

المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بالمملكة العربية السعودية

أ. إبراهيم عبدالله الغامدي

معلم تربية بدنية إدارة التعليم محافظة الخرج

د. اشرف محمد بسيم

أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية الرياضية جامعة

حلاوان

أستاذ مشارك بقسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية جامعة الملك

سعود

(قدم للنشر في 2022/1/26م؛ وقبل للنشر في 2022/5/4م)

ملخص البحث : إن إدخال المفاهيم الصحية في منهج المرحلة الثانوية وتحديدها يعد أمراً ملحاً وخطوة أساسية لبناء هذا المنهج و عاملاً أساسياً وهاماً للقائمين على المناهج، لتطويرها و تحديد الاستراتيجيات التعليمية الملائمة وهدفت الدراسة معرفة المفاهيم الصحية التي يجب تضمينها في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بالمملكة العربية السعودية، وتفرعت منه أهداف فرعية تتمثل في معرفة درجة تضمين كل من المفاهيم الصحية المتعلقة (باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، النشاط والحمول البدني، التغذية الصحية، السلامة العامة)، وتمثلت أداة الدراسة في قائمة تحليل محتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بالمملكة العربية السعودية. واستخدم المنهج الوصفي بأسلوب تحليل المحتوى في تحليل وحدات كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات و تُعد عينة الدراسة هي مجتمعها، والمتمثلة في محتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات للعام الدراسي (1440هـ)، طبعة (1436هـ)، وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج أهمها أن درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات جاءت بدرجة توافر منخفضة، وبمتوسط نسبة تضمين (36.4%)، حيث يأتي المفهوم الرئيسي للياقة البدنية المرتبطة بالصحة بالمرتبة الأولى بتكرار (30) مرة وبنسبة (65.2%)، وفي المرتبة الثانية يأتي المفهوم الرئيسي للسلامة العامة بتكرار (19) مرة وبنسبة (41.3%)، وبالمرتبة الثالثة يأتي المفهوم الرئيسي للنشاط والحمول البدني بتكرار (15) مرة وبنسبة (32.6%)، وفي الأخير يأتي المفهوم الرئيسي للتغذية الصحية كأقل المفاهيم الرئيسية الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بتكرار (5) مرات وبنسبة (10.9%). ومن أهم توصيات الدراسة ضرورة إعادة النظر في تضمين المفاهيم الصحية في محتوى منهج التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث لم تحظى تلك المفاهيم بالاهتمام الكافي في محتوى المنهج والتركيز على مفهومي (التغذية الصحية) (النشاط البدني والحمول البدني) في محتوى منهج التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات باعتبارها المفاهيم الأقل تناولاً داخل الكتاب.

الكلمات المفتاحية: المفاهيم الصحية، اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، المرحلة الثانوية، نظام المقررات.

Health Concepts in the Book of Physical Education and Health of the Secondary Stage the Courses System in Saudi Arabia

Ibrahim Abdullah Al Ghamdi

Dr. Ashraf Mohamed Bassim

Physical Education Teacher, Education Department,
AlKharj Governorate

Assistant Professor, Department of Curricula and Teaching
Methods, Faculty of Physical Education, Helwan
University

Associate Professor, Department of Curricula and Teaching
Methods, Faculty of Education, King Saud University

(Received 26/1/2022; Accepted for publication 4/5/2022)

Objectives: This study aimed to know the health concepts that should be included in the physical and health education book for the secondary stage of the curriculum system, and to know the degree of including health concepts in the physical and health education book for the secondary stage of the curriculum system in the Kingdom of Saudi Arabia, and sub-goals are divided from it: The degree of including health concepts related to In health-related physical fitness, the degree to which health concepts related to physical activity and inactivity are included, the degree to which health concepts related to healthy nutrition are included, the degree to which health concepts related to public safety are included. The study tool is represented in the list of content analysis of the physical and health education book for the secondary stage of the curriculum system in the Kingdom of Saudi Arabia The researcher used the descriptive approach in the method of content analysis in analyzing the physical and health education units for the secondary stage of the curriculum system. The sample of the study is its community, represented in the content of the book on physical and health education for the secondary stage of the curriculum system for the academic year (1440 AH), edition (1436 AH), which is the actual units of the scheduled lessons.

The most important findings of the message: The study reached many results, which we summarize as follows. The degree of inclusion of health concepts in the physical and health education textbook for the secondary stage of the curriculum system came with a low availability, with an average inclusion rate of (36.4%), where the main concept of health-related physical fitness comes first with a frequency of (30) times and a rate of (65.2%), And in the second place comes the main concept of public safety with a repetition of (19) times, at a rate of (41.3%), and in the third place comes the main concept of physical activity and inactivity with a repetition of (15) times and a rate of (32.6%). Physical and health education textbook for the secondary stage of the curriculum system, repeated (5) times, at a rate of (10.9%)

Tagged to research: health concepts, health related fitness, high school, curriculum system

مقدمة الدراسة

تعد تربية الأفراد تربية متزنة متكاملة، هدف من أهداف التربية العامة، ومطلب من المطالب الاجتماعية الهامة التي يجب أن توليها هيئات ومؤسسات المجتمع كل عنايتها ورعايتها في سبيل تنمية وتطوير قدراتهم على أساس من المعارف والمعلومات العلمية وإكسابهم القيم الخلقية والجمالية، والمدرسة كونها واحدة من تلك المؤسسات فإن من واجباتها تربية الطلاب على العادات اليومية السوية التي تتأسس على السمات الخلقية. فيقع على عاتقها حل مشكلات الطلاب، ومنها انخفاض الوعي الصحي، من خلال إكسابهم الأنماط السلوكية الصحية الملائمة وتنميتها لديهم. ويعد المنهج من المحاور المهمة للنظام التربوي؛ فهو يعبر عما ينبغي على الطلاب تعلمه، وكيف يتعلمونه، وكيف يتم التحقق مما تعلموه (صالح، وسليمان، 2017). وتلعب المناهج الدراسية دوراً مهماً في حياة الطالب من الناحية السلوكية عندما يكتسب المعارف والمهارات والحقائق والمعتقدات والمفاهيم، وبالتالي يستطيع الطالب مواجهة الحياة والقدرة على حل المشكلات بنفسه مع الأخذ بالحسبان كل موقف من مواقف الحياة حسب ما لديه من خبرات تعليمية مقصودة وغير مقصودة (أبو عمنشة، 2015). إن الاهتمام بصحة الطلاب في المدارس تعتبر من الأولويات عند كثير من الدول، فهي مسألة مهمة وضرورية؛ لأنها هي الاستثمار الحقيقي في المستقبل، فالطلاب هم الشريحة الأساسية للمجتمع، (الشلوي، 2015). ولا شك أن المعارف التي يكتسبها الطالب من كتاب التربية البدنية والصحية، ينعكس بشكل أو بآخر على نشاطاته وسلوكه الصحي، خصوصاً في الأمور التي تتعلق بصحته (الملاح، 2012). إن المدرسة تُعد منبع العلوم الصحية وقد ثبت بالدراسة البحثية أن المدارس تعزز الجانب الصحي بشكل يبعث المهتمين في قطاع الصحة باستغلال هذه المنصة الضخمة (القرني، 2008). وللوقاية

من كثير من المشكلات الصحية قيل حدوثها وخصوصاً مع زيادة تكاليف الخدمات العلاجية للأمراض المزمنة والمترتبة بالنمط المعيشي، مما أدى إلى الالتفات الجاد للوقاية من هذه المشكلات في سن مبكرة.

وقد تضمنت وثيقة منهج التربية البدنية في التعليم العام في المملكة العربية السعودية على تنمية المفاهيم المعرفية المرتبطة بممارسة النشاط البدني والآثار المترتبة عليه. وعليه فإنه يجب أن ينعكس ذلك على صحة الطالب من خلال تجنب السمنة والسلامة من الإصابات الرياضية واكتساب السلوك الصحي والعادات الغذائية الصحية (وزارة التربية والتعليم، 2006).

مشكلة الدراسة: تعتمد صحة الطالب في المقام الأول على البناء المعرفي لديه من خلال امتلاكه للمفاهيم الصحية الصحيحة، التي تنعكس على سلوكه واتجاهاته، ونظراً لأهمية الصحة لدى الطالب وأهمية تشبع المنهج بهذه المفاهيم فهي بالتالي تعتبر الركيزة الأساسية في بناء المنهج.

وحيث أن الكتاب المدرسي هو الأداة التي تعبر عن المنهج ومحتوياته وفلسفته التربوية، وهو عنصر أساسي في العملية التعليمية الذي يستمد منه الطالب المفاهيم والحقائق والمعلومات والأفكار (صالح، وسليمان، 2016). وقد أوصت منظمة الصحة العالمية في تقريرها الصادر في شهر آذار (2004) بمراجعة وتطوير المناهج الدراسية وتضمين القضايا الصحية فيها بصورة سهلة وواضحة، وتوفير معلومات واسعة للطلاب، كي يتم تحسين نوع الحياة الصحية للطلاب في الحاضر والمستقبل (السيلاوي، 2015).

