

### ملخص البحث

يهدف البحث الى :

- التعرف على قيم الثقافة الرياضية وتحديد لها لدى بعض اعضاء الهيئات التدريسية في جامعة الانبار ودورها في التنمية الاجتماعية للأفراد .

وفرض البحث الى :

- وجود تباين كبير في امتلاك قيم الثقافة الرياضية بين افراد عينة البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته وطبيعة البحث وشملت افراد عين  
البحث على (53) من اعضاء الهيئة التدريسية في كليتي الحاسوب والتربية في جامعة الانبار ،

حيث تم توزيع استبيانات البحث التي تحوي على عدد من العبارات التي تقيس قيم الثقافة

الرياضية وتم جمعها ومعالجتها احصائيا واستنتج الباحث مايلي

1- حصلت قيمة الثقافة الرياضية الخاصة بتنمية الصفات الحركية والمهارية على اعلى نسبة

تليها قيم تنمية الصفات البدنية كالقوة والسرعة ثم قيم المحافظة على الصحة ثم بعد ذلك

وبالتساوي قيمتي الترويح عن النفس وكذلك تجريب القدرات البدنية والحركية .

2- نفي العبارات التي لا تلائم قيم الثقافة البدنية لدى افراد عينة البحث وينسب عالية جدا.

وبعدها اوصى الباحث ما يلي :

- ضرورة توفير التجهيزات والمستلزمات الخاصة بممارسة النشاطات الرياضية لأعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار وتوفير القاعات والملاعب لتلائم ميولهم نحو الممارسة والتي أظهرتها النسب عالية .

2- تنظيم النشاطات والمنافسات الرياضية المختلفة الخاصة بأعضاء الهيئة التدريسية واشراكهم فيها وعدم اقتصر المشاركة على الطلبة فقط او على اعضاء الهيئة التدريسية لكلية التربية الرياضية وشمول كليات اخرى ككليات الحاسوب والتربية والهندسة والقانون وغيرهم .

### Abstract

## The Values of Sports Culture in Some Members of the Teaching at the University of Anbar

The research aims to:

- To identify the values of culture, sports and identified by some members of the teaching at the University of Anbar and its role in the social development of individuals.

And the imposition of search:

- The existence of considerable variation in the possession of the values of the sports culture among the research sample.

Researcher used the descriptive approach to the appropriateness of the manner of the survey and the nature of the research included a sample of search (53) of the members of the teaching in the College of Computer and the College of Education at the University of Anbar, where the research was the distribution of questionnaires containing a number of terms that measure the values of culture, sports and were collected and processed statistically.

The researcher concluded the following:

1 - The value of the sports culture on the development of the dynamic qualities and skills to the highest values followed by the development of physical attributes such as strength and speed, then the values of maintaining health, then the values of recreation and equally self-testing, as well as physical abilities and mobility.

2 - The words that do not fit the values of physical culture to the members of the research and sample rates are very high.

Then the researcher recommended the following:

- The need to provide equipment and supplies for the practice of sports activities for the members of the teaching at the University of Anbar, and the provision of classrooms and playgrounds to suit the orientation towards the practice and demonstrated by the high ratios.
- Organization of activities and sports competitions for the various members of the teaching staff and involvement of non-participation is limited to only students or members of the teaching staff of the College of Physical Education, and the inclusion of other Colleges such as College of the computer, education, engineering, law and others.

## الباب الاول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1 المقدمة واهمية البحث

تتقدم الدول وتحقق المزيد من النجاحات باستخدام البحث العلمي من اجل التعرف على مسببات المشاكل التي تعاني منها ووضع الحلول المناسبة وكذلك الحصول على كل ما هو جديد والتعرف على الكثير من الجوانب التي لم يتم يتطرق اليها , ولم يعد البحث العلمي مقتصر على الخوض في مجال التعليم والتعلم او مجالات العلوم والتكنولوجيا فقط وانما يمتد الى ابعد من ذلك ليصل الى البحث في الجوانب التي تشكل اهمية في حياه الفرد وبما يخدم تنميته وتطلعاته المستقبلية والتي تعتمد عليها سعادة الفرد في العيش بصحة جيدة ورضا نفسي مقبول ان التقدم العلمي والتكنولوجي الحاصل في العالم عكس فائدة كبيرة على حياة الافراد منها ايجاد الحاسب الالكتروني وشبكات الاتصال وغيرها ورغم فائدتها فلها مساوئها التي ادت الى جعل الكثير من الافراد سجين هذه المبتكرات فظهرت الكثير من امراض قلة الحركة وانصراف الكثير من افراد المجتمع بعيدا عن الرياضة الى اعمالهم ومشاغلم اليومية .

