

بحث علمي بعنوان

مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك /إربد_الأردن

The Level Awareness Of The Importance Of Public Health Among The Students Of The Faculty of Physical Education At The Al-Yarmouk University / Irbid -Jordan

إعداد

ثروت صايل مفلح الخالدي

هاني سالم الربضي

الملخص باللغة العربية

هدفت هذا الدراسة للتعرف إلى مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك وكذلك التعرف إلى اثر كل من متغيرات (الجنس ,السنة الدراسية , ومكان السكن). وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ,وتكونت من العينة(300) طالبا وطالبة وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية بما يعادل 22% من المجتمع الكلي,حيث اجابوا على مقياس تكون من (40)عبارة موزعة على خمس محاور وهي (التغذية,ممارسة النشاط الرياضي ,القوام,الصحة الشخصية ,والوقاية من المرض)

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أنّ مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة جاء متوسطاً, كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية, وممارسة النشاط الرياضي, وجاءت الفروق لصالح الإناث. كما اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($0.05 \geq \alpha$) تعزى لأثر المستوى الدراسي ومكان السكن.

واوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بموضوع الصحة العامة والثقافة التغذوية والعمل على إدخاله ضمن المناهج الجامعية,إدراج بعض المواد الخاصة بالصحة والغذاء ضمن متطلبات الجامعة الإجبارية ,ضرورة وضع استراتيجيات تهدف إلى تحسين الكفاءة في مجال التغذية والوعي الصحي حيث ان الجامعة والكلية هما المكان الذي يمثل الفرصة الأخيرة للمحافظة على الصحة وتعليم التغذية لعدد كبير من الطلاب.

الكلمات المفتاحية: صحة عامة, الوعي الصحي, طلبة كلية التربية الرياضية.

مقدمة الدراسة

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 و مجتمعة.

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

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

ويشير كل من بدح، مزاهره وبدران (2009) إلى إن هناك ارتباط وثيق بين علم الصحة العامة بالعلوم الاجتماعية ارتباطاً وثيقاً، وهذا ما جعل الكثير من علماء الصحة يعتبرونه علماً 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 والنهوض بالصحة من خلال تنظيم جهود وطاقت المجتمع نفسه. من هذا التعريف يتبين لنا التأكيد على أهمية النهوض بالصحة ولكن بالمشاركة الفردية والجماعية إذ لا يمكن تحقيق هذا الهدف بمعزل عن الفرد ومساهمته بعملية التطور والتقدم والنماء. (Natalie,2009)

ويوضح كل من Becker,marsial (1993) العلاقة بين التربية والصحة: فالتربية تقدم في المضمون التعليمي معلومات متعددة ذات ارتباط بصحة الأفراد والمجتمعات، وهي لم تقم أصلاً إلا لإيجاد مواطن صحيح بدنياً وعقلياً واجتماعياً، بل أن من أهم أهدافها انعكاس التعليم على صحة الفرد والمجتمع. فالصحة مصدر إثراء للعملية التربوية، وفي الوقت ذاته.

تعتبر المحافظة على الصحة لدى أفراد المجتمع واحداً من الواجبات الأساسية للتربية البدنية حيث تعرف

الصحة على أنها: تلك الحالة التي يوجد عليها الجسم البشري عندما تتوازن فيها جميع وظائفه مع تأثيرات عوامل البيئة الخارجية وتخلو فيها من التغيرات المرضي

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) إن الرعاية الصحية هي مجموعة من الخدمات والإجراءات الوقائية التي تقدمها مديرية الرعاية الصحية الأساسية والمؤسسات التابعة لها لجميع أفراد المجتمع عامة بهدف رفع المستوى الصحي للمجتمع والحيلولة دون حدوث الأمراض وانتشارها كالاهتمام بصحة البيئة وسلامة المياه والغذاء وتصريف الفضلات وتقديم اللقاحات والمطاعيم ضد الأمراض المعدية والعناية بالأأم والطفل والكشف المبكر عن المرض لتقديم العلاج ومنع حدوث المضاعفات . ويشير كل من بدران، مزاهرة (2009) إلى عناصر الرعاية الصحية الأولية وأهمها التثقيف حول المشكلات الصحية السائدة وطرق الوقاية منها ومكافحتها وتعزيز التغذية وتحسين الموارد الغذائية وإيضاً تأمين ماء صالح للشرب و توفير الأدوية الأساسية و رعاية صحة الأم الحامل والطفل بما في ذلك تنظيم الأسرة وإخيراً الاهتمام في التطعيم ضد الأمراض المعدية والعلاج الملانم 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 إن الجانب الصحي يشتمل على جانبين أساسيين هما: الثقافة الصحية والتي تتمثل في اكتساب المعارف والمعلومات الصحية، والوعي الصحي والذي يتمثل في ممارسة وتطبيق تلك المعارف والمعلومات في الواقع العملي، ومن البديهي إن تعنى المناهج الدراسية في كليات الجامعات الأردنية المختلفة في إكساب 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 إن يكونوا متقنين صحياً.

