

الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة
مؤتة

**Knowledge of physical fitness among students of the Faculty
of Sports Sciences at Mutah University**

أحمد عبد الرحيم الذنيبات، طالب باحث / تخصص التربية الرياضية، جامعة مؤتة- الكرك،
الأردن

٢٠٢٥/٢/١٥ تاريخ النشر:

٢٠٢٤/١/٢ تاريخ القبول:

٢٠٢٤/١٢/١٨ تاريخ الاستلام:

الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

الملخص:

هدفت هذه الدراسة التعرف الى الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٩) طالباً موزع على (١٢٤) طالب و (٦٥) طالبة من كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة لدرجة البكالوريوس تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات و المعلومات المرتبطة بالدراسة، أظهرت نتائج الدراسة وجود تدني في مستوى الحصيلة المعرفية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة بصورة عامة حيث بلغ لمتوسط الحسابي (٠٠٤٣)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) تبعاً لمتغير القسم (التربية الرياضية والتأهيل الرياضي)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين السنة الدراسية الأولى والسنة الدراسية الرابعة لصالح السنة الدراسية الأولى والتي حصلت على المتوسط الحسابي الأعلى، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين تقديرجيد والممتاز ولصالح من هم بتقديرجيد جداً حيث حصلوا على المتوسط الحسابي الأعلى، وأوصت الدراسة بجعل المساق متطلب سابق وإجباري لكافة المواد العملية، كما وأوصت الدراسة بعقد ورش عمل لأعضاء الهيئة التدريسية في الكلية للتباحث في محتوى منهج مادة اللياقة البدنية ووضع مساق موحد وثابت للمادة بمحتوى يبني ويقوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: الحصيلة المعرفية، اللياقة البدنية، طلبة كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة.

Abstract:

This study aimed to identify the knowledge base in the field of physical fitness among students of the Faculty of Sports Sciences at Mu'tah University. The descriptive approach was used, and the study sample consisted of (189) students distributed over (124) male students and (65) female students from the Faculty of Sports Sciences at Mu'tah University for a bachelor's degree. They were randomly selected. The questionnaire was used as a tool to collect data and information related to the study. The results of the study showed a decline in the level of knowledge base among students of the Faculty of Sports Sciences at Mu'tah University in general, as the arithmetic mean reached (0.43), and the absence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) according to the gender variable, and the absence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) according to the department variable (Physical Education and Sports Rehabilitation), and the presence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) between the first academic year and the fourth academic year in favor of the first academic year, which obtained the highest arithmetic mean, and the presence of statistically significant differences at a significance level ($\alpha \leq 0.05$) between the grades of good, very good, and excellent, and in favor of those with a grade of very good, as they obtained the highest arithmetic mean. The study recommended making the course a prerequisite and mandatory for all practical subjects. The study also recommended holding workshops for faculty members at the college to discuss the content of the physical fitness curriculum and develop a unified and fixed course for the subject with content that develops and strengthens the cognitive background in physical fitness among students.

Keywords: cognitive background, physical fitness, students of the College of Sports Sciences, Mu'tah University.

المقدمة:

إن التقدم العلمي والتكنولوجي الكبير الذي تشهده الإنسانية في الوقت الحالي أدى إلى عدة تغيرات في حياة الأفراد والمجتمعات وفي مناحي الحياة المختلفة، فالنمو المعرفي والعلمي ومصادرها الرئيسية قد تضاعفت في السنوات الأخيرة القليلة الماضية، ولم تقتصر الثورة العلمية بالنواحي النظرية فقط بل تعدتها إلى المجالات التطبيقية، حيث تعد المعرفة مجالاتها المختلفة من الوسائل الهامة في صنع التقدم والتطور ونقل ما توصل إليه الإنسان من خبرات ومهارات وتكنولوجيا وقيم ثقافية وحضارية إلى الأجيال القادمة، وتمثل المعرفة الرياضية أحد المجالات الهامة في حياة الفرد الرياضي، حيث أنها تعد من الوسائل الثقافية التي تسهم في البنية المعرفية كظاهرة اجتماعية (الخساونة والزعبي، ٢٠٠٧).

وتعرف المعرفة وفقاً للقاموس الدولي للتربية بأنها : مصطلح عام يعبر عن العمليات الخاصة بالإدراك، التعرف، التخيل، التقييم، التذكر، التعلم، التفكير ، والتي يحصل من خلالها الفرد عن المعلومات والمعارف والفهم الإدراكي أو التقييري تميّزاً لها عن العمليات الانفعالية (الخولي والعزب، ٢٠٠٨).

أن الحصيلة المعرفية ما هي إلا عبارة عن مجموعة ما يمتلكه الفرد من معلومات متعددة تم اكتسابها خلال عملية تعلمه الأكاديمي وخلال الدورات أو الخبرات المهنية المختلفة التي التحق بها، والتي يمكن تقديرها بحسب نسبة تحصيله المعرفي، وتعتبر المعرفة في المجال الرياضي أمراً أساسياً في التكوين الأكاديمي للمتعلم ، فكلما زاد إتقانه لهذه المعرف والمعلومات وطرق تطبيقها سواء في مجال التعليمي أو مجال التدريسي زاد قدرته التطبيقية مما يعمل على تحسين الأداء (فرحات ، ٢٠٠١ ، ٢٠٠٧).

وتنتأثر الحصيلة المعرفية بأبعاد أخرى مثل الأهداف والمعتقدات والقدرات والمحفزات ، بحيث تؤثر بشكل فعال على نجاح الطالب وحصيلته المعرفية وبالتالي على مشاركته في الأنشطة البدنية . (Lawson , 2005 ، 2005) فتتميّز المهارات العقلية المتعلقة بالجوانب المعرفية لا تقل أهمية عن المهارات البدنية ، إلا أن الكثير من العاملين في المجال الرياضي يهملون هذا الجانب لكونه غير واضح أثاء التطبيق (الحوري ، ٢٠٠٣).

تكمّن أهمية اللياقة البدنية في ارتباطها المباشر بصحة الإنسان وشخصيته كما أشار عبد الفتاح (٢٠٠٣) إلا أن اللياقة البدنية ترتبط بقدرة الفرد على العمل بفاعلية والتمنع بوقته الحر ليكون سليماً من الناحية الصحية ولكي يقاوم أمراض قلة الحركة ويواجه الحالات الطارئة التي تتطلب منه بذل مجهود بدني طاري.

وان لللياقة البدنية دوراً بارزاً في صحة الإنسان وشخصيته وسماته النفسية وان ضعف اللياقة البدنية سيؤدي إلى آثار سلبية على صحة الإنسان وظهور الشيخوخة المبكرة وأمراض القلب والشرايين ، فضلاً على إن ممارسة الرياضة ستؤدي إلى تقوية الجسم وتبعده عن الأمراض وتجعل من الإنسان شخصاً لائقاً في المجتمع، ولا شك في أن الرياضة تؤدي إلى تقوية الجهاز العضلي المرتبط مباشرة بالجهاز العظمي اللذان يكونان جهاز الحركة مضافاً إليهما الجهاز العصبي المركزي وتأثير الرياضة كذلك في قدرة وكفاءة كل من الجهازين الدوري (الدموي) والجهاز التنفسي بالإضافة إلى تجنب السمنة والكثير من أمراض العصر كأمراض الضغط والسكري والقلب وألم أسفل الظهر وحتى الكسل، عموماً فإن اللياقة البدنية تعتبر القاعدة الواسعة التي يمكن أن تكون بمثابة العمود الفقري لجميع الأنشطة الرياضية وفي جميع المراحل بل ولها من الأهمية بمكان أنها تبني عليها النتيجة الرياضية أثاء المنافسة والسباقات لتحقيق إنجازات رياضية متقدمة.

<https://sites.google.com>

ويتضح مفهوم اللياقة البدنية من خلال مستوى الحالة البدنية التي يعتمد عليها الرياضي في مكونات اللياقة البدنية الخاصة برياضة والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنتها بالمستوى الأمثل (الحربى، ٢٠٠٧).

ويعرف (مختار، ١٩٨٥) اللياقة البدنية بأنها نتيجة لتأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم و التي تشخيص المستوى وتطور القدرة الحركية كما أن مفهوم اللياقة البدنية يعطي نفس مفهوم الصفات البدنية أو الصفات الحركية أو القابلية الفسيولوجية أو الخصائص

الحركية، فمفهوم اللياقة البدنية يشمل الخصائص البدنية الأساسية للرياضة التي تؤثر على نموه وتطوره، فالغرض من تنمية اللياقة البدنية الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى الإنجاز الأعلى .

إن الاهتمام باللياقة البدنية في التربية الرياضية قد تعاضمت أهميته نتيجة لما قام به العلماء والمحضون في دراساتهم للتوصيل إلى وجود علاقة إيجابية بين اللياقة ونسبة النجاح، كما أشار (شاكير، ٢٠١١) إلى أن هناك ارتباط طردي للياقة البدنية بالعديد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل والنجاح الاجتماعي والبدني والعاطفي وكذلك الإنتاج البشري والنمو وتأخير حالة التعب والإجهاد وأمراض الشيخوخة ، فضلاً عن أهميتها في تحقيق الصفات الخلقية العالية كالشجاعة والاعتماد على النفس ، والعمل الجماعي يتطلب من طالب كلية التربية الرياضية القدرة على الركض والقفز وأداء حركات أساسية مهمة خلال دروسه العملية وتتخذ هذه الأشكال الحركية أنواعاً متعددة من الانطلاقات السريعة والقصيرة والطويلة يختلف إيقاعها باختلاف الواجبات الفنية والخططية عن طريق الاستخدام الأفضل لعناصر اللياقة البدنية وطول فترة الدرس، فالطلاب القادرون على استخدام عناصر اللياقة البدنية بكفاءة خلال الدرس يكونون أكثر قدرة على تنفيذ ما مطلوب منهم.

وتعتبر الحصيلة المعرفية من أهم العناصر التي تساعد على رفع المستوى الرياضي للاعبين إلى درجة المنافسات المتقدمة إذا توفرت الحصيلة المعرفية في مجالات علوم الرياضة والتي من أهمها اللياقة البدنية والتغذية والإصابات و الميكانيكا الحيوية بالإضافة إلى الجانب التربيري، وكما إن الحصيلة المعرفية لدى اللاعبين تعد العنصر الأساسي في العملية التدريبية وخصوصا في اللياقة البدنية ، كما تساعد اللاعب في سرعة تعلمه للمهارات البدنية المختلفة وسهولة تطبيق المعلومات الخططية (الحوري، ٢٠٠٣).

ويرى (الخولي وعدنان، ١٩٩٩) أن أهمية المعرفة الرياضية وموضوعاتها لا تقتصر على اللاعب أو الرياضي فقط؛ فالعاملون المهنيون في المجال الرياضي على مختلف تخصصاتهم؛ مدرباً، أو معلماً أو إدارياً أو أخصائي لياقة بدنية أو أخصائي تسويق رياضي في أمس الحاجة إلى المعرفة الرياضية المتقدمة ويسعون نحو اكتساب هذه المعرفة أو توظيفها على النحو اللائق. ويؤكد (علاوي، ١٩٩٩) انه كلما زاد إتقان المعرفة النظرية وطرق تطبيقها وكذلك المعلومات الأساسية للمدرب، كلما كان اقدر على تطوير وتنمية المستوى الرياضي إلى أقصى حد ولابد أن يعرف المدرب الرياضي بالأسس النظرية والعلمية لعلم التدريب وكذلك أن يمتلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير المهارات الحركية، ولا يكتفي بما وصل إليه من درجة التأهيل بل يعمل على الاستزادة والاطلاع على ما يستجد من المعارف والمعلومات.

مشكلة الدراسة :

تعتبر الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لطلبة كلية علوم الرياضة أساساً يعتمد عليه لتقدير العديد من الأمور المرتبطة بالخطوة الدراسية التي تطرحها إدارة كلية علوم الرياضية كون اللياقة البدنية أساساً تبني عليه العديد من الأمور التعليمية والتدريبية من مهارات وخطط بالإضافة إلى الجانب المعرفي العلمي.

