دراسة الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا عند الأطفال 9 – 11 سنة ذكور

بحث مسحي وصفي أجري على تلاميذ التعليم الإبتدائي

من إعداد : أ. لوح هشام جامعة وهران

– **ملخص البحث:**

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى إنتشار الإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من 9-11 سنة بمنطقة شرق ولاية وهران للوقوف على نوعية هذه الإنحرافات ،وماهي أهم العوامل المؤدية إلى ظهورها .

طبقت هذه الدراسة على عينة قوامها 560 تلميذ ذكور من المرحلة الإبتدائية 9-11سنة، وقد خلصت هذه الدراسة إلى وجود انتشار كبير للإنحرافات القوامية في وسط عينة البحث حيث التلاميذ الذين ليس لديهم انحرفات عددهم 125 بنسبة مئوية 22.32%في حين الذين لديهم انحرافات بلغ عددهم 435 تلميذاً بنسبة قدرها 77.67% من إجمال عينة البحث، كما توصلنا من خلال هذه الدراسة أن الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا لدى عينة البحث كان عددها 4 مرتبة على التوالي: سقوط أحد الكتفين 45.53%، استدارة الظهر30.71% ، ميل الرأس للجانب 27.85% ، بروز البطن 26.78%، بينما جاءت بقية الإنحرافات الأخرى بنسب أقل .

بالإضافة إلى هذا توصلنا أن من بين أهم العوامل التي تسهم بشكل فعال في ظهور الإنحرافات نجد المستوى الثقافي والإقتصادي للوالدين،العادات السيئة ، البيئة المدرسية (المقاعد المدرسية السيئة،الاكتظاظ، قلة الإضاءة بالقسم ...).

الكلمات المفتاحية:(القوام– الإنحراف القوامي– القوام الجيد– الوعى القوامى)

L'études du déformation posturale les plus fréquent chez les enfants 9-11 ans garçons

Résumé

Cette étude était de définir la propagation des écarts squelettiques chez les enfants des écoles primaires de 9 à 11ans dans l'Est d'Oran pour déterminer la répartition des ces déformation, et quels sont les facteurs les plus importants de leur apparence.

Appliqué a cette étude sur un échantillon de 560 élèves, garçons de l'enseignement primaire 9-11ans, ont conclu cette étude à une déformation posturale, grandes déviations dans le milieu de l'échantillon de recherche, où certains élèves n'ont pas été touchés sont 125 avec un pourcentage de 22,32%, tandis que ceux avec des déformation sont de 435 élèves avec un pourcentage de 77,67%, de l'échantillon global de cette recherche.

Comme nous l'avons atteint au cours de cette étude, le squelette le plus commun des écarts dans l'échantillon de recherche étaient 4 classés respectivement : la baisse de l'épaule 45,53%, courbure du dos 30,71%, inclinaison latérale de la tête 27,85%, apparition du ventre 26,78%, tandis que les autres déviations sont d'un pourcentage minimal.

En plus de ce que nous avons, que l'un des facteurs les plus importants qui contribuent efficacement à l'émergence des écarts, nous trouvons le niveau culturel et le statut économique des parents, des mauvaises habitudes, l'environnement scolaire (la mauvaise qualité des bancs scolaires, la surpopulation, manque d'éclairage dans les salles de cours…)

Mots clé:(posture, déformation posturale, bonne posture, conscience posturale)

ـــ مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء من الفلسفة التربوية العامة للدولة التي تهتم بتربية الفرد عن طريق ممارسة التربة الرياضية بهدف التنمية الشاملة المتزنة لمواكبة التقدم العلمي في مختلف ميادين الحياة ،وتعتمد التربية البدنية والرياضية بالمدارس على أهم الوسائل التربوية لتنشئة التلاميذ،فهي تعمل على تحسين النمو البدني والعقلي والنفسي والإجتماعي والوجداني من خلال أنشطتها المختلفة،ودرس التربية البدنية والرياضية هو الوسيلة التي يتعلم من خلالها التلميذ بعض العادات الصحية السليمة(التغذية السليمة، الإهتمام بالقوام السليم ...)في محاولة لخلق مناخ صحي سليم.

ويشير كل من عباس الرملى وآخرون على أن المسؤولية الكبرى في حفظ قوام التلميذ في المدرسة وغرس الوعي القوامى تقع على كاهل مدرس التربية الرياضية بالمدرسة ويستطيع ملاحظة حركة كل تلميذ وتتبع وقفته وجلسته وسيره (**عباس عبد الفتاح الرملي وآخرون 1981، 13**) ،وقد تناول الباحثون إنحرافات القوام بالبحث والدراسة نذكر منهم فايتFait ،بوتشروسينجلزBucher,Stiglz ، وباروميكجي Barraw Mcgee،عباس الرملي وآخرون فقد وضعوا له تعريفات محددة ومواصفات معينة وكلهم اتفقوا على أن الإنحراف القوامي هو تغيير علاقة عضو من أعضاء الجسم بالنسبة للأعضاء الأخرى ،وأن القوام الرديئ له إنعكاسات سلبية عديدة على صحة الإنسان ،وأن جميع أجهزة الجسم تتأثر بحالة القوام (محمد حسنين2003، ص136)، ويشير محمد شطا وآخرون على أن من أهم متطلبات القوام الجيد أن يمتلك الفرد قدراً من النغمة العضلية اللازمة للحفاظ على إعتدال القوام ، ويتضمن ذلك تطور كاف للعضلات العاملة ضد الوزن لتقاوم جذب الوزن بنجاح وأيضاً توزان بين مجموعات العضلات المضادة (**محمد شطا وحياة عياد 1996م، 11**).

ومن خلال الزيارة الميدانية للباحث لمجموعة من المدارس الإبتدائية لولاية وهران أن متوسط عدد التلاميذ في الفصل حوالي 35تلميذا ما يضطرون في كثير من الأحيان مع عدم كفاية التهوية والإضاءة في بعض الأقسام ووجود مقاعد وأدراج غير صحية وغير مناسبة لحجم الطفل إلى إتخاذ جلسات غير سليمة ،هذا من جهة ،ومن جهة أخرى ثقل المحفظة التي يضطر التلميذ إلى حملها بالإضافة الى قلة الوعي القوامي سواء في المترل أو المدرسة،و عدم وجود مدرس التربية البدنية والرياضية بالمدارس الإبتدائية ،كل هذه العوامل أدات الى ظهور بعض الإنحرافات القوامية في مراحل سنية مبكرة .

وبناءا على هذا ارتئ الباحث دراسة ا لإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من 9-11 سنة بالمدارس الإبتدائية لشرق مدينة وهران للوقوف على نوعية هذه الانحرافات ومعدل انتشارها وبعض العوامل المؤدية إلى إنتشارها والحد منها حتى يمكن الاستفادة من هذه النتائج فى إعداد برامج صحية قد تحد من هذه الانحرافات والوقاية منها ، إلى جانب رفع الوعى الصح ي لدى مدرس ي التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية وأولياء الأمور حتى يمكنهم المساهمة فى تشخيص ا لإنحرافات القوامية والعمل على الحد منها وإصلاحها ،وقد إقتصرت هذه الدراسة على تلاميذ المرحلة الإبتدائية من سن 9ـــ 11سنة لأهمية هذه المرحلة في النمو حيث

يحدث في هذا السن تغيرات فسيولوجية ونفسية وحركية ونمو سريع الى حد ما في الطول وزيادة الوزن تؤثرعلى العمود الفقري وقد تؤدي إلى إنحرافات قوامية بسيطة وقد تصل في بعض الأحيان إلى إنحرافات مركبة (روني بايولوني **Rene Paoleti 2003م** ، **45**).

ونظراً لنمو الطفل السريع في هذه المرحلة (المرحلة الابتدائية) يمكن أن يكتسب نتيجة تحركاته السريعة والمفاجئة إلى إتخاذ أوضاع قوامية غير سليمة تكاد تصبح ثابتة إذا لم يولى لها إهتمام سريع لتصحيحها ،ولذلك يجب إخضاع التلميذ في هذه المرحلة للمتابعة وبعض القياسات الموضوعية مستخدماً في ذلك الأجهزة العلمية الحديثة التي تعتبر هى المدخل الصحيح لمعرفة ما إذا كان التلميذ يعانى من تشوه و إنحرافات قوامية أم لا، ولن يتأتى ذلك إلا من خلال المدرسة بإعتبارها هى بيت التلميذ الثاني الذي يقضى فيه أعواماً متتالية ينمو فيها جسمه وتتكون لديه العادات القوامية التي تلازمه طوال حياته،حيث يشير أمين أنور الخولي آخرون إلى أن الطفل يكتسب العادات القوامية الجيدة من إعتماده على التزويد بالنواحي المعرفية الهامة التي تتعلق بالقوام،كالمعلومات والمفاهيم والمبادئ المتصلة بالقوام،وتزويده أيضا بالإتجاهات الإيجابية نحو العادات القوامية الجيدة والتربية الحركية بوجه عام (**أمين أنور الخولي وآخرون 1998م ، 179**)،وعلى هذا أصبح الاهتمام بالوعى القوامى باعتباره ضرورة ملحة للتعرف على العادات السليمة فى الوقوف والجلوس والرقود والتقاط الأشياء والمشى والجرى والتسلق وإلى غيرها من المهارات الحياتية اليومية ، سيكون لذلك عظيم الأثر على تحسين العادات القوامية الخاطئة ، وهنا يتعاظم دور الأسرة والمؤسسات التعليمية ووسائل الإعلام فى دفع الوعى القوامى لدى الأفراد.

إن إختيار الباحث لمشكلة بحثه أعلاه نابع من شعوره بأهمية المشكلة وإمك انية ضبط المتغيرات ورغبته في حلها ولمدى أصالة وحداثة المشكلة ومقدار إسهامها العلمي في البناء المعرفي لهذه الشريحة المهمة ,وعلى ضوء هذا نطرح التساؤلات التالية:

أولا: ما مدى إنتشار الإنحرافات القوامية للمرحلة السنية 9ـــ11 سنة بمنطقة شرق ولاية وهران؟

ثانيا: ماهي الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا لدى عينة البحث ؟

ثالثا: ما هي أهم العوامل المؤدية إلى إنتشار الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث؟

وتهدف هذه الدراسة إلى: **أولا** – التعرف على الإنحرافات القوامية لدى أفراد عينة البحث ومعدل انتشارها.

ثانيا – تحديد الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا لدى أفراد عينة البحث.

ثالثا – دراسة أهم العوامل المؤدية الى إنتشار الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث.

وقد إفترض الباحث الفرضيات التالية:

أولا – تنتشر الإنحرافات القوامية بين تلاميذ المرحلة الإبتدائية سن من 9ـــ11 سنة لشرق ولاية وهران.

ثانيا – الإنحرافات الأكثر شيوعا لدى عينة البحث تشمل العمود الفقري.

ثالثا – يمكن حصر أهم العوامل التي تؤثر على ظهور الإنحرافات القوامية في المتغيرات التالية:

ـــ المتغير الثقافي والإقتصادي ـــ متغير العادات السيئة ـــ الممارسة الرياضية (اللياقة البدنية) ـــ البيئة المدرسية

ـــ مصطلحات البحث:

القوام:العلاقة الميكانيكية بين أجهزة الجسم الحيوية المختلفة العظمية والعضلية والعصبية (**عباس عبد الفتاح الرملي وآخرون45،1981**).

الإنحراف القوامي: الإنحرافات التي تحدث لجزء أو أكثر من أجزاء الجسم ،وقد يكون بسيطا أي في حدود العضلات والأربطة فقط،أو مركبا تتأثر العظام بالإنحراف.(**محمد حسانين ، محمد راغب 1995م،149**)

القوام الجيد:الوضع العمودى الذى يمر به خط الجاذبية من مفصل رسغ القدم إلى مفصل الركبة إلى مفصل الفخذ إلى مفصل الكتف حتى الأذن وأى خروج عن هذا الخط يعتبر انحرافا" .(**محمد صبحي حسنين 2003م، 131-132**)

الوعى القوامى : يعد أحد الطرق المستخدمة بنجاح فى الوقاية من التشوهات كما أنه من العناصر الفعالة للتخلص من الإنحرافات وخاصة الإنحرافات التى لم تصل إلى المرحلة التركيبية (**وليم الخولي 1976م، 644**).

ـــ الدراسات المشابهة:

ـــ دراسة مجدي محمد نصر الدين عفيفي 1999م:تأثير برنامج للتمرينات والوعي القوامي على تحسين بعض الإنحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة الإعدادية وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على معدل إنتشار الإنحرافات القوامية على عينة البحث،ثم وضع برنامج علاجي لهذه الأنحرافات يتضمن تمارين رياضية وبرنامج وعي للقوام،وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التجريبي،عينة البحث قدرت ب 500تلميذا،فخلصت هذه الدراسة الى وجود إنحرافات قوامية بين أفراد عينة البحث،كما أن البرنامج المطبق أسهم بشكل فعال في معالجتها.

ـــ دراسة محمود محمد أحمد جاد1986م بعنوان دراسة ميدانية لبعض التشوهات القوامية لدى تلاميذ الصف السادس بمنطقة شرق الإسكندرية،وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على بعض التشوهات القوامية لدى الصف السادس(استدارة الظهر،التجويف القطني) وتحديد نسبة انتشارهما،وقد استخدم الباحث المنهج المسحي على عينة قوامها 544 تلميذ،وتوصل إلى ارتفاع نسبة هذه التشوهات بين التلاميذ حيث كانت 46.88% من مجموع التلاميذ قيد البحث.

ـــ دراسة نادية عبد الحميد الدمرداش1978م بدراسة التشوهات القوامية لأطفال الريف المصري ودور التربية الرياضية في علاجها،تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن التشوهات القوامية لأطفال الريف المصري بالمرحلة الإبتدائية ومقارنة نسبة إنتشار الإنحرافات لأطفال الريف المصري بين الوجهين البحري والقبلي بالإضافة الى العلاقة بين المستوى المعيشي و الإقتصادي في الريف وتأثيرها على القوام، ووضع برنامج قوة-مرونة للحد منها،وقد استخدمت الباحثة المنهج المسحي التجريبي على عينة عشوائية 120 تلميذا وتلميذة ،توصلت إلى وجود انحرافات بين التلاميذ عينة البحث،وأمها متساوية بين الوجه البحري والقبلي،وأن البرنامج المقترح أسهم في علاجها.

وتنوعت الدراسات التي شملت الإنحرافات القوامية ولا يسع الباحث إلى ذكر القليل منها ،فمنها من تناولت الإنحرافات القوامية وتصنيفها ومنها من تطرقت الى العلاقة بين المستوى الإقتصادي والمعيشي والعدات والبيئة المدرسية وتأثيرها على القوام ،وكلها اتفقت على نفس إختبارات و أدوات البحث المطبقة من طرف الباحث،عينة البحث تراوحت بين 30الى 1000تلميذ وتلميذة ،المنهج المسحي والبعض الآخر التجريبي ،وكلها توصلت إلى إرتفاع الإنحرافات في مختلف المراحل السنية، وهناك ارتباط قوي بين الإصابة بالإنحرافات القوامية والمستوى الإجتماعي والإقتصادي ،كما تؤثر التمارين العلاجية المقترحة في علاج الإنحرافات القوامية.

ـــ إجراءات البحث:

ـــ منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفى المسحى وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث .

ـــ مجتمع وعينة البحث : لقد تم احصاء 50 مؤسسة تربوية على مستوى شرق وهران جدول رقم(01)،وقد تم اختيار نسبة 30% من المجموع الكلي لجميع هذه المؤسسات فكانت 15 مؤسسة ،بلغ العدد الكلى لمجتمع البحث 2550 تلميذا ذكور فى الصف الرابع والخامس للمرحلة الابتدائية بالمنطقة الشرقية لولاية وهران حيث تم اختيار ذكور كمجتمع فرعى للبحث لـــ 15 مؤسسة تربوية حيث بلغ عددهم 720 تلميذاً بنسبة بلغت28.231%.

الجدول رقم(01) يوضح توزيع مجتمع البحث بالنسبة لعدد المدارس وكذلك عدد الأقسام فى كل مدرسة

إسم المدرسة	عدد الأقسام الرابع والخامس	عدد تلاميذ الصفين الرابع والخامس	إسم المدرسة	عدد الأقسام الرابع والخامس	عدد تلاميذ الصفين الرابع والخامس
ساهل أحمد	4	44	الأمير عبد القادر	4	50
العقيد لطفي	4	47	الشهيد محمودي 1	2	25
عدل فرندي محمد	4	53	بئر الجير	4	47
عدل2	4	43	زروقي ميلود	4	49
1500سكن 1	4	48	حي النور	4	52
1500سكن2	6	72	حسان بن ثابت	4	46
كنستال الجديدة	4	50	هالة مجدوب	4	49
خميستي 4 بلزرق بولونوار	4	45			

جدول رقم (02) توصيف مجتمع البحث

التصنيف		العدد	النسبة المئوية %
مجتمع تلاميذ الصف الرابع والخامس		2550	100
عينة البحث		720	28.23
المعدون	العينة الاستطلاعية	20	2.77
	غياب	79	10.97
	مرضى	61	8.48
	إجمالي المستبعدو	160	22.22
العينة الأساسية		560	77.77

يتضح من الجدول (02) توزيع عينة البحث والنسبة المئوية لعدد التلاميذ وعينة التجربة الاستطلاعية والتلاميذ المستبعدون والعينة الأساسية البالغ عددها 560 بنسبة 77.77% من عينة البحث .

ـــ **المجال الزمني:** ثم تحكيم إختبارات القوام المقترحة وإستفتاء حول الأكثر الإنحرافات شيوعا وتحكيم استمارات جمع البيانات في الفترة الممتدة من2009/01/14 الى2009/05/20 .

ـــ ثم تنفيذ التجربة الإستطلاعية في الفترة الممتدة من 2009/10/20 الى 2009/11/17.

ـــ ثم تنفيد التجربة الأساسية في الفترة لممتدة من 2009/11/23 الى 2010/02/28.