ويُعد نقص النشاط البدني أحد عوامل الخطر الرئيسية للإصابة بالأمراض مثل أمراض القلب والأوعية والسرطان وداء السكري. ويعود النشاط البدني بفوائد جمة على الصحة ويسهم في الوقاية من الأمراض، ويعاني أكثر من 80% من المراهقين في العالم من نقص النشاط البدني، ويحتل الخمول البدني (نقص النشاط البدني) المرتبة الرابعة عالمياً ضمن عوامل الخطر الرئيسة الكامنة وراء الوفيات، ويساعد النشاط البدني على الحفاظ على وزن صحي (وزارة الصحة، 1441هـ). وأحدث التغير السريع في النظام الغذائي وقلة النشاط البدني زيادة في عدد المصابين بزيادة الوزن والسمنة حيث أظهرت تقارير منظمة الصحة العالمية أن أكثر من 1.4 مليار بالغ يعانون زيادة الوزن وأكثر من نصف مليار يعانون السمنة عالمياً وأن هناك ما يزيد على 40 مليون طفل ممن هم تحت سن الخامسة يعانون زيادة الوزن حول العالم. وتبلغ نسبة السمنة في المملكة العربية السعودية 28.7 %، وتبلغ نسبة زيادة الوزن 30.7 % في الفئة العمرية من 15 فما فوق من الرجال والنساء حسب نتائج المسح الوطني للمعلومات الصحية (2013). كما أظهرت دراسة أجريت على الأطفال عام (2013) شهدت انتشاراً كبيراً للعادات الغذائية الخاطئة وانخفاض مستوى ممارسة الأنشطة البدنية حيث وضحت أن نسبة الذين يعانون من زيادة في الوزن في السن المدرسي 23% وأن نسبة المصابين بالسمنة في السن المدرسي 9.3%. ونظراً لارتباط السمنة بالعديد من الأمراض المزمنة كأمراض القلب والأوعية الدموية وداء السكري النوع الثاني والتهاب المفاصل وغيرها من الأمراض، مما له تأثير على الجانب الصحي والاجتماعي والاقتصادي تبنت وزارة الصحة بالتعاون مع وزارة التعليم مبادرة رشاقة لخفض معدلات السمنة لدى الطلاب والطالبات في المدارس تهدف إلى تعزيز نمط الحياة الصحي عن طريق تحسين السلوك الغذائي وزيادة النشاط البدني للطلاب والطالبات ورفع الوعي الصحي بمخاطر السمنة وطرق الوقاية منها حيث تعتبر المدرسة المكان المناسب للتدخلات الوقائية (دليل عمل الكادر الصحي في المبادرة، 2017).

وبالتالي فإن دور التربية البدنية في تعزيز الصحة لدى الطالب يأتي من خلال المساعدة على النمو المتناسق لجسمه عن طريق تحسين الكفاءات الفسيولوجية، وتحسين القدرات النفسية والبدنية والعقلية وتطويرها وتأهيلها، وتحسين كفاءة التحمل الجسدي للمجهودات الحركية، واكساب الطالب

العادات الصحية السليمة عن طريق تعليمه وممارسته المبادئ الصحية الأساسية (المركز التربوي للبحوث والإنماء، 2016). إلا أن الدراسات التي تم إجراؤها للتعرف على مدى تضمين المفاهيم الصحية في المناهج الدراسية كانت في تخصص العلوم منها دراسة صالح وسليمان (2017)، ودراسة السيلوي (2015)، أمّا في المجتمع السعودي أيضاً كانت أكثرها تركيز على كتاب العلوم مثل دراسة السليمان (2009) وفي بعض المجالات أيضاً، أمّا ما يتعلق بمدى تضمين المفاهيم الصحية في التربية البدنية فهي محدودة جداً وخصوصاً في المجتمع السعودي.

وبالرغم من أهمية تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية من خلال ما تقدمه هذه المفاهيم من حقائق ومعلومات وسلوكيات صحية واتجاهات إيجابية نحوها، إلا أن الدراسات التي أجريت كانت في جوانب الصحة بشكل عام وليست في مجالات النشاط البدني، ومن خلال كل هذه المعلومات يتبين لنا أن هناك قصور واضح وندرة في الدراسات التي تبحث في مدى تضمين المفاهيم الصحية في كتب التربية البدنية في جميع المراحل، ولهذا فإن الدراسة تهدف إلى معرفة مدى تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

ولم تحظى دراسة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، من قبل الباحثين بالاهتمام المطلوب، فمن خلال الاطلاع على المصادر والمراجع والدراسات ذات العلاقة، فإن عدد الدراسات التي تناولت مثل هذا الموضوع تكاد لا تتجاوز عدد أصابع اليد.

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة في الجوانب التالية
-تفيد هذه الدراسة الراغبين في تطوير مناهج التربية البدنية من خلال تحليل واقع المفاهيم الصحية في المناهج الحالية.

-تسهم نتائج الدراسة الحالية في تسليط الضوء على أهم المفاهيم الصحية اللازم تضمينها في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية، مما يساهم في تطويره.

-تفيد هذه الدراسة معلمي التربية البدنية في تزويدهم بالجوانب الصحية التي ينبغي تدريسها لطلاب المرحلة الثانوية بكتاب التربية البدنية والصحية.

-تساعد هذه الدراسة في تطوير المناهج في عدة مجالات: مجال التعليم القائم على الأهداف السلوكية وصياغتها وتصنيفها، وتحديد فلسفة التطوير، رسم الخريطة للمنهج، وتقدير الحاجات المطلوبة. ومجال التعليم القائم على المعايير وكيفية صياغتها وتطبيقاتها، ومجال طرق التدريس وتطبيقاتها في دروس التربية البدنية والصحية.

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى:

-معرفة المفاهيم الصحية التي يجب تضمينها في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

-معرفة درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بالمملكة العربية السعودية، ويتفرع منه أهداف فرعية:

1-درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

2-درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالنشاط والخمور البدني في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

3-درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالتغذية الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

4-درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالسلامة العامة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

تساؤلات الدراسة:

ما درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟
ويتفرع من هذا السؤال عدة أسئلة وهي:

1- ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

2- ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالنشاط والخمور البدني في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

3- ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالتغذية الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

4- ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالسلامة العامة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

حدود الدراسة

الحدود الموضوعية: اقتصرنا هذه الدراسة على تحليل وحدات كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية للبنين، المعتمد من قبل وزارة التعليم بالمملكة العربية السعودية للعام الدراسي 1440هـ، وهو كتاب واحد لجميع طلاب المرحلة الثانوية وحيث أن أكثر الدراسات تناولت مقررات أخرى، ولا يوجد أي دراسة تطرقت لكتاب التربية البدنية بشكل عام حسب نتائج البحث في قواعد البيانات المتاحة للباحث.

الحدود الزمانية: تم تطبيق هذه الدراسة على كتاب التربية البدنية للمرحلة الثانوية بنين في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 1440هـ.

إجباريين وفصل صيفي اختياري، ويعتمد على نظام تسجيل الطالب للساعات الدراسية في كل فصل دراسي مستقل. كما يعتمد المعدل التراكمي بدءاً من الفصل الأول للطالب، ويتكون من ساعات تمثل برنامجاً مشتركاً يدرسه جميع الطلاب وبرنامجين تخصصيين العلوم الإنسانية والعلوم الطبيعية (وزارة التعليم، 2012).

الدراسات السابقة

قدم أبو جازيه (2004) دراسة استهدفت التعرف على مفاهيم جوانب وأبعاد الحركة في الجيمار المناسبة لطلاب المرحلة الابتدائية واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي واشتملت العينة على عشرة طلاب من مدرسة الموهبين بأسبوط ودليل المعلم للأربعة صفوف الأولى للتربية الرياضية بالابتدائي توصلت الدراسة إلى وجود قصور في التوزيع النسبي لمفاهيم جوانب وأبعاد الحركة لذا وضعت الدراسة خطة مقترحة لبرنامج جيمار للمرحلة الابتدائية، وتوصلت الدراسة إلى قائمة مفاهيم توصي بالاسترشاد بها عند تخطيط الأنشطة وكتب التربية الرياضية.

كما قدم سالماني (2005) دراسة هدفها تحديد المفاهيم الرياضية المناسبة لطلاب مرحلة التعليم الأساسي، والكشف عن نسبة انتشار مفاهيم التربية الرياضية في المناهج الدراسية بمرحلة التعليم الأساسي، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب تحليل المحتوى، وكما أعد الباحث أداة الدراسة ممثلة في استمارة الاستبيان للتعرف على مفاهيم التربية الرياضية المناسبة بمرحلة التعليم الأساسي، واختيرت العينة بالطريقة العمدية الطبقية وكان قوامها (112) كتاباً مقسمة للمرحلة الابتدائية (48) كتاباً للمرحلة الإعدادية (64) كتاباً، وأظهرت النتائج بناء استمارة مقننة بطريقة علمية للمفاهيم الرياضية المناسبة لمرحلة التعليم الأساسي تضمنت (50) مفهوم رياضي ارتضى الباحث نسبة 70% للمفاهيم التي تناسب مرحلة التعليم الأساسي لذا وصل عدد المفاهيم (27) مفهوم موزعة على محورين : المعلومات والمعارف في التربية الرياضية ويشمل (11) مفهوم، والأداء الممارس في التربية الرياضية ويشمل (16) مفهوم، وأن أكثر المفاهيم الرياضية في المناهج الدراسية في المرحلة الابتدائية جاءت مرتبطة بالأداء الممارس في التربية الرياضية بتكرار (141) ونسبة مئوية 54.86% ثم المرتبطة بالمعلومات والمعارف بتكرار (116) بنسبة مئوية 45.14%، وللمرحلة الإعدادية جاءت مرتبطة بالمعلومات والمعارف بتكرار (150) بنسبة مئوية 56.60% ثم المرتبطة بالأداء الممارس بتكرار (115) بنسبة 43.40%.

