

## مفاهيم الأمن والسلامة المرتبطة بممارسة الأنشطة الرياضية لدى تلاميذ

### الشق الثاني من مرحلة التعليم الأساسي

\*عادل أحمد عبد الحفيظ العباني.

\*\*عطية المهدي ابوالاجراس

#### المقدمة ومشكلة البحث.

تعد التربية البدنية جانباً مهماً من جوانب النظام التربوي ، الذي يهدف إلى تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة لطاقت المتعلم وقدراته ، ليس علي المستوى البدني فحسب وإنما علي مستوى شخصيته بكل أبعادها ومكوناتها ، وذلك من خلال ممارسة منظمة وموجهة للأنشطة البدنية المختلفة تبعاً لقدراته وإمكاناته .

يأتي الاهتمام بصحة التلاميذ وأمنهم وسلامتهم علي رأس قائمة أهداف التربية البدنية لمراحل التعليم العام ، كما يأتي الاهتمام بالوقاية الصحية للتلاميذ وإكسابهم الثقافة الصحية والوعي الصحي في مقدمة قائمة أهداف التربية البدنية لتلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي .

إن ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة سواء كانت بغرض شغل وقت الفراغ ، أم كانت بغرض التدريب للوصول إلي المستويات الرياضية العالية ، يعد طريقاً صحيحاً نحو تحقيق الصحة الجيدة ، فمن خلال ممارسة تلك الأنشطة يتحقق للفرد النمو المتكامل من النواحي البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية ، هذا بدوره يساعد علي تحقيق الصحة بمفهومها ومعناها الشامل (1:1)

ولما كان الفرد قد يتعرض أحياناً لبعض الأخطار أو الإصابات البدنية أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة ، لذا فإن توفر احتياطات الأمن والسلامة أثناء ممارسة تلك الأنشطة يعد أمراً ضرورياً ، وعاملاً مهماً في حماية الفرد من تلك الأخطار أو الإصابات ، وبالتالي تتحقق الفائدة المرجوة من ممارسة هذه الأنشطة (11:121) .

كما أن إلمام الفرد بالمعارف والمفاهيم المتعلقة بالأمن والسلامة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية يجعله أقل تعرضاً للإصابات التي قد تنشأ عن ممارسة تلك الأنشطة ، فكثير من الدراسات التربوية قد أوضحت نتائجها أن عدم الوعي بمفاهيم الأمن والسلامة يعد من الأسباب الرئيسية في حدوث الإصابات البدنية أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة .

إن اعتبارات ومفاهيم الأمن والسلامة للإصابات الشائعة في الأنشطة الرياضية تشكل إطاراً معرفياً وثقافياً عالي القيمة لكل ممارسة للنشاط الرياضي ، إذ تعد ثقافة وقائية من هذه الإصابات كما أن توفرها قد يكون دافعاً قوياً للقيام بالنشاط علي أكمل وجه (4:125) .

ولأهمية اعتبارات الأمن والسلامة والجوانب المعرفية المتصلة بها ، فإنه يتعين علي المدرسة توفير بيئة آمنة للتلاميذ ، وأن تبصرهم بمعلومات ومعارف صحية ضرورية لتطبيقها فعلياً أثناء الممارسة العملية للنشاط

الرياضي سواء داخل المدرسة أو خارجها ، وأن تعمل علي تكوين بعض العادات والاتجاهات الصحية لديهم بحيث يستطيع كل تلميذ وقاية نفسه ، وأن يتقبل مسئولية الأمان لنفسه ولغيره .

ويرجع الاهتمام باعتبارات الأمن والسلامة في أنشطة التربية البدنية إلي المخاطر التي قد تنجم عن تجاهل هذه المبادئ والاعتبارات ، من إصابات بعضها بسيطة بحيث تمنع الممارس من المشاركة المثيرة في النشاط أو الاستمتاع به أو قد تكون بعضها إصابات جسمية بحيث تحول دون الوصول بالفرد إلي المستويات الرياضية العالية (2:1) .

هذا فضلاً عن أن المجتمع يخسر كثيراً من تعرض الأفراد للإصابات البدنية أثناء ممارسة النشاط الرياضي، وإذ كانت لا توجد لدينا في ليبيا إحصائيات دقيقة عن حجم هذه الإصابات وعددها ، إلا أن الإحصاءات في بعض الدول تشير إلي ارتفاع نسبة هذه الإصابات ، ففي الولايات المتحدة الأمريكية بلغ عدد الأطفال المصابين في ملاعب الأطفال حوالي (237000) طفل في عام 1990 م ، وفي بريطانيا يخسر المجتمع حوالي (33 مليون) يوم عمل سنوياً من جراء نقص عناصر الأمن والسلامة البدنية في مجالي العمل والترويج (125:4) .

ويطالب التربويون بضرورة تضمين مفاهيم الأمن وقواعد السلامة في كل مراحل التعليم ، بدءاً بالحضانة وانتهاء بالجامعة ، ويؤكد التربويون علي أهمية التخطيط الجيد لبرامج الأمن والسلامة بالمدارس ، وأن تستند هذه البرامج إلي أهداف تربوية واضحة ومحددة .

