

العنوان:	مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك اربد الاردن
المؤلف الرئيسي:	الخالدي، ثروت صايل مفلح
مؤلفين آخرين:	السالم، هاني فريد(مشرف)
التاريخ الميلادي:	2015
موقع:	اربد
الصفحات:	1 - 79
رقم MD:	743459
نوع المحتوى:	رسائل جامعية
اللغة:	Arabic
الدرجة العلمية:	رسالة ماجستير
الجامعة:	جامعة اليرموك
الكلية:	كلية التربية الرياضية
الدولة:	الاردن
قواعد المعلومات:	Dissertations
مواضيع:	الصحة العامة، الوعي الصحي، طلاب كليات التربية الرياضية، جامعة اليرموك
رابط:	https://search.mandumah.com/Record/743459

ملحق رقم (1)

تحكيم استبانة

بسم الله الرحمن الرحيم

السادة أعضاء هيئة التدريس المحترمين

السلام عليكم ورحمة الله و بركاتهأما بعد

لما تتمتعون بة من خبرة ودراية تامة في مجال البحث العلمي ترجو الباحثة منكم تحكيم الاستبانة بالطريقة التي ترونها مناسبة حيث إن الباحثة تقوم بإجراء دراسة بعنوان(مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى

طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك)للحصول على درجة الماجستير في علوم الرياضة .

فأرجو التكرم بقراءة جمع فقرات الاستبانة بدقة دون ترك إي فقرة منها وإبداء الري حول المجالات والعبارات سواء في التعديل أو الإلغاء بما يناسب وعنوان الدراسة بغية الحصول على نتائج مثمرة ومفيدة بهدف الارتقاء بالدراسة العلمية في كلية التربية الرياضية .

يتكون هذا الاستبيان من قسمين هما:المعلومات الشخصية وعبارات المحاور:

أولا : تتكون معلومات الشخصية من :

الجنس: ذكر أنثى

ملائم..... غير ملائم.....

المستوى الدراسي :

سنة أولى سنة ثانية سنة ثالثة سنة رابعة

ملائم غير ملائم

مكان السكن

مدينة قرية

ملائم غير ملائم

وتفضلوا بقبول فائق التقدير والاحترام،،

الباحثة: ثروت الخالدي/كلية التربية الرياضية – جامعة اليرموك

ثانيا: العبارات.

المجال الأول : التغذية

الرقم	العبارات	الانتماء للمحور		الصلاحية اللغوية		التعديل المقترح
		نعم	لا	صالحة	تحتاج للتعديل	
1	تهتم إن يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً.					
2	تحافظ على تناول وجبة الإفطار يوميا قبل ممارسة النشاط الرياضي					
3	تكثُر من تناول المشروبات الباردة والساخنة بين الوجبات الأساسية.					
4	شرب القهوة والشاي يساعدي على التركيز .					
5	تحرص على تناول الطعام الغني بالعناصر الغذائية الذي يساعد على أداء النشاط الرياضي .					
6	تحافظ على وزنك بصورة دائمة من خلال ممارسة الانشطة الرياضية					
7	تحرص على تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة.					
8	تحرص على تناول الطعام المطهى والابتعاد عن المقلي.					
9	تحرص بغسل الخضروات والفواكه قبل الأكل للوقاية من الأمراض					

المجال الثاني: الصحة الشخصية

الرقم	العبارات	الانتماء للمحور		الصلاحية اللغوية		التعديل المقترح
		نعم	لا	صالحة	تحتاج للتعديل	
1	تهتم بمظهرك العام الخارجي.					
2	تهتم بإطالة أظفارك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي					
3	تهتم بالاستحمام وخاصة بعد ممارسة النشاط الرياضية.					
4	تهتم بارتداء الملابس المناسبة لطبيعة الجو .					
5	تهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس.					
6	تحافظ على ساعات النوم بشكل منتظم					

