

العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي في المواد التطبيقية لدى طلاب كلية التربية البدنية جامعة بنغازي

د. أحمد عبدالله الدرسي* د. إبراهيم سليمان الزغبي

كلية التربية البدنية، جامعة بنغازي، ليبيا

الراسل يميل إ alzghbyabrahym@gmail.com Ydldg

تاریخ القبول 21 / 9 / 2025 م تاریخ الاستلام 22 / 4 / 2025 م

The relationship between physical fitness level and academic achievement in applied subjects among students at the Faculty of Physical Education, University of Benghazi
Dr. Ahmed Abdullah Al-Darsi * Dr. Ibrahim Suleiman Al-Zaghibi Faculty of Physical Education— University of Benghazi

The research aims to identify the level of physical fitness and the relationship between it and the academic achievement rate among students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Benghazi. The researchers adopted the descriptive approach, and the sample was deliberately selected from students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Benghazi, enrolled in the fourth semester of the fall of 2024/2025. The sample size was (21) students. The results revealed that there was variation among students in the physical ability tests, and that (71.4) percent of the total sample had an average level. The results of the correlation analysis also showed statistically significant relationships between the two tests (arm muscle strength), (leg speed-characteristic power), and the general level of (physical fitness) with the students' academic achievement. The level of academic achievement can be predicted in terms of the level of physical fitness, as (62.8%) of the improvement in the level of academic achievement of students was due to the improvement in their level of physical fitness, where the elements (arm muscle strength) and (speed) had the greatest contribution to the improvement in the level of academic achievement .

المُلْكُ صَ :

يهدف البحث الى التعرف على مستوى اللياقة البدنية والعلاقة بين مستوى اللياقة البدنية ونسبة التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي . وقد اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي ، وتم اختيار العينة بطريقة

العمدية من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي المقيدين بالفصل الدراسي الرابع الخريف 2024 م / 2025 حيث بلغ حجم العينة (21) طالب . وأسفرت النتائج على أن هناك تباين بين الطلاب في اختبارات القدرات البدنية، وأن نسبة (71.4) من مجموع العينة كان مستوهم أوسط . كما أظهرت نتائج تحليل الارتباط وجود علاقات دالة إحصائياً بين اختباري (قوة عضلات الذراعين) ، و(القدرة المميزة بالسرعة للرجلين) والمستوى العام في (اللياقة البدنية) مع مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب . ويمكن التنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي بدالة مستوى اللياقة البدنية إذ أن (62.8 %) من التحسن في مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب كان سببه من تحسن مستوى اللياقة البدنية لديهم ، حيث كان لعنصري (قوة عضلات الذراعين) و(السرعة) نسبة المساهمة الأكبر في تحسن في مستوى التحصيل الأكاديمي .

المقدمة:

يذكر عبدالهادي، عبد الرحمن محمد (2012) أن اللياقة أصبحت البدنية تحظى بأهمية كبيرة في مجال التقدم العلمي الذي يخترق آفاقاً جديدةً لتطويرها باعتبارها ركناً أساسياً في تحقيق جوانب كثيرة للفرد بصورة عامة، وللرياضيين وطلاب كليات التربية البدنية بصفة خاصة، كما أنها مقاييساً يمكننا من خلاله التنبؤ بمدى التقدم الذي تحققه المناهج الحديثة لهذه الكليات بصورة خاصة، فمن واجباتها رفع مستوى القابلية البدنية للطلاب الذي ربما ليوهلم لتنفيذ المهام الخاصة بعملهم إضافة إلى تأدية ما يواجههم من أعباء في الحياة اليومية الروتينية (عبد الهادي، 2012، ص2)، ويضيف جاسم ، مخلد محمد (2014) بأن اللياقة البدنية دور مهم في عملية الإعداد الصحيح لطلاب كليات التربية البدنية والرياضة بسبب ما تقدمه من بناء وظيفي وتشريحي صحيح وسليم للطلاب للوصول إلى مستوى مقبول للياقة البدنية والتي من خلالها يمكن تطوير المهارات الرياضية ؛ لأن اللياقة البدنية تعد الأساس الذي من خلاله يمكن بناء المهارات المطلوب تعلمها في العديد من الفعاليات الرياضية ضمن المناهج الدراسية للكليات التربية البدنية . حيث إن نجاح العملية التربوية وتحقيق أهدافها يعد من أهم المحاور الأساسية في بناء النظام التربوي لذلك فإن إعداد طلاب كليات التربية البدنية أصبح محل اهتمام الأنظمة التعليمية في الدول المتقدمة، كونه يحتل مركز الصدارة في مسؤولية بناء الأجيال وأعدادها للمستقبل . (جاسم، 2014، ص717)

ويرى عزّوز، فتح الله ورضوان، بوخرار (2018) أن أهمية اللياقة البدنية للفرد بصفة عامة وللطلاب بصفة خاصة تبرز في بناء جسم قوي لمحابهة صعاب الحياة

