

مستوى الوعي الصحي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي

دراسة ميدانية بالمقاطعة الوسطى لولاية الجزائر

The Level of Health Awareness among Secondary School pupils. A Field Study in the Central Province of Algiers.

ط. د. عصام لطرش⁽¹⁾ * أ. د. سيد علي بن عبد الرحمن⁽²⁾

⁽¹⁾ جامعة البويرة، مخبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية، الجزائر.

a.latreche@univ-bouira.dz

⁽²⁾ جامعة البويرة، مخبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية، الجزائر

s.benabderrahmane@univ-bouira.dz

تاريخ الاستلام: 2021/05/10؛ تاريخ القبول: 2021/06/07؛ تاريخ النشر: 2021/12/31

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى مساهمة المدارس الثانوية في تعزيز الوعي الصحي من خلال التقصي والكشف عن مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي وتمثلت أداة الدراسة في مقياس الوعي الصحي والمطبق على عينة عشوائية قوامها 370 تلميذ للموسم الدراسي 2020-2021 بالمقاطعة الوسطى لولاية الجزائر، وتمت المعالجة الإحصائية بالأسلوب الكمي باستخدام برنامج المعالجة الإحصائية للعلوم الاجتماعية "spss" النسخة (22).

أسفرت النتائج أن دور المدارس الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي جاء بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي (22.61)، وقدرت نسبة الاستجابة ب(38.75%) كما خلصت الدراسة بتقديم جملة من التوصيات من شأنها السمو بمستوى الوعي الصحي.

كلمات مفتاحية: الصحة، الوعي الصحي، المدرسة الثانوية.

Abstract:

This study aimed to investigate and check the role of secondary schools in enhancing level of health awareness among secondary school pupils. The researchers adopted the descriptive approach and

used the scale of health awareness as a study tool which was applied on a random sample of 370 pupils for the school year 2020-2021 in the Central Province of Algeria. The statistical treatment was done by the quantitative method using the "spss" statistical treatment program for social sciences version (22).

The results showed that the level of general health awareness was moderate, with an arithmetic average (22. 61), and the response rate was estimated at (75. 38%). The study also concluded by presenting a set of recommendations that would raise the level of health awareness of secondary school students

Keywords: health; health awareness; secondary school.

المقدمة:

لقد أصبحت الصحة في عصرنا الراهن محور اهتمام مشترك ولم تبقى حبيسة العلوم الطبية، بل تتداخل فيها تخصصات عدة على غرار علم النفس الصحي، علم الاجتماع، علوم التغذية، علوم الرياضة. . . ، كون أن كل هذه التخصصات تكمل بعضها البعض لغرض واحد وهو التعرف والتحكم في مختلف المشكلات الصحية من مسببات وآثار والتعرف على مختلف الظواهر ذات الاتجاه الصحي، كما أنها تعد ظاهرة معقدة غير مستقرة بل ديناميكية عبر الزمان والمكان، وتختلف من شخص لآخر ومن مجتمع لآخر تتداخل فيها عوامل عدة (فسيولوجية، اجتماعية، بدنية، نفسية) من شأنها التأثير على استقرار درجة الصحة لدى الفرد، هذه الأخيرة ترتبط ارتباطا وثيقا بالسلوكيات اليومية الممارسة، فإما أن تكون تصرفات إيجابية في مجملها تؤثر في الاتجاه الأمثل للحالة الصحية، وإما أن تكون سلبية تعصف بالمستوى الصحي في الاتجاه المرضي.

ولغرض الوصول إلى ممارسات صحية سليمة في المجتمع يفرض المقام نفسه الانطلاق من مفاهيم ومعتقدات صحية تسهم في تنمية الوعي الصحي الذي يعد المؤشر الرئيس في قياس المستوى الصحي العام في المجتمع.

كما يعتبر الوعي الصحي أحد المؤشرات التي يقاس بها مدى تطور وتقدم الأنظمة

الصحية الراقية، والتي أصبحت تقوم في أساسها وبنيتها على توعية المورد البشري بمختلف القضايا الصحية، وبالتالي المساهمة الآلية في حل مختلف المشكلات الصحية الطارئة، والتخفيف من حدتها، وفي هذا السياق يشير ظاهر (2004) أن مفهوم التثقيف والوعي الصحي يعني تثقيف الأفراد، وإثارة وعيهم لغرض تغيير سلوكهم وعاداتهم خاصة في حالة انتشار الأمراض داخل المجتمع، وكذلك غرس العادات والتقاليد الاجتماعية التي من شأنها تدعيم الجانب الصحي، وتطوره مثل ممارسة النشاط الرياضي والتغذية الصحية، والعادات القوامية السليمة، وإن مسالة اللعب في الوعي الصحي والنجاح في تأسيسه لدى الأفراد له علاقة وثيقة بتشكيل جانب مهم من جوانب شخصيتهم، ولهذا فإن هذه المسالة يجب أن تلقى عناية مخطط لها ومقصودة شأنها في ذلك العملية التعليمية النظامية في أي مستوى دراسي⁽¹⁾.

وهو مفهوم يقصد به إلمام المواطنين بالمعلومات والحقائق الصحية، وأيضا إحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم، وفي هذا الإطار يعتبر الوعي الصحي هو الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والإقناع، أي أن الوعي هو تحول تلك الممارسات الصحية إلى عادات تمارس بلا شعور أو تفكير⁽²⁾.

- ويرى كوني (Connie 2001) أن الوعي الصحي هو عملية تحفيز الطلبة وإقناعهم لتعلم ممارسة صحية صحيحة، أو عملية ترجمة الحقائق والمفاهيم الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة تؤدي إلى رفع المستوى الصحي للطلبة بإتباع الأساليب التربوية المتنوعة⁽³⁾.