وتكتسب مفاهيم الأمن والسلامة في أنشطة التربية البدنية أهمية خاصة ومتزايدة لتلاميذ الشق الثاني من مرحلة التعليم الأساسي ، وذلك لاعتبارات عديدة أهمها أنه في هذا السن يتم تعلم التلميذ للمهارات الرياضية الأساسية لبعض الأنشطة الرياضية ، ويبدأ في ممارستها من خلال أنشطة تنافسية سواء داخل المدرسة أم خارجها، كما تمثل الفترة السنوية لتلاميذ هذه المرحلة بداية لمرحلة المراهقة بما لها من خصائص ومتطلبات تميزها عن غيرها من مراحل النمو والتي تتسم بالنمو الجسدي السريع غير المنتظم ، لذا فإن التوافق العضلي العصبي يكون محدوداً ويتسم المراهق بالارتباك الحركي العام والزيادة المفرطة في الحركات التي تفتقد إلي الرشاقة والدقة والاتزان ، مما يجعله أكثر عرضة للإصابة أثناء ممارسة النشاط الرياضي (128:10) .

وبالرغم من أن اكتساب المعارف والمفاهيم المرتبطة بتحقيق الأمن والسلامة خلال ممارسة الأنشطة الرياضية يعد من الأهداف الرئيسية للتربية البدنية بالنسبة لتلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي ، إلا أن الباحث قد لاحظ من خلال متابعته لطلاب التدريب الميداني أثناء فترة التربية العملية انخفاض مستوى الوعي باعتبارات الأمن والسلامة لدى أغلب تلاميذ المدارس ، وافتقارهم إلي المفاهيم المتعلقة بالأمن والسلامة أثناء ممارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة ، كما لاحظ أن اهتمام معلمي التربية البدنية في أغلب الأحيان يكون موجهاً نحو توفير بيئة آمنة للتلاميذ أثناء ممارسة المناشط الرياضية ، وأنهم لا يهتمون كثيراً بتزويد التلاميذ بالمعارف والمفاهيم المتعلقة بأمنهم وسلامتهم .

وقد قام الباحثان بإجراء مقابلات شخصية مع بعض من معلمي التربية البدنية لاستطلاع آرائهم حول عدم اهتمامهم بتزويد تلاميذهم بالمعارف والمفاهيم المتعلقة بالأمن والسلامة عند ممارسة الأنشطة الرياضية ، فأجابوا ذلك إلي عدم وجود محتوى معرفي لمقرر التربية البدنية يمكن أن يسترشدوا به في تدريسهم لتلاميذهم .

وهذا ما دعي الباحثان إلي إجراء هذه الدراسة والتي تهدف إلي تحديد المعارف والمفاهيم المتعلقة بالأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية لدى تلاميذ الشق الثاني من مرحلة التعليم الأساسي .

#### هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلي تحديد المعارف والمفاهيم المتعلقة بالأمن والسلامة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية ، والتي يجب تنميتها لدى تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي .

#### سؤالا البحث :

يحاول البحث الإجابة عن السؤالين التاليين :

- 1- ما المفاهيم الرئيسة التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي عن الأمن والسلامة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية وأهميتها النسبية ؟
- 2- ما المفاهيم الفرعية المرتبطة بكل مفهوم رئيسي عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي وأهميتها النسبية ؟

#### أهمية البحث :

ترجع أهمية هذا البحث إلي ما يلي :

- 1- وضع قائمة بالمفاهيم التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية قد يفيد معلمي التربية البدنية ليسترشدوا بها في تدريسهم لهؤلاء التلاميذ بما يحقق لهم ممارسة آمنة للأنشطة الرياضية .
- 2- يأتي هذا البحث استجابة لما ينادي به التربويون من ضرورة الاهتمام باعتبارات ومفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية باعتبارها هدفاً رئيسياً للتربية البدنية في مراحل التعليم بصفة عامة ، ولتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي بصفة خاصة ، حيث تشكل المنافسة جانباً مهماً من جوانب احتياجات التلاميذ في هذه المرحلة .
- 3- تشكل مفاهيم الأمن والسلامة إطاراً معرفياً وثقافياً عالي القيمة للوقاية من الإصابات البدنية التي قد تنجم عن ممارسة الأنشطة الرياضية .

#### حدود البحث :

يلتزم البحث الحالي بالحدود التالية :

- 1- يقتصر البحث علي مفاهيم الأمن والسلامة المرتبطة بممارسة أنشطة التربية البدنية ، ولا يتعداها إلي مفاهيم أخرى عن الأمن والسلامة .

2- يقتصر البحث علي بعض مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية ، التي أمكن تحديدها علي أنها الأكثر أهمية بالنسبة لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي ، والتي حصلت علي درجة أهمية تراوحت ما بين (70- 100%) حسب رأي المحكمين .

مصطلحات البحث :

المفهوم :

يرى رشيدى لبيب 1982 أن المفهوم هو تجريد للعناصر المشتركة بين عدة مواقف أو حقائق وعادة ما يُعطى هذا التجريد اسماً أو عنواناً أو رمزاً (6:12) .