وكما لاحظ الباحث من خلال دراسته في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وجود تناقض في مفاهيم اللياقة البدنية لدى طلبة الكلية عند سؤالهم عن الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية، والذي قد يكون سببه عدم وجود منهاج دراسي معتمد لتدريس المنساق في الكلية من مدرسي ذلك المنساق، حيث يعود إعطاء مفاهيم وعناصر اللياقة البدنية بحسب رؤية وقناعة المدرس بأهميتها ويدخل في ذلك تنوع المدارس الفكرية التي ينتمي لها المدرس ، مما قد يشكل ذلك ضبابية وتشتت فكري بين الطالبة في الحصيلة المعرفية للياقة البدنية لديهم خصوصاً عند اخذ المواد التي تبني على مادة اللياقة البدنية ، وهذا ما أثار حفيظة الباحث للتعرف على الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة بأنها:

تعد من أولى الدراسات التي تناولت الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة . إمكانية التعرف على الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وبيان الجوانب التي يمكن من خلالها المساهمة في رفع مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة على مستوى الجامعات المحلية.

توجيهها لاهتمام القائمين على كلية علوم الرياضة من إدارة وأعضاء الهيئة التدريسية إلى أهمية اللياقة البدنية وحصيلتها المعرفية لدى الطلبة واستخدام البيانات والمعلومات والنتائج التي تخرج من هذه الدراسة. إنها تقدم توجيهات ومقترنات مبنية على أساس علمية تسهم في إثراء المكتبة العربية في مجال من مجالات الفكر الرياضي والبدني.

أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة للتعرف إلى :

الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. الفروق في الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات (القسم، السنة الدراسية، الجنس، التقدير). تساؤلات الدراسة :

ما هي الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً لمتغيرات الدراسة (القسم، السنة الدراسية، الجنس، التقدير).

مصطلحات الدراسة:

الحصيلة المعرفية : هي مجموع ما يمتلكه الفرد من معارف متعددة والتي قد كسبها من خلال تعليم أكاديمي أو دورات أو الخبرة والتي تظهر بشكل واضح عند من يمتلكها من خلال نسبة التحصيل المعرفي (Gouzman & Kkozulin, 2005) اللياقة البدنية : هي مستوى الحالة البدنية التي يعتمد الإنسان الرياضي عليها في مكونات اللياقة البدنية الخاصة برياضيته والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنتها بالمستوى الأمثل أو عبارة عن قدرة الفرد وكفاءته البدنية للقيام بدوره في هذه الحياة دون إجهاد أو تعب.

طلبة كلية علوم الرياضة : هو الفرد الذي ورد اسمه في سجلات دائرة القبول والتسجيل كطالب في مستوى البكالوريوس في كلية علوم الرياضة للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ م.

أولاً : الإطار النظري :

الحصيلة المعرفية

يعتبر موضوع التحصيل المعرفي من المواضيع الهامة التي احتلت مكاناً بارزاً في العملية التربوية ، وبذلك أصبح موضوع انشغال المهتمين ب مجال التربية والتعليم باعتباره حوصلة للمجال التعليمي . ويعتبر اختلاف التلاميذ في مستوى التحصيل المعرفي من أهم المشكلات التي تطرح نفسها في العملية التربوية حيث هناك التلاميذ الممتازون والمتوسطون والتلاميذ الضعاف ، الأمر الذي أدى بكثير من العلماء في مختلف البيادين العلمية إلى البحث عن الأسباب المؤثرة على التحصيل المعرفي ، فقد يعتقد البعض أن تدني مستوى التحصيل المعرفي يرجع إلى قصور عقلي لكن الدراسات الحديثة التي أجرتها الباحثون نفت هذه الفكرة ، وأصبح بموجبها من

الضروري التخلّي عن ربط كلّ حالة تخلّف دراسي بضعف في القدرات العقلية، وبالتالي أصبح البديل في البحث عن الأسباب التي تزيد في القدرات العقلية ولها تأثير إيجابي عن التحصيل المعرفي (نور الدين وآخرون، ٢٠١٧).

حيث تؤدي الحصيلة المعرفية في الدول المتقدمة دوراً فاعلاً في إعادة النظر في المناهج والبرامج التعليمية، إذ تعكس الصورة الحقيقة لمدى فاعلية تلك البرامج. وكما هو الحال في الدول المتقدمة تؤدي الحصيلة دوراً أساسياً في كليات التربية والآداب والعلوم في الجامعات بل وفي باقي المؤسسات التعليمية الأخرى، فعليها يعود تحديد المسار المستقبلي للطالب لترحّجه من الكلية. إذًا فالحصيلة المعرفية متغيرة في غاية الأهمية لأثره الأكاديمي والنفسي في الطالب والأسرة والمجتمع (الشريبي وبلفيف، ٢٠٠٤).

تعريف الحصيلة المعرفية

المقصود بالحصيلة out come هنا هو مقدار التغيرات التي تم الوصول إليها عن طريق البرنامج، أو مقدار التقدم الذي وصل إليه الأفراد بعد ممارسة البرنامج، ويتم تحديد الحصيلة عن طريق اختبارات تتم بعد الانتهاء من البرنامج، حيث يتم مضاهاة نتائجها بالاختبارات التي تمت في بداية البرنامج، والفرق بينهما يمثل مقدار التقدم أو الحصيلة التي توصل لها الفرد جراء ممارسة البرنامج الموضوع، ويطلق على هذه الاختبارات اسم (اختبارات التحصيل achievement test) وتعُرف بكونها "مقياس للدرجة التي بها حصل الشخص أهداف التعليم أو التدريب" ويجب ملاحظة توحيد الاختبارات التي تتم قبل خالٍ وبعد البرنامج، كما يجب توحيد ظروف القياس في جميع فتراته، وذلك كضمان للتأكد من أن التقدم الحادث يرجع إلى ممارسة البرنامج فقط.

عرف كل من الكبيسي والداهري (٢٠٠٠) الحصيلة المعرفية بأنها "هو مستوى محدد من الإنجاز أو البراعة في العمل المدرسي يقوم من قبل المدرس أو المعلم بواسطة الاختبارات" ويرى الرحالة وشوكة (٢٠٠٧) أن "المتعلمين الذين يتلقون نشاطات بدنية إضافية تتحسن لديهم الحصيلة المعرفية والإنجاز الأكاديمي أكثر من الطلاب الذين لم يتلقوا هذه النشاطات الإضافية وذلك كون النشاطات البدنية تؤدي إلى تحسين عمل الدماغ ومستوى لطافة، إضافة إلى تقريرهم لذاتهم واحترامهم لأنفسهم وتحسن سلوكياتهم، كما أن متغير السنوات الدراسية له تأثير مباشر في الحصيلة المعرفية إذ كلما تقدم المتعلمون بالسنوات الدراسية كلما زادت الحصيلة المعرفية لهم أي أن المتعلمون عند تقدمهم بالمستوى الدراسي تزداد الحصائل المعرفية لديهم من خلال المواد الدراسية التي يدرسوها إضافة إلى المستوى المتقدم من المواد التي يدرسوها .

وعرّفها بن يوسف (٢٠٠٨) درجة الاتكّساب التي يحققها الفرد في مادة معينة أو في مجال تعليمي معين، أو هو مستوى النجاح الذي يحرزه التلميذ وهو كذلك مستوى اكتساب التلميذ للحقائق والمفاهيم والمعلومات المنظمة في وحدة بناء الكائن الحي عند مستويات الاستدراك والفهم التطبيقي والذي يقدر بالدرجات التي يحصل عليها في تلك المادة ويحدد بواسطة الاختبار أو الدرجات المحددة من قبل المعلم .

وعرّفها علام (٢٠٠٠) هي ما يدل على الوضع الراهن لأداء الفرد أو تعلمه أو ما أكتسبه بالفعل من معارف، ومهارات، في برنامج معين، أي أنه يعتمد على خبرات تعليمية محددة في أحد المجالات الدراسية أو التدريسية .

أهمية الحصيلة المعرفية

يهمّ علماء النفس التربوي بدراسة موضوع الحصيلة المعرفية من جوانب متعددة فمنهم من يسعى إلى توضيح العلاقة بين الحصيلة المعرفية ومكونات الشخصية والعوامل المعرفية، ومنهم من يبحث عن العوامل البيئية المدرسية وغير المدرسية المؤثرة على الحصيلة المعرفية للتلميذ، ومنهم من يدرس التفاعل والتدخل بين العوامل الوراثية لتحديد ما يظهره الفرد من حصيلته المعرفية. أما الآباء فيهتمون بالحصيلة المعرفية باعتبارها مؤثرة للتطور والرقي الدراسي والمعرفي لأبنائهم أثناء تقدمهم من صف دارسي لأخر. ويهتمّ الطلاب بالحصيلة المعرفية باعتبارها سبيلاً إلى تحقيق الذات وتقديره (تونسية، ٢٠١٢).

تكمّن أهمية الحصيلة المعرفية في أنه يتم تقيير نتيجة التلميذ لانتقاله من مرحلة إلى مرحلة أخرى. وكذلك تحديد نوع والتخصص الذي سينقل إليه و يجعل الطالب يتعارف على حقيقة قدراته وإمكاناته، كما أن وصول الطالب إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبيّث الثقة في نفسه ويدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه القلق والتوتر مما يقوّي صحته النفسية، كما وتشكل الدرجات التحصيلية وما ينبع عنّها من تقديرات أساساً مهماً للكثير من الإجراءات والقرارات الهامة التي ترتبط بوضع الفرد وتؤثّر فيه، فأهليّة الفرد للاستمرار بالدراسة أو القبول في برنامج معين أو الحصول على بعثة دراسية أو وظيفة معينة تتقدّر بالمستوى الأكاديمي الذي يحقّقه ممثلاً في الدرجات أو التقدير الذي يحصل عليه، وتدّي الدرجات وظائف عالية ترتبط بحاجات الطلبة وأولويات الأمور والمدرسين وأصحاب العمل فهي تلعب دوراً مهماً في تكوين التلميذ صورة عن ذاته وستبقى من أفضل عوامل التنبؤ اللاحق، فأهمية التحصيل الدراسي وفوائده تظهر على شخصية الفرد. وتبدو أهمية التحصيل الدراسي من خلال ارتفاعه تصاعدياً كونه يعد الفرد لتبؤه مكانة وظيفية جيدة في معظم الحالات، فالكلّيات العلمية تعد طليقها لمّا زالت تحتلّ قمة الهيكل المهني، وهي بحكم تاريخها وطبيعة العمل فيها والمزايا التي تمنحها والمكانة التي تعطّيها للعامل فيها، تجعل الطلبة أكثر إصراراً واقبالاً على الالتحاق بها (نوفل، ٢٠٠١).

برزت الحاجة الماسة إلى العلم ومتابعة التحصيل المعرفي من خلال دور العلم الكبير والفعال في حياة الفرد والمجتمع على المستويات كافة، وفي مختلف الاتجاهات، فأهمية التحصيل المعرفي وفوائده تظهر على شخصية الفرد. وتبدو أهمية التحصيل المعرفي من كونه يعد الفرد لتبؤ مكانة وظيفية جيدة في معظم الحالات، فالكليات العلمية تعد طليبتها لمهن ما زالت تحتل قمة الهيكل المهني، وهي بحكم تاریخها وطبيعة العمل فيها والمزايا التي تمنحها والمكانة التي تعطيها للعامل فيها، تجعل الطلبة أكثر إصداراً وإقبالاً على الالتحاق بها، بصرف النظر عما إذا كانت تتفق مع قدراتهم واستعداداتهم وميولهم (احاجي، ٢٠٠٥).

وتتجلى فائدة التحصيل المعرفي بأوجه شتى في حياتنا الاجتماعية وبخاصة في مستقبلنا، فالواقع أن تنمية التعليم تسمح بمكافحة طائفة من العوامل المسببة لأنعدام الأمن مثل البطالة والاستبعاد والنزاعات الدينية المتطرفة. وهكذا أصبح النشاط التدريبي والمعرفي بكل مكوناته أحد المحركات الرئيسية للتنمية في فجر القرن الحادي والعشرين، وهو يسهم من ناحية أخرى في التقدم العلمي والتكنولوجي أي مجتمع يسعى للنمو والتطور لأبد لأبنائه وفي الإزدهار العام للمعارف. ويمكن القول إن من مواصلة التحصيل المعرفي لكي يكونوا قادرين على استيعاب عناصر هذا النمو والتطور. فلكي يتحقق أي بلد تنمية ينبغي أن يكون سكانه العاملون قادرين على استخدام التكنولوجيات المعقّدة وأن يتمتعوا بالقدرة على الإبداع والاكتشاف، هذا يرتهن إلى حد كبير بمستوى الإعداد النفسي الذي يتلقاه الأفراد، ومن ثم فإن الاستثمار في مجال التعليم شرط لأبد منه التنمية الاقتصادية والاجتماعية على المدى البعيد (الخولي والحمامي، ١٩٩٠).

