

دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية

دراسة ميدانية على طلبة الإقامة الجامعية للمركز الجامعي بالبيض

د. خويادي الهواري د. قزقوز محمد
أ. بن سميحة العيد
المراكز الجامعية البيض

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالمركز الجامعي البيض. كما هدفت إلى معرفة الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية ، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالدراسة المسحية، حيث بلغت عينة الدراسة (280 طالباً الذكور فقط)، وتم تطبيق استبيان خاص ب مجالات الوعي الصحي وأشارت النتائج عند أفراد عينة الدراسة أن جميع مجالات الوعي الصحي جاءت بمستوى عالي بما فيهم الدرجة الكلية لمجالات الوعي الصحي ماعدا مجال القوام جاء بمستوى متوسط وهذا عند طلبة الإقامة الجامعية بالمركز الجامعي البيض ذكور الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية وجاءت النسبة المئوية للاستبيان ككل (71,60%)، أما مستوى مجالات الوعي الصحي عند طلبة الإقامة الجامعية بالمركز الجامعي البيض غير الممارسين ذكور الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية جاءت بمستوى متوسط بما فيهم الدرجة الكلية لمجالات الوعي الصحي، وجاءت النسبة المئوية للاستبيان ككل (63,60%). وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية ذكور الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية لصالح طلبة الإقامة الجامعية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية ذكور.

ويوصي الباحثون بالارتقاء بمستويات الوعي الصحي، والتدريب على مصدر الضبط الصحي الداخلي، وترقية التربية الصحية والعمل في المجال التربوي على مختلف الأصعدة لاسيما وسائل الإعلام، وفي مختلف المؤسسات التربوية والتعليمية والمهنية وحتى الإنتاجية، وكذا ضرورة إيجاد منهاج مستقل في المؤسسات التربوية من أجل إكساب الطلبة المعلومات والممارسات الصحية في سن مبكرة وبالتالي تبنيها وممارستها لاحقاً لتصبح قيمة في داخله وتوجه سلوكه.

الكلمات المفتاحية: (الوعي الصحي، الطالب الجامعي، الأنشطة الترويحية الرياضية).

مقدمة:

يعتبر مجتمع الجامعة من أهم مؤسسات الدولة التي يجب أن تعمل على رفع الوعي الصحي والرياضي للفرد حيث تعتبر الكليات والمعاهد هي المركز الأساسي والمكان المميز الذي يمكن من خلاله نشر ثقافة الوعي الصحي وأهمية ممارسة الرياضة وتقديم الاقتراحات الإيجابية والملائمة لحل المشكلات الصحية لذلك فإن المؤسسات الجامعية يقع على عاتقها مسؤولية كبيرة تجاه أفراد المجتمع المتمثلة في طلاب الجامعة بالتعاون

مع الأسرة في النشر والإعداد التربوي للوعي الصحي ولذلك فإن تغيير السلوك نحو الوعي الصحي السليم لابد أن يتم من خلال التعليم المتصل بمناهج الصحة وتكوين الوعي الصحي ولن يتم ذلك إلا من خلال طرق اكتساب الإنسان المهارات والمعلومات وأنماط السلوك الايجابية من خلال الخبرات التعليمية المقدمة للطالب في مجال التوعية الصحية.

فالصحة مطلب أساسى، وهدف استراتيجى 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. وتبرز قضية الوعي الصحي وإكسابه ونشره، كأحد الأولويات والأهداف الرئيسية للتربية الصحية في هذا العصر، في زمن يتعرض فيه الفرد الإنساني إلى مخاطر صحية وبيئية متزايدة، تتسع وتترáيد بازدياد تسارع عجلة التقدم التقنى والصناعي، الأمر الذي جعل الكثير من دول العالم تركز جهودها للتغلب على هذه المشكلات بحلول عدة.

