

## الفصل الثالث

# إجراءات البحث

- منهج البحث

- عينة البحث

- وسائل جمع البيانات

- بناء اختبار معرفي

- الخطوات المتبعة في الدراسة

- الخطوات التمهيدية

- الخطوات التنفيذية.

- المعالجات الإحصائية

## إجراءات البحث:-

### أولا : منهج الدراسة

أستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، مستعينة بالدراسات المسحية ، كذلك أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائتهما لهذا النوع من الدراسة.

### ثانيا: عينة الدراسة

تم اختيار عينة عمدية قوامها (١٥٤) طالبة هم طالبات المرحلة الثانوية بمدرسة كليوباتر الرياضية التجريبية، وتم تقسيم العينة إلي مجموعتين متجانستين كل مجموعة تضم ٧٧ طالبة. المجموعة الضابطة : وهي المجموعة التي لا يطبق عليها البرنامج المقترح للتنقيف الصحي- الرياضي لتقليل نسبة الإصابات. المجموعة التجريبية : وهي المجموعة التي يطبق عليها برنامج التنقيف الصحي - الرياضي لتقليل نسبة الإصابات

### جدول (١)

#### التوصيف الإحصائي لعينة البحث في الثقافة الصحية والرياضية

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
٣٩,٩٥	١٢,٥٦	٤٠	-٠,٠١٢

يتضح من الجدول أن معامل الالتواء لعينة البحث في الثقافة الصحية والرياضية بلغ(-٠,٠١٢) أي بين المقدارين ٣-،٣+ مما يدل علي أن مجموعتي البحث متجانسة في هذه القياسات.

### ثالثا: وسائل جمع البيانات :-

- تصميم إختبار معرفي
- خطوات بناء الإختبار
- تحديد الهدف من الإختبار
- تحديد أهداف الجانب المعرفي
- تحديد عبارات الإختبار المعرفي
- عرض الأهداف المعرفية وعباراتها علي الخبراء.

- وضع الأختبار المعرفي في صورته الأولية.
- تحديد صلاحية الأختبار ( الدراسات الأستطلاعية- تحديد زمن الأختبار - معاملات الصدق والثبات).
- الأختبار في صورته النهائية.

#### ١. تحديد الهدف من الأختبار

من خلال الأطلاع علي الأبحاث الدراسات في المجال الصحي الرياضي والمناقشات والمقابلات الشخصية لعدد من المختصين في مجال التربية الرياضية وعلم النفس تمكنت الباحثة من تحديد الهدف من الأختبار وهو بناء مقياس علمي علي درجة عالية من الثبات والصدق يستخدم كأداة لقياس مستوى الثقافة الصحية - الرياضية لطلاب المدارس الرياضية .

#### ٢. تحديد أهداف الجانب المعرفي

ولتحديد أهداف الجانب المعرفي أتبع الآتي:-

- تحديد برنامج التنقيف (الصحي - الرياضي) المقترح حتى يتضمن الأختبار المعرفي جوانب ومحاور البرنامج.
- تم حصر موضوعات محتوى برنامج التنقيف الصحي - الرياضي وقامت الباحثة ببيان الأهداف المعرفية للبرنامج المقترح وقد تم التوصل إلي أهداف الجانب المعرفي وهي:  
أولاً: بالنسبة للمعلومات و المفاهيم المرتبطة بالتنقيف الصحي:-
  - معرفة الطالبات للحقائق والمفاهيم والمعلومات المرتبطة بالصحة الشخصية للرياضيين.
  - معرفة الطالبات للمعلومات والمعارف المرتبطة بالتغذية عامة وتغذية الرياضيين خاصة.ثانياً: بالنسبة للمعلومات و المفاهيم المرتبطة بالتنقيف الرياضي:-
  - معرفة الطالبات لمبادئ الإسعافات الأولية للإصابات الرياضية المختلفة .
  - معرفة الطالبات للإصابات الرياضية ( كيفية حدوثها - أعراضها- كيفية تجنبها).
  - معرفة الطالبات للمعلومات و المعارف المرتبطة بالأسس العلمية للتدريب.

