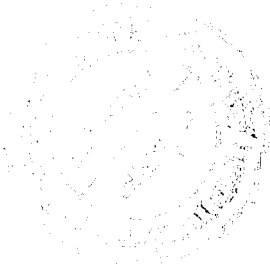


٤٧٦٣
٠٠٥٥٢٦

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى
كلية التربية- مكة المكرمة
قسم المناهج وطرق التدريس



٣٠١٠٢٠٠٠٠٠٤٧٦٣

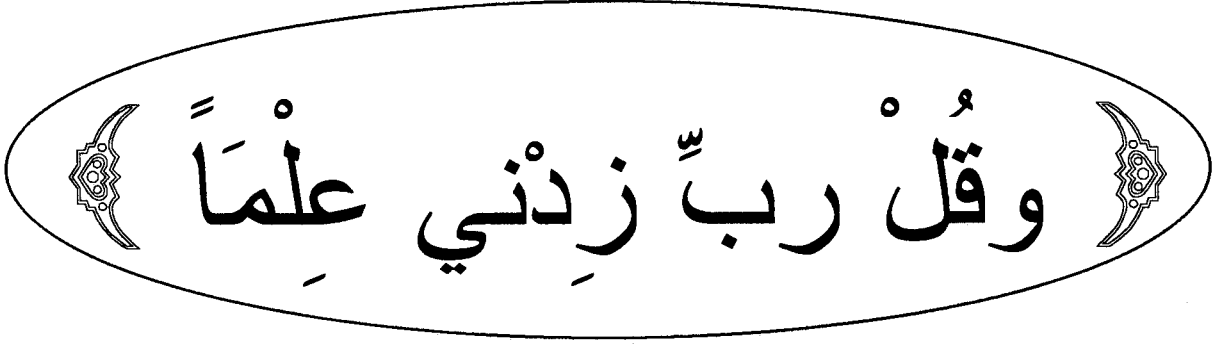
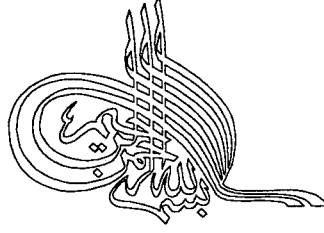
مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة
للبنين على أساسيات التربية الصحية

إعداد الطالب
عبد الغني بن سعد الشمراني

إشراف
الدكتور / سالم بن عبد الله طيبة

كمطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في المناهج وطرق التدريس

مكة المكرمة
١٤٢٢/١٤٢٣ هـ



[سورة طه - آية ١١٤]

ملخص البحث

العنوان : مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة للبنين على أساسيات التربية الصحية

يهدف هذا البحث إلى التعرف على أساسيات التربية الصحية الملائمة لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين ومدى توفرها في

كتب العلوم المقررة لهذه المرحلة وتقديم بعض المقترحات المتعلقة بتدريسها .

ومن أجل تحقيق الأهداف تم وضع التساولين الرئيسيين التاليين:

- ما أساسيات التربية الصحية الملائمة لطلاب المرحلة المتوسطة والتي يجب أن تتضمنها كتب العلوم ؟
 - ما مدى توفر أساسيات التربية الصحية في كتب العلوم المقررة لطلاب المرحلة المتوسطة ؟
- وللإجابة على هذين السؤالين قام الباحث بالخطوات التالية :

١] كتابة إطار نظري يتعلق بمشكلة البحث .

٢] بناء استبانة حددت أبعادها وفقاً لتساؤلات البحث وإلى جوانب التربية الصحية المتمثلة في المحاور التالية [الصحة الشخصية ، التغذية ، أعضاء الجسم ، الأمراض ، الحوادث ، الأدوية ، التلوث و السموم ، التدخين والمسكرات ، الصحة النفسية و أخيراً الصحة الروحية]

٣] تحليل مجتمع البحث وهو كتب العلوم المقررة على طلاب المرحلة المتوسطة للبنين للصفوف الثلاثة طبعة عام ١٤٢٢هـ و تشمل ستة كتب تحوي ١٣ وحدة، و ٤١ فصلاً ٧٢٨ صفحة .

وكانت أبرز نتائج البحث كما يلي :

- بلغت نسبة الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية في كتب العلوم ١٨,١٣% من مجموع الأفكار التي شملتها الكتب . كتاب العلوم للصف الأول:

- بلغت نسبة الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية (١٠,٦ %) من مجموع الأفكار والموضوعات التي شملها الكتاب .

- كان أكثر الجوانب الصحية تكراراً هو جانب التربية الروحية بنسبة (٣٧,٢٥%) .

- وحل في المرتبة الثانية جانب التغذية بنسبة (٢٩,٤١%) .

- لم يكن هناك أي تكرار لجانبين مهمين وهما الصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات .

كتاب العلوم للصف الثاني:

- بلغت نسبة الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية (٢٦,١١ %) من مجموع الأفكار والموضوعات التي شملها الكتاب .

- أكثر الجوانب الصحية تكراراً هو جانب أعضاء الجسم بنسبة (٤٠,٣١%) .

- وجاء في المرتبة الثانية جانب التلوث و السموم بنسبة (١١,٦٢%) .

- لم يكن هناك أي تكرار لجوانب مهمة وهي : الأدوية ، و الصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات .

كتاب العلوم للصف الثالث:

- بلغت نسبة الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية (١٧,٨٦ %) من مجموع الأفكار والموضوعات التي شملها الكتاب .

- أكثر الجوانب الصحية تكراراً هو أيضاً جانب التربية الروحية بنسبة (٢٥,٦٠%) .

- وجاء في المرتبة الثانية جانب التغذية بنسبة (١٣,٤١%) .

- كانت أقل الجوانب تكراراً هما جانبي : الصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات.

و قد أوصى الباحث بعدد من التوصيات التي قد تسهم في رفع مستوى التربية الصحية بجوانبها المتعددة في مناهج العلوم بالمرحلة المتوسطة . كما أفتتح الباحث في ضوء نتائج الدراسة ، واستكمالاً لها في المستقبل القريب ، القيام بإجراء بعض الدراسات في مجال التربية الصحية ، ومقررات العلوم بصفة عامة .

الإهداء

* إلى من ربباني صغيراً وسعياً من أجل تربيتي وتعليمي وسمرًا لراحتي أثابهما الله على حسن تربيتهما ورعايتهما لي .

* إلى زوجتي الوفية التي وقفت بجانبتي وساندتني باهتمامها ورعايتها مما كان له الأثر الأكبر في نفسي لإتمام هذا العمل .

* إلى أولادي رعاهم الله تعالى وأعانني على تربيتهم .

* إلى أخواني وأخواتي وجميع أصدقائي وزملائي الذين اعترف بهم واحترمهم كثيراً .

* إلى كل يدٍ كريمةٍ ساهمت في هذا الجهد بعون أو مساعدة .

* إلى كل هؤلاء *

* أهدي ثمرة جهدي المتواضع حباً ووفاءً وعرفاناً وتقديراً *



بسم الله الحمد لله أولاً و آخراً و ظاهراً و باطناً على أن من علينا بدين الإسلام و الحمد لله على تيسيره و توفيقه و الحمد لله أهل الجود والعطاء و أهل الشكر و الثناء والصلاة والسلام على أشرف خلق حوته البيداء و أظلمته السماء نبينا محمد وعلى آله وصحبه الأوفياء الأتقياء وبعد . فإنه بعد هذا الجهد المتواضع وعملاً بقول المصطفى صلى الله عليه وسلم : " من لم يشكر الناس لم يشكر الله " يسعدني أن أتقدم بجزيل الشكر والثناء لجامعة أم القرى بمكة المكرمة و لكافة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية و أخص منهم بالشكر و الثناء أعضاء هيئة التدريس بقسم المناهج و طرق التدريس على جهودهم العلمية الملموسة طوال فترة دراستي بالقسم وعلى رأسهم رئيس القسم الحالي سعادة الدكتور/ سمير نور الدين فلمبان ، وسعادة رئيس القسم السابق الأستاذ الدكتور/ سليمان محمد الوابلي .

كما يسعدني أن أتقدم بالشكر و العرفان و الثناء إلى من كانت له اليد الطولى — بعد الله سبحانه و تعالى — في إنجاز هذا البحث ، إلى من أكسبني مهارات البحث العلمي ، إلى المشرف على هذه الرسالة أستاذي الفاضل الدكتور / سالم بن عبد الله طيبة على ما قدمه لي من جهد وعطاء ونصح وإرشاد فكان لي خير معين و مرشد لإخراج هذا العمل و إتمامه بيسر .

كما أتقدم بالشكر و التقدير لكل من الأستاذ الدكتور / حفيظ محمد المزروعى ، و الدكتور / عبد اللطيف حميد الرائقي ، و الدكتور / محمد إبراهيم الرائقي ، لما قدموه لي من توجيهات و إرشادات مفيدة في مناقشة و إقرار خطة البحث .

كما أتقدم بالشكر و التقدير لأعضاء لجنة المناقشة المكونة من الأستاذ الدكتور / حفيظ محمد المزروعى مناقشاً داخلياً ، و الدكتور / عبد اللطيف حميد الرائقي مناقشاً خارجياً ، على تفضلهما بقبول هذا البحث و قراءته و تقويمه و مناقشتي

فيه و إبداء الملاحظات القيمة و التوجيهات السديدة لإخراج هذا العمل في أحسن صورة .

و أتقدم بالشكر و التقدير للسادة المشاركين العاملين في القطاع الصحي من أطباء وأخصائيين وفنيين وذلك في مستشفى الملك فهد بجدة ومستشفى الثغر بجدة لما بذلوه من جهد أسهم في الوصول إلى تحديد الجوانب الصحية المناسبة لهذه الدراسة ، وبالتالي إخراج هذا العمل على هذه الصورة .

و أخيراً أشكر كل من ساهم بقولٍ أو رأيٍ أو عملٍ لإخراج هذه الدراسة ، راجياً من الله العليّ القدير التوفيق و السداد للجميع .

الباحث

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	آية
ج	ملخص الدراسة
د	الإهداء
هـ	شكر وتقدير
ز	قائمة المحتويات
ي	قائمة الملاحق
الفصل الأول : تحديد المشكلة و أهميتها	
٢	المقدمة
٦	الإحساس بالمشكلة
٧	مشكلة الدراسة
٧	أهمية الدراسة
٨	أهداف الدراسة
٨	حدود الدراسة
٨	مصطلحات الدراسة
الفصل الثاني : الإطار النظري والدراسات السابقة	
١١	أولاً : الدراسات السابقة
١١	١- دراسة خالد البراك
١٢	٢- دراسة المركز العربي للبحوث التربوية (١)
١٤	٣- دراسة المركز العربي للبحوث التربوية (٢)
١٥	٤- دراسة سعاد محمد مغربي
١٦	٥- دراسة حسين بعارة وسليمان الفريجات
١٧	٦- دراسة عبد الله بن عبد الرحمن الفتوخ
١٨	٧- دراسة سامية عباس عبودة
١٩	٨- دراسة خليل عبد الله الحدرى
٢٠	٩- دراسة عبد العزيز عبد الله العثمان
٢١	١٠- دراسة نصر يوسف مقابلة

٢٣	ثانياً : الإطار النظري
٢٣	١- المرحلة المتوسطة
٢٣	أ - أهمية المرحلة المتوسطة
٢٤	ب - مفهوم المرحلة المتوسطة
٢٥	ج - مميزات المرحلة المتوسطة
٢٥	د - أهداف المرحلة المتوسطة
٢٧	هـ - الأهداف العامة لمادة العلوم بالمرحلة المتوسطة
٢٨	و- خصائص المتعلم بالمرحلة المتوسطة
٢٨	النمو الجسدي والحركي
٣٠	النمو العقلي
٣٢	النمو الانفعالي
٣٣	النمو الاجتماعي
٣٤	النمو الجنسي
٣٥	٢- التربية الصحية
٣٥	أ- تاريخ التربية الصحية
٣٩	ب- تعريف التربية الصحية
٤٠	ج- أهداف التربية الصحية
٤٢	الأهداف المعرفية
٤٣	الأهداف المهارية
٤٤	الأهداف الوجدانية
٤٥	د- مجالات التربية الصحية
٤٨	الصحة الشخصية
٤٩	التغذية
٥٢	أعضاء الجسم
٥٣	الأمراض
٥٣	الحوادث
٥٥	الأدوية
٥٥	التلوث و السموم

٥٧	التدخين والمسكرات
----	-------------------

٦٠	الصحة النفسية
٦٢	الصحة الروحية
٦٣	٣- تحليل المحتوى
٦٣	وحدات التحليل
٦٥	قواعد عملية تحليل الموضوع
٦٥	مميزات أسلوب تحليل المحتوى

الفصل الثالث : منهجية الدراسة وإجراءاتها

٦٨	أولاً : منهج الدراسة
٦٨	ثانياً : مجتمع وعينة الدراسة
٦٩	ثالثاً : أداة الدراسة
٧١	رابعاً : المعالجة الإحصائية

الفصل الرابع : نتائج الدراسة

٧٣	أولاً- نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الأول المتوسط
٧٣	أ- عرض النتائج
٨٤	ب- مناقشة النتائج
٨٧	ثانياً- نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط
٨٧	أ- عرض النتائج
١٠٣	ب- مناقشة النتائج
١٠٥	ثالثاً- نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط
١٠٥	أ- عرض النتائج
١٢٠	ب- مناقشة النتائج

الفصل الخامس : ملخص الدراسة والتوصيات والمقترحات

١٢٥	أولاً- ملخص الدراسة
١٣١	ثانياً- التوصيات والمقترحات
١٣١	أ- التوصيات
١٣٣	ب- المقترحات
١٣٤	المراجع

قائمة الملاحق		
١٤٢	بطاقة تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الأول المتوسط	١
١٤٤	بطاقة عرض نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الأول المتوسط	٢
١٤٦	بطاقة تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط	٣
١٤٨	بطاقة عرض نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط	٤
١٥٠	بطاقة تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط	٥
١٥٢	بطاقة عرض نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط	٦
١٥٤	الاستبانة التي عرضت على المشاركين	٧
١٥٩	أسماء المشاركين في تحديد جوانب التربية الصحية	٨

الفصل الأول

تحديد المشكلة وأهميتها

المقدمة:

الحمد لله الذي علم بالقلم ، علم الإنسان ما لم يعلم ، والصلاة والسلام على معلم البشرية الخير ، نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ، ومن سار على نهجه واقتفى أثره إلى يوم الدين .. وبعد :

اهتم الإنسان منذ نشوئه بصحته وأعارها أهمية كبيرة ، ومن البديهي أن الصحة من أكبر وأهم النعم ، وقد تطورت الصحة عبر العصور كثقافة ومهنة نظراً لتأثيرها في تحديد مستقبل الفرد والمجتمع ، وهي إحدى السبل الهامة لانطلاق الإنسان في نشاطات الحياة دون عائق أو مرض .

ويرى الفراء (١٩٨٣:١٣١) أن الصحة " تضيء على الحياة الإنسانية كلها من الروعة والبهجة والسعادة ما يعطي السعادة قيمتها الحقيقية " . فالسعادة التي يسعى إليها كل فرد لا يمكن أن تتحقق إلا إذا توفرت الصحة بجميع جوانبها المختلفة ، فلا يمكن أن يوجد إنسان يدعى السعادة وهو لا يتمتع بالصحة الجيدة .

ويؤكد الكيلاني (١٩٩٥:١٥) على ضرورة الاهتمام بالصحة العامة من قبل جميع الناس دون استثناء ، فيقول : " إن حفظ الصحة هو مطلب الناس ، وأمل الأطباء وغايتهم ، ولكن هل من السهل الحصول عليه ؟ فالإنسان الذي يسعى إلى حفظ صحته ، هو أول من يدمرها ويضع العراقيل في طريق حفظها وصيانتها " .

إن الصحة نعمة كبرى من نعم الله يجب على الفرد رعايتها ليعيش حياته بصحة سليمة على الدوام ، وهذا يتطلب عدم العبث بنعم الله الكثيرة التي سخرها لنا ، وعدم استخدامها بطريقة سيئة ، وفي ذلك يقول الله تعالى : { ألم تروا أن الله سخر لكم ما في السماوات وما في الأرض وأسبغ عليكم نعمه ظاهرة وباطنة } لقمان : ٢٠ ، وقال تعالى : { وإن تعدوا نعمت الله لا تحصوها إن الإنسان لظلوم كفار } إبراهيم : ٣٤ .

وتعتمد صحة الفرد على درجة وعيه وثقافته ، ومدى اتباعه للقوانين والإرشادات الصحية ، والأخذ بنصائح الأطباء ، ومثال ذلك قول الرسول صلى الله عليه وسلم : (ما ملأ ابن آدم وعاءاً شراً من بطنه ، حسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه ، فإن كان لآبد ، فتلت لطعامه ، وتلت لشرابه ، وتلت لنفسه) " رواه ابن حبان ، ج ٢ / ص ٤٤٩ " .

إن رعاية الشخص للنعم التي أسبغها الله عليه حق الرعاية ، وصرفها في طرقها

الصحيحة ، ضرورة حتمية ليعيش الفرد بأمان صحي ، ويكون عضواً نافعاً لنفسه وفعالاً في مجتمعه . ولن يكون كذلك إلا إذا تمتع بالصحة الجيدة في جميع النواحي ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير) " رواه مسلم ، ج ٤ / ص ٢٠٥٢ " ، والمقصود المؤمن الذي يتمتع بصحة عالية في جميع نواحي شخصيته ، وإن هذه المزية التي ينبغي توفرها في الفرد المسلم تعتمد على صحته أولاً وآخراً . ومما يؤكد على أهمية التربية الصحية للفرد في هذا العصر ، زيادة المشاكل الصحية المتجددة التي يتعرض لها معظم أفراد المجتمع في عصر الماديات والمغريات ، فقد تنوعت المطاعم والمشارب وزاد الاعتماد على المواد الحافظة والملونة في طعامنا اليومي ، والتي لها الأثر السيئ على الصحة ، ومن جراء الإفراط في تناول الأطعمة ، والأشربة ، والتوسع فيهما ، فقد لجأ الإنسان إلى تناول بعض المواد الضارة بالجسم وربما القاتلة ، مثل الدخان ، والمسكرات ، والمخدرات . لذلك يجب علينا جميعاً ، أفراداً ، وجماعات ، التحذير من بداية طريق الهلاك ألا وهي السيجارة ، فالخطر كبير وقد عم وطم وانتشر في جميع أنحاء المعمورة . ويؤكد ذلك عرفة (١٤١٩:١٤٥) الذي يرى أن " التدخين عم الكرة الأرضية بشكل لم يسبق له مثيل ولم تسلم منه قرية مهما نأت أو شارع مهما بعد ، وأصبح واضحاً أن التدخين جائحة تهدد الصحة البشرية " .

وقد يكون التدخين هو بداية الطريق للدخول إلى عالم الخمر والمخدرات ، وهذه هي الطامة ، وقد سمى الرسول صلى الله عليه وسلم الخمر بأُم الخبائث ، فقد ورد في الحديث الشريف أن " الخمر أم الفواحش وأكبر الكبائر . ومن شرب الخمر ترك الصلاة ، ووقع على أمه وخالته وعمته " رواه الطبراني .

وقد ثبت علمياً أن التدخين من المهلكات ، و أنه أحد الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الوفاة المبكرة - والأعمار بيد الله - كما أوردت التقارير العلمية من المؤسسات ذات الصلة ومن ضمنها تقرير اللجنة الخيرية لتوعية الشباب بأضرار التدخين (١٤١٣:٣٩) .

وذكر البار (١٩٨٨:١١) أن " العدد الإجمالي للوفيات الناتجة عن الخمر والتدخين سنوياً في الولايات المتحدة ربع مليون شخص " .

إنه لمن الواجب على المؤسسات التربوية إعداد برامج للأطفال والطلاب تشرح لهم الأضرار التي يحدثها التدخين في صحتهم وفي صحة آبائهم وأمهاتهم ، وكذلك إعداد البرامج لمن هم أكبر سناً ، وهكذا .

إن التربية الصحية ضرورية لحماية مجتمعاتنا من كثير من الأمراض العصرية مثل أمراض التهاب الكبد الوبائي ، والزهري ، وأمراض السرطان ، والإيدز والذي يعتبر أهمها وأخطرها على الإطلاق وقد أشار البار (١٩٨٦: ١٦٦) إلى أن " مرض نقص المناعة المكتسب - الإيدز - سبب من الرعب ما لم يسببه أي مرض آخر منذ قرن من الزمان ، ولم يعرف هذا المرض إلا في عام ١٩٨١م في مدينة سان فرانسيسكو " .

لقد بات من الضروري غرس أساسيات التربية الصحية من خلال المنهج المدرسي بجميع عناصره وذلك لتعليمها للناشئة الطلاب على اختلاف أعمارهم و مراحلهم التعليمية . وتعود أهمية التربية الصحية للطلاب بالذات إلى أنها السبيل الأمثل لرفع مستوى الوعي الصحي للمجتمع ، وبالتالي تجنبهم - بحول الله وقوته - الأمراض ومسبباتها ووقايتهم من كثير منها ، وهذا يتطلب معلومات وسلوكيات معينة يتبعها أفراد المجتمع .

ولأن طلبة المدارس يشكلون نسبة كبيرة في معظم المجتمعات ، فإنه يمكن توعية المجتمع وتنقيفه صحياً عن طريق المدارس ، فتعليم الطلبة لا يؤدي إلى التغيير في سلوك الطلبة أنفسهم فحسب ، بل يؤدي ذلك إلى انتقال أثر تعلمهم إلى أسرهم وبيئاتهم .

والمدرسة هي المكان الطبيعي لأبناء المجتمع ، فهي تستقبلهم منذ الصغر ، ويقضون فيها سنوات عديدة ، ولذا فإن توفير البيئة الصحية السليمة ، وتزويدهم بالمعارف والاتجاهات السليمة أمر ضروري للحفاظ على صحتهم وأبدانهم ، وإعدادهم الإعداد المناسب لتحمل مشاق الحياة .

ويرى الفراء (١٩٨٣: ١٣١) أن " العلاقة القائمة بين الصحة والتربية علاقة قوية وحتمية وممتدة ومتواصلة ، فهناك ارتباطاً كبيراً بين الصحة والتعليم ، حيث يؤثر كل منهما في الآخر " .

ولأن العلاقة قوية بين الصحة والتربية ، فإنه ينبغي وجود مكان بارز للتربية الصحية في مناهجنا ، وأن يبرز دور المدرسة في ذلك ، باعتبارها أحد أهم المؤسسات التربوية التي تسعى جاهدة إلى تحقيق أهداف السياسة التعليمية في المملكة وبخاصة ما يتعلق بالجانب الصحي في حياة الطالب ، وقد ورد ذلك في الفقرتين رقم (٥١) ورقم (٥٢) من سياسة التعليم في المملكة ، والتي نشرتها وزارة المعارف (١٣٩٠: ١٠) واللذان تتصان على مايلي :

" تعويد الطلاب العادات الصحية السليمة ، ونشر الوعي الصحي ، وإكساب الطلاب المهارات الحركية التي تستند إلى القواعد الرياضية والصحية لبناء الجسم السليم ، حتى يؤدي الفرد واجباته في خدمة دينه ومجتمعه بقوة وثبات " .

وإذا كانت القاعدة الأساسية في عملية التربية الصحية والتثقيف الصحي كما يراها السباعي (١٤١٦: ٩) هي " مساعدة الناس على تحسين سلوكهم بما يحفظ صحتهم " ، فإن أولى الناس وأحقهم بتعلم هذه القاعدة والاستفادة منها هم طلبة المدارس ، ففيها تتكون وتتشكل شخصية الفرد ، وبالتالي يمكن تكوين وتعديل سلوك الفرد المرتبط بالنواحي الصحية .

وقد أوضح الفرا (١٩٨٣: ١٣١) أن " الاتجاهات المستحدثة في التربية الصحية تركز على المرحلتين الإعدادية والثانوية ، لحساسية هاتين المرحلتين ، ولتعدد المشاكل التي تواجه المتعلمين فيهما " .

ومن الملاحظ أن المرحلة المتوسطة هي حلقة الوصل بين مرحلتين تعليميتين في غاية الأهمية في العملية التربوية ، وهما مرحلة التعليم الابتدائي التي تسبقها ، ومرحلة التعليم الثانوي التي تليها . وفي هذه المرحلة يحدث تغيرات جوهرية على المتعلم في جميع النواحي ، الجسمية ، والعقلية ، والانفعالية ، والاجتماعية ، وغيرها ، ولذلك يجب الاهتمام باختيار المناهج والمقررات الدراسية على أسس علمية ، وتوفير الخدمات التربوية المناسبة ، والتي تلبي حاجات ومطالب النمو لدى طلاب هذه المرحلة الذين يمرون بهذه المرحلة العمرية الحرجة والتركيز بخاصة على ما يتعلق منها بالصحة ومجالاتها المتعددة .

الفصل الأول

تحديد المشكلة وأهميتها

الإحساس بالمشكلة :

إن صحة الفرد في المجتمع والمحافظة عليها طوال الحياة ، من المطالب الأساسية التي تسعى التربية للوصول إليها في كل زمان ومكان .

ولقد تضاعفت المسؤولية في هذا العصر الذي يتميز بالتغير العلمي السريع والانفجار المعرفي الكبير في جميع مجالات المعرفة الإنسانية ، فالمسؤولية قد تضاعفت على مؤسساتنا التربوية - وخاصة مدارس التعليم العام - وذلك في الارتقاء بالنواحي الصحية ، وإبراز دور التربية والتعليم في مجال التوعية والتثقيف الصحي لطلاب المدارس بصفة خاصة ، ولبقية أفراد المجتمع على وجه العموم .

لقد حرص المهتمون بشئون التربية والتعليم على تضمين مناهج ومقررات العلوم في جميع المراحل التعليمية بعض مبادئ التربية الصحية والتثقيف الصحي للطلاب من أجل إكساب الطالب بعض المعلومات والسلوكيات الصحية التي تجعله يعيش بأمان صحي ، في مجتمع سليم وخال من المعوقات ، وبخاصة الصحية منها .

ومن خلال خبرة الباحث وتدريسه لمادة العلوم لعدة سنوات ، لاحظ قصوراً في إكساب مادة العلوم للطلاب للعديد من المعلومات ، والسلوكيات الصحية ، وبالتالي يكون التغيير في سلوك الطالب الصحي قليل جداً سواء داخل المدرسة أو خارجها ، ويؤكد ذلك دراسة المركز العربي للبحوث التربوية (١٩٨٣ : ١٥) والتي أفادت " أن هناك من يرى أن التربية الصحية لم تنل الاهتمام الكافي كغيرها من المواد والمواضيع الأخرى " .

ولما كانت مقررات مادة العلوم من أهم عناصر المنهج التي من خلالها تتحقق أهداف التربية الصحية ، لذلك يبرز السؤال عن مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة للبنين على أساسيات التربية الصحية .

وسوف نقوم في هذه الدراسة - بحول الله وقوته - بمحاولة التعرف على مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة للبنين على أساسيات التربية الصحية ، باعتبارها مرحلة انتقالية يحتاج فيها المتعلم إلى مستوى عال من الصحة ، بدنياً ، نفسياً ، واجتماعياً ، وانفعالياً ، وهذا يتطلب تربية صحية على أسس علمية ، ليكون الفرد عضواً صالحاً يؤدي دوره المطلوب

منه في هذه الحياة على الوجه المطلوب ، وفي ذلك العون والمساعدة للفرد على تحمل المهمة الكبرى التي كلفه بها خالقه ، واختارها له ، وهي الاستخلاف في الأرض ، قال تعالى : { وإذ قال ربك للملائكة إني جاعل في الأرض خليفة } سورة البقرة (٣٠) .

مشكلة الدراسة :

إن موضوع التربية الصحية والتثقيف الصحي من أهم المواضيع التي يجب على وزارة المعارف الاهتمام بها، وذلك إسهاماً منها - إضافة إلى الإسهامات الجليلة التي تقدمها - في رفع المستوى الصحي لطلاب مدارس التعليم العام على اختلاف مراحلها ، وذلك بالتعاون مع وزارة الصحة ، وجميع الجهات المعنية بهذا الأمر ، والسير جنباً إلى جنب للوصول إلى مجتمع صحي سليم ، يواكب ما وصلت إليه البشرية ، في هذا العصر من تقدم ورقي . ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلين التاليين :

- ١- ما أساسيات التربية الصحية الملائمة لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين ، والتي يجب أن تتضمنها كتب العلوم ؟
- ٢- ما مدى توفر أساسيات التربية الصحية في كتب العلوم المقررة لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين ؟

أهمية الدراسة :

تبرز أهمية هذه الدراسة في الأمور التالية :

- ١- قد تسهم هذه الدراسة في مساعدة واضعي المناهج والمقررات الدراسية في تحديد الاستراتيجيات والأطر المناسبة لتطوير مناهج ومقررات العلوم وخاصة ما يتعلق بالجوانب الصحية والتثقيف الصحي .
- ٢- يمكن لهذه الدراسة أن توضح نقاط القوة والضعف في كتب العلوم المقررة فيما يتعلق بتناولها لجوانب التربية الصحية ، وبالتالي تطوير تلك المقررات ، وتضمينها المعلومات الصحية المناسبة لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين .
- ٣- مساعدة معلمي العلوم وتوعيتهم بأهم الجوانب الصحية التي تهتم الطلاب في المرحلة المتوسطة ، وبالتالي العمل على نقلها للطلاب ، وتحويلها إلى سلوك صحي واقع وملمس يتمثله الطلاب داخل المدرسة وخارجها .

أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي :

- ١- التعرف على أساسيات التربية الصحية ، والملائمة لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين ، والتي يجب أن تتضمنها كتب العلوم .
- ٢- التعرف على مدى توفر أساسيات التربية الصحية في كتب العلوم المقررة للمرحلة المتوسطة للبنين .
- ٣- تقديم بعض المقترحات المتعلقة بتدريس التربية الصحية في المرحلة المتوسطة للبنين .

محدود الدراسة :

أ- الحدود الموضوعية :

تقتصر الدراسة على تحليل كتب العلوم المقرر تدريسها لطلاب المرحلة المتوسطة والمقرر تدريسها من قبل وزارة المعارف في المملكة العربية السعودية لعام ١٤٢٢هـ .

ب- الحدود الزمانية :

يبدأ تطبيق هذه الدراسة (بمشيئة الله تعالى) في الفصل الدراسي الأول لعام ١٤٢٢هـ .

مصطلحات الدراسة :

١- الصحة :

ذكر زكي (١٤٠٣ : ٢٣) تعريف هيئة الصحة العالمية التالي : " هي حالة كون الفرد سليماً من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية ، وليس مجرد خلوه من المرض والعاهة " . ويعرفها الباحث بأنها حالة الفرد التي يشعر فيها بالاستقرار النفسي والجسدي والعقلي والاجتماعي ، وقدرته على التكيف مع من حوله ، بالإضافة إلى خلوه من المرض .

٢- التربية :

يعرف فرج (١٤١٩هـ : ٣) التربية بأنها : " إعداد الفرد إعداداً صالحاً للحياة الاجتماعية ، من جميع نواحي الشخصية ، العقائدية ، والعبادية ، والعقلية ، والاجتماعية ، والنفسية ، والجسمية " .

ويعرفها ناصر (١٤١٢ : ٣٢) بأنها : " التنشئة والتتمية ، أي تنمية النشء من

النواحي الجسمية والعقلية والسلوكية ، حتى يمكنه العيش والتكيف مع حياة من حوله " .

ويرى الباحث أن التربية هي العملية التي تعمل على إكساب الفرد المعلومات والمهارات والاتجاهات والقيم ، سواء من داخل المدرسة أو من خارجها وذلك من أجل إعداد الفرد ليكون صالحاً لنفسه ، وعضواً فاعلاً في مجتمعه .

٣- التربية الصحية :

يعرف جاد الله (١٩٨٢ : ٤٤٦) التربية الصحية بأنها " عملية ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع ، وذلك باستعمال الأساليب التربوية الحديثة " .

ويعرفها الباحث بأنها هي العملية التي يتم فيها استخدام مجالات التربية الصحية في توعية وتنقيف وتعليم الطلاب ، وكذلك أفراد المجتمع ، عن طريق تزويدهم بالمعلومات والسلوكيات الصحية التي تساعد على العيش في مجتمعاتهم بأمان صحي على مدى الحياة .

٤- المرحلة المتوسطة :

عرف مختار (١٤١٥ : ١٩) المرحلة المتوسطة بأنها " المرحلة الدراسية في السلم التعليمي في المملكة العربية السعودية التي تقع بين المرحلة الابتدائية والمرحلة الثانوية ، ومدتها ثلاث سنوات " .

ويعرفها الباحث بأنها المرحلة الثانية من مراحل التعليم العام والتي تستقبل الطالب في المرحلة العمرية ما بين ١٢ إلى ١٥ سنة ، فتتعده بالرعاية من جميع نواحي الشخصية ، ومدتها ثلاث سنوات .

٥- كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة :

هي تلك الكتب التي أقرتها وزارة المعارف على طلاب المرحلة المتوسطة وهي عبارة عن ثلاث مقررات كالتالي :

- كتاب الصف الأول متوسط طبعة ١٤٢١هـ ، كتاب الصف الثاني متوسط ١٤٢١هـ .

- كتاب الصف الثالث المتوسط ١٤٢١هـ .

الفصل الثاني
الإطار النظري
والدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً : الدراسات السابقة :

نظراً لأهمية التربية الصحية ، ودورها الكبير في رفع المستوى الصحي لكافة أفراد المجتمع ، فقد لاحظ الباحث أن هناك اهتماماً بموضوع التربية الصحية من قبل العديد من الباحثين العرب ، حيث تتوفر الكثير من الدراسات العربية التي تناولت بعض جوانب التربية الصحية ونذكر منها في دراستنا الحالية الدراسات التالية :

١- دراسة خالد البراك (١٤١٩هـ) :

مخبر الدراسة :

(التربية الصحية في كتب الأحياء بالمرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية) .

أهداف الدراسة :

- التعرف على جوانب التربية الصحية الضرورية والملائمة للطلاب في المرحلة الثانوية .
- التعرف على جوانب التربية الصحية التي تتضمنها كتب الأحياء في المرحلة الثانوية .
- المقارنة بين كتب الأحياء في المرحلة الثانوية في تناولها لجوانب التربية الصحية .
- الوصول إلى التوصيات الإجرائية اللازمة لتحسين مستوى كتب الأحياء للمرحلة الثانوية فيما يتعلق بجوانب التربية الصحية .

نتائج الدراسة :

- عدم وجود توازن في توزيع جوانب التربية الصحية في محتوى كتاب الأحياء للصف الأول الثانوي ، وقد كانت صحة البيئة أكثر جوانب التربية الصحية التي تناولها الكتاب .
- أن هناك قصوراً في محتوى كتب علم الأحياء بالمرحلة الثانوية في الجوانب الصحية اللازمة لتلاميذ المرحلة الثانوية والتي يحتاجون إليها أكثر من غيرها .

- خلت كتب الأحياء تماماً من الكثير من الموضوعات الصحية الهامة مثل الكحوليات وأضرارها الطبية .
- خلت الكتب من الإشارة إلى التعامل السليم مع الخدمات الصحية المتاحة .

ملاحظة هذه الدراسة بالدراسة الحالية :

تتفق هذه الدراسة مع الدراسة الحالية أن كلاً من الدراستين تبحثان في موضوع التربية الصحية ، وأن كل من الدراستين كانت في مجال العلوم الطبيعية، وعلى مراحل التعليم العام. ويتضح من الدراسة السابقة اختلافها عن الدراسة الحالية في الهدف حيث تهدف الدراسة السابقة إلى معرفة جوانب التربية الصحية التي تناولتها كتب الأحياء بالمرحلة الثانوية ، بينما تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مدى توفر المعلومات الخاصة بالتربية الصحية مقررات العلوم بالمرحلة المتوسطة .

ويؤكد الباحث على أهمية الدراسة السابقة التي أوضحت لنا الكثير من الجوانب الصحية التي تتعلق بدراستنا بالإضافة إلى اعتمادها على تحليل المحتوي والذي سوف نقوم به في دراستنا هذه بحول الله وقوته .

٢- دراسة المركز العربي للبحوث التربوية (١) ١٩٨١ م :

وهي دراسة مسحية مقارنة حول واقع التربية الصحية في مناهج المرحلة الابتدائية في دول الخليج العربي في جميع المواد الدراسية .

أهداف الدراسة :

- التعرف على واقع التربية الصحية في مناهج المرحلة الابتدائية في دول الخليج العربي في جميع المواد الدراسية .
- إجراء مقارنة في مجال التربية الصحية بين المواد الدراسية من جهة وبين الدول المعنية من جهة أخرى .
- التوصل إلى بعض المؤشرات لتطوير التربية الصحية وتوحيد مساراتها في مناهج الدول الأعضاء .

نتائج الدراسة :

- حظيت التربية الصحية باهتمام واضح في مناهج أغلب المواد الدراسية في جميع الدول الأعضاء .
- إن أغلب ما ورد في المعيار المعتمد وارد في مناهج الدول الأعضاء .
- وردت زيادات عما هو موجود في المعيار في مناهج بعض المواد الدراسية للدول الأعضاء .
- ظهر تبني مبدأ التكامل بين المواد الدراسية ، وهو اتجاه تربوي حديث سليم، وواضح في مناهج الدول الأعضاء .
- الالتقاء وارد في كثير من الفقرات الصحية في مناهج الدول الأعضاء مما يسهل توحيد برنامج التنقيف الصحي فيما بينها مستقبلاً .
- برزت أمور التنقيف الصحي في محتوى الكتب والأنشطة أكثر من بروزها في أهداف تدريس المواد .
- إن ما ورد في المعيار من فقرات على أنها تخص صفاً من الصفوف في مادة دراسية ظهر بشكل أو بآخر في فقرات مناهج صفوف أخرى في نفس المادة أو مناهج مواد دراسية أخرى .

خلاصة الدراسة السابقة بالدراسة الحالية :

ومن نتائج الدراسة السابقة يتضح لنا مدى أهمية التربية الصحية ، وضرورة إدماجها في مناهجنا الدراسية على وجه العموم ، وفي مناهج العلوم بوجه خاص . وقد لاحظنا بروز أمور الثقافة الصحية في محتوى كتب بعض المواد التي يعتقد البعض أنها بعيدة كل البعد عن المجال الصحي ، مثل الرياضيات ، واللغة العربية ، وغيرها ، حيث يمكن غرس بعض القيم والمبادئ والعادات الصحية ، وبعض السلوكيات الصحية الحميدة من جميع المعلمين في المدارس على اختلاف تخصصاتهم ، وفي ذلك مساندة كبيرة لمادة العلوم في القيام بدورها المهم تجاه التربية الصحية ، باعتبارها المادة الأولى في العناية بهذا الجانب ،

وفي ذلك أيضاً العون لمعلمي العلوم الذين يحتاجون إلى تكاثف الجهود للارتقاء بالمستوى الصحي لجميع الطلاب .

٣- دراسة المركز العربي للبحوث التربوية (٢) ١٩٨١م :

وهي دراسة مسحية مقارنة حول واقع التربية الصحية في مناهج المواد الدراسية المختلفة بالمرحلة المتوسطة لدول الخليج العربي .

المدونة من الدراسة :

- التعرف على واقع التربية الصحية في مناهج المرحلة المتوسطة في الدول العربية المختلفة لجميع المواد الدراسية .
- إجراء مقارنة في مجال التربية الصحية بين المواد الدراسية من جهة ، وبين الدول المعنية من جهة أخرى .
- التوصل إلى بعض المؤشرات لتطوير التربية الصحية وتوحيد مساراتها في مناهج الدول الأعضاء .

نتائج الدراسة :

- لم تقتصر التربية الصحية على مادة العلوم وحدها ، وهي المادة ذات العلاقة المباشرة بالتربية الصحية ، فقد أعطت مناهج المواد الدراسية الأخرى عناية واضحة بها ، وهذا ما يؤكد الاهتمام بمبدأ التكامل بين المواد الدراسية من ناحية ، والارتباط الوثيق بين الجانب الصحي والجانب التربوي بشكل عام في تعديل سلوك الطالب من ناحية أخرى .
- ذكرت أهداف تتعلق بالتربية الصحية في مناهج أربع مواد دراسية في الدول الأعضاء وهي العلوم والتربية الرياضية والتربية الدينية والتربية الأسرية ولم تظهر في بقية المواد الدراسية .
- برزت التربية الصحية في مقررات أربع مواد دراسية بشكل واضح وهي العلوم والتربية الرياضية والتربية الأسرية والتربية الدينية .

- في مجال محتوى الكتب الدراسية فقد تميزت مادة العلوم والاجتماعيات واللغة العربية واللغة الإنجليزية والتربية الإسلامية باستيفاء معظم مجالات التربية .

علاقة الدراسة السابقة بالدراسة الحالية :

ويتضح من الدراسة السابقة اختلافها عن الدراسة الحالية في الهدف حيث تهدف الدراسة السابقة إلى معرفة جوانب التربية الصحية التي تناولتها جميع مقررات مناهج المواد الدراسية للمرحلة المتوسطة في جميع الدول الأعضاء ، أما الدراسة الحالية فسوف تتناول التعرف على مدى توافر التربية الصحية في مقررات العلوم بالمرحلة المتوسطة .

ويؤكد الباحث على أهمية الدراسة السابقة التي أوضحت لنا الكثير من الجوانب الصحية التي تتعلق بدراستنا بعد القيام بدراسة مسحية لجميع مقررات مناهج المواد المختلفة لجميع دول الخليج العربي وملاحظة مدى اهتمام تلك المقررات بمواضيع التربية الصحية .

٤ - دراسة سعاد محمد مغربي (١٩٩٠ م) :

عنوان الدراسة :

(آراء حول مقرر التربية الصحية لطلاب كلية التربية وبعض المقترحات حول تحسين تدريسه) .

أهداف الدراسة :

- التعرف على آراء عينة من طلاب وطالبات الفرقة الرابعة بكليات التربية بالمنيا وأسيوط وسوهاج وقنا وذلك حول مقرر التربية الصحية وبعض المقترحات حول تحسين تدريسه .
- التعرف على آراء مجموعة من أعضاء هيئة التدريس بكليتي التربية والطب حول مقررات التربية الصحية وإبداء بعض المقترحات والآراء حول تحسين تدريسه .
- التعرف على الموضوعات التي يجب أن يتضمنها مقرر التربية الصحية الذي يدرس لكليات التربية .

