

تصورات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة وطرائق الوقاية من الأمراض في ضوء بعض المتغيرات

عبدالله بن خميس أمبوسعيدي * خميس بن محمد الهاشمي ** هدى بنت مبارك الدايري *

وزارة التربية والتعليم – سلطنة عُمان *

جامعة السلطان قابوس – سلطنة عُمان **

قَبِل بتاريخ: 2022/2/1

اسْتُلم بتاريخ: 2021/8/24

ملخص: هدفت الدراسة تعرف تصورات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة وطرائق الوقاية من الأمراض في ضوء بعض المتغيرات. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، ولتحقيق هدف الدراسة؛ طُبِّقَت أداة الاستبانة، التي تكوَّنت من (36) عبارة، موزَّعة على محورين؛ هُما: الأنماط الصحية، والوقاية من الأمراض. وحُسِبَ ثبات الأداة؛ باستخدام طريقي: ثبات الاتساق الداخلي؛ حيث بلغ معامل كرونباخ ألفا (0.808)، وثبات التجزئة النصفية، وبلغ (0.753). وقد طُبِّقَت الدراسة على عَيِّنة مكوَّنة من (3570)؛ من طلبة الصفين التاسع، والعاشر الأساسيين. وخُلصَت نتائج الدراسة إلى وجود تصورات إيجابية لدى طلبة التعليم الأساسي عن محور الأنماط الصحية المستدامة، حيث حصل نمط النظافة الشخصية على أعلى نمط صحي، يليه نمط النشاط الرياضي، والتغذية، ثم يأتي نمط النوم باعتباره أقل نمط صحي، وتظهر النتائج أيضاً وجود تصورات إيجابية في محور طرائق الوقاية من الأمراض، كما كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائية في متغِّرات: النَّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية في محوري: الأنماط الصحية، وطرائق الوقاية من الأمراض، وعليه أوصت الدراسة بتعزيز وعي طلبة التعليم الأساسي بأهمية ممارسة الأنماط الصحية المستدامة.

الكلمات المفتاحية: التصورات، طلبة التعليم الأساسي، الأنماط الصحية، الاستدامة، الوقاية.

Basic Education Students' Perceptions on Sustainable Healthy Lifestyles and Disease Prevention Methods in Light of Some Variables in the Sultanate of Oman

Abdullah. K. Ambusaidi *, Khamis M. Al Hashmi **, and Huda M. ALdayri *

* Ministry of Education - Sultanate of Oman

** Sultan Qaboos University – Sultanate of Oman

Received: 24/8/2021

Accepted: 1/2/2022

Abstract: This study aims at exploring the perceptions of basic education students in the Sultanate of Oman on sustainable healthy lifestyles and disease prevention methods in light of some variables. It adopted the descriptive approach based on a questionnaire consisting of (36) items. The items were divided into two main parts: healthy lifestyles and disease prevention methods. The reliability of the research instrument was measured using internal consistency: its Cronbach's alpha coefficient and split-half reliability reached (0.794) and (0.722), respectively. The study sample consisted of (3570) grade nine and ten students. The results concluded that basic education students have positive perceptions on sustainable healthy lifestyles, with personal hygiene scoring the highest, followed by nutrition and physical activities, while sleep pattern scoring the lowest. The results also showed that the students have positive perceptions on prevention and treatment methods. In addition, the results did not show any statistical significance in terms of gender or region into two main parts: sustainable healthy lifestyles and disease prevention methods. Hence, the study recommends enhancing basic education students' awareness about the significance of leading sustainable healthy lifestyles.

Keywords: Perceptions, Basic Education Students, Healthy Patterns, Sustainability, Prevention.

Email: * ambusaid@squ.edu.om

مقدمة

حين يُمَثَّلُ رضا الأفراد بوجود خدمات صحية بإمكانهم الوصول إليها، وقدرتهم على العيش لفترة أطول بشكل صحي؛ وَجِبًا من أَوْجُه العلاقة بين الصحة، والرفاهية الاجتماعية (المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية، 2015).

إنَّ الاهتمام بوصول الخدمات الصحية الجيدة لجميع الأفراد؛ أصبحت من الأَوْلِيَّات التي تسعى لها الأنظمة الصحية في الكثير من الدول، التي لا بُدَّ أَنْ تُدَعِّمَ بِاتِّبَاع أنماط صحية مستدامة. وتتعدد الأنماط الصحية التي يجب على الفرد اتِّبَاعُهَا؛ إذ أَوْصَتْ مَنْظَمَةُ الأغذية والزراعة للأمم المتحدة "الفاو" (2021)، بنمط التغذية الصحية؛ من خلال اتِّبَاع نمط غذائي غني بالحبوب، وتناول كميات كبيرة من الفاكهة والخضار، والألياف، واتِّبَاع شروط النظافة الصحية الجيدة؛ منها: طهي الطعام جيِّدًا، وَحِفْظُ الأغذية في درجات حرارة آمنة، وشُرْبُ المياه بانتظام. وَيُمَثِّلُ النشاط البدني الرياضي هو الآخر نَمَطًا صِحِّيًّا لِمَا له من فوائد على الفرد؛ حيث إنَّ المشاركة فيه بانتظام تُقَلِّلُ من الإصابات بخطر أمراض القلب التاجي، والسَّكَّتة، وفَرْط ضغط الدم، وهو بذلك يُشَكِّلُ عنصرًا مهمًّا في توازن الطاقة، وضَبْط الوزن (منظمة الصحة العالمية، 2010). ومن الأنماط الصحية الأخرى، النوم؛ حيث يُشَكِّلُ إحدى الحاجات البيولوجية التي يحتاجها الأفراد، ويتميز باسترخاء الجسم، وقِلَّة حركته، فَمُعَدَّلُ (6-8) ساعات؛ مناسبة للشخص البالغ لإنجاز أعماله (شنيوي، 2005).

وحتى يَتَسَنَّى للجميع مزاولة أمثال هذه الأنماط الصحية، وَيَتَعَزَّرُ وَعُمِّمَ بها؛ ينبغي اتِّبَاع إجراءات، وأنظمة، تُسَهِّمُ في إكسابهم المعارف والمهارات ذات الصلة بطريقة منهجية. وَتُحَدِّدُ منظمة الصحة العالمية (2017) أحد هذه الأنظمة، المتمثلة في: التعليم بجميع مستوياته، لإرساء المعارف الصحية والبدنية. فالمنهج المدرسي؛ أداة فاعلة للتثقيف الصحي، وتعديل السلوكات الصحية الخاطئة لتصبح نَمَطَ حياةٍ مستدامًا (أبو حسان، 2006)، كما أنَّ التربية الصحية المدرسية؛ تُسَهِّمُ في تنمية إحساسهم بالمسؤولية الصحية، وتعويدهم على تَبَيُّ اتِّجَاهَاتٍ إيجابية، وتُشَرِّكُهُمْ في نشر الوَعْيِ الصحي، وطرائق الوقاية (محروس وأخرون، 2021).

وفي سلطنة عُمان؛ يَظْهَرُ الاهتمام بالصحة المستدامة من التوجُّهات الاستراتيجية لرؤية عُمان 2040، التي تسعى إلى توسيع خدمات المنظومة الصحية، وإيجاد مجتمع يتمتع بصحة مستدامة ترسخ فيه ثقافة الصحة مسؤولية الجميع، ومصان من الأخطار (المجلس الأعلى للتخطيط،

يُعَدُّ الاستثمار في رأس المال البشري من الركائز التي تسعى لها المجتمعات؛ بُغْيَةً إيجاد جيلٍ مثقَّفٍ قادرٍ على الإسهام في عمليات التنمية، ومواجهة ما يعترى مجتمعه من قضايا ومشكلات. وحتى يتمكن الأفراد من فعل ذلك؛ لا بُدَّ أَوْلًا من الاهتمام ببنيتهم الجسمية، واستعدادهم النفسي، وممارساتهم الصحية.

