



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تيسمسيلت – أحمد بن يحيى الوشرسي
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



شهادة مشاركة

يتشرف معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة تيسمسيلت بمنح هذه الشهادة إلى :

الأساتذة: لبشيري أحمد ، والي عبد النور ، بن نجمة نور الدين.

نظير مشاركتهم في فعاليات الملتقى العلمي الوطني الثامن بعنوان :

العلوم الطبية في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية، وأثرها على الصحة العامة للمجتمع، والمنعقد بتاريخ 22 أبريل 2024

بمداخلة عنوانها : « تحديد مستويات معيارية لدرجات الوعي الصحي للتلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي »

مدير المعهد

مدير مخبر القياس والتقييم في

النشاطات البدنية والرياضية

مدير مخبر القياس والتقييم في

النشاطات البدنية والرياضية

مدير مخبر القياس والتقييم في

النشاطات البدنية والرياضية

مدير مخبر القياس والتقييم في

النشاطات البدنية والرياضية

مدير مخبر برنامج البحوث المتعددة

في علوم الرياضة وحركة الإنسان

مدير المخبر

أ.د/ أحمد الأمين واضح

رئيس الملتقى الوطني الثامن

الوطني

و. فتحي صالح

أستاذ محاضر (أ)

جامعة تيسمسيلت

الدكتور: يوسف إسماعيل



البرنامج العام للملتقى

15:08 : إستقبال الضيوف

30:08 : تسجيل المشاركين

45:08 : تلاوة آيات من القرآن الكريم

50:08 : الإستماع إلى النشيد الوطني

09:00 : كلمة الدكتور صالح فتحي - رئيس الملتقى

10:09 : كلمة الأستاذ بوسيف اسماعيل - مدير المعهد

15:09 : كلمة الأستاذ دهوم عبد المجيد - مدير الجامعة والإعلان عن افتتاح فعاليات الملتقى

رئيس الجلسة : أ.د/ بن رايح خيرالدين ————— الجلسة الافتتاحية ————— مقرر الجلسة : خروبي محمد فيصل

30:09 – 00:10 : مداخلة الأستاذ خلفوني عدلان - جامعة الجزائر 3 : التكفل بالطفل المصاب بالربو خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

00:10 – 30:10 : مداخلة الأستاذ أوسماعيل مخلوف - جامعة الشلف : الذكاء الغذائي وتأثيره على تحسين الأداء وتعزيز الانتعاش لدى الرياضيين

30:10 – 00:11 : مداخلة الأستاذ مويسي فريد - جامعة الشلف : الأنشطة البدنية والرياضية والصحة النفسية بين فعالية العلاج وإشكالية التوصيف

00:11 – 30:11 : مداخلة الأستاذ محجوب عرايبي لحسن - جامعة تيسمسيلت : محور "الطب الرياضي" في لوائح الاتحادية الجزائرية لكرة القدم،

11:30 – 00:12 : فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الافتتاحية

00:12 – 00:14 : ورشة الجداريات + وجبة الغداء

00:14 : انطلاق الورشات الحضورية والورشات عن بعد

رئيس الجلسة : د/شعلال مصطفى اسماعيل

الجلسة الحضورية الأولى

مقرر الجلسة: أ/بن عربية رشيد

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة)	عنوان المداخلة
من الساعة 14 :00 إلى الساعة 15 :30	Kharoubi M.F, Ouadah A.A, Benrabah .k, Benaadja .M	L'entrainement de haute intensité « Entre l'amélioration de la performance et l'optimisation de la santé »
	بوعلي لخضر إيدرموش عبد العزيز هامل بوحايك	دراسة مستوى اتجاهات ممارسة النشاط الرياضي لطلبة السنة أولى جذع مشترك من خلال معرفة محددات اللياقة البدنية
	بلال بوذينة فاتح طبلاوي	تأثير الممارسة الرياضية على تخفيض الوزن و تنمية الرشاقة لدى النساء 20-30 سنة
	نعاس عبد السلام عسلي حسين صياد حاج	دور الممارسة الرياضية في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ المصابين بداء السكري دراسة ميدانية أجريت على مستوى ثانويات ولاية البيض
	مزور غوثي	The Potential of Using Virtual Reality For Enhancing Sports Injury Rehabilitation: A Review of Applications and Emerging Evidence.
	غانس محمد	النشاط البدني الرياضي وأثره في التعافي من الإدمان على الأدوية النفسية
		فتح النقاش حول مداخلات الجلسة



مقرر الجلسة: أ.د. / قرقور محمد

الجلسة الحضرية الثانية

رئيس الجلسة : أ.د. / ربوح صالح

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	عنوان المداخلة
ابتداء من الساعة 15 :30	مالك محمد عليش عيسى طبيبي الطيب	التغذية الرياضية الصحية وأهميتها في تفادي الإصابة بهشاشة العظام لدى الرياضيين الناشئين U13
	بوعبدلي بولنوار فتحي بورنان مصطفى الشريف	العلاقة بين الغذاء والنشاط البدني
	يونس ادريس بدر حوامده يحيياوي محمد سامر محمد عبد الوارث	دور الاختبارات الوظيفية FMS كأداة للتنبؤ من أجل الوقاية من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر الشباب الرياضي لبلدية العيون
	خوجة يوسف	برمجة الفترة الانتقالية في علاج الخمول البدني لدى لاعبي كرة القدم فئة اقل من 21 سنة
	خوجة يوسف ميم مختار بلقاضي عادل	استراتيجية برمجة الفترة الانتقالية في علاج الخمول البدني لدى لاعبي كرة القدم فئة اقل من 21 سنة.
	علاء الدين حمودي رابح بلقوشي خالد شنوف	واقع اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلميذات بالطور الثانوي
	كوردورلي محمد ميم مختار قوال عدة	أثر برنامج تدريبي مكيف لتعديل نسبة السكر في الدم والمحافظة عليه خلال ممارسة النشاط الرياضي عند المصايين بداء السكري.
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة		



رئيس الجلسة : د/ حمزة صديق

الجلسة الحضورية

مقرر الجلسة: د/ طبالوي فاتح

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	عنوان المداخلة
من الساعة 14 :00 إلى الساعة 16:00	ديلم رضوان نحال حميد سعايدية الهواري	دور الأنشطة البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية عند المسنين
	بوهطال امين احمد محمد أ/د بوخراز رضوان بن حامد محمد	اثر ممارسة الألعاب الجماعية على الصحة النفسية و التوافق الاجتماعي عند الأطفال من (10 إلى 12 سنة) من وجهة نظر المؤطرين
	بوشارب رفاهية فريتيج عبد المجيد	مساهمة الألعاب شبه رياضية في تعزيز الصحة النفسية والعقلية في الوسط المدرسي
	دينس محمد سعدودي الشيخ	واقع الاستحمام بالماء البارد واثرة على الحالة المزاجية لدى لاعبي كرة القدم
	نايل كسال عزيز رعاش كمال	الممارسة الرياضية و الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة		