كما قدمت دراسات تناولت مجال المفاهيم الصحية في التربية الوطنية والمهنية منها دراسة طلافحة وأبو حسان (2007) هدفت إلى الكشف عن المفاهيم الصحية التي

مصطلحات الدراسة

المفاهيم: يُعرّف المفهوم على أنه مجموعة من الأشياء أو الرموز أو الحوادث الخاصة التي تم تجميعها معاً على أساس من الخصائص أو الصفات المشتركة، والتي يمكن الإشارة إليها برمز أو اسم معين (سعادة، إبراهيم، 2014).

الصحة: كما عرفتها منظمة الصحة العالمية (WHO) ليست مجرد غياب الاعتلال أو المرض وإنما تعني أيضاً الشعور بالحال الجيدة والوضع الحسن والكمال في القوى العقلية والبدنية والنفسية والاجتماعية. وبعبارة أخرى هي سلامة الفرد من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد خلو جسمه من المرض والعاهة (الحراملة، وجباري، والهزاع، 2017).

المفاهيم الصحية إجرائياً: هي المعلومات والحقائق المتصلة بالصحة التي احتواها الكتاب المدرسي لمادة التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية والمقرر من قبل وزارة التعليم للعام الدراسي 1440هـ.

التربية الصحية: هي مجموعة من الحقائق الصحية مترجمة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة وبذلك تهدف إلى تغيير الاتجاهات والعادات السلوكية غير الصحيحة وتساعد في اكتساب الخبرات والممارسات والعادات الصحية السليمة (بدح، ومزاهرة، وبدران، 2017).

ويعرفها الباحثان إجرائياً: بأنها ترجمة الحقائق الصحية إلى أنماط سلوكية صحية سليمة من خلال اكتساب الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النمط الصحي والسليم للطلاب مع مراعاة ميولهم وحاجاتهم حتى يتم التأثير على معلوماتهم ومهاراتهم واتجاهاتهم نحو توعية سليمة لكي يستطيعوا حماية أنفسهم من المشاكل الصحية والوقاية من الأمراض والتشوهات القوامية.

مقرر التربية البدنية والصحية: هو أحد متطلبات البرنامج المشترك في نظام المقررات بالمرحلة الثانوية وعدد ساعاته (خمس) ساعات، وليس له حد أدنى من المتطلبات، ويهدف إلى تعزيز الاتجاه الإيجابي نحو ممارسة النشاط البدني والتغذية والصحة، وتعريف اللياقة البدنية، وإكساب بعض مبادئ الإسعافات الأولية، قدرأ من الكفاية لأداء بعض الألعاب الرياضية (دليل التعليم الثانوي - نظام المقررات، 1433).

ويعرفه الباحثان إجرائياً: هي الخبرات التعليمية الموجودة داخل وحدات الكتاب المدرسي لمادة التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية والمقرر من قبل وزارة التعليم للعام الدراسي 1440هـ.

نظام المقررات: هو نظام فصلي للتعليم الثانوي يطبق كأحد النماذج المطورة في تقديم التعليم الثانوي في مناطق المملكة العربية السعودية، ويقدم في فصلين

جاءت في المرتبة الأخيرة المفاهيم الخاصة بطبيعة العلاقة بين الإنسان والبيئة بنسبة مئوية (0.5 %)، كما أظهرت النتائج أن النسب المئوية للمفاهيم البيئية في كتب العلوم للصف الثامن تراوحت بين (2.0 % - 53.9 %) حيث كان أعلاها المفاهيم الخاصة بالموارد الطبيعية البيئية، بينما جاءت في المرتبة الأخيرة المفاهيم الخاصة بالمحيط الحيوي والأنظمة الإيكولوجية بنسبة مئوية (2.0 %)، وأظهرت النتائج أن تضمين المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصف السابع تراوحت بين (0.4% - 30.2%) حيث كان أعلاها المفاهيم الخاصة بالصحة والمرض، بينما جاءت في المرتبة الأخيرة المفاهيم الخاصة بالإسعافات الأولية والمشكلات الصحية بنسبة مئوية (0.4 %)، وأخيراً أظهرت النتائج أن تضمين المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصف الثامن تراوحت بين (0.4% - 36.1%) حيث كان أعلاها للمفاهيم الخاصة بالعوامل المؤثرة في الصحة، بينما جاءت في المرتبة الأخيرة المفاهيم الخاصة بالمشكلات الصحية بنسبة مئوية (0.4 %)، وبناءً على ذلك أوصت الدراسة بضرورة الاستفادة من نتائج الدراسة ومن قائمة المفاهيم البيئية والصحية الواردة في أداة الدراسة عند تطوير كتب العلوم .

ودراسة صالح وسليمان (2017) هدفت هذه الدراسة إلى تقصي درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن وفقاً للمعايير العالمية، إذ تم تطوير قائمة بالمفاهيم الصحية المقترحة أن تتضمنها الكتب المستهدفة في ضوء المعايير العالمية، اشتملت على (23) مفهوماً صحياً موزعة على المجالات الآتية: (النمو والتنمية، الصحة الشخصية والصحة المجتمعية، الوقاية من الإصابات والسلامة العامة، الصحة النفسية والعقلية والاجتماعية، الصحة البيئية). وكشفت نتائج الدراسة أن عدد المفاهيم الصحية في كتب العلوم (13) مفهوماً من ضمن (23) مفهوماً مقترحاً بنسبة (56.5%) وبتكرار (486) مرة، وقد احتل مجال النمو والتنمية أعلى النسب (47 %)، يليه مجال الصحة البيئية (34.4%)، ثم مجال الصحة الشخصية والصحة المجتمعية، ومجال الوقاية من الإصابات والسلامة العامة، بنسب (10.3%)، (8.4%) على التوالي، وفي المقابل لم ترد مفاهيم مجال الصحة النفسية والعقلية والاجتماعية بأي تكرار.

وتشابهت الدراسة الحالية مع دراسة صالح وسليمان (2017)، ودراسة السيلوي (2015) في استخدام قائمة تحليل المحتوى للمنهج على أن الدراسة الحالية في كتاب التربية البدنية والصحية أما دراسة صالح وسليمان (2017) فكانت في كتب العلوم في مملكة الأردن. واختلفت الدراسة الحالية عن جميع الدراسات السابقة كونها استخدمت المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية، وعلى الرغم من أهمية تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية من خلال ما تقدمه هذه المفاهيم من تعليم وتوعية وتنقيف للطلاب وتصحيح بعض المفاهيم الخاطئة لديهم لاكتساب السلوك الصحي السليم والقدرة على القيام بواجباته البدنية

يجب تضمينها في كتب التربية الوطنية والمدنية لمرحلة التعليم الأساسي (الثامن، والتاسع والعاشر) في الأردن من وجهة نظر معلمها، ومعرفة أثر متغيري المؤهل العلمي والخبرة في تقديراتهم. وقد أظهرت النتائج أن تقديرات المعلمين لأهمية تضمين المفاهيم الصحية جاءت عالية وعدم وجود فروق ذات دلالة في تقديراتهم تعزى إلى المؤهل العلمي، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات المعلمين تعزى لخبرتهم عن المجالات مجتمعة، ولصالح ذوي الخبرة الطويلة وقد حازت مجالات الصحة النفسية والبيئية والمدنية وصحة الأم على تقديرات عالية وفق المستجيبين، في حين جاءت مجالات الصحة الاجتماعية والجسمية بنسب وتقديرات متوسطة، وقد أوصت الدراسة بضرورة التركيز على المفاهيم الصحية عند تأليف المناهج والكتب المدرسية .

ودراسة صالح وسليمان (2016) التي استهدفت الكشف عن درجة تضمين المفاهيم التغذوية والصحية في كتب التربية المهنية للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن، إذ تم تطوير قائمة بالمفاهيم التغذوية والصحية المقترحة أن تتضمنها الكتب المستهدفة، اشتملت (37) مفهوماً تغذوياً وصحياً موزعة على المجالات الآتية: (التغذية الصحية والنشاط البدني، الصحة الشخصية والصحة المجتمعية، الأدوية والمنظفات والمواد الكيميائية الأخرى، الوقاية من الإصابات والسلامة العامة، الصحة النفسية والعقلية والاجتماعية، الصحة البيئية). وكشفت نتائج الدراسة عن الآتي: بلغ عدد المفاهيم التغذوية المتضمنة في الكتب المستهدفة (11) مفهوماً من ضمن (14) مفهوماً تغذوياً وردت في القائمة المقترحة، في حين بلغ عدد المفاهيم الصحية (16) مفهوماً من ضمن (23) مفهوماً مقترحاً وفي ضوء ذلك أوصت الدراسة بضرورة إعادة النظر في تضمين، وتنظيم، وترتيب: بعض مفاهيم التغذية الصحية والنشاط البدني، ومفهوم حماية الأسنان، ومفاهيم الصحة النفسية والعقلية والاجتماعية، والأدوية والمنظفات والمواد الكيميائية الأخرى، والمفاهيم الفرعية المنبثقة منها؛ في كتب التربية المهنية للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن.