كما تشير (حراز سلمي 2014) أنه قد كشفت نتائج دراسة أجريت في مخبر التغذية الإكلينيكية والأبضية بجامعة وهران حول العادات الغذائية السيئة لدى المراهقين بالمدارس أن 13 % من الأطفال دون 17 سنة يعانون من وزن زائد وهؤلاء لديهم متوسط

(1) بن زيدان حسين وآخرون، مستوى الوعي الصحي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، المجلد 09، العدد 1، 2017، ص ص 30-38 .

(2) بهاء الدين سلامة، الصحة والتربية الصحية، بدون طبعة، دار الفكر العربي القاهرة، مصر، 2001، ص 19 .

(3) محمد علي رحيم، الوعي الصحي لدى كلية التربية بجامعة القادسية، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، المجلد 6، العدد (2-1)، 2007، ص ص 1-24 .

ضغط دم عالي ما يزيد من خطورة الإصابة بارتفاع ضغط الدم واقتصر النشاط الرياضي لهؤلاء المراهقين على ساعتين في الأسبوع، أي أقل بكثير من المتوسط الذي توصي به (oms) والذي يدعو إلى نشاط بدني لا يقل عن ساعة يوميا، كما بينت نتائج الدراسة أن 40 % من هؤلاء المراهقين يقضون أكثر من ساعتين في اليوم أمام جهاز الكمبيوتر وجهاز التلفزيون الذين يفضلون تناول الأكل أمامه، وتعكس الأرقام التي خلصت إليها وجود علاقة بين سوء التغذية وزيادة الوزن في نفس البيئة، إذ أن 16 % من عينات الدراسة لديهم تأخر في القوام والنمو، 13 % لديهم زيادة في الوزن، و5% يعانون من السمنة⁽¹⁾.

فنتائج هذه الدراسة تعد أكبر دليل على انتهاج أسلوب حياة خاطئ ناتج عن عدم وعي أفراد عينة الدراسة بمخاطر هذه السلوكيات اليومية التي كان لها أثر بارز على الحالة الصحية لديهم.

وفي هذا السياق يتبين لنا الدور المحوري الذي تلعبه المدرسة باعتبارها أحد أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية، في تربية وتكوين الناشئة، فهي تعمل على تحقيق الأهداف العامة في ظل التوجهات السائدة في المجتمع، وتسعى إلى تحقيق وتجسيد الغايات الكبرى المسطرة، وكذا تكوين مجتمع واع متشبع بالقيم التربوية، ومن أهم المجالات الرئيسية الملقاة على عاتق المدرسة نجد المجال الصحي حيث تعتبر أحد القنوات المتاحة في تعزيز الصحة وهذا من خلال إكسابهم مختلف المعارف والمفاهيم الصحية التي تنمي ملكاتهم في هذا الشأن وتنمي وعيهم وإدراكهم بمختلف القضايا الصحية من خلال جل البرامج والنشاطات التعليمية المسطرة.

كما نجد كذلك تأكيد المنظمة العالمية للصحة (1995) بتشكيل لجنة خبراء للتوعية الصحية وتعزيز الصحة الشاملة من خلال المدارس وقد كان الهدف من هذه اللجنة الخروج بتوصيات ووضع مقاييس وتفعيل السياسات التي تمكن المنظمات

(1) القص صليحة، فعالية برنامج تربية صحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي، أطروحة دكتوراه في علم النفس العيادي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة بسكرة، الجزائر 2016، ص 10.

الصحية والتربوية والمدارس من الاستخدام الأمثل لإمكانياتها من أجل تحسين صحة الأطفال والناشئة والكوادر التعليمية والأسرة والمجتمع وخرجت اللجنة بتقرير صدر عام 1997 باسم تعزيز الصحة من خلال المدارس وقد أنشأت منظمة الصحة العالمية بفرعها الأوروبي شبكة المدارس المعززة للصحة⁽¹⁾.

ومن هذا القبيل تتجلى الأهمية البالغة التي يحتلها موضوع الوعي الصحي الذي يعد اللبنة الأساسية وحجر الأساس في انتهاج أسلوب حياة صحي لدى الناشئة يرمي إلى السمو بالصحة العامة في المجتمع هذه الأخيرة التي تعد عصب التنمية الشاملة في جل ميادين الحياة.

وعليه يسعى البحث الحالي إلى الوقوف على دور المدرسة الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي من خلال إجراء كشف لمستوى الوعي الصحي للتلاميذ ، والذي ينطلق من خلال التساؤل الرئيس التالي:

- هل تساهم المدارس الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي؟

فرضية الدراسة:

تساهم المدرسة الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي بشكل متوسط.

أهداف الدراسة:

يسعى هذا البحث إلى الوقوف على مدى مساهمة المدارس الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي من خلال إجراء كشف لمستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي في أبعاد:

-التغذية الصحية.

-ممارسة النشاط الرياضي.

-الصحة الشخصية.

(1) كثة حامدي ونور الدين مبني، واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية الجزائرية –المدرسة الإبتدائية نموذجاً-، مجلة آفاق، المجلد 11، العدد4، 2019، ص ص 683 – 707 .

- صحة البيئة.

-الوقاية.

01- مصطلحات البحث:

1/01-الصحة: تعرف الصحة في الاصطلاح حسب العالم perkins بأنها حالة التوازن النسبي لوظائف الجسم، وأن حالة التوازن هذه تنتج من تكيف الجسم مع العوامل الضارة التي يتعرض لها، وأن تكيف الجسم عملية ايجابية تقوم بها قوى الجسم للمحافظة على توازنه⁽¹⁾.

