

**مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الجفارة**

**أ.فاطمة ميلاد صالح الشلبوط - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -**

**جامعة الجفارة**

**meladfatma6@gmail.com**

Health Awareness Level Among Third and Fourth Year Students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences - Al-Jafara University

Researcher: Fatima Milad Saleh Al-Shalboot

**Abstract:**

This study addresses the level of health awareness among third and fourth-year students in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at Al-Jafara University. The aim of this study is to identify the level of health awareness among third and fourth-year students in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at Al-Jafara University across four domains: (nutrition, personal health, body posture, and physical activity). Additionally, it seeks to compare the statistical differences in health awareness levels between third and fourth-year students and to identify the domains most affected by academic variables in health awareness. The study employed a descriptive methodology, collecting data from a sample of 35 students from the third and fourth years of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at Al-Jafara University. A purposive sample of 35 male students was selected. The results indicated that the level of health awareness among third-year students was moderate, while it was high among fourth-year students. Fourth-year students achieved higher averages in all domains of health awareness, particularly in body posture and physical activity. No statistically significant differences were found in the domains of nutrition and personal health between the two groups. Correlation analysis revealed a strong relationship between awareness of body posture and physical activity. Variance analysis showed no significant differences among the four domains within each group. It is recommended to update the curricula to include more focused content on health awareness. Educational programs that emphasize body posture and physical activity should be enhanced. Future studies are recommended to explore the factors influencing health awareness levels. Workshops and awareness seminars should be organized to promote health awareness among students. Periodic assessments of health awareness levels among students are also advised.

### Keywords:

Health awareness, third and fourth-year students, Faculty of Physical Education and Sports Sciences.

## الملاعنة:

تناولت هذه الدراسة مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة. تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة في مجالاته الأربع: (الغذية، الصحة الشخصية، القوام، النشاط البدني). استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، حيث تم جمع البيانات من عينة قوامها 35 طلاباً من طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة. تم اختيار عينة من 35 طلاباً بطريقة عمدية من فئة البنين. أظهرت النتائج أن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة كان متواسطاً، بينما كان مرتفعاً لدى طلبة السنة الرابعة. طلبة السنة الرابعة حققوا متوسطات أعلى في جميع مجالات الوعي الصحي، وخاصة في مجال القوام والنشاط البدني. لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مجال التغذية والصحة الشخصية بين المجموعتين. أظهرت نتائج تحليل الارتباط وجود علاقة قوية بين الوعي بالقوام والنشاط البدني. تحليل التباين أظهر عدم وجود فروق دالة بين المجالات الأربع داخل كل مجموعة. ينبغي تحدث المناهج الدراسية لتشمل محتوى أكثر ترتكيزاً على مجالات الوعي الصحي. يجب تعزيز البرامج التعليمية التي تركز على القوام والنشاط البدني. يوصى بإجراء دراسات مستقبلية لاستكشاف العوامل المؤثرة على مستوى الوعي الصحي. ينبغي تنظيم ورش عمل وندوات توعوية لتعزيز الوعي الصحي بين الطلبة. يُنصح بإجراء تقييمات دورية لمستوى الوعي الصحي لدى الطلبة.

## الكلمات المفتاحية:

# الوعي الصحي - طلبة السنة الثالثة والرابعة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## المقدمة:

تشكل الصحة والوعي الصحي ركيزة أساسية في حياة الأفراد، خاصة لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة الذين يتوقع منهم أن يكونوا نماذج في تبني أنماط الحياة الصحية ونقلها للمجتمع. ومع ذلك، تشير العديد من الدراسات إلى وجود تفاوت في مستوى الوعي الصحي بين طلاب الجامعات. ( American Psychological )

(2020), وبما في ذلك طلاب كليات التربية البدنية، حيث تؤثر عوامل مثل المستوى الدراسي والشخص على هذا الوعي، على سبيل المثال، أظهرت دراسة أجرتها مها صهيب وفاطمة جمعة (2021) أن مستوى الوعي الصحي والتغذية لدى طلاب التربية البدنية كان "جيداً" ، لكنه غير متجانس بين الجنسين والمراحل الدراسية، في حين كشفت دراسة أخرى للياسين (2017) عن فروق في الوعي الغذائي بين طلاب السنوات المختلفة، مع تفوق طلاب السنة الثالثة في بعض الجوانب.