ولا شك أن التحصيل المعرفي له أثره الكبير على شخصية الطالب، فالتحصيل المعرفي يجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته وإمكانياته، كما أن وصول الطالب إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبيث الثقة في نفسه ويدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه القلق والتوتر مما يقوى صحته النفسية، أما فشل الطالب في التحصيل المعرفي المناسب لمواد دراسته، فإنه يؤدي به إلى فقد الثقة في نفسه والاحباط والنقص، والتوتر والقلق، وهذا من دعائمه سوء الصحة النفسية للفرد (زهار، ١٩٧٢).

العوامل المؤثرة في التحصيل المعرفي:

العواما ، الحسمة والصحة :

غالباً ما يتاخر الأشخاص المصابون بالأمراض الجسمية كالحميات والانيميا في تحصيلهم المعرفي ، كذلك لعيوب النطق المرتبطة بخل في جهاز النطق اثر على توثر علاقه الطفل بمعلميه ورفاقه مما يؤثر سلبياً على تحصيله، وأيضاً لضعف البصر والسمع أثراه السمع على التعلم خاصة أن لم تتحذ التدابير الازمة لحسن الاستفادة من العملية التعليمية.

العوامل النفسية :

يلعب الخمول والانطواء والإحباط وفقدان الثقة بالنفس دور في انخفاض مستوى التحصيل أيضاً لسوء التوافق النفسي وعدم النضج الانفعالي أثره السلبي على التحصيل المعرفي كذلك عند تعرض الطفل لمشاكل نفسية ينجم عنها مثلاً قضم الأظافر أو التبول اللاإرادي يؤدي ذلك إلى امتصاص الكثير من جهد ونشاط الطالب مما يفقده الحماس للتحصيل المعرفي .

العوامل المعرفية :

هناك جملة من المتغيرات العقلية/المعرفية التي تؤثر على التحصيل المعرفي مثل مستوى الذكاء الذي يحدده عامل الوراثة وكذلك تشتت الانتباه أو الشروق .

عوامل مدرسية :

يمكن حصرها في الافتقار للأجواء التربوية السليمة والميل للمشاكلات بين الكوادر التعليمية من إدارة وملئمين.. وعدم إتباع الأساليب والوسائل الحديثة في التعامل مع التلاميذ والتركيز على التلقين والاعتماد على العقاب البدني وزيادة وكتافة الصف المعرفي وضعف الأنشطة المدرسية والترفيهية وضعف الرعاية الصحية والاجتماعية (بركات، ١٩٧٩).

العوامل الاجتماعية والأسرية :

تشتمل الأسرة على نسق من العلاقات التي تقوم بين أفرادها أهمها العلاقة بين الوالدين لأنها تعكس الجو العاطفي للأسرة والذي يؤثر على عملية نمو الأطفال هذا الجو العاطفي يزودهم بأنماط سلوكية وموافق بشكل شعوري أو لا شعوري من خلال تقمصهم للعلاقات القائمة بين أفراد الأسرة. ولقد أكدت بعض الدراسات التربوية والنفسية أن البيئة الاجتماعية التي يعيشها الطفل تحمل مكانة بارزة في العملية التعليمية.

المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة :

كما أن الطفل يكتسب الطفل مركزه الاجتماعي «من خلال المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة، حيث نجد الأسرة تؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة في تحديد مستقبل الأبناء الاجتماعي والمهني». فكلما ارتفع المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة تصبح البيئة مناسبة أكثر لإنجاز الأبناء لواجباتهم المدرسية مما يزيد في التحصيل الجيد، أي أن هناك ارتباط بين المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة والتحصيل الدراسي للأبناء. فنجد الوضع المادي للأسرة يلعب كبرأ على مستوى التنشئة الاجتماعية للأطفال، وذلك من نواحي عديدة : على مستوى النمو الجسدي والذكاء، والنجاح المدرسي. وتبين الدراسات العديدة أن الوضع الاقتصادي للأسرة يرتبط مباشرة بحاجات التعليم وال التربية وبذلك تستطيع الأسرة أن تضمن لأنبائها حاجاتهم المادية بشكل جيد من غذاء وسكن ، و الألعاب ، ورحلات علمية ، وامتلاك الأجهزة التعليمية وبالتالي تضمن الشروط الموضوعية لتنشئة الأبناء . وفي المقابل يمكن القول أن الظروف السيئة للأسرة مثل الدخل الضعيف أو المعدوم بسبب المرض أو البطالة، وضيق السكن، كل هذه الأسباب تؤدي إلى خلق ضغوط نفسية لدى الأطفال مما ينعكس سلباً على تحصيلهم الدراسي، وكذلك التعرض لأمراض متعددة كالحساسية، وفقر الدم الناتج عن سوء التغذية (عبد الهادي، ١٩٨٥).

المستوى التعليمي والثقافي للوالدين :

ترتبط الشروط الثقافية للأسرة مباشرة بالمستوى التعليمي للوالدين، فنجد الآباء ضعيفي المستوى التعليمي لهم تأثير سلبي على مستوى تحصيل أبنائهم بينما نجد التلاميذ ذوي المعدلات المرتفعة أولياً لهم مرتفع المستوى التعليمي وهم أكثر إطلاعاً على الصحف وكذلك متذكرين من اللغة الأجنبية، فقد وجد بأن هناك علاقة موجبة بين التحصيل الدراسي والمستوى التعليمي المرتفع للأولياء. هذا ما يؤكد أهمية العناية بثقافة الأسرة ورفع مستواها ذلك الدور البارز الذي تلعبه في معدل نمو الأطفال من الناحية العقلية (الطحان، ١٩٨٢).

توجيهات الأولياء وأساليب المعاملة الأسرية :

أن المعاملة الحسنة مع الأبناء والبنين على أساس النمط الديمقراطي والمرن وكذلك على حسن التعبير اللفظي كالتشجيع والاقتراح أو غير اللفظي كالابتسامة والنظارات المساعدة، فإنها تدفعهم لاكتساب الثقة في قدراتهم مما يدفعهم للتحصيل الجيد. كما نجد إن الآباء المنخرطين أكثر في تعليم أبناءهم، يكونون أكثر طموحاً وانخراطاً في عملهم المدرسي من التلاميذ ذوي آباء أقل اهتماماً بالمدرسة، فهم بذلك يجعلون أبناءهم يهتمون بالمدرسة والتعليم يزدلون في مستوى قدرة أبنائهم التافهة ويحثونهم أكثر على التخطيط والعمل المنظم. وهذا فإن اهتمام الآباء بمسار أبناءهم الدراسي ومتابعتهم لأدائهم، عامل يزيد من ميلهم ورغبتهم في الدراسة. حتى لا يشعر الأبناء بالقطيعة بين الوسط العائلي والمتوسط المدرسي لأنهم يجدون الاهتمامات نفسها سواء في البيت أو المدرسة. وبالتالي هذه الممارسات تدفع الأبناء نحو التعليم مما يزيد في تحصيدهم العلمي والمعرفي .

حجم الأسرة :

يتعرض أبناء الأسر الكثيرة الأولاد بدرجة أكبر لاحتمال الإخفاق في التحصيل الدراسي. حيث أجريت بعض الدراسات للتعرف على العلاقة بين حجم الأسرة ومستوى أداء التلميذ الدراسي. ففي دراسة "موسكونوف" وجد أن الأداء الدراسي الجيد يرتبط ارتباطاً قوياً مع الأسرة الصغيرة الحجم. وفي دراسة أخرى "تيليك" وجد أن وجود عدد كبير من الإخوة والأخوات في الأسرة يؤثر سلباً على عملية التخطيط للدخول للجامعة حيث يكون التعليم مكلفاً من الناحية المادية مما يؤثر على ميزانية الأسرة ذات العدد الكبير من الأبناء .

الاستقرار الأسري :

إن المناخ الأسري له تأثير كبير على التنشئة الاجتماعية للأبناء، والتي ينعكس أثارها على القدرات العقلية للأبناء سلباً وإيجاباً، ويظهر هذا كلياً في نتائج التحصيل الدراسي. والملاحظ أيضاً أن الأطفال الذين والذين يعانون من تدني في مستوى التحصيل الدراسي ينتمون إلى أسر تعاني من خلافات وتفاكم عائلي .

كذلك معاملة الأب أو الأم لأبنائها - المعاملة القاسية - من العوامل التي قد تؤثر في مستوى التحصيل بطريقة مباشرة أو غير مباشرة وذلك بالتأثير على حالاتهم النفسية واستعداداتهم للتعلم. لأن التفكك الأسري كالطلاق والترمل واللامبالاة كلها تؤدي إلى عدم متابعة الأب أو الأم للأبناء في النواحي المختلفة خاصة الناحية المدرسية. مما ينعكس على المستوى التحصيلي للطفل. فالطفل يحتاج إلى الحب والحنان من أسرته وإلى توفير الجو المناسب لينمو نمواً نفسياً وانفعالياً بما يساعد على مراجعة دروسه والاهتمام بتحصيله العلمي، ومحاولة التخلص قدر المستطاع من الصراعات الداخلية والعمل على زيادة الثقة في نفوس الأبناء وإبراز الجوانب الإيجابية في شخصياتهم واستغلالها في التفوق الدراسي .

تأثير الشارع :

من ضمن العوامل الاجتماعية هناك عوامل غير مباشرة لكن لها تأثير بالغ في عملية التحصيل الدراسي من بينها وسائل الإعلام، النوادي والmarkets الثقافية الرسمية وغير رسمية، كذلك الطريق الذي يفصل المدرسة والبيت... فإذا كانت الأسرة تخضع للأولياء في تسييرها وتنظيمها والمدرسة تخضع للنظام التربوي فالشارع لابد أن يخضع في تسييره للاثنين. فجماعة الرفاق من الجماعات الاجتماعية التي تلعب دوراً مؤثراً في عملية التنشئة الاجتماعية خارج نطاق الأسرة، فهي جماعة يشترك أعضاؤها في ثقافة مشتركة أو عامة، وهي جماعة يتقارب أعضاؤها غالباً في السن، ولجماعة الرفاق نظام معياري أو سلوك يفرض على الطفل مطالب معينة عندما يقوم بأداء مختلف الأدوار في هذه الجماعة أو في غيرها من الجماعات (سميرة، ٢٠١٤) .

شروط ومبادئ التحصيل :

إن عملية التعلم والتعليم تستلزم ترتيباً وتنظيمياً وتخطيطياً، وتحتطلب تهيئة جميع الشروط المواتية لحدوث عملية التعلم . هذه الشروط أو القوانيں توصل إليها علماء النفس والتربية تجعل من التعليم إفادة لصاحبها ومن أن العوامل التي تسهم في عملية التحصيل إتباع ما يعرف بشروط التحصيل العلمي الجيد والتي وضحتها (مهد، ١٩٧٤) كما يأتي :

التكرار : فلحدوث التعلم لابد من التكرار والممارسة، حتى يتم التعلم والإجاده .

الدافعية : أن يكون هناك دافع نحوبذل الجهد والطاقة لتعلم المواقف الجديدة أو حل المشكلات.

توزيع التمرين : أي أن عملية التعلم يجب أن تتم على فترات زمنية تتخللها الراحة من وقت لآخر .

الطريقة الكلية : أيأخذ الفكرة العامة عن الموضوع بعد ذلك تحليله إلى جزئياته ومكوناته.

أنواع التحصيل المعرفي :

يمكن تقسيم التحصيل إلى ثلاثة أنواع :

التحصيل الجيد :

يكون فيه أياً التلميذ مرتفع عن معدل زملائه في نفس المستوى وفي نفس القسم، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانيات التي تكفل للللميذ الحصول على مستوى أعلى للأداء التحصيلي المرتفع منه. بحيث يكون في قمة الانحراف المعياري من الناحية الإيجابية، مما يمنحه التفوق على بقية زملائه .

