



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Health Science Awareness and Culture among Students of the College of Physical Education and Sports Sciences, according to the academic year 2025-2026

Authors: Wissam Falah Attia¹  

Abdul Kadhim Jalil²  

Sarah Sami Shabib³  

University of Basrah/ Department of Physical Education and Sport Sciences^{1,2,3}

Article information

Article history:

Received 04/01/2026

Accepted 11/04/2026

Available online 15, July, 2026

Keywords:

Design and standardization, culture scale, health sciences, college students

DOI:

<https://doi.org/10.55998/jsrse.v36i4.1485>

Journal of Studies and Researches
of Sport Education

<https://jsrse.uobasrah.edu.iq/index.php/home/index>

Online ISSN: 2789-6560

Volume 36, Issue 4, 2026

Pages:357-371

Abstract

This research aims to develop and implement a sports health awareness culture scale for students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Basra. It also seeks to identify the nature of students' awareness and understanding of sports health sciences at different academic levels. The researchers employed a descriptive survey methodology, deemed most suitable for the study's requirements and the nature of the research problem. The study sample consisted of 300 students randomly selected from the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Basra during the 2025–2026 academic year. The researchers concluded that the sports health awareness culture scale exhibited five levels within the sample. Therefore, they recommended the adoption of the scale they designed for assessing sports health awareness culture.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



ثقافة وعي العلوم الصحية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقا للمراحل

الدراسية للعام الدراسي 2025-2026

سارة سامي شبيب³

عبد الكاظم جليل²

وسام فلاح عطية¹

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,3,1}

الملخص

يهدف البحث إلى بناء وتطبيق مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة والتعرف على طبيعة ثقافة ووعي الطلبة بالعلوم الصحية الرياضية وفقا للمرحلة الدراسية حيث استخدام الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح كونه يتلاءم ومتطلبات إجراء هذه الدراسة وطبيعة المشكلة حيث تكونت عينة الدراسة من 300 طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة للعام الدراسي 2025 - 2026 واستنتج الباحثون ظهور خمسة مستويات لمقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لعينة التطبيق وعليه تمت التوصية اعتماد المقياس الذي صممه الباحثون لغرض ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية.

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2026/01/04

القبول: 2026/04/11

التوفر على الانترنت: 15 تموز، 2026

الكلمات المفتاحية:

تصميم وتقنين، مقياس الثقافة، العلوم الصحية، طلبة الكلية

مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

<https://jsrse.edu.iq/index.php/home>

Online ISSN: 2789-6560

مجلة 36 - العدد 4 2026

الصفحات: 357-371

التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

لم يقتصر الاهتمام بالنواحي التي تشكل طالباً متميزاً على الجوانب البدنية والمهارية والخططية بل تتعدى ذلك لتشمل الجوانب المعرفية والالمام بجميع علوم التربية البدنية والتي تعتبر جانباً مهماً وحيوياً يعد حجر الأساس للنهوض بتلك الجوانب إذ أن عدم توفر المعلومات التخصصية أو ضعفها يشكل أحد المعوقات التي من شأنها أن تضعف إمكانية الوصول لتحقيق النتائج المنشودة بشتى أنواعها. تمثل جوانب الثقافة الصحية الرياضية الخاصة بطلبة كلية التربية البدنية علوم الرياضية والرياضيين أحد الأسس الهامة التي تشكل جزء من الإعداد المتكامل لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تهدف للوصول به الى أرقى مستويات الوعي والثقافة الرياضية الذي يعكس الصورة المثلى لقدراته. (Hussein & Khaled, 2025) يعد الوعي بالعلوم الصحية الرياضية من العوامل الأساسية التي تسهم في تحسين الأداء الرياضي وتعزيز الصحة العامة والثقافة لدى الطلبة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقاً للمرحلة الدراسية. أن التقدم العلمي والتكنولوجي في مجال الرياضة، أصبح من الضروري أن يمتلك الطلبة معرفة دقيقة حول المبادئ الصحية المرتبطة بالنشاط البدني، مثل التغذية الرياضية، الوقاية من الإصابات، (Ahmed et al., 2025) وإدارة الأحمال التدريبية وتبرز الحاجة إلى أدوات قياس دقيقة وموثوقة لتقييم مستوى ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، مما يتيح تطوير مناهج وبرامج تعليمية تلبي احتياجاتهم وتعزز مستوى أدائهم الأكاديمي والرياضي. (Offy, 2020) ومما تقدم تكمن أهمية البحث في بناء أداة لقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الذي يمثل الوسيلة التي تمكننا من الوقوف على مستوى ثقافة وعي العلوم الصحية لديهم الأمر الذي يجعل الصورة واضحة أمام الطالب وبالتالي العمل على معرفتها بشكل دقيق وتشخيصها التي تؤثر في بلوغ الطالب لحالة النضج الثقافي التي تشكل القاعدة الأساسية وبالتالي (Masoud & Shabib, 2024)

