



بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضة - قسم التربية المدرسية



بحث مقدم لنيل درجة الماجستير بعنوان:

دور إدارة التدريب للقوات الجوية في تحقيق المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية بولاية الخرطوم

**The Role of Training Directorate of the Air-Force in  
Verification the Physical, Psychological and Social  
Requirements in Khartoum State**

إعداد الباحث/ على عمر التوم إبراهيم إشراف/ د. نازك أحمد حسن أحمد

1444هـ - 2022م

## الإستهلال

قَالَ تَعَالَى:

﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ  
بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَءَاخِرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ  
يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا  
تُظْلَمُونَ ﴿٦٠﴾﴾

صدق الله العظيم

(الآية 60 من سورة الأنفال)

## الإهداء

إلى روح أمي في عليائها..

وإلى روح أبي في رحاب الكريم الرحيم..

إلى أخواتي وأخواني .. حبا وتقديرا وعرفانا...

وإلى أسرتي الصغيرة .. زوجتي وبنائي ....

وإلى العلماء بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، الذين يساهمون في تغذية العقول  
بالعلم في بلادي، خالص المودة والتقدير..

إلى الذين ساعدوني ومدوا أكفهم لي ..

إلى كل الأصدقاء والزملاء والأهل ..

أهدي إليكم جميعا هذا الجهد ..

## الشكر والتقدير

الشكر لمن علمني وألهمني وهداني خلال حياتي كلها... الله سبحانه وتعالى...

خالص الشكر والتقدير لأسرة جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .. كلية الدراسات العليا...

إلى كلية التربية البدنية والرياضة... أساتذة وموظفين وعمال..

وإلى لجنة تحكيم الإستبانة الموقرة...

وإلى كل من ساهم في اخراج هذا البحث..

كما أتقدم بالشكر والتقدير والإحترام للدكتورة/ نازك أحمد حسن... التي قدمت لي كل الدعم وتشرفت بإشرافها على هذا البحث.

## مستخلص البحث

يهدف هذا البحث للتعرف على الآتي: المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم. حيث اعتمد البحث على التساؤلات الآتية؟ ما هي المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟، وماهي المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟ وماهي المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟ وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي الذي يعتبر من اهم طرق دراسة الظواهر والمشكلات العلمية من خلال القيام بالوصف بطريقة علمية ، ومن ثم الوصول الى تفسيرات علمية لها دلائل وبراهين تمنح الباحث القدرة على وضع اطر محددة للمشكلة ووصولاً لنتائج ، لوصف المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية بولاية الخرطوم ، وقد بلغ حجم مجتمع العينة (700) فرد من القوات الجوية بولاية الخرطوم ثم اخذ عينة عشوائية بلغ حجمها (144) من اصل (150) ، وتوصل الباحث للنتائج الآتية : أن المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم تتمثل في عمليات التدريب المستمرة وحرص القوات الجوية على مبدأ القوة وحرصها على أن تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا، كما أن القوات الجوية توفر مواقف المواجهة والتحدى لتطوير السمات اللياقية النفسية، ورفع لياقة الأفراد من أجل احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية. ان المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم تتمثل في الحرص على رفع لياقة الافراد ليحزرو قدرأ كافيأ من التوافق النفسي والقوة والحيوية لمقابلة الطوارئ ومطالب الحياة اليومية ، كما تحرص على رفع لياقة الافراد من اجل احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والانسانية . وتوفر القوات الجوية مواقف المواجهة والتحدى لتطوير سمات اللياقة النفسية ، كما تتطرح برامج المشاركة الترويحية لافرادها لتفادي حالات القلق والتوتر . ان المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم تتمثل في الحرص على غرس الروح الرياضية ، التعاون ، الانضباط ، القيادة ، المواطنة الصالحة ، العلاقات الاجتماعية . يوصي الباحث بالآتي: على إدارة التدريب رفع مستوي التأهيل البدني مع الاستمرارية للوصول لأعلى مستويات اللياقة البدنية. على إدارة التدريب الإهتمام بالتكوين البدني لفرد القوات الجوية. على إدارة التدريب توفير الاهتمام والرعاية النفسية لفرد القوات الجوية ليعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا.

## **Abstract**

This research aims to identify the following: physical, psychological and social requirements of the Air-Force in Khartoum state, the level of physical fitness of the Air Force personnel and its reflection on the psychological and social aspects of the personnel and the athletic training programs adopted by the Air-Force in Khartoum state. The research adopted the following questions: what are the physical, psychological and social requirements of the Air-Force in Khartoum state ?, what are the reflection of these requirements on the psychological and social aspects of the personnel ?, and what are the athletic training programs adopted by the Air-Force in Khartoum state ? The researcher has adopted the descriptive approach which is regarded as one of the most significant methods for studying phenomena or academic issues through scholarly description and then reaching reasonable interpretations that have connotations and proofs which will enable the researcher to work out specific frameworks for reaching results to describe the physical, psychological and social requirements of the Air-Force in Khartoum state. The researcher has reached the following findings: the physical, psychological and social requirements of the Air-Force in Khartoum state are represented in continuous training activities, the keenness of the Air-Force on strength principle, and qualifying the personnel to live with sound psychological and mental status. Moreover, the Air-Force provides situations of confrontation and challenge to develop psychological fitness and lift physical fitness of personnel for the sake of self-respect, maturity, humility and service of the nation and the country. Finally, the researcher recommends the following: the Training Directorate should pay attention to the physical composition of the Air-Force personnel as well as providing psychological attention and care to them in order to live with sound psychological and mental status.

## قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	الإستهلال
ب	الأهداء
ج	الشكر والتقدير
د	مستخلص البحث
هـ	Abstract
و	قائمة الموضوعات
ح	قائمة الجداول
ط	قائمة الاشكال
<b>الفصل الأول: الاطار العام</b>	
2	المقدمة
4	مشكلة البحث
5	أهمية البحث
5	اهداف البحث
5	تساؤلات البحث
5	مجالات البحث
6	المعالجات الإحصائية
6	مصطلحات البحث
<b>الفصل الثاني: الإطار النظري للبحث</b>	
9	المبحث الأول: نبذة عن القوات الجوية السودانية
15	المبحث الثاني: المتطلبات البدنية للعمل العسكري
23	المبحث الثالث: المتطلبات النفسية للعمل العسكري
32	المبحث الرابع: المتطلبات الاجتماعية للعمل العسكري
39	الدراسات السابقة

الفصل الثالث: إجراءات البحث	
48	منهج البحث
48	مجتمع البحث
48	عينة البحث
48	أدوات جمع البيانات
49	الدراسة الاستطلاعية
49	المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان
50	الدراسة الأساسية
50	المعالجات الإحصائية
الفصل الرابع: عرض وتحليل البيانات ومناقشة وتفسير النتائج	
53	عرض وتحليل البيانات.
63	مناقشة وتفسير النتائج.
الفصل الخامس: النتائج والتوصيات والمقترحات	
70	النتائج
72	الاستنتاجات
72	التوصيات
قائمة المصادر والمراجع	
75	المصادر والمراجع
79	الملاحق

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	بيانات الجدول	رقم الجدول
50	يوضح معامل الثبات (ألفا كرونباخ) لمحاور الاستبانة	جدول رقم (1)
50	يوضح صدق البناء لمحاور الاستبانة	جدول رقم (2)
53	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب العمر	جدول رقم (3)
55	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب المؤهل العلمي	جدول رقم (4)
56	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب سنوات الخبرة	جدول رقم (5)
57	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب الرتبة	جدول رقم (6)
58	المحور الأول	جدول رقم (7)
60	المحور الثاني	جدول رقم (8)
62	المحور الثالث	جدول رقم (9)

## قائمة الأشكال

رقم الصفحة	بيانات الشكل	رقم الشكل
54	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب العمر	شكل رقم (1)
55	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب المؤهل العلمي	شكل رقم (2)
56	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب سنوات الخبرة	شكل رقم (3)
57	التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب الرتبة	شكل رقم (4)
59	المحور الأول	شكل رقم (5)
61	المحور الثاني	شكل رقم (6)
63	المحور الثالث	شكل رقم (7)

الفصل الأول

الاطار العام

## الفصل الأول

### الإطار العام

#### 1.1 / المقدمة:

إن الإهتمام الشديد الذي أولاه العلماء للياقة البدنية من حيث المفهوم والفلسفة والتكوين والأهداف والتدريب والتقويم والقياس ما هو إلا انعكاس طبيعي ومنطقي لأهميتها. أن الفرد الذي يمارس نشاطاً بدنياً يستطيع إنجاز عمله دون سرعة شعوره بالتعب، والملل، كما أنه يتمتع بالقدرة على العمل لفترات إضافية. (إسماعيل، 2000م، ص 38). كما أن الفرد الذي يمارس النشاط الرياضي بصورة منتظمة وموجهة يكتسب اللياقة البدنية التي تؤهله للقيام بعمله بكفاءة وبالتالي يزيد من إنتاجه وبالتالي زيادة الدخل القومي للبلد (عبد المقصود، 2001، ص 5).

والصحة أيضاً مرتبطة باللياقة البدنية، سواء كان في الوقاية أو العلاج أو التأهيل، كما أن الفرد اللائق بدنياً في استطاعته أن يتحمل الإرهاق الجسماني والتعب لفترة طويلة. كما أن الأفراد الذين يوظفون على ممارسة النشاط الرياضي يكون أداؤهم لأعمالهم أفضل وإصابتهم بالأمراض أقل، وممارستهم للنشاط الرياضي يؤجل من ظهور علامات الشيخوخة (إسماعيل، 2000، ص 42).

وقد أثبتت البحوث مدى أهمية اللياقة البدنية على الأجهزة الحيوية الداخلية، وبصفة خاصة القلب والرئتين والجهاز التنفسي والدورة الدموية والجهاز الدوري، فعن طريق الإستمرار في مزاوله برامج اللياقة البدنية المناسبة تصبح ضربات القلب أكثر قوة وثباتاً، والتنفس أكثر عمقا، كما تتحسن الدورة الدموية والجهاز العصبي، هذا علوة على الإرتياح والإطمئنان النفسي، وما يطبعه ذلك في العلاقات الطيبة السليمة بين الشخص ومن يتعامل معه (عبد المقصود، 2001، ص 5).

تبدأ عملية بناء الجيوش بعملية اختيار الأفراد المناسبين للأعمال العسكرية، حيث تعمل على تدريبهم تدريباً عسكرياً منتظماً، فالتنظيم العسكري يستهدف كسب المعارك الحربية، ولكن بالطبع ليس من الضروري أن يشترك جميع أفراد القوات المسلحة في الخطوط الأمامية من الجبهة أو في أعمال الخطوط الأمامية، فهناك قوات تقدم خدمة خلف الخطوط الأمامية ولا تقل أهمية عن أفراد الخط الأمامي، حيث يلزم وجود قوات لتوفير الإمدادات ولعمل الاتصالات

والانتقالات أو أعمال النقل. فالعمل العسكري عمل تخصصي من الدرجة الأولى، ولقد أدى ذلك إلى ضرورة الاختيار الجيد وتدريب الأفراد على الأعمال المختلفة وعلى الرغم من أن مراكز التدريب العسكري تختلف فيما بينها في أساليبها في الاختيار والتدريب إلا أن المبادئ العامة واحدة في كل مكان.

يتم اختيار مجموعة من الأفراد ثم يتم فحصهم فحصاً جسيماً دقيقاً يشمل كل أعضاء الجسم وللتأكد من سلامة الأعضاء، وكذلك تجرى معهم مقابلات شخصية، ومن مجموع نتائج الفحوصات والمقابلات يتم تحرير تقرير طبي عن المجند حيث يحال الناجحون إلى فحص نفسي وعقلي حيث تطبق عليهم بعض اختبارات الذكاء، وبعد ذلك اختبارات المواءمة المهنية، وفي النهاية يرشح المجند للعمل العسكري في ظروف فيزيقية وعقلية شديدة ومواقف جادة، تلك التي تظهر قوته وبراعته وصبره وقوة احتماله وثباته الانفعالي أو استقراره النفسي ومرونته.

ويتضمن التدريب أربعة محاور رئيسية هي:

أولاً: التدريب العسكري: يشرف عليه ضباط يسهرون على السير الحسن للتدريب ويتمثل هذا الأخير في تلقين عدة مواد عسكرية كالقتال، الطبوغرافيا، الهندسة العسكرية وغيرها.

ثانياً: التدريب العسكري التخصصي: تدرس فيه مواد خاصة بحفظ النظام (الضبط والربط)، الحقوق والواجبات، الخدمة الداخلية، الإجراءات الجنائية، القانون الجنائي.

ثالثاً: التدريب العسكري العام: يتم فيه دراسة اللغة الانجليزية، ومادة الإعلام.

رابعاً: التدريب العسكري البدني: يعتبر أهم المحاور في التدريب ويتمثل في مادة الرياضة البدنية العسكرية، إذ تعتبر اللياقة البدنية من أهم الأهداف التي تسعى التربية البدنية لتحقيقها، وقد احتلت المرتبة الأولى من قائمة أهداف التربية البدنية، واللياقة البدنية هي القاعدة الأساسية التي تبنى عليها إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، فهي تتضمن اللياقة البدنية الخاصة، والتقدم بالمهارات الأساسية وبدونها تصبح إمكانية تحقيق هذه الأهداف أمراً صعباً بل قد يكون مستحيلاً (عبد الحكيم، 2002م، ص 62).

وعلى العموم فإن عملية التدريب تجري وفقاً للبرنامج المسطر من طرف القيادة العليا، ويسهر على هذه العملية ضباط وضباط صف متخصص في الكليات والمعاهد العسكرية. ويمكن

القول أن التدريب العسكري هو تنمية قدرات المجندين في مراكز التدريب، ومن خلاله يزود المجند بالمعلومات والمهارات الجديدة لتحقيق استمرار المؤسسة العسكرية، وباقي المؤسسات الأخرى في البيئة الاجتماعية.

فالتدريب العسكري يهدف إلى تنمية قدرات المجند لتمكينه من انجاز الأعمال الموكلة إليه حالياً، والتي ستوكل إليه مستقبلاً بكل كفاية ونتاجية... وهو رفع مستوى أداء المتكون، وإكسابه خبرات جديدة في العمل - سواء داخل المؤسسة العسكرية، أو داخل مؤسسات المجتمع المدني - أو توجيهه لعمل جيد أو وظيفة جيدة.

إن عمليات الاحترافية الجارية في القوات المسلحة، من المتطلبات التي استدعت خلال السنوات الأخيرة حشد وسائل كبيرة بهدف تعزيز وتدعيم جهاز التدريب داخل الجيش الوطني، وتبقى الغاية من هذه الوسائل المتطورة قبل كل شيء هو ضمان التحضير العلمي والبدني والنفسي والاجتماعي والتكتيكي للرجال المدعوين لتولي المهمة النبيلة والمتمثلة في الدفاع عن حرمة التراب الوطني، وأيضاً الاندماج بسهولة في التشكيلات العسكرية المتعددة الجنسيات لتسيير الأزمات وحفظ السلم. كما أن تعويد المجندين على الالتزام بالمعايير والمبادئ والأنظمة المعمول بها في المؤسسة العسكرية من شأنه أن ينعكس في عمليات التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لديه.

## 2.1 / مشكلة البحث:

أن القوات الجوية السودانية خصوصاً التي تتواجد بولاية الخرطوم يناط بها مواجهة العديد من التحديات العملية، حيث أن تواجدها بالعاصمة السياسية للبلاد جعلها في مواجهة العديد من المهام الصعبة التي تتطلب حضوراً ذهنياً وفنياً ومعرفياً وتقنياً عالياً، جعل من الضرورة أن تكون في حالة من التأهب والإستعداد لحماية أجواء البلاد ومراقبتها بدقة ومهنية عالية. هذه المسؤولية تتطلب أن تكون هذه القوات مستعدة وجاهزة بدنياً ونفسياً واجتماعياً لأداء مهامها الدفاعية والرقابية بمستوى عال من الكفاءة والدقة، مما يستدعي من قيادتها رفع مستوى اللياقة البدنية والإستعداد النفسي على مدار العام، لينعكس ذلك على تطور مستوى الأداء للجندي داخل الوحدة العسكرية. مما سبق تتمثل مشكلة البحث في التساؤل الآتي ؟ ماهي المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟

### 3.1/ أهمية البحث:

#### الأهمية العلمية:

- يمكن ان يسهم البحث في التعرف على المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية لأفراد القوات الجوية بولاية الخرطوم.

#### الأهمية العملية:

- يمكن أن يسهم البحث في رفع مستوى الأداء في القوات الجوية السودانية عموماً عبر تلمس جوانب الضعف في الأبعاد الثلاثة المتناولة في البحث (المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية).

### 4.1/ اهداف البحث:

يهدف هذا البحث للتعرف على الآتي:

1. مدى قدرة ادارة التدريب على تحقيق المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم.
2. مدى قدرة ادارة التدريب على تحقيق المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم.
3. مدى قدرة ادارة التدريب على تحقيق المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم.

### 5.1/ تساؤلات البحث:

1. ما هي المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟
2. ما هي المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟
3. ما هي المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم؟

### 6.1/ حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: دور ادارة التدريب للقوات الجوية في تحقيق المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية بولاية الخرطوم.
- الحدود المكانية: القوات الجوية ولاية الخرطوم.
- الحدود الزمانية: 2021 - 2022م.

## 7.1 / المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة، حيث تم استخدام معامل ألفا كرونباخ لتحديد درجة الصدق والثبات للإستبانة، كما استخراج النسب المئوية ومربع كاي chi-square والوزن والترتيب النسبي لبيانات الدراسة.

## 8.1 / مصطلحات البحث:

### أ/ المتطلبات:

- لغة: متطلّبات: (اسم)، متطلّبات: جمع مُتَطَلِّب، مُتَطَلِّبَاتُ الْحَيَاةِ: مُفْتَضِيَاتُهَا وَحَاجِيَاتُهَا (معجم المعاني الجامع).
- إصطلاحاً: الإحتياجات المطلوب توفرها في فرد القوات الجوية بولاية الخرطوم، وهذه المتطلبات قد تكون تشريحية، فسيولوجية، تشريحية وفسولوجية معا (سلمة، 2006، ص 101).

ب/ المتطلبات البدنية: هي مجموعة متكاملة من التمارين الرياضية المدروسة علمياً وتربوياً، وتهدف إلى رفع كفاءة الجسم الحركية والفسولوجية، ويُشرف عليها في العادة مدرب إعداد بدني مختص، وخاصة إذا كان الشخص لاعباً رياضياً، وذلك لضمان نجاحه في رياضته، ولتزداد مهارته فيها، فكلما زادت كفاءة الجسم، وزادت مقدرة المرء على التحكم بحركته ولياقته ازدادت مهارته الرياضية، كما تفيد برفع كفاءة الجسم للقيام بالأعمال اليومية الروتينية. (عبد الحميد، وحسانين 2002، ص 27).

ج/ المتطلبات النفسية: هي تجسيد نفسية الجندي في ظروف مختلفة من النشاط المهني العسكري، وكذلك العمليات النفسية والظروف والخصائص المميزة للتجمعات العسكرية. (عبد الرحيم، 2019، ص 61).

د/ المتطلبات الاجتماعية: الدور الإجتماعي للجيش هو عنوان واسع يرتبط أولاً بأهمية المؤسسة العسكرية ثم بالأدوار المناط بها في بلدان العالم الثالث. ونفهم الدور الإجتماعي للمؤسسة العسكرية بذاك الذي يجمع بين الجيش والمجتمع المدني، حيث أنّ عدم التلاحم بينهما هو

إنفصام مرضي سيكولوجي، يخسر فيه المجتمع سنداً قوياً، كما أن العدوانية والبأس الشديدين يجعلان من الصعب تنظيم القوّات المسلحة (كحالة النموذج القبلي مثلاً) (هلال، 2008، ص 19).

هـ/ **القوات الجوية:** القوّات الجوّية السودانيّة هي سلاح الجو لجمهورية السودان ويمثل جزء من القوات المسلحة السودانية. تأسس مباشرة بعد استقلال السودان عن بريطانيا في عام 1956. وساعد البريطانيون في تأسيس القوة الجوية بتوفير المعدات والتدريب حيث تم تسليم أربعة طائرات نفاثة من طراز باك جت بروفوست للتدريب في عام 1957. (ويكيبيديا، الموسوعة الحرة).

و/ **ولاية الخرطوم:** ولاية الخرطوم تقع في وسط السودان يحدها من الجهة الشمالية الشرقية ولاية نهر النيل ومن الجهة الشمالية الغربية الولاية الشمالية ومن الجهة الشرقية الجنوبية ولاية القضارف وولاية الجزيرة. أي تقع ولاية الخرطوم في الجزء الشمالي الشرقي من أواسط البلاد في قلب السودان عند التقاء النيلين النيل الأبيض بالنيل الأزرق ليكونا نهر النيل تقع الولاية بين خطي طول 31,5-34 شرقاً وخطي عرض 15-16 شمالاً تقريباً. (مدينة الخرطوم من موقع البروفسر محمد إبراهيم أبو سليم).

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

- المبحث الأول: نبذة عن القوات الجوية السودانية.
- المبحث الثاني: المتطلبات البدنية للعمل العسكري.
- المبحث الثالث: المتطلبات النفسية للعمل العسكري.
- المبحث الرابع: المتطلبات الاجتماعية للعمل العسكري.