وقد عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة بأنها "حالة التكامل البدنى والعقلى والنفسي والاجتماعي وليس فقط الخلو من الأمراض والاعاهات" أما كلمة الوعي الصحي فتقصد بها ترجمة المعارف والمعلومات، والخبرات الصحية إلى أنماط سلوكية لدى الأفراد". (عليوه، 1999، ص 49) وتشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام من مختلف العلماء والمختصين بالتأكيد على ممارسة الأنشطة البدنية ليس بهدف المنافسة، ولكن كنوع من وسائل الوقاية والعلاج من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة والتآثيرات السلبية والأضرار النفسية الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية في ظل التقدم التكنولوجى السريع الذى يشهده العالم مثل الاكتئاب والتوتر وزيادة القلق (راتب وخليفة، 1998).

ويرى عفت مختار (1998) أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الجامعات تؤثر تأثراً إيجابياً على التوافق (النفسي والشخصي والاجتماعي) أي أن الطلبة يتوصلون إلى حالة من الرضا والارتياح مع خفض حجم التوترات النفسية وينعكس ذلك في معاملاتهم مع الآخرين، وكذا مواجهة المتطلبات الشخصية لديهم بطريقة موضوعية، كما أنهم يتمتعون بجانب من الذكاء الاجتماعي وأيضاً لإيجاد نوع من التوافق بين دوافعهم ورغباتهم المتصارعة مما يدل على مدى نضجهم الشخصي أثناء وبعد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية (عفت مختار، 1998)، ومن خلال الممارسة الرياضية يتم توصيل المعلومات والبيانات بشكل رائع إلى قاعدة عريضة من المجتمع كما أن الثقافة الرياضية في العصر الحديث أصبحت تعبر عن الأسس الرئيسية في المجتمع حيث أنها أصبحت ظاهرة اجتماعية وحضارية هامة في المجتمعات الحديثة فهي تساعد على اختيار نوع النشاط المناسب بهدف الارتقاء باللياقة البدنية والحالة الصحية العامة للفرد والثقافة الرياضية تساعد في بناء منظومة مستمرة لممارسة الرياضة من خلال وضع موعد ثابت من حياة الفرد اليومية يمارس فيه النشاط الرياضي بشكل منتظم مما يساعد الفرد على الحفاظ على صحته العامة على مدار السنين (نادية، 1990).

مشكلة الدراسة:

أصبح موضوع الصحة والوعي الصحي هدف عالمي، وغاية اجتماعية نبيلة تسعى مختلف الدول بأفرادها إلى مستويات عالية منها، فالحياة في عالم سريع و دائم التغيير تقرز العديد والجديد من المشاكل الصحية (محمود، 1995، ص134) ويتفق كلا من أحمد نصاري وأبو القاسي على أن الوعي الصحي يعد أحد المشاكل الاجتماعية لتأثيره المباشر على سلامة المجتمع وأمنه. ولقد أكدت دراسة كل من محمد (1997) وفراج (1999) ودراسة عرفات (1999) على أهمية الثقافة والمفاهيم الصحية في تنمية الوعي الصحي، وإكساب المتعلمين صورة واضحة عن التربية الصحية (عبد، 2003، ص5). وفي نفس الوقت أجريت دراسات أخرى، لقياس مستوى الوعي الصحي لدى الطالبة في مراحل دراسية مختلفة، ومن بينها دراسة الخليلي وأخرين (1987)، ودراسة الرازحي (1999)، ودراسة قاضي (1991) ودراسة صباريني وأخرين (1989) وقد بينت نتائج هذه الدراسات أن الانخفاض في مستوى الوعي الصحي لا يقتصر على الجانب المعرفي فقط، بل يتعداه إلى الجانب الوجداني والجانب السلوكي من خلال وجود اتجاهات سلبية، وانتشار عادات وممارسات سلوكية غير صحية بين الطلبة.

وقد أشار أندرسون (Andersen, 2005) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو الأنشطة الترويحية الرياضية تلعب دوراً مهماً في تشجيع الفرد نحو ممارسة الأنشطة البدنية وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها، كما أكد على أن اتجاهات الفرد لها تأثير قوي وفعال في توجيه سلوكه، فالاتجاهات تضفي على إدراك الفرد ونشاطاته معنى ومغزى تساعد على ممارسة الأنشطة البدنية برغبة وفاعلية.

