

## واقع الثقافة الصحية لدى طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا

\* د/ سهام فاروق إسماعيل مهدي

### المقدمة ومشكلة البحث:

يطلق على العصر الذي نعيش فيه عصر التكنولوجيا أو العصر الرقمي، وأيضا زمن العولمة والذي يتميز بنهضة كبيرة جدا في قطاع تقنية الاتصالات والمعلومات الأمر الذي ساهم في مستوى رفاهية الفرد داخل المجتمع. وعلى الرغم من هذا التقدم التقني والعلمي الهائل إلا أن انعكاسة على صحة الانسان جاءت بشكل سلبي فبقدر ما تمتع الانسان بالرفاهية في المعيشة بقدر ما تضاعفت الأمراض المتعلقة بهذه الرفاهية وخاصة أمراض سوء التغذية والأمراض المزمنة كالضغط والسكري والكوليسترول.

ونتيجة لذلك كان من الضروري أن تولي الدول اهتماماً خاصاً بالثقافة الصحية منذ الصغر نظراً لأهميتها في تنشئة أفراد أصحاء متقفين، لذا لا بد من التركيز على دور المؤسسات التعليمية والأسرة ووسائل الاعلام في توظيف التكنولوجيا الحديثة لاكساب أفراد المجتمع التوعية بالثقافة الصحية ليمارسوا نمط حياة صحية سليمة.

يرى "كمال عبد الحميد، أبو العلا عبد الفتاح" (٢٠٠١م) أنه لم تعد الصحة مفهوماً سليماً، يمكن تحقيقها في كل الأحوال، بل أصبحت مفهوماً ديناميكياً، يحتاج إلى جهد وبذل من قبل الأفراد في سبيل تحقيقها والحفاظ عليها. ومن أجل ذلك تعد دراسة وفهم الممارسات السلوكية المضرة بالصحة والمنمية لها والاتجاهات نحو الصحة والسلوك الصحي، الخطوة الأولى نحو إيجاد الموارد المنمية للصحة والعمل على تطويرها، وتحديد العوامل والاتجاهات المعيقة للصحة من أجل العمل على تعديلها الأمر الذي ينعكس في النهاية على نمو نمط صحي وتخطيط تنمية الصحة وتطوير برامج الوقاية المناسبة والتنوعية.

\* استاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية- كلية التربية الرياضية- جامعة المنيا.

ويذكر "سامي ملحم" (٢٠٠٠) أن مسألة السلوك الصحي وتنميته تحتل أهمية متزايدة، ليس فيما يتعلق بالجوانب الجسدية فحسب وإنما بالجوانب النفسية أيضاً وقد قاد الفهم المتزايد للعلاقة الكامنة بين السلوك والصحة إلى حدوث تحولات كبيرة في العقود الثلاثة الأخيرة من القرن العشرين في فهم الصحة وتنميتها، وإمكانية التأثير فيها على المستوى الفردي.

وقد أشار "بهاء سلامة" (٢٠٠٠)، "بهاء سلامة" (٢٠٠١) إلى أهمية العناية بالثقافة الصحية وما يتعلق بها من عادات وسلوكيات صحية وضرورة أن يخصص لها برامج ضمن البرامج المدرسية، وذلك لأن من الأهداف الأساسية للتعليم الابتدائي تعليم الطفل وإكسابه الثقافة الصحية وتعليمه السلوك السليم والوصول به إلى مستوى الوعي عن قوامه وكيفية الوقاية من الأمراض وعن قواعد وأصول التغذية السليمة، كما أن من الأسس العامة التي يجب أن نراعيها هو تدريس برامج التربية الصحية والثقافة الصحية خصوصاً من خلال البرامج المدرسية باعتبارها جزءاً من المنهج المدرسي، كما أشارت هذه المراجع إلى أهمية التوعية الغذائية والعناية بالصحة الشخصية وصحة ونظافة البيئة وكذلك صحة وسلامة الحواس كأحد الأسس العامة لأي برنامج رياضي.

يعرف "بهاء الدين سلامة" (٢٠٠٧م) الثقافة الصحية بأنها "تقديم المعلومات والبيانات والحقائق الصحية التي ترتبط بالصحة والمرض لكافة المواطنين.

وتشير "منظمة الصحة" (٢٠٠٠م) إلى أن التنقيف الصحي أحد المكونات الأساسية للصحة، فحياة الانسان اليومية العامة والخاصة لها ارتباط وثيق بالنواحي الصحية المختلفة فكل ناحية من نواحي حياة الفرد والمجتمع لها قواعد وشروط وأنماط صحية يجب على الأفراد أن يعلموها لينعموا بحياة صحية سليمة.

## مرحلة التعليم الجامعي:

يشير "أحمد حسين" (٢٠٠١) إلى أن الكليات والمعاهد تعتبر هي المركز الأساسي للبحث والتعليم كما أنها المكان المميز لإجراء التحليل النقدي وتقديم الاقتراحات الإيجابية والملائمة التي تخص المشكلات والبيئة والعمل على حلها بأسلوب مناسب يتمشى مع الأساليب العلمية.

ويذكر "محمود عبد الحافظ، علاء محمد" (٢٠٠٤) فالمؤسسات التعليمية تقع على عاتقها مسئولية فئة كبيرة من أفراد المجتمع بالتعاون مع الأسرة فالأسرة لا تستطيع أحياناً أن تقوم بعملية التربية بمفردها وذلك لإنتشار نسبة الأمية بين الآباء والأمهات وضعف الإعداد التربوي الصحي لهم مما يؤدي إلى عدم توفر الوسط الاجتماعي السوي.

ويرى كلاً من "محمود عبد الحافظ، علاء محمد" (٢٠٠٤)، مسعود غرابية" (١٩٩٩م) ضرورة الإهتمام بإعداد برامج للتوعية الصحية والبيئية لجميع مراحل التعليم الابتدائي حتى التعليم الجامعي وخاصة التي تخرج معلم لما له من دور فعال في نشر الوعي الصحي والبيئي في المؤسسات التعليمية من أماكن متعددة من المجتمع.

ويذكر "السيد خميس" (٢٠٠٣م) أن المؤسسات التعليمية (المدارس والجامعات) مؤسسات تربوية معينة لها ثلاث أدوار هي " دور إنشائي- دور وقائي- دور علاجي".

## أهداف التربية الصحية الجامعية:

اتفق كلاً من "بهاء الدين سلامة" (٢٠١١)، أحمد حسين (٢٠٠١)، سليمان أحمد" (١٩٩٤) إن هدف التربية الصحية لطلاب المرحلة الجامعية هو تفهم ومعالجة الاحتياجات الصحية لهم وتتلخص هذه الأهداف فيما يلي:

(١) وجود بيئة صحية سليمة تسمح بالتكامل البدني والعقلي الاجتماعي والشعور بالسعادة مع المجتمع بالصحة العقلية والشخصية.

(٢) توفر الأساليب التي تساعد كافة الأفراد للمشاركة معا من أجل صحة المجتمع.

(٣) التطبيق العملي للمعلومات الصحية فى الحياه اليومية.

(٤) حماية الأفراد من خلال منع الأمراض المعدية وإمدادهم بالمعلومات والعادات النافعة لهم ولمجتمعهم.

(٥) الإمداد بالمعلومات العلمية الصحية لزيادة القدرة على تقييم المعلومات الكاذبة الخاصة بالصحة والمرض والعقاقير الضارة مع تأمين العناية الطبية فى حالات المرض لكافة الطلاب.

وقد لاحظت الباحثه انخفاض فى مستوى الثقافة الصحية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضى بجامعة المنيا ولكن بنسب متفاوتة، ومن هنا ظهرت فكرة البحث وذلك فى محاول للتعرف على "واقع الثقافة الصحية لدى طلاب النشاط الرياضى بجامعة المنيا".

#### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على "واقع الثقافة الصحية لدى طلاب النشاط الرياضى بجامعة المنيا".

#### تساؤلات البحث:

١- ما الواقع الفعلى لمستوى الثقافة الصحية لدى طلاب النشاط الرياضى بجامعة المنيا؟

٢- هل توجد فروق دالة إحصائيا فى الثقافة الصحية بين طلاب النشاط الرياضى بجامعة المنيا وفقا للجنس؟

٣- هل توجد فروق دالة إحصائيا فى الثقافة الصحية بين طلاب النشاط الرياضى بجامعة المنيا وفقا للكليات؟

## إجراءات البحث:

### منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث.

### مجتمع وعينة البحث:

اشتمل المجتمع على طلاب الفرق الأربعة الممارسين للنشاط الرياضي بجامعة المنيا من كليات الجامعة المختلفة (تربية رياضية، تربية، آداب، تجارة، حقوق، صيدله، طب أسنان) تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، وبلغ عدد العينة (٣٥٠) طالب ممارس للنشاط الرياضي بواقع (٥٠) طالباً من كل كلية.

### أدوات البحث:

#### مقياس الثقافة الصحية: (ملحق 1)

يهدف مقياس الثقافة الصحية إلى التعرف على المستوى الثقافي الصحي للمارسى للنشاط البدني بالجامعات.

قامت الباحثة بالإطلاع على العديد من الدراسات والمقاييس المشابهة فضلاً عن المراجع والأبحاث العلمية المتخصصة في الثقافة الصحية، "ناصر السويفي، عصام عزمي (٢٠٠٥)، عفت عوض (٢٠٠٥)، علاء عليوة، ممدوح النجار (٢٠٠٤)، محمد مسعود (٢٠٠٤)، محمود عبد الحافظ، علاء حلويش" (٢٠٠٤) وكذلك المراجع العلمية المتخصصة في التربية الصحية مثل "بهاء سلامه (٢٠٠١)، ناصر مصطفى، عصام عزمي (٢٠٠٥)، ناصر مصطفى، مصطفى باهي" (٢٠٠٣)، ومن خلال الدراسات السابقة والمراجع العلمية والأبحاث أمكن للباحثة تحديد عدد من المحاور للثقافة الصحية، والجدول التالي (١) يوضح هذه المحاور.

## جدول (١)

م	المحور	النسبة المئوية
١	السلوك الصحي الشخي	١٠٠%
٢	السلوك الصحي الوقائي	١٠٠%
٣	السلوك الصحي الرياضي	١٠٠%
٤	السلوك تجاه المشكلات العامة	٩٠%
٥	السلوك الصحي القوامي	٩٠%
٦	السلوك الصحي الغذائي	١٠٠%

يتضح من الجدول السابق (١) ما يلي:

ارتضت الباحثة نسبة ٩٠% تم عرض هذه المحاور على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال التربية الصحية و لا تقل مدة خبرتهم عن (١٠) سنوات في مجال التخصص وذلك لإبداء الرأي حول ملائمة هذه المحاور لموضوع الثقافة الصحية وكذا المرحلة السنية وقد بلغ عدد الخبراء (١٠). (ملحق ١)

وقامت الباحثة بتعديل صياغة عبارات محاور الثقافة الصحية وفقاً لآراء السادة الخبراء وقد أسفر العدد النهائي للمحاور ٦ محاور.

## ٣- المعاملات العلمية للاستمارة:

## صدق الاستمارة:

استخدمت الباحثة صدق الاتساق الداخلي لحساب معامل الصدق للاستبيان بهدف التحقق من صدق استمارة الاستبيان حيث تم تطبيق الاستبيان على مجموعة قوامها (٢٠) فرد من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية.