## المبحث الأول

### الاطار النظري والدراسات السابقة

### نبذة عن القوات الجوية السودانية

#### 1.2 / مقدمة:

منذ بدء الخليقة حاول الانسان ويكل قدراته أن يخلق في الجو وقد كانت تدفعه وتشده للتخليق أمور كثيرة، منها إيمانه واعتقاده بأن الجو هو مصدر الشمس والرياح والأمطار، منها اعجابه الشديد من خلال تأمله للطيور وقابليتها الخارقة وقدرتها على الطيران والتي كان يحلم في تقليدها، كان أول عربي حاول الطيران هو أبو القاسم عباس بن فرناس الذي عاش في العصر الأموي في القرن التاسع الميلادي.

تتشرك جميع الدول في الغرض الأساسي الذي يتم بناء القوات الجوية من أجله وهو المشاركة في الدفاع عن الدولة وحماية مصالحها الحيوية وقواتها وأمنها القومي، كما أن هناك أغراض أخرى بجانب هذا الغرض الأساسي، تختلف هذه الأغراض من دولة إلى أخرى حسب استراتيجياتها وظروفها وإمكانياتها وتوجهها، لكن يبقى العامل المهم وهو أن تتمكن القوات الجوية من تحقيق الأهداف التي بنيت من أجلها وإلا أصبحت عبئا على الدولة لأنها بالغة التكاليف وصعبة البناء والإدامة.

إن القوة الجوية هي جزء من القدرة الجوية للدولة يمكن القول بأنها تمثل قدرة الدولة على تأكيد الإرادة من خلال السيطرة على الجو وهناك عدة تعاريف للقوة الجوية منها: (الشميري، 2010م، ص 3).

أ/ قول (ونستون تشرشل) بأنها (أصعب أشكال القوات العسكرية من أن تقاس أو تصف في تعبير دقيق).

ب/ الجنرال (أرنولد) قال (لا يقتصر محتوى القوة الجوية على مكوناتها العسكرية فحسب بل هي نظام ملاحى متكامل مدنيا وعسكريا، عاما وفرديا، ذا فعالية وحضور مؤثر).

ج/ جامعة القوات المسلحة الصينية عرفت القوة الجوية بأنها (القوة التي لا تمكن لأي سلاح جوي في أية دولة من السيطرة على الأجواء).

د/ أما المشير الجوي (سير مانل ارميتاج) والمشير الجوي (ماسوف) فقد عرفا القوة الجوية بأنها (القدرة على توجيه القوة العسكرية جوا أو من منصة في البعد الثالث فوق سطح الأرض).

## 2.2/ العوامل المؤثرة على بناء وتكوين القوات الجوية:

يعتبر بناء القوات الجوية أحد الإجراءات المعقدة في الاستراتيجية العسكرية والتي يجب أن تتم طبقا لتخطيط طويل المدى قد يصل لأكثر من عشر سنوات، يتأثر بناء وتكوين القوات الجوية بمجموعة من الاعتبارات والعوامل التي تؤثر في تكوينها وبناءها سلبا أو إيجابا وأهم هذه العوامل هي: (النميري، 2010م، ص 11).

أ. استراتيجية الدولة وخاصة ما يتعلق فيها بالاستراتيجية العسكرية والأهداف السياسية والعسكرية التي ينبغي تحقيقها.

ب. طبيعة وحجم العدائيات والتهديدات التي تواجهها الدولة.

ت. طبيعة وحجم المهام التي ينتظر أن تقوم بها القوات الجوية.

ث. الظروف الاقتصادية التي تمر بها الدولة.

ج. الظروف السياسية الإقليمية والدولية المؤثرة على الدولة وقواتها المسلحة.

## 3.2/ نشأة القوات الجوية:

إن إحدى التنبؤات المبكرة بالدور الأساسي للطيران في حياة الشعوب كانت من قبل قس إسباني في لقرن السابع عشر الميلادي يدعى (فرانيسكو ناقرزي) وقد كتب هذا القس بتفصيل واضح حول الاستخدام العسكري للطائرات في نقل القطعات جوا وفي قصف المدن والحصون والسفن.

بدأ غزو الجو الفعلي في عام 1783م باختراع مناطيد الهواء الحار (هايدوجين) وقد تم إجراء أول طيران بتاريخ 21 أكتوبر 1783م من قبل (فرانكوس دي روزير)، في عام 1784م تم

تشكيل المناطق كشعبة من المدفعية الفرنسية وتحدد دورها في البداية بواجبات الاستطلاع ومن ثم استخدامها لتوجيه نيران المدفعية.

بدأت الثورة في الطيران بمحرك بعد اختراع ويلمر لماكينته التي تعمل بالبنزين في عام 1888م، وفي عام 1900م استطاع الكونت (فريناندون) صنع منطاد طوله (140) متر بمحركين قوة الواحد منهما (16) حصانا وبلغت سرعة المنطاد (45) كلم في الساعة. ( عبدالله فرج الله ،كلية القيادة والأركان المشتركة، 1990، ص 4).

في 17 ديسمبر 1903م تم أول طيران بطائرة ثابتة الجناح بمحرك من قبل الأخوين (رايت ويلبر وارفيل) من منطقة بالقرب من كيتي هاوس شمال كارولينا في الولايات المتحدة الأمريكية. في عام 1911م تطورت الطائرات البسيطة واصبحت جزءا من الحروب حيث استخدمت في القتال لأول مرة من قبل الطليان ضد المقاومة الليبية.

#### 4.2/ تطور القوات الجوية خلال الحرب العالمية الأولى (1914 - 1918م):

يمكن تلخيص جوانب التطور الذي تميزت به القوات الجوية في فترة الحرب العالمية الأولى بما يلي: (كلية القيادة والأركان المشتركة، ص 9).

أ. ظهور وتطور الطائرات ذات المحرك بعد أن كانت الطائرات الشراعية والمناطيد لها دورها الخاص.

ب. بداية صناعة الطيران على نطاق واسع،

ت. ظهور مفاهيم أولية لاستخدام الطائرات في عمليات القتال الجوي وعمليات القصف الجوي والاستطلاع والهجوم الأرضي.

#### 5.2/ تطور القوات الجوية بعد الحرب العالمية الأولى (1916 - 1939):

في عام 1912م نشر الايطالي جوليود دوهي كتابا بعنوان (السيطرة على الجو) أكد فيه أن القوة الجوية كانت هي السبب في كسب الحروب نتيجة لتدمير العدو وإعطاب معداته وقصف المدن والمصانع والبنية التحتية له، ويرى أن سلاح الجو القوي والمستقل يستطيع أن

يحطم إرادة العدو إلى حد إجباره على الاستسلام. (عبدالله فرج الله، كلية القيادة والأركان المشتركة، 1990م، ص 10).

في الفترة من عام (1929 - 1934م) كان تطور الطيران بطيئاً نسبياً حيث تأثر بالركود الاقتصادي الذي سيطر على أوروبا والمعروف باسم الكساد الكبير.

تميزت الفترة من عام (1935 - 1939م) بسباق التسلح الجوي والذي يعتبر من المعالم البارزة للحرب الباردة في أوروبا.

## 6.2/ نشأة وتطور القوات الجوية السودانية:

في 12 نوفمبر 1953م تم الاتفاق بين دولتي الحكم الثنائي (مصر وبريطانيا)، على منح السودان الحكم الذاتي وتقرير المصير، عليه تم تكوين أول برلمان سوداني في يناير 1954م وتم تعيين البكباشي خلف الله خالد كأول وزير دفاع للدفاع، ونصت الاتفاقية على انسحاب القوات المصرية والبريطانية من السودان.

تم تكوين لجنة لسودنة الجيش ودراسة بناء وتنظيم القوة المناسبة لمقابلة الواجبات الملقاة على عاتق الجيش في العهد الجديد، وفي يناير 1954م أقر البرلمان بسودنة الجيش وكان أول قائد عام للواء أحمد محمد حمد الجعلي.

في عام 1954م تم إرسال عدد ثمانية ضباط وستة ضباط صف من قوة دفاع السودان إلى جمهورية مصر العربية لتلقي علوم الطيران والدراسات الهندسية والفنية، عادوا في عام 1956م وهم يقودون عدد أربع طائرات من طراز الجمهورية وهي طائرة تدريب مروحية قدمتها جمهورية مصر العربية كهدية للسودان فكانت بذلك أول طائرة في سلاح الجو السوداني. (عبد الفراج، 1990م، ص 8).

كانت رئاسة سلاح الطيران السوداني داخل حامية الخرطوم، أما الجوانب الهندسية والفنية فقد كانت مسئولية الخطوط الجوية السودانية.

في عام 1958م تم إيفاد عدد من الطيارين إلى بريطانيا للتدريب على طائرة (البيستون بروفوست) البريطانية الصنع والتي كانت تعمل بمحرك مروحي أمامي، بعد أن أكملوا التدريب

عادوا إلى السودان حيث قدمت بريطانيا في هذه الفترة عدد اربع طائرات كهديه من سلاح الجو البريطاني وبرفقتها عدد من الضباط البريطانيين لإبداء المشورة الفنية والمساهمة في بناء سلاح الجو السوداني.

في عام 1961م تم انفصال سلاح الطيران السوداني عن حامية الخرطوم واستقل من التبعية الهندسية من التبعية الهندسية والفنية للخطوط الجوية السودانية.

في عام 1962م تم استجلاب طائرة (الجيت بروفوست) وانضمت بعد ذلك طائرة نقل صغيرة صغيرة من طراز (بمبروك) اشتراها الشعب بماله، تلتها طائرة أخرى من نفس الطراز، ثم أدخلت طائرة (الداكوتا) الأميركية وهي طائرة نقل متوسطة، ثم طائرة (الدوريتز) الألمانية وهي طائرة مروحية صغيرة.

واصل سلاح الطيران تطوره حيث تم استجلاب طائرة (الفوكرز 27) الهولندية في العام 1965م وهي طائرة تعمل في مجال النقل والتي أكسب سلاح الطيران السوداني في ذلك الوقت قوة ومكانة بين الدول المجاورة.

في عام 1969م كانت أكبر طفرة في تطوير سلاح الطيران السوداني حيث كان التحول نحو المعسكر الشرقي وتم استجلاب طائرات ومعدات وخبرة روسية فأصبحت روسيا الممول الرئيسي لسلاح الطيران ودخلت خلال تلك السنة طائرة ميج (17) وميج (21) كأول طائرة اعتراضية متقدمة يمتلكها السودان، كذلك تم استجلاب طائرات (ف-5) الصينية للعمل ضمن سلاح الطيران السوداني وفي نفس العام تم تعديل الاسم لتصبح القوات الجوية بدلا عن سلاح الطيران. (عبد الفراج، 1990م، ص 10).

في عام 1972م امتلكت القوات الجوية السودانية طائرة الأنتينوف - 24 وهي طائرة نقل خفيفة وكذلك تم شراء طائرات ألمي - 8 العمودية لتعزيز قدرات القوات الجوية.

في عام 1973م أدخلت الطائرة (ف - 6) الصينية الصنع في خدمة القوات الجوية وكذلك أدخلت المقاتلة (ف - 5) الأمريكية والطائرات العمودية (البل اوقستا) الايطالية وطائرات (البيوما) الفرنسية ثم طائرات (البيوما) الرومانية وطائرات (البو 105) الألمانية.

في عام 1978م أرسلت الولايات المتحدة الأمريكية عدد (3) طائرات (س - 130) وطائرة من طراز (بافلوف) وذلك لأغراض النقل الثقيل، واستخدمت كبديل لطائرات الانتينوف - 24 وذلك نتيجة للتغيرات السياسية التي طرأت خلال تلك الفترة.

في عام 1989م شهدت القوات الجوية ةاهتماما كبيرا وتطورا ملموسا في جميع المجالات وتم شراء العديد من الطائرات حيث تم شراء طائرات (انتينوف - 12)، (انتينوف - 32) من جمهورية أوكرانيا وتم شراء طائرات (واي - 8)، (واي - 12) والمقاتلة (أ - 5) من جمهورية الصين الشعبية وكذلك تم استجلاب طائرات (مي - 24) من جمهورية روسيا.

اتجهت الدولة بعد ذلك لضرورة بناء قوات جوية متطورة حيث قامت باستجلاب اسراب من طائرات (ميج - 29) و(سوخوي - 25) من روسيا وكذلك أسراب من طائرات (ك - 8) من جمهورية الصين الشعبية.

## المبحث الثاني

### المتطلبات البدنية للعمل العسكري

**1.2.2/مقدمة:** تعتبر اللياقة البدنية محل بحث من قبل العديد من العلماء والباحثين

والمختصين وهذا من خلال مفاهيمها ومكوناتها إضافة إلى طرق تدريبها، هذا كله من أجل الوصول بالرياضي إلى أعلى مستوى بدني يمكنه أن يبلغه، من أجل تدعيم المستوى الفني والخططي، وبالتالي تحقيق نتائج جيدة في نوع الرياضة التخصصية، أو حتى في تحسين طريقة أدائه البدني في جميع جوانب حياته الشخصية والمهنية. على أساس هذا جاء هذا الفصل ليوضح بعضا من جوانب اللياقة البدنية، وبعض عناصرها.

#### 2.2.2/ مفهوم اللياقة البدنية:

يعرفها (KORYAKVRSKI) بأنها نتيجة تأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم والتي تشخص المستوى وتطور القدرة الحركية كما أن مفهوم اللياقة البدنية يعطي نفس مفهوم الصفات البدنية أو الصفات الحركية أو القابلية الفيزيولوجية والخصائص الحركية، فمفهوم اللياقة البدنية يشمل الخصائص البدنية الأساسية للرياضة التي تؤثر على نموه و تطوره، فالغرض من تنمية اللياقة البدنية الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى الإنجاز الأعلى (أبو رشيد، 2015، ص 27).

وحسب رأي كل من (BOCHER and LLARON) من أمريكا وكذلك والخبيرين (PAVCK.FR) (KOZIK.J) من تشيكوسلوفاكيا فإن مفهوم اللياقة البدنية تشمل مجموعة قدرات عقلية ونفسية وخلقية واجتماعية وثقافية وفنية وبدنية (أبو رشيد، 2015، ص 27).

أن مصطلح ومفهوم الصفات البدنية ناتج عن ترجمة مصطلحات أجنبية متعددة تعطي نفس المعنى فتجد الصفات الجسمية، الصفات الحركية، القدرات الفيزيولوجية الأساسية للفرد، والتي لها تأثير في حياته ونموه واتزانها والتي تتكون من الصفات التالية: التحمل، السرعة، القوة، المرونة و الرشاقة، أما المدرسة، الأمريكية فتسميها عناصر اللياقة البدنية.

أما تعريف اللياقة البدنية حسب علماء التربية البدنية وعلماء الفيزيولوجيا ومن بينهم العالم "ردك أندرسون" فجاء على النحو التالي: هي قدرة الجهاز التنفسي والدورة الدموية على استعادة حالتها الطبيعية بعد أداء عمل معين، إذن يمكننا القول أن اللياقة البدنية هي الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حالته الجسمانية والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني والحركي بأفضل درجة وأقل جهد ممكن.

يذكر "تشارلز بيوكر" أن اللياقة البدنية هي إحدى أوجه اللياقة الشاملة، وتتوقف هذه اللياقة على الإمكانيات البدنية للشخص في ضوء تأثير العوامل الأخرى الاجتماعية والثقافية والنفسية، وعرفها العالم الفسيولوجي "كالفج أندرسون" بأنها قدرة جهاز التنفس والدورة الدموية على استعادة حالتها الطبيعية بعد أداء عمل معين في حين تعرفها "ليلي فرحات" على أنها قدرة الفرد على القيام بأنشطة الحياة اليومية بكفاءة دون الإجهاد، مع الاحتفاظ بجزء من الطاقة لمواجهة ظروف الحياة، وهي مسألة فردية تتغير مع الفرد وفقا لمراحل النمو (فرحات، 2001، ص 189).

### 3.2.2/ مكونات اللياقة البدنية:

حسب آراء علماء الغرب:

هنالك اختلاف كبير في تحديد مكونات اللياقة البدنية بين علماء الولايات المتحدة الأمريكية حيث حددها العالم الكبير كالك في ثلاث مكونات: القوة العضلية- الجلد العضلي- الجلد الدوري (فرحات، 2001، ص 190) كما أنه ذهب إلى إبراز مكونات اللياقة الحركية التي اعتبرها أوسع وأشمل من اللياقة البدنية فضمنها ما يلي: القدرة العضلية- الرشاقة - المرونة- السرعة.

كما أنه أضاف إلى جميع هذه المكونات في اعتباره أنها إحدى المكونات الأساسية للقدرة الحركية العامة من حيث شموليتها لكل من اللياقة البدنية والحركية وكانت على النحو التالي:

- توافق الذراعين والعينين.

- توافق القدم والعينين.

كما أنه أشار " تشارلز بيوكر 1974-1960 أن "الرسون" و"يوكم" قد قاما بعملية مسح شاملة للبحوث الفيزيولوجية ووضعاً قائمة جديدة لمكونات اللياقة البدنية الحركية لأنه في نظرهما يمكن إدماجهما (اللياقة البدنية واللياقة الحركية) في مفهوم واحد وقد تضمن هذا التقسيم العناصر التالية:

- مقاومة المرض.
- القدرة العضلية والجلد العضلي.
- القدرة العضلية وهي مركبة من السرعة والقوة.
- الجلد الدوري التنفسي.
- المرونة، السرعة، الرشاقة، التوافق، الدقة (فرحات، 2001، ص 190).

حسب آراء علماء الشرق:

في ألمانيا الشرقية (سابقاً) يوجد شبه اتفاق على المكونات التي حددها العالم الكبير (HARRE) في مؤلفه علم التدريب حيث حددها في خمس مكونات أساسية فقط هي: القوة، التحمل، السرعة، المرونة، الرشاقة.

أما في الإتحاد السوفياتي سابقاً فيرى علماءه أمثال زاتسورسكي أن مكونات الصفات البدنية هي: القوة، السرعة، التحمل، المهارة، المرونة. ثم يلي ذلك من الأهمية: الإسترخاء العضلي، التوازن، الإحساس بالمسافة.

### 3.2.2/ أقسام اللياقة البدنية:

تقسم صباح رضا اللياقة البدنية إلى:

1. اللياقة البدنية العامة: تعني إكساب اللاعب لجسم متكامل متزن، وإعداده لبذل المجهود البدني الذي تتطلبه ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة دون تخصص لنوع معين من الألعاب.
2. اللياقة البدنية الخاصة: هي ضرورة إنجاز القدرات الحركية للوصول إلى مستوى من القدرات التي تتطلبها اللعبة. (أبو رشيد، 2015، ص 53).

## 4.2.2/ بعض عناصر اللياقة البدنية:

### 1/ المداومة:

مفهومها:

- هي قدرة الفرد الرياضي على تحمل التعب (Weineck, 1999 ,p 107).
- هي القدرة على الحفاظ على شدة العمل لأطول فترة زمنية ممكنة Jean-Luc, (Lacramp, 2007, p 112).

إننا يمكننا أن نعرف المداومة على أنها القدرة على مقاومة التعب والإستمرار في أداء النشاط البدني أو المهارة لفترة زمنية معينة دون هبوط المستوى والفعالية.

### أنواع المداومة:

- المداومة الأساسية: وتتوافق مع الشدة القاعدية للتدريب البدني مع الاستعمال المفضل للدهون، ويسمح باستعمال الأحماض الدهنية الحرة إننا فهو يحافظ على معدل السكر في الدم.
- السعة الهوائية: السعة الهوائية توافق الشدة التي من خلالها يبدأ الرياضي في تطوير صفاته التحملية.
- القدرة الهوائية: القدرة الهوائية وتوافق الشدة التي من خلالها سنقوم بتطوير وتحسين الإمكانيات في التحمل (أبو رشيد، 2015، ص 53).

### أهمية المداومة:

تلعب المداومة دورا هاما في أغلبية الرياضات حيث أنه مستوى جيد أو مستوى كاف من المداومة القاعدية يتيح لنا:

- تحسين قدرة الأداء البدني.
- التطور الأمثل لقدرة الاسترجاع.
- التقليل من أخطار الإصابات.

- التقليل من الأخطاء التقنية.
- إزالة الأخطاء التكتيكية التي يسببها التعب. (Weineck,199,p 110).
- صحة مستقرة بالنسبة للرياضي.

## 2/ السرعة:

**تعريف السرعة:** عرفها "الرسن" و"يوركام" بكونها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في اقصر زمن وقد عرفها "هارا" بكونها سرعة انتقالية" السرعة الانتقالية " التي تشمل القدرة على التحرك إلى الأمام بأسرع ما يمكن. ويعرفها "كالرك" بأنها: سرعة عمل حركات من نوع واحد بصورة متتابعة. ويعرفها محمد صبحي حسنين بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقل زمن ممكن (صلاح، 2018، ص 38).

كما يمكن تعريف مصطلح السرعة في المجال الرياضي بأنها تلك المكونات الوظيفية المركبة التي تمكن الفرد من الأداء الحركي في أقل زمن ممكن (صلاح، 2018، ص 38).

## أنواع السرعة:

إن السرعة من أهم عناصر اللياقة البدنية ويرى العلماء و الباحثين في مجال التدريب الرياضي تقسيمها إلى ثلاثة أقسام:

- سرعة رد الفعل.
- السرعة الحركية.

**سرعة رد الفعل:** هي الوقت اللازم للاستجابة لمنبه السرعة الانتقالية. Jean-Luc, Lacramp, (2007, p 108).

**السرعة الحركية:** القدرة على أداء الحركة أو عدة حركات مركبة في أقل زمن مثل إنجاز التصويب أو التمرير أو السيطرة على الكرة إي أقل زمن ممكن (عبد الحميد، وحسنين، 2002 ص 88).

السرعة الإنتقالية: ويعرفها "هارا" بكونها القدرة على التحرك للأمام بأسرع ما يمكن ويقول "عالوي: "أنها القدرة على الانتقال أو التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة (أبو العال، 2006، ص 187).

