



## Difficulties that prevent university faculty members from engaging in sports activities (College of Architecture as a model)

Assistant Professor Dr. Huda Mohammed Suleiman

[HUDA.M.SULEIMAN@uotechnology.edu.iq](mailto:HUDA.M.SULEIMAN@uotechnology.edu.iq)

### Abstract

The study aimed to identify the difficulties that hinder professors at the University of Technology - College of Architecture from practicing sports activities. The sample consisted of (71) faculty members from the University of Technology - Department of Architecture, who were deliberately selected. The researcher used the descriptive survey method due to its suitability to the research problem. The research procedures included reviewing Arab and foreign sources and conducting interviews with experts and specialists to determine the research axes and prepare a questionnaire consisting of four areas (the field of sports capabilities, the health and physical field, the psychological field, and the social field). Validity and reliability coefficients were extracted, followed by the exploratory and main experiment, and data were transcribed and processed using the SPSS program to obtain, display, and discuss the results. The most important results of the study were the existence of difficulties that hinder the sample from practicing sports activities. Difficulties related to the social aspect were the highest, followed by difficulties related to the health and physical aspect, followed by the difficulty of capabilities, and the lowest were difficulties related to the psychological aspect. The study concluded that there is a relationship The difficulties encountered in practicing sports activities among the sample were attributed to gender, favoring females, academic qualifications, favoring PhDs, and age, favoring the age group (45 and older). The study recommended the following: Providing sufficient and appropriate sports equipment and tools, paying attention to safety and security factors; highlighting the importance of sports activities; developing programs, courses, and workshops; or printing and distributing guidebooks to colleges to explain the importance and benefits of practicing sports for faculty members, as well as how to perform them in a manner consistent with their health and free time; and focusing on improving faculty members' physical fitness levels. Reconsidering the planning and organization of academic schedules for faculty members and arranging work responsibilities, taking into account allocating time for practicing sports.

**Keywords:** Difficulties, University of Technology professors, practicing sports activities.

رقم الابداع في المكتبة الوطنية 2439



الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية (كلية هندسة العمارة  
انموذج)

أ. م. د. هدى محمد سليمان-الجامعة التكنولوجية - كلية هندسة العمارة-النشاطات الطلابية

[HUDA.M.SULEIMAN@uotechnology.edu.iq](mailto:HUDA.M.SULEIMAN@uotechnology.edu.iq)

### ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على الصعوبات التي تعيق اساتذة الجامعة التكنولوجية \_ كلية هندسة العمارة من ممارسة الأنشطة الرياضية، وتكونت العينة من (71) تدريسي من الجامعة التكنولوجية- قسم هندسة العمارة ، تم اختيارهم بطريقة عمدية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي لملاءمته لمشكلة البحث ، تضمنت إجراءات البحث الاطلاع على المصادر العربية والأجنبية وإجراء المقابلات مع الخبراء والمختصين لتحديد محاور البحث وتهيئة استمارة الاستبيان المكونة من أربعة مجالات (مجال الامكانيات الرياضية، المجال الصحي والبدني، المجال النفسي، المجال الاجتماعي) وتم استخراج معاملات الصدق والثبات ثم التجربة الاستطلاعية والرئيسية وتفريغ ومعالجة البيانات باستخدام البرنامج spss للحصول على النتائج وعرضها ومناقشتها، وكانت أهم نتائج الدراسة وجود صعوبات تعيق العينة من ممارسة الأنشطة الرياضية وكانت الصعوبات المتعلقة بالجانب الاجتماعي اعلاها ثم يليها الصعوبات التي تتعلق بالجانب الصحي والبدني ثم يليها صعوبة الامكانيات وادناها صعوبات الجانب النفسي، وتوصلت الدراسة لوجود علاقة بين صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية لدى العينة تعزى لمتغير الجنس لصالح الاناث والمؤهل العلمي لصالح الدكتوراه، ومتغير العمر لصالح الفئة العمرية (45 فأكثر)، وأوصت الدراسة بما يلي : توفير الأدوات والاجهزة الرياضية الكافية والمناسبة والاهتمام بعوامل الأمن والسلامة، إبراز أهمية النشاط الرياضي وإعداد برامج ودورات وورش عمل أو طباعة كتيبات إرشادية وتعميمها على الكليات لتوضيح أهمية الممارسة الرياضية للتدريسي وفوائدها وكيفية أدائها بما يتناسب مع حالته الصحية واولقات فراغه والاهتمام برفع مستوى اللياقة البدنية لدى التدريسي، اعادة النظر في تخطيط وتنظيم الجدول الدراسي للتدريسيين وترتيب مسؤوليات العمل مع مراعاة تخصيص وقت لممارسة الرياضة.

الكلمات المفتاحية: الصعوبات ، اساتذة الجامعة التكنولوجية، ممارسة الأنشطة الرياضية.



## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهمية

للرياضة دور كبير وفعال في رفعة الشعوب وعلو البلدان في المحافل الدولية والقارية وما تسمو اليه من تطور ورفاهية وعلو في كل مجالات الحياة، لذا تعد الرياضة للجميع لأنها تبنى الصحة للجميع والتأكيد على حق كل مواطن في ممارسة الرياضة أحد عناصر ومقومات الحضارة، وأدركت أكثر الدول تقدماً وسعت لنشر الوعي الرياضي لتصبح الرياضة جزءاً من أسلوب الحياة لا يفقده المرء مع تقدم السن بل يستعان بها لمجابهة الشيخوخة (برسوم، 2003، 10) لذا لا بد أن يؤدي الفرد بعض التمرينات التي توفر للجسم ما يلزمه من نشاط وحيوية وأن يهيئ قسطاً من الأعمال البدنية والحركية وخاصة لمن عمله يتطلب البقاء في مكان محدود طيلة ساعات العمل، ومع استمرار التقدم الحضاري واهتداء الإنسان لوسائل التكنولوجيا التي تعفيه مما كان يبذله من مجهود بدني وحركي، لجأ إلى الراحة ولم يعد يؤدي إلا النادر اليسير من الأعمال البدنية، وحرموا بذلك من الحد الأدنى من معدلات الحركة البدنية المطلوبة للتمتع بالصحة والحيوية وليس الأمر قاصر على فئة دون غيرها أو على مهنة دون الأخرى أو جنس أو عمر بذاته.

ومن هنا ظهرت الحاجة لممارسة النشاط الرياضي وأشارت العديد من الدراسات إلى دور النشاط الرياضي في الوقاية والعلاج من أمراض قلة الحركة، إذ أشار (زريقات، 2009، 10) نقلاً عن (Elrick, p 1996) إلى أن النشاط البدني يعتبر وسيلة إيجابية في معالجة هذه الأمراض، ولذلك أهتمت المؤسسات والشركات بتنظيم برامج رياضية مختلفة، ولاسيما برامج اللياقة البدنية للموظفين (مطر، 1993، 152).

ومن هنا جاءت أهمية البحث من خلال تشجيع التدريسي على ممارسة الأنشطة الرياضية وهذا يقع على عاتق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، لأن كثيراً من التدريسيين في الجامعات لا يمارسون الأنشطة الرياضية بشكل منتظم، لذا لا بد من بذل جهود كبيرة لجعل ممارسة الرياضة جزءاً من حياة التدريسي سواء داخل الجامعة أو خارجها وتخصيص وقت محدد لممارستها ليتمكن من تطوير قدراته البدنية والوظيفية على تحمل اعباء مهامه التدريسية والاكاديمية بدون تعب أو ارهاق بدني بالإضافة الى الترويج النفسي مما يجعله أكثر نشاط وقبال على عمله، لذا ارتأت الباحثة عمل هذه الدراسة للوقوف على الصعوبات التي تعيق اساتذة الجامعة التكنولوجية نحو ممارسة النشاط الرياضي من وجهة نظرهم.

### 1-2 مشكلة البحث

من خلال عمل الباحثة كعضو هيئة التدريس في الجامعة التكنولوجية - قسم النشاطات الطلابية لكلية هندسة العمارة والمعاشية الفعلية مع تدريسيي القسم لاحظت عزوف التدريسيين عن ممارسة الأنشطة الرياضية سواء داخل الجامعة أو خارجها، مما أثر على لياقتهم البدنية والصحية والنفسية وأصابتهم بالعديد من الأمراض نتيجة قلة الحركة خاصة وانه مهام عملهم تحتم عليهم الجلوس أو الوقوف لفترات طويلة أثناء

المحاضرات مما يصعب عليهم المشاركة او القيام باي نشاط رياضي، وانطلاقاً من هذا الواقع ارتأت الباحثة إجراء دراسة ميدانية للتعرف على المعوقات والصعوبات التي تواجه تدريسيي هندسة العمارة في الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية من وجهة نظرهم وعليه فانه تكمن مشكلة البحث في الاجابة على السؤال التالي :

- ماهي الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية ؟

### 3-1 أهداف البحث

1- التعرف إلى الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية وايهم اكثر تأثير.

2- التعرف إلى الفروق في الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية تبعاً للجنس.

2- التعرف إلى الفروق في الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية تبعاً للعمر.

3- التعرف إلى الفروق في الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية تبعاً للمؤهل العلمي.

### 4-1 مجالات الدراسة

1-4-1 المجال البشري: تدريسيي قسم هندسة العمارة في الجامعة التكنولوجية

1-4-2 المجال الزمني: 1/ 2025/7/ 2025/8/25 ولغاية

1-4-3 المجال المكاني: الجامعة التكنولوجية - كلية هندسة العمارة - بغداد.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة.

2-2 مجتمع البحث وعينته: تكوّن مجتمع البحث وعينته من تدريسيي قسم هندسة العمارة في الجامعة

التكنولوجية من حملة شهادة (الدكتوراه والماجستير) وعددهم (71) تدريسيي وتمثل نسبة (100%) من المجتمع الأصلي، بطريقة الحصر الشامل لمجتمع البحث، جدول (1) يوضح توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية.

