

معوقات ممارسة المرأة لرياضة السباحة بولاية المسيلة (دراسة ميدانية على مستوى المسبح نصف أولمبي ببوسعادة)

Obstacles to women's swimming in the state of M'sila (a field study at the semi-Olympic swimming pool level in Bou Saada)

بلبول فريد<sup>1</sup> ، الوخش عطاء الله<sup>2</sup> . لقوي وليد<sup>3</sup>

<sup>1</sup> جامعة محمد بوضياف المسيلة / [farid.balboul@univ-msila.dz](mailto:farid.balboul@univ-msila.dz)

<sup>2</sup> دكتوراه تخصص : النشاط البدني الرياضي التربوي / [Louakhch@gmail.com](mailto:Louakhch@gmail.com)

<sup>3</sup> دكتوراه تخصص : التحضير الذهني / [walidsport90@gmail.com](mailto:walidsport90@gmail.com)

تاريخ النشر: 2020/12/22

تاريخ القبول: 2020/09/13

تاريخ الاستلام: 2020/06/14

#### المخلص :

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن واقع ممارسة رياضة السباحة عند المرأة من خلال تسليط الضوء عن المعوقات التي حالت دون أن تتمكن غالبية النساء من القيام بهذا الرياضة الهامة ، ومن أجل الكشف عن هذا الواقع قمنا بتصميم إستبيان موجه للمنخرطات على مستوى المسبح نصف الأولمبي ببوسعادة وخلصت نتائج الدراسة إلى أن هناك عدة عوامل - تُعتبر أساسية - كانت وراء عزوف غالبية الفتيات عن ممارسة رياضة السباحة نخص بالذكر منها العادات والتقاليد السائدة في مجتمعاتنا وعدم وجود عناصر نسوية كافية تشرف على هذه العملية بالإضافة إلى نقص الهياكل الرياضية التي توفر للمرأة خصوصية ضرورية لممارسة هذه الرياضة .

- الكلمات المفتاحية : الرياضة النسوية - رياضة السباحة .

#### Résumé :

The study aims to reveal the reality of swimming within women by highlighting the obstacles that prevent most of them from practicing this important sport. In order to uncover this reality, we designed a bipartisan survey at the the Bousaada semi-Olympic pool. the results of the study concluded that several "essential" factors were behind the reluctance of most girls to swim, namely the prevailing customs and traditions in our society and the absence of women to oversee this practice . In addition, the lack of athletic structures to provide women with the necessary privacy to practice this sport, is another element.

**Keywords:** Women's Sports - Swimming Sport

## مقدمة :

تؤثر رياضة السباحة بشكل إيجابي على صحة الإنسان فممارستها بشكل منتظم يطور الوظائف الحيوية لأجهزة الجسم خاصة الجهاز الدوري الدموي والرئتين وتساعد في بناء مورفولوجي سليم ، ويمكن اعتبار تعلم السباحة على أنها وسيلة يمكن الاستفادة منها في أوقات الفراغ و للوصول إلى المستويات الرياضية العليا.

وورد في الإسلام عن تعلم السباحة ما روي عن جابر بن عبد الله ، وجابر بن عمير ، قالوا : قال رسول الله ﷺ : ((كل شيء ليس فيه ذكر الله فهو لغو وسهو ولعب إلا أربع خصال : ملاعبة الرجل إمرأته ، وتأديب الرجل فرسه، ومشيه بين الغرضين، وتعليم الرجل السباحة ((. (أخرجه النسائي في ((عشرة النساء)) (ق2/74))

وتعد السباحة من الرياضات الأساسية والقاعدية التي لها أهمية كبيرة في إعداد الانسان بدنيا ووظيفيا بشكل متكامل ، حيث تمكن الفرد من المحافظة على حياته وإنقاذ الآخرين كما أنها تعد من الوسائل الهامة التي تنمي الجهاز الحركي لذا يجب على كل إنسان أن يمتلك القدرة على السباحة وتعلم مهاراتها في سن مبكرة .