نتائج الدراسة :

بعد أخذ آراء أعضاء هيئة التدريس المشاركين في هذه الدراسة ، وذلك حول الموضوعات التي يجب تضمينها في مقرر التربية الصحية لطلاب وطالبات كلية التربية تبين اتفاق مجموعتي البحث على تضمن جميع المجالات والموضوعات المقترحة وإن اختلف ترتيب الموافقة على هذه المجالات كما يتضح فيما يلي :

- جاء مجال الآثار المترتبة على تعاطي الكحوليات والمواد المخدرة والمنشطة في الترتيب الأول في مجموعة البحث من الطلاب بنسبة موافقة ٨٤,٣٥ % ، بينما جاء في الترتيب الثامن بالنسبة لمجموعة أعضاء هيئة التدريس بنسبة موافقة ٨١,٧٧ %.
- جاء مجال الأمان والسلامة والإسعافات الأولية في الترتيب الثاني بالنسب لمجموعة البحث من الطلاب بنسبة موافقة ٨٣,٨٥ % ، بينما جاء في الترتيب الخامس بالنسبة لمجموعة أعضاء هيئة التدريس بنسبة ٨٦,٣٦ % .

ملحظة هذه الدراسة بالدراسة الحالية :

وقد اتضح من الدراسة السابقة أن هناك اختلافاً واضحاً بين الطلبة وأعضاء هيئة التدريس في نظرهم لمجالات التربية الصحية من حيث الأولوية ، حيث جاء مجال الآثار المترتبة على تعاطي الكحوليات والمخدرات في الترتيب الأول لمجموعة البحث من الطلاب ، بينما جاء مجال الوقاية من الأمراض في الترتيب الأول لمجموعة أعضاء هيئة التدريس ، ولا شك أن الدراسة الحالية ستوضح لنا بعض جوانب التربية الصحية في مقررات العلوم في المرحلة المتوسطة التي أقرتها وزارة المعارف بالمملكة.

٥- دراسة حسين بعاره وسليمان الفريجات (١٩٩٦م) :

عنوان الدراسة :

(مدى ملائمة كتاب العلوم للصف السادس الأساسي لتحقيق أهداف التربية البيئية من وجهة نظر معلمي العلوم في جنوب الأردن) .

هدف الدراسة :

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد مدى ملائمة كتاب العلوم للصف السادس الأساسي

لاحتواء أهداف التربية البيئية الموجودة في مناهج العلوم من وجهة نظر معلمي العلوم في المدارس الحكومية التابعة لمديريات التربية والتعليم في محافظات جنوب الأردن .

نتائج الدراسة :

- أظهرت نتائج الدراسة أن المحتوى العلمي لكتاب العلوم للصف السادس الأساسي ملائمة لتحقيق ما نسبته ٨٣,٤٠٪ من مجموعة أهداف التربية البيئية الموجودة في مناهج العلوم .
- وأظهرت أن أساليب التدريس والتقويم بعضها مناسب بدرجة عالية وبعضها متوسطة وبعضها ضعيفة وذلك بشأن تحقيق أهداف التربية البيئية .

خلاصة هذه الدراسة بالدراسة الحالية :

كلتا الدراستين في مجال العلوم ، وفي موضوع التربية الصحية على اعتبار أن التربية البيئية جزء من التربية الصحية . فالتربية البيئية تعتبر باباً واسعاً يجب الاهتمام به ، مثل المواضيع المتعلقة بالتلوث وأنواعه ، والمسببات له ، وما هي الطرق العلمية والصحيحة للتعامل مع هذه المشكلة التي تهدد جميع دول العالم دون استثناء .

ويتضح من الدراسة السابقة اهتمام مقررات العلوم للصف السادس الأساسي بالتربية البيئية حيث حقق نسبة مئوية ٨٣,٤٠٪ ، وهي ظاهرة صحية حيث أن التربية البيئية من أهم جوانب التربية الصحية التي يجب تعليمها للناشئة في جميع مراحل التعليم .

إننا في عصر أسرف فيه الإنسان على البيئة ، فقد أثر على حيواناتها بالصيد الجائر والغير منظم ، فانقرض بعضها ، وأصبح البعض الآخر مهدداً بالانقراض ، وأثر على مصادر الماء ، والغذاء ، فسبب تلوثاً كبيراً عانت منه جميع الكائنات الحية ، وفي مقدمتها الإنسان نفسه .

٦- دراسة محمد الله بن محمد الرحمن الفنتوخ (١٤١٩هـ) :

مخوان الدراسة :

(مدى فاعلية أداء إدارة المدرسة في تحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الثانوية الحكومية في مدينة الرياض) .

أهداف الدراسة :

- التعرف على مدى فاعلية أداء إدارة المدرسة الثانوية في تحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الثانوية .
- التعرف على وجهات نظر المشرفين ومديري المدارس تجاه فاعلية أداء إدارة المدرسة في تحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الثانوية .
- التعرف على المعوقات التي تحول دون قيام إدارة المدرسة الثانوية بتحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الثانوية .

نتائج الدراسة :

- أن فاعلية أداء إدارة المدرسة تجاه تحقيق أهداف التربية الصحية كان بمستوى متوسط .
- أن أقل المحاور فاعلية من قبل إدارات المدارس هو التنقيف الصحي ، حيث بلغ المتوسط الحسابي ٢,٣٧ من أصل ٥ درجات .
- أن قلة الدورات التدريبية للعاملين في المدرسة كانت أبرز المعوقات التي أجمع عليها أفراد الدراسة بنسبة ٩٤,٣ % .

خلاصة الدراسة بالدراسة الحالية :

تتفق هذه الدراسة الحالية في أن كلا من الدراستين أجريت في مجال التربية الصحية . وقد اتضح من الدراسة السابقة أن هناك قصوراً - بدرجة متوسطة - من قبل إدارة المدرسة تجاه تحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الثانوية ، حيث أن الاهتمام بالتنقيف الصحي لم يكن بالصورة المطلوبة ، بالإضافة إلى قلة خبرة المعلمين الذين لا يتلقون الدورات التدريبية اللازمة التي تمكنهم من العمل على نشر الوعي الصحي وبالتالي المساهمة في تحقيق المدرسة لأهداف التربية الصحية .

٧-دراسة سامية محباس عبودة (١٤٠٨هـ) :

مخبران الدراسة :

(وظيفة المدرسة في رفع المستوى الصحي لطالبات المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة) .

نتائج الدراسة :

- غالبية المدارس لا تهتم بعرض الأفلام الصحية والنشرات الصحية في المدرسة .
- انعدام أنشطة الخدمات العامة (مثل الندوات الصحية) في معظم المدارس .
- ضالة دور المعلمة في رفع المستوى الصحي للطالبات .
- عدم توافر الملصقات والإرشادات الصحية في ممرات المدارس .

ملاقة الدراسة بالدراسة الحالية :

تتفق الدراستان في أن كل منهما تبحث في مجال التربية الصحية ، فالدراسة السابقة تركز على دور المدرسة في رفع المستوى الصحي للطالبات ، وهذه الدراسة تركز على دور المدرسة أيضاً ، وذلك من خلال أحد أهم عناصر المنهج المدرسي وهو الكتاب المقرر . ومن النتائج السابقة يتضح القصور من قبل معلمات المرحلة الثانوية في المساهمة في رفع المستوى الصحي للطالبات ، وعدم مساهمة المدرسة في وضع الملصقات أو إقامة الندوات التي تزيد من وعي الطالبات بجوانب التربية الصحية .

٨- دراسة خليل محمد الله الحديري (١٤١٧هـ) :

مخوان الدراسة :

(التربية الوقائية في الإسلام ومدى استفادة المدرسة الثانوية منها .)

هدف الدراسة :

التعرف على مصادر وأساليب التربية الوقائية في الإسلام ومدى استفادة المدرسة الثانوية منها .

نتائج الدراسة :

- أكدت الدراسة على حاجة الأمة في كل مؤسساتها على العموم ، ومؤسساتها التربوية بوجه خاص إلى العمل بمبدأ الدفع أسهل من الرفع ، والوقاية خير من العلاج ، وأن التركيز على التربية الوقائية أجدى من التربية العلاجية .

- إن الأزمات التي حلت بالأمة الإسلامية في كل ميدان سببه إهمال جانب الوقاية ، ثم تبدأ مرحلة البحث عن العلاج والذي يكلف من المال والجهد والوقت أضعاف ما كان يمكن أن يكلفه الجانب الوقائي .
- أن الميدان التربوي لا يمكن أن يستقل بالتربية وتقف سائر الوسائط الآخر كالبيت والمسجد ووسائل الإعلام وغيرها موقف المتفرج .

ملاقة الدراسة بالدراسة الحالية :

كلاهما يناقش موضوع التربية الصحية ، على اعتبار أن التربية الوقائية والتربية العلاجية يسيران جنباً إلى جنب ، ويكملان بعضهما البعض وهما أساس التربية الصحية . ونلاحظ أن الباحث لم يتطرق للمرحلة الثانوية عند مناقشة نتائجه مع أنه وضعها ضمن العنوان الرئيسي للرسالة ، فقد اهتم بالتربية الوقائية في الإسلام ، ووضع بعض المقترحات العامة والتوصيات دون تخصيص المدرسة الثانوية بتوصيات خاصة بها .

٩- دراسة محمد العزيز محمد الله العثمان (١٤١٨هـ) :

مخوان الدراسة :

(التربية الصحية في كتب العلوم بالمرحلة الابتدائية في المملكة)

هدف الدراسة :

التعرف على مدى معالجة كتب العلوم بالصفوف الثلاثة العليا بالمرحلة الابتدائية لمضامين التربية الصحية .

نتائج الدراسة :

- أن نسب توزيع جوانب التربية الصحية في محتوى كتاب العلوم للصف الرابع يفتقر إلى التوازن .
- أن موضوع جسم الإنسان كان أكثر جوانب التربية الصحية التي تناولها كتاب العلوم للصف الخامس الابتدائي .

- أن جانب السلامة والوقاية من الحوادث كان أكثر جوانب التربية الصحية التي تناولها كتاب الصف السادس الابتدائي .

علاقة الدراسة بالدراسة الحالية :

كلتا الدراستين تبحثان في مجال التربية الصحية ، وفي مقرر العلوم ، ويستخدم في الدراستين طريقة تحليل المحتوى . يتضح من الدراسة السابقة أنها قد ركزت على كتب العلوم بالصفوف الثلاثة العليا من المرحلة الابتدائية ، ولو تناولت الصفوف الثلاثة الدنيا أيضاً لكان العمل أفضل وأكمل .

ويؤكد الباحث على أهمية الدراسة السابقة التي أوضحت الكثير من جوانب التربية الصحية التي تناولتها مقررات العلوم بالمراحل الثلاث العليا ، كما أوضحت القصور في تناول كتب العلوم للعديد من الجوانب الصحية المهمة .

١٠- دراسة نصر يوسف مقابلة (١٩٩٤ م) :

مخزون الدراسة :

(العادات غير الصحية لدى الأطفال الأردنيين من وجهة نظر أمهاتهم وعلاقتها ببعض المتغيرات) .

هدف الدراسة :

- التعرف على أبرز العادات الصحية التي يمارسها الأطفال الأردنيون في مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر أمهاتهم .
- ما هي أكثر المتغيرات تأثيراً في درجة ممارسة العادات غير الصحية لدى الأطفال ؟

نتائج الدراسة :

كانت أبرز العادات غير الصحية التي يمارسها الأطفال الأردنيون هي : ترك الفراش بلا ترتيب بعد النوم فيه ، و التفرج على التلفاز من مسافة قريبة ، و استخدام مناشف ومناديل أفراد الأسرة ، وتمشيط الشعر بأمشاط الغير ، و إلقاء النفايات على الأرض خارج المنزل .

خلاصة الدراسة بالدراسة الحالية :

كلتا الدراستين تبحثان في موضوع التربية الصحية ، وقد ركزت الدراسة السابقة على دراسة جانب مهم من جوانب التربية الصحية ، وذلك بدراسة العادات الصحية الغير سليمة لدى الأطفال من وجهة نظر أقرب الناس لهم وهن أمهاتهم اللاتي يلاحظن تلك الممارسات الخاطئة عن قرب ، وذلك بحكم بقاء الطفل مع أمه لوقت كبير يفوق بقاءه مع أي شخص آخر ، وهذا أدعى لإخراج نتائج جيدة والوصول إلى أهم الممارسات والعادات غير الصحية التي يمارسها الأطفال .

مدى استفادة الباحث من الدراسات السابقة :

- يؤكد الباحث على الفائدة الكبيرة التي حصل عليها من جراء الإطلاع على الدراسات السابقة ، ويمكن إيجاز تلك الفوائد في النقاط التالية :
- استفاد الباحث من الدراسات السابقة في التعرف على أهم مجالات التربية الصحية التي ينبغي دراستها ، والتي تناسب الطلاب في المرحلة المتوسطة ، لأن المجالات كثيرة ، ويصعب الإحاطة بها جميعاً في دراسة واحدة .
- استفاد الباحث في التعرف على الأدوات المستخدمة في مثل هذه الدراسة ، والمنهجية التي يمكن اتباعها فيها ، وقد كانت معظم الدراسات تتبع المنهج الوصفي ، والكثير منها اتبعت طريقة تحليل المحتوى الذي رأينا أنه أنسب أساليب البحث العلمي لهذه الدراسة .
- استفاد الباحث في التعرف على العينات المستخدمة في الدراسات السابقة ، ومن ثم تحديد العينة المناسبة للدراسة الحالية والتي تتمثل في الكتب المقرر تدريسها لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين لعام ١٤٢٢هـ .
- استفاد الباحث في التعرف على بعض المعايير في عملية تحليل الكتب وتقويمها ، وقد ساعده ذلك في وضع بطاقة للتحليل تشمل جوانب التربية الصحية ، وتستخدم في عملية تحليل الكتب ، وذلك بعد اعتماد أسلوب تحليل المحتوى .
- استفاد الباحث في التعرف على أهم الجوانب التي كانت مشتركة بين الدراسات والبحوث ، وهذا ساعد في اختيار تلك الجوانب لتكون أساساً في دراستنا لأهميتها ولاهتمام الباحثين بها .

- تمكن الباحث من التعرف على أهم الأساليب الإحصائية التي يستخدمها الباحثون في مجال التربية الصحية ، وفي مجال الدراسات التربوية بوجه عام ، وقد قام الباحث باستخدام التكرارات ، ثم حساب النسب المئوية لتلك التكرارات .

ثانياً : الإطار النظري :

لقد تناولت في الإطار النظري بشيء من التفصيل ما يلي :

- المرحلة المتوسطة .

- التربية الصحية .

- تحليل المحتوى .

١ - المرحلة المتوسطة :

أ - أهمية المرحلة المتوسطة :

تعتبر المرحلة المتوسطة إحدى أهم مراحل التعليم العام بالمملكة العربية السعودية ، لكونها تأتي في مرحلة عمرية مهمة من حياة الطالب ، وربما يتحدد مصير الكثير من الطلاب ومستقبلهم العلمي والعمل من خلالها ، فهي المحك الرئيسي لاستمرارهم في التعليم وبالتالي الانتقال للمرحلة الثانوية ، أو البحث عن مهنة يستطيعوا من خلالها أن يشقوا طريقهم بسهولة في هذه الحياة ليؤمنوا مستقبلهم الوظيفي والمعيشي .

ويرى الشمراني (١٤١٦ : ٣٣) أن " المرحلة المتوسطة مرحلة انتقال وتأسيس في حياة الطالب ، فقد تكون مرحلة نهائية في حياة بعض الطلاب الذين لم تساعدهم ظروفهم على مواصلة التعليم ، وقد تكون مرحلة تأسيسية ثقافية للطلاب الذين سيواصلون دراستهم في المرحلة الثانوية ومن بعدها الجامعية " .

إن المدرسة المتوسطة مرحلة ملاحظة القدرات وكشفها ، ليس فقط من أجل توجيه التلاميذ الذين يتابعون دراستهم في المرحلة الثانوية ، بل وأيضاً من أجل إعداد من تقف بهم ظروفهم عن متابعة الدراسة .

وتأتي أهمية المرحلة المتوسطة نظراً لأن الطالب يستعد في بدايتها لتوديع مرحلة الطفولة

والدخول إلى عالم المراهقة والشباب . وقد بين بدير (د. ت : ٢٥٦) أن " المراهقة ميلاد نفسي جديد حيث ينتقل الطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج والنماء والرجولة عبر مرحلة المراهقة التي تتضمن الأفراد من ١٢-٢٢ سنة " .

والمرحلة المتوسطة مرحلة تعليمية مهمة في حياة الطالب ، فهي مرحلة تعليم عام تحوي العديد من التخصصات ، ويؤكد مصلح (١٩٨٢ : ٧٩) " أن المدرسة المتوسطة يجب أن تكون مرحلة تعليم عام مشترك " ، فالطالب في هذه السن المتقدمة يعطى المعلومات والمعارف من تخصصات مختلفة دون توسع في أي منها .

وبالتالي يمكن اعتبار المرحلة المتوسطة مرحلة ثقافية عامة ، غايتها تربية النشء تربية شاملة لعقيدته ، وعقله ، وجسمه ، وخلقه ، يراعى فيها نموه ، وخصائص الطور الذي يمر به . أي أن المرحلة المتوسطة ينبغي أن تبتعد عن التخصص الثقافي أو المهني ، وهذا يوجب على واضعي المناهج مراعاة هذا الأمر عند تأليف المقررات الدراسية ، ومن ضمنها مقررات العلوم التي يجب أن تكون شاملة لفروع العلوم الطبيعية والتطبيقية ، مثل مبادئ علم الفيزياء ، وعلم الكيمياء ، وعلم الأحياء ، وغيرها من العلوم الأخرى .

ب- مفهوم المرحلة المتوسطة :

تعتبر المرحلة المتوسطة أحد أهم المراحل التعليمية في المملكة العربية السعودية وتلي المرحلة الابتدائية . وقد عرفها مختار (١٤١٥ : ١٩) بأنها : " المرحلة الدراسية في السلم التعليمي في المملكة العربية السعودية ، التي تقع بين المرحلة الابتدائية والمرحلة الثانوية ، ومدتها ثلاث سنوات " .

وعرف عيسى (١٣٩٩ : ٢٩) المرحلة المتوسطة بأنها : " مرحلة المراهقة أو البلوغ العقلي ، والامتداد الطبيعي للمرحلة الابتدائية ، وهي مرحلة ثقافية عامة ، غايتها تربية الناشئ تربية إسلامية شاملة ، لعقيدته ، وعقله ، وجسمه ، يراعى فيها نموه ، وخصائص هذا الطور الذي يمر به " .

وقد ورد في وزارة المعارف (١٤٠٢ : ٤) أن " المرحلة المتوسطة تقع بين مرحلة التعليم الابتدائي التي تسبقه وتؤهلها ، ومرحلة التعليم الثانوي العام والفني بأنواعه المختلفة التي تليه ، ويلتحق بها عدد كبير ممن أتموا التعليم الابتدائي " .

ويعرفها الباحث بأنها المرحلة التعليمية التي تلي المرحلة الابتدائية ، وتستقبل الطلاب من سن ١٣ إلى ١٥ سنة تقريباً ، فنتعهدهم بالرعاية من جميع النواحي على نحو يتفق مع طبيعتهم ، ومع أهداف المجتمع .

ج - مميزات المرحلة المتوسطة :

تعتبر المرحلة المتوسطة مرحلة انتقالية للطالب من الناحية العلمية ، ومن ناحية النمو ، حيث يحدث للفرد فيها تغيرات جوهرية من جميع النواحي الجسمية ، والعقلية ، والانفعالية ، والاجتماعية . وهي حلقة وصل في غاية الأهمية في العملية التعليمية بين مرحلتين التعليم الابتدائي والتعليم الثانوي .

وقد بين الحقيّل (١٤٠٦ : ٤٣) أن المرحلة المتوسطة تتميز بثلاثة أمور :

- ١- أنها تعمل على الوفاء بحاجات الطلاب والطالبات ، بما يتفق وخصائص المراهقة التي يمرون بها .
- ٢- أنها تعطي عناية كبيرة للكشف عن ميول الطلاب والطالبات ، واستعدادهم ، وقدراتهم ، وتقوم بتوجيه هذه الميول ، والقدرات ، والاستعدادات ، لما فيه خير الطلاب والطالبات ، لأن مرحلة المراهقة التي تقابلها المرحلة المتوسطة ، سن تتضح فيه قدراتهم ، واستعداداتهم ، وتنبؤ فيها واتجاهاتهم .
- ٣- أنها تتفوق على المرحلة الابتدائية ، فيما تحقّقه من تنمية مهارات ، ومعرفة أساسية ، فهي تهيئ جيلاً وسطاً في تأهيله وكفايته ، لمساعدته في أخذ مكانه المناسب في المجتمع .

إن المرحلة المتوسطة تستمد أهميتها في كونها تقع بين مرحلتين مهمتين من مراحل التعليم العام ، وفي كونها تتعامل مع مرحلة عمرية حرجية ، وهي بداية عالم المراهقة .

د - أهداف المرحلة المتوسطة :

تحتل المرحلة المتوسطة مكانة كبيرة في السلم التعليمي ، لذلك فقد اهتم المسؤولون في وزارة المعارف بصياغة أهداف هذه المرحلة ، مستنديين في ذلك على الأهداف العامة للسياسة التعليمية في المملكة العربية السعودية .

وقد تمت صياغة أهداف التعليم المتوسط في المملكة (وزارة المعارف : ١٣٩٠ :
٢٠) لتشمل التالي :

- ١- تمكين العقيدة الإسلامية في نفس الطالب وجعلها ضابطة لسلوكه وتصرفاته ،
وتتمية محبة الله وتقواه وخشيته في قلبه .
 - ٢- تزويده بالخبرات والمعارف الملائمة لسنه ، حتى يلم بالأصول العامة والمبادئ الأساسية
للتقافة والعلوم .
 - ٣- تشويقه إلى البحث عن المعرفة ، وتعويده التأمل والتتبع العلمي .
 - ٤- تنمية القدرات العقلية ، والمهارات المختلفة لدى الطالب ، وتعهدها بالتوجيه والتهديب
 - ٥- تربيته على الحياة الاجتماعية الإسلامية التي يسودها الإخاء ، والتعاون ، والتقدير
وتحمل المسؤولية .
 - ٦- تدريبه على خدمة مجتمعه ووطنه ، وتنمية روح النصيح والإخلاص لولاة الأمر .
 - ٧- حفز همته لاستعادة أمجاد أمته المسلمة التي ينتمي إليها ، واستئناف السير في طريق
العزة والمجد .
 - ٨- تعويده الانتفاع بوقته في القراءة المفيدة ، واستثمار فراغه في الأعمال النافعة ،
وتصريف نشاطه بما يجعل شخصيته الإسلامية مزدهرة قوية .
 - ٩- تقوية وعي الطالب ليعرف - بقدر سنه- كيف يواجه الإشاعات المضللة ، والمذاهب
الهدامة ، والمبادئ الدخيلة .
 - ١٠- إعداده لما يلي هذه المرحلة من الحياة .
- وإنه من المفيد حتماً للمعلم أن يطلع على أهداف المرحلة التعليمية التي يدرس بها ،
ويفهمها تماماً ، وفي هذا العون الأكبر له في إفادة طلابه على الوجه المنشود من كل
محتويات المنهج المدرسي للمرحلة التعليمية . وكذلك الحال بالنسبة للمسؤولين عن وضع
المناهج الدراسية وتطويرها ، وذلك من أجل تحقيق الأهداف ، وترجمة الأهداف إلى واقع
سلوكي مفيد للطلاب في حياته العلمية ، والعملية مستقبلاً .

هـ - الأهداف العامة لمادة العلوم بالمرحلة المتوسطة :

تعتبر مادة العلوم من المواد المهمة في المرحلة المتوسطة ، فهي تعطي الطالب مقدمات لكثير من التخصصات العلمية كعلم الكيمياء ، وعلم الفيزياء ، وغيرها من العلوم المهمة في حياتنا ، وخاصة في المجال الصناعي والتقني .

إن تدريس مادة العلوم يجب أن يتجه إلى مسايرة العصر الحديث الذي تنمو فيه العلوم والمعارف والاكتشافات بسرعة مذهلة ، والابتعاد عن المنهج التقليدي الذي يركز على حفظ المعلومات الواردة في الكتاب المقرر ، ومن ثم صبها في ورقة الامتحان في نهاية الفصل الدراسي .

لقد بينت وزارة المعارف (١٤٠٨ : ٤٣) في وثيقة منهج المرحلة المتوسطة للبنين ، أهداف تعليم العلوم في منهج المرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية ، وتنص على النقاط التالية :

- ١- أن يتجه تدريس العلوم في جيلنا الناشئ اتجاهاً سليماً ، قائماً على الإيمان بالله ، وأن تسخر تطبيقاتها وفق أحكام الدين .
- ٢- مشاهدة ما في هذا الكون الفسيح من عظيم الخلق وعجيب الطبيعة ، واكتشاف الاتساق التام وخضوعها لقدرة الله عز وجل .
- ٣- تدريب الطالب على المناقشة البناءة ، والبحث عن الأسباب ، وتمحيص ما يسمع عنه ويراه .
- ٤- الحرص في كل مناسبة على كشف فضل الإسلام ، وفضل تعاليمه وأحكامه .
- ٥- تزويد الطالب بالحقائق والمفاهيم التي تساعد على فهم الظواهر الحديثة ، وعلى إدراك ما تقدمه العلوم من خدمات تيسر حياته ، وتمكنه من الاستفادة منها .
- ٦- تنمية اتجاهات الطالب نحو البحث ، والملاحظة ، والتقيب ، والتجريب ، والمقارنة ، والاستنتاج ، وزيادة قدرة الطالب على تحليل المعلومات والتحقق من صحتها .
- ٧- معرفة البيئة وما سخره الله سبحانه وتعالى فيها ، وفهم ما يكتنفها من ظواهر مهمة ، وكيفية تسخير العلوم في إصلاحها وتطويرها والمحافظة عليها .

٨- تعريف الطالب بالقواعد الصحية ، وتعويده العادات السليمة ، وتثبيتها لديه ، وتعريفه بالدور الذي تؤديه الصحة الجيدة في حياته كإنسان سليم .

والملاحظ أن الوثيقة قد اهتمت بالجانب الصحي ، وهذه خطوة موفقة حيث أن مادة العلوم هي أقرب المواد لتنمية وإبراز هذا الجانب لدى الطلاب ، وهي بالتالي المادة القادرة على تزويد الطالب بالكثير من المعلومات والمعارف الصحية ، ومن ثم تطبيقها في حياته ، وتحويلها إلى واقع عملي ، وسلوك صحي سليم في جميع مراحل حياته المختلفة .

و - خصائص المتعلم في المرحلة المتوسطة :

تعتبر المرحلة المتوسطة (١٣ - ١٥ سنة تقريباً) مرحلة توديع لعالم الطفولة ، ودخول في علم آخر مختلف وهو عالم المراهقة والشباب ، وفي هذا السن يلاحظ زيادة في معدل النمو في جميع النواحي ، وخاصة في النواحي الجسمية ، والعقلية ، والاجتماعية ، والانفعالية ، فهي تمثل أساساً مهماً يستند عليه عند وضع المقررات الدراسية وتطويرها فالمناهج التي يتم وضعها دون دراسة علمية ، ودون الأخذ بصفات المتعلم ، ودون النظر إلى مطالب النمو لديه ، فإنها لن تحقق الأهداف التي نرجوها من تلك المناهج ، وبالتالي سوف يكون تأثيرها سلبياً ، وبالتالي لا تحقق الأهداف التي ننشدها من تلك المناهج .

أولاً - النمو الجسدي والحركي :

يعتبر النمو الجسدي والحركي من أهم جوانب النمو لدى الطالب ، حيث أن له تأثيراً كبيراً على قدرة الطالب على التعلم ، والفهم والاستيعاب ، وبالتالي التأثير في السلوك العام للطالب . ويلاحظ أن التغير في النمو الجسدي يكون سريعاً وواضحاً للعيان في هذه المرحلة العمرية الحرجة ، ولا غرو في ذلك ، فالطالب يستعد في بداية هذه المرحلة لمقابلة عالم المراهقة ، وهو عالم التغيرات في جميع نواحي شخصية الطالب ، وهذه التغيرات تحتاج من الجسم أن يكون نموه بصورة سريعة وقوية ، لتلبية حاجات النمو ومطالبه المتزايدة في بداية مرحلة المراهقة ، ومرحلة الشباب من بعدها .

ويقصد بالنمو الجسدي ، التغيرات الواضحة على الجسم في الأبعاد الخارجية مثل الطول والعرض والوزن ، ونمو العضلات ، والتغير في ملامح الوجه ، والتغير في الصوت وغير ذلك من التغيرات الكثيرة .

وقد ذكر مجاور والديب (١٩٨٧ : ٦٢) " أن النمو الجسمي والعقلي يكون في هذه الفترة بصورة سريعة ، وتظهر علامات الرجولة والأنوثة في كل من الجنسين " .

ومن أجل الوصول بالطلاب إلى التنمية الجسمية والحركية المناسبة لهذه المرحلة يرى الحقيـل (١٤٠٩ : ٩٩) أنه " ينبغي على المدرسة المتوسطة أن توجه حصص الرياضة البدنية توجيهاً سليماً ، بحيث تحقق النمو الجسمي للطلاب ، وبهذا تكون التربية الرياضية في المدارس ، وسيلة لتحقيق النمو الجسمي ، وليست غاية في ذاتها " .

ونعتقد أن النمو الجسمي والحركي لا يعتمد على الرياضة والغذاء فقط ، فالأمر يتعدى ذلك إلى تأثير الوراثة ودورها الكبير في النمو الجسمي والحركي ، فلا نعتد على الأمور الطبيعية المحسوسة من حولنا ، ونهمل دور الوراثة وما تسببه من إعاقة للنمو لدى كثير من الطلاب عن طريق الأمراض الوراثية التي تنتقلها عبر الأجيال المتعاقبة ، أو نقل بعض الصفات التي تؤثر على النمو . ويؤكد بدير (د.ت : ٢٥٦) أن " النمو الجسمي للمراهق يؤثر فيه عاملان ، أحدهما داخلي وهو الوراثة ، والآخر خارجي وهو البيئة ، ولا يمكن فصل أحد العاملين عن الآخر " .

وقد أوجزت وزارة المعارف (١٤١٨ : ٩٠) في دليل المعلم ، أهم مظاهر النمو الجسمي والحركي في المرحلتين المتوسطة والثانوية فيما يلي :

- ١- تستمر معدلات الزيادة في النمو الجسمي بصفة عامة، حيث يزداد كل من الطول والوزن ، و يتحسن المستوى الصحي بصفة عامة ، ويزداد النضج والتحكم في القدرات المختلفة ، ويبلغ النمو الجسمي أقصاه عند الذكور في سن الرابعة عشرة .
- ٢- قد يظهر عدم التناسق بين أجزاء الجسم المختلفة نتيجة طفرة النمو .
- ٣- قد يؤثر مفهوم البدن على الصحة النفسية للطلاب في هذه المرحلة بشكل كبير، مما يجعله يهتم بالألعاب الرياضية ، خاصة تلك التي تجعله صاحب شعبية كبيرة بين أقرانه .
- ٤- قد يحدث إقبال كبير على تناول الطعام بشراهة في هذه المرحلة .
- ٥- يصبح التوافق الحركي في هذه المرحلة أكثر توازناً ، مما يسمح للطلاب بممارسة مختلف ألوان النشاط الرياضي .

إنه من الواجب على المؤسسات التربوية التي تتعامل مع الطالب في هذه المرحلة الحرجة ، أن تعنى عناية كبيرة بجانب النمو الجسمي ، فعليه مدار تعلم الطالب وتفوقه في دراسته ، فلا يمكن لطالب لديه ضعف في النمو الجسمي أن يتعلم بصورة طبيعية ، لأن سلامة العقل وصحته ترتبط ارتباطاً مباشراً بسلامة البدن وصحته ، ونحن نعلم جميعاً أن العقل السليم لا يمكن أن يوجد إلا في الجسم السليم ، وأن النمو العقلي يرتبط طردياً مع النمو الجسمي ، ويتأثر به .

ومن أجل تحقيق النمو الجسمي بصورة إيجابية ، وبطريقة علمية صحيحة ، ذكر الحقييل (١٤٠٩ : ٩٩) أنه يوجد لذلك عدة وسائل ، أهمها ما يلي :

- تتقيد الطلاب بالحقائق الصحية المناسبة عن أجسامهم وكيفية نموها والفروق الفردية بينهم ، فيعرف المراهق مثلاً أن الأجزاء العليا للجسم تنمو في هذه الفترة قبل أن تنمو الأجزاء السفلى ، وأن الأذرع تنمو قبل الأرجل .
- توفير الظروف التي يكتسب من خلالها المراهق العادات والاتجاهات الصحية السليمة ، عن طريق التوجيه الهادف ، والممارسة الفعلية أثناء العمل والنشاط والراحة والمأكول والمشرب والملبس .

إنه من الواجب أن تهتم المناهج الدراسية بدراسة النواحي الجسمية والحركية للمتعلّم ، ليتعرف على طبيعة جسمه في هذه المرحلة العمرية ، ليجد لنفسه تفسيراً للتغيرات التي تحدث على جسمه وكيفية التعامل مع هذه التغيرات السريعة ، وبالتالي المحافظة على جسمه ، والابتعاد عن كل ما يضره ويعرقل نموه ، فالنمو البدني السليم والمثالي يساعد الطالب على اكتساب المعارف ، والاتجاهات الصحية ، وبالتالي السلوكيات الصحية السليمة التي تعينه على تحمل مشاق الحياة المتعددة ، وبخاصة في المجال التعليمي ، وفي ذلك تحقيق للمبدأ الصحي المعروف " العقل السليم في الجسم السليم " .

ثانياً - النمو العقلي :

من الواضح أن آفاق التلاميذ العقلية تتوسع بعد الخروج من عالم الطفولة ، وتزيد لديهم القدرات العقلية ، فتبرز قدرة الطالب اللفظية ، والقدرة الاستنباطية ، وتزداد القدرة على

التحليل، والتركيب ، والتقويم ، وغيرها من مستويات التعلم بعيداً عن مستوى الحفظ والتذكر والتلقين .

ويؤكد زهران (١٩٨٢ : ٣١٠) أنه " في هذه المرحلة تزداد القدرة على التجريد وفهم الرموز أكثر من ذي قبل ، وتتضح في بحث المراهق عن معاني بعض الأشياء وقيمتها وأهميتها ، وتنمو القدرة على التعلم ، والقدرة على اكتساب المهارات والمعلومات ، ويلاحظ أن التعلم يصبح منطقياً لا آلياً ، ويبتعد عن طريقة المحاولة والخطأ " .

ويمكن للنمو العقلي أن يصل إلى مستويات متقدمة في هذه المرحلة ، وبالتالي فإن التركيز من قبل المدرسة المتوسطة على تنمية القدرات العقلية ، من شأنه أن يكسب الطالب القدرة على مواجهة المشاكل في الحياة العلمية ، ومحاولة التوصل إلى الحلول المناسبة لها ، وتذليل الصعوبات التي تواجهه أثناء التعلم ، وفي الحياة العملية فيما لو كانت المرحلة المتوسطة هي المرحلة التعليمية الأخيرة بالنسبة له .

وقد أشار بدير (د.ت : ٢٦٣) إلى أن هذه المرحلة " تشهد الطفرة النهائية في النمو العقلي المعرفي ، فتتميز مرحلة المراهقة بأنها فترة تميز ونضج في القدرات وفي النمو العقلي عموماً ، ومن ثم فإن تعلم المراهق يشمل تزويده بقوة عقلية عظيمة تساعد في نموه المتكامل " .

وقد جاء في دليل المعلم الذي تصدره وزارة المعارف (١٤١٨ : ٩١) أن أهم مظاهر النمو العقلي في هذه المرحلة تتلخص في الآتي :

- ١- يتميز الطلاب في هذه المرحلة بالنمو العقلي كماً وكيفاً .
- ٢- ينمو الذكاء العام بسرعة ، وتبدأ القدرات العقلية في التمايز ، ويصل ذكاء الطالب إلى أقصى حد يمكن أن يصل إليه في نهاية هذه المرحلة .
- ٣- تظهر سرعة التحصيل ، والميل إلى بعض المواد الدراسية دون الأخرى .
- ٤- تنمو القدرة على تعلم المهارات واكتساب المعلومات .
- ٥- يتطور الإدراك من المستوى الحسي إلى المستوى المجرد .
- ٦- يزداد مدى الانتباه وتطول مدته .

- ٧- يزداد الاعتماد على الفهم والاستدلال ، بدلاً من المحاولة والخطأ ، أو الحفظ المجرد .
 - ٨- ينمو التفكير والقدرة على حل المشكلات ، واستخدام الاستدلال والاستنتاج ، وإصدار الأحكام على الأشياء . وتظهر القدرة على التحليل والتركيب ، و التصميم والتخطيط .
 - ٩- تزداد القدرة على التعميم والتجريد .
 - ١٠- تتكون المفاهيم المعنوية من الخير والشر ، والصواب والخطأ ، والعدالة والظلم .
 - ١١- تظهر القدرة على الابتكار بشكل أكبر .
 - ١٢- تتضح طرق وعادات الاستذكار والتحصيل الذاتي والتعبير عن النفس .
 - ١٣- غالباً ما يميل الذكور إلى متابعة الموضوعات الميكانيكية والرياضية والعديدية .
- إنه لمن الضروري أن تتضمن مقررات العلوم في محتواها على ما يثير القدرات العقلية وينميها لدى الطالب ، وعلى ما يوسع أفق التفكير لديه ، وهذا يجعله يستخدم جميع مستويات المعرفة في تعلمه ، بدلاً من التركيز على مستوى الحفظ والتذكر فقط ، حيث أن ذلك قد يسهم إسهاماً كبيراً في تعطيل القدرات العقلية التي يمتلكها الطالب .

ثالثاً - النمو الانفعالي :

تتسع دائرة اتصالات الطالب بالعالم الخارجي في نهاية مرحلة الطفولة وبداية عالم المراهقة والشباب ، وفي هذه الفترة تلاحظ كثرة الانفعالات لدى الطالب لأي سبب ولو كان السبب تافهاً ، وهذا يؤثر عليه سلبياً في المواقف التعليمية والاجتماعية التي يتعرض لها في هذه الفترة الحرجة . والطالب هنا يحتاج إلى مزيد من التركيز ، وترشيد للانفعالات للوصول إلى الاستقرار الانفعالي .

وقد بين بدير (د. ت : ٢٧٠) أن " انفعالات الطالب في نهاية المرحلة المتوسطة منطلقة ، ومتهورة ، ولايستطيع الطالب التحكم ، ولا في المظاهر الخارجية لها ، ويظهر التذبذب الانفعالي ، وتقلب السلوك بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار " .

وقد لخصت وزارة المعارف (١٤١٨ : ٩٢) أهم مظاهر النمو الانفعالي في المرحلة المتوسطة بما يلي :

- ١- تتصف الحياة الانفعالية بعدم الثبات الانفعالي ، والتناقض الوجداني .
- ٢- ظهور الخيال الخصب وأحلام اليقظة .

٣- الشعور بالقلق والاستعداد لإثبات الذات الاستقلالية .

٤- النظر إلى السلطة بكل صورها بعين الاعتبار .

ونرى ضرورة مراعاة الطالب في انفعالاته في هذه المرحلة عند وضع مقررات المواد الدراسية عامة ، ومقررات العلوم على وجه الخصوص ، وبالتالي الاستفادة من قدرات الطالب وانفعالاته ، وتوجيهها الوجهة الصحيحة ، وهذا يساعده في تقبل المعارف التي يتلقاها ، ومن ثم ترجمتها إلى واقع سلوكي سليم في جميع نواحي حياته ، وفي ما يتعلق بالمجالات الصحية خاصة ، حيث أنه بدون الصحة لن يستطيع النجاح والتقدم في حياته العلمية والاجتماعية .

رابعاً - النمو الاجتماعي :

يكتسب الطالب قدراً كبيراً من النمو الاجتماعي خلال هذه المرحلة ، ويميل إلى زيادة صداقاته مع الآخرين ، وبذلك تتوسع علاقاته وأدواره الاجتماعية . ومن الطبيعي زيادة النمو الاجتماعي لدى الطالب ، فهو قد ودع مرحلة الطفولة التي كانت محصورة في نطاق الأسرة والمدرسة الابتدائية فقط . وفي هذه المرحلة نلاحظ أنه يشارك أقرانه في المدرسة وفي غيرها في كثير من الأنشطة ، ويرتبط ببعض المؤسسات الاجتماعية كالأندية وغيرها . ويؤكد الحقيل (١٤٠٩ : ١٠٤) أن " الحياة الاجتماعية في مرحلة المراهقة أكثر اتساعاً وشمولاً وتبايناً من حياة الطفولة التي تكاد تنحصر في نطاق الأسرة والمدرسة " . وقد وردت أهم مظاهر النمو الاجتماعي لدى الطالب في هذه المرحلة الدراسية، في دليل المعلم (١٤١٨ : ٩٢) على النحو التالي :

- ١- يتم فيها التطبيع الاجتماعي الفعلي الذي يؤدي إلى تكوين المعايير السلوكية .
- ٢- يميل الطالب إلى الاتصال الشخصي ، ومشاركة الأقران في الأنشطة المختلفة .
- ٣- يميل الطالب إلى الاهتمام والعناية بالمظهر والأناقة .
- ٤- يميل الطالب إلى الاستقلال الاجتماعي وبصفة خاصة داخل الأسرة .
- ٥- مسايرة الجماعة والرغبة في تأكيد الذات .
- ٦- البحث عن القدوة والنموذج .
- ٧- نمو القدرة على فهم ومناقشة الأمور الاجتماعية .
- ٨- الحساسية للنقد ، والميل إلى الجدل مع الكبار .

إن الواجب على المدرسة المتوسطة أن تهيئ الفرص أمام الطلاب ، لتعلم القيم الاجتماعية التي يؤمن بها المجتمع ، وذلك عن طريق الممارسة الفعلية لتلك القيم ، وهذا يساعد في الاندماج داخل المجتمع دون عناء ، وبالتالي خدمة نفسه ومجتمعه الذي هو في حاجة إلى كل فرد من أفراده .

