

## الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت

د. محمد علي مسلم الحوامدة\*

### الملخص

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت، والكشف عن الفروق في استجابة العينة التي تعود إلى (الجنس، السنة الدراسية)، وقد تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (390) طالباً وطالبة من طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت، وتم استخدام اختبار معرفي للياقة البدنية حيث تكون من (20) تسأولاً، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج ومن أهمها: ان مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت قد جاء بدرجة مرتفعة، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السنة الدراسية لصالح السنة الرابعة. وقد أوصت الدراسة إلى ضرورة تطبيق الاختبار المعرفي الذي تم استخدامه في هذه الدراسة بشكل منتظم لقياس مستوى المعرفة والمعلومات في اللياقة البدنية لطلبة قسم التربية البدنية، وضرورة الاهتمام عند وضع المقررات الدراسية بالسنوات الدراسية المختلفة بالجانب المعرفي لكل مقرر دراسي.

**الكلمات المفتاحية:** الحصيلة المعرفية، اللياقة البدنية، التربية البدنية، جامعة آل البيت

\* عضو هيئة تدريس جامعة آل البيت

## **The level of the cognitive outcome in physical fitness among students of the Department of Physical Education at Al al-Bayt University**

### **Abstract**

The current study aimed to identify the level of cognitive outcome in physical fitness among students of the Department of Physical Education at Al al-Bayt University, and to reveal the differences in the response of the sample that belongs to (gender, school year), and the descriptive approach was used, and the study sample consisted of (390) Male and female students of the Department of Physical Education at Al al-Bayt University, and a cognitive test of physical fitness was used, which consisted of (20) questions, and the study reached several results, the most important of which are: It came to a high degree, and the study concluded that there are no statistically significant differences due to the gender variable, and there are statistically significant differences due to the academic year variable in favor of the fourth year. The study recommended the necessity of applying the cognitive test that was used in this study on a regular basis to measure the level of knowledge and information in the physical fitness of the students of the Department of Physical Education, and the need to pay attention to the cognitive aspect of each course when setting courses in the different academic years.

**Keywords:** cognitive outcome, physical fitness, physical education, Al al-Bayt University

## مقدمة

ان الاهتمام بالتربية البدنية لا يقتصر أهدافها فقط بتطوير وتنمية قدرات الفرد البدنية للوصول إلى استخدام المهارات المكتسبة، بل أنها تهدف إلى إعداد الطلبة لحيّة فعالة وذلك من خلال اكتساب الفهم والمعرفة والإدراك لطبيعة المناهج الدراسية وأهدافها وفائدتها ومعرفة بيئة التربية البدنية والمصطلحات والحركات والألفاظ.

وتعد المعرفة التي ترتبط بالأنشطة الرياضية من أهم أسلحة العصر الحديث في مجال التدريب الرياضي الحديث للمدربين واللاعبين على حد سواء، حيث أن المعرفة الرياضية تعتبر حصيلة لمجموعة من المعارف التي ترتبط بالعلوم الإنسانية الأخرى والتي تهدف إلى الوصول بالأداء الرياضية لأعلى مستوى ممكن تسمح به إمكانيات اللاعبين وبأكثر الطرق وأسهلها، فالمجال المعرفي لدور بارز في مجال التربية البدنية إذ انه يعمل على توازن خبرات الطلبة البدنية والحركية، وينبغي أن يتم تقديم المعرفة بشكل مباشر للطلبة خلال الوحدة التدريبية (نتوش، 2017).

ان الحصيلة المعرفية من العناصر الأساسية التي تسهم في رفع المستوى الرياضي لدى اللاعبين إلى درجة المنافسة المتقدمة إذا توفرت الحصيلة المعرفية في مجالات علوم الرياضة والتي من أهمها اللياقة البدنية بالإضافة إلى الجانب التدريبي، وكما أن الحصيلة المعرفية لدى اللاعبين تعتبر عنصر أساسي في العملية التدريبية وخاصة في اللياقة البدنية، كما تساعد اللاعبين في سرعة تعلمهم للمهارات البدنية المختلفة وسهولة تطبيقه المعلومات الخطية (huori,2003).

وتتمثل أهمية اللياقة البدنية بارتباطها المباشر بصحة الفرد وشخصيته وذلك كما أشار (abdel Fattah,2003) إلى ارتباط اللياقة البدنية بمقدرة الإنسان على العمل بفاعلية وتمتعه بوقته الحر لكي يكون سليماً من الناحية الصحية ولكي يستطيع مقاومة الأمراض وقلة الحركة ولكي يواجه الحالات الطارئة التي تتطلب منه بذل الجهد البدني الطارئ.

