"الثقافة الترويحية الرياضية وعلاقتها بالحالة القوامية لدي طالبات الجامعة

م.د/ إيمان رفعت السعيد

مقدمة البحث :

الشباب هم عدة الدولة و حاضرها وأملها فى مستقبل أكثر تقدماً ، وحولهم تدور معظم الخدمات والاستثمارات فى المجتمع ، ولذلك يجب الاهتمام بالشباب جيداً وأن يرتبط الشباب بمجتمعهم ارتباطاً عاطفياً ومادياً ونفسياً واجتماعياً لمواجهة ظواهر الاغتراب النفسى والثقافات المضادة التى يمكن أن تدمر المجتمع والتى يعتبر الانحراف السلوكى أحد مظاهرها .

ويمكن للشباب أن يرتبط بالمجتمع ويتكيف مع أفراده من خلال ممارسة أنشطة الترويح الرياضى التى تسهم فى معرفة حاجات الشباب وميولهم ومحاولة المجتمع أن يشبع هذه الحاجات من خلال توفير الممارسة الترويحية الرياضية فى مختلف مؤسسات المجتمع بدءاً من الأسرة ومروراً بالمدرسة والجامعة والنادى ومنهياً بمؤسسات الإنتاج (٢:٧).

ويمثل جانب الثقافة الترويحية Recreational Culture أحد أهم جوانب الأعداد الثقافى بالنسبة للطالب الجامعى.هذه الثقافة التى تنطوى على المعرفة والقيم والاتجاهات التى تتصل بالمشاركة والممارسة للأنشطة الترويحية ، حيث يؤدى ذلك إلى تكوين فلسفة ذاتية تجاه أوقات الفراغ التى يتعرض لها الطالبة الجامعية . وتأتى أهمية الثقافة الترويحية كما يؤكد العديد من علماء الفراغ والترويح من أنها تمنح ثراء لشخصية الانسان وتشحذ وجدانه بالمعانى والقيم الفنية والجمالية وتكسبه الوعى الترويحى اللازم للمشاركة فى الأنشطة الترويحية بطريقة ايجابية (٨:٣).

والثقافة الترويحية الرياضية تلقى الضوء على أهمية ممارسة أنشطة الترويح الرياضى مما يؤدى إلى تنمية الوعى الترويحي الرياضى لطالبات الجامعة (٣:٧).

والقوام يشكل اللبنة الأساسية التى يبنى عليها الجسم الانسانى، فالهيكل العظمى موحد لدى الأفراد. ولكن نمط الجسم هو الذى يحدد الشكل العام للجسم ، وقد يحدث اختلاف فى قوام الفرد نتيجة نمط الجسم حيث من الممكن أن تظهر بعض التشوهات القوامية نتيجة شكل الجسم الخارجى (٣١:١٦).

وللقوام علاقة إيجابية بالعديد من المجالات الحيوية للإنسان ، فهو مرتبط بالصحة والشخصية السوية والنجاح الاجتماعى والنواحى النفسية وزيادة الانتاج وممارسة الحركة والنجاح فى النشاطات الرياضية الترويحية ..... فهو أحد مقومات الحياة السعيدة للإنسان(٣٤:١٨).

مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحثة فى مجال الترويح والاطلاع على المراجع الترويحية المختلفة ، والانترنت لاحظت الباحثة أن هناك علاقة ايجابية بين القوام وممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية (١٨:٣٤) ، وهو ما أثار اهتمام الباحثة لهذه الدراسة كمحاولة للوصول الى علاقة الثقافة الترويحية الرياضية بحالة القوام لدى طالبات الجامعة لما لذلك من أهمية فى زيادة الوعى القوامى عن طريق ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية ، حتى يكون ذلك مدخلاً للتثقيف الترويحى لطالبات الجامعة ، والتوصية باعداد برامج مناسبة علاجية ترويحية لتشجيع طالبات الجامعة على الممارسة الايجابية .

وللترويح الرياضى أثره فى اكساب الفرد الممارس لانشطته اللياقة البدنية ، والقوام المعتدل ، والتخلص من الطاقة الزائدة، ورفع كفاءة أجهزة جسم الانسان الداخلية مثل الجهاز الدورى والجهاز التنفسى .

هدف البحث:

يهدف البحث إلى دراسة الثقافة الترويحية الرياضية وعلاقتها بالحالة القوامية لطالبات جامعة حلوان وذلك من خلال التعرف على :-

١- الفروق بين طالبات الكليات العملية والنظرية فى ثقافة الترويح الرياضى.

٢- الانحرافات القوامية لدى طالبات الكليات النظرية والعملية فى ضوء الاستجابات الأعلى والأدنى فى مقياس ثقافة الترويح الرياضى.

٣- الفروق فى حالة القوام بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى والأدنى فى مقياس ثقافة الترويح الرياضى للكليات العملية والنظرية والفنية ككل.

تساؤلات البحث :

١- هل يوجد فروق دالة إحصائياً بين طالبات الكليات العملية والنظرية فى ثقافة الترويح الرياضى ؟

٢- هل طالبات الكليات العملية والنظرية اللاتى يتميزون بمقدار أعلى فى ثقافة الترويح الرياضى أقل تعرض للانحرافات القوامية ؟

٣- هل توجد فروق دالة احصائياً فى حالة القوام بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى والأدنى فى مقياس ثقافة الترويح الرياضى لطالبات الكليات العملية والنظرية كل على حدة وطالبات جامعة حلوان ككل ؟

مصطلحات البحث:

- الثقافة الترويحية الرياضية Recreation Sport Culture

هي جملة المعارف والاتجاهات والقيم والمفاهيم والمعلومات المرتبطة بالنشاط الترويحى الرياضى التى يستقيها الفرد من خلال ممارسته للنشاط الترويحى الرياضى المحبب له (٥:٦).

- القوام Posture

تعرفه اللجنة الفرعية لمؤتمر الطفل بالبيت الأبيض بكونه "العلاقة الميكانيكية بين أجهزة الجسم المختلفة العظمية والعضلية والعصبية"(٣٢:١٧).

- الانحراف القوامى Deformity Deviation

يعرف الانحراف القوامي بكونه شذوذاً فى شكل عضو من أعضاء الجسم أو جزء منه، وانحرافه عن الوضع الطبيعي المسلم به تشريحياً، مما ينتج عنه تغير فى علاقة العضو بسائر الأعضاء الأخرى(٣٣:٨).

الدراسات المرتبطة :

أولاً الدراسات المرتبطة بثقافة الترويح الرياضى

١- دراسة إيمان رفعت السعيد (٢٠٠١)(٧) عن " الثقافة الترويحية الرياضية وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكوفيزيقية لدى طالبات جامعة حلوان" بحيث استهدفت هذه الدراسة الآتى:

- دراسة أنماط أجسام طالبات الجامعة الكليات (نظرية - عملية)
- دراسة الأنماط المزاجية وثقافة الترويح الرياضى لدى طالبات جامعة حلوان (نظرية - عملية).
- دراسة الفروق بين الأنماط المزاجية وثقافة الترويح الرياضى لطالبات الكليات (نظرية - عملية).
- دراسة الفروق بين أنماط الأجسام والأنماط المزاجية وثقافة الترويح الرياضى لطالبات الجامعة.

واســتخدت الباحــثة المنهج المسحى (العلاقات الارتباطية) ، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية من بين طالبات جامعة حلوان ومــن الكليات النظرية والعملية بواقع ٣ كليات عملية و٣ كليات نظرية ومن جميع الصفوف الدراسية لعام ٢٠٠٠-٢٠٠١ ، وقــد بلغ حجم العينة (١٠٥٤) طالبة ، واستخدمت الباحثة مقياس ثقافة الترويح الرياضى من إعداد الباحثة، ومقياس المزاج من تقنــين الباحــثة ، والمقاييس الأنثروبومترية والتصوير الفوتوغرافى كأدوات لجمع البيانات، كما استخدمت الباحثة فى المعالجة الاحصائية المتوسط الحسابى ، والانحراف المعيارى ، وتحليل التباين وقيمة ت وتوصلت الباحثة ما يلى :-

- متوسط نمط العينة سمين – عضلى.
- تتصف طالبات الجامعة من الكليات النظرية بارتفاع مستوى الثقافة الترويحية الرياضية عن الكليات العملية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الكليات العملية والنظرية فى جميع أبعاد مقياس المزاج.
- حقق مقياس ثقافة الترويح الرياضى أعلى متوسط حسابى له مع النمط النحيف.

