

تباين مستويات الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية في ضوء بعض المتغيرات
(الجنس-طبيعة المنصب-الطور)

The differences in the level of health awareness among the education employees in the Light of Several variables(the gender- nature of the job- the phase)

أرفيس زبير

المركز الجامعي نور البشير بالبيض / الجزائر / z.refice@cu-elbayadh.dz

تاريخ النشر: 2021/07/15

تاريخ القبول: 2021/06/17

تاريخ الاستلام: 2021/05/06

ملخص:

هدفت الدراسة الى معرفة الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعا لمتغير الجنس وطبيعة المنصب والطور(ابتدائي، متوسط، ثانوي). وقد تم اعتماد المنهج الوصفي على 306موظفمن بلدية عين الملح ولاية المسيلة للسنة الدراسية 2020/2019 تم اختيارهم باعتماد الطريقة العشوائية، وتم استخدام استبيان الوعي الصحي في ذلك، ليتم التوصل في الأخير إلى النتائج التالية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الاناث، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب ولصالح الأساتذة، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الطور.

الكلمات الدالة: الوعي الصحي: موظفي قطاع التربية.

Abstract:

The study aimed to find out the differences in the level of health awareness among the education employees according to the variable of gender, the nature of the job and the phases (primary, middle,secondary) , and the descriptive approach was adopted on 306 employees from Ainel-Meleh, in the province of M'sila (Algeria) for the academic year 2019/2020, The study included a sample from various educational levels selected with the use of simple random sampling method, the Study Methodology is descriptive approach, to achieve the objectives of the study, tool was used health awareness Scale

Study Results:there is statistically significant differences in the level of health awareness among the education sector employees attributed to gender variable, in favour of females, there is statistically significant differences in the level of health awareness among the education sector employees attributed to the nature of the job variable, in favour of the professors,there are no statistically significant differences in the level of health awareness among the education employees attributed to the phase variable (primary, middle,secondary)

Keywords: Health awareness ;Education employees

1-مقدمة وإشكالية الدراسة:

تشير الأبحاث في مجال علم نفس الصحة أنه يجب التركيز على السلوكيات الصحية واتجاهات الفرد نحو هذه السلوكيات السليمة سواء تلك الناجمة عن حضور الوعي أو غيابه، وذلك من أجل الوقاية والحفاظ على الصحة، ويُجمع المختصون في المجال أن تبني هذه السلوكيات الصحية والتوجيه إليها يجب أن يكون في المراحل المتقدمة من حياة الانسان، فالتدخلات المبكرة ستكون أكثر فعالية من خلال التربية الصحية بتثقيف الافراد وتزويدهم بمعلومات صحية سليمة تجعلهم يتبنون سلوكيات صحية صحيحة تحفظ صحتهم بقية حياتهم.

لذا باتت الحاجة ماسة للتعليم والثقافة الصحية في هذا العصر المليء بكثير من العوامل التي تهدد صحة الانسان وتؤثر في حياته ومدة بقائه، وقد حرصت الكثير من المجتمعات على جعل هذا العنصر أساسيا في برامجها التربوية ومشاريعها التنموية وذلك لتأثيره البالغ على تقدم الانسان وحضارته (هدال وخوجة، 2020، ص 141)

وتعتبر المنظمة العالمية للصحة أن التربية الصحية هي السلاح الأقوى للصحة العامة والتي يمكن من خلالها تنمية الوعي الصحي للأفراد وبالتالي الحفاظ على صحتهم (القص صليحة، 2016، ص 1)، فالوعي الصحي هو السلوك الايجابي الذي يؤثر ايجابيا على الصحة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية بصورة مستمرة تكسبها شكل العادة التي توجه قدرات الفرد في تحديد واجباته المتكاملة التي تحافظ على صحته وحيويته وذلك في حدود إمكاناته (عبد الرحمان قنديل، 1990، ص 170)

وهذا الوعي إن لم يكن بالمستوى الكافي انعكس ذلك سلبا على صحة الافراد وشكل لهم الكثير من المشاكل الصحية ولعل أكثرها شيوعا ظاهرة السمنة التي يعتني الكثير منها.

هذه الظاهرة الناتجة عن كثرة تناول الكربوهيدرات والدهون والبروتينات عن حدود احتياجات الجسم والتقدم التكنولوجي بظهور العديد من الآلات والأجهزة التي أدت الى انخفاض وقلة النشاط والحركة لدى الافراد وبالتالي زيادة مقدار الطاقة المخزنة بالجسم بالإضافة الى بعض العادات الاجتماعية والاضطرابات النفسية (رشيد عبد القوي، 2019، ص 5)

وقد لاحظ الباحث انتشار هذه الظاهرة بشكل يدعو للاستفسار والتساؤل خاصة عندما تعلق الامر بطبقة مثقفة مثل موظفي قطاع التربية، الأمر الذي دعا الباحث بإلحاح الى التساؤل عن مستوى الوعي الصحي عند هذه الفئة من خلال البحث في الفروق في ضوء ثلاث متغيرات هامة (الجنس، طبيعة العمل، الطور) عبر ثلاث تساؤلات مفادها مايلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس (ذكر- أنثى)؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-إداري)؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي- متوسط-ثانوي)؟

1-1 فرضيات البحث:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-إداري)

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي)

2-1 أهداف الدراسة:

معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)

معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-إداري)

معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي)

3-1 الكلمات الدالة في الدراسة:

1-3-1 الوعي الصحي: هو مفهوم يقصد به إلمام المواطنين بالمعلومات والحقائق المتعلقة بالصحة واحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم، بمعنى أنه تلك الممارسات الصحية الناتجة عن اقتناع وفهم وإدراك بأهميتها وتحول تلك الممارسات أحيانا الى عادات امارس بلا شعور ولا تفكير (بهاء الدين سلامة، 2001، ص 23)

ونقصد به إجرائيا مدى إلمام موظفي قطاع التربية ببلدية عين الملح بالثقافة الصحية واهتمامهم بصحتهم من عدة جوانب (التغذية، الصحة الشخصية، القوام، ممارسة النشاط الرياضي) ويتم قياسه من خلال استجاباتهم على استبيان الوعي الصحي المعتمد في الدراسة.