الورشة الافتراضية الأولى : الممارسة الرياضية كوسيلة للوقاية والعلاج

رئيس الجلسة: د/ بارودي محمد أمين الجلسة الافتراضية الأولى مقرر الجلسة: د/مداح رشيد + د/عليش عيسى

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	عنوان المداخلة
من الساعة 14 :00 إلى الساعة 16:00	حاسي حبيب الغالي بن برنو عثمان ادريس خوجة محمد رضا	أثر برنامج ترويجي علاجي في تخفيف ألم مفصل الركبة عند المسنين 60 - 70 سنة
	بوحاج سباع بن ديدة مصطفى عماري سوهيلة	دور الجمعيات الرياضية على مستوى المركبات الرياضية لمحاربة الآفات الاجتماعية
	شالوش معتز بالله خروبي محمد فيصل كورداس خالد	التحضير البدني المبني على أسس غير علمية كسبب في حدوث الإصابات الرياضية في رياضة الجيدو
	منصوري نبيل دحماني جمال	تحديد الحمل الزائد مؤشر لظهور الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية على مستوى اندية ولاية البويرة
	سويسي منال مسعود مرابط بوكريعة خير الدين	أثر برنامج ترويجي مقترح في التخفيف من آلام أسفل الظهر لدى المصابات بالسمنة بعمر 20-30 سنة
	جلطي طيب قندوز الغول خليفة بلعروسي سليمان بوتميزين ابراهيم	تكوين المدربين من جانب الطب الرياضي وعلاقته بالتقليل من حدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر
	نايل بن عليية فيرم الطيب	فاعلية برنامج ترويجي رياضي مقترح باستخدام ألعاب شبه رياضية في التخفيف من السلوك الانسحابي لدى أطفال التوحد.

أهمية استخدام تمارين الحس عميق (proprioceptive training) في التقوية العضلية للأطراف السفلية و الوقاية من إصابة عضلات الفخذ الخلفية لدى لاعبي كرة القدم	قرومي الحسين دراجي عباس سعيد أمين
دور وحدات الكشف والمتابعة للصحة المدرسية في ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي- دراسة ميدانية بثانويات ولاية سوق أهراس-	بن علوش عادل بن سايج سمير
دور الأنشطة الرياضية الهوائية في تحسين عملية التنفس لمريض الربو	بوفريدة عبد المالك
L'activité physique et l'indice glycémique pendant la COVID19	BOUZOUALEGH Manar KEBAILI Lilia BELKADI Adel
تأثير برنامج هوائي بالمشي المصاحب لبرنامج غذائي للتقليل من ارتفاع ضغط الدم لدى عينة من كبار السن المصابين بضغط الدم المرتفع دراسة ميدانية على بعض كبار السن المصابين بضغط الدم بولاية المسيلة	بوسعد مراد زيشي نورالدين سنوسي عبد الكريم
تأثير التمارين الرياضية الهوائية على أيضا السكريات لدى المصابين بمرض السكري الصنف الثاني	صالح فتحي
اللياقة البدنية كحلقة وصل بين الوقاية والعلاج.	معمر مروي بن طاطا قادة
دور النشاط البدني الرياضي التربوي في الوقاية من ظاهرة الإدمان الإلكتروني عند الأطفال.	شرابشة رفيقة
أثر برامج تدريبية هوائية في تحسين الوظيفة التنفسية لدى المصابين بالربو	قرقور محمد ربوح صالح حربي سليم
دراسة تحليلية لتقييم أثر تدريبات المقاومة على مستويات الضغط الدموي	بن درف خالد صبان محمد زيتوني عبد القادر
الاصابات والأمراض الجلدية الناتجة عن الممارسة الرياضية عند لاعبي كرة القدم الوقاية والعلاج	قرين وليد
أثر برنامج تدريبي مقترح للمشي على الرمال في خفض ضغط الدم لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم	ضيف محمد البشير بلعسل الحاج
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة	

سيتم إرسال رابط التحاضر عن بعد للجلسة عبر البريد الإلكتروني للمشاركة قبل انطلاقها بنصف ساعة

عنوان المداخلة	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	التوقيت
مراقبة الحمل التدريبي وعلاقته بالإصابات العضلية للأطراف السفلية عند لاعبي كرة القدم	زاوي عبد القادر - بن دحمان محمد نصر الدين فغلول سنوسي	من الساعة 14:00 إلى الساعة 16:00
تأثير التدريب المشترك على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وارتفاع ضغط الدم لدى الأشخاص المصابين بالسمنة	حاج بلعسل - ناصر عبد القادر	
دور الإعداد البدني في الوقاية من بعض الإصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي كرة القدم	مسعي أسامة - فراحتية صبيرة	
L'importance des analyses médicales pour détecter l'état de l'hydratation dans le corps du joueur pendant le jeûne du Ramadan	مويصة عمار - سليمان عيسى	
واقع الطب الرياضي وأثره على الوقاية من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم	مسعي أسامة - فراحتية صبيرة - طنبية ساعد	
دور الممارسة الرياضية المدرسية في تحقيق تكامل الشخصية لدى تلاميذ الطور الثانوي	بن يوب عبد العلي	
اهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي في الوقاية من بعض الامراض النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي	شتوي نورالدين - دردون كنزة- حمزة صديق	
إسهامات الأنشطة الرياضية الترويحية في تحقيق الحاجات النفسية لدى فئة العمر الثالث	قرقوز محمد-بن سميثة العيد- حيدات خالد	
إصابة الرباط الصليبي الأمامي عند الرياضي المحترف والهاوي	علي زروقي سيد أحمد- زيتوفي عبد القادر:	
تأثير التمارين الرياضية على الأفراد وتكوين المجتمعات المتوازنة والصحية: دراسة سوسيولوجية "	بوخدوني توفيق	
دور النشاط البدني الرياضي الترويحي في خفض من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية	إسماعيل محمادي- تقي الدين قادري- حمية رشيد	
النشاط الرياضي ودوره في الوقاية من تعاطي المخدرات لدى تلاميذ الطور المتوسط	سعاده سليم- شتيوي عبد المالك	
دور الأنشطة البدنية الرياضية الهوائية في الوقاية من السمنة لدى المراهقات في عمر (15-17 سنة)	بقشوط أحمد - وجدي عدة - سعداوي محمد	
تأثير الجهد البدني على الضغط الدموي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	برجم رضوان - قدرى عبد الناصر	
دور الأنشطة البدنية والرياضية في تحسين القدرات الوظيفية التنفسية لدى أطفال الربو	عجال طويل - نور الدين صغير- حبيب عقبوبي	
الجري الهوائي كوقاية من أمراض الجهاز الوعائي والتنفسي	خضاري احمد ياسين - قاسم مختار- سالم بن سالم	
Activité physique adaptée et l'enfant obèse	خودير صفيان - بوسعدية يعقوب	
دور ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على تحسين فعالية الأجهزة الوظيفية لدى الرياضيين	حمزة صديق - عرابي سعاد	
effectiveness of a HIIT protocol on the loss of fat mass in young obese people	OUDDAK Mohamed BOUDOUANI Abderezzek GOUMIDI Mohammed lamine	
دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بالتفوق الرياضي - أشمال	بن ساسي رضوان - بن نعجة محمد - شعلال مصطفى	
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة		

