

الانحرافات القوامية في الوسط المدرسي-دراسة ميدانية تتمحور حول بعد الوعي القوامي

Postural deviations in the school environment - a field study centered on the dimension of Postural awareness

بن علي رضا¹، منصوري نبيل²

Benali Redha¹, Mansouri Nabil²

¹جامعة أكلي محنـد أول حاج البويرة/ مخبر العلوم الحديثة في النشاطات البدنية والرياضية/ 1000 البويرة / r.benali@univ-bouira.dz 1

²جامعة أكلي محنـد أول حاج البويرة/ مخبر العلوم الحديثة في النشاطات البدنية والرياضية/ 1000 البويرة / n.mansouri@univ-bouira.dz

تاريخ النشر: 2024/12/01

تاريخ القبول: 2024/09/18

تاريخ الاستلام: 2024/06/10

الملخص :

تم التطرق في هذه الدراسة إلى الانحرافات القوامية في الوسط المدرسي من خلال تسليط الضوء على بعد الوعي القوامي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة ، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي عن طريق استمارة استبيان طبقت على 23 طالب بطريقة قصدية، وقد تم التوصل إلى أن درجة الوعي القوامي للوقاية من الانحرافات القوامية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية مرتفعة على غرار الوعي القوامي المعرفي والحركي.

- الكلمات المفتاحية :

الانحرافات القوامية، الوسط المدرسي، الوعي القوامي.

Abstract : This study addressed postural deviations in the school environment by shedding light on the dimension of postural awareness among students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities in Bouira, relying on the descriptive approach through a questionnaire form applied to 23 students in an intentional manner. It was concluded that The degree of postural awareness to prevent postural deviations among students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities is high, similar to cognitive and motor postural awareness.

Keywords: Postural deviations, school environment, Postural a wareness.

الباب الأول: الجانب النظري:

1- مقدمة وإشكالية الدراسة:

يعتبر المظهر العام للجسم أحد مقومات الشخصية السوية، فإحساس الفرد بكمال جسمه واستقامته يضفي عليه الكثير من الثقة والاعتزاز بالنفس، ومما لا شك فيه أن كمال الجسم وسلامته وخلوه من العيوب والتشوهات القوامية يضع الشخص في مكانة مرموقة وينال الكثير من التقدير والاحترام ممن يحيطون به. ولذلك فالجميع يحرص على أن يتمتعوا بقوام جيد، ويشترط ذلك المحافظة على الصحة العامة واتباع العادات السليمة في المشي والجلوس وقضاء الواجبات اليومية ، إضافة إلى ممارسة الرياضة كوسيلة وقائية لعدم حدوث التشوهات القوامية. واعتدال القوام يتطلب جهاز عظمي سليم وعضلات قوية ومفاصل منتهة وكذلك جهاز عصبي سليم.(حاجي عبد القادر، 2017، ص 162)

ومن جهة أخرى هناك بعض العادات والسلوكيات اليومية الخاطئة يقوم بها الأفراد ولا يولون لها أي أهمية، مما تعكس سلبا على الصحة القوامية لديهم، وينتج عنها انحرافات قوامية متفاوتة الخطورة تعكر حياتهم ومزاجهم، لذلك لابد على القائمين في هذا المجال على غرار طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تسليط الضوء عليها للوقاية منها قبل فوات الأوان كون تخصصهم يهتم بالبنية الداخلية للجسم وجمالية القوام ويعتبر بيئته خصبة لاكتساب معارف ومعلومات حول الوعي القوامي المعرفي والحركي وعند بذل الجهد.

وفي هذا الصدد يشير كل من (حسن محمد، والغامدي، 2024) إلى أن الوعي القوامي يعد من أهم الأهداف السامية في مناهج التربية البدنية، حيث تحرص المؤسسات التعليمية في رفع الوعي القوامي لدى أفرادها؛ ليتمتعوا بالقوام السليم الذي يساعدهم على الأداء، ويكونوا منتجين في مجتمعاتهم، وكذلك موضوع العناية بالقوام السليم هدفاً رئيسياً في العملية التربوية، فهو لا يقتصر على الجانب المعرفي فقط، بل يتعدى ذلك حتى

يصل التأثير إلى تطبيقهم للعادات والسلوكيات القوامية الصحيحة التي تمكّهم من الحفاظ على قوامهم ورغبتهم في امتلاك قوام سليم.(وليد حسين حسن محمد، الغامدي, 2024, ص24).

