



## دراسة مقارنة لدرس التربية الرياضية في المدارس الاحادية والمزدوجة الدوام لدى طلاب المرحلة المتوسطة في بغداد

م . د . فراس طلعت حسين  
مدرس / تربية الكرخ الثانية  
2014 م

### الخلاصة

ان مشكلة البحث تكمن في أن كثيراً من المدارس لا تهتم بدرس التربية الرياضية وخاصة في المدارس المزدوجة الدوام أي هناك تفاوت في اعطاء الدرس بين المدارس مما يتسبب في ضعف وانخفاض قدرات الطلاب الرياضية ، ويظهر ذلك بوضوح عن طريق العمل أثناء درس التربية الرياضية أما أهداف البحث فهي معرفة المستوى والفروق لدرس التربية الرياضية بين المدارس الاحادية والمزدوجة ال-دوام ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة ، وتكونت عينة البحث من طلاب المرحلة المتوسطة في محافظة بغداد للم - دارس الاحادية والمزدوجة الدوام ، وبلغ عددها ( 300 ) طالب ، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، استخدم الباحث بطارية يوروفيت للياقة البدنية لأجراء الاختبارات بين الطلاب لاستخراج النتائج ، وكانت اهم الاستنتاجات زيادة عدد الساعات المخصصة لدرس التربية الرياضية في المدارس الاحادية يؤدي الى تقدم هذه المدارس على المدارس المزدوجة بالإضافة الى الدوام المريح ساعد المدارس الاحادية في التقدم في صفات اللياقة البدنية بسبب الدروس المنتظمة لدرس التربية الرياضية في الجدول الاسبوعي.

الكلمات المفتاحية:

**1- التعريف بالبحث :****1-1 مقدمة البحث وأهميته :**

لقد حظت التربية الرياضية باهتمام كبير ومتواصل من قبل الباحثين بالإضافة الى المعنيين بهذا الامر من مدرسين ومشرفين فضلاً عن جهات ذات صلة داخل وزارة التربية متمثلة بالمديرية العامة للتربية الرياضية والكشفية ، اذ حاولت تسخير جميع العلوم الخاصة بالرياضة منها التعلم الحركي وطرق التدريس وعلم النفس وعلم التدريب ... الخ من اجل رفع مستوى الطلاب من الناحية التربوية والنفسية وتنمية وتطوير القدرات التوافقية ، بالإضافة الى تعلم المهارات الاساسية لمختلف الالعاب الرياضية من اجل الوصول الى مستوى فني عالي في المستقبل ، اذ لم يعد درس التربية الرياضية يعتمد على الشكل التقليدي وانما يستند الى البحث والدراسة والنقد والتحليل للوصول الى حل المعوقات والمشاكل التي تواجهه ، فمن خلال الدورات والدراسات يمكن اكتشاف الخلل في الدرس مما يدفع الى ابتكار الخطط الجديدة من أجل إنجاحه ، لذا يجب ان توفر الاشراف والتنظيم والتخطيط والرقابة في دروس التربية الرياضية اذ أنها تأتي بالفائدة

الواسعة والكبيرة وانعكاسه الصحيح والايجابي في تعلم الطلاب الفعاليات الرياضية فضلاً عن المحافظة على صحة الطلاب ، لذلك ان درس التربية الرياضية في المدارس لا يقل اهمية عن الدروس المنهجية الأخرى لذلك لا يمكن ان يكون هناك منهجاً خالياً من درس التربية الرياضية ، ويذكر عبد الله علوان ان درس التربية الرياضية هو العمود الفقري لمنهاج التربية الرياضية فيجب العناية به من حيث اعداده واخرجه لتحقيق الاهداف الموضوعية (76:4) .

يسهم درس التربية الرياضية في المدارس الاحادية والمزدوجة الدوام على حد سواء في نمو وبناء اللياقة البدنية لدى الطلاب بشكل فعال اذ تعتبر الاساس في جميع الرياضات ولها دور كبير في تطوير الطالب وامتلاكه القدرة على التحمل والقوة والسرعة والرشاقة في مواجهة الصعوبات التي قد تواجه كأن تكون بدنية او حركية أثناء ممارسة مختلف الفعاليات والالعاب الرياضية لذلك تعتبر اللياقة البدنية من الأساسيات الضرورية في بناء الطالب وهذا ينعكس على اخراج دروس نموذجية مبنية على شخصية قوية لدى الطالب منبثق منها روح التعاون والتسامح والمحبة من خلال تنفيذ الدرس ، لذا يعتبر هذا البحث له اهمية في الكشف عن مدى فعالية الطلاب في درس التربية الرياضية للمدارس الاحادية والمزدوجة من الناحية البدنية لهم وللتعرف على مستوياتهم فضلاً عن ايجاد الفروقات بينهم .

