



جامعة عمار ثليجي - الأغواط

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : التربية البدنية والرياضية

دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية

أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية

دراسة ميدانية : ثانوية عمر دهيبة بولاية الأغواط

مذكرة مكملة لشهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: التربية وعلم الحركة

تحت إشراف الدكتور:

- بن الشريف ياسين

من إعداد الطالب:

- شرقاني إبراهيم .

السنة الجامعية: 2022-2023

شكر وعرهان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين

أولا نحمد الله عز وجل على توفيقنا لإتمام مذكرتنا على أتم وجه

نتقدم بالشكر الجزيل إلى أستاذنا الاستاذ الدكتور: بن الشريف ياسين

نشكر جميع الأساتذة الذين لم يخلوا علينا ولو بحرف واحد طيلة مشوارنا الجامعي

كما لا ننسى كل من ساندنا من عمال وأستاذة في ثانوية عمر دهبنة

نتقدم بالشكر الجزيل لكل من ساندنا من قريب أو بعيد

تحية طيبة لكم وشكرا جميعا

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي هذا

إلى والدي الكرمين

إلى إخواني وأخواتي كل باسمه

إلى أصدقائي دربي الدين عرفتهم طيلة مشواري الجامعي بجامعة الأغواط

إلى كل من ساندني من قريب أو بعيد

أهدي ثمرة جهدي

شرفاني إبراهيم

الملخص :

تهدف هذه الدراسة الى تبيان أثر دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية دراسة ميدانية في ثانوية عمر دهنية بالأغواط، وذلك باستخدام المنهج الوصفي في الجزء النظري والتحليلي في الجزء التطبيقي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تصميم استبيان لجمع البيانات وقد وزع على عينة من التلاميذ في ثانوية عمر دهنية ، بلغ عددها (30) استمارة موزعة، تمت معالجتها عن طريق برنامج SPSS.

توصلت الدراسة الى مجموعة من النتائج أهمها :

- ↔ يوجد دور للصحة المدرسية لدى تلاميذ أطوار المستوى الثانوي في ثانوية عمر دهنية بالأغواط
 - ↔ يوجد تأثير دال إحصائيا دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية في ثانوية عمر دهنية بالأغواط.
- الكلمات المفتاحية :** الصحة المدرسية ، الإصابات الرياضية ، المؤسسات التربوية ، ثانوية عمر دهنية بالأغواط.

This study aims to demonstrate the impact of the role of school health in the Prevention of sports injuries during competitions in educational institutions a field study at Omar dahniya High School in Al-agawat, using the descriptive curriculum in the theoretical and analytical part in the applied part.to achieve the objectives of the study, a questionnaire was designed to collect data and was

distributed to a sample of the children, numbering (30) distributed forms, processed through the SPSS program.

The study reached a set of results, the most important of which are

There are school Health Centers for secondary-level students at Omar dahniya High School in Al-agawat

There is a statistically significant impact on the role of school health in the Prevention of sports injuries during competitions in educational institutions at Omar dahniya Secondary School in Al-agawat.

Keywords: school health, sports injuries, educational institutions, Omar Fateh Secondary School in Al-agawat.

فهرس المحتويات

قائمة الفصول	
/	الاهداء
/	شكر وعرفان
I	الملخص
II	قائمة المحتويات
V	قائمة الجداول والملاحق
﴿ الإطار العام للدراسة ﴾	
01	مقدمة
02	01-الإشكالية الدراسة
02	02-الفرضيات
02	03-أهداف الدراسة
03	04-أهمية الدراسة
03	05-المفاهيم الإجرائية للدراسة
04	06-الدراسات السابقة
08-07	07-التعقيب عن الدراسات
﴿ الفصل الأول: الصحة المدرسية ﴾	
10	تمهيد
11	01-مدخل عام حول الصحة المدرسية
11	1.1- محمة تاريخية حول الصحة المدرسية
12	1.2- مفهوم الصحة المدرسية
13	1.3-أسباب إختيار الصحة المدرسية
14	1.4-مجالات الصحة المدرسية
15	1.5-أهمية الصحة المدرسية
17	1.6-أهداف الصحة المدرسية
18	1.7-طرق تطبيق الصحة المدرسية
20	1.8- دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابة المرضية

22	خلاصة الفصل الأول
	﴿ الفصل الثاني : الإصابة الرياضية ﴾
25	2-الإصابة الرياضية
25	2.1-مفهوم الإصابة الرياضية
26	2.2-تصنيف الإصابات المرضية
27	2.3-الأسباب المتعلقة بالإصابة الرياضية
28	2.4-الأسباب العامة للإصابة الرياضية
29	2.5-المضاعفات الإصابة الرياضية
30	2.6-طرق ووسائل الوقاية من الإصابة الرياضية
31	2.7- دور الأستاذ المدرب في الحد من الوقاية من الإصابات الرياضية
33	خلاصة الفصل الثاني
	﴿ الفصل الثالث : إجراءات الدراسة الميدانية ﴾
35	تمهيد
36	3-الإجراءات الدراسة الميدانية
36	3.1-الدراسة الإستطلاعية
37	3.2- منهج الدراسة
37	3.3-مجتمع وعينة الدراسة
39	3.4-خصائص عينة البحث
39	3.5-أدوات الدراسة وإجراءات بنائها
40	3.6-البرامج والأدوات المستخدمة في معالجة البيانات
42	3.7-صدق الأداة
45	3.8-ثبات الأداة
47	خلاصة الفصل الثالث
	﴿ الفصل الرابع : عرض وتحليل النتائج ﴾
49	تمهيد
50	4-عرض وتحليل النتائج

فهرس المحتويات :

50	4.1-تحليل فقرات المحور الأول دور الصحة المدرسية
56	4.2-تحليل فقرات المحور الثاني : الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية
64	4.3-إختبار الفرضيات الدراسة
66	4.4-النتائج العامة للدراسة
67	4.5-الإقتراحات والتوصيات
70	خاتمة.
72	قائمة المراجع
76	الملاحق

قائمة الجداول والملحق

قائمة الجداول

رقم	العبارات	ص
01	يوضح قائمة الثانوية لمجال الدراسة	38
02	يوضح تقسيم الدرجات حسب العبارات الإستبيان	41
03	يوضح درجات الإستبيان	42
04	الإتساق الداخلي بين عبارات المحور الأول : الصحة المدرسية	43
05	الإتساق الداخلي بين عبارات المحور الأول : الإصابة الرياضية	44
06	معامل الثبات ألفا كرونباخ الكلي للإستبيان	46
07	تحليل الفقرات المحور الأول : الصحة المدرسية	50
08	تحليل الفقرات المحور الثاني : الإصابة الرياضية	56
09	إختبار التوزيع الطبيعي لمتغيري دور الصحة المدرسية – الإصابة الرياضية	63
10	إختبار t للعينة الواحدة لمعرفة دور الصحة المدرسية	64
11	إختبار Linar لمعرفة تأثير دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية	65

قائمة الملاحق

رقم	العبارات	ص
01	وثيقة الإستبيان	76
02	مخرجات spss	78

الإطار العام للدراسة

مقدمة :

تشكل الصحة المدرسية والإصابة الرياضية جوانبا هامة في المؤسسات التربوية ، تتعلق الصحة المدرسية بالاهتمام بالصحة والعافية العامة للطلاب والموظفين في بيئة التعليم ، و تعتبر المدارس مكاناً حيويًا لتعزيز الصحة وتوفير الدعم اللازم لتحقيق نمط حياة صحي للأفراد.

تتضمن مبادئ الصحة المدرسية توفير الرعاية الصحية الأساسية للطلاب والموظفين، و تثقيفهم حول النظافة الشخصية والتغذية السليمة، وتعزيز الوعي بالصحة العقلية والعاطفية ، و يتم تنفيذ ذلك من خلال برامج التثقيف والتوعية، والكشوفات الصحية المنتظمة، والتدخل المبكر في حالات الصحة العامة. من جانب آخر، تعنى الإصابة الرياضية بالحوادث والإصابات التي تحدث أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية ، و تشمل الإصابات الرياضية الشد العضلي، والكدمات، والتواء الأربطة، والكسور، والإصابات الرأسية ، و يهدف الاهتمام بالإصابة الرياضية إلى الوقاية من الإصابات وتقديم رعاية طبية مناسبة وإعادة تأهيل الجرحى.

تهدف جهود الصحة المدرسية والإصابة الرياضية إلى تعزيز الصحة العامة والسلامة داخل المؤسسات التربوية ، و تشمل هذه الجهود توفير مرافق صحية آمنة ونظيفة، وتوفير فرص للنشاط البدني والرياضة بشكل مناسب ومؤطر، وتوفير التوجيه والتثقيف حول السلامة والوقاية من الإصابات.

و يعتبر الاهتمام بالصحة المدرسية والإصابة الرياضية جزءاً أساسياً من رؤية المؤسسات التربوية لتوفير بيئة تعليمية صحية وآمنة، وتعزيز الصحة والعافية للطلاب والموظفين.

01- الإشكالية الدراسة :

يمكن صياغة التساؤل العام للدراسة حول الصحة المدرسية والإصابة الرياضية في المؤسسات التربوية على النحو التالي:

"ما هي أثر الاهتمام بالصحة المدرسية والتوجهات الوقائية المتخذة للحد من الإصابة الرياضية في تعزيز الصحة والسلامة في المؤسسات التربوية؟"

التساؤلات الفرعية :

- هل يوجد دور للصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط.
- هل يوجد تأثير لدور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بثنائية عمر دهينة بالأغواط

02- الفرضيات :

- يوجد دور للصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط.
- يوجد تأثير موجب دال إحصائيا لدور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بثنائية عمر دهينة بالأغواط

03- أهداف الدراسة :

تتمحور أهداف الدراسة حول الصحة المدرسية والإصابة الرياضية في المؤسسات التربوية على النحو التالي:

- يهدف البحث إلى تقييم الوضع الحالي للصحة المدرسية ومستوى الإصابة الرياضية في المؤسسات التربوية، بما في ذلك معرفة القضايا الصحية الشائعة ونوع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا وتأثيرها على الأفراد والبيئة التعليمية.

- يهدف البحث إلى تقييم فعالية البرامج والسياسات المعتمدة حالياً في المؤسسات التربوية فيما يتعلق بالصحة المدرسية والوقاية من الإصابات الرياضية، وتحديد نقاط القوة والضعف في تنفيذها.
- يهدف البحث إلى تحليل تأثير الاهتمام بالصحة المدرسية وتطبيق التوجهات الوقائية على حدوث الإصابات الرياضية وتحسين الصحة والسلامة العامة في المؤسسات التربوية، مع التركيز على العوامل المؤثرة والنتائج المحتملة.

04- أهمية الدراسة :

تتمتع الدراسة حول الصحة المدرسية والإصابة الرياضية في المؤسسات التربوية بأهمية كبيرة لعدة أسباب

- تساعد الدراسة في تحسين صحة التلاميذ من خلال توفير رعاية صحية شاملة وتوجيهات و تثقيف حول النظافة الشخصية والتغذية السليمة ، حيث يحظى التلاميذ الأكثر صحة بفرصة أفضل للتعلم والنمو العقلي والاجتماعي.
- يساهم البحث في تعزيز سلامة التلاميذ من خلال الوقاية من الإصابات الرياضية وتوفير بيئة رياضية آمنة ومؤطرة ، و يساعد ذلك في الحد من الإصابات والمخاطر الصحية المتعلقة بممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.
- توفر الدراسة فهما أعمق للعلاقة بين الصحة المدرسية والأداء الأكاديمي ، حيث تشير الأبحاث إلى أن التلاميذ الأكثر صحة يتمتعون بقدرة أفضل على التركيز والتعلم وتحقيق النجاح الأكاديمي.

05- المفاهيم الإجرائية للدراسة :

- **الصحة المدرسية** : تشير إلى الإجراءات والممارسات التي تتبعها المؤسسات التربوية لتعزيز الصحة والسلامة بين التلاميذ والأساتذة ، ويتضمن هذا المفهوم العديد من الجوانب العملية التي تهدف إلى توفير بيئة تعليمية صحية وآمنة.

- **الإصابة الرياضية** : تتعلق بالإجراءات والممارسات التي تتبعها للوقاية من الإصابات الرياضية وإدارتها في البيئات الرياضية ، ويهدف هذا المفهوم إلى تقليل مخاطر الإصابات الرياضية وتعزيز السلامة والأداء الرياضي للأفراد المشاركين في الأنشطة البدنية والرياضية

06- الدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت الصحة المدرسية:

الدراسة 01 :

ياسين سلمان مُجَّد عبده : (2003) " برنامج مقترح لتنمية المفاهيم الصحية لدى طلبة الصف السادس بمحافظة غزة " ، أطروحة لنيل شهادة ماجستير ، كلية التربية ، قسم المناهج وطرق التدريس - الجامعة الإسلامية غزة ، حيث تهدف الدراسة إلى إعداد برنامج مقترح لتنمية المفاهيم الصحية لدى طلبة الصف السادس الأساسي ، تحديد الأنشطة التي يتضمنها البرنامج المقترح وكذلك تحديد الأساليب المستخدمة في تقويم محتوى البرنامج ، ومن أهم النتائج المتوصل إليها:

- إعداد إطار هيكلي للمفاهيم الصحية لطلبة الصف السادس الأساسي في مستوياته المعرفية والمهارية والوجدانية يكون منطلقاً لبناء مناهج في المفاهيم الصحية للصف السادس الأساسي ومراعي الحاجات الصحية اللازمة للطلبة.

- إعداد قائمة بالمفاهيم الصحية تفيد في عمليات التخطيط والبناء في المناهج الصحية للصف السادس الأساسي . (ياسين سلمان مُجَّد عبده : 2003).

كـ الدراسة رقم 02:

النور عبد المجيد علي (2004) واقع التربية الصحية في محتوى محور الإنسان والكون ومحور الفنون التطبيقية "، مذكرة لنيل شهادة الماجستير ، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا ، كلية التربية ، حيث هدفت الدراسة إلى تصميم معيار التربية الصحية التي ينبغي تضمينها في محتوى الكتب محور الإنسان والكون ومحور الفنون التطبيقية للحلقة الثانية بمرحلة الأساسية ، تحليل الكتب المذكورة للتعرف على ولقع تضمين مفاهيم التربية الصحية في ضوء معيار مفاهيم التربية الصحية ، إستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وإستخدم أسلوب تحليل المحتوى ، من بين النتائج المتوصل إليها :

- وجد أن مفاهيم التربية الصحية في محتوى محور الإنسان والكون ومحور الفنون التطبيقية للحلقة الثانية المرحلة الأساسي تفتقر إلى الإستمرارية والتتابع . (النور عبد المجيد علي (2004).

كـ الدراسة 03:

حاتم يوسف أبو زائدة (2006) : "فعالية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية المفاهيم والوعي الصحي في العلوم لدى طلبة الصف السادس الأساسي " ، أطروحة لنيل شهادة ماجستير في المناهج وطرق التدريس / تكنولوجيا التعليم ، كلية التربية ، قسم المناهج وتكنولوجيا التعليم – الجامعة الإسلامية غزة - ، تهدف الدراسة إلى معرفة فعالية برنامج بالوسائط المتعددة على تنمية المفاهيم الصحية والوعي الصحي لدى طلاب الصف السادس الأساسي في محافظات غزة ، وذلك عن طريق الإجابة على المفاهيم الصحية المراد تنميتها لدى الطلاب ، حيث توصلت إلى أهم النتائج:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($0.05 > a$) بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ودرجات الضابطة في إختبار المفاهيم الصحية يعزى للبرنامج المقترح .
- توجد فردق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($0.05 < a$) بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ودرجات الضابطة في مقياس الوعي الصحي.

- فعالية برنامج بالوسائل المتعددة على تنمية المفاهيم الصحية والوعي الصحي لدى طلاب الصف السادس الأساسي في محافظات غزة . (أبو زائدة 2006)

الدراسة التي تناولت الإصابة الرياضية:

الدراسة 01:

نحال حميد (2009) : دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي الاجتماعي " ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية النشاط البدني والرياضي . ، معهد التربية البدنية والرياضية جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف . ، حيث تهدف الدراسة إلى التعرف على التربية البدنية والرياضية المدرسية (الثانوية) وبالأحرى على دورها في تطوير النمو النفسي الاجتماعي لدى المراهقين ، والكشف عن الخصائص النفسية والاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي، وإيجاد نوعية التأثير التي تحدث عند التلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي، ومن أهم النتائج المتوصل إليها :

- تساعد حصة النشاط البدني الرياضي التربوي المراهق على النمو النفسي والتخفيف من المشاكل الاجتماعية من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي .

- أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب بل هو نشاط تربوي هادف لكن ذلك لا يتحقق إلا بتوفير شروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المبرمجة كما يجب توفر مؤثرات لهم كفاءة في التعامل مع المراهقين الذين يجب أيضا أن يحضو بتشجيع ودعم عائلي يوجههم نحو النشاطات المفيدة . (نحال حميد 2009)

الدراسة : 02

دراسة بن عيسى رضا (2009) : " تأثير النشاط البدني الرياضي في تنمية تركيز الانتباه عند تلاميذ المرحلة المتوسطة" ، رسالة ماجستير في نظريات ومناهج التربية البدنية والرياضية - جامعة الشلف ، هدفت الدراسة للكشف عن الفروق بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط البدني الرياضي في القدرة على تركيز

الانتباه والتعرف على الفروق بين الجنسين من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي في تركيز، ومن نتائج الدراسة.

- وجود تقدم للتلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي على حساب التلاميذ الغير ممارسين في قدرة تركيز الإنتباه.
- وجود تقدم ملحوظ للذكور على حساب الإناث في قدرة تركيز الإنتباه هنا كفروق دالة إحصائية. في قدرة تركيز الإنتباه لصالح الذكور على حساب الإناث. (بن عيسى رضا (2009).

■ الدراسة : 03

هطال سمير (2009) : "تأثير النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية انتباه التلاميذ خلال دروس المواد التعليمية الأخرى الموائية لهذه الحصة" ،رسالة ماجستير في منهجية ونظرية التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله زالدة ، حيث تهدف هذه الدراسة :لمعرفة مدى تأثير النشاط البدني الرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية على مستوى إنتباه التلاميذ، ومن نتائج الدراسة مايلي :

- النشاط البدني الرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر مباشرة على الحالة الذهنية للتلاميذ، للنشاط البدني الرياضي تأثير سلبي على درجات تركيز إنتباه التلاميذ مباشرة بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية. هطال سمير (2009) :

07- التعقيب عن الدراسات

تدل الدراسات السابقة التي تمت مراجعتها على أهمية موضوع الدراسة الحالية، وقد تحقق للباحث جملة من الفوائد يمكن إجمالها فيما يلي:

- تحديد الجوانب التي سبق بحثها من موضوع الدراسة والجوانب التي لم تبحث من قبل، ليتسنى للباحث أن يبدأ من حيث انتهى غيره من الباحثين.

- المساعدة في تحديد مشكلة الدراسة، وبيان أهمية الدراسة ومبرر إجرائها.
- الإجابة عن الأسئلة المتعلقة بالإطار النظري، وتدعيم بنائه، وتوجيه الباحث إلى كثير من المراجع.
- المساعدة في اختيار المنهج الملائم وأداة الدراسة المناسبة والإسهام في بنائها والاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في مناقشة النتائج التي ستتوصل إليه الدراسة الحالية.

الفصل الأول : الصحة المدرسية

تمهيد:

تعتبر الصحة المدرسية بأنها جوانب مهمة في المؤسسات التربوية، حيث تهدف إلى الاهتمام بصحة وعافية التلاميذ والموظفين ، حيث تعبر عن جوانب الصحة المدرسية توفير الرعاية الصحية الأساسية، وتعزيز النظافة الشخصية والتغذية السليمة، وتعزيز الصحة العقلية والعاطفية، وتوفير بيئة صحية وآمنة ، و يتم تحقيق ذلك من خلال برامج التثقيف والتوعية، والكشوفات الصحية المنتظمة، وتوفير الدعم اللازم لتحقيق نمط حياة صحي للأفراد.

وعليه من خلال هذا الفصل سنتعرف تفصيلا حول موضوع الصحة المدرسية.

1- مدخل عام حول الصحة المدرسية .

1.1- لحة تاريخية حول الصحة المدرسية :

مما لا شك فيه فإن الصحة المدرسية بمفهومها و قانونها الحالي لم تكن معروفة إلا بعد انتهاء الحرب العالمية الثانية ، و ظهور منظمة الصحة العالمية إلى جانب نصوص القوانين الصحية ، و ظهور ما يسمى بالمسؤوليات الأخلاقية تجاه المعاقين ذوي العاهات و التشوهات التي لحقت بهم من جراء ويلات الحرب العالمية الأولى و الثانية. (كتنزة حامدي ومبني نور الدين ، 2019 ، ص 114)

أما في الجزائر فلم تكن فيها الصحة مقننة إلا بعد انتهاء الثورة التحريرية إلى جانب تأسيس الهلال الأحمر الجزائري الذي ساهم مساهمة كبيرة في ميدان الصحة أثناء الثورة و بعدها و في فجر الاستقلال ورثت الجزائر كثيرا من المشاكل كغيرها من الدول المستقلة حديثا و تتمثل هذه المشاكل في عدة جوانب مختلفة (الاجتماعية ، الاقتصادية و التربوية و الصحية و للقضاء على الأوبئة المنتشرة بصفة عامة و للضرورات الملحة أقيمت عدة حملات وقائية وعلاجية ضد أمراض البعوض و حمى الملاريا و أمراض السل و الرمذ الحبيبي وحملات التلقيح و بعض الأمراض الناتجة عن سوء التغذية كفقر الدم نتيجة للمعاناة و الظروف الحياتية الصعبة التي كان يعاني منها الشعب الجزائري آنذاك . (كتنزة حامدي ومبني نور الدين ، 2019 ، ص 114) .

ثم ظهرت عدة مخططات إنمائية شاملة قصد نشر الوعي الصحي عن طريق الحملات التطوعية و عدة حملات للقضاء على الأوبئة المختلفة ، إلى جانب إنشاء عدة هيكل صحية في مختلف الولايات و أنشئت عدة مؤسسات تكوينية مثل المعهد الوطني لحفظ الصحة في : **07/6/1972** للقيام بإعداد البرامج التعليمية التي توجهها للتقنيين و لتلاميذ المعاهد التكنولوجية و مدارس التكوين المهني إلى جانب هيئات صحية أخرى للوقاية من الأخطار المهنية و التي عدل قانونها في **76-02-20** إلى أن ظهر في

16-02-85 قانون الصحة تحت رقم 05 لحماية الصحة وترقيتها ، و عليه فإن الاستقلال السياسي لم يكن كافيا لوحده . (كتزة حامدي ومبني نور الدين ، 2019 ، ص 114)

1.2- مفهوم الصحة النفسية :

الصحة المدرسية هي مجال يهتم بتعزيز وحماية صحة الطلاب والمعلمين والموظفين في المدارس. وقد تمحورت عدة تعاريف للصحة المدرسية، وفيما يلي بعض هذه التعاريف: (بهاء الدين سلامة ، 2011 ، ص 28)

- تعرف الصحة المدرسية على أنها "نهج شامل لتعزيز وحماية صحة الطلاب من خلال توفير خدمات الرعاية الصحية والتثقيف الصحي وتطوير بيئة مدرسية صحية."
- تعرف الصحة المدرسية على أنها "جهود متكاملة تستهدف تعزيز الصحة والسلامة والتعلم الأكاديمي للطلاب."
- تعرف الصحة المدرسية على أنها "الرعاية الشاملة للصحة التي تقدم في المدارس، وتشمل التقييم الصحي، والعلاج، والتوجيه، والتثقيف الصحي."
- تعرف الصحة المدرسية على أنها "جهود مستدامة لتعزيز الصحة العامة من خلال توفير الرعاية الصحية والتثقيف والتوجيه الصحي للطلاب والعاملين في المدارس."
- تعرف الصحة المدرسية على أنها "مجال متعدد التخصصات يهدف إلى تحسين صحة الأطفال والشباب في المدارس من خلال توفير الخدمات الصحية والتربوية والوقائية."
- تعرف الصحة المدرسية على أنها "أداة مهمة لتحسين الرعاية الصحية والتعليم والتنمية المستدامة في المدارس، وتشمل الأنشطة المتعلقة بالتشخيص والعلاج والتوجيه الصحي والتثقيف الصحي."
- تعرف الصحة المدرسية على أنها "تعاون مستدام بين المؤسسات التعليمية والخدمات الصحية والمجتمعات المحلية لتعزيز صحة الطلاب وتحسين تجربتهم التعليمية."

- تعرف الصحة المدرسية على أنها "نهج متكامل يهدف إلى تحسين صحة الطلاب والعاملين في المدارس، ويشمل الرعاية الصحية والتثقيف الصحي وتعزيز السلوك الصحي والبيئة المدرسية الصحية.".

1.3- أسباب إختيار الصحة المدرسية:

- **تحسين صحة الطلاب:** تعزز الصحة المدرسية الرعاية الصحية الشاملة للطلاب، بما في ذلك الفحوصات الطبية الدورية والتشخيص المبكر للأمراض والمشاكل الصحية ، وبفضل ذلك يتم تحسين صحة الطلاب وزيادة فرصهم في التعلم والتفوق الأكاديمي.
- **تعزيز التوازن العقلي والعاطفي:** تساعد البرامج الصحية المدرسية في تعزيز التوازن العقلي والعاطفي للطلاب. فهي توفر خدمات الدعم النفسي والاستشارة، وتعمل على التوعية بالصحة العقلية وتقديم استراتيجيات للتعامل مع التحديات النفسية والعاطفية.
- **تعزيز الوعي الصحي والثقافة الصحية:** توفر الصحة المدرسية فرصا للتثقيف الصحي ونشر الوعي بالممارسات الصحية السليمة ، وبذلك يتعلم الطلاب كيفية الاهتمام بصحتهم واتخاذ القرارات الصحية والوقاية من الأمراض.
- **تعزيز السلوك الصحي:** تعمل الصحة المدرسية على تحسين السلوك الصحي للطلاب، مثل التغذية السليمة وممارسة النشاط البدني وتوفير البرامج الصحية المدرسية المشورة والتوجيه للطلاب بشأن اتباع نمط حياة صحي. (وطاس مُجَّد ، 1988 ، ص75)
- **تعزيز بيئة مدرسية صحية:** تساهم الصحة المدرسية في خلق بيئة مدرسية صحية وآمنة، من خلال تنفيذ إجراءات النظافة والوقاية من الأمراض والسلامة العامة وتعمل على تعزيز ثقافة الصحة والسلامة بين الطلاب والمعلمين والموظفين.

- **تحسين التواصل والشراكة:** تعمل الصحة المدرسية على تعزيز التواصل والشراكة بين المؤسسات التربوية والأهل والمجتمع المحلي والخدمات الصحية وبذلك يتم تعزيز التعاون وتبادل المعلومات والموارد المتعلقة بصحة الطلاب.
- **تحسين حضور الطلاب والمواظبة:** عندما تركز المؤسسات التربوية على الصحة المدرسية، يمكن أن ترتفع نسبة حضور الطلاب وتقل نسبة الغياب فالطلاب الأكثر صحة عادةً يكونون أكثر مواظبة على المدرسة، وبالتالي يتلقون فوائد التعليم بشكل أكبر.
- **دعم تنمية الطفولة المبكرة:** يمكن أن تكون الصحة المدرسية مفيدة للطفولة المبكرة، حيث يتم تعزيز النمو والتنمية السليمة من خلال الرعاية الصحية الشاملة والتوعية بالتغذية السليمة والتنمية النفسية والاجتماعية.
- **تحسين سلامة الطلاب:** يعتبر توفير الرعاية الصحية في المدارس جزءاً من الاهتمام بسلامة الطلاب بشكل عام ، فإلى جانب الرعاية الصحية، يمكن أن تشمل برامج الصحة المدرسية التوعية بالسلامة الشخصية والحماية من الإساءة والمخاطر الأخرى.
- **تعزيز المسؤولية الاجتماعية:** يعكس اهتمام المؤسسات التربوية بالصحة المدرسية مسؤوليتها الاجتماعية تجاه الطلاب والمجتمع ومن خلال تأمين الرعاية الصحية وتعزيز الوعي الصحي، تساهم المدارس في تنمية أجيال صحية ومسؤولة(. وطاس مُجَّد ، 1988 ، ص75)

1.4 - مجالات الصحة المدرسية :

- **الفحص الصحي الدوري:** يتضمن فحص الطلاب بانتظام للكشف عن أمراض معينة أو مشاكل صحية قائمة ، حيث يشمل ذلك فحص البصر والسمع والتطعيمات وفحص الأسنان وقياس الوزن والطول(ياسين رمضان ، 2008 ، ص98)
- **الرعاية الطبية العامة:** توفير الرعاية الطبية العامة للطلاب، وتشمل ذلك معالجة الأمراض الشائعة والإصابات البسيطة وتوجيه الطلاب للاستشارة الطبية عند الحاجة.

- **الصحة العقلية والاستشارة النفسية:** تقديم خدمات الدعم النفسي والاستشارة للطلاب، بما في ذلك التعامل مع التوتر والقلق والاكتئاب والمشاكل النفسية الأخرى ، حيث تشمل هذه الخدمات النصح والتوجيه والتدريب على التحكم في الضغوط وتعزيز الصحة العقلية الإيجابية.
- **التوعية الصحية وتنقيف الطلاب:** تقديم برامج التوعية الصحية وتنقيف الطلاب حول مواضيع مثل التغذية السليمة والنشاط البدني والصحة العقلية والنظافة الشخصية والوقاية من الأمراض ، و يهدف ذلك إلى تمكين الطلاب من اتخاذ قرارات صحية وتبني سلوكيات صحية في حياتهم اليومية.
- **السلامة والوقاية:** التركيز على سلامة الطلاب في المدرسة ومكافحة الإصابات والحوادث ، و يشمل ذلك تعزيز السلامة في الحركة والمشى والركوب على الدراجات وممارسة الألعاب الرياضية واستخدام المعدات الصحية بطريقة آمنة.
- **البرامج التثقيفية والتدريبية:** تنفيذ برامج تثقيفية وتدريبية للمعلمين والموظفين المدرسين حول الصحة المدرسية ، و يهدف ذلك إلى زيادة الوعي والمعرفة بالمسائل الصحية وتمكينهم من تقديم الدعم اللازم للطلاب.
- **الوقاية وإدارة الأمراض المزمنة:** تقديم الدعم والتوجيه للطلاب الذين يعانون من أمراض مزمنة مثل الربو أو السكري أو حساسية الأغذية ، ويتضمن ذلك تعزيز الوعي بأهمية اتباع العلاجات اللازمة وتقديم التوجيه للطلاب وأولياء الأمور بشأن إدارة هذه الحالات (ياسين رمضان ، 2008 ، ص 98)

1.5- أهمية الصحة المدرسية :

- **تحسين التعلم والأداء الأكاديمي:** عندما يكون الطلاب في حالة صحية جيدة، يكونون أكثر قدرة على التركيز في الصف والمشاركة بنشاط في عمليات التعلم. تؤثر الحالة الصحية الجيدة على الانتباه والذاكرة والاستيعاب، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي والنجاح المدرسي.
- **تعزيز السلوك الإيجابي والتطوير الشخصي:** يوفّر الاهتمام بالصحة المدرسية بيئة داعمة لتعزيز السلوك الإيجابي وتنمية شخصية الطلاب. عن طريق توفير الرعاية الصحية والدعم النفسي، يمكن للمؤسسات

- التعليمية أن تساعد الطلاب في التعامل مع التحديات وتطوير مهارات التحكم في الضغوط والتعاطف وحل المشكلات. (يوسف كماش ، 2014 ، ص 66)
- **الوقاية من الأمراض والعدوى:** تلعب الصحة المدرسية دورا حاسما في الوقاية من الأمراض والعدوى في المؤسسات التربوية. من خلال توفير التطعيمات اللازمة وتعزيز النظافة الشخصية وتوعية الطلاب بممارسات الوقاية، يمكن الحد من انتشار الأمراض والحفاظ على بيئة صحية وآمنة للجميع.
 - **تعزيز النمط الحياة الصحي:** تعد المؤسسات التربوية بيئة مثالية لتعزيز النمط الحياة الصحي للطلاب. من خلال توفير برامج التوعية بالتغذية السليمة والنشاط البدني والعادات الصحية الأخرى، يمكن تعزيز سلوكيات صحية في حياة الطلاب وتعزيز نمط الحياة الصحي.
 - **دعم الأسر والمجتمع:** تساهم الصحة المدرسية في تعزيز التواصل والتعاون بين المؤسسات التعليمية والأسر والمجتمع المحلي ، توفر الصحة المدرسية فرصا للتواصل مع أولياء الأمور وتقديم النصح والدعم لهم فيما يتعلق بصحة أطفالهم وتلبية احتياجاتهم الصحية.
 - **التقليل من الغياب المدرسي:** يمكن للرعاية الصحية المدرسية الجيدة أن تقلل من معدلات الغياب المدرسي. عندما يتلقى الطلاب الرعاية الصحية المناسبة ويتصورون أن وضعهم الصحي يؤخذ في الاعتبار، فإنهم أكثر عرضة للحضور المنتظم للمدرسة (يوسف كماش ، 2014 ، ص 66)
 - **تعزيز الاندماج الاجتماعي:** تساهم الصحة المدرسية في تعزيز الاندماج الاجتماعي للطلاب. عندما يشعرون بأنهم مدعومون صحيا ويتلقون الرعاية الصحية اللازمة، يزداد شعور الطلاب بالانتماء إلى المجتمع المدرسي ويتمكنون من المشاركة في الأنشطة المدرسية والاجتماعية بثقة.
 - **الكشف المبكر عن مشاكل صحية:** تساعد الصحة المدرسية في الكشف المبكر عن مشاكل صحية لدى الطلاب ، من خلال فحص الصحة الدوري والفحوصات الطبية المنتظمة يمكن أن تكشف عن مشاكل صحية محتملة وتتيح الفرصة للتدخل المبكر والعلاج، مما يساعد في تحسين النتائج الصحية للطلاب (يوسف كماش ، 2014 ، ص 66)

- **تعزيز السلوك الصحي:** يمكن للصحة المدرسية أن تلعب دورا هاما في تعزيز السلوك الصحي لدى الطلاب ، من خلال توفير المعلومات والتوجيه حول العادات الصحية مثل التغذية المتوازنة والنشاط البدني والنوم الجيد، يمكن تشجيع الطلاب على اتخاذ قرارات صحية وتبني سلوكيات صحية مدى الحياة.
- **التدخل في حالات الطوارئ:** تعد الصحة المدرسية جزءا من الاستعداد للتعامل مع حالات الطوارئ في المدرسة. تساعد الفرق الصحية المدرسية في التدريب والتجهيز للتعامل مع حالات الإصابة أو الأزمات الصحية المفاجئة وتقديم الإسعافات الأولية الضرورية حتى يصل الدعم الطبي المتخصص.