ومن الدراسات التي أجريت في مجال المفاهيم الصحية في مناهج العلوم قدم السيلوي (2015) دراسة بهدف التعرف على درجة تمثيل المفاهيم البيئية والصحية في كتب العلوم للصف السابع والثامن الأساسي في الأردن. ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بتطوير قائمة تحليل محتوى، بعد الاطلاع على الإطار التربوي المتعلق بمشكلة الدراسة، قام الباحث ببناء قائمة تحليل تكونت من مجموعة المفاهيم البيئية والصحية، وقد بلغ عددها في الصورة النهائية من (8) مجالات بيئية رئيسية يتفرع عنها (32) مفهوماً فرعياً، و(9) مجالات صحية رئيسية يتفرع عنها (58) مفهوماً صحياً فرعياً. وبعد إجراء التحليل الإحصائي تبين أن النسب المئوية للمفاهيم البيئية في كتب العلوم للصف السابع تراوحت بين (0.5% - 51.4%) حيث كان أعلاها المفاهيم الخاصة بالموارد الطبيعية البيئية، بينما

من خلال استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وبذلك يساعد في حل مشكلة البحث والاجابة على التساؤلات بدقة ووضوح.

وصف الأداة

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والبحوث والدراسات التي تناولت موضوع المفاهيم الصحية كدراسة البلوي (2002)، وأهداف التعليم في المرحلة الثانوية، تم بناء قائمة بالمفاهيم الصحية الملائمة مكونة من مفاهيم رئيسية تتفرع عنها مجموعة من المفاهيم الفرعية الدالة عليها، حيث تضمنت القائمة في صورتها الأولية (56) موضوع توزعت على (4) مفاهيم رئيسية.

أقسام الأداة

- 1- مفهوم اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وبلغ عدد موضوعاته (25)، موزعة على أربعة مفاهيم فرعية:
 - المفهوم الفرعي الأول: يتناول التركيب الجسمي، ويتكون من (6) موضوعات.
 - المفهوم الفرعي الثاني: يتناول اللياقة القلبية التنفسية، ويتكون من (7) موضوعات.
 - المفهوم الفرعي الثالث: يتناول اللياقة العضلية الهيكلية، ويتكون من (5) موضوعات.
 - المفهوم الفرعي الرابع: يتناول المرونة، ويتكون من (7) موضوعات.
- 2- مفهوم النشاط والحمول البدني، وبلغ عدد موضوعاته (10)، موزعة على مفهومين فرعيين:
 - المفهوم الفرعي الأول: يتناول أهمية النشاط البدني للصحة العامة، ويتكون من (5) موضوعات.
 - المفهوم الفرعي الثاني: يتناول المخاطر الصحية للحمول البدني، ويتكون من (5) موضوعات.
- 3- مفهوم التغذية الصحية، وبلغ عدد موضوعاتها (8)، موزعة على مفهومين فرعيين:
 - المفهوم الفرعي الأول: يتناول الغذاء الصحي، ويتكون من (5) موضوعات.
 - المفهوم الفرعي الثاني: يتناول الغذاء والنشاط الرياضي، ويتكون من (3) موضوعات.
- 4- مفهوم السلامة العامة، وبلغ عدد موضوعاتها (13)، موزعة على مفهومين فرعيين:
 - المفهوم الفرعي الأول: يتناول الوقاية أثناء النشاط الرياضي، ويتكون من (6) موضوعات.
 - المفهوم الفرعي الثاني: يتناول الاسعافات الأولية، ويتكون من (7) موضوعات.

أ) صدق قائمة التحليل

صدق أداة الدراسة يعني التأكد من أنها تقيس ما أُعدت لقياسه، وللتحقق من صدق الأداة فقد تم عرضها بصورتها الأولية على مجموعة من المحكمين في المناهج وطرق

على الوجه المطلوب وبكفاءة، فالدراسات التي أجريت كانت في جوانب الصحة بشكل عام وليست في مجالات النشاط البدني، ومن هذا يتبين أن هناك قصور وندرة في الدراسات التي أجريت في مدى تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية في جميع المراحل..

منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة

تحقيقاً لأهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها؛ تم توظيف المنهج الوصفي بأسلوب تحليل المحتوى في تحليل وحدات كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات الصادر عن وزارة التعليم طبعة (1436هـ)؛ وذلك بهدف تحديد درجة تضمين المفاهيم الصحية في الكتاب، وذلك برصد تكراراتها، والنسب المئوية لهذه المفاهيم في كل مجال من المجالات الأربعة، وهي (اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، النشاط والحمول البدني، التغذية الصحية، السلامة العامة).

مجتمع وعينة الدراسة

تُعد عينة الدراسة هي مجتمعها، والمتمثلة في محتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات للعام الدراسي (1440هـ)، طبعة (1436هـ)، وهي الوحدات الفعلية للدروس المقررة. كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (1). وصف لمحتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

رقم الوحدة	عنوان الوحدة	عدد الموضوعات	الصفحة
الوحدة الأولى	اللياقة البدنية والصحة	15	37-15
الوحدة الثانية	النشاط البدني والصحة	15	70-41
الوحدة الثالثة	إصابات النشاط الرياضي	5	97-73
الوحدة الرابعة	ألعاب القوى	5	117-101
الوحدة الخامسة	الألعاب الجماعية	20	149-121
الوحدة السادسة	ألعاب المضرب	5	178-153

أداة الدراسة: تتمثل أداة الدراسة في قائمة تحليل محتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بالمملكة العربية السعودية.

هدف الأداة

الهدف من قائمة تحليل المحتوى هي ملاحظة ورصد وتسجيل المفاهيم الرئيسية والفرعية والموضوعات بدقة

- ثبات الاتفاق:

وللتحقق من ثبات أداة الدراسة قام الباحثان بالاستعانة بمعلم تربية بدنية ممارس للمرحلة الثانوية حاصل على درجة الماجستير في التربية البدنية للقيام بعملية تحليل المحتوى وذلك بعد إيضاح خطوات التحليل وضوابطه والاتفاق على أسسه وإجراءاته وشرح قائمة المفاهيم الصحية ومفاهيمها الفرعية وموضوعاتها، ومن ثم حساب نقاط الاتفاق ونقاط الاختلاف بين التحليلين، وقد تم الاتفاق على تحليل منهج التربية البدنية (وحدات الكتاب) ومن ثم حساب معامل الثبات لكل وحدة عن طريق معادلة هولستي (2) Holsti م ÷ (ن1+ن2)، حيث م تدل على عدد نقاط الاتفاق بين التحليلين (طعيمة، 2008)، ثم حساب متوسط نسب معامل الثبات للوحدات، كما في الجدول رقم (2):

التدريس وعدد من مشرفي التربية البدنية ومعلميها كما هو موضح في ملحق (1)، وبعد أخذ الآراء، والاطلاع على الملحوظات، فقد قام الباحث بإجراء التعديلات اللازمة بعد التحكيم من حذف لبعض المفاهيم إماماً لعدم مناسبتها لمستوى الطلاب أو عدم مناسبتها للمفهوم الرئيسي، كما تم تعديل الصياغة اللغوية لبعض المفاهيم، ومن ثم إخراج قائمة المفاهيم بصورتها النهائية

(ب) ثبات قائمة التحليل:

إن الثبات يعني أن التحليل يعطي نفس النتائج تقريباً إذا تم تطبيقه أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة، سواء كانت إعادة التطبيق من الباحث نفسه أو باحث آخر، وهناك أكثر من طريقة لإيجاد ثبات التحليل، تتمثل في ثبات التحليل بين الباحث ونفسه، وثبات التحليل بين الباحث ومحلل آخر.

جدول رقم (2). نتائج حساب ثبات أداة تحليل المحتوى لعينة عشوائية وبطريقة تحليل الأفراد.

المجال	تحليل الباحثان	تحليل الزميل	المجموع	عدد مرات الاتفاق	م2	معامل الثبات
اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	7	5	12	5	10	0.83
النشاط والحمول البدني	4	4	8	4	8	1.0
التغذية الصحية	1	1	2	1	2	1.0
السلامة العامة	2	2	4	2	4	1.0
الثبات الكلي	14	12	26	12	24	0.88

الصورة النهائية لقائمة التحليل

اشتملت قائمة التحليل بعد ضبطها في صورتها النهائية على (56) موضوع موزعة على (4) مفاهيم رئيسية، وذلك كالآتي:

بعد تطبيق معادلة هولستي، بلغت عدد فئات التحليل للباحثان (14) والمحلل الثاني (12)، ووفقاً للمعادلة فإن معامل الثبات لأداة الدراسة يبلغ (0.88)، وهي درجة ثبات عالية يمكن الوثوق بها في تطبيق الدراسة الحالية (طعيمة، 2008)، وذلك لوضوح المضمون، وتحديد فئات التحليل بشكل دقيق، وتعريفها، مما يعني صلاحية أداة الدراسة للتطبيق على جميع المفاهيم عينة الدراسة.

جدول رقم (3). قائمة المفاهيم الصحية النهائية

المفهوم الرئيسي	المفهوم الفرعي	الموضوعات
اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	التركيب الجسمي	أهمية التركيب الجسمي، تعريف التركيب الجسمي، التعرف على نسبة وزن الشحوم في الجسم وكيفية قياسها، إدراك المفاهيم المرتبطة بنسبة الشحوم وكتلة الجسم والعلاقة بينها، يقدر مستوى البدانة بحساب مؤشر كتلة الجسم وكيفية قياسها، طرق خفض نسبة الشحوم.
	اللياقة القلبية التنفسية	أهمية اللياقة القلبية التنفسية، تعريف اللياقة القلبية التنفسية، كيفية قياس اللياقة القلبية التنفسية وتنميتها، وظائف الجهاز الدوري والرنوي التنفسي، مفهوم اللياقة الهوائية وكيفية تنميتها، التعرف على قدرة الفرد على استخدام الأكسجين داخل الخلايا، طرق تنمية اللياقة القلبية التنفسية.
	اللياقة العضلية الهيكلية	تعريف اللياقة العضلية الهيكلية، أهمية اللياقة العضلية الهيكلية، كيفية قياس اللياقة العضلية الهيكلية، طرق تنمية اللياقة العضلية الهيكلية، التمييز بين أنواع اللياقة العضلية الهيكلية.
	المرونة	تعريف المرونة، قياس المرونة، طرق تنمية المرونة، أنواع المرونة، فوائد المرونة، المرونة في الرياضة، مخاطر ضعف المرونة، أنواع

المفهوم الرئيسي	المفهوم الفرعي	الموضوعات
		المرونة، فوائد المرونة، المرونة في الرياضة، مخاطر ضعف المرونة
النشاط والحمول البدني	أهمية النشاط البدني للصحة العامة	أهمية النشاط البدني من الناحية الصحية، أهمية النشاط البدني من الناحية البدنية، أهمية النشاط البدني من الناحية النفسية، أهمية النشاط البدني من الناحية الاجتماعية، أهمية النشاط البدني من الناحية العقلية.
	المخاطر الصحية للحمول البدني	الحمول البدني وأمراض القلب، الحمول البدني ومرض السكري، الحمول البدني وأمراض ضغط الدم، الحمول البدني وأمراض الشرايين، الحمول البدني والسمنة.
التغذية الصحية	الغذاء الصحي	أهمية التغذية الصحية، المجموعات الغذائية اللازمة للفرد، سوء التغذية، إرشادات للتغذية الصحية، الهرم الغذائي.
	الغذاء والنشاط البدني	علاقة التغذية بالرياضة، الوجبات الغذائية للرياضيين، وجبة ما قبل المسابقة الرياضية.
السلامة العامة	الوقاية أثناء النشاط الرياضي	أهمية الوقاية أثناء النشاط الرياضي، تقنين الأحمال البدنية للرياضي أثناء النشاط، إصابات النشاط البدني، الأحمال المناسبة للنشاط الرياضي، الإحذية والزي الرياضي المناسب لنوع النشاط البدني، استخدام الأدوات والأجهزة الرياضية بطريقة تمنع حدوث الإصابات.
	الإسعافات الأولية	المبادئ الأساسية في إصابات التمزق العضلي، المبادئ الأساسية في إصابات الالتواء، المبادئ الأساسية في إصابات الكدم، المبادئ الأساسية في إصابات الخلع، المبادئ الأساسية في إصابات الكسر، محتويات حقيبة الإسعاف اللازمة أثناء النشاط الرياضي، نقل المصاب أثناء النشاط البدني

- تم التحليل في إطار المحتوى العلمي لكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

- تم التحليل في ضوء المفاهيم الصحية، حيث شمل التحليل المفاهيم الصحية الملائمة للمرحلة الثانوية وعددها (4) مفاهيم رئيسية، أشتق منها (56) موضوع.

ج- قواعد التحليل:

قام الباحثان بعملية تحليل محتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات وفق القواعد التالية:

- قراءة كل موضوع قراءة جيدة وبشكل تسلسلي لتسهيل مهمة تحديد المفاهيم الصحية الواردة.

- استخراج ما يحتويه كل موضوع من المفاهيم الصحية الملائمة للمرحلة الثانوية.

- تفريغ نتائج التحليل في جداول معدة لهذا الغرض، وقد تم ذلك بإعطاء تكرار لكل مفهوم عند ظهوره في المحتوى المحلل.

د - إجراءات عملية التحليل:

- تحديد الكتاب الذي تم تحليل محتواه، وهو كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

- قراءة محتوى كتاب التربية البدنية والصحية والمكون من (6) وحدات، قراءة متأنية ودقيقة، للاستدلال على المفاهيم الصحية المتوفرة في هذا الكتاب.

- قراءة قائمة المفاهيم الصحية للمرحلة الثانوية بصورتها النهائية بعد الانتهاء من إجراءات التأكد من صدقها وثباتها.

- اعتبار وحدة الجملة كوحدة تحليل لمناسبتها لطبيعة الدراسة الحالية وأهدافها

إجراءات تحليل محتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بالمملكة العربية السعودية:

تمت عملية تحليل محتوى منهج التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، وفقاً للإجراءات التالية:

أ- تحديد وحدات التحليل:

تحددت وحدة التحليل في هذه الدراسة في الجملة، والتي تمثل أي وحدة صغيرة ذات معنى، وتحتل مساحة معينة من الصفحة (طعيمة، 2008)، والتي يمكن أن يطبق عليها فئات التحليل؛ وذلك لأنها الأنسب لأهداف الدراسة، ولأن دلالة المضمون أو المفهوم لا تتضح إلا بتمام المعنى.

ب- ضوابط التحليل:

لكي يتم التحليل على أساس سليم، وحتى تسير هذه العملية وفق نسق علمي يساعد على التأكد من صدق التحليل وثباته، قام الباحثان وفي ضوء أهداف الدراسة بتوضيح الضوابط التي التزم بها في عملية التحليل وهي:

1- أن تكون المفاهيم المستخدمة لتصنيف المحتوى معروفة تعريفاً واضحاً.

2- تصنيف المواد المتصلة بالموضوع، بحيث يتم التحليل على أساس سليم يبعد عن العشوائية.

• **هدف التحليل:** هدفت عملية تحليل المحتوى إلى تحديد درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

• **عين التحليل:** تمثلت عينة التحليل في الوحدات الواردة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، مع مراعاة ما يلي أثناء التحليل:

الخماسي كما بدراسة خالد (2015)، ودراسة علي وصالح (2017)، ودراسة العجل (2018)، كما هو موضح في الجدول (4)
 جدول رقم (4). فئات الحكم على درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

حدود الفئة %		الفئة
إلى	من	
20.0	1	متوفر بدرجة منخفضة جداً.
40.0	20.1	متوفر بدرجة منخفضة.
60.0	40.1	متوفر بدرجة متوسطة.
80.0	60.1	متوفر بدرجة عالية.
100	80.1	متوفر بدرجة عالية جداً.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

لعرض نتائج الدراسة التي هدفت إلى معرفة درجة تضمين المفاهيم الصحية ومناقشتها من خلال الإجابة عن تساؤلات الدراسة على النحو التالي:
 السؤال الأول: ما درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟
 وللتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول رقم (5) درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

م	المفهوم الرئيسي	التكرارات	النسبة %	الترتيب
1	اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	30	65.2	1
2	السلامة العامة.	19	41.3	2
3	النشاط والحمول البدني.	15	32.6	3
4	التغذية الصحية.	5	10.9	4
متوسط نسبة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات		37.5%		

السؤال الثاني: ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بمفاهيمه الفرعية الأربعة والتي تشمل (التركيب الجسمي، اللياقة القلبية التنفسية، اللياقة العضلية الهيكلية، المرونة)؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية.
 درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ والجدول (6) يوضح ذلك:

جدول رقم (6). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة) في كتاب

- وضع علامة تكرر في الخانات المحددة لذلك في قائمة التحليل عند ظهور أي موضوع من المفاهيم الرئيسية أو الفرعية.
 - تحويل التكرارات من الإشارات إلى أرقام ومن ثم تفريغ النتائج في جدول خاص.
 - حساب النسبة المئوية لكل مفهوم رئيسي، ومن ثم حساب النسبة الكلية للموضوعات لكل مفهوم رئيسي.
 - استثناء الغلاف ومقدمة الكتاب والفهارس من عملية التحليل، حيث بدأ التحليل من بداية الوحدة الأولى صفحة (15) إلى نهاية الوحدة السادسة صفحة (178).
 - تم التحليل في ضوء قائمة المفاهيم الصحية الملائمة للمرحلة الثانوية.

أساليب المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحثان في تحليل البيانات التي توصلت إليها الدراسة الحالية الأساليب الإحصائية التالية:
 1- التكرارات والنسب المئوية لمعرفة درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.
 2- الحكم على درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات في عينة الدراسة، من خلال مقياس فنوي خماسي للحصول على درجة التوافر، وقد تم الاعتماد على جدول الحكم الفئوي

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أن درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات جاءت بدرجة توافر منخفضة وتقترب بشكل كبير من المتوسطة، بمتوسط نسبة تضمين (37.5%)، حيث يأتي المفهوم الرئيسي (اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة) بالمرتبة الأولى بتكرار (30) مرة وبنسبة (65.2%)، وفي المرتبة الثانية المفهوم الرئيسي (السلامة العامة) بتكرار (19) مره وبنسبة (41.3%)، وبالمرتبة الثالثة يأتي المفهوم الرئيسي (النشاط والحمول البدني) بتكرار (15) مرات وبنسبة (32.6%)، وفي الأخير يأتي المفهوم الرئيسي (التغذية الصحية) كأقل المفاهيم الرئيسية الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بتكرار (5) مرات وبنسبة (10.9%).

