

## The Level of Awareness of Students of Faculty of Physical Education at Yarmouk University of the Importance of Public Health

Tharwat Sayel Alkhaldi, Hani Alsalem

Faculty of Education, Yarmouk University, Jordan.

Received: 12/8/2018  
Revised: 9/4/2019  
Accepted: 23/10/2019  
Published: 1/6/2020

Citation: Alkhaldi, T. S. ., & Alsalem, H. . (2020). The Level of Awareness of Students of Faculty of Physical Education at Yarmouk University of the Importance of Public Health. *Dirasat: Educational Sciences*, 47(2), 278-291. Retrieved from <https://dsr.ju.edu.jo/djournals/index.php/Edu/article/view/2290>

### Abstract

This study aims to identify the level of awareness of the students of the Faculty of Physical Education at Yarmouk University of the importance of public health. The researchers used a descriptive approach, and their sample consisted of (300) male and female students who were chosen randomly. The participants answered questions on a scale that consisted of (40) statements distributed on five domains (nutrition, physical activity, stature, personal health, and disease prevention). The results of the study indicated that the level of awareness of the importance of public health was moderate, as it was found that there were statistically significant differences at the significance level ( $0.05 \geq \alpha$ ) due to the effect of gender in all the domains except for the domains of nutrition and exercise, and the differences were in favor of females. There were no statistically significant differences ( $\alpha \leq 0.05$ ) due to the effect of academic level and place of residence. The study recommends the need to pay attention to the issue of public health and nutritional culture and work to include it within the university curricula, and to include some courses related to health and food within the compulsory university requirements.

**Keywords:** Public health, health awareness, students of the Faculty of Physical Education.

مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك،  
أربد-الأردن

ثروت صبايل مفلح الخالدي، هاني سالم الربضي\*  
جامعة اليرموك، الأردن.

### ملخص

هدفت هذا الدراسة تعرّف مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك وكذلك بالالتعرّف أثر كل من متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، ومكان السكن). وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت عيّنتها من (300) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بما يعادل 22% من المجتمع الكلي، حيث أجابوا على مقياس تكوّن من (40) عبارة موزّعة على خمس محاور، هي (التغذية، وممارسة النشاط الرياضي، والقوام، والصحة الشخصية، والوقاية من المرض). وأشارت نتائج الدراسة إلى أنّ مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة جاء متوسطاً، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، وممارسة النشاط الرياضي، وجاءت الفروق لصالح الإناث، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لأثر المستوى الدراسي ومكان السكن. وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بموضوع الصحة العامة والثقافة التغذوية والعمل على إدخاله ضمن المناهج الجامعية، وإدراج بعض المواد الخاصة بالصحة والغذاء ضمن متطلبات الجامعة الإلزامية، وضرورة وضع استراتيجيات تهدف إلى تحسين الكفاءة في مجال التغذية والوعي الصحي؛ حيث إن الجامعة والكليّة هما المكان الذي يمثل الفرصة الأخيرة للمحافظة على الصحة وتعليم التغذية لعدد كبير من الطلاب.

الكلمات الدالة: الصحة العامة، الوعي الصحي، طلبة كلية التربية الرياضية



© 2020 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

## المقدمة

الصحة مطلب أساسي، وهدف استراتيجي تسعى دول العالم، ومنظماته وأفراده إلى بلوغه وتعمل جاهدة على تحقيقه من أجل حياة صحية سليمة، يسهم من خلالها الفرد الإنساني في جهود التنمية المختلفة له، ولأسرته ومجتمعه.

والصحة حق أساسي لكل إنسان دون النظر إلى العرق أو الدين أو المعتقدات السياسية أو الحالة الاجتماعية أو الاقتصادية، ولقد عرفت منظمة الصحة العالمية (W.H.O) الصحة بأنها حالة من اكتمال لياقة الشخص بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا وهي لا تقتصر على مجرد انعدام المرض أو الدواء. (منظمة الصحة العالمية، 1982)

ومصطلح الصحة العامة، يتكون من كلمتين، إحداهما هدف عام وهو الصحة وثانيتها الناس أو أفراد المجتمع، وهذا يؤكد ضرورة دراسة الناس أو أفراد الأفراد حتى يمكن تحقيق أعلى مستوى صحي لهم، وهذا لا يتحقق إلا بدراسة العلوم الاجتماعية. (سلامة، 1997م).

ويشير كل من بدح، مازهرو وبدران (2009) إلى أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين علم الصحة العامة بالعلوم الاجتماعية، وهذا ما جعل الكثير من علماء الصحة يعتبرونه علما من العلوم الاجتماعية، ويؤكدون أهمية دراسة العلوم الاجتماعية كأساس ضروري لدراسة الصحة العامة؛ إذ تطور علم الصحة العامة مع بداية القرن الحادي والعشرين في اتجاه يحول فلسفته من الاهتمام بالفرد إلى الاهتمام بالمجتمع ككل.

فالصحة العامة علم وفن الوقاية من المرض وتهيئة الظروف لإطالة العمر والهبوط بالصحة من خلال تنظيم جهود وطاقات المجتمع نفسه. من هذا التعريف يتبين أهمية الهبوط بالصحة، ولكن بالمشاركة الفردية والجماعية؛ إذ لا يمكن تحقيق هذا الهدف بمعزل عن الفرد ومساهمته بعملية التطور والتقدم والنماء. (2009، Natalie)

ويوضح كل من marsial،Becker (1993) العلاقة بين التربية والصحة: فالترقية تقدم في المضمون التعليمي معلومات متعددة ذات ارتباط بصحة أفراد الأفراد والمجتمعات، وهي لم تقم أصلا إلا لإيجاد مواطن صحيح بدنياً وعقلياً واجتماعياً، بل إن من أهم أهدافها انعكاس التعليم على صحة الفرد والمجتمع. فالصحة مصدر أثراء للعملية التربوية.

وتعتبر المحافظة على الصحة لدى أفراد المجتمع واجبا أساسياً للتربية البدنية؛ حيث تعرف الصحة بأنها: تلك الحالة التي يوجد عليها الجسم البشري عندما تتوازن فيها جميع وظائفه مع تأثيرات عوامل البيئة الخارجية وتخلو فيها من التغيرات المرضية، ويدرس علم الصحة العامة المناخ العام والمناخ المحلي وحاله الهواء والمياه والتربة وظروف السكن والتغذية والملابس والعمل والراحة وشروط ومتطلبات التربية البدنية والأنشطة الرياضية وعدد من المواضيع الأخرى (جلال الدين، 2004)

وتوضح تالا (2002) أن الرعاية الصحية مجموعة من الخدمات والإجراءات الوقائية التي تقدمها مديرية الرعاية الصحية الأساسية والمؤسسات التابعة لها لجميع أفراد المجتمع عامة بهدف رفع المستوى الصحي للمجتمع والحيولة دون حدوث الأمراض والأضرار وانتشارها، كالاهتمام بصحة البيئة وسلامة المياه والغذاء وتصريف الفضلات وتقديم اللقاحات والمطاعيم ضد الأمراض المعدية والعناية بالألم والطفل والكشف المبكر عن المرض لتقديم العلاج ومنع حدوث المضاعفات. ويشير كل من بدران، مازهرة (2009) إلى عناصر الرعاية الصحية الأولية، وأهمها التثقيف حول المشكلات الصحية السائدة وطرق الوقاية منها ومكافحتها وتعزيز التغذية وتحسين الموارد الغذائية، وأيضا تأمين ماء صالح للشرب وتوفير الأدوية الأساسية ورعاية صحة الأم الحامل والطفل بما في ذلك تنظيم الأسرة، وأخيراً الاهتمام بالتطعيم ضد الأمراض المعدية والعلاج الملائم للأمراض والإصابات الشائعة.