ومن خلال إستمارة المقابلة، تم عرض هذه الجوانب علي الخبراء ( ملحق أ) لابداء

الرأي سواء بالحذف أو الإضافة ( ملحق ب).

وبناء على إقتراحات الخبراء أجريت التعديلات المطلوبة وإضافة بعض الأهداف وبذلك تم تحديد الأهداف المعرفية لبرنامج التنقيف الصحي الرياضي لتقليل نسبة الإصابات وكانت علي النحو التالي:

- معرفة الطالبات للحقائق والمفاهيم والمعلومات المرتبطة بالصحة الشخصية للرياضيين.
- معرفة الطالبات للمعلومات المرتبطة بالتغذية عامة وتغذية الرياضيين خاصة.
- معرفة الطالبات لمبادئ الإسعافات الأولية للإصابات الرياضية المختلفة
- معرفة الطالبات للإصابات الرياضية ( كيفية حدوثها - أعراضها - كيفية تجنبها).
- معرفة الطالبات للتأهيل الرياضي وأهميته بالنسبة للإصابات الرياضية.
- معرفة الطالبات للمعلومات والحقائق المرتبطة بالإحماء.
- معرفة الطالبات للإشترطات النفسية للممارسة الرياضية.

### ٣. تحديد عبارات الإختبار المعرفي

بعد تحديد الأهداف المعرفية تبعا لرأي الخبراء تم وضع مجموعة عبارات تدور حول الموضوعات التي تشملها الأهداف المعرفية ،وقد روعي عند صياغة العبارات الخاصة لكل محور الشروط والقواعد التي يجب مراعاتها عند وضع العبارات وبلغ عددالعبارات في مجموعها "٨٤ عبارة" موزعة على ثمانية محاور.

### جدول (٢)

#### بيان بعدد العبارات في كل محور

عدد العبارات	المحاور
١٤	الصحة الشخصية
١٠	التغذية
١٦	الإسعافات الأولية
١٢	الاصابات الرياضية
٦	التاهيل الرياضي
٦	الاسس العلمية للتدريب
٤	الإحماء
١٦	الإشترطات النفسية للممارسة الرياضية
٨٤	المجموع

#### ٤. عرض الاهداف المعرفية وعباراتها على الخبراء

تم عرض العبارات والاهداف المعرفية الثمانية السابقة على الخبراء ( ملحق جـ )

وذلك للتأكد من :-

- مدى مناسبة الأهداف الموضوعية كمحددات لمشكلة البحث .
- مدى مناسبة العبارات لتحقيق الأهداف الموضوعية .
- مدى وضوح العبارات ومناسبتها لعينة البحث .

وفي ضوء ملاحظات الخبراء وآرائهم توصلت الباحثة إلى :-

- مناسبة الأختبار للهدف الموضوع من أجله .
- مناسبة العبارات للأهداف الموضوعية .
- تعديل بعض العبارات الخاصة بالصحة الشخصية والتغذية والإسعافات الأولية .
- استبدال بعض العبارات المتعلقة بالصحة الشخصية والإسعافات الأولية والإصابات الرياضية والتأهيل الرياضى.

#### ٥. وضع الأختبار المعرفى فى صورته النهائية

قامت الباحثة بتعديل بعض العبارات تبعاً لآراء الخبراء وهى رقم ٤، ٦، ٨، ١٢،

١٣، ٢٣، ٢٩، ٣٢، ٤٣، ٥٣ وقد تم ترتيب العبارات الخاصة بكل محور بطريقة عشوائية . ونكرت التعليمات الخاصة بالإختبار وطريقة الإجابة وجميع المعلومات التى تساعد الطالبات على فهم المطلوب من العبارات الموضوعية وأصبح الإختبار فى صورته الأولية .