## الفصل التمهيدي

### 1- الإشكالية :

لقد طرأ تطور كبير في العقود الأخيرة على مفهوم الرياضة ومزاولة التمارين الرياضية والحاجة لمزاولة الرياضة من قِبل مختلف الأعمار و لكلا الجنسين بحيث أصبحت حاجة مطلوبة بل وضرورية للفوائد المختلفة التي تعود على الصحة ويعتبر موضوع ممارسة المرأة لرياضة من الموضوعات المثارة على الساحة اليوم حيث أصبحت تشكل جزء فاعلا لواقع الحركة الرياضية في أي مجتمع وهذا ما دعى إلى وجود بعض المطالبات بتخصيص حصص دراسة للرياضة النسوية أسوة بالذكور، والمطالبة كذلك بفتح النوادي الرياضية النسائية. وتعد رياضة السباحة من الرياضات المهمة للعنصر النسوي لما توفره لهم من ثقة في النفس وتخفيض القلق وبناء قوام جميل والمساعدة على القيام بالأعمال والأعباء المنزلية فضلا على ما توفره من الناحية البدنية من تنشيط للدورة الدموية وتقوية عضلة القلب وزيادة حجم الرئتين ، فمن هنا ظهرت فكرة إجراء الدراسة لمعرفة واقع ممارسة رياضة السباحة للعنصر النسوي وهذا من خلال التعرف على حجم التطلعات التي تشكلها هذه الرياضة من وجهة

نظر الممارسين لها والوقوف على أهم المشاكل التي تعترضها وإيجاد حلول لها وذلك من اجل الرقي بالرياضة النسوية وتطويرها .

من خلال ما تقدم يمكن طرح إشكالية الدراسة كالتالي :

ما هو واقع ممارسة المرأة لرياضة للسباحة ؟

الإشكالية العامة :

ما هو واقع ممارسة المرأة لرياضة للسباحة ؟

بينما تم صياغة الإشكاليات الفرعية على النحو التالي :

الإشكاليات الفرعية :

- هل عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى للعادات والتقاليد (العرف)؟

- هل عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى لنقص الهياكل و الإمكانيات؟

2- الفرضيات :

- الفرضية العامة :

- هناك معوقات تحول دون ممارسة للمرأة لرياضة للسباحة .

- الفرضيات الجزئية :

- عدم ممارسة المرأة لرياضة للسباحة يُعزى للعادات والتقاليد (العرف).

-عدم ممارسة المرأة لرياضة للسباحة يُعزى لنقص الهياكل و الإمكانيات.

3- أهداف البحث:

لكل دراسة هدف أو غرض يجعلها ذات قيمة علمية والهدف من الدراسة يفهم عادة على أنه

السبب الذي من أجله قام الباحث بإعداد هذه الدراسة ، والبحث العلمي هو الذي يسعى

إلى تحقيق أهداف عامة غير شخصية ذات قيمة ودلالة علمية وتهدف الدراسة الراهنة الى:

- التعرف على واقع ممارسة المرأة لرياضة للسباحة .

- التعرف على المعوقات التي تعترض رياضة السباحة بالنسبة للمرأة .

- بلورة المشاكل التي تعيق ممارسة المرأة للسباحة وإيجاد الحلول لها.

4- أهمية وأسباب اختيار الموضوع:

تكمن أهمية الدراسة في أنها محاولة للتعرف على معيقات ممارسة للمرأة لرياضة للسباحة

بما أن الرياضة النسوية بشكل عام تعاني العديد من المعيقات وبالأخص رياضة السباحة

باعتبارها رياضة تتطلب شروط معينة ووضعيات خاصة ،وسعيا منا لإبراز هذه المعيقات

والمتمثلة في العادات و التقاليد والنقص في الهياكل و الإمكانيات . وهذا مما يمكننا من المساهمة في تحسين وتطوير الرياضة النسائية والقيام بها وتوفير الشروط المناسبة التي تحفز النساء على الممارسة الرياضية، من خلال العمل على التوصل الى نتائج علمية وعملية مدروسة.