وإدراكاً لأهمية الأنشطة الترويحية الرياضية وتأثيراتها على صحة الأفراد الجسمية والنفسية والاجتماعية قام الباحثون بهذه الدراسة، والتي كان سؤالها العام.

ما مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية؟.

الأسئلة الفرعية:

1 - ما هو مستوى الوعي الصحي لكل من الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالإقامة الجامعية؟.

2 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي بين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالإقامة الجامعية؟.

فرضيات الدراسة:

1 - يتباين مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالإقامة الجامعية.

2 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي بين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالإقامة الجامعية.

أهداف الدراسة:

1- معرفة مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالإقامة الجامعية.

2- التعرف إلى الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية بالإقامة الجامعية.

مصطلحات الدراسة:

الوعي الصحي (التعريف الإجرائي): الدرجة التي يحصل عليها الطالب على استبيان الوعي الصحي المستخدم في الدراسة.

الطالب الجامعي: هو الطالب المسجل رسميا في كشوفات عمادة القبول والتسجيل في إحدى الجامعات الجزائرية (تعريف إجرائي).

الأنشطة الترويحية الرياضية: هي تلك الأنواع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من البرامج البدنية والرياضية كما تعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية والفيسيولوجية لفرد الممارس لأوجه مناشطها التي تشمل على الألعاب و الرياضات (تعريف إجرائي)

الدراسات المشابهة:

1- دراسة حمام (1996) بهدف التعرف إلى مستوى الثقافة الصحية لدى طلابات الصف الأول الثانوي في محافظة عمان وأثره على اتجاهاتهن الصحية، إضافة إلى تحديد الفروق في الثقافة الصحية تبعاً لمتغيري التخصص، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي للطالبات، أظهرت نتائج الدراسة أن (80.3%) من عينة الدراسة كانت اتجاهاتهن الصحية إيجابية، إضافة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الثقافة الصحية واتجاهات الطالبات الصحية حيث وصل معامل الارتباط إلى (0.39) وهو دال إحصائيا عند مستوى (0.001)، وأوصت الباحثة بضرورة وجود منهاج مستقل للتربية الصحية في المدارس.

2- دراسة القدوسي (2005) والتي هدفت التعرف إلى مستوى الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية لكرة 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) لاعباً من المشاركين في بطولة الأندية العربية الثانية والعشرين في الأردن، وطبق عليها استبيانه 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.

الطريقة والإجراءات :

منهج الدراسة: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بدراسة مسحية وذلك نظراً لملاءمتها لأغراض الدراسة .

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طلبة الإقامة الجامعية المركز الجامعي البيض الذكور فقط.

عينة الدراسة : أجريت الدراسة على عينة اختيرت بالطريقة المقصودة للعام الدراسي 2017/2018 والبالغ عددهم (280) طالبا بنسبة مؤوية قدرت ب (18,55%). وكان عدد الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية (180) طالبا.

أداة الدراسة : استخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات المتعلقة بمتغيرات الدراسة والتي قام الباحثون بتطويرها من خلال الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة منها القدوسي (2005)، والعلي (2001)، والطنطاوي (1997)، وحمام (1996) حيث اشتمل المقياس على (32) فقرة تمثل ممارسات سلوكية مرتبطة بالوعي الصحي، وتكون سلم الاستجابة من خمس استجابات هي: درجة عالية جدا (5) درجات، درجة عالية (4) درجات، درجة متوسطة (3) درجات، درجة منخفضة (2) درجة، ودرجة منخفضة جدا درجة واحدة، وتم صياغة جميع الفقرات بصيغة تعبّر عن معنى إيجابي لأنها تعبر عن مستوى الوعي الصحي. وصل معامل الثبات للعينة ككل إلى (0,87) وهو عالٍ ويفي بأغراض الدراسة، وتم عرضها على مجموعة من الأساتذة والدكتورة من أهل الاختصاص للوصول بها إلى الصيغة النهائية.

