

**جامعة: طنطا كلية: التربية الرياضية**  
**مشروع: دراسة مسحية للثقافة الصحية والغذائية لطلاب جامعات الدلتا**  
**كيان طلابي: فريق البحث العلمي**  
**دورة: الثانية كود المشروع: SP2-013-tan**  
**تاريخ التعاقد: 2011/12/29 مدة المشروع: 9 أشهر**

الميزانية التعاقدية من مساهمة البرنامج	الميزانية التعاقدية من مساهمة الجامعة	الميزانية التعاقدية الكلية
30.000 جنيه مصري	20.000 جنيه مصري	50.000 جنيه مصري

مدير المشروع: هدير أحمد فؤاد الصفة الطلابية والسنة الدراسية: طالبة بالفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية  
 نائب مدير المشروع: زين العابدين معروف الخولي الصفة الطلابية والسنة الدراسية: طالب دراسات عليا بمرحلة الدكتوراة  
 مستشار المشروع: أ.د - وفاء محمد كمال الماحي  
 رئيس عام المشروع : أ.د - جمال عبد الحليم الجمل  
 مدير وحدة الجودة والاعتماد بالكلية: أ.د - هناء عفيفي محمد عفيفي

**فريق عمل المشروع الإداري والتنفيذي:**

الفئات	عدد أفراد الفريق المشاركين		
	ذكور	إناث	الإجمالي
طلاب المرحلة الأولى	18	22	40
طلاب مرحلة الدراسات العليا	7	—	7
إجمالي عدد المشاركين			47

**ملخص المشروع والمستفيدون منه:**

ان للتربية الغذائية او الثقافة الصحية دور هام في تحديد مدي استفادة الفرد من عملية التغذية ومن اختيار نوع وكم الغذاء وفقا للاحتياجات اليومية والضرورية للجسم وفقا للعديد من المتغيرات والتي من اهمها مرحلة النمو والحالة الصحية وطبيعة العمل او النشاط الذي يؤديه الفرد ، مما استدعي ضرورة الاهتمام بالثقافة الغذائية والوعي الصحي وتدعيم الاتجاهات الايجابية نحو الاصول العلمية للتغذية حتي يدرك الطلاب اهمية العناصر الغذائية الاساسية بصحتهم مع الالمام باهمية كل عنصر من هذه العناصر الاساسية ومقدار الاحتياج اليومي من كلا منها بما يتناسب مع المرحلة السنوية وطبيعة ونوع النشاط والظروف التي تحيط بهم .

**اهمية المشروع :**

وتتلخص المشكلة في التعرف على مستوى الثقافة الصحية والغذائية لطلاب جامعات الدلتا من خلال اعداد وتطبيق مقياس للثقافة الصحية وللثقافة الغذائية وتجميع المعلومات وتحليل البيانات للتعرف على اهم المشكلات الصحية والسلوكيات والعادات الخاطئة التي تؤثر على الصحة العامة والتعرف علي الفروق بين اراء الطلاب في كليات النظرية والعملية في الثقافة الصحية والغذائية حتى ينتهي لنا وضع برامج نوعية بالثقافة الصحية والغذائية للطلاب .

تعتبر الكليات والمعاهد هي المركز الاساسي للبحث والتعليم وتقديم المقترحات الايجابية والملائمة التي تخص المشكلات الصحية والبيئية والعمل على حلها ومن خلال الدراسات العديده للمشاكل الصحية بين طلاب الجامعات حيث ظهرت مشاكل صحية مختلفة في الصحة والتغذية والتي تبحث فيها عن حلول لذا يظهر اهمية هذا المشروع في مايمكن ان يوفره من معلومات ومعارف من خلال التعرف علي الثقافة الصحية والسلوك الصحي السليم وايضا الثقافة الغذائية لطلاب جامعات الدلتا لذا فان تقديم المعلومات الصحية لايقبل اهمية عن الالمام بها وتطبيقها في الحياه اليوميه ، ويتضح ذلك من النقاط التالية :

1. التعرف علي مستوى الثقافة الصحية لدي طلاب جامعات الدلتا .
2. التعرف علي مستوى الثقافة الغذائية لدي طلاب جامعات الدلتا .
3. التعرف علي مستوى السلوك الصحي لدي طلاب جامعات الدلتا .
4. التعرف علي الفروق بين طلاب الكليات النظرية والعملية في مستوى الثقافة الصحية والغذائية بجامعات الدلتا.
5. برامج توعية للثقافة الصحية والغذائية والسلوك الصحي ، مع إتخاذ الاجراءات التصحيحية لطلاب جامعات الدلتا .