1.6 - أهداف الصحة المدرسية :

تتضمن أهداف الصحة المدرسية ما يلي : (يوسف كماش ، 2014 ، ص 69)

- **الحفاظ على صحة الطلاب:** تهدف الصحة المدرسية إلى الحفاظ على صحة الطلاب وتعزيزها. يتضمن ذلك توفير الرعاية الصحية الأساسية، مثل الفحوصات الدورية والتطعيمات، ومعالجة الأمراض الشائعة والإصابات المستجدة. يهدف الجهاز الصحي المدرسي إلى توفير بيئة صحية آمنة ومحافظ على صحة الطلاب.
- **التوعية والتثقيف الصحي:** تهدف الصحة المدرسية إلى توعية وتثقيف الطلاب حول العادات الصحية ونمط الحياة الصحي. يتم توفير معلومات حول التغذية السليمة، والنشاط البدني، والنوم الجيد، والنظافة الشخصية، وغيرها من الممارسات الصحية الهامة. يهدف ذلك إلى تمكين الطلاب من اتخاذ قرارات صحية وتبني سلوكيات صحية منذ صغرهم.
- **التوجيه والدعم النفسي:** يعتبر الدعم النفسي والعاطفي جزءا هاما من الصحة المدرسية. يهدف الجهاز الصحي المدرسي إلى توفير التوجيه والدعم النفسي للطلاب، سواء عبر الاستشارة الفردية أو

الجماعية. يمكن أن يتضمن ذلك التعامل مع التوتر والقلق والضغوط النفسية المرتبطة بالتعليم والحياة اليومية.

- **الوقاية ومكافحة الأمراض:** تعمل الصحة المدرسية على الوقاية ومكافحة الأمراض في المؤسسات التربوية. يشمل ذلك التشجيع على التطعيمات اللازمة وتعزيز النظافة الشخصية واتباع إجراءات الوقاية من الأمراض المعدية. يهدف ذلك إلى الحد من انتشار الأمراض والحفاظ على بيئة صحية للطلاب وأعضاء المجتمع المدرسي.

- **التعاون مع الأسر والمجتمع:** تسعى الصحة المدرسية إلى تعزيز التعاون والتواصل مع الأسر والمجتمع المحلي. يشمل ذلك تبادل المعلومات وتقديم النصح والدعم لأولياء الأمور بشأن صحة أطفالهم. يهدف ذلك إلى بناء شراكة قوية بين المدرسة والأسرة والمجتمع لصالح صحة ورفاهية الطلاب.

1.7- طرق تطبيق الصحة المدرسية :

هناك عدة طرق يمكن تطبيقها لتعزيز الصحة ، وتشمل ما يلي (:يوسف كماش ، 2014 ، ص72)

- **إنشاء جهاز صحي مدرسي:** يمكن إنشاء جهاز صحي مدرسي متكامل يتضمن طاقم طبي مؤهل، مثل ممرضين وأطباء، يستطيعون تقديم الرعاية الصحية الأساسية للطلاب. يمكن أن يشمل هذا فحوصات الصحة الدورية، وتقديم الإسعافات الأولية، والتوجيه الصحي.

- **توفير خدمات الطب الوقائي:** يمكن توفير خدمات الطب الوقائي في المدارس، بما في ذلك التطعيمات اللازمة والفحوصات الدورية. يمكن تنظيم حملات تطعيم في المدرسة لتوفير التطعيمات المطلوبة وتحسين معدلات التغطية التطعيمية لدى الطلاب.

- **برامج التثقيف الصحي:** يمكن تنظيم برامج التثقيف الصحي للطلاب لزيادة الوعي الصحي وتعزيز العادات الصحية. يمكن تقديم محاضرات وورش عمل حول التغذية السليمة، والنشاط البدني، والنظافة الشخصية، والصحة العقلية والعاطفية، ومواضيع أخرى ذات صلة.

- **الوجبات المدرسية الصحية:** يمكن تحسين جودة الوجبات المدرسية لتشمل خيارات صحية ومتوازنة ، ويجب توفير وجبات مغذية تحتوي على فواكه وخضروات ومصادر جيدة للبروتين والكربوهيدرات المعقدة ، ويمكن أيضا توفير خيارات صحية في أجهزة البيع بالمدرسة وتقديم التوجيه حول الاختيارات الغذائية الصحية.
- **برامج النشاط البدني:** يجب تشجيع النشاط البدني لدى الطلاب من خلال تنظيم برامج رياضية وأنشطة خارجية. يمكن توفير وقت مخصص للتمرين البدني في الجدول الزمني للطلاب وتوفير مرافق رياضية ملائمة. يمكن أيضا تنظيم مسابقات رياضية وفعاليات لتشجيع المشاركة النشطة.
- **التعاون مع الأهل:** يجب تشجيع التعاون والتواصل مع أولياء الأمور لتعزيز الصحة المدرسية. يمكن توفير ورش عمل ومحاضرات لأولياء الأمور حول الصحة والتوجيه الصحي للأطفال لذلك، يجب توفير قنوات اتصال فعالة مع الأهل لمشاركتهم في جهود تعزيز الصحة المدرسية.
- **إنشاء برامج للتوجيه النفسي والعاطفي:** يجب أن تتضمن الصحة المدرسية برامج للتوجيه النفسي والعاطفي تستهدف الطلاب. يمكن توفير جلسات إرشادية فردية أو جماعية لمساعدة الطلاب في التعامل مع التوتر والضغط النفسية وتعزيز صحة العقل والعاطفة.
- **تنظيم فحوصات صحية دورية:** يمكن تنظيم فحوصات صحية دورية للطلاب للكشف المبكر عن أي مشاكل صحية والتدخل فيها. يمكن أن تشمل الفحوصات قياس الوزن والطول، وفحص النظر والسمع، وفحص الأسنان، وفحص الضغط الشرياني، وفحص السل، وفحص السكري، وغيرها من الفحوصات اللازمة (يوسف كماش ، 2014 ، ص72)
- **تعزيز السلوك الصحي:** يجب تشجيع السلوك الصحي بين الطلاب من خلال توفير المعرفة والتوجيه. يمكن تنظيم حملات توعوية حول أهمية غسل اليدين وتنظيف الأسنان بشكل منتظم والحفاظ على نظافة الجسم. يمكن أيضا توفير موارد تعليمية مثل منشورات وملصقات ومواد توعوية لتعزيز السلوك الصحي.

- **المراقبة والتقييم:** يجب مراقبة وتقييم جودة الخدمات الصحية المدرسية وفعالية البرامج المطبقة. يمكن تقييم التأثيرات الصحية والأثر الإيجابي على الطلاب والمجتمع المدرسي بشكل عام ، يمكن استخدام هذه المعلومات لتحسين وتعزيز الجوانب الصحية في المؤسسات التربوية.

1.8- دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية :

تلعب الصحة المدرسية دورا حاسما في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات المدرسية ، وتوجد بعض الأدوار الرئيسية التي تلعبها الصحة المدرسية في هذا الصدد: (يوسف كماش ، 2014 ، ص82)

- **التقييم الطبي الأولي:** يمكن لفريق الصحة المدرسية تقديم تقييم طبي أولي للطلاب المشاركين في المسابقات الرياضية ، و يتضمن ذلك فحص اللياقة البدنية وتقييم الحالة الصحية العامة للطلاب. يساعد هذا التقييم على تحديد الطلاب الذين قد يكونون عرضة للإصابات واتخاذ التدابير الوقائية المناسبة.

- **التدريب والتوعية:** يمكن لفريق الصحة المدرسية توفير التوجيه والتدريب للطلاب والمدرسين حول الوقاية من الإصابات الرياضية. يشمل ذلك تعليم الطلاب بشأن تقنيات التسخين والتمدد اللازمة قبل ممارسة الرياضة، وتقنيات الحماية الشخصية، وأهمية استخدام المعدات الواقية المناسبة مثل القوالب الواقية والشرايط اللاصقة.

- **الإسعافات الأولية:** يجب أن يكون فريق الصحة المدرسية مدربا على تقديم الإسعافات الأولية في حالة وقوع إصابة رياضية ، يمكنهم التعامل مع الإصابات الشائعة مثل التواء الكاحل والكدمات والجروح البسيطة. يساعد توفير الرعاية الأولية الفورية في تقليل حدة الإصابة وتسريع عملية التعافي.

- **التوجيه الوقائي:** يمكن لفريق الصحة المدرسية تقديم التوجيه الوقائي للرياضيين المدرسين بشأن تقنيات اللعب الآمنة والسلوكيات الصحية أثناء المسابقات. يمكنهم تعزيز ضرورة احترام قواعد اللعب وعدم المخاطرة بالإصابة عن طريق اللعب العنيف أو استخدام التقنيات الغير سليمة.

- **إعداد بيئة آمنة:** يمكن لفريق الصحة المدرسية المساعدة في إعداد بيئة آمنة للمسابقات الرياضية، بما في ذلك فحص وتقييم مرافق الملاعب والمعدات الرياضية. يجب أن تكون المنشآت جيدة التهوية وتتوفر فيها الشروط اللازمة للسلامة، مثل الأرضيات المناسبة والعوائق المثبتة بشكل صحيح.
- **برامج التدريب البدني:** يمكن لفريق الصحة المدرسية أن يساهم في تصميم وتنفيذ برامج تدريب بدني ملائمة للرياضيين المدرسيين ، يتضمن ذلك تنوع التمارين وتحسين اللياقة البدنية وتقوية العضلات اللازمة للرياضة الممارسة. من خلال تعزيز اللياقة والقوة البدنية، يمكن تقليل خطر الإصابات الرياضية.
- **التوجيه الغذائي:** يمكن لفريق الصحة المدرسية توفير التوجيه الغذائي للرياضيين المدرسيين، مثل تناول الوجبات الغذائية المتوازنة والمغذية وشرب السوائل بشكل مناسب. توفير التغذية الصحيحة يساهم في تعزيز الصحة العامة والأداء الرياضي، مما يقلل من خطر الإصابات ويساعد في التعافي السريع.
- **العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل:** في حالة وقوع إصابة رياضية، يمكن لفريق الصحة المدرسية أن يقدم الدعم في العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل. يمكنهم توجيه الرياضيين المصابين بشأن التقنيات والتمارين اللازمة لتعزيز التعافي واستعادة القدرات البدنية.
- **المتابعة والتقييم:** يجب أن يكون لفريق الصحة المدرسية دور في متابعة الرياضيين المصابين وتقييم تقدمهم في عملية التعافي ، يمكنهم توفير الرعاية المستمرة وإعادة التقييم الدوري للتأكد من عودة الرياضيين إلى النشاط الرياضي بأمان.
- **البحث والتوعية:** يمكن لفريق الصحة المدرسية القيام بأبحاث ودراسات حول الإصابات الرياضية وطرق الوقاية منها، ومشاركة النتائج والمعلومات المهمة مع الطلاب والمدرسين وأولياء الأمور، يمكنهم أيضاً تنظيم حملات توعية وورش عمل لتعزيز الوعي بأهمية الوقاية من الإصابات الرياضية (يوسف كماش ، 2014 ، ص 69)

خلاصة الفصل الأول :

الصحة المدرسية هي مجال يهتم بصحة الطلاب والموظفين في المدارس، ويهدف إلى تعزيز الصحة والوقاية من الأمراض والإصابات، وتشمل خدمات الصحة المدرسية مجموعة واسعة من الأنشطة والبرامج التي تركز على الجوانب الصحية والعاطفية والاجتماعية للطلاب ، وتهدف الصحة المدرسية إلى خلق بيئة تعليمية صحية وآمنة تساهم في تحسين تجربة التعلم والصحة العامة للطلاب ، و تعتمد مدى توفر وتنوع الخدمات الصحة المدرسية على المدرسة والجهات المعنية، ويمكن أن تختلف من مكان إلى آخر ، و الهدف العام للصحة المدرسية هو تعزيز صحة الطلاب وتمكينهم من تحقيق إمكاناتهم الكاملة في بيئة تعليمية صحية وداعمة.

الفصل الثاني : الإصابة الرياضية

تمهيد

تشمل جوانب الاهتمام بالإصابة الرياضية توفير بيئة آمنة لممارسة الرياضة، وتدريب سليم ومناسب، وتوفير التوجيه والإرشاد للوقاية من الإصابات ، و يتم تحقيق ذلك من خلال تطبيق قواعد السلامة والتدابير الوقائية، وتوفير المعدات الوقائية المناسبة، وتدريب الرياضيين على تقنيات الحماية الشخصية.

تهدف جهود الإصابة الرياضية إلى تقليل وقوع الإصابات وتعزيز سلامة الرياضيين وأدائهم الرياضي. يتطلب ذلك التوعية بأهمية التدريب الجيد والتسخين الجيد قبل ممارسة الرياضة، واتباع توجيهات المدربين والخبراء الرياضيين، والاستجابة السريعة والمناسبة للإصابات عند حدوثها.

باختصار، يتعين الاهتمام بالإصابة الرياضية للحفاظ على سلامة وصحة الرياضيين ، من خلال اتخاذ التدابير الوقائية وتقديم الرعاية الطبية المناسبة، يمكن تقليل خطر الإصابات وتحسين أداء الرياضيين في ممارسة أنشطتهم الرياضية.

2. الإصابة الرياضية .

2.1- مفهوم الإصابة الرياضية :

هنا بعض التعاريف المتعلقة بالإصابة الرياضية: (جميل عابث ، 2016 ، ص92)

- الإصابة الرياضية : هي أي تلف أو ضرر يحدث في الأنسجة الجسدية نتيجة لممارسة النشاطات الرياضية.
- الإصابة الرياضية : تشير إلى أي حالة تتسبب في تغيير في وظيفة الجسم أو المنطقة المصابة وتحدث نتيجة لممارسة الرياضة أو النشاط البدني.
- الإصابة الرياضية: هي أي تلف أو إصابة في العضلات أو الأربطة أو الأوتار أو العظام أو المفاصل نتيجة للتدريب الرياضي أو الممارسة الرياضية.
- الإصابة الرياضية : تعني أي شكل من أشكال الضرر البدني الذي يحدث أثناء ممارسة الرياضة أو النشاط البدني ويؤثر على القدرة البدنية أو الأداء الرياضي.
- الإصابة الرياضية : تعتبر أي إصابة فردية أو تلف يصيب الأنسجة البدنية نتيجة للنشاط الرياضي أو التمرين البدني الشديد.
- الإصابة الرياضية : هي أي تغيير غير طبيعي أو ضرر يحدث في الأنسجة الجسدية نتيجة للنشاط الرياضي أو التمرين، وتتضمن العضلات والأربطة والأوتار والعظام والمفاصل.
- الإصابة الرياضية : هي حالة تضرر الأنسجة الجسدية التي تنشأ نتيجة للتوتر أو الإجهاد الزائد على الجسم خلال ممارسة الرياضة أو الأنشطة البدنية.
- الإصابة الرياضية : تعد تمزقاً أو تلفاً في الأنسجة الجسدية الناتج عن أنشطة رياضية محددة، وقد يكون ذلك نتيجة لحادث مفاجئ أو تكرار الحركات الضارة لفترة طويلة.

