

" دليل وقائي رياضي لتحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية "**د. /محسن إبراهيم احمد**

استاذ فسيولوجيا الرياضة قسم علوم الصحة الرياضية كلية علوم الرياضة جامعة المنيا

د. /محمد محمد علي

استاذ ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية كلية علوم الرياضة جامعة المنيا

الباحث / احمد ربيع الصاوي

باحث دكتوراه بقسم علوم الصحة الرياضية كلية علوم الرياضة جامعة المنيا ونقيب العاملين بهيئة الاسعاف المصرية بالمنيا

مقدمة البحث:

يُعد تحسين الأداء الفني للعاملين في هيئة الإسعاف المصرية ضرورة أساسية في ظل طبيعة عملهم التي تتطلب سرعة الاستجابة، والدقة في تنفيذ المهام الميدانية، مثل رفع ونقل المصابين، والعمل في ظروف متغيرة وطارئة. إن تكرار الإصابات العضلية والمفصلية لا يؤثر فقط على الكفاءة البدنية، بل ينعكس سلبًا على جودة الأداء الفني، ويزيد من معدلات الأخطاء المهنية والغياب الوظيفي.

والعاملون بهيئة الإسعاف المصرية من الفئات الحيوية التي يقع على عاتقها مسؤولية مباشرة في إنقاذ الأرواح والتعامل مع الحالات الطارئة بمهنية وكفاءة عالية. ويُشكّل الأداء الفني للعاملين ركيزة أساسية في سرعة الاستجابة وجودة الخدمات الإسعافية المقدمة. إلا أنّ طبيعة العمل وما صاحبه من ضغوط بدنية ونفسية متواصلة قد تؤدي إلى تكرار بعض الإصابات والإجهاد البدني، الأمر الذي ينعكس سلبًا على مستوى الأداء الفني لديهم.

ومن هذا المنطلق، برزت الحاجة إلى إعداد دليل وقائي رياضي يتضمن تدريبات عملية وإرشادية تستهدف رفع الكفاءة البدنية والفنية للعاملين بالإسعاف. ويهدف هذا الدليل إلى تحسين الاستقرار الوظيفي واللياقة البدنية بما يعزز قدرة العاملين على أداء مهامهم الفنية بكفاءة وأمان، ويسهم في استمرارية جودة الخدمات الإسعافية المقدمة.

تشير الدراسات الحديثة إلى أن البرامج التدريبية الوقائية لا تقتصر على تقليل الإصابات فقط، بل تمثل وسيلة فعالة لتحسين الأداء الفني، من خلال تطوير عناصر اللياقة المرتبطة بالمهام العملية مثل القوة، المرونة، والتحمل. وقد أكدت الجمعية الأمريكية للطب الرياضي (ACSM, ٢٠٢١) أن التدريبات المناسبة تسهم في تعزيز الجهاز الحركي وتحسين الأداء المهني في القطاعات الميدانية.

كما أوضح " Andersen, T. E., et al " (٢٠١٦) أن البرامج الوقائية الناجحة يجب أن تدمج بين الإعداد البدني، التدريب التقني، الدعم النفسي، وتهيئة بيئة العمل، وهو ما يرتبط مباشرة بتحسين الأداء الفني. وأكدت أبحاث أخرى مثل دراسة Myklebust وآخرون (٢٠٠٣) أن التدريبات الوقائية الموجهة لتحسين الاستقرار العضلي والمفصلي انعكست إيجاباً على تقليل الإصابات ورفع كفاءة الأداء (١٢ : ٩٤٨) (١٣ : ٧٨)

ومن خلال خبرة الباحث الأكاديمية وملاحظته لطبيعة عمل العاملين بهيئة الإسعاف بمحافظة المنيا، يتضح أنهم يواجهون تحديات متكررة ترتبط بالقدرة البدنية والفنية اللازمة لإنجاز المهام الميدانية. وعلى الرغم من الجهود المبذولة لتحسين كفاءتهم، إلا أن غياب برامج وقائية رياضية متخصصة تُعنى بجوانب الاستقرار البدني والوقاية من الإصابات وتطوير القدرات البدنية والفنية ما يزال يشكل عائقاً أمام الحفاظ على مستوى الأداء الفني المطلوب. ومن هنا برزت أهمية إعداد دليل وقائي رياضي يهدف إلى تحسين الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية، من خلال تطبيق برنامج تدريبي وقائي يُسهم في تعزيز القوة، التوازن، والاستقرار الوظيفي، وتقليل الإصابات، ورفع مستوى الجاهزية الفنية لأداء المهام الإسعافية بكفاءة أعلى، وهو ما يمثل جوهر هذا البحث وعنوانه: "دليل وقائي رياضي لتحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية". وفي هذا السياق، تطرح الدراسة التساؤل الرئيس:

ما مدى فاعلية الدليل الوقائي الرياضي في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية؟

أهمية البحث :

أولاً: الأهمية النظرية

- إثراء المعرفة العلمية: تسهم الدراسة في إثراء مجال البرامج الوقائية الرياضية، من خلال تقديم دليل تطبيقي يعزز من فهم دور الوقاية البدنية في تحسين الأداء الفني للعاملين في مجالات الطوارئ والإسعاف.

- الإضافة العلمية في مجال الأداء الوظيفي: تساعد الدراسة في ربط المفاهيم النظرية الخاصة بالتأهيل البدني والوقاية من الإصابات بمجال الأداء الفني العملي، مما يفتح المجال لمزيد من الأبحاث حول دور البرامج الوقائية في المجالات المهنية الشاقة.

- إرساء أسس علمية للدلائل الوقائية: تضع الدراسة إطاراً علمياً لبناء دلائل وبرامج وقائية رياضية يمكن الاستفادة منها في مهن مشابهة تتطلب كفاءة بدنية وفنية عالية.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- إعداد دليل وقائي رياضي متخصص: تقدم الدراسة دليلاً عملياً يمكن للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية الاعتماد عليه للحد من الإصابات البدنية وتحسين كفاءتهم في أداء المهام الإسعافية.

- تحسين الأداء الفني والجاهزية الميدانية: تساعد نتائج الدراسة في رفع مستوى الأداء الفني للعاملين بما ينعكس إيجاباً على جودة الخدمات الإسعافية وسرعة الاستجابة في المواقف الطارئة.

- دعم السياسات والبرامج التدريبية: يمكن أن تُسهم الدراسة في توجيه القائمين على التدريب والإدارة بهيئة الإسعاف نحو تبني برامج وقائية رياضية كجزء أساسي من خطط التطوير المهني والصحي للعاملين.

- الوقاية وتقليل الإصابات: تمثل الدراسة خطوة عملية نحو تقليل المشكلات البدنية والإجهاد العضلي الناتج عن طبيعة العمل، مما يساهم في تعزيز الصحة العامة للعاملين وضمان استمرارياتهم بكفاءة في أداء واجباتهم.

الأهداف:

١. التعرف على مدى فاعلية الدليل الوقائي الرياضي في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية من خلال مقارنة نتائج القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.
٢. التعرف على مدى فاعلية الدليل الوقائي الرياضي في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية من خلال مقارنة نتائج القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

٣. التعرف على الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لمستوى الأداء الفني، بما يوضح أثر تطبيق الدليل الوقائي الرياضي لصالح المجموعة التجريبية.

الفروض:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح القياس البعدي .
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح القياس البعدي .
٣. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات الدراسة:

الدليل الوقائي الرياضي:

يقصد به في هذا البحث البرنامج التدريبي والإرشادي الذي أعده الباحث، متضمناً مجموعة من التمارين الوقائية (قوة - مرونة - توازن - استقرار وظيفي) وتطبيقات ميدانية، ويقاس أثره من خلال المقارنة بين القياسات القبلية والبعدية للمتغيرات البدنية والفنية (تعريف إجرائي).

الأداء الفني:

يقصد به في هذا البحث مستوى الكفاءة العملية في تنفيذ المهام الإسعافية الميدانية، ويقاس من خلال نتائج الاختبارات البدنية (القوة - التوازن - المرونة) بالإضافة إلى مؤشرات القدرة على أداء بعض التطبيقات العملية المرتبطة بطبيعة عمل العاملين بالإسعاف (تعريف إجرائي) ..

العاملون بهيئة الإسعاف المصرية:

يقصد بهم في هذا البحث العاملون بمحافظات المنيا من ذوي التاريخ الإصابة المتكرر أو المعرضين لضغوط بدنية ميدانية، الذين يشملهم تطبيق الدليل الوقائي الرياضي محل الدراسة. (تعريف إجرائي).

الدراسات السابقة:

دراسة "أحمد محمد سيد، أدهم عبدالرؤوف الشرقاوي، محمد أحمد الحمادي" (٢٠٢٣)(٢) بعنوان برنامج وقائي للمصابين بقطع الرباط المتصالب الأمامي لتحسين الاتزان بعد إعادة البناء للوقاية من عودة الإصابة. يهدف الباحثون إلى تصميم برنامج وقائي للاعبين كرة القدم المصابين بقطع الرباط المتصالب الأمامي لتحسين الاتزان لمفصل الركبة بعد إعادة البناء والوقاية من عودة الإصابة، وذلك من خلال استخدام تمارين متنوعة تستهدف زيادة الاتزان. استخدم الباحثون

المنهج التجريبي بالقياسين القبلي والبُعدي على (١٠) لاعبين لكرة القدم ممن أجروا عملية إعادة بناء الرباط المتصالب الأمامي خلال مدة بين عام وعامين. شمل البرنامج قياسات أنثروبومترية (الوزن - الطول) وقياسات الاتزان، وأظهرت النتائج تحسناً في الاتزان تراوحت نسبته بين (٣٨.٧٩%) و(٥٦.٠٤%)، مع تقارب الأداء بين الطرف السليم والمصاب، وكانت الفروق في نسبة التحسن تساوي (١٧.٢٥%).