تَشغُلُ الصحة أهمية بالغة في حياة الفرد، والمجتمع؛ فحظيت باهتمام عالمي؛ إذ شغلت حَيِّزًا ضَمُنَ محاور المؤتمرات العالمية؛ منها: مؤتمر القمة العالمي للتنمية المستدامة؛ حيث أَوْصَى بضرورة المُضَيِّ قُدْمًا نحو تحسين الخدمات الصحية، والتقليل من استخدام المواد الكيميائية، والنفائيات الخطرة (الأمم المتحدة، 2002)، وعلى الرغم من ذلك، نجد أنَّ هنالك الكثير من الدول التي تعاني من أمراض سوء التغذية، والسمنة، وزيادة الوزن؛ إذ لا يزال أكثر من (800) مليون شخص يعانون من نقص التغذية، وأكثر من مليار شخص غيرهم يعانون من نقص الفيتامينات (لجنة الأمن الغذائي العالمي، 2018). وفي خِصَمِ هذه التحديات؛ تَظْهَرُ الحاجة للبحث عن نُظُمٍ صحية أكثر استدامة، لاسيَّمَا في ضوء التحديات، والتغيُّرات التي تعترى العالم في الوقت الحالي بسبب العولمة وتأثيراتها السلبية؛ فأصبح الانتقال إلى الصحة المستدامة من الأساليب التي ينبغي تنميتها (الجبوري، 2019). ولذا، فإنَّ من الأهمية العمل على تحسين صحة الأفراد، وتمكينهم من الحصول على حياة بنوعية أفضل، وهذا بطبيعته يُحَقِّقُ بعض التوازنات الاقتصادية، والاجتماعية، والبيئية (حمایده وزرقين، 2015). وفي هذا السياق، يُشَارُ إلى العلاقة التبادلية بين الصحة والاقتصاد؛ فالالاقتصاد لن يتحقق دون وجود تَحَسُّنٍ مستدام في صحة الإنسان؛ فَيُنْظَرُ للصحة على أنَّها استهلاك في صورة موادَّ تُعْرَضُ وتُباع في الأسواق، واستثمار في رأس المال البشري، ومن منظور آخر؛ يُنْظَرُ لها بصفها الإنتاجية؛ فالاستثمار في الصحة والتغذية السليمة يؤدي في الغالب إلى زيادة إنتاجية الفرد، وزيادة في الاقتصاد القومي (إبراهيمي وسنوسي، 2016). أمَّا عن البيئة؛ فَتَتَحَدَّدُ العلاقة بينها والصحة؛ من خلال إيجاد بيئة صحية يتمتع فيها الفرد بصحة جيدة بعيدًا عن الضجيج، والتلوث، التي تفاقمت نسبيًّا؛ نظرًا لِمَا سَبَّبَتْهُ سياسات التخطيط العمراني، والسياسات الزراعية، وغيرها من السياسات الممارسة في ظل ما تسعى إليه الدول من تنمية في السنوات المنصرمة (منظمة الصحة العالمية، 2012). في

(الجزائر، الأردن، الكويت، ليبيا، فلسطين، سوريا، الإمارات العربية المتحدة)، وتوصّلت إلى أنّ البسب الأعلى في زيادة الوزن والسمنة كانت في الكويت، وتُوصي بضرورة وضع خطة لمكافحة السمنة في المدارس، وتؤيّد دراسة السامري وآخرين (Alasmari et al., 2016): التي أشارت إلى أنّ (33.5) من الطلبة يعانون من نقص الوزن، مقابل (12.2) يعانون من السمنة. في حين نجد أن دراسة صليحة (2016) خلصت إلى فاعلية برنامج تربية صحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي لدى المراهقين، وتأتي دراسة صالح (2016) متوافقة إلى حد ما مع سابقتها؛ إذ بينت أثر تدريس برنامج الصحة واللياقة على التغيير الإيجابي في اتجاهات الطلبة نحو بعض العادات الصحية الغذائية وممارسة الأنشطة الرياضية.

مما سبق يلاحظ اختلاف فيما توصّلت إليه نتائج الدراسات السابقة؛ بعضها أظهرت تصوّرًا إيجابيًا في الأنماط الصحية، كدراسات (Ambusaidi et al., 2018; Marttinen et al., 2021; O'Keeffe et al., 2018)، وفي المقابل أظهرت بعض الدراسات وجود نقص في المعرفة بالبيئة الصحية (Ratnapradipa et al., 2011)، كما أظهرت الدراسات المسبقة اختلافًا في بعض الجوانب، كالعينة، والأداة المستخدمة في الدراسة، وفي المقابل أفادت الدراسة الحالية من الدراسات المسبقة في إثراء الإطار النظري للدراسة وبناء أداها؛ إلا أنّ الدراسة الحالية تبحث في رُبط موضوع الصحة بالاستدامة، وآليات الوقاية. إذ إنّ الرُبط بين الصحة وأهداف التنمية المستدامة، وتبيان دور التعليم فيها؛ يُعدّ من الموضوعات الحديثة التي لم يُستق العمل بها محليًا في- حدود علم الباحثين. الأمر الذي يُبرز أهمية الدراسة الحالية؛ التي تسعى للكشف عن تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة.

مشكلة الدراسة، وأسئلتها

في ظل ما يُعاني منه الوضع الصحي بسلطنة عُمان من تحديات، كالتقدّم في السن، والتشوّهات الخلقية، وما ترتّب عليه من زيادة عدد الوفيات (المجلس الأعلى للتخطيط، 2019)؛ حيث بلغت الوفيات الناجمة عن أمراض القلب، والأوعية الدموية، والسُّكري نحو (105) حالة وفاة، وتلك الناتجة عن تلوث الهواء المحيط بلغت (11.02) حالة وفاة (المركز الوطني للإحصاء والمعلومات، 2019). كما كشفت نتائج المسح الوطني في عام 2017م عن معدل انتشار استخدام التبغ للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 15 سنة

(2019أ). وعلى صعيد الصحة المدرسية: تظهُر جهود وزارة التربية والتعليم؛ فقد شرعت في تنفيذ عدد من المبادرات، منها: تنفيذ الاستراتيجية الوطنية للصحة المدرسية (2008-2015)، بالتعاون مع وزارة الصحة ومنظمة الصحة العالمية؛ والتي تسعى إلى تطوير الخدمات الصحية في البيئة المدرسية (وزارة التربية والتعليم، 2012)، وجائزة السلطان قابوس للتنمية المستدامة في البيئة المدرسية؛ التي تضمّنت الجانبين الصحي والبيئي في أحد محاورها (المجلس الأعلى للتخطيط، 2019ب). كما طُبقت عدد من الاستراتيجيات الداعمة للصحة في البيئة المدرسية؛ ككتاب "حقائق الحياة"، وتطبيق الاشتراطات الصحية للمُخصّف المدرسي (دائرة الصحة المدرسية والجامعية، 2013). إلى جانب ذلك؛ فقد تمّ تأسيس الاتحاد العُماني للرياضة المدرسية بموجب قرار وزاري رقم (2016/49)، ويُعنى بإكساب الطلبة للقيم والمهارات الرياضية، واعتبارها جزءًا من المنهج التعليمي (وزارة الشؤون الرياضية، 2016).

ونظرًا لأهمية الجانب الصحي بيّنت عدد من الدراسات السابقة أهميته، ودور العملية التعليمية في تعزيزه؛ حيث خلصت دراسة أمبوسعيدي وآخرين (Ambusaidi et al., 2018) إلى إبراز دور الحدائق المدرسية باعتبارها موردًا تعليميًا في تشجيع الطلبة على اتّباع عادات غذائية صحية، وتعديل الكثير من العادات الغذائية الخاطئة. وأظهرت دراسة النصيرية (2017)؛ وجود مستوى متوسط للسلوك الصحي بين الطلبة. وتوصّل الشبول وآخرون (2016)، في دراستهما التي أظهرت وجود درجة تصوّر كبيرة لدى طلبة الصف العاشر في محافظة إزهد بشأن أثر الأنشطة الرياضية في تطوير الجوانب الصحية. أمّا دراسة أكيفي وآخرين ومارتننت وآخرين (Marttinen et al., 2018; O'Keeffe et al., 2021)؛ فقد كشفتًا عن وجود اتجاهات مرتفعة لدى الطلبة نحو اللياقة البدنية في حصص التربية الرياضية. وأظهرت دراسة رتنابارديبا وآخرين (Ratnapradipa et al., 2011)، وجود نقص عام في القضايا المتعلقة بالمعرفة بشأن البيئة الصحية، وأنّ الطلاب الذكور أكثر إصابة بتلوث الهواء من الطالبات. واستعرض لاشين (2016)، في دراسته دور الإدارة المدرسية في تفعيل الوعي الصحي لدى طلبة مدارس التعليم الأساسي في محافظة شمال الباطنة بسلطنة عُمان؛ من حيث مراقبة الغذاء، وأهمية الوجبة الغذائية، وتفعيل الإذاعة المدرسية في نشر الوعي الصحي، ودراسة مصبقر وآخرين (Musaiger et al., 2012)؛ التي خلصت إلى تتبّع مؤشرات السمنة للمراهقين ممّن تتراوح أعمارهم بين (15-18) عامًا في سبع دول عربية

الأنماط الصحية المستدامة في الكتب الدراسية، وتعزيز وعي الطلبة بها.

3. من المؤمل أن تُسهم نتائج هذه الدراسة في تغيير بعض الاستراتيجيات المتبعة في البروتوكول الصحي المدرسي؛ لتتلاءم مع أهداف التنمية المستدامة ورؤية عُمان 2040.