المجال الثالث : ممارسة النشاط الرياضي

الرقم	العبارات	الانتماء للمحور		الصلاحية اللغوية		التعديل المقترح
		نعم	لا	صالحة	تحتاج للتعديل	
1	تهتم بإجراء كشف طبي بعد الشفاء من الإصابة.					
2	تحب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية.					
3	تهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية.					
4	اهتم بممارسة رياضة المشي يوميا بغرض تنشيط الدورة الدموية.					
5	الوقوف عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب.					
6	تشارك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا.					
7	تساعد الرياضة بانتظام على الوقاية من الأمراض.					
8	يجب وجود بطاقة صحية لكل طالب مسجل بها حالته الصحية					
	تهتم بإجراء كشف طبي بعد الشفاء من الإصابة.					

المجال الرابع : مجال القوام

الرقم	العبارات	الانتماء للمحور		الصلاحية اللغوية		التعديل المقترح
		نعم	لا	صالحة	تحتاج للتعديل	
1	تحرص على سلامة وضع الجسم أثناء الوقوف والجلوس.					
2	لديك معرفة بأهمية الرياضة في المحافظة على القوام.					
3	تحرص على كيفية التعامل مع المهارات الحياتية.					
4	تهتم بعوامل الأمن والسلامة للمحافظة على الجسم .					
5	لديك بمعرفة بالية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم.					
6	تحرص على عدم الوصول لمرحلة والإجهاد أثناء ممارسة النشاط الرياضي.					
7	تحرص على ممارسة الأنشطة الرياضية التي تحافظ على القوام السليم.					

المجال الخامس: الوقاية من المرض

الرقم	العبارات	الانتماء للمحور		الصلاحية اللغوية		التعديل المقترح
		لا	نعم	صالحة	تحتاج للتعديل	
1.	المقولة بأن الوقاية خير من العلاج مقولة صائبة.					
2.	تفضل تناول الدواء مع بداية المرض ضمانا لبداية لسرعة الشفاء .					
3.	تعتقد أن المضادات الحيوية فعالة ضد جميع الأمراض.					
4.	ترى إن كثرة استخدام الأدوية تضر بصحة الإنسان.					
5.	تعتقد إن زواج الأقارب سبب في انتشار الأمراض الوراثية.					
6.	تعتقد بأن التلقيح (التطعيم) ضد الأمراض يقلل من مخاطرها.					
7.	تحرص على تناول عصير الليمون عند الإصابة بالرشح بدل من الأدوية.					
8.	تهتم باستشارة الطبيب قبل تناول أي دواء					
9.	تهتم بنظافة العامة للوقاية من انتشار الأمراض.					

ملحق رقم (2)

أداة الدراسة

أخي الطالب - أختي الطالبة: تحية طيبة وبعد....

تقوم الباحثة بإجراء دراسة وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علوم الرياضة من كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك بعنوان "مستوى الوعي بأهمية الصحة العامة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك" لذا يرجى منك التكرم بتعبئة البيانات الخاصة بالمعلومات الشخصية والإجابة على الفقرات بوضع إشارة علامة (✓) إمام الإجابة المناسبة، علماً بأن كافة المعلومات ستعامل بسرية تامة ولن تستخدم إلا لإغراض البحث العلمي فقط.

شاكرًا لحسن تعاونكم واقبلوا فائق الاحترام.

يتكون هذا الاستبيان من قسمين هما: المعلومات الشخصية وعبارات المحاور:

أولاً : تتكون معلومات الشخصية من :

الجنس: ذكر أنثى

المستوى الدراسي :

سنة أولى سنة ثانية سنة ثالثة سنة رابعة

مكان السكن

مدينة قرية

الباحثة: ثروت الخالدي/كلية التربية الرياضية - جامعة اليرموك

ثانيا:العبارات :

المجال الأول: التغذية

الرقم	العبارات	موافق بشده	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	اهتم إن يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً.					
2	أحافظ على تناول وجبة الإفطار يوميا قبل ممارسة النشاط الرياضي					
3	أكثر من تناول المشروبات الباردة والساخنة بين الوجبات الأساسية.					
4	شرب القهوة والشاي يساعدي على التركيز.					
5	احرص على تناول الطعام الغني بالعناصر الغذائية الذي يساعد على أداء النشاط الرياضي .					
6	أحافظ على وزنك بصورة دائمة من خلال ممارسة الانشطة الرياضية					
7	احرص على تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة.					
8	احرص على تناول الطعام المطهى والابتعاد عن المقلي.					
9	احرص بغسل الخضروات والفاكهة قبل الأكل للوقاية من الأمراض					