دراسة "سلامة ياسر زكريا متولي" (٢٠٢١) (٨) بعنوان تأثير برنامج وقائي على تحسين الكفاءة الوظيفية لمفصل الركبة للاعبين كرة القدم. استهدف البحث التعرف على أثر برنامج وقائي في تحسين الكفاءة الوظيفية لمفصل الركبة من خلال قياس القوة العضلية (القبض والبسط) بزوايا مختلفة للركبة (٩٠°-١٨٠°) ومحيط الفخذ عند مسافات محددة. استخدم الباحث المنهج التجريبي بالقياس القبلي والبُعدي على عينة من (١٢) لاعباً من نادي بطا الرياضي، إضافة إلى (٣) لاعبين للدراسة الاستطلاعية. طُبّق البرنامج لمدة ٨ أسابيع بمعدل ٣ وحدات تدريبية أسبوعياً (٢٤ وحدة إجمالية) باستخدام جهاز الإيزوكينتيك ٢٠٠٠ Isomed. وأظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في الكفاءة الوظيفية لمفصل الركبة لصالح القياس البُعدي. وأوصى الباحث بتطبيق البرامج الوقائية المماثلة للاعبين كرة القدم.

دراسة "اسلمي نورية ، ، بن سي قدور، حبيب، وتواتي، أحمد بن قلاوز" (٢٠١٨) (٤) بعنوان برنامج تروحي رياضي وقائي لتحسين متغيرات الصحة البدنية لدى المسنات (٦٠ سنة فما فوق). تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تروحي رياضي وقائي على الصحة البدنية للمسنات (٦٠ سنة فأكثر). تكونت العينة من (١٦) سيدة تم تقسيمهن إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية (٨ لكل مجموعة). استخدم الباحثون اختبارات بدنية قبلية وبعدية لقياس اللياقة القلبية التنفسية، القوة العضلية، التوازن، والتركيب الجسمي. أظهرت النتائج فروقاً ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية بعد البرنامج، حيث ساهمت الأنشطة الحركية التدريجية والأمانة في تحسين الصحة البدنية وتقليل الاعتلالات الصحية. أوصت الدراسة بالاهتمام بفئة المسنين وتوفير الوسائل الملائمة لممارسة الأنشطة الرياضية.

دراسة "محمود يوسف محمد" (٢٠١٧) (١٠) بعنوان أثر برنامج تدريبي وقائي لتحسين معدل نسبة القوة العضلية للعضلات العاملة على مفصل الركبة للحد من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة السلة. سعت الدراسة إلى قياس أثر برنامج تدريبي وقائي على القوة العضلية للعضلات العاملة بمفصل الركبة للحد من الإصابات لدى ناشئي كرة السلة تحت ٢١ عاماً. استخدم الباحث المنهج التجريبي والوصفي على عينة من (٣٤) لاعباً مقيدين بالاتحاد المصري لكرة السلة، مستخدماً

استمارات تسجيل الإصابات، واختبارات القوة العضلية. أظهرت النتائج عدم وجود فروق في القياس القبلي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، بينما ظهرت فروق لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في قوة عضلات الفخذ الأمامية، دون اختلافات جوهرية في عضلات الفخذ الخلفية. وأوصت الدراسة بضرورة الاختبارات الدورية للقوة العضلية وتوعية المدربين بأهمية التوازن بين العضلات العاملة والمعاكسة للحد من الإصابات.

دراسة "منال أحمد أمين، أحمد ربيع صاوي، عبدالرحمن منصور، ووليد حسين حسن" (٢٠١٧)(١١) بعنوان تأثير برنامج تمرينات هوائية على بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية بمدينة المنيا. يهدف البحث إلى تصميم وتطبيق برنامج تمرينات هوائية للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية نموذج المنيا للتعرف على رفع اللياقة البدنية وتحسين المتغيرات الفسولوجية. وتوصلت أهم نتائج البحث إلى أن التمرينات الهوائية المقترحة ساهمت في زيادة الحالة البدنية للعينة قيد البحث، كما كان لها أثر في زيادة مطاطية بعض العضلات ومرونة مفاصل الكتفين لدى أفراد العينة.

إجراءات البحث :

منهج البحث:

تحقيقاً لأهداف البحث واختباراً لفروضه استخدم الباحث المنهج التجريبي حيث انه المنهج الملائم لطبيعة البحث وقد استخدم نموذج من التصميمات التجريبية وهو القياس القبلي والبعدي لمجموعتين ضابطة وتجريبية .

مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث في العاملين بهيئة الإسعاف المصرية بمحافظة المنيا ممن لديهم تاريخ إصابات متكررة في الجهاز الحركي، وقد بلغ عددهم (٨٦)، وقد قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من هؤلاء العاملين، وبلغ عددهم (٦٠) فرداً، يمثلون نسبة (٦٩.٥%) من مجتمع

تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث وجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث (ن = ٦٠)

قيمة (Z)	المجموعة التجريبية (ن=٣٠)			المجموعة الضابطة (ن=٣٠)			وحدة القياس	الاداء الفني
	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي		
٠.١٦	٤.٨٤	١٠.٨٧	١٠.٨٧	٤.٦٦	١٠.٦٧	١٠.٦٧	درجة	الأداء الفني
٠.٢٤	٣.٧٥	٩.٥٠	٩.٥٠	٣.٧٧	٩.٢٧	٩.٢٧	درجة	الوعي بالحركة الآمنة
٠.٢٠	٣.٢٩	٩.١٠	٩.١٠	٣.٣٠	٨.٩٣	٨.٩٣	درجة	الاستجابة في حالات الطوارئ
٠.٢٩	٣.٥٧	٨.٨٧	٨.٨٧	٣.٥٤	٨.٦٠	٨.٦٠	درجة	التعاون والعمل الجماعي
٠.٢٥	٤.٠٩	٩.٤٧	٩.٤٧	٤.٠٥	٩.٢٠	٩.٢٠	درجة	استخدام الأدوات المساعدة
٠.٣٧	٣.٢٦	٧.٥٠	٧.٥٠	٣.٠٣	٧.٢٠	٧.٢٠	درجة	الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف
٠.٢٨	٤.٢٨	٩.٤٣	٩.٤٣	٣.٩٣	٩.١٣	٩.١٣	درجة	السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل
٠.٢٨	٣.٨٧	٩.٧٠	٩.٧٠	٣.٦٤	٩.٤٣	٩.٤٣	درجة	القدرة البدنية على أداء المهام
٠.٢٩	٢٧.٤٣	٧٤.٤٣	٧٤.٤٣	٢٦.١٦	٧٢.٤٣	٧٢.٤٣	درجة	الدرجة الكلية

* دال عند مستوي (٠.٠٥) ** دال عند مستوي (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق :

- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث حيث أن قيمة (Z) المحسوبة أقل من قيمة (Z) الجدولية ، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات .

أدوات جمع البيانات :

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على مجموعة من الأدوات التي تُمكنه من جمع البيانات بشكل علمي ومنهجي، بما يحقق أهداف البحث ويضمن دقة النتائج.

- تحليل المحتوى والسجلات والوثائق: قام الباحث بتحليل السجلات والوثائق الرسمية المرتبطة بطبيعة عمل العاملين بهيئة الإسعاف، بهدف التعرف على متطلبات الأداء الفني والبدني، واستخلاص المؤشرات التي تساعد في إعداد الاستمارة.

- استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف: تُعد هذه الاستمارة الأداة الأساسية في البحث، إذ صُممت لقياس مستوى الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف من خلال محاور متعددة تشمل الجوانب الفنية والبدنية والوقائية.

- وصف استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف : الاستمارة مقترحة من إعداد الباحث، وجرى تصميمها وفق خطوات علمية متسلسلة، مع مراعاة شمولها لأبعاد الأداء الفني المطلوبة للعاملين بهيئة الإسعاف.

الاستمارة المقترحة من إعداد الباحث اتبع في إعدادها الخطوات التالية:

١ . القراءة والاطلاع:

اطّلع الباحث على الأدبيات العلمية والبحوث السابقة المرتبطة بالأداء الفني والبرامج الوقائية للعاملين في مجال الإسعاف، لتكوين قاعدة معرفية تسهم في صياغة الاستمارة.

٢ . تحديد هدف استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف :

تمثل الهدف من الاستمارة في التعرف على مستوى الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية، وتحديد نقاط القوة والضعف التي يمكن تطويرها من خلال برامج وقائية رياضية.

٣ . تحديد محاور استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف :

من خلال إطلاع الباحث على الدراسات والبحوث السابقة، قام بتحديد مجموعة من المحاور التي تشمل: الأداء الفني، الوعي بالحركة الآمنة، الاستجابة في حالات الطوارئ، التعاون والعمل الجماعي، استخدام الأدوات المساعدة، الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف، السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل، والقدرة البدنية على أداء المهام.

