



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 الذنبيات، طالب باحث، جامعة مؤتة، تخصص/ التربية الرياضية، الكرك-الأردن

تاريخ النشر: ٢٠٢٥/٧/١٥

تاريخ القبول: ٢٠٢٥ /٦/١٩

تاريخ الاستلام: ٢٠٢٥/٦/٩



## 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 (189) طالباً موزع على (124) طالب و (65) 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 (0.43)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين السنة الدراسية الأولى والسنة الدراسية الرابعة لصالح السنة الدراسية الأولى والتي حصلت على المتوسط الحسابي الأعلى، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين تقدير الجيد والجيد جداً والممتاز ولصالح من هم بتقدير جيد 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 منهاج مادة اللياقة البدنية ووضع مساق موحد وثابت للمادة بمحتوى ينمي ويقوي الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى الطلبة .

الكلمات المفتاحية: الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في 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 of ( $\alpha \leq 0.05$ ) between the grades "good," "very good," and "excellent," there was a significant difference in favor of those with a "very good" grade, as they obtained the highest arithmetic mean. The study recommended making the course a mandatory prerequisite for all practical courses. It also recommended holding workshops for faculty members to discuss the content of the physical fitness curriculum and develop a unified, fixed course for the subject with content that develops and strengthens students' knowledge of physical fitness.

Keywords: Knowledge of physical fitness among students of the College of Sports Sciences at Mutah 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 بمجالاتها 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 (الخصاونة 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 التفسيري تمييزاً 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 بحساب نسبة تحصيله المعرفي، وتعتبر المعرفة في المجال الرياضي أمراً أساسياً في التكوين الأكاديمي للمتعلم ، فكما زاد إتقانه لهذه المعارف والمعلومات وطرق تطبيقها سواء في مجال التعليمي أو مجال التدريب زيادة قدرته التطبيقية مما يعمل على تحسين الأداء (فرحات ، ٢٠٠١).

وتتأثر 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) فتتمية المهارات العقلية المتعلقة بالجوانب المعرفية لا تقل أهمية عن المهارات البدنية ، إلا أن الكثير من العاملين في المجال الرياضي يهتمون هذا الجانب لكونه غير واضح أثناء التطبيق (الحوري ، ٢٠٠٣).

تكمُن أهمية اللياقة البدنية في ارتباطها المباشر بصحة الإنسان وشخصيته وسماته النفسية وإن ضعف اللياقة البدنية سيؤدي إلى آثار سلبية البدنية ترتبط بمقدرة الفرد على العمل بفاعلية والتمتع بوقته الحر ليكون سليماً من الناحية الصحية ولكي يقاوم أمراض قلة الحركة ويواجه الحالات الطارئة التي تتطلب منه بذل مجهود بدني طارئ.

وان للياقة البدنية دورا بارزا في صحة الإنسان وشخصيته وسماته النفسية وإن ضعف اللياقة البدنية سيؤدي إلى آثار سلبية على صحة الإنسان وظهور الشيخوخة المبكرة وأمراض القلب والشرايين ، فضلا على إن ممارسة الرياضة ستؤدي إلى تقوية الجسم وتبعده عن الأمراض وتجعل من الإنسان شخصا لائقا في المجتمع، ولا شك في أن الرياضة تؤدي إلى تقوية الجهاز العضلي المرتبط مباشرة بالجهاز العصبي اللذان يكونان جهاز الحركة مضافا إليهما الجهاز العصبي المركزي وتؤثر الرياضة كذلك في قدرة وكفاءة كل من الجهازين الدوري (الدموي) والجهاز التنفسي بالإضافة إلى تجنب السمّة والكثير من أمراض العصر كأعراض الضغط والسكري والقلب وآلام أسفل الظهر وحتى الكسل، عموما فإن اللياقة البدنية تعتبر القاعدة الواسعة التي يمكن إن تكون بمثابة العمود الفقري لجميع الأنشطة الرياضية وفي جميع المراحل بل ولها من الأهمية بمكان أنها تبني عليها النتيجة الرياضية أثناء المنافسة والسباقات لتحقيق انجازات رياضية متقدمة.

<https://sites.google.com>

ويتضح مفهوم اللياقة البدنية من خلال مستوي الحالة البدنية التي يعتمد عليها الرياضي في مكونات اللياقة البدنية الخاصة برياضته والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنتها بالمستوي الأمثل (الحربي، ٢٠٠٧).

و يعرف (مختار، ١٩٨٥) اللياقة البدنية بأنها نتيجة لتأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم و التي تشخص 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 و تطوره، فالغرض من تنمية اللياقة البدنية الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم و الوصول إلى الإنجاز الأعلى .

إن الاهتمام باللياقة البدنية في التربية الرياضية قد تعاضمت أهميته نتيجة لما قام به العلماء والمختصون في دراساتهم للتوصل إلى وجود علاقة إيجابية بين اللياقة ونسبة النجاح، كما اشار (شاكر، ٢٠١١) إلى أن هناك ارتباط طردي للياقة البدنية بالعديد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل والنضج 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 والخطوية 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 التدريبي، وكما إن الحصيلة المعرفية لدى اللاعبين تعد العنصر الأساسي في العملية التدريبية وخصوصاً في اللياقة البدنية ، كما تساعد اللاعب في سرعة تعلمه للمهارات البدنية المختلفة وسهولة تطبيق المعلومات الخطوية (الحوري، 2003).

ويرى (الخولي وعدنان، ١٩٩٩) أن أهمية المعرفة الرياضية وموضوعاتها لا تقتصر على اللاعب أو الرياضي فقط؛ فالعاملون المهنيون في المجال الرياضي على مختلف تخصصاتهم؛ مدربين، أو معلمين أو إداريين أو أخصائيي لياقة بدنية أو أخصائيي تسويق رياضي في أمس الحاجة إلى المعرفة الرياضية المتطورة ويسعون نحو اكتساب هذه المعرفة أو توظيفها على النحو اللائق .

ويؤكد (علاوي، ١٩٩٩) انه كلما زاد إتقان المعارف 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 لتقييم العديد من الأمور المرتبطة بالخطة الدراسية التي تطرحها إدارة كلية علوم الرياضة كون اللياقة البدنية أساساً تبنى 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 تفاوت 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 المساق في الكلية من مدرسي ذلك المساق، 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 الطلبة في الحصيلة المعرفية للياقة

البدنية لديهم خصوصا عند اخذ المواد التي تبنى 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:**

- ١- تعد من أولى الدراسات التي تناولت الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة .
- ٢- 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.
- ٣- 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.
- ٤- إنها تقدم توجيهات ومقترحات مبنية على أسس علمية تسهم في إثراء المكتبة العربية في مجال من مجالات الفكر الرياضي و البدني.

**أهداف الدراسة :**

تهدف هذه الدراسة للتعرف إلى :

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

**تساؤلات الدراسة :**

١. ما هي الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.
٢. 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).

**محددات الدراسة:**

تحدد نتائج الدراسة الحالية بالمحددات التالية:

١. اقتصرت هذه الدراسة على طلبة درجة البكالوريوس في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ م .
٢. قلة وندرة الدراسات المشابهة في موضوع الدراسة الحالية.
٣. نتائج هذه الدراسة مرتبطة بعينة الدراسة و الإستبانة التي تم استخدامها.

**مجال الدراسة:**

- **المجال البشري :** اقتصرت هذه الدراسة على طلبة درجة البكالوريوس في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.
- **المجال الزمني :** تم جميع البيانات المرتبطة بالدراسة في الفترة الواقعة ما بين ١١/٥ ولغاية ١١/٩ من العام ٢٠١٧.
- **المجال الجغرافي :** تم تطبيق هذه الدراسة في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

**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 برياضته 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.

#### الإطار النظري:

#### الحصيلة المعرفية

يعتبر موضوع التحصيل المعرفي من المواضيع الهامة التي احتلت مكانا بارزا في العملية التربوية، وبذلك أصبح موضوع انشغال المهتمين بمجال 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 الميادين 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 أجراها الباحثون نفت هذه الفكرة ، وأصبح بموجبها من الضروري التخلي عن ربط كل حالة تخلف دراسي بضعف في القدرات العقلية ، وبالتالي أصبح البديل في البحث عن الأسباب التي تزيد في القدرات العقلية ولها تأثير ايجابي عن التحصيل المعرفي (نور الدين وآخرون، ٢٠١٧).