- الإصابة الرياضية: تشير إلى أي ضرر أو تلف يحدث في الجسم أثناء ممارسة الرياضة أو التمرين الرياضي، وقد يكون ذلك نتيجة للتدريب الشديد، الاستعداد غير الكافي، أو ارتداء معدات غير مناسبة.

- الإصابة الرياضية: تعد أي تغيير في الوظيفة الطبيعية للأنسجة الجسدية أو الهيكل العظمي نتيجة للنشاط الرياضي أو التدريب البدني، وتتضمن الألم والتورم وفقدان الحركة والقوة.

2.2- تصنيف الإصابات الرياضية :

يمكن تصنيف الإصابات الرياضية بناء على عدة عوامل، بما في ذلك نوع الأنسجة المصابة وشدة الإصابة ، إليك بعض التصنيفات الشائعة للإصابات الرياضية: (إبراهيم رحمة، 2005، ص92)

حسب نوع الأنسجة المصابة:

- إصابات العضلات: تشمل التمزقات العضلية والتشنجات العضلية.
- إصابات الأربطة: تشمل التمزقات الرباطية والتواءات الرباطية.
- إصابات الأوتار: تشمل التمزقات الوترية والالتهابات الوترية.
- إصابات العظام: تشمل الكسور والتشققات العظمية.
- إصابات المفاصل: تشمل التواءات المفصالية والالتهابات المفصالية.

حسب شدة الإصابة:

- إصابات حادة: تحدث فجأة نتيجة لحادث أو تلقائياً وتتسبب في ألم فوري وتغيير في وظيفة الجسم.
- إصابات مزمنة: تتطور على مراحل وتتسبب في آلام مستمرة أو متكررة على مدار فترة طويلة.

حسب طريقة الحدوث:

- إصابات ناتجة عن الحركة الزائدة: تحدث نتيجة تمدد أو تشنج أو تمزق في الأنسجة بسبب حركة زائدة أو قوة غير طبيعية.
- إصابات ناتجة عن الصدمة: تحدث نتيجة لصدمة مباشرة أو تصادم يؤدي إلى تلف في الأنسجة المعنية.

حسب الموقع:

- إصابات الأطراف العلوية: تشمل الكتف والذراعين والمرفق واليد.
- إصابات الأطراف السفلية: تشمل الورك والفخذ والركبة والساق والقدم.

2.3- الأسباب العامة للإصابة الرياضية :

هناك عدة أسباب عامة للإصابة الرياضية، وتشمل: (إبراهيم وحيد محمود وآخرون، 2003، ص115)

- **نقص التسخين والتمدد:** عدم إجراء جلسة تسخين وتمدد قبل ممارسة النشاط الرياضي يمكن أن يزيد من خطر الإصابة ، و التسخين والتمدد يعززان تدفق الدم إلى العضلات ويحسنان مرونتها وقدرتها على التحمل.
- **ضعف العضلات ونقص التوازن:** عدم وجود توازن وتوازن قوي بين العضلات المختلفة قد يؤدي إلى زيادة الضغط والتوتر على بعض الأنسجة والمفاصل، مما يزيد من احتمالية الإصابة.
- **تكرار الحركات الضارة:** التكرار المتكرر والزائد لحركات معينة قد يؤدي إلى توتر زائد على الأنسجة والمفاصل المشاركة في تلك الحركات، مما يزيد من خطر الإصابة.
- **عدم استخدام معدات واقية:** عدم استخدام أو استخدام غير صحيح للمعدات الواقية المناسبة، مثل واقيات الرأس أو واقيات الركبة، يمكن أن يعرض الجسم للإصابات الرياضية.

- التحضير البدني غير الكافي: عدم وجود لياقة بدنية كافية أو عدم التحضير البدني المناسب قبل ممارسة الرياضة، يمكن أن يزيد من خطر الإصابة.
- الإفراط في التدريب: زيادة شدة التدريب أو حجمه دون إعطاء الجسم فرصة للتعافي والاسترداد يمكن أن يزيد من خطر الإصابة.
- الظروف البيئية: الأرضية الزلقة، الطقس السيء أو الظروف البيئية الأخرى يمكن أن تزيد من خطر الانزلاق والسقوط وبالتالي الإصابة.
- التدريب الخاطئ: تقنيات غير صحيحة في أداء التمارين أو الحركات الرياضية يمكن أن تزيد من خطر الإصابة.

2.4- الأسباب العامة للإصابة الرياضية :

توجد العديد من أنواع الإصابات الرياضية التي يمكن أن يعاني منها الرياضيون أو الأشخاص الذين يمارسون النشاط البدني ، وهنا بعض الأنواع الشائعة للإصابات الرياضية (أنو رامين فولي ، 2004 ، ص 95)

- التواء الرباط: يحدث عندما يتعرض الرباط للتمدد الزائد أو التمزق جزئياً أو كلياً ، ويشمل ذلك التواء الكاحل والركبة والمعصم وغيرها من المفاصل.
- التواء العضلات: يحدث عندما يتمدد أو يتمزق العضلات بسبب حركة مفاجئة أو زائدة. قد يحدث ذلك في العضلات الموجودة في الأطراف العلوية والسفلية.
- كسور العظام: تحدث نتيجة لقوة ضاربة أو ضغط شديد على العظام ، و يمكن أن تحدث كسور في الأطراف العلوية والسفلية والعمود الفقري والأضلاع وغيرها من العظام.
- التمزق الوترى: يحدث عندما يتمزق وتتضرر الألياف في الأوتار، و قد يحدث ذلك في الأوتار الموجودة في الأطراف العلوية والسفلية.

- **التمزق العضلي:** يحدث عندما يتمزق العضلة أو يتمدد بشكل غير طبيعي، و يمكن أن يحدث هذا في أي مجموعة عضلية في الجسم.
- **التهاب المفاصل:** يحدث نتيجة للتهيج والتورم في المفاصل، و يمكن أن يؤثر على مفاصل متعددة في الجسم، مثل الركبة والكتف والمعصم.
- **التهاب الليف العضلي:** يحدث نتيجة للتهيج والالتهاب في الألياف العضلية ، و يمكن أن يحدث هذا في أي عضلة في الجسم.

2.5- المضاعفات الإصابة الرياضية :

- الإصابات الرياضية يمكن أن تسبب مضاعفات مختلفة تتأثر بنوع الإصابة وشدتها ، منها بعض المضاعفات الشائعة للإصابات الرياضية: (البيرسوني والشاطيء ، 1992 ، ص 96)
- **ألم مزمن:** قد تؤدي الإصابات الرياضية الشديدة أو التي لا تلقى العلاج اللازم إلى آلام مزمنة في المفاصل أو العضلات المصابة ، يمكن أن يؤثر الألم المزمن على جودة الحياة والقدرة على ممارسة الأنشطة اليومية.
 - **تشوهات هيكلية:** بعض الإصابات الرياضية الشديدة قد تتسبب في تشوهات هيكلية بالجسم، مثل تكسير العظام أو ضرر في الأربطة والأوتار، قد تحتاج هذه التشوهات إلى جراحة للتصحيح وإعادة البناء.
 - **الالتهاب والعدوى:** إصابات الرياضة قد تؤدي إلى التهابات في المفاصل أو العضلات المصابة. يمكن أن تزيد الإصابات الرياضية من خطر العدوى إذا لم يتم التعامل معها بشكل صحيح ونظيف.
 - **فقدان الحركة والقوة:** الإصابات الرياضية قد تتسبب في فقدان الحركة والقوة في المناطق المصابة. قد يستغرق الأمر وقتاً طويلاً لاستعادة الحركة الكاملة والقوة.

- المضاعفات العاطفية والنفسية: يمكن أن تؤثر الإصابات الرياضية على الحالة العاطفية والنفسية للأشخاص المصابين ، و قد يشعرون بالإحباط والاكتئاب بسبب عدم القدرة على ممارسة الرياضة والانخراط في الأنشطة اليومية بشكل طبيعي.
- ضعف الأداء الرياضي: قد تؤثر الإصابات الرياضية على أداء الرياضيين وقدرتهم على تحقيق أهدافهم الرياضية، يحتاج الرياضيون إلى فترة طويلة من التأهيل والتدريب لاستعادة قوتهم ومستواهم السابق.
- من المهم البحث عن العلاج المناسب والتأهيل الشامل لتقليل المضاعفات الناجمة عن الإصابات الرياضية ، يجب أن يشرف على عملية التعافي الفريق الطبي المختص لضمان الشفاء السريع والصحيح.

2.6- طرق ووسائل الوقاية من الإصابة الرياضية :

- هنا بعض الطرق والوسائل الشائعة للوقاية من الإصابات الرياضية: (تشارلز ، أ بيوكر ، 1964 ، ص92)
- **التسخين والتمدد:** قبل بدء أي نشاط رياضي، يجب على الرياضيين القيام بتمارين التسخين والتمدد لتحضير العضلات والأوتار والمفاصل للنشاط البدني ، ويساعد التسخين في زيادة تدفق الدم وتحسين المرونة العضلية، مما يقلل من خطر الإصابات.
 - **تقوية العضلات:** تقوية العضلات المحيطة بالمفاصل الحساسة يمكن أن يساعد في تثبيت وحماية المفاصل والأوتار ، و يمكن تحقيق ذلك من خلال ممارسة تمارين القوة الموجهة للعضلات المعنية.
 - **استخدام الواقيات والدعامات:** في بعض الرياضات، يمكن استخدام واقيات ودعامات لتقليل خطر الإصابات، على سبيل المثال، يمكن استخدام واقيات الكتف والركبة والكوع في بعض الرياضات الاحتكاكية.
 - **التدريب الصحيح:** يجب على الرياضيين تلقي تدريب مناسب قبل ممارسة الرياضة ، يشمل ذلك تعلم التقنيات الصحيحة للحركة وتنفيذها بشكل صحيح، وفهم قواعد اللعبة أو النشاط الرياضي الممارس.

- ارتداء الملابس والأحذية الملائمة: يجب ارتداء الملابس الرياضية المناسبة والمریحة والأحذية الرياضية الملائمة للنشاط الممارس ، يساعد ذلك في توفير الدعم والاستقرار للجسم أثناء الحركة ويقلل من خطر الإصابات.
- الاستراحة والاستعادة: يجب أن يحصل الرياضيون على قسط كاف من الراحة والاستراحة بين فترات التدريب والمباريات. يساهم ذلك في تجديد الجسم وتقوية الأنسجة وتقليل خطر الإجهاد والإصابات المتكررة.
- الحماية من العوامل البيئية: يجب أن يكون الرياضيون مستعدين للتعامل مع العوامل البيئية المحتملة التي يمكن أن تزيد من خطر الإصابات، مثل الحرارة الشديدة أو البرودة الشديدة، و يجب اتباع إجراءات السلامة المناسبة وارتداء الملابس المناسبة للحماية.

2.7- دور الأستاذ المدرب في الحد والوقاية من الإصابات الرياضية:

دور الأستاذ المدرب يلعب دورا حاسما في الحد والوقاية من الإصابات الرياضية ، ويوجد بعض الأدوار والمسئوليات التي يمكن أن يقوم بها الأستاذ المدرب للمساهمة في ذلك (: تشارلز ، أ بيوكر ، 1964 ، ص110)

- **تقييم اللاعبين:** يتعين على الأستاذ المدرب تقييم قدرات اللاعبين ومستوى لياقتهم ومرونتهم وقوتهم قبل بدء التدريبات ، و يمكن لهذا التقييم أن يساعد في تحديد النقاط الضعيفة والتحفيز على تحسينها لتقليل خطر الإصابات.
- **تدريب اللاعبين على التقنيات السليمة:** يتعين على الأستاذ المدرب تعليم اللاعبين التقنيات الرياضية السليمة والحركات الصحيحة لتجنب الإصابات، يجب أن يتم التركيز على الوضعيات الصحيحة للجسم وتوزيع الوزن والتحكم في الحركة.

- **تصميم برامج التدريب المناسبة:** يجب على الأستاذ المدرب تصميم برامج تدريب شاملة تهدف إلى تطوير اللياقة البدنية والقوة والتوازن والمرونة والاستقامة ، و يجب أن يكون التدريب متوازناً ومتنوعاً لتقوية العضلات والأوتار والمفاصل وتحسين الأداء الرياضي.
- **مراقبة اللياقة البدنية والتعب:** يجب على الأستاذ المدرب مراقبة مستوى اللياقة البدنية للاعبين ومعرفة مدى تعبهم ، يمكن أن يساعد التعرف على علامات الإجهاد الزائد والتعب المفرط في تحديد حاجة اللاعبين إلى الراحة والاستراحة لتجنب الإصابات.
- **تعليم اللاعبين مبادئ السلامة:** يجب على الأستاذ المدرب تعليم اللاعبين مبادئ السلامة العامة والقواعد الخاصة بالرياضة التي يمارسونها. يجب على اللاعبين أن يكونوا على دراية بالتدابير الوقائية المطلوبة ومعرفة كيفية تجنب الممارسات الخطرة التي يمكن أن تؤدي إلى الإصابات.
- **التوجيه والمراقبة أثناء التدريبات والمباريات:** يجب على الأستاذ المدرب البقاء متيقظاً ومراقبة اللاعبين عن كثب أثناء التدريبات والمباريات ، و يجب عليه التأكد من تنفيذ التقنيات الصحيحة والتشجيع على الالتزام بقواعد اللعب الآمنة".
- **التوعية بالإصابات والإسعافات الأولية:** يجب على الأستاذ المدرب توعية اللاعبين بأنواع الإصابات الرياضية المحتملة وكيفية التعامل معها ، وينبغي أن يكون لديهم معرفة بالإسعافات الأولية البسيطة والإجراءات اللازمة في حالة حدوث إصابة.
- **التعاون مع الفريق الطبي:** ينبغي على الأستاذ المدرب التعاون مع الفريق الطبي المشرف على الفريق الرياضي ، و يجب مشاركة المعلومات حول حالة اللاعبين والإصابات المحتملة والعمل سوياً لتقديم الرعاية اللازمة والعلاج الفوري للإصابات.
- **الإشراف على البرامج التأهيلية:** بعد الإصابة، ينبغي على الأستاذ المدرب العمل مع اللاعبين في برامج التأهيل والعلاج البدني ، ويجب أن يتأكد من أن اللاعبين يتبعون البرامج بشكل صحيح ويعودون إلى النشاط الرياضي بشكل آمن وفعال.

خلاصة الفصل الثاني :

الإصابات الرياضية هي أضرار بدنية تحدث نتيجة ممارسة النشاط الرياضي ، تشمل الإصابات العديد من الأنواع مثل الكدمات، التمزقات، الكسور، والالتواءات ، تتراوح الأعراض من الألم والتورم إلى فقدان القدرة على استخدام المنطقة المصابة ، يمكن الوقاية من الإصابات الرياضية من خلال اتباع إجراءات وقائية مثل الاحماء واستخدام معدات الحماية ، والعلاج يشمل استخدام الثلج والراحة وتدريب العضلات المحيطة بالمنطقة المصابة ، و يجب العودة إلى النشاط الرياضي بحذر وتدرجيا بعد شفاء الإصابة وتأهيل الجسم ، و توجد أنواع مختلفة من الإصابات الرياضية ويجب استشارة الطبيب للتشخيص الدقيق والعلاج المناسب.

الفصل الثالث :

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد:

يعتبر الإطار المنهجي من أهم أسس الدراسة العلمية الذي من خلاله يمكن تحديد طبيعة وقيمة كل بحث ، إذ يعتبر الضبط السليم لمنهجية البحث يضمن الدقة والتسلسل المنطقي لمراحل الدراسة وبهذا يتناول هذا الفصل وصفا لمنهج الدراسة ، وأفراد مجتمع الدراسة بالإضافة إلى أداة الدراسة المستخدمة وطريقة إعدادها ، وصدقها وثباتها ، كما يتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات التي تم بواسطتها تقنين أدوات الدراسة وتطبيقها ، وأخيراً المعالجات الإحصائية التي اعتمدت في تحليل الدراسة .