وعلى ضوء ما سبق ، ارتبينا إلى طرح التساؤلات التالية:

1-1 ما هي درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة ؟

1-2 ما هي درجة الوعي القوامي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة ؟

1-3 ماهي درجة الوعي القوامي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة ؟

2- فرضيات البحث:

2-1 درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة جيدة.

2-2 درجة الوعي القوامي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة إيجابية.

2-3 درجة الوعي القوامي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة مرتفعة.

3- أهداف البحث:

3-1 التعرف على درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة.

3-2 معرفة درجة الوعي القوامي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة.

3-3 معرفة درجة الوعي القوامي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبؤيرة.

4- أهمية البحث:

1-4 الأهمية العلمية (النظيرية):

إثراء المكتبة ببحث علمي جديد وتزويد الطلبة والأساتذة والمهتمين بال التربية البدنية بمعلومات علمية ومفيدة حول الوعي القوامي في الوسط المدرسي والجامعي.

2-4 الأهمية العملية (التطبيقية):

تكمن في الوقوف الميداني على خطورة الانحرافات القوامية والتشجيع على الوعي القوامي، وهذا لما لهذه الأخيرة من إيجابيات تعود بالفائدة الكبيرة على الصحة القوامية للطلاب، ومن جهة أخرى تشجيعهم على ممارسة الأنشطة التي تحافظ على سلامة قوامهم وتساهم في الوقاية من الانحرافات القوامية.

5- مصطلحات البحث:

1- الانحرافات القوامية: هي تلك الانحرافات التي تحدث لجزء أو أكثر من أجزاء الجسم، وقد تكون بسيطة أي في حدود العضلات والأربطة فقط، أو مركبة تتأثر العظام بالانحراف. (زياني محمد، 2018، ص 10)

2- الوسط المدرسي: هو ذلك المركب من مسؤولين في الإدارة المدرسية ومعلمين ومناهج دراسية، وأنشطة تربوية صيفية ولاصفيفية، وبرامج صحية وترفيهية، وغيرها من المكونات المدرسية حيث يعمل الكل في تساند وتكامل من أجل بلوغ الأهداف التربوية، ومن بينها الأهداف المتعلقة بترسيخ أبعاد التربية لدى التلاميذ من خلال العمل على تنمية المعارف والقيم والسلوكيات الإيجابية لديهم (مساعدية حنان، 2020، ص 39)

3- الوعي القوامي: هو المعلومات المعرفية والحركية الخاصة بالق末 التي يتم تزويدها للمتعلم بطريقة سلسة تساعد على تطبيقها في حياته اليومية، فينجح في الوقاية من الانحرافات القوامية. (وليد حسين حسن محمد، مرجع سابق، ص 27)

6- مجالات البحث:

1- المجال البشري: طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

2- المجال الزماني: 2024/04/20 إلى 2024/06/08

3- المجال المكاني: جامعة البويرة.

7- الدراسات السابقة:

* الدراسة الأولى: دراسة وليد حسين حسن محمد، ريان عبد الرحمن صالح الغامدي (2024)، هدفت إلى بناء مقياس الوعي القوامي تكون من (22) عبارة باستخدام المنهج الوصفي لدى تلميذ الصف السادس من المرحلة الابتدائية بمحافظة بيشة، حيث شملت العينة (36) تلميذ، وقد توصلت إلى أن التلاميذ يتمتعون بمستوى وعي قوامي إيجابي قد يدفعهم للأداء والعطاء في الجانب المعرفي والحركي.

* الدراسة الثانية: دراسة مجید النجار أنعام (2014)، تناولت الباحثة مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الابتدائية والإعدادية بمملكة البحرين، باستخدام المنهج التحليلي على (59) معلما (21 ذكور ، 38 إناث) من مدارس المرحلتين الابتدائية والإعدادية بمملكة البحرين، ومن أهم ما توصلت إليه أن نسبة 30.01% من أفراد العينة من معلمي ومعلمات التربية الرياضية أقرّوا بتطبيق مفهوم الوعي القوامي خلال حصة التربية الرياضية.

*الدراسة الثالثة: دراسة عمار ناصر يونس، مصطفى عبد الرحمن محمد، حيدر عوفي أحمد(2019)، تطرقت إلى بناء مقياس الوعي القوامي للاعب كرة القدم الناشئين بالمدارس التخصصية في محافظة البصرة، بالاعتماد على المنهج الوصفي المسجى على (150) لاعب، وقد توصلت إلى أن المقياس الذي تم بناؤه يعتبر بمثابة الدليل الموضوعي لتقدير حالة اللاعب وأنه من الضروري أن يمتلك اللاعب المعرفة بمقدار ساعات النوم التي يحتاجها جسمه ليحقق الراحة الجسمية والنفسية.