ولقد قدمت منظمة الصحة العالمية تعريفا مبسطا ومحددا أخذ به كل العاملين في مجالات الصحة العامة معتبرة الصحة هي "حالة السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد الخلو من المرض أو العجز"⁽²⁾

2/01- الوعي الصحي:

يقصد به إلمام المواطنين بالحقائق والمعلومات الصحية وإحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة الآخرين⁽³⁾.

كما عرفه (زنكة 2009) عملية تحفيز الطلبة وإقناعهم لتعلم ممارسات صحية صحيحة، أو عملية ترجمة الحقائق والمفاهيم الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية تؤدي إلى رفع المستوى الصحي للطلبة بإتباع الأساليب التربوية المختلفة⁽⁴⁾.

(1) بان عبد الرحمن إبراهيم وشيماء رضا الأعرجي، التربية الصحية والصحة الشخصية في التربية الرياضية، الطبعة 1، داردجلة، عمان الأردن، 2007، ص 20.

(2) Xiaoli Chen, M.D and all, Lifestyles and health-related quality of life in Japanese school children :a cross-sectional study,preventive medicine ,volume 40,issue 6,2005 ,pp668-678.

(3) علاء الدين محمد عليوة وآخرون، التربية الصحية في المجال الرياضي، بدون طبعة، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر 2013، ص 14.

(4) سوزان دريد أحمد زنكة، الوعي الصحي ومصادره لدى كلية التربية ابن الهيثم، مجلة ديابي، مجلد 2009،

العدد 41، 2009 ص ص 1-37 .

3/01- المدرسة الثانوية: تعرف المدرسة الثانوية بأنها إحدى مؤسسات التنشئة

الاجتماعية التي تهدف إلى تربية وتكوين الناشئة في ظل فلسفة التوجهات السائدة في المجتمع وتحقيق الغايات الكبرى المسطرة.

4/01- تلميذ مرحلة التعليم الثانوي:

يعرف تلميذ مرحلة التعليم الثانوي بأنه ذلك الشخص الذي سمحت له قدراته ومؤهلاته الفكرية من النجاح والانتقال من مرحلة التعليم المتوسط إلى مرحلة التعليم الثانوي ويزاول دراسته في الأقسام الثانوية بصورة منتظمة.

02- الدراسات ذات الصلة بالموضوع:

1/02-دراسة عبد الحلیم خلفي(2013)⁽¹⁾: موضوعها أثر الضبط الصحي على

مستوى الوعي الصحي، هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي بتمنراست، تكونت عينة الدراسة من 252 طالب وطالبة تم اختيارهم قصدياً من مختلف التخصصات، تم استخدام المنهج الوصفي، وتمت المعالجة باستخدام المقياس الذي طوره عماد عبد الحق وزملاؤه عام(2012) ، ومقياس مصدر النتائج *Wallston* الضبط الصحي متعدد الأبعاد لوالستون والذي ترجمه جبالي نور الدين عام(2007) وتم معالجة البيانات من خلال برنامج *spss*، النسخة 19 حيث تم التوصل إلى النتائج التالية:

- مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي عالي جداً، حيث قدر بـ 81.94 %.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الوعي الصحي عند مستوى 0.05 ، ولصالح الإناث، ولا توجد فروق ذات الدلالة الإحصائية بين درجات الذكور والإناث في الضبط الصحي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد الذين يزيد عمرهم عن 25 سنة والذين يقل سنهم عن 25 سنة في كل من مستوى الوعي الصحي والضبط الصحي عند

(1) عبد الحلیم خلفي، أثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 05، العدد 13، 2013، ص 269- 284 .

مستوى الدلالة: 0.05.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة في التخصصات الإنسانية والتخصصات التقنية في كل من مستوى الوعي الصحي والضبط الصحي عند مستوى الدلالة: 0.05.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة العزاب والطلبة المتزوجين في مستوى الوعي الصحي عند مستوى 0.01، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة العزاب والمتزوجين في الضبط الصحي.

-توجد علاقة بين مستوى الوعي الصحي والضبط الصحي لدى الطلبة بين الذكور والإناث دالة عند مستوى 0.01.

2/02- دراسة سماح إحسان طه الحلبي(2017)⁽¹⁾ بعنوان دور الإدارة المدرسية في تنمية الوعي الصحي لدى طلبتها بمحافظات غزة وسبل تفعيله، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الإدارة المدرسية في تنمية الوعي الصحي، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وقامت بتطبيق الاستبانة على عينة المربين الصحيين، وتكونت عينة الدراسة من (233) مربية ومربية صحية بواقع (84.7) من المجموع الكلي وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- الدرجة الكلية لممارسة الإدارة المدرسية في تنمية الوعي الصحي لدى طلبتها جاءت بدرجة كبيرة، بمتوسط حسابي (3.97) وقدرت نسبة الاستجابة (54.79 %).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة في مجالي (التثقيف الصحي – والبيئة المدرسية الآمنة) تعزى لمتغير جنس المدرسة والمستوى التعليمي، بينما ظهرت فروق في مجال التثقيف الغذائي والمقصف المدرسي تعزى لمتغير جنس المدرسة لصالح المدارس المشتركة، كما توجد فروق في مجال التثقيف الغذائي والمقصف المدرسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي لصالح الدراسات العليا.

(1) سماح إحسان طه الحلبي، دور الإدارة المدرسية في تنمية الوعي الصحي لدى طلبتها بمدارس وكالة الغوث الدولية بمحافظات غزة وسبل تفعيله، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة غزة، فلسطين، 2017، ص 4.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة تعزى لمتغير سنوات الخدمة، بينما توجد فروق في مجال التثقيف الغذائي والمقصف المدرسي تعزى لمتغير سنوات الخدمة لصالح المربين الصحيين ذوي الخدمة من 05 إلى 10 سنوات، ومن ثم للمربين الصحيين ذوي الخدمة أكبر من 10 سنوات، وأخيراً لصالح المربين ذوي الخدمة أقل من 05 سنوات.