كما أنها أحد أهم العوامل التي تساعد في الوقاية من الإصابة بالعديد من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة فهي تعد مؤشرًا بيولوجيًا مهمًا للحياة الصحية العامة، كما بينت العديد من الدراسات بأن اللياقة البدنية للطلبة تسهم في زيادة عمليات التكيف الاجتماعي، وفي تكوين الشخصية المتوافقة اجتماعياً، مما قد يساهم في التأثير الإيجابي على التحصيل الأكاديمي (عزوز ورضوان، 2018، ص 250)، فقد أثارت العلاقة ما بين ممارسة النشاط الرياضي والاعتناء باللياقة البدنية بمختلف مؤشراتها والتحصيل الأكاديمي للطلاب اهتمام العديد من الباحثين في المجال التربوي منذ منتصف القرن الماضي وما زالت تثير وتحتمل الجدل العلمي حتى بداية القرن الحالي فنتيجة لذلك ظهر توجه علمي في احتمالية أن يكون للنشاط البدني واللياقة والتتمتع بالوزن الطبيعي إسهامات تربوية تساهم في تعزيز وتحقيق أهداف النظام التربوي العامة من خلال تطوير مظاهر الشخصية للطلاب وتعزيز الثقة بالنفس وآكاسابهم العديد من القيم واحداث تغير في اتجاه العزو السببي للنجاح والفشل في أداء المهام الدراسية .

ويُشير الذنيبات (2020) إلى أن اللياقة البدنية تمثل أساساً يعتمد عليه لتقدير العديد من الأمور المرتبطة بالخطة الدراسية التي تطرحها كليات التربية البدنية والرياضة كون اللياقة البدنية أساساً تبني عليه العديد من الأمور التعليمية والتدريبية من مهارات وخطط بالإضافة إلى الجانب المعرفي العلمي . (الذنيبات، 2020، ص 645) ، كما أكد الكيلاني، هاشم عدنان (1998) على أن من أكثر الجوانب تأثيراً في شخصية الطلاب في هذا العصر هو الجانب البدني والذي أشار إلى أهميته العديد من التربويين في غرس مجموعة من السمات الاجتماعية والنفسية والعقلية الإيجابية والتي تساعده على حسن التكيف الاجتماعي وال النفسي لديهم في المجتمع، هذا إضافة إلى التأثير الإيجابي للجوانب البدنية على تحسين الكفاءة الوظيفية لجميع أجهزة الجسم لديهم مما سوف ينعكس إيجابياً على ارتفاع مستوى النمو العقلي نتيجة للخبرات التي يكتسبونها، ومن ثم الارتفاع في مستوى التحصيل الأكاديمي (الكيلاني، 1998، ص 5)

مما أضحت أمراً جلياً أنه من الأجرد لطلاب العلم أن يكتسبوا عناصر اللياقة البدنية الذي يمنه النشاط اللازم للتحصيل الأكاديمي . فمن هنا نلاحظ مدى علاقة الارتباط بين تطوير مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي العالي ، لأنه لا يمكن في الحالات العادلة أن يكون هناك تحصيل جيد إذا لم يمتلك الطالب صحة جيدة ومتمنية من خلال اللياقة البدنية ، ومن هنا جاءت أهمية البحث في معرفة مستوى اللياقة البدنية للطلاب باعتبارها مؤشر مهم ستعطينا نتائج حقيقة عن مدى علاقتها بالتحصيل الأكاديمي

للطلاب كما ستعطينا اجابة علمية حقيقة عن إمكانية الطلاق بدانيا وعقلانيا .

مشكلة البحث :

يذكر كل من عبدالحميد ، كمال وحسانين، صبحي (2013) ان الحديث عن اللياقة البدنية يشير إلى أنها نوع من أنواع اللياقة الكاملة التي تشمل اللياقة العقلية، واللياقة النفسية، واللياقة البدنية، وتختلف أهمية كل ناحية من هذه النواحي تبعاً للمرحلة السنوية للفرد وبما يتناسب مع دوره ومسؤولياته، واللياقة للحياة تعتمد على أساس متين من الصحة الشخصية أيها كان نوع العمل الذي يمارسه الشخص . (عبدالحميد وحسانين، 2013، ص 52)، كما يرى كل من العرجان، جعفر وآخرون (2001) بأن العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي تعد من الموضوعات التي مازالت تثير الكثير من التساؤلات، حيث أثارت هذه المواضيع اهتمام العديد من العلماء والباحثين، فقد أكدت العديد من الدراسات إلى أن اطلاب المبدعين يتميزون ببناء أجسامهم القوي ومستوى العافية الصحية ويمتلكون معارف كثيرة عن الألعاب المعقولة وقواعدها . (العرجان، 2001، ص 4) وأكّد عومري، دحمون وآخرون (2018) على أنه يوجد بعض التباين في مستوى التحصيل الأكاديمي بين الذين يتمتعون بلياقة بدنية عالية وغيرهم ، وبما قد تكون عاملًا مؤثراً على التحصيل الأكاديمي، كما أن تمنع الطلاق باللياقة البدنية غالباً ما يؤدي إلى الارتفاع في مستوى القدرات الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة، ومما يؤثّر إيجابياً على العديد من المتغيرات النفسية والتكيفية والتي لها صلة وارتباط مع التحصيل الأكاديمي . (عومري، دحمون، 2018، ص 83)

ومن هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية للتعرف على مستويات اللياقة البدنية لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي ايماناً من الباحث في اهمية التربية الرياضية وتأثيرها الايجابي على تحسين مجمل العملية التربوية بما يخص التحصيل الأكاديمي كذلك تسهيلًا لعمليات الانتقاء للمبدعين والمبرزين في المجال الرياضي والعلمي على السواء .

فروض البحث :

1 يمتلك طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي مستوى جيد من اللياقة البدنية .

2 توجد علاقة دالة إحصائيًا بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلاق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي .

أهداف البحث :

- 1- التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي .
- 2- التعرف على العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية التحصيل الأكاديمي لدى الطالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي .

مصطلحات البحث :

- 1 - **اللياقة البدنية** : هي قدرة الفرد على القيام بأنشطة الحياة اليومية بكفاءة دون الإجهاد ، مع الاحتفاظ بجزء من الطاقة لمواجهة ظروف الحياة ، وهي مسألة فردية تتغير مع الفرد وفقاً لمراحل النمو " (السايح وأنس، 2009، ص 2)
- 2 - **التحصيل الأكاديمي** : هو كل أداء يقوم به الطالب في الم الموضوعات الدراسية المختلفة، والذي يمكن إخضاعه للتقويم والقياس عن طريق درجات اختبار وتقديرات المدرسين أو كليهما " . (ربيع، والغول، 2006، ص)

الدراسات السابقة :

- 1- دراسة العرجان ، جعفر و الكيلاني ، فارس (2001) .
هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى اللياقة البدنية، وعلى العلاقة ما بين تحصيل الطالب الدراسي و مستوى اللياقة البدنية ، وتم استخدام المنهج الوصفي ، و تكونت عينة الدراسة من 1981 طالب من المرحلة الثانوية الذكور بمدارس مدينة عمان ، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه طردية خطية ذات دلالة إحصائيما ما بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الدراسي عن طريق وجود معامل ارتباط بينهما .
- 2- دراسة فالح، مثل ناجي (2005) .
هدفت الدراسة إلى وضع بطارية اختبار لمادة اللياقة البدنية لطلابات المرحلة الأولى في بعض كليات التربية الرياضية وإيجاد الدرجات المعيارية لاختبارات البطارية المستخلصة لكل كلية ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وطبقت الدراسة على عينة عمدية قوامها (168) طالبة، وأسفرت النتائج على استخلاص ستة عوامل تمثل بطارية الاختبار لطالبات المرحلة الأولى في بعض كليات التربية الرياضية ووضع المعايير لها.

3 دراسة حسين ، أبو زمع (2011).

هدفت إلى بناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية ، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمة طبيعة الدراسة وأهدافها . واشتملت العينة على (122) طالباً و (115) وقد توصلت الدراسة إلى وضع مستويات معيارية لطلبة الكلية ، إضافة إلى ذلك أظهرت الدراسة أن غالبية العينة جاءت متوسطة بشكل عام في مستوى اللياقة البدنية .

4 دراسة شوميتز في آر، سلينينج إم إم (2009).

هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين اللياقة البدنية والتحصيل الدراسي لدى أطفال المدارس الحكومية الحضرية المتنوعة . وتم استخدام المنهج الوصفي ، وبلغ حجم العينة (744) طالب وطالبة ، أظهرت النتائج وجود علاقات ذات دلالة إحصائية بين اللياقة البدنية والتحصيل الدراسي ، على الرغم من عدم تحديد اتجاه العلاقة السببية . ورغم الحاجة إلى مزيد من البحث ، فإن تعزيز اللياقة البدنية من خلال زيادة فرص ممارسة النشاط البدني خلال التربية البدنية ، والاعطالات ، والأنشطة خارج أوقات الدراسة قد يدعم التحصيل الدراسي .

5 دراسة عواد ، فاطمة رياض (2013).

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي لدى طالبات كلية فلسطين التقنية ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي ، وتكونت عينة الدراسة من (128) طالبة ما نسبته (22%) من مجتمع الدراسة ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة بين اختبارات اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي في اختبارات التحمل ، والمرونة ، والرشاقة ، بينما كانت العلاقة غير ذات دلالة إحصائية على اختبارات اللياقة البدنية (القدرة العضلية ، والسرعة ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في اختبارات اللياقة البدنية (التحمل ، المرونة ، الرشاقة ، السرعة ، والقدرة العضلية) ، لدى طالبات كلية فلسطين التقنية في رام الله تعزى إلى متغير التخصص الدراسي لصالح تخصص التربية الرياضية .

6 دراسة يوسف ، فرطاس (2015).

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية ومستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي ، تم استخدام المنهج الوصفي ، وتكونت عينة الدراسة من 200 تلميذ اختيرت بطريقة عشوائية بسيطة من تلاميذ السنوات الثلاثة . تم التوصل إلى النتائج التالية وجود علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين عناصر اللياقة البدنية (القدرة العضلية ، التحمل ، المرونة ، الرشاقة) ومستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي . كذلك لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين عنصر السرعة ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب التعليم الثانوي .

هدفت الدراسة الى تقويم مستوى اللياقة البدنية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ، ومعرفة مستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ، كذلك معرفة العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط. وتوصل الباحثان لصحة الفرضية الفائلة بأن هناك علاقة ارتباطية قوية بين مستوى اللياقة البدنية بمؤشرها (السرعة والقوة) وبين التحصيل الدراسي للتلميذ.

إجراءات البحث

أولاً - منهج البحث :

استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظراً لملائمة طبيعة البحث .

ثانياً - مجالات البحث :

المجال الزمني : طبق البحث في الفترة من 18 / 1 / 2025 م إلى 13 / 2 / 2025 م.

المجال المكاني : مقر كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

ثالثاً - عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العدمية من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي المقيدين بالفصل الدراسي الرابع الخريف 2024 م / 2025 م حيث بلغ حجم العينة (21) طالب .

