

جامعة الجزائر 3

معهد التربية البدنية والرياضية

دالي براهيم

أطروحة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراة

في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

بعنوان

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز مفاهيم التربية الصحية لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية لثانويات دائرتي مقرة وأولاد دراج بولاية المسيلة

إشراف: البرفيسور يوسف فتحي

أستاذ المساعد: طيبي عمار

إعداد الطالبة الباحثة:

خاوي عفاف

الموسم الجامعي: 2022/2021

الملخص

هدفت الدراسة إلى تعزيز مفاهيم التربية الصحية للمرحلة المراهقة وذلك من خلال إبراز أهم مجالاتها: الصحة الشخصية، التغذية الصحية، الإصابات الرياضية، القوام للتلاميذ، خلال حصة النشاط البدني الرياضي التربوي في مرحلة الطور الثانوي، والهدف من ذلك بناء واقتراح برنامج في التربية الصحية ودراسة فعاليته وتنميته داخل الحصة.

حيث استخدمنا المنهج الوصفي التحليلي لدراسة الظاهرة و الاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة الحصر الشامل لأساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات دائرتي مقررة وأولاد دراج بولاية المسيلة ، والذي كان عددهم 30 أستاذ من أصل 15 ثانوية بولاية المسيلة كما تم الإعتماد على الأساليب الإحصائية التالية: التكرارات والنسب المئوية، الانحراف المعياري، معامل بيرسون، معامل ألفا كرونباخ، واختبار t-test.

وفي الأخير توصلت الدراسة إلى أهم النتائج :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة وذلك يعني أن النشاط البدني الرياضي التربوي يؤثر في تعزيز مفاهيم التربية الصحية في مجال الصحة الشخصية
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز مفاهيم التربية الصحية في مجال التغذية .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز مفاهيم التربية الصحية في مجال الوقاية من الإصابات .
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز مفاهيم التربية الصحية في مجال القوام، وذلك يعني أن النشاط البدني التربوي يؤثر في تعزيز مفاهيم التربية الصحية في مجال القوام .

الكلمات المفتاحية :

التربية الصحية ، النشاط التربوي ، المراهقة .

Summary :

The study aimed to enhance the concepts of health education for the adolescent, by highlighting its most important areas: personal health, health nutrition, sports injuries, pupils strength, during the educational physical activity class in the secondary phase, the aim is to build and propose a program in health education and study its effectiveness and its development within the classroom.

Where we used the analytical descriptive approach to study the phenomenon and the questionnaire as a tool to collect data from the comprehensive sample of physical and sports education professors of the secondary schools of Magra and OuledDerradj in the state of M'sila, who numbered 30 teachers out of 15 secondary schools in the state of M'sila.

The following statistical methods were also relied on: the frequencies and the percentages, the standard deviation, the Pearson's coefficient, the Cro-Nabach's alpha coefficient, and the t-test.

Finally, the study reached the most important results:

- The existence of statistically significant differences in the responses of members of the sample means that physical and pedagogical sports activity promotes the concepts of health education in the field of personal health.
- There are statistically significant differences in the responses of sample individuals about the role of physical activity and pedagogical sports in promoting the concepts of health education in the field of nutrition.
- There are statistically significant differences in the responses of the sample individuals about the role of physical activity and pedagogical sports in promoting the concepts of health education in the field of injury prevention.
- There are statistically significant differences in the responses of sample individuals about the role of physical and pedagogical sports activity in promoting health education concepts in the field of strength. This means that physical and educational activity affects the promotion of health education concepts in the field of strength.

Keywords: Health education, educational activity, adolescence.

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
I	شكر وعرافان
II	إهداء
III	الملخص
IV	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول والأشكال
الفصل التمهيدي:	
02	مقدمة
04	الإشكالية
05	الفرضيات
06	أهداف البحث
06	أهمية الدراسة
07	تحديد مصطلحات الدراسة
09	الدراسات السابقة
الباب الأول: الإطار النظري للدراسة	
17	الفصل الأول : التربية الصحية
17	تمهيد
18	1 - الصحة المدرسية :
18	1-1 - مفهوم الصحة المدرسية
18	1-2 - أهمية الصحة المدرسية
18	1-3 - أهداف التربية المدرسية
19	1-4 - مكونات الصحة المدرسية
20	1-5 - التربية الصحية المدرسية
20	2 - لتربية الصحية
20	1-2 - مفهوم الصحة
21	2-2 - أهداف التربية الصحية

قائمة المحتويات

22	3-2- أهمية التربية الصحية
22	4-2- أهمية التربية الصحية المدرسية
23	5-2- أسس التربية الصحية
26	6-2- مجالات وأبعاد التربية الصحية
28	7-2- مبادئ ودوافع الاهتمام بالتربية الصحية
28	8-2- الشروط اللازم توفيرها لنجاح التربية الصحية في المدرسة
29	9-2- معايير التربية الصحية
29	10-2- العوامل التي تؤثر في برنامج التربية الصحية
30	11-2- برامج التربية الصحية
32	خلاصة
33	الفصل الثاني: : النشاط التربوي
33	تمهيد
34	1- النشاط البدني الرياضي
34	1-1- مفهوم النشاط البدني
34	2-1- النشاط البدني الرياضي
34	3-1- أهداف النشاط البدني الرياضي
36	4-1- خصائص النشاط البدني الرياضي
36	5-1- تصنيف الأنشطة الرياضية
38	6-1- هرم النشاط البدني
40	7-1- مكانة النشاط البدني الرياضي في النظام الجزائري
40	8-1- مواصفات النشاط البدني لمعالجة الضغوط النفسية
45	9-1- الأسس الصحية لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية
42	2- النشاط الرياضي المدرسي
42	1-2- مفهوم النشاط الرياضي المدرسي
42	2-2- عمليات تطور مفهوم النشاط المدرسي
42	3-2- وظائف النشاط المدرسي
43	4-2- اعتبارات تربوية عامة عند تدريس النشاط المدرسي

