



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية عن الطفل والمرهق

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحت عنوان:

العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة

دراسة بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة - جامعة محمد خيضر بسكرة

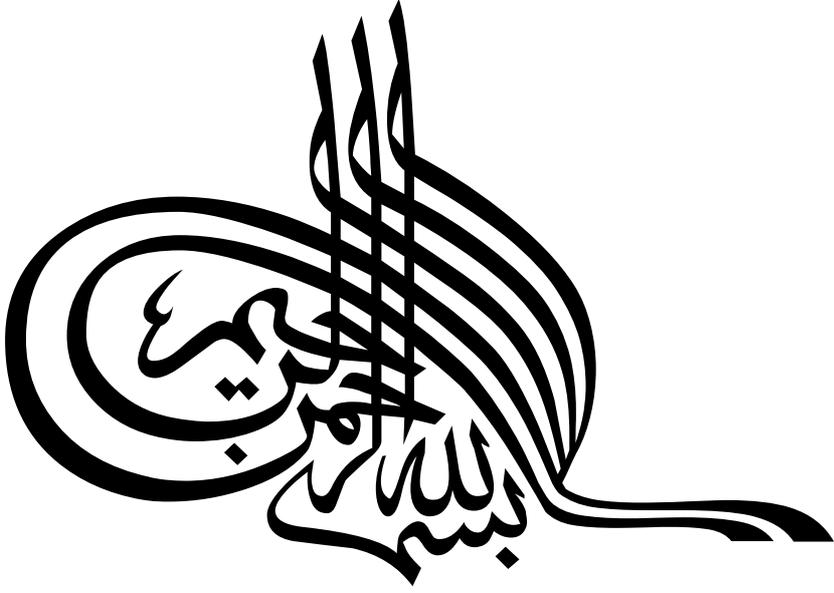
تحت إشراف الأستاذ:

عبد القادر حاجي

من إعداد الطالبة:

سلمى بازين

السنة الجامعية: 2016/2015



## شكر و عرفان

نشكر الله عز وجل الذي وفقنا في انجاز هذا البحث كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من قدم لنا يد المساعدة في إتمام هذا البحث المتواضع ونخص بالذكر الدكتور الفاضل حاجي عبد القادر الذين لم يبخل علينا بعطائه العلمي وآرائه وأفكاره ونصائحه وإرشاداته من خلال مراحل هذا البحث منذ أن كان فكرة حتى صار بحثاً ، وكما نشكر الأستاذة فتحيمة شرفي ولا ننسى أساتذتنا الكرام بجامعة محمد خيضر وخاصة محمد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، ونحن نكن لهم فائق التقدير والاحترام ونشكرهم جزيل الشكر على ما قدموه لنا طوال فترة الدراسة .

بازين سلمى

# إهداء

إلى من يحمل صدارة إمدائي وطني الغالي الجزائر  
إلى من اشتهرت راحتني وسعادتي بتعبها وشقاؤها إلى

أخلى اسم نطقه لساني أمي كريمة

إلى من كان لي بمثابة الشمعة التي تحترق لتبدير  
طريق دربي إلى نعم المثل ونعم القدوة أبي عبد  
الكريم

لكما يا أخلى ما أملك في الحياة والديا الكريمين  
إلى كل إخوتي وأخواتي كل باسمه :

مصطفى ، أماني ، حسان ، عتيقة

إلى زوجي العزيز بلجبل أحمد

إلى ابني الغالي إباد

إلى من قضيت معه أجمل أيام الجامعة وطوال فترة  
الدراسة إلى أعم حديقاتي "عمار، هدي ، مروي ،

منى ، صباح "

إلى من أحمل لهم في قلبي مشاعر الحب والخير  
إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد في إنجاز

هذا البحث المتواضع

إلى كل من لم يجد اسمه فغضب.....

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا.

بازين سلمى

الفكر الس

- الشكر

- الإهداء

- مقدمة ..... أ-ب

### الجانب التمهيدي

- 1- الإشكالية: ..... 4
- 2- فرضيات الدراسة ..... 4
- 3- أهمية الدراسة ..... 5
- 4- أهداف الدراسة: ..... 5
- 5- أسباب اختيار الموضوع: ..... 5
- 6- الدراسات المشابهة: ..... 6
- 7- تحديد المفاهيم والمصطلحات: ..... 8

### الجانب النظري

#### الفصل الأول: المرأة والمجتمع

- تمهيد: ..... 11
- 1- المرأة عبر التاريخ: ..... 11
- 2- دور المرأة في بناء المجتمع: ..... 12
- 3- التنشئة الاجتماعية: ..... 13
- 4- العوامل المؤثرة في التنشئة الاجتماعية: ..... 13
- 4-1- الأسرة: ..... 13
- 4-2- المدرسة: ..... 14
- 4-3- جماعة الرفاق: ..... 15
- 4-4- وسائل الإعلام: ..... 15
- 4-5- الثقافة: ..... 16
- 5- تأثير التنشئة الاجتماعية في الممارسة الرياضية: ..... 16

18 ..... - خلاصة:

### الفصل الثاني: المرأة والرياضة:

20 ..... - تمهيد:

20 ..... 1- حق المرأة في ممارسة الرياضة في الإسلام:

22 ..... 2- حق المرأة في ممارسة الرياضة دولياً:

23 ..... 3- الرياضة والمرأة:

25 ..... 4- أهمية ممارسة المرأة للرياضة:

27 ..... 5- الأساس البيولوجي للمرأة:

29 ..... - خلاصة

### الفصل الثالث: الرياضة والرياضة النسوية

31 ..... 1- تاريخ الرياضة:

31 ..... 2- تعريف الرياضة من الجانب الديني:

32 ..... 1-2- أنواع الرياضة المعنوية:

34 ..... 3- مفهوم الرياضة:

34 ..... 1-3- مفهوم الرياضة حسب ميدان الدراسة:

35 ..... 2-3- مفهوم الرياضة حسب العلماء:

35 ..... 3-3- مفهوم الرياضة حسب العالم بيير برلوبا:

36 ..... 4- الرياضة النسوية:

36 ..... 5- الرياضة النسوية في العالم:

36 ..... 1-5- لمحة تاريخية للرياضة النسوية في العالم:

38 ..... 6- الرياضة النسوية في الجزائر:

39 ..... 7- الرياضة الغير مناسبة للمرأة:

40 ..... 8- وسائل ممارسة الرياضة للمرأة:

40 ..... 9- كيف وأين يمكن لها أن تمارس الرياضة:

41 ..... - الخلاصة:

## الجانب التطبيقي

### الفصل الرابع: الطرق المنهجية للتحليل

- 44 ..... 1- الدراسة الاستطلاعية
- 44 ..... 2- المجال المكاني والزمني والبشري
- 45 ..... 3- مجتمع البحث
- 45 ..... 1-3- عينة البحث وكيفية اختيارها
- 46 ..... 4- الشروط العلمية للأداة(الصدق، الثبات، الموضوعية).
- 46 ..... 5- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:
- 46 ..... 6- المنهج العلمي المتبع:
- 47 ..... 7- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث:
- 48 ..... 8- إجراءات التطبيق الميداني

### الفصل الخامس: تحليل ومناقشة النتائج

- 5 ..... - تمهيد
- 51 ..... 1- تحليل الاستبيان الخاص بالطالبات الجامعيات:
- 71 ..... 2- مناقشة النتائج والفرضيات:
- 73 ..... - التوصيات والاقتراحات
- 74 ..... - ملخص البحث
- 76 ..... - خاتمة
- 78 ..... المراجع

الملاحق

## فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح إجابة الطالبات حول رأيتهن أن أحد أفراد هن يمنعهن من ممارسة الرياضة.	51
02	يوضح ما مدى تأثير ثقافة المجتمع على الطالبة التي تمارس الرياضة.	52
03	يبين نظرة المجتمع إلى المرأة التي تمارس الرياضة.	53
04	يوضح أثر ممارسة الرياضة في أنوثة الطالبة	54
05	يوضح إجابات الطالبات عن ما إذا كانت ممارسة الرياضة تمس من عاداتهن وتقاليدهن.	55
06	يوضح إجابات الطالبات عن الرصيد المعرفي حول رياضة المرأة	56
07	يوضح معرفة مدى قوة المرأة في ممارسة الرياضة ومقارنتها مع الرجل	57
08	وضح إجابات الطالبات حول رأيتهن بأن انتقادات المجتمع يسبب عائق في ممارستهن للرياضة	58
09	يوضح معرفة أن ثقافة ممارسة المرأة للرياضة تدرج معها مند الصغر.	59
10	يوضح رأي الطالبات في أن مجتمع يحرص وظائف الطالبة في الدراسة أو العمل فقط.	60
11	يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما إذا كان الدين يتعارض مع ممارستهن للرياضة	61
12	يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما أن الاختلاط سبب يعيقهن عن ممارسة الرياضة.	62
13	يوضح أثر اللباس الرياضي على الطالبة الرياضية	63
14	يوضح أثر ممارسة الرياضة على سمعة الطالبة	64
15	يوضح مدى تأثير الخجل على ممارسة المرأة للرياضة	65
16	يوضح مدى تأثير الوقت على الواجبات الدينية.	66
17	يوضح مدى أثر الضوابط الشرعية في ممارسة المرأة للرياضة.	67
18	يوضح ما مدى ارتكاب المحرمات للمرأة أثناء ممارس الرياضة.	68
19	تتائج ممارسة المرأة للرياض وتنافيها مع أبسط القيم الدينية	69
20	يوضح مدى تأثير الرياضة على قوة دين المرأة.	70

مفتحة

إن ما جاء في الوثيقة العالمية لليونيسكو (منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة)، أن الممارسة الفعلية للحقوق لأي إنسان كان، تتوقف أساسا على الإمكانيات المتاحة له وتكون له كامل الحرية في الاختيار، لتطوير ووقاية قدراته البدنية، والذهنية المعنوية والنفسية، وبالتالي وجوب ضمان ممارسة التربية البدنية والرياضة لكل فئات المجتمع.

بالإضافة، فهي تشير إلى الأهمية الاجتماعية والغاية الإنسانية والقيم المعنوية التي تحملها التربية البدنية والرياضة. فهذا ما تنادي به في مادتها الأول أي: أن ممارسة التربية البدنية والرياضة هي حق أساسي للجميع. تعد الرياضة بالنسبة للرجال وبالخصوص بالنسبة للمرأة التي همشت لفترة طويلة، عامل أساسي يساعد على كسب الثقة بالنفس، ويقدم لكل واحد الوسائل الضرورية لتطوير نوعية الحياة، وافتتاح الشخصية للاندماج في النسيج الاجتماعي، وكذلك تساعد على مقاومة وتخفيض وامتصاص ضغوطات الحياة العصرية المختلفة وتعد أيضا، تكملة للتعليم والتمرين الذهني بمختلف ميادين الحياة وعلى كل المستويات. إذن للرياضة دور مهم في بناء المجتمع، فهي من جهة تساهم على تطوير اللياقة البدنية، ومن جهة أخرى تساهم في الارتقاء بالفرد فوق كل طموحاته وأهدافه المسطرة باقتنائه للسلوكات الحسنة تجاه الآخرين. ولهذا عملت كل دولة على تطوير هذا الميدان، وأصبحت مختلف الشرائح والفئات تمارس هذا النشاط الحيوي بما فيه العنصر النسوي الذي ساهم بفعالية في هذا النشاط عبر مختلف دول العالم .

وتعتبر الجزائر من بين هذه الدول التي تسعى منذ استقلالها إلى التكفل بالرياضة، وإعطائها اهتماما بالغا ومكانة مرموقة قامت ببرمجتها في البرامج الدراسية، ورغم هذا لاحظنا نقص كبيرا في المشاركة النسوية في الميدان الرياضي، فمعظم المختصين في هذا المجال أكدوا وجود ركود وتقهر للمستوى الرياضي عند الفتيات، وكذلك انتشار ظاهرة الإعفاءات من طرفهن في المؤسسات التعليمية، وبقيت هذه الظاهرة مع الفتيات حتى بلوغهن، ولاحظنا أيضا عدم تقبل بعض الأولياء لفكرة المرأة تمارس الرياضة نظرا للعادات والتقاليد وثقافة مجتمعنا، خاصة في جنوب البلاد الذي يشكو أيضا من قلة المرافق الرياضية وسوء تجهيزها.

لهذه الأسباب تشكلت معوقات ممارسة المرأة للرياضة، حيث أضحت هذه المشكلة مألوفة ولا تثير الاهتمام، فلم تكن هناك محاولات جادة لدراستها دراسة تحليلية دقيقة، فكل ما كتب أو يكتب عن هذه المشكلة لم يتعدى الجانب الوصفي والملاحظة، ومن هنا جاء بحثنا لمحاولة تسليط الضوء على الخفايا والعوائق التي تمنع ممارسة المرأة للرياضة، وبالخصوص الطالبات الجامعيات اللواتي يعتبرن الطبقة المثقفة في المجتمع، وحتى تتمكن من معرفة ذلك قمنا بدراسة ميدانية على عينة من الطالبات الجامعيات لمحاولة توضيح الأسباب التي

أدت إلى هذا العزوف والتراجع، ومحاولة تسليط الضوء على أهم المعوقات التي تعترض طريق الطالبات لممارسة الرياضة، ووفق هذا قمنا بتقسيم بحثنا إلى جزأين جزء نظري وجزء تطبيقي.

ففي الجزء النظري قمنا بتقسيمه إلى ثلاث فصول كالتالي:

**الفصل الأول:** خصصناه للمرأة ومشاكلها في المجتمع بصفة عامة إذ تطرقنا إلى ماهية المجتمع ومعرفة المرأة عبر التاريخ، ثم إبراز دور المرأة في المجتمع، وتحدثنا كذلك على التنشئة الاجتماعية للمرأة والعوامل المؤثرة فيها، وأيضا تطرقنا إلى ماهية الأسرة والدور الذي تلعبه في التنشئة الاجتماعية، ثم تحدثنا عن المدرسة وجماعة الرفاق كعاملين مؤثرين في التنشئة، كما لم نهمل دور الإعلام، ثم تأتي الثقافة بشكل عام، وفي آخر المطاف تطرقنا إلى مدى تأثير التنشئة الاجتماعية على ممارسة الرياضة للمرأة.

**الفصل الثاني:** تطرقنا فيه لموضوع حقوق المرأة في ممارسة الرياضة، فبدأنا بتمهيد، ثم كشفنا عن حق المرأة في ممارسة الرياضة في الإسلام، ثم حق المرأة في ممارسة الرياضة دوليا، ثم تناولنا موضوع الرياضة والمرأة، وأهمية ممارسة المرأة للرياضة، وأيضا الأساس البيولوجي للمرأة.

**الفصل الثاني:** وتطرقنا في هذا الفصل لموضوع الرياضة والرياضة النسوية، بدأنا بتاريخ الرياضة، ثم تعريف الرياضة من الجانب الديني، كما تطرقنا فيه إلى أنواع الرياضة المعنوية، ثم إلى مفهوم الرياضة، ثم مفهوم الرياضة حسب الميدان وحسب العلماء وحسب العالم بيير برلوبا، ثم تناولنا موضوع الرياضة النسوية، في العالم والجزائر، وأيضا الرياضات الغير مناسبة للمرأة، ثم وسائل ممارسة الرياضة للمرأة، وأخيرا كيف وأين يمكن للمرأة ممارسة الرياضة وأنهينا الفصل بخاتمة.

أما الجزء التطبيقي فهو عبارة عن تحليل لنتائج استبيانات الطالبات الجامعيات لمعرفة العوائق التي تحول عن ممارسة الرياضة.

وختاما أنهينا بحثنا هذا بإعطاء بعض الاقتراحات والتوصيات التي نراها مناسبة لمجتمعنا.

الجنة التمهيد

**1- إشكالية الدراسة:**

في ظل نشر النصوص الرسمية عبر الوثيقة الوطنية وقانون التربية الرياضية والدستور، سعت هذه القوانين في التأكيد على فكرة أن ممارسة الرياضة كحق من حقوق كل المواطنين بمختلف الميادين، وبصفة خاصة الفئة النسوية لمنحهم فرص ممارسة هذا الحق، إلا أنها لم تلقى إقبال كبير ولم يتم التفاعل معها بشكل كبير، مع عدم الجدوية في المشاركة، وكذلك انعدام الاستمرارية لضعف الدافع البسيكو اجتماعي المعزز لكيان فئة النساء، وهذا راجع لعدم غرس ثقافة الانفتاح وعدم دفاع المرأة عن هذا الحق (ممارسة الرياضة) خاصة في المؤسسات التعليمية ومؤسسات الممارسة الرياضية بجميع أصنافها المنشئة، مثل ما يجري على مستوى الجامعات، إذ لا تعطي بعض كليات الجامعة الاهتمام الكافي لمشاركة الفتيات في الفعاليات والنشاطات الرياضية المختلفة، وعدم توضيح الجانب الإيجابي الذي قد تجلبه هذه الفئة المهمة في المجتمع، لأنها لم يسمح لها بالاحتكاك بمحيط الثقافة الرياضية النسوية المرجوة، مما قلل من ميولهم واهتمامهم بهذا المجال الحيوي، ويرجع هذا إلى رفض هذا النوع من الحرية المعترف بها، بسبب ضيق وقصر نظرة المجتمع العربي والإسلامي لهذه النقطة بالذات والحكم بالمعتقدات التي لا أساس لها.

فكل هذا انعكس سلبيًا على منهجية التفكير لدى النساء، حيث أنهن يتجنبن تغيير المسار للتطور بسبب الخوف من ردود فعل المجتمع الذي يشكل حاجزا مرعبا يؤثر على حياتهن اجتماعيا بصفة عامة، وكذلك الجانب الديني لدرجة أصبحت فيها الرياضة مساس بأخلاق المرأة، وأن هذه الأخيرة لا تقوى على مثل هذه الفعاليات الحياتية، لأن المرأة فرد ضعيف في المجتمع يجب حمايته، لدرجة أنها أثرة في الفئة المثقفة أمثال الطالبات الجامعيات وغيرهم، لأن بعضهم لا يملن نحوى مشاركة في النشاطات الرياضية.

كلّ هذا يقودنا إلى التساؤل العام الآتي:

ما هي العوائق التي تحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة؟

التساؤلات الجزئية:

- هل الوسط البيئي الاجتماعي يعيق الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة؟

- هل العوامل الدينية تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة؟

**2- فرضيات الدراسة:**

من خلال التساؤل العام الذي طرحناه، قمنا بوضع الفرضية العامة التي اقترحناها كإجابة على سؤال البحث، وهي كالآتي:

**الفرضية العامة:** تتعدد وتتوزع العوائق التي تحول الطالبات عن ممارسة الرياضة مثل: ( الوسط البيئي الاجتماعي، العوامل الدينية...).

**الفرضية الجزئية:**

✓ الوسط البيئي الاجتماعي يحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة.

✓ العوامل الدينية التي تعيق الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

**3- أهمية الدراسة:**

تتلور أهمية موضوع العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة في محاولة الكشف عن الأسباب التي تمنع المرأة من ممارسة الرياضة في الحياة اليومية، لكونهن جزء له أهمية كبيرة في المجتمع، فنظرا للمستوى التعليمي والثقافي إلا أنهن لا يمارسن الرياضة ولو حتى في المنزل، لهذا تتجلى لنا أهمية هذه الدراسة للوقوف على العوامل التي تمنع المرأة من ممارسة الرياضة والمداومة عليها، رغم فوائدها الكثيرة والمتنوعة.

**4- أهداف الدراسة:**

إن إجراء أي بحث أو إعداد أي موضوع علمي يكون من أجل الوصول إلى غاية ما وتحقيق أهداف محددة، فالبحث العلمي يطمح للكشف عن الحقائق أو تشخيص مشكل ما لإعطاء حلول إن أمكن، فالدراسة الراهنة تسعى إلى تحقيق الأهداف التالية:

- إبراز أهمية ممارسة المرأة للرياضة.

- كشف العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

- اقتراح حلول للمشاكل التي تواجه المرأة أثناء ممارستها للرياضة.

- توعية المرأة بالفوائد الناجمة عن ممارسة الرياضة.

- تحسيس المجتمع بمبادئ الرياضة وما لها من فوائد إيجابية تعود على المرأة.

**5- أسباب اختيار الموضوع:**

- الأسباب الموضوعية: تكمن الأسباب الموضوعية في كون الإشكال يمس الطالبات الجامعيات في الوسط الجامعي، أي الطبقة المثقفة، ويمكن حصرها في النقاط التالي:

- معرفة أهم المشاكل التي تواجه المرأة في الجامعة والتي تعد عائق يحول دون ممارستها للرياضة.

- مدى أهمية وفائدة الرياضة في حياة الطالبة الجامعية.

- إبراز الحلول الموضوعية التي تساهم في تشجيع الطالبات الجامعيات على ممارسة الرياضة.

## - الأسباب الذاتية:

بعد الدراسة الاستطلاعية حول الجامعة لاحظنا أن جل الطالبات الجامعيات لا يمارسون الرياضة، فأردنا معرفة الأسباب الشخصية والمبررات التي تعيق هذه الفئة عن ممارسة الرياضة، لمحاولة الوقوف على أهم العوامل الاجتماعية والدينية والثقافية التي تراها الطالبات الجامعيات عائقا أمام ممارسة الرياضة، وذلك من خلال:

- محاولة التعرف على العوائق الذاتية لممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة، عبر طرح الأسئلة المناسبة.
- محاولة اقتراح ومناقشة حلول موضوعية بسرد فوائد الرياضة التي تساهم ولو بقليل في تشجيع المرأة على ممارسة الرياضة.

## 6- الدراسات السابقة والمشابهة:

إن موضوع الرياضة النسوية لم يكن له مكانة كبيرة ضمن البحوث التي أقيمت في الجزائر، ولا سيما على مستوى معاهد التربية البدنية والرياضية، فمن البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية، والبحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاء بعده دراسات وبحوث أخرى تناولت نفس موضوع البحث بالشرح والتحليل، أو تشترك معا في الموضوع أو بعض جوانبه وبذلك تثرى الدراسات. فجد رايح تركي يقول: "كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه"<sup>(1)</sup>.

ورغم أهمية الموضوع وأثره على الفرد في اختيار نسقه الدراسي الذي يتناسب مع قدراته ومهاراته وميوله وتكوينه، فإن التطرق لمثل هذه المواضيع لم يحظى بأهمية بالغة وعناية من طرف الباحثين، وعليه نسرد بعض الدراسات المتناولة من طرف بعض الطلاب في مذكرات الماجستير والليسانس، وهي كما يلي:

**الدراسة الأولى:** دراسة إزري سوانلدة مكيوسة بعنوان: "الرياضة والمرأة بين المعزوف والإصرار وأثرها على الحركة الرياضية النسوية، دراسة الدوافع في الرياضة وتأثير دور المدرب على سلوك الرياضة". رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.

وقد توصلت الدراسة إلى معرفة تأثير المحيط الدافعي الذي يؤسسه المدرب على سلوك الرياضية

<sup>(1)</sup> رايح تركي: "مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس"، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر: 1999، ص123.

وبالخصوص على أخذ قرار العزوف عن ممارسة الرياضة ومعرفة كيف يؤثر هذا الأخير على الإدراكات الرياضية، وكذلك علاقتها بالدافعية بصفة عامة.

**الدراسة الثانية:** دراسة زيان نصيرة بعنوان: "أسباب نفور الفتيات من اختيار تخصص التربية البدنية والرياضية في مرحلة التدرج"، وهي دراسة قدمتها الباحثة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص في النشاط البدني التربوي، معهد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر. وقد توصلت الدراسة إلى أن الدور السلبي للأسرة وعدم موافقة بناتهم في اختيار التربية البدنية والرياضية كتخصص، إضافة إلى عدم توفير المعلومات اللازمة لهذا التخصص، وعدم وجود مؤشرات متخصصة، وانعدام التوجيه والإرشاد التربوي، ونقص وسائل الإعلام الرياضية المتخصصة، هذا كله يؤدي إلى عدم اختيار الفتيات تخصص التربية البدنية والرياضية.

**الدراسة الثالثة:** دراسة بن يوسف راضية بعنوان: "موقف التلميذات من مادة التربية البدنية والرياضية في الوسط الثانوي"، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر. وقد توصلت إلى أن الاختلاط المدرسي وغياب الثقافة الرياضية، وعدم تهيئة الأرضية الملائمة للطالبات، والسياسة التربوية المتبعة، كل هذا يؤثر في عدم ممارسة الفتاة مادة التربية البدنية والرياضية في الثانوية.

**الدراسة الرابعة:** دراسة لحر عبد الحق، "ظاهرة عزوف التلميذات من ممارسة التربية البدنية والرياضية بثانويات مستغانم"، رسالة ماجستير غير منشورة بجامعة مستغانم، وأظهرت النتائج أن أسباب العزوف تمثلت في عدم تشجيع الأسرة بسبب مشاكل الاختلاط.

## 7- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

## تعريف العوائق:

- لغة: من فعل (عاق، يعوق، عوقا)، أي عاق غيره عن كذا، صرفه وثبطه وأخره عنه. ومنه عائق جمع عوائق، وعائق الدهر شواغله وأحداثه، والعائق هو ما يكفك عن الشيء.
- اصطلاحا: هي كل ما يصرف الشخص عن ممارسة الرياضة.

## تعريف تحول:

- لغة: من فعل (حال، يحول، محال)، أي حال بين وصوله إلى، منعه وأوقفه.
- اصطلاحا: هو كل ما يمنع أو يقف بين الشخص والرياضة.

## تعريف ممارسة الرياضة:

- لغة: من فعل (مارس، يمارس، ممارسة)، مارس الأمر: عالجته، وزاوله، وشرع... .
- اصطلاحا: هي مزاوله الرياضة والشروع فيها والمداومة على تمارينها.

## تعريف الطالب:

هو كل شخصا ولدا كان أم بنتا تحصل على شهادة البكالوريا والتحق بالجامعة.

التعريف الإجرائي لعوائق ممارسة الرياضة: ونقصد بها الأسباب أو العوامل التي تمنع من ممارسة الرياضة وتتسبب في النفور والعزوف عنها.

التعريف الإجرائي للمرأة والرياضة: ونقصد بها فئة الطالبات الجامعيات قيد دراستنا والعينة التي عملنا بها في مجتمع البحث ألا وهو الجامعة.

الجانب النظري

# الفصل الأول: المرأة والمجتمع

## تمهيد:

إنه لمن الصعب إعطاء تعريف واحد وشامل للمجتمع الاذي أخذ عدة تعريفات متنوعة تارة، ومختلفة تارة أخرى حسب اختلاف المدارس الفكرية من جهة، وبيئة المفكر والباحث الثقافية من جهة أخرى، فتعريف الخشاب مثلا والذي يرى بأن المجتمع " هو الإطار العام الذي يحدد العلاقات التي تربط الأفراد فيما بينهم داخل جمعات معينة.

ويأتي ويدج Wedge لحدد بوضوح أكثر شكل وطبيعة هذه العلاقات الاجتماعية حيث يرى بأن المجتمع هو عبارة عن (نسق) هذا معناه أن علاقات اجتماعية منظمة وليست عشوائية.

وإضافة للأنماط والعلاقات الاجتماعية المنسقة بصفتها جانب التي تحدد المجتمع هناك جانب آخر يجب توفره، ألا وهو الإدراك والشعور النفسي المتبادل بين أفراد المجتمع وأطراف العلاقات أي بمعنى لا يمكن أن يكون شعبين لدولتين منفصلين لا تربطهم سوى علاقات تجارية مجتمعا واحد لعدم وجود وحدة الشعور النفسي المتبادل كضامن لدوام التلاحم والتواد والانصهار ورغم كل هذا قد أجمع علماء الاجتماع بأن المجتمع<sup>(1)</sup> هو عبارة عن نسق "système" من العلاقات الثقافية بالمفهوم الواسع (نمط العيش) كون النسق الثقافي هو النسق العام والمحدد للنشاط الحيوي في المجتمع وهذه العلاقات السابقة الذكر. متنوعة بتنوع نظم ميادين حياة المجتمع الضابطة الموجهة القائمة بينهم ( المجتمع) والحاجات البشرية الأساسية التي تمكنه من البقاء.<sup>(2)</sup>

## 1- المرأة عبر التاريخ:

إن التحولات الكبرى التي شهدتها البشرية كانت مسايرة لطبيعة كل مرحلة المعاشة والمرأة عنصر هام في المجتمع شهدت ولا تزال تشهد تحولات كبرى فمن بين أولى الأساطير التي أعطت للمرأة مكانتها هي "فينوس" ما قبل التاريخ سواء كانت منقوشة على الحجر أو مرسومة أو منحوتة على الخشب فإنها كانت تمثل المرأة ألام (genitex) حيث ساد تصور شبه متحجر ناحية المرأة من إفريقيا الشمالية إلى أوروبا ومن المحيط الأطلسي إلى آسيا الغربية، هذا التصور السائد حتى بداية العصر (النيوليثي) المصقول، أين شبهت المرأة بالأرض، وهو تشبيه قدم الحياة، انطلاقا من هذا التصور الذي فرض نفسه بكل قوة في هذا العصر وحين اكتشاف الزراعة، أو كلت الأعمال الزراعية للمرأة كونها تربطها علاقة وطيدة بالأرض، فتولت بذلك مهمة

(1) محمد عبد الهادي دكلة، " المجتمع المدني" دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة بغداد، 1979، ص 47.

(2) معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، ص 262.

العمل الزراعي مهما جعلها الممون الأول للمواد الغذائية وفي نفس العصر ظهر النظام (الأمريسي) للعائلة البشرية، ويرى بعض الباحثين أن هذا النظام لم يكن ليظهر لو لم تتوفر للمرأة الأجواء النفسية. كما كان للجانب الديني أهمية كبرى في إعطاء مكانة للمرأة حيث تحولت من عاملة في الزراعة إلى كاهنة وهذا شكل جديد في نشاطها الديني السحري<sup>(1)</sup>.

## 2- دور المرأة في بناء المجتمع:

" إن الإنسان كائن اجتماعي ثقافي يعيش في مجتمع، لذلك يجد نفسه مرتبطا بعلاقات متعددة ومتشابكة مع الآخرين، وأنه يخلق الثقافة التي تؤثر بدورها في حياته في المجتمع"<sup>(2)</sup> ترى عالمة الاجتماع الأمريكية " اليتير بولدنغ" أن هناك ثلاث (03) مجالات أين ساهمت المرأة في خلق ما نسميه مجتمع مدني يقوم على الاحترام المتبادل<sup>(3)</sup> يتعلق المجال الأول بالطفل والتعليم بحيث في جميع المجالات تقريبا تضطلع المرأة تقريبا بمسؤولية تعليم الطفل حتى سن السابعة ويجمع أخصائيو علم النفس على رؤية الطفل في العالم تتشكل خلال هذه الأعوام أما بالنسبة للمجال الثاني فهو خاص بالدور الاقتصادي المنتسب للمرأة المتمثل في الطبخ أو الحديقة، تلك الوحدة الإنتاجية المصغرة التي لعبت دورا حاسما في المجتمعات الزراعية.

وفيما يخص المجال الثالث فقد تم تجاهله إلى حد كبير، فالمرأة كانت لا تزال عماد المجتمع كما تشير "الليتر بولدنغ" حيث اضطلعت بهذا الدور في الحياة الخاصة وفي الحيان الأسرية. وقد تصورت هذه المجالات التي تنتمي إلى الجانب الخفي للتاريخ بوصفها - الرقعة الخضراء- في المجتمع أو منطقة الحلم أي يمكن للعقل أن يتعلم كيف يجاهد لتدليك الصعوبات. ساهمت المرأة أيضا في بناء مجتمع قابل للنمو يقوم على الاحترام والتفاهم في خلق ثقافة ديمقراطية، إذ يتعلم الطفل الاحترام والتسامح وكل ما يتعلق بمبادئ السلوك الديمقراطية في مرحلة مبكرة للغاية من خلال علاقته بأفراد الأسرة والمجتمع ومن الأجدد الاهتمام في هذا السياق أن تراقب اتجاهات الأسرة في مناطق العالم المختلفة، فنقارن بينهما، فنرى الشعور الجماعي القوي داخل الأسرة الممتدة المنظمة على نحو مندرج في إفريقيا والاحترام العميق الذي يجتذي به الأكبر سنا بين أفراد الأسرة في الصين والاهتمام بالأصغر سنا بين أفراد المجتمع العربي الحديث، إذ تلعب المرأة دور محوري في صياغة شكل هذا الاتجاه من خلال النموذج الذي قدمته كمثال يجتذي به نظرا لعدم وضوح دورها في الحياة العامة.

(1) منوير لايتير، المرأة عبر التاريخ، تطور الوضع النسوي من بداية الحضارة إلى يومنا هذا، فرنسا، 1986، ص 41-43.

(2) محمد عاطف غيث، علم الاجتماع، مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1993، ص 106.

(3) إيليا نوراما سيني باريري، عن مجلة البيونيسكو، العدد 23 سبتمبر 1994.

## 3- التنشئة الاجتماعية:

تعرف التنشئة الاجتماعية في نظر موراي بأنها:

"العملية التي يتم من خلال هذا التوفيق بين مطالب واهتمامات الآخرين، والتي تكون متمثلة في البناء الثقافي الذي يتعرض له الفرد، فتبدأ عملية التنشئة منذ طفولة وتستمر طول حياة الإنسان"<sup>(1)</sup> فهي أيضا: "عملية تعلم وتعليم وتربية/ تقوم على التفاعل الاجتماعي وتهدف إلى اكتساب الفرد (طفلا مراهقا راشدا شيخا) سلوكا ومعايير واتجاهات مناسبة لادوار اجتماعية معينة، تمكنه من مساندة جماعته والتوافق الاجتماعي معها، وتكسبه الطابع الاجتماعي تيسر له الاندماج في الحياة الاجتماعية"<sup>(2)</sup>

## 4- العوامل المؤثرة في عملية التنشئة الاجتماعية:

إن الأطفال يولدون وحوهم أناسا مثل الأولياء، الأقارب، ومعلميهم، وهكذا تتسع دائرة تفاعل الفرد مع الغير، وتزداد معه رغباته ومطالبه، ويتعدى نطاقه البيولوجي إلى نطاقه النفسي والاجتماعي، فخرج الطفل إلى الشارع ثم إلى المدرسة يجعله يكتسب العادات السلوكية والمعايير والرموز والاتجاهات والقيم من خلال احتكاكه مع الآخرين ويزداد اندماج الطفل في الجو الثقافي للمجتمع حيث تلعب هذه العوامل المؤثرة دور كبير في اكتساب القيم الدينية للمجتمع، نذكر الأهم منها:

## 4-1- الأسرة: تعتبر الأسرة نظام مصغر "Micro\_ orgaznisme" لبناء المجتمع فهي إذن

الوحدة الأساسية للتنظيم الاجتماعي رئيسي، كما أنها أساس وجود المجتمع وكصدر الأخلاق والدعم الأول لضبط السلوك والإطار الذي يتلقى فيه الإنسان أول دروس الحياة الاجتماعية<sup>(3)</sup> فالانفعالات الشعورية والعاطفية للأفراد الناجمة عن التأثيرات الحضارية للمجتمع العام والمجتمع الصغير الأسري فحسب "لويين Lewin" سلوك الإنسان لا ينتج من قوى النفسية الفردية فحسب بل أيضا من قوى عدة جماعات<sup>(4)</sup> (لوهيرد لومير 1986-Lemaire).

(1) محمد فتحي عكاشة — محمد شفيق زكي، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، مصر: المكتب الجامعي الحديث الرابطة، الإسكندرية، 1997.

ص 41.

(2) حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 5، مصر: عالم الكتب، القاهرة، 1984، ص 243.

(3) سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية والحياة العائلية، مصر: دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، 1999، ص 37.

(4) مجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد: 7، جامعة الجزائر: 1998، ص 119.

#### 1-1-4 دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية:

يرى عبد الفتاح زكي موسى أن: "تربية الطفل تبدأ في الأسرة التي كانت مسؤولة عن تربيته منذ ولادته وفي السنوات المبكرة من عمره، والإسلام بين أن الطفل يولد معنا بإمكانيات طبيعية تمكنه من أن يتدرب ويتعلم"<sup>(1)</sup>

فالأسرة إذن هي أول مؤسسة تربوية وأول وسط يتلقى فيه الطفل اللغة، العادات، السلوك والقيم وغيره ومع مرور الزمن، غرفت الوحدة الأسرية تغيرت ناتجة من هياكل الاقتصادية والسياسية الجديدة ولكن هذه الأخيرة لم تمح نهائيا التصور "الباتر يرشي" patriarchale القديم الذي مازال موجود ضمن النماذج الجدية وهذا ما يسبب الصراع عند الإنسان الذي يتخبط في عدة نماذج وقيم متناقضة بين المكتسبات الماضية وأوامر الحياة الحديثة.

ولهذا، كل أسرة لها جو خاص بما يتماشى مع تاريخها الشخصي ومميزات الأولياء، فهي التي تحدد سلوك الطفل اتجاه سلوك الطفل اتجاه بعض النشاطات الرياضية، فهناك العديد من الرياضيين الأبطال الذين احتلوا الساحة الرياضية في الاختصاصات التي مارسها أولياءهم من قبل وهذا دليل على مدى تأثير الأسرة ولاسيما الأولياء على سلوك الطفل في اختيار النشاط الرياضي، نذكر على سبيل المثال: البطل العالمي سعيد جبير قرني في 800 م الذي يتدرب تحت إشراف أبيه وبفضل إعاناته وتشجيعاته استطاع أن يحتل المرتب الأول في المنافسات الدولية.

#### 2-4 المدرسة:

إن المؤسسة التربوية سواء كانت ابتدائية متوسطة أو جامعية تحتل مكانة كبيرة في حيان الطفل، فالمدرسة إذن قي نظر عبد السلام زهران: هي "المؤسسة الاجتماعية الرسمية التي تقوم بوظائف التربية ونقل الثقافة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسميا، واجتماعيا وانفعاليا"<sup>(2)</sup> وحسب وشاد صالح الدمنهوري فهي القيم الاجتماعية السائدة في المجتمع ذلك كم خلال مناهجها الدراسية وتعمل على اكتساب التلاميذ بين معايير والأدوار الاجتماعية<sup>(3)</sup> وفي هذا المنظور تمثل التربية البدنية والرياضية سواء عند الطفل نفسه الأولياء مادة ثانوية كثيرا من يضعوها في المرتبة الأخيرة من حيث أهميتها.

(1) عبد الفتاح التركي موسى، التنشئة الاجتماعية، مصر: المكتب العلمي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 1998، ص 66.

(2) حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط4، مصر: عالم الكتب القاهرة، 1977، ص226.

(3) رشاد صالح دمنهوري، التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي، مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1995، ص 37.

فظاهرة نفور الطفل من حصة التربية البدنية والرياضية الموجودة ابتداء من الأقسام النهائية<sup>(1)</sup>. وهذا يؤثر سلبا على الممارسة الرياضية ورياضة المنافسة بصفة خاصة ويجب ألا نجهل أن الرياضة في المدرسة تمثل فقرة كبيرة نحو رياضة المنافسة ثم رياضة المستوى العالي، فكيف يتم اكتشاف المواهب الرياضية إذا لم توفر لهم مكان للبروز، إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دور كبير في توجيه الطفل نحو الممارسة الرياضية.

### 3-4 جماعة الرفاق:

تؤثر جماعة الرفاق على الأفراد من خلال ثقافة خاصة بهم، فهي تسمح لأفراد أن يقيم نفسه بمقارنته مع الآخرين، فالتقييم الاجتماعي يمثل عنصر هام للشباب لمعرفة وضعيته ومعلمه ضمن هذه الثقافة. فحسب حامد عبد السلام زهران، يمكن تلخيص أثر جماعة الرفاق فيما يلي:

- 1- نمو الشخصية واكتساب نمط شخصية الجماعة
- 2- المساعدة في النمو الجسمي عن طريق ممارسة الهوايات والنمو الاجتماعي عن طريق أوجه النشاط الاجتماعي.

3- تمكين معايير اجتماعية، وتنمية الحساسية والنقد نحو بعض المعايير الاجتماعية العامة للسلوك

4- القيام بالأدوار الاجتماعية مثل القيادة

5- إتاحة فرصة تحمل المسؤولية الاجتماعية

6- إشباع حاجات الفرد في الانتماء والمكانة

إذن علاقة الطفل بالآخرين لها دور كبير في تغيير سلوكياته وتصرفاته وهذا يظهر تدريجيا مع نمو الطفل. فيمكن أن تؤثر الجماعة سلبا وإيجابا على الممارسة الرياضية بصفة عامة والرياضة النخبوية بصفة خاصة قد تدفع إلى ممارستها أو التخلي عنها.<sup>(2)</sup>

### 4-4 وسائل الإعلام:

إن مجيء الرياضة وتطورها مرتبط بمجيء وتطور وسائل وتقنية الإعلام " الصحف، المجلات، التلفزة كلها وسائل للرياضة الحديثة، فالنتائج الرياضية لا بد أن تقارن في جميع أنحاء العالم والغاية منها وضع مراتب أو طبقات دولية mondil hiérarchie إذن ور وسائل الإعلام الرئيسي يتمثل في :

- 1- نشر معلومات متنوعة في كافة المجالات.

<sup>(1)</sup> W.Jch. : L'absentéisme et sport à l'école, sciences et sport, mai, 1976, p103-109.

<sup>(2)</sup> حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 4، مصر: عالم الكتب، القاهرة، 1977، ص 261-262.

2- إشباع الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى المعلومات الجديدة، التسلية، الترفيه والمعارف والثقافة العامة وغيرها.

3- دعم الاتجاهات النفسية، تعزيز القيم والمعتقدات أو تعديلها والتوافق مع المواقف الجديدة.<sup>(1)</sup>  
إن تأثير وسائل الإعلام على الفرد كبير، فكيف لا يتأثر الطفل عندما يشاهد مقابلة مهمة في كرة القدم، إن نشر صور لهذا النوع من المقابلات يؤثر حتما على الممارسة الرياضية.

#### 4-5 الثقافة:

إن الثقافة هي العادات والتقاليد التي تعرف عليها أفراد المجتمع وهي تتضمن كذلك الأفكار والمعتقدات والقيم الخاصة بأفراد الجماعة، كما يشير ادوارد تابلور أنها: " ذلك الكل يعتقد الذي يحتوي على المعرفة والمعتقدات، الفن والأخلاقيات، والقانون والعادات وغير ذلك من القدرات والسلوك الشائع الاستخدام الذي يكتسبه الإنسان في المجتمع."

إذن لكل مجتمع ثقافته التي تميزه عن غيره من المجتمعات حيث لها تأثير مباشر على سلوكيات الفرد بصفة عامة واتجاهه الممارسة الرياضية ولا سيما رياضة المنافسة.

تبدأ الثقافة في البروز من خلال طرق التربية تعكس هي الأخرى السمات الرئيسة للمجتمع، كما تعتبر الأسرة الخلية الأولى له، فهي أولى المؤسسات التي تستقبل الطفل أثناء الولادة عن طريق إعانة الأم، ظف إلى ذلك سلوك الأولياء، اتجاهه، وكل هذا يكون أول فضاء اجتماعي للطفل حيث فيه تتكون شخصيته ويتطور أناه<sup>(2)</sup>.

#### 5\_ تأثير التنشئة الاجتماعية على الممارسة الرياضية:

سبق الذكر أن الأسرة لها مكانة كبيرة في نقل الثقافة إلى أبنائها فهي تمثل للفرد جماعة للانتماء، فالإحساس بالانتماء إلى وسط الاجتماعي ينتج عنه سلوكيات وأفكار وردود أفعال تنطبق مع الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه بصورة غير شعورية.

فيرى الباحث لومبيير أن كل الباحثين الذين درسوا الأسرة التقليدية والمجتمع الغربي، اتفقوا على أنها تتميز بالطابع البارياشي<sup>(3)</sup> حيث الرجل هو الوحيد الذي يملك السلطة الاقتصادية كونه يقضي حياته في

(1)- R- thomas : moyens de communication et promotion du sport . (Sciences et sport 1979) p38.

(2)- سميرة أحمد السيد، علم الاجتماع التربوية، ط1، مصر: دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص 116.

(3)- المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد7، جامعة الجزائر معهد التربية والرياضية، 1998، ص 118.

الخارج، بينما البيت هو ميدان خاص بالمرأة فقط وذا يعتبر من المبادئ الرئيسية للأسرة التقليدية المتمثل في الرزانة النسوية، فالفتاة تربي وتكيف في طفولتها وخاصة في مرحلة البلوغ على أن تظهر دائما بالخضوع والطاعة وفق تعريف دور الأثني التقليدي، وهذا النوع من التنشئة الاجتماعية يعوق المرأة في تحقيق ذاتها.<sup>(1)</sup>

### \*الفرق بين المرأة والرجل من جانب الثقافي:

إن الأسرة التقليدية التي يتكون منها المجتمع الجزائري في الأغلبية مبنية على أساس التفرقة والتمييز بين الجنسين سواء كان في المعاملة أو في أعمال أخرى، هذا التمييز تعلمه الأسرة لأفرادها منذ الصغر عن طريق التربية التي تنتقل من جيل لآخر.<sup>(2)</sup>

فبالأسرة الجزائرية تفضل الأولاد (الذكور) على الإناث حيث يستقبل ميلاد الذكر بفرحة كبيرة وتقام احتفالات كبيرة كما يظهر التمييز في ألعاب الأطفال أين تعطى حرية واسعة للذكر في تعبيره البدني فهو يجري، يقفز، يصرخ بينما الفتاة تسحب باكرا من فضاء اللعب لتدخل العالم النسوي، فتربية الفتاة هي مجموعة من الامتناعات خاصة أننا المراهقة فهي تحاول توقيف كل المظاهر البدنية والنفسية، وهذا يبقى مرسخ في شخصيتها، حسب ( يويوت فنوشات 1980، ص 76) الطفل ملك المجتمع والأسرة منذ ولادته.<sup>(3)</sup>

فكيف يمكن أن نتكلم عن التعبير البدني والممارسة الرياضية في مثل هذه التنشئة الاجتماعية وخاصة عند الفتاة.

ولكن لم تبقى الأمور بهذه الصورة وهذا منذ أن بدأت المرأة تفرض نفسها في جميع المجالات بدءا من الدور الذي لعبته خلال الثورة التحريرية.

وهكذا بدأت الأشياء تتغير شيئا فشيئا حيث استطاعت المرأة أن تكون علاقة جديدة مع جسمها ولكن هذا لم يأت صدفة بل بفضل مقاومتها لكل المصاعب التي واجهتها أثناء ممارستها للرياضة بأي شكل من أشكال سواء كانت: الرياضة الترفيهية، الرياضة للصحة ولا سيما الرياضة المنافسة والمستوى العالي.

(1) - سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت 1984، ص 248.

(2) - دليلة رحمون، الصداقة بين الجنسين في المجتمعين الجزائري بين الرفض والقبول، (عدد 43 مجلة الوحدة)، ص 20.

(3) - مجلة التربية البدنية والرياضية، العدد 7، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية، سنة 1998، ص 116.

## الخلاصة:

رغم أن كل التغيرات الاجتماعية والثقافية ولو كانت سطحية سواء في مجال العمل أو في مجال الرياضة بصفة عامة تبقى المرأة في صراع ذاتي، لا شعوري بين عالمين متناقضين: العالم الجديد الذي يسمح لها بالتعبير عن رغباتها بأية صورة كانت إما في عملها المهني أو في ممارستها للنشاطات البدنية والرياضة، وتحقيق التوازن بينها وبين جسمها، وعالم الممنوعات، المعتقدات والطابوهات التي تعرقل انفتاحها كإنسان ثم كامرأة ثم كرياضية بحيث " مازالت بعض النشاء سجينه فيه وذلك رفضا على مواجهة التغيرات التي مست المؤسسة الاجتماعية العامة وهي الأخرى تجد نفسها في صراع بين بروز الشخصية " الجديدة " والحفاظ على الهوية الثقافية الأصلية " (1).

---

(1) - المرجع السابق، ص 115.

الفصل الثاني:

المرأة والرياضة في الإسلام

## تمهيد:

ناقش علماء الأجناس أنماط اشتراك المرأة في الرياضة على مدار التاريخ في المجتمعات الغربية منذ عام 86 ق م، حيث كان من المستنكر وغير المرغوب فيه اشتراك المرأة اليونانية في الأولمبياد، كما لا يسمح لهن أيضا بمشاهدة الرجال أثناء أداءهم للسباقات.