جدول (1) يمثل توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية
العمر	54 - 64	13	18,30
	43 - 53	33	46,47
	32 - 42 فأقل	25	35,23
	المجموع	71	%100

45,07	31	ذكر	الجنس
54,92	40	أنثى	
%100	71	المجموع	
66,19	47	دكتوراه	المؤهل العلمي
33,80	24	ماجستير	
%100	71	المجموع	

2-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة بالبحث: وسائل جمع المعلومات تضمنت (الدراسات السابقة والمصادر، الاستبانة، رأي الخبراء، الاختبار والقياس، جمع البيانات وتفرغها من موقع (Googl Forms) - الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت) - الحقيبة الإحصائية (SPSS)، حاسبة شخصية (لاب توب).

2-4 إجراءات البحث: تم اعتماد استبانة دراسة (شمروخ والزويد، 2012) وتم تطبيقها دون إجراء أي تعديل أو إضافة أو حذف في عباراتها.

2-4-1 التجربة الاستطلاعية: تم اختيار عينة استطلاعية قوامها (10) تدريسيين من الجنسين من خارج العينة الأساسية لمعرفة مدى ملائمة الاستبانة للعينة الحقيقية وللتأكد من سهولة ووضوح عبارات الاستبانة، وتذليل أي عقبات يمكن أن تواجه العينة بتاريخ 2025/7/15، وكانت نتيجة ملائمة العبارات المستخدمة في الاستبانة للمستوى التعليمي والثقافي لعينة الدراسة، وعدم وجود أي مشكلة في فهم عبارات الاستبانة.

## 2-5 المعاملات العلمية للأداة :

2-5-1 صدق الأداة (الصدق الظاهري): بما انه عبارات الاستبانة لم يتم تغييرها فقد استخدمت الباحثة الصدق الظاهري وهذا يعني بان عبارات المقياس تقيس الظاهرة المراد قياسها.

2-5-2 ثبات الأداة : لكون عبارات المقياس عددها فردي فقد استخدمت الباحثة طريقة ( الفا - كرونباخ ( لإيجاد معامل الثبات والجدول (2) يوضح ذلك.

### جدول (2)

يبين مجالات الاستبانة وعدد العبارات و معامل الثبات (الفا كرونباخ)

معامل الثبات	عدد العبارات	المجال
0.98	7	صعوبات تتعلق بالإمكانيات الرياضية
0.87	7	صعوبات تتعلق بالمجال الصحي والبدني
0.82	6	صعوبات تتعلق بالمجال النفسي
0.79	7	صعوبات تتعلق بالمجال الاجتماعي
0.92	27	الأداة ككل

2-6 التجربة الرئيسية: تم إجراء التجربة الرئيسية على العينة بتاريخ 2025/7/25 من خلال تعميم الاستبيان باستخدام موقع (Googl Forms) على عينة الدراسة البالغة (61) تدريسي وتم تنزيلها وتثبيتها لتفريغ بياناتها لغرض استخدام الاساليب الاحصائية والحصول على النتائج لعرضها وتحليلها ومناقشتها. الوسائل الإحصائية المستخدمة: لتحقيق أهداف هذه الدراسة تم استخدام الوسائل الاحصائية التالية: حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت) (t-test) للعينات المستقلة وذلك بالاعتماد على برنامج التحليل الإحصائي (SPSS) لتحليل البيانات.



### 3- عرض ومناقشة النتائج

#### 3-1 عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالصعوبات التي تعيق عينة الدراسة من ممارسة الأنشطة الرياضية:

1- عرض الصعوبات التي تعيق عينة الدراسة من ممارسة الأنشطة الرياضية (الذكور).

جدول (3)

يبين الفروق بين الاوساط الحسابية والاوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى الذكور

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانات	28.66	2.967	21	14.618	0.000	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	29.17	3.611	21	12.805	0.000	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	25.14	2.137	18	18.938	0.000	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	24.66	3.755	21	5.520	0.000	معنوي
5	الاداة ككل	111.55	10.962	81	15.763	0.000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $0.05 \geq$

يتضح من جدول (3) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq$ ) وهذا يدل على وجود صعوبات تعيق عينة من ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الذكور , وبلغ المتوسط الحسابي لصعوبات الجانب الصحي والبدني اعلاها (29.17) ثم يليها صعوبة الامكانات (28.66) والجانب الاجتماعي (28.58) , وادناها صعوبات الجانب النفسي (25.14).

2- عرض الصعوبات التي تعيق عينة الدراسة من ممارسة الأنشطة الرياضية (الاناث).

جدول (4)

يبين الفروق بين الاوساط الحسابية والاوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى الاناث

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانات	25.12	3.682	21	6.338	0.001	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	25.54	3.911	21	6.574	0.000	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	21.26	2.811	18	6.546	0.001	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	28.58	3.617	21	11.862	0.002	معنوي
5	الاداة ككل	96.58	14.962	81	5.890	0.000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $0.05 \geq$

يتبين من جدول (4) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\geq 0.05$ ) وهذا يدل على وجود صعوبات تعيق العينة من ممارسة الأنشطة الرياضية وكانت الصعوبات المتعلقة بالجانب الاجتماعي اعلاها وبلغ المتوسط الحسابي لها (28.58) ثم يليها الصعوبات التي تتعلق بالجانب الصحي والبدني (25.54) ثم يليها صعوبة الامكانيات (25.12) وادناها صعوبات الجانب النفسي (21.26)، وللتعرف على الفرق بالصعوبات لدى عينة الدراسة من ممارسة الأنشطة الرياضية تبعا لمتغير الجنس تم حساب قيمة (ت) المحتسبة والجدول (5) يوضح ذلك.