جدول (1) الدلالات الإحصائية للمتغيرات الأساسية لعينة البحث

عامل الالتواء	تعرف المعياري	المتوسط الحسابي	حدة القياس	الدلالة الإحصائية	
				المتغيرات الأساسية	
	2.19	5.5	23.6	(سن)	السن
	- 0.36	7.7	174	(سم)	الطول
	1.205	15.9	70.30	(كجم)	الوزن

يتبيّن من جدول رقم (1) الخاص بالتصويف الإحصائي لبيانات هيئة البحث في متغيرات العمر والطول والوزن بأنها معدّلة وغير مشتّتة وتنتمي بالتوزيع الطبيعي للعينة، وتحصّر قيم عامل الالتواء ما بين (± 3) مما يؤكّد اعتماليّة البيانات الخاصة بعينة البحث .

جدول (2) التجانس بين أفراد عينة البحث في متغيرات القدرات البدنية

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	الدلالة الاحصائية	
			الاختبارات	
<u>0.072</u>	<u>1.6</u>	<u>3.9</u>		<u>قوة عضلات الذراعين</u>
<u>0.440</u>	<u>3.3</u>	<u>4.1</u>		<u>مرنة العمود الفقري</u>
<u>-1.281</u>	<u>1.8</u>	<u>8.4</u>		<u>السرعة</u>
<u>-1.872</u>	<u>1.5</u>	<u>9</u>		<u>القوة المميزة بالسرعة للرجلين</u>
<u>-0.172</u>	<u>1.8</u>	<u>7.3</u>		<u>الرشاقة</u>
<u>-0.692</u>	<u>1.3</u>	<u>6.3</u>		<u>قوة عضلات البطن</u>
<u>-1.711</u>	<u>2</u>	<u>8.6</u>		<u>التحمل الدوري التنفسي</u>
<u>-0.226</u>	<u>11.2</u>	<u>70.8</u>		<u>التحصيل الأكاديمي</u>

يتضح من جدول (2) أن قيم معاملات الالتواء لمتغيرات القدرات البدنية تراوحت ما بين (0.440 : -1.281)، أي أنها انحصرت ما بين (± 3) وهذا يعطى دلالة على أن الأداء بالنسبة لهذه المتغيرات يتوزع اعتدالياً ويعكس سلامة أسلوب اختيار العينة ومناسبة هذه الاختبارات للتطبيق على عينة البحث الحالي .

رابعاً. وسائل جمع البيانات :

أ - القدرات البدنية واختباراتها :

تم الاعتماد على بطاقة الاختبارات البدنية لقبول الطلاب الجدد بكلية لقياس مستوى اللياقة البدنية للطلاب وهي اختبارات معتمد لقبول الطلاب الجدد بكليات التربية البدنية بليبيا ، والجدول (3) يوضح هذه القدرات والاختبارات التي تقيسها .

جدول (3) يوضح القدرات البدنية والاختبارات التي تقيسها ووحدات القياس

وحدة القياس	الاختبارات	القدرات البدنية	M
متر	دفع كرة طيبة (4) كجم	قوة عضلات الذراعين	1
سنتيمتر	ثني الجذع أماماً أسفل	مرنة العمود الفقري	2
زمن / ث	عدو (50) م	السرعة	3
سنتيمتر	الوثب الطويل من الثبات	القدرة المميزة بالسرعة للرجلين	4
زمن / ث	جري ارتدادي 4×10	الرشاقة	5
عدد مرات / دقيقة	جلوس من الرقود	قوة عضلات البطن	6
زمن / دقيقة	الجري (1000) م	التحمل الدوري التنفسي	7

ب - قياس التحصيل الأكاديمي :

تم الاعتماد على نتائج الطلاب في الامتحانات النهائية التطبيقية والنظرية لنهاية الفصل الدراسي الخريف 2024 م / 2025 م ، لقياس مستوى تحصيلهم الأكاديمي .

خامساً- الدراسة الأساسية :

تم اجراء الاختبارات البدنية للعينة الأساسية قبل أسبوع من الامتحانات التطبيقية نهاية الفصل الدراسي خريف 2024 م / 2025 م .

سادساً - المعالجات الإحصائية : اجريت المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج (21) Versio Spss .

عرض ومناقشة النتائج :

أولاًً - عرض نتائج :

أ- عرض نتائج الفرض الأول الذي ينص على امتلاك طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي لمستوى جيد من اللياقة البدنية .

الجدول (4) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية	
		الاختبارات البدنية	قوة عضلات الذراعين
1.2	4.02	6.5	1
3.3	4.3	10	0
1.6	8.6	10	6
1.5	9	10	4.5
1.9	7.1	9.5	4
1	6.4	7.5	5
1.9	8.6	10	3.5

يتضح من الجدول (4) أن أدنى قيمة معيارية مسجلة في اختبارات القدرات البدنية كانت في اختبار مرونة العمود الفقري والتي كانت (0) ، أم أعلى قيمة معيارية مسجلة في اختبارات القدرات البدنية كانت (10) .

الجدول (5) يبين النسب المئوية المتحققة للمستويات المعيارية المعينة بعناصر اللياقة البدنية والتي عليها افراد عينة البحث

الاختبارات البدنية									المستوى المعياري
اللياقة البدنية	التحمل الدوري التنفسي	قوة عضلات البطن	الرشاقة	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	السرعة	مرنة العمود الفقري	قوة عضلات الذراعين		
% 0	% 0	% 14	% 0	% 9.5	% 9.5	% 0	% 9.5		ضعيف
% 71.4	% 100	% 76.5	% 86	% 90.5	% 90.5	% 81	% 80.1		متوسط
% 28.6	% 0	% 9.5	% 14	% 0	% 0	% 19	% 9.5		جيد

يتضح من الجدول (5) ظهور اختلاف في النسب المئوية والمستويات بين ما حققته العينة في نفس الاختبار وبين الاختبارات الاخرى ، حيث حققت العينة أعلى مستوى في اختبار (مرنة العمود الفقري) بنسبة (19 %) ، كما أظهرت النتائج ان المستوى العام لللياقة البدنية للعينة لمستوى الجيد كان بنسبة (28 %) .