محددات الدراسة

- المحددات الموضوعية: اقتصرَت الدراسة على الكشف عن تصورات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان في بُعْدَيْن؛ هُما: الأنماط الصحية، والوقاية من الأمراض، وعلاقتها بمتغيّري: النُّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية.
- المحددات الزمانية: طُبِّقَت الدراسة في العام الدراسي 2021/2020م.
- المحددات البشرية: طُبِّقَت الدراسة على طلبة الصِّفِّين التاسع، والعاشر من التعليم الأساسي.
- المحددات المكانية: طُبِّقَت الدراسة في بعض المدارس الحكومية؛ بِسِتِّ محافظات تعليمية بسلطنة عُمان، هي: شمال الباطنة، وجنوب الباطنة، والظاهرة، ومسقط، وشمال الشرقية، والداخلية.

التعريفات الإجرائية

- **التصوّرات:** تُعرَّف إجرائياً أنها: مجموعة الأفكار والآراء التي يحملها طلبة التعليم الأساسي عن الأنماط الصحية المستدامة من خلال مرورهم بخبرات تعليمية، وتُقاسُ بدرجات إجابات الطلبة عن عبارات الاستبانة المخصّصة لهذا الغرض.
- **الأنماط الصحية المستدامة:** تُعرَّف في الدراسة الحالية أنها أنماط صحية صحيحة التي يمارسها الفرد، وتضمّن له السلامة البدنية، والنفسية، والاجتماعية؛ لأطول فترة ممكنة خلال حياته. وتتضمن الدراسة الحالية، أربعة أنماط صحية، هي: التغذية، والنشاط البدني، والنظافة الشخصية، والنوم.
- **طرائق الوقاية من الأمراض:** تُعرَّف إجرائياً أنها: مجموعة من الإجراءات التي يطبقها الفرد ليتفادى حدوث المرض.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

فأكثر؛ أن ما نسبته (8.8) يتعاطون التبغ بأشكال مختلفة (المركز الوطني للإحصاء والمعلومات، 2020)، إلى جانب ما أوصت به عددٌ من المؤتمرات، والملتقيات، منها: ملتقى الصحة المستدامة المُنعقد بشمال الشرقية في 17 مارس 2019م؛ الذي أوصى بضرورة الاهتمام بالصحة المستدامة، وأهمية دور الاستثمار في تعزيزها (جريدة الرؤية، 2019). وما توصّلت إليه نتائج بعض الدراسات المُسيّقة، كنتائج دراسة الظفري وأمبوسعيد (2013)؛ التي أشارت إلى وجود بعض الممارسات الصحية الخاطئة عند طلبة المدارس في محافظتي مسقط وظفار، من أمثلتها: تناول المأكولات السريعة، ونتيجةً لذلك كله؛ جاءت الدراسة الحالية للكشف عن الأنماط الصحية التي يمارسها الطلبة؛ من خلال البحث في تصوّراتهم عنها، وما يرونه مناسباً من آليات للعلاج والوقاية؛ لتصبح هذه الأنماط مستدامة، وعلاقة هذا بمتغيّري: النُّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية؛ وعليه تحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. ما تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة؟
2. ما تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن طرائق الوقاية من الأمراض؟
3. هل تختلف تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة، وطرائق الوقاية من الأمراض؛ وفقاً لمتغيّري: النُّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية، والتفاعل بينها؟

أهداف الدراسة

1. الكشف عن تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة.
2. التّعرّف إلى تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن طرائق الوقاية من الأمراض.
3. تحديد درجة الاختلاف في تصوّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة وطرائق الوقاية من الأمراض؛ وفقاً لمتغيّري: النُّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية، والتفاعل بينها.

أهمية الدراسة

1. تعطي الدراسة صورة واقعية عن آراء الطلبة وأفكارهم عن الأنماط الصحية المستدامة وكيفية الوقاية من الأمراض.
2. تقدّم الدراسة مقترحات لواضعي المناهج الدراسية، ومخطّطي الأنشطة المدرسية؛ فيما يتعلق بدمج

(MANOVA): للإجابة عن استجابات أفراد العينة عن السؤال الثالث.

أداة الدراسة

أعدَّ مقياس تصورات الطلبة نحو الأنماط الصحية المستدامة في سلطنة عُمان بعد الإطلاع على الدراسات السابقة (الظفري وأمبوسعيدى، 2013؛ قباجة وسلامة، 2018؛ Grace et al., 2012)، واشتمل المقياس على (36) عبارة تم توزيعها على محورين؛ هُما: الأنماط الصحية، وتكوَّن من (28) عبارة، موزعة على أربعة أنماط هي: نمط التغذية (10) عبارات، ومن أبرز عباراته (تُعَدُّ وجبة الإفطار أهمَّ وجبة غذائية يتناولها الفرد)، ونمط النشاط الرياضي (7) عبارات، ومن عباراته (تُسَهِّمُ الأنشطة الرياضية في المحافظة على وزن مثالي)، ونمط النظافة الشخصية (6) عبارات، ومن عباراته (تُعزِّزُ النظافة الشخصية ثقة الفرد بنفسه)، وأخيراً نمط النوم (5) عبارات، ومن عباراته (أنامُ مُدَّةً تتراوح من 6 إلى 8 ساعات يومياً). أمَّا المحور الثاني، فيظهر طرائق الوقاية من الأمراض، واشتمل على (8) عبارات. تَضَمَّنَ المقياس (15) عبارة سلبية، و(21) عبارة إيجابية. واستُخدِمَ مقياس ليكرت الخماسي للاستجابة لعبارات الاستبانة، واستخدمت العبارات: موافق بشدة؛ وأُعطيَّت خمس درجات، وموافق؛ وأُعطيَّت أربع درجات، ومحايد؛ وأُعطيَّت ثلاث درجات، وغير موافق؛ وأُعطيَّت درجتين، وغير موافق بشدة؛ وأُعطيَّت درجة واحدة، أمَّا العبارات السلبية، فقد تم التعامل معها من خلال عكس نظام الدرجات؛ التي أُعطيَّت للعبارات الموجبة. وقد تم التَّحَقُّق من صدق الأداة من خلال عرضها على تسعة من المحكِّمين؛ لإبداء الملحوظات في مدى سلامة وصحة الأداة من حيث الصياغة والمضمون، وبناءً على توجيهات المحكِّمين؛ تمت إعادة صياغة بعض عبارات المقياس لتكون أكثر وضوحاً. كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور من محاور المقياس على جِدَّة، والدرجة الكلية للمقياس؛ ففي المحور الأول بلغت قيمة معامل الارتباط (0.946**)، والمحور الثاني (0.725**)، وهذا يدلُّ على أنَّ مجالات المقياس مرتبطة ارتباطاً بدلالة إحصائية مع الدرجة الكلية للمقياس. كذلك حُسِبَ صِدْقُ تَمَائِزِ العبارات بإيجاد معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية لمجالها؛ فتراوحت قيم معاملات الارتباط في المحور الأول بين (0.285* - 0.606**)، وفي المحور الثاني بين (0.288* - 0.702**). وتُعَدُّ هذه القيم دالة إحصائياً.

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي؛ حيث كشفت عن درجة تصورات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة، وطرائق الوقاية من الأمراض، وعلاقتها بمتغيّري: النَّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية.

مجتمع الدراسة، وعينتها

تكوَّن مجتمع الدراسة من جميع طلبة الصَّفِّين التاسع، والعاشر الأساسيين المُقيَّدين في الدراسة، في جميع المدارس الحكومية في المحافظات التعليمية (شمال الباطنة، الظاهرة، الداخلية، مسقط، جنوب الباطنة، شمال الشرقية) بسلطنة عُمان، في العام الدراسي (2021/2020م)، البالغ عددهم (70265) طالباً وطالبة (وزارة التربية والتعليم، 2021). أمَّا عَيِّنَةُ الدراسة فتكوَّنت من (3570) من طلبة الصَّفِّين التاسع والعاشر الأساسيين، وتُشكِّلُ نسبة (5.08%) من نسبة المجتمع، وجاءت نسبة الإناث (71%)، بنسبة أعلى عن نسبة الذكور (28.9%)؛ ويعزى سبب هذا الفارق في عزوف بعض الذكور عن الاستجابة، وعدم إدراكهم لأهمية المشاركة في الدراسة؛ حيث اختيرت العينة بطريقة العشوائية المتيسرة، ورُوِّعِي في اختيارهم بعض المؤشرات؛ منها: وصولهم سنَّ البلوغ؛ الأمر الذي يعكس درجة إدراكهم بما يقومون به من ممارسات صحية، ويعتبرون أيضاً في سنِّ المراهقة، ومعرفة إذا كان ثَمَّة تأثيرات لهذه المرحلة على أنماطهم الصحية أم لا. ويبيِّنُ جدول 1 توزيع أفراد العينة؛ تَبَعاً لمتغيّرات الدراسة.