ونتيجة لثورة النساء على هذا الوضع فقد أعطيت لهن الفرصة للاشتراك، ولكن اشتراهن دمر سمعتهن في القصص القديمة، وكان اليونانيون يعتقدون أن الآلهة تشك في قوة المرأة ومهارتها الجسمية، ولقد اتفق هذا مع واقع الأمر في ذلك الوقت لأن السيدات اللاتي كن يعرضن مهارتهن الرياضية في ألعاب كن في مستوى متواضع: وبالمثل كانت المرأة الرومانية بعيدة ومحرومة من الاشتراك في الأنشطة الرياضية والتشجيع ولم يكن اشتراك المرأة في الرياضة أمرا سهلا، فخلال العصور الوسطى كان الرأي أن اشتراك المرأة في أمر غير مرغوب فيه، ويدافع فيه عن البلاد والأسرة حتى التدريب العسكري فقد كان ينظر إليه من قبل الكنيسة على أنه شرطا ضروري، أما المرأة فهي للمتل.

في ضوء ما سبق من استعراض تاريخي فإن اشتراك المرأة في الرياضة في الإسلام يعتبر حدثا كبيرا ومهما إذ خلاله حدثت تغييرات كثيرة سوف نتطرق إليها.<sup>(1)</sup>

## 1- حق المرأة في ممارسة الرياضة في الإسلام:

من قول عمر بن الخطاب: "علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل"

وقوله تعالى: [لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ] الآية 4 من سورة التين.

نجد الإسلام قد اهتم بالرياضة كوسيلة من وسائل التربية أو جزء من عملية التربية العامة للإنسان

المتكامل وهذا ما يتضح في الملامح الآتية:

- إن الإسلام لا يهمل الأجسام بعد أن خلقها الله تعالى وأبدعها بحكمته وبهذا يلتقي مع الرياضة في الاهتمام بالبدن.

- الإسلام هو دين عمل، فلا بد أن يبذل الإنسان جهدا ليحقق الإنتاج الوفير وله يكون قادرا على العمل من يفتقر إلى القوة التي تمكنه من أدائه ومن أجل ذلك فهو يشيد بالرياضة لاكتساب اللياقة البدنية.

- يدعو كل من الدين والتربية الرياضية إلى التحلي بقيم خلقية منها التعاون والتآلف وإنكار الذات والصبر وغير ذلك من الصفات الاجتماعية الحميدة والمقبولة اجتماعيا.

(1)- خير الدين علي عويس، عصام الهلالي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي 2005م، ص 81، 82، 83.

- إن الدين ينظر للحياة أنها نصر وهزيمة، ارتفاع وانخفاض هو بهذا يشير بالرياضة لأنها تتضمن مواقف عديدة للتدريب على النصر تارة والهزيمة تارة أخرى مما يساهم في اكتساب صبغة التواضع عند النصر وضبط النفس عند الهزيمة وهذا يمثل قمة الروح الرياضية العالية.
- فرائض الإسلام نفسها التي يجب على المسلمين أدائها هي في فطرها أعماً لرياضية تعود عليها الجسم بالفائدة مثل " الصلاة" التي تعتبر رياضة بدنية.
- فريضة الصيام التي يتحملون فيها المسلمون الامتناع عن الطعام والشراب من الفجر حتى الغروب هو رياضة تعود المسلم تحمل المشاق والصعاب والصبر وقوة الاحتمال " رياضة نفسية".
- لا يقتصر أمر الرياضة وممارستها في الإسلام على الرجل فقط دون المرأة بل يشمل الجنسين معاً، لأن المرأة تمثل نصف المجتمع، وحينما يأمر الدين بالرياضة فإنما يكون ذلك بالنسبة للمرأة بحيث لا تبعد عن عفافها وشرفها وما يمس حياتها في حدود المضمون الشرعي، حيث أن النصوص الشرعية حينما توجد للمسلمين إنما تكون للجنسين معاً.
- تلك كانت تعاليم الإسلام والرسول صل الله عليه وسلم التي اهتمت بالتربية البدنية والرياضية ويتناولها البحث العلمي الآن بالدراسة والتحليل ليصل بعد عناء إلى هذه التعاليم مؤكداً أهمية التربية البدنية والرياضية في إعداد الشباب والإنسان عامة بجميع مراحلها السنوية.<sup>(1)</sup>
- إن المرأة لها الأثر الأول في تنشئة المجتمع وفي رعاية الطفل وفي تنشئة الصحية فالعبء الأول في تربية هذا الطفل يقع على عاتق المرأة وعلى مسؤولياتها والرياضة والمرأة تجمع بين تربية الأخلاق والقيم وما بين من وقع على كاهلهم عبء العمل وتنشئة أفراد هذه الأمة، فالرياضة لها مكائنها في خلق جيل من أسس من الأخلاق وعلى أسس من القيم، وممارسة المرأة للرياضة بصفة منظمة ومستمرة لها تأثير إيجابي وعلى تحسين صحتها وقدرتها على تحمل الجهد والقيام بواجباتها في الحياة، ولا بد لكل امرأة أن تضع اعتبارها ضرورة ممارستها للتمرينات الرياضية البدنية يومياً وبانتظام وهذا للأثر الإيجابي الكبير للرياضة على صحتها وتحسين الأداء الوظيفي للقلب والدورة الدموية كذلك يمكنها من التغلب على الإجهاد العصبي ومظاهر التعب البدني وانعكاس ذلك على قدرتها العامة، وكما أن ممارسة الرياضة بصفة مستمرة ومنظمة مفيدة للرجل كذلك هي بالنسبة للمرأة حيث تظهر عليها العلامات الإيجابية للتكيف، لهذا يجب أن تشجع المرأة على ممارسة الرياضة

(1) - أحمد حسن الشافعي، سوزان أحمد مرسي، تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف 1999م، ص400

بصفة مستمرة ومنتظمة وأن تقدم الدولة والمسؤولين عن نشر الوعي الرياضي والإمكانيات وتوفير الأماكن الرياضية في المناطق السكنية وفي المؤسسات لممارسة بعض التمرينات التعويضية، وبهذا لم يبق شك عن أهمية ممارسة المرأة للرياضة في تحسين صحتها وزيادة كفاءتها ومقدرتها على أداء وظائفها في الحياة والمجتمع وانعكاس ذلك على رقي وتقدم الدول.

## 2- حق المرأة في ممارسة الرياضة دولياً:

إن الموضوعات الخاصة بحياة المرأة في الدول الأوروبية والولايات المتحدة تعد من أهم الموضوعات الشيقة في علوم الإنسانية، فقد اهتم علماء النفس والاجتماع بالمرأة، وأصبح شائعاً في العديد من الكليات إقامة برامج أساسية تخصصية للمرأة، كما ظهرت حركات نسائية في عدد من الشعوب ولقد كان النشاط الرياضي من أكثر المجالات الخصبة للمرأة حيث يتوافر فيه الخبرات المتنوعة التي تبرز مقدرتها المرأة، وعلى الرغم من ذلك فإنه حتى سنوات قليلة كانت المرأة تلعب دوراً ثانوياً في تاريخ الرياضة.<sup>(1)</sup>

إن العديد من الظروف الاجتماعية الحضارية والقوانين الفدرالية في الولايات المتحدة دجت خلال السبعينات لتشجيع المشاركة الواسعة من قبل النساء والبنات في الرياضة التنافسية.

ففي حين كانت النساء يطالبن السماح لهن لممارسة بعض الألعاب الرياضية فهن الآن يشجعن لبذل الجهود كل في النشاطات التقليدية (الأندية الاجتماعية) حسب وإنما في نشاطات واسعة تمتد من ركض الماراتون إلى الروكي وكرة القدم وملاكمة المحترفين وأسوة بمعظم التحولات الحضارية فإن التدفق الملحوظ للنساء والبنات في الرياضة في الولايات المتحدة ربما يقترن بإجهاد نفسي وتوتر وإن إعادة التنظيم لجزء واحد من النشرة الأرضية لا يحدث بمعزل وإنما يصاحب بانبعث في الأجزاء القريبة من التضاريس، وبشكل مشابه فإن البعض يشعر أن دخول المرأة في الرياضة التنافسية وبمستويات مختلفة يوازي التغيرات في الأسلوب التي تتفاعل أوجه شخصياتهن بالحاجات الداخلية المعقدة، وكذلك بالضغوط والتوقعات الحضارية.

إن الرياضة تمثل طريقاً واضحاً جداً فيه تنافس وتندفع النساء وكذلك تظهر بوضوح العديد من المجالات التي تحيط بإنجاز المرأة بشكل عام داخل المجالات الرياضية.<sup>(2)</sup>

في المؤتمر العام لمنظمة التربية والعلوم والثقافة التابعة للأمم المتحدة في دورته العشرين المنعقدة بباريس في اليوم الحادي والعشرين من نوفمبر 1978 ميثاق اليونسكو الدولي للتربية البدنية والرياضية.

(1) خير الدين عوسي، عصام هلاي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، 2005م، ص83.

(2) مزوان عبد المجيد إبراهيم، الرياضة للجميع، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، دار الثقافة للنشر والتوزيع 2004، الأردن ص5.

والإعلان العالمي لحقوق الإنسان يحق لكل فرد أن يتمتع بكافة الحقوق والحريات المنصوص عليها في هذا الإعلان دون تمييز أيا كان بسبب العنصر أو اللون أو الجنس ( ذكر أو أنثى) أو اللغة أو الدين أو الرأي السياسي أو رأي آخر، أو الأصل القومي الاجتماعي أو الثورة أو البلاد، أو غير ذلك من الاعتبارات. وأنشأ في المؤتمر اللجنة بين المشتركة بين الحكومات للتربية البدنية والرياضية والمسؤولة عن تعزيز التعاون الدولي في هذا المجال والصندوق الدولي للنصوص بالتربية البدنية والرياضية في العالم تحقيقا للإعلان العالمي لحقوق الإنسان.

إذا يؤمن بأنه من الشروط الجوهرية لممارسة حقوق الإنسان بصورة فعالة أن يكون كل فرد حرا في تنمية قواه الجسمية والعقلية والأخلاقية والمحافظة عليها وأن تكون أسباب التربية البدنية والرياضية موفورة ومكفولة لكافة الناس وإذا يؤمن بأن تنمية القوى الجسمية والعقلية والمحافظة عليها من حالها تحسين نوعية الحياة على التنمية على المستوى القومي والدولي، وإذا يعتقد أن التربية البدنية والرياضة تسهم بصورة فعالة في غرس القيم الإنسانية الأساسية التي تقوم عليها التنمية الكاملة للشعوب وإذا يمكن أنه يجب أن تهدف التربية البدنية والرياضية إلى تعزيز الصلاة بين الشعوب وبين الأفراد، بالإضافة إلى تعزيز روح المنافسة المجردة عن الغرض والتضام والإخاء والاحترام والتفاهم المتبادل والاحترام الكامل لسلامة الإنسان وكرامته<sup>(1)</sup>.

### 3- الرياضة والمرأة:

لقد نص الإسلام على الاهتمام بالرياضة وقد جاء هذا في الحديث الشريف " علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل " بهذا أوصانا نبينا محمد عليه الصلاة والسلام بأن نعلم أولادنا الرياضة وهذه لاشك خير وصية يجب أن نستهدفها في أعمالنا ونقول أيضا أن العقل السليم في الجسم السليم ومن هنا فالرياضة لها أهمية كبيرة في تكوين المجتمع وخاصة للمرأة.

الواقع أن المرأة لها أثرها الأول في تنشئة المجتمع وفي رعاية الطفل وفي تنشئة الصحة فالرجل في عمله، ولكن العبء الأول في تربية هذا الطفل يقع على عاتق المرأة وعلى مسؤولياتها ومن هنا كان تقديرنا وكان تقدير القيادات كلها، والإسلام للمرأة " فالجنة تحت أقدام الأمهات " كما أن الرياضة والمرأة تجمع ما بين تربية الأخلاق والقيم وما بين وقع على كاهلهم عبء هذا العمل وعبء تنشئة أفراد أمة، أثبتت الدراسات العلمية وجود اختلافات بيولوجية بين الرجل والمرأة ولهذا يجب مراعاة هذه الفروق عند اختيار الأنشطة الرياضية

(1) حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي منشأة المعارف 1999، ص 403، 404.3

للمرأة جيدة لأتأثر مطلقا بالمشاركة في المجهود البدني حيث أن أجهزتها الداخلية لديها الوقاية الكافية لهذه الحركات، وأوصت بضرورة اهتمام المرأة بلياقته البدنية عن طريق التدريب المنتظم لممارسة الرياضة.<sup>(1)</sup> لكن المرأة تعاني من مسألة رغبتها في احتلال موقعها المناسب في المجتمع حيث تواجه باستمرار صعوبة في إثبات جدارتها ومقدرتها في إنجاز مثلثات العمل المقدمة عليه، وهذا التميز الواضح بينها وبين الرجل، ولا تقتصر على مجتمع معين وإنما لا تزال المرأة تعاني من عدم تقرير المجتمع لإمكاناتها حتى المجتمعات والبلدان متطورة صناعيا ولأسباب متعددة.

فالمرأة بكل المجتمعات يلاحقها تصور اجتماعي حول إمكاناتها الذهنية والبدنية، ودورها وظيفتها في المجتمع ما يجب أن يكون عليه من شخصية وسلوك، فكل شيء مرسوم لوضعيتها في المجتمع، فهي الأم والمرية وهي المعلمة والممرضة، وعندما تختار مهنة تشارك فيها الرجل. تبقى أسيرة نظرة المجتمع وتوقعاته بأنها لا تتفوق على الرجل، وحتى إذا أثبتت جدارتها وتفوقت، فتلك الجدارة والتفوق لا تسند لها ولا لإمكاناتها الفردية. وعلى الرغم من التغيير الحاصل على هذه النظرة في العديد من المجتمعات، فإن الفرص لا تزال تحجب عن المرأة إثبات جدارتها على الرغم من أن هناك دلائل تشير إلى إمكانية المرأة في الانجاز العالي، حتى في أعمال التي تعتبر حكرًا على الرجال، فالمرأة في الريف تؤدي أعمالا بدنية مرهقة مثلما يقوم بها الرجل، وفي حالات الحروب فإن المرأة قامت بتشغيل المصانع التي كان يديرها الرجال وأنتجت مثل إنتاج الرجل، وفي مجتمعنا العربي بشكل عام، اقتحمت ميدان العمل وأثبتت جدارتها، إلا أن الصورة الاجتماعية المرسومة لها لا تزال قائمة بغض النظر على طبيعة المجتمع، علما أن هنالك تطوير طاقات المرأة من جانب والعمل على تعديل نظرا المجتمع لها من جانب آخر، هذه الصورة عن المرأة وهذا التصور الاجتماعي لا يزال يلاحق المرأة في ميدان التربية البدنية والرياضة، فالعادات الموروثة والأحكام الاجتماعية السائدة، فضلا عن المعتقدات الدينية يعيق المرأة من تحقيق رغبتها في ممارسة الأنشطة الرياضية، فتبقى حبيسة هذا الإطار، فهذا اعتقاد سائد في عموم المجتمعات هو أن الرياضة تقتل أنوثة المرأة وتفسد جسمها، وتؤثر في أجهزتها الداخلية، إلا أن هذه الاعتقادات لا تجد الدليل العلمي.

ولا تزال مشاركة المرأة بالرياضة محدودة في العديد من المجتمعات لأسباب حضارية واجتماعية وثقافية ودينية عديدة، والمرأة في كل المجتمعات تنظر إلى مساواة حقيقية مع الرجال فيما يخص غرض التدريب والتشجيع والرعاية والأعمال الإدارية الخاصة بالمؤسسات الرياضية، حيث أن فرض التدريب غير متكافئة مع

(1) نفس المرجع السابق ص 48،52

نظيرها الرجل وهي لا تجد التشجيع الكافي في العائلة أو المجتمع والطقوس القائمة فيه كما أن الصحافة الرياضية تعلق على أخبار الرياضيين الرجال، في حين أن تمنح لكلا الجنسين بشكل متكافئ<sup>(1)</sup>

#### 4- أهمية ممارسة المرأة للرياضة:

إن ممارسة المرأة للرياضة بصفة منتظمة ومستمرة لها تأثير إيجابي على تحسين صحتها وقدرتها على تحمل الجهد والقيام بواجباتها في الحياة، كتأثير على الرجل وهناك بعض الصفات الخاصة بالمرأة من ناحية تركيبها التشريحي والفيسيولوجي وأي البدني والعضوي التي يجب مراعاتها في البرنامج التدريبي والتمرين الرياضي لها. مراعاة لتركيب المرأة البيولوجي نجد أن تقنين الجهود الرياضي للمرأة يختلف عن الرجل من ناحية الكم والكيف.

وممارسة المرأة للرياضة لا تقتصر على النوع أو أنواع معينة من الأنشطة الرياضية، فقد أصبح من النادر أن تجد نوعا من أنواع الرياضة لم تتمكن المرأة حتى الآن من طرده وممارسته. والمرأة تمارس الآن كثيرا من أنواع الرياضة التي لم يسمح لها قديما بممارستها والتي كانت مقصورة على الرجال فقط.

منذ 40 عاما أعلن بعض علماء أمراض النساء للرياضة تؤثر على بروز وتضخم عضلاتهن ويؤثر كذلك على أجهزتهن الداخلية وعلى قيامهن بالوظائف الخاصة بهن كنساء ولكن نظرة العلماء اليوم اختلفت وبدأوا يسمحون بممارسة الرياضة، وأكبر على ذلك ما تراه اليوم من ممارسة المرأة للعديد من أنواع الرياضة على المستويات المحلية والدولية وفي الدورات الأولمبية التي لم يكن مسموحا لها قديما بممارستها، وإحرازها مراتب التفوق والنجاح، وعلى سبيل المثال السماح لها مثلا: في دورة 1972 الأولمبية في سباق 1500 م عدوا لأول مرة، كذلك في دورة مونتريال سنة 1976 اشتركت المرأة في مباريات التجديف وكرة اليد للمرة الأولى أيضا.<sup>(2)</sup>

ومن بين فوائد ممارسة المرأة للرياضة نذكر منها:

- النشاط البدني يحرق الحريات، كلما نهضت وتحركت، كلما حرقت حريات أكثر، ولتعلموا أن المرأة تقوم بحركات اعتيادية مثل: تشغيل المكينة الكهربائية أو الصعود والهبوط في درج المنزل.
- التمارين تساعد المرأة على النجاح الكبير في برنامج تخفيض الوزن، فالكثيرون من البشر يصلون خط النهاية حيث يبدو لهم أن الحمية الغذائية وكمية التمارين تعطي دفعة أخرى لتبدأ المرأة من جديد

(1)- إياد عبد الكريم الغزوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، الإصدار الأول 2007، الدار العلمية

للنشر والتوزيع، ودار الثقافة للنشر، عمان ص 131، 130، 129.

(2)- حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي منشأة المعارف 1999، ص 53.

بفقدان الوزن. كما أن التمارين القوة تساعد أكثر على بناء العضلات وحرق المزيد من الدهون. التمارين تساعد المرأة على زيادة السرعة الاستقبالية للجسم، وستبقى هذه السرعة مرتفعة لوقت أطول حتى عند توقف النشاط، لذلك يأكل الأشخاص النشطون ما يشؤون دون أن يزيد وزهم بينما وزهم يزداد الكسالى في وزهم بمجرد رؤيتهم للطعام.

● تساعد التمارين وخاصة الصباحية منها على النوم بشكل أفضل، ولكن على المرأة أن تتجنب ممارسة الرياضة مساءً لأن ذلك يجعلها يقظة، فإذا اضطرت لممارسة الرياضة قبل النوم بساعات فيجب أن يكون ذلك مجرد مشي سريع

● التمارين جيدة للجسم والروح معاً، فهي تحسن المزاج، وذلك راجع إلى إفراز الدماغ لهرمون السعادة (إندروفين) فهذا الهرمون هو نفسه الذي يفرز عند الوقوع في الحب أو تناول الشكلاطة.

● تقلل التمارين الرياضية من خطر الإصابة بأمراض القلب، وسكر الكحول، وارتفاع ضغط الدم وسرطان الثدي، وهشاشة العظام...، كما تساعد وتقي من العديد من الأمراض الذهنية كالكتابة.

● الرياضة تساعد المرأة على الصبر والتحمل وذلك عن طريق تدريب جسمك على أن يكون أكثر مرونة وحركة مستخدماً كمية طاقة أقل.

● الرياضة هي مفتاح التحكم في وزن الجسم، لأنها تساعد على حرق السعرات الحرارية الزائدة، وبالتالي بقاء الجسم دائماً في وزن وشكل جيد.<sup>(1)</sup>

وتشير التوصيات الخاصة بالرياضة الحمل، أن الحامل تحتاج إلى 3 دقيقة من التريص يوميا، إن لم يكن يوميا على الأقل من الأسبوع، وفوائد الرياضة للحامل كثيرة، نسردها أبرزها:

- التقليل من زيادة الوزن أثناء الحمل.

- تقليل متوسط وقت الولادة.

- مضاعفات ولادة أقل.

- نقاهة أسرع بعد الولادة<sup>(2)</sup>.

(1)- منتديات الزهراوي، د. عبد الرحمن أقرع، الطب الرياضي، الرياضة النسوية.

(2)- المنتديات الرياضية، العقل السليم في الجسم السليم، فوائد ممارسة الرياضة.

## 5- الأساس البيولوجي للمرأة:

في إطار المستوى البيولوجي حول فروق الرجل والمرأة يعزى الأمر إلى الاختلافات التشريحية ووظائفها، إن عامل اختلاف الجنس معروف للجميع ولكن لا بد من شرحها هنا، وكذلك إلقاء الضوء على علاقته بالرياضة وبمعنى بسيط يقال أن الرجل أكبر وأقوى من المرأة، وعلى العموم لا يمكن التمثيل الرياضي بين النوعين وبالرغم من أن بعض الفتيات والسيدات أكبر وأقوى من الرجال في أحيان كثيرة. وهذا معناه أنه يوجد عدد من الرجال أصغر وأقل قوة من النساء وفي بعض السباقات يكون الرجال ذوي مستوى ضعيف نسبياً، ويعزى الاختلاف الشاهد إلى أن ارتباط المرأة بالحمل وتربية الأطفال والعناية بهم، والدورة الشهرية، وهذا يجعلها أقل ميلاً للتدريب عن الرجال حين إعدادهم للأنشطة الرياضية.

وبالنظر إلى المتوسط الحسابي للرجل والمرأة في مستوى التحصيل أو الإنجاز في الأنشطة الرياضية، وجد أن المتفرجين لأنشطة السيدات أقل من المتفرجين لأنشطة الرجال، وهذا يرجع لمستوى الأداء في حين أنه توجد سيدات ذوي مستوى مهاري عال جدا في كثير من الرياضات<sup>(1)</sup>.

الطفل ينمو ويجد المجتمع قد أعد له الأدوار والأعمال التي لا يتجاوزها ويختار ما هو ملائم لجنسه، لذلك فلاختلافات في الجنس تتوفر على سلوك الفرد، حيث أن هناك أسلوب متوقع للرجل وآخر للمرأة، ومحاولة التجاوز تبدو غير مقبولة اجتماعياً، وعلى الرغم من الاختلافات في الجنس قاطعة وواضحة، لكن ليس كل المواصفات التي تعزى لا تملكها المرأة، أو ربما تمتلكها بشكل يفوق الرجل، فالرجل عادة أطول من المرأة، لكن هناك العديد من النساء أطول بكثير من الرجال، وما يصح على الطول يصح على القوة، فالقوة تعد صفة الرجل، ولكن هناك العديد من النساء اللواتي يمتلكن قوة أفضل من الرجال وقليل من التدريب كفيلاً باكتساب المرأة ما فقدته من قوة، نتيجة للأعمال الموضوعية لها والتي تمارسها يومياً، ولغرض التعرف بشيء من التفصيل علينا أن نراجع الاختلافات الموجودة بين الجنسين في مراحل النمو، وتشخيص ما هو في غير صالح المرأة في مسألة ممارسة الأنشطة أو الألعاب الرياضية.

إن عملية المقارنة بين الرجل والمرأة خلال الفروقات الجسمانية يجب أن يقترن بجوانب أخرى، فهل المقارن بين الرجل الاعتيادي والمرأة الاعتيادية والمرأة الاعتيادية أم بين الرجل الممارس لنوع من الرياضة وامرأة أخرى، فالرجل الرياضي هو نفسه.

(1) - خير الدين عويس، عصام الهلالي، الاجتماع الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى 2005، ص103.

يختلف عن الرجل غير الرياضي من حيث الطول والوزن والبناء الجسمي، فضلا عن ذلك فهو يمتلك قابلية لأداء الحركات أفضل من الرجل غير المدرب نتيجة للتدريب الطويل والمتواصل، كذلك فإن الفروقات في الانجاز الرياضي بين الرجل والمرأة ليس نتيجة الفروقات الفردية بينهما، وإنما لعوامل أخرى عديدة منها: فرص التدريب وطريقة نشوء ومكمل منها، والخبرات الحركية لكل منها، فهذه جوانب كلها إيجابية للرجل ولكنها سلبية للمرأة، ويجب أن لا يغيب عن البال أن الفروقات الفردية هي أصلا موجودة بين الأفراد من الجنسين الواحد قبل أن تكون بين الفردين، ولكل منهما يمثل جنسا مختلفا.

وعلى الرغم من الاختلافات الواضحة بين الجنسين تبقى عدة حقائق قائمة وهي أن إنجازات المرأة في مجال الرياضة لا تزال مستمرة ورائعة، وبتحسين مستمر، وفي العديد من الفعاليات الرياضية، وهذا التحسن ناتج عن العديد من التغييرات التي طرأت على مشاركة المرأة في الرياضة، ومنها تحسن أساليب التدريب وتوفير الفرص التدريبية الجيدة، وكذلك تغير النظرة الاجتماعية نحو مشاركة نحو مشاركة المرأة في مجالات العمل والهواية، ومنها مجال الرياضة حيث ما برحت المرأة الرياضية تعاني من النظرة الضيقة اتجاه ممارستها للرياضة، كذلك فإن المرأة الرياضية قد تحسنت ثقفتها بقدرتها وإمكاناتها مما نتج عن تحسن دافعيتها نحو ممارسة الرياضة وتحقيق الإنجازات الأفضل، ولهذا الخصوص فإن مدربي ومدرسي التربية البدنية والرياضية مؤهلون أكثر من غيرهم بتحمل مسؤولية توفير الفرص الجيد لمشاركة المرأة في الرياضة، وبالتالي الحصول على مناخات ايجابية لمشاركة المرأة في الرياضة<sup>(1)</sup>

(1) - إياد عبد الكريم العزاوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، الإصدار الأول 2002، الدار العلمية

للنشر والتوزيع، عمان. ص 131، 132، 133.

## الخلاصة:

إن النظرة الضيقة اتجاه مشاركة المرأة في الرياضة لا تزال تقيد المرأة الرياضة، ولذلك وجب تغيير هذه النظرة الاجتماعية، ولابد من توفير العوامل المختلفة المرتبطة بمشاركة المرأة في الرياضة، وهذه النظرة لا يمكن فصلها عن المعتقدات الأخرى اتجاه أهمية وفاعلية مشاركة المرأة وانجازها في الميدان الرياضي، بغض النظر الخلفية أو القاعدة التي تستند عليها تلك المعتقدات أو الأفكار الخاصة بمشاركة المرأة في الرياضة، وهذا يعني أن جميع الفرص يجب أن تتاح أمام المرأة في الرياضة، وهذا الإسهام الجاد الجماعي كفيلاً بإحداث تعديل أو تكيف في العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى ترسيخ علاقات وقيم جديدة من أجل مشاركة المرأة في الرياضة. وهكذا لم يعد هناك أي مجال للشك في فائدة الرياضة الكبيرة ودورها الإيجابي الفعال في تحسين صحة المرأة وزيادة كفاءتها ومقدرتها على أداء وظائفها في الحياة والمجتمع وانعكاس ذلك على رقي وتقدم الدول.

## الفصل الثالث:

# الرياضة والرياضة النسوية

## 1- تاريخ الرياضة:

رغم انتشارها، الرياضة كعنصر أساسي في مجتمعنا لا تزال مبهمة أي غير معروفة بالشكل المناسب، تعرف مثلاً على أنها عبارة عن نشاط قادر فقط على قمع الطاقات التي يملكه المراهق الذي لا يتوافق مع الدراسة، أو كوسيلة لتنويم الجمهور، ولتلبية حاجياته للحلم وأكثر من هذا الرياضة كوسيلة للرجوع إلى الهمجية.

إذن تعرضت الرياضة إلى أحكام مسبقة قبل أن تدرس بشكل علمي، ولهذا لا بد من الرجوع إلى تاريخها ومفهومها استناداً على ما ورد في المراجع المتعلقة بهذا المصطلح.

يمكن تصنيف تاريخ الرياضة إلى نوعين:

الأولى تجمع السيرورة التي تؤكد على استمرارية هذه الظاهرة التي قد يكون أصلها قدم كقدم الثقافة في حد ذاتها، والعكس بالنسبة للنوع الثاني الذي يتمثل في التحليل التي تؤكد أن حداثة هذه الظاهرة نسبية نشأت في القرن 19 في بريطانيا في إطار تطوير المؤسسات الصناعية، وفي نهاية القرن 17، ظهر مرجع لجون لوك (John Locke) (Thoughts Concerning Education, 1963) أي (بعض الأفكار المتعلقة بالتربية)، جاء بما نسميه اليوم الرياضة حيث بدأت تتطور في المدارس المتوسطة الإنجليزية خلال القرن 18، يرجع الفضل لهذه المدارس لهذه المدارس التي اقترحت رياضات حديثة وعديدة نذكر على سبيل المثال: كرة القدم، الملاكمة، الرقبي وكذلك كل القواعد المتعلقة بها يرجع الفضل لمدير مدرسة الرقبي لتوماس أرنولد (Thomas Arnold) وهذا يظهر من خلال المرجع "Tom Browns Schods Day" سنة 1857 والذي اعتبر حتى أواخر القرن 19 كمرجع وجيز (Manuel) لتعليم الرياضة للشباب حيث انتشرت بسرعة هائلة، أولاً في البلدان في البلدان (الأنقلسكوسونية) الإنجليزية القديمة ثم في البلدان<sup>(1)</sup> الأخرى.

## 2- تعريف الرياضة من الجانب الديني:

إنّ الرياضة بمعناها الشامل نشاط إنساني لا ينفك عن طبيعة الإنسان، فالأجسام والعقول تحتاج إليها في كل حين وإذا أهمل الإنسان الرياضة أصيب بالملل والضعف الجسدي، والخمول العقلي، وقد كان ترويض الأجسام قديماً يتم بوسائل مختلفة كالجري والسباق والمصارعة والفروسية والسباحة، وغير ذلك من أنواع

<sup>(1)</sup> - Données encyclopédiques, copyright C 2001 Hachette, Multimédia, Site [http://frencyclopdia-khb.yahoo.com/articles/do/do\\_4137dPO.PTML](http://frencyclopdia-khb.yahoo.com/articles/do/do_4137dPO.PTML) .

الرياضات، فكانت الرياضة بقسميها: رياضة العقول والقلوب (الرياضة المعنوية)، ورياضة الأجسام (الرياضة البدنية) معروفة، منذ وقت مبكر.

فالرياضة النفسية والمعنوية مثلاً تشمل أموراً كثيرة، يجمعها الأدب مع الله والأدب مع الناس، ويتفرع عنها كل خلق حسن.... ومعنى ذلك أن يروض العبد نفسه على حسن التعامل مع الله حتى يصبح ذلك له جبلة وسجية إلى أن يلقي الله، فمن روض نفسه على مراقبة الله عاش كذلك متيقظاً من الغفلة، ومن روضها على المحاسبة والخشية والالتجاء إلى الله روضت على ذلك.

وكذلك الأدب مع الخلق، فينبغي للعبد أن يروض نفسه على التخلف بالأخلاق الحسنة، والأدب الرفيع مع الناس، فإن الحلم بالتحلم، والصبر بالتصبر، ولا يتم ذلك إلا بترويض النفس. قال المناوي: (الأدب رياضة النفوس، ومحاسن الأخلاق، ويقع على كل رياضة محمودة يتخرج بها الإنسان في فضيلة من الفضائل). وكثيراً ما يذكر السلف الصالح - رحمهم الله - وخاصة ابن القيم الجوزي والغزالي ونحوهم ممن تكلم في علوم النفس هذه المعاني من الرياضة، ويطلقون عليها: رياضة النفوس.

## 2-1- أنواع الرياضة المعنوية:

ومن أنواع الرياضة المعنوية إتقان بعض فنون العلم التي عمادة في الأداء الحركة، سواء كانت حركة الفكر كما في المسائل الحسابية في علم الرياضيات، وهي ما سميت بهذا الاسم إلا لأن فيها ترويضاً للذهن على التفكير الدقيق، والاستنتاج. أو حركة اللسان كإتقان فن التجويد وتلاوة القرآن، ولذلك قال في الجزرية:

وليس بينه وبين تركه إلا رياضة امرئ بفكه

هذا ما يتعلق بالقسم الأول أو المعنى الأول من معاني الرياضة.

أما المعنى الثاني: فهو رياضة الأجسام ولياقتها بأمور عديدة، لتصبح قوية مرنة، بعيدة عن كثير من الأدواء والعلل الجسدية... وقد كان القدماء يعنون بها أيما عناية، بل جاء عنه صلى الله عليه وسلم أنه قال: [ لِمُؤْمِنٍ الْقَوِيَّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ أَحْرَصُ عَلَيَّ مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعْنُ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ... ]. (رواه مسلم (2664) من حديث أبي هريرة، فقوة المؤمن هي القوة المعنوية والقوة البدنية، ولا تتم القوة البدنية إلا بالتمرن والتدريب وممارسة الرياضات، وأيضا فقد قال الله تعالى:

﴿ وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخِرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ ﴾

[الأنفال: 60]، والإعداد يكون بقوة الإيمان وقوة الأجساد، وقوة الأجساد لا تكون إلا بالرياضات المختلفة وقد مارس رسول الله - صل الله عليه وسلم - رياضة الجري هو وأم المؤمنين عائشة - رضي الله عنها - فقد ثبت

عنها أما قالت: ( خرجت مع النبي - صل الله عليه وسلم - في بعض أسفاره وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أأبدن، فقال للناس: (تقدموا) فتقدموا، ثم قال لي: (تعالى حتى أسابقتك) فسابقته فسبقته، فسكت، حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت خرجت معه في بعض أسفاره فقال للناس: (تقدموا) فتقدموا، ثم قال: (تعالى حتى أسابقتك)، فسابقته فسبقني، فجعل يضحك وهو يقول: (هذه بتلك) <sup>(1)</sup>. وعن سلمة بن الأكوع - رضي الله عنه - أنهم كانوا في غزوة (ذي قرد) مع رسول الله - صل الله عليه وسلم - وأن أحد الصحابة طلب المسابقة فانبرى له سلمة وسابقه، إلى المدينة <sup>(2)</sup>. سابق النبي - صل الله عليه وسلم - بين الخيل التي أضمرت <sup>(3)</sup> من الحيفاء، وأمدّها ثنية الوداع، وسابق بين الخيل التي لم تظمر من الثنية إلى مسجد بني رزيق، وكان عبد الله بن عمر - رضي الله عنهما - فيمن سابق بها <sup>(4)</sup>، وكان للنبي - صل الله عليه وسلم - ناقة لا تُسبق....

ومن الرياضة التي حث عليها صل الله عليه وسلم رياضة الرماية والمناضلة وركوب الخيل، قال - صل الله عليه وسلم -: (من تعلم الرمي ثم تركه فقد عصي) رواه مسلم، ورواه ابن ماجة بلفظ: "فقد عصاني" قال الألباني صحيح بلفظ: "ليس منا".

وجاء في البخاري عن أبي عثمان النهدي أنه قال: "أتانا كتاب عمر ونحن مع عتبة فرقد بأذربيجان أن رسول الله صل الله عليه وسلم نهي عن الحرير إلا هكذا وأشار بإصبعه اللتين تليان الإبهام قال الحافظ في الفتح: " زاد الإسماعيلي فيه من طريق علي بن الجعد عن شُعْبَةَ بَعْدَ قَوْلِهِ مَعَ عُتْبَةَ بْنِ فَرْقَدٍ "أَمَّا بَعْدَ فَاتَّرَرُوا وَارْتَدُّوا وَأَتَّعَلُّوا وَأَلْقُوا الْخِفَافَ وَالسَّرَاوِيلَ، وَعَلَيْكُمْ بِلِبَاسِ أَيْيَكُمُ إِسْمَاعِيلَ، وَإِيَّاكُمْ وَالتَّعَمُّمَ وَزِيَّ الْعَجَمِ، وَعَلَيْكُمْ بِالشَّمْسِ، فَإِنَّهَا حَمَامُ الْعَرَبِ، وَتَمَعَّدُوا وَاحْشَوْشُوا وَاحْلُولِقُوا وَاقْطَعُوا الرِّكْبَ وَانزُوا وَارْمُوا الْأَغْرَاضَ، فَإِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "الحديث..."

(1)- رواه أحمد وأبو داود وابن ماجه. وصححه الألباني في صحيح الجامع رقم (7007).

(2)- أضمرت: أي قُلت علفها حتى يترل منها العرق، ثم تلف بشيء حتى يقوى لحمها ويشد، لتصبح قوية على تحمل المسافات الطويلة.

(3)- رواه البخاري ومسلم.

(4)- رواه البخاري.

ومن أنواع الرياضات التي مورست في زمن النبي - صل الله عليه وسلم -: رياضة المصارعة، وقد روى أبو داوود عن محمد بن علي بن ركانة طلب من النبي - صل الله عليه وسلم - أن يصارعه فصارعه النبي - صل الله عليه وسلم - فصارعه (1).

فهذا بعض ما نفل من أنواع الرياضة في زمن النبي - صل الله عليه وسلم - مما يدل على اهتمامه وعنايته صل الله عليه وسلم بتربية البدن والروح على حد سواء.

وأما في زماننا فقد اتخذت الرياضة ألوانا عديدة، واهتم بها اهتماما بالغاً، حيث وضعت لها في كل دولة وزارة خاصة تعني بكل شؤونها.. مع البون الشاسع بين ما يرد اليوم من وراء تلك الرياضات، من ترفيه ومتعة بل وإفساد أحياناً، وما كان يريد محمد - صل الله عليه وسلم -، حيث كان المقصود من ذلك تقوية البدن على مواجهة أعداء الله وصددهم عن محارم المسلمين، والدفاع عن الدين والأعراض والأنفس، لا الرياء والسمعة واستعراض العضلات والفوز بحفنة من الدراهم والدنانير.

### 3- مفهوم الرياضة:

#### 3-1- مفهوم الرياضة حسب ميدان الدراسة:

في الميدان العلمي، كل واحد يحاول أن يعرف الرياضة حسب اختصاصه، فبالنسبة للفيزيولوجي، فهو يأخذ بعين الاعتبار عنصرين أساسيين لتعريف الرياضة:

1- الطاقة المستهلكة *Coût énergétique*.

2- التعود على الجهد *Accoutumance à l'effort*.

بالنسبة للاختصاص في البيولوجية العصبية (*Névralgique*) فهو يأخذ بعين الاعتبار:

1- التنسيق *La coordination*.

2- معالجة المعلومات من طرف الجهاز العصبي.

#### Le traitement des informations par le système nerveux

وبالنسبة للاختصاص في علم النفس، فهو يعرفها في إطار تطور بعض سمات الشخصية.

(1) رواه الترمذي وأبو داود، وجود إسناده ابن كثير في البداية والنهاية: 102/3. وصححه الحافظ سنده في تلخيص الحبير إلى ابن جبير فقال 1523/4: إسناده صحيح إلى سعيد بن جبير، إلا أن سعيداً لم يدرك ركانة. ركانة صارح النبي صل الله عليه وسلم، فصارعه النبي صل الله عليه وسلم. وقال الترمذي (غريب). قلت: وقد روى أبو بكر الشافعي بإسناد جيد عن ابن عباس رضي الله عنهما: أن يزيد بن ركانة صارح النبي صل الله عليه وسلم، فصارعه النبي صل الله عليه وسلم ثلاث مرات، كل مرة على مائة من الغنم، فلما كان في الثالثة قال: يا محمد! ما وضع ظهري إلى الأرض أحد قبلك، وما كان أحد أبغض إلي منك، وأنا أشهد أن لا إله إلا الله، وأنت رسول الله. فقام رسول الله صل الله عليه وسلم.

فالاختصاصي في علم الاجتماع هو الآخر يراه قبل كل شيء بمثابة فعل ثقافي يميز المجتمعات الصناعية والاجتماعية.

وأخيراً التاريخيون ليسوا آخر من اعترف بأن الرياضة جد معقدة من حيث نشأتها وتكونها.

### 3-2- مفهوم الرياضة حسب بعض العلماء:

إن ما يميز الرياضة عن باقي ألوان النشاط البدني الرياضي هو طابعها التنافسي وقد عرفها الأمين خولي بأنها: "أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهي طور متقدم من الألعاب وهي الأكثر تنظيماً والأرفع مهارة"<sup>(1)</sup>.

تعرف كوسولا الرياضة بأنها "Kosola": "التدريب البدني يهدف إلى تحقيق أفضل النتائج الممكنة في المنافسة لا من أجل الرياضي فقط إنما من أجل الرياضة في حد ذاتها"<sup>(2)</sup>.

أما بالنسبة لشارل بودل "Charle Baudel" فيرى أن الرياضة مثل أعلى الذي يتطلب التخلي، التضحية وإرادة الفوز تجعل من اللعب عملاً وإمتحاناً<sup>(3)</sup>.

### 3-3- مفهوم الرياضة حسب العالم بيير بارلوبا: Pierre Parlebas: نركز على مفهوم

الذي جاء به بيير بارلوبا P.Parlebas كونه أكثر وضوح ودقة أمام تعدد الآراء واختلافها. حيث يقترح هذا المفهوم حسب ثلاثة مميزات:

1- الحركية المناسبة .Pertinence motrice.

2- القواعد التي تتعلق بالمنافسة .Codification motrice.

3- التأسيسية .Institutionnalisation.

أ- الحركية المناسبة: يرى P.Parlebas أن هذا النشاط يظهر في الالتزام الحركي Engagement moteur.

ب- القواعد المتعلقة بالمنافسة: فهو عبارة عن كل القوانين التي ترتبط بالمنافسة التي تسمح بتعيين الفائز.

ج- التأسيسية: قد تكون وطنية، لكن في غالب الأحيان فهي دولية تنظم المنافسات الدولية.

(1)- أمين النور الخولي، الرياضة والمجتمع، العدد سلسلة عالم المعرفة الكويت سنة 1996، ص32.

(2)- المرجع السابق.

(3)- Fabiand.L, et Ives. M, L'esprit de compétition sportive, Ed:Voilland, Paris,1980, P56.

إذن حسب الباحث P.Parlebas، نسمى الرياضة عندما تتوفر جميع هذه النقاط في وقت واحد<sup>(1)</sup>.

#### 4- الرياضة النسوية:

##### تمهيد:

كانت النساء قديماً ممتنعة من الدخول إلى الملعب الأولمبي حيث كانت مفصولة تماماً عن المواجهات الرياضية، لهذا كنّ تنظمن ألعابهن وحدهن تكريماً لأميرتهن الميثولوجية (mythologique) لكن، لن يطيل التاريخ على كل إنجازاتها (Exploites).

حتى البارون بيير دو كوبرتان Le Baron Pierre De Coubertin مؤسس الألعاب الأولمبية الحديثة، كان ضد مشاركة المرأة في هذه الألعاب رغم الصفات التي كان يتميز بها كروح الإنسانية والبيداغوجية، رأى في البداية أن دور المرأة يكمن في التشجيع وتوزيع الجوائز للفائزين والأبطال ولكن هذا لم يدم طويلاً<sup>(2)</sup> اليوم، انتشر في العالم حوار واسع وغني يخص دخول وتولع النساء في عالم الرياضة، ظهر ذلك من خال هياكل الحركة الأولمبية (اللجنة الدولية الأولمبية C.I.O الفيدراليات الدولية والرياضيون في حد ذاتهم) التي تعمل لنشر مجموعة من المقاييس التي تحرض الدور الفعلي للمرأة في الميدان الرياضي وهذا أدى إلى ظهور بطلات حققن مستويات عالية في الإنجازات الرياضية ومن هنا بدأ الاهتمام بتدريب المرأة على أعلى المستويات جنباً إلى جنب مع الرجل وسخرت الإمكانيات الهائلة للرياضة النسوية.

#### 5- الرياضة النسوية في العالم:

**5-1- نظرة تاريخية للرياضة النسوية في العالم:** مرت الرياضة النسوية بمراحل تاريخية واختلفت من منطقة إلى أخرى وذلك باختلاف الأنظمة السياسية والمعتقدات الاجتماعية، اعترف في جزيرة "كريت" بحق النساء في ممارسة الرياضة والتي كانت مقتصرة على العنف وهذا يبرهن للجميع أن عمل المرأة لا ينحصر في البيت فقط وتمثلت النشاطات في قيادة العربات، الصيد وألعاب مصارعة النيران<sup>(3)</sup>.

<sup>(1)</sup>-Données encyclopédique, copyright C 2001 Hachette, Multimédia,Site

[http://frencyclopedia.Yahoo.com/article/do/do\\_4137\\_PO.PTML](http://frencyclopedia.Yahoo.com/article/do/do_4137_PO.PTML)

<sup>(2)</sup>- M.Belabed, Les femmes dans le monde des sport, magazine 1997,ed CNIDS N° 10ISSN 1111- 4754 ,P18.

<sup>(3)</sup>-Ogesby- Carol, Le sport et la femme, ed: Vigot 1982, P16.

أما في "سيارطة" التي كانت في نظام اجتماعي صارم، كانت الفتيات مطالبات بأن تكن في لياقة بدنية مناسبة حيث كان في الاعتقاد أن الأم التي تملك صحة جيدة تنجب حتماً أطفال ذو صحة جيدة وهذا عامل إيجابي بالنسبة للدولة، ولهذا كان سن بداية نساء "سيارطة" للممارسة الرياضية حوالي السنوات السابعة حتى تنزوجن.

كنت العادة، ترك الطفل عدم أو ناقص الصحة عند ولادته عند ولادته في جبل "تايجيتوس" ليموت، فهذه المنطقة لم تكن ترحب إلا بأطفال ذوي الحيوية العالية<sup>(1)</sup>.

وأثينا هي الأخرى تؤمن بأهمية ممارسة النشاطات البدنية التي كانت تركز أساساً على تربية منسجمة للذهن، البدن، الجمال والأخلاق ولكنها كانت مقتصرة على الرجال فقط بينما النساء كانت سجية غرفة أين تقمن بمراقبة البيت، العبيد وتربية الأطفال وهذا لا يترك لها الوقت للحركة الرياضية<sup>(2)</sup>.

أما أوروبا الصيد بالصقور، والصيد بالأسهم والقوس. وفي أواخر القرن 14، اقتصرت الرياضة عند نساء الطبقة النبيلة حيث كن يمارسن التزحلق على الجليد، ألعاب الكف) التنس حالياً) بينما لم يكن للنساء العاديات الوقت الكافي لممارسة مثل هذه الألعاب، وفي القرن 19 ودائماً في أوروبا، أنشأت بعض النساء عدة مدارس لتربية المرأة وتحسين صحتها بفضل النشاطات البدنية.

وفي أواخر القرن 19، بدأت تظهر رياضات الفرق ثم دمجها ضمن برامج التربية البدنية نهائياً حيث انتشرت وتوسعت في المؤسسات التعليمية مثل كرة اليد، السلة، الطائرة، الخ... وبعد سنوات من المضايقة ظهر حماس شديد للنشاطات الرياضية عند النساء، هذا ساعد على إبراز فرق نسوية محترفة وفي عام 1885 ظهرت البطولة العالمية أخرى وفي رياضات أخرى مثل: لعبة السيف، السباحة، التزحلق على الجليد، المزلق والعجلات وهكذا ازداد عدد النساء الممارسات للرياضة.

وفي القرن 20 سنة 1920، ظهرت عدة حركات في الولايات المتحدة الأمريكية من طرف الرياضيات وحركات أخرى سنة 1960 مطالبة بالحقوق الوطنية لإعادة النظر في الحقوق السياسية والمدنية للنساء<sup>(3)</sup>.

(1)- إزري سوانلدة مكبوسة، رسالة ماجستير بجامعة الجزائر، معهد سيدي عبد الله سنة 2003-2004 ص37.

(2)- المرجع نفسه، ص38.

(3)- المرجع نفسه، ص38.

وهكذا تطورت الرياضة النسوية في العالم منذ الحرب العالمية<sup>(1)</sup> إلى يومنا هذا، توسعت دائرة النشاطات الرياضية النسوية وأصبحت المرأة تزاوم الرجل في شتى المنافسات الرياضية وفي مختلف النشاطات وهي دائما حاضرة في التجمعات الرياضية الدولية الكبرى.