إذ ان اللياقة البدنية نتيجة تأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم المختلفة والتي تشخص المستوى كما أنها تعمل على تطوير المقدرة الحركية، كما أن مفهوم اللياقة البدنية يعطي نفس مفهوم

الصفات الحركية أو الصفات البدنية أو القابلة الفسيولوجية أو الخصائص الحركية، حيث أن مفهوم اللياقة البدنية يشمل الخصائص البدنية الأساسية للرياضة والتي تؤثر بشكل كبير على النمو والتطور، حيث أن الهدف من تنمية اللياقة البدنية هو الوصول إلى مستوى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى الإنجاز الأعلى (mokhtar,1985).

وتمثل الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية من العناصر الأساسية التي يتم الاعتماد عليها لتقييم العديد من الأمور التي ترتبط بالخطط الدراسية التي يطرحها قسم التربية البدنية كون اللياقة البدنية أساساً تبنى عليه العديد من الأمور التدريبية والتعليمية وخطط بالإضافة إلى الجانب العلمي المعرفي.

#### مشكلة الدراسة

ان الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية تعتبر من الأساسيات التي يتم الاعتماد عليها لتقييم العديد من الأمور التي ترتبط بالمقررات الدراسية التي تم طرحها في كلية التربية البدنية، حيث أن اللياقة البدنية أساساً تبنى عليه العديد من الأمور التدريبية المرتبطة من المهارات الأساسية وخطط اللعب وتطور الأداء المهاري والبدني والخططي والتركيز على الجاني المعرفي العلمي.

وفي ظل ما نشهده في العصر الحالي من ثورة علمية ومعرفية في مجال الصحة وما آلت إليه التطورات التقنية من قلة الحركة والتي بدورها أدت إلى انتشار عدة أمراض في العصر الحالي، وقد لاحظ الباحث غياب الاختبارات في قسم التربية البدنية بجامعة آل البيت التي تقوم بقياس الحصيلة المعرفية للطلبة في مجال اللياقة البدنية والتي بدورها تعطي مؤشر عن امتلاك الطلبة لتلك الحصيلة التي تعد من الأساسيات التي يعتمد عليها لممارسة الرياضة، ومن هنا برزت مشكلة الدراسة لإلقاء الضوء على المستوى المعرفي لطلبة قسم التربية البدنية في مجال اللياقة البدنية.

## أسئلة الدراسة

تسعى الدراسة الحالية للإجابة عن التساؤلات التالية:

- ما مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت؟
- هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha=0.05)$  في متوسطات استجابات العينة نحو مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت تعزى لمتغير (الجنس، سنوات الدراسة)؟

## أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

- التعرف على مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت.
- الكشف عن الفروق في متوسطات استجابات العينة نحو مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت التي تعزى لمتغير (الجنس، سنوات الدراسة).

## أهمية الدراسة

يمكن الإشارة إلى أهمية الدراسة في النقاط الآتية:

- تعتبر من الدراسات الأولى التي تناولت الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية بجامعة ال البيت.
- تكشف الدراسة الحالية الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية بجامعة ال البيت.
- تقيد الجهات المسؤولة في تقديم توجيهات ومقترحات من أجل زيادة مستوى الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية.

- تسهم الدراسة الحالية في إثراء المكتبة العربية في مجال الفكر البدني والرياضي.

### مصطلحات الدراسة

**الحصيلة المعرفية:** "مجموعة ما يمتلكه الفرد من معارف متعددة والتي كسبها من خلال التعليم الأكاديمي أو الدورات أو الخبرة والتي تظهر بشكل واضح عند من يمتلكها من خلال نسبة التحصيل المعرفي للشخص ومستوى المجموعة التي يقودها كالمدرّب على الصعيد الرياضي. (الحواري، 2003).

**ويعرفها الباحث إجرائياً:** مجموعة من المعارف والمعلومات التي يمتلكها طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت من خلال التعليم بمجال اللياقة البدنية، وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها عينة الدراسة على المقياس المعد لذلك.

**اللياقة البدنية:** "هي القدرة على أداء الواجبات اليومية بحيوية ويقظة دون تعب لا مبرر له مع توافر جهد كافي للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة" (عبد الحميد، 1997:35).