قائمة المحتويات

44	2-5 - دور النشاط المدرسي في تحقيق أهداف العملية التربوية
45	خلاصة
46	الفصل الثالث : المراهقة والتربية الصحية عند التلاميذ 14-17 سنة
46	تمهيد
47	1- المراهقة
47	1-1 - طبيعة المراهقة وماهيتها
48	1-2 - مفهوم المراهقة
49	1-3 - أشكال المراهقة في مصر
53	1-4 - مراحل المراهقة
54	1-5 - مظاهر النمو في مرحلة المراهقة
55	1-6 - أنماط المراهقة وأنواعها
56	1-7 - حاجات المراهق
58	1-8 - أزمة المراهقة
58	1-9 - مشكلات المراهقة
59	1-10 - التربية المدرسية في مرحلة المراهقة
60	الخلاصة
الباب الثاني: الإطار التطبيقي للدراسة	
62	الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية
62	تمهيد
62	1 - الدراسة الاستطلاعية
64	2 - منهج الدراسة
64	3 - مجتمع وعينة الدراسة
67	4 - أدوات الدراسة وإجراءات بناءها
67	4-1 - الاستبيان
67	5 - البرامج والأدوات المستخدمة في معالجة البيانات
69	6- صدق الأداة
69	6-1 - الصدق الظاهري

قائمة المحتويات

70	2-6- صدق الاتساق الداخلي
77	3-6- صدق الاتساق الداخلي بين محاور الدراسة
78	4-6- صدق البنائي
78	7- ثبات الأداة
80	8- صعوبات البحث
80	الخلاصة
81	الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج
81	تمهيد
82	1- تحليل فقرات الدراسة
82	1-1- تحليل فقرات محور الصحة الشخصية
85	1-2- تحليل فقرات محور التغذية
88	1-3- تحليل فقرات محور الوقاية من الإصابات
91	1-4- تحليل فقرات محور القوام
95	2- الإجابة على تساؤلات الدراسة
96	1-2- الإجابة على التساؤل الأول
96	2-2- الإجابة على التساؤل الثاني
97	2-3- الإجابة على التساؤل الثالث
97	2-4- الإجابة على التساؤل الرابع
98	النتائج والتوصيات
98	وإلاً : النتائج العامة للدراسة
99	انياً : التوصيات المقترحة
100	الثاً : مقترحات للدراسات مستقبلية
101	الخاتمة
103	قائمة المصادر والمراجع
114	قائمة الملاحق

مقدمة:

إن التربية البدنية والرياضية هي نظام مستحدث يستثمر الغريزة الفطرية للعب من خلال أهداف تربوية في جوهرها ومضامينها سواء كانت ثقافية أو اجتماعية أو بدنية أو سلوكية ولعل الهدف الأساسي من نظام التربية البدنية والرياضية بمفهومه المدرسي هو التنشئة الاجتماعية للفرد أن يكون صالحا ومتزنا وذو صحة جيدة ومنتج ومسؤول وذو أخلاق حميدة، وفي هذا يرى العالم الاهوكيجوديوي (djewey) "التربية ليس مجرد إعداد للحياة وإنما هي الحياة نفسها ومعاشتها. وفي هذا السياق ينظر للتربية البدنية والرياضية على أنها أسلوب الحياة وطريقة منافسة الحياة وتعاطيها". أمين أنور الخولي، 1996، ص 30

وبصفتها مادة تعليمية فان التربية البدنية والرياضية تستثمر النشاطات البدنية والرياضية لقاعدة تربوية لتطوير قدرات التلاميذ في المجال النفسي الحركي والاجتماعي، العاطفي والمعرفي.

ونحن حينما نفكر في تدريس التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي تعني حتما أن لهذه المادة أهدافها وخصائصها المتميزة عن بقية المواد الأخرى، والتي تساهم معها في تحقيق الغايات للمنظومة التربوية بإعداد الأجيال إعدادا يجعل منهم مواطنون غيورون عن هويتهم وقادرين على رفع التحديات المختلفة التي تفرضها العولمة. |

إلا أن الواقع العملي في مدارسنا يؤكد على أن التربية البدنية المدرسية لم تأخذ بعد حقها من العناية والاهتمام من قبل المسؤولين عن التربية والتعليم، حيث تنفق جميعا على مدى هذا القصور الشديد، والذي يصل في كثير من الأحيان إلى الانعدام بالنسبة للمنشآت الرياضية (ملاعب - صالات) أو بالنسبة للتجهيزات المختلفة أدوات رياضية - أجهزة رياضية)، هذا بالإضافة إلى أن عدد دروس التربية الرياضية في المدارس يعد قليلا جدا ولا يمكن أن يحقق أي من أهداف التدريس في المدارس.

وما نلاحظه أيضا في الواقع العملي هو أن الكثير يعتقد أن ميدان التربية يؤهل الفرد للعمل في مجال التربية الصحية، ويعتقد آخرون أن التربية والتربية الصحية برنامجان متحداان لأنما يعبران عن شيء واحد هو الاهتمام بتربية الأفراد.

ويمكننا القول في هذا المجال أنه في حالة الإعداد الصحيح المدرسي التربية الرياضية في الكليات المختلفة، وفي حالة ضمان أن يعمل في مدرسة تتوافر فيها جميع الإمكانيات والمنشآت الرياضية، وفي حالة اقتناع مدير المدرسة بأهمية رسالة التربية الرياضية في إعداد الناشئ، في هذه الحالة يستطيع مدرس التربية الرياضية القيام بدور هام جدا في نشر الوعي الصحي وتعليم السلوك الصحي السليم من خلال درس التربية الرياضية والأنشطة المختلفة التي تتم في

المدرسة، وخاصة إذا كان هذا المدرس يتمتع بصحة جيدة ولديه من المهارات الحركية ما يمكنه من القيام برسالته، وكذلك إذا تمتع بسلوك صحي سليم يحرص على إتباعه أمام التلاميذ.

لعل أهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا هو تقدير الرياضة والعمل على تدعيمها و إيجاد السبل من أجل النهوض بها و تطويرها فالرياضة ذات أهمية كبيرة من جوانب شتى منها النفسية والحركية والبدنية و العقلية و الاجتماعية تقوي النسق الاجتماعي لأي بلد ينمو الفرد في مجتمع سليم و يتفاعل معه تفاعل إيجابي ينشأ فيه تشعة اجتماعية جيدة .

فالإنسان في حياته يتميز بالنمو الجسمي العقلي و النفسي و الاجتماعي وذلك من مرحلة إلى أخرى ، ولعل المرحلة التي شغلت بال الباحثين و المربين هي مرحلة المراهقة كونها مرحلة خاصة بحيث يمر فيها المراهق بتغيرات فسيولوجية و نفسية ، وتعرف أيضا بأنها منعطف في حياة الإنسان و هي التي تأثر على مدار حياته و سلوكه الاجتماعي و الخلقي والنفسي ، بحيث تختلج نفس المراهق ثورات تمتاز بالعنف و الاندفاع كما تساوره من وقت لآخر أحاسيس بالضيق و التبرم والزهد

في حين يلعب النشاط البدني الرياضي التربوي دورا هاما ومحوريا في بناء شخصية الفرد من جميع النواحي البدنية، والخلقية، والاجتماعية، و النفسية. و يعد واحد من أوجه الممارسات التي تؤدي إلى توجيه النمو البدني للفرد باستخدام التمرينات الحركية و التدابير الصحية وبعض الأساليب النفسية و الخلقية و بالتالي تحسين النمو النفسي الاجتماعي.

