



" تأثير برنامج تثقيفي صحي الكتروني على الوعي الصحي لتلاميذ

المرحلة الابتدائية الازهرية"

الدكتور / أشرف عثمان عبدالمطلب

الدكتور / محمود السيد ابراهيم

الباحث / عمرو يونس محمد

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى تأثير برنامج تثقيفي صحي الكتروني على الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية ، كما استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملائمته لتطبيق البحث ، واشتملت عينة البحث على تلاميذ معهد أسامة بن زيد الابتدائي وقد بلغ عددهم (٥٠) تلميذ منهم (٢٠) تلميذ عينة استطلاعية للمعاملات العلمية و عدد (٣٠) تلميذ عينة أساسية ، و تم تطبيق البرنامج التثقيفي على عينة البحث خلال ست أسابيع بواقع ثلاث محاضرات اسبوعياً ، وكانت أهم النتائج البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني قد أثر تأثيراً إيجابية في رفع مستوي الوعي الصحي بجميع جوانبه (الوقائي - الشخصي - الرياضي)، وأشارت أهم النتائج إلى:

١. البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني أثر إيجابياً على مستوي الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في محاور الوعي الصحي قيد البحث.

Research summary in English:

The research aims at the impact of an electronic health education program on the health awareness of Al-Azhar primary school students. The researcher also used the experimental approach using the experimental design for one group with pre and post measurement, due to its suitability for the application of the research. A student, including (20) students, an exploratory sample of scientific transactions, and the number (30) students, a basic sample, and the educational program was applied to the

research sample during six weeks, by three lectures per week. Health awareness in all its aspects (preventive - personal - athletic). The most important results indicated:

1. The electronic health educational program had a positive effect on the level of health awareness of Al-Azhar primary school students.
2. There are statistically significant differences between the pre and post measurements of the experimental group in favor of the post measurement in the aspects of health awareness under study.

مقدمة ومشكلة البحث:

تعدُّ الصحة ثروة الشعوب، وتقع مسؤولية المحافظة على الصحة على عاتق كل فرد في المجتمع، وهي من الحقوق الأساسية التي نادى بها المواثيق الدولية التي أكدت على ضرورة توفير كافة ما يلزم الأطفال وتلبية حاجتهم وصقل شخصياتهم والكشف المبكر على صحتهم. وكون المجتمع يواجه العديد من التحديات التي تؤثر على الصحة البدنية الأمر الذي يضع مؤسسات المجتمع وخصوصاً المدرسة أمام مسؤوليتها في المحافظة على الصحة الشاملة للفرد، من أجل توفير صحة بدنية تُسهم بشكل فعال في بناء الإنسان القادر على التعامل بنجاح وحل المشكلات في المستقبل. (١٠ : ١٠٣)

وتعد مرحلة الطفولة المبكرة من أهم المراحل التربوية والتعليمية التي يمر بها الإنسان في حياته، حيث تتشكل فيها اتجاهاته وتتفتح ميوله، ويكتسب الواناً من المعرفة، والمفاهيم، والقيم، وأساليب التفكير، والمبادئ، والسلوك، مما يجعل تلك المرحلة حاسمة في مستقبله، وتظل آثارها العميقة في تكوينه.

وفي هذه المرحلة تتحدد سلوكيات وعادات التلاميذ إزاء نفسه والآخرين والتي ستظل معه طوال حياته وتؤثر

في نظرتهم للأمور المتعلقة بكافة المجالات كالصحة والنظافة والثقافة الصحية نتيجة ما يراه أو يسمعه (٢، ٧٢).

ويعتبر المستوي الصحي للشعب هو أحد مقاييس التقدم والرفي لهذا قامت الدول المتقدمة بتقديم الخدمات المختلفة لإفراد شبابها في مراحل عمرهم المختلفة من توفير الرعاية الصحية باذلة في ذلك الجهد والمال وهي على إدراك تام أن ذلك سوف يترد إليها أضعافاً مضاعفة. (٦ : ١٦)

ويشكل الطلبة نسبة كبيرة من المجتمع فضلاً عن أن أجسامهم أكثر تجاه الأمراض المعدية، وإن تواجدهم خلال فترة الدراسة في مساحة محدودة يزيد من قابليتهم للعدوي، كما أن غياب الطلبة عن المدارس في حالة إصابتهم بالأمراض المختلفة يؤدي إلى تدهور المستوي التعليمي العام، إذ من المهم جداً، أن يتلائم التعليم، ويسير جنباً إلى جنب مع استقرار الصحة الجسمية، والعقلية، والنفسية للطلبة. (١٤ : ٣٣)

وتعتبر المدارس أهم المؤسسات الاجتماعية ذات التأثير الطيب في المجتمع، ويقع على عاتقها المسؤولية نحو فئة كبيرة من أفراد المجتمع، حيث تتعاون مع الاسرة لتربية الطفل، لأن الأسرة وحدها لا تستطيع أحيانا أن تقوم بعملية التربية نظراً لانتشار الامية بين الوالدين وضعف المستوي الثقافي الصحي لديهم، ومن هنا يقع على عاتق المدرسة تنمية الفرد ونقل الثقافة من جيل لأخر بما فيها من الجوانب والخدمات الصحية المختلفة. (١١ : ٢٤٦)

قد لاحظ الباحث من خلال عمله معلماً لمادة التربية الرياضية ، بعض الممارسات الغير صحية ، كسوء التغذية ، وانتشار كلا من السمنة وسوء التغذية بين الأطفال ، وظهور بعض الامراض المزمنة ، وكثرة التعرض للإصابات في هذه المرحلة ،مما ينعكس ذلك سلباً على مستوي التلاميذ وتحصيلهم الدراسي وعلى صحتهم العامة ، كما تسعى الدولة من خلال جهود مبادرة رئيس الجمهورية للكشف المبكر عن " الانيميا والسمنة و التقزم " بالمدارس الابتدائية وهذا يؤكد على تواجد عادات غير صحية ، كذلك عدم توافر كادر صحي وغرفة للصحة المدرسية ومستلزماتها الضرورية وعدم وجود زيارات دورية للأطباء الرعاية الصحية الأولية حيث يخصص طبيب لكل عدد من المعاهد وعدم وجود اخصائي توعية صحية بالمعاهد الازهرية ، وقد شاهد الباحث عدم مراعاة العناصر المرتبطة بالبيئة المدرسية ومن بينها (موقع المدرسة ، مساحة المدرسة ، مساحه الفصول ، الإضاءة) ، وعدم تواجد اخصائي توعية صحية بالمديريات والمناطق الازهرية وذلك للأشراف على عمل ممرضي الصحة المدرسية من برامج ومشاريع التوعية الصحية .

وقد ظهرت جوانب كثيرة من القصور والاضطراب نتيجة للتغيرات الاجتماعية وأصبح هناك خلل في أتباع السلوكيات الصحية السليمة سواء كانت سلوك غذائي او سلوك قوامي او سلوك رياضي او غيره من السلوكيات الصحية السليمة، ونظرا لأهمية الرياضة والحركة في هذه المرحلة السنية، واستمتاع الطلاب بحصة التربية الرياضية كانت أهمية البحث في استغلال حب الطلاب للتربية الرياضية في إكساب السلوك الصحي السليم لهم عن طريق البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني.

وقد تبلورت مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي التالي:

تتلخص مشكلة البحث في محاولة الإجابة عن السؤال التالي ما هو " تأثير استخدام برنامج تثقيفي صحي الكتروني على الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية " .

أهمية البحث: Importance of research

أولاً: الأهمية العلمية للبحث: Scientific importance of research

تكمن أهمية البحث في كونها تعتبر من الدراسات الحديثة وذلك على حد علم الباحث، حيث أنه باستطلاع المؤسسات البحثية وجد قلة الدراسات التي جمعت بين عمل مقياس للوعي الصحي وعمل برنامج تثقيف صحي الكتروني لتعديل وتقويم وتغيير سلوكيات التلاميذ في المرحلة الابتدائية الازهرية، ومن هنا تعتبر هذه الدراسة من الدراسات التي تظهر أهمية التثقيف الصحي الالكتروني في تعديل السلوكيات الغير مرغوب فيها لدي التلاميذ ومن ثم تساهم في تطوير سلسلة الأبحاث العلمية في مجال التثقيف الصحي الالكتروني لتلاميذ المعاهد الازهرية.

ثانياً: الأهمية التطبيقية للبحث: Applied importance of research

نتائج هذه الدراسة سوف تساعد المهتمين في مجال التثقيف الصحي والمدرسي في معرفة كيفية التعامل مع التلاميذ على مختلف سلوكياتهم وكيفية قياس وتقويم تلك السلوكيات وتعديلها وإكسابهم بعض السلوكيات البدنية والصحية والشخصية والوقائية والبيئية السليمة من خلال البرنامج التثقيفي الالكتروني وإبراز أهميته بالنسبة للطلاب واولياء أمورهم.