قدرته على الاستمرار في العطاء والإبداع وتقييم المستوى العاليي إذ ان توفر أدوات القياس الموثوقة والمبنية على أساس علمي تسهم في تحسين جودة التعليم وتعزيز الاداء الرياضي وتطوير المناهج الدراسية ودعم البحث العلمي وبالتالي تحقيق النتائج المرجوة.

مشكلة البحث

في ظل التطورات الحديثة في مجال العلوم الصحية الرياضية، يواجه طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة تحديات تتعلق بنقص المعرفة الصحية المتخصصة التي تؤثر على أدائهم الرياضي وصحتهم العامة. وعلى الرغم من أهمية الثقافة الصحية الرياضية، إلا أنه لا يوجد مقياس مقنن يمكن الاعتماد عليه لتقييم مستوى وعي الطلبة في هذا المجال، مما يجعل من الصعب تحديد نقاط القوة والضعف لديهم ووضع استراتيجيات تطوير مناسبة. بناءً على ذلك، تتمثل مشكلة البحث في السؤال التالي: ما مدى الحاجة إلى تصميم وتقنين مقياس لثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة، ومدى فعاليته في قياس هذا الوعي؟

1 - 3 أهداف البحث

- يهدف البحث إلى: -
- بناء وتطبيق مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة.
- التعرف على مستوى ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة وفقاً للمرحلة الدراسية.

1 - 4 فروض البحث

- وجود تفاوت في مستوى ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية بين طلبة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة وفقاً للمرحلة الدراسية.

1 - 5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة البصرة للعام الدراسي 2025-2026.
- 1-5-2 المجال المكاني: القاعات الدراسية والمختبرات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 1-5-3 المجال الزمني: 2025/12/15 ولغاية 2026/3/25
- 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3 - 1 منهج البحث

استخدام الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح كونه يتلاءم ومتطلبات إجراء هذه الدراسة وطبيعة المشكلة. إذ يعد المنهج الوصفي من المناهج المهمة في جميع المجالات والذي يهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن. (Haider, 2015)

3-2 عينة البحث

العينة "ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختياره وفق قواعد وطرق بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً" (Haider, 2015) فقد اختار الباحثون عينة البحث التي تضمنت مجموعتين أحدهما لإجراءات تصميم وبناء المقياس والثانية لعملية تطبيق المقياس بصيغته النهائية وهي كما يأتي:

- 1- عينة بناء المقياس وعددهم (200) طالب.
- 2- العينة التي أجريت عليها التجربة الأولية (10) طالب.
- 3- العينة التي أجريت عليها المعاملات العلمية للمقياس وعددهم (15) طالب.
- 4- عينة تطبيق المقياس وشملت (100) طالب لكل مرحلة (25) طالب

3-3 وسائل جمع البيانات

- المصادر والمراجع، المقابلات الشخصية، الاستبيان.

3-4 خطوات بناء المقياس وإجراءاته الميدانية.

