



Health behavior practiced during the quarantine of the Coronavirus / COVID-19 among students of the College of Sports Sciences at Mutah University

Baker Suleiman Thuneibat* 

Department of Sports rehabilitation, Faculty of Sports Sciences, Mutah University, Karak, Jordan.

Received: 23/9/2021

Revised: 25/10/2021

Accepted: 2/3/2022

Published: 15/6/2023

* Corresponding author:

dr.baker.thuneibat@gmail.com

Citation: Thuneibat, B. S. . (2023). Health behavior practiced during the quarantine of the Coronavirus / COVID-19 among students of the College of Sports Sciences at Mutah University. *Dirasat: Educational Sciences*, 50(2): 141-154.

<https://doi.org/10.35516/edu.v50i2.4685>



© 2023 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

Abstract

Objectives: The study aimed to determine the level of health behavior practiced by students of the Faculty of Sports Sciences at Mutah University during the quarantine period for the Coronavirus/COVID-19. The study sample consisted of 120 randomly selected male and female students from the Faculty of Sports Sciences at Mutah University.

Methods: The study used the descriptive approach, utilizing survey methods and following scientific steps and procedures suitable for this research.

Results: The findings of this study indicated that the students of the Faculty of Sports Sciences at Mutah University exhibited a high level of healthy behavior during the quarantine for the Coronavirus/COVID-19, with a mean score of 3.86 and a standard deviation of 1.269. Furthermore, the study results revealed no statistically significant differences ($\alpha \leq 0.05$) in the practiced health behavior during quarantine for the Coronavirus/COVID-19 among students of the Faculty of Sports Sciences at Mutah University based on variables such as gender, academic department, academic level, or academic appreciation.

Conclusion: It is crucial to maintain a high level of healthy behavior by adhering to the instructions and guidelines recommended by the World Health Organization or the relevant ministries dealing with the COVID-19 pandemic.

Keywords: Healthy behaviour, quarantine, coronavirus.

السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

بكر سليمان الثنيبات*

قسم التأهيل الرياضي، كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.

ملخص

الأهداف: هدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، حيث تكونت عينة الدراسة من (120) طالب وطالبة من طلبة كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة، وتم اختيارها بالطريقة العشوائية من أفراد مجتمع الدراسة. المنهجية: واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي بإتباع أسلوب الدراسات المسحية بخطواته وإجراءاته العلمية لتناسبه مع طبيعة هذه الدراسة، واستخدمت الدراسة مقياس السلوك الصحي لطلبة الجامعات الأردنية الذي طوره (صمادي والصمادي، 2011).

النتائج: حيث أظهرت نتائج هذه الدراسة إلى أن السلوك الصحي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 جاء بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي (3.86) وانحراف معياري (1.269). كما أظهرت نتائج الدراسة أيضاً عدم جود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً لمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي أو القسم الأكاديمي أو المستوى الدراسي أو التقدير الأكاديمي). الخلاصة: المحافظة على المستوى المرتفع من السلوك الصحي الممارس، وذلك من خلال إتباع التعليمات والإرشادات الموصى بها من قبل من منظمة الصحة العالمية أو من الوزارات المعنية بجائحة كورونا/ COVID-19. الكلمات الدالة: السلوك الصحي، الحجر الصحي، فيروس كورونا.

المقدمة :

على مر التاريخ شهد العالم العديد من الأمراض والأوبئة التي تسببت بالفتك بملايين البشر ، منها ما تم مواجهته ، ومنها ما عجز الطب على مجاراته والمنع من انتشاره ، مما جعله وباء عالميا ينشر الفزع بالبشر ، وعلى مدار السنوات الماضية ارتفعت حالات انتشار الفيروسات القاتلة مثل : الأنفلونزا الآسيوية ، و سارس وإيبولا ، ثم أنفلونزا الطيور والخنازير ، وأخيرا جاء فيروس كورونا المستجد (COVID 19) والذي أصاب العالم بأسره بحالة من الهلع والرعب؛ بسبب سرعة انتشاره بطريقة غير مسبوقة ، حيث انتشر هذا الفيروس في الصين ، ثم انتقل بعدها إلى العديد من الدول بمختلف بقاع العالم ، وتسبب بقتل الآلاف من البشر (Mohamed, 2020).

كما ويواجه الإنسان في حياته الكثير من الموافقات التي تتضمن خبرات مؤلمة غير مرغوب فيها تهدد حياته ، وكنيجة لذلك تتعرض رفاهيته وتكامله النفسي للخطر ، ولا شك أن الأمراض المزمنة والأوبئة والمخاطر ومنها انتشار الفيروسات الخطيرة الفتاكة المهددة للحياة البشرية تعتبر أحد الأحداث الحياتية الضاغطة التي لها علاقة قوية والمساهمة في حدوث الاضطرابات النفسية والجسمية ، وإن الحالة الناتجة عن انتشار فيروس كورونا (COVID19) القاتل وصعوبة إيجاد علاج له مع حالة الانتظار المقلقة لزواله وعودة الحياة الطبيعية للبشر مع عوامل أخرى ، مثل: الخوف على صحة العائلة ، والتوقف عن العمل بالإضافة إلى المعاناة اليومية لعدم تواصل الفرد مع محيطه كلها تلعب دورا لا يستهان به في تأزيم الوضع النفسي وانعكاس ذلك على الصحة (Ben Zayan, 2020).

ومع تفشي أزمة فيروس كورونا (COVID19) بدأت الدول بإعلان إصابة أعداد كبيرة من رعاياها بهذا الفيروس ، و بدأوا يتخذون سلسلة من التدابير والإجراءات الصارمة لمكافحة انتشاره ، واتخذت معظم دول العالم الإجراءات الوقائية المناسبة وأعلنوا الحجر الصحي المنزلي للحد من الإصابات ، وتم إغلاق أماكن الترفيه والكثير من الإجراءات الأخرى للحد من انتشار هذا الفيروس ، وقد نتج عن هذه الإجراءات العديد من الضغوط والمشكلات بالنسبة لكل الأفراد والأسر والمجتمعات ، كذلك تم إقفال المدارس والجامعات واستبدالها بالتعليم عن بعد ، مما أثر أيضا على شريحة الطلبة والطالبات لأنهم جزء من هذا المجتمع ويشاركون أسرهم بهذه الأزمة التي أثرت عليهم من جميع النواحي ، فضلا عن معاناة الطلبة وقلقهم على مستقبلهم. (Thiyab , 2021)