ثالثاً: أهداف البحث: Research Objectives

يهدف هذا البحث إلى:

١. بناء مقياس للوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية.
٢. بناء برنامج تثقيفي صحي الكتروني لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية.
٣. التعرف على تأثير برنامج التثقيف الصحي الالكتروني على الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية.

رابعاً: فروض البحث: Research hypotheses

١. توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعديّة في الوعي الصحي قيد البحث.

خامساً: مصطلحات المستخدمة في البحث : Terms used in the search

١. البرنامج: Program

تعرفه مني جاد (٢٠١٠) أنه: مجموعة من الخبرات التربوية والمفاهيم والمهارات التي يتم تنظيمها في إطار الوحدات المتكاملة والشاملة لجميع الأنشطة التي تتناسب مع خصائص ومتطلبات التلاميذ، بهدف تنمية جانب من الجوانب المراد تنميتها. (١٣: ٢٥)

٢. التثقيف الصحي: Health Education

الامام بالمعلومات والبيانات والحقائق الصحية والتي ترتبط بالصحة والمرض ولكن قد لا يستخدمها الفرد في حياته أو يستفيد بها وهي على ذلك تبقى كثافة صحية دون أن تؤثر في حياة وسلوك الفرد. (٤: ٢٢)

٣. البرنامج الإلكتروني: E-Program

يعرفه العتيبي (٢٠١٨م) بانه: المواد التعليمية التي يتم إعدادها وبرمجتها بواسطة الحاسوب لتعلمها، معتمدة على نظرية " سكنر " المبنية على مبدأ المثير والاستجابة والتعزيز، حيث تركز على الاستجابة الإيجابية من المتعلم بتعزيز إيجابي من المعلم أو الحاسوب، كما أنها هي الدروس أو الحقائق أو الأنشطة التي جرى تنظيمها وإنتاجها وحوسبتها باستخدام إحدى لغات برمجة الكمبيوتر، لتحقيق أهداف محددة في موقف تعليمي موصوف لجمهور محدد من المتعلمين، مع توفير فرص التفاعل لهم. (٩: ١٣٢)

٤. الوعي الصحي: Health Awareness

يعتبر الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والاعتناع، ويعني الوعي الصحي أيضاً أن تتحول تلك الممارسات الصحية إلى عادات تمارس بلا شعور أو تفكير بمعنى أن الوعي الصحي هو الهدف الذي يجب أن نسعى إليه لا أن تبقى المعلومات الصحيحة كثافة صحية فقط.

(١: ٣٢)

ثانياً: الدراسات المرجعية:

الدراسات العربية: Arabic Studies

١. دراسة جيهان عبد العزيز محمد (٢٠٠٥م) (٨)

بعنوان "تأثير برنامج تثقيف (صحي - رياضي) على تقليل نسبة الإصابات لطلاب المدارس الرياضية التجريبية بالإسكندرية".

هدف البحث: قياس مستوى الثقافة الصحية لطلاب المدارس الرياضية التجريبية.

المنهج: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

العينة: قوامها (١٥٤) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية بالإسكندرية.

أهم النتائج: Key Findings

- توصلت الدراسة إلى ضرورة الاهتمام بالتنقيف الصحي كمنهج مستقل لطلاب المدرس الرياضية.
- ٢. دراسة أميرة محمد (٢٠٠٨م) (٣) عنوان البحث: تأثير برنامج صحي باستخدام الحاسب الآلي لتحسين السلوك الصحي لأطفال مؤسسة (SOS) للأيتام بالغربية.
- هدف البحث: تصميم برنامج تنقيفي صحي باستخدام الحاسب الآلي لتحسين السلوك الصحي لأطفال قرية (SOS) للأيتام بالغربية.
- المنهج المستخدم: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم (القبلي - البعدي) على مجموعة تجريبية واحدة.
- عينة البحث: تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وبلغ العينة (٣٠) طفلا في المرحلة العمرية (٩-١٢) سنة.

نتائج البحث: Results

- ان البرنامج التنقيفي الصحي باستخدام الحاسب الآلي له تأثير إيجابي على تحسين السلوك الصحي والسلوك الغذائي والسلوك الصحي الرياضي والسلوك الصحي البيئي والسلوك الصحي القوامي لصالح القياس البعدي.
- ٣. دراسة " محمد أحمد محمد سليمان " (٢٠١٥م) (١٢) عنوان الرسالة: برنامج إرشادي مقترح للسلوك الصحي في التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة قنا.
- الهدف من البحث: بناء برنامج إرشادي ومعرفة أثره على السلوك الصحي لتلاميذ المرحلة الإعدادية.
- المنهج المستخدم: المسحي
- عينة البحث: اشتملت عينة البحث على (٨٨٠) تلميذ من المرحلة الإعدادية.

نتائج البحث: Results



- تدريس برنامج السلوك الصحي المقترح قد أدى إلى تنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة الشخصية، التغذية الصحية، الوقاية من الأمراض والحوادث، وأهمية الرياضة، صحة البيئة.

٤. دراسة تسنيم أحمد فؤاد (٢٠٢١ م) (٥)

عنوان البحث: تقييم السلوك الصحي لتلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة شمال سيناء

هدف البحث: تقييم السلوك الصحي لتلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة شمال سيناء

- التعرف على السلوك الصحي لتلميذات المرحلة الإعدادية.
 - التعرف على مستوى السلوك الصحي الغذائي.
 - التعرف على مستوى السلوك الصحي الرياضي.
 - التعرف على مستوى السلوك الصحي القومي.
- المنهج المستخدم:** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي متبعا للأسلوب المسحي.
- عينة البحث:** حجم العينة (٤٠٠) تلميذة تم اختيارهم بالطريقة العمدية.

النتائج: Results

النواحي الإيجابية لتلميذات المرحلة الإعدادية بالتالي (يهتمون بنظافة الشعر والنظافة الشخصية، يتأكدون من نافة الطعام قبل تناوله، يمارسون الرياضة لأنها تساعد على تعديل السلوك الصحي العام، يحرصون على عدم النوم على وسادة مرتفعة، يحرصون على وضع الفضلات في صندوق، العلم بدرجات الحروق والتعامل معها).

النواحي السلبية لتلميذات المرحلة الإعدادية مثل (لا يحرصون على تهوية الأحذية وتعقيمها باستمرار، يقومون بشراء الطعام من الباعة الجائلين، استخدام الأدوات الرياضية بدون إذن المدرب، حمل الأشياء الثقيلة بيد واحدة، أحداث الضوضاء في المكان الذي يتواجدون فيه).

الدراسات الأجنبية: Foreign Studies

١-دراسة جورجي كوك و ليكسم gerjio kok & Lexeme butter (٢٠٠٠ م) (٧)

بعنوان "أهمية التخطيط والتثقيف الصحي للوقاية من الإصابة".

تهدف الدراسة إلى منع الإصابات الرياضية لدى لاعبي التزلج على الجليد باستخدام التخطيط المنهجي لتحليل حجم المشكلة وعوامل الخطر.

المنهج: استخدم الباحث المنهج الوصفي.

العينة: اشتملت الدراسة على عدد من لاعبي التزلج، وتم قياس وتقييم بعض مستويات التثقيف الصحي (تنفيذ البرنامج، التدخل في حالة الإصابة، المحددات الصحية، حالات الإصابة) لمعرفة عوامل الخطر المترتبة على الجهل بها.

أهم النتائج:

- أهمية اختيار مواد التثقيف الصحي للاعبين.
- أهمية تثقيف المجتمع تجاه الإصابة الرياضية.
- اهتمام اللاعبين بالنظافة الشخصية.
- اقتراح إستراتيجية في مجال الوقاية من الإصابة الرياضية لمعظم الألعاب الرياضية.

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث: Research Methodology

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لمناسبه لطبيعة الدراسة.

ثانياً: - مجتمع البحث: Research Community

يمثل مجتمع البحث طلاب المرحلة الابتدائية بمعهد أسامة بن زيد بالريسة وعدد الطلاب الإجمالي (١٠٠) طالب وطالبة في المرحلة العمرية من (٩-١٢) عام، في العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، وقد تم اختيار هذا المعهد للأسباب التالية:

- موافقة ادارة المعهد على تطبيق المقياس والبرنامج وحسن تعاونهم مع الباحث.
- توفير الأعداد والإمكانات اللازمة لتنفيذ المقياس والبرنامج.
- تقارب المستوى الاجتماعي والاقتصادي كونه معهد أهري حكومي.