#### ٦. تحديد صلاحية الإختبار

أ- تم عرض الإختبار المعرفى فى صورته النهائية على مجموعة من الخبراء وذلك للتأكد من :-

- مدى مناسبة العبارات مع الهدف الموضوع من أجله
- مدى مناسبة صياغة العبارات المقترحة

وفي ضوء ملاحظات الخبراء وآرائهم تم التوصل إلى :-

- مناسبة العبارات للهدف الموضوع من أجله .
- مناسبة صياغة العبارات .

ب- الدراسة الإستطلاعية :-

تم تطبيق الإختبار على عينة قوامها ( ١٠ ) طالبات وذلك فى يوم ٢٠٠٣/٧/٢ ) حيث يتم التدريب على الأنشطة الرياضية طوال العام فى هذه المدارس) لتحديد ملائمة المحاور الموضوعية لهدف الإختبار المعرفى جدول (٣) وكذلك لتحديد معامل الصعوبة ومعامل التميز لمحاور الإختبار المعرفى جدول (٤) ، جدول (٥).

جدول ( ٣ )

معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للإختبار

(ن = ١٠)

المحاور	عدد المفردات	الارتباط بالمجموع	الدلالة
الصحة الشخصية	١٤	٠,٨٢٣	دال
التغذية	١٠	٠,٧٤٦	دال
الإسعافات الأولية	١٦	٠,٦٩٢	دال
الإصابات الرياضية	١٢	٠,٩٠٤	دال
التأهيل الرياضى	٦	٠,٩١١	دال
الأسس العلمية للتدريب	٦	٠,٧٣٥	دال
الإحماء	٤	٠,٦٨٣	دال
الأشتراطات النفسية للممارسة الرياضية	١٦	٠,٦٨٧	دال

دلالة معامل الارتباط (٠,٦٣٢) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول دلالة معاملات الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية

للإختبار، مما يدل على صدق تمثيل المحاور للدرجة الكلية للإختبار.

جدول ( ٤ )

معاملات الصعوبة لمفردات اختبار الثقافة (الصحي - الرياضي)

(ن = ١٠)

مسلسل المفردات	الصحة الشخصية	التغذية	الإسعافات الأولية	الإصابات الرياضية	التأهيل الرياضي	الأسس العلمية للتدريب	الإحماء	الأشترطات النفسية للممارسة الرياضية
١	٠,٤٩	٠,٥٣	٠,٦٢	٠,٥٥	٠,٦٤	٠,٥٩	٠,٦٧	٠,٤٩
٢	٠,٤٨	٠,٥٤	٠,٦١	٠,٥٢	٠,٥٨	٠,٥٣	٠,٥٢	٠,٥٢
٣	٠,٥٢	٠,٦١	٠,٦٩	٠,٦٧	٠,٤٦	٠,٥٤	٠,٦٦	٠,٥١
٤	٠,٦٧	٠,٥٢	٠,٥٣	٠,٦٣	٠,٥٢	٠,٦٥	٠,٦٧	٠,٥٧
٥	٠,٥٤	٠,٦٥	٠,٤٨	٠,٦١	٠,٥١	٠,٥٧		٠,٦٥
٦	٠,٥٦	٠,٥٧	٠,٦٤	٠,٥٩	٠,٦٣	٠,٥٨		٠,٤٢
٧	٠,٦٧	٠,٦٦	٠,٦٢	٠,٥٧				٠,٦٤
٨	٠,٥٨	٠,٦٤	٠,٣٩	٠,٥٨				٠,٦٣
٩	٠,٦٥	٠,٦٣	٠,٤٤	٠,٥٤				٠,٦٧
١٠	٠,٦٢	٠,٦٤	٠,٤٧	٠,٣٨				٠,٦٨
١١	٠,٦٠		٠,٥٤	٠,٦٢				٠,٥٣
١٢	٠,٥٨		٠,٦٣	٠,٥٢				٠,٤٧
١٣	٠,٥٣		٠,٦٧					٠,٦٢
١٤	٠,٦٢		٠,٥٢					٠,٦٣
١٥			٠,٥٦					٠,٦٠
١٦			٠,٥٥					٠,٥٨

يتضح من الجدول أن قيم معاملات الصعوبة قد تراوحت بين (٠,٦٩، ٠,٣٨) أى

انحصرت بين القيم ( ٠,٣ ، ٠,٧ ) وهى القيم المحددة لقبول المفردات مما يعنى قبول جميع مفردات

الإختبار التى أشارت إليها آراء الخبراء \*.

