذا له اهمية في سير الحسن للحصة .
- السؤال رقم (10): هل لديك إحساس بالتعاطف مع التلاميذ المصابين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- الغرض من السؤال: معرفة مدى تعاطف أستاذ مع تلاميذ مصابين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية
- الجدول رقم (10): يبين مدى تعاطف أستاذ مع تلاميذ مصابين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
85.71%	30	نعم
14.29%	05	لا
100%	35	المجموع



شكل رقم (10): تمثيل بياني يوضح تعاطف أستاذ مع تلاميذ مصابين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

- عرض و تحليل النتائج :

يتبين لنا من خلال الجدول رقم (10) و التمثيل البياني رقم (10) أن نسبة 85.71% اجابوا "بنعم" يتعاطفون مع التلاميذ المصابين اثناء الحصة بينما 5 اساتذة اجابوا "لا" وتقدر نسبتهم 14.29% لا يتعاطفون مع التلاميذ المصابين اثناء الحصة التربوية البدنية والرياضية.

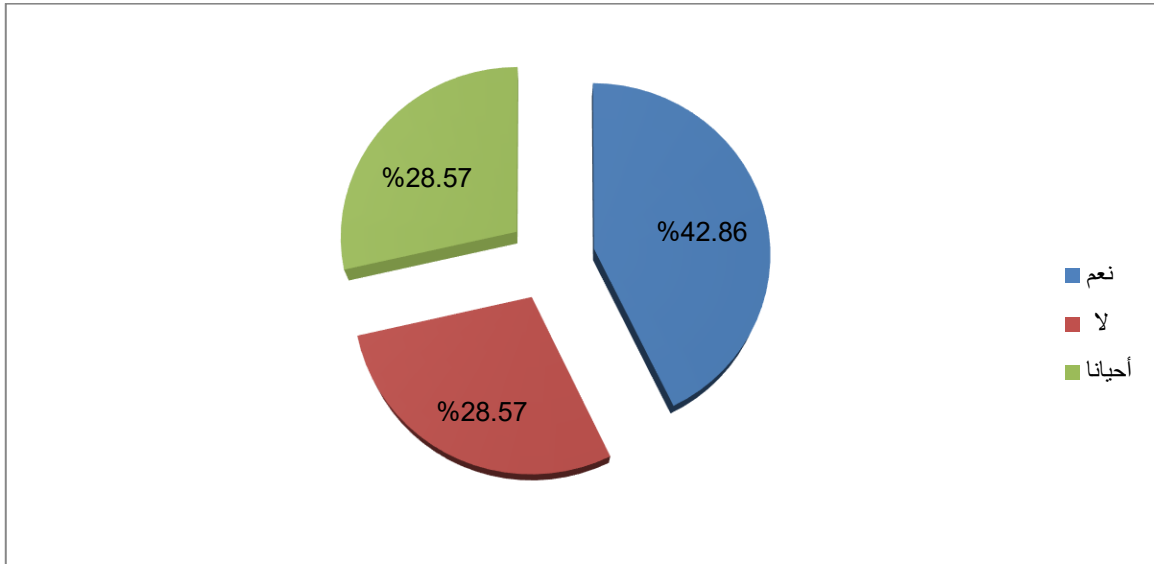
-الاستنتاج: نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أن اغلبية افراد العينة يتعاطفون مع التلاميذ المصابين اثناء الحصة التربوية البدنية والرياضية وهذا له نجاح واهمية بالغة في نجاح الحصة.

- السؤال رقم (11): هل تجد صعوبة في الإسعافات عند وجود أكثر من مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال: معرفة تعامل أستاذ في حالة وجود أكثر من مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (11): يبين تعامل أستاذ في حالة وجود أكثر من مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
42.86%	15	نعم
28.57%	10	لا
28.57%	10	أحيانا
100%	35	المجموع



شكل رقم (11): تمثيل بياني يوضح تعامل أستاذ في حالة وجود أكثر من مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

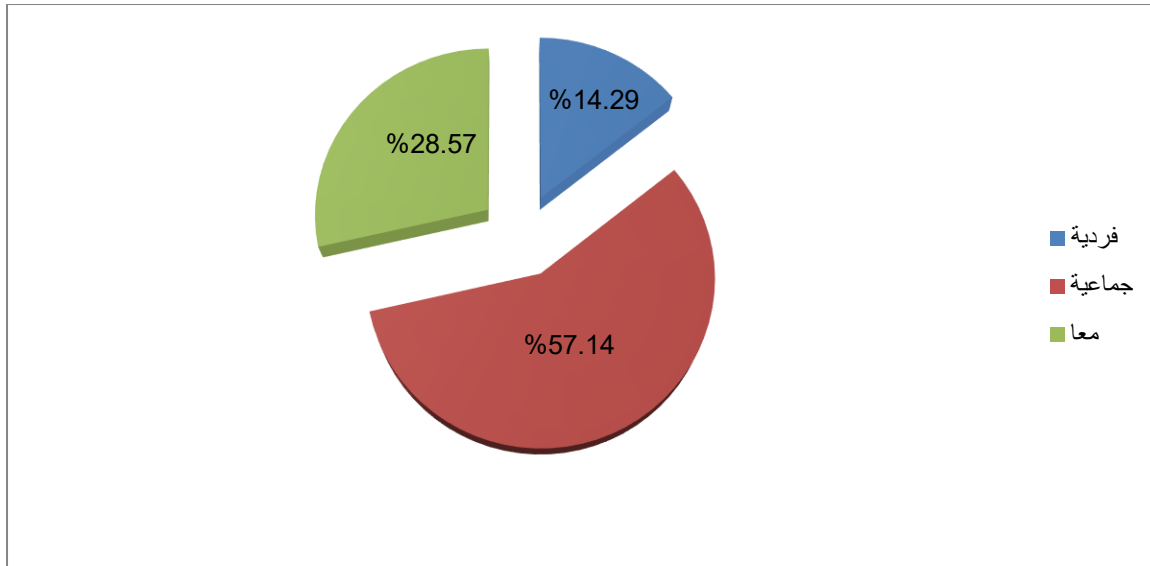
- عرض و تحليل النتائج:

يتضح من خلال النتائج المبينة على الجدول (11) و التمثيل البياني رقم (11) أن نسبة 42.86% اجابوا " بنعم" يقومون بعملية الاسعاف في حالة وجود أكثر من مصاب أثناء حصة بينما نسبة 28.57% اجابوا "لا" لا يقومون بعملية الاسعاف في حالة وجود أكثر من مصاب اما باقية الاساتذة الذين اجابوا "أحيانا" وتقدر نسبتهم 28.57% في بعض الحالات يقومون بعملية الاسعاف في حالة وجود أكثر من مصاب اثناء الحصة.

