

الثقافة الرياضية وعلاقتها بالسلوك الصحي الرياضي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. هديل داهي عبدالله

أ.د. ضرغام جاسم النعيمي

جامعة الموصل-كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة

يهدف البحث التعرف على مستوى الثقافة الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. ومستوى السلوك الصحي الرياضي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. والعلاقة بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي الرياضي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته لطبيعة البحث. تمثل مجتمع بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للسنوات الدراسية الثانية والثالثة والرابعة والبالغ عددهم (337) طالب وطالبة، ولتحقيق الهدف تم استخدام مقياسي السلوك الصحي الرياضي ومقياس الثقافة الرياضية، ولمعالجة البيانات احصائياً تم استخدام معالجة عن طريق الحزمة الاحصائية SPSS باستخدام المعالجات الاحصائية التالية الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء _ معامل ارتباط بيرسون. ومن عرض النتائج تم استنتاج اهم ما يأتي: يمتلك طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ثقافة رياضية وبمستوى متوسط. واغلب طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لديهم سلوك صحي وبمستوى متوسط .

1 - المقدمة:

تعد التربية البدنية وعلوم الرياضة جزءاً لا يتجزأ من الثقافة الفردية، وأصبحت من الضروريات اللازمة للإعداد العقلي والنفسي والفكري والتربوي والثقافي، فالتربية البدنية وأوجه أنشطتها المتعددة تتناول الحياة الاجتماعية والمثل الخلقية والقدرة على التفكير بجانب عنايتها بصحة ونمو الأعضاء الحيوية لذلك فأثرها عميق وقوية.

وبما أن كلية التربية البدنية تشترك مع مؤسسات اجتماعية أخرى في مهمة واحدة وهي تربية الأفراد وإمدادهم بالمعلومات والقيم اللازمة لهم في الحياة فهذا يجعل وظيفه الكلية غير محددة تماماً فكثيراً ما تختلف الآراء التي تشمل جميعها إلى إعداد الطالب للحياة الحقيقة الصحية. أن التربية الصحية :عبارة عن المعلومات والمهارات والاتجاهات والسلوكيات التي تمس احتياجات واهتمامات الأفراد وتمكنهم من ممارسة السلوك الصحي السليم، وتؤثر تأثيراً مباشراً إيجابياً على سلوكهم واتجاهاتهم نحو القضايا والمشكلات الصحية. ويرتبط المستوى الصحي بالوعي الصحي، فلا يمكن أن يكون المستوى الصحي للطلبة مرتفعاً ما لم يتم تزويدهم يقسطاً من الوعي الصحي، والذي يأتي من خلال توافر المصادر الجيدة للمعلومات الصحية والتي منها: (المطالعة، ووسائل

الإعلام، والمدرسة والجامعة، والأصدقاء، والأنشطة الثقافية، والمراكز الصحية، والمربي - المدرس والمدرّب - الأسرة ومؤسسات المجتمع المدني) (رضوان وكونراد، 2001، 33).

فأن ما يتعلمه الطلبة ويكتسبونه من خلال تلك المهارات لها الدور الأكبر في التأثير على معارفهم وسلوكهم. إن مسؤولية تثقيف الطلبة صحياً عملية تكافلية وتضامنية، تستدعي التعاون بين العاملين في حقل التربية والتعليم والعاملين في المؤسسات الصحية والاجتماعية، لبناء نمط حياتي صحي سليم، من خلال تطوير شعورهم بالمسؤولية، وتوجيههم نحو تحسين حالتهم الصحية، وتعويدهم العادات الجديدة والمعتقدات والسلوك الصحي النافع وخلق الوعي الصحي لديهم وجعل الصحة غاية ثمينة لديهم. لذا برزت أهمية البحث في التعرف على العلاقة بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي القويم لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة كإحدى المؤسسات التعليمية وركن اساسي في الجامعة والتي تسعى في اهدافها الى تطوير الوعي الصحي من خلال الثقافة الرياضية.