<sup>١</sup> تقبل المفردة التى تتراوح قيمة معامل الصعوبة من (٠,٣٠ - ٠,٧٠)

جدول ( ٥ )  
معاملات التميز لمفردات اختبار الثقافة ( الصحى - الرياضى )

( ن=١٠ )

مسلسل المفردات	الصحة الشخصية	التغذية	الإسعافات الأولية	الإصابات الرياضية	التأهيل الرياضى	الأسس العلمية للتدريب	الإحماء	الإشترابات النفسية للممارسة الرياضية
١	٠,٧٥	٠,٨٧	٠,٨٥	٠,٩٢	٠,٧٨	٠,٨٢	٠,٩١	٠,٨٤
٢	٠,٧٩	٠,٧٨	٠,٧٤	٠,٨١	٠,٧٩	٠,٨٢	٠,٨٨	٠,٨٦
٣	٠,٨٤	٠,٧٨	٠,٧٩	٠,٧٨	٠,٧٧	٠,٨٣	٠,٧٩	٠,٧٩
٤	٠,٧٣	٠,٨٦	٠,٩١	٠,٨٢	٠,٨٣	٠,٧٨	٠,٧٥	٠,٨٢
٥	٠,٩١	٠,٩١	٠,٧٨	٠,٧٨	٠,٧٦	٠,٨٥		٠,٨٠
٦	٠,٧٤	٠,٩١	٠,٨٣	٠,٧٦	٠,٩٥	٠,٧٦		٠,٧٧
٧	٠,٧٨	٠,٩٠	٠,٧٨	٠,٨٣				٠,٩٠
٨	٠,٧٢	٠,٨٨	٠,٧٩	٠,٨٤				٠,٧٨
٩	٠,٨٥	٠,٧٣	٠,٨٤	٠,٧٩				٠,٨١
١٠	٠,٧٦	٠,٩٤	٠,٩٢	٠,٨١				٠,٩٢
١١	٠,٧٨		٠,٧٦	٠,٧٨				٠,٧٨
١٢	٠,٧٧		٠,٨٤	٠,٧٧				٠,٨٢
١٣	٠,٧٨		٠,٨٦					٠,٧٩
١٤	٠,٨٧		٠,٨٢					٠,٨٥
١٥			٠,٧٣					٠,٧٧
١٦			٠,٨٤					٠,٧٨

يتضح من الجدول ان معاملات التميز لمفردات الاختبار قد تراوحت بين (٠,٧٣).  
٠,٩٥) مما يدل على انها ذات معاملات صدق عالية .

ج - معاملات الصديق والثبات للاختبار المعرفى :-

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الأستطلاعية الثانية على عينة قدرها ( ١٠ ) طالبات وذلك فى يوم ٢٠٠٣/٧/٥ بهدف إيجاد معاملات صديق محاور وعبارات الاختبار وكذلك معاملات الثبات وقد استخدمت الباحثة الطرق الآتية للتأكد من صديق الإختبار وهى :-

- صديق المحتوى
- الصديق الداخلى
- صديق الإتساق الداخلى

صديق المحتوى :-

والمقصود بصديق المحتوى للاختبار هو فحص الإختبار فحفا دقيقا لتحديد ما إذا كان يشمل الجوانب التى يقىسها . وقد قامت الباحثة بالتحقق من صديق محتوى الإختبار بعرضه على الخبراء ( ملحق ب )  
الصديق الداخلى :-

