

## مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين

أ.م.د. أنعام مجيد النجار

كلية التربية الرياضية والعلاج الطبيعي – جامعة البحرين

2013

### الخلاصة

هدفت الدراسة الحالية إلى اختبار مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين ، واختبار مدى إختلاف تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي باختلاف الجنس ، وأخيراً اختبار مدى إختلاف تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي باختلاف سنوات الخبرة. وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي ، و تكونت عينة الدراسة من ( 59 ) معلماً ( 21 ذكور ، 38 أناث ) من مدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين تراوحت أعمارهم الزمنية من (22) إلي (56) عام بمتوسط ( 34,11) عام وإنحراف معياري (6,30) . تراوحت نسبة سنوات خبرتهم من (سنة إلى 5 سنوات ) وعددهم (11) ، ومن أكثر من 5 إلى 10 سنوات وعددهم (30) إلى أكثر من 10 سنوات وعددهم (18) معلم ومعلمة في المجال ، موزعين على محافظات المملكة الخمسة بواقع عدد ( 8 ) معلم ومعلمة من مدارس المحافظة الجنوبية ، (19) من المحافظة الوسطي ، (11) من محافظة المحرق ، (11) من المحافظة الشمالية و (10) من محافظة العاصمة . وتمثلت أدوات الدراسة في إستبانة تقييم مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي (إعداد الباحثة) . وقد قامت الباحثة بتطبيقها بعد التحقق من الصدق والثبات لها . وتوصلت الدراسة إلى النتائج التي تؤكد إتفاق نسبة 43,99% من أفراد العينة من معلمي ومعلمات التربية الرياضية وضحت ندرة أو عدم تطبيقهم لمفهوم الوعي القوامي خلال حصص التربية الرياضية ، مقابل نسبة حوالي 30,01% أفروا بتطبيق مفهوم الوعي القوامي خلال حصصهم . كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات كل من المعلمين والمعلمين على أستبانة الوعي القوامي لصالح الأنث عند مستوي 0,05 وهو ما يعني تطبيق الأنث لمفهوم الوعي القوامي بصورة أكبر من الذكور، وأخيراً فقد توصلت الدراسة إلى عدم دلالة الفروق بين أفراد العينة المستهدفة في تطبيق مفهوم الوعي القوامي تعزى إلى عدد سنوات الخبرة . وقد قامت الباحثة بمناقشة النتائج في ضوء ماتوصلت إليه الدراسة وقدمت الباحثة توصيات مرتبطة بنتائج الدراسة .

## المقدمة

في ظل التقدم التكنولوجي الذي يشهده عصرنا هذا وسرعة التطور المذهل والهائل للأجهزة والإمكانات التي تُسير حياتنا ، أصبحت قلة الحركة والكسل هما السائدان فيما بين الأفراد والذي ألقى بظلاله على الأطفال وصغار السن الذين يجلسون لساعات أمام شاشات الكمبيوتر أو الأجهزة الذكية التي أصبحت بمتناول أيدينا جميعاً ، ونسينا أو تناسينا حق أجسامنا علينا في الحركة والنشاط والذي ينميها ويقويها ويبعد عنها كثير من الأمراض وخاصة بما تسمى أمراض قلة الحركة . إذن فمن الواجب الحفاظ على الجسم بحالته المعتدلة القوام والذي يميزه الخالق عن سائر المخلوقات بجمال المظهر . فجسم الإنسان يتكون من الهيكل العظمي الذي تكسوه العضلات التي تحرك العظام والتي ترتبط بعضها ببعض بمفاصل وأربطة بما يساعد الجسم على الحركة بسهولة وإن أهمل أي مكون من هذه المكونات يؤدي إلى عدم اتزان الأجزاء ما يحدث تشوهاً وانحرافاً قوامياً " والتي عرفها سالم (6:16) "بانها تغيير شكل عضو من أعضاء الجسم كله أو جزء منه وانحرافه عن الشكل المسلم به تشريحياً" .. وتعد حركة القوام عملية ميكانيكية تتمشى مع قوانين الميكانيكا من ناحية مركز الثقل والجاذبية الأرضية وحركات الإنسان البدنية وعاداته في أداء هذه الحركات تُشكّل في الأسرة أولاً عن طريق التقليد لأفراد الأسرة وتوجيه الآباء والأمهات لاتخاذ أوضاع قوامية سليمة سواء في الوقوف والجلوس أو المشي وهي التي تحدد نوع قوامه . ونظراً لما للقوام من أهمية بالغة في تشكيل شخصية الفرد ومساعدته على اكتساب الصحة وسهولة حركته اليومية كان من الضروري الاهتمام بالتوجيه والرعاية لأبنائنا بما يساعدهم على تكوين عادات قوامية سليمة . وترجع أهمية دراسة القوام في أن القوام المعتدل يساعد على تنمية الشخصية والشعور بالثقة بالنفس والتخلص من الشعور بالنقص والمساعدة على التكيف المهني " فأحساس الفرد بكمال جسمه وإستقامته ويضفي عليه الكثير من الثقة والأعتزاز بالنفس " . (8:7) لذا نجد فخوراً " منتصب القامة .

كما تتضح أهمية القوام أيضاً كونه يُعد مؤشراً هاماً على صحة وسلامة جسم الإنسان . حيث يساعد أجهزة الجسم الحيوية على أداء وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة . وإكساب الفرد الصحة الجيدة وتأخير ظهور التعب . كما أن الشعور بالقوام الجيد يلعب دوراً رئيسياً في تكوين شخصية الفرد بجوانبها المختلفة . والقوام غير الجيد يؤثر على العمل المهني ودراسة القوام تساعد على توعية أولياء الأمور في المشاركة لرعاية ووقاية أبنائهم من التشوهات القوامية (28:11) . وحيث أن ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أثبتت أهميتها الكبرى في الحصول على جسم سليم وأجهزة حيوية ذات كفاءة كبيرة " حيث إن الانتظام في ممارسة النشاط البدني يؤدي إلى رفع الكفاءة الوظيفية لأعضاء الجسم المختلفة " (21:1) ، لذا فإن مزاوله الرياضة منذ الصغر لها ذات الأهمية في الحفاظ على قوام سليم وعضلات تُمكن الفرد من خلالها أداء المهام الحياتية بأقل جهد ممكن . وحيث أن من أهم أدوار معلم التربية الرياضية هي ملاحظة قوام الطلبة والتشجيع المستمر للطلاب على تحسينه وتقديم النصح لمن يتخذ أوضاعاً قوامية خاطئة " حيث أشارت الكثير من الدراسات أن الغالبية العظمى من التلاميذ تظهر عليهم علامات ضعف القوام والتشوهات التي تحدث في مرحلة الطفولة المبكرة ستستمر مع تقدم العمر إذا لم تكشف بشكل مبكر " (169:10) ، لذا يمكن أن يكون المكان الأول الذي يستقي الطالب منه الوعي القوامي هو حصص التربية الرياضية . ومن ثم كان لزاماً " على المختصين في التربية الرياضية بكل مؤسساتها التعليمية والتنفيذية وجهات اتخاذ القرار فيها . أن تولي الاهتمام الكبير بهذا الجانب وإعطاء الحجم الأكبر في حصص التربية الرياضية لهذا الجانب وهو الوعي القوامي لدى الطلبة من خلال معلمي التربية الرياضية .