ويقصد بالمفهوم في البحث الحالي بأنه مجموعة الأفكار أو الصور العقلية المجردة التي تتكون لدى الفرد حول الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية ، والتي يوجد بينها علاقات مشتركة تميزها عن غيرها من الموضوعات ، وهذه الأفكار أو الصور العقلية يستطيع الفرد أن يستحضرها عندما يرى أو يسمع شيئاً يدل عليها والذي قد يكون كلمة أو عنواناً أو رمزاً .

الأمن والسلامة :

يعرفه " إبراهيم بسيوني عميرة " (1972م) بأنه توفير الظروف والوسائل الممكنة والملائمة للأفراد لاكتساب المعلومات والمهارات والاتجاهات والقيم اللازمة لسلامة المجتمع ، والعمل علي توجيه هؤلاء الأفراد إلي الإتيان بالسلوك الذي يتفق مع قواعد الأمن والمعيشة الآمنة ، بالإضافة إلي توفير أفضل الفرص للنشاط والعمل(2:42).

ويقصد بالأمن والسلامة في هذا البحث أنه يجب توفير الظروف والوسائل الممكنة والملائمة للتلميذ لاكتساب القدر الكافي من المعرفة والمهارات والاتجاهات بحيث تؤثر في سلوكه تجاه نفسه وتجاه الآخرين وفي فهمه للخطر ومصادره وكيفية اتقائه ، بما يضمن سلامته وسلامة الآخرين وذلك أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة .

الدراسات السابقة :

1- قام " مصطفى جوهر حياة " ( 1996 ) ( 12 ) بدراسة عنوانها ( الإصابات الشائعة لبعض لاعبي أندية التربية البدنية والرياضية في دولة الكويت ) ، حيث استخدم الباحث المنهج المسحي وتكونت عينة البحث من اللاعبين المسجلين بالأندية الرياضية بدولة الكويت من خلال تردهم للعلاج والتأهيل في مركز الطب الرياضي والتأهيل التابع لوزارة الشؤون الاجتماعية والعمل خلال 1987 وكان عددهم 70 لاعباً ، واستهدفت الدراسة :

- التعرف على الإصابات الشائعة لبعض الأنشطة الرياضية.
- التعرف علي أكثر توقيت لحدوث الإصابات بأجزاء الجسم.
- التعرف على زمن حدوث الإصابة في الفترة التدريبية.
- التعرف على أسباب حدوث الإصابات.

واستنتج الباحث :

- التمزق الغضروفي في منطقة العمود الفقري هو أكثر الإصابات شيوعاً أما الشد العضلي فقد جاء بالمرتبة الثانية وجاءت إصابات الرضوض والكسور في المرتبتين الثالثة والرابعة يليها الخلع ثم الالتواء الذي يشكل اقل الإصابات.
- النصف الأول من الموسم التدريبي هو التوقيت الأكثر حدوثاً للإصابة.
- أكثر التوقيت حدوثاً للإصابة هي أثناء التدريب وأثناء المنافسة.
- نقص اللياقة البدنية ، والإحماء الغير جيد هما أكثر الأسباب حدوثاً للإصابة.
- 2- قام " بيبي الاديم إبراهيم سلامة " ( 1997 ) ( 5 ) بدراسة عنوانها : علاقة المتغيرات المورفولوجية والبدنية والنمط الجسدي بالإصابات الرياضية الشائعة للطلاب الرياضيين ، واستهدفت الدراسة تحديد وتصنيف الإصابات الرياضية التي يتعرض لها طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنيا والتعرف علي الأنماط الجسمية وعلاقة الإصابات الرياضية بالمتغيرات البدنية والمورفولوجية قيد بحثه ، وقد بلغ حجم العينة ( 84 ) طالب منهم ( 42 ) تعرضوا للإصابات الرياضية وتكراراتها المختلفة ، ( 42 ) لم يتعرضوا لأي إصابة ، وكان من أهم النتائج : إصابة العضلات سجلت أعلى نسبة لدي المصابين ومن ثم إصابات المفاصل ، وجاء النمط النحيف في المرتبة الأولى من حيث عدد الإصابات وسجل أعلى نسبة مقارنة بالنمط العضلي .
- 3- قامت " سميرة خليل محمد " ( 2002 ) ( 8 ) بدراسة عنوانها : " دراسة تحليلية للإصابات الرياضية عند طلبة كلية التربية الرياضية ، واستهدفت التعرف علي أنواع الإصابات الرياضية وأسبابها ومواقعها والنشاطات التي حدثت فيها لطلبة كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد وخلال المراحل الأربعة ، كما استهدفت وضع أسس وقائية يمكن أن تحتويها المناهج الدراسية من خلال كشف نقاط الخلل من اجل تنفيذ المفردات المقررة دون إعاقه قدر الإمكان ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي ، وقد شملت الدراسة (204) مصابا من اصل (1245) طالبا وهو المجتمع الكلي للدراسة ، وقد استنتجنا ما يلي :
- هنا كنسبة عالية من الإصابات في كلية التربية الرياضية وخاصة في المراحل المبكرة ( المرحلة الأولى والثانية ) .
- ارتفاع نسب إصابات الأطراف السفلى وخاصة مفصلي الركبة والكاحل .
- عدم كفاية الإحماء بنوعيه والمفردات الخاصة لكل لعبة من النواحي التكتيكية والمهارية (كانت من ابرز أسباب الإصابات) .
- زيادة نسبة الإصابات في النشاطات متعددة التكنيك والمهارات التي تتطلب سرعة الأداء ( ساحة وميدان ، جمناستك ) .
- ظهور توافق بينما توصلنا إليه من نتائج استبيانات الطلبة المصابين والأساتذة المشرفين على النشاطات وهذا يدل على خلل تنفيذ المفردات التدريبية.
- 4- قام " عاصم صابر راشد حمودي " ( 2012 ) ( 9 ) بدراسة عنوانها " برنامج تدريبي لمعلمي التربية الرياضية لإسعاف الإصابات الحركية الأكثر شيوعاً بين تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي " ،

واستهدفت الدراسة تصميم برنامج تدريبي لمعلمي التربية الرياضية لإسعاف الإصابات الحركية الأكثر شيوعاً بين تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي، واستخدم الباحث المنهج الوصفي (التحليل والدراسات المسحية)، وشمل مجتمع هذا البحث ثلاثة فئات مختلفة من المعلمين والمعلمات بمرحلة التعليم الابتدائي وبلغت العينة منهم (500)، والموجهين والموجهات بنفس المرحلة وبلغت العينة منهم (75)، والخبراء المتخصصين من الأساتذة في مجال الإصابات الرياضية والمناهج وطرق التدريس وبلغت العينة منهم (10)، واستخدم الباحث الاستبيان لجمع المعلومات اللازمة لبناء وتصميم البرنامج التدريبي المقترح، وقام الباحثان بتصميم (5) استمارات استبيان الأولى: تحديد الإصابات الحركية الأكثر شيوعاً بين تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي، والثانية: أهداف وأسس تصميم وتشكيل البرنامج التدريبي المقترح، والثالثة: الأهداف التعليمية العامة والفرعية للبرنامج التدريبي المقترح، والرابعة: البرنامج التدريبي المقترح لإسعاف الإصابات الحركية، والخامسة: طرق وأساليب تنظيم وتنفيذ البرنامج التدريبي المقترح، وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة توصل الباحث إلى البرنامج المستهدف من البحث، وطرق وأساليب تنظيم وتنفيذ البرنامج التدريبي المقترح

5- قامت " سكيمة كامل حمزة الجار الله " ( 2015 ) ( 7 ) بدراسة عنوانها: " دراسة تحليلية لأنواع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها للاعبين الألعاب الفردية" ، واستهدفت التعرف على أنواع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها للاعبين الألعاب الفردية وكذلك إيجاد الفروق في أنواع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها بين لاعبي الألعاب الفردية وافترضت الباحثة وجود فروق معنوية دالة إحصائية في أنواع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها بين لاعبي الألعاب الفردية، وتطرقت الباحثة إلى الدراسات النظرية ذات العلاقة بموضوع البحث منها الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها، فضلاً عن الألعاب الفردية واستعملت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة وتحدد مجتمع البحث بلاعبين منتخبين الألعاب الفردية (التنس والاسكواش والريشة والطاولة) في جامعات الفرات الأوسط (بابل والكوفة والقادسية وواسط وكربلاء) البالغ عددهم (125) لاعباً، وتم اختيار عينة البحث من اللاعبين الذين تعرضوا إلى إصابات رياضية في منتخبات الألعاب الفردية لهذه الجامعات وقد بلغ عددهم (80) لاعباً بنسبة مئوية مقدارها (64%)، واستعانت الباحثة بالأدوات والأجهزة ووسائل جمع المعلومات ومنها (استبانة الإصابات الرياضية والمقابلات الشخصية والملاحظة)، وقد أجرت الباحثة تجربة استطلاعية لهذه الاستبانة على عينة استطلاعية عددها (20) لاعباً ومن ثم إيجاد الأسس العلمية، هذه الاستبانة وبعد بيان صلاحيتها تم توزيعها على عينة البحث الرئيسية البالغ عددها (80) لاعباً، ومن ثم قامت الباحثة بجمع استمارات الاستبانة وفرز بياناتها ومعالجتها بالوسائل الإحصائية المناسبة ومناقشتها بصيغة علمية معتمدة على المصادر العلمية ذات العلاقة ، وكان من أهم النتائج :

- أكثر الإصابات الرياضية حدوثاً لدى لاعبي التنس ومن ثم لاعبي الاسكواش.
- أكثر الإصابات الرياضية لدى لاعبي الألعاب الفردية هي إصابة الكدمات ومن ثم التشنج العضلي.
- كثرة حدوث إصابة الكدمات لدى لاعبي الطاولة.
- كثرة حدوث إصابة الخلع لدى لاعبي التنس.

- كثرة حدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي الألعاب الفردية نتيجة أسباب داخلية (ذاتية) تتمثل في أخطاء الإحماء والأداء الفني.
  - كثرة حدوث الإصابات الرياضية نتيجة (سبب خارجي سوء أرضيات الملاعب) كان لدى لاعبي التنس ومن ثم لا عبي الاسكواش.
  - أن الإصابات الرياضية بين لاعبي الألعاب الفردية تحدث بشكل متقارب نتيجة سبب داخلي (ذاتي) أخطاء الإحماء والأداء الفني وسبب سوء الأجهزة وأدوات التدريب واللعب، وسوء الأرضيات.
- وكان من أهم النتائج :

- الاهتمام بالملاعب والصالات المغلقة المخصصة لتدريب لاعبي الألعاب الفردية والعمل على إعادة صيانتها وتوسيعها.
  - التأكيد على توفير الأجهزة والأدوات الجيدة النوعية الخاصة بالألعاب الفردية لضمان استمرار الأداء وعدم التوقف في إثناء الوحدات التدريبية لمدة طويلة.
  - التأكيد على توفير الملاعب الرياضية النظامية ذات المواصفات الجيدة من حيث الأرضية والسقوف ومستلزماتها الخاصة من حيث التهوية ودرجة الحرارة والإضاءة.
  - ضرورة اهتمام المدربين واللاعبين بالأسس الصحيحة بتنفيذ الإحماء العام والخاص مع مراعاة الأحمال التدريبية التي يتبعها المدربون.
  - ضرورة وجود طبيب رياضي ومعالج طبيعي في كل الألعاب الفردية.
  - التأكيد على ضرورة الاهتمام بالجانب البدني للاعبين لاسيما القوة العضلية والمرونة للإقلال من إمكانية حدوث الإصابات الرياضية في مختلف أجزاء الجسم العليا.
  - ضرورة توعية وإرشادهم عن طريق البرامج الوقائية للحد من الإصابات الرياضية.
  - إجراء اختبارات عملية في بداية كل موسم تدريبي لمعرفة مستوى اللياقة البدنية للاعبين ومقدار جاهزيتهم للتدريب والمنافسة.
- مدي الاستفادة من الدراسات السابقة:

استفاد الباحثان من الدراسات السابقة في اختيار موضوع البحث والمنهج والعينة وأدوات جمع البيانات، وكذلك اختيار الأسلوب الإحصائي المناسب لطبيعة هذا البحث.

منهج البحث:

أستخدم الباحثان المنهج الوصفي (الدراسة المسحية) وذلك لمناسبتها لطبيعة البحث ومتطلباته.

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث علي (35) متخصصاً في التربية البدنية ومجالى الصحة المدرسية والعلاج الطبيعي، وتفصيلهم علي النحو التالي:-(15) معلم تربية بدنية، (10) موجهين تربية بدنية، (6) متخصصين في الصحة المدرسية ، (4) متخصصين في مجال العلاج الطبيعي .

أداة البحث:

لتحديد قائمة المفاهيم المتعلقة بالأمن والسلامة التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي ، استخدم الباحث استطلاع رأي موجه لبعض المتخصصين في التربية البدنية بمدينة مصراته ، وبعض المتخصصين في الصحة المدرسية والعلاج الطبيعي بكلية التقنية الطبية بمدينة مصراته من إعداد الباحث .

#### إجراءات البحث:

لما كان البحث الحالي يهدف إلى كسب التلاميذ مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية ، ونظراً لعدم وجود قائمة محددة بهذه المفاهيم لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي ، لذا كان من الضروري تحديد مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية التي يجب أن يلم بها تلاميذ هذه المرحلة ، ولتحقيق ذلك تم الرجوع إلى المصادر التالية :

- 1- الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية بالتعليم العام ، وأهداف تدريس التربية البدنية بمراحل التعليم الأساسي .
- 2- رأي بعض المشتغلين بالتدريس من معلمي وموجهي التربية البدنية ، وبعض المتخصصين في الصحة المدرسية والعلاج الطبيعي بكلية التقنية الطبية ، حيث وجه إليهم السؤال التالي : " ما المفاهيم التي يجب أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي بصفة خاصة عن الأمان والسلامة في الأنشطة الرياضية " ؟ ومن خلال الإجابة عن هذا السؤال تكونت لدى الباحث الصورة العامة لما يجب أن يدرسه التلميذ لكي تنمو لديه مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية ويكتسب اتجاهات إيجابية نحوها .
- 3- دراسة خصائص نمو المرحلة السنية قيد الدراسة ، حيث أن المعلم هو محور العملية التعليمية ، ومن هنا ينبغي مراعاة خصائص هذا المتعلم من النواحي المختلفة ( الجسمية – العقلية – الانفعالية ) وذلك عند إعداد أي مقرر دراسي .
- 4- تصنيف المفاهيم: تم تصنيف المفاهيم التي توصل إليها الباحث من خلال الخطوات السابقة بطريقة منطقية متسلسلة ، ثم وضعها في قائمتين ، الأولى تضم المفاهيم الرئيسية عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية وكانت بعنوان " قائمة مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي " والثانية تضم المفاهيم الفرعية لكل مفهوم رئيس وكانت بعنوان " محتويات قائمة مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية " .
- 5- استطلاع رأي المحكمين حول قائمتي المفاهيم الرئيسية والفرعية في ضوء ما تم التوصل إليه من قائمة مبدئية بالمفاهيم الرئيسية عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية وقائمة مبدئية بالمفاهيم الفرعية لها ، ثم عرض كل من القائمتين في صور استطلاع رأي علي مجموعة من المحكمين من موجهي ومعلمي التربية البدنية بمدينة مصراته وبعض المتخصصين في الصحة المدرسية والعلاج الطبيعي بنفس المدينة، وذلك بهدف أخذ رأيهم حول مدى أهمية هذه المفاهيم لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي ، وبعد عرض استطلاع الرأي علي المحكمين تم تفرغ البيانات طبقاً للشروط التالية :