## 6- الرياضة النسوية في الجزائر:

اقتصرت الرياضة الجزائرية في عهد الاستعمار على الرجال فقط حيث كان الغرض منها هو تكوين أفراد أقوياء بإمكانهم الدفاع عن الوطن بينما ما يسمى بالرياضة النسوية لم يكن لها وجود في تلك الفترة لأن دور المرأة يتمثل في تأدية الأشغال المنزلية.

فالرياضة النسوية ظاهرة حديثة، بدأ الاهتمام بها بعد الاستقلال حيث اقتحمت المرأة جميع الميادين ولاسيما ميدان الرياضة وتبين ذلك من خلال الفرق النسوية في الرياضات الجماعية ككرة السلة، كرة اليد، وكرة الطائرة وبالإضافة إلى بروزها في الرياضات الفردية: ألعاب القوى، السباحة، الجمباز وغيرها.

وفي الثمانينات، ازدادت مشاركة الجزائريات في عدة بطولات وطنية، إفريقية وعالمية، وصلت مشاركة الفتاة في الرياضة المنظمة من قبل الفيدراليات الوطنية في الرياضات الجماعية بين السنوات 1980 و 1986 إلى 52% ولكن بعد سنة 1986 عرفت الرياضة النسوية تدهورا كبيرا إذ وصلت ممارسة الفتيات في الرياضات الجماعية إلى 37%. (أرشيف ملتقط على مستوى المركز الوطني للتوثيق الرياضية CNIDS).

يمكن تفسير الضعف بالتغيرات في الأحداث الاجتماعية والسياسية التي وقعت في المجتمع الجزائري سنة 1998 والتي كانت لها تأثير سلبي على الرياضة بصفة عامة والرياضة النسوية بصفة خاصة، وكانت من آثار هذه الأحداث، تعرض بعض الرياضات الممارسات لأعمال العنف والتهديدات.

كما واجهت الرياضة النسوية عدة مشاكل منها ما يتعلق بأفكار المحافظة، التقاليد والأعراف، إلى جانب ظهور الفوارق بين الجنسين على مستوى الرياضات عامة وعلى مستوى النخبة إذ منع لفرقة كرة القدم المشاركة في منافسات دولية.<sup>(2)</sup>

أما في التسعينات بدأ المجتمع الجزائري يتقبل نوعا ما صورة المرأة الرياضية وهذا بعد الانتصارات التي حققتها بعض الرياضات وخاصة رياضة ألعاب القوى مثل العداءة حسبية بولمرقة في 1500م، عزيزي ياسمينية في السباعي، سليمة سواكري في الجيدو.

(1)- مرجع السابق، الصفحة نفسها.

(2)- عز الدين محمد، الرياضة النسوية هذه العقدة، مجلة الوحدة سنة 1991 العدد 249، ص 41.

لكن على الرغم من هذا تبقى الرياضة عند بعض النساء مجرد أسطورة، لأن المجتمع حدد لهن أدواراً أخرى غير ممارسة الرياضة.<sup>(1)</sup>

(أرشيف ملتقط على مستوى المركز الوطني للتوثيق الرياضية CNDIS): هناك شريحة من النساء التي تمارسن الرياضة بمختلف أشكالها التعبيرية<sup>(2)</sup>

### الرياضة للصحة: Sport pour la santé

هي عبارة عن نشاطات وتدرّيات بدنية التي تهدف إلى تحسين الحالة الصحية (رانزنبرق، 1980، 150) (Tranzenberg، 1980، 150)

#### - الرياضة الكتلية: Sport de Masse

هي ممارسة نشاط رياضي معين بشكل واسع من طرف عدد كبير من الممارسين أثناء أوقات الفراغ.

- رياضة المنافسة: تتميز بكونها تهدف إلى تحقيق أحسن نتيجة شخصية في نشاط رياضي معين (روتينغ Rothing، 1983، 229)

- رياضة المستوى العالي: رياضة النخبة (هدفها هو تحقيق أحسن نتيجة ممكنة في جميع المستويات، وطنية، قارية ودولية، تتضمن رياضيين محترفين الذي يغلب فيهم روح تجاوز الذات وإرادة قوية في بذل جهد التي تعتبر دافعهم الأولى).

#### - الطب الرياضي: Thérapie par le mouvement

- كوسيلة لمعالجة الأمراض والآلام عن طريق النشاطات العضلية (روتينغ Rothing، 1980، 75).

#### -7 الرياضات غير المناسبة للمرأة:

هناك بعض الألعاب والمسابقات التي لا تتناسب وطبيعة تكوين المرأة ومن هذه الألعاب والمسابقات مايلي رفع الأثقال/ الملاكمة/ المصارعة/ كرة القدم/ هوكي الانزلاق/ الجودو/ جري المسافات الطويلة: أكثر من 3000م مسابقات المضمار وأكثر من 5م في احتراق الضاحية والماراتون/ القفز بالزانة ورمي المطرقة في ألعاب القوى/ المسابقات المائية مثل التجديف والقوارب.

<sup>(1)</sup> Hanifi Samia" le statut de la femme et le sport" El Watan Dimanche 7.11.93.

<sup>(2)</sup> Weineck.J.Biologie du sport. Ed Vigot، 1992، p11، 12

## 8- وسائل ممارسة الرياضة للمرأة:

إن الإسلام لم يحرم المرأة من ممارسة الرياضة وفي كل الدراسات حول الرياضة في الإسلام توصل بأن الإسلام من الأديان السماوية التي تهتم بالرياضة إلى درجة بأن العبادات والشعائر الدينية تضمنت الحركة البدنية ومزجت نشاط الجسم مع نشاط الروح كما أن النبي عليه الصلاة والسلام كان يمارس ألوانا مختلفة من الأنشطة الرياضية كما كان يشجع الصحابة على ممارسة الألعاب والمسابقات الرياضية وأما بالنسبة إلى موقف الإسلام من رياضة المرأة فإن تسابق النبي صلى الله عليه وسلم مع عائشة رضي الله عنها لأكثر دليل على ذلك، فتقول رضي الله عنها: "سابقني النبي صلى الله عليه وسلم فسبقته" وتقول أيضا "خرجت مع النبي في بعض من أسفاره وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أبدن فقال للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال لي: تعالي أسابقك فسابقته فسبقته فسكت عني حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت معه في بعض أسفاره للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال: تعالي حتى أسابقك فسابقته فسبقني فجعل يضحك وهو يقول: هذه بتلك"<sup>(1)</sup>

## 9- كيف وأين لها أن تمارس الرياضة:

أ) كيف تمارس المرأة الألعاب والمسابقات الرياضية من أجل فوائدها البدنية والتربوية والصحية والاجتماعية ومن ثم فإنها تستطيع أن ترتدي الملابس المحتشمة المناسبة لديها وطبيعة تكوينها وخير الملابس الحديثة هي بدلة التدريب المكونة من جاكيت وبنطلون فضفاض وهي لاتعيق الحركة وفي نفس الوقت فإنها لباس محتشم ومناسب.

ب- أين: تستطيع المرأة أن تمارس بعض أنواع الرياضة مثل التمارين والريشة الطائرة وتنس ورياضة السهم والحركات الأرضية في الجمباز وكذلك الطائرة في حديقة المنزل أو في المدرسة أو المؤسسة التعليمية. أما بالنسبة لباقي الفئات من النساء فإن بعض المجتمعات الإسلامية تنشئ الأندية الرياضية الخاصة بالمرأة أو مراكز التدريب أو الجمعيات المتخصصة فمثل هذه المؤسسات الرياضية تتيح الفرصة لفئات كثيرة من مجتمع النساء مزولة مختلف ألوان الأنشطة الرياضية في جو من الحرية والإطمئنان وتحت إشراف أخصائيات متدربا.

<sup>(1)</sup>- islamtoday. Net/bohooth/ artshow-86-7125.htm

## الخلاصة:

إن الممارسة النسوية لمختلف أشكال الرياضة رغم أنها تمثل نسبة قليلة بمقارنتها مع نسبة ممارسة الرجل ( انظر جدول الإحصاءات المتعلقة بنسبة المشاركة في جميع الولايات بالنسبة للجنسين، ذكر وأنثى في الملاحق)، يمكن أن تبين مدى إرادة المرأة على التعبير على مساواتها مع الرجل في المجتمع الذي يشجع اللامساواة بين الجنسين، فرما تحاول المرأة عن طريق الرياضة أن تغير مثل هذه التصورات الاجتماعية<sup>(1)</sup> إن إهمال الرياضة النسوية لمختلف المستويات يعني إهمال صحة المرأة الذي ينتج عن إهمال صحة أجيال المستقبل، ولهذا تطوير وتعميم الممارسة النسوية أمر مطلق خاصة في الأوساط التربوية التي لا بد من إعطائها الأولوية المطلقة بفضل توفير الإطارات التي تتمثل في الدافعية والكفاءة اللازمة. وبهذا الصدد، نظم أول لقاء وطني بوهراة 1996 لمناقشة مسألة الرياضة النسوية في الجزائر، مثل أهداف هذا اللقاء في إعادة الاعتبار وتطوير الرياضة النسوية، إذ تدهور الرياضة النسوية خلال الفترات الأخيرة ناتج عن عدم التكفل الفعلي لهذه الظاهرة من طرف السلطات المعنية. انعدام الرياضة في المدارس وخاصة الابتدائية وظاهرة عزوف التلاميذ وخاصة الفتيات من حصص التربية البدنية والرياضية لأسباب شتى غير مبررة، عن طريق شهادات إرضاء (شهادات إعفاء دون مراقبة وفحوص طبية جدية، compliance).

فالبطلات الوطنية، القارية والدولية، تم اكتشافها في الوسط الرياضي المدرسي الذي هو نذر من بين

قدماء البطلات Talents بمثابة مخزن حقيقي للمواهب

- قيدوش في رياضة كرة اليد 1971-1983

- بوطمين سكينية التي شاركت لأول مرة في الألعاب الأولمبية بموسكو 1980

- حسيبة بولمرقة التي برزت في طوكيو 1991 كبطلة عالمية 1500 متر في ألعاب القوى و1992

كبطلة أولمبية برشلونة.

وغيرها من الرياضات التي شرفن الرياضة الجزائرية عامة والنسوية خاصة.

<sup>(1)</sup> kerzabi. M « les championnes dans le sport algérien » thèse de doctorat ; ISTS, daly brahim ; 1996 p10.

التنظيم الفني

الفصل الرابع:

الطرق المنهجية للبحث

بعد دراستنا للجانب النظري الذي يتناول الرصيد المعرفي المناسب والملم بموضوع البحث، والذي ضم ثلاثة فصول شرحت وبينت المفاهيم العامة للبحث لتسهيل علينا ضبط ودراسة العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

وسنحاول في هذا الجزء من الدراسة (الجانب التطبيق)، بإجراء الدراسة الميدانية للوقوف على واقع الرياضة النسوية في المحيط الجامعي، وكذلك التحقق من المعلومات النظرية التي قمنا بضمها إلى المذكورة، وذلك باستعمال أداة الإستبانة التي وزعت على الطالبات الجامعيات لجمع المعلومات وتحليلها ومناقشتها والخروج بنتائج واقتراحات.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، وذلك للتأكد من ملائمة الموضوع المختار لمكان وزمان الدراسة وتوفير المعلومات اللازمة لإجراء هذه الدراسة بنجاح، والتحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات ومعرفة الزمن المناسب والمتطلب لإجرائها.

فمن عنوان البحث ألا وهو: "العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة"، قمنا باختيار الطالبات التي يدرسن في الجامعة واللواتي سنقوم بتوزيع الاستبيان عليهن بطريقة انتقائية حسب ما ورد في موضوع الاستبيان، لنستطيع الحصول على نتائج مقبولة.

### 2- المجال المكاني والزمان:

**1-2- المجال المكاني:** تم اخذ عينة عشوائية من الطالبات الجامعيات اللواتي يستخدمن قاعة المطالعة بقطب شتمة جامعة محمد خيضر بسكرة.

**2-2- المجال الزماني:** لقد تم إجراء هذا البحث ابتداء من شهر جانفي إلى غاية شهر ماي 2016، إذ تم توزيع الاستبيان واسترجاعه، ثم جمع المعلومات في جداول إحصائية لاستخراج النسب ثم تحليل النتائج المحصل عليها باستعمال طرق الإحصاء وبرنامج spss الإحصائي الأكثر استعمالا في مثل هذه الأبحاث.

**2-3- المجال البشري:** كانت عينة البحث عبارة عن طالبات جامعيات يدرسن بالقطب الجامعي شتمة، دون مراعاة عامل السن أو التخصص أو سنوات الدراسة، لكن يتفقن جميعا في عدم ممارستهن للرياضة في الوقت الحالي.

**3- مجتمع البحث:** من الناحية الاصطلاحية: "هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة، وقد تكون هذه المجموعة: مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى"<sup>(1)</sup>.  
ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي يمتلك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي.  
لذا فقد ارتأينا في بحثنا هذا أن يكون مجتمع البحث خاص بجامعة محمد خيضر بسكرة.

### 3-1- عينة البحث وكيفية اختيارها:

باعتبار أن العينة حجر الأساس في أي دراسة ميدانية تستند إلى الاستبيان كأداة لإجراء الدراسة تم اختيار العينة التي تعرف بأنها: " جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث"<sup>(2)</sup>.  
وهي كذلك النموذج الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني، وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية والرياضية تكون عبارة عن "أشخاص"، والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين.

وبحكم الموضوع الذي نحن بصدد دراسته حاولنا أن نأخذ عينة ممثلة للمجتمع الأصلي عمليا ومنطقيا يخضع لمقاييس دقيقة وموضوعية، يمكن ضبطها ميدانيا وفق متساوية مع وحدات المجتمع الأصلي، وذلك بهدف التوصل للتمثيل الصحيح والجيد للنتائج المحصل عليها، ثم إسقاطها نسبيا على الظاهرة الاجتماعية والخروج باقتراحات وتوصيات تساهم في تحسين ورفع نسبة ممارسة الطالبات للرياضة.

وبحكم أن قاعة المطالعة هي نقطة استقطاب لكافة الطلبة الذين يدرسون بمختلف التخصصات المتاحة بجامعة بسكرة، تم اختيار عينة عشوائية تتكون من 30 طالبة متواجدة بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة.  
وبعد توزيع الاستبيان قمنا بجمع البيانات، ووصف الظروف أو الممارسات الشائعة، باعتبارها أهم خطوة بسبب صعوبة إقناع الباحثين بالجواب على أسئلة الاستبيان بكل شفافية وصدق، إلى أن عملية البحث لا تكتمل حتى تنظم هذه البيانات وتحلل بدقة، إذ قمنا بتوزيع 36 استمارة تمكنا من استرجاع 30 منها، ثم قمنا بتفريغ الاستبيانات لحساب عدد التكرارات الخاصة بكل سؤال ثم حساب النسب المؤوية لكل منها، ثم الخروج بالاستنتاجات ذات الدلالة والمغزى لحل المشكلة المطروحة.

(1) محمد نصر الدين رضوان: "الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية"، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003، ص14.

(2) رشيد زرواتي: "مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، ط1، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، 2007، ص334.

#### 4- الشروط العلمية للأداة(الصدق- الثبات- الموضوعية):

قبل الشروع في توزيع الاستبيانات على الطالبات، تم مناقشة أسئلتها مع مجموعة من الأساتذة المتخصصين وفق الشروط العلمية المتبعة في مثل هذه البحوث(الصدق، الثبات، الموضوعية)، وذلك لتصحيح أو تغيير بعض الأسئلة أو حذفها تماما، ثم إعادة صياغة الاستبيان بطريقة صحيحة.

#### 5- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا أن هناك متغيرين اثنين، أحدهما مستقل والآخر تابع، وهم كالتالي:

#### 5-1- تعريف المتغير المستقل: وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب الأساس أو أحد

الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر

#### 5-2- تحديد المتغير المستقل: "الطالبات الجامعيات".

#### 5-3- تعريف المتغير التابع: وهو متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم

المتغيرات الأخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع.

#### 5-4- تحديد المتغير التابع: "ممارسة الرياضة"

#### 6- المنهج العلمي المتبع:

إن طبيعة الموضوع تلزمنا على إتباع المنهج الوصفي المسحي، وذلك تماشيا مع الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، وذلك لاعتماده على استقصاء موجه إلى ظاهرة من الظواهر الاجتماعية أو التعليمية، أو النفسية، كما هي قائمة في الحاضر، وذلك بقصد تشخيصها وكشف جميع جوانبها، لتحديد العلاقة بين عناصرها الداخلية والخارجية، تعليمية أو نفسية أو اجتماعية.<sup>(1)</sup>

وبعد ذلك يتم ضبطها كميًا عن طريق جمع المعلومات وتصنيفها وتحليلها، وبالتالي إخضاعها للدراسة فهو لا يهدف إلى وصف ما هو قائم بالفعل بل يهدف إلى تحديد الظاهرة وتحليله، وتفسيرها، ومقارنتها، وذلك قصد التوصل لمعرفة عملية دقيقة، وتعميمات ذات معنى نثري بما رصيد معارفنا عن تلك الظاهرة، كموضوع أسباب عدم التحاق الطالبات بقسم التربية البدنية والرياضية، لذلك نجد أن الضرورة العلمية تقتضي

(1) الزوبعي والغنام، مناهج البحث في التربية، ج1، مطبعة العاني، بغداد، 1974، ص51.

منا استخدام المنهج الوصفي باعتباره المناسب في " دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع"<sup>(1)</sup>.

### 7- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث:

كما ذكرنا سابقا قد اعتمدنا في دراستنا على أداة الاستبيان.

**7-1- الاستبيان:** تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة والمستمدة مباشرة من المصدر والمعلومات التي يتحصل عليها الباحث من خلال المقابلة، والتي لا يمكن أن نجدها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص لجمع المعلومات يتطلب إجراءات جديدة ودقيقة من البداية، نذكر منها:

- تحدي الهدف من الاستبيان.

- تحديد وتنظيم الوقت المخصص للاستبيان.

- اختيار العينة التي يتم استجوابها.

- وضع عدد كاف من الاختيارات لكل سؤال.

- وجود خلاصة موجزة لأهداف الاستبيان.

ويتجلى هذا الأسلوب المثالي في تواجد الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثري البحث.

**7-2- الطريقة الإحصائية:** بعد جمع كل الاستمارات الخاصة بالطالبات الجامعيات نقوم تفرغ وفرز الاستبيانات، وتتم هذه العملية بحساب عدد التكرارات للأجوبة الخاصة بكل سؤال، وبعدها يتم حساب النسب المئوية بالطريقة الإحصائية التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{العدد الفعال} \times 100}{\text{مجموع العينة}}$$

<sup>(1)</sup> حسين عبد الحميد رشوان، في مناهج العلوم، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر، 2003، ص66.

## 8- إجراءات التطبيق الميداني:

بعد أخذ الموافقة من طرف المشرف، قمنا بطباعة الاستمارة الخاصة بالاستبيان الموجه للطلبات الجامعيات، توجهنا بتاريخ 25 جانفي 2016 نحو القطب الجامعي شتمة بسكر، أين التقينا بالطالبات في قاعة المطالعة وسعينا إلى شرح وتوضيح مضمون الاستبيان لتسهيل عملية الإجابة على الأسئلة وملاً الاستمارة بكل حرية وذلك حتى تاريخ 28 أفريل 2016.

لنقوم بعد هذه الزيارات بالالتقاء بالمشرف واستشارته في طريقة التحليل ومناقشة هذه النتائج لنشر

في تحليلها.

الفصل الخامس:

تحليل ومناقشة النتائج

**تمهيد:**

يتوجب على الباحث أن يقوم بجمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة من خلال الجانب الميداني، للتأكد من صحة أو خطأ الجانب النظري حسب الفرضيات المطروحة، وهذا بعد أن يقوم بتبويب البيانات.

## 1- تحليل الاستبيان الخاص بالطالبات الجامعيات.

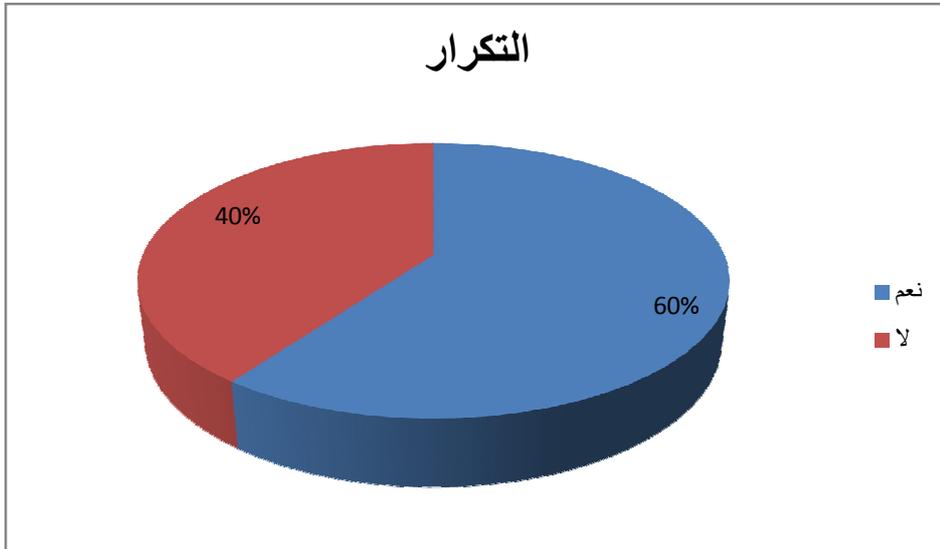
المحور الأول: الوسط البيئي والاجتماعي يمنع الطالبات عن ممارسة الرياضة:

السؤال الأول: هل هناك فرد من عائلتك يمنعك عن ممارسة الرياضة

الغرض من السؤال: معرفة الشخص المسبب في منع الطالبات من ممارسة الرياضة

الجدول رقم 1: يوضح إجابة الطالبات حول رأيتهن أن أحد أفرادهن يمنعهن من ممارسة الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	12	18	التكرار
%100	%40	%60	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 1، أن نسبة 60% من الطالبات تمتنع عن ممارسة الرياضة والسبب يعود إلى تحكم أفراد الأسرة وسيطرتهم، فإما أن يتدخل الأب أو الأخ أو أحد الأقارب فيمنعها من ممارسة النشاط الرياضي خوفاً وتحفظاً عليها، وبالتالي تبقى عقلية المرأة منحصرة في عقلية أسرتها فهي مقيدة لا حرة على العكس النسبة المتبقية من الطالبات أدلى 40% منهن بانفرادهن بعقليتهن، وتحررن من العقلية الأسرية فلم تجدها عائقاً.

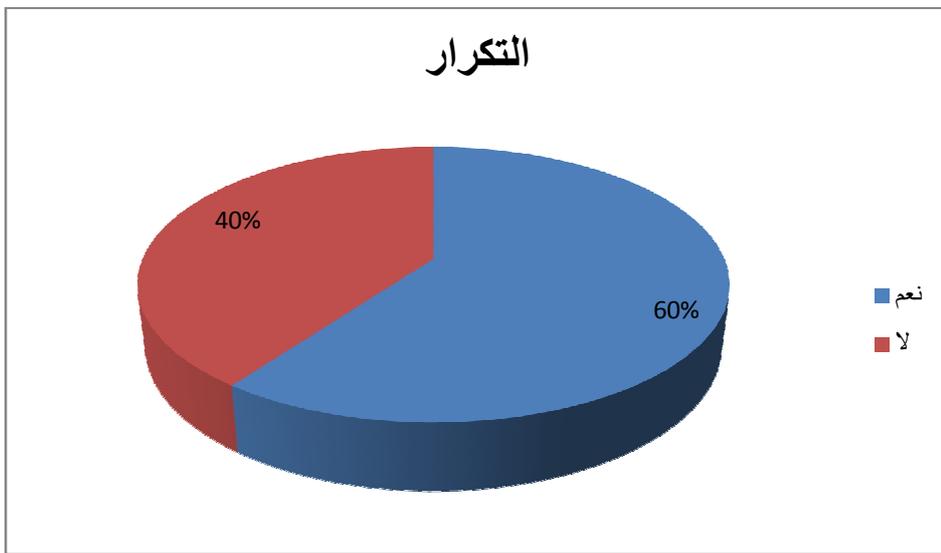
الاستنتاج: نستنتج أن الأسرة العربية المسلمة لازالت تتحكم في تصرفات وتوجهات ابنتها (الطالبة الجامعية).

السؤال رقم 2: هل ثقافة مجتمعنا تمنعك عن ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الطالبات بثقافة المجتمع.

الجدول رقم 2: يوضح ما مدى تأثير ثقافة المجتمع على الطالبة التي تمارس الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	12	18	التكرار
%100	%40	%60	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 2، أن نسبة 60% من الطالبات أثرت فيهن

ثقافة المجتمع العربي، وكانت عائق لهن، إذ بقي مجتمعنا متمسكا بأفكاره قديمة منحصرًا في نطاق ضيق لا

يتجاوز نطاق التفكير العربي، أما نسبة 40% منهن فلم تتأثر بثقافة المجتمع العربي، إذ تشبعن بثقافة المجتمع

العربي، وتبين أفكاره، فلم يمتنعن عن ممارسة الرياضة.

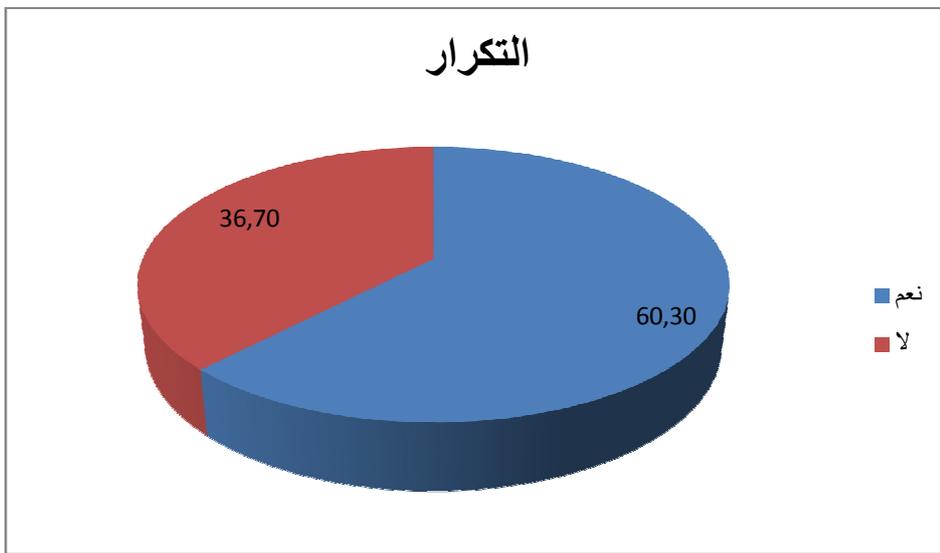
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن المرأة المسلمة لا تزال متمسكة بثقافة المجتمع العربي الإسلامي.

السؤال رقم 3: هل ترى أن نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية؟

الغرض من السؤال: توضيح نظرة المجتمع إلى المرأة التي تمارس الرياضة.

جدول رقم 3: يبين نظرة المجتمع إلى المرأة التي تمارس الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	11	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 3، أن نسبة 63.3% من المجتمع تنظر للمرأة الرياضية

نظرة سلبية، فهذه المرأة في نظرهم متفتحة ومرجلة، وهذا ما يتنافى مع قيم مجتمعنا العربي، أما نسبة 36.7%

من المجتمع فنظرهما نظرة ايجابية إذ ترى أن حق المرأة في الرياضة كحق الرجل، فعليها القيام بالنشاط الرياضي

لأنه يقوي من العلاقات الاجتماعية، وبالتالي يكون المجتمع متماسكا بتماسك العلاقات بين الأفراد.

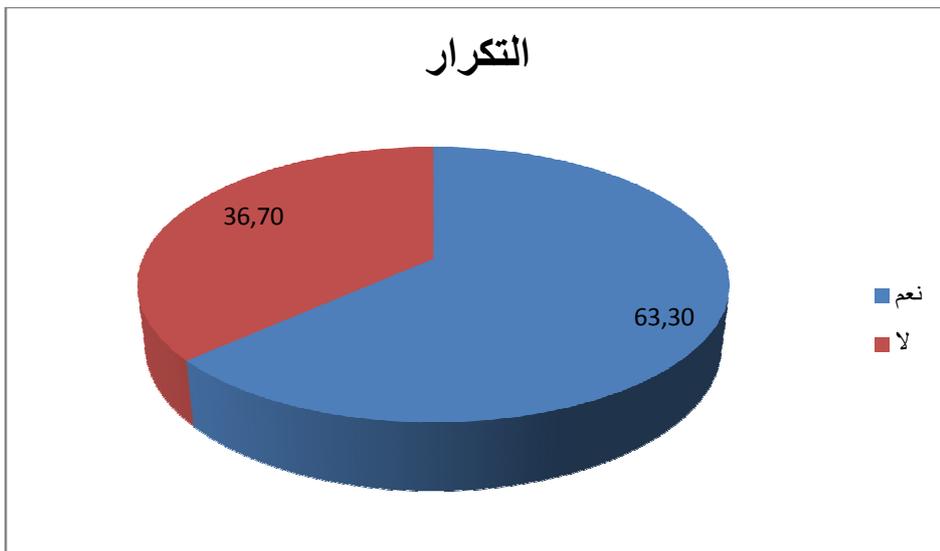
الاستنتاج: نستنتج أن نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية لم ولن تتغير.

السؤال رقم 4: هل ممارسة الرياضة تنقد أنوثتك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير ممارسة الرياضة في أنوثتك.

الجدول رقم 4: يوضح أثر ممارسة الرياضة في أنوثة الطالبة

المجموع	لا	نعم	
30	11	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 4، أن نسبة 63.3% ترى أن المرأة تريد أن تركز على واجباتها الدراسية العملية فقط، ولا تريد أن تمارس النشاطات الرياضية، لأن ممارستها لهذه الأنشطة حسب اعتقادها ستقلل من أنوثتها وتجعلها لا تختلف عن الرجال مطلقاً، وهذا ما يتناقض مع الطبيعة ومركزها الاجتماعي الذي حدده مجتمعنا، في حين ترى النسبة المتبقية 36.7% أن الرياضة تزيد المرأة رشاقة وأناقة وجمالاً، كما تحسن من نفسيتها ومزاجيتها.

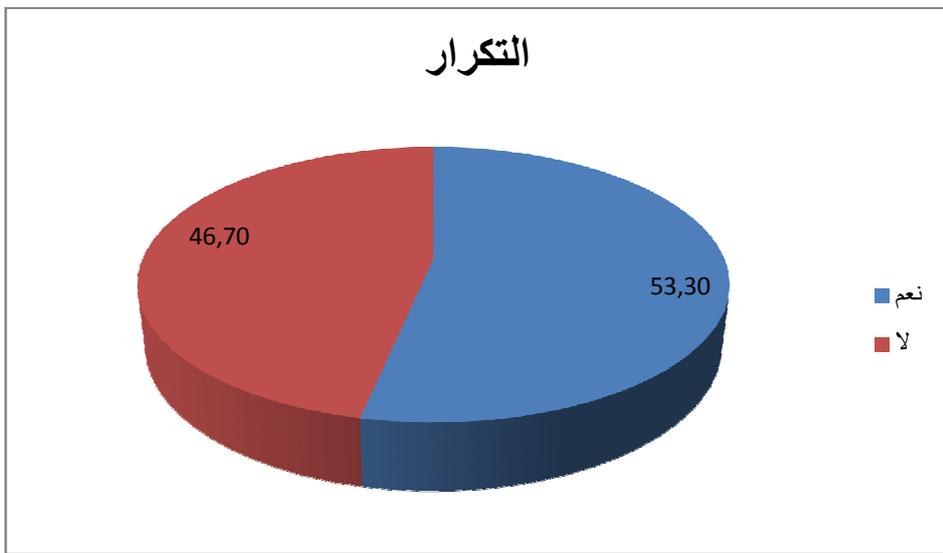
الاستنتاج: نستنتج أن ممارسة المرأة للرياضة تنقص أنوثتها.

السؤال رقم 5: هل ممارسة الرياضة تمس من عاداتك وتقاليديك؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت الرياضة تمس من عادات وتقليد المرأة.

جدول رقم 5: يوضح إجابات الطالبات عن ما إذا كانت ممارسة الرياضة تمس من عاداتهن وتقاليدهن.

المجموع	لا	نعم	
30	14	16	التكرار
%100	%46.7	%53.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: من خلال الجدول رقم 5 نلاحظ أن، نسبة 53.3% من الطالبات يرون أن العادات

والتقاليد لا تتنافى مع ممارسة الرياضة، مع نظرة المجتمع لها ولللباسها الذي يعتبرونه غير محتشم، بينما أجابت

نسبة 46.7% من الطالبات أن العادات والتقاليد أصبحت لا تؤثر على ممارسة الرياضة.

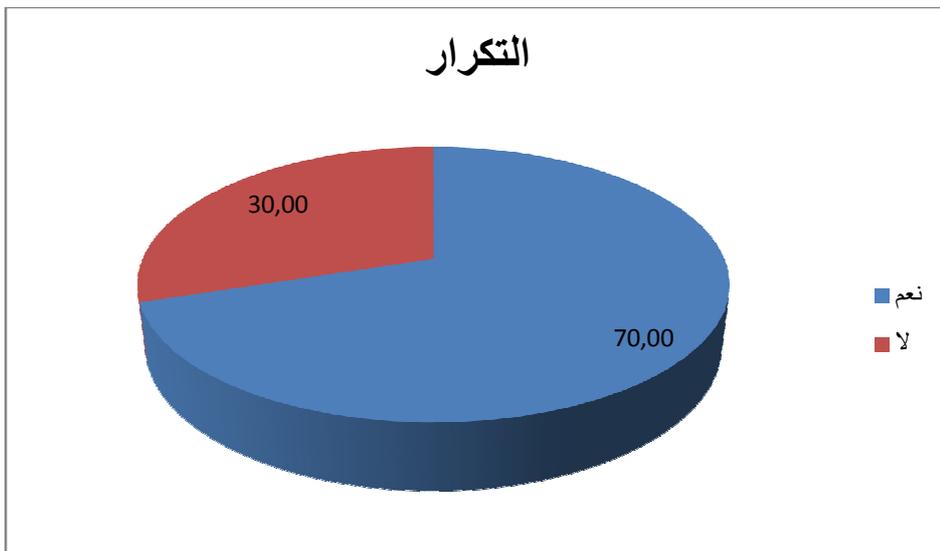
الاستنتاج: نستنتج أن العادات والتقاليد تعتبر من العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 6: هل لديك أي معلومات عن الأنشطة التي تمارسها الطالبة؟

الغرض من السؤال: معرفة الرصيد المعرفي حول ثقافة الرياضة النسوية.

جدول رقم 6: يوضح إجابات الطالبات عن الرصيد المعرفي حول رياضة المرأة

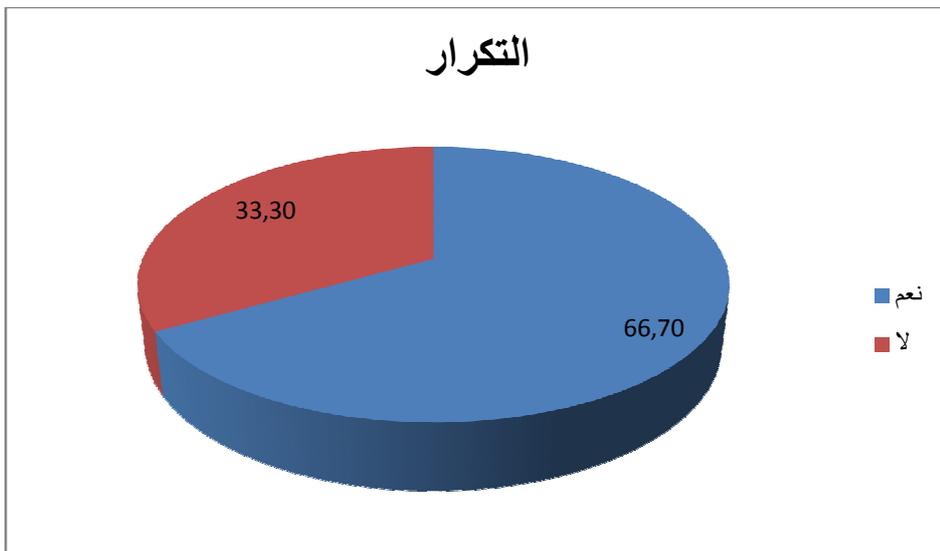
المجموع	لا	نعم	
30	9	21	التكرار
%100	%30	%70	النسب



مناقسة وتحليل النتائج: من خلال الجدول رقم 6 نجد أن، نسبة 70% من الطالبات لديهن خلفية معرفية عن الرياضة النسوية، وهذا يرجع إلى ممارستهن للرياضة منذ الصغر، في حين نجد أن نسبة 30% من الطالبات ليست لديهن أي خلفية عن الرياضة التي تمارسها المرأة، وهذا راجع إلى عدم ممارستهن للرياضة. الاستنتاج: نستنتج أن معظم الطالبات لا يمارسن الرياضة بسبب الضعف المعرفي حول الرياضة النسوية.

السؤال رقم 7: هل تستطيع المرأة ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجل؟  
الغرض من السؤال: معرفة قدرة المرأة في ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجل.  
جدول رقم 7: يوضح معرفة مدى قوة المرأة في ممارسة الرياضة ومقارنتها مع الرجل

المجموع	لا	نعم	
30	10	20	التكرار
%100	%33.3	%66.7	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 7، أن نسبة كبيرة من الطالبات 66.7% ترى أن المرأة تستطيع ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجل، فيما أن المرأة في العهد الإسلامي تقاثل جنباً لجنب مع الرجل فكيف لا تستطيع ممارسة الأنشطة الرياضية الخاصة به، أما نسبة 33.3% من الطالبات ترى أن المرأة لا تستطيع ممارسة كل أنشطة الرجل الرياضية، لأن المرأة لا تملك قدرات الرجل وقوته، فالرجال قوامون على النساء.

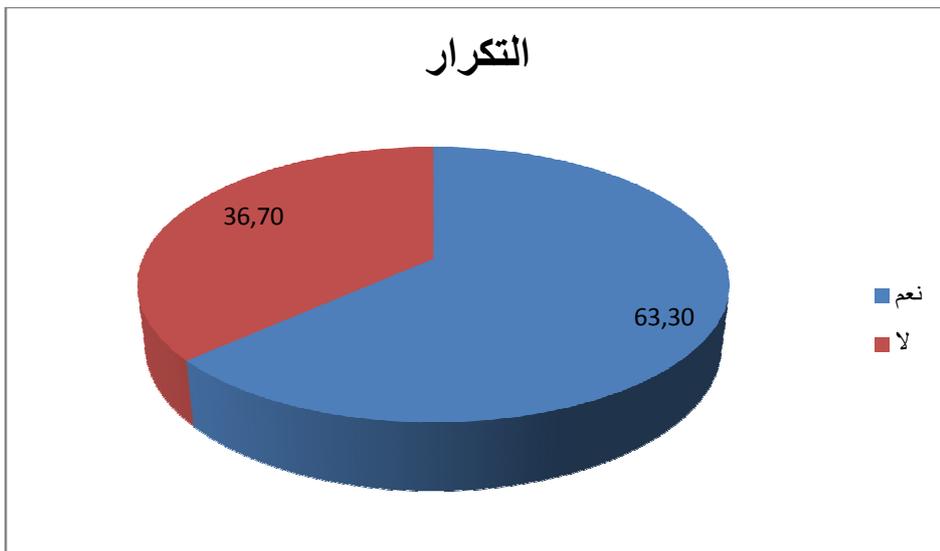
الاستنتاج: نستنتج أن المرأة لها قدرات على ممارسة الأنشطة التي يمارسها الرجل.

السؤال رقم 8: هل هناك عائق عن ممارسة الطالبة للرياضة بسبب انتقاد المجتمع

الغرض من السؤال: معرفة مدى انتقاد مجتمعنا للمرأة التي تمارس الرياضة.

جدول رقم 8: يوضح إجابات الطالبات حول رأيتهن بأن انتقادات المجتمع يسبب عائق في ممارستهن للرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	11	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسب



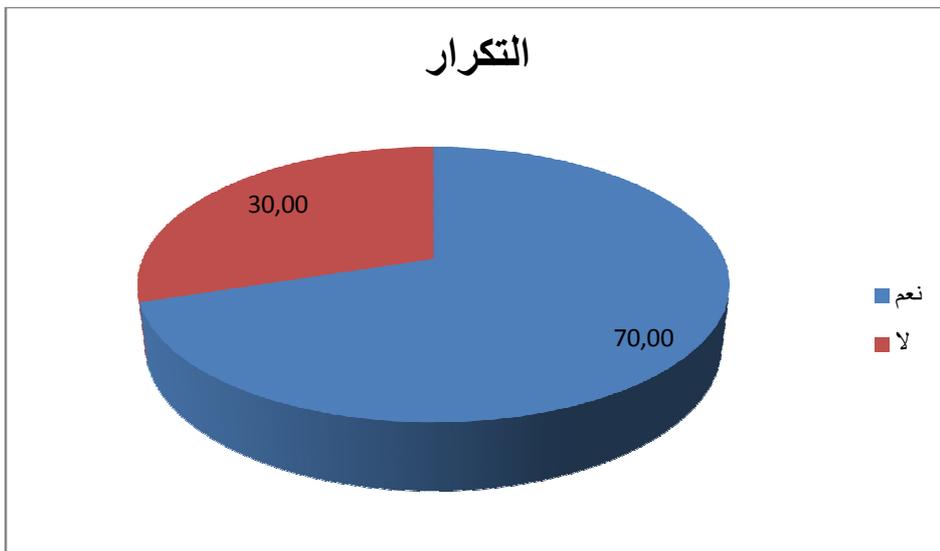
تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 8، أن نسبة 63.3% من الطالبات ترى أن المرأة مرآة لمجتمعها، تعكس ما اكتسبته وتلقته من آراء ومعتقدات وقيم، ومقاييس إيجابية ومشجعة للألعاب والنشاطات الرياضية، فالمرأة لا بد أن تتقيد بها وتكون مستعدة للدفاع عنها، ثم ترجمتها لواقع العمل يدفعها نحو المشاركة للأنشطة الرياضية بجدية وحماس واستمرارية، في حين نرى نسبة 36.7% من الطالبات ترى العكس، فإذا كانت هذه الآراء والمعتقدات والقيم سلبية وغير مشجعة للألعاب الرياضية، فإنها تعتقد بأن ممارسة هذه الرياضة هي مضيعة للوقت وتحطيم الطاقة، وخسارة الأموال التي تصرف عليها، وسبب من أسباب الفشل الدراسي.

السؤال رقم 9: هل مارست أي نشاط في صغرك؟

الغرض من السؤال: معرفة النشاطات الرياضية الممارسة في الصغر.

جدول رقم 9: يوضح معرفة أن ثقافة ممارسة المرأة للرياضة تدرج معها منذ الصغر.

المجموع	لا	نعم	
30	8	22	التكرار
%100	%26.7	%73.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 9، أن نسبة كبيرة من الطالبات 73.3% قد مارست النشاطات الرياضية منذ صغرها، وذلك لوجود التسهيلات الرياضية الكافية لهن، إذ توجد مرافق خاصة بهن بالإضافة إلى موافقة الأهل لهن. أما نسبة قليلة من الطالبات 26.7% ترى أن من معيقات مشاركة الطالبات في ألعاب الرياضة عدم وجود التسهيلات الرياضية الكافية لهن، بالإضافة إلى معارضة الأهل والأقارب.

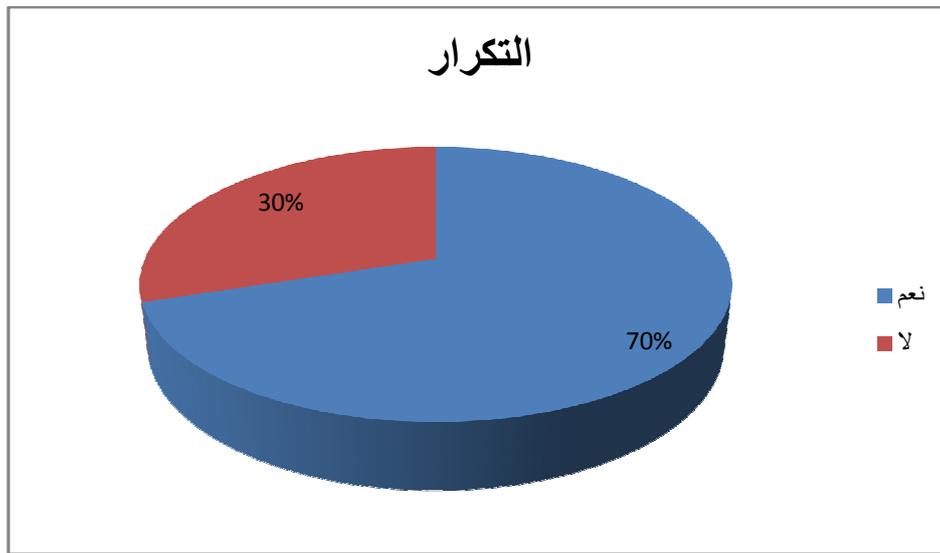
الاستنتاج: نستنتج أن للرياضة النسوية معوقات مرتبطة بها منذ الصغر.

السؤال العاشر: هل ترى أن المجتمع يتجنب الأنشطة الرياضية؟

الغرض من السؤال: تحديد الجوانب التي تحصر فيها وظائف المرأة.

الجدول رقم 10: يوضح رأي الطالبات في أن مجتمع يحصر وظائف الطالبة في الدراسة أو العمل فقط.

المجموع	لا	نعم	
30	9	21	التكرار
%100	%30	%70	النسبة



**التحليل والمناقشة:** نلاحظ من خلال الجدول 10، أن نسبة 70% من الطالبات ترى أن وظائف الطالبة محصورة في الدراسة أو العمل فقط من طرف أفراد المجتمع، ضنا منه أن ترك وإهمال النشاطات الرياضية تساعد أبنائهم على التفرغ والتركيز أكثر في الدراسة في المدارس والكليات والجامعات، أما نسبة 30% من الطالبات فتري أن وظائف المرأة لا تنحصر في الدراسة والعمل فقط، لأن قابلية الإنسان على التحصيل العلمي والعمل والإنتاج يتضاعف ويتطور إذا استغل وقت الفراغ في ممارسة النشاطات الرياضية.

**الاستنتاج:** نستنتج أن المجتمع يحصر وظيفة المرأة بين الدراسة والعمل والمتزل، وليس لها الحق في مجالات أخرى.

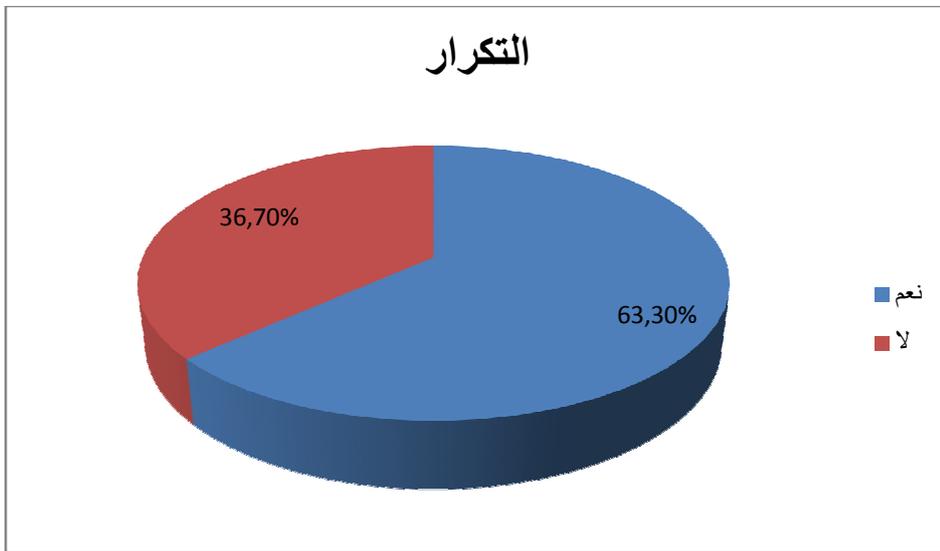
المحور الثاني: العوامل الدينية التي تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 11: هل ترين أن الدين يمنع الطالبة من ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: معرفة آثار التعاليم الدينية في عدم ممارسة المرأة للرياضة.