### مشكلة البحث:

على الرغم من التوقعات المرتفعة بتمتع طلاب التربية البدنية بمستوى وعي صحي متميز، إلا أن بعض الدراسات تشير إلى وجود قصور في جوانب معينة، مثل التغذية الصحية والنشاط البدني المتوازن، على سبيل المثال، وجدت دراسة الدليمي وأخرون (2012) أن طلاب التربية الرياضية في العراق يعانون من نقص في المعرفة بالغذاء السليمة، مما يؤثر على أدائهم الرياضي، كما أظهرت دراسة العربي محمد (2018) أن طلاب السنة الثالثة في معهد التربية البدنية بمستغانم كانوا أكثر وعيًا صحيًا من طلاب السنة الأولى، مما يثير تساؤلات حول تأثير التقدم الأكاديمي على الوعي الصحي.

في السياق الليبي، لا توجد دراسات كافية تقيس مستوى الوعي الصحي لدى طلاب كلية التربية البدنية بجامعة الجفارة، خاصة في المجالات الأربع المذكورة. لذلك، تسعى هذه الدراسة إلى سد هذه الفجوة من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية: هل يختلف مستوى الوعي الصحي بين طلاب السنة الثالثة والرابعة؟ وما المجالات التي تحتاج إلى تعزيز؟

### تساؤلات البحث:

1. ما مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة في المجالات الأربع (الغذاء، الصحة الشخصية، القوام النشاط البدني)؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي بين طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة في كل مجال من مجالات الوعي الصحي الأربع؟
3. ما المجال الذي يظهر فيه أعلى مستوى من الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة

4. مقارنة بطلبة السنة الرابعة، وما المجال الذي يظهر فيه أعلى مستوى من الوعي الصحي لدى طلبة السنة الرابعة مقارنة بطلبة السنة الثالثة؟

#### أهداف البحث:

1. التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة في مجالاته الأربع: (الغذاء، الصحة الشخصية، القوام، النشاط البدني).

2. مقارنة الفروق الإحصائية في مستوى الوعي الصحي بين طلبة السنة الثالثة والرابعة، لتحديد ما إذا كانت هناك فروق دالة في أي من المجالات الأربع.

3. التعرف على المجالات الأكثر تأثراً بالمتغير الدراسي (السنة الثالثة مقابل السنة الرابعة) في الوعي الصحي، لتحديد.

#### أهمية البحث:

تكمّن أهميّة هذا البحث في كونه أحد الدراسات القليلة التي تقيّس الوعي الصحي لدى طلاب التربية البدنية في ليبيا، مما يسهم في تطوير الخطط التعليمية والتدرّبية بالكلية. من الناحية النظرية، ستضيف النتائج إلى الأدبيات العربية حول تأثير المتغير الدراسي على الوعي الصحي، كما هو موضح في دراسة الياسين (2017) التي أكدت على دور المناهج الجامعية في تعزيز الوعي الغذائي.

أما عملياً، فستساعد النتائج في تصميم برامج توعوية تستهدف تحسين الجوانب الأضعف في الوعي الصحي، مثل التغذية أو النشاط البدني، استناداً إلى نتائج دراسة مها صهيب وفاطمة جمعة (2021) التي أوصت بدمج التوعية الصحية في المناهج الدراسية، بالإضافة إلى ذلك، قد تسهم النتائج في تعزيز صحة الطلاب وأدائهم الرياضي، وهو ما يتوافق مع توصيات منظمة الصحة العالمية بضرورة تعزيز النشاط البدني في الأوساط الأكاديمية. (2020 , World Health)

#### الدراسات السابقة:

1. دراسة: زحاف، عذراء يحيى وزحاف، غفران يحيى. (2019). مستوى الوعي الصحي لدى طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة-كلية التربية للبنات-جامعة القادسية. : هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية للبنات في جامعة القادسية .: استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. تكونت عينة الدراسة من طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية للبنات في جامعة القادسية. أداة الدراسة :استبيان

الوعي الصحي المكون من عدة محاور تشمل الصحة الشخصية والتغذية والقوام والنشاط البدني. أظهرت النتائج أن أعلى مستوى للوعي الصحي عند الطالبات كان في مجال الصحة الشخصية، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى 67.84%. جاء مستوى الوعي الصحي العام لدى الطالبات بدرجة متوسطة. التوصيات: ضرورة الاهتمام بنشر الوعي الصحي بين طالبات الجامعة من خلال المحاضرات والندوات. تضمين المناهج الدراسية موضوعات تتعلق بالصحة والوعي الصحي.

