دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب.
-دراسة ميدانية بالجلفة-

د. عيشة علة د. طارق طراد
جامعة الأغواط جامعة خنشلة

الملخص باللغة العربية

يهدف البحث إلى التعرف على دور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب، وأيضا التعرف على طبيعة الفروق حسب المتغيرات الديموغرافية التالية: (النوع-السن-المستوى الدراسي)، وتكونت العينة من **300** شاباً بواقع الإناث=104 والذكور=196؛ وقد اشتملت أدوات على مقياس من إعداد الباحثة، تمّ اعتماد المنهج الوصفي، وقد أسفرت النتائج على أنّ:

- ✦ يمكن التنبؤ بدور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب من خلال محاوره الأربعة.
- ✦ ليس هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير النوع.
- ✦ هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير الفئات العمرية.
- ✦ هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير المستوى الدراسي (ثانوي –جامعي).

الكلمات المفتاحية: برامج التربية البدنية والرياضية– الوعي الصحي- التنمية المستدامة– الشباب.

الملخص باللغة الإنجليزية

The objective of the present study is to identify the role of physical education programs, sports and positive in the promotion of Health and increase their strength in order to achieve sustainable development among young people, and also to identify the nature of differences by demographic variables the following: (gender -age-study level), and a sample of 300 young by female=104, male=196; it has caught the tools on a scale prepared by the researcher; , descriptive was adopted, resulted the study at the following results:

It can guess the grade of the role of physical education programs, sports and positive in the promotion of Health and increase their strength in order to achieve the sustainable development of our youth through its four dimensions.

There aren't statistically significant differences at the level of ($\alpha \leq 0,05$) in of the role of physical education programs, sports and positive in the promotion of Health and increase their strength in order to achieve the sustainable development of among youth according to gender variable.

There were statistically significant differences at the level of ($\alpha \leq 0,05$)in of the role of physical education programs, sports and positive in the promotion of Health and increase their strength in order to achieve the sustainable development of among youth according to l' age variable.

There were statistically significant differences at the level of ($\alpha \leq 0,05$)in the role of physical and sports education programs in promoting health and increasing its strength in order to achieve sustainable development of among youth according to study level variable.
Keywords: *The role -Physical and sports education programs -promoting health- sustainable development- young people.*

01- مقدمة:

بدايـةً يمكـن للرياضـة تجـاوز الحـواجز التـي تقسـم المجتمعـات، ممـا يجعلهـا أداة قويـة لـدعم منـع نشـوب الصراعات ودعم جهود بناء السلام، سواء رمزيا على المستوى العالمي أو عمليا داخل المجتمعات؛ فعند تطبيقها بفعالية تعزز البرامج الرياضية التكامل الاجتماعي وتعزز التسامح، وتساعد على التقليل التوتر وتوليد الحوار وزيادة قوة عقد الرياضة جعلها مقنعة بالإضافة إلى ذلك هي أداة للدعوة والاتصالات.

وبالعودة إلى الجذور التاريخية لم تظهر الرغبة في ممارسة النشاط الرياضي من أجل الصحة إلا في السنوات الأخيرة من القرن الماضي، ولقد كان للتقدم التكنولوجي الدور الأكبر في حياة الفرد حيث حلّ محل الجهد البدني، وساهم في إحلال الجهد الذهني محل الجهد البدني نتيجة استخدام الآلات المتقدمة وما أوجده هذا التقدم من وسائل الراحة ومن ثم فقد الفرد الكثير من حركاته البدنية والطبيعية التي كانت تسهم في بناء لياقته البدنية وادى إلى ظهور وازدياد عدد من الأمراض وكذلك ظهور البدانة وما صاحبها من أضرار وأخطار على صحة الفرد.

لهذا اتجهت أنظار العالم خاصة العالم المتقدم إلى العمل على رفع مستوى كفاءة الفرد البدنية ولما كانت الرياضة وممارسة التمارين والأنشطة الرياضية هي وسيلة الفعالة التي تعمل على بناء شخصية الفرد بشكل متكامل ومتزن، فقد اهتمت هذه الدول المتقدمة بوضع الخطط والبرامج البنائية والتعويضية والترويحية وفقا لطبيعة العمل والجهد البدني وبما ينسجم مع طبيعة المرحلة العمرية للإنسان (كماش. 2014: 91).

لذا فالرياضة لها تأثير على الصحة وتقلل من احتمالية حدوث العديد من الأمراض؛ والبرامج الرياضية بمثابة أداة فعالة للتعبئة الاجتماعية، ودعم الأنشطة الصحية مثل التثقيف الصحي الرياضي، أيضاً ويمكن أن تكون الرياضة قوة اقتصادية مهمة، تمن خلال توفير فرص العمل والمساهمة في التنمية؛ علاوة على ذلك تدعم المشاركة في الرياضة الحفاظ على بيئة نظيفة وصحية.

02- الإشكالية:

في بعض المؤتمرات والدراسات الجادة يتم التعرف على الدور الإيجابي لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية كعامل صحي من خلال العديد من المنشورات العلمية سواء من حيث الوقاية في جميع مراحل الحياة أو في دور مكمل علاجي، ومن هذا المنظور نسلط الضوء على أهمية وضع الرياضة في صميم السياسة والبرامج المتعلقة بالتعليم والصحة والتنمية وبناء السّلام لما لها من دور في تعزيز الوعي الصحي واعتماد ممارسات مستدامة ولتحقيق الاستفادة القصوى من الإمكانات الهائلة التي تتمتع بها الرياضة لتعزيز التغيير الاجتماعي من خلال تبني أنماط حياة صحية وبناء عالم سلمي

فالتأثير الأكبر للنشاط البدني والرياضة سيكون على الصحة والرفاه وآثارها المفيدة عديدة: منها تحسين نوعية الحياة والحد من مخاطر السمنة أو الأمراض المزمنة ..الخ، يمكن للرياضة تعبئة جميع الأعمار لكي يكون

لها تأثير دائم يجب الترويج لها كنشاط يرافق الأفراد طوال حياتهم ..... شعبية التربية البدنية في أوساط الشباب وافضل وسيلة لتشمل التعليم الابتدائي والمتوسط والثانوي والتي تتطابق مع مبدأ جودة التعليم المنادى به في الأهداف الإنمائية المستدامة.

بالإضافة إلى ذلك يجري استخدام الرياضة والتربية البدنية على نحو متزايد لتعزيز السلام والتضامن والتماسك الاجتماعي، لاسيما بين الشباب المتأثر بالصراع ولذلك فانهم يضطلعون بدور حيوي في بعض أهداف التنمية المستدامة مثل المساواة بين الجنسين وتعزيز السلام والعدالة.

على ضوء ما سبق طرحه وعرضه من دراسات نظرية وميدانية حول موضوع الرياضة والتنمية المستدامة يمكن تحديد مشكلة الدراسة من خلال طرح الإشكالية العامة:

- هل يمكن التنبؤ **بدور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب؟**

ومن خلال هذه الدراسة سنحاول في هذه الدراسة الإجابة عن تساؤلات فرعية على ضوء المتغيرات الديموغرافية التالية:

- هل توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير النوع؟
- هل توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير الفئات العمرية؟
- هل توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟ (ثانوي –جامعي).

03- تحديد فرضيات الدراسة: وانطلاقا مما ورد في أدبيات الدراسات السابقة صُغنا الفرضية العامة:

- يمكن التنبؤ **بدور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب.**

من هذه الفرضية العامة قمنا بصياغة الفرضيات الجزئية التالية:

- هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير النوع.
- هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير الفئات العمرية.

✦ هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير المستوى الدراسي (ثانوي –جامعي).

04- تحديد المفاهيم والتعاريف الإجرائية للمتغيرات:

أولاً: برامج التربية البدنية والرياضية:

1- مفهوم برامج التربية البدنية والرياضية: إجرائيا هي مجمل الإجراءات التي يقوم بها الشباب لإنجاز بعض التمارين الرياضية والبدنية قصد تحقيق توازن وصحة بدنية.

2-مفهوم التربية البدنية والرياضية: هي "جزء من التربية العامة،تهدف إلى تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعياً بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني الرياضية المختار لتحقيق هذا الهدف' ؛ وهي: "عملية توجيه للنمو البدني وقوام الإنسان باستخدام التمرينات البدنية و التدابير الصحية وبعض الأساليب الأخرى بغرض اكتساب الصفات البدنية والمعرفية والمهارات و لخبرات التي تحقق متطلبات التمع وحاجات الإنسان التربوية " (خلافي. 2018: 128-129)؛ بينما وزارة التربية الوطنية لسنة 1998 فتعرف التربية البدنية والرياضية بـ "أنها جزء من التربية العامة ومظهر من مظاهرها لكون التربية الحديثة تعتني كذلك برعاية الجسم وصحته" (العربي. 2015: 31)

3- مفهوم التربية الرياضية من منظور إسلامي:

عرف الجرجاني علي بن محمد التربية الرياضية بأنها: تهذيب الأخلاق النفسية، فتهذيبها يعني تمحيصها عن خلطات الطبع ونزعاته. وعرفها محمد منصور بأنها: مجموعة من النشاطات العقلية والجسمية المنضبطة بميزان الشرع وقواعده، التي تهدف إلى تقوية المسلم على تحقيق منهج العبودية لله تبارك وتعالى، وتروح عنه وتكسبه قوة جسمية وبدنية وتدخل عليه الطمأنينة وراحته النفسية. كما يعرفها مامسر وشحاتة بأنها مجموعة الأنشطة المشروعة التي تحقق الكمال الجسدي والعقلي والنفسي للشخصية المسلمة.

فالتربية الرياضة: هي جزء من التربية العامة التي تهدف إلى إعداد المواطن جسما وعقلا وخلقا فلمواطن الصالح هو الشخص النامي في قواه العقلية، والبدنية، والخلقية، والاجتماعية، والقادر على الإنتاج والقيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه (الحمدون. 2016: 128-129).

ثانياً: الصحة الرياضية:

1- **الوعي الصحي:** هو قدرة الفرد على ترجمة المعلومات الصحية إلى سلوكيات صحية سليمة في المواقف الحياتية التي يتعرض لها والتي من خلالها يستطيع المحافظة على صحته في حدود إمكانياته المتاحة وقدراته الوظيفية والحركية (العرجان، ج. 2016: 1923).

ويعرف عبد الحسين الوعي الصحي (ترجمة المعارف والمعلومات والخبرات الصحية إلى أنماط سلوكية لدى الأفراد) (عبد الحسين. 2012: 353)

2- مفهوم الصحّة البدنية:

يركز مفهوم الصحة البدنية في قدرة الفرد على مواجهة المشاكل الصحية التي يتعرض لها، بحيث تتوافر لديه طاقة من الصحة تؤمن له التعامل بين الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية.

الصِّحَّةُ فِي اللُّغَةِ: صَحَّ الشَّيْء: صَحا وَصِحَّة وصحاحا برِئ من كل عيب أَو ريب يُقَال: صَحَّ الْمَرِيض وَصَحَّ الْخَبَر وَصحت الصَّلَاة وَصحت الشَّهَادَة وَصَحَّ العقد فَهُوَ صَحِيح، صَححهُ: أَزَال خطأه أَو عَيبه، والصِّحَّة فِي الْبدن: حَالَة طبيعية تجْرِي أَفعاله مَعهَا على المجرى الطبيعي و(فِي الْفِقْه) كَون الْفِعْل مسْقطًا للْقَضَاء فِي الْعِبَادَات أَو سَببا لترتب ثَمَرَته الْمَطْلُوبَة مِنْهُ عَلَيْهِ شرعا فِي الْمُعَامَلَات ويقابلها الْبطلَان، الصَّحِيح: السَّلِيم من الْعُيُوب والأمراض وَمن الْأَقْوَال مَا يعْتَمد عَلَيْهِ وَالصَّحِيح من أَحَادِيث الرَّسُول ﷺ الحَدِيث الْمَرْفُوع الْمُتَّصِل بِنَقْل عدل ضَابِط فِي التَّحَرِّي وَالْأَدَاء سالما من شذوذ وَعلة.

الصِّحَّةُ فِي الاصطلاح: إذا أضيفت الصحة إلى البدن ظهر مصطلح صحة البدن: والذي يعني خلوّ البدن من الأمراض والأسقام والعاهات والأوجاع (الحمدون. 2016: 128-129).

3- أهمية الرياضة كوسيلة للتربية الصحية: إضافة إلى ما تحققه الرياضة للفرد من تحسن في الصحة كتنشيط أجهزة الجسم فان لها أيضا دورا هاما في التَّربية الصحية، إذ يمكن من خلال ممارستها تحقيق أهداف كثيرة أهمها:

-إعطاء معلومات صحية سليمة كإعطاء معلومات عن أعضاء الجسم كاحتياجاتها.

-إكساب عادات واتجاهات صحية سليمة مثل عدم استعمال ملابس الغير منعا لانتشار الأمراض.

-إكساب الممارس المهارات البدنية كالحركية وتعلمه طرق التنفس الصحيح.

- تنمية اللياقة البدنية كالصحية الكافية من خلال تنشيط الأجهزة الحيوية في الجسم فتزيد حيوية الفرد وقدرته على العمل والإنتاج ومقاومته للأمراض.

-الاستفادة من أوقات الفراغ مما ينفع الجسم، فكثيرا ما يستخدم النشاط الرياضي في علاج الكثير من الحالات المرضية كالتشوهات، كضمور العضلات، النحافة، السمنة.

-يساعد النشاط الرياضي على تنمية الصحة العقلية كالاجتماعية في الفرد، فاشتراك الإنسان في النشاط الرياضي الجماعي يكسبه قدرة على العمل مع الجماعة كالتفاعل الإيجابي مع أفراد مجتمعه، مما يساعد على وقاية الفرد من الانحرافات النفسية كالاجتماعية.

- بعض الأنشطة الرياضية تعلم الفرد مبادئ التربية الأمنية وحب النظام.

تعد الرياضة وسيلة من وسائل العلاج الطبيعي، الذي يشجع عليه كل الأطباء الآن، بل إن الرياضة وسيلة للوقاية من الكثير من الأمراض قبل أن تكون علاجا لها كأهم هذه الأمراض التي تعمل الرياضة على الوقاية منها أو علاجها ما يلي:

-الأمراض النفسية وأهمها الاكتئاب والتوتر والقلق، خاصة في هذا العصر نتيجة لأسلوب الحياة التي يحياها الإنسان المعاصر، فهو في صراع دائم نظرا لقلة الحركة كالعزلة الاجتماعية والخوف أو الحرص على ما يحمله المستقبل من نجاح أو فشل.