خامساً - النمو الجنسي :

يحدث تغيرات كبيرة في النمو الجنسي في هذه المرحلة ، وهذا أمر طبيعي حيث أن الطالب قد ودع الطفولة وانتقل إلى عالم المراهقة والشباب ، وفيها تنمو الأعضاء التناسلية ، ويزيد تفكير الطالب في الأمور الجنسية بدرجة كبيرة قد تزعج الطالب ، وتسبب له الكثير من المشاكل الشخصية والاجتماعية .

وقد ذكر بدير (د. ت : ٢٨٠) أن " النمو الجنسي من الملامح النهائية البارزة والواضحة في هذه المرحلة ، وعلامة بارزة للانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب " ولعل من أهم مظاهر النمو الجنسي ما ورد في دليل المعلم الذي تصدره وزارة المعارف (١٤١٨ : ٩٣) وتشمل الآتي :

- ١- ظهور الميل إلى تقليد أحد البالغين من نفس الجنس والإعجاب بتصرفاته .
 - ٢- بداية ظهور الميول التي تتعلق بالرغبة في الزواج .
 - ٣- تصل الانفعالات الجنسية إلى قمة انفعالاتها .
 - ٤- وصول الذكور إلى أقصى نمو جنسي فسيولوجي .
- ولاشك أن هذه التغيرات الجنسية التي تطرأ على الطالب ، تحتاج من المربين العمل الجاد لحماية الطالب من الانفعالات الجنسية التي قد تورده المهالك ، وتدمر مستقبله الدراسي والعملية .

وقد حدد طالب (١٤١٣ : ٢١٣) أهم الإجراءات الوقائية في مجال التربية الجنسية ، وتركز في التالي :

- ١- تجنب الولد الإثارات الجنسية .
- ٢- ستر العورة .
- ٣- التفرقة في المضاجع .
- ٤- تعليم الأولاد أحكام المراهقة .

إن إهمال النواحي الجنسية في مناهجنا قد يؤدي إلى حدوث الكثير من المخالفات والجرائم الجنسية ، لأن الطالب يعيش في صراع مع الرغبة الجنسية التي أودعها الله في جسمه للمحافظة على الجنس البشري على هذا الكوكب ، لذلك يجب تبصير الطلاب بكيفية التعامل السليم مع الشهوات ، والمثيرات الجنسية ، وذلك من الأبوين في المنزل ، ومن المعلمين داخل نطاق المدرسة . ويبقى دور المدرسة كبيراً في هذا المجال لأن الطالب يقضي فيها وقتاً ليس باليسير ، بالإضافة إلى أن كثيراً من الطلاب يتقبلون الكثير من النصائح من معلمهم أكثر من تقبلهم من والديهم .

إن الواجب على المسؤولين عن وضع المناهج وتطويرها في المرحلة المتوسطة ، غرس أساسيات التربية الجنسية في المنهج المدرسي ، والابتعاد عن التحفظ الزائد عن الحد في المواضيع الجنسية ، ومن ذلك الإجابة بحكمة على تساؤلات الطلاب لتبصيرهم وتعريفهم بآداب الجنس ، وهذا التحفظ يوجد عند معظم الآباء والأمهات ، والمعلمين والمعلمات .

إننا لسنا بأشد خلقاً ، ولا حياءً من الرسول صلى الله عليه وسلم ، والذي كان يبين لصحابته بعض المعلومات المتعلقة بالجنس وآدابه . وكان يعلمهم بعض الطرق الوقائية لحماية الأولاد من الانزلاقات الجنسية ، ومثال ذلك التفريق بين البنين والبنات في المضاجع ، وتنمية الجانب الأخلاقي والوازع الديني لديهم ، ومثل ذلك يؤدي إلى تنظيم تام للشهوات ، وصرفها في مجالها الطبيعي والسليم .

٢ - التربية الصحية :

أ - تاريخ التربية الصحية :

لقد خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان ولم يتركه هملاً ، فقد فطره على حب التعلم ، والبحث عن الحلول المناسبة للمشاكل التي تعترضه في حياته اليومية ، ومن ذلك المشاكل المتعلقة بالصحة ، والتي كان يبحث عن الحلول المناسبة لكل منها وذلك في حدود قدراته العقلية ، وإمكاناته المادية المتوفرة له في عصره الذي يعيش فيه .

لقد خلق الله آدم عليه السلام وعلمه كل شيء يعينه على الحياة على هذا الكوكب الجديد عليه ، فقد علمه أسماء الكائنات ، والمخلوقات الموجودة على الأرض ، وكيفية الاستفادة من كل ما هو نافع له ولذريته ، والحذر من كل ما يضر معيشتة وصحته . قال تعالى : { وعلم آدم الأسماء كلها } سورة البقرة (٣١) .

وقد بين لال (١٤١٢ : ٢٩) أن " حياة الإنسان البدائي كانت صراع من أجل البقاء والمحافظة على الحياة ، وبالتالي كان يبحث عن كل ما يساعده على بقاء جسمه سليماً خالياً من الأمراض ، ولكن لم تكن هناك المعلومات والمعارف الصحية التي تعينه على هذا الأمر " إن الإنسان مفطور على حب البقاء ، وهذا يجعله يهتم بنفسه وبصحة جسمه ، قال الله تعالى : { فطرة الله التي فطر الناس عليها لا تبديل لخلق الله } { الروم (٣٠) ، وفيه ركبت غريزة الخوف من كل ما يسبب له الضرر ، ويلحق به الأذى ، وهذه نعمة ساعدت الفرد في الاهتمام ببدنه وصحته ، فأصبحت الصحة مطلباً عزيزاً لدى كل فرد على مر العصور والأزمنة ، وقد كان الفرد يستعين بما يتوفر له من إمكانيات وخبرات من بيئته لتوفير الحماية الصحية لبدنه ، ولاشك أن تلك الإمكانيات والخبرات تتغير ، وتتطور من عصر لآخر .

لقد كان الغذاء - ولا يزال - من أهم الأمور التي يعتني بها الفرد للحفاظ على صحته ، ففيه تقوية للبدن وللمناعة ، وفيه علاج للكثير من الأمراض ، ومن الأمثلة على ذلك العسل والحبّة السوداء ففيهما دواء لكل داء إلا من الموت . روى الإمام أحمد في مسنده (٣٤٥ : ٥) عن بريده قال : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : (و اعلموا أن الكمأة دواء العين ، و أن العجوة من فاكهة الجنة ، و أن هذه الحبّة السوداء التي تكون في الملح ، اعلموا أنها دواء من كل داء إلا الموت) و في صحيح البخاري (٥٢٩ : ١٤) من حديث سالم بن الأفطس عن ابن عباس قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (الشفاء في ثلاثة : في شرطة محجم ، أو شربة عسل ، أو كية نار ، وأنهى أمتي عن الكي) .

وقد أشار البكري وآخرون (١٤١٥ : ١٣) إلى لجوء الإنسان منذ آلاف السنين إلى الغذاء للمحافظة على الصحة بقولهم : " منذ آلاف السنين عرف الإنسان أهمية الغذاء في الوقاية من الأمراض ، وعلاجها في تجديد الحيوية والنشاط ، واكتساب القوة البدنية ، وتشهد المخطوطات القديمة للعصور الفرعونية ، والرومانية ، واليونانية ، والعصور الوسطى ، والعصر الإسلامي على اهتمام القدماء بالدراسات التي تبين أهمية الغذاء في الصحة والمرض " .

وأوضح لال (١٤١٢ : ٢٩ ، بتصرف) أن القدماء قد اتجهوا إلى معالجة الأمراض بالسحر والشعوذة ، وتقديم القرابين ، وأن البابليين قد سنوا القوانين ، والتشريعات الخاصة بتصرف الفضلات ، كما أن اليونانيين كانت لديهم اهتمامات عدة وأهمها هو الاتجاه بالعناية

الصحية ، الأمر الذي أوصلهم إلى عبادة صنم يدعى هاييجا ويعني إله الصحة ، ومنه اشتقت كلمة هايجين ، أي علم الصحة. كما أن التربية الصحية قد تأثرت - كغيرها من المجالات - بما حصل في أوروبا في فترة العصور الوسطى ، حيث زاد الجهل ، وهذا بالتأكيد أدى إلى تفشي الأمراض ، وتدهورت صحة الفرد والمجتمع .

وقد بين قاضي (١٩٩١ : ١٣) أن " الاهتمام والنشاطات في مجال التربية الصحية قد بدأت في أوروبا وأمريكا بعد الحرب العالمية الأولى ، أما في دول العالم النامية فقد بدأ الاهتمام بذلك عام (١٩٥٠) . أي أن الاهتمام بالنواحي الصحية لم يبدأ إلا في أوائل القرن التاسع عشر الميلادي بعد الاكتشافات الحديثة ، مثل اكتشاف المجهر والجراثيم " .

ومع أن المجتمعات الغربية تدعي أن لها سبق في مجال التربية الصحية ، إلا أننا نجد أن ديننا الإسلامي الحنيف هو البادئ ، وهو الذي أرسى دعائم التربية الصحية بشقيها العلاجي والوقائي ، فقد جاء النداء الرباني إلى النبي بضرورة الاهتمام بالصحة في أول نزول للوحي ، وفي أول الآيات نزولاً على نبينا ، وقدوتنا ، محمد صلى الله عليه وسلم ، قال تعالى : (وثيابك فطهر) المذثر (٤) . وفي هذا التوجيه الرباني دعوة للاهتمام بالنظافة ، كما أثنى الله سبحانه وتعالى على أهل النظافة والطهارة بقوله : (إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين) البقرة (٢٢٢) ، وكان ذلك قبل أكثر من أربعة عشر قرناً من الزمان .

ويؤكد بستان (١٤٠٢ : ٢٢) أن " الإسلام العظيم جاء ضامناً لأتباعه خيري الدنيا والآخرة ، مشتملاً على ما يطهر الجسم والنفس ويزكيهما ، ويوجههما إلى العناية بنظافة الأخلاق كنظافة الأجسام ، وطهارة الوجدان كطهارة الأبدان " .

إن ما يميز ديننا الحنيف في المجال الصحي هو التركيز الشديد على الجانب الأهم في مجال التربية الصحية ، وهذا الجانب هو التربية الوقائية ، فالاهتمام به أولى من الجانب العلاجي ، وذلك لصعوبة التعامل مع المرض وخاصة بعد استفحاله ، وانتشاره بين عدد كبير من أفراد المجتمع .

وقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم ينادي بهذا المبدأ الصحي المهم ، فنراه يتمثله في كثير من المواقف التعليمية مع صحابته الكرام ، فقد كان يرشدهم ويعلمهم الكثير من الإجراءات الوقائية التي تحميهم - بإذن الله - من الوقوع في كثير من الأمراض . ومثال ذلك ما روى المقداد بن معد يكرب رضي الله عنه ، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال

: " ما ملأ ابن آدم وعاءاً شراً من بطنه ، حسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه ، فإن كان لا بد فتلت لطعامه ، وتلت لشرابه ، وتلت لنفسه " رواه ابن حبان ج ٢ / ٤٤٩ .

إن في هذا التوجيه النبوي الكريم أفضل الحلول للتخلص من مشاكل وأمراض الباطنة ، بل ومنعها قبل حدوثها ، وفي ذلك حفظ لأوقات الناس والأطباء ، وحفظ كذلك للأموال الطائلة التي تصرف على رحلات البحث عن العلاج ، وعلى العاملين في المؤسسات الصحية . ومن الملاحظ أن عيادات الباطنية في المستشفيات هي أكثر العيادات استقبالاً للمراجعين نظراً لتوسع الناس في المباحات ، ومخالفة تعاليم الرسول صلى الله عليه وسلم ، وإرشاداته الوقائية حول التغذية .

وقد أمرنا الله سبحانه بالأكل من الطيبات ، والابتعاد عن الخبائث التي تضر بالجسم وقد لا ينفع معها علاج . قال تعالى : { حرمت عليكم الميتة والدم ولحم الخنزير وما أهل لغير الله به والمنخنقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما أكل السبع إلا ما ذكيتم وما ذبح على النصب } المائدة (٣) .

وفي السنة النبوية الكثير من الأمثلة ، ومن ذلك النهي عن الاتكاء أثناء تناول الطعام لأنه يؤثر على المجرى الطبيعي للطعام ، فعن جحيفة رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (إني لا أكل متكاً) رواه البخاري .

وعن ابن عباس رضي الله عنهما قال : " نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم أن ينفخ في الإناء " رواه ابن ماجه ج ٢ / ١١٣٤ .

وعن ابن عباس رضي الله عنهما قال : " نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم أن يشرب من فم السقاء " رواه ابن ماجه ج ٢ / ١١٣٢ .

ومما يدل على سبق الإسلامي في وضع بعض الأسس الوقائية إخبار الرسول صلى الله عليه وسلم البشرية بكيفية التعامل مع مرض الطاعون القاتل ، فعن عبد الرحمن بن عوف رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال عن الطاعون : (إذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه ، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها فراراً منه) رواه البخاري . ومن الدلائل على إسهامات الرسالة المحمدية في التربية الوقائية ما رواه أبو هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : { لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة } رواه البخاري ج ١ / ٣٠٣ . ولو أننا امتثلنا أوامر الرسول

صلى الله عليه وسلم ، وإرشاداته الوقائية لجنبنا أنفسنا الكثير من الأمراض والآلام ، ولوفرنا على أنفسنا الكثير من الوقت والجهد والمال .

إن الأمثلة كثيرة في التاريخ الإسلامي ، وبخاصة في سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم حول الإسهامات في مجال التربية الصحية .

إن في تحريم الدين الإسلامي الحنيف لكثير من الممارسات الخاطئة والضارة بالجسم دلالة واضحة على مدى مساهمته الفعالة في رفع المستوى الصحي لأفراده ، وكل ما عليهم هو الاتباع فقط ، ليضمنوا لأنفسهم حياة سعيدة خالية من الأمراض ليكونوا أفراداً أصحاء ، فاعلين ومنتجين ، ومؤهلين للمهمة العظمى التي أوكلهم الله بها على هذا الكوكب ، وهي مهمة الاستخلاف في الأرض . وفي ذلك يقول الحق تعالى : (وإذ قال ربك للملائكة إني جاعل في الأرض خليفة) البقرة (٣٠) . فالعلاقة طردية بين النجاح في هذه المهمة العظيمة ، وبين الاتباع السليم لتعاليم ديننا الحنيف التي نقلها لنا رسولنا وحبيبنا محمد صلى الله عليه وسلم ، فهو بحق أعظم مرب ، وأعظم ناصح عرفته البشرية على مختلف عصورها .

بـ - تعريف التربية الصحية :

تعددت تعريفات التربية الصحية ، وتركز تلك التعاريف على ضرورة العناية بصحة الفرد ، ومساعدته على العيش في ظروف صحية سليمة ، تضمن له الحياة الهانئة التي تعينه ليكون عضواً نشطاً في مجتمعه ، يخدم نفسه وأسرته وأمته .

يعرف لال (١٩٩١:٣٤) التربية الصحية بأنها " عملية مساعدة الفرد على تكوين اتجاهات صحية سليمة ، واتباع السلوك الصحي في حياته اليومية ، بما يحافظ على صحته وصحة أسرته ومجتمعه " .

وعرف دنيا (١٩٧٥ : ٤٠) التربية الصحية بأنها : " تزويد الفرد بالمعلومات والعادات والاتجاهات والمهارات التي تساعد على الاحتفاظ بصحته ، وتمكنه من أن يساهم كمواطن مستدير في رفع المستوى الصحي في بيئته " .

ويستشهد بستان (١٩٨١ : ١٣) بتعريف توماس رود الذي يرى أن التربية الصحية هي " بعض الخبرات في المدرسة وفي أماكن أخرى ، التي تكون واقعاً نحو العادات والاتجاهات والمعرفة المرغوبة المتعلقة بالفرد والمجتمع والعرف الصحي " .

ويرى جاد الله (١٩٨٢ : ٤٤٦) أن التربية الصحية هي " عملية ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع ، وذلك باستعمال الأساليب التربوية الحديثة " .

ويشير دنيا (١٩٧٥ : ٣٥) إلى تعريف وليام الذي يقول : " التربية الصحية هي عملية تربوية يتحقق عن طريقها رفع المستوى الصحي عن طريق تزويده بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفته وميوله وسلوكه من حيث صحته وصحة المجتمع الذي يعيش فيه ، كي تساعد على الحياة الصحية السليمة " .

والواضح أن التعاريف السابقة تتفق مع بعضها البعض وبدرجة كبيرة حول تحديد مفهوم التربية الصحية ، وإن اختلفت الصياغة إلا أنها تصب في مصب واحد وهو الاهتمام بصحة الفرد عن طريق تزويده ببعض المعلومات والمهارات وتحويلها إلى سلوك صحي سليم . ويمكن للفرد أن يكتسب المعلومات والسلوكيات الصحية من خلال المدرسة ، أو من خلال الأسرة والمجتمع بمؤسساته المختلفة . أي أن هناك تربية صحية مدرسية ، وتربية صحية عامة ، تكملان بعضهما البعض ، وتسعيان في سبيل الرقي بالمستوى الصحي العام .

ويعرف الباحث التربية الصحية بأنها هي العملية التي يتم فيها استخدام مجالات التربية الصحية في توعية وتنقيف وتعليم الطلاب ، وكذلك أفراد المجتمع ، عن طريق تزويدهم بالمعلومات والسلوكيات الصحية ، التي تساعد على العيش في مجتمعاتهم بأمان صحي على مدى الحياة .

ونلاحظ أن الكثير من العلماء الذين صاغوا تعريفات للتربية الصحية قد اهتموا بمبدأ مهم من أهم مبادئ الصحة العامة وهو الوقاية . فالاهتمام بجانب التربية الوقائية يؤدي إلى الوعي الصحي السليم بكل ما يهدد صحة أفراد المجتمع . ومن الخطأ أن تهتم التربية بجانب التربية العلاجية وتبالغ في ذلك ، وتهمل الوقاية مخالفة في ذلك المبدأ الصحي المهم " الوقاية خير من العلاج " ، فتوقى الأمراض قبل وقوعها أجدى - صحياً واقتصادياً - من ترك الحبل على الغارب ، ثم البدء في رحلة البحث عن العلاج والذي قد لا نجده مهما بذلنا من الجهد والمال ، والشواهد على ذلك كثيرة في كثير من المجتمعات قديماً ، وحديثاً .

ج- أهداف التربية الصحية :

لاشك أن كل مجتمع من المجتمعات يسعى جاهداً لتحقيق الأمن الصحي للأفراد في ذلك المجتمع ، وذلك عن طريق تزويد الأفراد بالمعلومات ، والمهارات ، والخبرات ،

وتتمية الاتجاهات والعادات المرغوبة التي من شأنها أن تغير من سلوكهم نحو الأفضل ،
وتكسبهم العادات الصحية المرغوبة التي تساعد على المساهمة في بناء مجتمع سليم ،
متقدم ومتحضر .

ومن الواضح أن كل دولة ، وكل أمة من الأمم تسعى إلى الاهتمام بصحة مواطنيها
بالدرجة الأولى ، وهي تبذل في سبيل ذلك الغالي والنفيس من المال ، والجهد ، والوقت ،
وذلك يقيناً بأنه لا يمكن للأمة التقدم ، واللاحق بركب الحضارة إلا بوجود مواطنين أصحاء
يستطيعون بناء الأمة ، ويساهمون بفعالية في النهضة العلمية والاقتصادية ، ورفع المستوى
المعيشي والصحي ، فالصحة هي القوة الدافعة للحياة ، وهي الوسيلة الأهم التي تعين
المرء على تحقيق أهدافه التي يسعى جاهداً من أجل الوصول إليها .

وبالإضافة إلى اهتمام الدول بالصحة العامة لأفرادها ، كذلك يلاحظ الاهتمام من قبل
بعض المنظمات العالمية ، فتقوم تلك المنظمات بإرسال البعثات الطبية لبعض الدول والأقاليم
الموبوءة ، وعمل الدراسات والأبحاث الطبية للمساهمة في رفع المستوى الصحي العالمي ،
أو القضاء على بعض الأمراض والأوبئة المنتشرة في بعض المجتمعات للحد من انتشارها ،
أو لمنع انتقالها إلى مجتمعات أخرى .

ويؤكد حياصات (١٩٩٤ : ١٢٣) أن " المنظمات العالمية تهتم بالجانب الصحي ،
وليس ذلك مقتصرأ على الدول فقط ، وفي مقدمه هذه المنظمات منظمة الصحة العالمية ،
ومنظمة الأمم المتحدة لرعاية الطفولة (اليونيسيف) اللتان تنظران إلى صحة الإنسان
على أنها الأهم ، فتبنتا شعار الصحة للجميع بحلول عام ٢٠٠٠ " .

إن أهداف التربية الصحية يجب أن تركز على خلق الوعي الصحي العام في كل من
المدرسة والبيت والمجتمع ، وهذا الوعي يساعد في وقاية أنفسهم من الأمراض ،
والابتعاد عن مسبباتها ، وليس من الوعي الحرص على تناول الدواء على الوجه المطلوب
مع إهمال الجانب الوقائي في موضوع الصحة ، فالوقاية تمنع حدوث المرض ، وهذا أفضل
بكثير من البحث عن العلاج وتناوله فقد لا يعطي العلاج نتيجة ، وإن أعطى بعض النتائج
فإن ذلك يتطلب الكثير من الجهد ، والوقت ، والمال ، أما الوقاية فإن نتائجها مضمونة ،
محمودة العواقب بحول الله وقوته .

ويؤيد زكي (١٩٨٣ : ٣٩) ما سبق بقوله : " أصبح الهدف من التربية مساعدة الناشئة على تحقيق الكفاية والسلامة البدنية والنفسية والاجتماعية " . وهذا يتفق مع الهدف الشامل للتربية الذي يهدف إلى تحقيق النمو الشامل لجميع جوانب شخصية الفرد ، دون إهمال لجانب منها ، أو تغليب جانب على جانب آخر ، وهو هدف تسعى إلى تحقيقه كل المجتمعات ، عن طريق مشاركة جميع مؤسساتها ، سواء كانت مؤسسة تربوية ، أو صحية ، أو غير ذلك من المؤسسات الاجتماعية .

لقد قام الباحث بتقسيم أهداف التربية الصحية إلى ثلاثة أقسام رئيسة ، وتحت كل قسم منها يندرج العديد من الأهداف الخاصة به ، ويمكن توضيح تلك الأقسام على النحو التالي :

أولاً - الأهداف المعرفية :

الجانب المعرفي أحد أهم الجوانب التي ينبغي الاهتمام بها عند وضع البرامج والخطط التوعوية الصحية ، والجانب المعرفي هو الأساس لتحقيق الجوانب الأخرى المهارية ، والوجدانية وغيرها . وإن معرفة الفرد للمعلومات والمعارف الصحية ضروري لإحداث التغيير المرغوب في السلوك الصحي له ، فمتى ما تعرف الفرد على المعلومات الصحية فإنه يستطيع اكتساب السلوك الصحي السليم بسهولة ، ويطبقه عن قناعة تامة .

إن الفرد الذي يود العيش بصحة جيدة يجب علي أن يتقف نفسه ويطلع على بعض المعلومات الصحية الأساسية ، ومن أهمها ما ذكره البراك (١٤١٩ : ٢٣) :

- ١- وظائف أعضاء الجسم ، ومدى تأثيرها على السلوك الصحي .
- ٢- طبيعة الأخطار الصحية وأنواعها ، والوقاية منها وعلاجها .
- ٣- مصادر المعلومات الصحية .
- ٤- الأمراض الشائعة ، والوقاية منها ، وعلاجها .
- ٥- أنواع الحوادث ، المنزلية ، و المرورية ، والمدرسية ، وغيرها .
- ٦- التأثير الاقتصادي والاجتماعي على الصحة ، والعكس .
- ٧- العلاقة المتبادلة بين العمليات العقلية والبدنية " العقل السليم في الجسم السليم " .
- ٨- الخدمات الصحية في المجتمع ، والمؤسسات التي تقوم بها .
- ٩- المشاكل البيئية ، مثل التلوث ، والحرائق ، وغيرها .
- ١٠- أنواع السموم والمخدرات ، وكل ما هو ضار بالجسم والعقل .

١١- الغذاء وفوائده وقواعد التغذية السليمة .

١٢- وأضاف لال (١٤١٢ : ٣٧) " الخرافات الصحية التي تسربت عبر السنين وأصبحت أسلوباً متبعاً في علاج الأمراض في بعض الأوساط " .

إن الفرد في هذا العصر الذي أصبح كل شيء فيه سريعاً ، يجب أن يواكب عصر السرعة وذلك بالتعرف على كل ما هو جديد في الأمور المهمة له وبخاصة ما يتعلق بالأمور الصحية كالأمراض ، وطرق الوقاية منها وعلاجها وغير ذلك من المعلومات الصحية التي قد تفيده في حياته ، وتساعده في المحافظة على صحته فيما تبقى من حياته ليعيش سعيداً ، وهذا مطلب أساسي لكل إنسان على وجه المعمورة .

ثانياً - الأهداف المهارية :

عندما يتعرف الفرد على المعلومات والمعارف الصحية ، فالواجب عليه الاستفادة منها وتحويلها إلى واقع سلوكي مفيد ، وإذا لم يكن كذلك فإن مثله " كالحمار يحمل أسفارا " .
فالتربية الصحية لا تعني فقط تزويد الفرد بالمعلومات والخبرات الصحية ، بل تتعدى ذلك إلى ما هو أهم وهو مرحلة التطبيق العملي ، والتأثير في السلوك ، وإكساب الفرد العادات الصحية السليمة التي تساعد على العيش بصحة دائمة ومستقرة .

وقد أورد بستان (١٩٨١ : ٣٣) أهم الأهداف المهارية التي ينبغي على الفرد أن يتمثلها في حياته وهي كما يلي :

- ١- تنظيم الوقت، والتوافق بين أوقات الطعام ، والعمل ، والراحة ، والرياضة ..الخ.
- ٢- المحافظة والاستمرارية للحصول على الغذاء الصحي السليم .
- ٣- القدرة على الاختيار والمشاركة في النشاطات الاجتماعية ، والتمارين الرياضية، وعلاقتها بحاجة الفرد .
- ٤- القدرة على الوقاية من الحوادث والأمراض.
- ٥- القدرة على الاستفادة من الخدمات الطبية والصحية المتاحة .
- ٦- القدرة على المشاركة لمعرفة المشاكل الصحية لأجل التطوير والمساهمة في تحسين البيئة .
- ٧- القدرة على الوصول للصحة العقلية والمحافظة عليها .
- ٨- تجنب الأمراض المعدية والقاتلة .

٩- و أضاف العثمان (١٤١٨ : ٣٣) " القدرة على تجنب الأمراض الروحية التي تنتج أساساً من البعد عن الله والانغماس في الشرور " .

ولا يمكن أن تنحصر أهداف التربية الصحية في إيصال المعارف والمعلومات فقط ، بل لابد من التطبيق السليم ، والتأثير في سلوكيات الأفراد الصحية بصورة إيجابية ، لتحقيق لهم الصحة والسعادة، وهما مطلبان أساسيان لكل فرد في أي مجتمع.

ثالثاً - الأهداف الوجدانية :

تهدف التربية الصحية إلى تنمية الاتجاهات والعادات الإيجابية للفرد ، والتي من شأنها أن تغير من سلوكه الصحي نحو الأفضل ، وتكسبه عادات صحية مرغوبة تجعله يشعر بالسعادة والاستقرار النفسي ، النابع من الحياة الصحية السليمة .

وقد لخص المركز العربي للبحوث التربوية (١٩٨٣ : ٢١-٢٢) الأهداف الوجدانية في أنها تهدف إلى تنمية الرغبة لدى الطالب ، وذلك فيما يتعلق بالآتي :

- ١- إحراز الصحة المثالية .
- ٢- الرضا الشخصي في تطبيق الممارسات الصحية .
- ٣- التزام المسؤولين عن الصحة بمطالبها ووقاية صحة الآخرين .
- ٤- الرغبة التلقائية في التضحية الشخصية من أجل صحة الآخرين .
- ٥- الرغبة التلقائية في الاستجابة للتشريعات الصحية والعمل على ترقيتها.
- ٦- العناية بالسلوك الصحي اليومي ومحاربة العادات الضارة المنتشرة بين طلاب المدارس.
- ٧- الرغبة في تحمل المسؤولية الصحية ، والتعاون مع الجهات المعنية لتطوير المستوى الصحي للمجتمع .

٨- وأضاف البراك (١٤١٩ : ٢٠) " الرغبة في البحث عن آيات الله في نفسه وفي سائر الأحياء من حوله ، حتى تتبين له دلائل التوحيد " .

ولاشك أن الجانب الوجداني ذو أهمية كبيرة في تنمية الدافعية لدى الفرد على التعلم ، وهي بمثابة الوقود الذي يزيد من طاقته ، ويدفعه نحو البحث والاطلاع على كل ما من شأنه أن يزيد من ثقافته ، ومعارفه ، وهذا يخلق لديه نوعاً من الوعي يساعده في تعديل سلوكه في على النحو المرغوب ، سواء أكان ذلك في المجال الصحي أو في غيره من المجالات الحياتية الأخرى .

إن الواجب على المعلم أن يغرس في نفوس الطلاب حب ما يتعلمونه ، وبالتالي تغيير اتجاهاتهم نحو كثير من الأمور وبخاصة ما يتعلق بالجانب الصحي ، وإذا قمنا بذلك فإننا نكون قد ساهمنا في تصحيح اتجاهاتهم نحو الكثير من القيم الصحية الرفيعة ، وبالتالي نكون قد وصلنا بالفرد إلى الصحة المثالية ، بحيث يندفع الفرد من تلقاء نفسه لسلوك المسلك الصحيح عن قناعة تامة ، وليس خوفاً من المرض وعواقبه ، أو حرصاً على تنفيذ أوامر الطبيب وتعليماته .

ويؤكد دنيا (١٩٧٥ : ٣١) أن " الفرد لا يبلغ المرتبة الرفيعة من السلوك الصحي إلا عن طريق سلسلة طويلة من العادات ، والاتجاهات ، والمهارات ، والمعلومات ، والتي ينبغي على التربية أن تعمل على كسبها ، وتنميتها ، وتدعيمها لدى الأفراد " .

ويرى الباحث ضرورة الاهتمام بالجوانب الثلاثة السابقة ، وعدم تغليب جانب على آخر ، أو إهمال أحد الجوانب وذلك للوصول إلى المستوى الصحي الذي نأمل له لسلامة مجتمعاتنا ، وحمايتها من أهم معوقات التقدم والرقي ، ألا وهي الأمراض والأوبئة ، وهما أكبر عائق يتصدى للشعوب ، ويقف في طريقها ليشكل سداً منيعاً يحول بينها وبين التحضر والتقدم في جميع مجالات الحياة .

د - مجالات التربية الصحية :

يجب أن تركز التربية الصحية على جميع الموضوعات التي تهتم الطلاب في المرحلة التعليمية التي ينتمون إليها ، والمناسبة للمرحلة العمرية التي هم في نطاقها ، وذلك من أجل الحفاظ على صحتهم ، وصحة مجتمعاتهم .

إن الفشل سيكون حليف التربية الصحية إذا ركزت على بعض جوانب الصحة ، و أهملت الجوانب الأخرى ، فالتربية الصحية يجب أن تغطي معظم الموضوعات التي تهتم الطالب في المرحلة العمرية التي يمر بها .

لقد قام بعض الباحثين بمحاولات لوضع تصنيف لموضوعات التربية الصحية ، التي ينبغي أن يتضمنها المنهج وحصرها في عدة مجالات وفيما يلي أورد أهم تلك التقسيمات :

أ - تصنيف منظمة الصحة العالمية، وقد أوردته (العثمان، ١٤١٨ : ٢١) :

- ١- المشاكل والاحتياجات الصحية في المجتمع
- ٢- الصحة العائلية
- ٣- الصحة العقلية
- ٤- مكافحة الأمراض والوقاية منها
- ٥- سوء استعمال الأدوية

- ٦- السلامة والوقاية من الحوادث ٧- الصحة الشخصية ٨- النمو والتطور
٩- الصحة الغذائية ١٠- صحة البيئة .

ب- وتصنيفه دنيا (١٩٧٥ : ٩٣) :

- ١- الصحة الشخصية ٢- التغذية ٣- صحة المجتمع وسلامته ٤- الصحة
الاستهلاكية ٥- الصحة العقلية ٦- المشجعات والمهبطات ٧- التربية للحياة العائلية
٨- الإسعافات الأولية ٩- التمريض المنزلي ١٠- التربية القيادية .

ج- تصنيفه علام وعبد المقصود (١٩٨١ : ١٣٠) :

- ١- صحة المستهلك ٢- صحة الفم والسمع والبصر ٣- الصحة العقلية والنفسية
٤- صحة الأسرة ٥- استخدام الأدوية ٦- الأمراض والاضطرابات
٧- ممارسة الرياضة ٨- التغذية ٩- الأخطار الصحية والبيئية
١٠- مصادر المجتمع الصحية .

د- وقد حدد الخليلى وآخرون (١٩٨٧ : ٩٦) المجالات التالية :

- ١- الوقاية من الأمراض ٢- الصحة الشخصية ٣- صحة المرأة ٤- صحة الطفل
٥- صحة الغذاء ٦- صحة البيئة .

هـ - وقسمها جاد الله (١٩٧٥ : ٢٣) إلى المجالات التالية :

- ١- الصحة العامة ٢- صحة البيئة ٣- الصحة الاجتماعية ٤- الطب الوقائي
٥- الطب الاجتماعي .

و- تصنيفه وحالة التعليم في أمريكا، والذي، أورده (العثمان ، ١٤١٨ : ٢٣)

- ١- الصحة الشخصية ٢- صحة المجتمع ٣- الصحة العقلية ٤- صحة المستهلك
٥- الصحة العائلية ٦- صحة البيئة ٧- مكافحة الأمراض ٨- السلامة من الحوادث
٩- استعمال وسوء استعمال الدواء ١٠- التغذية .

ز- تصنيفه الفراء (١٤٠٣ : ١٣٦) :

- ١- النظافة ٢- الرياضة البدنية ٣- التغذية الصحية ٤- العناية بالبشرة واليدين
والشعر ٥- الترفيه والصحة النفسية ٦- الصحة العقلية ٧- الوقاية من الأمراض
٨- السلامة والوقاية من الحوادث .

ج- تصنيفه بستان (١٤٠٨ : ٩٢) :

- ١- جسم الإنسان
 - ٢- الصحة العقلية
 - ٣- الإعاقات الأولية
 - ٤- ممارسة العادات الصحية السليمة
 - ٥- الصحة الجسدية المتكاملة
 - ٦- تسيير وتسهيل مرحلة النمو والتطور
 - ٧- الرعاية الصحية في المجتمع
 - ٨- صحة الغذاء
 - ٩- صحة البيئة
 - ١٠- الحياة الأسرية
 - ١١- السلوك الصحي السوي .
- ولأن الدراسة سوف تتم على المرحلة المتوسطة ، فإنه كان لازماً على الباحث محاولة معرفة أهم جوانب التربية الصحية التي ينبغي البحث فيها ، والتعرف على مدى احتواء مقررات العلوم على تلك الجوانب .

وقد توصلنا إلى تحديد عشرة مجالات من مجالات التربية الصحية المتعددة ، وذلك من خلال الإطلاع على الكثير من الدراسات في هذا المجال ، والتعرف على خصائص النمو لدى الطلاب في هذه المرحلة ، بالإضافة إلى أخذ آراء عدد من المختصين في المجال الصحي والمجال التربوي ، حيث وزعت عليهم الاستبانة التي صممت لهذا الغرض (أنظر الملحق رقم ٧) ، ومن نتائجها تم تحديد أهم مجالات التربية الصحية التي ينبغي على الطلاب معرفتها وتطبيقها في هذه المرحلة العمرية والدراسية الحرجة .

وبناءً على تحكيم الاستبانة تم التوصل إلى أن أهم المجالات الصحية التي يجب تدريسها لطلاب المرحلة المتوسطة من خلال مقررات العلوم ، والتي تناسب تلك الفئة العمرية تتمثل في الآتي :

- ١- الصحة الشخصية
- ٢- التغذية الصحية وأسسها
- ٣- أعضاء الجسم المختلفة ووظائفها
- ٤- الأمراض " أنواعها ، وكيفية الوقاية منها "
- ٥- الحوادث والإسعافات الأولية
- ٦- الأدوية
- ٧- التسمم والتلوث
- ٨- التدخين والمسكرات والمخدرات
- ٩- الصحة النفسية
- ١٠- الصحة الروحية .

وسوف نتناول فيما يلي تلك الجوانب الصحية العشرة بشيء من التفصيل :

١- الصحة الشخصية :

من المعلوم أن كل إنسان يوجد لديه حب الاهتمام بالنفس ، فتراه يعتني بنظافة جسمه ، و ملبسه ، ومسكنه ، ويحاول التعرف على خصائص أعضاء جسمه ، وكيف تقوم بوظائفها وكيف يمكنه المحافظة عليها ليقوم كل عضو بعمله دون إعاقة أو مرض .

إن الفرد لديه الرغبة الدائمة في المحافظة على سلامة الجسم ، وبالتالي فهو يحاول أن يتبع العادات الصحية السليمة في الأنشطة اليومية ، كالرياضة ، والنوم ، والتغذية ، وغيرها . إن الاهتمام بالصحة الشخصية يزيد من قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة ، وهذا يجعله أكثر قدرة على العمل والإنتاج لأن ذلك مرتبط بالصحة الشخصية للعامل .

إن وصول الفرد للصحة المثالية يتطلب منه الكثير من المثابرة والجهد الذاتي ، يقول رفعت (١٩٨٦ : ٢١) : " الصحة نعمة لا تأتي اعتباطاً من أقصر الطرق بل لابد من اكتسابها والحفاظ عليها طيلة الحياة بكل دقة وحزم " .

إن الصحة الشخصية باب واسع ، ولها مجالات متعددة ومنها ما يلي :

أ - ممارسة الرياضة :

الرياضة نشاط بدني لا يمكن للفرد الاستغناء عنه ، وإن كانت تختلف الأنشطة الرياضية من فرد لآخر ، ومن مجتمع لمجتمع آخر .

إن التمرينات البدنية ضرورة لازمة لاستمرار الصحة ، وقد لا تقل في أهميتها عن الغذاء والهواء والنوم ، وغير ذلك من الضروريات ، وهي لا ترتبط بالسن فهي مهمة للطفل والشباب والمسن ، للذكور والإناث .

وقد أولى الإسلام في تشريعاته اهتماماً بالرياضة ، فكما أنه قد اهتم بتهديب الأخلاق والسمو بالروح فإنه قد شجع على الرياضة وممارستها من جميع الأفراد دون استثناء ، لأنه يعلم أن المؤمن القوي هو الذي سيقوم بأدواره العبادية والاجتماعية على أكمل وجه ، قال تعالى محدثاً عن ابنة النبي شعيب في وصفها لموسى عليه السلام : { يا أبت استأجره إن خير من استأجرت القوي الأمين } القصص (٦٢) ، وهاهو الرسول صلى الله عليه وسلم يسابق زوجته عائشة عندما كان في إحدى غزواته ، وقد صارع ركناً فهزمه .

ونلاحظ أن الرياضة تتمثل في الشعائر التعبدية اليومية كالصلاة ، والموسمية كالحج والجهاد ، وغير ذلك من العبادات .

ب - النظافة :

تعتبر النظافة من أهم مقومات الصحة ، ومعيار يمكن من خلاله الحكم على صحة الأفراد والمجتمعات ، ومدى وعيها وتقدمها .

إن النظافة لا تقتصر على جانب معين من حياة الفرد ، بل يجب أن تشمل جميع أموره ، فهي تشمل البدن ، والمأكل ، والمشرب ، والملبس ، والمسكن ، والمركب ، والمرافق العامة من حول الفرد والتي يرتادها ويستفيد من خدماتها بصفة مستمرة .

وقد حث الدين الإسلامي على النظافة ، فقد ورد الأمر الإلهي للرسول صلى الله عليه وسلم عند بداية نزول الوحي أن يتمثل النظافة في حياته ، قال تعالى : (وثيابك فطهر) سورة المدثر (٤) .

ج- الترفيه والنوم :

لقد خلق الله سبحانه وتعالى الجسم ، وجعل له طاقات محدودة لا يستطيع تجاوزها ، وإذا حاول تكليف نفسه فوق طاقتها فإن صحته ستتأثر تأثيراً بالغاً .

إن جسم الإنسان في حاجة إلى الراحة بعد المجهود البدني والنفسي الذي يبذله أثناء تأدية مهامه اليومية ، ليعود إليها في اليوم التالي نشيطاً وراغباً في مواصلة العمل .

٢ - التغذية :

إن الجسم البشري في حاجة يومية إلى الغذاء ، فهو الذي يمدّه بالعناصر الغذائية اللازمة للنمو ، والتي تعطيه الصحة والنشاط ، وهذا ضروري لقضاء الحوائج اليومية للفرد .

وقد عرّف المخلّاتي (د.ت : ١٣) التغذية بأنها " جملة العمليات التي تحدث للغذاء من لحظة أكله إلى إخراج مروراً بعمليات الهضم والامتصاص " .

ولاشك أن الغذاء يمدنا بالطاقة اللازمة لحركة الجسم ، ولحركة الدم في الأوعية الدموية ، كما يمدنا بالعناصر الأساسية اللازمة لنمو أنسجتنا وتجديد الخلايا فيها .

وحتى تكون الاستفادة كبيرة من الغذاء الذي نتناوله فإنه يجب التنويع وذلك بأن يتناول الفرد صنفاً واحداً يومياً على الأقل من كل مجموعة من مجموعات الأطعمة الرئيسية .

وقد قسم القباني (١٩٦٥ : ١٦) العناصر الغذائية الضرورية للجسم إلى ثلاثة أنواع ، وهي :

- المواد السكرية وتشمل السكريات والنشويات .
- المواد البروتينية وهي موجودة في اللحوم و البقوليات .
- المواد الدهنية وتشمل الزيوت الحيوانية والنباتية .

ويضاف إلى العناصر الغذائية السابقة الماء ، وهو ضروري لحدوث التفاعلات الحيوية كيميائية ، و إتمام عمليات الهضم ، والامتصاص للغذاء الذي نتناوله .
ويعتبر الماء أحد أسرار الحياة الكبرى ، وهو مهم لجميع الكائنات الحية دون استثناء ، وبدونه تنتهي الحياة ولا يمكن أن تستمر ، قال تعالى : { وجعلنا من الماء كل شيء حي أفلا تعقلون } الأنبياء (٣٠) .