### أهمية السرعة:

السرعة مكون هام للعديد من جوانب الأداء البدني في الرياضات المختلفة كما تعتبر أحد عوامل نجاح من المهارات الحركية (مفتي، 2001، ص 92).

- السرعة جزء من كل القدرات البدنية.
  - سرعة الرياضي هي قدرة مركبة من عدة مكونات نفسية بدنية هي:
  - قدرة تحليل مختلف وضعيات اللعب والقيام بالتعديل اللازم في أقل وقت ممكن.
  - قدرة التنبؤ في أقل زمن ممكن لحركات الممكنة.
  - القدرة على الاختبار في أقل زمن ممكن للحركات الممكنة.
  - القدرة على رد فعل سريع خلال تطورات للعب غير متوقعة.
  - القدرة على القيام بحركات دورية وكذا غير دورية بدون كرة بوتيرة سريعة.
  - القدرة على تنفيذ السريع للحركات الخاصة بالكرة وهذا تحت ضغط الخصم وكذا الزمن.
  - القدرة على التسيير السريع والناجح خالل اللعب بواسطة تدخل كفاءاته المعرفية التقنية
- (Jurgen Weineck, 199, p 293 -294)

### 3/ القوة التكتيكية:

**تعريف القوة:** تعرف القوة العضلية بأنها المقدرة أو التوتر الذي تستطيع عضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها ضد مقاومة في أقصى انقباض إرادي لها (مفتي، 2000، ص 15).

ويعرفها محمد حسن ومحمد نصر الدين على أنها " القوة التي يستطيع الفرد أن يبذلها أثناء جهد أقصى لمرة واحدة فقط" (صلاح، 2018، ص 38).

وكذلك هي مقدرة اللاعب على التغلب على المقاومات المختلفة ومواجهتها.

## أنواع القوة:

في إطار التدريب الرياضي من الضروري التمييز بين مختلف أنواع القوة - القوة العظمى: هي أقصى قوة يمكن للرياضي الحصول عليها من خلال تقلص عضلي.

### القوة المميزة بالسرعة (القوة الانفجارية):

هي المظهر السريع للقوة العضلية الذي يدمج كل من السعة والقوة في حركة واحدة كما تعرف بمقدرة العضلة على مقاومات تتطلب درجة عالية من السرعة والانقباضات العضلية. وهي القدرة على إظهار أكبر كمية من القوة بأقل وقت ممكن، وتظهر مثل هذه القوة في حالات القفز إلى أعلى أو القفز إلى الأمام (موقع المدرب العربي، انترنت).

### قوة التحمل:

هي القدرة على المحافظة على نفس مستوى القوة لأطول فترة زمنية ممكنة أو إعادة أكبر عدد من المرات لنفس الحركة بدون فقدان القوة (صلاح، 2018، ص 57).

### أهمية القوة:

- القوة العضلية تكسب الذكور والإناث تكويناً متماسكاً في جميع حركاتهم الأساسية.
- تعد عنصر أساسي في القدرة الحركية.
- تقديم أكبر نجاعة ممكنة للقدرة التقنية والتكتيكية والبدنية.
- الوقاية من الإصابات.
- الوقاية من التشوهات.

### 4/ المرونة:

**تعريف المرونة:** تعد المرونة عنصر مهماً من عناصر اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي الرياضي، كما تشكل مع باقي الصفات البدنية الأخرى الركيزة التي يتأسس عليها اكتساب وإتقان الأداء الحركي فهي تعبر عن مدى الحركة في مفصل واحد أو عدد كبير من المفاصل.

يعرفها "باروف" بأنها مدى سهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة أما "خارابوجي" فيرى بأنها القدرة على أداء الحركات لمدى واسع (البسيوني، الشاطي، 2002، ص 220).

## أنواع المرونة:

هناك نوعان من المرونة:

**المرونة العامة:** تعني: مقدرة المفاصل المختلفة بالجسم على العمل في مدى واسع.

المرونة تعني: مقدرة المفاصل الضرورية الاستخدام في نشاط ما من العمل في مدى واسع (مفتي، 2008، ص 226)، وهناك علماء يقسمون المرونة إلى نوعين هما:

## المرونة الإيجابية:

مقدرة المفصل على العمل في مدى واسع نتيجة النقباض مجموعات عضلية معينة تعمل على هذه المفاصل، مثل ثني الجذع أماما بصورة تلقائية بدون مساعدة.

## المرونة السلبية:

تحصل بواسطة الفعالية القوى الخارجية، أي أقصى مدى للحركة الناتجة عن تأثير بعض القوى الخارجية، كما هو الحال عند أداء التمرينات بمساعدة الزميل، وتكون درجة المرونة الإيجابية.

## 5/ الرشاقة:

### تعريف الرشاقة:

تعتبر الرشاقة من القدرات البدنية الهامة ذات الطبيعة المركبة، حيث أنها ترتبط بالصفات البدنية الأخرى، وتعني الرشاقة بشكل عام أنها قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغيير أوضاعه أو اتجاهه بسرعة ودقة. ويعرفها "مانيل" بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو بجزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس (بسيوني، الشاطي، 2002، ص 197).

## المبحث الثالث

### المتطلبات النفسية للعمل العسكري

#### 1.3.2 / مقدمة:

يحمل الإنسان معه عددا من الحاجات النفسية والاجتماعية التي يسعى لإشباعها، فالفرد مرتبط بالإشباع المتوازن لحاجاته المختلفة والمتعددة، ما يؤدي إلى تحقيق التوافق مع النفس ومع المجتمع أي - التوازن بين شخصه ومجتمعه.

فالتوافق يعد مؤشرا على تكامل الشخصية؛ بحيث تكون قادرة على التنسيق وإيجاد حالة توازن بين حاجات الفرد وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، متصفاً بتناسق سلوكه وعدم تناقضه ومنسجماً مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليتته مع تمتعه بنمو سليم، غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه.

وعلى هذا يعتبر التوافق معياراً للتفاعل الاجتماعي الناجح ودالاً عليه، حيث أنه للتعرف على مدى توافق الفرد نفسياً، ننظر إلى مدى نجاحه في تفاعله الاجتماعي واتساقه معه، ويرى " فروم " أن " الإنسان اجتماعي بطبعه وأن مشاكله في أغلبها ناتجة عن انفصاله عن مجتمعه".

اللياقة الشاملة هي مجموعة المكونات التي تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة، فهي تتضمن جميع الأبعاد المكونة لإنسان سعيد سواء كانت نفسية أو عقلية أو اجتماعية أو بدنية، فالفرد يعيش الحياة بجسمه وعقله، يؤثر ويتأثر بالآخرين، يصارع الحياة طلباً للصحة والسعادة، وهذا يتطلب أن يكون مؤهلاً جسدياً ونفسياً وعقلياً.

يقول " تشارلز أ. بوتشر Bucher Charles " إن اللياقة البدنية هي (مقدرة الشخص على أن يحيا حياة كاملة ومنتزعة) فالشخص الكامل للياقة ينظر إلى الحياة نظرة صحيحة سعيدة، حيث يتمتع بالحاجات الإنسانية الأساسية كسلامة الجسم وحب وعطف الآخرين والأمن واحترام الذات وكلما تقدم به العمر بلغ مرحلة من النضج تتميز بالتواضع وحبه لخدمة الإنسانية

ومثل هذا الإنسان يعيش في سلام مع ربه ويؤمن بالقيم الخلقية ويسير بمقتضاها. (صلاح، 2018، ص 62).

ولقد كان للانفجار المعرفي والتقدم التقني أثر كبير في عالم اللياقة فقد أضاف العمل البشري الكثير مما كان بالأمس يعتبر ضرباً من ضروب الخيال، فالعمل الذي كان يتطلب جهداً بدنياً أو عقلياً في الماضي، أصبح من الممكن أدائه اليوم باستخدام الوسائل التقنية الحديثة في طرفة عين.

لقد كان الإنسان يحرق الأرض بيده ويسير ميلاً أو أكثر ليصل إلى عمله أما الآن فالإنسان يستخدم أحدث الآلات وأسرعها من وسائل النقل.

لقد أصبح على اللياقة البدنية أن تواكب هذا التقدم، فالإنسان اليوم في حاجة إلى نوع جديد من اللياقة تؤهله لمواجهة الضغط الانفعالي الذي فرضه هذا التقدم.

فاللياقة البدنية التي كان الإنسان يكتسبها تلقائياً في الماضي أصبحت صعبة المنال بهذا الأسلوب اليوم، ولذلك أصبح من الضروري أن يبذل الإنسان جهداً مقصوداً لاكتسابها، ولسنا هنا رافضين لهذا التقدم وإلا أصبحنا كمن تدثر برداء الماضي رافضاً التقدم والرقي ولكن ما نقصده هو أن التقدم قد نقل الإنسان من الممارسة إلى المشاهدة في أغلب الأحيان من مرحلة بذل الجهد إلى مرحلة الأداء السهل اللين، فتحولت العضلات القوية الصلبة إلى عضلات لينة ضعيفة، وتحول القوام المشقوق الجيد إلى قوام مملؤ بالتشوّهات التي تمليها طبيعة التخصص والتكاسل وتفضيل الأعمال المكتنبة على الأعمال الميدانية.

أن اللياقات المختلفة (عقلية وبدنية ونفسية) ليست منفصلة، وإنما هي متداخلة مترابطة، وهي بهذا المفهوم تعكس وحدة الفرد وتكامله، ولكن الفصل بين هذه اللياقات وارد أيضاً ولكن بهدف سهولة الدراسة والتعمق الذي أملاه التخصص الدقيق وازدياد المعرفة وتشعبها في هذه المجالات.

تعرف الجمعية الأمريكية للصحة والتربية والترفيه A. A. H. P. E. R لياقة الشخص

بأنها (مقدرته على العمل) وهذا يعني أنه يمتلك (الشاذلي، وعبد الرسول، 2011، ص 38):

1. أعلى درجة من الصحة العضوية يمكنه بلوغها مع ملاحظة عامل الوراثة وتطبيق المعلومات الطبية الحديثة.
  2. قدرأ كافيأ من التوافق والقوة والحيوية لمقابلة الطوارئ ومطالب الحياة اليومية.
  3. اتزانأ انفعالياً لمقابلة ضغط الحياة الحديثة.
  4. وعياً اجتماعياً وقدرة على التكيف لمطالب الحياة الانفعالية.
  5. معرفة وبصيرة كافيتين للقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة والوصول إلى حلول علمية للمشاكل.
  6. اتجاهات وقيم ومهارات تحثه على الاشتراك اشتراكاً مرضياً في كل ألوان النشاط اليومي.
  7. صفات روحية ومعنوية تؤهله تأهيلاً كاملاً للحياة في مجتمع ديمقراطي.
- ويشير "ماتيويز Matheus إلى أن نتائج إحدى الدراسات التي استخدمت منهج التحليل العلمي " Analyze Factor " حيث توصلت إلى المكونات التالية كأساس للياقة:

1. اللياقة النفسية Fitness Psychological
2. الصحة أو الوظائف الفسيولوجية العادية Health Or Normal Physiological In Skills
3. ميكانيكية الجسم أو كفاءة أداء المهارات Body Mechanics Or Efficient Performance In skill
4. المقاييس الجسمية Physical Anthropometry

وقد عرفت للياقة البدنية بواسطة "Hershey, B. Lewis" بأنها (هي تلك الصفات الفطرية والمكتسبة التي تجعل الفرد قادراً على العمل لأقصى حدود طاقته الجسمية، وبذل أقصى إمكاناته وقدراته العقلية بروح معنوية عالية، وأن يؤمن إيماناً كاملاً بواجباته نحو الأسرة والجار وأهل الحي والمحافظة والوطن كله). (الشاذلي، وعبد الرسول، 2011م، ص 64).

### 2.3.2 / اللياقة النفسية:

**المفهوم:** هي حالة مثلى من التكامل بين القدرات العقلية والانفعالية والسلوكية للشخص تمكنه من تحقيق ثلاثة أهداف أساسية:

- الأول: أداء مهام وأنشطة الحياة اليومية بجدارة واقتدار وتلقائية ويسر وبأعلى معامل إتقان ممكن.
- الثاني: المواجهة الفعالة والتوافق الإيجابي مع عثرات الحياة وإخفاقاتها ومحنها وشدائدها وظروفها العصبية والازدهار في إطارها واعتبارها فرصاً للتعلم والارتقاء بالذات.
- الثالث: التوجه برشاقة نحو المستقبل وفقاً لذهنية السلوك الموجه بالهدف-Goal directed behavior.

من جانب آخر رأى روبنسون (2014) Robson أن "اللياقة النفسية" تجسيد لقدرة الشخص على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لضغوط وشدائد الحياة وظروفها العصبية بما يتطلبه ذلك من استعداد وترقب وتعبئة لمصادر العتاد النفسي معرفياً ودافعياً وانفعالياً وسلوكياً لوصفها وتحليلها ومن ثم تحديد استراتيجيات مجابهتها، فضلاً عن التمتع بالقدرة على التكيف، المرونة، ومن ثم التعافي من تأثيرات السلبية واستثماره لقوته النفسية في الأوقات الصعبة.

ويلاحظ وبصورة شديدة التعقيد في واقع الأمر ما يعرف بالتداخل الدلالي بين مضامين تعريف اللياقة النفسية بالتصور السابق ومضامين مفهوم الصحة النفسية والصمود النفسي، وما يمكن الإشارة إليه أن المفهوم المظلي الجامعي لها هو مفهوم "العافية النفسية Psychological Wellness" بما يشي به حتى على مستوى وعي رجل الشارع العادي من دلالات "القوة والافتتار" القائمة على الاستحقاق ولياقة التكوين جسمانياً وعقلياً ووجدانياً وحسن الحال أو الهناء وراحة البال وما يترتب على ذلك من إنفاذ سلوكي يجسد القدرة على الصمود في مواجهة شدائد الحياة ومحنها، الأمر الذي يلزم بمزيد من التأويلات التحليلية النفس . لغوية . الفلسفية لدوائر التقاطع بين هذه المفاهيم: اللياقة النفسية × الصمود النفسي × الصحة النفسية = العافية النفسية. (أبو حلاوة، 2001).

فالمقصود باللياقة النفسية الإشارة إلى مستوى معين من مستويات الصحة النفسية يتحقق فيه قدر معقول من التنافس بين الجوانب المختلفة الشخصية يؤدي بصاحبه إلى نوع معين من التفاعل مع نفسه ومع البيئة الاجتماعية، هذا النوع يتميز بقدر ملحوظ من الاستقرار مع تحقيق الحد الأمثل من الرضا أو التصالح مع النفس وكذلك مع المجتمع.

ويمكن تقريب المعنى إلى النظر في أوجه الشبه بين اللياقة النفسية واللياقة البدنية، فكلاهما يشير إلى توافر درجة مقبولة من الصحة وكلاهما يعني أن هذه الدرجة تزيد قليلاً على جدوى انعدام المرض.

ويعرف بعض المتخصصين اللياقة النفسية بأنها تعني أن يحصل الفرد على صفات وفضائل معينة تعينه على مواجهة الحياة وخوض غمارها بنجاح أكبر ممن لم يحصل عليها.

وهناك عدّة فضائل وصفة يحقق التحلي بالمحمود منها، والتخلي عن المذموم منها درجة عالية من اللياقة النفسية، وهي صفات تكتسب بالتدرج وبالتعويد والممارسة ولا يمكن تحصيلها بين يوم وليلة، ولخص ما استخلصه المشاهير من علماء النفس من قوانين نفسية يمكن للمرء إذا ما طبقها أن يحقق ما يطمح إليه.

كما يرى البعض اللياقة النفسية أنها حين يلجأ الإنسان إلى أشياء ملتوية أو سلوك عكسي أو ضد القوانين والنظام المعمول به تجنباً للإحراج أو المحاسبة - إن وجدت - مع إيجاد التبريرات سواء كانت مقبولة أم غير ذلك أو الاعتداء على الحقوق العامة أو حقوق الجماعة وما في حكمها.

ويحتاج الإنسان منّا إلى اللياقة النفسية خاصة في عصر اليوم الذي تكثر فيه المشاكل والخلافات وخصام والبعد عن الآخر، والاتفات إلى المصالح الشخصية وغيرها.

وتتطلب اللياقة النفسية من الفرد التمتع بقدرات وطاقات وموارد ذاتية متنوعة تساعده على مواجهة التحديات وعلى الإنتاج والنجاح في عصر الجودة، وتنمية موارده وطاقاته التي تشكل حماية وحصانة له في مواجهة ضغوط الحياة المتزايدة، تحتم على علم النفس وموضوع الصحة النفسية الخروج من حدود العيادة والمشفى ومن بين أيدي الاختصاصيين ليصل إلى كافة مرافق المجتمع، ويساهم في خدمة قضايا التنمية الإنسانية والاجتماعية. (أبو حلاوة، 2001).

وللوصول إلى اللياقة النفسية، ينصح الأطباء ببذل مجهود فكري عميق، وكذلك في كثير من الأحيان بذل مجهود بدني منتظم، والذي يؤدي إلى آثار إيجابية ومفيدة علي الحالة النفسية للأشخاص خاصة الذين يعانون من الاكتئاب، وهذه النتائج تبعث للتفاؤل، وتؤكد أن للتربية

البدنية والرياضة آثاراً إيجابية مهمة ليس على اللياقة البدنية، فحسب بل أيضاً على اللياقة النفسية.

وبما أن القلق هو العدو الأول للاستقرار النفسي والذهني فلا بد من تجنبه قبل وقوعه ومعرفة كيفية التخلص منه إذا وقعك.

ويهدف تعلم اللياقة النفسية أن يستتير الإنسان في حياته نحو الأفضل، فالذي لا يعرف أهدافه في الحياة، يكون كمركبة لا يعرف قائدها إلى أين يسير، لذلك لابد من معرفة كيفية تحديد الأهداف ورسم الخطط التي تؤدي إلى تحقيقها، وهو ما تساعده فيها اللياقة النفسية. (أبو حلاوة، 2001).

### 3.3.2/ المتطلبات النفسية للعمل العسكري:

المؤسسة العسكرية مهما تطورت أسلحتها ومعداتنا ووسائلها، تظل معتمدة على الأفراد الذين يديرونها، وطالما أن الفرد الإنسان هو العنصر الأساس الذي تعتمد عليه المؤسسة التي تقع عليها مهمة الدفاع عن الوطن أو تحديدا مهمة إعداد الوطن وتهيئته للدفاع عن نفسه، ولتحقيق هذه الغاية أو الواجب الذي يجب ألا يُسمح بالإخفاق في تحقيقه، يكون من المهم جداً الاعتناء بالفائق بالعناصر التي تعتمد عليهم هذه المؤسسة.

وتاريخياً نجد أن جيوش الدول المتقدمة كانت وما زالت تولي الاهتمام والعناية بالجانب النفسي لإفراد المؤسسة العسكرية، فنجد أن الولايات المتحدة الأمريكية شكلت لجان دائمة بالقوات المسلحة وتحت إشراف خبراء نفسيين وكان ذلك قبل وأثناء الحرب العالمية الأولى.

كما أن ألمانيا النازية وعندما كانت تستعد لشن الحرب العالمية الثانية في ثلاثينيات القرن الماضي، أولت اهتماماً بالغاً جداً في إعداد أفرادها ومقاتليها واهتمت بالروح المعنوية والتعبئة الشاملة للجيش والشعب وأنشئت المؤسسات العسكرية والمدنية لهذا الغرض والتي كانت تعمل تحت إشراف غوبلز الوزير النازي الشهير. (الشيخي، 2009).

لذلك فإن استحداث جهاز داخل المؤسسة العسكرية تكون مهمته المتابعة والمراقبة والمعالجة النفسية (السيكولوجية) لمنتهيبها يشكل أمراً بالغ الأهمية ويسد فراغاً ملحوظاً، على أن

يعمل بهذا الجهاز علماء وأطباء نفسيون واختصاصيون في هذا المجال، فالمتابعة السيكولوجية لا تقل أهمية عن المتابعة الصحية والتدريبية للعسكريين. والمتابعة السيكولوجية لها عدة مراحل، وأولها تبدأ عند اختيار عناصر جدد لالتحاق بالمؤسسة العسكرية، فيجب أن يكون الاختيار وقبول المتقدمين للانتساب لها يستند إلى معايير علمية واختبارات نوعية، يتم بواسطتها استبعاد كل من لا يستطيع مجازاة العمل العسكري ذي الطبيعة الخاصة التي تصل إلى ضرورة بذل الروح في وقت من الأوقات، لذلك فلا يجوز التهاون عند اختيار المنتسبين الجدد، وخاصةً عند قبول طلبة للكليات العسكرية، حيث أن هذه العناصر تؤهل لاستلام القيادات العسكرية بمختلف مستوياتها. كما أن هناك صفات نوعية يجب مراعاتها بعناية في بعض العناصر المختارين لبعض التخصصات ذات الطبيعة الخاصة كالطيارين والغواصين وغيرهم.

وتستمر هذه المرحلة أثناء فترة التدريب، وخلالها يتم إجراء الاختبارات والاستبيانات التي يتم بواسطتها تقييم كل عضو، ومعرفة مدى صلاحيته للانتماء لهذه المؤسسة، أو مدى صلاحيته لشغل وظيفة معينة بها، وفي هذا الجزء من هذه المرحلة يجب إقصاء كل من تبين أنه غير صالح للعمل العسكري. (الشيخي، 2009).