ومن أجل تفسير النتائج ونظرا لأن سلم الاستجابة "خمسي" اعتمدت النسب المؤوية التي أشار إليها القدوسي (2005) وذلك على النحو الآتي:

فأكثر مستوى وعي صحي عالي جدا	% 80,00
مستوى وعي صحي عالي	% 79,99 - إلى 70,00
مستوى وعي صحي متوسط	% 60,99 - إلى 60,00
مستوى وعي صحي منخفض	% 59,99 - إلى 50,00
أقل من مستوى وعي صحي منخفض جدا	% 50

الجدول رقم (01): يوضح نسب المؤوية حسب القدوسي (2005)

الدراسة الاستطلاعية: قام الباحثون باختيار عينة استطلاعية من طلبة الإقامة الجامعية ذكور بالمركز الجامعي البيضا قوامها (21) طالب من غير عينة الدراسة الأصلية، ومشابهة تماماً مع العينة الأصلية، للتأكد من مدى ملائمة الاستبانة المعدة ومناسبتها لمستواهم العمري، من حيث الوضوح و المناسبة العبارات، وتذليل أي عقبات يمكن أن تواجه المفحوصين.

الجدول رقم (02): يبيّن معامل الثبات والصدق لأبعاد استماراة الوعي الصحي المقدمة لطلبة الإقامة الجامعية ذكور الممارسين وغير الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية.

معامل الصدق	معامل الارتباط المحسوب	معامل الارتباط بيرسون الجدولى	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الإحصائية الاختبارات
0,95	0,91					مجال التغذية
0,91	0,84	0,49	0,05	20	21	مجال الصحة الشخصية
0,94	0,88					مجال ممارسة النشاط الرياضي
0,91	0,83					مجال القوام

من خلال الجدول رقم (02) يتبيّن أن معامل الثبات باستعمال معامل بيرسون للاستمارة الموجّهة للطلبة للمحاور الأربع فبلغ أدنى معامل ارتباط (0,83) وأعلى قيمة (0,88) وهذا ما يبيّن أن الأداة (استمارة الوعي الصحي الموجّهة لطلبة الإقامة الجامعية) تتميز بدرجة عالية من الثبات، واستخدم الباحث معامل الصدق الذاتي حيث تراوحت أدنى قيمة له (0,91)، وأعلى قيمة له (0,95) وهذا ما يبيّن أن الأداة تتميز بدرجة عالية من الصدق. أما الموضوعية فإن الأداة بعد عرضها على المحكمين أجمعوا على أن الأداة المستعملة لقياس دوافع مشاركة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى تلاميذ المرحلة (فعلاً تقيس ما مراد قياسه). المعالجات الإحصائية: من أجل معالجة البيانات استخدم (spps) الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
- اختبار (t) لمعرفة تأثير المتغير المستقل على المتغيرات التابعه.
- معادلة معامل بيرسون البسيط لحساب الثبات
- الصدق الذاتي.

عرض و مناقشة النتائج:

عرض نتائج الفرضية الأولى:

الجدول رقم (03): بين المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية وترتيب مجالات استمارة مجالات الوعي الصحي المقدمة لطلبة الإقامة الجامعية ذكر الممارسين وغير الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية.