انحصرت مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

ماهي درجة الثقافة الرياضية التي يتحلّى بها طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟ وما هو السلوك الصحي الرياضي؟ وهل هناك علاقة بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي الرياضي؟

اهداف البحث: يهدف البحث الى التعرف على

1. مستوى الثقافة الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
2. مستوى السلوك الصحي الرياضي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
3. العلاقة بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي الرياضي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

فرضيات البحث:

1. يتمتع طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمستوى ثقافي رياضي جيد.
2. اغلب طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ذات سلوك صحي رياضي مقبول.
3. توجد علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي الرياضي .

مجالات البحث:

1. المجال البشري : طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
2. المجال الزمني: للفترة من 2017/12/15 ولغاية 2018/3/1
3. المجال المكاني:العراق - محافظة نينوى-جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

تحديد المصطلحات :

1- مجمل الأفكار

والمعارف والثقافة التي يمثلها الفرد، والتي تجعله يسلك منها معينا، كما يشير الوعي أحيانا إلى " الاستجابات التي يقوم بها الشخص إزاء موقف معين "

2- مفهوم الثقافة الرياضية:

هي الزيادة الزاخرة للخبرة الإنسانية من خلال الأنشطة الرياضية والتي تؤدي بدورها إلى فهم وتقدير أفضل ، للبيئة التي يجد فيها الأفراد أنفسهم جزءاً منها (الشافعي، 2001، 67)

3- التثقيف الصحي :

هو عملية ترجمة الحقائق الصحية المقدمة للتلاميذ وتحويلها إلى أنماط سلوكية على مس توى الفرد والمجتمع وذلك باستخدام الأساليب التربوية الحديثة بهدف رفع مستوى الوعي الصحي للتلاميذ (باخظمة ، 2010، 267)

2- اجراءات البحث :

2-1 منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للسنوات الدراسية الثانية والثالثة والرابعة والبالغ عددهم (337) طالب وطالبة، البحث وتم استبعاد الطالبات والبالغ عددهم (20) وعينة الاسس العلمية والتجربة الاستطلاعية (35) طالب ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من كل سنة دراسية والبالغ عددهم (225) طالب وبنسبة مئوية (67%) من المجتمع الاصلي للبحث و (71%) من مجتمع الطلاب والجدول ادناه يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته.

الجدول (1)

يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته

النسبة المئوية	عينة البحث	التجربة الاستطلاعية	الطلاب	الطالبات	السنوات الدراسية
20%	45	5	62	4	الثانية
38%	85	15	125	8	الثالثة
42%	95	15	130	8	الرابعة
100%	225	35	317	20	الكلية

2-3 وسائل جمع المعلومات

(تحليل المحتوى ، الاستبيان، مقياس الثقافة الرياضية، مقياس السلوك الصحي الرياضي.)

2-4 مواصفات مفردات المقياس:

2-4-1 مقياس الثقافة الرياضية : تم استخدام مقياس الثقافة الرياضية الذي اعده (شحاذه ،عثمان محمود2009) عدد فقرات مقياس الثقافة الرياضية (27) فقرة ملحق (01) مقسمة الى ثلاث مكونات رئيسية هي:

اولا :المدخلات المادية والعامه للثقافة الرياضية وتشمل (8) فقرات هي (1-4-7-12-13-15-16-24)

ثانياً :المدخلات الفنية والعلمية للثقافة الرياضية وتشمل (10) فقرات هي (2-3-8-15-18-19-21-23-25-27)

ثالثا :مخرجات الثقافة الرياضية وتشمل (9) فقرات هي(5-6-9-11-14-17-20-22-26)

ويتم تصحيح المقياس ثلاثة بدائل (3)درجات للموافق تماما و(2)درجات للموافق احيانا و(1)درجة لا اوافق وبذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس من(27-81)،

الصدق

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التمييزية للفقرات إذ إن هذه الطريقة تقدم لنا مقياسا متجانسا في فقراته بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل ،فضلا عن قدرتها على إبراز الترابط بين فقرات المقياس .(السامرائي وطارق 96) 1987 ، فقد تم توزيع المقياس على (20) طالبة، وذلك باستخراج معامل الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، باستخراج معامل الارتباط البسيط(بيرسون)

الجدول (2) يبين معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس باستخدام طريقة