## جدول (٢)

## معاملات الارتباط بين عبارات المحور الأول ومجموع المحور (ن=٢٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	تنظف أسنانك بعد الأكل	٣.٤٠	١.٦٧	٠.٧٥
٢	تنظيف جسدك (تستحم)	٢.٨٠	١.٥٨	٠.٧٠
٣	تمشط شعرك	٣.١٠	١.٥٢	٠.٧٦
٤	بتأكل أظفرك	٣.٠٠	١.٧٢	٠.٧٤

تابع جدول (٢)  
معاملات الارتباط بين عبارات المحور الأول ومجموع المحور (ن=٢٠)

٥	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
٥	تستعمل المناديل	٣.٧٠	١.٦٣	٠.٧٢
٦	تلقى القمامة	٣.٢٠	١.٥٨	٠.٩٠
٧	بتغسل يدك جيدا	٣.٥٠	١.٢٨	٠.٧٩
٨	ملايسك نظيفة	٣.٣٠	١.١٧	٠.٧٩
٩	بتنظف حجرتك وسريرك	٣.٦٠	١.٤٧	٠.٩١
١٠	بتعلق ملايسك على الشماعة	٣.٦٠	١.٣١	٠.٨١
١١	تحمي نفسك من الشمس	٣.٧٠	١.٤٩	٠.٩٥
١٢	تستيقظ مبكرا نشط	٣.٦٠	١.٤٧	٠.٩٤
١٣	تتأم و انت مرئدي ملايس الخروج	٣.٥٠	١.٨٢	٠.٩١
١٤	بنقص شعرك	٤.٠٠	١.٥٢	٠.٨٦
١٥	بتحافظ على نظافة المكان	٣.٩٠	١.٣٧	٠.٨٧

قيمة ر الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.444$

يوضح جدول (٢) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الأول والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٠ : ٠.٩٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحور.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثاني ومجموع المحور (ن=٢٠)

٥	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	هل تراجع الطبيب لاجراء فحوصات طبية	٤.٢٠	١.٢٠	٠.٩٠
٢	هل تراجع طبيب الاسنان	٣.٢٠	١.٧٠	٠.٩٢
٣	هل نتابع الكشف الدوري على السمع والنظر	٣.٥٠	١.٥٧	٠.٨٩
٤	نتعرف على التطعيمات عند انتشار الامراض	٣.٤٠	١.٥٤	٠.٩١
٥	تلتزم بتعليمات الطبيب وتنفيذها بدقة	٣.٦٠	١.٣١	٠.٧٧
٦	تهتم ببعض المعلومات عن الاسعافات الأولية	٣.٩٠	١.٢١	٠.٨٨
٧	ممكن تسعف اقرانك إذا لزم الامر	٣.٩٠	١.٢١	٠.٨٧
٨	تقى نفسك من انتقال الميكروبات والفيروسات عند اصابة احد اقاربك	٢.٨٠	١.٨٢	٠.٩٠
٩	تستخدم ادوات الوقاية من الشمس	٣.٥٠	١.٨٢	٠.٩٧
١٠	تحتفظ بادوات الاسعاف الاولى في منزلك	٣.٨٠	١.٦٤	٠.٩٤
١١	تقى نفسك من اضطرابات النوم	٣.٧٠	١.٤٩	٠.٩٤
١٢	تقوم بالفحص الذاتي النوعي لدى الطبيب المختص	٢.٩٠	١.٧٧	٠.٨٤

قيمة ر الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.444$

يوضح جدول (٣) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٧ : ٠.٩٧) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمحور.

#### جدول (٤)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثالث ومجموع المحور (ن=٢٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	تحافظ على وزنك المناسب للرياضة	٣.٩٠	١.٥٢	٠.٧٨
٢	تقوم بارتداء ملابس مناسبة لحرارة الجو اثناء التدريب	٣.١٠	١.٧٧	٠.٨٥
٣	تأخذ حمام دافئ قبل وبعد المباره او التدريب	٣.٧٠	١.٦٣	٠.٨١
٤	تكون سعيد عند مشاركة زملائك الاداء الرياضى فى التدريب	٣.٧٠	١.٦٣	٠.٨٥
٥	تتفعل فى المباره	٣.٣٠	١.٨٧	٠.٨٩
٦	تناول مشروبات بها ملح او ليمون اثناء المباره	٣.٦٠	١.٦٠	٠.٧٨
٧	ترتدى الواقى المناسب للاداء لكى لا يصاب فى المباره او التدريب	٣.٤٠	١.٦٧	٠.٧٥
٨	تتناول الوجبه قبل المباره او التدريب	٢.٣٠	١.٤٩	٠.٧٧
٩	تقوم باجراء الفحوصات الطبيه	٣.٨٠	١.٥١	٠.٧٧
١٠	تتناول المكملات الغذائيه والمنشطات قبل التدريب	٣.٢٠	١.٨٢	٠.٨٧
١١	تستخدم المنشطات بدون راي المدرب او الطبيب	٣.٣٠	١.٦٣	٠.٨٧

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٥ : ٠.٨٩) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمحور.

#### جدول (٥)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الرابع ومجموع المحور (ن=٢٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	تشاهد البرامج الاخبارية وتستمع لها جيدا	٣.٠٠	١.٧٢	٠.٧٠
٢	تتفاعل مع الموضوعات المطروحة فى المجتمع	٣.١٠	١.٧٧	٠.٦٢
٣	تقوم بطرح بعض الاقتراحات لحل المشكلات العامة	٢.٦٠	١.٧٩	٠.٧٨



## تابع جدول (٥)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الرابع ومجموع المحور (ن=٢٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
٤	تجد صعوبة في النقاش مع الآخرين في كثير من الموضوعات العامة	٢.٩٠	١.٦٥	٠.٧٠
٥	تتقبل الرأي الآخر حتى ان كان مختلف معك	٣.٢٠	١.٧٠	٠.٨٦
٦	تحتاج لزيارة الطبيب في بعض الاوقات نتيجة الاحداث العامة	٢.٩٠	١.٧٧	٠.٧٤
٧	تعرض دائما على القرارات والاقتراحات من قبل المسؤولين	٣.٧٠	١.٦٣	٠.٧٣
٨	لك دور في اعطاء القرارات والانتخابات العامة	٢.٩٠	١.٧٧	٠.٦٦
٩	تشارك في العمل الجماعي والتطوعي	٣.٢٠	١.٨٢	٠.٦٤
١٠	تعاني من اضطرابات النوم نتيجة التأثير النفسي بالمشكلات الاجتماعية	٣.٩٠	١.٦٥	٠.٨١

قيمة ر الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.444$ 

يوضح جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الرابع والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٦٢ : ٠.٨٦) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحور.

## جدول (٦)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الخامس ومجموع المحور (ن=٢٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	تخضع لفحص تشوهات القوام	٣.٧٠	١.٤٩	٠.٨٧
٢	اعاني من الام الظهر بصفة مستمرة	٢.٩٠	١.٦٥	٠.٧٦
٣	استخدام الحاسب الالى لفترات طويلة دون راحة	٣.٣٠	١.٧٥	٠.٩٧
٤	اتعرف على الجلسة الصحيحة امام الحاسب او التلفاز	٣.٦٠	١.٦٠	٠.٧٩
٥	اقوم بعمل تمارينات تعويضية لاصلاح الجانب الاخر من الجسم	٣.١٠	١.٨٩	٠.٩٢
٦	افضل الاضاءة الجيدة عند العمل والاستنكار	٣.٥٠	١.٧٠	٠.٧٦
٧	استخدام لوحة المفاتيح لفترات طويلة واشعر بالالم بعدها	٣.٤٠	١.٦٧	٠.٨٧
٨	اراعي انحاءات الجسم عند النوم لتفادي التشوهات والالام	٣.٢٠	١.٨٢	٠.٩٦
٩	اذهب للطبيب عند الاصابة الرياضية واقوم بعمل العلاج الطبيعي الذي يحدده الطبيب	٣.٠٠	١.٥٩	٠.٧٩
١٠	اثناء جلوسى فى القطار او السيارة عند السفر اتحمل وقت السفر فى مكان واحد	٣.٢٠	١.٧٠	٠.٨٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.444$

يوضح جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الخامس والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٦ : ٠.٩٧) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمحور.

### جدول (٧)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور السادس ومجموع المحور (ن=٢٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	اتناول وجبه الافطار مبكرا	٣.٨٠	١.٢٠	٠.٧٩
٢	اتناول وجبات اضافية بين الوجبات الاساسية	٣.٠٠	١.٥٩	٠.٨٢
٣	تفضل الاكل المنزلى على الوجبات السريعة	٣.٧٠	١.٣٤	٠.٨٠
٤	تتناول اللحوم بانواعها	٣.٢٠	١.٤٤	٠.٨٤
٥	تتناول الفاكهة والخضراوات	٣.٤٠	١.٢٣	٠.٧٩
٦	تفضل اضافة نسبة عالية من الملح فى طعامك	٤.٠٠	١.٦٥	٠.٨٢
٧	تتناول المواد الغذائية الغنية بالالياف	٤.٤٠	١.٣١	٠.٦٤
٨	تتناول المواد الغذائية الغنية بمضادات الاكسده	٣.٤٠	١.٥٤	٠.٨٨
٩	تقوم بغسل الفاكهة والخضراوات قبل تناولها	٣.٨٠	١.٣٦	٠.٧٦
١٠	افضل شرب كوب من الشاى	٣.٠٠	١.٨٤	٠.٧٧
١١	افضل تناول الفاكهة بعد الوجبة مباشرة	٣.٦٠	١.٦٠	٠.٩٠

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور السادس والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٦٤ : ٠.٩٠) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمحور.

### جدول (٨)

معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلى للاستمارة (ن=٢٠)

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	الأول	٥١.٩٠	١٨.٦٥	٠.٩٩
٢	الثانى	٤٢.٤٠	١٦.٤٠	٠.٩٨
٣	الثالث	٣٧.٣٠	١٤.٨٤	٠.٩٨
٤	الرابع	٣١.٤٠	١٢.٤٥	٠.٩٧
٥	الخامس	٣٢.٩٠	١٤.٤٩	٠.٩٨
٦	السادس	٣٩.٣٠	١٢.٩٣	٠.٩٨

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والدرجة الكلية للاستمارة تراوحت ما بين (٠.٩٧ : ٠.٩٩) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للاستمارة ككل.

### ثبات الاستمارة:

استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق لحساب معامل الثبات لاستمارة الاستبيان وتم التطبيق على (٢٠) طالب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، و جدول (٩) يوضح ذلك:

### جدول (٩)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لمحاور استمارة الواقع الفعلي لمستوى الثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا (ن=٢٠)

م	المحاور	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		ع	م	ع	م	
١	المحور الأول	٥١.٩٠	١٨.٦٥	٤٧.٩٠	١٦.١٢	٠.٩٧
٢	المحور الثاني	٤٢.٤٠	١٦.٤٠	٣٩.٣٠	١٤.٠٠	٠.٩٨
٣	المحور الثالث	٣٧.٣٠	١٤.٨٤	٣٤.٢٠	١١.٤١	٠.٩٢
٤	المحور الرابع	٣١.٤٠	١٢.٤٥	٢٨.٣٠	١٠.٩٠	٠.٨٦
٥	المحور الخامس	٣٢.٩٠	١٤.٤٩	٣١.٣٠	١١.٥٦	٠.٩٦
٦	المحور السادس	٣٩.٣٠	١٢.٩٣	٣٦.٥٠	١١.٠٥	٠.٩٧
٧	الاستمارة ككل	٢٣٥.٢٠	٨٧.٩١	٢١٧.٥٠	٧٢.٤٤	٠.٩٨

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٩) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني تراوحت ما بين (٠.٨٦ : ٠.٩٨) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى ثبات الاستمارة.

