

تأثير برنامج رياضي وتنقيف صحي الكتروني على بعض المتغيرات الفسولوجية لتلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي

* أ. د / محسن إبراهيم أحمد

** أ. م. د / عبد الرحمن منصور عبد الجابر

*** الباحث / أحمد محمد علي

يهدف هذا البحث إلى إعداد برنامج رياضي وبرنامج تنقيف صحي الكتروني ودراسة تأثيرهما على بعض المتغيرات الفسولوجية ومستوى الثقافة الصحية لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي ، نظراً لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهدافه وفروضه استخدم الباحثون المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي للمجموعتين (المجموعة التجريبية ، المجموعة الضابطة) وباستخدام القياسين (القبلي - البعدي) لهما ، يتمثل مجتمع البحث بتلاميذ مدرسة عبد الجواد طه سليمان للتعليم الأساسي إحدى مدارس التعليم الأساسي بإدارة ملوي التعليمية ، وبلغ عدد مجتمع البحث حوالي ٣٨٠ تلميذ خلال العام الدراسي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠ ، وقام الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي بمدرسة عبد الجواد طه سليمان بإدارة ملوي التعليمية بالمدارس الحكومية وقد بلغ عدد العينة الأساسية ٤٠ تلميذ والعينة الاستطلاعية ١٢ تلميذ ، وتم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

١. واقع درس التربية الرياضية ليس له تأثير إيجابي على تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي من الناحية البدنية أو الفسولوجية ولا يقدم لهم أي إرشادات صحية أو نصائح للتوعية بالجانب الصحي .
٢. إيجابية البرنامج الكتروني في تحسين الثقافة الصحية لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي .
٣. التمرينات الرياضية لها تأثير إيجابي على تحسين أقصى استهلاك للأكسجين وانتظام ضغط الدم (ضغط الدم الانقباضي ، ضغط الدم الانبساطي) لتلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي .

* أستاذ فسيولوجيا الرياضة ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .

** أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .

*** معلم تربية رياضية بإدارة ملوي التعليمية .

The effect of a sports program and e-health education on some physiological variables for students of the second stage of basic education

* a. Dr. Mohsen Ibrahim Ahmed
** a. M. Dr. Abdul Rahman Mansour Abdul Jaber
*** Researcher / Ahmed Mohamed Ali

This research aims to prepare a sports program and an electronic health education program and study their effect on some physiological variables and the level of health culture among students of the second stage of basic education, given the nature of the research and to achieve its goals and hypotheses, the researchers used the experimental approach to experimental design of the two groups (the experimental group, the control group) and using the two measurements (Al-Qebli - Al-Baadi) For them, the research community is represented by students of Abdel-Gawad Taha Suleiman School for Basic Education, one of the basic education schools in the administration of Mallawi Education, and the number of the research community reached about 380 students during the year 2019/2020 , the researchers selected the research sample the way stratified random pupils second stage of basic education school Abdel Jawad Taha Suleiman managed educational contorted in public schools has been that the number of core sample 40 was a pupil and sample reconnaissance of 12 students, was reached the following conclusions:

- 1- The reality of physical education lesson has no positive effect on students of the second stage of basic education, physically or physiologically, and does not provide them with any health advice or advice to raise awareness of the health aspect.
- 2- The positivity of the electronic program in improving healthy culture among students of the second stage of basic education.
- 3- Exercise has a positive effect on improving maximum oxygen consumption and regular blood pressure (systolic blood pressure, diastolic blood pressure) for pupils of the second stage of basic education.

* Professor of Sports Physiology and Head of the Department of Sports Health Sciences, Faculty of Physical Education – Minia University.

** Assistant Professor, Department of Sports Health Sciences, Faculty of Physical Education – Minia University.

. *** Physical Education teacher at Mallawi Educational Department.