المجال الثاني: الصحة الشخصية

الرقم	العبارات	موافق بشده	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	اهتم بمظهرك العام الخارجي.					
2	اهتم بإطالة أظفارك لأنها من نواحي اهتمامي بمظهري الشخصي					
3	اهتم بالاستحمام وخاصة بعد ممارسة النشاط الرياضية.					
4	اهتم بارتداء الملابس المناسبة لطبيعة الجو.					
6	اهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس.					
7	أحافظ على ساعات النوم بشكل منتظم					

المجال الثالث : ممارسة النشاط الرياضي

الرقم	العبارات	موافق بشده	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	اهتم بإجراء كشف طبي بعد الشفاء من الإصابة.					
2	أحب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية.					
3	اهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية.					
4	اهتم بممارسة رياضة المشي يوميا بغرض تنشيط الدورة الدموية.					
5	الوقوف عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب.					
6	اشترك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا.					
7	أساعد الرياضة بانتظام على الوقاية من الأمراض.					
8	يجب وجود بطاقة صحية لكل طالب مسجل بها حالته الصحية					

المجال الرابع: القوام

الرقم	العبارات	موافق بشده	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	احرص على سلامة وضع الجسم أثناء الوقوف والجلوس.					
2	الديك معرفة بأهمية الرياضة في المحافظة على القوام.					
3	احرص على كيفية التعامل مع المهارات الحياتية.					
4	اهتم بعوامل الأمن والسلامة للمحافظة على الجسم .					
5	لدي بمعرفة بالية عمل الأجهزة الحيوية في الجسم.					
6	احرص على عدم الوصول لمرحلة والإجهاد أثناء ممارسة النشاط الرياضي.					
7	احرص على ممارسة الأنشطة الرياضية التي تحافظ على القوام السليم.					

المجال الخامس: الوقاية من المرض

الرقم	العبارات	موافق بشده	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1.	المقولة بأن الوقاية خير من العلاج مقولة صائبة.					
2.	أفضل تناول الدواء مع بداية المرض ضمانا لبداية لسرعة الشفاء .					
3.	اعتقد أن المضادات الحيوية فعالة ضد جميع الأمراض.					
4.	أرى إن كثرة استخدام الأدوية تضر بصحة الإنسان.					
5.	اعتقد إن زواج الأقارب سبب في انتشار الأمراض الوراثية.					
6.	اعتقد بأن التلقيح (التطعيم) ضد الأمراض يقلل من مخاطرها.					
7.	أحرص على تناول عصير الليمون عند الإصابة بالرشح بدل من الأدوية.					
8.	أهتم باستشارة الطبيب قبل تناول أي دواء					
9.	أهتم بنظافة العامة للوقاية من انتشار الأمراض.					

ملحق رقم (3)

قائمة بأسماء المحكمين

الرقم	اسم المحكم	التخصص	مكان العمل
1	أ.د عبد السلام جابر	طرق وأساليب التدريس	الجامعة الأردنية
2	أ.د هاني الربضي	رياضة معاقين _حالات خاصة	جامعة اليرموك
3	أ.د محمد العلي	التربية الصحية	جامعة اليرموك
4	أ.د. معتصم شطناوي	إصابات رياضية وإعادة التأهيل	جامعة مؤتة
5	د. محمد بني ملجم	فسيولوجيا النشاط البدني	جامعة اليرموك
6	د.علي محمد النوايسة	تأهيل وتدريب رياضي	الجامعة الهاشمية
7	د.معين عويدات	إدارة وتأهيل رياضي	الجامعة الهاشمية
8	د.تائر المناصير	تأهيل رياضي	الجامعة الهاشمية