تم حساب الصديق الداخلى للاختبار إحصائيا بإيجاد كل من معامل الصعوبة ومعامل التميز لكل عبارة من عبارات الإختبار وذلك بعد الدراسة الإستطلاعية الأولى ( جداول ٤ ، ٥ )  
صديق الإتساق الداخلى :-

وهو حساب معاملات الإرتباط بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية لكل محور فى

الإختبار المعرفى

جدول ( ٦ )

الإتساق الداخلى لمعاملات الارتباط بين المفردات والمجموع الكلى للمحور

(ن = ١٠)

سلسل لمفردات	الصحة الشخصية	التغذية	الإسعافات الأولية	الإصابات الرياضية	التأهيل الرياضى	الأسس العلمية للتدريب	الإحماء	الإشتراطات النفسية للممارسة الرياضية
١	٠,٦٧٢	٠,٧٨٥	٠,٦٧٢	٠,٧٤٧	٠,٨٣٠	٠,٧٢٠	٠,٦٧٩	٠,٩١٧
٢	٠,٧٤٦	٠,٨٤١	٠,٧٢٥	٠,٧٥٦	٠,٧٢٩	٠,٧٣٨	٠,٧٧٥	٠,٨٨٣
٣	٠,٧٢٥	٠,٨١٧	٠,٩٠١	٠,٨١٩	٠,٩١٩	٠,٧٢٠	٠,٨١٨	٠,٧٢٧
٤	٠,٧١٨	٠,٨٥٣	٠,٨٢٢	٠,٧٣٢	٠,٦٨٦	٠,٦٧٥	٠,٧٤٥	٠,٧٥٧
٥	٠,٦٩١	٠,٦٨٤	٠,٦٧٨	٠,٧١٨	٠,٧٨٤	٠,٧٣٦		٠,٧٨٤
٦	٠,٨٦٣	٠,٨٨٦	٠,٧٥٣	٠,٦٩٩	٠,٧٦٥	٠,٨٤٠		٠,٧٧٢
٧	٠,٩٠٦	٠,٦٩٥	٠,٧٣٦	٠,٨٤٣				٠,٦٧٩
٨	٠,٨	٠,٧٩١	٠,٨٢٦	٠,٧٦٥				٠,٧٩١
٩	٠,٦٧٧	٠,٨٤٦	٠,٦٩١	٠,٦٧٤				٠,٧٥٥
١٠	٠,٧	٠,٦٦٩	٠,٧٣٧	٠,٩١١				٠,٨٤٦
١١	٠,٦٨٣		٠,٩١٢	٠,٨٤٠				٠,٧٣٨
١٢	٠,٦٧١		٠,٦٨٨	٠,٧٣٨				٠,٨١٦
١٣	٠,٧٤٤		٠,٨٤٦					٠,٨٢٧
١٤	٠,٧٢٦		٠,٨٤١					٠,٩٢٣
١٥			٠,٧٥٠					٠,٨٦٥
١٦			٠,٧١٣					٠,٨٧٤

دلالة معامل الارتباط (٠.٦٣٢) عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من الجدول دلالة معاملات الارتباط بين المفردات و مجموع المحور المنتمية

النية ، مما يدل على صدق المفردات فى تمثيل هذه المحاور .

جدول ( ٧ )

معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمحاور ومجموع الإختبار

(ن = ١٠)