جدول 11: يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما إذا كان الدين يتعارض مع ممارستهن للرياضة

المجموع	لا	نعم	
30	12	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسبة



التحليل والمناقشة: من خلال الجدول 11 ، نلاحظ بوضوح أن نسبة 63.3% لا يزاولون الأنشطة

الرياضية وكان تعليهن، هو تمسكهن بالقيم والمبادئ الدينية حيث، أن المرأة المسلمة يجب عليها ارتداء الملابس المستورة(الحجاب) التي تعيقها أثناء ممارسة الرياضة بكل حرية، كما أن جانب الاختلاط الذي يمنعه الدين ويقف ضده. أما نسبة 36.7% من الطالبات ترى الدين الإسلامي لا يمنع المرأة من ممارسة الرياضة، لأن مثل تلك الأفعال والمواقف الدينية والأخلاقية التي تحملها الطالبات المتمسكات بالدين وقيمه الأخلاقية تتميز بالتعصب والجهل وضيق التفكير لعدم معرفة الأمور الحقيقية التي يرمي إليها ديننا الحنيف.

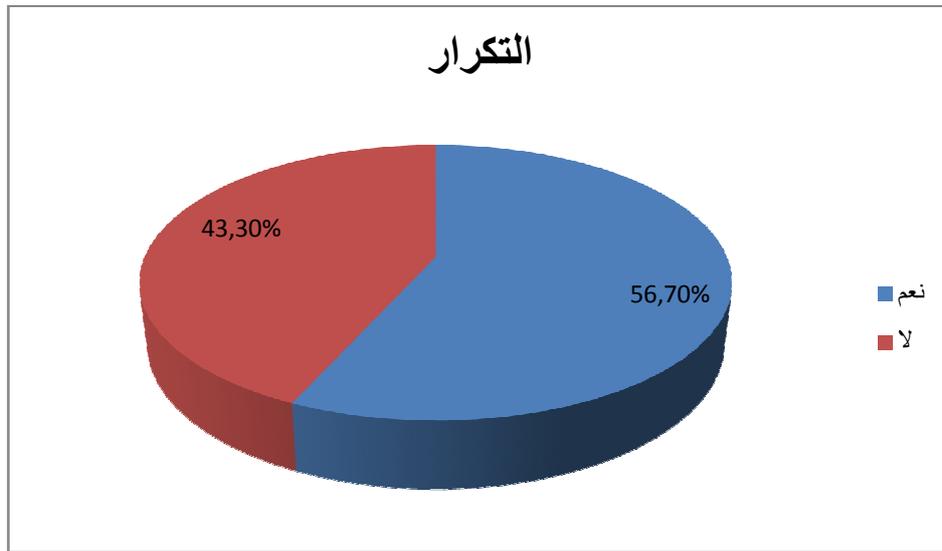
الاستنتاج: نستنتج أن الدين لا يشكل في حد ذاته عائقا في ممارسة المرأة للرياضة.

السؤال رقم 12: هل اختلاط الذكور مع الإناث يمنعك من ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: معرفة إن كان الاختلاط يشكل عائقا وسببا في عدم ممارسة المرأة للرياضة

جدول رقم 12: يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما أن الاختلاط سبب يعيقهن عن ممارسة الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	13	21	التكرار
%100	%43.3	%56.7	النسبة



**المناقشة والتحليل:** نتبين من الجدول 12، أن نسبة 56.7% من الطالبات يجزمون أن لباس المرأة (الحجاب) يمنعها من ممارسة الأنشطة الرياضية، فالطالبات المحجبات اللواتي يلبسن الحجاب الشرعي يعتقدن أنه يكسبهن العفة والوقار والشرف، ويبعد الأنظار الشريرة التي يسلمها بعض الرجال، أضف إلى ذلك أن المرأة التي ترتدي الملابس الرياضية الضيقة والقصيرة هي امرأة غير ملتزمة بالقواعد الأخلاقية والدينية. أما نسبة 43.3% من الطالبات ترى أن اللباس لا يمنعها من ممارسة الرياضة، لأن الدين لا يحرم عليها ارتداء الملابس الرياضية المتماشية مع الدين داخل الوسط المعقول الذي يسمح لها بالقيام بفعاليات وتمارين الرياضة دون تعارض مع القيم الدينية.

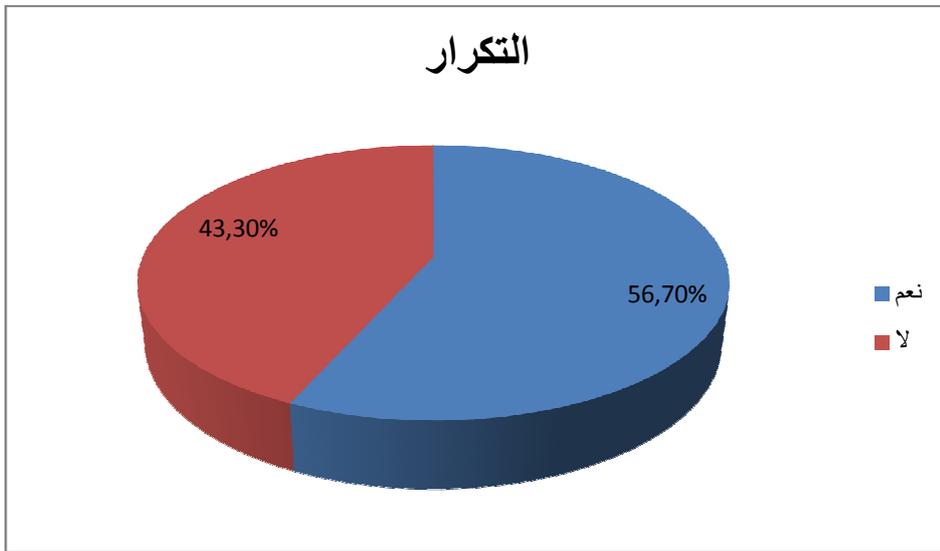
**نتيجة:** نستنتج أن اللباس الرياضي يعيق المرأة عن ممارستها للرياضة.

السؤال رقم 13: هل اللباس الرياضي يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: توضيح اثر لباس المرأة أثناء الرياضة.

جدول رقم 13: يوضح أثر اللباس الرياضي على الطالبة الرياضية.

المجموع	لا	نعم	
30	13	21	التكرار
%100	%43.3		النسبة



المناقشة والتحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم 13، أن نسبة 56.7% من الطالبات ترى أن لباس المرأة يمنعهن من ممارسة الأنشطة الرياضية، فالطالبات المحجبات حجاباً شرعياً يعتقدن أن الحجاب وقاية لهن من الأحكام المسبقة لأفراد المجتمع التي تسقط مباشرة على الطالبات الغير المحجبات واللواتي يمارسن الرياضة بملابس غير محتشمة والغير لائقة أحياناً.

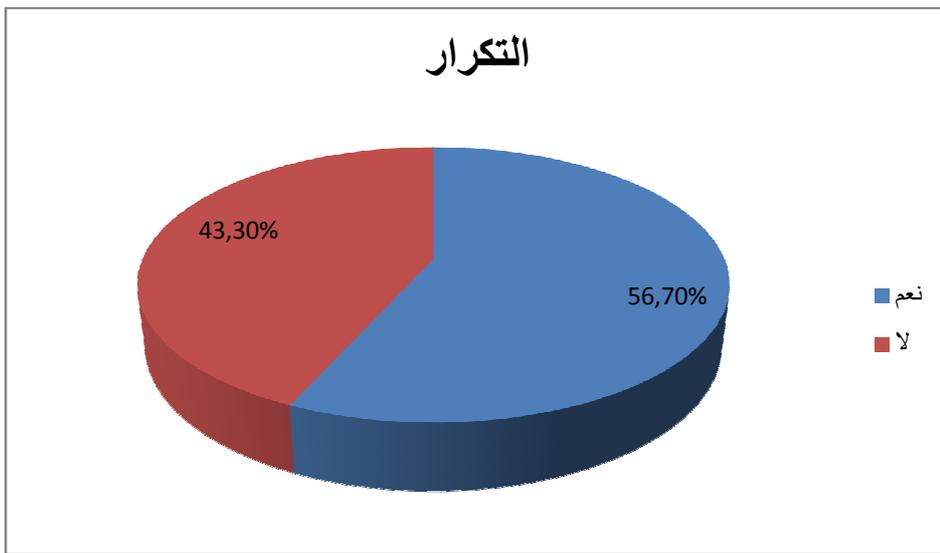
نتيجة: اللباس الرياضي يمنع المرأة من ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 14: هل ترى أن ممارسة الرياضة يمس من سمعتك؟

الغرض من السؤال: توضيح أثر ممارسة الرياضة على سمعة الطالبة.

جدول رقم 14: يوضح أثر ممارسة الرياضة على سمعة الطالبة

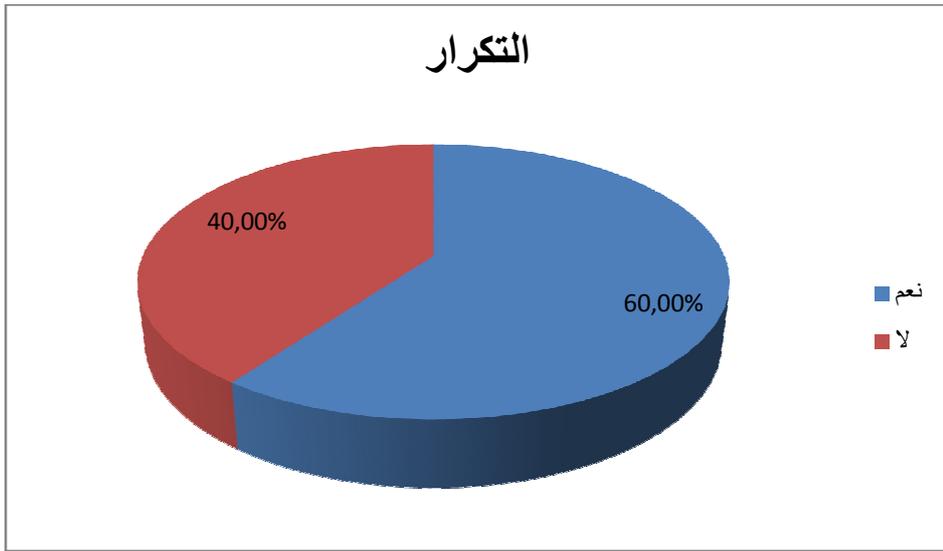
المجموع	لا	نعم	
30	13	21	التكرار
%100	%43.3	%56.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: يظهر من خلال الجدول رقم 14 وشكله، أن نسبة 56.7% من الطالبات ترى أنه يتطلب من المجتمع منع النساء من المشاركة في الألعاب الرياضية، وانتهاج السبل التي تكفل إبعادها، نظرا لما تتبعه هذه الفعاليات من خطورة جسدية وأثر في اتزان أخلاق النساء وسمعتهم في المجتمع، لهذا تعزف المرأة عن النشاطات الرياضية وتجنبها حفاظا على سمعتها ومزلتها الاجتماعية، أما النسبة المتبقية 43.3% فلا ترى مثل هذه الآراء، فهي مواقف خاطئة ومغلوبة بتعدد كل البعد عن الواقع الحضاري، لذا ينبغي تغييرها وربطها بقيم تتوافق والركب الحضري، تسمح بذلك للمرأة بالمشاركة في الألعاب والفعاليات الرياضية، التي لا تقوي العقل والبدن فقط بل ترفع من قيمتهما في المجتمع.

السؤال الخامس عشر: هل الخجل يعيق طالبة في ممارسة الرياضة؟  
الغرض من السؤال: معرفة أسباب عزوف المرأة عن ممارسة الرياضة.  
جدول رقم 15: يوضح مدى تأثير الخجل على ممارسة المرأة للرياضة

المجموع	لا	نعم	
30	12	18	التكرار
%100	%40	%60	النسبة



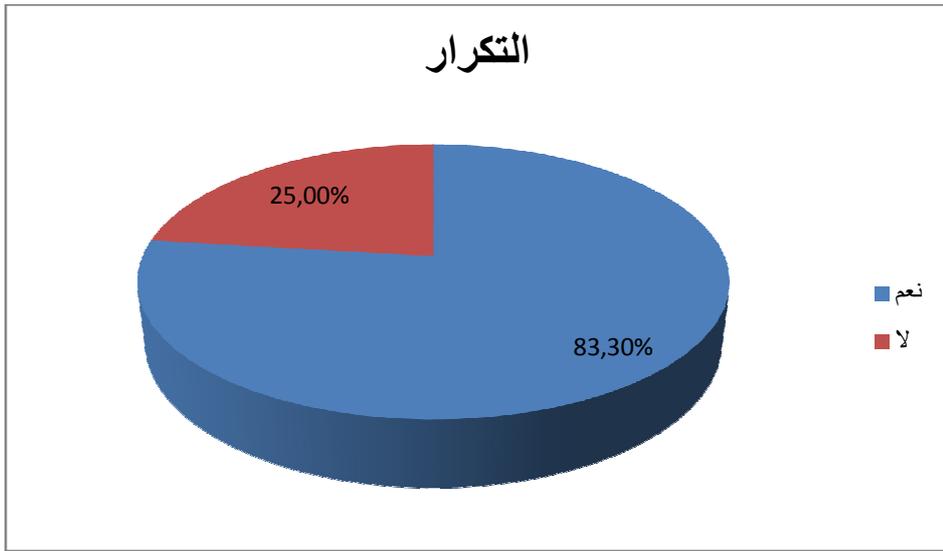
تحليل ومناقشة النتائج: إن نسبته 60% من الطالبات ترى أن أكثرية النساء تعزفن عن المشاركة في الفعاليات الرياضية بسبب عوامل الدراسة وعدم وجود الرغبة الحقيقية في مشاركة، بالإضافة إلى الخجل والخوف من انتقاد الآخرين، لعدم توافر الأجواء الاجتماعية والرياضية المناسبة التي تشجعهن على ممارسة الرياضة، في حين ترى 40% من الطالبات أنها تمارس الرياضة دون خجل ودون خوف من رأي الآخر فيهن، فهي على ثقة كبيرة من نفسها، وتمارس الرياضة برغبة وهواية ولا تستطيع الاستغناء عنها.  
نتيجة: إن الخجل يسبب عزوف الطالبات عن ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 16: هل ترى أن الوقت التي تمارسين فيه الرياضة يعارضك على المهام والواجبات الدينية؟

الغرض من السؤال: تبيان مدى تقصير المرأة الرياضية في أداء الواجبات الدينية.

جدول رقم 16: يوضح مدى تأثير الوقت على الواجبات الدينية.

المجموع	لا	نعم	
30	5	16.7	التكرار
%100	%25	%83.3	النسبة



تحلي ومناقشة النتائج: نلاحظ من الجدول رقم 16، أن نسبة 83.3% من الطالبات ترى أن النشاط الرياضي يحتاج غلى مجهود كبير وأوقات طويلة لا بد أ، تتعارض مع المهام والواجبات الدينية، وقد تترك المرأة المسلمة واجباتها ومهامها الدينية وتركز على الأنشطة الرياضية التي تقل بكثير عن أهمية أداء الواجبات والفرائض الدينية، أما النسبة المتبقية 25% فتري أن ممارسة المرأة للرياضة تغيير من نفسها وتعديل مزاجها، ومن ثمة تساعدها على تنظيم عملها وأداء واجباتها الدينية.

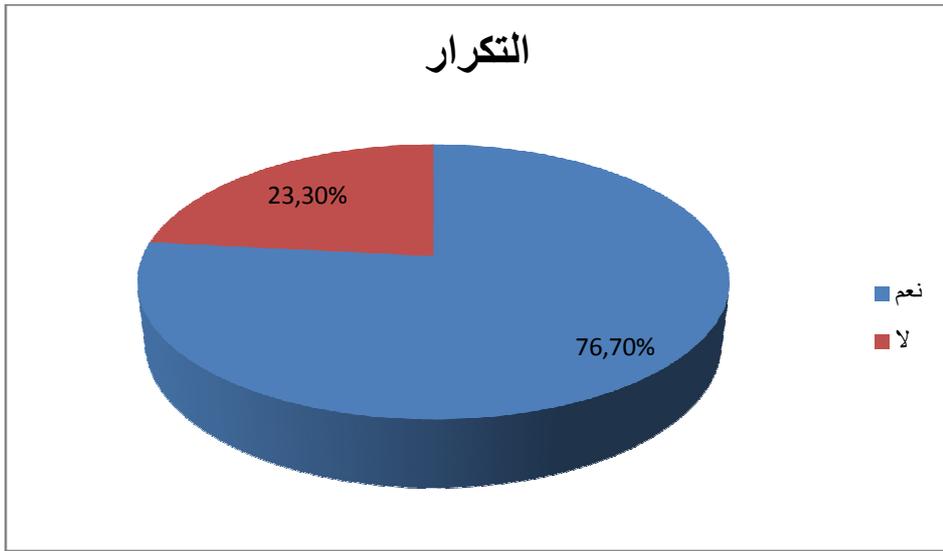
نتيجة: إن الرياضة عائق بين المرأة ومهامها الدينية.

السؤال رقم 17: هل ترين أن ممارسة الطالبة للرياضة له ضوابط شرعية؟

الغرض من السؤال: تبيان مدى معرفة الطالبة للضوابط الشرعية للرياضة النسوية.

جدول رقم 17: يوضح مدى أثر الضوابط الشرعية في ممارسة المرأة للرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	7	23.3	التكرار
%100	%23.3	%76.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: من الجدول رقم 17 نجد أن ما نسبته 76.7% وهي نسبة كبيرة من الطالبات اللواتي يعتقدن بأن المشاركة النسوية في نشاطات الرياضة تتناقض مع أبسط الضوابط والقيم الشرعية التي يتبناها المجتمع الإسلامي، من اختلاط، والملابس الغير شرعية... الخ، في حين ترى نسبة 23.3% من الطالبات أن إتاحة المجال للمرأة للممارسة الرياضة لا يتناقض مع تعاليم ديننا الحنيف.

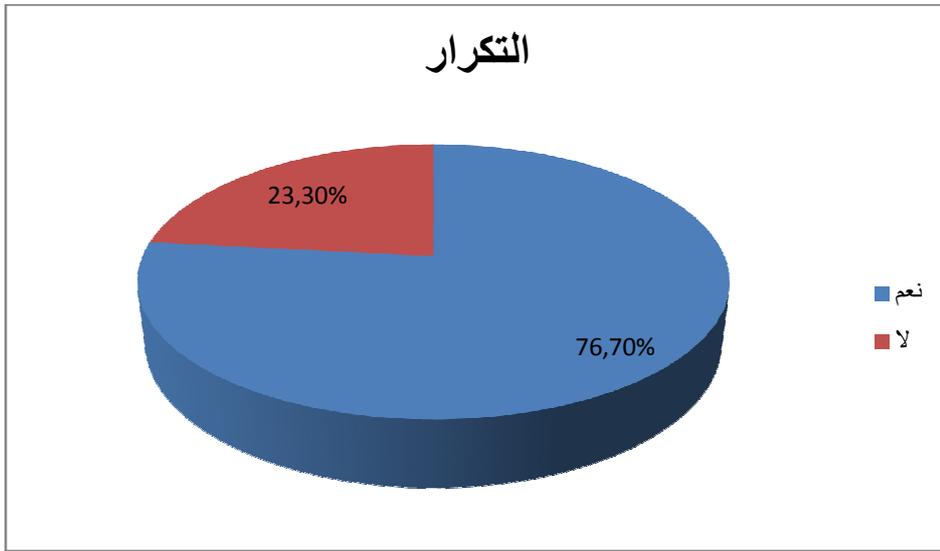
نتيجة: إن النشاطات الرياضية التي يشارك فيها الطالبات لا تتسجم ولا تتفق مع مبادئ وأخلاقيات وقيم الدين.

السؤال رقم 18: هل ممارسة الطالبة للرياضة تدفعها للقيام ببعض المحرمات؟

الغرض من السؤال: توضيح النتائج المترتبة عن ممارسة المرأة للرياضة.

الجدول رقم 18: يوضح ما مدى ارتكاب المحرمات للمرأة أثناء ممارس الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	7	23.3	التكرار
%100	%23.3	%76.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من الجدول رقم 18، أن فئة كبيرة من الطالبات (76.7%) ترى أن المرأة الرياضية تنجر بسهولة إلى ارتكاب الأعمال والممارسات اللاأخلاقية والمحرمات والتي تتناقض مع قيم وتقاليدها وعادات المجتمع الإسلامي، وذلك بسبب الاحتكاك بالمجتمعات الأجنبية الغير مسلمة التي لا تراعي تعاليم ديننا الحنيف، رغم أن نسبة 23.3% من الطالبات ترى أن المجتمع مسؤول عن ضبط وتقنين مثل هذه الممارسات الرياضية وتنقية الأجواء من الفسق والجون، لتضع حداً للتدهور الخلقي والحضاري الذي وصل إليه المجتمع العربي.

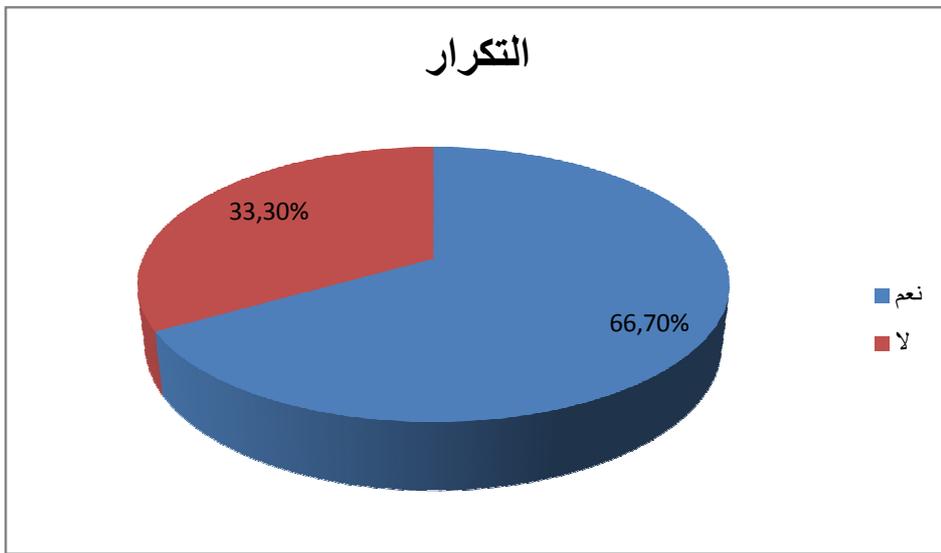
نتيجة: ممارسة الطالبات للرياضة قد يؤدي إلى ارتكاب المحرمات.

السؤال رقم 19: هل ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع أبسط القيم الدينية؟

الغرض من السؤال: معرفة أثر ممارسة الطالبات للرياضة على قيمها الدينية.

الجدول رقم 19: نتائج ممارسة المرأة للرياضة وتنافسها مع أبسط القيم الدينية

المجموع	لا	نعم	
30	10	20	التكرار
%100	%33.3	%66.7	النسبة



**تحليل ومناقشة النتائج:** إن ما نسبته 66.7% من الطالبات تعتقد أن المثل الدينية والقيم الأخلاقية تتناقض مع تطلعات المرأة نحو المشاركة في النشاطات الرياضية التي ترمي برمتها إلى انسلاخ المرأة من أنوثتها وجعلها تنافس الرجال، في حين نسبة قليلة (33.3%) من الطالبات ترى أن اتجاه المرأة نحو المشاركة في الفعاليات الرياضية واستثمار أوقات فراغها بوسائل وفعاليات لا تتناقض مع قيم الدين ومبادئه، وإنما على العكس لأنه ينسجم معها ويعززها مادام أن مشاركة المرأة في مثل هذه الفعاليات يعمل على تحررها وإبراز قدراتها وطاقاتها الخلاقية، كما يطور شخصيتها ويكسر القيود التي كبلت حريتها وأخفت طموحاتها.

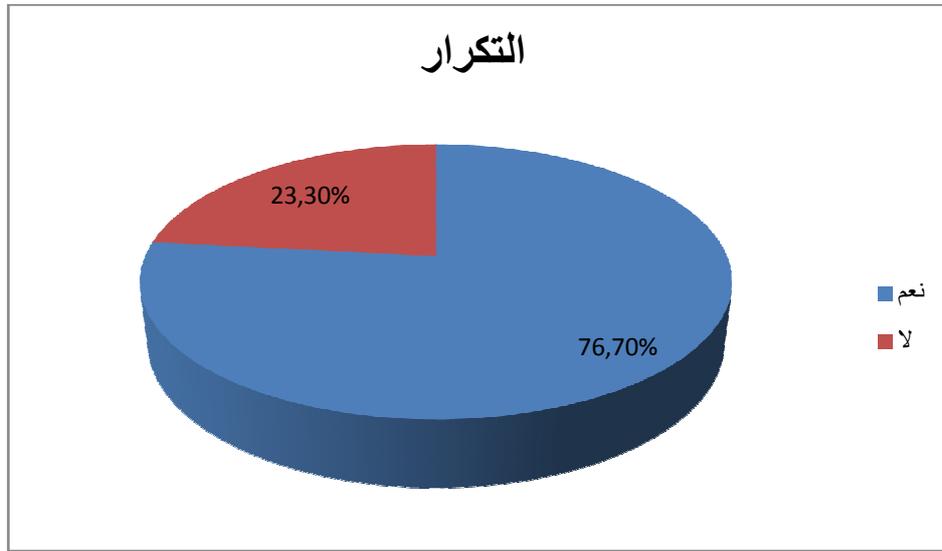
**نتيجة:** ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع أبسط القيم الدينية.

السؤال رقم 20: هل في رأيك أن ممارسة الرياضة تضعف إيمانك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير ممارسة الرياضة للطلبات على قوة إيمانهن.

الجدول رقم 20: يوضح مدى تأثير الرياضة على قوة دين المرأة.

المجموع	لا	نعم	
30	7	23	التكرار
%100	%23.3	%76.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: إن ما نسبته 76.7% من الطالبات ممارسة الرياضة لدى الفتيات يؤثر سلبا على قوة إيمانهن، لما يتعارض مع تعاليم ديننا متمثلا خاصة في نوعية اللباس الغير محتشم، والاختلاط الذي يؤدي على المحرمات، وربما ترك الواجبات الدينية وإهمالها، بينما نسبة 23.3% من الطالبات يرون غير ذلك لما للرياضة من جوانب إيجابية تساعد المرأة على التطور والرقي والمحافظة على الصحة الجسدية والنفسية والعقلية وهذا له اثر كبير في تطوير الذات.

نتيجة: ممارسة الرياضة لدى الطالبات قد يضعف من قوة إيمانهن.

نتيجة: ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع أبسط القيم الدينية

## 2- مناقشة النتائج والفرضيات:

## مناقشة الفرضية الأولى:

تشير الفرضية الأولى على أن الوسط البيئي الاجتماعي يعيق الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة. فمن خلال نتائج السؤال رقم 2: هل ثقافة مجتمعنا تمنعك عن ممارسة الرياضة؟ حيث أننا توصلنا إلى أن المجتمع يعارض المرأة التي تمارس الرياضة وهذا راجع إلى عدم تحرر استقلالية الطالبة في ذلك المجتمع، إضافة إلى أن دورها ينحصر في العمل المهني والعمل المتزلي فقط، وكذلك عدم انتشار ثقافة الرياضة النسوية في منطقتنا لتشجيع العنصر النسوي على ممارسة الرياضة.

والسؤال رقم 5: الذي يطرح التساؤل التالي: هل ممارسة الرياضة تمس عاداتك وتقاليد أنوثتك؟ حيث كانت أغلب العينات يرون أن هناك عائق من ناحية العادات والتقاليد، ومن هنا نستنتج أن العادات والتقاليد يشكلان عائق أو حاجز كبير للطالبة التي تمارس الرياضة، وهذا يرجع إلى ثقافة مجتمعنا، الذي يرى أن الطالبة التي تمارس الرياضة لا يتماشى مع القيم الاجتماعية.

وحتى بالسبب إلى السؤال رقم 8: هل هناك عائق عن ممارسة الطالبة للرياضة بسبب انتقادات المجتمع؟ فبين لنا أن هناك أكثر من نصف العينات تعاني من نظرة المجتمع السلبية التي ترفض ممارسة الطالبة للرياضة، نظرا للعقليات الاجتماعية البالية والناقصة.

من خلال مناقشتنا جاءت النتائج مطابقة لتوقعاتنا، وعليه نتقبل الفرضية الأولى.

## مناقشة الفرضية الثانية:

تشير الفرضية الثانية إلى أن العوامل (الضوابط) الدينية هي التي تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة. فمن خلال الأسئلة الواردة في المحور الثاني من الاستبانة التي تحاول الإجابة عن هذه الفرضية تبين لنا أن معظم العينات (الطالبات) تسبب لهم الجانب الدين في عدم ممارسة الطالبات للرياضة.

فمن خلال السؤال رقم 11 الذي مفاده: هل ترين أن الدين يمنع الطالبة من ممارسة الرياضة؟ حيث أن أغلبية العينة يمتنعن عن ممارسة الرياضة بسبب العوامل الدينية، خاصة الطالبات المحجبات حيث لا يسمح الحجاب بممارسة الرياضة، أما الغير محجبات فيرين أن ممارسة الرياضة يؤثر في سمعتهن أو كيانهن أو شرفهن تأثيرا سلبيا، ويضعف درجة إيمانهن.

والسؤال رقم 18 الذي مفاده: هل ممارسة الطالبة للرياضة يدفعها للقيام ببعض الحرمات؟ فبين لنا أن أغلبية العينة يرون أن ممارسة الرياضة تدفع الطالبات إلى تصرفات محرمة وأعمال غير لائقة يمنعهن الدين، ولا

يجوز انتشارها في المجتمع، فالطالبة التي تتردد على نوادي الرياضة والملاعب وتمارس الألعاب بكل حرية وترتدي الملابس الرياضية الضيقة أو القصيرة هي طالبة غير ملتزمة بالقواعد والمعايير الأخلاقية التي ينص عليها الدين الإسلامي.

بينما يوضح لنا السؤال رقم 16 المتمثل في: هل ترين أن الوقت التي تمارسنه في الرياضة يعارضك على المهام والواجبات الدينية، بحيث توصلنا إلى أن أكثر من نصف العينة يرون أن ممارسة الرياضة تحتاج إلى أوقات طويلة لا بد أن تتعارض مع المهام والواجبات الدينية. وقد تركت الطالبة المسلمة واجباتها ومهامها الدينية وتركز على الأنشطة الرياضية التي تقل أهميتها بكثير عن أهمية أداء الواجبات والفرائض الدينية. ومنه نستنتج أنه يجب ترك مثل هذه الأفكار والمواقف الدينية والأخلاقية التي تتبناها الطالبات المتمسكات بالدين وقيمه الأخلاقية التي تتميز بالتعصب وضيق التفكير والجهل أحيانا، لعدم معرفتهم بحقيقة التعاليم الدينية التي لا تمنع المرأة من ممارسة الرياضة إذ تعمل على تقوية الجسم وتطوير العقل وصورتهما من الأمراض، شريطة احترام الآداب العامة والأخلاقيات الدينية وترك المحرمات.

#### من هذا نستنتج :

أن نقص الوعي الرياضي لعب دورا هاما في عدم ممارسة الطالبات للرياضة نظرا لعدم تقبل فكرة إمكانية ممارسة الرياضة في ظروف ملائمة ومريحة، تحفظ لها كرامتها ويصون دينها، وهذا لا يتأتى إلا بتغيير العقلية والذهنيات لدى المجتمع، الذي نرى أن من مسؤوليته توفير المناخ المناسب الذي يراعي خصوصيات المرأة المسلمة وحيثيات النشاط النسوي الرياضي، فكل هذا أدى إلى عزوف الطالبات عن ممارسة الرياضة والمشاركة في الفعاليات والأنشطة الرياضية، رغم أن نسبة معتبرة من الطالبات يصرحن بإيجابيات الرياضة لدى المرأة وضرورتها الملحة.

ومنه نستنتج أن نقص الوعي الاجتماعي والثقافي والرياضي الديني، أدى إلى خلط في المفاهيم وتعارض في القيم لزم مفهوم ممارسة الرياضة لدى المرأة منذ الصغر وصولا إلى الجامعة لدى الطالبات، مما أثر سلبا في تشجيع الطالبات على ممارسة الرياضة.

### التوصيات والاقتراحات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة محدودة الإمكانيات، أردنا بذلك أن نعطي لفتة انتباه وبداية جديد لبحوث أخرى باللغة العربية في هذا المجال تكون أكثر توسعا وعمقا، والتي نفتقر إليها في مكتبتنا. وانطلاقا من نتائج البحث نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من يهتم بموضوع البحث، سواء أكانوا طالبات جامعيات أم طلبة أم آخرون..، ونأمل أن تكون لبنة تسهل على الطالبات فهم المشكلة وتجنبهم العديد من المشاكل التي يجدها في ممارستهم للرياضة، وهي كالاتي:

- إنشاء مرافق ملائمة وخاصة بالنساء وتجهيزها كما ينبغي لتسهيل ممارسة الرياضة لدى النساء.
- عدم التقييد بفكرة أن الرياضة يمارسها الرجال فقط، فللمرأة الحق في ذلك أيضا.
- العمل على تحرير الطالبات من المعتقدات التي تدفع المرأة إلى الاعتقاد أن ممارسة الرياضة يتعارض مع النظام الاجتماعي والديني الخاص بنا.
- تحفيز وتشويق الطالبات لممارسة الرياضة عن طريق التوعية والإعلام.
- إقامة بعض التظاهرات التي تقوم بتحفيز المرأة لممارسة الأنشطة الرياضية، وتعريف أفراد المجتمع بالنتائج الإيجابية التي حققتها المرأة بممارستها للرياضة.
- تغيير مستوى المعلومات التي تحملها الطالبات إزاء فوائد الأنشطة والألعاب الرياضية فرديا واجتماعيا.
- التنويه بفوائد الرياضة لأفراد المجتمع عامة والمرأة خاصة.

## ملخص البحث

لقد تعرضنا من خلال هذا البحث إلى العوائق التي تحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة ومردودها على الرياضة النسوية، وكان الهدف من هذه الدراسة هي معرفة العوائق والحواجز التي تعيق الطالبات في ممارسة الرياضة من أجل الوصول إلى الحلول المناسبة.

وبالرغم من أن وطننا العزيز الجزائر يهتم بتطوير الرياضة بصفة عامة، والرياضة النسوية خاصة، إلا أن التساؤل متواصل عن واقع ممارسة الرياضة النسوية، وعدم ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة بصفة خاصة. كل هذا تجلّى لنا في فرضية عامة تتمثل في أن هناك عوائق تحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة، وتفرعت عنه فرضيات جزئية، تعلقت الأولى بالوسط البيئي الاجتماعي، أما الثانية فتخص الجانب الديني.

ومن خلال دراستنا الميدانية اخترنا عينة تتكون من 30 طالبة، حيث تم توزيع استبانة البحث بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة جامعة محمد خيضر بسكرة، وذلك لفترة امتدت من شهر جانفي إلى شهر ماي 2016، متبعين في ذلك المنهج الوصفي المسحي، والذي يتماشى مع الظاهرة الاجتماعية التي قمنا بدراستها، للتمكن من جمع المعلومات من المصدر مباشرة وفق الاستبانة الموزعة.

وتوصلنا في الأخير إلى نتيجة مفادها أن الوسط البيئي الاجتماعي يتنافى مع ممارسة المرأة للرياضة في المرافق الرياضية الحالية، وأن نظرة المجتمع إزاء ممارسة المرأة للرياضة ما زالت سلبية بسبب عاملي اللباس الرياضي والاختلاط، فكل من هذه الأسباب وأخرى عوائق فعلية حالت دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة، لذلك من بين الاقتراحات التي خرجنا بها هو قيام وسائل الإعلام بتسليط الضوء على الرياضة النسوية وتشجيعها أكثر مع توضيح فوائدها الاجتماعية والنفسية والبدنية، بالإضافة إلى نشر القيم والمبادئ الاجتماعية التي توازن بين أوقات العمل وأوقات الفراغ لتدفع الأفراد إلى استغلال أوقات الفراغ في ممارسة الرياضة وتطويرها نحو الأحسن والأفضل، مع توفير مرافق خاصة بالنساء ملائمة لتغيير نظرة المجتمع السلبية تجاه ممارسة المرأة للرياضة.

ونرجو أن يكون بحثنا هذا امتداد لبحوث مستقبلية تلقي الضوء على جوانب أخرى تتعلق بالرياضة النسوية تنطلق من تساؤلات نتائج الدراسة.

الفنانت

إن للدراسات الجامعية في حياة المرأة أهمية خاصة، إذ أصبحت المرأة تحظى بمكانة مرموقة في المجتمع، من خلال تواجدها القوي في معظم المجالات الحياتية، إلا أنها في الجانب الرياضي تعترض طريقها أسباب وعوامل وتأثيرات اجتماعية وبيئية مختلفة، صادرة عن الأسرة أو الأصدقاء أو وسائل الإعلام، كما لا نستطيع أن نتخطى عقبة القيم الاجتماعية والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع.

فدراستنا هذه جاءت لتوضيح بعض الجوانب التي تمس الممارسة الرياضية للطلبات الجامعيات وتقف على هذه العوائق وتشخيصها للوصول إلى نتائج علمية، وبما أن الطالبة الجامعية هي فرد من هذا المجتمع، وهي بذلك تتأثر بمعطيات ومكونات محيطها البيئي الثقافي والاجتماعي والأسري والمدرسي، والتي لا مجال سوف تنعكس على سلوكياتها وميولها ومواقفها، وكذا ممارستها للرياضة التي لا تخلو من هذا التأثير، فالنظرة السلبية للأسرة وأفراد المجتمع ككل للممارسة الرياضية للفتاة أو الطالبة الجامعية تقف كعائق صعب أمام ممارسة الطالبة للرياضة.

إذ عدم توفر المرافق الرياضية الخاصة والملائمة بالمرأة، وعدم تجهيزها وتكييفها للرياضات النسوية كما ينبغي، يؤدي إلى عدم ممارسة المرأة أو الطالبة الجامعية للرياضة.

فالدور السليبي للأسرة متمثلا في عدم تحفيز بناتهم على ممارسة الرياضة أو منعهم، إضافة إلى عدم اطلاع المرأة ووقوفها على فوائد وكيفيات ممارسة الرياضة، وعدم وجود إشارات توعوية نسوية في هذا المجال، وكذا انعدام التوجيه التربوي المخصص، يؤدي إلى عدم ممارسة المرأة للرياضة بسبب جهلها لثقافة الرياضة. وبالتالي إذا أراد المجتمع الجزائري أن تتطور ممارسة المرأة للتربية البدنية والرياضية وأن لا ينتهي أمرها، فيجب عليه العمل على إحصاء القيم والفوائد التي تسعى هذه المادة لتحقيقها وتلقينها منذ الصغر، باستخدام كل الوسائل اللازمة من إرشاد وتوجيه وإعلام بكل وسائله، للوصول إلى ثقافة رياضية تضمن رؤية واضحة وإيجابية حول ممارسة المرأة للتربية البدنية والرياضية وترقيتها، كما يجب تطوير الوسائل والمنشآت الرياضية لتلائم مع خصوصيات المرأة الجزائرية المسلمة، لتستطيع المرأة ممارسة الرياضة بكل ارتياح وحرية، دون خوف أو حجل.

قائمة المراجع

القرآن العظيم برواية حفص  
الكتب العربية:

1. ابن كثير، البداية والنهاية، طبعة دار ابن كثير، 2010.
2. أحمد حسن الشافعي، سوزان أحمد مرسي، تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1999م.
3. أحمد زكي بدوي، معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية انجليزي فرنسي عربي، مكتبة لبنان، 1982.
4. الألباني، صحيح الجامع الصغير وزيادته، المكتب الإسلامي، 1988.
5. أمين النور الخولي، الرياضة والمجتمع، العدد، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 1996.
6. إياد عبد الكريم العزاوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، الدار العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2002.
7. حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 5، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1984.
8. حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 4، عالم الكتب القاهرة، مصر، 1977.
9. حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسي، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1999.
10. حسين عبد الحميد رشوان، في مناهج العلوم، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر، 2003.
11. خير الدين علي عويس، عصام الهلالي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي 2005م.
12. رايح تركي، مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1999.
13. رشاد صالح دمنهوري، التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، 1995.
14. رشيد زرواتي، مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط 1، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، 2007.
15. الزوبعي والغنام، مناهج البحث في التربية، ج 1، مطبعة العاني، بغداد، 1974.

16. سميرة أحمد السيد، علم الاجتماع التربوية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط1، 1999 .
17. سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية ، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، 1999.
18. سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، 1984.
19. عبد الفتاح التركي موسى، التنشئة الاجتماعية، المكتب العلمي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، 1998.
20. محمد عاطف غيث، علم الاجتماع، مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1993.
21. محمد عبد الهادي دكلة، المجتمع المدني، دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة بغداد، 1979.
22. محمد فتحي عكاشة ، محمد شفيق زكي، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، المكتب الجامعي الحديث الرابطة، الإسكندرية، مصر، 1997.
23. محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003.
24. مزوان عبد الحميد إبراهيم، الرياضة للجميع، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، 2004.
25. منوير لايبتر، المرأة عبر التاريخ، تطور الوضع النسوي من بداية الحضارة إلى يومنا هذا، فرنسا، 1986.

## المراجع الأجنبية:

26. Fabiand. L, et Ives. M , L'esprit de compétition sportive, Ed :Voilland, Paris,1980 .
27. 1996.
28. M. Belabed, Les femmes dans le monde des sports, magazine 1997, ed CNIDS N° 10ISSN 1111- 4754 .
29. Ogesby- Carol, Le sport et la femme, Ed: Vigot, 1982.
30. R- thomas : moyens de communication et promotion du sport, Sciences et sport, 1979.
31. W.Jch. : L'absentéisme et sport à l'école, sciences et sport, mai, 1976.
32. Weineck.J.Biologie du sport, Ed Vigot,1992

## الرسائل الجامعية:

33. إزري سوانلدة مكبوسة، الرياضة والمرأة بين العزوف والإصرار وأثرها على الحركة الرياضية النسوية، دراسة الدوافع في الرياضة وتأثير دور المدرب على سلوك الرياضة، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد سيدي عبد الله، جامعة الجزائر ، 2003-2004.
34. زيان نصيرة، أسباب نفور الفتيات من اختيار تخصص التربية البدنية والرياضية في مرحلة ما بعد التدرج، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر، 2006.
35. لحر عبد الحق، ظاهرة عزوف التلميذات من ممارسة التربية البدنية والرياضية بثانويات مستغانم"، رسالة ماجستير غير منشورة بجامعة مستغانم.
36. . kerzabi. M , les championnes dans le sport algérien, thèse de doctorat, ISTS , daly brahim , Alger.

## المجلات والدوريات:

37. إليا نوراما سيبي باريري، مجلة اليونيسكو، العدد 23 سبتمبر 1994.
38. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد:7، جامعة الجزائر: 1998.
39. دليلة رحمون، الصداقة بين الجنسين في المجتمع الجزائري بين الرفض والقبول، عدد 43، مجلة الوحدة.
40. عز الدين محمد، الرياضة النسوية هذه العقدة، مجلة الوحدة، العدد 249، سنة 1991 .
41. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد 7، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، سنة 1998.
42. Hanifi Samia" le statut de la femme et le sport" El Watan, dimanche 7.11.93.

## المواقع الإلكترونية:

المنتديات الرياضية، العقل السليم في الجسم السليم، فوائد ممارسة الرياضة.  
منتديات الزهراوي، د. عبد الرحمان أقرع، الطب الرياضي، الرياضة النسوية.

<http://islamtoday.Net/bohooth/artshow-86-7125.htm>

[http://frencyclopedia-khb.yahoo.com/articles/do/do\\_4137dPO.PTML](http://frencyclopedia-khb.yahoo.com/articles/do/do_4137dPO.PTML) .

**Données encyclopédiques :**

copyright C 2001 Hachette, Multimédia, Site

العلماء



جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية عن الطفل والمرهق

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان حول:

العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة

دراسة بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة - جامعة محمد خيضر بسكرة

أعزائي الطالبات نرجو منكم الإجابة على أسئلة الاستبيان بكل صدق وموضوعية، علما أن إجاباتكم تساهم في تسهيل موضوع دراستنا،

وذلك بوضع علامة (X) أمام الإجابة التي ترونها مناسبة لكم، وشكرا

تحت إشراف الأستاذ:

عبد القادر حاجي

من إعداد الطالبة:

سلمى بازين

السنة الجامعية: 2016/2015

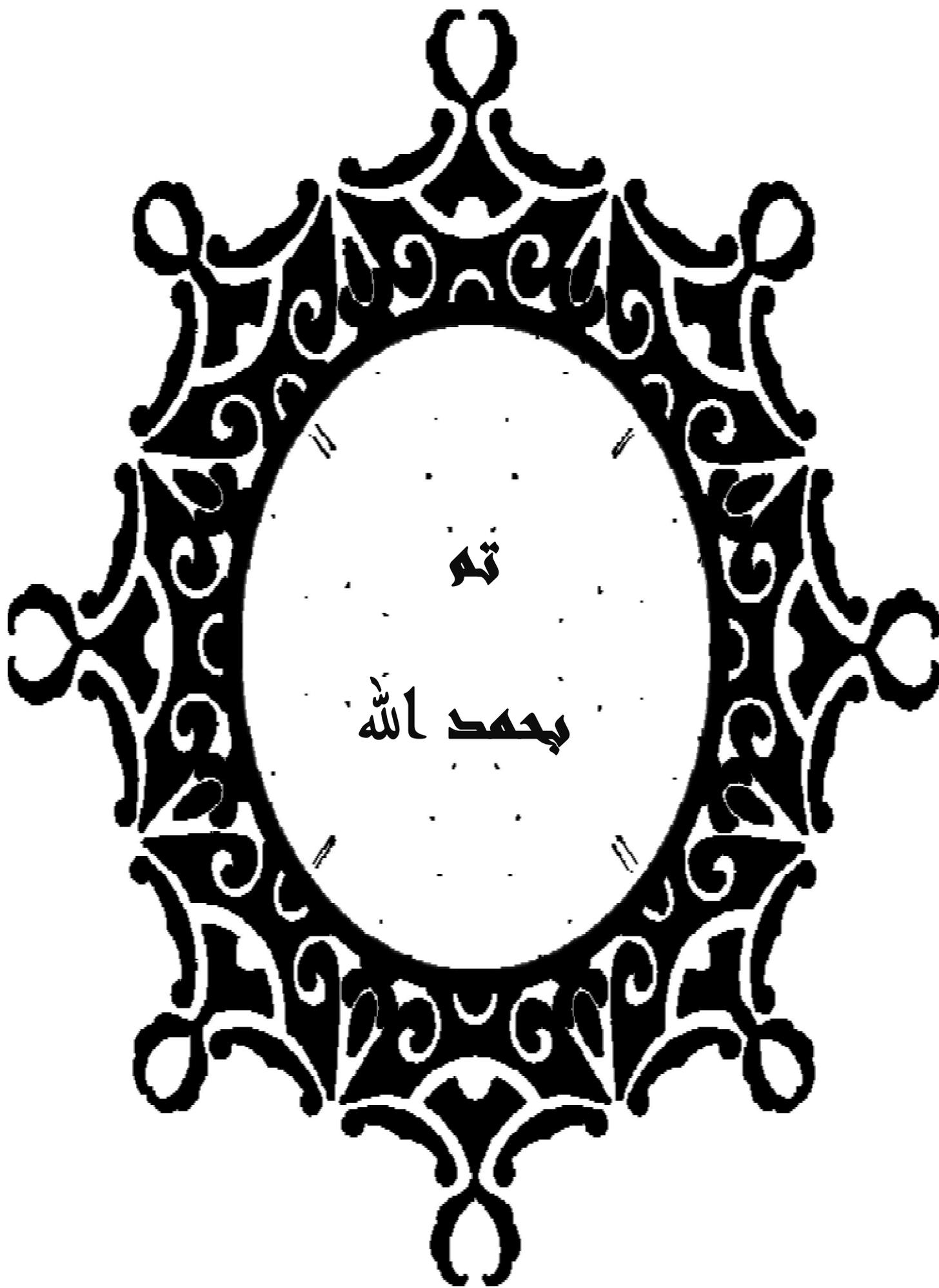
### المحور الأول: الوسط البيئي والاجتماعي يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟

- 1- هل هناك من عائلتك من يمنعك من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 2- هل ثقافة مجتمعنا تمنعك من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 3- هل ترين نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية؟  
 نعم  لا
- 4- هل ممارسة الرياضة تنقد أنوثتك؟  
 نعم  لا
- 5- هل ممارسة الرياضة تمس من عادات وتقاليد أنوثتك؟  
 نعم  لا
- 6- هل لديك أي معلومات عن الأنشطة الرياضية التي تمارسها المرأة؟  
 نعم  لا
- 7- هل تستطيع المرأة ممارسة جميع الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجال؟  
 نعم  لا
- 8- هل هناك عائق عن ممارسة الطالبة الرياضة بسبب انتقادات المجتمع؟  
 نعم  لا
- 9- هل مارست أي نشاط في صغرك؟  
 نعم  لا
- 10- هل ترين أن المجتمع يحرص وظائف الطالبة في: البيت، الدراسة، العمل فقط ويجتنب الأنشطة الرياضية؟  
 نعم  لا

### المحور الثاني: العوامل الدينية التي تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة.

- 1- هل ترين أن الدين يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 2- هل اختلاط الذكور مع الإناث يمنعك من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 3- هل اللباس الرياضي يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 4- هل ترين أن ممارسة الرياضة تمس سمعتك؟  
 نعم  لا
- 5- هل الخجل يعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 6- هل ترين أن الوقت التي تمارسينه في الرياضة يتعارض مع المهام والواجبات الدينية؟  
 نعم  لا
- 7- هل ترين أن ممارسة الطالبات للرياضة له ضوابط شرعية؟  
 نعم  لا
- 8- هل ممارسة الطالبة للرياضة تدفعها للقيام ببعض المحرمات؟  
 نعم  لا
- 9- هل ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع القيم الدينية؟  
 نعم  لا
- 10- هل في رأيك أن ممارسة الرياضة ي ضعف من إيمانك؟  
 نعم  لا









وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية عن الطفل والمرهق

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحت عنوان:

العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة

دراسة بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة - جامعة محمد خيضر بسكرة

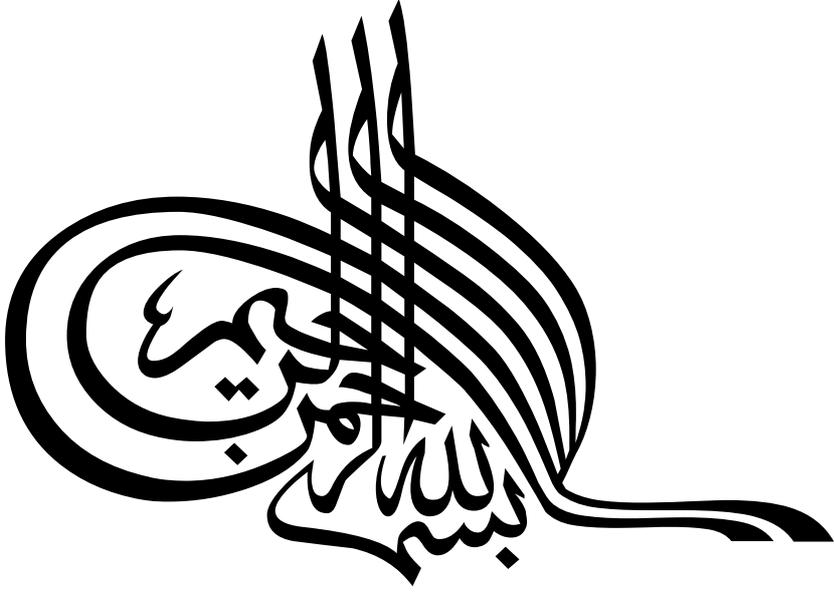
تحت إشراف الأستاذ:

عبد القادر حاجي

من إعداد الطالبة:

سلمى بازين

السنة الجامعية: 2016/2015



## شكر و عرفان

نشكر الله عز وجل الذي وفقنا في انجاز هذا البحث كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من قدم لنا يد المساعدة في إتمام هذا البحث المتواضع ونخص بالذكر الدكتور الفاضل حاجي عبد القادر الذين لم يبخل علينا بعطائه العلمي وآرائه وأفكاره ونصائحه وإرشاداته من خلال مراحل هذا البحث منذ أن كان فكرة حتى صار بحثاً ، وكما نشكر الأستاذة فتحيمة شرفي ولا ننسى أساتذتنا الكرام بجامعة محمد خيضر وخاصة محمد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، ونحن نكن لهم فائق التقدير والاحترام ونشكرهم جزيل الشكر على ما قدموه لنا طوال فترة الدراسة .

