

## تصميم العينة

يشمل المسح عينة مكونة من قرابة 5000 أسرة ممثلة لكل الأصناف المهنية والاجتماعية تم اختيارها حسب الطرق الإحصائية العلمية. وتوزع هذه العينة على 500 مقاطعة تعداد في كل ولايات الجمهورية بمدنها وقراها وأريافها.

وحرصا على تحسين مدى دقة التقديرات المستخرجة من نتائج هذا المسح وقع الاعتماد على طريقة العينة الطبقيّة.

وعلى هذا الأساس وزعت المقاطعات المكونة لقاعدة العينة إلى "طبقات عينة" حسب الولاية والوسط الجغرافي للإقامة بكل مقاطعة.

وتم سحب مقاطعات العينة باحتمالات مناسبة لعدد الأسر بالمقاطعة حسب نتائج التعداد العام للسكان والسكنى لسنة 2014.

وفي كل مقاطعات العينة وقع سحب 10 أسر ممثلة لمجموع أسر المقاطعة.

## II- استبيان المسح

يتكون استبيان المسح من أربعة استمارات أساسية وهي:

### أ- استمارة أسرة

تهم استمارة الأسرة جميع الأفراد وتحتوي على 4 أنواع من البيانات:

-بيانات عامة عن الأسرة ومواعيد الزيارة

-الإرشادات الديمغرافية والتربوية والاقتصادية لأفراد الأسرة

-النشاط الاقتصادي وكيفية التنقل

-الوجبات الغذائية لأفراد الأسرة

### ب- استمارة خاصة بممارسي الأنشطة الرياضية والبدنية

تخص هذه الاستمارة جميع الأفراد الذين صرحوا في استمارة الأسرة بأنهم مارسوا أو بصدد ممارسة نشاط بدني ورياضي خلال الإثنى عشر شهرا الأخيرة وتكون أعمارهم 6 سنوات أو أكثر.

وتهدف هذه الاستمارة إلى تحديد الإطار الذي تمارس فيه الأنشطة البدنية والرياضية.

وتكون بيانات كل نشاط بدني ورياضي ضمن أحد الجداول التالية:

**جدول 1:** التربية البدنية

**جدول 2:** الرياضة المدرسية والجامعية

**جدول 3:** رياضة وشغل

**جدول 4:** رياضة تنافسية

**جدول 5:** نشاط بدني منتظم أو ترفيهي

وتحتوي هذه الجداول على البيانات الخاصة بكل نشاط رياضي، مثال: نوع النشاط، دوافع الممارسة،

أسباب الممارسة، مكان الممارسة، سن بداية النشاط، مكان الممارسة ...



### ج-استمارة خاصة بغير ممارسي الأنشطة الرياضية والبدنية

تتم هذه الاستمارة لجميع الأفراد الذين صرحوا في استمارة الأسرة بأنهم لم يمارسوا أي نشاط بدني ورياضي خلال الإثني عشر شهرا الأخيرة وتكون أعمارهم 6 سنوات أو أكثر. وتهدف هذه الإستمارة إلى التعرف على أسباب عدم ممارسة النشاط البدني والرياضي وماهي الأنشطة البديلة. وتهدف كذلك إلى التعرف على نسبة الأفراد الذين مارسوا النشاط البدني والرياضي فيما قبل الإثني عشر شهرا الأخيرة.

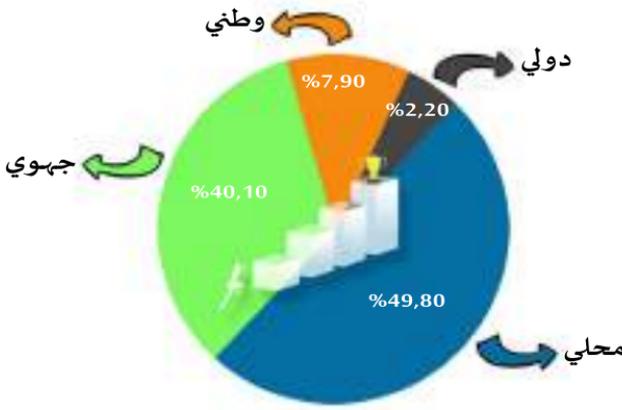
### د-استمارة خاصة بالإدمان وذوي الاحتياجات الخصوصية