التحصيل المتوسط :

في هذا النوع من التحصيل تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانيات التي يمتلكها، ويكون أداءه متوسط ودرجة احتفاظه واستقادته من المعلومات متوسطة .

التحصيل الدراسي المنخفض :

يعرف هذا النوع من الأداء بالتحصيل الدراسي الضعيف، حيث يكون فيه أياً التلميذ أقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه فنسبة استغلاله واستقادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام. وفي هذا النوع من التحصيل يكون استغلال المتعلم لقدراته العقلية والفكيرية ضعيفاً على الرغم من تواجد نسبة لا يأس بها من القدرات، ويمكن أن يكون هذا التأخير في جميع المواد وهو ما يطلق عليه بالفشل الدراسي العام، لأن التلميذ يجد نفسه عاجزاً عن فهم ومتابعة البرنامج الدراسي رغم محاولته التفوق على هذا العجز، أو قد يكون في مادة واحدة أو اثنتين فيكون نوعي، وهذا على حسب قدرات التلميذ وإمكانياته (بن يوسف، ٢٠٠٨).

دور المعلم في التحصيل :

يستطيع المعلمون استخدام العديد من الإستراتيجيات لجعل الطلبة مسؤولين عن تعلمهم وذلك من خلال توجيه الطلبة إلى الأسلوب الأفضل في التعلم ويبينون لهم المجالات التي حققوا فيها إنجازات وتلك التي ما زالت بحاجة إلى التحسن، كما يتوجب على المعلمين إظهار الدعم والاهتمام لطلابهم .

لكن يوجد العديد من المعلمين الذين يمارسون وظيفة ليست مهنة على حد تعبير "هيث Heath" والذي يشير إلى عدد من السمات التي تفرز هذه الفئة من المعلمين وهي:

دائم الشكوى : فهو يتذمر من راتبه، أوضاع العمل، الطلاب، آباءهم والهيئة التدريسية.

يبذل أقل جهد ممكن : يحاضر ويفرّأ من الكتاب ويعطي واجبات منزلية بسيطة ويعتمد على الامتحانات الموضوعية .

يقاوم الأفكار التي تتطلب وقتاً إضافياً وطاقةً .
لديه سلبية وشك نحو الآخرين و كثير النقد .

أما المعلم الذي يقود طلبه نحو النضج كما يعتقد "Heath" فهو المعلم الذي يتصف بالخصائص التالية :
لديه كفايات في عدة مجالات وليس الأكاديمية فقط .

يستطيع أن يعطي من طاقاته دون مقابل ، ويكون متخصصاً لعمله كمعلم ومبتهجاً بالمشاريع الجديدة .
يتقبل ذاته ويتثق بها وبالآخرين ويتخلص بروح العابه .

إن أغلب الدراسات تشير إلى أن المعلم الجيد بنظر الطلاب هو من يتمتع بمنظومات خمس و من الصفات هي :
الصفات الشخصية : مثل اللطف والصدق والتواضع والمرح والتعاطف مع الآخرين .

الصفات الانضباطية : مثل التقييد بالنظام والعدل والموضوعية والصراحة .
الصفات الإنتحاجية : كالقدرة على إثارة الاهتمام الواسعة والمعرفة .

الصفات الترويحية : كالمشاركة في الألعاب .

الصفات الجسمية : مثل المظهر الخارجي والزينة والصوت (شريم، ٢٠٠٩).

أساليب تقييم الحصيلة المعرفية

إن اختبار التحصيل يرمي إلى قياس مدى تحصيل المتعلمين من حيث التذكر والفهم والتطبيق ، والتحليل والتركيب والتقويم ،
ويطلق على أساليب قياس التحصيل المعرفي بالامتحانات المدرسية والتي قسمها (عطية، ٢٠٠٨) إلى ثلاثة أقسام هي :
الاختبارات الشفهية :

في العمل التربوي الكثير من السمات التي يتطلب قياسها شفهياً ومن بين تلك السمات :
القدرة على صحة النطق والقراءة الجهرية .

القدرة على الكلام "التعبير الشفهي" .

القدرة على الإلقاء "النصوص الأدبية" .

مناقشة البحوث والمشاريع .

مناقشة التقارير .

التطبيقات اللغوية وغيرها .

وعلى العموم فإن الاختبار الشفهي ليس عملاً عشوائياً يمارسه المدرس من ، دون تحطيم مسبق إنما يجب أن يكون المدرس على دراية
تمامة بالأهداف التي يريد الوصول إليها .

الاختبارات الكتابية

وتقسم إلى نوعين هما :

الاختبارات المقالية : هي تلك الاختبارات التي تقتضي إجابتها كتابة فقرة ، أو مقال ويستخدم هذا النوع لقياس الأهداف التعليمية
التي تتطلب تعبيراً كتابياً ، وفي هذا النوع من الاختبارات ليس من الواجب أن تكون إجابة جميع الطلبة واحدة ، فقد تختلف إجابة طالب عن
آخر وذلك لاختلاف القدرات اللغوية والآراء والمعلومات المكتسبة .

الاختبارات الموضوعية : هي الاختبارات التي ترتبط إجابتها بالموضوع المراد قياس نتائج تعليمه ، وتكون إجابتها واحدة على
عكس الاختبارات المقالية إذا لم يأتي بها المفهوم تعدد إجابته خاطئة ، فليس من حق المفهوم بموجب الاختبارات الموضوعية أن
يجتهد في الإجابة .

الاختبارات الأدائية "العلمية"

وهي تلك الاختبارات التي تكون الإجابة عنها أداء عملي ومهما قياس ذلك الأداء الخاص بالإجابة، غالباً ما تستخدم لقياس القدرة على إجراء التجارب العلمية وقياس القدرة على الأداء المهني، والقدرة على الأداء الرياضي والأعمال المسرحية وتفكيك الأجهزة . على الرغم من تميز اختبارات التحصيل بأنها تعطي صورة واضحة عن مجالات القوة والضعف للطالب في الموضوعات الدراسية المختلفة. ونظراً لعدم وجود اختبارات تحصيل مقدمة منشورة في الوطن العربي، فإنه يبدو من الضروري للقائمين على برامج تعليم الموهوبين والمتوفين الاستفادة من نتائج التحصيل الدراسي كما تعكسها درجات الطلاب في المواد الدراسية مجتمعة أو في المواد الدراسية المرتبطة بـ نوع الخبرات التي يقدمها البرنامج. وإذا توافرت نتائج اختبارات التحصيل التي تعدد في نهاية مراحل دراسية معينة، فإنه يمكن استخدامها في التعرف على الموهوبين والمتوفين (جروان، ١٩٩٩).

اللياقة البدنية

إن الاهتمام بإعداد طلاب كليات التربية الرياضية وتطوير مستوى اللياقة البدنية لهم إضافة إلى بنا المستوى المهاري والمستوى العلمي في سنوات دراستهم لا يمكن إن يتم إلا من خلال الاهتمام بالمناهج الدراسية الموضوعية والعلمية بشكل دقيق وفق صيغ ووسائل متعددة تعمل على إيجاد صيغة ارتباط بين الصفات البدنية ومفردات مناهج كليات التربية الرياضية لضمان رفع مستوى اللياقة البدنية للطلاب والمحافظة عليها خلال السنوات الأربع ضمن منهاج الكلية (جاسم وآخرون ، ٢٠١٤).

تستمد اللياقة البدنية أهميتها من كونها إحدى مكونات اللياقة الشاملة التي بدورها تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة وهذا يتطلب أن يكون الفرد مؤهلاً جسدياً ونفسياً وعقلياً، وتأتي أهمية اللياقة البدنية من خلال ارتباطها بمتطلبات الحياة اليومية من جهة وممارسة الأنشطة الرياضية من جهة أخرى، ولا يغفل علينا بان الدراسة في كلية التربية الرياضية تجمع بين الدراستين النظرية والعملية ، وإن الطابع العملي يمثل جزءاً كبيراً من الدروس الأكاديمية للألعاب الرياضية التي يتلقاها الطلاب على مدار السنوات الأربع، وهذه الخصوصية تفرض سلوكيات وموافق تنافسية مختلفة على أساس اختلاف الدروس العملية. وعليه تبرز المتطلبات البدنية من بين العديد من المتطلبات التي يحتاجها الطالب لاجتياز المقررات المهارية في هذه الكلية (خليل، ٢٠٠٨).

وتقسام اللياقة البدنية إلى قسمان هما :

العامة البدنية اللياقة : (General Physical Fitness)

وتعني كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة بما يحقق له السعادة والصحة ، وبما يضمن قيام الفرد بدوره في المجتمع على أفضل صورة، ويعني مفهوم الارتقاء باللياقة البدنية العامة أن يسعى الفرد إلى تطوير مكوناتها الأساسية، ومن أهم الصفات الأساسية التي يمكن تطويرها لدى الفرد المتمرن على اللياقة البدنية العامة هي، القوة العضلية، والسرعة، والمطابلة، والمرنة، والرشاقة، والتوازن، واللياقة البدنية العامة هي محصلة لتنمية الصفات البدنية والقدرات (الفيسيولوجية) لدى الفرد، والتي تساعد الفرد على البناء الكامل لللياقة البدنية العامة إلى جانب تطوير قدرات الجهاز الدوري والتتنفس، ومن الأمور التي يجب مراعاتها عند تطوير المكونات الأساسية هي الشمول، والاتزان، والحجم المناسب.

الخاصة البدنية اللياقة : (General Physical Specific)

وتعني كفاءة مكونات اللياقة البدنية العامة للإيفاء بمستلزمات النشاط الحركي الخاص بالفعاليات والأنشطة الرياضية بشكل متخصص، وتهدف اللياقة البدنية الخاصة، إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه الفرد، والعمل على دوام تطويرها لأقصى مدى حتى يمكن الوصول بالفرد إلى الانجاز الأعلى، وكذلك تهذف اللياقة البدنية الخاصة إلى إبراز مكونات

بدنية معينة وتقضي لها على مكونات أخرى في ضوء ما تتطلبه طبيعة النشاط الممارس، كما أنها تجيز إمكانية إهمال بعض المكونات عندما تجد أن أهميتها تتضاءل بالنسبة إلى نوع النشاط الذي يمارسه الفرد (عبد الحميد وصحي، ١٩٩٧).

عناصر اللياقة البدنية :

إن للللياقة البدنية مكونات وعناصر أساسية لا بد من توافرها جميعاً لدى أي طالب أو طالبة ولو اختلفت من حيث الأهمية.

فهي عبارة عن جميع المكونات أو الخصائص أو العناصر الجسمية التي لها أهمية كبيرة في التعلم والإنجاز الرياضي (اللقوة، السرعة، الرشاقة، التحمل، والمرنة، التوازن، التوافق) وكافة الصفات التي ينتج عن اندماج عنصرين منها أو أكثر، وتسمى أيضاً عناصر أو مكونات اللياقة البدنية في المدرسة الغربية، بينما تسمى في المدرسة الشرقية بالقابليات أو القدرات البدنية (صيري، ١٩٨٣).

القوية العضلية

القوية العضلية صفة بدنية أساسية وهدف مهم من أهداف اللياقة البدنية. فالقوية العضلية تعني التقوية العامة لجسم الطالب، فضلاً عن تمية مجموعة العضلات التي تساعد على زيادة السرعة في حركات الطالب. وقد عرفها (علاوي) بأنها أقصى مقدار من القوة يمكن أن تخرجه العضلة أو مجموعة العضلات المشتركة في العمل (علاوي ورضوان، ١٩٩١).

ويذكر كل من جنسن وفيشر (Fisher and Jensen, 1975) أن القوية العضلية من أهم الصفات البنية التي تؤدي إلى الوصول للمستويات العليا في كافة الأنشطة الرياضية.

والقوية العضلية ثلاثة أنواع رئيسية هي :

القوية القصوى : Maximum Strength

وهي تعنى قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج أقصى انقباض إرادى، كما أنها تعنى قدرة العضلة في التغلب على مقاومة خارجية أو مواجهتها، ويتبين من ذلك أن القوية القصوى عندما تستطيع أن تواجه مقاومة كبيرة تسمى في هذه الحالة بالقوية القصوى الثابتة، ويظهر هذا النوع من القوية عند الاحتفاظ بوضع معين للجسم ضد تأثير الجاذبية الأرضية مثلاً يحدث في بعض حركات الجمباز والمصارعة، وعندما تستطيع القوية القصوى التغلب على المقاومة التي تواجهها فهي في تلك الحالة تسمى بالقوية القصوى المتحركة، وهذا ما يطلق على رفع الأثقال.