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

1- الطرق المنهجية المتبعة :

من خلال المشكلة المطروحة في بحثنا هذا، والهادفة إلى إبراز الانحرافات القومية التي تتمحور حول البعد القومي في الوسط المدرسي، كان لزاما علينا أن نوضح منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية.

1-1 الدراسة الاستطلاعية:

هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه المعرفة صلحياتها وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني ، ولهدف لقياس مستوى الصدق والثبات التي تتمتع به الأداة المستخدمة في الدراسة الميدانية كما تساعد الباحث على معرفة الظروف المحيطة بعملية التطبيق.(بزيو مصطفى، بوسيف اسماعيل، 2021، ص325).

قام الباحثان ببناء أداة استبيان خاصة ببعض الانحرافات القومية في الوسط المدرسي تتعلق ببعد الوعي القومي وذلك بالاستعانة بالدراسات السابقة، وتم تمريرها على أساتذة مختصين بغرض تحكيمها، بعدها قاما بتطبيقاتها على عينة اشتملت 05 طلبة لا ينتمون إلى العينة الأساسية على مستوى المعهد قيد الدراسة. ليخرجنا بنتيجة أن الاستماراة تتمتع بقدر عال من الصدق والثبات.

وتم من خلال هذه الدراسة أيضا اختيار المجتمع الأصلي، كما تمأخذ جل المعلومات التي يمكن أن يحتاجها الباحثان من أجل الوقوف على مختلف المشاكل المتوقعة حدوثها أثناء الدراسة الأساسية وتجنبها.

1-2 منهج البحث: انتهجه المنهج الوصفي.

1-3 عينة البحث:

إن اختيار عينة البحث يعتبر من الخطوات والمراحل الهامة للبحث و اختيارها يتم بناء على مشكلة البحث وأهدافه، لأن طبيعة البحث وفروعه تتحكم في خطوات تنفيذه و اختيار أدواته(نعمان تقي الدين، أمان الله، 2023، ص125)

شملت عينتنا (23) طالب بمهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية.

4-1 أدوات جمع البيانات:

استبانة خاصة ببعد الوعي القوامي في مجال الانحرافات القوامية تتكون من (03) محاور(محور الوعي القوامي المعرفي احتوى على (10) عبارات، والثاني يتكلم عن الوعي القوامي (07) عبارات، والثالث تعلق بدرجة الوعي القوامي عند بذل الجهد وفيه(9) عبارات)، ثم تم عرضها على خبراء في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البواية بعرض تحكيمه. ليتم في الأخير تعديل ما طلب تعديله وفق ما يخدم الأداة بشكلها الصحيح.

5-1 الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

1-5-1 الصدق: بعد عرض الاستبانة على المحكمين على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية، بعرض تعديلهما وإبداء الرأي حول دقتها العلمية وشموليتها ومدى صلاحيتها، أصبحت في صورتها النهائية مكونة من (26) عبارة مقسمة إلى ثلاثة محاور.

2-5-1 الثبات: لإيجاد معامل الثبات اعتمدنا على طريقة الاتساق الداخلي للاستبيان بحساب معامل الارتباط باستخدام برنامج spss، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول 1: يوضح معامل الثبات بحساب معامل الارتباط للاستبيانة:

المحور الثالث		المحور الثاني		المحور الأول	
الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة
**0.64	18	*0.52	11	*0.45	1
0.18	19	*0.42	12	0.41	2
**0.58	20	**0.67	13	*0.48	3
0.21	21	00	14	0.32-	4
**0.58	22	**0.59	15	0.40	5
0.36	23	**0.59	16	0.32	6
0.28	24	**0.42	17	0.38	7
*0.45	25			**0.55	8
0.27	26			0.22	9
				**0.55	10

يبين الجدول رقم (1) مدى ارتباط كل عبارة من عبارات الاستبيان بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتهي إليه عند مستوى (0.01 - 0.05) مما يشير إلى تمتع الاستبيان بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي.