٤ . صياغة عبارات استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف :

قام الباحث بصياغة عبارات واضحة ودقيقة لكل محور من محاور الاستمارة، بحيث تعكس مضمونها بشكل مباشر وتتيح إمكانية قياسها ميدانيًا.

٥ . الصورة المبدئية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف :

أعد الباحث نسخة أولية من الاستمارة، وقام بعرضها على مجموعة من الخبراء والمحكمين للتأكد من مناسبة العبارات وشمولها لمجالات الأداء الفني المستهدفة.

٦ . الصورة النهائية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف :

بعد إجراء التعديلات وفق آراء الخبراء، توصل الباحث إلى الصورة النهائية من الاستمارة، بما يضمن وضوحها وفعاليتها في جمع البيانات اللازمة لتحقيق أهداف البحث. قام الباحث بكتابة استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف في صورتها النهائية وذلك بترتيب العبارات تبعاً للمحور المنتمية إليه بحيث تجمع العبارات الخاصة بكل محور من محاور استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف مع بعضها .

٧ . تصحيح استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف :

لتصحيح استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المقترحة قام الباحث بوضع ميزان تقديري رباعي ، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي :

- . موافق بشدة (٤) اربع درجات .
- . موافق (٣) ثلاثة درجات .
- . محايد (٢) درجتان .
- . غير موافق (١) درجة واحدة .

المعاملات العلمية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف:

قام الباحث بحساب المعاملات العلمية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف على النحو التالي :

أ . الصدق : لحساب صدق استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف استخدم الباحث الطرق التالية :

(١) صدق المحتوى :

للتأكد من صدق المحتوى للاستبانة، قام الباحث بعرضها في صورتها الأولية على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال علوم الرياضة والإسعاف والطوارئ. وقد جرى التأكد من أن العبارات الواردة في الاستبانة تقيس فعلاً الأبعاد والمحاور المستهدفة، وأنها مناسبة من الناحية العلمية والعملية لطبيعة عمل العاملين بهيئة الإسعاف. وبناءً على ملاحظات المحكمين تم تعديل بعض الصياغات وإعادة ترتيب بعض البنود بما يحقق الصدق المطلوب للأداة.

(٢) صدق الاتساق الداخلي :

لحساب صدق الاتساق الداخلي لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (٢٠) فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث ، وتم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذى تنتمى إليه ، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف والدرجة الكلية للاستمارة ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف ، والجداول (٢)، (٣)، (٤) توضح النتيجة على التوالي .

جدول (٢)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي

إليه لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٢٠)

المحاور							العبارة
الأداء الفني	رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦
	معامل الارتباط	٠.٩١	٠.٧٨	٠.٦٧	٠.٨٧	٠.٨٤	٠.٦٧
الوعي بالحركة الآمنة	رقم العبارة	٧	٨	٩	١٠	١١	
	معامل الارتباط	٠.٨٠	٠.٨٥	٠.٨٦	٠.٧٦	٠.٧١	
الاستجابة في حالات الطوارئ	رقم العبارة	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	
	معامل الارتباط	٠.٧٨	٠.٨٠	٠.٧٥	٠.٧١	٠.٧١	
التعاون والعمل الجماعي	رقم العبارة	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	
	معامل الارتباط	٠.٨٨	٠.٧٣	٠.٩٢	٠.٩٣	٠.٧٦	
استخدام الأدوات المساعدة	رقم العبارة	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	
	معامل الارتباط	٠.٧٧	٠.٨٧	٠.٨٩	٠.٩٣	٠.٨٤	
الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف	رقم العبارة	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠		
	معامل الارتباط	٠.٩١	٠.٨٢	٠.٨٧	٠.٦٣		
السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل	رقم العبارة	٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	
	معامل الارتباط	٠.٩٥	٠.٩٨	٠.٩٦	٠.٧٠	٠.٩٥	
القدرة البدنية على أداء المهام	رقم العبارة	٣٦	٣٧	٣٨	٣٩	٤٠	
	معامل الارتباط	٠.٨٧	٠.٧٣	٠.٩٥	٠.٩٧	٠.٨٥	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٢) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور المنتمية إليه ما بين

(٠.٦٣ : ٠.٩٨) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي

لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف.

جدول (٣)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لاستمارة

الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٢٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٧٦	٩	٠.٨١	١٧	٠.٦١	٢٥	٠.٧٧	٣٣	٠.٧٠
٢	٠.٧٤	١٠	٠.٧٣	١٨	٠.٥٢	٢٦	٠.٧٧	٣٤	٠.٦٠
٣	٠.٧١	١١	٠.٦٦	١٩	٠.٨٥	٢٧	٠.٦٧	٣٥	٠.٦٦
٤	٠.٦٣	١٢	٠.٧٣	٢٠	٠.٧٩	٢٨	٠.٦١	٣٦	٠.٦٠
٥	٠.٧٣	١٣	٠.٧٧	٢١	٠.٨٠	٢٩	٠.٦١	٣٧	٠.٦٣
٦	٠.٧٣	١٤	٠.٦١	٢٢	٠.٧١	٣٠	٠.٧٦	٣٨	٠.٦٤
٧	٠.٨٠	١٥	٠.٦٦	٢٣	٠.٦٩	٣١	٠.٦٤	٣٩	٠.٧٦
٨	٠.٦٦	١٦	٠.٦٨	٢٤	٠.٧٤	٣٢	٠.٦٩	٤٠	٠.٦٧

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٣) ما يلي :

. تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين

بهيئة الإسعاف ما بين (٠.٥٢ : ٠.٨٥) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى

صدق الاتساق الداخلي لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف.

جدول (٤)

معامل الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية

لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٢٠)

م	المحاور	معامل الارتباط
١	الأداء الفني	٠.٨٩
٢	الوعي بالحركة الآمنة	٠.٩٢
٣	الاستجابة في حالات الطوارئ	٠.٩٢
٤	التعاون والعمل الجماعي	٠.٨٤
٥	استخدام الأدوات المساعدة	٠.٨٦
٦	الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف	٠.٨٢
٧	السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل	٠.٧٢
٨	القدرة البدنية على أداء المهام	٠.٧٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يتضح من الجدول (٤) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف ما بين (٠.٧٢ : ٠.٩٢) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف .

ب . الثبات :

لحساب ثبات استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (٢٠) فرداً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول التالي (٥) يوضح ذلك .

جدول (٥)

معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لاستمارة

الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٢٠)

المحاور	معامل الفا
الأداء الفني	٠.٧٩
الوعي بالحركة الأمانة	٠.٨٠
الاستجابة في حالات الطوارئ	٠.٧٩
التعاون والعمل الجماعي	٠.٨٢
استخدام الأدوات المساعدة	٠.٨١
الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف	٠.٨٢
السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل	٠.٨٣
القدرة البدنية على أداء المهام	٠.٨٢
الدرجة الكلية	٠.٨٨

يتضح من جدول (٥) ما يلي :

- تراوحت معاملات ألفا للبرنامج ما بين (٠.٧٩ : ٠.٨٣) ، بينما وصلت الدرجة الكلية لاستمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (٠.٨٨) وهى معاملات دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات استمارة الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف .

خطوات البحث :

أ . الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على استمارة الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية، وذلك على عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية في الفترة من ٢ / ٢ / ٢٠٢٥م إلى ١٢ / ٢ / ٢٠٢٥م، وكان الهدف من هذه الدراسة التأكد من وضوح العبارات

وسهولة فهمها، وتحديد الزمن المناسب لتطبيق الاستمارة، والتعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء التطبيق الفعلي، إضافةً إلى حساب المعاملات العلمية الخاصة بالصدق والثبات.

ب . تطبيق البحث :

بعد إعداد أدوات البحث والتحقق من صدقها وثباتها، قام الباحث بتطبيقها على العينة الأساسية من العاملين بهيئة الإسعاف المصرية خلال الفترة من ١ / ٣ / ٢٠٢٥م إلى ١٥ / ٣ / ٢٠٢٥م، وشملت الخطوات ما يلي:

١ - استبيان محاور الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف (مبدئي - نهائي):

قام الباحث بإعداد استمارة استبيان تضمنت المحاور الأساسية المرتبطة بالأداء الفني وتشمل: (الوعي بالحركة الآمنة - الاستجابة في حالات الطوارئ - التعاون والعمل الجماعي - استخدام الأدوات المساعدة - الجاهزية واللياقة البدنية - السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل - القدرة البدنية على أداء المهام).

تم عرض هذه المحاور على مجموعة من الخبراء والمتخصصين (ن=١٠) للتأكد من كفايتها وملاءمتها، واقتراح الإضافة أو الحذف أو التعديل. وبعد أخذ الملاحظات صيغت الاستمارة في صورتها النهائية.

٢ - استبيان الأهداف المعرفية والوجدانية لمحاور الأداء الفني (مبدئي - نهائي):

اعتمد الباحث على المحاور الأساسية التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء، وصاغ أهدافاً معرفية ووجدانية لكل محور. عرضت هذه الأهداف على نفس الخبراء (ن=١٠) للتأكد من ملاءمتها، وإجراء أي تعديلات لازمة. نتج عن ذلك الصورة النهائية للاستبيان.