**المستفيدين من المشروع**

**طبقات المجتمع المختلفة وتشمل (الاسره –والمحطين بالطلاب في الجامعات والبيئه الخارجيه)**

العدد	المستفيدين غير المباشرين
200	الاسره
100	العاملين بالجامعه
200	المجتمع الخارجى
500	طلاب مراحل التعليم قبل الجامعي

العدد	المستفيدين المباشرين
500	طلاب جامعه طنطا
300	طلاب جامعه كفر الشيخ
300	طلاب جامعه المنوفيه
300	طلاب جامعه المنصورة

## الأهداف المحددة للمشروع:

الأهداف المحددة للمشروع وكيفية تحقيق المشروع المقترح لتلك الأهداف :

التعرف على مستوى الثقافة الصحية لطلاب جامعات الدلتا ( كيفية تحقيق المشروع لهذا الهدف عن طريق )

1. تقييم مقاييس للثقافة الصحية للتعرف من خلال على مستوى الثقافة الصحية للطلاب جامعات الدلتا
2. التعرف على السلوك الصحي
3. زياده الاتجاهات نحو الثقافة الصحية السليمه
4. عمل ندوات وورش لتعريف الطلاب بالثقافة الصحية
5. مطبوعات ومطويات لنشر الثقافة الصحية

التعرف على مستوى الثقافة الغذائية لطلاب جامعات الدلتا ( كيفية تحقيق المشروع لهذا الهدف )

1. عمل مقياس للثقافة الغذائية للتعرف على مستوى الثقافة الغذائية لطلاب جامعات الدلتا
2. التعرف على اسباب سوء التغذية من خلال عمل استماره استبيان
3. طرق الوقايه عن سوء التغذية عن طريق الندوات وورش العمل واللقاءات العامه للطلاب
4. تقديم النصائح الغذائية للوقايه من امراض سوء التغذية عن طريق المقابلات واللقاءات العامه والشخصيه

التعرف على الفروق بين طلاب الكليات النظرية والعملية في مستوى الثقافة الصحية والغذائية(كيفية تحقيق المشروع لهذا الهدف)

1. تحليل البيانات والمعلومات بعد تطبيق المقاييس السابقه
2. تحليل الاراء من خلال المقابلات والندوات وورش العمل
3. حصر الفروق بين اراء الكليات النظرية والعملية في مستوى الثقافة الصحية والغذائية والسلوك الصحي
4. دور التربية الرياضية

وضع برامج توعيه للثقافة الصحية والغذائية لطلاب جامعات الدلتا

1. نوضح السلوكيات الايجابيه السليمه للحفاظ على الصحه
2. كيفية الوقايه من الامراض المعديه
3. التخلص من العادات الخاطئه والمعتقدات السائده
4. كيفية تناول وجبه غذائيه كامله العناصر الغذائية ويتم ذلك عن طريق المطبوعات والملصقات والانترنت

## الممارسات المتميزة في نطاق تنفيذ المشروع:

1. تدريب الطلاب علي الالتزام في حضور الندوات وورش العمل وكيفية جمع المعلومات والحقائق
2. تدريب الطلاب علي كيفية تصميم المقاييس والاستمارات الخاصة بأنشطة المشروع
3. تدريب الطلاب علي كيفية كتابة الخطابات المرسله الي الكليات في الجامعات المختلفه للسماح لهم بتنفيذ أنشطة المشروع
4. تدريب الطلاب علي كيفية التعامل مع المجتمع الخارجي وخصوصاً طلاب الجامعات الأخرى
5. تدريب الطلاب كفريق عمل عن كيفية إعداد وتنفيذ الملصقات والمطويات والكتيبات

## أهم الآثار الإيجابية للمشاركة في فريق عمل المشروع:

1. إيجاد فريق عمل من الطلاب وتدريبه علي كيفية تنفيذ المشروعات
2. تنمية الروح الاجتماعيه بين اعضاء فريق العمل مع اكتساب القدرة علي التعامل مع المجتمع الخارجي
3. استفادة فريق العمل علي التعرف علي الممارسات السلبية والابتعاد عنها والالتزام بالممارسات الايجابية للثقافة الغذائية والسلوك الصحي