**1-2 مشكلة البحث :**

تهتم الأمم كثيراً بتخريج أجيال قادرة على بناء أوطانها ورفع اسمائها عالياً بين بلدان العالم في كافة المجالات ولن يأتي هذا من العمل العشوائي وانما من التخطيط والتنظيم والتنسيق والادارة الجيدة في كافة أمور الحياة ، وواحدة من هذه المجالات التربية البدنية التي تعتبر من الأساسيات في بناء الانسان من الناحية البدنية والفكرية والنفسية .

يعتبر درس التربية الرياضية جزء من التربية البدنية وهو الاساس في تكوين الطلاب من حيث تعلمهم للمهارات الحركية والفعاليات الرياضية والتي تعتمد بالأساس على ما يمتلكه الطلاب من اللياقة البدنية ، ومن خلال خبرة الباحث في مجال التربية والتعليم لاحظ هناك كثيراً من المدارس لا تهتم بدرس التربية الرياضية وخاصة في المدارس المزدوجة ، اذ وقت الدرس 35 دقيقة أي هناك تفاوت في وقت اعطاء الدرس بين المدارس الاحادية والمزدوجة مما يتسبب في ضعف وانخفاض في قدرات الطلاب الرياضية ، ويظهر ذلك بوضوح من خلال العمل أثناء درس التربية الرياضية لذلك اراد الباحث الخوض في هذه



المشكلة ومعرفة مستوى درس التربية الرياضية عن طريق إجراء بعض الاختبارات لطلاب المدارس المتوسطة في بغداد من اجل تحديد الايجابيات والسلبيات .

### 3-1 أهداف البحث :

يهدف البحث الى :

- 1 معرفة مستوى درس التربية الرياضية لعينة البحث .
- 2 معرفة الفروق لدرس التربية الرياضية بين المدارس الاحادية والمزدوجة الدوام .

### 1 4 فروض البحث :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدرس التربية الرياضية لعينة البحث .

### 5-1 مجالات البحث :

تحدد مجالات البحث في الاتي:

- 1-المجال البشري :عينة من مدارس بغداد .
- 2-المجال الزمني :2013/12/2 – 2013/12/18 .
- 3-المجال المكاني :ساحات المدارس لعينة البحث في بغداد .

### 6-1تحديد المصطلحات :

قام الباحث بتعريف المصطلحات تعريف اجرائي .

- 1-6-1 المدارس الاحادية : هي تلك المدارس الذي يكون فيها عدد الحصص من 6-7 حصة في اليوم الواحد ويبدأ الدوام في اغلب المدارس من الساعة الثامنة صباحا وحتى الساعة الواحدة ظهراً وفي بعض المدارس الى الواحدة والنصف .
- 1-6-2 المدارس المزدوجة : هي تلك المدارس الذي يكون فيها عدد الحصص خمسة حصص في اليوم الواحد ويبدأ الدوام في اغلب المدارس من الساعة الثامنة صباحا وحتى الساعة الثانية عشر ظهراً .

## 2- الدراسات النظرية والمشابهة :

### 1-2 الدراسات النظرية :

#### 1-1-2 البرنامج التعليمي الاساسي ( الدرس ) :

لا يمكن التصور ان منهجاً تعليمياً تربوياً حديثاً لا يحتوي على مادة التربية الرياضية اذ تعتبر هذه المادة في معظم دول العالم المتقدمة مادة اساسية في المناهج التعليمية ، فهي تعد جزء من التربية العامة للطلاب ، نلاحظ في بلدنا ان هذه المادة موجودة في جدول الدروس التعليمية ولكن على ارض الواقع لا تنفذ في كثير من الاحيان وبنسبة كبيرة ، بسبب توزيع المواد التعليمية على جدول الاسبوع اذ هناك كثير من الإدارات المدرسية لا تعطي هذه المادة أي دور بسبب كثرة المواد التعليمية التي تعتبر مهمة لدى ادارات المدارس تلك وعند أهالي الطلاب ، لنضرب المثل التالي لتوزيع المواد على الجدول الدراسي اذ نرى ان مادة العربي والرياضيات والانكليزي تأخذ كل واحدة خمسة حصص ، فضلاً الى حصتين الى الاسلامية والتاريخ والجغرافية والاحياء والفيزياء والكيمياء والحاسوب والكردي ، وحصة واحدة الوطنية ، ان عدد هذه الحصص هو 32 حصة متجاهلين هنا مادة الرياضة التي يكون لها حصتين وكذلك مادة الفنية ، اذ يصبح العدد 35 حصة اسبوعياً مع العلم ان عدد الحصص في المدارس المزدوجة 25 حصة