وتضمنت دراستنا فصل تمهيدي حيث تطرقنا فيه إلى إشكالية الدراسة وفرضياتها وأهدافها وأهميتها وكذلك تطرقنا فيه إلى التعريف بأهم المصطلحات الأساسية في هذا الموضوع وبعض الدراسات السابقة وتعليق عليها .
بعدها تم إدراج بابين الأول يتضمن الجانب التطبيقي وبدوره يضم ثلاثة فصول : الأول يتحدث عن التربية الصحية ودورها في الصحة المدرسية ، والفصل الثاني خصصناه للنشاط البدني الرياضي التربوي ، أما الفصل الثالث فيتحدث عن المرحلة السنية (14. 17 سنة) أي المراهقة .

أما الباب الثاني فيحتوي على الجانب التطبيقي والمكون من فصلين : فصل يضم جميع الإجراءات الميدانية للدراسة وفصل يبين عرض وتحليل نتائج الدراسة ، وكذلك مناقشة نتائج الدراسة على ضوء فرضياتها كما تحتوي الدراسة على إستنتاج عام وخاتمة والمراجع التي تم الإعتماد عليها في هذه الدراسة ، وفي الأخير الملاحق المتعلقة بها .

-الإشكالية :-

اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءة تساعد على إعداد المواطن الصالح إعدادا المواطن الصالح إعدادا شاملا لجميع الجوانب الشخصية سواء كانت عقلية أو جسمية ، نفسية أو إجتماعية ، حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع او أصبح تطورها ضرورة من ضروريات الحياة وواجبا إجتماعيا هاما يجب أن نعمل على تحقيقه .

حيث تعد التربية البدنية مادة تعليمية تساهم بالتكامل مع المواد الأخرى وبطريقتها الخاصة في تحسين قدرات التلاميذ في العديد من المجالات كمجال السلوك الحركي واللياقة البدنية ، فهي توسع واسع من الأنشطة التطبيقية إما في المجال العاطفي الإجتماعي فتمثل العلاقات الديناميكية الناتجة عن التنظيم والمواجهة بين الفرق . وفي مجال القدرات المعرفية وبفضل حالات اللعب الملموسة والتي تتطلب غالبا حلول سريعة لمسائل معقدة (أنور أمين خولي ، 2004،ص53).

ويؤثر هذا النمط المعيشي مباشرة على صحة الفرد و المجتمع وله إرتباط وثيق بالعديد من المشكلات الصحية والتي إرتفعت معدلات حدوثها وإنتشارها إرتفاعا ملحوظا في مختلف دول العالم خصوصا في الأونة الأخيرة نتيجة للسلوكيات والأنماط المعيشية الخاطئة (منظمة الصحة العالمية ،2011،ص1).

حيث تهدف التربية الصحية إلى التعديل الإيجابي للسلوك المتعلق بالصحة والبيئة وذلك من خلال التأثير المباشر وغير مباشر على مستويات المعرفة والإتجاهات وظروف الحياة أي الوعي الصحي بصفة عامة. وتتوجه إلى المجموعات حيث يستندها إلى النشاطات التي تجري ضمن الأسرة والمؤسسات التربوية والتعليمية من أجل إيصال المعارف والمهارات والكفاءات اللازمة التي تتيح إمكانية النمو الذاتي وتنمية سلوك التربية الصحية .

و تعتبر المدرسة من بين أهم مؤسسات المجتمع المسؤولة عن تنمية صحة أفرادها، وينظر إليها كأفضل القنوات المتاحة لتعزيز الصحة، فقد توصل الباحثون في مجال الصحة والتربية النفسية والسلوكية أن المدرسة توفر توعية كبيرة لتعزيز الصحة للمجتمع، والوقاية من كثير المشكلات الصحية المتوقعة قبل حدوثها، خصوصا مع الزيادة المذهلة للأمراض المزمنة والمستعصية، مما حفز على ضرورة الاهتمام الجاد بأسباب المشكلات الصحية في سن مبكر، والمتدبر للمنهج التربوي في أي مجتمع من المجتمعات يلاحظ أنه ارتبط تطوره بالحاجيات التي يفرضها تطور المجتمع الإنساني حيث لم يعد من المقبول اعتماد نفس المناهج التربوية التقليدية خاصة في مادة التربية البدنية والرياضية، الأمر الذي يتطلب إعادة النظر للتجديد والتطوير لتلك المناهج وذلك لتحقيق أهم مقصد لها وهو إعداد الطلاب إعدادا جيدا يساعدهم على التكيف مع المحيط واستيعاب الأحداث التي يوفرها هذا المحيط. (القص،

2016، ص 1)

ومنه جاءت أهمية إدراج مواضيع الصحة ضمن المناهج التعليمية للكتب المدرسية وهذا ما نصت عليه منظمة الصحة العالمية في عام 1995 بتشكيل لجنة خبراء لتوعية الصحة وتعزيز الصحة الشاملة من خلال

المدارس وقد كان الهدف من هذه اللجنة الخروج بتوصيات ووضع مقاييس، وتفعيل السياسات التي تمكن المنظمات الصحية والتربوية والمدارس من الاستخدام الأمثل لإمكاناتها من أجل تحسين صحة الأطفال، والناشئة والكوادر التعليمية، والأسرة المجتمع، وخرجت اللجنة بتقرير صدر عام 1997 باسم تعزيز الصحة من خلال المدارس، وقد نشأت منظمة الصحة العالمية بفروعها الأوروبي شبكة المدارس المعززة للصحة. (حامدي، 2019، ص 686) وتشير الدراسات كدراسة "الحساني" (2004) ودراسة "كارولي وليكرفانس" (2002) إلى أن فئة المراهقة في المدارس هم عرضة لممارسة العديد من السلوكيات السلبية حيث تمثل المشاكل الصحية التي تواجه المراهقين في السن المدرسي من أمراض سوء التغذية والأمراض الناجمة عن أنماط الحياة البيئية غير سليمة (محمد علي، 2007، ص 188).