ـــ**المجال المكاني:**قد أجريت كل الإختبارات بالمدارس الإبتدائية لشرق ولاية وهران الموضحة في الجدول (01)

ـــ **إختيار إختبارات القوام:** قام الباحث بمسح شامل لمعظم الإختبارات المستخدمة في الكشف عن الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا من خلال المراجع العربية والأجنبية ،واستطلاع أراء عدد من الأساتذة والدكاترة * ،بالإضافة الى المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والأطباء** المتخصصين في الانحرافات القوامية، الى جانب الإعتماد على بعض الدراسات السابقة ،وقد تم استعراض هذه الإختبارات التي يمكن استخدامها للكشف عن الإنحرافات القوامية لأطفال المرحلة الإبتدائية من خلال استمارة استطلاع رأي الخبراء ،وقع الإختيار على الإختبارات التالية:

**: د. بن دحمن نصر الدين،د.رمعون محمد، أ.د رياض علي الراوي،د.ناصر عبد القادر ،د.أحسن أحسن من جامعة مستغانم وأ. سبع عبد الله من جامعة شلف،أ.مهيدي محمد ،أ.قاسمي البشير،ذ. خياط بلقاسم ،أ.قدور بن دهمة طارق من جامعة وهران،د. عبد الحميد بن جواد المطر من جامعة الملك سعود، أ.ذ أشرف مرعي من كلية التربية البدنية بنين من جامعة قاهرة.

**: د..يحياوي طب الأطفال * Pédiatrie د..بوراس وجراحة العظام الأطفال و المفاصل * Chirurgical des os et des articulation د.نحال مختص في التدليك الرياضي * kinésithérapeute وإعادة التأهيل * Rééducation،د.بن سالم طبيبة بمعهد ت.ب.والرياضية بوهران.

1ـــ **إختبار "بانكرافت "الخيط والثقل:** تحديد القوام الجيد الخالي من الإنحرافات.

2ـــ **اختبار نيويورك للقوام(لوحة تقدير القوام):**قياس الانحناءات الخلفية والجانبية للعمود الفقري.

3ـــ **اختبار شاشة القوام(لوحة المربعات):** يستعمل لقياس الأنحناءات الجانبية للجسم كما يصلح لتحديد درجة تشوه اصطكاك الركبتين وتقوس الرجلين ، وقد اختار الباحث هذه الإختبارات لسهولة تطبيقها وعدم احتياجها الى أدوات معقدة ،كما أنها لاتستغرق وقتا طويلا ،ومن أجل ضمان صحة نتائج إختبارات القوام يجب الأخد بالإعتبارات التالية:

-مراجعة تطبيق الإختبارات داخل قسم مغلق مع مرعاة عدم وجود تيارات هوائية حتى لا يتعرض الأطفال للإصابة بالبرد خاصة أن الأطفال يكونون بالتبان خلال تطبيق الإختبارات،كما روعي أن تكون الغرفة مزودة بإضاءة جيدة-التأكد من سلامة جميع أجهزة وأدوات القياس والإختبارات -يراعى أثناء تطبيق الإختبارات أن يقف التلميذ في الوضع المعتدل بدون شد أو توتر وعدم القيام بأي حركة.

ـــ إعداد استمارة استفتاء لأكثر الإنحرافات شيوعا لدى عينة البحث حسب الخبراء والمختصين:

بالإستعانة بالدراسات السابقة والجانب النظري قام الباحث بحصر الانحرافات القوامية الأكثر شيوعا لهذه الفترة العمرية،وكذلك بإجراء إستفتاء رأي السادة الخبراء المتخصصين فى الانحرافات القوامية ،وذلك بوضع استمارة استطلاع تتضمن مجموعة من الإنحرافات القوامية مرتبة حسب أجزاء الجسم ، فعلى المجيب فقط أن يجيب على أساس ميزان تقديري ثلاثي (أوافق بقوة ـــ أوافق ـــ لا أوافق) على الإنحراف المذكور ، وبعده يقوم بترتيب هذه الإنحرافات حسب أجزاء الجسم.

الجدول (03)نسبة اتفاق السادة الخبراء على أنواع الانحرافات لهذه المرحلة وكذلك ترتيبها حسب ظهور

م	الانحراف	التكرارات	النسبة %	الرتيب
*	الرأس:			
1	سقوط الرأس للأمام	4	40	الأول
2	ميل الرأس للجانب	3	30	الثاني
*	الجدع:			
3	سقوط أحد الكتفين	7	70	الأول
4	استدارة الظهر	4	40	الثاني
5	الإنحناء الجانبي	4	40	الثالث
6	التجويف القطني	3	30	الرابع
7	بروز البطن	3	30	الخامس
8	استدارة الظهر والتجويف القطني معا	2	30	السادس
*	الأطرف السفلي:			
9	اصطكاك الركبتين	7	70	الأول
10	ميل الحوض للأمام	6	60	الثاني
11	ميل الحوض لأحد الجانبين	4	40	الثالث
12	تقوس الرجلين	4	40	الرابع

يتضح من الجدول (03) نسبة إتفاق السادة الخبراء لإنحرافات القوامية للمرحلة السنية عينة البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لإتفاق بين الخبراء ما بين 70 – 30% وقد إرتضى الباحث بنسبة 30% كأقل نسبة اتفاق للسادة الخبراء حول الانحرافات القوامية لهذه المرحلة لتطبيقها على عينة البحث وذلك بالإجابة أوافق بقوة على الإنحراف المذكور، يعني ذلك أنه سيتم قياس جميع الانحرافات القوامية المذكورة بالجدول على عينة البحث .

ـــ **تحكيم الإستبيان الموجه للتلاميذ** : لقد عمد الباحث خلال هذه الدراسة في الوقوف على الصعوبات التي قد تواجه التلاميذ في فهم الأسئلة المطوحة عليهم المرتبطة بموضوع البحث وذلك من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه ،وقد شملت أسئلة مغلقة وتكون الإجابة عليها بنعم أو لا ،وأسئلة أخرى مغلقة مفتوحة بسيطة فقط على التلميذ الإجابة عليها بكل صراحة حيث كان الهدف منها فقط جمع بينات على تلاميذ عينة البحث .

ويذكر الباحث أنه خلال عملية إعداد لهذه الأداة تم الأخذ الإحتياطات التالية:

ـــ الإعتماد على الدراسات السابقة المرتبطة بمضمون الإستبيان والدراسات السابقة،والإطار النظري.

ـــ ارتباط كل سؤال في الإستبيان بمشكلة البحث وهذا يساعد على تحقيق أهداف البحث.

ـــ تم صياغة الأسئلة بطريقة سهلة يمكن تفريغها واستخلاص نتائجها.

وقد شمل الإستبيان المحاور التالية: -**المحور الأول**: يتضمن الجانب الثقافي والإقتصادي للأبوين. -**المحور الثاني**:يتضمن العادات السيئة. – **المحور الثالث** :يتضمن الممارسة (اللياقة العامة). – **المحور الرابع**:يتضمن البيئة المدرسية .

وكصدق ظاهري تم إعداد تلك الأسئلة في البداية على شكل مقترح وعرضها على الأستاذ المشرف و مجموعة من الأساتذة والدكاترة بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم و وهران وشلف بغرض الأخذ بآرائهم وتوجيهاتهم العلمية حول الغرض من الأسئلة إلى جانب صياغتها بأسلوب علمي واضح.

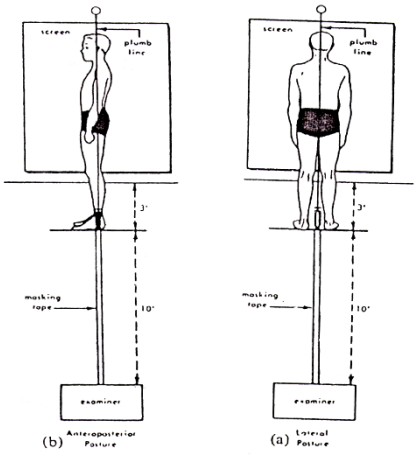
ـــ **الدراسة الإستطلاعية**:خلال هذه المرحلة تناول الباحث إختبارات القوام وإستمارة جمع البيانات بالتجريب للتأكد من ثقلها العلمي، حيث تم اختيار عينة عشوائية من تلاميذ الصف الرابع والخامس من المرحلة الإبتدائية قوامها 20 تلميذا من

مجتمع البحث الأصلي وتم اختيارمن كل مدرسة(05)تلاميذ وهم من نفس المجتمع الأصلي بواقع 04مدارس من مدارس الإبتدائية لشرق ولاية وهران ،وطبقت عليهم مجموعة الإختبارات المستهدفة وعلى مرحلتين متتاليتين أين تمت المرحلة القبلية الأولى بتاريخ 2009/10/20 بينما المرحلة البعدية تمت بتاريخ2009/10/27 ،وقد أشرف الباحث بنفسه على إجراء الإختبارات بمساعدة فريق عمل يضم مجموعة من الطلبة السنة الثالثة هم بصدد تحضير شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية ، أجرت هذه العملية بتحديد كل يوم من أيام الأسبوع بالذهاب إلى المدرسة و إجراء الإختبارات خلال الفترة الصباحية ،لتكرر العملية في الأسبوع الموالي وبنفس الترتيب ،المدرسة الأولى فالأولى ،الثانية فالثانية... ،كما تم التبديل لإجراء القياسات على نفس التلاميذ ولكن عن طريق مجموعة أخرى من مجموعات القياس للتأكد من أن درجة الحكم على الإنحرافات القوامية ثابت وموضوعي أي لا يتغير القياس ولا نتائجه بإعادة تطبيقه أو بتغيير القائمين على عملية القياس ،كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (04) يبين معامل الثبات لمحاور الإستبيان والإختبارات المطبقة على عينة البحث