## جدول (5)

يبين قيمة (T) المحتسبة لمجالات الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

الدلالة	sig	قيمة ت المحتسبة	الذكور		الاناث		المجال
			ع	س-	ع	س-	
دال	0.001	4.169	2.967	28.66	3.682	25.12	صعوبات الامكانيات
دال	0.001	3.797	3.611	29.17	3.911	25.54	صعوبات الجانب الصحي والبدني
دال	0.000	6.110	2.137	25.14	2.818	21.26	صعوبات الجانب النفسي
دال	0.002	4.188	3.755	24.66	3.617	28.58	صعوبات الجانب الاجتماعي
دال	0.001	4.494	10.962	111.55	14.962	96.58	الاداة ككل

دال تحت مستوى دلالة  $\geq 0.05$ 

يتضح من جدول (5) وجود صعوبات لدى العينة تعزى لمتغير الجنس حيث بلغت القيمة (ت) المحتسبة لمجال

صعوبات الجانب الصحي والبدني (3.797) وهي قيمة دالة احصائيا لصالح الذكور، وتعزو الباحثة ذلك الى ان العينة تعاني من الخوف للتعرض لإصابات رياضية (كسر او رضوض) نتيجة ممارستهم للأنشطة الرياضية أو قد يواجه مشاكل صحية تمنعه من ممارسة الأنشطة الرياضية وقد تؤثر على سير عمله الاكاديمي لا نهم لا يجدون وقت كافي لممارستها بالرغم من وجود الحافر القوي لديهم لممارستها، واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (حماد، 1999) حيث توصلت إلى وجود معوقات صحية تواجه العينة عند ممارسة الرياضة، واختلفت الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (القبندي، 1999) التي أشارت إلى أن نقص الإمكانيات يعتبر من المعوقات التي تؤثر بالمرتبة الاولى على ممارسة العينة للأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية، في حين كانت قيمة (ت) المحتسبة لمجال صعوبات الجانب الاجتماعي (4.188) وهي قيمة دالة احصائيا لصالح الاناث وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى انه قد تعتقد العينة لممارسة النشاط الرياضي تأثير سلبي على مكانتها الاجتماعية بسبب العادات والتقاليد والنظرة السلبية للمجتمع لممارسة النشاط الرياضي ضمن ملاعب وقاعة الرياضة داخل الجامعة خاصة وان الجامعة التكنولوجية هي ذات تخصص اكاديمي علمي بحت وان ممارسة النشاط الرياضي في المجتمع الجامعي تعيق عملهم كأكاديميين وان ضيق الوقت نتيجة المسؤوليات العلمية والبحثية والمحاضرات واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (خنفر، 2010) التي توصلت الى أن درجة المعوقات على المجال الاجتماعي كانت كبيرة بسبب ضيق الوقت وعدم وجود وعي

رياضي بين أفراد مجتمع العينة، في حين لم تتفق النتائج مع نتائج دراسة (الحجار وبن سعيد، 2002) التي توصلت الى ان اهم المعوقات لممارسة النشاط الرياضي للعينة هو عدم توفر الملاعب والتجهيزات الرياضية.

2-3 عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالصعوبات التي تعيق عينة الدراسة من ممارسة الأنشطة الرياضية حسب المؤهل العلمي (الماجستير والدكتوراه) :

### 1-2-3 عرض النتائج حسب المؤهل العلمي (الماجستير)

جدول (6)

يبين الفروق بين الأوساط الحسابية والأوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى الماجستير

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانيات	26.65	2.718	21	10.198	0.000	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	24.48	2.321	21	7.357	0.000	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	22.87	1.956	18	12.205	0.000	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	25.11	2.444	21	8.253	0.000	معنوي
5	الاداة ككل	99.11	8.753	81	10.134	0.000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $0.05 \geq$

### 2-2-3 عرض النتائج حسب المؤهل العلمي (الدكتوراه)

جدول (7)

يبين الفروق بين الأوساط الحسابية والأوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى الدكتوراه

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانيات	29.17	3.151	21	20.541	0.000	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	28.23	3.094	21	16.031	0.000	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	26.44	2.168	18	26.708	0.000	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	28.89	2.914	21	18.564	0.000	معنوي
5	الاداة ككل	112.73	12.691	81	17.142	0.000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $0.05 \geq$

يتبين من جدول (6, 7) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq$ ) وهذا يدل على وجود صعوبات تعيق العينة من ممارسة الأنشطة الرياضية وفق المؤهل العلمي (ماجستير، دكتوراه) وللتعرف على الفروق في الصعوبات تم حساب قيمة (ت) المحسبة والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8) يبين قيمة (T) المحتسبة لمجالات الدراسة تبعاً للمؤهل العلمي.