القوية المميزة بالسرعة : Strength Characteristic by Speed

وهي تعنى قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج قوة سريعة، الأمر الذي يتطلب درجة من التوافق في دمج صفة القوية وصفة السرعة في مكون واحد، وترتبط القوية المميزة بالسرعة بالأنشطة التي تتطلب حركات قوية وسريعة في أن واحد كالألعاب الوثب والرمي بأنواعه المختلفة والألعاب العدو السريع ومهارات ركل الكرة.

تحمل القوية : Strength Endurance

وتعنى قدرة الجهاز العصبي في التغلب على مقاومة معينة لأطول فترة ممكنة في مواجهة التعب، وعادة ما تتراوح هذه الفترة ما بين آثوان إلى ٨ دقائق، ويظهر هذا النوع من القوية في رياضيات التجديف والسباحة والجري، حيث أن قوة الدفع أو الشد تؤدي إلى زيادة المسافة المقطوعة كمحصلة لزيادة السرعة، وذلك مع الاحتفاظ بدرجة عالية من تحمل الأداء خلال تلك الفترة الزمنية المحددة.

(<http://dr-mohamed.hooxs.com/t125-topic#top>)

السرعة :

السرعة صفة بدنية أساسية وهي قدرة الطالب على أداء اللعب المطلوب بالسرعة المناسبة، وتعد السرعة واحدة من أهم عناصر اللياقة البدنية، واحد عوامل الأداء الناجح في كثير من الأنشطة الحركية.

"إن السرعة هي قدرة اللاعب على أداء حركات اللعب المطلوبة في أقصر زمن وبأقل وقت ممكن، والسرعة هي من الصفات البدنية الأساسية وهي من القدرات الوراثية ولكن التدريب الحديث يلعب دوراً مهماً في تحسين الأداء والاستفادة من هذه الصفة الموروثة إلى أعلى درجة ممكنة (الصفار وآخرون، ١٩٨١).

"ويتم قياسها بحساب زمن المسافة المقطوعة بأقصى سرعة، وتکاد تجمع كافة الدراسات العلمية على الاتفاق بأن العدو من (٣٠ م - ٥٠ م) تعتبر المسافة المثالية لقياس السرعة (عبد الله، ١٩٨٠).

وتفتف المصادر العلمية على أن للسرعة ثلاثة أشكال هي :

السرعة الانتقالية :

يعرفها (هارة، ١٩٧٥) "بأنها القدرة على الانتقال من مكان لآخر في أقل زمن ممكن. وقد عرفها (الحيالي، ٢٠٠١) "بأنها قدرة اللاعب على العدو للانتقال من مكان إلى آخر بأقصى ما يمتلكه من سرعة وبأقل زمن ممكن" ويعرفها (الخشاب وآخرون، ١٩٩٩) "بأنها السرعة المكتسبة بعد سرعة الانطلاق والتي يحاول اللاعب فيها المحافظة عليها لأطول مدة ممكنة وحسب المسافة .

السرعة الحركية :

يعرفها كل من (حمدان وسليم، ٢٠٠١) "بأنها سرعة انتقاض عضلة أو مجموعة عضلية معينة عند أداء الحركة الوحيدة أو المركبة". فيما يعرفها (بسطوسي، ١٩٩٩) "بأنها القدرة على الأداء السريع لحركات متماثلة في مدة زمنية قصيرة وباتجاه واحد". في حين يعرفها (الحكيم، ٢٠٠٤) "بأنها أداء حركة ذات هدف محدد لمرة واحدة أو لعدد متعدد من المرات في أقل زمن ممكن، أو أداء حركة ذات هدف محدد لأقصى عدد من التكرارات في فترة زمنية قصيرة أو محددة".

سرعة الاستجابة :

يعرفها كل من (علوي ورضوان، ١٩٨٩) "بأنها السرعة التي يتمكن بها الفرد من الاستجابة لمتبه نوعي (مثير) برد فعل إرادي نوعي". ويعرفها (الريضي، ٢٠٠٤) "بأنها القدرة على استجابة حركة لمثير معين في أقل زمن ممكن". كما يعرفها (أبو زيد، ٢٠٠٥) "بأنها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة لظهور موقف معين خلال المباراة". فيما يعرفها (مختار، ١٩٨٥) "بأنها قدرة اللاعب على سرعة الاستجابة لأي مثير خارجي كالكرة، أو المنافس، أو الزميل ومقدرة اللاعب على سرعة التصرف نتيجة لتحركهم .

التحمل :

إن التحمل من أهم أسس اللياقة البدنية وهي ضرورية لجميع الرياضيين وهي من الصفات البدنية الأساسية، وبما أن المجهود الذي يبذله الطالب خلال الدرس يتطلب عبئاً بدنياً وعصبياً على أجهزة الجسم المختلفة مما يؤدي إلى ظهور التعب. إذ إن التحمل " هي قابلية مقاومة الأجهزة العضوية للتعب عند أداء التمارين الرياضية لفترة طويلة (الصفار وآخرون، ١٩٨١).

والتحمل يعني قابلية جهازي الدوران والتنفس على التكيف للانقباضات التي تقوم بها المجموعات العضلية الكبيرة لمدة زمنية طويلة نسبياً لمقاومة التعب، وبالتالي استمرار التمارين المختلفة لفترات أطول (شاكر، ٢٠١١).

المرونة :

إن صفة المرونة من الصفات المهمة التي تجعل من الفرد الرياضي متكيفاً مع النشاط الذي ي يؤديه. "وتعتبر المرونة عنصراً أساسياً من عناصر اللياقة البدنية وأنها تتيح للرياضي القدرة على أداء الحركات الرياضية بصورة اقتصادية ومجدية " (إبراهيم، ٢٠٠١).

وقد عرفت المرونة بأنها "المقدرة على أداء تمرينات تتطلب مدى واسعاً لجهاز العضلي والعظمي وتحدد هذه المرونة بواسطة أداء الحركة النشطة لمدى واسع لمفاصل الجسم، وذلك يتطلب أهمية مطاطية الأربطة والأوتار والعضلات " (كاظم وآخرون، ١٩٨٢).

الرشاقة :

إن صفة الرشاقة من الصفات الأساسية من اللياقة البدنية ويرجع سبب ذلك إلى الطبيعة المركبة لهذه الصفة من ناحية ارتباطها بالصفات البدنية الأخرى والقدرات المهارية .

وقد عرفت الرشاقة " بأنها القدرة على تغيير الاتجاه أثناء الحركة السريعة في أقل زمن ممكن وبدقة (عبد الرحمن، ١٩٨٠). لهذا فإن الرشاقة تتحدد في قابلية الفرد الرياضي على تغيير اتجاهه بسرعة وتوقيت سليم، فضلاً عن الزمن الذي يستغرقه في أداء المهارة (شاكير، ٢٠١١).

التوازن :

هناك العديد من الأنشطة الرياضية التي تعتمد بدرجة كبيرة على صفة التوازن مثل رياضة الجمباز والغطس كما أن التوازن يمثل عامل هام في الرياضات التي تتميز بالاحتكاك الجسمني كالمسابقات والجودو وتعني كلمة توازن أن يستطيع الفرد الاحتفاظ بجسمه في حالة طبيعية (الاتزان) تمكنه من الاستجابة السريعة. ويعني التوازن هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء أوضاع مثل (الوقوف على قدم واحدة) أو عند أداء حركات مثل (المشي على عارضة مرتفعة) .

التوافق :

يعتبر التوافق من القدرات البدنية المركبة والذي يرتبط بالسرعة والقوة والتحمل والمرونة وتعني كلمة التوافق من وجهة النظر الفسيولوجية مقدرة العمليات العصبية في الجهاز العصبي المركزي على التوافق ويطلق على اللاعب أن لديه توافق استطاع تحريك أكثر من جزء من أجزاء جسمه في اتجاهات مختلفة في وقت واحد. ويعني التوافق مقدرة الفرد على تحريك مجموعتين عضليتين مختلفتين أو أكثر في اتجاهين مختلفين في وقت واحد (الحربي، ٢٠٠٧).

وتعتبر المعرفة الرياضية في مجال اللياقة البدنية من الأمور الهامة لطلبة كلية التربية الرياضية لما لها من تأثير واضح في معرفة الطرق والأساليب والأسس التي تبني عليها العملية التدريسية، وكليات التربية الرياضية تطرح مساقاتها النظرية والعملية والتي بدورها يجب أن تثري المعرفة العلمية في مجال اللياقة البدنية (الراحلة وشوكة ٢٠٠٧).

الدراسات السابقة :

قام (الراحلة وشوكة ٢٠٠٧) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية عند طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢١٥) طالباً من طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي لملازمته لطبيعة الدراسة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود ضعف في الحصيلة المعرفية عند الطلبة بصورة عامة ، كما أظهرت نتائج الدراسة إلى الزيادة في الحصيلة المعرفية تبعاً لمتغير السنة الدراسية ولصالح السنة الدراسية الأعلى، وإلى عدم وجود فروق بين الذكور وإناث، وكذلك عدم وجود فروق بين الطلبة الممارسين للألعاب الرياضية في الأندية والمنتخبات وبين الطلبة غير الممارسين .

قام (الراحلة وشوكة ٢٠٠٦) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية عند طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية وجامعة اليرموك، حيث اشتملت عينة الدراسة على (٤٦) طالباً وطالبة من الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المحسنة لملازمته لطبيعة الدراسة، وتم استخدام مقياس المستوى المعرفي في اللياقة البدنية والذي قام بإعداده الخولي وآخرون بعد التأكيد من صدقه وثباته على عينة الدراسة، حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود ضعف في مستوى الحصيلة المعرفية عند طلبة كل من الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك بصورة عامة. وبلغت عند طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية (٤٠.٤٢) وعند طلبة كلية التربية الرياضية جامعة اليرموك (٤٩.١٥) كما أشارت النتائج إلى ارتفاع في مستوى لحصيلة المعرفية من سنة دراسية إلى أخرى وإلى عدم وجود فروق بين الطلبة

الممارسين لأنشطة الرياضية على مستوى الأندية والمنتخبات وبين طلبة الكليتين وإلى زيادة في الحصيلة المعرفية بمجال اللياقة البدنية عند طلبة الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك.

قام (حاتمة ٢٠٠٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية لمدربi ولاعبi كرة الطائرة في الأردن، حيث اشتملت العينة على (٦٠) لاعبا من أندية الدرجة الأولى ويمثلون ستة أندية وعلى (٣٠) مدربا من العاملين في تدريب كرة الطائرة في الأردن، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وقد تم بنا اختبارين منفصلين أحدهما للمدربين والآخر لللاعبين تضمن كل منهما أسئلة في (التاريخ والقانون والإعداد البدني والإعداد المهاري والإعداد الخططي والبعد التربيري)، وقد أظهرت النتائج أن الحصيلة المعرفية لدى لاعبي الكرة الطائرة في الأردن ذات درجة منخفضة أقل من (٥٠%)، في حين إن الحصيلة المعرفية لدى المدربين كانت لديهم جيدة تراوحت نسبة تحصيلهم ما بين (٧٠-٩٠%). وأظهرت النتائج أن مستوى التحصيل الأكاديمي والخبرة لها الأثر الكبير في مستوى المعرفة بين اللاعبين والمدربين.

قام (الصالح وأخرون ٢٠٠٩) بدراسة إلى التعرف على مستوى الحصيلة المعرفية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية في مجال اللياقة البدنية، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٧٤) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية للعام الدراسي ٢٠٠٦/٢٠٠٧، وتم استخدام المنهج الوصفي بتصوره المسحية لملائمته لطبيعة الدراسة، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن الحصيلة المعرفية للطلاب بشكل عام في مجال اللياقة وصلت نسبتها إلى (٥٣.٨٠%) وهي نسبة ضعيفة جداً، كما تبين أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للجنس (ذكور وإناث) وفئة الطلاب (لاعب وغير لاعب)، في حين هناك فروق ذات دلالة إحصائية في فئة السنة الدراسية (السنوات الأربع) لصالح السنة الرابعة.

