

כלי מחקר זה נלקח מתוך מאגר כלי המחקר של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו שיפור איכות החיים של אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית והסובבים אותם.

כל המעוניין להשתמש באחד מכלי מחקר מתבקש לפנות לחוקר שערך את המחקר הרלבנטי ולוודא את אישור השימוש בכלי מבחינת זכויות יוצרים.

שם הכלי: שאלון יחס לספורט- מוכנות לשינוי

פותח בשנת: 2001, על ידי: Sarkin, Johnson, Prochaska, & Prochaska

תורגם לעברית בשנת: לא צויין על ידי: לא צויין

1	מטרת הכלי	הערכת יחס הצוות המטפל באנשים עם מוגבלויות לספורט ומוכנותם לשינוי בעקבות ספורט.
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	צוות ומטפלים במסגרות דירוג
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	השאלון מורכב מפרטי דירוג שמעריכים יחס לספורט ומוכנות לשינוי.
6	סוג סולם המדידה	הפריטים מדורגים בסולם ליקרט בן 5 רמות, כאשר הרמות הן "מסכים בהחלט" (מב), "מסכים" (מ), "לא בטוח" (לב), "לא מסכים" (למ) ו"מאוד לא מסכים" (מלמ).
7	סוג הפריטים בכלי	פריטי דירוג
8	אורך הכלי	השאלון בנוי מ-18 פריטים דירוג.
9	מהימנות	לא צויין.
10	תקיפות	לא צויין.

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
הולצר ישעיהו, עוז מלי וברק שרון (2015). השפעת עמדות אנשי צוות והתנאים הסביבתיים על המניעים לפעילות גופנית של אנשים עם מוגבלות שכלית-התפתחותית המקבלים שירות במסגרות דירוג, חינוך ותעסוקה. המכללה האקדמית בווינגייט ובית חולים ספרא, המחלקה לשיקום ילדים.	141 למחקר המלא



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון על יחס לספורט (מוכנות לשינוי)

Sarkin et al. (2001)

מב = מסכים בהחלט, מ = מסכים, לב = לא בטוח, למ = לא מסכים, מלמ = מאוד לא מסכים

ממב מ מ ללב ללמ מלמ

פריט

					1. אין צורך שאשנה את הרגלי הפעילות הגופנית שלי
					2. אני נהנה לא להיות פעיל גופנית, אך לעתים מרגיש שיש צורך להיות פעיל
					3. הגעתי לשלב שבו אני שוקל באופן רציני להיות פעיל באופן גופני
					4. אני מנסה לעשות יותר פעילות גופנית מאשר בעבר
					5. לא עשיתי פעילות גופנית בעבר, אך כעת אני מצליח (I've managed to) להיות פעיל באופן קבוע
					6. זה בזבוז זמן לחשוב על שינוי הרגלי הפעילות הגופנית שלי, היות שאין שום בעיה בזה שאני לא פעיל גופנית
					7. לעתים אני חושב להתחיל לבצע פעילות גופנית
					8. החלטתי לעשות משהו בעניין הפעילות הגופנית שלי
					9. אני יודע שהעדר פעילות גופנית גרם לי לבעיה ואני מנסה כעת לתקן זאת
					10. שיניתי את הרגלי הפעילות הגופנית שלי וכעת אני מנסה להמשיך להיות פעיל
					11. אין שום דבר רע בכך שאני לא פעיל גופנית
					12. מדי פעם אני מרגיש בעיה בגלל חוסר הפעילות הגופנית שלי
					13. אני מתכוון לשנות את הרגלי הפעילות הגופנית שלי (למשל: להתחיל ללכת או לעשות כושר)
					14. כל אחד יכול לדבר על לעשות פעילות גופנית (כושר), אבל אני באמת עושה משהו בעניין זה
					15. זה חשוב עבורי לשמר את השינויים שעשיתי כשהתחלתי להיות פעיל באופן גופני
					16. אני בדרך כלל לא פעיל באופן גופני
					17. אני שוקל את היתרונות והחסרונות של הרגלי הפעילות הגופנית הנוכחיים שלי
					18. אני מתכנן להתחיל להיות פעיל גופנית