

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

- من وجهة نظر مفتشي وأساتذة المادة لولاية سطيف-

The role of the Physical Education and Sports Sessions in Developing Middle School Students' Health awareness -From Setif State Teachers' and Inspectors' Point of View-

حزام عبد الرزاق¹، سعودي الجنيدي²

HAZEM ABDERREZAK¹، SAOUDI DJENIDI²

1 جامعة محمد بوضياف المسيلة/مخبر التعلم الحركي / abderrezak.HAZEM@Univ-msila.dz

2 جامعة محمد بوضياف المسيلة/مخبر التعلم الحركي / djenidi.saudi@univ-msila.dz

تاريخ النشر: 2023/06/01 تاريخ القبول: 2023/04/03 تاريخ الاستلام: 2023/01/01

الملخص: 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 أيضاً 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 المتوسطة.

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 and 05 inspectors of the subject in the state of Setif. 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; Middle School Students'

1. مقدمة و اشكالية للدراسة: لقد أولت الدولة الجزائرية في السنوات الأخيرة الاهتمام الأكبر للقطاع التربوي باعتباره القاعدة الأساسية لتكوين المجتمع والوسيلة المثلى لإعداد شباب ونخبة المستقبل؛ فأصبحت أغلب الدراسات والأبحاث تركز على النهوض بهذا القطاع من خلال مجموعة من الإصلاحات الجذرية، التي قامت بها وزارة التربية بدافع مساهمة تطورات العصر، والتفتح على العالم، ولم تستثني هذه التغييرات أية مرحلة من المراحل أو مادة من المواد بل شملت جميع المواد التربوية، في مختلف الأطوار بداية بتغيير المناهج والأهداف التربوية، وصولاً إلى طريقة التدريس، وتحت مسمى المقاربة بالكفاءات في ظل مناهج الجيل الثاني لتعليم المتوسط التي شرع في تطبيقها انطلاقاً من السنة الدراسية 2016/2017 على أقسام السنة الأولى من التعليم المتوسط قبل أن تعمم في السنوات التي تلتها على باقي أطواراته المرحلة، وفق المنظومة التربوية الجزائرية؛ ورغم ما جاء به هذا الإصلاح من إيجابيات كان لابد من وقفة تقييمية لمناهج المقاربة بالكفاءات وذلك من خلال المشاورات والورشات المسطرة تحت إشراف اللجنة الوطنية للمناهج، فجاء هذا الإصلاح بما يسمى مناهج الجيل الثاني، وقد تم إدراجه خلال مخطط متعدد السنوات في المنظومة التربوية. وللتذكير فإنه قد اعتمد في بناء هذا المنهج الجديد على مناهج المقاربة بالكفاءات كأساس لتوجيه عملية التعليم والتعلم. ويعتبر مناهج الجيل الثاني امتداداً لمناهج المقاربة بالكفاءات وتمحيص لإطارها المنهجي

والعلمي كونها تتوافق مع مساعي المدرسة الجزائرية وأهدافها في الوقت الراهن، وتعمل على إعداد التلميذ من كل الجوانب إعداداً كاملاً وكافياً لمواجهة تحديات الحياة مستقبلاً، لما تزوده من معرفة وتجربة ولهذا كان لإدراج منهاج الجيل الثاني ضرورة لا مفر منها حتى تسمح له بالتطلع إلى الآفاق المستقبلية بأمان. (أهداف منهاج الجيل الثاني، 2021، منصة وزارة التربية الوطنية الجزائرية).

إن حصة التربية البدنية جزء مندمج في النظام التربوي الشامل، تسعى إلى تكريس طموحات الأمة الصحية والثقافية والاجتماعية والخلوقية، شأنها شأن بقية المواد التعليمية الأخرى، بإيجاد الصيغ الملائمة لتنشئة الأجيال وبما يجعل منهم مواطنين فاعلين، قادرين على الاضطلاع بأدوارهم في كل مجالات الحياة على أكمل وجه ففي ظل المقاربة المعتمدة "المقاربة بالكفاءات" وفي منظورها العام للتعلّم حيث المتعلّم محور الاهتمام في العملية التعلّمية، تماشياً مع قدراته البدنية والنفسية الحركية والمعرفية، تصبح فضاء مميّز بما توفره من تنوّع للأنشطة البدنية والألعاب التحضيرية، وخاصة التي تقوم على روح التعاون والمواجهة والإبداع والتعبير، وما يتطلّب من المتعلّم من تكيف لتصرفاته وسلوكياته مع ما يتوافق والوضعية المعيشة. (منهاج التربية البدنية والرياضية، مارس 2015، ص3 بتصرف).

إلا أن مفهوم التربية البدنية والرياضية يفهم من عامة الناس فهما خاطئاً، فبعض الأفراد يعتقدون أنها الأنواع المختلفة للرياضات وآخرون يفكرون على أنها عضلات وحركات، بينما البعض الآخر يظنون أنها أذرع وأرجل قوية ونوايا حسنة في حين يراها آخرون على أنها تربية الأجسام، ولكن في العموم فالتربية البدنية والرياضية مادة تعليمية إلزامية وجزء لا يتجزأ من التربية العامة فهي تساهم من خلال أنشطتها البدنية والرياضية في تنمية مؤهلات المتعلم كما تعمل على إكسابه مؤهلات ومهارات بدنية إضافية زيادة عن المعارف الصحية المرتبطة بها وخاصة سلامة العقول وقوة النفس وإخلال الوعي وهو الفارق هنا، بل إن مكانتها في رعاية الطفل وتربيته واعداده يجب أن يكون دائماً إلى جانب التعليم وتصاحبه في جميع مستوياته المعرفية والصحية، وتبني معه رجل الغد وقائد المستقبل، فالتربية البدنية والرياضية لا تعمل على التربية الجسمية فقط بل تساهم في عملية التربية العامة نتيجة الوعي الذي يتم بناؤه وترسيخه فيجب أن نعطي نفس الأهمية لها كما هو الحال في الدول المتقدمة التي أصبحت تتنافس فيما بينها

من أجل إبراز تفوقها الحضاري، فممارسة التربية البدنية والرياضية في المدرسة يضمن الحالة الصحية الجيدة لأطفالنا والمحافظة عليها وتنمية القدرات الحركية والنفسية وتحسين العلاقات الاجتماعية لهم، ما يجعلهم إيجابيين. لقد أدركت اللجنة الوطنية للمناهج الحالية منذ تنصيبها في نوفمبر 2002 ضرورة إنجاز وثيقة توجيهية منهجية لتأطير عملية إعداد مناهج جديدة تتحلّى بروح مبادئ الإصلاح التي حددتها قرارات مجلس الوزراء بتاريخ 30 أبريل، 2002 وكذا توصيات اللجنة الوطنية لإصلاح المنظومة التربوية التي نصّبها فخامة رئيس الجمهورية (اللجنة الوطنية للمناهج، 2009، ص 7). هذه الوثيقة تأتي تحت عنوان المرجعية العامة للمناهج هي وثيقة تذكر بمقاصد الإصلاح المرتبطة بغايات المدرسة الجزائرية، وتتحدد بمرجعيات ومبادئ محددة.