قام (المزياني والعنقرى ٢٠٠٣) هدفت هذه الدراسة إلى قياس الحصيلة المعرفية في الجوانب الفسيولوجية والميكانيكية الحيوية المرتبطة بالنشاط البدنى لدى معلمي التربية البدنية من يحملون درجة البكالوريوس في مدينة الرياض، حيث تكونت عينة الدراسة من ٣٢ معلماً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، كما أشارت النتائج إلى وجود ضعف في المستوى العلمي لدى عينة الدراسة، ودللت النتائج أيضاً على وجود علاقة عكسيّة بين عدد سنوات الخدمة في تدريس التربية البدنية والدرجة النهائية لكل من موضوعات فسيولوجيا الجهد البدنى ($r = -0.40$ ، مستوى الدلالة = ٠٠٠١) وموضوعات الميكانيكا الحيوية ($r = -0.40$ ، مستوى الدلالة = ٠٠٠٣). ولم يكن لكل من العمر، وسنوات الخدمة وعدد مرات حضور الدورات والدورات مؤثراً دالاً على التبؤ بدرجة أي من المجالين قيد الدراسة. وخلاصة القول أن هناك ضعفاً واضحاً في المعلومات المتعلقة بفسيولوجيا الجهد البدنى والميكانيكا الحيوية لدى معلمي التربية البدنية.

قام (جباري ٢٠١٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الحصيلة المعرفية لدى معلمي التربية البدنية بمنطقة جازان التعليمية في المملكة العربية السعودية في مقرri الإصابات الرياضية وانحرافات القوام، وتكونت عينة الدراسة من (٧٨) معلماً من جميع المراحل الدراسية متوسط أعمارهم (٣٥.٦٣ سنة) ومتوسط عدد سنوات الخبرة (١٣.١٢ سنة) ومتوسط عدد الدورات والندوات (٨٠.٤٠) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي بصورة المسحية لملائمته لطبيعة الدراسة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ضعف واضح في مستوى الحصيلة المعرفية لدى عينة الدراسة، متوسط درجة التحصيل للمقررين (٤٣.٢٥ و ٤٠.٩٣) على التوالي. ولم تكن هناك فروق دالة إحصائياً (عند مستوى ٠٠٥) بين هذين المتوسطين، ويشير تحليل التباين الأحادي إلى وجود فروق دالة إحصائياً (عند مستوى دلالة ٠٠٥) بين المراحل الدراسية ومستوى التحصيل المعرفي في مقرri الإصابات الرياضية لصالح المرحلة الابتدائية كما أظهره اختبار أقل فرق معنوي (LSD) (0.029)، ولم تكن للمرحلة الدراسية دلالة إحصائية مع التحصيل المعرفي لمقرر انحرافات القوام، كما لم يكن هناك فروق دالة إحصائياً بين عدد سنوات الخبرة وعدد الدورات والندوات وبين مستوى التحصيل المعرفي في هذين المقررين.

قام (شوكت ٢٠١٤) بدراسة هدفت إلى التعرف على درجة امتلاك معلمي التربية الرياضية للكفاءة المعرفية في الحادثة الرياضية في مدينة الموصل، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٣٤) معلماً ومعلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بواقع (١٥٩) معلماً و (٧٥) معلمة، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وأظهرت نتائج الدراسة أن درجة امتلاك معلمي التربية الرياضية للكفاءة المعرفية في الحادثة الرياضية جاء بدرجة منخفضة، كما أظهرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية للكفاءة المعرفية في الحادثة الرياضية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الخبرة ولصالح ذوي الخبرة (٥ سنوات - أقل من ١٠ سنوات) وكذلك وجود فروق دلالة إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي ولصالح (الدراسات العليا) .

قام (عبيدات والذيبات ٢٠١٤) بدراسة هدفت إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية إربد الجامعية، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٠٣) موظفة في كلية اربد الجامعية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط في معرفة اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($0.05 = \alpha$) على المتغير (المؤهل العلمي) ولصالح فئة (البكالوريوس)، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($0.05 = \alpha$) على مستوى اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي) .

قام (الخساونة والزعبي ٢٠٠٦) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية العلمية لدى كل من لاعبي ومدربى العاب القوى في الأردن، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٢١) من مدربى ولاعبى العاب القوى حيث يمثلون المجتمع الكلى وقد تم اختيارهم بالأسلوب المحسى. وقد تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى أن الحصيلة المعرفية كانت ضمن المستوى المتوسط لدى اللاعبين وضمن المستوى فوق المتوسط بقليل لدى المدربين، وكانت أعلى حصيلة معرفية لدى اللاعبين والمدربين في بعد القانوني والتاريخي واقلها في بعد الخاص بالإصابات الرياضية والميكانيكا الحيوية لدى اللاعبين، وبعد الخاص بالميكانيكا الحيوية وبعد الخاص بالغذائية والبعد البدني عند المدربين. كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في الحصيلة المعرفية بين المدربين واللاعبين، وكذلك عدم وجود فروق في الحصيلة المعرفية بين الذكور والإإناث، وإلى تفوق اللاعبين من يحملون شهادات البكالوريوس في الحصيلة المعرفية على فئة التوجيهي وأقل.

قام (مشعل وآخرون ٢٠١٢) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مدى امتلاك طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية للحصيلة المعرفية حول الثقافة الغذوية ومستوى اللياقة الهوائية لديهم كما يقدرونها بأنفسهم، كما هدفت إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين حصيلتهم المعرفية حول الثقافة الغذوية ومستوى لياقتهم الهوائية لدى الطلبة، تكونت عينة الدراسة من (٢٥١) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم المنهج الوصفي بأسلوبه المحسى لملائمته لطبيعة الدراسة، وأظهرت النتائج وجود نقص في المعرفة الغذوية بشكل عام بين طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية بالإضافة إلى أن مستوى اللياقة الهوائية كان بدرجة متسطه بتقدير الطلبة أنفسهم، وأنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الثقافة الغذوية (GNKQ) ومستوى اللياقة الهوائية (VO2max) لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية.

قام (الحوري ٢٠٠٣) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية العلمية لدى مدربى الكراتية في الأردن لمجال ميكانيكية الحركة والتغذية والإصابات والتدريب، وقد تكونت عينة الدراسة من (٩٢) مدرباً من مدربى الكراتية في الأردن وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، كما وأظهرت النتائج أن مستوى التحصيل المعرفي لدى المدربين كان بدرجة ضعيفة وإن كان هناك فروق ذات دلالات إحصائية تبعاً لمتغيرات الدراسة.

قام (الدليمي ٢٠١٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بالكرة الطائرة، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٦٢) طالباً من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة بابل للعام الدراسي (٢٠١٣-٢٠١٢) تم اختيارهم

بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمة طبيعة الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أن أفراد عينة البحث يتمتعون بمقدار جيد من الحصيلة بالكرة الطائرة المعرفية، إذ جاء مقدار الحصيلة المعرفية لديهم أكبر من الوسط النظري للمقياس، كذلك تمت أفراد عينة البحث بمستوى متوسط في مقياس التفكير الإيجابي.

قام (الوزير ٢٠٠٠) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية الرياضية لمعلمي التربية الرياضية بمنطقة المدينة المنورة بالمملكة العربية السعودية، وقد بلغت عينة الدراسة (٦٦) معلماً للتربية الرياضية من يدرسون بالمدارس الإعدادية لمنطقة المدينة المنورة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاثمته مع طبيعة الدراسة، وقد أظهرت النتائج أهمية المعرفة الرياضية للمعلمين وضرورتها امتلاكها بصورة مميزة.

قام (القدومي ٢٠٠٩) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وجامعة السلطان قابوس، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠٧) طالباً وطالبة وذلك بواقع (١٠٥) من جامعة النجاح الوطنية و(١٠٢) من جامعة السلطان قابوس تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي لملاحمته لطبيعة الدراسة، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الغذائي العام لدى أفراد العينة كان منخفضاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (%) ٥٩، إضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوعي الغذائي لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات الجامعة، والجنس، والمستوى الدراسيي، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً للمعدل التراكمي ولصالح المعدل الأعلى، كما تم التوصل إلى أعلى خمس فئات لديها قدرة على التنبؤ وتفسير ما نسبته (٧٧.٤%) من الوعي الغذائي العام.

قامت (أصحاب ١٩٩٨) بدراسة هدفت إلى التعرف على تقويم مستوى التحصيل المعرفي لخريجي كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، حيث تكونت عينة الدراسة من (١١٩) خريجاً حديثي التخرج وبخبرة عام وعامين في مجال التدريس وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم المنهج الوصفي المحسبي لملائمته لطبيعة الدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى التحصيل المعرفي لعينة الدراسة وعلى جميع المحاور جاء بالمستوى الضعيف حيث بلغت النسبة المئوية للإجابات على محور الجانب النظري للمواد العلمية (٥٢.٣٦%) وعلى المواد النظرية بلغت النسبة (٥٣.٧٢%) وعلى المحور الكلي بنسبة مئوية (٥٣.٣٣%)، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور على محور المواد النظرية ولصالح حديثي التخرج.

منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي، باتباع اسلوب الدراسة المنسجية بخطواته و اجراءاته العلمية لتأسسه مع طبيعة هذه الدراسة.

محتمم الدراسة :

ككون م المجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية علوم الرياضة في، جامعة مؤتة لدرجة البكالوريوس للعام الجامعي، ٢٠١٨/٢٠١٧ ، وبالتالي

٥٣٦ (طالباً وطاللة).

عنوان الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (١٨٩) طالباً موزع على (١٢٤) طالب و(٦٥) طالبة من كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة لدرجة البكالوريوس تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

جدول رقم (١)

توزيع أفراد العنزة تبعاً لمتغيرات المسقطة

المتغير	الفئة	العدد	النسبة
النوع الاجتماعي	طالب	124	65.60

34.40	65	طالبة	
100	189	المجموع	
65.08	123	تربيه رياضية	القسم
34.92	66	تأهيل رياضي	
100	189	المجموع	
21.69	41	سنة أولى	السنة الدراسية
29.63	56	سنة ثانية	
23.82	45	سنة ثالثة	
24.86	47	سنة رابعة	
100	189	المجموع	
3.70	7	مقبول	التقدير
32.81	62	جيد	
40.21	76	جيد جداً	
23.28	44	ممتاز	
100	189	المجموع	

أداة الدراسة :

تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات و المعلومات المرتبطة بالدراسة لمعرفة الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وفق الخطوات التالية :

1. تمت مراجعة الكتب والمراجع العلمية والأبحاث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية كدراسة (الرحالة ٢٠٠٧) ودراسة (الرحالة وشوكة ٢٠٠٦) ودراسة (الصالح وأخرون ٢٠٠٩).
2. وبعد الاطلاع تم استخدام مقاييس الاختبار المعرفي في اللياقة البدنية لطلاب قسم التربية الرياضة بجامعة أم القرى والذي أعده (أمين الخولي، عدلي بيومي، فتحي عبد الرحمن)، وقد تكون الاستبيان بصورة النهاية من (٤٤). كما هو موضح في الملحق رقم (١)

ويتكون الاستبيان من جزأين أساسيين :

الجزء الأول : ويختص هذا الجزء بالمعلومات العامة لأفراد عينة الدراسة من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة من حيث (النوع الاجتماعي ، التقدير ، التخصص ، السنة الدراسية).

الجزء الثاني : يتكون الاستبيان من ثلاثة مجموعات وكل مجموعة نمط مختلف للإجابة :

النمط الأول : وجاء على شكل ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة .

النمط الثاني : وجاء على شكل اختيار من متعدد بوضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة من الخيارات الأربع لكل سؤال .

النمط الثالث : وجاء على شكل قائمتين (أ) و (ب) بحيث لكل سؤال من (أ) إجابة في القائمة (ب) يقوم الطالب باختيار رمز الإجابة الصحيحة ووضعها في المربع المقابل للسؤال المناسب.