ويشكل الماء نسبة كبيرة من وزن الجسم ، وقد بين نصر (د.ت : ١٢) أن " الماء يشكل ثلثي جسم الإنسان " ، ومع ذلك فإنه يجب أن يوجد بالنسب التي قدرها الله دون زيادة أو نقص ليحقق التوازن للسوائل داخل الجسم ، ويؤكد كاول آن (٢٠٠٠ : ١٨١) أن " الجسم السليم يحوي الكمية الصحيحة من السوائل في داخل وخارج كل خلية من الخلايا وهو ما يسمى - توازن الخلايا - والحفاظ على هذا التوازن ضروري للحياة ، فإذا كانت كمية الماء الموجود في الخلية قليلة فإنها ستذبل وتموت ، أما إذا كانت أكثر من اللازم فستفجر " .
إن الجهل بأنواع الغذاء ، وفوائده ، يحرم الفرد من الكثير من فوائد الغذاء الضرورية لنمو الخلايا واستعادة حيويتها ، لذلك يجب أن يتقف الفرد نفسه ثقافة غذائية ليتعرف على أهمية كل عنصر للجسم ، وما مصادر هذا العنصر ؟ وما الكميات التي يحتاجها الجسم منه في كل يوم ؟

لقد أصيب الكثير من الناس بسوء التغذية ، وخاصة الأطفال و الشباب ، لجهلهم بالعناصر الغذائية وأهميتها لأجسامهم ، فتراهم يهملون الكثير من العناصر الضرورية ، ويفرطون في تناول الأغذية محدودة الفائدة ، أو حتى الضارة وهم لا يشعرون .
وقد عرف أبو الرب (١٤١٦ : ١٤٠) سوء التغذية بأنها " اختلال الحالة الغذائية للشخص عن طريق زيادة أو نقص الغذاء كلياً أو جزئياً " .

وللتخلص من سوء التغذية لابد من أن يكون الغذاء متنوعاً ، أي شاملاً لجميع أنواع الأطعمة من بروتينات ، وكربوهيدرات ، ودهون ، بالإضافة إلى الفواكه والخضراوات . أي أنه لابد من التكامل بين العناصر الغذائية ، وأن يكون الغذاء كافياً للجسم وموازياً لما يبذله من طاقة ونشاط يومي دون زيادة أو نقص ، فالنقص أو الزيادة تعتبران سوءاً في التغذية .
إن سوء التغذية سبب مباشر للكثير من الأمراض ، فقد أكد كافانوف (نقلاً عن رويحة ، ١٩٧٩ : ٨١) أن " هناك مرض كبير واحد وهو سوء التغذية ، كل الأمراض والكروب التي نصاب بها مردها إلى هذا المرض الكبير " .

وقد قسم أبو الرب (١٤١٦ : ١٤) سوء التغذية إلى ثلاثة أنواع وهي :

- زيادة الطعام بشكل عام (فرط التغذية) ، وتسبب زيادة الوزن .
- نقص الطعام بشكل عام (الجوع) ، وتسبب نقص الوزن .
- قلة أو فقدان أحد عناصر الطعام (العوز النوعي) .

إن الاعتقاد الذي يعتقده الكثير من الناس أن سوء التغذية يتعلق بقلّة الطعام هو اعتقاد خاطئ ، والصحيح أن الإفراط في الطعام أيضاً يعتبر من سوء التغذية .

ويؤكد الغنيم والبهبهاني (١٤١٨ : ٤٥٥) أن " زيادة الطعام عن حاجة الجسم وقلته عن هذه الحاجة يتساويان تماماً في ضررها " .

وجاء في تقرير منظمة الصحة العالمية (١٩٨٠ : ١٨١) أنه " يمكن أن نتصور سوء التغذية في العالم داخل فئتين عريضتين :

- سوء تغذية السكان المحرومين ، وهو شائع في البلدان النامية .
- سوء تغذية الرفاهية ، ويشيع في البلدان الصناعية ، والطبقات الاجتماعية الاقتصادية العليا في البلدان النامية " .

والواقع أن الأفراد المحرومين لا يلامون عندما يتعرضون لسوء التغذية ، ولكن اللوم يقع على المترفين الذين يجدون كل أصناف الأطعمة ثم يقعون فريسة لهذا الداء العضال .

لقد حذرنا الرسول صلى الله عليه وسلم من الإفراط في تناول الطعام ، ولو اتبعت البشرية هديه لجنبنا أنفسنا الكثير من الأمراض التي سببها سوء التغذية .

إن الاهتمام بالتغذية السليمة لم تعد مسؤولية الفرد وحده ، بل إن مؤسسات المجتمع المعنية بأمور الصحة يجب أن تشارك الفرد في ذلك ، وقد بين نصر (د.ت : ١٥) أنه "

بعد الانتهاء من الحرب العالمية الثانية تأسست ثلاث هيئات عالمية تهتم بشؤون الغذاء وأمراض سوء التغذية في العالم ، وهي :

- هيئة الزراعة والأغذية (الفاو) .

- منظمة الصحة العالمية .

- مؤسسة رعاية الطفولة (يونيسيف) " .

إننا ونحن بصدد الحديث عن سوء التغذية يجب أن نشير إلى أمر مهم وهو الغذاء الطبيعي ، وذلك لإسهامه في محاربة سوء التغذية . وقد عرفه الحسيني (د.ت : ١٥)

بأنه " الغذاء الذي تم زراعته وإنتاجه في ظروف بيئية طبيعية ، أي الغذاء غير المحفوظ أو المملح ، أو المجمد ، أو المعالج كيميائياً بطرق مختلفة " .

إن الغذاء الطبيعي أفضل بكثير من ذلك الذي أخرجته المصانع والمعامل ، وكذا فإن غذاء البيئة التي يعيش بها الفرد أفضل من الغذاء الذي يجلب له من بلاد أخرى .

إن الطعام النظيف هو أساس الصحة الجيدة ، فإذا كانت النظافة واجبة في كثير من أمور حياتنا ، فإن نظافة الطعام الذي ندخله إلى أجسادنا أولى وأهم ، وإن الطعام الغير نظيف أو الملوث سبب مباشر في انتقال الكثير من الأمراض للإنسان ، أي أن الإنسان هو المتسبب الرئيسي في ذلك . يقول الدكتور رويزت بل (نقلاً عن الحسيني ، د.ت : ١٩) " لا يوجد كائن حي على وجه الأرض يلوث طعامه بيديه إلا الإنسان " .

إن المناهج الدراسية يجب أن تسهم في نشر الثقافة الغذائية بين الطلاب ليكونوا أصحاباً في أبدانهم ، قادرين على التقدم في تعلمهم والذي لن يتأتى إلا بالصحة الجيدة .

لقد كفل الإسلام بتعاليمه السمحة للفرد الحماية من كثير من مخاطر الغذاء وتلوثه ، فبين لنا المباح النافع ، وحرم علينا الضار ، قال الله تعالى : { وأمددناهم بفاكهة ولحم مما يشتهون } الطور (٢٢) ، وقال جل وعلى : { أحل لكم صيد البحر وطعامه متاعاً لكم وللسيارة } المائدة (٩٦) ، وحرم بعض الأغذية كما ورد في قول الله تعالى : { حرمت عليكم الميتة والدم ولحم الخنزير } المائدة (٣) .

٣- أعضاء الجسم :

لقد ميز الله الإنسان عن بقية الكائنات الحية في خلقه وأخلاقه . قال تعالى : { ولقد كرّمنا بني آدم وحملناهم في البر والبحر } الإسراء (٣٠) ، وقال تعالى : { لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم } التين (٤) .

إن الفرد يجب عليه أن يتعرف على أعضاء جسمه المختلفة ، وأجهزته الحيوية ، وطرق المحافظة عليها لتبقى سليمة طوال حياة الفرد ، بعيدة عن الأمراض والإعاقات .

٤- الأمراض :

إن من أهم ما يصبوا إليه الأفراد في أي مجتمع هو أن يكونوا أصحاباً طوال حياتهم والعيش بسلام من الأمراض والأوبئة التي تتهدد حياتهم .

إن المرض ضد الصحة ، وهو عبارة عن خلل في وظيفة أحد الأعضاء الحيوية في الجسم ، أو عدد مشترك من الأعضاء ، أو خلل في وظائف الإنزيمات والهرمونات التي تساعد أجهزة الجسم في أداء مهامها اليومية .

لقد كان اعتقاد الناس في الماضي أن الأمراض التي تصيبهم سببها واحد فقط وهو الجراثيم ، وهذا اعتقاد خاطئ تبين للإنسان مع تقدم العلم .

ولاشك أن الأمراض التي يصاب بها الفرد لها أسباب عديدة غير الجراثيم ، ومنها التلوث ، والحوادث ، وسوء التغذية ، بالإضافة إلى بعض المسببات النفسية والاجتماعية ، ولكن الميكروبات تبقى أكثر المسببات ، ويؤكد ذلك الغنيم (١٤١٨:٥٣٥) الذي أوضح أن "مسببات المرض الحيوية تعتبر المسبب الأكبر للأمراض في البيئات المختلفة وهي : الفيروسات ، والبكتيريا ، والفطريات " . وقد يعود السبب في ذلك لأنها دقيقة جداً ، لا ترى إلا بالمجهر ، فيصعب على الإنسان توقيها مهما بذل من احتياطات .

٥- الحوادث :

تعتبر الحوادث من أهم المخاطر الصحية التي تنتشر في جميع البلدان على حد سواء ، النامية منها والمتطورة . ولكنها تبقى بقدر أقل في المجتمعات المتطورة ، نظراً لوضع التدابير الوقائية على أسس علمية ، والدقة في تطبيقها .

وقد جاء في تقرير منظمة الصحة العالمية (١٩٨٠ : ٢٢٠) أن " الحوادث تعتبر وباءاً عالمياً حقيقياً " . أي أنها قد توازي الأمراض في الفتك بالكثير من الأفراد .

وقد بين القمش وآخرون (١٤٢٠ : ٢١١) أن " معدل الوفيات والعاهات المستديمة الناتجة من الحوادث زاد أخيراً في كل بقاع العالم على التقريب " .

لقد تنوعت الحوادث وزادت مع التقدم الصناعي والتقني ، فهناك حوادث وسائل النقل ، وحوادث المصانع ، والحوادث المنزلية ، والرياضية ، وغيرها .

ولاشك أن حوادث وسائل النقل هي أكثر الحوادث التي تؤدي إلى الإصابات أو الوفاة ، وذلك للتطور المطرد في الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية في الكثير من المجتمعات .

وقد أورد السباعي (١٤٠٨ : ٨٧) أن " إصابات الطرق تعد من الأسباب الرئيسية للوفيات في العالم ، وفي بعض البلدان تضاعفت المشكلة عدة مرات في خلال عقد واحد من الزمن إلى أن أصبحت السبب الرئيسي للوفاة بين الذكور من البالغين " .

إن التطور المذهل الذي شهدته المملكة العربية السعودية في المجال الاقتصادي ، والاجتماعي ، خلال فترة زمنية قصيرة قد ساعد على زيادة القدرة الشرائية للكثير من السكان للأجهزة والآلات المختلفة ، وهذا قد ساهم في زيادة الحوادث بأنواعها وخاصة حوادث المركبات .

إن الواجب على الجميع المساهمة في الحد من الحوادث وذلك بالاهتمام بمبادئ السلامة والوقاية من الحوادث المختلفة ، والتعرف على مبادئ الإسعافات الأولية بعد وقوع الحادث وذلك للمساهمة في عملية الإنقاذ بدلاً من الاكتفاء بالفرجة على المصابين ومن يسعفهم ، أو المشاركة في الإنقاذ بطريقة خاطئة قد تزيد من تفاقم الإصابة . وقد بينت الدراسة التي أجريت في مستشفى الرياض المركزي (السباعي ، ١٤٠٨ : ٢١١) أنه " قد وجد أن الوفيات من حوادث الطرق تحدث غالباً إما في مكان الحادث أو أثناء نقل المصاب إلى المستشفى " ، وفي هذه النتيجة إشارة إلى أهمية تدريب الأفراد على مبادئ الإسعافات الأولية ، والتركيز على طلاب المدارس لأنهم يشكلون شريحة كبيرة من المجتمع ، ولأن فئة الشباب هم الأكثر تعرضاً للحوادث .

إن تدريب الطالب على الإجراءات التي تتخذ عند وقوع الحوادث من شأنه أن يؤدي إلى تقليل الإصابات ، وتخفيف الآلام ، وتلاشي المضاعفات التي تحدث بسبب الجهل بأساليب الإسعافات الأولية السليمة.

ولا يفوتنا هنا أن نشير إلى أهمية توعية الطلاب بأسباب الحرائق وكيفية التعامل معها ، وخاصة إذا علمنا أن الكثير منها يسببها الصغار فقد ورد عن إدارة الإحصاء بالدفاع المدني (١٤١٦ : ٢) أن " عبث الأطفال يمثل ٢٥% من مجموع الحرائق ، وهو السبب الثاني من أسباب الحرائق في المملكة " .

إن الحوادث على اختلاف أنواعها أضحت مشكلة صحية كبرى في جميع الدول ، وفي المملكة بصفة خاصة ، بسبب دخول الآلات في جميع شئون حياتنا ، وعدم اتباع إرشادات السلامة في استخداماتها ، وإنه من الواجب أن تتكاثف الجهود بين مختلف الجهات للحد من خطورتها ، والوقاية منها قبل حدوثها ، وذلك بالتوعية المستمرة للأفراد ، والتركيز في ذلك على طلاب المدارس ، وتضمين المناهج الدراسية مبادئ الوقاية من الحوادث ، ومبادئ الإسعافات الأولية .

و هذه بعض الإحصائيات من وزارة الداخلية (٦٢:١٤٠٥) فيما يتعلق بحوادث المرور للعام ١٤٠٥هـ :

(١) تحليل الحوادث حسب نوعية كل منها لعام (١٤٠٥هـ) :

مع سيارة	جسم ثابت	دعس مشاة	انقلاب	أخرى	إجمالي
٩٥٤	١٥٢	٨٥٢	٢٣٩	٣٤	٢٢٣١
%٤٢,٨٩	% ٦,٨١	%٣٨,١٧	%١٠,٦٤	%١,٥	%١٠٠

(٢) تحليل عدد المشتركين في الحوادث حسب حالة كل منهم لعام (١٤٠٥هـ) :

عدد المتوفين	عدد المصابين	سليم	إجمالي الأشخاص
٢٤٣	٣٠٩٥	٢٠٨٨	٥٤٢٦
% ٤,٥	% ٥٦,٨٨	%٣٨,٦٢	% ١٠٠

٦- الأدوية :

يعتبر الدواء من الأشياء التي يتعامل معها الفرد ويستخدمها بصفة مستمرة ، فهو مرتبط بالمرض ، وحيث أن جسم الإنسان يتعرض للأمراض المختلفة (العضوية والنفسية) فإنه لا بد من علاج لهذه الأمراض ، حيث أنه لا يوجد داء إلا وله الدواء الذي يناسبه ويقضي عليه ، وسواء اكتشفه الإنسان أم لم يكتشفه ، ففي الحديث أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " إن الله لم ينزل داء إلا أنزل له شفاء ، علمه من علمه ، وجهله من جهله " أخرجه أحمد ج ٢ / ٢٧٨ .

إن الإنسان يجب أن يأخذ بالأسباب في علاج الأمراض ، ومن أهمها البحث عن العلاج المناسب بقدر الحاجة ، فقد بين ابن القيم (١٤١٨ : ٩) أنه " لا ينبغي للطبيب أن يكون مولعاً بسقي الأدوية ، وقد اتفق الأطباء على أنه متى أمكن التداوي بالغذاء لا يعدل عنه إلى الدواء " .

ولأن الدواء قد أصبح من ضروريات الحياة ، و لا يخلو منه بيت تقريباً ، فإن الواجب توعية الأفراد بكيفية التعامل الصحيح مع الأدوية ، سواء في الاستخدام أو في الحفظ ، لأن الدواء سلاح ذو حدين ، فكما أنه نافع للإنسان فإنه قد يكون ضاراً ، بل وقتلاً في أحيان أخرى .

إن الواجب على المناهج الدراسية وبخاصة مادة العلوم أن تقدم للطالب بعض المعلومات والخبرات ، التي تبصره بكيفية التعامل مع الدواء للاستفادة منه من جهة ، ولتجنب مخاطره من جهة أخرى .

٧- التلوث و السموم :

تتعرض البيئة من حولنا للعديد من الملوثات التي تعكر صفوها ، فتلوث الغذاء ، والماء ، والهواء، وهذه الملوثات ترتبط ارتباطاً طردياً مع التقدم الصناعي والتقني في مختلف البلدان . ويعرف القمش (١٤٢٠ : ٣٨) التلوث بأنه " اختلاف في تركيب البيئة الطبيعية يهدد حياة الكائنات الحية من نبات وحيوان وإنسان " ، أي أنه يحدث خللاً في الطبيعة التي خلق الله مكوناتها بتوازن عجيب .

إن تلوث الهواء من أخطر أنواع التلوث على صحة الإنسان ، والذي يعتبر المتسبب الأول في تلويثه ، ويؤكد ذلك أبو الرب (١٤١٦ : ١٠٠) بقوله : " إن مفسدات الهواء كثيرة ولكنها في الأغلب من نتاج عمل الإنسان " . فالإنسان يلوث الهواء دون عمد ، ولكن بسبب سعيه الحثيث في التقدم الصناعي والتقني ، حيث زادت أعداد المصانع ، والمركبات ، وغيرها من الآلات التي تطلق العديد من الغازات السامة التي تؤثر على جميع الكائنات الحية .

وقد أوجز القمش (١٤٠٣ : ٣٩) أسباب التلوث الجوي في العوامل التالية :

- تحويل الطاقة ، وينتج عنه معظم حالات التلوث في الجو .
- الآلات الحديثة والأجهزة التكنولوجية العصرية .
- السيارة ، وما تنفثه أنابيب الاحتراق فيها من أول أكسيد الكربون .
- وسائل المواصلات البرية والجوية والبحرية الأخرى .
- التدخين .
- التلوث الذري أو الإشعاعي .

ومن أنواع التلوث وأخطرها تلوث الماء الذي يعتبر سر الحياة وعمادها ، قال الله تعالى : { وجعلنا من الماء كل شيء حي أفلا تعقلون } الأنبياء (٣٠) ، ولأهميته حدثت الحروب والنزاعات بين العديد من الدول ، ومازالت إلى يومنا هذا .

إن التلوث المائي يؤدي إلى عواقب وخيمة ، وقد أشار عبد الحميد (١٤٢٠ : ٢٧) إلى " أن ٨٠٪ من أمراض الكوليرا والتيفوئيد والبلهارسيا على مستوى العالم يرجع سببها إلى تلوث المياه " .

ومن أنواع التلوث تلوث الغذاء وتسممه ، وفي هذا خطورة على الكائنات الحية التي تتناوله سواء كانت نباتات أو حيوانات .

ويعرف أبو الرب (١٤١٦ : ١٣٦) تلوث الطعام بأنه " وقوع أي من مسببات الأمراض في الطعام ، وهذا يختلف عن الطعام المغشوش ، حيث أن الطعام المغشوش هو أي تعديل في مكونات الطعام أو إخفاء تاريخ الصلاحية والانتهاء " .

وقد بين عبد الحميد (١٤٢٠ : ١١) أن " التلوث الغذائي عرف منذ عام ٤٨٠ قبل الميلاد في حادثة فقد الشاعر اليوناني بريبديدس لزوجته وثلاثة من أبناءه ، عقب تناولهم لفطر سام على سبيل الخطأ " .

إن الغذاء قد يتلوث نتيجة مرور وقت طويل على تخزينه وتعليبه ، حيث نرى الصحف اليومية تطالعنا على فترات باكتشاف لبعض حالات الغش ، مثل بيع السلع المنتهية الصلاحية فتقوم الجهات المختصة بمصادرتها وإتلافها .

ومن مصادر التلوث البيئي المهمة ما يعرف بالفضلات والتي تزداد بازدياد عدد السكان وتنوع نشاطاتهم ، وهي تلوث البيئة حيث أنه ينبعث منها الروائح الكريهة ، والغازات الضارة ، وتكون بيئة خصبة لتكاثر الحشرات والقوارض ، وهذا يساعد على انتشار الأمراض .

وإن مما يزيد من تفاقم مشكلة الفضلات هو القيام بحرقها في أماكن قريبة من التجمعات السكانية ، مما ينتج عنه تلوث للهواء الجوي بالغازات السامة الناتجة عن عملية الاحتراق مثل غازي أول وثاني أكسيد الكربون .

وهناك نوع آخر من الفضلات ، يجب التعامل معها بطرق علمية ، وهي الفضلات الآدمية ، أو ما يسمى بالصرف الصحي ، حيث يجب اتباع الطرق السليمة في التصريف لكي لا تؤثر على البيئة وتكون سبباً للعديد من المشاكل الصحية .

إن الطالب في المرحلة المتوسطة يجب أن يعرف الكثير عن التلوث ، وخاصة ما يتعلق بالهواء والغذاء والماء ، ويتعرف على أهم مسببات التلوث للحذر منها وأخذ الحيطة ، كما

يجب أن يعرف الطرق العلمية للتعامل مع الأشياء الملوثة ليجنب نفسه ومجتمعه مخاطرها ،
وليساهم في المحافظة على صحة البيئة التي يوجد بها ، لتبقى سليمة بقدر الإمكان .
إن المناهج الدراسية في المرحلة المتوسطة يجب أن تساهم في توعية الطلاب وتبصيرهم
بكيفية التعامل مع التلوث لتبقى البيئة سليمة وجميلة على الدوام .

٨- التدخين والمسكرات :

أ- التدخين :

يعتبر التدخين كارثة اقتصادية وصحية على معظم المجتمعات والدول ، لأن فيه ضياع
لأهم مدخرات الأمم كالمال والأنفس ، وفيه تدمير لأهم فئات المجتمع وهي فئة الشباب .
إن التدخين ينتشر بسرعة كبيرة بين الأفراد وخاصة الشباب من الجنسين ، ويساهم
في ذلك الشركات المنتجة بإعلاناتها البراقة المزيفة التي تغري الشباب وتوقعهم في حبال
هذا الداء الخبيث .

ويعتبر التدخين انتحاراً بطيئاً يقتل الفرد به نفسه بماله الذي تعب من أجل الحصول
عليه ، فيعتمد إلى شراء هذا السم وإدخاله إلى جسمه فيسبب له الكثير من الأمراض ، وهذا
ما يؤكد عرفه (١٤١٨ : ١٧١) الذي يرى أن " للتدخين أضراراً أكيدة على الصحة ، إذ
يسبب حدوث السرطان ، كسرطان الرئة ، وسرطان الحنجرة ، وسرطان الفم ، وسرطان
المثانة ، الخ " .

ويعتبر التدخين خسارة اقتصادية من ناحيتين ، فمن ناحية نجد أنه تصرف عليه الأموال
الطائلة، ومن ناحية تصرف الدول الكثير من المال في علاج الأمراض الناتجة عن التدخين .
ويؤكد شحاته (١٩٨٨ : ٤٢) أن " تدخين السجائر يعد عبئاً ثقيلاً على الاقتصاد ، إذ
يستقطع من ميزانية أي دولة أموالاً طائلة تتفق في إنتاج السجائر أو في العناية الطبية
للأمراض المرتبطة بالتدخين ، أو الدعاية لها أو الحملات المضادة " .

وبالنسبة للمملكة فقد بينت اللجنة الخيرية لتوعية الشباب بأضرار التدخين (١٤١٣ : ٦٣)
أن " المملكة لا تكسب أي شيء من استيراد التبغ ، حيث تدفع أكثر من ألف مليون ريال
سنوياً ثمناً للتبغ المستورد، وتتفق آلاف الملايين في مداواة المرضى بسبب التدخين " .

إننا نؤكد على ضرورة مكافحة المستمرة للتدخين من جميع أفراد ومؤسسات المجتمع ،
فالمدخن لا يضر نفسه فقط بل يتعدى ضرره إلى الآخرين الذين يخالطونه ، وقد بين القمش

(١٤٢٠ : ٤٠) أن " التدخين يلحق أضراراً بالآخرين أثناء العمل ، وفي الأماكن العامة ، وغرف النوم ، والمنازل ، وقد ثبت أن مرافقي المدخنين يتناولون حوالي ٣٠٪ من المادة الناتجة في الهواء " .

ونؤكد على ضرورة المكافحة لأن عادة تدخين السجائر أصبحت من أكثر العادات شيوعاً ، ورسوخاً في هذا العصر ، وهي عادة ضارة وقد تكون قاتلة ، فعلى سبيل المثال يوضح شحاته (١٩٩٨ : ٢٥) أنه " في أمريكا وحدها يموت نتيجة الإصابة بالأمراض التي يسببها التدخين أكثر من خمسة أضعاف الذين يموتون نتيجة الحوادث " .

وقبل ذلك يجب محاربة التدخين لتحريم شريعتنا الغراء له ، لأن الضرر الكبير الغالب ممنوع شرعاً بإجماع المسلمين ، لقول النبي صلى الله عليه وسلم : " لا ضرر ولا ضرار " رواه أحمد ج ١ / ٣١٣ ، ولقول الله تعالى : { ويحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث ويضع عنهم إصرهم } الأعراف (١٥٧) . ولا يمكن لعاقل أن يصنف الدخان من الطيبات ، بل هو فعلاً من الخبائث والتي ثبت ضررها الصحي والاقتصادي .

إن مناهجنا يجب أن تتضمن في محتواها ما يشير إلى التدخين وذلك بتوضيح الأضرار الصحية والدينية والاقتصادية ، وذلك لوقاية الأفراد من تلك الأضرار ، ومنعهم من الوقوع في هذه العادة السيئة ، وبخاصة طلاب المدارس المتوسطة الذين يمرون بسن حرجة ، وفيها يحاولون التعرف على كل شيء وتجربته دون تفكير في العواقب .

ب - المسكرات والمخدرات :

إن الواقع الحالي للكثير من مجتمعاتنا ليوحى بالخطر الداهم الذي يهدد مستقبل شبابنا ، فإيقاع الحياة يزداد سرعة وتعقيداً يوماً بعد يوم ، وتجار هذه السموم يكتفون من نشاطاتهم لبث سمومهم في كل قطر لتحقيق مكاسبهم المادية على حساب صحة شبابنا ومخدرات أمتنا . وقد حرم الإسلام المسكرات والمخدرات ، قال تعالى : { إنما الخمر والميسر والأنصاب والأزلام رجس من عمل الشيطان فاجتنبوه لعلكم تفلحون } المائدة (٩٠) . وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (كل مسكر خمر وكل خمر حرام) رواه مسلم ج ٣ / ١٥٨٥ .

إن تعاطي الخمر والمسكرات دليل على ضعف الإيمان ، وضعف صلة المخلوق بخالقه ، وفيه مخالفة صريحة لقائدنا وقودتنا محمد صلى الله عليه وسلم ، والذي أمرنا باجتناّب هذه السموم كما ورد في قوله تعالى في الآية السابقة { فاجتنبوه لعلكم تفلحون } وهذا أمر إلهي ، وفيه كل الخير للبشرية فيما لو عملنا به وتمثلناه في سلوكياتنا .

إن مخالفة هذا الأمر الإلهي لا يضر بالصحة فحسب ، بل يتعدى ذلك إلى الإضرار بالأخلاق ، والعبادات ، وارتكاب المعاصي على اختلاف أنواعها ودرجاتها .

إن من أهم ما يفقده المتعاطي هو التفريط في الركن الثاني من أركان الإسلام وعماده وهي الصلاة . قال تعالى { إنما يريد الشيطان أن يوقع بينكم العداوة والبغضاء في الخمر والميسر ، ويصدكم عن ذكر الله وعن الصلاة فهل أنتم منتهون } المائدة (٩١) .

وقد سمي الرسول صلى الله عليه الخمر بأُم الخبائث ، فعن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما أن الرسول صلى الله عليه وسلم قال: (الخمر أم الخبائث ، ومن شربها لم يقبل الله منه صلاة أربعين يوماً ، ومن مات وهي في بطنه مات ميتة جاهلية) الدارقطني ج ٤ / ٢٤٧ ويكفي أن نعلم أن المتعامل مع هذه السموم مطرود من رحمة الله سواء كان بائعاً ، أو مستخدماً ، أو غير ذلك ، فقد روى الترمذي عن أنس رضي الله عنه قال: (لعن رسول الله صل الله عليه وسلم في الخمر: عاصرها ومعتصرها وشاربها وساقيتها وحاملها والمحمولة إليه وبائعها ومبتاعها وآكل ثمنها) ج ٣ / ٥٨٩ .

إن تناول المخدرات ليست معصية واحدة كما يعتقد البعض ، بل هي معصية مركبة ، لأن المتعاطي سوف يذهب عقله ، وإذا ذهب العقل فرط في الصلاة وسائر العبادات وانتهك المحرمات على اختلاف أنواعها .

وقد بين البار (١٤٠٨ : ٣٢) أن " الخمر يؤدي إلى سلوك عدواني وإلى حدوث جرائم القتل والاغتصاب ، وثبت أن ٨٦٪ من جرائم القتل و ٥٠٪ من جرائم الاغتصاب تمت تحت تأثير الخمر كما ذكرت منظمة الصحة العالمية ١٩٨٠ " . وقد صدق الرسول صلى الله عليه وسلم عندما سماها بأُم الخبائث ، فهاهو الواقع يثبت أنها السبب الأول والمباشر للكثير من المشكلات والجرائم في جميع أنحاء العالم .

٩- الصحة النفسية :

تعتبر الصحة النفسية أحد أهم جوانب التربية الصحية ، والتي ينبغي الاهتمام بها كما يهتم بصحة الجسد ، فهما يكملان بعضهما البعض ، وكل منهما يؤثر في الآخر تأثيراً مباشراً .

ويعرف مغاريوس الصحة النفسية بأنها : " مدى نجاح الفرد في التوافق الداخلي بين دوافعه ونوازعه المختلفة ، وفي التوافق الخارجي في علاقته ببيئته المحيطة بما فيها من موضوعات وأشخاص " .

ولاشك أن الحالة النفسية للمتعلم تلعب دوراً كبيراً في فهم الطالب واستيعابه لما يتعلمه من علوم ومهارات ، فالطالب ذو الصحة النفسية الرديئة لا يمكن له أن يتعلم إلا بعد التخلص من المعوقات النفسية التي تعترض طريقه .

وهناك العديد من المشكلات النفسية التي يتعرض لها شباب اليوم نتيجة لظروف الحياة العصرية ، والمشكلات التي أفرزتها المدنية الحديثة بتعقيداتها وصخبها الدائم .

وإن من أهم الأمور التي تؤثر سلباً على نفسيات الشباب في هذا الزمان ، ما يسميه مانع (١٤١٥ : ٤١) بصراع الأجيال ، حيث يرى أن "صراع الأجيال يؤدي إلى التوتر والمشادة والجفاء ، وأن هذه المرحلة مرحلة قلق في حياة الأبناء وتوتر دائم ، وفيها عدم تحقيق لمطالب الأمن النفسي ، وتهديد للشعور بعدم الرضا " .

إن المدرسة المتوسطة يجب عليها أن تسهم إسهاماً مباشراً في تحقيق التوافق النفسي لطلابها من خلال ما تقدمه من خلال ما تقدمه لهم من معلومات ضمن مناهجها الدراسية ، وهي بالتالي تكون قد أدت رسالتها التربوية على الوجه المأمول ، وهي تساهم في وقاية الطلاب من الانحرافات النفسية من خلال عقد المحاضرات للطلاب وأولياء أمورهم من أجل توعيتهم بأهمية الصحة النفسية في عملية التعلم .

ويؤكد الجيماز وorman (١٩٩٣ : ٣٠) على " ضرورة أن تقوم المدرسة بعمل اختبارات سيكولوجية للطلاب من فترة لأخرى وإنشاء عيادة نفسية ، وتسجيل حالات الطلاب النفسية طوال العام الدراسي من خلال سجلات خاصة للصحة " .

إن المدرسة المتوسطة يجب عليها أن تساهم في السيطرة على انفعالات الطالب ، والعمل على توجيهها نحو الاستقرار ، ونحو الهدوء الانفعالي ليصبح الطالب أكثر ثباتاً في أخذ قراراته ، وأقل اندفاعاً في تصرفاته ، والتعبير عن مشاعره .

وكما أن المدرسة تساهم في الإرشاد التربوي ، فإنه يجب عليها المساهمة في الإرشاد النفسي ، وقد ورد في دليل المعلم (١٤١٨ : ٢٧٢) أن " الإرشاد النفسي عملية مخططة مستمرة تهدف إلى مساعدة الطالب كي يعرف نفسه ، ويفهم ذاته من كافة الجوانب ، بما يمكنه من تحديد مشكلاته وحاجاته ، واتخاذ قراراته الخاصة بحل مشكلاته ذاتياً " .

إن الصحة النفسية تورث للطلاب السعادة مع نفسه ومع الآخرين ، وهذا الأمر يساعده على التفوق في جميع مجالات الحياة وبالأخص جانب التعلم ، ويبرز هنا دور المنهج

المدرسي بكافة عناصره ، وبخاصة الكتاب المقرر تدريسه للطلاب ، وأن يكون خير معين له في الرقي بصحته النفسية، وبالتالي مساعدته في مواجهة الحياة اليومية المتغيرة.

١٠- الصحة الروحية :

إن التعليم العام يجب أن يوجه الطالب إلى التفكير في عظمة الخالق سبحانه وتعالى ، من خلال النظر بتدبر في كل ما يحيط به من مخلوقات في الكون الذي يعيش به ، بهدف تقوية الإيمان لديه ، وهذا من أهم مقاصد التربية الإسلامية .

لقد جاء في الفقرة الثانية من سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية (نقلاً عن دليل المعلم ، ١٤١٨ : ١٦) أن الطالب لابد أن يكون لديه " التصور الإسلامي الكامل للإنسان والكون والحياة ، وأن الوجود كله خاضع لما سنه الله تعالى ليقوم كل مخلوق بوظيفته دون خلل أو اضطراب " .

إن المناهج الدراسية يجب على اختلاف تخصصاتها أن تربط المخلوق بالخالق ، وأن لا تركز فقط على إيصال المعلومات التخصصية فقط للطلاب ، بل يجب ربط كل ما يتعلمه الطلاب بقدرة الخالق سبحانه وتعالى .

إن المدرسة يجب أن تربي طلابها على العمل الجاد من أجل تحقيق الهدف الأسمى الذي خلقوا من أجله وهو عبادة الله سبحانه وتعالى ، قال تعالى : { وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون } الذاريات (٥٦) ، وكذلك تربيتهم لتحمل المسؤولية العظمى التي وكلهم بها خالقهم وهي الاستخلاف في الأرض ، قال تعالى : { وإذ قال ربك للملائكة إني جاعل في الأرض خليفة } البقرة (٣٠) .

إن المناهج الدراسية يجب أن تسير بالطلاب بعيداً عن الأفكار الهدامة التي ينادي بها أهل الكفر والإلحاد ، واللذين ينسبون الكثير من الأمور التي تحدث في الكون إلى الطبيعة ، وأنها تعطي وتمنع وتخلق الأشياء وتعطيها صفاتها التي تميزها ، وهذه أفكار إلحادية تأبأها الفطرة السليمة ، ولا يقبلها العقل البشري ، وقبل ذلك يرفضها ديننا الحنيف .

إنه من الواجب أن تتضمن المناهج الدراسية الكثير من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة ، في جميع المواد الدراسية التي يتلقاها الناشئة في جميع المراحل التعليمية ، وفي مادة العلوم على وجه الخصوص ، لأنها تحوي العديد من الموضوعات التي تتكلم عن الكون وما فيه من مخلوقات سواء كانت حية أم غير حية . قال الله تبارك

وتعالى : { ما فرطنا في الكتاب من شيء } الأنعام (٣٨) ، أي أننا يمكن أن نجد الكثير من النصوص الاستدلالية من القرآن والسنة ، والتي تناسب معظم التخصصات العلمية ، وتساهم في شرحها ، وتبين بعض المفاهيم التي قد يصعب فهمها واستيعابها .

ثالثاً - تحليل المحتوى :

يعتبر أسلوب تحليل المحتوى - المضمون - أحد أساليب المنهج الوصفي ، وهو أسلوب يهتم بدراسة الظاهرة كما هي ، والتعبير عنها كمياً وكيفياً .

وقد وردت العديد من التعاريف لأسلوب تحليل المحتوى ، ومن أشهر تلك التعاريف تعريف بيرلسون الذي ذكره البكر (١٤١٥ : ٧٥) وهو " عبارة عن طريقة بحث يتم تطبيقها من أجل الوصول إلى وصف كمي هادف ومنظم لمحتوى أسلوب الاتصال " .

ونقل اليحيوي (١٩٩٧ : ١١٣) تعريف كلاوس الذي يرى أن تحليل المحتوى هو " وسيلة تستخدمها البحوث والدراسات لإصدار تعميمات دقيقة ، يتوافر لها قدر مناسب من الثبات والصدق حول خواص مضمون معلومات متبادلة من واقع سياق المضمون وصياغته " .

وأورد البراك (١٤١٩ : ٧٦) تعريف هولستي الذي يعرف أسلوب تحليل المحتوى بأنه " أسلوب منظم ومرتب لتطبيق الطريقة العلمية للإثبات المستندي المدعم بالوثائق " .

ويرى الباحث أن أسلوب تحليل المحتوى هو أحد أساليب المنهج الوصفي الذي يدرس الظاهرة كمياً وكيفياً ، وذلك بتحليل مصادر المعلومات بطريقة منظمة ، وإصدار أحكام ، وتعميمات حول تلك الظاهرة .

ويعد أسلوب تحليل المضمون أحد الأساليب المهمة لدراسة الكتب والمقررات ، ومعرفة مدى جدواها من عدمه ، والعمل بالتالي على تطويرها ، وتحديثها لتواكب التغيرات المتسارعة في مختلف العلوم .

ويؤكد السرياقوسي (د.ت : ٤٦١) على أن " طريقة تحليل المضمون أو المحتوى ، تستخدم في تحليل المادة التي تقدمها وسائل الاتصال المختلفة كالكتب ، والصحف ، والمجلات ، والأفلام ، وبرامج الراديو والتلفزيون " .

وقد يعتقد البعض أن أسلوب تحليل المضمون من أنواع الدراسات التاريخية ، وهذا تصور خاطئ ، حيث أنه أحد أهم أساليب المنهج الوصفي ، ويمكن توضيح الفرق بين المنهج الوصفي والتاريخي في النقطتين التاليتين :

١-بين العساف (١٤١٦ : ٢٣٥) أنه " في البحث الوثائقي يتم التحليل كيفياً ، ويعتمد على استنباط الأدلة والبراهين من الوثائق ، بينما في تحليل المحتوى يتم التحليل كمياً ، ويعتمد على التكميم ، أي الحصر العددي لوحدة التحليل المختارة " .

٢-أوضح عريفج وآخرون (١٩٨٧ : ١١٣) أن " الدراسات التاريخية تتناول وثائق من مخلفات الماضي ، بينما تتناول دراسات تحليل المضمون وثائق تسجل أوصاف الواقع الراهن " .

ويتضح لنا مما سبق اختلاف الدراسات الوثائقية التاريخية عن دراسات تحليل المضمون ، والتي تركز على دراسة الظاهرة كما هي عليه الآن ، وهذا يزيد من كفاءة وأهمية هذا الأسلوب لأنه يتناول وثائق أصلية ، موجودة لدى الباحث وممثلة للواقع بصدق .

وحدات التحليل :

هناك العديد من الوحدات التي يعتمد عليها في دراسات تحليل المضمون ، ويمكن الاعتماد على أحدها ، أو على أكثر من وحدة في نفس الدراسة .

وقد حدد العالم بيرلسون خمس وحدات أساسية ومهمة للتحليل ، تستخدم على نطاق واسع في دراسات تحليل المضمون ، وقد ذكرها العساف (١٤١٦ : ٢٤١ - ٢٤٢) وهي على النحو التالي :

١-الكلمة : وفيها يقوم الباحث بحصر كمي للفظ معين له دلالاته ، ومقدار تكراره مثلاً في صحيفة أو عدد من الصحف .

٢-الموضوع : وهو إما جملة أو أكثر تؤكد مفهوماً معيناً ، سياسياً ، أو اجتماعياً ، أو تربوياً ، وتمثل أكبر وأهم وحدات تحليل المحتوى .

٣-الشخصية : ويقصد بها الحصر الكمي لخصائص وسمات محددة ترسم شخصية معينة .

٤-المفردة : وهي الوحدة التي يستخدمها المصدر في نقل المعاني والأفكار مثل الكتاب والمقال والرسالة وغيرها .

٥-الوحدة القياسية أو الزمنية : وهي الوحدة التي يقوم فيها الباحث بحصر كمي لطول المقال أو عدد صفحاته ، أو حصر كمي لمدة النقاش .

قواعد عملية تحليل الموضوع :

هناك العديد من القواعد التي يجب على الباحث مراعاتها ، ومن أهمها ما يلي :

- ١- قراءة كل موضوع من موضوعات مقرر العلوم قراءة متأنية ماحصة .
- ٢- استخراج ما يحتويه مضمون كل موضوع من جوانب التربية الصحية بشكل صريح.
- ٣- تحديد عدد مرات (التكرارات) : تناول محتوى كل موضوع لجوانب التربية الصحية بعناصرها المختلفة ، والتي شملتها أداة البحث باستخدام علامات تكرارية.
- إن التحليل الثابت يجب أن يقيس ما وضع من أجل قياسه و يجب التأكد من ثبات التحليل أي أننا إذا قمنا بإعادة الاختبار أو التحليل في نفس الظروف فإننا نحصل على نفس النتائج ، أو على نتائج قريبة من نتائج التحليل الأول . ويمكن الحصول على صدق التحليل بطرق متعددة ، كأن نقوم بتحليل فقرات الأداة ومدى ارتباطها بالنتائج التي يقيسها التحليل ، أو بقدرة التحليل على التنبؤ .