تهدف هذه الاستمارة إلى التعرف على التقاطعات الممكنة أن تكون بين بيانات الأفراد الممارسين للنشاط البدني والرياضي والبيانات التالية:  
-بيانات خاصة بالمدخنين (العمر 15 سنة فما فوق)  
-بيانات خاصة بالمستهلكين للمشروبات الكحولية والمواد المخدرة (العمر 15 سنة فما فوق)  
-بيانات خاصة بالأفراد الذين لديهم صعوبات بدنية وذهنية وحسية (ذوي الاحتياجات الخصوصية)



# الرياضة التنافسية

نسب الممارسة ✓



معدل ساعات التدريب  
في الأسبوع لدى  
الذكور والإناث ✓



7 ساعات



9 ساعات

معدل ساعات التدريب في الأسبوع  
حسب مستوى الممارسة ✓

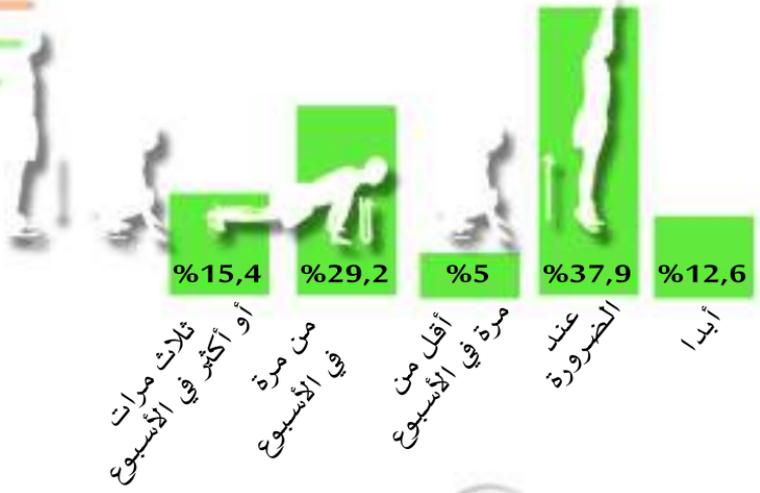
محلي 6

جهوي 7

وطني 9

دولي 17

✓ القيام بالتحضيرات البدنية  
في مجال الرياضة التنافسية



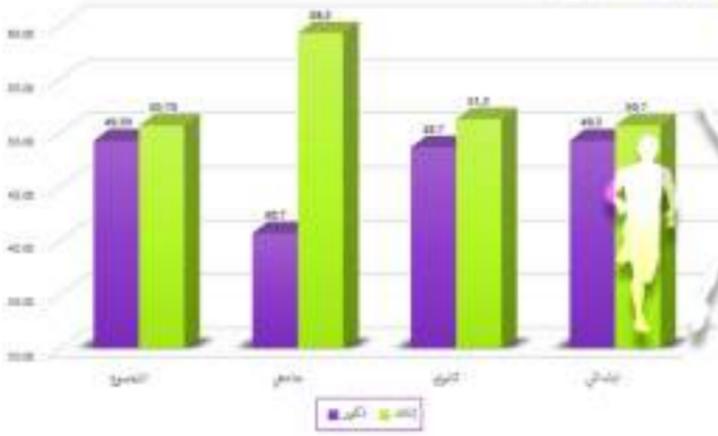
✓ القيام بالتحضيرات الذهنية  
في مجال الرياضة التنافسية



