

استبيان المسح العالمي حول صحة طلاب المدارس

أخي الطالب / أختي الطالبة :

السلام عليكم و رحمة الله و بركاته و بعد

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

المسح العالمي حول صحة طلاب المدارس

إرشادات للطالب

1. اقرأ كل سؤال بدقة قبل الإجابة عليه.
2. اختر الإجابة المناسبة لك
3. اختر إجابة واحدة فقط لكل سؤال
4. يتم الإجابة في ورقة منفصلة سوف توزع عليك.
5. الإجابات في الورقة المنفصلة تبدأ من اليسار.
6. أملأ الدائرة التي تمثل الإجابة التي تم اختيارها و ذلك باستخدام القلم الرصاص الذي سلمناك أياه. تملأ الدائرة هكذا
7. لو رغبت في تغيير الإجابة ، أمسك لدائرة التي تم ملئها سابقاً ثم أملأ الدائرة التي تريد
8. لكل سؤال إجابة واحدة فقط ، لا تملأ أكثر من دائرة واحدة.

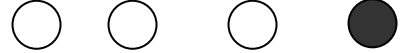
مثال :

1. يعيش السمك في الماء ؟

A. نعم

B. لا

الإجابة :



المسح العالمي حول صحة طلاب المدارس

1. كم عمرك ؟

- A. 12 سنة أو أقل
- B. 13 سنة
- C. 14 سنة
- D. 15 سنة
- E. 16 سنة
- F. 17 سنة أو أكثر

2. ما هو جنسك؟

- A. ذكر
- B. أنثى

3. في أي صف دراسي ؟

- A. السابع
- B. الثامن
- C. التاسع
- D. العاشر

4. ما هو عدد إخوانك ؟

- A. صفر
- B. واحد
- C. اثنين
- D. ثلاث
- E. أربع أو أكثر

5. ما هو عمل والدك ؟

- A. لا يعمل
- B. عامل
- C. موظف
- D. أعمال حرة
- E. متوفى
- F. متقاعد

6. ما هو عمل والدتك ؟

- A. ربة منزل
- B. عاملة
- C. موظفة
- D. أعمال حرة
- E. متوفاة
- F. متقاعدة

الأسئلة التالية حول العادات الغذائية

7. كم طولك بدون الحذاء؟ في ورقة الإجابة

اكتب طولك بالسنتيمترات في المربع الأعلى بعد

ذلك ظلل الشكل البيضاوي الدال على الرقم لكل

خانة مثل المثال الموضح على اليسار

الطول (سم) مثال		
1	5	3
0	0	0
11	1	1
2	2	2
	3	3
	4	4
	5	5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	لا أعرف	

8. كم يبلغ وزنك بدون الحذاء؟ في ورقة

الإجابة اكتب وزنك بالكيلو جرام في المربع

المظلل في الأعلى بعد ذلك املأ الشكل

البيضاوي الدال على الرقم لكل خانة

الوزن (كجم) - مثال		
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	

9. 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

10. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في

العادة كم مرة في اليوم تناولت فواكه؟

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

11. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في

العادة كم مرة في اليوم تناولت خضروات؟

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

12. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في

العادة كم مرة في اليوم شربت

مشروبات غازية؟

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

13. 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 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

14. خلال السبعة أيام الماضية ، كم يوماً تناولت طعاماً في مطعم وجبات سريعة ؟

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

15. هل قمت بقياس وزنك خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ؟

- A. نعم
- B. لا

16. 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

17. أياً 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

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

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

19. ما هو سبب عدم 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
- E. يقدم لي طعاماً لا أرغبه

20. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، هل تتناول وجبة خفيفة في المدرسة ؟

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

21. خلال العام الدراسي الحالي، هل

تعلمت في المدرسة عن فوائد التغذية

الصحية؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

22. خلال العام الدراسي الحالي، هل

تعلمت في المدرسة عن كيفية تحضير و

حفظ الطعام بصورة سليمة؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة التالية حول النظافة

23. خلال الثلاثين يوماً الماضية، في

العادة كم مرة نظفت أسنانك بالفرشاة؟

- A. لم أنظف أسناني بالفرشاة خلال الثلاثين يوماً الماضية
- 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

24. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل عادة

تغسل يديك قبل تناول الطعام؟

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

25. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل عادة

تغسل يديك بعد الخروج من دورة المياه؟

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

26. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل في

العادة تستخدم الصابون عندما تغسل يديك؟

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

27. هل يوجد بالمدرسة مياه صالحة للشرب؟

- A. نعم
- B. لا
- C. أحياناً

28. هل تقوم بإحضار مياه شرب معك عند

حضورك للمدرسة؟

- A. نعم
- B. لا
- C. أحياناً

29. من وجهة نظرك هل دورات المياه في

المدرسة صالحة للاستخدام؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

30. من وجهة نظرك هل دورات المياه في المدرسة نظيفة ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

31. هل دورات المياه كافية بالمدرسة ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

32. من وجهة نظرك ، هل غرفة الصحة المدرسية في المدرسة نظيفة و مرتبة ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف
- D. لا توجد غرفة للصحة المدرسية في المدرسة

33. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت في المدرسة عن أهمية غسل اليدين ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة التالية حول عوامل الحماية

34. خلال الثلاثين يوماً الماضية, كم يوم تغيبت عن الصف أو المدرسة بدون إذن؟

- A. و لا يوم
- B. يوم أو يومين
- C. 3 – 5 أيام
- D. 6 – 9 أيام
- E. 10 أيام أو أكثر

35. خلال الثلاثين يوماً الماضية, إلى أي حد تعتبر زملاءك في المدرسة طبيين ومتعاونين؟