ومن هنا جاءت هذه الدراسة التي أحاول من خلالها إبراز دور التربية الصحية داخل حصة التربية البدنية والرياضية ومحاولة تطبيقه مفاهيمها على عينة المراهقة المتشكلة في تلاميذ الطور الثانوي.

1-1- التساؤل العام للدراسة :

. إلى أي مدى يساهم النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز مفهوم التربية الصحية لدى تلاميذ الطور الثانوي "17. 14"؟

2-1- التساؤلات الجزئية :

هل للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال الصحة الشخصية (الجسمية) لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

هل للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال التغذية لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

هل للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال الوقاية من الإصابات لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

هل للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال القوام لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

2-الفرضيات:

1-2 - الفرضية العامة :

" للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية لدى تلاميذ الطور الثانوي 17. 14 سنة

2-2 - الفرضيات الجزئية :

. للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال الصحة الشخصية (الجسمية) لدى تلاميذ الطور الثانوي .

. للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال التغذية لدى تلاميذ الطور الثانوي .

. للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال الوقاية من الإصابات لدى تلاميذ الطور الثانوي .

. للنشاط البدني الرياضة التربوي دور في تعزيز مفهوم التربية الصحية في مجال القوام لدى تلاميذ الطور الثانوي .

3 - أهداف البحث :

- تهدف الدراسة إلى تعزيز مفاهيم التربية الصحية من الناحية الشخصية للتلاميذ.
- تهدف الدراسة إلى توسيع مجال التغذية العامة للتلاميذ وربطها بالتربية الصحية.
- إدماج التربية الصحية في حصة النشاط البدني الرياضي التربوي من أجل التقليل من الإصابات الرياضية والحرص على القوام السليم.
- بناء واقتراح برنامج في التربية الصحية ودراسة فعاليته وتنميته داخل حصة النشاط البدني الرياضي .
- محاولة مسح الإسهامات النظرية السابقة حول متغيرات الدراسة (التربية الصحية) وحصة التربية البدنية والرياضية أيضا حول عينة الدراسة المتمثلة في المراهقة.
- تهدف هذه الدراسة إلى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في ترجمة الحقائق الصحية المعروفة على أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع .

4 - أهمية الدراسة :

لنشاط البدني الرياضي التربوي أهمية بالغة في العملية التعليمية حيث يساعد التلميذ على إكتساب معلومات حركية وثقافية تساعده على تطوير خبراته في المجتمع ، وإلى تنمية الفرد تنمية متكاملة من جميع الجوانب ليصبح عضوا نافعا في مجتمعه

وتوعية وتحسيس أساتذة التربية البدنية والرياضية والقاشعنين على التربية والتعليم بضرورة الإهتمام بالصحة المدرسية أي من جانب التربية الصحية ، و معرفة النقاط الأساسية التي تساعد في الحفاظ على صحة التلاميذ ، وكذلك

إبراز أهمية التربية الصحية من جميع الجوانب (النفسية ،الإجتماعية ، العقلية، البدنية) وتعميمها على جميع المؤسسات التربوية وفتح المجال لإجراء بحوث ودراسات في المستقبل من أجل البحث والتوسيع أكثر في هذا المجال.

- تأتي هذه الدراسة للفت إنتباه الأولياء والقائمين على العملية التعليمية والإهتمام أكثر ببرنامج التربية الصحية في كل مجالاتها . وهذا من أجل وقايتهم من المشكلات الصحية والأمراض المزمنة، تتمثل في إضافة المرجع العلمي المهم في المكتبة الجزائرية بوجه عام وللمختصين بوجه خاص.

5 - تحديد مصطلحات الدراسة :

1-5 - مفهوم التربية: /

1-1-5 - لغة:

كلمة تربية مأخوذة من فعل ربى أي غذى الولد وجعله ينمو ،وربى الولد هذبه ، فأصلها ربي يربو أي زاد ونمى .

2- 1-5 -إصطلاحا:

تفيد التنمية وهي مرتبطة بكل كائن سواء كان حيوان أو نبات أو إنسان فلكل منها طرائق خاصة لتربية قرينة الإنسان يستدعي معرفة حقيقية وشاملة ومهمة لشخصيته . (أحمد محمد بدح -أمين سليمان - زين حسن، 1997، ص63).

3- 1-5 -إجرائيا:

أن التربية هي مجموعة من المكتسبات والخبرات التي تؤثر في شخصية الفرد وتنشئته إجتماعيا في كيفية تعامله مع الآخرين .

2-5 -تعريف التربية الصحية: /

1- 2-5 -إصطلاحا:

- التربية الصحية عملية تزويد أفراد المجتمع بالخبرات اللازمة بهدف التأثير في معلوماتهم وإتجاهاتهم وممارساتهم فيما يتعلق بالصحة تأثيرا حميدا
-التربية الصحية عملية تعليم المجتمع كيفية حماية نفسه من الأمراض والمشاكل الصحية التي تظهر في المجتمع .
- التربية الصحية عملية تربوية تسعى إلى ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع وذلك بإستعمال الأساليب التربوية الحديثة.(بهاء الدين سلامة ،2011، ص131).

5-2-2- إجرائيا:

تعد التربية الصحية من أهم مجالات الصحة العامة الحديثة وتعتبر جزءا أساسيا لأي برنامج للصحة العامة ، ولم تعد التربية الصحية عملية إرتجالية بل أصبحت عملية فنية لها أسسها ومبادئها التربوية ، والتربية الصحية عملية تغيير أفكار وأحاسيس وسلوك الأفراد فيما يتعلق بصحتهم

5-3- النشاط البدني الرياضي :

5-3-1- إصطلاحا::

. يرى " أمين أنور الخولي " أن استخدام كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي والإجمالي لحركة الإنسان ، وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول .
. وعرفه " قاسم حسن الحسين " بأنه ميدان من ميادين التربية عموما والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصرا فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والإجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه ومن خلاله خدمة المجتمع ."

5-3-2- إجرائيا:

- يقصد به كل عمل أو جهد يقوم به الفرد حيث يفقد من خلاله طاقته ، ويظهر ذلك من خلال الأعمال اليومية التي يقوم بها الفرد كالمشي وغيره .
 - هو حركة الجسم بواسطة العضلات مما يؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز ما يصرف من طاقة أثناء الراحة .
 - هو القيام بأي نشاط بدني رياضي أو حركي ترويجي .
- هو نشاط أو جهد منظم ومقصود يقوم به الفرد الرياضي غالبا ، ويكون له أهداف إما تربوية أو تنافسية . حيث يقوم به الفرد مستخدما نوعا من الأنشطة الرياضية كأداة للوصول إلى ذلك الهدف .

