

## ملخص البحث

**عنوان البحث :** أساسيات استخدام الأرجونوميكس والتكنولوجيا الحديثة للأندية الصحية مع المقاييس الأنثروبومترية للجسم .

**اسم الباحث :** د/ تامر حسين الشتيحي (\*)

تهدف الدراسة إلي محاولة الوصول إلي معايير وأسس لصياغة المقاييس الجسمية والفراغات الداخلية للأندية الصحية بشكل يحقق الموازنة بين توفير الخدمات الأساسية والوظيفية للفرد ويحقق اتساع الفراغ بالشكل الجمالي المطلوب وفي ظل ما نراه في الآونة الأخيرة من ضيق المساحات بصفة عامة في اغلب الأندية الصحية المنتشرة في المجتمع المصري . وكذلك تهدف إلي محاولة الوصول إلي تحقيق تكامل في الوحدات المكونة للنادي الصحي لدراسة الأنشطة المستخدمة من حيث التسلسل الأدائي لها . وكذلك البعد عن استخدام التكنولوجيا الغير ملائمة محليا فكان لابد من التفكير في محاولة إيجاد الحلول المتنوعة لهذا الفراغ بل وكيفية التوظيف المتكامل لكل جزء منه لما يحقق توفير المتطلبات الأساسية لطبيعة الأنشطة التي تؤدي داخله .

وتكمن مشكلة البحث في عدم الاهتمام بوجود معايير بشكل يحقق الموازنة والتوافق بين بعض جوانب نظم التصميم التكنولوجي في النوادي الصحية المستخدمة مع المقاييس الأنثروبومترية للجسم البشري وكذلك عدم الإهتمام بوجود معايير قياسية ووظيفية في التصميم الداخلي للأندية الصحية كذلك عدم استخدام التكنولوجيا الملائمة محليا للأندية الصحية ذات المساحات الصغيرة . وعدم تحقيق التكامل بين أقسام النادي الصحي من حيث التسلسل الأدائي .

وقد استخدم الباحث كل من المنهج الوصفي وذلك عن طريق الدراسة النظرية الوصفية التي تتناول المفاهيم الأساسية والقواعد العامة حيث يتم من خلالها جمع المادة العلمية وتصنيفها وتحليلها بأسلوب منطقي كما استخدم الباحث المنهج الاستقرائي وذلك عن طريق المراجع العربية والأجنبية . وذلك على عينة قدرها 35 نادي صحتي بمحافظة القليوبية.

**أهم نتائج الدراسة :**

- وضع أساسيات ومعايير مقترحة وتصميم الأندية الصحية باستخدام الأرجونوميكس مع مراعات المقاييس الأنثروبومترية للجسم .
- محاولة الوصول إلي تحقيق تكامل في الوحدات المكونة للنادي الصحي بدراسة الأنشطة المستخدمة من حيث التسلسل الأدائي لها .
- ضرورة الاهتمام والإلمام بالأساليب التكنولوجية الحديثة حيث تمكننا من الاقتصاد في الفراغ الداخلي .

**أهم التوصيات :**

- . يجب التعرف على عوامل الخطر أو عدم التلاؤم التي قد تسهم في إصابات التعامل مع الممرات بين الأجهزة أو في الفراغات الضيقة والتي قد تصل إلي إصابات الإجهاد المتكررة .
- تطبيق نتائج البحث على المستوى الإنساني وذلك للوصول إلي نوادي صحتي مصممة بشكل علمي وتسمح بكافة المتطلبات والأنشطة الداخلية .

## Abstract

Researcher Name: Dr. Tamer Hussen El-Shetehy . (\*)

Research Name: The Bases of using Argonomiex and recent technology to the healthy clubs with body anthropometric Measurement.

This study aims to reach to criteria and bases to formulate physical measurement and internal spaces for healthy clubs and to achieve coherence between providing the basics services and functions to the individual. As well as achieving expansion of the space by wanted aesthetical style.

As we have noticed the narrow areas recently in most healthy clubs in the Egyptian society. The study also aims at achieving integration in the healthy club units to study the activities, used through the serial performance of it. In additional to not using inadequate local technology, it should be thinking to find the various solution to this space and how to use every part of it well to achieve the basic requirements to the activities nature done inside it.

The research problem lies in not paying attention to be criteria that achieve coherence between some of technology design in the healthy clubs used with anthropometric measurement of the human body.

Moreover, the minority of measurement and functions scales of the internal design of healthy clubs and hasn't been using adequate technology of healthy clubs that has small areas and hasn't realized the integration between healthy club departments through serial performance.

The Researcher has used both survey curriculum and descriptive theatrical study that are dealing with the basic concepts and the public rules that sustain to collect the scientific material, classifying it and analyzing it by logic approaches. As also, researcher is using inductive curriculum through the Arabic and the foreign references on a sample of 35 healthy clubs.

#### **The Most important results of the study:**

- Planning bases and suggestive criteria to design the healthy clubs by using Argonomiex with taking care of the body Anthropometric measurements.
- An attempt to achieve an integration in the healthy club units by studding using activities through serial performance of them.
- The necessity to concern by the recent technological approaches that allow us to economize from the internal space.

#### **Important recommendations:**

We should know the factors of danger and unsuitability, which contribute to the injuries of dealing with passages between devices or in narrow spaces that may lead to repeating exhaustion.

- Application of research result at the human level to reach healthy clubs .
- Designing in a scientific way and allowing all requirements and internal activa