3-4-1 تحديد مجالات المقياس

من أجل تحديد محاور المقياس تم الرجوع الى الأدبيات في مجال موضوع الدراسة في اختصاص العلوم الصحية الرياضية ثم أعداد استبيان استطلاعي ليتم عرضه فيما بعد على عدد من الأساتذة المختصين في التربية البدنية وعلوم الرياضة وبلغ عددهم (10) عشرة تدريسيين ملحق (1). اذ اعتمد الباحثون المحاور المقترحة والتي حصلت على نسبة اتفاق 100%.

جدول (1)

يبين نسبة اتفاق اراء الخبراء والمختصين على محاور المقياس

ت	المحور	عدد الخبراء	النسبة المئوية
1	التغذية الرياضية	10	100%
2	التشريح الرياضي	10	100%
3	تأهيل الاصابة الرياضية	10	100%
4	الثقافة الصحية العامة	10	100%

3-4-2 أعداد الصيغة الأولية للمقياس

يحتاج بناء المقاييس الرجوع الى الأدبيات في مجال موضوع الدراسة والتوجه الى مجتمع الدراسة أو المزاوجة بين ما تم الحصول عليه من الأدبيات وكما مثبت في مصادر البحث في مجال العلوم الرياضية الصحية ومن مجتمع الدراسة لتهيئة الفقرات اللازمة وصياغتها بشكل أولي وقد حصل الباحثون على (46) فقرة من أدبيات الموضوع وبهذا أصبح المقياس جاهز لعرضه على هيئة المحكمين بشكله الأولي والذي يتكون من (46) فقرة وزعت بين محاور المقياس كما يأتي:

- 1- محور التغذية الرياضية _ (12) فقرة
- 2- محور التشريح الرياضي _ (12) فقرة
- 3- محور تأهيل الاصابة الرياضية _ (11) فقرة
- 4- محور الثقافة الصحية العامة _ (11) فقرة

3-4-3 عرض الصيغة الأولية للمقياس على الخبراء

قام الباحثون بعرض الصيغة الأولية للمقياس على هيئة من الخبراء في مجال التخصص للتأكد من صلاحية الفقرات المقترحة وتم ذلك بعرض استبيان استطلاعي لبيان صلاحية الفقرات وإيجاد البديل المقترح كما طلب الباحثون ببيان

صلاحية سلم التقدير الثلاثي المقترح ونتيجة صلاحيته. وقد تراوحت النسبة المئوية لقبول الخبراء بالفقرات بين (80%-100%)، وقد استخدم الباحثون معامل جودة التطابق (مربع كأي) إذ تم قبول الفقرة التي اتفق عليها ثمانون بالمائة من الخبراء أي بواقع (8) خبير من أصل (10) خبراء وقد بلغت قيمة مربع كأي (6) وهي أكبر من

قيمتها عند درجة حرية (2-1) والبالغة (3.84) مما دعا إلى قبول هذه النسبة أي 80% فما فوق. وبعد عرضها على الخبراء تم تعديل بعض الفقرات وكذلك استبعاد (3) فقرات ليصبح مجموع الفقرات (43) موزعة كما يأتي:

- 1- محور التغذية الرياضية _ (11) فقرة
- 2- محور التشريح الرياضي _ (11) فقرة
- 3- محور تأهيل الاصابة الرياضية _ (10) فقرة
- 4- محور الثقافة الصحية العامة _ (11) فقرة

5-3 التجربة الأساسية لتحليل فقرات المقياس

أختار الباحثون (200) طالب من طلبة الكلية لأجراء التجربة الرئيسية إذ تم توزيع المقياس عليهم، وبعد الإجابة يتم تدقيق الإجابات والتأكد من النتائج وتم ذلك من خلال توزيع المقياس بواسطة رابط الكتروني على طلبة الكلية للمراحل الأربع وذلك بتاريخ 2026/1/20.

5-3-1 أسلوب تصحيح الفقرات

تم تصحيح الفقرات بإعطاء وزن حسب ما يجيب المختبر على سلم التقدير الثلاثي الايجابي وأعطيت الأوزان كما في أدناه.

