

## المراجع

أولا : المراجع العربية

ثانيا : المراجع الأجنبية

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية

- ١ إبراهيم محمود عبد المقصود ، : التخطيط في المجال الرياضي ، الموسوعة العلمية  
لإدارة الرياضية ، الجزء الثاني ، منشأة المعارف ،  
الإسكندرية (١٩٩٩) .
- ٢ أبو العلا احمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي ، دار الفكر العربي ،  
القاهرة (١٩٩٨) .
- ٣ \_\_\_\_\_ ، : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم ، دار  
الفكر العربي ، القاهرة (١٩٩٧) .
- ٤ أحمد فتحي الزيات ، : الصحة الرياضية ، مذكرة غير منشورة ، جامعة الأزهر ،  
القاهرة (١٩٩٨) .
- ٥ أحمد محمد عبد السلام محمد : السلوك الصحي وعلاقته باتجاهات تلاميذ المرحلة الإعدادية  
نحو ممارسة النشاط الرياضي ، رسالة ماجستير ، كلية التربية  
الرياضية ، جامعة أسيوط (١٩٩٥) .
- ٦ إدارة الصحة المدرسية : البطاقة الصحية للتلميذ ، الصحة المدرسية ، وزارة التربية  
والتعليم ، جمهورية مصر العربية ( بدون ) .
- ٧ أسامة رياض ، : الطب الرياضي والعلاج الطبيعي ، مركز الكتاب للنشر ،  
القاهرة (١٩٩٩) .
- ٨ إكرام محمد عبد الحفيظ قنديل : دراسة مقارنة للنمو البدني وعلاقته ببعض المهارات الأساسية  
والقدرات العقلية الأولية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في الريف  
والحضر في جمهورية مصر العربية ، كلية التربية الرياضية  
للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة (١٩٨٣) .
- ٩ السعيد محمد السعيد العدل : تأثير برنامج تمرينات علاجية على تشوه تقوس الساقين ودرجة  
الانحراف لدى التلاميذ من ( ٦ - ٨ ) سنوات ، رسالة دكتوراه ،  
كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا (٢٠٠٠) .
- ١٠ السيد حسن شلتوت ، : التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ،  
القاهرة (١٩٩٥) .

- ١١ المركز القومي للبحوث الرياضية : دليل اللياقة البدنية للشباب المصري من ٩-١٨ سنة ، المجلس الأعلى للشباب الرياضية ، الإدارة العامة للبحوث الرياضية ، وكالة مايو للإعلان ، القاهرة ( بدون ) .
- ١٢ الهيئة العامة للتأمين الصحي : البطاقة الصحية ، التأمين الصحي على الطلاب ، جمهورية مصر العربية ( ٢٠٠١ - ٢٠٠٢ ) .
- ١٣ الين وديع فرج : خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ( ١٩٩٦ ) .
- ١٤ آمال أحمد حسن الحلبي : بناء وإستخدام بطاقة البروفيل الرياضي لتقويم مستوى اللياقة البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي ( نموذج لتطبيق طريقة السبروفيل الرياضي للتقويم في التربية البدنية والرياضة ) ، نتاج علمي ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد الرابع - يناير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ( ١٩٩٣ ) .
- ١٥ أمين أنور الخولي : الرياضة والمجتمع ، عالم المعرفة ، العدد ٢١٦ ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ، الكويت ( ١٩٩٦ ) .
- ١٦ بهاء الدين إبراهيم سلامة : الجوانب الصحية في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ( ١٩٨٩ ) .
- ١٧ : فسيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ( ١٩٩٤ ) .
- ١٨ : الصحة والتربية الصحية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ( ١٩٩٧ )
- ١٩ : صحة الغذاء ووظائف الأعضاء ، دار الفكر العربي ، القاهرة ( ٢٠٠٠ ) .
- ٢٠ تشارلز .أ. بيوكر : أسس التربية البدنية ، ط٣ ، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبدة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ( بدون ) .
- ٢١ جامعة الدول العربية : التطعيم للأطفال دون الخامسة، وحدة البحوث والدراسات السكانية [http://www.poplas.org/DB/MthrChld/T38\\_AR.htm](http://www.poplas.org/DB/MthrChld/T38_AR.htm) ( ٢٠٠٢ )
- ٢٢ حياة عياد روفائيل ، : اللياقة القوامية والتدليك الرياضي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ( ١٩٩١ ) .
- ٢٣ دانييل كيلفس ، ليروى هود : الجينوم البشري القضايا العلمية والاجتماعية ، ترجمة أحمد مستجير ، مكتبة الأسرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ( ٢٠٠٢ )

- ٢٤ رحاب إبراهيم محمد العجمي : دراسة دينامية بعض القدرات البدنية لدى تلاميذ المرحلة السنية من ٦-١١ سنة بمحافظة الدقهلية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق (٢٠٠٠) .
- ٢٥ سيد عبد الجواد سيد ، نجلاء : بعض السياسات الإدارية لتطوير الرعاية الصحية والرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة بورسعيد ، نتاج علمي ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد الخامس والثلاثون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة (٢٠٠٠) .
- ٢٦ صموئيل مغازيوس : الصحة النفسية والعمل المدرسي ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة (١٩٧٣) .
- ٢٧ طلحة حسام الدين و آخرون : الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي ، الجزء الأول ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة (١٩٩٧) .
- ٢٨ : الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي ، الجزء الثاني ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة (١٩٩٧) .
- ٢٩ عادل إمام : الطريق إلى قلبك ، ط٢ ، مكتبة الأسرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة (٢٠٠١) .
- ٣٠ عباس عبد الفتاح الرملي ، زينب : تربية القوام ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٨١) .
- ٣١ عباس عبد الفتاح الرملي ، خليفة ، على نكي : اللياقة والصحة ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٩٠) .
- ٣٢ محمد إبراهيم شحاته : اضطرابات التواصل " عيوب النطق وأمراض الكلام " ، قسم الصحة النفسية ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة (١٩٩٦) .
- ٣٣ عصمت محمد عبد المقصود : مناهج مقترح للتربية الصحية للمدارس الثانوية بمدينة الإسكندرية بجمهورية مصر العربية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بأبوقير ، جامعة حلوان ، الإسكندرية (١٩٧٧) .
- ٣٤ : تقييم البيئة الصحية لدرس التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية ، ملخصات بحوث مؤتمرات كليات التربية الرياضية (١٩٨٠ - ١٩٨٥) ، الجزء الأول ، الإدارة العامة للبحوث الرياضية ، المجلس الأعلى للشباب والرياضة ، القاهرة (١٩٩٤) .

- ٣٥ : تقويم الخدمات الصحية للنشاط الرياضي الخارجي لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، ملخصات بحوث مؤتمرات كليات التربية الرياضية (١٩٨٠ - ١٩٨٥) ، الجزء الأول ، الإدارة العامة للبحوث الرياضية ، المجلس الأعلى للشباب والرياضة ، القاهرة (١٩٩٤) .
- ٣٦ : الصحة والرياضة ، ط ٤ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، مطبعة التونى ، الإسكندرية (١٩٩٧) .
- ٣٧ : التربية الصحية والسلوك الصحي ، كلية التربية الرياضية بأبوقير ، جامعة الإسكندرية (١٩٩٧) .
- ٣٨ عفاف عبد الكريم : البرامج الحركية والتدريس للصغار ، منشأة المعارف ، الإسكندرية (١٩٩٥) .
- ٣٩ على جلال الدين : الصحة الشخصية في المجال الرياضي ، مذكرة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، الزقازيق (١٩٩٠) .
- ٤٠ علاء الدين محمد عليوة : أثر إختلاف البيئة على الإتجاهات الصحية لتلاميذ التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، الإسكندرية (١٩٨٤) .
- ٤١ فاروق عبد الوهاب : الرياضة صحة ولياقة بدنية ، دار الشروق ، القاهرة (١٩٩٥) .
- ٤٢ كمال عبد الحميد إسماعيل ، أبو العلا أحمد عبد الفتاح : الثقافة الصحية للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة (٢٠٠١) .
- ٤٣ كمال عبد الحميد إسماعيل ، محمد نصر الدين رضوان : مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٩٤) .
- ٤٤ ليلى حسن بدر وآخرون : صحة المجتمع ، مطبعة العاصمة ، القاهرة (١٩٨٣) .
- ٤٥ مجدي زكريا محمود زكى : أثر التلوث الهوائي على كرات الدم البيضاء وهرموني الضغط: الكورتيزول ، والكورتيكوتروبين لدى الرياضيين ( دراسة مقارنة ) ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد الخامس والثلاثون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة (٢٠٠٠) .
- ٤٦ محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط ٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٩٦) .

- ٤٧ محمد صبحي حسانين : طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية ، ط ٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٨٧) .
- ٤٨ \_\_\_\_\_ : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، الجزء الأول ، ط ٤ ، دار الفكر العربي ، القاهرة (٢٠٠١) .
- ٤٩ \_\_\_\_\_ : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، الجزء الثاني ، ط ٤ ، دار الفكر العربي ، القاهرة (٢٠٠٠) .
- ٥٠ \_\_\_\_\_ ، القوام السليم للجميع ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٩٥) .
- ٥١ محمد عبد السلام راغب محمد صبحي عبد الحميد : أثر الإصابة ببعض الطفيليات المعوية على الكفاءة البدنية والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين ، نتاج علمي ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد الرابع عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، الإسكندرية (١٩٩٣) .
- ٥٢ محمد عادل رشدي : الطب الرياضي في الصحة والمرض ، منشأة المعارف ، الإسكندرية (١٩٩٧) .
- ٥٣ محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة (١٩٩٨) .
- ٥٤ محمود طنطاوى دنيا : التربية وأثرها في رفع المستوى الصحي ، دار البحوث العلمية ، الكويت (١٩٧٥) .
- ٥٥ مسعود كمال غرابة : دور مدرس التربية الرياضية في نشر الصحة الرياضية ، مقال علمي غير منشور (٢٠٠٠) .
- ٥٦ مصطفى محمد أحمد الجبالي : تصميم بطاقة تقويم أداء معلم التربية الرياضية في ضوء كفايات التدريس ، نتاج علمي ، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد الخامس ، الجزء الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة (١٩٩٤) .
- ٥٧ منال عزب على سليمان : بطاقة تقويم مقترحة في مادة التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة (١٩٩٩) .
- ٥٨ منظمة الصحة العالمية : خطوات عملاقة إلى الأمام .. خمسون عاماً في عمر منظمة الصحة العالمية ، منظمة الصحة العالمية بالشرق الأوسط ، القاهرة (١٩٩٨) .

- ٥٩ منظمة اليونيسف : الأطفال أولاً " إتفاقية حقوق الطفل " ، مكتب اليونيسف الإقليمي للشرق الأوسط وشمال أفريقيا ( بدون ) .
- ٦٠ ميرفت إبراهيم رخا : دراسة الأمراض كمشكلة صحية بين بعض تلاميذ المرحلة الأساسية ، نتاج علمي ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد الثالث عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية (١٩٩٢) .
- ٦١ نادية محمد رشاد : التربية الصحية والأمان ، منشأة المعارف ، الإسكندرية (١٩٩٢) .
- ٦٢ نبيل أحمد حافظ : الجوهر في التربية الصحية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، القاهرة (١٩٩٨) .
- ٦٣ \_\_\_\_\_ ، : الجوهر في التربية الصحية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، القاهرة (١٩٩٩) .
- ٦٤ محمد أحمد المسلمي : فسيولوجيا الجهد البدني لدى الأطفال والناشئين ، الاتحاد السعودي للطب الرياضي ، المملكة العربية السعودية (١٩٩٧) .
- ٦٥ هزاع بن محمد الهزاع : البطاقة المدرسية لتلاميذ المدارس ، وزارة التربية والتعليم ، جمهورية مصر العربية ( بدون ) .
- ٦٦ \_\_\_\_\_ : بطاقة متابعة لأطفال الروضة وتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى الابتدائية لإكتشاف المواهب ومجالات التميز ، قطاع الكتب ، القاهرة (٢٠٠١ - ٢٠٠٢) .
- ٦٧ وزارة الشباب : وثيقة العقد الثاني لحماية الطفل المصري (٢٠٠٠-٢٠١٠) ، قطاع الطلائع ، وزارة الشباب ، القاهرة ( بدون ) .
- ٦٨ وزارة الصحة والسكان : البطاقة الصحية للذكور ، وزارة الصحة والسكان ، جمهورية مصر العربية ( بدون ) .
- ٦٩ وليام رالف لاهورت : بطاقات " لاهورت " لتقويم برامج الصحة والتربية الرياضية المدرسية ، أعدها في صورتها العربية محمد نصر الدين رضوان ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ( ١٩٩٩ ) .

## ثانياً: المراجع الأجنبية

- (70) **American Academy Of Pediatrics** : Cardiac Dysrhythmias and Sports, Policy Statement, Pediatrics, Vol95, Nu5, <http://www.aap.org/policy/00785.html> (1995) .
- (71) \_\_\_\_\_ : Athletic Participation by children and Adolescents who Have Systemic Hypertension , Policy Statement, Pediatrics, Vol 99, Nu 4. <http://www.aap.org/policy/re9715.html> (1997) .
- (72) \_\_\_\_\_: Physical Fitness and Activity in schools, policy statement, pediatrics, vol 105, Nu5, <http://www.aap.org/policy/re9907.html> (2000) .
- (73) \_\_\_\_\_ : School Health Assessments, policy statement, pediatrics, Vol 105, Nu 4 <http://www.aap.org/policy/re9862.html>(2000)
- (74) \_\_\_\_\_ : Medical Conditions Affecting sports participation, policy statement, pediatrics, Vol 107, Nu 5, <http://www.aap.org/policy/re0046.html> (2001)
- (75) **Anderson C.L** : School Health Practice, Fifty Edition, the C.V. Mosby Company, Sant Louis (1972) .
- (76) **Barton Schmidt MD**, : Ear Pain and Infections in children, <http://www.kidsource.com/lspchs/ear.pain.html> (2000) .
- (77) **Carek PJ, futrell M, Hueston WJ** : the preparticipation physical examination history : who has the correct answers? ,clin J sport Med, Jul; 9 (3); p 124 – 8 , Department of Family Medicine, Medical University of South Carolina, charleston, USA. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&dp=PubMed&List-uids=10512339&dopt=Abstract> (1999) .
- (78) **C chiropractic first of tusson** : posture prefect, <http://www.firstchiro.com/26postu.htm> (2001) .
- (79) **Claude Bouchard** : Heredity and Health – Related Fitness, <http://www.fitness.gov/activity/activity7/heredity/heredity.html> (1993) .