مميزات أسلوب تحليل المحتوى :

- يتميز أسلوب تحليل المحتوى بالعديد من الصفات الإيجابية التي جعلته أحد الأساليب المهمة في البحث في مختلف العلوم السلوكية، وصاغ طعيمة (١٤٠٧ : ٢٤) أهم مميزات أسلوب تحليل المحتوى في عدة نقاط ، من أهمها ما يلي :
- ١- أنه أسلوب للوصف الموضوعي لمادة الاتصال .
 - ٢- الموضوعية صفة أساسية من صفات تحليل المحتوى .
 - ٣- أسلوب منظم ، حيث يحكم عملية التحليل خطة عملية واضحة .
 - ٤- أسلوب عملي مهم لتطوير العلوم الإنسانية .
 - ٥- أنه يتناول الشكل والمضمون معاً .
 - ٦- لا يقتصر على الناحية الكمية ، بل يتعداه إلى الكيفية .
 - ويضيف العساف (١٤١٦ : ٢٤٣) المميزات التالية :
 - ٧- وجود مصدر المعلومة لدى الباحث .
 - ٨- بواسطته يمكن معرفة آراء ، واتجاهات ، وقيم قد لا يمكن الحصول عليها بواسطة الاتصال المباشر بأصحابها .
 - ٩- دواعي تحيز الباحث في تحليل المحتوى اقل منها في الطرق الأخرى .

إن المزايا السابقة الذكر لأسلوب تحليل المحتوى لكفيلة بأن يأخذ هذا الأسلوب مكانته المرموقة بين أساليب البحث الأخرى ، وأن يستخدم على نطاق واسع في الدراسات الإنسانية ، وبخاصة في مجال الدراسات التربوية التي تحتاج إلى مزيد من الدراسات للرقى بالميدان التربوي برمته ، وهذا يعود بالفائدة على جميع عناصر المنهج وبخاصة الطالب والمقررات التي يدرسها ومن ضمنها مقررات العلوم ، ولهذا يجب على واضعي المناهج الدراسية التعرف على أهم المهارات التي يجب أن يعمل المربون على إكسابها للطلاب ، والتعرف على الأخطاء التي يقع فيها العديد من الطلاب في دراستهم ، وحياتهم المدرسية واليومية ، والعمل جاهدين على تلافيها والحد منها ، وبخاصة ما يتعلق بالنواحي الصحية التي تلعب دوراً مهماً في تحديد مسار الطالب العلمي والعمل في حال الانتهاء من المراحل الدراسية ، أو ترك التعليم بالكلية لأي سبب من الأسباب .

الفصل الثالث

منهجية الدراسة وإجراءاتها

الفصل الثالث

منهجية الدراسة وإجراءاتها

تناول الباحث خلال هذا الفصل بعرض منهجية الدراسة ، وذلك من خلال توضيح المواضيع المتعلقة بإجراءات الدراسة ، وهي :

أولاً - منهج الدراسة :

تم في هذه الدراسة اتباع أسلوب تحليل المحتوى (المضمون) ، وهو أحد الأساليب الشائعة الاستخدام في الدراسات التربوية ، وهو أسلوب يتبع المنهج الوصفي التحليلي ، وقد ذكر عبيدات وآخرون (١٩٨٧ : ٢٨٧) أن " المنهج الوصفي هو الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً أو كمياً " . وهذا يعني أن دراسة الظاهرة تتم في هذا الأسلوب بطريقة علمية منظمة ، وبالتالي التوصل إلى نتائج واقعية ودقيقة حول موضوع الدراسة .

وقد قام الباحث بتحليل محتوى فصول كتب العلوم المقرر تدريسها لطلاب المرحلة المتوسطة بهدف الوصول إلى حكم موضوعي حول ما تحتويه من معلومات وأفكار صحيحة ، وقد تم استخدام بطاقة تشمل جوانب التربية الصحية التي سوف ندرسها في هذه الدراسة ، لتكون تلك البطاقة معياراً يتم من خلالها الحكم على مدى توفر كل جانب من الجوانب الصحية ، وفي البطاقة يتم حساب التكرارات لكل جانب ، ثم حساب النسبة المئوية .

ثانياً - مجتمع وعينة الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من المحتوى الذي تتضمنه كتب العلوم المقررة على طلاب المرحلة المتوسطة للبنين للعام الدراسي ١٤٢٢هـ ، ويمكن توضيح ما تشتمل عليه تلك الكتب في الآتي :

١- كتاب العلوم للصف الأول المتوسط :

أ - كتاب الفصل الدراسي الأول ، ويشتمل على التالي :

- وحدتين دراسيتين ، (٨) فصول ، (١١٠) صفحة .

ب- كتاب الفصل الدراسي الثاني ، ويشتمل على التالي :

- وحدتين دراسيتين ، (٩) فصول ، (١٦٦) صفحة .

٢- كتاب الصف الثاني المتوسط :

أ- كتاب الفصل الدراسي الأول ، ويشتمل على التالي :

- وحدتين دراسيتين ، (٦) فصول ، (١١٣) صفحة .

ب- كتاب الفصل الدراسي الثاني ، ويشتمل على التالي :

- وحدتين دراسيتين ، (٥) فصول ، (١٢١) صفحة .

٣- كتاب الصف الثالث المتوسط :

أ- كتاب الفصل الدراسي الأول ، ويشتمل على التالي :

- وحدتين دراسيتين ، (٧) فصول ، (١١٣) صفحة .

ب- كتاب الفصل الدراسي الثاني ، ويشتمل على ما يلي :

- ثلاث وحدات دراسية ، (٦) فصول ، (١٠٥) صفحة .

وقد تم تحديد الصفحات التي يشملها كل كتاب وذلك بحذف كل صفحة ليس لها علاقة بالدراسة ، وليس هناك جدوى من وضعها ضمن الصفحات التي سيقوم الباحث بتحليلها ، وبالتحديد فإن الباحث قد استثنى من الكتب المقررة الصفحات التالية :

- مقدمة كل كتاب من الكتب الستة المقررة .

- المقدمات المتعلقة بالرموز المستخدمة في كتب العلوم ومدلولاتها .

- فهرس كل كتاب من الكتب الستة المقررة .

- الأسئلة والتمارين الموجودة في نهاية كل فصل .

- استنباه التقويم الموجودة في نهاية كل كتاب .

ثالثاً- أداة الدراسة :

تعتمد هذه الدراسة على تحليل الكتب الدراسية ، حيث يمكن للباحث جمع المعلومات والوثائق من خلال تحليل الكتب ، واستخراج المعلومات الخاصة بموضوعات التربية الصحية ، ثم القيام باستخلاص النتائج التي تعين على الإجابة على أسئلة الدراسة .

لقد قام الباحث ببناء بطاقة تحليل تشمل جوانب التربية الصحية التي شملتها الدراسة ، ويقوم من خلالها باستخلاص التكرارات تمهيداً لمناقشتها واستخلاص النتائج .

وحتى تكون البطاقة موضوعية ومناسبة للكتب الدراسية ، ومتوافقة مع هذه المرحلة الدراسية ، فقد اعتمد الباحث في بنائها على ما يلي :

- ١- الاطلاع على الفقرات التي شملتها مذكرة سياسة التعليم في المملكة ، وما تحتويه من فقرات حول موضوع التربية الصحية .
- ٢- مراجعة أهداف التعليم المتوسط في المملكة .
- ٣- مراجعة الأهداف العامة لتدريس العلوم بالمرحلة المتوسطة .
- ٤- مراجعة كتب العلوم المقررة على طلاب المرحلة المتوسطة .
- ٥- التعرف على حاجات الطلاب ، ومطالب النمو في المرحلة المتوسطة .
- ٦- التعرف على المشكلات الصحية التي تواجه الطلاب في هذه المرحلة .
- ٧- مراجعة عدد من المراجع العلمية التي اهتمت بمواضيع التربية الصحية .
- ٨- الاطلاع على التقارير السنوية التي تصدرها وزارة المعارف .
- ٩- مراجعة التقرير السنوي الصادر عن منظمة الصحة العالمية .
- ١٠- بناء استمارة ، وضع فيها الباحث أهم الجوانب الصحية التي يجب أن تتضمنها كتب العلوم في المرحلة المتوسطة ، لتكون معياراً للتحليل ، وشملت (١٤) مجالاً صحياً ، ويندرج تحت كل مجال العديد من العناصر التابعة له ، وقد بلغ عدد العناصر (٧٦) عنصراً (أنظر الملحق رقم ٧) .
- ١١- عرض الاستمارة السابقة على عدد من المتخصصين في مجالات التربية ، والصحة ، والعلوم ، والذين يعملون في كل من وزارة الصحة ، وجامعة أم القرى ، وإدارة التعليم بمحافظة جدة ، وذلك لمعرفة مدى أهمية كل عنصر من العناصر ، ومدى انتماء كل عنصر للجانب الصحي الذي يتبعه ، وذلك لإقرار ما يروونه مناسباً من العناصر ، وحذف أو إضافة ما يرون من العناصر التي تخدم الدراسة (أنظر أسماء المشاركين في الملحق رقم ٨) .
- ١٢- إخراج الاستمارة في صورتها النهائية بعد حذف بعض الجوانب والعناصر الصحية ، وإضافة جوانب وعناصر أخرى ، لتشمل في صورتها النهائية (١٠) جوانب ، و(٦٦) عنصراً .
- ١٣- يتم التحليل من خلال استخدام وحدة الموضوع أو الفكرة لكونها أكثر الوحدات ملائمة لموضوع هذه الدراسة لأنها من أهم وحدات تحليل المحتوى و أكثرها استخداماً في مجال

الدراسات التحليلية.

- ١٤- تصميم جدول لبيان النتائج والتكرارات لكل عنصر من العناصر التابعة لكل جانب من الجوانب الصحية (أنظر الملحق رقم ٢) .

رابعاً- المعالجة الإحصائية :

استخدم الباحث عند تحليل البيانات الأسلوبين الإحصائيين التاليين :

- ١- التكرارات .
- ٢- النسب المئوية .

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

أولاً - نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الأول المتوسط :

أ- عرض النتائج :

الجدولين رقم (١) ورقم (٢) والشكل رقم (١) تبين نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الأول المتوسط ، ومدى احتوائه على جوانب التربية الصحية .

جدول رقم (١)

نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الأول المتوسط وفقاً لاحتوائه على بعض جوانب التربية الصحية

المجموع	جوانب التربية الصحية										الموضوع	الفصل	الوحدة	الدرس				
	الصحة البدنية	الصحة النفسية	التكيفات والمخاطر	التوتر والتعب	الأدوية	الحوادث	الأمراض	أعضاء الجسم	التغذية	الصحة الشخصية								
Z٥٨٨	٣											لماذا ندرس العلوم	الأول	الأول	الأول			
Z١٩٦	١											خواص المادة	الثاني					
Z٥٨٨	٣											تركيب المادة	الثالث					
												الكتلة والكثافة	الرابع					
Z٨٨٤	٤											التغيرات الفيزيائية	الخامس					
Z٣٩٧	٧											التغيرات الحسية	السادس	الثانية	الأول			
Z٥٩٩	١٣			Z١٩٦	١							التغيرات الكيميائية	السابع					
Z٨٨٤	٤											التغير .. نظرة عامة	الثامن					
Z١٩٦	١											الحيية وحدة بناء الكائن الحي	الأول					
Z٧٧٤	٩											تصنيف الكائنات الحية	الثاني					
Z١٩٦	١٠											العلاقات المتعددة بين الكائنات الحية	الثالث	الأول	الثاني			
												التركيب وتكامله الوظيفي في النباتات	الرابع					
												تركيب النباتات الزهرية	الخامس					
												القوة	السادس					
Z١٩٦	١											أهمية القوة	السابع					
												قياس القوة	الثامن	الثانية				
												التوازن	التاسع					
Z١٠٠	٥١	Z٣٩٧	١٩	Z١٩٦	١	Z١٩٦	١	Z٣٩٧	٧	Z٨٨٠	٥	Z٣٩٧	٧	Z٣٩٧	١٥	Z١٩٦	١	المجموع

جدول رقم (٢)

نسبة أفكار جوانب التربية الصحية

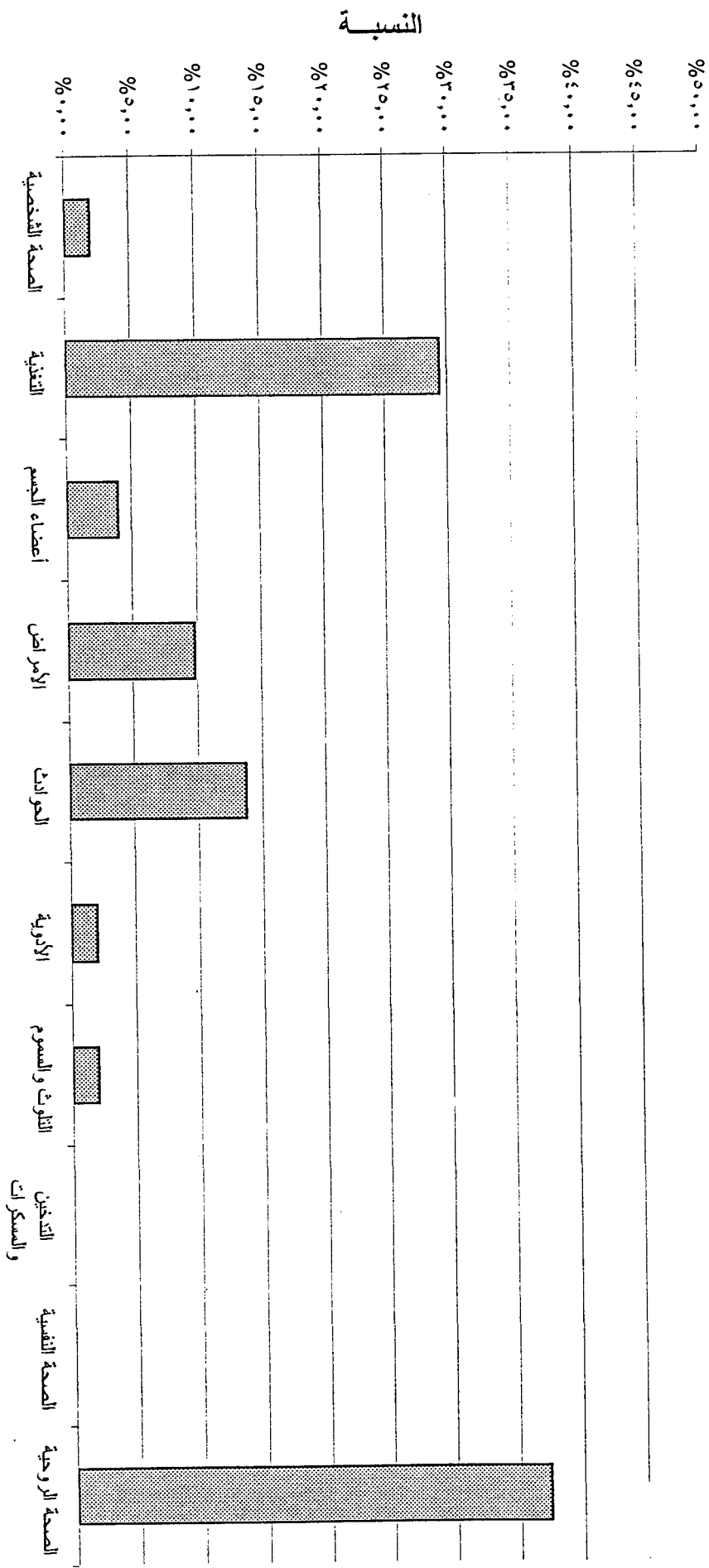
إلى جميع أفكار كتاب العلوم للصف الأول المتوسط

الترتيب الفصل	الوحدة	الفصل	الموضوع	ت ١	ت ٢	النسبة
الأول	الأولى	الأول	لماذا ندرس العلوم	٦	٣	٧٠,٠%
		الثاني	خواص المادة	٢٨	١	٢٠,٠%
		الثالث	تركيب المادة	٢٥	٣	٧٠,٠%
		الرابع	الكتلة والكثافة	١٢	صفر	صفر
	الثانية	الخامس	التغيرات الفيزيائية	٣١	٤	٨١,٠%
		السادس	التغيرات الحيوية	٢٦	١	٤٠,٠%
		السابع	التغيرات الكيميائية	٣٥	١٣	٢٠,٦%
		الثامن	التغير .. نظرة عامة	٢٤	٤	٨١,٠%
الثاني	الأولى	الأول	الخلية وحدة بناء الكائن الحي	٢٨	١	٢٠,٠%
		الثاني	تصنيف الكائنات الحية	٧٣	٩	٨٠,١%
		الثالث	الوظائف المشتركة بين الكائنات الحية	٤٩	١٠	٢٠,٣%
		الرابع	التركيب وتكامله الوظيفي في الفقاريات	٣٠	صفر	صفر
		الخامس	تركيب النباتات الزهرية	٣٧	صفر	صفر
	الثانية	السادس	القوة	٢٤	صفر	صفر
		السابع	أمثلة على القوة	٣٢	١	٢٠,٠%
		الثامن	قياس القوة	١٣	صفر	صفر
		التاسع	التوازن	١٩	صفر	صفر
المجموع			٤٩٢	٥١	٣٦,١٠%	

ت ١ : تكرارات مواضيع فصول كتاب العلوم للصف الأول المتوسط .

ت ٢ : تكرارات مواضيع جوانب التربية الصحية في كل فصل من فصول الكتاب .

شكل رقم (١) نسب جوانب التربية الصحية
في كتاب العلوم الصف الأول المتوسط



بعد النظر إلى الجدولين (١) و (٢) ، والشكل رقم (١) قمت باستعراض النتائج ، وذلك بتوضيح كل جانب من جوانب التربية الصحية بصورة منفردة ، وملاحظة مدى تطرق فصول الكتاب له ، وذلك كما في الآتي :

١- الصحة الشخصية :

تناول الكتاب المقرر إلى هذا الجانب مرة واحدة فقط وذلك في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (الوظائف المشتركة بين الكائنات الحية) ، حيث وردت فكرة عن العنصر الرابع (التوازن في الغذاء والراحة) ص ٦٤ على شكل سؤال وجواب تقول : " ما هي الطريقة التي يخبرك بها جسمك أنه بحاجة إلى الأكل ؟ إن الجوع هو الطريقة التي ينبه الجسم بواسطتها أن مخزون الطاقة قد أصبح قليلاً ، وأنه يجب زيادة هذا المخزون " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب وهي :

- الاهتمام بالنظافة الشخصية (الملابس ، المسكن ، المأكل ، الخ) .
- السلوك الصحي في ممارسة العادات اليومية (النوم ، الأكل ، .. الخ) .
- الرياضة اليومية وأثرها على الصحة .
- الاهتمام بالترفيه والاستجمام .

٢ - التغذية :

تناول محتوى الكتاب المقرر هذا الجانب من خلال أربعة فصول ، تطرقت إلى أربعة عناصر ، نوضحها كالتالي :

بالنسبة للعنصر الأول (أنواع الغذاء ومصادره) أشير إليه في خمسة مواضع متفرقة ، ففي الفصل السادس من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الحيوية) في ص ١٠٩ جاء " أن الاهتمام بمراحل نمو الحيوانات ، والعناية بها لوقايتها من الأمراض ، وتغذيتها الغذاء الصحيح ، له أثره في الحصول على مردود أكبر بالنسبة لكمية اللحوم أو الألبان ونوعيتها " .

وفي الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (تصنيف الكائنات الحية) ص ٤٢ جاء أن " البكتيريا النافعة بعضها يستخدم في صناعة منتوجات الألبان كالزبادي " ، وفي ص ٤٧ من نفس الفصل ورد ذكر الأشنات ، حيث أن " لها فوائد اقتصادية ، فبعضها يستخدم كغذاء ، ويضاف بعضها إلى الطعام لإكسابه نكهة ورائحة مميزة ومرغوبة " .

وفي الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الوظائف المشتركة بين الكائنات الحية) ص ٦٥ ورد " أن النباتات تقوم بصنع جميع الأغذية التي تحتاج إليها بواسطة عملية التركيب الضوئي " .

وبالنسبة للعنصر الثاني (القيمة الغذائية للأطعمة) فقد أشار إليه فصلان من فصول الكتاب ، فقد جاء في الفصل السادس من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الحيوية) ص ١٠٩ أن " التغذية ضرورية لحفظ صحة الحيوان وقدرته على مقاومة العوامل المختلفة التي قد يتعرض لها في البيئة كالبرد والحر ، أو الجوع والعطش ، وكذلك مقاومة بعض الأمراض ، والمساهمة في التئام الجروح " . وجاء في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (لوظائف المشتركة بين الكائنات الحية) ص ٦٤ أن " كل الكائنات الحية تحتاج إلى الغذاء ، فالطعام ضروري لأنه يعطي القدرة على العمل وتحريك أعضاء الجسم " . أما العنصر الخامس (التسمم الغذائي) فقد ورد ذكره في سبعة مواضع ضمن ثلاثة فصول ، ففي الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص ١٢٤ ورد أنه من الظواهر التي يتكرر حدوثها ظاهرة فساد الطعام عندما يترك في مكان دافئ ورطب ، وأن الأطعمة الفاسدة تسبب الكثير من الألم لمن يتناولها ، وقد تؤدي إلى حدوث التسمم في بعض الحالات . وفي ص ١٢٦ من نفس الفصل جاء أن " الكائنات الحية الدقيقة هي التي تتسبب في التغير الكيميائي ، ويسمى التغير في هذه الحالة تغيراً حيوكيميائياً ، وينتج عن هذا النوع من التغير أحياناً التسمم عند تناول الأطعمة الفاسدة " . وفي ص ١٢٧ ورد أن " التحكم في سرعة فساد الأطعمة أو تعفنها يتطلب التحكم في درجة نمو هذه الكائنات الدقيقة وسرعته ، وفي التحكم بوجودها " ، وفي ص ١٢٨ جاءت الإشارة إلى تعفن الحليب حيث أن " تحمض الحليب يعود إلى وجود كائنات حية دقيقة كالبكتيريا تنمو وتتكاثر بسرعة في درجة الحرارة العالية نسبياً ، وتفرز خمائر تفسد الحليب " .

وقد أشار الفصل الثامن من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغير .. نظرة عامة) ص ١٤١ إلى فساد الطعام ، فبين أن " تعفن الخبز أو فساد الطعام ، تغيرات حيوية تتطلب فترة من الزمن متى توفرت الظروف الأخرى من حرارة أو رطوبة " .

وجاءت الإشارة إلى موضوع الأعفان في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (تصنيف الكائنات الحية) ص ٤٤ حيث بين أن " الأعفان التي تتكون على الفواكه

التالفة ، والخبز المبلل ، أنها كائنات حية دقيقة موجودة في الهواء وجدت بيئة مناسبة لترممها ونموها " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب لثلاثة عناصر في جانب التغذية ، وهي :

- سوء التغذية .

- الممارسات الغذائية الغير صحية (الوجبات السريعة ، الباعة المتجولون) .

- الإرشادات النبوية حول الغذاء (عدم الشبع ، عدم الاتكاء ، غسل اليدين) .

٣ - أعضاء الجسم ووظائفه :

تناول الكتاب عنصرين فقط من عناصر هذا الجانب من خلال ذكرهما في فصلين من فصول الكتاب .

فقد أشار الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص ٢٥ إلى العنصر الثالث (وظائف الهرمونات والإنزيمات) حيث جاء " أن بلازما الدم تحتوي على نوع من البروتين الشفاف ، يتحول هذا البروتين بفعل إنزيمات معينة إلى بروتين آخر صلب لا يسمح بانتشار الأجسام الدقيقة عبره كالبكتيريا " .

كما أشار الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الوظائف المشتركة بين الكائنات الحية) ص ٧٣ إلى العنصر الثاني (وظائف الأجهزة) حيث جاء فيه أنه " يتخلص من المواد الضارة بواسطة الرئتين إذ تطلقان غاز ثاني أكسيد الكربون ، أما البولينا فيتخلص منه الجسم بواسطة الكليتين ، وتساعد غدد العرق في الجلد على التخلص من جزء من البولينا وغيره من الحوامض " .

ولم يتطرق محتوى الكتاب إلى خمسة عناصر ضمن هذا الجانب وهي :

- التعرف على الأجهزة الحيوية في جسم الإنسان .

- المحافظة على الحواس الخمس .

- صحة الفم والأسنان .

- علامات البلوغ .

- الوراثة ودورها في بناء وصحة الجسم .

٤ - الأمراض :

تناول محتوى الكتاب عنصرين فقط من عناصر هذا الجانب من خلال الإشارة إليها في أربعة من فصول الكتاب .

فقد أشار الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص ١٢٩ إلى العنصر الثالث في هذا الجانب (الوقاية من الأمراض) وفيه جاء " أن العالم الكسندر فلمنج تمكن باستخدام نوع من أنواع الفطريات أن يستخلص البنسلين الذي يستخدم الآن على نطاق واسع في الوقاية والعلاج من كثير من الأمراض التي تسببها البكتيريا الضارة ، والجراثيم ، والميكروبات " . وأشار لنفس العنصر الفصل الثاني من مقرر الفصل الثاني (تصنيف الكائنات الحية) ص ١٢ فذكر أن " البكتيريا منها ما هو ضار ومنها ما هو نافع ، فكثير من الأمراض في الإنسان تسببه البكتيريا مثل أمراض الكوليرا ، والتيفوئيد ، والسل الرئوي " . ويشير إلى نفس العنصر الفصل الأول من مقرر الفصل الثاني (الخلية وحدة بناء الكائن الحي) ص ١٤ حيث أكد على وجوب أخذ الاحتياطات وإجراء الفحوصات للطفل عند زيارة الطبيب ومنها أخذ الوزن والطول نظراً لفائدة ذلك على التشخيص والعلاج . أما العنصر الثاني (أسباب حدوث الأمراض) فقد جاءت الإشارة إليه في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (الوظائف المشتركة بين الكائنات الحية) ص ٦٧ حيث ورد أن " بعض الأحياء كالديدان الأسطوانية ، والدودة الشريطية تعيش في أمعاء الإنسان وتسبب له الضرر " ، وفي موضع آخر من الصفحة نفسها جاء أن " هناك عدد كبير من الأحياء الطفيلية تعيش داخل أنسجة الجسم وخلاياه . فالمalaria مثلاً ، يسببها طفيلي وحيد الخلية ، يفتك بخلايا الدم الحمراء ، وكذلك التريpanosoma " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى ثمانية عناصر في هذا الجانب ، وهي :

- خطورة الأمراض على الفرد والمجتمع .
- الأثر الاقتصادي للأمراض .
- التطعيم ودوره في تجنب الأمراض .
- الأمراض الموسمية (الحمى ، الزكام ، الخ) .
- الأمراض المزمنة (السكري ، السل ، الخ) .
- الأمراض القاتلة (السرطان ، الإيدز ، الخ) .
- الأمراض المعدية (الجدام ، الأنفلونزا ، الخ) .

- الأمراض الجنسية (الزهري ، السيلان ، الخ) .

٥ - الحوادث :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال أربعة فصول فقط ، وتطرقت إلى أربعة من عناصر هذا الجانب .

أشار الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (تركيب المادة) ص ٥٣ إلى العنصر الأول (الحوادث المنزلية) حيث ورد التحذير من بعض محتويات المنزل على شكل تساؤل يقول: " تستطيع أن تتوقع ما يحدث لأسطوانة الغاز ، وكذلك العلب المعدنية المغلقة عند تعريضها للحرارة الشديدة ؟ ولماذا : يجب عدم تعريض علبة الروائح للحرارة الشديدة ولو بعد نفاذ مادتها ؟ " .

وورد في الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص ١١٩ التحذير من إشعال الغاز في البيت إذا كانت هناك دلائل تشير إلى تسربه إلا بعد التهوية ، والتأكد من وقف التسرب ، وكذلك التأكد من إطفاء عود الثقاب بعد استعماله .

وأشار الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الفيزيائية) ص ٨٨ إلى العنصر الرابع (حوادث المختبرات) حيث جاء التحذير من لمس أو شم أو تذوق المواد الغريبة في المختبر ، وأنه يعتبر مخاطرة ينطوي عليها الكثير من المتاعب .

وجاء في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (تصنيف الكائنات الحية) ص ٥٦ التحذير التالي : " محلول الفورمالين سام ، لذا يجب استعماله بإشراف معلمك " .

وفي الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص ١١٩ جاءت الإشارة إلى العنصر الخامس (الحرائق وكيفية التعامل معها) حيث ورد أن " النار تشكل أحياناً مصدراً للخطر يمكن أن يؤدي إلى الدمار والهلاك ، ويمكن تجنب الكثير من الحرائق بقليل من الحذر " . وفي نفس الصفحة وردت الطريقة العلمية لإطفاء الحريق وهي " الاعتماد على إزالة عامل أو أكثر من العوامل الثلاثة الضرورية لعملية الاحتراق والتي تعرف بعناصر الحريق أو مثلث الحريق " .

وأخيراً أشار الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص ١٢٥ إلى العنصر السابع (مبادئ الإسعافات الأولية) فبين أنه " عندما تصاب بجرح ما تقوم بتطهير الجرح بقطعة من القطن المبلول بغول الإيثانول ، أو صبغة اليود ، وبعد فترة وجيزة ترى أن النزف قد توقف " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى ثلاثة عناصر ضمن الحوادث ، وهي :

- الحوادث الرياضية وكيفية الوقاية منها .
- الحوادث المرورية وكيفية الوقاية منها .
- الوقاية من الحيوانات الضارة ، أو السامة .

٦- الأدوية :

جاءت الإشارة إلى عنصر واحد فقط وهو العنصر الثاني (أنواع الأدوية) وذلك من خلال الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (تصنيف الكائنات الحية) ص٤٧، حيث جاء " أن من الأشنات (نباتات) ما يستخدم لعلاج بعض الأمراض الميكروبية " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- فوائد الدواء .
- مضار الاستخدام الخاطئ للأدوية .
- التداوي بالغذاء والأعشاب .
- حفظ الأدوية .
- التداوي بما ورد في السنة النبوية (الرقية ، الحبة السوداء ، العسل) .

٧ - التلوث والسموم :

جاءت الإشارة إلى عنصر واحد فقط من عناصر هذا الجانب الصحي المهم وهو العنصر الخامس (التسمم بالمبيدات) وذلك في الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الكيميائية) ص١٢١ حيث ورد التحذير التالي : " إذا كنت تستخدم مواداً كيميائية فيجب أن :

- تغسل يديك بعد استخدامها .
 - لا تحاول أبداً أن تتذوق المواد الكيميائية .
 - الحذر من ملامسة تلك المواد ليديك أو عينيك .
- ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى سبعة عناصر ضمن هذا الجانب ، وهي :
- مصادر تلوث البيئة .
 - أنواع التلوث .
 - الصرف الصحي ودوره في التلوث .

- الغازات الناتجة من عادم السيارات .
- كيفية المحافظة على نظافة البيئة .
- التعامل مع الفضلات والتخلص منها .
- مكافحة أسباب التلوث في البيت والمدرسة .

٨ - التدخين والمسكرات :

- لم يتعرض محتوى الكتاب إلى أي عنصر من عناصر هذا الجانب ، وهي :
- التعريف بمكونات الدخان والمسكرات .
 - أضرار الدخان والأمراض التي يسببها .
 - أضرار المسكرات والكحوليات على الجسم .
 - الاكتئاب وعلاقته بالتدخين والمسكرات .
 - التحذير من أخطار التدخين والمسكرات .

٩- الصحة النفسية :

- لم يتعرض محتوى الكتاب إلى أي عنصر من عناصر هذا الجانب وهي :
- علاقة الصحة النفسية بصحة الجسد .
 - أسباب الاكتئاب والضغط النفسية .
 - البعد عن الخرافات والشعوذة .
 - التغلب على الخجل والانطواء .
 - التعامل الجيد مع الصدمات النفسية .
 - دور الرياضة في الصحة النفسية .

١٠- الصحة الروحية :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب بالإشارة إلى عنصر واحد فقط من عناصر الصحة الروحية وهو العنصر الثاني (بيان قدرة الله في الكون) في عدة مواضع متفرقة ، ففي الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (لماذا ندرس العلوم) ورد أنه " بتأمل المخلوقات مثل النجوم ، والأقمار ، والكواكب ومن بينها أرضنا الجميلة ، كذلك المخلوقات المبتوثة فيها صغيرها وكبيرها ، حيها وجمادها ، ندرك صنع الله ، قال سبحانه وتعالى {صنع الله الذي أتقن كل شيء إنه خبير بما تفعلون} سورة النمل (٨٨) " .

وفي الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الفيزيائية) ص ٨٧ جاء " أن ساكن الصحراء وهو ينظر إلى الأفق فيرى السحاب إنما يرى الحياة محمولة ، لأن حياته مرهونة بقطرات المطر التي تنزل بتقدير الله وتديره ، قال تعالى : { وما من دابة في الأرض إلا على الله رزقها ويعلم مستقرها ومستودعها كل في كتاب مبين } سورة هود (٦) " .

وأشار الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (أمثلة على القوة) ص ١٥٩ إلى قدرة الله في تجاذب الأجرام السماوية " فالأرض تأسر القمر ، والشمس تأسر الأرض وبقية الكواكب التابعة لها ، وتتجذب الشمس نحو مركز المجرة وهكذا تمتد حلقات الأسر في تسلسل بديع يشهد على قدرة الله العظيمة " .

ولم يتعرض الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب المهم ، وهي :

- بعض صور الإعجاز في العبادات .
- الإرشادات النبوية ودورها في الصحة .
- العلاقة بين قوة الإيمان وصحة الجسم .
- نشر القيم والأخلاق التي تحد من السلوك غير الصحي .

ب - مناقشة النتائج :

النتائج التي تم التوصل إليها حول كتاب العلوم المقرر للصف الأول المتوسط يمكن

مناقشتها من خلال المحورين التاليين :

١- بيان نسبة جوانب التربية الصحية إلى فصول الكتاب :

يتضح من الجدول رقم (٣) أن مجموع الأفكار التي تناولت التربية الصحية في مقرر الصف الأول المتوسط بلغت ٥١ فكرة ، من أصل ٤٩٢ فكرة شملها الكتاب المقرر ، أي بنسبة قدرها ١٠,٣٦٪ .

كان الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (التغيرات الحيوية) هو أكثر الفصول الذي تكررت فيه الأفكار الصحية ، فقد تكررت ١٣ مرة بنسبة قدرها ٢,٨٪ ، يليه في المرتبة الثانية الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الوظائف المشتركة بين الكائنات الحية) وفيه تكررت ١٠ مرات بنسبة ٢,٠٣٪ ، ثم حل ثالثاً الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (تصنيف الكائنات الحية) وفيه تكررت ٩ مرات ، بنسبة ١,٨٪ ، ثم

الفصلين الخامس والثامن من مقرر الفصل الدراسي الأول ، وفيهما تكررت أربع مرات بنسبة ٠,٨١٪ ، ثم الفصلين الأول والثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول ، وفيهما تكررت أربع مرات بنسبة قدرها ٠,٧٠٪ ، ثم الفصل السادس من مقرر الفصل الأول وفيه تكررت مرتين فقط ، أي بنسبة ٠,٤٠٪ ، وأخيراً ورد تكرار واحد في كل من الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول ، والفصلين الأول والسابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني ، بنسبة قدرها ٠,٤٠٪ .

ولم يتعرض أي من الفصول التالية لأي جانب من جوانب التربية الصحية العشرة :

- الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الأول .
- الفصول (الرابع ، الخامس ، السادس ، الثامن ، والتاسع) من مقرر الفصل الدراسي الثاني للصف الأول المتوسط .

ويرى الباحث أن نسبة ورود الأفكار والموضوعات الصحية في كتاب العلوم للصف الأول المتوسط كانت ضعيفة (١٠,٣٦ ٪) ، على اعتبار أن مادة العلوم هي المعنية الأولى بالتربية الصحية ، وعليها يعلق الأمل الأكبر في تحقيق أهداف التربية الصحية ، سواء كان ذلك على مستوى طلاب المدارس أو حتى أفراد المجتمع الآخرين الذين يجب أن تساعدهم المدرسة المتوسطة في عملية التنقيف الصحي ، ونلاحظ أن أعلى نسبة قد وردت في الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول حيث بلغت ٢,٦٪ ، وهي نسبة ضعيفة جداً ، بينما انخفضت عن ذلك في عدد كبير من فصول الكتاب ، و انعدمت في فصول أخرى .

٢- مقارنة جوانب التربية الصحية إلى بعضها البعض :

بالنظر إلى الجدول رقم (١) ، والشكل رقم (١) نجد أن الأفكار الصحية تكررت في الكتاب ٥١ مرة . وكان جانب التربية الروحية هو أكثر الجوانب الصحية تكراراً ، حيث تكررت الأفكار التي تشير إليه ١٩ مرة ، بنسبة بلغت ٣٧,٣٥٪ ، يليه في المرتبة الثانية جانب التغذية الذي تكرر ١٧ مرة بنسبة ٣٣,٤٪ ، ثم جانب الحوادث الذي تكرر سبع مرات بنسبة ١٣,٧٢٪ ، ثم جانب الأمراض الذي تكرر ثلاث مرات بنسبة ٥,٨٨٪ ، ثم جانب أعضاء الجسم الذي تكرر مرتين بنسبة ٣,٩٢٪ ، وأخيراً تكررت جوانب الصحة

الشخصية ، والأدوية ، والتلوث والسموم مرة واحدة فقط ، وبنسبة قدرها ١,٩٦ ٪ . ولم يتعرض محتوى الكتاب لجانبين مهمين هما : الصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات .

إن جانبي الصحة النفسية ، والتدخين ، من الجوانب المهمة في التربية الصحية ، وفي حياة الطالب ، ومع ذلك لاحظنا عدم تطرق الكتاب لهذين الجانبين كلياً ، فالصحة النفسية من أهم جوانب التربية الصحية ، فدورها كبير في التحصيل الدراسي للطالب والتفوق ، واكتساب المعارف والسلوكيات في جميع المجالات العلمية وبخاصة المجال الصحي ، فالصحة النفسية للطالب ترتبط ارتباطاً بصحة الجسد وتؤثر فيه تأثيراً بالغاً . والطالب لا يمكن له أن يتفوق ويبذل في دراسته إذا كانت حالته الصحية سيئة ، والعكس صحيح تماماً .

ولا يخفى على الجميع خطورة التدخين على أفراد المجتمع ، وعلى الطالب المراهق على وجه الخصوص ، فالطالب في هذه المرحلة العمرية لديه فضول جامح ، فيحاول أن يتعرف على كل شيء يشاهده أو يسمع عنه ، وبعد ذلك ينتقل إلى مرحلة التجريب ، فإذا لم يجد المنهج المناسب الذي يوجهه التوجيه السليم ، ويضبط تصرفاته ، فإن مستقبله الصحي في خطر ، فإذا بدأ في تعلم التدخين فإن الأمر سيتطور ، والدائرة ستتسع ، فذلك قد يقوده إلى عالم المسكرات والمخدرات أجازنا الله منها ، ونرياتها ، والمسلمين أجمعين . ولاحظ الباحث أن ورود الأفكار والمعلومات الصحية ، لم يكن مقصوداً بحد ذاته - غالباً - وإنما كانت ترد المعلومات بصورة عابرة في ثنايا الموضوعات ، وبصورة نظرية ، حيث أن الطالب مطالب بحفظ تلك المعلومات وتسميعها ، ولم يرد أي نشاط عملي تطبيقي يهدف إلى تدريب الطلاب وتعليمهم سلوكاً صحيحاً بطريقة عملية في أي موضوع ضمن محتوى الكتاب .

ولم يلاحظ الباحث ما يشير إلى توثيق الصلة بين الطالب والمراكز والهيئات التي تقدم الخدمات الصحية ، مثل المستشفيات ، والمستوصفات ، ومراكز الرعاية الصحية الأولية ، وغيرها ، وهذا خلل في بناء المنهج بعناصره المختلفة ومن أهمها الكتاب المدرسي ، فالكتاب العلمي الموضوع على أسس حديثة ، يجب أن يعمل على ربط الطالب بمؤسسات المجتمع المختلفة التي تقدم له الخدمات في شتى مجالات الحياة ، وفي المجال الصحي يجب على الطالب أن يكون على وعي بأهمية المؤسسات الطبية بأنواعها ، وبما تقدمه من خدمات صحية (علاجية ووقائية) حتى يتمكن من الاستفادة منها بالشكل المطلوب وكذلك المحافظة على ممتلكاتها الثمينة وعدم العبث بها .

ثانياً/نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط:

أ - عرض النتائج :

الجدولين رقم (٣) ورقم (٤) والشكل رقم (٢) تبين نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط ، ومدى احتواءه على جوانب التربية الصحية التي شملتها هذه الدراسة .

نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط

وفقا لاحتمائه على بعض جوانب التربية الصحية

△△

جدول رقم (٤)

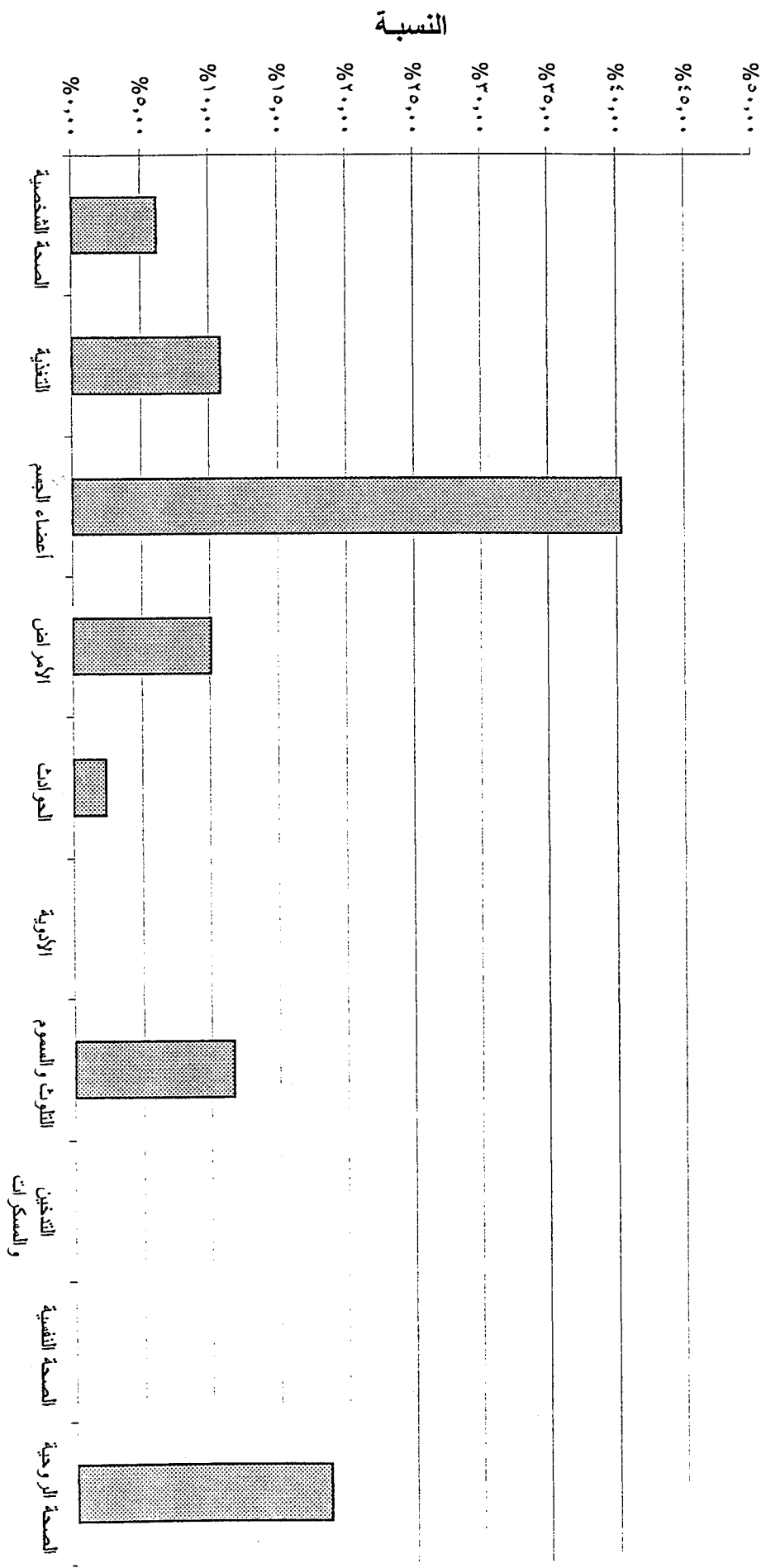
نسبة أفكار جوانب التربية الصحية
إلى جميع أفكار كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط

النسبة	ت ٢	ت ١	الموضوع	الفصل	الوحدة	القسم الترتيب
١٠,١٢%	٥٠	٩٧	أجهزة التغذية	الأول	الأولى	الأول
١,٢٢%	٦	١٩	أجهزة الحركة	الثاني		
٤,٤٥%	٢٢	٤٩	أجهزة التنسيق والتنظيم	الثالث		
٠,٤٠%	٢	٣٦	الحركة	الرابع	الثانية	
٠,٨١%	٤	٣٤	الصوت	الخامس		
٠,٤٠%	٢	٢٢	طبيعة الضوء	السادس		
١,٠١%	٥	٤١	البيئة ومكوناتها	الأول	الأولى	الثاني
١,٤٢%	٧	٣٤	الأنظمة البيئية	الثاني		
٠,٤٠%	٢	٤٠	البيئات الطبيعية في المملكة	الثالث		
٤,٦٦%	٢٣	٣٦	الإنسان والبيئة	الرابع		
١,٢٢%	٦	٨٦	الكرة الأرضية وعلاقتها بالكون	الخامس	الثانية	
٢٦,١١%	١٢٩	٤٩٤	المجموع			

ت ١ : تكرارات مواضيع فصول كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط .

ت ٢ : تكرارات مواضيع جوانب التربية الصحية في كل فصل من فصول الكتاب .

شكل رقم (٢) نسب جوانب التربية الصحية في كتاب العلوم الصف الثاني المتوسط



وبعد النظر إلى الجدولين رقم (٣) و (٤) والشكل رقم (٢) نقوم باستعراض النتائج ، وذلك بتوضيح كل جانب من جوانب التربية الصحية بصورة منفردة ، وملاحظة مدى تطرق فصول الكتاب له ، وفيما يلي تفصيل لعرض نتائج تحليل كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط:

١- الصحة الشخصية :

جاء بيان موضوع الصحة الشخصية ضمن فصلين من فصول الكتاب ، حيث أشارا إلى عنصرين فقط من أصل خمسة عناصر يشملها هذا الجانب المهم في حياة الطالب اليومية. بالنسبة للعنصر الأول (الاهتمام بالنظافة الشخصية) فقد جاءت الإشارة إليه في الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) في ص ١٩ ، وفيه ورد أن الرسول صلى الله عليه وسلم أمرنا باستعمال السواك خلال اليوم . أما العنصر الثاني (السلوك الصحي في ممارسة العادات اليومية) فقد ورد في عدة مواضع ضمن فصلين نوضحها كما يلي :

أشار الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ١٦ إلى عملية مضغ الطعام على شكل تساؤل يقول : " لماذا ينصح الأطباء بمضغ الطعام جيداً ؟ " ، وفي ص ٢١ ورد تساؤل آخر عن السلوك الصحي أثناء تناول الطعام ، وهو : " ماذا يحدث إذا حاولت التكلم وابتلاع الغذاء في وقت واحد ؟ " ، وفي ص ٤١ ورد التساؤل التالي : " هناك أناس يتنفسون عن طريق الفم لأسباب عديدة ، منها وجود مشكلات في الأنف ، ما هي الأضرار التي قد تحدث نتيجة لذلك ؟ " .

وأشار لنفس الموضوع الفصل الرابع من مقرر الفصل الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٨٣ ، فقد جاء أن " سكان المناطق الصحراوية يعتمدون على الملابس الفضفاضة والمائلة للبياض لمقاومة الحر صيفاً ، والملابس الصوفية شتاءً ، أما سكان المناطق الاستوائية فلم تجبرهم الظروف المناخية على إيجاد حلول لمقاومة البرد عن طريق الملابس ، بل إن السمة العامة للملابس هي الملابس الخفيفة " .

ولم يتعرض الكتاب في محتواه إلى ثلاثة عناصر في هذا الجانب ، وهي :

- الرياضة اليومية وأثرها على الصحة .

- التوازن في الغذاء والراحة .

- الاهتمام بالترفيه والاستجمام .

٢- التغذية :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال تطرقه لثلاثة عناصر ، يمكن توضيحها في الآتي :

بالنسبة للعنصر الأول (أنواع الغذاء ومصادره) جاءت الإشارة إليه في الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ٦١ حيث ورد السؤال التالي : " ما هي أنواع المواد الغذائية ؟ قارنها بغذائك اليومي ، وما فائدة الوجبة الغذائية الكاملة لجسم الإنسان ؟ " . وجاء في الفصل الأول من مقرر الفصل الثاني (البيئة ومكوناتها) ص ٢٩ أن " النباتات هي المصنع الأول للغذاء على الأرض ، فهي التي تنتج الغذاء الضروري لنموها وتكاثرها ، إلى جانب كونها طعاماً لأنواع عديدة من الكائنات الحية الأخرى " .

وجاء في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (الأنظمة البيئية) ص ٤٩ أن " عنصر النيتروجين الذي يوجد في التربة على شكل أملاح النترات أو النشادر التي تذوب في الماء ويمتصها النبات ، يدخل في صنع الغذاء " .

وجاء في الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٨٨ أن " عملية تحلية المياه ، واستعمالها للشرب ، واستخراج ملح الطعام ، تتم بإزالة ملوحة مياه البحر عن طريق محطات تحلية لمياه البحر في المنطقة الشرقية ، وعلى سواحل البحر الأحمر ، حيث تتم عملية تحلية المياه ومن ثم نقلها من المحطة عبر أنابيب إلى المدن " .

وبالنسبة للعنصر الثاني (القيمة الغذائية للأطعمة) فقد أشير له في فصلين ، ففي الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) في ص ١٤ ورد أن " وظيفة التغذية من الوظائف الأساسية التي يقوم بها جسم الإنسان للمحافظة على صحته بإذن الله تعالى ، والتي تؤمن الغذاء والطاقة اللازمين لجميع خلايا الجسم " .

وجاء في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة الحركة) في ص ٥٨ أن " الأطباء ينصحون بكثرة شرب الحليب في سن المراهقة ، لأنها مرحلة مهمة جداً في بناء العظام ، لكي يتخذ الجسم شكله السليم ، ولا يصاب الشباب بنقص في نمو عظامه ، فتصبح سمة له خلال فترة حياته المقبلة ، حيث لا يمكن تعويض هذا النقص " .

وبالنسبة للعنصر الثالث (سوء التغذية) فقد ورد ذكره في فصلين ، ففي الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٨٣ جاء أن " سكان المناطق القطبية والجبلية العالية ، يعتمدون نظاماً غذائياً قليل التنوع نظراً لعدم توفر الكثير من أنواع الغذاء ، بينما يعتمد سكان المناطق الاستوائية نظاماً غذائياً متنوعاً نظراً لوفرتة طيلة أيام السنة " . وفي الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الأنظمة البيئية) ص ٤٣ ورد أن " الإنسان يختلف عن الحيوانات في غذاءه كونه يتناول طعاماً مميزاً ومتنوعاً " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى ثلاثة عناصر في هذا الجانب ، وهي :

- الممارسات الغذائية الغير صحية .
- التسمم الغذائي .
- الإرشادات النبوية حول الغذاء .

٣- أعضاء الجسم :

تتناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال الإشارة إلى خمسة من عناصره ، وهي :

العنصر الأول (التعرف على الأجهزة الحيوية في جسم الإنسان) والذي جاءت الإشارة إليه في الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) ، ففي ص ١٤ ورد " أن وظيفة التغذية يعمل في تأديتها أربعة أجهزة هي : الجهاز الهضمي ، الجهاز التنفسي ، الجهاز البولي ، الجهاز الدوري " .

وبالنسبة للعنصر الثاني (وظائف الأجهزة وأعضائها المختلفة) فقد أشار إليه محتوى الكتاب في مواضع عديدة ، من أهمها ما ورد في الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ١٥ جاء أن " الجهاز الهضمي يعد أحد أجهزة التغذية ، ويقوم بعملية هضم الطعام ، لكي يستطيع الجسم الاستفادة منه " .

وبالنسبة للعنصر الثالث (وظائف الهرمونات والإنزيمات) ورد في فصلين من فصول الكتاب ، ففي الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ١٥ جاء أن " الهضم عبارة عن عملية حيوكيميائية ، يتم فيها تحويل المواد الغذائية المعقدة إلى مواد بسيطة وذائبة وقابلة للامتصاص بواسطة الإنزيمات " . وفي ص ١٦ ورد أن " الغدد اللعابية تفرز سائلها اللزج الذي يحتوي على إنزيم أميليز اللعاب الذي يحول النشا إلى سكر المالتوز " . ثم تكرر ورود هذا العنصر في عدة مواضع ما بين ص ١٥ و ص ٤٨ . وفي الفصل الثالث

من مقرر الفصل الأول (أجهزة التنسيق والتنظيم) ص ٧٨ جاء ذكر الغدة النخامية حيث " أنها أهم الغدد الصماء ، وتفرز العديد من الهرمونات التي تنظم عملية النمو ، وتنظم عمل معظم الغدد الصماء الأخرى " . وجاء في ص ٨٠ أن " الغدة الدرقية تفرز هرموناً واحداً ينشط جميع العمليات الحيوية كيميائية داخل خلايا الجسم ، وينشط عمل الغدد الصماء الأخرى ، مما له الأثر في زيادة سرعة نمو الإنسان العقلي " . وقد استعرض هذا الفصل بقية الغدد وإنزيماتها ما بين ص ٨٠ و ص ٨٦ .

وبالنسبة للعنصر الخامس (صحة الفم والأسنان) فقد ورد ذكره في الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ١٩ في زاوية سؤال للتفكير وهو : " ما أثر السواك على الأسنان ؟ " .

وبالنسبة للعنصر السادس (علامات البلوغ) فقد أشار إليه الفصل الثالث من مقرر الفصل الأول (أجهزة التنسيق والتنظيم) ص ٧٩ حيث بين " أن الغدة النخامية لها دور في ارتفاع إفراز هرمون البلوغ وبالتالي نضوج الولد وتحوله إلى رجل ، أو تحول البنت إلى فتاة ناضجة " . وفي ص ٨١ ذكرت أهم مظاهر البلوغ عند الذكور وهي :

- يخشوشن الصوت .
- ينمو الشعر تحت الإبطين ، وفي الوجه ، والعانة .
- يزداد حجم الأعضاء التناسلية .
- يعرض المنكبان ، وتزداد قوة العضلات .
- وفي ص ٨١ ذكرت أهم مظاهر البلوغ عند الإناث ، وهي :
- يزداد الصوت عمقاً .
- ينمو الشعر تحت الإبطين ، وفي منطقة العانة .
- تنمو الأعضاء التناسلية ويبدأ الحيض .
- ينمو الثديان .
- يصادف تصرف الفتاة هدوء نسبي يميز شخصية الفتاة .
- ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى عنصرين ضمن هذا الجانب ، هما :
- المحافظة على الحواس الخمس .
- الوراثة ودورها في الصحة .

٤- الأمراض :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب بالإشارة إلى ثلاثة عناصر من عناصره ، وهي
العنصر الأول ، والثاني ، والثالث فقط .

بالنسبة للعنصر الأول (خطورة الأمراض على الفرد والمجتمع) ورد ذكره في الفصل
الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) ص ٣١ على هيئة سؤال للتفكير
يقول : " هل سمعت بأفراد لا يتوقف نزيفهم عند حدوث الجروح ؟ ما سبب عدم توقف
النزيف ؟ " .

أما العنصر الثاني (أسباب حدوث الأمراض) فقد جاءت الإشارة إليه في ثلاثة فصول
: ففي الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التنسيق والتنظيم) ص ٧٦
ذكر " أننا نشاهد بعض الأحيان شخصاً مفرطاً في الطول ، وآخر أطرافه عريضة بشكل
كبير ، وقد تسمع عن شخص مصاب بمرض السكري منذ صغره ، وعند السؤال عن
أسباب ذلك ، يقال أنهم مصابون بخلل أو مرض في الغدد " ، وفي ص ٨٣ ورد أن " دم
الإنسان لا يحتل نسبة عالية من سكر العنب ، فإذا ارتفعت نسبة سكر العنب عن معدل
١٥٠ مليجراماً في كل ١٠٠ مليلتر من الدم ، تقوم الكليتان بطرح الفائض مع البول ، وتسمى
هذه الحالة المرضية مرض السكري " .

وفي الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الأول (الصوت) ورد في ص ١٤٣
تعريف الضجيج وهو " الصوت المزعج الذي لا يستسيغه معظم الناس " ، ورد في نفس
الصفحة " أن للضجيج آثار ضارة على جهاز السمع ، كم أن له آثاراً ضارة على سائر
البدن ، قال الله تعالى : { واقصد في مشيك واغضض من صوتك إن أنكر الأصوات
لصوت الحمير } سورة لقمان (٩) .

وفي الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (البيئة ومكوناتها) وفي ص ٢٢ ورد
أن " المستنقعات تكون موطناً لتكاثر الحشرات الضارة التي تنقل الأمراض وتهدد الصحة
العامة " .

وفي الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٩١ ورد أنه
" في بعض المدن يوجد ما يشبه السحب من الدخان الأسود الذي يهبط على الأرض ، فلا
يعود الهواء الذي نتنفسه نقياً ، وتكثر بسبب ذلك الأمراض الصدرية " . وفي ص ٩٢
جاءت الإشارة أيضاً إلى الضجيج ، وأنه " يؤثر على الإنسان بشكل كبير ، وقد تبين أنه قد

يتسبب في تغيير المحتوى الهرموني للدم مما ينتج عنه ازدياد في نبضات القلب ، وضيق في الأوعية الدموية ، واتساع بؤبؤ العين ، كما أن بعض الدراسات دلت على أنه يتسبب في زيادة نسبة الكوليسترول في الدم ، وفي ارتفاع الضغط " .

وبالنسبة للعنصر الثالث (الوقاية والتوعية ضد الأمراض) فقد ورد ذكره في ثلاثة فصول ، ففي الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) ص ٢٠ ورد السؤال التالي : " ما هي الأمراض التي تصيب الأسنان ؟ وما هي طرق الوقاية منها ؟ " ، وتكرر نفس السؤال في ص ٢٦ ، ولكنه كان عن أمراض الجهاز الهضمي وطرق الوقاية منها ، ثم تكرر ص ٢٦ ، وكان هذه المرة عن الأمراض التي تصيب العظام ، وطرق الوقاية منها .

وأخيراً ، جاء ذكر هذا العنصر في الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الأول (الصوت) ص ٣٨ والذي بين أن " الموجات الصوتية تستخدم في بعض الأغراض الطبية ، مثل متابعة حمل المرأة ، والكشف عن بعض أعضاء الإنسان الداخلية مثل الكلى والمرارة " . ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى سبعة من عناصر هذا الجانب ، وهي :

- الأثر الاقتصادي للأمراض .
- التطعيم ودوره في تجنب الأمراض .
- الأمراض الموسمية (الحمى ، الزكام ، ... الخ) .
- الأمراض المزمنة (السكري ، السل ، ... الخ) .
- الأمراض القاتلة (السرطان ، الإيدز ، ... الخ) .
- الأمراض المعدية (الجذام ، الأنفلونزا ، ... الخ) .
- الأمراض الجنسية (الزهري ، السيلان ، ... الخ) .

٥- الحوادث :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال تطرقه إلى ثلاثة عناصر ، وذلك ضمن فصلين فقط من فصول الكتاب المقرر .

لقد أشار الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة الحركة) ص ٥٥ إلى العنصر الثاني (الحوادث المرورية) حيث ورد " أننا كثيراً ما نسمع عن أشخاص تعرضوا لكسور في العظام ، كعظام اليد ، والرجل ، والحوض ، والجمجمة ، وقد نسمع عن شخص

حصل له انزلاق في العمود الفقري " ، ومعظم تلك الإصابات تسببها في الغالب الحوادث المرورية .

وقد أشار نفس الفصل ص ٦٢ إلى العنصر الثالث (الحوادث الرياضية) على شكل تساؤل يقول : " ما المقصود بالتمزق العضلي ؟ وما أسباب حدوثه ؟ وكيف نقلل من حدوثه بإذن الله ؟ " .

أما العنصر الخامس (الحرائق وكيفية التعامل معها) فقد أشار إليه الفصل الرابع من الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٩٣ حيث بين أن " الحرائق غالباً ما تنتج عن إهمال الأفراد ، أو عن أخطاء يرتكبونها ، مثل عدم التأكد من إطفاء نار صغيرة أشعلها متزهون ، أو رمي أعقاب السجائر دون إطفائها " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى أربعة عناصر تابعة لجانب الحوادث ، هي :

- الحوادث المنزلية وكيفية الوقاية منها .
- حوادث المختبرات المدرسية .
- الوقاية من الحيوانات الضارة ، والسامة .
- مبادئ الإسعافات الأولية والتدرب عليها .

٦- الأدوية :

لم يتناول محتوى كتاب الصف الثاني المتوسط أي عنصر من عناصر هذا الجانب ،

وهي :

- فوائد الدواء .
- أنواع الأدوية .
- مضار الاستخدام الخاطئ للأدوية .
- التداوي بالأغذية والأعشاب .
- التداوي بما ورد في السنة .
- حفظ الأدوية .

٧- التلوث والسموم :

تناول محتوى الكتاب معظم عناصر هذا الجانب ، وذلك من خلال ثلاثة من فصول

الكتاب المقرر .

بالنسبة للعنصر الأول (مصادر تلوث البيئة) أشار إليه الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٨٩ حيث جاء أنه " قد جرت العادة على إلقاء كميات كبيرة من المخلفات السائلة في مياه البحار والأنهار مما أثر على الحياة فيها ، بل زاد الأمر سوءاً أن بعض المواد الضارة تنتقل إلى الإنسان عبر السلسلة الغذائية " . وجاء في ص ٩٣ أن " القمام من مصادر تلوث الأرض " . وفي ص ٩٣ ورد أن " من مصادر التلوث تسرب الغازات السامة والإشعاعات الخطرة من المصانع والمفاعلات النووية ، مثل حادث التسرب من المفاعل النووي الروسي تشيرنوبل ، ومصنع بهو بال للمبيدات الحشرية بالهند " . وفي ص ٩٥ جاء أن " النمو الهائل لمعظم مدن العالم في المساحة وعدد السكان ، وكذلك توسيع شبكات الطرق ، قد تم على حساب الأراضي الزراعية ، وبالتالي هجرة أهل الأرياف ، ونمو المدن نمواً عشوائياً ، وكل ذلك عاد على البيئة بأضرار جسيمة ، منها تلوث المياه والهواء " .

وقد ورد في الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الكرة الأرضية وعلاقتها بالكون) ص ١٣٢ أن " من مخرجات البراكين : اللابة ، أو الحمم ، أو الصهارة ، وهي معادن وصخور مذابة ، والغازات البركانية وأكثرها بخار الماء وأول أكسيد الكربون والكبريت ، والمواد الصلبة مثل الرماد البركاني والقنابل البركانية " .

أما العنصر الثاني (أنواع التلوث) فقد أشار له الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٩١ حيث ورد أن " من ملوثات الهواء دخان المصانع ، الحرائق ، وبعض أنواع الأشجار التي أدخلها الإنسان إلى بيئات أخرى " . وتمت الإشارة في ص ٩٢ إلى التلوث الضوضائي ، حيث ورد أن " الضجيج أو الضوضاء تؤثر على الإنسان بشكل كبير ، ومن مصادر الضجيج المصانع ، ووسائل النقل ، والآلات في الشوارع والمنازل " .

أما العنصر الثالث (الصرف الصحي) فقد أشار له أيضاً الفصل الرابع من مقرر الفصل الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٨٩ الذي بين " أن من أهم مصادر تلوث المياه ، مياه الصرف الصحي " .

وبالنسبة للعنصر الرابع (الغازات الناتجة عن عادم السيارات) فقد أشار له الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٩١ حيث ورد " أن من أهم ملوثات الهواء دخان المصانع ، و عوادم السيارات ، والحرائق " .

وبالنسبة للعنصر الخامس (التسمم بالمبيدات) فقد ورد أيضاً في الفصل الرابع من مقرر الفصل الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٩٤ حيث جاء التأكيد على أن " استعمال المبيدات الحشرية بكميات كبيرة من قبل المزارعين ، للقضاء على الحشرات والآفات التي تصيب مزروعاتهم ، يؤثر على الإنسان والحيوان لأن المبيدات مواد سامة " . وفي نفس الفصل ص ٩٦ وردت الإشارة إلى العنصر السادس (كيفية المحافظة على نظافة البيئة) وذلك بالتأكيد على ضرورة أن يكون للطالب دور في بناء بيئته ، وأن يكون مصدر توعية للآخرين بسبل حماية البيئة والحفاظ عليها .

وأخيراً جاءت الإشارة إلى العنصر السابع (التعامل مع الفضلات) في الفصل الرابع من مقرر الفصل الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٩٠ حيث ورد أن " بعض المدن تعاني من الكميات الهائلة للنفايات الصلبة للمدينة ، وكيفية التخلص منها ، إذ أن إلقاء القمام بشكل غير منظم ، أو جمعها في أماكن معينة يشكل مصدراً من مصادر التلوث ، حيث تتحول إلى مراتع للحشرات الضارة والفئران والجرذان " . وفي ص ٩١ من نفس الفصل ورد سؤال يقول : " ما أهم الوسائل المستخدمة عالمياً للتخلص من القمام ؟ وأيهما أكثر فائدة للبيئة ؟ " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب لعنصرين من عناصر هذا الجانب ، وهما :

- الإسعافات عند حدوث التسمم .
- مكافحة أسباب التلوث في المنزل والمدرسة .

٨- التدخين والمسكرات :

لم يتعرض محتوى الكتاب إلى أي عنصر من عناصر هذا الجانب المهم ، وهي :

- التعريف بمكونات الدخان والمسكرات .
- أضرار التدخين والأمراض التي يسببها .
- أضرار الكحوليات والمسكرات على الجسم .
- الاكتئاب وعلاقته بالتدخين والمسكرات .
- التحذير من أخطار التدخين والمسكرات .

٩- الصحة النفسية :

لم يتعرض محتوى الكتاب إلى أي عنصر من عناصر هذا الجانب المهم ، وهي :

- علاقة الصحة النفسية بصحة الجسد .
- أسباب الاكتئاب والضغط النفسية .
- البعد عن الخرافات والشعوذة .
- التعامل الجيد مع الصدمات النفسية .
- التغلب على الخجل والانطواء .
- دور الرياضة في الصحة النفسية .

١٠- الصحة الروحية :

نال هذا الجانب قدراً كبيراً من الاهتمام ، فقد ورد في معظم فصول الكتاب من خلال الإشارة إلى ثلاثة من عناصره . بالنسبة للعنصر الأول (بعض صور الإعجاز العلمي) جاءت الإشارة إليه في الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ١٩ حيث بين أنه " عند التأمل في الأسنان تتضح الملائمة بين التركيب الخارجي للأسنان ووظيفتها ، قال تعالى : { إنا كل شيء خلقناه بقدر { سورة القمر (٤٩) } " .

وبالنسبة للعنصر الثاني (بيان قدرة الله في الكون) فقد أشار له الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ص ٢٢ حيث جاء أن " المعدة تحتوي على عدد هائل من الغدد تصل إلى حوالي ٣٥ مليون غدة فسبحان من خلقها " . وورد في ص ٢٤ من نفس الفصل أنه " عند التأمل في طول أمعاء الإنسان وتركيبها والعصارات الهاضمة ، تتجلى دقة صنع الخالق سبحانه وإحكامه " .

وجاء في الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الحركة) ص ٩٢ " أن التنوع في الخلق آية دالة على حكمة الله تعالى ، قال الله تعالى : {إن في خلق السماوات والأرض واختلاف الليل والنهار والفلك التي تجري في البحر بما ينفع الناس وما أنزل الله من السماء من ماء فأحيا به الأرض بعد موتها وبث فيها من كل دابة وتصريف الرياح والسحاب المسخر بين السماء والأرض لآيات لقوم يعقلون { سورة البقرة (٦٤) } . وجاء في نفس الفصل ص ١٠١ أن " الإنسان استفاد من حركة الكواكب ، فحاول ابتكار طرق لقياس الفترات الزمنية القصيرة ، واستفاد من بعض الحركات الدورية مثل حركة الشمس

الظاهرية، وحركة القمر والنجوم ، قال تعالى : { والقمر قدرناه منازل حتى عاد كالعرجون القديم لا الشمس ينبغي لها أن تدرك القمر ولا الليل سابق النهار وكل في فلك يسبحون } سورة يس (٣٩ - ٤٠) . "

وورد في الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الأول (الصوت) في ص ١٢٠ أن " الصوت نعمة من نعم الله ، فهو وسيلة من وسائل التفاهم بين الناس ، ونظام السمع في غاية الدقة والإحكام ، سبحان من خلقه فأبدعه " .

وجاء في الفصل السادس من مقرر الفصل الدراسي الأول (طبيعة الضوء) ص ١٤٥ أن " الضوء شاهد من الشواهد على بديع صنع الله وبإلحاح حكمته " . وفي نفس الفصل ص ١٤٩ ورد أن " ضوء الشمس نعمة من نعم الله علينا ، فإذا نظرت إلى السماء في ليلة صافية ترى مجموعة كبيرة من النجوم الملتهبة التي تبعث الضوء ، وشمسنا أحد هذه النجوم وهي أقربها على الإطلاق إلى أرضنا : { فلا أقسم بمواقع النجوم وإنه قسم لو تعلمون عظيم } سورة الواقعة ٧٥-٧٦ " .

وفي الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الأنظمة البيئية) ص ٥٠ أشير إلى قدرة الله تعالى في جعل الماء يشكل العامل الأساس في نمو الحياة وازدهارها ، كما أنه يدخل في التفاعلات الكيميائية ، و الحيوكيميائية قال تعالى : { وجعلنا من الماء كل شيء حي أفلا تعقلون } الأنبياء (٣٠) .

وفي الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (البيئات الطبيعية في المملكة) ص ٦٠ ورد موضوع تكيف الكائنات الحية في الصحاري ، وأن الله وهبها قدرة على مواجهة ظروف الحياة الصعبة السائدة في والتكيف معها وفق السنن التي أوجدها الله في أجسام هذه المخلوقات ، وهذا ساعدها على البقاء والانتشار .

وجاء في الفصل الرابع من مقرر الفصل الثاني (الإنسان والبيئة) ص ٨٢ أن " الله وهب الإنسان المقدرة على التكيف مع جميع البيئات على سطح الأرض ، حيث أن العقل الذي كرم به الإنسان قد مكنه من التعامل مع بيئته بأفضل السبل للاستفادة منها ، وتغييرها لمصلحته " ، وجاء في ص ٨٨ من نفس الفصل أن " الكوارث التي تحدث دون تدخل الإنسان تخضع لقوانين وضعها الله في هذه الأرض كثورات البراكين ، والزلازل ، والأعاصير المدمرة ، والانزلاقات الأرضية ، والصواعق والفيضانات ، قال تعالى: { ظهر الفساد في البر والبحر بما كسبت أيدي الناس ليذيقهم بعض الذي عملوا لعلهم يرجعون } سورة الروم (٤١) " .

وفي الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الكرة الأرضية) ص ١٠٠ وردت دعوة للطالب للتأمل في الكون تقول : " عندما تنظر عزيزي الطالب إلى السماء وهي خالية من السحب فستلاحظ عدداً هائلاً من النجوم المتلألئة والتي تبدو متناثرة وجميلة ، وكم يوحي منظرها بالخشوع والإكبار لخالق هذا الكون سبحانه وتعالى " .

وبالنسبة للعنصر الخامس والأخير (نشر القيم والأخلاق التي تحد من السلوك غير الصحي) فقد أشار إليه الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) حيث ورد في ص ٤٣ حديث نبوي حول الاعتدال في تناول الطعام ، وضم الإسراف فيه، وفيه أن " رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : { ما ملأ ابن آدم وعاءاً شراً من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه ، فإن كان لامحالة فاعلاً ، فتلت لطعامه ، وتلت لشربه ، وتلت لنفسه { رواه الإمام أحمد " .

وجاء في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التنسيق والتنظيم) ص ٨٤ أن " الإنسان كل متكامل تعمل جميع أجهزته بتوازن ، وأنه كل لا يتجزأ ، قال صلى الله عليه وسلم : { مثل المؤمنين في توادهم ، وتراحمهم ، وتعاطفهم ، كمثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى { رواه مسلم " .

وأشار أيضاً لنفس العنصر الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (البيئة ومكوناتها) ص ٢٣ حيث جاء التأكيد على وجوب عمارة الأرض ، والسعي لإصلاحها ، وعدم الإفساد فيها ، ثم أورد قول الله تبارك وتعالى : { وإلى ثمود أخاهم صالحاً قال يا قوم اعبدوا الله ما لكم من إله غيره هو أنشأكم من الأرض واستعمركم فيها فاستغفروه ثم توبوا إليه إن ربي قريب مجيب { هود (٦١) .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى عنصرين في هذا الجانب ، وهما :

- العلاج بالقرآن الكريم والأذكار النبوية .
- العلاقة بين صحة الجسم وقوة الإيمان .

ب- مناقشة النتائج :

يمكن مناقشة النتائج التي تم التوصل إليها حول كتاب العلوم المقرر للصف الثاني المتوسط من خلال محورين ، نبيينهما كما يلي :

١- نسبة جوانب التربية الصحية إلى موضوعات وفصول الكتاب :

يتضح من الجدول رقم (٤) أن مجموع الأفكار التي تناولت جوانب التربية الصحية في كتاب العلوم المقرر للصف الثاني المتوسط قد بلغت ١٢٩ فكرة وذلك من أصل ٤٩٢ فكرة شملها الكتاب ، ونسبة قدرها ٢٦,١١٪ .

كان الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التغذية) هو أكثر الفصول الذي تكررت فيه الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية ، فقد تكررت ٥٠ مرة بنسبة ١٠,١٢٪ ، يليه الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الإنسان والبيئة) وفيه تكررت ٢٣ مرة بنسبة ٤,٦٧٪ و يليه الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة التنسيق والتنظيم) وفيه تكررت ٢٢ مرة بنسبة ٤,٤٧٪ ، ثم تكررت ٧ مرات في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الأنظمة البيئية) بنسبة ١,٤٢٪ ، وتكررت ستة مرات في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (أجهزة الحركة) بنسبة ١,٢٢٪ ، وتكررت ٥ مرات في الفصل الأول من مقرر الفصل الثاني (البيئة ومكوناتها) بنسبة ١,٠١٪ ، ثم تكررت ٤ مرات في الفصل الخامس من مقرر الفصل الأول (الصوت) بنسبة ٠,٨١٪ ، وأخيراً تكررت مرتين في ثلاثة فصول هي الفصل الرابع من مقرر الفصل الأول (الحركة) ، والفصل السادس من مقرر الفصل الدراسي الأول (طبيعة الضوء) والفصل الثالث من مقرر الفصل الثاني (البيئات الطبيعية في المملكة) وذلك بنسبة ٠,٤٠٪ . ولم يخل أي فصل من فصول الكتاب من الأفكار المتعلقة بالتربية الصحية ، وإن كانت تختلف الفصول في مدى احتوائها على جوانب التربية الصحية وذلك من فصل لآخر .

ويرى الباحث أن نسبة ورود الأفكار والموضوعات الصحية في كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط كانت جيدة (٢٦,١١٪) لأن ربع موضوعات الكتاب تقريباً أشارت إلى جوانب التربية الصحية وهذه ظاهرة إيجابية في مقررات العلوم ، وإن كنا نتمنى أن تكون

أكبر من ذلك في الكتاب المقرر لأن الطلاب في هذا السن في حاجة ماسة إلى المعلومات والخبرات الصحية ، فقد كانت أعلى نسبة هي ١٠,١٢ ٪ في مقرر الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (أجهزة التغذية) ، بينما لم تصل النسبة إلى ١ ٪ في عدد من فصول الكتاب كالفصلين الرابع والسادس من مقرر الفصل الأول .

٢- مقارنة جوانب التربية الصحية مع بعضها البعض :

يتضح من الجدول رقم (٣) ، والشكل رقم (٢) أن أكثر الجوانب تكراراً في الكتاب كان جانب أعضاء الجسم ، حيث تكررت الأفكار التي تشير إليه ٥٢ مرة من أصل ١٢٩ فكرة ، ونسبة قدرها ٤٠,٣١ ٪ ، حيث لاحظنا أن هناك اهتماماً كبيراً بالمعلومات التي تعطى للطلاب حول ماهية جسمه وأعضائه المختلفة وفي هذا فائدة له كون جسمه في هذه المرحلة في طور النمو ويجب الاهتمام به وبصحة أعضائه ، ويليه جانب الصحة الروحية الذي تكرر ٢٤ مرة بنسبة ١٨,٦ ٪ ، ثم جانب التلوث والسموم الذي تكرر خمسة عشر مرة بنسبة ١١,٦٣ ٪ ، ثم جانب التغذية الذي تكرر ١٤ مرة بنسبة ١٠,٥٨ ٪ ثم الأمراض التي تكرر ١٣ مرة بنسبة ١٠,٠٧ ٪ ، ثم جانب الصحة الشخصية الذي تكرر ٨ مرات بنسبة ٦,٢٠ ٪ ، وأخيراً جاء جانب الحوادث الذي تكرر ٣ مرات بنسبة ٢,٣٢ ٪ .

ولم يتعرض محتوى الكتاب لثلاثة جوانب مهمة من جوانب التربية الصحية ، رغم أهميتها للطلاب في هذه المرحلة ، وهي :

- الصحة النفسية .
- الأدوية .
- التدخين والمسكرات .

ويرى الباحث أن عدم تطرق الكتاب للجوانب السابقة يعد قصوراً في محتواه ، حيث أن الطالب يحتاج إلى الكثير من المعلومات حول تلك الجوانب المهمة ، فالتدخين ينتشر بين الطلاب في هذه المرحلة العمرية بصورة مدهشة ، وبالتالي يجب التصدي له ، وإبعاد خطره عن الناشئة . كما أن هناك استخداماً خاطئاً للأدوية ، ولأغراض غير علاجية من قبل الطلاب ، ولذلك وجب عدم إهمال موضوع الأدوية والعقاقير ، وكذلك الحال مع جانب الصحة النفسية التي أهملها محتوى الكتاب مع أن لها الأثر الكبير في حياة الطالب العلمية ،

وفي زيادة دافعيه الطالب نحو التعلم ، وبالتالي التغيير في سلوكه إلى الأحسن ، لأن هناك ارتباطاً وثيقاً بين الدافعية نحو التعلم والصحة النفسية للمتعلم .

ثالثاً: نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط:

أ - عرض النتائج :

الجدولين رقم (٥) و (٦) والشكل رقم (٣) تبين نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط ، ومدى احتواءه على جوانب التربية الصحية التي شملتها هذه الدراسة .

جدول رقم (٥)

نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط
وفقاً لاحتوائه على بعض جوانب التربية الصحية

المجموع		جوانب التربية الصحية											الموضوع		الفصل		الفصل الدراسي	
		المدة الزمنية	المدة الفعلية	التقنيات والمعدات	التقويم والموسم	الأدوية	الحوادث	الأمراض	أعضاء الجسم	التغذية	المدة الشخصية							
Z ٢٠١٠	٥	Z ٢٠١١	٣						Z ٢٠١٤	٢		الحياتية وملاقيها بالوراثة		الأول		العام		
Z ٢٠١٥	٧	Z ٢٠١٥	٤		Z ١٠٢٢	١		Z ١٠٢٣	١		علم الوراثة		الثاني					
Z ٢٠١٧	١٩	Z ٢٠١٧	٣					Z ٢٠١٥	٤	Z ١٠١٣	١٧	وراثة الصفات في الإنسان		الثالث				
Z ٢٠٢١	٩	Z ١٠٢٣	١							Z ٢٠١٠	٥	الوراثة وتحسين الإنتاج الحيواني والنباتي		الرابع				
Z ٢٠١٥	٤	Z ١٠٢٣	١				Z ٢٠١٤	٢		Z ١٠٢٣	١	مكونات المادة		الخامس				
Z ٢٠١٤	٢						Z ٢٠١٤	٢				البروتينات والتملحات والمعادن الكيميائية		السادس		العام		
Z ١٧٠٠٧	١٤	Z ٢٠٢١	٦		Z ١٠٢٢	١		Z ١٠٢٣	١	Z ١٠٢٣	١	الماء والمحاليل		السابع				
Z ١٥١٢٩	١٥					Z ٢٠١٥	٤	Z ٢٠١٤	٢	Z ٢٠١٤	٢	الأكسجين والمواد والأحماض		الأول				
Z ٢٠٢١	٣			Z ١٠٢٣	١					Z ١٠٢٣	١	العمل والطاقة		الثاني				
Z ٢٠١٥	٤	Z ٢٠١٤	٢					Z ١٠٢٣	١	Z ١٠٢٣	١	الطاقة الحرارية		الثالث				
Z ١٠٢٣	١									Z ١٠٢٣	١	تحويلات الطاقة		الرابع		العام		
Z ١٠٢٣	١	Z ١٠٢٣	١									انتقال الطاقة		الخامس				
Z ١٠٢٣	١											أنتجت من التطور النباتي والتقدم العلمي		السادس				
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١																	
Z ١٠٢٣	١															العام		
Z ١٠٢٣	١																	

جدول رقم (٦)

نسبة أفكار جوانب التربية الصحية

إلى جميع أفكار كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط

الترتيب الفصل	الوحدة	الفصل	الموضوع	ت ١	ت ٢	النسبة
الأول	الأولى	الأول	الخلية وعلاقتها بالوراثة	٣٠	٥	١,٠٩%
		الثاني	علم الوراثة	٣٧	٧	١,٥٢%
		الثالث	وراثة الصفات في الإنسان	٣٣	١٩	٤,١٤%
		الرابع	الوراثة وتحسين الإنتاج الحيواني والنباتي	١٥	٦	١,٣١%
	الثانية	الخامس	مكونات المادة	٥٨	٤	٠,٨٧%
		السادس	المركبات والتفاعلات والمعادلات الكيميائية	٥٠	٢	٠,٤٣%
		السابع	الماء والمحاليل	٦٦	١٤	٣,٠٥%
الثاني	الأولى	الأول	الأحماض والقواعد والأملاح	٣٩	١٥	٣,٢٧%
	الثانية	الثاني	الشغل والطاقة	٤٤	٣	٠,٦٥%
		الثالث	الطاقة الحرارية	٥١	٤	٠,٨٧%
		الرابع	تحويلات الطاقة	١٦	١	٠,٢٢%
		الخامس	انتقال الطاقة	١٦	١	٠,٢٢%
	الثالثة	السادس	أمثلة عن التطور التقني والتقدم العلمي	٤	١	٠,٢٢%
	المجموع			٤٥٩	٨٢	١٧,٨٦%

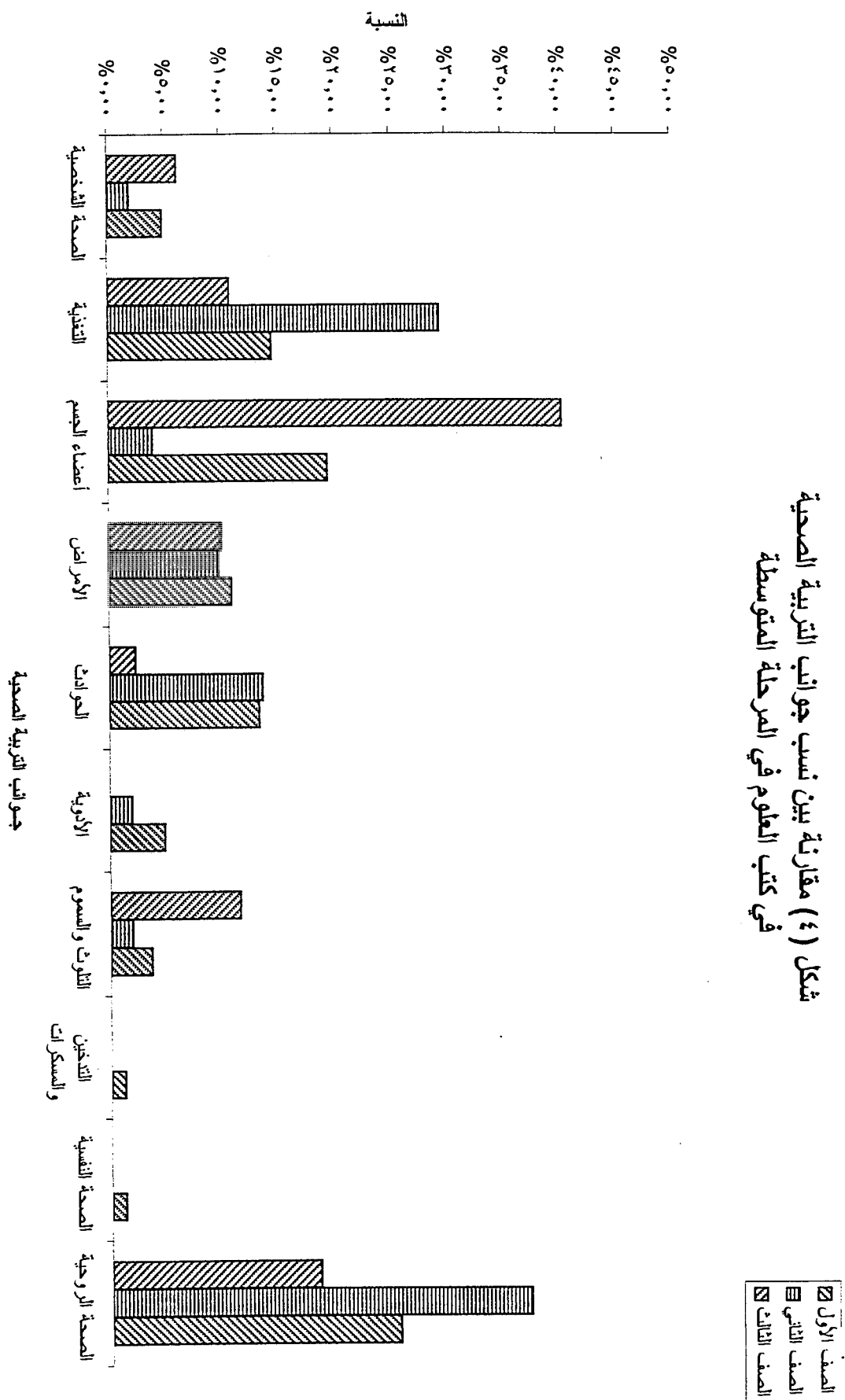
ت ١ : تكرارات مواضيع فصول كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط .

ت ٢ : تكرارات مواضيع جوانب التربية الصحية في كل فصل من فصول الكتاب .

شكل رقم (٣) نسب جوانب التربية الصحية في كتاب العلوم لصف الثالث المتوسط



شكل (٤) مقارنة بين نسب جوانب التربية الصحية
في كتب العلوم في المرحلة المتوسطة



وبعد النظر إلى الجدولين رقم (٥) و (٦) والشكل (٣) نقوم باستعراض النتائج ، وذلك بتوضيح كل جانب من جوانب التربية الصحية ، وملاحظة مدى تطرق فصول الكتاب له ، وذلك كالتالي :

١- الصحة الشخصية :

جاء بيان موضوع الصحة الشخصية من خلال عنصر واحد فقط من عناصر هذا الجانب وهو (الاهتمام بالنظافة الشخصية) .

ورد في الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) ص ١٢٠ بيان أهمية الماء لحياة الإنسان والكائنات الحية ، وأن " للماء استعمالات أخرى متعددة ومفيدة في حياتنا اليومية ، كاستخدامه في الغسيل والتنظيف " .

وفي الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الحموضة والقواعد والأملاح) ص ٢٥ جاءت الإشارة لبعض المنظفات الكيميائية ، مثل محلول هيدروكسيد الصوديوم الذي يستخدم لفتح مجاري المغاسل التي تسد بفعل تراكم الأوساخ والشعر فيها ، كما تستخدم ربات البيوت محلول النشادر المخفف كمُنظف لإزالة البقع الدهنية وبقع عصير الفواكه عن الثياب . وجاء في ص ٣٠ أن " كربونات الصوديوم يستعمل في مسح صابون الغسيل " .

ولم يتعرض الكتاب في محتواه إلى بقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- السلوك الصحي في ممارسة العادات اليومية .
- الرياضة اليومية وأثرها على الصحة .
- التوازن في الغذاء والراحة .
- الاهتمام بالترفيه والاستجمام .

٢- التغذية :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال تطرقه لعنصرين من عناصره ، وهما :

العنصر الأول (أنواع الغذاء ومصادره) ، وقد جاءت الإشارة إليه في ص ٦١ ضمن الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الوراثة ودورها في تحسين الإنتاج) الذي يبين أنه " قد أمكن زيادة نسبة السكر في قصب السكر من ٦ ٪ إلى حوالي ١٢ ٪ ، مما جعل البنجر ذو أهمية كبرى في إنتاج السكر في العالم " ، وجاء في

نفس الصفحة أيضاً أن " الإنتاج السنوي للدجاجة ازداد من ١٢٥ بيضة إلى ٢٦٠ بيضة كما أمكن زيادة نسبة الدسم في الحليب بحوالي ٢٠ ٪ " .

وجاءت الإشارة لنفس أيضاً العنصر في الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الأول (مكونات المادة) ص ٧٠ ، والذي أوضح أن " جميع المواد الموجودة في الأرض تتكون من عناصر ، وتشكل هذه العناصر أهمية كبرى في حياتنا اليومية . على سبيل المثال مادة السكر تتكون من عناصر الكربون والهيدروجين والأكسجين ، ومادة الماء تتكون من عنصري الهيدروجين والأكسجين ، وهذه المواد وغيرها لا بديل للإنسان عنها " .

وجاء في الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) ص ١١٦ أن " الماء يعد أحد المكونات الأساسية في حياة الكائنات الحية ساء كانت نباتية أم حيوانية ، ولا يمكن للحياة أن تستمر بدون الماء " .

وأشار أيضاً لنفس العنصر الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الحموض والقواعد والأملاح) ص ٣٠ ، فقد ورد أن " بيكربونات الصوديوم يستعمل في صناعة المعجنات " .

وبالنسبة للعنصر الثاني (القيمة الغذائية للأطعمة) فقد أشار إليه الفصل الثالث من مقرر الفصل الثاني (الطاقة الحرارية) ص ٧١ ، وذلك في صورة سؤال يقول : " تكتب على بعض المشروبات والمأكولات المعلبة عبارة : تحتوي على (.....) سعراً ، فما العلاقة بين الغذاء والطاقة الحرارية ؟ " .

وجاء في الفصل الرابع من مقرر الفصل الدراسي الثاني (تحولات الطاقة) ص ٩٠ أن " عملية أكسدة الغذاء في جسم الإنسان ما هي إلا عملية احتراق ، تنتج عنها الطاقة الحرارية اللازمة للجسم ، والتي تعد شكلاً آخر من أشكال الطاقة التي تساعد الجسم على أداء مهامه " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب لبقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- سوء التغذية .
- التسمم الغذائي .
- الإرشادات النبوية حول الغذاء .

٣- أعضاء الجسم :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال الإشارة إلى عنصرين من عناصره ،
نوضحهما فيما يلي :

بالنسبة للعنصر الثاني (وظائف الأجهزة وأعضائها المختلفة) فقد ورد ذكره في
الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (الخلية وعلاقتها بالوراثة) ص ١٦
حيث بين أن " الوحدة الوراثية تحتوي على معلومات تحدد صفة وراثية واحدة ، ودور
الصبغيات هو نقل الصفات الوراثية من خلية إلى أخرى ، ومن جيل إلى آخر " . وفي
ص ١٧ ورد أن " المورثات تحمل الصفات الوراثية ، وأن كل مورث يحدد صفة
واحدة ، فهناك مورث يحدد لون الشعر ، وآخر يحدد شكل الأنف ، وثالث يحدد شكل
العين ، وهكذا " .

وجاء في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (الصفات الوراثية في
الإنسان) ص ٥٤ أن " الهيموجلوبين مادة بروتينية موجودة في كريات الدم الحمراء ،
وهي التي تكسبها اللون الأحمر ، وظيفة هذه المادة نقل الأكسجين إلى أنحاء الجسم " .
وبالنسبة للعنصر الثالث (وظائف الهرمونات والإنزيمات والأحماض) فقد جاءت
الإشارة إليه في الفصل الثالث من مقرر الفصل الأول (وراثة الصفات في الإنسان)
ص ٥٧ ، حيث بين أن " العلماء تمكنوا مؤخراً من نقل مورثات هرمون الأنسولين
الآدمي إلى الخلايا البكتيرية حيث تتكاثر وتنتج الأنسولين الآدمي " .

وجاء في الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الحموض والقواعد
والأملاح) ص ١٤ أن " الحموض لها دور كبير في حياتنا اليومية ، فالحموض
ضرورية لهضم الطعام ، كما أن حمض الخل يضاف إلى أنواع عديدة من الطعام
والدواء " . وفي ص ١٥ من نفس الفصل جاء أن " حمض الكلور الموجود في العصارة
المعدية بنسبة ضئيلة يساعد على عملية هضم الطعام " .

وبالنسبة للعنصر الرابع (الوراثة ودورها في صحة الجسم) فقد ورد في عشر
مواضع في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (وراثة الصفات في
الإنسان) ففي ص ٤٧ ورد أن " الأمراض الوراثية التي تعالج في المستشفيات آخذة في
الارتفاع ، ويكتفي الطبيب بإعطاء النصائح والإرشادات التي تخفف من احتمال ظهور
هذه الأمراض في النسل " . وفي ص ٥٠ جاءت الإشارة إلى مرض البلاهة المنغولية

والناجم عن تغير عدد الصبغيات ، وأنه يتأثر بعمر الأب والأم . وفي ص ٥٤ أشير إلى دور الوراثة في أمراض السكري ، وفقر الدم ، والصلع . وجاءت الإشارة إلى الهندسة الوراثية في ص ٤٧ من نفس الفصل ، حيث تطرق إلى دورها في علاج الأمراض الوراثية عن طريق تحضير مورثات معينة بشكل اصطناعي ، أو استئصالها من الصبغيات .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب وهي :

- التعرف على الأجهزة الحيوية في جسم الإنسان .
- المحافظة على الحواس الخمس .
- صحة الفم والأسنان .
- علامات البلوغ .

٤- الأمراض :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب وذلك بالإشارة إلى عنصرين فقط من عناصره ، وهما العنصر الثاني (أسباب حدوث الأمراض) ، والعنصر الثالث (الوقاية والتوعية ضد الأمراض) .

بالنسبة للعنصر الثاني (أسباب حدوث الأمراض) فقد ورد ذكره في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (وراثة الصفات في الإنسان) حيث جاء أن " الدراسات في مجال الأمراض الوراثية تهدف إلى تحقيق عدة أمور أهمها تفهم أسباب الأمراض الوراثية وكيفية توارثها .

وقد ورد في الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الحموض و القواعد والأملاح) ص ٢٥ أن " سبب بعض الاضطرابات المعوية هي الحموضة الزائدة في المعدة والأمعاء الدقيقة " ، وجاء في ص ٤٠ من الفصل نفسه ورد أن " هناك علاقة قوية بين حدوث الطفرات والإصابة بمرض السرطان " .

وبالنسبة للعنصر الثالث (الوقاية والتوعية ضد الأمراض) فقد أشار إليه الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (علم الوراثة) ص ٤٠ حيث ورد أن " من أهم طرق الوقاية من مرض السرطان معرفة مسبباته ، والعمل على تلافيها ، وإبعادها عن مواقع عيش الإنسان " .

وأشار الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (وراثية الصفات في الإنسان) ص ٤٨ إلى وجوب توجيه أفراد الأسرة التي تظهر فيها بعض الأمراض الوراثية ، وإسداء النصح لهم فيما يتعلق باحتمالات ظهور الأمراض في ذرياتهم .

وبين الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) ص ١٢٥ أن " معالجة الماء تتم بإضافة الكلور بنسبة جزء إلى مليوني جزء من الماء ، وأن إضافته للماء تقضي على مسببات الأمراض دون التأثير على صحة الإنسان " .

وأشار أخيراً الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الطاقة الحرارية) ص ٦٣ إلى أنه " في الحالات المرضية يحتاج الطبيب إلى تحديد درجة حرارة الجسم بالضبط ، لذلك يجب استخدام مقياس الحرارة " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- خطورة الأمراض على الفرد والمجتمع .
- الأثر الاقتصادي للأمراض .
- التطعيم ودوره في تجنب الأمراض .
- الأمراض الموسمية (الزكام ، الحمى ، ... الخ) .
- الأمراض المزمنة (السكري ، السل ، ... الخ) .
- الأمراض القاتلة (السرطان ، الإيدز ، ... الخ) .
- الأمراض الجنسية (الزهري ، السيلان ، ... الخ) .

٥- الحوادث :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب وذلك بالإشارة إلى عنصرين من عناصره ، هما العنصر الرابع (حوادث المختبرات المدرسية) ، والعنصر الخامس (الحرائق وكيفية التعامل معها) .

بالنسبة للعنصر الرابع (حوادث المختبرات المنزلية) أشار له الفصل الخامس من مقرر الفصل الأول (مكونات المادة) حيث ورد في ص ٧٢ تحذير يقول : " تذكر أن حمض الكبريت مادة حارقة ، وأبخرته تؤدي إلى تهيج الغشاء المخاطي ، أخطر ملامسته أو استنشاق أبخرته " . وورد في نفس الصفحة في زاوية (مشكلة تحتاج إلى حل) السؤال التالي : " كيف تتصرف لو انسكب على جسمك حمض الكبريت ؟ " .

وجاء في الفصل السادس من مقرر الفصل الدراسي الأول (المركبات والتفاعلات الكيميائية) في ص ٩٦ أن "الغاز الناتج عن تفاعل كبريتيد الحديد غاز سام ، فلا داعي لاستنشاقه " . وفي ص ٢٠٩ جاء التحذير من إطالة النظر في شريط المغنيسيوم المشتعل ، لأنه يبهز النظر " .

وأشار الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) ص ١١٧ إلى " وجوب الحرص عند التسخين في المختبر ، بحيث تكون النار خافتة وغير مباشرة " . وفي ص ١٢٩ تكرر التأكيد على " الحرص خلال عملية التسخين ، وأن يكون لهب الموقد بعيداً عن المواد الناقلة للحرارة كالفلزات بأنواعها " .

وجاءت الإشارة إلى نفس العنصر في نفس مقرر الفصل الدراسي الثاني (الأحماض والقواعد والأملاح) ص ٢٣ حيث ورد أنه " عند وقوع حمض الكبريت على الجسم ابدأً بتجفيف المنطقة المصابة ، ثم اغمرها بالماء الكثير " .

وجاء في الفصل السادس من مقرر الفصل الدراسي الثاني (أمثلة عن التطور التقني) ص ١١٩ أنه " يجب الحذر عند تسخين الماء ، والتأكد من أن البخار لا يندفع تجاه أحد ، مع التزام الحذر عند التخلص من الماء الساخن في الحوض " .

وبالنسبة للعنصر الخامس (الحرائق وكيفية التعامل معها) فقد أشار له الفصل السابع من مقرر الفصل الأول (الماء والمحاليل) في ص ١٢٠، حيث بين أن " للماء استعمالات متعددة ومفيدة في حياتنا اليومية ، ومن ذلك استخدامه في إخماد الحرائق " . ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- الحوادث المنزلية وكيفية الوقاية منها .
- الحوادث المرورية وكيفية الوقاية منها .
- الحوادث الرياضية وكيفية الوقاية منها .
- الوقاية من الحيوانات الضارة والسامة .
- مبادئ الإسعافات الأولية .

٦- الأدوية :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال الإشارة إلى عنصرين من عناصره فقط ، وذلك ضمن فصل واحد من فصول الكتاب ، وهو الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الأحماض والقواعد والأملاح) .

فبالنسبة للعنصر الأول (فوائد الدواء) تمت الإشارة إليه في ص ٣٠ حيث ورد " أن كبريتات المغنيسيوم يستخدم كملين للمعدة " .
وبالنسبة للعنصر الثاني (أنواع الأدوية) أشير إليه في ص ٢٥ حيث ورد " أن الأطباء ينصحون من يشكو من الحموضة الزائدة بتناول دواء يعرف تجارياً باسم حليب الماغنيسا ، وهو عبارة عن هيدروكسيد الماغنسيوم العالق في الماء " . وجاء في ص ١٤ أن " الحموض لها دور مهم في حياتنا ، فالدواء كالأسبرين يحوي حمض اسيتيل ساليسيليك " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- الاستخدام الخاطئ للأدوية .
- التداوي بالأغذية والأعشاب .
- حفظ الأدوية .
- التداوي بما ورد في السنة النبوية .

٧- التلوث والسموم :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال تطرقه إلى عنصرين ، نوضحهما في الآتي:

بالنسبة للعنصر الأول (مصادر تلوث البيئة) ورد ذكره في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (علم الوراثة) ص ٣٩ حيث أشار إلى مدينتي هيروشيما و ناجازاكي اللتان تعرضتا للقنابل النووية في الحرب العالمية الثانية ، وكذلك حادثة تسرب المفاعل النووي الروسي تشيرنوبل .

وجاء في الفصل الثاني من مقر الفصل الدراسي الثاني (الطاقة والشغل) ص ٤٦ أنه " في الحرب العالمية الثانية قذفت مدينة ناجازاكي بقنبلة نووية تستخدم تفاعل الانشطار ، فأحدثت تلك القنبلة دماراً كبيراً في الأرواح والممتلكات ، ولا تزال المدينة تجني آثاره المدمرة " .

وبالنسبة للعنصر الخامس (التسمم بالمبيدات) فقد أشار له الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) في ص ١٢٥ في زاوية بعنوان سؤال للتفكير، ويقول : " لماذا لا يصلح الماء المقطر للشرب ؟ " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب لبقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- أنواع التلوث .
- الصرف الصحي ودوره في التلوث .
- الغازات الناتجة عن عادم السيارات .
- كيفية المحافظة على نظافة البيئة .
- التعامل مع الفضلات .
- مكافحة أسباب التلوث في المنزل والمدرسة .
- الإسعافات عند حدوث التسمم .

٨- التدخين والمسكرات :

أشار الكتاب إلى هذا الجانب فصل واحد وهو الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول ، حيث تعرض لعنصرين من عناصر هذا الجانب .
جاءت الإشارة إلى العنصر الثاني (أضرار التدخين) في ص ٤٠ حيث ورد أن " دخان السجائر يؤدي إلى ازدياد نسبة حدوث الطفرات في الجسم " . وفي نفس الصفحة أشير إلى العنصر الثاني (التعريف بمكونات الدخان) بإيراد سؤال يقول : " السجائر عدو في ثوب صديق . ما هي مكوناتها ؟ وما أضرارها ؟ وما هي أفضل الطرق لتجنبها ؟ وكيف يمكن للمدخن التخلص منها ؟ " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى بقية عناصر هذا الجانب وهي :

- التعريف بمكونات الدخان .
- أضرار الكحوليات والمسكرات .
- الاكتئاب وعلاقته بالتدخين .

٩- الصحة النفسية :

أشار الكتاب في محتواه إلى عنصر واحد فقط ، وهو العنصر الثاني (أسباب الاكتئاب والضغط النفسية) ، وذلك وفي موضع واحد ضمن الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الشغل والطاقة) ص ٥٤ حيث ورد أن " الله شريعة دينية تشمل مجموعة من النظم التي أر الله الناس بالتزامها ، رحمة بهم وإرشاداً ، لتستقيم

حياتهم ، ويسودها العدل والسلام ، ورتب على التزامها سعادة الدنيا ونعيم الآخرة، ومن خالفها يشقى في الدنيا والآخرة بقدر مخالفته ، قال تعالى: {ومن أعرض عن ذكرى فإن له معيشة ضنكا ونحشره يوم القيامة أعمى } سورة طه ١٢٤ " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب لبقية عناصر هذا الجانب ، وهي :

- علاقة الصحة النفسية بصحة الجسد .
- البعد عن الخرافات والشعوذة .
- التغلب على الخجل والانطواء .
- التعامل الجيد مع الصدمات النفسية .

١٠- الصحة الروحية :

تناول محتوى الكتاب هذا الجانب من خلال الإشارة إلى ثلاثة من عناصره ، ويمكن

توضيحها فيما يلي :

بالنسبة للعنصر الأول (بعض صور الإعجاز العلمي) ، أشار له الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (علم الوراثة) في ص ٢٨ والذي بين أن النبي صلى الله عليه وسلم قد أرشدنا إلى بعض الحقائق عن الوراثة في عدد من أحاديثه الشريفة . وجاء في الفصل الثالث من مقرر الفصل الثاني (الطاقة الحرارية) ص ٧٩ أن " الماء يمتد أثناء تبريده من ٤ إلى صفر ، ويتقلص أثناء ارتفاع درجة حرارته من درجة انصهار الجليد إلى ٤ درجات ، ولشذوذ الماء عن بقية السوائل ما بين درجتي الحرارة المذكورة حكمة ربانية ، حيث تبقى على حياة الحيوانات البحرية التي تعيش في مناطق تنخفض فيها درجة الحرارة عن الصفر بدرجات كبيرة " .

وبالنسبة للعنصر الثاني (بيان قدرة الله في الكون) فقد أشار له عدد من الفصول، فقد ورد في الفصل الأول من مقرر الفصل الدراسي الأول (الخلية وعلاقتها بالوراثة) ص ١٨ أن " حياة كل مخلوق حي على الأرض تبدأ بخلية واحدة . فالإنسان يبتدئ تكوينه بخلية واحدة ملقحة ، وبعد تسعة أشهر يتكون من بلايين الخلايا " . وجاء في ص ٢٠ من نفس الفصل ذكر للآية الكريمة التالية عن تكوين الجنين : { ثم جعلناه نطفة في قرار مكين ثم خلقنا النطفة علقة فخلقنا مضغة فخلقنا مضغة عظماً فكسونا العظام لحماً فتبارك الله أحسن الخالقين } سورة المؤمنون (١٤) .

وأشار الفصل الثالث (وراثه الصفات في الإنسان) ص ٤٥ إلى قدرة الله في تشابه الخلق وأن ذلك يدل على وحدانية الخالق عز وجل . ومن حكمته أن جعل هناك أموراً تشترك فيها المخلوقات . ثم أورد قول الله تعالى : { والله خلق كل دابة من ماء فمنهم من يمشي على بطنه ومنهم من يمشي على رجلين ومنهم من يمشي على أربع يخلق الله ما يشاء إن الله على كل شيء قدير { سورة النور (٤٥) .

وأشار الفصل الخامس (مكونات المادة) ص ٧٠ إلى قدرة الله في تركيب المواد الموجودة في الأرض من عناصر ، وأن عظمة الله تتجلى الذي أوجد هذه المواد وسخرها للإنسان . ثم وجه دعوة للطلاب في التفكير في عظمة الله ونعمه التي لا تعد ولا تحصى .

وأشار الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) إلى عظمة الله في خلق الماء ، حيث أورد الآية الكريمة التالية : { وجعلنا من الماء كل شيء حي أفلا تعقلون { سورة الأنبياء (٣٠) .

وجاء في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الثاني (الطاقة الحرارية) ص ٦٠ أن " تعامل الإنسان مع النار واستخدامه لها استخدامات عديدة ، أن ذلك منة ربانية أشار لها الكتاب العزيز ، قال تعالى : { الذي جعل لكم من الشجر الأخضر ناراً فإذا أنتم منه توقدون { يس (٨٠) " .

جاء في الفصل الخامس من مقرر الفصل الدراسي الثاني (انتقال الطاقة) ص ٩٦ أن " مكونات هذا الكون تتفاعل ، وتتبادل فيما بينه الطاقة في نظام دقيق محكم ، يشهد على حكمة الله وبديع صنعته " .

وبالنسبة للعنصر الخامس (نشر القيم والأخلاق التحد من السلوك غير الصحي) فقد ورد ذكره في ثلاثة فصول من فصول الكتاب .

جاء في الفصل الثاني من مقرر الفصل الدراسي الأول (علم الوراثة) ص ٢٧ أن " الصفات المكتسبة هي أساس التفاضل بين الناس ، قال تعالى : { يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا إن أكرمكم عند الله أتقاكم إن الله عليم خبير { سورة الحجرات (١٣) ، وجاء في نفس الصفحة أنه " لا يفضل الإنسان عن غيره بعرق أنسب ، وإنما بتقواه وأخلاقه ، قال صلى الله عليه وسلم : { لا فضل لعربي على عجمي إلا بالتقوى { " .

وقد جاء التأكيد في الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (وراثية الصفات في الإنسان) في ص ٤٦ على صعوبة إجراء التجارب على الإنسان ، حيث أن الأديان السماوية الصحيحة والفطرة السليمة تمنع أن يجعل الإنسان حقلاً للتجارب الوراثية ، قال الله تعالى : { ولقد كرّمنا بني آدم وحملناهم في البر والبحر ورزقناهم من الطيبات وفضلناهم على كثير ممن خلقنا تفضيلاً } سورة الإسراء (٧٠) .

كما أكد الفصل السابع من مقرر الفصل الدراسي الأول (الماء والمحاليل) ص ١٢٢ على عدم الإسراف في الماء ، قال صلى الله عليه وسلم : { لا تسرف في الماء ولو كنت على نهر جار } ، وقال تعالى : { وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين } الأعراف (٣١) ، وجاء في نفس الصفحة أن " الماء نعمة من نعم الله ينبغي علينا إكرامها ، وحفاظها لأن النعمة إذا فرت قلما تعود ، قال تعالى : { قل أرأيتم إن أصبح ماؤكم غوراً فمن يأتيكم بماء معين } سورة الملك (٣٠) " .

ولم يتعرض محتوى الكتاب إلى عنصرين من عناصر هذا الجانب ، وهما :

- العلاج بالقرآن الكريم والأذكار النبوية .

- العلاقة بين ممارسة العبادة وصحة الجسم .

ب- مناقشة النتائج :

يمكن مناقشة النتائج التي تم التوصل إليها حول كتاب العلوم المقرر لطلاب الصف الثالث المتوسط ، من خلال محورين نوضحهما في التالي :

١- نسبة جوانب التربية الصحية إلى فصول الكتاب :

يتضح من الجدول رقم (٩) أن مجموع الأفكار التي تناولت التربية الصحية في كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط بلغت ٨٢ فكرة من أصل ٤٥٦ فكرة شملها الكتاب ، ونسبة بلغت ١٧,٨٦٪ . كان الفصل الثالث من مقرر الفصل الأول (وراثية الصفات في الإنسان) هو أكثر الفصول التي تكررت فيها الأفكار الصحية ، فقد تكررت ١٩ مرة بنسبة قدرها ١٤,١٤٪ ، يليه الفصل الأول من مقرر الفصل لثاني (الأحماض والقواعد والأملاح) وفيه تكررت ١٥ مرة ، ونسبة بلغت ٣,٢٧٪ ، ثم الفصل السابع من مقرر الفصل الأول (الماء والمحاليل) وفيه تكررت ١٤ مرة بنسبة ٣,٠٥٪ ، ثم الفصل الثاني من مقرر الفصل الأول (علم الوراثة) وفيه ورد ٧

تكرارات بنسبة ١,٥٢٪ ، ثم الفصل الرابع من مقرر الفصل الأول (الوراثة وتحسين الإنتاج) وفيه تكررت ٦ مرات بنسبة ١,٣١٪ ، ثم الفصل الأول من مقرر الفصل الأول (الخلية وعلاقتها بالوراثة) وفيه تكررت الأفكار ٥ مرات بنسبة ١,٠٩٪ ، ثم الفصلين الخامس من مقرر الفصل الأول (مكونات المادة) والثالث من مقرر الفصل الثاني (الطاقة الحرارية) وفي كليهما ورد ٤ تكرارات بنسبة ٠,٨٧٪ ، يليهما الفصل الثالث من مقرر الفصل الثاني (الشغل والطاقة) بثلاث تكرارات ، وبنسبة ٠,٦٥٪ ، ثم الفصل السادس من مقرر الفصل الأول (المركبات والمعادلات والتفاعلات الكيميائية) بتكرارين ، وبنسبة ٠,٤٣٪ ، وأخيراً ورد تكرار واحد في الفصول الثلاثة الأخيرة من مقرر الفصل الثاني ، بنسبة ٠,٢٢٪ .

ولم يخل أي فصل من فصول الكتاب من الأفكار المتعلقة بالتربية الصحية ، وإن كانت تختلف الفصول في ذلك الأمر .

ويرى الباحث أن محتوى الكتاب تعرض لموضوعات التربية الصحية بنسب ضعيفة جداً لا تحقق الأهداف المنشودة ، وكان ملاحظاً أن الفصل الثالث من مقرر الفصل الدراسي الأول (وراثـة الصفات في الإنسان) هو أكثر الفصول تطرقاً لمواضيع التربية الصحية ، ومع ذلك كانت النسبة ضعيفة حيث لم تبلغ إلا ٤,١٤٪ ، ثم تأتي بقية الفصول بنسب متدنية لدرجة أنها لم تبلغ الـ ١٪ في أكثر من نصف فصول الكتاب المقرر ، مثل الفصول الثلاثة الأخيرة من مقرر الفصل الثاني والتي بلغت النسبة فيها ٠,٢٢٪ فقط .

وقد كنا نتمنى أن يكون ورود الأفكار الصحية في فصول الكتاب المقرر للصف الثالث المتوسط أكثر مما هو موجود ، حيث أن أقل من ربع أفكار الكتاب (١٧,٨٦٪) هي فقط التي إشارات لجوانب التربية الصحية ، مع أن مادة العلوم هي أقرب المواد لعرض المعلومات الصحية وإبرازها للطالب ، ولأن الطالب في نهاية هذه المرحلة في حاجة ماسة إلى الكثير من المعارف الصحية ، في زمن تعددت فيه الأوبئة والأمراض ، وانتشرت في معظم المجتمعات الفقيرة والمتحضرة .

٢- مقارنة جوانب التربية الصحية مع بعضها البعض :

يتضح من الجدول رقم (٥) والشكل رقم (٣) أن أكثر جوانب التربية الصحية تكراراً في كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط كان جانب التربية الروحية حيث تكررت الأفكار التي تشير إليه ٢١ مرة من أصل ٨٢ فكرة صحية شملها الكتاب ، بنسبة بلغت ٢٥,٦١ ٪ ، وهذه نقطة إيجابية نظراً لأن الطالب في نهاية هذه المرحلة قد شارف على البلوغ ، والدخول في مرحلة الشباب والتي تحتاج منه إلى أن يكون ذو عقيدة راسخة لضبط سلوكه ، وأن يكون على وعي بما يدور حوله لكي لا ينجر وراء ما لا يفيده ، فيخسر صحته وجسمه ، ودينه ، وآخرته . ثم يأتي في المرتبة الثانية جانب أعضاء الجسم الذي تكرر ١٦ مرة ، بنسبة ١٩,٥١ ٪ ، وحل في المرتبة الثالثة جانب التغذية وفيه ورد ١٢ تكرار بنسبة ١٤,٦٣ ٪ ، ثم جانب الحوادث الذي تكرر ١١ مرة بنسبة ١٣,٤١ ٪ ، ثم جانب الأمراض الذي تكرر ٩ مرات بنسبة ١٠,٩٨ ٪ ، ثم جانبي الأدوية ، والصحة الشخصية ، وتكررت الأفكار الصحية في كل منهما ٤ مرات بنسبة ٤,٨٨ ٪ ، وأخيراً ورد تكرارين فقط في جانبين وهما ، جانب الصحة النفسية ، وجانب التدخين والمسكرات بنسبة ١,٢٢ ٪ .

ويرى الباحث أن هناك قصوراً في تناول جميع جوانب التربية الصحية دون استثناء ، وإن كان القصور يتفاوت من فصل إلى فصل .

لقد كان من المفترض أن يهتم كتاب العلوم بالمعلومات الصحية في هذه السنة الدراسية بالذات ، لأن الطالب في نقطة تحول واستعداد للمرحلة الثانوية ، وهي مرحلة تعج بالمشاكل سواء كانت اجتماعية أم صحية ، لذلك فإن الطالب في أمس الحاجة إلى معرفة ما يضره وما ينفعه في هذا العمر ، وبخاصة المعلومات الصحية ، والوقائية ، التي تساعد على حماية نفسه من كل المخاطر التي تحاصره .

لقد أشار الكتاب إشارات بسيطة إلى العديد من الجوانب الصحية المهمة ، وكانت أقل الجوانب التي أوردتها الكتاب جانبي التربية النفسية ، والتدخين . ونحن نؤكد على أنهما من أهم الجوانب التي ينبغي الاهتمام بها وتعليمها للطالب في هذه السن ، فالطالب في حاجة إلى صحة نفسية على مستوى عالٍ ليستطيع التوافق مع نفسه أولاً ثم مع الظروف المحيطة به ثانياً ، ولا يمكن أن يتقدم الطالب في التعلم إذا لم تتوفر له الصحة

النفسية الجيدة ، لذلك يجب أن تتضمن كتب العلوم بعض أساسيات الصحة النفسية التي يحتاج لها الطالب في حدود سنه في هذه المرحلة العمرية الحرجة .
 وجاء التدخين مشاركاً للصحة النفسية في احتلال المركز الأخير ، مع أنه من أهم الأخطار التي تهدد مستقبل الطالب وصحته ، فقد انتشر التدخين بصورة مذهلة ، ولا يكاد يخلو بيت من تورط أحد أفراده على الأقل في عملية التدخين ، فهو سلعة متوفرة في معظم المجتمعات ، وبأسعار في متناول الجميع ، ودون عقوبات لمن يستهلكه أو يتاجر به .

إن الطالب في بداية مرحلة الشباب لديه الرغبة في حب الظهور ، وبالتالي قد يلجأ للتدخين ليتحدث عنه الزملاء ، وربما يمارس التدخين في هذه السن لتقبله الرفقة ولا يكون شاذاً بينهم فينبذونه ، وقد يمارس التدخين لبعض المعتقدات التي تكونت لديه من البيئة سواء كانت من الزملاء في المدرسة أو المجتمع ، ومنها اعتقاده الخاطئ أن التدخين دليل على الرجولة وعلى توديع مرحلة الطفولة .

وأعتقد أن ما ورد في الكتاب من معلومات ومعارف صحية حول الجوانب الصحية المتعددة لا يمكن أن يحقق أهداف التربية الصحية والتي من أهمها التغيير في سلوك الطالب الصحي ، والقضاء على الكثير من الممارسات الصحية الخاطئة ، وكذلك تعليمه مبادئ الوقاية لأن فيها التوفير للوقت ، والمال ، والجهد ، والصحة .

الفصل الخامس
مخلص النتائج
والتوصيات والمقترحات

الفصل الخامس

ملخص النتائج و التوصيات والمقترحات

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة على أساسيات التربية الصحية . وذلك للتوصل إلى حكم موضوعي عليها ، ومعرفة مدى إسهامها في تحقيق الأهداف العامة للتربية الصحية .

وفي هذا الفصل سوف يقوم الباحث بعرض مجمل لجميع ما تم عمله في هذه الدراسة ، أي تلخيص أهم ما ورد فيها ، يلي ذلك عرض للتوصيات التي يرى الباحث أنها ستسهم في حل مشكلة الدراسة وبالتالي الاستفادة من الدراسة بالشكل الذي يريجه الباحث ، وبعد ذلك يقوم الباحث بتقديم بعض الاقتراحات حول القيام بالعديد من الدراسات المشابهة استكمالاً للموضوع ، وإعطائه حقه من العناية والبحث في المستقبل من أجل الإسهام في وضع الحلول المناسبة للعديد من المشكلات التي تواجه العملية التعليمية .

أولاً- ملخص الدراسة :

من المعلوم أن كل مجتمع من المجتمعات يسعى لخدمة أفرادهِ على كافة الأصعدة والمستويات ، ومن أهم ما تقدم مؤسسات المجتمع لأفراده توفير الأمن الصحي لهم ، سواء من خلال توفير الخدمات الطبية والعلاجية حال وجود الأمراض ، أو من خلال توفير المعلومات الصحية والوقائية التي تقي من المرض قبل وقوعه .

وقد ظهرت الحاجة إلى هذا البحث نظراً لما لمسهُ الباحث من انتشار للأمراض بين أفراد المجتمع ، وانتشار للكثير من العادات الغير صحية بين أفراد المجتمع بصفة عامة ، وطلاب المدارس على وجه الخصوص ، وبخاصة طلاب المرحلة المتوسطة الذين يمرون بمرحلة عمرية انتقالية ، وهي مرحلة حرجية يقبل فيها الطالب على محاولة التعرف على كل جديد ، ويتعدى ذلك إلى تجربة ذلك الجديد دون التفكير في الفوائد أو العواقب التي قد تلحق به ، ومن أشهر العادات التي تنتشر بين الطلاب في هذه المرحلة سوء التغذية ، ويسببها الإكثار من تناول الوجبات السريعة ، والمشروبات الغازية ، والمواد المعلبة . وتنتشر كذلك عادة التدخين بين الطلاب ، والتي قد تكون بداية الطريق للدخول في عالم المنشطات والمسكرات ، وفي هذا دمار للشباب ، وبالتالي دمار المجتمع برمته .

ومن هنا شعر الباحث بمشكلة هذه الدراسة ، لأهميتها ، ولقلة الدراسات والبحوث التي تطرقت إلى دور مادة العلوم وإسهاماتها في المجالات الصحية ، ولقلة إسهامات مادة العلوم في ربط الطالب بمؤسسات المجتمع وبخاصة المؤسسات التي تقدم الخدمات الطبية ، سواء كانت خدمات في مجال الجانب العلاجي ، أو في الجانب الوقائي .

ولكون مادة العلوم من أهم المواد التي تساهم في الوصول للحلول المناسبة لمشكلاتنا الصحية ، فقد رأى الباحث دراسة مقررات مادة العلوم بالمرحلة المتوسطة ، دراسة تحليلية لمحتواها للتعرف على مدى إسهامها في هذا الجانب ، وذلك بالتعرف على مدى احتواء تلك الكتب على أساسيات التربية الصحية . أي أن الباحث قد اتخذ من مقررات العلوم بالمرحلة المتوسطة محوراً أساسياً للدراسة وذلك للكشف عن محتواها من ناحية مساهمتها في المجال التربوي الصحي .

كما يهدف الباحث إلى محاولة الإسهام في تطوير مناهج العلوم بصفة خاصة ، ومناهج المرحلة المتوسطة بصفة عامة . فالمرحلة المتوسطة ذات أهمية كبرى كونها تقع في وسط السلم التعليمي ، وقد تكون مرحلة نهائية لعدد ليس بالقليل من الطلاب الذين لم تسمح لهم الظروف بمواصلة مشوار التعليم العام .

وإن هذه الدراسة سوف تمكن الباحث من تقديم بعض التوصيات والمقترحات التي من شأنها أن تساعد في تطوير المقررات .

مهدف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي :

١- التعرف على أساسيات التربية الصحية التي ينبغي أن تتضمنها كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة للبنين .

٢- التعرف على مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة على أساسيات التربية الصحية .

وقد حدد الباحث مشكلة الدراسة في السؤالين التاليين :

١- ما أساسيات التربية الصحية ، والملائمة لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين ، والتي يجب أن تتضمنها كتب العلوم ؟

٢- ما مدى توفر تلك الأساسيات في كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة للبنين ؟

ولكي يصل الباحث إلى تحقيق أهداف هذه الدراسة ، قام باتباع الخطوات التالية :

أولاً: تم في الفصل الأول تحديد المشكلة ، وبيان أهميتها ، والهدف من الدراسة ، ثم بيان لحدود الدراسة ، وأخيراً تم التعريف بأهم المصطلحات المتعلقة بموضوع الدراسة .

ثانياً: وفي الفصل الثاني تم التطرق للإطار النظري والدراسات السابقة في نفس موضوع الدراسة .

بالنسبة للجانب النظري تطرق الباحث بشيء من التفصيل إلى المواضيع التالية :

١- المرحلة المتوسطة ، مفهومها ، وأهميتها ، ومميزاتها ، وأهدافها .

٢- الأهداف العامة لمادة العلوم بالمرحلة المتوسطة .

٣- أهداف تدريس العلوم بالمرحلة المتوسطة .

٤- خصائص المتعلم في المرحلة المتوسطة ، كالنمو الجسمي ، والعقلي ، والاجتماعي ، والانفعالي ، والجنسي .

٥- التربية الصحية ، تعريفها ، وتاريخها ، وأهدافها ، ومجالاتها .

٦- أسلوب تحليل المحتوى ، تعريفه ، وحداته ، مميزاته .

وبعد الإطار النظري تم إيراد العديد من البحوث والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع هذه الدراسة ، وبيان لنتائجها ، ولمدى تشابهها مع الدراسة الحالية ، وذلك للإفادة منها في هذه الدراسة .

ثالثاً: تكون المجتمع الأصلي للدراسة من كتب العلوم المقرر تدريسها لطلاب المرحلة المتوسطة للبنين للصفوف الثلاثة لعام ١٤٢٢هـ ، وتشمل ستة كتب ، حيث أن كل فصل دراسي له كتاب يستقل عن الفصل الدراسي الآخر ، وقد اشتملت الكتب مجتمعة لجميع الفصول على (١٣) وحدة ، و (٤١) فصلاً ، و (٧٢٨) صفحة .

رابعاً: قام الباحث باتباع المنهج الوصفي التحليلي ، الذي يقوم على تحليل المحتوى ، وبواسطته تم تحليل مقررات العلوم بالمرحلة المتوسطة للصفوف الثلاثة التي تتضمنها هذه المرحلة ، معتمدين في ذلك على قائمة من المعايير تم الاعتماد عليها ، ووضعت باستشارة عدد من المتخصصين في المجال التربوي ، والصحي ، وقام الباحث بتحليل النتائج ، وتفرغها في نتائج ضمن جداول أعدت لهذا الغرض ، تبين التكرارات لكل جانب من جوانب التربية الصحية لكل كتاب من الكتب بصورة منفردة ، ثم تمت معالجة النتائج

إحصائياً باستخدام التكرارات والنسب المئوية ، وبيانها في جداول وضعت لهذا الغرض ، ثم القيام بتفسيرها للوصول إلى النتائج .

خامساً : توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج ، كان من أهمها :

أ - بلغ مجموع تكرارات الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية في كتب العلوم للصفوف الثلاثة مجتمعة ٢٦٢ تكراراً ، من أصل ١٤٤٥ فكرة شملتها الكتب ، أي بنسب قدرها ١٨,١٣ ٪ ، وهي نسبة قليلة على اعتبار أن مادة العلوم هي المعنية بإبراز جوانب التربية الصحية ، ومع ذلك فإن أكثر من ٨٠ ٪ من المواضيع لم تتطرق لمواضيع تتعلق بالتربية الصحية وجوانبها المهمة والمتعددة .