تم الرجوع للتقييم الأكاديمي المعتمد لدى كلية علوم الرياضة في تقييم المستوى الدراسي للطلبة بحسب المعدل العام للطلاب، واستخدامه في التقييم الكلي للحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة ممثلاً بـ :

- المستوى منخفض . -
 - المستوى مقبول . -
 - المستوى جيد . -
 - المستوى جيد جداً . -
 - المستوى ممتاز . -

الجدول رقم (٢)

التقييم الأكاديمي لكلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

المستوى	منخفض	مقبول	جيد	جيد جداً	ممتاز
المعيار	(%٥٠)	(%٦٨)	(%٧٦)	(%٨٤)	أكثر من (%٨٤)

المعاملات العلمية للاستبيان

الصدقة والثبات

أشار الخولي وأخرون إلى أن للمقياس معلم صدق مقداره (٠٠٩٣) ومعامل ثبات مقداره (٠٠٨٧) .

تم حساب معامل الثبات للأداة عن طريق استخدام الاختبار وإعادة الاختبار (Test Test-re) على عينة استطلاعية مكونة من ٢٠ طالب من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة وبفارق زمني مدته أسبوعين بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني. وقد تم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة بيرسون (r-pearson) حيث بلغ الثبات الكلي للأداة (٠.٨٦)، وهي تشير إلى درجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليها لتحقيق أهداف الدراسة.

اجزاء ات طبية، الدراسة :

بعد أن تم اعداد الاستانة بصورة النهاية قام الباحث باحتجاء الخطوات التالية:

قام الباحث بتوزيع (٢٠) استبيان على طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة خلال الفترة ما بين ١١/٦ و ١١/٨ ولغاية ٢٠١٧ م.

بلغ عدد الاستبيانات المرتجلة (١٩٤) استبياناً وقد تم استبعاد (٥) استبيانات وذلك لعدم استيفاء شروط الاستجابة على الفقرات وترك بعض الفقرات دون اجابة، حيث اشتملت الاستبيانات النهائية المستخدمة في التحليل على (١٨٩) استبيان .

تصنيف الدراسة:

تعتبر الدراسة الحالية دراسة مصغرة مسحية، وقد اشتتمات على المتغيرات التالية:

أولاً: المزجيات المستقلة وتشمل:

النوع الاجتماعي . ملحوظة مستقرة : (طالب ، طالبة)

السنة الدراسية وماها أربع مستويات : (أول، ثانية، ثالثة، رابعة)

التخصص، وله مستويان : (تأهيل، رياضي، تربية رياضية).

التقدير وله أربع مستويات : (مقبول، جيد، جيد جداً، ممتاز) .

ثانياً: المتغيرات التابعة :

وهي مجموع استجابات أفراد عينة الدراسة على تساؤلات مقياس الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة والمعدة لهذه الدراسة .

أسئلة الدراسة :

السؤال الأول: ما هي الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة .
لإجابة عن هذا السؤال تم استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل سؤال من أسئلة الاختبار المعرفي للleiاقه البدنية، كما هو موضح في الجداول رقم (٣) .

الجدول رقم (٣)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لكل سؤال من أسئلة اختبار اللياقة البدنية

الرقم	السؤال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
1	التصوير على المرمى في كرة القدم لا يحتاج لتدريبات الأقلال	0.2011	0.40186	20%
2	قيادة السيارات تحتاج إلى تواافق أكثر من قيادة الدراجات النارية	0.2698	0.44506	27%
3	يمكن تربية القوة العضلية بدفع شيء ثابت كالحائط مثلاً	0.4286	0.49619	43%
4	يتصف رجل المرور بالجلد العضلي	0.4127	0.49363	41%
5	يكفى بالتدريب على سرعة الجري دون القوة في الوثب العالي	0.4709	0.50048	47%
6	السباحة لمسافة ٤٠٠ م تحتاج إلى السرعة بالدرجة الأولى	0.4180	0.49454	42%
7	رمي كرة التنس باليد اليمنى على الحائط واستقبالها باليد اليسرى ينمّي التوازن	0.3915	0.48939	39%
8	تنمية القوة العضلية يؤثر سلبياً على مطاطية العضلات	0.4709	0.50048	47%
9	التصوير مع الفقر يحتاج فقط إلى الدقة	0.3439	0.47627	34%
10	تنمية المرونة لجزء من أجزاء الجسم يفيد مرونة بقية أجزاءه	0.4497	0.49879	45%
11	وضع الوقوف فتحاً يتساوى في درجة اتزانه مع الوقوف العادي	0.4762	0.50076	48%

21%	0.40576	0.2063	الجري لمسافات طويلة ينمي أساساً قوة عضلات الرجلين	12
60%	0.49163	0.5979	ال العدو هو النشاط الرياضي الوحيد الذي ينمي السرعة	13
42%	0.49539	0.4233	اللياقة البدنية مفهوم مرتبط أساساً برياضة المستويات العالية	14
57%	0.49692	0.5661	الأماكن المرتفعة عن سطح البحر تؤثر سلبياً على بعض مكونات اللياقة البدنية	15
67%	0.47075	0.6720	اللياقة البدنية لا صلة لها بالعادات الغذائية للإنسان	16
64%	0.48021	0.6436	النوم لفترة كافية يؤثر في مستوى اللياقة البدنية	17
65%	0.47799	0.6508	تؤثر الاعتبارات الوراثية على مستوى اللياقة البدنية	18
72%	0.44777	0.7249	تحتفل اللياقة البدنية المطلوبة للأداء في كرة اليد عنها في الكرة الطائرة	19
57%	0.49619	0.5714	الجري لمسافات طويلة ينمي بالدرجة الأولى	20
40%	0.49054	0.3968	أي المهارات الآتية أكثر دلالة على القدرة العضلية	21
44%	0.49822	0.4444	تظهر مرونة مفصل الكتف بوضوح في	22
45%	0.49879	0.4497	أكثر أنواع الأنشطة التالية اتصافاً بالدقة هو	23
38%	0.48691	0.3810	أي من التمارين الآتية أكثر تأثيراً في تقوية عضلات البطن	24
44%	0.49760	0.4392	يعني مفهوم التوافق	25
44%	0.49822	0.4444	أي الأنشطة الآتية يحتاج إلى الدقة بدرجة أكبر من الأخرى	26
43%	0.49619	0.4286	تمرين (الضغط) الانبطاح المائل ثي الذراعين ينمي أساساً	27
50%	0.50134	0.5027	أكثر الأنشطة البدنية احتياجاً للتوافق هي	28
53%	0.50014	0.5344	تمرين ثي الجذع أماماً أسفل مصمم أساساً بغرض	29
56%	0.49822	0.5556	أي الأنشطة التالية الأفضل لتنمية الدقة	30
38%	0.48691	0.3810	القدرة هي	31
40%	0.51281	0.4021	تقاس القوة العضلية بجاهز	32
35%	0.47963	0.3545	الجري المكوكي بين خطي المسافة بينهما ١٠ م أربع مرات ينمي	33
24%	0.42705	0.2381	أفضل مؤشر لمرونة العمود الفقري	34
20%	0.40186	0.2011	تجنب الاصطدام بالناس في الشوارع المزدحمة يعبر	35

				عن
27%	0.44506	0.2698	التدريب الدائري ينمي أساساً	36
43%	0.49619	0.4286	التأثير الأساسي لجري المسافات الطويلة هو	37
41%	0.49363	0.4127	تمرين رفع الذراعين عالياً والضغط خلفاً باستمرار ينمي أساساً	38
47%	0.50048	0.4709	عند اختيار لاعب كرة السلة يفضل اللاعب ذو	39
42%	0.49454	0.4180	يتأسس اكتساب اللياقة البدنية قبل التدريب على	40
39%	0.48939	0.3915	أقصى انقباض عضلي ضد مقاومة دفعية واحدة يعني	41
47%	0.50048	0.4709	المشي على الحبل عند لاعب السيرك يعبر عن	42
34%	0.47627	0.3439	عدم مقدرة اللاعب على تكملة سباق المسافات الطويلة يعني ضعف	43
45%	0.49879	0.4497	ينتقص الرجال على النساء بوضوح في مكون	44
44%	0.01985269	0.436345	الحصيلة المعرفية الكلية	

يتضح من الجدول رقم (٣) أن السؤال رقم (١٩) " تختلف اللياقة البدنية المطلوبة للأداء في كرة اليد عنها في الكرة الطائرة" احتل المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي وبالبالغ (٠٠٧٢٤٩) بأهمية نسبية بلغت ((٧٢٪، وبليه السؤال رقم (١٦) " اللياقة البدنية لا صلة لها بالعادات الغذائية للإنسان " بمتوسط حسابي بلغ (٠٠٦٧٢٠) بأهمية نسبية بلغت (٦٧٪)، بينما احتل السؤال رقم (١٢) " الجري لمسافات طويلة ينمي أساساً قوة عضلات الرجلين " المرحلة قبل الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠٠٢٠٦٣) وبأهمية نسبية بلغت (٢١٪)، بينما جاء كل من السؤالين (١) " التصويب على المرمى في كرة القدم لا يحتاج لتدريبات الأنفال " والسؤال (٣٥) " تجنب الاصطدام بالناس في الشوارع المزدحمة يعبر عن " في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠٠٢٠١١) وأهمية نسبية بلغت (٢٠٪) .

السؤال الثاني: هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq 0.005$) تبعاً لمتغيرات (الجنس، القسم، السنة الدراسية، التقدير) .

السؤال الثاني تبعاً لمتغير الجنس:

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري والرصيلة المعرفية وقيمة (ت) لدلاله الفروق بين المتosteطات في اختبار الرصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعاً لمتغير الجنس، كما هو موضح في الجدول رقم (٤) .

الجدول رقم (٤)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والرصيلة المعرفية واحتبار ت تبعاً لمتغير الجنس

نوع الاجتماعي	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدالة
طالب	124	0.4296	0.18984	-0.719-	0.473
طالبة	65	0.4491	0.14946		

قيمة ت الجدولية عند مستوى ($\alpha \geq 0.005$) ١.٩٦

يبين الجدول رقم (٤) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية واختبار (ت) تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي ويتبين من الجدول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.005$) بين الطلاب والطالبات في حصيلتهم المعرفية لللياقة البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٠.٧١٩) وبمستوى دلالة (٠.٤٧٣).

السؤال الثاني تبعاً لمتغير القسم:

لإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية لللياقة البدنية تبعاً لمتغير القسم، كما هو موضح في الجدول رقم (٥).

الجدول رقم (٥)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية واختبار (ت) تبعاً لمتغير القسم

القسم	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ال التربية الرياضية	123	0.4484	0.17219	1.280	0.202
	66	0.4139	0.18440		

قيمة ت الجدولية عند مستوى ($\alpha \geq 0.005$)

يبين الجدول رقم (٥) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية واختبار (ت) تبعاً لمتغير القسم ويتبين من الجدول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.005$) بين تخصصي التربية الرياضية والتأهيل الرياضي في حصيلتهم المعرفية لللياقة البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١.٢٨٠) وبمستوى دلالة (٠.٢٠٢).

السؤال الرابع الثاني تبعاً لمتغير السنة الدراسية :

لإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) واختبار Tukey HSD (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية لللياقة البدنية تبعاً لمتغير السنة الدراسية، كما هو موضح في الجدول رقم (٦) و (٧).

الجدول رقم (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

السنة الدراسية	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
اولى	41	0.4887	0.15934	بين المجموعات	0.284	3	0.095	3.132	0.027
	56	0.4481	0.17017						
ثانية	45	0.4359	0.17825	داخل المجموعات	5.594	185	0.030	3.132	0.027
	47	0.3772	0.18581						
ثالثة	189	0.4363	0.17683	المجموع الكلي	5.879	188			
رابعة									
المجموع									

قيمة ف الجدولية عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$)

يبين جدول رقم (٦) المتosteats الحسابية والانحرافات المعيارية و تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) ويتبين من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) لمتغير السنة الدراسية، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (٣٠١٣٢) وبمستوى دلالة (٠.٠٢٧).