ان قوة المجتمع تعتمد على قوة الافراد وان صحته وسعادته تجعل منه فردا متجددا قادرا على العمل بجد ونشاط , لذلك تعتبر كثيرا من الدول ان للرياضة وثقافتها الواسعة اثرا في تغلب الكثير من افرادها على اعبائهم اليومية وادامة صحة الافراد ونراها تخصص المنشأة الرياضية المختلفة وكثيرا من مستلزماتها من اجل خلق مجتمع صحي ومنتج تعمل الرياضة على تخفيف حدة التوتر النفسي وتقوي الصلاة الاجتماعية من خلال الاختلاط فتؤدي الى تماسك المجتمع، ويعتبر هذا

البحث محاولة جديدة للتعرف على قيم الثقافة الرياضية لدى بعض اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار وتحديدها لوضع الحلول والبرامج التي تنمي مستوى هذه الثقافة ورفعها والمساهمة في حل المشكلات الناتجة عن قلة الحركة .

#### 1-2 مشكلة البحث

ان زيادة متطلبات الحياة اليومية ومشاعلها وتقدم مستوى التطور الالكتروني والتكنولوجي ودخول المكننة والاجهزة الحديثة ساعد الافراد على قضاء احتياجاتهم اليومية باقل حركة واقل جهد واوجد بذلك ظواهر سلبية نالت من المجتمع وظهرت الكثير من امراض قلة الحركة كالسمنة والوزن الزائد وتصلب الشرايين وامراض القلب وكذلك اندماج الفرد في العمل بصورة اثرت عليه سلبيا فظهرت مشكلات الضغط النفسي والتوتر وياتت هذه المشكلات تؤثر سلبا على واقع المجتمع مما اوجد ضرورة ملحة للبحث في تلك المشكلات لوضع الح لول المناسبة لمعالجتها لايجاد افرادا يرتقون الى الدور الحضاري والمساهمة في تطورالتممية الاجتماعية .

#### 1-3 هدف البحث

- التعرف على قيم الثقافة الرياضية وتحديدها لدى بعض اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار ودورها في التنمية الاجتماعية للأفراد .

#### 1-4 فرض البحث

- وجود تباين كبير في امتلاك قيم الثقافة الرياضية بين افراد عينة البحث

#### 1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : عينة من اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار

1-5-2 المجال الزمني : 2009/6/10 - 2009/7/10

1-5-3 المجال المكاني : كليتي التربية والحاسوب .

## الباب الثاني

### 2- الدراسة النظرية

تعتبر حياة الانسان صورة من صور الحركة وهي ضرورة حتمية لبقاء الانسان الحي ، والثقافة الرياضية ليست مادة نظرية وانما هي ايمان الفرد بايجابية ممارسة الانشطة الرياضية ومساهمتها الفعالة في استمرار حيويته ، وهي ليست مجرد ابرازا للعضلات او نرف العرق او قتل الفراغ ، فالرياضة مع مستلزماتها من ضروريات الصحة العامة للفرد والمجتمع . فلها الدور الكبير في محاربة الكثير من الامراض النفسية المسببة للامراض العضوية الخطيرة كالقلق والتوتر والضغط النفسي وهي تساهم في تحسين مزاج الفرد <sup>(1)</sup>، فالنظرة الكبيرة للرياضة وثقافتها لها اهمية بالغة في حياة الانسان ولا يقتصر ذلك على الجانب النفسي فقط وانما يتعدى ذلك الى ادامة بدن الانسان بجميع مكوناته ، حيث ينصح علماء الطب النفسي بممارسة الرياضة حتى ولو كانت على صورة المشي لفترة قصيرة يوميا ، فيعكس بذلك فوائد كبيرة منها تنشيط العضلات والمفاصل والقلب والدورة الدموية وجهاز التنفس وضبط وزن الجسم وتنشيط الجهاز الهضمي <sup>(2)</sup>. وقد اشارت تقارير منظمة الصحة العالمية الى ان نسبة الوفيات الناجمة عن امراض غير معدية هي (60%) من مجموع الوفيات ومن بين اهم اسباب ذلك عدم اتباع الافراد الى نظام غذائي صحي وكذلك الى عدم ممارسة الرياضة <sup>(3)</sup>.