عرض النتائج ومناقشتها

أولاً: عرض نتائج التساؤل الأول والذي ينص علي:

١- ما الواقع الفعلي لمستوى الثقافة الصحية لدي طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا؟

جدول (١٠)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات السلوك  
الصحي الشخصي لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	تحمي نفسك من الشمس	١٣٠٤٢	٨٦.٩٥	الأول
٢	تمشط شعرك	١٢٧٢٤	٨٤.٨٣	الثاني
٣	بتحافظ علي نظافة المكان	١٢٦٣٠	٨٤.٢٠	الثالث
٤	ملايسك نظيفة	١٢٦١٤	٨٤.٠٩	الرابع
٥	تستعمل المناديل	١٢٥٤٤	٨٣.٦٣	الخامس
٦	بتقص شعرك	١٢٤١٨	٨٢.٧٩	السادس
٧	بتغسل يدك جيدا	١٢٣١٨	٨٢.١٢	السابع
٨	تنظيف جسدك (تستحم)	١٢٢٧٤	٨١.٨٣	الثامن
٩	بتعلق ملابسك على الشماعة	١٢٢٧٢	٨١.٨١	التاسع
١٠	تنظف أسنانك بعد الأكل	١٢٢٤٤	٨١.٦٣	العاشر
١١	تستيقظ مبكرا نشط	١٢١٨٠	٨١.٢٠	الحادي عشر
١٢	تنام وانت مرتدى ملابس الخروج	١١٨٣٨	٧٨.٩٢	الثاني عشر
١٣	بتنظف حجرتك وسريرك	١١٧٢٨	٧٨.١٩	الثالث عشر
١٤	تلقى القمامة	١١٥٤٤	٧٦.٩٦	الرابع عشر
١٥	بتأكل أظافرك	١١٣٨٨	٧٥.٩٢	الخامس عشر
	مجموع المحور	١٨٣٧٥٨	٨١.٦٧	

يوضح جدول (١٠) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الأول السلوك الصحي الشخصي للثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا تراوحت ما بين (٧٥.٩٢ : ٨٦.٩٥)، بينما كانت النسبة المئوية لمجموع المحور ٨١.٦٧.

## جدول (١١)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات السلوك  
الصحي الوقائي لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب ب
١	تستخدم ادوات الوقاية من الشمس	١٣٢٩٢	٨٨.٦١	الأول
٢	تهتم ببعض المعلومات عن الاسعافات الاولية	١٢٩٣٠	٨٦.٢٠	الثاني
٣	تلتزم بتعليمات الطبيب وتنفيذها بدقة	١٢٢٩٨	٨١.٩٩	الثالث
٤	تقى نفسك من اضطرابات النوم	١٢٢٠٠	٨١.٣٣	الرابع
٥	هل تتابع الكشف الدورى	١١٩٩٨	٧٩.٩٩	الخامس
٦	تقى نفسك من انتقال الميكروبات والفيروسات عند اصابة احد اقاربك	١١٩٦٠	٧٩.٧٣	السادس
٧	تحتفظ بادوات الاسعاف الاولى في منزلك	١١٧٣٨	٧٨.٢٥	السابع
٨	هل تراجع طبيب الاسنان	١١٧٠٢	٧٨.٠١	الثامن
٩	هل تراجع الطبيب لأجراء	١١٣٦٠	٧٥.٧٣	التاسع
١٠	تقوم بالفحص الذاتى النوعى لدى الطبيب المختص	١١٢٧٤	٧٥.١٦	العاشر
١١	ممكن تسعف اقرانك إذا لزم الامر	١١١٨٢	٧٤.٥٥	الحادى عشر
١٢	نتعرف على التطعيمات عند انتشار الامراض	١٠٨٠٨	٧٢.٠٥	الثانى عشر
	مجموع المحور	١٤٢٧٤٢	٧٩.٣٠	

يوضح جدول (١١) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني السلوك الصحي الوقائي للثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضى بجامعة المنيا تراوحت ما بين (٧٢.٠٥ : ٨٨.٦١)، بينما كانت النسبة المئوية لمجموع المحور ٧٩.٣٠.

## جدول (١٢)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات السلوك  
الصحي الرياضى لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب ب
١	تقوم بارتداء ملابس مناسبة لحرارة الجو اثناء التدريب	١٢٠٥٨	٨٠.٣٩	الأول
٢	تناول مشروبات بها ملح او ليمون اثناء المباراه	١١٨٥٨	٧٩.٠٥	الثاني
٣	تكون سعيد عند مشاركة زملائك الاداء الرياضى فى التدريب	١١٧٩٤	٧٨.٦٣	الثالث
٤	نستخدم المنشطات بدون راي المدرب او الطبيب	١١٧٧٤	٧٨.٤٩	الرابع

تابع جدول (١٢)  
الدرجة المقدره والنسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات السلوك  
الصحي الرياضي لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب ب
٥	تأخذ حمام دافئ قبل وبعد المباره او التدريب	١١٧٠٦	٧٨.٠٤	الخامس
٦	تتفعل في المباره	١١٦٣٠	٧٧.٥٣	السادس
٧	تحافظ على وزنك المناسب للرياضة	١١٥٦٦	٧٧.١١	السابع
٨	تتناول الوجبه قبل المباره او التدريب	١١٤٥٦	٧٦.٣٧	الثامن
٩	تتناول المكملات الغذائية والمنشطات قبل التدريب	١١٢٧٠	٧٥.١٣	التاسع
١٠	ترتدى الواقي المناسب للداء لكي لا يصاب في المباره او التدريب	١١٠٧٠	٧٣.٨٠	العاشر
١١	تقوم باجراء الفحوصات الطبية	١٠٩٨٠	٧٣.٢٠	الحادي عشر
	مجموع المحور	١٢٧١٦٢	٧٧.٠٧	

يوضح جدول (١٢) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثالث السلوك الصحي الرياضي للثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا تراوحت ما بين (٧٣.٢٠: ٨٠.٣٩)، بينما كانت النسبة المئوية لمجموع المحور ٧٧.٠٧.

جدول (١٣)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات السلوك تجاه  
المشكلات العامه لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	تتقبل الراي الآخر حتى ان كان مختلف معك	١٢٨١٨	٨٥.٤٥	الأول
٢	تشاهد البرامج الاخبارية وتستمتع لها جيدا	١٢٤٧٢	٨٣.١٥	الثاني
٣	لك دور في اعطاء القرارات والانتخابات العامة	١٢٢٤٨	٨١.٦٥	الثالث
٤	تعانى من اضطرابات النوم نتيجة للتاثر النفسى بالمشكلات الاجتماعية	١٢١١٦	٨٠.٧٧	الرابع
٥	تعترض دائما على القرارات والاقتراحات من قبل المسؤولين	١٢٠٣٤	٨٠.٢٣	الخامس
٦	تشارك في العمل الجماعي والتطوعي	١٢٠٠٦	٨٠.٠٤	السادس
٧	تجد صعوبة في النقاش مع الآخرين في كثير من الموضوعات العامة	١١٣١٤	٧٥.٤٣	السابع
٨	تحتاج لزيارة الطبيب في بعض الاوقات نتيجة الاحداث العامة	١١٢٧٢	٧٥.١٥	الثامن
٩	تقوم بطرح بعض الاقتراحات لحل المشكلات العامة	١٠٦٨٠	٧١.٢٠	التاسع
١٠	تتفاعل مع الموضوعات المطروحة في المجتمع	١٠٤٩٨	٦٩.٩٩	العاشر
	مجموع المحور	١١٧٤٥٨	٧٨.٣١	

يوضح جدول (١٣) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الرابع السلوك تجاه المشكلات العامه للثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا تراوحت ما بين (٦٩.٩٩ : ٨٥.٤٥)، بينما كانت النسبة المئوية لمجموع المحور ٧٨.٣١.

#### جدول (١٤)

الدرجة المقدرة والنسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات السلوك الصحي القوامى لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدرة	النسبة المئوية	الترتيب
١	اراعى انحناءات الجسم عند النوم لتفادى التشنوهات والالام	١٢٨٤٢	٨٥.٦١	الأول
٢	استخدام لوحة المفاتيح لفترات طويلة واشعر بالالام بعدها	١٢٥٣٤	٨٣.٥٦	الثاني
٣	افضل الاضاءة الجيدة عند العمل والاستذكار	١٢٤٠٤	٨٢.٦٩	الثالث
٤	تخضع لفحص تشوهات القوام	١٢٢٢٢	٨١.٤٨	الرابع
٥	اعانى من الام الظهر بصفة مستمرة	١٢١٦٨	٨١.١٢	الخامس
٦	اقوم بعمل تمرينات تعويضية لاصلاح الجانب الاخر من الجسم	١١٩٦٠	٧٩.٧٣	السادس
٧	استخدام الحاسب الالى لفترات طويلة دون راحة	١١٦٢٠	٧٧.٤٧	السابع
٨	اثناء جلوسى فى القطار او السيارة عند السفر اتحمل وقت السفر فى مكان واحد	١١٨٧٢	٧٩.١٥	الثامن
٩	اتعرف على الجلسة الصحيحة امام الحاسب او التلفاز	١١٣٥٢	٧٥.٦٨	التاسع
١٠	اذهب للطبيب عند الاصابة الرياضية واقوم بعمل العلاج الطبيعى الذى يحدده الطبيب	١٠٨٥٤	٧٢.٣٦	العاشر
	مجموع المحور	١١٩٨٢٨	٧٩.٨٩	

يوضح جدول (١٤) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الخامس السلوك الصحي القوامى للثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا تراوحت ما بين (٧٢.٣٦ : ٨٥.٦١)، بينما كانت النسبة المئوية لمجموع المحور ٧٩.٨٩.

جدول (١٥)  
الدرجة المقدرة والنسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات السلوك  
الصحي الغذائي لاستمارة الثقافة الصحية (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الدرجة المقدرة	النسبة المئوية	الترتيب
١	تفضل اضافة نسبة عالية من الملح في طعامك	١٢٤٣٠	٨٢.٨٧	الأول
٢	تتناول المواد الغذائية الغنية بالألياف	١٢١٦٦	٨١.١١	الثاني
٣	تتناول الفاكهة والخضراوات	١٢٠٥٨	٨٠.٣٩	الثالث
٤	تتناول المواد الغذائية الغنية بمضادات الاكسده	١١٩٠٢	٧٩.٣٥	الرابع
٥	اتناول وجبات اضافية بين الوجبات الاساسية	١١٨٤٤	٧٨.٩٦	الخامس
٦	افضل شرب كوب من الشاي	١١٨٣٨	٧٨.٩٢	السادس
٧	تقوم بغسل الفاكهة والخضراوات قبل تناولها	١١٦٥٨	٧٧.٧٢	السابع
٨	تفضل الاكل المنزلي على الوجبات السريعة	١١٦١٦	٧٧.٤٤	الثامن
٩	افضل تناول الفاكهه بعد الوجبة مباشرة	١١٥٦٢	٧٧.٠٨	التاسع
١٠	تتناول اللحوم بانواعها	١١٢٩٦	٧٥.٣١	العاشر
١١	اتناول وجبة الافطار مبكرا	١١٠٧٨	٧٣.٨٥	الحادي عشر
	مجموع المحور	١٢٩٤٤٨	٧٨.٤٥	

يوضح جدول (١٥) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور السادس السلوك الصحي الغذائي للثقافة الصحية لطلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا تراوحت ما بين (٧٣.٨٥: ٨٢.٨٧)، بينما كانت النسبة المئوية لمجموع المحور ٧٨.٤٥.