### حدود الدراسة

اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود التالية:

الحدود المكانية: طبقت الدراسة الحالية في جامعة آل البيت بالمملكة الأردنية الهاشمية.

الحدود الزمانية: أجريت الدراسة الحالية في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي

2020/2021.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة الحالية على طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت.

## الأدب النظري

### المعرفة الرياضية

تعتبر المعرفة الرياضية أحد أهم الجوانب الثقافية الرياضية التي تراكمت ادواتها وخبراتها ونظمها وقواعدها عبر آلاف السنين، ومن خلال خبرة ملايين من البشر مارسوا الرياضة وعمدوا إلى تطويرها وتأصيلها إلى أن أصبحت ذات بنية معرفية لها مبادئها ونظرياتها ومصطلحاتها الخاصة، ولم تعد المعرفة الرياضية مجرد ناتج فرعي أو ما كان يطلق عليه تعليم مصاحب أو مرتبط في منهج التربية البدنية، و إنما أصبح تعليماً أساسياً، فلا بد للمتعلم الرياضي أن يعرف أولاً ثم يمارس، فهكذا افادتنا معطيات مناهج التربية البدنية، كما تعتبر المعرفة الرياضية وجهاً ثقافياً وحضارياً مشرقاً وثرياً وجديراً بأن يلم به الانسان المعاصر الذي هو في أمي الحاجة إلى الصحة البدنية والثقافة البدنية(حتاملة،2002).

والجدير بالذكر أن المعارف والمعلومات التي يكتسبها تساعد في حسن تحليل مواقف اللعب المختلفة واختيار الحلول لمجابهة مثل هذه المواقف، وقد أشار الخبراء إلى ان النجاح الحقيقي للرياضي يتأكد في الجمع بين الممارسة للنشاط والمعرفة وان التقدم في العمر قد يبعد الرياضي عن الممارسة ولكنه لا يبعد بينه وبين المعرفة، أي ان المجال المعرفي يسير جنباً إلى جنب مع المجال الحركي وان هنالك ضرورة في ان يلم كل رياضي بالمعلومات والمعارف الرياضية(علاوي،1999).

### اللياقة البدنية

تعتبر اللياقة البدنية إحدى أوجه اللياقة الشاملة كما أنها القاعدة التي تبنى عليها إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، فعليها تبنى اللياقة البدنية الخاصة والتقدم بالخطط والمهارات الأساسية وطرق اللعب، وبدونها تصبح إمكانية تحقيق هذه الأبعاد أمراً مستحيلاً صعباً بل قد يكون مستحيلاً، وتبرز أهمية اللياقة البدنية من خلال ارتباطها الطردي بالعديد من المجالات الحيوية كالتحصيل والنضج الاجتماعي والنكاء والقوام الجيد والصحة العقلية والبدنية والنمو ومواجهة الطوارئ غير المتوقعة، وهي ترتبط بالأعمال التي يؤديها الفرد وبقدرته على بذل الجهد البدني.

ويمكن القول بأن اللياقة البدنية ترفع من قابلية ومقاومة الانسان للأمراض وخاصة ما يطلق عليها أمراض العصر كالسكري وضغط الدم والتوتر العصبي وبعض أمراض الفقرات والجهاز الهضمي فضلاً عن انه لها آثار علاجية وفوائد عديدة وقائية، فالأفراد الذين لديهم لياقة بدنية عالية يعيشون حياة أطول.

### أهمية اللياقة البدنية للفرد

إن للياقة البدنية أهمية بالغة، تتلخص فيما يلي (مطهر، 2016):

- تساعد على تفادي الإصابة بالأمراض التي تصيب القلب والأوعية الدموية.
- تحسين أداء أجهزة الجسم كالجهاز العضلي والتنفسي.
- تساعد على الحفاظ على الوزن المناسب للفرد وإنقاص الوزن الزائد.
- تعمل على تقوية ورفع أداء المفاصل والأربطة والأوتار الداعمة.
- تساعد على زيادة مقاومة الجسم لتوتر العصبي والتعب.
- يعتبر وسيلة مفيدة وفعالة للترويح عن النفس وقضاء وقت الفراغ.
- زيادة الثقة بالنفس والالتزان الانفعالي مع الاعتزاز بقدرات الفرد.

