



معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 13/07/2022

تاريخ القبول: 05/11/2022

Printed ISSN: 2352-989X

Online ISSN: 2602-6856

معوقات الممارسة الرياضية للمرأة في المجتمع الصحراوي.

- دراسة ميدانية على عينة من النساء بولاية المسيلة.

*Obstacles to women's sports practice in the  
desert community*

*A field study on a sample of women in the  
state of M'sila*

صلحواوي حسناء

جامعة محمد بوضياف المسيلة ( الجزائر) [hasnasalhaoui2@gmail.com](mailto:hasnasalhaoui2@gmail.com)

الملخص:

تهدف من خلال هذه الدراسة الى محاولة معرفة اهم معوقات التي تحد المرأة من ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية في مدينة المسيلة ، حيث أجرينا الدراسة على عينة قوامها 40 امرأة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد استخدمنا استمارة استبيان احتوت على 10 عبارة، واتبعنا المنهج الوصفي، وبعد المعالجة الإحصائية توصلنا الى أن لكل من المستوى التعليمي والثقافي، وكذا عادات وتقاليد المجتمع دور في ممارسة المرأة لمختلف الأنشطة الرياضية. الكلمات الدالة: المستوى التعليمي، المستوى الثقافي، العادات والتقاليد، الممارسة الرياضية للمرأة.

**ABSTRACT**

We aim through this study to try to find out the most important obstacles that limit women from practicing various sports activities in the city of M'sila, where we conducted the study on a sample of 40 women who were chosen randomly. We used a questionnaire that contained 10 phrases, and we followed the descriptive approach. The statistic concluded that each of the educational and cultural levels, as well as the customs and traditions of society, have a role in women's practice of various sports activities.

**Keywords:** Educational level, Cultural level, Customs and traditions, Women's sports practice.

## 1. مقدمة واشكالية:

من يتبع تاريخ الأمم والشعوب قديماً وحديثاً يستطيع أن يلمس أن أهم معيار التقدم لأي مجتمع بشري لم يعتمد في أي وقت من الأوقات على حجم ما تملكه الأمم والشعوب من ثروة طبيعية، أو ما تسخره من طاقات مادية بقدر ما يعتمد على حصيلة ما تيسره من ثرواتها البشرية من الرجال والنساء من خلق وسلوك وعلم ومهارة، وإن فلسفة التقدم في أي مكان وزمان تعتمد على رصيد الثروة البشرية وكيفية إخراجها وتميئتها والاستفادة منها.

فالمرأة اذن، تمثل نصف المجتمع - ان لم نقل انها هي المجتمع بحد ذاته- فهي تشكل جزءاً مهماً من المجتمع يجب الاهتمام به فهي الأم في المنزل وعلى عاتقها تقع مسؤولية تربية وتعليم الأطفال الجيل القادم والغد المنتظر وعندما تتمتع المرأة بثقافة رياضية عالية سيقودها ذلك الى ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية والتمارين المتعددة، وهذه الممارسة للرياضة ستؤثر بالتأكيد على لياقتها البدنية وصحتها وحالتها النفسية العامة. (خالد، 2000، صفحة 52).

وباعتبار ان الرياضة تحتل مكانة كبيرة في تكوين المجتمع، وللمرأة أثرها الأول في تنشئة المجتمع وفي رعاية الابناء وتنشئتهم التنشئة الصحيحة، في ظل غياب الرجل وهنا يكون العبء الأول في تربية الابناء يقع على عاتق المرأة، ومن هنا كان تقدير الإسلام والقيادات كلها للمرأة.

وفي ظل ذلك، فإن الممارسة الرياضية للمرأة من المواضيع المعالجة بكثرة من قبل العلماء في الميدان، باعتبارها سلوكاً فعلياً للممارسة، فهو لا يظل سلوكاً بعيداً عن بقية السلوكيات الفردية والجماعية التي تتعلق بشتى الجوانب الاجتماعية والثقافية والعلمية والنفسية والصحية والاخلاقية، فهي اذن مجموعة من الانشطة البدنية تمارسها جميع فئات المجتمع على غرار ذلك المرأة، هدفها تحقيق الرضى والسعادة وتحسين لياقة الجسم البدنية والصحية، كما تهدف الى ادماج تلك الفئات لمحاربة الآفات الاجتماعية، فالممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة تحمل في طياتها معالجة لمجموعة من المشكلات التي تعيشها، اذ تلتزم من خلالها الاسترخاء والراحة الجسمية والنفسية لاعتبارها تعبير عن ما هو شعوري ومكبوت،