٣ - استبيان محتوى الأنشطة والإجراءات الخاصة بمحاور الأداء الفني (مبدئي - نهائي):

بناءً على الأهداف المعرفية والوجدانية، وضع الباحث محتوى يتضمن أنشطة وقائية وإجرائية (مثل تمارين القوة - تمارين التوازن - محاكاة مواقف الطوارئ - تدريبات استخدام الأدوات المساعدة). عرض المحتوى على الخبراء، وحصل على موافقة بنسبة (٨٠-١٠٠%) دون تعديل جوهري.

٤ - استمارة استبيان السلوك المهني الآمن (مبدئي - نهائي):

لأن طبيعة عمل المسعفين تتضمن ضغوطاً بدنية ونفسية خاصة، صمم الباحث استمارة لقياس مدى التزام العاملين بالسلوكيات الوقائية والمهنية المرتبطة بسلامة الأداء. تضمنت الاستمارة عبارات باستخدام ميزان تقدير ثلاثي (موافق - غير موافق - أحياناً)، وتم اعتماد البنود التي حصلت على نسبة موافقة ٨٠% فأكثر بعد مراجعة الخبراء.

ج . التجربة الأساسية :

١ - القياس القبلي:

تم تطبيق الاستمارات في صورتها النهائية على العينة الأساسية من العاملين بهيئة الإسعاف خلال الفترة من ٢٠-٢٥ / ٣ / ٢٠٢٥م، لقياس مستوى الأداء الفني، والجاهزية البدنية، والوعي الوقائي قبل البرنامج.

٢ - تنفيذ البرنامج الوقائي الرياضي:

قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي الوقائي المقترح (دليل وقائي رياضي) الذي اشتمل على وحدات تدريبية عملية ونظرية (قوة - توازن - مرونة - محاكاة طوارئ - تدريبات تعاونية)، وذلك بواقع (٣) وحدات أسبوعياً لمدة (٦) أسابيع، بإجمالي (١٨) وحدة تدريبية. وجاء محتوى الدليل الوقائي الرياضي لتحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية كالتالي

١ - تمارين الإحماء والإطالة الوقائية (١٠ دقائق):

- تمارين مرونة للرقبة والكتفين لتقليل الإجهاد العضلي أثناء حمل ونقل المصابين.
- إطالات ديناميكية للذراعين والظهر لتحسين نطاق الحركة.
- تمارين إطالة لعضلات الفخذ الخلفية والأمامية والسمانة لزيادة مطاطية العضلات.

٢ - تمارين القوة العضلية (١٥ دقيقة):

- تمارين باستخدام وزن الجسم (ضغط - سكوات - بلانك) لتقوية العضلات الأساسية (Core) الداعمة للجذع والظهر.
- تدريبات مقاومة باستخدام أوزان خفيفة أو مطاطية لتقوية عضلات الذراعين والكتفين والظهر، بما يساهم في تحمل أعباء نقل الأجهزة أو المصابين.
- تمارين خاصة بعضلات الرجلين لزيادة القدرة على الثبات والتحرك السريع.

٣ - تمارين التوازن والاستقرار الوظيفي (١٠ دقائق):

- الوقوف على قدم واحدة مع ثني الركبة بزوايا مختلفة.
- استخدام كرة طبية أو وسادة توازن لتنمية الاستقرار العضلي والعصبي.
- تدريبات المشي مع حمل وزن خفيف لمحاكاة حمل المصاب في مواقف الإسعاف.

٤ - تمارين المرونة والحركة الآمنة (١٠ دقائق):

- تمارين مرونة للعمود الفقري لتقليل الإصابات الناتجة عن الانحناء المفاجئ.

- حركات آمنة لرفع وحمل الأثقال (تقنية الانحناء الصحيح - حمل الوزن بالقرب من الجسم).
- تدريبات عملية لمحاكاة مواقف العمل الإسعافي مع التركيز على الوضعيات الآمنة للظهر والمفاصل.

٥- تدريبات الاستجابة في حالات الطوارئ (١٥ دقيقة):

- محاكاة سيناريوهات الإسعاف (حمل المصاب - التحرك السريع - استخدام النقالة).
- تدريبات سرعة رد الفعل باستخدام إشارات صوتية وبصرية.
- تدريبات على التنسيق بين الأيدي والعينين أثناء استخدام الأدوات الطبية.

٦- أنشطة التعاون والعمل الجماعي (١٠ دقائق):

- تمرينات ثنائية لرفع وحمل الأوزان.
- تدريبات تعاونية صغيرة لتنمية الانسجام بين أفراد الطاقم أثناء الطوارئ.
- ألعاب حركية قصيرة لزيادة التواصل والثقة بين العاملين.

٧- تمارين الاسترخاء وإعادة التوازن (٥ دقائق):

- تمارين تنفس عميق بعد المجهود.
- حركات إطالة ثابتة للعضلات الكبرى لتقليل التقلصات.
- استرخاء ذهني سريع (Mindfulness) لتحسين التركيز بعد التدريبات أو المهمات الطارئة.

الجدول الزمني لتطبيق البرنامج:

عدد الوحدات: (٣) وحدات تدريبية أسبوعياً.

مدة الوحدة: (٦٥ دقيقة).

مدة البرنامج: (٦) أسابيع بإجمالي (١٨) وحدة تدريبية.

مكان التنفيذ: قاعة تدريب + ساحة مفتوحة + محاكاة ميدانية بمقر الإسعاف.

الهدف العام للدليل:

تعزيز الأداء الفني للعاملين ببيئة الإسعاف المصرية من خلال برنامج وقائي رياضي يركز على القوة، المرونة، التوازن، الحركة الآمنة، التعاون، والجاهزية البدنية، بما يسهم في تقليل الإصابات ورفع كفاءة الاستجابة الإسعافية.

٣- القياس البعدي:

أُجري القياس البعدي للعينة نفسها في الفترة من ١٥-٢٠ / ٥ / ٢٠٢٥م بنفس أدوات القياس المستخدمة قبلاً، ثم جمعت النتائج وجدولت لاستخراج الفروق بين القياسين القبلي والبعدي.

الأسلوب الإحصائي المستخدم :

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً ، ولحساب نتائج البحث استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية :

-المتوسط الحسابي -الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء -النسبة المئوية - معامل الارتباط - معامل الفا لكرونباخ - اختبار " ت " لدلالة الفروق .. اختبار ايتا - نسبة التحسن المئوية .

وقد ارتضى الباحث مستوى دلالة عند مستوى (٠.٠٥) ، كما استخدم الباحثة برنامج Spss لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

نتائج الفرض الاول: والذي ينص على

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح القياس البعدي .

جدول (٦)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

قيد البحث في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٣٠)

القيمة ايتا٢	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		الأداء الفني
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٣٦	**٤.٤٠	٣.٣٦	١٢.٦٠	٤.٦٦	١٠.٦٧	الأداء الفني
٠.٤٣	**٥.١٠	٢.٨٤	١١.١٧	٣.٧٧	٩.٢٧	الوعي بالحركة الآمنة
٠.٦٠	**٧.٠٩	٢.٦٠	١٠.٩٠	٣.٣٠	٨.٩٣	الاستجابة في حالات الطوارئ
٠.٣٦	**٤.٤١	٢.٦٢	١٠.٤٣	٣.٥٤	٨.٦٠	التعاون والعمل الجماعي
٠.٣٤	**٤.١٥	٣.٣٠	١١.٤٠	٤.٠٥	٩.٢٠	استخدام الأدوات المساعدة
٠.٣٦	**٤.٤٢	١.٩١	٨.٧٧	٣.٠٣	٧.٢٠	الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف
٠.٤١	**٤.٨٨	٣.٠٣	١٠.٨٧	٣.٩٣	٩.١٣	السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل
٠.٤٩	**٥.٧٦	٣.٠٠	١١.٥٠	٣.٦٤	٩.٤٣	القدرة البدنية على أداء المهام
٠.٦٠	**٧.٠٧	١٦.٦٦	٨٧.٦٣	٢٦.١٦	٧٢.٤٣	الدرجة الكلية

** دال عند مستوي (٠.٠١)

* دال عند مستوي (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٦) ما يلي :

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات العاملين في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف ، كما تراوحت قيمة ايتا ما بين (٠.٣٦ : ٠.٦٠) مما يشير إلى تأثير الطريقة التقليدية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف قيد البحث .