اتجاه الفقرة	لا اتفق	اتفق الى حد ما	اتفق تماماً
ايجابي	1	2	3

5-3-2 تحليل الفقرات إحصائياً

أن الهدف من تحليل فقرات المقياس إحصائياً هو تحسين نوعية الاختبار من خلال اكتشاف ضعف الفقرة ومن ثم العمل أما على إعادة صياغتها ثانية أو استبعادها أن لم تكن صالحة.

5-3-2-1 تمييز الفقرات

قام الباحثون بعمل التمييز لفقرات المقياس باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة بين الدرجات العليا والدنيا اذ تم حصر الدرجات العليا والدنيا بنسبة 27% من مجموع افراد عينة البناء البالغة (200) طالب وبذلك بلغ عددهم (54) طالباً في كل مجموعة

جدول (2) يمثل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) بين المجموعة العليا والدنيا

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة(ت) المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدالة
	س	ع	س	ع			
1	2.437	0.512	1.062	0.250	9.648	0.000	دال
2	2.312	0.478	1.125	0.341	8.077	0.000	دال

دال	0.000	8.014	0.403	1.187	0.516	2.50	3
غير دال	0.447	0.771	0.718	1.625	0.655	1.812	4
دال	0.000	5.477	0.577	1.250	0.447	2.250	5
دال	0.005	3.065	0.727	1.437	0.655	2.187	6
دال	0.000	4.468	0.447	1.250	0.573	2.062	7
دال	0.001	5.657	0.621	1.374	0.50	2.375	8
دال	0.000	5.222	0.632	1.50	0.513	2.562	9
دال	0.029	2.293	0.602	1.687	0.774	2.25	10
دال	0.000	4.449	0.629	1.562	0.718	2.625	11
دال	0.000	17.128	0.341	1.125	0.25	2.937	12
دال	0.000	12.775	0.403	1.187	0.341	2.875	13
دال	0.000	4.395	0.547	1.21	0.498	2562	14
دال	0.000	11.675	0.483	1.297	0.641	2.699	15

الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
			ع	س	ع	س	
غير دال	0.766	0.30	0.704	1.687	0.447	1.750	16
دال	0.000	4.435	0.621	1.559	0.711	2.623	17
دال	0.000	10.15	0.344	1.122	0.248	2.837	18
دال	0.000	11.775	0.483	1.197	0.441	2.799	19
دال	0.005	3.095	0.827	1.237	0.555	2.387	20
دال	0.000	4.469	0.547	1.270	0.573	2.662	21
دال	0.001	5.757	0.623	1.394	0.52	2.379	22
دال	0.000	5.252	0.642	1.58	0.516	2.567	23
دال	0.029	2.203	0.692	1.787	0.724	2.35	24
دال	0.000	9.648	0.250	1.062	0.512	2.439	25
دال	0.000	8.977	0.241	1.225	0.378	2.512	26
دال	0.000	7.014	0.403	1.187	0.416	2.40	27
دال	0.000	6.177	0.777	1.350	0.347	2.550	28
دال	0.005	2.999	0.727	1.437	0.655	2.287	29
دال	0.000	4.368	0.447	1.250	0.573	2.162	30
دال	0.000	16.128	0.341	1.125	0.25	2.937	31
دال	0.001	5.657	0.621	1.374	0.50	2.375	32

33	2.598	0.378	1.255	0.241	8.999	0.000	دال
34	2.25	0.774	1.687	0.602	2.293	0.029	دال
35	2.662	0.593	1.170	0.567	3.969	0.000	دال
36	2.437	0.612	1.062	0.250	8.648	0.000	دال
37	2.062	0.573	2.125	0.806	0.253	0.802	غير دال
38	2.350	0.447	1.249	0.477	4.477	0.000	دال
39	2.487	0.655	1.237	0.727	3.065	0.005	دال
40	2.395	0.60	1.474	0.421	4.657	0.001	دال
41	2.662	0.413	1.47	0.662	5.422	0.000	دال
42	2.525	0.718	1.362	0.629	3.449	0.000	دال
43	2.260	0.347	1.251	0.567	4.977	0.000	دال