2-3-1 موظفي قطاع التربية: ونقصد بهم إجرائيا جميع الموظفين التابعين لقطاع التربية والتعليم لبلدية عين الملح ولاية المسيلة بمختلف اطوارهم (ابتدائي-متوسط-ثانوي) ومن كلا الجنسين (ذكور-إناث)

4-1 الدراسات السابقة والمشابهة:

1-4-1 دراسة عبد الحق عماد وزملاؤه 2012: هدفت الى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطني وجامعة القدس، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي تبعا لمتغيرات الجامعة، والجنس، والكلية، والمعدل التراكمي لدى الطلبة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (800) طالبا، وطبق عليها استبانة قياس الوعي الصحي، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الصحي العام لدى أفراد العينة كان متوسطا، إضافة إلى ظهور فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة تبعا لمتغيرات الجامعة ولصالح جامعة القدس، والكلية لصالح الكليات العلمية، ومتغير الجنس ولصالح الطالبات، وكذلك لمتغير المعدل التراكمي ولصالح المعدل الأعلى. (القص صليحة، 2016، ص 43)

2-4-1 دراسة عقيل مسلم وآخرون 2013: بعنوان الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة المثنى وهدفت الدراسة إلى بناء مقياس الوعي الصحي وتحديد مجالاته بالإضافة الى التعرف على واقع الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية والتعرف على الفروق في الوعي الصحي وفق متغير المرحلة الدراسية ومتغير الجنس وأجريت الدراسة على عينة قوامها 232 طالب وطالبة، واستخدم في الدراسة المنهج الوصفي المسحي باعتماد مقياس

الوعي الصحي، الذي تكون من 27 فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: (التغذية، والتدريب الرياضي، والتحكم في الضغوط النفسية والاجتماعية، والعناية الصحية وأظهرت النتائج أن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة المثنى مرتفع نسبيا، وعدم وجود اختلاف في الوعي الصحي بين الطلاب والطالبات، وكذلك عدم وجود اختلاف في الوعي الصحي بين طلبة المرحلتين الدراسيتين الأولى والثانية في كلية التربية الرياضية بجامعة المثنى. (رشيد عبد القوي، 2019، ص 23)

1-4-3 دراسة خلفي عبد الحلیم 2013؛ والتي جاءت موسومة بعنوان أثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي بتمنراست، وهدفت الى معرفة أثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي بتمنراست وأجريت على عينة قوامها 252 طالب وطالبة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي معتمدا على مقياس الوعي الصحي ومقياس مصدر الضبط الصحي متعدد الأبعاد، وقد أظهرت النتائج أن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي عالي جدا، بالإضافة الى وجود فروق دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في مستوى الوعي الصحي لصالح الاناث (عبد الحلیم خلفي، 2013، ص 269)

1-4-4 التعليق على الدراسات السابقة:

من حيث الهدف: تشترك الدراسات السابقة مع هذه الدراسة في كونها تهدف الى معرفة الفروق بين الجنسين في مستوى الوعي الصحي.

من حيث العينة: تختلف عينة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة كون أن هذه الأخيرة مست فئة الطلبة الجامعيين، في حين أن الدراسة الحالية تطرقت لموظفي قطاع التربية.

من حيث حجم الأداة: اعتمدت الدراسات السابقة على استبيانات لقياس مستوى الوعي الصحي وهذه الاستبيانات تشترك مع بعض محاور استبيان الدراسة الحالية.

من حيث المنهج المتبع: الدراسات السابقة المتطرق اليها اعتمدت المنهج الوصفي لملاءمته طبيعة الموضوع وهذا ما جعلنا نعتد في هذه الدراسة ذات المنهج.

من حيث النتائج: توصلت بعض الدراسات إلى أن الفرق في مستوى الوعي الصحي بين الجنسين دال ولصالح الاناث (دراسة عبد الحق عماد وزملاؤه، دراسة حنفي عبد الحلیم)، في حين أن دراسة عقيل مسلم وزملاؤه توصلت إلى ان الفرق غير معنوي وغير دال بين الجنسين.

2- الإجراءات المنهجية:

1-2 الدراسة الاستطلاعية:

إن الخطوة الأولى التي نقوم بها في الدراسة الاستطلاعية لها أهمية بالغة، حيث تعتبر القاعدة التي يبني عليها الباحث تصورات أولية حول دراسته ومكان تطبيقها، ومن خلالها أيضا يتمكن الباحث من تفادي وتجاوز العوائق التي قد تعترض طريق بحثه، فالدراسة الاستطلاعية هي دراسة أولية على الباحث القيام بها في بداية بحثه من أجل اختيار أساليب وأدوات بحثه (فايد عبد الرزاق وآخرون، 2021، ص 156)

ومن خلال الدراسة الاستطلاعية قام الباحث بإجراء اختبار أولي لأداة جمع البيانات على عينة استطلاعية مكونة من 20 فرد من مجتمع الدراسة، وشرع الباحث في حساب صدق وثبات أداة الدراسة (استبيان الوعي الصحي):

1-1-2 الثبات: تم حساب الثبات من خلال معامل الثبات ألفا كرونباخ.