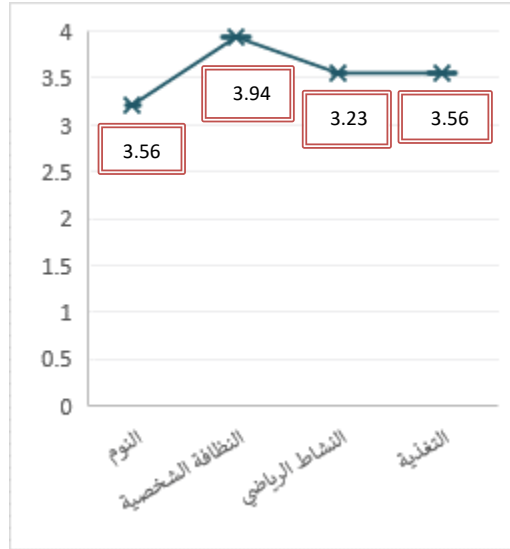
جدول 1: توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغيّرات الدراسة

متغيّرات الدراسة	العدد	النسبة (%)
النوع الاجتماعي		
ذكر	1033	28.9
أنثى	2537	71
المجموع	3570	100
المحافظة التعليمية		
شمال الباطنة	677	19
جنوب الباطنة	965	27
الظاهرة	666	18.7
مسقط	654	18.3
شمال الشرقية	272	7.6
الداخلية	336	9.4
المجموع	3570	100

المعالجة الإحصائية

استخدمت الدراسة المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية؛ للإجابة عن استجابات أفراد العينة في السؤالين الأول والثاني، واستُخدِمَ تحليل التباين المتعدد

الخارجي؛ من ملابس، والكماليات الأخرى، ويظهرون بمظهر حسن، لاسيما أنهم في مرحلة مراهقة، وما تتطلبه هذه المرحلة من الاهتمام بالمظهر، ومحاولة جذب انتباه الآخرين إليه (حمداوي، 2015).



شكل 1: المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة عن الأنماط الصحية الأربعة (التغذية، النشاط الرياضي، النظافة الشخصية، النوم)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة أمبوسعيدي وآخرين (Ambusaidi et al., 2018)؛ التي أشارت إلى تبيّن الطلبة لأنماط صحية صحيحة نتيجة توفّر الحدائق المدرسية، وتختلف مع نتيجة دراسة الشعيلي (2010)، ودراسة رتنابارديبا وآخرين (Ratnapradipa et al., 2011)؛ اللتين كشفتاً عن وجود نقص في مستوى الطلبة لمجالات التربية الصحية ومعارفهم عن الصحة البيئية. ولمعرفة استجابات أفراد العينة عن العبارات التفصيلية للأنماط الصحية؛ استُخدمت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لأعلى عبارتين، وأقلها في كل نمط على حدة، وجدول 3 يوضح ذلك.

يظهر من نتائج جدول 3 أنّ درجة تصورات الطلبة عن الأنماط الصحية المستدامة جاءت إيجابية كما يعكسها المتوسط الحسابي العام؛ حيث بلغ (3.58)، بانحراف معياري بلغ (0.375) والمتأمل في عبارات المحور الأول يلاحظ تنوعاً في الأنماط الصحية؛ منها: نمط التغذية، ونمط النشاط الرياضي، ونمط النظافة الشخصية، وأخيراً نمط النوم؛ حيث تظهّر فروقات في المتوسط الحسابي؛ ففي محور التغذية؛ حصلت العبارة "أتأكد من تاريخ صلاحية المواد الغذائية قبل تناولها" على أعلى متوسط حسابي بلغ (4.56)، بدرجة تصور إيجابية مرتفعة، وتظهر من نتائج

أما ثبات المقياس؛ فطُبّق على عينة مكونة من (50) طالباً وطالبة من طلبة الصفين التاسع والعاشر الأساسيين من خارج العينة الفعلية للدراسة، وحُسيب بطريقتي: الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، وجاءت معاملات الثبات كما يُظهرها جدول 2.

جدول 2: معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا والتجزئة

النصفية للمقياس ومحوريه			
معايير المقياس	عدد العبارات	قيمة كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية
الأنماط الصحية	28	0.762	0.683
الوقاية والعلاج	10	0.669	0.687
الثبات العام	38	0.808	0.753

يتضح من جدول 2 أنّ قيم معاملات الثبات للمقياس ككل، ولكل محور على حدة في طريقتي الثبات مقبولة، وصالحة لأغراض الدراسة الحالية. ولتحديد تصورات طلبة التعليم الأساسي عن الأنماط الصحية المستدامة حُسيب طول الفئة في العبارات الإيجابية، فكانت درجة التصور إيجابية مرتفعة؛ إذ تراوحت قيم المتوسط الحسابي بين (5.00) إلى (4.20)، وإيجابية؛ إذ تراوحت بين (3.40) إلى (4.19)، ومحايدة؛ إذ تراوحت بين (3.39) إلى (2.60)، وسلبية؛ إذ تراوحت بين (2.59) إلى (1.80)، وسلبية جداً؛ إذ تراوحت بين (1.79) إلى (1.00). أما طول الفئة في العبارات السلبية؛ فتفسر بشكل عكسي.

نتائج الدراسة، ومناقشتها

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، ومناقشتها: يُنص السؤال على: "ما تصورات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن الأنماط الصحية المستدامة؟" وللإجابة عن السؤال؛ استُخدمت المتوسطات الحسابية، لاستجابات الطلبة لكل نمط من الأنماط الصحية المكونة للمقياس؛ كما يُظهرها شكل 1.

يظهر من شكل 1 حصول نمط "النظافة الشخصية" على أعلى معدل في استجابات أفراد العينة، بمتوسط حسابي بلغ (3.94)، وبدرجة تصور إيجابية يليه نمط التغذية؛ والنشاط الرياضي، وخصلاً على متوسط حسابي بلغ (3.56) لكل منهما، وبدرجة تصور إيجابية. أما نمط "النوم" فقد حصل على أقل متوسط حسابي؛ البالغ (3.23)، بدرجة تصور محايدة، ويمكن إرجاع سبب ذلك إلى اختلاف الاهتمامات بين الطلبة؛ فتجدهم يهتمون بنظافة المظهر

تعزير هذه التصورات. أما نمط "النوم"؛ فقد حصلت العبارة "أنا مُمَدَّةُ تراوح من 6 إلى 8 ساعات يوميًا" على أعلى متوسط حسابي بلغ (4.04)، بينما حصلت العبارة "أؤمن أن النوم يُسهم في زيادة القلق والاكتئاب" على أقل متوسط حسابي (2.31)، بدرجة تصور إيجابية، ونَعَزُو هذه النتيجة إلى كَوْنِ العَيَنَةِ من فئة الطلبة، وهُم حريصون على الالتزام بساعات كافية من النوم؛ بالقدر الذي يُعِيهم على التركيز والانتباه ليومهم الدراسي.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني، ومناقشتها: يُنصُّ السؤال على: "ما تصورات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن طرائق الوقاية من الأمراض"؟ وللإجابة عن السؤال؛ استُخْدِمَت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لاستجابات الطلبة لكلِّ مكوّن من المكوّنات الثلاثة للمقياس؛ كما يُظَرِّها جدول 4.

يَتَبَيَّنُ من نتائج جدول 4 أن طلبة التعليم الأساسي (أفراد العَيَنَةِ) يحدِّدون مجموعة من طرائق الوقاية من الأمراض بغرض الحصول على أنماط صحية مستدامة؛ هي: تَجَنُّب المخالطة بالأمراض المُعْدِيَةِ (4.56)، وَيَزُوْنُ أَنَّ الوقاية خير من العلاج (4.49). وفي الوقت نفسه يُدْرِكُون آثار الإدمان وخطورته على المجتمع، وحريصون على متابعة البرامج الصحية الهادفة التي تُبَثُّ عبر وسائل الإعلام، ومواقع التواصل الاجتماعي. ويمكن إرجاع السبب في ذلك لاعتبارات؛ منها: أولًا: الاهتمام الحكومي؛ حيث إنَّ المَدَّة التي طُبِّقَتْ فيها الدراسة تزامنت مع مُدَّة انتشار فيروس كورونا (كوفيد 19) في المجتمع، وتأثيره على كافة القطاعات؛ الأمر الذي جعل الطلبة يدركون ضرورة التزامهم بالإجراءات الاحترازية الصادرة من الجهات المعنية في الدولة. ثانيًا: الحراك الإعلامي، وما يُبَثُّ من وسائل للتوعية، والنصائح الصحية من قِبَلِ الجائحة وما بعدها، ومن أمثلتها: برنامج "سلامتك"، وبرنامج "ترياق" الذي يُبَثُّ يوميًا مُدَّة شهر رمضان الماضي، الذي يتناول موضوعات عن التغذية السليمة، والصحة العامة (جريدة الوطن، 2021). ثالثًا: الاهتمام التربوي؛ من قِبَلِ المؤسسات التربوية من بينها: المدارس وعنايتها بالنشاط الصحي؛ إذ تحتوي كلُّ المدارس الحكومية على غرفة خاصة بالصحة المدرسية، تشمل بعض الأجهزة الصحية؛ منها: أجهزة قياس الوزن، والحرارة، وحقيبة خاصة بالإسعافات الأولية، فضلًا عن أنَّ الصحة تُشغَلُ أحد الأنشطة المدرسية، الذي يهدف إلى نشر الوَعْيِ الصحي بين طلبة المدارس، بالإضافة إلى ذلك، فالكتب الدراسية المدرسية التي يتسلَّمها الطلبة خلال سنوات دراستهم في مختلف المواد الدراسية؛ تتضمن المعارف