حيث تبنيت الإصلاحات الجديدة، فبرنامج ومناهج التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط ومستقبلاً في التعليم الثانوي في ظل مناهج الجيل الثاني التي تسعى إلى المساهمة في تحقيق ملامح التخرج المسطّرة بمعية بقية المواد الأخرى، وذلك بإدخال تغييرات جذرية على المناهج، واعتماد المقاربة بالكفاءات بدل الاعتماد على المقاربة بالأهداف وتفعيل أنماط التقويم واعتماد سياسة تكوينية جيدة للأساتذة والمسيّرين والعمل بالمشروعات؛ (عبد الكريم ملياني وآخرون، 2021، ص 441). وهذا بإرساء كفاءات في مختلف الأطوار، حيث تجد هذه الكفاءات مداها في الأنشطة البدنية والرياضية المتداولة في الوسط المدرسي في ضوء حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك بالعمل على حمايتهم ورعايتهم صحياً ونفسياً، وتلبية حاجاتهم ومتطلباتهم المختلفة ومساعدتهم على النمو الشامل المتكامل، والصحة وتكوين وعي لأبعادها هي هدف رئيسي للتربية، فالتربية الصحية من أولى الأهداف التي يسعى الجميع إلى تحقيقها، فهي عملية فنية لها مبادئها وأسسها التربوية، إذ تبدأ مع مرحلة الطفولة، وتستمر في جميع مراحل الحياة، فتسعى إلى إكساب الأفراد مجموعة من المعلومات والمكتسبات بالأساليب التربوية المناسبة، بهدف التأثير على معارف الأفراد واتجاههم وسلوكهم وإكسابهم عادات صحية سليمة تساعدهم على النمو السليم، كما هي عملية تربوية، يتحقق عن طريقها رفع مستوى الوعي الصحي، وذلك من خلال تغيير معارف الناس وعاداتهم وسلوكهم واتجاههم إلى أنواع أخرى من المعارف، والسلوك، والعادات، والاتجاهات التي تؤدّيهم إلى الوقاية من الأمراض، وتمكّنهم من صيانة صحتهم، وتساعدهم في حل مشكلاتهم الصحية ويرى أسعد أمين محمد أن

التربية الصحية عبارة عن المعلومات والمهارات والاتجاهات والسلوكيات التي تمس احتياجات واهتمامات الأفراد وتمكنهم من ممارسة السلوك الصحي السليم، وتؤثر تأثيراً مباشراً إيجابياً على سلوكهم واتجاهاتهم نحو القضايا والمشكلات الصحية. (أسعد أمين، 2008، ص146).

والتربية البدنية والرياضية تلعب دوراً فعالاً في تعديل وتنمية السلوك والوعي الصحي للتلاميذ خاصة في المرحلة المتوسطة إذ ينتقل فيها المتعلم من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة المتوسطة، بحيث يكتسب فيها إلى حد ما الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة والقدرة على الإدراك وتكوين الميول الإيجابي وفي هذه المرحلة بداية (المراهقة) يبني النضج المتمثل في النمو الجنسي، العقلي الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي ، لهذا فهي تسمى فتيل انطلاق المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة فالمرهقون والمرهقات في نهاية هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحاً عند تلاميذ الطور الثالث من التعليم المتوسط باختلاف جنسهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء لتصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاماً وملائمة.

ومما تقدم اتضح للباحثين أهمية دراسة المركبات التعليمية المكفولة بمنهج تعليمي تعليمي عاش ثورة إصلاحية حديثة، لمدى كفاءته مستوى الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة المتوسطة وتنميته وتكوين اتجاهات لديهم نحو ممارسة النشاط البدني كأحد أوجه التنمية الشاملة وخاصة فيما يرتبط بتكوين شخصياتهم للحياة المجتمعية داخل المؤسسات التربوية وخارجها، من منطلق أن التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية يكتسبون اتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني مما له من فوائد صحية وتغطية حاجاتهم في فترة المراهقة فهو يساعدهم على رفع المستوى البدني و تقليل الإصابة بأمراض القلب والسمنة وبالإضافة تنمية الجوانب المعرفية المتعلقة بالصحة و التغذية والعناية بالجسم وأجهزته الوظيفية وهذا يمكن لهم الاحتفاظ بمستوي مناسب من الصحة الشخصية، والوعي بأبعادها كما أنه توجد الكثير من الدراسات كانت السباق والمشاركة في دراسة هكذا موضوع والتي نذكر بعضها دراسة عباس أميرة وعطاء الله أحمد (2017) حول "دور منهاج التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية في مرحلة التعليم المتوسط" هدفت الدراسة إلى معرفة

المهارات الحياتية التي يحتويها منهاج التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط، تمت الدراسة على مناهج التربية البدنية و الرياضية للسنوات الأربعة من التعليم المتوسط حيث تم استخدام منهج تحليل المضمون؛ وبعد المعالجة الإحصائية و جمع البيانات أظهرت النتائج أن منهاج التربية البدنية و الرياضية يحتوي على بعض المهارات الحياتية في المراحل الأربعة للتعليم المتوسط بنسبة ضعيفة جداً وعليه خرج البحث بمجموعة من التوصيات من أهمها تصميم منهاج التربية البدنية و الرياضية قائمة على المهارات الحياتية مع مراعاة حاجات واستعدادات تلاميذ التعليم المتوسط وواقع المجتمع؛ دراسة عيسى براهيمي و حسناء صلحاوي ، فاطمة الزهراء زيدان (2016) حول "دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية دراسة ميدانية على مستوى بعض الثانويات بلدية بسكرة" هدفت الدراسة المقارنة معرفة مستوى الوعي الصحي بين تلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية كانت دراسة ميدانية على مستوى بعض الثانويات بلدية بسكرة استخدم الباحثون كأداة للدراسة الاستبيان على عينة تمثلت في (90) تلميذ على مستوى (04) ثانويات، مقسمة إلى (45) تلميذ يمارسون حصة التربية البدنية و الرياضية و (45) غير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية. حيث كانت نسبة الوعي الصحي جدا عالية عند الممارسين مقارنة بغير الممارسين؛ دراسة لبشيري أحمد، (2022) حول "التقدير الكمي لمساهمة الوعي الصحي في تحديد المعادلات التنبؤية لاتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي" هدفت الدراسة إلى التقدير الكمي لمساهمة الوعي الصحي في تحديد المعادلات التنبؤية لاتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وهذا بغية استنباط المعادلة النهائية بين المتغيرين، وقد تمت الدراسة على (50) تلميذ في الطور الثانوي تم اختيارهم بطريقة قصدية، وللتوصل إلى النتائج تم استخدام مقياس الوعي الصحي واستبيان الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، ضمن المنهج الوصفي ، وقد توصل الباحث إلى تحديد المعادلة التنبؤية لدرجات الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي بدلالة الوعي الصحي، وبالتالي فالمعادلة التنبؤية لاتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي: (درجة) = $63.524 + 0.071 \times$ الدرجة الكلية لمقياس الوعي الصحي (درجة) + $1.044 \times$ مجال التغذية (درجة) + $0.454 \times$ مجال الصحة الشخصية (درجة) + $0.243 \times$ مجال القوام (درجة). دراسة

القص صليحة، بن غذفة شريفة، (2021) حول "الوعي الصحي الرياضي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط" هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي الرياضي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، بالإضافة إلى محاولة تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي الرياضي لدى التلاميذ تبعاً لمتغيرات الجنس ومستوى التحصيل الدراسي وتمثلت أداة الدراسة في استبيان مُعد من طرف الباحثين والمكون من 17 فقرة والذي طبق على عينة قوامها 85 تلميذ وهو المجموع الكلي لتلاميذ السنة الثالثة بمتوسطة سيود علي ببلدية عين التوتة بولاية باتنة، و بعد جمع البيانات عولجت باستخدام برنامج SPSS 19. وتوصلت الدراسة إلى جملة من النتائج منها: أن متوسط درجات الوعي الصحي الرياضي مرتفع لدى أفراد عينة الدراسة. وأنه لا توجد فروق بين متوسطات درجات الوعي الصحي الرياضي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيري الجنس ومستوى التحصيل الدراسي؛ دراسة العرابوي سحنون (2017) حول " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط" هدفت الدراسة إلى دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط، توصلت نتائج الدراسة إلى نجاعة النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الصحة النفسية خاصة فيما يخص المرافقة التوعوية والإرشاد وزيادة الثقة بالنفس (الزمالة) لتلاميذ الطور النهائي من خلال توطيد علاقتهم مع أقرانهم خلال حصة التربية البدنية تجعله يقدر ذاته وقدراته العامة لتفادي العزلة والانطواء .