الطلبة غير الممارسين				الطلبة الممارسون				المجالات
مستوى الوعي الصحي	نسبة المئوية	المتوسط الحسابي	مستوى الوعي الصحي	نسبة المئوية	المتوسط الحسابي	المجالات		
متوسط	%67,40	3,37	عالي	%70,40	3,52	مجال التغذية		
متوسط	%66,60	3,33	عالي	%71,60	3,58	مجال الصحة الشخصية		
متوسط	%68,40	3,42	عالي	%77,20	3,86	مجال ممارسة النشاط الرياضي		
متوسط	%64,40	3,22	متوسط	%67,80	3,39	مجال القوام		
متوسط	%63,60	3,18	عالي	%71,60	3,58	مجالات الوعي الصحي		

يتضح من الجدول رقم (03) أن جميع مجالات الوعي الصحي جاءت بمستوى عالي بما فيهم الدرجة الكلية لمجالات الوعي الصحي ماعدا مجال القوام جاء بمستوى متوسط وهذا عند طلبة الإقامة الجامعية بالمركز الجامعي البيض ذكر الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية حيث تراوحت النسب المئوية لمجالات الاستبيان من (63,60% إلى 77,20%) وجاءت النسبة المئوية للاستبيان ككل (71,60%), أما مستوى مجالات الوعي الصحي عند طلبة الإقامة الجامعية بالمركز الجامعي البيض ذكر غير الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية جاءت بمستوى متوسط بما فيهم الدرجة الكلية لمجالات الوعي الصحي، حيث تراوحت النسب المئوية لمجالات الاستبيان من (64,40% إلى 68,40%) وجاءت النسبة المئوية للاستبيان ككل (63,60%).

ويرجع الباحثون ظهور مثل هذه النتائج إلى أن الطالب الجامعي قد يكون متقدف صحيًا وذلك من خلال إكسابه للمعلومات التي اشتغلت عليها الاستبانة، من خلال دراسته للمقاييس ذات العلاقة مثل الثقافة الرياضية، والمقاييس الفيسيولوجية، وعلوم الحركة، ولكنه غير واع صحياً في الاستفادة من هذه المعلومات على شكل ممارسات سلوكية.

جدول رقم (04) يبين نتائج اختبار (ت) لدالة الفروق لمجالات الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية ذكور الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية.

الدالة	الجدولية	ت ^م المحسوبة	ن = 00 الطلبة غير المارسين	ن = 180 الطلبة المارسون	الحالات		
					الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	2,68	2,38	0,52	3,37	0,49	3,52	مجال التغذية
DAL		4,16	0,53	3,33	0,45	3,58	مجال الصحة الشخصية
DAL		7,33	0,47	3,42	0,50	3,86	مجال ممارسة النشاط الرياضي
DAL		3,14	0,48	3,22	0,42	3,39	مجال القوام
DAL		6,66	0,44	3,18	0,51	3,58	مجالات الوعي الصحي

يتضح من الجدول رقم(04) أن المتوسط الحسابي لطلبة الإقامة الجامعية الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية ذكور بلغ (3,58) والانحراف المعياري قدر ب(0,51) أما المتوسط الحسابي لطلبة الإقامة الجامعية ذكور غير الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية بلغ (3,18) والانحراف المعياري قدر ب(0,44)، في حين بلغت (ت) المحسوبة (6,66) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدرة ب(2,68) عند مستوى الدالة (0,01) ودرجة الحرية (278) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية ذكور الممارسين وغير الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية لصالح طلبة الإقامة الجامعية الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية ذكور. ويرجع الباحثون ظهور مثل هذه النتائج أن أغلب الفئات من طلبة الإقامة الجامعية الذكور لا يمارسون قدرًا كافيًا من النشاط البدني لتحقيق الصحة المثالية والعافية خاصةً في ضوء قلة حركة الأفراد، كما أشار كل من (Fahey, Insel, & Roth, 2005) إلى أن لأنشطة الترويحية الرياضية تأثيرات إيجابية على الناحية الصحية والبدنية فمن خلالها يمكن الفرد من تقوية أجهزة الجسم العضوية المختلفة وتنمية قدرات اللياقة البدنية التي تمكنه من الاحتفاظ بمجهود مناسب لأداء الأعمال اليومية ومقاومة التعب والعودة إلى حالة الراحة. إضافة إلى ذلك فعن طريق الارتفاع بكمية أجهزة الجسم العضوية وبمستوى اللياقة البدنية يمكن لنا أن نحتفظ بمستوى مناسب من الصحة الشخصية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