-الاستنتاج: نستنتج من خلال قراءتنا للجدول والتمثيل البياني ان معظم الاساتذة يقومون بعملية الاسعاف في حالة وجود اكثر من مصاب اثناء حصة وهذا له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (12): ما نوع الرياضة التي تكون فيها الإصابات أكثر؟
 - الغرض من السؤال: معرفة الرياضيات التي تكون فيها الإصابات .
 الجدول رقم (12): يبين الرياضيات التي تكون فيها الإصابات .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
14.29%	05	فردية
57.14%	20	جماعية
28.57%	10	معا
100%	35	المجموع



شكل رقم (12): تمثيل بياني يوضح الرياضيات التي تكون فيها الإصابات

- عرض و تحليل النتائج :

من خلال الجدول رقم (12) و التمثيل البياني رقم (12) ان نسبة 57.14% من أفراد العينة يرونا ان الرياضيات الجماعية أكثر تعرضا للإصابات بينما نسبة 14.29% من الأساتذة يرونا ان الرياضيات الفردية تكون اقل تعرضا من الإصابات بينما باقي الأساتذة يرون بان جميع الرياضيات تكون فيها الإصابات بنسبة 28.57%.

-الاستنتاج:

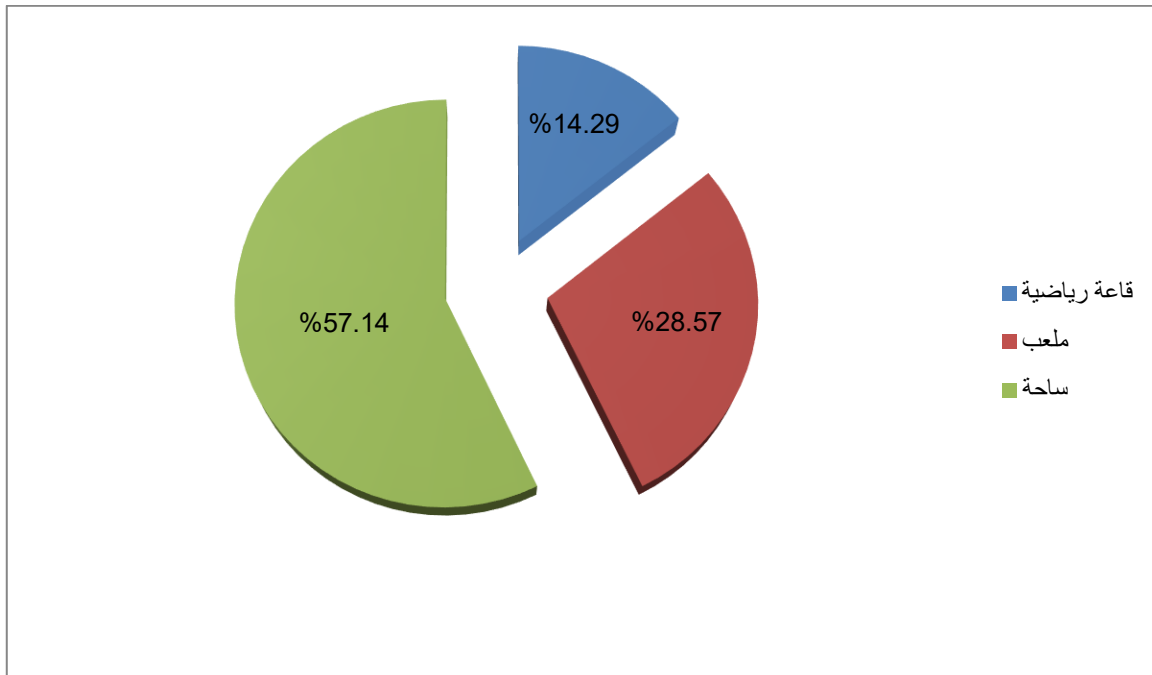
نستنتج من خلال نتائج الجدول والتمثيل البياني أنا كل الرياضيات الجماعية تكون اكثر تعرضا للإصابات من الرياضيات الفردية وهذا راجع إلى احتكاك مباشر بينهم أثناء منافسة

أما الرياضيات الفردية فتكون الإصابات اقل من الرياضيات الجماعية وهذا راجع إلى قلة احتكاكات وان الرياضيات لا تخلو من الإصابات.

*** الفرضية الثانية:** توفر مواد الإسعافات الأولية لها أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (13): أين تمارس حصة التربية البدنية والرياضية؟.
- الغرض من السؤال: معرفة ممارسة التربية البدنية و الرياضية .
- الجدول رقم (13): يبين ممارسة التربية البدنية والرياضية .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
14.29%	05	قاعة رياضية
28.57%	10	ملعب
57.14%	20	ساحة
100%	35	المجموع



شكل رقم (13): تمثيل بياني يوضح ممارسة التربية البدنية والرياضية

- عرض و تحليل النتائج : يتبين لنا من خلال الجدول رقم (13) والتمثيل البياني رقم (13) أن عدد الاساتذة الذين يمارسون حصة التربية البدنية و الرياضية في قاعة رياضية 05 استاذ وتقدر نسبتهم 14.29% اما الاساتذة الذين يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية

في ملعب عددهم 10 وتقدر نسبتهم 28.57% اما الاساتذة الذين يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية في ساحة عددهم 20 وتقدر نسبتهم 57.14%9

-الاستنتاج:

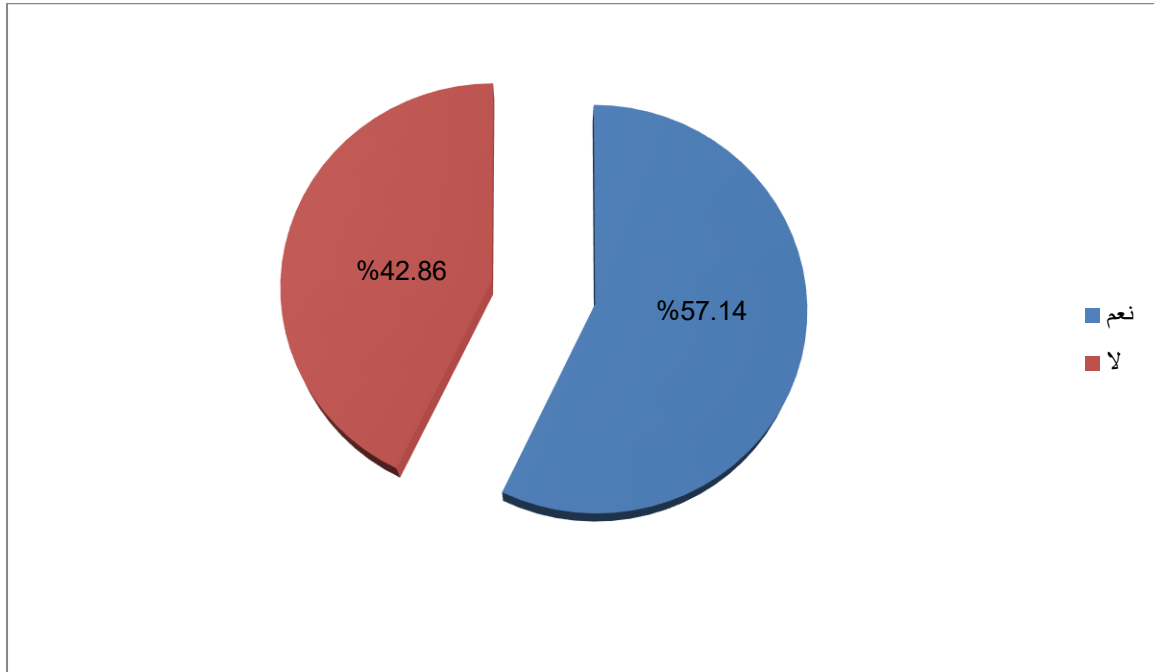
نستنتج من خلال قراءتنا للجدول والتمثيل البياني ان معظم الاساتذة يمارسون حصة التربية البدنية و الرياضية في ساحات عادية وهذا ما يؤدي الى مخاطر حدوث الاصابة.