جدول 3 أيضًا وجود تشتت في قيم الانحراف المعياري؛ ولعل ذلك راجع إلى تعدد المحافظات وتبايدها، وبالتالي اختلاف في استجابات أفراد العينة. ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى أن الطلبة لديهم وعيًا بالغذاء السليم، وهذا ما أظَهَرَتْهُ دراسة أمبوسعيدى والمقبالية (2019)؛ التي خَلَصَتْ إلى وجود وعي مرتفع لدى الطلبة بالأمن الغذائي، ويمكن أن نُزَجَّع سبب ذلك أيضًا إلى الجهود الحثيثة التي تقدِّمها إدارات المدارس؛ من الإشراف على الوجبات الغذائية، وتعزير وجبة الإفطار، وهذا ما بيَّنَتْهُ دراسة لاشين (2016)؛ التي أشارت إلى دور الإدارة المدرسية في تفعيل الوَعْيِ الصحي لدى الطلبة؛ من حيث: مراقبة الغذاء، وأهمية الوجبة الغذائية. وفي المقابل نجدُ تصوراتهم محايدة في الاستدامة الصحية، بحصول العبارة "أؤمن أن الغذاء الذي أتناولُه حاليًا ليس له علاقة بصحة أبنائي مستقبلاً" على أقل متوسط حسابي بلغ (3.01)، ولعلَّ المناهج لم تتطرَّق بشكل كبير لدور الصحة في الاستدامة، وضمان سلامة الأنماط الصحية وتناقلها من جيل لآخر؛ حيث كشفت دراسة الحسيني (2014) عدم وجود توازن في توزيع مفاهيم التربية الصحية في محتوى كتب التربية الإسلامية، ونتيجة دراسة سلوم والربيعاني (2010)؛ عن قلة تَضْمِينِ النُظُمِ الصحية في محتوى كتب الدراسات الاجتماعية.

أما في نمط "النشاط الرياضي"؛ فقد حصلت العبارة "تؤدي ممارسة الرياضة إلى وقاية الفرد من الإصابة ببعض الأمراض" على أعلى متوسط حسابي بلغ (4.54)، بينما حصلت العبارة "أشعرُ أن ممارسة الرياضة تزيد ضغوط الحياة اليومية" على أقل متوسط حسابي بلغ (2.31). وتَدُلُّ النتيجة الحاصلة؛ على مستوى الفهم العالي الذي يمتلكه الطلبة حيال الرياضة، وتُعزَى هذه النتيجة إلى وجود مادة دراسية خاصة (الرياضة المدرسية) تُعنى بالرياضة، وتُدْرَسُ إجباريًا في كل المراحل الدراسية، إلى جانب وجود أنشطة مدرسية (النشاط الرياضي المدرسي، الكشافة/ المرشدات)؛ التي يُسَمَّحُ للطلبة الانضمام لها طَوْعًا حسب اهتماماته وميوله، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (Marttinen, 2021 ; O'Keeffe et al., 2018)؛ التي خَلَصَتْ إلى وجود اتِّجَاهات إيجابية لدى الطلبة عن اللياقة البدنية. وفي النمط الصحي الثالث، الخاص بالنظافة الشخصية؛ حصلت العبارة "تُعزِّزُ النظافة الشخصية ثقة الفرد بنفسه" على أعلى متوسط حسابي بلغ (4.55)، بينما حصلت العبارة "أتقاعسُ عن الاستحمام يوميًا" على أقل متوسط حسابي؛ حيث بلغ (2.23)، بدرجة تصور إيجابية، ولعلَّ الأنشطة المدرسية التي يمارسها الطلبة قد أسَهَمَتْ في

الأنماط الصحية المستدامة وطرائق الوقاية من الأمراض؛ وفقاً لمتغيري النُّوع الاجتماعي والمحافظة التعليمية والتفاعل بينها؟ وللإجابة عن السؤال؛ استُخِدِمَت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما يوضحها جدول 5.

يَتَبَيَّنُ من جدول 5 وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العَيِّنة، ولتَعَرُّفٍ إلى مستويات الدلالة الإحصائية لتلك الفروق، والتَّكَّد من مصدرها؛ اختُسِبَت قيمة ويلكس لمبدأ (Wilks Lambda) كما في جدول 6.

يتضح من جدول 6 أن قِيَم (ف) المحسوبة على قِيَم ويلكس لمبدأ تُشِيرُ إلى عدم وجود فَرْقٍ دالٍّ إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha=0,05$)؛ تُعزَى إلى متغيري النُّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية، والتفاعل بينهما. ويمكن عَزُو سبب هذه النتيجة وفقاً للمتغَيَّرَيْن: (النُّوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية)؛ على النحو الآتي:

المهارات لمُعَيَّنَة بالصحة العامة (البلوشي، 2014). ففي دراسة أجراها رضوان وقزق (2019)؛ كشفت عن تقديرات طلبة الصف العاشر في لواء قصبة إربد بالمملكة الأردنية الهاشمية لدور المدرسة في تنمية الوَعْي الصحي جاء متوسطاً. رابعاً: الاهتمام الأسري، ففي ظل انتشار الأمراض المُعْدِيَة (كوفيد19) بدأت بعض الأسر تَعِي ضرورة أخذ الاحتياطات اللازمة التي تُحوّل دون تَقَيُّب هذه النوعية من الأمراض؛ من خلال توعية أفراد الأسرة. وهذه الاهتمامات على اختلاف مجالاتها، بدءاً من الحكومة، وانتهاءً بالأسرة؛ من شأنها أن تُصَلِّح شخصية الطالب، وتُعزِّز لديه الإدراك الواعي بضرورة الأخذ بطرائق العلاج والوقاية من الأمراض؛ حتى يعتاد على قيامه بأنماط صحية مستدامة، يزاولها في كل مكان وزمان، ففي دراسة أشار إليها العموش وآخرين (2019)؛ خُلصَت إلى وجود درجة عالية من الوَعْي والاهتمام الصحي لدى بعض الأسر الإماراتية.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: يُنصُّ السؤال على: "هل تختلف تصوُّرات طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عُمان عن

جدول 3: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ودرجة التصوُّر؛ لاستجابات أفراد العَيِّنة لأعلى عبارتين وأقلها لكل نمط من الأنماط الصحية

الأنماط	العبارات	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة التصوُّر
التغذية	10	4.56	0.898	إيجابية مرتفعة
	3	4.45	0.851	إيجابية مرتفعة
	8	3.01	1.29	محايدة
النشاط الرياضي	9	2.26	1.30	إيجابية
	11	4.55	0.819	إيجابية مرتفعة
	12	4.52	0.762	إيجابية مرتفعة
النظافة الشخصية	15	2.41	1.22	إيجابية
	13	2.31	1.19	إيجابية
	19	4.55	0.726	إيجابية مرتفعة
النوم	18	4.54	0.781	إيجابية مرتفعة
	23	3.94	1.02	إيجابية
	21	2.23	1.33	إيجابية
المتوسط الحسابي العام	28	4.04	1.11	إيجابية
	26	3.85	1.14	إيجابية
	24	2.49	1.45	إيجابية
	25	2.31	1.31	إيجابية
		3.58	0.375	إيجابية

*عبارة سلبية

جدول 4: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ودرجة التصور، والرئية؛ لاستجابات أفراد العينة في محور طرائق الوقاية من الأمراض

العبارة	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة التصور	الرئية
34	4.56	0.925	إيجابية مرتفعة	1
32	4.49	0.799	إيجابية مرتفعة	2
29	4.22	0.992	إيجابية مرتفعة	3
37	4.20	0.927	إيجابية مرتفعة	4
31	4.07	1.09	إيجابية مرتفعة	5
35	3.98	1.01	إيجابية مرتفعة	6
33	3.29	1.39	محايدة مرتفعة	7
36	2.66	1.27	إيجابية مرتفعة	8