ويعطي معامل (α) الحد الأدنى للقيمة التقديرية لمعامل ثبات درجات الاختبار، أي أن قيمة معامل الثبات عامة لا تقل عن قيمة (α)، فإذا كانت قيمة (α) مرتفعة فإن هذا يدل بالفعل على ثبات درجات الاختبار (صلاح الدين محمود علام، 2000، ص 166)

الجدول رقم 1: يمثل ثبات استبيان الوعي الصحي

| الابعاد | عدد أفراد العينة الاستطلاعية | عدد العبارات | معامل الارتباط الفيا كرونباخ |
|-----------------------|------------------------------|--------------|------------------------------|
| التغذية | 15 | 08 | 0.903 |
| الصحة الشخصية | 15 | 05 | 0.962 |
| ممارسة النشاط الرياضي | 15 | 06 | 0.838 |
| القوام | 15 | 10 | 0.891 |
| المجموع | 15 | 29 | 0.942 |

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات الـ *spss*

بناء على نتائج الجدول السابق فيمكن القول بأن الاستبيان يتسم بدرجة عالية من الثبات.

2-1-2 الصدق: تم اعتماد صدق الاتساق الداخلي للتأكد من صدق الاستبيان

ونقصد به مدى اتساق كل فقرة من فقرات الاستبانة مع المجال الذي تنتمي إليه هذه الفقرة (بنعبد الكريم والشمراني، 2021، ص 23)، ولهذا قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين كل فقرة والمحور الذي تنتهي إليه.

الجدول رقم 2: يمثل معاملات الارتباط بين المحور الأول (التغذية) وفقراته

| الرقم | العبرة | معامل الارتباط | قيمة الاحتمال المعنوية | الدلالة الاحصائية |
|-------|---|----------------|------------------------|-------------------|
| 01 | أهتم ان يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً | **0.652 | 0.008 | دال |
| 02 | يتعذر علي تناول وجبة الإفطار لضيق الوقت | **0.663 | 0.007 | دال |
| 03 | أكثر من تناول المشروبات الباردة او الساخنة بين الوجبات الأساسية | *0.572 | 0.026 | دال |
| 04 | شرب القهوة والشاي يساعدني على التركيز | **0.688 | 0.005 | دال |
| 05 | اهتم بمعرفة عناصر الغذاء التي تندني بالطاقة | **0.689 | 0.005 | دال |
| 06 | أحافظ على وزني بالشكل المناسب | **0.638 | 0.011 | دال |
| 07 | أكثر من تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة | *0.604 | 0.017 | دال |
| 08 | أحاول الابتعاد عن الطعام المقلي وأفضل الطهي | *0.614 | 0.015 | دال |

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات الـ *spss*

الجدول رقم 3: يمثل معاملات الارتباط بين المحور الثاني (الصحة الشخصية) وفقراته

| الرقم | العبرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة الاحصائية |
|-------|--|----------------|---------------|-------------------|
| 01 | أهتم بالنوم والراحة لساعات كافية | *0.607 | 0.017 | دال |
| 02 | أهتم بالاستحمام وخاصة بعد المنافسة الرياضية والتمارين | *0.539 | 0.038 | دال |
| 03 | أراعي عند اختياري ملابس مناسبة لدرجة حرارة الجو | **0.746 | 0.001 | دال |
| 04 | أهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس | *0.607 | 0.017 | دال |
| 05 | أهتم بتقليم أظافر يدي وقدمي كلما احتاج الأمر ذلك | *0.539 | 0.038 | دال |

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات spss

الجدول رقم 4: يمثل معاملات الارتباط بين المحور الثالث (ممارسة النشاط الرياضي) وفقراته

| الرقم | العبرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة الاحصائية |
|-------|--|----------------|---------------|-------------------|
| 01 | أمشي لمسافات طويلة بغرض تنشيط الدورة الدموية | *0.701 | 0.004 | دال |
| 02 | أحب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية | **0.661 | 0.007 | دال |
| 03 | أهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية | *0.558 | 0.031 | دال |
| 04 | أتوقف عن ممارسة النشاط الرياضي التي قد تؤدي الى إصابتي | **0.729 | 0.002 | دال |
| 05 | أبتعد عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب | **0.811 | 0.000 | دال |
| 06 | أشترك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا | **0.754 | 0.001 | دال |

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات spss

الجدول رقم 5: يمثل معاملات الارتباط بين المحور الرابع (القوام) وفقراته

| الرقم | العبرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة الاحصائية |
|-------|---|----------------|---------------|-------------------|
| 01 | أهتم بمعرفة الشروط الصحية لوضعية الجلوس عند الدراسة | **0.804 | 0.000 | دال |
| 02 | أهتم بمعرفة شروط المشي الصحيح في الشارع | **0.897 | 0.000 | دال |
| 03 | لا أبالغ في قدرتي على حمل الأشياء | *0.573 | 0.026 | دال |
| 04 | أهتم بمعرفة طريقة حمل الكتب الصحيحة | **0.789 | 0.001 | دال |
| 05 | أعرف تأثير ممارسة الرياضة على القوام غير المعتدل | **0.661 | 0.007 | دال |
| 06 | أهتم بمعرفة كيفية التقاط الأشياء وحملها من الأرض | **0.671 | 0.006 | دال |
| 07 | أهتم بمعرفة كيفية حماية الجسم والمحافظة عليه | *0.597 | 0.024 | دال |
| 08 | أهتم بمعرفة عمل الأجهزة الحيوية في جسي | *0.620 | 0.014 | دال |
| 09 | أتجنب وسائل الاجهاد والتعب البدني | **0.794 | 0.000 | دال |
| 10 | ممارسة الانشطة الرياضية تساعد الجسم على أداء وظائفه | *0.515 | 0.049 | دال |