3/02- دراسة هدى كاظم كريم (2018) ⁽¹⁾ موضوعها مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية بجامعة القادسية، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية بجامعة القادسية والتعرف على الفرق في مستوى الوعي الصحي تبعاً لمتغير الجنس و متغير التخصص (علمي / إنساني).

ولتحقيق أهداف البحث اختير المنهج الوصفي وتمثل مجتمع البحث في جميع طلبة كلية التربية بجامعة القادسية الدراسة الصباحية، واختيرت عينته بالطريقة العشوائية، إذ تمثلت بطلبة المرحلتين الثالثة والرابعة للأقسام العلمية والمتمثلة بقسمي (علوم الحياة والرياضيات)، والأقسام الإنسانية المتمثلة في قسمي (اللغة العربية والتاريخ) لكلا الجنسين (ذكور / إناث)، إذ بلغ عدد أفراد العينة 100 طالب وطالبة، أداة الوعي الصحي تمثلت في مقياس الوعي الصحي للباحث محمد (2007) الذي تبنته الباحثة والذي تكون بصيغته النهائية من 30 فقرة.

وأسفرت النتائج على أن: طلبة كلية التربية بجامعة القادسية يمتلكون مستوى جيد من الوعي الصحي، مع عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي وفق متغير الجنس (ذكور – إناث)، ويوجد فرق ذو دلالة إحصائية وفق متغير التخصص (علمي – إنساني) ولصالح التخصصات العلمية.

4/02-دراسة راجح سعدي راجح حرب (2019): ⁽²⁾ هدفت هذه الدراسة

(1) هدى كاظم كريم، مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية، بحث مقدم كجزء من متطلبات شهادة البكالوريوس في العلوم التربوية والنفسية، جامعة القادسية، 2018، صص 1 - 43 .
(2) راجح سعدي راجح حرب، مدى توافق مستوى الوعي الصحي لدى طالب عمادة البرامج التحضيرية في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض مع رؤية المملكة العربية السعودية 2030، المجلة التربوية الدولية المتخصصة، المجلد 08، العدد 07، 2019، صص 120 - 133 .

التعرف إلى مدى توافق مستوى الوعي الصحي لدى طلبة عمادة البرامج التحضيرية في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، وكذلك تحديد الفرق في مستوى الوعي الصحي بناء على متغيرات الدراسة (المسار التعليمي، الجنس، العمر، المعدل في الثانوية العامة)، ولتحقيق ذلك أجريت هذه الدراسة على عينة عشوائية تم اختيارها من مجتمع الدراسة وعددها (232) طالب وطالبة، بواقع (122) طالب و(110) طالبة، وطبق عليهم استبانة قياس مستوى الوعي الصحي، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الصحي العام لدى أفراد العينة كان متوسطا وبحاجة إلى تطوير ليتوافق مع رؤية المملكة العربية السعودية 2030 إضافة إلى ظهور فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة تبعا لمتغيرات المسار ولصالح المسار التطبيقي، ومتغير الجنس ولصالح الطالبات، وكذلك لمتغير العمر ولصالح الفئة العمرية (20 - 22) سنة، وكذلك بالنسبة لمتغير المعدل ولصالح المعدل (90 - 100).

5/02- دراسة Jo Harris (2014)⁽¹⁾: بعنوان معرفة تصورات وخبرات أساتذة التربية البدنية ودورها في تعزيز أنماط الحياة الصحية النشطة للتلاميذ في المدارس الثانوية، حيث هدف البحث إلى اكتشاف تأثير التصورات والمعارف لدى أستاذ التربية البدنية وتأثيرها على نمط حياة التلاميذ، تم استخدام المنهج الوصفي وتطبيق الاستبيان على عينة قوامها (124) تلميذا توصلت النتائج إلى أن معرفة التلاميذ جد محدودة بما يسهم في الحياة الصحية النشطة، وكانت تصوراتهم الأولية للتعليم المرتبط بتعزيز أنماط الحياة الصحية النشطة في التربية البدنية مختلفا عما مروا به في المدارس أثناء تعلمهم، بالإضافة إلى أنه لم يكن هناك تعليم مرتبط بالصحة، كما أن أساتذة التربية البدنية دورهم غير فعال في تعزيز أنماط الحياة الصحية النشطة، وليس لديهم أدنى فكرة عن القضايا المحددة مسبقا في التعليم والتعلم المتعلق بالصحة.

6/02- دراسة Santhi Krishna & Rekha (2018)⁽²⁾: بعنوان الوعي الصحي

(1)Jo Harris, Physical education teacher education students' knowledge, perceptions and experiences of promoting healthy, active lifestyles in secondary schools, Physical Education and Sport Pedagogy, Volume (19) Issue (5),(2014)pp 466-480.

(2) Santhi Krishna. C & P. Rekha, Health awareness among secondary school =

لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي بمقاطعة مالايورام، تكونت عينة الدراسة من (132) تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم تطبيق مقياس الوعي الصحي، أظهرت النتائج أن مستوى الوعي الصحي لدى تلاميذ الطور الثانوي جاء بدرجة منخفضة، كما أنه لا توجد فروق في مستوى الوعي الصحي بين الذكور والإناث.

03- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1/03- المنهج العلمي المتبع:

لكل دراسة أو بحث الطريقة العلمية المتبعة وفق نسق من الشروط والمعايير والضوابط التي تفرض على الباحث إتباعها لغرض الوصول إلى معالجة مشكلته البحثية بطريقة موضوعية، وهي تختلف من دراسة إلى أخرى ويتوقف اختيارها حسب طبيعة ونمط البحث، ونظرا لطبيعة الموضوع المعالج تم الاعتماد على المنهج الوصفي.

حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه: تجميع منظم للبيانات المتعلقة بمؤسسات إدارية أو علمية أو ثقافية أو اجتماعية، كالمكتبات والمدارس، والمستشفيات مثلا، وأنشطتها المختلفة، وكذلك عملياتها وإجراءاتها وموظفيها وخدماتها المختلفة، وذلك خلال فترة زمنية معينة ومحددة⁽¹⁾.

2/03- مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في جميع العناصر المتشابهة والتي يرغب الباحث تطبيق دراسته التطبيقية عليها بحسب المنهج والطريقة المتبعة.

كما يعرف المجتمع على أنه: تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة، وقد تكون هذه المجموعة، إدراكات، فرقا، متوسطات، سكانا، تلاميذ أو أي وحدات أخرى⁽²⁾.

students ,peer reviewed journal, vol- 6/46,2018,pp11045-11049

(1) عامر قنديلجي البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات التقليدية والإلكترونية، الطبعة العربية، دار اليازوري، عمان الأردن، 2014، ص 129.

(2) محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2002، ص 14.

ويتكون مجتمع البحث في دراستنا هذه من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي للموسم الدراسي 2020- 2021 التابعين للمقاطعة الوسطى لولاية الجزائر والبالغ عددهم: 10455 تلميذ.

3/03- عينة الدراسة: من بين العقبات التي تواجه الباحث التعامل مع مجتمع البحث برتمته، وبالتالي يفرض المقام اللجوء إلى أسلوب العينة بطريقة آلية والتي تسمح بتوفير الجهد والوقت.

وعليه تعرف العينة بأنها: جزء من المجتمع الأصلي، يحتوي على بعض العناصر التي تم اختيارها منه بطريقة معينة وذلك بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي⁽¹⁾. وحرصا منا على الموضوعية والتقرب أكثر إلى الحقيقة تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية؛ حيث تم تحديد حجم العينة انطلاقا من حجم المجتمع الإحصائي للدراسة، وبتطبيق معادلة ستيفن- ثامبسون نجد حجم العينة يساوي 370.

الجدول 1 توزيع عينة الدراسة

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
50%	185	ذكور
%50	185	إناث
%100	370	المجموع

المصدر: من إعداد الباحث.

4/03- أدوات الدراسة:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على مقياس الوعي الصحي الذي صممه مكي (2017)⁽²⁾، والذي تم تطويره وتكييفه من طرف الباحث حسب مجال الدراسة والبيئة

(1) محمد عبد الفتاح حافظ الصيرفي، البحث العلمي، الدليل التطبيقي للباحثين، الطبعة 3، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2009، ص16 .

(2) عبد التواب جابر أحمد محمد مكي، المحددات الاجتماعية للوعي الصحي للريف المصري دراسة ميدانية بإحدى قرى محافظة أسيوط، مجلة أسيوط للدراسات البيئية، العدد 41، 2017، ص 83- 122 .

الجزائرية لغرض الوقوف على مستوى الوعي الصحي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.

1/4/03- وصف المقياس: تكون المقياس من 50 فقرة تمثل ممارسات سلوكية مرتبطة بالوعي الصحي، مقسمة على خمسة أبعاد وفق سلم ثلاثي التدرج: (دائما، أحيانا، نادرا)، وعند تصحيح عبارات المقياس يتم استعمال سلم ليكرت الثلاثي (دائما 3 درجات، أحيانا 2 درجات، نادرا 1 درجة). حيث أن الدرجة العليا للمقياس هي 150 بينما الدرجة الدنيا هي 50.

الجدول 2 المقياس من خلال الأبعاد وعدد العبارات ومنمطها.

الأبعاد	عدد البنود	البنود الموجبة	البنود السالبة
الوعي الصحي الوقائي	10	10	00
الوعي الصحي الشخصي	10	10	00
الوعي الصحي الغذائي	10	10	00
الوعي الصحي الرياضي	10	10	00
الوعي الصحي البيئي	10	10	00

المصدر: من إعداد الباحث بناءً على مقياس الوعي الصحي.

ومن أجل تفسير النتائج تم الاعتماد على المتوسطات الحسابية والأوصاف التالية:

الجدول 3 طريقة تفسير النتائج

الوصف	مدى المتوسطات
منخفض	16-10
متوسط	23-17
مرتفع	30-24

المصدر: من إعداد الباحث.

2/4/03- الخصائص السيكومترية للمقياس:

- الصدق الظاهري:

لقد قمنا بعرض (أداة البحث) مقياس الوعي الصحي في صورته الأولية على عدد من الأساتذة المحكمين من ذوي الخبرة والكفاءة لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى

صلاحية الأداة ومجال الدراسة وذلك بخصوص مدى تناسب فقرات الاستبيان مع الأبعاد التي تنتمي إليها وكذا مدى وضوح وصياغة كل فقرة، وفي ضوء التوجيهات التي أبدتها المحكمون فقد تم تعديل الاستبيان بما يتلاءم وفقا لأهداف الدراسة. حيث بلغت نسبة الاتفاق بين المحكبين بخصوص الآراء والملاحظات نسبة 90%.

-الثبات: ويقصد بالثبات الحصول على نفس نتائج القياس بعد تكرار العمليات عدة مرات وعلى نفس الأفراد وتحت نفس الظروف.

