



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة ماستر أكاديمي
في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
التخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي
العنوان

دور حصة التربية البدنية في نشر الوعي الصحي لدى
تلاميذ المرحلة الابتدائية كما يراها أستاذ التربية البدنية
والرياضية

دراسة ميدانية في بعض ابتدائيات ولاية سعيدة

تحت الإشراف:

- د/ دحو بن يوسف

من إعداد الطالب:

- منير قايد

السنة الجامعية: 2024/2023



الإهداء

بسم الله و الحمد لله الذي هو وفقنا لإنهاء هذا العمل

نهدي ثمرة جهدنا إلى كل من مدنا بالمساعدة سواء من قريب أو من بعيد.....

إلى الوالدين الكريمين اللذين كانا الدافع الأسمى لنا لطلب العلم، فكل جهد وكل مثابرة هي رد صغير لهما أمام كل ما قدماه لنا من عطاء واحتواء.

وإلى جميع أفراد أسرتنا أخواتنا كل واحد بإسمه لا ننس أحدا منهم بالذكر...

وإلى الأستاذ المشرف نهدي له هذه المذكرة كعربون امتنان لمتابعته لسير هذا البحث.

وإلى كل دفعة تخصص نشاط بدني وترويحي، وإلى كل أساتذة الدفعة

منير

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على اشرف الأنبياء
والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن تبعه بإحسان
على يوم الدين، أما بعد...

فإننا أشكر الله سبحانه وتعالى على فضله حيث أتاح لنا إنجاز
هذا العمل بفضلته فله الحمد أولاً وأخيراً، وعلمني أن الفضل
تجربة تسبق النجاح فاللهم أعطني نجاحاً لا أفقد به تواضعي
وإذا أعطيتني تواضعاً فلا تفقدني به الاعتزاز بنفسي...
كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى والداي على عطاءهما
وتشجيعهما لنا ومساندتهم لنا في كل خطوة خطوناها طيلة
المسار الدراسي والجامعي.

كما أتقدم بالشكر والعرفان الأستاذ على كل ما قدمه لنا
من نصائح وتوجيهات منهجية وعلمية ...
الشكر أيضاً لكل أساتذة تخصص وزملاء الدفعة...

منير

الاهداء.....	أ.....
الشكر والتقدير.....	ب.....
قائمة المحتويات.....	ج.....
قائمة الجداول.....	ز.....
قائمة الاشكال.....	و.....
مقدمة.....	1.....
1-الإشكالية:.....	4.....
2-التساؤلات الجزئية:.....	4.....
3-الفرضية العامة:.....	4.....
4. أهمية الدراسة:.....	5.....
5. أهداف الدراسة:.....	5.....
6. أسباب اختيار الموضوع:.....	6.....
6. مصطلحات البحث:.....	6.....
7. الدراسات السابقة:.....	7.....
7- تعقيب على الدراسات السابقة.....	11.....
1. مفهوم التربية البدنية والرياضية:.....	16.....
2. اهداف التربية البدنية والرياضية:.....	16.....
3. تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:.....	20.....
4. مهام درس التربية البدنية والرياضية:.....	20.....
5. بناء حصة التربية البدنية والرياضية:.....	25.....
6. طرق تدريس أنشطة التربية والرياضية:.....	26.....
7- مميزات الأسلوب التبادلي:.....	28.....

29 خلاصة
31 تمهيد
32 1. مفهوم الوعي الصحي
32 2- أهمية وأهداف الوعي الصحي
33 3-مجالات الوعي الصحي:
35 4-جوانب الوعي الصحي:
36 5-أنواع الوعي الصحي:
37 6- مجالات الوعي الصحي
39 7-مؤشرات الوعي الصحي
40 خلاصة الفصل:
43 تمهيد:
43 1- الدراسة الاستطلاعية:
43 2- منهج البحث:
44 3- مجتمع وعينة البحث:
44 4- مجالات البحث:
45 5- متغيرات البحث:
45 6- أدوات البحث:
46 7-الخصائص السيكومترية لاستبيان الدراسة:
47 8-الوسائل الإحصائية:
51 1-عرض وتحليل النتائج
86 2- مناقشة فرضيات الدراسة:
88 3- الاستنتاج:

قائمة الجداول

- جدول رقم (01) يبين نتائج الخصائص السيكومترية لاستبيان الدراسة.....47
- جدول رقم 03 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني من المحور الأول.....52
- جدول رقم 04 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث من المحور الأول.....53
- جدول رقم 05 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الرابع من المحور الأول.....54
- جدول رقم 06 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الخامس من المحور الأول.....55
- جدول رقم 07 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السادس من المحور الأول.....56
- جدول رقم 08 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السابع من المحور الأول.....57
- جدول رقم 09 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثامن من المحور الأول.....58
- جدول رقم 10 يبين التحليل الإحصائي للسؤال التاسع من المحور الأول.....59
- جدول رقم 11 يبين التحليل الإحصائي للسؤال العاشر من المحور الأول.....60
- جدول رقم 12 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الحادي عشر من المحور الأول.....61
- جدول رقم 13 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الأول من المحور الثاني.....62
- جدول رقم 14 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني من المحور الثاني.....63
- جدول رقم 15 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث من المحور الثاني.....64
- جدول رقم 16 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الرابع من المحور الثاني.....65
- جدول رقم 17 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الخامس من المحور الثاني.....66
- جدول رقم 18 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السادس من المحور الثاني.....67
- جدول رقم 19 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السابع من المحور الثاني.....68
- جدول رقم 20 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثامن من المحور الثاني.....69
- جدول رقم 21 يبين التحليل الإحصائي للسؤال التاسع من المحور الثاني.....70

- جدول رقم 22 يبين التحليل الإحصائي للسؤال العاشر من المحور الثاني 71
- جدول رقم 23 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الحادي عشر من المحور الثاني 72
- جدول رقم 24 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني عشر من المحور الثاني 73
- جدول رقم 25 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث عشر من المحور الثاني 74
- جدول رقم 26 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الأول من المحور الثالث 75
- جدول رقم 27 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني من المحور الثالث 76
- جدول رقم 28 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث من المحور الثالث 77
- جدول رقم 29 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الرابع من المحور الثالث 78
- جدول رقم 30 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الخامس من المحور الثالث 79
- جدول رقم 31 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السادس من المحور الثالث 80
- جدول رقم 35 يبين التحليل الإحصائي للسؤال العاشر من المحور الثالث 84
- جدول رقم 36 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الحادي عشر من المحور الثالث 85

قائمة الاشكال

- شكل رقم 01 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 01 من المحور الأول 52
- شكل رقم 02 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 02 من المحور الأول 52
- شكل رقم 03 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 03 من المحور الأول 53
- شكل رقم 04 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 04 من المحور الأول 54
- شكل رقم 05 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 05 من المحور الأول 55
- شكل رقم 05 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 06 من المحور الأول 56
- شكل رقم 06 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 07 من المحور الأول 57
- شكل رقم 07 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 08 من المحور الأول 58
- شكل رقم 08 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 09 من المحور الأول 59
- شكل رقم 09 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 10 من المحور الأول 60
- شكل رقم 10 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 11 من المحور الأول 61
- شكل رقم 11 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 01 من المحور الثاني 62
- شكل رقم 12 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 02 من المحور الثاني 63
- شكل رقم 15 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 05 من المحور الثاني 66
- شكل رقم 16 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 06 من المحور الثاني 67
- شكل رقم 17 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 07 من المحور الثاني 68
- شكل رقم 18 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 08 من المحور الثاني 69
- شكل رقم 19 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 09 من المحور الثاني 70
- شكل رقم 20 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 10 من المحور الثاني 71

- شكل رقم 20 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 11 من المحور الثاني..... 72
- شكل رقم 21 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 12 من المحور الثاني..... 73
- شكل رقم 21 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 13 من المحور الثاني..... 74
- شكل رقم 22 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 01 من المحور الثالث..... 75
- شكل رقم 23 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 02 من المحور الثالث..... 76
- شكل رقم 24 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 03 من المحور الثالث..... 77
- شكل رقم 25 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 04 من المحور الثالث..... 78
- شكل رقم 26 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 05 من المحور الثالث..... 79
- شكل رقم 27 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 06 من المحور الثالث..... 80
- شكل رقم 28 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 07 من المحور الثالث..... 81
- شكل رقم 29 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 08 من المحور الثالث..... 82
- شكل رقم 30 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 09 من المحور الثالث..... 83
- شكل رقم 31 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 10 من المحور الثالث..... 84
- شكل رقم 32 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 11 من المحور الثالث..... 85

المخلص:

تهدف الدراسة لمعرفة مدى تلبية الإصلاحات الحالية في المنظومة التربوية لمادة التربية البدنية والرياضية، مستوى من الوعي الصحي في ظل تطبيق مناهج الجيل الثاني لدى تلاميذ الطور الابتدائي، من خلال مخرجاتها المتمثلة في التربية النوعية الصحية للتلميذ وما أثبتته من فاعلية على مستويات عدة فيما يخص مكافحة الآفات النفسية والأمراض على عدة أصعدة بعد تشكيل وتنمية سلوك صحي وعياً وتطبيقاً. وقد تمت الدراسة على (20) أستاذ للتعليم الابتدائي بولاية سعيدة وللتوصل الى نتائج تم بناء استبيانين بأربعة محاور ضمن المنهج الوصفي (المسح المدرسي) الذي اعتمد للدراسة وبعد جمع المعلومات عولجت ببرنامج (Spss v22) وقد توصلت الدراسة الى جملة من النتائج أهمها التربية البدنية والرياضية هي أحد لبنات المدرسة الأساسية فهي أيضا تعمل على إكساب أنماط جديدة في التفكير والسلوك الصحي أما الوعي بالصحة البدنية وصحة الأجهزة الوظيفية الداخلية كالجهاز التنفسي والدوري وغيره تلعبان دوراً هاماً في تأهيله نفسياً وإكسابه سلاماً داخلياً، فالرياضة لا تنحصر على تطوير البدن بل تتعداه إلى المساهمة في علاج اضطرابات القلق والخوف، واضطرابات المزاج أو الاضطرابات العاطفية والاجتماعية مع أقرانه، كذلك الاضطرابات الذهنية والتي تؤثر بشكل سلبي على الإدراك وبناء شخصية سوية وواعية للتلميذ. - الكلمات المفتاحية: التربية البدنية والرياضية؛ وعي صحي؛ وعي صحي رياضي؛ تلاميذ؛ المرحلة التعليمية الابتدائية

الكلمات المفتاحية

التربية البدنية والرياضية ; ووعي صحي ; ووعي صحي رياضي ; تلاميذ ; المرحلة
التعليمية الابتدائية

Abstract:

the study aims to find out the extent to which the current reforms in the educational system of physical and sports education meet the level of health awareness in the light of the application of second-generation curricula among middle-school students, through its outputs represented in the qualitative health education of the student and its proven effectiveness at several levels in terms of combating psychological pests and diseases at several levels after the formation and development of conscious and applied healthy behavior. The study was conducted on 20 teachers of

Intermediate Education state of Saida. to reach results, two questionnaires were built with four axes within the descriptive curriculum (school survey), which was adopted for the study. after collecting the information, it was treated with the (Spss 20) program. the study reached a number of results, the most important of which is physical and sports education is one of the basic school building blocks. it also works to acquire new patterns of thinking and healthy behavior. awareness of physical health and the health of internal functional organs such as the respiratory, circulatory and others play an important role in Psychological Rehabilitation and sports are not limited to the development of the body, but also contribute to the treatment of Anxiety and fear disorders, mood disorders or emotional and social disorders with peers, as well as mental disorders that negatively affect the perception and personality building of

the pupil. Keywords: physical and sports education health awareness; primary School Students'

مقدمة

مقدمة

تتعد التربية البدنية جزءاً لا يتجزأ من المناهج التعليمية في المرحلة الابتدائية، حيث تسهم بشكل فعال في تطوير النمو البدني والعقلي والاجتماعي للتلاميذ. في ظل التحديات الصحية المتزايدة مثل ارتفاع معدلات السمنة وأمراض القلب والسكري بين الأطفال، تزايد أهمية تعزيز الوعي الصحي منذ الصغر. تلعب حصة التربية البدنية دوراً محورياً في هذا السياق، التربية البدنية عنصر من عناصر التربية العامة وعلاقتها بها علاقة الجزء بالكل، فهي تعمل على تعديل السلوك للفرد عن طرق أوجه النشاط المختلف. (جلون واخرون، 1994، ص19).

يعتبر الوعي الصحي جزءاً لا يتجزأ من التربية الشاملة، حيث يوفر الأساس لصحة بدنية وعقلية ونفسية سليمة. التلاميذ الذين يمتلكون وعياً صحياً عالياً يكونون أكثر قدرة على اتخاذ قرارات صحية مستنيرة، مما ينعكس إيجاباً على نموهم وتطورهم الأكاديمي والاجتماعي. من خلال تعزيز الوعي الصحي، يمكن تقليل معدلات الإصابة بالأمراض المزمنة، وتحسين الأداء الأكاديمي، وتطوير عادات حياتية إيجابية تدوم مدى الحياة، فالوعي الصحي بأنه مجموعة من الخبرات التي يتعرض لها الناس وتؤدي دوراً إيجابياً إلى تحسين صحة الفرد والأسرة والمجتمع (محمود عباد، 2010)

بالإضافة إلى ذلك، يسهم الوعي الصحي في بناء مجتمع أكثر وعياً واستدامة. إذ يمكن للأطفال أن يكونوا عوامل تغيير إيجابية في أسرهم ومجتمعاتهم، من خلال نشر المعارف الصحية والممارسات السليمة. علاوة على ذلك، فإن الاستثمارات في التعليم الصحي للأطفال تُعد استثمارات في مستقبل المجتمع، حيث تقلل من النفقات الصحية وتزيد من الإنتاجية والنمو الاقتصادي على المدى الطويل.

اذ يُعد تعزيز الوعي الصحي لدى التلاميذ خطوة حاسمة نحو بناء مجتمع يتمتع بصحة جيدة ورفاهية مستدامة. لذا، يجب أن يكون الوعي الصحي جزءاً لا يتجزأ من المناهج التعليمية والبرامج التربوية في المدارس، لضمان مستقبل مشرق وصحي للأجيال القادمة. لذا جاءت هذه الدراسة لإبراز أهمية تنمية الوعي الصحي لدى التلاميذ من خلال الحصة

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية اهتماماً بالغاً لما لها من أهداف بناءة على اعداد المواطن الصالح اعدادا شاملا من جميع جوانب الشخصية، سواء أن كانت عقلية أو شخصية أو نفسية أو اجتماعية حتى أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع، وأصبحت

ضرورة من ضروريات الحياة وواجبا اجتماعيا يجب أن نعمل على تحقيقه، ويحدث هذا بفعل الوعي حيث يدرك الأفراد أنماط السلوك المتنوعة خاصة السلوكيات الصحية الواجب مراعاتها واتباعها.

وبما أن حصة التربية البدنية والرياضية هي وسيلة لتحقيق واكساب الفرد وعيا صحيا، بحيث يمكن تحقيق سلامة صحية عن طريق مختلف الأنشطة الرياضية واللعب والترويح، ولهذا فإن هدف حصة التربية البدنية والرياضية هو منح المتلقي وعي صحي لخدمة حالة الفرد النفسية والاجتماعية بدرجة كبيرة وفي بيئة مناسبة.

فمن خلال هذه الدراسات تطرقنا الى التعريف بالبحث، والجانب النظري الذي احتوى على فصلين نظريين، حصة التربية البدنية والرياضية، وفصل الوعي الصحي، وكذا الجانب التطبيق الذي احتوى على فصلين فصل الإجراءات المنهجية لميدان الدراسة وفصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

التعريف بالبحث

1-الإشكالية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد المواد الأكاديمية الهامة التي لها دور كبير في تكوين شخصية الطفل من خلال الأنشطة الممارسة في الوسط المدرسي، فهي تشمل جميع نواحي الحياة التلميذ في مرحلة الابتدائي، كما تعتبر ميدانا ثريا من ميادين التربية الحديثة عند التلميذ الطفل والذي هو بحاجة ماسة إليه.

ولا تقتصر حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والبدني فقط، بل تتعداه الى اكساب الطفل في مرحلة الابتدائي وعي صحي يزيد ويعزز من ثقته في نفسه بأنه قادر على مواجهة مختلف التحديات والضغوطات التي يتعرض لها خاصة في حالة الوقاية قبل العلاج، كل هذا يحدث بفعل الأنشطة الرياضية التي تمارس خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

فالوعي الصحي هو إدراك وإلمام أفراد المجتمع بالمعلومات والحقائق الصحية، وتبني نمط حياة وممارسات صحية سليمة، من أجل رفع المستوى الصحي للمجتمع والحد من انتشار الامراض، وتنمية احساسهم بالمسؤولية الاجتماعية اتجاه صحتهم، وصحة الاخرين.

ومما سبق نطرح الإشكالية التالية:

- هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي؟

2-التساؤلات الجزئية:

✓ هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة

الابتدائية في مجال: التغذية

✓ لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الصحة الشخصية

✓ لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الوقاية من الإصابات

3-الفرضية العامة:

➤ لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي.

3-1-الفرضيات الجزئية:

▲ لحصّة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي في

مجال: التغذية

▲ لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الصحة الشخصية

▲ لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الوقاية من الإصابات.

4. أهمية الدراسة:

لهذه الدراسة أهمية بالغة من حيث أنها:

✓ التعرف على دور حصّة التربية البدنية والرياضية في إثراء تلاميذ المرحلة الابتدائية وأثرهم بالوعي الصحي.

✓ مدى دور حصّة التربية البدنية والرياضية في إبلاغ الرسالة الصحية للطفل في مرحلة الابتدائي

✓ الاستفادة من نتائج هذه الدراسة كدليل لتحسين المعلومة الصحية من خلال حصّة التربية البدنية والرياضية

5. أهداف الدراسة:

تهدف البحث الحالي إلى تسليط الضوء على متغيرين هما: الوعي الصحي وحصّة التربية البدنية

وذلك بالتركيز على ما يلي:

✚ توضيح دور حصّة التربية بنشر الوعي الصحي.

✚ تجديد مستوى الوعي الصحي وعلاقته بحصّة التربية البدنية والرياضية

✚ تحديد مؤشرات الوعي الصحي

✚ تسليط الضوء على مجال الوعي الصحي

✚ مدى تأثير حصّة التربية البدنية والرياضية في تشكل الوعي الصحي

6. أسباب اختيار الموضوع:

تعد مرحلة اختيار الموضوع القابل للدراسة العلمية ذات أهمية بالغة، وهي أصعب المراحل التي يمر بها الباحث، لأنها تمثل مرحلة حاسمة تؤثر على سير عملية إنجاز البحث بكامله فيمكن أن تتعدد أسباب اختيار الباحث لموضوع معين، فهي تكون إما أسباب ذاتية تفرضها طبيعة تخصصه أو اهتماماته وقدرته، أم الأسباب الموضوعية يفرضها الواقع الاجتماعية والضرورة الملحة لمواضيع تطرح نفسها بنفسها ومن بين أهم الأسباب التي دفعتنا لاختيار هذا الموضوع نجد:

- رغبة وميول شخصي لدراسة الموضوع
- موضوع يقع ضمن التخصص ومناسب له
- معرفة مدى فعالية حصة التربية البدنية على تشكيل الوعي الصحي عند الطفل في المرحلة الابتدائية
- اثرء المكتبة الوطنية بمراجع في الموضوع.

6. مصطلحات البحث:

تحديد المفاهيم هو أحد المراحل الأساسية في البحث العلمي والذي يساعدنا على فهم وتحليل الموضوع، وقد تضمنت دراستنا مجموعة من المفاهيم التالية:

- تعريف الدور:
- يعرف لغة: " بأنه الحركة أي الفعل والعمل ونلاحظ من خلال هذا التعريف أن الدور مرتبط بالقدرة على الحركة والنشاط.
- اصطلاحاً: لقد توصل عدد من العلماء إلى إعطاء تعاريف متباينة كل حسب تخصصه واتجاهاته العلمية وهذا ما يشير إليه تعريف محي الدين مختار: " هو الجانب الديناميكي لمركز الفرد أو وضعه أو مكانته في الجماعة، ويفهم من هذا التعريف أن الفرد يشغل عدة مراكز في جماعته حسب مكانته، فيصبح للمكانة جانب ديناميكي متحرك يسمى الدور.
- اجرائياً: تعريف فاروق مداس: " عرفه على أنه مصطلح يستخدم في علم الاجتماع وعلم النفس الأنثروبولوجيا بمعان مختلفة فيطلق كمظهر للبناء الاجتماعي على وضع اجتماعي معين يتميز بمجموعة

التعريف بالبحث

من الصفات الشخصية والأنشطة." وهو ايضا: " نموذج يرتكز حول بعض الحقوق والواجبات ويرتبط بوضع محدد المكانة داخل جماعة أو موقف اجتماعي معين، ويتحدد دور الشخص في أي موقف عن طريق مجموعة توقعات يعتنقها الآخرون كما يعتنقها الشخص نفسه".

- تعريف الوعي

- لغة: وعي: الوعي: حفظ قلب الشيء، وعى الشيء والحديث يعيه وعيا وأوعاه، حفظه وفهمه وقبله فهو واع، وفلان أوعى من فلان أي أحفظ وأفهم.

- اصطلاحا: هو النشاط الذي يطلع به الإنسان من أجل إكساب المجتمع والأفراد فكر ووعي إزاء موضوع أو قضية معينة، وهو يهدف بالدرجة الأولى إلى التوجيه والإرشاد للتزود بالمعرفة واكتساب الخبرة.

- تعريف الوعي الصحي: هو إدراك المعارف والحقائق الصحية والأهداف الصحية للسلوك الصحي أي انه عملية إدراك الفرد لذاته وإدراك الظروف الصحية المحيطة لتكوين اتجاه عقلي نحو الصحة العامة للمجتمع.

- إجرائيا: هي جملة من التصورات والمعتقدات التي تعين الإنسان في حياته وتحدد سلوكه واحساسهم ويقصد بها علم الناس بالمعلومات والحقائق الصحية بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم وهي الخبرات المكتسبة في مجال الصحة تحديدا من صفحة جمعية احباب المريض الصحية عبر الفايسبوك.