ثانياً: عرض نتائج التساؤل الثاني والذي ينص علي: "هل توجد فروق دالة إحصائية في الثقافة الصحية بين طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا وفقا للجنس؟

جدول (١٦)  
دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك الصحي  
الشخصي للعينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	نوع العينة	دائما	اجابنا	ابدا	قيمة كا <sup>٢</sup>
١	تنظف أسنانك بعد الأكل	ذكور	٨٤٢	٢٣٢	١٢٦	١٢.٤٩
		إناث	١١٦٣	٣٨٠	٢٥٧	
٢	تنظيف جسدك (تستحم)	ذكور	٨٧١	٢٢٧	١٠٢	٣٨.٩١
		إناث	١١١٤	٤٤٠	٢٤٦	
٣	تمشط شعرك	ذكور	٩٣٢	١٨٠	٨٨	٣٠.٨٦
		إناث	١٢٤٢	٣٣٤	٢٢٤	



تابع جدول (١٦)  
دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك الصحي  
الشخصي للعينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	لاستجابات نوع العينة	دائما	اجبانا	ابدا	قيمة كا <sup>٢</sup>
٤	بتأكل أطافرك	ذكور	٨١٣	١٦٠	٢٢٧	٤١.٦٧
		إناث	١٠١٨	٣٧٢	٤١٠	
٥	تستعمل المناديل	ذكور	٩٢١	٢٠٢	٧٧	٥٥.٦٠
		إناث	١١٧٥	٣٧٨	٢٤٧	
٦	تلقى القمامة	ذكور	٧٦٥	٢٣٤	٢٠١	١٥.٦٦
		إناث	١٠٢٨	٤٥٢	٣٢٠	
٧	بتغسل يديك جيدا	ذكور	٨٥٥	٢٤٠	١٠٥	٢٢.٨٦
		إناث	١١٦٥	٣٧٩	٢٥٦	
٨	ملابسك نظيفة	ذكور	٨٥٤	١٩٤	١٥٢	١.٨١
		إناث	١٣٠٤	٢٩٧	١٩٩	
٩	بتنظف حجرتك وسريرك	ذكور	٧٤٥	٢٤١	٢١٤	٢.٢٥
		إناث	١١٥٥	٣٢٣	٣٢٢	
١٠	بتعلق ملابسك على الشماعة	ذكور	٧٤٤	٢١٩	٢٣٧	٥٦.٠١
		إناث	١٣٣٩	٢٥١	٢١٠	
١١	تحمى نفسك من الشمس	ذكور	٨٣٥	١٩٨	١٦٧	٦٩.١٩
		إناث	١٤٨٤	١٨٥	١٣١	
١٢	تستيقظ مبكرا نشط	ذكور	٦٧٩	٣٢٦	١٩٥	١٢٦.١٩
		إناث	١٣٤٢	٢٢٢	٢٣٦	
١٣	تنام وانت مرتدى ملابس الخروج	ذكور	٧٣١	٢٠٧	٢٦٢	٢٢.٠٨
		إناث	١٢٣٣	٢٨٤	٢٨٣	
١٤	بتنقص شعرك	ذكور	٩٠١	١٦٩	١٣٠	٢٢.٠٥
		إناث	١٢٠٩	٣٢٠	٢٧١	
١٥	بتحافظ على نظافة المكان	ذكور	٨٠٤	٢٢٧	١٦٩	٢٦.٠٨
		إناث	١٣٣٦	٣٠٨	١٥٦	

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يوضح جدول (١٦) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الأول السلوك الصحي الشخصي حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> بين (١٢.٤٩): (١٢٦.١٩) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارتين (٨، ٩) بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> لهما على التوالي (١.٨١، ٢.٢٥) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

## جدول (١٧)

دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك الصحي  
الوقائي لاستمارة الثقافة الصحية للعينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الاستجابات نوع العينة	دائما	احيانا	ابدا	قيمة كا
١	هل تراجع الطبيب لاجراء فحوصات طبية	ذكور	٦٤٠	٤٠٢	١٥٨	٤.٩٦
		إناث	٩٧٦	٥٤٦	٢٧٨	
٢	هل تراجع طبيب الاسنان	ذكور	٧٦٦	٢٦١	١٧٣	٦.٩٢
		إناث	١٠٦٦	٤٢٦	٣٠٨	
٣	هل نتابع الكشف الدوري على السمع والنظر	ذكور	٧٨٩	١٧٦	٢٣٥	٥.٤٨
		إناث	١٢٣٨	٢٦٩	٢٩٣	
٤	انتعرف على التطعيمات عند انتشار الامراض	ذكور	٧١٢	٢٣٧	٢٥١	٣٣.٤٠
		إناث	٨٨٠	٤٨٣	٤٣٧	
٥	تلتزم بتعليمات الطبيب وتنفذها بدقة	ذكور	٨٠٥	١٩٦	١٩٩	٧.٣٧
		إناث	١٢٨٥	٢٧٣	٢٤٢	
٦	تهتم ببعض المعلومات عن الاسعافات الاولية	ذكور	٨٢١	٢٥١	١٢٨	٣٥.٣٨
		إناث	١٤٠٦	٢٦٠	١٣٤	
٧	ممكن تسعف اقرانك إذا لزم الامر	ذكور	٧٤٩	٢٧٢	١٧٩	٤٦.١٥
		إناث	٨٩٨	٥٢٥	٣٧٧	
٨	تقى نفسك من انتقال الميكروبات والفيروسات عند اصابة احد اقاربك	ذكور	٧٣٥	٣٠٩	١٥٦	١٩.٨٦
		إناث	١١٧٩	٣٤٣	٢٧٨	
٩	تستخدم ادوات الوقاية من الشمس	ذكور	٨٩٠	٢٠٥	١٠٥	٢٤.٥٣
		إناث	١٤٧١	٢١٩	١١٠	
١٠	تحتفظ بادوات الاسعاف الاولى في منزلك	ذكور	٦٧٦	٢٥٨	٢٦٦	٥٩.٨٥
		إناث	١١٦٩	٤٢١	٢١٠	
١١	تقى نفسك من اضطرابات النوم	ذكور	٧٠٨	٢٧٩	٢١٣	٥٩.٣٧
		إناث	١٣٠٢	٣٠١	١٩٧	
١٢	تقوم بالفحص الذاتي النوعي لدى الطبيب المختص	ذكور	٦٧٢	٢٨٦	٢٤٢	٤.٣٤
		إناث	١٠٢٠	٤٦٧	٣١٣	

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يوضح جدول (١٧) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الثاني السلوك الصحي الوقائي حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (٦.٩٢: ٥٩.٨٥) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارات (١، ٣، ١٢) حيث

تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> لهما على التوالي (٤.٣٤، ٥.٤٨) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

### جدول (١٨)

دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك الصحي الرياضي لاستمارة الثقافة الصحية للعيينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الاستجابات نوع العيينة	دائما	أحيانا	أبدا	قيمة كا <sup>٢</sup>
١	تحافظ على وزنك المناسب للرياضة	ذكور	٧٠٥	٣٤٠	١٥٥	١٥.٢٢
		إناث	١٠٥٠	٤٣٣	٣١٧	
٢	تقوم بارتداء ملابس مناسبة لحرارة الجو أثناء التدريب	ذكور	٧٨٧	٣٠٠	١١٣	٢٤.٤٦
		إناث	١١٣٣	٣٨٩	٢٧٨	
٣	تأخذ حمام دافئ قبل وبعد المباراة أو التدريب	ذكور	٧٧٣	٢٩١	١٣٦	٢٨.٠٥
		إناث	٩٨٥	٥٤٦	٢٦٩	
٤	تكون سعيد عند مشاركة زملائك الاداء الرياضي في التدريب	ذكور	٧٥٨	٣١٥	١٢٧	١٤.٧٣
		إناث	١٠١٦	٥٣٤	٢٥٠	
٥	تتفعل في المباراة	ذكور	٦٨٥	٣٦٢	١٥٣	٣١.٣٣
		إناث	١٠٩٥	٣٩٣	٣١٢	
٦	تناول مشروبات بها ملح او ليمون أثناء المباراة	ذكور	٨٠٦	٢٣٢	١٦٢	٢٠.٩٥
		إناث	١٠٦٤	٤٥٧	٢٧٩	
٧	ترتدى الواقي المناسب للاداء لكي لا يصاب في المباراة أو التدريب	ذكور	٧٤٠	٢٥٨	٢٠٢	٣٢.٦٦
		إناث	٩٤٣	٤١١	٤٤٦	
٨	تتناول الوجبه قبل المباراة أو التدريب	ذكور	٧٩٨	٢٢٨	١٧٤	٤٠.٨٥
		إناث	٩٩٣	٤١٨	٣٨٩	
٩	تقوم بإجراء الفحوصات الطبية	ذكور	٦٨٨	٢٨٥	٢٢٧	٢١.٢٤
		إناث	٨٨٩	٥٥١	٣٦٠	
١٠	تتناول المكملات الغذائية والمنشطات قبل التدريب	ذكور	٧٥٥	٣٠٩	١٣٦	٦٧.٦٧
		إناث	٩٢١	٤٧٤	٤٠٥	
١	نستخدم المنشطات بدون رأى المدرب أو الطبيب	ذكور	٧٤٨	٢٦٣	١٨٩	٠.١٠
		إناث	١١١٩	٣٩٠	٢٩١	

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يوضح جدول (١٨) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الثالث السلوك الصحي الرياضي حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (١٤.٧٣ : ٦٧.٦٧)

وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارة رقم (١١) بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> لها على (٠.١٠) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

### جدول (١٩)

دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك تجاه المشكلات العامة لاستمارة الثقافة الصحية للعينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الاستجابات نوع العينة	دائما	احيانا	ابدا	قيمة كا <sup>٢</sup>
١	تشاهد البرامج الاخبارية ونستمع لها جيدا	ذكور	٧٤٣	٢٢٤	٢٣٣	١٠٣.٩٠
		إناث	١٣٦١	٣٠٤	١٣٥	
٢	تتفاعل مع الموضوعات المطروحة في المجتمع	ذكور	٥٦٤	٣٩٨	٢٣٨	٨.٨٨
		إناث	٨٥٠	٥٢٣	٤٢٧	
٣	تقوم بطرح بعض الاقتراحات لحل المشكلات العامة	ذكور	٥٦٩	٣٩٦	٢٣٥	١٤.٥٧
		إناث	٩١٣	٤٨٠	٤٠٧	
٤	تجد صعوبة في النقاش مع الآخرين في كثير من الموضوعات العامة	ذكور	٦٨٠	٣٨٩	١٣١	٤٧.٠٢
		إناث	٩٦٨	٤٧٢	٣٦٠	
٥	تتقبل الرأي الآخر حتى ان كان مختلف معك	ذكور	٩٣٣	١٨٢	٨٥	٣٧.٤٤
		إناث	١٢١٩	٤٢٣	١٥٨	
٦	تحتاج لزيارة الطبيب في بعض الاوقات نتيجة الاحداث العامة	ذكور	٧٤٣	٢٥٥	٢٠٢	١٧.٥٨
		إناث	٩٧٨	٤٣٩	٣٨٣	
٧	تعرض دائما على القرارات والاقتراحات من قبل المسؤولين	ذكور	٧٦٧	٣٤٢	٩١	٣٢.١٤
		إناث	١٠٩٧	٤٤٧	٢٥٦	
٨	لك دور في اعطاء القرارات والانتخابات العامة	ذكور	٨٥٤	١٩٦	١٥٠	٠.١٤
		إناث	١٢٨٧	٢٨٥	٢٢٨	
٩	تشارك في العمل الجماعي والتنوعى	ذكور	٧٨٨	٣٣٧	٧٥	٥٥.٨٨
		إناث	١٠٦٣	٤٦٤	٢٧٣	
١٠	تعانى من اضطرابات النوم نتيجة التأثير النفسى بالمشكلات الاجتماعية	ذكور	٧٦٢	٣٢٣	١١٥	٢.٩٢
		إناث	١١١٩	٤٧٣	٢٠٨	

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يوضح جدول (١٩) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الرابع السلوك تجاه المشكلات العامة حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (٨.٨٨):

١٠٣.٩) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارتين (٨، ١٠) بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> لهما على التوالي (٠.١٤، ٢.٩٢) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

### جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك الصحي القوامى لاستمارة الثقافة الصحية للعيينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	الاستجابات نوع العيينة	دائما	احيانا	ابدا	قيمة كا <sup>٢</sup>
١	تخضع لفحص تشوهات القوام	ذكور	٧٥٨	٣٠٨	١٣٤	٤٩.٨١
		إناث	١٢٥٤	٢٧٩	٢٦٧	
٢	اعانى من الام الظهر بصفة مستمرة	ذكور	٧٦٢	٢٣٩	١٩٩	١٧.٧٨
		إناث	١٢٧٣	٢٧٥	٢٥٢	
٣	استخدام الحاسب الالى لفترات طويلة دون راحة	ذكور	٧١٠	٢٧٠	٢٢٠	٤٧.٦٩
		إناث	١٠٢٤	٥٧٢	٢٠٤	
٤	اتعرف على الجلسة الصحيحة امام الحاسب او التلفاز	ذكور	٦٨١	٣٩٢	١٢٧	٧٣.٢٠
		إناث	١٠٠٤	٤١٤	٣٨٢	
٥	اقوم بعمل تمارينات تعويضية لاصلاح الجانب الاخر من الجسم	ذكور	٧٤٦	٢٧٣	١٨١	١١.٠٤
		إناث	١١٩٧	٣٢١	٢٨٢	
٦	افضل الاضاعة الجيدة عند العمل والاستذكار	ذكور	٧١٩	٣٦٥	١١٦	٨٨.٦٧
		إناث	١٣٠٦	٢٨٧	٢٠٧	
٧	استخدام لوحة المفاتيح لفترات طويلة واشعر بالام بعدها	ذكور	٨٣٠	٢٥٣	١١٧	٨.٠٤
		إناث	١٢٦٩	٣١٦	٢١٥	
٨	اراعى اتحناءات الجسم عند النوم لتفادي التشوهات والالام	ذكور	٨٥٥	٢٠٨	١٣٧	٤٢.٦٧
		إناث	١٣٠٠	٤٠٣	٩٧	
٩	اذهب للطبيب عند الاصابة الرياضية واقوم بعمل العلاج الطبيعى الذى يحدده الطبيب	ذكور	٧١٣	٣٦٠	١٢٧	٣٨.٠٤
		إناث	١٠٢٤	٤٤٣	٣٣٣	
١٠	اثناء جلوسى فى القطار او السيارة عند السفر اتحمل وقت السفر فى مكان واحد	ذكور	٧٠٢	٣٣٥	١٦٣	٨.٥٠
		إناث	١١٣٨	٤٢١	٢٤١	