وبعد انتهاء التدريب والتخرج والتعيين بالمؤسسة العسكرية تبدأ مرحلة أخرى من المتابعة النفسية وهي الأطول، حيث يجب أن يتم فيها إجراء الفحوصات النفسية الدورية مثل ما يتم فيها إجراء فحوصات اللياقة البدنية، وكذلك معالجة الحالات التي تحتاج إلى علاج وعلى هذا الجهاز أن يعد ملفات للياقة النفسية لكل عضو وتسجل الملاحظات التي تلاحظ أثناء المتابعة بجميع مراحلها. كما يجب على هذا الجهاز أن يعد البرامج الفكرية والفنية والرياضية وغيرها من الخطط والإجراءات التي ترفع الروح المعنوية للمنتسبين، وتسهم في التهيئة السيكولوجية لهم. وعليه يجب إجراء الاستطلاعات والاستبيانات لمعرفة نتائج هذه البرامج والخطط، وكذلك إعداد الدراسات وتدريب الكوادر التدريبية والقيادات على المعاملة والمتابعة السيكولوجية للأفراد، كما ويجب استجلاب التقنيات الحديثة وملاحقة التطورات العلمية والعملية في هذا المجال، وذلك لمعرفة الحاجات الذاتية والنفسية لأعضاء المؤسسة ليتم إشباعها لهم، لكي يتحسن الأداء المتمثل في حسن التدريب واستيعاب العلوم العسكرية، وحسن استخدام المعدات والأسلحة المتوفرة لديهم، والمحافظة عليها أثناء السلم، وحسن الأداء القتالي واللوجستي أثناء الحرب.

والمرحلة الأخيرة التي يجب فيها متابعة منتسبي المؤسسة العسكرية من الناحية  
السيكولوجية هي مرحلة ما بعد الخدمة، أي بعد انتهاء الخدمة، فالعسكريون غالباً ما تنتهي  
خدمتهم العسكرية إما بسبب إصابة بدنية أو نفسية تجعلهم غير قادرين على مواصلة العمل  
العسكري نتيجة أعمال حربية أو غيرها، أو لبلوغهم سن التقاعد، وفي الحالتين تنتهي خدمة  
العسكري في سن مبكرة نسبياً، ففي التشريعات الليبية على سبيل المثال أعلى سن لتقاعد  
العسكري هي 56 سنة بينما سن تقاعد المدنيين تصل إلى 65 سنة، وبذلك هناك فارق تسع  
سنوات بين تقاعد المدني والعسكري. ومن المعروف أن للتقاعد تأثيرات نفسية قد تؤدي إلى الكآبة  
والعزلة وأمراض أخرى، لذلك يجب إعداد العسكري لمواصلة أعمال أخرى بعد تقاعده وتركه  
للخدمة. كأعمال حرفية وفنية لأصحاب التخصصات المماثلة، أو أعمال إدارية واقتصادية  
يؤهلون لها ويتدربون عليها أثناء خدمتهم العسكرية، ونحن نعرف أن المعاشات التقاعدية التي  
يحال إليها المتقاعدون لا تكاد تكفي مصروف جيب لشخص واحد، ونظراً لتأخر سن الزواج  
وتكبير سن التقاعد فإن العسكري غالباً ما تقاعد وأبنائه ما يزالون على مقاعد الدراسة، وعندما  
يرى العسكريون الذين ما يزالون في الخدمة زملائهم المتقاعدين في هذا الوضع فإن ذلك سيؤثر  
عليهم وعلى أدايمهم ويصبحون يعانون من (قوبيا التقاعد) أن صح التعبير، والتقاعد هو أمر مهم  
وضروري للفرد الذي يعتبر بالنسبة له استراحة المقاتل الأخيرة، وبالنسبة للمؤسسة يعتبر الوسيلة  
التي بها يتم تداول المواقع بين الأجيال، بحيث تتطور المؤسسة وتواكب العصر. (الشيخي،  
2009). إن استحداث جهاز للعناية السيكولوجية سيقدم خدمة كبيرة للقيادة عندما تبحث عن  
شخص كفؤ لتولي منصب مهم أو لأداء مهمة معينة، فإن هذا الجهاز يزودها بالمعلومات الهامة  
والقياسات النفسية المطلوبة لشغل هذا المنصب أو أداء هذه المهمة وإرشادها إلي الشخص  
المناسب. والعناية السيكولوجية والنفسية هي مطلب لكل فئات المجتمع، إلا أن منتسبي المؤسسة  
العسكرية هم الأكثر حاجة لهذه العناية والرعاية للأسباب الآتية:

1. المؤسسة العسكرية مطلوب منها تدريب باقي أفراد المجتمع ممن تنطبق عليهم شروط  
أداء الخدمة العسكرية (التدريب العسكري العام أو الخدمة الإلزامية)، وبالتالي يجب أن  
يكون أعضاء المؤسسة في مستوى هذه المهمة وهي تعد مساهمة في التنمية البشرية  
للوطن.

2. المؤسسة العسكرية هي المسئول الأول عن إدارة الدولة في أوقات الأزمات والطوارئ والحروب فجميع أو اغلب المؤسسات المدنية والاجتماعية والاقتصادية الأخرى تخضع لها وعليه يجب أن يكون منتسبوها في مستوى هذه المسئولية التي يتوقف عليها مصير البلاد بكاملها.

3. منتسبو المؤسسة العسكرية يخضعون لإجراءات أمنية تفرضها طبيعة عمل المؤسسة وما يحملونه من أسرار دفاعية وأمنية تتعلق بمصير البلد، وهذه الإجراءات غالباً ما تمس الحرية الفردية، وخاصة في السفر والتنقل أو في الانتماء إلى منظمات العمل الأهلي، وأحياناً هذه الإجراءات تطال أمور أخرى مثل مواصلة التعليم وأحياناً تطال حتى الزواج والمصاهرة وهذه الإجراءات تضيق وتتسع حسب رؤية الدولة لوضعها الأمني.

4. أفراد المؤسسة العسكرية يشاركون في الحروب والمعارك في داخل البلاد وخارجها عندما يمثلون بلادهم في قوات حفظ السلام الدولية والإقليمية أوفي فض الاشتباك بين المتحاربين، وهنا غالباً ما يتعرضون لمواقف و مناظر صعبة تسبب لهم رضوض نفسية، وقد يصابون بمثل هذه الرضوض والإصابات عند اشتراكهم في المناورات والمشاريع التعبوية.

5. منتسبو المؤسسة العسكرية في الغالب لا يتقاضون أكثر من مرتباتهم الشهرية، فهم لا يتقاضون بدل المبيت مثل المؤسسات الأخرى، بالرغم من أنهم قد يعملون في أماكن بعيدة لمدد طويلة، كما أنهم ممنوعون إما بالقانون أو لعدم توفر الوقت الكافي لمزاولة أعمال تجارية أو حرفية أو غيرها لزيادة دخولهم، مع العلم بأن اغلب منتسبي المؤسسات العسكرية هم من الطبقات المتوسطة أو الفقيرة في أغلب الدول.

كل ذلك له تأثير على سيكولوجية العسكري، الذي له دور مهم جداً في حماية بلاده ومراقبة حدودها وأجوائها وضمان أمنها وإبعادها عن مخاطر أي عدوان خارجي. فيجب أن يعد هذا العسكري إعداداً كاملاً من الناحية النفسية والبدنية والعلمية والثقافية، حتى يكون مثلاً يحتذى، ومفيداً في كل وقت. ولا ينظر إليه من مجتمعه بمنظار الريبة، على أنه ذو ميول سلطوية، كما يجب أن لا يُنظر إليه بأنه بائس ولا يستحق إلا الشفقة. (الشيخي، 2009).

## المبحث الرابع

### المتطلبات الاجتماعية للعمل العسكري

#### 1.4.2 / مفهوم اللياقة الإجتماعية:

اللياقة الاجتماعية هي احترام النفس واحترام الآخرين وحسن التعامل معهم، كما أنّها سلوك اجتماعي يساعد على انسجام وتلائم الناس مع بعضهم بعضاً، ومع البيئة التي يعيشون فيها، فهي مفهوم إنساني وحضاري راق، فالحضارة ليست عبارة عن مجرد يسر مادي من سيارة فارهة أو زينة في الملابس فقط، لكنها بالدرجة الأولى تعامل إنساني راق.

والإنسان مخلوق اجتماعي بطبعه، يميل إلى المشاركة والعيش في جماعة، وصدق رسول الله صلى الله عليه وسلم حين قال: «إنّ الذي يخالط الناس ويصبر على أذاهم خير من الذي لا يخالط الناس ولا يصبر على أذاهم» رواه الترمذي. وقال صلى الله عليه وسلم: «المؤمن يألف، ولا خير فيمن لا يألف ولا يؤلف» رواه أحمد.

ولكي يتمتع الإنسان بالسلوك السليم يجب عليه الالتزام بالقواعد والمبادئ التي تنظم هذا السلوك، والتي تبدأ بتهديب العقل والقلب، فهما موطن الإحساس الأول، ويجمع خبراء اللياقة الاجتماعية على وجود عدة أعمال يصعب على الإنسان أن يروض نفسه عليها، ومنها أن يقلع عن عادة قبيحة راسخة، ويفكر بطريقة منطقيّة، ويعترف بجهله، ويتريث في إصدار أحكامه، وينتظر دون أن ينفذ صبره، ويعاني دون شكوى، ويصمت في الوقت المناسب.

الاهتمام بالمشاريع التنموية العمرانية والمادية والإنفاق عليها أمر جيد ومطلوب، لكنها لا تكفي وحدها لتحقيق التقدم؛ بل لا بد أن يرافقها اهتمام بالتنشئة الدينية والأخلاقية، وتهديب سلوك الشباب وزرع القيم والمبادئ في نفوسهم وسلوكهم، ويمكن أن يتم ذلك من خلال مقررات دراسية تعلم اللياقة الاجتماعية من بداية المسيرة التعليمية إلى التعليم الجامعي.

في اليابان على سبيل المثال، يركز النظام التعليمي بشكل كبير على تنمية الشعور بالجماعة والمسؤولية لدى الطلاب تجاه المجتمع، بدءاً بالبيئة المدرسية المحيطة بهم، والمحافظة

على المباني الدراسية والأدوات التعليمية والأثاث المدرسي، وصولاً إلى الأماكن العامة كالحدايق والطرق والشواطئ، وكثيراً ما ينضم إليهم المدرسون في أوقات معينة «تطبيق عملي»؛ هذا النظام لا يعود الطلاب على الروح الجماعية فحسب، بل على القيادة وتعزيز اللياقة الاجتماعية لديهم.

إن تعليم وتعزيز اللياقة الاجتماعية أمر في غاية الأهمية للجميع، وللشباب على وجه التحديد، من أجل سلامة وصحة الإنسان والمجتمع؛ لأن جسد الإنسان يحتاج لياقة بدنية، وجسد المجتمع يحتاج لياقة اجتماعية. (السالم، 2020م).

اجتماعياً تتيح الرياضة للفرد اكتساب الخبرات الاجتماعية التي تساعد كثيراً في تكوين شخصيته، وتشبع فيه شعور الانتماء للجماعة وتنمي القيم الاجتماعية والخلفية السليمة، وتزيد من تفاعله في المجتمع إذا ما اتصف للياقته البدنية العالية. ومن القيم الاجتماعية التي يمكن للفرد اكتسابها من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية: الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المتعة، المواطنة الصالحة، العلاقات الاجتماعية، الطاعة، النظام.

## 2.4.2/ فوائد الرياضة من الناحية الاجتماعية:

تؤدي ممارسة الأنشطة الرياضية إلى:

1. التقليل من الظواهر والعادات الاجتماعية الخاطئة على سبيل المثال: التدخين، تناول المشروبات الكحولية، والعديد من العادات الخاطئة؛ حيث لا بد من التنويه أنّ الفرد عندما يبدأ بممارسة الأنشطة الرياضية، ويبدأ بالممارسات الصحية تقل لديه الرغبة نحو التدخين، وجميع العادات الخاطئة الأخرى.
2. ضبط سلوك الفرد بشكل عام؛ حيث يصبح الفرد أكثر تهذيباً وركازة، ويبتعد عن جميع التصرفات الخاطئة التي تضر بالمجتمع بشكل كبير، على سبيل المثال: ارتكاب الجرائم، الشعور بالحقد والكراهية تجاه الناس من غير سبب، والتصرفات الخاطئة الأخرى.
3. رفع الروح الرياضية للفرد؛ حيث يقوم الفرد بتقبل الفرد الآخر، يبتعد عن الغش في المباريات والمسابقات، ويشعر بالسعادة للفريق الآخر عند تحقيق الفوز.

4. تؤدي ممارسة الرياضة باستمرار وانتظام إلى زيادة الصبر لدى جميع الأفراد؛ حيث يستطيع الأفراد التعامل مع الآخرين بشكل أسهل عند امتلاكه للصبر.
5. زيادة ثقة الفرد بنفسه؛ حيث يشعر الفرد بالقوة والكمال، ويشعر أنه قادر على عمل كل شيء لوحده.
6. زيادة التحمل لدى الفرد؛ حيث يشعر الفرد أنه قادر على مواجهة مصاعب الحياة بشكل أفضل من قبل.
7. تحسين العلاقات الاجتماعية بين الأفراد؛ حيث من الممكن أن يتعرف الفرد على أصدقاء جدد في النادي الرياضي أو من الممكن أن يقوم الفرد بالذهاب إلى النادي الرياضية مع الأصدقاء والأقارب.

### 3.4.2/ العلاقة التوافقية بين الجيش والمجتمع:

إن العلاقة بين الجيش والمجتمع يجب أن تحكمها قواعد الاحترام المتبادل والتمحورة حول شعور كل طرف بأنه سند للآخر، وأن وجوده يستمد من وجود الآخر، وما نقصده بعبارة العلاقة التوافقية بين الجيش والمجتمع يمكن تقسيمها إلى قسمين: قسم يتحدث عن العلاقة التوافقية المتبادلة بين أفراد الجيش والمجتمع، وقسم يتحدث عن تلك العلاقة التي تنشأ من صميم العمل الذي يقدمه المدنيين للجيش، خاصة أولئك الذين يعملون بالمؤسسة العسكرية بوصفهم مستخدمين مدنيين شبه عسكريين، ويمكن للعلاقتين أن يأخذا الأشكال التالية: (نجيب، 2017).

1. **العلاقة مع المجتمع وأفراده:** الحاجة للاعتراف من قبل المجتمع، وهي الحاجة التي يحتاجها العسكريون والتي يجب أن يبديها المجتمع اتجاهه عبر فعاليات المجتمع المدني، ومفهوم الاعتراف هنا لا يتعلق بمفهوم التعويض المادي والمالي، ولكن يتصل بدور الجيش وما يقوم به، وأن يكون له التقدير المناسب المستحق، وهذا من أجل تجنب طيف التهميش والإقصاء من الحياة العامة للمجتمع.
- إن مهنة العسكري قد تقود في بعض الأحيان إلى نوع من الجهل، وعدم الاطلاع والمعرفة؛ مما يقود إلى سوء الفهم، والذي يعبر عنه بنكران الجميل من قبل المدنيين الذين قد يصفون المهام الصعبة التي يؤديها العسكريون بأنهم يتقاضون أجرًا عليها.

في مؤسسة الجيش، مفهوم التسلسل الهرمي يعتبر قاعدة الوظائف العسكرية، إذ يكون الأعلى رتبة هو المسؤول المباشر عن أفعال مرؤوسيه، وهذا ما يجعل مسؤولية كل الأفراد العسكريين تعني مسؤولية الجيش من وجهة النظر القانونية، وهذا ما يجب أن يفهمه المجتمع وألا يذهب في اتجاه تحميل كل الجيش مسؤولية أعمال بعض أفراده التي قد تبدو للمجتمع على أنها مسيئة ومشينة.

2. **العلاقة مع السياسيين:** إن العسكريين يتشاركون فكرة أن صانع القرار السياسي يقرر سياسة ما وفق التوترات والنزاعات الاجتماعية بغض النظر عما قد تؤدي إليه تلك السياسات من انزلاقات أمنية يتحمل نتائجها العسكر بتصديهم لتلك الانزلاقات وما قد تكلفهم، وهذا ما قال به كلوزفيتز مفترضاً أنه عندما يفشل السياسيون في بلوغ مقصدهم فإنهم يعهدون للعسكريين بإتمام المهمة.

بمعنى آخر فإن العسكري يتحول إلى اللاعب الرئيسي في لعبة لم يختر لعبها، ولا يملك كل معطياتها، وهذا ما يجعل مهمته صعبة وحساسة في نفس الوقت ودائماً عشوائية، فبطاقات اللعب متحيزة من البداية.

كما أن أفراد الجيش يواجهون صعوبة في تقبل أنهم لا يمكنهم التعبير عن آرائهم بسبب واجب التحفظ، وهذا سبب وجيه قد يقبلونه العسكريون ولكن ما لا يقبلونه هو أن السياسيين لا يدافعون عنهم، ولا يسعون لتوعية المجتمع إزاء مهام الجيش، كما أنهم لا يسعون كثيراً لتصحيح نظرة بعض أفراد المجتمع.

3. **العلاقة مع المدنيين:** أول ما يتبدى لنا من هذه العلاقة هو أن المدنيين في عمومهم لهم تصور قائم على أن الجيش هو قوة منظمة ومجهزة وتقوم بمهام عسكرية، ولكنها في نفس الوقت تقوم بمهام إنسانية ذات طابع إنساني يهدف إلى خدمة الصالح العام، كالمشاركة في عمليات الإنقاذ، وفك العزلة عن المناطق المعزولة بفعل الأحوال الجوية السيئة أو الكوارث الطبيعية، وتعد وجهة النظر هذه ملائمة وإيجابية.

تبقى وأن فكرة التجنيد الإجباري ما زالت تؤرق الكثير من الشباب، والذي ينظر إليها على أنها ليست خدمة بقدر ما هي مضيعة للوقت واستهلاك للعمر دون فائدة، ومن هذه الزاوية فالشباب ينظر إلى الجيش نظرة عدم الرضا، وفيها الكثير من الحنق والغضب.

4. العلاقة مع المستخدمين المدنيين: توظف المؤسسة العسكرية الكثير من المدنيين الذين يطلق عليهم المستخدمون المدنيون شبه العسكريين، وينطبق عليهم نفس القانون العسكري الذي ينطبق على العسكريين، فلا فرق إلا في ما يخص ارتداء اللباس العسكري والرتب، وبحكم العمل مع بعض فإن العلاقة بين الاثنين من المفروض أن تكون جيدة وصحية وسليمة، ولكن الواقع يظهر الكثير من الخلل الذي يشوب هذه العلاقة.

نظرة العسكري إلى المستخدم المدني شبه العسكري: وهي علاقة في عمومها تتسم بالكثير من الحذر، ومع الازدياد المطرد للمدنيين داخل المؤسسة العسكرية، فإن العسكريين كثيراً ما ينظرون إليهم نظرة فيها حذر على اعتبار أن هؤلاء سيمدون الجيش؛ أي أن التقاليد العسكرية ستذهب بسبب تصرفات هؤلاء التي لا تتسم بالانضباط والصرامة العسكرية المطلوبة، وبهذا تفقد المؤسسة طابعها العسكري المتمم خاصة بالصرامة والخشونة، وتفقد كذلك خاصية الجهوزية الدائمة والتي تعني أن العسكري دائم الاستعداد للقيام بالمهام في أي وقت وفي أي مكان، وهذا ما لا يتقنه المستخدم المدني.

إن المستخدمين المدنيين غير خاضعين لمنظومة الاستدعاء الفوري والتواجد المستمر لأداء المهام الليلية وخارج أوقات العمل، وخاصة تلك المهام العملياتية، والغياب لأي عسكري يعتبر إخلالاً تشغيلياً على المستوى العملي؛ بينما غياب أي مدني على هذا المستوى لا يشكل أي فرق لأن المدني ببساطة لا دور له على المستوى العملي.

ليس هذا فقط العطب الوحيد في العلاقة بين المستخدم المدني والعسكري؛ فتوجد نقاط احتكاك أخرى والتي تشكل عائقاً تواصلياً آخر، ويتعلق الأمر بتلك المقارنات التي يجريها كل طرف اتجاه الآخر، والتي تتمحور حول الوضع القانوني لكل منهما، والذي يحكم ظروف العمل لكل منهما.

فكل طرف يبحث عن الأفضليات والميزات التي يمنحها الوضع القانوني لكل منهما، فالعسكريون ينظرون إلى المستخدمين المدنيين على أنهم غير خاضعين لأي التزامات ما عدا تلك الالتزامات التي تفرضها ساعات العمل اليومية، والباقي لا يهمهم؛ بينما يعتبر المستخدمون المدنيون العسكر مفضلين من جانب الراتب الشهري وعدد أيام الإجازة والعطل، ولكنهم ينسون قيود الجهوزية المستمرة والدائمة، بالإضافة إلى التحويلات إلى

وحدات أخرى متواجدة في مدن ومناطق بعيدة عن الأهل والأسرة، دون أن ننسى الخطر المحقق بهؤلاء العسكريين من جراء الاحتكاك الدائم بالسلاح والذخيرة.

وفي كل الحالات فإن المقارنات هنا غير مجدية على اعتبار أن كل طرف ينسى شيئاً مهماً وهو الدور الذي يلعبه كل طرف في معادلة جهوزية القوات المسلحة واستعدادها القتالي الدائم، كما أن كل طرف يعدد امتيازات الطرف الآخر وينسى صعوبات كل طرف في تأدية هذا الدور، والضغط الذي يتلقاه في سبيل إتمام وتأدية مهامه ودوره.

5. **علاقة الجيش والشعب:** وتعني هذه العلاقة ضرورة الاستمرار في نسج تلك الروابط التي دائماً ما تنتج علاقة مستمرة مع المجتمع المتمثل في منتخبه وفعاليات المجتمع المدني، وكذلك مع النخب الجامعية.