محاور الإستبيان	معامل الثبات	إختبارات القوام	معامل الثبات	الصدق الذاتي
الجانب الثقافي والإقتصادي للأبوين	0.84	إختبار "بانكرافت "الخيط والثقل	0.95	0.97
يتضمن العادات السيئة	0.86	اختبار نيويورك للقوام(لوحة تقدير القوام)	0.90	0.94
يتضمن الممارسة (اللياقة العامة)	0.76	اختبار شاشة القوام(لوحة المربعات)	0.80	0.89
يتضمن البيئة المدرسية	0.83	/	/	/

ـــ **أدوات البحث:** لقد اتفق كل من ماتيوس Mathews ،جونسون ونيلسون Johnson & Nelson ،محمد صبحي حسنين ، على أهمية استخدام هذه الأجهزة لقياس انحرافات القوامية التالية :1-جهاز الرستاميتر لقياس الطول بالسنتيمتر،2-ميزان طبي لتقدير وزن الجسم بالكيلوجرام. 3- البطاقة النموذجية المعدة لإختبار نيويورك للقوام(لوحة تقدير القوام).4-شاشة القوام(لوحة المربعات)،5-تحليل صورة التلميذ بواسطة الحاسوب ،6-ميزان البنا(خيط في طرفه قطعة معدنية ثقيلة لإختبار استقامة الحوائط)يعلق الخيط على عمود خشبي بحيث يكون الثقل ملامس للأرض ،7-استمارة تسجيل البيانات.(**ماتيوس** Mathews **1978م،50**)(**جونسون ونيلسون** Johnson & Nelson **1979م ، 421**)(**محمد حسنين 2003م،153-156**)،إضافة إلى هذا إستخدم الباحث كاميرات تصوير. 10- الحاسوب.



شكل رقم(01) يبين إجراءت إختبار بانكرافت

وقد إتبع الباحث الشروط التي يجب اتباعها عند القياس وكذلك الطريقة التي أكدها كل من نادية الدمرداش،وأحمد خاطر وآخرون، روني بايولوتي René Paoleti وهي :

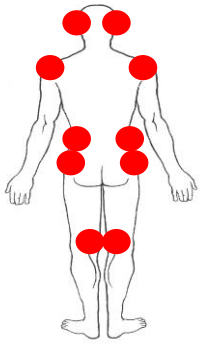
1-المعرفة التامة بالنقاط التشريحية لأماكن القياس.

2-الإلمام بالأوضاع التي يجب أن يتخذها المختبر أثناء القياس.

3- الإلمام بطريقة استخدام الأجهزة.

4-توحيد ظروف القياس لجميع التلاميذ من حيث الزمن ودرجة الحرارة.

5-أن يتم القياس و التلميذ عاريا إلا من لباس البحر(الثبان).



شكل رقم(03) يبين النقاط التشريحية التي يجب توضيحها

6ـــ تسجيل كل البيانات بدقة مع تحديد التاريخ الذي أجري فيه الإختبار .(**نادية الدمرداش78** وآخرون**1984م،88**)(**روني بايولوتي René Paoleti 2003،177**).

ـــ **مواصفات ومفردات إختبارات القوام:**

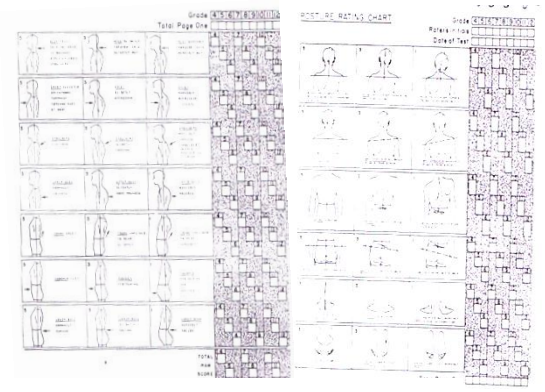
ـــ **إختبار "بانكرافت "الخيط والثقل :**

الغرض من الاختبار :تحديد القوام الجيد الخالي من الإنحرافات.

الادوات :خيط فى نهايته ثقل - ميزان البناء - حامل إرتفاعه متران.

مواصفات الاداء :يربط الخيط في الحامل من أعلى على أن يكون الثقل متدليا فى نهايته،يقف الفرد وهو بمايوه البحر بدون حذاء،يتم تحديد النقاط التشريحية التالية:-منتصف حلمة الأذن. -مفصل الكتف.- منتصف أعلى المدور الكبير للفخذ. - نقطة خلف عظم الردفة مباشرة. - نقطة أمام النتوء الوحشى للقدم.

يقف الفرد بين القائم والخيط المدلي من أعلى و بآخره الثقل ،وعلى بعد 5سم تقريباً، ومواجها للجهاز بالجانب المحدد عليه النقاط التشريحية السابق إيضاحها،ثم يقف المختبر على بعد مترين تقريباً على امتداد الخيط الذى يقف عليه الفرد ، يلاحظ المختبر مرور الخيط بالنقاط التشريحية الخمس المحددة شكل (03) ـــ ويكون هذا مؤشراً على القوام الخالى من التشوهات ا لأمامية والخلفية، أما إذا مر الخيط المدلى خلف النقطة التى يتم تحديدها على منتصف الكتف مثلا، فيعتبر ذلك دليلاً على وجود تشوه إستدارة الظهر . أنظر شكل رقم(01)



شكل رقم(02) يبين البطاقة النموذجية المعدة لإختبار نيويورك للقوام(لوحة تقدير القوام)

ـــ إختبار نيويورك للقوام(لوحة تقدير القوام):

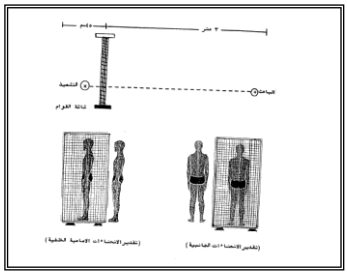
الغرض من الاختبار: قياس الإنحناءات الخلفية والجانبية للعمود الفقري.

الأدوات: كميرات تصوير ،حاسوب ،وميزان البنا(خيط في طرفه قطعة معدنية ثقيلة لإختبار استقامة الحوائط)يعلق الخيط بحيث تكون الثقل ملامس للأرض.

مواصفات الأداء: يشتمل هذا الاختبار على سلسلة من المناظر الجانبية والخلفية لأجزاء الجسم، ويقدر الممتحن كل جزء من أجزاء ا لجسم على النظام التالي:

الوضع الصحيح:**خمس نقط**. انحراف بسيط: **ثلاث نقط**.

انحراف ملحوظ :**نقطة واحدة**.



شكل رقم(04) يبين إجراءات اختبار شاشة القوام(لوحة المربعات)

يقف التلميذ وقفة عادية مريحة بين ميزان البنا وآلة التصوير بحيث يكون وجهه للحائط ،في هذا الوضع يقسم خيط الثقل الجسم الى نصفين يمين ويسار،بعد أخد صورة له في هذا الوضع يقوم التلميذ يالإستدارة جهة اليسار لإتخاذ الوضع القوامي الجانبي وتؤخذ له صورة.

ولتحديد الإنحرافات القوامية تقارن الصور ا لم أخودة للتلميذ في هذ الأوضاع بالبطاقة النموذجية المعدة لهذا الإختبار والموضحة في الشكل رقم(02) بحيث توضع درجة القياس في خانة الصف الذي ينتمي إليه المختبر ،وأسفل هذا الجزء يوجد المجموع للوحة الأولى وفي نفس الموقع يوجد المجموع للوحة الثانية حيث يمثل مجموع اللوحتين معا الدرجة الكلية للمختبر على الإختبار،الدرجة العظمى للإختبار هي 65درجة والصغرى هي 13 درجة.

ـــ إختبار شاشة القوام(لوحة المربعات):

الغرض من الإختبار: يستعمل لقياس الأنحناءات الجانبية للجسم كما يصلح لتحديد درجة تشوه اصطكاك الركبتين وتقوس الرجلين.

الأدوات:حاسوب،كاميرات تصوير.

مواصفات الأداء:قبل أن يتخذ التلميذ وضعية الوقوف العادية بحيث يكون وجهه مواجه للحائط يجب تحديد بعض النقاط التشريحية بالجبس أو بأي علامة واضحةعلى المناطق التالية:ـــ نقطتان على حلمتي الأذنين. ـــ نقطتان على رأس عظمتي العضد. ـــ نقطتان على الحافتين العلويتين لعظم الحوض. ـــ نقطتان أعلى رأس عظمتي الفخذين.ـــ نقطتان في منتصف الركبتين.ـــ نقطتان على النتوءين الأنسيين للقدمين.