بازين سلمى

# إهداء

إلى من يحمل صدارة إمدائي وطني الغالي الجزائر  
إلى من اشتهرت راحتني وسعادتي بتعبها وشقاؤها إلى

أخلى اسم نطقه لساني أمي كريمة

إلى من كان لي بمثابة الشمعة التي تحترق لتبدير  
طريق دربي إلى نعم المثل ونعم القدوة أبي عبد  
الكريم

لكما يا أخلى ما أملك في الحياة والديا الكريمين  
إلى كل إخوتي وأخواتي كل باسمه :

مصطفى ، أماني ، حسان ، عتيقة

إلى زوجي العزيز بلجلل أحمد

إلى ابني الغالي إباد

إلى من قضيت معه أجمل أيام الجامعة وطوال فترة  
الدراسة إلى أعم حديقاتي "عمار، هدي ، مروى ،

منى ، صباح "

إلى من أحمل لهم في قلبي مشاعر الحب والخير  
إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد في إنجاز

هذا البحث المتواضع

إلى كل من لم يجد اسمه فغضب.....

إلى كل هؤلاء أهدى ثمرة عملي هذا.

بازين سلمى

الفكر الس

- الشكر

- الإهداء

- مقدمة ..... أ-ب

### الجانب التمهيدي

- 1- الإشكالية: ..... 4
- 2- فرضيات الدراسة ..... 4
- 3- أهمية الدراسة ..... 5
- 4- أهداف الدراسة: ..... 5
- 5- أسباب اختيار الموضوع: ..... 5
- 6- الدراسات المشابهة: ..... 6
- 7- تحديد المفاهيم والمصطلحات: ..... 8

### الجانب النظري

#### الفصل الأول: المرأة والمجتمع

- تمهيد: ..... 11
- 1- المرأة عبر التاريخ: ..... 11
- 2- دور المرأة في بناء المجتمع: ..... 12
- 3- التنشئة الاجتماعية: ..... 13
- 4- العوامل المؤثرة في التنشئة الاجتماعية: ..... 13
- 4-1- الأسرة: ..... 13
- 4-2- المدرسة: ..... 14
- 4-3- جماعة الرفاق: ..... 15
- 4-4- وسائل الإعلام: ..... 15
- 4-5- الثقافة: ..... 16
- 5- تأثير التنشئة الاجتماعية في الممارسة الرياضية: ..... 16

18 ..... - خلاصة:

### الفصل الثاني: المرأة والرياضة:

20 ..... - تمهيد:

20 ..... 1- حق المرأة في ممارسة الرياضة في الإسلام:

22 ..... 2- حق المرأة في ممارسة الرياضة دولياً:

23 ..... 3- الرياضة والمرأة:

25 ..... 4- أهمية ممارسة المرأة للرياضة:

27 ..... 5- الأساس البيولوجي للمرأة:

29 ..... - خلاصة

### الفصل الثالث: الرياضة والرياضة النسوية

31 ..... 1- تاريخ الرياضة:

31 ..... 2- تعريف الرياضة من الجانب الديني:

32 ..... 1-2- أنواع الرياضة المعنوية:

34 ..... 3- مفهوم الرياضة:

34 ..... 1-3- مفهوم الرياضة حسب ميدان الدراسة:

35 ..... 2-3- مفهوم الرياضة حسب العلماء:

35 ..... 3-3- مفهوم الرياضة حسب العالم بيير برلوبا:

36 ..... 4- الرياضة النسوية:

36 ..... 5- الرياضة النسوية في العالم:

36 ..... 1-5- لمحة تاريخية للرياضة النسوية في العالم:

38 ..... 6- الرياضة النسوية في الجزائر:

39 ..... 7- الرياضة الغير مناسبة للمرأة:

40 ..... 8- وسائل ممارسة الرياضة للمرأة:

40 ..... 9- كيف وأين يمكن لها أن تمارس الرياضة:

41 ..... - الخلاصة:

### الجانب التطبيقي

#### الفصل الرابع: الطرق المنهجية للتحليل

- 44 ..... 1- الدراسة الاستطلاعية
- 44 ..... 2- المجال المكاني والزمني والبشري
- 45 ..... 3- مجتمع البحث
- 45 ..... 1-3- عينة البحث وكيفية اختيارها
- 46 ..... 4- الشروط العلمية للأداة(الصدق، الثبات، الموضوعية).
- 46 ..... 5- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:
- 46 ..... 6- المنهج العلمي المتبع:
- 47 ..... 7- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث:
- 48 ..... 8- إجراءات التطبيق الميداني

#### الفصل الخامس: تحليل ومناقشة النتائج

- 5 ..... - تمهيد
- 51 ..... 1- تحليل الاستبيان الخاص بالطالبات الجامعيات:
- 71 ..... 2- مناقشة النتائج والفرضيات:
- 73 ..... - التوصيات والاقتراحات
- 74 ..... - ملخص البحث
- 76 ..... - خاتمة
- 78 ..... المراجع

الملاحق

## فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح إجابة الطالبات حول رأيتهن أن أحد أفراد هن يمنعهن من ممارسة الرياضة.	51
02	يوضح ما مدى تأثير ثقافة المجتمع على الطالبة التي تمارس الرياضة.	52
03	يبين نظرة المجتمع إلى المرأة التي تمارس الرياضة.	53
04	يوضح أثر ممارسة الرياضة في أنوثة الطالبة	54
05	يوضح إجابات الطالبات عن ما إذا كانت ممارسة الرياضة تمس من عاداتهن وتقاليدهن.	55
06	يوضح إجابات الطالبات عن الرصيد المعرفي حول رياضة المرأة	56
07	يوضح معرفة مدى قوة المرأة في ممارسة الرياضة ومقارنتها مع الرجل	57
08	وضح إجابات الطالبات حول رأيتهن بأن انتقادات المجتمع يسبب عائق في ممارستهن للرياضة	58
09	يوضح معرفة أن ثقافة ممارسة المرأة للرياضة تدرج معها مند الصغر.	59
10	يوضح رأي الطالبات في أن مجتمع يحرص وظائف الطالبة في الدراسة أو العمل فقط.	60
11	يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما إذا كان الدين يتعارض مع ممارستهن للرياضة	61
12	يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما أن الاختلاط سبب يعيقهن عن ممارسة الرياضة.	62
13	يوضح أثر اللباس الرياضي على الطالبة الرياضية	63
14	يوضح أثر ممارسة الرياضة على سمعة الطالبة	64
15	يوضح مدى تأثير الخجل على ممارسة المرأة للرياضة	65
16	يوضح مدى تأثير الوقت على الواجبات الدينية.	66
17	يوضح مدى أثر الضوابط الشرعية في ممارسة المرأة للرياضة.	67
18	يوضح ما مدى ارتكاب المحرمات للمرأة أثناء ممارس الرياضة.	68
19	تتائج ممارسة المرأة للرياض وتنافيها مع أبسط القيم الدينية	69
20	يوضح مدى تأثير الرياضة على قوة دين المرأة.	70

مفتحة

إن ما جاء في الوثيقة العالمية لليونيسكو (منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة)، أن الممارسة الفعلية للحقوق لأي إنسان كان، تتوقف أساسا على الإمكانيات المتاحة له وتكون له كامل الحرية في الاختيار، لتطوير ووقاية قدراته البدنية، والذهنية المعنوية والنفسية، وبالتالي وجوب ضمان ممارسة التربية البدنية والرياضة لكل فئات المجتمع.

بالإضافة، فهي تشير إلى الأهمية الاجتماعية والغاية الإنسانية والقيم المعنوية التي تحملها التربية البدنية والرياضة. فهذا ما تنادي به في مادتها الأول أي: أن ممارسة التربية البدنية والرياضة هي حق أساسي للجميع. تعد الرياضة بالنسبة للرجال وبالخصوص بالنسبة للمرأة التي همشت لفترة طويلة، عامل أساسي يساعد على كسب الثقة بالنفس، ويقدم لكل واحد الوسائل الضرورية لتطوير نوعية الحياة، وافتتاح الشخصية للاندماج في النسيج الاجتماعي، وكذلك تساعد على مقاومة وتخفيض وامتصاص ضغوطات الحياة العصرية المختلفة وتعد أيضا، تكملة للتعليم والتمرين الذهني بمختلف ميادين الحياة وعلى كل المستويات. إذن للرياضة دور مهم في بناء المجتمع، فهي من جهة تساهم على تطوير اللياقة البدنية، ومن جهة أخرى تساهم في الارتقاء بالفرد فوق كل طموحاته وأهدافه المسطرة باقتنائه للسلوكات الحسنة تجاه الآخرين. ولهذا عملت كل دولة على تطوير هذا الميدان، وأصبحت مختلف الشرائح والفئات تمارس هذا النشاط الحيوي بما فيه العنصر النسوي الذي ساهم بفعالية في هذا النشاط عبر مختلف دول العالم .

وتعتبر الجزائر من بين هذه الدول التي تسعى منذ استقلالها إلى التكفل بالرياضة، وإعطائها اهتماما بالغا ومكانة مرموقة قامت ببرمجتها في البرامج الدراسية، ورغم هذا لاحظنا نقص كبيرا في المشاركة النسوية في الميدان الرياضي، فمعظم المختصين في هذا المجال أكدوا وجود ركود وتقهر للمستوى الرياضي عند الفتيات، وكذلك انتشار ظاهرة الإعفاءات من طرفهن في المؤسسات التعليمية، وبقية هذه الظاهرة مع الفتيات حتى بلوغهن، ولاحظنا أيضا عدم تقبل بعض الأولياء لفكرة المرأة تمارس الرياضة نظرا للعادات والتقاليد وثقافة مجتمعنا، خاصة في جنوب البلاد الذي يشكو أيضا من قلة المرافق الرياضية وسوء تجهيزها.

لهذه الأسباب تشكلت معوقات ممارسة المرأة للرياضة، حيث أضحت هذه المشكلة مألوفة ولا تثير الاهتمام، فلم تكن هناك محاولات جادة لدراستها دراسة تحليلية دقيقة، فكل ما كتب أو يكتب عن هذه المشكلة لم يتعدى الجانب الوصفي والملاحظة، ومن هنا جاء بحثنا لمحاولة تسليط الضوء على الخفايا والعوائق التي تمنع ممارسة المرأة للرياضة، وبالخصوص الطالبات الجامعيات اللواتي يعتبرن الطبقة المثقفة في المجتمع، وحتى تتمكن من معرفة ذلك قمنا بدراسة ميدانية على عينة من الطالبات الجامعيات لمحاولة توضيح الأسباب التي

أدت إلى هذا العزوف والتراجع، ومحاولة تسليط الضوء على أهم المعوقات التي تعترض طريق الطالبات لممارسة الرياضة، ووفق هذا قمنا بتقسيم بحثنا إلى جزأين جزء نظري وجزء تطبيقي.

ففي الجزء النظري قمنا بتقسيمه إلى ثلاث فصول كالتالي:

الفصل الأول: خصصناه للمرأة ومشاكلها في المجتمع بصفة عامة إذ تطرقنا إلى ماهية المجتمع ومعرفة المرأة عبر التاريخ، ثم إبراز دور المرأة في المجتمع، وتحديثنا كذلك على التنشئة الاجتماعية للمرأة والعوامل المؤثرة فيها، وأيضا تطرقنا إلى ماهية الأسرة والدور الذي تلعبه في التنشئة الاجتماعية، ثم تحدثنا عن المدرسة وجماعة الرفاق كعوامل مؤثرين في التنشئة، كما لم نهمل دور الإعلام، ثم تأتي الثقافة بشكل عام، وفي آخر المطاف تطرقنا إلى مدى تأثير التنشئة الاجتماعية على ممارسة الرياضة للمرأة.

الفصل الثاني: تطرقنا فيه لموضوع حقوق المرأة في ممارسة الرياضة، فبدأنا بتمهيد، ثم كشفنا عن حق المرأة في ممارسة الرياضة في الإسلام، ثم حق المرأة في ممارسة الرياضة دوليا، ثم تناولنا موضوع الرياضة والمرأة، وأهمية ممارسة المرأة للرياضة، وأيضا الأساس البيولوجي للمرأة.

الفصل الثاني: وتطرقنا في هذا الفصل لموضوع الرياضة والرياضة النسوية، بدأنا بتاريخ الرياضة، ثم تعريف الرياضة من الجانب الديني، كما تطرقنا فيه إلى أنواع الرياضة المعنوية، ثم إلى مفهوم الرياضة، ثم مفهوم الرياضة حسب الميدان وحسب العلماء وحسب العالم بيير برلوبا، ثم تناولنا موضوع الرياضة النسوية، في العالم والجزائر، وأيضا الرياضات الغير مناسبة للمرأة، ثم وسائل ممارسة الرياضة للمرأة، وأخيرا كيف وأين يمكن للمرأة ممارسة الرياضة وأنهينا الفصل بخاتمة.

أما الجزء التطبيقي فهو عبارة عن تحليل لنتائج استبيانات الطالبات الجامعيات لمعرفة العوائق التي تحول عن ممارسة الرياضة.

وختاما أنهينا بحثنا هذا بإعطاء بعض الاقتراحات والتوصيات التي نراها مناسبة لمجتمعنا.

الجنة التمهيد

**1- إشكالية الدراسة:**

في ظل نشر النصوص الرسمية عبر الوثيقة الوطنية وقانون التربية الرياضية والدستور، سعت هذه القوانين في التأكيد على فكرة أن ممارسة الرياضة كحق من حقوق كل المواطنين بمختلف الميادين، وبصفة خاصة الفئة النسوية لمنحهم فرص ممارسة هذا الحق، إلا أنها لم تلقى إقبال كبير ولم يتم التفاعل معها بشكل كبير، مع عدم الجدوية في المشاركة، وكذلك انعدام الاستمرارية لضعف الدافع البسيكو اجتماعي المعزز لكيان فئة النساء، وهذا راجع لعدم غرس ثقافة الانفتاح وعدم دفاع المرأة عن هذا الحق (ممارسة الرياضة) خاصة في المؤسسات التعليمية ومؤسسات الممارسة الرياضية بجميع أصنافها المنشئة، مثل ما يجري على مستوى الجامعات، إذ لا تعطي بعض كليات الجامعة الاهتمام الكافي لمشاركة الفتيات في الفعاليات والنشاطات الرياضية المختلفة، وعدم توضيح الجانب الإيجابي الذي قد تجلبه هذه الفئة المهمة في المجتمع، لأنها لم يسمح لها بالاحتكاك بمحيط الثقافة الرياضية النسوية المرجوة، مما قلل من ميولهم واهتمامهم بهذا المجال الحيوي، ويرجع هذا إلى رفض هذا النوع من الحرية المعترف بها، بسبب ضيق وقصر نظرة المجتمع العربي والإسلامي لهذه النقطة بالذات والحكم بالمعتقدات التي لا أساس لها.

فكل هذا انعكس سلبيًا على منهجية التفكير لدى النساء، حيث أنهن يتجنبن تغيير المسار للتطور بسبب الخوف من ردود فعل المجتمع الذي يشكل حاجزا مرعبا يؤثر على حياتهن اجتماعيا بصفة عامة، وكذلك الجانب الديني لدرجة أصبحت فيها الرياضة مساس بأخلاق المرأة، وأن هذه الأخيرة لا تقوى على مثل هذه الفعاليات الحياتية، لأن المرأة فرد ضعيف في المجتمع يجب حمايته، لدرجة أنها أثرة في الفئة المثقفة أمثال الطالبات الجامعيات وغيرهم، لأن بعضهم لا يملن نحوى مشاركة في النشاطات الرياضية.

كلّ هذا يقودنا إلى التساؤل العام الآتي:

ما هي العوائق التي تحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة؟

التساؤلات الجزئية:

- هل الوسط البيئي الاجتماعي يعيق الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة؟

- هل العوامل الدينية تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة؟

**2- فرضيات الدراسة:**

من خلال التساؤل العام الذي طرحناه، قمنا بوضع الفرضية العامة التي اقترحناها كإجابة على سؤال البحث، وهي كالآتي:

**الفرضية العامة:** تتعدد وتتوزع العوائق التي تحول الطالبات عن ممارسة الرياضة مثل: ( الوسط البيئي الاجتماعي، العوامل الدينية...).

**الفرضية الجزئية:**

✓ الوسط البيئي الاجتماعي يحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة.

✓ العوامل الدينية التي تعيق الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

**3- أهمية الدراسة:**

تتلور أهمية موضوع العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة في محاولة الكشف عن الأسباب التي تمنع المرأة من ممارسة الرياضة في الحياة اليومية، لكونهن جزء له أهمية كبيرة في المجتمع، فنظرا للمستوى التعليمي والثقافي إلا أنهن لا يمارسن الرياضة ولو حتى في المنزل، لهذا تتجلى لنا أهمية هذه الدراسة للوقوف على العوامل التي تمنع المرأة من ممارسة الرياضة والمداومة عليها، رغم فوائدها الكثيرة والمتنوعة.

**4- أهداف الدراسة:**

إن إجراء أي بحث أو إعداد أي موضوع علمي يكون من أجل الوصول إلى غاية ما وتحقيق أهداف محددة، فالبحث العلمي يطمح للكشف عن الحقائق أو تشخيص مشكل ما لإعطاء حلول إن أمكن، فالدراسة الراهنة تسعى إلى تحقيق الأهداف التالية:

- إبراز أهمية ممارسة المرأة للرياضة.

- كشف العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

- اقتراح حلول للمشاكل التي تواجه المرأة أثناء ممارستها للرياضة.

- توعية المرأة بالفوائد الناجمة عن ممارسة الرياضة.

- تحسيس المجتمع بمبادئ الرياضة وما لها من فوائد إيجابية تعود على المرأة.

**5- أسباب اختيار الموضوع:**

- الأسباب الموضوعية: تكمن الأسباب الموضوعية في كون الإشكال يمس الطالبات الجامعيات في الوسط الجامعي، أي الطبقة المثقفة، ويمكن حصرها في النقاط التالي:

- معرفة أهم المشاكل التي تواجه المرأة في الجامعة والتي تعد عائق يحول دون ممارستها للرياضة.

- مدى أهمية وفائدة الرياضة في حياة الطالبة الجامعية.

- إبراز الحلول الموضوعية التي تساهم في تشجيع الطالبات الجامعيات على ممارسة الرياضة.

## - الأسباب الذاتية:

بعد الدراسة الاستطلاعية حول الجامعة لاحظنا أن جل الطالبات الجامعيات لا يمارسون الرياضة، فأردنا معرفة الأسباب الشخصية والمبررات التي تعيق هذه الفئة عن ممارسة الرياضة، لمحاولة الوقوف على أهم العوامل الاجتماعية والدينية والثقافية التي تراها الطالبات الجامعيات عائقا أمام ممارسة الرياضة، وذلك من خلال:

- محاولة التعرف على العوائق الذاتية لممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة، عبر طرح الأسئلة المناسبة.
- محاولة اقتراح ومناقشة حلول موضوعية بسرد فوائد الرياضة التي تساهم ولو بقليل في تشجيع المرأة على ممارسة الرياضة.

## 6- الدراسات السابقة والمساهمة:

إن موضوع الرياضة النسوية لم يكن له مكانة كبيرة ضمن البحوث التي أقيمت في الجزائر، ولا سيما على مستوى معاهد التربية البدنية والرياضية، فمن البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية، والبحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاء بعده دراسات وبحوث أخرى تناولت نفس موضوع البحث بالشرح والتحليل، أو تشترك معا في الموضوع أو بعض جوانبه وبذلك تثري الدراسات. فجد رايح تركي يقول: "كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه"<sup>(1)</sup>.

ورغم أهمية الموضوع وأثره على الفرد في اختيار نسقه الدراسي الذي يتناسب مع قدراته ومهاراته وميوله وتكوينه، فإن التطرق لمثل هذه المواضيع لم يحظى بأهمية بالغة وعناية من طرف الباحثين، وعليه نسرد بعض الدراسات المتناولة من طرف بعض الطلاب في مذكرات الماجستير والليسانس، وهي كما يلي:

**الدراسة الأولى:** دراسة إزري سوانلدة مكيوسة بعنوان: "الرياضة والمرأة بين المعزوف والإصرار وأثرها على الحركة الرياضية النسوية، دراسة الدوافع في الرياضة وتأثير دور المدرب على سلوك الرياضة". رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.

وقد توصلت الدراسة إلى معرفة تأثير المحيط الدافعي الذي يؤسسه المدرب على سلوك الرياضية

<sup>(1)</sup> رايح تركي: "مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس"، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر: 1999، ص123.

وبالخصوص على أخذ قرار العزوف عن ممارسة الرياضة ومعرفة كيف يؤثر هذا الأخير على الإدراكات الرياضية، وكذلك علاقتها بالدافعية بصفة عامة.

**الدراسة الثانية:** دراسة زيان نصيرة بعنوان: "أسباب نفور الفتيات من اختيار تخصص التربية البدنية والرياضية في مرحلة التدرج"، وهي دراسة قدمتها الباحثة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص في النشاط البدني التربيوي، معهد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر. وقد توصلت الدراسة إلى أن الدور السلبي للأسرة وعدم موافقة بناتهم في اختيار التربية البدنية والرياضية كتخصص، إضافة إلى عدم توفير المعلومات اللازمة لهذا التخصص، وعدم وجود مؤثرات متخصصة، وانعدام التوجيه والإرشاد التربيوي، ونقص وسائل الإعلام الرياضية المتخصصة، هذا كله يؤدي إلى عدم اختيار الفتيات تخصص التربية البدنية والرياضية.

**الدراسة الثالثة:** دراسة بن يوسف راضية بعنوان: "موقف التلميذات من مادة التربية البدنية والرياضية في الوسط الثانوي"، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر. وقد توصلت إلى أن الاختلاط المدرسي وغياب الثقافة الرياضية، وعدم تهيئة الأرضية الملائمة للطالبات، والسياسة التربوية المتبعة، كل هذا يؤثر في عدم ممارسة الفتاة مادة التربية البدنية والرياضية في الثانوية.

**الدراسة الرابعة:** دراسة لحر عبد الحق، "ظاهرة عزوف التلميذات من ممارسة التربية البدنية والرياضية بثانويات مستغانم"، رسالة ماجستير غير منشورة بجامعة مستغانم، وأظهرت النتائج أن أسباب العزوف تمثلت في عدم تشجيع الأسرة بسبب مشاكل الاختلاط.

## 7- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

## تعريف العوائق:

- لغة: من فعل (عاق، يعوق، عوقا)، أي عاق غيره عن كذا، صرفه وثبطه وأخره عنه. ومنه عائق جمع عوائق، وعائق الدهر شواغله وأحداثه، والعائق هو ما يكفك عن الشيء.
- اصطلاحا: هي كل ما يصرف الشخص عن ممارسة الرياضة.

## تعريف تحول:

- لغة: من فعل (حال، يحول، محال)، أي حال بين وصوله إلى، منعه وأوقفه.
- اصطلاحا: هو كل ما يمنع أو يقف بين الشخص والرياضة.

## تعريف ممارسة الرياضة:

- لغة: من فعل (مارس، يمارس، ممارسة)، مارس الأمر: عالجته، وزاوله، وشرع... .
- اصطلاحا: هي مزاوله الرياضة والشروع فيها والمداومة على تمارينها.

## تعريف الطالب:

هو كل شخصا ولدا كان أم بنتا تحصل على شهادة البكالوريا والتحق بالجامعة.

التعريف الإجرائي لعوائق ممارسة الرياضة: ونقصد بها الأسباب أو العوامل التي تمنع من ممارسة الرياضة وتتسبب في النفور والعزوف عنها.

التعريف الإجرائي للمرأة والرياضة: ونقصد بها فئة الطالبات الجامعيات قيد دراستنا والعينة التي عملنا بها في مجتمع البحث ألا وهو الجامعة.

الجنب النظرية

# الفصل الأول: المرأة والمجتمع

## تمهيد:

إنه لمن الصعب إعطاء تعريف واحد وشامل للمجتمع الاذي أخذ عدة تعريفات متنوعة تارة، ومختلفة تارة أخرى حسب اختلاف المدارس الفكرية من جهة، وبيئة المفكر والباحث الثقافية من جهة أخرى، فتعريف الخشاب مثلا والذي يرى بأن المجتمع " هو الإطار العام الذي يحدد العلاقات التي تربط الأفراد فيما بينهم داخل جمعات معينة.

ويأتي ويدج Wedge لحدد بوضوح أكثر شكل وطبيعة هذه العلاقات الاجتماعية حيث يرى بأن المجتمع هو عبارة عن (نسق) هذا معناه أن علاقات اجتماعية منظمة وليست عشوائية.

وإضافة للأنماط والعلاقات الاجتماعية المنسقة بصفتها جانب التي تحدد المجتمع هناك جانب آخر يجب توفره، ألا وهو الإدراك والشعور النفسي المتبادل بين أفراد المجتمع وأطراف العلاقات أي بمعنى لا يمكن أن يكون شعبين لدولتين منفصلين لا تربطهم سوى علاقات تجارية مجتمعا واحد لعدم وجود وحدة الشعور النفسي المتبادل كضامن لدوام التلاحم والتواد والانصهار ورغم كل هذا قد أجمع علماء الاجتماع بأن المجتمع<sup>(1)</sup> هو عبارة عن نسق "système" من العلاقات الثقافية بالمفهوم الواسع (نمط العيش) كون النسق الثقافي هو النسق العام والمحدد للنشاط الحيوي في المجتمع وهذه العلاقات السابقة الذكر. متنوعة بتنوع نظم ميادين حياة المجتمع الضابطة الموجهة القائمة بينهم ( المجتمع) والحاجات البشرية الأساسية التي تمكنه من البقاء.<sup>(2)</sup>

## 1- المرأة عبر التاريخ:

إن التحولات الكبرى التي شهدتها البشرية كانت مسايرة لطبيعة كل مرحلة المعاشة والمرأة عنصر هام في المجتمع شهدت ولا تزال تشهد تحولات كبرى فمن بين أولى الأساطير التي أعطت للمرأة مكانتها هي "فينوس" ما قبل التاريخ سواء كانت منقوشة على الحجر أو مرسومة أو منحوتة على الخشب فإنها كانت تمثل المرأة ألام (genitex) حيث ساد تصور شبه متحجر ناحية المرأة من إفريقيا الشمالية إلى أوروبا ومن المحيط الأطلسي إلى آسيا الغربية، هذا التصور السائد حتى بداية العصر (النيوليثي) المصقول، أين شبهت المرأة بالأرض، وهو تشبيه قدم الحياة، انطلاقا من هذا التصور الذي فرض نفسه بكل قوة في هذا العصر وحين اكتشاف الزراعة، أو كالت الأعمال الزراعية للمرأة كونها تربطها علاقة وطيدة بالأرض، فتولت بذلك مهمة

(1) محمد عبد الهادي دكلة، " المجتمع المدني" دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة بغداد، 1979، ص 47.

(2) معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، ص 262.

العمل الزراعي مهما جعلها الممون الأول للمواد الغذائية وفي نفس العصر ظهر النظام (الأمريسي) للعائلة البشرية، ويرى بعض الباحثين أن هذا النظام لم يكن ليظهر لو لم تتوفر للمرأة الأجواء النفسية. كما كان للجانب الديني أهمية كبرى في إعطاء مكانة للمرأة حيث تحولت من عاملة في الزراعة إلى كاهنة وهذا شكل جديد في نشاطها الديني السحري<sup>(1)</sup>.

## 2- دور المرأة في بناء المجتمع:

" إن الإنسان كائن اجتماعي ثقافي يعيش في مجتمع، لذلك يجد نفسه مرتبطا بعلاقات متعددة ومتشابكة مع الآخرين، وأنه يخلق الثقافة التي تؤثر بدورها في حياته في المجتمع"<sup>(2)</sup> ترى عالمة الاجتماع الأمريكية " اليتير بولدنغ" أن هناك ثلاث (03) مجالات أين ساهمت المرأة في خلق ما نسميه مجتمع مدني يقوم على الاحترام المتبادل<sup>(3)</sup> يتعلق المجال الأول بالطفل والتعليم بحيث في جميع المجالات تقريبا تضطلع المرأة تقريبا بمسؤولية تعليم الطفل حتى سن السابعة ويجمع أخصائيو علم النفس على رؤية الطفل في العالم تتشكل خلال هذه الأعوام أما بالنسبة للمجال الثاني فهو خاص بالدور الاقتصادي المنتسب للمرأة المتمثل في الطبخ أو الحديقة، تلك الوحدة الإنتاجية المصغرة التي لعبت دورا حاسما في المجتمعات الزراعية.

وفيما يخص المجال الثالث فقد تم تجاهله إلى حد كبير، فالمرأة كانت لا تزال عماد المجتمع كما تشير "اليتير بولدنغ" حيث اضطلعت بهذا الدور في الحياة الخاصة وفي الحيان الأسرية. وقد تصورت هذه المجالات التي تنتمي إلى الجانب الخفي للتاريخ بوصفها - الرقعة الخضراء- في المجتمع أو منطقة الحلم أي يمكن للعقل أن يتعلم كيف يجاهد لتدليك الصعوبات. ساهمت المرأة أيضا في بناء مجتمع قابل للنمو يقوم على الاحترام والتفاهم في خلق ثقافة ديمقراطية، إذ يتعلم الطفل الاحترام والتسامح وكل ما يتعلق بمبادئ السلوك الديمقراطية في مرحلة مبكرة للغاية من خلال علاقته بأفراد الأسرة والمجتمع ومن الأجدر الاهتمام في هذا السياق أن تراقب اتجاهات الأسرة في مناطق العالم المختلفة، فنقارن بينهما، فنرى الشعور الجماعي القوي داخل الأسرة الممتدة المنظمة على نحو مندرج في إفريقيا والاحترام العميق الذي يجتذي به الأكبر سنا بين أفراد الأسرة في الصين والاهتمام بالأصغر سنا بين أفراد المجتمع العربي الحديث، إذ تلعب المرأة دور محوري في صياغة شكل هذا الاتجاه من خلال النموذج الذي قدمته كمثال يجتذي به نظرا لعدم وضوح دورها في الحياة العامة.

(1) منوير لايتير، المرأة عبر التاريخ، تطور الوضع النسوي من بداية الحضارة إلى يومنا هذا، فرنسا، 1986، ص 41-43.

(2) محمد عاطف غيث، علم الاجتماع، مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1993، ص 106.

(3) إيليا نوراما سيني باريري، عن مجلة البيونيسكو، العدد 23 سبتمبر 1994.

## 3- التنشئة الاجتماعية:

تعرف التنشئة الاجتماعية في نظر موراي بأنها:

"العملية التي يتم من خلال هذا التوفيق بين مطالب واهتمامات الآخرين، والتي تكون متمثلة في البناء الثقافي الذي يتعرض له الفرد، فتبدأ عملية التنشئة منذ طفولة وتستمر طول حياة الإنسان"<sup>(1)</sup> فهي أيضا: "عملية تعلم وتعليم وتربية/ تقوم على التفاعل الاجتماعي وتهدف إلى اكتساب الفرد (طفلا مراهقا راشدا شيخا) سلوكا ومعايير واتجاهات مناسبة لادوار اجتماعية معينة، تمكنه من مساندة جماعته والتوافق الاجتماعي معها، وتكسبه الطابع الاجتماعية تيسر له الاندماج في الحياة الاجتماعية"<sup>(2)</sup>

## 4- العوامل المؤثرة في عملية التنشئة الاجتماعية:

إن الأطفال يولدون وحوهم أناسا مثل الأولياء، الأقارب، ومعلميهم، وهكذا تتسع دائرة تفاعل الفرد مع الغير، وتزداد معه رغباته ومطالبه، ويتعدى نطاقه البيولوجي إلى نطاقه النفسي والاجتماعي، فخروج الطفل إلى الشارع ثم إلى المدرسة يجعله يكتسب العادات السلوكية والمعايير والرموز والاتجاهات والقيم من خلال احتكاكه مع الآخرين ويزداد اندماج الطفل في الجو الثقافي للمجتمع حيث تلعب هذه العوامل المؤثرة دور كبير في اكتساب القيم الدينية للمجتمع، نذكر الأهم منها:

## 4-1- الأسرة: تعتبر الأسرة نظام مصغر "Micro\_ orgaznisme" لبناء المجتمع فهي إذن

الوحدة الأساسية للتنظيم اجتماعي رئيسي، كما أنها أساس وجود المجتمع وكصدر الأخلاق والدعم الأول لضبط السلوك والإطار الذي يتلقى فيه الإنسان أول دروس الحياة الاجتماعية<sup>(3)</sup> فالانفعالات الشعورية والعاطفية للأفراد الناجمة عن التأثيرات الحضارية للمجتمع العام والمجتمع الصغير الأسري فحسب "لويين Lewin" سلوك الإنسان لا ينتج من قوى النفسية الفردية فحسب بل أيضا من قوى عدة جماعات<sup>(4)</sup> (لوهيرد لومير 1986-Lemaire).

(1) محمد فتحي عكاشة — محمد شفيق زكي، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، مصر: المكتب الجامعي الحديث الرابطة، الإسكندرية، 1997.

ص 41.

(2) حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 5، مصر: عالم الكتب، القاهرة، 1984، ص 243.

(3) سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية والحياة العائلية، مصر: دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، 1999، ص 37.

(4) مجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد: 7، جامعة الجزائر: 1998، ص 119.

#### 1-1-4 دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية:

يرى عبد الفتاح زكي موسى أن: " تربية الطفل تبدأ في الأسرة التي كانت مسؤولة عن تربيته منذ ولادته وفي السنوات المبكرة من عمره، والإسلام بين أن الطفل يولد معنا بإمكانيات طبيعية تمكنه من أن يتدرب ويتعلم"<sup>(1)</sup>

فالأسرة إذن هي أول مؤسسة تربوية وأول وسط يتلقى فيه الطفل اللغة، العادات، السلوك والقيم وغيره ومع مرور الزمن، غرفت الوحدة الأسرية تغيرت ناتجة من هياكل الاقتصادية والسياسية الجديدة ولكن هذه الأخيرة لم تمح نهائيا التصور "الباتر يرشي" patriarchale القديم الذي مازال موجود ضمن النماذج الجدية وهذا ما يسبب الصراع عند الإنسان الذي يتخبط في عدة نماذج وقيم متناقضة بين المكتسبات الماضية وأوامر الحياة الحديثة.

ولهذا، كل أسرة لها جو خاص بما يتماشى مع تاريخها الشخصي ومميزات الأولياء، فهي التي تحدد سلوك الطفل اتجاه سلوك الطفل اتجاه بعض النشاطات الرياضية، فهناك العديد من الرياضيين الأبطال الذين احتلوا الساحة الرياضية في الاختصاصات التي مارسها أولياءهم من قبل وهذا دليل على مدى تأثير الأسرة ولاسيما الأولياء على سلوك الطفل في اختيار النشاط الرياضي، نذكر على سبيل المثال: البطل العالمي سعيد جبير قرني في 800 م الذي يتدرب تحت إشراف أبيه وبفضل إعاناته وتشجيعاته استطاع أن يحتل المرتب الأول في المنافسات الدولية.

#### 2-4 المدرسة:

إن المؤسسة التربوية سواء كانت ابتدائية متوسطة أو جامعية تحتل مكانة كبيرة في حيان الطفل، فالمدرسة إذن قي نظر عبد السلام زهران: هي "المؤسسة الاجتماعية الرسمية التي تقوم بوظائف التربية ونقل الثقافة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسميا، واجتماعيا وانفعاليا"<sup>(2)</sup>

وحسب وشاد صالح الدمنهوري فهي القيم الاجتماعية السائدة في المجتمع ذلك كم خلال مناهجها الدراسية وتعمل على اكتساب التلاميذ بين معايير والأدوار الاجتماعية<sup>(3)</sup> وفي هذا المنظور تمثل التربية البدنية والرياضية سواء عند الطفل نفسه الأولياء مادة ثانوية كثيرا من يضعوها في المرتبة الأخيرة من حيث أهميتها.

(1) عبد الفتاح التركي موسى، التنشئة الاجتماعية، مصر: المكتب العلمي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 1998، ص 66.

(2) حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط4، مصر: عالم الكتب القاهرة، 1977، ص226.

(3) رشاد صالح دمنهوري، التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي، مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1995، ص 37.

فظاهرة نفور الطفل من حصة التربية البدنية والرياضية الموجودة ابتداء من الأقسام النهائية<sup>(1)</sup>. وهذا يؤثر سلبا على الممارسة الرياضية ورياضة المنافسة بصفة خاصة ويجب ألا نجهل أن الرياضة في المدرسة تمثل فقرة كبيرة نحو رياضة المنافسة ثم رياضة المستوى العالي، فكيف يتم اكتشاف المواهب الرياضية إذا لم توفر لهم مكان للبروز، إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دور كبير في توجيه الطفل نحو الممارسة الرياضية.

### 3-4 جماعة الرفاق:

تؤثر جماعة الرفاق على الأفراد من خلال ثقافة خاصة بهم، فهي تسمح لأفراد أن يقيم نفسه بمقارنته مع الآخرين، فالتقييم الاجتماعي يمثل عنصر هام للشباب لمعرفة وضعيته ومعلمه ضمن هذه الثقافة. فحسب حامد عبد السلام زهران، يمكن تلخيص أثر جماعة الرفاق فيما يلي:

- 1- نمو الشخصية واكتساب نمط شخصية الجماعة
- 2- المساعدة في النمو الجسمي عن طريق ممارسة الهوايات والنمو الاجتماعي عن طريق أوجه النشاط الاجتماعي.

3- تمكين معايير اجتماعية، وتنمية الحساسية والنقد نحو بعض المعايير الاجتماعية العامة للسلوك

4- القيام بالأدوار الاجتماعية مثل القيادة

5- إتاحة فرصة تحمل المسؤولية الاجتماعية

6- إشباع حاجات الفرد في الانتماء والمكانة

إذن علاقة الطفل بالآخرين لها دور كبير في تغيير سلوكياته وتصرفاته وهذا يظهر تدريجيا مع نمو الطفل. فيمكن أن تؤثر الجماعة سلبا وإيجابا على الممارسة الرياضية بصفة عامة والرياضة النخبوية بصفة خاصة قد تدفع إلى ممارستها أو التحلي عنها.<sup>(2)</sup>

### 4-4 وسائل الإعلام:

إن مجيء الرياضة وتطورها مرتبط بمجيء وتطور وسائل وتقنية الإعلام " الصحف، المجلات، التلفزة كلها وسائل للرياضة الحديثة، فالنتائج الرياضية لا بد أن تقارن في جميع أنحاء العالم والغاية منها وضع مراتب أو طبقات دولية mondil hiérarchie إذن ور وسائل الإعلام الرئيسي يتمثل في :

- 1- نشر معلومات متنوعة في كافة المجالات.

<sup>(1)</sup> W.Jch. : L'absentéisme et sport à l'école, sciences et sport, mai, 1976, p103-109.

<sup>(2)</sup> حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 4، مصر: عالم الكتب، القاهرة، 1977، ص 261-262.

2- إشباع الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى المعلومات الجديدة، التسلية، الترفيه والمعارف والثقافة العامة وغيرها.

3- دعم الاتجاهات النفسية، تعزيز القيم والمعتقدات أو تعديلها والتوافق مع المواقف الجديدة.<sup>(1)</sup>  
إن تأثير وسائل الإعلام على الفرد كبير، فكيف لا يتأثر الطفل عندما يشاهد مقابلة مهمة في كرة القدم، إن نشر صور لهذا النوع من المقابلات يؤثر حتما على الممارسة الرياضية.

#### 4-5 الثقافة:

إن الثقافة هي العادات والتقاليد التي تعرف عليها أفراد المجتمع وهي تتضمن كذلك الأفكار والمعتقدات والقيم الخاصة بأفراد الجماعة، كما يشير ادوارد تابلور أنها: " ذلك الكل يعتقد الذي يحتوي على المعرفة والمعتقدات، الفن والأخلاقيات، والقانون والعادات وغير ذلك من القدرات والسلوك الشائع الاستخدام الذي يكتسبه الإنسان في المجتمع."

إذن لكل مجتمع ثقافته التي تميزه عن غيره من المجتمعات حيث لها تأثير مباشر على سلوكيات الفرد بصفة عامة واتجاهه الممارسة الرياضية ولا سيما رياضة المنافسة.

تبدأ الثقافة في البروز من خلال طرق التربية تعكس هي الأخرى السمات الرئيسة للمجتمع، كما تعتبر الأسرة الخلية الأولى له، فهي أولى المؤسسات التي تستقبل الطفل أثناء الولادة عن طريق إعانة الأم، ظف إلى ذلك سلوك الأولياء، اتجاهه، وكل هذا يكون أول فضاء اجتماعي للطفل حيث فيه تتكون شخصيته ويتطور أناه<sup>(2)</sup>.

#### 5\_ تأثير التنشئة الاجتماعية على الممارسة الرياضية:

سبق الذكر أن الأسرة لها مكانة كبيرة في نقل الثقافة إلى أبنائها فهي تمثل للفرد جماعة للانتماء، فالإحساس بالانتماء إلى وسط الاجتماعي ينتج عنه سلوكيات وأفكار وردود أفعال تنطبق مع الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه بصورة غير شعورية.

فيرى الباحث لومبيير أن كل الباحثين الذين درسوا الأسرة التقليدية والمجتمع الغربي، اتفقوا على أنها تتميز بالطابع البارياشي<sup>(3)</sup> حيث الرجل هو الوحيد الذي يملك السلطة الاقتصادية كونه يقضي حياته في

(1)- R- thomas : moyens de communication et promotion du sport . (Sciences et sport 1979) p38.

(2)- سميرة أحمد السيد، علم الاجتماع التربوية، ط1، مصر: دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص 116.

(3)- المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد7، جامعة الجزائر معهد التربية والرياضية، 1998، ص 118.

الخارج، بينما البيت هو ميدان خاص بالمرأة فقط وذا يعتبر من المبادئ الرئيسية للأسرة التقليدية المتمثل في الرزانة النسوية، فالفتاة تربي وتكيف في طفولتها وخاصة في مرحلة البلوغ على أن تظهر دائما بالخضوع والطاعة وفق تعريف دور الأثني التقليدي، وهذا النوع من التنشئة الاجتماعية يعوق المرأة في تحقيق ذاتها.<sup>(1)</sup>

### \*الفرق بين المرأة والرجل من جانب الثقافي:

إن الأسرة التقليدية التي يتكون منها المجتمع الجزائري في الأغلبية مبنية على أساس التفرقة والتمييز بين الجنسين سواء كان في المعاملة أو في أعمال أخرى، هذا التمييز تعلمه الأسرة لأفرادها منذ الصغر عن طريق التربية التي تنتقل من جيل لآخر.<sup>(2)</sup>

فبالأسرة الجزائرية تفضل الأولاد (الذكور) على الإناث حيث يستقبل ميلاد الذكر بفرحة كبيرة وتقام احتفالات كبيرة كما يظهر التمييز في ألعاب الأطفال أين تعطى حرية واسعة للذكر في تعبيره البدني فهو يجري، يقفز، يصرخ بينما الفتاة تسحب باكرا من فضاء اللعب لتدخل العالم النسوي، فتربية الفتاة هي مجموعة من الامتناعات خاصة أننا المراهقة فهي تحاول توقيف كل المظاهر البدنية والنفسية، وهذا يبقى مرسخ في شخصيتها، حسب ( يويوت فنوشات 1980، ص 76) الطفل ملك المجتمع والأسرة منذ ولادته.<sup>(3)</sup>

فكيف يمكن أن نتكلم عن التعبير البدني والممارسة الرياضية في مثل هذه التنشئة الاجتماعية وخاصة عند الفتاة.

ولكن لم تبقى الأمور بهذه الصورة وهذا منذ أن بدأت المرأة تفرض نفسها في جميع المجالات بدءا من الدور الذي لعبته خلال الثورة التحريرية.

وهكذا بدأت الأشياء تتغير شيئا فشيئا حيث استطاعت المرأة أن تكون علاقة جديدة مع جسمها ولكن هذا لم يأت صدفة بل بفضل مقاومتها لكل المصاعب التي واجهتها أثناء ممارستها للرياضة بأي شكل من أشكال سواء كانت: الرياضة الترفيهية، الرياضة للصحة ولا سيما الرياضة المنافسة والمستوى العالي.

(1)- سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت 1984، ص 248.

(2)- دليلة رحمون، الصداقة بين الجنسين في المجتمعين الجزائري بين الرفض والقبول، (عدد 43 مجلة الوحدة)، ص 20.

(3)- مجلة التربية البدنية والرياضية، العدد 7، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية، سنة 1998، ص 116.