وتسعي الدراسة الحالية بصورة رئيسة إلى اختبار مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين . أملين أن تقدم الدراسة خدمة لمسيرة التربية الرياضية في هذا البلد الحبيب .

### مشكلة الدراسة :

من خلال خبرة الباحثة في المجال التعليمي والتربوي فقد لاحظت عدم الاهتمام الكافي من معلمي التربية الرياضية في مختلف المراحل التعليمية بتطبيق مفهوم الوعي القوامي داخل حصص التربية الرياضية ومن ثم فقد نشأت فكرة الدراسة الحالية للوقوف على تقييم مدى ادراك وتطبيق مفهوم الوعي القوامي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المرحلتين الابتدائية والاعدادية بمملكة البحرين كونه واحداً من أهم المفاهيم الواجب إدراكها وتطبيقها في حصص التربية الرياضية في هاتين المرحلتين المهمتين في بناء جسم سليم وقوي لدى الطلبة والدراسة الحالية حينما ترصد الواقع فإنها تسعى إلي العمل على تطويره وتحسينه بالإستناد الى النتائج التي ستظهرها نتائج الدراسة الحالية والتي تتمثل أسئلتها في يلي :

### أسئلة الدراسة

#### السؤال الرئيسي

ما مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين ؟

ويتفرع من السؤال الرئيس السؤالين الفرعيين التاليين :

هل يختلف تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي باختلاف الجنس ؟  
هل يختلف تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي باختلاف سنوات الخبرة ؟

#### أهداف الدراسة

التعرف على مستوى مفهوم الوعي القوامي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في بعض المدارس الإبتدائية والاعدادية في مملكة البحرين .

التعرف على مستوى تطبيق الوعي القوامي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مملكة البحرين .  
أختبار دلالة الفروق بين بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية وتطبيقهم لمفهوم القوام تبعاً لإختلاف الجنس.

أختبار دلالة الفروق بين بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية وتطبيقهم لمفهوم القوام تبعاً لإختلاف سنوات الخبرة.

#### مصطلحات الدراسة

القوام الجيد : والقوام الجيد هو الذي تكون فيها أعضاء الجسم المختلفة ابتداء من الرأس والعنق والعمود الفقري والحوض والقدم تظهر على استقامة واحدة.

التنشوء القوامي : هو نوع من أنواع الانحرافات التي تحدث لجزء أو أكثر من أجزاء الجسم. وقد يكون هذا الانحراف بسيطاً - في حدود العضلات والأربطة - يمكن تداركه بالعلاج عن طريق التمرينات التعويضية التي يصفها الأطباء والتي عدد كبير منها يشبه حركات الصلاة، ولهذا فإن الصلاة تعد علاجاً للانحرافات البسيطة، ووقاية منها بالوقت نفسه.(17)

التعريف الأجرائي للوعي القوامي :\_ هو مدى أستدراك الفرد لمعنى كلمة الوعي القوامي وأستخدام هذه المفردة في حياته العلمية والعملية .

#### حدود الدراسة :

الحدود المكانية : بعض المدارس الإبتدائية والاعدادية في مملكة البحرين.

الحدود الزمانية : الفصل الثاني للعام الدراسي 2012/ 2013

## الإطار النظري والدراسات السابقة

### القوام السليم

من الامور الهامة التي تؤثر على حياة الفرد وصحته وأدائه لعمله و إنتاجه هو تمتع الفرد بقوام سليم وصحي .

حيث ان أهم متطلبات القوام السليم أو الجيد ما يلي : (11:6)

- 1- أن يولد الفرد خالياً من التشوهات الوراثية أو الخلقية .
- 2- أن يملك الفرد وعياً حسيًا حركيًا جيدًا ، بحيث يستطيع إدراك موقع أجزاء جسمه إدراكًا صحيحًا سواء بالنسبة للفراغ أو بالنسبة لأجزاء الجسم بعضها إلى البعض الآخر .
- 3- أن يملك الفرد قدرًا كافيًا من النغمة العضلية اللازمة للحفاظ على استقامة صحيحة للجسم .
- 4- أن يتوافر لدى الفرد رغبة ذاتية للحصول على قوام جيد .
- 5- أن يتوافر لدى الفرد ما يدفعه لممارسة القوام الجيد .

### أهمية القوام السليم

لقد أشارت حياة عياد ، صفاء صفاء الدين ( 8:7 ) أن القوام الجيد من الأمور الهامة التي تؤثر على حياة الفرد وصحته وأدائه لعمله وإنتاجه. ومسؤولية معلم التربية الرياضية هي مراعاة النمو الطبيعي للقوام في جميع مراحل النمو الى أن يصل إلى مرحلة الشباب بقوام معتدل سليم حتى ينشأ جيل صحيح قوى قادراً على العطاء. وإستطاع الكثير من العلماء تحديد القوام بكل أبعاده وجوانبه ووضع الكثير من التعريفات التي تستخدم "كمحك مرجعي يكون الأساس في التعامل مع القوام" كما ان "القوام المعتدل هو نتاج التناسق والتوازن بين أجهزة الجسم المختلفة خلال مختلف حركات الجسم البشري أثناء السكون أو الحركة وفي جميع الأوقات بحيث لا يتطلب ذلك أي مجهود بدني يذكر على الفرد وأجهزته المختلفة بحيث يتحقق معه الأوضاع التشريحية السليمة. وايضا يعرف بعض العلماء القوام المعتدل بأنه وجود كل جزء من أجزاء الجسم في الوضع الطبيعي المتناسق مع الأجزاء الأخرى بحيث تبتذل العضلات أقل جهد ممكن معتمدة على نغمتها العضلية للإحتفاظ بالأوضاع القوامية السليمة". (11:257).

### معايير قوام الطفل

معايير القوام الجيد لدى الاطفال وخاصة في الحلة المراحل الاولى من الدراسة تكون غير ثابتة . " حيث ان التربية الحركية وبرامجها تساعد الطفل على التخلص من الاشكال القوامية الضعيفة " (2:190) . لذا كانت المسؤولية الكبيرة التي تقع على عاتق مدرسي التربية الرياضية هو الاكتشاف المبكر للتشوهات القوامية او لضعف العضلات ومحاولة تفاديها في وقت مبكر . وحيث إن الأهمية تظهر في ملاحظة حركة الطالب داخل المدرسة او الحصص الدراسية لذا كان المدرس الذي يمتلك المعلومات الكافية عن التشوهات القوامية واسبابها من اهم النقاط التي يجب ان يحرص المدرس على اتقانها للاستفادة منها في حياته العملية .

