

التربية الصحية عالية الجودة مرتبطة بالتلاميذ الأصحاء

مورد للعائلات والمجتمعات المحلية

"إنني أشعر بالارتياح بخصوص حصة التربية الصحية لأنها تساعدنا على التعرف على أجسادنا، وكيفية عملها، وكيف يمكننا إبقائها بصحة جيدة، وكيف يمكننا المحافظة على أسلوب حياة صحي طيلة حياتنا".

—تلميذة (ة) بمدرسة متوسطة في مدينة نيويورك



يواجه الشباب الصغار اليوم تحديات صحية جسدية وعقلية غير مسبوقه.^{1,2,3} إن التأكد من حصول التلاميذ على تربية صحية عالية الجودة يمكن من المساعدة على معالجة هذه الاحتياجات الصحية. أظهرت دراسة حديثة صادرة عن منظومة المدارس العامة بمدينة نيويورك أن المدارس المتوسطة والثانوية التي تركز على هذه الجوانب الأربعة من التربية الصحية تميل لأن يكون تلاميذها أصحاء:

استمرارية معلمي مادة التربية الصحية



يتغير معلمو التربية الصحية في بعض المدارس من عامٍ لآخر. وفي المدارس التي يقوم فيها نفس المعلمين بتعليم مادة التربية الصحية لمدة عامين اثنين متتاليين على الأقل، أظهر التلاميذ عموماً سلوكيات أكثر صحة.

تمويل مجلس العافية المدرسية



مجلس العافية المدرسية هو عبارة عن مجموعة من الآباء، والتلاميذ، والموظفين، وأعضاء المجتمع الذين يعملون مع إدارة المدرسة لدعم سياسات الصحة في المدارس. وبشكل عام فقد أظهر التلاميذ في المدارس التي طلبت وحصلت على التمويل لمجلس العافية المدرسية أن لديهم سلوكيات صحية أكثر.

تدريب معلمي مادة التربية الصحية



تقدم منظومة المدارس العامة بمدينة نيويورك التدريب لمعلمي مادة التربية الصحية في عموم المدينة. تميل المدارس التي حضر أحد معلميها على الأقل تدريباً حديثاً خاصاً بالتربية الصحية لأن يكون لديها تلاميذ أصحاء.

تعليم المهارات الصحية



يغطي المنهج العالي الجودة طيفاً من المهارات الصحية، مثل التواصل، وصنع القرارات، وإدارة الضغوط، وإيجاد موارد صحية يمكن الاعتماد عليها. على قدر ما يتم تعليم مهارات أكثر في مادة التربية الصحية، بقدر ما يتمتع التلاميذ بصحة أفضل.

"أعتقد أن [حصة التربية الصحية] مهمة حقاً لأنها تلامس مواضيع تحدث في حياتنا الواقعية، مثل ما يحدث عندما تكبر، ليس فقط الأمور التي لن تراها مرة أخرى في حياتك. أعتقد أنها فعلاً مهم لأنها تعلمنا كيفية التعامل مع الأوضاع عندما تصبح شخصاً راشداً".

—تلميذة (ة) بمدرسة متوسطة في مدينة نيويورك

"[في حصة التربية الصحية]، تعلمت ما هي العلاقة الصحية. إننا في عائلتي لا نتحدث في الحقيقة عن مشاعرنا، ولذلك بالنسبة لي فإن العلاقات الصحية لم تكن شيئاً تعودت عليه".

—تلميذة (ة) في مدرسة ثانوية بمدينة نيويورك



"أثناء الوحدة الدراسية الخاصة بالمخدرات، معلمتنا، علمتنا كيف يمارس التلاميذ الآخرين الأقران الضغوط عليك لتعاطي المخدرات وأشياء من هذا القبيل، وكيف يمكنك استخدام طرق إيجابية لقول لا".

—تلميذة(ة) بمدرسة متوسطة في مدينة نيويورك

"[في مجلس العافية المدرسية]، لدينا قمنا بالتركيز أيضاً على صحة وعافية مجتمعنا المدرسي ككل. خاصةً على التلاميذ، ولكن على المعلمين أيضاً".

—معلم(ة) بمدرسة متوسطة في مدينة نيويورك



فيما يلي ما يمكنكم القيام به لدعم التربية الصحية في مدينة نيويورك:

شاركوا

- احضروا اجتماعات المدرسة لإسماع أصواتكم. تعلّموا كيف يمكنكم المشاركة من خلال فرص **تمكين العائلات**.
- اتصلوا ب**منسق(ة) دعم العائلات أو منسق(ة) القيادة بالمنطقة التعليمية**.

اقرأوا المزيد عن الدراسة

- **دراسة حول التربية الصحية: تقرير تقني**

تعرفوا على المزيد حول التربية الصحية في المدارس العامة بمدينة نيويورك.

- **متطلبات التربية الصحية**
- **سياسة العافية لعموم المدينة بالمدارس العامة بمدينة نيويورك**
- اسألوا شاباً صغيراً تعرفونه عن التربية الصحية التي تلقاها في المدرسة: ما هي وتيرة حصص التربية الصحية التي يتلقاها؟ هل لديه معلم(ة) يثق به/ها؟
- تحدّثوا إلى معلم(ة) التربية الصحية والمدير(ة) بمدرستكم: ما هو منهج التربية الصحية الذي تستخدمه المدرسة؟ من الذي يقوم بتدريس الحصص؟ أخبروه/ها عن سبب أهمية هذا الأمر لكم.

هل لديكم أسئلة؟ تواصلوا عبر البريد الإلكتروني wellness@schools.nyc.gov

¹Radhakrishnan L, Leeb RT, Bitsko RH, et al. زيارات إدارة طوارئ طب الأطفال المرتبطة بحالات الصحة العقلية قبل وأثناء جائحة كوفيد-19 الولايات المتحدة، يناير/ كانون الثاني، 2019-يناير/ كانون الثاني، 2022. التقرير الأسبوعي (MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2022;71:319-324). منظمة (IOD): الرابط <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7108e2>

²مكتب كبير الجراحين (GSO)، إدارة الصحة والخدمات البشرية في الولايات المتحدة. حماية الصحة العقلية للشباب: الرأي الاستشاري لكبير الجراحين بالولايات المتحدة، 2021. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf>

³الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (AAP). تحدّث منظمات الصحة إدارة بايدن على إعلان حالة طوارئ فيدرالية على المستوى الوطني بخصوص الصحة العقلية للأطفال، 2022. <https://www.aap.org/en/news-room/news-releases/aap/2022/health-organizations-urge-the-biden-administration-to-declare-a-federal-national-emergency-in-childrens-mental-health/>

من عام 2021 حتى 2023، قام مكتب برامج الصحة المدرسية التابع لمنظمة المدارس العامة بمدينة نيويورك بدراسة تأثير ممارساته الخاصة بالتربية الصحية على تحصيل التلاميذ. استخدم التقييم الإحصائي والتجارب الشخصية من التلاميذ، والمعلمين، والإداريين لاستكشاف الممارسات الفعالة في التربية الصحية وتأثيرها على السلوكيات الخطرة صحياً بين تلاميذ المدارس المتوسطة والثانوية. إنّ الحقائق المقدّمة في هذه الوثيقة تقوم على جميع هذه البيانات. للمزيد من المعلومات، حول الطرق المستخدمة، يرجى الرجوع إلى التقرير التقني الذي تم وضع رابطة أعلاه.

كان هذا المشروع ممكناً جزئياً بفضل منحة مقدّمة من الصندوق الإثماني المجتمعي بمدينة نيويورك لتمويل المدارس العامة. تم إجراء أنشطة البحث من طرف مكتب برامج الصحة المدرسية بالتعاون مع منظمة (Sharp Insight, LLC). شكراً للمدارس والتلاميذ والمعلمين والإداريين على مشاركتهم قصصهم.