✓ تناول مكملات غذائية  
أو فيتامينات



## ✓ الممارسة حسب المرحلة التعليمية



## ✓ مكان الممارسة بالنسبة للمرحلة الثانوية

0,1% مسلك صحي

0,2% مكان اخر

0,3% ملعب رياضي على ملك الخواص

0,5% قاعة رياضية على ملك الخواص

0,9% ملعب رياضي على ملك البلدية

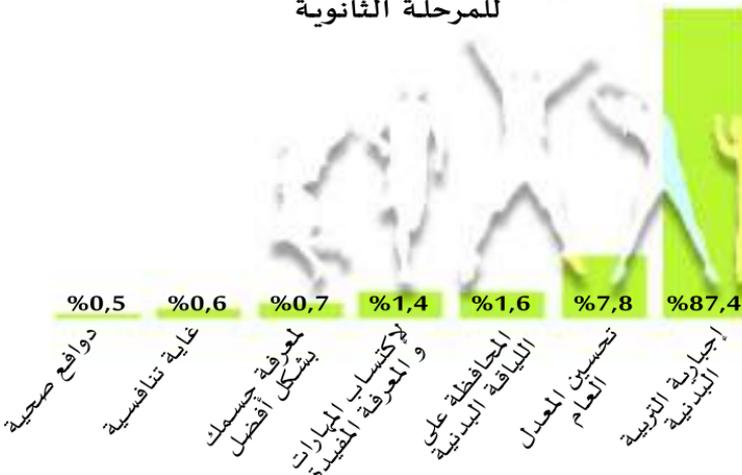
3,3% قاعة رياضية على ملك البلدية

6,9% فضاء غير مهياً

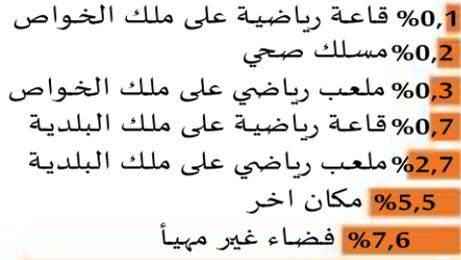
40,3% قاعة رياضية بالمؤسسة

47,5% ملعب رياضي بالمؤسسة التربوية

## ✓ أسباب الممارسة بالنسبة للمرحلة الثانوية



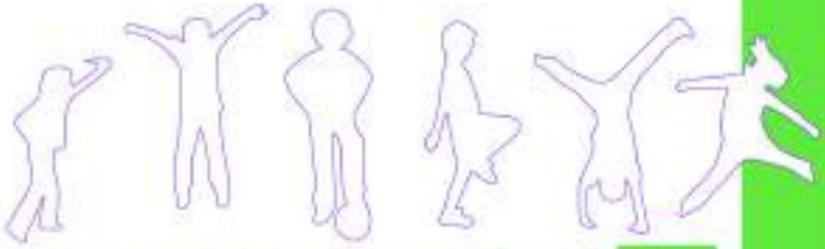
## مكان الممارسة بالنسبة للمرحلة الإبتدائية