يوضح جدول (٦) أن المتوسط الحسابي لجميع المحاور قيد البحث قد تحسن في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، حيث ارتفع متوسط الأداء الفني من (١٠.٦٧) في القياس القبلي إلى (١٢.٦٠) في القياس البعدي، مما يشير إلى حجم تأثير متوسط. كما جاء القياس القبلي لمحور الوعي بالحركة الآمنة بمتوسط (٩.٢٧) مقابل (١١.١٧) في القياس البعدي . كذلك أظهرت نتائج محور الاستجابة في حالات الطوارئ ارتفاعاً من (٨.٩٣) إلى (١٠.٩٠) بزيادة ملحوظة وهو ما يشير إلى حجم تأثير كبير. وفي محور التعاون والعمل الجماعي، ارتفع المتوسط من (٨.٦٠) إلى (١٠.٤٣) ، بينما ارتفع محور استخدام الأدوات المساعدة من (٩.٢٠) إلى (١١.٤٠)، أما محور الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف، فقد ارتفع متوسطه من (٧.٢٠) إلى (٨.٧٧) وفي محور السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل ارتفع المتوسط من (٩.١٣) إلى (١٠.٨٧) كما أظهرت نتائج محور القدرة البدنية على أداء المهام تحسناً من (٩.٤٣) إلى (١١.٥٠) .وبالنسبة للدرجة الكلية، فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (٧٢.٤٣) في القياس القبلي إلى (٨٧.٦٣) في القياس البعدي، وهو ما يعكس حجم تأثير كبير يؤكد فعالية البرنامج التطبيقي.

يتضح من نتائج الجدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جميع المحاور، لصالح القياس البعدي، وهو ما يعكس تأثير الطريقة التقليدية المتبعة في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف. وتُعزى هذه النتيجة إلى ما توفره الخبرات العملية اليومية والتدريب الميداني من تراكم معرفي ومهاري يسهم في تطوير الأداء الفني ولو بدرجة محدودة. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه أحمد محمد سيد وآخرون (٢٠٢٣)(٢) أن البرنامج الوقائي يحسن من اللياقة البدنية وعناصرها .

جدول (٧)

نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في المجموعة الضابطة
 قيد البحث في الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف

الأداء الفني	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن المئوية
الأداء الفني	١٠.٦٧	١٢.٦٠	%١٨.٠٩
الوعي بالحركة الآمنة	٩.٢٧	١١.١٧	%٢٠.٥٠
الاستجابة في حالات الطوارئ	٨.٩٣	١٠.٩٠	%٢٢.٠٦
التعاون والعمل الجماعي	٨.٦٠	١٠.٤٣	%٢١.٢٨
استخدام الأدوات المساعدة	٩.٢٠	١١.٤٠	%٢٣.٩١
الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف	٧.٢٠	٨.٧٧	%٢١.٨١
السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل	٩.١٣	١٠.٨٧	%١٩.٠٦
القدرة البدنية على أداء المهام	٩.٤٣	١١.٥٠	%٢١.٩٥
الدرجة الكلية	٧٢.٤٣	٨٧.٦٣	%٢٠.٩٩

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

- تراوحت نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف ما بين (١٨.٠٩ % : ٢٣.٩١ %) ، مما يشير إلى تأثير الطريقة التقليدية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف قيد البحث.

يوضح جدول (٧) نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف. وقد تراوحت هذه النسب ما بين (١٨.٠٩ %) في محور الأداء الفني كأقل نسبة تحسن، و(٢٣.٩١ %) في محور استخدام الأدوات المساعدة كأعلى نسبة تحسن، بينما جاءت باقي المحاور في نطاق متوسط تراوح بين (١٩.٠٦ % - ٢٢.٠٦ %).

الأداء الفني (١٨.٠٩ %) : جاءت نسبة التحسن منخفضة نسبياً مقارنة ببقية المحاور، مما يشير إلى أن التطوير في هذا الجانب كان محدوداً بالطريقة التقليدية. الوعي بالحركة الآمنة (٢٠.٥٠ %) : تحقق تحسن ملحوظ يعكس إسهام الممارسات الروتينية في زيادة إدراك العاملين لمتطلبات السلامة أثناء أداء المهام. والاستجابة في حالات الطوارئ (٢٢.٠٦ %) : سجلت نسبة مرتفعة نسبياً، مما يدل على أن الخبرة العملية المتكررة أسهمت في تحسين سرعة ودقة الاستجابة.

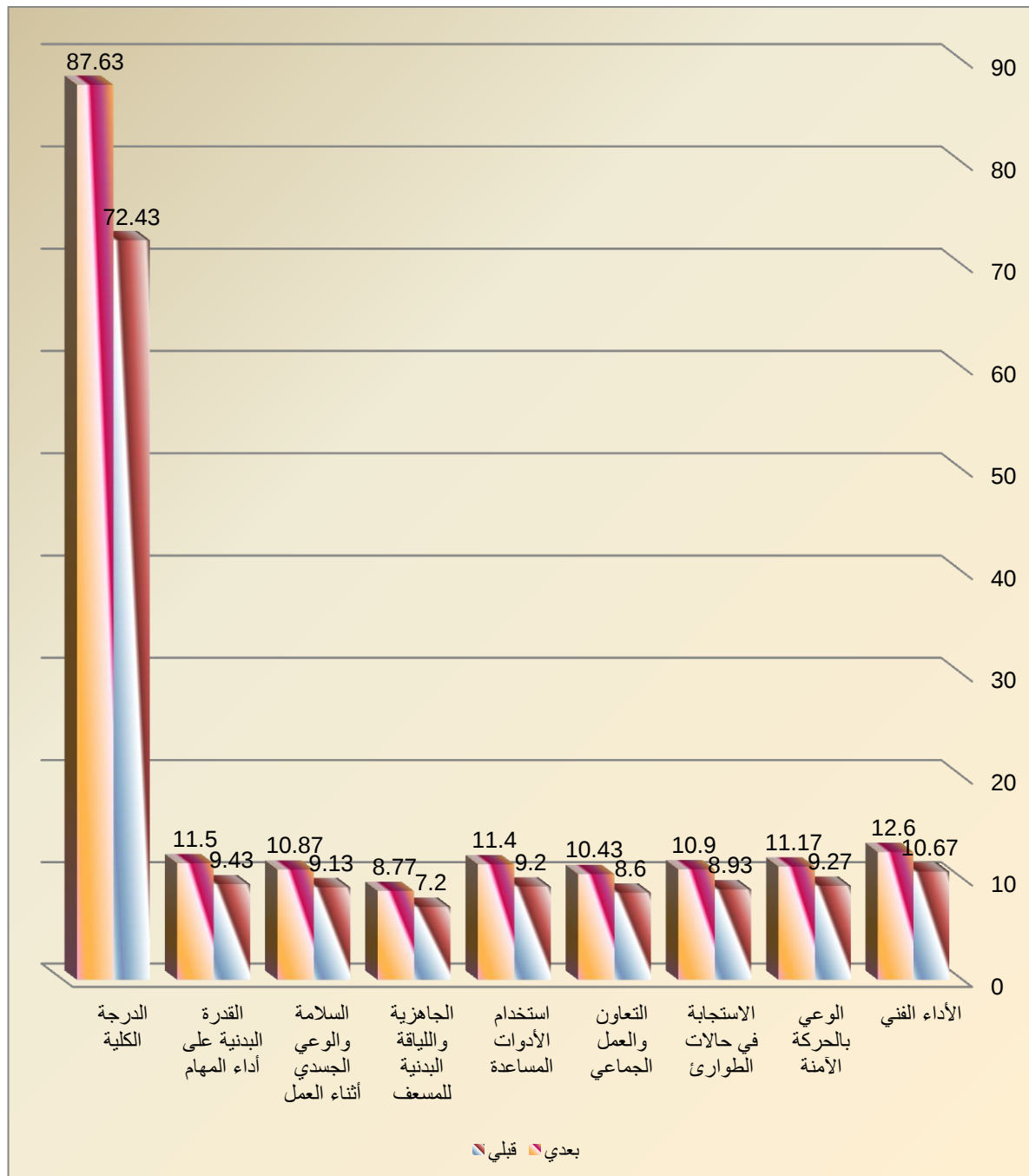
والتعاون والعمل الجماعي (٢١.٢٨%): شهد هذا المحور تحسناً جيداً، وهو ما يعكس أهمية الممارسة العملية في تعزيز روح الفريق بين العاملين.

استخدام الأدوات المساعدة (٢٣.٩١%): حقق أعلى نسبة تحسن، مما يدل على أن التدريب العملي المستمر ساعد على إتقان استخدام هذه الأدوات بكفاءة أكبر. والجاهزية واللياقة البدنية للمسعف (٢١.٨١%): أظهر العاملون تحسناً واضحاً في مستوى اللياقة، وهو ما قد يرتبط بمتطلبات العمل اليومية التي تستلزم مجهوداً بدنياً مستمراً. بينما السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل (١٩.٠٦%): جاءت نسبة التحسن متوسطة، ما يشير إلى أن الطريقة التقليدية لم تكن كافية لتطوير هذا الجانب بصورة كبيرة. وجاءت القدرة البدنية على أداء المهام (٢١.٩٥%): سجلت نسبة مرتفعة نسبياً، مما يوضح أن طبيعة العمل الميداني ساعدت في رفع القدرة البدنية للأفراد.

كما بلغت نسبة التحسن في الدرجة الكلية (٢٠.٩٩%)، وهو ما يعكس حدوث تحسن عام لدى أفراد المجموعة الضابطة بعد القياس البعدي. وتشير هذه النتائج إلى أن الطريقة التقليدية المتبعة كان لها أثر إيجابي ملحوظ في تحسين الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف، وإن كان التحسن متفاوتاً بين المحاور المختلفة.