### خصائص اللياقة البدنية

يمكن استخلاص بعض الخصائص الأساسية التي تعطي في مجملها المفهوم المتكامل للياقة البدنية وهذه الخصائص هي (تنتوش، 2017):

- أن اللياقة البدنية يعتبر مقدرة بدنية تتأسس على عمليات فسيولوجية مختلفة وتتأثر بكافة النواحي النفسية.
- ان مستوى معيناً من العمل الوظيفي لأجهزة الجسم يمكن ان يتم قياسه وتميمته.
- يعتبر الهدف الأساسي للياقة البدنية هو تحسين مقدرة الجسم على مواجهة المتطلبات اليومية العادية التي تستلزمها ظروف الحياة اليومية.



- أن احد الأهداف المهمة للياقة البدنية هو تحقيق الوقاية الصحية وتوفير حياة أفضل للفرد.

### أهمية القياسات المعرفية للياقة البدنية

أن لتقدم التقني في مجال القياسات العلمية للقدرات البدنية دوراً هاماً في مجال التعليم والتدريب، حيث أنه يمد المعلمين والمدرسين بالوسائل العلمية والأدوات الحديثة التي تكون ذات تأثير إيجابي في تقنين حمل التدريب واختيار أفضل الطرق التعليمية، مما يقلل من هدر الوقت والجهد، وسرعة تطوير الطرق التعليمية، وكذلك إمكانية انتقاء المفردات الملائمة لكافة المراحل التعليمية (مطهر، 2016).

وتعد المعايير المعرفية من الوسائل الموضوعية التي يتم الاعتماد عليها في تقويم أداء الطلبة، حيث يتم عن طريقها مقارنة وتفسير الدرجات المستخلصة من تطبيق المقاييس والاختبارات والاستفادة منها في تطوير مستوى اللياقة البدنية للطلبة، وهي من الوسائل العلمية المهمة لاستمرارية التقدم العلمي بكافة الميادين والتي ضمنها المجال الرياضي (فرحات، 2001).

### الدراسات السابقة

يتضمن هذا الجزء عرضاً للدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة، والتي تم ترتيبها من الأقدم للأحدث، وذلك على النحو التالي:

هدفت دراسة رحاحلة وشوكة (2007) التعرف على الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية والفروق في هذه الحصيلة تبعاً لمتغير الجنس، المستوى الدراسي، الممارسة الرياضية، وتكونت العينة من (416) طالبا وطالبة من طلاب كليتي التربية الرياضية في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك، وتم استخدام مقياس المستوى المعرفي في اللياقة البدنية، وظهرت نتائج الدراسة وجود ضعف في مستوى الحصيلة المعرفية عند عينة الدراسة بصورة عامة، وكذلك أظهرت ارتفاع في مستوى

الحصيلة المعرفية من سنة دراسية إلى أخرى، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الممارسة الرياضية والجنس.

**أجرى شطناوي (2008)** دراسة هدفت التعرف إلى الحصيلة المعرفية لدى طلبة كلية العلوم الرياضية في جامعة مؤتة نحو الحركة الأولمبية وفقاً لمتغيرات (السنة الدراسية، الجنس) وتكونت العينة من (99) طالباً وطالبة، وتم تطوير أداة قياس خاصة (32) فقرة للدراسة، وظهرت نتائج الدراسة إن هنالك مستوى متدني من المعرفة تجاه الحركة الأولمبية لدى الطلبة رغم تميز الطلاب عن الطالبات بدلالة إحصائية، كما أظهرت نتائج الدراسة ان المستوى المعرفي للطلبة عن الحركة الأولمبية لا يختلف باختلاف السنة الدراسية.

**وقام (meshaal,2012)** 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، وتكونت العينة من (251) طالبا 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 ان مستوى اللياقة الهوائية كان بدرجة متوسطة بتقدير الطلبة انفسهم، وانه لا توجد علاقة ارتباطية بين الثقافة التغذوية ومستوى اللياقة البدنية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية.

**وقام (obeidat,2014)** بدراسة هدفت إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية أربد الجامعية، إذ تكونت العينة من (103) موظفة في كلية اربد الجامعية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام المنهج الوصفي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط في معرفة اللياقة البدنية لدى موظفات كلية اربد الجامعية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة على المتغير المؤهل العلمي ولصالح فئة البكالوريوس، ولا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية عند مستوى الدلالة على مستوى اللياقة البدنية تبعا للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، والمسمى الوظيفي).