" حيث يجب ان لا يكف مدرس التربية الرياضية عن عرض مساوئ القوام المشوه الضعيف وذلك خلال عمليات التدريس بشكل مباشر أو غير مباشر " . (2:189)

### أثر الوعي القوامي على تحسين القوام

لاشك أن الجميع يسعى الى أن يتمتع وأفراد عائلته بقوام جيد وأن يعيش حياه صحية يستطيع من خلالها أداء مهامه الحياتية والمهنية على اكمل وجه . ونتيجة للتطور الفكري وإتساع طرق البحث والدراسة أصبح من السهولة أن يجد الفرد أي معلومة يريد التوصل اليها بشكل أسهل وأيسر .وبما أن

الوعي بمخاطر التشوهات والانحرافات القوامية تزيد من القدرة على الوقاية منها ، لذا كان من المهم تسليط الضوء على هذه المصطلحات لما لها من أهمية كبيرة في الوقاية أو ربما علاج الكثير من التشوهات القوامية البسيطة والمبكرة على حد سواء . فالمعرفة المسبقة بطرق الرفع والسحب والحمل تزيد من درجة تجنب الإصابة بمثل هذه الانحرافات التي قد تؤدي في كثير من الأحيان الى إعاقة الفرد او ربما تؤدي الى أمراض عديدة متعلقة بنوع ومكان الإنحراف.ومن هنا جاءت أهمية ودور مدرس التربية الرياضية في زرع الوعي الصحي والقوامي لدى الطلبة خاصة إذا ما علمنا أن أكثر التشوهات القوامية قد تظهر في مراحل الدراسة الأولية . حيث "أن القوام الجيد من الأمور الهامة التي تؤثر على حياة الفرد وصحته وأدائه لعمله وإنتاجه. ومسؤولية مدرس التربية الرياضية هي مراعاة النمو الطبيعي للقوام في جميع مراحل النمو حتى يصل إلى مرحلة الشباب بقوام معتدل سليم حتى ينشأ جيل صحيح قوى قادراً على العطاء. ولاشك بأن الوعي القوامي له أهمية كبيرة في الوقاية من التشوهات القوامية . حيث قام لابلاس وتشولسون بدراسة اوضحت اثر الوعي القوامي على تحسين القوام ، وذلك من خلال اعطاء نصائح لافراد الدراسة عن القوام الجيد ل (24) فرداً من البالغين (ذكورا" وأناثا" ) ، ثم فحصت النتائج الفورية لأثر هذه النصائح على الحالة القوامية لإفراد عينة الدراسة وكانت أهم النتائج أنه - بالنسبة لمحيط الصدر - زاد محيط الصدر لدى (8) أشخاص ، ولم يتغير في (11) شخصاً ، وتناقص في (4) اشخاص. أما بالنسبة لوضع الحجاب الحاجز ولاضلاع القفص الصدري فقد حدث ارتفاع لدى (10) منهم ولم يتغير في (4) اشخاص وإنخفض في (9) - وبالنسبة للحد الأقصى لإنسباط الحجاب الحاجز فكانت نتيجة الدراسة الزيادة لدى (4) اشخاص وتناقص لدى (9) اشخاص. - اما بالنسبة للسعة الحيوية فأنها إزدادت في (14) حالة ولم تتغير في (5) وتناقصت في (4) . (163:10) .

درجات الخلل القوامي : يمكن تلخيص درجات الخلل القوامي : (261:6)

1-الخلل من الدرجة الاولى :

وفيهما يحدث تغير بسيط في النغمة العضلية لمكان الإنحراف ، ولا يحدث ذلك تغيير في العظام ويمكن معالجة الإنحرافات القوامية من هذه الدرجة بالتمارين التأهيلية وباحساس الفرد نفسه بالخطأ فيحاول إصلاحه .

2- الخلل من الدرجة الثانية :

وفيهما يكون الانقباض العضلي واضحاً وبالتالي تزيد النغمة العضلية لمكان الإنحراف على العضلات المقابلة لها ، وأيضاً يحدث الإنحراف في الأربطة بجانب العضلات وبالتالي يحدث تغيير بدرجة خفيفة في العظم المرتبط بمكان الإنحراف . و الإنحراف القوامي من الدرجة الثانية يحتاج الى خبير العلاج الطبيعي للتغلب عليه .

3- الخلل من الدرجة الثالثة :

وفيهما يكون التغيير شديداً ويصل الى العظام بجانب تغيير العضلات والأربطة ومن الصعب الاصلاح من خلال التمرينات بالعلاج الطبيعي ، بل تحتاج هذه الدرجة الى التدخل الجراحي ، وتعطى التمرينات العلاجية لتجنب حدوث إنحرافات أخرى .

ويتبين من درجات الخلل القوامي أن بإمكان مدرس التربية الرياضية فيما إذا تم اكتشاف الخلل من الدرجة الأولى والثانية من الممكن تفادية بدرجة كبيرة

ومن جانب آخر فإن مظاهر القوام الجيد تتمثل في النقاط التالية :

- 1- أن يكون هناك إتزان في وضع الرأس بحيث تكون الذقن للداخل والنظر للأمام.
- 2- الكتفان في الوضع الطبيعي بحيث تكون الذراعان بجانب الجسم والكفان مواجهين للفخذين.
- 3- الصدر مشدوداً ومستقيماً.
- 4- زاوية الحوض في وضعها الطبيعي دون ميل للأمام أو الخلف .
- 5- ثقل الجسم موزع علي القدمين بالتساوي ومشط القدم في الوضع اماماً والرضفتان للأمام



- أما ما يجب مراعاته لنمو جيد للقوام فهو :
- التغذية الجيدة المتوازنة .
- العلاج السليم والسريع للإصابة .
- النشاط البدني لجميع أجزاء الجسم دون التركيز علي جانب معين.
- الحالة النفسية الجيدة.
- مراعاة الصحة العامة للفرد .
- الوعي بأسباب حدوث التشوهات لتجنبها .
- تجنب العادات الخاطئة .
- التمرينات العلاجية لعلاج الجزء المشوه .