#### 5- تحديد المصطلحات والمفاهيم :

السباحة:

لغة: سبح :السبح والسباحة العوم ، سبح بالنهر وفيه يسبح سبحا وسباحة ، ورجل سابع و سبوح من قوم السبحاء وسابع من قوم السباحين (ابن منظور: 2005 ، ص 103 )  
اصطلاحا:

السباحة هي إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي الذي يعد غيرنا نوعا ما عليه بصفته وسطا يختلف كليا عن الوسط الذي اعتاد التحرك فيه (الأرض). (قاسم حسن حسين ،افتخار احمد: 2000،ص11)  
الرياضة النسوية:

هي كل الفعاليات والنشاطات الرياضية ذات طابع نسوي والتي تنشط وتنظم وفق قوانين وأنظمة تسيرها وتسهر على تأديتها .

#### 6- الدراسات السابقة والمشابهة :

الدراسة الأولى :

عنوان الدراسة : توجهات المرأة الجزائرية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بتأكيد الذات البدنية

إعداد: زاوي علي ، مجرالو أحلام .

المرجع : المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، جامعة حلوان ، مصر .

إشكالية البحث : هل توجد علاقة بين إتجاهات الفتيات نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وتأكيد الذات البدنية ؟

أداة البحث : إستبيان .

نتائج الدراسة : توصل الباحث من خلال هذه الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية إيجابية ضعيفة بين إتجاهات الفتيات نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وتأكيد الذات البدنية وذلك من خلال النتائج التي أسفرت عن عدم وجود فروق بين إتجاهات تلميذات

المرحلة الثانوية وطابات الجامعة نحو الممارسة الرياضية وكذا غياب الفروق بين التلميذات والطالبات في مستوى تأكيد الذات البدنية .

الدراسة الثانية :

عنوان الدراسة : واقع الممارسة الرياضية النسوية وإتجاهات الفتاة الجزائرية نحو ذلك .

إعداد : غضبان حمزة ، بريكي طاهر ، حداب سليم ، خوجة باسم ، شلبي وليد .

المرجع : مجلة التحدي ، جامعة أم البواقي ، عدد رقم : 10 ، 2016 .

إشكالية البحث : ما هو واقع الممارسة الرياضية النسوية في المجتمع الجزائري ؟

أداة البحث : إستبيان .

نتائج الدراسة :

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- وجود مستويات متدنية للممارسة الرياضية النسوية في مجتمع الجزائر .
- عدم وجود منشآت خاصة بممارسة الرياضة النسوية .

### الجانب النظري للدراسة

1- الرياضة النسوية:

لقد تطورت الرياضة النسوية في العالم منذ الحرب العالمية (2) إلى يومنا هذا حيث توسعت دائرة النشاطات الرياضية النسوية وأصبحت المرأة تزاحم الرجل في شتى المنافسات الرياضية وفي مختلف النشاطات وهي دائما حاضرة في التجمعات الرياضية الدولية الكبرى . حيث عرف برنامج الألعاب الأولمبية تطور ثابت المتمثل في ازدياد عدد النشاطات الرياضية النسوية وذلك بفضل اهتمامات اللجنة الأولمبية بها .

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 .

أما في التسعينات بدأ المجتمع الجزائري يتقبل نوعًا ما صورة المرأة الرياضية وهذا بعد الانتصارات التي حققتها بعض الرياضات وخاصة في رياضة ألعاب القوى مثل العداءة حسيبة بولمرقة في 1500 م، عزيزي ياسمينه في السباعي، سليمة سواكري في الجيدو. 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 فريق كرة القدم المشاركة في منافسات دولية (عز الدين محمد: 1991 ص 41) ويمكن تفسير هذا 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 الرياضيات الممارسات لأعمال العنف والتهديدات.