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يوضح جدول (٢٠) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الخامس السلوك الصحي القوامى، حيث تراوحت قيم كا<sup>٢</sup> ما بين (٨.٠٤ : ٨٨.٦٧) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

## جدول (٢١)

دلالة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في عبارات السلوك الصحي  
الغذائي لاستمارة الثقافة الصحية للعينة قيد البحث (ن=٣٥٠)

م	العبارات	نوع العينة	دائما	احيانا	ابدا	قيمة كا
١	اتناول وجبه الاقطار مبكرا	ذكور	٧٢٤	٢٧٣	٢٠٣	٢٤.٣٢
		إناث	٩٣٢	٤٥٤	٤١٤	
٢	اتناول وجبات اضافية بين الوجبات الأساسية	ذكور	٧٢٣	٢٩٢	١٨٥	٣.٢٨
		إناث	١١٤٣	٣٩٨	٢٥٩	
٣	تفضل الاكل المنزلى على الوجبات السريعة	ذكور	٧٨٩	٢٦٣	١٤٨	٣٥.٦١
		إناث	١٠٣٥	٣٩٧	٣٦٨	
٤	تتناول اللحوم بانواعها	ذكور	٨٨٠	١٩٨	١٢٢	٢٠٥.٧٩
		إناث	٨٥٦	٤٧٨	٤٦٦	
٥	تتناول الفاكهة والخضراوات	ذكور	٧٥٩	٢٤٩	١٩٢	٨.٥٤
		إناث	١٢٢٧	٣٠٨	٢٦٥	
٦	تفضل اضافة نسبة عالية من الملح في طعامك	ذكور	٨٠٧	٢٥٢	١٤١	٥.٧٧
		إناث	١٢٦٧	٣١٥	٢١٨	
٧	تتناول المواد الغذائية الغنية بالألياف	ذكور	٧٩٥	٢٢٥	١٨٠	٧.٣٥
		إناث	١٢٤٩	٢٧٠	٢٨١	
٨	تتناول المواد الغذائية الغنية بمضادات الاكسده	ذكور	٧٠٠	٣١٠	١٩٠	٤١.٢٨
		إناث	١٢٢٢	٢٩٧	٢٨١	
٩	تقوم بغسل الفاكهة والخضراوات قبل تناولها	ذكور	٧٦٠	٣٦٦	٧٤	١٣٣.٦٩
		إناث	١٠٢٥	٣٩٣	٣٨٢	
١٠	افضل شرب كوب من الشاي	ذكور	٨١٦	٢٤٠	١٤٤	٢٧.٢٠
		إناث	١٠٨٠	٣٨٧	٣٣٣	
١١	افضل تناول الفاكهه بعد الوجبة مباشرة	ذكور	٧٨٢	٢٠٠	٢١٨	٢٨.٠٤
		إناث	١٠٣٧	٤٤٣	٣٢٠	

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يوضح جدول (٢١) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور السادس السلوك الصحي الغذائي حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (٧.٣٥ : ٢٠٥.٧٩) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارتين (٢، ٦) بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> لهما على التوالي (٣.٢٨، ٥.٧٧) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

ثالثاً: عرض نتائج التساؤل الثالث والذي ينص علي:  
٢- هل توجد فروق دالة إحصائياً في الثقافة الصحية بين طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا وفقاً للكليات؟

### جدول (٢٢)

دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث في عبارات السلوك الصحي الشخصي لاستمارة الثقافة الصحية وفقاً للكليات (ن=٣٥٠)

رقم العبارة	تربيته			حقوق			تجارة			اداب			رياضية			صيدله			قيمة t
	دائماً	احياناً	ابداً	دائماً	احياناً	ابداً	دائماً	احياناً	ابداً	دائماً	احياناً	ابداً	دائماً	احياناً	ابداً	دائماً	احياناً	ابداً	
١	٣١١	١١٤	٧٥	٣١١	١٠٩	٨٠	٣٢٩	٩٦	٧٥	٣٢٣	١١٤	٥٣	٣٧٢	٧٥	٥٣	٣٤٩	١٠٤	٤٧	٣٥٠
٢	٣٣١	١١٩	٥٠	٣١٠	١١٩	٧١	٣١٠	١١٣	٧٧	٣٦١	٩٠	٤٩	٣٢٢	١٠٩	٥٨	٣٤٠	١١٧	٤٣	٢٦٠
٣	٣٦٩	٨١	٥٠	٣٥٥	٨٩	٥٦	٣٦٣	٨٣	٥٤	٣٨٨	٦٧	٤٥	٣٢٩	١٠٥	٦٦	٣٧٠	٨٩	٤١	٢١٠
٤	٢٧٣	٨٢	١٤٥	٣٠٧	٨٧	١٠٦	٢٨١	١١٠	١٠٩	٣٢٩	٩٥	٧٦	٣٢٧	٨٣	٨٠	٣٠٤	٧٥	١٢١	٥٠
٥	٣٦٠	٨١	٥٩	٣٣٤	٩٨	٦٨	٣١٠	١٢١	٦٩	٣٦١	١١٢	٢٧	٣٦٠	٩٢	٤٨	٣٧١	٧٦	٥٣	٤٥
٦	٢٧٢	١٢٢	١٠٦	٢٨٧	١٢٢	٩١	٢٩٢	١٠٥	١٠٣	٣٠٦	١٢٠	٧٤	٣٢٠	١١٠	٧٠	٣١٦	١٠٧	٧٧	٢٢
٧	٣٢٥	١١٤	٦١	٣٢٣	٩٦	٨١	٣٠١	١٢٦	٧٣	٣٥٩	١٠١	٤٠	٣٦٥	٨٥	٥٠	٣٤٧	٩٧	٥٦	٣٧
٨	٣٧٤	٧٦	٥٠	٣٢٧	٨٧	٧٦	٣٥٦	٨٢	٦٢	٣٧٢	٨٥	٤٣	٣٥٢	٧٨	٧٠	٣٦٧	٨٣	٥٠	١٨
٩	٣٢٢	٧٠	١٠٨	٣٠٥	٩٨	٩٧	٣٥٦	٧٨	٦٦	٣٤٧	٩٧	٧٨	٣٤٧	٩٧	١٤٦	١١٨	٧٥	٩١	١٠
١٠	٣٣١	٧٧	٩٢	٣١٢	٩٦	٩٢	٣٧٨	٦٢	٦٠	٣٥٦	٩٠	٥٤	٣٦٧	٧٢	٦١	٣٢٩	٧٣	٨٨	٤٠
١١	٣٨٨	٦٦	٦٦	٣٥٢	٦٨	٨٠	٣٩٤	٦٠	٤٦	٣٨٣	٦٥	٥٢	٤٠٥	٦٥	٥٥	٣٩٧	٦٩	٣٤	٢٢
١٢	٣٢٢	٩٩	٧٩	٣١٢	٨٨	١٠٠	٣٤٥	٧٨	٧٧	٣٤٩	٩١	٦٠	٣٣٥	٩١	٦١	٣٥٨	٨٨	٥٤	٢٩
١٣	٣١٥	٧١	١١٤	٢٩٩	٨٧	١١٤	٣٣١	٦٥	١٠٤	٣٤٢	٧٧	٨١	٣٣١	١٠٩	٦٠	٣٤٦	٧٨	٧٦	٤٧
١٤	٣٦٦	٦٩	٦٥	٣٤١	٨٣	٧٦	٣٠٥	١٢٠	٧٥	٣٦٠	٧٥	٧٤	٣٦٠	٦٦	٦١	٣٨٦	٨٢	٦٦	٤١
١٥	٣٥٣	٩٩	٤٨	٣٣٤	٩٩	٦٧	٣٠٤	١٠٣	٩٣	٣٨٨	٧١	٤١	٣٧٩	٨٢	٣٩	٣٨٢	٨١	٣٧	٦٩

قيمة كا عند مستوى  $0.05 = 18.31$

يوضح جدول (٢٢) أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين إجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحاور الأولى السلوك الصحي الشخصي حيث بلغت قيمة كا ما بين (٢١.٨٥ : ١٠٣.٩) وهي أكبر من قيمة كا الجدولية، فيما عدا العبارة رقم (٨) بلغت قيمة كا لها (١٨.١٢) وهي أقل من قيمة كا الجدولية.

## جدول (٢٣)

دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث في عبارات السلوك الصحي الوقائي  
لاستمارة الثقافة الصحية وفقاً للكلية (ن = ٣٥٠)

رقم العبارة	تربيته			حقوق			تجارة			اداب			رياضية			صيدله			قيمة ٢٤
	دائماً	أحياناً	أبداً	دائماً	أحياناً	أبداً	دائماً	أحياناً	أبداً	دائماً	أحياناً	أبداً	دائماً	أحياناً	أبداً	دائماً	أحياناً	أبداً	
١	٢٤١	١٧٩	٨٠	٢٢٠	١٨٩	٩١	٢٩٠	١٥٧	٥٣	٢٨٤	١٣٢	٨٤	٢٧٨	١٤٣	٧٩	٣٠٣	١٤٨	٤٩	٥٤.٨٢
٢	٣٠٢	١٢٠	٧٨	٢٨٥	١١٩	٩٦	٣٠٦	١١٠	٨٤	٢٩١	١٢٠	٨٩	٣٢٧	١٠٠	٧٣	٣٢١	١١٨	٦١	١٦.٨٠
٣	٣٤٩	٤٩	١٠٢	٣٣٤	٦٣	١٠٣	٣٤٦	٩٠	٦٤	٣٠٢	١١٨	٨٠	٣٥٠	٥٢	٩٨	٣٤٦	٧٣	٨١	٦٤.٩٥
٤	٢٥٢	١١١	١٣٧	٢٣٤	١٢١	١٤٥	٢٤٩	١١٧	١٣٤	٢٦٩	١٢٤	١٠٧	٢٧٨	١١٤	١٠٨	٣١٠	١٣٣	٥٧	٦١.٦٩
٥	٣٤٦	٦٠	٩٤	٣٣٨	٦٣	٩٩	٣٥٦	٩١	٥٣	٣٤٤	٩٥	٦١	٣٦٧	٧٦	٥٧	٣٣٩	٨٤	٧٧	٤١.٤٧
٦	٣٨٤	٨٠	٣٦	٣٦٧	٨٦	٤٧	٣٦٦	٨٠	٥٤	٣٣٩	١١٦	٤٥	٣٩٧	٦٤	٣٩	٣٧٤	٨٥	٤١	٢٦.٩٨
٧	٢٣٧	١٥٣	١١٠	٢١٧	١٥٨	١٢٥	٢٥٢	١٤٥	١٠٣	٢٩٤	١٢٧	٧٩	٣٨٩	٧٢	٣٩	٢٥٨	١٤٢	١٠٠	١٥٦.٢
٨	٢٩٧	١١٥	٨٨	٣٦٥	٩٣	٤٢	٣٢٤	٩٩	٧٧	٣١٠	١٢٠	٧٠	٣٠٢	١٢٢	٧٦	٣١٦	١٠٣	٨١	٣٣.٧٣
٩	٤٢١	٥٨	٢١	٤٠١	٦٨	٣١	٣٨٣	٧٢	٤٥	٣٦٨	٨٥	٤٧	٣٩٣	٦٩	٣٨	٣٩٥	٧٢	٣٣	٢٢.٣٤
١٠	٢٨٨	١٢٠	٩٢	٢٨٣	١٢٨	٨٩	٢٩٤	١١٦	٩٠	٣٢٨	٩٦	٧٦	٣١٧	١٠٧	٧٦	٣٣٥	١١٢	٥٣	٢٩.٩٤
١١	٣٣١	١٠٦	٦٣	٣٢٩	١٠٣	٦٨	٣٥٤	٩١	٥٥	٣٢٤	٩٣	٨٣	٣٤٠	٩٨	٦٢	٣٢٢	٨٩	٧٩	١٢.٥٣
١٢	٣١٢	١٠٤	٨٤	٢٤٧	١٣٧	١١٦	٢٩٦	١١٢	٩٢	٢٧٠	١٤١	٨٩	٢٦٨	١٣٤	٩٨	٢٩٩	١٢٥	٧٦	٢٩.٣٠

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ١٨.٣١

يوضح جدول (٢٣) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الثاني السلوك الصحي الوقائي حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (٢٢.٣٤ : ١٥٦.٢) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارات (٢، ١١) حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> لهما على التوالي (١٦.٨٠، ١٢.٥٣) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.