بيّنت النتائج من خلال الجدول رقم (03) أن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية ذكور المركز الجامعي البيض كان عاليًّا عند الممارسين لأنشطة الترويحية الرياضية ومتوسط عند غير

الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، حيث وصلت النسب المئوية للدرجات الكلية للوعي الصحي في جميع المجالات التي يقيسها المقياس والتي سبق الإشارة إليها إلى (71,60%) عند الممارسين و(63,60%) عند غير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية والسبب في ذلك قد يعود إلى الثقافة الصحية المكتسبة من قبل طلبة الجامعة من خلال إطلاعهم الفردي والجماعي واستفادتهم من مختلف الوسائل العلمية والثقافية المتعلقة بالوعي الصحي فضلا عن الانترنت وباقى الوسائل التكنولوجية ووسائل الإعلام والاتصال، هذا ما بينته استجاباتهم أما عن الواقع الفعلي والعملي للواقع الصحي فهو غير ذلك إن لم يصل إلى مستوى عكس ذلك، لأنهم في كثير من الأحيان غير واعين صحيا في طريقة الاستفادة من هذه الوسائل والمعلومات المستفادة منها في شكل "ممارسات سلوكية"، حيث بيّنت دراسة قنديل (1990) في هذا الشأن بأن الوعي الصحي هو ترجمة المعارف والمعلومات والخبرات الصحيحة إلى أنماط سلوكية والتي يمكن إنجازها بأي نمط سلوكي إيجابي له مؤثرات إيجابية على الصحة والقدرة على تطبيقها" (عبد الحق وزملائه، 2012، ص 952). ونجد النسب عالية في مستوى الوعي الصحي في حين السلوك الصحي والتربية الصحية متدنية جدا، أي أن معدلات التأثير بوسائل الإعلام والوسائل التكنولوجية التي تبين كيف تكون أصحاء وأهمية كل من ممارسة الرياضة والحفاظ على القوام في الصحة عالية في حين سلوكنا الصحي منافق تماما لتلك المعلومات سواء كان الفرد متعلما أو غير متعلم، وهذا ما أكدته الدراسة الحالية والتي تتفق مع كل من دراسة عطية دليلة (2013) حيث توصلت إلى أن مستوى الوعي الصحي لديهم عالي (عطية دليلة، 2013)

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

من الجدول رقم (04) يتبيّن (ت) المحسوبة بلغت (6,66) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدمة ب (2,68) عند مستوى الدلالة (0,01) ودرجة الحرية (278) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات الوعي الصحي لدى طلبة الإقامة الجامعية ذكور الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية لصالح طلبة الإقامة الجامعية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية ذكور. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة القدوسي (2005) بيّنت النتائج أن مستوى الوعي الصحي العام عالي، حيث كانت النسبة المئوية عند الممارسين للأنشطة الرياضية، وهو الأمر كذلك بالنسبة لدراسة العلي (2001). (عبد الحق وزملاؤه، 2012، ص 942) وتطابقت بعض الشيء مع دراسة عبد الحق وزملائه (2012) المعروفة بمستوى الوعي الصحي لدى طلبة النجاح الوطنية وجامعة القدس، وبعد المعالجة الإحصائية، تم التوصل إلى أن مستوى الوعي الصحي العام لدى عينة الدراسة كان متواسطا وهذا راجع إلى عدم ممارستهم للأنشطة الرياضية.

الاقتراحات: في ظل أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحثون بما يأتي:

- من أجل الارتقاء بمستويات الوعي الصحي، والتدريب على مصدر الضبط الصحي الداخلي، وترقية التربية الصحية والعمل في المجال التربوي على مختلف الأصعدة لاسيما وسائل الإعلام، وفي مختلف المؤسسات التربوية والعلمية والمهنية وحتى الإنتاجية.

- ضرورة إيجاد منهاج مستقل في المؤسسات التربوية من أجل إكساب الطلبة المعلومات والممارسات الصحية في سن مبكرة وبالتالي تبنيها وممارستها لاحقاً لتصبح قيمة في داخله وتوجه سلوكه.