ولا تزال جائحة فيروس كورونا (COVID19) تنصدر الحياة المجتمعية للعالم أجمع بآثارها السلبية من الناحية الصحية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية ، بما سببته من التباطؤ والتعطيل لعجلة حياة الأفراد ونتج عن ذلك ضغوطات نفسية شديدة على جميع فئات المجتمع نتيجة الحجر المنزلي ، وعدم قدرتهم على الخروج ، وممارسة الأنشطة اليومية البسيطة واخذ الحيلة والحذر بالتباعد الاجتماعي وتغير نوعية الحياة وانتشار الشائعات السلبية أيضاً. (Halwani, 2020)

وجاء الحجر الصحي كإجراء ينطوي على تقييد حركة الناس والسلع لمنع انتشار الأمراض المعدية ، حتى ولو لم يكن لديهم تشخيص طبي يؤكد إصابتهم بالمرض ، ويقصد بالحجر الصحي إبعاد وعزل الأشخاص الذين خالطوا المصابين بالأمراض أو يحتمل إصابتهم بالمرض ، فقد يكون الشخص السليم حاملاً لفيروس أو مسبباً للمرض لكن لا تظهر عليه العلامات والأعراض لكن بعد فترة يبدأ التأثير بالظهور ويكون بذلك قد ساهم في نقل المسبب للكثير من الأشخاص ، ويتم خلال الحجر الصحي تقديم مجموعة من الإجراءات الطبية لوقف انتشار العدوى بين الناس بمرض ما كجائحة فيروس كورونا (COVID19)، فالخجر الصحي يقصد به منع اختلاط مرضى الأمراض المعدية بجمهور الأصحاء ، يطبق مفهوم الخجر الصحي على نطاق واسع قد يبدأ بإلزام الأفراد المصابين والمشتبه بإصابتهم بعدوى مرضية بالبقاء في منازلهم أو قد يتم على مستوى إقليمي كحجر مناطق معينة وعدم مغادرتها تجنباً لانتشار العدوى بشكل أكبر. (Al-Ayadi, 2020)

ولم تعد الصحة مجرد مفهوم لدى الأفراد يمكن تحقيقه في كل الأحوال بل أصبحت الصحة مفهوم متغير يحتاج إلى التعاون في بذل الجهود من قبل الأفراد والمسؤولين في سبيل تحقيقها والارتقاء بها ، ومن أجل ذلك لابد من دراسة وفهم الممارسات السلوكية المضرة بالصحة والسلوك الصحي ، كخطوة أولى نحو إيجاد الموارد التي تساعد على تنمية الصحة والعمل على تطويرها ، وتحديد العوامل والاتجاهات المعيقة للصحة من أجل العمل على تعديلها ، الأمر الذي ينعكس في النهاية على النمو الصحي وتخطيط تنمية الصحة وتطوير برامج الوقاية المناسبة والنوعية ، وهذا ما يتوافق مع ما تنادي به منظمة الصحة العالمية WHO من أجل الارتقاء بالمستويات الصحية للأفراد ومحاربة المخاطر الصحية والأسباب السلوكية المسببة للمرض التي يمكن محاربتها والتغلب عليها . (Majdi, 2018)

ومن هنا جاءت هذه الدراسة لتعطي قيما وبالأرقام المجردة للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ، كما من الممكن أن تفتح هذه الدراسة أبواباً أمام المعنيين بالصحة العامة لمعرفة مدى أهمية السلوك الصحي ، وما يمكنه من توفير طرق للوقاية من فيروس كورونا / COVID-19

مشكلة الدراسة:

إن السلوك الصحي يهدف بصورة عامة إلى محاولة التوصل إلى وضع سياسة صحية وقائية من أجل القضاء على مجموعة الأمراض والأوبئة التي غالباً ما يكون السبب فيها، أحد السلوكيات التي تسرع من حدوث هذه المشاكل الصحية. حيث باتت المجتمعات الحديثة حقلاً تجريبياً خصباً لجميع الأمراض على اختلاف أنواعها، حتى صارت المجتمعات العربية والغربية منها تعاني من نفس العوارض المرضية تقريباً رغم اختلاف المعايير الصحية والاجتماعية والاقتصادية، فمشكلة معاودة ظهور الأمراض الوبائية بعد اختفائها مدة طويلة من الزمن، وظهور أنواع جديدة من الأمراض مثل فيروس كورونا COVID-19/ يثير الكثير من التساؤلات، فبالرغم من تطور نوعية الخدمات الصحية والتقدم الطبي الهائل في جميع التخصصات، وكذلك وسائل العلاج وسبل الوقاية الطبية، إلا أن معاناة الأفراد من الأمراض في تزايد مستمر، وهذا ما تؤكدته معظم الدراسات التي تشير في أغلب الأحيان إلى أرقام مخيفة لنسب انتشار الأمراض والمؤدية في الكثير من الأحوال إلى الوفاة. وكون ميدان البحث من الميادين التي ما زالت غير مطروقة بشكل ملحوظ محلياً وعربياً، فقد كان من الضروري تقديم تصور نظري حول موضوع السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19، ومدى تأثير تلك السلوكيات على صحة الطلبة بشكل عام ومن فيروس كورونا / COVID-19 بشكل خاص، وعلى ذلك قام الباحث بإجراء هذه الدراسة في محاولة منه للتعرف على السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة بأنها:

1. من موضوعها والمتمثل بمعرفة مستويات السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19.
2. قلة الدراسات المحلية و العربية ويمكن ان تعتبر هذه الدراسة من أوائل الدراسات التي تناولت السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19.
3. إمكانية التعرف على السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19. وبيان الجوانب التي يمكن من خلالها المساهمة في رفع مستوى السلوك الصحي وانعكاسها على الطابة لتجنب الإصابة بفيروس كورونا / COVID-19.
4. إنها تقدم توجهات ومقترحات مبنية على أسس علمية تسهم في إثراء المكتبة العربية في مجال من مجال السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19.
5. النتائج التي سيتوصل إليها الباحث قد تتيح تساؤلات علمية حول أهمية السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19.

19 .

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى:

- مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة .
- الفروق الدالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05\alpha \leq$) لمستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة / COVID-19، تعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعي، والمستوى الدراسي، والقسم، والتقدير.