لذا تبقى الرياضة عند بعض النساء مجرد أسطورة، لأن المجتمع حدد لهن أدوارًا أخرى غير ممارسة الرياضة (أرشيف ملتقط على مستوى المركز الوطني للتوثيق الرياضية) 2- السباحة:

إن السباحة تعتبر من أقدم الرياضات المعروفة والتي كانت تمارس من طرف عدة شعوب في العصور القديمة حيث نالت اهتمام العديد من الرياضيين وتتميز السباحة كإحدى أنواع الرياضات المائية بتعدد طرقها ووسائلها كما انها تختلف عن سائر الأنشطة الرياضية الأخرى وذلك من حيث الوسط المائي الذي تمارس فيه ووضع الجسم في المائي وطريقة التأقلم في الماء والتعود عليه وهي ككل الرياضات الأخرى التي تجذب ميول ورغبات الافراد لتعلمها وممارستها وذلك لما لها من فوائد كثيرة متنوعة ومختلفة اتفق كثيرون على أن السباحة هي رياضة الرياضات فمن الناحية الجسمانية تعمل على تشغيل جميع المجموعات العضلية العامة في الجسم التي نحن في أمس الحاجة إلى تحريكها بعد أن أصبحت الآلة تسيطر على الإنسان و حركاته و حتى تفكيره في أحيان كثيرة. و للسباحة فائدة كبيرة من الناحية النفسية والاجتماعية فهي تلعب دورا كبيرا في علاج كثير من الحالات النفسية وتساعد على تلافي المشاكل الاجتماعية فالبعد عن الاعباء اليومية في العمل يعطي الفرصة للممارستها لتخلص من الكابة والهموم. (محمد علي القط: 2004، ص 17) لذا فالإنسان هو في حاجة ماسة إلى خلق لحظات يتعد فيها عما يشغله و يحرك جسمه و عقله بعيدا عن مشاغله و همومه حيث إنها من الفعاليات التي تنفرد بإمكانية ممارستها لجميع الأعمار ولكلا

الجنسين وبدون تحديد .ومن المعلوم ان رياضة السباحة رسالة إنسانية وواجب إلزامي على كل فرد أن يتعلمها ويعلمها لغيره، وهذا لما تقدمه ممارستها من إكساب الفرد عدد من الميول والاتجاهات والمعارف والمهارات التي تسعد حياته وتشعره بالمتعة والسرور وتدفعه للعمل وتجعله ينظر إلى الحياة بأمل ورجاء.

### الجانب التطبيقي للدراسة

#### ا. منهجية البحث والإجراءات الميدانية :

إن هدف الدراسة الحالية هو محاولة التعرف واقع ممارسة المرأة لرياضة السباحة ، فإنه من الأهمية القيام بالإجراءات المنهجية للدراسة و التي تضمنت الخطوات التالية :  
الدراسة الاستطلاعية : وكانت الدراسة الاستطلاعية على مجموعة من منخرطات بالمسبح النصف اولمبي في مدينة بوسعادة وذلك بغرض تمهيد الأرضية والطريق لإجراء المقابلات مع المنخرطات في المسبح والإجابة على أسئلة الاستمارة ، وكذلك من أجل التأكد من صحة هذه الدراسة وأنها مطابقة للعينة وأن الأرضية مهيأة ومساعدة لإجراء هذه الدراسة .

منهج البحث : استخدمنا المنهج الوصفي للملاءمته لطبيعة الموضوع

مجتمع البحث : مجتمع البحث هو منخرطات المسبح النصف اولمبي في مدينة بوسعادة والذي بلغ عددهم 60 منخرطة

عينة البحث : تم اختيار العينة بطريقة مقصودة (عمديه) وكانت على منخرطات المسبح

النصف اولمبي والذي بلغ عددهم 15 منخرطة مع 5 لم يجبن على الاستبيان

أداة البحث: بعد الإطلاع على الأدب التربوي واستطلاع رأي عينة من أساتذة التربية البدنية الرياضية والمختصين عن طريق المقابلات الشخصية ذات الطابع غير الرسمي وجدنا انه لا توجد مقاييس لدراسة واقع ممارسة المرأة لرياضة السباحة، فارتأينا أن تشمل أداة الدراسة على بناء استبيان لدراسة واقع ممارسة المرأة لرياضة السباحة وذلك من خلال الاطلاع على مختلف الاختبارات النفسية للرياضيين وبالاستعانة بالمقاييس قمنا بإعداد هذا الاستبيان كأداة لقياس واقع ممارسة المرأة لرياضة السباحة، وبعد إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون تم تعديل بعض الفقرات وقد بلغ عدد فقرات الاستبانة بعد صياغتها النهائية (18) فقرة .