وبعد استكمال العمليات الإحصائية لاستخراج تمييز الفقرات اتضح ان هناك تمييز بين الفقرات ذات الدرجات العليا والدرجات الدنيا في (40) فقرة من فقرات المقياس فقط لأنها سجلت دلالة احصائية في اختبار (ت) عند درجة حرية (30)، وتم استبعاد (3) فقرات لعدم تمييزها لأنها لم تسجل دلالة احصائية وبالنتيجة يصبح مجموع فقرات المقياس بصيغتها النهائية (40) فقرة موزعة كما يأتي:

- 1- محور التغذية الرياضية _ (10) فقرة.
- 2- محور التشريح الرياضي _ (10) فقرة.
- 3- محور تأهيل الاصابة الرياضية _ (10) فقرة.
- 4- محور الثقافة الصحية العامة _ (10) فقرة.

3-6 المعاملات العملية للمقياس

قام الباحثون باختيار عينة يبلغ عددها (15) طالب من طلبة الكلية لأجراء المعاملات العلمية المتمثلة بالصدق والثبات.

3-6-1 الصدق الظاهري

يشير مفهوم الصدق بشكل عام الى قدرة الاختبار أو المقياس على قياس ما وضع من أجله. والصدق الظاهري وهو أحد مؤشرات صدق المستوى ويشير الى مدى صلة الفقرات بالمتغير المراد قياسه (Haider, 2015). وقد تحقق الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرضه على هيئة من المحكمين او مجموعة من أصحاب الخبرة والتخصص. ويعد كافياً لتحديد صلاحية الفقرات كونها تقيس ما أعدت من أجله.

3-6-2 ثبات المقياس

الاختبار الثابت هو الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طُبق أكثر من مره في ظروف مماثلة (Haider, 2015) وتم تحقيق ثبات المقياس من خلال اعادة الاختبارات قام الباحثون بإيجاد قيمة معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول الذي تم أجرأه في 27/1/2026 ودرجات التطبيق الثاني بعد مرور (7) ايام على (15) طالب وقد ظهر أن قيمة معامل الارتباط المحسوبة بلغت (0.782) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.441) عند درجة حرية (13) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على ثبات مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية.

3-7 التطبيق الميداني للمقياس

بعد إكمال إجراءات بناء المقياس الذي أخذ صيغته النهائية الذي يتكون من (40) فقرة، وتم ذلك بتاريخ 20/2/2026 تطبيق المقياس على عينة من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة البصرة والبالغ عددهم (100) طالب من المراحل الأربع لكل مرحلة (25) طالب.

3-8 المستويات المعيارية للمقياس

تم تقسيم المستويات المعيارية الى خمس مستويات وتم استخراج قيمة المقدار الثابت بين فئة وأخرى بالاعتماد على قيمة اعلى واقل درجة للمقياس مقسومة على عدد المستويات (5) وبما ان عدد الفقرات 40× ثلاث درجات (سلم ثلاثي) = 120 درجة. وان اقل درجة للمقياس (40).

جدول رقم (3)

بين المستويات المعيارية والدرجات الخام لمقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية

النسبة المئوية	العدد	الفئات	المستويات
12.5%	25	105-120	جيد جداً
15%	45	89-104	جيد
35.5%	71	73 - 88	متوسط
14.5%	29	57-72	مقبول
15%	30	56 - فما دون	ضعيف

3-9 الوسائل الإحصائية

- النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، اختبار (ت) للعينات المستقلة، مربع كاي.

3- عرض النتائج ومناقشتها وتحليلها

3-1 عرض نتائج مستويات ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية وتحليلها ومناقشتها

بعد تطبيق مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية على طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفقاً للمراحل الأربع فقد حصل الباحثون على عدة مستويات كما نلاحظها في الجدول (4) والذي يمثل مستويات مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية.