## الخلاصة:

رغم أن كل التغيرات الاجتماعية والثقافية ولو كانت سطحية سواء في مجال العمل أو في مجال الرياضة بصفة عامة تبقى المرأة في صراع ذاتي، لا شعوري بين عالمين متناقضين: العالم الجديد الذي يسمح لها بالتعبير عن رغباتها بأية صورة كانت إما في عملها المهني أو في ممارستها للنشاطات البدنية والرياضة، وتحقيق التوازن بينها وبين جسمها، وعالم الممنوعات، المعتقدات والطابوهات التي تعرقل انفتاحها كإنسان ثم كامرأة ثم كرياضية بحيث " مازالت بعض النشأة سجيناً فيه وذلك رفضاً على مواجهة التغيرات التي مست المؤسسة الاجتماعية العامة وهي الأخرى تجد نفسها في صراع بين بروز الشخصية " الجديدة " والحفاظ على الهوية الثقافية الأصلية " (1).

---

(1) - المرجع السابق، ص 115.

الفصل الثاني:

المرأة والرياضة في الإسلام

## تمهيد:

ناقش علماء الأجناس أنماط اشتراك المرأة في الرياضة على مدار التاريخ في المجتمعات الغربية منذ عام 86 ق م، حيث كان من المستنكر وغير المرغوب فيه اشتراك المرأة اليونانية في الأولمبياد، كما لا يسمح لهن أيضا بمشاهدة الرجال أثناء أداءهم للسباقات.

ونتيجة لثورة النساء على هذا الوضع فقد أعطيت لهن الفرصة للاشتراك، ولكن اشتراهن دمر سمعتهن في القصص القديمة، وكان اليونانيون يعتقدون أن الآلهة تشك في قوة المرأة ومهارتها الجسمية، ولقد اتفق هذا مع واقع الأمر في ذلك الوقت لأن السيدات اللاتي كن يعرضن مهارتهن الرياضية في ألعاب كن في مستوى متواضع: وبالمثل كانت المرأة الرومانية بعيدة ومحرومة من الاشتراك في الأنشطة الرياضية والتشجيع ولم يكن اشتراك المرأة في الرياضة أمرا سهلا، فخلال العصور الوسطى كان الرأي أن اشتراك المرأة في أمر غير مرغوب فيه، ويدافع فيه عن البلاد والأسرة حتى التدريب العسكري فقد كان ينظر إليه من قبل الكنيسة على أنه شرطا ضروري، أما المرأة فهي للمتل.

في ضوء ما سبق من استعراض تاريخي فإن اشتراك المرأة في الرياضة في الإسلام يعتبر حدثا كبيرا ومهما إذ خلاله حدثت تغييرات كثيرة سوف نتطرق إليها.<sup>(1)</sup>

## 1- حق المرأة في ممارسة الرياضة في الإسلام:

من قول عمر بن الخطاب: "علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل"

وقوله تعالى: [لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ] الآية 4 من سورة التين.

نجد الإسلام قد اهتم بالرياضة كوسيلة من وسائل التربية أو جزء من عملية التربية العامة للإنسان

المتكامل وهذا ما يتضح في الملامح الآتية:

- إن الإسلام لا يهمل الأجسام بعد أن خلقها الله تعالى وأبدعها بحكمته وبهذا يلتقي مع الرياضة في الاهتمام بالبدن.

- الإسلام هو دين عمل، فلا بد أن يبذل الإنسان جهدا ليحقق الإنتاج الوفير وله يكون قادرا على العمل من يفتقر إلى القوة التي تمكنه من أدائه ومن أجل ذلك فهو يشيد بالرياضة لاكتساب اللياقة البدنية.

- يدعو كل من الدين والتربية الرياضية إلى التحلي بقيم خلقية منها التعاون والتآلف وإنكار الذات والصبر وغير ذلك من الصفات الاجتماعية الحميدة والمقبولة اجتماعيا.

(1)- خير الدين علي عويس، عصام الهلالي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي 2005م، ص 81، 82، 83.

- إن الدين ينظر للحياة أنها نصر وهزيمة، ارتفاع وانخفاض هو بهذا يشير بالرياضة لأنها تتضمن مواقف عديدة للتدريب على النصر تارة والهزيمة تارة أخرى مما يساهم في اكتساب صبغة التواضع عند النصر وضبط النفس عند الهزيمة وهذا يمثل قمة الروح الرياضية العالية.
- فرائض الإسلام نفسها التي يجب على المسلمين أدائها هي في فطرها أعماً لرياضية تعود عليها الجسم بالفائدة مثل " الصلاة" التي تعتبر رياضة بدنية.
- فريضة الصيام التي يتحملون فيها المسلمون الامتناع عن الطعام والشراب من الفجر حتى الغروب هو رياضة تعود المسلم تحمل المشاق والصعاب والصبر وقوة الاحتمال " رياضة نفسية".
- لا يقتصر أمر الرياضة وممارستها في الإسلام على الرجل فقط دون المرأة بل يشمل الجنسين معاً، لأن المرأة تمثل نصف المجتمع، وحينما يأمر الدين بالرياضة فإنما يكون ذلك بالنسبة للمرأة بحيث لا تبعد عن عفافها وشرفها وما يمس حياتها في حدود المضمون الشرعي، حيث أن النصوص الشرعية حينما توجد للمسلمين إنما تكون للجنسين معاً.
- تلك كانت تعاليم الإسلام والرسول صل الله عليه وسلم التي اهتمت بالتربية البدنية والرياضية ويتناولها البحث العلمي الآن بالدراسة والتحليل ليصل بعد عناء إلى هذه التعاليم مؤكداً أهمية التربية البدنية والرياضية في إعداد الشباب والإنسان عامة بجميع مراحلها السنوية.<sup>(1)</sup>
- إن المرأة لها الأثر الأول في تنشئة المجتمع وفي رعاية الطفل وفي تنشئة الصحية فالعبء الأول في تربية هذا الطفل يقع على عاتق المرأة وعلى مسؤولياتها والرياضة والمرأة تجمع بين تربية الأخلاق والقيم وما بين من وقع على كاهلهم عبء العمل وتنشئة أفراد هذه الأمة، فالرياضة لها مكائنها في خلق جيل من أسس من الأخلاق وعلى أسس من القيم، وممارسة المرأة للرياضة بصفة منظمة ومستمرة لها تأثير إيجابي وعلى تحسين صحتها وقدرتها على تحمل الجهد والقيام بواجباتها في الحياة، ولا بد لكل امرأة أن تضع اعتبارها ضرورة ممارستها للتمرينات الرياضية البدنية يومياً وبانتظام وهذا للأثر الإيجابي الكبير للرياضة على صحتها وتحسين الأداء الوظيفي للقلب والدورة الدموية كذلك يمكنها من التغلب على الإجهاد العصبي ومظاهر التعب البدني وانعكاس ذلك على قدرتها العامة، وكما أن ممارسة الرياضة بصفة مستمرة ومنظمة مفيدة للرجل كذلك هي بالنسبة للمرأة حيث تظهر عليها العلامات الإيجابية للتكيف، لهذا يجب أن تشجع المرأة على ممارسة الرياضة

(1) - أحمد حسن الشافعي، سوزان أحمد مرسي، تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف 1999م، ص400

بصفة مستمرة ومنتظمة وأن تقدم الدولة والمسؤولين عن نشر الوعي الرياضي والإمكانيات وتوفير الأماكن الرياضية في المناطق السكنية وفي المؤسسات لممارسة بعض التمرينات التعويضية، وبهذا لم يبق شك عن أهمية ممارسة المرأة للرياضة في تحسين صحتها وزيادة كفاءتها ومقدرتها على أداء وظائفها في الحياة والمجتمع وانعكاس ذلك على رقي وتقدم الدول.

## 2- حق المرأة في ممارسة الرياضة دولياً:

إن الموضوعات الخاصة بحياة المرأة في الدول الأوروبية والولايات المتحدة تعد من أهم الموضوعات الشيقة في علوم الإنسانية، فقد اهتم علماء النفس والاجتماع بالمرأة، وأصبح شائعاً في العديد من الكليات إقامة برامج أساسية تخصصية للمرأة، كما ظهرت حركات نسائية في عدد من الشعوب ولقد كان النشاط الرياضي من أكثر المجالات الخصبة للمرأة حيث يتوافر فيه الخبرات المتنوعة التي تبرز مقدرتها المرأة، وعلى الرغم من ذلك فإنه حتى سنوات قليلة كانت المرأة تلعب دوراً ثانوياً في تاريخ الرياضة.<sup>(1)</sup>

إن العديد من الظروف الاجتماعية الحضارية والقوانين الفدرالية في الولايات المتحدة دجت خلال السبعينات لتشجيع المشاركة الواسعة من قبل النساء والبنات في الرياضة التنافسية.

ففي حين كانت النساء يطالبن السماح لهن لممارسة بعض الألعاب الرياضية فهن الآن يشجعن لبذل الجهود كل في النشاطات التقليدية (الأندية الاجتماعية) حسب وإنما في نشاطات واسعة تمتد من ركض الماراتون إلى الروكي وكرة القدم وملاكمة المحترفين وأسوة بمعظم التحولات الحضارية فإن التدفق الملحوظ للنساء والبنات في الرياضة في الولايات المتحدة ربما يقترن بإجهاد نفسي وتوتر وإن إعادة التنظيم لجزء واحد من النشرة الأرضية لا يحدث بمعزل وإنما يصاحب بانبعث في الأجزاء القريبة من التضاريس، وبشكل مشابه فإن البعض يشعر أن دخول المرأة في الرياضة التنافسية وبمستويات مختلفة يوازي التغيرات في الأسلوب التي تتفاعل أوجه شخصياتهن بالحاجات الداخلية المعقدة، وكذلك بالضغوط والتوقعات الحضارية.

إن الرياضة تمثل طريقاً واضحاً جداً فيه تتنافس وتندفع النساء وكذلك تظهر بوضوح العديد من المجالات التي تحيط بإنجاز المرأة بشكل عام داخل المجالات الرياضية.<sup>(2)</sup>

في المؤتمر العام لمنظمة التربية والعلوم والثقافة التابعة للأمم المتحدة في دورته العشرين المنعقدة بباريس في اليوم الحادي والعشرين من نوفمبر 1978 ميثاق اليونسكو الدولي للتربية البدنية والرياضية.

(1) خير الدين عوسي، عصام هلاي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، 2005م، ص 83.

(2) مزوان عبد المجيد إبراهيم، الرياضة للجميع، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، دار الثقافة للنشر والتوزيع 2004، الأردن ص 5.

والإعلان العالمي لحقوق الإنسان يحق لكل فرد أن يتمتع بكافة الحقوق والحريات المنصوص عليها في هذا الإعلان دون تمييز أيا كان بسبب العنصر أو اللون أو الجنس ( ذكر أو أنثى) أو اللغة أو الدين أو الرأي السياسي أو رأي آخر، أو الأصل القومي الاجتماعي أو الثورة أو البلاد، أو غير ذلك من الاعتبارات. وأنشأ في المؤتمر اللجنة بين المشتركة بين الحكومات للتربية البدنية والرياضية والمسؤولة عن تعزيز التعاون الدولي في هذا المجال والصندوق الدولي للنصوص بالتربية البدنية والرياضية في العالم تحقيقا للإعلان العالمي لحقوق الإنسان.

إذا يؤمن بأنه من الشروط الجوهرية لممارسة حقوق الإنسان بصورة فعالة أن يكون كل فرد حرا في تنمية قواه الجسمية والعقلية والأخلاقية والمحافظة عليها وأن تكون أسباب التربية البدنية والرياضية موفورة ومكفولة لكافة الناس وإذا يؤمن بأن تنمية القوى الجسمية والعقلية والمحافظة عليها من حالها تحسين نوعية الحياة على التنمية على المستوى القومي والدولي، وإذا يعتقد أن التربية البدنية والرياضة تسهم بصورة فعالة في غرس القيم الإنسانية الأساسية التي تقوم عليها التنمية الكاملة للشعوب وإذا يمكن أنه يجب أن تهدف التربية البدنية والرياضية إلى تعزيز الصلاة بين الشعوب وبين الأفراد، بالإضافة إلى تعزيز روح المنافسة المجردة عن الغرض والتضام والإخاء والاحترام والتفاهم المتبادل والاحترام الكامل لسلامة الإنسان وكرامته<sup>(1)</sup>.

### 3- الرياضة والمرأة:

لقد نص الإسلام على الاهتمام بالرياضة وقد جاء هذا في الحديث الشريف " علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل " بهذا أوصانا نبينا محمد عليه الصلاة والسلام بأن نعلم أولادنا الرياضة وهذه لاشك خير وصية يجب أن نستهدفها في أعمالنا ونقول أيضا أن العقل السليم في الجسم السليم ومن هنا فالرياضة لها أهمية كبيرة في تكوين المجتمع وخاصة للمرأة.

الواقع أن المرأة لها أثرها الأول في تنشئة المجتمع وفي رعاية الطفل وفي تنشئة الصحة فالرجل في عمله، ولكن العبء الأول في تربية هذا الطفل يقع على عاتق المرأة وعلى مسؤولياتها ومن هنا كان تقديرنا وكان تقدير القيادات كلها، والإسلام للمرأة " فالجنة تحت أقدام الأمهات " كما أن الرياضة والمرأة تجمع مابين تربية الأخلاق والقيم وما بين وقع على كاهلهم عبء هذا العمل وعبء تنشئة أفراد أمة، أثبتت الدراسات العلمية وجود اختلافات بيولوجية بين الرجل والمرأة ولهذا يجب مراعاة هذه الفروق عند اختيار الأنشطة الرياضية

(1) حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي منشأة المعارف 1999، ص 403، 404.3

للمرأة جيدة لأتأثر مطلقا بالمشاركة في المجهود البدني حيث أن أجهزتها الداخلية لديها الوقاية الكافية لهذه الحركات، وأوصت بضرورة اهتمام المرأة بلياقته البدنية عن طريق التدريب المنتظم لممارسة الرياضة.<sup>(1)</sup> لكن المرأة تعاني من مسألة رغبتها في احتلال موقعها المناسب في المجتمع حيث تواجه باستمرار صعوبة في إثبات جدارتها ومقدرتها في إنجاز مثلثات العمل المقدمة عليه، وهذا التميز الواضح بينها وبين الرجل، ولا تقتصر على مجتمع معين وإنما لا تزال المرأة تعاني من عدم تقرير المجتمع لإمكاناتها حتى المجتمعات والبلدان متطورة صناعيا ولأسباب متعددة.

فالمرأة بكل المجتمعات يلاحقها تصور اجتماعي حول إمكاناتها الذهنية والبدنية، ودورها وظيفتها في المجتمع ما يجب أن يكون عليه من شخصية وسلوك، فكل شيء مرسوم لوضعيتها في المجتمع، فهي الأم والمرية وهي المعلمة والممرضة، وعندما تختار مهنة تشارك فيها الرجل. تبقى أسيرة نظرة المجتمع وتوقعاته بأنها لا تتفوق على الرجل، وحتى إذا أثبتت جدارتها وتفوقت، فتلك الجدارة والتفوق لا تسند لها ولا لإمكاناتها الفردية. وعلى الرغم من التغيير الحاصل على هذه النظرة في العديد من المجتمعات، فإن الفرص لا تزال تحجب عن المرأة إثبات جدارتها على الرغم من أن هناك دلائل تشير إلى إمكانية المرأة في الانجاز العالي، حتى في أعمال التي تعتبر حكرا على الرجال، فالمرأة في الريف تؤدي أعمالا بدنية مرهقة مثلما يقوم بها الرجل، وفي حالات الحروب فإن المرأة قامت بتشغيل المصانع التي كان يديرها الرجال وأنتجت مثل إنتاج الرجل، وفي مجتمعنا العربي بشكل عام، اقتحمت ميدان العمل وأثبتت جدارتها، إلا أن الصورة الاجتماعية المرسومة لها لا تزال قائمة بغض النظر على طبيعة المجتمع، علما أن هنالك تطوير طاقات المرأة من جانب والعمل على تعديل نظرا المجتمع لها من جانب آخر، هذه الصورة عن المرأة وهذا التصور الاجتماعي لا يزال يلاحق المرأة في ميدان التربية البدنية والرياضة، فالعادات الموروثة والأحكام الاجتماعية السائدة، فضلا عن المعتقدات الدينية يعيق المرأة من تحقيق رغبتها في ممارسة الأنشطة الرياضية، فتبقى حبيسة هذا الإطار، فهذا اعتقاد سائد في عموم المجتمعات هو أن الرياضة تقتل أنوثة المرأة وتفسد جسمها، وتؤثر في أجهزتها الداخلية، إلا أن هذه الاعتقادات لا تجد الدليل العلمي.

ولا تزال مشاركة المرأة بالرياضة محدودة في العديد من المجتمعات لأسباب حضارية واجتماعية وثقافية ودينية عديدة، والمرأة في كل المجتمعات تنظر إلى مساواة حقيقية مع الرجال فيما يخص غرض التدريب والتشجيع والرعاية والأعمال الإدارية الخاصة بالمؤسسات الرياضية، حيث أن فرض التدريب غير متكافئة مع

(1) نفس المرجع السابق ص 48،52

نظيرها الرجل وهي لا تجد التشجيع الكافي في العائلة أو المجتمع والطقوس القائمة فيه كما أن الصحافة الرياضية تعلق على أخبار الرياضيين الرجال، في حين أن تمنح لكلا الجنسين بشكل متكافئ<sup>(1)</sup>

#### 4- أهمية ممارسة المرأة للرياضة:

إن ممارسة المرأة للرياضة بصفة منتظمة ومستمرة لها تأثير إيجابي على تحسين صحتها وقدرتها على تحمل الجهد والقيام بواجباتها في الحياة، كتأثير على الرجل وهناك بعض الصفات الخاصة بالمرأة من ناحية تركيبها التشريحي والفيسيولوجي وأي البدني والعضوي التي يجب مراعاتها في البرنامج التدريبي والتمرين الرياضي لها. مراعاة لتركيب المرأة البيولوجي نجد أن تقنين المجهود الرياضي للمرأة يختلف عن الرجل من ناحية الكم والكيف.

وممارسة المرأة للرياضة لا تقتصر على النوع أو أنواع معينة من الأنشطة الرياضية، فقد أصبح من النادر أن تجد نوعاً من أنواع الرياضة لم تتمكن المرأة حتى الآن من طرده وممارسته. والمرأة تمارس الآن كثيراً من أنواع الرياضة التي لم يسمح لها قديماً بممارستها والتي كانت مقصورة على الرجال فقط.

منذ 40 عاماً أعلن بعض علماء أمراض النساء للرياضة تؤثر على بروز وتضخم عضلاتهن ويؤثر كذلك على أجهزتهن الداخلية وعلى قيامهن بالوظائف الخاصة بهن كنساء ولكن نظرة العلماء اليوم اختلفت وبدأوا يسمحون بممارسة الرياضة، وأكبر على ذلك ما تراه اليوم من ممارسة المرأة للعديد من أنواع الرياضة على المستويات المحلية والدولية وفي الدورات الأولمبية التي لم يكن مسموحاً لها قديماً بممارستها، وإحرازها مراتب التفوق والنجاح، وعلى سبيل المثال السماح لها مثلاً: في دورة 1972 الأولمبية في سباق 1500 م عدوا لأول مرة، كذلك في دورة مونتريال سنة 1976 اشتركت المرأة في مباريات التجديف وكرة اليد للمرة الأولى أيضاً.<sup>(2)</sup>

ومن بين فوائد ممارسة المرأة للرياضة نذكر منها:

- النشاط البدني يحرق الحريات، كلما نهضت وتحركت، كلما حرقت حريات أكثر، ولتعلموا أن المرأة تقوم بحركات اعتيادية مثل: تشغيل المكينة الكهربائية أو الصعود والهبوط في درج المنزل.
- التمارين تساعد المرأة على النجاح الكبير في برنامج تخفيض الوزن، فالكثيرون من البشر يصلون خط النهاية حيث يبدو لهم أن الحمية الغذائية وكمية التمارين تعطي دفعة أخرى لتبدأ المرأة من جديد

(1) - إيد عبد الكريم الغزوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، الإصدار الأول 2007، الدار العلمية

للنشر والتوزيع، ودار الثقافة للنشر، عمان ص 131، 130، 129.

(2) - حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي منشأة المعارف 1999، ص 53.

بفقدان الوزن. كما أن التمارين القوة تساعد أكثر على بناء العضلات وحرق المزيد من الدهون. التمارين تساعد المرأة على زيادة السرعة الاستقبالية للجسم، وستبقى هذه السرعة مرتفعة لوقت أطول حتى عند توقف النشاط، لذلك يأكل الأشخاص النشطون ما يشؤون دون أن يزيد وزهم بينما وزهم يزداد الكسالى في وزهم بمجرد رؤيتهم للطعام.

● تساعد التمارين وخاصة الصباحية منها على النوم بشكل أفضل، ولكن على المرأة أن تتجنب ممارسة الرياضة مساءً لأن ذلك يجعلها يقظة، فإذا اضطرت لممارسة الرياضة قبل النوم بساعات فيجب أن يكون ذلك مجرد مشي سريع

● التمارين جيدة للجسم والروح معاً، فهي تحسن المزاج، وذلك راجع إلى إفراز الدماغ لهرمون السعادة (إندروفين) فهذا الهرمون هو نفسه الذي يفرز عند الوقوع في الحب أو تناول الشكلاطة.

● تقلل التمارين الرياضية من خطر الإصابة بأمراض القلب، وسكر الكحول، وارتفاع ضغط الدم وسرطان الثدي، وهشاشة العظام...، كما تساعد وتقي من العديد من الأمراض الذهنية كالكتابة.

● الرياضة تساعد المرأة على الصبر والتحمل وذلك عن طريق تدريب جسمك على أن يكون أكثر مرونة وحركة مستخدماً كمية طاقة أقل.

● الرياضة هي مفتاح التحكم في وزن الجسم، لأنها تساعد على حرق السعرات الحرارية الزائدة، وبالتالي بقاء الجسم دائماً في وزن وشكل جيد.<sup>(1)</sup>

وتشير التوصيات الخاصة بالرياضة الحمل، أن الحامل تحتاج إلى 3 دقيقة من التريص يوميا، إن لم يكن يوميا على الأقل من الأسبوع، وفوائد الرياضة للحامل كثيرة، نسردها أبرزها:

- التقليل من زيادة الوزن أثناء الحمل.

- تقليل متوسط وقت الولادة.

- مضاعفات ولادة أقل.

- نقاهة أسرع بعد الولادة<sup>(2)</sup>.

(1)- منتديات الزهراوي، د. عبد الرحمن أقرع، الطب الرياضي، الرياضة النسوية.

(2)- المنتديات الرياضية، العقل السليم في الجسم السليم، فوائد ممارسة الرياضة.

## 5- الأساس البيولوجي للمرأة:

في إطار المستوى البيولوجي حول فروق الرجل والمرأة يعزي الأمر إلى الاختلافات التشريحية ووظائفها، إن عامل اختلاف الجنس معروف للجميع ولكن لا بد من شرحها هنا، وكذلك إلقاء الضوء على علاقته بالرياضة وبمعنى بسيط يقال أن الرجل أكبر وأقوى من المرأة، وعلى العموم لا يمكن التمثيل الرياضي بين النوعين وبالرغم من أن بعض الفتيات والسيدات أكبر وأقوى من الرجال في أحيان كثيرة. وهذا معناه أنه يوجد عدد من الرجال أصغر وأقل قوة من النساء وفي بعض السباقات يكون الرجال ذوي مستوى ضعيف نسبياً، ويعزى الاختلاف الشاهد إلى أن ارتباط المرأة بالحمل وتربية الأطفال والعناية بهم، والدورة الشهرية، وهذا يجعلها أقل ميلاً للتدريب عن الرجال حين إعدادهم للأنشطة الرياضية.

وبالنظر إلى المتوسط الحسابي للرجل والمرأة في مستوى التحصيل أو الإنجاز في الأنشطة الرياضية، وجد أن المتفرجين لأنشطة السيدات أقل من المتفرجين لأنشطة الرجال، وهذا يرجع لمستوى الأداء في حين أنه توجد سيدات ذوي مستوى مهاري عال جدا في كثير من الرياضات<sup>(1)</sup>.

الطفل ينمو ويجد المجتمع قد أعد له الأدوار والأعمال التي لا يتجاوزها ويختار ما هو ملائم لجنسه، لذلك فلاختلافات في الجنس تتوفر على سلوك الفرد، حيث أن هناك أسلوب متوقع للرجل وآخر للمرأة، ومحاولة التجاوز تبدو غير مقبولة اجتماعياً، وعلى الرغم من الاختلافات في الجنس قاطعة وواضحة، لكن ليس كل المواصفات التي تعزي لا تملكها المرأة، أو ربما تمتلكها بشكل يفوق الرجل، فالرجل عادة أطول من المرأة، لكن هناك العديد من النساء أطول بكثير من الرجال، وما يصح على الطول يصح على القوة، فالقوة تعد صفة الرجل، ولكن هناك العديد من النساء اللواتي يمتلكن قوة أفضل من الرجال وقليل من التدريب كفيلاً باكتساب المرأة ما فقدته من قوة، نتيجة للأعمال الموضوعية لها والتي تمارسها يومياً، ولغرض التعرف بشيء من التفصيل علينا أن نراجع الاختلافات الموجودة بين الجنسين في مراحل النمو، وتشخيص ما هو في غير صالح المرأة في مسألة ممارسة الأنشطة أو الألعاب الرياضية.

إن عملية المقارنة بين الرجل والمرأة خلال الفروقات الجسمانية يجب أن يقترن بجوانب أخرى، فهل المقارن بين الرجل الاعتيادي والمرأة الاعتيادية والمرأة الاعتيادية أم بين الرجل الممارس لنوع من الرياضة وامرأة أخرى، فالرجل الرياضي هو نفسه.

(1) - خير الدين عويس، عصام الهلالي، الاجتماع الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى 2005، ص103.

يختلف عن الرجل غير الرياضي من حيث الطول والوزن والبناء الجسمي، فضلا عن ذلك فهو يمتلك قابلية لأداء الحركات أفضل من الرجل غير المدرب نتيجة للتدريب الطويل والمتواصل، كذلك فإن الفروقات في الانجاز الرياضي بيت الرجل والمرأة ليس نتيجة الفروقات الفردية بينهما، وإنما لعوامل أخرى عديدة منها: فرص التدريب وطريقة نشوء ومكمل منها، والخبرات الحركية لكل منها، فهذه جوانب كلها إيجابية للرجل ولكنها سلبية للمرأة، ويجب أن لا يغيب عن البال أن الفروقات الفردية هي أصلا موجودة بين الأفراد من الجنسين الواحد قبل أن تكون بيت الفردين، ولكل منهما يمثل جنسا مختلفا.

وعلى الرغم من الاختلافات الواضحة بين الجنسين تبقى عدة حقائق قائمة وهي أن إنجازات المرأة في مجال الرياضة لا تزال مستمرة ورائعة، وبتحسين مستمر، وفي العديد من الفعاليات الرياضية، وهذا التحسن ناتج عن العديد من التغيرات التي طرأت على مشاركة المرأة في الرياضة، ومنها تحسن أساليب التدريب وتوفير الفرص التدريبية الجيدة، وكذلك تغير النظرة الاجتماعية نحو مشاركة نحو مشاركة المرأة في مجالات العمل والهواية، ومنها مجال الرياضة حيث ما برحت المرأة الرياضية تعاني من النظرة الضيقة اتجاه ممارستها للرياضة، كذلك فإن المرأة الرياضية قد تحسنت ثقفتها بقدرتها وإمكاناتها مما نتج عن تحسن دافعيتها نحو ممارسة الرياضة وتحقيق الإنجازات الأفضل، ولهذا الخصوص فإن مدربي ومدرسي التربية البدنية والرياضية مؤهلون أكثر من غيرهم بتحمل مسؤولية توفير الفرص الجيد لمشاركة المرأة في الرياضة، وبالتالي الحصول على مناخات ايجابية لمشاركة المرأة في الرياضة<sup>(1)</sup>

(1) - إياد عبد الكريم العزاوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، الإصدار الأول 2002، الدار العلمية

للنشر والتوزيع، عمان. ص 131، 132، 133.

## الخلاصة:

إن النظرة الضيقة اتجاه مشاركة المرأة في الرياضة لا تزال تقيد المرأة الرياضة، ولذلك وجب تغيير هذه النظرة الاجتماعية، ولابد من توفير العوامل المختلفة المرتبطة بمشاركة المرأة في الرياضة، وهذه النظرة لا يمكن فصلها عن المعتقدات الأخرى اتجاه أهمية وفاعلية مشاركة المرأة وانجازها في الميدان الرياضي، بغض النظر الخلفية أو القاعدة التي تستند عليها تلك المعتقدات أو الأفكار الخاصة بمشاركة المرأة في الرياضة، وهذا يعني أن جميع الفرص يجب أن تتاح أمام المرأة في الرياضة، وهذا الإسهام الجاد الجماعي كفيلاً بإحداث تعديل أو تكيف في العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى ترسيخ علاقات وقيم جديدة من أجل مشاركة المرأة في الرياضة. وهكذا لم يعد هناك أي مجال للشك في فائدة الرياضة الكبيرة ودورها الإيجابي الفعال في تحسين صحة المرأة وزيادة كفاءتها ومقدرتها على أداء وظائفها في الحياة والمجتمع وانعكاس ذلك على رقي وتقدم الدول.

## الفصل الثالث:

# الرياضة والرياضة النسوية

## 1- تاريخ الرياضة:

رغم انتشارها، الرياضة كعنصر أساسي في مجتمعنا لا تزال مبهمة أي غير معروفة بالشكل المناسب، تعرف مثلا على أنها عبارة عن نشاط قادر فقط على قمع الطاقات التي يملكه المراهق الذي لا يتوافق مع الدراسة، أو كوسيلة لتنويم الجمهور، ولتلبية حاجياته للحلم وأكثر من هذا الرياضة كوسيلة للرجوع إلى الهمجية.

إذن تعرضت الرياضة إلى أحكام مسبقة قبل أن تدرس بشكل علمي، ولهذا لا بد من الرجوع إلى تاريخها ومفهومها استنادا على ما ورد في المراجع المتعلقة بهذا المصطلح.

يمكن تصنيف تاريخ الرياضة إلى نوعين:

الأولى تجمع السيرورة التي تؤكد على استمرارية هذه الظاهرة التي قد يكون أصلها قدم كقدم الثقافة في حد ذاتها، والعكس بالنسبة للنوع الثاني الذي يتمثل في التحليل التي تؤكد أن حداثة هذه الظاهرة نسبية نشأت في القرن 19 في بريطانيا في إطار تطوير المؤسسات الصناعية، وفي نهاية القرن 17، ظهر مرجع لجون لوك (John Locke) (Thoughts Concerning Education, 1963) أي (بعض الأفكار المتعلقة بالتربية)، جاء بما نسميه اليوم الرياضة حيث بدأت تتطور في المدارس المتوسطة الإنجليزية خلال القرن 18، يرجع الفضل لهذه المدارس لهذه المدارس التي اقترحت رياضات حديثة وعديدة نذكر على سبيل المثال: كرة القدم، الملاكمة، الرقبي وكذلك كل القواعد المتعلقة بها يرجع الفضل لمدير مدرسة الرقبي لتوماس أرنولد (Thomas Arnold) وهذا يظهر من خلال المرجع "Tom Browns Schods Day" سنة 1857 والذي اعتبر حتى أواخر القرن 19 كمرجع وجيز (Manuel) لتعليم الرياضة للشباب حيث انتشرت بسرعة هائلة، أولا في البلدان في البلدان (الأنقلسكوسونية) الإنجليزية القديمة ثم في البلدان<sup>(1)</sup> الأخرى.

## 2- تعريف الرياضة من الجانب الديني:

إن الرياضة بمعناها الشامل نشاط إنساني لا ينفك عن طبيعة الإنسان، فالأجسام والعقول تحتاج إليها في كل حين وإذا أهمل الإنسان الرياضة أصيب بالملل والضعف الجسدي، والخمول العقلي، وقد كان ترويض الأجسام قديما يتم بوسائل مختلفة كالجري والسباق والمصارعة والفروسية والسباحة، وغير ذلك من أنواع

<sup>(1)</sup> - Données encyclopédiques, copyright C 2001 Hachette, Multimédia, Site [http://frencyclopdia-khb.yahoo.com/articles/do/do\\_4137dPO.PTML](http://frencyclopdia-khb.yahoo.com/articles/do/do_4137dPO.PTML) .

الرياضات، فكانت الرياضة بقسميها: رياضة العقول والقلوب (الرياضة المعنوية)، ورياضة الأجسام (الرياضة البدنية) معروفة، منذ وقت مبكر.

فالرياضة النفسية والمعنوية مثلاً تشمل أموراً كثيرة، يجمعها الأدب مع الله والأدب مع الناس، ويتفرع عنها كل خلق حسن.... ومعنى ذلك أن يروض العبد نفسه على حسن التعامل مع الله حتى يصبح ذلك له جبلة وسجية إلى أن يلقي الله، فمن روض نفسه على مراقبة الله عاش كذلك متيقظاً من الغفلة، ومن روضها على المحاسبة والخشية والالتجاء إلى الله روضت على ذلك.

وكذلك الأدب مع الخلق، فينبغي للعبد أن يروض نفسه على التخلف بالأخلاق الحسنة، والأدب الرفيع مع الناس، فإن الحلم بالتحلم، والصبر بالتصبر، ولا يتم ذلك إلا بترويض النفس. قال المناوي: (الأدب رياضة النفوس، ومحاسن الأخلاق، ويقع على كل رياضة محمودة يخرج بها الإنسان في فضيلة من الفضائل). وكثيراً ما يذكر السلف الصالح - رحمهم الله - وخاصة ابن القيم الجوزي والغزالي ونحوهم ممن تكلم في علوم النفس هذه المعاني من الرياضة، ويطلقون عليها: رياضة النفوس.

## 2-1- أنواع الرياضة المعنوية:

ومن أنواع الرياضة المعنوية إتقان بعض فنون العلم التي عمادة في الأداء الحركة، سواء كانت حركة الفكر كما في المسائل الحسابية في علم الرياضيات، وهي ما سميت بهذا الاسم إلا لأن فيها ترويضاً للذهن على التفكير الدقيق، والاستنتاج. أو حركة اللسان كإتقان فن التجويد وتلاوة القرآن، ولذلك قال في الجزرية:

وليس بينه وبين تركه إلا رياضة امرئ بفكه

هذا ما يتعلق بالقسم الأول أو المعنى الأول من معاني الرياضة.

أما المعنى الثاني: فهو رياضة الأجسام ولياقتها بأمور عديدة، لتصبح قوية مرنة، بعيدة عن كثير من الأدواء والعلل الجسدية... وقد كان القدماء يعنون بها أيما عناية، بل جاء عنه صلى الله عليه وسلم أنه قال: [ لِمُؤْمِنٍ الْقَوِيَّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ أَحْرَصُ عَلَيَّ مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعْنُ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ... ]. (رواه مسلم (2664) من حديث أبي هريرة، فقوة المؤمن هي القوة المعنوية والقوة البدنية، ولا تتم القوة البدنية إلا بالتمرن والتدريب وممارسة الرياضات، وأيضا فقد قال الله تعالى:

﴿ وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ ﴾

[الأنفال: 60]، والإعداد يكون بقوة الإيمان وقوة الأجساد، وقوة الأجساد لا تكون إلا بالرياضات المختلفة وقد مارس رسول الله - صل الله عليه وسلم - رياضة الجري هو وأم المؤمنين عائشة - رضي الله عنها - فقد ثبت

عنها أما قالت: ( خرجت مع النبي - صل الله عليه وسلم - في بعض أسفاره وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أأبدن، فقال للناس: (تقدموا) فتقدموا، ثم قال لي: (تعالى حتى أسابقك) فسابقته فسبقته، فسكت، حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت خرجت معه في بعض أسفاره فقال للناس: (تقدموا) فتقدموا، ثم قال: (تعالى حتى أسابقك)، فسابقته فسبقتني، فجعل يضحك وهو يقول: (هذه بتلك) <sup>(1)</sup>. وعن سلمة بن الأكوع - رضي الله عنه - أنهم كانوا في غزوة (ذي قرد) مع رسول الله - صل الله عليه وسلم - وأن أحد الصحابة طلب المسابقة فانبرى له سلمة وسابقه، إلى المدينة <sup>(2)</sup>. سابق النبي - صل الله عليه وسلم - بين الخيل التي أضمرت <sup>(3)</sup> من الحيفاء، وأمدّها ثنية الوداع، وسابق بين الخيل التي لم تظمر من الثنية إلى مسجد بني رزيق، وكان عبد الله بن عمر - رضي الله عنهما - فيمن سابق بها <sup>(4)</sup>، وكان للنبي - صل الله عليه وسلم - ناقة لا تُسبق....

ومن الرياضة التي حث عليها صل الله عليه وسلم رياضة الرماية والمناضلة وركوب الخيل، قال - صل الله عليه وسلم -: (من تعلم الرمي ثم تركه فقد عصي) رواه مسلم، ورواه ابن ماجة بلفظ: "فقد عصاني" قال الألباني صحيح بلفظ: "ليس منا".

وجاء في البخاري عن أبي عثمان النهدي أنه قال: "أتانا كتاب عمر ونحن مع عتبة فرقد بأذربيجان أن رسول الله صل الله عليه وسلم نهي عن الحرير إلا هكذا وأشار بإصبعه اللتين تليان الإبهام قال الحافظ في الفتح: " زاد الإسماعيلي فيه من طريق علي بن الجعد عن شُعْبَةَ بَعْدَ قَوْلِهِ مَعَ عُتْبَةَ بْنِ فَرْقَدٍ "أَمَّا بَعْدَ فَاتَّرُّرُوا وَارْتَدُّوا وَأَتَّعَلُّوا وَأَلْقُوا الْخِفَافَ وَالسَّرَاوِيلَ، وَعَلَيْكُمْ بِلِبَاسِ أَيْيَكُمُ إِسْمَاعِيلَ، وَإِيَّاكُمْ وَالتَّعَمَّ وَزِيَّ الْعَجَمِ، وَعَلَيْكُمْ بِالشَّمْسِ، فَإِنَّهَا حَمَامُ الْعَرَبِ، وَتَمَعَّدُوا وَاحْشَوْشُوا وَاحْلُولِقُوا وَاقْطَعُوا الرِّكْبَ وَانزُوا وَارْمُوا الْأَغْرَاضَ، فَإِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "الحديث..."

(1)- رواه أحمد وأبو داود وابن ماجه. وصححه الألباني في صحيح الجامع رقم (7007).

(2)- أضمرت: أي قُلت علفها حتى يتزل منها العرق، ثم تلف بشيء حتى يقوى لحمها ويشد، لتصبح قوية على تحمل المسافات الطويلة.

(3)- رواه البخاري ومسلم.

(4)- رواه البخاري.

ومن أنواع الرياضات التي مورست في زمن النبي - صل الله عليه وسلم -: رياضة المصارعة، وقد روى أبو داود عن محمد بن علي بن ركانة طلب من النبي - صل الله عليه وسلم - أن يصارعه فصارعه النبي - صل الله عليه وسلم - فصرعه<sup>(1)</sup>.

فهذا بعض ما نفل من أنواع الرياضة في زمن النبي - صل الله عليه وسلم - مما يدل على اهتمامه وعنايته صل الله عليه وسلم بتربية البدن والروح على حد سواء.

وأما في زماننا فقد اتخذت الرياضة ألوانا عديدة، واهتم بها اهتماما بالغاً، حيث وضعت لها في كل دولة وزارة خاصة تعني بكل شؤونها.. مع البون الشاسع بين ما يرد اليوم من وراء تلك الرياضات، من ترفيه ومتعة بل وإفساد أحياناً، وما كان يريد محمد - صل الله عليه وسلم -، حيث كان المقصود من ذلك تقوية البدن على مواجهة أعداء الله وصددهم عن محارم المسلمين، والدفاع عن الدين والأعراض والأنفس، لا الرياء والسمعة واستعراض العضلات والفوز بحفنة من الدراهم والدنانير.

### 3- مفهوم الرياضة:

#### 3-1- مفهوم الرياضة حسب ميدان الدراسة:

في الميدان العلمي، كل واحد يحاول أن يعرف الرياضة حسب اختصاصه، فبالنسبة للفيزيولوجي، فهو يأخذ بعين الاعتبار عنصرين أساسيين لتعريف الرياضة:

1- الطاقة المستهلكة *Coût énergétique*.

2- التعود على الجهد *Accoutumance à l'effort*.

بالنسبة للاختصاص في البيولوجية العصبية (*Névralgique*) فهو يأخذ بعين الاعتبار:

1- التنسيق *La coordination*.

2- معالجة المعلومات من طرف الجهاز العصبي.

#### Le traitement des informations par le système nerveux

وبالنسبة للاختصاص في علم النفس، فهو يعرفها في إطار تطور بعض سمات الشخصية.

<sup>(1)</sup> رواه الترمذي وأبو داود، وجود إسناده ابن كثير في البداية والنهاية: 102/3. وصححه الحافظ سنده في تلخيص الحبير إلى ابن جبير فقال 1523/4: إسناده صحيح إلى سعيد بن جبير، إلا أن سعيداً لم يدرك ركانة. ركانة صارع النبي صل الله عليه وسلم، فصرعه النبي صل الله عليه وسلم. وقال الترمذي (غريب). قلت: وقد روى أبو بكر الشافعي بإسناد جيد عن ابن عباس رضي الله عنهما: أن يزيد بن ركانة صارع النبي صل الله عليه وسلم، فصرعه النبي صل الله عليه وسلم ثلاث مرات، كل مرة على مائة من الغنم، فلما كان في الثالثة قال: يا محمد! ما وضع ظهري إلى الأرض أحد قبلك، وما كان أحد أبغض إلي منك، وأنا أشهد أن لا إله إلا الله، وأنت رسول الله. فقام رسول الله صل الله عليه وسلم.

فالاختصاصي في علم الاجتماع هو الآخر يراه قبل كل شيء بمثابة فعل ثقافي يميز المجتمعات الصناعية والاجتماعية.

وأخيراً التاريخيون ليسوا آخر من اعترف بأن الرياضة جد معقدة من حيث نشأتها وتكونها.

### 3-2- مفهوم الرياضة حسب بعض العلماء:

إن ما يميز الرياضة عن باقي ألوان النشاط البدني الرياضي هو طابعها التنافسي وقد عرفها الأمين خولي بأنها: "أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهي طور متقدم من الألعاب وهي الأكثر تنظيماً والأرفع مهارة"<sup>(1)</sup>.

تعرف كوسولا الرياضة بأنها "Kosola": "التدريب البدني يهدف إلى تحقيق أفضل النتائج الممكنة في المنافسة لا من أجل الرياضي فقط إنما من أجل الرياضة في حد ذاتها"<sup>(2)</sup>.

أما بالنسبة لشارل بودل "Charle Baudel" فيرى أن الرياضة مثل أعلى الذي يتطلب التخلي، التضحية وإرادة الفوز تجعل من اللعب عملاً وإمتحاناً<sup>(3)</sup>.

### 3-3- مفهوم الرياضة حسب العالم بيير بارلوبا: Pierre Parlebas: نركز على مفهوم

الذي جاء به بيير بارلوبا P.Parlebas كونه أكثر وضوح ودقة أمام تعدد الآراء واختلافها. حيث يقترح هذا المفهوم حسب ثلاثة مميزات:

1- الحركية المناسبة .Pertinence motrice.

2- القواعد التي تتعلق بالمنافسة .Codification motrice.

3- التأسيسية .Institutionnalisation.

أ- الحركية المناسبة: يرى P.Parlebas أن هذا النشاط يظهر في الالتزام الحركي Engagement moteur.

ب- القواعد المتعلقة بالمنافسة: فهو عبارة عن كل القوانين التي ترتبط بالمنافسة التي تسمح بتعيين الفائز.

ج- التأسيسية: قد تكون وطنية، لكن في غالب الأحيان فهي دولية تنظم المنافسات الدولية.

(1)- أمين النور الخولي، الرياضة والمجتمع، العدد سلسلة عالم المعرفة الكويت سنة 1996، ص32.

(2)- المرجع السابق.

(3)- Fabiand.L, et Ives. M ,L'esprit de compétition sportive, Ed:Voilland, Paris,1980 ,P56.

إذن حسب الباحث P.Parlebas، نسمى الرياضة عندما تتوفر جميع هذه النقاط في وقت واحد<sup>(1)</sup>.

#### 4- الرياضة النسوية:

##### تمهيد:

كانت النساء قديماً ممتنعة من الدخول إلى الملعب الأولمبي حيث كانت مفصلة تماماً عن المواجهات الرياضية، لهذا كنّ تنظمن ألعابهن وحدهن تكريماً لأميرتهن الميثولوجية (mythologique) لكن، لن يطيل التاريخ على كل إنجازاتها (Exploites).

حتى البارون بيير دو كوبرتان Le Baron Pierre De Coubertin مؤسس الألعاب الأولمبية الحديثة، كان ضد مشاركة المرأة في هذه الألعاب رغم الصفات التي كان يتميز بها كروح الإنسانية والبيداغوجية، رأى في البداية أن دور المرأة يكمن في التشجيع وتوزيع الجوائز للفائزين والأبطال ولكن هذا لم يدم طويلاً<sup>(2)</sup> اليوم، انتشر في العالم حوار واسع وغني يخص دخول وتولع النساء في عالم الرياضة، ظهر ذلك من خال هياكل الحركة الأولمبية (اللجنة الدولية الأولمبية C.I.O الفيدراليات الدولية والرياضيون في حد ذاتهم) التي تعمل لنشر مجموعة من المقاييس التي تحرض الدور الفعلي للمرأة في الميدان الرياضي وهذا أدى إلى ظهور بطلات حققن مستويات عالية في الإنجازات الرياضية ومن هنا بدأ الاهتمام بتدريب المرأة على أعلى المستويات جنباً إلى جنب مع الرجل وسخرت الإمكانيات الهائلة للرياضة النسوية.

#### 5- الرياضة النسوية في العالم:

**5-1- نظرة تاريخية للرياضة النسوية في العالم:** مرت الرياضة النسوية بمراحل تاريخية واختلفت من منطقة إلى أخرى وذلك باختلاف الأنظمة السياسية والمعتقدات الاجتماعية، اعترف في جزيرة "كريت" بحق النساء في ممارسة الرياضة والتي كانت مقتصرة على العنف وهذا يبرهن للجميع أن عمل المرأة لا ينحصر في البيت فقط وتمثلت النشاطات في قيادة العربات، الصيد وألعاب مصارعة النيران<sup>(3)</sup>.

<sup>(1)</sup>-Données encyclopédique, copyright C 2001 Hachette, Multimédia,Site

[http://frencyclopédia.Yahoo.com/article/do/do\\_4137\\_PO.PTML](http://frencyclopédia.Yahoo.com/article/do/do_4137_PO.PTML)

<sup>(2)</sup>- M.Belabed, Les femmes dans le monde des sport, magazine 1997,ed CNIDS N° 10ISSN 1111- 4754 ,P18.

<sup>(3)</sup>-Ogesby- Carol, Le sport et la femme, ed: Vigot 1982, P16.

أما في "سيارطة" التي كانت في نظام اجتماعي صارم، كانت الفتيات مطالبات بأن تكن في لياقة بدنية مناسبة حيث كان في الاعتقاد أن الأم التي تملك صحة جيدة تنجب حتماً أطفال ذو صحة جيدة وهذا عامل إيجابي بالنسبة للدولة، ولهذا كان سن بداية نساء "سيارطة" للممارسة الرياضية حوالي السنوات السابعة حتى تنزوجن.

كنت العادة، ترك الطفل عدم أو ناقص الصحة عند ولادته عند ولادته في جبل "تايجيتوس" ليموت، فهذه المنطقة لم تكن ترحب إلا بأطفال ذوي الحيوية العالية<sup>(1)</sup>.

وأثينا هي الأخرى تؤمن بأهمية ممارسة النشاطات البدنية التي كانت تركز أساساً على تربية منسجمة للذهن، البدن، الجمال والأخلاق ولكنها كانت مقتصرة على الرجال فقط بينما النساء كانت سجية غرفة أين تقمن بمراقبة البيت، العبيد وتربية الأطفال وهذا لا يترك لها الوقت للحركة الرياضية<sup>(2)</sup>.

أما أوروبا الصيد بالصقور، والصيد بالأسهم والقوس. وفي أواخر القرن 14، اقتصرت الرياضة عند نساء الطبقة النبيلة حيث كن يمارسن الترحلق على الجليد، ألعاب الكف) التنس حالياً) بينما لم يكن للنساء العاديات الوقت الكافي لممارسة مثل هذه الألعاب، وفي القرن 19 ودائماً في أوروبا، أنشأت بعض النساء عدة مدارس لتربية المرأة وتحسين صحتها بفضل النشاطات البدنية.