- تم طباعة الاستبيان، على أن يعطي كل اختيار من الاختيارات الثلاثة درجة معينة حيث أعطي لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي ( نعم، أحيانا ، لا) وأعطيت الأوزان التالية (3 ، 2 ، 1). وذلك بناءً على مفتاح التصحيح.

- الخصائص السيكومترية لأداة القياس :

1- الصدق والثبات:

للتأكد من صلاحية أداة الدراسة، والتأكد من توفرها على الخصائص السيكومترية، تم تطبيقها على عينة استطلاعية قوامها (6) منخرطات تم اختيارهم عشوائيا، ومن خلال النتائج المحصل عليه تم حساب:

- صدق الاداة :

حرصنا على التأكد من صدق المقياس في الدراسة الحالية وذلك لأهمية صدق الاداة حيث تعد اهم الشروط الواجب توفرها في ادوات القياس وهو من اهم معايير جودة الاختبار ومن اجل التأكد من صدق الاداة اتبعنا الوسائل التالية:

- الصدق الظاهري: إن الاستبيان الذي تم اختياره قد تم اقتباسه من مراجع علمية ودراسات وبحوث سابقة في مجال التربية البدنية والرياضية ، وهي ذات معاملات ودلالة إحصائية عالية من حيث الصدق والثبات، مما جعلنا نتوقع منطقيا ان هذا المقياس صادقا.

- الصدق الذاتي:ويقصد به الصدق الداخلي للاختبار ، وهو عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس ، ويقاس عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات الأداة ، وبما أن معامل الثبات يساوي 0.77 فان معامل الصدق الذاتي يكون كالتالي

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}} = \text{الصدق الذاتي} = 0.87$$

- صدق المحكمين : وكذلك للتأكد من صدق أداة الدراسة وملائمتها لعينة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له ، حيث قمنا بعرض الاستبيان على على مجموعة من الأساتذة من جامعة الجلفة والمسيلة وأم بواقي و بالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون. قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغتها .



- ثبات الأداة :

ويعني أن الدرجات التي يتم الحصول عليها دقيقة وخالية من الخطأ ، وهذا يعني انه في حالت تطبيق نفس اداة القياس على نفس الأفراد او لعدد من المرات بنفس الطريقة والشروط ، فإننا سوف نتحصل على نفس القيمة في كل مرة ونظرا لتعدد جمع البيانات باستخدام تطبيق المقياس مرتين على نفس العينة تم حساب معاملات ثبات الأداة بعد جمع البيانات باستخدام "معادلة كرونباخ" المعروفة بمعامل الفا لتقدير الاتساق الداخلي للاختبارات والمقاييس متعددة الاختبارات أي عندما تكون احتمالات الإجابة ليست صفرا أي ليست ثنائية البعد بعد توزيع الاستبيان على المجموعة الاستطلاعية والتي بلغت 6 افراد تم اختيارهم بطريقة عشوائية وبعد تفريغ النتائج في برنامج spss لحساب معادلة الفا كرونباخ تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول (1): جدول يبين تقديرالاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان في صوره الثلاثة.

الاستبيان	عدد العبارات	تقديرالاتساق الداخلي
صورته الاولى	18	0.42
صورته الثانية	17	0.68
صورته الثالثة	16	0.77

بعد حساب معادلة الفا كرونباخ لتقدير الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان في صورته الأولى تحصلنا على ثبات قدره 0.42 وهو ثبات غير كافي لاستخدام الأداة كوسيلة لجمع البيانات فتم عزل العبارة رقم 18 من المحور الثاني وهي العبارة التي كان مضعفة لعبارات المقياس وبعد إعادة حساب ألفا كرونباخ تحصلنا على ثبات قدره 0.68 وهو ثبات مقبول نوعا ما إلا انه لا يرقى لاستخدام الأداة كوسيلة جمع معلومات، فتم عزل عبارة رقم 15 من المحور الثاني وبعد إعادة حساب معادلة ألفا كرونباخ تحصلنا على ثبات قدره 0.77 وهو ثبات كافي ومقبول بدرجة كبيرة لاستخدام الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات حول الظاهرة المدروسة.