المحاور	عدد المفردات	العبارات الفردية		العبارات الزوجية		الثبات بالتجزئة النصفية	معامل الفا كرونباخ
		ع	م	ع	م		
الصحة الشخصية	١٤	٤,١٨	١,٤٥	٤,٠٩	١,٣٨	٠,٨٢٥	٠,٨١١
التغذية	١٠	٢,٢٦	٠,٥٧	٢,٤١	٠,٦١	٠,٨٨١	٠,٨٤٩
الإسعافات الأولية	١٦	٣,٣٨	١,١٧	٣,٢٧	١,٢٥	٠,٧٧٨	٠,٧٥٦
الإصابات الرياضية	١٢	٣,٦٥	١,١٢	٣,٤٢	١,١٦	٠,٨٢٩	٠,٨٠٢
التأهيل الرياضي	٦	٠,٥٤	٠,٦١	٠,٤٨	٠,٥٧	٠,٩١١	٠,٨٨٤
الأسس العلمية للتدريب	٦	٠,٥٦	٠,٧٤	٠,٥٢	٠,٥٥	٠,٩٠٨	٠,٨٧٩
الإحماء	٤	٠,٤٤	٠,٥٩	٠,٦١	٠,٦٣	٠,٧٩٧	٠,٧٦١
الأشتراطات النفسية للممارسة الرياضية	١٦	٤,٢٦	١,٣٨	٤,١٧	١,٢٠	٠,٨٤٢	٠,٨٢٨
المجموع	٨٤	١٩,٢٧	٤,٥٦	١٨,٩٧	٤,٨٠	٠,٨٥٦	٠,٨٣٢

يتضح من الجدول أن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمحاور قد تراوحت

بين ( ٠,٧٧٨ ، ٠,٩١١ ) ولمجموع الأختبار ( ٠,٨٥٦ ) ، الفا كرونباخ تراوحت بين ( ٠,٧٥٦ ،

٠,٨٨٤ ) ولمجموع الأختبار ( ٠,٨٣٢ ) مما يدل علي أن الأختبار ذو معامل ثابت عال.

جدول (٨)

الدرجات المئينية المقابلة للدرجات الخام لعينة البحث في الأختبار المعرفي

مئيني	خام	مئيني	خام	مئيني	خام	مئيني	خام
٢٣,٦٤	٣٤	٤٩,٠٩	٤٨	٧٤,٥٥	٦٢	١٠٠	٧٦
٢١,٨٢	٣٣	٤٧,٢٧	٤٧	٧٢,٧٣	٦١	٩٨,١٨	٧٥
٢٠	٣٢	٤٥,٤٥	٤٦	٧٠,٩١	٦٠	٩٦,٣٦	٧٤
١٨,١٨	٣١	٤٣,٦٤	٤٥	٦٩,٠٩	٥٩	٩٤,٥٥	٧٣
١٦,٣٦	٣٠	٤١,٨٢	٤٤	٦٧,٢٧	٥٨	٩٢,٧٣	٧٢
١٤,٥٤	٢٩	٤٠	٤٣	٦٥,٤٥	٥٧	٩٠,٩١	٧١
١٢,٧٣	٢٨	٣٨,١٨	٤٢	٦٣,٦٤	٥٦	٨٩,٠٩	٧٠
١٠,٩١	٢٧	٣٦,٣٦	٤١	٦١,٨٢	٥٥	٨٧,٢٧	٦٩
٩,٠٩	٢٦	٣٤,٥٥	٤٠	٦٠	٥٤	٨٥,٤٥	٦٨
٧,٢٧	٢٥	٣٢,٧٣	٣٩	٥٨,١٨	٥٣	٨٣,٦٤	٦٧
٥,٤٥	٢٤	٣٠,٩١	٣٨	٥٦,٣٦	٥٢	٨١,٨٢	٦٦
٣,٦٤	٢٣	٢٩,٠٩	٣٧	٥٤,٥٥	٥١	٨٠	٦٥
١,٨٢	٢٢	٢٧,٢٧	٣٦	٥٢,٧٤	٥٠	٧٨,١٨	٦٤
صفر	٢١	٢٥,٤٥	٣٥	٥٠,٩١	٤٩	٧٦,٣٦	٦٣

يتضح من الجدول أن الدرجات المئينية من (صفر - ١٠٠) تقابلها الدرجات الخام

من (٧٦-٢١).