حيث تؤدي الحصيلة المعرفية في الدول المتقدمة دورا فاعلاً في إعادة النظر في المناهج والبرامج التعليمية، إذ تعكس الصورة الحقيقية 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 للطلاب لتخرجه من الكلية. إذاً فالحصيلة المعرفية متغير في غاية الأهمية لأنه الأكاديمي والنفسي في الطالب والأسرة والمجتمع (الشرييني وبلغية، 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 علي هذه الاختبارات اسم (اختبارات التحصيل achievement test) وتعرف بكونها "مقياس للدرجة التي بها حصل الشخص أهداف التعليم أو التدريب" ويجب ملاحظة توحيد الاختبارات التي تتم قبل وخلال وبعد البرنامج، كما يجب توحيد ظروف القياس في جميع فتراته، وذلك كضمان للتأكد من أن التقدم الحادث يرجع إلي 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 لطاقة، إضافة إلى تقديرهم 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 يدرسونها إضافة إلى المستوى المتقدم من المواد التي يدرسونها .

وعرفها بن يوسف (٢٠٠٨) درجة الاكتساب 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 الاستنكار والفهم التطبيقي والذي يقدر بالدرجات التي يحصل عليها في تلك المادة ويحدد بواسطة الاختبار أو الدرجات المحددة من قبل المعلم .

وعرفها 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

يهتم 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 للتلاميذ، ومنهم من يدرس التفاعل والتداخل 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 دراسي لآخر. ويهتم الطلاب بالحصيلة المعرفية باعتبارها سبيلاً إلى تحقيق الذات وتقديره (تونسية، ٢٠١٢).

تكمن أهمية الحصيلة المعرفية في أنه يتم تقرير نتيجة التلميذ لانتقاله من مرحلة إلى مرحلة أخرى. وكذلك تحديد نوع والتخصص الذي سينتقل إليه ويجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته وإمكاناته، كما أن وصول الطالب إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة في نفسه ويدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه القلق والتوتر مما يقوي صحته النفسية، كما وتشكل الدرجات التحصيلية وما ينبثق عنها من تقديرات أساساً مهماً للكثير من الإجراءات والقرارات الهامة التي ترتبط بوضع الفرد وتؤثر فيه، فأهلية الفرد للاستمرار بالدراسة أو القبول في برنامج معين أو الحصول على بعثة دراسية أو وظيفة معينة تتقرر بالمستوى الأكاديمي الذي يحققه متمثلاً في الدرجات أو التقدير الذي يحصل عليه، وتؤدي الدرجات وظائف عالية ترتبط بحاجات الطلبة وأولياء الأمور والمدرسين وأصحاب العمل فهي تلعب دور مهم 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 لتبوء مكانة وظيفية جيدة في معظم الحالات، فالكليات العلمية تعد طلبتها لمهن ما زالت تحتل قمة الهيكل المهني، وهي بحكم تاريخها وطبيعة العمل فيها والمزايا التي تمنحها والمكانة التي تعطيها للعامل فيها، تجعل الطلبة أكثر إصراراً وإقبالاً 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 لتبوء مكانة وظيفية جيدة في معظم الحالات، فالكليات العلمية تعد طلبتها لمهن ما زالت تحتل قمة الهيكل المهني، وهي بحكم تاريخها وطبيعة العمل فيها والمزايا التي تمنحها والمكانة التي تعطيها للعامل فيها، تجعل الطلبة أكثر إصراراً وإقبالاً على الالتحاق بها، بصرف النظر عما إذا كانت تتفق مع قدراتهم واستعداداتهم وميولهم (حاجي، ٢٠٠٥).

وتتجلى فائدة التحصيل المعرفي بأوجه شتى في حياتنا الاجتماعية وبخاصة في مستقبلنا، فالواقع أن تنمية التعليم تسمح بمكافحة طائفة من العوامل المسببة لانعدام الأمن مثل البطالة والاستبعاد والنزعات 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 لابد لأبنائه وفي الازدهار العام للمعارف. ويمكن القول إن من مواصلة التحصيل المعرفي لكي يكونوا قادرين على استيعاب عناصر هذا النمو والتطور. فلكي يحقق أي بلد تنمية ينبغي أن يكون سكانه

العاملون قادرين على استخدام التكنولوجيات المعقدة 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 لا بد منه للتنمية 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 وإمكاناته، كما أن وصول الطالب إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة في نفسه ويدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه القلق والتوتر مما يقوي صحته النفسية، أما فشل الطالب في التحصيل المعرفي المناسب لمواد دراسته، فإنه يؤدي به إلى فقد الثقة في نفسه والإحساس بالإحباط والنقص وإلى التوتر والقلق، وهذا من دعائم سوء الصحة النفسية للفرد (زهرا، ١٩٧٢).

### العوامل المؤثرة في التحصيل المعرفي:

#### ١- العوامل الجسمية والصحية :

غالبا ما يتأخر الأشخاص المصابون بالأمراض الجسمية كالحميات والانيميات في تحصيلهم المعرفي ، كذلك لعيوب النطق المرتبطة بخلل في جهاز النطق اثر على توتر علاقة الطفل بمعلميه ورفاقه مما يؤثر سلبيا على تحصيله، وأيضاً لضعف البصر والسمع أثره السيئ على التلميذ خاصة أن لم تتخذ التدابير اللازمة لحسن الاستفادة من العملية التعليمية.

#### ٢- العوامل النفسية :

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

#### ٣- العوامل المعرفية :

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

#### ٤- عوامل مدرسية :

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

#### ٥- 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 ومواقف بشكل شعوري أو لا شعوري من خلال تمثلهم للعلاقات القائمة بين أفراد الأسرة. ولقد أكدت بعض الدراسات التربوية والنفسية أن البيئة الاجتماعية التي يعيشها الطفل تحتل مكانة بارزة في العملية التعليمية.

#### أ- 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. فجدد الوضع المادي للأسرة يلعب دور كبيراً 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 والتربية وبذلك تستطيع الأسرة أن تضمن لأبنائها حاجاتهم المادية بشكل جيد من غذاء وسكن ، و ألعاب ، ورحلات علمية ، وامتلاك الأجهزة التعليمية بالتالي 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).

#### ب- المستوى التعليمي والثقافي للوالدين :

ترتبط الشروط الثقافية للأسرة مباشرة بالمستوى التعليمي للوالدين، فجدد الآباء ضعيفي المستوى التعليمي لهم تأثير سلبي على مستوى تحصيل أبنائهم بينما نجد التلاميذ ذوي المعدلات المرتفعة وأولياؤهم مرتفعي المستوى التعليمي وهم أكثر إطلاعاً على الصحف وكذلك متمكنين 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).

#### ج- توجيهات الأولياء وأساليب المعاملة الأسرية :

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

#### د- 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 "موسكوزوف" وجد أن الأداء الدراسي الجيد يرتبط ارتباطاً قوياً مع الأسرة الصغيرة الحجم. وفي دراسة أخرى "لبليك" 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 .

#### هـ- الاستقرار الأسري :

إن المناخ الأسري له تأثير كبير على التنشئة الاجتماعية للأبناء، والتي ينعكس أثارها على القدرات العقلية للأبناء سلباً وإيجاباً، ويظهر هذا كليا في نتائج التحصيل الدراسي. والملاحظ أيضاً أن الأطفال الذين يعانون من تدني في مستوى التحصيل الدراسي ينتمون إلى أسر تعاني من خلافات وتفكك 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 نموا نفسيا وانفعاليا بما يساعده 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 .