جدول (4) يبين مستويات ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية والنسب المئوية لها

النسبة المئوية	العدد	الفئات	المستوى
15%	15	105-120	جيد جداً
20%	20	89-104	جيد
37%	37	73 - 88	متوسط
16%	16	57-72	مقبول
12%	12	56 - فما دون	ضعيف

ويرى الباحثون أن حصول الطلبة على المستوى (متوسط، جيد، جيد جداً) في المقياس ونسبة (72%) كانت تمثل النسبة الغالبة من عينة تطبيق المقياس ويعود الى أن ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لدى هذه الغالبية قد وصلت الى المستوى الذي من شأنه إظهار قدرات وإمكانات تتناسب وتوافر العوامل الايجابية التي تدعو الى ارتفاع درجة الوعي الكامل وبما ينسجم مع الحالة وقد يكون هذا العامل بحاجة الى جانب تطبيقي لترسيخ هذه القدرات بشكل اوسع. (Asal et al., 2025)

أما بالنسبة للمستوى (مقبول) و(ضعيف) فقد كانت نسبة الطلبة على التوالي (16%) و(12%) والتي جاءت دون المستوى متوسط فأن ذلك يؤكد ويدعم افتقار الطلبة الى وجود حالة التفاعل الجدي وقلة الاهتمام بتنمية العلوم الصحية والتي تمثل أساساً وقاعدة صلبة للطالب. (Al-Kinani & Attia, 2018) ان الهدف من التوعية الصحية في أي مجتمع يتضح من الممارسات الصحية لأفراده وذلك من خلال امتلاك افراد هذا المجتمع المعرفة والمعلومات المتعلقة بالمستوى الصحي في مجتمعهم. (Salama, 2011)

4-2 عرض قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية

جدول (5) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية للمراحل الأربع

المتغير	المرحلة	الوسط الحسابي	الانحراف لمعياري
مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية	الرابعة	81.25	36.85
	الثالثة	73.12	26.2
	الثانية	66.01	24.44
	الاولى	49.76	10.38

يتبين من الجدول (5) وجود تفاوت في الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية لدى طلبة المراحل الاربع في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة حيث ظهر ان طلبة المرحلة الرابعة الاعلى في قيمة الوسط الحسابي في مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية وذلك ناتج عن مستوى نضج هذه المرحلة بما يتناسب مع واقع الدروس النظرية التي مر بها الطالب خلال السنوات الدراسية السابقة فضلاً عن تراكم الخبرات وكان الوسط الحساب للمرحلة الثالثة بقيمة تلت المرحلة الرابعة مما يؤكد ان المعلومة المتوفرة بخصوص المقياس لدى طلبة المرحلة الثالثة جيدة اذا ما قورنت بنتائج الاوساط الحسابية للمرحلتين الاولى والثانية وذلك بحكم امتلاك طلبة هذه المرحلة كم جيد من المعلومات التي تؤهله للحصول على هذا الوسط الحسابي الجيد وهكذا بالنسبة لبقية المراحل حسب التسلسل الموضح ويعد هذا الامر منطقياً لكون الطالب في المرحلة الاولى والثانية في طور البناء العلمي والفكري بما يخص مجالات العلوم الصحية. اذ ان مفهوم التنقيف والوعي الصحي يعني تنقيف الافراد واثارة وعيهم لغرض تغيير سلوكهم وعاداتهم داخل المجتمع وكذلك غرس العادات والتقاليد الاجتماعية التي من شأنها تدعيم الجانب الصحي (Zahir, 2004)

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

1- تم بناء مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية وتكون المقياس من اربعة محاور هي:

- محور التغذية الرياضية.

-محور التشريح الرياضي.

-تأهيل الاصابة الرياضية.

-محور الثقافة الصحية العامة.

2-ظهور خمسة مستويات لمقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لعينة التطبيق.