الجدول رقم (٧)

اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية

السنة (I) الدراسية	السنة (J) الدراسية	فرق المتosteats	الخط المعياري	مستوى الدلالة
السنة (I) الدراسية	ثانية	0.04060	0.03574	0.732
	ثالثة	0.05280	0.03754	0.578
	رابعة	0.11142*	0.03716	0.032
	أولى	-0.04060-	0.03574	0.732
السنة (I) الدراسية	ثالثة	0.01219	0.03481	0.989
	رابعة	0.07082	0.03440	0.241
	أولى	-0.05280-	0.03754	0.578
	ثانية	-0.01219-	0.03481	0.989
السنة (I) الدراسية	رابعة	0.05863	0.03627	0.457
	أولى	-0.11142*	0.03716	0.032
	ثانية	-0.07082-	0.03440	0.241
	ثالثة	-0.05863-	0.03627	0.457

يبين الجدول رقم (٧) اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية ويتبين من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين السنة الدراسية الأولى والسنة الدراسية الرابعة لصالح السنة الدراسية الأولى والتي حصلت على المتوسط الحسابي الأعلى وبالبالغ (٤٨٨٧)، مقارناتً بال المتوسط الحسابي لسنة الدراسية الرابعة وبالبالغ (٣٧٧٢).

السؤال الرابع لمتغير التقدير :

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) واختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لدلاله الفروق بين المتosteats في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعاً لمتغير التقدير، كما هو موضح في الجدول رقم (٨) و (٩).

الجدول رقم (٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) تبعاً لمتغير التقدير.

مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	ن	التقدير	
0.000	7.069	0.202	3	0.605	بين المجموعات	0.20412	0.4318	7	مقبول	
				5.274		0.15440	0.3581	62	جيد	
0.202			188	5.879	داخل المجموعات	0.18857	0.4884	76		
185			3	0.605		0.14490	0.4574	44	ممتاز	
185				5.274	المجموع الكلي	0.17683	0.4363	189	المجموع	

قيمة F الجدولية عند مستوى ($\alpha \geq 0.005$)

يبين الجدول رقم (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) تبعاً لمتغير التقدير ويتبين من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.005$) تبعاً لمتغير التقدير، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (٧.٠٦٩) وبمستوى دلالة (٠.٠٠٠٠).

الجدول رقم (٩)

اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية

مستوى الدلالة	الخط المعياري	رقم المتوسط	القيدير (J) الدراسي	التقدير (I) الدراسي
0.754	0.06732	0.07368	جيد	مقبول
0.869	0.06669	-0.05655-	جيد جداً	
0.987	0.06871	-0.02559-	ممتاز	
0.754	0.06732	-0.07368-	مقبول	جيد
0.000	0.02889	-0.13023*	جيد جداً	
0.033	0.03328	-0.09927*	ممتاز	
0.869	0.06669	0.05655	مقبول	جيد جداً
0.000	0.02889	0.13023*	جيد	
0.816	0.03198	0.03097	ممتاز	
0.987	0.06871	0.02559	مقبول	ممتاز

0.033	0.03328	0.09927*	جيد	
0.816	0.03198	-0.03097-	جيد جدا	

يبين الجدول رقم (٩) اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لمتغير التقدير الدراسي ويتبين من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين تقدير الجيد والجيد جداً والممتاز ولصالح من هم بتقدير جيد جداً حيث حصلوا على المتوسط الحسابي الأعلى والبالغ (٤٨٨٤) يليهم من كان تقديرهم ممتاز بمتوسط حسابي بالغ (٤٥٧٤) حيث حصل من هم بتقديرهم جيد على المتوسط الحسابي الأقل والبالغ (٣٥٨١) .

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الدراسة والنتائج التي تم التوصل إليها تم وضع الاستنتاجات التالية :

- تدني مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة .
- جاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية بمستوى متدنى لدى الطلاب والطالبات وعدم وجود فروق بين الجنسين .
- جاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية الرياضية والتأهيل الرياضي بمستوى متدنى لدى كلا القسمين وعدم وجود فروق فيما بينهما .
- وجود تفاوت بين الطلبة في حصيلتهم المعرفية بحسب التقدير والسننة الدراسية .

الوصيات :

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإن الباحث يوصي بما يلي :

- إعطاء مساق اللياقة البدنية الأهمية الكافية من قبل إدارة الكلية .
- جعل مساق اللياقة البدنية متطلب سابق وإجباري لكافة المواد العملية .
- عقد دورات وورش عمل في مجال اللياقة البدنية لتنمية الحصيلة المعرفية لدى الطلاب في هذا المجال .
- عقد ورش عمل لأعضاء الهيئة التدريسية في الكلية للباحث في محتوى منهاج مادة اللياقة البدنية ووضع مساق ثابت للمادة بمحتوى ينمي وينفعي الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى الطلبة .
- إجراء دراسات مشابهة عن الحصيلة المعرفية للمواد العملية الأخرى .

المراجع

المراجع العربية :

- إبراهيم، مروان عبد المجيد (٢٠٠١)، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، الأردن .
- أبو زيد، عماد الدين عباس (٢٠٠٥)، التخطيط والأسس العلمية لبناء إعداد الفريق في الألعاب الجماعية، ط١، شركة السندياد للطباعة .
- بركات، محمد خليفة (١٩٧٩)، علم النفس التعليمي، الكويت .
- بسطويسي، أحمد (١٩٩٩)، المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- بن يوسف، آمال (٢٠٠٨)، العلاقة بين استراتيجيات التعلم الدافعية وأثرها على التحصيل الدراسي، رسالة ماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر .
- تونسية، يونسي (٢٠١٢)، تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين، رسالة ماجستير غير منشورة .
- جاسم، مخلد محمد حمزة، سلام محمد علي، غيث حسن (٢٠١٤)، تقويم مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة بابل، مجلة جامعة بابل/ العلوم الإنسانية.
- حروان، فتحي (١٩٩٩)، الموهبة والتقوّف والإبداع، دار الكتاب الجامعي، العين.
- حاجي، فريد (٢٠٠٥)، بيداغوجيا التدريس بالكتفاءات، دار الخلدونية للنشر والتوزيع،الجزائر.
- الحربي، عبد المجيد مفوز (٢٠٠٧)، اللياقة البدنية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - كلية الطب .
- الحكيم، علي سلوم جواد (٢٠٠٤)، الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، مطبعة لطيف، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية .
- حمدان، ساري أحمد وسليم، نورما عبد الرزاق (٢٠٠١)، اللياقة البدنية والصحية، دار وائل للطباعة والنشر، عمان، الأردن .
- الحوري، محمد (٢٠٠٣)، الحصيلة المعرفية العلمية لدى مدربي الكراتية في الأردن ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.
- الحالي، معن عبد الكريم جاسم (٢٠٠١)، أثر استخدام تدريبات السرعة بالمساعدة.
- الخشاب، زهير قاسم وأخرون (١٩٩٩)، كرة القدم، ط٢ محدثة، دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل .
- خليل، سنا (٢٠٠٨)، أثر التحصيل العلمي على تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية لدى طلاب المرحلة الأولى، مجلة الرياضة المعاصرة، العدد التاسع، الجامعة المستنصرية - كلية التربية الرياضية .
- الخولي ، عدنان وعدنان ، محمود (١٩٩٩) . المعرفة الرياضية ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- الخولي، أمين والحمامي، محمد (١٩٩٠)، أسس بناء البرامج الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- الخولي، أمين والعزب، ضياء الدين (٢٠٠٨) تكنولوجيا التعليم والتدريب الرياضي، ط١، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة.
- خساونة، أمان والزعبي، زهير (٢٠٠٧) الحصيلة المعرفية العلمية لدى لاعبي ومدربين عاب القوى في الأردن، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)،المجلد ٢١ (٣).
- الرياضي، كمال جميل (٢٠٠١)، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، ط١، الجامعة الأردنية، عمان.
- الرياضي، كمال جميل (٢٠٠٤)، التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين، دار وائل للنشر ، عمان .

الرحالة، وليد وشوكة، نارت (٢٠٠٧)، دارسة مقارنة للحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية بين طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية وجامعة اليرموك، مجلة أبحاث اليرموك، المجلد (٢٣)، العدد (٤)

الرقاد، رائد والضمور، هشام والعواملة، احمد وعثمانة، عثمان (٢٠٠٧) الثقافة الرياضية، ط ١ ، دار تسنيم للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن.

زهان، حامد عبد السلام (١٩٧٢)، علم النفس النمو الطفولة والمراقة، عالم الكتاب القاهرة.
سميرة، ونجن (٢٠١٤)، التحصيل الدراسي بين التأثيرات الصافية ومتغيرات الوسط الاجتماعي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي .

شاكر، صلاح وهاب (٢٠١١)، الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطلابات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالي ، رسالة ماجستير غير منشورة.

شاكر، صلاح وهاب (٢٠١١)، الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطلابات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية في جامعة ديالي ، العراق .

الشريبي، نكرياً أحمد بالغقية، نجيب محفوظ (٢٠٠٤)، علاقة التحصيل في مادة العلوم والعادات والاتجاهات الدراسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي.

شريم، رغدة (٢٠٠٩) سيكولوجية المراقة، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان.
صبري، أثير (١٩٨٣)، تأثير تطوير مطابلة القوة على انجاز ركض المسافات المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية.

الصفار، سامي وأخرون (١٩٨١)، كرة القدم ج ١، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر.
الطحان، محمد خالد (١٩٨٢)، تربية المتفوقين عقلياً في البلاد العربية، المنظمة العربية للثقافة والتربية والعلوم، تونس .
عبد الحميد، كمال وصحي، محمد (١٩٩٧)، اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي، القاهرة.

عبد الرحمن، نعمات أحمد (١٩٨٠)، علاقة بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية بالتفوق في التمرينات الحديثة، جامعة حلوان، مجلة الدراسات والبحوث .

عبد الفتاح ، أبو العلا (٢٠٠٣)، فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي ،القاهرة.
عبد الله، صباح السيد فاروق (١٩٨٠)، أثر تمية الجلد الخاص على فاعلية الأداء لدى لاعبي رياضة الجمباز للناشئين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، الإسكندرية.

عبد الهادي، عفيفي محمد (١٩٨٥)، في أصول التربية والأصول الثقافية للتربية، مكتبة الأنجلو المصرية .
عطية، محسن علي (٢٠٠٨)، الاستراتيجيات الحديثة في التدريس الفعال، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان .
علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠)، القياس والتقويم النفسي والتربوي (أساسه وتطبيقاته)، دار الفكر العربية، مصر .
علاءوي، محمد (١٩٩٨) موسوعة الاختبارات النفسية للاعبين، ط ١، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، مصر.
علاءوي، محمد حسن ورضوان، نصر الدين (١٩٩١)، اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
علاءوي، محمد حسنين ورضوان، محمد نصر الدين (١٩٨٩)، الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
فرحات، ليلى السيد (٢٠٠١)، القياس والاختبار في التربية الرياضية، جامعة حلوان.
كاظم، مصطفى (١٩٨٢)، رياضة السباحة، دار الفكر العربي ، القاهرة .
الكبيسي، وهيب مجید والداهري، صالح حسن (٢٠٠٠)، المدخل في علم النفس التربوي، دار الكندي ، عمان.

محمد، عيسوي عبد الرحمن (١٩٧٤)، القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار النهضة العربية، القاهرة .

مختار، حفي محمود (١٩٨٥)، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.

مختار، حفي محمود (١٩٩٩)، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي .

نور الدين، صولح وجمال الدين، تقاح وسلامي، قumar (٢٠١٧)، دور التربية البدنية والرياضية في التحصيل المعرفي لدى تلاميذ الطور المتوسط، جامعة زيان عاشور . معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، الجزائر .

نوفل، نوفل إبراهيم (٢٠٠١)، علاقة التحصيل التعليمي بالنجاح الاجتماعي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية قسم التربية الخاصة، دمشق .

هاره (١٩٧٥)، أصول التدريب، ترجمة علي عبد نصيف، مطبعة التحرير، بغداد.

ياسين، رمضان (٢٠٠٨) علم النفس الرياضي ، ط١، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

المراجع الأجنبية :

- Lawson,s , (2005) , **Achievement Goal Orientations in physical rehabilitation**. Doctoral dissertation, Faculty of the Graduate school, University of Maryland.U.S.A .
- Santrok, J (2003), **Psychology**, McGraw Hill, Boston .
- Jensen G.R. and Fisher, A.G (1975), **Scintific Basis of Athletic condition Iea and Febiger**, Philadelphia .
- Roman, Gouzman. Kozulin, Alex (2005). **Enhancing Cognitive skillsin blind learner**, Jerusaler.
- الروابط الإلكترونية :
- <http://dr-mohamed.hooxs.com/t125-topic#top>