#### و- تأثير الشارع :

من ضمن العوامل الاجتماعية هناك عوامل غير مباشرة لكن لها تأثير بالغ في عملية التحصيل الدراسي من بينها وسائل الإعلام، النوادي والمراكز 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 للالتين. فجماعة الرفاق من الجماعات الاجتماعية التي تلعب دور مؤثراً في عملية التنشئة الاجتماعية خارج نطاق الأسرة، فهي جماعة يشترك أعضاؤها في ثقافة مشتركة أو عامة، وهي جماعة يتقارب أعضاؤها غالبا في السن، ولجماعة الرفاق نظام معياري أو سلوكي 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 وتنظيماً وتخطيطاً، وتتطلب تهيئة جميع الشروط المواتية لحدوث عملية التعلم . هذه الشروط أو القوانين توصل إليها علماء النفس والتربية تجعل من التعليم إفادة لصاحبه ومن أن العوامل التي تسهم في عملية التحصيل إتباع ما يعرف بشروط التحصيل العلمي الجيد والتي وضحها (محمد، ١٩٧٤) كما يأتي :

- التكرار : فلحدوث التعلم لابد من التكرار والممارسة، حتى يتم التعلم والإجادة .
- الدافعية : أن يكون هناك دافع نحو بذل 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 : أي أخذ الفكرة العامة عن الموضوع بعد ذلك تحليله إلى جزئياته ومكوناته.

#### أنواع التحصيل المعرفي :

يمكن تقسيم التحصيل إلى ثلاثة أنواع :

##### ١. التحصيل الجيد :

يكون فيه أخط التلميذ مرتفع عن معدل زملائه في نفس المستوى وفي نفس القسم، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانات التي تكفل للتلميذ الحصول على مستوى أعلى للأخط التحصيلي المرتقب منه. بحيث يكون في قمة الانحراف المعياري من الناحية الإيجابية، مما يمنحه التفوق على بقية زملائه .

##### ٢. التحصيل المتوسط :

في هذا النوع من التحصيل تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانية التي يمتلكها، ويكون أخطه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة .

### ٣. التحصيل الدراسي المنخفض :

يعرف هذا النوع من الأداء بالتحصيل الدراسي الضعيف، حيث يكون فيه أظ التلميذ أقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه فنسبة استغلاله واستفادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام. وفي هذا النوع من التحصيل يكون استغلال المتعلم لقدراته العقلية والفكرية ضعيفا على الرغم من تواجد نسبة لا بأس بها من القدرات، ويمكن أن يكون هذا التأخر في جميع المواد وهو ما يطلق عليه بالفشل الدراسي العام، لأن التلميذ يجد نفسه عاجزا 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 وبيّنون لهم المجالات التي حققوا فيها إنجازات وتلك التي ما زالت بحاجة إلى التحسن، كما يتوجب على المعلمين إظهار الدعم والاهتمام لطلبتهم .

لكن يوجد العديد من المعلمين الذين يمارسون وظيفة ليست مهنة على حد تعبير "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 ويقرأ من الكتاب ويعطي واجبات منزلية بسيطة ويعتمد على الامتحانات الموضوعية .
- يقاوم الأفكار التي تتطلب وقتا إضافيا وطاقة .
- لديه سلبية وشك نحو الآخرين و كثير النقد .

أما المعلم الذي يقود طلبته 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 متحمسا لعمله كمعلم ومبتهجا بالمشاريع الجديدة .
  - يتقبل ذاته ويثق بها وبالآخرين ويتحلى بروح العابة .
- 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 التقيد بالنظام والعدل والموضوعية والصراحة .
  - الصفات الإنتاجية : كالفطرة على إثارة الاهتمام الواسعة والمعرفة .
  - الصفات التربوية : 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 والتقييم، ويطلق على أساليب قياس التحصيل المعرفي بالامتحانات المدرسية والتي قسمها (عطية، ٢٠٠٨) إلى ثلاثة أقسام هي:

#### ١. الاختبارات الشفهية :

في العمل التربوي الكثير من السمات التي يتطلب قياسها شفويا 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 تخطيط مسبق إنما يجب أن يكون المدرس على دراية تامة بالأهداف التي يريد الوصول إليها.

## ٢. 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 المفحوص تعد إجابته خاطئة، فليس من حق المفحوص بموجب الاختبارات الموضوعية أن يجتهد في الإجابة .

## ٣. الاختبارات الأدائية "العملية"

وهي تلك الاختبارات التي تكون الإجابة عنها أداء عملي ومهمتها قياس ذلك الأداء الخاص بالإجابة، وغالباً 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 للطلاب في الموضوعات الدراسية المختلفة. ونظراً لعدم وجود اختبارات تحصيل مقننة منشورة في الوطن العربي، فإنه يبدو من الضروري للقائمين على برامج تعليم الموهوبين والمتفوقين الاستفادة من نتائج التحصيل الدراسي كما تعكسها درجات الطلاب في المواد الدراسية مجتمعة أو في المواد الدراسية المرتبطة بنوع الخبرات التي يقدمها البرنامج. وإذا توافرت نتائج اختبارات التحصيل التي تعقد في نهاية مراحل دراسية معينة، فإنه يمكن استخدامها في التعرف على الموهوبين والمتفوقين (جروان، ١٩٩٩).

## اللياقة البدنية

إن الاهتمام بإعداد طلاب كليات التربية الرياضية وتطوير مستوى اللياقة البدنية لهم إضافة إلى بظ المستوى المهاري والمستوى العلمي في سنوات دراستهم لا يمكن إن يتم إلا من خلال الاهتمام بالمناهج الدراسية الموضوعية والعلمية بشكل دقيق وفق صيغ ووسائل متنوعة تعمل على إيجاد صيغة ارتباط بين الصفات البدنية ومفردات مناهج كليات التربية الرياضية لضمان رفع مستوى اللياقة البدنية للطلاب والمحافظة عليها خلال السنوات الأربعة 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 جسمياً 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 ، وان الطابع العملي يمثل جزءاً كبيراً من الدروس الأكاديمية للألعاب الرياضية التي يتلقاها الطلاب على مدار السنوات الأربع، وهذه

الخصوصية تفرض سلوكيات ومواقف 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).

وتقسم اللياقة البدنية إلى قسمين هما :

#### ١- 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، والمطاولة، والمرونة، والرشاقة، والتوازن، واللياقة البدنية العامة هي محصلة لتنمية الصفات البدنية والقدرات (الفسيولوجية) لدى الفرد، والتي تساعد الفرد على البناء الكامل للياقة البدنية العامة إلى جانب تطوير قدرات الجهازين الدوري والتنفسي، ومن الأمور التي يجب مراعاتها عند تطوير المكونات الأساسية هي الشمول، والاتزان، والحجم المناسب.

#### ٢- 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 تهدف اللياقة البدنية الخاصة إلى إبراز مكونات بدنية معينة وتفضيلها 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 وصبحي، ١٩٩٧).

#### عناصر اللياقة البدنية :

إن للياقة البدنية مكونات وعناصر أساسية لا بد من توافرها جميعا 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 والانجاز الرياضي (كالقوة، السرعة، الرشاقة، التحمل، والمرونة، التوازن، التوافق) وكافة الصفات التي ينتج عن اندماج عنصرين منهما أو أكثر، وتسمى أيضا بعناصر أو مكونات اللياقة البدنية في المدرسة الغربية، بينما تسمى في المدرسة الشرقية بالقابليات أو القدرات البدنية (صبري، ١٩٨٣).

#### ١- القوة العضلية

القوة العضلية صفة بدنية أساسية وهدف مهم من أهداف اللياقة البدنية. فالقوة العضلية تعني التقوية العامة لجسم الطالب، فضلاً عن تنمية 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 القوة العضلية من أهم الصفات البنية التي تؤدي إلى الوصول للمستويات العليا في كافة الأنشطة الرياضية .

وللقوة العضلية ثلاثة أنواع رئيسية هي :

#### أ- القوة القصوى Maximum Strength :

وهي تعني قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج أقصى انقباض إرادي، كما أنها تعني قدرة العضلة في التغلب على مقاومة خارجية أو مواجهتها، ويتضح من ذلك أن القوة القصوى عندما تستطيع أن تواجه مقاومة كبيرة تسمى في هذه الحالة بالقوة القصوى الثابتة، ويظهر هذا النوع من القوة عند الاحتفاظ بوضع معين للجسم ضد تأثير الجاذبية الأرضية مثلما يحدث في بعض حركات

الجمباز والمصارعة، وعندما تستطيع القوة القسوى التغلب على المقاومة التي تواجهها فهي في تلك الحالة تسمى بالقوة القسوى المتحركة، وهذا ما يطلق على رفع الأثقال.