المجال	الماجستير		الدكتوراه		قيمة ت المحتسبة	sig	الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
صعوبات الامكانات	26.65	2.718	29.17	3.151	5.846	0.001	دال
صعوبات الجانب الصحي والبدني	24.48	2.321	28.23	3.094	8.949	0.000	دال
صعوبات الجانب النفسي	22.87	1.956	26.44	2.168	9.916	0.000	دال
صعوبات الجانب الاجتماعي	25.11	2.444	28.89	2.914	9.152	0.000	دال
الاداة ككل	99.11	8.753	112.73	12.691	16.233	0.000	دال

دال تحت مستوى دلالة  $0.05 \geq$

من خلال الجدول (6)، (7) ان قيمة الاوساط الحسابية لكل مجال من المجالات، وعند مقارنتها بقيمة الوسط الفرضي لكل مجال على حده تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية، وبمقارنة مستوى الخطأ (Sig) بمستوى الدلالة (0.05) كان اصغر او يساوي (0.05) مما يدل على معنوية الفروق، ولغرض التأكد من معنوية الفروق وفقاً للمؤهل العلمي (الدكتوراه، الماجستير) وحسب الجدول (8) وبمقارنة الاوساط الحسابية لكل مجال على حده او للمقياس ككل تبين ان الفروق حسب المؤهل العلمي لصالح (الدكتوراه) في جميع مجالات المقياس وللمقياس ككل، وتغزو الباحثة تلك النتيجة لان حملة الدكتوراه من الجنسين يعانون من ضيق الوقت وتعدد المسؤوليات المهنية والأعباء الوظيفية سواء محاضرات او تكليفات ومهام اكااديمية وبحوث علمية بالإضافة الى المسؤولية الأسرية مما يتقل كاهله ويجعل من الصعب عليه تخصيص وقت لممارسة الرياضة، كذلك عدم وجود أماكن مخصصة ومرافق رياضية مناسبة من ملاعب وصالات رياضية مغلقة مما يحد من فرص ممارسة الأنشطة البدنية، والاعتقاد السائد بأن ممارسة الرياضة مضيعة للوقت والجهد خاصة في ظل ضغوط العمل والالتزامات الاكاديمية وان ممارسة الرياضة لا تتفق مع عادات وتقاليده المجتمع الجامعي، ايضا شعور العينة بالخوف من التعرض للإصابات الرياضية فيشعر بالحرج أمام طلابه لذا يفضل تجنب ممارسة الرياضة، وقد لا يجد التدريسي الحافز الكافي أو التشجيع من قبل الإدارة أو الزملاء لممارسة الرياضة مما يقلل من دافعيته، بالإضافة إلى ذلك هناك عوامل أخرى مثل قلة الوعي الثقافي الكافي بأهمية الرياضة وبالفوائد الصحية والنفسية لها ايضا فان العوامل البيئية مثل الطقس السيئ أو الازدحام المروري، تؤثر سلبا على ممارسة الرياضة، تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلا من (العتيبي، 2024)، (الأنصاري وآخرون، 2024) حيث توصلوا الى عدم وجود تنسيق بين برامج الأنشطة الرياضية المختلفة داخل كليات الجامعة وضعف مستوى النشاط الرياضي الداخلي الخاص بالتدريسيين وعدم الاهتمام به، وعدم وجود لوائح للتنظيم الخاص ببرامج النشاط الرياضي وتنظيم فعاليات رياضية تشجع على المشاركة وعدم تقديم حوافز أو مكافآت للذين يمارسون الرياضة بانتظام بالإضافة الى عدم التوعية بأهمية الرياضة من خلال تنظيم محاضرات وورش عمل حول فوائد الرياضة الصحية والنفسية لتشجيع المدرسين على ممارسة الرياضة معاً كفريق او مع الطلبة مما يشجع العمل الجماعي وزيادة التواصل بين التدريسيين من

جهة وبين طلبتهم , وان العادات والتقاليد تؤثر تأثيرا سلبيا على ممارسة الإناث للرياضة, والوسائل التكنولوجية الحديثة وتعدّد مصادر الترفيه ساهم سلبا في ممارسة الرياضة ما يدعو الي الاخذ بعين الاعتبار التركيز

على هذه الاهتمام بأشراك الاساتذة بالأنشطة الرياضية لرفع مستوى اللياقة البدنية لديهم.

3-3 عرض النتائج المتعلقة بصعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية لدى العينة وفق متغير العمر:

3-3-1 صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية للعينة وفق متغير العمر (30 فأقل 35) جدول (9) يوضح ذلك.

#### جدول (9)

يبين الفروق بين الاوساط الحسابية والأوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى عمر (30 فأقل 35)

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانيات	24.92	1.826	21	5.000	0.00	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	24.68	2.155	21	8.538	0.00	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	22.85	1.312	18	18.511	0.00	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	25.44	1.965	21	11.297	0.00	معنوي
5	الاداة ككل	97.89	7.432	81	11.366	0.00	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $\geq 0.05$

3-3-2 صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية للعينة تعزى لمتغير العمر (35 فأقل 45) وجدول (11)

#### جدول (10)

يوضح ذلك:

يبين الفروق بين الاوساط الحسابية والأوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى عمر (35 فأقل 45)

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانيات	27.46	3.164	21	11.745	0.000	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	27.11	2.966	21	11.841	0.000	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	24.97	2.185	18	18.342	0.000	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	26.55	2.464	21	12.967	0.000	معنوي
5	الاداة ككل	106.09	8.571	81	16.816	0.000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $\geq 0.05$

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439

3-3-3 صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية للعيبة تعزى لمتغير العمر (عمر 45 فأكثر) جدول (12) يوضح ذلك.