ب - عرض نتائج الفرض الثاني الذي ينص على وجود علاقة دالة احصائياً بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي .

جدول (6) يبين معاملات الارتباط بين اختبارات القدرات البدنية مستوى التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب

قيمة (R) الجدولية	قيمة (R) المحسوبة	اختبارات القدرات البدنية
0.432	0.718	قوة عضلات الذراعين
	0.320	مرنة العمود الفقري
	0.236	السرعة
	0.434	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
	-0.345	الرشاقة
	0.194	قوة عضلات البطن
	0.142	التحمل الدوري التنفسي
	0.435	مستوى اللياقة البدنية

يتضح من جدول (6) وجود ارتباط دال احصائياً بين مستوى التحصيل الأكاديمي واختباري (قوة عضلات الذراعين ، القوة المميزة بالسرعة للرجلين) ، كما يوجد

ارتباط دال إحصائياً بين مستوى التحصيل الأكاديمي ومستوى اللياقة البدنية عند مستوى دلالة (0.05) حيث كانت قيم (R) المحسوبة لهذه الاختبارات أعلى من قيمة (R) الجدولية وهي (0.432)

جدول (7) يبين نتائج تحليل الانحدار الخطى لاختبارات القرارات البدنية كمؤشر للتنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي

معامل التحديد (R ²)	معامل الارتباط (R)	دالة (F)	قيمة (F)	دالة (T)	قيمة (T)	المعاملات اللامعارية B	المتغيرات		مستوى التحصيل الأكاديمي
							القدرات البدنية		
0.628	0.792	0.036	3.132	0.005	3.334	57.353	مقطع خط الانحدار Bo (الحد الثابت)		
				0.034	2.364	3.797	قوة عضلات الذراعين		
				0.195	-1.365	-1.393	مرنة العمود الفقري		
				0.052	-2.043	-5.133	السرعة		
				0.558	.602	1.078	القوة المميزة السرعة للرجلين		
				0.610	.523	0.856	الرشاقة		
				0.420	.833	2.112	قوة عضلات البطن		
				0.138	1.582	2.125	التحمل الدوري التنفسى		

من الجدول (7) نلاحظ بأن قيمة معامل الارتباط المتعدد بين (مستوى التحصيل الأكاديمي) و(القدرات البدنية) قد بلغت (0.792) بينما بلغ معامل التحديد (0.628) ، ويلاحظ المعنوية العالية لاختبار (F) بمستوى دلالة (0.036) ، ونستنتج من الجدول ان مستوى الدلالة للمتغيرات المستقلة (القدرات البدنية) كان دال احصائية حسب اختبار (T) عند مستوى دلالة (0.05) ، في اختباري (قوة عضلات الذراعين ، السرعة) ، مما يعني أن هذين المتغيرين كان لهم أكثر تأثيراً معنواً في التغيير الحادث للمتغير التابع (مستوى التحصيل الأكاديمي) كما أستنتج من الجدول معدلات الانحدار باستخدام القيم المعيارية .

ثانياً - مناقشة نتائج :

أ - مناقشة نتائج الفرض الأول الذي ينص على امتلاك طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي لمستوى جيد من اللياقة البدنية .
يتبيّن من نتائج الجدولين (4) ، (5) أن هناك تبيّن في مستوى اللياقة البدنية بين الطلاب في جميع القدرات البدنية وبأن اغلبها يميل نحو المتوسط (71.4 %) .

حيث اتضح إن هناك اختلاف في نسب الدرجات المتحققة ضمن المستويات المعيارية لعينة البحث وفي معظم الاختبارات البدنية التي تم إجراؤها من قبل الباحث للاحظ إن هناك درجات مقبولة ضمن المستوى المعياري (جيد) في اختبارات (مرنة العمود الفقري) بنسبة مئوية (19 %) ، والرشاقة بنسبة (14 %) بينما كانت أغلب الاختبارات في مستوى المتوسط حيث تراوحت النسب المئوية ما بين (76.5 - 100 %) ، كما يتبيّن أن عينة البحث كان مستوى العام في اللياقة البدنية عند مستوى الجيد بلغ (28.6 %) .

وتنتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه دراسات كلاً من العرجان ، جعفر والكيلاني ، فارس (2001) ، فالح، مثل ناجي (2005) ، وحسين ، أبو زمع (2011) ، جاسم ، مخلد محمد وأخرون (2014) ، (8) ، (26) ، (15) ، (14) .
ويعزّو الباحث سبب التباين في مستوى اللياقة البدنية للطلاب يعود إلى الاختلاف في طبيعة الأنشطة الرياضية الممارسة وسنوات الخبرة للطلابات في المرحلة ما قبل المدرسة .

بينما نرى مما أثر على خفض مستوى أداء الطلاب في بعض القدرات البدنية ربما سببه إن هذه المحاضرات التطبيقية غير كافية لتطوير هذه القدرات البدنية مما يتطلب إعادة النظر في سير هذه المحاضرات من أجل المحافظة على مستوى اللياقة البدنية للطلاب .