ويذكر جلال الدين (2005) أن الشخص الواعي صحياً هو الشخص المثالي المتمتع بدرجات ومستويات عالية من الصحة المتمثلة بالتكامل البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والصحي، وأن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل على الوقاية من أهم الأمراض العصرية، مثل مرض السكري وأمراض القلب وأمراض الجهاز التنفسي والسمنة والوزن الزائد والتشوهات القومية باعتبار أن الجانب الصحي يشتمل على جانبين أساسيين، هما: الثقافة الصحية التي تتمثل في اكتساب المعارف والمعلومات الصحية، والوعي الصحي الذي يتمثل في ممارسة وتطبيق تلك المعارف والمعلومات في الواقع العملي، ومن البديهي أن تعنى المناهج الدراسية في كليات الجامعات الأردنية المختلفة بإكساب المعارف والمعلومات الصحية، وذلك من خلال تدريس بعض المساقات الاختيارية ذات العلاقة، مثل: التربية الصحية، والرياضة والصحة، واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، والصحة العامة، والإسعافات الأولية، وبالتالي تتاح الفرص لطلبة الجامعات أن يكونوا مثقفين صحياً.

والتغذية السليمة المبنية على أسس عملية أفراد للأفراد الذين يمارسون النشاط البدني تستهدف ضمان توازن نظام طاقتهم وزيادة قدرتهم على أداء التمارين بشكل أفضل، والتقليل من حدوث تلف في العضلات والإحساس بالألام أو الإجهاد المزمن الناتج من التمرين أو اللعب، وأداء الرياضة على الوجه الأمثل والمطلوب، والحصول على كافة العناصر الغذائية لضمان الصحة الجيدة (Brien2007)

ولعل طلبة المدارس والجامعات الذين يمثلون قطاعاً واسعاً في أي مجتمع، في مقدمة الفئات التي تحرص دائما على تعزيز النمو المعرفي والوجداني والسلوكي لديهم في جميع الجوانب، ومنها الجانب الصحي. ومن هنا يأتي دور المؤسسات التربوية المسؤولة عن تقديم التربية الصحية لطلابها ونشر الوعي الصحي، والثقافة الصحية بينهم بطرق وأساليب منظمة، ومن خلال ما تقدمه لهم من المناهج الدراسية، من أنشطة متنوعة،

وخبرات عديدة تشتمل على المعارف الصحية، والمهارات والاتجاهات، والعادات الصحية السليمة، التي تحول المؤسسات التربوية إلى توعية بها.

#### أهمية الدراسة:

- وتكمن أهمية الدراسة في تعميق فهم الطلبة بشكل خاص المشكلات الصحية التي تواجه عصرنا الحديث وطرق معالجتها والوقاية منها ومعرفة مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في الجامعة الهاشمية، ويمكن إيجاز أهمية الدراسة بما يلي:
- يتوقع من خلال نتائج الدراسة معرفة مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك،
  - إلى التعرف جوانب القوة وتعزيزها وجوانب الضعف والعمل على علاجها، وذلك من خلال المساقات الدراسية ذات العلاقة.
  - ويتوقع من خلال نتائج الدراسة الحالية التعرف أثر متغيرات (الجنس، والمستوى الدراسي ومكان السكن) في مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك
  - إلى التعرف هذه الدراسة في إعطاء مؤشر واضح عن مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.
  - لاحظت الباحثة ندرة وجود دراسات أو بحوث تربوية في المملكة تتناول مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلاب الجامعات.

#### مشكلة الدراسة:

من خلال اطلاع الباحثة على الكثير من الدراسات التي أكدت غالبيتها ضعف المعرفة الصحية بشكل عام، وتدني مستوى الوعي الصحي لدى الطلاب، وذلك من خلال ما يشاهد في المدارس والجامعات من مظاهر سلوكية غير صحية فضلاً عما لاحظته الباحثة من خلال عملها معلمة مادة التربية الرياضية وطالبة في قسم علوم الرياضة وقربها من مدرسي وأعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية، فظاهرة التدخين، وعدم الاهتمام بالصحة الشخصية وتناول الأطعمة والمشروبات الغازية غير الصحية وغير المفيدة وانتشار السمنة إلى الدفع الباحثة إلى إجراء الدراسة الحالية على شريحة مهمّة مهمة من شرائح المجتمع المتمثلة في طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك إلى الهدف تعرف مستوى الوعي الصحي. ويمكن تحديد مشكلة الدراسة من خلال الإجابة عن السؤال التالي: ما مستوى الوعي الصحي لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك؟

#### أهداف الدراسة:

- تهدف هذه الدراسة إلى التعرف:
- معرفة مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة عند طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.
  - معرفة الفروق في مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة عند طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك تبعاً لمتغيرات والجنس، والسنة الدراسية، ومكان السكن.

#### تساؤلات الدراسة:

- ما مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة عند طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك؟
- هل توجد فروق دلالة إحصائية عند مستوى  $(0.05 \geq \alpha)$  في مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك تعزى لمتغيرات الجنس، والسنة، ومكان السكن؟

#### مصطلحات الدراسة:

##### التعريفات النظرية:

التربية الصحية: "هي عملية ترجمة بعض الحقائق العلمية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع، وذلك باستعمال الأساليب التربوية الحديثة؛ حيث تعتبر جزءاً مهمّاً من العملية التربوية التي يتحقق من خلالها رفع الوعي الصحي للمجتمع عن طريق تزويد المتعلم بالمعلومات والخبرات بهدف التأثير في معارفه واتجاهاته وسلوكه، وإكسابه عادات صحية تساعده على العيش في مجتمع سليم". (Yin, 2004)

الوعي الصحي: مفهوم يقصد به "إلمام المواطنين بالمعلومات والحقائق الصحية، وأيضاً إحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم، وفي هذا الإطار يعتبر الوعي الصحي ممارسة صحية عن قصد نتيجة الفهم والاقتناع، ويعني الوعي الصحي أيضاً أن تتحول تلك الممارسات الصحية إلى

عادات تمارس بلا شعور أو تفكير" (سعيد، 2011)

الصحة العامة: "هي ليست مجرد خلو الجسم من الأمراض، وإنما هي حالة السلامة العامة والكفاءة البدنية والعقلية والاجتماعية للفرد". (الشاعر، 2005).

#### الدراسات السابقة:

#### الدراسات العربية:

أجرى الخطايبه ورواشدة (2003) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الوعي الصحي لدى طالبات كليات المجتمع في الأردن وتم استخدام المنهج الوصفي في الدراسة وكانت الأداة عبارة عن اختبار للوعي الصحي من إعداد الباحثين، وتم تطبيق عينة الدراسة المكونة من (678) طالبة، ولمعالجة البيانات تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبارات وتحليل التباين المتعدد. وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج، أهمها انخفاض مستوى الوعي الصحي؛ حيث كان أقل من المستوى المقبول تربوياً (80%)، وكان مستوى الوعي الصحي لدى طالبات السنة الثانية الأفضل مقارنة بطالبات السنة الأولى، ولصالح مستوى المعيشة المرتفع على حساب المستويين المتوسط والمنخفض.

دراسة القدومي (2005) التي هدفت إلى إلبالستعريف مستوى الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي تبعاً لمتغيري الخبرة في اللعب والمؤهل العلمي لدى اللاعبين، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (90) لاعبا من المشاركين في بطولة الأندية العربية الثانية والعشرين في الأردن، وطبقت عليها استبانة استبانة قياس الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الصحي العام لدى أفراد العينة كان عالياً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (81%)، بينما لم تكن الفروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغيري الخبرة في اللعب والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، كما أظهرت النتائج أن وسائل الإعلام سجلت أعلى مصدر للحصول على المعلومات الصحية عند اللاعبين.

وأجرى كاظم، والانصاري (2009) دراسة هدفت إلى معرفة نسب انتشار المشكلات الصحية لدى العُمانيين والكويتيين، ومعرفة دور متغير الثقافة (الكويت، عُمان)، والنوع (الذكر، الأنثى). ولتحقيق ذلك طُبِّقَت استبانة استبانة من إعداد سشينكا (1989) وتقنين الأنصاري، وكانت عينة الدراسة تتكون من 522 فرداً (بواقع 300 كويتي، و222 عُماني). وقد أشارت النتائج إلى أن أبرز ثلاث فئات في المشكلات الصحية لدى العينة الكويتية تتمثل في التاريخ المرضي، ومشكلات الدم والغدد الصماء، والعادات السلوكية السلبية المرتبطة بالصحة، في حين كانت أبرز ثلاث مشكلات صحية في العينة العُمانية هي: مشكلات الفم والأسنان والرقبة، والتاريخ المرضي، ومشكلات الأنف والأذن. كما أبرزت النتائج دلالة متغير النوع، حيث كان متوسط الإناث أعلى من الذكور في ثماني مشكلات صحية.

وأجرى الشعيلي (2010) دراسة هدفت إلى تحديد مستوى فهم طلاب مرحلة التعليم الأساسي بسلطنة عمان لمجالات التربية الصحية وما إذا كان ذلك يختلف باختلاف الجنس، تكون مجتمعها من طلاب الصف الثامن الأساسي وطالباته المنتظمين بالمدارس الحكومية التابعة لمحافظة مسقط في سلطنة عمان للعام الدراسي 2006/2007، والبالغ عددهم 3487 طالباً وطالبة، أما عينة الدراسة فقد بلغت 50 طالباً و65 طالبة، اختيروا بطريقة عشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة صمّم الباحث أداتين متمثلتين في قائمة تتضمن 32 موضوعاً صحياً واختباراً لفهم مجالات التربية الصحية تألف من 40 فقرة، من نوع الاختيار من متعدد. وقد تحقق الباحث من صدق الأداتين بعرضهما على محكمين ومتخصصين، كما جرى حساب الثبات للاختبار باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach-Alpha) للاتساق الداخلي، حيث بلغ 0.93. وقد انتهت نتائج الدراسة إلى ما يلي: كان أداء طلاب الصف الثامن الأساسي في اختبار فهم مجالات التربية الصحية متدنياً مقارنة بالمستوى المقبول تربوياً 75%، وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى فهم مجالات التربية الصحية بالاختبار الكلي وفي مجال الصحة الشخصية والأمراض لصالح الطالبات مقارنة بالذكور. واقترحت الدراسة ضرورة تضمين موضوعات التربية الصحية في محتوى كتب العلوم في مرحلة التعليم الأساسي بالسلطنة، وإجراء مزيد من الدراسات حول هذا الموضوع.

وأجرى عبد الحق، شناعة، نعيرات، العمدة (2011) دراسة هدفت إلى إلبالستعريف مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي تبعاً لمتغيرات الجامعة، والجنس، والكلية، والمعدل التراكمي لدى الطلبة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (800) طالباً وطالبة، وذلك بواقع (500) طالباً وطالبة من جامعة النجاح الوطنية و(300) طالباً وطالبة من جامعة القدس، وطبق عليها استبانة قياس الوعي الصحي التي تكونت من (32) فقرة، وبعد جمع البيانات عولجت باستخدام البرنامج الإحصائي SASS، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الصحي العام لدى أفراد العينة كان متوسطاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (64.80%)، إضافة إلى ظهور فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات الجامعة ولصالح جامعة القدس، والكلية لصالح الكليات العلمية، ومتغير الجنس ولصالح الطالبات، وكذلك لمتغير المعدل التراكمي ولصالح المعدل الأعلى، وأوصى الباحثون بضرورة عقد ورشات

عمل حول تنمية الوعي الصحي للطلبة والاهتمام بالوعي الصحي لطلبة الجامعة في المساقات ذات العلاقة مثل الرياضة والصحة والتربية الصحية والصحة العامة.

#### الدراسات الأجنبية:

وأجرى جاري، نيكولا، جونانان، بيتر، تراسي وجاديت (Tracy & Judith, Peter, Jonathan, Nicola, Gray, 2005) دراسة هدفت إلى تعريف تصورات المراهقين من سن (11-19) سنة في أمريكا وبريطانيا حول المعلومات الصحية المستقاة من شبكة المعلومات (الإنترنت)، حيث استنتجوا أن المراهقين ينظرون بإيجابية إلى الإنترنت كوسيلة مهمة للحصول على المعلومات الصحية وذلك لسرعة الحصول عليها. وأجرى سكاماكي وآخرون (Sakamaki, et al., 2005) دراسة هدفت إلى تحديد الصحة والمعرفة التغذوية والسلوك الغذائي للطلبة الجامعيين في الصين، اشتملت عينتها على (540) طالبا وطالبة متوسط أعمارهم 19\_24 سنة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم حساب مؤشر كتلة الجسم (BMI)، وكانت الاستبانة أداة الدراسة. وبعد تحليل النتائج تبين إن معدل السمنة منخفض بين الطلاب؛ إذ إن 80.5% من الطلاب ضمن الوزن الطبيعي، وما نسبته 16.6% منهم ذوو وزن منخفض تبعا لمؤشر كتلة الجسم (BMI). وأظهرت نتائج الدراسة أن غالبية الطلاب يأكلون 3 وجبات يوميا بانتظام، وأن 80% منهم يأكلون الخضراوات والفاواكه مرتين يوميا، وكانت الرغبة في النحافة عند الإناث (62.0%) أكثر من الذكور (47.4%) وقد جرت مقارنة نمط الحياة بين الجنسين فوجدت بينهما فروق ذات دلالة إحصائية في تناول الفطور، فكانت بالنسبة للذكور (66.8%) و (82.3%) للإناث، وقد أوصى الباحثون بضرورة وضع استراتيجيات تهدف إلى تحسين الكفاءة في مجال التغذية، معلنين بذلك أن الجامعة والكلية هما المكان الذي يمثل الفرصة الأخيرة للمحافظة على الصحة وتعليم التغذية لعدد كبير من الطلاب.

#### التعليق على الدراسات السابقة:

من الاستعراض السابق لهذا الدراسات نجد أن أغلبها تناولت موضوع مستوى الوعي الصحي، وبعض الدراسات ركزت على المعلومات الصحية بشكل عام والثقافة الصحية من جوانب مختلفة كدراسة (سكاماكي وآخرون Sakamaki, et al., 2005). وقد تم استخدام المنهج الوصفي في جميع الدراسات السابقة وهذا ما استخدمته الباحثة (المنهج الوصفي)، كما تم اختيار عينات بعض الدراسات بالطريقة العشوائية البسيطة كدراسة (الشعيلي، 2010)، وركزت بعضها على مستوى الوعي الصحي والرياضة بشكل عام، كدراسة (القدومي، 2005)، كما أظهرت نتائج أغلبها وجود اختلاف في مستوى الوعي الصحي حسب المتغيرات، كدراسة (كاظم والأنصاري، 2009)، وأظهرت نتائج بعض الدراسات إلى مستوى الوعي الصحي.

واختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بأنها تناولت مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية، وطبقت على عينة الدراسة التي صممت الباحثة مقياسها، واتفقت نتائج هذا الدراسة مع بعض الدراسات حيث كان مستوى الوعي متوسطا، كما لاحظت الباحثة من خلال عرض الدراسات السابقة أنها قد اهتمت لتحديد جوانب الدراسة والإلتعريف منهجيتها.

#### منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة.

#### مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من (1307) طالبا وطالبة من كلية التربية الرياضية المسجلين رسميا لدى دائرة القبول والتسجيل في جامعة اليرموك للعام الدراسي 2014-2015.

#### عينة الدراسة:

اختارت الباحثة العينة بالطريقة العشوائية بما يعادل 22% من المجتمع الكلي، البالغ عددهم (300) طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية. والجدول (1) يبين توصيف أفراد عينة الدراسة من حيث التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة.

الجدول (1) توصيف أفراد عينة الدراسة

النسبة	التكرار	الفئات	الجنس
51.7	155	ذكر	
48.3	145	أنثى	
8.3	25	الأولى	السنة الدراسية
44.7	134	الثانية	
40.7	122	الثالثة	

النسبة	التكرار	الفئات	
6.3	19	الرابعة	
49.7	149	مدينة	مكان السكن
50.3	151	قرية	
100.0	300	Total	

ويظهر الجدول (1) أن نسبة الذكور في الدراسة كانت أعلى بنسبة (51.7)، ونسبة الإناث كانت أقل بنسبة (48.3)، وأن نسبة الطلاب في السنة الرابعة كانت أقل نسبة؛ حيث بلغت (6.3)، وبعدها كانت السنة الأولى بنسبة مئوية (8.3)، وكانت السنة الثانية أعلى نسبة؛ حيث كانت (44.7)، وكانت نسبة السنة الثالثة (40.7)، ونسبة أفراد الأفراد الذين يعيشون في القرية أعلى من المدينة؛ حيث كانت (50.3).

#### متغيرات الدراسة:

#### المتغيرات المستقلة:

- الجنس، وله مستويان، هما: ذكر وأنثى.
- المستوى الدراسي، وله أربعة مستويات، هي: سنة أولى، وسنة ثانية، وسنة ثالثة، وسنة رابعة.
- مكان السكن، وله مستويان، هما: مدينة، وقرية.

#### المتغيرات التابعة:

وهو استجابة أفراد عينة الدراسة لإلبي مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة.

#### أداة الدراسة:

بغرض إعداد الدراسة بنت الباحثة استبانة مكونة من (40) عبارة يمكن تقسيمها إلى خمس مجالات: المجال الأول التغذية، ويتضمن (9) عبارات، والمجال الثاني الصحة الشخصية ويتضمن (6) عبارات، والمجال الثالث النشاط الرياضي ويتضمن (9) عبارات، والمجال الرابع القوام ويتضمن (7) عبارات، والمجال الخامس الوقاية من المرض ويشتمل على (9) عبارات، تمثل جميعها ممارسات سلوكية مرتبطة بالوعي الصحي، وتمت صياغة جميع العبارات بصيغة تعبر عن معنى إيجابي لأنها تعبر عن مستوى الوعي بأهمية الصحة. ووزعت الباحثة الاستبانة على طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك في نهاية الفصل الدراسي الثاني (2014/2015).

#### النتائج

السؤال الأول: ما مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة عند طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى ثقافة طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك حول مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة، والجدول أدناه يوضح ذلك.

يبين الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.40-3.57)، حيث جاء محور الصحة الشخصية في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.57)، بينما جاء محور القوام في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.40)، وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (3.46).

وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل محور على حدة، حيث كانت على النحو التالي:

الجدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى ثقافة طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك حول مستوى الوعي

#### بأهمية الصحة العامة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	2	الصحة الشخصية	3.57	.992	متوسط
2	3	ممارسة النشاط الرياضي	3.52	1.000	متوسط
3	1	التغذية	3.41	.969	متوسط
4	5	الوقاية من المرض	3.41	1.118	متوسط
5	4	القوام	3.40	1.165	متوسط
		الدرجة الكلية	3.46		متوسط

1. محور التغذية

الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور التغذية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	6	تحافظ على وزنك بصوره دائمة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية	4.08	1.151	مرتفع
2	2	تحافظ على تناول وجبة الإفطار يوميا قبل ممارسة النشاط الرياضي	3.87	1.239	مرتفع
3	7	تحرص على تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة.	3.65	1.168	متوسط
4	9	تحرص على غسل الخضراوات والفاكهة قبل الأكل للوقاية من الأمراض	3.43	1.485	متوسط
5	4	شرب القهوة والشاي يساعدني على التركيز.	3.23	1.086	متوسط
6	1	تهتم بأن يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً.	3.21	1.324	متوسط
6	3	تكثُر من تناول المشروبات الباردة والساخنة بين الوجبات الأساسية.	3.21	1.393	متوسط
8	5	تحرص على تناول الطعام الغني بالعناصر الغذائية الذي يساعد على أداء النشاط الرياضي.	3.15	1.339	متوسط
9	8	تحرص على تناول الطعام المطهى والابتعاد عن المقلي.	2.88	1.235	متوسط
		التغذية ككل	3.41		متوسط

يبين الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.88-2.884.08)، حيث جاءت الفقرة رقم (6) التي تنص على "تحافظ على وزنك بصوره دائمة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.08)، بينما جاءت الفقرة رقم (8) ونصها "تحرص على تناول الطعام المطهى والابتعاد عن المقلي" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.88). وبلغ المتوسط الحسابي لمحور التغذية ككل (3.41).

2. محور الصحة الشخصية

الجدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور الصحة الشخصية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	تهتم بمظهرك العام الخارجي.	4.00	1.087	مرتفع
2	4	تهتم بارتداء الملابس المناسبة لطبيعة الجو.	3.88	1.239	مرتفع
3	6	تهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس.	3.80	1.061	مرتفع
4	3	تهتم بالاستحمام وخاصة بعد ممارسة النشاط الرياضية.	3.41	1.464	متوسط
5	7	تحافظ على ساعات النوم بشكل منتظم	3.27	1.071	متوسط
6	2	تهتم بإطالة أظافرك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي	3.07	1.466	متوسط
		الصحة الشخصية ككل	3.57		متوسط

يبين الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.07-4.00)، حيث جاءت الفقرة رقم (1) التي تنص على "تهتم بمظهرك العام الخارجي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.00)، بينما جاءت الفقرة رقم (2) ونصها "تهتم بإطالة أظافرك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.07)، وبلغ المتوسط الحسابي لمحور الصحة الشخصية ككل (3.57).

3. محور ممارسة النشاط الرياضي

الجدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور ممارسة النشاط الرياضي مرتبة تنازلياً

حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	6	تشارك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا.	3.87	1.136	مرتفع
2	7	تساعد الرياضة بانتظام على الوقاية من الأمراض.	3.75	1.262	مرتفع
3	8	يجب وجود بطاقة صحية لكل طالب مسجل بها حالته الصحية	3.52	1.544	متوسط
4	3	تهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية.	3.47	1.169	متوسط
4	5	الوقوف عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب.	3.47	1.108	متوسط

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
6	4	تهتم بممارسة رياضة المشي يوميا بغرض تنشيط الدورة لدموية.	3.45	.992	متوسط
7	2	تحب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والتروجية.	3.34	.895	متوسط
8	1	تهتم بإجراء كشف طبي بعد الشفاء من الإصابة.	3.26	1.422	متوسط
		ممارسة النشاط الرياضي ككل	3.52		متوسط

يبين الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.26-3.87)، حيث جاءت الفقرة رقم (6) التي تنص على "تشارك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.87)، بينما جاءت الفقرة رقم (1) ونصها "تهتم بإجراء كشف طبي بعد الشفاء من الإصابة" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.26)، وبلغ المتوسط الحسابي لمحوّر ممارسة النشاط الرياضي ككل (3.52).

#### 4. محوّر القوام

يبين الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.25-3.67)، حيث جاءت الفقرة رقم (1) التي تنص على "تحرص على سلامة وضع الجسم أثناء أثناء الوقوف والجلوس" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.67)، بينما جاءت الفقرة رقم (5) ونصها "لديك بمعرفة بألية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.25)، وبلغ المتوسط الحسابي لمحوّر القوام ككل (3.40).

الجدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محوّر القوام مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	تحرص على سلامة وضع الجسم أثناء أثناء الوقوف والجلوس.	3.67	1.205	مرتفع
2	6	تحرص على عدم الوصول لمرحلة الإجهاد أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	3.53	1.140	متوسط
3	3	تحرص على كيفية التعامل مع المهارات الحياتية.	3.41	1.128	متوسط
4	2	لديك معرفة بأهمية الرياضة في المحافظة على القوام.	3.37	1.298	متوسط
5	4	تهتم بعوامل الأمن والسلامة للمحافظة على الجسم.	3.29	1.395	متوسط
5	7	تحرص على ممارسة الأنشطة الرياضية التي تحافظ على القوام السليم.	3.29	1.403	متوسط
7	5	لديك بمعرفة بألية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم.	3.25	1.365	متوسط
		القوام ككل	3.40		متوسط

#### 5. محوّر الوقاية من المرض

الجدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محوّر الوقاية من المرض مرتبة تنازلياً

حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	.9	تهتم بنظافة العامة للوقاية من انتشار الأمراض.	3.76	1.219	مرتفع
2	.1	المقولة بأن الوقاية خير من العلاج مقولة صائبة.	3.62	1.567	متوسط
3	.5	تعتقد أن زواج الأقارب سبب في انتشار الأمراض الوراثية.	3.59	1.219	متوسط
4	.7	تحرص على تناول عصير الليمون عند الإصابة بالرشح بدل من الأدوية.	3.58	1.178	متوسط
5	.2	تفضل تناول الدواء مع بداية المرض ضماناً لبداية لسرعة الشفاء.	3.46	1.137	متوسط
6	.8	تهتم باستشارة الطبيب قبل تناول أي دواء.	3.35	1.270	متوسط
7	.4	ترى إن كثرة استخدام الأدوية تضر بصحة الإنسان.	3.29	1.463	متوسط
8	.6	تعتقد أن التلقيح (التطعيم) ضد الأمراض يقلل من مخاطرها.	3.25	1.440	متوسط
9	.3	تعتقد أن المضادات الحيوية فعالة ضد جميع الأمراض.	2.83	1.267	متوسط
		الوقاية من المرض ككل	3.41		متوسط

يبين الجدول (8) إن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.83-3.76). حيث جاءت الفقرة رقم (9) التي تنص على "تهتم بنظافة العامة للوقاية من انتشار الأمراض" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.76)، بينما جاءت الفقرة رقم (3) ونصها "تعتقد أن المضادات الحيوية فعالة ضد جميع الأمراض" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.83)، وبلغ المتوسط الحسابي لمحور الوقاية من المرض ككل (3.41).  
السؤال الثاني: هل توجد فروق دلالة إحصائية عند مستوى  $(0.05 \geq \alpha)$  في مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك تعزى لمتغيرات الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن؟  
للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك حسب متغيرات الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن، والجدول أدناه يوضح ذلك.

الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي بأهمية الصحة العامة

لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك حسب متغيرات الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن

الدرجة الكلية	الوقاية من المرض	القوام	ممارسة النشاط الرياضي	الصحة الشخصية	التغذية			
3.36	3.28	3.27	3.42	3.43	3.42	س	ذكر	الجنس
1.007	1.109	1.166	.996	.943	1.005	ع		
3.56	3.56	3.55	3.62	3.72	3.41	س	أنثى	
1.007	1.114	1.151	.997	1.024	.933	ع		
3.44	3.44	3.36	3.47	3.63	3.37	س	الأولى	المستوى الدراسي
.897	1.060	1.064	.798	.832	.816	ع		
3.51	3.50	3.47	3.52	3.60	3.48	س	الثانية	
1.052	1.183	1.217	1.037	1.049	.990	ع		
3.39	3.31	3.31	3.52	3.56	3.29	س	الثالثة	
.951	1.049	1.104	.962	.952	.890	ع		
3.55	3.42	3.60	3.55	3.41	3.74	س	الرابعة	
1.238	1.186	1.336	1.261	1.071	1.377	ع		
3.54	3.48	3.47	3.60	3.69	3.49	س	مدينة	مكان السكن
.992	1.112	1.142	.956	.964	.966	ع		
3.38	3.35	3.34	3.44	3.46	3.33	س	قرية	
1.024	1.123	1.188	1.039	1.009	.970	ع		

س= المتوسط الحسابي ع= الانحراف المعياري

يبين الجدول (9) تباينًا ظاهرًا في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك بسبب اختلاف فئات متغيرات الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن.  
ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثلاثي المتعدد على المحاور في الجدول (9) وتحليل التباين الثلاثي للأداة ككل في الجدول (10).

الجدول (10) تحليل التباين الثلاثي المتعدد لأثر الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن على المحاور

مصدر التباين	المحور	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	التغذية	.028	1	.028	.030	.862
هوتلنج=168	الصحة الشخصية	6.723	1	6.723	6.981	.009
ح=0.000	ممارسة النشاط الرياضي	3.070	1	3.070	3.073	.081
	القوام	7.513	1	7.513	5.603	.019
	الوقاية من المرض	7.381	1	7.381	5.988	.015
المستوى الدراسي	التغذية	5.365	3	1.788	1.921	.126
	الصحة الشخصية	1.179	3	.393	.408	.747

مصدر التباين	المحور	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
ويلكس=0.815	ممارسة النشاط الرياضي	.540	3	.180	.180	.910
ح=0.000	القوام	4.653	3	1.551	1.157	.327
	الوقاية من المرض	4.332	3	1.444	1.171	.321
مكان السكن	التغذية	2.673	1	2.673	2.872	.091
هوتلنج=0.034	الصحة الشخصية	3.294	1	3.294	3.420	.065
ح=0.083	ممارسة النشاط الرياضي	1.917	1	1.917	1.918	.167
	القوام	1.689	1	1.689	1.260	.263
	الوقاية من المرض	1.444	1	1.444	1.171	.280
الخطأ	التغذية	273.664	294	.931		
	الصحة الشخصية	283.133	294	.963		
	ممارسة النشاط الرياضي	293.745	294	.999		
	القوام	394.253	294	1.341		
	الوقاية من المرض	362.408	294	1.233		
الكلية	التغذية	280.861	299			
	الصحة الشخصية	294.050	299			
	ممارسة النشاط الرياضي	298.939	299			
	القوام	406.102	299			
	الوقاية من المرض	373.644	299			

يتبين من الجدول (10) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، وممارسة النشاط الرياضي، وجاءت الفروق لصالح الإناث.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر المستوى الدراسي في جميع المحاور.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر مكان السكن في جميع المحاور.

الجدول (11) تحليل التباين الثلاثي لأثر الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن على الدرجة الكلية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	3.671	1	3.671	3.625	0.058
المستوى الدراسي	2.384	3	0.795	0.785	0.503
مكان السكن	2.106	1	2.106	2.079	0.150
الخطأ	297.800	294	1.013		
الكلية	304.866	299			

يتبين من الجدول (11) الآتي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف 3.625 وبدلالة إحصائية بلغت 0.058.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر المستوى الدراسي، حيث بلغت قيمة ف 0.785 وبدلالة إحصائية بلغت 0.503.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر مكان السكن، حيث بلغت قيمة ف 2.079 وبدلالة إحصائية بلغت 0.150.

## مناقشة النتائج

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى ثقافة طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك حول مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك، وقد أشارت نتائج هذا السؤال إلى أن مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة جاء متوسطاً، وبمتوسط حسابي بلغ (3.46)، حيث يرى لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك أن مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة جاء متوسطاً؛ حيث جاء محور "الصحة الشخصية" في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.57)، تلاه في المرتبة الثانية محور "ممارسة النشاط الرياضي" وبمتوسط حسابي بلغ (3.52)، تلاه في المرتبة الثالثة محور "التغذية" وبمتوسط حسابي بلغ (3.41)، تلاه في المرتبة الرابعة محور "الوقاية من المرض" وبمتوسط حسابي بلغ (3.41)، بينما جاء "القوام" في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.40). وهذه النتيجة تؤكد أن مناهج التربية والتعليم في الأردن عامة في كل الأطوار التعليمية سواء المدرسية أو الجامعية، ولطلاب التربية الرياضية في جامعة اليرموك خاصة لا تهتم كثيراً بالوعي الصحي والتربية الصحية، وهذا ما يجعل النسب متوسطة في مستوى الوعي الصحي فالسلوك الصحي والتربية الصحية متوسطة، وقد تكون الثقافة الصحية التي يحصل عليها الشباب من خلال وسائل الإعلام والوسائط التكنولوجية التي تبين كيف نكون أصحاء، وأهمية كل من ممارسة الرياضة والحفاظ على القوام، في حين أن سلوكنا الصحي مناقض تماماً لتلك المعلومات، ومن الأمثلة على ذلك أن معظم أفراد الأفراد المدخنين يدركون أن التدخين مضر بالصحة ويعرفون جيداً تأثيرات ذلك في صحتهم الجسمية وحتى تأثيرات ذلك في أفراد أسرهم ولكنهم مع ذلك يدخنون.

وفيما يتعلق بمحور "الصحة الشخصية" جاء في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.57)، وتلاحظ الباحثة أن 3 عبارات في هذا المحور قد حصلت على مستوى متوسط، و3 عبارات حصلت على مستوى مرتفع، فمن خلال النتائج يتبين للباحثة أن الطالب يهتم بمظهره العام الخارجي، وهذه نتيجة طبيعية كونه موجوداً في مجتمع الجامعة الذي تهتم فيه فئة الشباب بمظهرهم الخارجية وخاصة إناثاً، كما تبين النتائج مدى الاهتمام بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس، وذلك لوعي الطلاب بأهمية الحياة في جو صحي.

كما تبين النتائج أن عبارة "تهتم بالاستحمام وخاصة بعد ممارسة النشاط الرياضي" قد حصلت على مستوى متوسط، وقد يعود السبب في ذلك إلى شح المياه في أغلب أحياء القرية، لذلك لا يستطيع الطالب الاستحمام كلما مارس النشاط الرياضي من باب المحافظة على المصادر المائية المتوافرة لديهم. كما حصلت الفقرة "تحافظ على ساعات النوم بشكل منتظم" على مستوى متوسط، وذلك يعود من وجهة نظر الباحثة إلى طبيعة دوام الطالب في الجامعة والنوم أثناء النهار بعد العودة من الجامعة، مما يسبب الأرق أثناء الليل، كما يعمد الكثير من الطلاب إلى الدراسة أثناء الليل، وذلك يؤدي إلى عدم الانتظام في النوم، كما حصلت الفقرة "تهتم بإطالة أظافرك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي" على مستوى متوسط وعلى أقل متوسط حسابي، وترى الباحثة أن هذه النتيجة ظهرت لأن أغلب عينة الدراسة هم من الذكور، وهم لا يهتمون إناثاً، إنناثاً بتطويل الأظافر لأنها لا تعد من مظاهر الرجولة.

كما يبين الجدول (5) اعتماداً على انحرافات الانحرافات المعيارية أن هناك تباعداً في إجابات أفراد عينة الدراسة؛ حيث جاءت انحرافات الانحرافات المعيارية لهذا البعد متباعدة وقد تراوحت ما بين (1.061 – 1.466).

أما بالنسبة للمحور الثاني "ممارسة النشاط الرياضي" الذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.52) وبمستوى متوسط، فتلاحظ الباحثة أن أغلبية عبارات هذا المحور قد حصلت على مستوى متوسط، ما عدا عبارتين رقم (6) و(7) واللتي تنصان على "تشارك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا" "تساعد الرياضة بانتظام على الوقاية من الأمراض"، وهذه نتيجة إيجابية إيجابية وتدلل على وعي وفهم طلاب التربية الرياضية لأهمية الرياضة وتأثيرها إيجابياً في صحة الإنسان والوقاية من الأمراض، كما تبين هذه النتائج رضا الطلاب عن الأنشطة الرياضية التي ينظمها قسم الرياضة ومدى شعورهم بالسعادة والرضا عند الانضمام إلى هذه الأنشطة. ولكن الباحثة لاحظت أن ممارسة النشاط الرياضي من قِبَل الطلاب لا يزال دون المستوى المطلوب، وقد يعود السبب في هذه النتيجة إلى انشغالهم بالدراسة والامتحانات إضافة إلى الدوام في الجامعة؛ إذ لا يجد الطالب وقتاً لمزاولة التمارين الرياضية.

كما يبين الجدول (6) اعتماداً على الانحرافات المعيارية أن هناك تفاوتاً في إجابات أفراد عينة الدراسة؛ حيث جاءت الانحرافات المعيارية لهذا البعد متفاوتة، فقد كانت المتوسطات الحسابية في الفقرتين (4، 2) متقاربة، أما العبارات (1، 3، 5، 6، 7، 8) فقد جاءت المتوسطات الحسابية فيها متباعدة.

أما بالنسبة للمحور الثالث "التغذية" الذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.41) وبمستوى متوسط، فتلاحظ الباحثة أن أغلبية عبارات هذا المحور قد حصلت على مستوى متوسط، ما عدا العبارتين رقم (6) و(2) واللتي تنصان على "تحافظ على وزنك بصورة دائمة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية" و "تحافظ على تناول وجبة الإفطار يوميا قبل ممارسة النشاط الرياضي"، وتعتبر الباحثة أن هذا من أكثر العادات

الإيجابيات الإيجابية التي يجب على طلاب التربية الرياضية الحفاظ عليها لما لها من أثر إيجابي في صحتهم، فطبيعة دراسة طالب التربية الرياضية تحث على ممارسه النشاط الرياضي بشكل مستمر، إضافة إلى أن وجبة الفطور من أهم الوجبات التي تحافظ على نشاط الطالب خلال اليوم وتساعد على تحمل أي نشاط رياضي تتم ممارسته.

كما تبين نتائج هذا المجال بعض العادات السلبية للطلاب، منها عدم الابتعاد عن الطعام المقلي والمضر بالصحة الذي يحتوي على الزيوت المشبعة، ويضر بالجسم ويؤدي إلى البدانة، كما أن الطلاب لا يحرصون بشكل أساسي على تناول الطعام الغني بالعناصر الغذائية الذي يساعد على أداء النشاط الرياضي. وقد يعود السبب في هذه النتائج إلى تعود طلاب الجامعة على تناول الوجبات السريعة المضرّة بالصحة، التي لا تحتوي على عناصر غذائية عالية.

كما يبين الجدول (4) اعتماداً على الانحرافات المعيارية أن هناك تباعداً في إجابات أفراد عينة الدراسة، حيث جاءت الانحرافات المعيارية لهذا البُعد متباعدة وقد تراوحت ما بين (1.086 – 1.485).

أما بالنسبة للمحور الرابع "الوقاية من المرض" الذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.41) وبمستوى متوسط، فتلاحظ الباحثة أن جميع فقرات هذا المجال جاءت متوسطة ما عدا العبارة رقم (9) التي تنص على "تهتم بنظافة العامة للوقاية من انتشار الأمراض"، وتلاحظ الباحثة أن وعي الطلاب بمجال الوقاية من الأمراض يعد منخفضاً، فهم لا يهتمون كثيراً باستشارة الطبيب قبل تناول أي دواء، كما أن العبارة التي تنص على "تعتقد أن زواج الأقارب سبب في انتشار الأمراض الوراثية" قد جاءت بمستوى متوسط؛ وذلك لأن العائلات الأردنية وخاصة في القرى لا تزال تشجع زواج الأقارب ولم تمنعه، لذلك فقد انعكست هذه العادات على إجابات الطلاب.

كما يبين الجدول (8) اعتماداً على الانحرافات المعيارية أن هناك تباعداً في إجابات أفراد عينة الدراسة؛ حيث جاءت الانحرافات المعيارية لهذا البُعد متباعدة وقد تراوحت ما بين (1.137 – 1.567).

أما بالنسبة إلى المحور الخامس "القوام" الذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.41)، فقد حصلت جميع عباراته على مستوى متوسط ما عدا الفقرة رقم (1)، ونصها "تحرص على سلامة وضع الجسم أثناء الوقوف والجلوس"، وهذه نتيجة إيجابية لأن الوقوف والجلوس غير الصحي يؤدي إلى آلام الظهر ومشكلات في العظام، أما باقي فقرات هذا المجال فيتبين للباحثة أن هناك عدم إدراك من قبل الطلاب لأهمية الرياضة في المحافظة على القوام، كما تبين نقص معرفتهم بعوامل الأمن والسلامة للمحافظة على الجسم. كما حصلت الفقرة رقم (5) على أقل متوسط حسابي، ونصها "لديك بمعرفة آلية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم"، وهذا يعني أن طلاب التربية الرياضية في جامعة اليرموك تنقصهم المناهج التي تقوي معلوماتهم حول أجهزة الجسم الحيوية: تكوينها وطبيعتها وطريقة تقويتها وتحفيز عملها.

كما يبين الجدول (7) اعتماداً على الانحرافات المعيارية أن هناك تباعداً في إجابات أفراد عينة الدراسة؛ حيث جاءت الانحرافات المعيارية لهذا البُعد متباعدة وقد تراوحت ما بين (1.128 – 1.403).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \geq 0.05)$  في مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك تعزى لمتغيرات الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك حسب متغيرات الجنس، والسنة الدراسية، ومكان السكن.

ففيما يتعلق بمتغير الجنس فقد بينت النتائج:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية  $(\alpha \geq 0.05)$  تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، وممارسة النشاط الرياضي، وجاءت الفروق لصالح الإناث. وهذه النتيجة تكون الإناث أعلى وعياً صحياً من الذكور، وقد يعزى تفوق الإناث على الذكور إلى الاهتمام المتزايد للإناث بصحتهم وبقوامهم وتغذيتهم وخاصة في مرحلة ما قبل الزواج على حساب الذكور الذين عادة لا يهتمون بهذه المعطيات في كل مراحل حياتهم. كما قد يعزى تفوق الإناث على الذكور إلى احتمالية أن الفتاة وما يطلب منها من أدوار إجتماعية على صعيد الأسرة جعلها أكثر اهتماماً بتلك المجالات وبالتالي أكثر اطلاعاً على المعلومات الصحية من الذكور، فقد حصل تغيير كبير على مستوى الوعي الصحي المطلوب من الأنثى أن تمتلكه، خاصة في ظل ارتفاع مؤشرات الإصابة بالأمراض المرتبطة بقلة الحركة مثل هشاشة العظام والبدانة والسكري وضغط الدم وما يرتبط بها من مضاعفات صحية. كما أن طبيعة دور المرأة في المحافظة على صحتها باتباعها قواعد النظافة العامة وتعليمها لأولادها من خلال التنشئة الاجتماعية ومحافظة على وزنها واتباع قواعد اللياقة البدنية قد أدى إلى ظهور مثل هذه الاختلافات في الآراء بين الذكور والإناث.

وفيما يتعلق بمتغير السنة الدراسية بينت النتائج:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية  $(\alpha \geq 0.05)$  تعزى لأثر المستوى الدراسي في جميع المحاور. وهذه النتيجة تدل على أن طلاب جامعة اليرموك على اختلاف السنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)، يرون أن مستوى الوعي بأهمية

الصحة العامة كان متوسطاً ولم يكن هناك اختلاف بين وجهات نظرهم حسب سنتهم الدراسية في الجامعة.

أما فيما يتعلق بمتغير مكان السكن، فقد بينت النتائج:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر مكان السكن في جميع المحاور. وهذه النتيجة تدل على أن طلاب جامعة اليرموك على اختلاف مكان سكنتهم سواء كان في القرية أو في المدينة، يرون أن مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة متوسطاً ولم يكن هناك اختلاف بين وجهات نظرهم حسب أماكن سكنتهم. وقد يعود السبب في عدم وجود فروق تبعاً لمتغير مكان السكن هو اختلاط طلاب المدن والقرى في الجامعة معاً، وتبادل الأفكار والآراء والثقافة فيما بينهم، مما أدى إلى وجود تشابه كثير من العادات فيما بينهم.

#### الاستنتاجات:

- في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من النتائج تم التوصل إلى عدد من الاستنتاجات، أهمها:
- مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية كان متوسطاً.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، وممارسة النشاط الرياضي، وجاءت الفروق لصالح الإناث.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر المستوى الدراسي في جميع المحاور.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لأثر مكان السكن في جميع المحاور.

#### التوصيات:

- في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج، فإنه يمكن تقديم بعض الاقتراحات والتوصيات الآتية:
- 1. ضرورة الاهتمام بموضوع الصحة العامة والثقافة التغذوية والعمل على إدخاله ضمن المناهج الجامعية.
- 2. إدراج بعض المواد الخاصة بالصحة والغذاء ضمن متطلبات الجامعة الإلزامية.
- 3. ضرورة وضع استراتيجيات تهدف إلى تحسين الكفاءة في مجال التغذية والوعي الصحي؛ حيث إن الجامعة والكليّة هما المكان الذي يمثل الفرصة الأخيرة للمحافظة على الصحة وتعليم التغذية لعدد كبير من الطلاب.
- 4. ضرورة وجود تعاون بين إدارات الجامعات ووزارة الصحة ووزارة الإعلام لتفعيل مستوى البرامج التوجيهية والتوعوية الموجهة لطلاب الجامعات ومحاوله إشراك الطلبة فيه.

#### المصادر والمراجع

- أبو الفتوح، ش. (2009). *التغذية الصحية والجسم السليم: أسئلة مهمّة عن كيف وماذا تأكل؟* القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- أبو زيد، ن. (2008). *الغذاء والتفوق الذهني والشباب الدائم*. الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية.
- أبو زيد، نادية. (2009). *أساسيات تغذية الإنسان*. الرياض، دار الزهراء.
- باركر، ف. (2007). *قوام الجسم طريقتك لصحة المثالية*. الرياض: مكتبة جرير.
- بدح، أ.، ومزاهرة، أ.، وزين، ب. (2009). *الثقافة الصحية*. الأردن: دار المسيرة.
- بدران، م. (2009). *الرعاية الصحية الأولية*. عمان: دار المسيرة.
- بسام، ر. (2005). *الصحة والسلامة العامة*. عمان: دار البداية.
- الجبالي، ح. (2008). *الثقافة الصحية: الصحة العامة، الصحة المدرسية، التغذية والمواد الغذائية، التسمم الغذائي وأثره على الصحة العامة، التلوث البيئي وأثره على الصحة العامة، الأمراض المعدية والغير معدية*. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- جلال الدين، ع. (2004). *الصحة الرياضية*. الإسكندرية: المركز العربي.
- جلال الدين، ع. (2005). *الصحة الشخصية والاجتماعية للتربية البدنية والرياضين*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- حسام الدين، ل. (2000). *وحدة مقترحة عن الأمراض المستوطنة في الريف المصري وأثرها في تنمية الوعي الصحي لدى السيدات الريفيات*. مجلة التربية العلمية، 3(1)، 123-159.
- الحسنات، ع. (2009). *علم الصحة الرياضي*. عمان: دار أسامة.
- الحشوحوش، خ. (2010). *عالم الرياضة والصحة*. عمان: دار الإعصار العلمي.
- حمدان، م. (2006). *صحة الأبناء في الأسرة والمدرسة: مرشد حياة شخصية واجتماعية ديناميكية أكثر*. دمشق: دار التربية الحديثة.
- خطايب، ع.، ورواشدة، ع. (2003). *مستوى الوعي الصحي لدى طالبات كليات المجتمع الحكومية في الأردن*. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية،

(1)15، 295-259.

- الرازحي، ع. (2002). الوعي الصحي لدى طلبة مرحلة التعليم الاساسي في جمهورية اليمن. *المجلة العربية للتربية*، 19(2)، 110-126.
- الداهري، ص. (2008). *أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية: الأسس والنظريات*. عمان: دار الصفاء.
- زامل، ل. (2005). *التثقيف الصحي*. عمان: مكتبة المجتمع العربي
- زامل، ل. (2005). *التغذية الطبية العلاجية*. عمان: مكتبة المجتمع العربي.
- سعيد، ص. (2011). *القوام وسبل المحافظة على*. الإسكندرية: دار الوفاء.
- سعيد، ف. (2010). *الحفاظ على البيئة والوعي الصحي*. القاهرة: مؤسسات طبية للنشر.
- سلامة، ب. (1997). *الصحة والتربية الصحية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الشاعر، ع. (2005). *الصحة والسلامة العامة*. عمان: دار اليازوري.
- الشريفي، ع. (2013). *مستوى الصحة التنظيمية في مدارس التربية الخاصة في عمان من وجهة نظر المعلمين*. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الشعيلي، ع. (2010). *مستوى فهم طلاب التعليم الأساسي بسلطنة عمان لمجالات التربية الصحية*. مجلة اتحاد الجامعات العربية لتربية وعلم النفس، 8(3)، 113-134.
- صادق، م. (2011). *تغذية الإنسان*. عمان: دار المسيرة.
- الصحة العالمية. (1982). *التقرير السادس عن الحالة الصحية في العالم 1773-1977*. جنيف.
- الطميزي، و. (2007). *التوافق النفسي والاجتماعي لذوي التحديات الحركية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، دراسة مقارنة*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
- الطويس، أ.، والشاويش، إ. (2013). *المفاهيم الصحية المتضمنة كتب العلوم للصفين السادس والسابع في الأردن*. *المجلة التربوية*، 26(108)، جامعة مؤتة، الأردن.
- الظفيري، س.، وسعيد، ع. (2013). *دراسة مقارنة بين طلبة محافظتي مسقط وظفار بسلطنة عمان في مستوي العادات والاتجاهات الصحية*. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، 7(1).
- غريب، ه. (2001). *العلوم الصحية*. الإسكندرية: دار الوفاء.
- قطيشات، ت. (2002). *مبادئ في الصحة والسلامة العامة*. عمان: دار المسيرة.
- كاظم، م.، والانصاري، ب. (2009). *المشكلات الصحية لدى طلبة الجامعة العمانيين والكويتيين: دراسة مقارنة*. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، 35(32).
- مزهرة، أ. (2000). *الصحة والسلامة العامة*. عمان: دار الشروق.
- المشاققة، ب. (2012). *الإعلام الصحي*. عمان: دار أسامة.
- وزارة الصحة. (2013). *التقرير الإحصائي السنوي - وزارة الصحة*. الأردن: وزارة الصحة.

## References

- Adler, N. (1994). Socioeconomic state and health. *American Psychologist*, 49, 15-24.
- Becker, M . (1993). A medical sociologist looks at health promotion. *Journal of Health and Social Behavior*, 34, 1-6.
- Brien, G., & Daives, M. (2007). Nutrition Knowledge and Body Mass Index. *Health Education Research*, 22 (4), 571 -575.
- Elmadfa, M., & Meyer, T. (2009). Trends in Nutrition in Europe. *Acta Alimentaria*, 38(2), 153-159.
- Icek, A. (2005). *Attitudes, personality and behavior*. USA: Open Press.
- Irwin, M. (1988). Social learning theory and health belief model. *Health Education & Behavior*, 15, 175-183.
- Janica, K. (1995). Pshychoneuroimmunology and health consequences data and shared macchanism. *Psychosomatic Medical*, 57, 264-274.
- Shelley, T. (2000). Psychological resources positive and illiussions and health, *American Psychological*, 55(1).