وفي أواخر القرن 19، بدأت تظهر رياضات الفرق ثم دمجها ضمن برامج التربية البدنية نهائياً حيث انتشرت وتوسعت في المؤسسات التعليمية مثل كرة اليد، السلة، الطائرة، الخ... وبعد سنوات من المضايقة ظهر حماس شديد للنشاطات الرياضية عند النساء، هذا ساعد على إبراز فرق نسوية محترفة وفي عام 1885 ظهرت البطولة العالمية أخرى وفي رياضات أخرى مثل: لعبة السيف، السباحة، الترحلق على الجليد، المزلق والعجلات وهكذا ازداد عدد النساء الممارسات للرياضة.

وفي القرن 20 سنة 1920، ظهرت عدة حركات في الولايات المتحدة الأمريكية من طرف الرياضيات وحركات أخرى سنة 1960 مطالبة بالحقوق الوطنية لإعادة النظر في الحقوق السياسية والمدنية للنساء<sup>(3)</sup>.

(1)- إزري سوانلدة مكبوسة، رسالة ماجستير بجامعة الجزائر، معهد سيدي عبد الله سنة 2003-2004 ص37.

(2)- المرجع نفسه، ص38.

(3)- المرجع نفسه، ص38.

وهكذا تطورت الرياضة النسوية في العالم منذ الحرب العالمية<sup>(1)</sup> إلى يومنا هذا، توسعت دائرة النشاطات الرياضية النسوية وأصبحت المرأة تزاوم الرجل في شتى المنافسات الرياضية وفي مختلف النشاطات وهي دائما حاضرة في التجمعات الرياضية الدولية الكبرى.

## 6- الرياضة النسوية في الجزائر:

اقتصرت الرياضة الجزائرية في عهد الاستعمار على الرجال فقط حيث كان الغرض منها هو تكوين أفراد أقوياء بإمكانهم الدفاع عن الوطن بينما ما يسمى بالرياضة النسوية لم يكن لها وجود في تلك الفترة لأن دور المرأة يتمثل في تأدية الأشغال المنزلية.

فالرياضة النسوية ظاهرة حديثة، بدأ الاهتمام بها بعد الاستقلال حيث اقتحمت المرأة جميع الميادين ولاسيما ميدان الرياضة وتبين ذلك من خلال الفرق النسوية في الرياضات الجماعية ككرة السلة، كرة اليد، وكرة الطائرة وبالإضافة إلى بروزها في الرياضات الفردية: ألعاب القوى، السباحة، الجمباز وغيرها.

وفي الثمانينات، ازدادت مشاركة الجزائريات في عدة بطولات وطنية، إفريقية وعالمية، وصلت مشاركة الفتاة في الرياضة المنظمة من قبل الفيدراليات الوطنية في الرياضات الجماعية بين السنوات 1980 و 1986 إلى 52% ولكن بعد سنة 1986 عرفت الرياضة النسوية تدهورا كبيرا إذ وصلت ممارسة الفتيات في الرياضات الجماعية إلى 37%. (أرشيف ملتقط على مستوى المركز الوطني للتوثيق الرياضية CNIDS).

يمكن تفسير الضعف بالتغيرات في الأحداث الاجتماعية والسياسية التي وقعت في المجتمع الجزائري سنة 1998 والتي كانت لها تأثير سلبي على الرياضة بصفة عامة والرياضة النسوية بصفة خاصة، وكانت من آثار هذه الأحداث، تعرض بعض الرياضات الممارسات لأعمال العنف والتهديدات.

كما واجهت الرياضة النسوية عدة مشاكل منها ما يتعلق بأفكار المحافظة، التقاليد والأعراف، إلى جانب ظهور الفوارق بين الجنسين على مستوى الرياضات عامة وعلى مستوى النخبة إذ منع لفرقة كرة القدم المشاركة في منافسات دولية.<sup>(2)</sup>

أما في التسعينات بدأ المجتمع الجزائري يتقبل نوعا ما صورة المرأة الرياضية وهذا بعد الانتصارات التي حققتها بعض الرياضات وخاصة رياضة ألعاب القوى مثل العداءة حسبية بولمرقة في 1500م، عزيزي ياسمينية في السباعي، سليمة سواكري في الجيدو.

(1)- مرجع السابق، الصفحة نفسها.

(2)- عز الدين محمد، الرياضة النسوية هذه العقدة، مجلة الوحدة سنة 1991 العدد 249، ص 41.

لكن على الرغم من هذا تبقى الرياضة عند بعض النساء مجرد أسطورة، لأن المجتمع حدد لمن أدوارا أخرى غير ممارسة الرياضة.<sup>(1)</sup>

(أرشيف ملتقط على مستوى المركز الوطني للتوثيق الرياضية CNDIS): هناك شريحة من النساء التي تمارسن الرياضة بمختلف أشكالها التعبيرية<sup>(2)</sup>

### الرياضة للصحة: Sport pour la santé

هي عبارة عن نشاطات وتدرجات بدنية التي تهدف إلى تحسين الحالة الصحية (رانزنبرق، 1980، 150) (Tranzenberg، 1980، 150)

#### - الرياضة الكتلية: Sport de Masse

هي ممارسة نشاط رياضي معين بشكل واسع من طرف عدد كبير من الممارسين أثناء أوقات الفراغ.

- رياضة المنافسة: تتميز بكونها تهدف إلى تحقيق أحسن نتيجة شخصية في نشاط رياضي معين (روتينغ Rothing، 1983، 229)

- رياضة المستوى العالي: رياضة النخبة (هدفها هو تحقيق أحسن نتيجة ممكنة في جميع المستويات، وطنية، قارية ودولية، تتضمن رياضيين محترفين الذي يغلب فيهم روح تجاوز الذات وإرادة قوية في بذل جهد التي تعتبر دافعهم الأولى).

#### - الطب الرياضي: Thérapie par le mouvement

- كوسيلة لمعالجة الأمراض والآلام عن طريق النشاطات العضلية (روتينغ Rothing، 1980، 75).

#### -7 الرياضات غير المناسبة للمرأة:

هناك بعض الألعاب والمسابقات التي لا تتناسب وطبيعة تكوين المرأة ومن هذه الألعاب والمسابقات مايلي رفع الأثقال/ الملاكمة/ المصارعة/ كرة القدم/ هوكي الانزلاق/ الجودو/ جري المسافات الطويلة: أكثر من 3000م مسابقات المضمار وأكثر من 5م في احتراق الضاحية والماراتون/ القفز بالزانة ورمي المطرقة في ألعاب القوى/ المسابقات المائية مثل التجديف والقوارب.

<sup>(1)</sup> Hanifi Samia" le statut de la femme et le sport" El Watan Dimanche 7.11.93.

<sup>(2)</sup> Weineck.J.Biologie du sport. Ed Vigot، 1992، p11، 12

## 8- وسائل ممارسة الرياضة للمرأة:

إن الإسلام لم يحرم المرأة من ممارسة الرياضة وفي كل الدراسات حول الرياضة في الإسلام توصل بأن الإسلام من الأديان السماوية التي تهتم بالرياضة إلى درجة بأن العبادات والشعائر الدينية تضمنت الحركة البدنية ومزجت نشاط الجسم مع نشاط الروح كما أن النبي عليه الصلاة والسلام كان يمارس ألوانا مختلفة من الأنشطة الرياضية كما كان يشجع الصحابة على ممارسة الألعاب والمسابقات الرياضية وأما بالنسبة إلى موقف الإسلام من رياضة المرأة فإن تسابق النبي صلى الله عليه وسلم مع عائشة رضي الله عنها لأكثر دليل على ذلك، فتقول رضي الله عنها: "سابقني النبي صلى الله عليه وسلم فسبقته" وتقول أيضا "خرجت مع النبي في بعض من أسفاره وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أبدن فقال للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال لي: تعالي أسابقك فسابقته فسبقته فسكت عني حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت معه في بعض أسفاره للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال: تعالي حتى أسابقك فسابقته فسبقني فجعل يضحك وهو يقول: هذه بتلك"<sup>(1)</sup>

## 9- كيف وأين لها أن تمارس الرياضة:

أ) كيف تمارس المرأة الألعاب والمسابقات الرياضية من أجل فوائدها البدنية والتربوية والصحية والاجتماعية ومن ثم فإنها تستطيع أن ترتدي الملابس المحتشمة المناسبة لديها وطبيعة تكوينها وخير الملابس الحديثة هي بدلة التدريب المكونة من جاكيت وبنطلون فضفاض وهي لاتعيق الحركة وفي نفس الوقت فإنها لباس محتشم ومناسب.

ب- أين: تستطيع المرأة أن تمارس بعض أنواع الرياضة مثل التمارين والريشة الطائرة وتنس ورياضة السهم والحركات الأرضية في الجمباز وكذلك الطائرة في حديقة المنزل أو في المدرسة أو المؤسسة التعليمية. أما بالنسبة لباقي الفئات من النساء فإن بعض المجتمعات الإسلامية تنشئ الأندية الرياضية الخاصة بالمرأة أو مراكز التدريب أو الجمعيات المتخصصة فمثل هذه المؤسسات الرياضية تتيح الفرصة لفئات كثيرة من مجتمع النساء مزولة مختلف ألوان الأنشطة الرياضية في جو من الحرية والإطمئنان وتحت إشراف أخصائيات متدربا.

<sup>(1)</sup>- islamtoday. Net/bohooth/ artshow-86-7125.htm

## الخلاصة:

إن الممارسة النسوية لمختلف أشكال الرياضة رغم أنها تمثل نسبة قليلة بمقارنتها مع نسبة ممارسة الرجل ( انظر جدول الإحصاءات المتعلقة بنسبة المشاركة في جميع الولايات بالنسبة للجنسين، ذكر وأنثى في الملاحق)، يمكن أن تبين مدى إرادة المرأة على التعبير على مساواتها مع الرجل في المجتمع الذي يشجع اللامساواة بين الجنسين، فرما تحاول المرأة عن طريق الرياضة أن تغير مثل هذه التصورات الاجتماعية<sup>(1)</sup> إن إهمال الرياضة النسوية لمختلف المستويات يعني إهمال صحة المرأة الذي ينتج عن إهمال صحة أجيال المستقبل، ولهذا تطوير وتعميم الممارسة النسوية أمر مطلق خاصة في الأوساط التربوية التي لا بد من إعطائها الأولوية المطلقة بفضل توفير الإطارات التي تتمثل في الدافعية والكفاءة اللازمة. وبهذا الصدد، نظم أول لقاء وطني بوهراة 1996 لمناقشة مسألة الرياضة النسوية في الجزائر، مثل أهداف هذا اللقاء في إعادة الاعتبار وتطوير الرياضة النسوية، إذ تدهور الرياضة النسوية خلال الفترات الأخيرة ناتج عن عدم التكفل الفعلي لهذه الظاهرة من طرف السلطات المعنية. انعدام الرياضة في المدارس وخاصة الابتدائية وظاهرة عزوف التلاميذ وخاصة الفتيات من حصص التربية البدنية والرياضية لأسباب شتى غير مبررة، عن طريق شهادات إرضاء (شهادات إعفاء دون مراقبة وفحوص طبية جدية، compliance).

فالبطلات الوطنية، القارية والدولية، تم اكتشافها في الوسط الرياضي المدرسي الذي هو نذر من بين

قدماء البطلات Talents بمثابة مخزن حقيقي للمواهب

- قيدوش في رياضة كرة اليد 1971-1983

- بوطمين سكينية التي شاركت لأول مرة في الألعاب الأولمبية بموسكو 1980

- حسيبة بولمرقة التي برزت في طوكيو 1991 كبطلة عالمية 1500 متر في ألعاب القوى و1992

كبطلة أولمبية برشلونة.

وغيرها من الرياضات التي شرفن الرياضة الجزائرية عامة والنسوية خاصة.

<sup>(1)</sup> kerzabi. M « les championnes dans le sport algérien » thèse de doctorat ; ISTS, daly brahim ; 1996 p10.

التنظيم الفني

الفصل الرابع:

الطرق المنهجية للبحث

بعد دراستنا للجانب النظري الذي يتناول الرصيد المعرفي المناسب والملم بموضوع البحث، والذي ضم ثلاثة فصول شرحت وبينت المفاهيم العامة للبحث لتسهيل علينا ضبط ودراسة العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

وسنحاول في هذا الجزء من الدراسة (الجانب التطبيق)، بإجراء الدراسة الميدانية للوقوف على واقع الرياضة النسوية في المحيط الجامعي، وكذلك التحقق من المعلومات النظرية التي قمنا بضمها إلى المذكورة، وذلك باستعمال أداة الإستبانة التي وزعت على الطالبات الجامعيات لجمع المعلومات وتحليلها ومناقشتها والخروج بنتائج واقتراحات.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، وذلك للتأكد من ملائمة الموضوع المختار لمكان وزمان الدراسة وتوفير المعلومات اللازمة لإجراء هذه الدراسة بنجاح، والتحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات ومعرفة الزمن المناسب والمتطلب لإجرائها.

فمن عنوان البحث ألا وهو: "العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة"، قمنا باختيار الطالبات التي يدرسن في الجامعة واللواتي سنقوم بتوزيع الاستبيان عليهن بطريقة انتقائية حسب ما ورد في موضوع الاستبيان، لنستطيع الحصول على نتائج مقبولة.

### 2- المجال المكاني والزمان:

**1-2- المجال المكاني:** تم اخذ عينة عشوائية من الطالبات الجامعيات اللواتي يستخدمن قاعة المطالعة بقطب شتمة جامعة محمد خيضر بسكرة.

**2-2- المجال الزماني:** لقد تم إجراء هذا البحث ابتداء من شهر جانفي إلى غاية شهر ماي 2016، إذ تم توزيع الاستبيان واسترجاعه، ثم جمع المعلومات في جداول إحصائية لاستخراج النسب ثم تحليل النتائج المحصل عليها باستعمال طرق الإحصاء وبرنامج spss الإحصائي الأكثر استعمالا في مثل هذه الأبحاث.

**2-3- المجال البشري:** كانت عينة البحث عبارة عن طالبات جامعيات يدرسن بالقطب الجامعي شتمة، دون مراعاة عامل السن أو التخصص أو سنوات الدراسة، لكن يتفقن جميعا في عدم ممارستهن للرياضة في الوقت الحالي.

**3- مجتمع البحث:** من الناحية الاصطلاحية: "هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة، وقد تكون هذه المجموعة: مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى"<sup>(1)</sup>.  
ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي يمتلك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي.  
لذا فقد ارتأينا في بحثنا هذا أن يكون مجتمع البحث خاص بجامعة محمد خيضر بسكرة.

### 3-1- عينة البحث وكيفية اختيارها:

باعتبار أن العينة حجر الأساس في أي دراسة ميدانية تستند إلى الاستبيان كأداة لإجراء الدراسة تم اختيار العينة التي تعرف بأنها: " جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث"<sup>(2)</sup>.  
وهي كذلك النموذج الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني، وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية والرياضية تكون عبارة عن "أشخاص"، والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين.

وبحكم الموضوع الذي نحن بصدد دراسته حاولنا أن نأخذ عينة ممثلة للمجتمع الأصلي عمليا ومنطقيا يخضع لمقاييس دقيقة وموضوعية، يمكن ضبطها ميدانيا وفق متساوية مع وحدات المجتمع الأصلي، وذلك بهدف التوصل للتمثيل الصحيح والجيد للنتائج المحصل عليها، ثم إسقاطها نسبيا على الظاهرة الاجتماعية والخروج باقتراحات وتوصيات تساهم في تحسين ورفع نسبة ممارسة الطالبات للرياضة.

وبحكم أن قاعة المطالعة هي نقطة استقطاب لكافة الطلبة الذين يدرسون بمختلف التخصصات المتاحة بجامعة بسكرة، تم اختيار عينة عشوائية تتكون من 30 طالبة متواجدة بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة.  
وبعد توزيع الاستبيان قمنا بجمع البيانات، ووصف الظروف أو الممارسات الشائعة، باعتبارها أهم خطوة بسبب صعوبة إقناع المبحوثين بالجواب على أسئلة الاستبيان بكل شفافية وصدق، إلى أن عملية البحث لا تكتمل حتى تنظم هذه البيانات وتحلل بدقة، إذ قمنا بتوزيع 36 استمارة تمكنا من استرجاع 30 منها، ثم قمنا بتفريغ الاستبيانات لحساب عدد التكرارات الخاصة بكل سؤال ثم حساب النسب المؤوية لكل منها، ثم الخروج بالاستنتاجات ذات الدلالة والمغزى لحل المشكلة المطروحة.

(1) محمد نصر الدين رضوان: "الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية"، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003، ص14.

(2) رشيد زرواتي: "مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، ط1، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، 2007، ص334.

#### 4- الشروط العلمية للأداة(الصدق- الثبات- الموضوعية):

قبل الشروع في توزيع الاستبيانات على الطالبات، تم مناقشة أسئلتها مع مجموعة من الأساتذة المتخصصين وفق الشروط العلمية المتبعة في مثل هذه البحوث(الصدق، الثبات، الموضوعية)، وذلك لتصحيح أو تغيير بعض الأسئلة أو حذفها تماما، ثم إعادة صياغة الاستبيان بطريقة صحيحة.

#### 5- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا أن هناك متغيرين اثنين، أحدهما مستقل والآخر تابع، وهم كالتالي:

#### 5-1- تعريف المتغير المستقل: وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب الأساس أو أحد

الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر

#### 5-2- تحديد المتغير المستقل: "الطالبات الجامعيات".

#### 5-3- تعريف المتغير التابع: وهو متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم

المتغيرات الأخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع.

#### 5-4- تحديد المتغير التابع: "ممارسة الرياضة"

#### 6- المنهج العلمي المتبع:

إن طبيعة الموضوع تلزمتنا على إتباع المنهج الوصفي المسحي، وذلك تماشيا مع الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، وذلك لاعتماده على استقصاء موجه إلى ظاهرة من الظواهر الاجتماعية أو التعليمية، أو النفسية، كما هي قائمة في الحاضر، وذلك بقصد تشخيصها وكشف جميع جوانبها، لتحديد العلاقة بين عناصرها الداخلية والخارجية، تعليمية أو نفسية أو اجتماعية.<sup>(1)</sup>

وبعد ذلك يتم ضبطها كميًا عن طريق جمع المعلومات وتصنيفها وتحليلها، وبالتالي إخضاعها للدراسة فهو لا يهدف إلى وصف ما هو قائم بالفعل بل يهدف إلى تحديد الظاهرة وتحليله، وتفسيرها، ومقارنتها، وذلك قصد التوصل لمعرفة عملية دقيقة، وتعميمات ذات معنى ثري بما رصيد معارفنا عن تلك الظاهرة، كموضوع أسباب عدم التحاق الطالبات بقسم التربية البدنية والرياضية، لذلك نجد أن الضرورة العلمية تقتضي

(1) الزوبعي والغنام، مناهج البحث في التربية، ج1، مطبعة العاني، بغداد، 1974، ص51.

منا استخدام المنهج الوصفي باعتباره المناسب في " دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع"<sup>(1)</sup>.

### 7- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث:

كما ذكرنا سابقا قد اعتمدنا في دراستنا على أداة الاستبيان.

**7-1- الاستبيان:** تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة والمستمدة مباشرة من المصدر والمعلومات التي يتحصل عليها الباحث من خلال المقابلة، والتي لا يمكن أن نجدها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص لجمع المعلومات يتطلب إجراءات جديدة ودقيقة من البداية، نذكر منها:

- تحدي الهدف من الاستبيان.

- تحديد وتنظيم الوقت المخصص للاستبيان.

- اختيار العينة التي يتم استجوابها.

- وضع عدد كاف من الاختيارات لكل سؤال.

- وجود خلاصة موجزة لأهداف الاستبيان.

ويتجلى هذا الأسلوب المثالي في تواجد الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثري البحث.

**7-2- الطريقة الإحصائية:** بعد جمع كل الاستمارات الخاصة بالطالبات الجامعيات نقوم تفرغ وفرز الاستبيانات، وتتم هذه العملية بحساب عدد التكرارات للأجوبة الخاصة بكل سؤال، وبعدها يتم حساب النسب المئوية بالطريقة الإحصائية التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{العدد الفعال} \times 100}{\text{مجموع العينة}}$$

<sup>(1)</sup> حسين عبد الحميد رشوان، في مناهج العلوم، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر، 2003، ص66.

## 8- إجراءات التطبيق الميداني:

بعد أخذ الموافقة من طرف المشرف، قمنا بطباعة الاستمارة الخاصة بالاستبيان الموجه للطلبات الجامعيات، توجهنا بتاريخ 25 جانفي 2016 نحو القطب الجامعي شتمة بسكر، أين التقينا بالطالبات في قاعة المطالعة وسعينا إلى شرح وتوضيح مضمون الاستبيان لتسهيل عملية الإجابة على الأسئلة وملاً الاستمارة بكل حرية وذلك حتى تاريخ 28 أفريل 2016.

لنقوم بعد هذه الزيارات بالالتقاء بالمشرف واستشارته في طريقة التحليل ومناقشة هذه النتائج لنشر

في تحليلها.

الفصل الخامس:

تحليل ومناقشة النتائج

**تمهيد:**

يتوجب على الباحث أن يقوم بجمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة من خلال الجانب الميداني، للتأكد من صحة أو خطأ الجانب النظري حسب الفرضيات المطروحة، وهذا بعد أن يقوم بتبويب البيانات.

## 1- تحليل الاستبيان الخاص بالطالبات الجامعيات.

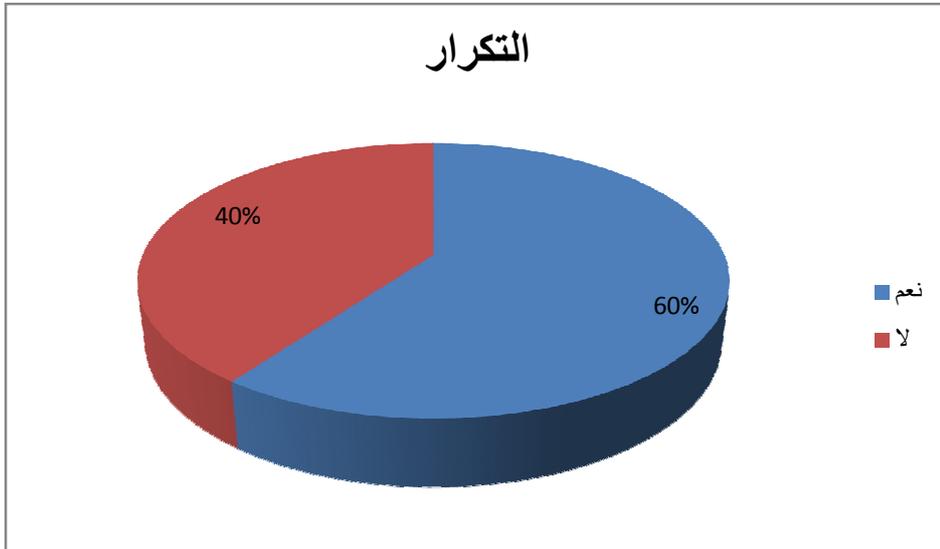
المحور الأول: الوسط البيئي والاجتماعي يمنع الطالبات عن ممارسة الرياضة:

السؤال الأول: هل هناك فرد من عائلتك يمنعك عن ممارسة الرياضة

الغرض من السؤال: معرفة الشخص المسبب في منع الطالبات من ممارسة الرياضة

الجدول رقم 1: يوضح إجابة الطالبات حول رأيتهن أن أحد أفرادهن يمنعهن من ممارسة الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	12	18	التكرار
%100	%40	%60	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 1، أن نسبة 60% من الطالبات تمتنع عن ممارسة الرياضة والسبب يعود إلى تحكم أفراد الأسرة وسيطرتهم، فإما أن يتدخل الأب أو الأخ أو أحد الأقارب فيمنعها من ممارسة النشاط الرياضي خوفاً وتحفظاً عليها، وبالتالي تبقى عقلية المرأة منحصرة في عقلية أسرتها فهي مقيدة لا حرة على العكس النسبة المتبقية من الطالبات أدلى 40% منهن بانفرادهن بعقليتهن، وتحررنا من العقلية الأسرية فلم تجدها عائقاً.

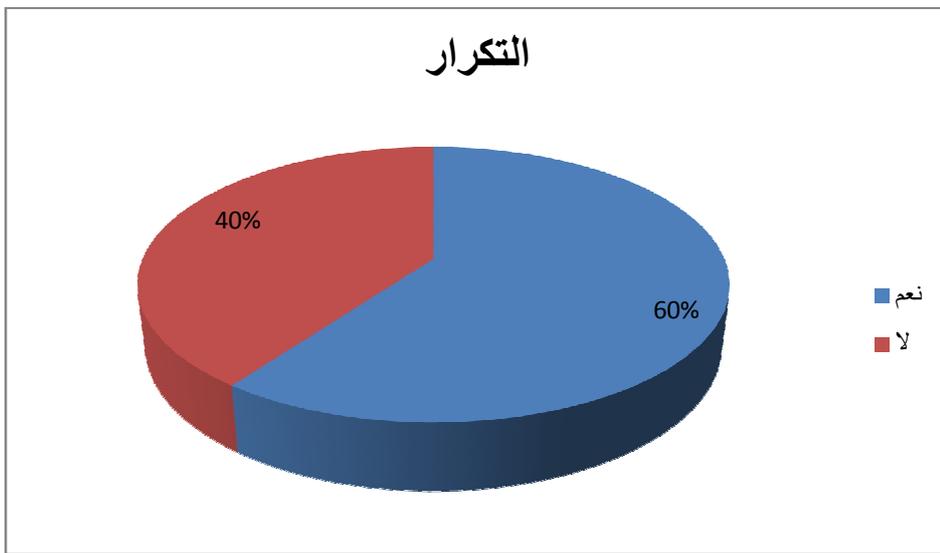
الاستنتاج: نستنتج أن الأسرة العربية المسلمة لازالت تتحكم في تصرفات وتوجهات ابنتها (الطالبة الجامعية).

السؤال رقم 2: هل ثقافة مجتمعنا تمنعك عن ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الطالبات بثقافة المجتمع.

الجدول رقم 2: يوضح ما مدى تأثير ثقافة المجتمع على الطالبة التي تمارس الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	12	18	التكرار
%100	%40	%60	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 2، أن نسبة 60% من الطالبات أثرت فيهن

ثقافة المجتمع العربي، وكانت عائق لهن، إذ بقي مجتمعنا متمسكا بأفكاره قديمة منحصرًا في نطاق ضيق لا يتجاوز نطاق التفكير العربي، أما نسبة 40% منهن فلم تتأثر بثقافة المجتمع العربي، إذ تشبعن بثقافة المجتمع العربي، وتبين أفكاره، فلم يمتنعن عن ممارسة الرياضة.

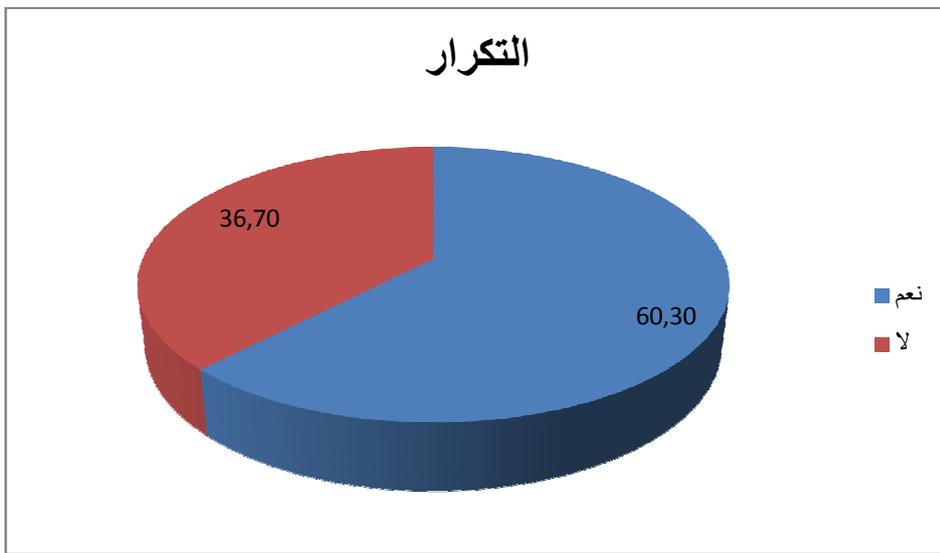
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن المرأة المسلمة لا تزال متمسكة بثقافة المجتمع العربي الإسلامي.

السؤال رقم 3: هل ترى أن نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية؟

الغرض من السؤال: توضيح نظرة المجتمع إلى المرأة التي تمارس الرياضة.

جدول رقم 3: يبين نظرة المجتمع إلى المرأة التي تمارس الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	11	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 3، أن نسبة 63.3% من المجتمع تنظر للمرأة الرياضية

نظرة سلبية، فهذه المرأة في نظرهم متفتحة ومرجلة، وهذا ما يتنافى مع قيم مجتمعنا العربي، أما نسبة 36.7%

من المجتمع فنظرهما نظرة ايجابية إذ ترى أن حق المرأة في الرياضة كحق الرجل، فعليها القيام بالنشاط الرياضي

لأنه يقوي من العلاقات الاجتماعية، وبالتالي يكون المجتمع متماسكا بتماسك العلاقات بين الأفراد.

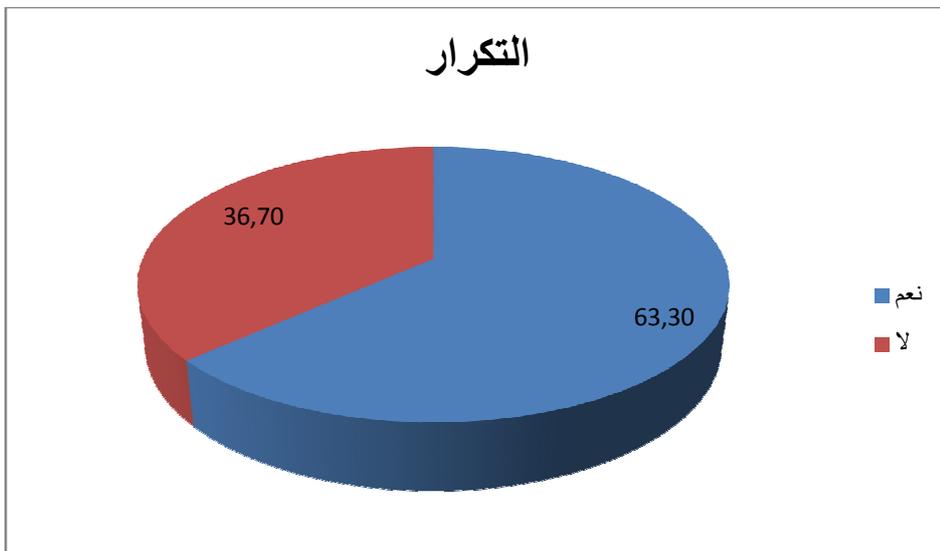
الاستنتاج: نستنتج أن نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية لم ولن تتغير.

السؤال رقم 4: هل ممارسة الرياضة تنقد أنوثتك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير ممارسة الرياضة في أنوثتك.

الجدول رقم 4: يوضح أثر ممارسة الرياضة في أنوثة الطالبة

المجموع	لا	نعم	
30	11	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 4، أن نسبة 63.3% ترى أن المرأة تريد أن تركز على واجباتها الدراسية العملية فقط، ولا تريد أن تمارس النشاطات الرياضية، لأن ممارستها لهذه الأنشطة حسب اعتقادها ستقلل من أنوثتها وتجعلها لا تختلف عن الرجال مطلقاً، وهذا ما يتناقض مع الطبيعة ومركزها الاجتماعي الذي حدده مجتمعنا، في حين ترى النسبة المتبقية 36.7% أن الرياضة تزيد المرأة رشاقة وأناقة وجمالاً، كما تحسن من نفسيتها ومزاجيتها.

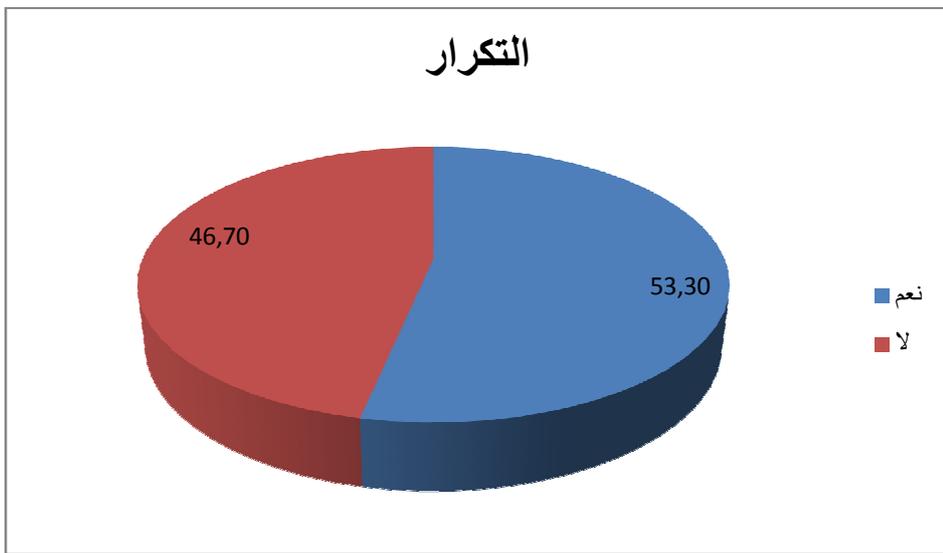
الاستنتاج: نستنتج أن ممارسة المرأة للرياضة تنقص أنوثتها.

السؤال رقم 5: هل ممارسة الرياضة تمس من عاداتك وتقاليديك؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت الرياضة تمس من عادات وتقليد المرأة.

جدول رقم 5: يوضح إجابات الطالبات عن ما إذا كانت ممارسة الرياضة تمس من عاداتهن وتقاليدهن.

المجموع	لا	نعم	
30	14	16	التكرار
%100	%46.7	%53.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: من خلال الجدول رقم 5 نلاحظ أن، نسبة 53.3% من الطالبات يرون أن العادات

والتقاليد لا تتنافى مع ممارسة الرياضة، مع نظرة المجتمع لها ولللباسها الذي يعتبرونه غير محتشم، بينما أجابت

نسبة 46.7% من الطالبات أن العادات والتقاليد أصبحت لا تؤثر على ممارسة الرياضة.

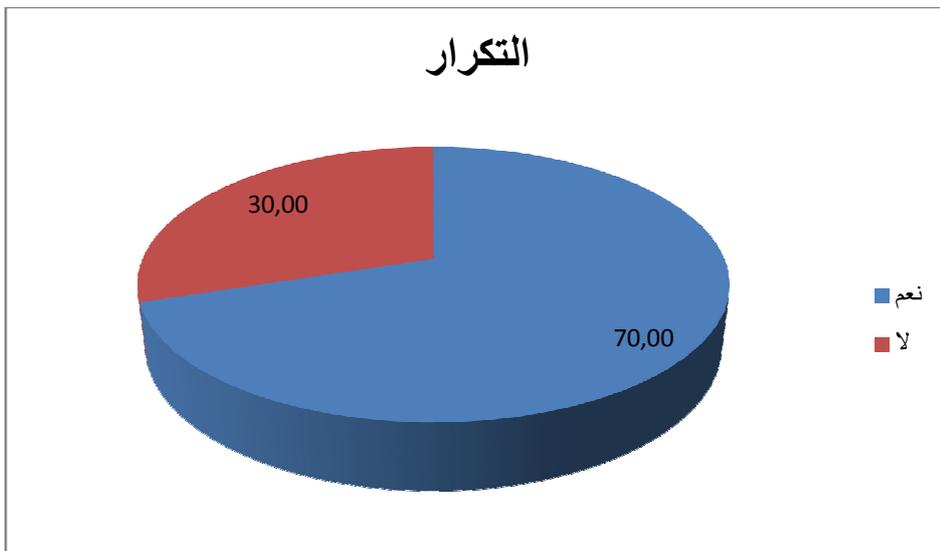
الاستنتاج: نستنتج أن العادات والتقاليد تعتبر من العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 6: هل لديك أي معلومات عن الأنشطة التي تمارسها الطالبة؟

الغرض من السؤال: معرفة الرصيد المعرفي حول ثقافة الرياضة النسوية.

جدول رقم 6: يوضح إجابات الطالبات عن الرصيد المعرفي حول رياضة المرأة

المجموع	لا	نعم	
30	9	21	التكرار
%100	%30	%70	النسب

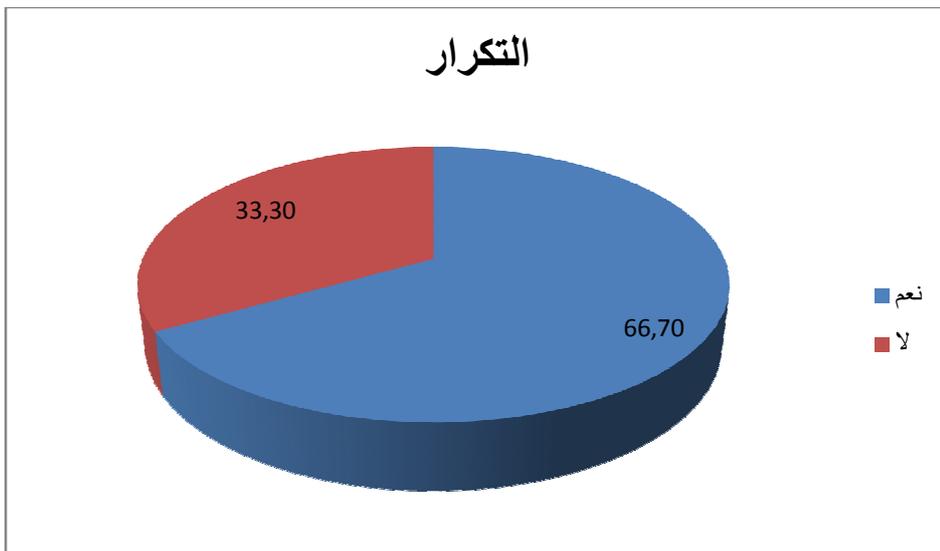


مناقسة وتحليل النتائج: من خلال الجدول رقم 6 نجد أن، نسبة 70% من الطالبات لديهن خلفية معرفية عن الرياضة النسوية، وهذا يرجع إلى ممارستهن للرياضة منذ الصغر، في حين نجد أن نسبة 30% من الطالبات ليست لديهن أي خلفية عن الرياضة التي تمارسها المرأة، وهذا راجع إلى عدم ممارستهن للرياضة.

الاستنتاج: نستنتج أن معظم الطالبات لا يمارسن الرياضة بسبب الضعف المعرفي حول الرياضة النسوية.

**السؤال رقم 7:** هل تستطيع المرأة ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجل؟  
**الغرض من السؤال:** معرفة قدرة المرأة في ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجل.  
**جدول رقم 7:** يوضح معرفة مدى قوة المرأة في ممارسة الرياضة ومقارنتها مع الرجل

المجموع	لا	نعم	
30	10	20	التكرار
%100	%33.3	%66.7	النسب



**تحليل ومناقشة النتائج:** نلاحظ من خلال الجدول رقم 7، أن نسبة كبيرة من الطالبات 66.7% ترى أن المرأة تستطيع ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجل، فيما أن المرأة في العهد الإسلامي تقابل جنباً لجنب مع الرجل فكيف لا تستطيع ممارسة الأنشطة الرياضية الخاصة به، أما نسبة 33.3% من الطالبات ترى أن المرأة لا تستطيع ممارسة كل أنشطة الرجل الرياضية، لأن المرأة لا تملك قدرات الرجل وقوته، فالرجال قوامون على النساء.

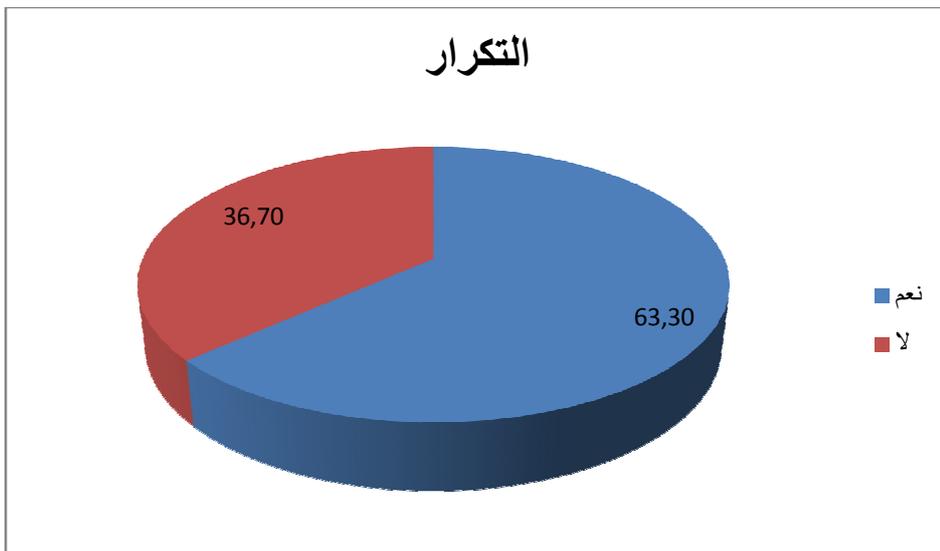
**الاستنتاج:** نستنتج أن المرأة لها قدرات على ممارسة الأنشطة التي يمارسها الرجل.

السؤال رقم 8: هل هناك عائق عن ممارسة الطالبة للرياضة بسبب انتقاد المجتمع

الغرض من السؤال: معرفة مدى انتقاد مجتمعنا للمرأة التي تمارس الرياضة.

جدول رقم 8: يوضح إجابات الطالبات حول رأيتهن بأن انتقادات المجتمع يسبب عائق في ممارستهن للرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	11	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسب



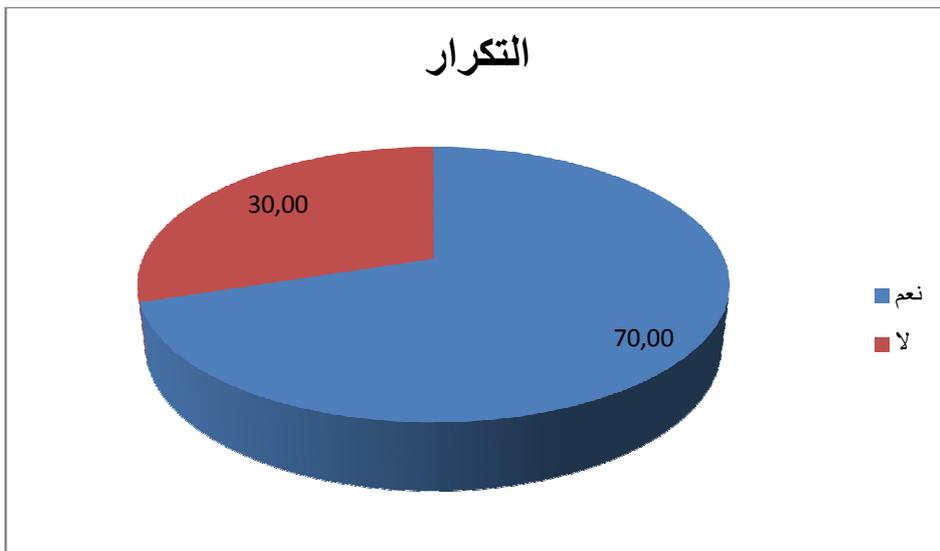
تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 8، أن نسبة 63.3% من الطالبات ترى أن المرأة مرآة لمجتمعها، تعكس ما اكتسبته وتلقته من آراء ومعتقدات وقيم، ومقاييس إيجابية ومشجعة للألعاب والنشاطات الرياضية، فالمرأة لا بد أن تتقيد بها وتكون مستعدة للدفاع عنها، ثم ترجمتها لواقع العمل يدفعها نحو المشاركة للأنشطة الرياضية بجدية وحماس واستمرارية، في حين نرى نسبة 36.7% من الطالبات ترى العكس، فإذا كانت هذه الآراء والمعتقدات والقيم سلبية وغير مشجعة للألعاب الرياضية، فإنها تعتقد بأن ممارسة هذه الرياضة هي مضيعة للوقت وتحطيم الطاقة، وخسارة الأموال التي تصرف عليها، وسبب من أسباب الفشل الدراسي.

السؤال رقم 9: هل مارست أي نشاط في صغرك؟

الغرض من السؤال: معرفة النشاطات الرياضية الممارسة في الصغر.

جدول رقم 9: يوضح معرفة أن ثقافة ممارسة المرأة للرياضة تدرج معها منذ الصغر.

المجموع	لا	نعم	
30	8	22	التكرار
%100	%26.7	%73.3	النسب



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 9، أن نسبة كبيرة من الطالبات 73.3% قد مارست النشاطات الرياضية منذ صغرها، وذلك لوجود التسهيلات الرياضية الكافية لهن، إذ توجد مرافق خاصة بهن بالإضافة إلى موافقة الأهل لهن. أما نسبة قليلة من الطالبات 26.7% ترى أن من معيقات مشاركة الطالبات في ألعاب الرياضة عدم وجود التسهيلات الرياضية الكافية لهن، بالإضافة إلى معارضة الأهل والأقارب.

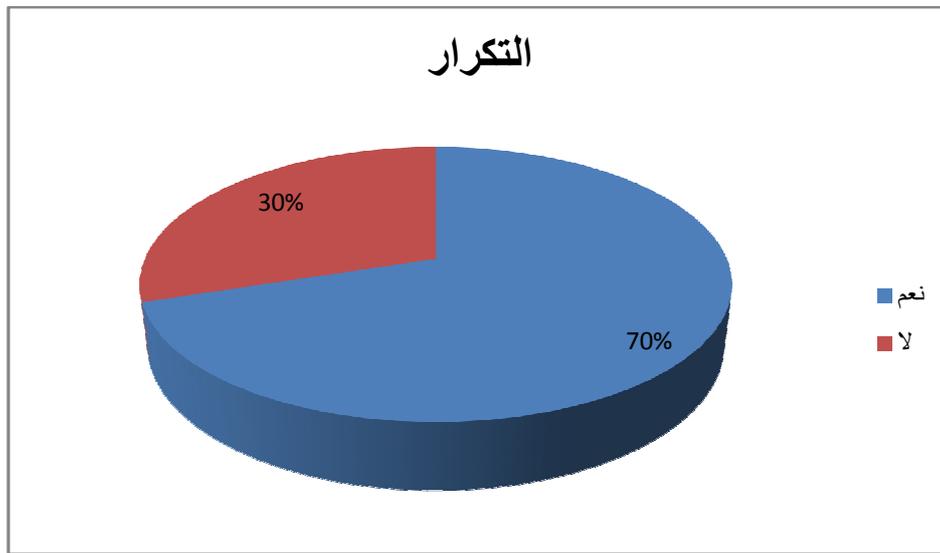
الاستنتاج: نستنتج أن للرياضة النسوية معوقات مرتبطة بها منذ الصغر.

السؤال العاشر: هل ترى أن المجتمع يتجنب الأنشطة الرياضية؟

الغرض من السؤال: تحديد الجوانب التي تحصر فيها وظائف المرأة.

الجدول رقم 10: يوضح رأي الطالبات في أن مجتمع يحصر وظائف الطالبة في الدراسة أو العمل فقط.

المجموع	لا	نعم	
30	9	21	التكرار
%100	%30	%70	النسبة



**التحليل والمناقشة:** نلاحظ من خلال الجدول 10، أن نسبة 70% من الطالبات ترى أن وظائف الطالبة محصورة في الدراسة أو العمل فقط من طرف أفراد المجتمع، ضنا منه أن ترك وإهمال النشاطات الرياضية تساعد أبنائهم على التفرغ والتركيز أكثر في الدراسة في المدارس والكليات والجامعات، أما نسبة 30% من الطالبات فتري أن وظائف المرأة لا تنحصر في الدراسة والعمل فقط، لأن قابلية الإنسان على التحصيل العلمي والعمل والإنتاج يتضاعف ويتطور إذا استغل وقت الفراغ في ممارسة النشاطات الرياضية.