- (80) **Donna D'Alessandro, M.D. & Lindsay Huth, B.A.** : Allergies, Virtual Children's Hospital, The University Of Iowa, <http://www.vh.org/Pediatric/patient/pediatrics/cqqa/allergies.html> (2002) .
- (81) \_\_\_\_\_ : Anemia (Iron Deficiency), Virtual Children's Hospital, the University of Iowa, <http://www.vh.org/pediatric/patient/pediatrics/Cqqa/anemia.html>(2002)
- (82) \_\_\_\_\_ : Epileptic Seizures, Virtual Children's Hospital, The University Of Iowa, <http://www.vh.org/pediatric/patient/pediatrics/cqqa/epilepticseizure.html>(2002)
- (83) \_\_\_\_\_ : Hay Fever (Rhinitis), Virtual Children's Hospital, The University of Iowa , <http://www.Vh.org/pediatric/patient/pediatrics/Cqqa/hayFever.html> (2002) .
- (84) \_\_\_\_\_ : Head Lice (pediculosis) , Virtual Children's Hospital, The University Of Iowa, <http://www.Vh.org/pediatric/patient/Pediatrics/Cqqa/headlice.html> (2002) .
- (85) \_\_\_\_\_ : Hemophilia, Virtual Children's Hospital, The University of Iowa,<http://www.Vh.org/pediatric/patient/pediatrics/cqqa/hemophilia.html> (2002) .
- (86) \_\_\_\_\_ : Hernia (Inguinal, Femoral, Abdominal, DH, Hiatal Hernia), Virtual Children's Hospital, The University of Iowa, <http://www.vh.org/pediatric/patient/pediatrics/cqqa/hernia.html> (2002) .
- (87) \_\_\_\_\_ : Ringworm (Tinea), Virtual Children's Hospital, the University of Iowa, <http://www.Vh.org/pediatric/patient/pediatrics/cqqa/ringworm.html> (2002) .

- (88) **Fields K.B.** : Clearing athletes for participation in sports. The North Carolina Medical Society Sports Medicine Committee's recommended examination, NC Med J, Apr; 55 (4) , P 116 –21, [http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=retrieve&dp=pubMed&List\\_uids=8008076&dopt=Abstract](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=retrieve&dp=pubMed&List_uids=8008076&dopt=Abstract) (1994) .
- (89) **Francie Berg, LN (Chair) et al** : Preventing Childhood overweight, Obesity, eating disorders and related problems, society for Nutrition Education, <http://www.healthyweight.net/prevent.htm> (2002) .
- (90) **George W. Bush (the president of U.S.A)** : Child Health Day, The White House, <http://www.whitehouse.gov/news/releases/2002/10/20021005-1.html> (2002) .
- (91) **Indiana University** : Body Mass Index (BMI), <http://www.indiana.edu/~prechal/hfa/standards.shtm#anchorbmi> (2001) .
- (92) \_\_\_\_\_ : CONSTRUCTING The SIT AND REACH BOX, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/testingevents/sitandreachbox.shtml> (2001) .
- (93) \_\_\_\_\_ : Endurance Run / Walk, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/testingevents/milerun.shtml> (2001) .
- (94) \_\_\_\_\_ : Health fitness Award, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/awards.shtml> (2001) .
- (95) \_\_\_\_\_ : Partial Curl-ups, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/testingevents/curlups.shtml> (2001) .
- (96) \_\_\_\_\_ : PULL - Ups , Right Angle push – ups, or Flexed–Arm Hang, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/testingevents/pullups.shtml> (2001) .
- (97) \_\_\_\_\_ : Qualifying Standards, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfal/testingevents/qual.shtml> (2001) .
- (98) \_\_\_\_\_ : Testing Events, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/testingevents/testingevents.shtml> (2001) .

- (99) \_\_\_\_\_ : the Health fitness program (Description),<http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/description.shtml> (2001) .
- (100) \_\_\_\_\_ : V-sit Reach & Sit and Reach, <http://www.indiana.edu/~preschal/hfa/testingevents/sitandreach.shtml> (2001) .
- (101) **Iowa Dept of public Health** : Preventing child obesity in Iowa, Lucas state office Bldge, Des Moines, <http://www.idph.state.ia.us>
- (102) **James H.Clay** : Posture Examination, <http://danke.com/Orthodoc/post2.html> (2003) .
- (103) **Los Alamos public Schools** : Forms / Policies / Regulations , [http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/Forms\\_Policies.htm](http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/Forms_Policies.htm)
- (104) \_\_\_\_\_ : Health History, <http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/forms/Health%20History%20form.pdf>
- (105) \_\_\_\_\_ : Immunization Requirements , <http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/immunizations.htm>
- (106) \_\_\_\_\_ : Kindergarten Health Examination By Physician,<http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/forms/kinderg%20Health%20form.pdf>
- (107) \_\_\_\_\_ : Medication at School, <http://laps.Losalamos.k12.nm.us/Nurse/medications.htm>
- (108) \_\_\_\_\_ : physical Education Class, Extracurricular Activities, and sports,[http://laps.losalamos.k12.nm.us/Nurse/PE\\_activities.htm](http://laps.losalamos.k12.nm.us/Nurse/PE_activities.htm)
- (109) \_\_\_\_\_ : Required Health Forms For Enrollment,<http://Laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/enrollment.htm>
- (110) \_\_\_\_\_ : Screenings performed at school, <http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/Screenings.htm>
- (111) \_\_\_\_\_ : Sports Related Medical History form, Sports Related Examination form,<http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/forms/6145%202R.pdf>

- (112) \_\_\_\_\_ : When To Stay Home From School,  
[http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/stay\\_home.htm](http://laps.Losalamos.K12.nm.us/Nurse/stay_home.htm)
- (113) **Mark A. Graber, MD** : Reference Materials : Figure 23 – 7, Departments of Family Medicine and Emergency Medicine, University of Iowa College of Medicine, University of Iowa Family Practice Handbook, fourth Edition, Chapter 23, <http://www.Vh.org/pediatric/provider/pediatrics/familypracticehandbook/figure/23-7>
- (114) **Mat Luebbers** : Swimmer? Ear, <http://swimming.about.com/library/weekly/aa053102a.htm>(2003)
- (115) **Middletown Public Schools** : Middletown physical Fitness test , <http://www.ri.net/middletown/k-4common/teachers/sullivanm/fittest.html>
- (116) **Miles Weinberger, M.D** : Childhood Asthma and Allergies : Frequently Asked Questions, Division of Allergy & Pulmonary, University of Iowa Hospitals and Clinics, <http://www.vh.org/pediatric/patient/pediatrics/faq/asthmaallergies.html> (2000) .
- (117) **Poplars Research Center** : Be a Winner in fitness!, The President's Challenge, physical fitness program, <http://www.fitness.gov/winner.html>
- (118) **R.C. Schafer, DC** : Injuries to the Eye and Ear, [http://www.chiro.org/rc\\_schafer/mono-14.htm](http://www.chiro.org/rc_schafer/mono-14.htm) (1998) .
- (119) **Rocky point public schools** : Acknowledge of risk Participation in Athletics student Athlete, <http://www.rockypointschools.org/sports/risk.pdf>
- (120) \_\_\_\_\_ : In – School Sports Physical Dates, <http://www.rockypointschools.org/sports/Dates.pdf>
- (121) \_\_\_\_\_ : Medical Information Consent form, <http://www.rockypointschools.org/sports/consent.pdf>
- (122) \_\_\_\_\_ : Parental Permission for Sports, <http://www.rockypointschools.org/sports/permission.pdf>
- (123) \_\_\_\_\_ : Private Physician Physical Examination Form, <http://www.rockypointschools.org/sports/privatephysform.pdf> (2002) .

- (124) \_\_\_\_\_ : Rocky Point Athletic Department, Interscholastic Athletic Medical Clearance Policy , <http://www.rockypointschools.org/sports/policy.pdf>
- (125) \_\_\_\_\_ : Rocky Point Public Schools, Department of Health, Physical Education and Athletics, <http://www.rockypointschools.org/sportsnews1.html> (2002) .
- (126) \_\_\_\_\_ : Rocky Point School District Athletic Department-Rules, Regulations and Expectations Acknowledgement Form, <http://www.rockypointschools.org/sports/rules.pdf>
- (127) \_\_\_\_\_ : Rocky Point Union Free School District Athletic Department - Emergency Card , <http://www.rockypointschools.org/sports/card.pdf>
- (128) \_\_\_\_\_ : Rocky Point Union Free Schools District, Health History and Parental Permission for Sports Participation, <http://www.rockypointschools.org/sports/healthhistory.pdf>
- (129) \_\_\_\_\_ : sports physical procedures involving private physician, <http://www.rockypointschools.org/sports/physicalprivateprocedures.pdf> (2002) .
- (130) **Scubadoc Compbell M.D.** : Diving and physical fitness, <http://ocean98.org/ency106d.htm> (1999) .
- (131) **Shingo N, Tokeo M.** : The educational experiments of school health promotion for the youth in Japan : analysis of the “ sport test “ over the past 34 years, Health promot Internation, Jun; 17(2), p 147-60, Nippon Spoort Science University, Tokyo, Japan, [http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&dp=pubmed&list\\_uids=11986296&dopt=abstract](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&dp=pubmed&list_uids=11986296&dopt=abstract) (2002) .
- (132) **Subd** : Child records, the office of Revisor of statutes, state of Minnesota, <http://www.revisor.leg.state.mn.us/stats/124D/15.html> (2002) .

- (133) **The Manitoba Physical Education Teacher's Association** : Fitness Test Descriptors, <http://www.7oaks.org/rfmorrison/physed/descriptors.html>
- (134) **Thomas Kisker** : Hemophilia : Understanding an Invisible Risk, Virtual Children's Hospital, The University of Iowa, <http://www.vh.org/pediatric/patient/pediatrics/prose/hemophilia.html> (2000) .
- (135) **Trisha Macnair** : Perforated ear drum, [http://www.bbc.co.uk/health/ask\\_doctor/eardrum\\_perforated.shtml](http://www.bbc.co.uk/health/ask_doctor/eardrum_perforated.shtml) (2000) .
- (136) **Turner C.E, Randal H.B and Smith L.S** : School Health and Health Education, Sixth Edition, The C.V. Mosby Company. Sant Louis (1970) .
- (137) **United Independent School District for Children** : Medical Excuse from Physical Education, <http://www.united.isd.tenet.edu/from.htm> (1999) .
- (138) **Virginia High School League** : Athletic participation / parental Consent / physical Examination form , <http://sbo.nn.k12.va.us/resources/athletics/VHSLphysical.pdf>
- (139) **Virginia School** : Virginia School Health Guidelines, Appendix D : Required Forms, <http://www.Vahealth.org/schoolhealth/appendixd.pdf>
- (140) **Welfare** : The School Board of Miami-Dade County, School Health Services Program – <http://www.dadeschools.net/board/rules/chapt5/5d-1.021.pdf>  
[-http://www.dadeschools.net/sbr-pdf/chapt5/5d-1.021.pdf](http://www.dadeschools.net/sbr-pdf/chapt5/5d-1.021.pdf)  
[-http://dade.k12.fl.us/board/rules/5d-1\\_021.htm](http://dade.k12.fl.us/board/rules/5d-1_021.htm)
- (141) **Westborough Public Schools** : Promoting good health for the students and staff of, the westborough school Nurses, [http://www.westborough.org/Administration/health\\_forms/](http://www.westborough.org/Administration/health_forms/)
- (142) \_\_\_\_\_ : Sports' Physical Examination Form, [http://www.westborough.org/Administration/health\\_forms/sports\\_physical.htm](http://www.westborough.org/Administration/health_forms/sports_physical.htm)

## المرفقات

- مرفق ( ١ ) : إستمارة إستطلاع الخبراء
- مرفق ( ٢ ) : بيان اسماء السادة الخبراء
- مرفق ( ٣ ) : خطاب موجه للجهات الإدارية
- مرفق ( ٤ ) : جدول معايير بطارية إنديانا للياقة الصحية
- مرفق ( ٥ ) : منحى النمو
- مرفق ( ٦ ) : نموذج لإستمارة التاريخ الصحى أو الطبى ( المرضى ) للتلميذ ولأسرته
- مرفق ( ٧ ) : بطاقة نيويورك لتسجيل القوام
- مرفق ( ٨ ) : نموذج لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية

مرفق ( ١ )

استمارة استطلاع رأى الخبراء  
حول  
تصميم بطاقة لتقوية الصحة الرياضية المدرسية  
لتلاميذ المرحلة الابتدائية

إعداد  
محمود رمضان عبدالعزيز

الإشراف

د / فتحى محمد ندا  
مدرس بقسم علوم الصحة الرياضية  
كلية التربية الرياضية  
جامعة طنطا

أ . د / مسعود كمال غرابية  
أستاذ ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية  
كلية التربية الرياضية  
جامعة طنطا

## بعد التحية

أتشرف بإبلاغ سيادتكم بأننى أقوم بدراسة تحت عنوان " تصميم بطاقة لتقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية " .

ويهدف هذا البحث إلى التوصل إلى بطاقة تساعد مدرس التربية الرياضية فى التعرف على الحالة الصحية للتلاميذ قبل الاشتراك فى برنامج التربية الرياضية المدرسية بالإضافة للحالة البدنية من الناحية الرياضية أى بواسطة أداء جهد بدنى وذلك لتحديد مستوى الصحة الرياضية قبل الاشتراك فى النشاط الرياضى المدرسى من حصص وأنشطة رياضية ، وكذلك تتبع هذه الحالة الصحية الرياضية للتعرف على مستوى تقدم الحالة الصحية والمشكلات التى تقابلها ، وذلك للاستفادة الكاملة من فائدة النشاط الرياضى وللتأكد من مدى تحقيق النشاط الرياضى المدرسى لأهدافه الصحية والتربوية مع تحقيقها لمبدأ الفردية .

لذا أرجو من سيادتكم إبداء الرأى حول مدى مناسبة المحاور المقترحة بوضع علامة ( ✓ ) فى الخانة التى تناسب رأى سيادتكم ، وكذلك ما يندرج تحت كل محور ، وأيضا آراء ومقترحات سيادتكم حول تعديل أى محور أو ما يندرج تحته أو إضافة مقترحات وآراء جديدة تجدها سيادتكم مناسبة أو هامة للاضافتها فى تصميم البطاقة المقترحة ، وذلك لأهمية آراء ومقترحات سيادتكم نحو المشاركة فى تصميم البطاقة المقترحة حتى يستفيد بها أبنائنا التلاميذ لتحقيق الصحة وتحقيق التربية الرياضية للأهداف المرجوة لها نحو تحقيق ذلك ( الصحة الرياضية ) لإعداد جيل قادر على الإنتاج والدفاع عن الوطن والتقدم العلمى والتكنولوجى بالوطن . .  
والباحث يتقدم بخالص الشكر لمعاونتكم له فى هذه الدراسة ، نرجوا للتربية الرياضية دوام التقدم والرفى .

### بيانات الخبير :

الاسم / .....

المؤهل وتاريخه / .....

الوظيفة / .....

الخبرة / .....

مكان العمل / .....



م	محتوى المحاور	رأى الخبير		ملاحظات
		موافق	غير موافق	
(1)	<p><u>التاريخ الطبي (المريض) للتلميذ:</u></p> <p>هل عانى أبنيكم يوماً من الأمراض التالية :-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>١. أمراض القلب ( أذكرها )</li> <li>٢. ارتفاع ضغط الدم</li> <li>٣. مرض السكر</li> <li>٤. السرطان ( أذكرها )</li> <li>٥. الفتاق</li> <li>٦. الربو</li> <li>٧. الصرع</li> <li>٨. فقر الدم (الأنيميا)</li> <li>٩. أمراض متعلقة بالدم مثل (الأنيميا ، تكسر كرات الدم الحمراء.. الخ.)</li> <li>١٠. أمراض الكلى</li> <li>١١. التليف الكيسي</li> <li>١٢. الترف "التريف الطويل"</li> <li>١٣. متاعب العين</li> <li>١٤. فقدان السمع</li> <li>١٥. الصداع</li> <li>١٦. ألم المعدة / الاضطراب المعوي</li> <li>١٧. نزلات البرد المتكررة</li> <li>١٨. الكحة المزمنة / الألتهاب الشعبي</li> <li>١٩. إلتهاب متكرر في الحلق</li> <li>٢٠. الحمى الروماتيزمية</li> <li>٢١. التهاب لوزي متكرر</li> <li>٢٢. التهاب الأذن</li> <li>٢٣. ألم متكرر في الأذن</li> <li>٢٤. الشعر والجلد ( ندوب واضحة - ارتيكاريا - جرب - بقع حمراء في الجسم - بقع حمراء في الوجه )</li> <li>٢٥. كساح</li> <li>٢٦. حصبة</li> </ol>			

ملاحظات	رأى الخبير		محتوى المحاور	م
	غير موافق	موافق		
			٢٧. سعال ديكى	
			٢٨. حمى نكفية	
			٢٩. جدبرى	
			٣٠. حصبة المانى	
			٣١. دفتريا	
			٣٢. حمى شوكية	
			٣٣. تشنجات	
			٣٤. حمى معوية	
			٣٥. طفيليات معوية	
			٣٦. بلهارسيا	
			٣٧. زيادة إفراز الغدة الدرقية	
			٣٨. انخفاض إفراز الغدة الدرقية .	
			٣٩. شلل أطفال	
			٤٠. الشلل المخى	
			٤١. التسمم	
			٤٢. حادث غرق	
			٤٣. اصابات ( أذكرها )	
			٤٤. حروق تحتاج إلى علاج	
			٤٥. جروح أو قطع تحتاج حقنة تيتانوس أو خياطة	
			٤٦. تلف أو فقدان أحد الأعضاء الزوجية مثل (الأطراف ، العينان ، الكليتان ، الخصيتين ، المبيضان ، الرئتين)؟ تخصيص _____	
			ملحوظة : بالسبب للأمراض يكتب التواريخ والإيضاحات لأى حالة يوضع أمامها علامة ( ✓ ) .	
			٤٧. لدية إعاقة بدنية ؟ (أذكرها) ، هل يستخدم أجهزة تعويضية ؟ ( أذكرها )	
			٤٨. عملية جراحية ؟ ( أذكرها وتاريخ إجرائها )	
			٤٩. أمراض أخرى ( أذكرها )	
			٥٠. أية إرشادات خاصة أو محاذير تود الإشارة إليها.	

م	محتوى المحاور	رأى الخبير		ملاحظات
		موافق	غير موافق	
	* إذا أجبت على أى سؤال من الأسئلة التالية بنعم من فضلك أوضح السبب وتاريخها :-			
	٥١. هل وجد أى تعقيدات أو مشكلات أثناء الولادة أثرت على الطفل؟			
	٥٢. هل أصيب طفلك بأى نوع من إصابات الرأس أو من أرتجاج في المخ تتطلب رعاية طبية؟			
	٥٣. هل عان طفلك من أى إصابة تتطلب رعاية طبية؟			
	٥٤. هل عولج طفلك في مستشفى أو غرفة طوارئ؟ بسبب لماذا ومتى؟			
	٥٥. هل شخصت حالة طفلك بأى حالة تتطلب رعاية طبية؟			
	٥٦. هل أصيب طفلك بتورم أو ألم تتطلب رعاية طبية؟			
	٥٧. هل تغيب طفلك عن المدرسة لمدة ٥ أيام أو أيام كثيرة متعاقبة أو (فترة مساوية لذلك أثناء الصيف) نتيجة لحادث أو مرض تتطلب رعاية طبية؟			
	٥٨. هل هناك أى إصابة أو مرض تمنع طفلك من أداء التمارين أو غيرها من الأنشطة الرياضية؟			
	٥٩. هل يتناول طفلك أى أدوية أو حبوب على أساس دورى؟			
	٦٠. هل يخضع ابنك الآن لرعاية طبيب أخصائى؟ بسبب ماذا			
	٦١. هل حدث لأبنك أن أصيب بدوار أو الأغماء أثناء أو بعد التمرين أو الجهد البدنى؟			
	٦٢. هل حدث لابنك شعور بفقدان الوعي أو فقدان الذاكرة لأى سبب خلال الـ ١٢ شهر الأخيرة؟ كم عدد المرات ومتى؟			
	٦٣. هل يرتدى ابنك نظارة طبية أو عدسات لاصقة وخاصة في أثناء اللعب			

م	محتوى المحاور		ملاحظات	
	موافق	غير موافق	رأى الخبير	
			٦٤. هل يعاني ابنك من ثقب في طبله الأذن ، أو متاعب سمعية ؟ ، وهل يستعمل أدوات سمع معينة ؟ ( أذكرها )	
			٦٥. هل يعاني أبنك من مشكلة في الأسنان ( التسوس - الشفة الأرنبية أو سقف الحلق المشقوق - أمراض اللثة - فقد بعض أو كل الأسنان اللبنية - ظهور الأسنان المستديمة - إرتداء تقويم للأسنان ) ؟ تخصيص _____	
			٦٦. هل يستخدم أبنك أى أدوات للأسنان ؟	
			٦٧. هل يوجد أى ظرف يتطلب من أبنك استخدام أدوات خاصة (واقى للأسنان ، وسادات ، اسطوانة رقية ، حماية للعين .. الخ )	
			٦٨. هل لأبنك تاريخ مع المثيرات الحسية (فقدان الحس وبخاصة بسبب البرد ، الإحساس بوخز خفيف نتيجة ضربة ، أهدياج ، برد) ، شئ لاسع (بخاصة ضربة عنيفة) ؟ تخصيص _____	
			٦٩. هل حدث لأبنك يوماً كسر أو خلع في العظم ؟ أى عظمة ومتى ؟	
			٧٠. هل حدث لأبنك يوماً مشاكل أو إصابة في مفصل الركبة أو مفصل الكعب أستغرقت أكثر من أسبوع ؟ وما هى ؟ ومتى ؟	
			٧١. أى ألم مزمن أو انزلاق في المفصل ؟	
			٧٢. هل تعرض ابنك لأى إصابة أخرى خلال الـ ١٢ شهر الأخيرة سببت له الإنقطاع عن الممارسة الرياضية أو المنافسة لمدة ثلاثة أيام متتالية ؟ ما هى ؟ ومتى ؟ _____	
			٧٣. هل حدث لأبنك يوماً أن شعر بألم في الصدر أثناء أو بعد التمرين ؟	
			٧٤. هل يعاني من ميل جانبي أو تحدب في الظهر يجعله الأن يتلقى رعاية طبية لذلك ؟	

م	محتوى المحاور	رأى الخبير		ملاحظات
		موافق	غير موافق	
	٧٥. هل أصيب أو يعانى طفلك من أى حساسية ؟ (لدغ النحل ، أى دواء ، أى أطعمة ، أى علاج ، أى شئ آخر) ؟ تخصيص _____			
	٧٦. هل يعانى من الشرة المرضى "تكرار التقيؤ" أو فقدان الشهية للطعام "فقدان الوزن المفرط (الزائد)" ؟ تخصيص _____			
	٧٧. هل يعانى من داء الربو ؟ * عند الإجابة على السؤال ٢٦ و ٢٧ بأعلى فأجب الأسئلة التالية حتى السؤال ٣٥ .			
	٧٨. هل يعانى من متاعب فى التنفس أو من الكحة عند أداء التمرين؟			
	٧٩. كيف يعانى من الربو غالباً ؟ أسبوع /..... شهر /..... سنة /.....			
	٨٠. ماذا يسبب عادة الحادث العرضى ؟			
	٨١. ماذا يساعد عليه غالباً ؟			
	٨٢. هل دخل المستشفى للعلاج من الربو ؟ متى ...			
	٨٣. هل سبق أن دخل غرفة الطوارئ بسبب الربو ؟ متى .....			
	٨٤. هل يحتاج دواء الربو قبل أو أثناء التمرين ؟			
	٨٥. ضع قائمة بأدويته الخاصة بالربو ...			
	٨٦. هل عانى أبنتك من أى مرض أستغرق أكثر من أسبوع ؟ ما هو ومتى ؟			
	٨٧. ما هى الحالة التغذوية لأبنتك ( ألم فى البطن - تأخر فى النمو أو سمنة مقترنة بعمره ) ؟ تخصيص _____			
	٨٨. ما هى العادات الخاصة بابنتك ( ينام / يسترخى جيداً - يمارس تمارين رياضية يومياً - يأكل جيداً - يستجم بانتظام - يغسل الأسنان بانتظام ) ؟ تخصيص _____			

م	محتوى المحاور	رأى الخبير	
		موافق	غير موافق
	<p>٨٩. ما هي الحالة العقلية والعاطفية لأبنك ( يتواصل مع الآخرين - يبكي عادة - كسول - التدريب على المرحاض - حساس جداً - خجول جداً - عادة سعيد ) ؟ تخصيص _____</p> <p>٩٠. ما حالة التواصل الخاصة بابنك ( حوار مفهوم - التعلم - اللغة ) ؟ تخصيص _____</p> <p>٩١. هل يعاني من أى أمراض مزمنة أخرى أو حالات لم تذكر بأعلى ؟ تخصيص _____</p> <p>٩٢. هل لدى ابنك أى مشكلات صحية أخرى ؟</p> <p>٩٣. هل لديك أى قلق بخصوص صحة ابنك أو أسئلة تود أن تناقشها معنا أو مع الطبيب ؟</p> <p>٩٤. هل هناك أى سبب يجعل ابنك لا يستطيع ممارسة أى رياضة ؟</p> <p>٩٥. أى مبرر للغياب عن التربية البدنية ؟</p> <p><b>(٢) التاريخ الطبي (المرضى) لأسرة التلميذ:</b></p> <p>١. الدرن</p> <p>٢. السكر</p> <p>٣. السرطان</p> <p>٤. التشنجات</p> <p>٥. الصرع</p> <p>٦. الأمراض العقلية</p> <p>٧. أمراض القلب</p> <p>٨. أمراض الحساسية</p> <p>٩. أمراض الشرايين</p> <p>١٠. أمراض أخرى ( اذكرها )</p> <p>١١. هل مات أى قريب لك فجأة قبل سن الخمسين ؟ بسبب ماذا ؟</p>		