- 
- (1) منى صالح الانصاري . تأثير النشاط البدني الهوائي في مؤشرات السمنة ومكونات اللياقة البدنية لدى بعض النساء في مملكة البحرين . مجلة العلوم التربوية والنفسية ، جامعة البحرين ، المجلد الرابع ، العدد الرابع ، 2003 ، ص 169 .  
(2) لطفي الشرييني . الرياضة واللعب فوائد نفسية وصحية لامثيل لها . مقالة . www.elazayem.com ، 2007م .  
(3) ياسين علوان التميمي . الرياضة واهداف التنمية الاجتماعية . مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العدد الثاني ، المجلد الخامس ، 2006 ، ص 144

### الباب الثالث

3-3 منهج البحث واجراءاته

1-3 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائته وطبيعة البحث حيث تم توزيع

استمارة الاستبيان على أفراد عينة البحث

2-3 عينة البحث

مثل عينة البحث (53) من اعضاء الهيئة التدريسية فقط دون الموظفين من كليتي التربية

والحاسوب في جامعة الانبار لعام 2009 وتم اختيار هاتين الكليتين عن طريق القرعة من مجموع

كليات الجامعة وتم توزيع استمارات الاستبيان على عينة البحث بصورة عشوائية .

3-3 أداة البحث

استخدم الباحث استمارة استبيان ، ملحق (1) واحتوت على (13) عبارة تقيس قيم الثقافة

الرياضية بعد عرضها على الخبراء وذوي الاختصاص للتأكد من صحة الاستمارة وصدقها .

4-3 الوسيلة الاحصائية

استخدم الباحث معادلة النسبة المئوية من اجل الوصول الى النتائج

## الباب الرابع

4- عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض النتائج

### جدول (1)

يوضح النسبة المئوية لقيم الثقافة الرياضية لبعض اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار

ت	العبارة	نعم	كلا	في بعض الاحيان
1	امارس الرياضة لانها تنمي لدي الصفات البدنية كالقوة والسرعة	%77,083	%8,444	%14,583
2	امارس الرياضة لانها تنمي لدي الصفات الحركية والمهارية	%81,250	%8,444	%10,416
3	امارس الرياضة لانها تقضي على وقت الفراغ	%20,833	%31,250	%47,916
4	امارس الرياضة لانها تحافظ على صحتي	%66,666	%37,500	%14,583
5	امارس الرياضة لانها تخفف من اعباء الحياة اليومية	%39,583	%33,333	%27,083
6	امارس الرياضة لانها تقوي علاقتي الاجتماعية	%45,833	%35,416	%18,750
7	امارس الرياضة لانها مجالا للترويح عن النفس	%60,416	%27,083	%12,500
8	امارس الرياضة لاكتسب اصدقاء جدد	%31,250	%41,666	%27,083
9	امارس الرياضة لأجرب قدراتي البدنية والحركية	%60,416	%25	%14,583
10	امارس الرياضة من اجل ان أتحدى زملائي	%18,750	68,750%	%12,500
11	امارس الرياضة لاكتسب ثقافة رياضية في فعاليات رياضية مختلفة	%47,916	%37,500	%14,583
12	لاجد فيها نفع	%4,166	%81,250	%14,583
13	اراهها مضيعة للوقت	%2,083	%77,083	20,833%

ينضح من جدول (1) ان اعلى نسبة للاجابة بنعم كانت (%81,250) ولصالح العبارة الثانية

(امارس الرياضة لانها تنمي لدي الصفات الحركية والمهارية ) تليها العبارة الاولى (امارس

الرياضة لانها تنمي لدي الصفات البدنية كالقوة والسرعة) والتي حصلت على نسبة (%77,083)

وتليها العبارة الرابعة (امارس الرياضة لانها تحافظ على صحتي ) وبنسبة (%66,666) اما

العبارتان السابعة والتاسعة والتان تشيران الى (امارس الرياضة لانها مجالا للترويح عن النفس -

امارس الرياضة لأجرب قدراتي البدنية والحركية) فحصلتا على نسبة متساوية لكل منهما هي

(%60,416) .