جدول (11)

يبين الفروق بين الاوساط الحسابية والأوساط الفرضية لمقياس الصعوبات لدى عمر 45 فاكتر

ت	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
1	صعوبات الامكانيات	30.15	3.561	21	9.270	0.000	معنوي
2	صعوبة الجانب الصحي والبدني	29.94	2.815	21	11.461	0.000	معنوي
3	صعوبات الجانب النفسي	27.18	3.211	18	10.314	0.000	معنوي
4	صعوبات الجانب الاجتماعي	30.46	4.554	21	7.490	0.000	معنوي
5	الاداة ككل	117.73	13.652	81	9.701	0.000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة  $0.05 \geq$

جدول (12)

يبين قيمة (F) المحتسبة لمجالات الدراسة تبعاً لمتغير العمر.

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحتسبة	sig	مستوى الدلالة
صعوبات الإمكانيات	بين المجموعات	287.28	2	143.64	16.567	0.00	معنوي
	داخل المجموعات	589.56	68	8.67			
صعوبات الجانب الصحي والبدني	بين المجموعات	291.06	2	145.53	20.439	0.000	معنوي
	داخل المجموعات	484.16	68	7.12			
صعوبات الجانب النفسي	بين المجموعات	196.88	2	98.44	17.578	0.000	معنوي
	داخل المجموعات	380.8	68	5.60			
صعوبات الجانب الاجتماعي	بين المجموعات	292.04	2	146.02	14.287	0.000	معنوي
	داخل المجموعات	694.96	68	10.22			
الاداة ككل	بين المجموعات	4174.48	2	2087.24	19.880	0.000	معنوي
	داخل المجموعات	7139.32	68	104.99			

من خلال جدول (9, 10, 11) للتعرف على مقياس الصعوبات لدى عمر (30 فأقل 35) (35 فأقل 45) (45 فأكثر) يتبين بأن قيمة الاوساط الحسابية لكل مجال من مجالات المقياس او للمقياس ككل عند مقارنتها بقيمة الوسط الفرضي لكل مجال على حدة او لمجالات المقياس كاملة بأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية وذلك عند مقارنة مستوى الخطأ (Sig) بقيمة مستوى الدلالة (0.05) تبين انه اصغر او يساوي (0.05) مما يدل على معنوية الفروق ولغرض التأكد من معنوية الفروق واي فئة عمرية تواجه صعوبات اكثر تم اجراء تحليل التباين وحسب جدول (12) وتبين من خلاله بأن الصعوبات التي تعانيها الاعمار (45 فأكثر) هم اكثر عرضة للصعوبات وتعزو الباحثة ذلك الى ان هذه الفئة العمرية تعاني على الاغلب من بعض الامراض الصحية لذا فهم يمتنعون عن ممارسة النشاط الرياضي علما أن ممارسة الأنشطة الرياضية تلعب دوراً مهماً في العناية بالصحة ومكافحة الشيخوخة وأمراض العصر الناتجة عن

قلة الحركة خاصة في هذه الفترة العمرية فحاجتهم لممارسة النشاط الرياضي للحصول على اللياقة الصحية لا تقل عن حاجتهم للعلاج من الأمراض بل تتكامل البرامج العلاجية مع الرياضة من أجل اللياقة الصحية بالإضافة الى تخوفهم من الاصابات الرياضية نتيجة نقص الامكانيات الرياضية وضعف عوامل الامن والسلامة في الملعب او القاعة الرياضية او عدم امكانية المدرب بوضع برنامج تدريبي يلائم قدراتهم البدنية والصحية مما قد يؤثر عليهم وعلى عملهم الاكاديمي المزدحم بالكثير من الاعمال والمحاضرات النظرية والعملية وهو احد اسباب ضيق الوقت لديهم مما لا يتيح لهم الفرصة بممارسة النشاط الرياضي, تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلا من (شكري, 2014) (بن زيدان واخرون, 2019), (محمود, ابراهيم, 2024) حيث اشاروا الى ان عزوف كبار السن عن ممارسة الأنشطة البدنية لعدة أسباب هي الظروف الصحية لأفراد العينة ثم يليها ضيق الوقت والانشغال بالحياة وعدم توفر عوامل الأمن والسلامة وعدم وجود أدوات رياضية مناسبة إلى جانب ما يرتبط بالنواحي المجتمعية المتعلقة بعدم دعم المجتمع لهم لممارسة النشاط الرياضي من خلال اعداد برامج ونشاطات ومسابقات رياضية مجتمعية .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-4 الاستنتاجات