- تم تحديد درجة أهمية كل مفهوم ومحتوياته كالتالي:  
مهم جداً = 3 درجات ، مهم = 2 درجتان ، غير مهم = 1 درجة واحدة .
  - تم استخدام المتوسط الحسابي والنسب المئوية لحساب متوسط الاستجابة ونسبة متوسط الاستجابة ، وذلك لحساب درجات الأهمية (3:4) .
  - يتم استبعاد المفهوم (الرئيس أو الفرعي) الذي تقل درجة أهميته عن (70%) ، وذلك حسب رأي المحكمين .
- وبعد تفريغ الاستطلاع تبين ما يلي :
- 1- تراوحت نسبة اتفاق المحكمين بين (80% : 100%) بالنسبة لمدى أهمية المفاهيم الرئيسية عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية لتلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي .
  - 2- تراوحت نسبة اتفاق المحكمين ما بين (76% : 100%) بالنسبة لمدى أهمية محتويات قائمة المفاهيم الفرعية.
  - 3- تم استبعادا لمفاهيم الفرعية التي قلت نسبة اتفاق المحكمين حولها عن نسبة (70%) والتي تمثلت في :  
- خطورة ممارسة النشاط الرياضي في الملاعب المليئة أو التي يكثر بها الأتربة ، حيث حصل علي نسبة (66%) من جملة استجابات المحكمين .
  - خطورة إحداث ضوضاء أثناء اللعب ، حيث حصل علي نسبة (64%) من جملة استجابات المحكمين .
  - خطورة مضغ اللبان أثناء اللعب ، حيث حصل علي نسبة (53%) من جملة استجابات المحكمين .
  - 4- أبدى بعض السادة المحكمين بعض الملاحظات علي إعادة صياغة بعض المفردات ، وقام الباحث بتنفيذها .
  - 5- أشار المحكمين إلي إضافة مفهوم : خطورة التعرض لتيارات هوائية شديدة عقب الانتهاء من اللعب إلي قائمة المفاهيم الفرعية للمفهوم الرئيسي : الاشتراطات الصحية في بيئة (المكان) اللعب وأدواته .
  - وعلي ضوء ما سبق أمكن تحديد مفاهيم الأمن والسلامة المرتبطة بالأنشطة الرياضية التي يجب أن يكتسبها تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي وهو ما سوف يتناوله الباحث في نتائج هذه الدراسة .

#### نتائج البحث :

أولاً: النتائج الخاصة بآراء المحكمين حول قائمة المفاهيم الرئيسية عن الأمن والسلامة وأهميتها النسبية :

ويختص هذا الجزء بالإجابة عن السؤال الأول من أسئلة البحث وهو: " ما المفاهيم الرئيسية التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي عن الأمن والسلامة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية

وأهميتها النسبية"؟ من خلال عرض استطلاع الرأي علي المحكمين وتفريغ البيانات توصل الباحث إلي القائمة الموضحة بالجدول التالي للإجابة علي هذا السؤال:

### جدول (1)

يبين المفاهيم الرئيسية المتعلقة بالأمن والسلامة التي يجب أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية وأهميتها النسبية طبقاً لآراء المحكمين

م	المفاهيم الرئيسية	الأهمية النسبية
1	الإحماء وأهميته .	%100
2	الغذاء الصحي للرياضيين .	%100
3	الاشتراطات الصحية في بيئة (مكان) اللعب وأدواته .	%95
4	أهمية الشكوى للمعلم أو الوالدين عند الإصابة أو المرض .	%95
5	الإسعافات الأولية .	%90
6	الالتزام بقانون اللعب وقواعد وأدابه .	%85
7	الملابس وملاءمتها لممارسة النشاط الرياضي .	%80
8	الاسترخاء والراحة .	%80

يتضح من الجدول (1) إن الأهمية النسبية للمفاهيم الرئيسية عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي تراوحت ما بين (80% : 100%) ، وبهذا يكون قد تم الإجابة عن السؤال الأول من أسئلة البحث .

ثانياً : النتائج الخاصة بآراء المحكمين حول المفاهيم الفرعية المرتبطة بكل مفهوم رئيسي عن الأمن والسلامة ويختص هذا الجزء بالإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة البحث وهو: " ما المفاهيم الفرعية المرتبطة بكل مفهوم رئيسي عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي وأهميتها النسبية ؟ ، من خلال استطلاع آراء المحكمين وبعد تفريغ البيانات توصل الباحث إلي النتائج التي يوضحها الجدول التالي :