الاتساق الداخلي

درجة المعنوية	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0,05	0,573	19	0,397	10	0,453	1
	0,487	20	0,533	11	0,463	2
	0,487	21	0,453	12	0,486	3
	0,531	22	0,456	13	0,511	4
	0,51	23	0,462	14	0,456	5
	0,462	24	0,587	15	0,478	6
	0,452	25	0,501	16	0,435	7
	0,52	26	0,565	17	0,462	8
	0,533	27	0,443	18		

من الجدول اعلاه يتبين بان قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0,435 و0,573) وهي اعلى من مستوى الدلالة (0,05) وهذا دليل على صدق فقرات المقياس

ثبات المقياس:

"يعد الثبات من الشروط المهمة للأداة الجيدة والثبات يعني الاتساق في النتائج" (194 Marshall, 1997): ولغرض إيجاد معامل الثبات لمقياس الثقافة الرياضية تم استخدام طريقة التطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بوصفها إحدى الطرائق الشائعة في حساب الثبات، إذ إنها تكشف عن مدى استقرار النتائج عند تطبيق المقياس على مجموعة معينة من الأفراد لأكثر من مرة وعبر فاصل زمني (الحمداي، 2007، 66) إذ تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (35 طالبا وأعيد تطبيق المقياس مرة ثانية بعد مرور (12) يوما من موعد التطبيق الأول وبعد جمع الاستمارات تم معالجتها إحصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط) بيرسون (فظهرت قيمة) ر (المحتسبة تساوي (0,85) وهو دال إحصائيا مما يدل على ثبات المقياس.

الاسس العلمية لمقياس السلوك الصحي

تم الاعتماد في قياس السلوك الصحي على مقياس اسماعيل احمد الحارثي الذي طبق على جامعة ام القرى (الحارثي: 2014، 22)،
الصدق :

تم التأكد من صدق المقياس عن طريق صدق المحتوى بعرضه على مجموعة من ذوي الاختصاص والخبرة (ملحق 1)* للناكد من مدى صلاحية المقياس، وتم الاعتماد على نسبة اتفاق 80% من المحكمين وذلك للتأكد من مناسبة الفقرة ووضوحها ومدى ارتباطها وانتمائها للبعد وتم الاتفاق على المقياس ونسبة 100%. ثم تم التأكد من صدق المقياس عن طريق الصدق الاحصائي بأجراء معامل الارتباط بين كل فقرة مع البعد الذي تنتمي اليه العبارة وتبين بان هذه المعاملات تتراوح ما بين (0,211 و 0,796) ومع الدرجة الكلية للمقياس والتي تراوحت ما بين (0,021 و0,611).
ISCIP-CONFERENCE

ثبات المقياس

للتأكد من ثبات لمقياس تم تطبيق المقياس على عينة من مجتمع البحث والبالغ عددهم (35) طالب ومن خارج عينة البحث، وتم التحقق من الثبات عن طريق حساب معامل الفا كرونباخ للتجانس بين مفردات المقياس حيث بلغت قيمة الفا كرونباخ للمقياس ككل (0,821) بينما بلغت للأبعاد ما بين (0,771 و 0,79) وهذا مؤشر لثبات المقياس. وفي ضوء مؤشرات الصدق والثبات اصبح المقياس بصورته النهائية بالشكل التالي :

البعد الاول: العناية بالجسم (8) فقرات من (1الى8)

البعد الثاني: العناية بالصحة العامة 11فقرة من (9 الى19)

البعد الثالث: التعامل مع الادوية والعقاقير،(8) فقرات من (20 الى 27)

البعد الرابع: البعد الاجتماعي،(15)فقرة من (28 الى 42)

يصحح المقياس عن طريق خمسة بدائل تعطى (5) درجات للإجابة بدائما و(4) درجات للإجابة غالبا،(3) درجات احيانا (2)درجة نادرا (1)درجة مطلقا.وبذلك تصبح درجة المقياس ما بين (42-170)

2 - 5 التجربة الاستطلاعية

من اجل الحصول على البيانات الخاصة بعينة البحث ،لا بد من التأكد أولا من سلامة المقاييس وجودتها وطرق إجرائها وترتيب أدائها وقياسها ، لذا تم إجراء التجربة الاستطلاعية لتحقيق بعض الأهداف العلمية والإدارية. أجريت هذه التجربة بتاريخ 1/21 / لغاية 2018/1/24 على عينة من مجتمع البحث وواقع (30) طالب وكان الغرض منها تشخيص السلبيات التي قد تحدث قبل وخلال الإجراءات لغرض تلافيتها والفترة الزمنية المستغرقة للإجابة على المقياسين.