الورشة الافتراضية الثانية: الطب الرياضي والاختبارات الفسيولوجية

مقرر الجلسة: د/زياني زكرياء

الجلسة الافتراضية الثالثة

رئيس الجلسة: أ.د/ نغال محمد

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	عنوان المداخلة
من الساعة 14 :00 إلى الساعة 16:00	بومدين طارق - قصير عبد الرزاق	اثر التدريب باستعمال ساعات GPS في تنمية الاستشفاء لدى الرياضيين
	سليمان هزوشي	دور الطب الرياضي في الوقاية من الإصابات الرياضية للاعبين كرة القدم أكابر
	زيطوفي عبد القادر	دراسة ميدانية للاعبين كرة القدم أكابر نادي حاسي بجيج. نادي الزعفران. نادي عين وسارة
	بوشارب رفاهية - سعايدية الهواري	الرابطات الجهوية البليدة
	هدوش عيسى	إصابة الرباط الصليبي الأمامي عند الرياضي المحترف والهاوي
	أ : شلال اسماعيل مصطفى بن ساسي رضوان - حربوش محمد	مفاهيم حديثة حول الصحة والاستشفاء في رياضات المستوى العالي
	فرساوي عادل - القصار الماحي	le contrôle médico-sportif
	وليد عز الدين - قبال مراد	أهمية الفيسيولوجيا في التدريب والمجال الرياضي
	لعبيدي عبد الرحيم - سالم العياشي	ثروحات تدريبية مقترحة مع استعمال المكملات الغذائية على تحسين نسبة الكرياتين في الدم للاعبين كمال الأجسام هواة
	دالي حميد - بلعروسي سليمان	واقع اعتماد تطبيقات الطب الرياضي (المراقبة الطبية والفحوصات الدورية) داخل اندية كرة القدم ومدى انعكاسها على التقليل من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم.
	رقاد مريم	أهمية المراقبة الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم في تحسين وزيادة الاداء الرياضي
	نغال محمد	تطور التكامل بين الطب والرياضة: رؤية مستقبلية لتعزيز الصحة العامة في عصر التحول التقني
	ونداجي هيثم - حدادي خالد	L'importance des mesures physiologiques chez les jeunes footballeurs
	محمد سفيان زروقي جمال سليم محي الدين خالد كتاب	فعالية بروتوكول تدريبي مقترح مبني على تمارينات (HIIT) في تحسين بعض المؤشرات الفسيولوجية

فتح النقاش حول مداخلات الجلسة

سيتم إرسال رابط التحاضر عن بعد للجلسة عبر البريد الإلكتروني للمشاركة قبل انطلاقها بنصف ساعة

الورشة الافتراضية الثالثة: الرياضة والصحة النفسية والعقلية

رئيس الجلسة : أ.د/ نحال حميد

الجلسة الافتراضية الرابعة

مقرر الجلسة: د/ بوشامة فريد

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	عنوان المداخلة
من الساعة 14:00 إلى الساعة 16:00	شافع عامر - دراجي عباس - ففولي سمير	تأثير التدخلات في النوم على الأداء الرياضي، تحليل سردي
	قدور محمد - مهدي محمد - قرش العجال	أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية.
	د.قدراوي براهيم اسماعيل بوسيف	العمليات العقلية (الفعل الحركي. الفعل الكامن) وعلاقتها ببعض المهارات الاساسية بكرة القدم
	خرفي رضا توفيق- شلال اسماعيل مصطفى	الممارسة الرياضية في وقت الفراغ وعلاقتها بالصحة النفسية
	نعار ریحانة - مخطاري عبد الحميد غزالي عبد القادر	الآثار النفسية والجسمية للتربية البدنية والرياضية
	ربوح لخضر - شالي محمد	دور السباحة الترويحية في تعزيز الصحة النفسية لذوي الاحتياجات الخاصة
	بن دراجي عبد الرفيق - مقي عماد الدين	مدى تأثير الممارسة الرياضية على الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط والطور الثانوي
	حسناني عادل - عويسي ايمان	أثر ممارسة النشاط الرياضي على تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة
	قاسمي نور الهدى - براهيم طارق	انعكاس ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تحسين الصحة النفسية
	بوعلام بوزيان - شرفي عامر	□ (القلق) على متربي التكوين و التعليم المهنيين
	غلاب حكيم - خلفه عماد الدين - قندوز هشام	اثر برنامج العلاج النفسي المقترح في التقليل من الاستجابة الانفعالية المرتبطة بالإصابة الرياضية
	غول إبراهيم - بوجمية مصطفى - حمدان خالد	دور الرياضة المدرسية في تنمية الدافعية نحو التعلم وتحقيق توازن في الصحة النفسية عند المتعلم المتمدرس
	ميمي عبد الله - بعزي احمد - سعيد إبراهيم الخليل	دور النشاطات الرياضية التربوية في تخفيض الضغط النفسي لدى تلاميذ البكالوريا
	عرايبي الشيخ - زياني زكرياء	الاسترخاء العضلي كأحد العوامل لتخفيف قلق المنافسة في مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة القدم
	لبشيري أحمد - والي عبد النور - بن زجمة نور الدين	تحديد مستويات معيارية لدرجات الوعي الصحي للتلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي
	قيصاري علي - لعش عبد الله	دور التحضير النفسي في الرفع من مستوى أداء لاعبي كرة القدم
	سعيد زروقي جمال	دور الجمعيات الرياضية في تحقيق التفاعل الاجتماعي بين الأفراد
	نحال حميد - ديلم رضوان	دور الجمعيات الرياضية في تحقيق التفاعل الاجتماعي بين الأفراد
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة		

سيتم إرسال رابط التحاضر عن بعد للجلسة عبر البريد الإلكتروني للمشاركة قبل انطلاقها بنصف ساعة