3- إجراءات الدراسة الميدانية

3.1- الدراسة الاستطلاعية:

• الدراسة الاستطلاعية أولية:

إن من أساسيات البحث العلمي في دراسة ونجاح موضوع ماهو الدراسة الإستطلاعية حيث تهدف إلى التدقيق و تشخيص طبيعة ظاهرة ما ، والإختلاف في بناء التركيبة الإجماعية لأفراد المجتمع من جهة ولتعدد أبعاده من جهة أخرى.

حيث يعرفها (ماثيو جيدير) الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة في محيطها الطبيعي، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق التطرق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة (جيدير ، 2006 ، ص 26).

ومن أجل ضبط متغيرات البحث الحالي ضبطا دقيقا ، كان علينا القيام بدراسة أولية ، بحيث قمنا:

دراسة استطلاعية بهدف بناء أداة البحث متمثلة في إستبيان خاص ب " دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسة التربوية ، «دراسة حالة في ثانوية عمر دهيئة الأغواط " اعتمدت في إعداد الاستبيان على عدد من الدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع، وعلى عدد من المقاييس والاستبيانات التي تحاول قياس تلك المتغيرات.

- توزيع الاستبيان في صورته الأولى على عينة من تلاميذ الطور الثانوي ، المتواجدة بثانوية عمر دهيئة بولاية الأغواط -المقدر عددهم 30 عينة من أصل المجتمع الكلي والمقدر ب 921 عينة، حيث بدأت الدراسة بتاريخ 2023/03/07 إلى غاية نهاية الموسم الدراسي جوان 2023.

2.3- منهج الدراسة:

المنهج هو الطريقة التي يتوصل بها الإنسان بكيفية عملية منطقية منسقة مع الواقع أي إدراك الحقيقة التي كان يجهلها ، وهو السبيل إلى إكتساب المعرفة اليقينية (عبد الرحمان العيسوي ، 1997، ص 13).

ونظرا لطبيعة دراستنا في تحليل دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسة التربوية ، «دراسة حالة في ثانوية عمر دهيئة الأغواط " ، تم اختيار المنهج الوصفي التحليلي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، لأنه يعد إستقصاءا ينصب في ظاهرة من الظواهر ، قصد تشخيص ، وكشف جوانبها ، وتحديد العلاقات بين عناصرها ، وضبطها كميًا عن طريق جمع المعلومات .

حيث أن المنهج الوصفي يحظى بمكانة خاصة في مجال العلوم الإنسانية ، حيث أن نسبة كبيرة من الدراسات والبحوث الإنسانية المنشورة هي وصفية في طبيعتها وإن المنهج الوصفي يلائم العديد من المشكلات في العلوم الإنسانية أكثر من غيرها .

- يعرف المنهج الوصفي " على أنه يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا عنها كفيًا أو كميًا (د. سعد سلمان المشهداني ، 2019، ص 126)

. " هو منهج يعتمد على الملاحظة بأنواعها بالإضافة إلى عمليات التصنيف والإحصاء مع بيان وتفسير تلك ، ويعد المنهج الوصفي أكثر مناهج البحث ملائمة للواقع الإجتماعي كسبيل لفهم ظواهره وإستخلاص سماته (د. عبود عبد الله العسكري ، 2002، ص 6).

3.3- مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة:

يعرفه " GRAWITZ " على أنه " مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تركز على الملاحظات " (انجرس ، 2004، ص 298).

يتمثل مجتمع دراستنا في جميع تلاميذ ثانوية عمر دهينة الأغواط والذي بلغ عددهم 30 تلميذ.

الجدول رقم 01 : يوضح قائمة الثانوية لمجال الدراسة

عدد أفراد عينة للإناث للسنة (2-1) ثانوي		عدد أفراد عينة الذكور للسنة (2-1) ثانوي		المؤسسات التعليمية
2 ثانوي(س،ل)	1 ثانوي (ل.غ)	2 ثانوي(ع)	1 ثانوي (أ.د)	
08 عينات	05 عينات	10 عينات	07 عينات	ثانوية عمر دهينة
08 عينات	05 عينات	10 عينات	07 عينات	المجموع: 30 عينة

المصدر : من إعداد الطالب بواسطة برنامج الإحصائي Spss

كيفية عينة الدراسة :

يمكن تعريف عينة البحث على أنها "مجموعة من وحدات المعاينة التي يتم إختيارها من إطار المعاينة وهو مجموعات غير متداخلة من عناصر المجتمع .

- قسم أو جزء من مجتمع الدراسة (د. رشيد القواسمة وآخرون ، 2012، ص 172) .
- بحيث تم إختيار عينة الدراسة على طبيعة الإمكانيات المادية وسهولة التنقل بالإضافة على القرب من الثانويات ،وقد شمل مجتمعنا الإحصائي القائم على عينة المجتمع المسح الشامل الذي يعرف " بأنه أسلوب جمع البيانات من جميع الوحدات الإحصائية (وحدات المجتمع موضوع الدراسة) دون إستثناء ، حيث يهدف على الحصول على بيانات ومعلومات شاملة عن كل وحدة من وحدات المجتمع سواء كانت هذه الوحدة شخصا أو أسرة (د . سعد سلمان المشهاني ، 2019م، ص 123.

ومن بين الأسباب العمل بهذا الأسلوب صغر حجم العينة وإمكانية دراسة العينة ككل إعتدنا على عينة الحصر الشامل ، حيث تمثلت في 30 عينة من التلاميذ ، حيث يمكننا من إمكانية التنقل ودراسة جميع أفراد المجتمع ، إمكانية تطبيق أكبر عدد من البرامج الإحصائية .

3.4- خصائص عينة البحث :

تحدد خصائص عينة البحث من خلال :

كـ حدود الدراسة : اشتمل بحثنا على الأبعاد أو الحدود التالية :

- الحدود الزمنية: أجريت هذه الدراسة خلال الموسم الدراسي ابتداء من 01 فيفري 2023 إلى غاية جوان 2023.

3.5- أدوات الدراسة وإجراءات بنائها :

هي الوسيلة التي يستطيع الباحث بواسطتها حل المشكلة مهما كانت تلك الأدوات أو البيانات (محبوب ، 2002، ص (163).

كـ الاستبيان :

يعرف على أنه "مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين ، يتم وضعها في إستمارة ترسل للأشخاص المعنيين بالبريد أو يجرى تسليمها باليد تمهيدا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة فيها (د. فوزي عبد الله العكش ، 1986، ص 210)

ولهذا قمنا بقراءة ومراجعة لمختلف الاستبيانات الواردة في الدراسات السابقة المتوفرة لدينا، وكذا على الجانب النظري والمطبوعات ، العبارات من الدراسات وبتوجيه من الأستاذ المشرف وأراء وتصويبات الأساتذة المحكمين ونتيجة قياس ثبات الإستبيان على العينة الإستطلاعية ، حيث تم توزيع الإستبيان في

صورته الاولى بعينة إستطلاعية خارج عينة البحث الأساسية ليتكون الاستبيان في صورته النهائية من "2" محورين و 30 عبارة :

- المحور الأول : دور الصحة المدرسية من (15) عبارة.

- المحور الثاني: الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية (15) عبارة.

3.6- البرامج والأدوات المستخدمة في معالجة البيانات :

البرامج المستخدمة:

بغية تسهيل عملية التحليل، قمنا بتجميع البيانات المحصلة من الاستبيان وتفرغها في برنامج الحزمة الإحصائية. spss v26.

البرامج الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات:

فيما يخص جمع وتبويب المعلومات التي تخص الدراسة الميدانية، قمنا بإعداد مجموعة من الجداول تم استخلاصها من البرنامج الإحصائي spss v26 الذي اتاح لنا مجموعة من الطرق التي ساعدتنا على التحليل الجيد والموضوعي ومن بين هذه الأدوات مايلي:

- التكرارات والنسب المئوية : لوصف الخصائص الديمغرافية لعينة الدراسة.

- المتوسط الحسابي: وهو متوسط مجموعة من القيم، أو مجموع القيم المدروسة مقسوم على عددها، وذلك للتعرف على متوسط إجابات المبحوثين حول الاستبيان ومقارنتها بالوسط الافتراضي المقدر ب (3) لأن التنقيط يتراوح من (1) إلى (5) مما يساعد في ترتيب العبارات حسب أعلى متوسط.

- الانحراف المعياري : وذلك من أجل التعرف على مدى انحراف استجابات أفراد الدراسة فكلما اقتربت قيمته لصفر فهذا يعني تركيز الإجابات وعدم تشتتها، وبالتالي تكون النتائج أكثر مصداقية

- و ذات جودة، كما أنه يفيد في ترتيب العبارات أو الفقرات لصالح الأقل تشتتاً عند تساوي المتوسط الحسابي المرجح بينها.
- **معامل بيرسون ومعامل ألفا كرونباخ:** وذلك من أجل معرفة مدى ارتباط كل عبارة من عبارات الاستبيان ومدى صدقها وتناسقها أي قياس الصدق والاتساق الداخلي والبنائي لأداة الدراسة.
 - **اختبار التوزيع الطبيعي Kolmogorov-Smirnov/Shapiro-Wilk :** لمعرفة نوع توزيع البيانات للعينة محل الدراسة.
 - **اختبار one sampel T test للعينة الواحدة :** ويستخدم هذا الاختبار بغرض التأكد وجود دلالة إحصائية في إجابات المستقصى منهم لاختبار فرضيات الدراسة، حيث يقارن الأوساط الحسابية لعينة الدراسة بقيمة الوسط الحسابي الفرضي وهو (3) ، مع حساب قيمة (T) واستخراج مستوى دلالتها.

حيث أن تقسيم الدرجات لكل عبارة من عبارات الإستبيان كانت كما يلي :

الجدول رقم 02 : يوضح تقسيم الدرجات حسب العبارات الإستبيان

أبدا	أحيان	دائما
01	02	03

- **المدى :** لتحديد طول الفئة = أعلى درجة (دائما) - أدنى درجة (أبدا) / عدد الدرجات، وهذا لتحديد اتجاههم نحو كل عبارة أي بتعبير آخر هم موافقون بدرجة : مرتفعة ، متوسطة، منخفضة.
- **طول الفئة = $(1-3) / 3 - 0.66$** وبالتالي نحصل على المجالات التالية:

وقد اعتمدنا في إنجاز هذا الاستبيان على الشكل المغلق الذي يحدد الاستجابات المحتملة لكل سؤال، أي على مقياس ليكرت الثلاثي نسبة لعالم النفس "رينسيس ليكرت"، وقد طلب من المبحوثين تحديد مدى الموافقة على هذه العبارات.

- درجات الاستبيان: يشمل الاستبيان على 03 درجات.

الجدول رقم 03 : يوضح درجات الإستبيان

مجال المتوسط الحسابي	مقياس ليكرت	درجة الموافقة	مجال الوزن النسبي
من 1 إلى 1.66	01	منخفضة	أقل من 33%
من 1.67 إلى 2.33	02	متوسطة	من 34% إلى 66%
من 2.34 إلى 3.00	03	مرتفعة	من 67% إلى 100%

3.7- صدق الأداة:

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه. (صابر ، خفاجة ، 2002، كما يقصد ص بالصدق "شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها". (الراجحي، 2003، ص

كـ الصدق الظاهري: تقديرات المحكمين

يعني لصدق الظاهري أن الاختبار صادق في صورته الظاهرة، بمعنى آخر ليس صادقاً علمياً وإحصائياً، ويدل المظهر العام لعبارته على أنه مناسب للمختبرين، وذلك بوضوح تعليماته وعباراته ومستويات الصعوبة في الاختبار قمت بعرض الاستبيان على (03) محكمين يحملون درجة دكتوراه في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وهم أكثر من 5 سنوات خبرة في المجال ، كما تم عرض الاستبيان على الأساتذة المحكمين ابتداء من شهر مارس 2023 إلى غاية شهر أوت 2023 حيث أن الاستبيان متكون من محورين يشتمل كل محور منها على 15 عبارة ، حيث أن الأساتذة المحكمين قاموا بطلب

تغيير بعض المصطلحات داخل عبارات الإستبيان وكذا من ناحية صياغتها ، وتمثلت نسبة الاتفاق المتحصل عليها بين المحكمين بحوالي 90%.

✓ صدق الاتساق الداخلي :

يؤدي هذا الاختبار إلى الوصول إلى صدق التكوين الفرضي للاختبار والفحص المنطقي لمكوناته والدقة في قياس تلك الصفة، ومدى ارتباطها مع غيرها من العناصر، مما يساعد على الوصول إلى تنبؤات معينة في مجال الارتباط . يتم هذا الأسلوب باستخدام معامل الارتباط بين العبارة ومجموع المحور والمجموع الكلي للاستبيان. (فرحات 2001، ص 135)

الجدول التالية توضح الاتساق الداخلي لجميع عبارات الاستبيان:

✓ الجدول رقم 04: الاتساق الداخلي بين عبارات محور الأول : دور الصحة المدرسية لتلاميذ

طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط.

الفقرة	العبارات	معامل ارتباط بيرسون الفقرة بعدها
01	تشعر بأن صحتك العامة جيدة	599**
02	تمارس النشاط البدني بانتظام خارج ساعات الدراسة	621**
03	تحصل على قسط كافٍ من النوم الجيد في الليل	372**
04	تتعرض للإجهاد الناتج عن الدراسة والضغط الأكاديمية	482**
05	تشعر بالدعم العاطفي والاجتماعي من الأهل والأصدقاء والمعلمين في المدرسة	629**
06	تعرف عن وجود خدمات صحية في المدرسة مثل المستشفى المدرسي أو المستشار الصحي	578**
07	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين البيئة الصحية في المدرسة	544**
08	تشعر بالتوتر أو الضغط بسبب الامتحانات أو الأداء الأكاديمي	289**
09	تعاني من أي مشاكل صحية نفسية مثل الاكتئاب أو اضطرابات الطعام	359**

671**	تشعر بالأمان في المدرسة ومحيطها	10
665**	تعتقد أن هناك حاجة لزيادة الوعي بالصحة النفسية والعاطفية في المدرسة	11
408**	تمتلك المعرفة اللازمة حول النظافة الشخصية والصحة العامة	12
493**	تعتبر البرامج الرياضية والنشاطات البدنية في المدرسة ملائمة ومحفزة	13
554**	تعتبر الأنشطة الصحية والتوعوية في المدرسة مفيدة ومثيرة للاهتمام	14
**	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين برامج التغذية الصحية في المدرسة	15
المصدر : من إعداد الطالب بواسطة برنامج الإحصائي Spss - عند مستوى الدلالة 0.01		

: يتوضح لدينا من خلال نتائج الجدول : بأن جميع الفقرات المتعلقة بالمحور الأول لدور الصحة المدرسية لتلاميذ طور

الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط. (عند مستوى الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بيرسون (0.01) إيجابية

، وهذا يؤكد جليا وهذا أن عبارات المتضمنة المحور دور الصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط. تتمتع بدرجة ممتازة من الثبات و يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

📌 الجدول رقم 05: الاتساق الداخلي بين عبارات محور الثاني : الإصابة الرياضية أثناء المسابقات

بالمؤسسة التربوية ثانوية عمر دهينة الأغواط

معامل ارتباط بيرسون الفقرة بعدها	العبارات	الفقرة
479**	شاركت في أي مسابقات رياضية في المؤسسة التربوية خلال العام الحالي	01
563**	تعرضت لإصابات رياضية خلال المسابقات	02
485**	يتم توفير العناية الطبية المناسبة في المؤسسة التربوية عند الإصابة	03
372**	يتم اتخاذ إجراءات لتجنب الإصابات الرياضية مثل التسخين وتمارين التمدد قبل المسابقات	04
453**	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدابير الوقائية للحد من الإصابات الرياضية في المؤسسة التربوية	05
623**	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير إرشادات وتدريب إضافية للطلاب حول الوقاية من الإصابات الرياضية	06
405**	يتم توفير معدات السلامة اللازمة للمشاركة في المسابقات الرياضية في المؤسسات التربوية	07
502**	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين جودة المعدات الرياضية المتاحة في المؤسسة التربوية	08

09	يتم توفير فريق طبي أو مسعفين مؤهلين خلال المسابقات الرياضية في المؤسسات التربوية	456**
10	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير فريق طبي متخصص خلال المسابقات الرياضية في المؤسسات التربوية	420**
11	يتم توفير برامج تأهيل وتدريب للمدرسين والمعلمين في مجال الإسعافات الأولية والمساعدة الطبية الطارئة	330**
12	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدريب على الإسعافات الأولية والإجراءات الطبية الطارئة للمدرسين والأساتذة	420**
13	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تأهيل وتدريب للطلاب حول الوقاية من الإصابات والسلامة الرياضية	550**
14	تعتقد أن هناك حاجة لتعزيز التوعية بأهمية التدفئة والتمارين الاستطالة قبل المسابقات الرياضية	490**
15	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تدريبية إضافية للرياضيين حول تقنيات اللعب الآمن والوقاية من الإصابات	600**
<p>المصدر : من إعداد الطالب بواسطة برنامج الإحصائي Spss - عند مستوى الدلالة 0.01</p>		

يتوضح لدينا من خلال نتائج الجدول : بأن جميع الفقرات المتعلقة بالمحور الثاني الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسة التربوية بثانوية عمر دهينة الأغواط. (عند مستوى الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بيرسون (0.01) **إيجابية** ، وهذا يؤكد جليا وهذا أن عبارات المتضمنة المحور الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسة التربوية بثانوية عمر دهينة الأغواط. تتمتع بدرجة ممتازة من الثبات و يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

3.8 - ثبات الأداة:

يعتبر من العوامل الهامة الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار أو استبيان، إن ثبات أداة الدراسة يعني "التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريبا لو تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات مختلفة". (الدهشة. 2006، ص 78) ، بعد عرض الاستبيان على الأساتذة المحكمين وتعديله قامت الباحثة بقياس ثباته باستعمال و معامل كرونباخ

الجدول رقم 06 : معامل كرونباخ الكلي للاستبيان:

المتغيرات	عدد العبارات	معامل الثبات ألفا كرونباخ
دور الصحة المدرسية	15	0.807
الإصابة الرياضية أثناء المسابقات	15	0.670
معامل الثبات الكلي للعبارات	30	0.738

المصدر : من إعداد الطالب بواسطة برنامج الإحصائي Spss

و مع العلم أن معامل الاتساق الداخلي الكلي لجميع العبارات المتغيرين بلغت (0.738) تعتبر مرتفعة جدا وجد معتبرة. وهذا يشير على أنه كلما كان معامل الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ) أكبر من (60%) كلما دل هذا على وجود الاتساق الداخلي.