اسبوعياً ، فضلاً عن ان الغالبية الكبيرة من الإدارات المدرسة والآخرين من غير اختصاص التربية الرياضية يرون ان درس التربية الرياضية غير مهم ويمكن الاستفادة منه لاكمال المواد الاخرى المهمة حسب رأيهم وبموافقة مدرسي التربية الرياضية أحياناً ، ( كثير من المدارس تحاول زيادة وقت الدروس التعليمي مثل الرياضيات او اللغة او العلوم ... لتحسين مستوى درجات الاختبار لهذه الدروس ، لذلك نرى الانشطة البدنية غالباً ما انخفضت او القضاء عليها خلال اليوم الدراسي ) ( 14:52 ) ، هنا السؤال اين يقع درس التربية الرياضية من هذا المواد التعليمية .

يتفق الباحث مع مروان عبد المجيد ، ان مادة التربية الرياضية مادة اساسية ضمن متطلبات الدراسة اسوة ببقية مواد المنهج المدرسي الأساسي لذلك يجب ان يكون هناك مساواة في مادة التربية الرياضية وخاصة البرنامج التعليمي الأساسي (الدرس) بباقي الدروس ، اذ اصبح هذا واقعاً ملموساً في عدد كبير من دول العالم المتقدم والنامي على السواء ، وقد اكدت كثير من الدراسات أهمية هذا الأساس للأسباب التالية (9:110) :

- ١ حماية لمادة ( التربية الرياضية ) من مجرد أداء عمل لا يحاسب عليه أحد .
  - ٢ زيادة احترام وتقدير المادة بباقي المواد الدراسية .
  - ٣ رفع المستوى المهني للتربية الرياضية .
  - ٤ إتاحة الفرصة لوضع المستويات المستخدمة في تقييم الطالب .
  - ٥ مساعدة الطلاب بدرجات يستحقها كنتيجة لأشترك في النشاط الرياضي .
- هناك مدارس ألغت درس التربية الرياضية فضلاً عن مدارس عملت على تقليص الوقت اذ يعتبر الوقت عامل مهم ومورداً هاماً في أي عمل نقوم به فالوقت يقاس بالساعات والدقائق ، واصبح وقت الدرس 30-35 دقيقة وهذا على دارية من قبل المشرفين التربويين والاختصاص ، حيث يشير محمد جاسم محمد عدم وجود الاهتمام الكافي بدرس التربية الرياضية بالمقارنة مع باقي دروس المنهج المدرسي ( 8:203 ) ، لذلك من الواجب علينا ان نجعل هذا الدرس من الدروس الاساسية في بناء الطلاب اذ يساعدهم في تنمية افكارهم من جراء مزاوله النشاط الرياضي .

وهناك مدارس تعمل بكل حرص على وضع منهاج يتم من خلاله تحقيق طموح وميول ورغبات الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي عن طريق درس التربية الرياضية أو من خلال الانشطة الصفية واللاصفية عن طريق اجراء مسابقات بين الصفوف خارج وقت الدوام ، يذكر كل من عدنان جواد خلف (5:100) ، وياسين علوان اسماعيل ( 13:118 ) ، الكثير من المدارس لا تستطيع ان تهياً لطلابها الفرصة المناسبة لممارسة الانشطة الرياضية المختلفة وتحقيق الاغراض الخاصة بالدرس على ضوء ما جاء بالمنهاج التربوي ، وان قدمت لها المتطلبات لا تلبى حاجات ورغبات الطلاب من اجل مزولة الانشطة الرياضية ، لذلك على مدرس التربية الرياضية ان يهيئ الطلاب لنشاطات رياضية مختلفة توفر الفرصة لهم بمزولة النشاط الرياضي .

ان البرامج التعليمية للتربية الرياضية لا بد ومن الضروري جداً ان تظل أحد العناصر التربوية الرئيسية الهادفة لتنشئة الطلاب في كافة المراحل الدراسية ، فمن خلال سهولة منهجها وبرامجها وتأثيرها على الطالب بدنياً وحركياً تبقى ممارسة الرياضة احدى العناصر المهمة والتميزة في ايدي المختصين التربويين ، وتذكر فتحية علي محمد ان التربية الرياضية بانها الجانب المتكامل من التربية الذي تعمل تنمية الفرد وتكيفه جسمانياً وعقلياً واجتماعياً ووجدانياً عن طريق الانشطة البدنية المختارة ، والتي تمارس تحت اشراف قيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الانسانية ( 7:18 ) ، لذلك فان الدرس هو مادة تربوية علمية يعمل على نمو وتطور وتقويم الطالب بشكل تربوي من خلال تنفيذ الوجبات البدنية والحركية المعطاة له داخل الدرس .