- السؤال رقم (14): هل هناك اهتمام من طرف المؤسسة حول توفير المواد الإسعافات الأولية؟

- الغرض من السؤال: معرفة مدى اهتمام المؤسسة بتوفير المواد الإسعافات الأولية .

الجدول رقم (14): يبين مدى اهتمام المؤسسة بتوفير المواد الإسعافات الأولية .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
57.14%	20	نعم
42.86%	15	لا
100%	35	المجموع



شكل رقم (14): تمثيل بياني يوضح مدى اهتمام المؤسسة بتوفير المواد الإسعافات الأولية

- عرض و تحليل النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) والتمثيل البياني رقم(14) يتضح ان 20 استاذا وتقدر نسبتهم 57.14% يرون ان هناك اهتمام من طرف المؤسسة حول توفير مواد الاسعافات الاولية بينما 15 استاذا وتقدر نسبتهم 42.86%

-الاستنتاج:

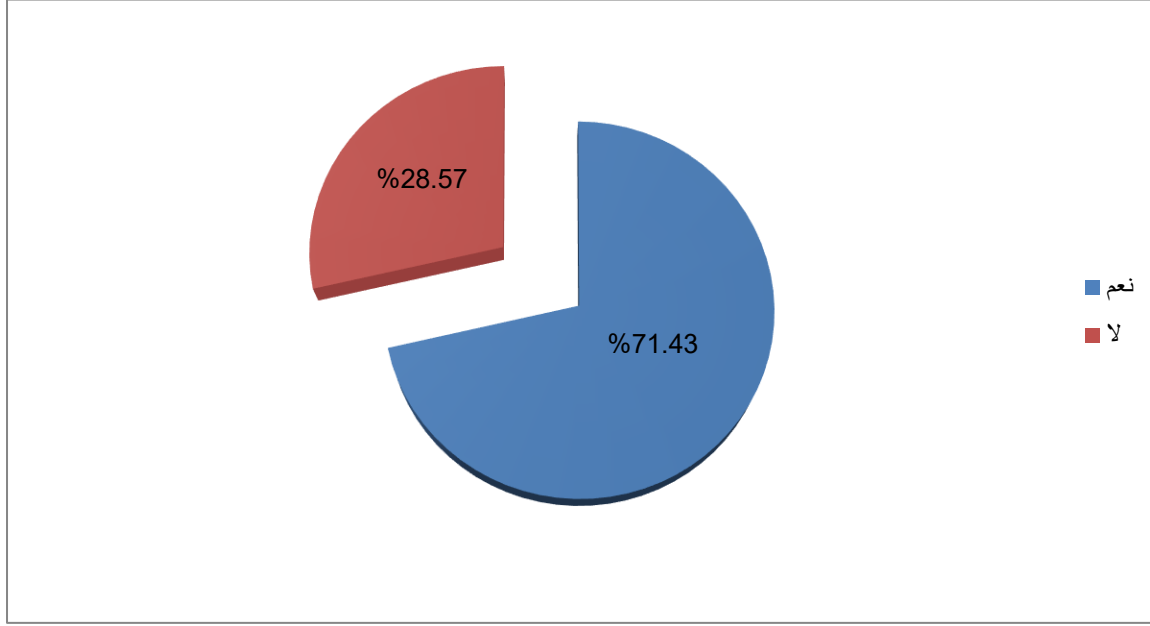
نستنتج من خلال قراءتنا للجدول والرسم البياني معظم المؤسسات تهتم بتوفير مواد الاسعافات الاولية وهذا ما يحقق فرضيتنا التي تدور حول توفر مواد الاسعافات له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية .

- السؤال رقم(15): هل توجد حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال: معرفة وجود حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية

الجدول رقم (15):يبين وجود حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
71.43%	25	نعم
28.57%	10	لا
100%	35	المجموع



شكل رقم (15): تمثيل بياني يوضح مدى وجود حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية.

- عرض و تحليل النتائج :يتبين لنا من خلال النتائج المتحصل في الجدول (15) و التمثيل البياني رقم (15)

ان 25 استاذًا وتقدر نسبتهم 71.43% اقروا على وجود حقيبة الاسعافات الاولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية بينما 10 اساتذة وتقدر نسبتهم 28.57% لا يحتوي مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية على حقيبة الاسعافات الاولية.