تساؤلات الدراسة:

تسعى هذه الدراسة للإجابة عن السؤال التالي:

- ما مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05\alpha \leq$) في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، تعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعي، والمستوى الدراسي، والقسم، والتقدير؟

محددات الدراسة:

1. المحدد الجغرافي: أماكن تواجد الطلبة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19.
2. المحدد الزمني: 2020/6-3/21.
3. المحدد البشري: طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة .

مصطلحات الدراسة:

1. السلوك الصحي: هو السلوك الذي يتخذه الأفراد من أجل الحفاظ على صحتهم وتنميتها (Zatout, 2005)
2. الحجر الصحي: استراتيجية متعارف عليها في حال تفشي الأمراض السارية والمعدية، وهي مُتبعة من قبل دول عدة منها: الصين، الولايات المتحدة الأمريكية، المملكة المتحدة، ألمانيا، إسبانيا، إيطاليا، وغيرها. (Ministry of Health, 2020)
3. فيروس كورونا / COVID-19 هو المرض الناجم عن فيروس كورونا المُستجد المُسمى فيروس كورونا-سارس-2. وقد اكتشفت المنظمة هذا الفيروس المُستجد لأول مرة في 31 كانون الأول/ ديسمبر 2019، بعد الإبلاغ عن مجموعة من حالات الإلتهاب الرئوي الفيروسي في يوهان بجمهورية الصين الشعبية. (WHO, 2020)

الدراسات السابقة:

أجرى كل من (Al-Nader et al., 2016) دراسة هدفت التعرف إلى مستوى السلوك الصحي وعلاقته بفاعلية الذات لدى طلبة كلية علوم الرياضة، وتكونت عينة الدراسة من (219) فردا بواقع (103) طالب، و(116) طالبة تم اختيارهم عشوائيا من طلاب كلية علوم الرياضة جامعة مؤتة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة هذه الدراسة، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة طردية ودالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05 > \alpha$) بين السلوك الصحي وفاعلية الذات بلغت قيمتها (0.664). تعزى لمتغير، النوع الاجتماعي لصالح الذكور. أما متغير السكن في السلوك الصحي فكان لصالح سكان المدينة، وكانت فاعلية الذات لصالح سكان القرية، في حين كان متغير السنة في السلوك الصحي لصالح السنة الثانية.

كما أجرى (Nawasra, 2018) دراسة هدفت التعرف إلى مستوى السلوك الصحي لدى عينة من الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين في مدارس محافظة عجلون، وتكونت العينة من 230 طالباً وطالبة (92) من الطلبة الموهوبين و (138) من الطلبة العاديين تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية من الصفوف الأساسية العليا والثانوية، ولتحقيق أغراض الدراسة استخدم الباحث اختبار السلوك الصحي الذي تم إعداده وتطويره اعتماداً على مقياس صماده، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى السلوك الصحي بين الطلبة العاديين والموهوبين مرتفعاً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05 > \alpha$) في درجات السلوك الصحي الكلي وأبعاده بين الطلبة (الموهوبين والعاديين) تبعاً لمتغير الصف والجنس، كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك الصحي الكلي وأبعاده بين الطلبة (الموهوبين والعاديين) تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة، كما تبين وجود علاقة ارتباطية إيجابية في مستوى السلوك الصحي الكلي و بعد العناية بالصحة العامة والبعد النفسي الاجتماعي بين الطلبة الموهوبين والتحصيل الأكاديمي، بينما لم يتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين السلوك الصحي الكلي وأبعاده وبين الطلبة العاديين والتحصيل الأكاديمي.

حيث قام كل من (Qubaja, 2018 & Salama) بدراسة هدفت التعرف إلى السلوك الصحي لدى عينة من طلبة الكليات العلمية في جامعة القدس في ضوء بعض المتغيرات (الجنس، والمستوى الأكاديمي، ومستوى التحصيل)، وتكونت عينة الدراسة من (360) طالباً وطالبة من الكليات العلمية في جامعة القدس، اختيروا بطريقة العينة الطبقية العشوائية، وقد أستخدم الباحثان مقياس الصمادي 2011 للسلوك الصحي، والذي تكون من 43 عبارة، وأظهرت نتائج الدراسة أن السلوك الصحي لدى الطلبة كان متوسطاً، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في السلوك الصحي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة القدس تعزى لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح الذكور، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لكل من متغير المستوى الأكاديمي، ومستويات التحصيل في المعدل التراكمي

كما قام (Noureddine, 2018) بدراسة هدفت التعرف إلى الاتجاه نحو السلوك الصحي لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة، وتكونت عينة الدراسة من (212) طالب اختيروا بطريقة عشوائية طبقية تناسبية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو السلوك الصحي وفق متغير التخصص لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، كما أظهرت نتائج الدراسة أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو السلوك الصحي وفق متغير المستوى التعليمي لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

حيث أجرى (Zouaghi, 2018) دراسة هدفت التعرف إلى أثر السلوك الصحي واتجاهاته على طلبة كلية التربية البدنية جامعة الزاوية، وتكونت عينة الدراسة من (44) طالباً من طلبة كلية التربية البدنية جامعة الزاوية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة هذه الدراسة، وجاءت نتائج البحث مؤكدة على أن عدم الاهتمام بالجانب الصحي المهم، وتبين عدم توافر الكوادر الطبية التي تعني بهذا الجانب داخل المؤسسة الرياضية، وضعف الثقافة الصحية للاعبين وللعمالين في الأندية الرياضية، لما لهذا الأمر من أهمية كبيرة إذ أن عدم الاهتمام بذلك يمكن أن يعرض حياة اللاعب للخطر، وخاصة أنه يتعرض لأحمال تدريبية عالية ومستمرة.

كما أجرى كل من (Yassin & Adel, 2020) دراسة هدفت التعرف إلى واقع السلوك الصحي الرياضي لدى طلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية في الجزائر، وتكونت عينة الدراسة من (350) طالب بمعاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من الجنسين ومن مختلف الأطوار التعليمية، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن طلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في الجزائر يملكون سلوك صحي رياضي نحو (التدخين والكحول والمنشطات والمنبهات، عادات التغذية والطعام) كما وأظهرت نتائج الدراسة أيضا طلبة أن معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في الجزائر لا يملكون سلوك صحي رياضي نحو الممارسات الصحية الإيجابية، اتخاذ الإجراءات الصحية والوقائية.