2- دراسة: العربي، محمد. (2018). دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى بعض طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الليسانس بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم، وإجراء مقارنات تبعاً لمتغيرات المستوى (الأولى والثالثة). تكونت عينة الدراسة من 300 طالب من طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم. أداة الدراسة: استبانة الوعي الصحي المكونة من 32 فقرة. أظهرت النتائج أن طلبة المعهد يتميزون بمستوى متوسط من الوعي الصحي، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى 64.80%. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة تبعاً لمتغير المستوى ولصالح طلبة السنة الثالثة. التوصيات: ضرورة الاهتمام بالوعي الصحي لدى أفراد المجتمع بصفة عامة، وطلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بصفة خاصة. المحافظة على صحة الطلبة ونقل زادهم المعرفي لمتعلميهم ومتدربיהם في المستقبل. إخراج جيل واعٍ صحيًا يتمتع بصحة جيدة، لأن المورد البشري هو رأس المال الحقيقي للأمم.

3- دراسة: الحوري وأخرون، (2018). مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، فضلاً عن تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي تبعاً استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. تكونت عينة الدراسة من 85 طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية. أداة الدراسة: استبانة الوعي الصحي المكونة من 60 فقرة موزعة على ستة مجالات. أظهرت النتائج أن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية كان مرتفعاً، حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي 4.12 من 5. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي تعزى لمتغيري الجنس والمؤهل العلمي.

جاء مجال الصحة الشخصية في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي 4.35، تلاه مجال التغذية بمتوسط 4.21. وأوصت الدراسة ضرورة الاستمرار في تعزيز الوعي الصحي لدى طلبة كليات التربية الرياضية. إجراء دراسات مماثلة على عينات أخرى من طلبة الجامعات. تضمين المناهج الدراسية في كليات التربية الرياضية مساقات متخصصة في الوعي الصحي.

**4 دراسة :** عبد الحق وأخرون (2012) هدفت الدراسة التعرف إلى 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 والتي تكونت من (32) فقرة، وبعد جمع البيانات عولجت باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS، حيث 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 تبعاً لمتغيرات الجامعة ولصالح جامعة القدس، والكلية لصالح الكليات العلمية، ومتغير الجنس ولصالح طالبات، 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 وال التربية الصحية والصحة ب العامة.

### **إجراءات البحث:**

**منهج البحث:** قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي وذلك نظراً لملائمة طبيعة البحث وأهدافه.

**مجتمع وعينة البحث:** تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الجفارة والبالغ عددهم (40) طالباً، وتم إجراء هذه البحث على عينة اختيارية بطريقة العمدية من طلبة السنة الثالثة والرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، والبالغ عددهم (35 طالباً) من فئة (البنين).

**مجالات البحث:** التزمت الباحثة بالمجالات الآتية:

**1. المجال البشري:** تم إجراء البحث على عينة من طلبة كلية التربية البدنية

وعلوم الرياضة. (فترة البنين)

2. المجال المكاني: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. جامعة الجفارة - بمدينة العزيزية.

3. المجال الزماني: تم إجراء هذه البحث في العام الجامعي (2023 - 2024) في الفترة الزمنية ما بين (2023/12/30 - 2024-1-25).

**أدوات البحث:** في ضوء أهداف البحث قامت الباحثة بتصميم استبانة خاصة كأدلة لجمع البيانات المتعلقة بالبحث بعد إجراء المعاصفات العلمية من صدق، وثبات، وموضوعية. وقد تم عرضها على لجنة من الخبراء المحكمين من أجل التأكيد من صدق الاستبانة المصممة.