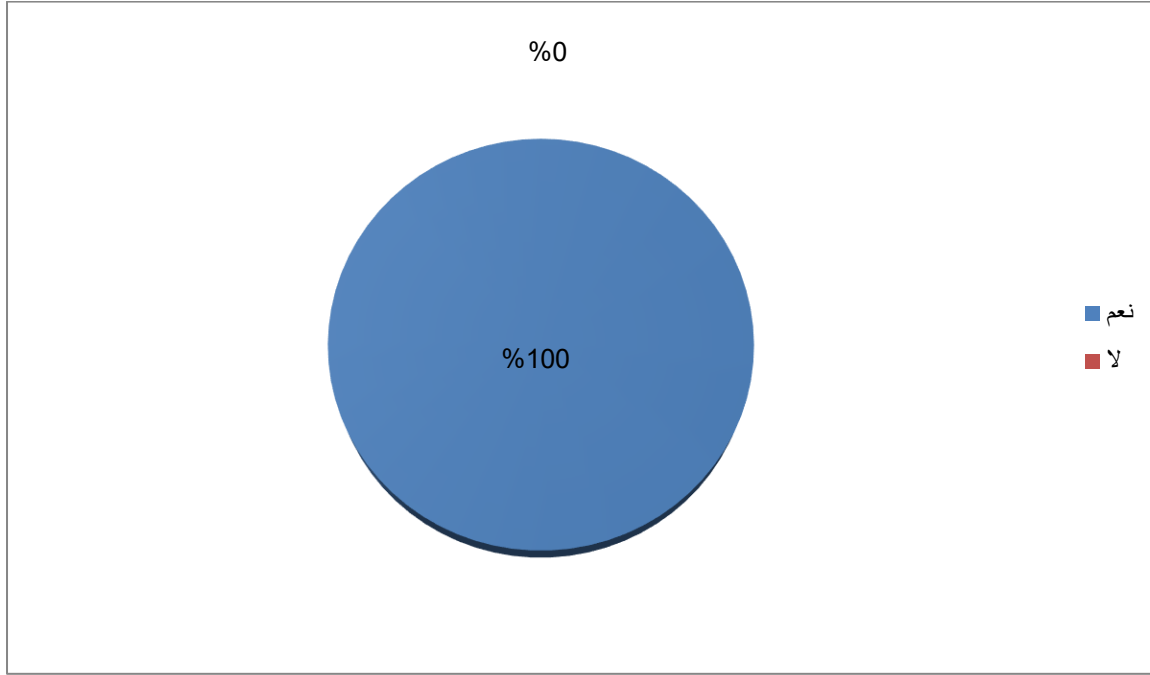
-الاستنتاج: من خلال الجدول والتمثيل البياني نستنتج معظم اساتذة التربية البدنية والرياضية لديهم حقيبة الاسعافات الاولية في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (16): هل توفر وسائل الإسعافات الأولية يسهل عليك إسعاف الاصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال: أهمية الوسائل الإسعافات الأولية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

الجدول رقم (16): يبين أهمية الوسائل الإسعافات الأولية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
100%	35	نعم
00%	00	لا
100%	35	المجموع



شكل رقم (16): تمثيل بياني يوضح أهمية الوسائل الإسعافات الأولية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

-عرض و تحليل النتائج :

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة على الجدول (16) و التمثيل البياني رقم(16) ان عدد الاساتذة 35 وتقدر نسبتهم **100%** يرون ان توفر وسائل الاسعافات الاولية يسهل اسعاف المصاب.

-الاستنتاج:

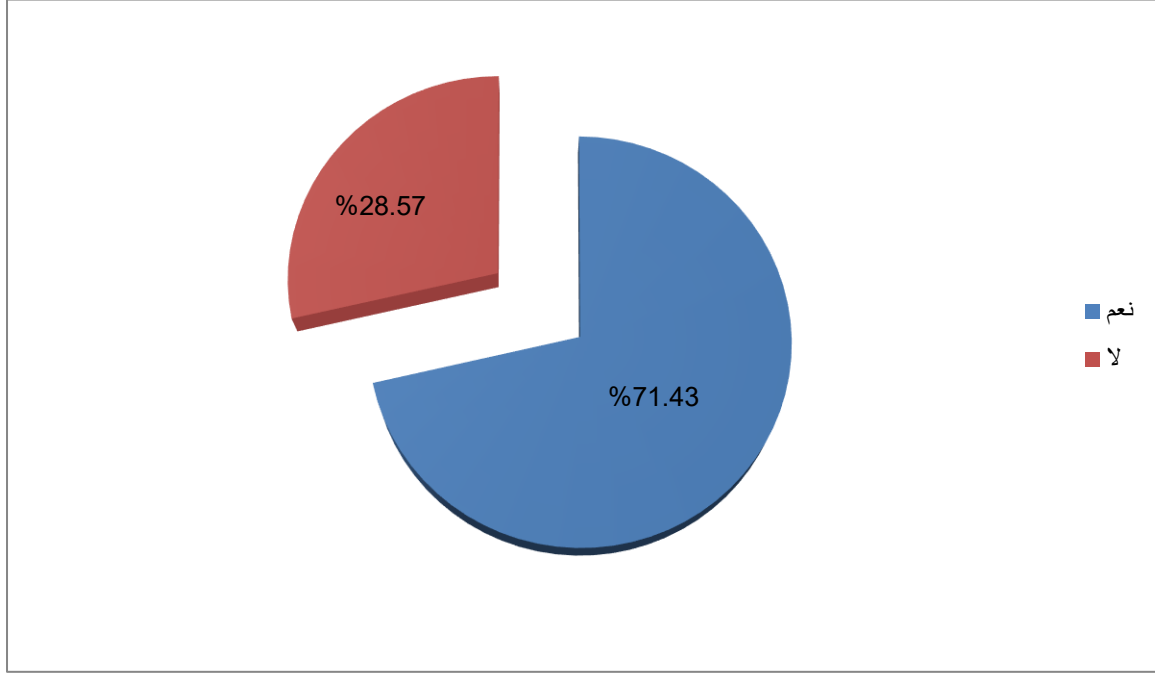
نستنتج من خلال دراستنا للجدول وتمثيل البياني ان كل الاساتذة يرون ان توفر وسائل الاسعافات الاولية يسهل اسعاف المصاب وهذا له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية .

- السؤال رقم (17): هل مؤسستكم تتعامل مع طبيب او عيادة مدرسية جواريه ؟

- الغرض من السؤال: معرفة مؤسسة تتعامل مع طبيب أو عيادة .

الجدول رقم (17): يبين تعامل مؤسسة مع طبيب أو عيادة.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
71.43%	25	نعم
28.57%	10	لا
100%	35	المجموع



شكل رقم (17): تمثيل بياني يوضح تعامل مؤسسة مع طبيب أو عيادة

- عرض و تحليل النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول (17) والتمثيل البياني رقم (17) يتضح لنا ان 25 استاذًا وتقدر نسبتهم 71.43% تتعامل مؤسساتهم مع طبيب أو عيادة جواريه بينما 10 أساتذة وتقدر نسبتهم 28.57% لا تتعامل مؤسساتهم مع طبيب أو عيادة جواريه.