1. توجد صعوبات تتعلق بالإمكانات الرياضية تتضمن عدم وجود أماكن مهيأة بشكل مناسب للاغتسال والاستحمام بعد ممارسة الأنشطة الرياضية.
2. توجد صعوبات تتعلق بالمجال الصحي والبدني تتضمن عدم توفر عوامل الأمن والسلامة تمنع التدريسيين من ممارسة الأنشطة الرياضية.
3. هناك صعوبات تتعلق بالمجال النفسي تتضمن عدم وقت كافي لممارسة الأنشطة الرياضية وعدم وجود التشجيع بين الزملاء لذلك.
4. هناك صعوبات تتعلق بالمجال الاجتماعي تتمثل بأن شخصية الجامعي تركز على معلوماته النظرية والعلمية فقط وأن اللياقة البدنية ليس لها علاقة بالشخصية الجامعية
5. وجود علاقة بين صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الاساتذة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.
6. وجود علاقة بين صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية ككل لدى الاساتذة الجامعيين تعزى لمتغير المؤهل العلمي، وهي قيمة دالة احصائياً، وكانت مصادر الفروق بين الاجابة والمؤهل العلمي (ماجستير) لصالح للإجابة (الدكتوراه).
7. وجود علاقة بين صعوبات ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الاساتذة الجامعيين تعزى لمتغير العمر لصالح الفئة العمرية (45 فاكثر).

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439

4-2 التوصيات: في ضوء أهداف الدراسة وعرض النتائج ومناقشتها توصي الباحثة بتوفير ما يلزم لممارسة النشاط الرياضي للتدريسيين من خلال ما يلي:

1. توفير الأدوات والأجهزة الرياضية الكافية والمناسبة في الجامعة والاهتمام بعوامل الأمن والسلامة عند ممارسة النشاط الرياضي.

2. إبراز أهمية النشاط الرياضي من خلال إعداد برامج ودورات وورش عمل أو طباعة كتيبات إرشادية وتعميمها على الكليات للمساعدة في توضيح أهمية الممارسة الرياضية للتدريسي وفوائدها وكيفية أدائها بما يتناسب مع حالته الصحية وأوقات فراغه والاهتمام برفع مستوى اللياقة البدنية لدي التدريسي فكلما زادت لياقته البدنية والصحية زادت قدرته على ممارسة مهامه الأكاديمية ونتاجه العلمي بصورة أفضل.

3. يجب ان تعمل ادارة الكليات على اعادة النظر في تخطيط وتنظيم الجدول الدراسي للتدريسيين وترتيب مسؤوليات العمل مع مراعاة تخصيص وقت لممارسة الرياضة للحد من ضيق الوقت وتعدد المسؤوليات المهنية والأعباء الوظيفية سواء محاضرات او تكليفات ومهام اكاديمية وبحوث علمية بالإضافة الى المسؤولية الأسرية مما يتقل كاهله ويجعل من الصعب عليه ممارسة الرياضة داخل الجامعة.

4. تنظيم دورات تدريبية متقدمة للعاملين في النشاطات الطلابية للتعامل مع التدريسيين كبار السن لزيادة خبراتهم وكفاءتهم ولوضع برامج رياضية مخصصة لهم تناسب اعمارهم وقدراتهم البدنية والصحية.

5. توسيع دائرة الممارسين للأنشطة البدنية في الجامعة وإشراك أكبر عدد من التدريسيين في البرامج والأنشطة الرياضية عن طريق التعاون بين قسم النشاطات الطلابية في الجامعة وبقية الكليات والعمل على اشراك التدريسي في عملية التخطيط للأنشطة الرياضية.

#### المراجع والمصادر

- أشرف فؤاد حسن شكري: تأثير برنامج مقترح باستخدام تدريبات المشي المتنوع على تحسين بعض مكونات اللياقة الصحية لدى كبار السن"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات، 2014.

- أكرم محمد صبحي محمود ، مروان عبد المجيد إبراهيم : الرعاية الشاملة للمسنين (رياضيا، اجتماعيا، صحيا، نفسيا، تأهيل)، دار دجلة، ط1، الاردن، 2024. ص254.

- الحجار، ياسين، وبن سعيد، سالم برك (2002)، اسباب عزوف طالبات المدارس الثانوية عن ممارسة النشاط الرياضي في مدينة المكلا، مجلة حضرموت للدراسات والبحوث، 2(2)، 121-631.

- برسوم سوزان فهمي (2003): اسباب عزوف طالبات المدن الجامعية بجامعة حلوان عن ممارسة النشاط الرياضي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان، ص 10.