#### ب- القوة المميزة بالسرعة **Strength Characteristic by Speed** :

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

#### ج- تحمل القوة **Stength Endrance** :

وتعنى قدرة الجهاز العصبي في التغلب على مقاومة معينة لأطول فترة ممكنة في مواجهة التعب، وعادة ما تتراوح هذه الفترة ما بين ٦ ثوانٍ إلى ٨ دقائق، ويظهر هذا النوع من القوة في رياضيات التجديف والسباحة والجري، حيث أن قوة الدفع أو الشد تؤدي إلى زيادة المسافة المقطوعة كحصوله لزيادة السرعة، وذلك مع الاحتفاظ بدرجة عالية من تحمل الأداء خلال تلك الفترة الزمنية المحددة.

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

#### ٢- 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 اقصر 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، وتكاد تجمع كافة الدراسات العلمية على الاتفاق بأن العدو من (٣٠م - ٥٠م) تعتبر المسافة المثالية لقياس السرعة (عبد الله، ١٩٨٠).

وتتفق المصادر العلمية على أن للسرعة ثلاثة أشكال هي :

#### أ- السرعة الانتقالية :

يعرفها (هارة، ١٩٧٥) "بأنها القدرة على الانتقال من مكان لآخر في اقل 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 .

#### ب- السرعة الحركية :

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

#### ج- سرعة الاستجابة :

عرفها كل من (علاوي ورضوان، ١٩٨٩) "بأنها السرعة التي يتمكن بها الفرد من الاستجابة لمنبه نوعي (مثير) برد فعل إرادي نوعي". ويعرفها (الربضي، ٢٠٠٤) "بأنها القدرة على استجابة حركية لمثير معين في اقل 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

٣- التحمل :

إن التحمل من أهم أسس اللياقة البدنية وهي ضرورية لجميع الرياضيين وهي من الصفات البدنية الأساسية، وبما أن المجهود اللي يبذله الطالب خلال الدرس يتطلب عبثاً 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).

#### ٤- المرونة :

إن صفة المرونة من الصفات المهمة التي تجعل من الفرد الرياضي متكيفاً مع النشاط الذي يؤديه. "وتعد 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 للجهاز العضلي والعظمي وتتحدد هذه المرونة بواسطة أداء الحركة النشطة لمدى واسع لمفاصل الجسم، وذلك يتطلب أهمية مطاطية الأربطة والأوتار والعضلات " (كاظم وآخرون، ١٩٨٢).

#### ٥- 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 (شاكر، ٢٠١١).

#### ٦- 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 الجسماني كالمصارعة 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) .

#### ٧- 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 (الحري، ٢٠٠٧).

وتعتبر المعرفة الرياضية في مجال اللياقة البدنية من الأمور الهامة لطلبة كليات 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 (الرحاحلة وشوكة ٢٠٠٧).

#### الدراسات السابقة :

قام (الرحاحله 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 لملائمته 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 والإناث، وكذلك عدم وجود فروق بين الطلبة الممارسين للألعاب الرياضية في الأندية والمنتخبات وبين الطلبة غير الممارسين .

قام (الرحاحله 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 (٤١٦) طالباً وطالبة من الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته لطبيعة الدراسة، وتم استخدام مقياس المستوى المعرفي في اللياقة البدنية والذي قام بإعداده الخولي وآخرون بعد التأكد 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 (٦٠.٤٢) وعند طلبة كلية التربية الرياضية جامعة اليرموك (٤٩.١٥) كما أشارت النتائج إلى ارتفاع في مستوى الحصيلة المعرفية من سنة دراسية إلى أخرى وإلى عدم وجود فروق بين الطلبة الممارسين للأنشطة الرياضية على مستوى الأندية والمنتخبات وبين طلبة الكليتين وإلى زيادة في الحصيلة المعرفية بمجال اللياقة البدنية عند طلبة الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك.

قام (حتاملة ٢٠٠٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية لمدربي ولاعبي كرة الطائرة في الأردن، حيث اشتملت العينة على (٦٠) لاعبا من أندية الدرجة الأولى ويمثلون ستة أندية وعلى (٣٠) مدرباً من العاملين في تدريب كرة الطائرة في الأردن، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وقد تم بنا اختبارين منفصلين أحدهما للمدربين والآخر للاعبين تضمن كل منهما أسئلة في (التاريخ والقانون والإعداد البدني والإعداد المهاري والإعداد الخططي والبعد التدريبي)، 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 لهما الأثر الكبير في مستوى المعرفة بين اللاعبين والمدربين.

قام (الصالح وآخرون 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 بصورته 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 الأربعة) لصالح السنة الرابعة.

قام (المزيني والعنقري ٢٠٠٣) هدفت هذه الدراسة إلى قياس الحصيلة المعرفية في الجوانب الفسيولوجية والميكانيكية الحيوية المرتبطة بالنشاط البدني لدى معلمي التربية البدنية ممن 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، ودلت النتائج أيضاً على وجود علاقة عكسية بين عدد سنوات الخدمة في تدريس التربية البدنية والدرجة النهائية لكل من موضوعات فسيولوجيا الجهد البدني ( $r = -0.40$ ، مستوى الدلالة =  $0.01$ ) وموضوعات الميكانيكا الحيوية ( $r = -0.40$ ، مستوى الدلالة =  $0.03$ ). ولم يكن لكل من العمر، وسنوات الخدمة وعدد مرات حضور الندوات والدورات مؤشراً دالاً على التنبؤ بدرجة أي من المجالين قيد الدراسة. وخلاصة القول أن هناك ضعفاً واضحاً في المعلومات المتعلقة بفسيولوجيا الجهد البدني 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 مقرري 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 (٨.٤٠). 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 إحصائية (عند مستوى  $0.05$ ) بين هذين المتوسطين، ويشير تحليل التباين الأحادي إلى وجود فروق دالة إحصائية (عند مستوى دلالة  $0.05$ ) بين المراحل الدراسية ومستوى التحصيل المعرفي في مقرر 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 إحصائية 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 الحداثة الرياضية في مدينة الموصل، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٣٤) معلماً ومعلمة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة 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 الحداثة الرياضية جاء بدرجة منخفضة، كما أظهرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية للكفاءة المعرفية في الحداثة 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 ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي ولصالح (الدراسات العليا).

قام (عبيدات والذيابات ٢٠١٤) بدراسة هدفت إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية إربد الجامعية، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٠٣) موظفه في كلية إربد 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 ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) على المتغير (المؤهل العلمي) ولصالح فئة (البكالوريوس)، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) على مستوى اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي).

قام (الخصاونة والزعبي ٢٠٠٦) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية العلمية لدى كل من لاعبي ومدربي العاب القوى في الأردن، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٢١) من مدربي ولعابي العاب القوى حيث يمثلون المجتمع الكلي وقد تم اختيارهم

بالأسلوب المسحي. 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 البعد القانوني والتاريخي وقلها في البعد الخاص بالإصابات الرياضية والميكانيكا الحيوية لدى اللاعبين، والبعد الخاص بالميكانيكا الحيوية والبعد الخاص بالتغذية 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 والإناث، والى تفوق اللاعبين ممن 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 التغذوية ومستوى اللياقة الهوائية لديهم كما يقدرونها بأنفسهم، كما هدفت إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين حصيلتهم المعرفية حول الثقافة التغذوية ومستوى لياقتهم الهوائية لدى الطلبة، تكونت عينة الدراسة من (٢٥١) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة، وأظهرت النتائج وجود نقص في المعرفة التغذوية بشكل عام بين طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية بالإضافة إلى أن مستوى اللياقة الهوائية كان بدرجة متوسطة بتقدير الطلبة أنفسهم، وأنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الثقافة التغذوية (GNKQ) ومستوى اللياقة الهوائية ( $VO_2max$ ) لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية.