في تصورات الطلبة عن أبعاد الثقافة الصحية يُعزى لمتغير النوع الاجتماعي ولصالح الإناث في بعد النظافة الشخصية. متغير المحافظة التعليمية: أظهرت النتائج عدم وجود فرق بين المحافظات التي ينتمي إليها الطلبة في تصوراتهم عن الأنماط الصحية المستدامة، وعن طرائق الوقاية من الأمراض؛ وقد يعود السبب في ذلك إلى اهتمام الشباب في هذه المرحلة العمرية بالرياضة في جميع المحافظات، كما نجد أن في هذه المرحلة يوجد تركيز على الرشاقة، والاحتفاظ بالجسم المثالي، وأن هناك تأثير وسائل التواصل الاجتماعي، إلى جانب الأنشطة الرياضية المتوفرة في المحافظات كالأندية والصالات الرياضية، ويمكن أن نعزى السبب أيضاً إلى تَلَقُّهم الخدمات الصحية نفسها من المراكز الصحية المتوفرة في المحافظة المنتميين لها، وهذا يأتي متوافقاً مع الخطط التي تُولِّها رؤية عُمان 2040 اهتمامها؛ من حيث تحقيق مبدأ العدالة والمساواة بين أفراد المجتمع في الرعاية الصحية (المجلس الأعلى للتخطيط، 2019). كما نجد أن في هذه المرحلة يوجد تركيز على الرشاقة، والاحتفاظ بالجسم المثالي، وأن هناك تأثير وسائل التواصل الاجتماعي، إلى جانب الأنشطة الرياضية المتوفرة في المحافظات كالأندية والصالات الرياضية. ويمكن أن نعزى السبب أيضاً إلى تَلَقُّهم الخدمات الصحية نفسها من المراكز الصحية المتوفرة في المحافظة المنتميين لها. وهذا يأتي متوافقاً مع الخطط التي تُولِّها رؤية عُمان 2040 اهتمامها؛ من حيث تحقيق مبدأ العدالة والمساواة بين أفراد المجتمع في الرعاية الصحية (المجلس الأعلى للتخطيط، 2019).

متغير النوع الاجتماعي: أظهرت النتائج عدم وجود فرق في استجابات الطلبة تعزى للنوع الاجتماعي في تصوراتهم عن الأنماط الصحية المستدامة، وعن طرق العلاج والوقاية من الأمراض؛ ويرجع السبب في ذلك إلى أن التوعية الصحية المدرسية إلى حد ما متشابهة في جميع المدارس الحكومية بسلطنة عُمان، كما أن ما يتلقاه الطلبة من المعارف الصحية خلال دراستهم في الصفوف الدراسية المختلفة موحدة لجميع الطلبة بلا استثناء، بسبب تشابه المناهج الدراسية التي يدرسونها. ويمكن الإشارة هنا أيضاً إلى وجود تشابه كبير في العادات الصحية، بحكم تشابه الخصائص الجسمانية، والاهتمامات، والأفكار للطلبة خلال هذه المراحل الدراسية (التاسع، والعاشر). كما يمكن أن تُعزى هذه النتيجة إلى الفترة الزمنية التي طُبقت فيها الدراسة كانت خلال فترة تطبيق الإجراءات التي اتخذتها الحكومة للحد من انتشار جائحة كورونا، ومنها منع ممارسة الألعاب والأنشطة الرياضية للذكور. ولذا نرى من الأهمية دراسة هذه العادات في وضع مجتمعي طبيعى وعلى عينة واسعة تشمل الذكور والإناث. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة النصيرية (2017)، التي أظهرت عدم وجود فرق إحصائي في متغير النوع الاجتماعي في مستوى السلوك الصحي بين الطلبة. وتختلف مع نتيجة دراسة الشبول وآخرين (2016)، التي أظهرت وجود فرق إحصائي في تصورات الطلبة عن الأنشطة الرياضية في تطوير الجوانب الصحية وفقاً لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الذكور، ودراسة نجبي (2020) التي كشفت عن وجود فرق إحصائي

جدول 5: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية؛ لاستجابات أفراد العينة بشأن درجة تصورات الطلبة عن الأنماط الصحية المستدامة، وطرائق الوقاية من الأمراض وفقاً لمتغيري: (النوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية).

المتغيرات	معايير المقاييس	الأنماط الصحية المستدامة		طرائق الوقاية من الأمراض	
		ع	م	ع	م
النوع الاجتماعي	ذكر	0.397	3.96	0.496	3.96
	أنثى	0.364	3.90	0.474	3.90
المحافظة التعليمية	شمال الباطنة	0.347	3.93	0.466	3.93
	جنوب الباطنة	0.386	3.91	0.487	3.91
	الظاهرة	0.374	3.97	0.474	3.97
	مسقط	0.369	3.91	0.483	3.91
	شمال الشرقية	0.402	3.98	0.490	3.98
	الداخلية	0.387	3.92	0.489	3.92

جدول 6: قيمة ويلكس لمبدأ لاستجابات أفراد العينة وفقاً لمتغيري: (النوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية) لمعايير الدراسة، والتفاعل بينها

مصدر التباين	قيمة ويلكس لمبدأ	قيمة ف المحسوبة	درجات الحرية	درجة حرية الخطأ	القيمة الاحتمالية
النوع الاجتماعي (أ)	0.998	2.77	2	3557	0.062
المحافظة التعليمية (ب)	0.997	0.945	10	7114	0.482
(أ)×(ب)	0.999	0.295	10	7114	0.983

*دالة عند مستوى (0.05)

الدراسة؛ من خلال عمل عدد من المبادرات ذات الشأن الصحي.

- تعزيز البيئة المدرسية لتكون بيئة معززة للصحة، والإشراف عليها من قبل لجان مخصصة لهذا الغرض.
- الشراكة بين المدرسة والأسرة في إيجاد آليات لتعزيز الأنماط الصحية المستدامة لدى الطلبة.

مقترحات الدراسة

- إجراء دراسة عن مدى ممارسة المعلمين لأدوارهم في تعزيز الوعي بالصحة المستدامة من وجهات نظر طلبتهم.
- إجراء دراسة عن فاعلية برنامج تعليمي قائم على أنماط الصحة المستدامة على المستوى التحصيلي، والاتجاه نحو الثقافة الصحية لدى طلبة التعليم الأساسي.

الشكر والتقدير: يشكر الباحثون وزارة التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار على دعمها لهذا البحث من خلال المشروع الممول من قبلها تحت رقم (RC/RG-DVC/HURC/18/02).

المراجع

- إبراهيمي، نادية، وسوسوي، علي (2016). الصحة: أهم الأهداف العالمية للتنمية البشرية المستدامة. مجلة العلوم الإنسانية، (44)، 191-206.

كما أن الخدمات الصحية تُقدّم في كل المحافظات بالمجان، وتعتمد الحكومة العدالة في تمويل الخدمات الصحية لجميع المحافظات؛ فبلغ الإنفاق الصحي المتكرر في محافظة مسقط (52.836) ألف ريال، وفي محافظة شمال الباطنة (42.114) ألف ريال حسب إحصاءات 2012م (وزارة الصحة، 2014). ويقابله إنشاء (39) مؤسسة صحية في محافظة مسقط، و(30) أخرى في محافظة شمال الباطنة (وزارة الصحة، 2018). وتختلف مع نتيجة دراسة (الظفري وأمبوسعيدى، 2013)؛ التي كشفت عن وجود فرقٍ دالٍ إحصائياً في متغير المحافظة، لصالح محافظة مسقط في اتجاهات الطلبة نحو النشاط البدني. وتظهر نتائج جدول 6 أيضاً عدم وجود تفاعل بين متغيري النوع الاجتماعي، والمحافظة التعليمية، أي أنّ الطلاب والطالبات على اختلاف محافظاتهم التعليمية التي ينتمون لها؛ لهم التصورات نفسها عن الصحة المستدامة، وطرائق الوقاية وهذا دليل على أن جميع الطلبة يحصلون على الرعاية والدعم الصحي في محافظاتهم.