حيث تم الاعتماد في قياس معامل ثبات الإستبانة وفق الطرق التالية:

-الاختبار وإعادة الاختبار Test-Retest: تعتمد هذه الطريقة على تطبيق الاستبانة على مرحلتين من خلال تطبيقها وإعادة تطبيقها، ومن هذا المنطلق قنا بتطبيق الاستبيان في صورته النهائية على عينة استطلاعية (20 تلميذ) من مجتمع الدراسة والتي يتم استبعادها من الدراسة الأساسية، ثم قمنا بإعادة تطبيق الاستبيان مرة ثانية وبفارق زمني قدر ب15 يوم على نفس الأفراد وفي نفس الظروف، حيث بلغت قيمة معامل الثبات 0.90 عند مستوى الدلالة 0.01. وهي تعتبر قيمة عالية.

الجدول 4 معاملات الارتباط لأبعاد المقياس.

أبعاد المقياس	قيمة معامل الارتباط	قيمة sig	القرار
الوعي الصحي الوقائي	84.0	000.0	دال
الوعي الصحي الشخصي	84.0	000.0	دال
الوعي الصحي الغذائي	97.0	000.0	دال
الوعي الصحي الرياضي	94.0	000.0	دال
الوعي الصحي البيئي	92.0	000.0	دال
جميع أبعاد المقياس	90.0	000.0	دال

المصدر: من إعداد الباحث.

- طريقة ألفا كرونباخ: تم التأكد كذلك من ثبات مقياس الوعي الصحي من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ: حيث بلغت قيمته 0.93 وهي عالية جدا، والجدول التالي يوضح قيمة هذا المعامل حسب كل بعد والقيمة الكلية للاستبيان.

الجدول 5 قيم ألفا كرونباخ

الأبعاد	قيمة ألفا كرونباخ:
الوعي الصحي الوقائي	91.0
الوعي الصحي الشخصي	90.0
الوعي الصحي الغذائي	95.0
الوعي الصحي الرياضي	96.0
الوعي الصحي البيئي	96.0
جميع أبعاد المقياس	93.0

المصدر: من إعداد الباحث.

تم الاعتماد كذلك في حساب الصدق لمقياس الوعي الصحي على حساب الصدق الذاتي والذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات ويساوي 96.0.

من خلال معاملات الصدق والثبات المحصل عليها والتي جملها يفوق قيمة (0.70) وهي قريبة جدا من قيمة (1) وبالتالي يجعل المقياس ثابتا وصادقا وصالح للدراسة.

- أدوات المعالجة الإحصائية: تم الاعتماد في معالجة النتائج على المعادلات التالية:

- النسب المئوية.

- المتوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

04- عرض النتائج المتعلقة بفرضية الدراسة:

1/04 - البعد الأول: الوعي الصحي الوقائي

الجدول 6 مستوى الوعي الصحي الوقائي.

التقييم	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد الأول
متوسط	3.75 %	30.2	60.22	الوعي الصحي الوقائي

المصدر: من إعداد الباحث.

من خلال استقراء معطيات وبيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول أعلاه والتي تمثل نتائج البعد الأول "الوعي الصحي الوقائي" يتضح لنا أن مستوى الوعي الصحي الوقائي لدى تلاميذ الطور الثاني جاء بدرجة متوسطة وهذا بدليل المتوسط الحسابي الذي بلغ قيمة 22.60 بإنحراف معياري 2.30، كما بلغت نسبة الإستجابة 75.33%.

2/04- البعد الثاني: الوعي الصحي الغذائي.

الجدول 7 مستوى الوعي الصحي الغذائي.

التقييم	النسبة المئوية	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد الثاني
متوسط	5.72 %	24.2	76.21	الوعي الصحي الغذائي

المصدر: من إعداد الباحث.

من خلال المعطيات وبيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول أعلاه والتي تمثل نتائج البعد الثاني "الوعي الصحي الغذائي" يتضح لنا أن مستوى الوعي الغذائي لدى أفراد عينة الدراسة جاء متوسطا حيث سجلت قيمة المتوسط الحسابي 76.21 بإنحراف معياري 2.24 كما بلغت نسبة الاستجابة 72.53%.

3/04- البعد الثالث: الوعي الصحي الشخصي.

الجدول 8 مستوى الوعي الصحي الشخصي.

التقييم	النسبة المئوية	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد الثالث
متوسط	86.75 %	86.2	76.22	الوعي الصحي

المصدر: من إعداد الباحث.

من خلال استقراء معطيات وبيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول أعلاه والتي تمثل نتائج البعد الثالث "الوعي الصحي الشخصي" نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت قيمة (22.76) بإنحراف معياري (2.86)، كما قدرت نسبة

الاستجابة 86.75%. ومن هنا يتضح لنا جليا بأن تلميذ الطور الثانوي يتميز بمستوى متوسط في الوعي الصحي الشخصي.

4/04- البعد الرابع: الوعي الصحي الرياضي

الجدول 9 مستوى الوعي الصحي الرياضي.

التقييم	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد الرابع
مرتفع	3.81%	95.1	40.24	الوعي الصحي الرياضي

المصدر: من إعداد الباحث

من خلال استقراء معطيات وبيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول أعلاه والتي تمثل نتائج البعد الرابع "الوعي الصحي الرياضي" نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت قيمة (40.24) بإنحراف معياري (95.1)، كما قدرت نسبة الإستجابة 3.81%. ومن هنا يتضح لنا جليا بأن تلميذ الطور الثانوي يتميز بمستوى مرتفع في مستوى الوعي الصحي الرياضي.

5/04- البعد الخامس: الوعي الصحي البيئي

الجدول 10 مستوى الوعي الصحي البيئي.

التقييم	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد الخامس
متوسط	8.71%	31.2	56.21	الوعي الصحي البيئي

المصدر: من إعداد الباحث.