### الدراسات المشابهة والمتعلقة

ومن الدراسات السابقة في مجال الدراسة الحالية دراسة قام بها " القدومي " 2005 تهدف الى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى لاعبي الأندية العربية ومصادر الحصول على المعلومات ، بالإضافة الى معرفة كل من متغيري الخبرة في الملعب والمؤهل العلمي ، وقد أظهرت النتائج الى أن مستوى الوعي الصحي كان عاليا بنسبة 81% ، لدى اللاعبين بالإضافة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجالات الوعي الصحي ، حيث اظهرت النتائج أن اعلى مجال كإن المجال الاجتماعي والتحكم بالضغو النفسية ، بينما لم تكن الفروق دالة احصائيا لمتغيري الخبرة في الملعب والمؤهل العلمي. كما واطهرت النتائج أن وسائل الاعلام اعلى مصدر للحصول على المعلومات الصحية للاعبين .(15) وفي دراسة قامت بها ("حمام" 1996) بهدف التعرف على مستوى الثقافة الصحية لدى طالبات الصف الاول الثانوي في محافظة عمان . واثره في اتجاهتهن الصحية وتحديد الفروق في الثقافة الصحية تبعا لمتغيري التخصص ، والمستوى الاقتصادي ، والاجتماعي للطالبات . اظهرت نتائج الدراسة الى أن أنسبته 80,3% كانت اتجاهتهن الصحية ايجابية . ووجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الثقافة الصحية واتجاهات الطالبات الصحية حيث وصل معامل الارتباط الى ( 0,39) وهو دال احصائيا عند مستوى ( 0,001) ووأوصت الباحثة بضرورة وجود منهاج مستقل للتربية الصحية في المدارس .

اما الدراسة التي قام بها (نزار الفردان 2006) هدفت الى قياس الوعي البيئي لتلاميذ المرحلة الابتدائية في ضوء بعض المشكلات البيئية الراهنة التي تواجه مملكة البحرين . حيث أظهرت النتائج التي توصلت لها هذه الدراسة ، الى تدني مستوى الوعي البيئي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، وهناك فروق ذات دلالة احصائية بين مستوى الوعي بين الذكور والإناث لصالح الإناث ، ولا توجد فروق احصائية في الوعي القوامي ترجع الى تقسيم المحافظات ، أما نسبة الوعي لدى العينة والمتعلق ببعض المشكلات البيئية مثل تلوث الهواء ، وتلوث مياه البحر بالنفايات ، وأضرار الضوضاء على الإنسان كانت مرتفعة . في حين سجلت ضعف الوعي لدى نسبة كبيرة من العينة حول بعض المشكلات مثل التدخين ووجود المصانع بالقرب من المناطق السكنية وخطورة الماد البلاستيكية . وبناء على النتائج فقد وضع الباحث تصورا" مقترحا لتنمية الوعي البيئي من خلال وسائط التربية المدرسية وعناصرها ( المنهج ، والمعلم ، والبيئة المدرسية ، ووسائل التدريس والأنشطة اللاصفية ) او من خلال وسائط التربية اللامدرسية مثل( المساجد والنوادي ووسائل الاعلام ) .

### التعليق على الدراسات السابقة

أستفادت الباحثة من مجمل الدراسات السابقة في تحديد بعض العبارات الموجودة في الإستبانة وكذلك تحديد منهجية الدراسة المستخدمة .

**منهج الدراسة وإجراءاتها:****المنهج :**

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي بغرض رصد واقع تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي خلال حصص التربية الرياضية بمدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين .

**عينة الدراسة :**

تكونت عينة الدراسة من ( 59 ) معلماً ( 21 ذكور ، 38 أنثى ) من مدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين تراوحت أعمارهم الزمنية من (22) إلي (56) عام بمتوسط ( 34,11) عام وأنحراف معياري (6,30) . تراوحت نسبة سنوات خبرتهم من (من سنة إلي 5 سنوات ) وعددهم (11) ، ومن أكثر من 5 إلي 10 سنوات وعددهم (30) إلى أكثر من 10 سنوات وعددهم (18) معلم ومعلمة في المجال ، موزعين على محافظات المملكة الخمسة بواقع عدد ( 8 ) معلم ومعلمة من مدارس المحافظة الجنوبية ، (19) من المحافظة الوسطي ، (11) من محافظة المحرق ، (11) من المحافظة الشمالية و (10) من محافظة العاصمة .

**أدوات الدراسة :**

إستبانة تقييم مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي (إعداد الباحثة) .

**وصف الأستبانة :**

تكونت الأستبانة في صورتها الأولية من ( 31 ) مفردة دارت حول الجانبين المعرفي (المعارف النظرية المتعلقة بالمفهوم) ، و المهاري (مدى تطبيق المفوضين من المعلمين لمفهوم الوعي القوامي داخل حصص التربية الرياضية والمعلمة بصفة عامة ) ، وطبقاً لما أستقر عليه المجال وأجمعت عليه معظم الدراسات . تم تعديلها إلى ( 28 ) مفردة بناء على كل من آراء المحكمين من خلال حذف الفقرات غير المميزة وتعديل صياغة بعض الفقرات الأخرى بناء على نسب إتفاق المحكمين بالنسبة لكل مفردة

**تصحيح الأستبانة وتفسير الدرجة :**

تم أستجابة المفوضين على الفقرات تبعاً لتدرج من خمسة بدائل هي دائماً / غالباً / أحياناً / نادراً / اطلاقاً ، وتحسب الأستجابة (دائماً) بخمسة درجات ، (غالباً) بأربعة ، (أحياناً) بثلاثة درجات ، ، (نادراً) بدرجتين و(أطلاقاً" ) بدرجة واحدة (صيغت جميع الفقرات في الاتجاه الموجب مع تطبيق المفهوم) وبالتالي تدل الدرجة المرتفعة على وعي كبير وتطبيق للمفهوم بينما تدل الدرجة المنخفضة على عكس ذلك.

**المحددات السيكومترية للأستبانة :****أولاً الصدق :****صدق المحكمين**

تم وضع تصور أولي للأستبانة يتكون من ( 31 ) مفردة تدور حول كل من الجانب المعرفي والمهاري لمفهوم الوعي القوامي .

تم عرض الأستبانة بصورتها الأولية على ( 9 ) متخصص في المجال حيث استجاب للتحكيم عدد ( 7 ) من المحكمين . وقد قامت الباحثة بإعداد نسخة المحكمين حيث دارت محاور التحكيم حول مدى ملاءمة المفردة من حيث الصياغة ومدى ملاءمتها من حيث أثنائها أو قياسها لمفهوم الوعي القوامي طبقاً للتعريف التي تتبناه الباحثة .

قامت الباحثة بتفريغ ملاحظات المحكمين وأستبقت المفردات التي حصلت على نسبة إتفاق 80% فأكثر واستبعدت المفردات التي حصلت على أقل من 75% بينما قامت بتعديل بعض الفقرات التي تراوحت نسبة الاتفاق عليها 75% إلى أقل من 80% . فحصلت على 28 مفردة مثلت الصورة النهائية للأستبانة .

**ثانياً : الثبات :**

تم حساب ثبات الاستبانة عن طريق إيجاد قيمة معامل كرونباخ فبلغ معامل ألفا للدرجة الكلية للمقياس (0,784) وهو مايشير ارتفاع قيمة معامل الثبات للمقياس ككل .

### الثبات بالاتساق الداخلي :

تم حساب الاتساق الداخلي لكل بُعد من أبعاد المقياس من خلال حساب ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه فكانت النتائج التي يوضحها جدول ( 1 ) .