الفرعي (التركيب الجسمي) بالمرتبة الأولى بتكرار (11) مرات وبنسبة (23.9%)، يليه بالمرتبة الثانية المفهوم الفرعي (اللياقة القلبية التنفسية) بتكرار (8) مرات وبنسبة (17.4%)، وبالمرتبة الثالثة يأتي المفهوم الفرعي (المرونة) بتكرار (6) مرات وبنسبة (13.04%)، وفي الأخير يأتي المفهوم الفرعي (اللياقة العضلية الهيكلية) بتكرار (5) مرات وبنسبة (10.9%).

أولاً: التركيب الجسمي:

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (التركيب الجسمي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية للمقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول رقم (7) يوضح ذلك:

التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

م	المفهوم الفرعي	التكرارات	النسبة %
1	التركيب الجسمي	11	23.9
2	اللياقة القلبية التنفسية	8	17.4
3	اللياقة العضلية الهيكلية	5	10.9
4	المرونة	6	13.04
	المجموع الكلي للمفهوم الرئيسي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	29	62.5

يتضح من خلال الجدول رقم (6) أن درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات جاءت بدرجة توافر عالية بتكرار (30) مرة وبنسبة (62.5%)، حيث يأتي المفهوم

جدول رقم (7). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (التركيب الجسمي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
التركيب الجسمي	1	أهمية التركيب الجسمي.	2	-	4.3
	2	تعريف التركيب الجسمي.	1	-	2.2
	3	التعرف على نسبة وزن الشحوم في الجسم وكيفية قياسها.	3	-	6.5
	4	إدراك المفاهيم المرتبطة بنسبة الشحوم وكتلة الجسم والعلاقة بينها.	2	-	4.3
	5	يُقدر مستوى البدانة بحساب مؤشر كتلة الجسم وكيفية قياسها.	2	-	4.3
	6	طرق خفض نسبة الشحوم.	1	-	2.2
		إجمالي المفهوم الفرعي (التركيب الجسمي)	11	-	23.9

مؤشر كتلة الجسم وكيفية قياسها) الأكثر تكراراً بين المفاهيم الفرعية للتركيب الجسمي بتكرار (مرتين) وبنسبة (4.3%)، وفي الأخير يأتي الموضوعين رقم (2، 6) والذي ينص على (تعريف التركيب الجسمي، طرق خفض نسبة الشحوم) بتكرار (مرة واحدة) وبنسبة (2.2%).

ثانياً: اللياقة القلبية التنفسية:

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (اللياقة القلبية التنفسية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول رقم (8) يوضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (7) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (التركيب الجسمي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات التركيب الجسمي بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (11) مرات جميعها جاءت بمستوى تضمين مباشر بنسبة (23.9%)، حيث يأتي الموضوع رقم (3) والذي ينص على (التعرف على نسبة وزن الشحوم في الجسم وكيفية قياسها) بالمرتبة الأولى بين مفاهيم التركيب الجسمي بتكرار (3) مرات وبنسبة (6.5%) حيث تأتي المواضيع رقم (1، 4، 5) والتي تنص على (أهمية التركيب الجسمي، إدراك المفاهيم المرتبطة بنسبة الشحوم وكتلة الجسم والعلاقة بينها، يُقدر مستوى البدانة بحساب

جدول رقم (8) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (اللياقة القلبية التنفسية)

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
اللياقة القلبية التنفسية	1	أهمية اللياقة القلبية التنفسية.	1	-	2.2
	2	تعريف اللياقة القلبية التنفسية.	2	-	4.3
	3	كيفية قياس اللياقة القلبية التنفسية.	2	-	4.3
	4	وظائف الجهاز الدوري والروني التنفسي.	0	-	0.0

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
	5	مفهوم اللياقة الهوائية وكيفية تنميتها.	-	1	2.2
	6	التعرف على قدرة الفرد على استخدام الاكسجين داخل الخلايا.	1	-	2.2
	7	طرق تنمية اللياقة القلبية التنفسية.	1	-	2.2
		إجمالي المفهوم الفرعي (اللياقة القلبية التنفسية)	7	1	17.4

على قدرة الفرد على استخدام الاكسجين داخل الخلايا، طرق تنمية اللياقة القلبية التنفسية) بتكرار (مرة واحدة) وبنسبة (2.2%)، في حين لم يتم تناول الموضوع رقم (4) والذي ينص على (وظائف الجهاز الدوري والرئوي التنفسي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

ثالثاً: اللياقة العضلية الهيكلية:

للتعرف على درجة تضمنين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (اللياقة العضلية الهيكلية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول رقم (9) يوضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (8) درجة تضمنين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (اللياقة القلبية التنفسية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات اللياقة القلبية التنفسية بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (8) مرات منها (7) مرات بصورة مباشرة، ومرة واحدة بصورة غير مباشرة بنسبة (17.4%)، حيث تأتي الموضوعات رقم (2، 3) والتي تنص على (تعريف اللياقة القلبية التنفسية، كيفية قياس اللياقة القلبية التنفسية وتنميتها)، الأكثر تكراراً بين موضوعات اللياقة القلبية التنفسية بتكرار (مرتين) وبنسبة (4.3%)، والموضوعات رقم (1، 5، 6، 7) والتي تنص على (أهمية اللياقة القلبية التنفسية، مفهوم اللياقة الهوائية وكيفية تنميتها، التعرف

جدول رقم (9). درجة تضمنين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (اللياقة العضلية الهيكلية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
	1	تعريف اللياقة العضلية الهيكلية.	1	-	2.2
	2	أهمية اللياقة العضلية الهيكلية.	1	-	2.2
	3	كيفية قياس اللياقة العضلية الهيكلية.	1	-	2.2
	4	طرق تنمية اللياقة العضلية الهيكلية.	1	-	2.2
	5	التمييز بين أنواع اللياقة العضلية الهيكلية.	-	1	2.2
		إجمالي المفهوم الفرعي (اللياقة العضلية الهيكلية)	4	1	10.9

اللياقة العضلية الهيكلية، التمييز بين أنواع اللياقة العضلية الهيكلية) بتكرار (مرة واحدة) وبنسبة (2.2%).

رابعاً: المرونة

للتعرف على درجة تضمنين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (المرونة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول رقم (10) يوضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (9) درجة تضمنين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (اللياقة العضلية الهيكلية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات اللياقة العضلية الهيكلية بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (5) مرات منها (4) مرات بصورة مباشرة، ومرة واحدة بصورة غير مباشرة بنسبة (10.9%)، حيث تأتي الموضوعات رقم (1، 2، 3، 4، 5) والتي تنص على (تعريف اللياقة العضلية الهيكلية، أهمية اللياقة العضلية الهيكلية، كيفية قياس اللياقة العضلية الهيكلية، طرق تنمية

جدول رقم (10) درجة تضمنين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (المرونة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
	1	تعريف المرونة.	1	-	2.2
	2	قياس المرونة.	1	-	2.2
	3	طرق تنمية المرونة.	1	-	2.2

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
	4	أنواع المرونة	1	-	2.2
	5	فوائد المرونة	-	1	2.2
	6	مخاطر ضعف المرونة	-	1	2.2
	7	المرونة في الرياضة	-	-	0.0
		إجمالي المفهوم الفرعي (المرونة)	4	2	13.04

السؤال الثالث: ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالنشاط والحمول البدني في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (النشاط والحمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بمفهوميه الفرعيين، والتي تشتمل على (أهمية النشاط البدني للصحة العامة، المخاطر الصحية للحمول البدني)؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية.

درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (النشاط والحمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ والجدول (11) يوضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (10) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (المرونة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات المرونة بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (6) مرات منها (4) مرات بصورة مباشرة، ومرتين بصورة غير مباشرة بنسبة (13.04%)، حيث جاءت جميع الموضوعات رقم (1، 2، 3، 4، 5، 6) والتي تنص على (تعريف المرونة، قياس المرونة، طرق تنمية المرونة، أنواع المرونة، فوائد المرونة، مخاطر ضعف المرونة) بتكرار مرة واحدة وبنسبة (2.2%)، في حين لم يتم تناول الموضوع رقم (7) والذي ينص على (المرونة في الرياضة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

جدول رقم (11) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (النشاط والحمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

م	المفهوم الفرعي	التكرارات	النسبة %
1	أهمية النشاط البدني للصحة العامة.	10	21.7
2	المخاطر الصحية للحمول البدني.	5	10.9
	المجموع الكلي للمفهوم الرئيسي النشاط والحمول البدني	15	32.6

أولاً: أهمية النشاط البدني للصحة العامة:

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (أهمية النشاط البدني للصحة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول (12) يوضح ذلك:

يتضح من خلال الجدول رقم (11) أن درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (النشاط والحمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات جاءت بدرجة توافر منخفضة بتكرار (15) مرة وبنسبة (32.6%)، حيث يأتي المفهوم الفرعي (أهمية النشاط البدني للصحة العامة) بالمرتبة الأولى بتكرار (10) مرات وبنسبة (21.7%)، يليه المفهوم الفرعي (المخاطر الصحية للحمول البدني) كأقل الأبعاد بتكرار (5) مرات وبنسبة (10.9%).