جدول (٢٤)  
دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث في عبارات السلوك الصحي  
الرياضي لاستمارة الثقافة الصحية وفقا للكلية (ن=٣٥٠)

رقم العبارة	تربيته			حقوق			تجارة			اداب			رياضية			صيدله			قيمة ٢كا
	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	
١	٢٦١	١٤٨	٩١	٢٨٠	١٢٥	٩٥	٢٧٦	١٣٣	٩١	٣٢٤	١٠٤	٧٢	٢٨٩	١٤٣	٦٨	٣٢٥	١٢٠	٥٥	٣٨.٣٤
٢	٣٠٠	١٢٦	٧٤	٢٧٩	١٣٢	٨٩	٣١٨	١١٥	٦٧	٣٢٧	٩٩	٦٤	٣٥٠	١٠٠	٥٠	٣٢٦	١١٧	٤٧	٣٧.٤٠
٣	٢٨٢	١٤٥	٧٣	٢٧٨	١٦٢	٦٠	٢٨٥	١٤٧	٦٨	٢٩٣	١٢٥	٨٢	٣٢٨	١١٩	٥٣	٢٩٢	١٣٩	٦٩	٢١.٩٠
٤	٢٨٢	١٥٣	٦٥	٢٧٣	١٥٥	٧٢	٢٧٤	١٤١	٨٥	٢٧٨	١٥٨	٦٤	٣٢٨	١٢٥	٤٧	٣٣٩	١١٧	٤٤	٤٤.١٠
٥	٢٧٥	١٤٤	٨١	٣٠٠	١٢٤	٧٦	٢٨٣	١٣٣	٨٤	٢٨٣	١٠١	٦١	٣٢٨	١٠١	٨٨	٢٩٦	١٢٩	٧٥	٢٢.٠٨
٦	٢٨٤	١٣٢	٨٤	٣٠٧	١١٩	٧٤	٢٩٦	١٢٤	٨٠	٣٤١	٩٠	٦٩	٣٢٧	١٠٧	٦٦	٣١٥	١١٧	٦٨	١٩.٧٩
٧	٢٧٨	٩٠	١٣٢	٢٥٢	١١٣	١٣٥	٢٦٧	٩٩	١٣٤	٢٦١	١٢١	١١٨	٣٠٥	١٣١	٦٤	٣٢٠	١١٥	٦٥	٧٦.٨٤
٨	٢٩٥	٩٦	١٠٩	٣٢٢	١١٦	٦٢	٢٧١	١١٧	١١٢	٢٧٠	١٢٤	١٠٦	٣٢٠	١٠٣	٩٢	٣٢٨	٩٠	٨٢	٣٨.٣٧
٩	٢١٢	١٦٨	١٢٠	٢٤٨	١٣٩	١١٣	٢٤٢	١٥٢	١٠٦	٢٩٥	١٣٠	٧٥	٣٤٤	٩٦	٦٠	٢٣٦	١٥١	١١٣	٩٦.٥٦
١٠	٢٤١	١٥١	١٠٨	٢٨٠	١١٨	١٠٢	٢٥١	١٤٢	١٠٧	٢٩٥	١٢٥	٨٠	٣٠٧	١٢٠	٧٣	٣٠٧	١٢٧	٧١	٣٦.٩١
١١	٢٩٠	١٢٢	٨٨	٢٩٣	١١٦	٩١	٣٠٧	١١١	٨٢	٢٩٢	١١٤	٩٤	٣٤٣	١٠٧	٥٠	٣٤٢	٨٣	٧٥	٣٤.٩٤

قيمة كا عند مستوى ٠.٠٥ = ١٨.٣١

يوضح جدول (٢٤) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الثالث السلوك الصحي الرياضي حيث تراوحت قيمة كا ما بين (١٩.٧٩ : ٩٦.٥٦) وهي أكبر من قيمة كا الجدولية.

جدول (٢٥)  
دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث في عبارات السلوك تجاه المشكلات  
العامة لاستمارة الثقافة الصحية وفقا للكلية (ن=٣٥٠)

رقم العبارة	تربيته			حقوق			تجارة			اداب			رياضية			صيدله			قيمة ٢كا
	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	
١	٣٦١	٧٥	٦٤	٣٣٧	٨٧	٧٦	٣٤٠	٨٥	٧٥	٣٤٣	١٠٨	٤٩	٣٨٨	٨٠	٣٢	٣٣٥	٩٣	٧٢	٣٨.٦٣
٢	٢١٣	١٦٣	١٢٤	٢١٧	١٥٧	١٢٦	٢٣٤	١٤٤	١٢٢	٢٥٢	١٤٨	١٠٠	٢٥٤	١٥٦	٩٠	٢٤٤	١٥٣	١٠٣	١٨.٣١
٣	٢١٨	١٦٤	١١٨	٢٣٨	١٤٣	١١٩	٢٤٣	١٤٩	١٠٨	٢٥٢	١٣٧	١١١	٢٣٦	١٤٦	١١٨	٢٩٥	١٣٧	٦٨	٣٥.١٥
٤	٢٥٨	١٥٢	٩٠	٢٦٥	١٤٩	٨٦	٢٧٤	١٤٦	٨٠	٢٨٠	١٢٩	٩١	٢٨٣	١٣٦	٨١	٢٨٨	١٤٩	٦٣	١١.٦٢
٥	٣٥٥	١١٣	٣٢	٣٥٤	١٠٥	٤١	٣٣٦	١٠٠	٦٤	٣٣٦	١١٠	٥٤	٣٩٧	٧٧	٢٦	٣٧٤	١٠٠	٢٦	٤٦.١٥
٦	٢٧٤	١٢٦	١٠٠	٢٣٣	١٤١	١٢٦	٢٨٦	١١٤	١٠٠	٣٠٦	١٠٢	٩٢	٣١٠	٩٤	٩٦	٣١٢	١١٧	٧١	٤٤.٢٢
٧	٢٩٩	١٤٦	٥٥	٢٩٥	١٣٩	٦٦	٣٠١	١٣٣	٦٦	٣٠٩	١٣٢	٥٩	٣٣٣	١٢٠	٤٧	٣٢٧	١١٩	٥٤	١٢.٩٩
٨	٢٨٠	٨٠	١٥٠	٣١٥	٩٧	٨٨	٣٣٧	٩٠	٧٣	٣٨٥	٦١	٥٤	٣٧٩	٦٧	٥٤	٣٧٣	٨٦	٤١	١٣٧.٩
٩	٢٧٤	١٧٢	٥٤	٣٢٤	١٢٥	٥١	٣٠٢	١١٥	٨٣	٢٨٣	١٤٨	٦٩	٣٢٣	١٣٥	٤٢	٣٤٥	١٠٦	٤٩	٥٣.١٤
١٠	٢٩٣	١٦٠	٤٧	٣٤٥	١١٩	٣٦	٢٩٢	١١٦	٩٢	٣٠٣	١٤٦	٥١	٣٣٨	١٢٥	٣٧	٣١٠	١٣٠	٦٠	٥٩.٢١

قيمة كا عند مستوى ٠.٠٥ = ١٨.٣١

يوضح جدول (٢٥) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الرابع السلوك تجاه المشكلات العامة حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (١٨.٣١ : ١٣٧.٩) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارتين (٤، ٧) بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> لهما على التوالي (١١.٦٢، ١٢.٩٩) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

### جدول (٢٦)

دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث في عبارات السلوك الصحي القوامي لاستمارة الثقافة الصحية وفقاً للكليات (ن=٣٥٠)

رقم العبارة	تربيته			حقوق			تجارة			اداب			رياضية			صيدله			قيمة كا <sup>٢</sup>
	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	دائما	احيانا	ابدا	
١	٢٩٩	١٢١	٨٠	٣٣٥	٩٩	٦٦	٣٤٦	٨٧	٦٧	٣٢٣	١٠٤	٧٣	٣٢٣	٨٦	٥١	٣٤٦	٩٠	٦٤	٢٣.٥٤
٢	٣٢٢	٩٣	٨٥	٣٢٥	٩١	٨٤	٣٣٥	٨٠	٨٥	٣٤٥	٨١	٧٤	٣٤٥	٩١	٦٧	٣٤٦	٧٨	٥٦	١٥.٧٧
٣	٢٥٤	١٦٤	٨٢	٢٩١	١٤١	٦٨	٢٧٠	١٥٥	٧٥	٣٠٣	١٣٦	٦١	٣١٢	١٠٢	٨٦	٣٠٤	١٤٤	٥٢	٣٦.٧٨
٤	٢٧٧	١٤١	٨٢	٣٠٦	١١٩	٧٥	٢٤٤	١٤٦	١١٠	٢٥٥	١٤٦	٩٩	٢٥٥	١١٦	٦٩	٢٨٨	١٣٨	٧٤	٣٥.٩٧
٥	٢٩١	١٢٤	٨٥	٣١٩	١٠١	٨٠	٣١٩	٩٦	٨٥	٣٢٩	٩٤	٧٧	٣٢٩	٩٠	٧١	٣٤٦	٨٩	٦٥	١٨.٤١
٦	٣٢٣	١٢٥	٥٢	٣٠٤	١٢٢	٧٤	٣٩٢	٧٤	٣٤	٣٢٠	١٢١	٥٩	٣٢٠	١٠٦	٣٤	٣٢٦	١٠٤	٧٠	٥٩.٩٥
٧	٣٤٤	١٠٣	٥٣	٣١٥	١١٤	٧١	٣٥٠	٩٣	٥٧	٣٤٠	٩٤	٦٦	٣٨٣	٧٢	٤٥	٣٦٧	٩٣	٤٠	٣٠.٨٠
٨	٣٦٢	١٠٢	٣٦	٣٥٧	١٠٠	٤٣	٣٦٩	٩٩	٣٢	٣٢٧	١١٣	٥٠	٣٢٧	٧٧	٢٨	٣٣٥	١٢٠	٤٥	٢٦.٥٣
٩	٢٥٩	١٥٢	٨٩	٢٨٦	١٣٩	٧٥	٢٩٧	١٢٩	٧٤	٢٧٠	١٢٢	٩٨	٢٧٠	١٠٤	٧١	١٦٠	١٤٧	٥٣	٥٨.٨٠
١٠	٢٨٧	١٤٤	٦٩	٢٨٢	١٥٠	٦٨	٣٠٢	١٢٦	٧٢	٣١٤	١٢٠	٦٦	٣١٤	١٠٣	٥٧	٣١٥	١١٣	٧٢	٢٢.٦٢

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ١٨.٣١

يوضح جدول (٢٦) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الخامس السلوك الصحي القوامي حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (١٨.٤١ : ٥٩.٩٥) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارة رقم (٢) بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> لها (١٥.٧٧) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