بعدها يتم أخد صورة واضحة للتلميذ بواسطة آلة التصوير، تم تحلل الصورة بواسطة الحاسوب وذلك بوضع مستطيل مقسم الى عدة مربعات متساوية الأضلاع فوق الصورة مباشرة وبالنظر الى التلمذ تتضح الإنحرافات التالية:

ـــ يتضح وجود انحراف العنق المائل من عدم توازن النقطتين المحددتين على الأذنين.

ـــ يتضح وجود تشوه الإنحناء الجانبي بالمنطقة الصدرية من عدم توازي النقطتين المحددتين أعلى رأس عظمتي العضد.

ـــ يتضح الإنحناء الجانبي بالمنطقة القطنية من عدم توازي النقطتين أعلى الحافتين العلويتين لعظم الحوض وكذلك أعلى رأس عظمتي الفخذ ، وإذا تساوت النقاط المتماثلة على الجانبين فإن هذا دليل على عدم وجود أنحرافات جانبية.

ـــ تقاس المسافة بين الحافتين الأنسيتين للركبتين لتحديد انحراف تقوس الركبتين.

ـــ تقاس المسافة بين النقطتين المحددتين على النتوئين الأنسيين للقدمين لمعرفة درجة انحراف اصطكاك الركبتين.

ـــ التجربة الرئيسية:

قام الباحث بتطبيق القياسات الخاصة بمتغيرات النمو (الطول – الوزن)،وإختبارات الانحرافات القوامية وتوزيع الإستبيان لعينة البحث الأساسية وذلك وفقاً للخطوات التالية :ـــ تم حصر عدد الأدوات والأجهزة المطلوبة لإجراء القياسات وفى ضوئها تم تقسيم مجموعات العمل بالفريق البحثي ومعاونيهم من المتطوعين إلى أربعة مجموعات وكل مجموعة تتكون من عدد (3) أعضاء يترأس كل مجموعة عضو سبق وأن تم تدريبه للقيام بالوظائف التالية : -التنظيم وقياس الطول والوزن -التسجيل فى استمارات القياس -تحديد العلامات التشريحية على أجزاء الجسم للتلميذ -توزيع الإستبيان على التلاميذ -تصوير التلاميذ بواسطة كاميرا تصوير ، وبعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة قيد البحث ،قام الباحث بمعالجة الصور الفوتوغرافية عن طريق الحاسوب بمساعدة مختص في الإعلام الآلي وكذلك بعض المختصين في مجال الطب ، أما تفريغ الإستمارات فقد تمت بمساعدة فريق من الطلبة المتطوعون السابقون الذكر والذي كان عددهم (4)،وقد امتدت هذه الفترة من2010/02/01الى 2010/ 03/28 .

ـــ **المعالجات الإحصائية :** بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة (قيد البحث) تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتأكد من صحة الفروض بإستخدام القوانين الإحصائية والحاسب الآلي باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS وتم حساب : –الوسط الحسابي– الانحراف المعيارى– الوسيط –معامل الالتواء– إختبار حسن المطابقة كا^2–النسبة المئوية .

ـــ **عرض النتائج:**

الجدول رقم (05) تجانس عينة البحث فى متغيرات النمو

البيانات / المتغيرات	ن	المتوسط الحسابى	الانحراف الميعارى	الوسيط	معامل الالتواء
السن	560	9.505	0.84	9	0.59
الطول		137.43	4.88	136	0.29
الوزن		33.60	2.92	32	0.58

يتضح من الجدول (05) متغيرات النمو لعينة البحث فى السن والطول والوزن والوسيط ومعامل الالتواء مما يدل على تجانس عينة البحث ،هذا يعطي دلالة مباشرة على أن جميع متغيرات السن،والطول،والوزن خالية من عيوب التوزيعات الغير الإعتدالية وهذا يدل على تجانس العينة.

الجدول رقم (06)النسبة المئوية للانحرافات القوامية لتلاميذ عينة البحث وكذا ترتيبها

م	اســـــــم الانحراف	ن	العدد	النسبة %	الترتيب
1	سقوط أحد الكتفين عن الآخر	560	255	45.535	الأول
2	استدارة الظهر		172	30.714	الثالث
3	ميل الرأس للجانب		156	27.857	الرابع
4	بروز البطن		150	26.78	الخامس
5	التجويف القطنى		134	23.928	السادس
6	سقوط الرأس أماماً		120	21.428	السابع
7	تسطح الظهر		102	18.214	الثامن
8	اصطكاك الركبتين		75	13.392	التاسع
9	تقوس الرجلين		72	12.857	العاشر
10	الانحناء الجانبى للعمود الفقرى لأحد الجانبين		57	10.178	الحادي عشر
11	ميل الحوض للأمام		37	6.607	الثاني عشر
12	ميل الحوض لأحد الجانبين		16	2.857	الثالث عشر
13	استدارة الظهر والتجويف القطني معا		11	1.964	الرابع عشرة

من خلا ل الجدول (06) يتضح الإنحرافات القوامية لذى التلاميذ عينة البحث الأكثر شيوعا وكذا ترتيبها حسب نسبة الظهور لدى عينة البحث،وقد حصلت الإنحرافات التالية على أعلى نسبة انتشار للأفراد عينة البحث وهي: 1ـــسقوط أحد الكتفين. 2ـــ استدارة الظهر. 3ـــ ميل الرأس للجانب 4ـــ بروز البطن ،بينما جاءت الإنحرافات القوامية الأخرى بنسب انتشار أقل.

الجدول (07)النسبة المئوية للتلاميذ الذين ليس لديهم انحراف والتلاميذ الذين لديهم أكثر من انحراف قوامي

م	الفئة	ن	العدد	النسبة %
1	تلاميذ ليس لديهم انحرافات	560	125	22.32
2	تلاميذ لديهم من 1 – 2 انحراف		156	27.85
3	تلاميذ لديهم من 3 – 5 انحراف		227	40.53
4	تلاميذ لديهم من 6 – 10 انحرافات		45	8.03
5	تلاميذ لديهم أكثر من 10 انحرافات		7	1.2

باستعراض نتائج الجدول(07)والخاص بالنسبة المئوية لعدد الانحرافات القوامية لفئة تلاميذ عينة البحث أن التلاميذ الذين ليس لديهم انحرفات كان 125 بنسبة مئوية 22.32%بينما الذين لديهم انحرافات بلغ عددهم 435 تلميذاً بنسبة قدرها 77.67% من إجمال عينة البحث.

ـــ عرض نتائج الإستبيان: المحور الأول: الجانب الثقافي والإقتصادي للوالدين:

س1: ماهو مؤهل والديك؟

جدول رقم(08)يوضح المؤهل العلمي للأبوين

الإجابة / العينة	ن	أمي		يعرف الكتابة والقراءة		الشهادة المتحصل عليها أحد الأبوين				
		الأب	معا	الأب	معا	ابتدائية	متوسطة	بكالوريا	جامعية	دراسات عليا
ليس لديهم انحرافات	125	17	15	108	102	20	15	32	37	15
النسبة المئوية%		13.6	12	86.4	81.6	16	12	25.6	29.6	12
لديهم انحرافات	435	226	210	209	198	141	30	24	14	8
النسبة المئوية%		51.95	48.27	48.04	45.51	32.41	6.89	5.51	3.21	1.83
$كا^2$ المحسوبة		56.33				88.23				
درجة الحرية		3				4				
$كا^2$ الجدولية		7.82				9.49				

س 2ـــ هل والديك يعملان ؟

جدول رقم(09) اجابات التلاميذ حول عمل الولدين

الإجابة / العينة	ن	الأب		كا^{2}المحسوبة	معا(الأب والأم)		كا^{2}المحسوبة	كا^2 الجدولية	درجة الحرية
		نعم	لا		نعم	لا			
ليس لديهم انحرافات	125	121	04	8.57	88	37	12.94	3.84	1
النسبة المئوية		96.8	3.2		70.4	29.6			
لديهم انحرافات	435	382	53		368	67			
النسبة المئوية		87.81	12.18		84.59	15.40			

س 3 ـــ ماهو نوع المسكن الذي تقطنون به؟

جدول رقم(10) النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول السؤال الرابع

الإجابة / العينة	ن	شقة	سكن خاص	كراء	كا^{2}المحسوبة	كا2 الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	30	69	26	77.42	5.99	2
النسبة المئوية%		24	55.2	20.8			
لديهم انحرافات	435	321	68	46			
النسبة المئوية%		73.79	15.63	10.57			

س4ـــ هل لديك غرفة خاصة بالمنزل؟

جدول رقم(11) يبين مدى النسب المؤوية للتلاميذ ممن لديهم غرف خاصة بالمنزل

الإجابة / العينة	ن	نعم	لا	كا^2	كا^2 الجد ولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	70	55	4.27	3.84	1
النسبة المئوية%		56	44			
لديهم انحرافات	435	198	237			
النسبة المئوية%		45.51	54.48			

وللتأكد من كون الجانب التعليمي والإقتصادي يسهم بشكل كبير في ظهور الإنحرافات القوامية لدي عينة البحث تم تصنيفهم إلى عدة مستويات حسب درجة تعليم الأبوين(الثقافي) وكذالك الجانب الإقتصادي وهذا حسب الجداول(08)حتى (12) كالتالي :

ـــ **مستوى أول**: هم أفراد عينة البحث أبويهم ذو مستوى عالي من التعليم والجانب الإقتصادي.