جدول رقم (12) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (أهمية النشاط البدني للصحة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
أهمية النشاط البدني للصحة العامة	1	أهمية النشاط البدني من الناحية الصحية.	6	-	12.9
	2	أهمية النشاط البدني من الناحية البدنية.	1	-	2.2
	3	أهمية النشاط البدني من الناحية النفسية.	1	-	2.2
	4	أهمية النشاط البدني من الناحية الاجتماعية.	1	-	2.2
	5	أهمية النشاط البدني من الناحية العقلية.	1	-	2.2
		إجمالي المفهوم الفرعي (أهمية النشاط البدني للصحة العامة)	10	-	21.7

البدنية، أهمية النشاط البدني من الناحية النفسية، أهمية النشاط البدني من الناحية الاجتماعية، أهمية النشاط البدني من الناحية العقلية) بتكرار (مرة واحدة) ونسبة (2.2%).

ثانياً: المخاطر الصحية للخمول البدني

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (المخاطر الصحية للخمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول (13) يوضح ذلك:

جدول رقم (13). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (المخاطر الصحية للخمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
المخاطر الصحية للخمول البدني	1	الخمول البدني وأمراض القلب.	1	-	2.2
	2	الخمول البدني ومرض السكري.	1	-	2.2
	3	الخمول البدني وأمراض ضغط الدم.	1	-	2.2
	4	الخمول البدني وأمراض الشرايين.	1	-	2.2
	5	الخمول البدني والسمنة.	1	-	2.2
إجمالي المفهوم الفرعي (المخاطر الصحية للخمول البدني)			5	-	10.9

م	المفهوم الفرعي	التكرارات	النسبة %
1	الغذاء الصحي.	2	4.3
2	الغذاء والنشاط الرياضي.	3	6.5
	المجموع الكلي للمفهوم الرئيسي التغذية الصحية	5	10.9

يتضح من خلال الجدول رقم (14) أن درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (التغذية الصحية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، جاءت بدرجة توافر منخفضة جداً بتكرار (5) مرات ونسبة (10.9%)، حيث يأتي المفهوم الفرعي (الغذاء والنشاط الرياضي)

بالمرتبة الأولى بتكرار (3) مرات ونسبة (6.5%)، يليه المفهوم الفرعي (الغذاء الصحي) بتكرار (2) ونسبة (4.3%).

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الفقير والصبيح والرصاعي (2014) والتي توصلت إلى أن درجة تضمين مفاهيم التربية الصحية فيما يتعلق بمجال الصحة الغذائية في كتاب الجغرافيا للمرحلة الأساسية العليا في الأردن جاءت منخفضة جداً.

أولاً: الغذاء الصحي

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الغذاء الصحي) في كتاب التربية البدنية

يوضح الجدول رقم (12) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (أهمية النشاط البدني للصحة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات أهمية النشاط البدني للصحة العامة بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (10) مرات جميعها بصورة مباشرة بنسبة (21.7%)، حيث جاء الموضوع رقم (1) والذي ينص على (أهمية النشاط البدني من الناحية الصحية) بتكرار (6) مرات ونسبة (12.9%)، في حين جاءت الموضوعات الأخرى (2، 3، 4، 5) والتي تنص على (أهمية النشاط البدني من الناحية

يوضح الجدول رقم (13) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (المخاطر الصحية للخمول البدني) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات المخاطر الصحية للخمول البدني بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (5) مرات جميعها بصورة مباشرة بنسبة (11.0%)، حيث جاءت جميع الموضوعات (1، 2، 3، 4، 5) بتكرار (مره واحدة) ونسبة (2.2%).

السؤال الرابع: ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالتغذية الصحية في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (التغذية الصحية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بمفهوميه الفرعيين، والتي تشتمل على (الغذاء الصحي، الغذاء والنشاط الرياضي)؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية.

درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (التغذية الصحية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ والجدول (14) يوضح ذلك:

جدول رقم (14). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (التغذية الصحية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول (15) يوضح ذلك:

جدول رقم (15). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الغذاء الصحي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
الغذاء الصحي	1	أهمية التغذية الصحية.	1	-	2.2
	2	المجموعات الغذائية اللازمة للفرد.	1	-	2.2
	3	سوء التغذية.	-	-	-
	4	ارشادات للتغذية الصحية.	-	-	-
	5	الهرم الغذائي.	-	-	-
		إجمالي المفهوم الفرعي (الغذاء الصحي)	2	-	4.3

التغذية، ارشادات للتغذية الصحية، الهرم الغذائي) بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

ثانياً: الغذاء والنشاط الرياضي

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الغذاء والنشاط الرياضي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول

يوضح الجدول رقم (15) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الغذاء الصحي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات الغذاء الصحي بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (مرتتين) جميعها بصورة مباشرة بنسبة (4.3%)، حيث الموضوعين رقم (1، 2) والذي ينص على (أهمية التغذية الصحية، المجموعات الغذائية اللازمة للفرد) بتكرار مرة واحدة وبنسبة (2.2%)، في حين لم يتم تناول الموضوعات رقم (3، 4، 5) والتي تنص على (سوء

جدول رقم (16). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الغذاء والنشاط الرياضي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
الغذاء والنشاط الرياضي	1	علاقة التغذية بالرياضة.	-	1	2.2
	2	الوجبات الغذائية للرياضيين.	-	1	2.2
	3	وجبة ما قبل المسابقة الرياضية.	1	-	2.2
		إجمالي المفهوم الفرعي (الغذاء والنشاط الرياضي)	1	2	6.5

السؤال الخامس: ما درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالسلامة العامة في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؟
للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (السلامة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات بمفهوميه الفرعيتين، والتي تشمل على (الوقاية أثناء النشاط الرياضي، الاسعافات الأولية)؛ تم حساب التكرارات والنسب المئوية.

درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (السلامة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات؛ والجدول (17) يوضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (16) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الغذاء والنشاط الرياضي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات الغذاء والنشاط الرياضي بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (3) مرات، منها مرة واحدة بصورة مباشرة، ومرتين بصورة غير مباشرة بنسبة (6.5%)، حيث الموضوع رقم (1، 2، 3) والذي ينص على (علاقة التغذية بالرياضة، الوجبات الغذائية للرياضيين، وجبة ما قبل المسابقة الرياضية)، بتكرار (مرة واحدة) وبنسبة (2.2%).

جدول رقم (17). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (السلامة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

م	المفهوم الفرعي	التكرارات	النسبة %
1	الوقاية أثناء النشاط الرياضي.	10	21.7
2	الإسعافات الأولية.	9	19.6
	المجموع الكلي للمفهوم الرئيسي السلامة العامة	19	41.3

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أن درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الرئيسي (السلامة العامة) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام

المقررات جاءت بدرجة توافر متوسطة بتكرار (19) مرة وبنسبة (41.3%)، حيث يأتي المفهوم الفرعي (الوقاية أثناء النشاط الرياضي) بالمرتبة الأولى بتكرار (10) مرات وبنسبة (21.7%)، يليه المفهوم الفرعي (الإسعافات الأولية) بتكرار (9) وبنسبة (19.6%).

أولاً: الوقاية أثناء النشاط الرياضي

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الوقاية أثناء النشاط الرياضي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول (18) يوضح ذلك:

جدول رقم (18). درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الوقاية أثناء النشاط الرياضي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
الوقاية أثناء النشاط الرياضي	1	أهمية الوقاية أثناء النشاط الرياضي.	-	-	-
	2	تقنين الأحمال البدنية للرياضي أثناء النشاط.	-	-	-
	3	إصابات النشاط البدني.	10	-	21.7
	4	الأحمال المناسبة للنشاط الرياضي.	-	-	-
	5	الأحذية والزي الرياضي المناسب لنوع النشاط البدني.	-	-	-
	6	استخدام الأدوات والأجهزة الرياضية بطريقة تمنع حدوث الإصابات.	-	-	-
		إجمالي المفهوم الفرعي (الوقاية أثناء النشاط الرياضي)	10	-	21.7

الأحذية والزي الرياضي المناسب لنوع النشاط البدني، استخدام الأدوات والأجهزة الرياضية بطريقة تمنع حدوث الإصابات) بمحتوى كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات.