ويرى الباحث أن أهم ما يميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة هو:

- أنها تميزت عن غيرها من الدراسات كونها درست السلوك الصحي فترة الحجر الصحي لجائحة كورونا COVID-19/

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بإتباع أسلوب الدراسات المسحية بخطواته وإجراءاته العلمية لتناسبه مع طبيعة هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة والبالغ عددهم (1561) طالبا وطالبة.

عينة الدراسة:

اشتملت العينة على (120) طالب من طلبة كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة ، وبلغ عدد الطلاب (42) كما وبلغ عدد الطالبات (78) وتم اختيارها بالطريقة العشوائية من أفراد مجتمع الدراسة.

الجدول رقم (1): خصائص عينة الدراسة وفقا لمتغيراتهم الشخصية

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية(%)
النوع الاجتماعي	ذكر	42	35.0
	أنثى	78	65.0
	المجموع	120	100.0
المستوى الدراسي	أولى	31	25.8
	ثانية	36	30.0
	ثالثة	30	25.0
	رابعة	23	19.2
	المجموع	120	100.0
القسم الأكاديمي	تأهيل رياضي	84	70.0
	تربية رياضية	36	30.0
	المجموع	120	100.0
التقدير الدراسي	مقبول	5	4.2
	جيد	20	16.7
	جيد جدا	56	46.7
	ممتاز	39	32.5
	المجموع	120	100.0

تظهر بيانات الجدول رقم (1) أن نسبة الإناث بلغت (65%) من عينة الدراسة، وبلغت نسبة الذكور (35%)، وبلغت نسبة طلبة السنة الثانية (30%) من عينة الدراسة، تلتها نسبة طلبة السنة الأولى و بلغت نسبة كل منهما (25.8%)، ثم طلبة السنة الثالثة التي شكلت (25%) من عينة الدراسة وأخيرا جاءت نسبة طلبة السنة الرابعة التي بلغت (19.2%)، وقد شكل طلبة قسم التأهيل الرياضي ما نسبته (70%) من عينة الدراسة في حين شكلت نسبة طلبة قسم التربية الرياضية (30%)، أما بخصوص التقدير فقد شكلت نسبة من كان تقديرهم جيد جدا (46.7%) من عينة الدراسة تلتها نسبة الممتاز وشكلت ما نسبته (32.5%) تلتها من كان تقديرهم جيد ونسبة (16.7) وأخيرا نسبة من كان تقديرهم مقبول ونسبة (4.2%).

متغيرات الدراسة:

أولاً: المتغيرات المستقلة وتشمل:

1. النوع الاجتماعي: ويقسم إلى مستويين (ذكر، أنثى)
2. المستوى الدراسي: ويقسم إلى أربع مستويات (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)
3. القسم الأكاديمي: ويقسم إلى ثلاث مستويات (تربية رياضية، تاهيل رياضي، تدريب رياضي)
4. التقدير الدراسي: ويقسم إلى أربع مستويات (مقبول، جيد، جيد جداً، ممتاز)

ثانياً: المتغير التابعة:

- مقياس السلوك الصحي

أداة الدراسة:

استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس السلوك الصحي اعتماداً على مقياس السلوك الصحي لطلبة الجامعات الأردنية الذي طوره (Smadi & Smadi, 2011) في دراسته حيث تكون المقياس من 42 فقرة، تم عرضها على لجنة محكمين حيث يتضمن مقياس السلوك الصحي المقترح بعد إجراء تعديلات التحكيم عليه من 43 فقرة موزعة على خمسة أبعاد فرعية للأبعاد التالية:

1. بعد النفسي والاجتماعي (الفقرات 16).

2. بعد العناية بالصحة العامة (الفقرات 12).

3. بعد التعامل مع الأدوية والعقاقير (الفقرات 8).

4. بعد العناية بالجسم (الفقرات 6).

سلم الاستجابة:

تم استخدام سلم الاستجابة الخماسي لليكرت على النحو التالي: (دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (2) درجة، أبداً (1) درجة واحدة)، تم تحديد ثلاثة مستويات للحكم على مستوى السلوك الصحي:

(أقل من 2.33: مستوى منخفض، 2.33 - أقل من 3.67: مستوى متوسط، 3.67 - 5: مستوى عالي).

صدق وثبات أداة الدراسة:

- صدق الأداة:

قام (Smadi & Smadi, 2011) بتوزيع المقياس بصورته الأولية على عشرة من المتخصصين في مجالات القياس والتقويم والإرشاد وعلم النفس التربوي وعلم النفس اللغوي والتربية. وطلب منهم التأكد من مدى انتماء الفقرات الأبعاد التي صممت من أجل قياسها وتمثيلها، والتأكد من سلامة اللغة، وسهولة الفهم، ومدى ملاءمتها لطلبة الجامعة، واعتمد الباحثان معيار اتفاق بين المحكمين بنسبة 80% كشرط للإبقاء على الفقرة في المقياس.

- ثبات الأداة:

الثبات الداخلي: للتأكد من الاتساق الداخلي للمقياس ككل ولأبعاده الفرعية استخدم (Smadi & Smadi, 2011) البيانات واستخرجت معاملات كرونباخ - ألفا للمقياس ككل ولأبعاد الفرعية التي يتكون منها المقياس تبين أن المقياس قد تمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي (كرونباخ - ألفا = 0.87)، كما تمتعت أبعاده الفرعية بدرجات اتساق داخلية مقبولة (0.84 للبعد الأول، 0.74 للبعد الثاني، 0.75 للبعد الثالث، 0.68 للبعد الرابع).

- الثبات الخارجي:

للتأكد من الثبات الخارجي للأداة وزع (Smadi & Smadi, 2011) الأداة بصورتها النهائية على عينة ثبات (54) طالبا وطالبة من كلية التربية في جامعة اليرموك في الأردن، ثم أعيد توزيعها عليهم مرة ثانية بعد مرور أربعة عشر يوماً، ثم حسبت معاملات الارتباط بين مرتبي التطبيق على الأداة ككل وعلى الأبعاد الفرعية للأداة. كشفت نتائج التحليل أن معامل ارتباط بين مرتبي التطبيق كان (0.79 للمقياس ككل، 0.81 للبعد الأول، 0.79 للبعد الثاني، 0.75 للبعد الثالث، 0.78 للبعد الرابع)

إجراءات تطبيق الدراسة:

إجراءات تطبيق مقياس السلوك الصحي:

1. تم استخدام نماذج جوجل فورم (googl form) وذلك بسبب جائحة كورونا.
2. تم الحصول على أرقام وايميلات الطلبة من عمادة شؤون الطلبة.
3. تم توزيع المقياس على (135) طالب وطالبة، حيث شطب (15) استجابة على مقياس للطلبة لعدم استيفائها شروط المقياس.