في حين نفى كثير من افراد عينة البحث العبارات التي لا يرون انها تصب في صالح ممارسة الرياضة والى اجابوا عليها بـ(كلا) حيث حصلت العبارة الثانية عشر (لاجد فيها نفع ) على نفى بنسبة (81,250%) وهي اعلى نسبة ، تليها نفى الثالثة عشر بنسبة (77,073%) وتليها العبارة العاشرة وبنسبة (68,750%) .

#### 4-2 مناقشة النتائج

يتضح من جدول (1) تحقق هدف البحث بالتعرف على قيم الثقافة الرياضية وتحديد لها لدى بعض اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار وبالمقابل رفضت الفرضية الخاصة بالبحث والتي تنص على (وجود تباين كبير في امتلاك قيم الثقافة الرياضية بين افراد عينة البحث ) من خلال اظهار النتائج والتي فاقت (50%) الى امتلاك غالبية افراد عينة البحث للثقافة الرياضية وتأثرهم بها ، فهم يرون انها تنمي لديهم الصفات الحركية والمهارية اضافة الى الصفات البدنية كالقوة والسرعة والمطاولة والرشاقة والمرونة وكذلك تأثرهم بقيم المحافظة على الصحة حيث ان الرياضة تعمل على تنمية الصفات البدنية والمهارية التي تدخل في جانب حركة الانسان اثناء ممارسته لآعماله اليومية فتضفي عليه جانب من الجد والنشاط وتجنبه الكسل والخمول ، وتعمل الرياضة بجميع ممارساتها بالمحافظة على صحة الافراد حيث " تعد الرياضة النافعة المنضبطة بالقواعد والقوانين من مكمات حفظ النفس البشرية والقيام على درء الضعف عنها " (1) لذلك تعتبر اللياقة البدنية والحركية للانسان المؤشر الواضح على صحته .

اما الناثر بقيم الثقافة الرياضية بانها مجالاً لتجريب القدرات البدنية والحركية فتأتي متضامنة مع ما يحصل عليه الفرد من لياقة بدنية وحركية واحساسه الجديد بالصحة والحيوية فيميل بذلك الى حاجته لممارسة الرياضة من اجل الترويح والحصول على الترفيه وتناسي ضغوط العمل وبوجود الاقران يكون لديه الشعور بتجريب مايملك من تلك القدرات ، وهنا يرى ماتيف ان "

(1) آلاء عبدالله حسين المولى . التربية البدنية في السنة النبوية . مجلة الراافدين للعلوم الرياضية ، المجلد العاشر ، العدد الثامن والثلاثون ، 2004 ، ص 40 .



الرياضة شكل راقى من حركة الانسان وهي تعكس جوهر المنافسة الشريفة في اوقات التحدي او الترفيه

ويستطيع الفرد خلالها قياس قدرته وقدرات الاخرين وتحديدتها<sup>(1)</sup> ويرى غالبية افراد العينة ان للرياضة منافع كثيرة ولايرون انها مضيعة للوقت حيث يرى الباحث في ذلك ان ناتج ضغوط العمل اضافة الى ضغوط الحياة اليومية ومشاغها تولد عبأ كبيراً لذلك تكون لهم المتففس الوحيد للترويح فيعمل الفرد على تخصيص الوقت لممارستها .

### الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1- حصلت قيمة الثقافة الرياضية الخاصة بتنمية الصفات الحركية والمهارية على اعلى نسبة تليها قيم تنمية الصفات البدنية كالقوة والسرعة ثم قيم المحافظة على

الصحة ثم بعد ذلك وبالتساوي قيمتي الترويح عن النفس وكذلك تجريب القدرات البدنية والحركية

2- نفي العبارات التي لا تلائم قيم الثقافة البدنية لدى افراد عينة البحث وينسب عالية جدا

2-5 التوصيات

1- ضرورة توفير التجهيزات والمستلزمات الخاصة بممارسة النشاطات الرياضية لاعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار وتوفير القاعات والملاعب لتلائم ميولهم نحو الممارسة والتي أظهرتها النسب عالية .

2- تنظيم النشاطات والمنافسات الرياضية المختلفة الخاصة باعضاء الهيئة التدريسية واشراكهم فيها وعدم اقتصار المشاركة على الطلبة فقط او على اعضاء الهيئة التدريسية لكلية التربية الرياضية وشمول كليات اخرى ككليات الحاسوب والتربية والهندسة والقانون وغيرهم .

### المصــــادر

- آلاء عبدالله حسين المولى . التربية البدنية في السنة النبوية . مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، المجلد العاشر ، العدد الثامن والثلاثون ، 2004 .

(1) امين انور الخولي . الرياضة والمجتمع . سلسلة اصدارات مجلة عالم المعرفة عن المجلس الوطني للثقافة والفنون والاداب - الكويت ، العدد 216 ، 1996 ، ص 17 .

- امين انور الخولي . الرياضة والمجتمع . سلسلة اصدارات مجلة عالم المعرفة عن المجلس الوطني للثقافة والفنون والاداب - الكويت ، العدد 216 ، 1996 .
- لطفي الشربيني . الرياضة واللعب فوائد نفسية وصحية لامثيل لها . مقالة . [www.elazayem.com](http://www.elazayem.com) ، 2007م .
- منى صالح الانصاري . تأثير النشاط البدني الهوائي في مؤشرات السمنة ومكونات اللياقة البدنية لدى بعض النساء في مملكة البحرين . مجلة العلوم التربوية والنفسية ، جامعة البحرين ، المجلد الرابع ، العدد الرابع ، 2003 .
- ياسين علوان التميمي . الرياضة واهداف التنمية الاجتماعية . مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العدد الثاني ، المجلد الخامس ، 2006 .

#### الملاحق

##### ملحق (1)

السادة اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار  
السلام عليكم .....

يهدف هذا الاستبيان إلى معرفة قيم الثقافة الرياضية لدى اعضاء الهيئة التدريسية في جامعة الانبار ويتألف من عدد من الاسئلة ، نرجو التفضل بقراءتها والإجابة عنها بحيث تكون اجابتك صريحة ودقيقة وصادقة ، علما بأن المعلومات سيستفاد منها لأغراض البحث العلمي فقط ، شاكرين تعاونكم معنا .

الباحث

م.د.نبهان حميد احمد

ت	العبارة	نعم	كلا	احيانا
1	امارس الرياضة لانها تنمي لدي الصفات البدنية كالقوة والسرعة			
2	امارس الرياضة لانها تنمي لدي الصفات الحركية والمهارية			
3	امارس الرياضة لانها تقضي على وقت الفراغ			

4	امارس الرياضة لانها تحافظ على صحي		
5	امارس الرياضة لانها تخفف من اعباء الحياة اليومية		
6	امارس الرياضة لانها تقوي علاقتي الاجتماعية		
7	امارس الرياضة لانها مجالا للترويح عن النفس		
8	امارس الرياضة لاكتسب اصدقاء جدد		
9	امارس الرياضة لأجرب قدراتي البدنية والحركية		
10	امارس الرياضة من اجل ان أتحدى زملائي		
11	امارس الرياضة لاكتسب ثقافة رياضية في فعاليات رياضية مختلفة		
12	لاجد فيها نفع		
13	اراهها مضيعة للوقت		

تعليمات الاجابة :

1. وضع علامة ( √ ) أمام القرار الملائم والذي يمثل رأيك الصائب .
2. لا تضع أكثر من علامة واحدة على قرارات الاجابات .
3. نرجو منك الاجابة عن جميع الاسئلة ولا تترك سؤالا بلا اجابة .