ثانياً: الإسعافات الأولية

للتعرف على درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالسلامة العامة (الإسعافات الأولية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول (19) يوضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (18) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالسلامة العامة (الوقاية أثناء النشاط الرياضي) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات موضوعات المفهوم الفرعي (الوقاية أثناء النشاط الرياضي) بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (10) مرات جاءت جميعها بصورة مباشرة بنسبة (21.7%)، حيث الموضوع (3) والذي ينص على (إصابات النشاط البدني) بتكرار (10) وبنسبة (21.7%)، في حين لم يتم تناول الموضوعات (1، 2، 4، 5، 6) والتي تنص على (أهمية الوقاية أثناء النشاط الرياضي، تقنين الأحمال البدنية للرياضي أثناء النشاط، الأحمال المناسبة للنشاط الرياضي،

جدول رقم (19) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الإسعافات الأولية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات

المفهوم الفرعي	م	الموضوعات	التكرارات		النسبة %
			تضمنين مباشر	تضمنين غير مباشر	
الإسعافات الأولية	1	المبادئ الأساسية في إصابات التمزق العضلي.	1	-	2.2
	2	المبادئ الأساسية في إصابات الالتواء.	1	-	2.2
	3	المبادئ الأساسية في إصابات الكدمات.	1	-	2.2
	4	المبادئ الأساسية في إصابات الخلع.	1	-	2.2
	5	المبادئ الأساسية في إصابات الكسر.	1	-	2.2
	6	محتويات حقيبة الإسعاف اللازمة أثناء النشاط الرياضي.	1	-	2.2
	7	نقل المصاب أثناء النشاط البدني.	3	-	6.5
		إجمالي المفهوم الفرعي (الإسعافات الأولية)	9	-	19.6

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يوصي بما يلي:

- إجراء دراسة وصفية قائمة على المفاهيم الصحية التي توصلت إليها الدراسة الحالية عند تحليل محتوى كتب مدرسية أخرى.

- إعادة النظر في تضمين المفاهيم الصحية في محتوى منهج التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث لم تحظى تلك المفاهيم بالاهتمام الكافي في محتوى المنهج.

- التركيز على مفهومي (التغذية الصحية) (النشاط البدني والخمول البدني) في محتوى منهج التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات باعتبارها المفاهيم الأقل تناولاً داخل الكتاب.

- التنبيه لأهمية الدور الذي يمكن أن تؤديه مناهج التربية البدنية والصحية في مجال الصحة العامة للطلاب، وحماية الشباب، بما يساهم في نشأة جيل يتمتع بصحة بدنية جيدة.

- إجراء عدد من الدراسات التي تعتمد على تحليل محتوى كتب التربية البدنية في المراحل الدراسية المختلفة بالمملكة العربية السعودية

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

أبو جازيه، هبة (2004). خطة مقترحة لبرنامج جميز للمرحلة الابتدائية على ضوء مفاهيم وجوانب أبعاد الحركة (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة أسيوط، أسيوط.

أبو عمشة، خالد حسين (2015). تحليل المحتوى مفهومه أهميته فوائده خصائصه (ط1). (القاهرة، مصر: دار الفكر العربي).

أبو هولا، مفضي؛ البلوي، خالد (2006). المفاهيم الصحية في مناهج العلوم للمرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية. مجلة دمشق للعلوم التربوية، 22(2)، 197-240

بدح، أحمد؛ مزاهرة، أيمن؛ بدران، زين (2017). الثقافة الصحية (ط6). (عمّان، الأردن: دار المسيرة).

سلمان، أسامة (2005). دراسة تحليلية لمفاهيم التربية الرياضية في المناهج الدراسية بمرحلة التعليم الأساسي (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أسيوط، أسيوط.

سعادة، جودة؛ ابراهيم، عبدالله (2014). المنهج المدرسي المعاصر (ط7). (عمّان، الأردن: دار الفكر).

سليمان، ريم (2017). درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن وفقاً للمعايير العالمية. مجلة العلوم التربوية، 44(2)، 41

يوضح الجدول رقم (19) درجة تضمين المفاهيم الصحية المتعلقة بالمفهوم الفرعي (الإسعافات الأولية) في كتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية لنظام المقررات، حيث بلغ إجمالي تكرارات موضوعات المفهوم الفرعي (الإسعافات الأولية) بكتاب التربية البدنية والصحية للمرحلة الثانوية (9) مرات جاءت بصورة مباشرة بنسبة (19.6%)، حيث جاء الموضوع رقم (7) والذي ينص على (نقل المصاب أثناء النشاط البدني) بالمرتبة الأولى بتكرار (3) مرات وبنسبة (6.5%)، في حين يليه جميع الموضوعات الأخرى الخاصة بالإسعافات الأولية بتكرار مرة واحدة وبنسبة (2.2%)، وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة السيلوي (2015) والتي توصلت إلى أن درجة تمثيل المفاهيم الصحية فيما يتعلق بالإسعافات الأولية في كتب العلوم للصف السابع والثامن الأساسي في الأردن كانت منخفضة.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة السيلوي (2015) والتي توصلت إلى أن درجة تمثيل المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصف السابع والثامن الأساسي في الأردن كانت منخفضة، كما اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة السليمان (2009) والتي توصلت إلى وجود قصور واضح في مفاهيم التربية الصحية التي ينبغي أن تتضمنها كتب العلوم للصفين الأول والثاني الابتدائي، في حين اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة البلوي (2002) والتي توصلت إلى أن درجة توافر المفاهيم الصحية في مناهج العلوم للمرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية جاءت بدرجة متوسطة، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة أبو هولا والبلوي (2006) والتي توصلت إلى أن درجة احتواء مناهج العلوم للمرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية على المفاهيم الصحية الملائمة لتلاميذ المرحلة المتوسطة جاءت متوسطة، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة سلمان (2005) والتي توصلت إلى أن درجة تضمين مفاهيم التربية الرياضية في المناهج الدراسية بمرحلة التعليم الأساسي وكان هدفها تحديد المفاهيم الرياضية المناسبة لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي جاءت بدرجة متوسطة، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الفقير والصبحين والرصاعي (2014) والتي توصلت إلى أن درجة تضمين مفاهيم التربية الصحية في كتاب الجغرافيا للمرحلة الأساسية العليا في الأردن جاءت متوسطة، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة صالح وسليمان (2017) والتي توصلت إلى أن درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن وفقاً للمعايير العالمية كانت متوسطة، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة صالح وسليمان (2016) والتي توصلت إلى أن درجة تضمين المفاهيم التغذوية والصحية في كتب التربية المهنية للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن كانت عالية

توصيات الدراسة

D9%8A%D8%A9/%D8%B9%D8%B1%D8%A8%D9%8A
الملاح، تامر (2012). *علاقة التربية الصحية بالتربية البدنية (التربية الصحية)*. تم الاسترجاع من موقع <http://kenanaonline.com/users/tamer2011-com/posts/435357>
الهزاع، هزاع محمد (2010). *موضوعات مختارة في فسيولوجيا النشاط والأداء البدني*. الرياض: مطابع جامعة الملك سعود.
وزارة التعليم (2006). *وثيقة منهج التربية البدنية في التعليم العام*. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.
وزارة التعليم (2012). *مشروع تطوير التعليم الثانوي، لائحة المعادلات الاصدار الثالث*. تم الاسترجاع من موقع

<https://www.moe.gov.sa/ar/news/Pages/mgr-plan.aspx>

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Catley MJ et al (2013) Normative health- related fitness valuesn for children analysis of 85347test results on 9-17-year-old . Bf J Sports Med .
Foder, V. & Rodman, R., "An introduction to language", New York: Holt, Rinehart & Winston, 1995.
Ghosh, A. (1991). Oraon Worldview and Concepts of Health and Medicine, Department of Anthropolg University of Delhi, Delhi, (INTERNET, 2000).
Kim,Ward &Li,w, (2015). Effects of improving teachers content knowledge on teatching and student learning in fhyical education research quarterly for Exercise and sport.
Steven L, James C, Gavin C, Timothy A. Brusseau,M& Janet S. (2015). Effect of Personalized System of Instruction on Health-Related Fitness Knowledge and Class Time Physical Activity. The Physical Educator Vol. 72• pp. 23–39.

صالح، علي؛ سليمان، ريم (2016). *درجة تضمين المفاهيم التغذوية والصحية في كتب التربية المهنية للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن*. جامعة الحسين بن طلال، معان.

صالح، علي؛ سليمان، ريم (2017). *درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتب العلوم للصفوف الثلاثة الأولى في الأردن وفقاً للمعايير العالمية*. مجلة العلوم التربوية، 44(2)، 41-57

طعيمة، أحمد رشدي (2008). *تحليل المحتوى في العلوم الإنسانية*. (القاهرة، مصر: دار الفكر العربي).

طلافة، حامد؛ أبو حسان، سائدة (2007). *المفاهيم الصحية في كتب التربية الوطنية والمدنية للصفوف الثلاث العليا لمرحلة التعليم الأساسي في الأردن*.

مجلة كلية التربية، 24، 101 - 136
البلوي، خالد؛ أبو هولا، مفضي (2002). *المفاهيم البيئية والصحية في مناهج العلوم للمرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية* (رسالة ماجستير). الجامعة الأردنية، عمان.

الحراملة، أحمد؛ جباري، علي؛ الهزاع، هزاع (2017). *الصحة واللياقة البدنية*. الدمام: مكتبة المتنبئ.

السيلاوي، حسين (2015). *المفاهيم البيئية والصحية المتضمنة في كتب العلوم للصفين السابع والثامن الأساسي في الأردن* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة مؤتة، مؤتة.

الفقيه، شاكراً؛ الصبيح، عيد؛ الرصاعي، محمد (2014). *مفاهيم التربية الصحية في كتب الجغرافيا للمرحلة الأساسية العليا في الأردن*. المجلة التربوية، 2(38)، 786-829

المركز التربوي للبحوث والأنماء (2016). *منهج التربية البدنية*. تم الاسترجاع من موقع

https://www.crdp.org/curriculum-content_details/%D9%85%D9%86%D9%87%D8%AC-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B1%D8%A8%D9%8A%D8%A9-%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%8A%D8%A7%D8%B6%