والتغذية السليمة المبنية على أسس عملية للأفراد الذين يمارسون النشاط البدني تستهدف ضمان توازن نظام الطاقة لهم وزيادة من القدرة 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 لهؤلاء الأشخاص (Brien, 2007)

ولعل طلبة المدارس والجامعات والذين يمثلون قطاعاً واسعاً في أي مجتمع، في مقدمة الفئات التي تحرص دائماً على تعزيز النمو المعرفي والوجداني والسلوكي لديهم في كافة 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، والتي تحول المؤسسات التربوية إلى توعية بها.

أهمية الدراسة :

وتكمن أهمية الدراسة في تعميق فهم الطلبة بشكل خاص المشاكل 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,
- التعرف إلى جوانب القوة وتعزيزها وجوانب الضعف والعمل على علاجها وذلك من خلال المسابقات الدراسية ذات العلاقة.
- ويتوقع من خلال نتائج الدراسة الحالية التعرف إلى اثر متغيرات (الجنس, والمستوى الدراسي ومكان السكن) على مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك
- وبالإضافة إلى مساهمة هذه الدراسة في إعطاء مؤشر واضح عن مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك .
- وملاحظة 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 على ضعف المعرفة الصحية بشكل عام, وتدني مستوى الوعي الصحي لدى الطلاب وذلك من خلال ما يشاهد في المدارس والجامعات من مظاهر سلوكية غير صحية .(وكما لاحظت الباحثة ذلك من خلال عملها كمعلمة لمادة 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 غير ذلك وأيضاً, باعتبار هذا الدراسات تناولت المستوى المدرسي والأندية الرياضية بشكل عام. وهذا ما دفع الباحثة للقيام بإجراء الدراسة الحالية على شريحة هامة من شرائح المجتمع المتمثلة بطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك للتعرف إلى مستوى الوعي الصحي والتي يمكن تحديد مشكلتها من خلال الإجابة على السؤال التالي : ما مستوى الوعي الصحي لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك ؟

أهداف الدراسة :

تهدف هذا الدراسة للتعرف إلى:

- 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، السنة الدراسية، مكان السكن.

تساؤلات الدراسة:

- ما معرفة 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 والجنس، والسنة الدراسية 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 هاماً 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 تساعد على العيش في مجتمع سليم". (Yin,2004)

الوعي الصحي: مفهوم يقصد به "إلمام المواطنين بالمعلومات والحقائق الصحية ، و أيضاً إحساسهم بالمسئولية نحو صحتهم و صحة غيرهم ، و في هذا الإطار يعتبر الوعي الصحي هو الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم و الاقتناع ، و يعني 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:

اجري كل من الخطابية و رواشدة (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 الاختبار 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 وأهمها انخفاض مستوى الوعي الصحي حيث كان أقل من المستوى المقبول تربوياً (80%) ، مستوى الوعي الصحي لدى طالبات السنة الثانية كان الأفضل مقارنة بطالبات السنة الأولى وكان لصالح لمستوى المعيشة المرتفع على حساب المستوى المتوسط والمنخفض .

دراسة القدومي (2005) والتي هدفت التعرف إلى 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، وطبق عليها استبانة قياس الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية. أظهرت 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.

اجري كل من كاظم، الانصاري (2009) بدراسة هدفت إلى معرفة نسب انتشار المشكلات الصحية لدى العُمانيين والكويتيين، ومعرفة دور متغير الثقافة (الكويت، عُمان)، والنوع (الذكر، الأنثى). لتحقيق ذلك تم اخذ 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 ثمان مشكلات صحية.

قام الشعيلي (2010) تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستوى فهم طلاب مرحلة التعليم الأساسي بسلطنة عمان لمجالات التربية الصحية وما إذا كان ذلك يختلف باختلاف الجنس. تكون مجتمع الدراسة 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 قام الباحث بتصميم أداتين تمثليتين 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 متدينا مقارنة بالمستوى المقبول تريبا 75%. -هناك 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، والقيام بمزيد من الدراسات حول هذا الموضوع.