وقد تظهر تلك العلاقة من خلال تلك التدخلات التي ينجزها الجيش لصالح المواطنين أثناء الكوارث الطبيعية، أو سوء الأحوال الجوية التي كثيراً ما تعزل المناطق الجبلية، والتي لا تستطيع الوسائل المدنية الوصول إليهم فيتولى الجيش المهمة بفعالية، بحيث يعد الجيش الحلقة الرئيسية والقيادية في المنظوم الوطنية لتسيير الكوارث، وقد أسندت إليه هذه المهام بصور القرار الوزاري سنة 2005، والذي تم بناءً عليه إسناد مهمة قيادة عمليات تسيير الكوارث إلى مكتب التعبئة والأخطار الكبرى التابع لأركان الجيش الوطني الشعبي.

ومن خلال هذه المهمة يطل الجيش على الأمة مجسداً مقولة: «الجيش هنا لحماية الشعب من أي خطر»، وتبقى أن هذه الطلة كثيراً ما تتلج صدر الشعب، ولكن في مجال الاتصالات والعلاقات تبقى ناقصة وغير كاملة.

فالمطلوب هو تعميق علاقة الجيش - الأمة عبر إجراءات طوعية ومنهجية ومنسقة وغير مرتجلة، تظهر من خلال اتفاقات إطارية مع فعاليات جماعية ومجالس بلدية وغرف للتجارة والصناعة والجامعات ومعاهد البحث العلمي، ومن خلال كذلك اتفاقات تعاقدية مع المحيط الاقتصادي والاجتماعي.

من جهة أخرى وحتى تتحقق علاقة الجيش - الأمة من الضروري أن يسعى الجيش إلى التكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، وعليه أن يكون له تعاون وثيق مع المؤسسات التعليمية من خلال برامج تربوية ينشطها أفراد من الجيش لصالح تلاميذ الأساس والثانويات.

## 4.4.2 / المتطلبات الاجتماعية للعمل العسكري:

إن الجماعة العسكرية كغيرها من الجماعات الأخرى تؤثر فيمن ينظم إليها ويكمن هذا التأثير في خبرة الفرد وفي سلوكه وفي اتجاهاته وميوله وقدراته , ويستمر هذا التأثير طوال حياته وبالتالي فالحياة العسكرية تفرض على المجند العديد من التغيرات وذلك عندما يشعر بالانتماء إلى هذه الحياة، فمثلا عليه أن يتخلص من بعض الصفات والأخلاق والطرائق التي كان يمارسها في حياته المدنية حتى يخدم الجماعة العسكرية. (احسان، 2007، ص 22).

وأهم ما يميز المؤسسة العسكرية هو تنظيم الوقت، فكل التصرفات والسلوكيات السابقة الذكر لا يتصرف بها الفرد عشوائيا بل وفق جدول زمني، وبعد ممارستها بشكل مستمر تتحول إلى معايير جديدة يكتسبها في حياته الخاصة ترافقه سواء داخل الثكنة أو خارجها. وإتباع الجدول الزمني إلزامي لكل مجند عليه التقيد به، وإن أخل بأحد الممارسات تفرض عليه العقوبات المعروفة في المؤسسة العسكرية، فالجدول يتم تكراره يوميا وحسب المراسيم العسكرية التي تقام يوميا وعبر العلاقات الواقعية غير الشخصية التي عادة ما تكون سطحية ورسمية، إلا أنها تتم وجها لوجه والتي تتبلور بواسطتها شبكة من العلاقات الصغيرة داخل المؤسسة الكبيرة ألا وهي المؤسسة العسكرية.

ليس هذا فحسب بل أن معظم رفاق المجند وزملائه هم من خلفيات اجتماعية وثقافية ودينية وطائفية وطبقية مختلفة عنه وعليه التفاعل والتعامل معهم والتعايش في أوساطهم، علاوة على إحساسه وشعوره بأنه وحيدا في مواجهة مشاكل فريدة من نوعها ومختلفة في صنوفها أفرزتها الحياة العسكرية الصارمة والشاقة، وإزاء ذلك يجد نفسه منفصلا عن علائقه الأسرية والقريبة والعاطفية والاجتماعية التي كان يعيش في وسطها قبل مجيئه للمؤسسة العسكرية، بل وخاضعا لتعليمات صارمة وأوامر قاسية بحيث تفرض عليه التزامات لم يعتد عليها (في حياته العادية) تصدر من زملاء يعيش معهم في نفس المنهج، وبواجهه عادات شخصية واجتماعية غير مألوفة لديه وسلوكيات لا يستسيغها ورغبات يستهجنها ومعايير لا يجدها، عليه التفاعل والتعامل معها، علاوة على مواجهته لطلبات والتزامات وأعراف جديدة عليه تفرضها تقاليد الزمالة العسكرية. (احسان، 2007، ص 25).

جميع هذه النماذج السلوكية يواجهها كافة المجندين في هذه المؤسسة (في بداية انخراطهم) التي تختلف معياريا مع ضوابط الحياة المدنية، الأمر الذي لا يدع المجند أن يندفع بتشوق وحماس لمسايرة ضوابطها وتعليماتها .

**وهذه بعض الخصائص المهمة التي تتميز بها المؤسسة العسكرية وهي :**

- 1- إن المهمة الأولى والأخيرة للمؤسسة العسكرية هي تشكيل وحدات قتالية وتدريبها وتسليحها.
- 2- التدرج الهرمي للنظام العسكري الذي تحتل قمته المراكز العليا وسفوحه المراكز الوسطية وقاعدته المراكز العاملة وهي الأكثر حجما من الهرم النظامي.
- 3- مساهمة كافة العسكريين في تحمل الأعباء والواجبات.
- 4- السلطة والمركز في النظم العسكرية تكمن في الدور الوظيفي الذي يشغله صاحبه في القوات المسلحة.
- 5- المعتقدات والقيم والأهداف المشتركة والتي يلتزم بها جميع أعضاء القوات المسلحة من أجل تحقيق التكامل والتماسك والاستمرار . (احسان، 2007، ص 28).

## **5.4.2 / الدراسات السابقة:**

1/ دراسة: (احمد، احمد محمد زكريا، 2019م)، ماجستير: بعنوان: دور مناهج التربية الرياضية في إكساب القيم والمبادئ الاجتماعية والدينية والتربوية لطالب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا:

هدف هذا البحث إلي معرفة دور مناهج التربية الرياضية في إكساب القيم والمبادئ الاجتماعية والدينية والتربوية لطالب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لموضوع البحث، مجتمع البحث معلمين ومعلمات التربية الرياضية بمحلية الخرطوم وحجم العينة (21) التي تمثل نسبة (60%) من المجتمع الأصلي وتم اختيارها بطريقة عشوائية، واستخدم الباحث الاستبانة لجمع البيانات، واستخدم الباحث المعالجات الإحصائية المناسبة: النسبة المئوية، معادلات سيبرمان - براون وبيرسون وقد أسفرت نتائج البحث عن

الآتي: منهاج التربية الرياضية ساهم في إكساب الطالب القيم والمبادئ الاجتماعية. منهاج التربية الرياضية ساهم في إكساب الطالب القيم والمبادئ الدينية. منهاج التربية الرياضية ساهم في إكساب الطالب القيم والمبادئ التربوية. أهم التوصيات: تنوير المعلم بالدور الذي يلعبه درس التربية البدنية والرياضة وكيفية استغلاله لتنمية هذه القيم والمبادئ الاجتماعية والدينية والتربوية، توفير الأدوات والأجهزة والنزى بالمدارس ليجد كل طالب فرصته في ممارسة النشاط الرياضي.

2/ دراسة (السني, محمد عبدالرحمن الصديق، 2014م)، ماجستير: بعنوان: برامج اللياقة البدنية وعلاقتها بالحالة النفسية (الرضا الحركي) لدى القوات النظامية الشرطة بولاية الخرطوم (دراسة تقييمية) :

هدف البحث إلى تقييم برامج اللياقة البدنية وعلاقتها بالحالة النفسية (الرضا الحركي) لدى القوات النظامية الشرطة بولاية الخرطوم، جاء البحث في خمس فصول، اشتمل الفصل الأول على مشكلة البحث وأهدافه وأهميته، والفصل الثاني على الإطار النظري والدراسات السابقة، والفصل الثالث على إجراءات البحث.

استخدم الباحث المنهج الوصفي وتكوّن مجتمع البحث من ضباط وأفراد القوات النظامية الشرطة بولاية الخرطوم وتكوّنت عينة قوامها (300) من أفراد وضباط القوات النظامية الشرطة بولاية الخرطوم حيث استخدم مقياس الرضا الحركي واستمارة استبيان للياقة البدنية لجمع البيانات واستخدم الباحث الإحصاء الوصفي ومعامل الارتباط والتكرار والنسب المئوية والحزم الإحصائية SPSS في الفصل الرابع.

اسفرت النتائج عن: وجود فروق ذات صلة دلالة إحصائية بين عينة الخرطوم وامدرمان وبحري لصالح الخرطوم على محاور (أهداف البرامج). وجود ارتباط طردي بين محور (محتوى البرنامج) ومقياس الرضا الحركي (الحالة النفسية) لكل من منطقة الخرطوم وامدرمان وبحري.

وأوصى الباحث بالاهتمام ببرامج اللياقة البدنية المقدمة للضباط والأفراد وتنوع هذه البرامج. العمل على توعية الضباط والأفراد عن طريق التوجيه والإرشاد بأهمية برامج اللياقة البدنية. وضع برامج لياقة بدنية للقدرات الشرطة على مستوى الجمهورية ويراعى فيه الفروق الفردية ويراعى فيه

التطوير المستمر عن طريق التقييم. زيادة الدورات التدريبية للمشرفين والاختصاصيين الرياضيين لرفع مستوى الأداء وتحقيق الرضا الحركي.

3/ دراسة (هاتش، صامويل ب. هارفي، كريستوفر داندكير، هوارد بورديت، نيل جرينبيرج، نيكولا تي فير، سيمون ويسلي، 2013م): بعنوان: "الحياة في القوات المسلحة وبعدها: الشبكات الاجتماعية والصحة العقلية في جيش المملكة المتحدة":

تركز هذه الدراسة على تأثير الجوانب الهيكلية للتكامل الاجتماعي (الشبكات الاجتماعية والمشاركة الاجتماعية خارج العمل) على الصحة العقلية (الاضطرابات النفسية الشائعة (CMD)، أي أعراض الاكتئاب والقلق واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) وتعاطي الكحول). تبحث هذه الدراسة في الاختلافات في مستويات التكامل الاجتماعي والارتباطات بين الاندماج الاجتماعي والصحة العقلية بين ترك الخدمة والموظفين الذين لا يزالون في الخدمة. تم جمع البيانات من الأفراد الذين يخدمون بانتظام (العدد = 6511) ومن تركوا الخدمة النظامية (العدد = 1753)، من دراسة جماعية تمثيلية للقوات المسلحة في المملكة المتحدة. وجدنا أن تاركي الخدمة أبلغوا عن مشاركة اجتماعية أقل خارج العمل وانفصال عام عن الاتصالات الاجتماعية العسكرية مقارنة بالأفراد العاملين. كان من تركوا الخدمة أكثر عرضة للإبلاغ عن أعراض CMD و PTSD. تم حساب زيادة خطر الإصابة باضطراب CMD ولكن ليس أعراض اضطراب ما بعد الصدمة جزئياً من خلال انخفاض مستويات التكامل الاجتماعي بين تاركي الخدمة. يرتبط الحفاظ على الشبكات الاجتماعية التي لا يزال معظم الأعضاء فيها في الجيش بإساءة استخدام الكحول لكلا المجموعتين، ولكنه مرتبط بأعراض CMD و PTSD لمن ترك الخدمة فقط.

4/ دراسة: (حشايشي، عبد الوهاب، يونيو 2011م)، بعنوان: صورة الجسم وعلاقتها بتكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي (دراسة ميدانية بإحدى مدارس التعليم الثانوي بالجزائر)، جامعة المسيلة، مجلة الإبداع الرياضي، العدد 2:

هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين صورة الجسم (الذات الجسمية) والاتجاهات النفسية لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو النشاط البدني الرياضي، وقد اشتملت الدراسة على عينة قوامها 80

تلميذا وتلميذة (40 تلميذا، 40 تلميذة) من ثانوية رقبعي البشير بولاية سطيف، والتي تم اختيارها بطريقة عشوائية من تلاميذ الصف الثالث ثانوي، ثم طبق عليهما مقياس صورة الجسم (الذات الجسمية) لقياس بعض الصفات الجسمية للتلاميذ (جسمي كما أراه).. ومقياس الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني بأبعاده الست (6) جيرلد كينيون... وقد خلصت الدراسة إلى وجود فروق معنوية في صورة الجسم (الذات الجسمية) بين الذكور والإناث لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، وهي لصالح الذكور وإن كان لكل منهما اتجاهات إيجابية نحو الذات الجسمية، بينما لا توجد فروق معنوية في الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني بين الذكور والإناث، إلا في بعد النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي عند التلاميذ الذكور والإناث ذوي الاتجاهات النفسية الأكثر إيجابية، وهي لصالح الذكور. كما أن علاقة الارتباط بين صورة الجسم وتكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني للذكور والإناث لم تكن ذات دلالة إحصائية إلا في بعدي النشاط البدني كخبرة لحفظ الصحة واللياقة البدنية، وكخبرة جمالية عند الذكور.

5/ دراسة: (اشتيوي، ثابت عارف، 2008م)، دكتوراة بعنوان: مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وأنماط ممارسة النشاط البدني ومحددات الممارسة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وأنماط ممارسة النشاط البدني السائدة، ومحدداتها لدى طلاب الجامعات الفلسطينية. استخدم الباحث المنهج الوصفي وأجريت الدراسة على عينة قوامها (978) طالباً من مختلف الجامعات الفلسطينية تم اختيارهم بالطريقة التطبيقية. وتم جمع البيانات للياقة البدنية المرتبطة بالصحة باستخدام البطارية الأمريكية (AAHPERD, 1980) المعدل، أما بالنسبة للأنماط فقد استخدمت استبانة (Godin and Shephard 1985) بينما جمعت بيانات المحددات عبر استبانة من إعداد الباحث لتحليل البيانات. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: انخفاض مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، وصلت نسبة الممارسين للنشاط البدني في الحدود الموصى بها لتحقيق فوائد صحية في الجامعات الفلسطينية إلى (57.5%)، وغير الممارسين في تلك الحدود (42.5%). لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في المحددات البيولوجية تبعاً لمتغير أنماط ممارسة النشاط البدني. وجود

فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في المحددات النفسية تبعاً لمتغير أنماط ممارسة النشاط البدني بين الممارس وغير الممارس للنشاط البدني ولصالح الممارسين. أوصى الباحث بعدة توصيات من أهمها: ضرورة اهتمام إدارة الجامعات ممثلة بعمادات شؤون الطلبة وأقسام النشاط الرياضي بتشجيع الطلاب على ممارسة الأنشطة البدنية، من أجل الارتقاء بالمستوى البدني والصحي للطلاب. تسويق النشاط البدني وفوائده ومؤثرات ممارسته بين جمهور الطلبة من خلال عقد الندوات واللقاءات وتفعيل دور الإعلام الرياضي وزيادة عدد ساعات المتطلبات الإجبارية للتربية البدنية في الجامعات الفلسطينية.

6/ دراسة: (بلفاسم دودو، 2008م)، ماجستير بعنوان: اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي وانعكاساته على الجوانب النفسية والاجتماعية لديهم، جامعة الجزائر معهد التربية البدنية والرياضية:

هدفت الدراسة الى تحديد ماهية العلاقة بين الاهتمام والتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي وأبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لديهم يقيما اختبار الشخصية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن والاستبيان الموجه للأبناء وكذا اختبار الشخصية للمرحلة الثانوية والمتوسطة، أهم النتائج عدم وجود فروق في مدى تأثير الاهتمام والتشجيع بين الجنسين على الجوانب النفسية وجود علاقة ارتباطية قوية بين الاهتمام وتشجيع الوالدين للأبناء.

7/ دراسة: (محمد صبحي عبد الحميد اسماعيل، 2002م)، ماجستير: بعنوان: "أثر تطوير برامج التربية الرياضية على تحقيق تحمل القوة لجندي المظلات":

تهدف الدراسة إلى: تطوير برامج التربية الرياضية بهدف تنمية تحمل القوة لجندي المظلات. التخطيط العلمي لبرنامج عام تخطيطي كامل للإعداد البدني لهذه القوات. تعديل برامج التدريب لتساير الظروف الحالية. فتح المجال لأبحاث جديدة في هذا الميدان.

ولتحقيق هذه الأهداف استخدم الباحث المنهج التجريبي واختار عينة قوامها 200 فرد قسمت عشوائياً إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما ضابطة والخرى تجريبية. استخدام اختبار يوهانس لقياس تحمل القوة.

وقد توصل الباحث لعدد من النتائج منها: إن العداد البدني الخاص لأفراد المظلات يجب أن يركز على تنمية تحمل القوة لمناسبته لطبيعة العمل لهؤلاء الأفراد. إن التطوير كان له أثر فعال على تحسين مستوى الأداء وعلى نجاح المجموعة التدريبية بتفوق في اختبار اللياقة البدنية وصل إلى 100%. انعدام الإصابات بين أفراد المجموعة التجريبية أثناء التدريب.

8/ دراسة: (قدي حسن علي حلوة، 2000م)، ماجستير: بعنوان: "التعرف على نظام التدريب والطريقة النمطية لتدريب الأفراد المستجدين بالقوات المسلحة- دراسة مقارنة":

تهدف الدراسة للتعرف على: مستوى اللياقة البدنية للأفراد المستجدين وفقا للاختبارات التي تستخدمها القوات المسلحة. مدى تحقيق الطريقة النمطية لرفع مستوى الإعداد للأفراد المستجدين. مدى نجاح طريقة التدريب الدائري في رفع مستوى الإعداد البدني للأفراد المستجدين. مقارنة أثر كل من الطريقتين النمطية والتدريب الدائري على تنمية اللياقة البدنية المستهدفة من الإعداد البدني للأفراد المستجدين.

ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي وتم اختيار عينة عشوائية قوامها 300 جندي قسمت إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية.

وكان من أهم النتائج: إن مستوى اللياقة البدنية لدى الأفراد المستجدين منخفض جداً عن التحاقهم بالقوات المسلحة. إن الطريقة النمطية لتنفيذ برامج الإعداد البدني للقوات المسلحة لا تحقق جميع عناصر اللياقة البدنية التي تقيسها اختبارات اللياقة البدنية بالقوات المسلحة.

### التعليق على الدراسات السابقة:

تلقى الدراسات المرتبطة الضوء على كثير من المعالم، التي تقيد البحث الحالي، كما تبرز نوع العلاقة بين الدراسات بعضها البعض وعلاقتها بالبحث الحالي، مما ييسر الطريق أمام الباحث لإعداد محتوى الإطار النظري لموضوع الدراسة الحالية وتحديد الأدوات اللازمة لجمع البيانات، وكذلك تصميم الإستمارات الخاصة بموضوع البحث، وتحديد العينة والمنهج الإحصائي الذي يتناسب وطبيعة هذه الدراسة، ومن خلال العرض السابق لتلك الدراسات المرتبطة يتضح للباحث ما يلي:

- المنهج: يتضح أن معظم الدراسات العربية والأجنبية استخدمت المنهج الوصفي.
- مجتمع البحث: أجريت معظم الدراسات العربية والأجنبية على أفراد لقياس اللياقة البدنية، تباينت العينات، العينة الطبقيّة العشوائية، واستخدمت بعض الدراسات مقياس الرضا الحركي.

### أهم نتائج الدراسات:

- أن مستوى اللياقة البدنية لدى الأفراد المستجدين منخفض جدا عند التحاقهم بالقوات المسلحة.
- إن الطريقة النمطية لتنفيذ برامج الإعداد البدني للقوات المسلحة لا تحقق جميع عناصر اللياقة البدنية التي تقيسها اختبارات اللياقة البدنية بالقوات المسلحة.
- وجود ارتباط بين نتائج اختبارات قياس عناصر اللياقة الحركية، والكفاءة العسكرية لعينة البحث مجتمعة.
- إن التطوير كان له أثر فعال على تحسين مستوى الأداء وعلى نجاح المجموعة التدريبية بتفوق في اختبار اللياقة البدنية وصل إلى 100%.
- يمكن تحسين اللياقة البدنية والقدرة الحركية العامة للطالب ببرنامج خاص بالتمرين لمدة 10 دقائق لكل فصل دراسي.
- وجود فروق معنوية بين طلاب كل من القرية والمدينة في اللياقة البدنية حيث تفوق طلاب المدينة في معظم الاختبارات.
- منهاج التربية الرياضية ساهم في إكساب الطالب القيم والمبادئ الاجتماعية والدينية والتربوية.
- وجود فروق معنوية في صورة الجسم (الذات الجسمية) بين الذكور والإناث لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، وهي لصالح الذكور وإن كان لكل منهما اتجاهات إيجابية نحو الذات الجسمية، بينما لا توجد فروق معنوية في الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني بين الذكور والإناث، إلا في بعد النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي عند التلاميذ الذكور والإناث ذوي الاتجاهات النفسية الأكثر إيجابية،

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في المحددات البيولوجية تبعاً لمتغير أنماط ممارسة النشاط البدني. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في المحددات النفسية تبعاً لمتغير أنماط ممارسة النشاط البدني بين الممارس وغير الممارس للنشاط البدني ولصالح الممارسين
- عدم وجود فروق في مدى تأثير الاهتمام والتشجيع بين الجنسين على الجوانب النفسية وجود علاقة ارتباطية قوية بين الاهتمام وتشجيع الوالدين للأبناء.

### مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

1. استخدام المنهج الوصفي والمناسب لطبيعة البحث.
2. كيفية اختيار مجتمع البحث.
3. التعرف على عرض ومناقشة النتائج.
4. التعرف على المحاور والعبارات الخاصة بالإستبيان قيد الدراسة.
5. التأكد من بعض النتائج والإتفاق معها.
6. البحوث التي أجريت في مجال اللياقة البدنية وعناصرها قد أكدت نتائجها على أن البرامج لها تأثيرها الواضح على رفع مستوى اللياقة البدنية وعناصرها.
7. توسيع مدارك الباحث وزيادة معرفته بمفاهيم اللياقة البدنية وقياسها وتقويمها.
8. أنه يمكن بتمتية وتطوير اللياقة البدنية لدى الأجهزة النظامية بولاية الخرطوم عن طريق البرامج الخاصة باللياقة البدنية.
9. أشارت الدراسات إلى أهمية اللياقة البدنية ودورها للرفي بالعمل وإجادته بالأجهزة الرسمية والقيام بواجبات الدفاع عن النفس وتحقيق الرضا النفسي لدى القوات النظامية، مثل دراسة (أثر تطوير برامج التربية الرياضية على تحقيق تحمل القوة لجندي المظلات).

## الفصل الثالث

### اجراءات البحث

- منهج البحث
- مجتمع البحث
- عينة البحث
- أدوات جمع البيانات
- الدراسة الاستطلاعية
- المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان
- الدراسة الاساسية
- المعالجات الإحصائية

## الفصل الثالث

### اجراءات البحث

**1.3 / مقدمة:** احتوى الفصل الثالث على الاجراءات المنهجية للبحث ابتداءً من المنهج

المستخدم في البحث ثم وصف لمجتمع البحث من خلال الدراسة الاستطلاعية التي قام بها الباحث، وكيفية اختيار عينة البحث ثم الادوات التي تم استخدامها في هذا البحث.

### **2.3 / منهج البحث:**

اتبع الباحث المنهج الوصفي الذي يعتبر من أهم طرق دراسة الظواهر أو المشكلات العلمية من خلال القيام بالوصف بطريقة علمية، ومن ثم الوصول إلى تفسيرات منطقية لها دلائل وبراهين تمنح الباحث القدرة على وضع أطر محددة للمشكلة وصولاً للنتائج، لوصف المتطلبات البدنية والنفسية والإجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم.

### **3.3 / مجتمع البحث:**

- يتكون مجتمع البحث من أفراد القوات الجوية بولاية الخرطوم البالغ عددهم 700 فرد.

### **4.3 / عينة البحث:**

- تم أخذ عينة عشوائية من القوات الجوية بلغ حجمها 144 استبانة من أصل 150 وتم استلام عدد الاستبانات المتبقية وتم تحليلها وبلغت نسبة الاستجابة لتوزيع الاستبانات 98%.

### **5.3 / أدوات جمع البيانات:**

أ/ الأداة الرئيسية للبحث: الإستبانة: استخدم الباحث الإستبانة كأداة رئيسية لجمع البيانات الأولية باعتبارها أداة تتناسب مع الدراسة، وقد اشتملت على الآتي:

1. خطاب موجه لعينة الدراسة (المستجيبين).

2. البيانات الشخصية وتشمل (العمر، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، الرتبة العسكرية).

3. محاور الدراسة: وتشتمل على:

- المحور الأول: المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم ويحتوى على 10 عبارات.

- المحور الثاني: المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم ويحتوى على 10 عبارات.

- المحور الثالث: المتطلبات الإجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم ويحتوى على 10 عبارات.

ب/ الأداة الثانوية: الكتب والمراجع والدوريات العلمية وشبكة الانترنت، والوثائق والسجلات.

### 6.3/ الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بدراسة استطلاعية أولية بهدف تحديد المشكلات التي تتعلق بالمتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية لدى القوات الجوية والتي تحتاج إلى بحث فوري، كما أراد أن يحدد الأولويات البحثية وجمع المعلومات التي تتعلق بالإمكانيات الفعلية اللازمة لإجراء البحث الميداني على ادارة التدريب بالقوات الجوية.

بالنسبة للمشكلة التي اختارها الباحث للدراسة فإن الدراسة الاستطلاعية تهدف إلى: استطلاع كافة الظروف التي تحيط بمشكلة البحث التي يرغب الباحث في دراستها والاطلاع عليها.

تساهم الدراسة الاستطلاعية في إيجاد مرتكز من المعرفة التي تمكن الباحث من التعرف على الجوانب المختلفة للموضوع الأساسي الذي يسعى الباحث لدراسته، وبخاصة بعد أن يكون قد اطلع على جهود الباحثين الآخرين، والوقوف على الجوانب النظرية والمنهجية والمفاهيم والفروض الموجودة في الدراسات السابقة، وذلك لأن الفروض تلعب دورا كبيرا على بلورة الموضوع الذي يقوم الباحث بدراسته، الأمر الذي ساعد الباحث على بلورة موضوع البحث وصياغته بصورة محكمة للغاية، وبالتالي دراسته بشكل صحيح. وبالتالي صمم الباحث استبانة استطلاعية لقياس مدى ثبات وصدق الاستبانة الاساسية للبحث وقام بتوزيعها على عينة عشوائية من مجتمع قوامه 150 فرد من افراد القوات الجوية بولاية الخرطوم.

### 7.3 / المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان:

#### ثبات وصدق الاستبيان:

قام الدارس بتوزيع الاستبانة على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص لتحكيمها ووضع التعديلات الملائمة عليها ولمعرفة مدى قياس الأسئلة لمتغيرات الدراسة وتم إضافة بعض التعديلات التي وضعها المحكمون إلى أن أخذت الاستبانة شكلها الحالي.

معامل الثبات: تم حساب معامل الثبات عن طريق معامل " الفا كرنباخ".

#### جدول (1) يوضح معامل الثبات (ألفا كرونباخ) لمحاور الاستبانة

المتغير	عدد العبارات	معامل الثبات
المحور الأول	10	0,741
المحور الثاني	10	0,629
المحور الثالث	10	0,614
الدرجة الكلية	30	0,912

معامل الصدق = الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

#### جدول (2) يوضح صدق البناء لمحاور الاستبانة

المتغير	عدد العبارات	درجة الصدق
المحور الأول	10	0,615
المحور الثاني	10	0,581
المحور الثالث	10	0,784
الدرجة الكلية	30	0,690

### 8.3 / الدراسة الأساسية:

- مكان الدراسة: أجريت الدراسة في ولاية الخرطوم، القوات الجوية، وهو نفس مكان الدراسة الاستطلاعية.
- عينة الدراسة: تمثل في أفراد القوات الجوية بولاية الخرطوم، وعددهم 144 فردا اختيروا بطريقة عشوائية .

### 9.3 / المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة، حيث تم استخدام الدوال والصيغ الإحصائية الآتية:

- معامل ألفا كرونباخ لتحديد درجة الصدق والثبات للإستبانة.
- التكرارات والنسب المئوية.
- الوزن والترتيب النسبي لبيانات الدراسة.
- مربع كاي chi-square.

تم تصميم الأسئلة بناء على مقياس ليكرت الثلاث على النحو التالي:

- أوافق وتم إعطائها وزن (3).
- أوافق إلى حد ما وتم إعطائها وزن (2).
- لا أوافق وتم إعطائها وزن (1).

## الفصل الرابع

### عرض وتحليل البيانات ومناقشة وتفسير النتائج

- أولاً: عرض وتحليل البيانات.
- ثانياً: مناقشة وتفسير النتائج.

## الفصل الرابع

### عرض وتحليل البيانات ومناقشة وتفسير النتائج

**1.4. مقدمة:** يحتوي الفصل الرابع على الدراسة الميدانية وقد قمنا من خلاله بعرض وتحليل البيانات ومن ثم تفسير النتائج التي تم التوصل إليها.

#### 2.4 / عرض وتحليل البيانات:

تحليل البيانات الشخصية:

1/ العمر:

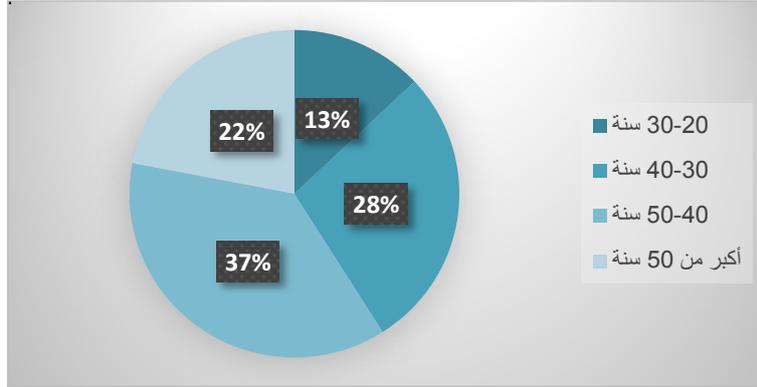
جدول رقم (3): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب العمر

العمر	التكرار	النسبة المئوية
20-30 سنة	19	13%
30-40 سنة	41	28%
40-50 سنة	53	37%
أكبر من 50 سنة	31	22%
المجموع	144	100%

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول أعلاه يتضح للباحث أن الفئة العمرية (40-50) كانت بنسبة 37%، بينما الفئة (30-40) كانت بنسبة 28% والفئة (أكبر من 50) جاءت بنسبة 22%، بينما جاءت الفئة (30-20) بنسبة 13%.

شكل رقم (1): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب العمر



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

## 2/ المؤهل العلمي:

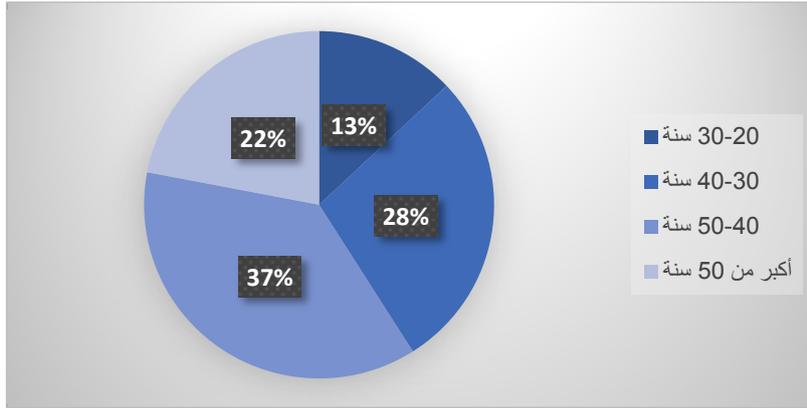
جدول رقم (4): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب المؤهل العلمي

المؤهل العلمي	التكرار	النسبة المئوية
دبلوم	9	6%
بكالوريوس	70	49%
ماجستير	46	32%
دكتوراه	8	6%
أخرى	11	8%
المجموع	144	100%

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول رقم (4) يتضح للباحث أن المؤهل العلمي للمستجيبين (بكالوريوس) كان بنسبة 49%، بينما (ماجستير) كان بنسبة 32% والمؤهلات (أخرى) جاءت بنسبة 8%، بينما جاء المؤهل (دكتوراه ودبلوم) بنسبة 6% لكل منهما.

شكل رقم (2): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب المؤهل العلمي



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

### 3/ سنوات الخبرة:

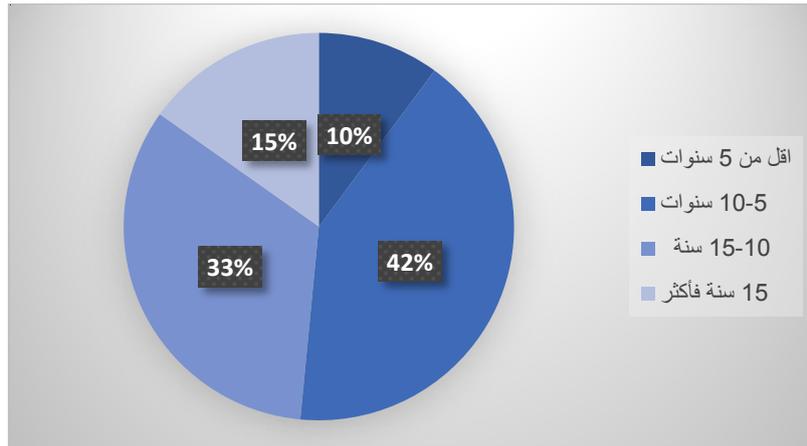
جدول رقم (5): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب سنوات الخبرة

سنوات الخبرة	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	15	10%
5-10 سنوات	59	41%
10-15 سنة	48	33%
15 سنة فأكثر	22	15%
المجموع	144	100%

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول رقم (5) يتضح للباحث أن سنوات الخبرة للمستجيبين كانت (5-15 سنة) بنسبة 41%، بينما الخبرة (10-15 سنة) كانت بنسبة 33% والخبرة (أكثر من 15 سنة) جاءت بنسبة 15%، بينما جاءت الخبرة (أقل من 5 سنوات) بنسبة 10%.

شكل رقم (3): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب سنوات الخبرة



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

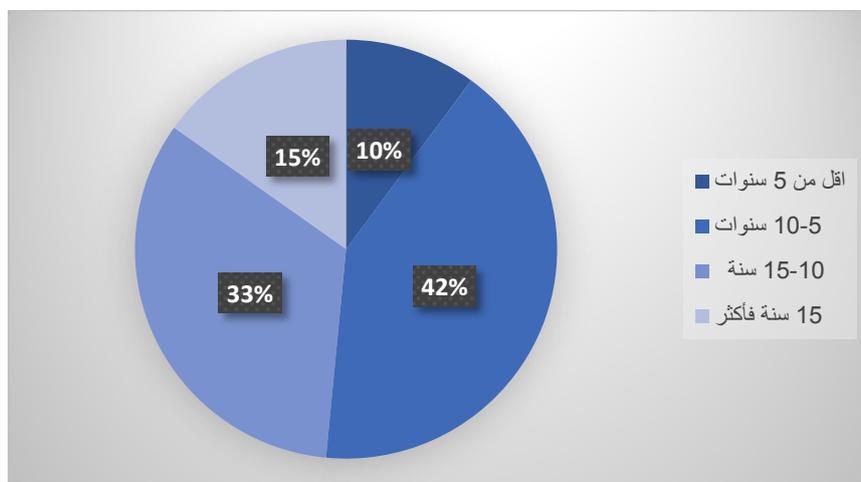
جدول رقم (6): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب الرتبة

الرتبة	التكرار	النسبة المئوية
ضابط	89	%62
ضابط صف	55	%38
المجموع	144	%100

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول رقم (6) يتضح للباحث أن سنوات الرتبة للمستجيبين كانت (ضابط) بنسبة %62، بينما الرتبة (ضابط صف) كانت بنسبة %38.

شكل رقم (4): التوزيع التكراري والنسبي المئوي لعينة الدراسة حسب الرتبة



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

محاور الدراسة:

المحور الأول: المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

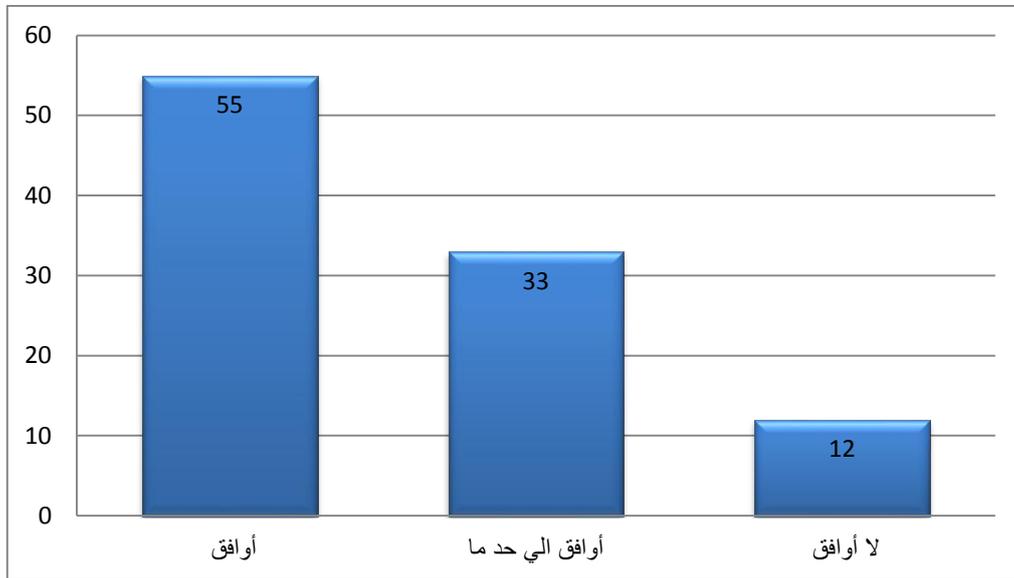
جدول رقم (7) المحور الأول

مربع كاي chi-square	الترتيب	الوزن النسبي	التكرارات			أسئلة المحور
			لا اوافق	أوافق الى حد ما	أوافق	
0.00	8	%62.5	9	44	91	1/ تقوم القوات الجوية بعمليات تدريب مستمرة لأفرادها لتحقيق اللياقة البدنية.
0.03	9	%60.5	2	30	112	2/ تحرص القوات الجوية على المداومة على التدريبات لتمكين أفرادها من امتلاك قوة التحمل.
0.02	3	%68.5	20	39	85	3/ تعمل القوات الجوية على رفع مستوى السرعة والرشاقة والمرونة لدى أفرادها.
0.08	5	%67.5	13	43	88	4/ تحرص القوات الجوية على مبدأ القوة التي يستطيع الفرد أن يبذلها أثناء العمل.
0.01	4	%68.5	4	40	100	5/ تحرص القوات الجوية على القوة العضلية التي تكسب الافراد تكويننا بدنيا متماسكا.
0.00	2	%71.5	17	40	87	6/ تقوم القوات الجوية بإجراء اختبارات بدنية لأفرادها.
0.00	1	%83.5	32	74	38	7/ تحرص القوات الجوية على مراعاة القياسات الجسمية لأفرادها من حيث الطول والوزن والحجم.
0.08	6	%67.5	32	70	42	8/ تقوم القوات الجوية بتحفيز أفرادها المتميزين في الرياضة.
0.03	7	%65.5	26	55	63	9/ تحرص القوات الجوية على تحسين قدرة الأداء البدني لأفرادها.
0.00	10	%60.5	19	49	76	10/ تقوم القوات الجوية بتنسيب بعض افرادها لدى فرع الرياضة العسكري ليعودوا أكثر تأهيلا.
0.00		%67.4	متوسط قيمة (t) ودرجة المعنوية والوزن النسبي			

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول رقم (7) ومن خلال رأي المستجوبين فيه اتضح أن نسبة الموافقة 55% ونسبة الموافقة الى حد ما 33% بينما نسبة عدم الموافقة 12%، كما تم عرض الوزن النسبي للمحور ككل وبلغت قيمته (67.4%)، كما أن جميع عبارات المحور لها اوزان نسبية مرتفعة، وبلغ مستوى الدلالة للمحور ككل (0.00)، وتم تمثيل النسب المئوية لاجابات عينة البحث في الشكل التالي:

شكل رقم (5) المحور الأول



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

المحور الثاني: المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

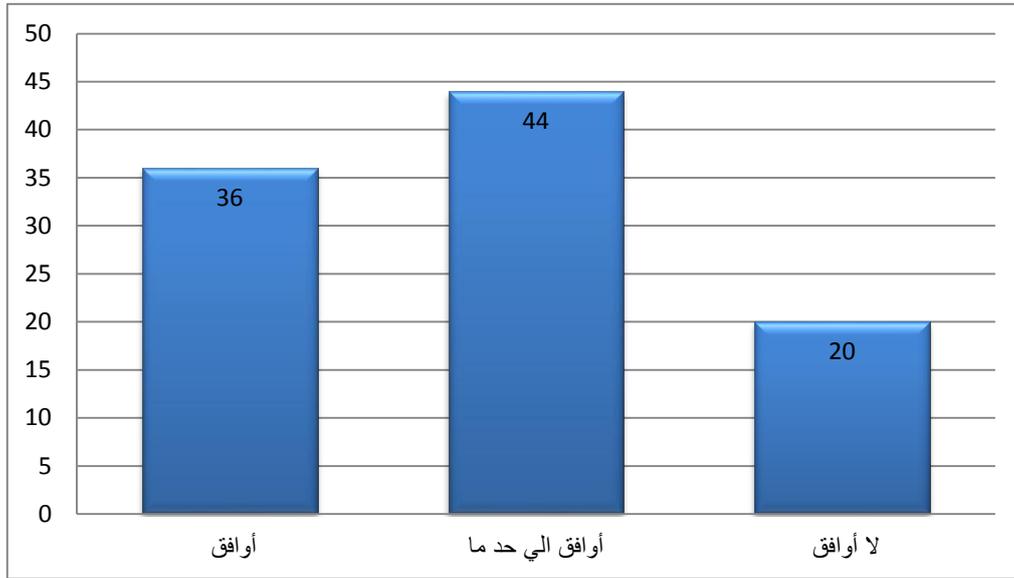
جدول رقم (8) المحور الثاني

مربع كاي chi- square	الترتيب	الوزن النسبي	التكرارات			أسئلة المحور
			لا اوافق	أوافق الى حد ما	أوافق	
0.01	2	%74	6	87	51	1/ تحرص القوات الجوية على أن تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا.
0.02	10	%60	26	34	84	2/ تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد لينظروا إلى الحياة نظرة صحيحة، ويتمتعوا بسلامة الجسم وحب وعطف الآخرين والأمن.
0.26	5	%70	33	74	37	3/ تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد ليحوزوا قدرًا كافيًا من التوافق النفسي والقوة والحيوية لمقابلة الطوارئ ومطالب الحياة اليومية.
0.06	6	%70	29	59	56	4/ تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد من أجل احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية.
0.24	7	%68	39	62	43	5/ توفر القوات الجوية بيئة تنافسية تتفاعل فيها الطاقات النفسية مع الذات والجماعة.
0.00	3	%72	13	47	84	6/ توفر القوات الجوية مواقف المواجهة والتحدي لتطوير السمات اللياقية النفسية.
0.00	4	%72	35	70	39	7/ تطرح القوات الجوية برامج المشاركة الترويجية لأفرادها لتفادي حالات القلق والتوتر.
0.00	1	%82	29	69	46	8/ المجهود البدني المنتظم يؤدي إلى آثار إيجابية ومفيدة علي الحالة النفسية للأشخاص خاصة الذين يعانون من الاكتئاب والقلق.
0.01	9	%66	31	63	50	9/ تذهب الإدارة الي التعزيز المستمر لقيمة المركز الاجتماعي العسكري لرفع القناعات والرضا النفسي.
0.07	8	%68	39	74	31	10/ البناء والتدريب المستمر للتوازن الانفعالي من خلال خصوصية العمل بالطيران وضغوطاته القوية.
0.01		%70.2	متوسط قيمة (t) ودرجة المعنوية والوزن النسبي			