قام (الحوري ٢٠٠٣) بدراسة هدفت إلى التعرف على الحصيلة المعرفية العلمية لدى مدربي الكراتية في الأردن لمجال ميكانيكية الحركة والتغذية والإصابات والتدريب، وقد تكونت عينة الدراسة من (٩٢) مدرباً من مدربي 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 (٢٠١٢-٢٠١٣) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة 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 تتمتع 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 ممن يدرسون بالمدارس الإعدادية لمنطقة المدينة المنورة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة الدراسة، وقد أظهرت النتائج أهمية المعرفة الرياضية للمعلمين وضرورة 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 لملائمته 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 الدراسي، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً للمعدل التراكمي ولصالح المعدل الأعلى، كما تم التوصل إلى أعلى خمس فقرات لديها قدرة على التنبؤ وتفسير ما نسبته (77.4%) من الوعي الغذائي العام.

قامت (أصحاب 1998) بدراسة هدفت إلى التعرف على تقويم مستوى التحصيل المعرفي لخريجي كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، حيث تكونت عينة الدراسة من (119) خريجاً حديثي التخرج وبخبرة عام وعمين في مجال التدريس وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم المنهج الوصفي المسحي 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 (52.36%) وعلى المواد النظرية بلغت النسبة (53.72%) وعلى المحور الكلي بنسبة مئوية (53.33%)، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق تعزى لمغيبير الجنس ولصالح الذكور على محور المواد النظرية ولصالح حديثي التخرج.

#### التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق للدراسات السابقة التي أمكن الوصول إليها أنها قد اهتمت بدراسة الحصيلة المعرفية.

واستناداً إلى ما تم عرضه من الدراسات السابقة يمكن استخلاص ما يلي:

1- اجتمعت معظم الدراسات السابقة على أهمية توفر الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى الطلبة المختصين في المجال الرياضي كون اللياقة البدنية أساساً تبنى عليه العديد من الأمور التدريبية من مهارات أساسية وخطط اللعب وتطور الأنط البدني والمهاري والخططية والتركيز على أهمية الجانب المعرفي العلمي.

2- استخدمت هذه الدراسات في معظمها المنهج الوصفي كما وافقت في استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات لدراسة الحصيلة المعرفية .

3- تشابهت معظم الدراسات في استخدامها للأساليب والمعالجات الإحصائية مستخدمة.

4- استفاد الباحث من مجموع هذه الدراسات كاملة فيما يلي:

- بناء الإطار النظري وفهم أعمق لمشكلة الدراسة.

- صياغة أهداف وأسئلة الدراسة.

- إيجاد أداة لقياس مستوى النشاط البدني.

- اختيار المنهجية الملائمة لأهداف الدراسة ، والأساليب الإحصائية المناسبة للإجابة على أسئلة الدراسة.

ويرى الباحث أن أهم ما يميز دراسته عن الدراسات السابقة:

أنها من أوائل الدراسات التي اهتمت بدراسة الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

#### منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بإتباع أسلوب الدراسة المسحية بخطواته و إجراءاته العلمية لتتاسبه مع طبيعة هذه الدراسة.

#### مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة لدرجة البكالوريوس للعام الجامعي 2017/2018 ،

والبالغ عددهم (536) طالباً وطالبة.

#### عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (189) طالباً موزع على (124) طالب و(65) طالبة من كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة لدرجة

البكالوريوس تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

جدول رقم (١)

توزيع أفراد العينة تبعاً لمتغيراتها المستقلة

المتغير	الفئة	العدد	النسبة
النوع الاجتماعي	طالب	١٢٤	٦٥.٦٠
	طالبة	٦٥	٣٤.٤٠
المجموع			
القسم	تربية رياضية	١٢٣	٦٥.٠٨
	تأهيل رياضي	٦٦	٣٤.٩٢
المجموع			
السنة الدراسية	سنة أولى	٤١	٢١.٦٩
	سنة ثانية	٥٦	٢٩.٦٣
	سنة ثالثة	٤٥	٢٣.٨٢
	سنة رابعة	٤٧	٢٤.٨٦
المجموع			
التقدير	مقبول	٧	٣.٧٠
	جيد	٦٢	٣٢.٨١
	جيد جداً	٧٦	٤٠.٢١
	ممتاز	٤٤	٢٣.٢٨
المجموع			
		١٨٩	١٠٠

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 :

١. تمت مراجعة الكتب والمراجع العلمية والأبحاث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية كدراسة (الرحالة ٢٠٠٧) ودراسة (الرحالة وشوكة ٢٠٠٦) ودراسة (الصالح وآخرون ٢٠٠٩)

٢. وبعد الاطلاع تم استخدام مقياس الاختبار المعرفي في اللياقة البدنية لطلاب قسم التربية الرياضية بجامعة أم القرى والذي أعده (أمين الخولي، عدلي بيومي، فتحي عبد الرحمن)، وقد تكون الاستبيان بصورته النهائية من (٤٤). كما هو موضح في الملحق رقم (١)

ويتكون الاستبيان من جزئين 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 ثلاث مجموعات ولكل 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 الأربعة 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 للطالب، واستخدامه لتقييم المستوى 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	أقل من (%٥٠)	ما بين ٥٠- (%٦٨)	ما بين ٦٨- (%٧٦)	ما بين ٧٦- (%٨٤)	أكثر من (٨٤%)

#### المعاملات العلمية للاستبيان

##### الصدق والثبات

أشار الخولي وآخرون إلى أن للمقياس معمل صدق مقداره (٠.٩٣) ومعامل ثبات مقداره (٠.٨٧) .  
تم حساب معامل الثبات للأداة عن طريق استخدام الاختبار وإعادة الاختبار (Test-re Test) على عينة استطلاعية مكونه 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 (pearson-r) حيث بلغ الثبات الكلي للأداة (٠.٨٦)، وهي تشير إلى درجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليها لتحقيق أهداف الدراسة.

##### إجراءات تطبيق الدراسة :

بعد أن تم إعداد الإستبانة بصورتها النهائية قام الباحث بإجراء الخطوات التالية:  
قام الباحث بتوزيع (٢٠٠) استبيان على طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة خلال الفترة ما بين ١١/٦ ولغاية ١١/٨/٢٠١٧م. بلغ عدد الاستبيانات المرتجعة (١٩٤) استبيان وقد تم استبعاد (٥) استبيانات وذلك لعدم استيفاء شروط الاستجابة على الفقرات وترك بعض الفقرات دون إجابة، حيث اشتملت الاستبيانات النهائية المستخدمة في التحليل على (١٨٩) استبيان .

##### تصميم الدراسة :

تعتبر الدراسة الحالية دراسة وصفية مسحية، وقد اشتملت على المتغيرات التالية :

أولاً : المتغيرات المستقلة وتشمل :

النوع الاجتماعي وله مستويان : ( طالب، طالبة)

السنة الدراسية ولها أربع مستويات : (أولى، 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 .

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

أسئلة الدراسة :

السؤال الأول: ما هي الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل سؤال من أسئلة الاختبار المعرفي للياقة 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
١	التصويب على المرمى في كرة القدم لا يحتاج لتدريبات الأتقال	٠.٢٠١١	٠.٤٠١٨٦	%٢٠
٢	قيادة السيارات تحتاج إلى توافق أكثر من قيادة الدراجات النارية	٠.٢٦٩٨	٠.٤٤٥٠٦	%٢٧
٣	يمكن تنمية القوة العضلية بدفع شيء ثابت كالحائط مثلاً	٠.٤٢٨٦	٠.٤٩٦١٩	%٤٣
٤	يتصف رجل المرور بالجلد العضلي	٠.٤١٢٧	٠.٤٩٣٦٣	%٤١
٥	يكتفى بالتدريب على سرعة الجري دون القوة في الوثب العالي	٠.٤٧٠٩	٠.٥٠٠٤٨	%٤٧
٦	السباحة لمسافة ٤٠٠م تحتاج إلى السرعة بالدرجة الأولى	٠.٤١٨٠	٠.٤٩٤٥٤	%٤٢
٧	رمي كرة التنس باليد اليمنى على الحائط واستقبالها باليد اليسرى ينمي التوازن	٠.٣٩١٥	٠.٤٨٩٣٩	%٣٩
٨	تنمية القوة العضلية يؤثر سلباً على مطاطية العضلات	٠.٤٧٠٩	٠.٥٠٠٤٨	%٤٧
٩	التصويب مع القفز يحتاج فقط إلى الدقة	٠.٣٤٣٩	٠.٤٧٦٢٧	%٣٤
١٠	تنمية المرونة لجزء من أجزاء الجسم يفيد مرونة بقية أجزائه	٠.٤٤٩٧	٠.٤٩٨٧٩	%٤٥
١١	وضع الوقوف فتحاً يتساوى في درجة اتزانه مع	٠.٤٧٦٢	٠.٥٠٠٧٦	%٤٨