**الاستنتاج:** نستنتج أن المجتمع يحصر وظيفة المرأة بين الدراسة والعمل والمتزل، وليس لها الحق في مجالات أخرى.

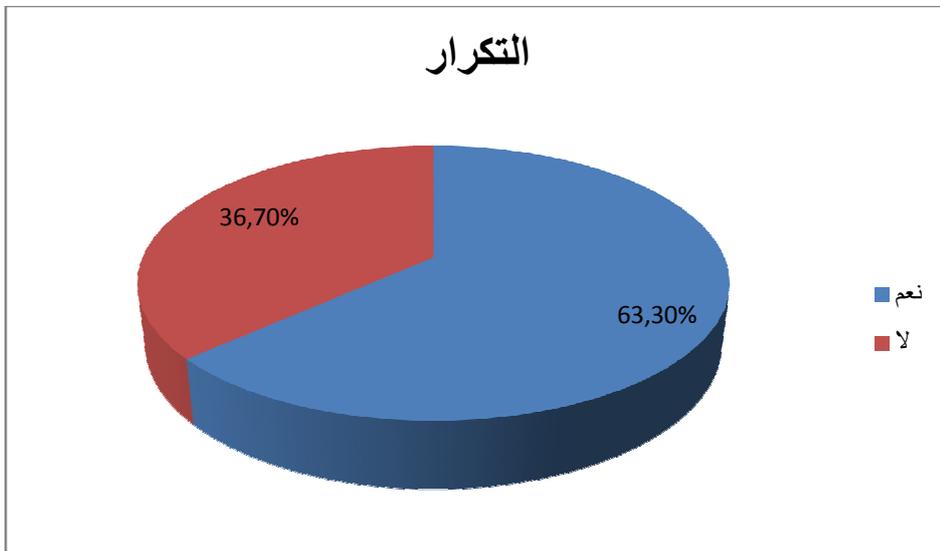
المحور الثاني: العوامل الدينية التي تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 11: هل ترين أن الدين يمنع الطالبة من ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: معرفة آثار التعاليم الدينية في عدم ممارسة المرأة للرياضة.

جدول 11: يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما إذا كان الدين يتعارض مع ممارستهن للرياضة

المجموع	لا	نعم	
30	12	19	التكرار
%100	%36.7	%63.3	النسبة



التحليل والمناقشة: من خلال الجدول 11 ، نلاحظ بوضوح أن نسبة 63.3% لا يزاولون الأنشطة

الرياضية وكان تعليهن، هو تمسكهن بالقيم والمبادئ الدينية حيث، أن المرأة المسلمة يجب عليها ارتداء الملابس المستورة(الحجاب) التي تعيقها أثناء ممارسة الرياضة بكل حرية، كما أن جانب الاختلاط الذي يمنعه الدين ويقف ضده. أما نسبة 36.7% من الطالبات ترى الدين الإسلامي لا يمنع المرأة من ممارسة الرياضة، لأن مثل تلك الأفعال والمواقف الدينية والأخلاقية التي تحملها الطالبات المتمسكات بالدين وقيمه الأخلاقية تتميز بالتعصب والجهل وضيق التفكير لعدم معرفة الأمور الحقيقية التي يرمي إليها ديننا الحنيف.

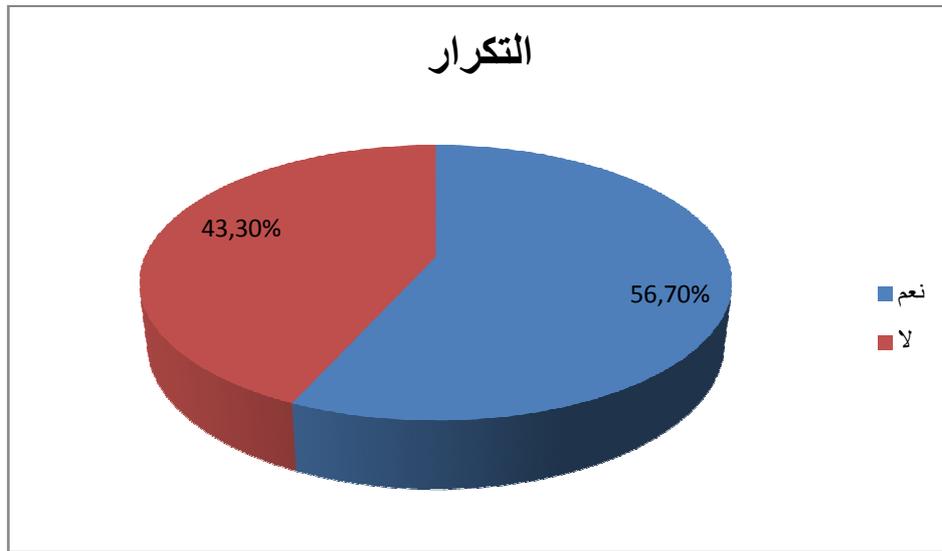
الاستنتاج: نستنتج أن الدين لا يشكل في حد ذاته عائقا في ممارسة المرأة للرياضة.

السؤال رقم 12: هل اختلاط الذكور مع الإناث يمنعك من ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: معرفة إن كان الاختلاط يشكل عائقا وسببا في عدم ممارسة المرأة للرياضة

جدول رقم 12: يوضح إجابة الطالبات حول رأيهن فيما أن الاختلاط سبب يعيقهن عن ممارسة الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	13	21	التكرار
%100	%43.3	%56.7	النسبة



**المناقشة والتحليل:** نتبين من الجدول 12، أن نسبة 56.7% من الطالبات يجزمون أن لباس المرأة (الحجاب) يمنعها من ممارسة الأنشطة الرياضية، فالطالبات المحجبات اللواتي يلبسن الحجاب الشرعي يعتقدن أنه يكسبهن العفة والوقار والشرف، ويبعد الأنظار الشريرة التي يسلمها بعض الرجال، أضف إلى ذلك أن المرأة التي ترتدي الملابس الرياضية الضيقة والقصيرة هي امرأة غير ملتزمة بالقواعد الأخلاقية والدينية. أما نسبة 43.3% من الطالبات ترى أن اللباس لا يمنعها من ممارسة الرياضة، لأن الدين لا يحرم عليها ارتداء الملابس الرياضية المتماشية مع الدين داخل الوسط المعقول الذي يسمح لها بالقيام بفعاليات وتمارين الرياضة دون تعارض مع القيم الدينية.

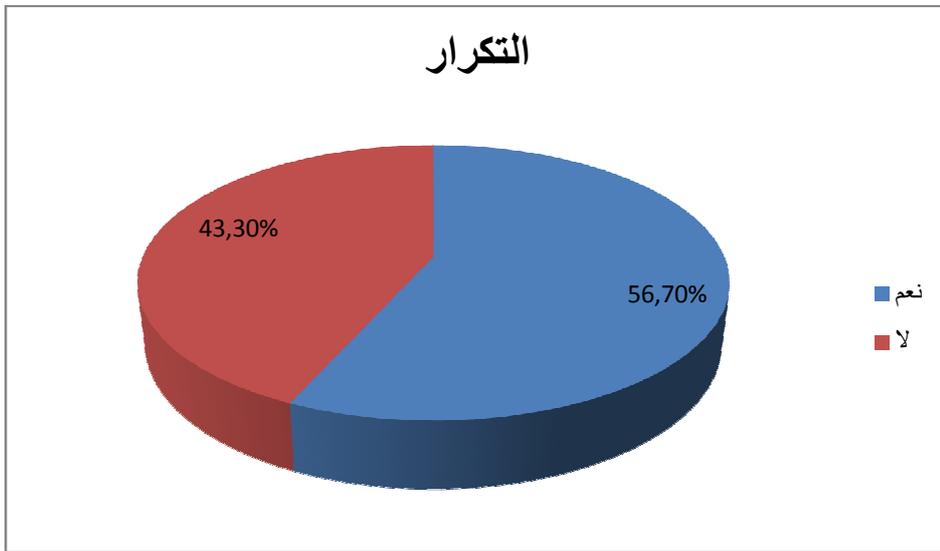
**نتيجة:** نستنتج أن اللباس الرياضي يعيق المرأة عن ممارستها للرياضة.

السؤال رقم 13: هل اللباس الرياضي يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال: توضيح اثر لباس المرأة أثناء الرياضة.

جدول رقم 13: يوضح أثر اللباس الرياضي على الطالبة الرياضية.

المجموع	لا	نعم	
30	13	21	التكرار
%100	%43.3		النسبة



المناقشة والتحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم 13، أن نسبة 56.7% من الطالبات ترى أن لباس المرأة يمنعهن من ممارسة الأنشطة الرياضية، فالطالبات المحجبات حجاباً شرعياً يعتقدن أن الحجاب وقاية لهن من الأحكام المسبقة لأفراد المجتمع التي تسقط مباشرة على الطالبات الغير المحجبات واللواتي يمارسن الرياضة بملابس غير محتشمة والغير لائقة أحياناً.

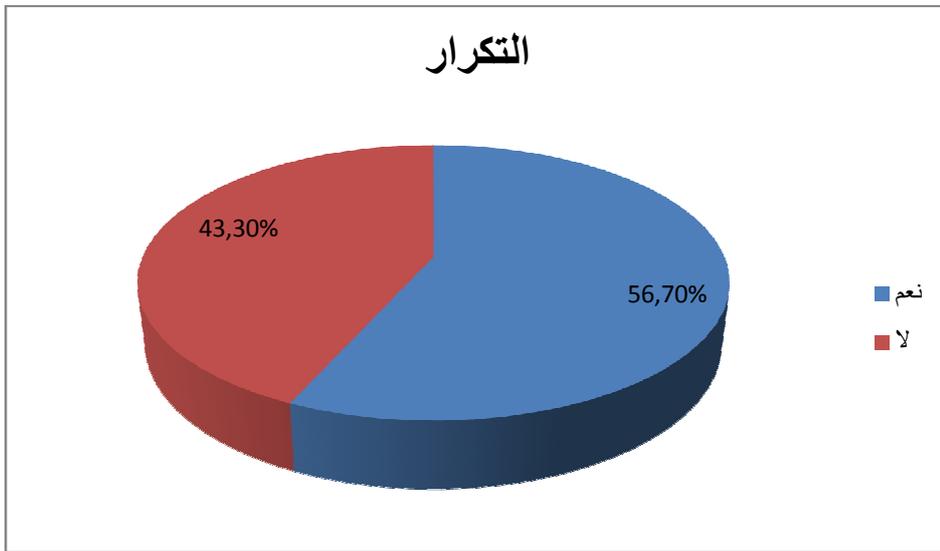
نتيجة: اللباس الرياضي يمنع المرأة من ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 14: هل ترى أن ممارسة الرياضة يمس من سمعتك؟

الغرض من السؤال: توضيح أثر ممارسة الرياضة على سمعة الطالبة.

جدول رقم 14: يوضح أثر ممارسة الرياضة على سمعة الطالبة

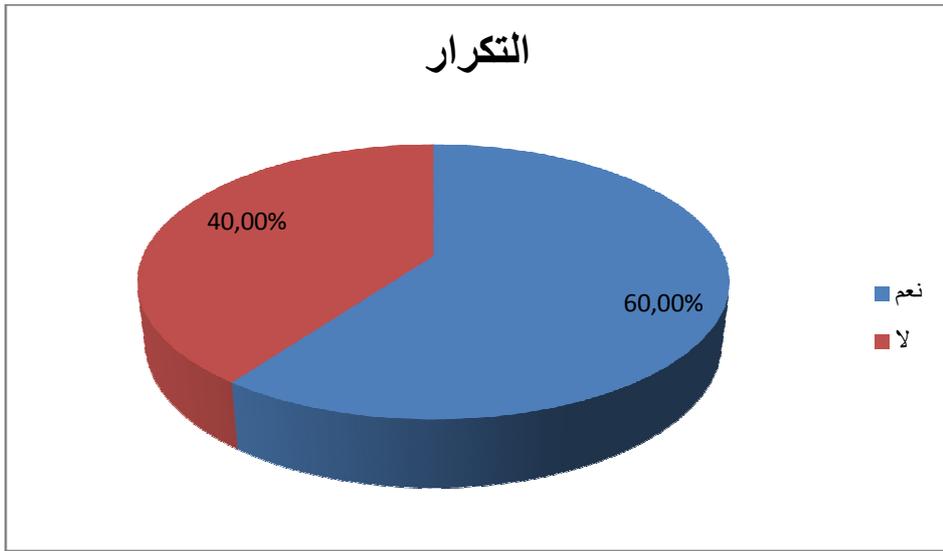
المجموع	لا	نعم	
30	13	21	التكرار
%100	%43.3	%56.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: يظهر من خلال الجدول رقم 14 وشكله، أن نسبة 56.7% من الطالبات ترى أنه يتطلب من المجتمع منع النساء من المشاركة في الألعاب الرياضية، وانتهاج السبل التي تكفل إبعادها، نظرا لما تتبعه هذه الفعاليات من خطورة جسدية وأثر في اتزان أخلاق النساء وسمعتهم في المجتمع، لهذا تعزف المرأة عن النشاطات الرياضية وتجنبها حفاظا على سمعتها ومزلتها الاجتماعية، أما النسبة المتبقية 43.3% فلا ترى مثل هذه الآراء، فهي مواقف خاطئة ومغلوبة بتعدد كل البعد عن الواقع الحضاري، لذا ينبغي تغييرها وربطها بقيم تتوافق والركب الحضري، تسمح بذلك للمرأة بالمشاركة في الألعاب والفعاليات الرياضية، التي لا تقوي العقل والبدن فقط بل ترفع من قيمتهما في المجتمع.

السؤال الخامس عشر: هل الخجل يعيق طالبة في ممارسة الرياضة؟  
الغرض من السؤال: معرفة أسباب عزوف المرأة عن ممارسة الرياضة.  
جدول رقم 15: يوضح مدى تأثير الخجل على ممارسة المرأة للرياضة

المجموع	لا	نعم	
30	12	18	التكرار
%100	%40	%60	النسبة



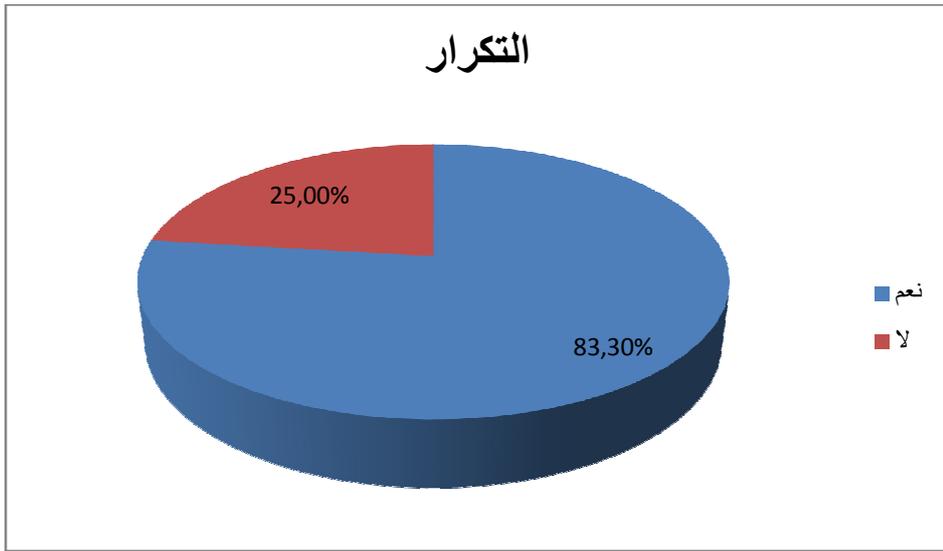
تحليل ومناقشة النتائج: إن نسبته 60% من الطالبات ترى أن أكثرية النساء تعزفن عن المشاركة في الفعاليات الرياضية بسبب عوامل الدراسة وعدم وجود الرغبة الحقيقية في مشاركة، بالإضافة إلى الخجل والخوف من انتقاد الآخرين، لعدم توافر الأجواء الاجتماعية والرياضية المناسبة التي تشجعهن على ممارسة الرياضة، في حين ترى 40% من الطالبات أنهما تمارس الرياضة دون خجل ودون خوف من رأي الآخر فيهن، فهي على ثقة كبيرة من نفسها، وتمارس الرياضة برغبة وهواية ولا تستطيع الاستغناء عنها.  
نتيجة: إن الخجل يسبب عزوف الطالبات عن ممارسة الرياضة.

السؤال رقم 16: هل ترى أن الوقت التي تمارسين فيه الرياضة يعارضك على المهام والواجبات الدينية؟

الغرض من السؤال: تبيان مدى تقصير المرأة الرياضية في أداء الواجبات الدينية.

جدول رقم 16: يوضح مدى تأثير الوقت على الواجبات الدينية.

المجموع	لا	نعم	
30	5	16.7	التكرار
%100	%25	%83.3	النسبة



تحلي ومناقشة النتائج: نلاحظ من الجدول رقم 16، أن نسبة 83.3% من الطالبات ترى أن النشاط الرياضي يحتاج غلى مجهود كبير وأوقات طويلة لا بدأ، تتعارض مع المهام والواجبات الدينية، وقد تترك المرأة المسلمة واجباتها ومهامها الدينية وتركز على الأنشطة الرياضية التي تقل بكثير عن أهمية أداء الواجبات والفرائض الدينية، أما النسبة المتبقية 25% فتري أن ممارسة المرأة للرياضة تغيير من نفسها وتعديل مزاجها، ومن ثمة تساعدها على تنظيم عملها وأداء واجباتها الدينية.

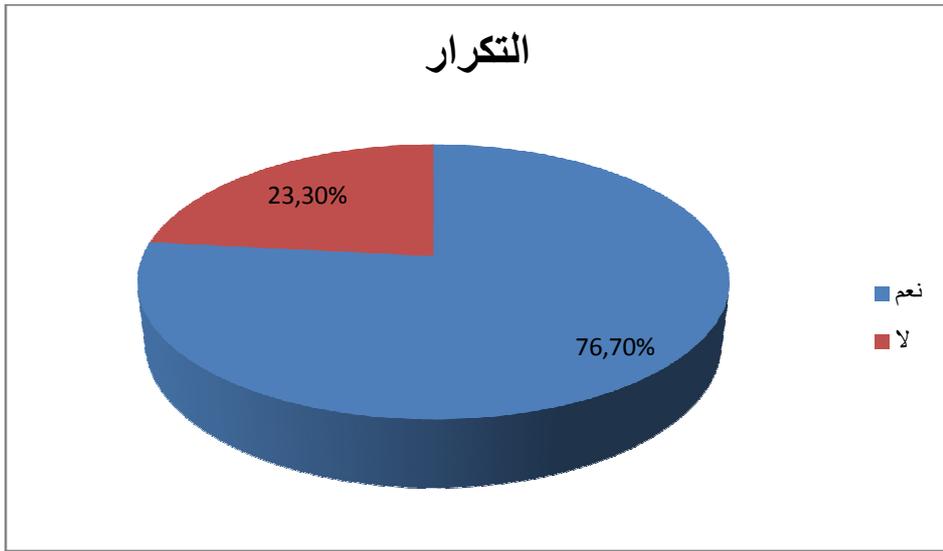
نتيجة: إن الرياضة عائق بين المرأة ومهامها الدينية.

السؤال رقم 17: هل ترين أن ممارسة الطالبة للرياضة له ضوابط شرعية؟

الغرض من السؤال: تبيان مدى معرفة الطالبة للضوابط الشرعية للرياضة النسوية.

جدول رقم 17: يوضح مدى أثر الضوابط الشرعية في ممارسة المرأة للرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	7	23.3	التكرار
%100	%23.3	%76.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: من الجدول رقم 17 نجد أن ما نسبته 76.7% وهي نسبة كبيرة من الطالبات اللواتي يعتقدن بأن المشاركة النسوية في نشاطات الرياضة تتناقض مع أبسط الضوابط والقيم الشرعية التي يتبناها المجتمع الإسلامي، من اختلاط، والملابس الغير شرعية... الخ، في حين ترى نسبة 23.3% من الطالبات أن إتاحة المجال للمرأة للممارسة الرياضة لا يتناقض مع تعاليم ديننا الحنيف.

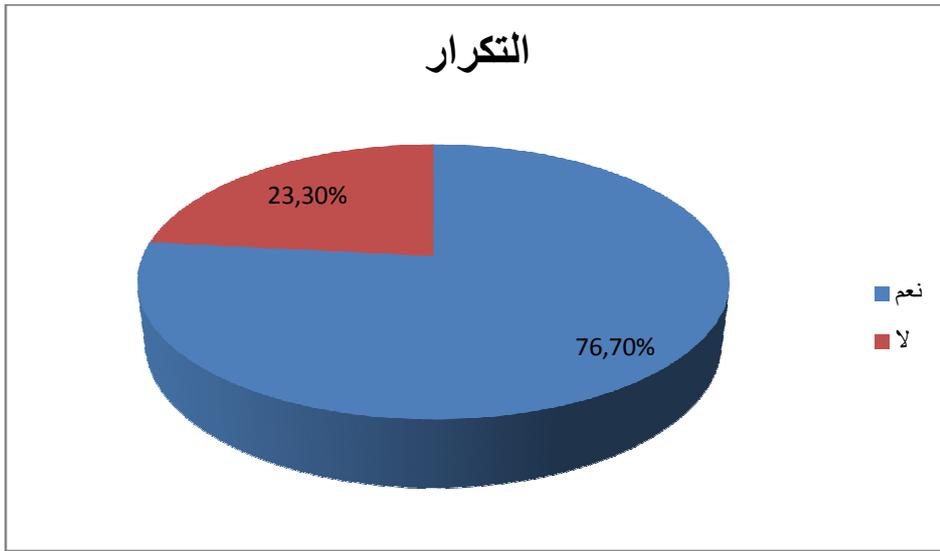
نتيجة: إن النشاطات الرياضية التي يشارك فيها الطالبات لا تتسجم ولا تتفق مع مبادئ وأخلاقيات وقيم الدين.

السؤال رقم 18: هل ممارسة الطالبة للرياضة تدفعها للقيام ببعض المحرمات؟

الغرض من السؤال: توضيح النتائج المترتبة عن ممارسة المرأة للرياضة.

الجدول رقم 18: يوضح ما مدى ارتكاب المحرمات للمرأة أثناء ممارس الرياضة.

المجموع	لا	نعم	
30	7	23.3	التكرار
%100	%23.3	%76.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من الجدول رقم 18، أن فئة كبيرة من الطالبات (76.7%) ترى أن المرأة الرياضية تنجر بسهولة إلى ارتكاب الأعمال والممارسات اللاأخلاقية والمحرمات والتي تتناقض مع قيم وتقاليد وعادات المجتمع الإسلامي، وذلك بسبب الاحتكاك بالمجتمعات الأجنبية الغير مسلمة التي لا تراعي تعاليم ديننا الحنيف، رغم أن نسبة 23.3% من الطالبات ترى أن المجتمع مسؤول عن ضبط وتقنين مثل هذه الممارسات الرياضية وتنقية الأجواء من الفسق والجون، لتضع حداً للتدهور الخلقي والحضاري الذي وصل إليه المجتمع العربي.

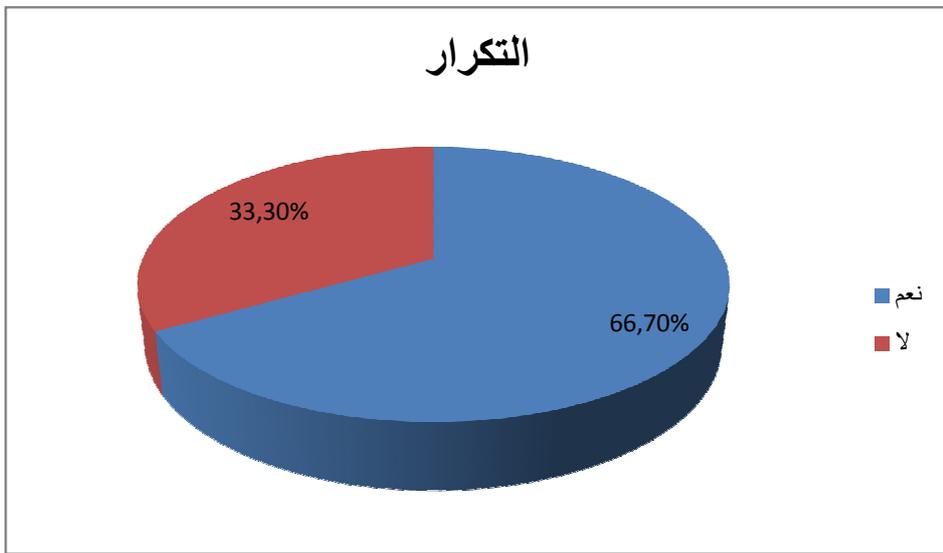
نتيجة: ممارسة الطالبات للرياضة قد يؤدي إلى ارتكاب المحرمات.

السؤال رقم 19: هل ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع أبسط القيم الدينية؟

الغرض من السؤال: معرفة أثر ممارسة الطالبات للرياضة على قيمها الدينية.

الجدول رقم 19: نتائج ممارسة المرأة للرياضة وتنافسها مع أبسط القيم الدينية

المجموع	لا	نعم	
30	10	20	التكرار
%100	%33.3	%66.7	النسبة



**تحليل ومناقشة النتائج:** إن ما نسبته 66.7% من الطالبات تعتقد أن المثل الدينية والقيم الأخلاقية تتناقض مع تطلعات المرأة نحو المشاركة في النشاطات الرياضية التي ترمي برمتها إلى انسلاخ المرأة من أنوثتها وجعلها تنافس الرجال، في حين نسبة قليلة (33.3%) من الطالبات ترى أن اتجاه المرأة نحو المشاركة في الفعاليات الرياضية واستثمار أوقات فراغها بوسائل وفعاليات لا تتناقض مع قيم الدين ومبادئه، وإنما على العكس لأنه ينسجم معها ويعززها مادام أن مشاركة المرأة في مثل هذه الفعاليات يعمل على تحررها وإبراز قدراتها وطاقاتها الخلاقية، كما يطور شخصيتها ويكسر القيود التي كبلت حريتها وأخفت طموحاتها.

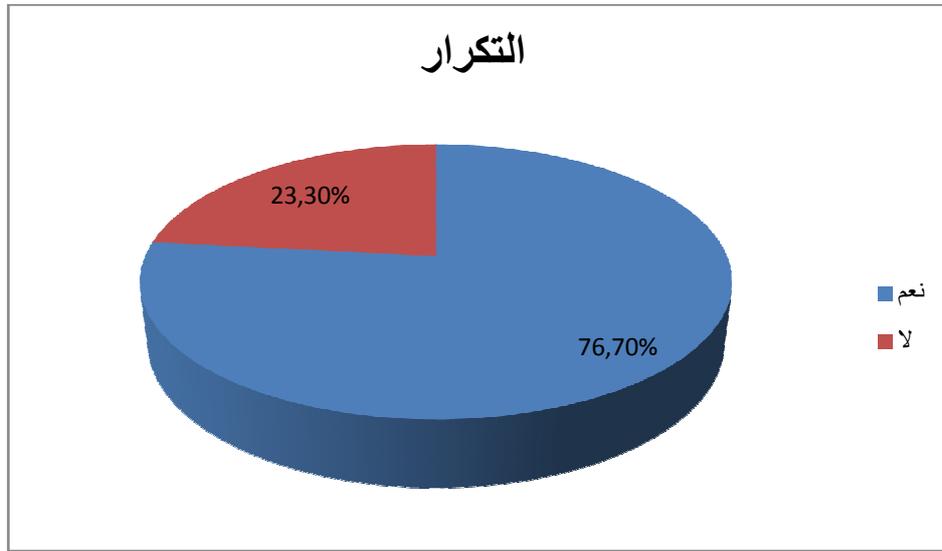
**نتيجة:** ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع أبسط القيم الدينية.

السؤال رقم 20: هل في رأيك أن ممارسة الرياضة تضعف إيمانك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير ممارسة الرياضة للطلبات على قوة إيمانهن.

الجدول رقم 20: يوضح مدى تأثير الرياضة على قوة دين المرأة.

المجموع	لا	نعم	
30	7	23	التكرار
%100	%23.3	%76.7	النسبة



تحليل ومناقشة النتائج: إن ما نسبته 76.7% من الطالبات ممارسة الرياضة لدى الفتيات يؤثر سلبا على قوة إيمانهن، لما يتعارض مع تعاليم ديننا متمثلا خاصة في نوعية اللباس الغير محتشم، والاختلاط الذي يؤدي على المحرمات، وربما ترك الواجبات الدينية وإهمالها، بينما نسبة 23.3% من الطالبات يرون غير ذلك لما للرياضة من جوانب إيجابية تساعد المرأة على التطور والرقي والمحافظة على الصحة الجسدية والنفسية والعقلية وهذا له اثر كبير في تطوير الذات.

نتيجة: ممارسة الرياضة لدى الطالبات قد يضعف من قوة إيمانهن.

نتيجة: ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع أبسط القيم الدينية

## 2- مناقشة النتائج والفرضيات:

## مناقشة الفرضية الأولى:

تشير الفرضية الأولى على أن الوسط البيئي الاجتماعي يعيق الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة. فمن خلال نتائج السؤال رقم 2: هل ثقافة مجتمعنا تمنعك عن ممارسة الرياضة؟ حيث أننا توصلنا إلى أن المجتمع يعارض المرأة التي تمارس الرياضة وهذا راجع إلى عدم تحرر استقلالية الطالبة في ذلك المجتمع، إضافة إلى أن دورها ينحصر في العمل المهني والعمل المتزلي فقط، وكذلك عدم انتشار ثقافة الرياضة النسوية في منطقتنا لتشجيع العنصر النسوي على ممارسة الرياضة.

والسؤال رقم 5: الذي يطرح التساؤل التالي: هل ممارسة الرياضة تمس عاداتك وتقاليد أوثقتك؟ حيث كانت أغلب العينات يرون أن هناك عائق من ناحية العادات والتقاليد، ومن هنا نستنتج أن العادات والتقاليد يشكلان عائق أو حاجز كبير للطالبة التي تمارس الرياضة، وهذا يرجع إلى ثقافة مجتمعنا، الذي يرى أن الطالبة التي تمارس الرياضة لا يتماشى مع القيم الاجتماعية.

وحتى بالسبب إلى السؤال رقم 8: هل هناك عائق عن ممارسة الطالبة للرياضة بسبب انتقادات المجتمع؟ فبين لنا أن هناك أكثر من نصف العينات تعاني من نظرة المجتمع السلبية التي ترفض ممارسة الطالبة للرياضة، نظرا للعقليات الاجتماعية البالية والناقصة.

من خلال مناقشتنا جاءت النتائج مطابقة لتوقعاتنا، وعليه نتقبل الفرضية الأولى.

## مناقشة الفرضية الثانية:

تشير الفرضية الثانية إلى أن العوامل (الضوابط) الدينية هي التي تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة. فمن خلال الأسئلة الواردة في المحور الثاني من الاستبانة التي تحاول الإجابة عن هذه الفرضية تبين لنا أن معظم العينات (الطالبات) تسبب لهم الجانب الدين في عدم ممارسة الطالبات للرياضة.

فمن خلال السؤال رقم 11 الذي مفاده: هل ترين أن الدين يمنع الطالبة من ممارسة الرياضة؟ حيث أن أغلبية العينة يمتنعن عن ممارسة الرياضة بسبب العوامل الدينية، خاصة الطالبات المحجبات حيث لا يسمح الحجاب بممارسة الرياضة، أما الغير محجبات فيرين أن ممارسة الرياضة يؤثر في سمعتهن أو كيانهن أو شرفهن تأثيرا سلبيا، ويضعف درجة إيمانهن.

والسؤال رقم 18 الذي مفاده: هل ممارسة الطالبة للرياضة يدفعها للقيام ببعض الحرمات؟ فبين لنا أن أغلبية العينة يرون أن ممارسة الرياضة تدفع الطالبات إلى تصرفات محرمة وأعمال غير لائقة يمنعهن الدين، ولا

يجوز انتشارها في المجتمع، فالطالبة التي تتردد على نوادي الرياضة والملاعب وتمارس الألعاب بكل حرية وترتدي الملابس الرياضية الضيقة أو القصيرة هي طالبة غير ملتزمة بالقواعد والمعايير الأخلاقية التي ينص عليها الدين الإسلامي.

بينما يوضح لنا السؤال رقم 16 المتمثل في: هل ترين أن الوقت التي تمارسنه في الرياضة يعارضك على المهام والواجبات الدينية، بحيث توصلنا إلى أن أكثر من نصف العينة يرون أن ممارسة الرياضة تحتاج إلى أوقات طويلة لا بد أن تتعارض مع المهام والواجبات الدينية. وقد تركت الطالبة المسلمة واجباتها ومهامها الدينية وتركز على الأنشطة الرياضية التي تقل أهميتها بكثير عن أهمية أداء الواجبات والفرائض الدينية. ومنه نستنتج أنه يجب ترك مثل هذه الأفكار والمواقف الدينية والأخلاقية التي تتبناها الطالبات المتمسكات بالدين وقيمه الأخلاقية التي تتميز بالتعصب وضيق التفكير والجهل أحيانا، لعدم معرفتهم بحقيقة التعاليم الدينية التي لا تمنع المرأة من ممارسة الرياضة إذ تعمل على تقوية الجسم وتطوير العقل وصورتهما من الأمراض، شريطة احترام الآداب العامة والأخلاقيات الدينية وترك المحرمات.

#### من هذا نستنتج :

أن نقص الوعي الرياضي لعب دورا هاما في عدم ممارسة الطالبات للرياضة نظرا لعدم تقبل فكرة إمكانية ممارسة الرياضة في ظروف ملائمة ومريحة، تحفظ لها كرامتها ويصون دينها، وهذا لا يتأتى إلا بتغيير العقلية والذهنيات لدى المجتمع، الذي نرى أن من مسؤوليته توفير المناخ المناسب الذي يراعي خصوصيات المرأة المسلمة وحيثيات النشاط النسوي الرياضي، فكل هذا أدى إلى عزوف الطالبات عن ممارسة الرياضة والمشاركة في الفعاليات والأنشطة الرياضية، رغم أن نسبة معتبرة من الطالبات يصرحن بإيجابيات الرياضة لدى المرأة وضرورتها الملحة.

ومنه نستنتج أن نقص الوعي الاجتماعي والثقافي والرياضي الديني، أدى إلى خلط في المفاهيم وتعارض في القيم لزم مفهوم ممارسة الرياضة لدى المرأة منذ الصغر وصولا إلى الجامعة لدى الطالبات، مما أثر سلبا في تشجيع الطالبات على ممارسة الرياضة.

### التوصيات والاقتراحات:

- إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة محدودة الإمكانيات، أردنا بذلك أن نعطي لفتة انتباه وبداية جديد لبحوث أخرى باللغة العربية في هذا المجال تكون أكثر توسعا وعمقا، والتي نفتقر إليها في مكتبتنا.
- وانطلاقا من نتائج البحث نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من يهتم بموضوع البحث، سواء أكانوا طالبات جامعيات أم طلبة أم آخرون..، ونأمل أن تكون لبنة تسهل على الطالبات فهم المشكلة وتجنبهم العديد من المشاكل التي يجدها في ممارستهم للرياضة، وهي كالاتي:
- إنشاء مرافق ملائمة وخاصة بالنساء وتجهيزها كما ينبغي لتسهيل ممارسة الرياضة لدى النساء.
  - عدم التقييد بفكرة أن الرياضة يمارسها الرجال فقط، فللمرأة الحق في ذلك أيضا.
  - العمل على تحرير الطالبات من المعتقدات التي تدفع المرأة إلى الاعتقاد أن ممارسة الرياضة يتعارض مع النظام الاجتماعي والديني الخاص بنا.
  - تحفيز وتشويق الطالبات لممارسة الرياضة عن طريق التوعية والإعلام.
  - إقامة بعض التظاهرات التي تقوم بتحفيز المرأة لممارسة الأنشطة الرياضية، وتعريف أفراد المجتمع بالنتائج الإيجابية التي حققتها المرأة بممارستها للرياضة.
  - تغيير مستوى المعلومات التي تحملها الطالبات إزاء فوائد الأنشطة والألعاب الرياضية فرديا واجتماعيا.
  - التنويه بفوائد الرياضة لأفراد المجتمع عامة والمرأة خاصة.

## ملخص البحث

لقد تعرضنا من خلال هذا البحث إلى العوائق التي تحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة ومردودها على الرياضة النسوية، وكان الهدف من هذه الدراسة هي معرفة العوائق والحوافز التي تعيق الطالبات في ممارسة الرياضة من أجل الوصول إلى الحلول المناسبة.

وبالرغم من أن وطننا العزيز الجزائر يهتم بتطوير الرياضة بصفة عامة، والرياضة النسوية خاصة، إلا أن التساؤل متواصل عن واقع ممارسة الرياضة النسوية، وعدم ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة بصفة خاصة. كل هذا تجلّى لنا في فرضية عامة تتمثل في أن هناك عوائق تحول دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة، وتفرعت عنه فرضيات جزئية، تعلقت الأولى بالوسط البيئي الاجتماعي، أما الثانية فتخص الجانب الديني.

ومن خلال دراستنا الميدانية اخترنا عينة تتكون من 30 طالبة، حيث تم توزيع استبانة البحث بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة جامعة محمد خيضر بسكرة، وذلك لفترة امتدت من شهر جانفي إلى شهر ماي 2016، متبعين في ذلك المنهج الوصفي المسحي، والذي يتماشى مع الظاهرة الاجتماعية التي قمنا بدراستها، للتمكن من جمع المعلومات من المصدر مباشرة وفق الاستبانة الموزعة.

وتوصلنا في الأخير إلى نتيجة مفادها أن الوسط البيئي الاجتماعي يتنافى مع ممارسة المرأة للرياضة في المرافق الرياضية الحالية، وأن نظرة المجتمع إزاء ممارسة المرأة للرياضة ما زالت سلبية بسبب عاملي اللباس الرياضي والاختلاط، فكل من هذه الأسباب وأخرى عوائق فعلية حالت دون ممارسة الطالبات الجامعيات للرياضة، لذلك من بين الاقتراحات التي خرجنا بها هو قيام وسائل الإعلام بتسليط الضوء على الرياضة النسوية وتشجيعها أكثر مع توضيح فوائدها الاجتماعية والنفسية والبدنية، بالإضافة إلى نشر القيم والمبادئ الاجتماعية التي توازن بين أوقات العمل وأوقات الفراغ لتدفع الأفراد إلى استغلال أوقات الفراغ في ممارسة الرياضة وتطويرها نحو الأحسن والأفضل، مع توفير مرافق خاصة بالنساء ملائمة لتغيير نظرة المجتمع السلبية تجاه ممارسة المرأة للرياضة.

ونرجو أن يكون بحثنا هذا امتدادا لبحوث مستقبلية تلقي الضوء على جوانب أخرى تتعلق بالرياضة النسوية تنطلق من تساؤلات نتائج الدراسة.

الفن الثقيل

إن للدراسات الجامعية في حياة المرأة أهمية خاصة، إذ أصبحت المرأة تحظى بمكانة مرموقة في المجتمع، من خلال تواجدها القوي في معظم المجالات الحياتية، إلا أنها في الجانب الرياضي تعترض طريقها أسباب وعوامل وتأثيرات اجتماعية وبيئية مختلفة، صادرة عن الأسرة أو الأصدقاء أو وسائل الإعلام، كما لا نستطيع أن نتخطى عقبة القيم الاجتماعية والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع.

فدراستنا هذه جاءت لتوضيح بعض الجوانب التي تمس الممارسة الرياضية للطلبات الجامعيات وتقف على هذه العوائق وتشخيصها للوصول إلى نتائج علمية، وبما أن الطالبة الجامعية هي فرد من هذا المجتمع، وهي بذلك تتأثر بمعطيات ومكونات محيطها البيئي الثقافي والاجتماعي والأسري والمدرسي، والتي لا مجال سوف تنعكس على سلوكياتها وميولها ومواقفها، وكذا ممارستها للرياضة التي لا تخلو من هذا التأثير، فالنظرة السلبية للأسرة وأفراد المجتمع ككل للممارسة الرياضية للفتاة أو الطالبة الجامعية تقف كعائق صعب أمام ممارسة الطالبة للرياضة.

إذ عدم توفر المرافق الرياضية الخاصة والملائمة بالمرأة، وعدم تجهيزها وتكييفها للرياضات النسوية كما ينبغي، يؤدي إلى عدم ممارسة المرأة أو الطالبة الجامعية للرياضة.

فالدور السليبي للأسرة متمثلا في عدم تحفيز بناتهم على ممارسة الرياضة أو منعهم، إضافة إلى عدم اطلاع المرأة ووقوفها على فوائد وكيفيات ممارسة الرياضة، وعدم وجود إشارات توعوية نسوية في هذا المجال، وكذا انعدام التوجيه التربوي المخصص، يؤدي إلى عدم ممارسة المرأة للرياضة بسبب جهلها لثقافة الرياضة. وبالتالي إذا أراد المجتمع الجزائري أن تتطور ممارسة المرأة للتربية البدنية والرياضية وأن لا ينتهي أمرها، فيجب عليه العمل على إحصاء القيم والفوائد التي تسعى هذه المادة لتحقيقها وتلقينها منذ الصغر، باستخدام كل الوسائل اللازمة من إرشاد وتوجيه وإعلام بكل وسائله، للوصول إلى ثقافة رياضية تضمن رؤية واضحة وإيجابية حول ممارسة المرأة للتربية البدنية والرياضية وترقيتها، كما يجب تطوير الوسائل والمنشآت الرياضية لتلائم مع خصوصيات المرأة الجزائرية المسلمة، لتستطيع المرأة ممارسة الرياضة بكل ارتياح وحرية، دون خوف أو حجل.

قائمة المراجع

القرآن العظيم برواية حفص  
الكتب العربية:

1. ابن كثير، البداية والنهاية، طبعة دار ابن كثير، 2010.
2. أحمد حسن الشافعي، سوزان أحمد مرسي، تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1999م.
3. أحمد زكي بدوي، معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية انجليزي فرنسي عربي، مكتبة لبنان، 1982.
4. الألباني، صحيح الجامع الصغير وزيادته، المكتب الإسلامي، 1988.
5. أمين النور الخولي، الرياضة والمجتمع، العدد، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 1996.
6. إياد عبد الكريم العزاوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، الدار العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2002.
7. حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 5، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1984.
8. حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط 4، عالم الكتب القاهرة، مصر، 1977.
9. حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسي، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1999.
10. حسين عبد الحميد رشوان، في مناهج العلوم، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر، 2003.
11. خير الدين علي عويس، عصام الهلالي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي 2005م.
12. رايح تركي، مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1999.
13. رشاد صالح دمنهوري، التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، 1995.
14. رشيد زرواتي، مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط 1، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، 2007.
15. الزوبعي والغنام، مناهج البحث في التربية، ج 1، مطبعة العاني، بغداد، 1974.

16. سميرة أحمد السيد، علم الاجتماع التربوية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط1، 1999 .
17. سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية ، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، 1999.
18. سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، 1984.
19. عبد الفتاح التركي موسى، التنشئة الاجتماعية، المكتب العلمي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، 1998.
20. محمد عاطف غيث، علم الاجتماع، مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1993.
21. محمد عبد الهادي دكلة، المجتمع المدني، دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة بغداد، 1979.
22. محمد فتحي عكاشة ، محمد شفيق زكي، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، المكتب الجامعي الحديث الرابطة، الإسكندرية، مصر، 1997.
23. محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003.
24. مزوان عبد الحميد إبراهيم، الرياضة للجميع، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، 2004.
25. منوير لايبتر، المرأة عبر التاريخ، تطور الوضع النسوي من بداية الحضارة إلى يومنا هذا، فرنسا، 1986.

## المراجع الأجنبية:

26. Fabiand. L, et Ives. M , L'esprit de compétition sportive, Ed :Voilland, Paris,1980 .
27. 1996.
28. M. Belabed, Les femmes dans le monde des sports, magazine 1997, ed CNIDS N° 10ISSN 1111- 4754 .
29. Ogesby- Carol, Le sport et la femme, Ed: Vigot, 1982.
30. R- thomas : moyens de communication et promotion du sport, Sciences et sport, 1979.
31. W.Jch. : L'absentéisme et sport à l'école, sciences et sport, mai, 1976.
32. Weineck.J.Biologie du sport, Ed Vigot,1992

## الرسائل الجامعية:

33. إزري سوانلدة مكبوسة، الرياضة والمرأة بين العزوف والإصرار وأثرها على الحركة الرياضية النسوية، دراسة الدوافع في الرياضة وتأثير دور المدرب على سلوك الرياضة، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد سيدي عبد الله، جامعة الجزائر ، 2003-2004.
34. زيان نصيرة، أسباب نفور الفتيات من اختيار تخصص التربية البدنية والرياضية في مرحلة ما بعد التدرج، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر، 2006.
35. لحر عبد الحق، ظاهرة عزوف التلميذات من ممارسة التربية البدنية والرياضية بثانويات مستغانم"، رسالة ماجستير غير منشورة بجامعة مستغانم.
36. . kerzabi. M , les championnes dans le sport algérien, thèse de doctorat, ISTS , daly brahim , Alger.

## المجلات والدوريات:

37. إليا نوراما سيني باريري، مجلة اليونيسكو، العدد 23 سبتمبر 1994.
38. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد:7، جامعة الجزائر: 1998.
39. دليلة رحمون، الصداقة بين الجنسين في المجتمع الجزائري بين الرفض والقبول، عدد 43، مجلة الوحدة.
40. عز الدين محمد، الرياضة النسوية هذه العقدة، مجلة الوحدة، العدد 249، سنة 1991 .
41. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد 7، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، سنة 1998.
42. Hanifi Samia" le statut de la femme et le sport" El Watan, dimanche 7.11.93.

## المواقع الإلكترونية:

المنتديات الرياضية، العقل السليم في الجسم السليم، فوائد ممارسة الرياضة.  
منتديات الزهراوي، د. عبد الرحمان أقرع، الطب الرياضي، الرياضة النسوية.

<http://islamtoday.Net/bohooth/artshow-86-7125.htm>

[http://frencyclopedia-khb.yahoo.com/articles/do/do\\_4137dPO.PTML](http://frencyclopedia-khb.yahoo.com/articles/do/do_4137dPO.PTML) .

**Données encyclopédiques :**

copyright C 2001 Hachette, Multimédia, Site

العلماء



جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية عن الطفل والمرهق

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان حول:

العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة

دراسة بقاعة المطالعة بالقطب الجامعي شتمة - جامعة محمد خيضر بسكرة

أعزائي الطالبات نرجو منكم الإجابة على أسئلة الاستبيان بكل صدق وموضوعية، علما أن إجاباتكم تساهم في تسهيل موضوع دراستنا،

وذلك بوضع علامة (X) أمام الإجابة التي ترونها مناسبة لكم، وشكرا

تحت إشراف الأستاذ:

عبد القادر حاجي

من إعداد الطالبة:

سلمى بازين

السنة الجامعية: 2016/2015

### المحور الأول: الوسط البيئي والاجتماعي يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟

- 1- هل هناك من عائلتك من يمنعك من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 2- هل ثقافة مجتمعنا تمنعك من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 3- هل ترين نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية؟  
 نعم  لا
- 4- هل ممارسة الرياضة تنقد أنوثتك؟  
 نعم  لا
- 5- هل ممارسة الرياضة تمس من عادات وتقاليد أنوثتك؟  
 نعم  لا
- 6- هل لديك أي معلومات عن الأنشطة الرياضية التي تمارسها المرأة؟  
 نعم  لا
- 7- هل تستطيع المرأة ممارسة جميع الأنشطة الرياضية التي يمارسها الرجال؟  
 نعم  لا
- 8- هل هناك عائق عن ممارسة الطالبة الرياضة بسبب انتقادات المجتمع؟  
 نعم  لا
- 9- هل مارست أي نشاط في صغرك؟  
 نعم  لا
- 10- هل ترين أن المجتمع يحرص وظائف الطالبة في: البيت، الدراسة، العمل فقط ويجتنب الأنشطة الرياضية؟  
 نعم  لا

### المحور الثاني: العوامل الدينية التي تعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة.

- 1- هل ترين أن الدين يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 2- هل اختلاط الذكور مع الإناث يمنعك من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 3- هل اللباس الرياضي يمنع الطالبات من ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 4- هل ترين أن ممارسة الرياضة تمس سمعتك؟  
 نعم  لا
- 5- هل الخجل يعيق الطالبات عن ممارسة الرياضة؟  
 نعم  لا
- 6- هل ترين أن الوقت التي تمارسينه في الرياضة يتعارض مع المهام والواجبات الدينية؟  
 نعم  لا
- 7- هل ترين أن ممارسة الطالبات للرياضة له ضوابط شرعية؟  
 نعم  لا
- 8- هل ممارسة الطالبة للرياضة تدفعها للقيام ببعض المحرمات؟  
 نعم  لا
- 9- هل ممارسة الطالبة للرياضة يتناقض مع القيم الدينية؟  
 نعم  لا
- 10- هل في رأيك أن ممارسة الرياضة ي ضعف من إيمانك؟  
 نعم  لا