- الخلاصة:

صحة الفرد من المقومات الأساسية للمجتمع وهي من مطالب الحياة ومن ضروريات التنمية وإن كان الإنسان هو غاية التنمية ووسائلها فإن المحافظة على صحة تعد واجباً أساسياً له ولمجتمعه، كما تعني تمنع الفرد بحالة جيدة من الناحية الجسمانية والعقلية والاجتماعية وليس مجرد الخلو من الأمراض والعاهات. وتلعب الجامعة في العصر الحديث دوراً هاماً في تقديم ونهضة الأمم وقد أصبحت هي الأداة التي يتم فيها صهر مختلف أنواع القدرات الشخصية لدى الطلبة، وصقلها حتى تمكنهم من القيام بكافة الواجبات لتحقيق آمال الأمم ورقيتها، لذلك كان من الضروري الاهتمام بصحة هؤلاء الطلبة. والصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع باستخدام الأساليب التربوية الحديثة. لذا فإن تنمية الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني يعد ضرورة ومحرراً تربوياً واجتماعياً للتغلب على المشكلات الصحية والنفسية والسلوكية الأخلاقية، وإدراكاً لأهمية الأنشطة التربوية الرياضية وتأثيراتها على صحة الأفراد الجسمية والنفسية والاجتماعية قام الباحثون بهذه الدراسة.

- المصادر والمراجع:

- الرازحي - عبد الوارث (1999) الوعي الصحي لدى طلبة مرحلة التعليم الأساسي في الجمهورية اليمنية المتحدة المجلة العربية للتربية، عدد(19) تونس.
- صابرini محمد وأخرون (1989) المعلومات الصحية و مصادرها لدى طلبة الصحافة و الإعلام بجامعة اليرموك. جامعة الكويت، المجلة التربوية، المجلد(6)العدد(20).
- الطنطاوي رمضان (1997) دور مناهج العلوم بمراحل التعليم العام بمصر في تحقيق مفهوم التربية الوقائية للطلاب مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة العدد (3).
- العلي فخرى (2001) مستوى الثقافة الصحية لدى الطلبة في نهاية المرحلة الأساسية العليا في المدارس الحكومية في جنين رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- القدوسي عبد الناصر (2005) مستوى الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية لكرة الطائرة.مجلة العلوم التربوية والنفسية (كلية التربية) جامعة البحرين المجلد (6) العدد (1).
- حمام فريال (1996) مستوى الثقافة الصحية لدى طالبات الصف الأول ثانوي وأثره في اتجاهاتهن الصحية في منطقة عمان الكبرى رسالة ماجستير غير منشورة جامعة اليرموك، أربد الأردن.
- عليوة علاء الدين (1999) الصحة في المجال الرياضي منشأة المعارف الإسكندرية مصر.
- ظاهر جعفر (2004) أسس التغذية الصحية، عمان دار مجلاوي.
- قحطان فضل راهي (2003) أسلوب مدرسي الأحياء واتجاهاتهم الصحية وعلاقتها بالوعي الصحي لطلابهم. رسالة ماجستير غير منشورة جامعة بغداد.
- فنديل عبد الرحمن (1990) التربية الغذائية وتطور الوعي الغذائي لدى أمهات المستقبل. المؤتمر السنوي الثالث للطفل المصري وتنشئته ورعايتها، المجلد الثاني، مركز دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، مصر.
- وزارة الصحة (2008) التغذية والصحة ط 1، الإدارة العامة للتغذية، المملكة العربية السعودية.
- علام محمد عبد الخالق وعبد مقصود محمد (1981) السلوك الصحي وتدريسه، دار المعارف، القاهرة، مصر.
- الفرا فاروق حمدي (1984) اتجاهات مستحدثة في التربية الصحية وانعكاساتها على المناهج الدراسية في الدول العربية الخليجية مجلة رسالة الخليج العربي، عدد (11).