-أمراض القلب والدورة الدموية: تعد الرياضة كسيلة هامة للوقاية من كل أمراض القلب بما في ذلك ضغط الدم وتصلب الشرايين، بالإضافة إلى أمراض أخرى كآلام الظهر النقرس الروماتيزم مرض السكر وتشوهات القوام (بوخاري. 2013: 53)

ثالثاً - مفهوم التنمية المستدامة:

1-التنمية المستدامة إجرائيا: يقصد بها هنا هي الاستعراضات التي تحدد مجالات السياسة والأهداف الإنمائية للرياضة في ظروف معينة، وجعلها مساهمة قابلة للقياس في القيام بذلك، هذه الاستعراضات تتسق في تقديم استنتاجات دقيقة مؤهلة بشأن إمكانات الرياضة للمساهمة في نتائج التنمية.

2- مفهوم التنمية المستدامة وفق بعض الباحثين:

التنمية المستدامة حسب جابر يحيى البواب "هي التنمية التي تلبي حاجات الحاضر دون المساومة على قدرة الأجيال المقبلة على تلبية حاجاتهم، وبالتالي فإن التنمية المستديمة تسعى لتحسين نوعية حياة الإنسان ولكن ليس على حساب البيئة، أي أنها لا تستنزف الموارد الطبيعية، لأن استنزاف الموارد الطبيعية من شأنه أن يؤدي إلى فشل عملية التنمية نفسها، ولهذا يعتبر جوهر التنمية المستدامة هو التفكير في المستقبل وفي مصير الأجيال القادمة" http://althawrah.ye/archives/579888 .

وهي حسب مها "مفهوم شامل يرتبط باستمرارية الجوانب الاقتصادية، والاجتماعية والمؤسسية والبيئية للمجتمع"، حيث تُمكّنُ التنمية المستدامة المجتمع وأفراده ومؤسساته من تلبية احتياجاتهم والتعبير عن وجودهم الفعلي في الوقت الحالي مع حفظ التنوع الحيوي والحفاظ على النظم الإيكولوجية والعمل على استمرارية واستدامة العلاقات الإيجابية بين النظام البشري والنظام الحيوي حتى لا يتم الجور على حقوق الأجيال القادمة في العيش بحياة كريمة، كما يحمل هذا المفهوم للتنمية المستدامة ضرورة مواجهة العالم لمخاطر التدهور البيئي الذي يجب التغلب عليه مع عدم التخلي عن حاجات التنمية الاقتصادية وكذلك المساواة والعدل الاجتماعي(صالح. 2014: 5).

3- الرياضة والتنمية:

- يمكن للرياضة أن تعزز التنمية المستدامة إذا وُعي الأثر الاقتصادي والبيئي السلبي المحتمل للتظاهرات الرياضية والتدابير الفعالة لمعالجتها. وقد تولد التظاهرات الرياضية، مثل الألعاب الأوليمبية، منافع اقتصادية غير مباشرة وتدعم التنمية الاقتصادية في البلد المضيف. وتعزَّز التنمية في بلد ما بطرق مختلفة. وعلى سبيل المثال، يساهم إنشاء مرافق لممارسة الرياضة والتمارين الرياضية في مناطق حضرية وريفية مختلفة في تحقيق دينامية اقتصادية. وأدرجت الأمم المتحدة الرياضة كأداة للتنمية والسلام في عملها، ولا سيما عن طريق مكتب الأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام.

- وتتصف الرياضة بخاصيات فريدة تسمح لها بالمساهمة في عمليات التنمية. فكونها منبراً للتواصل وقدرتها على الربط بين الناس، وشعبيتها، وقدرتها على الدعوة، تجعل منها أداة يمكن استخدامها لاستيفاء المعايير العالية. وجدير بالذكر أن اللجنة الأوليمبية الدولية اعتمدت برنامج الحركة الأوليمبية للقرن الحادي والعشرين، الذي سمح بإدارة الألعاب الأوليمبية للندن وسوتشي إدارة تقوم على التنمية المستدامة.

- وزيادة على ذلك، تمثل الرياضة محفزاً للتنمية الاقتصادية تترابط بموجبه جميع عناصر الاقتصاد الرياضي وتسمح على الفور بالمساهمة في تعزيز التنمية والاستفادة منها على الصعيد المحلي بالخصوص كنتيجة لوفورات الحجم. ويمكن للتظاهرات الرياضية أن تخلق فرص العمل وتوسع بالتالي من قاعدة إيرادات البلد. ويمكن استخدام إيرادات الضرائب المحققة بهذه الطريقة لإنجاز مشاريع متعلقة بالبنية التحتية مثل بناء الطرق أو الجسور أو المستشفيات أو مضخات المياه. ويمكن أن تشكل الرياضة أيضاً آلية تسمح باستغلال المواهب الشابة لتوليد الدخل للفرد والمجتمع. وعلاوة على ذلك، يمكن للرياضة، من خلال إشراك الشباب، أن تساهم في حمايتهم من الخمول والتشرد. وبإمكان البرامج الإنمائية التي تستخدم الرياضة أن تيسر نقل المهارات المكتسبة في الميدان، وبخاصة مهارات الحياة ومهارات التأهل لإيجاد عمل. وعلاوة على ذلك، يعتبر تعزيز السياسات الرامية إلى تدريب المعلمين والمدربين وضمان مرافق رياضية جيدة وبالمجان عنصراً أساسياً للتنمية(الجمعية العامة. 2015: 15).