وبناءً على ما تم التطرق إليه تم صياغة التساؤل العام للدراسة على النحو التالي:

ما دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة؟

ويتجزأ التساؤل العام إلى التساؤلات الفرعية التالية:

- هل للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة.
- هل للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة.
- وانطلاقاً من التساؤلات نفترض الفرضية العامة التالية: للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة ومفتشي مادة التربية البدنية والرياضية.

وتتجزأ الفرضية العامة الى الفرضيات الفرعية التالية:

- للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة.

- للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة.

أهمية الدراسة من أهمية قيمتها من خلال مخرجاتها المتمثلة في التربية النوعية الصحية للتلميذ وما أثبتته من فاعلية على مستويات عدة فيما يخص مكافحة الآفات النفسية والأمراض وتفاذي الوصول لنتائج وخيمة على عدة أصعدة بعد تشكيل سلوك صحي وعباً وتطبيقاً وكذلك إبراز مدى مساهمة الإصلاحات في تحقيق الجوانب البيداغوجية المرجوة على المدى القرب والبعيد كغايات ومرامي على المدى المتوسط أو البعيد.

أهداف الدراسة التي نلخص أهمها فيما يلي: - تهدف الدراسة لمعرفة مدى تلبية الإصلاحات الحالية في المنظومة التربوية لمادة التربية البدنية والرياضية، مستوى من الوعي الصحي والاتجاه الإيجابي نحو النشاط الرياضي في ظل تطبيق مناهج الجيل الثاني لدى تلاميذ الطور المتوسط، بعد تشخيص معايير النقص التي يتم تسجيلها في كفاءات المنهاج

- التعرف على دور التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة كأهل للاختصاص في الجانب التربوي والبيداغوجي.

- التعرف على دور التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة البدنية لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة كمختصين ومشرفين مباشرين على المادة والتلميذ.

- ابراز ملامح التأثير الإيجابي بين تكوين المعرفة النوعية في بناء الوعي الصحي بأنواعه ومصادره وتعديل الاتجاه نحو النشاط الرياضي ومتطلباته كنتيجة تابعة لذلك.

2. المفاهيم الأساسية للدراسة :

1.2. التربية البدنية والرياضية : يعرفها فيري الذي يقول : إن التربية البدنية والرياضية

جزء لا يتجزأ من التربية العامة، وأنها تشغل إذن دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية العضوية والانفعالية. (مقني، 1996، ص 38).

2.2. مرحلة التعليم المتوسطة : يشكل التعليم المتوسط المرحلة الأخيرة من التعليم الأساسي وتكون بين مرحلة التعليم الابتدائي والتعليم الثانوي بغاياته الخاصة وكفاءات

محددة جيداً، مما يضمن لكل تلميذ قاعدة من الكفاءات الضرورية، في مجال التربية والثقافة والتأهيل وكذا الوعي، ويتكون من أربعة مراحل أساسية مدة كل مرحلة سنة دراسية كاملة، وهو الأمر الذي يسمح له بمواصلة الدراسة والتكوين في مرحلة ما بعد الإلزامي أو بالاندماج في الحياة العملية. (عطاء الله أميرة عباس، 2017، ص 288).

3.2. تعريف الصحة النفسية : حالة التكيف والتوافق والانتصار على الظروف والمواقف يعيشها الشخص في سلام حقيقي مع نفسه وبيئته التفاعلية بكل أقطابها والعالم من حوله. (بطرس، 2008، ص 16).

4.2. تعريف الصحة البدنية: يقصد بالصحة البدنية تمتع الفرد بالعمليات الحيوية السليمة لوظائف الجسم، وكذلك الخلو من العيوب والتشوهات البدنية والتمتع باللياقة البدنية العامة والقوام السليم، ليتمكن الفرد من العمل والإنتاج وأداء المهام التي توكل إليه بصورة طبية مناسبة وتعتبر الصحة البدنية أحد المكونات الرئيسية للصحة العامة للفرد ومن علاماتها المميزة ما يلي:

- الجسم المتناسق.
- الشهية الطبيعية.
- انتظام الوظائف الحيوية بالجسم مثل النوم والهضم واتزان سلامة وحركات الجسم.
- معدلات طبيعية في نبض القلب وضغط الدم.
- أداء المجهود البدني المناسب للسن والجنس. (كامل، 1427هـ، ص 3-4).

5.2. تعريف الوعي الصحي : هو مفهوم يقصد به الإلمام بالمعلومات والحقائق الصحية، وإحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم، وهو الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والاقناع، وتحويل تلك الممارسات الصحية الى عادة تمارس بلا شعور أو تفكير. (لبشيري أحمد، 2022، ص 04).

والوعي الصحي (Health Awareness) هو السلوك الإيجابي والذي يؤثر إيجابياً على الصحة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية، بصورة مستمرة تكسيها شكل العادة التي توجه قدرات الفرد في تحديد واجباته المنزلية التي تحافظ على صحته وحيويته وذلك في حدود إمكانياته؛ ويبدأ الوعي الصحي باكتساب الفرد الحقائق الصحية، والتي تتحول إلى شعور وجداني من خلال اتجاهات صحية معينة، تتكون لديه وتؤثر في النهاية على ممارساته وعاداته الصحية والتي تظهر على هيئة سلوكيات صحية

سليمة فالسلوك الصحي اليومي ما هو إلا انعكاس إيجابي لمعرفة الإنسان واتجاهاته حول المواضيع المتعلقة بالصحة حسب المرحلة العمرية التي يكون فيها، لذا تتجه البرامج الصحية الحديثة إلى التركيز على طبيعة المرحلة العمرية ومتطلباتها وحاجاتها من أجل التأثير الإيجابي على مستوى الوعي الصحي لدى الأفراد. (خلفي، 2013، ص 273).

6.2. ضرورة الوعي الصحي الرياضي داخل المدرسة: تعتبر المدرسة من أهم المؤسسات التي يقع على عاتقها المسؤولية الكبيرة نحو فئة كبيرة من أفراد المجتمع والتي تمثل غالبية، حيث تتعاون مع الأسرة في تربية الطفل في جميع المجالات وخاصة الصحية منها، لأن الأسرة كمؤسسة من مؤسسات التربية الصحية لا تستطيع أحياناً أن تقوم بعملية التربية وحدها نظراً لانتشار الأمية بين الوالدين وضعف المستوى الثقافي والصحي لديهم، ومن هنا يقع على عاتق المدرسة تنمية الفرد ونقل الثقافة من جيل إلى آخر، لأن التربية الصحية لتلاميذ المدارس هو في الحقيقة تربية صحية للأجيال. (صليحة القص، شريفة بن غذفة، 2021، ص 687-688).

3. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.3. الدراسة الاستطلاعية:

كون الباحث أستاذ للمادة في الطور المتوسط فكان لابد من القيام بزيارات ميدانية لغرض التعرف على ميدان البحث، حيث عرضنا على بعض أفراد مجتمع البحث في مديرية التربية لولاية سطيف والمتوسطات أسئلة استبيان لمعرفة ما إذا كانت محاوره تمس الجانب الذي نحن بصدد دراسته ومن أجوبتهم على الأسئلة الموجهة إليهم و المتعلقة بالتربية البدنية و الرياضية و دورها في تنمية الوعي الصحي لتلاميذ الطور المتوسط، لوحظ تفاعل كبير مع موضوع الدراسة ومواكبتها لمختلف المخرجات المدرجة مع السادة المفتشين في مختلف الندوات والأيام التكوينية (موضوع الساعة) مع السادة أساتذة الطور المتوسط، وكذلك الأيام التحسيسية لأطباء الصحة المدرسية للوضعية الصحية الحالية خاصة في موضوع (الرياضة و الصحة - الرياضة و الوعي الصحي) كما تم الأخذ بعين الاعتبار كل التوجهات التي كانت تصب في لب الدراسة ومسارها الصحيح، كما تم الوقوف على الإمكانيات المتاحة مع مراعاة أوقات العمل كما تم مقابلة السادة مفتشي المادة لمختلف مقاطعات ولاية سطيف بمصلحة التكوين والتفتيش بمديرية التربية سطيف (الجزائر)، وكذلك مقابلة أساتذة المادة بمعينة السيد مدير المؤسسة بكل

المؤسسات التربوية المعنية بالدراسة للحصول على المساعدة التامة وتوفير الظروف الملائمة من أجل السير الحسن للدراسة وعملية توزيع أداة الدراسة وكيفية التعامل معها، كذلك ضبط المتغيرات الدخيلة.

2.3. مجالات الدراسة:

مجالات الدراسة الميدانية ثلاث مجالات (المجال الزمني، البشري، المكاني) وهي كالآتي:
المجال الزمني: أجريت هذه الدراسة ابتداءً من أوائل شهر أكتوبر إلى غاية نهاية شهر ديسمبر 2021، هذا فيما يخص الخلفية النظرية، أما الجانب التطبيقي فقد دام من بداية شهر ديسمبر إلى أواخر شهر جانفي 2022، وتمت عملية توزيع واسترجاع الاستبيانات بعد الإجابة عليهما من (16 جانفي 2022) إلى غاية (19 جانفي 2022).

المجال البشري: وهم الأشخاص الذين أجريت عليهم الدراسة، حيث قدر عدد مفتشي مادة التربية البدنية للطور المتوسط بـ (05) مفتشين بمديرية التربية لولاية سطيف يتوزعون على (05) مقاطعات تفتيشية للولاية؛ أما عدد أساتذة التعليم المتوسط تخصص تربية بدنية ورياضية فقد كان (20) أستاذاً موزعين على جميع متوسطات بلدية عين أولمان الـ (10).

المجال المكاني: أجريت هذه الدراسة بـ (10) متوسطات، موزعة عبر تراب بلدية عين أولمان (جميعها) بولاية سطيف، دولة -الجزائر- للسنة الدراسية 2021 / 2022 وهي كالآتي:

الجدول (01): يمثل مسح المتوسطات بلدية عين أولمان ولاية سطيف.

الترتيب	عدد الأساتذة بالمتوسطة	مكان المؤسسة	اسم المؤسسة "المتوسطة"
01	03	عين أولمان	بركات عباس
02	02	عين أولمان	حشايشي طارق
03	03	عين أولمان	بن جدية محمد البشير
04	02	حي لفريقات	هبال علاوة
05	02	عين أولمان	عبد الحميد دوحيل
06	01	حي ذراع الميعاد	ثليجان عبد الرحمن
07	02	عين أولمان	بناني محمد الشريف
08	01	عين أولمان	شرشافة أحمد
09	02	حي 583 مسكن	عبد الحميد ابن باديس
10	02	حي شرشورة	القاعدة 06 الجديدة
10 متوسطات	20 أستاذ مادة التربية البدنية		المجموع

3.3. المنهج المتبع في الدراسة:

طبيعة الظاهرة المدروسة هي التي تحدد نوع المنهج المتبع لأنه مهما كان موضوع البحث فان قيمة النتائج تتوقف على قيمة المناهج المتبعة. (غنام نور الدين وآخرون، 2021، ص309).

إن المنهج المتبع في هذه الدراسة الميدانية هو المنهج الوصفي المسحي (المسح المدرسي)، حيث أن إحراز التقدم في حل المشكلات وفهم الظواهر المختلفة يتأسس على التعرف على الأوصاف الدقيقة لها والظروف المحيطة بها، كما تهدف البحوث الوصفية إلى تصوير الوضع الراهن للظاهرة المدروسة كما هو في الواقع ومحاولة وضع اقتراحات وأفكار أو تنبؤات عن التطور في المستقبل. (عمار بوحوش، محمود الذنبيات، 2007، ص138-139)

4.3. مجتمع وعينة الدراسة:

أما العينة هي جزء من مجتمع البحث والتي تسمح بإنجاز البحث عن طريق مثلاً استجواب مجموعة من الأفراد أو مقابلتهم ... الخ (العرباوي سحنون، 2020، ص13). فالعينة هي مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية، وتعتبر جزء من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجري عليها الدراسة فهي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع كله، ووحدات العينة قد تكون اشخاصاً، أحياء، شوارع، مدن أو غير ذلك وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية تكون على الغالب أشخاص. (شريف وليد، بوعروري أحمد، 2020، ص07). قمنا خلال هذه الدراسة بانتهاج أحد أنواع الدراسات التي تعرف بالدراسات المسحية ولأكثر دقة اخترنا نوع الدراسة المسحية (المسح المدرسي)؛ حيث قدر عدد مفتشي مادة التربية البدنية للطور المتوسط بـ: (05) مفتشين بمديرية التربية لولاية سطيف يتوزعون على (05) مقاطعات تفتيشية للولاية؛ أما عدد أساتذة التعليم المتوسط تخصص تربية بدنية ورياضية فقد كان (20) أستاذاً موزعين على جميع متوسطات بلدية عين أولمان، " تهدف هذه الدراسات إلى تطوير العملية التربوية كذلك المعلمون مؤهلاتهم وخبراتهم وأعدادهم وتخصصاتهم واتجاهاتهم نحو مهنة التعليم ونحو الطلاب". (هاني جعفر، الدراسات المسحية، 2021، جامعة سوهاج -كلية التربية الرياضية).