#### جدول (1)

معاملات درجات الإرتباط بين درجة كل مفردة من المفردات مع الدرجة الكلية الإستبانة الوعي القوامي ن=59

المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط
1	**0,628	11	**0,585	21	**0,632
2	**0,642	12	**0,745	22	**0,714
3	**0,566	13	**0,469	23	**0,672
4	**0,558	14	**0,390	24	**0,572
5	**0,422	15	**0,397	25	**0,500
6	**0,547	16	**0,509	26	**0,502
7	**0,596	17	**0,531	27	**0,401
8	**0,667	18	**0,371	28	**0,491
9	**0,585	19	**0,386		
10	**0,727	20	**0,576		

\*\* دال عند 0,01

ويتضح من جدول ( 1 ) دلالة ارتباط كل فقرة من فقرات الإستبانة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه عند مستوي 0,01 مما يشير إلى تمتع الإستبانة بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي .

### نتائج الدراسة ومناقشتها :

#### السؤال الرئيسي

ما مدى تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الإبتدائية والإعدادية بمملكة البحرين ؟

وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام أساليب الإحصاء الوصفي بعد تطبيق الإستبانة على أفراد العينة وذلك بدمج تكرارات إستجابات أفراد العينة على فقرات الإستبانة بعد ضمها إلى ثلاثة بنود. ثم تم حساب النسبة المئوية لتكرارات إستجابات المفحوصين على كل فقرة من فقرات الإستبانة الـ 28 ثم حساب مجموع النسب المئوية لتكرارات إستجابات الإستبانة بقسمة مجموع النسب المئوية لتكرارات الإستجابات جميعها على مجموع عدد لفقرات وذلك بعد دمج الاستجابات دائماً وغالباً تحت بند واحد وإستجابات نادراً واطلاقاً تحت بند آخر وتم ترك استجابات أحياناً تحت بند مستقل لاستبعاد هذه الإستجابات عند مناقشة النتائج، فكانت النتائج التي يوضحها الجدول رقم ( 2 ) .



## جدول (2)

التكرارات والنسب المئوية لإستجابات المفحوصين على إستبانة مدى تطبيق مفهوم الوعي القوامي بمدارس المرحلتين الابتدائية والاعدادية بمملكة البحرين ن=59

م	المفردة	دائماً / غالباً		أحياناً		نادراً / إطلاقاً	
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار
1	معرفة التشوهات القوامية التي قد يتعرض لها الطلاب .	11,9	7	25,4	15	37	62,7
2	تشجيع الطلبة بشتى الوسائل التي تحفزهم على الاهتمام بقوامهم	15,3	9	25,4	15	35	59,3
3	تحرص على متابعة نتائج الابحاث في مجال القوام .	18,7	11	44,1	26	22	37,2
4	متابعة طريقة المشي لدى الطلاب خارج حصص التربية الرياضية .	6,8	4	25,4	15	40	67,8
5	تناقش الموضوعات المتعلقة بالقوام والصحة العامة مع اولياء الامور .	27,1	16	37,3	22	21	35,6
6	تهتم بقوامك كمعلم للتربية الرياضية .	74,6	44	20,3	12	3	5,1
7	تناقش الموضوعات المتعلقة بالقوام والصحة مع ادارة المعلمة .	20,3	12	32,2	19	28	47,5
8	تهتم بالفحص الدوري للقوام .	34,9	20	30,5	18	21	35,6
9	تناقش الموضوعات المتعلقة بالقوام والصحة مع زملائك المعلمين .	13,6	8	28,8	17	34	57,6
10	تحرص على تطوير صفة القوة في الحصة الدراسية.	27,1	16	5,1	3	40	67,8
11	ملاحظة المقاعد الدراسية وملائمتها للطلبة .	32,2	19	32,2	19	21	35,6
12	تتعهد اختيار الأنشطة والحركات التي تعمل على الوقاية من التشوهات القوامية .	15,3	9	27,1	16	34	57,6
13	تحرص على اقامة الندوات والمحاضرات لبيت الوعي القوامي للطلبة .	22,0	13	45,8	27	19	32,2
14	تحرص على ارتداء الملابس الرياضية في حصة التربية الرياضية .	83,0	49	13,6	8	2	3,4
15	تحافظ على المعلومات السرية للطلاب الذي يعاني تشوها قواميا .	88,1	52	8,5	5	2	3,4
16	تنصح الطلبة حول ارتداء الاحذية المناسبة .	86,4	51	11,9	7	1	1,7
17	التجوال اثناء الفسح الدراسية واعطاء التوجيهات للطلبة حول وضعيات جلوسهم او وقوفهم .	20,4	12	40,7	24	23	38,9
18	تقوم بسؤال الطلبة عن المكونات الغذائية التي يتناولونها .	23,8	14	22	13	32	54,2
19	عزل الطالب الذي يعاني تشوها قواميا عن بقية الطلبة اثناء الحصة الدراسية .	25,5	15	23,7	14	30	50,8
20	متابعة الطلبة فيما يتعلق بطريقة حملهم للحقائب المعلمية .	17,0	10	30,5	18	31	52,5
21	اشراك الطالب الذي يعاني تشوها قواميا بالأنشطة الرياضية الصفية .	10,2	6	22	13	40	67,8
22	متابعة تقدم الطالب الذي يعاني تشوها قواميا في الاداء البدني .	11,9	7	25,4	15	37	62,7
23	تشجيع الطلبة الذين يعانون تشوها قواميا لياخذوا دور القيادة	13,6	8	25,4	15	36	61,0

م	المفردة	دائماً / غالباً		أحياناً		نادرًا / إطلاقاً	
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار
	في حصة التربية الرياضية .						
24	التركيز على الاداء الضعيف للطلاب الذي يعاني تشوها قواميا .	13,6	8	32,2	19	54,2	32
25	تخصص حصصا للتربية الرياضية لتعطي تمارينا علاجية بسيطة .	32,3	19	25,4	15	42,3	25
26	تساعد الطالب على تقبل وضعه القوامي .	8,5	5	32,2	19	59,3	35
27	ملاحظة قوام الطلبة اثناء الجلوس والوقوف داخل حصص التربية الرياضية	6,8	4	16,9	10	76,3	45
28	تحث الطلبة على تقبل زملائهم الذين يعانون تشوها قواميا .	79,6	47	18,7	11	1,7	1
	مجموع النسب المئوية لإستجابات المفحوصين	30,01%		26,02%		43,99%	

وتشير النتائج الموضحة في جدول ( 2 ) إتفاق نسبة 43,99% من أفراد العينة من معلمي ومعلمات التربية الرياضية على ندرة أو عدم تطبيقهم لمفهوم الوعي القوامي خلال حصص التربية الرياضية ودخل المعلمة مقابل نسبة حوالي 30,01% أقرروا بتطبيق مفهوم الوعي القوامي بالمدارس التي ينتمون إليها. وتعكس هذه النسب قصور في هذا المجال يكلف النظام التعليمي الكثير من الجهد والمال من جهة ومن جهة أخرى تنتج أفراداً " لايمتلكون قواماً جيداً" مايؤثر بشكل فعال على الإنتاجية وعلى عدد المواطنين الصالحين لخدمة الوطن. وبنظرة متفحصة تحليلية للعبارات بشكل مفرد نجد أن فيما يخص المفردات التي تتعلق بالجانب المعرفي لمفهوم الوعي القوامي من وجهة نظر معلمات ومعلمي التربية الرياضية في مدارس البحرين والمتمثلة في العبارات ( 1، 3، 5، 7، 9، 13، 18 ) نجد أن النسب المئوية تراوحت ما بين ( 11.9 - 23.8%) للاستجابة ( دائماً، غالباً) . مايعني أن العينة المستهدفة لا تمتلك القدر الكافي من المعرفة حول مفهوم الوعي القوامي مما يعتبر مؤشراً " خطيراً" على إهمال مفهوم من أهم المفاهيم التي يمكن إذا ما أثبت العكس من خلال نتائج الدراسة أن يستطيع معلم ومعلمة التربية الرياضية في المدارس من تداركها أو على الأقل إيقاف تطورها وهي التشوهات القوامية والتي أثبتت الكثير من الدراسات والبحوث أن اكتشاف التشوه القوامي بشكل مبكر يساعد كثيراً في علاجه . في حين سجلت استجابة ( نادرًا ، إطلاقاً ) نسب مئوية تراوحت بين ( 62.7 - 54.2%) لنفس العبارات السابقة وهو مايشير إلي الفجوة العميقة في مايتعلق بالجانب المعرفي للمفهوم لدي المعلمين من أفراد العينة . أما عبارته ( 2 ) والخاصة بتشجيع الطلبة على الأهتمام بالقوام فكانت النسب المئوية لاستجابة (دائماً ، غالباً) 15.3% ولإستجابة ( نادرًا ، إطلاقاً ) وهذا أيضا جانب مهم لم يسجل فيه أفراد العينة نسب ايجابية وهذا ماينتاسب مع العبارات المعرفية الأنفة الذكر إذ أن عدم أهتمام المعلم بالناحية المعرفية لا يستطيع أن يشجع الطلبة على امر لا يولي أهتماماً هو فيه. أما ما يخص العبارات التي تخص العادات القوامية الخاطئة وهي ( 4، 11، 17، 20، 27 ) فقد حصلت إستجابة (دائماً ، غالباً) على ( 6.8 - 32.2%) . في حين أخذت إستجابة ( نادرًا ، إطلاقاً ) على ( 67.8 - 35.6% ) وهذا أيضا مرتبط بشكل أو بآخر مع العبارات المعرفية إذ أن عدم أو قلة المعرفة يؤدي الى اهمال جانب الوعي بمضار العادات السلبية والخاطئة ( حمل الحقائق ، الجلوس الخاطئ ، او غيرها ) وقلة متابعة معلم التربية الرياضية لمثل هذه العادات كفيل بأن يسمح بإنتشارها ومن ثم الأصابة بالتشوه القوامي، أما العبارات ( 6، 14 ) والخاصة بأهتمام المعلم بملابسه الرياضية المناسبة فقد حققت الإستجابة (دائماً ، غالباً) على ( 74.6 - 83.0%) فيما حققت الاستجابة ( نادرًا ، إطلاقاً ) على ( 5.1 - 3.4%) وهذا مؤشر جيد لإهتمام معلمي ومعلمات التربية الرياضية بأرتداء

الملابس الرياضية المناسبة كونهم يمثلون نموذجا يحتذى به من قبل الطلبة وأن كان لأبعد مؤشرا" ذو تأثير له دلالة مباشرة على مفهوم الوعي القوامي

#### السؤال الفرعي الأول

هل يختلف تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي باختلاف الجنس؟ للإجابة على السؤال استخدمت الباحثة اختبارات للفروق بين المجموعات المستقلة في متوسطات الدرجات على استبانة الوعي القوامي بين كل من الذكور والإناث من معلمي ومعلمات التربية الرياضية من أفراد العينة فكانت النتائج التي يوضحها جدول (3)

#### جدول (3)

قيم ت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث من معلمي ومعلمات التربية الرياضية من أفراد العينة على كل استبانة الوعي القوامي المستخدمة في الدراسة

مستوي الدلالة	قيمة ت	الذكور			الإناث			أداة القياس
		ع	م	ن	ع	م	ن	
0.05	2,86	13,70	96,28	21	15,13	107,69	38	استبانة الوعي القوامي

ويتضح من جدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات كل من المعلمات والمعلمين على استبانة الوعي القوامي لصالح الإناث عند مستوي 0,05 وهو ما يعني تطبيق الإناث لمفهوم الوعي القوامي بصورة أكبر من الذكور ويمكن تفسير هذه النتائج بشكل عام حيث تعتبر مهنة التدريس هي الأقرب إلى الأنثى منها إلى الذكر لذا من الطبيعي ومن الجانب الغريزي للمرأة فهي الأكثر اهتماما بالأبناء ومتابعتهم، كما أن طبيعة المرأة وخاصة في المجتمعات العربية عامة والخليجية خاصة تجعلها أكثر اهتماماً بالموضوعات المتعلقة بالقوام لإرتباطه بمفهوم الجمال عند المرأة ويمكن من خلال هذا المفهوم تفسير هذه النتيجة

#### السؤال الفرعي الثاني

هل يختلف تطبيق معلمي التربية الرياضية لمفهوم الوعي القوامي باختلاف سنوات الخبرة؟ للإجابة على السؤال قامت الباحثة بتقسيم أفراد العينة إلى ثلاثة مجموعات طبقاً لعدد سنوات الخبرة التدريسية ( المجموعة الأولى من سنة إلى 5 سنوات - الثانية من أكثر من 5 سنوات إلى 10 سنوات - المجموعة الثالثة أكثر من 10 سنوات ) ثم تم استخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات الدرجات على استبانة الوعي القوامي لمجموعات الدراسة الثلاثة والمصنفه طبقاً لعدد سنوات الخبرة التدريسية كما يتضح من جدول (4)

#### جدول (4)

تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات الدرجات على استبانة الوعي القوامي لمجموعات الدراسة الثلاثة والمصنفه طبقاً لعدد سنوات الخبرة التدريسية ن = 59

المتغير	مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	م.م. المربعات	مج ف	مستوي الدلالة
تطبيق مفهوم الوعي القوامي	بين المجموعات	210,07	2	105,00	0,427	0,655
	داخل المجموعات	13771,79	56	245,92		

ويتضح من جدول (4) عدم دلالة الفروق بين أفراد العينة المستهدفة في تطبيق مفهوم الوعي القوامي تعزى إلى عدد سنوات الخبرة . ويمكن تفسير هذه النتائج من وجهة نظر الباحثة أن عدد سنوات الخبرة ومع الأسف قد تكون وخاصة لمعلمي التربية الرياضية عامل تراجع وخاصة في المدارس وذلك يرجع إلى قلة التحفيز والتشجيع داخل المدرسة وخارجها لما ينتجه معلم التربية الرياضية الذي يعتبر قائد الأنشطة والفعاليات داخل المدارس وخارجها حيث تقع على عاتق معلم التربية الرياضية كافة الأنشطة الداخلية والخارجية ، مائودي إلى تراجع حماسه لمهنته وهذا مايلمسه بشكل واضح كل العاملين في هذا المجال . وحتى أفراد العينة من حديثي الخبرة أو التخرج فبسبب خلو الخطط الدراسية في كليات التربية الرياضية سابقاً من التركيز على مقرر القوام حيث كان يقدم كمقرر اختياريّاً لايجذب الكثير من الطلبة وقد تم إدخاله حديثاً كمقرر إجبارياً في خطط العام الدراسي 2010 ومن ثم فعلى الصعيد الفعلي لم تتخرج هذه الدفعة حتى كتابة هذه الدراسة .

### الإستنتاجات والتوصيات

#### أولاً الإستنتاجات

- 1- أن العينة المستهدفة لاتتمتلك القدر الكافي من المعرفة حول مفهوم الوعي القوامي وهذا مااثبتته العبارات الدالة على هذا المعنى بنسبة ( 11.9 - 23.8%) للاستجابة ( دائماً ، غالباً).
- 2- الحاجة إلى مبادرات التشجيع للاهتمام بالقوام والتي سجلت نقصاً واضحاً حيث اوضحت العبارة ( 2 ) والخاصة بتشجيع الطلبة على الاهتمام بالقوام فكانت النسب المئوية لاستجابة (دائماً ، غالباً) ( 15.3%) ولاستجابة ( نادراً ، اطلاقاً )
- 3- قلة المعرفة العينة المستهدفة بمضار العادات السلبية والخاطئة مثل ( حمل الحقائب ، الجلوس الخاطئ ، او غيرها ) حيث حصلت استجابة (دائماً ، غالباً) على ( 6.8 - 32.2%) . في حين اخذت استجابة ( نادراً ، اطلاقاً ) على ( 35.6 - 67.8% ) وهو يرتبط ارتباطاً وثيقاً مع الاستنتاج رقم (1) .
- 4- اهتمام العينة المستهدفة بالملابس الرياضية المناسبة والتي حققت الاستجابة (دائماً ، غالباً) على ( 74.6 - 83.0%) فيما حققت الاستجابة ( نادراً ، اطلاقاً ) على ( 3.4 - 5.1%).
- 5- تطبيق الأناث لمفهوم الوعي القوامي بصورة أكبر من الذكور حيث كانت قيمة  $t = 2,86$  عند مستوى دلالة 0,05
- 6- عدم وجود دلالة الفروق بين الجنسين من العينة المستهدفة في تطبيق مفهوم الوعي القوامي تعزى إلى عدد سنوات الخبرة.

#### ثانياً التوصيات

- 1- التركيز على مفهوم الوعي القوامي من خلال مناهج كلية التربية الرياضية وكذلك مناهج وزارة التربية في البحرين.
- 2- العمل أن يكون هناك ندوات دورية لتعريف معلمي التربية الرياضية بمايستجد من ابحاث تخص الناحية القوامية وكل ما هو جديد في هذا المجال وتوعيتهم بذلك.
- 3- العمل على تطبيق بعض المهارات داخل حصة التربية الرياضية والتي تهدف إلى التقليل من ضرر ضعف العضلات على القوام الجيد للطلبة .
- 4- نشر الوعي القوامي لدى أولياء امور من خلال إدارات المدارس أو المعلمين الأوائل في مدارس مملكة البحرين كما يحدث في اليوم المفتوح التي تهتم المدارس بالقيام به ولعدة مرات في السنة .
- 5- التواصل بين معلمي التربية الرياضية وإدارات المدارس وأولياء امو الطلبة بكل ما يخص الطالب الذي يعاني تشوها او الطالب المؤهل لوجود هكذا تشوه ، للعمل على إيقافه مبكراً " .



## المصادر

- 1- أبو العلا أحمد عبدالفتاح (2000). بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي. دار الفكر العربي .
- 2- أمين الخولي واخرون . (1998). التربية الحركية للطفل . دار الفكر العربي .
- 3- جمال الدين العدوي واخرون (2000). الرياضة في حياتنا. دار الكتاب الجامعي.
- 4- حسن عدي جاسب (2012). الحالة القوامية لتلاميذ مدارس التعليم الاساسي بمدينة المكلا وعلاقتها ببعض القدرات البدنية وفقا للمتطلبات الميكانيكية . كلية التربية ، جامعة البحرين مجلة العلوم التربوية والنفسية ، 13-(1)
- 5- حمام ، فريال ( 1996 ) . مستوى الثقافة الصحية لدى طالبات الصف الاول ثانوي واثره في اتجاهتهن الصحية في منطقة عمان الكبرى . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة اليرموك ، اردن.
- 6- سالم مختار (1995) . الرشاقة والجمال . بيروت : مؤسسة المعارف
- 7- عياد ، صفاء الدين (1995) . اللياقة القوامية والتدليك الرياضي . منشاه المعارف بالاسكندرية .
- 8- فراج عبدالحميد توفيق. (2005). أهمية التمرينات البدنية في علاج التشوهات القوامية. دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر
- 9- القدومي ، عبدالناصر ( 2005 ) . مستوى الوعي الصحي لدى لاعبي الأندية العربية ، مجلة العلوم التربوية (كلية التربية ، جامعة البحرين ) المجلد السادس ، العدد الاول.
- 10- لؤي الصميدعي . (2002) . رشاقة القوام . دار الفكر.
- 11- محمد صبحي حسنين ومحمد راغب . (1995). القوام السليم للجميع . دار الفكر العربي.
- 12- نزار الفردان ( 2006 ) . الوعي البيئي لتلاميذ المرحلة الابتدائية في ضوء بعض المشكلات البيئية الراهنة التي تواجه مملكة البحرين " دراسة ميدانية. مجلة العلوم التربوية والنفسية ، كلية التربية ، جامعة البحرين

13- Benjamin M. Sucher ,et al, Thoracic Outlet Syndrome ,emedicine , eember 13 ,2006 ,

14- Hamilton R.A., (1974) . posture Improvement – Adapted Exercise Routines , Auburn , U.S.A. Cat ., No .px – 10 , New York .