ألفا كور نباخ = 0.77

- الموضوعية :

إن الأداة سهلة وواضحة و لا يتدخل في الإجابة عليها الباحث ، بل هي أداة اتفق على صدقها المحكمين و ثباتها من خلال الدراسة التي قمنا بها، حيث أن المختبر يجيب على الأسئلة

الواردة في الأداة بدون إيجاء أو تدخل من قبل الباحث و عليه فان الذاتية لا تدخل ضمن إطار هذه الأداة .

## ii. عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

### 1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الاولى :

- عدم ممارسة المرأة للسباحة تعزى للعادات والتقليد.

للتحقق من هذه الفرضية استخدمنا اختبار (ت) T-test لعينه واحدة ، وذلك للتحقق من دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجة الكلية لمحور العادات والتقاليد وعلاقتها بعدم ممارسة المرأة لرياضة للسباحة جدول رقم 02: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الدرجة الكلية لمحور العادات والتقاليد وعلاقتها بعدم ممارسة المرأة للسباحة

المحور	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	Sig	$\alpha$	T المحسوبة	الدلالة
لمحور العادات والتقاليد وعلاقتها بعدم ممارسة المرأة للسباحة	15	14.33	2.49	0.00	0.05	5.68	دال

تم اعتماد (18) كمتوسط مرجح

من خلال الجدول (02) الذي يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على محور لمحور العادات والتقاليد وعلاقتها بعدم ممارسة المرأة للسباحة والذي كان فيه المتوسط الحسابي للعينة 14.33 وانحراف معياري 2.49 ودرجة احتمال المعنوية "sig" 0.00 وبدراسة دلالة هذه الفروق مع المتوسط المرجح كقيمة مرجعية (18) نجد أن قيمة « sig » درجة الاحتمال المعنوية اقل من مستوى الدلالة الذي اعتمدنا عليه والذي هو 0.05 .

ومنه يتم قبول الفرض القائل أن عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى للعادات والتقاليد .

## الاستنتاج الخاص بالفرضية الأولى :

من خلال النتائج المتوصل إليها نستنتج ان عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى للعادات والتقليد

فمن المعروف ان موضوع العادات والتقاليد يطرح نفسه لما يتعلق الأمر بالقضايا الشخصية وبحقوق المرأة، فيرتبط الموضوع بصفة خاصة على سلوك المرأة وعلاقتها بالواقع. وباعتبار الرياضة اصبحت جزء من الواقع المعاش تأثر النساء بها . فمن منظور شرعي هي ليست محرمة على النساء ولكن احيانا العادات والتقليد في وطننا العربي وخاصتنا عدنا في الجزائر تمنع المرأة من ممارسة بعض انواع الرياضات وخاصتنا السباحة نظرا للحساسيات المتعلقة نوع اللباس والاماكن ممارستها .

## 2- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى لنقص الهياكل والامكانيات للتحقق من هذه الفرضية استخدمنا اختبار (ت) T-test بعينه واحدة ، وذلك للتحقق من دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجة الكلية لمحور نقص الهياكل والامكانيات واثرها على عدم ممارسة المرأة للسباحة

جدول رقم 03: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الدرجة الكلية محور نقص الهياكل

والامكانيات واثرها على عدم ممارسة المرأة للسباحة

المحور	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	Sig	$\alpha$	T c	الدلالة
نقص الهياكل والامكانيات واثرها على عدم ممارسة المرأة للسباحة	15	16	2.56	0.005	0.05	3.31	دال

تم اعتماد (14) كمتوسط مرجح

من خلال الجدول (03) الذي يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على نقص الهياكل والامكانيات واثرها على عدم ممارسة المرأة للسباحة ، والذي كان فيه المتوسط الحسابي للعينة 16 وانحراف معياري 2.56 ودرجة احتمال المعنوية " sig " 0.00 وبدراسة دلالة هذه الفروق مع المتوسط المرجح كقيمة مرجعية (14) نجد أن قيمة « sig » درجة الاحتمال المعنوية اقل من مستوى الدلالة الذي اعتمدنا عليه والذي هو 0.05 .