٢- دراسة فريدة حرزاوى ،و أمل جميل (٢٠٠٠)(١٣) عن " تأثير توجهات التعليم على الطلاب نحو النشاط الترويحى " حيث أستهدفت هذه الدراسة الى ما يلى :-

- تأثير المواد الدراسية ذات الطابع الترويحى على اتجاهات الطلاب نحو الترويح بوجه عام .
- تأثير الدراسة بكلية التربية الرياضية على اتجاهات الطلاب نحو الترويح الرياضى.
- تأثير الدراسة بكلية الاعلام على اتجاهات الطلاب نحو الترويح الثقافى.
- تأثير الدراسة بكلية السياحة والفنادق على اتجاهات الطلاب نحو الترويح الخلوى.
- تأثير الدراسة بكلية الخدمة الاجتماعية على اتجاهات الطلاب نحو الترويح الاجتماعى.
- تأثيــر الدراســة بكــل من كلية التربية الموسيقية و التربية الفنية و الفنون التطبيقية على اتجاهات الطلاب نحو الترويح الفنى ، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفى لمناسبته للدراسة ،وأختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية مــن كلية الاعلام – جامعة القاهرة ، كليتى التربية الموسيقية ، والتربية الفنية ، وكلية الفنون التطبيقية بواقع ٥٠ طالب و طالبة بمرحلة البكالوريوس ، وتوصلت الباحثتان الى النتائج التالية:

١- لتوجهات التعليم بالكليات المرتبطة ودراستها بنوع معين من الأنشطة الترويحية تأثير على اتجاهات الطلاب نحو الترويح بوجه عام.

٢- نوع الدراسة بالكليات المرتبطة بنوع معين من الترويح تؤثر فى تكوين اتجاهات نحو هذا الترويح .

٣- تــتكون لــدى كلــية التربية الفنية اتجاهات نحو الترويح الفنى ولا يتكون هذا الاتجاه لدى طلاب كليتى التربية الموسيقية والفنون التطبيقية .

٣- دراســة محمد صلاح محمد حسنين (١٩٩٤)(١٩) عن " مصادر المعرفة الترويحية لطلاب جامعة حلوان وعلاقتها ببعض المتغيرات الدراسية" بحيث استهدفت هذه الدراسة الآتى:-

- تحديد أكثر مصادر المعرفة استخداماً لطلبة جامعة حلوان بوجه عام.
- تحديد أكثر مصادر المعرفة استخداماً لكل كلية من كليات جامعة حلوان.
- تحديــد الفروق بين طلاب الفرق الدراسية الثانية وطلاب الفرق الدراسية النهائية فى المعارف الخاصة بالأنشطة ومصادرها.

وقــد اســتخدم الــباحث المنهج الوصفى ،كما استخدم استمارة استبيان من إعداد وتصميم الباحث ، واختيرت العينة بالطــريقة العشوائية من بين طلاب جامعة حلوان المقيدين بالفرق الدراسية الثانية والنهائية للعام الجامعى ١٩٩٢/١٩٩٣، وبلغ

حجـم العيـنة (٣٣٨) طالب وطالبة وأشتملت خطة المعالجة الاحصائية على إيجاد قيم المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى والخطـأ المعـيارى والنسـبة المـئوية واختيار ت ، وتوصل الباحث إلى أن أكثر المصادر استخداماً للحصول على المعرفة الترويحية لدى عينة البحث بشكل عام كان ترتيبها كالتالى:-
التليفزيون - الأصدقاء - الصحف اليومية - الأهل والأقارب - المجلات - الراديو- الكتب - الصحف الأسبوعية - النشرات والكتيبات - الملحق الاعلامى واللافتات - المشرف الرياضى - المشرف الفنى عضو هيئة التدريس.

٣-دراسـة إيمان السيد هدهودة (١٩٨٧)(٥) بحث بعنوان"دراسة مسحية للأنشطة الترويحية لطلبة وطالبات جامعة حلوان" وقد اسـتهدفت الدراسـة - دراسة الوضع الحالى للترويح الجامعى من حيث مفهوم الترويح والتربية الترويحية لدى المسئولين عن الأنشطة الترويحية بكليات جامعة حلوان، بالاضافة إلى معرفة وتحديد الأنشطة الترويحية التى يمارسها طلاب الجامعة، ومدى توافـر الامكانات المادية والبشرية الخاصة بالأنشطة الترويحية لكليات الجامعة، واستخدمت الباحثة المنهج المسحى، واشتملت عيـنة الـبحث على جميع كليات جامعة حلوان وعددهم (١٤)كلية وتكونت من (١٤٥) من المسئولية عن الأنشطة الترويحية ، وعدد (١٦٢٥) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان ، وقامت الباحثة بتصميم ثلاث استمارات استبيان، وكان من أهم النتائج أن مفهـوم التـرويح لدى المسئولين عن الأنشطة الترويحية متفقاً مع المراجع ، وهناك اتفاق بينهم حول أهداف الترويح ، كما جـاءت المميزات الفسيولوجية لممارسة الأنشطة الترويحية فى المرتبة الأولى يليها المميزات النفسية ثم الاجتماعية ، وقد أجمع المسـئولين عـن الأنشـطة على احتياج طلاب الجامعة للأنشطة الترويحية التى تسهم فى إشباع ميولهم ورغباتهم ، وقد كانت دوافع ممارسة الأنشطة الترويحية للطلاب هو الشعور بالراحة والسعادة عند ممارسة أى نشاط ترويحى ، ومن أهم دوافع عدم الممارسة هى قلة الامكانيات وعدم توافر اخصائيين ترويحيين متخصصين بالأنشطة الترويحية.

٤- دراسـة أمين الخولى ومصطفى عبد القادر (١٩٨٥)(٣) "دراسة نقدية لمفهوم ثقافة الترويح الرياضى لدى طلاب الجامعة فـى مصـر" ، حيث استهدفت الدراسة التعرف على المفهوم النظرى لثقافة الترويح ومتطلباته مع الواقع الطلابى فى الجامعة، وذلـك مـن أجل تشخيص العيوب وتحديد حجم المشكلة ووضع التصورات المقترحة لحلول هذه المشكلة ولقد تم اتباع المنهج التحليلـى الـنقدى من خلال بعض الكتب المعنية بالفراغ والترويح وبعض الدراسات السابقة فى مجال التربية الترويحية وذلك لجمـع البيانات الخاصة بمفهوم ثقافة الترويح ، وأظهرت نتائج البحث أن هناك جملة من العوامل والمؤثرات فى داخل الجامعة وخارجها تكمن وراء ظاهرة نقص الوعى الثقافى الترويحى لطلاب الجامعة.