**هدفت دراسة مطهر (2016)** التعرف إلى الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة صنعاء، وكذلك التعرف إلى الفروق في هذه الحصيلة المعرفية للياقة البدنية تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي لدى العينة، وتم استخدام المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة الدراسة على عينة بلغت (60) طالب وطالبة من طلبة المستوى الثالث والرابع من طلبة الكلية والذين يدرسون مادة الإعداد البدني، حيث تم استخدام مقياس المستوى المعرفي في اللياقة البدنية، وقد اشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع الحصيلة المعرفية عند الطلبة بصورة عامة حيث بلغت (89%) وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي في الحصيلة المعرفية للياقة البدنية.

**وهدفت دراسة نتنوش (2017)** البحث في الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية جامعة المرقب بالخمس، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتكونت العينة من (60) طالبا من الطلبة الدارسين بالسنوات الثانية والثالثة والرابعة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، وتمثلت أداة الدراسة في الاختبار المعرفي للياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية والرياضية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض مستوى المعرفة الرياضية لدى افراد عينة الدراسة مقارنة بالدرجة الكلية للمقياس المستخدم في البحث.

**وهدفت دراسة الذنيبات (2020)** التعرف على الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، إذ تم استخدام المنهج الوصفي بكافة خطواته، وتكونت العينة من (189) طالبا، وتم استخدام أداة الاستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات المرتبطة بأداة الدراسة، واطهرت نتائج الدراسة تدني مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وجاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية بمستوى متدني لدى

الطلاب والطالبات وعدم وجود فروق بين النوع الاجتماعي، ووجود تفاوت بين الطلبة في حصيلتهم المعرفية بحسب التقدير والسنة الدراسية.

**وأجرى الدسوقي (2021) التعرف على تأثير أداة تفاعلية لقياس الحصيلة المعرفي في كرة اليد،** ومعرفة دور بعض المتغيرات في تلك الحصيلة المعرفية بالإضافة إلى معرفة دورها في تدريب معلم التربية الرياضية اثناء الخدمة بمحافظة دمياط، وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، واشتملت العينة على (389) معلماً، وتم تصميم اختبار التحصيل المعرفي في كرة اليد لمعلمي التربية الرياضية، و تم قام بتحويله إلى أداة تفاعلية إلكترونية، واستبيان دور الأداة التفاعلية لقياس الحصيلة المعرفية في كرة اليد في إعداد معلم التربية الرياضية اثناء الخدمة، وكانت اهم الاستخلاصات ان جميع استجابة العينة الكلية للبحث تمثل مجموعة ثابتة من الابعاد والمفردات تعبر عن مضمون الاختبار المعرفي، كما لا توجد فروق بين الإدارات التعليمية والمعلمين والمعلمات في الاستجابة على أبعاد الاختبار المعرفي.

#### **التعقيب على الدراسات السابقة**

بعد استعراض الدراسات السابقة نجد أن معظمها تناولت موضوع الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية كدراسة (الدسوقي، 2021) ودراسة (ذنيبات، 2020) ودراسة (تنتوش، 2017)، وقد استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تحديد أهداف البحث، وكيفية تحديد مشكلة الدراسة، المساعدة في تحليل نتائج البحث، التعرف على مناهج البحث التي اتبعتها هذه الدراسة، وتميزت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في تطبيقها على طلبة قسم التربية البدنية، في جامعة آل البيت، وفي تطبيقها بالبيئة الأردنية.

#### **الطريقة والإجراءات**

يشمل هذا الجزء عرضاً لمنهجية الدراسة، ومجتمع الدراسة وعينة، وطرق جمع البيانات وكيفية التحقق من صدقها وثباتها، وذلك على النحو التالي:

## منهج الدراسة

انطلاقاً من طبيعة الدراسة وأهدافها تم الاعتماد على المنهج الوصفي الذي يعرف بأنه: "وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية رقمية، فالتعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار الظاهرة أو حجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر المختلفة" (دوديدي، 2000:183).

## مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت للعام الدراسي 2021/2020 والبالغ عددهم (1800) طالباً وطالبة، وقد تم اختيار عينة عشوائية مكونة من (390) طالباً وطالبة، والجدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة.