م	محتوى المحاور	رأى الخبير		ملاحظات
		موافق	غير موافق	
(٣)	<p><u>التطعيمات :-</u></p> <p><u>أ- قبل دخول المدرسة ومنذ الميلاد</u></p> <p>١. الدرن B.C.G</p> <p>٢. الطعم الثلاثي D.T.B (الدفترية والتيتانوس والسعال الديكي)</p> <p>٣. شلل الأطفال بالفم</p> <p>٤. الحصبة</p> <p>٥. التهاب كبدى فيروس "B"</p> <p><u>ب- أثناء الدراسة</u></p> <p>١. الألتهاب السحائى</p> <p>٢. الدرن B.C.G</p> <p>٣. ثنائى D.T (الدفترية والتيتانوس)</p>			
(٤)	<p><u>الإختبارات البدنية (الفحص الطبى)</u></p> <p>١. العمر</p> <p>٢. الطول</p> <p>٣. الوزن</p> <p>٤. معدل ضربات القلب (معدل النبض) ((فى الراحة- فى التدريب-الشفاء)) .</p> <p>٥. ضغط الدم</p> <p>أ. الرؤية(حدة البصر):- (يمين، شمال، العينان)</p> <p>ب. عمى الألوان</p> <p>٦. العينان ج. أمراض العين :- (قاع العين ، الخارجية هـ. حول</p> <p>د. هل يرتدى نظارة ؟ ( نعم - لا )</p> <p>٧. الأذن } أ- السمع (حدة السمع) :- (يمين ، شمال) ب-أمراض الأذن :-</p> <p>هـ ( الخارجية والقناة )</p> <p>٨. الغشاء الداخلى (غشاء طبلة الأذن) .</p> <p>٨. الرأس ( فروة الرأس )</p>			

ملاحظات	رأى الخبير		محتوى المحاور	م								
	غير موافق	موافق										
			٩. الأنف									
			١٠. الحلق									
			١١. الجلد									
			١٢. العدد (اللمفاوية-الدرقية-اللوز)									
			١٣. الرئتان									
			١٤. القلب (الجهاز الدوري - لغط القلب - رتم القلب )									
			<table border="0"> <tr> <td>الكبد</td> <td>أ</td> </tr> <tr> <td>الطحال</td> <td>ب</td> </tr> <tr> <td>الفتاق "الفتق"</td> <td>ج</td> </tr> <tr> <td>أخرى</td> <td>د</td> </tr> </table>	الكبد	أ	الطحال	ب	الفتاق "الفتق"	ج	أخرى	د	
الكبد	أ											
الطحال	ب											
الفتاق "الفتق"	ج											
أخرى	د											
			١٥. البطن									
			١٦. الجهاز العصبي									
			١٧. الأعضاء التناسلية									
			١٨. العضلات والعظام والمفاصل									
			١٩. التغذية									
			٢٠. التحدث (عيوب النطق)									
			٢١. أخرى									
			٢٢. الفم والأسنان									
			٢٣. القوام (والسلوك الحركي)									
			٢٤. امتحاء العمود الفقري									
			ب - الظهر									
			ج - الأكتاف									
			د - الذراع / الكوع / الساعد / اليد									
			هـ - الركبة / الفخذ									
			و - الكاحل / القدم									
			<b>التحاليل المعملية :</b>	(٥)								
			١. تحليل البول والبراز : للتعرف على الطفيليات .									
			٢. تحليل البول : (أ) الجلوكوز (ب) البروتين									
			٣. تحليل الدم : الهيموجلوبين و أو نسبة الحديد									

ملاحظات	رأى الخبير		محتوى المحاور	م
	غير موافق	موافق		
			<p><b>الكشف بالأشعة :</b></p> <p>أ. للتعرف على حالة الرئتين  ب. عند التأكد من تشخيص بعض الحالات المرضية</p>	(٦)
			<p><b>الاختبارات الرياضية :-</b> وتشمل عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والتي حددها العلماء في الأتي :-</p> <p>١. الجلد الدوري التنفسي  ٢. الجلد العضلي  ٣. القوة العضلية  ٤. المرونة  ٥. تركيب الجسم</p>	(٧)
			<p><b>النظافة أو المظهر الشخصي :</b></p> <p>١. نظافة الملابس والأخذية وصلاحيها .  ٢. نظافة الوجه والشعر  ٣. نظافة الأيدي والأظافر  ٤. العادات السلوكية الصحية مثل ( عدم إرتداء ملابس الغير ، الغسيل بعد حصص التربية الرياضية .. الخ .)</p>	(٨)
			<p><b>نسبة (معدل) الحضور والغياب :</b></p> <p>أ- عن المدرسة وأسبابها  ب- عن حصص التربية الرياضية وأسبابها  ج- نسبة المشاركة في الأنشطة الرياضية وتدريبها  د- نسبة الحضور في حالات المشاركين في الأنشطة الرياضية خارج المدرسة "في الأندية ومراكز الشباب".</p>	(٩)



م	رأى الخبير		طريقة التقييم
	موافق	غير موافق	
(١)			<p><b>التاريخ الطبي (المرضى) للتلميذ:</b></p> <p>١. باستخدام استمارة معلومات صحية عن التلميذ يقوم بملئها ولى الأمر قبل الإلتحاق بالمدرسة وعند بداية كل سنة دراسية.</p>
(٢)			<p><b>التاريخ الطبي (المرضى) لأسرة التلميذ:</b></p> <p>١. باستخدام استمارة عن الأمراض التي قد يصاب بها أحد أفراد العائلة أو الأقارب والتي قد تكون لها صفة وراثية ، وبعملها ولى الأمر عند إلتحاق الطالب بالمدرسة مع تحديثها سنوياً عند بداية كل سنة دراسية .</p>
(٣)			<p><b>التطعيمات :-</b></p> <p>١. يقدم ولى الأمر شهادة تثبت تناول التلميذ التطعيمات اللازمة له منذ ميلاده .</p> <p>٢. ثم تقوم الزائرة الصحية بالتأكد من التطعيمات التي أخذها التلميذ قبل دخول المدرسة والتطعيمات التي تنقصة أو يحتاجها بالإضافة لأعطائهم التطعيمات اللازمة لهم أثناء فترات أو المراحل الدراسية .</p>
(٤)			<p><b>الإختبارات البدنية (الفحص الطبي):</b></p> <p>١. منحى النمو للطول والوزن والسن .</p> <p>٢. ويقوم بها الطبيب بمساعدة الزائرة الصحية .</p> <p>٣. استخدام اختبار كرامتون للقلب والدورة الدموية ، والذي يستخدم الفرق في معدل النبض وضغط الدم بين الرقود والوقوف لتحديد حالته الصحية</p> <p>٤. يقوم طبيب الأسنان بفحص الأسنان والفم .</p>

م	طريقة التقويم	رأى الخبير		ملاحظات
		موافق	غير موافق	
	<p>٥ . بالنسبة للفحص الطبى للعناصر الثلاثة السابقة تتم كل ثلاث سنوات وذلك حسب اتفاق آراء العلماء والاستمارات الأجنبية وأيضاً من أن تطبيقها في مصر يتم كل ثلاث سنوات والتي تتم في الصف الأول والرابع الابتدائى ، مع تحويل الحالات المرضية التى تكتشف من هذا الفحص لإجراء فحص طبى سنوياً للتأكد من سلامتهم ولتبع خالاتهم الصحية .</p> <p>٦ . يقوم الأخصائى الرياضى بفحص القوام بمساعدة الزائرة الصحية والتي تتم سنوياً من خلال إحدى الأختبارات التالية :-</p> <p>أ . من خلال التقدير الذاتى لمدرس التربية الرياضية والزائرة الصحية وباستخدام بطاقة نيويورك للقوام لتسجيل الفحص .</p> <p>ب . إختبار ولاية نيويورك للقوام (باستخدام حيط البناء ، ويطبق على التلاميذ منذ الصف الرابع حتى الثانية عشر) .</p> <p>ج . إختبار جامعة أبوا للنبات (أحد الإختبارات التقديرية للقوام والذي يتميز بقياس ميكانيكية الجسم)</p>			
(٥)	<p><u>التحاليل المعملية :-</u></p> <p>١ . يقوم بها أخصائى التحاليل المعملية أو فنى التحاليل الطبية.</p> <p>٢ . تتم كل ثلاث سنوات أو حسب الحالة الصحية ورأى الطبيب .</p>			
(٦)	<p><u>الكشف بالأشعة :-</u></p> <p>١ . يقوم بها أخصائى الأشعة أو فنى الأشعة .</p> <p>٢ . تتم كل ثلاث سنوات أو حسب الحالة الصحية ورأى الطبيب .</p>			

ملاحظات	رأى الخبير		طريقة التقييم	م
	موافق	غير موافق		
			<p><b>الاختبارات الرياضية :</b></p> <p>١ [ الرجاء من سيادتكم اختيار أنسب بطارية ، بالإضافة لأنسب الاختبارات المناسبة لقياس عناصر اللياقة الصحية التى يشتمل عليها ذلك المحور والتى تناسب طبيعة وإمكانيات مدارسنا وتلاميذنا فى البيئة المصرية .</p> <p>أ- بطارية جامعة أنديانا للياقة الصحية ( من سن ٦-١٧ سنة) وتشمل أختبارات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة السابقة وهى :</p> <p>١. إختبار الجرى والمشى (ربع ، نصف ، واحد ميل) حسب المرحلة السنية .</p> <p>٢. إختبار الرفع الجزئى للبطن .</p> <p>٣. أختبار الشد على العقلة أو إختبار ثنى الذراعين من الأنطاح المائل بزواية قائمة .</p> <p>٤. ثنى الجذع للأمام من الجلوس طولاً باستخدام صندوق أو إختبار ثنى الجذع للأمام من الجلوس الطويل فتحاً على شكل حرف V .</p> <p>٥. دليل كتلة الجسم وهى وزن الجسم على مربع الطول بالمتر .</p> <p>ب- بطارية أو إختبار الأتحاد الأمريكى للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص AAHPERD (من سن ٦-١٨ سنة) .</p> <p>١. إختبار الجرى ١ ميل أو المسافة المقطوعة فى ٩ دقائق أو ١,٥ ميل أو المسافة المقطوعة فى ١٢ دقيقة وذلك حسب العمر الزمنى .</p> <p>٢. إختبار الجلوس من الرقود قرفصاء لمدة ٦٠ ثانية .</p> <p>٣. إختبار الشد لأعلى على العقلة .</p> <p>٤. ثنى الجذع للأمام من وضع الجلوس طولاً باستخدام صندوق.</p>	(٧)

ملاحظات	رأى الخبير		طريقة التقييم	م
	غير موافق	موافق		
			<p>٥. قياس سمك طية الجلد في موقعين هما منطقة العضلة العضدية الثلاثية الرؤوس وما تحت عظم لوح الكتف. ج- بطارية أو الاختبار الأوربي للياقة البدنية Euro Fit (من سن ٧-١٧ سنة) ويشمل في بعض أجزاء بطاريته على إختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وهي :-</p> <p>١. إختبار الجرى المكوكى أو إختبار إمكانية الجهد البدنى عند ضربات قلب ١٧٠ ضربة في الدقيقة باستخدام دراجة الجهد.</p> <p>٢. إختبار التعلق على العقلة وإختبار الجلوس من الرقود مع ثنى الركبتين .</p> <p>٣. مقياس قوة القبضة (ديناموميتر القبضة)</p> <p>٤. إختبار ثنى الجذع للأمام من وضع الجلوس طولاً بواسطة صندوق.</p> <p>٥. من خلال قياس سمك طية الجلد في خمسة مواقع هي منطقة العضلة العضدية ذات الرأسين ، والعضلة العضدية الثلاثية الرؤوس ، وما تحت عظم لوح الكتف ، وفوق العظم الحرقفى ، وفي منطقة الساق.</p> <p>٢ [ كم عدد مرات تطبيق الاختبار الرياضى للياقة الصحية فى العام الدراسى</p> <p>أ - مرة عند بداية العام الدراسى للتأكد من سلامة التلميذ وصلاحيته لدخول برنامج النشاط الرياضى المدرسى .</p> <p>ب- مرة عند نهاية العام الدراسى للتعرف على مدى تقدم أو ما حصل عليه التلميذ من لياقة صحية .</p> <p>ج- مرتين ، الأولى عند بداية العام الدراسى ، والثانية عند نهاية العام الدراسى .</p> <p>د- مرتين ، الأولى عند بداية العام الدراسى ، والثانية عند بداية الترم الدراسى الثانى .</p> <p>هـ - ثلاثة مرات ، الأولى عند بداية العام الدراسى ، والثانية عند بداية الترم الثانى ، والثالثة عند نهاية العام الدراسى .</p>	

ملاحظات	رأى الخبير		طريقة التقييم	م
	موافق	غير موافق		
			<p><b>النظافة أو المظهر الشخصي (٨)</b></p> <p>١. وتم من خلال التسجيلات اليومية أو الزيارات اليومية للزائرة الصحية والأخصائي الاجتماعي ، ومدرس التربية الرياضية خلال الطابور وخلال حصص التربية الرياضية ، بالإضافة لدور المدرسين خلال الحصص الدراسية .</p>	
			<p><b>نسبة (معدل) الحضور والغياب :- (٩)</b></p> <p>١. من خلال تسجيل شئون الطلبة والمدرس التربية الرياضية لحضور وغياب التلاميذ ، وأسبابها من خلال الشهادات المرضية والتاريخ الصحي الذي يوقعه ولي الأمر .</p>	
			<p><b>موجز لتتبع الحالات المرضية :- (١٠)</b></p> <p>١. من خلال تسجيل الحالات المرضية وتتبع حالة التلميذ .</p>	
			<p><b>معدل الإصابات الرياضية :- (١١)</b></p> <p>١. من خلال تسجيل الإصابات التي يتعرض لها التلميذ أثناء درس التربية الرياضية أو الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية ، وأسباب وقوعها ، وفي أى نشاط وقعت .</p>	



مرفق (٢)

بيان أسماء السادة الخبراء

الذين استند الباحث على آرائهم في تصميم بطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية

م	اسم الخبير	الوظيفة التابع لها
١	أولاً : في مجال الطب : د/ محمد نصر الدين	بكالوريوس طب وجراحة - ورئيس هيئة التدريس بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية .
٢	ثانياً : في مجال طب الأطفال : أ.د/ علي محمد الشافعي	أستاذ طب الأطفال بكلية الطب - جامعة الأزهر .
٣	أ.د/ مصطفى عبد الفتاح أبو الفتوح	دكتورة طب الأطفال ، زمالة الجمعية الأمريكية لطب الأطفال ، أستاذ صحة الأسرة بالمعهد العالي للصحة العامة- جامعة الإسكندرية .
٤	د/ تامر عبد الوهاب الشافعي	دكتورة طب الأطفال حديثي الولادة سنة ١٩٩٩ - استشاري طب الأطفال بمستشفى العبور - بكفر الشيخ .
٥	ثالثاً : في مجال الصحة المدرسية: أ.د/ خلود يحي طایل	أستاذ الصحة المدرسية بالمعهد العالي للصحة العامة - جامعة الإسكندرية .
٦	رابعاً : في مجال الصحة العامة: د/ كمال محمد عبد الفتاح	وكيل المعهد الفني الصحي بالإسكندرية .
٧	د/ نادية محمد جلال الهريدي	دكتورة في الصحة العامة بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية .
٨	سعاد السيد زين العابدين	أخصائية تدريس علوم تمريض بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية .
٩	سونيا صالح	كيميائية بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية .
١٠	علي مصطفى أحمد	فني أول تحاليل طبية بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية .
١١	ممدوح أحمد فهمي محمد	رئيس قسم المراقبين الصحيين بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية ( سابقاً ) ، والمشرف على التدريب العملي لبرامج الصحة العامة .
١٢	نجوى محمد أحمد خليل	فنية أسنان بالمعهد الفني الصحي بالإسكندرية .