2 - 6 التجربة الرئيسية:

لتحقيق اهداف الدراسة تم توزيع المقياسان على عينة البحث بشكل متناوب حيث تم توزيع مقياس الثقافة الرياضية ولمدة يومين وبتاريخ 13-14/2/2018 ثم توزيع مقياس السلوك الصحي بتاريخ 18-19/2/2018 ، وتم مراعاة الزمن المخصص للإجابة على المقياسين والذي تراوح بين (15-20) دقيقة وتم توزيع المقاييس خلال لمحاضرات النظرية للطلاب لغرض توحيد الظروف لعينة البحث .

2 - 7 المعالجات الاحصائية :

تم معالجة البيانات عن طريق الحزمة الاحصائية SPSS باستخدام المعالجات الاحصائية التالية الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء _ معامل ارتباط بيرسون -

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

3-1 عرض وتحليل النتائج

3-1-1 عرض وتحليل المعاليم الاحصائية لعينة البحث

جدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لعينة البحث

المقاييس	س-	±ع	معامل الالتواء
الثقافة الرياضية	59.231	2.542	0.954
السلوك الصحي	111.586	5.651	0.886

من الجدول (3) يتبين بان الوسط الحسابي لمقياس الثقافة الرياضية هو (59.231) وانحراف معياري مقداره (2.542)، بينما ظهر الوسط الحسابي لمقياس السلوك الصحي هو (111.586) وانحراف معياري مقداره (5.651). وظهر قيمة معامل الالتواء على التوالي (0.954 و 0.886) وهو اقل من ($1 \pm$) مما يدل على تجانس اجابات العينة على المقياسين.

3-1-2- مستوى الثقافة الرياضية والسلوك الصحي لعينة البحث

لغرض تحديد مستوى الثقافة الرياضية لدى عينة البحث تم تحديد ثلاثة مستويات بالاعتماد على الوسط الحسابي والانحراف المعياري من خلال المعادلات التالية :

المستوى المنخفض : (الوسط الحسابي -2 الانحراف المعياري)

المستوى المتوسط: (المتوسط الحسابي \pm الانحراف المعياري)

المستوى العالي : (المتوسط الحسابي +2 الانحراف المعياري)

3-1-3 المستويات الثقافية الرياضية لعينة البحث

الجدول (4) يبين مستويات الثقافة الرياضية لدى عينة البحث

المستويات	العدد	النسبة المئوية
المستوى العالي (66.857-61.773)	33	15%
المستوى المتوسط (61.773-56.689)	108	47%
المستوى المنخفض (56.689-51.605)	84	38%

من الجدول (--) يتبين بان اغلب عينة البحث ظهرت ذات مستوى ثقافي متوسط حيث بلغت عدد الطلبة (108) وبنسبة مئوية (47%)، بينما بلغ عدد الطلاب تحت المستوى المنخفض (84) طالب وبنسبة مئوية (38%)، وظهر عدد الطلاب في المستوى الثقافي العالي (33) طالب وبنسبة مئوية (15%).

3-1-3 مستويات السلوك الصحي لعينة البحث

جدول (5) يبين مستويات الثقافة الرياضية لدى عينة البحث

النسبة المئوية	العدد	المستويات
24%	55	المستوى العالي (122.888-117.237)
43%	97	المستوى المتوسط (117.237-105.935)
33%	73	المستوى المنخفض (100.284-105.935)

من الجدول (5) يتبين بان اغلب عينة البحث ظهرت ذات سلوك صحي متوسط حيث بلغت عدد الطلبة (97) وبنسبة مئوية (43%)، بينما بلغ عدد الطلاب تحت المستوى المنخفض (73) طالب وبنسبة مئوية (33%)، وظهر عدد الطلاب في السلوك الصحي في المستوى العالي (55) طالب وبنسبة مئوية (24%).