ويوضح الجدول من خلال تبيان أن معامل الثبات الكلي لأداة جمع البيانات بلغ (73.80%) و هو معامل ثبات جد مرتفع ، وهذا يؤكد جليا على أن الاستبيان يتمتع بدرجة ممتازة من الثبات و يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

خلاصة الفصل الثالث

تضمن فص منهجية البحث منهج الذي إستعملته الباحثة في دراستها والمتمثل في المنهج الوصفي ، كما تضمن الدراستين الإستطلاعتين التي كان الهدف منها التعرف والإطلاع على الظروف المحيطة بأساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوية والتأكد من صدق وثبات الإستبيان المعد لهذه الدراسة .

قام الباحث في هذا الفصل بالتطرق إلى المجتمع الإحصائي ، عينة البحث وخصائصها وحدود البحث ومجالاته كما قامت بشرح أدوات البحث المتمثلة في الإستبيان .

الفصل الرابع :
عرض وتحليل النتائج

تمهيد :

بعد أن عرض الباحث في الفصل السابق لإجراءات الدراسة الميدانية من خلال بيان الهدف . من الدراسة ومنهجها ، وتحديد عينة الدراسة ، وأداة الدراسة (الإستبيان) ، من حيث بنائها وتقنيها ، وحساب صدقها وثباتها ، وتحديد الأساليب الإحصائية في التحليل الكمي لإستجابات أفراد العينة . وتناول هذا الفصل تحليل النتائج المتعلقة بالتساؤلات الفرعية ، وذلك من خلال عرض إستجابات أفراد عينة الدراسة على أسئلة الدراسة ، ومعالجتها إحصائيا بإستخدام مفاهيم الإحصاء الوصفي وأساليبه الإحصائية وصولا إلى مناقشة النتائج والتعليق عليها في ضوء الأطر النظرية للدراسة مع ربطها بنتائج الدراسات السابقة.

4- عرض وتحليل النتائج

4.1- تحليل فقرات محور الأول: دور الصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط.

- تم حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية وقيمة كا ومستوى الدلالة (sig) لجميع عبارات محور دور الصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة الأغواط: قصد معرفة مدى إستجابات أفراد العينة على عبارات هذا المحور، فكانت النتائج في الجدول التالي :

الجدول رقم 07 : يوضح تحليل فقرات المحور الأول : دور الصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي

رقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تبني العبارة	ترتيب العبارة
01	تشعر بأن صحتك العامة جيدة	2.67	0.66	عالية	04
02	تمارس النشاط البدني بانتظام خارج ساعات الدراسة	2.37	0.58	عالية	12
03	تحصل على قسط كافٍ من النوم الجيد في الليل	2.40	0.81	عالية	11
04	تتعرض للإجهاد الناتج عن الدراسة والضغط الأكاديمية	2.67	0.60	عالية	03
05	تشعر بالدعم العاطفي والاجتماعي من الأهل والأصدقاء و الأساتذة في الثانوية	2.80	0.48	عالية	01
06	تعرف عن وجود خدمات صحية في الثانوية مثل المستشفى المدرسي أو المستشار الصحي	2.73	0.52	عالية	02
07	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين البيئة الصحية في الثانوية	2.43	0.81	عالية	10
08	تشعر بالتوتر أو الضغط بسبب الامتحانات أو الأداء الأكاديمي	2.43	0.72	عالية	08
09	تعاني من أي مشاكل صحية نفسية مثل الاكتئاب أو اضطرابات الطعام	2.63	0.61	عالية	05
10	تشعر بالأمان في المدرسة ومحيطها	2.00	0.78	متوسطة	15
11	تعتقد أن هناك حاجة لزيادة الوعي بالصحة النفسية والعاطفية في الثانوية	2.47	0.73	عالية	07
12	تمتلك المعرفة اللازمة حول النظافة الشخصية والصحة العامة	2.37	0.61	عالية	13
13	تعتبر البرامج الرياضية والنشاطات البدنية في الثانوية ملائمة ومحفزة	2.37	0.66	عالية	14
14	تعتبر الأنشطة الصحية والتوعوية في الثانوية مفيدة ومثيرة للاهتمام	2.47	0.62	عالية	06
15	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين برامج التغذية الصحية في الثانوية	2.43	0.72	عالية	09
	المحور ككل	2.65	0.33	عالية	

المصدر : من إعداد الطالب بواسطة البرنامج الإحصائي Spss

كم القراءة الإحصائية :

يتبين لنا من خلال الجدول رقم 07 أعلاه نتائج كل من عبارات الدرجة الكلية لمحور الأول والمتضمنة المتغير المستقل دور الصحة المدرسية لتلاميذ الطور الثانوي بثانوية عمر دهينة الأغواط ، حيث بلغ درجة المتوسط الحسابي الكلية ب 2.65 ، والتي تعبر عن سلم مقياس ليكرت الثلاثي بدرجة (موافق) أي أنه يوجد دور للصحة المدرسية لتلاميذ الطور الثانوي بثانوية عمر دهينة بالأغواط، إضافة إلى أن تمرکز إجابات أفراد العينة حول عبارات المحور أتت بدرجة عالية وهذا ما أكدته نتائج الإنحراف المعياري الكلية والتي بلغت 0.33 ، والتي عبرت عن وجود إتساق وإنسجام لإجابات أفراد عينة الدراسة وفق عبارات المحور دور الصحة المدرسية .

- العبارة رقم 05: تشعر بالدعم العاطفي والاجتماعي من الأهل والأصدقاء والأساتذة في الثانوية: حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.80 وهي في المرتبة الأولى، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.48 ، وهي درجة تمرکز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على شعور التلاميذ بالدعم العاطفي والاجتماعي من الأهل والأصدقاء والأساتذة في الثانوية.

- العبارة رقم 06 : تعرف عن وجود خدمات صحية في المدرسة مثل المستشفى المدرسي أو المستشار الصحي: حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.73 وهي في المرتبة الثانية، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.81 ، وهي درجة تمرکز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على وجود خدمات صحية في المدرسة مثل المستشفى والمستشار الصحي داخل الثانوية .

- العبارة رقم 04 : تتعرض للإجهاد الناتج عن الدراسة والضغط الأكاديمية: حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.67 وهي في المرتبة الثالثة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد

الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.81** ، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على تعرض التلاميذ للإجهاد الناتج عن الدراسة والضغط الأكاديمية داخل الثانوية.

- العبارة رقم **01** : **تشعر بأن صحتك العامة جيدة:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.67** وهي في المرتبة الرابعة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.66**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على شعور التلاميذ بالصحة العامة الجيدة في الثانوية.

- العبارة رقم **09** : **تعاني من أي مشاكل صحية نفسية مثل الاكتئاب أو اضطرابات الطعام:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.63** وهي في المرتبة الخامسة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.61**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على معاناة التلاميذ من مشاكل صحية نفسية مثل الاكتئاب والاضطراب الطعام.

- العبارة رقم **14** : **تعتبر الأنشطة الصحية والتوعوية في الثانوية مفيدة ومثيرة للاهتمام:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.47** وهي في المرتبة السادسة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.62**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على أن الأنشطة الصحية والتوعوية في الثانوية مفيدة ومثيرة للاهتمام.

- العبارة رقم **11** : **تعتقد أن هناك حاجة لزيادة الوعي بالصحة النفسية والعاطفية في الثانوية:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.47** وهي في المرتبة السابعة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف

المعياري والذي بلغ **0.73**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على الحاجة لزيادة الوعي بالصحة النفسية والعاطفية في الثانوية.

- **العبارة رقم 08 : تشعر بالتوتر أو الضغط بسبب الامتحانات أو الأداء الأكاديمي:** حيث بلغت

نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.43** وهي في المرتبة الثامنة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.72** ، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على شعور التلاميذ بالتوتر والضغط بسبب الإمتحانات والأداء الأكاديمي داخل الثانوية.

- **العبارة رقم 15: تعتقد أن هناك حاجة لتحسين برامج التغذية الصحية في الثانوية:** حيث بلغت

نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.43** وهي في المرتبة التاسعة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.72** ، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على حاجة التلاميذ لتحسين برامج التغذية الصحية في الثانوية.

- **العبارة رقم 07 : تعتقد أن هناك حاجة لتحسين البيئة الصحية في الثانوية:** حيث بلغت نتيجة

المتوسط الحسابي للعبارة **2.43** وهي في المرتبة العاشرة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.81** ، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على حاجة التلاميذ لتحسين البيئة الصحية في الثانوية.

- **العبارة رقم 03 : تحصل على قسط كافٍ من النوم الجيد في الليل:** حيث بلغت نتيجة المتوسط

الحسابي للعبارة **2.40** وهي في المرتبة الحادية عشر ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ

0.81، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد حصول التلاميذ على قسط كاف من النوم الجيد في الليل .

- **العبارة رقم 02 : تمارس النشاط البدني بانتظام خارج ساعات الدراسة:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.37** وهي في المرتبة الثانية عشر، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.58**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على ممارسة التلاميذ النشاط البدني بانتظام خارج ساعات الدراسة.

- **العبارة رقم 12 : تمتلك المعرفة اللازمة حول النظافة الشخصية والصحة العامة:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.37** وهي في الثالثة عشر ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.61** ، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على إمتلاك التلاميذ للمعرفة اللازمة حول النظافة الشخصية والصحة العامة .

- **العبارة رقم 13 : تعتبر البرامج الرياضية والنشاطات البدنية في الثانوية ملائمة ومحفزة:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.37** وهي في المرتبة الرابعة عشر، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.66**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على إعتبار التلاميذ البرامج الرياضية والنشاطات البدنية في الثانوية ملائمة ومحفزة.

- **العبارة رقم 10 : تشعر بالأمان في المدرسة ومحيطها:** حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.20** وهي في المرتبة الخامسة عشر، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.78**، وهي درجة

تمركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على شعور التلاميذ أغلبيتهم بالأمان في المدرسة ومحيطها .

كـ القراءة الكيفية :

نستنتج من خلال نتائج الجدول أعلاه، أنه يوجد دور فعال للصحة المدرسية لتلاميذ طور الثانوي في ثانوية عمر دهينة في الأغواط ، حيث تعتبر أمرا حاسما وضروريا لتحقيق التنمية والنجاح الأكاديمي والشخصي لتلاميذ الثانوية.

حيث لعبت دورا مهما في تعزيز صحة ورفاهية التلاميذ وتحسين أدائهم الأكاديمي ، بواسطة توفير الرعاية الصحية والاهتمام بالنمو البدني والعقلي والاجتماعي للتلاميذ، مما عزز فعليا من مستوى التركيز والانتباه والمشاركة الفعالة في العملية التعليمية.

إضافة إلى تطبيق ثانوية عمر دهينة في الأغواط إلى أنشطة الصحة المدرسية و الفحوصات الدورية للرصد الصحي والكشف المبكر عن أية مشاكل صحية، وتوفير المشورة والتوجيه الصحي للتلاميذ وأولياء الأمور، وتوعية التلاميذ بالعادات الصحية السليمة والنظام الغذائي والنشاط البدني المناسب ، بالإضافة إلى ذلك، عززت من الوعي بالقضايا الصحية المهمة مثل النظافة الشخصية والوقاية من الأمراض المعدية والصحة العقلية والتغذية السليمة.

بشكل عام، عززت الصحة المدرسية في ثانوية عمر دهينة التعلم الشامل وساهمت في خلق بيئة تعليمية صحية ومدعومة تسهم في نجاح التلاميذ وتطورهم الشخصي والأكاديمي.

4.2- تحليل فقرات المحور الثاني : الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية

الجدول رقم 08: يوضح المحور الثاني المتعلق بالإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية

رقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تبني العبارة	ترتيب العبارة
01	شاركت في أي مسابقات رياضية في المؤسسة التربوية خلال العام الحالي	2.40	0.89	عالية	04
02	تعرضت لإصابات رياضية خلال المسابقات	2.37	0.71	عالية	05
03	يتم توفير العناية الطبية المناسبة في المؤسسة التربوية عند الإصابة	2.63	0.61	عالية	01
04	يتم اتخاذ إجراءات لتجنب الإصابات الرياضية مثل التسخين وتمارين التمدد قبل المسابقات	2.27	0.78	متوسط	09
05	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدابير الوقائية للحد من الإصابات الرياضية في المؤسسة التربوية	2.27	0.69	متوسط	08
06	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير إرشادات وتدريب إضافي للطلاب حول الوقاية من الإصابات الرياضية	2.50	0.68	عالية	02
07	يتم توفير معدات السلامة اللازمة للمشاركة في المسابقات الرياضية	2.23	0.89	متوسط	11
08	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين جودة المعدات الرياضية المتاحة في المؤسسة التربوية	2.20	0.76	متوسط	13
09	يتم توفير فريق طبي أو مسعفين مؤهلين خلال المسابقات الرياضية	2.23	0.77	متوسط	10
10	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير فريق طبي متخصص خلال المسابقات الرياضية	2.20	0.71	متوسط	12
11	يتم توفير برامج تأهيل وتدريب للمدرسين والمعلمين في مجال الإسعافات الأولية والمساعدة الطبية الطارئة	2.47	0.68	عالية	03
12	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدريب على الإسعافات الأولية والإجراءات الطبية الطارئة للمدرسين والأساتذة	2.33	0.80	عالية	07
13	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تأهيل وتدريب للطلاب حول الوقاية من الإصابات والسلامة الرياضية	2.17	0.79	متوسط	14
14	تعتقد أن هناك حاجة لتعزيز التوعية بأهمية التدفئة والتمارين الاستطالية قبل المسابقات الرياضية	2.13	0.86	متوسط	15
15	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تدريبية إضافية للرياضيين حول تقنيات اللعب الآمن والوقاية من الإصابات	2.37	0.80	عالية	06
	المحور ككل	2.49	0.37	عالية	

المصدر : من إعداد الطالب بواسطة البرنامج الإحصائي Spss

كم القراءة الإحصائية :

يتبين لنا من خلال الجدول رقم 08 أعلاه نتائج كل من عبارات الدرجة الكلية لمحور الثاني والمتضمنة المتغير التابع الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية لتلاميذ الطور الثانوي بثانوية عمر دهينة الأغواط ، حيث بلغ درجة المتوسط الحسابي الكلية ب 2.49 ، والتي تعبر عن سلم مقياس ليكرت الثلاثي بدرجة (موافق) أي أنه يوجد وقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسة التربوية لثانوية عمر دهينة بالأغواط،، حيث بلغ تمرکز إجابات أفراد العينة حول عبارات المحور أتمى بدرجة عالية وهذا ما أكدته نتائج الإنحراف المعياري الكلية والتي بلغت 0.37 ، والتي عبرت عن وجود إتساق وإنسجام لإجابات أفراد عينة الدراسة وفق عبارات المحور الوقاية من الإصابات الرياضية

- العبارة رقم 03: يتم توفير العناية الطبية المناسبة في المؤسسة التربوية عند الإصابة: حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.63 وهي في المرتبة الأولى، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.61، وهي درجة تمرکز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على توفير العناية الطبية المناسبة في المؤسسة التربوية لتلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- العبارة رقم 06 : تعتقد أن هناك حاجة لتوفير إرشادات وتدريبات إضافية للتلاميذ حول الوقاية من الإصابات الرياضية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.50 وهي في المرتبة الثانية، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.68، وهي درجة تمرکز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على ان هناك حاجات لتوفير إرشادات وتدريبات إضافية للتلاميذ حول الوقاية من الإصابات الرياضية.