7. الدراسات السابقة:

وفق المنهجية العلمية يجب على الباحث الاستناد للتراث العلمي أو ما يسمى بالدراسات السابقة، فهي تساعد الباحث على انتقاء الحقائق وتتبع تطورات المشكلة، فهي منطلقا ضروريا لما يليها من أبحاث ودراسات حيث أن موضوع دراستنا يعتبر مجالا خصبا للبحث العلمي، وقد أثمرت جهودنا عن عدد من الدراسات الموجهة لموضوع دراستنا وتتحدد كالاتي:

7-1- دراسات مشابهة لمتغير التربية البدنية والرياضية

- الدراسة الأولى: دراسة لصوكو حسيبة وبجبح فاطمة الزهراء: مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم الإعلام والاتصال بعنوان دور شبكات التواصل الاجتماعي في التوعية الصحية بالجزائر.

هدفت هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على الدور الذي تقوم به مواقع التواصل الاجتماعي في نشر التوعية الصحية وكذلك معرفة مدى تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على الفرد في اكتساب وزيادة وعيه الصحي، وتكمن أيضا أهمية هذه الدراسة في أنها من البحوث التي تعنى بموضوعات العصر وزيادة دور مواقع التواصل الاجتماعي في التوعية الصحية، إذ تتبع دراسة هذا الموضوع من أهمية التوعية الصحية للأفراد واعتمادهم بشكل كبير عليها في الحصول على المعلومات والاستفادة من النتائج التي يمكن أن تكشفها الدراسة إفادة المصادر المعنية بالتوعية الصحية في هذا المجال.

واستخدم المنهج الوصفي لأنه المنهج الشائع في بحوث الإعلام والاتصال، والاعتماد على أداة جمع البيانات (استمارة إستبيان والتي شملت 30 سؤالاً موجهة للمبحوثين والمبحوثات)، ووزعت الاستمارة في جامعة محمد الصديق بن يحي تاسوست جيجل على عينة من طلبة قسم علوم الإعلام والاتصال قدرها 33 مفردة، وتمثل حجم المجتمع البحث في 300 مفردة الطلبة، واعتمد أيضا في هذه الدراسة العينة الطبقية.

من خلال التأكد من صدق الفرضيات تم التوصل إلى النتائج التالية:

- أن معظم الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي للحصول على المعلومات الصحية وذلك لحاجاتهم للتوعية الصحية.

- أن أغلب الطلبة يهتمون بالوسائل الإعلامية بدافع الفضول واكتساب معلومات جديدة في حياتهم.

- بينت الدراسة أنه كلما زاد إقبال الطلبة على شبكات التواصل الاجتماعي كلما زاد وعيهم الصحي مما يحقق لهم إشباعاتهم ورغباتهم بما في ذلك التحصيل المعرفي باعتبارهم باحثين يحتاجون إلى مصادر موثوقة لتعزيز رصيدهم العلمي.

الدراسة الثانية: د. حورية بالطرش، فاطمة مسروق، 2020م: إدارة الأزمات والتوعية الصحية في مستشفى محمد بوضياف في ظل جائحة كورونا، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة:

التعريف بالبحث

هدفت هذه الدراسة إلى تقييم فعالية إدارة الأزمات بمستشفى محمد بوضياف في مواجهة جائحة كورونا، ومحاولة الوقوف على أهم النقائص في تطبيق إدارة الأزمات بجميع مراحلها في المستشفى، وقد استخدم المنهج الوصفي في الجانب النظري، أما بالنسبة للجانب الميداني استخدم منهج دراسة الحالة من خلال الملاحظة العلمية، المقابلة، والاستبيان الذي وزع على 330 من إداريين، أطباء، ممرضين وصيادلة، وقد تم الاعتماد في التحليل على البرنامج الإحصائي لبرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية.

ومن خلال التأكد من صدق الفرضيات تم التوصل إلى النتائج التالية:

- لا تتبنى مستشفى محمد بوضياف إدارة الأزمات بكل مراحلها.
- كل مراحل إدارة الأزمات في مستشفى محمد بوضياف غير فعالة.
- لم تساهم إدارة الأزمات في مستشفى محمد بوضياف في مواجهة كوفيد-19.
- الدراسة الثالثة: دراسة حاجي زكي 2014-2015 بعنوان: "ادراج مادة التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي ودورها في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ" من وجهة نظر معلمي التربية البدنية في الطور الابتدائي، مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والمهارات الاجتماعية للتلاميذ في المدرسة الابتدائية.

وقد شملت الدراسة على عينة الدراسة ومثلت 16 معلم من المجتمع العام سحبت بطريقة قصدية، متبعا في دراسته المنهج الوصفي مستخدما الاستبيان كأداة لجمع المعلومات والبيانات. وتوصلت الدراسة إلى: للتلاميذ مهارة التعبير عن أنفسهم والاتصال الشخصي مع الآخرين، ووجود بعض التلاميذ لا توجد لديهم المهارات الاجتماعية الهامة للتفاعل بطريقة ملائمة، ووجود نقص فادح في المنشآت الرياضية في المساحات المتخصصة لتعليم مادة التربية البدنية والرياضية.

7-2- دراسات سابقة ومثابهاة للوعي الصحي

دراسة (عيسى براهيم، 2020) تحت عنوان دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية

هدفت الدراسة الى المقارنة معرفة مستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية - دراسة ميدانية على مستوى بعض الثانويات بلدية بسكرة - تم استخدام

التعريف بالبحث

الاستبيان كاداة للدراسة على عينة تمثلت في 90 تلميذ على مستوى 4 ثانويات، مقسمة الى 45 تلميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية و45 غير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية واسفرت النتائج على ان التلاميذ الذين يمارسون تربية البدنية والرياضية مستوى الوعي الصحي عندهم مرتفع مقابل انخفاضه عند الغير الممارسين.

دراسة (بن زيان ظاهر، 2021) تحت عنوان " دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ الطور المتوسط "

للإجابة على التساؤلات العنوان، تم الاستعانة بالمنهج الوصفي باستخدام أداة استبيان وُجّهت إلى التلاميذ وأخرى إلى الأساتذة. وقد كانت عينة التلاميذ مكونة من 573 تلميذاً، أما الأساتذة فقد بلغت 35 أستاذاً وأستاذة. وبعد التطبيق، توصلنا للنتائج التالية:

- ارتفاع مستوى الوعي الصحي في شتى المجالات.
 - وجود تأثير لحصة التربية البدنية على مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ.
 - وجود تأثير لأستاذ التربية البدنية على مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ.
 - عدم وجود فروق في مستوى الوعي الصحي تعزى لمتغيري الجنس والقسم.
- دراسة (حزام عبد الرزاق، 2023) تحت عنوان " دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة - من وجهة نظر مفتشي وأساتذة المادة لولاية سطيف -"

تهدف الدراسة لمعرفة مدى تلبية الإصلاحات الحالية في المنظومة التربوية لمادة التربية البدنية والرياضية، مستوى من الوعي الصحي في ظل تطبيق مناهج الجيل الثاني لدى تلاميذ الطور المتوسط، من خلال مخرجاتها المتمثلة في التربية النوعية الصحية للتلميذ وما أثبتته من فاعلية على مستويات عدة فيما يخص مكافحة الآفات النفسية والأمراض على عدة أصعدة بعد تشكيل وتنمية سلوك صحي وعياً وتطبيقاً. وقد تمت الدراسة على (20) أستاذ للتعليم المتوسط و(05)مفتشين للمادة بولاية سطيف وللتوصل الى نتائج تم بناء استبيانين بأربعة محاور ضمن المنهج الوصفي (المسح المدرسي) الذي اعتمد للدراسة وبعد جمع المعلومات عولجت ببرنامج (Spss v22) وقد توصلت الدراسة الى جملة من النتائج أهمها التربية البدنية والرياضية هي أحد لبنات المدرسة الأساسية فهي أيضا تعمل على إكساب أنماط جديدة في التفكير والسلوك الصحي أما الوعي بالصحة البدنية وصحة الأجهزة الوظيفية الداخلية

التعريف بالبحث

كالجهاز التنفسي والدوري وغيره تلعبان دوراً هاماً في تأهيله نفسياً وإكسابه سلاماً داخلياً، فالرياضة لا تنحصر على تطوير البدن بل تتعداه إلى المساهمة في علاج اضطرابات القلق والخوف، واضطرابات المزاج أو الاضطرابات العاطفية والاجتماعية مع أقرانه، كذلك الاضطرابات الذهنية والتي تؤثر بشكل سلبي على الإدراك وبناء شخصية سوية وواعية للتلميذ. - الكلمات المفتاحية: التربية البدنية والرياضية؛ وعي صحي؛ وعي صحي رياضي؛ تلاميذ؛ المرحلة التعليمية المتوسطة

8- تعقيب على الدراسات السابقة

_ هنالك قلة في الدراسات السابقة حول متغير الوعي الصحي لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الابتدائي، تنوعت الدراسات السابقة من حيث الأدوات المستخدمة كالاستبيان، معظم الدراسات تبنت إحدى المناهج الأكثر استخداماً في التربية البدنية والرياضية وهو المنهج الوصفي. غير انها تنوعت في استخداماته مثل المسحي والتحليلي، معظم الدراسات دعت الى ضرورة الاهتمام بموضوع نشر الوعي الصحي لدى التلاميذ، وقد استفدنا كباحثين من تحليل هذه الدراسات من حيث المنهج الوصفي والوسائل المستخدمة في جمع البيانات وتحديد الأدوات الإحصائية أيضاً

خلاصة الفصل:

تعتبر التربية جزء متكامل من التربية العامة التي تهتم بمعظم الأنشطة الفعالة والقادرة على منح توازن طبيعي للتلاميذ كما تحرص على تنشئتهم على أحسن وافضل نشء عليه من قوة الجسم وسلامة البدن ومظاهر الصحة والحيوية والنشاط لكي يصلو في النهاية إلى تحقيق الانسجام والجمال.

والوعي الصحي له أهمية كبيرة في حياة الأفراد والجماعة على حد سواء فالمجتمع القوي الصحيح يتكون من أفراد أصحاء أقوياء، يؤدي إلى حماية الناس من الإصابة بالأمراض المختلفة بل يؤدي إلى تمتعهم بالصحة الجيدة عقليا وجسميا.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

ويعتبر درس التربية البدنية حجر الزاوية في برنامج التربية البدنية والرياضية، وهو وحدة المنهاج التي تحمل جميع صفاته، فهو جزء البرنامج الذي يستفيد منه جميع التلاميذ دون تفرقة، بخلاف البرامج الأخرى كالنشاط الداخلي او الخارجي التي قد تعتمد في ممارستها على رغبة التلاميذ واختياراتهم، وأيضا ان يكون له التشويق الذي يدفع التلاميذ للاقبال عليه، ولكل درس أغراض تربوية الى جانب الأغراض البدنية والمهارية والمعرفية والتي تتميز عن غيره من الدروس في الوحدة التعليمية التربوية حتى يتحقق من خلال مجموعة من الدروس ما يمكن ان نسميه النسق التربوي الى جانب البعد عن التشكيلة في التحضير.

1. مفهوم التربية البدنية والرياضية:

يعتقد الكثير من الناس ان التربية البدنية هي مختلف أنواع الرياضات، أو أنها عضلات وعرق، أو ادرع قوية وارجل قوية، او انها تربية الاجسام، ولهذا تعددت تعريفاتها ومن الباحثين من يعرفها على أنها:

- ذلك الجانب المتكامل من التربية الذي يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسمانيا وعقليا ووجدانيا عن طريق الأنشطة الرياضية المختارة، تحت اشراف قيادية صالحة لتحقيق اسمى القيم الإنسانية.

- التربية البدنية عنصر من عناصر التربية العامة وعلاقتها بها علاقة الجزء بالكل، فهي تعمل على تعديل السلوك للفرد عن طرق أوجه النشاط المختلف. (جلون واخرون، 1994، ص19).

2. اهداف التربية البدنية والرياضية:**أ- الأهداف العامة:**

يعبر هدف التربية البدنية عن اسهام التربية البدنية والرياضية في الارتقاء بالأداء البدني والوظيفي للإنسان، وهناك العديد من المحاولات التي قامت بها بعض المدارس العالمية في تحديد الأهداف من جراء الممارسة الرياضية والأكثر شيوعا منها ما يلي:

1.2. التنمية المعرفية:

ان الجانب المعرفي له علاقة بالجانب العقلي والادراكي، ويمكن للتربية البدنية والرياضية ان تساهم في التنمية المعرفية، والفهم، والتحليل والتركيب من خلال الجوانب المتضمنة في النشاطات البدنية والرياضية، كتاريخ السباقات الرياضية، وتاريخ اللعبة، وسيرة أبطالها، وأرقامها المسجلة قديما وحديثا، وقواعد اللعبة وأساليب التدريب والممارسة... الخ، من الجوانب المعرفية التي تقيد الفرد في حياته اليومية وتساعد على التفكير واتخاذ القرارات. (، 1998، ص47).

2.2. التنمية العضوية:

تسعى التربية والرياضية في المقام الأول لتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكسابه الكفاءة والقدرات الحركية، التي تعمل على تكيف أجهزة جسم الانسان بيولوجيا والرفع من مستوى كفايتها

الوظيفية واكسابها الصفات التي تساعد الفرد على قيامه بواجباته الحياتية في أحسن الظروف دون تعب وارهاق، فمن خلال الأنشطة الرياضية التي يمارسها الانسان يكتسب القوة والسرعة والتحمل، والصفات البدنية الأخرى، بالإضافة الى تحسين رتم النبضات القلبية، وهذا ما يعطي للفرد لياقة بدنية جيدة. (المرجع نفسه، ص48).

3.2. تنمية المهارات الحركية:

تشكل الظاهرة الحركية لدى الانسان أحد أهم أبعاد وجوده الإنساني سواء على المستوى الحياتي او المستوى الاجتماعي الثقافي، ويشتمل هدف التنمية الحركية على عدد من القيم والخبرات والمفاهيم التي تتعهد حركة الانسان وتعمل على تطويرها والارتقاء بكفائتها، ومن اهم الأهداف التي تسعى الى تحقيقها، حي تبدأ برامجها من فترة الطفولة لتنشيط الحركة وتنمية انماطها الشائعة والتي تنقسم الى:

- حركات انتقالية: كالمشي، الجري، الوثب.

- حركات غير انتقالية: كالثني، اللف والميل.

- حركات معالجة وتناول: الرمي، الدفع والركل. (صالح، 1981، ص71).

ومن هذه الأنماط تتأسس المهارة الحركية، فهي مهارات متعلمة، تعتمد في تأسيسها ليس فقط على اللياقة البدنية والحركات الاصلية، وانما كذلك على الاعتبارات الادراكية والحسية. (المرجع السابق، ص72).

4.2. التنمية النفسية والاجتماعية:

تستفيد التربية البدنية والرياضية من المعطيات الانفعالية والوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني وتنمي بذلك شخصية الفرد، تنمية تتميز بالاتزان والشمول والنضج، وتعتمد أساليب التنمية الانفعالية في التربية البدنية والرياضية على عدة مبادئ منها الفروق الفردية، وانتقال أثر التدريب على اعتبار أن الفرد كيان مستقل له قدراته الخاصة به التي تختلف عن بقية أقرانه.

ان القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في برامج التربية والبدنية والرياضية تنعكس اثارها من الميدان الى المجتمع في شكل سلوكيات مقبولة، ومن بين هذه السلوكيات النفسية: الذات الجسمية، الثقة

بالنفس، اشباع الميول والاحتياجات النفسية الاجتماعية، تنمية مستويات الطموح والتطوع للتفوق والامتياز. (خطابية، 1997، ص85).

5.2. الترويج وانشطة الفراغ:

تشير الأصول الثقافية للرياضة الى أنها أنشأت بهدف التسلية والمتعة والترويج وشغل أوقات الفراغ، ومازالت الرياضة تحتفظ بذلك كأحد أهدافها الذراعية في اطار التربية البدنية والرياضية، وهو الهدف الذي يرمي الى اكساب الافراد المهارات الحركية الرياضية مدى الحياة، فضلا عن المعلومات والمعارف المتصلة بها، وإثارة الاهتمامات بالانشطة البدنية والرياضية، وتشكيل اتجاهات إيجابية نحوها، بحيث تصبح ممارسة الأنشطة البدنية نشاطا ترويجيا يستثمره الانسان في وقت فراغه بما يعود عليه بالقيم الصحية والنفسية والاجتماعية المفيدة. (الخولي، 2001، ص89).

ب- الأهداف الخاصة:

تعرف التربية البدنية والرياضية في الجزائر على أساس انها نظام تربوي عميق الاندماج بالمنظومة التربوية، وهي تخضع في نفس الوقت الى غايات التربية العامة التي تهدف في مجملها الى الرفع من شأن المواطن، ومن هذا المنطلق فإن التربية البدنية والرياضية ترمي الى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث:

- الناحية البدنية:

* تطوير وتحسين الصفات البدنية

* تحسين المرود الفيسيولوجي

* التحكم في نظام وتسيير المجهود وتوزيعه

* التحكم في تجنيد منابع الطاقة

* تقدير وضبط جيد لحقل الرؤيا

* تنسيق جيد للحركات والعمليات

* قدرة التكيف مع الحالات والوضعيات

* الرفع من المردودية البدنية وتحسين النتائج الرياضية. (المندلأوي، 1990، ص108).

- الناحية المعرفية:

* معرفة تركيبية جسم الانسان ومدى تأثير المجهود عليه

* معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الانسان

* معرفة قواعد الإسعافات الأولية اثناء الحوادث الميدانية

* معرفة قواعد الوقاية الصحية

* قدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي

* معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطنيا ودوليا

* تجنيد قدراته لاعاداه مشروع رياضي ودولي

* معرفة حدود مقدرته ومقدرة الغير. (المرجع السابق، ص109).

ج- الناحية الاجتماعية:

* التحكم في نزواته والسيطرة عليها

* تقبل الاخر والتعامل معه في حدود لقانون الممارسة

* التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز

* التعايش ضمن الجماعة والمساهمة الفعالة لبلوغ الهدف المنشود

* روح المسؤولية والمبادرة البناءة. (حسين، 2001، ص229).

3. تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط الذي يريد الأستاذ أن يمارسها التلاميذ في هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر. (الشافعي، 2002، ص 37).

وبذلك يفهم أن درس التربية البدنية والرياضية يشمل جميع الميادين المتعلقة بالتلاميذ، فهي تمس المجال الفكري أي تزويد الفكر بالمعلومات المختلفة عن الممارسة الرياضية، وذلك تمس الجانب الصحي والبدني المتعلق بتنمية مختلف الصفات البدنية وتحسين القدرات وتنمية الذكاء وتمس كذلك النواحي النفسية والاجتماعية للتلاميذ المتعلقة بتقدير الذات والاحترام المتبادل بين التلاميذ.

كما جاء أيضا للخولي والشافعي أنه عن طريق درس التربية البدنية تتيح الفرص للتلاميذ للاشتراك في الأنشطة البدنية والمنتقاة بعناية وبتتابع منطقي عبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف الجوانب الشخصية والإنسانية وعبر فئات من النشاط كالجماز والعب القوي.

وإذا كانت التربية البدنية عرفت على أنها عملية توجيه للنمو البدني والقوام الإنساني، باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحية وبعض الأساليب الأخرى التي تشترك مع الوسائط المختلفة بتنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلقية، هذا حسبما جاء في البسيوني والشاطي، ما يعني أن أهم أدوار التربية البدنية بالمدرسة هو ضمان النمو الشامل والمتزن للتلاميذ وتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقا للمراحل العمرية ومستوى قدراتهم الحركية، وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية الحركية، كل هذا يعني التنمية الشاملة للتلاميذ ذلك لكي يتحمل مسؤوليتهم نحو أنفسهم وحياتهم الشخصية، والاجتماعية لينشئوا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ووطنهم. (المرجع نفسه، ص 38).

4. مهام درس التربية البدنية والرياضية:

أن دروس التربية البدنية والرياضية بالمدارس لا يمكن اعتبارها فترة للعب الحر أو الترفيه، لكنها فترة موجهة للتعليم بحيث يشترك بها التلاميذ ليتحركوا ويتعلموا الكثير من المبادئ من خلال النشاطات

الحركية المختلفة، ولذلك فمن الواجب الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية كحصة في نظام التربوي وذلك من خلال الأنشطة الداخلية والخارجية. (زنكلوجي، 2007، ص74).

1.4. تطوير الجانب التربوي:

ان الجانب التربوي ضروري في كل ممارسة وبدونه لا يرتقي أي نشاط، ومن خلال المنطلق نجد ان درس التربية البدنية يؤدي المهمة، ان التلاميذ بوجودهم في جماعة بأن عملية التفاعل تتم بينهم في اطار القيم والمبادئ والروح الرياضية التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية، فهي تعمل على تنمية السمات الأخلاقية كالطاعة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والمثابرة والمواظبة واقتسام الصعوبات مع الزملاء.

ويتمثل هذا الجانب كذلك حسب "جلون واخرون" تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة، فالجانب التربوي يحظى بمكانة كبيرة في النظام التربوي كونه احدى الركائز الرئيسية لبلوغ الأهداف التعليمية والقيم الاجتماعية. (المرجع نفسه، ص75).

2.4. تطوير الجانب التعليمي:

يتشمل هذا الجانب في تطوير ثقافة التلاميذ المتعلقة بالممارسة الرياضية، ويشمل هذا الجانب على اكتساب المعلومات والمعارف والحقائق على أسس الحركة البدنية واصولها البيولوجية والفيزيولوجية والبيوميكانيكية.

ويشمل الجانب التعليمي كذلك تنمية التفهم الفني والتقدير الجمالي للاراء الحركي ومن خلال ممارستها أيضا تنمية مهارات حل المشكلات وربط ما يتعلمه الطفل من مهارات ومعارف واتجاهات بطبيعة الحياة الاجتماعية ليوظف ما تعلم في حل المشكلات وهذا حسب الخولي والشافعي. (بسيوني، الشاطي، 1987، ص87).

فالجانب التعليمي يعبر لنا عن القيم والمبادئ التي يكتسبها الفرد من خلال الممارسة لمختلف الأنشطة الحركية، والمتمثلة في مختلف التقنيات البدنية والخطط والقوانين.

3.4. تطوير الجانب البدني:

يتمثل هذا الجانب في رفع مستوى القدرات البدنية للتلاميذ، وتحسين اللياقة العامة لمختلف الصفات البدنية، ويتمثل هذا الجانب حسب الخولي في تنمية الكفاءة البدنية، وتمكين التلاميذ من الاشراف في أنشطة بدنية نافعة والارتقاء بالتنمية البدنية وتعليم قيمة المشاركة في الأنشطة البدنية.

وكما استعرض " البسيوني والشاطي" في ان هذا الجانب يساعد على تكامل المهارات والخبرات الحركية، وكذلك المساعدة على التطوير للصفات البدنية مثل: القوة والسرعة والتحمل، المرونة، الرشاقة، فالجانب البدني له دور أساسي وهو يعتبر القاعدة الأساسية لانجاز في مختلف النشاطات الحركية، والجانب البدني يلعب دور أساسي في تفوق الرياضيين في مختلف الأنشطة الرياضية. (الخولي، 1998، ص122).

4.4. تطوير الجانب الصحي:

ويتمثل ذلك في كفاءة الوظائف الحيوية للأفراد، وقدرة الجسم على تحمل العمل لمختلف النشاطات الحركية، وقدرته على تنسيق الواجبات الحركية، ويتمثل ذلك في تطوير هذا الجانب والمساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ، يتم ذلك في تطوير الأساليب للممارسة الصحيحة من خلال اتخاذ التدابير الصحية اثناء حصة التربية البدنية والرياضية من طرف المدرب، والمتمثلة في النظافة والاسترجاع والظروف العلاجية والتغذية المناسبة، وممارسة العادات الصحية السليمة.

حيث انه من خلال الممارسة الرياضية يصبح التلاميذ اكثر تحملا للتعب، ويستطيع مواصلة النشاط لمدة طويلة، كما تصبح له مقاومة كبيرة ضد الامراض. (امين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، 2000، ص56).

5.4. اسباب الجانب الترفيهي:

يعد الترفيه عملية بالغة الأهمية من خلال المشاركة في حصص التربية البدنية، وبذلك فإن التلاميذ يمارسون مختلف الأنشطة البدنية من اجل المتعة.

وفي هذا السياق يقول " جلون واخرون " ان المشاركة الرياضية ترويجية من خلال الأنشطة البدنية تتيح قدرا كبيرا من الخبرات والقيم والمهارات الاجتماعية والجمالية التي تثري التلاميذ وتضيف لهم الابعاد البهيجة المشرقة، والنظرة المتعائلة للحياة، ذلك لأنها تمد الفرد بأساليب ووسائل للتكيف مع نفسه ومع المجتمع، كما ان المشاركة في حصص التربية البدنية تتيح فرص التنفيس عن مشاعر التوتر والشد العصبي من خلال الدروس النظرية التي يتلقونها في الفصل. (المرجع نفسه، ص57).

وتوفر ايضا فرص اكتساب مهارات الاسترخاء والراحة والاستجمام، ويوضح لنا " جونس موش " ان القيمة الترفيهية للاعب في حصص التربية البدنية تعتبر كوسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجتهد، ويعمل على إزالة التوتر العصبي والاجهاد العضلي والقلق النفسي.

ولذلك فححصص التربية البدنية تعمل على ترفيه التلاميذ من خلال الألعاب، حيث يتخلص من خلالها التلاميذ من الاجهاد العقلي والتوتر الذي يحدث أحيانا في الدروس النظرية داخل الفصل. (المرجع السابق، ص58).

6.4 تطوير الجانب النفسي والاجتماعي:

يتمثل هذا الجانب في مجموع التأثيرات التي تطرأ على التلميذ أثناء احتكاكه مع زملاءه، ويكون تعبيره موجها لنفسه، والى الأصدقاء والزملاء.

ومن خلال هذا فإن الحالة الانفعالية تستقر خصوصا عند المراهق، كما تبرز شخصيته وتنمو صحته النفسية عامة، أما من الناحية الاجتماعية فنجد ظهور بعض المهارات الاجتماعية كالصداقة وروح الانضباط والتعاون، والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية.

تنمية المهارات الاتصالية الاجتماعية التي تتيحها الأنشطة البدنية بمختلف اشكالها لتعزيز العلاقات الطيبة بين أبناء المجتمع المحلي، وكذلك ربط ما يدرس في التربية وبين القدرات الثقافية للمجتمع وخاصة الثقافة البدنية الصحيحة.

هذا ما يؤدي الى خلق الاندماج والتفاعل والتجاوب بين التلاميذ خصوصا المراهقين منهم، بما يؤدي كذلك الى تنمية الذكاء والقدرة على التحليل والفهم والتأقلم مع المواقف الجديدة.

(الخولي، الحمامي، 1990، ص90).

7.4 تنمية القدرات العقلية والنفسية:

في اذار درس التربية البدنية والرياضية فانه تبذل محاولات وجهود تربوية بهدف تربية النشء تربية مترنة متكاملة، ليصبحوا مواطنين صالحين، حيث يعد ذلك احد المطالب الاجتماعية الهامة التي يجب ان توليها كل المنظومة التربوية والاسرة وجميع الهيئات المعنية بأمور الشباب بعنايتها ورعايتها في سبيل التنمية وتطوير القدرات العقلية والنفسية وتوفير لهم صحة نفسية. (ناهدو نللي ، 2004 ، ص44).

1.7.4 تنمية العقل والتفكير:

من بين فوائد الممارسة للتلاميذ في حصص التربية البدنية والرياضية هو تطوير قدراتهم العقلية، حيث يقول " فرج" انه يمكن اكساب التلاميذ القدرات العقلية عن طريق التفكير الواعي اثناء ممارسة النشاط الرياضي وعند تنفيذ خطط اللعب وعند تعلم المهارات الحركية.

كما تساعد الألعاب في حصص التربية البدنية على النمو العقلي للتلاميذ، حيث يشير "فرج" ان التلاميذ يحتاجون الى التفكير والتفسير للمعارف التي يكتسبونها مثل: القوانين الميكانيكية والأداء الحركي والخطط المنظمة في الألعاب المختلفة عند أداء الدرس، وتساعد هذه الألعاب كذلك على تحليل المواقف المفاجئة والمشحونة بالانفعال والقدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط الظروف. (المرجع نفسه، ص45).

2.7.4. تنمية الصحة النفسية:

عن طريق حصص التربية البدنية والرياضية يمكن أسباب التلاميذ اتجاهات إيجابية نحو التربية البدنية عن طريق اكسابهم معارف ومعلومات من شأنها ان تساعد على تطوير الصحة النفسية، حيث يرى " فرج" انه من خلال الممارسة للتربية البدنية يكتسب التلاميذ العديد من السمات النفسية الإيجابية" الارادية والخلقية" التي تساهم في تكوين شخصياتهم، كالنظام والطاعة والشجاعة والاستغلال والاعتماد على النفس.

يمكن ان نقول في الأخير بأن محتوى مادة التربية البدنية شاملة وكاملة في تأثيراته وأبعاده في تكوين تلاميذ اصحاء قادرين على مواجهة الحياة بإيجابية واقتدار، فحصى التربية البدنية تعتبر نواة العملية التعليمية في المراحل التعليمية المختلفة. (بن خاتم ، 2008، ص94).

5. بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية والرياضية أو خطة العمل هي مجموعة من التمارين المختارة والمرتببة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معينة لها، وتنقسم الى:

1.5. الجزء التحضيري:

في هذا القسم يتبع الأستاذ ثلاث قبل الدخول بالتلاميذ الى القسم الرئيسي، فالمرحلة الأولى هي مرحلة اعداد التلاميذ تربوياً، حيث يتخللها تطبيق النظام كتبديل للملابس في الصف حسب تسلسله، الدخول الى الملعب، والمرحلة الثانية هي مرحلة لاهتمام، وتشمل أجهزة الجسم المختلفة استعداداً للنشاط المبرمج للوقاية من الإصابات المفاجئة، وعليه وجب التدرج في العمل، أما المرحلة الثالثة فهي الدخول في المرحلة الرئيسية. (رابح تركي، 1990، ص124).

في حالة استخدام تدريبات الاعداد البدني في الجزء التحضيري للحصة يراعي ما يلي:

- أن تعمل على تحسين الصفات البدنية لدى التلاميذ.
- أن تؤدي على هيئة منافسات بين التلاميذ.
- أن يكون هناك تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات .
- أن تتضمن المكونات البدنية التالية: السرعة، التوافق، الدقة، التوازن .
- تؤدي باستعمال بعض الأدوات، و أن تؤدي و التلاميذ في حالة انتشار حر في الملعب، و ليس على هيئة تشكيلات .

-يفضل عدم استخدام النداء أثناء أداء التلاميذ التدريبات البدنية. (المرجع السابق، ص125).

2.5. الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، و لا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصة حتى تطبق على جميع الحصص، و لا يوجد ترتيب معين للأغراض و الأهداف، فمثلاً تنمية القدرات لعقلية وتعليم تكنيك رياضي، أو توصيل تحصيل المعلومات و المساهمة في تكوين الشخصية، كما يشتمل هذا الجزء على:

- **النشاط التطبيقي:** و يقصد به نقل الحقائق و المفاهيم و الشواهد بالاستخدام الواعي للواقع العملي، و يتم ذلك في و الفرق حسب الظروف. الألعاب الفردية كألعاب القوى و الألعاب الجماعية ككرة القدم، و هو يتميز بروح التنافس بين مجموعات التلاميذ يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثاً و التدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ و يصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما يتطلب الجانب الترويحي و الحرص على شعور التلاميذ بالمتعة، وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد الأمن والسلامة. (سعيد إسماعيل، 1999، ص111).

3.5. الجزء الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية، و إعدادها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقاً، ويتضمن هذا الجسم التمرينات التهيئية بأنواعها المختلفة، كتمرينات التنفس والاسترخاء و بعض الألعاب الترويحية والسلبية و الأخطاء التي حدثت أثناء الحصة و ختام الحصة يكون شعاراً للفصل، أو نصيحة ختامية و الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقييم النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الايجابية كما أخذت الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية و الرياضية. إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز و الانتباه، فيجب التهدئة و الاسترخاء .

أما إذا كانت في اية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير و تشد انتباه التلميذ. (احمد حسين اللقاني، 2005، ص224).

6. طرق تدريس أنشطة التربية والرياضية:

يعتبر التدريس ضروريات العمل التربوي اعتماداً على جملة من المعطيات، فالمعلم ال يجب أن يكون مجرد ناقل للمعرفة فحسب بل و يجب عليه أن يكون مديراً للعملية التعليمية مشاركا و مشرفاً على إخراجها وفقاً لقدرات التلاميذ مكتسباتهم.

سنتطرق إلى ذكر أربعة أنواع من أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضة حسب " موسكا موستن " يرى ان هذه الأساليب أقرب إلى التطبيق في وجود التغذية الراجعة وهي: (بشير صالح الرشيدي، 2002، ص93).

- **الأسلوب الأمري**: يتميز هذا الأسلوب بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في بنية و تركيب الدرس، و يكون ذلك في مرحلة ما قبل الدرس (التخطيط) و مرحلة الدرس (الأداء) ومرحلة ما بعد الدرس (التقويم).

يرى ناهد محمود سعد " و يضيف رمزي فهيم" حول الأسلوب الأمري الذي يطلق عليه كذلك الأسلوب التسلطي أو الأسلوب العرض التوضيحي فان المدرس هو أحد المصادر الأساسية لتنظيم المعرفة و نقلها للتلاميذ، حيث يقوم المدرس بدور الملحق للمعلومات بينما يكون التلميذ مستقبلاً لهذه المعلومات دون مناقشتها أو إبداء رأيه و المدرس هنا هو صاحب القرار وصانعه و متخذ القرارات بنفسه في كل جوانب العملية التعليمية في التخطيط و التنفيذ و التقويم. (المرجع السابق، ص94).

- **مميزات الأسلوب الأمري**: يتميز الأسلوب الأمري باستغراقه أقل وقت للقيام بعملية العرض و الإيضاح من قبل المعلم و في المقابل يكون الوقت المخصص لأداء المهارات كبير و من أهم مميزات هذا الأسلوب نذكر

- يستخدم هذا الأسلوب مع التلاميذ الصغار .
- يستخدم مع المبتدئين في تعلم المهارات .
- يستخدم في تعلم المهارات الصعبة بغية السيطرة على مسار العمل.
- يستخدم في تصحيح الأخطاء الشائعة في الفعالية و الأخطاء الفردية. (محمد صبحي حسين، 2001، مرجع سبق ذكره، ص134).

- **الأسلوب التدريبي**: يرى موسكا موستن وسارة أشوت أن الأسلوب التدريبي يؤدي إلى إيجاد واقع جديد الفهم يوفر ظروف جديدة في عملية التعليم و يتوصل إلى مجموعة مختلفة من الأهداف حيث أن قسماً منها له علاقة بأداء المهارات، بينما القسم الآخر له علاقة باتساع نطاق الدور الفردي في الأسلوب.

و يضيف محمد حمص حول الأسلوب التدريبي بأنه يسمح للتلاميذ بالاستقلالية في عملهم في بعض الممارسات داخل المدارس، خاصة الجزء الخاص بالتطبيق و بذلك تتاح فرصة الاعتماد على النفس و محاولة اكتساب الأداء الفني لمهامه و إتقانه.

- **مميزات الأسلوب التدريبي :** يتميز الأسلوب التدريبي عن الأسلوب الأمري بوجود نوع من الاستقلالية يتمتع بها التلميذ و يمكن ذكر بعض مميزات هذا الأسلوب فيما يلي :

- يمنح الفرصة لإظهار و إبراز المهارات الفردية و الإبداع

- يمنح التلاميذ الوقت الكافي للممارسة.

- يمنح التلاميذ الاستقلالية في اتخاذ القرارات

- يمكن استخدام هذا الأسلوب مع عدد كبير من التلاميذ.

- **الأسلوب التبادلي:** تكون الحرية في هذا الأسلوب في اتخاذ القرارات و فمن الحقائق الملموسة التي تؤثر في التعلم وتحسين الإنجاز هو معرفة نتائج العمل و من خصوصيات هذا الأسلوب خلق سلوكيات جديدة و ظروف جديدة لتحقيق جملة من الأهداف كتنمية صفة الصبر والتحمل و الدقة . (المرجع السابق، ص135).

7- مميزات الأسلوب التبادلي :

- يفسح المجال أمام كل تلميذ أن يتولى مهام التطبيق

- يفسح المجال للتعلم في كيفية إعطاء التغذية الراجعة في الوقت المناسب

- لا يحتاج إلى وقت كبير في التعلم

- يفسح المجال لممارسة القيادة لكل تلميذ يعطي للتلاميذ مجال واسع للإبداع في تنفيذ الواجب. التغذية الراجعة و تسهيل عملية التعلم.

- أسلوب التضمين : إن النقطة المشتركة بين الأساليب الثلاثة السابقة الذكر هي تصميم الواجب أو المهارة، وكل واجبة أو مهارة تمثل مقياساً يتم تحديده من قبل المعلم، و مطلوب من التلميذ هو أداء ذلك الواجب أو المهارة.

أما أسلوب تضمين فيطرح مفهوماً مختلفاً في تصميم واجب أي مستويات متعددة من الأداء لنفس الواجب، وهذا يعني انتقال قرار رئيسي إلى التلاميذ، لا يكون باستطاعتهم اتخاذه في الأساليب السابقة حيث أن دور المتعلم في هذا الأسلوب يكمن في اتخاذ القرارات في مرحلة ما قبل الدرس (الاستعداد) بينما يقوم تلميذ باتخاذ القرار في مرحلة الدرس (الأداء) أي الدخول في موضوع الدرس من خلال اختيار مستوى معين في أداء الواجب في مرحلة ما بعد الدرس (التقويم) يقوم التلميذ باتخاذ القرارات الخاصة بعملية تقويم الأداء و يقرر في أي من المستويات المتوفرة يتم الاستمرار بالأداء.

- ميزات أسلوب التضمين : يمكن اختصارها في :

- توفير تربية لجميع التلاميذ بأداء الواجب المكفولين بها

- يكون الأداء حسب إمكانية كل تلميذ . (المرجع السابق، ص135).

خلاصة

تسعى التربية والرياضية في المقام الأول لتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكسابه الكفاءة والقدرات الحركية، التي تعمل على تكييف أجهزة جسم الإنسان بيولوجياً والرفع من مستوى كفاءتها الوظيفية واكسابها الصفات التي تساعد الفرد على قيامه بواجباته الحياتية في أحسن الظروف دون تعب وارهاق، فمن خلال الأنشطة الرياضية التي يمارسها الإنسان يكتسب القوة والسرعة والتحمل، والصفات البدنية الأخرى

الفصل الثاني

الوعي الصحي

تمهيد

بعد الوعي الصحي أحد تلك الإجراءات الاحترازية المهمة التي يتبغى تميمتها لدى الفرد من أجل المحافظة على صحته وصحة الآخرين ووقايتهم من الأمراض المختلفة وتحقيق النمو الصحي المتكامل، فالوعي الصحي وسيلة فعالة وهامة تقوم على أسس علمية وعملية، لما لها من دور هام في تحسين مستوى الصحة العامة لدى أفراد المجتمع عن طريق الكسابهم المعلومات التي تتناسب ومستوى تفكيرهم، وبذلك يصبحون قادرين على إدراك طبيعة الظروف الصحية المفيدة لهم، ومتعاونين مع ما يجري حولهم من أمور صحية.

1. مفهوم الوعي الصحي

وهو جملة التصورات والمعتقدات والرؤى التي تعين الإنسان في حياته وتحدد سلوكه، ويقصد به هذا العام المعلومات والحقائق الصحية وإحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم، وفي هذا الإطار يعتبر الوعي الصحي هو ممارسة عن قصد نتيجة الفهم والإفتاح. وترى "هدى محمود، إن الوعي الصحي هو إدراك والماما فراد المجتمع بالمعلومات والحقائق الصحية، وتبني نمط حياة وممارسات صحية سليمة ومن أجل رفع المستوى الصحي للمجتمع، والحد من انتشار الأمراض، وتنمية إحساسهم بالمسؤولية الاجتماعية تجاه صحتهم صحة الآخرين (السريتي، 2020، ص 11)

كما يعرف حسين عمر " الوعي الصحي بأنه مجموعة من الخبرات التي يتعرض لها الناس وتؤدي دورا ايجابيا إلى تحسين صحة الفرد والأسرة والمجتمع (عباد، 2010)

2- أهمية وأهداف الوعي الصحي

2-1 أهمية الوعي الصحي:

إن التوعية الصحية تمكن الأفراد من التمتع بنظرة صحية تساعدهم في تفسير الظواهر الصحية وتجعلهم قادرين على البحث عن أسباب الأمراض وعملها بما يمكنهم من تجنبها والوقاية منها كما إن التوعية الصحية بمثابة رصيد معرفي يستفيد منه أفراد المجتمع من خلال توظيفهم لها في وقت الحاجة في اتخاذ القرارات صحيحة صائبة إزاء ما يعترضهم من مشكلات صحية، كما تخلق التوعية الصحية روح الاعتزاز والتقدير والثقة بالعلم كوسيلة من وسائل الخير بالعلماء المختصين في الصحة، إضافة إلى ذلك تولد التوعية الصحية لدى أفراد المجتمع الرغبة في الاستطلاع وتقنين فيهم حب اكتشاف المزيد منها كونها نشاط غير جامد يتسم بالتنوع والمشاركة (الأمامي، 2008، ص 49).

2-2 أهداف الوعي الصحي

هناك عدد من الأهداف يراد تحقيقها، والوصول إليها من خلال نشر الوعي الصحي بين أفراد المجتمع من المجتمعات وهي:

إيجاد مجتمع يكون أفراده قد أُلِّموا بالمعلومات الصحية عن مجتمعهم وألِّموا بالمشكلات الصحية، والأمراض المعدية المنتشرة في مجتمعهم، ومعدل الإصابة بها وأسبابها وطرق انتقالها، وأعراضها، وطرق الوقاية منها ووسائل مكافحتها. إيجاد مجتمع أفراده قد فهموا وأيقنوا أن حل مشكلاتهم الصحية، والمحافظة على صحتهم وصحة مجتمعهم في مسؤوليتهم قبل أن تكون مسؤولية الجهات الحكومية. إيجاد مجتمع يتبع أفراده الإرشادات والعادات الصحية السليمة في كل تصرفاتهم، بدافع من شعورهم وحرصهم، ويشتركون إيجابياً في حل مشكلاتهم الصحية، ويبدلون المال والجهد في هذا السبيل. (عبيدي، 2015، ص 61)

إيجاد مجتمع يكون أفراده قد تعرفوا على الخدمات والمنشآت الصحية في مجتمعهم وتفهموا الغرض من إنشائها وكيفية الانتفاع بها بطريقة منظمة ومجدية، (المرجع السابق، ص 62)

3-مجالات الوعي الصحي:

لا يقتصر الوعي الصحي على جانب معني من الأمور المتصلة بالصحة، ولكن الوعي يتسع جماله ليشمل كافة العناصر التي هي ضرورية لكن يكون الإنسان متمتع بصحة جيدة. (شعباني ، 2006، ص 55)

3-1الوعي الصحي الشخصي:

إن التوعية والإرشاد حول طرق العناية بالجسم والمحافظة على الصحة واجب كل إنسان قادر على ذلك في المجتمع، وتعتبر الوقاية من المبادئ الأساسية التي اهتم هذا الإنسان منذ القدم بهذا السبيل الوحيد الذي يستطيع به الإنسان مواجهة أي مرض وأي مؤثرات سلبية، فالصحة الشخصية ميدان يعتمد على وقاية ومحاية الصحة والحفاظ عليها وذلك من خلال إجراءات وقائية كالتغذية الصحية والنظافة وممارسة الأنشطة التقوية الجسم ورفع مستوى اللياقة وكذلك إجراء التحاليل الطبية الدورية والاستفادة من الخدمات الطبية المتوفرة في المجتمع وتجنب أو الابتعاد عن مخاطر والعادات السلوكية غربي الصحية مثل التدخين، المقدرات العقاقير الخ وهذا نضرا الأهمية الصحة ومن أبرزها مقاومة تجمع وتوak الجراثيم على السطح الخارجي الجسم والمحافظة على قوة الجسم وكذا إعطائه ما يحتاج من الغذاء والراحة ولكي يحافظ الفرد على صحته الشخصية عليه أن يعمل على ثلاث جمالات تكمل بعضها

البعض ولا على عنها: (القطوف 2016، ص 133)

- أن يحرص على سلامة بدئه وعقله وبيئته من خلال السلوك الصحي السليم وأن يحافظ على علاقات طبية مع الأفراد والمجتمع.
- أن يتجنب كل ما يعرضه للمريض ممارسات وعادات خاطئة.
- أن يبادر الفحص الطبي المبكر وأن يعمل على اكتشاف الأمراض والإسراع في علاجها المرجع نفسه، ص 13)

3-2- الوعي الصحي الغذائي:

إن للغذاء أهمية كبيرة في حياة الإنسان فهو المادة الأساسية في تزويده بالطاقة الضرورية في عملية اختراق وترميم الخلايا التالفة وإعادة بنائها وعليه تعد حركة الإنسان وفعاليتها، وكيل الغذاء بعض المركبات المهمة في الجسم مثل الأنزيمات والهرمونات ويقصد بالوعي الغذائي تنمية وهي أفراد المجتمع بأهمية التغذية الصحية وتقهم مبادئها الأساسية البيت تشكل وحدة متكاملة يتم بدراستها تحقيق الأهداف العامة للتربية الغذائية السلوك، فسلوك الآباء يشكل عادات الأبناء والعادات الغذائية في الصغر تتحول إلى نمط سلوكي في الكرب فتتوالى سلسلة من السلوكيات والعادات من جيل إلى جيل لتساهم في رسم ملامح تنمية مجتمعهم وعليه فالوعي الغذائي في الحاجة إلى مختلف الفئات على كافة المستويات (عبد الرحمن ص 61)

3-3- لوعي الصحي الرياضي:

شهدت السنوات الأخيرة تزايد اهتمام العلماء والمختصين بممارسة الأنشطة البدنية ليست يهدف المنافسة، ولكن لنوع من وسائل الوقاية والعلاج من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة والتكريرات السلبية والأضرار النفسية والانحرافات السلوكية والمشاكل الاجتماعية لينمو نمو سليما ليس فقط من الناحية البدنية بل من النواحي النفسية الأخرى (المرجع السابق، ص 72)

3-4- الوعي الصحي البيئي:

يشمل مفهوم البيئة كل ما يحيط بالفرد من أشياء سواء كانت مجادلات كالمباين والأدوات أو حية كالإنسان والحيوان والنبات بالإضافة إلى الجانب الاجتماعي بما فيها العلاقات البيت تنشأ بني الأفراد

كالعادات والقيم والتقاليد، إن كل هذه العناصر البيئية يتأثر هذا الفرد ومن ثم يؤثر فيها ومن هنا كان ضروريا الاهتمام بكل هذه العناصر حيث تصبح مؤثرات إيجابية على صحة الفرد والمجتمع والاهتمام بنظافة البيئة ومحايتها من التلوث وإعداد المسكن الصحي النظيف ومكافحة الحشرات الضارة بصحة الأفراد كل ذلك يؤدي إلى حماية الأفراد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية وبالتالي الرفع من مستوى الصحي لديهم، ولا يتحقق ذلك إلا يخلق الوعي الصحي ونشر الثقافة الصحية البيئية، فالوعي البيئي بشري إلى درجة الإدراك على مستويين الفرد والاجتماعي الأهمية المحافظة ومحايتها والتعامل معها والحفاظ عليها، (هنا، ص 121)

4-جوانب الوعي الصحي:

4-1-لوعي الصحي جوانب متعددة منها:

ينبغي أن تشمل عملية التوعية الصحية جميع مجالات الحياة، فلا تقتصر على جانب واحد دون غيره، فيتعين أن يوفرها المنزل، وهنا تقع على الأم بالذات مسؤولية كبرى في عرين القيم والآداب الصحيحة في أبنائها، وتعويدهم على السلوك الصحي وعلى الالتزام بالنظافة الشخصية والعامة، ويتعين أن تحرص المدرسة على أداء رسالتها في نشر الوعي الصحي بين طلابها بحيث يشيرون على العادات الصحيحة الجيدة (أبو زايدة 2016 ، ص 166)

وبالمثل فإن لكل من الجامعة والمؤسسات الإعلامية ومؤسسات العمل، والإنتاج دورا رئيسيا في بث الوعي الصحي وغربه وترسيخه وتأصيله في تكوين أبناء المجتمع بل أن المجتمع برمته مطالب بأن يسهم في نشر الوعي الصحي، وتدريب الناس على الالتزام بالقواعد الصحية السليمة، ومن هنا فإن رسالة الوعي الصحي لا يمكن إلقاء مسؤوليتها كلية على المؤسسات الكبية في المجتمع وحدها، إذ لا بد من تضافر جميع القوى وتعاونها في هذه المهمة الخطيرة (مخولف 2014، ص 102)

وإذا منا تؤمن بتضافر وتعاونها، فإن مؤدى ذلك أن وسائل التثقيف الصحي لا بد أن القسم بالعمق وبالشمول، ذلك لأننا إذا اقتصرنا على جانب واحد، فإن ما تقيمه المدرسة في هذا الصدد مثلا يهدمه البيت المرجع السابق، ص 103)

ومن هذا فإن وسائل نشر الوعي الصحي، وتأصيله لا يمكن أن يقتصر على مجرد وسيلة بعينها كإصدار نشرة وطنية أو وضع ملصقة، أو إذاعة برنامج، وإنما لا بد وأن تشمل كذلك إلى جانب القدوة الحسنة والمثال الطيب الذي يقتدي به ومن هذا فإن للوعي الصحي أصوله العميقة التي تتبع من تراثنا الإسلامي الأخر، ذلك التراث الخالد الذي ينبغي علينا أن تعود إليه قولاً وفعلاً فتهتدي بهدية وتسير على نهجه، فقد سبق الإسلام جميع المدارس الغربية سواء في الطلب أو في الوعي الصحي (أنور، 2010، ص77)

وفي رأي آخرين يؤسس الوعي الصحي على ثلاثة جوانب هي:

- الجانب المعرفي: ويقصد به توافر المعلومات العملية عن الصحة، ودور الفرد ومسؤوليته الشخصية عن صحته.
- الجانب الوجداني: ويتمثل في تكوين الاتجاهات نحو الحفاظ على صحته.
- الجانب السلوكي التطبيقي ويتمثل في كيفية التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة بالصحة التي تواجه الفرد.

وإذا اكتملت جوانب الوعي المعرفية، والسلوكية لدى الفرد وصف بأن لديه وعياً صحياً متكاملًا، بحيث تتحول ممارساته الصحية عادات سلوكية تتم بصورة دائمة. ولا يقتصر الوعي الصحي على جانب معين، بل يتسع مجاله ليشمل كافة العناصر الضرورية لكي يكون الإنسان متمتعاً بصحة جيدة، وهذه العناصر مداخله بشكل يصعب فصلها، لأنها متشابكة بطبيعتها ويؤثر بعضها على آخر المرجع السابق، (ص 78)

5-أنواع الوعي الصحي:

5-1-الوعي الاجتماعي:

الوعي الاجتماعي وهي عام يشتمل على إحاطة أفراد المجتمع بمجمل القضايا والاجتماعية والسياسية والاقتصادية وحتى العلمية التي لها دخل في حياتهم ومن ثم يتدرج تحت الوعي الاجتماعي أنواع من الوعي السياسي والوعي الأخلاقي والديني والصحي.

5-2- الوعي الطبقي: أما الوعي الشيعي فهو إدراك أفراد جماعة ما لموقعهم الطبقي وموقع جماعتهم الطبقي بين مختلف الجماعات الاجتماعية الأخرى وإدراكهم المصالحهم وضمائمها، (محمد ، ص204)

5-3- الوعي السياسي: عندما ينظم أفراد المجتمع أنفسهم في أحزاب أو تنظيمات معينة ويمارسون نشاطا سياسيا لتحقيق أهداف جماعتهم ضمن تلك التنظيمات وهذا العمل يتطلب وعيا سياسيا وقد يكون الوعي السياسي أحيانا على أشكال ودرجات متنوعة، وهي حزبي مشارك في الصراعات الداخلية ووعي الوحدة الاجمالية للبناء الاجتماعي في مواجهة البني الاجتماعية الأخرى، وهو ما يعرف بالوعي الوطني، فالوعي الوطني والوعي الحزبي وجهان للوعي السياسي، المرجع السابق، من 205)

6- مجالات الوعي الصحي

لا يقتصر الوعي الصحي على جانب معين من الأمور المتصلة بالصحة ولكن الوعي يتسع مجاله ليشمل كافة العناصر التي هي ضرورية لكن يكون الانسان متمتع بصحة جيدة. أولا: الصحة الشخصية وتشمل البيئي المنزلية الصحية والنظافة الشخصية ونظافة المنزل ونظافة الطعام والشراب والشارع. ثانيا: التغذية: يهدف إلى الوعي الغذائي للأفراد على جميع المستويات الاجتماعية والاقتصادية وهذا المجال لا يشمل الأغذية وأنواعها فقط يبحث عن العلاقة الغذاء والجسم الحي ويشمل تناول الغذاء وهضمه وامتصاصه وتمثيله في الجسم وما يتيح ذلك للتحرير الطاقة وعمليات النمو والتكاثر وصيانة الأنسجة والإنتاج والتخلص من الفضلات (زيرقان ، 2006، ص 52)

ثالثا: الأمان والإسعافات الأولية ويهدف إلى توعية الأفراد للعناية بأمثهم وسلامتهم الشخصية حتى يستطيعوا تجنب المخاطر والحوادث الفجائية واتخاذ القرارات الكفيلة بتقليل نسبة الإصابات في حال وقوع الحوادث سواء في المنزل أو المدرسة أو الشارع ويشمل الإسعافات التزيف والحروق التسمم واللدغات والكسور والجروح... الخ المرجع السابق، 53)

رابعاً: صحة البيئة

تهتم بقرين المفاهيم البيئية بشأن المحافظة على صلاحية البيئة التي يعيش فيها الأفراد وباقي الكائنات الحية وصحة البيئة هو العلم الذي يبحث من الناحية الصحية ومدى صلاحيته المعيشة الفرد والكائنات الحي.

خامساً: الصحة العقلية والنفسية تهدف إلى تحقيق الكفاءة النفسية والعقلية لدى الأفراد بغية التحكم في انفعالاتهم الداخلية والتقليل من المؤثرات الخارجية على وجداته وحمائته من الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية. (متصور ، 2007، ص 359)

سادساً: تبع الكحوليات والعقاقير ويتعلق هذا بإبراز الأضرار الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية نتيجة تعاطي التبغ والكحوليات وسوء استخدام العقاقير وتمكن أهمية هذا المجال في الأخطاء التي يسببها التدخين وانتشار هذه الظاهرة على مستوى العالم وتشير الاحصائيات إلى أن هناك تزايد في أعداد المدخنين سواء في الدول المتقدمة أو العالم الثالث، كما يلاحظ أن هناك زيادة أكثر عند المراهقين والفتيان في مقتبل العمر أو دون العشرين سواء كان هؤلاء في الدول المتقدمة أو النامية المرجع السابق، (ص 396)

سابعاً: الأمراض والوقاية منها: تهدف إلى الوعي بالأمراض وكيفية انتقالها ومنع انتشارها والتعرف على الأمراض المعدية والأمراض غير المعدية، كان العلماء يظنون أن الميكروبات وحدها المسؤولة عن حدوث المرض غير أنه تم التعرف على العوامل الأخرى المسببة أو المساعدة على المرض، وقد تعددت مسببات المرض منها:

- المسببات الحيوية مثل الفيروسات البكتيريا المتغليات.
- المسببات الغذائية التي تؤدي قلبتها أو زيادتها إلى أمراض مثل زيادة الدهون التي تؤدي إلى السمنة وتصلب الشرايين، نقص الماء يسبب الجفاف في حالات النزلات المعدية أو الكوليرا.
- المسببات البيوكيميائية والوظيفية التغيرات التركيبية للأنسجة أو الوظيفة، الاختلالات الهرمونية التي تؤدي إلى ظهور اختلالات مرضية.
- المسببات الطبيعية والميكانيكية تشمل العوامل الطبيعية الحرارة، الضوء، الرطوبة،

الاشعاعات) والميكانيكية (الحرائق والفيضانات)، (الاحمدي، 2004 م (47).

المسببات النفسية والاجتماعي مثل الضغط العاطفي الإحساس بالمسؤولية الإدمان عدم الأمان في أماكن العمل.

المسببات الكيميائية تكون خارجية من البيئة مثل التسمم بالرصاص في مصانع البطاريات أو داخلية مثل التسمم البولي في حالات مرضى الكلى أو التسمم الكبدي.

ثامنا: صحة المستهلك: يهدف إلى المحافظة على صحة المستهلك وحمايته سواء كان عن طريق الالتزام بالحقائق في الإعلانات على الأطعمة أو تقييم الدعاية والتأمين الصحي وتصويب المعتقدات غير الصحية وكذلك البدع والخرافات (القماس، 2000، 182)

تاسعا: التربية الجنسية: تهدف إلى توعية الأفراد بالتكوين التشريحي والوظيفي للجهاز التناسلي في الإنسان والزواج والأمومة والأبوة ومراحل تكوين الجنين والمشكلات الجنسية الصحية، وعند استخدام لفظ الجنس فإننا لا تكون قاصرين المفهوم على ذلك بل يتسحب المعنى إلى نطاقات أخرى لا تتصل بالجوانب الجسمية المباشرة وذلك كالعواطف والأفكار والبواعث التي قد لا تبين الجنس أو الدافع الجنسي، (أبو ليلي 2016، ص 116)

7- مؤشرات الوعي الصحي

يمكن قياسه من خلال خمسة مؤشرات هي:

- مؤشر الوعي الصحي الوقائي ويمكن قياسه من خلال السلوكيات التي يتبناها الفرد من اجل المحافظة على صحته وتجنب المريض.
- مؤشر الوعي الصحي الشخصي: ويمكن قياسه من خلال ما يمارسه الأفراد من سلوكيات وعادات تعمل على المحافظة على صحة أجسامهم، (بورزق، 2018، ص 85)
- مؤشر الوعي الصحي الغذائي: وهو مؤشر خاص بقياس سلوكيات التي تتعلق بالغذاء والعادات الغذائية للأفراد.

- مؤشر الوعي الصحي الرياضي يهتم بقياس مدى وعي وإدراك المواطنين بأهمية الرياضة، ومدى ممارستها
- مؤشر الوعي الصحي البيئي يدل هذا المؤشر على مدى إدراك وفهم المواطنين للبيئة المحيطة وكيفية الحفاظ عليها، (رحيم، 2017، ص 336)

خلاصة الفصل:

اذن الوعي الصحي هو إدراك والعام بالمعارف والمهارات والاتجاهات العلمية المناسبة اللازمة لممارسة السلوكيات للحفاظ على صحة الانسان، وكذلك تجنب السلوكيات الخطأ التي تصر بصحة الانسان، وذلك في ضوء ما يحصلون من معلومات وتستهدف تنمية الوعي الصحي لدى المتعلمين الاستفادة من جوانب التعلم لديهم من معلومات ومهارات واتجاهات صحية وترجمتها إلى سلوكيات صحية سليمة للحفاظ على سلامتهم وسلامة المجتمع ووقايتهم من الأخطار المختلفة التي قد يتعرضون لها.

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاتها الميدانية

تمهيد:

إن طبيعة المشكل التي يطرحها بحثنا تستوجب علينا الاجابة على الأسئلة المطروحة ويتم ذلك من خلال التأكد من صحة أو خطأ الفرضيات التي قدمناها في بداية الدراسة، الأمر الذي دفعنا الى القيام بدراسة استطلاعية قبل الشروع في الدراسة الميدانية. وللقيام بالبحث الميداني يتوجب على الباحث تحديد متغيرات البحث بدقة متناهية والعمل على ضبط الموضوع من خلال تحديد أدوات البحث وتحضيرها وفقا لشروط استخدامها بما يتماشى ومواصفات مجتمع وعينة البحث.

1- الدراسة الاستطلاعية:

ويمكن تسميتها بالدراسة التمهيديّة، حيث تعتبر أول خطوة من بين خطوات البحث، فهي أساسية لأنها تساعد على اكتشاف كل ما له علاقة بجوانب موضوع البحث وهذا ما يسهل فهم مشكلة البحث. من خلال هذه الدراسة الاستطلاعية حاولنا الالمام بجوانب الموضوع، فبعد الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي لها صلة بالموضوع، وبعد الرجوع إلى المختصين والخبراء الذين لهم علاقة بموضوع بحثنا، أو المهتمين به للتعرف على آراءهم والاستفادة منها، قمنا بملاحظة الظاهرة قيد الدراسة ميدانيا حيث تنقلنا الى بعض الابتدائيات للتعرف على واقع ودور حصة التربية البدنية والرياضية في نشر الوعي الصحي التلاميذ وخاصة المقبلين على شهادة التعليم الابتدائي، والتحدث مع أساتذة التربية البدنية والرياضية والتقرب من عينة الدراسات، ساعدتنا الدراسة الاستطلاعية على احصاء التلاميذ الممكن اخضاعهم للدراسة وبالتالي استجوابهم.

2- منهج البحث:

المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث لتحقيق الهدف المطلوب أو هو عبارة عن الخيط غير المرئي الذي يشد بحثه من بدايته إلى نهايته قصد الوصول إلى نتائج معينة، واستخدم الباحثون في هذا البحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الإشكال المطروح حيث يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على

الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة. (إخلاص محمد، مصطفى باهي 2000، ص83). واعتمدنا على المنهج الوصفي في دراستنا لملاءمته طبيعة الموضوع.

3- مجتمع وعينة البحث:

3-1- مجتمع البحث:

مجتمع البحث في العلوم الانسانية هو: "مجموعة العناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى، والتي يجري عليها البحث". (موريس أنجريس، 2004، ص22). ان المجتمع يعتبر شمول كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، ومجتمع بحثنا هذا يتمثل في تلاميذ شهادة التعليم المتوسط على مستوى متوسطات ولاية بوسعادة، الذي قدر عددهم ب (60) تلميذا.

3-2- عينة البحث:

العينة في معناها هي مجتمع الدراسة الذي يجمع منه البيانات الميدانية وهي جزء من الكل، وتعني بذلك عدد الأفراد المستخرج من المجتمع المراد دراسته والبالغ عددهم (40) أستاذ التربية البدنية والرياضية.

3-2-2- خصائص ومواصفات عينة البحث:

تحتوي عينة البحث على (40) أستاذ التربية البدنية والرياضية الذين يدرسون في ولاية بوسعادة.

4- مجالات البحث:

4-1- المجال الزمني للدراسة:

بدأت دراستنا من ديسمبر 2023 حيث قمنا بجمع للمادة العلمية من مختلف المكتبات بالاستناد على المراجع ذات الصلة بموضوع بحثنا وكذا الدراسات السابقة والمشابهة لدراستنا. قمنا بالدراسة الإستطلاعية في يوم 06-01-2024 وكان الهدف منها هو التعرف على المجتمع الأصلي للدراسة واختيار العينة، حيث تم التنقل إلى بعض الابتدائيات ولاية بوسعادة، من أجل توضيح الغرض من الدراسة الاستطلاعية والنتائج المتوقعة في الدراسة وتحديد قنوات الاتصال مع الاساتذة.

أما الجانب التطبيقي فكان في الفترة الممتدة من 2024/01/12 إلى غاية 2024/02/30، تم خلالها توزيع واسترجاع الاستمارات.

4-2- المجال المكاني:

تم التوجه إلى بعض العبارات تم استرجاع الاستمارات الاستبائية من عند المستجوبين، وبالتالي أجريت الدراسة الميدانية المتوسطة لولاية مستغانم، وبعد التعرف على مجتمع الدراسة قمنا بتحديد العينة، وبعدها قمنا بالتوجه نحو عدة ابتدائيات في ولاية بوسعادة، وقمنا بتوزيع استمارة الاستبيان، وبعد الاجابة على ابتدائيات بولاية بوسعادة.

4-3- المجال البشري:

أجريت الدراسة على عينة قدرت ب (40) أستاذ التربية البدنية والرياضية أختيروا بطريقة عشوائية من مجتمع الأصلي للدراسة.

5- متغيرات البحث:

انصب التركيز في بحثنا على المتغير المستقل وهو الذي يؤدي في قيمته إلى التأثير في قيم متغيرات أخرى لها علاقة به، والمتغير المستقل في هذه الدراسة هو "تربية البدنية والرياضية"، والمتغير التابع هو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى، ومعنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع، وفي هذه الدراسة فهو "الوعي الصحي".

6- أدوات البحث:

يتم تحديد أدوات الدراسة وفقا للموضوع المعالج، حيث "تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بموضوع البحث من أهم الخطوات وتعتبر المحور الأساسي والضروري في الدراسة" (بوداود، 2009، ص75). ومنه فقد استخدمنا أدوات ووسائل ومن أهم هذه الوسائل:

أ-كيفية تصميم الاستبيان

6-1- المصادر و المراجع :

ساعدتنا على الإلمام النظري حول موضوع البحث.

6-2- الملاحظة :

تمت ميدانيا في ظروف طبيعية حيث قمنا بملاحظة الظاهرة.
تم استخدام استبيان مقسم على عدة محاور.

6-3-1- إجراءات التطبيق الميداني للمقياس:

كما قمنا بتسليمه للتلاميذ من أجل الاطلاع عليه جيدا والإجابة عليه بعد التأكد من عدم وجود صعوبة لديهم في استيعاب وفهم مضمون الأسئلة الموجهة لهم.
ومما اتضح أيضا أن الإجابة على الأسئلة كانت تستغرق في العموم والمتوسط (من 05د إلى 10د).

7- الخصائص السيكومترية لاستبيان الدراسة:

الثبات:

من أجل حساب معامل الثبات، قمنا بتوزيع استمارات الاستبيان على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ قوامها 10 أساتذة والتي تم استبعادها من عينة الدراسة الأساسية ثم تم توزيعه مرة أخرى بعد مرور خمسة عشر يوما ومن خلال هذا تم معرفة درجة ثبات الأداة.

الصدق الظاهري:

بالنسبة للصدق فقد تم توزيع استمارة الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المختصين والبالغ عددهم 05 أساتذة حيث كانت هناك عدة ملاحظات بالنسبة لصياغة العبارات حيث قمنا بالأخذ بملاحظات الأساتذة المحكمين وبعد تعديلها تمكنا من أخذ الموافقة النهائية من أجل عملية طبع الاستبيان في صورته النهائية حيث اتبعنا خطوات بناء الاستبيان المنشود من حيث:

- أولا: مدى مناسبة المحاور المقترحة للاستبيان.
- ثانيا: مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.
- ثالثا: مدى مناسبة العبارات لكل محور.
- رابعا: مدى ارتباط العبارات وانتمائها للمحاور.
- خامسا : حذف أو تعديل العبارات التي لا تسهم في إثراء الاستبيان.

الصدق الذاتي:

لمعرفة الصدق الذاتي للاستبيان المستخدم في دراستنا قمنا بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، والجدول رقم (01) يبين الخصائص السيكومترية للاستبيان المطبق على عينة التجربة الاستطلاعية:

جدول رقم (01) يبين نتائج الخصائص السيكومترية لاستبيان الدراسة

الصدق والثبات محاور الاستبيان	الثبات	الصدق الذاتي
المحور الأول	0.82	0.91
المحور الثاني	0.86	0.93
المحور الثالث	0.85	0.92
الاستبيان ككل	0.84	0.92

من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن قيمة معامل الثبات لمحاور الاستبيان والاستبيان ككل تتدرج ضمن المجال [0.82، 0.86]، فيما تراوحت قيمة الصدق الذاتي بين 0.91 و0.93 وهذا ما يعني أن استبيان دراستنا يتمتع بمعامل صدق وثبات عاليين.

8- الأساليب الإحصائية:

تمثلت الوسائل الإحصائية المستخدمة في:

أ. اختبار كا تربيع:

يعبر عنه بالمعادلة التالية:

$$كا^2 = \text{مجموع} [(\text{التكرارات المشاهدة} - \text{التكرارات المتوقعة})^2 / \text{التكرارات المتوقعة}]$$

أ. معامل الارتباط البسيط لبيرسون :

يستخدم لإيجاد قوة العلاقة بين متغيرين (س، ص) ويرمز له ب (r) ويحتسب وفق القانون

التالي:

$$R = \frac{(x-\bar{x})(y-\bar{y})}{\sqrt{\sum(x-\bar{x})^2 - \sum(y-\bar{y})^2}}$$

R : معامل الارتباط البسيط لبيرسون. \bar{X} : المتوسط الحسابي للمجموعة 01. X : قيم المجموعة 01.

y : قيم المجموعة 02. \bar{y} : المتوسط الحسابي للمجموعة 02.

خلاصة:

نستخلص من هذا الفصل بأن الإجراءات الميدانية مهمة جدا في أي بحث علمي وأنه بواسطة الدراسة الإستطلاعية يمكن التأكد من صلاحية الأداة المستخدمة وصعوبات الدراسة الميدانية، وكذلك بالنسبة للمنهج المتبع في الدراسة الذي بدوره يقودنا إلى إختيار مجتمع وعينة الدراسة وبه تتحدد طبيعة أدوات جمع البيانات والمعلومات ومنه القيام بالإجراءات التطبيقية الميدانية للأداة وبداية تجسيد الأساليب الإحصائية وتطبيق القوانين الخاصة بذلك، ومنه المرور إلى الفصل الخاص بعرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.

الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

إن عملية عرض النتائج وتحليلها له أهمية بالغة في الدراسة الميدانية، حيث يتم التعرف على مدى تحقيق الفرضيات أو عدم تحقيقها، وسنحاول في هذا الفصل من خلال عرض النتائج ومناقشتها على ضوء الفرضيات، وما أتيح لنا من تراث نظري ودراسات سابقة، التوصل إلى إثبات الفرضيات أو نفيها.

1- عرض وتحليل النتائج

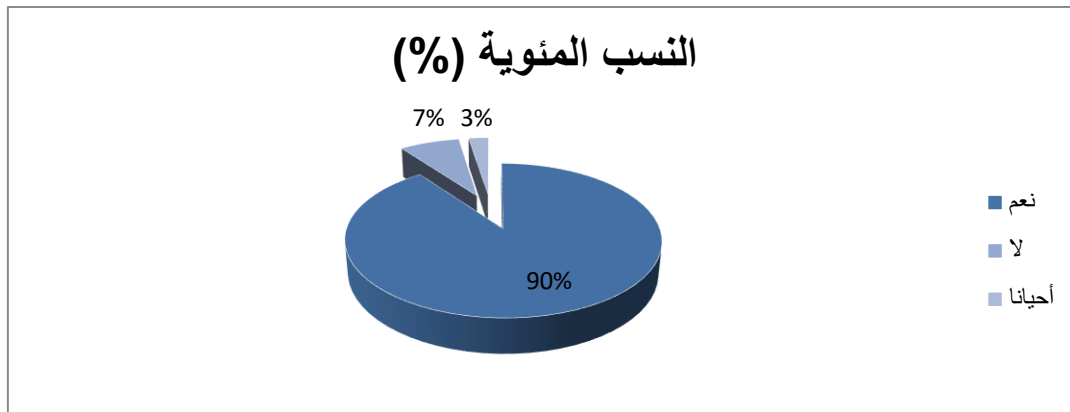
المحور الأول: دور حصة التربية الدنية والرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي في مجال التغذية.

السؤال الأول: هل تتبه التلاميذ على شرب الماء بكمية كبيرة خاصة في الحر؟

جدول رقم 02 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الأول من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	57.95	90	36	نعم
					07	03	لا
					03	01	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 90% ينبهون التلاميذ على شرب الماء بكميات كبيرة خاصة في الحر، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 3% يقومون بذلك في بعض الأحيان، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 57.95 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينبهون التلاميذ على شرب الماء بكميات كبيرة خاصة في الحر.



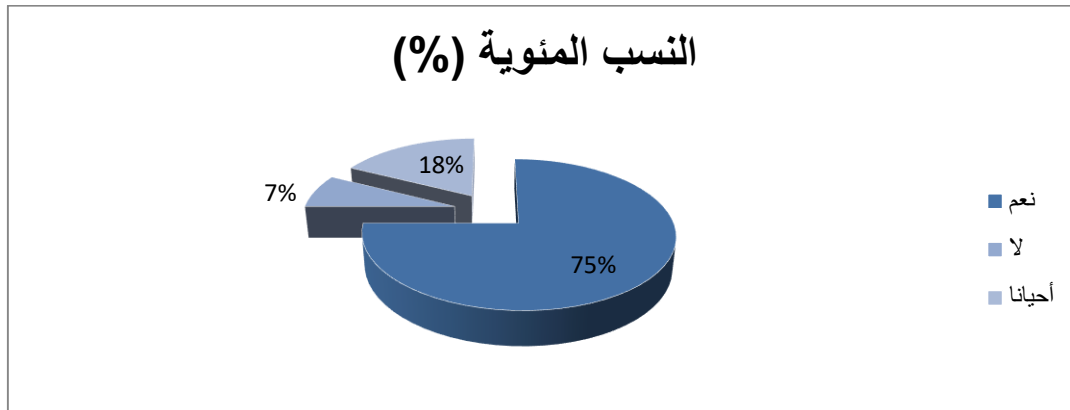
شكل رقم 01 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 01 من المحور الأول

السؤال الثاني: هل تحت التلاميذ على تناول الخضر والفواكه؟

جدول رقم 03 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	31.85	75	30	نعم
					07	03	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 75% يحثون التلاميذ على تناول الخضر والفواكه، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 31.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تناول الخضر والفواكه.



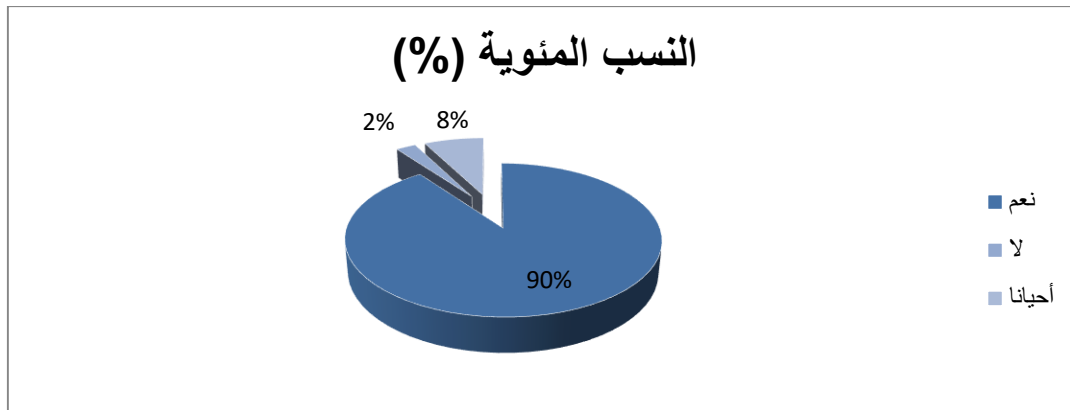
شكل رقم 02 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 02 من المحور الأول

السؤال الثالث: أوصي التلاميذ بعدم شرب الماء البارد مباشرة بعد التمرين.

جدول رقم 04 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	57.95	90	36	نعم
					02	01	لا
					08	03	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 90% يوصون التلاميذ بعدم شرب الماء البارد مباشرة بعد التمرين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 02% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 57.95 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يوصون التلاميذ بعدم شرب الماء البارد مباشرة بعد التمرين.



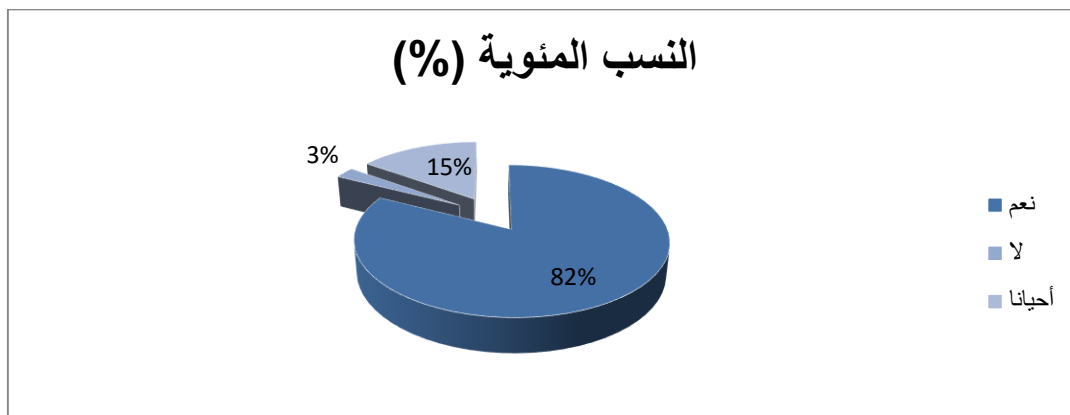
شكل رقم 03 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 03 من المحور الأول

السؤال الرابع: أحث التلاميذ على تناول وجبات صحية بعد الحصة.

جدول رقم 05 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الرابع من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	44.45	82	33	نعم
					03	01	لا
					15	06	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم ... نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يحثون التلاميذ على تناول وجبات صحية بعد الحصة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 03% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 44.45 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تناول وجبات صحية بعد الحصة.



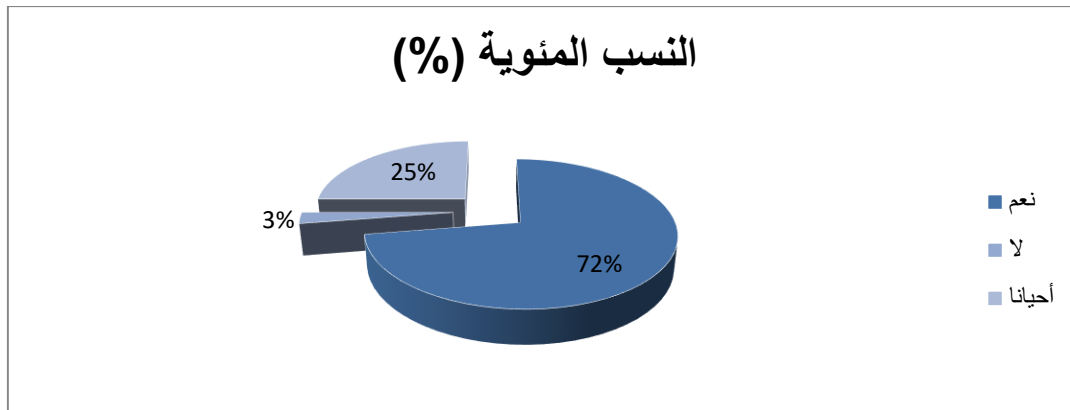
شكل رقم 04 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 04 من المحور الأول

السؤال الخامس: أنصح التلاميذ بعدم تناول المشروبات والأطعمة المعرضة لأشعة الشمس.

جدول رقم 06 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الخامس من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	30.65	72	29	نعم
					03	01	لا
					25	10	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم ... نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 72% ينصحون التلاميذ بعدم تناول المشروبات والأطعمة المعرضة لأشعة الشمس، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 3% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 30.65 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينصحون التلاميذ بعدم تناول المشروبات والأطعمة المعرضة لأشعة الشمس.



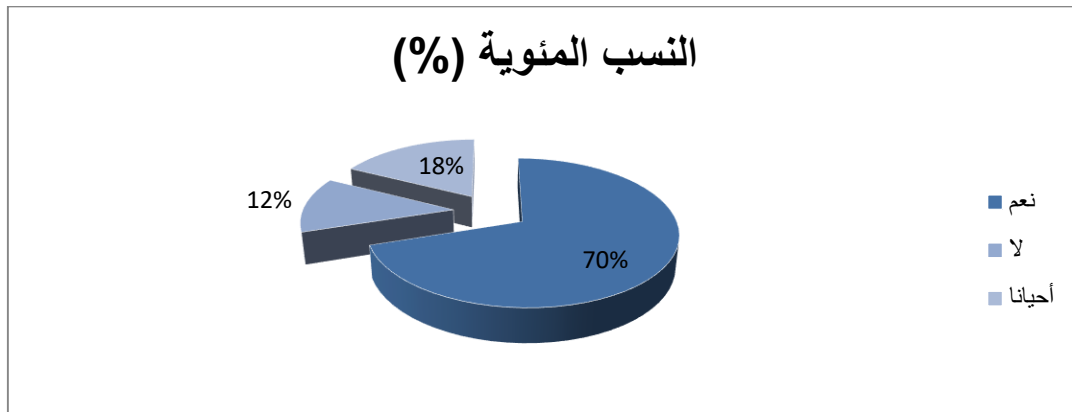
شكل رقم 05 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 05 من المحور الأول

السؤال السادس: هل تقوم بنصح التلاميذ بالاهتمام بالتغذية الجيدة؟

جدول رقم 07 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السادس من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	24.35	70	28	نعم
					12	05	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 70% ينصحون التلاميذ بالاهتمام بالتغذية الجيدة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 12% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 24.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينصحون التلاميذ بالاهتمام بالتغذية الجيدة.



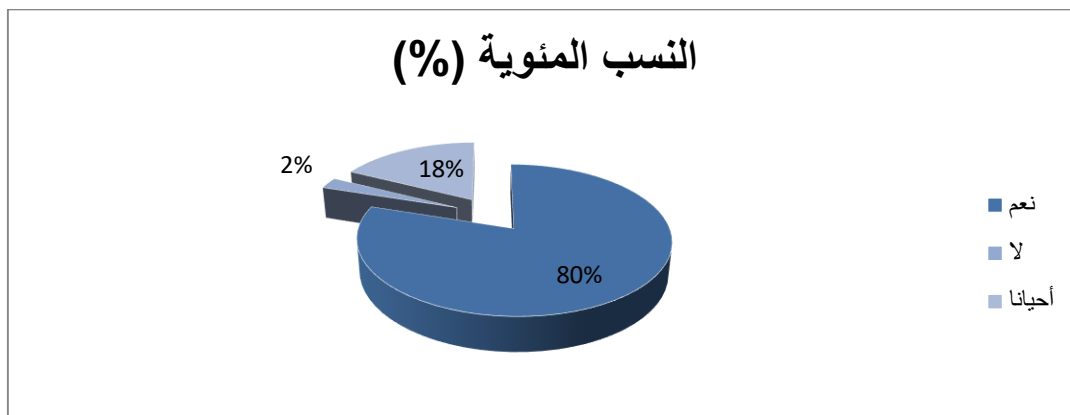
شكل رقم 05 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 06 من المحور الأول

السؤال السابع: أطلب من التلاميذ تجنب المشروبات الغازية.

جدول رقم 08 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السابع من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	40.55	80	32	نعم
					02	01	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 80% يطلبون من التلاميذ تجنب المشروبات الغازية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 02% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 40.55 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يطلبون من التلاميذ تجنب المشروبات الغازية.



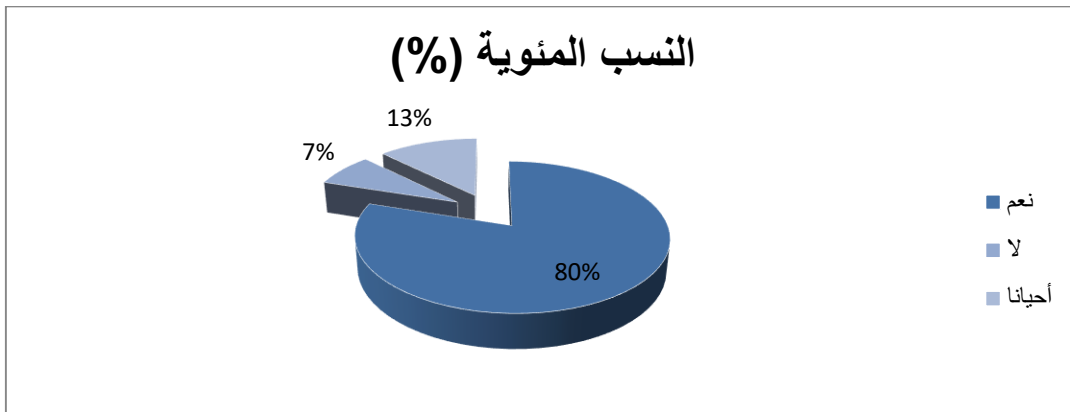
شكل رقم 06 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 07 من المحور الأول

السؤال الثامن: هل تعمل على مراعاة الحالة الصحية للتلاميذ؟

جدول رقم 09 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثامن من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	39.35	80	32	نعم
					07	03	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 80% يراعون الحالة الصحية للتلاميذ، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 39.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يراعون الحالة الصحية للتلاميذ.



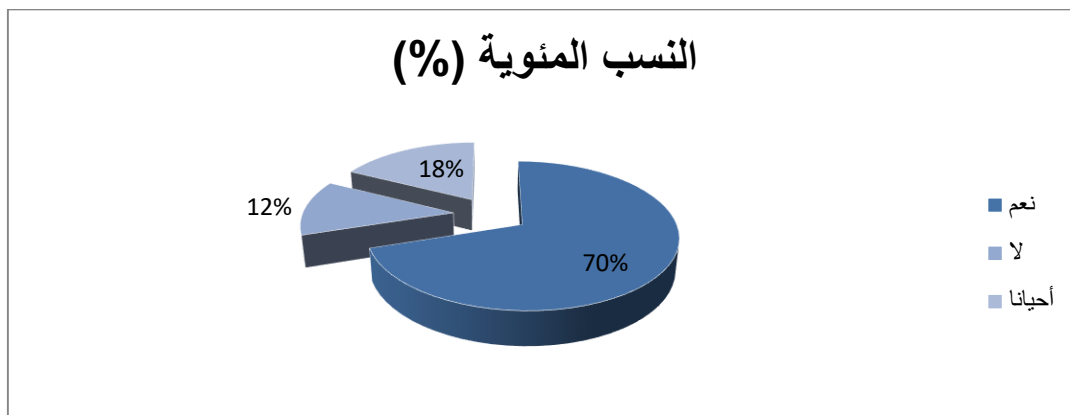
شكل رقم 07 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 08 من المحور الأول

السؤال التاسع: أنصح التلاميذ بتقادي تناول الكثير من الحلويات يوميا.

جدول رقم 10 يبين التحليل الإحصائي للسؤال التاسع من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	24.35	70	28	نعم
					12	05	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 70% ينصحون التلاميذ بتقادي تناول الكثير من الحلويات يوميا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 12% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 24.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينصحون التلاميذ بتقادي تناول الكثير من الحلويات يوميا.



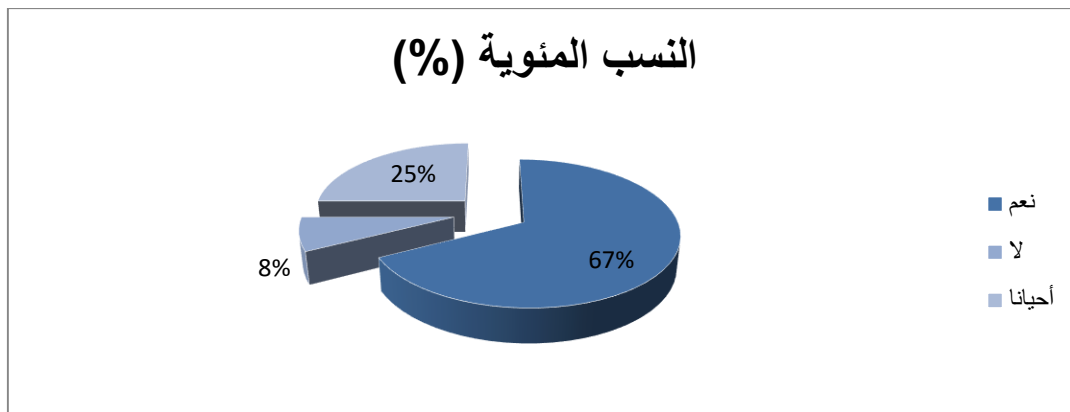
شكل رقم 08 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 09 من المحور الأول

السؤال العاشر: أحث على تجنب شرب الشاي والقهوة بكميات كبيرة.

جدول رقم 11 يبين التحليل الإحصائي للسؤال العاشر من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	22.85	67	27	نعم
					08	03	لا
					25	10	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 67% يحثون التلاميذ على تجنب شرب الشاي والقهوة بكميات كبيرة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 8% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 22.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تجنب شرب الشاي والقهوة بكميات كبيرة.



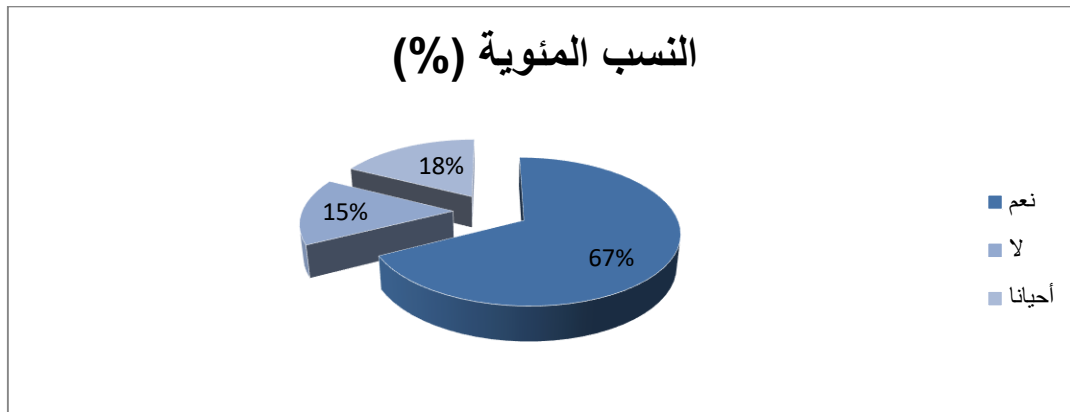
شكل رقم 09 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 10 من المحور الأول

السؤال الحادي عشر: أنبه التلاميذ على قراءة تاريخ صلاحية المنتجات.

جدول رقم 12 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الحادي عشر من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	21.05	67	27	نعم
					15	06	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 12 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 67% ينبهون التلاميذ على قراءة تاريخ صلاحية المنتجات، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 15% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 21.05 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينبهون التلاميذ على قراءة تاريخ صلاحية المنتجات.



شكل رقم 10 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 11 من المحور الأول

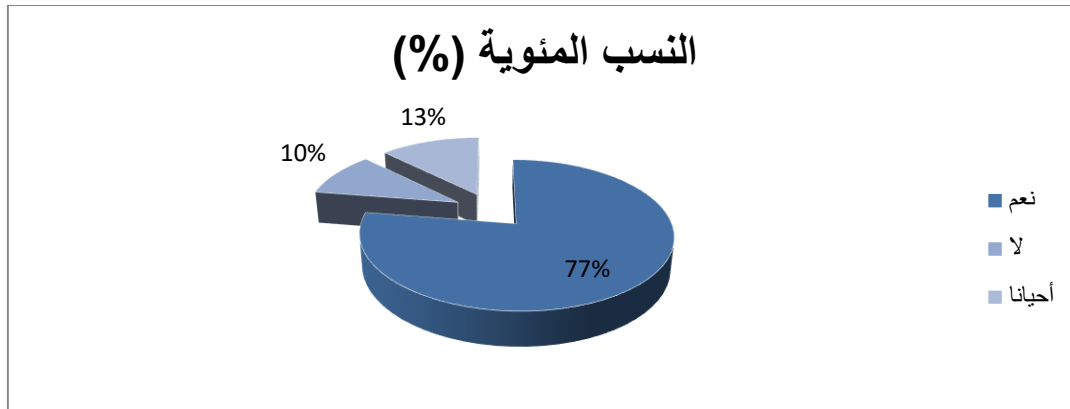
المحور الثاني: دور حصة التربية الدنية و الرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي في مجال الصحة الشخصية.

السؤال الأول: أشجع التلاميذ على مزاوله الرياضة التي لها فوائد صحية داخل وخارج المدرسة.

جدول رقم 13 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الأول من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	35.15	77	31	نعم
					10	04	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 13 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 77% يشجعون التلاميذ على مزاوله الرياضة التي لها فوائد صحية داخل وخارج المدرسة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 35.15 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يشجعون التلاميذ على مزاوله الرياضة التي لها فوائد صحية داخل وخارج المدرسة.



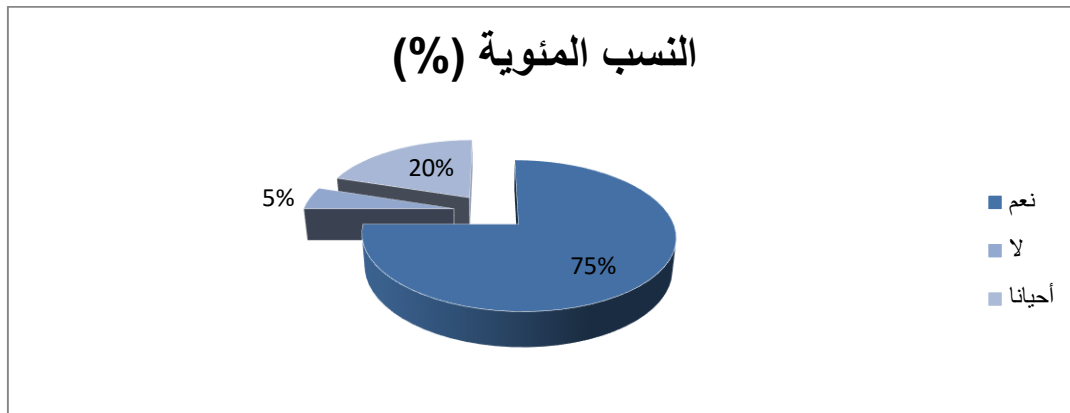
شكل رقم 11 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 01 من المحور الثاني

السؤال الثاني: ممارسة النشاط الرياضي يخفض من الوزن الزائد.

جدول رقم 14 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	32.60	75	30	نعم
					05	02	لا
					20	08	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 14 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 75% يرون أن ممارسة النشاط الرياضي يخفض من الوزن الزائد، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 05% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 32.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن ممارسة النشاط الرياضي يخفض من الوزن الزائد.



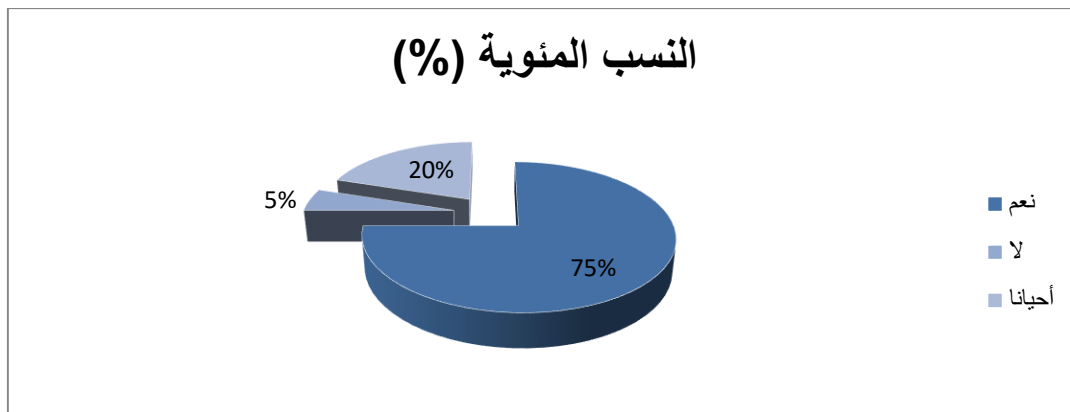
شكل رقم 12 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 02 من المحور الثاني

السؤال الثالث: هل تتوفر في المدرسة طرق الوقاية والسلامة؟

جدول رقم 15 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	32.60	75	30	نعم
					05	02	لا
					20	08	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 15 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 75% يرون أن المدرسة تتوفر على عوامل الوقاية والسلامة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 05% لا يرون أنها تتوفر على ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 32.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن المدرسة تتوفر على عوامل الوقاية والسلامة.



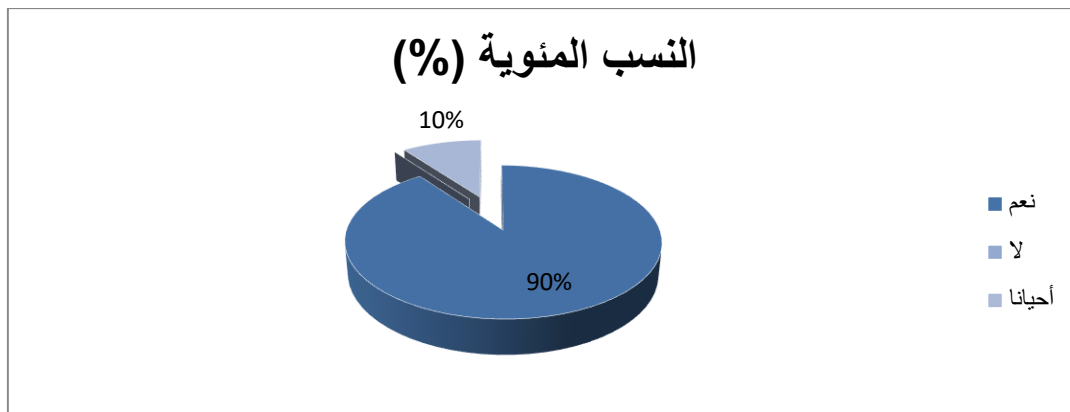
شكل رقم 13 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 03 من المحور الثاني

السؤال الرابع: هل تحت التلاميذ على عملية التنفس الجيد أثناء الحصة؟

جدول رقم 16 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الرابع من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	58.40	90	36	نعم
					00	00	لا
					10	04	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 16 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 90% يحثون التلاميذ على عملية التنفس الجيد أثناء الحصة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% يقومون بذلك في بعض الأحيان، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 58.40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على عملية التنفس الجيد أثناء الحصة.



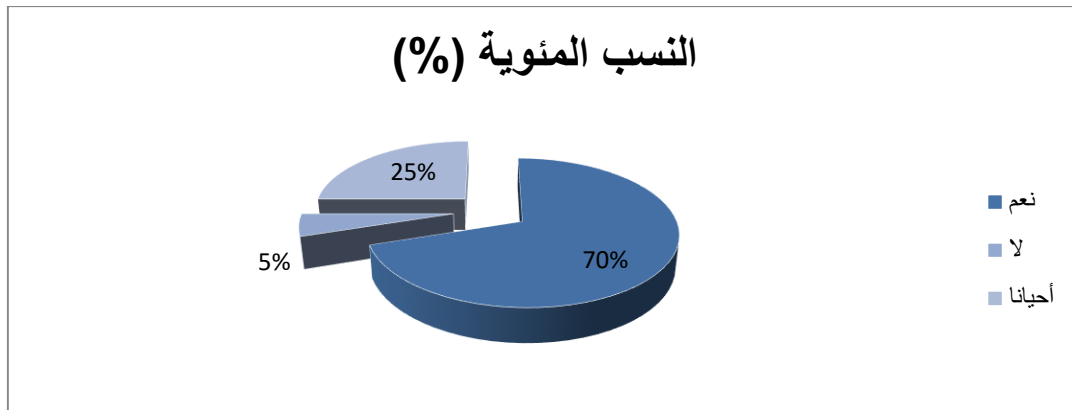
شكل رقم 14 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 04 من المحور الثاني

السؤال الخامس: أنصح التلاميذ بالاهتمام بنظافة الجسم خاصة بعد حصة التربية البدنية والرياضية؟

جدول رقم 17 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الخامس من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	26.60	70	28	نعم
					05	02	لا
					25	10	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 70% ينصحون التلاميذ بالاهتمام بنظافة الجسم خاصة بعد حصة التربية البدنية والرياضية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 05% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 26.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينصحون التلاميذ بالاهتمام بنظافة الجسم خاصة بعد حصة التربية البدنية والرياضية.



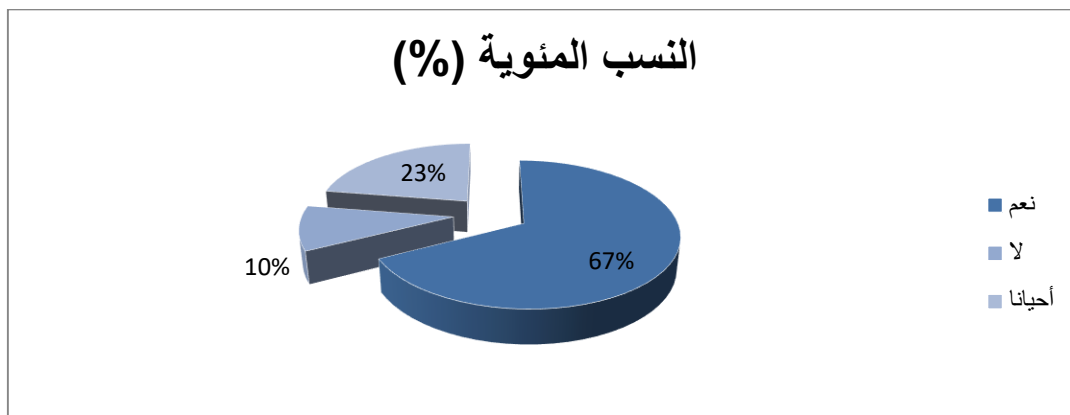
شكل رقم 15 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 05 من المحور الثاني

السؤال السادس: أهتم بالراحة والنوم لمدة كافية.

جدول رقم 18 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السادس من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	21.95	67	27	نعم
					10	04	لا
					23	09	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 18 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 67% يهتمون بالراحة والنوم لمدة كافية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يهتمون لذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 21.95 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يهتمون بالراحة والنوم لمدة كافية.



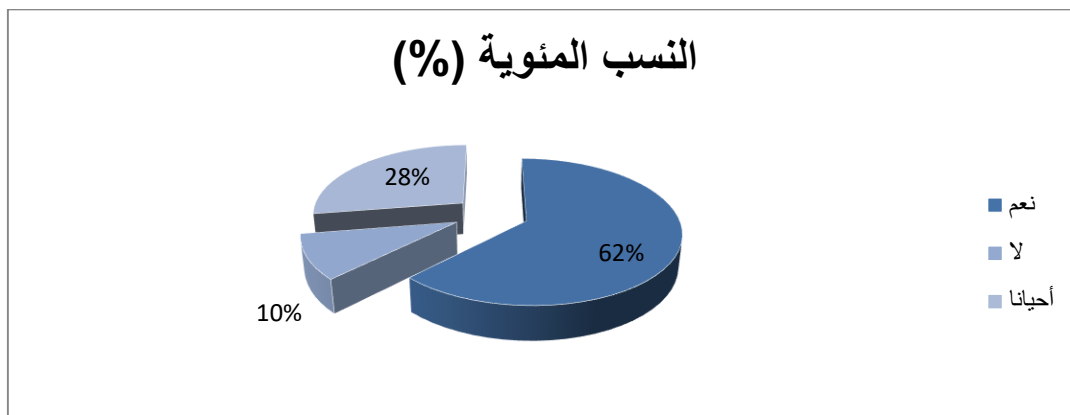
شكل رقم 16 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 06 من المحور الثاني

السؤال السابع: أحث التلاميذ على قياس طول ووزن الجسم.

جدول رقم 19 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السابع من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	17.15	62	25	نعم
					10	04	لا
					28	11	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 19 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 62% يحثون التلاميذ على قياس طول ووزن الجسم، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 17.15 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على قياس طول ووزن الجسم.



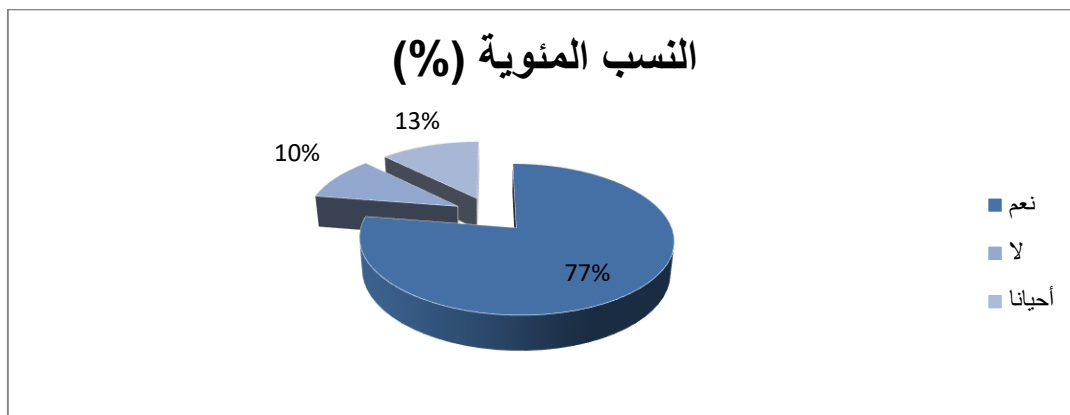
شكل رقم 17 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 07 من المحور الثاني

السؤال الثامن: أذكر للتلاميذ مخاطر التعرض للشمس لمدة طويلة.

جدول رقم 20 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثامن من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	35.15	77	31	نعم
					10	04	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 20 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 77% يذكرون التلاميذ بمخاطر التعرض للشمس لمدة طويلة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 35.15 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يذكرون التلاميذ بمخاطر التعرض للشمس لمدة طويلة.



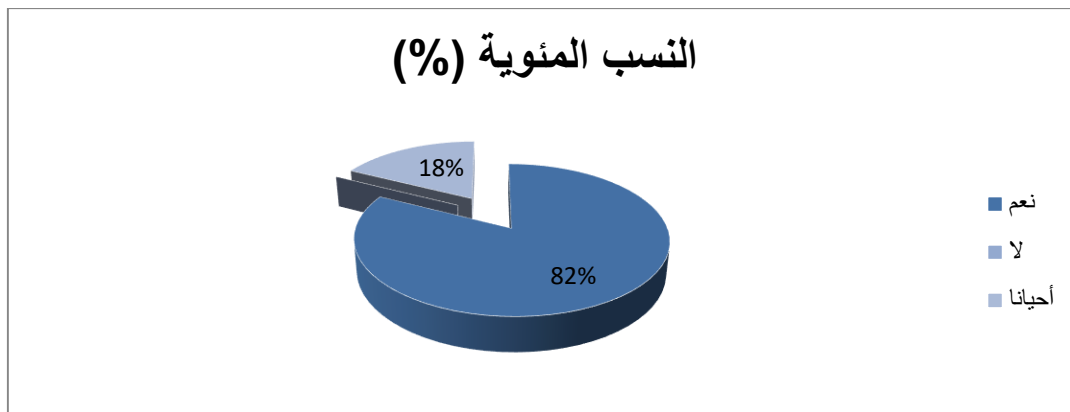
شكل رقم 18 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 08 من المحور الثاني

السؤال التاسع: أحث التلاميذ على تقليم الأظافر كلما احتاج الأمر إلى ذلك.

جدول رقم 21 يبين التحليل الإحصائي للسؤال التاسع من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	45.35	82	33	نعم
					00	00	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 21 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يحثون التلاميذ على تقليم الأظافر كلما احتاج الأمر إلى ذلك، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 18% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 45.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تقليم الأظافر كلما احتاج الأمر إلى ذلك.



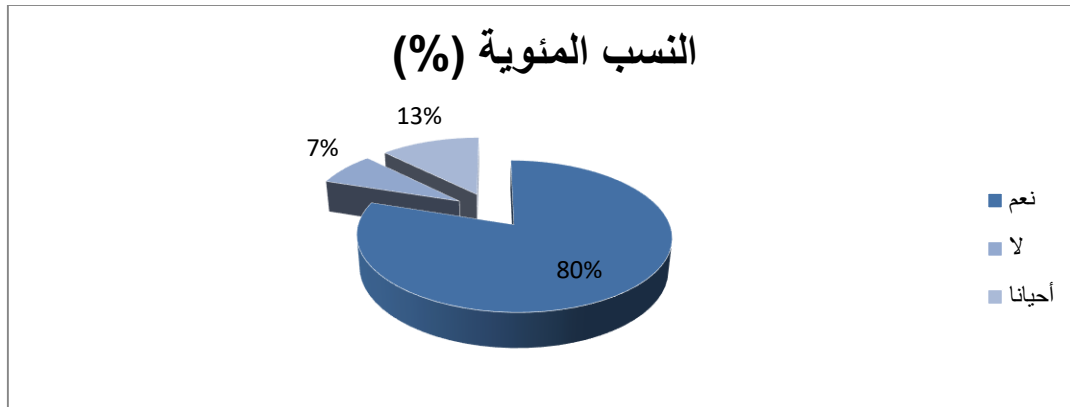
شكل رقم 19 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 09 من المحور الثاني

السؤال العاشر: أحث التلاميذ على تجنب السهر لمدة طويلة.

جدول رقم 22 يبين التحليل الإحصائي للسؤال العاشر من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	39.35	80	32	نعم
					07	03	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 22 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 80% يحثون التلاميذ على تجنب السهر لمدة طويلة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 39.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تجنب السهر لمدة طويلة.



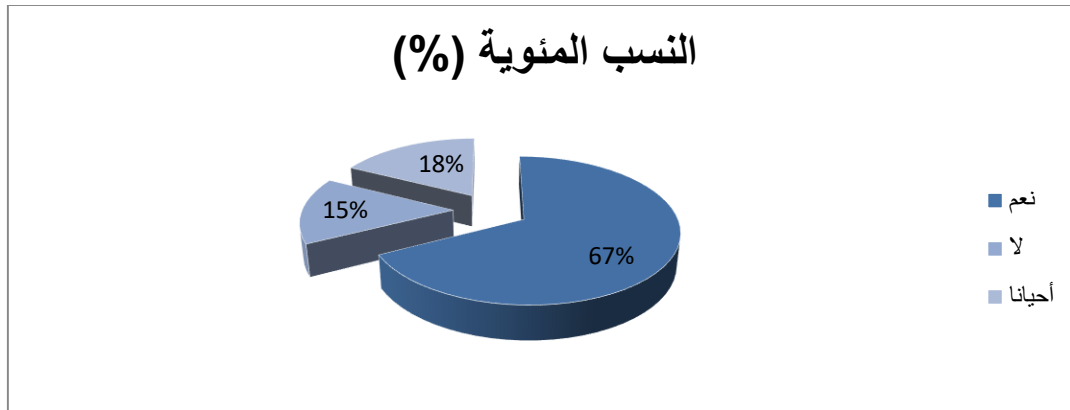
شكل رقم 20 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 10 من المحور الثاني

السؤال الحادي عشر: أحت على تنظيف وفحص الأسنان بانتظام.

جدول رقم 23 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الحادي عشر من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	21.05	67	27	نعم
					15	06	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 23 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 67% يحثون على تنظيف وفحص الأسنان بانتظام، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 15% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 21.05 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون على تنظيف وفحص الأسنان بانتظام.



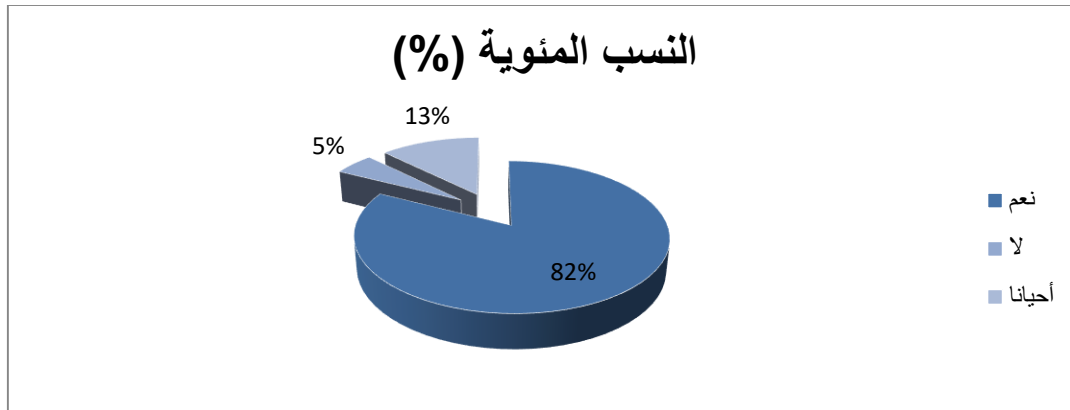
شكل رقم 20 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 11 من المحور الثاني

السؤال الثاني عشر: أذكر للتلاميذ مخاطر حمل المحفظة الثقيلة.

جدول رقم 24 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني عشر من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	43.85	82	33	نعم
					05	02	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 24 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يذكرون التلاميذ بمخاطر حمل المحفظة الثقيلة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 05% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 43.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يذكرون التلاميذ بمخاطر حمل المحفظة الثقيلة.



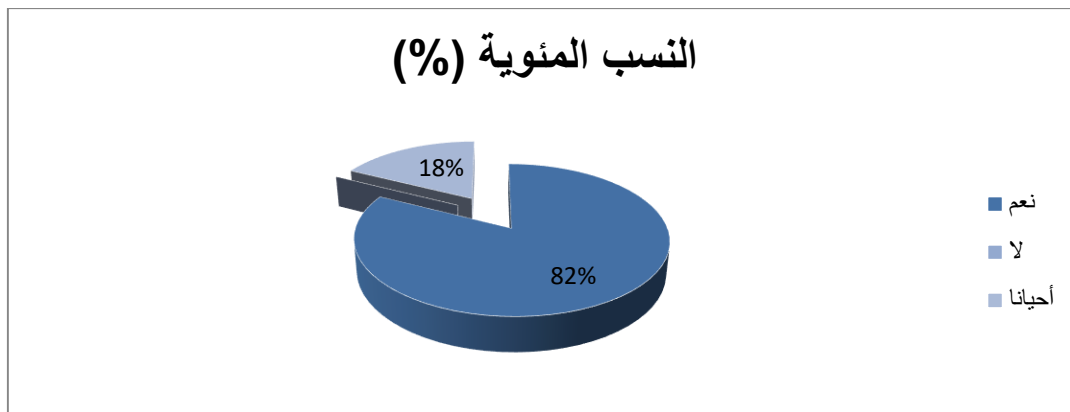
شكل رقم 21 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 12 من المحور الثاني

السؤال الثالث عشر: أوجه التلاميذ لاستغلال أوقات الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية.

جدول رقم 25 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث عشر من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	45.35	82	33	نعم
					00	00	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 25 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يوجهون التلاميذ لاستغلال أوقات الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 18% يقومون بذلك في بعض الأحيان، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 45.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يوجهون التلاميذ لاستغلال أوقات الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية.



شكل رقم 21 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 13 من المحور الثاني

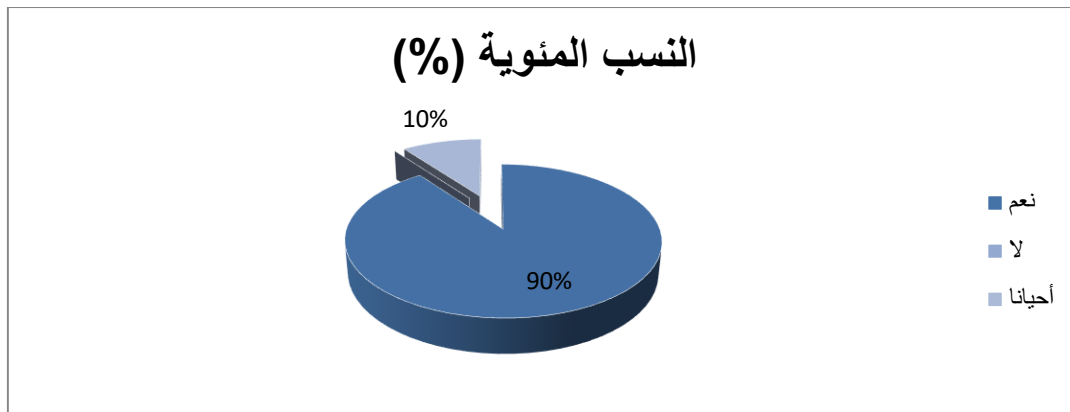
المحور الثالث: دور حصة التربية الدنية و الرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي في مجال الوقاية من الإصابات.

السؤال الأول: أعمل على تهيئة البيئة الصحية المناسبة قبل الحصة.

جدول رقم 26 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الأول من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	58.40	90	36	نعم
					00	00	لا
					10	04	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 26 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 90% يعملون على تهيئة البيئة الصحية المناسبة قبل الحصة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% يقومون بذلك في بعض الأحيان، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 58.40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية وبالباغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يعملون على تهيئة البيئة الصحية المناسبة قبل الحصة.



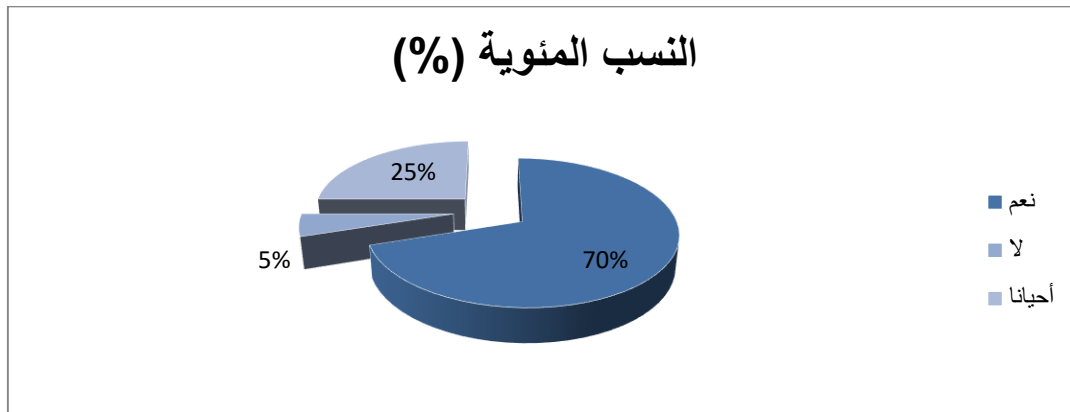
شكل رقم 22 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 01 من المحور الثالث

السؤال الثاني: أنبه التلاميذ بعدم ارتداء الملابس والأحذية الضيقة.

جدول رقم 27 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثاني من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	26.60	70	28	نعم
					05	02	لا
					25	10	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 27 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 70% ينبهون التلاميذ بعدم ارتداء الملابس والأحذية الضيقة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 5% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 26.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين ينبهون التلاميذ بعدم ارتداء الملابس والأحذية الضيقة.



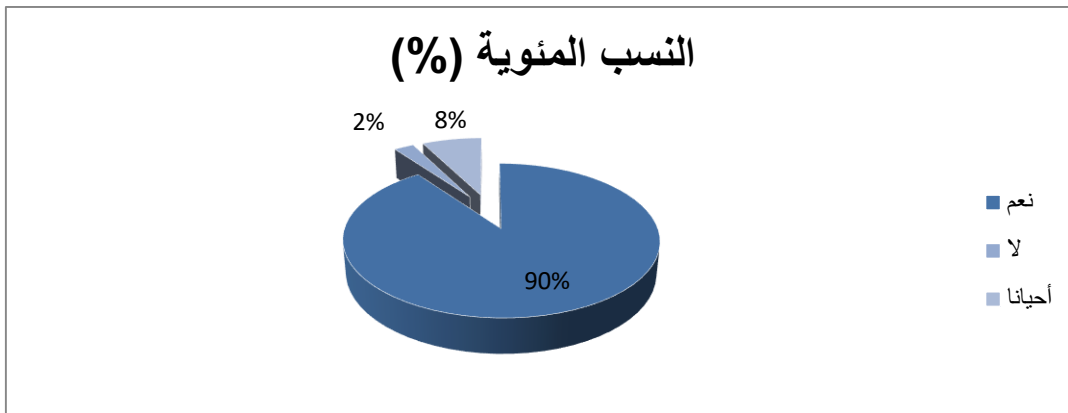
شكل رقم 23 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 02 من المحور الثالث

السؤال الثالث: أحث التلاميذ على التسخين لمدة كافية قبل البدء بممارسة النشاط الرياضي خاصة في الجو البارد.

جدول رقم 28 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثالث من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	57.95	90	36	نعم
					02	01	لا
					08	03	أحياناً
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 28 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 90% يحثون التلاميذ على التسخين لمدة كافية قبل البدء بممارسة النشاط الرياضي خاصة في الجو البارد، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 02% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 57.95 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على التسخين لمدة كافية قبل البدء بممارسة النشاط الرياضي خاصة في الجو البارد.



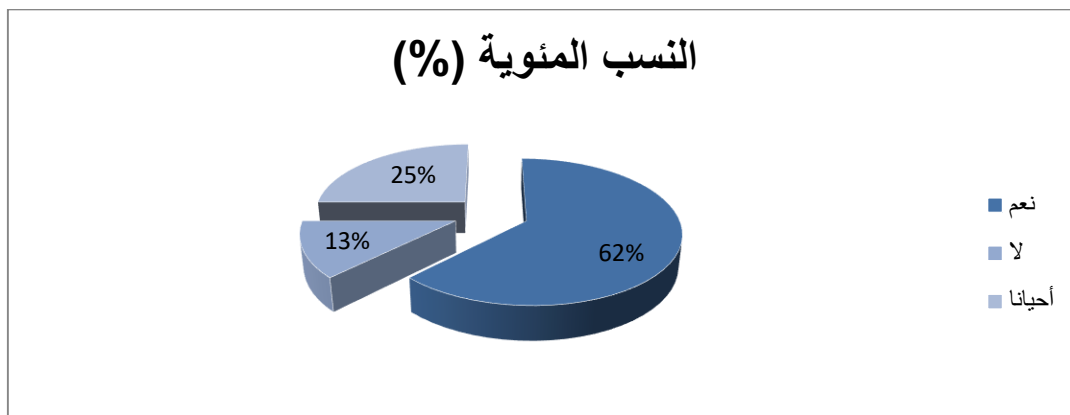
شكل رقم 24 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 03 من المحور الثالث

السؤال الرابع: الحث على ضرورة المشي يوميا لمدة 15 دقيقة.

جدول رقم 29 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الرابع من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	16.25	62	25	نعم
					13	05	لا
					25	10	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 29 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 62% يحثون على ضرورة المشي يوميا لمدة 15 دقيقة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 13% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 16.25 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون على ضرورة المشي يوميا لمدة 15 دقيقة.



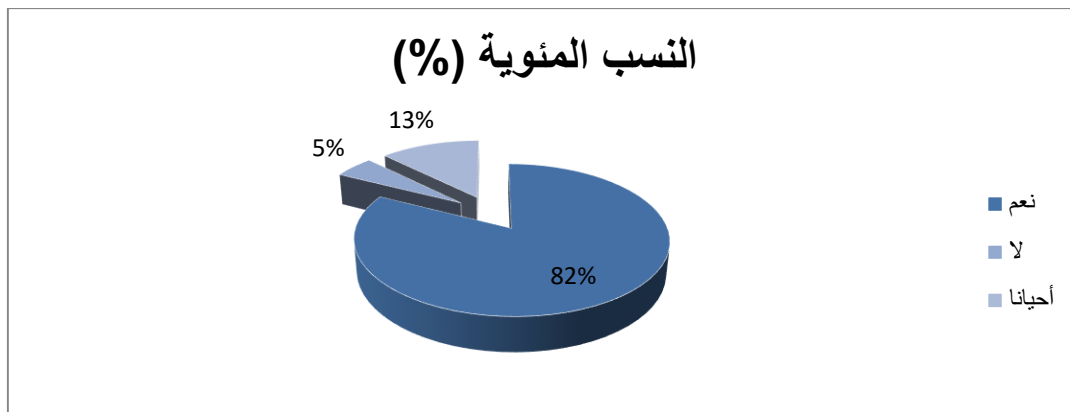
شكل رقم 25 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 04 من المحور الثالث

السؤال الخامس: أحث التلاميذ على تجنب استعمال الأدوات الشخصية للآخرين (فرشاة الأسنان).

جدول رقم 30 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الخامس من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	43.85	82	33	نعم
					05	02	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 30 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يحثون التلاميذ على تجنب استعمال الأدوات الشخصية للآخرين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 5% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 43.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تجنب استعمال الأدوات الشخصية للآخرين.



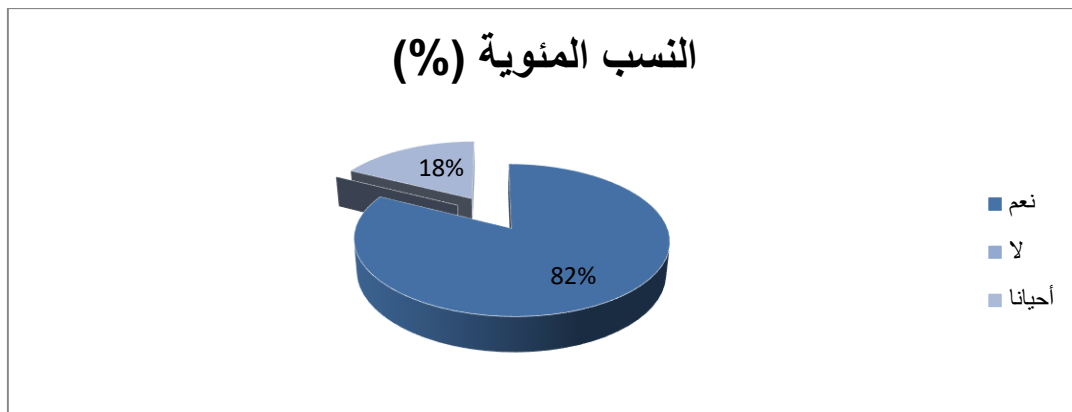
شكل رقم 26 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 05 من المحور الثالث

السؤال السادس: هل تأمر التلاميذ بالتوقف عن ممارسة الأنشطة الرياضية عند الإصابة؟

جدول رقم 31 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السادس من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	45.35	82	33	نعم
					00	00	لا
					18	07	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 31 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يأمرون التلاميذ بالتوقف عن ممارسة الأنشطة الرياضية عند الإصابة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 18% يقومون بذلك في بعض الأحيان، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 45.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يأمرون التلاميذ بالتوقف عن ممارسة الأنشطة الرياضية عند الإصابة.



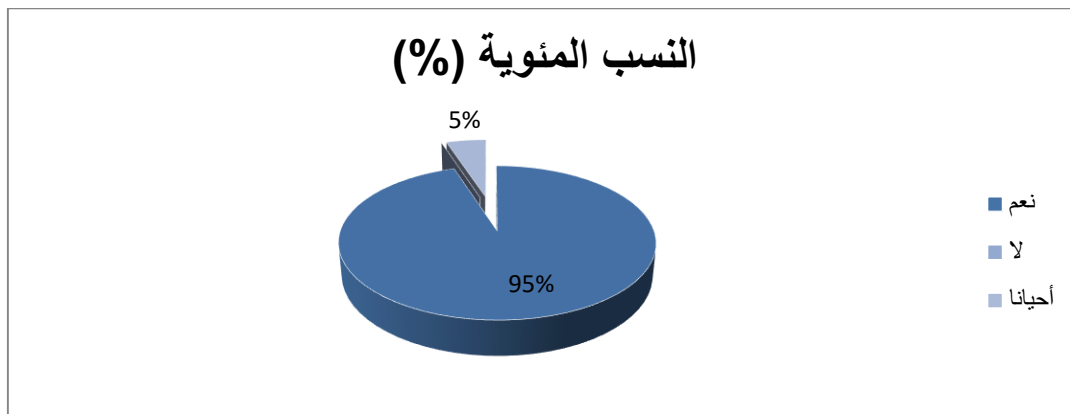
شكل رقم 27 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 06 من المحور الثالث

السؤال السابع: أحث التلاميذ على تجنب لبس الحلي (الخاتم / العقد) أثناء الحصة.

جدول رقم 32 يبين التحليل الإحصائي للسؤال السابع من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	68.60	95	38	نعم
					00	00	لا
					05	02	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 32 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 95% يحثون التلاميذ على تجنب لبس الحلي (الخاتم / العقد) أثناء الحصة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 5% يقومون بذلك في بعض الأحيان، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 68.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على تجنب لبس الحلي (الخاتم / العقد) أثناء الحصة.



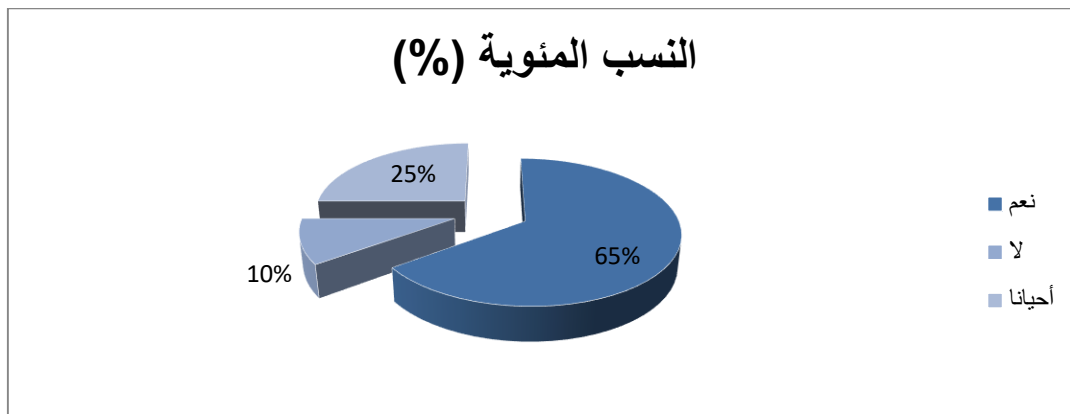
شكل رقم 28 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 07 من المحور الثالث

السؤال الثامن: هل يتقيد التلاميذ بالتعليمات المقدمة من طرف الأستاذ؟

جدول رقم 33 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الثامن من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	19.40	65	26	نعم
					10	04	لا
					25	10	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 33 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 65% يرون أن التلاميذ يتقيدون بالتعليمات المقدمة من طرف الأستاذ، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يرون أنهم يتقيدون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 19.40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن التلاميذ يتقيدون بالتعليمات المقدمة من طرف الأستاذ.



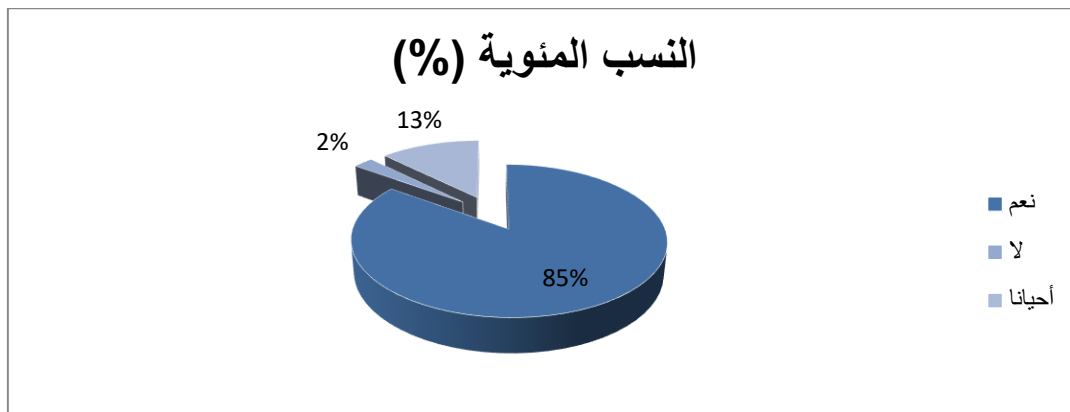
شكل رقم 29 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 08 من المحور الثالث

السؤال التاسع: أحث التلاميذ على التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات قبل استعمالها.

جدول رقم 34 يبين التحليل الإحصائي للسؤال التاسع من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	48.65	85	34	نعم
					02	01	لا
					13	05	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 34 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 85% يحثون التلاميذ على التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات قبل استعمالها، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 2% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 45.65 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات قبل استعمالها.



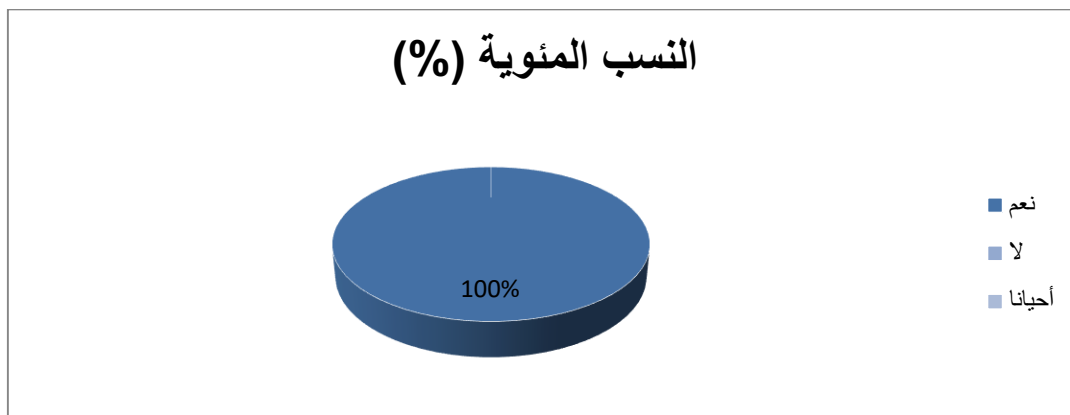
شكل رقم 30 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 09 من المحور الثالث

السؤال العاشر: الحث على ضرورة ارتداء البذلة الرياضية قبل مزاوله أي نشاط رياضي.

جدول رقم 35 يبين التحليل الإحصائي للسؤال العاشر من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	80	100	40	نعم
					00	00	لا
					00	00	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 35 نلاحظ أن كل الأساتذة وبنسبة 100% يحثون التلاميذ على ضرورة ارتداء البذلة الرياضية قبل مزاوله أي نشاط رياضي، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 80 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يحثون التلاميذ على ضرورة ارتداء البذلة الرياضية قبل مزاوله أي نشاط رياضي.



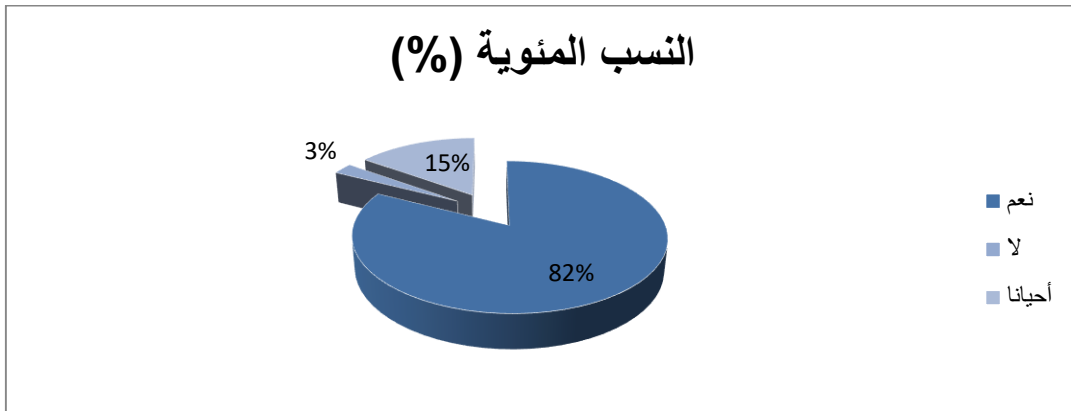
شكل رقم 31 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 10 من المحور الثالث

السؤال الحادي عشر: أوصي التلاميذ بالابتعاد عن النشاطات الرياضية العنيفة التي قد تؤدي إلى إصابات؟

جدول رقم 36 يبين التحليل الإحصائي للسؤال الحادي عشر من المحور الثالث

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	5.99	44.45	82	33	نعم
					03	01	لا
					15	06	أحيانا
					100	40	المجموع

من خلال الجدول رقم 36 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 82% يوصون التلاميذ بالابتعاد عن النشاطات الرياضية العنيفة التي قد تؤدي إلى إصابات، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 3% لا يقومون بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 44.45 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يوصون التلاميذ بالابتعاد عن النشاطات الرياضية العنيفة التي قد تؤدي إلى إصابات.



شكل رقم 32 يوضح النسب المئوية لإجابات السؤال رقم 11 من المحور الثالث.

2- مناقشة فرضيات الدراسة:

2-1- مناقشة الفرضية الأولى

والتي نصت على انه لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي في مجال: التغذية.

من خلال جداول المحور الأول مثل (2 و 5 و 8) تم توصل الى ان لحصة تربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي في مجال التغذية لدى التلاميذ، بحيث اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة (خاوي عفاف، 2021) والتي اسفرت عن إبراز قيمة التوعية الصحة خلال حصة التربية البدنية والرياضية وهذا من خلال منهاج المادة، والتي اسفرت على انه المادة والمنهاج يساهمان في توعية التلاميذ في الوعي الصحي في التغذية السليمة، كما اختلفت مع نتائج دراسة (علواش هوارية، 2016) والتي اسفرت عنه لا تلعب حصة التربية البدنية و الرياضية دورا فعال في نشر الوعي الصحي والأفكار الغذائية رغم اشارتها بانه لا بد ان يكون هنالك دور فعال لربما يتمثل نقص ذلك ف عدة عوامل متداخلة تؤثر على عدم انتشار الوعي الصحي لدى التلاميذ.

2-2- مناقشة الفرضية الثانية

والتي نصت على : لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الصحة الشخصية

من خلال جداول المحور الثاني (15، 18، 19 مثلا) تم توصل ان تربية بدنية ورياضية تتلعب دورا في تنمية الوصع في الصحة الشخصية، فقد اتفقت دراستنا مع دراسة (دراسة (حزام عبد الرزاق، 2023) تحت عنوان " دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة - من وجهة نظر مفتشي وأساتذة المادة لولاية سطيف، وقد توصلت الدراسة الى جملة من النتائج أهمها التربية البدنية والرياضية هي أحد لبنات المدرسة الأساسية فهي أيضا تعمل على إكساب أنماط جديدة في التفكير والسلوك الصحي أما الوعي بالصحة البدنية وصحة الأجهزة الوظيفية الداخلية كالجهاز التنفسي والدوري وغيره تلعبان دوراً هاماً في تأهيله نفسياً وإكسابه سلاماً داخلياً، فالرياضة لا تنحصر على تطوير البدن بل تتعداه إلى المساهمة في علاج اضطرابات القلق والخوف، واضطرابات المزاج أو الاضطرابات العاطفية والاجتماعية مع أقرانه، كذلك الاضطرابات الذهنية والتي تؤثر بشكل سلبي على الإدراك وبناء شخصية سوية وواعية للتلميذ

، وقد اشار الدين ابراهيم سلامة (2001) أن الكثير يعتقد أن ميدان التربية الرياضية يؤهل الفرد للعمل في مجال التربية الصحية، ويعتقد آخرون أن التربية الرياضية والتربية الصحية برنامجان متحالفتان ، لانهما يعبران عن شيء واحد وهو ضرورة الاهتمام بتربية الأفراد، ويمكن القول أنه في حالة الإعداد الصحيح لمدرسي التربية البدنية الرياضية في الكليات المختلفة، وضمان أن يعمل في مدرسة تتوافر فيها جميع الإمكانيات والمنشآت الرياضية، وفي حالة اقتناع مدير المدرسة بأهمية رسالة التربية الرياضية في إعداد النشء، 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 اتباعه أمام التلاميذ. (مي أبو هاشم، 2009:ص ص19-18)

2-3- مناقشة الفرضية الثالثة

▲ لخصّة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الوقاية من الإصابات.

من خلال جداول المحور الثالث مثل (27 و 30 و 31) تم توصل الى ان لخصّة تربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي في مجال الحماية من الاصابات لدى التلاميذ، بحيث اتفقت النتائج مع دراسة (حزام والجنيدي، 2015) التي اسفرت عن التربية البدنية والرياضية هي أحد لبنات المدرسة الأساسية فهي أيضا تعمل على إكساب أنماط جديدة في التفكير والسلوك الصحي أما الوعي بالصحة البدنية وصحة الأجهزة الوظيفية الداخلية كالجهاز التنفسي والدوري وغيره تلعبان دوراً هاماً في تأهيله نفسياً وإكسابه سلاماً داخلياً، فالرياضة لا تنحصر على تطوير البدن بل تتعداه إلى المساهمة في علاج اضطرابات القلق والخوف، واضطرابات المزاج أو الاضطرابات العاطفية والاجتماعية مع أقرانه، كذلك الاضطرابات الذهنية والتي تؤثر بشكل سلبي على الإدراك وبناء شخصية سوية وواعية للتلميذ. بحيث اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة دراسة (بن زيان طاهر، 2021) تحت عنوان " دور خصّة التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ الطور المتوسط "ارتقاء مستوى الوعي الصحي في شتى المجالات.

- وجود تأثير لحصة التربية البدنية على مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ في عدة ابعاد منها الإصابات الرياضية.

3- الاستنتاج:

من خلال المعطيات النظرية والتطبيقية المتوصل إليها في هذه الدراسة بهدف الكشف عن دور التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ والتي طبق فيها استبيان على عينة قوامها 40 أستاذ تربية بدنية والرياضية وباستخدام المنهج الوصفي الارتباطي وعلى ضوء المعالجة الإحصائية لفرضيات الدراسة للتأكد من تحققها وعدم تحققها، فإننا وبعد تحليلنا وعرضنا ومناقشتنا لنتائج جداول الدراسة نستنتج على أنه:

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور فب نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي، وكان قد اشارت لذلك دراسة (عيسى براهيم، 2020) تحت عنوان دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية واسفرت النتائج على ان التلاميذ الذين يمارسون تربية البدنية والرياضية مستوى الوعي الصحي عندهم مرتفع مقابل انخفاضه عند الغير الممارسين.

وقد تحققت كل الفرضيات الجزئية:

- ▲ لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي في مجال: التغذية
- ▲ لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الصحة الشخصية
- ▲ لحصة التربية البدنية والرياضية دور في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في مجال الوقاية من الإصابات.

4-توصيات واقتراحات

لختام دراسة حول دور حصة التربية البدنية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، من المهم تقديم توصيات واقتراحات تستند إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسة. يمكن أن تشمل هذه

التوصيات إجراءات عملية لتحسين دور التربية البدنية في تعزيز الوعي الصحي لدى التلاميذ. فيما يلي بعض التوصيات والاقتراحات:

- تعزيز برامج التربية البدنية في المدارس: زيادة ساعات حصة التربية البدنية: توسيع جدول الحصص ليشمل مزيدًا من الوقت المخصص للتربية البدنية لضمان توفير وقت كافٍ لممارسة الأنشطة البدنية.
- تنوع الأنشطة: تقديم مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية التي تشمل الألعاب الجماعية، والتمارين الفردية، والرياضات المختلفة لتلبية اهتمامات واحتياجات جميع التلاميذ.
- دمج التوعية الصحية في المناهج الدراسية: دروس توعية صحية: إدراج وحدات دراسية ضمن حصة التربية البدنية تركز على التغذية السليمة، النظافة الشخصية، وأهمية النشاط البدني.
- الفيديوهات التعليمية: إنتاج فيديوهات تعليمية قصيرة حول التمارين الصحية والعادات الجيدة وعرضها خلال حصة التربية البدنية.
- 6-تقييم مستمر لأثر حصة التربية البدنية: استبيانات دورية: تنفيذ استبيانات دورية لتقييم مدى تأثير حصة التربية البدنية على وعي التلاميذ الصحي وسلوكهم.
- متابعة الأداء الأكاديمي والصحي: متابعة التحصيل الدراسي والبدني للتلاميذ كجزء من تقييم شامل للأثر الإيجابي للتربية البدنية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع باللغة العربية

قائمة المصادر والمراجع

1. إبراهيم، مروان عبد المجيد، (2000)، الإحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية، القاهرة: دار الفكر العربي.
2. إبراهيم سالم، (1997) اللياقة البدنية، الإسكندرية: نبع الفكر.
3. أحمد أبو ليلي، (2016) مظاهر السلوك الصحي في مجتمع الامارات، دراسة ميدانية، بحوث ودراسات، شئون اجتماعية، (102)
4. أحمد بسطويسي، (1996)، أسس ونظريات الحركة، ط، القاهرة، دار الفكر العربي أحمد محمد أحمد جاسر، (2002)، دراسة تحليلية للياقة البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم للأندية الدرجة الممتازة/اليمن، جامعة حلوان.
5. أحمد ممر سليمان روبي، (1991)، الأهداف التربوية في المجال النفسي الحركي، القاهرة: دار الفكر العربي
6. أسام سعد الأمامي، (2008)، مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس محافظة معان، رسالة مقدمة إلى عمادة الدراسات العليا الماجستير، في مناهج وأساليب تدريس العلوم قسم المناهج والتدريس، جامعة مؤتة.
7. اقبال إبراهيم مخلوف (2014) العمل الاجتماعي في مجال الرعاية الطبية، اتجاهات نظرية، الإسكندرية.

8. أمر الله البساطي، (1980)، التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، الإسكندرية:

مطبعة الإسكندرية

9. أميرة منصور يوسف،(2007) المدخل الاجتماعي للمجالات الصحية الطبية

والنفسية، اسكندرية.

10. إيمان عبيدي، (2015) الإذاعة المحلية والوعي الصحي لدى الشباب الجامعي،

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر اتصال وعلاقات عامة، جامعة العربي بن

المهيدي أم البواقي.

11. ثامر محسن، واثق تاجي، (1989)، كرة القدم وعناصرها الأساسية، بغداد: مطبعة

الجامعية

12. جوليا بانتولي، ترجمة عبد الفتاح حسين، (1991)، التربية النفسية الحركية والبدنية

والصحية في رياض الأطفال، القاهرة: دار الفكر العربي.

13. حاتم يوسف أبو زائدة، (2016) فعالية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية المفاهيم

والوعي الصحي في العلوم لدى طلبة الصف السادس أساسي، رسالة ماجستير،

الجامعة الإسلامية، غزة.

14. حسنين، محمد صبحي، (1985) اللياقة البدنية ومكوناتها والأسس النظرية-

الإعداد البدني-طرق القياس، القاهرة: دار الفكر العربي

15. حسين ، قاسم حسن (1998) تعلم قواعد اللياقة البدنية. عمان

16. حسين أنور جمعة، (2010)، البناء الاجتماعي والوعي الصحي، المنيا.
17. زيرفان سليمان، (2006) الوعي الصحي وتطبيقاته، ط2، دهوك.
18. شامل، قيس ناجي، كامل (1989) مبادئ الإحصاء في التربية البدنية. بغداد ،
مطبعة التعلم العالي.
19. شعباني مالك، (2006) دور الإذاعة المحلية في نشر الوعي الصحي لدى الطالب
الجامعي، دراسة ميدانية بجامعة قسنطينة بسكرة أطروحة الدكتوراة علوم علم
الاجتماع والتنمية، جامعة منتوري قسنطينة.
20. صبحي حسنين محمد (1989) القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية،
القاهرة: دار الفكر العربي
21. عبد الحميد كمال، (1978)، اللياقة البدنية ومكوناتها الفاخرة، القاهرة: دار الفكر
العربي
22. عبد الرحمن العوضي، (2003)، التثقيف الصحي أداة لتعزيز الوعي الصحي،
مجلة تعريب الطب، العدد 3، الكويت.
23. عبد الكريم محمد محسن بكار (2012)، تجديد الوعي الصحي، دمشق.
24. علي بن حسين الاحمدي، (2004)، مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ وعلاقته
باتجاهاتهم الصحية، رسالة ماجستير، أم القرى، قسم المناهج وطرق التدريس،
الرياض.

25. علي رحيم، (2017) مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية في جامعة

القادسية، مجلة القادسية في الآداب وعلوم التربية، مجلد 6، العدد 12.

26. فايز محمد السريتي، (2020)، دور الحملات الإعلامية بقنوات الأطفال في نشر

الوعي الصحي لفيروس كورونا وتأثيرها على طلاب الإعدادية، مجلة البحوث

الإعلامية، (4) جامعة الأزهر، مصر.

27. قاسم حسن حسين (1989)، أسس التدريب الرياضي، عمان: دار الفكر العربي

للطباعة والنشر والتوزيع،

28. قاسم حسن حسين (1984)، مكونات الصفات البدنية الحركية، بغداد، العراق

29. قطوف عفاف، (2016)، دور إذاعة برج بوعريريج المحلية في نشر التوعية

الصحية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم الاعلام والاتصال، تخصص

اتصال وعلاقات عامة، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

30. كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين، (1987) اللياقة البدنية ومكوناتها

الأساسية، القاهرة: دار الفكر العربي

31. محمد إبراهيم شحاتة وصباح السيد فاروق، (1996) برامج اللياقة البدنية والرياضية

للجميع، القاهرة: الناشر منشأة المعارف،

32. محمود عياد، (2010) التعرض لحملات التوعية الصحية عبر وسائل الاعلام

بالجزائر، دراسة مسحية في ضوء ادراك حقائق معرفية للأوبئة، بسكرة، العدد

الأول، المجلة الجزائرية للأمن الإنساني.

33. مصطفى القماس، 2000(200)مبادئ الصحة العامة، عمان.

34. نوار بورزق، (2018) دور مؤسسات التعليم الثانوي في نشر الوعي الصحي،

رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الاخوة منتوري.

35. هناء الأمعري،(2002)، التربية الصحية وأثرها في رفع المستوى الصحي، بيروت.

الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية و الرياضية
استمارة لغرض التحكيم خاصة بالاساتذة

يشرفنا ان نضع بين ايديكم هذه الاستمارة الذي تحتوي على مجموعة من المجالات و الفقرات المراد استخدامها في الدراسة بغرض تحكيمها قصد استخدامها في انجاز مذكرة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي.

الموضوع : دور حصة التربية البدنية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي

اسم و لقب الاستاذ	الدرجة العلمية	التوقيع

تحت اشراف الدكتور

- د/بن دحو

من اعداد الطالب

- قايد منير.

يوسف.

السنة الجامعية 2023 / 2024

المحور الاول : دور حصة التربية الدنية و الرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ

مرحلة الابتدائي في مجال :

(1) - التغذية

الرقم	الفقرات	نعم	لا	احيانا
1	هل تنبه التلاميذ على شرب الماء بكمية كبيرة خاصة في الحر .			
2	هل تحث التلاميذ على تناول الخضر و الفواكه .			
3	اوصي التلاميذ بعدم شرب الماء البارد مباشرة بعد التمرين			
4	احث التلاميذ على تناول وجبات صحية بعد الحصة			
5	انصح التلاميذ بعدم تناول المشروبات و الاطعمة المعرضة لاشعة الشمس			
6	هل تقوم بنصح التلاميذ بالاهتمام بالتغذية الجيدة			
7	اطلب من التلاميذ تجنب المشروبات الغازية			
8	هل تعمل على مراعات الحالة الصحية للتلاميذ			
9	انصح التلاميذ بتفادي تناول الكثير من الحلويات يوميا			
10	الحث على تجنب شرب الشاي و القهوة بكميات كبيرة			
11	انبه التلاميذ على قراءة تاريخ صلاحية المنتجات			

المحور الثاني : دور حصة التربية الدنية و الرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة
الابتدائي في مجال :
(2) - الصحة الشخصية

الرقم	الفقرات	نعم	لا	احيانا
1	اشجع التلاميذ على مزاوله الرياضة التي لها فوائد صحية داخل وخارج المدرسة			
2	ممارسة النشاط الرياضي يحافظ و يخفض من وزن الزائد			
3	هل تتوفر في المدرسة طرق الوقاية و السلامة			
4	هل تحث التلاميذ على عملية التنفس الجيد اثناء الحصة			
5	انصح من التلاميذ بالاهتمام بنضافة الجسم خاصة بعد حصة التربية البدنية و الرياضية			
6	اهتم بالراحة و النوم لمدة كافية			
7	احث التلاميذ على قياس طول و وزن الجسم			
8	اذكر للتلاميذ مخاطر التعرض للشمس لمدة طويلة			
9	الحث على تقليل الاظافر كلما احتاج الى ذلك			
10	تجنب السهر لمدة طويلة			
11	الحث على تنظيف و فحص اسناني باتضام			
12	اذكر للتلاميذ مخاطر حمل المحفظة الثقيلة			
13	توجيه التلاميذ لاستغلال اوقات الفراغ في ممارسة أنشطة رياضية			

المحور الثالث : دور حصة التربية الدنية و الرياضية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ
مرحلة الابتدائي في مجال :

(3) - الوقاية من الاصابات

الرقم	الفقرات	نعم	لا	احيانا
1	اعمل على تهيئة البيئة الصحية المناسبة قبل الحصة			
2	انبه التلاميذ بعدم ارتداء الملابس و الاحذية الضيقة			
3	التسخين لمدة كافية قبل البدء بممارسة النشاط الرياضي خاصة في الجو البارد			
4	الحث على ضرورة المشي يوميا 15 دقيقة			
5	تجنب استعمال ادوات الشخصية للاخرين (فرشاة الاسنان)			
6	هل تامر التلاميذ بالتوقف عن ممارسة الانشطة الرياضية عند الاصابة			
7	تجنب لبس الحلي (الخاتم / العقد) اثناء الحصة			
8	هل تيقيد التلاميذ بالتعليمات المقدمة من طرف الاستاذ			
9	التأكد من سلامة الاجهزة و الادوات قبل استعمالها			
10	الحث ضرورة ارتداء البذلة الرياضية قبل مزاوله اي نشاط رياضي			
11	اوصي التلاميذ بالابتعاد عن النشاطات الرياضية العنيفة التي قد تؤدي الى اصابات			



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education And Scientific Research
جامعة عبد الحميد بن باديس بسطات
University of Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem



مستغانم: 2023/12/12

قسم : التربية البدنية والرياضية
الرقم: 292/ق ت ب ر / 12/ 2023

إلى السيد (ة): مدير مديرية التربية
ولابسة سعيدة

الموضوع: طلب تمهيد مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي و من اجل تكملة
و تحسين التكوين البيداغوجي ، لطلبة معهد التربية البدنية و الرياضية ، نرجو من سيادتكم المحترمة
تمهيد مهمة لـ
الطالب (ة) : قسايد منير .

تاريخ و مكان الأزيداد : 1999/10/27 بـ : سعيدة .

المسجل (ة) في السنة الثانية ماستر نشاط بدني رياضي مدرسي للسنة الجامعية 2024/2023 .

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام.

التوقيع
قسم التربية البدنية و الرياضية
عضو الأستاذة حريش بلعزم

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية و الرياضية
استمارة لغرض التحكيم خاصة بالاستاذة

بشرطنا ان نضع بين ايديكم هذه الاستمارة الذي تحتوي على مجموعة من المجالات و الفقرات المراد استخدامها في الدراسة بغرض تحكيمها قصد استخدامها في انجاز مذكرة • ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي.

الموضوع : دور حصص التربية البدنية في نشر الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة الابتدائي

اسم و لقب الاستاذ	الدرجة العلمية	التوقيع
صناد فضيل	استاذة العلوم العالي	
مريم فديوية	استاذة العلوم العالي	
علاء طالب	دكتورة	

تحت اشراف الدكتور

- د/بن دحو يوسف.

من اعداد الطالب

- قائد منير.

السنة الجامعية 2023 / 2024