## تابع مرفق ( ٢ )

م	اسم الخبير	الوظيفة التابع لها
		<b>خامسا : في مجال التربية الرياضية:</b>
١٣	أ.د/ أبو العلا احمد عبد الفتاح	أستاذ فسيولوجيا الرياضة بكلية التربية الرياضية بالهرم - جامعة حلوان .
١٤	أ.د/ إلهام إسماعيل محمد شلبي	أستاذ الصحة العامة بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان .
١٥	أ.د/ دولت عبد الرحمن	أستاذ بقسم العلوم الصحية بكلية تربية رياضية بنات فلمنج - جامعة الإسكندرية .
١٦	أ.د/ سيد عبد الجواد السيد	أستاذ بيولوجيا الرياضة وعميد كلية التربية الرياضية ببور سعيد - جامعة قناة السويس .
١٧	أ.د/ عزة عبد الغني عبد العزيز	أستاذ بقسم العلوم الصحية بكلية التربية الرياضية للبنات فلمنج - جامعة الإسكندرية .
١٨	أ.د/ عصمت محمد عبد المقصود	أستاذ بقسم العلوم الحيوية والصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير جامعة الإسكندرية .
١٩	أ.د/ فاروق السيد عبد الوهاب	أستاذ فسيولوجيا الرياضة بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .
٢٠	أ.د/ ميرفت إبراهيم رخا	أستاذ بقسم العلوم الحيوية والصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير - جامعة الإسكندرية .
٢١	أ.د/ محمد السيد الأمين	أستاذ بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان .
٢٢	أ.د/ هالة يوسف أحمد مندور	أستاذ الأختبارات والمقاييس بكلية تربية رياضية فلمنج - جامعة الإسكندرية .
٢٣	أ.م.د/ أحمد حسن	أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان .
٢٤	أ.م.د/ أحمد محمد سيد أحمد	أستاذ مساعد وقائم بأعمال رئيس قسم علوم الصحة والتربية الصحية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة حلوان .

## تابع مرفق ( ٢ )

م	اسم الخبير	الوظيفة التابع لها
٢٥	أ.م.د/ أمال شفيق عزب	أستاذ مساعد بقسم العلوم الصحية بكلية التربية الرياضية فلمنج - جامعة الإسكندرية .
٢٦	أ.م.د/ مجدي محمود وكوك	أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .
٢٧	د/ سامح فوزي عبد الفتاح	دكتورة علوم الصحة الرياضية - مدرس بقسم التربية الرياضية كلية التربية - جامعة الأزهر .

وقد تم استبعاد ثلاثة خبراء من ٢٧ خبيراً ، وذلك لحساب النسبة المئوية على ٢٤ ، أما عن أسماء الخبراء وسبب استبعادهم فهم :-

- ١- د / كمال محمد عبد الفتاح : وذلك لاعتراضه على طول الأسئلة وأنها غير واضحة وتكرار للأفكار وأن الهدف غير واضح مع اعتراضه على هذه الأسئلة .
- ٢- أ.د / فاروق عبد الوهاب : لاعتراضه على عنوان البحث واقتراح عنوان تصميم بطاقة متابعة للحالة البدنية والرياضية للأطفال الرياضيين بالمرحلة الابتدائية ، على أن تشمل ( قائمة باللياقة البدنية والحركية - قائمة بالإصابات التي قد يتعرض لها - سجل للأمراض والأدوية ) .
- ٣- أ.د / هالة يوسف مندور : لاعتراضها على فكرة البحث واقتراح عنوان تصميم بطاقة لرصد التطورات البدنية والحركية والسيكوحركية والإصابات التي تحدث لطفل المدرسة الابتدائية ، بحث تكون المحاور الرئيسية هي :- ( اختبارات حركية - اختبار سيكوحركية - التاريخ المرضي لطفل - التاريخ المرضي للأسرة "الوالدين" - الإصابات البدنية التي يتعرض لها ) .

السيد الأستاذ / وكيل وزارة التربية والتعليم بكفر الشيخ

تحية طيبة وبعد

نتشرف بأن نحيط سيادتكم علماً بأن الباحث / محمود رمضان عبد العزيز مسجل لدرجه الماجستير فى التربية الرياضية قسم ( علوم الصحة الرياضية ) فى موضوع / تصميم بطاقة لتقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .  
ونظراً لأن البحث يستلزم إجراء دراسة تطبيقية بمدارس التعليم الابتدائي بمحافظة كفر الشيخ.

الرجاء من سيادتكم التكرم بالموافقة على تسهيل مهمته وذلك على نفقته الخاصة وبدون أي نفقات على الكلية أو الجامعة .

ونحن شاكرين صادق تعاونكم

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام ...

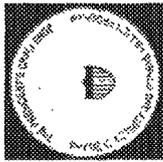
عميد الكلية  
مع التحية  
جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية

رئيس القسم

د. محمد مصطفى  
د. محمد مصطفى

السيد وكيل الوزارة .

بإشارة الموافقة حيث امر بالبحث في تربية رياضية في مدارس المرحلة الابتدائية ك  
المادة و المدارس بالمحافظات الابتدائية ك  
عرضه على السيد وكيل الوزارة  
مستشار  
السيد وكيل الوزارة  
1444



# The Challenge

## Physical Activity and Fitness Awards Program

### Qualifying Standards

[Home](#) | [Events](#) | [Qualifying Standards](#) | [Standards](#) | [Awards](#)

[Programs](#)

[Active Lifestyle](#)

[Physical Fitness](#)

[Health Fitness](#)

[Request Information](#)

[Challenge Software](#)

[PC Resources](#)

[Apparel](#)

[Order Award Items](#)

[Contact Us](#)

[PC Web Site Survey](#)

Search:

[President Announces New Fitness Initiative](#)



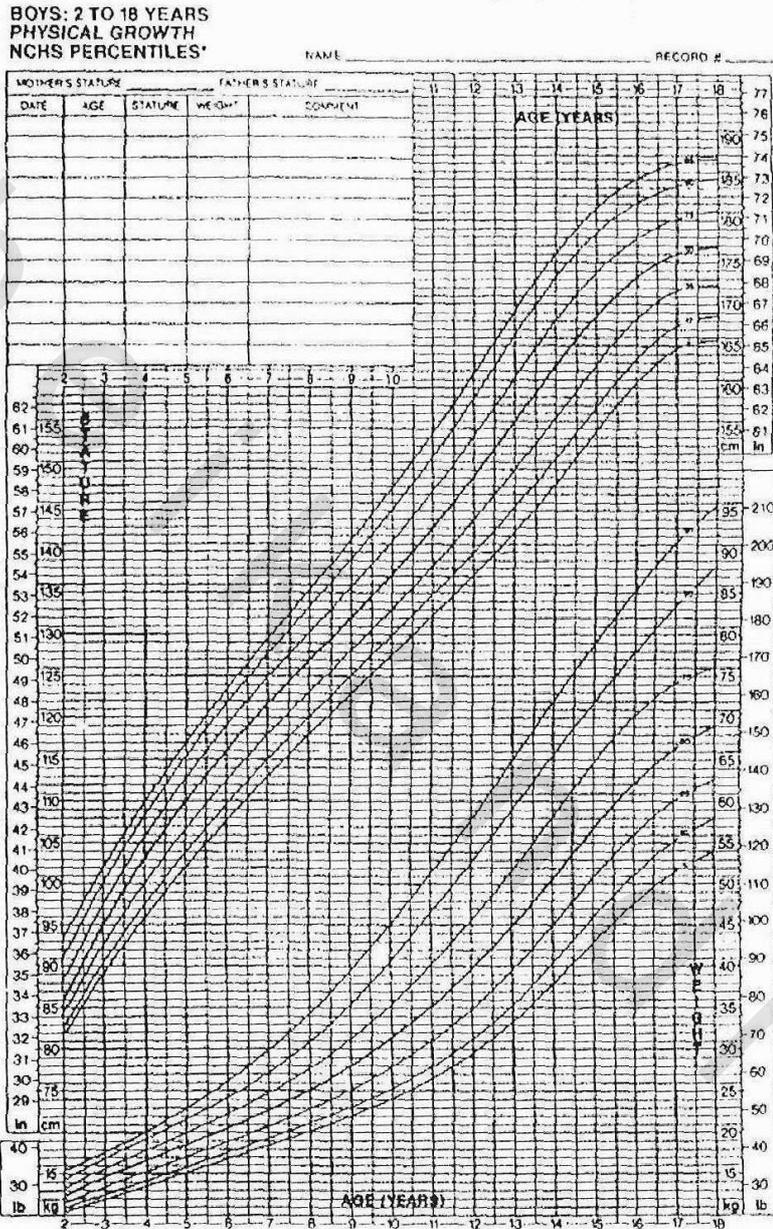
### The Health Fitness Award

Age	Partial Curl-ups (#)	Endurance Run (min:sec)	V-Sit Reach (in)	OR Sit and Reach (cm)	Rt. Angle Push-ups (#)	OR Pull-ups (#)	BMI (range)	
BOYS	6	2:30 } 1/4 mile	1	21	3	1	13.3 - 19.5	
	7		1	21	4	1	13.3 - 19.5	
	8	4:45 } 1/4 mile	1	21	5	1	13.4 - 20.5	
			15	1	21	6	1	13.7 - 21.4
	10	20	9:30 } 1 Mile	1	21	7	1	14.0 - 22.5
	11	20		1	21	8	2	14.0 - 23.7
	12	20	9:00 } 1 Mile	1	21	9	2	14.8 - 24.1
	13	25		1	21	10	2	15.4 - 24.7
	14	25	8:00 } 1 Mile	1	21	12	3	16.1 - 25.4
	15	30		1	21	14	4	16.6 - 26.4
	16	30	7:30 } 1 Mile	1	21	16	5	17.2 - 26.8
	17	30		1	21	18	6	17.7 - 27.5
	GIRLS	6	2:50 } 1/4 mile	2	23	3	1	13.1 - 19.6
		7		12	2	23	4	1
		8	5:35 } 1/4 mile	2	23	5	1	13.2 - 20.7
				15	2	23	6	1
		9	15	5:25 } 1/4 mile	2	23	7	1
10		20	2		23	7	1	14.1 - 23.2
11		20	10:00 } 1 Mile	2	23	8	1	14.7 - 24.2
12		20		2	23	8	1	15.5 - 25.3
13		25	10:30 } 1 Mile	3	25	7	1	15.2 - 25.3
14		25		3	25	7	1	16.6 - 26.5
15		30	10:00 } 1 Mile	3	25	7	1	16.6 - 26.5
16		30		3	25	7	1	15.8 - 26.5
17		30	10:00 } 1 Mile	3	25	7	1	17.1 - 26.9

مرفق ( ٤ )

مرجع ( ١٠٢ )

مرفق ( ٥ )



Stature and weight of boys from 2 to 18 years. Adapted from Hamill PVV et al: Am J Clin Nutr 32:607-629, 1979. Data from the Fels Longitudinal Study, Wright State University School of Medicine, Yellow Springs, Ohio.

Section Top | Title Page

See related Provider Textbooks about Pediatrics.

See related Provider Topics Pediatrics.

مرفق ( ١١٨ )

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ، وبعد :

نظراً لما لممارسة النشاط البدني من أهمية وأثر إيجابي على صحة الطفل ونموه السليم ، وحتى يمكن إتاحة الفرصة لجميع الطلاب في الحصول على حصتهم من التربية البدنية على الوجه الأمثل ، وتوخياً لسلامة أبنكم وتمتعة بدروس التربية البدنية ، لذا نرجو التكرم بالإجابة على النموذج المرفق وإعادته إلينا في أقرب فرصة ، حتى نتمكن من تقديم البرنامج الملائم لأبنكم بصورة آمنة وشيقة . كما نرجو أن لا تترددوا في الاتصال بالمدرسة مباشرة في حالة وجود استفسار يتعلق بهذا الموضوع .