- العبارة رقم 11 : يتم توفير برامج تأهيل وتدريب للمدرّبين والمعلمين في مجال الإسعافات الأولية والمساعدة الطبية الطارئة ، حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.47 وهي في المرتبة الثالثة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.68، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على توفير برامج التأهيل وتدريب للمدرّبين والمعلمين في مجال الإسعافات الأولية والمساعدات الطبية الطارئة في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.
- العبارة رقم 01 : شاركت في أي مسابقات رياضية في المؤسسة التربوية خلال العام الحالي حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.40 وهي في المرتبة الرابعة ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.89، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على مشاركة التلاميذ في مسابقات رياضية خلال العام الحالي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.
- العبارة رقم 02 : تعرضت لإصابات رياضية خلال المسابقات حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.37 وهي في المرتبة الخامسة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.71، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على تعرض التلاميذ لإصابات رياضية خلال المسابقات الرياضية في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.
- العبارة رقم 15 : تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تدريبية إضافية للرياضيين حول تقنيات اللعب الآمن والوقاية من الإصابات حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.37 وهي في المرتبة السادسة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.80، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة

الدراسة ، والذي يؤكد على حاجة الثانوية لتوفير برامج تدريبية إضافية للرياضيين حول تقنيات اللعب الآمن والوقاية من الإصابات لدى تلاميذ في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- العبارة رقم 12 : تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدريب على الإسعافات الأولية والإجراءات

الطبية الطارئة للمدرين والأساتذة حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.33 وهي في المرتبة السابعة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (موافق) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.80، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على أن هناك حاجات لتحسين التدريب على الإسعافات الأولية والإجراءات الطبية للمدرين والأساتذة في المؤسسة التربوية في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- العبارة رقم 05 : تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدابير الوقائية للحد من الإصابات الرياضية في

المؤسسة التربوية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.27 وهي في المرتبة الثامنة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.69، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على توفير حاجة لتحسين التدابير الوقائية للحد من الإصابات الرياضية في المؤسسة التربوية لثانوية عمر دهينة في الأغواط.

- العبارة رقم 04 : يتم اتخاذ إجراءات لتجنب الإصابات الرياضية مثل التسخين وتمارين التمديد قبل

المسابقات حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.27 وهي في المرتبة التاسعة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.78، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على أنه بين الفينة والأخرى يتم إتخاذ إجراءات لتجنب الإصابات الرياضية للتلاميذ مثل التسخين وتمارين التمديد قبل المسابقات في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- العبارة رقم 09 : يتم توفير فريق طبي أو مسعفين مؤهلين خلال المسابقات الرياضية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.23 وهي في المرتبة العاشرة، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.77، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد بين الفينة والأخرى يتم توفير فريق طبي ومسعفين مؤهلين خلال المسابقات الرياضية للتلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.
- العبارة رقم 07 : يتم توفير معدات السلامة اللازمة للمشاركة في المسابقات الرياضية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.23 وهي في المرتبة الحادية عشر ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.89، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد بين الفينة والأخرى يتم توفير معدات السلامة اللازمة للمشاركة في المسابقات الرياضية للتلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.
- العبارة رقم 10 : تعتقد أن هناك حاجة لتوفير فريق طبي متخصص خلال المسابقات الرياضية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.20 وهي في المرتبة الثانية عشر ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ 0.71، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد بين الفينة والأخرى هناك الحاجة لتوفير العناية الطبية المناسبة لفريق متخصص خلال المسابقات الرياضية في المؤسسة التربوية للتلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.
- العبارة رقم 08: تعتقد أن هناك حاجة لتحسين جودة المعدات الرياضية المتاحة في المؤسسة التربوية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة 2.20 وهي في المرتبة الثالثة عشر، وتعتبر درجة أهمية

كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.76**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على انه من الفينة والأخرى هناك حاجة لتحسين جودة المعدات الرياضية المتاحة في المؤسسة التربوية للتلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- العبارة رقم **13** : تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تأهيل وتدريب للطلاب حول الوقاية من الإصابات والسلامة الرياضية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.17** وهي في المرتبة الرابعة عشر ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.79**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد بين الفينة والأخرى ان هناك حاجة لتوفير برامج تأهيل وتدريب للطلاب حول الوقاية من الإصابات والسلامة الرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- العبارة رقم **14** : تعتقد أن هناك حاجة لتعزيز التوعية بأهمية التدفئة والتمارين الاستطالة قبل المسابقات الرياضية حيث بلغت نتيجة المتوسط الحسابي للعبارة **2.13** وهي في المرتبة الخامسة عشر ، وتعتبر درجة أهمية كبيرة بالنسبة لعينة أفراد الدراسة حيث أن تقييم أفراد عينة الأفراد حول هذه العبارة (محايد) ، وإنحراف المعياري والذي بلغ **0.86**، وهي درجة تركز إيجابي لدى أفراد عينة الدراسة ، والذي يؤكد على ان بين الفينة والأخرى هناك حاجة لتعزيز التوعية بأهمية التدفئة والتمارين الإستطالة قبل المسابقات الرياضية.

كيفية القراءة :

من الناحية السيسولوجية، يعتبر الإصابات الرياضية التي تحدث أثناء المسابقات في المؤسسات التربوية أمرا يستحق الاهتمام والتوجه السليم.

تؤثر الإصابات الرياضية على الأداء الرياضي للتلاميذ وقدرتهم على المشاركة بشكل كامل في المسابقات والأنشطة الرياضية ، و تتسبب في تقليل مستوى اللياقة البدنية والقدرة الرياضية، وتؤثر على الثقة بالنفس والتحفيز لدى التلاميذ.

بالإضافة إلى ذلك، الإصابات الرياضية أثرت على الجانب العقلي والعاطفي للتلاميذ ، مما سبب لهم الإحباط والانزعاج من عدم القدرة على المشاركة بشكل كامل في الأنشطة الرياضية والتفاعل مع زملائهم ، مما أدى إلى تراجع الحماس والانخفاض في الانخراط الرياضي.

لذلك، من المهم أن تكون هناك اهتمامات في توفير بيئة رياضية آمنة وصحية في المؤسسة التربوية لثانوية عمر دهيبة ، و توفير التدريب والإرشاد اللازم للتلاميذ بشأن السلامة الرياضية وتقنيات التدريب الصحيحة لتقليل خطر الإصابات ، و توفير الرعاية الطبية المناسبة والعلاج الفوري للتلاميذ الذين يعانون من إصابات رياضية.

بشكل عام، هدفت النتائج المحور الثاني إلى التأكيد على أهمية الوقاية من الإصابات الرياضية وتوفير الرعاية اللازمة للتلاميذ المصابين، وذلك للحفاظ على صحتهم وتعزيز مشاركتهم الرياضية ونجاحهم في المسابقات والأنشطة الرياضية في المؤسسات التربوية.

كما الإجابة على تساؤلات الدراسة :

قبل إختبار الفرضيات الدراسة يجب على عينة الدراسة أن تكون تتبع توزيعا طبيعيا لذلك تم التأكد من ذلك بواسطة إختبار التوزيع الطبيعي Shapiro-Wilk و Kolmogorov-Smirnov

الجدول رقم 09: إختبار التوزيع الطبيعي لمتغيري (دور الصحة المدرسية- الإصابة الرياضية)

Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov			متغيرات المحاور
SIG	درجة الحرية	الإحصائيات	SIG	درجة الحرية	الإحصائيات	
0.72	30	0.750	0.62	30	0.385	دور الصحة المدرسية
0.72	30	0.815	0.62	30	0.175	الإصابة الرياضية

المصدر : من إعداد الطالب بواسطة البرنامج الإحصائي Spss

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول لإختبار التوزيع الطبيعي لكل متغيرات دور الصحة المدرسية في المؤسسة الثانوية والإصابة الرياضية ، إستخلصنا أن قيمة الخطأ لمستوى العينينة المعنوية قدر عند **SIG** هو أكبر من الخطأ المعياري المفروض في الدراسات ألا وهو **0.05** لكل من محوري الدراسة ، مما يؤدي بنا فعليا لقبول الفرضية الصفرية والذي تنص على أن « البيانات المتعلقة بأفراد عينة الدراسة تخضع للتوزيع الطبيعي للإستبيان ».

4.3- إختبار الفرضيات الدراسية :

سيتم تحليل نتائج إختبار الفرضيات من خلال تطبيق إختبار T test للعينة الواحدة

الإجابة على الفرضية الرئيسية 01 :

- يوجد دور إيجابي للصحة المدرسية في وقاية التلاميذ الطور الثانوي لثانوية عمر دهينة الأغواط .

الجدول رقم 10: إختبار T test للعينة الواحدة لمعرفة دور الصحة المدرسية

المحور الأول	عدد العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T test	قيمة SIG	عند مستوى الدلالة الإحصائية
دور الصحة المدرسية في وقاية التلاميذ الطور الثانوي لثانوية عمر دهينة	30	29	2.65	0.33	41.05	0.000	0.05

المصدر : من إعداد الطالب بواسطة البرنامج الإحصائي Spss

يتوضح لدينا جليا من خلال نتائج إختبار العينة الواحدة لمتغير دور الصحة المدرسية في وقاية التلاميذ في طور الثانوي في ثانوية عمرد دهينة حيث يشير أن المتوسط الحسابي الكلي لمجموع المحور ككل بلغ 2.65 ، وهي قيمة تركز إيجابية جدا عند أفراد عينة الدراسة وهذا وفق سلم مقياس ليكرت والتي عبرت عنه درجة (موافق) ، حيث تعبر نتيجة على أن أفراد عينة الدراسة موافقون على أنه يوجد دور للصحة المدرسية في وقايتهم ، وهذا ما أكده الانحراف المعياري حيث بلغ 0.33 ، والتي عبرت عن وجود إتساق وإنسجام في إجابات أفراد عينة الدراسة ، وفي المقابل أكدت القيمة المعنوية عند المحور حيث قدرت ب 0.000 ، وهي أقل من مستوى الدلالة الإحصائية المفترض في دراستنا ألا وهو 0.05 ، والذي يؤكد

بشكل صريح على قبول الفرضية البديلة والتي تنص فعليا على وجود دور للصحة المدرسية في وقاية التلاميذ للطور الثانوي لثانوية عمر دهينة بالأغواط.

الإجابة على الفرضية الرئيسية 02 :

كما يوجد تأثير موجب دال إحصائيا لدور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بثانوية عمر دهينة بالأغواط

الجدول رقم 11: إختبار **Linar** لمعرفة تأثير دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بثانوية عمر دهينة بالأغواط

المتغيرات	B	قيمة T	قيمة F	درجة القرار
الإصابة الرياضية	1.269	5.267	19.280	وجود تأثير موجب دال إحصائيا
الصحة المدرسية	0.420	4.391		
معامل التحديد R^2	40.80%	المصدر: من إعداد الطالب بواسطة برنامج التحليل الإحصائي SPSS		
دلالة F	0.000			

من خلال تحليلنا لنتائج إختبار النموذج الإنحدار الخطي البسيط للفرضية الرئيسية 02، تبين لنا ان مؤشر المتغير دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية في ثانوية عمر دهينة بالأغواط بلغ قيمة 34.90 % ، والنسبة الباقية تعود لعوامل أخرى خارج النموذج ، وهذا يوضح جليا على أنه يوجد تأثير طردي موجب لدور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسة التربوية لثانوية عمر دهينة بالأغواط ، حيث نلاحظ ان إشارة معامل هي إشارة موجبة ، إضافة إلى عامل آخر ألا هو قيمة مستوى الدلالة **F** حيث بلغت **0.000**، وهذا يدل على أن هذا المعامل دال إحصائيا كون أن مستوى الدلالة الخاص به أقل من مستوى الدلالة المفترض والذي إفتراضه في دراستنا سابقا ب 0.05 ، وهذا يجعلنا على قبول الفرضية البديلة: والتي

تنص على «يوجد تأثير موجب دال إحصائيا لدور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بثانوية عمر دهينة بالأغواط.

4.4- النتائج العامة للدراسة :

- أكدت النتائج من خلال الفرضية الرئيسية رقم 01 : انه يوجد دور الصحة المدرسية في توفير الإرشادات والتوعية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بثانوية عمر دهينة بالأغواط ، وهذا من خلال ممارسة النشاطات الرياضية في ثانوية عمر دهينة والذي ساعد في تقليل معدل الإصابات الرياضية ، عن طريق تعزيز الوعي بالتقنيات السليمة للتدريب والوقاية من الإصابات ، و توفير بيئة رياضية آمنة وتقليل خطر الإصابات التي قد تحدث أثناء المسابقات، وهذا ما إستنتجناه فعليا من خلال نتائج الفرضية الأولى حيث عبرت النتائج عند المتوسط الحسابي والذي بلغ 2.65 عند عبارات المحور والذي أكد على وجود دور فعلي للصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي في ثانوية عمر دهينة بالأغواط عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.000 ، والذي أكد على قبول الفرضية القائلة على وجود دور للصحة المدرسية لتلاميذ الطور الثانوي لثانوية عمر دهينة بالأغواط.

- أكدت النتائج من خلال الفرضية الرئيسية رقم 02 : وجود تأثير موجب دال إحصائيا لدور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابة الرياضية أثناء المسابقات التربوية بثانوية عمر دهينة ، حيث بلغت نسبة التأثير المباشر **34.00 %** ، حيث تبنت الثانوية برامج الصحة المدرسية التي تضمن التدريب الرياضي والتمارين البدنية المنتظمة والتي ساهمت بدورها في تعزيز اللياقة البدنية للتلاميذ ، وزيادة مستوى اللياقة البدنية لديهم، مما مكن التلاميذ من التحمل الجسدي الأفضل وتقليل احتمالية وقوع الإصابات الرياضية ، إضافة إلى أن الثانوية وفرت فريق طبي متخصص في المؤسسة التربوية يمكنه التعامل مع الإصابات الرياضية المبكرة وتقديم الرعاية الطبية اللازمة ، من خلال التشخيص المبكر والعلاج الفوري، يمكن تقليل الآثار السلبية للإصابات الرياضية وتسريع عملية التعافي.

4.5- الإقتراحات والتوصيات :

بناء على النتائج العامة المذكورة سابقاً، هنا بعض الاقتراحات والتوصيات لتعزيز دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات في المؤسسات التربوية:

- تطوير برامج توعوية شاملة تستهدف الطلاب والمدرسين وأولياء الأمور ، يمكن أن تتضمن هذه البرامج محاضرات وورش عمل حول سلامة النشاطات الرياضية وتقنيات التدريب الصحيحة واستخدام المعدات الوقائية.
- تنظيم فحوصات صحية دورية للطلاب المشاركين في الأنشطة الرياضية ، ويمكن لهذه الفحوصات تحديد أي مشاكل صحية محتملة أو ضعف في اللياقة البدنية التي قد تزيد من خطر الإصابات.
- توفير إمكانية الوصول إلى الرعاية الطبية الفورية في حالة وقوع إصابات رياضية. يجب أن يكون هناك فريق طبي متخصص متاح في المؤسسة التربوية للتعامل مع الإصابات وتقديم العلاج المناسب.
- توفير المعدات الرياضية والأدوات اللازمة للطلاب بحالة جيدة وتلائم الأنشطة المختلفة. قدم توجيهات حول استخدام المعدات بشكل صحيح وضمان سلامتها.
- توفير برامج تدريبية للمدرسين والمعلمين حول تقنيات التدريب الآمنة والوقاية من الإصابات ، ويجب أن يكون لديهم المعرفة اللازمة لتوجيه الطلاب وتدريبهم بشكل سليم وفقاً لمعايير السلامة.
- تشجيع التعاون والتواصل المستمر مع أولياء الأمور بشأن سلامة النشاطات الرياضية والوقاية من الإصابات. قدم لهم المشورة والتوجيهات حول كيفية دعم الأطفال وتشجيعهم على اتباع السلوك الصحي والالتزام بالتدابير الوقائية.
- تنظيم ورش العمل والفعاليات التوعوية المختلفة للطلاب والمدرسين وأولياء الأمور لتعزيز الوعي بالسلامة الرياضية وتعليم المهارات الوقائية. ، يمكن أن تتضمن هذه الفعاليات تدريبات عملية، وعروض توضيحية، وألعاب تفاعلية لتعزيز المعرفة والممارسات الصحيحة.