٥- دراسـة الفاضل Alfadhil.A.M (١٩٩٧)(٢١) عن " معوقات مشاركة الطلاب فى أنشطة الترويح الرياضى" استهدفت هـذه الدراسة التعرف على العوامل التى تعوق مشاركة طلاب جامعة ولاية متشجان فى أنشطة الترويح الرياضى ، وقد قسمت عينة البحث إلى مجموعتين الأولى من المشاركين والأخرى غير المشاركين فى الترويح الرياضى، مع التركيز على المجموعة الأخيـرة غيـر المشاركين بصفة خاصة بهدف التعرف على العوامل الشخصية الداخلية والعوامل الشخصية الخارجية التى تحد من المشاركة فى ضوء كل من متغيرات الجنس والاهتمام بالمشاركة والخبرة المسبقة في المشاركة،وقد تم سحب العينة بطريقة عشـوائية مكونة من٦٠٠ غالبا تم اختيارهم بواسطة المختصين بالجامعة، واستجاب لهم ٢٤٠ طالبا تم تصنيف ١٤٤ منهم علي انهم غير مشاركين بصفة منتظمة في أنشطة الترويح الرياضي ويمثلون أغلبية العينة ، و٩٦ من المشاركين بصفة منتظمة منهم ٧٦ أبدوا رغبتهم فى زيادة مشاركتهم حيث تم تصنيفهم باعتبارهم مشاركين وهم يمثلون العينة الثانية المستخدمة فى هذه الدراسة، استخدم الباحث استمارة استبيان مكونة من ثلاث محاور الأول يركز على المعلومات السكانية، والثانى يقاس العوامل التى تحد من الزيادة السكانيـة والثـالث مـقـيـاسـا لقـيـاس العـوامل التى تحـد من المـمـارسـة والمشـاركـة (لغـيـر المشـاركين) واستخلص الباحث الاتى:

- ان اختلاف الجنس فيما بين غير المشاركين لم يكن سببا هاما في الحد من المشاركة.
- ان هناك معوقات تتعلق بالفرد نفسه ، ومعوقات أخرى خارج إرادة الفرد تحد من المشاركة.

٦- دراسة كيجر kiger (١٩٩٦) (٢٤) بعنوان"التعرف علي محددات مشاركة طلاب الجامعة في انشطة الترويح الرياضي " استهدفت الدراسة التعرف علي محددات اختيار طلاب الجامعة لانشطة الترويح الرياضي التي يمارسونها وكذا مستوي مشاركتهم في تلك الأنشطة وذلك من خلال الاختيار بين قائمتين لتلك الأنشطة الترويحية الرياضية ، والتي انقسمت إلى أنشطة رسمية وأخرى غير رسمية ، واستخدم الباحث برنامج (SPSS) ، التحليل العاملى لمعالجة الإحصائيات وتصل الباحث إلى :

- أن هناك فروقاً واضحة بين الجنسين فى الاقبال على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وكذا مستوى المشاركة.
- أن هناك فرق واضح من ناحية أماكن إقامة الطلاب والإقبال على المشاركة فى أنشطة الترويح الرياضى الرسمية وكذا مستويات المشاركة.
- أن هناك فرق واضح بين الطلاب الذين سبق لهم ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وبين الطلاب الذين لم يسبق لهم المشاركة من حيث الإقبال على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
- أن هناك تأثير واضح وإيجابى للدوافع الداخلية والدوافع الخارجية على مستوى المشاركة فى أنشطة الترويح الرياضى الرسمية.
- إن الدوافع الداخلية لها تأثير واضح وإيجابى على مستوى المشاركة فى أنشطة الترويح الرياضى غير الرسمية.

ثانياً الدراسات المرتبطة بالحالة القوامية

١- دراسة اياد محمد خليل (٢٠٠٠)(٤) تحت عنوان "العلاقة بين نمط الجسم والقوام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة الجيزة" بهدف

- توصيف أنماط أجسام تلاميذ المرحلة الإعدادية (الصف الأول).
- تحديد التشوهات البدنية لتلاميذ الصف الأول للمرحلة الإعدادية.

- دراسة الفروق بين الحالة القوامية وأنماط الأجسام لطبقات عينة البحث،واختيرت العينة بطريقة عشوائية طبقية قوامها(٤٠٨) طالب من طلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة الجيزة (إدارة العمرانية التعليمية)، واستخدم الباحث المقاييس الأنثروبوترية وطريقة هيث وكارتر لتحديد نمط الجسم، واختيار ولاية نيويورك للقوام ، كما استخدم الباحث المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى و تمكين التباين لدلالة الفروق وتوصل الباحث إلى وجود تباين بين أنماط أجسام طلاب المرحلة الإعدادية الخاصة ، حكومي ، مهنى، لغات ، تجريبى وكلما يزداد النحافة بإنقاص الوزن ويزداد لكون السمنة كلما زاد الوزن لذلك اتفقت جميع طبقاً العينة على أن النمط العضلى يظهر بصورة كبيرة فى المدارس الحكومية عنه ، فى المدارس المهنية النمط النحيف (كما يوجد تباين بين الحالة القوامية بين المدارس حيث تظهر الانحرافات بصورة كبيرة فى المدارس الخاصة واللغات كما تظهر الانحرافات بصورة واضحة فى المدارس المهنية وتقل الانحرافات فى المدارس الحكومية.

٢- دراسة إبراهيم خليفة (١٩٩٢)(١) تحت عنوان " الانحرافات القوامية للطفل بالحلقة الأولى من التعليم الأساسى" استهدفت الدراسة استكشاف الانحرافات القوامية للطفل بمرحلة التعليم الأساسى واستخدم الباحث المنهج المسحى، واشتملت عينة الدراسة على ٦٠٠ تلميذ بالصفوف الثلاث من التعليم الأساسى ، واستخدم الباحث لوحة المربعات لقياس الانحرافات واختيار ودروف Woodruff لقياس الانحناءات، ومن أهم النتائج وجود انحرافات بمنطقة القدمين نسبتها ٣١,٣% وانحرافات الطرف العلوى ٢٧,٩% والعمود الفقرى ٢٣,٥% والانحرافات القوامية بمنطقة الحوض والطرفين السفلين ١٧,٣% من مجموع عينة البحث.

٣- دراسة مصطفى محمود مصطفى (١٩٩٢)(٢٠) تحت عنوان "بعض الانحرافات القوامية فى العمود الفقرى وعلاقتها بالسعة الحيوية للطلاب المتقدمين بجامعة المنصورة" فى العام الدراسى ٨٩/١٩٩٠م ، حيث بلغت عينة البحث ٤٠٠ طالب مصرى من الطلبة الحاصلين على الثانوية العامة المتقدمين بجامعة المنصورة للعام الدراسى ٨٩/٩٠م، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية ،واستخدم الباحث المنهج الوصفى (الدراسات المسحية) ، والكشف على الانحرافات استخدم بعض الأجهزة والأدوات الخاصة بذلك، وقد أسفرت النتائج على ارتفاع نسبة الانحرافات وانحراف استدارة الظهر مع التجويف العظمى فى التركيب الأول بمتوسط سعة حيوية ٢٠١٠,٧٥٣سم^{٣} وانحراف استدارة الظهر مع الترتيب الثانى بمتوسط سعة حيوية ٢١١٧,٢٠٤ سم^{٣} ، انحرف التجويف القطنى فى الترتيب الثالث ومتوسط للسعة الحيوية ٢٣٠١,٨٥٢سم^{٣} وانحراف انثناء العنق فى الترتيب الخامس ومتوسط للسعة الحيوية ٢٥٣٢,١٤٣سم^{٣} ، انحراف سقوط الرأس فى الترتيب الأخير بمتوسط سعة حيوية ٢٨٢٢,٨٢٦سم^{٣} .

٤- دراسة ديم شم Dim Shim (١٩٩٨)(٢٣) عنوانها "تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة على الحالة القوامية فى أنواع مختلفة من المدارس" استهدفت الدراسة التعرف على مدى تأثير الحالة القوامية بممارسة النشاط الرياضى، وهل هناك فروق فى الحالة القوامية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين؟ واشتملت عينة البحث على ٣٠٠ طالباً (١٥٠ ممارسين و ١٥٠ غير ممارسين)وتم سحب العينة من مدارس ابتدائية وإعدادية وثانوية وتتراوح أعمار أفراد العينة بين ١٧:١٠ سنة انحناء العمود الفقرى ، لوحة طبعة القدم وذلك للكشف على الحالة القوامية للطلاب فى المدارس المختلفة ، من أهم نتائج هذه الدراسة أن الطلاب الذين يمارسون الأنشطة الرياضية المختلفة يقل فيهم نسبة الانحرافات القوامية أما الطلاب الذين لا يميلون إلى ممارسة النشاط الرياضى فإن الانحرافات بين المدارس الإعدادية والابتدائية فى نسب ونوع الانحرافات وأيضاً ظهر فروق واختلافات كبيرة فى نسب الانحراف بين المدارس الابتدائية والثانوية ، وكذلك أيضاً بين الإعدادية والثانوية .