ـــ **مستوى ثاني**: هم أفراد عينة البحث أبويهم ذو مستوى متوسط من التعليم والجانب لإقتصادي.

ـــ **مستوى ثالث** :هم أفراد عينة البحث أبويهم ذو مستوى متدني من التعليم والجانب الإقتصادية.

وقد صنف الباحث هذه المستويات حسب المؤشرات التعليمية والإقتصادية المذكورة في الجداول أعلاه.

جدول رقم(12) يبين توزع النسب المؤوية لعينة البحث حسب المستويات المقترحة من طرف الباحث

الإجابة / العينة	ن	مستوى أول	مستوى ثاني	مستوى ثالث	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	56	41	28	35.67	5.99	2
النسبة المئوية%		44.8	32.8	22.4			
لديهم انحرافات	435	88	129	218			
النسبة المئوية%		20.22	29.65	50.11			

المحور الثاني:

العادات السيئة

س1–هل تشعر بالخجل أثناء المشي ؟:

جدول رقم(13) مدى مساهمة الخجل في ظهور الأنحرافات القوامية

الإجابة / العينة	ن	أشعر بالخجل	لا أشعر بالخجل	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجد ولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	34	91	12.17	3.84	1
النسبة المئوية		27.2	72.8			
لديهم انحرافات	435	194	241			
النسبة المئوية		44.59	55.40			

س2 ــ تحمل المحفظة على؟

جدول رقم (14) يوضح طريقة حمل التلاميذ المحفظة المدرسية

الإجابة / العينة	ن	معلقة على الكتفين	باليدين مشنيتين	في اليد مذلات	من يد الى أخرى	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	65	4	42	14	21.00	7.82	3
النسبة المئوية%		52	3.2	33.6	11.2			
لديهم انحرافات	435	307	20	70	38			
النسبة المئوية%		70.57	4.59	16.09	8.73			

س3ـــ كم عدد ساعات المراجعة في اليوم؟

جدول رقم(15) يبين عدد ساعات مراجعة التلاميذ في اليوم

العينة / الإجابة	ن	من نصف ساعة الى ساعة	ساعة الى ساعتين	ساعتين فأكثر	كا2المحسوبة	كا2 الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	35	60	30	22.25	5.99	2
النسبة المئوية%		28	48	24			
لديهم انحرافات	435	48	250	137			
النسبة المئوية%		11.03	57.47	31.49			

س4 ـــ عدد ساعات مشاهدة التلفاز ؟

جدول رقم (16) يبين عدد ساعات مشاهدة التلاميذ للتلفاز

العينة / الإجابة	ن	من نصف ساعة الى ساعة	ساعة الى ساعتين	ساعتين فأكثر	$كا^2$المحسوبة	$كا^2$ الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	25	70	30	18.94	5.99	2
النسبة المئوية%		20	56	24			
لديهم انحرافات	435	30	276	129			
النسبة المئوية%		6.89	63.44	29.65			

المحور الثالث:

البيئة المدرسية

س1– عدد تلاميذ الفصل؟:

جدول رقم(17) يوضح عدد التلاميذ في الفصل

العينة / الإجابة	ن	35–30	40–35	$كا^2$المحسوبة	$كا^2$ الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	113	12	1.02	3.84	1
النسبة المئوية%		90.4	9.6			
لديهم انحرافات	435	405	30			
النسبة المئوية%		93.10	6.89			

س2ـــ أثاث القسم(الكرسي والطاولة) ؟

جدول رقم(18)يوضح مدى مناسبة أثاث القسم مع التلميذ

العينة / الإجابة	ن	مناسبين لحجم التلميذ	غير مناسبين	كا2المحسوبة	كا2 الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	95	30	4.69	3.84	1
النسبة المئوية%		76	24			
لديهم انحرافات	435	286	149			
النسبة المئوية%		65.74	34.25			

س3 ـــ الإضاءة بالقسم ؟

جدول رقم(19) يبين نوع الإضاءة بالقسم

العينة / الإجابة	ن	كافية	غير كافية	كا2المحسوبة	كا2 الجدولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	108	17	11.75	3.84	1
النسبة المئوية%		86.4	13.6			
لديهم انحرافات	435	310	125			
النسبة المئوية%		71.26	28.73			

س4 ـــ الكتابة على الصبورة ؟

جدول رقم(20) يبين مدى وضوح الكتابة على الصبورة

العينة / الإجابة	ن	واضحة	غير واضحة	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	درجة لاحرية
ليس لديهم انحرافات	125	70	55	10.03	3.84	1
النسبة المئوية%		56	44			
لديهم انحرافات	435	309	126			
النسبة المئوية%		71.03	28.96			

المحور الرابع:

ممارسة الرياضة (اللياقة العامة) :

س1ـــ هل تمارس الرياضة في وقت الفراغ؟

جدول رقم (21) يبين النسب المئوية للتلاميذ الذين يمارسون الرياضة

العينة / الإجابة	ن	نعم	لا	كا^2 المحسوبة	كا^2 الجد ولية	درجة الحرية
ليس لديهم انحرافات	125	50	75	6.23	3.84	1
النسبة المئوية%		40	60			
لديهم انحرافات	435	110	325			
النسبة المئوية%		25.28	74.71			

ـــ مناقشة النتائج:

للتعرف على معدل إنتشار الإنحرافات القوامية وأنواعها لدى تلاميذ عينة البحث بمنطقة شرق وهران يتبين لنا وفقا للجدول(06) الإنتشار الكبير للإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية خاصة إنحراف سقوط أحد الكتفين عن الآخر، ،استدارة الظهر ،ميل الرأس للجانب، و بروز البطن الأمر الذي يمكن إعتباره إشارة إلى مدى الخطورة التي يتعرض لها التلميذ في المرحلة الابتدائية،وكلها إنحرافات على مستوى العمود الفقري،ويشير مجدي نصر الدين عفيفي نقلاعن جاملين Gamalin أن أهم العوامل البيئية التي تؤدي إلى عيوب القوام ، ضعف الإمكانيات في بعض المدارس، والأساس المدرسي،سوء التغذية،وعدم ممارسة النشاط الرياضي(**مجدي نصر الدين عفيفي 1999م ،50-51**)،حيث جاء إنحراف سقوط أحد الكتفين عن الآخر في المرتبة الأولى حيث أصاب 45.53% من إجمالي عينة البحث وقد يرجع الباحث ذلك إلى الأوضاع الخاطئة التي يكتسبها التلاميذ في أنشطة الحياة اليومية لأحد الكتفين عن الآخر مثل حمل حقيبة المدرسة بإستمرار على جانب واحد أو أي أثقال أخرى بذراع واحد بصفة مستمرة تزيد عن إستخدام الذراع الآخر أو الوقوف على رجل واحدة باستمرار دون الأخرى ، وكذلك ممارسة بعض الهوايات التي تعتمد على جانب واحد دون الآخر كعزف الكمان والإصابة بضعف السمع ،ويتفق ذلك مع كل من محمد حسين خليل وآخرون،وحياة عياد وآخرون، أن الأسباب الرئيسية لظهور هذا الإنحراف العادات الغير السليمة في المراجعة وكذا العادات السيئة في حمل الأشياء وخاصة المحفظة المدرسية والجلسة الغير السليمة على مقاعد المدرسة (**محمد خليل وآخرون 1997م،35**)(**حياة عياد روفائيل وآخرون 1991م،24**)، وفي المرتبة الثانية ظهر إنحراف إستدارة الظهر بنسبة مئوية 30.71%، و حسب أرنهيم وآخرون Arnheim et al أن هذا الإنحراف يشير إلى عدم قدرة التلميذ على مواجهة أحمال الجسم وخاصة الواقعة على كاهل العمود الفقري و كثيرا ما توجد علاقة بين إنحراف إستدارة الظهر و التجويف القطني حيث يصاب الفرد بالإستدارة في الظهر فيحاول تعويض الإنحناء للإحتفاظ بإتزان الجسم فيدفع الحوض للأمام فيزيد الإنحناء القطني(**مجدي نصر الدين عفيفي 1999م،65**)، ويرى الباحث أنه يمكن الإصابة بهذا الإنحراف عن طريق العادات السيئة مثل الجلسة الخاطئة على مقعد الدراسة أو الوقفة الخاطئة أو الجلوس الطويل الخاطئ أمام

التليفزيون وبعض أمراض الجهاز التنفسى التي تسبب ضيق القفص الصدري وتسطحه فينحني الظهر وضعف النظر وقصره مما يجعل الشخص يميل إلى الأمام للتحقق من الأشياء وخلل في منحنيات العمود الفقري وضيق الملابس ،ويتفق ذلك مع محمد حسين خليل وآخرون على أن هذا ا لإنحراف يأتي نتيجة ضعف العضلات والعادات القوامية الخاطئة في الوقوف أو الجلوس وسوء التغذية ، كما أن هناك انحراف تعويضي لاستدارة الظهر يحدث خاصة عند الزيادة في التجويف القطني. (**محمد خليل وآخرون1997م،195**)