- التحقق من البيئة الرياضية في المدرسة آمنة ومناسبة للنشاطات الرياضية ، مثل الملاعب والصالات الرياضية وتوفير أرضيات مناسبة ومساحات للتدريب والتمارين البدنية بشكل آمن.
- تشجيع الطلاب على ممارسة تدريب رياضي متوازن ومتنوع. ضع خطط تدريبية تراعي التنوع في النشاطات الرياضية وتهدف إلى تقوية اللياقة العامة وتنمية مهارات مختلفة، مما يقلل من تكرار الإصابات الناجمة عن التدريب المفرط في نوع واحد من الرياضة.
- مراجعة السياسات المدرسية المتعلقة بالنشاطات الرياضية والسلامة الرياضية. حدث السياسات لتوفير إطار قوي للسلامة والوقاية من الإصابات، وضمان تطبيقها بشكل صارم في جميع الأنشطة الرياضية.

خاتمة

خاتمة :

في الختام، يمكننا القول إن الصحة المدرسية والإصابة الرياضية تمثلان جوانب حيوية في المؤسسات التربوية ، تهدف الصحة المدرسية إلى تعزيز العافية العامة وتحسين نمط الحياة الصحي للتلاميذ والأستاذة المدرسين والموظفين ، و تشمل جهود الصحة المدرسية توفير الرعاية الصحية الأساسية والتثقيف والوعي بالصحة العقلية والعاطفية.

من ناحية أخرى، تركز الإصابة الرياضية على الوقاية من الحوادث والإصابات التي تحدث خلال ممارسة النشاط البدني والرياضة ، يهدف الاهتمام بالإصابة الرياضية إلى توفير بيئة آمنة وتدريب سليم، وتوفير الرعاية الطبية اللازمة للمصابين وإعادة تأهيلهم.

باختصار، تعد الصحة المدرسية والإصابة الرياضية أساسية لتحقيق بيئة تعليمية صحية وآمنة، وتعزيز الصحة والعافية لجميع الأفراد في المؤسسات التربوية ، من خلال توفير الرعاية الصحية اللازمة والتثقيف والوقاية، يمكن تعزيز أداء الطلاب وتحقيق نموهم الشامل.

قائمة المراجع

قائمة المراجع :

1. جميل عابث : (2016) : أساليب تدريس التربية الفنية و المهنية و الرياضية ط2، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان الأردن.
2. إبراهيم رحمة ، الأسس الصحية لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي.
3. إبراهيم وحيد محمود و آخرون (2003) : الصحة المدرسية و النفسية للطفل ، مركز الإسكندرية للكتاب ، القاهرة .
4. احمد مُجّد بدح (1997): أيمن سليمان – زين حسن ، ط1، دار الميسر ، الأردن.
5. . احمد مُجّد بدح و آخرون (2019): الثقافة الصحية ، ط 7 ، دار السيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان، الأردن.
6. إسماعيل ، مُجّد عماد الدين. (1982) المصدر: مجلة الطليعة, س 2, ع 2. الناشر: مؤسسة الأهرام.
7. انو رامين فولي (2004) : أصول التربية البدنية و الرياضية ، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
8. البرسيوني و الشاطيء ، مُجّد عوض ، البسيوني، و قيصر ياسين الشاطيء (1992): نظريات وتاريخ.
9. طرق التربية البدنية والرياضية (الصحابة الدنية الجزائر ، ديوان المطبوعات الجامعية .
10. بكار وسيرات سامية ، و بكار امال (19-05-2019/30-06-2019) الارغونوميا المدرسة و دورها في تحسين صحة التلميذ في المدارس لدول العالم الثالث .
11. بهاء الدين سلامة (2011) الصحة الشخصية و التربية الصحية ، دار الفكر العربي: ط1 ، القاهرة.
12. تشارلز ،أ، بيوكر، (1964) اسس التربية البدنية ، ترجمة حسن عوض ، كمال صالح عبده ، القاهرة ، المكتبة الانجلو مهريّة .

13. الخطيب هشام ابراهيم. الصحة المدرسية و اهدافها و متطلباتها ، المصدر ، رسالة المعلم الاردن ، المجلد العدد مج 24 . ع 2 . رقم MD:14914
14. خليل ميخائيل معوض (2003) سيكولوجية النمو : الطفولة والمراهقة، مركز الاسكندرية للكتاب، الاسكندرية (مصر)
15. السعيد نزرع (2016): ط 1 ، ، دار الخلدونية للنشر و التوزيع - القبة القديمة الجزائر.
16. حامد عبد السلام زهران (1982) . التوجيه والإرشاد النفسي المؤلف عالم الكتب الطبعة الثالثة عدد الأجزاء: 1 .
17. دكتور مهدي الصفدي (2012): مبادئ علم وبائيات ، ط2، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة عمان الاردن.
18. كنزة حامدي ومبني نور الدين (2019): "واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية" الجزائرية جامعة محمد دباغين - سطيف-
19. ماثيو جيدير (2006): منهجية البحث العلمي ، ترجمة ملكة ابيض ، دار الكتاب للنشر و التوزيع .
20. محمد حسين العاميرة (2010)، التربية التاريخية والاجتماعية والنفسية، دار المسيرة، عمان.
21. محمد الأمين وآخرون (2004) الأسس العامة للتربية الصحية، دار الفتى للنشر و التوزيع ، عمان الاردن
22. محمد سرحان علي المحمودي (2019): مناهج البحث العلمي ، ط3، دار الكتب ، صنعاء ، عمان.
23. محمد عماد الدين اسماعيل (1982): النمو في مرحلة المراهقة ، دار العلم ، الكويت ، 51.
24. محمد مصطفى زيدان (1985) النمو النفسي للطفل و المراهق و اسس الصحة النفسية، كلية اللغة العربية والدراسات الإسلامية، منشورات الجامعة الليبية،

25. مُجَّد وطاس (1988): أهمية الوسائل التعليمية في عملية التعلم علما و في تعليم اللغة العربية للأجانب خاصة ، المؤسسة الوطنية لكتاب ، الجزائر .
26. مصطفى فهمي، سيكولوجية الطفولة و المراهقة بيانات الكتاب - مكتبة مصر القاهرة (مصر): 1974.
27. موريس انجرس (2004م). : منهجية البحث العلمي ، ترجمة بوزيد صحراوي و اخرون ، دار القصة للنشر ، الجزائر.

الملاحق

الإستبيان

تحية طيبة وبعد:

أتشرف أن أتقدم إلى سيادتكم لتخصيص جزء من وقتكم للإجابة عن مضمون الاستبيان الذي يندرج في إطار التحضير لشهادة ماستر 02 تخصص التربية وعلم الحركة تحت عنوان " دور الصحة المدرسية في الوقاية من الإصابات الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية - دراسة ميدانية بثانوية عمر دهبنة بولاية الأغواط.

لذا نرجو منكم التعاون بالإجابة على فقرات الاستبيان، وإن لدقة إجابتكم الأثر الكبير في مصداقية الدراسة ونجاحها، شاكرين حسن تعاونكم، مؤكداً لكم حرصنا على سرية المعلومات التي ستقدمونها، وأنها ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

المحور الأول : الصحة المدرسية

يرجى وضع علامة (x) في الخانة التي تراها مناسبة:

الرقم	الصحة المدرسية	أبداً	أحياناً	دائماً
1	تشعر بأن صحتك العامة جيدة			
2	تمارس النشاط البدني بانتظام خارج ساعات الدراسة			
3	تحصل على قسط كافٍ من النوم الجيد في الليل			
4	تعرض للإجهاد الناتج عن الدراسة والضغط الأكاديمية			
5	تشعر بالدعم العاطفي والاجتماعي من الأهل والأصدقاء و الأساتذة في الثانوية			
6	تعرف عن وجود خدمات صحية في الثانوية مثل المستشفى المدرسي أو المستشار الصحي			
7	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين البيئة الصحية في الثانوية			
8	تشعر بالتوتر أو الضغط بسبب الامتحانات أو الأداء الأكاديمي			
9	تعاني من أي مشاكل صحية نفسية مثل الاكتئاب أو اضطرابات الطعام			
10	تشعر بالأمان في المدرسة ومحيطها			
11	تعتقد أن هناك حاجة لزيادة الوعي بالصحة النفسية والعاطفية في الثانوية			
12	تمتلك المعرفة اللازمة حول النظافة الشخصية والصحة العامة			
13	تعتبر البرامج الرياضية والنشاطات البدنية في الثانوية ملائمة ومحفزة			
14	تعتبر الأنشطة الصحية والتوعوية في الثانوية مفيدة ومثيرة للاهتمام			
15	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين برامج التغذية الصحية في الثانوية			

المحور الثاني : الإصابات الرياضية

يرجى وضع علامة (X) في الخانة التي تراها مناسبة:

الرقم	الإصابة الرياضية	أبدا	أحيانا	دائما
1	شاركت في أي مسابقات رياضية في المؤسسة التربوية خلال العام الحالي			
2	تعرضت لإصابات رياضية خلال المسابقات			
3	يتم توفير العناية الطبية المناسبة في المؤسسة التربوية عند الإصابة			
4	يتم اتخاذ إجراءات لتجنب الإصابات الرياضية مثل التسخين وتمارين التمدد قبل المسابقات			
5	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدابير الوقائية للحد من الإصابات الرياضية في المؤسسة التربوية			
6	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير إرشادات وتدريب إضافية للطلاب حول الوقاية من الإصابات الرياضية			
7	يتم توفير معدات السلامة اللازمة للمشاركة في المسابقات الرياضية			
8	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين جودة المعدات الرياضية المتاحة في المؤسسة التربوية			
9	يتم توفير فريق طبي أو مسعفين مؤهلين خلال المسابقات الرياضية			
10	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير فريق طبي متخصص خلال المسابقات الرياضية			
11	يتم توفير برامج تأهيل وتدريب للمدرسين والمعلمين في مجال الإسعافات الأولية والمساعدة الطبية الطارئة			
12	تعتقد أن هناك حاجة لتحسين التدريب على الإسعافات الأولية والإجراءات الطبية الطارئة للمدرسين والأساتذة			
13	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تأهيل وتدريب للطلاب حول الوقاية من الإصابات والسلامة الرياضية			
14	تعتقد أن هناك حاجة لتعزيز التوعية بأهمية التدفئة والتمارين الاستطالة قبل المسابقات الرياضية			
15	تعتقد أن هناك حاجة لتوفير برامج تدريبية إضافية للرياضيين حول تقنيات اللعب الآمن والوقاية من الإصابات			

الملحق رقم 02 : مخرجات SPSS

إختبار معامل الثبات الإستبيان ألفاكرونباخ

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.779	30

إختبار معامل الارتباط بين الصحة المدرسية والإصابة الرياضية

Correlations

		الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية	الصحة المدرسية
Pearson Correlation	الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية	1.000	.639
	الصحة المدرسية	.639	1.000
Sig. (1-tailed)	الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية	.	.000
	الصحة المدرسية	.000	.
N	الإصابة الرياضية أثناء المسابقات بالمؤسسات التربوية	30	30
	الصحة المدرسية	30	30

إختبار التوزيع الطبيعي للإستبيان للمتغيري الدراسة الصحة المدرسية والإصابة الرياضية

Tests of Normality^{a,b,c,e}

الصحة المدرسية	Kolmogorov-Smirnov ^d			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
التربوية بالمؤسسات المسابقات أثناء الرياضية الإصابة	2.27			.385	3	.750

a. $\text{is constant when } \text{المدرسية الصحة} = 1.20$. It has been omitted.

b. $\text{is constant when } \text{المدرسية الصحة} = 2.13$. It has been omitted.

c. $\text{is constant when } \text{المدرسية الصحة} = 2.20$. It has been omitted.

d. Lilliefors Significance Correction

e. $\text{is constant when } \text{المدرسية الصحة} = 3.00$. It has been omitted.

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري المتعلق بالمحور الأول : الصحة المدرسية

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
المدرسية الصحة	30	1.20	3.00	2.4956	.33296
جيدة العامة صحتك بأن تشعر	30	1	3	2.67	.661
الدراسة ساعات خارج بانتظام البدني النشاط تمارس	30	1	3	2.73	.583
الليل في الجيد النوم من كاف قسط على تحصل	30	1	3	2.40	.814
الأكاديمية والضغوط الدراسة عن الناتج للإجهاد تتعرض	30	1	3	2.67	.606
المدرسة في والمعلمين والأصدقاء الأهل من والاجتماعي العاطفي بالعدم تشعر	30	1	3	2.80	.484
المستشار أو المدرسي المستشفى مثل المدرسة في صحية خدمات وجود عن تعرف الصحي؟	30	1	3	2.73	.521
المدرسة في الصحية البيئة لتحسين حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.43	.817
الأكاديمي الأداء أو الامتحانات بسبب الضغط أو بالتوتر تشعر	30	1	3	2.43	.728
الطعام اضطرابات أو الاكتئاب مثل نفسية صحية مشاكل أي من تعاني ومحيطها المدرسة في بالأمان تشعر	30	1	3	2.63	.615
المدرسة في والعاطفية النفسية بالصحة الوعي لزيادة حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.47	.730
العامة والصحة الشخصية النظافة حول اللازمة المعرفة تمتلك	30	1	3	2.37	.615
ومحفزة ملائمة المدرسة في البدنية والنشاطات الرياضية البرامج تعتبر	30	1	3	2.20	.664
للاهتمام ومثيرة مفيدة المدرسة في والتوعية الصحية الأنشطة تعتبر	30	1	3	2.47	.629
المدرسة في الصحية التغذية برامج لتحسين حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.43	.728
Valid N (listwise)	30				

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري المتعلق بالمحور الثاني: الإصابة الرياضية

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
التربوية بالمؤسسات المسابقات أثناء الرياضية الإصابة	30	1.47	2.67	2.3178	.21915
الحالي العام خلال التربوية المؤسسة في رياضية مسابقات أي في شاركت	30	1	5	2.40	.894
المسابقات خلال رياضية لإصابات تعرضت	30	1	3	2.37	.718
الإصابة عند التربوية المؤسسة في المناسبة الطبية العناية توفير يتم	30	1	3	2.63	.615
المسابقات قبل التمدد وتمارين التسخين مثل الرياضية الإصابات لتجنب إجراءات اتخاذ يتم	30	1	3	2.27	.785
التربوية المؤسسة في الرياضية الإصابات من للحد الوقائية التدابير لتحسين حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.27	.691
الرياضية الإصابات من الوقاية حول للطلاب إضافية وتدريبات إرشادات لتوفير حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.50	.682
الرياضية المسابقات في للمشاركة اللازمة السلامة معدات توفير يتم	30	1	5	2.23	.898
التربوية المؤسسة في المتاحة الرياضية المعدات جودة لتحسين حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.20	.761
الرياضية المسابقات خلال مؤهلين مسعفين أو طبي فريق توفير يتم	30	1	3	2.23	.774
الرياضية المسابقات خلال متخصص طبي فريق لتوفير حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.20	.714
الطائرة الطبية والمساعدة الأولية الإسعافات مجال في والمعلمين للمدربين وتدريب تأهيل برامج توفير يتم	30	1	3	2.47	.681
والمعلمين للمدربين الطائرة الطبية والإجراءات الأولية الإسعافات على التدريب لتحسين حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.33	.802
الرياضية والسلامة الإصابات من الوقاية حول للطلاب وتدريب تأهيل برامج لتوفير حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.17	.791
الرياضية المسابقات قبل الاستطالة والتمارين التدفئة بأهمية التوعية لتعزيز حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.13	.860
الإصابات من والوقاية الأمن اللعب تقنيات حول للرياضيين إضافية تدريبية برامج لتوفير حاجة هناك أن تعتقد	30	1	3	2.37	.809
Valid N (listwise)	30				

إختبار الفرضية رقم 01 :

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المدرسية الصحة	30	2.4956	.33296	.06079

One-Sample Test

Test Value = 0

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
المدرسية الصحة	41.052	29	.000	2.49556	2.3712	2.6199

إختبار الفرضية رقم 02

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df1	df2	
1	.639 ^a	.408	.387	.17163	.408	19.280	1	28	.000

a. Predictors: (Constant), المدرسية الصحة

b. Dependent Variable: التربوية بالمؤسسات المسابقات أثناء الرياضية الإصابة: