



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

"دراسة اتجاهات طلبة الجامعات العراقية نحو

الرياضة و اللياقة البدنية"

رسالة تقدم بها

خضير حسين عباس

إلى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

بإشراف

الدكتور

الدكتور

عباس فاضل جابر

حازم عزيز امين

1- الباب الأول - التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

2-1 مشكلة البحث

3-1 هدف البحث

4-1 مجالات البحث

1-4-1 أَلْمَجَال البشري

2-4-1 أَلْمَجَال الزماني

3-4-1 أَلْمَجَال المكاني

5-1 تحديد المصطلحات

1- الباب الأول - التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن اللياقة البدنية أو النشاط الرياضي الذي يشترك فيه مجموعة من الأفراد يتضمن قيمة اجتماعية مهمة وعلى إمكانيات إشباع حاجات اجتماعية معينة التي تسهم في توفير التفاعل الاجتماعي والتي تسمح بإمكانية التعرف على أصدقاء جدد وتكوين علاقات بين الناس من جانب آخر يمكن للنشاط الرياضي أن يفيد الصحة ويسهم في اكتساب اللياقة البدنية ومن المؤكد إن التمارين الرياضية واللياقة البدنية لها دور كبير في تحسين صحة الفرد و إبعاده عن أمراض العصر المزمنة حيث يؤكد خبراء الرياضة العراقيون إن مشكلة المجتمع العراقي المستعصية هي في ضعف الثقافة الرياضية والصحية ,حيث يبتعد الرجال والنساء والكبار والصغار عن ممارسة الألعاب الرياضية وتمارين اللياقة البدنية اليومية بشكل منتظم معللين ذلك بأسباب كثيرة اغلبها أسباب واهية و00 وقد تقاجئ عندما تعرف إن الشريحة الأكثر ثقافة في المجتمع العراقي يهملون تمارين اللياقة البدنية اليومية وهذه كارثة عندما تفقد الدولة العراقية علمائها من خلال الموت المبكر لإمراض (قلة الحركة) بسبب عدم ممارسة الرياضة وألعابها وفي أسوأ الأحوال يجب أن يكون التمرين ثلاث مرات أسبوعياً بوقت ثلاثون دقيقة للوحدة التدريبية وهذا يمثل الحد الأدنى...حيث تعد الاتجاهات Attitude من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي Social Psychology وهي عبارة عن استجابات تقييمية متعلمة إزاء الموضوعات والإحداث وغير ذلك من المثيرات⁽¹⁾ وعندما ندرس اتجاهات شريحة علمية أكاديمية من النخبة حول موضوع في غاية الأهمية ألا وهو موضوع الرياضة واللياقة البدنية والألعاب الرياضية والثقافة البدنية ودرس التربية الرياضية مع العلم يجب إن نتوقع إن هؤلاء الطلبة الجامعيين يملكون مكون معرفي Cognitive Component على الأقل أو مكون نزوعي Conative Component⁽²⁾ على الأغلب اتجاه الرياضة واللياقة

¹ - وينتج ارنوف : مقدمة في علم النفس, جامعة بول, ترجمة عادل عز الدين الاشول واخرون , دار ماكجروهيل للنشر, دار المريخ للنشر, الرياض المملكة العربية السعودية, 1984, ص86
*الثقافة الصحية والبدنية التي يتمتع بها هؤلاء الطلاب والأساتذة وقد حددت وكالة (ناسا NASA) الأمريكية "خمسة أيام أسبوعياً لممارسة الرياضة والألعاب المختلفة وبمعدل لا يقل عن (30) دقيقة يومياً"

² - Williams, S, R ,Introduction to Psychology. Toront. USA. 1984, P.230

البدنية وفوائدها الصحية والبدنية والنفسية والاجتماعية حيث لايزال تعتبر اللياقة البدنية للفرد جزء من اللياقة الشاملة وقد نستغرب كثيراً إن اغلب علماء وأساتذة الجامعات المتقدمة في العالم المتحضر يمارسوا تمارين اللياقة البدنية بشكل يومي وهذا ناتج من تطور الثقافة البدنية والصحية للفرد في المجتمعات الغربية. ويؤكد الباحث هنا إن من أهم أسباب قياس اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو الرياضة واللياقة البدنية إن قياسها يسمح بتوقع نوعية سلوك الجامعي تجاه أنشطة التربية الرياضية واللياقة البدنية نظراً لان الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبياً ومن ناحية أخرى فأن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الايجابية (المرغوب فيها), كما يسهم في محاولة تغيير أو تعديل الاتجاهات السلبية (غير المرغوب فيها) والتمهيد لتنمية اتجاهات جديدة و إكسابها للأفراد والمجتمع.

1-2 مشكلة البحث

يمكن تأكيد إن الاتجاهات تعتبر نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك والتصرف , فالاتجاهات الايجابية نحو الرياضة واللياقة البدنية تؤدي دوراً هاماً في الارتقاء بهذا النوع من النشاط الاجتماعي لأنها تمثل محصلة القوى التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة, من هنا تنحصر مشكلة البحث في التهيؤ العقلي والعصبي التي تنظمها الخبرات السابقة والتي توجه استجابات الطالب الجامعي للمواقف أو المثيرات المختلفة ويرى (البورت Allport) (1) "إن التهيؤ العقلي والعصبي قد يكون مؤقتاً وينتج من التفاعل اللحظي بين الطالب الجامعي وعناصر البيئة التي يعيش فيها , أما التهيؤ ذو المدى البعيد فيمتاز بالثبات والاستقرار" وهذا ما نطمح له في الجامعات العراقية, من خلال تواجد الباحث كطالب في جامعة ديالى و بغداد , حيث لاحظ ابتعاد اغلب الطلاب الجامعيين عن ممارسة تمارين الرياضة الصباحية أو تمارين اللياقة البدنية في قاعة الرياضة أو من خلال الملاعب المفتوحة والمنتشرة في اغلب الكليات العلمية أو الإنسانية خلال الدوام اليومي وهذا اثر بشكل واضح على مستوى لياقتهم

¹ - محمد حسن علاوي, علم النفس الرياضي, القاهرة, دار المعارف, ط7, 1992ص219

البدنية والصحية والنفسية وقد يعلل الكثير من الزملاء والزميلات الطلبة الجامعيين عدم ممارسة الرياضة إلى أسباب متعددة ومتباينة وبعضها حقيقي وبعضها غير حقيقية فالمكانة الاجتماعية Status والعلمية للطلّاب الجامعي لا تهدر أو يساء لها عندما يمارس الطّالّب الجامعي الألعاب الرياضية فالتصور إن الألعاب الرياضية أداة لهو وقضاء أوقات الفراغ فقط وهذا غير صحيح فالرياضة واللياقة البدنية جزء أساسي من صحة المجتمع فكيف الحال إذا كان طّالّب جامعي سيقود المجتمع لاحقاً 00 من هنا كانت ولازالت عند زملائي الطلبة الجامعيين مشكلة بناء اتجاهات خاطئة حول الرياضة واللياقة البدنية وممارسيها كإرث اجتماعي تعلمناه من آبائنا وأمهاتنا بان الرياضة و ألعابها تمثل الفشل الدراسي والحياتي وتضييع للوقت والمستقبل. من هنا انصبت مشكلة البحث في ما يلي:

1- تصميم مقياس لاتجاهات الطلبة الجامعيين نحو الرياضة واللياقة البدنية ومن واقع المجتمع الجامعي العراقي.

2- قياس اتجاهات الطلبة الجامعيين العراقيين نحو الرياضة واللياقة البدنية..

3-1 هدف البحث

1- تصميم مقياس لاتجاهات الطلبة الجامعيين نحو الرياضة واللياقة البدنية.

2-دراسة اتجاه طلاب الجامعات العراقية نحو الرياضة واللياقة البدنية.

4-1 مجالات البحث

- 1-المجال البشري : عينة بناء المقياس 242 طالب جامعي.187طالب للتجربة الاستطلاعية, (1558) طالب عينة القياس الرئيسية في الجامعات العراقية.
- 3-المجال الزماني: للفترة من 2007 /9/10 و لغاية 2008/3/1
- 2-المجال المكاني :جامعة بغداد-الجامعة المستنصرية-جامعة البصرة-جامعة الموصل- جامعة الانبار - جامعة ديالى - الجامعة التكنولوجية.

5-2 تحديد المصطلحات

الاتجاه Attitude :إن الاتجاه النفسي تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النسبي للمعتقدات التي يعتقدونها الفرد نحو موضوع أو موقف ويهيئه لاستجابة تكون لها الأفضلية عنده,روكيتش Rokeatishe,أما أناستيزي Anastasi فتتظر إلى الاتجاه على انه الميل للاستجابة بشكل معين تجاه مجموعة خاصة من المثيرات⁽¹⁾..أما البورت Allport فيرى إن الاتجاه حالة من التهيؤ العقلي والعصبي التي تنظمها الخبرة السابقة والتي توجه استجابات الفرد للمواقف او المثيرات المختلفة⁽²⁾.

2-الباب الثاني - الدراسات النظرية والمثابها

1-2 الدراسات النظرية

¹ - Allawy,M.;Zur Antizipation von Fremdhandlung im Sportspiel,Diss.DHFK,Leipzig 1964.

² - محمد حسن علاوي,علم النفس الرياضي,المصدرسبق ذكره ص 219

Abstract

Study of the attitude Iraqi university students about sports and fitness

The searcher :Kdaer.H.Abbas

Supervision

Dr. Abbas.F.Jader

Dr. Hazim.A.Ameen

1-- Definition of research

1-1 Introduction and the importance of research

Sports experts say the Iraqis that the problem of Iraqi society is difficult in the weakness of sports culture and health, where the men away, women and children and adults on the practice of sports and fitness exercises daily arguing the reasons for many reasons, most of the abyss of .. was surprised when they know that the most educated segment of Iraqi society neglecting exercises daily physical fitness and a disaster when the state loses the Iraqi scientists through the early death for diseases due to lack of exercise lack of exercise and game console In the worst case three times a week, thirty minutes in advance of the module and this represents a minimum.

Attitude is the trends of the major topics studied by social psychology Social Psychology which is a calendar responses educated on the issues, events and other stimuli, and when we study the trends in scientific academic segment of the elite on the subject of paramount importance, which is the subject of sports and fitness, Fitness and sports and studied physical education with science should be expected to university students have a knowledge component Cognitive Component at least component or Component is most likely direction of sports, fitness and health

benefits, physical, psychological and social terms is still considered the fitness of the individual part of the overall fitness has often surprised that most of the scientists and university professors developed in the civilized world exercise fitness exercises on a daily basis, which resulted in the development of physical culture and health of the individual in Western societies.

1-2 The research problem

Confined to the research problem through the presence of a researcher as a student at the University of Diyala, Baghdad and a fellow of the many teaching Iraqi universities and from different disciplines, where it notes away most of the students from exercising, or morning fitness exercises in the gym or through the courts open and widespread in most of the science colleges or humanitarian daily during business hours and this has clearly at the level of fitness, health and psychological may explain a lot of colleagues and peers university students lack of exercise causes multiple and varied, some real and some are not real , The tool is a sports and spend time is incorrect, sport and fitness an integral part of community health, so what if a student will lead the university community, later to 00 were still here when my fellow students, university problem of building the wrong directions on sport and fitness practitioners.

1-3 The Search targets

- 1 - Design a measure of trends in university students towards the sport and fitness.
- 2 - Studying the direction of Iraqi university students about sports and fitness.

2.Study the direction of Iraqi university students about sports and fitness

1-4 Areas of research

- 1- The human sphere: (1558) students from colleagues in the Iraqi universities.
- 2- Spatial domain: the University of Baghdad - Mustansiriya University - University of Basra - Mosul University - University of Anbar - Diyala University - University of Technology.
- 3- Temporal domain: for the period from 10/9/2008 until 10/12/2008.

2-- Theoretical studies and similar

Included in this section examine the trends and components and theories of trends and measuring trends and growth trends and crucial period in the formation of trends and three similar studies.

3-- Research methodology and procedures

Researcher used a descriptive approach as the appropriate approach to address the problem of finding a way ... where the survey baseline count, the sample of (1558) college student research in science faculties and humanity from various Iraqi universities where the number of students (1006) the number of students are men (552) university student are girl . In proceedings researcher used a scale Hamid rate trends and this measure has a high degree of scientific confidence. Where the measurement was on the way to baccarat statistically.

4-- View and discuss the results

In this section, paragraphs has been the scale and degree of severity of paragraphs towards the positive or negative or moderate researcher has divided the paragraphs of the scale to a system of ten paragraphs are analyzed and read the results carefully and discuss the results were later discuss outcome measure with great accuracy to get the neutral trend towards the sport and fitness physical health.

5-- Conclusions and recommendations

- **Conclusions**

1 - shows that paragraph (13) in the meter does not keep sports equipment in the kidneys at a negative absolute by students of universities in Iraq, where he mostly does not keep sports equipment for exercise or sports games in the kidney.

2 - showed a paragraph (20) games always follow the national team football sharply positive high (4.1) that supports the sport is the best ambassador representing the peoples and nations to unite as one people in support of the national team.

- **Recommendations**

1 - The need to measure trends in the application of more specialized E. samples of college students the scientific and on a sample of college students humanity to get the results more accurate in measuring attitudes towards the sport and fitness.

2 - emphasis on the lesson or make time to exercise by university students