وعليه، فانه من خلال المجتمع او البيئة التي تعيش فيها المرأة وما تحتويه من قيم ومبادئ واخلاق وعادات وتقاليد واعراف ودين...، نلاحظ أن نظرة أفراد المجتمع الى الممارسة الرياضية للمرأة هي نظرة سلبية قاصرة بعيدة كل البعد عن الحياة العصرية والتعاليم الاسلامية التي حثت على ممارسة المرأة للرياضة، وكذلك مشاهدتها وتشجيعها للدور الكبير الذي تلعبه المرأة داخل الأسرة (المولى، 2004، صفحة 216)، فهناك افكار وعادات وتقاليد في ثقافات الاسر وكذا افراد المجتمع الذي تنتسب اليه المرأة، تحمل في طياتها الرؤية الجاهلية لتمييز الذكر عن الانثى، مما يؤدي الى تصغير المرأة واعاققتها للممارسة الرياضية، كذلك نجد ان المستوى التعليمي والثقافي للمرأة ونظرتها نحو الممارسة الرياضية قد يشكل عائقاً امامها، فمن هنا برزت أهمية الموضوع، كونه يطرح مسألة هامة واشكالا كبيرا يدور حول معرفة اهم العوائق التي تعيق ممارسة المرأة للرياضة في المجتمع الصحراوي، باتخاذ ولاية المسيلة كقاعدة اولية للبحث في الموضوع المطروح، ومن خلال ذلك نطرح التساؤل التالي:

## التساؤل العام:

- ما هي الأسباب التي تعيق الممارسة الرياضية للمرأة في ولاية المسيلة ؟

## 2-فرضيات الدراسة:

### 2-1-الفرضية العامة:

- يعتبر كل من المستوى التعليمي والثقافي للمرأة وكذا العادات والتقاليد الاسرية والمجتمعية من الاسباب التي تعيق الممارسة الرياضية للمرأة في ولاية المسيلة.

### 2-2 الفرضيات الجزئية:

- للمستوى التعليمي والثقافي للمرأة دور في عدم ممارستها للرياضة في ولاية المسيلة.

- لعادات وتقاليد الاسرة والمجتمع تأثير في عدم ممارسة المرأة للرياضة في ولاية المسيلة.

**3-أهداف الدراسة:** تأتي أهداف الدراسة تماشياً مع ما تمت صياغته من فرضيات، وهي كالآتي:

- معرفة ما إذا كان للمستوى التعليمي والثقافي للمرأة دور في عدم ممارسة الرياضة في ولاية المسيلة.

- معرفة ما إذا كان لعادات وتقاليد الأسرة والمجتمع ككل تأثير في عدم ممارسة المرأة للرياضة في ولاية المسيلة.

**4-تحديد المفاهيم والمصطلحات:** لتحقيق التواصل بين القارئ والموضوع، وضحنا المصطلحات التالية:

**معوقات الممارسة الرياضية للمرأة في المجتمع الصحراوي.**

✓ **المعوقات:** لغة: اسم مشتق من الفعل عوق، أي من يعوق عملاً أو تقدماً لشيء ما.

✓ **اصطلاحاً:** هي كل ما يعيق عملاً أو تقدماً لشيء وخاصة من يحاول اعتراض اقرار قانون، أو اجراء تشريعي باستخدام

تقنيات التأخير والتعطيل. (متاح على الرابط الالكتروني) (www.e، 2018)

✓ **الممارسة الرياضية للمرأة:**

✓ **الرياضة:** هي مجموع العمليات والنشاطات والطرق البيداغوجية العلمية الطبية، الصحية، الرياضية التي يبتاعها يكسب

الجسم والنفس الصحة والقوة والرشاقة واعتدال القوام (سلامة، 1980، صفحة 129)

✓ **الممارسة الرياضية للمرأة:** فهي مجموعة من الانشطة البدنية التي يمارسها الافراد على اختلاف اعمارهم واجناسهم

وذلك طبقاً لظروفهم ومجتمعهم وقدراتهم وامكانياتهم ( المنصوري، 1980، صفحة 32)، في ميدان تجريبي معين

(نادي رياضي، الصالات الرياضية المخصصة...)، هدفه تكوين وتنمية الفرد والمرأة خصوصاً من الناحية البدنية والعقلية

والنفسية والاجتماعية، وذلك عن طريق انواع النشاط البدني المختارة التي تعود بالمنفعة الشخصية والاجتماعية.

(بسيوني، 1992، صفحة 30)

- المجتمع الصحراوي: المجتمع هو مجموعة من الافراد تعيش في محيط صحراوي، ترتبط فيما بينها بعلاقات ثقافية واجتماعية ودينية وعرقية وعادات وتقاليد...، يسعى كل واحد منها الى تحقيق المصالح والاحتياجات العامة والخاصة. (متاح على الرابط الالكتروني: <http://ar.m.wikipedia.org>: يوم: 19-05-2022 سا: 23:01

#### 5- الدراسات السابقة: تم الاستناد فيها على:

- 1- دراسة ايمان غانمي: "معوقات ممارسة الانشطة الرياضية لدى المراهقات المتدرسات وفقا للمحيط الثقافي الاجتماعي (16\_19 سنة)"

#### مجلة المنظومة الرياضية الجلفة المجلد 3 العدد 1 الصادرة بتاريخ 01-03-2016

- فرضيات الدراسة: استندت الدراسة على الفرضيات التالية:

- تعود المشاكل التي تعيق ممارسة التربية البدنية و الرياضية الى الجوانب الشخصية.
- تعود المشاكل التي تعيق ممارسة التربية البدنية و الرياضية الى الجوانب الاجتماعية و الاقتصادية.
- تعود المشاكل التي تعيق ممارسة التربية البدنية و الرياضية الى الجوانب الدينية.
- تعود المشاكل التي تعيق ممارسة التربية البدنية و الرياضية التأطير التربوي.
- المنهج المتبع: تمثل في المنهج الوصفي.
- عينة الدراسة: تمثلت في 30 تلميذة معفية ، تم اختيارها بطريقة عمدية من بين 179 تلميذة موزعة على 05 ثانويات بئر العاتر بتبسة.
- أداة الدراسة: كما اعتمد الباحثة على استمارة استبيان تخدم مؤشرات الدراسة.
- النتائج المتوصل اليها: تم التوصل الى ما يلي :
- تعتبر الجوانب الشخصية عامل يعيق ممارسة التلميذات للأنشطة الرياضية.
- تعتبر الجوانب الاجتماعية والاقتصادية عائقا للممارسة التلميذات للأنشطة الرياضية.
- ممارسة الفتاة للرياضة لا يتماشى ومبادئ القيم الدينية والاسلامية.
- عدم وجود مدربين متخصصين لتعليم وتدريب الأنشطة الرياضية.

2- دراسة مريووحة بولحبال نوار: "الممارسة الرياضية للمرأة في الجزائر: الوضع الراهن والآفاق، ولاية عنابة نموذجاً"

مجلة التواصل جامعة عنابة المجلد 22 العدد 3 الصادرة بتاريخ 2016-09-30

الهدف العام للدراسة: وصف الممارسة الرياضية للمرأة في الجزائر ولاية عنابة أنموذجاً ، من خلال تحليل الوثائق والاحصائيات ومقابلة شخصيات ذات صلة بالموضوع.

المنهج المتبع: اعتمدت الباحثة على المنهج التحليلي.

النتائج المتوصل اليها:

- غياب الجمعيات التي تنشط في مجال الرياضة النسوية.

- انخراط ضئيل جدا للمرأة في النوادي الرياضية وذلك حسب نوع الرياضة

- انخراط الفتيات العنابيات في النوادي الرياضية يكون بعد تقدمهن في السن مع ملاحظة عدم ممارستهن للرياضات الجماعية.

- انخراط ضئيل جدا للطالبات الجامعيات في الرياضة الجامعية.

3- دراسة أحمد بن محمد، سعد بن شاعة: "تأثير البيئة على ممارسة المرأة للأنشطة البدنية الرياضية وانخراطها في النوادي الرياضية"

- مجلة المسار الرياضي المجلد 01 العدد 02 الصادرة بتاريخ 2018-08-10

- فرضيات الدراسة:

- لا يوجد ارتباط ذو دلالة احصائية بين مؤشرات اهتمام الفتيات بالممارسة الرياضية ومؤشرات البيئة التي يعيشون فيها.

- يوجد ارتباط ذو دلالة احصائية بين مؤشرات اهتمام الفتيات بالممارسة الرياضية ومؤشرات البيئة التي يعيشون فيها.

- المنهج المتبع: اتبع الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

- عينة الدراسة: اجريت الدراسة على عينة قوامها 21 فتاة منخرطة في بعض الاندية الرياضية على مستوى المركب الرياضي باجي مختار بسوق أهراس.

- أداة الدراسة: تمثلت في استمارة استبيان مكونة من 17 عبارة موزعة على النحو التالي:

- 03 عبارات خاصة بالمتغيرات الأساسية الخاصة بالدراسة.

- 07 عبارات خاصة بمؤشرات الاهتمام بالممارسة الرياضية.

07 - عبارات خاصة بمؤشرات البيئة المحيطة.

**- النتائج المتوصل اليها:**

- عدم تأثير متغير الرياضة والسن على اهتمام الفتيات بالممارسة الرياضية عموما.

- تأثير متغير نوع الرياضة والسن على مؤشرات البيئة المحيطة.

- تأثير متغير المستوى التعليمي على اهتمام الفتيات بالممارسة الرياضية عموما.

- تأثير متغير المستوى التعليمي على مؤشرات البيئة المحيطة بممارسة الفتيات للرياضة.

**6-الإطار النظري للدراسة:** تستند هذه الدراسة على العناصر الاساسية التي تساعدنا في تحليل وعرض ومناقشة نتائج الدراسة وهي كالآتي:

**6-1-أهمية الرياضة بالنسبة للمرأة:** فممارسة الرياضة بالنسبة للمرأة بصفة منتظمة ومستمرة، لها تأثير إيجابي على تحسين صحتها وقدرتها على تحمل الجهد والقيام بواجباتها في الحياة، مع مراعاة التركيب البيولوجي والفيسيولوجي، فممارستها للرياضة لا يقتصر على نوع واحد او أنواع معينة من الأنشطة الرياضية، اذ أصبح من النادر ان نجد نوعا من أنواع الرياضة لم تتمكن المرأة من ممارسته سواءا في المنافسات او في الحياة التي تعيشها، ومن بين فوائدها نجد:

✓ **من الناحية الجسدية:** تتمثل أهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة فيما يلي:

- حرق السعرات الحرارية من خلال القيام بحركات سواء في المنزل او خارجه كصعود السلالم.

- الممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة تساعد على تخفيض الوزن.

- زيادة السرعة الاستقبالية للجسم حتى بعد التوقف عن ممارسة النشاط، فالرياضيون يأكلون ما يشاؤون دون الزيادة في الوزن بينما الكسالى يزيد وزهم بمجرد رؤيتهم للطعام.

✓ **من الناحية الصحية:** تتمثل أهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة فيما يلي:

- تقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب، وسكر الكهول، ارتفاع ضغط الدم، سرطان الثدي، هشاشة العظام...الخ.

- تقي من العديد من الامراض الذهنية.

- الممارسة الرياضية مفتاح التحكم في وزن الجسم.

✓ **من الناحية النفسية:** الممارسة الرياضية جيدة للجسم والروح معا خاصة في الفترة الصباحية، فهي تحسن المزاج...،

وذلك راجع الى افراز الدماغ لهرمون اندورفين وهو هرمون السعادة.

- تساعد المرأة على الصبر وتحمل المشاق عن طريق تدريب الجسم على ان يكون اكثر مرونة وحركة مستخدما كمية

طاقة اقل (مرسي، 1999، صفحة 53).

**6-2-البعد الثقافي والاجتماعي لممارسة المرأة للرياضة:**

✓ **البعد الديني والثقافي:** لقد اولى الاسلام اهتماما بليغا بالرياضة باعتبارها وسيلة او جزءا من عملية التربية العامة، والتي من خلالها اقر ان الاسلام لا يهمل الاجسام بعد ان خلقها الله، وابدعها بحكمته، وهذا ما يتفق مع الممارسة الرياضية التي تهتم بسلامة البدن، كذلك ان الاسلام دين عمل فلا بد ان يبذل الانسان جهدا ليحقق ما يصبو اليه، فهو يشيد بالرياضة لإكساب الجسم اللياقة البدنية، كما يدعو كلا من الدين والتربية الرياضية الى التحلي بقيم خلقية والصفات الاجتماعية الحميدة والمقبولة اجتماعيا، منها التعاون والتالف وانكار الذات والصبر ..، كما ان فرائض الاسلام نفسها هي في فطرتها اعمال رياضية كالصلاة التي تعد رياضة بدنية، والصيام الذي يمتنع فيه المسلمون عن المأكّل والمشرب طوال النهار، وبالتالي فهي رياضة تعود الانسان على تحمل المشاق والصعاب والصبر -رياضة نفسية-. (الرحمان العدوي، دس، صفحة 86).

- وبالتالي فان الممارسة الرياضية في الاسلام لا تقتصر فقط على الرجال، بل تشمل الجنسين معا، لان المرأة هي نصف المجتمع، فان امر الدين بالرياضة فإنما يكون ذلك على المرأة، لما للرياضة من فائدة تعود على الجسم والروح، بحيث ان ممارستها لا تتعد عن عفافها وشرفها وما يمس حياءها في حدود المضمون الشرعي، فما نشاهده حاليا في شاشات التلفزيون في بعض المنافسات الرياضية التي تجري خاصة في الدول العربية الاسلامية تشارك فيها المرأة المحجبة ولباس رياضي محتشم دليل على ذلك، ومن هنا تتأكد اهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة.

✓ **البعد الاجتماعي:** ان المرأة تستمد القيم والمعايير والعقائد والعادات والتقاليد من مرجعها الاصلي وهو المجتمع، والتي تعد المقياس او السجل الذي تسير عليه وتقيم ذاتها من خلاله، فالمرأة التي ترغب في تطبيق هذه القيم والالتزام بها في حياتها اليومية والاجتماعية، واثناء ممارستها للرياضة فإنها تريد ان تسجل اخلاصها لدينها وفي نفس الوقت ترغب ان تسجل حضورها وخصوصياتها في عالم العصرية والاتصال، وهي بذلك لا تنافس الرجل، بل تطمح الى اثبات وجودها وتحقيق هويتها الفردية والاجتماعية ككيان يصبو الى ان يعيش وقناعاته العقائدية في كل الجوانب الدنيوية، ففي هذا الصدد نجد ان احد اعلام تاريخ الرياضة النسوية بيار ارنو قال: ان العادات والتقاليد وكل ما كان يعرقل تطور الرياضة النسوية قد تراجعت وان لم نقل زالت -حسب رايه- فأصبحت الممارسة الرياضية للمرأة محررة، في اطار هويتها الخاصة. (Arnaud, s a).

- الجانب التطبيقي:

1- منهج الدراسة:

1- **المنهج:** هو الطريقة التي يتبعها الباحث للكشف عن الحقيقة في العلوم (علي، 2002، صفحة 87)، وككل دراسة ميدانية لا بد لها من اعتماد منهج علمي يستوحى من طبيعة الموضوع ومشكلته وتساؤلاته، وانطلاقا من عنوان الدراسة، تبين لنا أن المنهج الملائم هو المنهج الوصفي الذي يهدف الى وصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليل جوانبها وأبعادها المختلفة وصفا كميا وكيفيا (ناصر، 1997، صفحة 95)

2- **مجالات الدراسة:** وقعت الدراسة بالمجالات التالية:

✓ **المجال الزمني:** تمت هذه الدراسة في شهر أبريل 2022.

✓ **المجال المكاني:** بناء على عنوان الدراسة، تمت في بعض مناطق مدينة المسيلة.

✓ **المجال البشري:** شملت هذه الدراسة بعض النساء من مدينة المسيلة.

**-3 مجتمع الدراسة:** وهو تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة، مدارس، فرق، تلاميذ، سكان... أو أي وحدات أخرى (رضوان، 2003، صفحة 14)، وعليه يتمثل مجتمع البحث في مجموعة من النساء القاطنات بالولاية.