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439



- حامد، سليمان حمد (1999)، بناء مقياس اتجاهات الامرين نحو التدريب البدني، أطروحة دكتوراه، جامعة البصرة، كلية التربية الرياضي، ص252.
- حسين بن زيدان، تواتي احمد بن قلاوز، جمال مقراني: ممارسة أنشطة الترويح الرياضي لدى الكبار بين الصعوبات والتطلعات، مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، Volume 5, Numéro 1, 2019، ص35-49. <https://asjp.cerist.dz/en/article/98386>
- سليمان حمد حامد، بناء مقياس اتجاهات الامرين نحو التدريب البدني، أطروحة دكتوراه، جامعة البصرة، كلية التربية الرياضي، 1999.
- علي سهام القبدي: دراسة تقييمية لبرامج رعاية الشباب بجامعة الكويت، رسالة ماجستير، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مصر، 1999.
- عايد زريقات: مقارنة لمفاهيم التربية الرياضية لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الاردنية الرسمية، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الاردن. 2009.
- محمد عبيسان العتيبي: واقع إدارة النشاط الرياضي في التعليم العالي، مجلة العلوم الإنسانية، مج 5، ع 2، المملكة العربية السعودية، 2024، ص391 - 405 <https://doi.org/10.53796/hnsj52/26>
- DOI = <https://www.hnjournal.net/ar/5-2-27/>
- مريم إبراهيم الأنصاري، شيما يوسف الكواري، ياسمين محمد شمسي، آلاء الشريف: تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية على جودة الحياة لكبار السن بدولة قطر\_ دراسة ميدانية، مركز تمكين ورعاية كبار السن، إحسان، مكتب التخطيط والتطوير، الدوحة - ط 1، 2021.
- <https://www.qatarsocial.org/sites/default/files/library/758C~1.PDF>
- مطر، عدله (1993)، بعض المشكلات التي تعوق من ممارسة المرأة للرياضة بدولة الكويت، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، (5)، جامعة الاسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنات، 152-177.
- وليد خنفر: معوقات ممارسة كرة القدم لدى طالبات تخصص التربية البدنية في الجامعات الفلسطينية، مجلة العلوم الانسانية، م 24، ع 6، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين، 2010، ص1815-1832.
- ياسين الحجار، سالم برك بن سعيد: اسباب عزوف طالبات المدارس الثانوية عن ممارسة النشاط الرياضي في مدينة المكلا، مجلة حضرموت للدراسات والبحوث، م 2، ع 2، 2002.

### ملحق (1)

الاساتذة المحترمين

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان "الصعوبات التي تعيق تدريسيي الجامعة التكنولوجية من ممارسة الأنشطة الرياضية (كلية هندسة العمارة انموذجا)" آملاً من خلال إجاباتكم الوقوف والتعرف عليها ومحاولة وضع الحلول المناسبة لهذه المشكلة، لذا نرجو الإجابة بدقة على هذا الاستبانة بوضع إشارة (×) في المكان المناسب لإجاباتكم

المحور الأول: بيانات عامة:

العمر:

الجنس: ( ) ذكر ( ) أنثى،

المؤهل العلمي: دكتوراه ( )، ماجستير ( ) .

المحور الثاني: الصعوبات.

ت	العبرة	كبيرة جداً	كبيرة	متوسط	قليلة	قليلة جداً
المجال الأول: صعوبات تتعلق بالإمكانات الرياضية.						
1	قلة توفر الأدوات والأجهزة الرياضية في الجامعة					
2	عدم توفر أماكن خاصة لتبديل الملابس					
3	عدم وجود الصالات الرياضية المغلقة والمناسبة					
4	إنشاء وإقامة المباني الجامعية على حساب الملاعب والمساحات الرياضية					
5	لا يوجد أماكن مهيأة بشكل مناسب للاغتسال والاستحمام بعد ممارسة الأنشطة الرياضية					
6	لا أجد الوقت الكافي لممارسة الأنشطة الرياضية					
7	عدم ملائمة ومناسبة الأدوات والأجهزة الرياضية لممارسة الأنشطة الرياضية					
المجال الثاني: صعوبات تتعلق بالمجال الصحي والبدني						
8	ضعف بصري يجعلني أتردد في ممارسة الأنشطة الرياضية					
9	زيادة سممتي تمنعني من ممارسة الأنشطة الرياضية					
10	عدم توفر عوامل الأمن والسلامة تمنعني من ممارسة الأنشطة الرياضية					
11	مرضي المزمّن الذي أعاني منه يمنعني من ممارسة الأنشطة الرياضية					
12	أشعر أن ممارسة الأنشطة الرياضية قد تسبب لي أضرار صحية					
13	ضعف لياقتي البدنية يقلل من ممارسة الأنشطة الرياضية					
14	العيوب القوامية التي أعاني منها تمنعني من ممارسة الأنشطة الرياضية					
المجال الثالث: صعوبات تتعلق بالمجال النفسي						
15	أخجل عند ارتداء الملابس الرياضية					
16	أخشى عدم قدراتي من مجاراة زملائي في ممارسة الأنشطة الرياضية					
17	عدم وجود تشجيع بين الزملاء لممارسة الأنشطة الرياضية					



					18	عدم وجود وقت كافي لممارسة الأنشطة الرياضية
					19	أجل من حركة جسدي أثناء ممارسة الرياضة
					20	الرياضة لا تتفق مع عادات وتقاليد المجتمع والمجتمع الأكاديمي
المجال الرابع: صعوبات تتعلق بالمجال الاجتماعي						
					21	اعتقد أن ممارسة الألعاب الرياضية غير مقبولة في المجتمع الجامعي
					22	يسيء لي ممارسة الألعاب الرياضية مع طلابي
					23	اعتقد أن اللياقة البدنية ليس لها علاقة بالشخصية الجامعية
					24	شخصية الجامعي تركز على معلوماته النظرية والعلمية فقط
					25	رشاقة الجامعي ليس لها علاقة بكفاءته المهنية
					26	اعتقد زيادة الوزن (السمنة) عائق في عمل الاساتذة
					27	تزداد الألفة بين الاساتذة عند ممارسة الألعاب الرياضية

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439