دراسة كل من عبد الحق، شناعة، نعيترات، العمدة (2011) هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي تبعا لمتغيرات الجامعة، والجنس، والكلية، والمعدل التراكمي لدى الطلبة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (800) طالبا وطالبة وذلك بواقع (500) طالباً وطالبة من جامعة النجاح الوطنية و (300) طالباً وطالبة من جامعة القدس، وطبق عليها استبانة قياس الوعي الصحي والتي تكونت من (32) فقرة ، وبعد جمع البيانات عولجت باستخدام البرنامج الإحصائي Sass، أظهرت 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 تبعا 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 المسابقات ذات العلاقة مثل الرياضة والصحة والتربية الصحية والصحة العامة.

الدراسات الأجنبية:

وأجرى جاري، نيكولا، جوناثان، بيتر، تراسي وجاديت (Gray, Nicola, Jonathan, Peter,) و Tracy & Judith, 2005) دراسة هدفت إلى التعرف على تصورات المراهقين من سن (11-19) سنة في أمريكا وبريطانيا حول المعلومات الصحية المستقاة من شبكة المعلومات (الانترنت)، حيث استنتجوا إن المراهقين ينظرون بإيجابية إلى الانترنت كوسيلة هامة للحصول على المعلومات الصحية وذلك لسرعة الحصول عليها.

قام سكاماكي وآخرون (Sakamaki,et al,2005) بعمل دراسة هدفت إلى تحديد الصحة والمعرفة التغذوية والسلوك الغذائي للطلبة الجامعيين في الصين، وقد اشتملت عينة الدراسة 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، إذا إن 80.5% من الطلاب ضمن الوزن الطبيعي، وان ما نسبته 16.6% منهم ذوو وزن منخفض تبعا لمؤشر كتلة

الجسم (BMI) وقد أظهرت نتائج الدراسة إن غالبية الطلاب يأكلون 3 وجبات يوميا بانتظام، وان 80% منهم يأكلون الخضراوات والفواكه مرتين يوميا، وكانت الرغبة في النحافة عند الإناث (62.0%) أكثر من الذكور (47.4%) وقد تم مقارنة نمط الحياة بين الجنسين ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين 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 ذلك بان 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 إن اغلب الدراسات تناولت موضوع مستوى الوعي الصحي. وبعض الدراسات ركزت على المعلومات الصحية بشكل عام والثقافة الصحية من جوانب مختلفة كدراسة (سكاماكي وآخرون Sakamaki,etal,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)، كما ركزت بعض الدراسات على مستوى الوعي الصحي والرياضة بشكل عام كدراسة (القنومي، 2005)، كما أظهرت نتائج اغلب الدراسات على وجود اختلاف في مستوى الوعي الصحي حسب المتغيرات كدراسة (كاظم والانصاري، 2009) كما وأظهرت نتائج بعض الدراسات إلى تدني مستوى الوعي الصحي كدراسة. واختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بأنها تناولت مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة على طلبة كلية التربية الرياضية وطبقت على عينة الدراسة وتصميم المقياس من الباحثة، واتفقت نتائج هذا الدراسة مع بعض الدراسة وحيث كان مستوى الوعي متوسطا، كما لاحظت الباحثة انه من خلال العرض للدراسات السابقة قد اهدت لتحديد جوانب الدراسة والتعرف إلى منهجية الدراسة.

منهج الدراسة :

تم استخدام المنهج الوصفي لملائمة وطبيعة 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:

قامت الباحثة باختيار العينة بالطريقة العشوائية بما يعادل 22% من المجتمع الكلي, والبالغ عددهم (300) طالبا وطالبة من كلية التربية الرياضية والجدول رقم (1) يبين توصيف أفراد عينة الدراسة من حيث التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة.

جدول (1)

توصيف أفراد عينة الدراسة

النسبة	التكرار	الفئات	
51.7	155	ذكر	الجنس
48.3	145	أنثى	
8.3	25	الأولى	السنة الدراسية
44.7	134	الثانية	
40.7	122	الثالثة	
6.3	19	الرابعة	
49.7	149	مدينة	مكان السكن
50.3	151	قرية	
100.0	300	Total	

ويظهر الجدول رقم(1) بان نسبة الذكور في الدراسة كانت اعلي بنسبة(51.7)ونسبة الإناث كانت اقل بنسبة(48.3) وان نسبة الطلاب في السنة الرابعة كانت اقل نسبة حيث بلغت (6.3) وبعدها كانت السنة الأولى بنسبة مئوية (8.3) وكانت السنة الثاني اعلي نسبة حيث كانت (44.7) وكانت نسبة السنة الثالثة (40.7).ونسبة الأفراد الذين يعيشون بالقرب اعلي حيث كانت النسبة (50.3)من المدينة.