جدول (1) التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة

النسبة	التكرار	الفئات	
57.2	223	ذكر	الجنس
42.8	167	أنثى	
25.6	100	سنة أولى	السنة الدراسية
25.6	100	سنة ثانية	
25.6	100	سنة ثالثة	
23.1	90	سنة رابعة	
100.0	390	المجموع	

## وسيلة جمع البيانات

اعتمد الباحث على الاختبار المعرفي للياقة البدنية لطلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت والذي أعده الباحث، حيث تضمن (20) سؤالاً، لقياس المعارف والمعلومات التي ترتبط باللياقة البدنية التي اكتسبها الطالب من خلال دراسته لمختلف المقررات الدراسية في قسم التربية البدنية، ويقوم الطالب بالإجابة على كافة الأسئلة دون ترك أي سؤال بدون إجابة، مع ضمان اعتماد الطالب على نفسه في الإجابة، والدرجة العظمى للمقياس (20) درجة، بإعطاء درجة واحدة على الإجابة

الصحيحة وصفرًا على الإجابة الخاطئة، وذلك من خلال استخدام مفتاح التصحيح مرفق (1) وكما ارتفعت درجة الإجابة على المقياس دل ذلك على زيادة حصيلة المعارف والمعلومات التي يلم بها الطالب وعلى تدعيم الجانب المهاري (التطبيقي) بالجانب المعرفي (النظري) مما يسهم في رفع مستوى الأداء المهني لديه.

### صدق الاختبار المعرفي

لقد تم استخدام الصدق الظاهري وذلك من خلال عرض الاختبار المعرفي المستخدم في الدراسة على (8) من الأساتذة الخبراء في كلية التربية البدنية بالجامعات الأردنية، وذلك لإبداء الرأي في الآتي:

- مدى كفاية الأسئلة المستخدمة لقياس المعارف والمعلومات في اللياقة البدنية.
- مدى وضوح ودقة الأسئلة في التعبير عما تم قياسه.
- مدى مناسبة الاختبار ودقته لقياس ما وضع من أجله.

ولقد أجاب الخبراء على استمارة استطلاع الرأي حول صدق المحتوى للاختبار المعرفي في اللياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية، وذلك باختيار موافق، أو موافق بتعديل، أو غير موافق، أمام كل عبارة، واجمعوا على أن الاختبار المعرفي المقترح يتلاءم معه ويقيس ما تم وضعه من أجله.

### ثبات أداة الدراسة

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكونة من (فرداً)، ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين إذا بلغ (0.88).

وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، إذا بلغ (0.79)، واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

## نتائج الدراسة ومناقشتها

يتضمن هذه الجزء عرضاً لنتائج الدراسة ومناقشتها وفقاً لتسلسل أسئلتها، وذلك على النحو التالي:  
السؤال الأول: ما مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المتعلقة بمستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	3	يتم تنمية القوة العضلية من خلال دفع أشياء ثابتة	4.00	.896	مرتفع
2	14	يرتبط مفهوم اللياقة البدنية برياضة المستويات العالية	3.97	.889	مرتفع
3	2	ان قيادة السيارة تحتاج إلى التوافق اكثر من قيادة الدراجة النارية	3.96	.937	مرتفع
4	9	يحتاج التصويب مع القفز إلى الدقة	3.95	.904	مرتفع
4	15	ان الأماكن التي ترتفع عن سطح الأرض تؤثر بشكل سلبي على بعض مكونات اللياقة البدنية	3.95	.885	مرتفع
6	10	ان تنمية المرونة في جزء معين من أجزاء الجسم يعمل على تنمية المرونة ببقية الأجزاء	3.92	.815	مرتفع
6	13	العدو هو النشاط الرياضي الوحيد الذي يعمل على تنمية قوة عضلات الرجلين	3.92	.954	مرتفع

المرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
8	11	ان وضع الوقوف فتحاً يتساوى في رجة الاتزان مع الوقف العادي	3.89	.942	مرتفع
9	4	إن رجل المرور يتصف بالجلد العضلي	3.88	.904	مرتفع
10	1	ان التصويب على المرمي في كرة القدم لا يحتاج لتدريبات الانتقال	3.83	.924	مرتفع
11	16	ليس للياقة البدنية صلة بالعادات الغذائية للإنسان	3.83	.945	مرتفع
12	6	تحتاج السباحة لمسافة 400م إلى سرعة بالدرجة الأولى	3.82	.973	مرتفع
12	19	ان اللياقة البدنية المطلوبة للأداء في كرة اليد تختلف عن الموجودة في كرة الطائرة	3.82	1.065	مرتفع
14	5	يكتفي بالتدريب على سرعة الجري دون القوة في الوثب العالي	3.81	.931	مرتفع
15	12	ان الجري لمسافة طويلة يعمل على تنمية قوة عضلات الرجلين	3.81	.941	مرتفع
16	8	ان تنمية القوة العضلية تؤثر بشكل سلبي على مطاطية العضلات	3.78	.950	مرتفع
17	17	النوم لفترة طويلة يؤثر في مستويات اللياقة البدنية	3.78	1.001	مرتفع
18	7	ان رمي كرة التنس باليد اليمنى على الحائط ومن ثم استقبالها باليد اليسرى يعمل على تنمية التوازن	3.76	.973	مرتفع
19	20	يتفوق الرجال على النساء بوضوح في مكون القوة العضلية	3.74	1.026	مرتفع
20	18	ان الاعتبارات الوراثية تؤثر على مستوى اللياقة البدنية	3.73	.988	مرتفع



الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
		الدرجة الكلية	3.86	.592	مرتفع

يبين الجدول (-) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.73-4.00)، حيث جاء التساؤل رقم (3) والتي تنص على "يتم تنمية القوة العضلية من خلال دفع أشياء ثابتة" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.00)، وجاء التساؤل رقم (14) والتي تنص على "يرتبط مفهوم اللياقة البدنية برياضة المستويات العالية" في المرتبة الثانية وبمتوسط حسابي بلغ (3.97)، وجاء التساؤل رقم (2) والتي تنص على "أن قيادة السيارة تحتاج إلى التوافق أكثر من قيادة الدراجة النارية" في المرتبة الثالثة وبمتوسط حسابي بلغ (3.96)، بينما جاء التساؤل رقم (18) ونصها "ان الاعتبارات الوراثية تؤثر على مستوى اللياقة البدنية" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.73). وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة ال البيت ككل (3.86). وهذا يدل على مدى إلمام طلبة قسم التربية البدنية في اللياقة البدنية كان عالياً وانهم اكتسبوا العديد من المعلومات التي تتعلق باللياقة المدنية خلال دراسة المساقات المتعلقة بذلك، حيث أن لديهم اهتمام بالغ بالحصول على المعارف والمعلومات المتعلقة بأصول اللياقة البدنية، كما تدل هذه النتيجة إلى مدى ارتفاع المعلومات والمعارف في اللياقة البدنية في المقررات الدراسية التي يتم تدريسها في قسم التربية البدنية، كما تدل هذه النتيجة إلى اهتمام أعضاء هيئة التدريس في قسم التربية البدنية باللياقة البدنية.

كما أن تنمية المهارات العقلية لا تقل أهمية عن تنمية المهارات البدنية، حيث ان العاملين في المجال الرياضي بقسم التربية البدنية يهتمون بالجانب المعرفي حيث أن الارتقاء بمستوى الممارسة الرياضية على جميع المستويات يحتاج إلى إعداد البدني والمهاري.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (مطهر، 2016) والتي اشارت إلى ان نتائج الدراسة إلى ارتفاع الحصيلة المعرفية عند الطلبة بصورة عامة حيث بلغت (89%)

وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (الذنيبات، 2020) والتي توصلت إلى ان وجاءت الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية بمستوى متدني لدى الطلاب والطالبات. كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (نتنوش، 2017) والتي توصلت إلى انخفاض مستوى المعرفة الرياضية لدى افراد عينة الدراسة مقارنة بالدرجة الكلية للمقياس المستخدم في البحث، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (رحاحلة وشوكة، 2007) والتي اظهرت نتائج الدراسة وجود ضعف في مستوى الحصيلة المعرفية عند عينة الدراسة بصورة عامة.

السؤال الثاني: هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha=0.05)$  في متوسطات استجابات العينة نحو مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت تعزى لمتغيري الجنس، السنة الدراسية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت حسب متغيري الجنس، السنة الدراسية والجدول أدناه يبين ذلك.

جدول رقم (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت حسب متغيري الجنس، السنة الدراسية

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد		
3.89	.590	223	ذكر	الجنس
3.81	.594	167	أنثى	
3.71	.581	100	سنة أولى	السنة الدراسية
3.86	.627	100	سنة ثانية	
3.91	.600	100	سنة ثالثة	
3.95	.527	90	سنة رابعة	

يبين الجدول (3) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت بسبب اختلاف فئات متغيري الجنس، السنة الدراسية ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثنائي جدول (4).