## جدول (2)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالاشتراطات الصحية في بيئة اللعب وأدواته

م	المفاهيم الفرعية	الأهمية النسبية
1	خطورة ممارسة النشاط الرياضي في الأوقات شديدة الحرارة أو في الأوقات الباردة .	%100
2	خطورة التعرض لتيارات هوائية شديدة عقب الانتهاء من اللعب .	%100
3	خطورة اللعب في الشوارع العامة أو في أماكن سير السيارات .	%95
4	سلامة المكان في منطقة اللعب وخلوها من الأحجار أو الحفر أو القوائم .	%95
5	خطورة استخدام الحجارة أو العصي أو أشياء حادة لرسم حدود وخطوط الملعب .	%95
6	أهمية الإضاءة والتهوية الجيدتين عند ممارسة النشاط الرياضي في الصالات المغلقة .	%95
7	خطورة اللعب بالقرب من مكبات القمامة .	%90
8	سلامة أدوات اللعب	%90
9	أهمية وضع علامات على مواطن الخطورة في منطقة اللعب (كالبروزات والعواقق).	%90
10	خطورة اللعب في الأماكن القريبة من المصانع أو المستودعات النفطية .	%85
11	خطورة اللعب على الملاعب الإسفلتية الصلبة .	%85
12	أهمية ترك مساحة كافية بين خطوط الملعب وبين الحوائط الجانبية (مكان جلوس المتفرجين).	%76

## جدول (3)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالملابس وملاءمتها لممارسة النشاط الرياضي

م	المفاهيم الرئيسية	الأهمية النسبية
1	ملاءمة الملابس من ناحية المقياس وخصوصاً الأحذية .	%100
2	خطورة ارتداء ملابس الغير أو استعمال أدواته .	%95
3	ملاءمة الحداء من حيث ليونته ومطاطيته لنوعية أرض الملعب .	%90
4	أهمية ارتداء الملابس الموحدة في الألوان لكل فريق أثناء المنافسات الرياضية .	%90
5	خطورة ارتداء الساعات أو النظارات أو الخواتم البارزه والسلاسل أثناء المنافسات	%90
6	ملاءمة الملابس الرياضية لظروف الطقس .	%90
7	ضرورة ارتداء الملابس الواقية لحماية بعض أجزاء الجسم عندما يتطلب النشاط	%85
8	سلامة الحداء من التمزق وأهمية عقد رباطه جيداً أثناء اللعب .	%85
9	أهمية تغيير الملابس الرياضية والأستحمام بعد الانتهاء من ممارسة النشاط الرياضي	%80
10	أهمية ارتداء الملابس الرياضية أثناء ممارسة النشاط الرياضي .	%80

## جدول (4)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالإحماء وأهميته

م	المفاهيم الرئيسة	الأهمية النسبية
1	أهمية الإحماء في الحماية من الأصابة .	%100
2	ملاءمة الإحماء لظروف الطقس .	%95
3	الأهمية الفسيولوجية والنفسية للإحماء .	%95
4	شروط الإحماء الجيد .	%90
5	ملاءمة الإحماء لطبيعة النشاط الرياضي الممارس .	%90
6	مفهوم الإحماء .	%90

## جدول (5)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالالتزام بقانون اللعب وقواعده وأدابه

م	المفاهيم الرئيسة	الأهمية النسبية
1	خطورة حيازة أشياء حادة أثناء اللعب	%100
2	خطورة قذف الطوب أو الحجارة في الملعب أثناء ممارسة النشاط الرياضي .	%100
3	خطورة دفع التلاميذ أو ضربهم أو إعاقتهم لبعضهم البعض أثناء اللعب .	%95
4	الالتسام بالروح الرياضية والمبادرة بمساعدة المنافس عند تعرضه لإصابة .	%95
5	الالتزام بقانون اللعب الخاص بالنشاط الممارس .	%85

## جدول (6)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالاسترخاء والراحة

م	المفاهيم الرئيسة	الأهمية النسبية
1	أهمية النوم المبكر وعدم السهر .	%100
2	عدد ساعات النوم التي يحتاجها الجسم .	%95
3	خطورة مزاوله النشاط الرياضي عند الإجهاد أو التعب .	%95
4	أهمية النوم بالنسبة لصحة الفرد .	%90
5	أهمية الراحة بعد بذل الجهد .	%85
6	التوازن بين اللعب والراحة .	%85
7	أهمية الاسترخاء بعد بذل الجهد .	%80
8	خطورة التوقف فجأة عن النشاط أثناء اللعب .	%76

## جدول (7)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالغذاء الصحي للرياضيين

م	المفاهيم الرئيسة	الأهمية النسبية
1	مفهوم الغذاء وأهميته .	%100
2	أهمية الغذاء للرياضيين .	%100
3	عناصر الوجبة المتكاملة .	%95
4	أهمية تناول السوائل ومعرفة الكميات اليومية التي يحتاجها الجسم منها .	%95
5	خطورة ممارسة النشاط الرياضي بعد الأكل مباشرة.	%95
6	أهمية وجبة الإفطار وخطورة اللعب والمعدة خاوية من الطعام لفترة طويلة .	%90
7	التعرف علي مجموعات الأغذية الرئيسة .	%90
8	أهمية تنظيم مواعيد الوجبات وأثرها علي الأداء الرياضي .	%85
9	أهمية تناول المواد السكرية للرياضيين .	%85