<http://olysport.do-goo.com/t160//> <http://www.adnantarsha.com/Deformities.htm>

<http://mahyudubai.tripod.com/013.htm>

### ملحق (1) إستبيان الوعي القوامي لمعلمي التربية الرياضية

تقوم الباحثة بدراسة وموضوعها الوعي القوامي لدى معلمي التربية الرياضية في مدارس مملكة البحرين) والذي يهدف الى تقييم الوعي القوامي ومدى تطبيق مفهومه في حصة التربية الرياضية. والمطلوب منك عزيزي | عزيزتي المعلم - المعلمة أن تقرأ مفردات الاستبانة بدقة وتجبب عليها حسب معرفتك وتطبيقك لمفهوم الوعي القوامي داخل معلمتك. علما بأن الاستجابة على المفردات تتراوح بين (دائما ، غالبا ، احيانا ، نادرا" ، اطلاقا). حيث أن اختيارك ل( دائما ، غالبا ) ، يشير الى تطبيقك لمحتوى المفردة بشكل كبير ، بينما تدل ( احيانا ، نادرا" ، اطلاقا ) على العكس .

هذا الدراسة لن يحقق أهدافه المرجوة إلا بمسأندتك ودعمك عزيزي المعلم – عزيزتي المعلمة ، لذي نرجو منك الإجابة على هذه الاستبانة المرفقة بكل عناية ودقه ، وأن المعلومات التي سوف نحصل عليها سيكون لها طابع السرية الكاملة ولا تستخدم إلا لأغراض الدراسة العلمي والتي على ضوءها سوف يمكن تقديم التوصيات اللازمة لتحسين وتطوير حصص التربية الرياضية بما يخدم الطلبة بنين وبنات .

مع الشكر الجزيل لكم مقدما لحسن تعاونكم معنا .  
وتقبلوا فائق التحية والاحترام ،،،

الباحثة

الدكتورة أنعام النجار

جامعة البحرين

كلية التربية الرياضية والعلاج الطبيعي

قسم التربية الرياضية

الاسم ( اختياري ): .....

العمر : ..... سنه

الجنس : ذكر  أنثى سنوات الخبرة : ( 1 - 5 سنه )  ( 6 - 10 سنه )  ( اكثر من 10 سنوات ) 

المنطقة التعليمية التابعة لها المعلمة :

م	المفردة	مدي تطبيقك للمفردة				
		تقاً	غالباً	أحياناً	نادراً	إطلاقاً
1	معرفة التشوهات القوامية التي قد يتعرض لها الطلاب .					
2	تشجيع الطلبة بشتى الوسائل التي تحفزهم على الاهتمام بقوامهم					
3	تحرص على متابعة نتائج الابحاث في مجال القوام .					
4	متابعة طريقة المشي لدى الطلاب خارج حصص التربية الرياضية .					
5	تناقش الموضوعات المتعلقة بالقوام والصحة العامة مع اولياء الامور .					
6	تهتم بقوامك كمعلم للتربية الرياضية .					
7	تناقش الموضوعات المتعلقة بالقوام والصحة مع ادارة المعلمة .					
8	تهتم بالفحص الدوري للقوام .					
9	تناقش الموضوعات المتعلقة بالقوام والصحة مع زملائك المعلمين .					

10	تحرص على تطوير صفة القوة في الحصة الدراسية.
11	ملاحظة المقاعد الدراسية وملائمتها للطلبة .
12	تتعمد اختيار الأنشطة والحركات التي تعمل على الوقاية من التشوهات القوامية .
13	تحرص على اقامة الندوات والمحاضرات لبيت الوعي القوامي للطلبة .
14	تحرص على ارتداء الملابس الرياضية في حصة التربية الرياضية .
15	تحافظ على المعلومات السرية للطلاب الذي يعاني تشوها قواميا .
16	تنصح الطلبة حول ارتداء الاحذية المناسبة .
17	التجوال اثناء الفسح الدراسية واعطاء التوجيهات للطلبة حول وضعيات جلوسهم او وقوفهم .
18	تقوم بسؤال الطلبة عن المكونات الغذائية التي يتناولونها .
19	عزل الطالب الذي يعاني تشوها قواميا عن بقية الطلبة اثناء الحصة الدراسية .
20	متابعة الطلبة فيما يتعلق بطريقة حملهم للحقائب المعلمية.
21	اشراك الطالب الذي يعاني تشوها قواميا بالأنشطة الرياضية الصفية .
22	متابعة تقدم الطالب الذي يعاني تشوها قواميا في الاداء البدني .
23	تشجيع الطلبة الذين يعانون تشوها قواميا ليأخذوا دور القيادة في حصة التربية الرياضية .
24	التركيز على الاداء الضعيف للطلاب الذي يعاني تشوها قواميا.
25	تخصص حصصا للتربية الرياضية لتعطي تمارينا علاجية بسيطة .
26	تساعد الطالب على تقبل وضعه القوامي .
27	ملاحظة قوام الطلبة اثناء الجلوس والوقوف داخل حصص التربية الرياضية
28	تحث الطلبة على تقبل زملائهم الذين يعانون تشوها قواميا .

المحافظة الشمالية ○ المحافظة الجنوبية ○ المحافظة الوسطى ○ محافظة العاصمة ○ محافظة  
المحرق ○



## The extent of the application of physical education teachers to the concept of awareness Rulma schools, elementary and middle school in the Kingdom of Bahrain

Anaam Majid al-Najjar

### Abstract

The present study aimed to test the application of physical education teachers to the concept of awareness Rulma schools, elementary and middle school in the Kingdom of Bahrain , and to test the difference applying physical education teachers to the concept of awareness Rulma according to sex , and finally test the difference applying physical education teachers to the concept of awareness Rulma depending on years of experience .

I have been using descriptive analytical method , and study sample consisted of 59 teachers (21 males 0.38 females) of primary schools and junior Bahrain ranged in age from the time (22) to (56) in the average ( 34.11 ) in the deviation standard ( 6.30 ) . Ranged proportion of their years of experience from ( to 5 years ) and the number (11) , and more than 5 to 10 years and the number (30) to more than 10 years and the number (18) teachers in the area, spread over the provinces of the Kingdom of the five by number (8) teachers of schools in the southern province , ( 19) of the Central Province , ( 11) of the Muharraq Governorate , (11) of the Northern Province and (10) the capital of the province The tools and study in the questionnaire to assess the application of physical education teachers to the concept of awareness Rulma ( the researcher ) . The researcher has applied after verification of its validity and reliability .

The study results confirm the agreement ratio 43.99 % of the sample of teachers of Physical Education and sacrificed scarcity or lack of awareness of their application of the concept of quotas Rulma during physical education , compared with about 30.01 % endorsed the application of the concept of awareness Rulma during their quotas . The study also found the presence of statistically significant differences between the averages of each of the parameters and teachers to identify awareness Rulma in favor of females at the level of 0.05 , which means the application of females to the concept of awareness Rulma are larger than males , and finally has reached the study to the lack of significance of differences between members of the target sample in applying the concept of awareness Rulma attributable to the number of years of experience. The researcher has discussed the results have exceeded in light of the study and researcher presented the recommendations related to the results of the study.