كما أنه المحاضرات التطبيقية غير كافية لتطوير هذه الصفات البدنية أو فترات الاعداد البدني في بداية كل عام دراسي فصيرة ولا تقي بالغرض . مما يتطلب إعادة النظر بمنهج المرحلة الدراسية من أجل المحافظة على مستوى اللياقة البدنية للطلاب كونها مهمة في حياة طالب من أجل التفوق في دراسته؛ إذ أن المحاضرات التطبيقية المعدة بطريقة علمية ومحاطة بشكل صحيح وتحت إشراف وتنفيذ أعضاء هيئة التدريس ذوي الخبرة والكفاءة يجب أن تؤدي إلى نمو وتطوير مستويات اللياقة البدنية للطلاب .

وهذا يتفق مع مما ذكره كل من العاصي، الحديث (1987) من أن المحاضرات التطبيقية للتربية الرياضية المعدة جيداً تبني الرشاقة والمرونة وتؤدي إلى تطوير قوة العضلات وسرعتها، بالإضافة إلى تربية المهارات الحركية الأساسية.

ب - مناقشة نتائج الفرض الثاني الذي ينص على وجود علاقة دالة إحصائياً بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بنغازي .

حيث تبين من الجدول (7) الخاص نتائج تحليل الانحدار الخطى لاختبارات القدرات البدنية كمؤشر للتبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي ان معامل الارتباط بين (المتنبئ به) مستوى اللياقة البدنية وبين (المتنبئ له) التحصيل الأكاديمي كان (0.792) مما يدل على ان العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي كانت دالة إحصائياً ، بمعنى ان زيادة مستوى اللياقة البدنية تزيد وتترفع من مستوى التحصيل الأكاديمي ، فيما يتضح ايضا ان قيمة (R²) وباللغة (0.628) والتي تدل على قدرة متغير اللياقة البدنية في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي، وذلك يعني أن (62.8%) من التحسن في التحصيل الأكاديمي للطلاب كان سببه من تحسن مستوى اللياقة البدنية لديهم ، ويمكن ان يفسر باستخدام العلاقة الخطية بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي ، حيث بينت دالة هذه القيمة والمبنية في جدول انحدار التباين من خلال اختبار (F) في نفس الجدول والذي يبين ان مقدرة متغير مستوى اللياقة البدنية في التنبؤ بمعدلات التحصيل الأكاديمي للطلاب دالة احصائيا عند مستوى دالة (0.05) حيث كانت قيمة (F) الخطية بلغت (3.132) وبمستوى دالة (0.036) ، كما تبين من (7) أن عنصري قوة عضلات الذراعين والسرعة كانت لهما نسبة المساهمة الكبيرة في هذا التحسن في مستوى التحصيل الأكاديمي بحسب معنوية اختبار (T) عند مستوى دالة (0.05) والتي بلغتا على التوالي (0.034) لقوه عضلات الذراعين و(0.052) للسرعة وتنتفق هذه النتيجة مع ما توصل اليه دراسات كلاً من العرجان ، جعفر فارس (2001) ، و تشويميتز في آر ، سلينينج إم إم Chomitz VR, Slining MM (2009) . عواد ، فاطمة رياض (2013) ، يوسف ، فرطاس (2015) ، عزووز ، فتح الله (2022) ، (8) ، (29) ، (24) ، (27) ، (23) ، (24) .

ويعزو الباحث ذلك لكون النشاط البدني الرياضي عموماً يساعد في تحسين التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب فإذا كانت ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة بصورة مقتنة وفي نطاق اليوم المحاضرات التطبيقية والمعدة على أسس علمية وتحت أشراف أساندة

أكفاء تؤدي إلى تحسين المستوى البدني للطلاب ، وبالتالي تعزز من دافعيتهم تجاه التعليم ويساعد في تنشيط ذاكرتهم ، ثم إن للياقة بمحفل مختلف أنشطتها سواء كانت .

فقد ذكر عزوز ، فتح الله (2022) أن ممارسة الأنشطة الرياضية الفردية مثل (الجري ، المشي السريع ، رمي الجلة) ، والأنشطة الرياضية الجماعية مثل (كرة القدم ، كرة السلة ، كرة اليد ، كرة الطائرة) تساهم في تعزيز اللياقة البدنية ، ولها الأخيرة الدور المهم والكبير في تطوير وتحسين مستوى التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب الممارسين ، سواء كانوا في المدارس أو الثانويات أو في الجامعات والكليات والمعاهد ، وتعزيز اللياقة البدنية بمختلف مكوناتها وصفاتها (عزوز ، 2022 ، ص 268)

كما أشار كوك وأخرون Kocket.al (2002) إلى أن من نتيجة ممارسة ممارسة أنشطة اللياقة زيادة في التدفق الدموي إلى المخ مما يساعد على تحسين قدرة العمليات العقلية المختلفة مثل: (التفكير والتركيز والذكرا والانتباه والاستيعاب ... الخ) الذي بدوره يؤثر بصورة إيجابية على مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب. وأن الأفراد الذين يمارسون الأنشطة الرياضية - كما أشارت بعض الدراسات - يكونون أكثر يقظة وإنتاجا، وأكثر قدرة على السهر لساعات أطول، وعندما ينامون فإنهم ينامون فترات أقل، يستيقظون بعدها وكلهم نشاط وحيوية، وهم لذلك مؤهلين لأن يكون تحصيلهم العلمي أفضل من غير الممارسين، كما أنهم أقل عرضة للتوتر والقلق الذي يسبق الامتحان. حيث أن تحسين مستوى اللياقة البدنية يعمل على تدني مستوى القلق النفسي عند الطالبات مما يؤدي إلى الاستقرار وحسن التركيز والتوجه الإيجابي نحو التحصيل الدراسي . (2002 Kocket.al,