شاكرًا لكم حسن تعاونكم ، وتقبلوا فائق تحياتي ،

مدير المدرسة

نرجوا التكرم بوضع علامة (✓) في المربع المناسب ، إذا كان أبنكم يعاني من الأمراض التالية :-

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> أمراض القلب           | <input type="checkbox"/> مرض السكر                       | <input type="checkbox"/> الفتاق                |
| <input type="checkbox"/> الربو                 | <input type="checkbox"/> الصرع                           | <input type="checkbox"/> النزف "النزيف الطويل" |
| <input type="checkbox"/> فقر الدم (الأنيميا)   | <input type="checkbox"/> أمراض الكلى                     | <input type="checkbox"/> متاعب العين           |
| <input type="checkbox"/> الحمى الروماتيزمية    | <input type="checkbox"/> الكحة المزمنة / الإلتهاب الشعبي | <input type="checkbox"/> نزلات البرد المتكررة  |
| <input type="checkbox"/> التهاب متكرر في الحلق | <input type="checkbox"/> التهاب لوزي متكرر               | <input type="checkbox"/> طفيليات معوية         |
| <input type="checkbox"/> بلهارسيا              | <input type="checkbox"/> إصابات (أذرها)                  |  |
- الشعر والجلد "تدوب واضحة - ارتيكاريا - جرب - بقع حمراء في الجسم - بقع حمراء في الوجه"
- عملية جراحية؟ (أذكرها وتاريخ إجرائها) :
- هل لديه إعاقة بدنية؟ (أذكرها)
- هل يستخدم أجهزة تعويضية؟ (أذكرها)
- هل هناك أي إصابة أو مرض تمنع طفلك من أداء التمارين أو غيرها من الأنشطة الرياضية؟
- هل يتناول طفلك أي أدوية أو حبوب على أساس دوري؟
- هل يخضع ابنك الآن لرعاية طبيب أخصائي؟
- هل حدث لابنك أن أصيب بدوار أو الإغماء أثناء أو بعد التمرين أو الجهد البدني؟
- هل يرتدى ابنك نظارة طبية أو عدسات لاصقة وخاصة في أثناء اللعب؟
- هل يعاني ابنك من ثقب في طبلة الأذن ، أو متاعب سمعية؟ ، وهل يستعمل أدوات سمع معينة؟ (أذكرها)
- هل يعاني ابنك من مشكلة في الأسنان (التسوس - الشفة الأرنبية أو سقف الحلق المشقوق - أمراض اللثة - فقد بعض أو كل الأسنان اللبنية - ظهور الأسنان المستديمة - إرتداء تقويم للأسنان)؟
- هل حدث لأبنك يوماً أن شعر بألم في الصدر أثناء أو بعد التمرين؟
- هل أصيب أو يعاني طفلك من أي حساسية؟ (الدغ النحل ، أي دواء ، أي أطعمة ، أي شئ آخر)؟ تخصيص
- مساوى الحالة العقلية والعاطفية لأبنك ( يتواصل مع الآخرين - يبكي عادة - كسول - التدريب على المراض - حساس جداً - خجول جداً - عادة سعيد)؟ تخصيص
- ما حالة التواصل الخاصة بأبنك (حوارة مفهوم - التلعثم - اللغفة)؟ تخصيص
- ما هي الحالة التغذوية لأبنك (تأخر في النمو - سمنة مقرنة بعمره)؟ تخصيص
- ما هي العادات الخاصة بأبنك (بنام - يسترخى جيداً - يمارس تمارين رياضية يومياً - يأكل جيداً - يستحم بانتظام - يغسل الأسنان بانتظام)؟ تخصيص
- هل لدى ابنك أي مشكلات صحية أخرى؟

أية إرشادات خاصة أو محاذير تود الإشارة إليها :-

التاريخ المرضى لانسرة التلميذ ، الرجاء وضع علامة (✓) في المربع المناسب :-

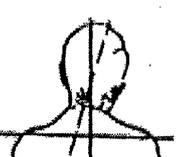
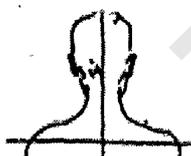
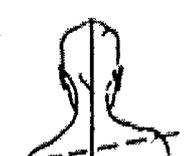
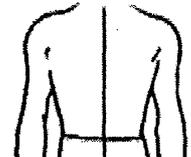
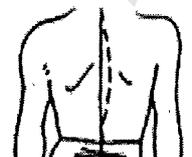
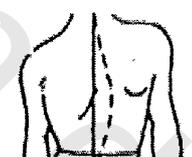
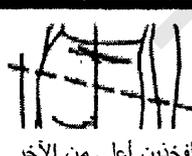
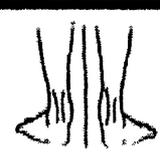
- |                                      |   |  |
|--------------------------------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> أمراض القلب | <input type="checkbox"/> أمراض الشرايين           | <input type="checkbox"/> أمراض الحساسية      |
| <input type="checkbox"/> الدرن       | <input type="checkbox"/> السكر                    | <input type="checkbox"/> السرطان             |
| <input type="checkbox"/> الصرع       | <input type="checkbox"/> الأمراض العقلية والنفسية | <input type="checkbox"/> أمراض أخرى (أذكرها) |

توقيع ولي أمر الطالب :

التاريخ :

مرفق ( ٧ )

بطاقة نيويورك لتسجيل القوم

الاسم / .....									
القوام السليم	القوام المتوسط	القوام السيئ	الصفوف						
<p>A</p>  <p>الراس منتصبه وخط القتل عمودي ويمر مباشر عبر المركز</p>	<p>B</p>  <p>الراس تالف او تميل على أحد الجانبين بدرجة طفيفة</p>	<p>C</p>  <p>الراس تالف او تميل على أحد الجانبين بدرجة ملحوظة</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٣</td> <td>٥</td> </tr> <tr> <td>٢</td> <td>٤</td> <td>٦</td> </tr> </table>	١	٣	٥	٢	٤	٦
١	٣	٥							
٢	٤	٦							
<p>A</p>  <p>الكتفان (المنكبنا) على مستوى واحد مستعرض</p>	<p>B</p>  <p>أحد الكتفين أعلى من الآخر بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>أحد الكتفين أعلى من الآخر بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٣</td> <td>٥</td> </tr> <tr> <td>٢</td> <td>٤</td> <td>٦</td> </tr> </table>	١	٣	٥	٢	٤	٦
١	٣	٥							
٢	٤	٦							
<p>A</p>  <p>العمود الفقري مستقيم</p>	<p>B</p>  <p>العمود الفقري منحني للجانب بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>العمود الفقري منحني للجانب بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٣</td> <td>٥</td> </tr> <tr> <td>٢</td> <td>٤</td> <td>٦</td> </tr> </table>	١	٣	٥	٢	٤	٦
١	٣	٥							
٢	٤	٦							
<p>A</p>  <p>الفخذان (الحوض) على مستوى مستعرض</p>	<p>B</p>  <p>أحد الفخذين أعلى من الآخر بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>أحد الفخذين أعلى من الآخر بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٣</td> <td>٥</td> </tr> <tr> <td>٢</td> <td>٤</td> <td>٦</td> </tr> </table>	١	٣	٥	٢	٤	٦
١	٣	٥							
٢	٤	٦							
<p>A</p>  <p>مقدمة القدمين مستقيمة للأمام</p>	<p>B</p>  <p>مقدمة القدمين للجانب</p>	<p>C</p>  <p>مقدمة القدمين للجانب بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٣</td> <td>٥</td> </tr> <tr> <td>٢</td> <td>٤</td> <td>٦</td> </tr> </table>	١	٣	٥	٢	٤	٦
١	٣	٥							
٢	٤	٦							
<p>A</p>  <p>قوسا القدمين مرتفعان</p>	<p>B</p>  <p>قوسا القدمين منخفضان ... تسطح طفيف في القدمين</p>	<p>C</p>  <p>قوسا القدمين منخفضان ... تسطح ملحوظ في القدمين</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٣</td> <td>٥</td> </tr> <tr> <td>٢</td> <td>٤</td> <td>٦</td> </tr> </table>	١	٣	٥	٢	٤	٦
١	٣	٥							
٢	٤	٦							

تابع مرفق ( ٧ )  
بطاقة نيويورك لتسجيل القوام

القوام السليم	القوام المتوسط	القوام السيئ	الصفوف																								
<p>A</p>  <p>العنق منتصب، الذقن للداخل، الرأس متزنة مباشرة فوق المنكبين</p>	<p>B</p>  <p>العنق مائل للأمام بشكل طفيف، والذقن للخارج بشكل طفيف أيضاً</p>	<p>C</p>  <p>العنق مائل للأمام بشكل ملحوظ، والذقن للخارج بشكل ملحوظ أيضاً</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						
<p>A</p>  <p>الصدر مرتفع، عظم القص أبعد من الجزء الأسامي للجسم</p>	<p>B</p>  <p>الصدر منخفض بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>الصدر منخفض بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						
<p>A</p>  <p>الكتفان متمركزان</p>	<p>B</p>  <p>الكتفان للأمام بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>الكتفان فيهما تجنح في اللوحين</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						
<p>A</p>  <p>استدارة طبيعية في منطقة أعلى الظهر</p>	<p>B</p>  <p>استدارة فيها زيادة طفيفة في منطقة أعلى الظهر</p>	<p>C</p>  <p>استدارة فيها زيادة ملحوظة في منطقة أعلى الظهر</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						
<p>A</p>  <p>الجذع منتصب</p>	<p>B</p>  <p>الجذع مائل بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>الجذع مائل بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						
<p>A</p>  <p>البطن مسطحة</p>	<p>B</p>  <p>البطن مننقحة</p>	<p>C</p>  <p>البطن مننقحة، ومدلاة</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						
<p>A</p>  <p>انحناء طبيعي في المنطقة السفلى من الظهر (القطن) (الطن)</p>	<p>B</p>  <p>المنطقة السفلى من الظهر (القطن) مقعرة بشكل طفيف</p>	<p>C</p>  <p>المنطقة السفلى من الظهر (القطن) مقعرة بشكل ملحوظ</p>	<table border="1"> <tr> <td>١</td> <td></td> <td>٣</td> <td></td> <td>٥</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>٢</td> <td></td> <td>٤</td> <td></td> <td>٦</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	١		٣		٥									٢		٤		٦						
١		٣		٥																							
	٢		٤		٦																						

تعليمات : يقوم المدرس بتسجيل درجة القوام ( A, B, C ) في خانة الصفوف حسب كل مرحلة دراسية

نقلًا عن محمد صبحي حسنين مرجع ( ٥٣ : ١٥٣ - ١٦٠ )

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علوم الصحة الرياضية

## بطاقة تقويم ومتابعة

### الصحة الرياضية المدرسية (التلاميذ المرحلة الابتدائية)

إجراء

الباحث / محمود رمضان عبد العزيز  
مدرس بالتربية والتعليم بقر الشيخ

الأثر أف

المكتوب

فتحي محمد نسفا

أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية  
كلية التربية الرياضية  
جامعة طنطا

الأستاذ المكتوب

مسموود كمال غرابية

أستاذ ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية  
ووكيل الكلية لشئون البيئة وتنمية المجتمع  
كلية التربية الرياضية  
جامعة طنطا

مرفق (٨)

نموذج بطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية  
لتلاميذ المرحلة الابتدائية

٢٠٠٤

صورة  
شخصية

البيانات الأولية

اسم المدرسة /

اسم الطالب /

الرقم القومي للطالب /

تاريخ الميلاد /

العنوان :-

العقار رقم : شارع / حارة :

شريحة / قرية : قسم / مركز :

محافظة : رقم التليفون /

التغيرات التي تطرأ على البيانات السابقة مثل تغيير العنوان أو الانتقال

إلى مدرسة أخرى :

### التاريخ الطبي (المرضى) لأسرة التلميذ

الصف الخامس	الصف الرابع	الصف الثالث	الصف الثاني	الصف الأول	رقم
					١
					٢
					٣
					٤
					٥
					٦
					٧
					٨
					٩
					١٠
					١١
					توقيع ولي الأمر
					توقيع الطبيب

تقرير الطبيب :

الصف الأول :

الصف الثاني :

الصف الثالث :

الصف الرابع :

الصف الخامس :

١

### التاريخ الطبي (المرضى) للتلميذ

الصف الخامس	الصف الرابع	الصف الثالث	الصف الثاني	الصف الأول	رقم
					١
					٢
					٣
					٤
					٥
					٦
					٧
					٨
					٩
					١٠
					١١
					١٢
					١٣
					١٤
					توقيع ولي الأمر
					توقيع الطبيب

تقرير الطبيب :

الصف الأول :

الصف الثاني :

الصف الثالث :

الصف الرابع :

الصف الخامس :

٢

### تابع التطعيمات أثناء الدراسة

الصف الرابع	الصف الأول	عدد الجرعات نوع التطعيم
	٢٠٠ / /	المسحلي
	٢٠٠ / /	التطعيم الثلاثي M.M.R
٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	تتالي D.T

تقرير الوزارة الصحية :-

الصف الأول :

توقيع الوزارة الصحية

الصف الرابع :

توقيع الوزارة الصحية



### التطعيمات وتواريخها

التطعيمات الواجبة وتواريخها وستخرج من شهادة الميلاد أو البطاقة الصحية

الصفحة	تاريخ	تاريخ	إلى	عدد الجرعات نوع التطعيم
٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	B.C.G الدرن
٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	التطعيم الثلاثي
٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	شلل الأطفال
	٢٠٠ / /		٢٠٠ / /	الحمية
	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	٢٠٠ / /	التهاب كبدى "B" فيروسى

تقرير الوزارة الصحية :

توقيع الوزارة الصحية





### تابع الفحص الطبي

تاريخ الفحص الطبي		تاريخ	تاريخ	تاريخ
الحلق				
الجلد				
العدد				
الرئتان				
القلب				
الكبد				
الطحال				
الفتاق				
الجهاز العصبي				
المضلات والعظام والمفاصل				
التغذية				
الفم والأسنان				
توقيع الطبيب				
توقيع طبيب الأسنان				

### الفحص الطبي

تاريخ الفحص الطبي		تاريخ	تاريخ	تاريخ
معدل				
ضربات القلب				
ضغط الدم				
الرقبة				
الرقود				
الوقوف				
الوقوف				
النتيجة				
الرؤية				
عمى الألوان				
مرض العين				
حول				
الانظارة				
السمع				
أمراض الأذن				
فروة الرأس				
الأنف				

