



وزارة التربية و التعليم



وزارة الصحة



المسح العالمي
لصحة طلبة
المدارس
٢٠١٠
سلطنة عُمان





وزارة التربية و التعليم



وزارة الصحة



إعداد

د. سحر عبده حلمي عبده

صلاح بن ناصر المزاحمي



المسح العالمي لصحة طلبة

المدارس

٢٠١٠

سلطنة عُمان

نشر

٢٠١٢

تمهيد

إنه لمن دواعي سروري أن أقدم تقرير المسح العالمي لصحة طلبة المدارس في سلطنة عُمان.

يمثل الطلبة في السلطنة حوالي ٢٤% من السكان و هم يعتبرون آباء و أمهات المستقبل و جزء لا يتجزأ من تنمية الأمة. و من أجل رعاية هذا الفئة تقوم وزارة الصحة بتوفير خدمات الصحة المدرسية بهدف تعزيز صحة الطلبة و المجتمع المدرسي. في عام ٢٠٠٨ تم تدشين الإستراتيجية الوطنية للصحة المدرسية من خلال رؤية تعني بصحة أفضل للمجتمع المدرسي.

و من المفهوم أن أنماط الحياة الصحية و الظروف المعيشية للناس تؤثر على صحتهم و نوعية الحياة التي يعيشونها. كما ترتبط الأمراض غير المعدية إرتباطاً هاماً مع الممارسات الخطرة مثل النظام الغذائي غير الصحي ، قلة النشاط البدني ، نقص النظافة بالإضافة إلى العنف و الإصابات.

يعتبر المسح العالمي لصحة طلبة المدارس نظاماً لترصد الممارسات الصحية وقد تم إجراؤه في معظم الدول لرصد التقدم المحرز في متابعة وزارة الصحة لمشاكل هذه الفئة العمرية. و تعتبر سلطنة عُمان ضمن أوائل الدول العربية في إجراء هذا المسح فقد تم إجراء المسح الأول عام ٢٠٠٥ و يمثل هذا التقرير نتائج المسح الثاني في السلطنة عام ٢٠١٠

و تعتبر جميع الممارسات الخطرة التي تم رصدها في هذا المسح من الممارسات التي يمكن تجنبها و الوقاية منها، كما أنها تتطلب إجراءات فورية ليس فقط من قبل وزارة الصحة و إنما من قبل وزارة التربية و التعليم و القطاعات الأخرى التي تهتم بفئة المراهقين و الشباب.

إن التنفيذ الناجح للمسح العالمي لصحة طلبة المدارس في السلطنة لم يكن ممكناً لولا الجهود الفعالة و المتفانية لعدد من القطاعات و الأفراد. كما نقدر الدعم التقني لمنظمة الصحة العالمية و مركز مكافحة الأمراض و الوقاية منها بأتلانتا. و نتقدم بجزيل الشكر و التقدير للمدارس و الطلبة المشاركين في المسح.

د. سالم بن سعيد الوهبي

مدير عام الشؤون الصحية

شكر و تقدير

الشكر و التقدير لجميع المشاركين في نجاح هذا المسح

- يود منسقا المسح في السلطنة تقديم الشكر و التقدير لكل من معالي د. أحمد بن عبيد السعيد و وزير الصحة و سعادة د. علي بن جعفر محمد مستشار الشؤون الصحية على دعمهما اللامحدود لتنفيذ المسح.
- كما نتقدم بالشكر لمعالي د. حسين الجزائري المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لدول شرق المتوسط و د. هيفاء ماضي مديرة تعزيز الصحة و حفظها و د. فاتن بن عبد العزيز المستشار الإقليمي للتثقيف الصحي بمكتب إقليم شرق المتوسط و د. جهان طويلة ممثلة المنظمة بالسلطنة.
- كل الشكر و التقدير للفاضلة / لين رالي من قسم تعزيز الصحة و مكافحة الأمراض غير المعدية بمنظمة الصحة العالمية بجنيف و الدكتورة / لورا كان و الفاضل / ستيف كنشين من مركز مكافحة الأمراض و الوقاية منها بأتلانتا على الدعم التقني وتوفير الإطار العام للتقرير و مراجعته و إبداء الملاحظات.
- يود منسقا المسح تقديم جزيل الشكر و التقدير للفاضل / خميس بن سالم الراسبي نائب مدير عام البرامج التعليمية و الفاضل / أحمد بن إسماعيل البلوشي رئيس قسم التوعية الصحية و التغذية بوزارة التربية و التعليم على دعمهما و مشاركتهما في المسح.
- كل الشكر و التقدير لجميع العاملين في دائرة الصحة المدرسية و المشرفين الميدانيين بالمحافظات و جميع ممرضات و ممرضي الصحة المدرسية الذين قاموا بإجراء العمل الميداني في المدارس.
- وأخيراً و ليس آخرأً كل الشكر و التقدير لجميع الطلبة و مدراء المدارس المشاركين في المسح و الذين بدونهم لم يكن إجراءه ممكناً.

منسقا المسح في سلطنة عُمان:

- صلاح بن ناصر المزاحمي - مدير دائرة المعلومات الصحية و الإحصاء

- د. سحر عبده حلمي عبد العزيز عبده - مشرفة دائرة الصحة المدرسية

قائمة بأسماء المشاركين في المسح

شاركت الوزارات و الأفراد التالي أسماؤهم في إجراء هذا المسح بنجاح :

وزارة الصحة :

سعادة د. علي بن جعفر محمد	مستشار الشؤون الصحية
د. إبتسام بنت علي الغسانية	إختصاصية بدائرة الصحة المدرسية
خالد بن سعود الوهبي	فني تغذية بدائرة الصحة المدرسية
سليمان بن ناصر الرواحي	مشرف نظم معلومات صحية أول- دائرة المعلومات

وزارة التربية و التعليم :

الفاضل / خميس بن سالم الراسبي	نائب مدير عام البرامج التعليمية
الفاضل / أحمد بن إسماعيل البلوشي	رئيس قسم التوعية الصحية و التغذية

المشرفون الميدانيون (رؤساء أقسام الصحة المدرسية بالمحافظات)

د. أبشر مأمون حسن	جنوب الباطنة
د. عاطف محمد مصطفى	شمال الباطنة
د. نجلاء حسن أمين	شمال الشرقية
د. عادل محمد عبد الله	جنوب الشرقية
د. أحمد محمد عناني	الداخلية
د. توفيق عشم توفيق	ظفار
د. زليخة بنت جانجير البلوشية	البريمي
أمل بنت سويد اليعقوبية	ممرضة صحة مدرسية بالظاهرة

الباحثون / الباحثات (ممرضو و ممرضات الصحة المدرسية)

محافظة مسقط :

محافظة الداخلية

- أيمن بن محمود البلوشي
- غالب بن خلفان الحمداني
- ليلي بنت أحمد الحارثية
- حنان بنت عبد الله الحسنية
- صابرة بنت عمر العريمية
- نورة بنت محمد الوهيبة
- خالصة بنت سيف اليحيائية
- أميرة بنت سيف الشريانية
- هند بنت حمدان العيرية
- بشرى بنت طالب الصباحية
- مسعود بن سالم العامري
- محمد بن خلفان الشكيلي
- عبد الله بن راشد أمبو علي

محافظة شمال الشرقية

محافظة شمال الباطنة

- أسماء بنت سالم الشعيبية
- خالد بن سعيد السابقي
- منى بنت حارث بني عرابة
- زكية بنت هلال الحبسية
- نصرى بنت سالم العذوبية
- سنيده بنت راشد المالكية
- صالح بن سعيد الحوسني
- محمد بن عبد الله العبيداني
- رحمة بنت عبد الله البلوشية
- فتحية بنت جمعة البلوشية
- موزة بنت محمد الزعابية

محافظة جنوب الباطنة

محافظة جنوب الشرقية

- منيرة بنت خميس الهنائية
- سعاد بنت سعيد التوبية
- حفيظة بنت سعيد المخزومية
- دلال بنت علي الدوحانية
- عبد الله بن مطر الحاجري
- عائشة بنت حمد الشحية
- شقيلة بنت سالم السعدية

محافظة الظاهرة

محافظة ظفار

- عائشة بنت مطر الجساسية
- منى بنت سيف الغافرية
- فاطمة بنت علي صفرار
- عادل الصادق جمعة

محافظة البريمي

محافظة مسندم

- هيثم بن محمد العلوي
- د. محمد عبد القوي أبو الحسن – طبيب صحة مدرسية

محتوى التقرير

٦	ملخص التقرير
	الجزء الأول :
٩	مقدمة
١٠	أسلوب المسح
	الجزء الثاني : النتائج
١٢	البيانات الديموغرافية
١٢	الممارسات التغذوية
١٧	النظافة
١٩	النشاط البدني
٢٣	عوامل الحماية
٢٦	المعرفة بمرض الإيدز
٢٧	العنف و الإصابات غير المتعمدة
٣٠	الجزء الثالث : الخلاصة و التوصيات
	الجزء الرابع : الملاحق
٣٥	إستبيان المسح

ملخص المسح :

يتم تنفيذ المسح العالمي لصحة طلبة المدارس بين الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة حيث يقيس المسح الممارسات و عوامل الحماية المتعلقة بالأسباب المؤدية إلى المراضة و الوفيات بين المراهقين و الشباب في سلطنة عُمان. و تشمل هذه الممارسات الآتي :

- الممارسات التغذوية
- النظافة
- النشاط البدني
- عوامل الحماية
- المعرفة حول الإيدز
- العنف و الإصابات غير المتعمدة

تم تنفيذ المسح العالمي لصحة طلبة المدارس لعام ٢٠١٠ في سلطنة عُمان باستخدام تصميم العينة العنقودية ذات المرحلتين للحصول على عينة تمثل الطلبة في الصفوف من الثامن إلى العاشر.

تم إدراج جميع المدارس التي بها الصفوف الدراسية من الثامن إلى العاشر في إطار العينة ، حيث تم في المرحلة الأولى إختيار المدارس بطريقة منظمة تعتمد على إحتتمالية إختيار الطلبة بالصفوف الثامن و التاسع و العاشر و ذلك بطريقة عشوائية. و قد تم إختيار ٤٩ مدرسة.

تم في المرحلة الثانية إختيار صفوف من المدارس المختارة بطريقة عشوائية و ذلك من خلال إدراج جميع الصفوف في كل مدرسة في إطار العينة و إعتبار كل طالب في هذه الصفوف مؤهلاً لإجراء المسح و من ثم تم معالجة البيانات و عدم إحتساب البيانات الناقصة إحصائياً. و قد أخذ البرنامج الإحصائي في الإعتبار التصميم المعقد للعينة و تحديد الفروقات الإحصائية بين النتائج المدرجة في هذا التقرير من خلال مقارنة المدى الناتج عن الـ ٩٥% في حدود الثقة لكل نتيجة ، فإذا لم تتداخل هذه النتائج تعتبر الفروقات ذات دلالة إحصائية .

و قد أشارت نتائج المسح إلى :

- تم إستكمال ١٦٠٦ إستبيان في ٤٦ مدرسة ، حيث بلغ معدل إستجابة المدارس ٩٤% و الطلبة ٩٤% و بالتالي كان معدل الإستجابة العام ٨٩%

- **الممارسات التغذوية :** وصف طالب من كل خمس طلبة (١٨,٧%) أنفسهم بأنهم زائدي الوزن أو لديهم سمنة و حاول ثلث العينة (٣٥,٦%) خفض وزنهم. و قد أكد ٤١,٦% من الطلبة أنهم عادة ما يأكلون الفاكهة مرتين أو أكثر في اليوم بينما أشار ١٧,٩% أنهم عادة ما يأكلون الخضروات ثلاث مرات أو أكثر في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. كما أشار ٤٥,١% من الطلبة أنهم تناولوا الإفطار معظم الوقت خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. و أشار حوالي طالب من كل إثنين (٤٩,٩%) إلى أنه تناول المشروبات الغازية مرة أو أكثر في اليوم و أن ٢٤,١% تناولوا الوجبات السريعة مثل البرجر و البيتزا و الشاورمة. و قد أكد ٧٩,٤% من الطلبة إلى أنهم تعلموا في الحصص المدرسية أو الأنشطة اللاصفية عن أهمية الغذاء الصحي.
- **النظافة :** أشارت النتائج إلى أن ١٦,٢% من الطلبة نظفوا أسنانهم أقل من مرة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح و أن ٩,٦% نادراً ما يغسلون أيديهم قبل تناول الطعام في الثلاثين يوماً السابقة للمسح. و جاءت نسبة الطلبة الذين أكدوا أن دورات المياه في مدارسهم غير نظيفة ٤٩,٦% بينما أشار ٦٣% من الطلبة إلى أنه توجد دورات مياه كافية في مدارسهم. كما تعلم ثلاث من كل أربع طلبة (٧٢%) في الحصص الدراسية أو الأنشطة اللاصفية عن أهمية غسل اليدين.
- **النشاط البدني :** أشارت النتائج إلى أن ٢٢,٧% فقط من الطلبة يمارسون النشاط البدني لمدة لا تقل عن ستين دقيقة خمس مرات أو أكثر خلال السبع أيام السابقة للمسح و أن الذكور يمارسونه أكثر من الإناث. كما أن ٦٦,٤% من الطلبة لم يمشوا أو يركبوا دراجة هوائية من و إلى المدرسة خلال السبع أيام السابقة للمسح و قد أشار ٣٢,٧% منهم بأن السبب يرجع إلى توفر وسيلة مواصلات من قبل الأهل أو المدرسة و يتم توفيرها للإناث أكثر من الذكور. كما يقضي حوالي ثلث الطلبة (٣٣,١%) ثلاث ساعات أو أكثر في اليوم المعتاد في مشاهدة التلفاز أو لعب ألعاب حاسب آلي أو غيرها من الأنشطة التي تعتمد على الجلوس و لا يوجد فرق إحصائي بين الذكور و الإناث. كما أشار ثلاث أرباع الطلبة (٧٦,٤%) أنهم تعلموا في المدرسة أهمية ممارسة النشاط البدني.
- **عوامل الحماية :** أشار ٤٣,٩% من الطلبة أنهم تغيبوا عن الصف أو المدرسة بدون إذن مرة أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح ، كما أكد ٥٠% من الطلبة أن زملائهم في المدرسة طيبون و متعاونون دائماً أو معظم الوقت خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. كما أكد طالب من كل اثنين (٤٧,٩%) أن والديهم أو أولياء أمورهم يتأكدون دائماً أو معظم الوقت من أنهم قاموا بواجباتهم

المدرسية بينما أكد أربعة من كل عشرة طلبة (٤١%) أن والديهم أو أولياء أمورهم يتفهمون دائماً أو معظم الوقت مشاكلهم و القلق الذي يعانون منه خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. وأشار ٣١,٢% فقط من الطلبة أن والديهم أو أولياء أمورهم دائماً أو معظم الوقت يقومون بإجراء حوار أو تواصل مفتوح معهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح .

● **المعرفة بمرض الإيدز :** أكد ٨١,٦% من الطلبة أنهم سمعوا عن مرض الإيدز و قد كانت الإناث أكثر إحصائياً من الذكور ، كما أكد ٦٦,٧% من الطلبة أنهم تعلموا في حصصهم الدراسية عن المرض بينما أكد ٦٣% أنهم تعلموا في حصصهم الدراسية طرق الوقاية منه و أن ٤١,٧% تعلموا كيفية التعامل مع المصاب بالفيروس. و أشار حوالي ثلث الطلبة (٢٧,٤%) أنهم تحدثوا مع والديهم أو أولياء أمورهم حول المرض.

● **العنف و الإصابات غير المتعمدة:** أشار ٤٧,٦% من الطلبة أنهم شاركوا في عراك بينما أكد حوالي أربعة من عشر طلبة (٤٠,٩%) أنهم أصيبوا إصابات خطيرة و أن حوالي نصف الطلبة (٤٧,٣%) تعرضوا للإستهزاء و الإستفزاز يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح.و قد تعلم طالب من كل اثنين (٥٢,١%) كيفية الوقاية من العنف و العراك.

التوصيات:

١. إجراء دراسات نوعية للتعرف بعمق على الأنماط الحياتية للطلبة.
٢. التوسع في تطبيق مبادرة المدارس المعززة للصحة لتشمل جميع المدارس في السلطنة.
٣. مراجعة و تطوير برامج التوعية الصحية في المدارس
٤. إدخال نظام ترصد للممارسات الخطرة ضمن الفحص الطبي لطلبة المدارس.
٥. تنمية مهارات العاملين بالصحة المدرسية و المدارس .
٦. تطوير العلاقة بين المدارس و الأسر في المجتمع لإرشاد الطلبة و بناء قدراتهم في تنمية ذاتهم.
٧. إجراء المسح العالمي لصحة طلبة المدارس بصورة دورية كل ٤-٥ سنوات كجزء من نظام ترصد الممارسات الخطرة لدى هذه الفئة.
٨. إجراء مسح مماثل للعاملين بالمدارس للحصول على صورة متكاملة عن الممارسات الصحية في المجتمع المدرسي.

مقدمة :

قامت منظمة الصحة العالمية في عام ٢٠٠١ و بالتعاون مع مجموعة الأمم المتحدة للإيدز و منظمتي اليونيسكو و اليونيسف و بدعم تقني من مكتب مكافحة الامراض و الوقاية منها بأتلانتا ببدء المسح العالمي لصحة طلبة المدارس.

و منذ عام ٢٠٠٣ ، بدأت وزارات الصحة و التربية و التعليم في الدول بإستخدام المسح للقيام برصد دوري لمعدلات إنتشار الممارسات الصحية ذات الخطورة و عوامل الحماية لدى طلبة المدارس.

و قد قامت سلطنة عُمان بإجراء المسح الأول عام ٢٠٠٥ ، و يصف هذا التقرير نتائج المسح الثاني في السلطنة و الذي قامت به وزارة الصحة بالتعاون مع وزارة التربية و التعليم.

يهدف المسح العالمي لصحة طلبة المدارس إلى توفير بيانات عن الممارسات الصحية للطلبة و عوامل الحماية و ذلك بهدف:

- مساعدة الدول في تحديد أولوياتها ، إنشاء برامج و طلب الموارد لبرامج و سياسيات الصحة المدرسية و صحة المراهقين و الشباب.
- التعرف على إتجاهات معدلات الممارسات الصحية و عوامل الحماية للإستفادة منها في تقييم برامج الصحة المدرسية و تعزيز صحة الشباب.
- السماح للدول و المنظمات الدولية و غيرها من إجراء مقارنات للممارسات الصحية و عوامل الحماية بين الدول أو داخل الدولة نفسها.

يتم تنفيذ المسح بين الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة حيث يقيس الممارسات و عوامل الحماية المتعلقة بمسببات المراضة و الوفيات بين الشباب و البالغين في السلطنة وهي:

- الممارسات التغذوية
- النظافة
- النشاط البدني
- عوامل الحماية
- المعرفة بمرض نقص المناعة المكتسب (الإيدز)

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

• العنف و الإصابات غير المتعمدة.

تم تنفيذ العديد من الدراسات لقياس معارف و إتجاهات و ممارسات المراهقين و الشباب و قد تم تنفيذ الجولة الأولى من المسح العالمي لصحة طلبة المدارس في سلطنة عُمان في عام ٢٠٠٥ حيث أظهرت النتائج أن الطلبة معرضون لممارسة السلوكيات الخطرة و المتعلقة بالتغذية و قلة ممارسة النشاط البدني ، كما ألقى المسح الضوء على الحاجة لإتخاذ فعل سريع لمواجهة هذه الممارسات.

ومن أجل تقوية برامج تعزيز الصحة و الأنشطة التوعوية في السلطنة على جميع المستويات ، فقد أطلقت السلطنة مبادرة المدارس المعززة للصحة بهدف تحسين صحة الطلبة و العاملين بالمدرسة و الأسر و أفراد المجتمع من خلال المدارس. يتم حالياً تنفيذ المبادرة في ٢١٢ (٢٠,١%) مدرسة في السلطنة و قد تم تنفيذ دراسة مقارنة لقياس معارف و إتجاهات و ممارسات الطلبة و العاملين في المدارس المطبقة للمبادرة مقابل من هم في المدارس غير المطبقة للمبادرة حيث أظهرت النتائج تحسناً في معارف و ممارسات الطلبة و العاملين بالمدارس المطبقة عنها في المدارس غير المطبقة.

أسلوب المسح:

يعتمد أسلوب المسح العالمي لصحة طلبة المدارس في سلطنة عُمان ٢٠١٠ على مرحلتين أساسيتين للحصول على عينة من الطلبة في الصفوف من الثامن للعاشر.

إشتمل إطار العينة في المرحلة الأولى على جميع المدارس التي بها صفوف من الثامن إلى العاشر و قد تم إختيار المدارس على أن تكون عينة موزونة تعطي كل طالب إحتمال أو فرصة متساوية للمشاركة في المسح.

ويتم في المرحلة الثانية إختيار صفوف من المدارس التي وقع عليها الإختيار، بصورة عشوائية. فقد أُدرجت جميع الصفوف من كل مدرسة إلى إطار العينة، واعتبر كل الطلبة في هذه الصفوف مؤهلين لإجراء المسح

كما تم استخدام أوزان ترجيحية لكل إستمارة لضمان اختيار كل طالب/ طالبة ، وقد تم تشكيل الأوزان الترجيحية بناء على المعادلة التالية:

$$W=W1*W2*F1*F2*F3*F4*$$

حيث:

$W1$ = الإحتمال العكسي لإختيار المدارس.

$W2$ = الإحتمال العكسي لإختيار الصف من المدرسة

$F1$ = عامل التعديل لمعدل عدم إستجابة المدرسة ، ويتم إحسابه بحسب حجم المدرسة (صغيرة ، متوسطة أو كبيرة) ويتم حساب العامل على أساس الإلتحاق بالمدرسة بدلاً من عدد المدارس

$F2$ = عامل التعديل للصف المختار ، ويتم احتسابه بكل مدرسة.

$F3$ = عامل التعديل لمعدل عدم استجابة الطالب / الطالبة ويتم احتسابه لكل صف.

تم في هذا المسح إستكمال ١٦٠٦ إستبيان في ٤٦ مدرسة. وقد بلغ معدل إستجابة المدارس ٩٤% و معدل إستجابة الطلبة ٩٤% و بالتالي كان معدل الإستجابة الكلي ٨٩%.

تم معالجة البيانات ، و لم يتم إحساب البيانات المفقودة إحصائياً و قد أخذ البرنامج الإحصائي في الإعتبار التصميم المعقد للعينة و تحديد الفروقات الإحصائية بين النتائج المدرجة في هذا التقرير من خلال مقارنة المدى الناتج عن الـ ٩٥% في حدود الثقة لكل نتيجة ، فإذا لم تتداخل هذه النتائج تعتبر الفروقات ذات دلالة إحصائية .

إشتمل إستبيان المسح على ٦٩ سؤال يتعلق بالعادات الغذائية ، النظافة ، النشاط البدني ، عوامل الحماية ، العنف و الإصابات غير المتعمدة و المعرفة حول مرض الإيدز. و قد تم إعداد الإستبيان من خلال فريق عمل مشترك من وزارتي الصحة و التربية و التعليم و ترجمته إلى اللغة العربية .

تم في شهر مارس ٢٠١٠ تدريب ٢٠ من ممرضي الصحة المدرسية كباحثين و من ثم بدأ العمل الميداني في الفترة من مارس إلى أبريل ٢٠١٠ و قد تم تصميم إجراءات المسح بحيث تضمن خصوصية المبحوث و ذلك بالسماح بالمشاركة الطوعية و بدون الكشف عن إسم المشارك.

قام الطلبة بإستكمال إستبيان مدار ذاتياً خلال حصة دراسية واحدة (٤٥ دقيقة) و تم تسجيل الإجابات على إستمارة يتم مسحها ضوئياً في مركز مكافحة الأمراض و الوقاية منها.

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

البيانات الديموغرافية :

يبين الجدول التالي أهم المميزات الديموغرافية لعينة المسح

جدول (١) البيانات الديموغرافية لعينة المسح - عُمان ٢٠١٠

الجنس			العمر			الصف	
ذكور	إناث	١٢ سنة أو أقل	١٣-١٥ سنة	١٦ سنة أو أكبر	الثامن	التاسع	العاشر
٥١,٧%	٤٨,٣%	١,٧%	٦٧%	٣١,٤%	٣٢%	٣٣,٧%	٣٤,٣%

الممارسات التغذوية :

جدول (٢) الممارسات التغذوية حسب الفئات العمرية و الجنس ، عُمان ٢٠١٠

الممارسة				جميع أفراد العينة				سنة ١٥-١٣			
				إجمالي	ذكور	إناث	الفرق	إجمالي	ذكور	إناث	الفرق
توفر الغذاء في المنزل											
نسبة من شعروا بالجوع نتيجة لعدم توفر طعام كاف بالمنزل				٩,١%	١٢,٣%	٥,٧%	الذكور أكثر	٨,٩%	١٢,٣%	٥,٤%	الذكور أكثر
				(٧,٥)	(٩,٨)	(٤,٥)	(٧,٢)	(٦,٩)	(٨,٩)	(٤,١)	(٧,٢)
تناول الفواكه و الخضروات											
نسبة من تناولوا الفواكه مرتين أو أكثر في اليوم لمدة ٣٠ يوماً السابقة للمسح				٤١,٦%	٥٨,٨%	٣٧,٥%	لا يوجد فرق	٤٢,٢%	٤٦,٦%	٣٨,٥%	لا يوجد فرق
				(٤٥,٧)	(٥١,٧)	(٣٣,١)	(٤٢,٢)	(٤٦,١)	(٥٣,١)	(٣٣,٦)	(٤٣,٦)
نسبة من تناولوا الخضروات ثلاث مرات أو أكثر في اليوم لمدة ٣٠ يوماً السابقة للمسح				١٧,٩%	١٩,١%	١٦,٣%	لا يوجد فرق	١٨,٢%	١٩,٦%	١٦,٥%	لا يوجد فرق
				(١٥,٩)	(١٦)	(١٤,٥)	(١٨,٣)	(٢١,٢)	(٢٤,٥)	(١٤,٣)	(١٩,٠)
نسبة من تناولوا الفواكه و الخضروات خمس مرات أو أكثر في اليوم لمدة ٣٠ يوماً السابقة للمسح				٢٤,٣%	٢٦,٨%	٢٢,١%	لا يوجد فرق	٢٤,٧%	٢٨%	٢١,٩%	لا يوجد فرق
				(٢١,٢)	(٢١,٩)	(١٩,١)	(٢٥,٤)	(٢٩,٢)	(٣٥,٩)	(١٨,٣)	(٢٦,٠)