			الوقوف العادي	
١٢	٠.٢٠٦٣	٠.٤٠٥٧٦	الجري لمسافات طويلة ينمي أساساً قوة عضلات الرجلين	%٢١
١٣	٠.٥٩٧٩	٠.٤٩١٦٣	العدو هو النشاط الرياضي الوحيد الذي ينمي السرعة	%٦٠
١٤	٠.٤٢٣٣	٠.٤٩٥٣٩	اللياقة البدنية مفهوم مرتبط أساساً برياضة المستويات العالية	%٤٢
١٥	٠.٥٦٦١	٠.٤٩٦٩٢	الأماكن المرتفعة عن سطح البحر تؤثر سلباً على بعض مكونات اللياقة البدنية	%٥٧
١٦	٠.٦٧٢٠	٠.٤٧٠٧٥	اللياقة البدنية لا صلة لها بالعادات الغذائية للإنسان	%٦٧
١٧	٠.٦٤٣٦	٠.٤٨٠٢١	النوم لفترة كافية يؤثر في مستوى اللياقة البدنية	%٦٤
١٨	٠.٦٥٠٨	٠.٤٧٧٩٩	تؤثر الاعترافات الوراثية على مستوى اللياقة البدنية	%٦٥
١٩	٠.٧٢٤٩	٠.٤٤٧٧٧	تختلف اللياقة البدنية المطلوبة للأداء في كرة اليد عنها في الكرة الطائرة	%٧٢
٢٠	٠.٥٧١٤	٠.٤٩٦١٩	الجري لمسافات طويلة ينمي بالدرجة الأولى	%٥٧
٢١	٠.٣٩٦٨	٠.٤٩٠٥٤	أي المهارات الآتية أكثر دلالة على القدرة العضلية	%٤٠
٢٢	٠.٤٤٤٤	٠.٤٩٨٢٢	تظهر مرونة مفصل الكتف بوضوح في	%٤٤
٢٣	٠.٤٤٩٧	٠.٤٩٨٧٩	أكثر أنواع الأنشطة التالية اتصافاً بالدقة هو	%٤٥
٢٤	٠.٣٨١٠	٠.٤٨٦٩١	أي من التمرينات الآتية أكثر تأثيراً في تقوية عضلات البطن	%٣٨
٢٥	٠.٤٣٩٢	٠.٤٩٧٦٠	يعني مفهوم التوافق	%٤٤
٢٦	٠.٤٤٤٤	٠.٤٩٨٢٢	أي الأنشطة الآتية يحتاج إلى الدقة بدرجة أكبر من الأخرى	%٤٤
٢٧	٠.٤٢٨٦	٠.٤٩٦١٩	تمرين (الضغط) الانبطاح المائل ثني الذراعين ينمي أساساً	%٤٣
٢٨	٠.٥٠٢٧	٠.٥٠١٣٤	أكثر الأنشطة البدنية احتياجاً للتوافق هي	%٥٠
٢٩	٠.٥٣٤٤	٠.٥٠٠١٤	تمرين ثني الجذع أماماً أسفل مصمم أساساً بغرض	%٥٣
٣٠	٠.٥٥٥٦	٠.٤٩٨٢٢	أي الأنشطة التالية الأفضل لتنمية الدقة	%٥٦
٣١	٠.٣٨١٠	٠.٤٨٦٩١	القدرة هي	%٣٨
٣٢	٠.٤٠٢١	٠.٥١٢٨١	تقاس القوة العضلية بجهاز	%٤٠
٣٣	٠.٣٥٤٥	٠.٤٧٩٦٣	الجري المكوكي بين خطي المسافة بينهما ١٠م أربع مرات ينمي	%٣٥
٣٤	٠.٢٣٨١	٠.٤٢٧٠٥	أفضل مؤشر لمرونة العمود الفقري	%٢٤

٣٥	تجنب الاصطدام بالناس في الشوارع المزدحمة يعبر عن	٠.٢٠١١	٠.٤٠١٨٦	%٢٠
٣٦	التدريب الدائري ينمي أساساً	٠.٢٦٩٨	٠.٤٤٥٠٦	%٢٧
٣٧	التأثير الأساسي لجري المسافات الطويلة هو	٠.٤٢٨٦	٠.٤٩٦١٩	%٤٣
٣٨	تمرين رفع الذراعين عالياً والضغط خلفاً باستمرار ينمي أساساً	٠.٤١٢٧	٠.٤٩٣٦٣	%٤١
٣٩	عند اختيار لاعب كرة السلة يفضل اللاعب ذو	٠.٤٧٠٩	٠.٥٠٠٤٨	%٤٧
٤٠	يتأسس اكتساب اللياقة البدنية قبل التدريب على	٠.٤١٨٠	٠.٤٩٤٥٤	%٤٢
٤١	أقصى انقباض عضلي ضد مقاومة دفعة واحدة يعني	٠.٣٩١٥	٠.٤٨٩٣٩	%٣٩
٤٢	المشي على الحبل عند لاعب السيرك يعبر عن	٠.٤٧٠٩	٠.٥٠٠٤٨	%٤٧
٤٣	عدم مقدرة اللاعب على تكملة سباق المسافات الطويلة يعني ضعف	٠.٣٤٣٩	٠.٤٧٦٢٧	%٣٤
٤٤	يتفوق الرجالي على النساء بوضوح في مكون	٠.٤٤٩٧	٠.٤٩٨٧٩	%٤٥
	الحصيلة المعرفية الكلية	٠.٤٣٦٣٤٥	٠.٠١٩٨٥٢٦٩	%٤٤

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 والبالغ (٠.٧٢٤٩) بأهمية نسبية بلغت (٧٢%)، ويليه السؤال رقم (١٦) "اللياقة البدنية لا صلة لها بالعادات الغذائية للإنسان" بمتوسط حسابي بلغ (٠.٦٧٢٠) بأهمية نسبية بلغت (٦٧%)، بينما احتل السؤال رقم (١٢) "الجري لمسافات طويلة ينمي أساساً قوة عضلات الرجلين" المرحلة قبل الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.٢٠٦٣) وبأهمية نسبية بلغت (٢١%)، بينما جاء كل من السؤالين (١) "التصويب على المرمى في كرة القدم لا يحتاج لتدريبات الأثقال" والسؤال (٣٥) "تجنب الاصطدام بالناس في الشوارع المزدحمة يعبر عن" في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.٢٠١١) وأهمية نسبية بلغت (٢٠%) السؤال الثاني: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) تبعاً لمتغيرات (الجنس، القسم، السنة الدراسية، التقدير).

السؤال الثاني تبعاً لمتغير الجنس:

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

#### الجدول رقم (٤)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية واختبار ت تبعاً لمتغير الجنس

النوع الاجتماعي	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
طالب	124	0.4296	0.18984	-٠.٧١٩-	٠.٤٧٣
طالبة	65	0.4491	0.14946		

قيمة ت الجدولية عند مستوى ( $\alpha \geq 0.05$ ) ١.٩٦

يبين الجدول رقم (٤) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية واختبار (ت) تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي ويتضح من الجدول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين الطلاب والطالبات في حصيلتهم المعرفية للياقة البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-0.719) وبمستوى دلالة (0.473) .

السؤال الثاني تبعاً لمتغير القسم:

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة 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
التربية الرياضية	123	0.4484	0.17219	١.٢٨٠	٠.٢٠٢
التأهيل الرياضي	66	0.4139	0.18440		

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

يبين الجدول رقم (٥) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية واختبار (ت) تبعاً لمتغير القسم ويتضح من الجدول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين تخصصي التربية الرياضية والتأهيل الرياضي في حصيلتهم المعرفية للياقة البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١.٢٨٠) وبمستوى دلالة (٠.٢٠٢) .