### جدول (٢٧)

## دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث في عبارات السلوك الصحي الغذائي لاستمارة الثقافة الصحية وفقاً للكلية (ن=٣٥٠)

رقم المباراة	تربيته			حقوق			تجارة			اداب			رياضية			صيدله			قيمة ٢٢ك
	داثما	احيانا	ايذا	داثما	احيانا	ايذا	داثما	احيانا	ايذا	داثما	احيانا	ايذا	داثما	احيانا	ايذا	داثما	احيانا	ايذا	
١	٢٤٠	١٤٠	١٢٠	٢١١	١٥٣	١٣٦	٣١٣	٩٨	٨٩	٢٥٨	١٣٤	١٠٨	٣٣١	٧٦	٩٣	٣٠٣	١٢٦	٧١	١٠٠٠٣
٢	٢٩٤	١٢٢	٨٤	٢٩٦	١٢٨	٧٦	٢٩٥	١١٦	٨٩	٣٢٥	١٠٨	٦٧	٣٣٥	١٠٣	٦٢	٣٣١	١١٣	٦٦	١٦٠٨٢
٣	٢٦٢	١٣٢	١٠٦	٢٨٨	١١٥	٩٧	٢٧٨	١١٠	١١٢	٣٤٧	٩٩	٥٤	٣٢٤	١٠٠	٧٦	٣٢٥	١٠٤	٧١	٥٤٠٢٩
٤	٢٧٥	١١٣	١١٢	٢٤٧	١٣٦	١١٧	٢٨٩	١١٠	١٠١	٢٥٧	١٢٤	١١٩	٣٣٣	٨٩	٧٨	٣٣٥	١٠٤	٦١	٦٤٠٣٢
٥	٣١٧	٩٩	٨٤	٣١٣	٩٢	٩٥	٣١٤	١٠٤	٨٢	٣٤٢	٩٠	٦٨	٣٦١	٨١	٥٨	٣٣٩	٩١	٧٠	٢٠٠٧٣
٦	٣١٧	١١١	٧٢	٣٧٦	٩١	٣٣	٣٥٣	٨٧	٦٠	٣٢٠	١٠٦	٧٤	٣٥٧	٨٢	٦١	٣٥١	٩٠	٥٩	٣٢٠٣٢
٧	٣١٤	٩١	٩٥	٣٣٥	٨٦	٧٩	٣٥٥	٧٥	٧٠	٣١٣	١٠٧	٨٠	٣٨٦	٥٥	٥٩	٣٤١	٨١	٧٨	٣٨٠٤٩
٨	٣٠٦	١١٦	٧٨	٣٠٧	١١٥	٧٨	٣١٩	٩١	٩٠	٣٢٣	١٠٠	٧٧	٣٤٠	٨٨	٧٢	٣٢٧	٩٧	٧٦	١١٠٩٠
٩	٢٥٤	١٤٧	٩٩	٣١٤	١١١	٧٥	٣٠٤	١١٣	٨٣	٢٩٢	١٢٨	٨٠	٣٢٠	١٢١	٥٩	٣٠١	١٣٩	٦٠	٣٢٠٤١
١٠	٢٨٨	١٢٠	٩٢	٣٢٧	١٠٤	٦٩	٣٢٠	٩٦	٨٤	٣٢٧	١٠٤	٦٩	٣١٤	٩٤	٩٢	٣٢٠	١٠٩	٧١	١٥٠٤٧
١١	٢٧٥	١٠٢	١٢٣	٢٨٧	١٠٥	١٠٨	٣١١	١٠٠	٨٩	٢٩٥	١٢٢	٨٣	٣٣١	٩٣	٧٦	٣٢٠	١٢١	٥٩	٤٣٠١٠

قيمة كا<sup>٢</sup> عند مستوى ٠.٠٥ = ١٨.٣١

يوضح جدول (٢٧) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور السادس السلوك الصحي الغذائي لطلاب حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (٢٠.٧٣): (١٠٠.٣) وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية، فيما عدا العبارات (٢، ٨، ١٠) حيث تراوحت قيمة كا<sup>٢</sup> ما بين (١١.٩٠، ١٦.٨٢) وهي أقل من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية.

### مناقشة النتائج:

سوف يتم مناقشة وتفسير نتائج البحث وفقاً لترتيب تساؤلات ونتائج

### البحث كالاتي:

مناقشة نتائج التساؤل الأول والذي ينص علي:

١- ما الواقع الفعلي لمستوى الثقافة الصحية لدي طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا؟

يوضح جدول (١٠) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الأول السلوك الصحي الشخصي لاستمارة الثقافة الصحية للطلاب الممارسين للنشاط الرياضي بجامعة المنيا حيث تذكر "بهاء الدين سلامة"

(٢٠١١) أن الصحة الشخصية وهو ذلك المجال الذى يعمل على تنقيف الفرد وتزويده بالمعلومات التى تساعده على اتباع الوسائل الصحية السليمة من أجل حياه صحية أطول وذلك فيما يتعلق بالنظافة.

ويشير "كمال عبد الحميد، أبو العلا عبد الفتاح" (٢٠٠١) إلى أن الجسم البشرى لايملك محافظة طبيعية ضد المؤثرات غير المناسبة المحيطة به لذلك يجب ارتداء الملابس والأحذية للمحافظة عليه من الحرارة والبرودة الشديدة.

كما يوضح جدول (١١) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني السلوك الصحى الوقائى لاستمارة الثقافة الصحية للطلاب الممارسين للنشاط الرياضى بجامعة المنيا.

تشير دراسة "ناصر مصطفى، مصطفى حسين باهى" (٢٠٠٣) أشارت إلى مدى ارتباط الثقافة الصحية للرياضيين وقد اظهرت الدراسة وجود عوائق خارجية مثل نقص الوقت وقلة مستوى الوعي الصحى كأحدى العوامل الرئيسية التى تؤثر سلبا على صحة الجسم. والهدف أيضاً من التنقيف والوعي الصحى من شأنه رفع المستوى الصحى للأفراد بصفة عامة مما يؤدي إلى زيادة الإنتاج والوفر فى الإنفاق العلاجي، حيث تظهر العلاقة وثيقة بين تناول الغذاء الجيد والنشاط الرياضى للتمتع بالصحة، وارشاد الأفراد إلى الطرق التى يستطيعون بواسطتها تقييم حالتهم الصحية (حداد، ٢٠٠٠).

وترى الباحثه أهمية مراعاة النظافة الشخصية واستعمال المناديل النظيفة أو الورقية مع وضع المناديل على الفم والأنف عند العطس أو السعال مع عدم استعمال المناشف المشتركة أو مناديل وأكواب وأدوات الغير للوقاية من الأمراض المعدية والحفاظ على الصحة.

كما يوضح جدول (١٢) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثالث السلوك الصحى الرياضى لاستمارة الثقافة الصحية للطلاب الممارسين للنشاط الرياضى بجامعة المنيا حيث تشير دراسة "ناصر السويفي، عصام عزمي" (٢٠٠٥م) نتائج الدراسة الى البرنامج الرياضى المقترح له تأثي ايجابى فى تنمية القيم الصحية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى بالمنيا، كما أشارت النتائج أيضا الى أن اللعب المتمثل فى القصص الحركية والتمثيلية وألعاب المحاكاة لها أهمية فى تحقيق درس التربية الرياضية.

حيث ترى الباحثة أن الممارسة المنتظمة للرياضة لها آثار مفيدة وكثيرة منها زيادة كفاءة الجهاز الدورى وتقليل الدهون وتقوية العضلات وتحسين المظهر وهذه الممارسة يجب أن تكون فى المدرسة تحت إشراف مدرس التربية الرياضية الذى يقع على كاهله عبء كبير فى مباشرة نمو التلاميذ والعناية بهم.

وقد أوضحت دراسة "عفت عوض أحمد" (٢٠٠٥)، الانتظام فى الرياضة له أثر كبير فى رفع المستوى الصحى والوقاية من الأمراض وتلعب الرياضة دورا هاما فى الشعور بالاسترخاء، الراحة.

حيث يوضح جدول (١٣) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث فى المحور الرابع السلوك تجاه المشكلات العامة لاستمارة الثقافة الصحية للطلاب الممارسين للنشاط الرياضى بجامعة المنيا حيث اتفقت مع دراسة قام بها قام "مليندا بوسينمير، وآخرون " **Melinda Bossenmeyer Et al** (٢٠٠٤م) وأشارت النتائج إلى أن البرنامج قلل كثيرا من الإصابات وتغيير اتجاهات السوك الايجابى نحو الوعى بالثقافة الصحية بينما ركزت البرامج السابقة على عناصر البيئة والملعب للتقليل من الإصابات، وأوصت الدراسة إلى الاهتمام بالأساليب الوقائية ومنها البرامج الحركية.

وترى الباحثه أن المرحلة الجامعية هي المرحلة التي تكونت فيها شخصية الفرد المستقبلية فإذا أهملت الجامعة هذه المرحلة في تنشئة الطالب وتعيده على السلوك الاجتماعي السليم.

ويذكر "حمدي شاكر" (١٩٩٧) أن النشاط الاجتماعي نوع من النشاط الطلابي يزود المتعلمين بمعارف وخبرات ومفاهيم تدعم التعامل المنشود في ظل علاقة انسانية سليمة ودعم الروابط الاجتماعية واكتساب أنماط سلوكية وشخصية مرغوبة.

فكل ما يمارسه الفرد من سلوك وعادات صحية وكل ما يتعلمه من أساليب وطرق الرعاية الصحية له ولأسرته يتوقف على البيئة والمجتمع الذي عاش فيه، أى أن سلوك الأفراد يعتمد إلى حد كبير على التنشئة الاجتماعية.

ويوضح جدول (١٤) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الخامس السلوك الصحى القوامى لاستمارة الثقافة الصحية للطلاب الممارسين للنشاط الرياضي بجامعة المنيا حيث يؤكد كلاً من "أبو العلا عبد الفتاح (١٩٨٥)، صبحى حسنين، عبد السلام راغب" (١٩٩٥) أن الأدوات والأماكن والأجهزة غير المناسبة تعتبر أحد أهم المسببات الكبرى فى حدوث الانحرافات القوامية والاثاث المنزلى والمقاعد وأماكن القراءة فى المنزل والجامعة والإضاءة الغير كافية جميعها عوامل تسهم فى خلق بيئة غير مناسبة تحقق فرصاً أكبر فى الاصابات بالانحرافات القوامية.

وترى الباحثه أن الجامعة هي بيت الطالب التي يقضى به أعواما متتالية تنمو فى غضوننا شخصيته وتتكون لديه العادات القوامية التي تلازمه طوال حياته المستقبلية ويستدل من ذلك أن العادات القوامية الجيدة مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالقوام الجيد.

ويوضح جدول (١٥) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور السادس السلوك الصحى الغذائى لاستمارة الثقافة الصحية للطلاب

الممارسين للنشاط الرياضي بجامعة المنيا حيث تذكر "إلهام شلبي (١٩٩٤)، اميرة خطاب" (٢٠٠٨) أن التربية الغذائية تعتبر من الموضوعات الصحية التي ينبغ أن يتعلمها الفرد منذ صغره وخاصة العادات الغذائية السليمة والسلوك الصحي في اختبار تناول الأغذية المتكاملة.

مناقشة نتائج التساؤل الثاني والذي ينص علي:

٢- هل توجد فروق دالة إحصائية في الثقافة الصحية بين طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا وفقا للجنس؟

يوضح جدول (١٦) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الأول السلوك الصحي الشخصي لاحظت الباحثه أن هناك فروق لصالح الإناث في جميع عبارات المحور الأول وإنخفاض النسبة الخاصة بالذكور.

ويوضح جدول (١٧) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الثاني السلوك الصحي الوقائي حيث كانت النتيجة لصالح الإناث في جميع عبارات المحور الثاني.

ويوضح جدول (١٨) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الثالث السلوك الصحي الرياضي حيث كانت النتائج لصالح الإناث في جميع عبارات المحور الثالث.