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

ممارسات تغذوية أخرى							
نسبة من تناول الإفطار غالباً أو دائماً خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٥,١ (٤٩,٧)	%٥٣,٦ (٥٨,٣)	%٣٦,٣ (٤٠,٤)	الذكور أكثر (٣٩,٥)	%٤٤,٨ (٥٠)	%٥٥,٨ (٦١)	%٣٥,٨ (٣٢,٣)
نسبة من تناولوا البسكويت ، الكيك أغلب الوقت من بين إجمالي من تناولوا وجبة خفيفة في المدرسة في اليوم المعتاد	%٢٦,٦ (٣٤,٢)	%٢٢,٤ (٢٨,٩)	%٣١,٢ (٤٣,٤)	لا يوجد فرق (٣٤,٧)	%٢٦,٥ (٣٤,٧)	%٢٠,٤ (٢٧,٣)	%٣٢,٣ (٤٥,٣)
نسبة من تناول مشروبات غازية مرة أو مرتين عادة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٩,٩ (٥٤,٧)	%٥٥,٥ (٦٢,٤)	%٤٣,٩ (٤٨,٧)	لا يوجد فرق (٥٤,٩)	%٤٩,٤ (٥٤,٩)	%٥٦,٥ (٦٥,١)	%٤٣,٥ (٤٨,٨)
نسبة من أفاد بأن المشروبات الغازية لذيذة الطعم من إجمالي من تناولها خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٠,٤ (٤٤,٨)	%٣٧,٢ (٤٣,٣)	%٤٣,٧ (٤٩,٩)	لا يوجد فرق (٤٨,٢)	%٤٢,٤ (٤٨,٢)	%٣٧,٨ (٤٥)	%٤٧ (٥٤,٧)
نسبة من تناول طعام من مطعم وجبات سريعة ثلاث مرات أو أكثر خلال السبعة أيام السابقة للمسح	%٢٤,١ (٢٨,٥)	%٢٦,٩ (٣٤,١)	%٢١,٧ (٢٧,١)	لا يوجد فرق (٢٨,٤)	%٢٣,١ (٢٨,٤)	%٢٥,٧ (٣٥,٥)	%٢١,١ (٢٧,١)
نسبة من أفاد بأن المأكولات السريعة لذيذة الطعم من إجمالي من تناولها خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٧,٤ (٥٠,٤)	%٤٥,١ (٥٠,٢)	%٥٠,٢ (٥٤,٣)	لا يوجد فرق (٥٠,٨)	%٤٧,٤ (٥٠,٨)	%٤٥,٨ (٥٢)	%٤٩,٦ (٥٥)
نسبة من يتناول الشاي أو القهوة مرة أو مرتين في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٦٢ (٦٦,٨)	%٧٠,٧ (٧٤,٩)	%٥٢,٣ (٥٧,٥)	الذكور أكثر (٦٥,٢)	%٦٠,٢ (٦٥,٢)	%٦٩,٤ (٧٤)	%٥٢ (٥٧,٧)

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

نسبة من يشرب ثلاث أكواب أو أكثر من الماء خلال اليوم في السبع أيام السابقة للمسح	%٨٠	%٨١,٣	%٧٨,٨	لا يوجد فرق	%٨٠,٩	%٨٠,٩	%٨٠,٨	لا يوجد فرق
	(٨٣,٣)	(٨٥,٣)	(٨٣,٣)		(٨٣,٩)	(٨٥,٦)	(٧٥,٤)	
	(٨٣,٣)	(٧٦,٥)	(٧٣,٤)		(٧٧,٤)	(٧٥,١)	(٧٥,٤)	
صورة الجسم								
نسبة من تم وزنهم و قياسهم خلال الأثني عشر شهراً السابقة للمسح	%٥٨,٥	%٦١	%٥٦,٤	لا يوجد فرق	%٥٣,٢	%٥٤,٤	%٥٢,٥	لا يوجد فرق
	(٦٢,٨)	(٦٧,١)	(٦٢,٨)		(٥٨,٤)	(٦١,٦)	(٤٤,٣)	
	(٥٤,١)	(٥٤,٦)	(٤٩,٨)		(٤٧,٩)	(٤٦,٩)	(٤٤,٣)	
نسبة من يصفون أنفسهم بأنهم زائدي الوزن قليلاً أو كثيراً	%١٨,٧	%١٦,٣	%٢١	لا يوجد فرق	%١٩,٥	%١٧,٢	%٢١,٦	لا يوجد فرق
	(٢١,١)	(١٩,٥)	(٢٣,٧)		(٢٢,٧)	(٢٠,٨)	(١٧,٩)	
	(١٦,٥)	(١٣,٦)	(١٨,٥)		(١٦,٦)	(١٤,١)	(١٧,٩)	
نسبة من حاولوا نقص وزنهم	%٣٥,٦	%٢٩,٤	%٤١,٨	الإناث أكثر	%٣٧,٣	%٣٢,٦	%٤١,٦	لا يوجد فرق
	(٣٨,٩)	(٣٢,٩)	(٤٦,٥)		(٤٠,٩)	(٣٧,٩)	(٣٥,٩)	
	(٣٢,٥)	(٢٦,٢)	(٣٧,٢)		(٣٣,٨)	(٢٧,٧)	(٣٥,٩)	
دور التثقيف الصحي في المدارس								
نسبة من تعلموا في الحصص المدرسية أو الأنشطة اللاصفية عن فوائد الغذاء الصحي	%٧٩,٤	%٧٢,٣	%٨٨	الإناث أكثر	%٨٠,٣	%٧١,٥	%٨٩,٤	الإناث أكثر
	(٨٣,٦)	(٧٦,٩)	(٩٠,٧)		(٨٥,٤)	(٧٨,١)	(٩٢,٢)	
	(٧٤,٥)	(٦٧,١)	(٨٤,٦)		(٧٤)	(٦٣,٩)	(٨٥,٧)	
نسبة من تعلموا في الحصص المدرسية أو الأنشطة اللاصفية عن كيفية إعداد وحفظ الطعام بطريقة آمنة	%٦٦,٥	%٦٤,٥	%٦٨,٧	لا يوجد فرق	%٦٧,٣	%٦٤,١	%٧٠,٣	لا يوجد فرق
	(٧٠,٣)	(٦٩,٤)	(٧٤,١)		(٧١,٨)	(٧٠,٢)	(٧٥,٨)	
	(٦٢,٣)	(٥٩,٤)	(٦٢,٨)		(٦٢,٤)	(٥٧,٤)	(٦٤,٥)	

* ٩٥% معدل الثقة

مدى توفر الطعام في المنزل :

أشار ٩,١% من جميع الطلبة في العينة و ٨,٩% في الفئة العمرية ١٣ - ١٥ سنة أنهم شعروا بالجوع دائماً أو في معظم الأوقات نتيجة عدم وجود طعام كاف في المنزل خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح و قد كان الذكور أكثر إحصائياً من الإناث.

تناول الفاكهة و الخضروات:

أشارت النتائج إلى أن ٤١,٦% من جميع الطلبة في العينة و ٤٢,٢% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تناولوا الفاكهة مثل التمر ، التفاح ، البرتقال أو الموز مرتين أو أكثر في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح بينما أشار ١٧,٩% من جميع الطلبة و ١٨,٢% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تناولوا الخضروات مثل الطماطم ، الخيار أو الجزر ثلاث مرات أو أكثر في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح.

و قد أشار ٢٤,٣% من جميع الطلبة و ٢٤,٧% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تناولوا الفاكهة و الخضروات خمس مرات أو أكثر في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. و لا يختلف الذكور عن الإناث في هذه الممارسات.

الممارسات التغذوية الأخرى:

أشار ٤٥,١% من جميع الطلبة و ٤٤,٨% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تناولوا وجبة الإفطار دائماً أو معظم الوقت خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. و عموماً فإن الذكور أكثر من الإناث في تناول وجبة الإفطار.

و قد بلغ نسبة من تناولوا البسكويت و الكعك معظم الوقت في اليوم المعتاد حوالي ٢٦,٦% للطلبة في جميع الأعمار و ٢٦,٥% من الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة من إجمالي من تناول وجبات خفيفة بالمدرسة.

و قد أكد حوالي نصف الطلبة في جميع الأعمار (٤٩,٩%) و في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة (٤٩,٤%) أنهم شربوا المشروبات الغازية مثل البيبسي و الكولا و الماونتن ديو مرة أو أكثر في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. و قد أشار ٤٠,٤% و ٤٢,٤% منهم على التوالي أن أهم أسباب تناولهم هذه المشروبات يرجع إلى أنها لذيذة ، و لا يوجد أي اختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

كما أشار ٢٤,١% من جميع الطلبة و ٢٣,١% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تناولوا وجبات من مطاعم وجبات سريعة مثل البرجر و البييتزا و الشاورمة ثلاث أيام أو أكثر خلال السبع أيام السابقة للمسح ، و قد أشار ٤٧,٤% منهم في كلا الفئتين أن أهم سبب لتناولها يرجع إلى أنها لذیذة مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

أكد ٦٢% من جميع الطلبة و ٦٠,٢% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة إلى أنهم تناولوا الشاي و القهوة مرة أو أكثر خلال اليوم. و قد جاء الذكور في الفئتين (٧٠,٧% ، ٦٦,١-٧٤,٩) و (٦٩,٤% ، ٦٤,٣-٧٤) أكثر ممارسة لهذه العادة من الإناث في نفس الفئتين (٥٢,٣% ، ٤٧,٥-٥٧) و (٥٢% ، ٤٦,٢-٥٧,٧).

أشار ٨٠% من الطلبة أنهم تناولوا ثلاثة أكواب أو أكثر من الماء في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

صورة الجسم :

أكد ٥٨,٥% من جميع الطلبة و ٥٣,٢% من الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنه تم قياس طولهم ووزنهم خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح ، و قد وصف ١٨,٧% من جميع الطلبة و ١٩,٥% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة بأنهم زائدي الوزن قليلاً أو كثيراً مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

كما حاول ٣٥,٦% من جميع الطلبة نقص وزنهم و قد جاءت الإناث أكثر لهذه الممارسة بينما حاول ٣٧,٣% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة نقص وزنهم مع عدم وجود إي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

دور التثقيف الصحي في المدارس :

أكد حوالي ٧٩,٤% من جميع الطلبة و ٨٠,٣% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تعلموا في الحصص المدرسية أو الأنشطة اللاصفية عن فوائد الغذاء الصحي و قد جاءت الإناث أكثر من الذكور في الحصول على التثقيف حول الغذاء الصحي.

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

بينما أكد ٦٦,٥% من جميع الطلبة و ٦٧,٣% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تعلموا في الحصص المدرسية و الأنشطة اللاصفية حول إعداد وحفظ الطعام بطريقة آمنة مع عدم وجود إي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

النظافة :

جدول ٣: الممارسات المتعلقة بالنظافة حسب الفئات العمرية و الجنس ، عُمان ٢٠١٠

الممارسة				جميع أفراد العينة				سنة ١٥-١٣			
				إجمالي	ذكور	إناث	الفرق	إجمالي	ذكور	إناث	الفرق
النظافة الشخصية											
نسبة من ينظفون أسنانهم أقل من مرة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				١٦,٢%	٢٠,٤%	١١,١%	الذكور أكثر	٢١,٨%	١٧,٢%	١٢,٤%	الذكور أكثر
				(١٩,٩)	(٢٥,٦)	(١٤,٢)		(٢٩,٤)	(٢١,٩)	(٩,٩)	
نسبة من لم يغسلوا أيديهم أبداً أو نادراً قبل تناول الطعام خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				٩,٦%	١٢,٦%	٥,٨%	الذكور أكثر	١٤,٠%	١٠,٢%	٦,٥%	الذكور أكثر
				(١٢)	(١٥,٩)	(٧,٨)		(١٨,٩)	(١٣,٦)	(٤,٧)	
نسبة من لم يغسلوا أيديهم أبداً أو نادراً بعد الخروج من دورة المياه خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				١٠,٢%	١٤,٤%	٥,٣%	الذكور أكثر	١٣,٥%	٩,٤%	٥,٣%	الذكور أكثر
				(١٣,٤)	(١٨,٧)	(٧,٦)		(١٨,٣)	(١٢,٩)	(٣,٧)	
نسبة من لم يستخدموا الصابون أبداً أو نادراً أثناء غسل أيديهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				١١,٩%	١٤,٣%	٨,٧%	لا يوجد فرق	١٤,٧%	١٢,٣%	٩,١%	لا يوجد فرق
				(١٤,٧)	(١٨)	(١١,٢)		(١٩,٦)	(١٥,٧)	(٦,٨)	
النظافة في المدارس											
نسبة الطلبة الذين استخدموا دورات مياه غير نظيفة أو نادراً ما تكون نظيفة خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				٤٩,٦%	٥٣,١%	٤٥,٧%	لا يوجد فرق	٥٣,٠%	٥٠,٣%	٤٧,٩%	لا يوجد فرق
				(٤٢,٨)	(٤٤,٨)	(٣٦,٣)		(٤٢,٦)	(٥٧,٩)	(٣٧,٧)	
				(٥٦,٤)	(٦١,٣)	(٥٥,٤)		(٦٣,٣)	(٥٧,٩)	(٥٨,٣)	

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

نسبة الطلبة الذين لديهم دورات مياه كافية في مدارسهم	%٦٣,٠	%٦٣,٨	%٦٣,٠	لا يوجد فرق	%٦٣,٠	%٦٤,٨	%٦١,٨	لا يوجد فرق
	(٦٧,٩)	(٧٠,٤)	(٧٠,٦)		(٥٦,٧)	(٥٦,١)	(٥١,٣)	
نسبة الطلبة الذين مصدر مياه شرب نظيفة في مدارسهم	%٦٨,٨	%٧٤,٤	%٦٣,٣	لا يوجد فرق	%٦٨,٦	%٧٣,٦	%٦٤,١	لا يوجد فرق
	(٧٥,٨)	(٨١,٤)	(٧٢,٩)		(٦٠,٣)	(٦٥,١)	(٥٢,٤)	
نسبة الطلبة الذين أحضروا مياه شرب من منازلهم أثناء وجودهم في المدرسة	%١٨,١	%١٦,٧	%١٨,٨	لا يوجد فرق	%١٩,١	%١٨,٢	%١٩,٨	لا يوجد فرق
	(٢٢,١)	(٢٠,٨)	(٢٥,٤)		(١٥,٠)	(١٣,٩)	(١٣,٥)	
دور التنقيف الصحي في المدارس								
نسبة من تعلموا في الحصص المدرسية أو الأنشطة اللاصفية عن أهمية غسل اليدين	%٧٢,٠	%٦٨,٥	%٧٦,٠	لا يوجد فرق	%٧١,٥	%٦٩,٥	%٧٤,٤	لا يوجد فرق
	(٧٥,٩)	(٧٣,٦)	(٨٠,٢)		(٦٦,٢)	(٦١,٨)	(٦٨,٩)	

*٩٥% معدل الثقة

النظافة الشخصية :

أشارت النتائج أن نسبة الطلبة الذين ينظفون أسنانهم أقل من مرة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة على المسح كانت ١٦,٢ % في جميع الفئات العمرية و ١٧,٢ % في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة و قد كان الذكور أكثر من الإناث في هذه الممارسة.