تابع/ تقرير الفحص الطبي

الصف الرابع

الطبيب

بناء على نتائج التاريخ الطبي ، الفحص الطبي ، التقييم البدني (الاختبار الرياضي)

- ما هي درجة مشاركة التلميذ في النشاط الرياضي :-
- مشاركة محدودة
- مشاركة كاملة
- لا يشارك
- يحتاج تقييم آخر

- إن لم يكن مسموح له بالمشاركة الكاملة يرجى كتابة الأسباب

أى توصيات أو توجيهات :

توقيع الطبيب

تقرير الفحص الطبي

الصف الأول

الطبيب

بناء على نتائج التاريخ الطبي ، الفحص الطبي ، التقييم البدني (الاختبار الرياضي)

- ما هي درجة مشاركة التلميذ في النشاط الرياضي :-
- مشاركة محدودة
- مشاركة كاملة
- لا يشارك
- يحتاج تقييم آخر

- إن لم يكن مسموح له بالمشاركة الكاملة يرجى كتابة الأسباب

أى توصيات أو توجيهات :

توقيع الطبيب

الصف الأول :  
تقرير الطبيب

تقرير الزائرة الصحية

تقرير مدرس التربية الرياضية

الصف الثاني :  
تقرير الطبيب

تقرير الزائرة الصحية

تقرير مدرس التربية الرياضية

الصف الثالث :  
تقرير الطبيب

تقرير الزائرة الصحية

تقرير مدرس التربية الرياضية

الصف الرابع :  
تقرير الطبيب

تقرير الزائرة الصحية

تقرير مدرس التربية الرياضية

الصف الخامس :  
تقرير الطبيب

تقرير الزائرة الصحية

تقرير مدرس التربية الرياضية

فحص القوام :

ملخص متابعة الحالات المصابة بالتهنؤات أو الإحراقات القوامية المكتشفة نتيجة فحص القوام

التاريخ	السن	الاهل	الفرج (متر)	الرجل (درجة)	الكتف	رقم	رقم
						١	١
						٢	٢
						٣	٣
						٤	٤
						٥	٥
						٦	٦
						٧	٧
						٨	٨
						٩	٩
						١٠	١٠
						١١	١١
						١٢	١٢
						١٣	١٣
						١٤	١٤
						١٥	١٥
						١٦	١٦
						١٧	١٧
						١٨	١٨
						١٩	١٩
						٢٠	٢٠
						٢١	٢١
						٢٢	٢٢
						٢٣	٢٣
						٢٤	٢٤
						٢٥	٢٥
						٢٦	٢٦
						٢٧	٢٧
						٢٨	٢٨
						٢٩	٢٩
						٣٠	٣٠
						٣١	٣١
						٣٢	٣٢
						٣٣	٣٣
						٣٤	٣٤
						٣٥	٣٥
						٣٦	٣٦
						٣٧	٣٧
						٣٨	٣٨
						٣٩	٣٩
						٤٠	٤٠
						٤١	٤١
						٤٢	٤٢
						٤٣	٤٣
						٤٤	٤٤
						٤٥	٤٥
						٤٦	٤٦
						٤٧	٤٧
						٤٨	٤٨
						٤٩	٤٩
						٥٠	٥٠

























## ملخص البحث

- ملخص البحث باللغة العربية
- ملخص البحث باللغة الانجليزية

# تصميم بطاقة لتقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

إعداد

محمود رمضان عبد العزيز

مدرس بالتربية والتعليم بكفر الشيخ

إشراف

الدكتور

فتحي محمد ندا

أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية

كلية التربية الرياضية

جامعة طنطا

الأستاذ الدكتور

مسعود كمال غرابية

أستاذ ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية

ووكيل الكلية لشئون البيئة وتنمية المجتمع

كلية التربية الرياضية

جامعة طنطا

## ملخص البحث

### مقدمة ومشكلة البحث :

لقد ازداد في الآونة الأخيرة اهتمام دول العالم بصحة الطفل ، وكانت مصر إحدى تلك الدول التي أولت صحة الطفل عناية خاصة ، وذلك حيث نالت مرحلة التعليم الابتدائي أهمية خاصة في مصر ، وذلك من خلال الدور الذي تلعبه المدرسة في الاهتمام بصحة التلاميذ والمتابعة المستمرة لها ، مستخدمة في ذلك الأنشطة الموجودة بالمدرسة والتي توجه نحو ترقية صحة التلاميذ ، وأن أهم تلك الأنشطة هي التربية الرياضية ، حيث تحقق للفرد من خلال مزاولتها النمو المتكامل من النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية محققه بذلك الصحة بمفهومها الشامل ، والذي عرفته منظمة الصحة العالمية بأنها " حالة من اكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً ، لا مجرد إنعدام المرض أو العجز " .

كما أن هناك العديد من الأهداف القومية التي تحققها الرياضة من خلال تحسين صحة الطفل في تنشأة جيل قادر على الإنتاج ، والدفاع عن الوطن من خلال إعداد جيش وطني قوي ، وارتفاع مستوى التحصيل العلمي ونمو العقول البشرية .

لذا فإن الرياضة تعد مؤشر قوي لإطمئنان الفرد على حالته الصحية ، وذلك من خلال الاختبارات الصحية التي تؤدي من خلال تغيير وضع الجسم عندما يجهد بواسطة الأنشطة البدنية عن الاختبارات التي تؤدي في حالة الراحة ، والذي تحققها الاختبارات الرياضية المرتبطة بالصحة ، بالإضافة إلى أنها الوسيلة الأسهل والأرخص لاكتساب الصحة والمحافظة عليها .

وأن هذا المبدأ لن يتحقق بالصورة المرجوة إلا إذا أمكن تقويم التربية الرياضية بالمدارس وذلك من خلال تقويم التلميذ وتقديمه للتعرف على مقدار الفوائد أو التغييرات التي أحدثها برنامج التربية الرياضية على صحة التلاميذ ، وذلك من خلال استخدام أدوات التقويم من اختبارات ومقاييس مناسبة وملئمة ومقننة على عينات من المجتمع الذي سيطبق عليه.

لذا تتضح أهمية التقويم الصحي الرياضي للطفل من خلال التعرف على المستوى الصحي قبل الممارسة الرياضية والمستوى الصحي الناتج عن تلك الممارسة بالمدارس ، خاصة بعدما وجد الباحث من خلال عمله كمدرس تربية رياضية ظهور مشكلة كبيرة وخطيرة في المدارس وهي انخفاض مستوى الصحة الرياضية للتلاميذ في المدارس والذي اكتشفه الباحث أثناء إدارته لحصص التربية الرياضية حيث لاحظ الباحث ظهور علامات التعب على تلاميذ الصف الأول الثانوي أثناء فترة الإحماء على الرغم من أن الحمل البدني الواقع على التلاميذ خلال تلك الفترة حمل بدني خفيف .

وذلك ما دفع الباحث للتعرف على جذور تلك المشكلة من خلال التعرف على طرق متابعة وتقويم المستوى الصحي للتلاميذ في المدارس والذي وجده مقتصر على الكشف الطبي لتلاميذ

الصف الأول والرابع بالنسبة للمرحلة الابتدائية ، والبطاقة الصحية التابعة للتأمين الصحي والذي اقتصر على التلاميذ الذين يعانون من مشكلات صحية فقط .

وقد وجد الباحث أنها غير كافية للحكم على المستوى الصحي للتلاميذ حيث أنها تعني بخلو التلميذ من المرض أو العجز فقط ، دون النظر لمدى تحقيق السلامة والكفاية البدنية خاصة ، والذي يمكن تحقيقها من خلال إضافة اختبار لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لهذه الفحوص السابقة وذلك حتى يتم التأكد أو التحقق من مدى ما يتمتع به التلميذ من مستوى صحي ، خاصة بعد ما وجد الباحث عدم وجود اختبار للياقة البدنية للتلاميذ بالمرحلة الابتدائية ما عدا لتلاميذ الصف الخامس فقط والمقتصر على التلاميذ المشتركين في مشروع اللياقة البدنية والموجود ببعض المدارس القليلة دون الأخرى .

لذا وجد الباحث ضرورة تناول هذه الدراسة كمحاولة للتوصل لحل لهذه المشكلة ، وذلك من خلال القيام بتصميم بطاقة لتقويم الصحة الرياضية المدرسية ، كسجل دائم مع التلميذ يعتمد على العديد من وسائل القياس التي يمكن من خلالها التحقق من مستوى الحالة الصحية للتلميذ ومدى تقدمه من خلال المتابعة المستمرة لحالته الصحية بواسطة هذه البطاقة المراد تصميمها .

#### أهداف البحث : يهدف البحث إلى ..

١. تصميم بطاقة لتقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، ملائمة لطبيعة وإمكانيات المدارس في البيئة المصرية ، وذلك من خلال الأهداف التالية :-
  - ( أ ) التعرف على المحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
  - ( ب ) التعرف على محتوى المحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
  - ( ج ) التعرف على طرق التقويم الخاصة بالمحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
٢. تطبيق بطارية اللياقة الصحية المقننة على تلاميذ المرحلة الابتدائية ريف وحضر بمحافظة كفر الشيخ ، وذلك لتحقيق الأهداف التالية :-
  - ( أ ) التعرف على الفروق بين تلاميذ الريف والحضر في عناصر اللياقة الصحية خلال الصفوف الدراسية الخمسة الابتدائية .
  - ( ب ) التعرف على الفروق بين تلاميذ الصفوف الدراسية الخمسة الابتدائية ريف وحضر في عناصر اللياقة الصحية .

( ج ) وضع مستويات معيارية لأختبار اللياقة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ريف وحضر معاً بمحافظة كفر الشيخ .

### تساؤلات البحث :-

١. التساؤلات الخاصة بتحقيق الهدف الأول :-

( أ ) ما هي المحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .

( ب ) ما هو محتوى المحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .

( ج ) ما هي طرق التقويم الخاصة بالمحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .

٢. التساؤلات الخاصة بتحقيق الهدف الثانى للبحث وهى :-

( أ ) هل هناك فروق ذات دلالة معنوية بين تلاميذ الريف والحضر فى عناصر اللياقة الصحية للصفوف الدراسية الخمسة الابتدائية .

( ب ) هل هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الصفوف الدراسية الخمسة لتلاميذ المرحلة الابتدائية ريف وحضر فى عناصر اللياقة الصحية .

( ج ) ما هي المستويات المعيارية ( الدرجات المئينية ) لاختبار اللياقة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة كفر الشيخ ( ريف وحضر معاً ) .

### إجراءات البحث :-

#### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي وذلك لملائمته لأهداف وطبيعة الدراسة .

#### عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة كفر الشيخ ، قوامها ٥٥٣ تلميذاً بواقع ٣٢٣ تلميذاً ممثلين لتلاميذ الريف ، ٢٣٠ تلميذاً ممثلين لتلاميذ الحضر .

#### أدوات البحث :

استخدم الباحث الأدوات التالية لجمع البيانات اللازمة للدراسة وهى :-

١- إستمارة استطلاع رأي الخبراء ، فى مكونات بطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، ومحتواها ، وطرق تقويمها .

٢- بطارية إنديانا للياقة الصحية ، وقد تم تقنينها بإجراء المعاملات العلمية لها من صدق وثبات للتأكد من مدى صلاحيتها للتطبيق على تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة كفر الشيخ بمختلف بيئاتها الريفية والحضرية ، والتي احتوت على العديد من الاختبارات التي استخدمت العديد من أدوات وأجهزة القياس وهي :-

- ١- جهاز الرستاميتز لقياس الطول بالسنتيمتر .
- ٢- ميزان طبي لقياس الوزن .
- ٣- شريط قياس بالمتر .
- ٤- مسطرة مدرجة بالسنتيمتر .
- ٥- صندوق خشبي مدرج لقياس المرونة .
- ٦- ساعة إيقاف .

### الخطوات التنفيذية لإجراء البحث :

- ١- إتخاذ الموافقات الإدارية لإجراء الدراسة .
- ٢- اختيار وإعداد المساعدين لتطبيق الدراسة .
- ٣- القيام بالدراسات الاستطلاعية التالية :-

- أ) الدراسة الاستطلاعية الأولى : والخاصة بالتعرف على البطاقات الصحية والصحية الرياضية السابقة .
- ب) الدراسة الاستطلاعية الثانية : والخاصة بالتعرف على بطاريات اللياقة الصحية المطبقة في مصر والدول العربية والدول الأجنبية على تلاميذ المرحلة الابتدائية
- ج) الدراسة الاستطلاعية الثالثة : الخاصة بتدريب المساعدين ، والتأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات قبل القياس .
- د) الدراسة الاستطلاعية الرابعة : والخاصة بإيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للبطارية المستخلصة من استمارة استطلاع رأي الخبراء وهي بطارية إنديانا للياقة الصحية .

### الدراسة الأساسية :

والتي قام خلالها الباحث بتوزيع استمارات استطلاع الرأي على الخبراء ، وتجميعها وتفريغها وحساب النسب المئوية لها ، مستخلصاً من ذلك مكونات بطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ومحتوى تلك المكونات أو المحاور الرئيسية وطرق تقويمها.

كما استخلص منها بطارية إنديانا للياقة الصحة ، والتي تم إجراء المعاملات العلمية لها من صدق وثبات لتقنينها والتأكد من صلاحيتها للتطبيق في هذه الدراسة ، ثم قام الباحث بتطبيقها على عينة البحث الأساسية من تلاميذ الصفوف الدراسية الخمسة الابتدائية في كل من مدارس البيئة الريفية والحضرية ، ثم سجلت النتائج وتم مراجعتها وجدولتها ومعالجتها إحصائياً .

### المعالجات الإحصائية :

تم معالجة البيانات التي تم جمعها باستخدام المتوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، اختبار ( ت ) ، معامل بيرسون للارتباط البسيط ، النسبة المئوية % ، تحليل التباين ، اختبار شيفة ، أقل فرق معنوي L.S.D ، الدرجة المئينية .