3-5 الموضعية: بعد عرض الاستمارة على الأساتذة المحكمين للتأكد من صدقها، بالإضافة إلى إيجاد ثبات الاستبيان عن الاتساق الداخلي باستخدام برنامج spss، يمكن القول أن هذا الاستبيان يتميز بدرجة عالية من الموضعية

6-1 إجراءات التطبيق الميداني:

قام الباحثان بإجراء الدراسة الأساسية على عينة من طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية، تم اختيارها بطريقة قصدية، وبعد استرجاع جميع استمارات الاستبيان الموزعة على عينة البحث والمقدرة ب 23 استمارة، تم تفريغها باستخدام برنامج (SPSS)، وتهيئتها للمعالجة الإحصائية.

7-1 الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - النسبة المئوية.

2- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

التساؤل الأول: ما هي درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية؟

الجدول 2: يبين النسبة المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الأول

انحراف معياري	متوسط حسابي	لا أتفق		أحيانا		أتفق		العبارة
		%	ت	%	ت	%	ت	
0.34	1.13	00	0	13	3	87	20	أتناول الخضراوات: لتمدني بالفيتامينات والمعادن الضرورية للبقاء السليم
0.65	1.35	8.7	2	17.2	4	73.9	17	أشرب الحليب: لاحتوائه على الكالسيوم؛ حتى أحافظ على عظامي
0.58	1.39	4.3	1	30.4	7	65.2	15	أحرص على زيادة الوعي بأجزاء الجسم عند أداء التمرينات الرياضية
0.49	2.35	00		34.8	8	65.2	15	أبعد جسمي عن أشعة الشمس بشكل يومي
0.69	1.87	17.4	4	52.2	12	30.4	7	أعمل فحوصات طبية سنوية: للتأكد من سلامة البقاء
0.73	1.43	13	3	17.4	4	69.6	16	أحرص على التفاعل الاجتماعي وعدم الخجل حتى لا يؤثر على قوامي
0.83	1.65	21.7	5	21.7	5	56.5	13	أبتعد عن الأنشطة البدنية التي تعزز قوامي
0.59	1.30	4.3	1	21.7	5	73.9	17	المعرفة البدنية ضرورية أثناء ممارستها عمليا
0.59	1.30	4.3	1	21.7	5	73.9	17	تزيد المعرفة البدنية عبر استخدام التقنيات الفنية
0.59	1.30	4.3	1	21.7	5	73.9	17	أراعي وزني المثالي الضوري لتوانلي البدنية
0.61	1.51	%7.8		%25.18		%66.95		المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (2) أن درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية كانت وفق المستوى المرتفع، أي أغلب الإجابات كانت "أتفق"، حيث بلغ مجموع المتوسط الحسابي (1.51)، بنسبة مئوية (66.95%) لصالح الإجابات بـ"أتفق"، و(25.18%) لصالح الإجابات بـ"أحياناً"، و(7.8%) لصالح الإجابات بـ"لا أتفق"، وكانت المتوسطات الحسابية بين (1.13 - 2.35). مما يعني أن الطلبة يتمتعون بوعي قوامي جيد على مستوى الجانب المعرفي.

التساؤل الثاني: ما هي درجة الوعي القوامي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية؟

الجدول 3: يبين النسبة المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثاني

انحراف معياري	متوسط حسابي	لا أتفق		أحياناً		أتفق		العبارة
		%	ت	%	ت	%	ت	
0.65	1.35	8.7	2	17.4	4	73.9	17	الجلسة الصحيحة في الفصل هي الجلوس ساندا ظهري على الكرسي
0.78	1.83	21.7	5	39.1	9	39.1	9	أتصفح جوالي ورأسي مائل للأمام الوقوف الصحيح يكون على كثنا القدمين باتزان
0.73	1.52	13	3	26.1	6	60.9	14	أعمل تمرينات تقوية على أجزاء الجسم دون أجزاء
00	1 00	0	00	0	100	23		عند ممارسة الرياضة بشكل صحيح يتحسن قوامي
0.58	1.39	4.3	1	30.4	7	65.2	15	الطرق السليمة لحمل الحقيبة المدرسية بوضع ذراعي الحقيبة على الظهر
0.65	1.35	8.7	2	17.4	4	73.9	17	أرتدي المقاس المناسب من الأحذية تجنبًا للتشوهات القدمين
0.60	1.21	8.7	2	4.3	1	87	20	أحافظ على وزني: حتى لا يؤثر على قوامي
0.57	1.38	%9.3		%19.42		%71.43		المجموع

من خلال الجدول رقم (3) يتبين لنا أن درجة الوعي القومي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبوايرة جاءت على المستوى المرتفع، حيث مختلف الإجابات كانت بـ "أتفق" ، كما بلغ مجموع المتوسط الحسابي(1.38) بنسبة مئوية قدرت ب 71.43% لصالح الإجابات ب " أتفق" ، بينما بلغت نسبة الذين أجابوا ب "أحيانا" 19.42%، في حين نجد 9.3% أجابوا ب "لا أتفق" .