و عامة فإن ٩,٦ % من جميع الطلبة و ١٠,٢ % في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة لم يغسلوا أيديهم أبداً أو نادراً قبل تناول الطعام خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح ، و قد جاء الذكور أكثر من الإناث في هذه الممارسة. كما أن ١٠,٢ % من جميع الطلبة و ٩,٤ % في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة لم يغسلوا أيديهم أبداً أو نادراً بعد الخروج من دورة المياه خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح و قد جاء الذكور أكثر من الإناث في هذه الممارسة وأن ١١,٩ % من جميع الطلبة و ١٢,٣ % من الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة لم

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

يستخدموا الصابون أبداً أو نادراً عند غسل أيديهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث في هذه الممارسة.

النظافة في المدارس :

أكد ٤٩,٦% من جميع الطلبة و ٥٠,٣% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أن دورات المياه في مدارسهم غير نظيفة أبداً أو نادراً ما تكون نظيفة خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح بينما أشار ٦٣% من جميع الطلبة أن لديهم دورات مياه كافية في المدارس.

و قد أشار ٦٨,٨% من جميع الطلبة و ٦٨,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنه يتوفر مصدر مياه شرب نظيفة في مدارسهم بينما أشار ١٨,١% من جميع الطلبة و ١٩,١% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم أحضروا مياه شرب من منازلهم و لا يوجد أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

دور التثقيف الصحي في المدارس :

أكد ٧٢% من الطلبة أنهم قد تعلموا في الحصص المدرسية أو الأنشطة اللاصفية أهمية غسل اليدين مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

النشاط البدني :

جدول ٤ : النشاط البدني بين الطلبة حسب الفئات العمرية و الجنس ، عُمان ٢٠١٠

سنة ١٥-١٣				جميع أفراد العينة				الممارسة
الفرق	إناث	ذكور	إجمالي	الفرق	إناث	ذكور	إجمالي	
النشاط البدني								
الذكور أكثر	١٥,٤%	٢٩,٩	٢٢,٢	الذكور	١٥,٩%	٢٩,٠	٢٢,٧%	نسبة الطلبة الذين مارسوا النشاط البدني على الأقل ٦٠ دقيقة في اليوم في خمسة أيام او أكثر خلال السبع أيام السابقة للمسح
	(١٢,٣)-	%	%	أكثر	(١٣,٢)-	%	(١٨,٦)-	
	(١٩,٠)	(٢٣,٥)-	(١٧,٣)-		(١٩,٠)	(٢٤,٢)	(٢٧,٤)	
		(٣٧,١)	(٢٨,٠)			-		
						(٣٤,٧)		
الذكور أكثر	٩,٣%	٢٢,٥	١٥,٧	الذكور	٩,٨%	٢١,٩	١٦,٠%	نسبة الطلبة الذين مارسوا النشاط البدني على الأقل ٦٠ دقيقة في اليوم في جميع أيام الأسبوع خلال السبع
	(٧,١)-	%	%	أكثر	(٨,١)-	%	(١٢,٨)-	
	(١٢,٠)	(١٧,٥)-	(١١,٨)-		(١١,٧)	(١٧,٩)	(١٩,٨)	

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

أيام السابقة للمسح	-	(٢٦,٥)			(٢٠,٥)	(٢٨,٣)		
نسبة الطلبة الذين مشوا على الأقل نصف ساعة في يوم أو أكثر خلال السبعة أيام السابقة للمسح	٧٩,٧%	٧١,٧%	لا يوجد فرق	٧٣,٧%	٧٧,٣%	٧٠,٦%	لا يوجد فرق	
نسبة الطلبة الذين مارسوا تمارين تقوية العضلات مثل الضغط أو رفع الأثقال مرة أو أكثر خلال السبعة أيام السابقة للمسح	٥٨,٨%	٣٠,٩%	الذكور أكثر	٤٣,١%	٥٦,١%	٣١,٤%	الذكور أكثر	
نسبة الطلبة الذين لم يراعوا قواعد السلامة عند ممارستهم التمارين الرياضية مثل لبس الحذاء و ممارسة الرياضة في الأماكن المخصص لها	٤٠,٤%	٤١,١%	لا يوجد فرق	٤١,٢%	٤١,١%	٤٠,٢%	لا يوجد فرق	
المشي أو استخدام الدراجة الهوائية من و إلى المدرسة								
نسبة الطلبة الذين لم يمشوا أو يركبوا دراجة من وإلى المدرسة خلال السبع أيام السابقة للمسح	٦٦,٤%	٥٩,١%	الإناث أكثر	٦٧,٩%	٥٨,٤%	٧٦,٣%	الإناث أكثر	
نسبة الطلبة الذين لم يمشوا أو يركبوا من و إلى المدرسة بسبب توفر وسيلة مواصلات من الأهل أو المدرسة من إجمالي الطلبة الذين لم يمشوا أو يركبوا من و إلى المدرسة	٣٢,٧%	٢٧,٧%	الإناث أكثر	٣٣,٥%	٢٧,٦%	٣٩,٤%	لا يوجد فرق	
دور التنقيف البدني في المدارس								
نسبة الطلبة الذين حضروا حصة الرياضة المدرسية ثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع في هذا العام الدراسي	٤٨,٦%	٥٥,٥%	لا يوجد فرق	٥٢,٧%	٤٨,٥%	٥٣,٠%	لا يوجد فرق	

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية هذا العام عن فوائد ممارسة النشاط البدني	%٧٦,٤	-٧٢,٢	(٧٩,٧)	%٧٢,٥	-٦٧,٥	(٧٦,٩)	%٨١,٢	-٧٧,٥	(٨٤,٤)	الإناث أكثر	%٧٦,٠	-٧٢,٢	(٧٩,٤)	%٧٣,٠	-٦٧,٢	(٧٨,١)	%٧٩,٥	-٧٥,٥	(٨٣,٠)	لا يوجد فرق
ممارسة النشاط البدني خارج المدرسة																				
نسبة الطلبة الذين مارسوا النشاط البدني خارج المدرسة خلال الأثني عشر شهراً السابقة للمسح	%٢٦,٣	-٢١,٤	(٣١,٨)	%٣٥,٣	-٢٩,٣	(٤١,٩)	%١٦,٨	-١٣,٥	(٢٠,٧)	الذكور أكثر	%٢٤,٢	-١٩,٠	(٣٠,٣)	%٣٣,٢	-٢٥,٤	(٤٢,٠)	%١٥,٨	-١٢,٥	(١٩,٩)	الذكور أكثر
نسبة الطلبة الذين لا يمارسون النشاط البدني خارج المدرسة بسبب عدم توفر الوقت	%٢٦,٤	-٢٢,٦	(٣٠,٧)	%٢٠,٧	-١٦,٢	(٢٦,١)	%٣١,٢	-٢٦,٦	(٣٦,٢)	الإناث أكثر	%٢٦,٧	-٢١,٥	(٣٢,٧)	%١٩,٥	-١٣,٤	(٢٧,٧)	%٣٢,٤	-٢٥,٨	(٣٩,٩)	لا يوجد فرق
الخمول و الكسل																				
نسبة الطلبة الذين قضوا ثلاث ساعات أو أكثر في اليوم في مشاهدة التلفاز أو الكمبيوتر أو التحدث مع الأصدقاء أو القراءة	%٣٣,١	-٣٠,٥	(٣٥,٨)	%٣٤,٣	-٣٠,٧	(٣٨,٢)	%٣١,٥	-٢٦,٩	(٣٦,٥)	لا يوجد فرق	%٣٢,٦	-٢٨,٩	(٣٦,٥)	%٣٣,٢	-٢٩,٦	(٣٧,٠)	%٣١,٨	-٢٦,٥	(٣٧,٧)	لا يوجد فرق

* ٩٥% معدل الثقة

النشاط البدني :

أشارت نتائج المسح إلى أن ٢٢,٧% من جميع الطلبة و ٢٢,٢% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد مارسوا النشاط البدني لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة في اليوم لمدة خمسة أيام أو أكثر خلال السبعة أيام السابقة للمسح و قد كانت الإناث أقل من الذكور في هذه الممارسة.

كما أن ١٦% من جميع الطلبة و ١٥,٧% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد مارسوا النشاط البدني لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة طوال السبعة أيام السابقة للمسح وقد كان الذكور أكثر من الإناث في هذه الممارسة. و قد قام ثلاثة طلبة من كل أربعة من جميع الفئات العمرية (٧٥,٦%) و في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

(٧٣,٧%) بالمشي لمدة لا تقل عن نصف ساعة يوم أو أكثر خلال السبعة أيام السابقة للمسح مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

كما أشارت النتائج إلى أن ٤٥,٤% من جميع الطلبة و ٤٣,١% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد مارسوا تمارين تقوية العضلات مثل الضغط أو رفع الأثقال مرة أو أكثر خلال السبعة أيام السابقة للمسح و قد جاء الذكور أكثر من الإناث في هذه الممارسة.

و قد أكد ٤١% من الطلبة في جميع الأعمار أنهم لم يراعوا قواعد السلامة عند ممارستهم التمارين الرياضية مثل لبس الحذاء و ممارسة الرياضة في الأماكن المخصص لها مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

المشي أو استخدام الدراجة الهوائية من و إلى المدرسة

عامة فقد أشار ٦٦,٤% من جميع الطلبة و ٦٧,٩% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم لم يمشوا أو يركبوا دراجة من وإلى المدرسة خلال السبعة أيام السابقة للمسح و قد كانت الإناث أكثر من الذكور في هذه الممارسة. ومن ضمن هؤلاء أشار ٣٢,٧% من جميع الطلبة و ٣٣,٥% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة إلى أن أهم سبب لذلك هو توفر وسيلة مواصلات من الأهل أو المدرسة ، و قد جاءت الإناث أكثر من الذكور في توفر وسيلة مواصلات لهن.

دور التثقيف البدني في المدارس

أشار واحد من كل إثنين من الطلبة (٤٨,٦%) وفي الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة (٥٠,٤%) أنهم حضروا حصة الرياضة المدرسية ثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع في هذا العام الدراسي مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث. كما أشار ثلاثة من كل أربعة من جميع الطلبة (٧٦,٤%) و في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة (٧٦%) أنهم تعلموا في الحصص الدراسية هذا العام عن فوائد ممارسة النشاط البدني و قد كانت الإناث أكثر من الذكور في تعلم فوائد ممارسة النشاط البدني.

ممارسة النشاط البدني خارج المدرسة

أكد حوالي طالب من كل أربعة من جميع الفئات العمرية (٢٦,٣%) و في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة (٢٤,٢%) أنه مارس النشاط البدني خارج المدرسة خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح و قد كان

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

الذكور أكثر من الإناث في هذه الممارسة. كما أشار حوالي ربع الطلبة الذين لم يمارسوا النشاط البدني خارج المدرسة من جميع الفئات العمرية (٢٦,٤%) و من الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة (٢٦,٧%) أن السبب في ذلك هو عدم توفر الوقت و قد جاءت الإناث أكثر من الذكور في ذلك.

الخمول و الكسل

أشار ٣٣,١% من جميع الطلبة و ٣٢,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم قضوا ثلاث ساعات أو أكثر في اليوم في مشاهدة التلفاز أو الكمبيوتر أو التحدث مع الأصدقاء أو القراءة مع عدم وجود إي إختلاف بين الذكور و الإناث.