المعالجات الإحصائية للدراسة:

لاختبار تساؤلات الدراسة تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وعلى النحو التالي:
(المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية، اختبار (ت) (t-test for independent sample) اختبار تحليل التباين الأحادي

((One Way Anova

عرض النتائج ومناقشتها:

السؤال الأول: ما مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لقياس إبعاد وفقرات مقياس السلوك الصحي.

جدول رقم (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لأبعاد مقياس السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الأهمية
1.	بعد النفسي والاجتماعي	3.992	0.919	2	مرتفع
2.	بعد العناية بالصحة العامة	3.443	1.069	4	متوسط
3.	بعد التعامل مع الأدوية والعقاقير	4.27	1.029	1	مرتفع
4.	بعد العناية بالجسم	3.73	1.214	3	مرتفع
	الكلية	3.86	1.269		مرتفع

تظهر نتائج الجدول (2) إن بعد التعامل مع الأدوية والعقاقير لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 جاء بالمرتبة الأولى بمتوسط الحسابي بلغ (4.27) بانحراف معياري (1.029) وهذا يمثل درجة تقدير مرتفعة، كما جاء بعد النفسي والاجتماعي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بالمرتبة الثانية بمتوسط الحسابي بلغ (3.992) بانحراف معياري (0.919) وهذا يمثل ايضا درجة تقدير مرتفعة ، بينما جاء بعد العناية بالجسم لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بالمرتبة الثالثة بمتوسط الحسابي بلغ (3.73) بانحراف معياري (1.269) وهذا يمثل درجة تقدير مرتفعة، وجاء بالمرتبة الأخيرة بعد العناية بالصحة العامة لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بمتوسط الحسابي بلغ (1.069) بانحراف معياري (1.269) وهذا يمثل درجة تقدير متوسطة، حيث جاء المجموع الكلي لإبعاد السلوك الصحي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بدرجة تقدير مرتفعة بمتوسط حسابي (3.86) وانحراف معياري (1.269)

- البعد النفسي والاجتماعي :

للإجابة عن هذا البعد، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و الأهمية النسبية لقياس بعد النفسي والاجتماعي.

جدول رقم (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية للبعد النفسي والاجتماعي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الأهمية
1	أساهم في توفير الدعم الاجتماعي لمن يحتاج من أسرتي	4.43	0.796	4	مرتفع
2	أحظى بالقبول التام من جميع أفراد أسرتي	4.48	0.850	3	مرتفع
3	أعامل الناس كما أحب أن يعاملوني	4.61	0.737	1	مرتفع
4	لدي إحساس جيد بالمرح	4.10	0.854	11	مرتفع
5	أشعر بالرضا عن ذاتي	4.30	0.816	6	مرتفع
6	تتمتع حياتي بدرجة مقبولة من الإثارة والنشاط والمتعة	3.95	0.924	14	مرتفع

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الأهمية
7	أصِف حياتي العاطفية بالاستقرار	3.64	1.165	16	متوسط
8	لدي الثقة التامة بقدرتي على إصدار الأحكام	4.23	0.877	8	مرتفع
9	من السهل أن أكون محبوباً من الآخرين	4.33	0.792	5	مرتفع
10	أنا على وعي تام بجميع المشاعر التي أعيشها وأقبلها	4.25	0.901	7	مرتفع
11	أعبر عن مشاعري بسهولة للقريبين مني	3.71	1.170	15	مرتفع
12	أنا أتحمّل نتائج جميع تصرفاتي	4.49	0.722	2	مرتفع
13	أضع لنفسى أهدافاً واقعية، بحيث يمكن تنفيذها	4.17	0.833	9	مرتفع
14	أأخذ قراراتي دون الشعور بالضغط أو الانزعاج	4.02	0.944	12	مرتفع
15	أنا قادر على فهم مشاعر الآخرين ووجهات نظرهم	4.14	0.781	10	مرتفع
16	أجمع المعلومات الضرورية قبل اتخاذ أي قرار	3.99	0.939	13	مرتفع
الكلّي		3.992	0.919	مرتفع	

تظهر نتائج الجدول (3) إن المتوسط الحسابي الكلّي لبعْد النفسي والاجتماعي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بلغ (3.992) بانحراف معياري (0.919) وهذا يمثل درجة تقدير مرتفعة، وقد احتلت الفقرة رقم (3) التي تنص على "أعامل الناس كما أحب أن يعاملوني". المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.61) وانحراف معياري (0.737) تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (12) التي نصها "أنا أتحمّل نتائج جميع تصرفاتي" بمتوسط حسابي بلغ (4.49) وانحراف معياري (0.722)، أما المرتبة قبل الأخيرة، فقد احتلتها الفقرة رقم (11) والتي نصها "أعبر عن مشاعري بسهولة للقريبين مني" بمتوسط حسابي قد بلغ (3.71) وانحراف معياري (1.170)، وفي المرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (7) التي نصها "أصِف حياتي العاطفية بالاستقرار" بمتوسط حسابي بلغ (3.64) وانحراف معياري (1.165).

- بعد العناية بالصحة العامة:

للإجابة عن هذا الجدول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و الأهمية النسبية لقياس بعد العناية بالصحة العامة.