## 2-1-2 مميزات منهج التربية الرياضية للمدارس المتوسطة :

- حرصاً من خبراء التربية الرياضية على تطوير وتجديد وتحديث منهاج التربية الرياضية في كثير من دول العالم بما يتماشى مع التغيرات الفسيولوجية التي تحصل للطلاب أثناء النمو ، اذ ان لكل مرحلة عمرية مميزات تخصها ومن مميزات هذه المرحلة العمرية للدرس التربية الرياضية هي (3:8) :
- ١ - الميل لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة الفردية والجماعية وبشكل تنافسي لغرض تنمية المهارات الرياضية للطلبة .
  - ٢ - منهاج تمرينات نهاية هذه المرحلة تتسم بصعوبة الاداء وبناء الاجهزة الوظيفية .
  - ٣ - تحتوي هذه المرحلة من الدراسة على اختبارات للمستوى المهارى والبدني والفلسجي .
  - ٤ - تطوير اللياقة باستخدام أنواع مختلفة من التمرينات البدنية .
  - ٥ - الاهتمام بتنمية العناصر البدنية الأساسية كالسرعة ، والتحمل ، والقوة 000 الخ ( 11:63) .
  - ٦ - الاهتمام الشديد بالمسائل التكتيكية والخطيطة والقانونية بالأنشطة الرياضية المختلفة .
  - ٧ - الاهتمام بتنمية الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية .
  - ٨ - الاهتمام بتنمية الروح الرياضية من خلال اقامة المنافسات والمباريات وتقبل الفوز والهزيمة .
  - ٩ - الاهتمام بأنشطة النشاط الداخلي والخارجي بالمدرسة لكي يتمكن الطالب من تعلم الألعاب الفردية والجماعية ويستطيع ان يمارسها مستقبلاً .
  - ١٠ تكوين الفرق الرياضية المدرسية وتنظيم النشاط الخارجي على هيئة منافسات ومباريات مع باقية المدارس .
  - ١١ الاكثار من الرحلات الكشفية والترويحية والتي يكون طابعها المشي والمعسكرات أي أنشطة كشفية للاصفية .
  - ١٢ يستطيع الطالب في هذه المرحلة أن يمارس العديد من المهارات الحركية ويقوم بتثبيتها أي الوصول الى الالية .
  - ١٣ تنمية العمل على النضوج الاجتماعي عند الطلاب ، كاحترام الغير ، والتصرف بروح رياضية عالية والتحكم في الانفعالات (5:265) .
- ومن خلال خبرة الباحث في مجال التعليم والتدريب لهذه المرحلة العمرية يرى ان هذه المرحلة تمتاز بما يلي :
- ١ - تنمية التمارين الهوائية وتطوير عناصر اللياقة البدنية والحركية من خلال العمل والتمهيد بمستويات خفيفة في بداية المرحلة ومتوسطة في نهاية المرحلة والدخول في التخصص .
  - ٢ - تطوير ممارسة مختلفة مثل (الاحماء ، والمعرفة ، والتحكم بالأداء) حيث يقوم الطالب باداها منفرداً .
  - ٣ - تنمية القدرات النفسية مثل كالدافعية والثقة بالنفس بالإضافة تطوير القدرات العقلية والانفعالية في الرياضة .

## 3 - منهجية البحث وجراءته الميدانية :

## 3-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة السببية لملائمة مشكلة البحث .

## 3-2 عينه البحث :

اختار الباحث عينة بحثه من المدارس المتوسطة الاحادية والمزدوجة الدوام في محافظة بغداد ، حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب الصف الاول والثاني والثالث المتوسط ، حيث مثلت المدارس الاحادية والمزدوجة ، اذ كان عدد العينة (300) طالبا مقسمين الى (150) في المدارس الاحادية و (150) في المدارس المزدوجة ، وتم استبعاد الطلاب الذين ليس من ضمن الفئة العمرية للبحث حيث مثلت عينة البحث الفئة العمرية ( 13 - 15 ) سنة ، وقد تشكلت النسبة المئوية للعينة ( 5.03% ) من المجموع الكلي للمجتمع الاصلي ، ولكي يتم التعرف على تجانس العينة قام الباحث باستخدام معامل الالتواء للعينة التي تم اختيارها .