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات spss

من خلال الجداول (2,3,4,5) يتضح أن قيم الاحتمال المعنوية كلها أقل من مستوى الدلالة 0.05 بمعنى أن كل محور له علاقة طردية دالة مع عباراته، وبالتالي فيمكن القول بأن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

2-2 متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: هو المتغير الذي يتناوله الباحث بالتغيير للتحقق من علاقته بالمتغير التابع، ومعناه السبب أو الأثر (وجيه محجوب، 2002، ص 308)، وبناء على هذا فالمتغيرات المستقلة في الدراسة الحالية هي الجنس (ذكر-أنثى) والطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي) وطبيعة المنصب (أستاذ-إداري).

المتغير التابع: هو المتغير الذي ينتج عن تأثير العامل المستقل (وجيه محجوب، 2002، ص 308)، وعلى هذا الأساس فالمتغير التابع في الدراسة هو الوعي الصحي.

3-2 المنهج المتبع في الدراسة:

نظرا لطبيعة الموضوع المدروس يرى الباحث أن المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لهذه الدراسة فهو:

"مجموعة من الإجراءات البحثية التي تتكامل بوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات على الظاهرة أو الموضوع محل البحث" (صالح الرشيد، 2000، ص 59)

4-2 مجتمع وعينة الدراسة:

يتمثل مجتمع البحث في موظفي قطاع التربية لدائرة عين الملح ولاية المسيلة للسنة الدراسية 2020/2019. وبلغت عينة البحث 306 موظف تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

الجدول رقم6: يمثل توزيع العينة حسب الجنس وطبيعة العمل والطور

| العينة | العدد | النسبة المئوية |
|------------------|-------|----------------|
| حسب الجنس | | |
| ذكور | 228 | 74.51 |
| إناث | 78 | 25.49 |
| حسب طبيعة المنصب | | |
| أساتذة | 240 | 78.43 |
| إداريين | 66 | 21.57 |
| حسب الطور | | |
| ابتدائي | 87 | 28.43 |
| متوسط | 147 | 48.04 |
| ثانوي | 72 | 23.53 |

المصدر: من اعداد الباحث بناء على نتائج الدراسة الاساسية

5-2 أدوات جمع البيانات:

تم الاعتماد على استبيان الوعي الصحي لصاحبه العربي محمد والذي تم اعداده بالاعتماد على عدة دراسات سابقة ويشتمل على أربعة مجالات (التغذية-الصحة الشخصية-ممارسة النشاط الرياضي-القوام) (العربي محمد، 2019، ص 112)

الجدول رقم7: يمثل توزيع العبارات الموجبة والسالبة على ابعاد استبيان الوعي الصحي

| الابعاد | عدد العبارات | عدد العبارات الموجبة | عدد العبارات السالبة |
|-----------------------|--------------|----------------------|----------------------|
| التغذية | 08 | 05 | 03 |
| الصحة الشخصية | 05 | 05 | 00 |
| ممارسة النشاط الرياضي | 06 | 06 | 00 |
| القوام | 10 | 00 | 00 |

المصدر: (العربي محمد، 2019، ص 112)

ويتكون سلم الإجابات من خمس بدائل تصحح كما يلي:

الجدول رقم8: يمثل كيفية تصحيح العبارات الموجبة والسالبة على ابعاد استبيان الوعي الصحي

| البدائل | موافق بشدة | موافق | محايد | معارض | معارض بشدة |
|------------------|------------|-------|-------|-------|------------|
| العبارات الموجبة | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| العبارات السالبة | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

المصدر: (العربي محمد، 2019، ص 112)

6-2 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

يستمد كل بحث قيمته العلمية من المعالجة الإحصائية والأساليب المستعملة في تحليل البيانات المتحصل عليها، وفي دراستنا الحالية قمنا باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وذلك من أجل الحصول على نتائج صحيحة ودقيقة وذلك بتطبيق التقنيات الإحصائية المتمثلة في:

التكرارات: نحصل على التكرارات عن طريق وضع علامات لكل قيمة توجد في فئة معينة وذلك لمعرفة البنود الأكثر توجها من طرف أفراد العينة وأهمها مقبولة أو مرفوضة على حسب البدائل المستعملة في الاستبيان أو المقياس محل الدراسة، كما يمكن التعبير عن هذه التكرارات للنسب المئوية (عبد الرحمان العيسوي، 2000، ص 19)

المتوسط الحسابي: يعتبر من بين أكثر مقاييس النزعة المركزية استعمالا، أي المقاييس التي توضح مدى تقارب الدرجات من بعضها واقترابها من المركز والمتوسط الحسابي ببساطة نحصل عليه من مجموع القيم أو الدرجات وقسمة هذا المجموع على عدد الحالات (عبد الرحمان العيسوي، 2000، ص 15)

الانحراف المعياري: من أكثر المقاييس الإحصائية دقة وانتشارا في المجالات النفسية والتربوية وهو نوع من المتوسط لانحراف القيم عن متوسطها (عبد الرحمان العيسوي، 2000، ص 40) ويفيدنا في معرفة مدى البعد والقرب بين مفردات متغيرات الدراسة عند المتوسط الحسابي لكل منها، كما يمكننا من معرفة توزيع أفراد العينة ومدى انسجامها.

معاملات الارتباط: المعروف أن أي معامل ارتباط تزيد قيمته عند الصفر يعبر عن نوع ما من العلاقة بين المتغيرين موضوع القياس، ولكن لكي يكون معامل الارتباط دالاً على وجود علاقة حقيقية فإنه يجب له أن يكون له دلالة إحصائية (عبد الرحمان العيسوي، 2000، ص 57)

ومن بين معاملات الارتباط المستعملة في الدراسة الحالية، معامل ارتباط ألفا كرونباخ ويعطى للدلالة على ثبات المقياس، ومعامل الارتباط بيرسون والذي استخدم في صدق الاتساق الداخلي.

اختبار (ت) لعينتين مستقلتين: من أجل معرفة طبيعة الفروق في الوعي الصحي تبعاً لمتغير الجنس وطبيعة المنصب. اختبار تحليل التباين الأحادي: من أجل الوقوف على طبيعة الفروق في الوعي الصحي تبعاً لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي).

3- تحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس.

وللوقوف على طبيعة الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعاً لمتغير الجنس سنستعرض في البداية المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد استبيان الوعي الصحي (التغذية، الصحة الشخصية، ممارسة النشاط الرياضي، القوام) لكل فئة:

الجدول رقم 9: يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد استبيان الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعاً لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)

| الوزن النسبي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الجنس | عدد العبارات | البعد |
|--------------|-------------------|-----------------|-------|--------------|-----------------------|
| 68.57 | 3.54 | 27.34 | ذكر | 08 | التغذية |
| 70.17 | 3.08 | 28.07 | انثى | | |
| 86.52 | 1.77 | 21.63 | ذكر | 05 | الصحة الشخصية |
| 90.44 | 2.45 | 22.61 | انثى | | |
| 78.40 | 2.61 | 23.52 | ذكر | 06 | ممارسة النشاط الرياضي |
| 76.13 | 3.16 | 22.84 | انثى | | |
| 79.14 | 4.09 | 39.57 | ذكر | 10 | القوام |
| 83.01 | 4.43 | 41.50 | انثى | | |

المصدر: من إعداد الباحث بناء على مستخرجات برنامج الـ spss

من خلال الجدول (9) يتضح أن أقل نسبة هي 68.57 والتي تمثل نسبة الوعي الصحي في مجال التغذية لفئة الذكور، ما يعني أن مستويات الوعي الصحي في مختلف الأبعاد مرتفعة نسبياً سواء تعلق الأمر بالموظفين الذكور أو الموظفات في قطاع التربية.

وللوقوف على طبيعة الفروق بين الجنسين في مجموع الأبعاد والتحقق من الفرضية الأولى قام الباحث بإجراء اختبار (ت) لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم 10: يوضح الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعا لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)

| الجنس | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | ت المحسوبة | ت الجدولية | قيمة الاحتمال المعنوية | الدلالة الإحصائية |
|--|-------|-----------------|-------------------|-------------------|------------|------------------------|-------------------|
| ذكر | 228 | 112.08 | 09.06 | 2.04 | 1.96 | 0.013 | دال |
| أنثى | 78 | 115.03 | 09.06 | | | | |
| | | | | درجة الحرية = 304 | | مستوى الدلالة = 0.05 | |
| النتيجة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث | | | | | | | |

المصدر: من إعداد الباحث بناء على مستخرجات برنامج الـ spss

إن المتوسط الحسابي للذكور قدر بـ 112.08 بانحراف معياري 09.06 بينما بلغ المتوسط الحسابي للإناث 115.03 بانحراف معياري 09.06، ولدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار (ت) لقياس الفروق بين عينتين مستقلتين غير متجانستين من حيث العدد توصلنا إلى (ت) المحسوبة المقدرة بـ 2.04 وهي أكبر من (ت) الجدولية المقدرة بـ 1.96، وقيمة الاحتمال المعنوية تساوي 0.013 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05، ما يعني الفرق معنوي ودال إحصائيا وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

وقد توافقت هذه النتيجة مع دراسة عبد الحق عماد وزملاؤه (2012) وارجع الباحثون ذلك الى اهتمام الإناث بشكلهم الخارجي الجمالي أكثر من الذكور واهتمامهم بالمواضيع الصحية مثل أسباب السمنة واکتساب الرشاقة وهذا ما أدى الى ارتفاع مستوى وعيهم الصحي أكثر من الذكور (عماد، شناعة، نعيترات، والعمد، 2012، ص 953)، كما توافقت أيضا مع دراسة خلقي عبد الحميد (2013) والتي توصلت أيضا الى الفروق بين الجنسين ولصالح الإناث وفسر ذلك بالاهتمام المتزايد للإناث بصحتهم وبقوامهم وتغذيتهم وخاصة في مرحلة ما قبل الزواج على حساب الذكور الذين عادة لا يهتمون بهذه المعطيات في كل مراحل حياتهم (عبد الحليم خلقي، 2013، ص 282)

لذا يمكن تفسير هذه الفروق والتي جاءت لصالح الموظفات لاهتمام المرأة في العادة بقوامها ورشاقها وتغذيتها مما سينعكس بالضرورة على جمالية جسمها الذي تعتبره المرأة من أساسيات الجمال لتحظى بالقبول والنظرة الإيجابية في مجتمعها.

2-3 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب.

وللوقوف على طبيعة الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعا لمتغير الجنس سنستعرض في البداية المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد استبيان الوعي الصحي (التغذية، الصحة الشخصية، ممارسة النشاط الرياضي، القوام) لكل فئة:

الجدول رقم 11: يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد استبيان الوعي الصحي تبعا لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-اداري)

| الوزن النسبي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الجنس | عدد العبارات | البعد |
|--------------|-------------------|-----------------|-------|--------------|-----------------------|
| 69.52 | 3.34 | 27.81 | أستاذ | 08 | التغذية |
| 66.25 | 3.63 | 26.50 | اداري | | |
| 88.20 | 2.06 | 22.05 | أستاذ | 05 | الصحة الشخصية |
| 85.08 | 1.69 | 21.27 | اداري | | |
| 78.63 | 2.72 | 23.59 | أستاذ | 06 | ممارسة النشاط الرياضي |
| 74.83 | 2.79 | 22.45 | اداري | | |
| 81.66 | 4.44 | 40.38 | أستاذ | 10 | القوام |
| 77.78 | 3.24 | 38.89 | اداري | | |

المصدر: من إعداد الباحث بناء على مستخرجات برنامج الـ spss

من خلال الجدول (11) يتضح أن أقل نسبة هي 66.25 والتي تمثل نسبة الوعي الصحي في مجال التغذية لفئة الإداريين، ما يعني أن مستويات الوعي الصحي في مختلف الأبعاد مرتفعة نسبيا سواء تعلق الأمر بالإداريين أو الأساتذة.

وللوقوف على طبيعة الفروق بين الأساتذة والإداريين ينفي مجموع الأبعاد والتحقق من الفرضية الثانية قام الباحث بإجراء اختبار (ت) لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم 12: يوضح الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعا لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-اداري)

| الجنس | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | ت المحسوبة | ت الجدولية | قيمة الاحتمال المعنوي | الدلالة الإحصائية |
|---|-------|-----------------|-------------------|----------------------|------------|-----------------------|-------------------|
| أستاذ | 240 | 113.48 | 09.09 | 3.80 | 1.96 | 0.000 | دال |
| اداري | 66 | 109.12 | 08.36 | | | | |
| درجة الحرية = 304 | | | | مستوى الدلالة = 0.05 | | | |
| النتيجة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-إداري) ولصالح الأساتذة | | | | | | | |

المصدر: من إعداد الباحث بناء على مستخرجات برنامج الـ spss

إن المتوسط الحسابي للأساتذة قدر بـ 113.48 بانحراف معياري 09.09 بينما بلغ المتوسط الحسابي للإداريين 109.12 بانحراف معياري 08.36، ولدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار (ت) لقياس الفروق بين عينتين مستقلتين غير متجانستين من حيث العدد توصلنا إلى (ت) المحسوبة المقدرة بـ 3.80 وهي أكبر من (ت) الجدولية المقدرة بـ 1.96، وقيمة الاحتمال المعنوية تساوي 0.000 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05، ما يعني الفرق معنوي ودال إحصائيا وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-إداري) ولصالح الأساتذة.

ويرجع الباحث ذلك إلى اختلاف المستوى التعليمي بين الإداريين والأساتذة الذي ينعكس بالضرورة على الثقافة الصحية، فالإداريين لا يشترط عند اغلهم شهادات الليسانس (مثل فئة المشرفين التربويين الذين يشكلون شريحة

كبيرة من الإداريين) على عكس الأساتذة الذين يملكون شهادة الليسانس على الأقل، وهذا الفارق في المستوى التعليمي قد يكون خلف تباين مستويات الوعي الصحي، فالثقافة الصحية جزء من الثقافة العامة، وثقافة الفرد عادة ما ترتبط بمستواه التعليمي.

وفي هذا السياق يؤكد العالم جرامشي في قضية الوعي على الدور الكبير للمثقفين في بلورة فكر الطبقة التي ينتمون إليها لمواجهة فكر الطبقات الأخرى بما يتلاءم مع تحقيق مصالحها فالمثقفون عندهم هم "منظمو الوعي" (العربي محمد، 2019، ص 25) بمعنى أنه يؤكد ضمنا على أن الوعي عادة ما يلزم المثقفين والمتعلمين والذين هم مجبرون على التأثير على غيرهم وتوجيههم.

3-3 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي).

وللوقوف على طبيعة الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعا لمتغير الطور (ابتدائي، متوسط، ثانوي) سنستعرض في البداية المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد استبيان الوعي الصحي (التغذية، الصحة الشخصية، ممارسة النشاط الرياضي، القوام) لكل فئة:

الجدول رقم 13: يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد استبيان الوعي الصحي تبعا لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي)

| الوزن النسبي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الجنس | عدد العبارات | البعد |
|--------------|-------------------|-----------------|---------|--------------|-----------------------|
| 69.90 | 4.18 | 27.96 | ابتدائي | 08 | التغذية |
| 68.01 | 3.21 | 27.20 | متوسط | | |
| 69.15 | 2.84 | 27.66 | ثانوي | | |
| 88.04 | 1.90 | 22.01 | ابتدائي | 05 | الصحة الشخصية |
| 86.28 | 2.09 | 21.57 | متوسط | | |
| 89.48 | 1.87 | 22.37 | ثانوي | | |
| 76.70 | 2.60 | 23.01 | ابتدائي | 06 | ممارسة النشاط الرياضي |
| 78.96 | 2.81 | 23.69 | متوسط | | |
| 76.90 | 2.84 | 23.07 | ثانوي | | |
| 81.90 | 4.43 | 40.95 | ابتدائي | 10 | القوام |
| 79.62 | 3.82 | 39.81 | متوسط | | |
| 79.01 | 4.74 | 39.50 | ثانوي | | |

المصدر: من إعداد الباحث بناء على مستخرجات برنامج الـ spss

من خلال الجدول (13) يتضح أن أقل نسبة هي 69.15 والتي تمثل نسبة الوعي الصحي في مجال التغذية لفئة الموظفين العاملين في الثانويات، ما يعني أن مستويات الوعي الصحي في مختلف الأبعاد مرتفعة نسبيا عند جميع الأَطوار.

وللوقوف على طبيعة الفروق بين مختلف الاطوار (ابتدائي، متوسط، ثانوي) في مجموع الابعاد والتحقق من الفرضية الثالثة قام الباحث بإجراء اختبار تحليل التباين وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم14: يوضح الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعاً لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط ثانوي)

| الدلالة الاحصائية | قيمة الاحتمال المعنوية | قيمة (ف) | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموع المربعات | مصادر التباين |
|-------------------|------------------------|----------|----------------|-------------|----------------|----------------|
| غير دال | 0.404 | 0.910 | 67.05 | 02 | 152.10 | بين المجموعات |
| | | | 83.60 | 303 | 25331.63 | داخل المجموعات |
| | مستوى الدلالة = 0.05 | | | 305 | 25483.73 | المجموع |

النتيجة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي).

المصدر: من إعداد الباحث بناء على مستخرجات برنامج ال spss

يمثل الجدول أعلاه نتائج اختبار تحليل التباين في اختبارات الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تبعاً لمتغير الطور، وقد جاءت النتائج بدون دلالة معنوية بمعنى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطين حسابيين على الأقل حيث كانت القيمة الاحتمال المعنوي 0.404 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهي قيمة غير دالة احصائياً دالة ، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات المجموعات، بمعنى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى موظفي قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي).

ويرجع الباحث عدم وجود الفروق الى تقارب مستوى الوعي الصحي بين الموظفين في الاطوار الثالث، فموظفي القطاعات الثلاث تقريبا لديهم نفس المستوى التعليمي الذي ينعكس مباشرة على مستوى الثقافة، هذا الأخير الذي يعتبر الوعي الصحي أحد مؤشرات، بدليل أنه عند الرجوع الى شروط التوظيف في قطاع التربية فإن الاطوار الثلاث تقريبا تشترط نفس الشهادات باستثناء اشتراط شهادة الماستر في أساتذة الطور الثانوي في السنوات القليلة الأخيرة، وهذا ما يفسر -حسب الباحث- تقارب المستوى في الثقافة بصفة عامة وفي الوعي الصحي خاصة.

ومن جهة أخرى فموظف قطاع التربية ولحساسية القطاع باعتبار أنه قدوة للتلاميذ عليه أن يكون مثالا يحتذى به في هذا الجانب، بل ويقع على عاتقه واجب التربية الصحية للتلاميذ وتوجيه سلوكهم الصحي بطريقة سليمة.

فيرى الجرجاوي وأغا محمد(2011) أن دور التربية الصحية المدرسية والذي هو مسؤولية موظفي القطاع عليه أن يشمل النقاط التالية:

- تزويد التلاميذ بمعلومات تساعد على الحفاظ على صحتهم ووقايتهم من الامراض والحوادث
- تنمية الميول الإيجابية لدى الطلبة نحو الصحة والعادات السليمة وغرس القيم الصحية في نفوسهم.
- تعليم التلاميذ بعض المهارات الصحية كالإسعافات الأولية وتدريبهم عليها (القص صليحة، 2016، ص 100)

4-الاستنتاجات والاقتراحات:

من خلال دراستنا لمستويات السلوك الثقافية الرياضية لدى موظفي قطاع التربية ببلدية عين الملح ولاية المسيلة، وباستعمال مقياس الوعي الصحي على عينة قوامها 306 موظف من مختلف الاطوار التعليمية ومن كلا الجنسين، توصلنا إلى النتائج التالية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الجنس (ذكر-أنثى) ولصالح الإناث.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير طبيعة المنصب (أستاذ-إداري) ولصالح الأساتذة.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى عمال قطاع التربية تعزى لمتغير الطور (ابتدائي-متوسط-ثانوي).

وفي ضوء النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة يمكن الخروج بالتوصيات التالية:

ضرورة ممارسة النشاط الرياضي وتشجيعه من خلال تنظيم دورات رياضية بين موظفي قطاع التربية وإبراز الدور الهام لممارسة الرياضة في الحفاظ على الجسم وجمالية قوامه.

نشر ثقافة الغذاء الصحي والتحذير من عواقب الأغذية غير الصحية وانعكاسها السلبي على الفرد وصحته.

ضرورة الدوريات الرقابية للمطاعم المدرسية للوقوف على نظافة المطاعم المدرسية.

نشر الوعي في الأوساط التربوية والتعليمية بأهمية الثقافة الصحية من خلال عقد اللقاءات والندوات والمحاضرات وإصدار النشرات والدوريات من قبل المختصين والعارفين في المجال.

6. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

الباسط حسن، أصول البحث الاجتماعي، مكتبة وهبة، ط2، القاهرة، 1979

بشير صالح الرشيد، مناهج البحث التربوي، دار الكتاب الحديث، ط1، الكويت، 2000

بهاء الدين سلامة، الصحة والتربية الصحية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001

بوبكر ابراهيم بنعبد الكريم، وصالح علي محمد الشمراني، علاقة الصلابة النفسية ببعض المهارات النفسية لدى الرياضيين من ذوي الاعاقة الحركية لبعض اندية المملكة السعودية، مجلة التحدي، المجلد 13، العدد 1، 2021، 50-08.

رشيد عبد القوي، مستوى الوعي الصحي وعلاقته بالحفاظ على الوزن لدى طلبة الجامعة، جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، رسالة دكتوراه، 2019

صلاح الدين محمود علام، القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، دار الفكر العربي، مصر، 2000

صليحة القص، فعالية سلوك برنامج تربية صحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي لدى المراهقين، جامعة محمد خيضر بسكرة، رسالة دكتوراه، 2016

عباس مهدي صالح، الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدواني للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 5، العدد 2، 2012، الصفحات 322-351.

عبد الرحمان العيسوي، الاحصاء السيكولوجي التطبيقي، دارالمعرفة الجامعية، مصر، 2000.

عبد الرزاق فايد، عامر حملوي، وفارس بكة، مدى مساهمة أسلوب الاكتشاف الموجه في درس التربية البدنية والرياضية في اكتساب الحساسية الانفعالية والاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، مجلة التحدي، المجلد 13، العدد 1، 2021، 150-163.

عبد الحق عماد، مؤيد شناعة، قيس نعيبر، وسليمان العمدة، مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس. مجلة جامعة النجاح للأبحاث، المجلد 26، العدد 4، الصفحات 939-958، 2012.

عبد الحلیم خلفي، أثر الضبط الصحي على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة المركز الجامعي بتمنراست، المجلد 5، العدد 13، 2013، الصفحات 269-284.

عبد الرحمان قنديل، التربية الغذائية وتطور الوعي الغذائي لدى أمهات المستقبل، جامعة عين شمس، مصر، 1990.

غربي ريمة، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى عينة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط، الجزائر، جامعة الجزائر 2 مذكرة ماجستير، 2014.

فرج عبد القادر، معجم علم النفس والتحليل النفسي، المجلد الأول، دار النهضة العربية، بيروت، 1989.

محمد الحماحي أمين نور الخولي، أسس بناء التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.

محمد العربي، الوعي الصحي وعلاقته بالاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، جامعة الجزائر 3، رسالة دكتوراه، 2019.

مصطفى بوشيبة، تحديد مظاهر السلوك العدواني خلال درس التربية البدنية والرياضية بالمرحلة المتوسطة والثانوية. دراسات نفسية وتربوية، المجلد 11(العدد 1)، 2018، الصفحات 156-171.

واضح احمد الامين، دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين، مذكرة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر، 2005.

وجيه محجوب، البحث العلمي ومناهجه، مطبعة التعليم العالي، بغداد، 2002.

ياسين همدال، وعادل خوجة، واقع السلوك الصحي الرياضي لدى طلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالجزائر. مجلة التحدي، المجلد 12، العدد 2، 2000، 140-153.

18-THOMPSON, S. K, Sampling, Third Edition, Simon Fraser University, 2012 .

| الرقم | العبارة | موافق بشدة | موافق | محايد | معارض | معارض بشدة |
|-----------------------------------|---|------------|-------|-------|-------|------------|
| محور التغذية | | | | | | |
| 01 | أهتم ان يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً | | | | | |
| 02 | يتعذر علي تناول وجبة الإفطار لضيق الوقت | | | | | |
| 03 | أكثر من تناول المشروبات الباردة او الساخنة بين الوجبات الأساسية | | | | | |
| 04 | شرب القهوة والشاي يساعدني على التركيز | | | | | |
| 05 | اهتم بمعرفة عناصر الغذاء التي تندني بالطاقة | | | | | |
| 06 | أحافظ على وزني بالشكل المناسب | | | | | |
| 07 | أكثر من تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة | | | | | |
| 08 | أحاول الابتعاد عن الطعام المقلي وأفضل الطهي | | | | | |
| محور الصحة الشخصية | | | | | | |
| 01 | أهتم بالنوم والراحة لساعات كافية | | | | | |
| 02 | أهتم بالاستحمام وخاصة بعد المنافسة الرياضية والتمارين | | | | | |
| 03 | أراعي عند اختياري ملابس مناسبة لدرجة حرارة الجو | | | | | |
| 04 | أهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس | | | | | |
| 05 | أهتم بتقليم أظافريداي وقدماي كلما احتاج الامر ذلك | | | | | |
| محور ممارسة النشاط الرياضي | | | | | | |
| 01 | أمشي لمسافات طويلة بغرض تنشيط الدورة الدموية | | | | | |
| 02 | أحب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية | | | | | |
| 03 | أهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية | | | | | |
| 04 | أتوقف عن ممارسة النشاط الرياضي التي قد تؤدي الى إصابتي | | | | | |
| 05 | أبتعد عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب | | | | | |
| 06 | أشترك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا | | | | | |
| محور القوام | | | | | | |
| 01 | أهتم بمعرفة الشروط الصحية لوضعية الجلوس عند الدراسة | | | | | |
| 02 | أهتم بمعرفة شروط المشي الصحيح في الشارع | | | | | |
| 03 | لا أبالغ في قدرتي على حمل الأشياء | | | | | |
| 04 | أهتم بمعرفة طريقة حمل الكتب الصحيحة | | | | | |
| 05 | أعرف تأثير ممارسة الرياضة على القوام غير المعتدل | | | | | |
| 06 | أهتم بمعرفة كيفية التقاط الأشياء وحملها من الارض | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|----|
| | | | | | أهتم بمعرفة كيفية حماية الجسم والمحافظة عليه | 07 |
| | | | | | أهتم بمعرفة عمل الأجهزة الحيوية في جسي | 08 |
| | | | | | أتجنب وسائل الاجهاد والتعب البدني | 09 |
| | | | | | ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الجسم على أداء وظائفه | 10 |