جدول رقم (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لبعْد العناية بالصحة العامة الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الأهمية
1.	عندما أختار البروتين الحيواني فإنني أتناول اللحوم البيضاء والأسماك	3.65	1.135	8	متوسط
2.	أتناول وجبة الإفطار يومياً بانتظام	3.12	1.291	10	متوسط
3.	أكثر من تناول الخضار والفواكه الطازجة	3.63	0.988	9	متوسط
4.	أكثر من شرب المياه النقية	3.98	1.126	5	مرتفع
5.	أنوع في الأغذية التي أتناولها	4.05	0.960	2	مرتفع
6.	أقوم بالإجراءات اللازمة عندما أعاني من أي ألم	4.03	0.879	3	مرتفع
7.	أنظف أسناني بعد تناول وجبات الطعام	3.93	0.994	6	مرتفع
8.	أحصل على حاجتي الكافية من النوم	3.88	0.972	7	مرتفع
9.	أحافظ على المستوى الطبيعي لضغط الدم	4.02	0.898	4	مرتفع
10.	أأخذ الإجراءات اللازمة للوقاية من الأمراض المعدية	4.33	0.853	1	مرتفع
11.	أحافظ على الفحص الطبي السريري الدوري (كل سنة)	2.62	1.310	12	متوسط
12.	أراجع طبيب الأسنان دورياً للتأكد من سلامة أسناني	2.76	1.328	11	متوسط
الكلّي		3.443	1.069	متوسط	

تظهر نتائج الجدول (4) إن المتوسط الحسابي الكلي لبعد العناية بالصحة العامة لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بلغ (3.443) بانحراف معياري (1.069). وهذا يمثل درجة تقدير مرتفعة، وقد احتلت الفقرة رقم (10) التي تنص على "أعامل الناس كما أحب أن يعاملون أتخذ الإجراءات اللازمة للوقاية من الأمراض المعدية" المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.33) وانحراف معياري (0.853) تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (5) التي نصها "أنوع في الأغذية التي أتناولها" بمتوسط حسابي بلغ (4.05) وانحراف معياري (0.960). أما المرتبة قبل الأخيرة فقد احتلتها الفقرة رقم (12) والتي نصها "أراجع طبيب الأسنان دورياً للتأكد من سلامة أسناني" بمتوسط حسابي قد بلغ (3.71) وانحراف معياري (1.170). وفي المرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (11) التي نصها "أحافظ على الفحص الطبي السريري الدوري (كل سنة)" بمتوسط حسابي بلغ (2.76) وانحراف معياري (1.328).

- بعد التعامل مع الأدوية والعقاقير :

للإجابة عن هذا الجدول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و الأهمية النسبية لقياس بعد التعامل مع الأدوية والعقاقير.

جدول رقم (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لبعد التعامل مع الأدوية والعقاقير الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الأهمية
1.	أتجنب استخدام أدوات أو أغراض الآخرين الشخصية	4.35	0.958	2	مرتفع
2.	أتجنب استخدام أي نوع من التبغ (سجائر، النرجيلة) أتجنب تناول العقاقير المهدئة	3.69	1.505	8	مرتفع
3.	أتجنب تناول العقاقير المنومة	4.18	1.316	6	مرتفع
4.	أراعي بدقة التعليمات المرفقة مع الدواء؛ الذي يصفه الطبيب	4.19	1.125	5	مرتفع
5.	أتجنب الحصول على الأدوية من أشخاص غير مؤهلين لوصفها	4.33	1.040	3	مرتفع
6.	أنا على وعي تام بالأعراض الجانبية لأي دواء أتناوله	4.08	1.058	7	مرتفع
7.	أنا على وعي تام بالأعراض الجانبية لأي دواء أتناوله	4.38	0.954	1	مرتفع
8.	أتجنب الخلط بين الأدوية دون إشراف الطبيب	4.27	1.029	4	مرتفع
الكلي		4.33	0.956	مرتفع	

تظهر نتائج الجدول (5) إن المتوسط الحسابي الكلي لبعد التعامل مع الأدوية والعقاقير لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بلغ (3.96) بانحراف معياري (0.490). وهذا يمثل درجة تقدير مرتفعة، وقد احتلت الفقرة رقم (7) التي تنص على "أنا على وعي تام بالأعراض الجانبية لأي دواء أتناوله المعدية" المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.38) وانحراف معياري (0.954) تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (1) التي نصها "أتجنب استخدام أدوات أو أغراض الآخرين الشخصية" بمتوسط حسابي بلغ (4.35) وانحراف معياري (0.958). أما المرتبة قبل الأخيرة، فقد احتلتها الفقرة رقم (6) التي نصها "أنا على وعي تام بالأعراض الجانبية لأي دواء أتناوله" بمتوسط حسابي قد بلغ (4.35) وانحراف معياري (0.958). وفي المرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (2) التي نصها "أتجنب استخدام أي نوع من التبغ (سجائر، النرجيلة) أتجنب تناول العقاقير المهدئة" بمتوسط حسابي بلغ (3.69) وانحراف معياري (1.505).

- بعد العناية بالجسم :

للإجابة عن هذا الجدول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و الأهمية النسبية لقياس بعد العناية بالجسم.

جدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لبعدها العناية بالجسم الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الأهمية
5.	أحافظ على درجة من التناسب بين وزني وطولي	4.04	1.016	1	مرتفع
6.	أركز في غذائي على نسبة قليلة جداً من الأملاح البيضاء أقل من تناول الأغذية الغنية	3.53	1.100	4	متوسط
7.	بالسكر الأبيض أتجنب المشروبات الغنية بالسعرات الحرارية أقل من الأغذية الغنية	3.40	1.273	5	متوسط
8.	بالزيوت والدهون الحيوانية أتابع برامج التثقيف الصحي على شاشة التلفاز	3.13	1.206	6	متوسط
9.	أمارس الرياضة كالجري أو كرة القدم أو غيرها	3.72	1.168	3	مرتفع
10.	أمارس رياضة المشي بشكل منتظم	3.73	1.214	2	مرتفع
الكلية		3.46	1.275	مرتفع	

تظهر نتائج الجدول (6) إن المتوسط الحسابي الكلي لبعدها العناية بالجسم لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بلغ (3.46) بانحراف معياري (1.275) وهذا يمثل درجة تقدير مرتفعة، وقد احتلت الفقرة رقم (1) التي تنص على "أحافظ على درجة من التناسب بين وزني وطولي" المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.04) وانحراف معياري (1.016) تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (6) التي نصها "أمارس رياضة المشي بشكل منتظم" بمتوسط حسابي بلغ (3.73) وانحراف معياري (1.214)، أما المرتبة قبل الأخيرة فقد احتلتها الفقرة رقم (3) والتي نصها "بالسكر الأبيض أتجنب المشروبات الغنية بالسعرات الحرارية أقل من الأغذية الغنية" بمتوسط حسابي قد بلغ (3.40) وانحراف معياري (1.273). وفي المرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (4) التي نصها "بالزيوت والدهون الحيوانية أتابع برامج التثقيف الصحي على شاشة التلفاز" بمتوسط حسابي بلغ (3.13) وانحراف معياري (1.214).