-الاستنتاج:

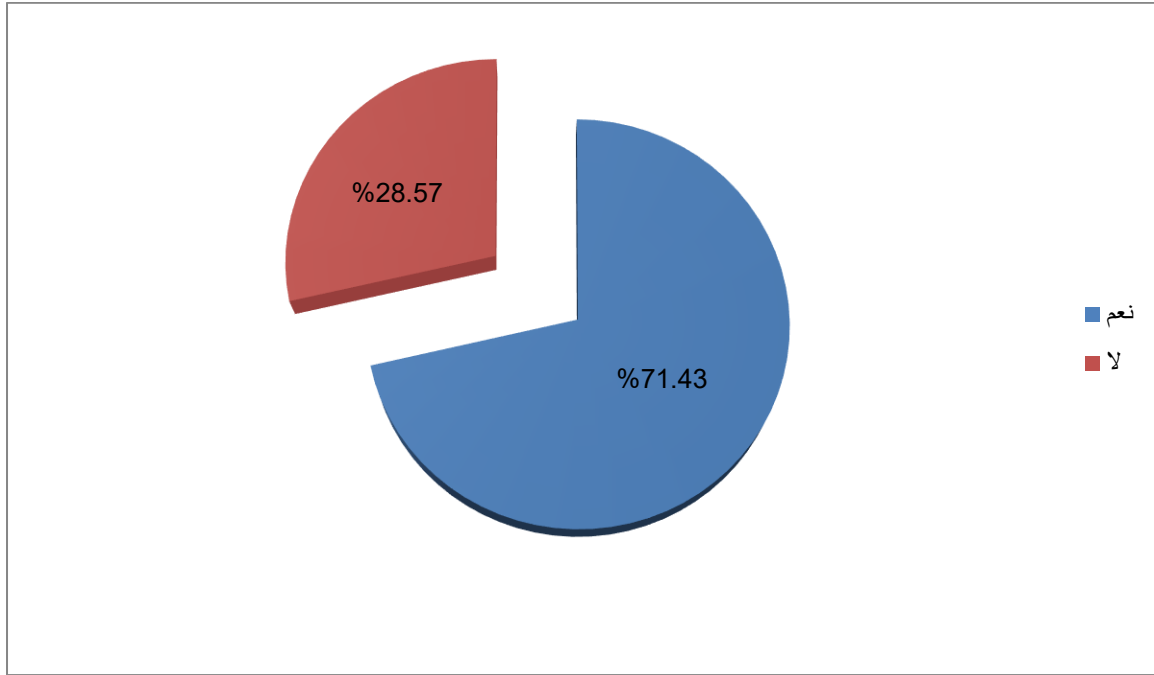
نستنتج من خلال درستنا المتمثل في الجدول والرسم البياني ان نسبة كبيرة من المؤسسات تتعامل مع أطباء أو عيادات جواريه وتوفر هذا النوع من المعدات من شأنه ان يكون له دور في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية وتخفيف من الاصابات الرياضية.

- السؤال رقم (18): هل تقام متابعة طبية دورية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

- الغرض من السؤال: معرفة مؤسسة تهتم بصحة تلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية

الجدول رقم (18): يبين اهتمام مؤسسة بصحة تلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
71.43%	25	نعم
28.57%	10	لا
100%	35	المجموع



شكل رقم (18): تمثيل بياني يوضح اهتمام مؤسسة بصحة تلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية

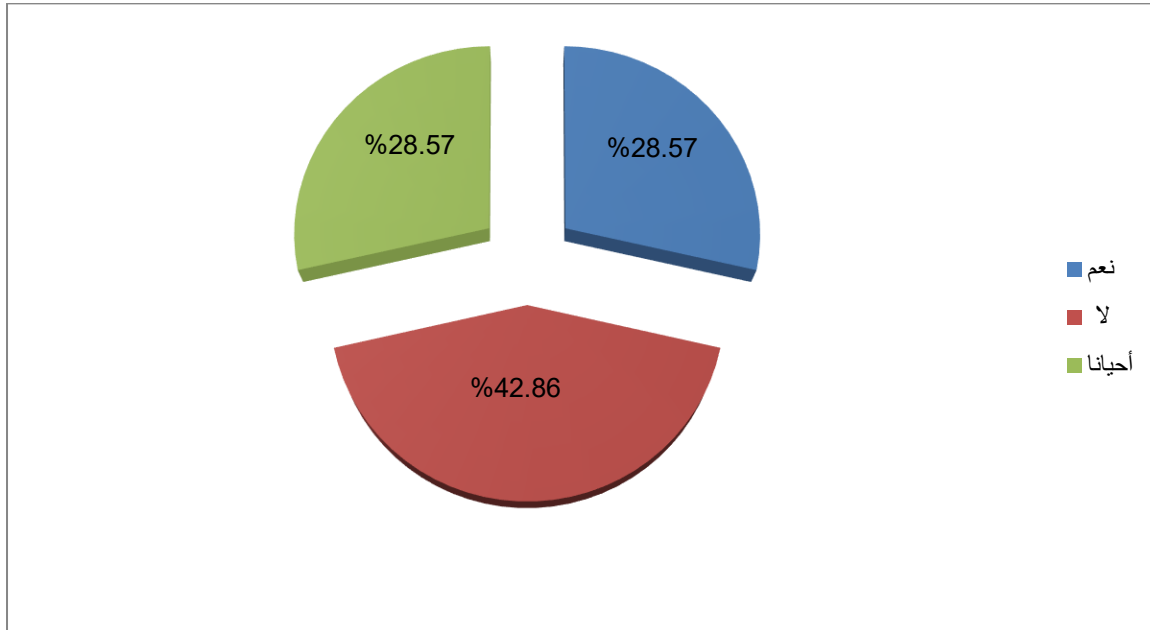
- عرض و تحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (18) و التمثيل البياني رقم (18) يتضح لنا ان 25 استاذًا وتقدر نسبتهم 71.43% يرون ان هناك متابعة طبية دورية للتلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية بينما 10 اساتذة وتقدر نسبتهم 28.57% يرون انه ليس هناك متابعة طبية دورية للتلاميذ اثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

-الاستنتاج: نستنتج من ما سبق ان معظم افراد العينة يرون ان هناك متابعة طبية دورية للتلاميذ وهذا ما يساعد الاستاذ في معرفة خصائص التلميذ وهذا ما يسهل اسعافه استنادا على سجله الطبي.

- السؤال رقم (19): هل لديك القدرة على إسعاف التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في حالة عدم توفر الأدوات اللازمة لعملية الإسعاف؟
- الغرض من السؤال: معرفة قدرة أستاذ على إسعاف تلاميذ في حالة عدم توفير الأدوات اللازمة لعملية الإسعاف .
- الجدول رقم (19): يبين قدرة أستاذ على إسعاف تلاميذ في حالة عدم توفر الأدوات اللازمة لعملية الإسعاف.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%28.57	10	نعم
%42.86	15	لا
%28.57	10	أحيانا
%100	35	المجموع



شكل رقم (19): تمثيل بياني يوضح قدرة أستاذ على إسعاف تلاميذ في حالة عدم توفر الأدوات اللازمة لعملية الإسعاف.

- عرض و تحليل النتائج :

من خلال بيانات الجدول رقم (19) و التمثيل البياني رقم (19) نجد عدد الاساتذة الذين اجابوا بنعم 10 ونسبتهم %28.57 بينما هناك اساتذة اجابوا لا عددهم 15 وتقدر نسبتهم %42.86 واساتذة الذين اجابوا احيانا 10 وتقدر نسبتهم %28.57.