الورشة الافتراضية الرابعة : التغذية الرياضية

رئيس الجلسة : د/مجاهد مصطفى

الجلسة الافتراضية الرابعة

مقرر الجلسة: د/عزيزي زكرياء

التوقيت	الباحث (ة) المتدخل (ة) / الجامعة	عنوان المداخلة
من الساعة 14 :00 إلى الساعة 16:00	توامي أيوب - عصاب ابراهيم	دراسة تحليلية لتأثير التغذية الصحية على أداء الرياضي
	زحراح علي - أمزيان أسامة	استراتيجيات التحكم في مستويات الطاقة لدى عدائي الماراثون.
	بلبلول لبشيري أحمد موسى شهاب مراد	السلوك الغذائي عند الرياضيين وانعكاسه على الرياضي
	بوسعدية يعقوب - كورداس خالد	تأثير العوامل البيوطبية المجهرية على تغيرات الوزن لدى الرياضيين.
	كورداس خالد - بوسعدية يعقوب شالوش معتز بالله	القوة الانفجارية كعامل تنبؤي للوقاية من الإصابات الرياضية غير الاحتكاكية لدى لاعبي كرة القدم-دراسة ميدانية على بعض اندية القسم الوطني الثاني هواة
	جعفري أسماء- قندز علي- بردي طه إلياس	مستوى الوعي الغذائي لدى عينة من طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضي – ام البواقي-
	السيد علي مرارقة - مرتات محمد يعقوب بن قسبي	واقع التغذية في رياضة السباحة
	حمداوي سفيان - حشاني راجح- خولة حمداوي	تأثير نوعية التغذية على أداء حكام كرة القدم أثناء المقابلات
	بلحاج رفيق – نجايمي عبد الله نور الدين	دراسة بعض الأسس العلمية لضبط الوزن و علاقته بتحسين الأداء الرياضي
	قرة لطفي- ناصر عبد القدر- بن زيدان حسين	دور الوعي الغذائي الصحي في تخفيض الوزن لدى تلاميذ المدارس (المرحلة المتوسطة)
	بوعلام عبد الإله - واضح أحمد الأمين لخضاري عبد القادر	واقع الوعي بمخاطر المكملات الغذائية التكنولوجية الصناعية
	نور الإسلام دحامية- جمال سراحية	أهمية التغذية الرياضية عند لاعبي كرة القدم في المستوى العالي-دراسة ميدانية على مستوى بعض الأندية الجزائرية المحترفة لكرة القدم.
	مراد قهلوز- زوبير لطرش	تناول المكملات الغذائية لدى ممارسي رياضة كمال الأجسام
	خلفاوي لزهاري	تأثير برنامج تدريبي مقترح بالأغذية الطبيعية في تنمية الأداء البدني والوظيفي -دراسة على رياضيين كمال الأجسام-
	بردي طه إلياس - زروقي محمد سفيان خروبي محمد فيصل	استراتيجيات غذائية عملية للاسترداد بين المباريات المتكررة المكثفة عند نخبة لاعبي كرة القدم
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة		

سيتم إرسال رابط التحاضر عن بعد للجلسة عبر البريد الإلكتروني للمشاركة قبل انطلاقها بنصف ساعة

يجب على كل باحث مشارك بجدارية تسجيل الحضور على الساعة 08:30 والقيام بتثبيت الجدارية في المكان المخصص لذلك حسب

التوقيت	الباحث (ة) صاحب الجدارية	عنوان الجدارية
من الساعة 12 :00 إلى الساعة 14:00	مزارة بغداد - مختاري عبد الحميد	المؤشرات الفيزيولوجية (القدرة الهوائية) للاعب كرة القدم باستخدام الاختبارات المعملية
	قنون أحمد - سي العربي شارف - سربوت محمد رضا	اختبار صلابة القلب روفي ديكسون (REFER DIKSON) باستخدام حزام بولار "POLAR H9" في حساب نبض القلب أثناء الراحة وبعد المجهود لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة لنادي اشبال الجلفة.
	مداح رشيد - بلعروسي سليمان - صابر خالد	اهمية الاختبارات الفيزيولوجية الحديثة في عملية الانتقاء والتوجيه في كرة اليد
	محمد الجبالي - سليمان عزوني	دور الألعاب المصغرة في تطوير السرعة الهوائية القصوى لدى لاعبي كرة القدم أكابر
	قمري هاجر - غزالي عبد القادر	واقع الوعي الغذائي لدى مارسي رياضة كمال الأجسام، دراسة ميدانية على رياضي كمال الأجسام بولاية الشلف
	عيموش بلال - نغال محمد - محجوب عرايبي لحسن	أثر برنامج فيفا (+11) في التخفيض من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم
	قدور محمد - قراش العجال - جيلالي ربيعة	تحديد مستوى الثقافة الغذائية عند طلبة معاهد التربية البدنية والرياضية
	زاير مراد - بن ساسي رضوان - بوسيف اسماعيل	واقع استخدام الذكاء الاصطناعي في تحليل معطيات الاختبارات البدنية والفيسيولوجية للاعب كرة القدم أثناء عملية الانتقاء
	جيلالي ربيعة - سعايدية هوري - قدور محمد	فاعلية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وانعكاساته على صناعة الوعي الصحي لدى النساء العاملات في مختلف القطاعات.
	عماري سوهيلة - مسكف حورية	دور ممارسة الرياضة للوقاية من أمراض العصر
	قريقة أبوبكر الصديق - حميدة خالد خلفاوي لزهاري	أهمية ممارسة رياضة الكاراتيه لتعزيز الصحة النفسية والبدنية لدى رياضي كبار السن 40 سنة فما فوق
	شروددي حمزة - دريادي نورالدين زيدان عبد الطيف	العلاقة بين الرياضة الصحية والضغط النفسية لدى الطالب الجامعي
	محفوظ فيصل - يحيياوي محمد - بن غالية محمد	الصحة النفسية للرياضيين: دراسة نظرية للأمراض والأزمات النفسية وطرق التعامل معها
	جيلالي ربيعة - سعايدية هوري - قدور محمد	فاعلية النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من درجة الاكتئاب لدى كبار السن (60_65) سنة. (دراسة ميدانية بالمركب الرياضي قايد احمد ولاية تيارت)
	بورزامة راج - أوسماعيل صفية - أوسماعيل مخلوف	تطبيقات الواقع المعزز في تحسين أداء الرياضيين
	شرفي شريفة - بن قديدح مريم - قرينعي عبد القادر	دور الرياضة اللاصفية في عملية انتقاء وتوجيه التلاميذ نحو التكوين المهني





برنامج اختتام فعاليات الملتقى

- 17:00 : كلمة الأستاذ فتحي صالحى -- رئيس الملتقى
- 17:10 : قراءة توصيات الملتقى من طرف رئيس اللجنة العلمية
- 17:30 : الإعلان عن اختتام فعاليات الملتقى العلمي الوطني الثامن



جامعة تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الملتقى العلمي الوطني الثامن بعنوان:



العلوم الطبية في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وأثرها على الصحة العامة للمجتمع

عنوان المداخلة: تحديد مستويات معيارية لدرجات الوعي الصحي للتلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي

- 1- لبشيري أحمد الدرجة العلمية: أستاذ محاضر "أ" الجامعة : المسيلة
2- والي عبد النور الدرجة العلمية: أستاذ محاضر "أ" الجامعة : المسيلة
3- بن نجمة نور الدين الدرجة العلمية: أستاذ محاضر "أ" الجامعة : المسيلة
- رقم الهاتف: 0674.79.01.52 البريد الإلكتروني: ahmed.lebchiri@univ-msila.dz

محور المداخلة: الرياضة والصحة النفسية والعقلية

نوع المشاركة : عن بعد

الملخص :

هدفت هذه الدراسة إلى استنباط مستويات معيارية لدرجة الوعي الصحي للتلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي ومقارنة هذه المستويات بالمحككات الإحصائية المعيارية، حيث تم اختيار عينة عشوائية حجمها 60 تلميذ بطريقة احتمالية من الحجم الكلي المجتمع الإحصائي المستهدف، وبغية استخلاص البيانات طبق الباحثون مقياس الوعي الصحي من خلال اجراءات المنهج الوصفي، يمكن للباحثين تحديد أهم الأساليب الإحصائية المناسبة من خلال المؤشرات الوصفية والدرجة المعيارية التائية (T-score) باستخدام برنامج SPSS وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

❖ المستوى المعياري للدرجة الكلية للوعي الصحي ضمن المستوى الجيد ونسبة أكبر من النسبة المقررة لها في التوزيع الطبيعي (34.13%).