ومنه نستنتج أن الطلبة لديهم وعي قومي إيجابي على مستوى الجانب الحركي.

التساؤل الثالث: ماهي درجة الوعي القومي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبوايرة؟

الجدول 4: يبين النسبة المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثالث

انحراف معياري	متوسط حسابي	لا أتفق		أحيانا		أتفق		العبارة
		%	ت	%	ت	%	ت	
0.70	1.70	13	3	43.5	10	43.5	10	أخذ اوضاع قومية يقل فيها الاجهاد الواقع على ظهري سواء كنت واقفا او جالسا او مستلقياً
0.59	1.48	4.3	1	39.1	9	56.5	13	اعمل على العمل العضلي من وقت الى اخر حتى لا يقع العبء على مجموعة عضلية واحدة معظم الوقت
0.59	1.30	4.3	1	21.7	5	73.9	17	احرص على عدم تشنج العضلات في وضع الجلوس حتى تقوم بوظيفتها دون تعب او بذل مجهود اضافي
0.82	1.96	30.4	7	34.8	8	34.8	8	لدي المعرفة بأن ملامسة كعب القدم المتقدمة سطح الارض يكون أولاً قبل أن ينتقل وزن الجسم من القدم الخلفية بالدفع من الأصابع
0.66	1.39	8.7	2	21.7	5	69.6	16	اهتم بالتدريب المنتظم لجميع اجزاء الجسم مع مراعاة عدم التركيز على جزء من اجزاء الجسم دون الآخر
0.73	1.43	13	3	17.4	4	69.6	16	اهتم بمبدأ الراحة بعد اداء الجهد البدني ولا امارس مدة طويلة

دون مراعاة ما اصابني من اجهاد وتعب									
لدى المعرفة بأن الاستمرار في بذل المجهود يؤدي إلى انخفاض كفاءة الأداء لدى									
0.72	1.61	13	3	34.8	8	52.2	12	اعترافان الجهد البدني لا يؤثر سلبياً على مستوى أداء	
لا أحرص على التوقف عن العمل العضلي في حالة عدم القدرة على مقاومة الجهد									
0.76	2.13	34.8	8	43.5	10	21.7	5	المجموع	
0.7	2	16.4		31.4		52.1			

من خلال الجدول رقم (4) يتبيّن لنا أن درجة الوعي القوامي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية جاءت على المستوى المرتفع، حيث مختلف الإجابات كانت "أتفق"، كما بلغ مجموع المتوسط الحسابي (1.38) بنسبة مئوية قدرت بـ 52.1% لصالح الإجابات بـ "أتفق"، بينما بلغت نسبة الذين أجابوا بـ "أحياناً" 31.4%， في حين نجد 16.4% أجابوا بـ "لا أتفق".

ومنه نستنتج أن الطلبة لديهم درجة وعي قوامي مرتفعة عند بذل الجهد.

3- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

مناقشة وتفسير الفرضية الأولى:

انطلاقاً من النتائج الخاصة بالفرضية الأولى المتحصل عليها والتي مفادها أن درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية جيدة، والنتائج الموضحة في الجدول رقم (2)، تبيّن أن كل العبارات أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابات بـ "أتفق"، باستثناء العبارة (07) جاءت لصالح "أحياناً"، ومنه تبيّن لنا أن الفرضية الأولى قد تحققت أي: درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية جيدة، ويمكن أن نرجع ذلك إلى طبيعة تكوين الطلبة بحكم أنهم في ميدان الرياضة ويدرسون مقاييس تتعلق بالقوام وجمالية الجسم على غرار القوام والتوازن الحركي، الفيزيولوجيا، علم التشريح، وهذا تأكيد لما تم ذكره سابقاً، وقد اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة (وليد

حسين حسن محمد، وأخرون (2024) الذين توصلوا إلى أن التلاميذ يتمتعون بمستوى وعي قومي إيجابي قد يدفعهم للأداء والعطاء في الجانب المعرفي. (ارجع للدراسات السابقة، ص 5).

مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

بعد عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية التي مفادها أن درجة الوعي القومي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية إيجابية، وتوضيحيها في الجدول رقم (3) تبين أن كل الإجابات تقريباً كانت "غالباً"، ومنه اتضح لنا أن الفرضية الثانية قد تحققت إلى حد بعيد، وعليه يمكن القول أن درجة الوعي القومي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية إيجابية، ويمكن أن نرجع ذلك إلى طبيعة التخصص إضافة إلى أن جل الطلبة منخرطين في النوادي الرياضية مدربين كانوا أو متربين، وقد اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة مجید النجار أنعام (2014)، التي توصلت إلى وجود تجاوب من طرف معلمي المادة في تطبيق مفهوم الوعي القومي خلال حصص التربية الرياضية (ارجع إلى الصفحة 5).

مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:

من خلال عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة التي مفادها أن: درجة الوعي القومي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية مرتفعة، وانطلاقاً من النتائج الموضحة في الجدول رقم (4)، تبين لنا أن الطلبة لديهم معرفة فيما يتعلق بثقافة الوعي القومي للوقاية من الاتحرافات القومية عند بذل الجهد، والدليل على ذلك هو كل العبارات كانت دالة إحصائياً باستثناء العبارة الرابعة التي كانت مناسقة مع "أحياناً"، ومنه يمكن القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت بنسبة كبيرة أي "درجة الوعي القومي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبواية مرتفعة، ويرجع ذلك إلى تمعط الطلبة بقدر كافٍ من المعرف والمعلومات التي تساهم في الحفاظ على صحتهم القومية وجمالية جسمهم، إضافة إلى اهتمامهم بالحالة البدنية والصحية، وهذا تأكيد لما تمت الإشارة إليه في المقدمة، كما اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة (عمر ناصر يونس وأخرون

(2019)، الذين توصلوا إلى أنه من الضروري أن يمتلك اللاعب المعرفة بمقدار ساعات النوم التي يحتاجها جسمه ليحقق الراحة الجسمية والنفسية. (ارجع الدراسات السابقة ص5)

4- الاستنتاجات :

من خلال ما سبق نستنتج أن:

- درجة الوعي القوامي المعرفي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبوايرة جيدة.
- درجة الوعي القوامي الحركي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبوايرة إيجابية.
- درجة الوعي القوامي عند بذل الجهد لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبوايرة مرتفعة.

5- الاقتراحات:

على ضوء دراستنا للانحرافات القوامية في الوسط المدرسي وتركيزنا على بعد الوعي القوامي، ارتأينا إلى طرح هذه الاقتراحات:

- ضرورة الوقوف على مشكلة الانحرافات القوامية من خلال التوعية بمخاطرها على المستوى المعرفي الحركي وعند بذل الجهد بهدف الحصول على قوام جيد.
- التوعية القومية التي تسهم في تشخيص المنحرفين قواميا وتوجيههم مبكرا إلى المصالح المختصة قصد تقديم الإجراءات اللازمة لإنقاذهم.
- إدراج مواضيع القوام ضمن برامج الملتقيات وتشخيص أيام تكوينية لذلك.
- القيام بدراسات أخرى في هذا المجال.

قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

- 1- حاجي عبد القادر، الانحرافات القوامية التي تمس العمود الفقري وأسبابها لدى تلاميذ مرحلة المتوسط، مجلة العلوم الإنسانية، العدد 47، 2017، 161-176.
- 2- وليد حسين حسن محمد، ريان عبد الرحمن صالح الغامدي، بناء مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة بيشة، مجلة العلوم التطبيقية الرياضية، 7، (01) ص 22-45.
- 3- زيانى محمد، الانحرافات القوامية وانعكاسها على اختلال التوازن العضلي على مستوى اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة فئة (12-14) سنة، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، 6، (14)، 2018، 274-292.
- 4- مساعدة حنان، الوسط المدرسي ودوره في ترسیخ أبعاد التربية البيئية، قسم العلوم الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خضر بسكرة، الجزائر، 2020.
- 5- بزيو مصطفى، بوسيف اسماعيل، دراسة مستوى بعض القدرات العقلية (الذكاء الحركي، تركيز الانتباه) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة الإبداع الرياضي، 12، (2)، 2021، 319-332.
- 6- نعمان تقي الدين، أمان الله رشيد، أثر المكمولات الغذائية في ضعف القدرة الجنسية لدى ممارسي رياضة كمال الأجسام، مجلة الإبداع الرياضي ، 14، (01)، 2023، 116-134.