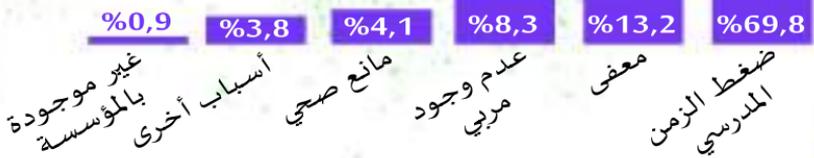
قاعة رياضية بالمؤسسة 30,3%

ملعب رياضي بالمؤسسة التربوية 52,6%

## أسباب الممارسة بالنسبة للمرحلة الإبتدائية



## أسباب عدم الممارسة بالنسبة للمرحلة الإبتدائية



# الممارسة الرياضية و البدنية لدى الفئة العمرية 6-18 سنة

## نسب الممارسة

بشكل غير كافي

%3,4

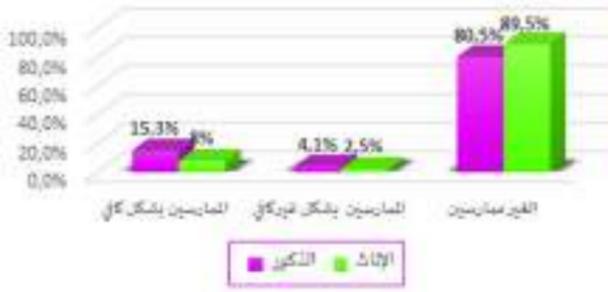
بشكل كافي

%11,7

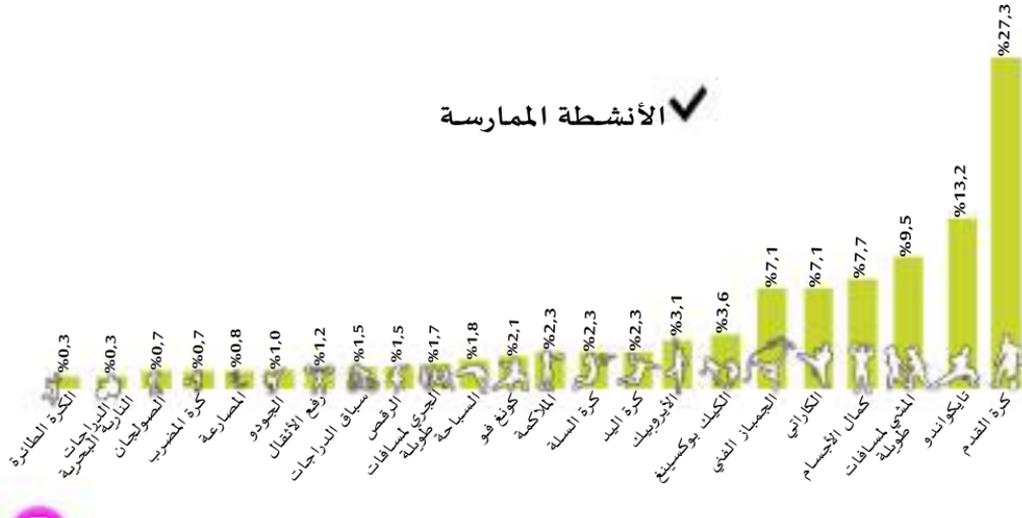
الغير ممارسين

%84,9

## نسبة الممارسة حسب النوع الاجتماعي



## الأنشطة الممارسة



## ✓ تكلفة ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية لدى الفئة العمرية 6-18 سنة



## ✓ أسباب عدم الممارسة

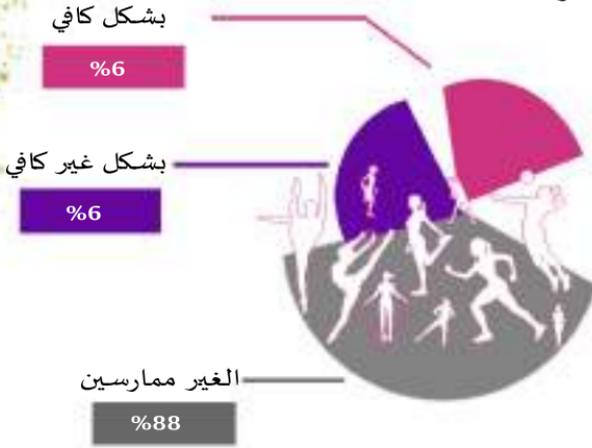


## ✓ الأنشطة البديلة



# الممارسة لدى الإناث

## ✓ نسب الممارسة



## ✓ الأنشطة الممارسة



## ✓ تكلفة ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية لدى الإناث



## ✓ أسباب عدم الممارسة



## ✓ الأنشطة البديلة



8,2%

الألعاب الإلكترونية



14,3%

الإبحار على الشبكة العنكبوتية



25,5%

زيارة الأقراب والأصدقاء



43,4%

مشاهدة التلفاز



0,6%

الألعاب الإجتماعية



1%

الذهاب إلى المسرح أو السينما



1,3%

الذهاب إلى المقهى



1,5%

المطالعة

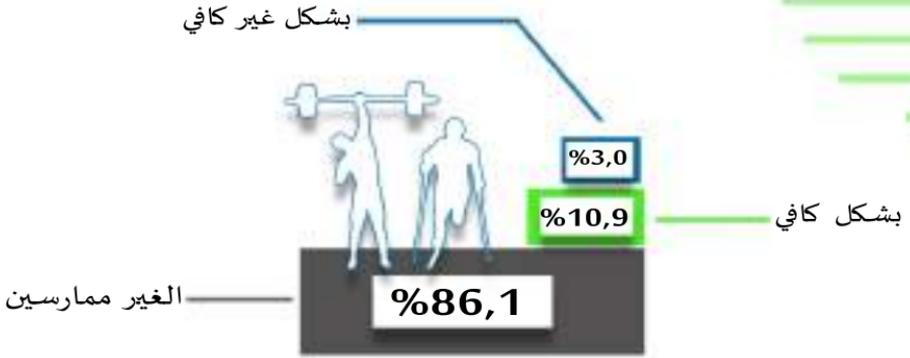


3,7%

الإستماع للموسيقى