❖ المستوى المعياري لأبعاد الوعي الصحي ضمن المستوى الجيد ونسبة أكبر من النسبة المقررة لها في التوزيع الطبيعي (34.13%).

1/ إشكالية الدراسة:

يشكل النشاط البدني الرياضي التربوي وسيلة لتحقيق وبلوغ أعلى درجات وسلوكات الوعي الصحي والتي يكون المتعلم أكثر فاعلية وتكون سلوكاته تتم عن مدى وعيه واستفادته من الممارسة الرياضية مقارنة بأقرانه غير الممارسين، وبالتالي القدرة على تحديد الفروق وبدقة وماهي مجالات وأبعادها على نواتج ومخرجات الأداء الحركي.

لذا فالعلاقة القائمة بين الصحة والتربية علاقة قوية ومتواصلة، اخذين بالحسبان كيف يمكن للتربية والتعليم ان تزود الطلبة بالمعارف الصحية المتنوعة ودعمها وتطويرها بالوسائل التعليمية المناسبة نظرا للارتباط القوي بين الوعي الصحي والتعليم، فالوعي الصحي يأتي منسجما مع النظرة إلى التربية على أنها أداة تنمية شاملة ومتوازنة للإنسان من النواحي الجسمية والعقلية والوجدانية. (بسام سعد الإمامي، 2007، ص 2-1)

يعتبر الوعي الصحي أحد أهم نواتج العملية التعليمية والمرتبطة بممارسة النشاط البدني التربوي، حيث يمثل نقطة بداية لمدرجات التلميذ في المتطلبات المحيطة به والتي اكتسبها من خلال ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية، كما أن هذا الأخير يساهم بطرق مباشرة وغير مباشرة في زيادة الوعي الصحي لديهم من خلال نواتج التعلم البدنية والعقلية ومنها يتشكل لدى التلميذ وعي صحي مرتبط بكافة المتغيرات التي تؤثر في هذا الاتجاه، ولهذا فإن الوقوف على العوامل التي تتداخل فيما بينها بغية تحديد مستوى معين للوعي الصحي يمكن من تحديد



نقاط القوة التي يمكن تعزيزها و نقاط الضعف بغية تلانيها من خلال تقييم علمي مرتبط بمحكات احصائية تحدد المدلول العام للوعي الصحي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني التربوي، بالإضافة إلى مقارنة معدلاتهم مع نظرائهم من أجل اتخاذ القرار بنوع التأثير في زيادة تباين معدلات درجات الوعي الصحي للتلاميذ والتي تعطينا تقييم عن مدى فاعلية ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في بناء الوعي الصحي لدى المتعلم، النشاط البدني الرياضي يمثل وسيلة لتحقيق جملة من الأهداف المرتبطة بعدديد الجوانب والتي منها الجانب الصحي من خلال استشارته لمتغيرات متعلقة بالمتعلم في حد ذاته، وهو بذلك يسهم في زيادة درجات الوعي الصحي لديهم بما يضمن تحقق الأهداف العامة والخاصة للنشاط البدني الرياضي التربوي كأداة فعالة للارتقاء بمستويات الوعي الصحي للمتعليم، وما يوفره من معلومات تنعكس بصورة ايجابية على المنظومة التعليمية.

يتطلب تحديد المستويات المعيارية لمتغير الوعي الصحي للتلاميذ الممارسين دون غيرهم للنشاط البدني الرياضي معرفة جوانب الدرجات المعيارية بكل تفصيلها وكيفية المقارنة المبنية على نسب التوزيع الطبيعي الاعتدالي مع النسب المتحصل عليها من التكرارات الحقيقة للتلاميذ من خلال درجاتهم الكلية للوعي الصحي وأبعاده، ومنها القدرة على المقارنة وتحديد المستوى الذي تنتمي له درجات التلاميذ وبالتالي التقييم النهائي واستخلاص المستوى العام، والذي يمكن القائمين على النشاط البدني الرياضي من تقييم نواتج الممارسة وما مدى تأثيرها في بناء وتعزيز القيم الصحية بما يحقق الأهداف المرجوة، وبالتالي فالدرجات المعيارية وسيلة أساسية لاستخلاص المستويات ومقارنتها بمحك احصائي وما مدى استخلاص مستويات معيارية لمتغير الوعي الصحي لدى المتعلمين في ضوء ممارستهم للنشاط البدني الرياضي، وانطلاقا مما سبق نطرح التساؤل التالي:

➤ ما هو مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي وهل هي ضمن المستوى المعيارى الجيد؟

2/الفرضية العامة:

➤ تتحدد المستويات المعيارية الناتية للدرجات الكلية للوعي الصحي لدى عينة الدراسة ضمن المستوى الجيد وفق نسب التوزيع الطبيعي الاعتدالي.

3/أهمية الدراسة:

✍ تحديد العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي و الوعي الصحي ومدى التباين المشترك بينهما.

✍ تحديد مساهمة النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز الوعي الصحي لدى التلاميذ.

4/أهداف الدراسة:

✍ استخلاص المستويات المعيارية التي تتواجد ضمنها درجات الوعي الصحي بجميع ابعاده لدى عينة الدراسة.

✍ التقدير الكمي لمستويات الوعي الصحي ضمن محكات مرتبطة بتوزع البيانات ضمن التوزيع الطبيعي.

✍ التقييم العلمي لمستوى الوعي الصحي لدى عينة الدراسة ضمن المحكات الإحصائية من أجل إصدار الأحكام واتخاذ القرارات.