- ولهذا، من المهم في سياق خطة التنمية لما بعد 2015 وأهداف التنمية المستدامة التي ستعلن عنها الجمعية العامة في وقت لاحق من هذا العام أن يُعترف بالرياضة كمحفز للتنمية وأن تستخدم كأداة لتحقيق الأهداف المنصوص عليها في الخطة الإنمائية العالمية.

- ويتمثل أحد أهم عناصر تعزيز التنمية في بلد ما في تحقيق التغيير الاجتماعي. وينطوي تنظيم التظاهرات الرياضية وممارسة اختصاصات مختلفة على رسائل تربوية، ما يساهم في التوعية بالمشاكل الاجتماعية مثل فيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز أو التمييز العرقي والجنساني، من خلال استقطاب الناس الذين يصعب أكثر الوصول إليهم بسبل مؤسسية، ويمكن من ثم الوصول إلى جمهور أوسع وأكثر تنوعاً.

- والرياضة، بفضل قدرتها على تعزيز الثقة في النفس والتفاؤل الجماعي، تصبح أداة مثلى لتحقيق التنمية الاجتماعية. وتستند الرياضة إلى احترام القواعد وكذا إلى احترام وقبول الذين يضعون القواعد ويطبقونها. والتركيز الأوليمبي على التنمية المتناسقة للبشرية ينعكس على كل مستوى، من ألعاب الأطفال في الشوارع إلى أعلى مستويات الأداء الرياضي.

- وتنطوي المشاريع الرامية إلى تحسين مهارات الحياة وتعليم القيم التي تعزز السلوكيات البناءة وتحترم حقوق الإنسان على أهمية قصوى. ويتجلى أحد الأمثلة في برنامج اللجنة الأوليمبية الدولية "الرياضة من أجل الأمل" الذي يتمثل في إنشاء مراكز أوليمبية لتنمية الشباب في البلدان النامية، وبخاصة في هايتي وزامبيا. ويهدف هذا البرنامج إلى منح الشباب والمجتمعات فرصاً إيجابية فيما يتعلق بالرياضة وأسلوب الحياة، ويتيح مرافق تدريب مهنية وحديثة لرياضيي كل المنطقة ويسعى إلى نشر القيم الأوليمبية المتمثلة في الامتياز والصداقة والاحترام. ويمكن لمثل هذه المشاريع الإنمائية، التي نُفّذت بالاشتراك مع شركاء متخصصين مناسبين وكيفت الأنشطة الرياضية والرياضة عموماً، أن تكون أدوات فعالة لتنمية المجتمعات اجتماعياً واقتصادياً. (الجمعية العامة. نفس المرجع السابق: 16).

-

الجانب الإجرائي للدراسة:

أولاً- منهج الدراسة:

اعتمد الباحثان في دراستهم المنهج الوصفي لملاءمته الدراسة على حد علمنا قصد تحليل ودراسة الإشكالية التي تمّ طرحها، والمنهج الوصفي يعبر عن جمع البيانات بنوعيها الكمية والكيفية حول الظاهرة محل الدراسة من أجل تحليلها وتفسيرها واستخلاص النتائج لمعرفة طبيعتها وخصائصها وصولا إلى تعميمها (داودي، 2007: 11).

ثانياً-العينة: تكونت عينة الدراسة من شباب ولاية الجلفة بواقع الذكور =196 والإناث=104

ثالثاً- أدوات الدراسة:

1. مقياس برامج التربية البدنية والرياضية لتعزيز الصحة: إعداد الباحثة (عيشة علة، 2018) مكون من 39 فقرة، وتتم الاستجابة على كل فقرة وفقاً لتدرج خماسي البدائل على طريقة لكرت، وهي: (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) تعطى الدرجات التالية: (5-4-3-2-1) ومحدد بأربعة محاور هي "المهارات الحركية؛ التغذية وعادات التغذية؛ العناية الصحية؛ السلامة؛ وتتراوح الدرجات الكلية ما بين(39- 195 درجة).

رابعاً- الأساليب الإحصائية: اعتمدنا على بعض الأساليب الإحصائية بهدف تسهيل عملية العرض والتحليل والتفسير وصولا إلى نتائج الدراسة التي سنخرج بها ويمكن توضيحها كالتالي:

1. تطبيق مقاييس النزعة المركزية المتمثلة في (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري).
2. دراسة دلالة الفروق وذلك بتطبيق اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات، ولقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستعمال حزمة البرنامج الإحصائي في العلوم الاجتماعية (**$spss_{25}$**)

والتي حصلنا من خلالها على النتائج التي ستعرض في الفصل الموالي.

خامساً- النتائج ومناقشتها:

1- عرض نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها:

نص الفرضية " يُمكن التنبؤ بدور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب"

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تمّ اعتماد المقياس لجمع المعلومات وباستخدام اختبار الانحدار متعدد الخطوات بطريقة الانحدار Stepwise حيث يتبين أنّ البرنامج قام بإدخال جميع المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار الخطي المتعدد، وذلك لأجل معرفة أي المحاور التي يمكن من خلالها التنبؤ والمساهمة في تعزيز الصحة من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية لهذا النوع من الاختبار والجداول الموالية توضح ذلك:

الجدول 1: يمثل معاملات الانحدار المتعدد

المتغير التابع	المتغيرات المنبئة	T	B	F	معامل الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R2	Sig
البرامج الرياضية في تعزيز الصحة من أجل التنمية	المهارات الحركية	17.45	0.306	910.714	0.794	0.630	0.000 دال إحصائيا
	التغذية وعادات التغذية	15.65	0.341		0.786	0.618	
	العناية الصحية	18.08	0.392		0.855	0.731	
	السلامة	19.32	0.317		0.861	0.741	
	قيمة الثابت = 10.377						

المصدر: مخرجات برنامج $Spss_{25}$

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات أنّ:

- نتائج تحليل التباين الأحادي آنوفا Anova لاختبار معنوية الانحدار ونلاحظ أنّ قيمة F قد بلغت 910.714 بقيمة احتمالية sig=0.000 أصغر من 0.01 وبالتالي نقبل الفرضية وهو أنّ الانحدار معنوي لا يساوي الصفر مما يؤكد القوة التنبئية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية وبالتالي توجد علاقة دالة إحصائياً بين المحاور وبين درجة الكلية؛ لكننا لا نعرف تحديداً أيّ المحاور هي التي أضافت تفسيراً جوهرياً للتباين في **دور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** لذلك فيما يلي توضيح لمعاملات معادلة الانحدار ليتضح لنا ذلك الأمر.

- محاور **دور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** كانت معنوية من الناحية الإحصائية وحسب اختبار t (عند مستوى معنوية $P \leq 0.05$) حيث قُدرت قيمة 'ت' لمحور السلامة بـ 19.32 وقُدرت قيمة B بـ 0.317؛ بينما قدرت قيمة 'ت' لمحور العناية الصحية بـ 18.08 وقُدرت قيمة B بـ 0.392؛ بينما قدرت قيمة 'ت' لمحور المهارات الحركية بـ 17.45 وقُدرت قيمة B بـ 0.306؛ وفي الأخير قدرت قيمة 'ت' لمحور التغذية وعادات التغذية بـ 15.65 وقُدرت قيمة B بـ 0.341.

- معامل الارتباط بين محور السلامة والدرجة الكلية وهو 0.861 وكذلك مربع معامل الارتباط 0.741، وبذلك تفسر متوسط درجات هذا المحور ما نسبته 74 % من تباين دور البرامج التدريبية في تعزيز الصحة من أجل التنمية المستدامة وهذه النسبة ذات دلالة معنوية كما يتضح ذلك من مستوى الدلالة sig=0.000 أصغر من 0.05 ؛ في حين نجد أنّ معامل ارتباط محور العناية الصحية بالدرجة الكلية قد بلغ 0.855 وكذا مربع معامل الارتباط 0.731 وبذلك يفسر متوسط درجات هذا المحور ما نسبته 73% من تباين دور البرامج التدريبية في تعزيز الصحة من أجل التنمية المستدامة وهذه النسبة ذات دلالة معنوية كما يتضح ذلك من مستوى الدلالة sig=0.000 أصغر من 0.05؛ في حين نجد أنّ معامل ارتباط محور المهارات الحركية بالدرجة

الكلية قد بلغ 0.794 وكذا مربع معامل الارتباط 0.630 وبذلك يفسر متوسط درجات هذا المحور ما نسبته 63% من تباين دور البرامج التدريبية في تعزيز الصحة من أجل التنمية المستدامة وهذه النسبة ذات دلالة معنوية كما يتضح ذلك من مستوى الدلالة sig=0.000 أصغر من 0.05؛ في الأخير نجد أنّ معامل ارتباط محور التغذية وعادات التغذية بالدرجة الكلية قد بلغ 0.786 وكذا مربع معامل الارتباط 0.618 وبذلك يفسر متوسط درجات هذا المحور ما نسبته 62% من تباين دور البرامج التدريبية في تعزيز الصحة من أجل التنمية المستدامة وهذه النسبة ذات دلالة معنوية كما يتضح ذلك من مستوى الدلالة sig=0.000 أصغر من 0.05

وتكون معادلة خط الانحدار = قيمة الثابت (10.377)+ (0.317) السلامة+ (0.392) العناية الصحية+(0.306) المهارات الحركية+(0.341) التغذية وعادات التغذية.

بالتالي النتائج التي تم استخلاصها تشير إلى أنه يمكن التنبؤ **بدور برامج التربية البدنية والرياضية الإيجابي في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب من خلال المحاور الأربعة بالترتيب التالي:" السلامة؛ العناية الصحية؛ المهارات الحركية؛ التغذية وعادات التغذية".**

2- عرض نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها:

نص الفرضية " هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير النوع"

ومن أجل التحقق من صحة هذه الفرضية تمّ استخدام اختبار *T_test* وحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وذلك لأجل معرفة إذا كان هناك اختلاف بين الجنسين في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير النوع ، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية لهذا النوع من الاختبار عبر الجدول الموالي:

جدول 2: يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونتائج اختبار T

متغيرات الدراسة		N	$\overline{X}$	S	T	DF	sig
البرامج الرياضية في تعزيز الصحة من أجل التنمية	الإناث	104	124.62	15.04	0.33	298	0.739 غير دال إحصائيا
	الذكور	196	125.28	16.98			
قيمة (F) = 1.969 وقيمة sig= 0.162							

المصدر: مخرجات برنامج Spss 25

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه وقراءة الملحق توضح المعالجة الإحصائية للبيانات أنّ:

- قيمة (F) بلغت 1.969 عند مستوى دلالة 0.162 وهي أكبر من 0.05 هذا يدل على التجانس للتباين حيث سجلنا أنّ نسبة انحراف (تشتت) الذكور بلغت 17 % ونسبة تشتت الإناث في دور البرامج الرياضية في تعزيز الصحة بلغت 15 %.

- وقيمة (T) بلغت 0.33 عند درجة الحرية 298 بمستوى الدلالة الإحصائية (0.739)، إذن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد العينة بناءً على (النوع) في متوسط درجات **برامج التربية البدنية**

والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب؛ حيث المتوسط الحسابي للذكور بلغ القيمة 125.28 وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للإناث بلغت القيمة 124.62

3- عرض نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها:

نص الفرضية " هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير السن".

للتحقق من صحة الفرضية قام الباحثان بحساب المتوسط والانحراف المعياري للمتغيرات البحثية حسب متغير السن في ثلاث فئات عمرية ثم حساب تحليل التباين الأحادي للمتغير والنتائج توضحها الجداول الموالية.

جدول3: يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

المتغيرات	N	$\overline{X}$	S	النسبة%
من 15-19 سنة	99	122.32	18.07	**%33**
من 20-24 سنة	100	124.65	15.38	**%33**
أكبر من 25 سنة	101	128.18	14.96	**%34**
المجموع	**300**	**125.05**	**16.31**	**%100**

المصدر: مخرجات برنامج Spss25

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات نلاحظ أنّ:

- قيمة المتوسط للدرجة ككل قد بلغت 125.05؛ حيث بلغت نسبة تشتت العينة في مجتمعها 16.31%؛ بينما حسب فئات السن فقد سجلنا المتوسط الحسابي لذوي الفئة العمرية " الأكبر من 24 سنة" القيمة 128.18؛ حيث بلغت نسبة تشتت العينة في مجتمعها 34%، وسجل المتوسط الحسابي لذوي الفئة العمرية "من 20-24 سنة" القيمة 124.65؛ حيث بلغت نسبة تشتت العينة في مجتمعها 33%، وسجل المتوسط الحسابي لذوي الفئة العمرية "من 15-19 سنة" القيمة 196.62؛حيث بلغت نسبة تشتت العينة في مجتمعها30.63%، بالتالي النتائج التيتمّ استخلاصها تُشير إلى أن هناك اختلاف في المتوسطات والتباين واضح والجدول الموالي أكثر توضيحي لقيمة التباين.

جدول4: يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لمتغيرات البحث حسب المستوى الدراسي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	DF	متوسط المربعات	F	Sig
دور البرامج الرياضية في تعزيز الصحة من أجل التنمية	داخل المجموعات	1723.669	2	861.834	3.287	**0.039 دال إحصائياً**
	بين المجموعات	77863.678	297	262.167		
	المجموع	**79587.347**	**299**			

المصدر: مخرجات برنامج $Spss_{25}$

من خلال الجدول أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات:

-عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الهناء النفسي لدى الشباب، حيث بلغت قيمة (F) 3.287 عند مستوى دلالة 0.039 أي تحقق الفرضية وبالتالي توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في

دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير السن لصالح ذوي فئة أكبر من 24 سنة، يمكن تفسير هذه النتيجة بوعي الشباب ذوي الأكبر سنا بالثقافة الصحية وضرورة تعزيزها لأجل تنمية سليمة وقدرتهم على التواصل وبناء علاقات إيجابية مع أقرانهم في جميع مجالات الحياة.

4- عرض نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها:

نص الفرضية " هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير المستوى الدراسي(ثانوي - جامعي)"

ومن أجل التحقق من صحة هذه الفرضية تمّ استخدام اختبار *T_test* وحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وذلك لأجل معرفة إذا كان هناك اختلاف بين الجنسين في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير المستوى الجامعي**، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية لهذا النوع من الاختبار عبر الجدول الموالي:

جدول 5: يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونتائج اختبار T

المتغير		N	$\overline{X}$	S	T	DF	sig	
البرامج الرياضية في تعزيز الصحة من أجل التنمية	ثانوي	144	123.21	16.91	2.03	298	0.042	دال
	جامعي	156	127.03	15.45			إحصائيا	
قيمة (F) = 0.664 وقيمة sig= 0.416								

المصدر: مخرجات برنامج $Spss_{25}$

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه وقراءة الملحق توضح المعالجة الإحصائية للبيانات أنّ:

- قيمة (F) بلغت 0.664 عند مستوى دلالة 0.416 وهي أكبر من 0.05 هذا يدل على التجانس للتباين حيث سجلنا أنّ نسبة انحراف (تشتت) الثانويين بلغت 17 % ونسبة تشتت الجامعيين في دور البرامج الرياضية في تعزيز الصحة بلغت 15.45 %.

- وقيمة (T) بلغت 2.03 عند درجة الحرية 298 بمستوى الدلالة الإحصائية (0.042)، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد العينة بناءً على (المستوى التعليمي) في متوسط درجات **برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب**؛ حيث المتوسط الحسابي للجامعيين بلغ القيمة 127.03 وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للثانويين بلغت القيمة 123.21

بالتالي هناك هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في **دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب** تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح الجامعيين.

الخاتمة:

من خلال تأمل نتائج الدراسة أنّه يمكن التنبؤ بالدور الإيجابي لبرامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب بشكل واضح وكبير، وقد سجلنا عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير النوع؛ بينما سجلنا وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في دور برامج التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة وزيادة قوتها من أجل تحقيق التنمية المستدامة لدى الشباب تعزى لمتغير الفئات العمرية ولمتغير المستوى الدراسي (ثانوي–جامعي)؛ وفي الأخير واستناداً لما قُدم في التراث النظري والجانب الميداني يُمكن القول بأنّ الدراسة قد تحققت بعض فرضياتها بالتالي تحقق أهدافها بالإجابة عن التساؤلات المطروحة ومناقشة وتحليل وتفسير نتائجها وعليه يمكن تعميم نتائج الدراسة على عينة فقط.

المراجع:

1. بوخاري، فتحي (2013). مساهمة الإعلام الرياضي المكتوب في نشر الثقافة الرياضية المرتبطة بالصحة- بحث مسحي بولاية مستغانم- رسالة ماجستير منشورة.
2. الجمعية العامة (2015)، تعزيز وحماية جميع حقوق الإنسان، المدنية والسياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية، بما في ذلك الحق في التنمية، الدورة الثلاثون البندان 3 و5 من جدول الأعمال، مجلس حقوق الإنسان.
3. الحمدون، منصور(2065)، الرياضة والصحة البدنية من منظور القرآن الكريم والسنة النبوية، المجلة الأردنية في الدراسات الإسلامية، مج 12، ع3.الاردن.
4. خلافي، عزيز وبلجوهر فيصل (2018). دور النشاط البدني والرياضي في تحقيق الامتثال عند تلاميذ المرحلة الثانوية (15-18 سنة)-دراسة ميدانية بالشلف. مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف وهران. ع 4.
5. داودي، محمد وبوفاتح، محمد.(2007).منهجية كتابة البحوث العلمية والرسائل الجامعية.ط1.الجلفة: المكتبة الأوراسية.
6. صالح، مها محمد(2014). البايوميكانيك ودوره الفعال في الاقتصاد المعرفي والتنمية المستدامة. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية. المجلد14، ع1، ج1.
7. عبد الحسين، عقيل (2012). الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية – جامعة المثنى، مجلة كلية التربية الأساسية، ع8، جامعة بابل.
8. العربي، محمد (2015)، دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في نشر الوعي الوقائي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. رسالة ماجستير منشورة. الجزائر 03.
9. العرجان، جعفر فارس(2016)، مستوى الوعي الصحي والتركيب الجسمي وممارسة النشاط الرياضي وصورة الجسد لدى الأفراد المعاقين حركيا في مدينة عمان، مجلة دراسات، العلوم التربوية، المجلد 43، العدد3.
10. كماش، يوسف (2014). الرياضة والصحة والبيئة. ط1، عمان: دار الخليج.
11. http://althawrah.ye/archives/579888