5.3. أداة جمع البيانات والمعلومات في الدراسة:

لقد اعتمدنا في دراستنا هذه على الاستبيان الذي يعتبر من أحد الوسائل الضرورية للدراسة بغرض جمع أكبر عدد ممكن من الآراء والأفكار والمعد من طرف الباحثين والذي تم بناؤه بالاعتماد على مجموعة من المقاييس الخاصة بالاتجاهات الصحية والوعي الصحي، أهمها مقياس الوعي الصحي لعلي رحيم محمد 2007 واستبانة الوعي الصحي لعماد صالح عبد الحق وزملائه 2012، واستبيان دراستنا متكون من (36) سؤالاً موزعة كالآتي:

الاستبيان الأول: الأسئلة: 1 و2 و3 و10 و7 و12 وهي عبارة عن أسئلة نصف مغلقة، والسؤال 17 سؤال مفتوح والأسئلة الباقية هي أسئلة مغلقة، موجه لمفتشي التربية البدنية.

الاستبيان الثاني: السؤال 7 سؤال مغلق، أما الباقي هي عبارة عن أسئلة نصف مغلقة، موجه لأساتذة التعليم المتوسط.

ويتكون استبيان الدراسة الكلي من أربعة محاور وهي كالتالي:

فيما يخص الاستبيان الأول:

*المحور الأول: وبه (08) أسئلة وهي من 01 إلى 08، ويتعلق بالفرضية الأولى التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة، ركز المحور على نظرة المفتشين للنشاط البدني التربوي بخلفية منهجية مدروسة الكفاءات والمضمون، وما يمكن تحقيقه كمنتوج مستقبلاً.

*المحور الثاني: وبه (09) أسئلة وهي من 9 إلى 17، ويتعلق كذلك بالفرضية الأولى التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة، وتركيز المحور هنا على مدى دعم السلطات المعنية للمرافق والمستلزمات الضرورية، وما هو مسجل من انعكاسات مفصلية في توفيرها.

أما الاستبيان الثاني:

*المحور الثالث: وبه (09) أسئلة وهي من 1 إلى 11، ويتعلق بالفرضية الثانية التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة، ركز المحور على معرفة نظرة الأساتذة المختصين في التربية البدنية والرياضية حول النشاط البدني في الطور المتوسط ومدى تلبية الإصلاحات الحالية في المنظومة التربوية لمادة التربية البدنية والرياضية، كذلك مستوى ودرجة الوعي الصحي والاتجاه الإيجابي نحو النشاط الرياضي في ظل تطبيق مناهج الجيل الثاني.

*المحور الرابع: وبه (08) أسئلة وهي من 12 إلى 19، ويتعلق كذلك بالفرضية الثانية التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة التركيز هنا كان من جانب ابراز ملامح التأثير الإيجابي بين تكوين المعرفة النوعية في بناء الوعي الصحي بأنواعه ومصادره خاصة البدني وتعديل الاتجاه نحو النشاط الرياضي ومتطلباته كنتيجة حتمية تابعة لذلك.

1.5.3. حساب الخصائص السيكومترية للأداة:

- صدق الاستبيان: يقصد بصدق أداة الدراسة: أن تقيس فقرات الاستبيان ما وضعت لقياسه، وقام الباحثين بالتأكد من صدق الاستبيان من خلال: الصدق الظاهري للاستبيان (صدق المحكمين)، وصدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان، والصدق البنائي لمحاوره.

- صدق المحكمين (الصدق الظاهري): تم عرض أداة الدراسة (الاستبيان) في صورتها الأولية قبل نشر لعملية تحكيم من قبل مجموعة من الأساتذة (05 أساتذة) عبر النت (نسخة الكترونية)، وهم ينتمون الاختصاصات العلمية الملائمة وهذا بغية التأكد من سلامة بناء الاستبيان من مختلف الجوانب، خاصة من حيث دقة صياغة الأسئلة وصحة العبارات؛ مدى شمولية الاستبيان لمعالجة مشكل الدراسة؛ مدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي ينتمي إليه، هذا بالإضافة إلى اقتراح ما يروونه ضرورياً من تعدي لصياغة العبارات أو حذفها، أو إضافة عبارات جديدة؛ وفي الأخير، وبناءً على الملاحظات والتوصيات الواردة من لجنة التحكيم، استجاب الباحثين لآرائهم وقاموا بإجراء ما يلزم من حذف وتعديل في ضوء مقترحاتهم، وتمت صياغة الاستبيان بشكل نهائي.

- ثبات الاستبيان لقد تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ، والجدول رقم (02) يبين معامل ألفا كرونباخ لمختلف محاوره.

جدول رقم (02): يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha

عنوان المجال	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha
المحور الأول	08	0,748
المحور الثاني	09	0,674
جميع فقرات الاستبيان الموجه لملتشي التربية البدنية والرياضية	17	0,808
الثالث	11	0,774
الرابع	08	0,748
جميع فقرات الاستبيان الموجه لأساتذة التربية البدنية والرياضية	19	0,889

نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) أن معامل ألفا كرونباخ لكل محاور الاستبيان المدرج للدراسة تتراوح بين: (0.674-0.774) وهي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان معاً بلغ (0.889) و (0.808) وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة وتدل على أن أداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين (0-1)، وكلما اقترب من الواحد؛ دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات. ومنه نستنتج أن أداة الدراسة التي أعدناها لمعالجة المشكلة المطروحة هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة.

2.5.3. إجراءات التطبيق الميداني للأداة:

وبعد التأكد من صدق الاستبيان توجهنا مباشرة إلى مديرية التربية (مصلحة التكوين والتفتيش) والمتوسطات التي تم اختيارها للقيام بهذه الدراسة، حيث تم توزيع الاستبيانات على (05) مفتشين لمادة التربية البدنية والرياضية للطور المتوسط موزعين على خمسة مقاطعات تفتيشية لولاية سطيف، وكذلك على (20) أستاذاً للتربية البدنية والرياضية في (10) متوسطات وكان ذلك بحضور أحد الباحثين، ثم تركت الاستبيانات للإجابة لمدة يومين ثم تم استرجاعها لتحليل ومناقشة النتائج المتوصل إليها.

7.3. الأساليب الإحصائية:

كما قام الباحثين بتفريغ وتحليل الاستبيان من خلال: برنامج التحليل الإحصائي (IBM SPSS Statistiques V22)، حيث قام الطلبة باستخدام الأدوات الإحصائية التالية:

- اختبار ألفا كرونباخ لمعرفة ثبات فقرات استمارة الاستبيان.
- معامل الارتباط بيرسون لقياس صدق فقرات الاستبيان.
- حساب التكرارات والنسب المئوية لتحليل إجابات أفراد عينة الدراسة وتعرف على اتجاهاتهم نحو أسئلة وعبارات أداة الدراسة.
- اختبار كاي تربيع لدلالة الإحصائية على وجود فروق في إجابات العينة على أسئلة أداة الدراسة:

$$\chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

f_0 : التكرارات المشاهدة

f_e : التكرارات النظرية وهي ناتج قسمة مجموع التكرارات المشاهدة على عدد فئات المتغير النوعي وهي نفسها بالنسبة لكل الخانات. والقاعدة العامة في تحليل إجابة أفراد العينة الدراسة أي في دلالة الإحصائية لإجابات على الأسئلة الاستبيان في وجود فروق بين الإجابات:

دالة إذا كان 2 المحسوبة أكبر من 2 الجدولة

غير دالة إذا كانت 2 المحسوبة أقل من الجدولة

درجة الحرية 1 (نعم، لا) هي: عدد البدائل-1 مثلاً هنا 1

درجة الحرية 1 (نعم، لا، نوعاً ما) هي: عدد البدائل-1 مثلاً هنا 2

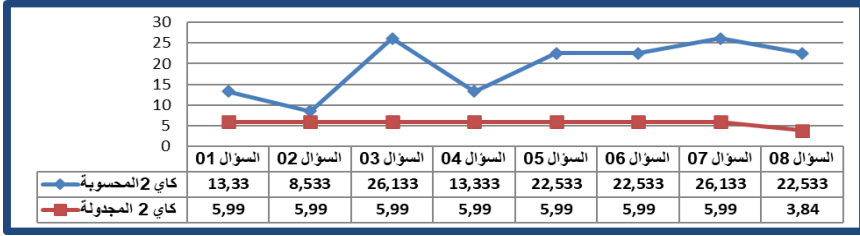
2 كالمجدولة عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 هي 3.84

2 كالمجدولة عند درجة حرية 2 ومستوى الدلالة 0.05 هي 5.99

4. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

بصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الأول الذي يخدم الفرضية الأولى نجد: إن جميع أسئلة المحور الأول: من 01 إلى 08 دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ، حيث 2 كالمحسوبة أكبر من الجدولة في جميعها، كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة الأكثر تكرار.

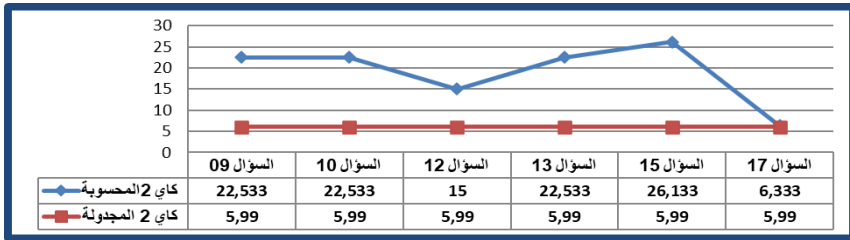
استنتاج: ويتعلق بتأكيد الفرضية الأولى التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة وهو ما تم الوصول إليه في مختلف الاجابات على بنود الاستبيان في محوره "السلوك المسؤول واحترام الاختلافات"



الشكل رقم (01) يوضح قيم كاي 2 المحسوبة أكبر من المجدولة لجميع أسئلة المحور الأول

وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الثاني كذلك الذي يخدم الفرضية الأولى نجد: إن جميع أسئلة المحور الثاني: من 09 إلى 17، دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كاي 2 المحسوبة أكبر من المجدولة في جميعها، كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة الأكثر تكرار.

استنتاج: ويتعلق كذلك بتأكيد الفرضية الأولى التي تقرباً للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة وهو ما تم الوصول اليه في مختلف الاجابات على بنود الاستبيان في محوره جانب "الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال"



الشكل رقم (02) يوضح قيم كاي 2 المحسوبة أكبر من المجدولة لجميع أسئلة المحور الثاني

يتبين لنا من خلال النتائج المرفقة بالشكلين (01) و (02) والمتعلقين بالفرضية الأولى والتي تنص بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر مفتشي المادة، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لكل من العبارات التي تمس كلا المحورين الذين يخدمان الفرضية

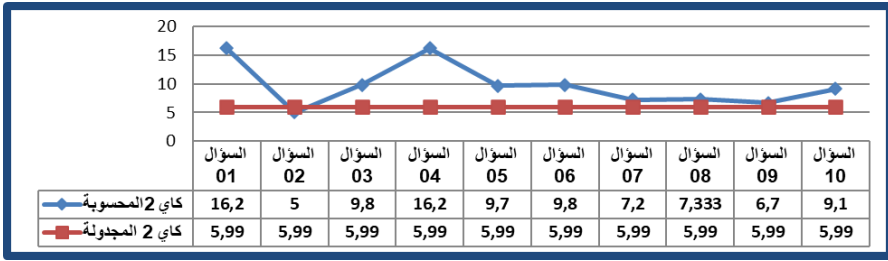
الأولى، الأولى من العبارة 01 إلى العبارة 08، والثاني من العبارة 09 إلى العبارة 17 عند مستوى الدلالة الإحصائية (0,05). فإننا يمكن إثبات صحة الفرضية الأولى؛ بالتوافق مع ما توصلت له الدراسات السابقة المشار لها في هذه الدراسة فإن الرياضة المدرسية تساهم في صقل وإعداد شخصية المتدرب من خلال ما يمارسه المتدرب من نشاطات رياضية تساهم في إكسابه العديد من السلوكيات الجديدة الايجابية خاصة ما تعلق منها بالقدرة على التحمل والصبر والتواصل وهي بذلك تنمي لديه البعض من القدرات النفسية التي تعمل على تعزيز الوعي والصحة النفسية لديه من خلال ذلك الشعور الذي يختلجه بعد نهاية حصة التربية البدنية وهو ما يؤكد أهمية الرياضة المدرسية في عملية تعزيز وعيه الصحي. كما يمكن اعتبار ممارسة النشاط الرياضي التربوي من العوامل الهامة التي يمكن عن طريقها إذا حظيت بالعناية والاهتمام الكافيين أن تكون ذات أثر فعال في تشكيل قدرات الفرد وذلك بما تتيحه له من فرص عملية بأن يعبر عن ذاته، وأن يجد فيها إشباعاً لرغباته، ومجالاً لتحقيق ميوله الخاصة، وتنمية، استعداداته وقدراته الفطرية، مما يساهم في تكامل شخصيته ونموها بصورة متزنة تؤثر بالتالي على تحسين إنتاجه وأدائه بصفة عامة فحينما يعبر المتدرب عن نفسه عن طريق الرياضة فهو بذلك يقدم مختلف الشحنات والطاقة النفسية والجسدية مما يجعله يحس بنوع من الراحة والأمن النفسي الذي يعد عاملاً مهماً على استقرار الصحة النفسية لديه، فأخراج المكبوتات والقدرة على التعبير عن نفسه أمر من شأنه تعزيز الصحة النفسية لدى المتدرب خاصة وأن هذا التعبير يمثل نوع من الإشباع النفسي لحاجات مختلفة تساهم بطريقة مباشرة في تكوين شخصيته وتطويرها مما يمثل عاملاً مهماً في تعزيز الصحة النفسية لديه؛ وهو ما يتوافق مع دراسة الباحثين براهيمي عيسى و آخرون " بأن الكثير يعتقد بأن ميدان التربية البدنية والرياضية يؤهل الفرد للعمل في مجال التربية الصحية ويعتقد آخرون أن التربية الرياضية والتربية الصحية برنامجان متحالفتان لأنهما يعبران عن شيء واحد وهو ضرورة الاهتمام بتربية الأفراد"

(عيسى براهيمي و آخرون، 2016، ص133-134).

بصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الثالث الذي يخدم الفرضية الثانية نجد: إن جميع أسئلة المحور الثالث: من 1 إلى 11، دالة

إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في جميعها، كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة الأكثر تكرار.