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول رقم (8) ومن خلال رأي المستجوبين فيه اتضح أن نسبة الموافقة الي حد ما 44% ونسبة الموافقة 36% بينما نسبة عدم الموافقة 20%، كما تم عرض الوزن النسبي للمحور ككل وبلغت قيمته (70.2%)، كما أن جميع عبارات المحور لها اوزان نسبية مرتفعة، وبلغ مستوى الدلالة للمحور ككل (0.01). وتم تمثيل النسب المئوية لاجابات عينة البحث في الشكل التالي:

شكل رقم (6) المحور الثاني



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

المحور الثالث: المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

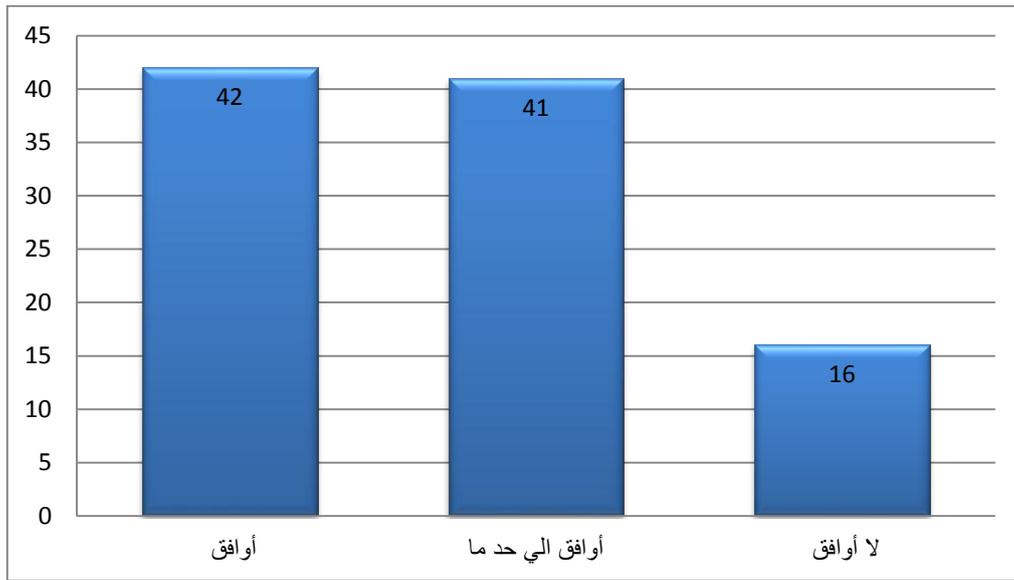
جدول رقم (9) المحور الثالث

مربع كاي chi- square	الترتيب	الوزن النسبي	التكرارات			أسئلة المحور
			لا اوافق	أوافق الى حد ما	أوافق	
10	0.70	%60	28	68	48	1/ تعد القوات الجوية أفرادها على كفاءات احترام النفس والآخرين.
7	0.02	%68	31	52	61	2/ تعد القوات الجوية أفرادها على سلوك اجتماعي يساعد على انسجام الناس مع بعضهم بعضاً.
9	0.30	%62	25	41	78	3/ تحرص القوات الجوية على اللياقة الاجتماعية للفرد من أجل دفعه للمشاركة المجتمعية والعيش في جماعة بصورة عادية.
6	0.20	%70	8	66	70	4/ تحرص القوات الجوية على تنمية الشعور بالجماعة والمسؤولية لدى الأفراد تجاه المجتمع.
1	0.10	%78	19	44	81	5/ تحرص القوات الجوية على غرس الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المواطنة الصالحة، العلاقات الاجتماعية، الطاعة، والنظام لكل منسوبيها.
5	0.04	%70	18	69	57	6/ العلاقة بين القوات الجوية والمجتمع تحكمها قواعد الاحترام المتبادل والمتحمرة حول شعور كل طرف بأنه سند للآخر.
8	0.01	%68	38	77	29	7/ تقوم القوات الجوية وظيفياً بمهام إنسانية تهدف إلى خدمة الصالح العام من أجل أمن وحماية المجتمع.
4	0.00	%74	21	68	55	8/ تحرص القوات الجوية على ضرورة الاستمرار في نسج الروابط التي تنتج علاقة مستمرة مع المجتمع وفعاليات المجتمع المدني.
2	0.00	%78	31	61	52	9/ تدفع القوات الجوية الافراد للمشاركة في درء الكوارث الطبيعية.
3	0.00	%78	16	49	79	10/ تسعى القوات الجوية إلى التكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، ولها تعاون وثيق مع مؤسسات المجتمع.
0.01		%70.1	متوسط قيمة (t) ودرجة المعنوية والوزن النسبي			

المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

من الجدول رقم (9) ومن خلال رأي المستجوبين فيه اتضح أن نسبة الموافقة 42% ونسبة الموافقة الى حد ما 41% بينما نسبة عدم الموافقة 16%، كما تم عرض الوزن النسبي للمحور ككل وبلغت قيمته (70.1%)، كما أن جميع عبارات المحور لها اوزان نسبية مرتفعة، وبلغ مستوى الدلالة للمحور ككل (0.01). وتم تمثيل النسب المئوية لاجابات عينة البحث في الشكل التالي:

شكل رقم (7) المحور الثالث



المصدر: إعداد الباحث من الدراسة الميدانية 2022م

### 3.4: مناقشة وتفسير النتائج:

#### 1/ المحور الأول: المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم

اشتمل المحور على (10) فقرات والتي جميعها اعتمدت لقياس المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم، وفقا لمقياس ليكرت الثلاثي نجد أن الاتجاه العام لإجابات عينة الدراسة عن هذا المحور جيدة جدا حيث تميل إلى الخيار (أوافق) بنسبة مئوية (55%) ومستوى دلالة (0.00)، حيث تقوم القوات الجوية بعمليات تدريب مستمرة لأفرادها لتحقيق اللياقة البدنية بنسبة موافقة 63%، وتحرص القوات الجوية على المداومة على التدريبات لتمكين أفرادها من امتلاك قوة التحمل بنسبة موافقة 78%، وتعمل القوات الجوية على رفع مستوى السرعة والرشاقة

والمرونة لدى أفرادها بنسبة موافقة 59%، كما تحرص القوات الجوية على مبدأ القوة التي يستطيع الفرد أن يبذلها أثناء العمل بنسبة موافقة 61%، وايضا تحرص القوات الجوية على القوة العضلية التي تكسب الافراد تكوينا بدنيا متماسكا بنسبة موافقة 76%، كما تقوم القوات الجوية بإجراء اختبارات بدنية لأفرادها بنسبة موافقة 60%، وتحرص كذلك على مراعاة القياسات الجسمية لأفرادها من حيث الطول والوزن والحجم بنسبة موافقة الى حد ما 51%، كما تقوم القوات الجوية بتحفيز أفرادها المتميزين في الرياضة بنسبة موافقة الى حد ما 49%، ايضا تحرص القوات الجوية على تحسين قدرة الأداء البدني لأفرادها بنسبة موافقة 44% ونسبة موافقة الى حد ما 38%، وتقوم كذلك بالتنسيق بعض افرادها لدى فرع الرياضة العسكري ليعودوا أكثر تأهيلا بنسبة موافقة 53%.

يرى الباحث أن أهمية عمليات رفع اللياقة البدنية بصورة مستمرة تنعكس في جوانب عديدة لجندى القوات الجوية حسب مفهوم اللياقة الشاملة، حيث تظهر اللياقة البدنية في مستوى انضباط الجندي ومستوى التزامه واحترامه لقوانين العمل العسكري.

وبما أن المتطلبات البدنية هي مجموعة متكاملة من التمارين الرياضية المدروسة علمياً وتربوياً، وتهدف إلى رفع كفاءة الجسم الحركية والفسولوجية، ويُشرف عليها في العادة مدرب إعداد بدني مختص، وخاصة إذا كان الشخص لاعباً رياضياً، وذلك لضمان نجاحه في رياضته، ولتزداد مهارته فيها، فكلما زادت كفاءة الجسم، وزادت مقدرة المرء على التحكم بحركته ولياقته ازدادت مهارته الرياضية، كما تفيد برفع كفاءة الجسم للقيام بالأعمال اليومية الروتينية. (كمال عبدالحميد، محمد صبحي حسانين 2002، ص 27). ووجد الباحث أن عبارات المحور الأول تتفق إلى حد كبير مع دراسة (محمد صبحي عبد الحميد اسماعيل، 2002م) بعنوان "أثر تطوير برامج التربية الرياضية على تحقيق تحمل القوة لجندى المظلات" في إن العداد البدني الخاص لأفراد المظلات يجب أن يركز على تنمية تحمل القوة لمناسبته لطبيعة العمل لهؤلاء الأفراد. كما أن التطوير كان له أثر فعال على تحسين مستوى الأداء وعلى نجاح المجموعة التدريبية بتفوق في اختبار اللياقة البدنية وصل إلى 100%، انعدام الإصابات بين أفراد المجموعة التجريبية أثناء التدريب.

وتتفق مع دراسة (قديري حسن علي حلوة، 2000م) بعنوان: "التعرف على نظام التدريب والطريقة النمطية لتدريب الأفراد المستجدين بالقوات المسلحة- دراسة مقارنة، بأن الطريقة النمطية لتنفيذ برامج الإعداد البدني للقوات المسلحة لا تحقق جميع عناصر اللياقة البدنية التي تقيسها اختبارات اللياقة البدنية بالقوات المسلحة.

## 2/ المحور الثاني: المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

اشتمل المحور على (10) فقرات جميعها اعتمدت لقياس المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم، وفقا لمقياس ليكرت الثلاثي نجد أن الاتجاه العام لإجابات أفراد عينة الدراسة عن هذا المحور جيدة حيث تميل إلى الخيار (أوافق الى حد ما) بنسبة (44%) وبمتوسط مرجح (3.59) ويظهر مربع كاي ومستوى دلالة (0.01)، حيث تحرص القوات الجوية على أن تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا بنسبة موافقة الى حد ما 60%، حرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد لينظروا إلى الحياة نظرة صحيحة، ويتمتعوا بسلامة الجسم وحب وعطف الآخرين والأمن بنسبة موافقة 58%، تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد ليحذوا قدرًا كافيًا من التوافق النفسي والقوة والحيوية لمقابلة الطوارئ ومطالب الحياة اليومية بنسبة موافقة الى حد ما 51%، كما تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد من أجل احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية بنسبة موافقة الى حد ما 41%، ابضا توفر القوات الجوية بيئة تنافسية تتفاعل فيها الطاقات النفسية مع الذات والجماعة بنسبة موافقة 53%، وتوفر القوات الجوية مواقف المواجهة والتحدي لتطوير السمات اللياقة النفسية بنسبة موافقة الى حد ما 43%، وتطرح القوات الجوية برامج المشاركة الترويحية لأفرادها لتفادي حالات القلق والتوتر بنسبة موافقة 58%، كما أن المجهود البدني المنتظم يؤدي إلى آثار إيجابية ومفيدة على الحالة النفسية للأشخاص خاصة الذين يعانون من الاكتئاب والقلق بنسبة موافقة الى حد ما 48%، وايضا تذهب الإدارة الي التعزيز المستمر لقيمة المركز الاجتماعي العسكري لرفع القناعات والرضا النفسي بنسبة موافقة الى حد ما 44%، البناء والتدريب المستمر للتوازن الانفعالي من خلال خصوصية العمل بالطيران وضغوطاته القوية بنسبة موافقة الى حد ما 51%.

يرى الباحث أن اللياقة النفسية لجندى القوات الجوية من أهم عوامل العمل المهني، إذ بالضرورة أن يكون جندى القوات الجوية متوازناً نفسياً حتى يتمكن من السيطرة على العمليات الجوية من قيادة الطائرات إلى الملاحة الجوية وغيرها من العمليات ذات الطبيعة الصعبة دون أي ضغوط أو مؤثرات خارجية.

وبما أن اللياقة النفسية حسب رأى روبنسون (2014) Robson هي تجسيد لقدرة الشخص على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لضغوط وشدائد الحياة وظروفها العصبية بما يتطلبه ذلك من استعداد وترقب وتعبئة لمصادر العناد النفسي معرفياً ودافعياً وانفعالياً وسلوكياً لوصفها وتحليلها ومن ثم تحديد استراتيجيات مجابتهها، فضلاً عن التمتع بالقدرة على التكيف، المرونة، ومن ثم التعافي من تأثيرات السلبية واستثماره لقوته النفسية في الأوقات الصعبة، فقد وجد الباحث أن نتائجه تتوافق مع دراسة (السني، محمد عبدالرحمن الصديق؛ 2014م) بعنوان برامج اللياقة البدنية وعلاقتها بالحالة النفسية (الرضا الحركي) لدى القوات النظامية الشرطة بولاية الخرطوم (دراسة تقويمية) حيث توجد فروق ذات صلة دلالة إحصائية بين عينات البحث على محاور (أهداف البرامج). وإيضاً وجود ارتباط طردي بين محور (محتوى البرنامج) ومقياس الرضا الحركي (الحالة النفسية) لكل من مناطق الدراسة. وتتفق كذلك مع دراسة دراسة (اشتوي، 2008م)، بعنوان مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وأنماط ممارسة النشاط البدني ومحددات الممارسة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، في أن انخفاض مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، وصلت نسبة الممارسين للنشاط البدني في الحدود الموصى بها لتحقيق فوائد صحية في الجامعات الفلسطينية إلى (57.5%)، وغير الممارسين في تلك الحدود (42.5%). لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في المحددات البيولوجية تبعاً لمتغير أنماط ممارسة النشاط البدني. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في المحددات النفسية تبعاً لمتغير أنماط ممارسة النشاط البدني بين الممارس وغير الممارس للنشاط البدني ولصالح الممارسين. كما تتفق مع دراسة (احمد، احمد محمد زكريا، 2019م)، بعنوان دور منهاج التربية الرياضية في إكساب القيم والمبادئ الاجتماعية و الدينية والتربوية لطالب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين، في أن منهاج التربية الرياضية يمكن أن يساهم في إكساب الطالب القيم والمبادئ الاجتماعية

والدينية والتربوية. كما يتفق المحور مع دراسة (حشايشي، عبد الوهاب، 2011م)، بعنوان صورة الجسم وعلاقتها بتكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي (دراسة ميدانية بإحدى مدارس التعليم الثانوي بالجزائر)، في أن علاقة الارتباط بين صورة الجسم وتكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني للذكور والإناث لم تكن ذات دلالة إحصائية إلا في بعدي النشاط البدني كخبرة لحفظ الصحة واللياقة البدنية، وكخبرة جمالية عند الذكور.

### 3/ المحور الثالث: المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

اشتمل المحور على (10) فقرات جميعها اعتمدت لقياس المتطلبات الاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم، وفقا لمقياس ليكرت الثلاثي نجد أن الاتجاه العام لإجابات أفراد عينة الدراسة عن هذا المحور جيدة جدا حيث تميل إلى الخيار (أوافق) بنسبة مئوية 42% ومستوى دلالة (0.01)، حيث تعد القوات الجوية أفرادها على كفاءات احترام النفس والآخرين بنسبة موافقة الى حد ما 47%، تعد القوات الجوية أفرادها على سلوك اجتماعي يساعد على انسجام الناس مع بعضهم بعضاً بنسبة موافقة 42%، كما تحرص القوات الجوية على اللياقة الاجتماعية للفرد من أجل دفعه للمشاركة المجتمعية والعيش في جماعة بصورة عادية بنسبة موافقة 54%، وايضا تحرص القوات الجوية على تنمية الشعور بالجماعة والمسؤولية لدى الأفراد تجاه المجتمع بنسبة موافقة 49%، تحرص القوات الجوية على غرس الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المواطنة الصالحة، العلاقات الاجتماعية، الطاعة، والنظام لكل منسوبيها بنسبة موافقة 56%، العلاقة بين القوات الجوية والمجتمع تحكمها قواعد الاحترام المتبادل والمتحمرة حول شعور كل طرف بأنه سند للآخر بنسبة موافقة الى حد ما 48%، وتقوم القوات الجوية وظيفيا بمهام إنسانية تهدف إلى خدمة الصالح العام من أجل أمن وحماية المجتمع بنسبة موافقة الى حد ما 53%، وايضا تحرص القوات الجوية على ضرورة الاستمرار في نسج الروابط التي تنتج علاقة مستمرة مع المجتمع وفعاليات المجتمع المدني بنسبة موافقة الى حد ما 47%، وايضا تدفع القوات الجوية الافراد للمشاركة في درء الكوارث الطبيعية بنسبة موافقة الى حد ما

42%، وتسعى القوات الجوية إلى التكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، ولها تعاون وثيق مع مؤسسات المجتمع بنسبة موافقة 55%.

ويرى الباحث أن دور جندي القوات الجوية في المجتمع يتمحور حول عكس صورة ذهنية جيدة عن جندي القوات المسلحة من حيث الانضباط العام والمشاركة الفاعلة والمساعدة للضعيف والوقوف في جانب الحق ونصرة المظلوم، وذلك عبر فرض شخصيته العسكرية دون مغالاة أو تجبر.

وبما أن الرياضة تتيح للفرد اكتساب الخبرات الاجتماعية التي تساعد كثيرا في تكوين شخصيته، وتشبع فيه شعور الانتماء للجماعة وتنمي القيم الاجتماعية والخلقية السليمة، وتزيد من تفاعله في المجتمع إذا ما اتصف للياقته البدنية العالية. وبما أن من القيم الاجتماعية التي يمكن للفرد اكتسابها من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية هي الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المتعة، المواطنة الصالحة، العلاقات الاجتماعية، الطاعة، النظام، فإن تعليم وتعزيز اللياقة الاجتماعية أمر في غاية الأهمية للجميع، وللشباب على وجه التحديد، من أجل سلامة وصحة الإنسان والمجتمع؛ لأن جسد الإنسان يحتاج لياقة بدنية، وجسد المجتمع يحتاج لياقة اجتماعية. (السالم، 2020م).

لذلك تتفق الدراسة الحالية مع دراسة دراسة (هاتش، صامويل وآخرون، 2013م) بعنوان الحياة في القوات المسلحة وبعدها: الشبكات الاجتماعية والصحة العقلية في جيش المملكة المتحدة". أن المستمرين في الخدمة العسكرية أبلغوا عن مشاركة اجتماعية أكبر خارج العمل وتواصل اجتماعي عسكري كبير. وقد كان من تركوا الخدمة أكثر عرضة للإبلاغ عن أعراض العزلة والانفصال المجتمعي. كما تتفق مع دراسة (بلقاسم دودو، 2008م) بعنوان اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي وانعكاساته على الجوانب النفسية والاجتماعية لديهم، في عدم وجود فروق في مدى تأثير الاهتمام والتشجيع بين الجنسين على الجوانب النفسية وجود علاقة ارتباطية قوية بين الاهتمام وتشجيع الوالدين للأبناء.

## الفصل الخامس

- النتائج.
- الاستنتاجات.
- التوصيات.

## الفصل الخامس

### النتائج - الاستنتاجات - التوصيات

1.5/ مقدمة: احتوى هذا الفصل على النتائج التي توصل اليها الباحث من خلال دراسته الميدانية والتوصيات والاستنتاجات التي خلص اليها.

### 2.5/ النتائج:

من التحليل أعلاه توصل الباحث للنتائج الآتية:

1. أن المتطلبات البدنية والنفسية والإجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم تتمثل في عمليات التدريب المستمرة وحرص القوات الجوية على مبدأ القوة وحرصها على أن تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا، كما أن القوات الجوية توفر مواقف المواجهة والتحدي لتطوير السمات اللياقية النفسية، ورفع لياقة الأفراد من أجل احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية.
2. أن مستوى درجة اللياقة البدنية لدى القوات الجوية بولاية الخرطوم يعتبر جيدا وينعكس على الجوانب النفسية والإجتماعية للأفراد عبر حرص القوات الجوية على اللياقة الإجتماعية للفرد من أجل دفعه للمشاركة المجتمعية والعيش في جماعة بصورة عادية، كما تحرص القوات الجوية على تنمية الشعور بالجماعة والمسؤولية لدى الأفراد تجاه المجتمع، وتحرص القوات الجوية على غرس الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المواطنة الصالحة، العلاقات الإجتماعية، الطاعة، والنظام لكل منسوبيها، كما أن العلاقة بين القوات الجوية والمجتمع تحكمها قواعد الاحترام المتبادل والمتمحورة حول شعور كل طرف بأنه سند للآخر، وتحرص القوات الجوية على ضرورة الاستمرار في نسج الروابط التي تنتج علاقة مستمرة مع المجتمع وفعاليات المجتمع المدني، وأخيرا تسعى القوات الجوية إلى التكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، ولها تعاون وثيق مع مؤسسات المجتمع.