**صدق وثبات الأداة:** للتحقق من صدق الاستبيان، تم استخدام الطرق التالية:

1- صدق المحتوى: تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال التربية البدنية والصحة العامة، وذلك للتأكد من مدى ملاءمة العبارات للمحاور التي تتنمي إليها، ومدى وضوح صياغتها، وسلامتها اللغوية. وقد تم إجراء التعديلات اللازمة في ضوء آراء المحكمين حتى وصل الاستبيان إلى صورته النهائية المكونة من 32 عبارة موزعة على أربعة محاور.

2- صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تتنمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستبيان، وذلك على عينة استطلاعية مكونة من (5) طلبة من خارج عينة البحث الأساسية. وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.68 - 0.89) وهي قيم دالة إحصائية عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للاستبيان.

3. ثبات الأداء: للتحقق من ثبات الاستبيان، تم استخدام الطريقة التالية:

جدول (1) يبيّن معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) للاستبيان

مستوى الثبات	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات	المحور
مرتفع	0.82	7	محور التغذية
مرتفع	0.79	5	الصحة الشخصية
مرتفع جداً	0.85	10	القامة
مرتفع	0.81	8	النشاط البدني
مرتفع جداً	0.88	30	الاستبيان ككل

تشير القيم المرتفعة لمعاملات الثبات (أكبر من 0.70) إلى أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات، مما يجعله صالحاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

### الدراسة الاستطلاعية:

قبل تطبيق الدراسة الأساسية، تم إجراء دراسة استطلاعية بتاريخ 25/12/2023م، على عينة صغيرة من خارج عينة البحث الرئيسية، وذلك للتحقق من:

1- وضوح وصياغة فقرات الاستبيان.

2- تحديد الوقت اللازم للإجابة.

3- اكتشاف أي صعوبات قد تواجه الباحثة أثناء التطبيق.

وتم تعديل الاستبيان بناءً على نتائج هذه الدراسة لضمان فعاليته.

### الدراسة الأساسية:

بعد التأكيد من صدق وثبات أداة الدراسة، وتحديد عينة البحث، قامة الباحثة بتطبيق

الاداة على أفراد عينة البحث، واجري الدراسة الأساسية بتاريخ (30/12/2023م –

25-1-2024م). وبعد أن اكتملت عملية تجميع الاستبيانات من أفراد العينة بعد

استجاباتهم عليها بطريقة صحيحة، تم جمع الاستبيانات.

### المعالجات الإحصائية:

لتحليل بيانات البحث، استخدمت الباحثة الحزمة الإحصائية (SPSS) للإصدار

26، حيث شملت المعالجات الإحصائية ما يلي:

1. التحليل الإحصائي الوصفي: تم حساب

• المتوسطات الحسابية (Means)

• الانحرافات المعيارية (Standard Deviations) لتحديد التوزيع العام لمستوى الوعي الصحي بين أفراد العينة.

2. اختبار (ت) للعينات المستقلة: (Independent Samples t-test):

• لمقارنة الفروق في مستوى الوعي الصحي بين طلاب السنة الثالثة والرابعة

• للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين

3. معامل ثبات ألفا كرونباخ: (Cronbach's Alpha)

• لقياس درجة الاتساق الداخلي لأداة الدراسة

• للتحقق من موثوقية الاستبيان المستخدم

4. تحليل التباين الأحادي: (One-Way ANOVA)

• لفحص الفروق في مستوى الوعي الصحي عبر المجالات الأربع (التغذية، الصحة الشخصية، القوام، النشاط البدني).

## عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة في المجالات الأربع

مستوى الوعي الصحي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجال	السنة الدراسية
مرتفع	0.25	2.38	التغذية	الثالثة
متوسط	0.31	2.17	لصحة الشخصية	
متوسط	0.26	2.30	القואم	
متوسط	0.29	2.27	النشاط البدني	
متوسط	0.17	2.28	المتوسط الكلي	
مرتفع	0.26	2.40	التغذية	الرابعة
مرتفع	0.33	2.40	لصحة الشخصية	
مرتفع	0.24	2.71	القואم	
مرتفع	0.22	2.81	النشاط البدني	
مرتفع	0.12	2.53	المتوسط الكلي	

تم تصنيف مستوى الوعي الصحي وفقاً للمعيار التالي:

- من 1.00 إلى أقل من 1.67: منخفض
- من 1.67 إلى أقل من 2.34: متوسط
- من 2.34 إلى 3.00: مرتفع

يوضح هذا الجدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة في المجالات الأربع (التغذية، الصحة الشخصية، القوام، النشاط البدني) والمستوى الكلي. يتضح أن طلبة السنة الرابعة أظهروا مستوى وعي صحي كلي مرتفع (متوسط 2.53) مقارنة بطلبة السنة الثالثة الذين أظهروا مستوى متوسط (متوسط 2.28). كما يلاحظ أن طلبة السنة الرابعة لديهم متوسطات أعلى في جميع المجالات، وخاصة في مجال القوام والنشاط البدني.