٥- دراسة برستون Breston B (١٩٩٧)(٢٢) عنوانها "مدى تأثير الحالة القوامية على المشية المعتدلة لطلاب جامعة جنوب أفريقيا" استهدفت الدراسة التعرف على الحالة القوامية لطلاب الجامعة وهل تؤثر على حركة المشى المعتدلة لدى الطلاب، اشتملت عينة البحق على ٦٥٠ طالباً وذلك بنسب مختلفة من الكليات الجامعية تتراوح أعمارهم بين ٢٣:٢٠ سنة من الذكور فقط. استخدم الباحث الشريط المرن واختيار ولاية نيويورك للقوام New York State Posture Rating Test

ومن أهم النتائج هذه الدراسة وجود حوالى ٣٥% من أفراد العينة يظهر فيهم انحراف تفلطح القدمين و ٢٥% من أفراد العينة يظهر فيهم انحرافات العمود الفقرى ، وحوالى ٦٠% من أفراد العينة لا تظهر فيهم انحرافات بصورة كبيرة. وأن الطلاب الذين يعانون من تفلطح القدمين يظهر عليهم خلل فى حركة المشى أثناء الأداء وأيضاً يظهر ذلك فى الطلاب الذين يعانون من انحرافات العمود الفقرى فإن الانحناء يؤثر على اعتدال القامة أثناء المشى المعتدل.

٦- دراسة وانج ولآخرون ,.Wang et al عام (١٩٩٩) (٢٥) عنوانها " تأثير حمل حقيبة الكتب على الحالة القوامية لدى الشباب أثناء قيادة الدراجات" استهدفت الدراسة التعرف على التغيرات التى تطرأ على الحالة القوامية وخاصة منطقة الظهر للشباب الذين يحملون حقائب الكتب على ظهورهم أثناء قيادة الدراجات، واشتملت عينة البحث على ٥٣٠ طالباً تتراوح أعمارهم ما بين ١٧:١٤ سنة، وقد استخدم الباحثون اختيار ولاية نيويورك للقوام New York State Posture Rating Test والشكل الجانبى والخلفى واستعان البحث الباحث بلوحة المربعات لتحديد الانحرافات بدقة ، ومن أهم نتائج هذه الدراسة ظهور انحرافات قوامية لدى ٥٥% من عينة البحث وخاصة فى منطقة الظهر حيث ظهرت انحرافات مثل استدارة الكتفين والتقعر القطنى وتحدب الظهر كما ظهر أيضاً أن وزن حقيبة الكتب يؤثر بشدة على شدة الانحراف، فكلما زاد وزن حقيبة الكتب زادت نسبة الانحراف والعكس صحيح.

أولاً:- التعليق على الدراسات المرتبطة بالثقافة الترويحية الرياضية:-

من خلال العرض السابق للدراسات المرتبطة التى أجريت فى مجال الثقافة الترويحية الرياضية سواء العربية أو الأجنبية لاحظت الباحثة ما يلى:-

١- أن معظم الدراسات اتجهت إلى التعرف على ثقافة الترويح الرياضى لدى طلاب وطالبات الجامعة مثل إيمان رفعت (٧)، أمين أنور الخولى ومصطفى عبد القادر(٣) ، محمد صلاح محمد حسنين (١٩) .

٢- كما اتجهت بعض الدراسات إلى التعرف على الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب وطالبات الجامعة مثل إيمان السيد هدهودة (٥) .

٣- واتجه البعض الآخر إلى معرفة محددات ومعوقات مشاركة طلاب وطالبات الجامعة فى ممارسة أنشطة الترويح الرياضى بالجامعة مثل أحمد محمد الفاضل (٢١) كيجر(٢٤).

٤- كما لاحظت الباحثة أن هذه الدراسات اختلفت عن بعضها البعض فى حجم العينة حيث تراوحت أعداد أفراد العينة ما بين (٣٣٨:١٦٢٥) طالب وطالبة من طلاب الجامعة.

٥- كما اتفقت جميع الدراسات المرتبطة فى استخدام الاستبيانات كأداة لجمع البيانات فيما عدا إيمان رفعت (٧) استخدمت مقياس تاواة لجمع البيانات لقياس ثقافة الترويح الرياضى من تصميم الباحثة.

ثانياً :- التعليق على الدراسات المرتبطة بالحالة القوامية:-

من خلال العرض السابق للدراسات المرتبطة التى أجريت فى مجال القوام سواء العربية أو الأجنبية لاحظت الباحثة ما يلى:-

١- معظم الدراسات اتجهت إلى التعرف على الانحرافات القوامية فى المراحل التعليمية المختلفة مثل اياد محمد خليل (٤)، إبراهيم خليفة (١)، مصطفى محمود مصطفى(٢٠)، ديم شم .

٢- بعض الدراسات قد تطورت إلى العلاقة بين الحالة القوامية وبعض المتغيرات الأخرى وذلك مثل اياد خليل(٤)، مصطفى محمود مصطفى (٢٠) .

٣- لاحظت الباحثة أن هذه الدراسات اختلفت عن بعضها البعض فى حجم العينة حيث تراوحت أعداد أفراد العينة ما بين (١٠٠:٦٠٠) طالب وطالبة من مختلف مراحل التعليم.

وهنا يجب أن تشير الباحثة إلى مدى الاستفادة من الدراسات المرتبطة والتى سبق عرضها ، حيث تمثلت فى :-

- التعرف على أساليب سحب العينات.
- اختيار الاختبار المناسب للمرحلة السنية قيد البحث ، حيث اتضح للباحثة أن اختبار ولاية نيويورك لقياس الحالة القوامية يعد من أفضل الطرق المستخدمة لقياس الحالة القوامية ، لذلك فقد تم استخدامه من قبل الباحثة فى الدراسة الحالية.
- اختيار المقياس المناسب للمرحلة السنية فى قياس ثقافة الترويح الرياضى.
- تفسير النتائج ومناقشتها.

إجراءات البحث

أولاً المنهج:-

استخدمت الباحثة المنهج الوصفى لمناسبته لهذه الدراسة.

ثانياً مجتمع البحث:-

تمثل مجتمع البحث فى طالبات كليات جامعة حلوان المسجلات بجميع الفرق الدراسية بكليات الجامعة للعام الدراسى (٢٠٠٢/٢٠٠١) وتتضمن كليات عملية ونظرية.

تضم الجامعة ١٨ كلية منها ثلاث كليات نظرية وهى التجارة وإدارة الأعمال ، والآداب ، والحقوق، و١٥ كلية عملية وهـــى : كلـــية التـــربية الرياضية للبنات ، كلية التربية الرياضية للبنين، كلية التربية الموسيقية، كلية التربية الفنية، كلية الفنون الجمـــيلة، كلية الفنون التطبيقية، كلية هندسة وتكنولوجيا حلوان، كلية هندسة وتكنولوجيا المطرية، كلية العلوم ، كلية الصيدلة ، كلية الاقتصاد المنزلى، كلية الخدمة الاجتماعية ، كلية التربية ، كلية السياحة والفنادق، كلية الحاسبات والمعلومات(٨:٩).