السؤال الرابع السؤال الثاني تبعاً لمتغير السنة الدراسية :

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) واختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة 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
أولى	41	0.4887	0.15934	بين المجموعات	0.284	3	0.095	3.132	0.027
ثانية	56	0.4481	0.17017						
ثالثة	45	0.4359	0.17825	داخـل المجموعات	5.594	185	0.030		
رابعة	47	0.3772	0.18581						
				المجموع الكلي	5.879	188			

المجموع	189	0.4363	0.17683
---------	-----	--------	---------

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

يبين جدول رقم (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) ويتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة  $(\alpha \geq 0.05)$  لمتغير السنة الدراسية، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (3.132) وبمستوى دلالة (0.027) .

#### الجدول رقم (٧)

#### اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية

السنة (I) الدراسية	السنة (J) الدراسية	فرق المتوسطات	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
أولى	ثانية	0.04060	0.03574	0.732
	ثالثة	0.05280	0.03754	0.578
	رابعة	0.11142*	0.03716	0.032
ثانية	أولى	-0.04060-	0.03574	0.732
	ثالثة	0.01219	0.03481	0.989
	رابعة	0.07082	0.03440	0.241
ثالثة	أولى	-0.05280-	0.03754	0.578
	ثانية	-0.01219-	0.03481	0.989
	رابعة	0.05863	0.03627	0.457
رابعة	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 ويتضح 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 والبالغ (0.4887)، مقارنتاً بالمتوسط الحسابي لسنة الدراسية الرابعة والبالغ (0.3772).

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 لدلالة الفروق بين المتوسطات 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 و تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA)

تبعاً لمتغير التقدير .

التقدير	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
مقبول	٧	٠.٤٣١٨	٠.٢٠٤١٢	بين المجموعات	0.605	3	0.202	7.069	0.000
جيد	٦٢	٠.٣٥٨١	٠.١٥٤٤٠		5.274	185	0.029		
جيد جدا	٧٦	٠.٤٨٨٤	٠.١٨٨٥٧	داخل المجموعات	5.879	188	0.202		
ممتاز	٤٤	٠.٤٥٧٤	٠.١٤٤٩٠		0.605	3			
المجموع	١٨٩	٠.٤٣٦٣	٠.١٧٦٨٣	المجموع الكلي	5.274	185			

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

يبين الجدول رقم (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) تبعاً لمتغير التقدير

ويتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة  $(\alpha \geq 0.05)$  تبعاً لمتغير التقدير، حيث بلغت قيمة (ف)

المحسوبة (٧.٠٦٩) وبمستوى دلالة (٠.٠٠٠٠) .

## الجدول رقم (٩)

اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية

التقدير (I) الدراسي	التقدير (J) الدراسي	فرق المتوسطات	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
مقبول	جيد	0.07368	0.06732	0.754
	جيد جدا	-0.05655	0.06669	0.869
	ممتاز	-0.02559	0.06871	0.987
جيد	مقبول	-0.07368	0.06732	0.754
	جيد جدا	-0.13023*	0.02889	0.000
	ممتاز	-0.09927*	0.03328	0.033
جيد جدا	مقبول	0.05655	0.06669	0.869
	جيد	0.13023*	0.02889	0.000
	ممتاز	0.03097	0.03198	0.816
ممتاز	مقبول	0.02559	0.06871	0.987
	جيد	0.09927*	0.03328	0.033
	جيد جدا	-0.03097	0.03198	0.816

يبين الجدول رقم (٩) اختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لمتغير التقدير الدراسي ويتضح 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 (٠.٤٨٨٤) يليهم من كان تقديرهم ممتاز بمتوسط حسابي بالغ (٠.٤٥٧٤) حيث حصل من هم تقديرهم جيد على المتوسط الحسابي الأقل والبالغ (٠.٣٥٨١) .

#### مناقشة النتائج:

**مناقشة نتائج السؤال الأول:** ما هي الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل سؤال من أسئلة اختبار الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية، كما هو موضح في الجدول رقم (٣) يتضح من الجدول أن السؤال رقم (١٩) " تختلف اللياقة البدنية المطلوبة للأداء في كرة اليد عنها في الكرة الطائرة" احتل المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي والبالغ (٠.٧٢٤٩) بأهمية نسبية بلغت (٧٢%)، بينما جاء كل من السؤالين (١) " التصويب على المرمى في كرة القدم لا يحتاج لتدريبات الأتقال " والسؤال (٣٥) " تجنب الاصطدام بالناس في الشوارع المزدهمة يعبر عن " في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٠.٢٠١١) وأهمية نسبية بلغت (٢٠%)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للحصيلة المعرفية الكلية (٠.٤٣٦٣٤٥) بنسبة أهمية بلغت (٤٤%) وهذا المؤشر يدل على أن الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لطلبة كلية علوم الرياضة جاءت منخفضة، يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن هناك خلل في تطبيق خطط كلية علوم الرياضة بقسمها التربوية الرياضية والتأهيل الرياضي أي أن هذه الخطط لا تولي اهتماماً للتسلسل والترابط بين المواد العملية فيها حيث أن مادة اللياقة البدنية هي الأساس للمواد العملية وبعد الرجوع إلى خطة كلية علوم الرياضة لم يجد الباحث أن مادة اللياقة البدنية جاءت متطلباً سابقاً لأي مادة في الخطة وعلى الرغم من أن هذه المادة هي التي تبنى عليها المواد العملية الجماعية والفردية، وذلك يضعف من أهميتها والاهتمام بها في مراحل الدراسة كلها .

**مناقشة نتائج السؤال الثاني:** هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) تبعاً لمتغيرات (الجنس، القسم، السنة الدراسية، التقدير) .

#### - السؤال الثاني تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، كما هو موضح في الجدول رقم (٤)، إذ ويتضح من الجداول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين الطلاب والطالبات في حصيلتهم المعرفية للياقة البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.٧١٩) وبمستوى دلالة (٠.٤٧٣). واتفقت نتيجة هذه الدراسة من حيث متغير الجنس مع دراسة الصالح وآخرون (٢٠٠٩) والتي تشير نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس، ودراسة الرحالة (٢٠٠٧) والتي تشير نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس .

#### مناقشة نتائج السؤال الثاني تبعاً لمتغير القسم :

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري والحصيلة المعرفية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعاً لمتغير القسم، كما هو موضح في الجدول رقم (٥)، إذ ويتضح من الجدول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين تخصصي التربية الرياضية والتأهيل الرياضي

في حصيلتهم المعرفية للياقة البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.280) وبمستوى دلالة (0.202)، ويعزو الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة التأهيل والتربية الرياضية لوجود مواد مشتركة لكلا التخصصين خاصة بتتمة الحصيلة المعرفية كمادة اللياقة البدنية والتمرينات البدنية وأسس التربية الرياضية، ويشير الباحث بأن الكثير يرى أن طلبة التربية الرياضية يمتلكون حصيلة معرفية أكثر من طلبة التأهيل الرياضي بحكم أنهم يأخذوا مساقات خاصة في اللياقة البدنية أكثر، ولكن يرى الباحث بأن طلاب التأهيل الرياضي لا بد أن يكتسبوا الحصيلة المعرفية الخاصة باللياقة البدنية وذلك لكي يعرفوا كيفية العلاج والأسلوب المناسب في التأهيل والتعامل مع المصابين، وأيضاً وجود مواد متعلقة باللياقة في خطة التأهيل الرياضي تتمي الحصيلة المعرفية الخاصة باللياقة البدنية لدى طلبة التأهيل الرياضي .