وأتفق كل العرجان والكيلاني (2001) ، Wuest & Bucher (1987) على أن برامج التربية الرياضية تسهم إسهاماً في زيادة مستوى التحصيل الأكاديمي وبما تتضمنه من نشاط حركي تعتبر وثيقة الصلة بالعمليات العقلية العليا من حيث اتصالها بالتحصيل الأكاديمي في المواد الأكademie و في تكوين الشخصية المتفوقة اجتماعيا ، إلى أن الطلاب الرياضيين ليسوا طلاب منخفضي التحصيل. (العرجان والكيلاني، 2001 ، ص 26)،(1987) Wuest & Bucher

ومما سبق يتضح أن اللياقة البدنية تعتبر عامل مهم ويعتمد عليه لتقدير وتنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب . مما مكن الباحث من الوصول إلى المعادلة التنبؤية (القيم المقدرة) والتي تعتبر كدليل لتقدير وتنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب وبذلك يمكن تأكيد صحة الفرض الثاني الذي يتأسس على وجود علاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي للطلاب .

وبالرجوع إلى نموذج الانحدار الخطي المتعدد المتحصل عليه في الدراسة الذي يوضح العلاقة المعنوية بين متغيرات البحث بعد عملية التحليل تم التوصل المعادلة الخطية في الانحدار الخطي المتعدد هي :

$$Y = a + b1X1 + b2X2 + \dots +$$

حيث أن Y = المتغير التابع

a = الحد الثابت

$b1$ = ميل الانحدار y على المتغير المستقل الأول

$b2$ = ميل الانحدار y على المتغير المستقل الثاني

$X1$ = المتغير المستقل الأول

$X2$ = المتغير المستقل الثاني

ومن الجدول (7) تم التوصل إلى معادلة الانحدار الخطي المتعدد باستخدام (B)

اللامعيارية (الحد الثابت) هي صالحة للتنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب :

$$\begin{aligned} \text{مستوى التحصيل الأكاديمي} = & (57.353) + (3.797) \times \text{قوة عضلات الذراعين} + \\ & (-1.393) \times \text{مرونة العمود الفقري} + (-5.133) \times \text{السرعة} + (1.078) \times \text{القوية} \\ & \text{المميزة بالسرعة للرجلين} + (0.856) \times \text{الرشاقة} + (2.112) \times \text{قوة عضلات البطن} \\ & + (2.125) \times \text{التحمل الدوري التنفسي} \end{aligned} .$$

الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث وخصائصها والإمكانات المتاحة وفي ضوء الأهداف والفرضيات التي افترضها الباحث والأدوات المستخدمة وما تم تنفيذه من إجراءات لتحقيق أهداف الدراسة، ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات أمكن التوصل للاستنتاجات الآتية :

1- هناك تباين بين الطلاب في اختبارات القدرات البدنية حيث كانت افضل متوسط للدرجات التي حققها الطلاب في اختبار السرعة حيث كان أقل متوسط لدرجة حققها الطلاب (6) درجات وأعلى متوسط (10) حسب المسطورة المعيارية لهذه الاختبارات (10 - 6) .

2- ظهر تباين في النسب المئوية والمستويات بين ما حققته العينة في نفس الاختبار وبين الاختبارات الأخرى ، حيث حققت العينة أعلى مستوى (جيد) في اختبار (مرونة العمود الفقري) بنسبة (19 %) ، كما أظهرت النتائج ان المستوى العام للياقة البدنية

للعينة لمستوى الجيد كان بنسبة (28 %) وكان المستوى العام لللياقة البدنية متوسط حيث حصل نسبة (71.4) من مجموع العينة على مستوى متوسط .

3- تختلف العلاقات الارتباطية لمتغيرات القدرات البدنية وأهميتها بالنسبة مستوى التحصيل الأكاديمي الطلاب على حسب قيمة ارتباط كل متغير على حدة مع مستوى التحصيل الأكاديمي الطلاب .

4- أظهرت نتائج تحليل الارتباط وجود علاقات دالة إحصائياً بين اختباري (قوة عضلات الذراعين) ، و(القوة المميزة بالسرعة للرجلين) والمستوى العام في (اللياقة البدنية) مع مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب .

5- يمكن التنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي بدلالة مستوى اللياقة البدنية أذ أن (82.8) % من التحسن في مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب كان سببه من تحسن مستوى اللياقة البدنية لديهم ، حيث كان لعنصري (قوة عضلات الذراعين) و(السرعة) كانت نسبة المساهمة الأكبر في تحسن في مستوى التحصيل الأكاديمي .

6- وقد تم التوصل إلى معادلة الانحدار الخطي المتعدد هي صالحة للتنبؤ وبمستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب : مستوى التحصيل الأكاديمي = (53) + (3.797) × قوة عضلات الذراعين + (1.393) × مرونة العمود الفقري + (-5.133) × السرعة + (1.078) × القوة المميزة بالسرعة للرجلين + (0.856) × الرشاقة + (2.112) × قوة عضلات البطن + (2.125) × التحمل الدوري التنفسى {

الوصيات :

استناداً على ما تم من تحقيق للفرضيات والتوصل الى بعض النتائج وفي ضوء أهداف البحث يوصي الباحث بما يلي :

1- الاستفادة من المعادلة التنبؤية التي أمكن التوصل إليها لتقويم مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب بشكل دوري، وكالة لتمييز الطلبة المتفوقين .