توصيات الدراسة

في ضوء هذه النتائج؛ تُوصي الدراسة بالآتي:

- تعزيز وعي طلبة التعليم الأساسي بأهمية ممارسة الأنماط الصحية المستدامة المشار إليها في هذه

- أبو حسان، سائدة (2006). *المفاهيم الصحية في كتب التربية الوطنية للصفوف الثلاثة العليا من مرحلة التعليم الأساسي في الأردن* [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الأردنية.
- أمبوسعيدى، عبدالله، والمقبالية، فاطمة (2019). مستوي وعي طلبة الصف الحادي عشر في سلطنة عمان بالأمن الغذائي في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم التربوية: جامعة قطر*، (14)، 137-154. <http://dx.doi.org/10.29117/jes.2019.0013>
- الأمم المتحدة (2002). *المياه والطاقة والصحة والزراعة والتنوع البيولوجي*. <http://hrlibrary.umn.edu/>
- البلوحي، أحمد (2014). الصحة المدرسية في مدارس السلطنة. *مجلة تواصل*، (21)، 29-22.
- الجبوري، علي (2019). التنمية الصحية المستدامة: التحديات والاتجاهات المستقبلية: مدخل بيئي اقتصادي اجتماعي. *مجلة تنمية الموارد البشرية للدراسات والأبحاث*، (6)، 18-1.
- جريدة الرؤية (2019). *انطلاق ملتقى الصحة المستدامة بشمال الشرقية*. <https://alroaya.com/>
- جريدة الوطن (2021). *دورة برامجة يقدمها تلفزيون سلطنة عُمان بين مسلسلات وبرامج دينية وأخرى متنوعة ومسابقات*. <https://alwatan.com/>
- الحسيني، خالصة (2014). *مدى تضمن كتب التربية الإسلامية في الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في سلطنة عُمان لمفاهيم التربية الصحية في ضوء التصور الإسلامي* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة السلطان قابوس.
- حمایده، لامي، وزرقين، عبود (2015). التنمية الصحية المستدامة وتناجها على المورد البشري: دراسة مقارنة الجزائر تونس المغرب. *مجلة رؤى اقتصادية*، (9)، 253-273. DOI: 10.12816/0017488
- حمداوي، جميل (2015). *مرحلة المراهقة وخصائصها ومشاكلها وحلولها*. https://books.islamway.net/1/549_%20morahqatarbiaa_hamd on.pdf
- دائرة الصحة المدرسية والجامعية (2013). *برنامج الصحة المدرسية والجامعية*. <https://www.moh.gov.om/>
- رضوان، أحمد، وقزق، أمنة (2019). دور المدرسة في تنمية الوعي الصحي لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في لواء قصبه إردن من وجهة نظر الطلبة أنفسهم. *دراسات - العلوم التربوية: الجامعة الأردنية*، (36)، 473-488.
- سلوم، طاهر، والرعباني، أحمد (2010). *البعدان الوطني والعالمي في مناهج الدراسات الاجتماعية في سلطنة عُمان*. *المجلة التربوية*، (24)، 165-174.
- الشبول، فتحية، وقزاقزة، سليمان، وجوارنه، طارق (2016). *تصورات طلبة الصف العاشر الأساسي في محافظة أربد حول أثر ممارسة الأنشطة الرياضية في تطوير الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية والعلمية لديهم*. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، (14)، 228-268.
- شتيوي، مسعد (2005). *النوم وأهميته لصحة الإنسان وحياته*. *مجلة أسويط للدراسات البيئية*، (28)، 39-54.
- الشعيلي، علي (2010). *مستوى فهم طلاب التعليم الأساسي بسلطنة عُمان لمجالات التربية الصحية: مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، (3)، 113-134.
- صالح، سامح (2016). *تأثير تدريس برنامج الصحة واللياقة على بعض اتجاهات طلاب السنة التحضيرية بجامعة حائل*. *مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر*، (2)، 133-169.
- صليحة، القص (2016). *فعالية برنامج تربية صحية في تغيير سلوكيات الخطر وتنمية الوعي الصحي لدى المراهقين: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة عين التوتة - باتنة* [رسالة دكتوراة غير منشورة]. جامعة محمد خيضر.
- الظفري، سعيد، وأمبوسعيدى، عبدالله (2013). *دراسة مقارنة بين طلبة محافظتي مسقط وظفار بسلطنة عمان في مستوى الاتجاهات والعادات الصحية*. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية - جامعة السلطان قابوس*، (1)، 36-52.
- العموش، أحمد، والغرابية، فاك، وقدرى، أمال، والرحومى، سلامة (2019). *الوعي الصحي لدى الأسرة الإماراتية: عتصون لبناء نموذج اجتماعي صحي*. *مجلة الآداب: جامعة بغداد*، (130)، 331-362.
- قباجة، زياد، وسلامة، كمال (2018). *السلوك الصحي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة القدس في ضوء بعض المتغيرات*. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، (21)، 57-66.
- لاشين، محمد (2016). *دور الإدارة المدرسية في تفعيل الصحة المدرسية بمدارس التعليم الأساسي (4-1) بمحافظة شمال الباطنة*. *مجلة كلية التربية*، (168)، 13-52.
- لجنة الأمن الغذائي العالمي (2018). *تقرير مقدم من فريق الخبراء رفيع المستوى المعنى بالأمن الغذائي والتغذية*. <https://www.fao.org/>
- المجلس الأعلى للتخطيط (2019 ب). *الاستعراض الوطني الطوعي الأول لسلطنة عُمان 2019*. *الأمانة العامة للمجلس الأعلى للتخطيط*.
- المجلس الأعلى للتخطيط (2019 أ). *وثيقة رؤية عُمان 2040*. مكتب الرؤية.
- محروس، محمد، ومحمد، إيمان، ونجيب، منال (2021). *تصور مقترح لتفعيل أدوار المؤسسات التربوية: تدعيم جوانب التربية الصحية المدرسية في مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية: جامعة سوهاج*، (7)، 612-638.
- المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية (2015). *النظم الصحية والصحة والثروة والرفاهية الاجتماعية: تقييم الحالة للاستثمار في النظم الصحية*. <https://www.moh.gov.om/>
- المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (2019). *أهداف التنمية المستدامة: الصحة*. <https://sdg.ncsi.gov.om/>
- المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (2020). *نحو تحقيق أهداف التنمية المستدامة 2020: الهدف الثالث الصحة الجيدة والرفاهية*. سلطنة عُمان. <https://www.ncsi.gov.om/>
- منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة الفاو (2021). *المحافظة على نمط غذائي صحي خلال جائحة كوفيد19*. <https://www.fao.org/publications/card/ar/c/CA8380AR/>
- منظمة الصحة العالمية (2010). *التوصيات العالمية بشأن النشاط البدني من أجل الصحة*. https://lh-hsrc.pnu.edu.sa/wp-content/uploads/2019/04/PA_Recommendations_AR-1.pdf
- منظمة الصحة العالمية (2012). *مؤتمر الأمم المتحدة للتنمية المستدامة (ريو 20+)*. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB130/B130_36-ar.pdf
- منظمة الصحة العالمية (2017). *النشاط البدني من أجل الصحة: تعزيز نشاط الأشخاص من أجل عالم أوفر صحة: مسودة خطة عمل عالمية بشأن النشاط البدني للفترة 2018-2030*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/276422/A71_18-ar.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- نجي، علي (2020). *الثقافة الصحية لدى طلبة جامعة تبوك في ضوء الرؤية الوطنية 2030*. *مجلة كلية التربية - الأزهر*، (39)، 236-289. doi: 10.21608/jsrep.2020.146174
- النصيرية، راية (2017). *العلاقة بين الكفاءة الذاتية والسلوك الصحي لدى عينة من طلبة من الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في ولاية صور* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نزوى.
- وزارة التربية والتعليم (2012). *صحة أفضل للمجتمع المدرسي*. <https://home.moe.gov.om/library/19/show/221>
- وزارة التربية والتعليم (2021). *الكتاب السنوي للإحصاءات التعليمية 2021/2020: الإصدار الحادي والخمسون*. سلطنة عُمان.

- of *Education*, (14), 137-154. <http://dx.doi.org/10.29117/jes.2019.0013>. (in Arabic)
- Ambusaidi, A., Al-Yahyai, R., Taylor, N., & Taylor, S. (2018). Introducing school gardens to the Omani context: A preliminary study with Grade 7 classes. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14, 1043-1055.
- Committee on World Food Security. (2018). *Report submitted by the High-Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition*. <https://www.fao.org/>. (in Arabic)
- Department of School and University Health. (2013). *School and University Health Program*. <https://www.moh.gov.om/>. (in Arabic)
- Ebrahimi, N., & Sanusi, A. (2016). Health: the most important global goals for sustainable human development. *Journal of Human Sciences*, (44), 191-206. (in Arabic)
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (2021). Maintaining a healthy diet during the COVID-19 pandemic. <https://www.fao.org/publications/card/ar/c/CA8380AR/>. (in Arabic)
- Grace, M., Woods-Townsend, K., Griffiths, J., Godfrey, K., Hanson, M., Galloway, I., & Inskip, H. (2012). Developing teenagers' views on their health and the health of their future children. *Health Education*, 112(6), 543-559. doi:10.1108/09654281211275890.
- Hamdaoui, J. (2015). *Adolescence, its characteristics, problems and solutions*. https://books.islamway.net/1/549_%20morahqatarbiaa_hamdon.pdf. (in Arabic)
- Hamida, L., & Zarkin, A. (2015). Sustainable health development and its consequences on the human resource: a comparative study Algeria Tunisia Morocco. *Economic Visions Journal*, (9), 253-273. DOI: 10.12816/0017488. (in Arabic)
- Husseini, K. (2014). *The extent to which Islamic education books in the second cycle of basic education in the Sultanate of Oman include the concepts of health education in the light of the Islamic perception* [Unpublished master's thesis]. Sultan Qaboos University. (in Arabic)
- Kabbaja, Z., & Salama, K. (2018). Health behavior among students of scientific faculties at Al-Quds University in the light of some variables. *Al-Quds Open University Journal of Educational and Psychological Research and Studies*, 7(21), 57-66. (in Arabic)
- Lashin, M. (2016). The role of school administration in activating school health in basic education schools (1-4) in North Al Batinah Governorate. *Journal of the College of*
- وزارة الشؤون الرياضية (2016). قرار وزاري رقم (46/2016). <https://qanoon.om/p/2016/mosa20160094/>
- وزارة الصحة (2014). *النظرة المستقبلية للنظام الصحي (الصحة 2050): الوثيقة*. سلطنة عُمان <https://omanportal.gov.om/>
- وزارة الصحة (2018). *التقرير الصحي السنوي: الفصل الثالث توزيع الخدمات الصحية*.
- Abu Hassan, S. (2006). *Health concepts in national education textbooks for the three upper grades of basic education in Jordan* [Unpublished master's thesis]. The University of Jordan. (in Arabic)
- Al Balushi, A. (2014). School health in the schools of the Sultanate. *Tawasul magazine*, (21), 22-29. (in Arabic)
- Al Nusayri, R. (2017). *The relationship between self-efficacy and healthy behavior in a sample of students from the second cycle of basic education in the Wilayat of Sur* [Unpublished master's thesis]. University of Nizwa. (in Arabic)
- Al-Amoush, A., Gharaibeh, F., Qadri, A., & El Rahoumy, S. (2019). Health awareness of the Emirati family: a vision for building a healthy social model. *Journal of Arts: University of Baghdad - College of Arts*, (130), 331 - 362.
- Alasmari, H., Al-shehri, A., Aljuaid, T. A., Alzaidi, B. A., & Khaled Alswat, M. B. B. S. (2016). Obesity awareness assessment among secondary and high schools students. *Endocrine Practice*, 22, 150.
- Aldhafri, S., & Ambusaidi, A. (2013). A comparative study between students in the governorates of Muscat and Dhofar in the Sultanate of Oman in the level of health trends and habits. *Journal of Educational and Psychological Studies - Sultan Qaboos University*, 7(1), 36-52. (in Arabic)
- Al-Jubouri, A. (2019). Sustainable health development: challenges and future directions: an environmental, economic, and social approach. *Human Resource Development Journal for Studies and Research*, (6), 1-18. (in Arabic)
- Alroya newspaper. (2019). *The launch of the Sustainable Health Forum in North Al Sharqiya*. <https://alroya.om/>. (in Arabic)
- Al-Shuaili, A. (2010). The level of understanding of basic education students in the Sultanate of Oman of the fields of health education. *Journal of the Union of Arab Universities for Education and Psychology*, 8(3), 113-134.
- Al-Watan newspaper. (2021). *A program cycle presented by Sultanate of Oman TV, between series, religious and other programs, and competitions*. <https://alwatan.com/>. (in Arabic)
- Ambosaidi, A., & Al-Muqbaliya, F. (2019). The level of awareness of eleventh-grade students in the Sultanate of Oman of food security in the light of some variables. *Journal of Educational Sciences: Qatar University - College*

- Ratnapradipa, D., Brown, S. L., Middleton, W. K., & Wodika, A. (2011). Measuring Environmental Health Perception Among College Students. *Health Educator*, 43(2), 13-20.
- Saleh, S. (2016). The effect of teaching the health and fitness program on some attitudes of preparatory year students at the University of Hail. *Journal of the College of Education - Al-Azhar University*, 17(2), 133-169. (in Arabic)
- Saliha, A. (2016). *The Effectiveness of a Health Education Program in Changing Risk Behaviors and Developing Health Awareness in Adolescents: A Field Study on a Sample of Intermediate School Students in Ain Al-Tuta City - Batna* [Unpublished Ph.D. Thesis]. Muhammad Khider University. (in Arabic)
- Salloum, T., & Al-Rabani, A. (2010). The national and global dimensions in social studies curricula in the Sultanate of Oman. *Educational Journal*, 24(96), 165-214. (in Arabic)
- Sheboul, F., Kazakza, S., & Jawarneh, T. (2016). Perceptions of tenth-grade students in Irbid governorate about the impact of practicing sports activities on developing their health, psychological, social, and scientific aspects. *Journal of the Union of Arab Universities for Education and Psychology*, 14(3), 228-268. (in Arabic)
- Shtewi, M. (2005). Sleep and its importance to human health and life. *Assiut Journal of Environmental Studies*, (28), 39-54. (in Arabic)
- The Arab Center for the Authoring & Translation of Health Sciences. (2015). *Health Systems, Health, Wealth, and Social Welfare: A Case Assessment for Investment in Health Systems*. <https://www.moh.gov.om/>. (in Arabic)
- The Supreme Council for Planning. (2019a). *Oman Vision 2040 Document*. Roya Office. (in Arabic)
- The Supreme Council for Planning. (2019b). *The first voluntary national review of the Sultanate of Oman 2019*. General Secretariat of the Supreme Council for Planning. (in Arabic)
- United Nations. (2002). *Water, Energy, Health, Agriculture and Biodiversity*. <http://hrlibrary.umn.edu/>. (in Arabic)
- World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. https://lh-hsrc.pnu.edu.sa/wp-content/uploads/2019/04/PA_Recommendations_AR-1.pdf (in Arabic)
- World Health Organization. (2012). *United Nations Conference on Sustainable Development (Rio +20)*. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB130/B130_36-ar.pdf (in Arabic)
- World Health Organization. (2017). *Physical Activity for Health: Promoting People's Activity for a Healthier World: Draft Global Plan of Action on Physical Activity 2018-2030*. (in Arabic)
- Education - Al-Azhar University*, 35(168), 13-52. (in Arabic)
- Mahrous, M., Muhammad, I., & Naguib, M. (2021). A proposed vision for activating the roles of educational institutions. *Strengthening aspects of school health education in Journal of Young Researchers in Educational Sciences: Sohag University*, (7), 612-638. (in Arabic)
- Marttinen, R., Fredrick III, R., & Silverman, S. (2018). Changes in student attitude toward physical education across a unit of instruction. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 62-70. DOI:10.7752/jpes.2018.01008
- Ministry of Education (2021). *Education Statistics Yearbook 2020/2021: Fifty-first Edition*. Sultanate of Oman. (in Arabic)
- Ministry of Education. (2015). *Main news*. <https://omanportal.gov.om/> (in Arabic)
- Ministry of Health. (2014). *Health System Outlook (Health 2050): Document*. Sultanate of Oman. <https://omanportal.gov.om/>. (in Arabic)
- Ministry of Health. (2018). Annual Health Report: Chapter Three Distribution of Health Services. <https://www.moh.gov.om/>. (in Arabic)
- Ministry of Sports Affairs. (2016). *Ministerial Resolution No. (46/2016)*. <https://qanoon.om/p/2016/mosa20160094/>. (in Arabic)
- Musaiger, A., Al-Mannai, M., Tayyem, R., Al-Lalla, O., Ali, E., Kalam, F., & Chirane, M. (2012). Prevalence of overweight and obesity among adolescents in seven Arab countries: a cross-cultural study. *Journal of obesity*, 2012(981390), 1-5. doi:10.1155/2012/981390
- Najmi, A. (2020). Health culture among Tabuk University students in the light of the National Roya 2030. *Journal of the College of Education - Al-Azhar*, 5(39), 236-289. <http://DOI: 10.21608/jsrep.2020.146174>. (in Arabic)
- National Center for Statistics, & Information. (2019). Sustainable Development Goals: Health. <https://sdg.ncsi.gov.om/>. (in Arabic)
- O'Keeffe, B., MacDonncha, C., & Donnelly, A. (2021). Students' attitudes towards and experiences of the Youth-fit health-related fitness test battery. *European Physical Education Review*, 27(1), 41-56. <https://doi.org/10.1177%2F1356336X20917416>
- Radwan, A., & Zip, S. (2019). The school's role in developing health awareness among tenth-grade students in the Kasbah of Irbid district from the students' point of view. *Studies - Educational Sciences: University of Jordan*, 36(4), 473-488. (in Arabic)