جامعة تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الملتقى العلمي الوطني الثامن بعنوان:



العلوم الطبية في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وأثرها على الصحة العامة للمجتمع

5/تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.5/المستويات المعيارية: يعد مفهوم معايير الاختبار من المفاهيم الأساسية المتعلقة بتفسير درجات الاختبارات مرجعية الجماعة أو المعيار فالدرجة التي يحصل عليها فرد في اختبار ما والتي تسمى الدرجة الخام لا يكون لها معنى ويصعب تفسيرها ولا تصلح للمقارنة مع درجته في اختبارات أخرى أو مع درجة شخص آخر على الاختبار نفسه أو في اختبارات أخرى ما لم يتم إسنادها إلى نظام مرجعي فهذا النظام هو الذي يسمح باستخلاص معلومات مفيدة من درجات الاختبار إذ يشير مصطلح المعايير إلى متوسط جماعة معينة من الأفراد على أحد الاختبارات تسمى باسم (الجماعة المعيارية Norm group) والمقصود بالمستويات المعيارية هي قيم تحويل الدرجات الخام وتستخدم في مقارنة مستوى أداء فرد معين بمستوى أداء المجموعة التي ينتمي إليها وذلك عن طريق انحراف أي درجة عن المتوسط الحسابي لتلك المجموعة إذ إن درجة الفرد التي يحصل عليها في اختبار ما (الدرجة الخام) ليس لها معنى بحد ذاتها ولا تصلح للمقارنة مع درجته في اختبارات أخرى أو مع درجة شخص آخر على الاختبار نفسه أو على اختبارات أخرى إلا إن يتم تحويلها إلى درجات معيارية فالمعايير إذن مهمة لأنها عبرت عن كيفية أداء الآخرين على الاختبار فتوفر بذلك أساسا للمقارنة ، ومن الخطأ فهم الدرجات المعيارية على إنها مستويات ذلك أن الدرجات المعيارية معلومات تدلنا عن كيفية الأداء للأفراد في حين أن المستويات معلومات تدلنا على ما يجب أن يؤديه الأفراد (سلمان عكاب سرحان، 2013/2012، ص 5)، كذلك يشار على أنها هي المعايير القياسية التي تستخدم لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام بغرض تفسير هذه الدرجات وتقييم نتائجها. (مفتاح يوسف، عثمانى عبد القادر، 2021، ص 362)

2.5/الوعي الصحي: ويقصد به عملية إدراك الفرد لذاته وإدراك الظروف الصحية المحيطة وتكوين اتجاه عقلي نحو الصحة العامة، كما يقصد به أيضا جانب من الصحة العامة الذي يتعامل مع المشاركة المتضمنة والفعالة للأفراد في حل مشكلاتهم الصحية. (ربيع صالح واخرون، 2018، ص 228)

3.5/النشاط البدني الرياضي التربوي: يعد أحد الأشكال الراقية لظاهرة الحركية في المجتمعات المعاصرة وذلك لما يوفره للأفراد من فرص للتعبير الحركي عن الذات (مداني محمد، 2019، ص 215)

ويقصد بالنشاط البدني الرياضي التربية البدنية والرياضية، والتي تعرف " بأنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك. (بخناوي جمال واخرون، 2020، ص 109)

6/الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.6/منهج الدراسة: اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الاشكالية المطروحة، حيث يهدف هذا المنهج إلى التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميا عن طريق جمع البيانات ومعلومات معينة عن ظاهرة أو مشكلة وتصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة الدقيقة. (علي معمر عبد المؤمن، 2008، ص 287)

2.6/مجتمع الدراسة: المقصود بمجتمع الدراسة كل العناصر المراد دراستها، إن سحب جزء من مجتمع الدراسة يطلق عليه اسم العينة والعملية التي تتم بهذا الشكل يطلق عليها المعاينة (مندر عبد الحميد الضامن، 2007، ص 160)، وهذا ما يشمل جميع تلاميذ ثانوية العقيد محمد شعباني ببلدية المجلد والممارسين للنشاط البدني والرياضي للموسم الدراسي 2024/2023



3.6/ عينة الدراسة: هي جزء من المجتمع يتم اختيارها وفق قواعد خاصة بحيث تكون العينة المسحوبة ممثلة قدر الإمكان لمجتمع الدراسة (عبد العال النعيمي وآخرون، 2015، ص 78)، ويشير الباحثون أنه قد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة وهي ضمن المعاينة الاحتمالية حيث كان حجم العينة (60) تلميذ شمل جميع المستويات وبنسب مختلفة لكل مستوى.

4.6/ أدوات الدراسة: تركز كل دراسة على مجموعة من الأسس والأدوات لجمع المعلومات عن موضوع الدراسة وهذا بغية تحقيق أهداف الدراسة (بشير أحمد، 2021، ص 106)، حيث اعتمد الباحثون للوصول إلى النتائج على مقياس الوعي الصحي، حيث قام بإعداد هذا المقياس مجموعة من الباحثين و هذا بغرض تحديد مستويات الوعي الصحي للأفراد، وقد اشتمل المقياس على 4 محاور (مجال التغذية؛ مجال الصحة الشخصية؛ مجال ممارسة النشاط الرياضي؛ مجال القوام) وهي تشكل بذلك أبعاد المقياس والذي تكون من 32 فقرة أو عبارة. وتكون سلم الاستجابة من خمس استجابات هي: درجة عالية جدا (5) درجات، درجة عالية (4) درجات، درجة متوسطة (3) درجات، درجة منخفضة (2) درجة، ودرجة منخفضة جدا درجة واحدة، وتم صياغة جميع الفقرات بصيغة تعبر عن معنى إيجابي لأنها تعبر عن مستوى الوعي الصحي. (عماد صالح عبد الحق وآخرون، 2012، ص 944)

4.7/ وصف أداة القياس: يتكون هذا المقياس من 4 أبعاد (مجال التغذية؛ مجال الصحة الشخصية؛ مجال ممارسة النشاط الرياضي؛ مجال القوام)

المتغيرات	العبارات
بعد التغذية الصحية	يشمل العبارات من 1 إلى العبارة 8
بعد مجال الصحة الشخصية	يشمل العبارات من 9 إلى العبارة 13
بعد ممارسة النشاط الرياضي	يشمل العبارات من 14 إلى العبارة 22
بعد القوام	يشمل العبارات من 23 إلى العبارة 32

7.5/ مفتاح التصحيح: تعتمد هذه الأداة على مفتاح تصحيح ليكرت خماسي، وهي بذلك سلم استجابات للمبحوثين تتدرج وفق مفتاح تصحيح للحصول على الدرجات الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الوعي الصحي.

المتغيرات	نوع الاستجابة				
	درجة عالية جدا	درجة عالية	درجة متوسطة	درجة منخفضة	درجة منخفضة جدا
	5 درجات	4 درجات	3 درجات	2 درجة	1 درجة



جامعة تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الملتقى العلمي الوطني الثامن بعنوان:



العلوم الطبية في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وأثرها على الصحة العامة للمجتمع

و على هذا تكون الدرجات الكلية للأبعاد والمقياس ككل في الجدول التالي:

الدرجات و المستويات		الأبعاد
أعلى درجة	أدنى درجة	
40	8	بعد التغذية الصحية
25	5	بعد مجال الصحة الشخصية
45	9	بعد ممارسة النشاط الرياضي
50	10	بعد القوام
160	32	الدرجة الكلية للوعي الصحي

8.6/ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة: تعتبر الأساليب الإحصائية أحد أهم النقاط التي تمكن الباحثين من اتخاذ القرارات واصدار الحكام بناء على مخرجاتها التي تعطينا الصورة الواضحة عن بيانات الدراسة ومدى صحة الافتراضات المقترحة من طرف الباحثين، وعلى هذا فقد تم الاعتماد على مجموعة من المعاملات الإحصائية التي تحدد فيما يلي:

❖ **الإحصاء الوصفي:** واشتمل على اهم المؤشرات الخاصة بمقاييس النزعة المركزية من خلال المتوسط الحسابي، بالإضافة إلى مؤشر هام من مؤشرات التشتت والذي يمثل الانحراف المعياري، كما تم حساب بعض قيم مقاييس الشكل والتي تضمنت الالتواء والتفلطح، كل هذه المؤشرات تعتبر نقطة الأساس لحساب الاختبارات الاستدلالية.