جدول رقم (4) تحليل التباين الثنائي لأثر الجنس، السنة الدراسية على مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت

الدالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.220	1.507	.518	1	.518	الجنس
.019	3.344	1.149	3	3.448	السنة الدراسية
		.344	385	132.327	الخطأ
			389	136.284	الكلي

يتبين من الجدول (4) الآتي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف 1.507 وبدلالة إحصائية بلغت 0.220. ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن كلا الجنسين لديهم نفس الاهتمام بالحصول على المعرفة المتعلقة بأصول اللياقة البدنية خلال دراستهم

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لأثر السنة الدراسية، حيث بلغت قيمة ف 3.344 وبدلالة إحصائية بلغت 0.019، ولبيان الفروق الزوجية الدالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة شفوية كما هو مبين في الجدول (5)

جدول (5) المقارنات البعدية بطريقة شفوية لأثر السنة الدراسية على مستوى الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لدى طلبة قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت

سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة	المتوسط الحسابي	
				3.71	سنة أولى
.156				3.86	سنة ثانية
.209	.052			3.91	سنة ثالثة
*.247	.091	.038		3.95	سنة رابعة

\*دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ).

يتبين من الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) بين سنة أولى وسنة رابعة وجاءت الفروق لصالح السنة الرابعة.

### التوصيات

بناء على النتائج التي تم التوصل اليه، أوصى الباحث:

- تطبيق الاختبار المعرفي الذي تم استخدامه في هذه الدراسة بشكل منتظم لقياس مستوى المعرفة والمعلومات في اللياقة البدنية لطلبة قسم التربية البدنية.
- ضرورة الاهتمام عند وضع المقررات الدراسية بالسنوات الدراسية المختلفة بالجانب المعرفي لكل مقرر دراسي.
- ضرورة توعية أعضاء هيئة التدريس في قسم التربية البدنية على ما هو جديد وحديث في مجال العلوم التي ترتبط بمجال اللياقة البدنية.
- ضرورة التركيز على الدورات التدريبي لأعضاء هيئة التدريس في قسم التربية البدنية في مجال اللياقة البدنية.

## المصادر والمراجع

### المراجع العربية

- تنتوش، عمران جمعة (2017). الحصيلة المعرفية في اللياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية جامعة المرقب بالخمس، مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى، (2)، 248-274.
- حتاملة، محمود عايد (2002). الحصيلة المعرفية لدى مدربي ولاعبي الكرة الطائرة في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.
- الحوري، محمد محمود فياض (2003). الحصيلة المعرفية العلمية لدى مدربي الكارتية في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
- الدسوقي، محمود احمد (2021). أداة تفاعلية لقياس الحصيلة المعرفية في كرة اليد ودورها في تدريب معلم التربية الرياضية اثناء الخدمة بمحافظة دمياط، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، 26(12)، 1-32.
- الذنبات، بكر (2020). الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، 34(4)، 643-660.
- رحاحلة، وليد وشوكة، نارت (2007). دراسة مقارنة للحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية بين طلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية وجامعة اليرموك، مجلة أبحاث اليرموك، الأردن.
- شطناوي، معتصم (2008). الحصيلة المعرفية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة نحو الحركة الأولمبية، مجلة أبحاث اليرموك، (1)، 44-60.
- عبد الحميد، كمال (1997). اللياقة البدنية ومكوناتها، ط3، القاهرة: دار الفكر العربي.
- مطهر، عبد الغنى (2016). قياس المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة صنعاء، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المسيلة.

فرحات، ليلي السيد (2001). القياس والاختبار في التربية الرياضية، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

### المراجع الانجليزية

- Abd elmalek (2014).the impact of knowledge sharning in the development of collective competencies: study practice in the medetram company, Algiers, review of Algerian enterprises performance,n06.
- Houri, m (2003). The scientific knowledge of the traniers of the balls in Jordan, a magister message that is not published, yarmouk university, irbid, Jordan.
- Meshaal, m (2012). The knowledge outcome of nutrition culture and the level of aerobic fitness to the students of the college of physical education at the university of Jordan, Islamic studies series(39).
- Mokhtar,h (1985). Scientific foundations in the traning of football,(12) cairo: arab thought house.
- Obeidat,s (2014). Test the cognitive level in the fitness of female employees of irbid college for girls, the scientific journal of physical and mathematical sciences and techniques,(14).