ثالثاً عينة البحث:-

تتقسم عينة البحث إلى قسمين هما كما يلى:-

أولاً الكليات النظرية:

تضـــم الجامعـــة ثـــلاث كليات نظرية وهى (كلية الآداب – كلية التجارة وإدارة الأعمال، كلية الحقوق)، وتم اختيار كليتـــين ليمـــثلا الكليات النظرية وهما (كلية التجارة وإدارة الأعمال ، وكلية الآداب عشوائياً) ، ولقد تم سحب عينة عشوائية قـــوامها (٥٠) طالـــبة من كل كلية منها ومن جميع الصفوف الدراسية، حيث أصبحت العينة المختارة من كلتا الكليتين (١٠٠) طالبة.

ولقـــد تـــم تطبيق مقياس التقافة الترويحية الرياضية على الطالبات عينة البحث ، ثم تم اختيار ٢٥ من الطالبات ذوات الاســـتجابات العالية على مقياس التقافة الترويحية الرياضية و ٢٥من الطالبات ذوات الاستجابات المنخفضة على مقياس التقافة الترويحية الرياضية لتطبيق اختبار ولاية نيويورك لقياس الحالة القوامية لهن.

ثانياً الكليات العملية:-

تضم الجامعة ١٥ كلية عملية كما سبق ذكرها، وتم اختيار ثلاثة كليات عشوائياً كما يلى:-

كلية التربية الرياضية للبنات ، كلية الخدمة الاجتماعية ، كلية الاقتصاد المنزلى.

ولقـــد تـــم ســـحب عيـــنة عشوائية قوامها ١٠٠ طالبة من الكليات الثلاثة المشار إليهم ، ولقم تم تطبيق مقياس التقافة التـــرويحية الرياضية عليهن ثم قامت الباحثة باختيار ٢٥ طالبة من الطالبات ذوات الاستجابات العالية على مقياس تقافة الترويح الرياضى و ٢٥ طالبة من الطالبات ذوات الاستجابات المنخفضة على مقياس التقافة الترويحية الرياضية ، وذلك لتيطبق عليهن اختبار ولاية نيو يورك لقياس الحالة القوامية.

رابعاً:- أدوات جمع البيانات:-

١- لقـــياس الـــتقافة الترويحية الرياضية استخدم مقياس تقافة الترويح الرياضى لإيمان رفعت السعيد (وقد تم بناءه ، وحساب صدقه وثباه وإجراء التحليل العاملى له من قبل الباحثة فى رسالة الماجستير على نفس العينة) مرفق (١).

٢- ولقياس القوام استخدم اختبار ولاية نيويورك للقوام مرفق (٢) New York State Posture Rating Test .

وفيما يلى وصف مفصل لاختيار القوام الذى يمتل إحدى وحدات اختبار ولاية نيويورك للقوام.

يتضمن الاختيار ١٣ وضعاً قوامياً (بروفيل Profile) تتعلق بأجزاء الجسم التالية:-

١- الوضع الأول يتعلق بالرأس	Head
٢- الوضع الثانى يتعلق بالكتفين	Shoulder
٣- الوضع الثالث يتعلق بالعمود الفقرى	Spine
٤- الوضع الرابع يتعلق بالفخذين	Hips
٥- الوضع الخامس يتعلق باتجاه القدمين	Feat Pointed
٦- الوضع السادس يتعلق بتقوس الساقين	Feat Arches
٧- الوضع السابع يتعلق بالعنق	Neck
٨- الوضع الثامن يتعلق بالصدر	Chest
٩- الوضع التاسع يتعلق بالكتفين	Shoulders
١٠- الوضع العاشر يتعلق بالجزء العلوى من الظهر	Upper Bach
١١- الوضع الحادى عشر يتعلق بالجذع	Trunk
١٢- الوضع الثانى عشر يتعلق بالبطن	A Pdomem
١٣- الوضع الثالث عشر يتعلق بالجزء السفلى من الظهر	Lower Bach

كل من الأوضاع القوامية الثلاث عشر السابق الإشارة إليها يتضمن ثلاث مستويات هى:-

١- المستوى الأول (العمود الأول من اليسار) يتضمن الوضع السليم لذلك الجزء من الجسم الواقع تحت القياس . وهو يمثل المستوى الجيد Good ويمنح عند القياس خمسة درجات.

٢- المستوى الثانى (العمود الثانى من اليسار) يتضمن المستوى الأول من الانحراف القوامى لذلك الجزء من الجسم الواقع تحت القياس ، وهو يمثل مستوى مرضى Fair أى أن الانحراف طفيف Slightly ويمنح عند القياس ثلاث درجات .

٣- المستوى الثالث (العمود الثالث من اليسار) يتضمن المستوى المتقدم من الانحراف القوامى لذلك الجزء من الجسم الواقع تحت القياس. وهو يمثل مستوى غير جيد(ضعيف) Poor ، أى أن الانحراف ملحوظ Mortally ويمنح عند القياس درجة واحدة.

خامساً الدراسة الاستطلاعية:-

قامت الباحثة بعمل دراسة استطلاعية لاستخراج معاملات الصدق والثبات لمقياس ثقافة الترويح الرياضى على عينة قوامها ٢٥ طالبة (تم اختيارهن بالطريقة العشوائية من طالات جامعة حلوان خارج البحث)، واستخدمت الباحثة لحساب معامل الصدق (صدق الإتساق الداخلى)، ولقد أشارت النتائج إلى أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات ومجموع المقياس قد تراوحت ما بين (٠,٧٠٢ - ٠,٩٨٨) وهى معاملات ارتباط عالية مما يدل على صدق المقياس، واستخدمت الباحثة أيضا صدق المقارنة الطرفية ، حيث أشارت النتائج إلى قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات.

واستخدمت الباحثة لحساب ثبات المقياس طريقة التطبيق - إعادة التطبيق Test - Retest حيث أجرى التطبيق الأول فى الفترة من ٢٠٠١/١٠/١م إلى ٢٠٠١/١٠/٤م ثم أعيد إجراء التطبيق خلال الفترة من ٢٠٠١/١٠/١٩م إلى ٢٠٠١/١٠/٢٢م على نفس العينة وتحت نفس الظروف بعدة مدة ١٥ يوماً من التطبيق الأول. وكان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى قد بلغ ٠,٩٦ مما يشير إلى ثبات المقياس بنسبة عالية ومن جداول (١)، (٢)، (٣) التالية يتضح صدق وثبات المقياس.

جدول (١)

صدق الاتساق الداخلي

معاملات الارتباط بين عبارات مقياس ثقافة الترويح الرياضي و المقياس ككل ن= ٢٥

رقم العبارة	"ر" مع المقياس	رقم العبارة	"ر" مع المقياس	رقم العبارة	"ر" مع المقياس	رقم العبارة	"ر" مع المقياس	رقم العبارة	"ر" مع المقياس
١	٠,٨٢٣	١٣	٠,٨٣٥	٢٥	٠,٨٣٩	٣٧	٠,٩٠١	٤٩	٠,٨٩١
٢	٠,٨٤٢	١٤	٠,٨١١	٢٦	٠,٨١١	٣٨	٠,٧٠٢	٥٠	٠,٨٧٢
٣	٠,٨٨٤	١٥	٠,٧٦٩	٢٧	٠,٧٣٥	٣٩	٠,٨٤١	٥١	٠,٨٨٢
٤	٠,٨١٦	١٦	٠,٧١٤	٢٨	٠,٨٨٧	٤٠	٠,٨٤٢	٥٢	٠,٧٨١
٥	٠,٧١٤	١٧	٠,٨٢٤	٢٩	٠,٧٣٧	٤١	٠,٨٥٨	٥٣	٠,٧٣٣
٦	٠,٨١٠	١٨	٠,٧٨٣	٣٠	٠,٨٣٣	٤٢	٠,٨٣١	٥٤	٠,٧٥٥
٧	٠,٧٨٢	١٩	٠,٧٨٦	٣١	٠,٨٢٨	٤٣	٠,٧٢٣	٥٥	٠,٧٥٤
٨	٠,٩٨٨	٢٠	٠,٧٨٣	٣٢	٠,٨٥٤	٤٤	٠,٨٤٦	٥٦	٠,٧٧٣
٩	٠,٧٣٦	٢١	٠,٧٤٨	٣٣	٠,٨٢١	٤٥	٠,٩١٢	٥٧	٠,٨٧٢
١٠	٠,٨٦٣	٢٢	٠,٧٧٦	٣٤	٠,٧٧٣	٤٦	٠,٨٥٤		
١١	٠,٧٨٧	٢٣	٠,٨٣٢	٣٥	٠,٨٤٤	٤٧	٠,٩١٢		
١٢	٠,٧٨٢	٢٤	٠,٧٤٧	٣٦	٠,٨٨٢	٤٨	٠,٩٤١		

قيمة ر الجدولية عند ٠,٠٥ =٠,٣٨٨

يتضح من جدول (١) أن قيم معامل الارتباط بين العبارات و مجموع المقياس قد تراوحت ما بين (٠,٧٠٢ - ٠,٩٨٨) و هى معاملات ارتباط عالية مما يشير الى الإتساق الداخلى لكل عبارة من عبارات المقياس مع المقياس ككل وهذا يدل على صدق الاتساق الداخلى للمقياس .