## جدول (8)

## يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بالإسعافات الأولية

م	المفاهيم الرئيسة	الأهمية النسبية
1	أهمية الإسعافات الأولية .	%100
2	ضرورة التوقف عن النشاط فور الإصابة بنزيف الأنف أو التعرض لجرح أو التواء .	%95
3	مفهوم الإسعافات الأولية .	%95
4	الإسعافات الأولية لبعض الإصابات التي قد يتعرض لها التلميذ أثناء ممارسة النشاط الرياضي	%95
5	أهمية توفر أدوات الإسعافات الأولية بالقرب من مكان اللعب .	%90

## جدول (9)

يبين المفاهيم الفرعية المتعلقة بأهمية الشكوى للمعلم أو الوالدين عند الإصابة أو المرض

م	المفاهيم الرئيسية	الأهمية النسبية
1	خطورة ممارسة النشاط الرياضي قبل الشفاء الكامل من الإصابة واستشارة	%100
2	أهمية التدرج في الجهد عند اللعب بعد الشفاء الكامل من الإصابة أو المرض .	%100
3	خطورة ممارسة النشاط الرياضي عند الإصابة أو المرض .	%100
4	أهمية إجراء الكشف الطبي للتأكد من أن الحالة الصحية تسمح بالاشتراك في	%100
5	أهمية الشكوى للمعلم أو الوالدين عند الإحساس بالإجهاد أو التعب أثناء ممارسة	%95
6	إبلاغ المعلم أو الوالدين عند التعرض لأي إصابة وعدم إخفائها .	%95

يتضح من الجداول السابقة رقم : (2)،(3)،(4)،(5)،(6)،(7)،(8)،(9)، إن الأهمية النسبية للمفاهيم الفرعية عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية التي ينبغي أن يكسبها تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي قد تراوحت نسبة أهميتها ما بين (76% : 100%) ، وبهذا يكون قد تم الإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة البحث .

## توصيات البحث :

في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج يمكن تقديم التوصيات التالية :

- 1- يجب أن تتضمن مناهج التربية البدنية لتلاميذ الشق الثاني من مرحلة التعليم الأساسي محتوى معرفي يساعد في تنمية مفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية لدى هؤلاء التلاميذ ، حفاظاً علي صحتهم وسلامتهم أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة .
- 2- تعميم قائمة المفاهيم التي توصل إليها البحث عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية علي مدارس الشق الثاني بمرحلة التعليم الأساسي ، لاستعانة معلمي التربية البدنية بها خلال تدريسهم لتلاميذهم .
- 3- إعداد برامج تدريبية لمعلمي التربية البدنية لتعريفهم بمفاهيم الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية وكيفية تدريسهم لتلاميذهم .
- 4- تدريب التلاميذ علي الإسعافات الأولية للإصابات الشائعة حدوثها في الأنشطة الرياضية .

## قائمة المراجع

- 1- إبراهيم البرعي قابيل : " وحدة مقترحة عن الأمن والسلامة في الأنشطة الرياضية لتلاميذ الصف الأول الإعدادي " ، مجلة كلية التربية ، (36) ، كلية التربية بطنطا ، جامعة طنطا ، 1996 م .
- 2- إبراهيم بسيوني عميرة : " الامان والتربية الأمانية من النظرية إلي التطبيق " ، صحيفة التربية ، نوفمبر ، 1972 م .
- 3- السيد محمد خيرى : " الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية " ، ط 4 ، القاهرة ، دار النهضة ، 1970 م .
- 4- أمين أنور الخولي ، محمود عنان : " المعرفة الرياضية – الإطار المفاهيمي ، اختبارات المعرفة " ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 م .
- 5- بهي الدين إبراهيم سلامة : علاقة المتغيرات المورفولوجية والبدنية والنمط الجسدي بالإصابات الرياضية الشائعة للطلاب الرياضيين ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، 1997 م .
- 6- رشدي لبيب : " نمو المفاهيم العلمية " ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1982 م .
- 7- سكينه كامل حمزة الجار الله : دراسة تحليلية لأنواع الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها للاعبين الألعاب الفردية ، مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد 8 ، العدد 2 ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العراق ، 2015 م .
- 8- سميرة خليل محمد : دراسة تحليلية للإصابات الرياضية عند طلبة كلية التربية الرياضية ، بحث منشور ، مجلة التربية الرياضية ، الأكاديمية العراقية ، المجلد الحادي عشر – العدد الأول ، 2002 م .
- 9- عاصم صابر راشد حمودي : برنامج تدريبي لمعلمي التربية الرياضية لإسعاف الإصابات الحركية الأكثر شيوعاً بين تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، 2012 م .
- 10- محمد حسن علاوي : " سيكولوجية النمو للمربي الرياضي " ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998 م .
- 11- مختار سالم : " حول الكرة الطائرة " ، بيروت ، مؤسسة المعارف للطباعة والنشر ، 1991 م .
- 12- مصطفى جوهر حياة : الإصابات الشائعة لبعض لاعبي أندية التربية البدنية والرياضية في دولة الكويت ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الكويت ، 1996 م .
- 13- هاني الدسوقي إبراهيم : " الإصابات الرياضية " ، دار الخليفة للطباعة ، كلية التربية بقنا ، جامعة جنوب الوادي ، 2005 م .