جدول (3) يبين نتائج اختبار T للعينات المستقلة للمقارنة بين طلبة السنة الثالثة والرابعة في مستوى الوعي الصحي

الدالة احصائية	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T	المجال
غير دالة	0.02	0.85	34	-0.18	التغذية
غير دالة	0.23	0.05	34	-2.01	لصحة الشخصية
دالة عند 0.01	0.41	0.00	34	-5.18	القوام
دالة عند 0.01	0.34	0.00	34	-4.47	النشاط البدني
دالة عند 0.01	0.25	0.00	34	-5.28	الوعي الصحي الكلي

تم اعتبار الفروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.05، ودالة بشكل كبير عند مستوى دلالة أقل من 0.01.

الجدول (3) يعرض هذا الجدول نتائج مقارنة متوسطات الوعي الصحي بين طلبة السنة الثالثة والرابعة باستخدام اختبار T للعينات المستقلة. تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عالية (عند مستوى 0.01) في الوعي الصحي الكلي وفي مجالي القوام والنشاط البدني، لصالح طلبة السنة الرابعة. لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مجالي التغذية والصحة الشخصية بين المجموعتين.

جدول (4) بين نتائج تحليل التباين ANOVA للمقارنة بين المجالات الأربع لطلبة السنة الثالثة

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة F	الدالة الإحصائية
بين المجموعات	3	0.57	0.19	2.39	غير دالة
داخل المجموعات	72	5.76	0.08	-	-
المجموع	75	6.33	-	-	-

الجدول (4) يوضح هذا الجدول نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للمقارنة بين متوسطات مجالات الوعي الصحي الأربع (التغذية، الصحة الشخصية، القوام، النشاط البدني) داخل مجموعة طلبة السنة الثالثة. تشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (حيث أن مستوى الدلالة 0.076 أكبر من 0.05) بين متوسطات هذه المجالات لدى طلبة السنة الثالثة، مما يعني أن مستوى وعيهم متقارب عبر المجالات الأربع.

جدول (5) بين نتائج تحليل التباين ANOVA للمقارنة بين المجالات الأربع لطلبة السنة الرابعة

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة F	الدالة الإحصائية
بين المجموعات	3	0.54	0.18	2.63	غير دالة
داخل المجموعات	64	4.39	0.07	-	-
المجموع	67	4.93	-	-	-

الجدول (5) يوضح هذا الجدول نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للمقارنة بين متوسطات مجالات الوعي الصحي الأربع/داخل مجموعة طلبة السنة الرابعة. تشير النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (حيث أن مستوى الدلالة

0.057 أكبر من (0.05) بين متوسطات هذه المجالات لدى طلبة السنة الرابعة، مما يعني أن مستوى وعيهم متقارب أيضاً عبر المجالات الأربع.

جدول (6) يبين معاملات الارتباط بين مجالات الوعي الصحي الأربع

المجال	-0.08	0.25	**0.58	1.00
النظام الغذائي	-0.09	0.19	1.00	-0.16
الصحة الشخصية	1.00	-0.16	0.09	0.25
القوام				-0.08
النشاط البدني				1.00

تشير إلى وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.01

الجدول (6) يعرض هذا الجدول مصفوفة معاملات الارتباط (بيرسون) بين مجالات الوعي الصحي الأربع. يتضح وجود ارتباط إيجابي قوي ودال إحصائياً ( $r = 0.58$ ) عند مستوى دلالة 0.01 بين مجال القوام والنشاط البدني، مما يشير إلى وجود علاقة طردية قوية بين الوعي بهذين المجالين. لا توجد ارتباطات أخرى دالة إحصائياً بين باقي المجالات.