ب - بلغ مجموع تكرارات الأفكار المتعلقة بجوانب التربية الصحية في كتاب العلوم للصف الأول المتوسط ٥١ تكراراً ، بنسبة ١٠,٣٦ ٪ ، أما كتاب الصف الثاني المتوسط فقد بلغت التكرارات فيه ١٢٩ تكراراً ، بنسبة قدرها ٢٦,١١ ٪ ، وبلغت في كتاب الصف الثالث المتوسط ٨٢ تكراراً ، بنسبة ١٧,٨٦ ٪ .

ج - كان أكثر الجوانب الصحية تكراراً في كتاب الصف الأول المتوسط هو جانب التربية الروحية حيث تكرر ١٩ مرة ، بنسبة ٣٧,٢٥ ٪ . وحل في المرتبة الثانية جانب التغذية الذي تكرر ١٥ مرة ، بنسبة ٢٩,٤١ ٪ ، بينما لم يكن هناك أي تكرار لجانب الصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات .

د - كان جانب أعضاء الجسم هو أكثر الجوانب تكراراً في كتاب الصف الثاني المتوسط ، فقد تكرر ٥٢ مرة ، بنسبة ٤٠,٣١ ٪ ، وحل ثانياً جانب التلوث والسموم الذي تكرر ١٥ مرة ، بنسبة ١١,٦٢ ٪ ، بينما لم يرد أي تكرار لثلاثة جوانب ، هي الأدوية ، والصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات .

هـ - كان أيضاً جانب التربية الروحية هو أكثر الجوانب تكراراً في كتاب الصف الثالث المتوسط ، فقد تكرر ٢١ مرة ، بنسبة ٢٥,٦ ٪ ، وجاء ثانياً جانب التغذية الذي تكرر ١١ مرة بنسبة ١٣,٤١ ٪ ، وكانت أقل الجوانب تكراراً جانب الصحة النفسية ، والتدخين والمسكرات .

ويرى الباحث أن كتب العلوم قد أبدت اهتماماً بجانب التربية الروحية ، ولا غرو في ذلك فالقائمين على وضع المناهج وتطويرها في هذا البلد المعطاء ينطلقون في

أفكارهم من ثوابت راسخة تستند إلى شريعة سماوية ربانية نقلها لنا رسولنا الحبيب محمد صلى الله عليه وسلم بأمانة وصدق .

إن الاهتمام بتنمية الجوانب الروحي في شخصية الطالب تعد ظاهرة إيجابية ، وحاجة ملحة ، فالتربية الروحية ضرورية لاستقرار الطالب ، نفسياً ، وعقدياً ، حيث أن الفراغ الروحي من أكبر المعوقات التي تؤثر على مسيرة الطالب العلمية والعملية .

وفي المقابل لاحظنا قصوراً واضحاً يتمثل في إهمال كتب العلوم لجانب مهم وخطير على حياة الطلاب ، وهو ما يتعلق بتناول الدخان والمسكرات ، مع أن هذا الجانب من الأهمية بمكان ، خصوصاً بعد انتشار التدخين والمسكرات في مجتمعاتنا بصورة كبيرة ، وقد يكون السبب في ذلك أن بعض المربين يرون أنه يجب عدم تفتيح أذهان الناشئة إلى هذه السموم التي لا يعرفونها ، لأن ذلك سيؤدي بهم إلى محاولة التعرف على هذه الأشياء التي جاء التحذير منها وذلك من باب الفضول . ولكننا نرى أن هذه حجة واهية ومرفوضة ، لأننا في زمن الانفتاح الإعلامي والاجتماعي ، فالطالب سوف يتعرف على هذه الأشياء وبسهولة ، ولذلك فإنه من الأجدى والأصلح أن نبصر الطالب بمخاطرها الصحية والدينية والاجتماعية قبل أن يقعوا فريسة لهذه السموم التي أفسدت على كثير من المسلمين دنياهم وآخرتهم ، ودمرت الكثير من الأسر بعد أن كانت آمنة مستقرة .

و- خلت كتب العلوم جميعها من العديد من بعض العناصر التي تتدرج تحت كل جانب من جوانب التربية الصحية التي شملتها الدراسة .

وبالنسبة للجانب الأول (الصحة الشخصية) لم يرد عنصران ، وهما :

- الرياضة اليومية وأثرها على الصحة .

- الاهتمام بالترفيه والاستجمام .

وبالنسبة للجانب الثاني (التغذية) لم يرد عنصر واحد وهو :

- الإرشادات النبوية حول الغذاء .

وبالنسبة للجانب الثالث (أعضاء الجسم) لم يرد عنصر واحد :

- المحافظة على الحواس الخمس .

وبالنسبة للجانب الرابع (الأمراض) لم ترد معظم عناصره ، وهي :

- الأثر الاقتصادي للأمراض .

- التطعيم ودوره في تجنب الأمراض .

- الأمراض الموسمية (الحمى ، الزكام ، الخ) .
 - الأمراض المزمنة (السكري ، السل ، الخ) .
 - الأمراض القاتلة (السرطان ، الإيدز ، الخ) .
 - الأمراض المعدية (الجدام ، الأنفلونزا ، الخ) .
 - الأمراض الجنسية (الزهري ، السيلان ، الخ) .
- وبالنسبة للجانب الخامس (الحوادث) لم يرد عنصر واحد وهو :
- الوقاية من الحيوانات الضارة ، أو السامة .
- وبالنسبة للجانب السادس (الأدوية) لم ترد العناصر التالية :
- الاستخدام الخاطئ للأدوية .
 - التداوي بالأغذية والأعشاب .
 - التداوي بما ورد في القرآن والسنة (العسل ، الحبة السوداء ، ...الخ).
 - حفظ الأدوية .
- وبالنسبة للجانب السابع (التلوث والسموم) لم يرد عنصران ، وهما :
- مكافحة أسباب التلوث في البيئة والمدرسة .
 - الإسعافات عند حدوث التسمم .
- وبالنسبة للجانب الثامن (التدخين والمسكرات) لم ترد العناصر التالية :
- التعريف بمكونات الدخان والمسكرات .
 - أضرار الكحوليات والمسكرات على الجسم .
 - الاكتئاب وعلاقته بالتدخين والمسكرات .
 - التحذير من أخطار التدخين والمسكرات .
- وبالنسبة للجانب التاسع (الصحة النفسية) لم ترد العناصر التالية :
- علاقة الصحة النفسية بصحة الجسد .
 - البعد عن الخرافات والشعوذة .
 - التعامل الجيد مع الصدمات النفسية .
 - التغلب على الخجل والانطواء .
 - دور الرياضة في الصحة النفسية .
- وبالنسبة للجانب العاشر (الصحة الروحية) لم يرد العنصران التاليان :

- العلاج بالقرآن الكريم والأذكار النبوية .
- العلاقة بين قوة الإيمان وصحة الجسم .
- ز - لم يكن في كتب العلوم أي أنشطة تربط الطالب بالمؤسسات التي تقدم الخدمات الطبية ، وهذا يجعل الطالب لا يستفيد من المعلومات النظرية التي يتلقاها لأن التطبيق العملي غير متوفر .
- ح - تم توضيح النتائج في جداول تبين التكرارات ، والنسب المئوية لكل جانب من جوانب التربية الصحية ، ثم مثلت تلك البيانات على رسوم بيانية .
- ط - وفي الفصل الأخير تم وضع ملخصاً عاماً للدراسة ، تم فيه بيان لخطواتها ، ونتائجها ، وأهم التوصيات والمقترحات التي رآها الباحث .
- ي - تم إعداد قائمة بالمراجع العلمية كالكتب ، والبحوث ، والدراسات التي استعان بها الباحث في هذه الدراسة .
- ك - تم عرض قائمة بالملاحق التابعة للدراسة .

ثانياً - التوصيات والمقترحات :

أ- التوصيات :

- استناداً إلى النتائج التي توصل إليها الباحث ، يوصي بعدد من التوصيات التي قد تسهم في رفع مستوى التربية الصحية بجوانبها المتعددة في مناهج العلوم بالمرحلة المتوسطة ، وجاءت التوصيات على النحو التالي :
- ١- الاهتمام بمناهج العلوم في المرحلة المتوسطة ، وتضمينها الجوانب الصحية الضرورية للطلاب في هذه المرحلة التعليمية الهامة .
- ٢- إعادة النظر في محتوى كتب العلوم في المرحلة المتوسطة ، ومحاولة تطويرها وبخاصة ما يتعلق بإبراز جوانب التربية الصحية ، لأن في ذلك الفائدة الكبيرة للطلاب وللمجتمع بأكمله ، وهذا من شأنه أن يجنب المجتمع ويلات الأوبئة في هذا العصر .
- ٣- الاهتمام بالجانب العملي في مقررات العلوم وبخاصة في المواضيع المتعلقة بالجوانب الصحية ، وذلك بأن يكون في كل مدرسة معمل مخصص للتربية الصحية ، وأن يتم تأليف الكتب بطريقة تربط الطالب بالمعمل الصحي ، وفيه يمكن أن يتدرب الطالب

مثلاً على مبادئ الإسعافات الأولية ، وكيفية السيطرة على الحرائق ، وغير ذلك من المواضيع الصحية .

- ٤- ضرورة ربط بعض الموضوعات في الكتب بالمؤسسات التي تقدم الخدمات الصحية وزيارة تلك المؤسسات ويقوم الطالب بتدوين ما شاهد ، ويطلب بالتطبيق إن أمكن .
- ٥- ضرورة إضافة المزيد من الأنشطة التي تبرز الجوانب الصحية ، والتي تزود الطالب بالمهارات الصحية التي يحتاجها في تعديل سلوكه الصحي في حياته اليومية .
- ٦- ضرورة التطوير المستمر عند طباعة الكتب الدراسية ومسايرة الاكتشافات العلمية المتسارعة في هذا العصر ، ومتابعة الأمراض الخطيرة الحديثة ، وغير ذلك من المشكلات الصحية التي تتجدد يوماً بعد يوم .
- ٧- يجب أن يتضمن محتوى فصول الكتب الدراسية آيات قرآنية ، وأحاديث نبوية ، نظراً لدور القرآن الكريم والسنة المطهرة في تفسير كثير من الظواهر الطبيعية ، وإيجاد الحلول للكثير من المشاكل العلمية والصحية التي حيرت العلماء ، وهذا مهم في ترسيخ العقيدة الإسلامية لدى الطلاب ، وإبراز عظمة الخالق ، وبالتالي الالتزام بالصراط المستقيم وفي ذلك حل لكثير من المشكلات الصحية التي كان من أهم أسبابها الابتعاد عن الطاعة والولوع في المعاصي .
- ٨- يجب التركيز عند اختيار الصور والرسوم التوضيحية ، لما لها من دور في ترسيخ المعلومات الصحية لدى الطالب ، وبالتالي التأثير في السلوك الصحي .
- ٩- ضرورة وضع أهداف التربية الصحية التي يجب تحقيقه في كل فصل من فصول المرحلة المتوسطة في بداية كتاب العلوم ، ليتسنى للطلاب والمعلم الاطلاع عليها ، وفي هذا عون على تحقيقها .
- ١٠- عقد دورات تدريبية لمعلمي العلوم في المرحلة المتوسطة ، لاطلاعهم على الجديد في مجال التربية الصحية، وكذلك الوسائل التعليمية ، وطرق التدريس المناسبة لهذا الأمر .
- ١١- تعاون المدارس المتوسطة مع الجهات المعنية بموضوع الصحة ، في إقامة المعارض التي تبرز جوانب التربية الصحية ، سواء كانت تلك المعارض في المدارس أو في غيرها من المؤسسات الاجتماعية .

١٢- ضرورة وجود التنسيق بين المدرسة المتوسطة ووسائل الإعلام المختلفة ، بحيث يتم إنتاج برامج التنقيف الصحي التي تحد من السلوكيات الصحية الخاطئة للطلاب في هذه المرحلة العمرية الحرجة .

١٣- التركيز على أفراد المجتمع الآخرين ، وبث الوعي الصحي بينهم ، وفي هذا مردود إيجابي على صحة الطالب ، وعوناً للمعلمين في أداء مهامهم الصحية ، لأن الطالب في هذه السن يندمج في المجتمع ويتأثر بكل ما يحيط به .

ب- المقترحات :

يقترح الباحث في ضوء نتائج الدراسة ، واستكمالاً لها في المستقبل القريب ، القيام بإجراء الدراسات التالية في مجال التربية الصحية ، ومقررات العلوم بصفة عامة :

١- إجراء عدة دراسات على نفس الموضوع بحيث تتناول كل دراسة جانباً واحداً فقط من جوانب التربية الصحية مثل جانب الأمراض مثلاً ، بينما تتناول الدراسة الأخرى الجانب الثاني وهكذا .

٢- إجراء دراسات أخرى ، لمعرفة مدى احتواء كتب العلوم الدينية واللغة العربية، على مضامين التربية الصحية ، للإسهام في التنقيف الصحي إلى جانب مادة العلوم .

٣- إجراء دراسة للتوصل إلى وضع برنامج تدريبي لمعلمي العلوم بالمرحلة المتوسطة ، لتدريبهم على كيفية الاستفادة من الوسائل التعليمية الحديثة ، و تفعيلها في تدريس التربية الصحية .

٤- إجراء دراسة تقييمية على أداء معلمي العلوم بالمرحلة المتوسطة فيما يتعلق بتفعيل وإبراز التربية الصحية ، ومدى الإسهام في تحقيق أهدافها المنشودة .

٥- إجراء دراسة مسحية لطلاب المرحلة المتوسطة للتعرف على أهم المشكلات الصحية التي تواجههم ، وذلك بالتعاون مع المرشدين بالمدارس ، ومع مراكز الرعاية الصحية الأولية حيث يوجد بها ملف صحي لكل طالب .

٦- إجراء دراسة وصفية للتعرف على ميول ورغبات طلاب المرحلة المتوسطة ، واتجاهاتهم نحو العديد من المشكلات الصحية .

المراجع

- ١٨- الحدرى ، خليل عبد الله ، " التربية الوقائية في الإسلام ومدى استفادة المدرسة الثانوية منها " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة ، ١٤١٧هـ .
- ١٩- الحسيني ، أيمن ، طبيب اسمه الغذاء ، دار الطلائع ، القاهرة ، د.ت.
- ٢٠- حيا صات ، أحمد ، " مضامين التربية الصحية في مناهج التعليم الأساسي في الأردن " ، رسالة المعلم ، العدد ١ ، المجلد ٣٥ ، ١٤١٤هـ .
- ٢١- خاشقجي والمدني ، رفيدة حسين ، خالد علي ، التغذية خلال مراحل العمر ، دار المدني ، جدة ، ط٢ ، ١٤١٥هـ .
- ٢٢- الحقييل ، سليمان عبد الرحمن ، سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية ، الرياض ، ط٣ ، ١٤٠٩هـ .
- ٢٣- الخليلي ، خليل يوسف وآخرون ، " درجة الوعي الصحي عند طلبة الثاني الثانوي العلمي والأدبي في ثلاث مناطق جغرافية مختلفة في الأردن " ، مجلة أبحاث اليرموك ، المجلد ٣ ، العدد ١ ، ١٤٠٧هـ .
- ٢٤- الدنشاري ودوس ، عز الدين ، سينوت حليم ، التدخين دراسة علمية هادفة ، دار المريخ ، الرياض
- ٢٥- دنيا ، محمود طنطاوي ، التربية وأثرها في رفع المستوى الصحي ، دار البحوث العلمية ، الكويت ، ط ١ ، ١٣٩٥هـ .
- ٢٦- رفعت ، محمد ، اليوغا طريق الصحة والسعادة والشباب ، دار البحار ، بيروت ، ط١ ، ١٩٨٦م .
- ٢٧- رويحة ، أمين ، التغذية والمشروبات الروحية ، دار القلم ، بيروت ، ط٢ ، ١٩٧٩م .
- ٢٨- زكي ، علي محمد ، التربية الصحية بين النظرية والتطبيق ، دار السلاسل ، الكويت ، ط ١ ، ١٤٠٣هـ .
- ٢٩- زيتون ، عايش ، " دراسة تحليلية تقويمية لكتاب العلوم للصف الثالث الإعدادي في المدارس الحكومية في الأردن " ، المجلة العربية للبحوث التربوية ، الكويت ، المجلد ١٠ ، العدد ١ ، ١٩٩٠م .
- ٣٠- السباعي ، زهير أحمد ، التنقيف الصحي ، دار الخريجي ، الرياض ، ١٤١٦هـ .
- ٣١- السباعي ، زهير أحمد ، الصحة حاضرها ومستقبلها في المملكة العربية السعودية ، مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية ، الرياض ، ١٩٨٨م .
- ٣٢- السرياقوسي ، محمد وآخرون ، أساليب البحث العلمي ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، د.ت .
- ٣٣- السواس ، عبد الحليم أحمد ، الكوكابين من الكوكاكولا إلى الإدمان ، ط١ ، ١٤١٦هـ .
- ٣٤- شحاته ، عبد المنعم ، سيكولوجية التدخين ، دار غريب ، القاهرة ، ١٩٨٨م .
- ٣٥- الشمراني ، علي عبد الله ، " دراسة لواقع كتاب العلوم للصف الأول المتوسط " ، دراسة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة ، ١٤١٦هـ .

- ٣٦- شوكت ، محمد ، المخدرات ..آثارها السلبية وسبل مواجهتها ، ط ١ ، ١٤٠٧هـ .
- ٣٧- صيني ، سعيد إسماعيل ، قواعد أساسية في البحث العلمي، مؤسسة الرسالة، الكويت، ١٤١٥هـ .
- ٣٨- طالب ، عبد الرحمن ، التربية الجنسية في الإسلام، الدار المصرية ، القاهرة ، ط ١ ، ١٤١٣هـ .
- ٣٩- طعيمة ، رشدي أحمد ، تحليل المحتوى في العلوم الإنسانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٧م .
- ٤٠- عبد الحميد ، جابر ، مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، ط ٢ ، د.ت .
- ٤١- عبد الحميد ، عزة داود ، " تقويم كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط بالمملكة العربية السعودية "، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، المدينة النبوية ، ١٤١١هـ .
- ٤٢- العبد الله وعنيزة ، عبدالله محمد ، إبراهيم ماهر ، " دراسة تقويمية تحليلية لكتاب الأحياء للصف العاشر الأساسي في المدارس الأردنية " ، مجلة مركز البحوث التربوية ، قطر ، السنة ٣ ، العدد ٦ ، ١٩٩٤م .
- ٤٣- عبودة ، سامية عباس ، " وظيفة المدرسة في رفع المستوى الصحي لطالبات المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى ، ١٤٠٨هـ .
- ٤٤- عبيدات وعدس ، عبد الحق ذوقان ، عبد الرحمن كايد ، البحث العلمي ، دار الفكر ، الأردن ، ط ٥ ، ١٤١٧هـ .
- ٤٥- عرفة ، عبد الغني ، التدخين هاجس العصر ، دار الفكر ، بيروت ، ط ١ ، ١٤١٨هـ .
- ٤٦- عريفج ، سامي وآخرون ، مناهج البحث العلمي وأساليبه ، ط ١ ، ١٩٨٧م .
- ٤٧- العساف، صالح حمد ، دليل الباحث في العلوم السلوكية ، مكتبة العبيكان ، الرياض، ط ٢ ، ١٩٩٥ .
- ٤٨- العساف ، صالح حمد ، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، مكتبة العبيكان ، الرياض ، ط ١ ، ١٩٩٥م .
- ٤٩- علام وعبد المقصود ، محمد عبد الخالق ، عصمت محمد ، السلوك الصحي في تدريس الصحة ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨١م .
- ٥٠- العثمان ، عبد العزيز عبد الرحمن ، " التربية الصحية في كتب العلوم بالمرحلة الابتدائية بالمملكة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، ١٤١٨هـ .
- ٥١- العمار ، إبراهيم عبد الله ، " مشكلات طلبة المرحلة الإعدادية وحاجاتهم الإرشادية ، رسالة ماجستير ، الجامعة الأردنية ، ١٩٧٢م .
- ٥٢- عيسى ، أحمد عبد الرحمن ، سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية ، دار اللواء ، الرياض ، ط ١ ، ١٣٩٩هـ .
- ٥٣- الغنيم والبهبهاني ، مرزوق يوسف ، بهيجة اسماعيل ، الثقافة الصحية ، دار السلاسل ، الكويت ، ط ١ ، ١٩٩٧م .

- ٥٤- الفرا ، فاروق حمدي ، " اتجاهات مستحدثة في التربية الصحية وانعكاساتها على المناهج الدراسية في دول الخليج العربي ، رسالة الخليج العربي ، العدد ١١ ، الرياض ، ١٤٠٤هـ .
- ٥٥- فرج ، عبد اللطيف حسين ، المناهج وطرق التدريس ، دار الفنون ، جدة ، ط ١ ، ١٤١٩هـ .
- ٥٦- الفتوخ ، عبد الله عبد الرحمن ، " مدى فاعلية أداء إدارة المدرسة في تحقيق أهداف التربية الصحية لطلاب المرحلة الثانوية الحكومية في مدينة الرياض " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، ١٤١٩هـ .
- ٥٧- قاضي ، مهدي " تقييم المعرفة الصحية واستقصاء بعض أنواع السلوك المتعلق بالصحة وعلاقتها ببعض العوامل الاجتماعية والاقتصادية لطلبة الصفين النهائيين في المدارس المتوسطة والثانوية في مدينة الخبر " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الطب ، جامعة الملك فيصل ، ١٩٩١م .
- ٥٨- القباني ، صبري ، الغذاء .. لا الدواء ، دار العلم للملايين ، بيروت ، ط ١ ، ١٩٦٥م .
- ٥٩- قلادة ، فؤاد ، الأهداف التربوية والتقويم ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٢م .
- ٦٠- القمش ، مصطفى وآخرون ، مبادئ الصحة العامة ، دار الفكر ، عمان ، ط ١ ، ١٤٢٠هـ .
- ٦١- كابلي ، طلال حسن ، " أضواء على استخدام الوسائل التعليمية في تدريس العلوم " ، مجلة التربية ، قطر ، العدد ١١٩ ، السنة ٢٥ ، نيسان ، ١٩٩٦م .
- ٦٢- كارول رينزler ، الغذاء صحة وجمال " مترجم " ، مكتبة جرير ، الرياض ، ط ١ ، ٢٠٠٠م .
- ٦٣- كاظم وزكي ، أحمد خيرى ، سعد يس ، تدريس العلوم ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، ١٩٩٣م .
- ٦٤- الكرّمى ، زهير ، " دور المعلم في التربية الصحية " ، رسالة المعلم ، العدد ٤ ، السنة ١٢ ، نيسان ، ١٩٦٩م .
- ٦٥- الكيلاني ، عبد الرزاق ، الوقاية خير من العلاج ، دار القلم ، دمشق ، ط ١ ، ١٩٩٥م .
- ٦٦- لال ، عدنان يحي ، التربية الصحية المدرسية ، مطابع الصفا ، مكة المكرمة ، ١٤١٢هـ .
- ٦٧- لبيت ، فردوس مصطفى ، الثقافة الصحية ، الرئاسة العامة لتعليم البنات ، ١٣٩٨هـ .
- ٦٨- مانع ، سعيد علي ، مشكلات الشباب النفسية بين الذهاب والإياب ، مطابع بهادر ، مكة المكرمة ، ١٤١٦هـ .
- ٦٩- مجاور والديب ، محمد صلاح ، فتحي عبد المقصود ، المنهج التربوي أسسه وتطبيقاته التربوية ، دار القلم ، الكويت ، ١٩٨٧م .
- ٧٠- محاسنة ، إحسان علي ، البيئة والصحة العامة ، دار الشروق ، عمان ، ١٩٩١م .
- ٧١- المخللاتي ، جلال خليل ، التغذية وصحة الإنسان ، دار الشواف ، الرياض ، ط ٢ ، د.ت .

- ٧٢- مصلح ، أحمد منير ، " المدرسة المتوسطة العربية بين النظرية والتطبيق " ، مجلة كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، مجلد ٤ ، ١٩٨٢ م .
- ٧٣- مغربي ، سعاد محمد ، " آراء حول مقرر التربية الصحية لطلاب كليات التربية وبعض المقترحات حول تحسين تدريسه " ، مجلة كلية التربية بأسويوط ، العدد ٦ ، المجلد ٢ ، ١٩٩٠ م .
- ٧٤- مغاريوس ، صموئيل ، الصحة النفسية والعمل المدرسي ، مكتبة النهضة المصرية ، ط ٢ ، ١٩٩٢ م .
- ٧٥- مقابلة ، نصر يوسف ، " العادات غير الصحية لدى الأطفال الأردنيين من وجهة نظر أمهاتهم " ، المجلة العربية للتربية ، المجلد ١٦ ، العدد ٢ ، شعبان ، ١٤١٧ هـ .
- ٧٦- منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة ، سلسلة التربية الغذائية : التغذية والتحصيل الدراسي ، باريس ، ١٩٨٤ م .
- ٧٧- منظمة الصحة العالمية ، التقرير السادس عن الحالة الصحية في العالم ، الجزء الأول : تحليل عالمي ، جنيف ، ١٩٨٠ م .
- ٧٨- نصر ، عبد اللطيف أحمد ، غذاؤك في الصحة والمرض ، الدار السعودية ، ط ١ ، د.ت .
- ٧٩- نقي ، خديجة علي ، " نظرة في النواحي البيئية في المنهج الدراسي بالكويت " ، مجلة التربية ، الكويت ، العدد ١٢ ، السنة ٥ ، ١٩٩٥ م .
- ٨٠- النقيب ، عبد الرحمن ، " دور الإسلام وتعاليمه في التخطيط للتربية الصحية في مدارس العالم الإسلامي " ، مجلة التربية بالمنصورة ، العدد ٦ ، الجزء ١ ، ١٩٨٤ م .
- ٨١- هارون ، بسام وآخرون ، الرياضة والصحة ، مؤسسة وائل للنسخ ، الأردن ، ط ١ ، ١٩٩٥ م .
- ٨٢- الهواري ، محمد محمود ، المخدرات من القلق إلى الاستعباد ، المحاكم الشرعية ، قطر ، ط ١ ، ١٤٠٧ هـ .
- ٨٣- وزارة الداخلية ، " النشرة الإحصائية عن حوادث الحريق وعمليات الإنقاذ والإسعاف لمختلف مناطق المملكة " ، إدارة الإحصاء بالمديرية العامة للدفاع المدني ، الرياض ، ١٤١٦ هـ .
- ٨٤- وزارة المعارف ، دليل المعلم ، الإدارة العامة للإشراف التربوي ، مطابع العصر ، الرياض ، ط ١ ، ١٤١٨ هـ .
- ٨٥- وزارة المعارف ، سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية ، الرياض ، ط ١ ، ١٣٩٠ هـ .
- ٨٦- وزارة المعارف ، فصول من تاريخ التعليم المتوسط ، مركز التوثيق التربوي ، الرياض ، ١٤٠٢ هـ .
- ٨٧- وزارة المعارف ، توجيهات مادة العلوم ، الإدارة العامة للتوجيه التربوي ، الرياض ، ١٤١٠ هـ .
- ٨٨- وزارة المعارف ، منهج المرحلة المتوسطة للبنين ، إدارة التطوير التربوي ، الرياض ، ١٤٠٨ هـ .
- ٨٩- وزارة المعارف ، العلوم للصف الأول المتوسط ، مركز التطوير التربوي ، الرياض ، ١٤٢١ هـ .

- ٩٠- وزارة المعارف ، العلوم للصف الثاني المتوسط ، مركز التطوير التربوي،الرياض،١٤٢١هـ
- ٩١- وزارة المعارف ، العلوم للصف الثالث المتوسط ، مركز التطوير التربوي،الرياض،١٤٢١هـ.
- ٩٢- الوكيل ، حلمي أحمد ، تطوير المناهج ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ط٧ ، ١٩٨٢م
- ٩٣- اليحيوي ، حنان مسلم ، " القيم البيئية المتضمنة في محتوى كتب الأحياء في المرحلة الثانوية للبنات بالملكة العربية السعودية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، ١٤١٨هـ .

الملاحق

ملحق رقم (١)
بطاقة تحليل محتوى كتاب العلوم
للصف الأول المتوسط

ملحق رقم (٢)

بطاقة عرض نتائج تحليل كتاب العلوم
للصف الأول المتوسط

بطاقة عرض نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الأول المتوسط
وفقاً لاحتوائه على بعض جوانب التربية الصحية

الصفحة الأولى	الوحدة	الفصل	الموضوع	جوانب التربية الصحية							المجموع
				الصحة البدنية	التغذية	أعضاء الجسم	الأمراض	الحوادث	الأدوية	التأثيرات والمخاطر	
		الأول	لماذا ندرس العلوم								
		الثاني	خواص المادة								
		الثالث	تركيب المادة								
		الرابع	الكثافة والكثافة								
		الخامس	التغيرات الفيزيائية								
		السادس	التغيرات الحيوية								
		السابع	التغيرات الكيميائية								
		الثامن	التغير .. نظرة عامة								
		الأول	الخالية وحدة بناء الكائن الحي								
		الثاني	تصنيف الكائنات الحية								
		الثالث	العلاقات المشتركة بين الكائنات الحية								
		الرابع	التركيب وتكامله الوظيفي في النباتات								
		الخامس	تركيب النباتات الزهرية								
		السادس	القوة								
		السابع	أمثلة على القوة								
		الثامن	قياس القوة								
		التاسع	التوازن								
			المجموع								

الأول

الثانية

الأولى

الثاني

الثانية

ملحق رقم (٣)
بطاقة تحليل كتاب العلوم
للصف الثاني المتوسط

بطاقة تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثاني المتوسط
وفقاً لاحتوائه على بعض جوانب التربية الصحية

المجموع	تكرارات جوانب التربية الصحية								الموضوع	الفصل	الوحدة	الفصل الدراسي		
	الصحة روحية	الصحة نفسية	التغذية والمسكرات	الثقافة والمسرح	الأدوية	الحوادث	الأمراض	أعضاء الجسم					التغذية	الصحة الاجتماعية
											أجهزة التغذية	الأول	الأولي	الأول
											أجهزة الحركة	الثاني		
											أجهزة التنسيق والتنظيم	الثالث	الثانية	
											الحركة	الرابع		
											الصوت	الخامس		
											طبيعة الضوء	السادس		
											البيئة ومكوناتها	الأول	الأولي	الثاني
											الأنظمة البيئية	الثاني		
											البيئات الطبيعية في المملكة	الثالث		
											الإنسان والبيئة	الرابع		
											الكرة الأرضية ومكوناتها	الخامس	الثانية	
													المجموع	

ملحق رقم (٤)

بطاقة عرض نتائج تحليل كتاب العلوم
للصف الثاني المتوسط

ملحق رقم (٥)
بطاقة تحليل كتاب العلوم
للفف الثالث المتوسط

بطاقة تحليل محتوى كُتاب العلوم للصف الثالث المتوسط
وفقاً لاحتوائه على بعض جوانب التربية الصحية

المجموع	تكرارات جوانب التربية الصحية								الموضوع	الفصل	الوحدة	الفصل الدراسي
	الصحة النفسية	الصحة النفسية	التغذية و السكريات	نظف و نظم	الأدوية	الحوادث	الأعراض	أعضاء الجسم				
										</		

ملحق رقم (٦)

بطاقة عرض نتائج تحليل كتاب العلوم
للصف الثالث المتوسط

نتائج تحليل محتوى كتاب العلوم للصف الثالث المتوسط
وفقاً لاحتوائه على بعض جوانب التربية الصحية

المجموع	جوانب التربية الصحية							الموضوع	الفصل	الوحدة	الفصل الرئيسي	
	الصحة الروحية	الصحة النفسية	التكوين و السموات	الثقوث والموسوم	الأدوية	العواذث	الأمراض					أعضاء الجسم
												الأول
											الخالية وعلاقتها بالوراثة	
											علم الوراثة	
											وراثة الصفات في الإنسان	
											الوراثة وتحسين الإنتاج الحيواني والنباتي	
											الرابع	
											للعنفس	
											مكونات المادة	
											المركبات والتفاعلات والمعادلات الكيميائية	
											السامس	
											الماء والمحاليل	الثانية
											الأحماض والقواعد والأملاح	
											الأول	
											الشمعل والطاقة	الأولى
											الثاني	
											الطاقة الحرارية	
											تحويلات الطاقة	
											الرابع	الثانية
											انتقال الطاقة	
											الخامس	
											أهمته عن التطور التقني والتقدم العلمي	الثاني
											السامس	
											انتقال الطاقة	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	الثاني
											انتقال الطاقة	
											للعنفس	
											انتقال الطاقة	الثاني
											للعنفس	
		</										

ملحق رقم (٧)
الاستبانة التي عرضت على المشاركين
في تحديد جوانب التربية الصحية

بسم الله الرحمن الرحيم

حفظه الله

سعادة الدكتور /

وبعد ،،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يسعدني أن أضع بين يديكم هذه الاستبانة للإفادة منها في دراسة بعنوان [مدى احتواء كتب العلوم بالمرحلة المتوسطة للبنين على أساسيات التربية الصحية] وذلك لمعرفة وتحديد أهم جوانب التربية الصحية التي يجب أن تتضمنها كتب العلوم لهذه المرحلة عن طريق تحليل الكتب بواسطة بطاقة التحليل التي سوف تعد لاحقاً بناءً على نتائج هذا الاستبيان .

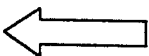
وهذه الدراسة هي مطلب للحصول على درجة الماجستير في المناهج وطرق التدريس بجامعة أم القرى ، تحت إشراف الدكتور / سالم عبدالله طيبه . ونظراً لما عهدناه فيكم من علم وخبرة ، أمل الإجابة على الاستبانة المرفقة وذلك بتوضيح رأيكم حول كل فقرة فيها ، والذي يعني الكثير لمجريات البحث ، مع ملاحظة أن ما تدلون به لن يستخدم إلا لغرض البحث العلمي .

أرجو أن تقبلوا عظيم شكري لتعاونكم ، سائلين لكم الأجر و المثوبة من الله والله يحفظكم ويرعاكم ،،

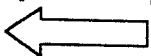
الباحث

عبد الغني بن سعد الشمراني

أهمية العنصر للمرحلة			العناصر	المجالات
غير مهم	متوسط الأهمية	مهم		
			١- الاهتمام بالنظافة الشخصية (الجسم ، السكن ..)	(أولاً) النظافة والصحة الشخصية
			٢- السلوك الصحي في ممارسة العادات اليومية	
			٣- الرياضة اليومية و أثرها على الصحة	
			٤- التوازن في الغذاء والراحة	
			٥- الاهتمام بالترفيه و الاستجمام	
			١- أنواع الغذاء	(ثانياً) التغذية و أسسها
			٢- القيمة الغذائية للأطعمة	
			٣- سوء التغذية	
			٤- الممارسات الغذائية الغير صحية (المشروبات الغازية ، الوجبات السريعة ، الأطعمة المكشوفة)	
			٥- التسمم الغذائي	
			٦- الإرشادات النبوية حول الغذاء (عدم الشبع ، عدم الاتكاء ... الخ)	
			١- التعرف على الأجهزة الحيوية في جسم الإنسان	(ثالثاً) أعضاء الجسم ووظائفها
			٢- وظائف الأجهزة و أعضائها المختلفة	
			٣- وظائف الهرمونات الإنزيمات	
			٤- المحافظة على الحواس الخمس	
			٥- صحة الفم والأسنان	
			٦- علامات البلوغ	
			٧- الوراثة و دورها في بناء الجسم و صحته	
			١- خطورة الأمراض على الفرد والمجتمع	(رابعاً) الأمراض
			٢- أسباب حدوث الأمراض	
			٣- الوقاية والتوعية ضد الأمراض	
			٤- الأثر الاقتصادي للأمراض	
			٥- الأمراض الموسمية (الزكام ، الحمى ، ... الخ)	
			٦- الأمراض المزمنة (السيل ، السكري ، ... الخ)	
			٧- الأمراض القاتلة (السرطان ، الإيدز ، ... الخ)	
			٨- الأمراض المعدية (الأنفلونزا ، الجدام ، ... الخ)	
			٩- التطعيم ودوره في تجنب الأمراض	
			١٠- الحجر الصحي	



المجالات	العناصر	أهمية العنصر للمرحلة		
		مهم	متوسط الأهمية	غير مهم
(خامساً) الحوادث و الإسعافات الأولية	١- الحوادث المنزلية و كيفية الوقاية منها			
	٢- الحوادث المرورية و كيفية الوقاية منها			
	٣- الحوادث الرياضية و كيفية الوقاية منها			
	٤- حوادث المختبرات المدرسية			
	٥- الحرائق وكيفية التعامل معها (الإطفاء ، الإخلاء)			
	٦- الوقاية من الحيوانات الضارة و السامة			
	٧- مبادئ الإسعافات الأولية			
	٨- استخدام حزام الأمان عند ركوب السيارة			
(سادساً) الأدوية	١- فوائد الدواء			
	٢- أنواع الأدوية			
	٣- مضار استخدام الأدوية بدون استشارة الطبيب			
	٤- التداوي بالأغذية والأعشاب			
	٥- حفظ الأدوية بعيداً عن متناول الأطفال			
	٦- التداوي بما ورد في السنة (العسل ، الحبة السوداء ، ... الخ)			
(سابعاً) التسمم و التلوث	١- التعرف بمصادر تلوث البيئة			
	٢- أنواع التلوث (أتربة ، دخان ، نفايات ، ... الخ)			
	٣- الصرف الصحي ودوره في التلوث			
	٤- الغازات الناتجة عن عادم السيارات			
	٥- التسمم بالمبيدات			
	٦- كيفية المحافظة على نظافة البيئة			
	٧- التعامل مع الفضلات والتخلص منها			
	٨- مكافحة أسباب التلوث في المنزل و المدرسة			
	٩- الإسعافات عند حدوث التسمم			
(ثامناً) التدخين و المسكرات	١- التعرف بمكونات الدخان و المسكرات			
	٢- أضرار التدخين و الأمراض التي يسببها			
	٣- أضرار الكحوليات و المسكرات على الجسم			
	٤- الاكتئاب و علاقته بالتدخين و المسكرات			
	٥- الترهيب من أخطار التدخين و المسكرات (إحصائيات			
	المرضى و المتوفين ، الأمراض التي تسببها ، ... الخ)			
	٦- الإرشادات النبوية حول التدخين و المسكرات			



[illegible]

ملحق رقم (٨)
أسماء المشاركين في تحديد
جوانب التربية الصحية

أسماء المشاركين في تحديد جوانب التربية الصحية

- | | |
|-----------------------------|---|
| ١- أ.د. حفيظ المزروعى | أستاذ المناهج في كلية التربية جامعة أم القرى بمدينة مكة المكرمة |
| ٢- د. عبد اللطيف الرائقى | أستاذ المناهج في كلية التربية جامعة أم القرى بمدينة مكة المكرمة |
| ٣- د. محمد الرائقى | أستاذ مشارك بقسم علم النفس كلية التربية جامعة أم القرى بمكة المكرمة |
| ٤- د. ميسرة عبد الله | أخصائي أنف و أذن و حنجرة في مستشفى الثغر العام بمدينة جدة |
| ٥- د. علاء عبد الحميد | طبيب بمستشفى الثغر العام بمدينة جدة |
| ٦- عبد الله زهير غيثان | أخصائي اجتماعي بمستشفى الثغر العام بمدينة جدة |
| ٧- منيرة الحربي | أخصائية تغذية بمستشفى الملك فهد العام بمدينة جدة |
| ٨- د. عاطف أطلسيوس | أخصائي باطنية بمستشفى الملك فهد العام بمدينة جدة |
| ٩- د. صلاح أحمد بيومي | استشاري روماتيزم و تأهيل بمستشفى الملك فهد العام بمدينة جدة |
| ١٠- د. صبري الملاح | أخصائي جراحة بمستشفى الملك فهد العام بمدينة جدة |
| ١١- محمد يحيى نجمي | مدرس لمادة العلوم بمتوسطة أبي ذر الغفاري بمدينة جدة |
| ١٢- موسى هادي زياتي | مدرس لمادة العلوم بمتوسطة أبي ذر الغفاري بمدينة جدة |
| ١٣- عبد الرحمن عبد الله علي | أخصائي أشعة بمستشفى الملك فهد بمدينة جدة |

Abstract

Title : The extent of health education principles fulfilled in the sciences books of the male students intermediate-stage.

The research aims to identify the appropriate basics of health education of the male students in the intermediate-stage it's extent availability in the science books for this stage as well as presenting some suggestions concerning teaching them.

For the purpose of achieving the study's aims, the following two main questions were posed:

- What are the appropriate basics of health education for the male students of the intermediate stage which should be included in the science books?
- To what extent are the health education basics available in the sciences books decided for the intermediate stage students?

To answer the two questions the researcher took the following steps:

- 1) Writing a theoretical framework concerning the research problem.
- 2) Building a questionnaire, whose dimensions have been determined according to the research questions, and to the health education aspects represented in the following issues (personal health, diet , organs of the body , diseases , accidents , medicines , pollution and poisons , smoking and intoxicants , mental health , and lastly the spiritual health)
- 3) Analyzing the research community, i.e. the science books prescribed for the male students of the three years of the intermediate stage, edition of 1422H, containing 6 books of 13 units, 41 chapters and 728 pages.

The most important results of the research were as follows:

- The percentage of the ideas related to health education aspects in the science books reached 18.13% of the total ideas included in the books.

The science book of grade 1:

- The percentage of the ideas related to health education aspects in the sciences books was 10.6% of the total ideas and subjects included in the books.
- The most frequent health aspect was the spiritual one at (37.25%).
- Diet came in the second rank at (29.41%).
- There has not been any frequency of two important aspects, the mental health and smoking & intoxicants.

The science book of grade 2:

- The percentage of the ideas related to health education aspects in the sciences books was 26.11% of the total ideas and subjects included in the books.
- The most frequent health aspect was the organs of the body at (40.31%).
- Pollution and poisons came in the second rank at (11.62%).
- There has not been any repetition of important aspects: medicines, mental health and smoking & intoxicants.

The sciences book of grade 3:

- The percentage of the ideas related to health education aspects in the science books reached 17.86% of the total ideas and subjects included in the books.
- The most frequent health aspect was again the spiritual education at (25.60%).
- Diet came in the second rank at (13.41%).
- The least frequent aspects were mental health and smoking & intoxicants.

The researcher presented number of recommendations, which may contribute to raise the level of the multi-aspect health education of the intermediate-stage sciences curricula. In the light of the results of the study, he suggested conducting more studies in the near future in the field of the health education and in the sciences curricula in general.