## جدول (1)

## يوضح تجانس أفراد عينة البحث

ت	القياسات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	قيمة معامل الالتواء
1	الطول	152.04	152	0.734	0.063-
2	الوزن	43.03	43	0.941	0.660-
3	العمر	14	14	0.801	0.012-

## جدول (2)

## يوضح المدارس وعدد الطلاب في الاختبارات

ت	اسم التربية	المدارس الاحادية	المدارس المزدوجة	عدد الطلاب
1	تربية بغداد الكرخ /الثانية	الفرقان		28
2	تربية بغداد الكرخ /الثانية	ابن الهيثم		23
3	تربية بغداد الكرخ /الثانية	عقبة بن نافع		24
4	تربية بغداد الكرخ /الثانية		المعتصم	26
5	تربية بغداد الكرخ /الثانية		الاحساء	27
6	تربية بغداد الكرخ /الثانية		أنس بن مالك	22
7	تربية بغداد الرصافة /الثانية	محمدالجواهري		24
8	تربية بغداد الرصافة /الثانية	المجد		26
9	تربية بغداد الرصافة /الثانية	الققعاع		25
10	تربية بغداد الرصافة /الثانية		الصادق الأمين	27
11	تربية بغداد الرصافة /الثانية		المنتبي	23
12	تربية بغداد الرصافة /الثانية		الرواد	25



### 3-3 أدوات وأجهزة البحث :

- تم الاستعانة بالوسائل البحثية الآتية :
- ١ المصادر العربية والأجنبية .
  - ٢ تم الاستعانة بألة تصوير فيديو عدد (1) نوع سامسونج .
  - ٣ ميزان طبي ، جهاز قياس قوة القبضة الدينامو متر ، شريط قياس معدني بالسنتيمتر ، عارضة طولها 50 سم وارتفاعها 5 سم وعرضها 3 سم ، صافرة ، مسطرة خشبية ، استمارة تفرغ البيانات ، صندوق مندرج القياس بالسنتيمتر ، عقلة ، قمع لتحديد علامات البداية والنهاية .

### 3-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :

بعد اخذ رأي الخبراء استخدم الباحث بطارية يوروفيت للياقة البدنية ( Euro fit Fitness Test Battery ) هي مجموعة من تسعة اختبارات للياقة البدنية التي تغطي المرونة والسرعة وقوة التحمل والطاقة ، وقد وضعت هذه البطارية بواسطة المجلس الأوربي من أجل الأطفال في سن المدرسة ، واستخدمت في العديد من المدارس بأوروبا منذ عام 1988 ، وقد صممت الاختبارات بحيث يمكن أن يؤديها الفرد في مدة 35 إلى 40 دقيقة ، باستخدام معدات بسيطة للغاية ، وتم استخدام بطارية يوروفيت للبالغين وطلاب المدارس ونشرت في عام 1995 ، ويسبق تطبيق هذه الاختبارات قياسات جسمية متمثلة في الطول الكلي والوزن وكذلك مؤشر كتلة الجسم .

### وتشتمل بطارية يوروفيت للياقة البدنية على الاختبارات الآتية (6:80) :

- ١ اختبار فلانجو (قياس التوازن) .
- ٢ اختبار النقر على الاقراص (قياس سرعة رد الفعل للطرف العلوي) .
- ٣ اختبار ثنى الجذع من الجلوس (قياس المرونة وتحديد مرونة أسفل الظهر وأوتار العضلات) .
- ٤ اختبار الوثب العريض من الثبات (قياس القدرة العضلية للرجلين) .
- ٥ اختبار قوة القبضة (قياس القوة الإستاتيكية لليد) .
- ٦ اختبار الجلوس من الرقود (30 ث) ، (قياس قوة الجذع) .
- ٧ اختبار التعلق (قياس التحمل العضلي والقوة) .
- ٨ اختبار الجري المكوكي 10 × 5 متر (قياس السرعة والرشاقة) .
- ٩ اختبار المراحل 20 متر (اختبار البييب) ، (قياس اللياقة القلبية والتحمل) .

### 3-5 اجراءات تطبيق الاختبارات :

تم اجراء الاختبارات من تاريخ 2013/12/2 – 2013/12/18 ، داخل المدارس الاحادية والمزدوجة الدوام اثناء درس التربية الرياضية وقام بعمل الاختبارات فريق العمل\* .

\* أ.د. ساطع اسماعيل ناصر ، وزارة التعليم العالي ، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد .

م.د. سعد خميس عبد ، وزارة التربية ، المديرية العامة للوزارة التربية .

م.د. حيدر نوار حسين ، وزارة التربية ، المديرية العامة للتربية بغداد الكرخ الثانية .

م.د. عماد كاظم عبد ، وزارة العلوم والتكنولوجيا .

م.م. علي نوري خزل ، وزارة التربية ، المديرية العامة للتربية بغداد الكرخ الثانية .

م.م. مهدي عبد الصاحب ، وزارة التربية ، المديرية العامة للتربية بغداد الكرخ الثانية .

م.م. علي مناتي ، وزارة التعليم العالي ، كلية التربية الرياضية الجامعة المستنصرية .