متغيرات الدراسة :

المتغيرات المستقلة :

- الجنس وله مستويان هما: ذكر وأنثى
- والمستوي الدراسي وله أربع مستويات هما: سنة أولى وسنة ثانية وسنة ثالثة وسنة رابعة
- مكان السكن وله ثلاث مستويات وهما: مدينة و قرية .

المتغيرات التابعة :

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

أداة الدراسة :

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

النتائج

السؤال الأول: ما معرفة 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.

جدول (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

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:

1. محور التغذية

جدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور التغذية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	6	تحافظ على وزنك بصورة دائمة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية	4.08	1.151	مرتفع
2	2	تحافظ على تناول وجبة الإفطار يومياً 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 بغسل الخضروات والفواكه 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 إن يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً.	3.21	1.324	متوسط
6	3	تكثّر 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) إن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.88-2.884.08)، حيث جاءت

الفقرة رقم (6) والتي تنص على "تحافظ على وزنك بصورة 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

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور الصحة الشخصية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	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 أظفرك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي	3.07	1.466	متوسط
الصحة الشخصية ككل			3.57	متوسط	

يبين الجدول (5) إن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.07-4.00)، حيث جاءت الفقرة رقم

(1) والتي تنص على "تهتم بمظهرك العام الخارجي." في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.00)، بينما جاءت الفقرة رقم (2) ونصها "تهتم بإطالة أظفرك 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

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور ممارسة النشاط الرياضي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	6	تشترك 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
6	4	تهتم بممارسة رياضة المشي يومياً بغرض تنشيط الدورة الدموية.	3.45	.992	متوسط
7	2	تحب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية.	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) إن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.26-3.87)، حيث جاءت الفقرة رقم (6) والتي تنص على "تشتت 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 لمحور ممارسة النشاط الرياضي ككل (3.52).

4. محور القوام

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ل فقرات محور القوام مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	تحرص على سلامة وضع الجسم أثناء الوقوف والجلوس.	3.67	1.205	مرتفع
2	6	تحرص على عدم الوصول لمرحلة والإجهاد 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 بالية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم.	3.25	1.365	متوسط
		القوام ككل	3.40		متوسط

يبين الجدول (7) إن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.25-3.67)، حيث جاءت الفقرة رقم

(1) والتي تنص على "تحرص على سلامة وضع الجسم أثناء الوقوف والجلوس" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.67)، بينما جاءت الفقرة رقم (5) ونصها "لديك بمعرفة بالية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.25). وبلغ المتوسط الحسابي لمحور القوام ككل (3.40).

5. محور الوقاية من المرض

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور الوقاية من المرض مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	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 إن 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 بأن 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) والتي 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 $(\alpha \geq 0.05)$ 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، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (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) تبايناً ظاهرياً 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 جدول (9) وتحليل التباين الثلاثي للأداة ككل جدول (10).

جدول (10)

تحليل التباين الثلاثي المتعدد لأثر الجنس، والسنة الدراسية ومكان السكن على المحاور

الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المحور	مصدر التباين
.862	.030	.028	1	.028	التغذية	الجنس
.009	6.981	6.723	1	6.723	الصحة الشخصية	هوتلنج=168
.081	3.073	3.070	1	3.070	ممارسة النشاط الرياضي	ح=000
.019	5.603	7.513	1	7.513	القوام	
.015	5.988	7.381	1	7.381	الوقاية من المرض	
.126	1.921	1.788	3	5.365	التغذية	المستوى
.747	.408	.393	3	1.179	الصحة الشخصية	الدراسي
.910	.180	.180	3	.540	ممارسة النشاط الرياضي	ويلكس=815
.327	1.157	1.551	3	4.653	القوام	ح=000
.321	1.171	1.444	3	4.332	الوقاية من المرض	
.091	2.872	2.673	1	2.673	التغذية	مكان السكن
.065	3.420	3.294	1	3.294	الصحة الشخصية	هوتلنج=034
.167	1.918	1.917	1	1.917	ممارسة النشاط الرياضي	ح=083
.263	1.260	1.689	1	1.689	القوام	
.280	1.171	1.444	1	1.444	الوقاية من المرض	
		.931	294	273.664	التغذية	الخطأ
		.963	294	283.133	الصحة الشخصية	
		.999	294	293.745	ممارسة النشاط الرياضي	
		1.341	294	394.253	القوام	
		1.233	294	362.408	الوقاية من المرض	
			299	280.861	التغذية	الكلية
			299	294.050	الصحة الشخصية	
			299	298.939	ممارسة النشاط الرياضي	
			299	406.102	القوام	
			299	373.644	الوقاية من المرض	

يتبين من الجدول (10) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($0.05 \geq \alpha$) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، و ممارسة 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.

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

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

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 على ان مناهج التربية والتعليم في الاردن عامة في كل الأطوار التعليمية سواء المدرسية او 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 عليه الشباب من خلال وسائل الإعلام والوسائط التكنولوجية التي تبين كيف نكون أصحاء, وأهمية كل من ممارسة الرياضة والحفاظ على القوام, في حين ان سلوكنا الصحي مناقض تماما لتلك المعلومات ومن الأمثلة على ذلك لا على سبيل الحصر نجد أن معظم الأفراد المدخنين يدركون أن التدخين مضر بالصحة ويعرفون جيداً تأثيرات ذلك على صحتهم الجسمية وحتى تأثيرات ذلك على أفراد أسرهم ولكنهم مع ذلك يدخنون.

ففيما يتعلق بمحور "الصحة الشخصية" في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.57), وتلاحظ الباحثة ان 3 عبارات في هذا المحور قد حصلت على مستوى متوسط, و3 عبارات حصلت على مستوى مرتفع , فمن خلال النتائج يتبين للباحثة ان الطالب يهتم بمظهره العام الخارجي, وهذه نتيجة طبيعية كونه موجود في مجتمع الجامعة الذي تهتم فيه فئة الشباب بمظاهرهم الخارجية وخاصة الاناث, 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 ان عبارة " تهتم بالاستحمام وخاصة بعد ممارسة النشاط الرياضية" قد حصلت على مستوى متوسط, وقد يعود السبب في ذلك الى شح المياه في اغلب الاحيان خاصة في القرى, 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 الى طبيعة دوام الطالب في الجامعة والنوم اثناء النهار بعد العودة من الجامعة , مما يسبب الارق اثناء الليل, كما يعتمد الكثير من الطلاب الى الدراسة اثناء الليل, وذلك يؤدي الى عدم الانتظام في النوم, كما حصلت الفقرة " تهتم بإطالة أظفارك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي " على مستوى متوسط وعلى اقل متوسط حسابي,

وترى الباحثة ان هذه النتيجة ظهرت لان اغلب عينة الدراسة هم من الذكور, وهم لا يهتمون كالاناث بتطوير الاظافر لانها لا تعد من مظاهر الرجولة.

كما يبين الجدول رقم (5) اعتماداً على الإنحرافات المعيارية أن هناك تباعد في إجابات أفراد عينة الدراسة حيث جاءت الإنحرافات المعيارية لهذا البُعد متباعدة وقد تراوحت ما بين (1.061 – 1.466).

أما بالنسبة للمحور الثاني "ممارسة النشاط الرياضي" والذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.52) وبمستوى متوسط, وتلاحظ الباحثة ان اغلبية عبارات هذا المحور قد حصلت على مستوى متوسط, ما عدا عبارتين رقم (6) و(7) واللذان تتصان على " تشترك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا" " تساعد الرياضة بانتظام على الوقاية من الأمراض", وهذه نتيجة ايجابية وتدل على وعي وفهم طلاب التربية الرياضية لأهمية الرياضة وتأثيرها الايجابي على صحة الانسان والوقاية من الامراض, كما تبين هذه النتائج رضا الطلاب عن الانشطة الرياضية التي ينظمها قسم الرياضة ومدى شعورهم بالسعادة والرضا عند الانضمام الى هذه الانشطة. ولكن تلاحظ الباحثة بأن ممارسة النشاط الرياضي من قِبَل الطلاب لا يزال دون المستوى المطلوب وقد يعود السبب في هذه النتيجة الى انشغال الطلاب بالدراسة والامتحانات بالإضافة الى الدوام في الجامعة ولا يجد الطالب وقتاً لمزاولة التمارين الرياضية.

كما يبين الجدول رقم (6) اعتماداً على الإنحرافات المعيارية أن هناك تفاوتاً في إجابات أفراد عينة الدراسة حيث جاءت الإنحرافات المعيارية لهذا البُعد 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" والذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.41) وبمستوى متوسط, وتلاحظ الباحثة ان اغلبية العبارات هذا المحور قد حصلت على مستوى متوسط, ما عدا العبارتين رقم (6) و(2) واللذان تتصان على "تحافظ على وزنك بصوره دائمة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية" و " تحافظ على تناول وجبة الإفطار يومياً قبل ممارسة النشاط الرياضي", وتعتبر الباحثة ان هذا من اكثر العادات الايجابية التي يجب على طلاب التربية الرياضية الحفاظ عليها لما لها من اثر ايجابي على صحتهم, فطبيعة دراسة طالب التربية الرياضية تحث على ممارسه النشاط الرياضي بشكل مستمر, بالإضافة الى ان وجبة الفطور من اهم الوجبات التي تحافظ على نشاط الطالب خلال اليوم وتساعد على تحمل اي نشاط رياضي يتم ممارسته.

كما تبين نتائج هذا المجال بعض العادات السلبية للطلاب, منها عدم الابتعاد عن الطعام المقلي والمضر بالصحة والذي يحتوي على الزيوت المشبعة, ويضر بالجسم ويؤدي الى البدانه, كما ان الطلاب لا يحرصون بشكل اساسي على تناول الطعام الغني بالعناصر الغذائية الذي يساعد على أداء النشاط الرياضي. وقد يعود السبب في هذه النتائج الى تعود طلاب الجامعة على تناول الوجبات السريعة المضررة بالصحة والتي لا تحتوي على عناصر غذائية عالية.

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

أما بالنسبة للمحور الرابع "الوقاية من المرض" والذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.41) وبمستوى متوسط, وتلاحظ الباحثة ان جميع فقرات هذا المجال جاءت متوسطة ما عدا العبارة رقم (9) والتي تنص على " تهتم بنظافة العامة للوقاية من انتشار الأمراض", وتلاحظ الباحثة ان وعي الطلاب بمجال الوقاية من الامراض يعد منخفض, فهم لا يهتمون كثيراً باستشارة الطبيب قبل تناول أي دواء, كما ان العبارة التي تنص

على " تعتقد إن زواج الأقارب سبب في انتشار الأمراض الوراثية" فقد جاءت بمستوى متوسط وذلك لان العائلات الاردنية وخاصة في القرى لا تزال تشجع زواج الاقارب ولم تمنعه, لذلك فقد انعكست هذه العادات على اجابات الطلاب.

كما يبين الجدول رقم (8) اعتماداً على الإنحرافات المعيارية أن هناك تباعد في إجابات أفراد عينة الدراسة حيث جاءت الإنحرافات المعيارية لهذا البُعد متباعدة وقد تراوحت ما بين (1.137 – 1.567). أما بالنسبة للمحور الخامس "القوام" والذي حصل على متوسط حسابي بلغ (3.41) وبمستوى متوسط حيث حصل هذا المحور على المرتبة الاخيرة. وقد حصلت جميع عبارات هذا المجال على مستوى متوسط ما عدا الفقرة رقم (1) ونصها " تحرص على سلامة وضع الجسم إثناء الوقوف والجلوس", وهذه نتيجة ايجابية لان الوقوف والجلوس غير الصحي يؤدي الى الروماتيزم وآلام الظهر ومشاكل في العظام, أما باقي فقرات هذا المجال فيتبين للباحثة ان هناك عدم ادراك من قِبَل الطلاب لأهمية الرياضة في المحافظة على القوام, كما تبين نقص معرفتهم بعوامل الأمن والسلامة للمحافظة على الجسم. كما حصلت الفقرة رقم (5) على اقل متوسط حسابي ونصها " لديك بمعرفة بالية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم" وهذا يعني ان طلاب التربية الرياضية في جامعة اليرموك تنقصهم المناهج التي تقوي معلوماتهم حول اجهزة الجسم الحيوية, تكوينها وطبيعتها عملها وطريقة تقويتها وتحفيز عملها.

كما يبين الجدول رقم (7) اعتماداً على الإنحرافات المعيارية أن هناك تباعد في إجابات أفراد عينة الدراسة حيث جاءت الإنحرافات 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 ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة اليرموك تعزى لمتغيرات والجنس، 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 ($0.05 \geq \alpha$) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، وممارسة النشاط الرياضي، وجاءت الفروق لصالح الإناث. وبهذه النتيجة تكون الإناث أعلى وعيا صحيا من الذكور، وقد يعزى تفوق الإناث على الذكور إلى الاهتمام المتزايد للإناث بصحتهن وبقوامهن وبتغذيتهن 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 إهتماما بتلك المجالات وبالتالي أكثر إطلاعاً 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 ان طبيعة دور المرأة في المحافظة على صحتها بأتباعها قواعد النظافة العامة وتعليمها لأولادها من خلال التنشئة الاجتماعية ومحافظة على وزنها واتباع قواعد اللياقة البدنية قد أدى الى ظهور مثل هذه الاختلافات في الاراء بين الذكور والاناث.

ففيما يتعلق بمتغير السنة الدراسية فقد بينت النتائج:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($0.05 \geq \alpha$) تعزى لأثر المستوى الدراسي في جميع المحاور. وهذه النتيجة تدل على ان طلاب جامعة اليرموك على اختلاف السنة الدراسية (أولى, ثانية, ثالثة, رابعة), يرون ان 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 ان طلاب جامعة اليرموك على اختلاف مكان سكنهم سواء كان في قرية او مدينة, فهم يرون ان مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة متوسطاً ولم يكن هناك اختلاف بين وجهات نظرهم حسب امكان سكنهم. وقد يعود السبب في عدم وجود فروق تبعا لمتغير مكان السكن هو اختلاط طلاب المدن والقرى في الجامعة معا, وتبادل الافكار والاراء والثقافة فيما بينهم مما أدى الى 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 متوسطا.
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($0.05 \geq \alpha$) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محوري التغذية، و ممارسة 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 ان الجامعة والكلية 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 ومحاولة إشراك الطلبة فيه.

المصادر والمراجع:

المراجع العربية :

القران الكريم.

أبو الفتوح، شريفة. (2009) التغذية الصحية والجسم السليم : أسئلة هامة عن كيف وماذا تأكل؟. القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

أبو زيد .ناديا.(2008).الغذاء والتفوق الذهني والشباب الدائم .الإسكندرية، مؤسسة حورس الدولية.

أبو زيد، نادية.(2009). أساسيات تغذية الإنسان.الرياض، دار الزهراء.

باركر، فكتوريا.(2007). قوام الجسم طريقتك لصحة المثالية.الرياض، مكتبة جرير.

بدح، احمد.مzahرة، أيمن.بدران زين.(2009).الثقافة الصحية.الأردن .دار المسيرة.

بدران، مزاهرة.(2009).الرعاية الصحية الاولية.عمان، دار المسيرة.

بسام، رشا . (2005) . الصحة والسلامة العامة . عمان، دار البداية .

الجبالي، حمزة.(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، علي.(2004) . الصحة الرياضية . الإسكندرية، المركز العربي.

جلال الدين، علي.(2005).الصحة الشخصية والاجتماعية للتربية البدنية والرياضيين.القاهرة، مركز الكتاب

للنشر.

حسام الدين، ليلي .(2000).وحدة مقترحة عن الأمراض المستوطنة في الريف المصري وأثرها في تنمية

الوعي الصحي لدى السيدات الريفيات .مجلة التربية العلمية، مجلد(3)، العدد(1)، ص(123-

159)، الجمعية المصرية للتربية العلمية، مصر.

الحسنات، عصام . (2009).علم الصحة الرياضي . عمان، دار أسامة .

الحشوش، خالد ،(2010).عالم الرياضة والصحة .عمان، : دار الإعصار العلمي.

حمدان، محمد.(2006). صحة الأبناء في الأسرة و المدرسة : مرشد لحياة شخصية و اجتماعية دينامية أكثر

. دمشق، دار التربية الحديثة .

خطابية و رواشدة، عبدالله.(2003).مستوى الوعي الصحي لدى طالبات كليات المجتمع الحكومية في الأردن

.مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، مجلد (15)، عدد(1)، ص(259-295)، جامعة الملك

عبد العزيز، المملكة العربية السعودية .

الرازحي، عبد الوارث.(2002). الوعي الصحي لدى طلبة مرحلة التعليم الاساسي في جمهورية اليمنية .المجلة

العربية للتربية ، مجلد (19)، العدد(2)، ص(110-126)، المملكة العربية السعودية، جامعة الملك عبد

العزيز.

الداهري، صالح.(2008) . أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية : الأسس

والنظريات . عمان، دار الصفاء.

زامل، لمي،(2005). التثقيف الصحي.عمان، مكتبة المجتمع العربي

زامل، لمي،(2005). التغذية الطبية العلاجية.عمان، مكتبة المجتمع العربي.

سعيد، صالح.(2011). القوام وسبل المحافظة عليه .الإسكندرية، دار الوفاء .

- سعيد، فانتن . (2010) . الحفاظ على البيئة والوعي الصحي . القاهرة، مؤسسات طبية للنشر.
- سلامة، بهاء الدين . (1997) . الصحة والتربية الصحية . القاهرة، دار الفكر العربي.
- الشاعر، عبدا لمجيد.(2005). الصحة والسلامة العامة . دار اليازوري، عمان.
- الشريفي، عبد الهادي .(2013) . مستوى الصحة التنظيمية في مدارس التربية الخاصة في عمان من وجهة نظر المعلمين .رسالة ماجستير غير منشورة.الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الشعيلي، علي.(2010).مستوى فهم طلاب التعليم الأساسي بسلطنة عمان لمجالات التربية الصحية .مجلة اتحاد الجامعات العربية لتربية وعلم النفس.مجلد(8)، العدد(3)، ص(113-134)، جامعة دمشق، سوريا.
- صادق، منى. (2011) .تغذية الإنسان . عمان، دار المسيرة .
- الصحة العالمية.(1982).التقرير السادس عن الحالة الصحية في العالم 1773-1977، جنيف.
- الطميزي، وائل (2007). التوافق النفسي والاجتماعي لذوي التحديات الحركية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك .
- الطويس، احمد . الشاويش، إيمان.(2013). المفاهيم الصحية المتضمنة كتب العلوم للصفين السادس والسابع في الأردن .المجلة التربوية،مجلد(26)، العدد(108)، جامعة مؤتة، الأردن.
- الظفيري، سعيدبن، وسعيدبن، عبدالله بن خميس.(2013).دراسة مقارنة بين طلبة محافظتي مسقط وظفار بسلطنة عمان في مستوي العادات والاتجاهات الصحية.مجلة الدراسات التربوية والنفسية، مجلد (7)، العدد(1)، جامعة السلطان قابوس .
- غريب، هدى .(2001).العلوم الصحية .الإسكندرية، دار الوفاء.
- قطيشات، تالا . (2002) . مبادئ في الصحة والسلامة العامة . عمان، دار المسيرة.
- كاظم، مهدي، والانصاري، بدر.(2009)المشكلات الصحية لدى طلبة الجامعة العمانيين والكويتيين:دراسة مقارنة، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، مجلد(35)، العدد(32)، جامعة الكويت .
- مزاهره، أيمن . (2000) . الصحة والسلامة العامة . عمان، دار الشروق .
- المشاققة، بسام .(2012).الإعلام الصحي . عمان، دار أسامة .
- وزارة الصحة .(2013).التقرير الإحصائي السنوي – وزارة الصحة، الأردن، وزارة الصحة.

المراجع الأجنبية :

- 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 and Daives ,M .(2007) . Nutrition Knowledge and Body Mass Index , Health Education Research 22 (4) 571 -575 .
- Dutton, D.(1992). socioeconomic status and psycatricdisorders ,33-50.
- Elmadfa, M and Meyer,T .(2009) . Trends in Nutrition In Europe ,Acta Alimentaria ,38 (2) :153-159
- Icek ,A.(2005). attitudes, personality and behavior, open press ,usa.
- Irwin,M.(1988). social learning theory and health belief model, health education &behavior, vol.15no,175-183.
- Janica ,K.(1995). pshyhoneuroimmunology and health consequences data and shared macchanism,psychosomatic medical 57;264-274.
- Natalie ,H.(2009). women environment and chronic disease shifting the gaze from individual level to structural factors, environmental health insight .
- Ralph ,J .(1994). preventing aids; theories and methods of behavior intervention, plenapress, ,newyork.
- Shelley ,T.(2000). psychological resources positive and illiousions and health ,American psychological ,vol55no1.
- Yin ,p.(2004). Review of the relationship between psychosocial stress and chronic disease for indigenous and African American people.

مصادر الانترنت :

<http://www.shamaa.org/en/component/main/index.asp>

Abstract

‘The Level of Awareness of the Importance of Public Health From the Perspective of Students of the Faculty of Physical Education at Yarmouk University’

BY:ALKHALDI, Tharwat Sayel

***Master Thesis in Physical Administration, Yarmouk University,
for the year 2015
Supervisor prof. Hani Alsalem***

This study aimed to identify the level of awareness of the importance of public health from students viewpoint at the Sports College of Education at Yarmouk University, as well as to identify the impact of each of the variables (sex, year of studying, and place of residence).

The researcher used the descriptive method of data collection. The study sample consisted of (300) students from the Faculty of Physical Education at Yarmouk University, the sample was chosen randomly

To achieve the study purpose, a questionnaires was prepared and distributed among (300) students at Yarmouk University, the questionnaire was divided into five (nutrition, physical activity, Textures, personal health, and disease prevention)

The returned questionnaires from the students were subjected to the statistical analysis, which were processed by the appropriate statistical methods to test the hypotheses of the study in the light of using the analytical survey methodology. The study concluded with the following results:

- There is a medium level of awareness of the importance of public health from the students perspective.
- The existence of a statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) of students` public health awareness due to the impact of sex in all axes except (pivotal nutrition, physical activity), and the differences were in favor of females.
- There aren't a statistically significant differences at the level of ($\alpha \leq 0.05$) of students` public health awareness due to the impact of the academic level and place of residence.

The study recommended the need to pay greater attention to nutrition education and work to enter it within the university curricula, the study also

recommended that there should be a cooperation between the departments of universities and the Ministry of Health and the Ministry of Information to activate guidelines and awareness-oriented programs for college students and the level of trying to engage students in it.

Keys words: public health, health awareness, students of the Faculty of Physical Education