-**الاستنتاج:** نستنتج من ما سبق معظم افراد العينة يقومون بتقديم اسعاف اولي للتلاميذ مصابة في حالة عدم توفر الادوات اللازمة لعملية الاسعاف وهذا له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثالث

مناقشة النتائج

1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

كفاءة استاذ التربية البدنية و الرياضية على تقديم الإسعافات الأولية له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية ، يتضح لنا من خلال النتائج التي حصلنا عليها والتحليل المختلفة أن تدخل الأستاذ بفعالية له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية وهذا ما دلت عليه الجداول التالية 04,06,08,09,11 ومن هنا يمكننا القول أن الفرضية الأولى قد تحققت والتي تقول أن تدخل الأستاذ بفعالية له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية حيث نجد في جدول رقم 04 والتي نسبة الإيجابية لإفراد العينة بـ 85.71% اكدوا أن لهم القدرة على التدخل واتخاذ القرار السريع وصحيح في حالة حدوث إصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وهذا له أهمية في تكوينهم السليم أثناء تدخلاتهم السريعة وكذا الجدول 06 نجد نسبة 57.14% من أفراد العينة أن لهم تدخلات سليمة وفعالة أثناء الإصابة احد التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية وكذلك نجد في جدول 08 والتي نسبته 57.14% من أفراد العينة الأساتذة أن لهم تفكير الجيد قبل بدء عملية إسعاف المصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وكذا الجدول رقم 09 حيث أجابوا أفراد العينة بنسبة 57.14% أن لهم القدرة والشجاعة على مواجهة كل المواقف الصحية أثناء الحصة وهذا يكون بدون تردد وكذلك الجدول 11 التي نجد نسبة 42.86% من أفراد العينة أنهم لم يجدوا صعوبة في إسعاف المصاب أثناء الحصة وهذا ما يدل على فاعلية تدخلهم السليم في حالة وجود إصابة داخل الحصة .

ومن كل هذه النتائج والنسب المستوحات من الجداول تبين لنا أن التدخل السليم والفعال للأستاذ التربية البدنية والرياضية في حالة وجود أي إصابة داخل الحصة وفي الوقت المناسب , مع معرفة نوع الإصابة وهذا ما يدل على أن الأستاذ ملم بالكم المعرفي والعلمي للإسعافات الأولية .

2- مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن توفر مواد الإسعافات الأولية له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية يتضح لنا من خلال النتائج التي تحصلنا عليها و التحاليل المختلفة أن توفر مواد الإسعافات الأولية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية لها تأثير هام من الناحية الايجابية و لها ضرورة و اهمية كبيرة في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية و هذا يكون داخل المؤسسة التربوية و ما يمكننا من تطبيقها عمليا على الميدان و هذا ماتوضحه الجداول التالية: 14، 15، 16، 17، 18 و من هنا نصل إلى تحقيق الفرضية الثانية و التي تقول أن توفر مواد الإسعافات الأولية له أهمية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية بحيث نجد في الجدول رقم 15 أن نسبة 71.43% من أفراد العينة أكدوا أن حقيبة الإسعافات الأولية في مكان ممارسة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسة له أهمية كبيرة و ضرورة قصوى في نجاح هذه الحصة من خلال الترابط و التكامل بين الحصة و المواد الاسعافية و كذلك الجدول رقم 14 نجد نسبة 57.14% من أفراد العينة الأساتذة أن هناك اهتمام واضح و كبير من طرف المؤسسة التي تقوم جاهدة على توفير مواد الاسعافات الأولية و هذا بما يرجع بالنفع على المؤسسة بأكملها و بخصوص حصة التربية البدنية و الرياضية، أما الجدول رقم 18 نجد أن نسبة 71.43% حيث تقام متابعة طبية دورية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و هذا ما يدل على اهتمام المؤسسة بصحة التلاميذ بغض النظر داخل الحصة البدنية و الرياضية التي لها تأثير مباشر على التلميذ، و كذا الجدول رقم 17 الذي نجد نسبته 71.43% اذ يدل على تعامل المؤسسة بكاملها مع طبيب أو عيادة جوارية و هذا ان دل فإنما يدل على حرص المؤسسة بكامل طاقمها التربوي على صحة التلاميذ في شتى الأحوال و بالأخص حصة التربية البدنية و الرياضية و ما توفره من مواد و وسائل إسعافية التي لها اهمية في نجاح هذه الحصة، و كذلك نجد في الجدول رقم 16 أن نسبة 100% تدل على أن توفر وسائل الإسعافات الأولية يسهل على أستاذ التربية البدنية و الرياضية إسعاف تلميذ إسعافا أوليا لكل ما يتعرض له التلميذ داخل المؤسسة و أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و هذا ما يدل على قيمة هذه المواد و وجوب توفرها يحقق لنا نجاح هذه الحصة. و هكذا يمكننا قول بأن الفرضية الثانية قد تحققت.

من كل هذه النتائج نستنتج ان درس التربية البدنية والرياضية لا يخلوا من وجود الحوادث والاصابات كما هناك نقص في الكم المعرفي في مجال الاسعافات الأولية لبعض الأساتذة كما اظهر عجز بعض الأساتذة في عملية التدخل والحد من الاصابة من خلال ملاحظة وتحليل نتائج الاستبيان وانطلاقا من استنتاجات المحاور يتبين لنا ان الإسعافات الأولية لدى استاذ التربية البدنية والرياضية وأهميتها بسير حصة التربية البدنية والرياضية وذلك من خلال تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية بمبادئ الإسعافات الأولية وكذلك لتوفر معدات الإسعافات الأولية وتدخلاته الفعالة لها دور كبير في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

كل هذا أوصلنا إلى القول بان الفرضيتان التي وضعناهما هما محققتان نظرا لتطابقهما مع الواقع وكذا النتائج المحصل عليها من الاستبيان والتي تبين ذلك جليا. وبذلك نصل الى تحقيق فرضيتنا العامة القائلة " الإسعافات الأولية لدى استاذ التربية البدنية والرياضية لها اهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية".

من خلال الدراسة المتواضعة و إجابة عن التساؤلات التي طرحناها في إشكالية البحث والتي تمحورت حول "هل لكفاءة أستاذ تربية البدنية و الرياضية في الإسعافات الأولية لها اهمية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية ؟ " حيث تم التطرق في هذا الفصل إلى عرض النتائج المتحصل عليها و المكملة للجانب النظري للدراسة بحيث تم تسجيل كلما توصلنا إليه في الجداول و كما رافق كل جدول رسم تخطيطي له الذي يعطي أكثر توضيح للنتائج كما قمنا كذلك بعملية التحليل لكل جدول على حدا بدءا بنتائج الاستبيان و في الأخير تمت مناقشة الفرضيات المطروحة في الدراسة و تم التوصل إلى أن للإسعافات الأولية لها دور كبير أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و هذا راجع إلى التكوين الجيد للأستاذ بحيث له أهمية في إنجاح الحصة , و كذا توفر مواد الإسعافات الأولية اللازمة إذ أن لها اهمية بإنجاح حصة التربية البدنية و الرياضية .