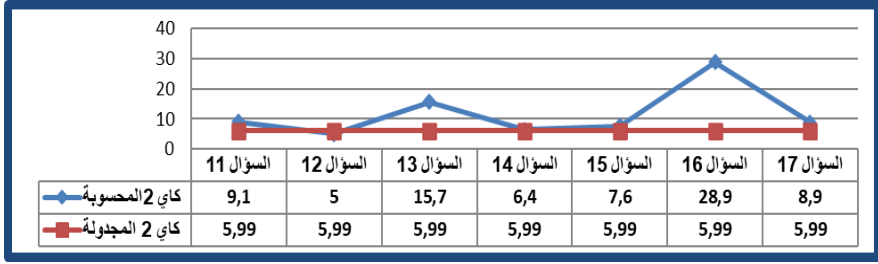
استنتاج: ويتعلق بتأكيد الفرضية الثانية التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة، كذلك معرفة نظرة الأساتذة المختصين في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربوية حول النشاط البدني في الطور المتوسط من جانب "النشاط البدني الغذاء وأجهزة الجسم"



الشكل رقم (03) يوضح قيم كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة لجميع أسئلة المحور الثالث

وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الرابع الذي يخدم الفرضية الثانية نجد: إن جميع أسئلة المحور الرابع: من 12 إلى 19، دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في جميعها، كما هو مبين في الشكل أدناه وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة الأكثر تكرار.

استنتاج: ويتعلق كذلك بتأكيد الفرضية الثانية التي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة، كذلك معرفة نظرة الأساتذة المختصين في المجال حول النشاط البدني في الطور المتوسط من جانب "الأمراض والاضطرابات والاصابات والصحة البيئية"



الشكل رقم (04) يوضح قيم كاي 2 المحسوبة أكبر من الجدولة لجميع أسئلة المحور الرابع

يتبين لنا من خلال النتائج المرفقة بالشكلين (03) و(04) والمتعلقين بالفرضية الثانية والتي تقر بأن للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي من الجانب البدني لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة المادة، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لكل من العبارات التي تمس كلا المحورين الذين يخدمان الفرضية الثانية، الثالث من العبارة 01 إلى العبارة 11، والرابع من العبارة 12 إلى العبارة 19 عند مستوى الدلالة الإحصائية (0,05). فإننا يمكن إثبات صحة الفرضية الثانية؛ فجل الدراسات السابقة التي تم الإشارة لها في هذه الدراسة خلصت بأن أهم أعراض حصة التربية البدنية والرياضية تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العظمية والسرعة، التحمل، الرشاقة، وتقع أهمية الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية ليس فقط من واقع علاقتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهج المدرسي ، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع، كما يدلي أساتذة التربية البدنية خلال مقابلتهم للإجابة على الاستبيان الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية. ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية لأجهزة في جسم التلميذ وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمات النفسية والارادية للفرد، وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (12-16) سنة يقول: محمد حسن العلاوي ما يلي: تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات، وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بالمتفوق الرياضي واتضح المهارات وبالرجوع الى خصائص ومميزات هذه المرحلة يرى فؤاد السيد 1998 أنه: ينفر الأبناء من آبائهم ويتضايق الآباء من أبنائهم وذلك لأن المراهق في هذه المرحلة الحرجة من حياته يصبح صعب المراس لا يأبه للمسؤولية. (عباس أميرة، عطاء

الله أحمد (2017، ص 25).

يتبين لنا من خلال النتائج التحليلية المرفقة بالأشكال: (01)، (02)، (03)، (04) والمتعلقة بالفرضيتين الجزئيتين الأولى والثانية وفي ظل وجود دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، حيث 2ك المحسوبة أكبر من الجدولة في جميعها، كما هو بين في الأشكال وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة الأكثر تكرار في كلتا الفرضيتين الجزئيتين، ومنه يمكن تأكيد الفرضية الرئيسية التي تنص للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة ومفتشي مادة التربية البدنية والرياضية والطفل المراهق الرياضي يستطيع أن يحاكي الواقع والبيئة الخارجية والتعامل معها من خلال إسقاط بعض جوانبها على البيئة الرياضية فعندما يمتلك الشجاعة والإقدام من خلال المنافسات والتحديات الرياضية سواء ضد خصمه أو ضد نفسه فإنه يكون مستعداً لذلك فالقوة البدنية والتفوق الرياضي المهاري يكسبانه الثقة في النفس ويعززها، 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 التي تشمل الاضطرابات الشعور الدائم بالحزن، كذلك الاضطرابات الذهنية والتي تؤثر بشكل سلبي على الإدراك، التي تعتبر أكثر أعراضها شيوياً، بالإضافة إلى اضطرابات الأكل والتي تشمل التصرف في العواطف والتصرف تجاه الوزن والطعام، وعلاج حالات وأمراض أخرى كحالات اضطرابات النوم، وحالات الخرف، ويعمل النشاط البدني الرياضي على تعديل السلوك العدواني للتلميذ ويتعلم من خلالها الاستجابة للمواقف المختلفة بطرق متعددة، تمنحه أيضاً الاهتمام وتساعد على تلبية حاجاته كحاجاته للنمو، الحاجة إلى اللعب، والحاجة إلى التقدير الاجتماعي، كل هذا أكده بعض علماء النفس والأخصائيين الرياضيين والمعلمين للمناهج التربوية التعليمية لاسيما في المرحلة المتوسطة، إذ أشاروا إلى أن النشاط الرياضي يعمل على زيادة الثقة في النفس والشعور بالأهمية، ويشير «حامد عبد السلام» في هذا السياق إلى أن الاتصال الاجتماعي ينمي القدرة على الحديث وينمي ميول التلميذ واتجاهاته كما يوسع وجهات نظره ويزيد من معلوماته مما يثري شخصيته.

وبما أن مهمة المدرسة لا تكمن في تلقين المعلومات للتلاميذ فحسب، وإنما تعمل على ترسيخ وتثبيت مجموعة من القيم والمعايير لديهم في إطار التفاعل التربوي، والتي يقضي فيها التلميذ معظم أوقاته، فيكتسب من خلالها أنماطاً جديدة في التفكير والسلوك فإن التربية البدنية والرياضية هي أحد لبنات المدرسة الأساسية فهي أيضاً تعمل على إكساب أنماط جديدة في التفكير والسلوك الصحي، كما يسهر على تنظيم الرياضة المدرسية الكثير من الهيئات الخاصة بذلك، الممارسة الرياضية تشجع الروح والخلق بين التلاميذ وعدم تركيز الاهتمام على إحراز النصر فالمباريات بأي وسيلة، بل الواجب منه الاهتمام ببذل الجهد والظهور بالمظهر الرياضي اللائق وفورمة بدنية صحية لاثقة، يقول "محمد مصطفى زيدان" بأن سلوك الطفل في هذه المرحلة يصبح غير وقائي، إذ يكون مبنياً على مجموعة من الميول والعواطف والاتجاهات التي تتناسب مع الموقف الذي يواجهه، كما يتميز بحب الاستطلاع والمثابرة والطموح الدائم مما يكسبه نوع من الوعي الإيجابي والبناء، حيث يغلب على تصرفاته الطابع التفاعلي، وعدم المبالاة وكذا النقد الذاتي والجرأة والحماس، والمبادرة في التعلم الذي يشمل مختلف الفعاليات والأنشطة الرياضية حتى يتضح له مسار تخصصه. 5. اقتراحات وأفاق مستقبلية للدراسة:

بناءً على ما سبق وانطلاقاً من النتائج المتوصل إليها والاستنتاجات المستقاة من تحليل ومناقشة أسئلة الاستبيان، فقد توجب علينا تقديم هذه التوصيات والاقتراحات التي تفرض نفسها بنفسها فهذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة محصورة في الإمكانيات المتوفرة لدينا ورغم ذلك فإن النتائج المستخلصة من هذه الدراسة تختصر في أن التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط لها الدور الفعال في التوعية والبناء السلوكي الصحي بإقرار المشرفين على المادة سواء أساتذة أو مفتشين وحتى الأطباء المتابعين للتلميذ.