2- تطوير البرامج الدراسية وخاصة المقررات التطبيقية بما يضمن تنمية وتحسين مستوى اللياقة البدنية للطلاب .

3- زيادة الوقت المخصص لتنمية عناصر اللياقة البدنية في محاضرات المقررات التطبيقية وأجراء هذه الاختبارات بشكل دوري في بداية أو نهاية كل فصل دراسي حتى يتم الوقوف على نقاط الضعف والقوة عند الطالب في جانب اللياقة البدنية لمعالجتها لها من أهمية في تحسين مستوى التحصيل الأكاديمي لديهم .

4- يقتضي تطوير المحتوى التدريسي لهذا النشاط إجراء أبحاث أخرى باستخدام القدرات الفسيولوجية أو البيو ميكانيكية الإدراكات الحس حركية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي للطلاب .

5- إجراء دراسات علمية جديدة تبدأ من حيث انتهى الباحث لاستكمال بعض الحقائق العلمية التي غفل عنها الباحث أو لم تظهر دلالة في البحث الحالي .

بيان تضارب المصالح

يقر المؤلف بعدم وجود أي تضارب مالي أو علاقات شخصية معروفة قد تؤثر على العمل المذكور في هذه الورقة.

المراجع:

أولاً - المراجع العربية :

- الذنيبات ، بكر والذنيبات ، أحمد(2020): الحصيلة المعرفية في مجال اللياقة البدنية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ، مجلة جامعة النجاح لأبحاث (العلوم الإنسانية) المجلد 34 .
- العاصي ، حديث (1987) : طرق التدريس في التربية الرياضية، مطبعة جامعة الموصل .
- العرجان، جعفر والكيلاني، هاشم (2001) : "مستوى اللياقة البدنية وعلاقته بالتحصيل الدراسي لطلاب المرحلة العمرية (16 – 18) سنة " ، بحوث المؤتمر الاول للأنشطة التربوية (جودة وابداع) ، دولة الامارات العربية المتحدة وزارة التربية والتعليم والشباب ، الانشطة والرعاية الطالبية ، الجزء الثاني ، تاريخ 25 / 2 / 2001 م .
- السايح ، مصطفى وأنس ، صلاح (2009) : الاختبار الأوروبي للياقة البدنية ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، ص 2
- الكيلاني، هاشم عدنان (1998) : " تحديد وانتقاء وتطوير المواهب الرياضية " ، المؤتمر العلمي العربي الأول لرعاية الموهوبين والمتوفقيين بالتعاون مع المجلس العربي للموهوبين والمتوفقيين 16 - 5 / 18 / 1998 العين ، دولة الإمارات .
- جاسم ، مخلد محمد (2014) : " تقويم مستوى اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الرابعة " مجلة جامعة بابل / العلوم الإنسانية ، مجلد 22 ، العدد 3 ، كلية التربية الرياضية/ جامعة بابل ، 2014 . ص 717
- حسين وأبو زمع (2011): "بناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية " . العلوم التربوية .المجلد 38 .عمان .
- ربيع، هادي والغول، اسماعيل (2006) : المرشد التربوي ودور الفاعل في حل مشاكل الطلبة دار عالم الثقافة، الأردن .
- عبد الحميد ، كمال و حسانين ، صبحي (2013): اللياقة البدنية و مكوناتها، ط 3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- عبدالهادي ، عبد الرحمن محمد (2021) " بناء بطارية اختبار اللياقة البدنية لأفراد الجيش الفلسطيني " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، جامعة النجاح الوطنية . ص 2
- عزوز، فتح الله (2022) : " دراسة تحليلية لتقدير عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في الطور المتوسط " ، أطروحة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة دكتوراه الطور الثالث " ل

- م د " في ميدان: علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية شعبة : نشاط بدني رياضي تربوي تخصص : التعلم ومراقبة الحركة ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر 3 .
- 12-عواد ، فاطمة رياض (2013): " العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي لدى طالبات كلية فلسطين التقنية / رام الله " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، جامعة النجاح الوطنية .
- 13-عومري ، دحمون وآخرون (2018) " تقييم مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة الثانوية باستخدام برنامج حاسوبي " مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية ، المجلد 15 ، العدد 5 .
- 14-فالح، مثل ناجي (2005) : " بطارية اختبار لمادة اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الأولى في بعض كليات التربية الرياضية " ، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد .
- 15-يوسف ، فرطاس والسعيد يحياوي (2015) : " عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بمستوى التحصيل الدراسي لدى التعليم الثانوي (15 - 18) سنة " مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية العدد 33 ديسمبر 2015 م جامعة باتنة .
- ثانياً - المراجع الأجنبية :

- Foundation of Physical Education and Sport , Tenth , ED , Tims Mirror & 16 Bucher . C .A . & Wuest (1987) : mosby ST , Louis .
- Is there a relationship between physical fitness and academic achievement Positive results from public school children in the northeasternUnited States. Chomitz VR, Slining MM, McGowan : J SchHealth , 2009 , 30-37.
- 17 RJ, Mitchell SE, Dawson GF, Hacker KA (2009). Brain May Also Pump up from Workout Retrieved April 11,03, from Society 18 Cock, A.(2002). : for neuroscience