جدول (٢)

صدق المقارنة الطرفية

تحليل التباين بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى فى مقياس الثقافة الترويحية الرياضية

ن = ٢٥

المتغير	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		الفرق بين المتوسطات	قيمه ف المحسوبة
	م	ع	م	ع		
مقياس ثقافة الترويح الرياضى	٢١٦,٣٦	٣,٤٩	١٨٣,٢٤	١٢,٨٩	٣٣,١٢	١٢,١٣

قيمة ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,٠٦٤

يتضح من جدول (٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى فى مقياس الثقافة الترويحية الرياضية لصالح الربيع الأعلى مما يدل على أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعات .

جدول (٣)

معامل الإرتباط بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني لمقياس ثقافة الترويح الرياضى ن = ٢٥

التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معمل الثبات
م	ع	م	ع	٠,٩٦
١٩٤,٥٤	٨,٦٦	١٩٤,٢٦	٨.٥٦	

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٣٨٨

يتضح من جدول (٣) ان معامل الارتباط بين التطبيق الأول و التطبيق الثانى لمقياس ثقافة الترويح الرياضى قد بلغ ٠,٩٦ مما يشير الى ثبات المقياس بنسبة عالية .

سادساً : الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الأساسية على عينة قوامها ٢٠٠ طالبة من طالبات جامعة حلوان ، تم اختيارهن بالطريقة العشوائية بواقع ١٠٠ طالبة من طالبات الكليات النظرية (كلية التجارة وادارة الأعمال – كلية الآداب) ، و ١٠٠ طالبة من طالبات الكليات العملية (كلية التربية الرياضية – كلية الخدمة الاجتماعية – كلية الاقتصاد المنزلى) ، واستخدمت الباحثة مقياس ثقافة الترويح الرياضى لقياس الثقافة الترويحية الرياضية ، واختبار ولاية نيويورك للحالة القوامية وأجريت الدراسة فى الفترة (٢٠٠١/١١/١ – ٢٠٠١/١١/١٨) .

سابعاً:خطة المعالجة الإحصائية :

- تم استخدام المعالجات الإحصائية الثابتة
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- دلالة الفروق بإستخدام "ت"

عرض النتائج و مناقشتها

أولاً: عرض النتائج:-

جدول (٤)

دلالة الفروق بين الكليات العملية و الكليات النظرية فى ثقافة الترويح الرياضى ن =٢٠٠

المتغير	الكليات العملية		الكليات النظرية		الفرق بين المتوسطات	قيمه ف المحسوبة
	م	ع	م	ع		
مقياس الترويح الرياضى	١٩٣,١٢	٢٥,٦	٢٠٠	١٩,٠٠	٦,٩	*٢,٢

ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ =١,٦٤٥

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين طالبات الكليات العملية و الكليات النظرية عينة البحث فى ثقافة الترويح الرياضى لصالح الكليات النظرية ، حيث أن المتوسط الحسابى للثقافة الترويحية الرياضية لطالبات الكليات العملية ١٢ , ١٩٣ فى حين أن المتوسط الحسابى للثقافة الترويحية الرياضية لطالبات الكليات النظرية كان ٢٠٠ ، والفرق بينهما ٩ , ٦ لصالح الكليات النظرية ، مما يدل على زيادة الوعى الترويحى الرياضى لطالبات الكليات النظرية عن طالبات الكليات العملية .

جدول (٥)

الإنحرافات القوامية بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى للطالبات فى مقياس ثقافة الترويح الرياضى لطالبات الكليات النظرية

عينة البحث ن=١٠٠

	التشوه	الربيع الأدنى ن=٢٥						الربيع الأعلى ن=٢٥					
		سئ		متوسط		مثالى		سئ		متوسط		مثالى	
		ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
	المنظور الخلفى												
١	الرأس	–	–	١٢	٤٨	١٣	٥٢	–	–	١٠	٤٠	١٥	٦٠
٢	الكتفين	–	–	١٢	٤٨	١٣	٥٢	–	–	١٠	٤٠	١٥	٦٠
٣	العمود الفقرى	–	–	١١	٤٤	١٤	٥٦	–	–	٨	٣٢	١٧	٦٨
٤	الحوض	–	–	٨	٣٢	١٧	٦٨	–	–	٤	١٦	٢١	٨٤
٥	الساقين	٢	٨	١١	٤٤	١٢	٤٨	١	٤	٨	٣٢	١٦	٦٤
٦	القدمين	٧	٢٨	١٢	٤٨	٦	٢٤	٧	٢٨	٨	٣٢	١٠	٤٠
	المنظور الجانبى												
١	العنق	–	–	٤	١٦	٢١	٨٤	–	–	٤	١٦	٢١	٨٤
٢	الصدر	–	–	٣	١٢	٢٢	٨٨	–	–	٣	١٢	٢٢	٨٨
٣	الكتفين	–	–	٣	١٢	٢٢	٨٨	–	–	٢	٨	٢٣	٩٢
٤	أعلى الظهر	–	–	٣	١٢	٢٢	٨٨	–	–	–	–	٢٥	١٠٠
٥	الجذع	–	–	١٢	٤٨	١٣	٥٢	–	–	٧	٢٨	١٨	٧٢
٦	البطن	–	–	١٤	٥٦	١١	٤٤	–	–	١٤	٥٦	١١	٤٤
٧	أسفل الظهر	–	–	١٤	٥٦	١١	٤٤	–	–	١٦	٦٢	٩	٣٦

يتضح من جدول (٥) أن أعلى نسبة تشوهات لدى طالبات الكليات النظرية تشوهات القدمين ثم الساقين يليهم تشوهات البطن و أسفل الظهر

- كمـــا يتضـــح أن نسبة التشوهات القوامية أكبر لدى طالبات الكليات النظرية ذوات الإستجابات المنخفضة فى مقياس الثقافة الترويحية الرياضية .