ومنه يتم قبول الفرض القائل عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى لنقص الهياكل والامكانيات الاستنتاج الخاص بالفرضية الثانية :

من خلال النتائج المتوصل إليها نستنتج ان عدم ممارسة المرأة للسباحة يعزى لنقص الهياكل والامكانيات وهو ما يؤكد صحة فرضيتنا اذ تعتبر الامكانيات من اهم العوامل التي تساهم في تطوير الرياضة بشكل عام ورياضة السباحة بشكل خاص باعتبارها رياضة تعتمد على امكانيات بشرية ومادية حتى يتحقق الهدف من ممارستها فمثلا لايمكن ممارسة السباحة في غير احواض السباحة ، اما رياضة السباحة للنساء بصفة خاصة فيجب توفر شروط معينة مثل لباس خاص يستر العورة وعدم الاختلاط وغيرها من الشروط وذلك في ضل الجدلية القائمة بين العرف والتقليد الاجتماعية وممارسة المرأة للرياضة وهذا ما اكدته إنصاف الشروط في مقال حول المرأة الرياضية المغربية والإكراهات التي تواجهها والآفاق المستقبلية لهذه الفئة انه هناك منذ القديم بعض الرياضات التي هي حكرًا على الفئات الغنية كالكولف والتزلج والجمباز والتنس والسباحة... لكونها تحتاج لممارستها إلى فضاءات خاصة وتجهيزات باهضة الثمن.

### 3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية العامة :

هناك معيقات تعترض ممارسة المرأة للرياضة

من خلال نتائج الفرضية الاولى والفرضية الثانية نستنتج ان الفرضية العامة والتي مفادها ان هناك معيقات تعترض ممارسة المرأة لرياضة السباحة قد تحققت ، فالمطلع على واقع رياضة السباحة في وطننا العربي والجزائر بصفة خاصة يؤكد أن ولوج المرأة للممارسة هذه الرياضة ، أمر كان ولا زال في غاية الصعوبة، فإذا كانت بعض الأسر استطاعت بفضل الانفتاح الذي يعرفه مجتمعنا على الثقافات الأجنبية ، السماح لبناتها بممارسة هذه

الرياضة ، فإن غالبية هذه الأسر ما زالت تحكمها العادات والتقاليد وتكبلها نضرة المجتمع الناقدة للمرأة الممارسة للرياضة باعتبارها تتناقض مع طبيعتها الأنثوية التي لا تتناسب مع ذلك . وكذلك من بين أسباب ضعف الممارسة النسائية لهذه الرياضة بشكل عام هو نقص الامكانيات المادية والبشرية المتعلقة بهذا النشاط إذ إن واقع النوادي الرياضية للسباحة ببلادنا يتميز بقلة الممارسين من النساء والشابات، رغم أن الفئات الصغرى تعرف إقبالا كثيفا من طرف الفتيات الصغيرات، اللواتي تجدن أنفسهن أمام عوائق كثيرة ومتنوعة منها ما هو ثقافي اجتماعي ومنها ما هو شخصي لمتابعة ممارسة هذه الرياضة بالشكل المطلوب بمجرد وصولهن لمرحلة المراهقة والتفكير في مشروع الزواج. وعن الصعاب التي تواجه رياضة المرأة بشكل عام، قالت الدكتورة ريمة الحوسني عضو مجلس إدارة اتحاد السباحة في الامرات العربية المتحدة اثناء مقابلة اجرتها مع جريدة الاتحاد ان انخراط المرأة بالرياضة شيء جديد على المجتمع، حيث إن مجتمعنا له خصوصيته، كما أن هناك بعض النشاطات الرياضية التي ينظر إليها البعض على أنها لا تتناسب وطبيعة المرأة أو خصوصية المجتمع، وأرى أن عدم توفر الكادر النسائي الكافي في التخصصات المختلفة كالتحكيم والتدريب والمعالجة والتأهيل من المشاكل الحيوية، والتي لا بد من إيجاد حل لها ، وأضافت: عزوف الأهالي عن عدم مشاركة الفتيات في بعض الرياضات كونها لا تتناسب وقدرة الفتاة أو عادات وتقاليد المجتمع من الأمور التي يجب أن نجد لها حلاً.