3-4-4 عرض وتحليل العلاقة بين المستوى الثقافي الرياضي والسلوك الصحي لعينة البحث

الجدول (6) يبين معنوية الارتباط بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي لعينة البحث

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الثقافة الرياضية	0.664	0.000
السلوك الرياضي		

يتبين من الجدول (6) وجود علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($a \leq 0.05$) حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.664).

3-2 مناقشة النتائج

من عرض وتحليل النتائج تبين بان عينة البحث لديها ثقافة رياضية ووعي بالسلوك الصحي الرياضي وبنسبة متوسطة وهنا تظهر دور المدارس والجامعة كمؤسسات اجتماعية وتعليمية تنقيفية في نفس الوقت وان مجتمع الطلبة يمتلك وعي صحي ويدرك اهمية الثقافة الرياضية التي ترسم السلوك الصحي القويم ويذكر (السعادات، 2009) "ان السلوك الصحي للأفراد واجراءات تغييره تتاثر بعدة مؤثرات منها اجتماعية وعاطفية او شعورية وتلعب دورا مهما في التعامل مع الافراد وهناك مؤثرات ادراكية ومعرفية" (السعادات، 2009: 76) كما اظهرت نتائج البحث بان هناك علاقة ارتباط معنوي بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي ويعزى ذلك ان السلوك الصحي هو احد اوجه الثقافة العامة والثقافة الرياضية هي جزء من الثقافة العامة

والصحة هي حالة من السلامة البدنية والنفسية والاجتماعية و التربية البدنية و الرياضية تلعب دور فعالا في تعديل و تنمية سلوك الصحي وتذكر (عنايات 1988) ان للتربية البدنية اغراض متعددة منها الارتقاء الكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرة الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية وتكوين الاتجاهات القومية وأساليب السلوك السوية. (عنايات أحمد فرح 1988 :، 11) لذا يمكن القول ان ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية لها دور فعال وايجابي في تنمية الوعي الصحي للتلاميذ وتعمل على تطوير سلوكهم الصحي ومساعدتهم على تحقيق السلامة والكفاية البدنية.

4- الخاتمة

يمتلك طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ثقافة رياضية وبمستوى متوسط، اغلب طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لديهم سلوك صحي وبمستوى متوسط. هناك علاقة ارتباط ايجابية بين الثقافة الرياضية والسلوك الصحي ان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مؤسسة تعليمية وتنقيفية في تعديل السلوك الصحي.

المصادر والمراجع

- 1- بيوكر، تشارلز، (1964) مبادئ التربية البدنية، ترجمة (حسن معوض وآخرون، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- 2- باخظمة، بلقيس (2010): الثقافة الصحية، مفهومها وسبل تحقيقها، قطر.
- 3- الحارثي اسماعيل احمد، (2014): مستوى السلوك الصحي لطلاب جامعة ام القرى في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، المملكة العربية السعودية.
- 4- الخطيب، منذر، (1989) الفلسفة الرياضية، دار الحكمة، بغداد، العراق.
- 5- الخولي وعدنان، أمين ومحمود، (1999) المعرفة الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 6- شحادة، عثمان محمود، (2009) أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى، (رسالة ماجستير) غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة ديالى، العراق.
- 7- دادة مسعود (2015) "قيم الثقافة الرياضية في الكتاب المدرسي للمرحلة الابتدائية" دراسة تحليلية للمضامين المعرفية للكتب للقراءة " رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.

8- السعادات خليل ابراهيم (2009):تغيير السلوك الصحي ،كلية التربية، جامعة الملك سعود ،الرياض ،مركز البحوث التربوية.
السعودية.

9- شحادة، عثمان محمود ،(2009) : أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية الرياضية- جامعة ديالى. العراق.

10- رضوان، سامر جميل وكونراد، ريشكه (2001)السلوك الصحي والاتجاهات نحو الصحة :دراسة ميدانية مقارنة بين طلاب .سوريين وألمان .