عوامل الحماية

جدول (٥) عوامل الحماية بين الطلبة حسب الفئات العمرية و الجنس . عُمان ٢٠١٠

عامل الحماية				جميع أفراد العينة				سنة ١٥-١٣			
				إجمالي	ذكور	إناث	الفرق	إجمالي	ذكور	إناث	الفرق
نسبة الطلبة الذين تغيروا عن الصف أو المدرسة بدون إذن في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				٤٣,٩%	٤٦,٤%	٤٠,٨%	لا يوجد فرق	٤٣,٤%	٤٥,٤%	٤٠,٧%	لا يوجد فرق
				(٤٨,٧)	(٥٢,١)	(٣٩,٢)		(٤٨,٠)	(٥١,١)	(٣٤,٥)	
نسبة الطلبة الذين اعتبروا أن زملائهم في المدرسة طبيين و متعاونين معظم الوقت خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				٥٠%	٤٣,٢%	٥٧,٦%	الإناث أكثر	٥٠,٧%	٤٤,٨%	٥٦,٤%	لا يوجد فرق
				(٤٥,١)	(٤٩,٤)	(٥٣)		(٥٥,٩)	(٥٢,٥)	(٥٢,٢)	
				(٥٤,٩)	(٦٢,١)						
نسبة الطلبة الذين أكدوا أن والديهم أو أولياء أمورهم دائماً أو معظم الوقت قد تأكدوا بأن أولادهم قد أنهوا واجباتهم المدرسية خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح				٤٧,٩%	٤١,٩%	٥٥,١%	الإناث أكثر	٤٩,٤%	٤٤,١%	٥٥,٠%	لا يوجد فرق
				(٤٣,٦)	(٤٦,٥)	(٤٩,٥)		(٥٤,٠)	(٤٩,٨)	(٤٩,٠)	
				(٥٢,٢)	(٦٠,٥)						

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

نسبة الطلبة الذين أكدوا أن والديهم أو أولياء الأمور تفهموا مشاكلهم معظم الوقت أو دائماً خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤١	٣٨	%٤٥,٢	لا يوجد فرق	%٤١,٤	٣٩,٤	%٤٤,٣	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين أكدوا أن والديهم أو أولياء الأمور دائماً أو معظم الوقت عرفوا ما يفعله أولادهم في وقت الفراغ خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٠,٢	٣٦,٤	%٣٥,٨	٤١ - أكثر	%٤١,٢	٣٧,٠	%٣٩,٦	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين أكدوا أن والديهم أو أولياء أمورهم لم يقوموا بتفقيش حاجياتهم بدون إذنهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٨١,٧	٧٨,٢	%٧٩,٧	لا يوجد فرق	%٨٣,٥	٧٦,٢	%٧٨,٥	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين قام والديهم أو أولياء أمورهم دائماً أو معظم الوقت بفتح حوار أو نقاش خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٣١,٢	٢٨,٦	%٢٩,٣	لا يوجد فرق	%٣٣,٧	٢٨,٦	%٣٠,٣	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين قام والديهم أو أولياء أمورهم دائماً بمكافأتهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٣٥,٩	٣٣,٠	%٣٣,٢	لا يوجد فرق	%٣٩,٣	٣٣,٤	%٣٥,٥	لا يوجد فرق

* ٩٥% معدل الثقة

أشار ٤٣,٩% من جميع الطلبة و ٤٣,٤% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تغيبوا عن الصف أو المدرسة بدون إذن في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

أعتبر طالب من كل إثنين من جميع الفئات العمرية (٥٠%) و في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة (٥٠,٧%) أن زملائهم في المدرسة طبيين و متعاونين معظم الوقت خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح ، و قد جاءت الإناث أكثر من الذكور في ذلك.

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

كما أكد ٤٧,٩% من جميع الطلبة و ٤٩,٤% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أن والديهم أو أولياء أمورهم تأكدوا دائماً أو معظم الوقت من أنهم أنهوا واجباتهم المدرسية خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح ، و قد جاءت الإناث أكثر من الذكور في ذلك.

كما أشار ٤١% من جميع الطلبة و ٤١,٤% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة إلى أن والديهم أو أولياء الأمور تفهموا مشاكلهم معظم الوقت أو دائماً خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

و أكد ٤٠,٢% من جميع الطلبة و ٤١,٢% من الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أن والديهم أو أولياء الأمور عرفوا دائماً أو معظم الوقت ما يفعله أبنائهم في وقت الفراغ خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح حيث جاءت الإناث أكثر من الذكور في ذلك.

و أشارت النتائج إلى أن ٨١,٧% من جميع الطلبة و ٨٠,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد أكدوا أن والديهم أو أولياء أمورهم لم يقوموا بتفتيش حاجياتهم بدون إذنهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

أكد ٣١,٢% من جميع الطلبة و ٣١,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أن والديهم أو أولياء أمورهم قاموا معظم الوقت أو دائماً بفتح حوار أو نقاش خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

كما أكد ٣٥,٩% من جميع الطلبة و ٣٦,٥% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أن والديهم أو أولياء أمورهم قاموا دائماً أو معظم الوقت بمكافأتهم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

المعرفة حول فيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز)

جدول (٦) المعرفة حول الإيدز حسب الفئات العمرية و الجنس . عُمان ٢٠١٠

سنة ١٥-١٣				جميع أفراد العينة				المعرفة حول الإيدز
الفرق	إناث	ذكور	إجمالي	الفرق	إناث	ذكور	إجمالي	
نسبة الطلبة الذين سمعوا عن فيروس أو مرض الإيدز	٨٨,٧%	٧٢,٣%	٨٠,٥%	٨٩,٢%	٧٥%	٨١,٦%	٨١,٦%	نسبة الطلبة الذين سمعوا عن فيروس أو مرض الإيدز
أكثر	(٨٣,٣)	(٦٥,٩)	(٧٤,٤)	(٨٤,٦)	(٦٩,٩)	(٧٦,٤)	(٨٥,٩)	
	(٩٢,٦)	(٧٧,٩)	(٨٥,٥)	(٩٢,٦)	(٧٩,٥)			
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن فيروس أو مرض الإيدز	٦٩,٦%	٥٨,٧%	٦٤,٢%	٧٢,٩%	٦١,٣%	٦٦,٧%	٦٦,٧%	نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن فيروس أو مرض الإيدز
لا يوجد فرق	(٦٠,٨)	(٥٠,٧)	(٥٧,٧)	(٦٥,٤)	(٥٥,٥)	(٦١,٣)	(٧١,٧)	
	(٧٧,١)	(٦٦,٢)	(٧٠,٢)	(٧٩,٣)	(٦٦,٧)			
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن كيفية الوقاية من فيروس / مرض الإيدز	٥٩,٨%	٥٨,٩%	٥٩,٦%	٦٤%	٦٢%	٦٣%	٦٣%	نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن كيفية الوقاية من فيروس / مرض الإيدز
لا يوجد فرق	(٥٠,٣)	(٥٢,٩)	(٥٣,٧)	(٥٤,٩)	(٥٧,٣)	(٥٨,٤)	(٦٧,٤)	
	(٦٨,٦)	(٦٤,٥)	(٦٥,٣)	(٧٢,٢)	(٦٦,٥)			
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن كيفية التعامل مع مريض مصاب بالإيدز	٣٩,٤%	٣٨,٦%	٣٨,٨%	٤٢,٨%	٤١,١%	٤١,٧%	٤١,٧%	نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن كيفية التعامل مع مريض مصاب بالإيدز
لا يوجد فرق	(٣٢,٢)	(٣٢,٦)	(٣٤,٢)	(٣٥,٨)	(٣٥,٥)	(٣٧,٠)	(٤٦,٦)	
	(٤٧,٠)	(٤٥,٠)	(٤٣,٦)	(٥٠,٢)	(٤٦,٩)			
نسبة الطلبة الذين تكلموا مع والديهم أو أولياء أمورهم حول فيروس أو مرض الإيدز	٢٧,٩%	٢٦,٣%	٢٦,٨%	٢٩,٤%	٢٦,٣%	٢٧,٤%	٢٧,٤%	نسبة الطلبة الذين تكلموا مع والديهم أو أولياء أمورهم حول فيروس أو مرض الإيدز
لا يوجد فرق	(٢٤,٦)	(٢٠,٧)	(٢٤,٣)	(٢٥,٧)	(٢٢,٢)	(٢٤,٦)	(٣٠,٥)	
	(٣١,٤)	(٣٢,٨)	(٢٩,٥)	(٣٣,٤)	(٣٠,٩)			

*٩٥% معدل الثقة

أشارت النتائج أن ٨١,٦% من جميع الطلبة و ٨٠,٥% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة سمعوا عن مرض الإيدز و قد جاءت الإناث أكثر من الذكور في ذلك.

وقد أشار ٦٦,٧% من جميع الطلبة و ٦٤,٢% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تعلموا في الحصص الدراسية عن فيروس أو مرض الإيدز مع عدم وجود أي إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث. كما أكد ٦٣% من جميع الطلبة و ٥٩,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تعلموا في الحصص الدراسية عن كيفية الوقاية من فيروس أو

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

مرض الإيدز بينما تعلم ٤١,٧% من جميع الطلبة و أن ٣٨,٨% من الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة كيفية التعامل مع مريض الإيدز.

و قد أشار ٢٧,٤% من جميع الطلبة و ٢٦,٨% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم تكلموا مع والديهم أو أولياء أمورهم حول فيروس أو مرض الإيدز.

العنف و الإصابات غير المتعمدة

جدول (٧) العنف و الإصابات غير المتعمدة بين الطلبة حسب الفئات العمرية و الجنس . عُمان ٢٠١٠

الممارسة				جميع أفراد العينة				سنة ١٥-١٣			
				إجمالي	ذكور	إناث	الفرق	إجمالي	ذكور	إناث	الفرق
نسبة الطلبة الذين تعرضوا للاعتداء الجسدي خلال الاثنى عشر شهراً السابقة للمسح				٣٨,٨%	٤٠,١%	٣٦,٤%	لا يوجد فرق	٤٠,٧%	٤٣,٤%	٣٧,٥%	لا يوجد فرق
				(٤٣)	(٤٤,٤)	(٣٦)		(٤٥,٨)	(٤٨,٨)	(٣١,٧)	
نسبة الطلبة الذين شاركوا في مشاحنات مرة أو أكثر خلال الاثنى عشر شهراً السابقة للمسح				٤٧,٦%	٥١%	٤٣,٣%	لا يوجد فرق	٥٠,٠%	٥٤,٢%	٤٥,٨%	لا يوجد فرق
				(٥٢)	(٥٥,١)	(٤٦,٨)		(٥٤,٥)	(٥٩,٥)	(٤٠,٧)	
نسبة الطلبة الذين تعرضوا لإصابة خطيرة مرة أو أكثر خلال الاثنى عشر شهراً السابقة للمسح				٤٠,٩%	٤٨,١%	٣٢,٩%	لا يوجد فرق	٤١,٦%	٤٩,٢%	٣٤,٢%	الذكور أكثر
				(٤٦,١)	(٥٣,١)	(٤٣,١)		(٤٨,١)	(٥٤,٩)	(٢٨,١)	
نسبة الطلبة الذين تعرضوا لكسور في العظام أو خلع في المفصل من إجمالي نسبة الطلبة الذين تعرضوا لإصابات خطيرة خلال الاثنى عشر شهراً السابقة للمسح				٢٧,٨%	٣٧,٢%	١٤,٢%	الذكور أكثر	٢٦,٤%	٣٦,٤%	١٣,٥%	الذكور أكثر
				(٢١,٨)	(٣٠,٩)	(٩,١)		(٣٤,١)	(٤٥,٨)	(٨,٦)	
نسبة الطلبة الذين تعرضوا لإصابات خطيرة نتيجة حوادث السيارات من إجمالي نسبة الطلبة الذين تعرضوا لإصابات خطيرة خلال الاثنى عشر شهراً السابقة للمسح				١١,٩%	١٥,٢%	٦,٧%	لا يوجد فرق	١٢,٦%	١٦,٩%	٧,٧%	لا يوجد فرق
				(٨,٩)	(١١,٠)	(٣,٦)		(٨,٠)	(١٠,٠)	(٣,٨)	