ان الطلبة في المستوى جيد جداً بنسبة (15%) وأن الطلبة في المستوى جيد (20%) وأن الطلبة المستوى متوسط (37%) وأن الطلبة المستوى مقبول (16%) وأن الطلبة لمستوى ضعيف (12%) من مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية.

3- ظهر ان أفضل مستوى على مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية كان لدى طلبة المرحلة الرابعة ثم الثالثة ثم الثانية ثم الاولى.

4-2 التوصيات

1. اعتماد المقياس الذي صممه الباحثون لقياس مستوى ثقافة الوعي بالعلوم الصحية الرياضية، لما يتمتع به من

ملاءمة لأهداف الدراسة وإمكانية الاستفادة منه في الدراسات المستقبلية.

2. الاهتمام بتنظيم الدورات التدريبية وورش العمل التنقيفية في مجال العلوم الصحية الرياضية، بما يسهم في تعزيز

مستوى الوعي والثقافة الصحية الرياضية لدى الطلبة وتحقيق التطور المنشود.

3. الإفادة من نتائج الدراسة الحالية إلى جانب نتائج الدراسات ذات الصلة، في تقييم مستويات الطلبة في مجال ثقافة الوعي بالعلوم الصحية الرياضية، وبما يدعم وضع الخطط والبرامج التطويرية المناسبة.
4. توسيع نطاق تطبيق الدراسة ليشمل مدربي الألعاب الرياضية واللاعبين، بهدف التعرف إلى مستوى ثقافتهم الصحية الرياضية والاستفادة من النتائج في إعداد البرامج التثقيفية المناسبة لهم.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة البصرة للعام الدراسي

2025-2026

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

وسام فلاح عطية <https://orcid.org/0000-0002-1276-9816>

ملحق (1)

جامعة البصرة

كلية التربية الرياضية

م / استبيان

تحية طيبة...

الدكتور.....

يرجى تفضلكم ببيان صلاحية فقرات مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية الذي سيقوم ببنائه وتطبيقه على طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال مشروع بحثه الموسوم (تصميم وتقنين مقياس ثقافة وعي العلوم الصحية الرياضية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) ونظراً لما نعهده فيكم من مكانة علمية وخبرة واسعة راجين الاطلاع عليه وحذف او اضافة وتعديل ما ترونه مناسب.

مع التقدير

محور التغذية الرياضية

محور التشريح الرياضي

ت	الفقرات	لا اتفق	اتفق الى حد ما	اتفق تماماً
1	تعمل عضلة ذات الرأسين العضدية على ثني مفصل المرفق وتقريب الساعد من العضد.			
2	تعمل العضلة الرباعية ذات الرؤوس الأربعة الفخذية على ثني مفصل الركبة.			
3	يمكن معرفة العضلات المشتركة في الأداء الرياضي من خلال علم التشريح.			
4	يبلغ عدد عضلات البطن (المستقيمة لبطنية) من ست عضلات			
5	ان العضلة التي تساعد الرياضي للوقوف على اصابع القدم هي عضلات الساق التوأمية.			
6	ان العضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية أكبر حجماً من العضلة ذات الرأسين العضدية.			
7	يعد الرباط الصليبي للركبة اهم الدعامات للمفصل.			
8	ان العضلة التي تكسب الظهر شكلاً واسعاً هي عضلة الدالة الخلفية للكتف والعضلة الظهرية (اللاتس).			
9	عند الإصابة الرياضية يرتفع مستوى انزيمات الكبد			
10	تحدث إصابة تمزق الغضروف الهلالي الأنسي للركبة نتيجة دوران الرجل حول المحور الطولي			

