

מודל רב-רמות להבנת הגורמים המנבאים התנהגויות בריאות: הרגלי פעילות גופנית ותזונה בריאה בקרב תלמידים בישראל



מאת: הילה בק, ד"ר ריקי טסלר, פרופ' דניאל מורן, ד"ר טטיאנה קולובוב, פרופ' יוסי הראל פיש
תיוג: מנהלי בתי ספר, בני נוער, מדיניות מקדמת בריאות, פעילות גופנית, תזונה, מודל רב רמות

ארגון הבריאות העולמי מגדיר את המערכת הבית-ספרית כמסגרת משמעותית לחינוך ולקידום בריאות, וזאת כדי לאפשר נגישות לרוב אוכלוסיית הילדים.

מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון את הקשר בין מדיניות מקדמת בריאות בקרב מנהלי בתי-ספר ובין גורמים ברמת התלמיד המנבאים דפוסיים של התנהגויות בריאות – פעילות גופנית ותזונה נכונה.

זהו מחקר חתך, המבוסס על נתוני סקר (Health Behaviour in School-Aged Children) HBSC, הכולל כ-7000 תלמידי כיתות ו', ח' ו-י' מבתי-ספר בחינוך הממלכתי, הממלכתי-דתי והממלכתי ערבי וכ-126 מנהלים.

ברמת התלמידים, נמצא כי בנים מבצעים פעילות גופנית בתדירות גבוהה יותר מבנות ($B=0.80, p < 0.01$).

נמצא גם שעם העלייה בגיל ישנה ירידה בתדירות הפעילות הגופנית ($B=-0.34, p < 0.01$), ותלמידים מרקע כלכלי גבוה עוסקים בפעילות גופנית רבה יותר ($B=0.10, p < 0.01$).

כמו כן, תלמידים מהחינוך הממלכתי-דתי מבצעים פחות פעילות בהשוואה לתלמידים מהחינוך הממלכתי ($B=-0.37, p < 0.01$).

ברמה המשולבת של בתי-הספר והתלמידים, נמצא שיישום מדיניות של עידוד פעילות גופנית בבית-הספר מנבא הרגלי פעילות גופנית של התלמידים ($B=0.09, p < 0.05$).

עוד נמצא כי מדיניות תזונתית בבית-הספר ($OR=1.13, p < 0.01$) מנבאות הרגלי תזונה בקרב התלמידים. נוסף לכך תלמידים במגזר הערבי צורכים פחות מזון בריא בהשוואה לתלמידי החינוך הממלכתי ($OR=0.54, p < 0.05$).

ממצאי המחקר מצביעים על חשיבות היישום של מדיניות קידום בריאות בבתי-הספר בקרב מנהליהם לשיפור הרגלים של פעילות ותזונה בריאה בקרב התלמידים.

[למאמר המלא באתר בתנועה](#)