من خلال استقراء معطيات وبيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول أعلاه والتي تمثل نتائج البعد الخامس "الوعي الصحي البيئي" نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت قيمة (56.21) بإنحراف معياري (31.2)، كما قدرت نسبة

الإستجابة 71.8 %، ومن هنا نستنتج بأن تلميذ الطور الثانوي يتميز بمستوى متوسط في مستوى الوعي الصحي البيئي.

6/04- درجة التقييم الكلي لمستوى الوعي الصحي بجميع الأبعاد:

الجدول 11 مستوى الوعي الصحي بجميع الأبعاد.

التقييم	النسبة المئوية	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأبعاد
متوسط	3.75 %	30.2	60.22	الوعي الصحي الوقائي
متوسط	5.72 %	24.2	76.21	الوعي الصحي الغذائي
متوسط	86.75 %	86.2	76.22	الوعي الصحي الشخصي
مرتفع	3.81 %	95.1	40.24	الوعي الصحي الرياضي
متوسط	8.71 %	31.2	56.21	الوعي الصحي البيئي
متوسط	35.75 %	33.2	61.22	درجة التقييم الكلي

المصدر: من إعداد الباحث.

من خلال المعطيات وبيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول أعلاه والتي تمثل نتائج درجة التقييم الكلي للوعي الصحي نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت (61.22)، بانحراف معياري (33.2)، كما قدرت نسبة الاستجابة (35.75 %) الكلية لتقييم المستوى العام للوعي الصحي لأفراد عينة الدراسة حيث سجلت نسبة الاستجابة لدرجة التقييم الكلي للمستوى العام ب 38.75 % وبلغ المتوسط حسابي 61.22 ومن هنا نخلص أن مستوى الوعي الصحي لدى تلميذ الطور الثانوي يتميز بدرجة متوسطة، وعليه يتوصل الباحث إلى تأكيد فرضية الدراسة.

05- مناقشة وتفسير نتائج فرضية الدراسة:

من خلال المعطيات المتوصل إليها واستنادا إلى بيانات التحليل الإحصائي الواردة في الجدول 11 توصلنا إلى أن دور المدارس الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثاني تتميز بدرجة متوسطة ويعزى الباحث هذه النتيجة إلى قصور دور البرامج

التربوية المسطرة من طرف المدارس الثانوية في تضمينها للمسائل ذات البعد الصحي والتي تعد اللبنة الأساسية في تنمية وتعزيز الوعي الصحي في صورة عدم كفاية وفعالية التربية الصحية وعدم إفاؤها بالعرض اتجاه مسألة الوعي الصحي بشكل عام، وهذا ما أكدته دراسة كثره حامدي ونور الدين مبني (2019) التي توصلت إلى أن تضمين برامج التربية الصحية في المقرر الدراسي جاء بطريقة محتشمة كونه منعكس في محور واحد فقط الذي يعتبر بالأمر القليل على موضوع التربية الصحية، هذه الأخيرة التي تعد النواة الأساسية في إرساء وترسيخ مبدأ الثقافة الصحية التي تعد أساس الوعي الصحي للناشئة خاصة في المراحل العمرية الأولى، إضافة إلى عدم فعالية دور مؤسسات التنشئة الاجتماعية الأخرى كالأسرة، دور الشباب، دور الثقافة، الإعلام الصحي في تفعيل وإثارة المسائل الصحية وتختلف هذه النتيجة مع دراسة كل من عبد الحليم خلفي (2013) ودراسة هدى كاظم كريم (2009) التي توصلت إلى أن مستوى الوعي الصحي كان مرتفعا وتختلف النتيجة كذلك مع دراسة كل من (jo Harris 2014)، ودراسة (Santhi Krishna & Rekha 2018)، التي توصلت إلى أن مستوى الوعي الصحي جاء بدرجة منخفضة ودور الأساتذة في تعزيز الوعي الصحي جاء كذلك بدرجة منخفضة، بينما تتفق النتيجة مع دراسة كل من العربي محمد (2018)⁽¹⁾، عماد عبد الحق وآخرون (2012)، راجح سعدي راجح حرب (2019) التي توصلت إلى أن مستوى الوعي الصحي كان متوسطا.

خاتمة

تعتبر مسألة الوعي الصحي من أهم المسائل الضرورية في المجتمع كونها تعد مفتاح الحياة الصحية الراقية التي تعتمد على توعية المورد البشري بالقضايا الصحية بدلا من التفتن في طرق العلاج، ومن خلال جل ما تم التوصل إليه من خلال هذه الدراسة اتضح لنا جليا بأن دور المدارس الثانوية في تعزيز مستوى الوعي الصحي لتلاميذ الطور الثانوي جاء بدرجة متوسطة ولم يرقى إلى المستوى المطلوب بل يدعو إلى القلق كونه

(1) العربي محمد، دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى بعض طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 03، العدد 02، 2018، ص 174 - 187.

يمس فئة حساسة في المجتمع والتي تمثل نسبة معتبرة وتعد مستقبل الغد كما أن الوعي بالسلوكيات الصحية يعد سبيل التنمية الصحية هذه الأخيرة تعد بمثابة أساس التنمية الشاملة في المجتمع، وعلى اعتبار المدرسة من أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية بعد الأسرة كما أن الطفل يقضي ثلث اليوم تقريبا في المدرسة التي تتولى مهمة تربية وتوجيه الطفل في مختلف الأبعاد أساسها الاتجاه الصحي الذي يعد عصب التنمية والاستقرار في المجتمع ، وعليه توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- دور المدرسة غير مفعّل في تعزيز مستوى الوعي الصحي الوقائي لتلاميذ الطور الثانوي الذي جاء بدرجة متوسطة.
- دور المدرسة قاصر في تعزيز مستوى الوعي الصحي الغذائي لتلاميذ الطور الثانوي الذي جاء بدرجة متوسطة.
- دور المدرسة قاصر في تعزيز مستوى الوعي الصحي الشخصي لتلاميذ الطور الثانوي الذي جاء بدرجة متوسطة.
- دور المدرسة مفعّل في تعزيز مستوى الوعي الصحي الرياضي لتلاميذ الطور الثانوي الذي جاء بدرجة عالية.
- دور المدرسة قاصر في تعزيز مستوى الوعي الصحي البيئي لتلاميذ الطور الثانوي جاء بدرجة متوسطة.
- دور المدرسة قاصر في تعزيز مستوى الوعي الصحي العام لتلاميذ الطور الثانوي الذي جاء بدرجة متوسطة.