❖ **الإحصاء الاستدلالي:** استخدم الباحثون مجموعة من الاختبارات المرتبطة بالاختبارات العلمية و اللامعلمية وتمثلت أساسا في معامل الثبات، اختبار اعتدالية توزيع البيانات (Shapiro-Wilk)، الدرجة المعيارية الزائفة (Z-score)، الدرجة المعيارية التائية (T-score)، حيث تم حساب هذه الاختبارات الإحصائية عن طريق برنامج SPSS.

7/ عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1.7/ عرض نتائج قيم مؤشرات الإحصاء الوصفي لدرجات مقياس الوعي الصحي وجميع أبعاده لدى عينة الدراسة:

الجدول رقم (04) يمثل: نتائج قيم بعض مؤشرات الإحصاء الوصفي لدرجات مقياس الوعي الصحي وجميع أبعاده لدى عينة

الدراسة (ن=60)

المتغيرات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء	التفلطح
مجال التغذية الصحية	32.979	3.847	-0.458	0.433
مجال الصحة الشخصية	23.668	2.311	-0.791	-0.061
بعد ممارسة النشاط الرياضي	37.690	6.379	-0.715	0.467
مجال القوام	42.557	5.956	-0.627	0.463
الدرجة الكلية للمقياس	133.557	15.500	0.602	0.977



جامعة تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الملتقى العلمي الوطني الثامن بعنوان:



العلوم الطبية في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وأثرها على الصحة العامة للمجتمع

توضح نتائج الجدول القيم والمؤشرات الإحصائية الوصفية للدرجة الكلية للوعي الصحي وأبعاده لدى عينة الدراسة، حيث تمكننا هذه النتائج من القيام بحساب المعاملات الاستدلالية بغية الوصول إلى الدلالة الإحصائية لاتخاذ القرارات على ضوء الافتراضات المحددة سلفاً، حيث كانت قيم المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس الوعي الصحي ضمن المجال (23.668؛ 42.557) مع حفظ خصائص كل متغير من ناحية القيم المحكية المرتبطة بمفتاح التصحيح وعدد بنود المحور في حد ذاته، وهذا ما يقابله انحرافات معيارية ضمن المجال (±2.311؛ ±6.379) لكافة الأبعاد، ومن جهة أخرى فقد بلغت قيم المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للوعي الصحي لدى عينة الدراسة (132.44) وبانحراف معياري قدره (±15.50) كل هذه المؤشرات يضاف لها قيم معاملات الالتواء التي نلاحظ أنه ضمن المدى المسموح به نظرياً.

2.7/ عرض نتائج المستويات المعيارية للدرجات الكلية لمقياس الوعي الصحي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي:
الجدول رقم (05) يمثل: المستويات المعيارية للدرجات الكلية لمقياس الوعي الصحي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي
التربوي (n=60)

المستويات	الدرجة التائية	الدرجة الخام	النسبة المئوية %	النسبة المئوية المقررة في التوزيع الطبيعي %	التكرارات
ممتاز	80-70	178.944 - 163.444	00	2.14	00
جيد جداً	70-60	163.443 - 147.944	13.33	13.59	08
جيد	60-50	147.943 - 133.557	41.66	34.13	25
متوسط	50-40	132.443 - 116.944	28.33	34.13	17
مقبول	40-30	116.943 - 101.444	11.66	13.59	07
ضعيف	30-20	101.443 - 85.944	5	2.14	03

يتحدد المستوى التائي للدرجة الكلية للوعي الصحي لدى عينة الدراسة (n=60) ضمن المجال الجيد من خلال الدرجة التائية المقابلة لهذا المستوى (50-60) وهي بذلك حازت على أكبر تكرارات من عينة الدراسة وبمجال خام يمثل المجالين الأدنى والأعلى لهذه الفئة (133.557 - 147.943) وهذا ما يمثل (25) تكرار في الدرجات التائية من المجموع الكلي لكل المستويات، حيث كانت النسبة المئوية للتكرارات 41.66% وهي أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الاعتدالي والتي مكنت الباحثين من اصدار الحكم على المستوى العام لعينة الدراسة في مستويات الوعي الصحي.

كذلك يمكن تحديد الإطار العام للمستويات المتبقية من خلال أن المستوى المتوسط كان المستوى الثاني من ناحية مجالات الدرجة التائية الأكثر تكراراً ضمن المستوى (40-50) والتي اشتملت على (17) تكرار في الدرجات التائية ضمن المجال المحدد سلفاً، أما بخصوص مقارنة نسبتها المئوية مع ما يقابلها في التوزيع الطبيعي فقد كانت أقل مما حدد لها في التوزيع الاعتدالي.



جامعة تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الملتقى العلمي الوطني الثامن بعنوان:



العلوم الطبية في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وأثرها على الصحة العامة للمجتمع

ويشير الباحثون في هذا الصدد على أن المستويات المتبقية كانت بالترتيب التالي (جيد جدا- مقبول- ضعيف) وهذا ما يمثل مجموع التكرارات المتبقية على التوالي (08- 07- 03) ونشير في هذا التحليل على أن النسب المقررة في التوزيع الطبيعي لهذه المستويات السابقة كانت متباينة ودرجات مختلفة.

وعلى هذا الاساس تتحدد المقارنات بين المستويات لتعطي المستوى النهائي الذي هو المجال الحقيقي لمستويات عينة الدراسة في الدرجة الكلية للوعي الصحي من أجل اصدار الحكم النهائي المرتبط بمحك احصائي يعتمد على اعتدالية البيانات، وهي بذلك تضمن الترتيب الخاص بالمستويات المعيارية.

إن تحديد المستوى العام للعينة بناء على المعطيات السابقة يمكننا من استخلاص مجموعة احكام تبني عليها الحلول الاحصائية والمنهجية المرتبطة بالإشكالية المدروسة وتحديد نقاط التقاطع مع الأهداف العامة لممارسة النشاط البدني الرياضي لتحقيق الأهداف المرجوة.