#### مناقشة النتائج:

**الإجابة على التساؤل الأول: مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة والرابعة.**

أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن مستوى الوعي الصحي الكلي لدى طلبة السنة الثالثة جاء بدرجة متوسطة، بينما كان مرتفعاً لدى طلبة السنة الرابعة. هذه النتائج تتماشى مع دراسة العربي (2018) التي وجدت أن طلبة السنة الثالثة في معهد التربية البدنية والرياضية يستغلون بمستوى متوسط من الوعي الصحي (64.80 %)، مع وجود تطور ملحوظ لدى طلبة المستويات الأعلى. كما تدعم نتائجنا دراسة الحوري وأخرون (2018) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية (بمتوسط 4.12 من 5)، مما يعكس تأثير التراكم المعرفي والخبرات الأكademie.

فيما يتعلق بتفاوت مستوى الوعي بين المجالات، أظهرت الدراسة الحالية أن مجال التغذية كان الأكثر وعيًّا لدى طلبة السنة الثالثة، بينما تصدر مجال القوام القائمة لدى طلبة السنة الرابعة. هذه النتيجة تتفق جزئياً مع دراسة زحاف (2019) التي وجدت أن أعلى مستوى للوعي الصحي لدى طالبات جامعة القادسية كان في الصحة الشخصية (67.84 %)، بينما جاءت التغذية في مرتبة متوسطة. هذا الاختلاف قد يعود إلى اختلاف المناهج الدراسية بين الجامعات أو التركيز على محتوى تعليمي مختلف.

## الإجابة على التساؤل الثاني: الفروق في مستوى الوعي الصحي بين طلبة السنة الثالثة والرابعة.

كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوعي الصحي الكلي لصالح طلبة السنة الرابعة، خاصة في مجال القوام والنشاط البدني . هذه النتيجة تتماشى مع دراسة العربي (2018) التي أظهرت فروقاً دالة بين طلبة السنة الأولى والثالثة لصالح الأخيرة، مما يشير إلى أن النقدم الأكاديمي والخبرة العملية يعززان الوعي الصحي. ومع ذلك، لم تظهر فروق دالة في مجال التغذية والصحة الشخصية، وهو ما يمكن تفسيره بأن هذه الموضوعات تدرس بشكل مكثف في السنوات الأولى، مما يجعل مستوى الوعي فيها متقارباً بين الطلبة. هذا التفسير يتوافق مع دراسة الحوري وأخرون (2018) التي لم تجد فروقاً دالة في الوعي الصحي تعزى لمستوى الأكاديمي في بعض المجالات، مما قد يشير إلى أن بعض جوانب الوعي الصحي تصل إلى مرحلة التشبع المعرفي في مراحل مبكرة من الدراسة.

### الإجابة على التساؤل الثالث: أعلى مستويات الوعي الصحي لدى كل مجموعة.

أظهرت النتائج أن أعلى مستوى للوعي الصحي لدى طلبة السنة الرابعة كان في مجال القوام، يليه النشاط البدني، بينما لم يظهر أي تفوق لطلبة السنة الثالثة في أي مجال. هذه النتيجة تعززها دراسة زحاف وزحاف (2019) التي أشارت إلى أن الوعي بالقوام يأتي في مرتبة متقدمة لدى طلبة التربية البدنية، نظراً لارتباطه المباشر بالأداء الرياضي والصحة العامة.

### تحليل التباين وعلاقة المجالات ببعضها.

أظهر تحليل التباين (ANOVA) عدم وجود فروق دالة بين المجالات الأربع داخل كل مجموعة، مما يشير إلى توازن نسي في المنهج الدراسي. ومع ذلك، كشف تحليل الارتباط عن وجود علاقة قوية بين القوام والنشاط البدني( $r = 0.58$ ) ، وهو ما يتفق مع الأدبيات التي تربط بين الممارسة الرياضية السليمة وصحة القوام. هذه النتيجة تدعمها دراسة الحوري وأخرون (2018) التي وجدت أن المجالات المتعلقة بالنشاط البدني تأتي في مرتبة متقدمة في الوعي الصحي.