ثالثاً: - عينة البحث: Research Sample

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من مجموعة من تلاميذ المرحلة الابتدائية في المرحلة السنوية من (٩ : ١٢) عام، واشتملت عينة البحث على (50) تلميذ وتم اختيار (٢٠) تلميذ من داخل المجتمع الاصلي وخارج العينة الأساسية كعينة استطلاعية لأجراء المعاملات العلمية صدق وثبات المقياس وعدد (٣٠) تلميذ لتنفيذ البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني.

جدول رقم (١)

تحديد عينة البحث الأساسية والاستطلاعية من مجتمع البحث

العينة الاستطلاعية		العينة الأساسية		عينة البحث الكلية		مجتمع البحث
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	
٢٠%	٢٠	٣٠%	٣٠	٥٠%	٥٠	١٠٠

يتضح من الجدول رقم (١) أن عينة البحث الأساسية تمثل (٣٠%) من مجتمع البحث وبإضافة العينة الاستطلاعية تمثل (٥٠%) من مجتمع البحث.

تجانس عينة البحث: Homogeneity of the research sample

قام الباحث بالتحقق من تجانس عينة البحث في المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغير التجريبي مثل (السن - الطول - الوزن - الذكاء) قيد البحث - مقياس الوعي الصحي (من إعداد الباحث) والجداول أرقام (٢)، (٣) توضح مدى اعتدالية عينة البحث في هذه المتغيرات.

جدول رقم (٢)

التوصيف الاحصائي لعينة البحث في (السن / الطول / الوزن)

ن=٥٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	شهر/سنة	١١	١١,١	٠,٢٨	-٠,٢٤
٢	الطول	سم	١٣٥,٧	١٣٧,٥	٧,٦١	٠,٢٩
٣	الوزن	كجم	٣٦,٧	٣٧,٥	٥,٩٨	٠,٤٣

يتضح من الجدول رقم (٢) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في متغيرات (السن، الطول، والوزن) انحصرت بين (+ ٣) مما يدل على تمثيلها لمجتمع اعتدالي طبيعي متجانس في هذه المتغيرات.

جدول رقم (٣)

التوصيف الاحصائي لعينة البحث في متغير (الذكاء)

ن=٥٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	الذكاء	الدرجة	٨٤,٠	٨٥	١,٠٢	٠,٨٨٢

يتضح من الجدول رقم (٣) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في متغير (الذكاء) انحصرت بين (+٣) مما يدل على تمثيلها لمجتمع اعتدالي طبيعي متجانس في هذا المتغير.

شروط اختيار العينة: Conditions for sample selection

١. أن يكون من تلاميذ المرحلة الابتدائية.
٢. أن يكون لديهم الرغبة في التطوع لإجراء التجربة.
٣. موافقة أولياء الامور على الاشتراك في البرنامج.
٤. ألا يكونوا التلاميذ خاضعين لأي برامج تثقيفية أو تعليمية أخرى أثناء إجراء البحث.

رابعاً: مجالات البحث: Research Areas

المجال البشري: Human field

أشتمل المجال البشري للبحث على تلاميذ المرحلة الابتدائية الأزهرية بمحافظة شمال سيناء.

المجال الزمني: Time range

تم إجراء تجربة البحث الأساسية في العام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣م

المجال الجغرافي: Geographical area

اختار الباحث تلاميذ المرحلة الابتدائية لتنفيذ تجربته البحث من معهد أسامة بن زيد الابتدائي بالريسة

خامساً: أدوات ووسائل جمع البيانات:

وسائل جمع البيانات: Means of data collection

- استمارة تسجيل بيانات التلاميذ الشخصية حيث شملت (الاسم - السن - الطول - الوزن - الذكاء).
- استمارة استطلاع رأي الخبراء في المحاور الرئيسية والمحتوي النظري للبرنامج التثقيفي الصحي.
- استمارة استطلاع رأي الخبراء في محتوى وعبارات الاختبار المعرفي (المقياس).
- الاختبار المعرفي الذي تم بناءه لقياس المستوى المعرفي قبل وبعد البرنامج التثقيفي.

ولجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث الأدوات الآتية:

١. تحليل المراجع والدراسات السابقة: Analysis of references and previous studies

قام الباحث بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة العربية والأجنبية والتي تناولت برامج التثقيف الصحي وذلك من أجل الاستفادة منها في بناء أداة البحث الأساسية وهي الاستبيان.

سادساً: الأجهزة والأدوات المستخدمة في تنفيذ البرنامج التثقيفي:

- الرستاميتير: لقياس طول القامة (بالسنتيمتر). الميزان الطبي: لقياس الوزن (بالكيلو جرام).
- قاعة محاضرات لتنفيذ محتوى البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني.
- جهاز كمبيوتر محمول Laptop Computer .
- جهاز عرض البيانات Data Show Projector لعرض محتوى البرنامج التثقيفي باستخدام
- برنامج العرض التقديمي للشرائح PowerPoint.

سابعاً: متغيرات البحث: Search variables

كي يتم التوصل إلى نتائج دقيقة في هذه الدراسة قام الباحث بمحاولة ضبط المتغير المستقل المقياس و(البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني) الذي قد يؤثر على المتغير التابع (المستوي المعرفي).

أولاً: المتغيرات المستقلة: Independent variables

- عرض المادة الصحية بواسطة الحاسب الآلي وجهاز الداتا شو.

ثانياً: المتغيرات التابعة: Dependent variables

- مستوى الوعي الصحي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية.

ثامناً: خطوات تنفيذ البحث: Steps to perform the research

إعداد البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني:

تم عمل مسح للمراجع العلمية والدراسات السابقة ومواقع شبكة المعلومات الدولية، وبناء عليه تم تحديد المحاور الرئيسية للبرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني ومحتوي كل محور لعرضه على الخبراء.

استطلاع رأي الخبراء: (الميزان التقديري - محاور البرنامج)

قام الباحث بعرض المحاور المقترحة وتم إعداد استمارة استطلاع رأي الخبراء (مرفق ٢) على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين لإبداء آراءهم حول اختيار الميزان التقديري

لاستمارة الاستبيان والمحاور الرئيسية للبرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني، وكذلك موضوعات المحتوى النظري لكل محور من محاور البرنامج في نقاط وذلك بهدف التعرف على آراء الخبراء.

جدول رقم (٤)

الميزان التقديري المقترح لاستمارة الاستبيان ن=١٠

الميزان	ميزان تقديري ثنائي	ميزان تقديري ثلاثي	ميزان تقديري خماسي
آراء الخبراء	١	٩	صفر
النسبة المئوية	%١٠	%٩٠	صفر

يوضح من الجدول رقم (٤) آراء السادة الخبراء في اختيار وتحديد الميزان التقدير المقترح لاستمارة الاستبيان وما تم الاتفاق عليه بنسبة (٩٠%) ليصبح الميزان التقدير الثلاثي المستخدم في تصميم استمارة استبيان محاور الوعي الصحي قيد البحث.

جدول (٥)

الأهمية النسبية لاستجابات الخبراء حول مناسبة محاور مقياس الوعي الصحي ن=١٠

م	اسم المحور	عدد الموافقين	النسبة المئوية
١	الوعي الصحي الوقائي	١٠	%١٠٠
٢	الوعي الصحي الشخصي	9	%90
٣	الوعي الصحي الرياضي	١٠	%١٠٠
٤	الوعي الصحي غذائي	٨	%٨٠
٥	الوعي الصحي البيئي	٧	%٧٠

يتضح من جدول (٥) أن النسب المئوية لآراء السادة الخبراء على محاور استمارة الاستبيان قيد البحث تراوحت قيمتها ما بين (70%) إلى (١٠٠%) وقد ارتضى الباحث نسبة (٩٠%) كحد أدنى لقبول المحاور من موافقات السادة الخبراء وبناء على هذا تم قبول محاور البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني وعددهم (3) محاور فقط.

ب- صياغة عبارات ومحاور استمارة الاستبيان:

قام الباحث بصياغة العبارات الخاصة بكل محور من محاور استمارة الاستبيان قيد البحث في الصورة الأولى لها مرفق (٢) وذلك في الفترة من ٢٠٢٢/٩/٣٠ إلى ٢٠٢٢/١٠/٨م، والجدول التالي يوضح عدد العبارات الخاصة بكل محور من محاور استمارة الاستبيان في صورتها الأولى:

جدول رقم (٦)

عدد العبارات الخاصة بكل محور من محاور استمارة الاستبيان في صورتها الأولية

م	المحور	اسم المحور	عدد العبارات
١	الأول	الوعي الصحي الوقائي	١٥
٢	الثاني	الوعي الصحي الشخصي	١٥
٣	الثالث	الوعي الصحي الرياضي	١٥
	المجموع الكلي لعبارات استمارة الاستبيان		
			٤٥

يتضح من جدول رقم (٦) عدد عبارات كل محور، وقد بلغ إجمالي عدد عبارات استمارة الاستبيان في صورتها الأولية عدد (٤٥) عبارة. مرفق (٢)

الدراسة الاستطلاعية الأولى: First exploratory study

تم تطبيق الاختبار المعرفي (المقياس) على عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث قوامها (٢٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمعهد أسامة بن زيد الابتدائي بمحافظة شمال سيناء من المرحلة العمرية (٩-١٢) سنة، خلال الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢٢ إلى ٢٧/١٠/٢٠٢٢، بأسلوب الاختبار وإعادة الاختبار؛ وذلك بهدف إجراء المعاملات العلمية للاختبار المعرفي الصحي الإلكتروني.