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

نسبة الطلبة الذين تعرضوا للإستفزاز في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٧,٣ (٤٣,٨) (٥٠,٨)	%٤٦,٦ (٤١,٣) (٥١,٩)	%٤٦,٧ (٤٢,١) (٥١,٣)	لا يوجد فرق	%٤٧,٤ (٤٣,٧) (٥١,٢)	%٤٥,٥ (٣٩,١) (٥٢,٢)	%٤٧,٩ (٤٣,٦) (٥٢,٢)	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين تعرضوا للإهانة بالدفع أو الحبس أو الضرب ضمن إجمالي الطلبة الذين تعرضوا للإستفزاز و الإهانة	%١٤,١ (١١,١) (١٧,٨)	%١٧,٦ (١٢,١) (٢٤,٧)	%١١,٥ (٨,٣) (١٥,٨)	لا يوجد فرق	%١٣,٢ (٩,٥) (١٨,١)	%١٤,٧ (٩,٤) (٢٢,٢)	%١٢,٩ (٨,٦) (١٨,٩)	لا يوجد فرق
دور التنقيف الصحي في المدارس								
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص المدرسية عن كيفية تجنب المشاحنات والعنف	%٥٢,١ (٤٨,٠) (٥٦,١)	%٤٨,٢ (٤٣,٣) (٥٣,١)	%٥٥,٩ (٥٠,٣) (٦١,٤)	لا يوجد فرق	%٥٠,٧ (٤٦,١) (٥٥,٢)	%٤٨,٢ (٤٢,١) (٥٤,٣)	%٥٢,٨ (٤٦,٤) (٥٩,١)	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص المدرسية عن كيفية تجنب الاستفزاز	%٤٦,٣ (٤٢,٨) (٨,٤٩)	%٤٦,٠ (١,٤١) (٥١,٠)	%٤٧,١ (٤٢,٦) (٥١,٦)	لا يوجد فرق	%٤٥,٨ (٤٢,٠) (٤٩,٧)	%٤٧,٨ (٤١,٥) (٥٤,٢)	%٤٤,٤ (٣٩,٣) (٤٩,٧)	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص المدرسية عن كيفية تجنب أو الوقاية من حوادث السيارات	%٧٦,١ (٧٠,٢) (٨١,١)	%٧٠,٠ (٦٣,٣) (٧٦,٠)	%٨٢,٨ (٧٤,٣) (٨٨,٩)	لا يوجد فرق	%٧٤,٢ (٦٦,٣) (٨٠,٧)	%٦٧,٥ (٥٨,٨) (٧٥,٢)	%٨٠,٩ (٧٠,٢) (٨٨,٣)	لا يوجد فرق
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص المدرسية عن كيفية تجنب الحوادث مثل الحرائق و التسمم	%٦٨,٦ (٦٣,١) (٧٣,٦)	%٥٨,٦ (٥٣,٤) (٦٣,٥)	%٧٨,٤ (٧٣,٠) (٨٣,٠)	الإثبات أكثر	%٦٨,٠ (٦١,١) (٧٤,٣)	%٥٥,٣ (٤٩,٦) (٦١,٠)	%٧٨,٩ (٧٢,٣) (٨٤,٢)	الإثبات أكثر
نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص المدرسية عن الإسعافات الأولية	%٨٢,٠ (٧٧,٤) (٨٥,٩)	%٧٤,٣ (٦٩,٥) (٧٨,٧)	%٩٠,١ (٨٧,٦) (٩٢,١)	الإثبات أكثر	%٨٢,٤ (٧٧,٠) (٨٦,٨)	%٧٣,٨ (٦٧,١) (٧٩,٥)	%٩٠,٤ (٨٧,٧) (٩٢,٦)	الإثبات أكثر

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

نسبة الطلبة الذين لديهم صندوق إسعافات أولية في منزلهم	%٦٥,١	%٦٢,٩	%٦٧,٦	لا يوجد فرق	%٦٦,٢	%٦٤,٠	%٦٨,٧	لا يوجد فرق
	(٦١,٢)	(٥٧,٨)	(٦٣,٦)		(٦٢,١)	(٥٩,٢)	(٦٣,٤)	
	(٦٨,٧)	(٦٧,٧)	(٧١,٣)		(٧٠,٠)	(٦٨,٦)	(٧٣,٥)	

*٩٥% معدل الثقة

أشارت النتائج أن ٣٨,٨% من جميع الطلبة و ٤٠,٧% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد تعرضوا لإعتداء جسدي مرة أو أكثر خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح ، بينما أكد ٤٧,٦% من جميع الطلبة و ٥٠% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة أنهم شاركوا في مشاحنات مرة أو أكثر خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح مع عدم وجود إي اختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

و عامة فإن ٤٠,٩% من جميع الطلبة و ٤١,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد تعرضوا لإصابات خطيرة مرة أو أكثر خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح ، و من ضمن هؤلاء فقد بلغت نسبة الطلبة الذين تعرضوا لكسور أو خلع في المفصل ٢٧,٨% من جميع الطلبة و ٢٦,٤% من الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة. وقد جاء الذكور أكثر من الإناث في التعرض لتلك الإصابات.

وقد أكد ١١,٩% من جميع الطلبة و ١٢,٦% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة من الذين تعرضوا لإصابات خطيرة أن سبب هذه الإصابات كان نتيجة حوادث السيارات.

و أشارت النتائج أيضاً إلى أن ٤٧,٣% من جميع الطلبة و ٤٧,٤% في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة قد تعرضوا للإستفزاز في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح ، ومن ضمن هؤلاء فقد أكد ١٤,١% من جميع الطلبة و ١٣,٢% من الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة بأنهم تعرضوا للإهانة بالدفع أو الحبس أو الضرب مع عدم وجود أي اختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث.

الخلاصة و التوصيات

يعتبر هذا المسح هو الثاني ضمن سلسلة المسح العالمي لصحة طلبة المدارس التي أجريت في سلطنة عُمان حيث تم إجراء المسح الأول عام ٢٠٠٥ . و توفر هذه السلسلة من المسوحات الفرصة لرصد التغيرات في الممارسات الصحية و القضايا الأخرى المتعلقة بها ، كما يساهم الأسلوب و الإستبيان الموحد للمسح في مقارنة هذه الممارسات و القضايا في الدول المختلفة.

و قد أشار المسح العالمي لصحة طلبة المدارس في سلطنة عُمان ٢٠١٠ إلى العديد من القضايا الخطيرة بين الطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة فقد تم من خلاله قياس الممارسات المختلفة حول التغذية ، النظافة ، النشاط البدني و العنف و الإصابات غير المتعمدة بالإضافة إلى عوامل الحماية و المعرفة بفيروس و مرض الإيدز. و قد أشارت أهم النتائج إلى أنه خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح فقد تناول ٢٤,٧% من الطلبة الفاكهة و الخضروات خمس مرات أو أكثر في اليوم ، و أن أقل من نصف الطلبة (٤٤,٨%) تناولوا الإفطار دائماً أو معظم اليوم ، بينما تناول نصف الطلبة (٤٩,٤%) المشروبات الغازية مرة أو أكثر في اليوم و تناول حوالي ربع الطلبة (٢٣,١%) طعاماً من مطاعم وجبات سريعة. وقد وصف ١٩,٥% من الطلبة أنفسهم بأنهم زائدي الوزن قليلاً أو كثيراً.

وبمقارنة النتائج بين المسحين نجد أن تناول المشروبات الغازية قد زاد من ٣٣,٤% في عام ٢٠٠٥ إلى ٤٩,٩% في عام ٢٠١٠ كما إنخفضت نسبة من يتناولون الإفطار دائماً أو معظم الوقت من ٥٠,٣% إلى ٤٤,٨% و ذلك على الرغم من تنفيذ برامج تغذية بين المسحين إلا أنه الأمر يتطلب تطوير البرامج التوعوية لهذه الفئة.

و قد أكد ١٧,٢% من الطلبة أنهم نظفوا أسنانهم أقل من مرة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح ، و أن ٩,٤% من الطلبة لم يغسلوا أيديهم أبداً أو نادراً بعد استخدام دورة المياه مما يتطلب أيضاً مزيداً من الجهد في توعيتهم حول النظافة الشخصية.

أشارت النتائج أيضاً أن حوالي ٢٢,٢% من الطلبة كانوا يمارسون النشاط البدني لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة خلال اليوم لمدة خمس أيام أو أكثر في الأسبوع خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح و أن حوالي ربع العينة (٢٤,٢%) من الطلبة دائماً ما يمارسون النشاط البدني خارج المدرسة خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

و قد جاء الذكور أكثر من الإناث في تلك الممارسة. كما أشارت النتائج أن ٣٢,٦% من الطلبة قضوا ثلاث ساعات أو أكثر في اليوم خلال اليوم المعتاد في مشاهدة التلفاز أو استخدام الحاسب الآلي أو التحدث مع الأصدقاء أو القراءة مع عدم وجود إختلاف إحصائي بين الذكور و الإناث. و بالرغم من زيادة نسبة الطلبة الذين تعلموا في الحصص الدراسية عن فوائد ممارسة النشاط البدني من ٧٢,١% في عام ٢٠٠٥ إلى ٧٦,٤% عام ٢٠١٠ إلا أن الأمر يتطلب مزيد من الجهد لإكساب الطلبة المعارف و المهارات اللازمة مع العمل على التعرف على التحديات التي تواجههم لممارسة النشاط البدني.

وقد أشار ٤٣,٤% من الطلبة أنهم تغيبوا عن الفصل أو المدرسة بدون إذن في يوم أو أكثر و أكد ٤١,٤% من الطلبة أن والديهم أو أولياء أمورهم تفهموا مشاكلهم معظم الوقت أو دائماً بينما أكد ٤١,٢% من الطلبة أن والديهم أو أولياء أمورهم عرفوا دائماً أو معظم الوقت ما يفعلوه في وقت الفراغ خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. كما أظهرت النتائج أن ٥٠% من الطلبة قد شاركوا في مشاحنات مرة أو أكثر بينما تعرض ٤١,٦% من الطلبة لإصابات خطيرة مرة أو أكثر خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح و أن ٤٧,٤% قد تعرضوا للإستفزاز في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح.

عامة فقد تعلم الطلبة في حصصهم الدراسية مختلف القضايا الصحية ، فقد أكد ٨٠,٣% منهم أنهم تعلموا عن فوائد الغذاء الصحي و أن ٦٧,٣% تعلموا عن كيفية إعداد الطعام بطريقة آمنة. كما تعلم ٧١,٥% من الطلبة عن أهمية غسل اليدين و أن ٥٠% تعلم عن كيفية تجنب المشاحنات و العنف.

و بمقارنة نتائج هذا المسح مع نتائج مسح ٢٠٠٥ ، نلاحظ أنه بالرغم من زيادة نسبة الطلبة الذين تعلموا في حصصهم عن القضايا الصحية المختلفة في مسح ٢٠١٠ عن ٢٠٠٥ إلا أنه لم يلاحظ تحسن في ممارستهم الصحية و هناك حاجة ماسة إلى مزيد الإهتمام لتحسين البرامج التوعوية لإكسابهم المهارات اللازمة لتطوير و تحسين ممارساتهم الصحية.

و قد تم تنفيذ المسح العالمي لصحة طلبة المدارس في عدد من دول إقليم شرق المتوسط في عام ٢٠١٠. و يبين الجدول التالي نتائج المسح في سلطنة عُمان و عدد من دول الإقليم في عدد من الممارسات التي تم قياسها في هذه الدول مع إستخدام معدل الثقة ٩٥%

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

جدول ٨ : مقارنة بين ممارسات الطلبة في بعض دول إقليم شرق المتوسط التي أكملت المسح عام ٢٠١٠ (المصدر : صحائف وقائع نتائج المسح للطلبة في الفئة العمرية ١٣-١٥ سنة)

الممارسة	عُمان ٢٠١٠	الإمارات ٢٠١٠	سوريا ٢٠١٠	المغرب ٢٠١٠
النشاط البدني				
نسبة الطلبة الذين مارسوا النشاط البدني على الأقل ٦٠ دقيقة في اليوم في خمسة أيام أو أكثر خلال السبع أيام السابقة للمسح	%٢٢,٢ (٢٨-١٧,٣)	%٢٧,٥ (٣٠,٧-٢٤,٥)	%١٥,١ (١٧,٩-١٢,٦)	%١٧,٤ (%١٨,٩-١٦)
نسبة الطلبة الذين حضروا حصّة الرياضة المدرسية ثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع في هذا العام الدراسي	%٥٠,٤ (٥٤-٤٦,٧)	%٢٧,٨ (٣١,١-٢٤,٨)	%٢٥ (٢٩,٨-٢٠,٨)	%٣٢,٥ (٣٦-٢٩,٢)
نسبة الطلبة الذين قضوا ثلاث ساعات أو أكثر في اليوم في مشاهدة التلفاز أو الكمبيوتر أو التحدث مع الأصدقاء أو القراءة	%٣٢,٦ (٣٦,٥-٢٨,٩)	%٥١,٢ (٥٥,٣ - ٤٧)	%٢٥,٦ (٣١,٦-٢٠,٤)	%٢٦,٥ (٣٠-٢٣,٣)
التغذية				
نسبة من تناول مشروبات غازية مرة أو مرتين عادة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٩,٤ (٥٤,٩-٤٣,٨)	%٤٢ (٤٥,٩-٣٨,٢)	%٣٠,٨ (٣٤,٣ -٢٧,٥)	%٥٤,٤ (٥٠,١ -٤٠,٧)
النظافة				
نسبة من ينظفون أسنانهم أقل من مرة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%١٧,٢ (٢١,٩-١٣,٤)	%١٤,٥ (١٨,٨ - ١١)	%٣٣,٥ (٣٧,١ -٣٠,١)	%٣١,٩ (٣٧,٤-٢٦,٩)
نسبة من لم يغسلوا أيديهم أبداً أو نادراً بعد الخروج من دورة المياه خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٩,٤ (١٢,٩-٦,٧)	%٣,٤ (٤,٦-٢,٦)	%٣,٨ (٦-٢,٣)	%٥,٢ (٦,٣ -٤,٣)
عوامل الحماية				
نسبة الطلبة الذين تغيبوا عن الصف أو المدرسة بدون إذن في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٣,٤ (٤٨-٣٨,٩)	%٣٥,٣ (٣٩,١-٣١,٧)	%٣٤ (٣٧,٨-٣٠,٤)	%٣٦,٢ (٤٠,٣-٣٢,٣)
نسبة الطلبة الذين أكدوا أن والديهم أو أولياء الأمور تفهموا مشاكلهم معظم الوقت أو دائماً خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤١,٤ (٤٥-٣٨)	%٤٦,٤ (٤٩,٥-٤٣,٤)	%٢٦,٧ (٣٠,٣-٢٣,٤)	%٢٧,٨ (٣٢-٢٣,٩)
نسبة الطلبة الذين أكدوا أن والديهم أو أولياء	%٤١,٢	%٤٩,٩	%٣٨	%٣٨,٥

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

الأمور دائماً أو معظم الوقت يعرفوا ما يفعله أولادهم في وقت الفراغ خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	(٤٥,٦- ٣٧)	(٥٢,٧-٤٧,١)	(٤٣,١-٣٣,١)	(٤٣,٩-٣٣,٣)
العنف و الإصابات غير المتعمدة				
نسبة الطلبة الذين شاركوا في مشاحنات مرة أو أكثر خلال الاثني عشر شهراً السابقة للمسح	%٥٠ (٥٤,٥-٤٥,٤)	%٤٦,٦ (٥١-٤٢,٣)	%٤٢,٦ (٤٥,٨-٣٩,٦)	
نسبة الطلبة الذين تعرضوا لإصابة خطيرة مرة أو أكثر خلال الاثني عشر شهراً السابقة للمسح	%٤١,٦ (٤٨,١-٣٥,٤)	%٤٠,٩ (٤٤,٩-٣٦,٩)	%٤٥,٥ (٤٩,٢-٤١,٨)	%٢٩,٥ (٣٣,٨٩-٢٥,٥)
نسبة الطلبة الذين تعرضوا للاستفزاز في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح	%٤٧,٤ (٥١,٢-٤٣,٧)	%٢٢,٨ (٢٥,٤-٢٠,٤)	%١٩ (٢٢,٥-١٦)	

في ممارسات النشاط البدني نجد أنه بالرغم من أن نسبة الطلبة الذين حضروا حصص الرياضة المدرسية ثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع أكثر في السلطنة عنها في دولة الإمارات و سوريا و المغرب إلا أنه لا يوجد إختلاف بين نسبة الطلبة الذين مارسوا النشاط البدني لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة في خمس أيام أو أكثر في الأسبوع في السلطنة مقارنة بالدول الثلاث. و يظهر الجدول أيضاً أن نسبة الطلبة الذين يقضون ثلاث ساعات أو أكثر في مشاهدة التلفاز وإستخدام الحاسب الآلي وغيرها أقل في السلطنة منه في دولة الإمارات.