السؤال الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، تبعاً لمتغيرات: النوع الاجتماعي، والقسم الأكاديمي، والمستوى الدراسي، والتقدير الدراسي؟

- النوع الاجتماعي:

للإجابة عن هذا المتغير تم استخدام (t-test for independent Sample)، لفحص الفروق بين متوسطات الأداء للدلالة الإحصائية تبعاً للنوع الاجتماعي.

جدول رقم (7): نتائج (t-test for independent sample) لبيان دلالة الفروق للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للنوع الاجتماعي

المتغير	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
النوع الاجتماعي	ذكر	42	3.92	0.492	118	0.681	0.497
	أنثى	78	3.98	0.491			

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)

تظهر نتائج الجدول رقم (7) عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للنوع الاجتماعي اعتماداً على قيمة (ت) المحسوبة الظاهرة في الجدول السابق والبالغة (0.681) عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.497$) وهي غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) - القسم الأكاديمي:

للإجابة عن هذا المتغير تم استخدام (t-test for independent Sample)، لفحص الفروق بين متوسطات الأداء للدلالة الإحصائية تبعاً للقسم الأكاديمي.

جدول رقم (8): نتائج (t-test for independent sample) لبيان دلالة الفروق للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للقسم الأكاديمي

المتغير	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
القسم	التأهيل الرياضي	84	3.91	0.482	118	1.847	0.067
	التربية الرياضية	36	4.08	0.492			

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تظهر نتائج الجدول رقم (8) عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للقسم الأكاديمي اعتماداً على قيمة (ت) المحسوبة الظاهرة في الجدول السابق والبالغة (1.847) عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.067$) وهي غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
- المستوى الدراسي:

للإجابة عن هذا المتغير تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما تم استخدام (One Way ANOVA)، لفحص الفروق بين متوسطات الأداء للدلالة الإحصائية تبعاً للمستوى الدراسي.

جدول رقم (9): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للمستوى الدراسي

المتغير	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المستوى الدراسي	أولى	31	3.94	0.547
	ثانية	36	3.82	0.427
	ثالثة	30	3.98	0.507
	رابعة	23	4.17	0.427

تظهر نتائج الجدول رقم (9) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للمستوى الدراسي ولبيان في ما إذا كانت الفروق حقيقة فقد تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way-ANOVA) والجدول رقم (10) يبين النتائج:

الجدول رقم (10): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء

الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للمستوى الدراسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	1.742	3	0.581	2.510	0.062
داخل المجموعات	26.836	116	0.231		
الكلية	28.578	119			

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تظهر النتائج الواردة في الجدول رقم (10) عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للمستوى الدراسي ، اعتماداً على قيمة (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول والبالغة (2.510) عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.062$) وهي غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

- التقدير الدراسي:

للإجابة عن هذا المتغير تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما تم استخدام (One Way ANOVA)، لفحص الفروق بين متوسطات الأداء للدلالة الإحصائية تبعاً للمستوى الدراسي.

جدول رقم (11): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19

المتغير	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التقدير	مقبول	5	4.19	0.328
	جيد	20	3.79	0.429
	جيد جدا	56	3.92	0.527
	ممتاز	39	4.08	0.456

تظهر نتائج الجدول رقم (11) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للتقدير الدراسي، ولبيان في ما إذا كانت الفروق حقيقة، فقد تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way-ANOVA) والجدول رقم (12) يبين النتائج:

جدول (12): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	1.492	3	0.497	2.129	0.100
داخل المجموعات	27.087	116	0.234		
الكلية	28.578	119			

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

تظهر النتائج الواردة في الجدول رقم (7) عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً للتقدير الدراسي، اعتماداً على قيمة (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول والبالغة (2.129) عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.100$) وهي غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

مناقشة النتائج :

مناقشة السؤال الأول والذي ينص على : ما مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و الأهمية النسبية لقياس إبعاد وفقرات مقياس السلوك الصحي. حيث جاء المجموع الكلي لإبعاد السلوك الصحي لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 بدرجة تقدير مرتفعة بمتوسط حسابي (3.86) وانحراف معياري (1.269).

يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الأوبئة والأمراض المعدية من أكثر الأخطار التي تفتك بالشعوب ، حيث يعيش العالم اليوم تغيرات وبائية واضحة في خريطة الأمراض التي تصيب البشر ، ويعتبر تفشي وباء كورونا المستجد المتسارع في انتشار الإصابات والوفيات أكبر دليل على ذلك، ومما يزيد الأمر تعقيداً هو عدم معرفة علاج لهذا الوباء حتى الآن بناء على هذا فإن الإجراء الوحيد لمجابهة هذا الوباء هو الالتزام بالسلوكيات الصحية الواقية من الإصابة به، والذي ينطلق من النموذج الصحي الوقائي في فهم الصحة والمرض بدلا عن النموذج الطبي المرضي التقليدي الذي أثبت قصوره على السيطرة على هذا الوباء إلى حد الآن.

حيث اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Nawasra, 2018) التي هدفت للتعرف إلى مستوى السلوك الصحي لدى عينة من الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين في مدارس محافظة عجلون التي أظهرت نتائجها إلى أن مستوى السلوك الصحي بين الطلبة العاديين والموهوبين جاء مرتفعاً.

بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (2018 Qubaja & Salama)، التي هدفت التعرف إلى السلوك الصحي لدى عينة من طلبة الكليات العلمية في جامعة القدس التي أظهرت نتائجها إلى أن السلوك الصحي لدى الطلبة جاء متوسطاً.

مناقشة السؤال الثاني الذي ينص على: هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى السلوك الصحي الممارس أثناء

الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، تبعاً لمتغيرات: النوع الاجتماعي، والقسم الأكاديمي، والمستوى الدراسي، والتقدير الدراسي؟

للإجابة عن هذا المتغيرات تم استخدام ((t-test for independent Sample، لفحص الفروق بين متوسطات الأداء للدلالة الإحصائية تبعاً للنوع الاجتماعي و القسم الأكاديمي، كما تم استخدام (One Way ANOVA)، لفحص الفروق بين متوسطات الأداء للدلالة الإحصائية تبعاً للمستوى الدراسي و التقدير الدراسي.