جدول (٩)

الوزن النسبي لعبارات كل محور في الإختبار المعرفي

المحاور	عدد	وزن نسبي
الصحة الشخصية	١٤	١٦,٦٧
التغذية	١٠	١١,٩١
الإسعافات الأولية	١٦	١٩,٠٤
الإصابات الرياضية	١٢	١٤,٢٩
التأهيل الرياضي	٦	٧,١٤
الأسس العلمية للتدريب	٦	٧,١٤
الإحماء	٤	٤,٧٧
الإشتراطات النفسية للممارسة الرياضية	١٦	١٩,٠٤
المجموع	٨٤	%١٠٠

يتضح من الجدول أن أعلى وزن نسب للعبارات كان في محوري الإسعافات الأولية و

الإشتراطات النفسية للممارسة الرياضية بينما أقل وزن نسبي كان لمحور الإحماء .

تحديد زمن الإجابة عن الأختبار

لتحديد زمن الإجابة عن الأختبار أتبع الآتي:-

- ضبط وقت بداية الأختبار
- حساب الزمن الذي أستغرقته أول طالبة في الإجابة
- حساب الزمن الذي أستغرقته آخر طالبة في الإجابة

تم أستخرج الزمن المناسب للإجابة من المعادلة التالية

الزمن الذي أستغرقته أسرع طالبة + أبطأ طالبة/٢

وقد بلغ زمن الإجابة ٣٧ دقيقة

### تصحيح الاختيار

قدّرت الباحثة إعطاء درجة للأجابة الصحيحة وصفر للأجابة الخاطئة، وعلي هذا قيس المستوي المعرفي بمجموع الدرجات الإيجابية للأختبار وبذلك أمكن تحويل الإجابات إلي درجات يمكن معالجتها إحصائيا.

- بعد الانتهاء من بناء الأختبار المعرفي والتأكد من صدق وثبات الأختبار تم تطبيق الأختبار المعرفي علي عينة البحث للوقوف علي مستوي الثقافة الصحية - الرياضية لديهم.

### جدول ( ١٠ )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القياس القبلي للثقافة الصحية - الرياضية

المجموعة	ن	م	ع	الفرق	قيمة ت
المجموعة الضابطة	٧٧	٣٧,٧١	١٢,٥٩	١,٥٢	٠,٧٤٥
المجموعة التجريبية	٧٧	٣٦,١٩	١٢,٥٤		

قيمة ت الجدولية (١,٩٨) عند مستوي (٠,٠٥).

يتضح من الجدول عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسات القبليّة في المستوي الثقافي الصحي والرياضي مما يدل علي تكافؤ مجموعتي البحث في هذا القياس ٢,٠٤.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القياس القبلي لمحاور الأختبار

المحور	الضابطة (٧٧)		التجربة (٧٧)		الفرق	قيمة ت
	ع	م	ع	م		
الصحة الشخصية	٨,٠٩	٢,١٨	٨,٣٢	٢,٥٤	٠,٢٣	٠,٦١
التغذية	٤,٦٦	١,٤٤	٤,٦٧	١,٥١	٠,١٩	٠,٨٢
الإسعافات الأولية	٦,٨٤	٢,٥٣	٦,٥٧	٢,٣٢	٠,٢٧	٠,٧٠
الإصابات الرياضية	٦,٩٢	٢,٠٨	٦,٧٨	٢,٠٦	٠,١٤	٠,٤٢
التأهيل الرياضي	٠,٧٣	٠,٩٤	٠,٦٦	٠,٩٠	٠,٠٦	٠,٤٤
الأسس العلمية للتدريب	١,٠٦	٠,٩٦	١,١٧	١,١٤	٠,١٠	٠,٦١
الإحماء	١,١٨	٠,٩٨	٠,٩٤	٠,٩٩	٠,٢٥	١,٥٥
الإشتراطات النفسية للممارسة الرياضية	٨,٠١	٣,٣٣	٨,٢٢	٣,٢٩	٠,٢١	٠,٣٩

قيمة ت الجدولية (١,٩٦) عن مستوي (٠,٥)

يتضح من الجدول عدم وجود فروق دالة أحصائيا بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في محاور الأختبار في هذه القياسات.