جدول (٦)

الإنحرافات القوامية بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى للطالبات فى مقياس ثقافة الترويح الرياضى لطالبات الكليات العملية

عينة البحث ن=١٠٠

	التشوه	الربيع الأدنى ن=٢٥						الربيع الأعلى ن=٢٥					
		درجة ثالثة (ر)		درجة أولى		بدون تشوه		درجة ثالثة (ر)		درجة أولى		بدون تشوه	
		ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
	المنظور الخلفى												
١	الرأس	–	–	١٤	٥٦	١١	٤٤	–	–	٨	٣٢	١٧	٦٨
٢	الكتفين	–	–	١٤	٥٦	١١	٤٤	–	–	٨	٣٢	١٧	٦٨
٣	العمود الفقرى	–	–	١٤	٥٦	١١	٤٤	–	–	٨	٣٢	١٧	٦٨
٤	الحوض	–	–	١٠	٤٠	١٥	٦٠	١	٤	٦	٢٤	١٨	٧٢
٥	الساقين	٦	٢٤	٨	٣٢	١١	٤٤	٤	١٦	٦	٢٤	١٥	٦٠
٦	القدمين	٨	٣٢	١٣	٥٢	٤	٢٤	٤	١٦	٥	٢٠	١٦	٦٤
	المنظور الجانبى												
١	العنق	–	–	٢	٨	٢٣	٩٢	–	–	٣	١٢	٢٢	٨٨
٢	الصدر	–	–	٢	٨	٢٣	٩٢	–	–	٣	١٢	٢٢	٨٨
٣	الكتفين	–	–	١	٤	٢٤	٩٦	–	–	١	٤	٢٤	٩٦
٤	أعلى الظهر	–	–	١	٤	٢٤	٩٦	–	–	١	٤	٢٤	٩٦
٥	الجذع	–	–	٩	٣٦	١٦	٦٤	–	–	٩	٣٦	١٦	٦٤
٦	البطن	–	–	١٠	٤٠	١٥	٦٠	١	٤	١١	٤٤	١٣	٥٢
٧	أسفل الظهر	١	٤	١١	٤٤	١٣	٥٢	١	٤	١٠	٤٠	١٤	٥٦

يتضح من جدول (٦) أن أعلى نسبة تشوهات لدى طالبات الكليات العملية تشوهات الساقين ثم القدمين يليهم تشوهات البطن و أسفل الظهر

- كمـــا يتضـــح أن نسبة التشوهات القوامية أكبر لدى طالبات الكليات العملية ذوات الاستجابات المنخفضة فى مقياس الثقافة الترويحية الرياضية .

جدول (٧)

دلالة الفروق فى حالة القوام بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى و المنخفضة فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي للكليات العملية ن=١٠٠

المتغير	الكليات العملية		الكليات النظرية		الفرق بين المتوسطات	قيمه ف المحسوبة
	م	ع	م	ع		
الحالة القوامية	٥٧,٢٨	٨,٣١	٥٤,٤٤	٦,٩٢	٢,٨٢	*٢,٥٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٦٧١

يتضـــح مـــن جـــدول(٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى و المنخفضة لمقياس ثقافة الترويح الرياضـــي بالكلـــيات العملـــية لصالح ذوات الاستجابات الأعلى في الحالة القوامية ، حيث كانت نسبة المتوسط الحسابى للحالة القوامية لطالبات الكليات العملية ٢٨ ، ٥٧ ، فى حين كانت النسبة لطالبات الكليات النظرية ٤٤ ، ٥٤ ، والفرق بينهما ٨٢ ، ٢ لصالح طالبات الكليات العملية .

جدول (٨)

دلالة الفروق فى الحالة القوامية بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى و الاستجابات المنخفضة على مقياس ثقافة الترويح الرياضي للكليات النظرية ن=١٠٠

المتغير	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		الفرق بين المتوسطات	قيمه ت المحسوبة
	م	ع	م	ع		
الحالة القوامية	٥٥,٨٨	٦,٤٦	٥٥,١٦	٥,٢٦	٠,٧٢	٠,٨٦

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٦٧١

يتضح من جدول(٨) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى و المنخفضة لمقياس ثقافة الترويح الرياضي في الحالة القوامية لديهن ، حيث كانت نسبة المتوسط الحسابى للحالة القوامية للربيع الأعلى لطالبات الكليات النظرية ٨٨ ، ٥٥ ، فـــى حـــين كانت النسبة للربيع الأدنى لطالبات الكليات النظرية ١٦ ، ٥٥ ، والفرق بينهما ٧٢ ، . لصالح الربيع الأعلى لطالبات الكليات النظرية .

جدول (٩)

دلالة الفروق فى حالة القوام بين الطالبات عينة البحث (كليات نظرية و عملية معاً) ذوات الاستجابات الأعلى و الاستجابات المنخفضة فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي ن=٢٠٠

المتغير	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		الفرق بين المتوسطات	قيمه ت المحسوبة
	م	ع	م	ع		
الحالة القوامية	٥٦,٥٨	٧,٤٣	٥٤,٨	٦,٢١	١,٧٨	*٢,٥٨

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٦٤٥

يتضـــح من جدول(٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين طالبات الكليات العملية و النظرية معاً ذوات الاستجابات الأعلى و الأقل فى الحالة القوامية لصالح ذوات الاستجابات الأعلى .

ثانياً: مناقشة النتائج:

- باســـتعراض النـــتائج الخاصـــة بثقافة الترويح الرياضي لطالبات الجامعة يتضح من جدول (٤) دلالة الفروق بين الكليات العملـــية و الكليات النظرية فى ثقافة الترويح الرياضي على عينة قوامها ٢٠٠ طالبة من كلتا الكليتين ، حيث تشير النتائج إلـــى وجـــود فـــروق ذات دلالـــة إحصـــائية بين طالبات الكليات العملية و الكليات النظرية عينة البحث فى ثقافة الترويح الرياضي لصالح الكليات النظرية ، و هذا يدل على أن ثقافة الترويح الرياضي لدى طالبات الكليات النظرية أكبر من ثقافة الترويح الرياضي لدى طالبات الكليات العملية .

و تـــرجع الباحـــثة هذا الفرق الى زيادة وقت الفراغ لدى طالبات الكليات النظرية مما يؤدى الى وجود الحاجة الماسة لديهم لممارسة أنشطة الترويح الرياضي المختلفة و المتعددة لشغل و استثمار أوقات فراغهم

وتتفق دراسة فريدة حرزاوى وأمل جميل مع نتائج هذه الدراسة ، كما تتفق دراسة امين الخولى و مصطفى عبد القادر مع الدراسة الحالية .

وبـذلك قـد تحقـق الغرض الأول الذى ينص على دراسة الفروق بين طالبات الكليات العملية والنظرية فى ثقافة الترويح الرياضى.

- يتضـــح مـــن جدول (٥) الانحرافات القوامية بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى للطالبات فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي لطالـــبات الكليات النظرية و قد بلغ عددهم (١٠٠) طالبة ، حيث وجد أن أعلى نسبة تشوهات لدى طالبات الكليات النظرية هـــى تشوهات القدمين ، ثم الساقين ، ثم يليهم تشوهات البطن و تشوهات أسفل الظهر نظراً لجلوس الطالبات لفترات طويلة سواء داخل المدرجات للمحاضرات أو للاستذكار فى المنزل .
- كما يتضح من جدول (٦)الانحرافات القوامية بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى للطالبات فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي للكلـــيات العملية و قد بلغ عددهم ١٠٠ طالبة ، حيث وجد أن أعلى نسبة تشوهات لدى طالبات الكليات العملية تشوهات الساقين ثـــم القدمين ثم يليهم تشوهات البطن و أسفل الظهر ، مما تفرضه عليهن طبيعة المادة العملية في الجامعة ، كما يتضح أيضاً أن نسبة التشوهات القوامية أكبر لدى الطالبات ذوات الاستجابات المنخفضة فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي ، مما يدل على عدم ممارســـتهم للأنشـــطة التـــرويحية الرياضية و قلة الوعى الترويحي الرياضي لهن مما أدى الى زيادة نسبة التشوهات ، وعلى الرغم من ذلك فانه لا توجد أى دراسات اتفقت أو تعارضت مع الدراسة الحالية .

و بذلك قد تحقق الغرض الثانى الذى ينص على دراسة الانحرافات القوامية لدى طالبات الكليات النظرية والعملية فى ضوء الاستجابات الأعلى والأدنى فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي.

- و يتضـــح مـــن جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى و المنخفضة لمقياس ثقافة الترويح الرياضى بالكليات العملية لصالح ذوات الاستجابات الأعلى فى الحالة القوامية .
- كمـــا يتضـــح من جدول (٨) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى و المنخفضة لمقياس ثقافة الترويح الرياضى فى الحالة القوامية لدى طالبات الكليات النظرية .