يتضح من نتائج الجدول (٧) أن نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة تراوحت بين (١٨.٠٩% : ٢٣.٩١%) في مختلف محاور الأداء الفني، وهو ما يشير إلى أن الطريقة التقليدية كان لها أثر إيجابي محدود في تحسين الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف. ويُعزى ذلك إلى الاعتماد على الخبرة التراكمية والتكرار العملي للمهام اليومية دون وجود برنامج وقائي متخصص. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه "اسلمي نورية وآخرون" (٢٠١٨) (٤) في دراستهم حول برنامج تروحي رياضي وقائي لتحسين متغيرات الصحة البدنية لدى المسنات (٦٠ سنة فما فوق)، كما تتفق مع ما ذكره "Andersen, T. E., et al". (٢٠١٦). بأن الممارسة المستمرة تساهم في تطوير الأداء بنسبة معينة، لكنها لا تحقق مستويات التحسن الكبيرة التي توفرها البرامج الوقائية الموجهة.

وبذلك يتضح أن الفروق الإحصائية جاءت لصالح القياس البعدي في جميع المحاور، مما يدعم صحة الفرض الأول، ويؤكد أن تطبيق الدليل الوقائي الرياضي أسهم في تحسين الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية. ونصه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح القياس البعدي".



شكل (١)

رسم بياني يوضح الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف

نتائج الفرض الثاني : والذي ينص على

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح القياس البعدي .

جدول (٨)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

قيد البحث في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٣٠)

القيمة ايتا٢	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		الأداء الفني
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٧٦	**١٠.٤١	٢.٨٦	١٧.٨٠	٤.٨٤	١٠.٨٧	الأداء الفني
٠.٧٢	**٩.٤٠	٣.١٢	١٤.٦٣	٣.٧٥	٩.٥٠	الوعي بالحركة الآمنة
٠.٦٩	**٨.٧٣	٢.٤٥	١٤.٨٧	٣.٢٩	٩.١٠	الاستجابة في حالات الطوارئ
٠.٧٠	**٨.٩٢	٢.٣٧	١٤.٨٧	٣.٥٧	٨.٨٧	التعاون والعمل الجماعي
٠.٦٣	**٧.٦٦	١.٩٨	١٥.٢٣	٤.٠٩	٩.٤٧	استخدام الأدوات المساعدة
٠.٦٨	**٨.٥٣	٢.٠١	١٢.٤٧	٣.٢٦	٧.٥٠	الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف
٠.٦٧	**٨.٣٣	٢.٤٣	١٤.٩٣	٤.٢٨	٩.٤٣	السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل
٠.٦٧	**٨.٣٣	٢.٥٥	١٥.٦٣	٣.٨٧	٩.٧٠	القدرة البدنية على أداء المهام
٠.٨١	**١١.٩٧	٩.٣٨	١٢٠.٤٣	٢٧.٤٣	٧٤.٤٣	الدرجة الكلية

* دال عند مستوي (٠.٠٥) ** دال عند مستوي (٠.٠١)

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات العاملين في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف ، كما تراوحت قيمة ايتا ما بين (٠.٦٣ : ٠.٨١) مما يشير إلى تأثير الدليل الوقائي الرياضي المقترح في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لدي العينة قيد البحث.

يتضح من نتائج جدول (٨) ما يلي:

وجاء محور الأداء الفني حيث ارتفع المتوسط من (١٠.٨٧) في القياس القبلي إلى (١٧.٨٠) في القياس البعدي، وهو ما يؤكد فاعلية الدليل الوقائي الرياضي في رفع كفاءة العاملين، بينما كانت قياسات الوعي بالحركة الآمنة (٩.٥٠) قبلياً و(١٤.٦٣) بعدياً، مما يوضح زيادة إدراك العاملين لأساليب الأداء السليم وتجنب الإصابات، وفي محور الاستجابة في حالات الطوارئ، ارتفع المتوسط من (٩.١٠) إلى (١٤.٨٧)، وهو ما يعكس قدرة البرنامج على تطوير سرعة وكفاءة الاستجابة الميدانية.

أما التعاون والعمل الجماعي فقد تحسن من (٨.٨٧) إلى (١٤.٨٧)، مما يشير إلى أن البرنامج لم يقتصر على تطوير الجوانب البدنية بل شمل أيضاً مهارات العمل ضمن الفريق، وجاء

محور استخدام الأدوات المساعدة بارتفاع المتوسط من (٩.٤٧) إلى (١٥.٢٣)، وهو ما يعكس تحسن كفاءة المسعفين في التعامل مع الأدوات والتجهيزات الميدانية أما الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف فقد ارتفعت من (٧.٥٠) إلى (١٢.٤٧)، مؤكدة دور البرنامج في رفع مستوى اللياقة البدنية والقدرة على أداء المهام، وتعزيز الاستقرار البدني والقدرة العضلية عبر البرامج الوقائية، وفي محور السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل، زاد المتوسط من (٩.٤٣) إلى (١٤.٩٣)، وهو ما يوضح فاعلية البرنامج في رفع درجة الوعي الجسدي وتقليل مخاطر الإصابات، بينما كانت قياسات القدرة البدنية على أداء المهام (٩.٧٠) قبلًا و(١٥.٦٣) بعديًا، مما يعكس كفاءة البرنامج في تطوير القوة والتحمل اللازمين للقيام بالمهام الإسعافية.

وأخيرًا، ارتفعت الدرجة الكلية من (٧٤.٤٣) إلى (١٢٠.٤٣) بنسبة تحسن (٦١.٨٠%)، بما يثبت بوضوح فاعلية الدليل الوقائي الرياضي المقترح في تحسين مختلف الجوانب الفنية والبدنية للعاملين بهيئة الإسعاف. مما يؤكد شمولية وفاعلية الدليل الوقائي الرياضي المقترح في تحسين الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف. وهذا يتفق مع ما يشير إليه "صالح بشير سعد" (٢٠١١) في القوام وسبل المحافظة عليه و دراسة "محمود يوسف محمد (٢٠١٧) (١٠) و "زكي محمد محمد حسن" (٢٠٢١) (٧).

وبوجه عام، تشير النتائج إلى أن جميع المحاور شهدت فروقًا دالة إحصائية لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة إيتا بين (٠.٦٣ - ٠.٨١)، وهو ما يعكس قوة تأثير البرنامج المقترح وفاعليته في تحسين الأداء الفني بمختلف جوانبه.

جدول (٩)

نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية
قيد البحث في الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف

نسبة التحسن المئوية	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	الأداء الفني
٦٣.٧٥%	١٧.٨٠	١٠.٨٧	الأداء الفني
٥٤.٠٠%	١٤.٦٣	٩.٥٠	الوعي بالحركة الآمنة
٦٣.٤١%	١٤.٨٧	٩.١٠	الاستجابة في حالات الطوارئ
٦٧.٦٤%	١٤.٨٧	٨.٨٧	التعاون والعمل الجماعي
٦٠.٨٢%	١٥.٢٣	٩.٤٧	استخدام الأدوات المساعدة
٦٦.٢٧%	١٢.٤٧	٧.٥٠	الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف
٥٨.٣٢%	١٤.٩٣	٩.٤٣	السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل
٦١.١٣%	١٥.٦٣	٩.٧٠	القدرة البدنية على أداء المهام
٦١.٨٠%	١٢٠.٤٣	٧٤.٤٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

- تراوحت نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف ما بين (٥٤.٠٠% : ٦٦.٢٧%) ، مما يشير إلى تأثير الدليل الوقائي الرياضي المقترح في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لدى العينة قيد البحث.

يتضح من نتائج جدول (٩) ما يلي:

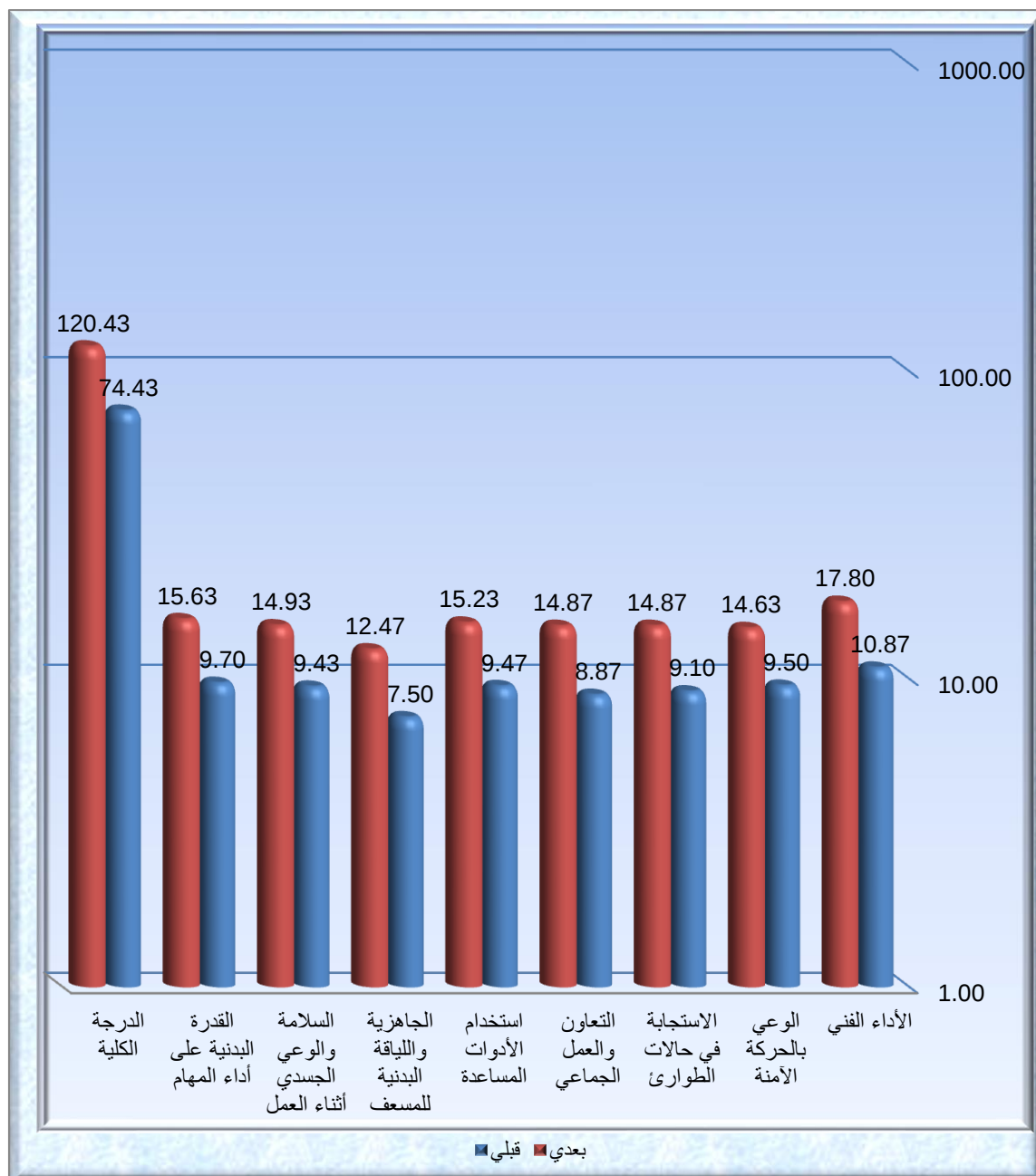
وجاء محور الأداء الفني بنسبة تحسن بلغت (٦٣.٧٥%) بين القياسين القبلي والبعدي، وهو ما يؤكد فعالية الدليل الوقائي الرياضي في تطوير الكفاءة الفنية للعاملين، بينما كانت نسبة التحسن في الوعي بالحركة الآمنة (٥٤.٠٠%)، بما يشير إلى زيادة إدراك العاملين بأهمية الأداء الصحيح وتجنب الحركات الخاطئة، وفي محور الاستجابة في حالات الطوارئ بلغت نسبة التحسن (٦٣.٤١%)، مما يعكس دور البرنامج في رفع كفاءة الاستجابة وسرعة الأداء .

أما التعاون والعمل الجماعي فقد سجل أعلى نسبة تحسن بلغت (٦٧.٦٤%)، مؤكداً أن الدليل الوقائي لا يقتصر على تطوير القدرات الفردية فقط، بل يعزز أيضاً مهارات العمل ضمن الفريق، وجاء محور استخدام الأدوات المساعدة بنسبة تحسن (٦٠.٨٢%)، وهو ما يبرز فاعلية البرنامج في تحسين كفاءة العاملين في استخدام المعدات الإسعافية، أما الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف فقد ارتفعت بنسبة (٦٦.٢٧%)، وهو ما يوضح دور البرنامج في تطوير عناصر اللياقة البدنية اللازمة للعمل الإسعافي، وفي محور السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل بلغت نسبة التحسن (٥٨.٣٢%)، مؤكدة أن الدليل الوقائي ساعد على رفع وعي العاملين بالسلامة وتقليل مخاطر الإصابات، أما القدرة البدنية على أداء المهام فقد سجلت نسبة تحسن (٦١.١٣%)، بما يعكس فاعلية البرنامج في تنمية القوة العضلية والقدرة البدنية لأداء المهام الإسعافية.

وأخيراً، جاءت الدرجة الكلية بنسبة تحسن (٦١.٨٠%)، وهو ما يثبت شمولية وفاعلية الدليل الوقائي الرياضي المقترح في تحسين مختلف محاور الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف. ويتفق هذا مع ما عرضه كلا من " أحمد موسي الشيشاني " (٢٠١٥) (٣) و " بهاء الدين إبراهيم سلامة " (٢٠٢٠) (٦) و " زكي محمد محمد حسن " (٢٠٢١) (٧) حول القوام والتمرينات العلاجية والصحة الرياضة والمحددات الفسيولوجية للنشاط الرياضي .

أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، وهو ما يثبت فاعلية البرنامج الوقائي الرياضي المقترح في تحسين الأداء

الفني. وبذلك يتحقق الهدف الثاني: التعرف على مدى فاعلية الدليل الوقائي الرياضي في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية من خلال مقارنة نتائج القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية.



شكل (٢)
رسم بياني يوضح الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف

نتائج الفرض الثالث : والذي ينص على

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (١٠)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية قيد البحث في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف (ن = ٦٠)

القيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة (ن=٣٠)		المجموعة التجريبية (ن=٣٠)		الأداء الفني
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
**٦.٤٦	١٢.٦٠	٣.٣٦	١٧.٨٠	٢.٨٦	الأداء الفني
**٤.٥٠	١١.١٧	٢.٨٤	١٤.٦٣	٣.١٢	الوعي بالحركة الآمنة
**٦.٠٨	١٠.٩٠	٢.٦٠	١٤.٨٧	٢.٤٥	الاستجابة في حالات الطوارئ
**٦.٨٧	١٠.٤٣	٢.٦٢	١٤.٨٧	٢.٣٧	التعاون والعمل الجماعي
**٥.٤٦	١١.٤٠	٣.٣٠	١٥.٢٣	١.٩٨	استخدام الأدوات المساعدة
**٧.٣١	٨.٧٧	١.٩١	١٢.٤٧	٢.٠١	الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف
**٥.٧٣	١٠.٨٧	٣.٠٣	١٤.٩٣	٢.٤٣	السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل
**٥.٧٤	١١.٥٠	٣.٠٠	١٥.٦٣	٢.٥٥	القدرة البدنية على أداء المهام
**٩.٤٠	٨٧.٦٣	١٦.٦٦	١٢٠.٤٣	٩.٣٨	الدرجة الكلية

* دال عند مستوي (٠.٠٥) ** دال عند مستوي (٠.٠١)

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات العاملين في القياسين القبلي والبعدي في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف لصالح المجموعة التجريبية .

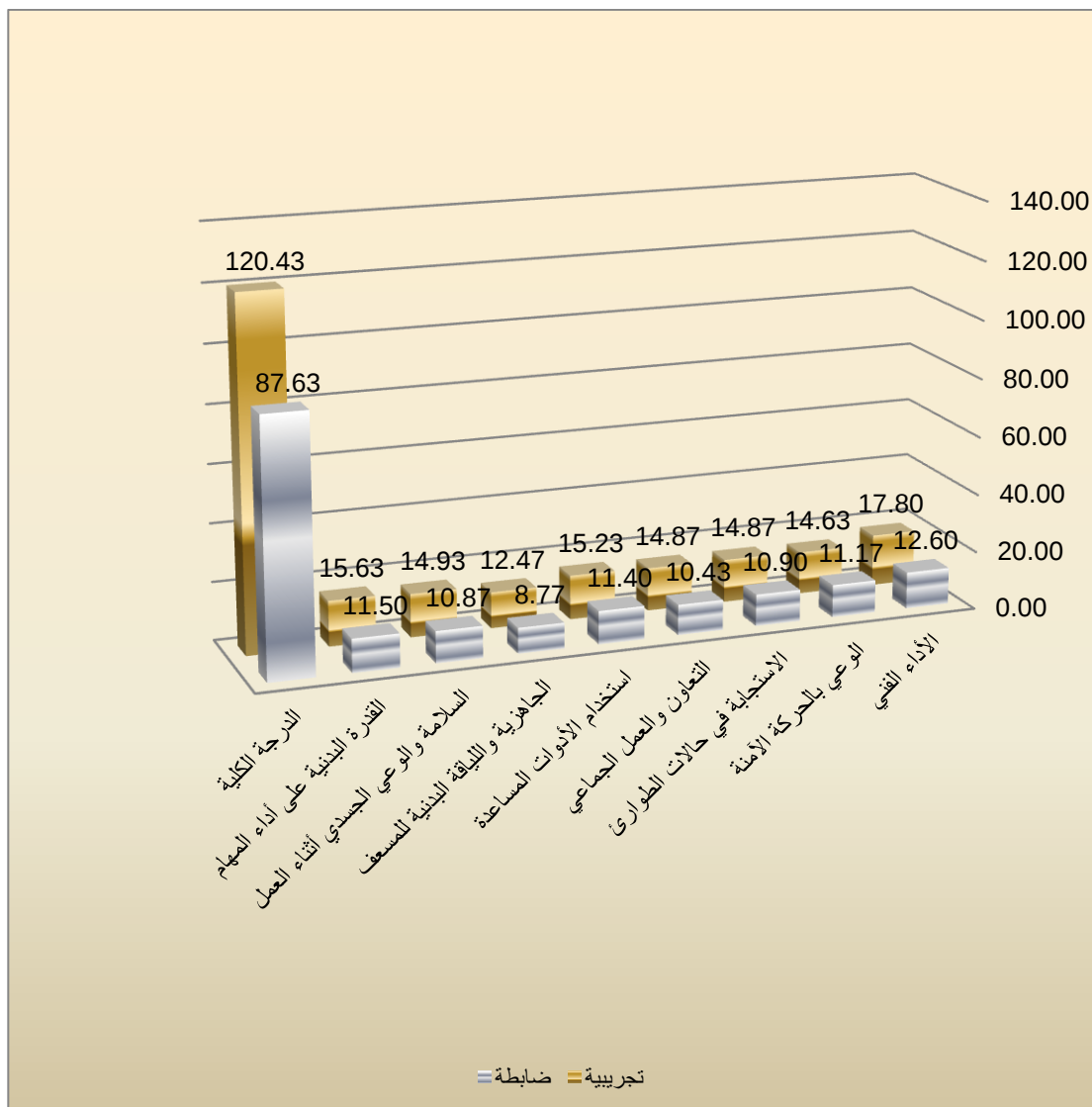
يتضح من نتائج جدول (١٠) ما يلي:

وجاء محور الأداء الفني بمتوسط (١٧.٨٠) للمجموعة التجريبية مقابل (١٢.٦٠) للمجموعة الضابطة، بنسبة تفوق واضحة تؤكد أثر الدليل الوقائي الرياضي المقترح في تحسين الأداء الفني، أما محور الوعي بالحركة الآمنة فقد بلغ متوسط المجموعة التجريبية (١٤.٦٣) مقابل (١١.١٧) للضابطة، مما يشير إلى دور البرنامج في رفع وعي العاملين بالحركات السليمة أثناء العمل، وفي محور الاستجابة في حالات الطوارئ سجلت التجريبية (١٤.٨٧) مقابل (١٠.٩٠) للضابطة، وهو ما يدل على تفوق أفراد المجموعة التجريبية في سرعة الاستجابة ودقتها، كما جاء محور التعاون والعمل الجماعي بمتوسط (١٤.٨٧) للتجريبية مقابل (١٠.٤٣) للضابطة، مما يعكس دور البرنامج في تنمية روح العمل الجماعي، وفي محور استخدام الأدوات المساعدة بلغت نتائج التجريبية

(١٥.٢٣) مقابل (١١.٤٠) للضابطة، أما محور الجاهزية واللياقة البدنية للمسعف فقد ارتفع لدى التجريبية إلى (١٢.٤٧) مقابل (٨.٧٧) للضابطة، مؤكداً دور البرنامج في تطوير عناصر اللياقة البدنية الضرورية للمسعفين، وفي محور السلامة والوعي الجسدي أثناء العمل بلغ متوسط التجريبية (١٤.٩٣) مقابل (١٠.٨٧) للضابطة، أما القدرة البدنية على أداء المهام فقد سجلت التجريبية (١٥.٦٣) مقابل (١١.٥٠) للضابطة، وهو ما يعكس فاعلية البرنامج في تطوير القوة والقدرة العضلية.

وأخيراً، جاءت الدرجة الكلية للمجموعة التجريبية (١٢٠.٤٣) مقابل (٨٧.٦٣) للضابطة، بفارق كبير يوضح شمولية تأثير الدليل الوقائي الرياضي المقترح على كافة محاور الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف، وهذا يتفق مع ما أشار إليه " صالح بشير سعد" (٢٠١١) (٩) و " إقبال رسمي محمد" (٢٠١٧) (٥) و " إبراهيم سعد زغلول" (٢٠١٨) (١) .

أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية، مما يبرز التأثير الإيجابي الأكبر لتطبيق الدليل الوقائي الرياضي على العاملين. وبذلك يتحقق الهدف الثالث: التعرف على الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لمستوى الأداء الفني، بما يوضح أثر تطبيق الدليل الوقائي الرياضي لصالح المجموعة التجريبية.



شكل (٤)

رسم بياني يوضح الفروق بين متوسطي درجات العاملين في القياسين البعديين
في تحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف

المرجع :

- (١) إبراهيم سعد زغلول (٢٠١٨): القوام وتطبيقاته، دار مجدي للطباعة، القاهرة، ط٣.
- (٢) أحمد محمد سيد، الشرقاوي أدهم عبدالرؤوف، والحمادى محمد أحمد (٢٠٢٣): برنامج وقائي للمصابين بقطع الرباط المتصالب الأمامي لتحسين الاتزان بعد إعادة البناء للوقاية من عودة الإصابة، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، ع٤٥، ص ١٥٠-١٦٨.
- (٣) أحمد موسى الشيشاني (٢٠١٥): القوام والتمرينات العلاجية، دار ورد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ط٢.
- (٤) اسلمي نورية، بن سي قدور حبيب، وتواتي أحمد بن قلاوز (٢٠١٨): برنامج تروحي رياضي وقائي لتحسين متغيرات الصحة البدنية لدى المسنات (٦٠ سنة فما فوق)، المجلة العلمية العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، مج١٥، عدد خاص، ص ١١٧-١٤٠.
- (٥) إقبال رسمي محمد (٢٠١٧): القوام والعناية بأجسامنا والانحرافات القوامية وعلاجها، دار الفكر للنشر والتوزيع، القاهرة، ط٢.
- (٦) بهاء الدين إبراهيم سلامة (٢٠٢٠): الصحة الرياضة والمحددات الفسيولوجية للنشاط الرياضي، دار الفكر العربي، ط٣، القاهرة.
- (٧) زكي محمد محمد حسن (٢٠٢١): المنظومة العلمية للتكامل بين الصحة والرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.
- (٨) سلامة ياسر زكريا متولي (٢٠٢١): تأثير برنامج وقائي على تحسين الكفاءة الوظيفية لمفصل الركبة للاعبين كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، مج٢٧، ع١٠، ص ١-٢٣.
- (٩) صالح بشير سعد (٢٠١١): القوام وسبل المحافظة عليه، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- (١٠) محمود يوسف محمد (٢٠١٧): أثر برنامج تدريبي وقائي لتحسين معدل نسبة القوة العضلية للعضلات العاملة على مفصل الركبة للحد من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة السلة، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع٤٥، ج٢، ص ٦٧٤-٧٠٠.

١١) منال أحمد أمين، أحمد ربيع صاوي، عبدالرحمن منصور، ووليد حسين حسن (٢٠١٧): تأثير برنامج تمارين هوائية على بعض المتغيرات البدنية والفسيولوجية للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية بمدينة المنيا، مجلة علوم الرياضة، مج ٣٠، ج ١، ص ١٩-٤٦.

المراجع باللغة الأجنبية :

- ١٢) Andersen, T. E., et al. (٢٠١٦): Prevention of lower extremity injuries in youth sports: A systematic review. British Journal of Sports Medicine, ٥٠(١٥), ٩٣٧-٩٤٨.
- ١٣) Myklebust, G., et al. (٢٠٠٣): Prevention of anterior cruciate ligament injuries in female team handball players: A prospective intervention study over three seasons. Clinical Journal of Sport Medicine, ١٣(٢), ٧١-٧٨.

دليل وقائي رياضي لتحسين الأداء الفني لدى العاملين بهيئة الإسعاف المصرية

ملخص البحث :

من خلال خبرة الباحث الأكاديمية وملاحظته لطبيعة عمل العاملين بهيئة الإسعاف بمحافظة المنيا، تبين أنهم يواجهون تحديات تتعلق بمتطلبات اللياقة البدنية والفنية اللازمة لأداء مهامهم الميدانية بكفاءة. ومن هنا جاءت فكرة إعداد دليل وقائي رياضي يهدف إلى تحسين الأداء الفني للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية عبر برنامج تدريبي وقائي يركز على تعزيز القوة، التوازن، المرونة، الجاهزية البدنية، والعمل التعاوني، بما يساهم في تقليل الإصابات ورفع مستوى الكفاءة الإسعافية. واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكون مجتمع البحث من (٨٦) فردًا من العاملين بهيئة الإسعاف بمحافظة المنيا ممن لديهم تاريخ إصابات متكررة بالجهاز الحركي، تم اختيار عينة عمدية منهم بلغت (٦٠) فردًا بنسبة (٦٩.٥%). طُبق البرنامج التدريبي الوقائي المقترح بواقع (٣) وحدات أسبوعيًا لمدة (٦) أسابيع، اشتملت على تدريبات عملية ونظرية مثل القوة، التوازن، المرونة، محاكاة الطوارئ، والتعاون الجماعي. أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في كل من المجموعة الضابطة والتجريبية، مع تفوق ملحوظ للمجموعة التجريبية. وتوضح النتائج أن تطبيق الدليل الوقائي الرياضي أسهم بشكل فاعل في تحسين الأداء الفني، تقليل احتمالات الإصابة، ورفع مستوى الجاهزية البدنية والفنية للعاملين بهيئة الإسعاف المصرية. وبذلك تحققت أهداف البحث الثلاثة المتمثلة في إثبات فاعلية البرنامج مع المجموعتين الضابطة والتجريبية، وإبراز الفروق لصالح التجريبية في القياس البعدي.

الكلمات الدالة :

الدليل الوقائي الرياضي - الأداء الفني - العاملون بهيئة الإسعاف المصرية.