ويأتي تشوه ميل الرأس للجانب في المرتبة الثالثة بنسبة مئوية 27.85% وقد يرجع هذا التشوه إلى الجلوس على المكتب والكتابة مدة طويلة خاصة خلال المراجعة وعادات الخجل وبعض المهن التي تتطلب إتخاذ أوضاع تساعد على ميل الرقبة والخلل العضوي في إحدى العينين أو الأذن أو قصر إحدى الرجلين عن الأخرى والجلوس مدة طويلة أمام التليفزيون بصورة خاطئة ،ويذكر محمد خليل وآخرون أن هذا الإنحراف يؤدي إلى إنحراف الجسم عن الخط العمودي الأوسط للعمود الفقري إما كله أو لبعض فقراته، وقد ترجع هذه الانحرافات الجانبية إلى ضعف عضلي أو بعض حالات خلل نمو العظام أو سوء التغذية، كما أن العادات السيئة فى الوقوف والجلوس التي يمارسها التلاميذ في حياتهم اليومية تؤدي أيضا إلى هذه الإنحرافات. (**محمد خليل وآخرون 1997م،10**) ، بينما جاء إنحراف بروز البطن في المرتبة الرابعة بنسبة مئوية 26.78% وقد يعز ي الإصابة بهذا الإنحراف وضعف عضلات البطن لتلاميذ هذه المرحلة إلى الجلوس بإنحناء لمدة طويلة أثناء القراءة أو مشاهدة برامج التلفزيون أو اللعب على جهاز الكمبيوتر مدة طويلة ، أو الجلوس على مقعد غير مناسب لجسمه بالمدرسة لمدة طويلة أو عدم ممارسة الأنشطة الرياضية ، حيث أنه قد تسبب العادات السيئة المكتسبة إلى ضعف عضلات البطن مما يؤدى إلى ترهل الأحشاء ، ،ويتفق ذلك مع نتائج محمد خليل وآخرون على أنه من المهم إعتياد الجلوس الصحيح والوقوف المعتدل مع شفط عضلات البطن وتناول الأغذية المناسبة ، بالإضافة إلى الاهتمام بممارسة اللعب السليم والحركات الرياضية التي تعمل على تقوية عضلات جدار البطن (**محمد خليل وآخرون 1997م،149**) ،وقد أوضحت ناهد عبد الرحيم أن إستمرار الجلوس لوقت طويل يسبب تغير في حيوية ونشاط العضلة البطنية والعضلات الخلفية للأكتاف كما يعيق التنفس والدورة الدموية.(**ناهد عبد الرحيم 1986م،31**)

ومما سبق يتضح أن جميع هذه ا لإنحرافات السابقة والتي تم التركيز عليها شملت العمود الفقري يكون إما إنحراف للعمود الفقري كله أو بعض فقراته عن الخط المتوسط للجسم (خط الجاذبية الأرضية) ويختلف نوع الميل حسب درجة ا لإنحراف ويرجع أسباب الإصابة بهذه الإنحرافات الضعف العضلي لمجموعة عضلات الظهر الذي يلي سوء التغذية و إكتساب العادات القوامية السيئة في الوقوف أو الجلوس أو النوم أو حمل أشياء ثقيلة وحالات التعب وقصور السمع لأحد الأذنين أو ضعف النظر أو التأثير البيئي مثل الإضاءة السيئة والمقاعد غير المريحة والملابس الضيقة وبعض حالات الخلل في النمو ونتيجة لحالات الشلل والإصابة

بأضلاع القفص الصدري وقصر أحد الرجلين عن الأخرى و إصطكاك أحد الركبتين أو تقوس أحد الرجلين أو المد الزائد لأحد الركبتين للخلف (**حياة عياد روفائيل وآخرون 1991م،70–72**)،حيث يشير محمد خليل وآخرون على أن هذه ا لإنحرافات للعمود الفقر ي قد تؤثر على وضع الأعضاء الداخلية للجسم وبالتالي على وظائفها الطبيعية ، بالإضافة إلى الإحساس بالألم والأوجاع خاصة في أسفل الظهر(**محمد خليل وآخرون1997م،10**)، وعليه يمكن القول أن هذه الإنحرافات قد تؤثر تأثيراً كبيراً على المستقبل القوامي لتلاميذ عينة البحث إذا لم يتم التدخل الإيجابي للحد منها أو علاجها من خلال مجموعة من التمرينات الرياضية المناسبة لها وخاصة أن هذه الإنحرافات من الدرجة الخفيفة التي يمكن علاجها بالتمرينات الرياضية لإصلاح نسبة كبيرة منها ،ويتفق ذلك مع محمد حسين علاوي وآخرون نقلا عن نيكولز Nickols ،سيرج وهنري serge et henri إلى أنه يمكن إعطاء التمرينات التي تتضمن عمل جيد لميكانيكية الجسم التي تستند على مبادئ فسيولوجية وتشريحية وميكانيكية تبعاً لتشخيص حالة كل فرد على حده ، وتتضمن التمرينات الرياضية تنمية وتطوير عناصر القوة والتحمل العضلي والإطالة العضلية و الجهاز الدوري التنفسي بالإضافة إلى تمرينات لتحسين الحس– عضلي. (**محمد حسين علاوي وآخرون 2001م،107**)(**سيرج وهنري serge et henri 2001م،35**)

وبإستعراض نتائج الجدول(07)والخاص بالنسبة المئوية لعدد الانحرافات القوامية لفئة تلاميذ عينة البحث اتضح أن 77.67%من العينة الكلية ظهرت لديها انحرافات متنوعة من جميع القياسات التي تم إجرائها وقد يرجع ذلك الي بعض العادات السيئة التي يكتسبها التلاميذ والتعود عليها .

وبإستعراض النتائج المتحصل عليها في الجداول(08)الى(11) والخاصة بتأثير المتغير الثقافي والإقتصادي للأبوين،تبين أن كا^2 المحسوبة دالة إحصائيا، وتفسير الباحث لهذا أنه كلما زاد المستوى الثقافي للآباء قلت الإنحرافات القوامية عند الأبناء وذلك لوعي الآباء بالعادات القوامية والغذائية السليمة التي تضمن النمو الجيد والمتزن للأبناء ، إن المستوى الثقافي للفرد يؤثر على المستوى الاقتصادي أو دخل الأسرة ، فالفرد المتعلم بدرجة عالية فى الغالب ما يستطيع أن يلتحق بعمل يتيح له حياة كريمة ومن هذا المنظور يرى الباحث أن المستوى الاقتصادي العالي يتميز بقلة الإنحرافات القوامية والتي تعتمد على حقيقة أنه كلما زاد المستوى لثقافي والإقتصادي للآباء قلت نسبة الانحرافات القوامية عند الأبناء ولذلك لوع ي الآباء بالعادات القوامية والغذاء السليم الذي يضمن النمو الجيد المتزن للأبناء هذا من جهة، ومن جهة أخرى فإن التلاميذ ممن ينتمون الي المستوى الثالث ذوي مستوى تعلمي واقتصادي متدني ينقص الوعي والثقافة بضرورة الإستمرار في التعليم مما قد يساعد على تسربهم من التعليم ، مما ينعكس على نقص الوعي القوامي لديهم ،بالإضافة إلى نقص إهتمام الآباء بأبنائهم وبالتالي ظهور الإنحرافات القوامية،وهذا يتفق مع نتائج سميرة أحمد على أنه لا يمكن تجاهل المستوى الإقتصادي المرتفع لأسرة من حيث تأثيره على نمو الطفل وصحته العامة،فالأسرة ذات المستوى الاقتصادي المرتفع توفر لأبنائها ما يحتاجونه من غذاء وملابس وأدوات

وإمكانيات كما تساعدهم على القيام بكثير من الأنشطة المرتبطة بأدائهم المدرسي و في أوقات فراغهم وتوفر لهم الرعاية الصحية المناسبة . (**سميرة أحمد 1993م، 45**)

ويتضح من الجداول(13) الخاص بمعرفة ما مدى إسهام الخجل في ظهور بعض الأنحرافات القوامية لدى عينة البحث، والذي يفسره الباحث كون الشعور بالخجل يؤثر على إنتصاب الجسم أثناء الوقوف والمشي مما يكسب التلاميذ عادات قوامية خاطئة خاصة بالجزء العلوي للجسم مثل بروز الرأس للأمام أو ميلها للجانب ،أو إستدارة الظهر، ويمكن إدراج الخجل من المشاكل النفسية التي تساعد على وجود إنحرافات القوام بالإضافة إلى الضغوط النفسية،وهذا ما أتفق عليه كل من نادية عبد الحميد الدمرداش وحامد عبد السلام زهران أن سلوك الفرد وطريقة تحركه تعطي صورة عن الفرد وشخصيته ،وكذلك إتصالاته وإتجاهه نحو الحياة تعكس مدى ما يتمتع به من شخصية .(**نادية عبد الحميد الدمرداش 1978م،16**)(**حامد عبد السلام زهران 1995م،79**)