3. أن البرامج التدريبية الرياضية المتبعة في القوات الجوية ولاية الخرطوم تتمثل في عمليات التدريب المنتظمة لأفرادها لتحقيق اللياقة البدنية ولتمكين أفرادها من امتلاك قوة التحمل، والقوة العضلية التي تكسب الافراد تكوينا بدنيا متماسكا. كما تقوم القوات الجوية بتسيب بعض افرادها لدى فرع الرياضة العسكري ليعودوا أكثر تأهيلا.

### 3.5: الإستنتاجات:

مما سبق استنتج الباحث الآتي:

1. أن القوات الجوية السودانية تحتاج إلى تبادل علمي وتقني وبدني مع الدول المتقدمة في مجال التدريب البدني العسكري.
2. أن إدارة التدريب البدني في القوات الجوية تحتاج إلى تطوير أدواتها لمواكبة أحدث تطورات عمليات التدريبات البدنية الحديثة.
3. أن إدارة التدريب في القوات الجوية تحتاج إلى قسم للتطوير والبحوث والدراسات لمعرفة كيفية غرس المفاهيم البدنية والنفسية والإجتماعية في المتدربين.
4. إن القوات الجوية تحتاج إلى ميزانيات مناسبة لتطوير الاجهزة الرياضية في عمليات التدريب البدني.
5. أن إدارة التدريب تحرص على التعزيز المستمر لقيمة المركز الاجتماعي العسكري لرفع القناعات والرضا النفسي الاجتماعي.
6. أن القوات الجوية تقوم وظيفيا بمهام إنسانية تهدف إلى خدمة الصالح العام من أجل أمن وحماية المجتمع.

### 4.5: التوصيات:

يوصي الباحث بالآتي:

1. على إدارة التدريب رفع مستوي التأهيل البدني مع الاستمرارية للوصول لأعلى مستويات اللياقة البدنية.
2. على إدارة التدريب الإهتمام بالتكوين البدني لفرد القوات الجوية.
3. على إدارة التدريب توفير الاهتمام والرعاية النفسية لفرد القوات الجوية ليعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا.
4. على إدارة التدريب الحرص على مبادئ احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية.
5. على إدارة التدريب غرس أهمية التعايش والمشاركة والمسئولية المجتمعية لفرد القوات

الجوية.

6. على إدارة التدريب الإهتمام بالروح الرياضية، والتعاون، والانضباط، والمواطنة الصالحة، والعلاقات الاجتماعية، الطاعة، والنظام لكل أفراد القوات الجوية.
7. على إدارة التدريب الإهتمام بقواعد الاحترام المتبادل بين فرد القوات الجوية والمجتمع المحيط به.
8. على إدارة التدريب الإهتمام بالتكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، والتعاون الوثيق مع مؤسساته.
9. على إدارة التدريب تكملة أيام التربية البدنية الاسبوعية من يومين إلى ثلاثة أيام لضمان حصول الفائدة البدنية.
10. على إدارة التدريب تصميم برامج وأنشطة حركية تساعد على التخلص من ضغط العمل وأثره النفسي
11. على إدارة التدريب المداومة على تنظيم دورات رياضية وتوسيع قاعدة المشاركة وتنويع انشطتها.
12. على إدارة التدريب تفعيل دور الندوات والورش في شرح ماهية التربية البدنية والانشطة الرياضية والتعديل في صورتها النمطية المربوطة بالجزاءات أو العقاب.

## قائمة المصادر والمراجع

## قائمة المصادر والمراجع

### المصادر:

1. القرآن الكريم.
2. المعاجم.

### المراجع:

1. احسان محمد الحسن، علم الاجتماع العسكري، مجلة الجيش - العدد 397 - مؤسسة المنشورات العسكرية، الجزائر، 2007م.
2. أحمد فؤاد الشاذلي، يوسف عبد الرسول، الأسس العلمية لتدريس التمرينات البدنية، منشورات ذات السلاسل، 2011م.
3. علي بن أحمد السالم، بعض الشباب واللياقة الاجتماعية، مقال منشور على موقع <https://rs.ksu.edu.sa/issue-1266/1670>، بتاريخ 18 سبتمبر 2020م، زمن الدخول 11 يناير 2022م، 5:30 مساءً.
4. محمد السعيد أبو حلاوة، اللياقة النفسية Psychological Fitness، مقال منشور على موقع <https://www.worldofculture2020.com/?p=41698>، بتاريخ 1 مارس 2001، زمن الدخول، 11 يناير 2022م، 4:09 مساءً.
5. ربيع إسماعيل النميري، نظرة مستقبلية لشكل وحجم القوات الجوية في عام 2010م، بحث إجازة زمالة كلية الحرب العليا، (غير منشور)، دورة (2).
6. عبد الله عبد الفراج، مساح العمليات الجوية في السودان الحاضر وتصور المستقبل، بحث زمالة كلية الدفاع الوطني، دورة رقم (7) ، سنة 1990م.
7. علي محمد الشيخ، مقال منشور <https://www.almusallh.ly/ar/thoughts/93-vol-7-60>، بتاريخ: 05 ابريل 2009م، زمن الدخول 11 يناير 2022م، 3:48 مساءً.
8. عبدالله فرج الله ، كلية القيادة والأركان المشتركة، كتيب القدرة الجوية، الجناح الجوي، 1990م.

9. مصطفى جوهر، عبد الهادي حلاوة، الصحة والرياضة، دار القلم، الكويت، 1994م.
10. نجيب بن محمد، الجيش والعلاقة المجتمعية، مقال منشور على موقع <https://www.sasapost.com/opinion/army-and-community-relations/> بتاريخ 21 ديسمبر 2017م، زمن الدخول 9 يناير 2022م، 2:00 ظهرا.
11. ياسر طه صلاح، أسس التدريب الرياضي الحديث، ماستر للنشر والتوزيع، مصر، 2018م.
12. مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة)، دار الفكر العربي، 2001م.

### الرسائل العلمية:

1. احمد، احمد محمد زكريا، ماجستير: بعنوان: دور مناهج التربية الرياضية في إكساب القيم والمبادئ الاجتماعية والدينية والتربوية لطالب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، 2019م.
2. اشتيوي، ثابت عارف، دكتوراة بعنوان: مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وأنماط ممارسة النشاط البدني ومحددات الممارسة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، 2008م.
3. بلقاسم دودو، ماجستير بعنوان: اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي وانعكاساته على الجوانب النفسية والاجتماعية لديهم، جامعة الجزائر معهد التربية البدنية والرياضية، 2008م.
4. حشايشي، عبد الوهاب، يونيو، بعنوان: صورة الجسم وعلاقتها بتكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي (دراسة ميدانية بإحدى مدارس التعليم الثانوي بالجزائر)، جامعة المسيلة، مجلة الإبداع الرياضي، العدد 2، 2011م.
5. السني، محمد عبدالرحمن الصديق، ماجستير: بعنوان: برامج اللياقة البدنية وعلاقتها بالحالة النفسية (الرضا الحركي) لدى القوات النظامية الشرطة بولاية الخرطوم (دراسة تقويمية) 2014م.

6. قدري حسن علي حلوة، ماجستير: بعنوان: "التعرف على نظام التدريب والطريقة النمطية لتدريب الأفراد المستجدين بالقوات المسلحة- دراسة مقارنة"، 2000م.
7. محمد صبحي عبد الحميد اسماعيل، ماجستير: بعنوان: "أثر تطوير برامج التربية الرياضية على تحقيق تحمل القوة لجندي المظلات"، 2002م.
8. هاتش، سامويل ب. هارفي، كريستوفر دانديكر، هوارد بورديت، نيل جرينبيرج، نيكولا تي فير، سيمون ويسلي: بعنوان: "الحياة في القوات المسلحة وبعدها: الشبكات الاجتماعية والصحة العقلية في جيش المملكة المتحدة"، 2013م.

## قائمة الملاحق

مرفق رقم (1)  
الاستبانة في صورتها الاولية



بسم الله الرحمن الرحيم  
جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا  
كلية الدراسات العليا - التربية البدنية والرياضة  
قسم التربية البدنية المدرسية

الأخ الكريم السيد/ ..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الموضوع: إستمارة إستبيان

يقوم الباحث/ على عمر التوم إبراهيم الدارس بكلية التربية الرياضية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، بإعداد رسالة ضمن متطلبات الحصول على درجة درجة الماجستير في التربية الرياضية تحت عنوان (المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية لدى القوات الجوية - ولاية الخرطوم). وتقتضي إجراءات الدراسة إجابة سيادتكم على هذه الإستمارة لمساهمتكم في الدراسة، لذا يرجى التكرم بالإجابة بدقة على جميع فقرات هذا الإستبيان وذلك وفقا لوجهة نظر سيادتكم. علما بأن هذه البيانات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.  
شاكرين لكم حسن تعاونكم

أولا: البيانات الشخصية:

الرجاء التكرم بوضع علامة (√) أمام الخيار الذي يناسبك:

1/ العمر:

20-30 سنة ( ) 30-40 سنة ( ) 40-50 سنة ( ) أكبر من 50 سنة ( )

2/ المؤهل العلمي:

دبلوم ( ) بكالوريوس ( ) ماجستير ( ) دكتوراه ( )

أخرى ( )

3/ سنوات الخبرة:

اقل من 5 سنوات ( ) 5-10 سنوات ( ) 10-15 سنة ( )

15 سنة فأكثر ( )

4/ الرتبة:

ضابط ( ) ضابط صف ( )

ثانياً: محاور الدراسة:

المحور الأول: المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

لا أوافق	أوافق الي حد ما	أوافق	العبارات
			1/ تقوم القوات الجوية بعمليات تدريب مستمرة لجنودها لتحقيق اللياقة البدنية.
			2/ تحرص القوات الجوية على المداومة على التدريبات لتمكين أفرادها من إمتلاك قوة التحمل.
			3/ تعمل القوات الجوية على رفع مستوى السرعة والرشاقة والمرونة لدى افرادها.
			4/ تحرص القوات الجوية على مبدأ القوة التي يستطيع الفرد أن يبذلها أثناء العمل.
			5/ تحرص القوات الجوية على القوة العضلية التي تكسب الافراد تكويننا متماسكا في جميع حركاتهم الاساسية وتقيهم من الاصابات والتشوهات.
			6/ تحرص القوات الجوية على المشاركة في كل المسابقات الرياضية الخاصة بالقوات المسلحة السودانية.
			7/ تحرص القوات الجوية على التدريبات المنتظمة لأكثر من يومين في الاسبوع.
			8/ توجد بالقوات الجوية رياضات خاصة كالرياضات القتالية والدفاع عن النفس.
			9/ تنظم القوات الجوية مسابقات تنافسية داخلية لجنودها.
			10/ تقوم القوات الجوية بتنسيب بعض افرادها لدى فرع الرياضة العسكري ليعودوا أكثر تأهيلاً.

المحور الثاني: المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

لا أوافق	أوافق الي حد ما	أوافق	العبارات
			11/ تحرص القوات الجوية على أن تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة نفسياً وعقلياً.
			12/ تحرص القوات الجوية على أن ينظر الجنود للحياة نظرة صحيحة، ويتمتعوا بسلامة الجسم وحب وعطف الآخرين والأمن.
			13/ تحرص القوات الجوية على أن يكون للجنود قدراً كافياً من التوافق النفسي والقوة والحيوية لمقابلة الطوارئ ومطالب الحياة اليومية.
			14/ تحرص القوات الجوية على أن تمتع الجنود باحترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية.
			15/ يحتاج فرد القوات الجوية لمراعاة مستوى من الصحة النفسية يتحقق فيه قدر معقول من التنافس ويؤدي به الي التفاعل مع نفسه ومع البيئة الاجتماعية.
			16/ يحتاج فرد القوات الجوية للياقة النفسية كي يتمتع بقدرات وطاقات وموارد ذاتية متنوعة تساعده على مواجهة التحديات وعلى الانتاج والنجاح في عصر الجودة.

		17/ يحتاج فرد القوات الجوية إلى اللياقة النفسية لتنمية موارده وطاقاته التي تشكل حماية وحصانة له في مواجهة ضغوط الحياة المتزايدة.
		18/ المجهود البدني المنتظم يؤدي إلى آثار إيجابية ومفيدة علي الحالة النفسية للأشخاص خاصة الذين يعانون من الاكتئاب والقلق.
		19/ العمل العسكري ذي الطبيعة الخاصة التي تصل إلى ضرورة بذل الروح في وقت من الاوقات يحتاج لفرد متوازن نفسياً.
		20/ التخصصات ذات الطبيعة الخاصة في الجيش كالتيارين تحتاج الى تدريبات نفسية خاصة.

### المحور الثالث: المتطلبات الإجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

لا أوافق	أوافق الي حد ما	أوافق	العبارات
			21/ تحرص القوات الجوية على اللياقة الاجتماعية للفرد لانها تعني احترام النفس واحترام الآخرين.
			22/ تحرص القوات الجوية على اللياقة الاجتماعية للفرد لانها تعني حسن التعامل مع الناس، كما انها سلوك اجتماعي يساعد على انسجام الناس مع بعضهم بعضاً.
			23/ تحرص القوات الجوية على اللياقة الاجتماعية للفرد من أجل دفعه للمشاركة المجتمعية والعيش في جماعة بصورة عادية.
			24/ تحرص القوات الجوية على تنمية الشعور بالجماعة والمسؤولية لدى الأفراد تجاه المجتمع.
			25/ تحرص القوات الجوية على غرس الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المواطنة الصالحة، العلاقات الاجتماعية، الطاعة، والنظام لكل منسوبيها.
			26/ العلاقة بين القوات الجوية والمجتمع تحكمها قواعد الاحترام المتبادل والتمحورة حول شعور كل طرف بأنه سند للآخر.
			27/ تقوم القوات الجوية وظيفياً بمهام إنسانية تهدف إلى خدمة الصالح العام من أجل أمن وحماية المجتمع.
			28/ تحرص القوات الجوية على ضرورة الاستمرار في نسج الروابط التي تنتج علاقة مستمرة مع المجتمع وفعاليات المجتمع المدني.
			29/ تدفع القوات الجوية الافراد للمشاركة في درء الكوارث الطبيعية.
			30/ تسعى القوات الجوية إلى التكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، ولها تعاون وثيق مع مؤسسات المجتمع.

مرفق رقم (2)  
الاستبانة في صورتها النهائية



بسم الله الرحمن الرحيم  
جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا  
كلية الدراسات العليا - التربية البدنية والرياضة  
قسم التربية البدنية المدرسية

الأخ الكريم السيد/ ..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الموضوع: إستمارة إستبيان

يقوم الباحث/ على عمر التوم إبراهيم ضابط الإعداد البدني بالقوات المسلحة، بإجراء دراسة ضمن متطلبات الحصول على درجة درجة الماجستير في التربية البدنية والرياضة موضوعها (دور ادارة التدريب في تحقيق المتطلبات البدنية والنفسية والاجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم). وتقتضي إجراءات الدراسة إجابة سيادتكم على هذه الإستمارة لمساهمتم في الدراسة، لذا يرجى التكرم بالإجابة بدقة على جميع فقرات هذا الإستبيان وذلك وفقا لوجهة نظر سيادتكم. علما بأن هذه البيانات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لكم حسن تعاونكم

أولا: البيانات الشخصية:

الرجاء التكرم بوضع علامة (√) أمام الخيار الذي يناسبك:

1/ العمر:

30-20 سنة ( ) 40-30 سنة ( ) 50-40 سنة ( ) أكبر من 50 سنة ( )

2/ المؤهل العلمي:

دبلوم ( ) بكالوريوس ( ) ماجستير ( ) دكتوراه ( )

أخرى ( )

3/ سنوات الخبرة:

اقل من 5 سنوات ( ) 10-5 سنوات ( ) 15-10 سنة ( )

15 سنة فأكثر ( )

4/ الرتبة:

ضابط ( ) ضابط صف ( )

ثانيا: محاور الدراسة:

المحور الأول: المتطلبات البدنية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

لا أوافق	أوافق الي حد ما	أوافق	العبارات
			1/ تقوم القوات الجوية بعمليات تدريب مستمرة لأفرادها لتحقيق اللياقة البدنية.
			2/ تحرص القوات الجوية على المداومة على التدريبات لتمكين أفرادها من إمتلاك قوة التحمل.
			3/ تعمل القوات الجوية على رفع مستوى السرعة والرشاقة والمرونة لدى افرادها.
			4/ تحرص القوات الجوية على مبدأ القوة التي يستطيع الفرد أن يبذلها أثناء العمل.
			5/ تحرص القوات الجوية على القوة العضلية التي تكسب الافراد تكويننا بدنيا متماسكا.
			6/ تقوم القوات الجوية بإجراء إختبارات بدنية لأفرادها.
			7/ تحرص القوات الجوية على مراعاة القياسات الجسمية لأفرادها من حيث الطول والوزن والحجم.
			8/ تقوم القوات الجوية بتحفيز أفرادها المتميزين في الرياضة.
			9/ تحرص القوات الجوية على تحسين قدرة الأداء البدني لأفرادها.
			10/ تقوم القوات الجوية بتنسيب بعض افرادها لدى فرع الرياضة العسكري ليعودوا أكثر تأهيلا.

المحور الثاني: المتطلبات النفسية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

لا أوافق	أوافق الي حد ما	أوافق	العبارات
			11/ تحرص القوات الجوية على أن تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة نفسيا وعقليا.
			12/ تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد لينظروا إلى الحياة نظرة صحيحة، ويتمتعوا بسلامة الجسم وحب وعطف الآخرين والأمن.
			13/ تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد ليحونوا قدرأ كافيأ من التوافق النفسي والقوة والحيوية لمقابلة الطوارئ ومطالب الحياة اليومية.
			14/ تحرص القوات الجوية على رفع لياقة الأفراد من أجل احترام الذات والنضج والتواضع وخدمة الوطن والإنسانية.
			15/ توفر القوات الجوية بيئة تنافسية تتفاعل فيها الطاقات النفسية مع الذات والجماعة.
			16/ توفر القوات الجوية مواقف المواجهة والتحدي لتطوير السمات اللياقية النفسية.
			17/ تطرح القوات الجوية برامج المشاركة الترويجية لأفرادها لتفادي حالات القلق والتوتر.
			18/ المجهود البدني المنتظم يؤدي إلى آثار إيجابية ومفيدة علي الحالة النفسية للأشخاص خاصة الذين يعانون من الاكتئاب والقلق.
			19/ تذهب الإدارة الي التعزيز المستمر لقيمة المركز الاجتماعي العسكري لرفع القناعات

			والرضا النفسي.
			20/ البناء والتدريب المستمر للتوازن الإنفعالي من خلال خصوصية العمل بالطيران وضغوطاته القوية.

المحور الثالث: المتطلبات الإجتماعية للقوات الجوية بولاية الخرطوم:

لا أوافق	أوافق الي حد ما	أوافق	العبارات
			21/ تعد القوات الجوية أفرادها على كفيات احترام النفس والآخرين.
			22/ تعد القوات الجوية أفرادها على سلوك اجتماعي يساعد على انسجام الناس مع بعضهم بعضاً.
			23/ تحرص القوات الجوية على اللياقة الاجتماعية للفرد من أجل دفعه للمشاركة المجتمعية والعيش في جماعة بصورة عادية.
			24/ تحرص القوات الجوية على تنمية الشعور بالجماعة والمسؤولية لدى الأفراد تجاه المجتمع.
			25/ تحرص القوات الجوية على غرس الروح الرياضية، التعاون، القيادة، الانضباط، المواطنة الصالحة، العلاقات الاجتماعية، الطاعة، والنظام لكل منسوبيها.
			26/ العلاقة بين القوات الجوية والمجتمع تحكمها قواعد الاحترام المتبادل والمتحمرة حول شعور كل طرف بأنه سند للآخر.
			27/ تقوم القوات الجوية وظيفيا بمهام إنسانية تهدف إلى خدمة الصالح العام من أجل أمن وحماية المجتمع.
			28/ تحرص القوات الجوية على ضرورة الاستمرار في نسج الروابط التي تنتج علاقة مستمرة مع المجتمع وفعاليات المجتمع المدني.
			29/ تدفع القوات الجوية الافراد للمشاركة في درء الكوارث الطبيعية.
			30/ تسعى القوات الجوية إلى التكيف مع الواقع المحلي لكل منطقة، ولها تعاون وثيق مع مؤسسات المجتمع.

مرفق رقم (3)

اسماء الخبراء المحكمين

م	الاسم	الدرجة العلمية	مكان العمل
1	عوض يس	بروفيسور	جامعة النيلين
2	عمر محمد علي	بروفيسور	جامعة السودان
3	حامد السيد دفع الله	استاذ مشارك	جامعة السودان
4	الطيب حاج ابراهيم	استاذ مشارك	جامعة السودان
5	حاكم يوسف الضو	استاذ مساعد	جامعة السودان
6	عبد الحفيظ عبد المكرم مهلى	استاذ مساعد	جامعة السودان
7	مضوي محمد مضوي	استاذ مساعد	جامعة السودان
8	سليمان فيصل سليمان	استاذ مساعد	جامعة السودان
9	مصعب عبد الرؤوف	استاذ مساعد	جامعة السودان
10	ناهد سليمان الضو	استاذ مساعد	جامعة السودان