بالنسبة لممارسات التغذية ، فقد وجد أن الطلبة في عُمان أكثر تناولاً للمشروبات الغازية مرة أو أكثر في اليوم مقارنة بالطلبة في سوريا و لا يوجد إختلاف إحصائي مع دولة الإمارات و المغرب.

و في ممارسات النظافة الشخصية ، نجد أن الطلبة في السلطنة أقل عنهم في سوريا و المغرب في تنظيف أسنانهم أقل من مرة في اليوم خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح بينما أكثر من الإمارات وسوريا و المغرب في عدم غسل اليدين بعد الخروج من دورة المياه خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح.

بالنسبة لعوامل الحماية ، فإن الطلبة في السلطنة أكثر منهم في سوريا في التغيب عن الصف أو المدرسة بدون إذن في يوم أو أكثر خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح. كما جاء الطلبة في عُمان أكثر منهم في سوريا و المغرب في التأكيد على أن والديهم أو أولياء أمورهم تفهموا مشاكلهم معظم الوقت أو دائماً خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح بينما جاءت عُمان أقل من الإمارات في معرفة الوالدين أو أولياء الأمور معظم الوقت أو دائماً لما يفعله أولادهم في وقت الفراغ خلال الثلاثين يوماً السابقة للمسح.

أما فيما يتعلق بالعنف و الإصابات غير المتعمدة ، فقد جاءت عُمان أكثر من المغرب في تعرض الطلبة لإصابات خطيرة مرة أو أكثر خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح وجاءت أكثر من الإمارات و المغرب في وجود طلبة تعرضوا للإهانة و الإستفزاز خلال الإثنى عشر شهراً السابقة للمسح.

يجب أن تستخدم نتائج المسح الصحي العالمي لطلبة المدارس كأداة لمتابعة و تقييم البرامج و التدخلات الصحية داخل المدرسة حيث أظهرت النتائج ضرورة بدء تنفيذ برامج لمكافحة العنف و الإصابات في المدارس كمحاولة لخفض الإعتداء الجسدي والمشاحنات والإهانات بين أطفال المدارس. كما أن هناك ضرورة لتشجيع ممارسة النشاط البدني خارج المدرسة و أن تستمر المدارس في برامج التوعية التغذوية و تطوير الأطعمة المقدمة في المدارس حسب السياسات و الإمكانيات المتوفرة. كل هذه التدخلات يمكن أن يتم تنفيذها من خلال مبادرة المدارس المعززة للصحة خاصة وأن نتائج الدراسة التي تم إجرائها في عام ٢٠٠٨ لمقارنة معارف وإتجاهات وممارسات الطلبة في المدارس المطبقة للمبادرة بالمدارس التي لا تطبق المبادرة قد أظهرت تحسناً في المدارس المطبقة للمبادرة عنها في المدارس الأخرى. و قد يتطلب ذلك الإسراع في التوسع في تنفيذ مبادرة المدارس المعززة للصحة في مدارس السلطنة التدريب الجيد للعاملين فيها.

التوصيات:

١. إجراء دراسات نوعية للتعرف بعمق على الأنماط الحياتية للطلبة.
٢. التوسع في تطبيق مبادرة المدارس المعززة للصحة لتشمل جميع المدارس في السلطنة.
٣. مراجعة و تطوير برامج التوعية الصحية في المدارس.
٤. إدخال نظام ترصد للممارسات الخطرة ضمن الفحص الطبي لطلبة المدارس.
٥. تنمية مهارات العاملين بالصحة المدرسية و المدارس خاصة في مجال تعزيز الصحة
٦. إدخال برامج توعوية لأولياء الأمور لإرشادهم و بناء قدراتهم في تنمية الذات لأولادهم.
٧. إجراء المسح العالمي لصحة طلبة المدارس بصورة دورية كل ٤-٥ سنوات كجزء من نظام ترصد الممارسات الخطرة.
٨. إجراء مسح مماثل للعاملين بالمدارس للحصول على صورة متكاملة عن الممارسات الصحية في المجتمع المدرسي خاصة أن العاملين بالمدارس هم قدوة للطلبة.

استبيان المسح العالمي حول صحة طلبة المدارس

أخي الطالب / أختي الطالبة :

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته و بعد

تقوم وزارة الصحة بسلطنة عُمان بالتعاون مع وزارة التربية و التعليم و منظمي " المسح العالمي حول صحة طلبة المدارس" بمنظمة الصحة العالمية و مركز مكافحة و مراقبة الأمراض بإجراء " مسح حول صحة طلبة المدارس " و ذلك بهدف توفير قاعدة بيانات حول الممارسات الصحية و عوامل الحماية بين الطلبة و تطوير البرامج التعزيزية و الوقائية للطلبة.

و على ذلك نرجو منكم التعاون معنا لتعبئة هذا الاستبيان و ذلك بإعطاء المعلومات اللازمة للمشاركة في الدراسة علماً بأن هذه البيانات سوف تعامل بسرية تامة.

شاكرين لكم حسن تعاونكم معنا

إرشادات للطلاب/ الطالبة:

١. اقرأ كل سؤال بدقة قبل الإجابة عليه.
 ٢. اختر الإجابة المناسبة لك
 ٣. اختر إجابة واحدة فقط لكل سؤال
 ٤. يتم الإجابة في ورقة منفصلة سوف توزع عليك.
 ٥. الإجابات في الورقة المنفصلة تبدأ من اليسار.
 ٦. أملأ الدائرة التي تمثل الإجابة التي تم اختيارها و ذلك باستخدام القلم الرصاص الذي سلمناك إياه. تملأ الدائرة هكذا ●
 ٧. لو رغبت في تغيير الإجابة ، أمسح الدائرة التي تم ملئها سابقاً ثم أملأ الدائرة التي تريد.
 ٨. لكل سؤال إجابة واحدة فقط ، لا تملأ أكثر من دائرة واحدة.
- مثال:

١. يعيش السمك في الماء ؟

A. نعم

B. لا

الإجابة :



A



B



C



D



E



F



G



H

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

الرقم لكل خانة مثل المثال
الموضح أدناه

الطول (سنتيمتر)		
1	5	3
0	0	0
1	1	1
2	2	2
	3	3
	4	4
	5	5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	لا أعرف	

٦. كم يبلغ وزنك بدون الحذاء؟
في ورقة الإجابة اكتب وزنك
بالكيلو جرام في المربع المظلل في
الأعلى بعد ذلك املا الشكل
البيضاوي الدال على الرقم لكل
خانة مثل المثال الموضح أدناه

الوزن (كيلو جرام)		
0	5	2
0	0	0
1	1	1
2	2	2
	3	3
	4	4
	5	5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	لا أعرف	

١. كم عمرك؟

A. ١١ سنة أو أقل

B. ١٢ سنة

C. ١٣ سنة

D. ١٤ سنة

E. ١٥ سنة

F. ١٦ سنة أو أكثر

٢. ما هو جنسك؟

A. ذكر

B. أنثى

٣. في أي صف دراسي؟

A. الثامن

B. التاسع

C. العاشر

٤. ما هي جنسيتك؟

A. عماني

B. غير عماني

الأسئلة التالية تسال عن طولك و وزنك

٥. كم طولك بدون الحذاء؟

في ورقة الإجابة اكتب

طولك بالسنتيمترات في

المربع الأعلى بعد ذلك ظلل

الشكل البيضاوي الدال على

المسح العالمي لصحة طلبة المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

٧. هل قمت بقياس وزنك و طولك خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ؟
A. نعم
B. لا

٨. كيف تصف وزنك ؟
A. أقل من الوزن الطبيعي بكثير
B. أقل من الوزن الطبيعي قليلاً
C. وزن طبيعي تقريباً
D. فوق الوزن الطبيعي قليلاً
E. فوق الوزن الطبيعي بكثير
٩. أيّاً من الخيارات التالية تحاول عملها تجاه وزنك ؟

- A. لا أحاول فعل أي شيء تجاه وزني
B. أحاول تقليل وزني
C. أحاول زيادة وزني
D. أحافظ على مستوى وزني الحالي

الأسئلة التالية حول الوجبات التي تأكلها

١٠. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، هل سبق و أن شعرت بالجوع نتيجة لعدم توفر طعام كافٍ بالمنزل؟

- A. أبداً
B. نادراً
C. أحياناً

- D. غالباً
E. دائماً

١١. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، هل تناولت وجبة الإفطار بانتظام في المنزل؟

- A. أبداً
B. نادراً
C. أحياناً
D. غالباً
E. دائماً

١٢. ما هو أهم سبب لعدم تناولك الإفطار في المنزل ؟

- A. أنا أتناول وجبة الإفطار دائماً في المنزل
B. ليس لدي وقت لتناول الإفطار
C. لا أستطيع الأكل في الصباح الباكر
D. لا يوجد طعام في المنزل
F. لا احد يحضر طعام الإفطار لي
E. أسباب أخرى

١٣. خلال يوم دراسي معتاد ، ما نوع الوجبات الخفيفة التي تتناولها غالباً في المدرسة؟

- A. لا أتناول الوجبات الخفيفة في

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

- A. لم أتناول خضروات خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. لم أتناولها يومياً بانتظام
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. ثلاث مرات في اليوم
- F. أربع مرات في اليوم
- G. خمس مرات أو أكثر في اليوم
١٦. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في العادة كم مرة في اليوم شربت مشروبات غازية مثل البيبسي. كولا. ديومانتن؟ (لا تحسب المشروبات الدايت)

- A. لم أشرب مشروبات غازية خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. لم أتناولها يومياً بانتظام
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. ثلاث مرات في اليوم
- F. أربع مرات في اليوم
- G. خمس مرات أو أكثر في اليوم

١٧. ما أهم سبب يجعلك تشرب المشروبات الغازية خلال الثلاثين يوماً الماضية ؟

- المدرسة
- B. ساندوتشات
- C. فواكه
- D. خضروات
- E. معجنات / فطائر
- F. بسكويت / كيك
- G. شيكولاته و حلويات
- H. أنواع أخرى

الأسئلة التالية حول عاداتك الغذائية

١٤. خلال الثلاثين يوماً الماضية. في العادة كم مرة في اليوم تناولت فواكه (مثل تمر. تفاح . برتقال. موز.) ؟

- A. لم أتناول فواكه خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. لم أتناولها يومياً بانتظام
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. ثلاث مرات في اليوم
- F. أربع مرات في اليوم
- G. خمس مرات أو أكثر في اليوم

١٥. خلال الثلاثين يوماً الماضية. في العادة كم مرة في اليوم تناولت خضروات (مثل طماطم، خيار، جزر، خس،) ؟

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

- A. لم أشرب مشروبات غازية خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. لأنها متوفرة
- C. لأنها لذيذة
- D. لأنها رخيصة
- E. لأنها تروي عطشي
- F. لأنها تمنحني الطاقة
- G. أسباب أخرى

١٨. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في العادة كم مرة في اليوم تناولت شاي أو قهوة؟

- A. لم أشرب شاي أو قهوة خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. لم أتناولها يوماً بانتظام
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. ثلاث مرات في اليوم
- F. أربع مرات في اليوم
- G. خمس مرات أو أكثر في اليوم

١٩. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في العادة كم كوباً من الماء شربت في اليوم؟

- A. أقل من كوب في اليوم

- B. كوب واحد في اليوم
- C. كوبان في اليوم
- D. ثلاثة أكواب في اليوم
- E. أربعة أكواب في اليوم
- F. خمسة أكواب أو أكثر في اليوم