من جهة أخرى نقص المعرفة في مجال الإسعافات الأولية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية الذي قد يصعب من مهمتهم عند حدوث لإصابة باستعمال أدنى الوسائل الممكنة، و بالتالي فهم يحتاجون إلى دورات تكوينية و دروس خاصة في الإسعاف و الطب الرياضي و كيفية إجراء الإسعافات الأولية للمصاب و كيفية تدخلهم اثناء الحادث لإسعاف التلميذ أثناء الحصة

لذا نطلب من جميع المسؤولين و المشرفين ، أن يسعو الى تحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية و هذا للحفاظ على صحة التلميذ و سلامته من الإصابات الرياضية و أسباب حدوثها ، بإزاحة كل العراقيل في سبيل نجاحها و لا يأتي ذلك إلا من خلال إعادة هيكلة المنشآت الرياضية بالثانويات، و تجهيزها بالعيادات و الأطباء و بالوسائل وقائية طبية خاصة بالإسعافات الأولية.

بعد ما تقدم في بحثنا من جانب نظري وجانب تطبيقي وهذا الأخير الذي استهل عل أسأله الاستبيان الذي النقص الكبير في جانب معدات الإسعافات الأولية وهذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة ومحصورة في حدود إمكانياتنا المتوافرة واعتمادا على الدراسة النظرية والميدانية جاءت اقتراحاتنا كما يلي :

- ❖ يجب إقامة دورات تكوينية للأساتذة في مجال الإسعافات الأولية .
- ❖ التكوين الجيد والمختص للأساتذة في مجال الإسعافات الرياضية .
- ❖ فتح المجال بين الطبيب والأستاذ من اجل تبادل الخبرات.
- ❖ ضرورة توفير حقيبة الاسعافات الاولية للأستاذ في مكان ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ توفير قاعات العلاج المدرسي المدارس وتجهيزها بأحدث الأدوات ووسائل الفحوصات الطبية وكذا الإسعافات الأولية للاستفادة الشاملة من طرف التلاميذ
- ❖ توفير مجموعة من المتخصصين في الطب الرياضي لإجراء دورات وتربصات لأساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ ضرورة تواجد الطبيب داخل كل مدرسه تحسبا لأي طارئ .
- ❖ ضرورة إجراء مراقبة أو متابعة طبية دورية للتلاميذ من طرف المختصين .
- ❖ ترميم المنشآت الرياضية أو استبدالها مثل الساحات العادية وجعلها تتناسب مع قواعد الأمن .
- ❖ توسيع هذه الدراسة ليصبح بمقدورها أن تعطينا صورة أوضح واعم واشمل لدور الإسعافات الأولية .

قائمة المراجع

القران الكريم
حديث الشريف
كتب:

1. أحسن شلتوت، أ.د حسن عوض "التنظيم و الادارة في التربية الرياضية"(دط)، دار الفكر العربي، القاهرة.
2. أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي(دط)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990م.
3. أكرم زكي خطابية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر للنشر و التوزيع، عمان، 1997 .
4. أمين أنور الخولي، الرياضة و المجتمع ،المجلس الوطني الثقافي للأدب و الفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1996
5. أمين أنور الخولي، أمين أنور الخولي الرياضة و المجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب و الفنون، سلسلة عالم المعرفة الكويت، 1998.
6. بهاء الدين إبراهيم سلامة ، الصحة و التربية الصحية دار الفكر العربي ، ط1 ، مدينة نصر ، مصر ، 1997 .
7. تشالز أبيوكور، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض و كمال صالح، فركلين للطباعة و النشر، القاهرة مصر، 1964 .
8. جيرائيل بشارة، تكوين المعلم العربي، بيروت، لبنان 1986 .
9. جلال العبادي وآخرون، علم الاجتماع الرياضي، مطبعة الموصل، بغداد، 1989 .
10. جمال الدين محمد الشامي، المعلم و ابتكار التلاميذ، ط، دارا لوفاء لدنيا الطباعة و النشر، الإسكندرية، 2002
11. جوزيف بلاط جيمينو، ريكاردو مارين إيبيانيز، إعداد معلمي المدرسة الابتدائية و المدرسة الثانوية، إدارة التربية للمنظمة العربية و الثقافة و العلوم ، تونس 1986 .
12. حسن شلتوت و حسن معوض: التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، 1993 .
13. حسن معوض و حسن شلتوت، التنظيم و الإدارة في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة، 1996.
14. حمد زيدان حمدان، أدوات ملاحظة التدريس-استعمالاتها مناهج ،د.م.ج، الجزائر، 1986
15. د. عدنان جواد خالف و جبوري والآخرون: المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية جامعة البصرة بغداد، 1988 .
16. د. عنيات محمد أحمد فرج: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية(دط)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988م.
17. رابح تركي، أصول التربية و التعليم، المؤسسة الوطنية للكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990.
18. صالح عبد العزيز . عبد العزيز عبد المجيد، التربية و طرق التدريس، طبعة أولى، دار المعارف، مصر، 1984 .

19. عباس أحمد السمراي، بسطوسي أحمد بسطوسي كطرق التدريس في مجال التربية البدنية (دط)، بغداد 1984م
20. عبد الرحمان عبد الحميد زاهر، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية، ومركز الكتاب للنشر، ط1 مصر، 2004.
21. عبد المجيد شعلان ، معوقات ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي وطرائق معالجتها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضية ، الجزائر ، 1998.
22. عبد المجيد مصطفى شعراوي وآخرون، المفاهيم الأساسية للإسعاف الأولي، دار المستقبل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1993.
23. عبد المجيد مصطفى الشاعر، عبد القادر العكايلة، عمار إبراهيم الخطيب، (المفاهيم الأساسية للإسعاف الأولي)، ط2، دار المستقبل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
24. عدنان درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994م.
25. عفاف عبد الكريم، طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية(دط)، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1989م.
26. علاء الدين عليوة، الصحة في المجال الرياضي ، منشأة المعارف للنشر ، الإسكندرية ، مصر.
27. علاء الدين محمد عليوة، الصحة الرياضية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، ط1 الإسكندرية ، مصر 2006
28. عنايات أحمد فرح، مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، مصر، 1988
29. غسان الصادق و سامي الصغار " بدونسنة نشر " التربية البدنية و الرياضية – كتاب منهجي، جامعة بغداد، بدونسنة نشر .
30. فؤاد أبو حطب، أم الصادق، علم النفس التربوي، ط، 2 الانجل والمصرية، القاهرة، 1984.
31. فاطمة عوض صابر وآخرون ، أسس البحث العلمي ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، ط1 ، 2001.
32. فايز مهند: التربية الرياضية الحديثة، دار الملايين(دط)، دمشق، 1987م.
33. فرح الزبيدي، موسوعة الإسعافات الأولية ،دار دجلة ، العراق ، 2008.
34. فكري حسن زيان، المعلم و أساليب التدريس، 2002 .
35. قاسم المنداولي وآخرون، أصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، بغداد، 1989م.
36. محمد السباعي، معلم الغد و دوره، طبعة أولى، دارالمعارف، 1985 .
37. محمد حسن علاوي، علم النفس التربوي، ط2، دار المعارف، القاهرة، 1992م.
38. محمد رفعت رمضان، أصول التربية وعلم النفس، دار الفكر العربي، مصر، 1994 .
39. محمد زيدان حمدان، أدوات ملاحظة التدريس-استعمالاتها- مناهجها، د.م.ج، الجزائر، 1985.
40. محمد سعد زغلول ، مصطفى السايح محمد، تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية، ط1، مكتبة الإشعاع الفنية، المعمورة، بحرين، 2001 .