صدق مقياس الوعي الصحي الإلكتروني: Believe the electronic health awareness scale

استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي بتطبيق مقياس الوعي الصحي الإلكتروني على العينة الاستطلاعية (ن=٢٠) والمختارة من عينة البحث، وإيجاد معاملات الارتباط بين درجات المواقف ومجموع المحاور، وكذا بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (٧)

الصدق بالاتساق الداخلي بين العبارات ومجموع المحاور ن=٢٠

المحور م	الأول	الثاني	الثالث
١	٠,٨٢	٠,٨٤	٠,٧٥
٢	٠,٨٣	٠,٨١	٠,٨٢
٣	٠,٨٢	٠,٩٢	٠,٨٢
٤	٠,٧٥	٠,٧٥	٠,٧٢

٠,٧٣	٠,٨٥	٠,٧٦	٥
٠,٨٤	٠,٨٢	٠,٧٧	٦
٠,٧٩	٠,٨٤	٠,٨٠	٧
٠,٨١	٠,٨٣	٠,٨٠	٨
٠,٨٠	٠,٩٢	٠,٩٣	٩
٠,٩٠	٠,٨٠	٠,٩٢	١٠

دلالة معامل الارتباط (ر) عند مستوي (٠,٠٥) = ٠,٤٢٣

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود علاقة ارتباط دالة بين العبارات والمحاور مما يدل على صد تمثيل العبارات لمحاورها.

جدول رقم (٨)

الصدق بالاتساق الداخلي بين المحاور ومجموع المقياس ن=٢٠

م	المحاور	الارتباط بالمجموع	الدلالة
١	الوعي الصحي الوقائي	٠,٨٨٤	دال
٢	الوعي الصحي الشخصي	٠,٨٦٢	دال
٣	الوعي الصحي الرياضي	٠,٨٤١	دال

دلالة معامل الارتباط عند مستوي (٠,٠٥) معنوية = ٠,٤٢٣

يتضح من جدول رقم (٨) وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين المحاور والمجموع، مما يدل على صدق المحاور في تمثيل مجموع المقياس.

• ثبات مقياس الوعي الصحي الالكتروني:

استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرو نباخ للتأكيد من ثبات محاور ومجموع مقياس الوعي الصحي الالكتروني والذي سبق تطبيقه على العينة الاستطلاعية.

جدول رقم (٩)

معاملات ثبات المحاور والمجموع لمقياس الوعي الصحي الالكتروني

ن = ٣٠

معامل الفاكرونباخ	الثبات بالتجزئة النصفية	الموافق الزوجية		الموافق الفردية		عدد العبارات	المتغيرات
		ع	م	ع	م		

٠,٧٩٢	٠,٨١٦	١,٢٢	٤,٠١	١,١٤	٤,٤٧	١٠	الوعي الصحي الوقائي
٠,٨٠٩	٠,٨٢٥	٠,٩١	٢,٢٢	٠,٨٧	٢,٦٠	١٠	الوعي الصحي الشخصي
٠,٨٥٤	٠,٨٨٧	٠,٧٣	٢,٧٤	٠,٦٥	٣,١١	١٠	الوعي الصحي الرياضي
٠,٨٠٤	٠,٨٣٤	٠,٢٠٢	٨,٩٧	٠,١٧٦	١٠,١٨	٣٠	المجموع

ويتضح من الجدول رقم (٩) أن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قد تراوحت بين (٠,٨١٦ - ٠,٨٨٧) للمحاور، وبلغت (٠,٨٣٤) لمجموع المقياس، وعامل الفايكرونباخ تروح بين (٠,٧٩٢ - ٠,٨٥٤) للمحاور، وبلغت (٠,٨٠٤) لمجموع المقياس، مما يدل على ثبات المقياس.

تجميع المحتوى النظري للبرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني:

بعد أن وافق السادة الخبراء على محاور البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني والنقاط الأساسية للمحتوي النظري لكل محور؛ فقام الباحث بتجميع المحتوى النظري للبرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني من المراجع العلمية ومواقع شبكة المعلومات الدولية كما هو موجود في الفصل الثاني من البحث.

إعداد وبناء الاختبار المعرفي: Preparation and construction of the cognitive test

لبناء الاختبار تم الاستعانة بالثلاث مستويات الأولى من الستة مستويات الرئيسية للمجال المعرفي التي حددها "بلوم" Bloom وهم: (المعرفة بنسبة ٣٠% - الفهم بنسبة ٣٥% - التطبيق بنسبة ٣٥%).

وتم اقتراح عدد ٥٠ عبارة للاختبار، وتم وضع ميزان تقديري ثلاثي يعبر عن آراء العينة وفقاً لما يلي (نعم - إلى حد ما - لا)، وتم تحويل التقديرات اللفظية إلى تقديرات رقمية بمنح درجات (٢ - ١ - ٠) للاستجابة على الترتيب وموزعة على المحاور الرئيسية للبرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني وعددهم (٦) وذلك وفقاً للأهمية النسبية لكل محور وفي ضوء النسب الخاصة بالثلاث مستويات الأولى للمجال المعرفي.

جدول (٧)

جدول المواصفات لبناء الاختبار المعرفي

م	المحاور	الأهمية النسبية	المعرفة	الفهم	التطبيق	المجموع
			٣٠%	٣٥%	٣٥%	

١٠	٣,٥	٣,٥	٣	%٣٣,٣	الوعي الصحي الوقائي	١
١٠	٣,٥	٣,٥	٣	%٣٣,٣	الوعي الصحي الشخصي	٢
١٠	٣,٥	٣,٥	٣	%٣٣,٤	الوعي الصحي الرياضي	٣
٣٠ عبارة	١٠,٥	١٠,٥	٩	%١٠٠	المجموع	

يتضح من جدول (٧) عدد عبارات كل محور من محاور الاختبار المعرفي وفقا للأهمية النسبية لكل محور وفي ضوء نسب المستويات المعرفية الثلاثة.

الإطار العام لتنفيذ البرنامج: General framework

- تم تطبيق الاختبار المعرفي (المقياس) على عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث قوامها (٢٠) تلميذ خلال الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢٢.
- أجر الباحث الدراسة الاستطلاعية الثانية على (٢٠) تلاميذ من عينة البحث ومن خارج العينة الأساسية وكانت يوم ٢٧/١٠/٢٠٢٢م.
- يتم تنفيذ البرنامج على عينة البحث الأساسية بدءاً من يوم الأحد الموافق ٦/١١/٢٠٢٢م حتى يوم الخميس ٢٤/١١/٢٠٢٢م وتم القياس البعدي يوم الأحد الموافق ٢٧/١١/٢٠٢٢م.
- مدة تنفيذ البرنامج التعليمي شهر ونصف بواقع (3) أسابيع.
- عدد الوحدات التعليمية خلال تلك الفترة هي (9) ندوة تثقيفية بواقع ثلاث وحدات خلال الأسبوع أيام (الأحد - الثلاثاء - الخميس) من كل أسبوع، زمن الندوة التثقيفية (٣٠) دقيقة عقب انتهاء اليوم الدراسي مباشرة.

جدول رقم (٨)

المحتوي الزمني للبرنامج التثقيفي الصحي الإلكتروني

عدد الندوات التثقيفية في البرنامج الزمني	عدد الندوات التثقيفية في الاسبوع	البرنامج الزمني
9 ندوة تثقيفية	ثلاث ندوات تثقيفية	3 أسابيع

محتوى البرنامج التثقيفي الصحي الإلكتروني

قام الباحث بعد الرجوع إلى الأدب التربوي والدراسات السابقة والمرجعية ضمن هذا الإطار ، والمتخصصين في مجال الوعي الصحي ومناهج وطرق التدريس ، مرفق رقم (١) ، واختيار مجموعة من المفاهيم المتعلقة بالوعي الصحي ، ومراعاة مناسبتها لمستوي ادراك التلاميذ المرحلة



الابتدائية الازهرية ، وبعد تنظيمها وترتيبها تم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين في مجال الصحة الرياضية ، ومناهج وطرق التدريس للتأكد من مناسبتها لأغراض الدراسة ، وبعد استرجعها من السادة المحكمين قام الباحث بإجراء التعديلات التي أوصت بها لجنة السادة الخبراء، من حيث الحذف ، والإضافة ، والتعديل ، وإدراجها على أسطوانة تعليمية وعرضها امام تلاميذ المعهد الازهري.

تم تنفيذ إجراءات الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. الاطلاع على الادب التربوي والدراسات السابقة لإعداد الاختبار المعرفي (المقياس) بصورته الأولية.
2. اعداد الاختبار المعرفي بعد التحقق من مؤشرات صدقها وثباتها، وذلك عن طريق عرضها على السادة الخبراء، وتطبيقها على العينة الاستطلاعية من خارج عينة الدراسة.
3. الحصول على الخطابات لتسهيل مهمة موجهة من جامعة بنيها إلى منطقة شمال سيناء الازهرية، وخطاب تسهيل مهمة موجهة من منطقة شمال سيناء إلى معهد أسامة بن زيد الابتدائي الازهري.
4. اختيار افراد الدراسة من تلاميذ معهد أسامة بن زيد الابتدائي الازهري.
5. اخذ موافقة من إدارة المعهد على تطبيق البرنامج التثقيفي وتحديد موعد الندوات.
6. اعلام التلاميذ بأن المعلومات التي تم الحصول عليها منهم ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.
7. تطبيق مقياس الوعي الصحي على أفراد الدراسة قبل تنفيذ التجربة.
8. تطبيق البرنامج التثقيفي الالكتروني على افراد الدراسة بعد تنفيذ التجربة.
9. جمع أوراق المقياس القلبي والبعدي، وتدقيقها، ثم إدخال البيانات للحاسوب ومعالجتها إحصائياً، للإجابة على سؤال الدراسة، والخروج بالتوصيات المناسبة في ضوء النتائج.

محاور البرنامج: Program Themes

1. الوعي الصحي الوقائي.
2. الوعي الصحي الشخصي.
3. الوعي الصحي الرياضي.

الدراسة الاستطلاعية الثانية: Second Exploratory Study

أجر الباحث الدراسة الاستطلاعية الثانية على (٢٠) تلاميذ من عينة البحث ومن خارج العينة الأساسية وكانت يوم ٢٧/١٠/٢٠٢٢م وكانت تهدف هذه الدراسة إلى:

1. التأكد من صلاحية المكان وتجهيزاته الذي يطبق بداخله التجربة.

٢. تعليم المساعدين وتدريبهم على ما يجب عمله أثناء عملية القياس.
٣. تحديد مدى مناسبة محتوى البرمجية المقترحة لمستوي فهم وإدراك التلاميذ عينة البحث من خلال التعرف على أهم المشكلات والصعوبات التي تواجههم واقتراح التعديلات التي تناسبهم في البرمجية وكذلك تحديد الزمن الملائم للتطبيق.
٤. ثم قام الباحث بتطبيق ندوة ثقافية يومية للتأكد من مدى مناسبة محتوى الندوة لاحتياجاتهم وقدراتهم العقلية.

تاسعاً: الدراسة الأساسية (القياس القبلي): **Basic study**

قام الباحث بإجراء القياس القبلي بمقياس الوعي الصحي (من إعداد الباحث) (الذكاء) مرفق (١٠)

وقد قام الباحث بإجراء القياس القبلي على عينة البحث الأساسية يوم ٢٠٢٢/١١/١م الى يوم ٢٠٢٢/١١/٢م ثم قام الباحث بتوزيع (CD) البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني على تلاميذ البحث.

المعالجة الإحصائية: **Statistical processing**

تم إدخال البيانات لجهاز الحاسب الآلي على برنامج SPSS، وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم إجراء التحليلات الإحصائية المناسبة للإجابة عن سؤال الدراسة على النحو التالي:

معادلة ألفا كرو نباخ ومعاملات الارتباط لبيرسون: للتحقق من ثبات الاختبار المعرفي للدراسة. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية: للتعرف على إجابات افراد العينة على جميع فقرات مقياس الوعي الصحي في القياسين القبلي والبعدي وجميع العبارات استمارة الاستبيان. اختبار (Paired Samples T-Test) : للمقارنة بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس الوعي الصحي ككل.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج

جدول رقم (٩)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث في محور مقياس الوعي الصحي الوقائي (المحور الأول)

ن=٣٠

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	يتعرف التلميذ على أهمية غسل اليدين بالماء والصابون للوقاية من الامراض	0.77	0.858	0.487
٢	يذكر التلميذ الأطعمة التي تساعد على تقوية جهاز المناعة	0.83	0.791	0.313
٣	يهتم بممارسة النشاط الرياضي للحفاظ على صحته	0.83	0.834	0.333
٤	يوضح الإجراءات الوقائية للحد من انتشار الفيروسات	0.63	0.809	0.792
٥	الاهتمام بفحص البصر والسمع والنمو لتأكد من الصحة بشكل منتظم	0.77	0.817	0.470
٦	يعتني بالنظافة الشخصية (اليدين - القدمين - الجلد - الاظافر -الشعر - الاسنان) للوقاية من الامراض.	0.77	0.774	0.441
٧	يتجنب الجلوس مع المدخنين ومتعاطي الكحوليات وغيرها من المواد الضارة	0.77	0.858	0.487
٨	تجنب الاشعة الضارة والحرارة المفرطة والتلوث البيئي	0.83	0.791	0.315
٩	عدم استخدام أدوات وملابس الاخرين للحفاظ على عدم انتقال الامراض	0.83	0.834	0.333
١٠	كيفية استخدام المطهر في تطهير الجروح	0.63	0.809	0.792
	المجموع	7.66	0.028	

جدول رقم (١٠)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث في محور مقياس الوعي الصحي الشخصي (المحور الثاني)

ن = ٣٠

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	يتعود التلميذ على تقليد الأظافر بانتظام	0.70	0.877	0.651
٢	يدرك أهمية تنظيف الاسنان مرتين يومياً	0.50	0.572	0.591
٣	يحافظ التلميذ على غسل اليدين قبل وبعد الاكل	0.77	0.774	0.441
٤	يعرف التلميذ أهمية ارتداء الملابس النظيفة والمناسبة للطقس	0.67	0.802	0.700
٥	يحرص على تناول الخضروات والفاكهة بانتظام	0.83	0.791	0.315
٦	يلتزم التلميذ بتجنب التدخين والمشروبات الغازية والحلويات الزائدة	0.77	0.774	0.441
٧	يدرك التلميذ أهمية الاستحمام بعد المجهود والنشاط البدني	0.77	0.858	0.487
٨	استخدام وسائل الحماية الشخصية مثل الكمامة والقفازات عند الضرورة	0.83	0.791	0.315
٩	يهتم التلميذ بشرب كمية كافية من الماء يومياً	0.83	0.834	0.333
١٠	يحافظ على النوم فترة كافية مريحه	0.63	0.809	0.792
	المجموع	٧,٣	٠,٠٨٣	

جدول رقم (١١)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث في محور مقياس الوعي الصحي الرياضي (المحور الثالث)

ن = ٣٠

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	يهتم التلميذ بارتداء الزي والحذاء المناسب لممارسة النشاط الرياضي	0.80	0.805	0.391



0.315	0.791	0.83	يتعرف على أهمية الاحماء قبل بدء النشاط الرياضي لتجنب الإصابات	٢
0.409	0.847	0.80	اختيار التلميذ الرياضة التي تناسب مع عمره وقدراته واهتماماته	٣
1.320	0.679	0.43	يذكر أهمية ممارسة النشاط الرياضي على صحة الجسم والعقل	٤
0.470	0.817	0.77	يتعرف على أنواع الرياضات المختلفة وفوائدها	٥
0.456	0.571	0.53	معرفة الإصابات والأمراض التي قد تحدث بسبب عدم ممارسة النشاط البدني	٦
0.660	0.758	0.67	ممارسة النشاط الرياضي في الأماكن المخصصة له	٧
0.396	0.728	0.77	يلتزم بالمحافظة على سلامة الأجهزة والأدوات الرياضية	٨
0.333	0.834	0.83	يفسر تأثير الرياضة على السمعة والنحافة	٩
0.958	0.77	0.57	يتعرف على المشروبات والاطعمة التي يحتاجها قبل واثناء وبعد ممارسة النشاط الرياضي لتزويد الجسم بالطاقة والماء والعناصر الغذائية	١٠
	٠,٠٨٣	٧	المجموع	

جدول رقم (١٢)

ن = ٣٠

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدي لعينة البحث في المحور الأول لمقياس الوعي الصحي الوقائي

p	قيمة "ت"	ع ف	م ف	بعدي		قلبي		العبارات	م
				ع+	م	ع+	م		
0.000	5.13-	0.711	0.667-	0.817	1.43	0.858	0.77	يتعرف التلميذ على أهمية غسل اليدين بالماء والصابون للوقاية من الأمراض	١
0.000	6.70-	0.626	0.767-	0.675	1.60	0.791	0.83	يذكر التلميذ الأطعمة التي تساعد على تقوية جهاز المناعة	٢
0.000	5.75-	0.761	0.800-	0.718	1.63	0.834	0.83	يهتم بممارسة النشاط الرياضي للحفاظ على صحته	3
0.000	6.17-	0.828	0.933-	0.774	1.57	0.809	0.63	يوضح الإجراءات الوقائية للحد من انتشار الفيروسات	٤
0.000	5.64-	0.615	0.663-	0.814	1.40	0.817	0.77	الاهتمام بفحص البصر والسمع والنمو لتأكد من الصحة بشكل منتظم	٥
0.000	6.27-	0.640	0.733-	0.777	1.50	0.774	0.77	يعتني بالنظافة الشخصية (اليدين - القدمين - الجلد - الأظافر - الشعر - الأسنان) للوقاية من الأمراض.	6
0.000	6.11-	0.747	0.833-	0.675	1.60	0.858	0.77	يتجنب الجلوس مع المدخنين ومتعاطي الكحوليات وغيرها من المواد الضارة	7
0.000	6.13-	0.714	0.800-	0.718	1.63	0.791	0.83	تجنب الأشعة الضارة والحرارة المفرطة والتلوث البيئي	8
0.000	5.43-	0.740	0.733-	0.774	1.57	0.834	0.83	عدم استخدام أدوات وملابس الآخرين للحفاظ على عدم انتقال الأمراض	9
0.000	5.76-	0.728	0.767-	0.814	1.40	0.809	0.63	كيفية استخدام المطهر في تطهير الجروح	10

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلالة ٠,٠٥ هي ١,٦٩ درجة حرية (٢٩)

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في عبارات المحور الأول (الوعي الصحي الوقائي) لصالح

القياس البعدي.

جدول رقم (١٣)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية لعينة البحث في المحور الثاني لمقياس الوعي الصحي الشخصي ن = ٣٠

p	قيمة "ت"	ع ف	م ف	بعدي		قلبي		العبارات	م
				ع+	م	ع+	م		
0.000	5.13-	0.711	0.667-	0.809	1.37	0.877	0.70	يتعود التلميذ على تقليد الأظافر بانتظام	١
0.000	10.17-	0.556	1.033-	0.681	1.53	0.572	0.50	يدرك أهمية تنظيف الأسنان مرتين يومياً	٢
0.000	6.50-	0.730	0.867-	0.718	1.63	0.774	0.77	يحافظ التلميذ على غسل اليدين قبل وبعد الأكل	3
0.000	5.80-	0.691	0.733-	0.814	1.40	0.802	0.67	يعرف التلميذ أهمية ارتداء الملابس النظيفة والمناسبة للطقس	٤
0.000	6.70-	0.636	0.767-	0.675	1.60	0.791	0.83	يحرص على تناول الخضروات والفاكهة بانتظام	٥
0.000	6.27-	0.640	0.733-	0.777	1.50	0.774	0.77	يلتزم التلميذ بتجنب التدخين والمشروبات الغازية والحلويات الزائدة	6
0.000	6.11-	0.747	0.833-	0.675	1.60	0.858	0.77	يدرك التلميذ أهمية الاستحمام بعد المجهود والنشاط البدني	7
0.000	6.18-	0.679	0.767-	0.724	1.60	0.791	0.83	استخدام وسائل الحماية الشخصية مثل الكمامة والقفازات عند الضرورة	8
0.000	5.43-	0.740	0.733-	0.774	1.57	0.834	0.83	يهتم التلميذ بشرب كمية كافية من الماء يومياً	9
0.000	6.02-	0.606	0.667-	0.794	1.30	0.809	0.63	يحافظ على النوم فترة كافية مريحه	10

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ هي ١,٦٩ درجة الحرية (٢٩)

يتضح من الجدول رقم (١٣) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدى لعينة البحث في عبارات المحور الثاني (الوعي الصحي الشخصي)

لصالح القياس البعدى.

جدول رقم (١٤)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة لعينة البحث في المحور الثالث لمقياس الوعي الصحي الرياضي ن = ٣٠

p	قيمة "ت"	ع ف	م ف	بعدي		قلبي		العبارات	م
				ع+	م	ع+	م		
0.000	5.38-	0.509	0.500-	0.794	1.30	0.805	0.80	يهتم التلميذ بارتداء الزي والحذاء المناسب لممارسة النشاط الرياضي	١
0.000	6.70-	0.626	0.767-	0.675	1.60	0.791	0.83	يتعرف على أهمية الاحماء قبل بدء النشاط الرياضي لتجنب الإصابات	٢
0.000	6.02-	0.606	0.667-	0.730	1.47	0.847	0.80	اختيار التلميذ الرياضة التي تتناسب مع عمره وقدراته واهتماماته	3
0.000	7.57-	0.819	0.133-	0.774	1.57	0.679	0.43	يذكر أهمية ممارسة النشاط الرياضي على صحة الجسم والعقل	٤
0.000	5.38-	0.509	0.500-	0.785	1.27	0.817	0.77	يتعرف على أنواع الرياضات المختلفة وفوائدها	٥
0.000	8.16-	0.615	0.967-	0.777	1.50	0.571	0.53	معرفة الإصابات والأمراض التي قد تحدث بسبب عدم ممارسة النشاط البدني	6
0.000	7.39-	0.691	0.933-	0.675	1.60	0.758	0.67	ممارسة النشاط الرياضي في الأماكن المخصصة له	7
0.000	6.96-	0.681	0.867-	0.718	1.63	0.728	0.77	يلتزم بالمحافظة على سلامة الأجهزة والأدوات الرياضية	8
0.000	5.43-	0.740	0.733-	0.774	1.57	0.834	0.83	يفسر تأثير الرياضة على السمعة والنحافة	9
0.000	7.44-	0.662	0.900-	0.681	1.47	0.77	0.57	يتعرف على المشروبات والأطعمة التي يحتاجها قبل واثناء وبعد ممارسة النشاط الرياضي لتزويد الجسم بالطاقة والماء والعناصر الغذائية	10

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ هي ١,٦٩ درجة الحرية (٢٩)

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في عبارات المحور الثالث (الوعي الصحي الرياضي)

لصالح القياس البعدي.

جدول رقم (١٥)

ن=٣٠

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول الوعي الصحي الوقائي

الترتيب	الأهمية النسبية	الوزن الترجيحي	القياس البعدي						القياس القبلي						رقم العبارة	م
			نعم		إلى حد ما		لا		نعم		إلى حد ما		لا			
			%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك		
٥	%٧١,٦	٤٣	٦٣,٣	١٩	١٦,٦	٥	٢٠	٦	٢٦,٦	٨	٢٣,٣	٧	٥٠	١٥	١	١
٢	%٨٠	٤٨	٧٠	٢١	٢٠	٦	١٠	٣	٢٣,٣	٧	٣٦,٦	١١	٤٠	١٢	٢	٢
١	%٨١,٦	٤٩	٧٦,٦	٢٣	١٠	٣	١٣,٣	٤	٢٦,٦	٨	٣٠	٩	٤٣,٣	١٣	٣	٣
٣	%٧٨,٣	٤٧	٧٣,٣	٢٢	١٠	٣	١٦,٦	٥	٢٠	٦	٢٣,٣	٧	٥٦,٦	١٧	٤	٤
٦	%٧٠	٤٢	٦٠	١٨	٢٠	٦	٢٠	٦	٢٣,٣	٧	٣٠	٩	٤٦,٦	١٤	٥	٥
٤	%٧٥	٤٥	٦٦,٦	٢٠	١٦,٦	٥	١٦,٦	٥	٢٠	٦	٣٦,٦	١١	٤٣,٣	١٣	٦	٦
٢	%٨٠	٤٨	٧٠	٢١	٢٠	٦	١٠	٣	٢٦,٦	٨	٢٣,٣	٧	٥٠	١٥	٧	٧
١	%٨١,٦	٤٩	٧٦,٦	٢٣	١٠	٣	١٣,٣	٤	٢٣,٣	٧	٣٦,٦	١١	٤٠	١٢	٨	٨
٣	%٧٨,٣	٤٧	٧٣,٣	٢٢	١٠	٣	١٦,٦	٥	٢٦,٦	٨	٣٠	٩	٤٣,٣	١٣	٩	٩
٦	%٧٠	٤٢	٦٠	١٨	٢٠	٦	٢٠	٦	٢٠	٦	٢٣,٣	٧	٥٦,٦	١٧	١٠	١٠

يشير نتائج الجدول رقم (١٥) والخاص باستجابات أفراد العينة في عبارات المحور الأول وهو الوعي الصحي الوقائي ان آراء عينة البحث في عبارات المحور قد انحصرت ما بين (٨١,٦%) كأكبر قيمة للأهمية النسبية للعبارة رقم (٣) وهي الاهتمام بممارسة النشاط الرياضي للحفاظ على صحته ، وعبارة رقم (٨) وهي

تجنب الأشعة الضارة والحرارة المفرطة والتلوث البيئي ، و (٧٠%) كأصغر قيمة للأهمية النسبية للعبارة رقم (٥) وهي " الاهتمام بفحص البصر والسمع والنمو لتأكد من الصحة بشكل منتظم " و العبارة رقم (١٠) وهي " كيفية استخدام المطهر في تطهير الجروح " .

جدول رقم (١٦)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثاني الوعي الصحي الشخصي ن=٣٠

الترتيب	الأهمية النسبية	الوزن الترجيحي	القياس البعدي						القياس القبلي						رقم العبارة	م
			نعم		إلى حد ما		لا		نعم		إلى حد ما		لا			
			%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك		
٧	٦٨,٣%	٤١	٥٦,٦	١٧	٢٣,٣	٧	٢٠	٦	٢٦,٦	٨	١٦,٦	٥	٥٦,٦	١٧	١	١
٤	٧٦,٦%	٤٦	٦٣,٣	١٩	٢٦,٦	٨	١٠	٣	٣,٣	١	٤٣,٣	١٣	٥٣,٣	١٦	٢	٢
١	٨١,٦%	٤٩	٧٦,٦	٢٣	١٠	٣	١٣,٣	٤	٢٠	٦	٣٦,٦	١١	٤٣,٣	١٣	٣	٣
٦	٧٠%	٤٢	٦٠	١٨	٢٠	٦	٢٠	٦	٢٠	٦	٢٦,٦	٨	٥٣,٣	١٦	٤	٤
٢	٨٠%	٤٨	٧٠	٢١	٢٠	٦	١٠	٣	٢٣,٣	٧	٣٦,٦	١١	٤٠	١٢	٥	٥
٥	٧٥%	٤٥	٦٦,٦	٢٠	١٦,٦	٥	١٦,٦	٥	٢٠	٦	٣٦,٦	١١	٤٣,٣	١٣	٦	٦
٢	٨٠%	٤٨	٧٠	٢١	٢٠	٦	١٠	٣	٢٦,٦	٨	٢٣,٣	٧	٥٠	١٥	٧	٧
٢	٨٠%	٤٨	٧٣,٣	٢٢	١٣,٣	٤	١٣,٣	٤	٢٣,٣	٧	٣٦,٦	١١	٤٠	١٢	٨	٨
٣	٧٨,٣%	٤٧	٧٣,٣	٢٢	١٠	٣	١٦,٦	٥	٢٦,٦	٨	٣٠	٩	٤٣,٣	١٣	٩	٩
٨	٦٥%	٣٩	٥٠	١٥	٣٠	٩	٢٠	٦	٢٠	٦	٢٣,٣	٧	٥٦,٦	١٧	١٠	١٠

يشير نتائج الجدول رقم (١٦) والخاص باستجابات أفراد العينة في عبارات المحور الثاني وهو الوعي الصحي الشخصي ان آراء عينة البحث في عبارات المحور قد انحصرت ما بين (٨١,٦%) كأكبر قيمة للأهمية النسبية للعبارة رقم (٣) وهي "يحافظ التلميذ على غسل اليدين قبل وبعد الاكل"، و (٦٥%) كأصغر قيمة للأهمية النسبية للعبارة رقم (٨) وهي "استخدام وسائل الحماية الشخصية مثل الكمامة والقفازات عند الضرورة".

جدول رقم (١٧)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثالث الوعي الصحي الرياضي ن=٣٠

الترتيب	الأهمية النسبية	الوزن الترجيحي	القياس البعدي						القياس القبلي						رقم العبارة	م
			نعم		إلى حد ما		لا		نعم		إلى حد ما		لا			
			%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك		
٦	٦٥%	٣٩	٥٠	١٥	٣٠	٩	١٦,٦	٦	٢٣,٣	٧	٣٣,٣	١٠	٤٣,٣	١٣	١	١
٢	٨٠%	٤٨	٧٠	٢١	١٦,٦	٦	١٠	٣	٢٣,٣	٧	٣٦,٦	١١	٤٠	١٢	٢	٢
٥	٧٣,٣%	٤٤	٦٠	١٨	٢٦,٦	٨	١٣,٣	٤	٢٦,٦	٨	٢٦,٦	٨	٤٦,٦	١٤	٣	٣
٣	٧٨,٣%	٤٧	٧٣,٣	٢٢	١٠	٣	١٦,٦	٥	١٠	٣	٢٣,٣	٧	٦٦,٦	٢٠	٤	٤
٧	٦٣,٣%	٣٨	٤٦,٦	١٤	٣٣,٣	١٠	٢٠	٦	٢٣,٣	٧	٣٠	٩	٤٦,٦	١٤	٥	٥
٤	٧٥%	٤٥	٦٦,٦	٢٠	١٦,٦	٥	١٦,٦	٥	٣,٣٣	١	٤٦,٦	١٤	٥٠	١٥	٦	٦
٢	٨٠%	٤٨	٧٠	٢١	٢٠	٦	١٠	٣	١٦,٦	٥	٣٣,٣	١٠	٥٠	١٥	٧	٧
١	٨١,٦%	٤٩	٧٦,٦	٢٣	١٠	٣	١٣,٣	٤	١٦,٦	٥	٤٣,٣	١٣	٤٠	١٢	٨	٨
٣	٧٨,٣%	٤٧	٧٣,٣	٢٢	١٠	٣	١٦,٦	٥	٢٦,٦	٨	٣٠	٩	٤٣,٣	١٣	٩	٩
٤	٧٥%	٤٥	٦٠	١٨	٣٠	٩	١٠	٣	١٦,٦	٥	٢٣,٣	٧	٦٠	١٨	١٠	١٠

يشير نتائج الجدول رقم (١٧) والخاص باستجابات أفراد العينة في عبارات المحور الثالث وهو الوعي الصحي الرياضي ان آراء عينة البحث في عبارات المحور قد انحصرت ما بين (٨١,٦%) كأكبر قيمة للأهمية النسبية للعبارة رقم (٨) وهي "يلتزم بالمحافظة على سلامة الأجهزة والأدوات الرياضية"، وعبارة رقم (٨) وهي تجنب الأشعة الضارة والحرارة المفرطة والتلوث البيئي، و (٦٣,٣%) كأصغر قيمة للأهمية النسبية للعبارة رقم (٥) وهي "يتعرف على أنواع الرياضات المختلفة وفوائدها".

ثانياً: مناقشة النتائج

الذي ينص على " توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في الوعي الصحي قيد البحث " .

تفسير ومناقشة نتائج فروض البحث:

المحور الأول: الوعي الصحي الوقائي

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في المستوي المعرفي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في محور الوعي الصحي الوقائي، وهذا ما يؤكد الجدول رقم (١٢) الذي يشير إلى أن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت بين (-٦,٧٠ ، ٥,١٣) لعبارات محور الوعي الصحي الوقائي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١,٦٩) عند مستوي معنوية (٠,٠٥) مما يدل على تحقيق الهدف من المحور الأول في تحسين الناحية المعرفية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية عن مفهوم الوعي الصحي الوقائي وعلاقته بالوعي الصحي وكيف يؤثر الوعي الصحي الوقائي على الوعي الصحي العام وحماية التلاميذ من الامراض مما يدل على مدي أهمية هذا المحور .

وقد اتفقت نتائج البحث مع دراسة جورج كوك وليكسم (٢٠٠٠م) لمنع الإصابات الرياضية وتقييم مستوي التثقيف الصحي (تنفيذ البرنامج، التدخل في حالة الإصابة، المحددات الصحية، حالات الإصابة) لمعرفة عوامل الخطر المترتبة على الجهل بها، ودراسة تيمبكا و ليندكويست (٢٠٠١م) حيث اثبتت ان المجموعة التي تلقت معلومات صحية انخفض نسبة الإصابة لديها بنسبة ١٤% ولوحظ انخفاض معدل نسبة الجروح والاهتمام بالبرامج التعليمية التي يمكن ان تقلل من عبأ الإصابات المتعلقة بممارسة التمارين البدنية.