من جداول (١)، (١٠)، (١١) يتضح مدى تجانس وتكافؤ عينة البحث مما يطمئن الباحثة إلي صلاحية استخدام هذه العينة في الدراسة موضوع البحث.

تم اختيار بعض الوسائل التعليمية المعينة مثل الكتيبات الإرشادية و جهاز عرض الصور، سبورة الإعلانات والفيديو لتوضيح وعرض محتوى برنامج التنقيف (الصحي - الرياضي) بطريقة مبسطة.

أثناء تطبيق البرنامج روعي تنوع طرق التدريس بما يتناسب وتفكير الطالبات وخصائصهن وتنوع من الشرح النظري إلي التطبيق العملي وذلك لتحقيق هدف الدراسة وهو وضع برنامج تنقيف (صحي - رياضي) لتقليل نسبة الإصابات في المدارس الرياضية.

#### رابعاً : الخطوات المتبعة في الدراسة :-

##### أ- خطوات تمهيدية:-

حيث أن طبيعة الدراسة تهتم أساساً بالتنقيف الصحي - الرياضي لتقليل نسبة الإصابات لطلاب المدارس الرياضية التجريبية بالإسكندرية . لذا تم اختيار عينة الدراسة من طالبات مدرسة كليوباترا الرياضية التجريبية للبنات ( المرحلة الثانوية) حيث تم الاتصال الإداري بمديرية التربية والتعليم بالإسكندرية للموافقة علي إجراء الدراسة ( ملحق د).  
تم الاتصال بإدارة مدرسة كليوباترا الرياضية التجريبية لتحديد موعد تنفيذ برنامج التنقيف ( الصحي- الرياضي) ( ملحق هـ).

##### ب- خطوات تنفيذية

- أجريت الدراسة الاستطلاعية الأولى يوم ٢٠٠٣/٧/٢ وذلك لتحديد ملائمة المحاور الموضوعية لهدف الاختبار المعرفي ، كذلك لتحديد معاملات الصعوبة والتميز لمحاور الاختبار المعرفي .
- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية في يوم ٢٠٠٣/٧/٥ وذلك بهدف ايجاد معاملات صدق محاور وعبارات الاختبار، وكذلك لاجاد معاملات ثبات الاختبار.
  - تم تطبيق الاختبار علي عينة البحث في يوم ٢٠٠٣/٧/٩ وذلك لإجراء القياس القبلي لقياس وتحديد مستوي الثقافة الصحية والرياضية لديهن.
  - تم تطبيق برنامج التنقيف (الصحي - الرياضي) علي المجموعة الثانية من عينة الدراسة ( المجموعة التجريبية) في الفترة من ٧/١٠ : ٢٠٠٣/١٠/١٠ بواقع مرتين أسبوعياً ، فترة البرنامج ١٢ أسبوعاً ، عدد الوحدات ٢٤ وحدة زمن الوحدة ٤٠ ق.
  - تم أثناء تطبيق البرنامج تسجيل الإصابات لطالبات المجموعتين من خلال التسجيل اليومي في أستمارة الإصابات ( ملحق و) وكذلك من خلال الإستعانة بالسجلات الطبية بالمدرسة.
  - تم إجراء قياس بعدي من خلال تطبيق الاختبار المعرفي بعد أنتهاء فترة تطبيق البرنامج وذلك لتحديد ما تم تحصيله من معلومات وحقائق ثقافية صحية ورياضية.
  - تم حصر نسب الإصابات أثناء تطبيق برنامج التنقيف(الصحي - الرياضي) لكلا من المجموعتين عينة الدراسة في نهاية البرنامج.

### خامسا: المعالجات الإحصائية :

طبقا لطبيعة بيانات الدراسة تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

المتوسط الحسابي

الأنحراف المعياري

النسبة المئوية

معامل الألتواء

قيمة (ت)

معامل الارتباط