### أولاً : الاستنتاجات

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :-

١. تم التوصل إلى المحاور الرئيسية المكونة لبطاقة تقويم الصحة الرياضية المدرسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وهي عشرة محاور هي (التاريخ الطبي " المرضى " للتلميذ - التاريخ الطبي " المرضى " لأسرة التلميذ - التطعيمات - الفحص الطبي - التحاليل المعملية - الاختبارات الرياضية - النظافة أو المظهر الشخصي - نسبة " معدل " الحضور والغياب - موجز تتبع الحالات المرضية - معدل الإصابات الرياضية) .
٢. تم التوصل إلى محتوى تلك المحاور الرئيسية .
٣. تم التوصل إلى طرق التقويم الخاصة بكل محور من تلك المحاور الرئيسية .
٤. صلاحية بطارية إنديانا للياقة الصحية من حيث الصدق والثبات لها ولإختباراتها ، بالإضافة لصلاحيتها للتطبيق على تلاميذ الريف والحضر بمدارسهم المختلفة .
٥. وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الريف والحضر في جميع متغيرات اللياقة الصحية لصالح تلاميذ الريف .
٦. وجود فروق ذات دلالة معنوية في جميع متغيرات اللياقة الصحية بين معظم الصفوف الدراسية الخمسة سواء لتلاميذ الريف أو الحضر وذلك لصالح الصفوف الدراسية الأعلى
٧. حدوث اختلاف في طفرات نمو عناصر اللياقة الصحية بين تلاميذ الريف والحضر وذلك خلال الصفوف الدراسية الخمسة .
٨. إستخلاص المستويات المئينية لبطارية إنديانا للياقة الصحية صالحة للتطبيق على تلاميذ المرحلة الابتدائية بالبيئة المصرية .

**التوصيات :-** في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بالآتي :

- ١- الاهتمام بتطبيق وتعميم البطاقة التي تم تصميمها في هذه الدراسة بمدارسنا على مستوى جمهورية مصر العربية وذلك من قبل وزارة التربية والتعليم .
- ٢- إجراء المزيد من البحوث والدراسات للعمل على تطوير وتحسين واستكمال البطاقة لتشمل الجوانب العقلية والنفسية والاجتماعية بجانب الجانب البدني والذي شملته تلك البطاقة .
- ٣- إجراء بحوث مشابهة في المراحل الدراسية التالية ، وللجنسين .
- ٤- الاستفادة من استخدام البطاقة ، في تقسيم وتصنيف التلاميذ ، في متابعة المستوى الصحي للطالب ، في الوقاية من التعرض للمخاطر الصحية ، في التعرف على التاريخ الصحي للتلميذ وأسرته ، في التعرف على تأثير برامج التربية الرياضية على صحة التلاميذ ، في استخلاص نتائج تصلح على المدى الطويل في الدراسات التتبعية ، في التعرف على تأثير البيئات المصرية المختلفة على النواحي الصحية للتلميذ ، في مجال الإلتقاء الرياضي الأولى ، في عقد مقارنات بين التلميذ ونفسه وبينه وبين أقرانه .
- ٥- الاستفادة من المستويات المئينية المستخلصة من الدراسة في تقويم مستوى اللياقة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
- ٦- الاهتمام بوضع مستويات معيارية لبطارية إنديانا للياقة الصحية على مستوى جمهورية مصر العربية ، وفي ضوء المعيار المحكي .
- ٧- إعداد دورات صقل للمدرسين بالمرحلة الابتدائية على طريقة استخدام البطاقة ، بالإضافة لتدريبهم على طرق قياس الاختبارات ببطارية إنديانا للياقة الصحية ، وكيفية استخراج النتائج والتعامل معها .
- ٨- الاهتمام بمشاركة جميع التلاميذ في النشاط الرياضي خلال حصص التربية الرياضية ، وعدم حرمانهم من المشاركة لأسباب صحية مزمنة أو إعاقات بدنية ، ولكن تتم المشاركة تحت الاشراف الصحية الملائمة لحالتهم .
- ٩- استخدام المدرسة كنادي صحي رياضي .
- ١٠- تضافر جميع جهود الدولة من مؤسسات وهيئات حكومية وخاصة نحو نشر مفهوم ممارسة الرياضة من أجل الصحة خاصة للأطفال بين جميع فئات المجتمع كهدف قومي تسعى إلى تحقيقه جميع المؤسسات العامة والخاصة من أجل تنشئة جيل صحيح قادر على الإنتاج والدفاع عن الوطن .

**Tanta University  
Faculty of Physical Education  
Sport Health Science Department**

**Designing a Card to Evaluate School Sport  
Health for Students of Primary School**

**Prepared by  
Mahmoud Ramadan Abd EL-Aziz  
Teacher in Ministry of Education  
In  
Kafer EL-Sheikh**

**A search presented at the Requirements  
for  
the M.D. in physical Education**

**Supervisors**

**Prof. Dr.  
Massoud Kamal Ghoraba  
Prof. and Head of Sport Health  
Science Department , Faculty's Vice -  
dean For the Affairs of Environment  
and Developing Society  
Faculty of Physical Education  
Tanta University**

**Dr.  
Fathi Mohammed Nada  
Assis. Prof at Sport Health Science  
Department .  
Faculty of Physical Education  
Tanta University**

**2004**

## **Research summary**

### **Introduction and research problem :**

The international interest with child's health has increased recently. Egypt was among the countries that paid a special care to the child's health. The primary stage gained an important interest in Egypt through the role played by the school in taking care of pupil's health and countious mintainance to it . This interest through using the school activities which aimed at raising (promoting) student's health. The most important activity is physical edcation which enables individual to grow perfectly physically, psychologically, mentally and socially, in this way it achieves health by its comperhensive meaning which was defined by the international health organization as " astate of complete safety physically, mentally and socially, not just being not sick or hand cape"

Also there are a lot national aims that being achieved by sport through improving child's health in breeding a new generation able to product, defend the nation through preparing a strong national army in order to do defend national safety, and raising scientific standards and the growth of human brains.

So that sport is considered a strong indicator about human's health state, also it is the easieset and cheapest mean to be and maintain health. It is through the health exercises which are practiced through change in body position when he is tired by phsical activities than the exercises that are performed at rest position, which achieved by health sport tests.

This principal will not achieved correcly unless we can evaluate physical education in schools through evaluating pupil and his progress to recognize the benifets and changes achieved by the physical education program on pupil's health through using evaluation tools, tests, suitable measures for the society on which they will be applicated.

The importance of sport health evaluation arises from recognising the health level before and after practicing in school, especially after what the researcher has found through his job as a physical education teacher, a sever and dangerous problem in schools which is the decreesing level of sports health of pupils in school. That was found out by the researcher during one of physical education classes, he noticed that the students of first grade secondary were tired during the preparation period despit that the physical stress on students during this period wasn't high.

This encourage the researcher to recognize the roots of this broblem through recognition of the ways of maintaining and evaluating the health level of pupils in school which was found only the cilincal examination of pupils of 1<sup>st</sup> and 4<sup>th</sup> grade in primary school, and the health card which follows the health insurance and this was only for

students who were suffering from health problems . The researcher found that it isn't enough to judge the students healthy level because it is only cares if the student has diseases or hand cape without looking to the safety and physical efficiency, which can be achieved through adding a test for the elements of physical fitness which are connected to health to the previous exams. This is to make sure of the student health standard especially that researcher has found out that there wasn't any tests of physical fitness for students in primary schools except in fifth grade and only the students who participate in the physical fitness project which was found in some schools not in all of them.

The researcher found a necessity to handle this study as an attempt to find a wayout to this problem, through desiging a card to evaluate school physical health , as a permenent record for the students, depends on a lot of means of measuring through which we can determin the healthy state of student and his progress through the continuoually mintainance to his health through this card which he aimed to designe.

#### The goals of the research :

1- to designe a card to evaluate school sport health for the primary school a bilities in Egyption environment, through :-

- a) recognize the content of the basic branches which make the card of evaluating school sport health for the students of primary school.
- b) Recognize the ways of evaluation of the basic brances which make the card of evaluating school sport health for the students of primary school in Kafer EL-Sheikh governerate

2- Applying the addopted health fitness battery on the primary students in country and town in Kafer EL-Sheikh governerate to achieve:-

- a) recognize the differences between country and town students in the element of health fitness in the five primary grades
- b) recognize the differences among students in the five primary grades counrty and town in the elements of health fitness standard.
- c) Put level to health fitness test for the students of primary school in both country and town in Kafer EL-Sheikh governerate.

#### Research investigations :

1- The investigations about the first aim :-

- a) what are the basic branches consisting the sport health evaluation card for primary school students?
- b) What is the content of the basic branches consisting the sport health evaluation card for primary school students?
- c) What are the ways to evaluate the basic branches consisting sport health evaluation card for primary school students?

## 2- The investigations about the second aim:-

- a) are there any significant differences between country and town students in the elements of health fitness for the primary five grades?
- b) Are there any significant differences among the five primary grades in both town and country in the elements of health fitness?
- c) What are the standard level ( percentile scores ) for the primary students health fitness in Kafer EL-Sheikh governerate (both in town and country) .

### Study procedures :-

#### Methodology :

The researcher used the descriptive method because it is suitable to the aims and nature of the the study.

#### Sample :

They were choosen randomly from the primary school students in KaferEL-Shakh governerate, about 553 students, 323 from country, 230 from town .

#### Tools :

The researcher used the following tools to collect the date for the study :-

- 1- A questionair to investgate the experts' view about the components of the card of evaluating school sports health for the primary student, its content and the method of evaluation.
- 2- Indiana Battery for health fitness which was applied on the primary students after its adaptation and make the scientific correlations of validity and reliability and to make sure that its is suitable to application on the town and country primary students in Kafer EL-Sheikh governerate. The Battery contains many of tests that used a lot of tools and measurements which are :-
  - 1- Restameter to measure length by centemeter.
  - 2- Medical scale to measure weigh.
  - 3- Tape to measure length by meter.
  - 4- Centemetered ruler.
  - 5- A numbered wooden box to measure flexibility
  - 6- Stop watch.

#### The applying steps to carry out the research :

- 1- making the administrive approvals to carry out the study.
- 2- Choose and prepare the assistance to apply the study .
- 3- Making the following primary studing :
  - a) first primary study : to recognize previous health and sport health cards

- b) second primary study : recognize the health fitness battery that is applied in Egypt and in Arab countries and foreign countries on the primary school students
- c) third primary study : training the assistances and examine the devices and tools before measuring.
- d) Fourth study : finding scientific correlations reliability - validity for the battery that is abstracted from questionnaire of experts views which is Indiana Battery for health fitness.

#### The basic study:

Through which the researcher has distributed experts questionnaires, collecting them, and calculating the percentage abstracting from that the components of the primary students evaluating sport health card and the content of this components or the basic branches and the methods of evaluation.

It was abstracted from Indiana Battery for physical fitness and the scientific instruments reliability - validity were performed to be adopted and assure its ability to apply in this study. The researcher applied it on the basic research symbol, students from the five primary grades in all school in country and town. The results were recorded, revised, tabalized and treated statistically.

#### The statistical treatments :

The data that were collected were dealt with by using arithmetic mean, mean deviation , standard, T-test, Pearson's coefficient for simple correlation, percentage (%) , Analysis of variance (ANOVA) , L.S.D, sheffa test, percentile score .

#### Deductions :

Through the goals of the research we found out the following deductions:

- 1- the basic branches that constituting the primary school students health evaluation card, they are ten branches (student's medical history - student's family medical history - Inoculations clinical examination - lab analysis - sport tests - cleanliness or personal appearance - ratio of attendance and absence - a brief of following illness states - ratio of sport injuries)
- 2- The content of these branches has been achieved.
- 3- The evaluation methods of each branch of these basic branches has been achieved.
- 4- The power of Indiana Battery for health fitness from and the tests, in addition to its power to apply on the country and town students in different schools .
- 5- The existence of statistical significant differences among the country and town students in all variables of health fitness for country students.

- 6- The existence of significant differences in all the variables of the health fitness among most of the five grades both for country and town students for the high grades.
- 7- The existence of amutation in the growth of the elements of the health fitness among the town and country students through the five grades.
- 8- Extract the percentile levels of the Indiana Battery for health fitness which is suitable to applicate on the primary school students in Egypt environment.

### Recommondations

The reseacher has recommended the following:-

- 1- application and generalization of the designed card in this study in our schools all over Egypt through the ministry of education.
- 2- Making further studies to develop and completing the card to cover the mental, psychological and social aspects in addition to the physical aspect presented in this study.
- 3- Making similar researches in the following stages and for both sexes.
- 4- Make benefit of using the card in dividing and classifying students, in maintaining the healthy level, in prevention from health risks, in recognizing the medical history of student and his family, in recognizing the effect of physical education programmms on students health, in extracting results that benefits on the long run in the following studies, in recognizing the influence of different Egyptian environments on health aspects of the students, in the field of first sport choice and in making comparisons between the student and himself and between student and his beers.
- 5- Making benefit of the percentile scores abstracted from this study in evaluating the level of primary school student's health fitness
- 6- Taking care in putting standard levels to Indiana Battery for health fitness all over Egypt through criterion norms .
- 7- making atraining periods for the primary school teachers on how to use the card, in addition to train them on the methods to measure tests in Indiana Battery for health fitness and how to extract the results .
- 8- Taking care in participating all the students in sport activities through physical education classes and not depriving them from participating because of chronic health reasons or physical hand cape but the participation took place under the necessary safety conditions.
- 9- Using school as a sport healthy club.
- 10- The states efforts should be gathered through institutions and governmental offices especially, to spread the concept of practincing sport for health among all society especially children as national aim which all the public and especial institution aimed to achieve for breeding a well generation able to product and defend the nation.