3.7/ عرض نتائج المستويات المعيارية لبعء التغذية الصحية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي:

الجدول رقم (06) يمثل: المستويات المعيارية لبعء التغذية الصحية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التبروي (n=60)

المستويات	الدرجة الثانية	الدرجة الخام	النسبة المئوية %	النسبة المئوية المقررة في التوزيع الطبيعي %	التكرارات
ممتاز	80-70	43.407 -39.560	00	2.14	00
جيد جدا	70-60	39.559 -35.713	18.33	13.59	11
جيد	60-50	35.712 - 32.979	43.33	34.13	26
متوسط	50-40	31.866 -28.019	26.66	34.13	16
مقبول	40-30	28.018 -24.172	6.66	13.59	04
ضعيف	30-20	24.171 -20.325	5	2.14	03

يشكل تحديد مستويات معيارية نقطة هامة بغية الاستدلال على المقارنات بين درجات عينة الدراسة من جهة وتنظيمها وفق قواعد احصائية مشكلة من الدرجات الثانية (T-score) التي هي ضمن المجالات الإحصائية (20-80) وهي نقطة تعديل تم من خلال حساب الدرجة الزائية (Z-score) لبعء التغذية الصحية، وعلى هذا فالتباين في قيم مستويات المعيار الثاني مع نسبه المحددة له في التوزيع الاعتدالي، وهي مرتبطة بالمستويات المثالية للتوزيع الطبيعي ويكون الاختلاف مع النسب المتحصل عليها بناء على رتبة المستوى وتكراراته، ويشير الباحثون على ان درجات بعد التغذية الصحية كان ضمن المستوي الجيد ضمن مجال الدرجات الخام (32.979-35.712) وهذا ما يمثل 43.33% وهي أكبر من النسب المقررة ضمن التوزيع الطبيعي الاعتدالي لكلا المستويين، ونود الإشارة إلى أن الحكم في تحديد المستوى يكون بناء على المقارنة بين نسبته والنسب المقررة في التوزيع الطبيعي، والتي يمكن تحديد التدرج فيها على أن جل المستويات أقل مما ينبغي وفي المستوى الجيد والضعيف كانت هناك فوارق لصالح النسب الخاصة بتكرارات العينة.



8/مناقشة النتائج:

التربية الصحية هي عملية تربوية، يتحقق عن طريقها رفع الوعي الصحي عن طريق تزويد الفرد بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفته وميوله وسلوكه، من حيث صحته وصحة المجتمع الذي يعيش فيه (علي بن حسن بن حسين الاحمدي، 2002/2003، ص12). وعلى هذا فالباحثون يؤكدون على أن الممارسة الرياضية هي أحد مدخلات التربية الصحية السليمة التي تسعى الأمة لبلوغها، ومن ناحية أخرى فتحديد الدرجات المعيارية هو سبيل معرفة مدى الارتباط بين هذين المتغيرين ومدى نجاعة المناهج واهدافها فالوصول إلى المرامي والغايات ومنه تحديد المستوى العام وماهي سبل التحسين والتعديل علما أنها مرتبطة بمحركات هي من تمكنا من اصدار الأحكام وتحديد الفروق بين الممارسين ونظرائهم غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

النشاط البدني الرياضي التربوي أحد أهم مجالات تحسين وتطوير وتعديل الاتجاهات وسلوكات المتعلمين لما يشمله من أدوات ووسائل تمكنه من تحقيق أهدافه، وهو بذلك يستغل الحركة وجوانبها لتحقيق الغايات منه، ويشار في هذا أن من بين المجالات المرتبطة به التربية الصحية والتي تشمل كافة المتغيرات والعوامل المحددة لكل مفاهيم الصحة والتي منها الوعي الصحي السلوك الصحي وغيرها من المفاهيم. حيث يشير في هذا الصدد (مياء الدين سلامة 1997) بأن التربية الصحية جزء هام من التربية العامة فلذلك هي تعمل على تعديل وتطوير سلوكهم الصحي لتحقيق السلامة والكفاية البدنية وأن النشاط الرياضي من بين طرق وأساليب التربية الصحية. (براهيمي عيسى واخرون، 2016، ص135-136) وعلى العموم يتحدد المستوى العام لعينة الدراسة في الوعي الصحي لديهم في المستوى الجيد وهو مؤشر قوي على فاعلية النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق درجات عالية من الوعي الصحي والقدرة على التأثير فيه من خلال سلوك التلاميذ وبناء متعلم واعى صحيا وبدرجة عالية من الكفاءة لتحقيق واشباع متطلباته.

9/نتائج الدراسة:

❖ المستوى المعياري للدرجة الكلية للوعي الصحي ضمن المستوى الجيد وبنسبة مقابلة هي أكبر من النسبة المقررة له في التوزيع الطبيعي (34.13%).

❖ المستوى المعياري لأبعاد الوعي الصحي ضمن المستوى الجيد وبنسبة مقابلة هي أكبر من النسبة المقررة له في التوزيع الطبيعي (34.13%).



قائمة المصادر والمراجع:

- ❖ بختاوي جمال، ساغي عبد القادر، مقراني جمال (2020): تأثير مادة التربية البدنية والرياضية في تكوين شخصية المراهق في الطور الثانوي بالغرب الجزائري، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد السابع، العدد السابع عشر.
- ❖ بسام سعد الإمامي (2007): مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسات الصحية لدى طلبة المرحلة الأساسية في مداس محافظة معان، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج و التدريس، عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة.
- ❖ رباح صالح، قاسم عبد الهادي، بومدين قادة (2018): مدى مساهمة الإعلام الرياضي في نشر الوعي الصحي لدى كبار السن في الوسط العملي، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد الخامس، العدد الثاني.
- ❖ سلمان عكاب سرحان الجنابي (2013/2012): الدرجات والمستويات المعيارية (المحاضرة رقم 05)، جامعة الكوفة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، الدراسات العليا/ الماجستير.
- ❖ علي بن حسن بن حسين الاحمدي (2003/2002): مستوى الوعي الصحي لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوي طبعي وعلاقته باتجاهاتهم الصحية في المدينة النبوية، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- ❖ علي معمر عبد المؤمن (2008): البحث في العلوم الاجتماعية، الطبعة الأولى، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة، مصر.
- ❖ عماد صالح عبد الحق، مؤيد شناعة، قيس نعيات، سليمان العمدة (2012): مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، المجلد السادس والأربعون، العدد الرابع.
- ❖ عيسى براهيم، حسناء صلحاي، فاطمة الزهراء زيدان (2016): دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية، مجلة دفاتر المخبر، المجلد الحادي عشر، العدد الثاني.
- ❖ لبشيري أحمد (2021): تأثير استخدام التصور العقلي في برنامج الإعداد البدني السنوي على تحسين القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3
- ❖ محمد عبد العال النعيمي، عبد الجبار توفيق البياتي، غازي جمال خليفة (2015): طرق ومناهج البحث العلمي، طبعة مزيعة ومنقحة، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ❖ مداني محمد (2019): تأثير النشاط البدني الرياضي على التلاميذ مفرطي الحركة في حصة التربية البدنية والرياضية الطور الابتدائي، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد السادس، العدد الخامس عشر.
- ❖ مفتاح يوسف، عثمان عبد القادر (2021): تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية للاعبي كرة القدم حسب مراكزهم صنف أقل من 17 سنة، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد الثامن، العدد الثالث.
- ❖ منذر عبد الحميد الضامن (2007): أساسيات البحث العلمي، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.