اتفق الباحث مع المدرسين بان يكون المنهاج المعدة من وزارة التربية هو المنهج المعتمد في الدرس لكافة المدارس ، وان تكون البطارية هي امتحان للطلاب في الشهر الثاني من خلال أخذ نتائج الاختبارات والمقارنة بينهما لمعرفة هل أن الوقت كافي لاعطاء الدرس في المدارس الأحادية 45 دقيقة أم المدارس المزدوجة 35 دقيقة وأيهما يعطي نتائج أفضل في درس التربية الرياضية وينعكس ايجابيا على قدراتهم الرياضية بالاعتماد على وقت الدرس .

### 3-6 الوسائل الاحصائية :

استعمل الباحث البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة نتائج البحث .  
(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء ، اختبار T للعينات المستقلة)

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

#### 4-1 عرض النتائج وتحليلها للاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين الاختبارات للمدارس الاحادية والمزدوجة الدوام :

#### جدول ( 3 )

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين لاختبارات للمدارس الاحادية والمزدوجة :

المتغير	وحدة القياس	المدارس الاحادية		المدارس المزدوجة		ف	قيمة (t) المحسوبة	قيمة الدلالة	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س				
توازن	ثانية	0.855	5.020	1.018	6.126	1.106	10.191	0.000	0.05
بطن	تكرار	0.922	26.093	0.874	24.693	1.400	13.494	0.000	0.05
مرونة	سنتيمتر	0.815	9.920	0.866	8.973	0.946	9.745	0.000	0.05
وثب	سنتيمتر	0.835	174.026	1.247	171.913	2.113	17.242	0.000	0.05
عقلة	ثانية	0.041	12.751	0.337	12.006	0.745	26.816	0.000	0.05
مطاولة	دقيقة	21.784	1823.73	10.630	1752.533	71.200	35.975	0.000	0.05
	3								
قبضة	كغم	0.788	20.906	0.511	19.080	1.826	23.793	0.000	0.05
رد الفعل	ثانية	1.051	13.833	0.690	15.373	1.540	14.989	0.000	0.05
رشاقة	ثانية	0.070	16.510	0.309	17.146	0.636	24.575	0.000	0.05

من الجدول (3) يتبين :

● **اختبار (فلامنجو) :** بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 5.020 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.855 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 6.126 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 1.018 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 1.106 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 10.191 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار التوازن ولمصلحة المدارس الاحادية الدوام .

● **اختبار الجلوس من الرقود (30 ث) :** بلغ الوسط الحسابي المدارس الاحادية ( 26.093 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.922 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 24.693 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.824 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 1.400 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 13.494 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار قوة الجذع للمدارس الاحادية الدوام .



- **اختبار ثنى الجذع من الجلوس** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 9.920 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.815 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 8.973 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.866 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 0.946 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 9.745 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار المرونة للمدارس الاحادية الدوام .
- **اختبار الوثب العريض من الثبات** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 174.026 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.835 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 171.913 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 1.247 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 2.113 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 17.242 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار القوة للرجلين للمدارس الاحادية الدوام .
- **اختبار التعلق** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 12.751 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.041 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 12.006 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.337 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 0.745 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 26.816 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار التحمل العضلي والقوة للمدارس الاحادية الدوام .
- **اختبار المراحل 20 متر (اختبار البييب)** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 1823.733 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 21.784 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 1752.533 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 10.630 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 71.200 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 35.975 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار التحمل ولمصلحة المدارس الاحادية .
- **اختبار قوة القبضة** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 20.906 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.788 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 19.080 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.511 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 1.826 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 23.793 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار القوة الاستاتيكية لليد ولمصلحة المدارس الاحادية .
- **اختبار النقر على الاقراص** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 13.833 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 1.051 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 15.373 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.690 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 1.540 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 14.989 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار سرعة رد الفعل لليد ولمصلحة المدارس الاحادية .
- **اختبار الجري المكوكي 10 × 5 متر** : بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس الاحادية ( 16.510 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.070 ) في حين بلغ الوسط الحسابي لمجموعة المدارس المزدوجة ( 17.146 ) ، وبانحراف معياري قدره ( 0.309 ) ، وكان فرق الاوساط بين المجموعتين ( 0.636 ) ، فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة ( 24.575 ) ، وبما ان قيمة الدلالة ( 0.000 ) ، هي اقل من نسبة الخطأ ( 0.05 ) ، وهذا يدل على معنوية في اختبار السرعة والرشاقة ولمصلحة المدارس الاحادية .