٢٠. خلال السبعة أيام الماضية، كم يوماً أكلت طعام من مطاعم الوجبات السريعة (مثل البرجر، بيتزا، شاوarma...) سواء داخل المطعم، طلبات خارجية أو توصيل منازل؟

- A. و لا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. ثلاثة أيام
- E. أربعة أيام
- F. خمسة أيام
- G. ستة أيام
- H. سبعة أيام

٢١. ما أهم سبب لتناولك الوجبات السريعة؟

- A. لم أتناول الوجبات السريعة
- B. لأنها متوفرة
- C. لأنها لذيذة
- D. لأنها رخيصة

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

- B. لم أنظف أسناني بانتظام يومياً
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. ثلاث مرات في اليوم
- F. أربع مرات في اليوم

٢٥. خلال الثلاثين يوماً الماضية. هل عادة تغسل يديك قبل تناول الطعام؟

- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. غالباً
- E. دائماً

٢٦. خلال الثلاثين يوماً الماضية. هل عادة تغسل يديك بعد الخروج من دورة المياه؟

- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. غالباً
- E. دائماً

- E. لأنها سريعة و مناسبة
- F. لأنها طعام جيد
- G. لأنها مشبعة
- H. أسباب أخرى

٢٢. خلال دراستك السابقة و الحالية، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن فوائد التغذية الصحية؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

٢٣. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن كيفية تحضير و حفظ الطعام بصورة سليمة؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة التالية حول النظافة

٢٤. خلال الثلاثين يوماً الماضية. في العادة كم مرة نظفت أسنانك بالفرشاة؟

- A. لم أنظف أسناني بالفرشاة خلال الثلاثين يوماً الماضية

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

٢٧. خلال الثلاثين يوماً الماضية
هل كانت دورات المياه في
المدرسة نظيفة ؟

A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٢٨. هل دورات المياه كافية
بالمدرسة ؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

٢٩. خلال الثلاثين يوماً الماضية .
هل في العادة تستخدم الصابون
عندما تغسل يديك؟

A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٣٠. خلال دراستك السابقة و
الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (
سواء في الصف أو الأنشطة

الأخرى) شيئاً عن أهمية غسل
اليدين ؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

الأسئلة التالية حول ماء الشرب

٣١. هل يوجد بالمدرسة مياه
صالحة للشرب ؟

A. نعم

B. لا

C. أحياناً

٣٢. هل تقوم بإحضار مياه شرب
معك عند حضورك للمدرسة ؟

A. نعم

B. لا

C. أحياناً

الأسئلة التالية حول العنف و الإصابات
الجسدية غير المقصودة داخل المدرسة أو
خارجها

الاعتداء الجسدي يحدث عندما يقوم شخص

أو مجموعة من الأشخاص بالاعتداء على

شخص آخر إما بالضرب أو باستخدام أي آلة

مثل السكين و لا يعتبر اعتداء جسدياً عندما

يتعارك شخصان بنفس القوة مع بعضهما .

٣٣. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية، كم مرة تعرضت لاعتداء جسدي ؟

- A. و لا مرة
- B. مرة واحدة
- C. مرتان إلى ثلاث مرات
- D. أربع إلى خمس مرات
- E. ست إلى سبع مرات
- F. ثمان إلى تسع مرات
- G. عشر إلى أحد عشر مرة
- H. أثنى عشر مرة أو أكثر

السؤال التالي عن العراك. و يحدث عندما يقوم شخصان بنفس القوة بالعراك مع بعضهما.

٣٤. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ، كم مرة كنت في عراك ؟

- A. و لا مرة
- B. مرة واحدة
- C. مرتان إلى ثلاث مرات
- D. أربع إلى خمس مرات
- E. ست إلى سبع مرات
- F. ثمان إلى تسع مرات
- G. عشر إلى أحد عشر مرة

H. أثنى عشر مرة أو أكثر

٣٥. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن كيفية تجنب المشاحنات و العنف؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة التالية عن الإصابات الشديدة التي حدثت لك خلال الأثنى عشر شهراً الماضية. الإصابة الشديدة يمكن أن تجعلك تتغيب عن المدرسة لمدة يوم دراسي كامل أو يحتاج إلى علاج طبي.

٣٦. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ، كم مرة أصبت إصابة خطيرة؟

- A. و لا مرة
- B. مرة واحدة
- C. مرتان إلى ثلاث مرات
- D. أربع إلى خمس مرات
- E. ست إلى سبع مرات
- F. ثمان إلى تسع مرات
- G. عشر إلى أحد عشر مرة

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

H. أثنى عشر مرة أو أكثر

٣٧. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ، ماذا كان نوع الإصابة الشديدة التي تعرضت لها؟

A. لم أتعرض لإصابة شديدة خلال الأثنى عشر شهراً الماضية.

B. كسر في العظم أو خلع في المفصل.

C. جرح قطعي أو نافذ

D. ارتجاج بالمخ أو إصابات أخرى في الرأس أو الرقبة. ضربة في الرأس أو لم استطع التنفس

E. طلق ناري

F. حروق شديدة

G. تعرضت للتسمم أو اخذت كمية كبيرة من دواء

H. أي شيء آخر حدث لي

٣٨. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية، ماذا كان أهم سبب لحدوث الإصابة الشديدة لك؟

A. لم أتعرض لإصابة شديدة خلال الأثنى عشر شهراً الماضية

B. حادث مروري

C. وقعت

D. سقط شيء علي أو أصبت به

E. تعرضت للاعتداء أو سوء المعاملة أو تشاجرت مع شخص

F. تعرضت لحريق أو كنت قريب جداً من النار أو شيء ساخن

G. استنشقت أو بلعت شيئاً سيئاً

H. شيء آخر أحدث لي الإصابة

٣٩. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن كيفية تجنب حوادث السيارات؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

٤٠. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن كيفية تجنب الحوادث مثل الحرائق أو التسمم؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

٤١. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن مهارات الإسعافات الأولية و كيفية التعامل مع الإصابات ؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

٤٢. هل يوجد لديكم في المنزل أدوات الإسعافات الأولية؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

الأسئلة التالية تتحدث حول الاستفزاز والإهانة. الاستفزاز يحدث عندما يقوم طالب أو مجموعة من الطلبة بقول أو عمل شيء كرهه لطالب آخر. كذلك عندما يقوم طالب بمضايقات بطريقة غير محبة. لا يعتبر استفزازاً عندما يقوم طالبان بجدال شديد أو عندما يقومان بالمضايقة بطريقة مرحة.

٤٣. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، كم يوم تعرضت فيه للاستفزاز أو الإهانة ؟

A. و لا يوم

B. ١ - ٢ يوماً

C. ٣ - ٥ يوماً

D. ٦ - ٩ يوماً

E. ١٠ - ١٩ يوماً

F. ٢٠ - ٢٩ يوماً

G. الثلاثين يوماً

٤٤. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، كيف تعرضت للاستفزاز و الإهانة؟

A. لم أتعرض للاستفزاز أو الإهانة خلال الأثنى عشر شهراً الماضية

B. تم ضربى أو حبسى أو دفعى

C. لا تختار هذه الاجابة

D. لا تختار هذه الاجابة

E. السخرية منى بالدعابات أو التعليقات غير اللائقة.

F. إهمالى تماماً

G. السخرية منى بسبب شكل جسمى أو وجهى

H. أى سبب آخر

٤٥. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن كيفية تجنب تعرضك للاستفزاز؟

A. نعم

B. لا

C. لا أعرف

الأسئلة التالية حول الإيدز

٤٦. هل سبق وأن سمعت بـ HIV أو بمرض اسمه الإيدز؟

A. نعم

B. لا

الأسئلة التالية حول ممارسة النشاط البدني

النشاط البدني هو عبارة عن نشاط يساعد على زيادة ضربات القلب و معدل التنفس و يمكن ممارسة النشاط البدني عن طريق الرياضة بانواعها. اللعب مع الاصدقاء. المشي. و من انواع النشاط البدني الركض. المشي السريع. لعب كرة القدم. السباحة..

اجمع كل الاوقات التي تقضيها في ممارسة النشاط البدني كل يوم. لا تشمل فيها الرياضة التي تمارسها في حصة الرياضة المدرسية.

٥١. خلال السبعة أيام الماضية ، كم عدد الأيام التي مارست فيها النشاط البدني مدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة في اليوم
A. و لا يوم
B. يوم واحد
C. يومان
D. ثلاثة أيام
E. أربعة أيام
F. خمس أيام
G. ستة أيام
H. سبعة أيام

٥٢. خلال السبعة أيام الماضية ، كم يوما مشيت أو ركبت دراجة و أنت تذهب و تجيء من وإلى المدرسة؟
A. و لا يوم
B. يوم واحد
C. يومان

٤٧. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن الإيدز؟
A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

٤٨. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) شيئاً عن كيفية تجنب الإيدز؟
A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

٤٩. هل سبق وأن تكلمت مع والديك أو ولي أمرك حول الإيدز؟
A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

٥٠. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت شيئاً في المدرسة (سواء في الصف أو الأنشطة الأخرى) عن كيفية التعامل مع شخص مصاب بالإيدز؟
A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

- D. ثلاثة أيام
- E. أربعة أيام
- F. خمس أيام أو أكثر
٥٥. خلال الاثنى عشر شهراً الماضية ، هل مارست النشاط البدني خارج المدرسة؟
- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. غالباً
- E. دائماً
٥٦. ما هو أهم سبب لعدم ممارستك النشاط البدني خارج المدرسة ؟
- A. أنا أمارس النشاط البدني خارج المدرسة
- B. الطقس غير ملائم
- C. أهلي لا يسمحون لي
- D. ليس لدي وقت لممارسة النشاط البدني
- E. لا يوجد أماكن مناسبة لممارسة النشاط البدني
- F. أسباب أخرى
٥٧. خلال السبعة أيام الماضية ، كم يوماً قمت بتمارين مثل تمارين الضغط أو رفع الأثقال؟
- A. و لا يوم
- B. يوم واحد

- D. ثلاثة أيام
- E. أربعة أيام
- F. خمس أيام
- G. ستة أيام
- H. سبعة أيام
٥٣. ما هو أهم سبب لعدم المشي أو ركوب الدراجة من و إلى المدرسة ؟
- A. أنا أمشي / أركب دراجة من و إلى المدرسة
- B. أهلي لا يسمحون لي بالمشي / ركوب الدراجة من و إلى المدرسة
- C. أنا لا أرغب في المشي / ركوب الدراجة
- D. المدرسة بعيدة عن منزلي
- E. وسيلة الانتقال متوفرة لي من المدرسة أو أهلي
- F. الطقس غير ملائم للمشى
- G. لا يوجد أماكن مناسبة للمشى أو ركوب الدراجة
- H. أسباب أخرى
٥٤. خلال العام الدراسي الحالي ، كم يوماً في الأسبوع حضرت حصص الرياضة المدرسية ؟
- A. و لا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان

المسح العالمي لصحة طلبية المدارس

سلطنة عُمان ٢٠١٠

- E. دائماً
٦٠. خلال دراستك السابقة و الحالية ، هل تعلمت في المدرسة شيئاً عن أهمية ممارسة النشاط البدني؟
- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف
٦١. أثناء يومك المعتاد كم من الوقت تقضيه جالسا أو تشاهد التلفاز أو تلعب ألعاب كمبيوتر أو تتحدث مع أصدقائك أو تقرأ..؟
- A. اقل من ساعة في اليوم
- B. ١-٢ ساعة يوميا
- C. ٣-٤ ساعات يوميا
- D. ٥-٦ ساعات يوميا
- E. ٧-٨ ساعات يوميا
- F. أكثر من ٨ ساعات يوميا
- الأسئلة التالية حول عوامل الحماية
٦٢. خلال الثلاثين يوماً الماضية. كم يوماً تغيبت عن الصف أو المدرسة بدون إذن؟
- A. و لا يوم
- B. يوم أو يومين
- C. ٣ - ٥ أيام
- D. ٦ - ٩ أيام
- E. ١٠ أيام أو أكثر

- C. يومان
- D. ثلاثة أيام
- E. أربعة أيام
- F. خمس أيام
- G. ستة أيام
- H. سبعة أيام
٥٨. خلال السبعة أيام الماضية ، كم يوماً قمت بالمشي لمدة لا تقل عن نصف ساعة ؟
- A. و لا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. ثلاثة أيام
- E. أربعة أيام
- F. خمس أيام
- G. ستة أيام
- H. سبعة أيام
٥٩. هل تراعي أثناء ممارستك للرياضة البدنية قواعد السلامة مثل لبس الحذاء و ممارسة النشاط البدني في أماكن مخصصة له؟
- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. غالباً

٦٣. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، إلى أي حد تعتبر زملائك في المدرسة طبيين ومتعاونين؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٦٤. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، إلى أي مدى يتأكد والداك أو ولي أمرك من قيامك بواجباتك المدرسية؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٦٥. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، إلى أي مدى يتفهم والداك أو ولي أمرك المشاكل والقلق الذي تعاني منه؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٦٦. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، إلى أي مدى يعرف والداك أو ولي

أمرك ما تفعله في وقت فراغك فعلاً؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٦٧. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، إلى أي مدى قام والداك أو ولي أمرك بتفتيش أغراضك بدون إذن منك؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٦٨. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، إلى أي مدى قام والداك أو ولي أمرك بعمل حوار أو تواصل مفتوح أو نقاش معك؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً

٦٩ . خلال الثلاثين يوماً الماضية ،
إلى أي مدى قام والداك أو ولي
أمرك بمكافئتك؟
A. أبداً

B. نادراً

C. أحياناً

D. غالباً

E. دائماً