## الاستنتاجات والتوصيات:

### الاستنتاجات:

- 1- مستوى الوعي الصحي: أظهرت النتائج أن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثالثة كان متوسطاً، بينما كان مرتفعاً لدى طلبة السنة الرابعة، مما يشير إلى تأثير التعلم الأكاديمي على مستوى الوعي الصحي.
- 2- تفوق مجالات معينة: أظهرت الدراسة أن طلبة السنة الرابعة حققوا متوسطات أعلى في جميع مجالات الوعي الصحي، وخاصة في مجالي القوام والنشاط البدني، مما يعكس أهمية هذه المجالات في التعليم العالي.
- 3- عدم وجود فروق دالة في بعض المجالات: لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مجالي التغذية والصحة الشخصية بين المجموعتين، مما قد يشير إلى أن هذه المواضيع تدرس بشكل مكثف في السنوات الأولى.
- 4- الارتباط بين المجالات: أظهرت نتائج تحليل الارتباط وجود علاقة قوية بين الوعي بالقوام والنشاط البدني، مما يعكس أهمية الممارسة الرياضية في تعزيز الوعي الصحي.
- 5- توازن في المنهج الدراسي: تحليل التباين (ANOVA) أظهر عدم وجود فروق دالة بين المجالات الأربع داخل كل مجموعة، مما يشير إلى توازن نسبي في المنهج الدراسي.

### التوصيات:

- 1- تطوير المناهج الدراسية: ينبغي تحديث المناهج الدراسية لتشمل محتوى أكثر ترتكيزاً على مجالات الوعي الصحي، خاصة في مجالات التغذية والصحة الشخصية.
- 2- تعزيز البرامج التعليمية: يجب تعزيز البرامج التعليمية التي تركز على القوام والنشاط البدني، حيث أظهرت النتائج أن هذه المجالات تحظى بوعي مرتفع لدى الطلبة.
- 3- إجراء دراسات مستقبلية: يوصى بإجراء دراسات مستقبلية لاستكشاف العوامل المؤثرة على مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة في مختلف التخصصات.
- 4- توعية الطلبة: ينبغي تنظيم ورش عمل وندوات توعوية لتعزيز الوعي الصحي بين الطلبة، خاصة في المجالات التي أظهرت نتائج متوسطة.
- 5- تقييم مستمر: يُنصح بإجراء تقييمات دورية لمستوى الوعي الصحي لدى الطلبة لضمان تحسين البرامج التعليمية وتلبية احتياجاتهم.

## المراجع العربية:

- الحوري، عكلة سليمان والخزاعلة، وصفي محمد. (2018). مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية .المجلة الدولية للعلوم الرياضية، 1(1)، 1-20 <https://issjksa.com/index.php/IJSS/article/view/146>
- العربي، محمد. (2018). دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى بعض طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم .مجلة نجوم في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، 3(2)، 174-187. الجزائر. <https://asjp.cerist.dz/en/article/67238>
- الدليمي، ناهدة؛ الياسري، محمد (2012). الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية. مجلة كلية التربية الأساسية، (8)، 352-381. جامعة بابل، العراق.
- عبدالحق، عماد، صالح. شناعة، مؤيد. نعيرات، قيس. العمد، سليمان. (2012). مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس. مجلة جامعة النجاح للأبحاث للعلوم الإنسانية، المجلد (26)، العدد (4) نابلس، فلسطين.
- زحاف، عذراء يحيى وزحاف، غفران يحيى. (2019) مستوى الوعي الصحي لدى طلابات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة- كلية التربية للبنات- جامعة القادسية. بحث وصفي مقدم إلى مجلس كلية التربية للبنات - جامعة القادسية كجزء من متطلبات نيل درجة البكالوريوس في التربية الرياضية. <https://repository.qu.edu.iq/wp-content/uploads/sites/31/2019/05/مستوى-الوعي-الصحي-لدى-طالبات-قسم-التربية-البدنية-علوم-الرياضة-كلية-التربية-للبنات-محول.pdf>
- صهيب، مها؛ جمعة، فاطمة. (2021) الثقافة الغذائية ومستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. مجلة التربية الرياضية، (2)، 33 ، 52-39جامعة بغداد، العراق.
- ياسين، نرمين، (2017) مستوى الوعي الصحي وال الغذائي لدى طلبة أقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

## References:

- American Psychological Association. (2020). Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>.
- World Health Organization (2020). School-based intervention programs for preventing obesity and promoting physical activity. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17 (1), 347.