وتشير النتائج في الجداول(14)الى(17) وبمعايرة كا^2 المحسوبة نجدها دالة إحصائيا، والذي يرجعه الباحث أن قلة الوعي القوامي سوءا في البيت أو في المدرسة سترعكس على أوضاع التلاميذ القوامية سوءا أثناء الحركة أو الثبات والتي تصبح بمرور الوقت عادات قوامية،ومنها جلسة التلميذ الغير الصحيحة داخل القسم أو بالمترل لساعات طويلة بمشاهدة التلفيزيون أو للمراجعة،بالإضافة إلى طريقة حمل الحقيبة المدرسية بطريقة خاطئة تؤثر بدرجة كبيرة في القوام،فحملها معلقة على الكتف وما يتبع ذلك من رفعها لأعلى لحفظها من السقوط ، قد يكون من أكبر العوامل التي تؤثر على إرتفاع أحد الكتفين عن الآخر و على هذا ظهر إنحراف سقوط أحد الكتفين بنسبة عالية ،وهذا ما توصلت إليه نادية عبد الحميد الدمرداش من خلال دراستها والتي تم إجرائها بالمدارس الإبتدائية للريف المصري فقد سجلت أن إنحراف سقوط الكتفين من بين الإنحرافات أكثر شيوعا والتي ربطته بطريقة حمل المحفظة . (**نادية عبد الحميد الدمرداش 1978م،187**)

أما النتائج الموضحة في الجداول رقم (17)حتى(20) الخاصة بمتغير البيئة المدرسية فقد دلة النتائج أن إنتشار الإنحرافات القوامية لدى التلاميذ عينة البحث يرجع إلى قلة الإمكانات وعدم مناسبتها داخل القسم ،مما ينتج عنه أنه في كثير من الأحيان تكون جلسة التلميذ غير مريحة فتؤثر على قوامه بالضرورة، ضف إلى ذلك قلة الإضاءة بالفصل ،ضعف صوت المدرس أحيانا ،ضعف السمع أو البصر ،كلها عوامل ساهمت بشكل فعال في ظهور الإنحرافات القوامية خاصة بالجزء العلوي من الجسم كبروز الرأس للأمام أو ميله للجانبين، حيث يشير كل من عباس الرملي وآخرون ،هشام الكرساوي أنه يجب أن يعتني القائمون بإدارة المدارس وأن يتعهدوا بكل ما يمنع حدوث إنحرافات في أجسام التلاميذ وأهم شيء لذلك هو توفير أسباب الراحة والجلوس على المقاعد المناسبة. (**عباس الرملي وآخرون1986م، 51**)(**هشام الكرساوي2004م،145**)

وبإستعراض نتائج الجدول(21)الخاص بدلالة الفروق بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين الى أن قيمة كا^2 المحسوبة نجدها دالة إحصائيا، ويرجع ذلك الي الدور الفعال التي تقوم به الأندية الرياضية ومراكز

الشباب في توفير البيئة الصحية المناسبة للتلاميذ وإشباع حاجاتهم من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المحببة إلى نفوسهم ،ويتفق هذا مع محمد خليل وآخرون على أن الأندية الرياضية تشبع حاجات التلاميذ عن طريق التدريب و إتاحة الفرصة أمامهم لإكتشاف مواهبهم وتوجيهها السليم بإستخدام الإمكانات المتوفرة لديهم،وأن ممارسة الرياضة لها دور كبير في لياقة التلاميذ العامة وفي سلامة صحتهم من الإنحرافات القوامية.

(محمد خليل وآخرون 1997م،134)

ـــ **الإستنتاجات:** في ضوء ما توصل إليه الباحث من بيانات وبعد معالجتها إحصائياً , ومن خلال الربط بين هذه النتائج توصل الباحث إلى عدة الاستنتاجات التالية:

1ـــ هناك إنتشار كبير للإنحرافات القوامية في وسط التلاميذ المرحلة الإبتدائية من (9 ـــ 11سنة).

2ـــ الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا لدى عينة البحث كان عددها 4 مرتبة كالتالي: 1- سقوط أحد الكتفين 45.53%. 2- استدارة الظهر 30.71% 3- ميل الرأس للجانب 27.85% . 4- بروز البطن 26.78%.

3 ـــ يؤثر المستوى الثقافي والاقتصادي للأبوين على نسبة ظهور بعض الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث.

4 ـــ تؤثر العادات السيئة (الجلوس، الوقوف و المشي الغير السليم) على ظهور بعض الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث .

5 ـــ تؤثر البيئة المدرسية على ظهور بعض الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث.

6ـــ يؤثر ممارسة النشاط الرياضي بشكل كبير على الحد من ظهور الإنحرافات القوامية.

ـــ **التوصيات** :في ضوء ما توصل إليه الباحث يوصي بما يلي:

ـــ عمل دراسات مسحية لكل مدرسة على حده لتحديد أنواع الإنحرافات القوامية التي يعاني منها التلاميذ.

ـــ ضرورة عقد دورات توعية وتثقيف للمدرسين والآباء والأمهات حول أهمة الوعي القوامي.

ـــ يجب على القائمون بإدارة المدارس على ضمان أسباب الراحة والجلوس على المقاعد المناسبة و توفير الإضاءة الجيدة والمناسبة.

ـــ الدعوة إلى ممارسة الرياضة بشكل عام من خلال جميع مؤسسات المجتمع وتفعيل دور مدرس التربية الرياضية بالمؤسسات والمدارس لما له دور كبير وفعال في المحافظة على القوام من خلال ممارسة النشاط الرياضي اليومي .

المصادر والمراجع باللغة العربية:

1- أحمد محمد خاطر،علي فهمي البيك:القياس في المجال الرياضي،الطبعة الثالثة،دار المعارف ،القاهرة،1984.

2-امين أنور الخولي،أسامة كامل راتب،محمد حسن علاوي: التربية الحركية للطفل،الطبعة الخامسة،دار الفكر العربي،القاهرة،1998.

3ـــ حامد عبد السلام زهران : علم النفس النمو "الطفولة والمراهقة "،عالم الكتب،القاهرة، 1995 .

4 ـــ حياة عياد روفائيل ،صفاء الدين الخربوطي : اللياقة القوامية والتدليك الرياضي، منشأة المعارف ،الإسكندرية ، 1991.

5ـــ سميرة أحمد السيد : علم إجتماع التربية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1993.

6ـــ عباس عبد الفتاح الرملي،زينب عبد الحليم خليفة،علي محمد زكي: تربية القوام، دار الفكر العربي،الكويت،1981.

7ـــ مجدي محمد نصر الدين عفيفي: تأثير برنامج للتمرينات والوعي القوامي على تحسين بعض الإنحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجيستير في التربية البدنية والرياضية ،كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم،القاهرة،1999.

8ـــ محمد حسن علاوي ،محمد نصر الدين رضوان :اختبارات الأداء الحركي ،دار الفكر العربي ،القاهرة ،2001.

9ـــ محمد حسين خليل وآخرون : معدل انتشار الإنحرافات القوامية للمرحلة السنية من 6-11 سنة بمحافظة الإسكندرية (التشخيص والعلاج)،بحث منشور،المؤتمر العلمى الدولى الثانى لرياضة المرأة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية،جامعة الإسكندرية، 1997.

10ـــ محمد شطا،حياة عياد:تشوهات القوام والتدليك الرياضي،الجزء الثاني،الطبعة الثالثة،دار الفكر العربي، القاهرة ، 1996.

11ـــ محمد صبحى حسانين ، محمد عبد السلام راغب : القياس السليم للجميع، دار الفكر العربي ، القاهرة ،1995.

12ـــ محمد صبحي حسنين:القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية،الجزء الثاني،الطبعة الخامسة،دار الفكر العربي،القاهرة ،2003.

13ـــ محمود محمد أحمد جاد:دراسة ميدانية لبعض التشوهات القوامية لدى تلاميذ الصف السادس بمنطقة شرق الإسكندرية، رسالة ماجيستير في التربية الرياضية ،كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية،جامعة حلوان،1983 .

14ــ نادية عبد الحميد الدمرداش:التشوهات القوامية لأطفال الريف المصري ودور التربية الرياضية في علاجها،رسالة دوكتوراه غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنات،جامعة حلوان،القاهرة،1978.

15ــ ناهد عبد الرحيم: أثر برنامج مقترح لعلاج بعض الإنحرافات العمود الفقري على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي لتلميذات المرحلة الإعدادية،أطروحة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية،كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة حلوان،القاهرة،1986.

16ــ هشام جمعة الكرساوي: مدى توفر الشروط الصحية للأبنية التعليمية للمرحلة الإعدادية وأثره على الحالة القوامية للتلاميذ ،رسالة ماجيستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية ،جامعة طنطا،2004.

17ــ وليم الخولي: الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب العقلي،دار المعارف ،مصر،1976 .

المصادر والمراجع باللغة الأجنبية:

18- Johnson.B.,Nelson .J.K.;Pratical measurements for education in physical education ,s.3rd ;Burgess, publishing , col ,Minnecop, plis manester ,1979.

19- Mathews .D.K;Measurementin physical education, 5th,ed.W.B.saunders company philadephia ,london , toronto ,1978.

20- Serge.Msure, Henri.Lamendin; Posture, pratique sportive et rééducation ;Masson,Paris,2001.

21- René Paoloti: Education et motricité (L'enfant de deux à huitans) ,1er tirage 2000,2em tirage 2002, 3e tirage2003, De Boeck Université, paris.

الملاحق

بعض صور عينة البحث ممن يعانون من بعض الإنحرافات القوامية