وعلى ضوء النتائج المتوصل إليها يوصي الباحث بما يلي:

- ضرورة الاهتمام بإثارة القضايا والمسائل ذات البعد الصحي من طرف إدارة المؤسسات التربوية لغرض تنمية اتجاهات التلاميذ نحو الوعي الصحي.
- العمل على إقامة ندوات وملتقيات من طرفي أخصائي الصحة لمتابعة كل المستجدات الحاصلة في حقل الصحة ومن ثم نشر الوعي الصحي في أوساط التلاميذ.
- وعي إدارة المدرسة على إقامة النشاطات التربوية والمشاريع الثقافية ذات البعد الصحي للتلاميذ.

- الحرص على توعية التلاميذ بمختلف المستجدات الحاصلة في حقل الصحة وتفعيل مجلة الحائط.
- إجراء دراسات تتضمن تحليل المقررات الدراسية المتعلقة بالتربية الصحية والوقوف على واقعها الحقيقي.
- إجراء دراسات حول واقع التربية الصحية في الأطوار التعليمية.
- إدراج مادة التربية الصحية كمادة مستقلة بذاتها عن باقي المواد الأخرى وتدرس عبر كافة الأطوار التعليمية.
- إجراء دراسات مشابهة على فئات أخرى في المجتمع على غرار فئة كبار السن. . .

المراجع:

- بهاء الدين سلامة، الصحة والتربية الصحية، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001. ص 19.
- سوزان دريد أحمد زنكة، الوعي الصحي ومصادره لدى كلية التربية ابن الهيثم، مجلة ديالي، مجلد 2009، العدد 41، 2009 ص ص 1-37.
- عبد الحليم خلفي، أثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 05، العدد 13، 2013، ص 269-284.
- راجح سعدي راجح حرب، مدى توافق مستوى الوعي الصحي لدى طالب عمادة البرامج التحضيرية في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض مع رؤية المملكة العربية السعودية 2030، المجلة التربوية الدولية المتخصصة، المجلد 08، العدد 07، 2019، ص ص 120-133
- عبد التواب جابر أحمد محمد مكي، المحددات الاجتماعية للوعي الصحي للريف المصري دراسة ميدانية بإحدى قرى محافظة أسيوط، مجلة أسيوط للدراسات البيئية، العدد 41، 2017، ص ص 83-122.
- العربي محمد، دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى بعض طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 03، العدد 02، 2018، ص ص 174 – 187.
- القص صليحة، فعالية برنامج تربية صحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي، أطروحة دكتوراه في علم النفس العيادي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية،

- قسم العلوم الاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة الجزائر، 2016، ص 10.
- سماح إحسان طه الحلبي، دور الإدارة المدرسية في تنمية الوعي الصحي لدى طلبتها بمدارس وكالة الغوث الدولية بمحافظات غزة وسبل تفعيله، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة غزة، فلسطين، 2017، ص 4.
- هدى كاظم كريم، مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية، بحث مقدم كجزء من متطلبات شهادة البكالوريوس في العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة القادسية، 2018.
- علاء الدين محمد عليوة وآخرون التربية الصحية في المجال الرياضي، بدون طبعة، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2013، ص 14.
- بان عبد الرحمن إبراهيم وشيما رضا الأعرجي، التربية الصحية والصحة الشخصية في التربية الرياضية، الطبعة 1، دارجلة، عمان الأردن، 2007. ص 20.
- عامر قنديجلي، البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات التقليدية والإلكترونية، الطبعة العربية، دار اليازوري، عمان الأردن، 2014، ص 129.
- محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية بدون طبعة، القاهرة، دار الفكر العربي، 2002، ص 14.
- محمد عبد الفتاح حافظ الصيرفي، البحث العلمي، الدليل التطبيقي للباحثين، الطبعة 3، عمان، دار وائل للنشر، 2009، ص 16.
- بن زيدان حسين وآخرون، مستوى الوعي الصحي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية، المجلد 09، العدد 1، 2017، ص 30-38.
- محمد علي رحيم، الوعي الصحي لدى كلية التربية بجامعة القادسية، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، المجلد 06، العدد (1 - 2)، 2007، ص 1-24.
- كنزة حامدي ونور الدين مبني، واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية الجزائرية - المدرسة الابتدائية نموذجا-مجلة آفاق، المجلد 11، العدد 4، 2019 ص ص: 683- 707
- 18- Xiaoli Chen, M. D and all, Lifestyles and health-related quality of life in Japanese school children: a cross-sectional study, preventive medicine, volume 40, issue 6, 2005, pp668-678. .

19-Jo Harris, Physical education teacher education students' knowledge, perceptions and experiences of promoting healthy, active lifestyles in secondary schools, Physical Education and Sport Pedagogy, Volume (19) Issue (5),(2014)pp 466-480.

20- Santhi Krishna. C & P. Rekha, Health awareness among secondary school students ,peer reviewed journal, vol-6/46,2018,pp11045-11049