يتضـــح أيضـــاً مـــن جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الكليات العملية و النظرية معاً ذوات الاستجابات الأعلـــى و المنخفضة فى الحالة القوامية لصالح الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى مما يدل على أن الطالبات ذوات الاستجابات الأعلـــى فـــى مقياس ثقافة الترويح الرياضي يتمتعن بحالة قوامية جيدة ، مما يؤكد على علاقة الحالة القوامية بالثقافة الترويحية الرياضية و ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية ، فالقوام هو أحد مقومات الحياة السعيدة للإنسان ، وعلى الرغم من ذلك فانه لا توجد أى دراسات اتفقت أو تعارضت مع الدراسة الحالية .

و بهذا يتحقق الغرض الثالث والذى ينص على دراسة الفروق فى حالة القوام بين الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى والأدنى فى مقياس ثقافة الترويح الرياضى للكليات العملية والنظرية والفنية ككل.

الاستخلاصات و التوصيات

أولاً: الاستخلاصات:

١- توجد فروق بين طالبات الكليات العملية و الكليات النظرية فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي لصالح طالبات الكليات النظرية .

٢- أعلى نسبة تشوهات لدى طالبات الكليات النظرية هى تشوهات القدمين ثم الساقين ثم يليهم تشوهات البطن و أسفل الظهر .

٣- أعلى نسبة تشوهات لدى طالبات الكليات العملية هى تشوهات الساقين ثم يليها تشوهات البطن و أسفل الظهر .

٤- نسبة التشوهات القوامية أكبر لدى الطالبات ذوات الاستجابات المنخفضة فى مقياس ثقافة الترويح الرياضي.

٥- توجد فروق دارة دلالة إحصائية بين طالبات الكليات العملية و النظرية معاً ذوات الاتجاهات الأعلى و المنخفضة فى الحالة القوامية لصالح الطالبات ذوات الاستجابات الأعلى .

ثانياً: التوصيات :

١- توصى الباحثة بتعميم دراسة الثقافة الترويحية الرياضية على جميع المراحل السنية (رياض الأطفال، المرحلة الابتدائية ، المرحلة الإعدادية ،المرحلة الثانوية) بنين وبنات و ذلك للتعرف على ثقافتهم الترويحية الرياضية مما يفيد فى نشر الوعى الثقافى الترويحي عن طريق أخصائيين ترويحيين مؤهلين علمياً ولديهم القدرات والمهارات الترويحية المهنية .

٢- اعداد برامج ترويحية رياضية علاجية ، للانحرافات القوامية ، تساعد على الوقاية والعلاج .

٣- استخدام وسائل الاعلام الداخلى سواء بالكليات أو الحرم الجامعى فى اشارة الوعى الترويحى و القوامى ، وتشجيع الطالبات على ممارسة التمرينات الوقائية والعلاجية .

دعم الكليات بوسائل اعلامية لتشجيع ممارسة الانشطة الترويحية الحركية و الرياضة للجميع .

المراجع

١- **إبراهيم خليفة (١٩٩٢)** : الانحرافات القوامية للطفل بالحلقة الأولى من التعليم الأساسى، مركز البحوث و الدراسات التربوية ، قطر .

٢-**أمين الخولى ،كمال درويش (١٩٩٠)** :الترويح وأوقات الفراغ . دار الفكر العربى ، القاهرة .

٣-**أمين الخولى ،مصطفى عبد القادر (١٩٨٥)**:دراسة نقدية لمفهوم ثقافة الترويح لدى طلاب الجامعة فى مصر ،مؤتمر الشباب و الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعه حلوان ، القاهرة (ملخصات البحوث) .

٤-**اياد محمد خليل(٢٠٠٠)** :العلاقة بين نمط الجسم و القوام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة الجيزة ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة – جامعة حلوان، القاهرة.

٥-**إيمان السيد هدهود(١٩٨٧)**:دراسة مسحية للأنشطة الترويحية لطلبة و طالبات جامعة حلوان، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة الإسكندرية ، الإسكندرية.

٦-**إيمان رفعت السعيد (١٩٩٦)**:بناء مقياس لثقافة الترويح الرياضى لطلاب الجامعة رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،جامعة حلوان،القاهرة .

٧-**إيمان رفعت السعيد (٢٠٠١)**: ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكوفيزيقية لدى طالبات جامعة حلوان، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة – ،جامعة حلوان،القاهرة .

٨-**دليل جامعة حلوان (١٩٩٩)** : دليل الطالب الجامعى (١٩٩٩/٩٨) جامعة حلوان ،مطبعة الجامعة ، القاهرة .

٩-**مسعد عويس(١٩٧٨)**: اللياقة البدنية للنشء و الشباب و الرياضة ،جهاز الرياضة القاهرة.

١٠-**عباس الرملى وأخرون(١٩٨١)**: تربية القوام،دارالفكر العربى ،القاهرة .

١١-**عباس عبد الفتاح الرملى ،محمد إبراهيم شحاتة(١٩٩١)**: اللياقة والصحة ، دار الفكر العربى ط١، القاهرة.

١٢-**عليه حسين خير الله (١٩٨١)**: النشاط الرياضى فى أوقات الفراغ لدى طالبات جامعة حلوان ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان، القاهرة.

١٣-**فريدة أحمد حرزاوى،أمل جميل يوسف(٢٠٠٠)**: تأثير توجيهات التعليم على الطلاب نحو النشاط الترويحى ، المؤتمر العلمى الثالث " الاستثمار و التنمية البشرية فى الوطن العربى من منظور رياضى كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان ،المجلد الرابع، القاهرة.

١٤-**محسن يس الدروى(١٩٨٣)**: دراسة ميدانية عن بعض الانحرافات القوامية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالقاهرة .

١٥- **محمد صبحى حسانين (١٩٩٨)**: أطلس تصنيف و توصيف انماط الأجسام، مركز الكتاب للنشر،القاهرة .

١٦-**محمد صبحى حسانين،أبو العلاأحمدعبد الفتاح(١٩٩٧)**:فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي و طرق القياس والتقويم ،دار الفكر العربى ،القاهرة .

١٧- **محمد صبحى حسانين،محمد عبد السلام راغب (١٩٩٥)**: القوام السليم للجميع، دار الفكر العربى ، القاهرة .

١٨-**محمد صبحى حسانين،نبيه العلقامى،جمال حماده(١٩٨٥)**: تقويم الحالة البدنية ،اللياقة البدنية ،المقاييس الجسمية ،نمط الجسم ، القوام لعمال بعض الشركات القاهرة.

١٩-**محمد صلاح محمد حسين(١٩٩٤)**: مصادر المعرفة الترويحية لطلاب جامعة حلوان وعلاقتها ببعض المتغيرات الدراسية ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين،جامعة حلوان، القاهرة.

٢٠- **مصطفى محمود مصطفى** : بعض الانحرافات القوامية فى العمود الفقرى و علاقتها بالسعة الحيوية للطلاب المتقدمين بجامعة المنصورة ،رسالة ماجستير غير منشورة، ١٩٩٢،جامعة الزقازيق، الزقازيق.

21-Alfadil- Ahmad-Mohammad(1996): University Students Perception of constraimts to participation in recreational sports activities.

22-Breston,B.,(1997): Variations of arthoporture on measured during working University student south Africa, Human performance Laboratory, Ladehead University thunder Bay, antorio ,Canada.

23-Dim Slim.,(1998): Variations of sitting postureand physical activity in different type of school FL, Institul for Anthropology, University of Kiel.

24-Kiger,-John-R(1996): An examination of the determinants to the overall recreational sports participation among college students.

25-Wang YT,pascae DD,pascoe DE,KimCK.,(1999): Influence of carrying book bags an gait cycle and Pasture of youths, Department of Health and Human performance ,Auburn University ,AL 36849,USA.