وبالرغم من الانجازات العظيمة التي حققتها المرأة الجزائرية في المجال الرياضي إلا ان المجتمع مازال ينظر الى ممارستها نظرة ضيقة نتيجة لبعض الخلفيات الأيديولوجية وأخذت الرياضة النسوية في الجزائر بعدا كبيرا باعتبارها أصبحت حكرا على فئات معينة فقط وذلك بسبب غياب الدعم المادي والمعنوي، ولعل المشاكل والمعوقات التي تعاني منها المرأة في مجتمعنا اليوم اثر ممارستها للنشاط الرياضي قد اتضح من خلال البعد الاجتماعي والاقتصادي، عادات وتقاليد مجتمعنا و قيمه الدينية و قلة الوعي الرياضي وقصور الإمكانيات، و العديدين من العوامل الاجتماعية والثقافية التي قد تقف أمام ممارسة المرأة للرياضة ،..... الخ.

ولا شك فإن موضوع المرأة يستحق مساحة أكبر من الاهتمام والعناية وهذا لازدياد الوعي بأهمية الدور الذي يمكن للمرأة ان تقوم به في سبيل الارتقاء بالمجتمع من مختلف النواحي.

### خلاصة عامة :

بالرغم من الانجازات العظيمة التي حققتها المرأة الجزائرية في المجال الرياضي إلا ان المجتمع مازال ينظر الى ممارستها نظرة ضيقة نتيجة لبعض الخلفيات الأيديولوجية وأخذت الرياضة النسوية في الجزائر بعدا كبيرا باعتبارها أصبحت حكرا على فئات معينة فقط وذلك بسبب غياب الدعم المادي والمعنوي، ولعل المشاكل والمعوقات التي تعاني منها المرأة في مجتمعنا اليوم اثر ممارستها للنشاط الرياضي قد اتضحت من خلال البعد الاجتماعي والاقتصادي، عادات وتقاليد مجتمعنا و قيمه الدينية و قلة الوعي الرياضي وقصور الإمكانيات، و العدييد من العوامل الاجتماعية والثقافية التي قد تقف أمام ممارسة المرأة للرياضة

### قائمة المراجع :

- إبراهيم عيد محمد (2005): مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.
- الفاتح وجدي مصطفى ، فضلي طارق صلاح (1999): دليل رياضة السباحة، ج1، دار الهدى للنشر والتوزيع.
- الأنصاري سامية لطفي و محمود أحلام حسن (2007م): الصحة النفسية و علم النفس الاجتماعي و التربية الصحية ، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر
- بكر حوان سماعيل (2013): جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعي ، دار حامد للنشر والتوزيع ، عمان.
- عبد الرحيم ولاء رجب (2016) : الضغوط النفسية للمتفوقين وكيفية مواجهتها ، ط1 دار العلوم ، القاهرة.
- عبد العزيز عبد المجيد محمد(2005): سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
- القط محمد علي (2000):السباحة بين النظرية والتطبيق ،مكتب العزيزي للكمبيوتر ، الزقازيق

- قاسم حسن حسين، افتخار أحمد:(2000) مبادئ وأسس السباحة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- محمد عبد العزيز عبد المجيد (2005): سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- المعجم الكبير ص 193/2، وفي المعجم الاوسط، ،وصححه الالباني في سلسلة الاحاديث الصحيحة ص:625/1
- لقوي وليد : مقال اتجاه طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية نحو تعلم السباحة ،مجلة التحدي ، جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي ، المجلد 9، العدد 2، الصفحة 47-64، 2018، الجزائر.