## 2 - مناقشة النتائج :

- من خلال النتائج اعلاه نلاحظ هناك فروق معنوية للمدارس الاحادية على حساب المدارس المزدوجة في الاختبارات كافة ان سبب ذلك يعود تفوق المدارس الاحادية الى عامل الوقت حيث ان وقت درس



التربية الرياضية في المدارس الاحادية 45 دقيقة بينما في المدارس المزدوجة 35 دقيقة حيث لم تعط لهم الفرص بأداء الواجبات الحركية من مهارات وفعاليات وقدرات بصورة مستمرة بسبب الانتظار الطويل وقلة وقت الدرس عكس المدارس الاحادية لكثرة الوقت لديهم ، (اذ تشير المصادر ان الدوام المزدوج في المدرسة الواحدة داخل محافظة بغداد تشكل 72 % لذلك تعتبر احد العوائق التي تؤدي الى اختصار وقت الدرس أو الغائه احيانا) ، (10:55) ، بالإضافة الى ذلك ان عدد الساعات الموضوعه في المنهاج قليلة لا تكفي لا شباع حاجات الطلبة الحركية وتعلم المهارات بمستوى مقبول (3:16) .

• ان تطور المدارس الاحادية بسبب عملية التكرار المستمر في الدروس والتي تسمح للطلاب من أداء المهارات او الفعاليات والتمرينات وبالتالي تنعكس على اللياقة البدنية ، ان لهم الفرصه في اعاده التمرين اكثر من غيرهم في المدارس المزدوجة ويؤكد عدنان جواد ان تطور وتحسن من قبل الطلاب يتم من خلال عملية التكرار والتدريب المستمر وتعتبر هذه الطريقة اساسية ومهمة ( 5:147) ، اي ان التمرينات التي يستخدمها الطلاب من خلال عملية التكرار لا تكون على نمط واحد بل استخدام تمارين متنوعة وهذا يعمل على تنمية كافة صفات اللياقة البدنية .

• ان الدروس في المدارس الاحادية تجري بصورة منتظمة اذ هناك حصتين في الجدول الاسبوعي عكس ما يجري في المدارس المزدوجة بصورة عشوائية في بعض الاحيان لا يوجد درس واحد في الجدول ، أي ان الدروس التي تجري بصورة طبيعية ومنتظمة خلال الاسبوع والمخطط له من قبل ادارة المدرسة ومن قبل المدرس فضلاً عن ارتفاع الحمل اثناء الدرس يعمل على تنمية وتحسين الصفات البدنية ويتفق الباحث مع عباس احمد ان الانقطاع عن التمرين (الدرس) يؤدي الى هبوط مستوى القدرات الرياضية لدى الطلاب وبالتالي هبوط الصفات البدنية ( 2:166) ، لذلك نرى تعدد المدارس في بناية واحدة يجعل ادارات المدارس تختصر عدد الدروس وفقاً للأهمية العلمية وبذلك ياهمال النشاط الرياضي في المدرسة .

• ان سبب الفروق المعنوية بين المدارس الاحادية والمزدوجة يعود الى مزاولة النشاط الرياضي فضلاً عن وجود اختلاف في النمو حيث يؤكد بطويسى ووجيه ان النمو الطولي للأطراف والساقين تقابلها تأخر في نمو الجذع اذ هذا النمو غير منسجم يؤدي الى رداءة الحركة بالنسبة للذين لا يمارسون الأنشطة الرياضية بصورة منتظمة ولكن لا تتأثر للذين يمارسون النشاط الرياضي المستمر ويكون هذا النمو بمثابة عامل مساعد على اتقان الحركة ( 1:178) ، (12:188) ، لذلك عند التخطيط لدرس التربية الرياضية على المختصين الاخذ بنظر الاعتبار التغيرات والتطورات التي تحدث للطلاب من خلال النمو والتطور ، اذ لكل مرحلة عمرية برنامج خاص بها لكي نخلق جيلاً خالي من التشوهات الجسمية ، وعلى المدرس ان يكون فعالاً في اختيار الأنشطة الرياضية بحيث تكون ملائمة لمواصفات وقدرات ومميزات هذه المرحلة العمرية اذ ترعى ميولهم ورغباتهم مع ما يحبونه .

## 5 الاستنتاجات والتوصيات :

### 1-5 الاستنتاجات :

- 1- زيادة عدد الساعات المخصصة لدرس التربية الرياضية في المدارس الاحادية ساعد في تقدم هذه المدارس على المدارس المزدوجة .
- 2- الدوام المريح (الاحادي) ساعد المدارس الاحادية في التقدم في صفات اللياقة البدنية بسبب الدروس المنتظمة لدرس التربية الرياضية في الجدول الاسبوعي .
- 3- زيادة التكرار والممارسة المنتظمة على التمرينات والتدريبات للمدارس الاحادية بسبب كثرة الدروس وكثرة الوقت للدرس ساعد على التفوق المدارس المزدوجة .



٤ كان درس التربية الرياضية درس اساسياً وليس ثانوياً في المدارس الاحادية وهذا ادى الى تقدمه في كافة الصفات البدنية على المدارس المزدوجة .  
٥ من خلال النتائج والتباين فيما بينها يجب على المدرس ان لا يركز على تنمية صفة واحدة بل اكثر من صفة بدنية .