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

36. خلال الـ(30) يوم الماضية, إلى أي مدى يتأكد والداك أو ولي أمرك من قيامك بواجباتك المدرسية؟

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

37. 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

38. 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

الأسئلة التالية حول ممارسة الرياضة البدنية

39. خلال العام الدراسي الحالي ، كم يوماً في الأسبوع حضرت حصص الرياضة المدرسية ؟

- A. و لا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. ثلاثة أيام
- E. أربعة أيام
- F. خمس أيام أو أكثر

40. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ، كم فريقاً رياضياً شاركت فيه؟

- A. و لا فريق
- B. فريق واحد
- C. فريقان
- D. ثلاث فرق أو أكثر

41. خلال الأثنى عشر الماضية ، هل مارست الرياضة البدنية خارج المدرسة؟

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

42. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت في المدرسة عن أهمية ممارسة الرياضة البدنية؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

43. خلال السبعة أيام الماضية ، كم يوماً قمت بتمارين مثل تمارين الضغط أو رفع الأثقال؟

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

44. 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

45. هل تراعي أثناء ممارستك للرياضة البدنية قواعد السلامة مثل لبس الحذاء و ممارسة الرياضة في أماكن مخصصة له؟

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

الأسئلة التالية حول الإيدز

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

- A. نعم
B. لا

47. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت في المدرسة شيئاً عن الإيدز؟

- A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

48. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت في المدرسة عن كيفية تجنب الإيدز؟

- A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

49. هل يستطيع الأشخاص حماية أنفسهم من الإيدز عن طريق تجنب الاتصال الجنسي؟

- A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

50. هل سبق وأن تكلمت مع والديك أو ولي أمرك حول الإيدز؟

- A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

51. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت شيئاً عن كيفية التعامل مع شخص مصاب بالإيدز؟

- A. نعم
B. لا
C. لا أعرف

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. ولا يعتبر اعتداء جسدياً عندما يتعارك شخصان بنفس القوة مع بعضهما.

52. 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. اثني عشر مرة أو أكثر

السؤال التالي عن العراق. و يحدث عندما
يقومان شخصان بنفس القوة بالعراك مع
بعضهما.

53. 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

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.

54. خلال الأثنى عشر شهراً
الماضية ، كم مرة أصيبت 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
- H. أثنى عشر مرة أو أكثر

55. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ،
ماذا كنت تفعل عندما تعرضت لإصابة
شديدة؟

- A. لم أتعرض لإصابة شديدة خلال
- الأثنى عشر شهراً الماضية
- B. ألعب أو أتدرب في رياضة
- C. أمشي أو أجري ، و لكن ليس
- ضمن تدريب رياضي
- D. أركب دراجة أو زلاجة
- E. أركب سيارة أو حافلة
- F. أعمل في المنزل أو خارجه.
- G. تعاركت مع أحد
- H. أي شيء آخر

56. 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. سقوط شيء على جسدي
- E. مشاجرة مع شخص
- F. اعتداء علي من قبل شخص آخر
- G. حريق
- H. شيء آخر أحدث لي الإصابة

57. خلال الأثنى عشر شهراً الماضية ،
كيف حدثت لك الإصابة الشديدة؟

- A. لم أتعرض لإصابة شديدة خلال
- الأثنى عشر شهراً الماضية.
- B. أصبت نفسي بالخطأ
- C. شخص أصابني بالخطأ
- D. أصبت نفسي متعمداً
- E. شخص أصابني متعمداً

58. 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 كسور بالجمجمة أو الرقبة
- E. طلق ناري
- F. فقد أحد الأعضاء مثل الذراع ، اليد أو القدم
- G. أي شيء آخر حدث لي

59. هل يوجد لديكم في المنزل أدوات الإسعافات الأولية؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة التالية يتحدث حول الاستفزاز والإهانة. الاستفزاز يحدث عندما يقوم طالب أو مجموعة من الطلبة بقول أو عمل شيء كريبه لطالب آخر. كذلك عندما يقوم طالب بمضايقات بطريقة كريبه.

لا يعتبر استفزازاً عندما يقوم طالبان بجدال شديد أو عندما يقومان بالمضايقة بطريقة مرحة.

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

- A. و لا يوم
- B. 1 – 2 يوماً
- C. 3 – 5 يوماً
- D. 6 – 9 يوماً
- E. 10 – 19 يوماً
- F. 20 – 29 يوماً
- G. الثلاثين يوماً

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

- A. لم أتعرض للاستفزاز أو الإهانة خلال الأثنى عشر شهراً الماضية
- B. تم ضربي أو حبسي أو دفعي
- C. السخرية مني بالدعابات أو التعليقات غير اللائقة.
- D. إهمالي تماماً
- E. السخرية مني بسبب شكل جسمي أو وجهي
- F. أي سبب آخر

62. خلال الثلاثين يوماً الماضية ، كم مرة استخدمت حزام الأمان في السيارة عندما كنت تركب سيارة يقودها شخص آخر ؟

- A. لم أركب أي سيارة خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. لم أستخدمه أبداً
- C. نادراً ما أستخدمه
- D. أحياناً أستخدمه
- E. أستخدمه معظم الوقت
- F. أستخدمه دائماً

63. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت
في المدرسة عن كيفية تجنب حوادث
السيارات؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

64. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت
في المدرسة عن كيفية تجنب الحوادث مثل
الحرائق أو التسمم؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

65. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت
في المدرسة مهارات الإسعافات الأولية و كيفية
التعامل مع الإصابات ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

66. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت
في المدرسة عن كيفية تجنب المشاحنات و
العنف؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

67. خلال العام الدراسي الحالي ، هل تعلمت
في المدرسة عن كيفية تجنب تعرضك
للأسفزاز؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

شاكرين لكم حسن تعاونكم معنا