5-4- مفهوم المراهقة:/

5-4-1- لغة:

. إن كلمة المراهقة مشتقة من فعل راهق بمعنى تدرج نمو التضج ويقصد به مجموعة من التغيرات التي تطرأ على الفتى من الناحية البدنية والجنسية ، العقلية، العاطفية، الإجتماعية والتي من شأنها أن تنقل الفرد من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والرجولة .ولذلك تعتبر المراهقة جسر يعبر المرء من طفولته إلى رجولته الأمر الذي يجعلنا نفهم كلمة المراهقة بشكل أوسع من مفهوم البلوغ (سعد جلال ، محمد حسن علاوى ، 21،1982) .

5-4-2- اصطلاحا:

. يطلق مصطلح المراهقة وكلمة البلوغ على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي و العقلي ويقصد بالبلوغ البدني والجنسي والعقلي والنفسي (عبد الرحمان العسيوني، 1984، ص87).

5-4-3- إجرائيا:

هي مرحلة عبور يتم من فيها التغيرات النفسية وحسب هذا الرأي هناك تغيرات جسمية تتعلق بالنضج الفسيولوجي والجسمي بوجه عام حيث يكتمل نمو الأعضاء داخليا وخارجيا . أما التغيرات النفسية تتمثل في ظهور حاجات عاطفية ومشاعر جديدة خاصة بالغرناز الجنسية إلى جانب نمو الوظائف العقلية كقدرة التفكير المنطقي والتجريد (ميخائيل إبراهيم أسعد، 1991، ص221).

6- الدراسات السابقة والمشابهة:

6-1- الدراسات التي تناولت التربية الصحية :

➤ الدراسة الأولى :

ياسين سلمان محمد عبده : (2003) " برنامج مقترح لتنمية المفاهيم الصحية لدى طلبة الصف السادس بمحافظة غزة " ، أطروحة لنيل شهادة ماجستير ، كلية التربية ، قسم المناهج وطرق التدريس - الجامعة الإسلامية غزة - ، حيث تهدف الدراسة إلى إعداد برنامج مقترح لتنمية المفاهيم الصحية لدى طلبة الصف السادس الأساسي ، تحديد الأنشطة التي يتضمنها البرنامج المقترح وكذلك تحديد الأساليب المستخدمة في تقويم محتوى البرنامج ، ومن أهم النتائج المتوصل إليها :

- إعداد إطار هيكلي للمفاهيم الصحية لطلبة الصف السادس الأساسي في مستوياته المعرفية والمهارية والوجدانية يكون منطلقا لبناء مناهج في المفاهيم الصحية للصف السادس الأساسي ومراعي الحاجات الصحية اللازمة للطلبة .

- إعداد قائمة بالمفاهيم الصحية تفيد في عمليات التخطيط والبناء في المناهج الصحية للصف السادس الأساسي . (ياسين سلمان محمد عبده : 2003)

➤ الدراسة الثانية :

النور عبد المجيد علي (2004) " واقع التربية الصحية في محتوى محور الإنسان والكون ومحور الفنون التطبيقية " ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير ، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا ، كلية التربية ، حيث هدفت الدراسة إلى تصميم معيار التربية الصحية التي ينبغي تضمينها في محتوى الكتب محور الإنسان والكون ومحور الفنون التطبيقية للحلقة الثانية بمرحلة الأساسية ، تحليل الكتب المذكورة للتعرف على ولقع تضمين مفاهيم التربية الصحية في ضوء معيار مفاهيم التربية الصحية ، إستخدام الباحث المنهج الوصفي ، وإستخدام أسلوب تحليل المحتوى ، من بين النتائج المتوصل إليها :

- وجد أن مفاهيم التربية الصحية في محتوى محور الإنسان والكون ومحور الفنون التطبيقية للحلقة الثانية لمرحلة الأساسي تفتقر إلى الإستمرارية والتتابع . (النور عبد المجيد علي 2004)

➤ الدراسة الثالثة :

حاتم يوسف أبو زائدة (2006) : "فعالية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية المفاهيم والوعي الصحي في العلوم لدى طلبة الصف السادس الأساسي " ، أطروحة لنيل شهادة ماجستير في المناهج وطرق التدريس / تكنولوجيا التعليم ، كلية التربية ، قسم المناهج وتكنولوجيا التعليم - الجامعة الإسلامية غزة - ، تهدف الدراسة إلى معرفة فعالية برنامج بالوسائط المتعددة على تنمية المفاهيم الصحية والوعي الصحي لدى طلاب الصف السادس الأساسي في محافظات غزة ، وذلك عن طريق الإجابة على المفاهيم الصحية المراد تنميتها لدى الطلاب ، حيث توصلت إلى اهم النتائج :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ودرجات الضابطة في إختبار المفاهيم الصحية يعزى للبرنامج المقترح .
- توجد فرقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ودرجات الضابطة في مقياس الوعي الصحي .
- فعالية برنامج بالوسائط المتعددة على تنمية المفاهيم الصحية والوعي الصحي لدى طلاب الصف السادس الأساسي في محافظات غزة . (أبو زائدة 2006)

➤ الدراسة الرابعة:

لكحل رفيقة (2011) : " تأثير التربية الصحية على الإلتزام الصحي لمرضى إرتفاع ضغط الدم " ، رسالة مقدمة لإستكمال متطلبات شهادة الماجستير في علم النفس العيادي ، تخصص علم النفس الصحة ، ومن اهم الأهداف :

- التعرف على مدى الإلتزام الصحي لمرضى إرتفاع ضغط الدم .

- معرفة مدى تأثير التربية الصحية في تحسين الإلتزام الصحي لدى مرضى إرتفاع ضغط الدم

- إعداد مطوية تشمل المعلومات الضرورية لمرضى إرتفاع ضغط الدم .

ومن اهم النتائج المتوصل إليها : أن مستوى التربية الصحية لمرضى إرتفاع ضغط الدم ضعيف ، كما ان تعليم المرضى يحسن درجة إلتزامهم الصحي ، كما أوضحت النتائج إختلاف مستويات الإلتزام لدى المصابين بإرتفاع ضغط الدم بإختلاف المستوى التعليمي ووجود المضاعفات أو عدمها ، فيما إنعدمت الفروق في الإلتزام الصحي بين الجنسين ، وبين مختلف المستويات الإقتصادية . (لكحل رفيقة 2011)

➤ الدراسة الخامسة:

سحر جبر (2012) ، " دور الإدارة المدرسية في تفعيل التربية الصحية في المرحلة الأساسية بمحافظات غزة " ، دراسة لنيل شهادة ماجستير ، كلية التربية - جامعة الأزهر غزة - . حيث تهدف هذه الدراسة إلى معرفة دور الإدارة المدرسية في تفعيل التربية الصحية بالمرحلة الأساسية، حيث كانت عينة البحث 125 موظف من موظفي المناطق التعليمية بمحافظات غزة، باعتماد المنهج الوصفي واختيار العينة بطريقة عشوائية ، أهم النتائج المتوصل إليها أن درجة الكلية لدور الإدارة المدرسية في تفعيل التربية الصحية من جهة نظر المدراء والمشرفين الصحيين بمحافظات غزة كانت عالية بوزن نسبي (74.61 بالمئة) . (سحر جبر 2012)

➤ الدراسة السادسة:

رحمة بوزيد (2016) : " دور المدرسة في تكريس التربية الصحية لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائي " ، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية ، قسم علم الإجتماع - جامعة محمد بوضياف المسيلة - ، هدفت الدراسة إلى : التعرف على دور المدرسة في التربية الصحية لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية ، وهذا من خلال أركان العملية التعليمية والمتمثلة في المعلم والمناهج والأنشطة المدرسية ، ومن بين أهم النتائج المتوصل إليها :

- مدرسة التعليم الإبتدائي تعمل فعلا على تكريس التربية الصحية لدى التلاميذ ، وذلك من خلال إبراز مقوماتها المتمثلة في المعلم والمناهج التربوية والأنشطة المدرسية التي تعمل على نشر الوعي الصحي بين

الطلبة ، وتبصيرهم بضرورة العناية بصحتهم ، والحفاظ عليها ، وتعريفهم بأحوالهم الجسمية . (رحمة بوزيد 2016)

➤ الدراسة السابعة:

القص صليحة(2016)، "فعالية برنامج التربية الصحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي لدى المراهقين" ، مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية ، قسم العلوم الإجتماعية - بسكرة - ، إذ أن الهدف الرئيسي من هذه الدراسة هو الكشف عن فعالية برنامج في التربية الصحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط، بالاستعانة بالمنهج التجريبي، وتمثله عينة البحث في المجموعتين التجريبية والضابطة، لتتوصل إلى أهم النتائج توجد فروق إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس سلوكيات الخطر ومقياس الوعي الصحي . (القص صليحة2016)

➤ الدراسة الثامنة:

كنزة حامدي ومبني نور الدين(2019) "واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية الجزائرية" ، جامعة محمد دباغين - سطيف - ، حيث تهدف الدراسة إلى معرفة واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية الجزائرية باعتماد المنهج الوصفي التحليلي واختيار العينة بطريقة قصدية تمثلت في تحليل كتاب التربية العلمية والتكنولوجية لسنة الرابعة ابتدائي، للوصول إلى أن هناك اهتمام بقضية التربية الصحية في المناهج التعليمية الابتدائية والدليل على ذلك هو المحور الذي تم تحليله من كتاب التربية العلمية والتكنولوجية للجيل الثاني السنة الرابعة ابتدائي . (كنزة حامدي ومبني نور الدين2019)

2-6- النشاط البدني الرياضي التربوي :

➤ الدراسة الأولى:

نحال حميد (2009) : " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي الإجتماعي " ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية النشاط البدني والرياضي ، معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف - ، حيث تهدف الدراسة إلى التعرف على التربية البدنية والرياضية المدرسية (الثانوية) وبالأحرى على دورها في تطوير النمو النفسي الإجتماعي لدى المراهقين ، والكشف عن الخصائص النفسية والإجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي ، وإيجاد نوعية التأثير التي تحدث عندالتلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي ، ومن أهم النتائج المتوصل إليها :
- تساعد حصة النشاط البدني الرياضي التربوي المراهق على النمو النفسي والتخفيف من المشاكل الإجتماعية من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي .

- أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب بل هو نشاط تربوي هادف لكن ذلك لا يتحقق إلا بتوفير شروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المبرمجة كما يجب توفر مؤثرات لهم كفاءة في التعامل مع المراهقين الذين يجب أيضا أن يحضو بتشجيع ودعم عائلي يوجههم نحو النشاطات المفيدة . (نحال حميد 2009)

➤ الدراسة الثانية :

دراسة بن عيسى رضا (2009) : " تأثير النشاط البدني الرياضي في تنمية تركيز الانتباه عند تلاميذ المرحلة المتوسطة " ، رسالة ماجستير في نظريات ومناهج التربية البدنية والرياضية - جامعة الشلف - ، هدفت الدراسة للكشف عن الفروق بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط البدني الرياضي في القدرة على تركيز الانتباه والتعرف على الفروق بين الجنسين من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي في تركيز، ومن نتائج الدراسة

- وجود تقدم للتلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي على حساب التلاميذ الغير ممارسين في قدرة تركيز الانتباه.
- وجود تقدم ملحوظ للذكور على حساب الإناث في قدرة تركيز الانتباه، هنا كفروق دالة إحصائيا.
- في قدرة تركيز الانتباه لصالح الذكور على حساب الإناث. (بن عيسى رضا 2009)

➤ الدراسة الثالثة :

هطال سمير (2009) : "تأثير النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية انتباه التلاميذ خلال دروس المواد التعليمية الأخرى المولوية لهذه الحصة" ، رسالة ماجستير في منهجية ونظرية التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله زرالدة ، حيث تهدف هذه الدراسة : لمعرفة مدى تأثير النشاط البدني الرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية على مستوى إنتباه التلاميذ، ومن نتائج الدراسة مايلي:

النشاط البدني الرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر مباشرة على الحالة الذهنية للتلاميذ، للنشاط البدني الرياضي تأثير سلبي.

- على درجات تركيز إنتباه التلاميذ مباشرة بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية (هطال سمير 2009) :

➤ الدراسة الرابعة:

بومدين حجاج (2010) : " دور النشاط البدني الرياضي في علاج مرض إرتفاع ضغط الدم " ، رسالة لنيل شهادة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، معهد التربية البدنية والرياضية - سيدي عبد الله ، زرالدة - ، تهدف هذه الدراسة إلى إبات أن للنشاط البدني دور إيجابي في المساهمة في

علاج ضغط الدم المرتفع ، كما يساعد النشاط البدني الرياضي التربوي في تعديل كمية الكوليستيرول في الدم بالنسبة للمصابين بارتفاع ضغط الدم ، ومن أهم النتائج المتوصل إليها :
- اللون ينخفض بممارسة النشاط البدني الرياضي ، وبالتالي يتم التخلص من السمنة .
- كمية الكوليستيرول في الدم تنخفض بممارسة النشاط البدني الرياضي وبالتالي يتم التخلص من أحد العوامل السلبية في مرض ضغط الدم المرتفع . (بومدين حجاج 2010)

➤ الدراسة الخامسة:

ربوح صالح (2013) : " الإبتهاات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية " ، مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية - معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله - زرالدة - ، حيث هدفت هذه الدراسة إلى إبراز العلاقات الإرتباطية بين كل من أبعاد الإبتهاات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي والتوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية وفق مجموعة من المتغيرات المتعلقة بالجنس والمستوى الدراسي .
- الكشف عن الفروق في درجة التوافق العام (النفسي الإجتماعي) والتي تولدها البيئة الجغرافية من خلال تحليلها وفق المناطق الدراسية لمجموع تلاميذ عينة الدراسة ، وبالتالي التوصل إلى أهم النتائج :
- توجد علاقة إرتباطية بين أبعاد الإبتهاات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي والتوافق النفسي الإجتماعي .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الدراسة في التوافق النفسي الإجتماعي (ربوح صالح 2013).

➤ الدراسة السادسة:

حضرأوي نبيل (2021) : " أر برنامج مقترح للأنشطة البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات العقلية لدى تلاميذ التعليم المتوسط " ، مذكرة لنيل شهادة دكتورته ، تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي - جامعة محمد بوضياف المسيلة - حيث تهدف هذه الدراسة إلى معرفة أثر النشاط البدني الرياضي على المهارات العقلية (تركيز ، الإبتباه ، التصور العقلي ، الإسترخاء) ، ومن أهم النتائج المتوصل إليها :
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات المهارات العقلية (التركيز ، الإبتباه ، التصور العقلي ، الإسترخاء) للمجموعة التجريبية بين القياس القبلي والبعدي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات المهارات العقلية للمجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي .

- للبرنامج المقترح تأثير إيجابي على نمو المهارات العقلية لدى تلاميذ التعليم المتوسط . (حضرأوي نبيل 2021)

التعليق على الدراسات السابقة:

تدل الدراسات السابقة التي تمت مراجعتها على أهمية موضوع الدراسة الحالية، وقد تحقق للباحث جملة من الفوائد يمكن إجمالها فيما يلي:

- تحديد الجوانب التي سبق بحثها من موضوع الدراسة، والجوانب التي لم تبحث من قبل، ليتسنى للباحث أن يبدأ من حيث انتهى غيره من الباحثين.

- المساعدة في تحديد مشكلة الدراسة، وبيان أهمية الدراسة ومبرر إجرائها.

- الإجابة عن الأسئلة المتعلقة بالإطار النظري، وتدعيم بنائه، وتوجيه الباحث إلى كثير من المراجع.

- المساعدة في اختيار المنهج الملائم وأداة الدراسة المناسبة والإسهام في بنائها، والاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في مناقشة النتائج التي ستتوصل إليه الدراسة الحالية.

أما من حيث أبرز نتائج وتوجهات الدراسات السابقة فقد تطرقنا في دراستنا هذه إلى العديد من الدراسات التي تناولت موضوع التربية الصحية ، منها العربية ومنها الجزائرية ، فهي تساعد على فهم الموضوع المراد دراسته والتعميق فيه أكثر والتنويه إلى بعض الجوانب الخفية ، من خلال نقدها شكلا ومضمونا وتوضيح اختلاف ما يطرحه الباحث في بحثه ، فكانت الدراسات التي تناولت التربية الصحية قد عالجت مواضيع جانبية لها علاقة بالتربية الصحية المدرسية ومناهج التربية الصحية في المؤسسات التربوية ، واشتركت مع دراستنا الحالية في بعض الفرضيات الجزئية التي تعالج متغير التربية الصحية في الوسط المدرسي ، واتفقت جميعها على استخدام المنهج الوصفي كونه المنهج الأنسب لمثل هذه الدراسات ، أما بالنسبة للدراسات التي تناولت موضوع النشاط البدني الرياضي التربوي ، وقد تطرقت معه إلى مواضيع جانبية كدور النشاط البدني الرياضي في تقليل من الضغوط النفسية أو ارتفاع ضغط الدم ، ومعظمها دراسات عربية ، في حين اختلفت دراستنا عن بقية الدراسات الأخرى أنها تدرس جانب التربية الصحية في حصة النشاط البدني الرياضي التربوي وتعزيز مفاهيمه ، وهنا كان الاختلاف حيث أن الدراسات السابقة لكل من (سحر جوير 2012) و(كنزة حامدي، 2019) شملت دراستهما على دراسة واقع التربية الصحية في المناهج في حين كانت الدراسة الحالية تدرسه مجالات التربية الصحية العامة وإدماجها خلال مناهج التربية البدنية والرياضية اما بالنسبة للدراسات التي تخص النشاط البدني التربوي لكل من (نحال حميد، 2009) (حضرأوي نبيل، 2021) التي كان بينها وبين الدراسة الحالية متغير النشاط البدني التربوي

، حيث اعتمد في الدراسات السابقة على الجوانب النفسية والاجتماعية والتوافق الرياضي في حين ركزت الدراسة الحالية على ربطه بالتربية الصحية وتعزيز مجالاتها خلال الحصة ، والهدف من نتائج الدراسة الحالية:

- تعزيز مفاهيم التربية الصحية في مجال الصحة الشخصية خلال حصة التربية البدنية والرياضية وكذا مساهمته في تطوير القيمة الغذائية للتلاميذ وبالتالي تجنب وتفادي الإصابات أثناء النشاط البدني التربوي، وهذا مما يعزز دور التربية الصحية في تحسين القوام الرياضي للتلاميذ وبالتالي كانت الدراسة الحالية مكتملة للدراسات السابقة، وذلك من خلال التطرق إلى مجالات التربية الصحية بصورة جديدة وفعالة خلال حصة النشاط البدني الرياضي التربوي.