#### مناقشة نتائج السؤال الثاني تبعاً لمتغير السنة الدراسية :

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) واختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعاً لمتغير السنة الدراسية، كما هو موضح في الجدول رقم (٦) و (٧)، ويتضح من الجداول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة  $\alpha \geq 0.05$  لمتغير السنة الدراسية، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (3.132) وبمستوى دلالة (0.027)، وجاءت الفروق بين السنة الدراسية الأولى والسنة الدراسية الرابعة لصالح السنة الدراسية الأولى والتي حصلت على المتوسط الحسابي الأعلى والبالغ (0.4887)، مقارنةً بالمتوسط الحسابي لسنة الدراسية الرابعة والبالغ (0.3772)، حيث يعزو الباحث سبب وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السنة الدراسية الأولى والسنة الدراسية الرابعة لصالح السنة الدراسية الأولى إلى أن طلبة السنة الدراسية الأولى بمجرد قبولهم على مقاعد الدراسة يقوموا بأخذ المواد لسهله التي قد يكون تحصيلهم في مرتفع ومن ضمن هذه المواد مادة اللياقة البدنية، مما ينعكس ذلك على ارتفاع الحصيلة المعرفية لطلبة السنة الأولى مقارنةً بالسنوات الأخرى ، ويرى الباحث أيضاً أن طلاب السنة الأولى تكون الدافعية لديهم للتعليم أكثر من السنوات الأخرى وبالتالي يكتسبوا حصيلة معرفية أكثر، ويرى (Santrok 2003) بأن الأفراد الذين يوجد لديهم دافع مرتفع للتحصيل يعملون بجدية أكبر من غيرهم ويحققون نجاحات أكثر .

واختلفت نتيجة هذه الدراسة من حيث متغير السنة الدراسية مع دراسة الصالح وآخرون (2009) والتي تشير نتائجها لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير السنة الدراسية ولصالح طلبة السنة الدراسية الرابعة، ودراسة الرحالة (2007) والتي تشير نتائجها لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير السنة الدراسية ولصالح السنة الدراسية الأعلى .

#### مناقشة نتائج السؤال الثاني تبعاً لمتغير التقدير :

للإجابة عن هذا السؤال تم احتساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) واختبار (Tukey HSD) للمقارنات البعدية لدلالة الفروق بين المتوسطات في اختبار الحصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعاً لمتغير التقدير، كما هو موضح في الجداول رقم (٨) و (٩)، ويتضح من الجداول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة  $\alpha \geq 0.05$  تبعاً لمتغير التقدير، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (7.069) وبمستوى دلالة (0.000)، وجاءت الفروق بين تقدير الجيد والجيد جداً والممتاز ولصالح من هم تقديرهم جيد جداً حيث حصلوا على المتوسط الحسابي الأعلى والبالغ (0.4884) يليهم من كان تقديرهم ممتاز بمتوسط حسابي بالغ (0.4574) حيث حصل من هم تقديرهم جيد على المتوسط الحسابي الأقل والبالغ (0.3581)، ويعزو الباحث ذلك امتلاك من هم بتقدير جيد جداً على معلومات عالية في المواد العملية وبالأخص مادة اللياقة البدنية بحكم تطبيقهم وأدائهم للمهارات الرياضية بمختلف المواد العملية ويرى الباحث أيضاً بأن الطلبة ذو التقدير الممتاز يمتلكون معلومات كثيرة ولكن قد لا تكون خاصة باللياقة البدنية بشكل كبير وأنها من الممكن أن تكون خاصة بالمواد النظرية بشكل أكبر .

#### الاستنتاجات :

- في ضوء أهداف الدراسة والنتائج التي تم التوصل إليها تم وضع الاستنتاجات التالية :
- ١- تدني مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة .
  - ٢- جاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية بمستوى متدني لدى الطلاب والطالبات وعدم وجود فروق بين الجنسين .
  - ٣- جاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسمي التربية الرياضية والتأهيل الرياضي بمستوى متدني لدى كلا القسمين وعدم وجود فروق فيما بينهما .
  - ٤- وجود تفاوت بين الطلبة في حصيلتهم المعرفية بحسب التقدير والسنة الدراسية .

#### التوصيات :

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإن الباحث يوصي بما يلي :
- ١- إعطاء مساق اللياقة البدنية الأهمية الكافية من قبل إدارة الكلية .
  - ٢- جعل مساق اللياقة البدنية متطلب سابق وإجباري لكافة المواد العملية .
  - ٣- عقد دورات وورش عمل في مجال اللياقة البدنية لتقوية الحصيلة المعرفية لدى الطلاب في هذا المجال .
  - ٤- عقد ورش عمل لأعضاء الهيئة التدريسية في الكلية للتباحث في محتوى منهاج مادة اللياقة البدنية ووضع مساق ثابت للمادة بمحتوى ينمي ويقوي الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى الطلبة .
  - ٥- 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 السندباد للطباعة.
- بركات، محمد خليفة (١٩٧٩)، علم النفس التعليمي، الكويت.
- بسطويسي، أحمد (١٩٩٩)، المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- بن يوسف، أمال (٢٠٠٨)، العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية وأثرها على التحصيل الدراسي، رسالة ماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر .
- تونسية، يونس (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.
- جروان، فتحي (١٩٩٩)، الموهبة والتفوق والإبداع، دار الكتاب الجامعي، العين.
- حاجي، فريد (٢٠٠٥)، بيداغوجيا التدريس بالكفاءات، دار الخلدونية للنشر والتوزيع، الجزائر .
- الحري، 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 الرازق (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.
- الحيالي، معن عبد الكريم جاسم (٢٠٠١)، أثر استخدام تدريبات السرعة بالمساعدة.
- الخشاب، زهير قاسم وآخرون (١٩٩٩)، كرة القدم، ط٢ محدثة، دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل .
- خصاونة، أمان والزعبي، زهير (٢٠٠٧) الحصيلة المعرفية العلمية لدى لاعبي ومدربي ألعاب القوى في الأردن، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد ٢١ (٣).
- خليل، سناء (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.
- الريضي، كمال جميل (٢٠٠١)، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، ط١، الجامعة الأردنية، عمان.
- الريضي، كمال جميل (٢٠٠٤)، التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين، دار وائل للنشر، عمان .

- الرحاحلة، وليد وشوكة، نارت (٢٠٠٧)، دراسة 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 وعثمان، عثمان (٢٠٠٧) الثقافة الرياضية، ط١ ، دار تسنيم للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن.
- زهان، حامد عبد السلام (١٩٧٢)، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، عالم الكتاب القاهرة.
- سميرة، ونجن (٢٠١٤)، التحصيل الدراسي بين التأثيرات الصفية ومتغيرات الوسط الاجتماعي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي .
- شاكرا، صلاح وهاب (٢٠١١)، الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى، رسالة ماجستير غير منشورة.
- شاكرا، صلاح وهاب (٢٠١١)، الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى، العراق .
- الشربيني، ذكريا أحمد بلفقيه، نجيب محفوظ (٢٠٠٤)، علاقة التحصيل في مادة العلوم والعادات والاتجاهات الدراسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي.
- شريم، رغدة (٢٠٠٩) سيكولوجية المراهقة، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان.
- صبري، أثير (١٩٨٣)، تأثير تطوير مطاولة القوة على انجاز ركض المسافات المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية.
- الصفار، سامي وآخرون (١٩٨١)، كرة القدم ج١، 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 وصبحي، محمد (١٩٩٧)، اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي، القاهرة.
- عبد الرحمن، نعمات أحمد (١٩٨٠)، علاقة بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية بالتميز 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 تنمية 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 والتقييم النفسي والتربوي (أساسه وتطبيقاته)، دار الفكر العربية، مصر .
- علاوي، محمد (١٩٩٨) موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر .
- علاوي، محمد حسن ورضوان، نصر الدين (١٩٩١)، اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة .
- علاوي، محمد حسنين ورضوان، محمد نصر الدين (١٩٨٩)، الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- فرحات، ليلي السيد (٢٠٠١)، القياس والاختبار في التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- كاظم، مصطفى (١٩٨٢)، رياضة السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة .

- الكبيسي، وهيب مجيد 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، حنفي محمود (١٩٨٥)، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- مختار، حنفي محمود (١٩٩٩)، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي .
- نور الدين، صولح وجمال الدين، تفاح وسلامي، قعماز (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), **Scientific Basis of Athletic condition lea and Febiger**, Philadelphia .

Roman, Gouzman. Kozulin, Alex (2005). **Enhancing Cognitive skillsin blind learner**, Jerusaler.

الروابط الإلكترونية :

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