### 2-5 التوصيات :

- ١ عدم اعطاء درس التربية الرياضية تعويضا لبقية الدروس العلمية .
- ٢ يجب ان يكون هناك تخطيط صحيح لمنهاج درس التربية الرياضية والذي يعمل على رفع اللياقة البدنية للطلاب وخاصة في المدارس لمزدوجة .
- ٣ الاهتمام بالنشاط اللاصفي وذلك لاستثمار الوقت خارج الدوام خاصة للمدارس المزدوجة .
- ٤ بناء الكثير من المدارس لتخلص من المدارس المزدوجة .
- ٥ الاهتمام بتنمية الصفات البدنية خلال دروس التربية الرياضية .

### المصادر

- ١ - بسطويسي احمد ؛ أسس ونظريات الحركة ، ط1 : (مدنية نصر ، دار الفكر العربي ، 1996) .
- ٢ - عباس احمد صالح واخرون ، كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، العراق ، البصرة ، دار الحكمة ، 1991 .
- ٣ - عبد الرزاق كاظم واخرون ؛ دليل مدرس التربية الرياضية المرحلة المتوسطة ، ط1 : (بغداد ، الشركة العامة للتبوع والساكوير 2012) .
- ٤ - عبد الله علوان ؛ تربية الاطفال في الاسلام ، ط1 : (مطبعة دار السلام القاهرة ، 1985) .
- ٥ - عدنان جواد خلف واخرون ؛ المبادي الأساسية في طرق تدريس التربية الرياضية : (البصرة ، التعليم العالي البصرة ، 1988) .
- ٦ - عصام الدين شعبان ؛ البطارية الاوربية للياقة البدنية : (مجلة الاتحاد الدولي لالعاب القوى ، مركز القاهرة الاقليمي ، العدد 45 ، 2009) .
- ٧ - فتحية علي محمد ؛ بناء منهج للتربية الرياضية للصم والبكم في المرحلة الابتدائية : (اطروحة دكتوراه جامعة حلوان / كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، 2010) .
- ٨ - محمد جاسم محمد ؛ دراسة ضعف الاهتمام بدرس التربية الرياضية في المدارس المتوسطة للبنات في مركز محافظة النجف الاشراف : (مجلة علوم الكوفة ، العدد الاول ، 2004) .
- ٩ - مروان عبد المحيد ابراهيم ؛ ادارة البطولات والمنافسات الرياضية ، ط 1 : (عمان ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ، ودار الثقافية للنشر والتوزيع ، 2002) .
- ١٠ - مؤيد اسماعيل عبد ؛ المعوقات التي تواجه مطبقي قسم التربية الرياضية في معهد اعداد المعلمين : (المجلة العربية للتربية المدرسية ، الاتحاد العربي للتربية البدنية والرياضية العدد الأول ، 2013) .
- ١١ - نوال ابراهيم شلتوت ومحسن محمد حمص ؛ طرق وأساليب التدريس في التربية البدنية والرياضة ، ط 1 : (الاسكندرية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، 2008) .
- ١٢ - وجيه محبوب ؛ علم الحركة ، ج2 : (جامعة بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987) .
- ١٣ - ياسين علوان اسماعيل ؛ درس التربية الرياضية واثره على ميول ورغبات طلبة المدارس الثانوية : (مجلة علوم التربية ، المجلد الاول ، العدد الثامن ، 2008) .

Ardoy and others ; A Physical education trial improves adolescents' cognitive performance and academic achievement: the edufit study issue: DOI:10.1111/sms.12093 . (المكتبة الافتراضية 09057188 year:2014 iss1Pages:e52- e61)



## **A comparative study of the physical education lesson in school unilateralism and double of students at the middle school in Baghdad**

**FirasTalatHussain**  
**mlafrias@yahoo.com**

### **Abstrcat**

The research problem Tkamin there are a lot of schools do not pay attention to studying , especially in schools double any discrepancies in Give Lesson between schools , resulting in weakness and a decline in fitness among students and shows that Bodh through work during the physical education lesson The objectives of research knowledge level the differences for education lesson sport between schools unilateralism and double, and the researcher used the descriptive way of comparison, the sample consisted students from the stage average in the province of Baghdad schools unilateralism and double time , and numbered (300) students were chosen randomly , the researcher used battery Aorofitnes tests to conduct among the students to extract the results, and it was the most important findings increase the number of hours devoted to physical education lesson in school monounsaturated helped in the progress of these schools on the Schools double in addition to the always comforting helped schools unicycle progress in recipes for fitness because of the lessons of regular physicale ducation lesson in table weekly .