يعزو الباحث عدم وجود فروق في السلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي والقسم الأكاديمي والتقدير والمستوى الدراسي، إلى إن وباء فيروس كورونا / COVID-19 يمثل خطراً عاماً يهدد كافة البشر بغض النظر عن نوعهم الاجتماعي أو القسم الأكاديمي والتقدير والمستوى الدراسي، ويمكن تبرير هذا الغياب في الفروق للسلوك الصحي الممارس أثناء الحجر الصحي لفيروس كورونا / COVID-19 لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، للانتشار الواسع لفيروس كورونا بين جميع الطلبة على اختلاف مستوياتهم وتقديرهم وجنسهم وتخصصاتهم الأكاديمية دون استثناء، لذلك نجد هؤلاء الطلبة مضطرون إلى اتباع نفس التعليمات الخاصة بالممارسات السلوكية الصحية والإرشادات الوقائية التي نشرتها الجهات الرسمية الصادرة عن منظمة الصحة العالمية ووزارات الصحة المعنية لمنع الانتشار والإصابة بفيروس كورونا.

حيث اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Nawasra, 2018) التي هدفت للتعرف إلى مستوى السلوك الصحي لدى عينة من الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين في مدارس محافظة عجلون، والتي أظهرت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) في درجات السلوك الصحي الكلي وأبعاده بين الطلبة (الموهوبين والعاديين) تبعاً لمتغير الجنس (النوع الاجتماعي).

كما اتفقت نتائج هذه الدراسة أيضاً مع دراسة (Nawasra, 2018) والتي هدفت للتعرف إلى الاتجاه نحو السلوك الصحي لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة التي أظهرت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو السلوك الصحي وفق متغير التخصص لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Nouredine, 2018) والتي أظهرت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو السلوك الصحي وفق متغير المستوى التعليمي لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

أيضاً واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (Qubaja & Salama, 2018) والتي هدفت للتعرف إلى السلوك الصحي لدى عينة من طلبة الكليات العلمية في جامعة القدس في ضوء بعض المتغيرات (الجنس، والمستوى الأكاديمي، ومستوى التحصيل)، والتي أظهرت نتائجها إلى وجود فروق في السلوك الصحي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة القدس تعزى لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح الذكور، بينما اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Qubaja & Salama, 2018) والتي أظهرت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لكل من متغير المستوى الأكاديمي، ومستويات التحصيل في المعدل التراكمي.

الاستنتاجات:

يتضح من نتائج الدراسة الاستنتاجات التالية:

– إن جائحة كورونا / COVID-19 قد ساهمة بشكل ملحوظ في رفع مستوى السلوك الصحي الممارس لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

– أدى الانزام بالتعليمات والإرشادات السلوكية الصحية الواردة من منظمة الصحة العالمية أو من الوزارات المعنية بجائحة كورونا / COVID-19 إلى تقليل الفروق بين طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة عند ممارستهم لسلوك الصحي على اختلاف نوعهم الاجتماعي أو القسم الأكاديمي أو المستوى الدراسي أو التقدير الأكاديمي.

التوصيات:

بناءً على نتائج الدراسة توصي الدراسة بالاتي:

– بالمحافظة على المستوى المرتفع من السلوك الصحي الممارس وذلك من خلال اتباع التعليمات والإرشادات الموصى بها من قبل من منظمة الصحة العالمية أو من الوزارات المعنية بجائحة كورونا. / COVID-19

– إجراء دراسة مقارنة للسلوك الصحي الممارس بين طلبة كلية علوم الرياضة والتخصصات الأخرى بالجامعة للوقوف على أهم الفروق إن وجدت.

References

- Al-Ayadi, A. (2020). Quarantine for people with infectious diseases in the context of combating the emerging corona pandemic: the legal framework, the national strategy to combat the pandemic, the relationship of the measures taken with the human rights system: a comparative study. *Al-Bahith Journal for Legal and Judicial Studies*, (18).
- Al-Dhiab, A. (2021). An assessment of mental health and its impact on anxiety and depression among a sample of Corona patients in the State of Kuwait. *Childhood and Education Journal*, 31(54).
- Al-Nader, H., Al-Alwan, B., & Al-Qudah, M. (2016). Health behavior and its relationship to self-efficacy among students of the College of Sports Sciences at Mutah University. *Mu'tah for Research and Studies, Human and Social Sciences Series*, 31(4).
- Al-Nawasra, F. (2018). The healthy behavior of gifted and ordinary school students in Ajloun Governorate and its relationship to academic achievement. *An-Najah University Journal of Research, Humanities*, 32(6).
- Al-Smadi, A., & Al-Smadi, M (2011). The Health Behavior Scale for Jordanian University Students. *The Arab Journal of Psychiatry*, 22(1).
- Ben Zian, M. (2020). Social isolation due to the COVID-19 pandemic and its repercussions on the individual's mental and physical health. *Journal of Studies in the Humanities and Social Sciences*, 3(5).
- El-Zawaghy, H. (2018). The impact of health behavior and its trends on students of the Faculty of Physical Education, University of Al-Zawiya. *Journal of Physical Education and Other Sciences*, 3.
- Halawani, K. (2020). A survey on the impact of the Covid-19 pandemic on the mental health of the elderly in the Holy City of Makkah. *Education World Magazine*, 9(6).
- Majdi, M. (2018). Health culture and its relationship to the health behavior of female students, practices and non-practices of sports activity. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, (86).
- Ministry of Health. (2020). www.moh.gov.jo.
- Mohamed, A. (2020) The World Health Organization and its role in combating the emerging corona virus Covid-19. *Journal of the Symposium for Legal Studies*, (18).
- Noureddine, B. (2018). The trend towards healthy behavior among students of sciences and techniques of physical activities and sports at the University of M'sila. *Journal of Sports Creativity*, 9(2), 36-56.
- Qabaja, Z., & Salama, K. (2018). Health behavior among students of scientific faculties at Al-Quds University in the light of some variables. *Al-Quds Open University Journal for Educational and Psychological Research and Studies*, 21(6).
- World Health Organization. (2020). <https://www.who.int/ar/>.
- Yassin, H., & Adel, K. (2020). The reality of healthy sports behavior among students of the Institute of Sciences and Techniques of Physical and Sports Activities in Algeria. *Al-Tahadi Journal*, 12(2).
- Zatout, R. (2005). *Attitude towards behavior towards behavior that is unable to socialize*. PhD thesis, University of Ouargla, Kasdi Merbah.