# الممارسة الرياضية و البدنية لدى ذوي الإحتياجات الخاصة

## نسب الممارسة ✓



## الأنشطة الممارسة ✓



## الممارسة لدى ذوي الإحتياجات الخصوصية حسب الصعوبة



## الممارسة لدى ذوي الإحتياجات الخصوصية حسب درجة الإعاقة



الممارسين



الغير الممارسين

4,6%

95,4%

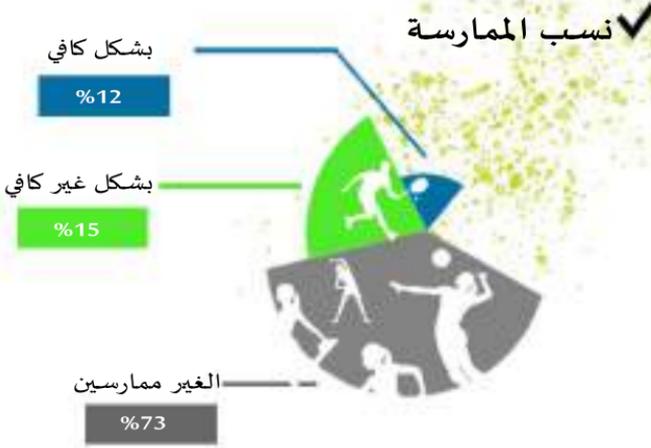
يملك بطاقة إعاقة

15,7%

84,3%

لا يملك بطاقة إعاقة

# الممارسة الرياضية و البدنية لدى الفئة العمرية 19-29 سنة



## نسبة الممارسة حسب النوع الاجتماعي ✓



## الأنشطة الممارسة ✓



## ✓ تكلفة ممارسة الأنشطة الرياضية و البدنية لدى الفئة العمرية 19-29 سنة



## ✓ أسباب عدم الممارسة



## ✓ الأنشطة البديلة



%9,8

الألعاب الإلكترونية



%12,8

الذهاب إلى المقهى



%28,4

الإبحار على الشبكة العنكبوتية



%30,5

مشاهدة التلفاز



%1,2

الذهاب إلى المسرح أو السينما



%1,6

المطالعة



%2,4

الألعاب الإجتماعية



%6,3

الإستماع للموسيقى

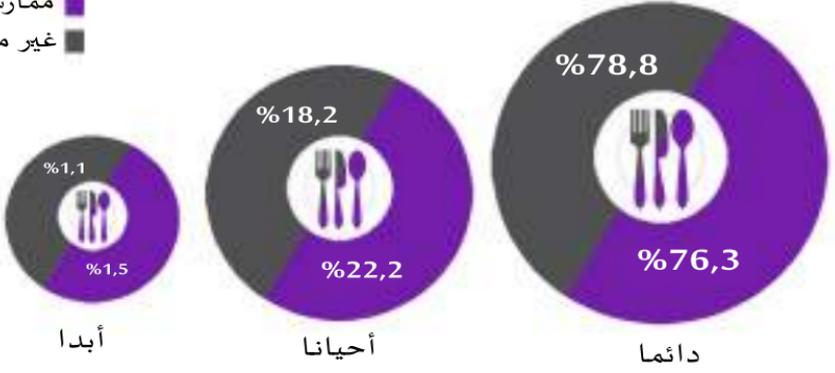


%6,8

زيارة الأقارب و الأصدقاء

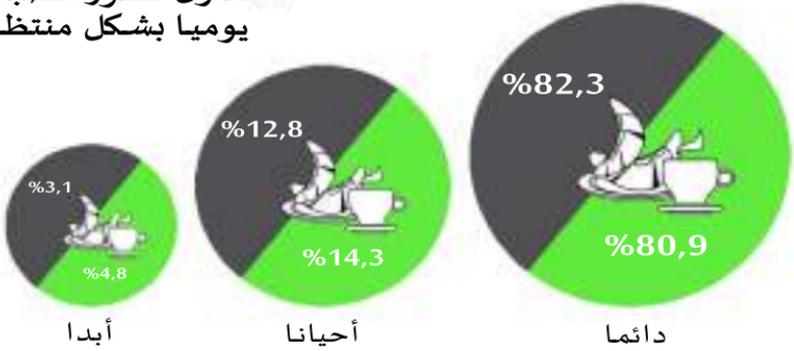
## تناول ثلاث وجبات يومية بشكل منتظم ✓

ممارس ■  
غير ممارس ■



## تناول فطور الصباح يومية بشكل منتظم ✓

ممارس ■  
غير ممارس ■



## تناول لمجة/ تحريشة بين الوجبات بشكل منتظم ✓

ممارس ■  
غير ممارس ■



# الرياضة و التغذية

✓ معدل إستهلاك الماء يوميا بالتر



✓ تناول مشروبات تحتوي على السكريات يوميا



✓ تناول على الأقل 5 أنواع من الخضروالغلال