ويوضح جدول (١٩) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الرابع السلوك تجاه المشكلات العامة حيث كانت النتيجة لصالح الإناث في جميع عبارات المحور الرابع.

ويوضح جدول (٢٠) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث في جميع عبارات المحور الخامس

السلوك الصحي القوامى كانت النتيجة لصالح الإناث فى جميع عبارات المحور الخامس.

ويوضح جدول (٢١) أنه توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات الذكور والإناث فى جميع عبارات المحور السادس السلوك الصحي الغذائى حيث كانت نتائج عبارات المحور السادس لصالح الإناث ماعدا العبارة رقم(٤) كانت لصالح الذكور.

مناقشة نتائج التساؤل الثالث والذي ينص علي:

٣- هل توجد فروق دالة إحصائيا فى الثقافة الصحية بين طلاب النشاط الرياضي بجامعة المنيا وفقا للكليات؟

يوضح جدول (٢٢) أنه توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات فى جميع عبارات المحور الأول السلوك الصحي الشخصي حيث كانت العبارة الأولى، الرابعة، السادسة، السابعة، الحادية عشر والرابعة عشر لصالح التربية الرياضية، والعبارة الثانية، الثالثة والخامسة عشر لصالح كلية آداب، والعبارة الخامسة، الثانية عشر والثالثة عشر لصالح كلية صيدله، العبارة الثامنة لصالح كلية تربية نوعية، والعبارة التاسعة والعاشره لصالح كلية تجارة، من خلال تحليل الفروق فى جدول (٢٢) تبين للباحثه أن تربية رياضية أظهرت أعلى فروق بالنسبة لباقي الكليات فى المحور الاول، بينما كانت كلية آداب، صيدله، تربية نوعية، تجارة وآداب فى المستويات المتوسطة، وكلية الآداب أدنى الكليات فى عبارات المحور الأول.

ويوضح جدول (٢٣) أنه توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات فى جميع عبارات المحور الثاني للسلوك الصحي الوقائى حيث كانت العبارة الأولى، الرابعة والعاشره للمحور الثانى لصالح كلية صيدله، والعبارة الثانية، الثالثة، الخامسة، السادسة



والسابعة لصالح كلية تربية رياضية، والعبارة الثامنة كانت لصالح كلية حقوق، والعبارة التاسعة والثانية عشر كانت لصالح كلية تربية نوعية، والعبارة الحادية عشر لصالح كلية تجارة، من خلال تحليل الفروق في جدول (٢٣) تبين للباحث أن تربية رياضية أظهرت أعلى فروق بالنسبة لباقي الكليات في المحور الثاني، بينما كانت كلية صيدله، حقوق، تجارة وتربية نوعية في المستويات المتوسطة، وكلية الآداب أدنى الكليات في عبارات المحور الثاني.

ويوضح جدول (٢٤) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الثالث السلوك الصحى الرياضى حيث كانت العبارة الأولى، الرابعة، السابعة والثامنة للمحور الثالث لصالح كلية صيدله، والعبارة الثانية، الثالثة، السادسة، التاسعة، العاشرة والحادية عشر لصالح تربية رياضية، والعبارة الخامسة لصالح كلية آداب، ومن خلال تحليل الفروق في جدول (٢٤) تبين أن أفضل الكليات في عبارات المحور الثالث هى كلية تربية رياضية، وأدنى الكليات في عبارات المحور الثالث حقوق، تجارة، تربية نوعية، وكلية صيدله وآداب في المستويات المتوسطة.

ويوضح جدول (٢٥) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الرابع السلوك تجاه المشكلات العامة حيث كانت العبارة الأولى، الثانية، الخامسة، السابعة والثامنة لصالح تربية رياضية، والعبارة الثالثة، الرابعة، السادسة والتاسعة لصالح كلية صيدله، والعبارة العاشرة لصالح كلية حقوق، من خلال تحليل الفروق في جدول (٢٥) تبين أن أفضل الكليات في عبارات المحور الرابع هى كلية تربية رياضية، وأدنى كلية في عبارات المحور الرابع كلية تجارة وكلية تربية نوعية وآداب، وكانت كلية صيدله وحقوق في المستويات المتوسطة.

ويوضح جدول (٢٦) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور الخامس السلوك الصحى القوامى حيث كانت العبارة الأولى، الثالثة، الرابعة، السابعة، الثامنة، التاسعة، والعاشره لصالح كلية تربية رياضية، والعبارة الثانية والخامسة لصالح كلية صيدله، والعبارة السادسة لصالح كلية التجارة، من خلال تحليل الفروق فى جدول (٢٦) تبين أن أفضل الكليات فى عبارات المحور الخامس هى كلية تربية رياضية، وادنى كلية فى عبارات المحور الخامس هى كلية حقوق وآداب وتربية نوعية، بينما كانت كلية صيدله وتجارة فى المستويات المتوسطة.

ويوضح جدول (٢٧) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين إستجابات طلاب الكليات في جميع عبارات المحور السادس السلوك الصحى الغذائى حيث كانت العبارة الأولى، الثانية، الخامسة، السابعة، الثامنة، التاسعة، والحادية عشر لصالح تربية رياضية، والعبارة الثالثة لصالح كلية آداب، والعبارة الرابعة والعاشره لصالح كلية صيدله، والعبارة السادسة لصالح كلية حقوق، من خلال تحليل الفروق تبين أن تربية رياضية من أفضل الكليات فى عبارات المحور السادس، وأن كلية تجارة وتربية نوعية من أدنى الكليات فى عبارات المحور السادس كلية صيدله وحقوق وآداب فى المستويات المتوسطة.

## (( المراجــــــــــــــــم ))

### أولاً: المراجع العربية

- ١- أبو العلا عبد الفتاح: بيولوجيا الرياضة، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٨٥م. ص ٢٤
- ٢- أحمد حسين اللقانى: مناهج التعليم بين الواقع والمستقبل، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠١ ص ٧٨.

- ٣- السيد سلام خميس: دراسة التربية العربية وقضايا المجتمع العربي، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠٠٣م. ٥٨.
- ٤- إلهام شلبي: أثر برنامج مقترح فى بعض مجالات التربية الصحية على المعلومات والمفاهيم الصحية لتلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الأساسى علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، المجلد السادس، العدد الثانى، ١٩٩٤م. ص ٢٥.
- ٥- أميرة خطاب: تأثير برنامج تثقيف صحى بإستخدام الحاسب الآلى لتحسين السلوك الصحى لأطفال مؤسسة (S.O.S) للأيتام بالغربية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٨م. ص ٤٤
- ٦- بلال العريان: تأثير تثقيف صحى على شعب المجموعات الرياضية من (٨- ١٢ سنة) بمحافظة البحيرة، كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية، ١٩٩٩م.
- ٧- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "صحة الغذاء ووظائف الأعضاء"، دار الفكر العربي، القاهرة (٢٠٠٠). ٦٣.
- ٨- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "الصحة والتربية الصحية"، دار الفكر العربي، القاهرة (٢٠٠٧). ٥.
- ٩- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "الصحة الشخصية والتربية الصحية (الاسلوب الافضل للحياة)"، دار الفكر العربي، القاهرة (٢٠١١)، ص ٥٦، ٢٤.
- ١٠- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "الجوانب الصحية فى التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة (٢٠٠١م). ١٢٩.
- ١١- حداد، شفيق: الدليل الغذائي للصحة الجيدة، ط٣، نوفل للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان (٢٠٠٠)

- ١٢- حمدي شاکر: النشاط المدرسي، دار الأندلس للنشر والتوزيع، ١٩٩٧م، ص ١٨
- ١٣- سامي محمد ملحم: "مناهج البحث في التربية وعلم النفس" دار عمان للطباعة والنشر، ٢٠٠٠م، ص ٦
- ١٤- سليمان احمد حجر: الصحة، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤م. ٦٧
- ١٥- سليمان احمد حجر، محمود السيد الأمين: الأسس العامة للصحة والتربية الصحية، المركز الدولي لآلات والطباعة، القاهرة، ١٩٨٩م.
- ١٦- سمير عيد: أثر برنامج تنقيف صحي في الإدمان على معلومات واتجاهات الموهوبين رياضيا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٣م.
- ١٧- صبحي حسانين، عبد السلام راغب: القوام السليم للجميع، ط ١، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٥م. ص ١٥٤
- ١٨- عفت عوض أحمد الشيتاني: "تأثير برنامج صحي رياضي على السلوك الصحي للصم والبكم"، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا (٢٠٠٥م).
- ١٩- عمرو حسنين: دراسة المعلومات الصحية بين طلاب جامعة الإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٦م.
- ٢٠- علاء الدين محمد عليوة، ممدوح محمد توفيق النجار، محمود محمد عمر محمود: "دراسة الوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الاسكندرية"، بحث منشور، المؤتمر العلمي الدولي الثامن لعلوم التربية البدنية والرياضة ٥-٧ أكتوبر (٢٠٠٤م).

٢١- فوزية عثمان الديب: أثر المستوى الاقتصادي والاجتماعى على بعض الأساليب السلوكية الصحية والمستوى المهارى لناشئات بعض الأنشطة الرياضية الفردية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٥م.

٢٢- فؤاد عبد العزيز: الاصابات بالملعب والمصنع والمنزل، ط٣، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٨٥. ص ٤٣

٢٣- كمال عبد الحميد، أبو العلا عبد الفتاح: الثقافة الصحية للرياضيين، ط١، دار الفكر العربى، ٢٠٠١م. ص ٦، ١٦

٢٤- محمد مسعود ابراهيم شرف: "الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لتلاميذ المرحلة السنية من (٩- ١٢) سنة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية، (٢٠٠٤).

٢٥- محمد علام، عصمت عبد المقصود: السلوك الصحى وتدریس الصحة، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨١م.

٢٦- محمود عبد الحافظ النجار، علاء محمد حلويش: "تقيم برامج التربية الرياضية والصحة بالمنهج المدرسي بمنطقة الشارقة التعليمية بدولة الإمارات العربية المتحدة" بحث منشور مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية العدد ١٩ الجزء ٣، نوفمبر (٢٠٠٤).

٢٧- مسعود كمال غرابة: برنامج مقترح للتوعية الصحية والبيئية وأثره علي السلوك الصحي والاتجاهات نحو البيئة لدى طلاب كلية المعلمين بمكة المكرمة، السعودية، ١٩٩٩م.

٢٨- منظمة الصحة العالمية: تقييم وتنفيذ استراتيجية توفير الصحة للجميع بحلول عام ٢٠٠٠م، (الاسكندرية: المكتب الاقليمي لشرق المتوسط، ١٩٩٦م) ص ٥٦

٢٩- نادية رشاد: التربية الصحية الأمان، منشأة المعارف، الإسكندرية،  
١٩٩٢م.

٣٠- ناصر مصطفى السويفى، عصام الدين عزمى: "تأثير برنامج رياضى  
مقترح على تنمية بعض القدرات البدنية والقيم الصحية  
لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى بمدينة المنيا،  
بحث منشور، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية،  
كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، العدد ٢٠، مارس  
(٢٠٠٥).

٣١- ناصر مصطفى محمد، مصطفى حسين باهى: "بناء مقياس معرفى  
للثقافة الصحية للرياضيين"، بحث منشور، المجلة  
العلمية لعلوم التربية الرياضية، العدد (٣)، كلية التربية  
الرياضية، جامعة طنطا، ديسمبر. ٢٠٠٣م.

### ثانيا: المراجع الأجنبية

- 32- Lee A, Teng K: A "Health school" program in hong  
enhancing positive health behavior for  
school and. urbain health, p.p 68, Jun, 2006.
- 33- Melinda Bossenmeyer Et al (2005): " A Program to  
reduce Playground injures in school  
settings", California State University San  
Marcos Ken Owens- United States  
International University ,August.

### ثالثا: شبكة المعلومات الدولية

- 34-<http://ehs-sph.Berkeley.edu/degree.peogram/msheh.htm>.
- 35-[http://www.learningcity.org/health\\_education.html](http://www.learningcity.org/health_education.html).-
- 36-<http://www.mnsu.edu/shs/healtheducation/bmc>.