المحور الثاني: الوعي الصحي الشخصي

يتضح من الجدول رقم (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في المستوي المعرفي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في محور الوعي الصحي الشخصي، وهذا ما يؤكد الجدول رقم (١٣) الذي يشير إلى أن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت بين (-١٠,١٧ ، ٥,١٣) لعبارات محور الوعي الصحي الشخصي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١,٦٩) عند مستوي معنوية (٠,٠٥) مما يدل على تحقيق الهدف من المحور الثاني في تحسين الناحية المعرفية والسلوكية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية عن مفهوم الوعي الصحي الشخصي وعلاقته بالوعي الصحي وكيف يؤثر الوعي الصحي

الشخصي على الوعي الصحي العام وحماية التلاميذ من الامراض والتعرف على أهمية النظافة الشخصية بشكل عام مما يدل على مدي أهمية هذا المحور .

وقد اتفقت نتائج البحث مع نتائج دراسة أميرة محمد (٢٠٠٨م) أن التثقيف الصحي الالكتروني له تأثير إيجابي على تحسن السلوك الصحي والسلوك الغذائي والسلوك الرياضي والسلوك الصحي القوامي.

المحور الثالث: الوعي الصحي الرياضي

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في المستوى المعرفي والسلوكي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في محور الوعي الصحي الرياضي، وهذا ما يؤكد الجدول رقم (١٤) الذي يشير إلى أن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت بين (-٨,١٦ ، -٥,٤٣) لعبارات محور الوعي الصحي الرياضي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١,٦٩) عند مستوي معنوية (٠,٠٥) مما يدل على تحقيق الهدف من المحور الثالث في تحسين الناحية المعرفية والسلوكية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية عن مفهوم الوعي الصحي الرياضي وعلاقته بالوعي الصحي وكيف يؤثر الوعي الصحي الرياضي على الوعي الصحي العام وحماية التلاميذ من الاصابات والتعرف على أنواع الأنشطة الرياضية وأهمية ممارسة النشاط الرياضي بشكل عام مما يدل على مدي أهمية هذا المحور .

وقد اتفقت نتائج البحث مع دراسة جيهان عبد العزيز محمد (٢٠٠٥م)، ودراسة أميرة محمد (٢٠٠٨م)، ودراسة محمد أحمد محمد (٢٠١٥م) في ضرورة الاهتمام بالتثقيف الصحي كمنهج مستقل لتلاميذ المدارس لتقليل نسبة الإصابات بين التلاميذ ورفع مستوي الوعي الصحي وتنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة الشخصية، التغذية الصحية، الوقاية من الامراض وأهمية الرياضة وصحة البيئة.

ويرجع الباحث تلك الفروق بين القياس القبلي والبعدي وهذا التحسن في المستوى المعرفي والسلوكي إلى تصميم البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني الذي تم تطبيقه على عينة البحث من تلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية بمعهد أسامة بن زيد الابتدائي بمحافظة شمال سيناء ، حيث يري الباحث ضرورة الاهتمام بالبرامج التثقيف الصحي الالكتروني وكذا تواجد متقف صحي بالمعاهد الازهرية من معلمي التربية الرياضية والاهتمام بكافة المجالات الوعي الصحي من (وقائي - شخصي - رياضي - غذائي - بيئي - قوامي) لدي النشء والشباب وترسيخ القيم والمبادئ والمعلومات الصحيحة لديهم منذ الصغر حتى تتمكن من تكوين عادات سليمة وجيل يمتاز بالوعي الصحي مسلح بالمعلومات الصحيحة عن كافة مجالات الوعي الصحي و

تساعدهم على حياة أفضل بصحة جيدة ، كما يري الباحث أن للبرامج التثقيف الصحي الالكتروني أهمية قصوي في رفع المستوي المعرفي لدي التلاميذ عن أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية وانواعها المختلفة وبعيد عن المنشطات والمكملات الغذائية واطارها والعمل على وقايتهم منها حتى لا يكونوا عرضة للوقوع فيها عن قصد او عن غير قصد .

وبهذه النتيجة يتحقق كليا صحة ما جاء به الفرض البحثي والذي ينص على " توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي القياسات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعديه في الوعي الصحي قيد البحث"

أولاً: الاستنتاجات:

في ضوء هدف وفروض البحث ومن خلال ما تم من إجراءات ومعالجات إحصائية وعرض ومناقشة النتائج الخاصة بعينة البحث توصل الباحث إلى:

١. البرنامج التثقيفي الصحي الالكتروني أثر إيجابيا على مستوي الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية.

٢. ارتفاع مستوي التوعية الصحية في الجوانب (الوعي الصحي الوقائي - الوعي الصحي الشخصي - الوعي الصحي الرياضي) عن طريق تطبيق البرنامج التثقيفي الصحي داخل المؤسسات التعليمية.

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في محاور الوعي الصحي قيد البحث.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من استنتاجات وذلك من خلال ما تم من إجراءات ومعالجات إحصائية بما يتفق مع هدف وفروض البحث يوصي الباحث بالآتي:

١. ضرورة الاستعانة (بالمقياس) بالاختبار المعرفي وتطبيقه على تلاميذ المعاهد الازهرية للمرحلة الابتدائية، لتحديد المستوي المعرفي لديهم واثارة دافعيتهم لمعرفة الإجابات الصحيحة عن الجوانب الوقائية والشخصية والرياضية والغذائي والبيئي والقوامي بما يتفق مع المرحلة العمرية.

٢. ضرورة تعميم وتطبيق البرنامج التثقيفي في صورة كتيب يرفع ويعتمد من مشيخة الازهر الشريف ويكون معلم التربية الرياضية مسئول عن تنفيذه كمنثقف صحي للتلاميذ.

٣. توجيه عناية الباحثين لوضع برامج تثقيفية لمرحلة رياض الأطفال وكذلك برامج تتناسب مع المراحل السنية الأكبر والأصغر.
 ٤. اقتراح مقرر دراسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية الازهرية " الجوانب الصحية والغذائية والبدنية والوقائية والقوامية والبيئية) وصقلهم بها، والاستفادة من كل خريجي التربية الرياضية في نشر الثقافة الصحية في الأوساط التعليمية المختلفة.
- وضع برامج تثقيفية رياضية صحية مشابهة لطلاب المعاهد الازهرية في جميع المراحل السنية (رياض أطفال – إعدادي – ثانوي) .

المراجع العربية:

- ١ إلهام إسماعيل
محمد شلبي : (٢٠٠٠) : أساسيات عامة في الصحة والتربية الصحية للرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.
- ٢ أماني عبد الفتاح
عبد الجواد : (٢٠١١) : الثقافة الصحية لدي طفل الروضة وعلاقتها بمستويات قراءة الصور، مجلة القراءة والمعرفة (135-172)
- ٣ أميرة محمد محمود
خطاب : (٢٠٠٨) : تأثير برنامج صحي باستخدام الحاسب الآلي لتحسين السلوك الصحي للأطفال مؤسسة (SOS) للأيتام بالغربية
- ٤ بهاء الدين سلامة : (٢٠٠١) : الجوانب الصحية في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥ تسنيم أحمد فؤاد : (٢٠٢١) : تقييم السلوك الصحي لتلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة شمال سيناء
- ٦ تشارلز بيوتشر : (٢٠٠١) : أسس التربية الرياضية، ترجمة حسن عوض، كمال صالح عبده، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ٧ جورج كوك و
ليكسم : (٢٠٠٠) : أهمية التخطيط والتثقيف الصحي للوقاية من الإصابة
- ٨ جيهان عبد العزيز
محمد : (٢٠٠٥) : تأثير برنامج تثقيف (صحي - رياضي) على تقليل نسبة الإصابات لطلاب المدارس الرياضية التجريبية بالإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا
- ٩ خالد مطلق العتيبي : (٢٠١٨) : مفهوم البرمجة التعليمية الالكترونية ومعايير تضمينها، المركز الوطني للتعليم الالكتروني، المملكة العربية السعودية.
- ١٠ زكي محمد درويش : (١٩٩٤) : الإحماء والأداء الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة
- ١١ صلاح عبد العزيز : (٢٠٠٣) : التربية الحديثة، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة
- ١٢ محمد أحمد محمد
سليمان : (٢٠١٥) : برنامج إرشادي مقترح للسلوك الصحي في التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة قنا.
- ١٣ مني محمد على جاد : (٢٠١٠) : مناهج رياض الأطفال، ط ٢، دار المسيرة، عمان.



Print ISSN: 2682-2687

Online ISSN: 2682-2695

جامعة بنها



المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة

Scientific Journal of Physical Education and Sport Sciences



المراجع الأجنبية:

- 14 Casey, O. (2003) : "Teaching Children about Health part II: The Effect of an Academic-community Partnership on Medical Student" Communication Skills". Education for health 16(3).33-347.
- &
Christian,
J.