محور تأهيل الاصابة الرياضية

ت	الفقرات	لا اتفق	اتفق الى حد ما	اتفق تماماً
1	عند الإصابة الرياضية يرتفع مستوى انزيمات الكبد.			
2	تحدث إصابة تمزق الغضروف الهلالي الأمامي للركبة نتيجة دوران الرجل حول المحور الطولي.			
3	يتم استخدام التبريد لمعالجة الإصابة مباشرة بعد حدوث الإصابة.			
4	تحدث إصابة الرباط الصليبي الأمامي عند تعرض اللاعب للضرب على رجل الارتكاز.			
5	احتمالية حدوث الإصابة بنسبة عالية عند عدم اجراء الاحماء اللازم.			
6	نتيجة القفز المتكرر للأعلى تحدث إصابة وتر أخيلس.			
7	تحدث إصابة العضلات الضامة نتيجة ضعف العضلات الداخلية للفخذ.			
8	عدم الاستشفاء الكامل للاعب المتقدم ولفترة ٧٢ ساعة قد يؤدي الى حدوث الإصابات العضلية المتكررة.			
9	تحافظ ممارسة الرياضة على قوة العضلات حول المفاصل المصابة وتقلل من تصلب المفاصل			
10	التدريبات ذات التأثير المنخفض مثل المشي والسباحة تكون مناسبة لتأهيل مصابين أسفل الظهر			

محور الثقافة الصحية العامة

ت	الفقرات	لا اتفق	اتفق الى حد ما	اتفق تماماً
1	امتنع عن تناول العقاقير والمواد المنشطة لتحسين الأداء الرياضي.			
2	عادة ما تناول وجبة غذائية قبل التمرين مباشرة.			
3	شرب كميات مناسبة من الماء تأثير إيجابي على الجسم.			
4	اهتم جدا بقوامي واحافظ عليه.			
5	اهتم بالوجبات الغذائية المتوازنة وابتعد عن الوجبات السريعة.			
6	انبذ ظاهرة التدخين وابتعد عن المدخنين.			
7	لتنمية صحة القلب والاعوية الدموية يتطلب القيام بنشاط هوائي معتدل لمدة 30 دقيقة كحد أدنى			
8	من الممكن استعارة الملابس الرياضية من الآخرين.			
9	النوم المبكر والالتزام بالغذاء الصحي ضروري لإفراز هرمون النمو			
10	الدعم العائلي يساهم بشكل ايجابي لممارسة الاداء الرياضي			

References

- Ahmed, M. S., Fathi, A. M., Nasser, M. J. A., & Shabib, S. S. (2025). The reality of sports injuries among students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences in light of blended education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 35(2), 59–74. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v35i2.1052>
- Al-Kinani, M. Q., & Attia, W. F. (2018). The correlational relationship between kinematic variables and the angle of release for landing in the skillful backflip from the horizontal bar in gymnastics. *Journal of Science and Technology of Physical Activity and Sports*, 4(2), 14–23.
- Asal, F. H., Hammad, S. H., Shabib, S. S., Sabaar, H. J., & Yousif, M. A. H. (2025). The explosive power of the legs and its relationship with types of shooting in basketball. *Retos*, 71, 1228–1238. <https://doi.org/10.47197/retos.v72.117559>
- Haider, A. R. (2015). *Basics of writing scientific research in physical education and sports sciences* (1st edition, p. 128). Al-Ghadeer Printing and Publishing Company Limited.
- Hussein, D. R., & Khaled, A. A. (2025). The effect of a functional training program based on anaerobic energy systems on several functional variables and body compositions of health-conscious individuals with or without intermittent fasting. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 35(1), 450–468.
- Masoud, A. R., & Shabib, S. S. (2024). Evaluating the level of some psychological traits among women practicing sports activities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Offy, A. (2020). ACCEPTANCE OF ARTICLE FOR PUBLICATION IN ANNNALS OF TROPICAL MEDICINE & PUBLIC HEALTH. *Annals of Tropical Medicine & Public Health*, 10(3).
- Salama, B. E.-D. (2011). *Personal Health and Health Education* (1st ed, p. 110). Dar Al-Fikr Al-Arabi Publishing House.
- Zahir, J. (2004). *Foundations of Healthy Nutrition*. Dar Al-Mandalawi.