41. محمد عوض البسيوني، د. فيصل ياسين الشاطي: النظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات، الجامعية الجزائر، 1968.
42. محمد مصطفى زيدان، الكفاية الإنتاجية للمدرس، طبعة أول، دار الشروق، بيروت، لبنان، 1973.
43. محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003.
44. محمود عوض البسيوني وآخرون: نظريات وطرق التدريس، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1992م
45. محمود عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق تدريس التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992 .
46. مروان عبد المجيد إبراهيم، الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية(دط)، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع 2000م.
47. مسعود دريدي ، مبادئ الإسعافات الأولية ، دار الهدى ، عين مليلة ، الجزائر.
48. مصطفى كامل زنكلوجي: أضواء على منهج التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر الإسكندرية، 2007.
49. ناهد محمد سعد: نيلي رمزي فهمي، طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية(دط)، 1984م، ص80.
50. نثنائيل كانتور، المعلم و مشكلات التعليم و التعلم، ترجمة حسن الفقي و فرنسيس عبد النور، ط، دار المعارف مصر، 1972 .
51. نشوان عبد الله نشوان، فن الرياضة والصحة، دار حامد للنشر والتوزيع ، ط1 ، جامعة عمان الأهلية، الأردن 2010 .
- المنشورات والمجلات:**
52. دبلالاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر في الشرق الوسط وشمال إفريقيا، دليل الإسعاف الأولي المجتمعي والصحة العامة، (دط)، (دب.ت).
53. فريق كمونه ، موسوعة الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها ،الدار العلمية الدولية للنشر وتوزيع ، ط1 عمان ، الأردن، 2002.
54. قاسم المندلوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة الموصل، العراق 1990 .
55. اللجنة الوطنية للمنهاج: الوثيقة المرافقة لمنهاج سنة ثانية متوسط، مطبعة الديوان للتعليم والتكوين عن بعد الجزائر، 2003.
- مذكرات:**
56. حبارة محمد ، مصادر الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة معهد التربية البدنية والرياضية ، الجزائر ، 2007 .
57. يخلفاحمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية و الرياضية الجزائر، 2010

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة استبائية لمعرفة أهمية الإسعافات الأولية في نجاح حصة التربية
البدنية والرياضية

أساتذتنا الكرام لقد أصبحت التربية البدنية والرياضية مادة مهمة في حياة
التلميذ، وذلك في الثانوي ولهذا وجب على الباحثين أن يعطوا اهتماما بالغاً
بهذه المادة اجل خلق قواعد وأنظمة علمية حديثة يستطيع من خلالها
الأستاذ من التكيف مع مختلف الظروف أو الحالات التي تحيط بدرس التربية
البدنية والرياضية فمن هذا المنطلق كان لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه
الاستمارة الاستبائية راجين منكم الإجابة على جملة من الأسئلة
والاستفسارات بكل صراحة ووضوح لأنها تخدم موضوع بحثنا.
وأخيرا لكم كل منا جزيل الشكر والتقدير

ملاحظة: على الأستاذ وضع علامة (x) في الخانة المناسب لكل إجابة.

تحت إشراف الأستاذ:

بزيو سليم

من إعداد الطلاب:

حجوري أيمن.

العابد عبد التواب

البيانات الشخصية:

- 1- الجنس: ذكر أنثى
- 2- الشهادة المتحصل عليها: ليسانس ماستر شهادات أخرى
- 3- الخبرة: من 5-9 سنوات من 10-20 سنة أكثر من 20 سنة

المحور الأول: خل لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية الكفاءة على تقديم الاسعافات الأولية عند حدوث الإصابة؟

1- هل لديك القدرة على التدخل واتخاذ قرار سريع وصحيح في حالة حدوث إصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا

2- في رأيك ما هو سبب حدوث الإصابة بين التلاميذ؟

- عدم الاحماء الجيد العنف و التدخلات القوية أثناء الحصة
- المرافق غير اللائقة للممارسة إهمال بعض التلاميذ وخاصة الإناث في الأداء السليم

3- هل تدخلاتك أثناء إصابة أحد التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية تكون سليمة وفعالة؟

نعم لا أحيانا

4- هل الفروق الفردية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لها دور كبير في حدوث الإصابة بين الذكور والإناث؟

نعم لا أحيانا

5- هل تفكر جيدا قبل البدء في عملية اسعاف مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا أحيانا

6- هل تملك الكفاءة والشجاعة على مواجهة كل المواقف الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بدون تردد؟

نعم لا أحيانا

7- هل لديك احساس بالتعاطف مع التلاميذ المصابين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا أحيانا

8- هل تجد صعوبة في الاسعافات عند وجود أكثر من مصاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا أحيانا

9- ما هو نوع الرياضة التي تكون فيها الإصابة أكثر؟

فردية جماعية معا

المحور الثاني: هل توفر مواد الاسعافات الأولية لها أهمية في نجاح حصة التربية البدنية والرياضية؟

- 10- أين تمارس حصة التربية البدنية والرياضية في؟
قاعة رياضية ملعب ساحة
- 11- هل هناك اهتمام من طرف المؤسسة حول توفير مواد الاسعافات الأولية؟
نعم لا
- 12- هل توجد حقيبة الاسعافات الأولية في مكان ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية؟
نعم لا
- 13- هل توفر وسائل الاسعافات الأولية تسهل عليك عملية اسعاف الإصابة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟
نعم لا
- 14- هل مؤسستك تتعامل مع طبيب أو عيادة مدرسية جوارية؟
نعم لا
- 15- هل تقام متابعة طبية دورية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟
نعم لا
- 16- هل لديك القدرة على اسعاف التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية في حالة عدم توفر الأدوات اللازمة لعملية الاسعاف؟
نعم لا أحيانا