المخلص

تمهيد:

تعتبر المدرسة من بين أهم مؤسسات المجتمع المسؤولة عن تنمية صحة أفرادها، وينظر إليها كأفضل القنوات المتاحة لتعزيز الصحة، فقد توصل الباحثون في مجال الصحة والتربية النفسية والسلوكية أن المدرسة توفر توعية كبيرة لتعزيز الصحة للمجتمع، والوقاية من كثير المشكلات الصحية المتوقعة قبل حدوثها، خصوصا مع الزيادة المذهلة للأمراض المزمنة والمستعصية، مما حفز على ضرورة الاهتمام الجاد بأسباب المشكلات الصحية في سن مبكر، ومنه جاءت أهمية إدراج مواضيع الصحة ضمن المناهج التعليمية للكتب المدرسية وهذا ما نصت عليه منظمة الصحة العالمية في عام 1995 بتشكيل لجنة خبراء لتوعية الصحة وتعزيز الصحة الشاملة من خلال المدارس وقد كان الهدف من هذه اللجنة الخروج بتوصيات ووضع مقاييس، وتفعيل السياسات التي تمكن المنظمات الصحية والتربوية والمدارس من الاستخدام الأمثل لإمكانياتها من أجل تحسين صحة الأطفال، والناشئة والكوادر التعليمية، والأسرة المجتمع، وخرجت اللجنة بتقرير صدر عام 1997 باسم تعزيز الصحة من خلال المدارس، وقد نشأت منظمة الصحة العالمية بفروعها الأوروبي شبكة المدارس المعززة للصحة.

وهذا ما يقودنا للحديث عن مدى الاهتمام بالتربية الصحية في المناهج التربوية الجزائرية ودرجة مراعاتها في مناهج التربية البدنية والرياضية، ومن خلال ما سبق نطرح التساؤل العام على النحو التالي:

1- الإشكالية:

1-1- التساؤل العام:

✓ ما مدى مراعاة مجالات التربية الصحية داخل مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي؟

1-2- التساؤلات الفرعية:

✓ هل يتضمن مناهج التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي على مفاهيم التوعية الصحية؟

✓ هل الصحة الشخصية لتلاميذ التعليم الثانوي مدروسة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية داخل مناهج المادة؟

✓ هل يراعي مناهج التربية البدنية والرياضية المخاطر الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

2- الفرضيات

1-2- الفرضية العامة:

✓ يتم مراعاة مجالات التربية الصحية بدرجة قليلة في مناهج التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي

2-2- الفرضيات الجزئية:

✓ يتضمن مناهج التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي على مفاهيم التوعية الصحية

✓ الصحة الشخصية لتلاميذ التعليم الثانوي مدروسة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية داخل مناهج المادة

✓ يراعي مناهج التربية البدنية والرياضية المخاطر الصحية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

3 - أهداف الدراسة:

- ✓ إبراز قيمة التوعية الصحية خلال حصة التربية البدنية والرياضية وهذا من خلال منهاج المادة.
- ✓ معرفة مدى انعكاس الصحة الشخصية للتلاميذ من خلال دراستها داخل منهاج التربية البدنية والرياضية.
- ✓ معرفة مدى إلمام منهاج التربية البدنية والرياضية بالمخاطر الصحية قبل وبعد وأثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

4 - مصطلحات الدراسة:

- التربية - الصحة العامة - التربية الصحية - المناهج التعليمية - أستاذ التربية البدنية والرياضية

5 - الدراسات السابقة:

6 - منهج الدراسة: انطلاقا من طبيعة الموضوع يقتضي علينا إتباع المنهج الوصفي، لأنه يجمع الحقائق والمعلومات عن موضوع الدراسة، المنهج الوصفي باعتباره منهجا يعتمد عليه الباحث قصد جمع الحقائق عن موضوع البحث وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالتها ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية ومن ثم الوصول إلى تعميم ثبات موضوع البحث ويعتمد الباحث في ذلك مختلف طرق جمع البيانات كالمقابلة الشخصية، المقياس، الاستبيان، الملاحظة .

7 - العينة : تمثلت في 15 أستاذ من التعليم الثانوي من أصل 20 أستاذ، حيث تم اختيارها بطريقة عشوائية بسيطة يتم على أساسها إعطاء فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع الأصلي.

8 - أداة الدراسة : الاستبيان هو مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين، يتم وضعها في استمارة ترسل للأشخاص المعنيين تمهيدا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة فيها، وبواسطتها يمكن التوصل إلى حقائق جديدة عن الموضوع.

9 - مجالات الدراسة:

9-1 - المجال المكاني: تمت هذه الدراسة على مستوى ثانويات دائرة مقررة ولاية مسيلة

9-2 - المجال الزمني: بداية الدراسة الفعلية خلال شهر سبتمبر 2020 إلى غاية شهر ديسمبر 2020

10 - نتائج الدراسة:

أهم النتائج المتوصل إليها :

- ✓ منهاج التربية البدنية والرياضية لا يحتوي بتاتا على أهداف تخدم مفاهيم التوعية الصحية .
- ✓ توصلنا في هذه الدراسة إلى أنه تم التنوع في المجالات الصحية حيث تهتم بالجانب الصحي والغذائي والمعرفي للتلاميذ وذلك من خلال الاعتماد على المعلومات النظرية والتطبيقية وهذا يعكس وعي المنظومة التعليمية وفعالية التوعية الصحية داخل المؤسسات التربوية.
- ✓ إدراج التربية الصحية في منهاج التربية البدنية والرياضية يهتم بجميع الجوانب المعرفية .

- ✓ شرح مبسط أكثر للأساتذة المادة للباس الرياضي السليم وعنصر النظافة داخل منهاج التربية البدنية والرياضية
- ✓ إهتمام منهاج التربية البدنية والرياضية بالرعاية الجسدية والإسترجاع للتلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية .
- ✓ يولي القوائم على إعداد منهاج التربية البدنية والرياضية على أهمية إعداده من أجل مساعدة أساتذة المادة في التحكم في المجال الصحي وربطه مع تخصصه لسهولة العمل .
- ✓ يعتمد منهاج التربية البدنية والرياضية على عناصر أساسية في مجال التوعية الصحية والتي بدورها تساعد الأستاذ والتلميذ .
- ✓ الإلمام المخاطر الصحية ومحاولة معالجتها بصورة دقيقة داخل منهاج التربية البدنية والرياضية .
- ✓ إدراج الإسعافات الأولية داخل منهاج التربية البدنية والرياضية وتعميمها والإرشاد بها لأنها عنصر فعال داخل المؤسسات التربوية .