وعلى ضوء النتائج المتوصل إليها نتقدم ببعض النصائح والاقتراحات إلى من تهمة هذه الفئة في المجتمع سواء كانوا مربين أو مسؤولين التي نأمل أن تكون بناءة ومساعدة لهذه المادة في تطويرها والسير بها في طريق أحسن وخاصة في هذه المرحلة، بتوفير ما يلي:

- دعم الصحة المدرسية بمختصين في المجال النفسي والرياضي الاجتماعي، إذ أن مختلف الرياضة لا يكون لها متعة إلا إذا مورست في جماعة وهذا ما يسمح بزيادة التفاعل الاجتماعي مع الآخر وتقبله وعليه فإنه يتعد بالتدرج عن تمرّكه حول ذاته

فقط، كما أن خبرات النجاح ستزيد من اعتباره لذاته وخبراته الفشل يمكن أن تزيد تعلماته في المجال الاجتماعي والسيكولوجي وبالتالي من عزمته في الاستمرار بدل التوقف لتحقيق الأفضل.

- اعداد محاضرات وملتقيات في علم النفس الرياضي بالشراكة مع المختصين في المجال الطبي والإرشاد النفسي من أجل تعليم القواعد الأساسية في التعليم والتعامل مع التلميذ من الخلفية الصحية الصحيحة لتشكيل جانب من الوعي للمُعلم والمتعلم سواء بسواء.

- استعمال أساتذة التربية البدنية للعب والمرح والجانب الترويحي للتلميذ، واستخدام ألعاب تغيّر جو الملل وتعبر عن حاجياتهم وحل مشاكلهم النفسية، والأنشطة الرياضية التي تساهم في نمو شخصية الطفل وتحقيق النمو النفسي وتلي إشباع بعض الميول للعدوانية والعنف لديهم (تكفل وتضمن حاجات الأطفال للممارسة الرياضية، خاصة الجانب "النفس بدني")

- اخلال جانب الفحص الطبي الدوري للتلميذ مع خلية الاصغاء والمتابعة وأطباء الصحة المدرسية مع ضرورة إقامة علاقات مع أولياء التلاميذ من أجل إبراز الشق التوعوي لأهمية النشاط البدني الرياضي وكذلك إقامة التريصات والدورات التكوينية النوعية بشكل دوري.

- زيادة البحوث العلمية في هذا الجزء من العمر البيداغوجي والاعتماد على البحوث المحلية كونها تراعي بعض الخصوصيات البدنية والاجتماعية والنفسية المتواجدة في بيئتنا دون إهمال التجارب الناجحة الموجودة في باقي الدول المجاورة خاصة مخرجاتها في ظل الظروف الحالية.

- القيام بدراسات مماثلة في بيئات ومجتمعات أخرى، تكون أوسع من مجتمع الدراسة الحالي بحيث تشمل جوانب نفسية وبدنية مع التخصيص فيما للجوانب المهمة والفعالة في بناء شخصية الطفل المستقبلية ومدى تحقيقها للإشباع التوعوي خاصة في ظل التدريس بالمنهاج التربوي الحالي.

وأخيراً نأمل أن نكون قد ساهمنا بهذا العمل المتواضع بشكل إيجابي لعرض ومعالجة الجوانب المتعلقة بالدراسة من جانب الصحة النفسية والبدنية وما يربطهما من ممارسة للنشاط البدني كالإشراف المباشر على التلميذ صحياً وبدنياً، ولا شك أن أمور أخرى كانت تستحق منا التفسير والتعمق إلا أننا لم نوافيها حقها ونرجو بهذا البحث أننا قد أتينا أفاقاً جديدة لأبحاث ودراسات في هذا الموضوع بجوانبه المختلفة المتبقية.

6. قائمة المصادر والمراجع:

- وزارة التربية الوطنية الجزائرية، أهداف مناهج الجيل الثاني، تاريخ الاطلاع للموقع الالكتروني، (05.06.2021) الرابط: <https://www.education.gov.dz>
- هاني جعفر، الدراسات المسحية، تاريخ الاطلاع للموقع الالكتروني، (12.08.2021) الرابط: <https://staffsites.sohag-univ.edu.eg>
- أبو علام بطرس، التكيف والصحة النفسية، المسيرة لمنشر والتوزيع، عمان - الأردن، 2008.
- أسعد أمين محمد، الثقافة الصحية الثقافة العامة، دار الفجر للنشر، القاهرة، 2008.
- اللجنة الوطنية الجزائرية للمناهج، مناهج الجيل الثاني لمادة التربية البدنية والرياضية للطور المتوسط، وزارة التربية الوطنية، مارس 2015.
- اللجنة الوطنية لبناء المناهج، المرجعية العامة لبناء المناهج، وزارة التربية الوطنية، 2009.
- ابراهيم مقني، التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة (المجلد ط1)، دار الفكر العربي، القاهرة- مصر، 1996.
- عمار بوحوش، محمود ذنبيات، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2007.
- المقالات:**
- عباس أميرة. عطاء الله أحمد، دور مناهج التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية في مرحلة التعليم المتوسط، المجلة العلمية العلوم التكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد (14)، العدد (01)، 2017، (الصفحة 281-308).
- ملياني عبد الكريم، مجادي مصطفى، دهينة محمد رضوان، دور ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية على الصحة النفسية لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بمدينة الأغواط، مجلة الابداع الرياضي، المجلد (12)، العدد (03)، 2021، (الصفحة 440-453).
- العرابوي سحنون، دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط، مجلة الابداع الرياضي، المجلد (11)، العدد (05)، 2020، (الصفحة 81-105).

- شريفي وليد، بوعروري جعفر، دراسة مقارنة لمستوى الكفاية التربوية (التخطيط-التقويم) بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير الخبرة، مجلة الابداع الرياضي المجلد (12)، العدد (01مكرر)، الجزء (02)، 2021، (الصفحة 542-556). - لبشيري أحمد، التقدير الكمي لمساهمة الوعي الصحي في تحديد المعادلات التنبؤية لاتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، مجلة الابداع الرياضي، المجلد (13)، العدد (05)، 2022، (الصفحة 499-519).
- غنام نور الدين، قعقاع توفيق، براح حمزة، مدى مواكبة أساتذة التربية البدنية والرياضية التدريس بمنهج المقاربة بالكفاءات في الطور الثانوي، مجلة الابداع الرياضي، المجلد (12)، العدد (03)، 2021، (الصفحة 302-324).
- صليحة القص، شريفة بن غذفة، الوعي الصحي الرياضي، لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد (02)، العدد (06)، 2021، (الصفحة 681-694).
- عيسى براهيمي. حسناء صلحاوي. فاطمة الزهراء زيدان، دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية دراسة ميدانية على مستوى بعض الثانويات بلدية بسكرة، مجلة دفاتر المخبر، المجلد (11)، العدد (02)، 2016، (الصفحة 113-140).
- كامل، خالد الصحة واللياقة البدنية، جامعة الملك سعود، قسم التربية البدنية وعلوم الحركة، المملكة العربية السعودية، (1427هـ).