**-4 عينة الدراسة:** ان العينة أساس العمل في البحث الوصفي، فهي مجموعة من الأفراد او الاشياء يبني عليها الباحث عمله، وهي مأخوذة من المجتمع الأصلي وتكون صادقا (ديبان، دس، صفحة 188)، وعليه تم الاعتماد على العينة العشوائية في هذه الدراسة، وهن النساء القاطنات بمدينة المسيلة، من مختلف الاعمار حيث بلغ عددهن 40 امرأة.

**-5 اداة الدراسة:** ان كل بحث علمي يتطلب في جمع بياناته لأدوات محددة، تتماشى مع الموضوع والهدف منه والذي يرتبط بجد ذاته بمنهج العمل، وعلى هذا الأساس فان دراستنا اعتمدت حسب طبيعة ومتطلبات الموضوع على استمارة استبيان، احتوت هل 10 عبارات تخدم فرضيات الدراسة.

**-6 الخصائص السيكومترية للأداة:**

✓ **صدق الأداة وثباتها:**

يشير مفهوم الصدق (validity) إلى ما كان الباحث يقيس أو يصف بالفعل ما يود أن يقيسه أو يصنفه، فمقياس الطول على سبيل المثال يقيس بوصات أو أقداما ولكنه لا يقيس غرامات أو أرطالا (مُجَد، 2021، صفحة 523) ومن أجل أن تكون هذه الدراسة والمتمثل أساسا في استمارة الاستبيان هادفة وذات بعد علمي صحيح وصادق الذي تم عرضها واختبار صدقها باستعمال معامل الصدق والثبات ألفا كرونباخ عن طريق برنامج (SPSS V22) حيث اظهرت نتائجه صدق وقوة الاتساق الداخلي للدراسة بنسبة 89%.

مجال الدراسة	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	صدق الاتساق
البعد 01 : الفرضية الاولى	04	0.678	0.688
البعد 02: الفرضية الثانية	06	0.711	0.722
الدرجة الكلية للأداة الدراسة	10	0.831	0.864

المصدر: من إعداد الباحثة وباستخدام برنامج (SPSS)

**-7 عرض وتحليل نتائج الدراسة:**

7-1 - عرض وتحليل ومناقشة البيانات المتعلقة بالفرضية الأولى: التي مفادها ان للمستوى التعليمي والثقافي للمرأة دور في عدم ممارستها للرياضية في ولاية المسيلة.

الجدول رقم (01): يمثل العبارات الجزئية المتعلقة بالفرضية الأولى.

الرقم	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
01	ما هو المستوى التعليمي الذي تمتلكينه. (متوسط، ثانوي، جامعي)	16	40%
02	هل تمثل الممارسة الرياضية جزءا هاما في حياتك اليومية.	38	95%
03	هل تملكين ثقافة ومعلومات خاصة حول أهمية الممارسة الرياضية من الناحية الجسمية والنفسية.	35	87,5%
04	حسب ثقافتك الخاصة، هل يتعارض الوازع الديني لديك والممارسة الرياضية خارج الاسرة.	26	65%

تبين لنا بيانات الجدول رقم (01)، ومن خلال البند المتعلق بالمستوى التعليمي للمبحوثات، أنهن يتفاوتن في النسب، حيث نجد أن الفئة التي بلغ مستوى تعليمها المرحلة المتوسطة تقدر ب17.5%، بتكرار 07، بينما الفئة الثانية ذات المستوى الثانوي والفئة الثالثة ذات المستوى الجامعي بلغت نسبتها 40% بتكرار 16 للثانوي، و12 للجامعي، أما الفئة الرابعة بلغت نسبتها 12.5%، بتكرار 05، كما تبين لنا بيانات البند (02) والمتعلق بما إذا كانت المبحوثات تمارسن الرياضة في حياتهن اليومية، ان الاغلبية منهن لا تمارسن الرياضة لظروف اجتماعية عدة، وبنسبة تقدر ب 95% وبتكرار قدر ب38، وأن الفئة التي تمارس الرياضة تقدر نسبتها ب05% بتكرار 02.

كما نجد انه من خلال بيانات البند (03) والمتعلق بمستوى ثقافة ومعلومات المرأة حول أهمية الممارسة الرياضية من الناحية الجسمية والنفسية، في مجتمع مدينة مسيلة، نجد انها تملك رصيد معرفي لا بأس به حول هذا الموضوع، بنسبة تقدر ب87,5%، وحسب رأي المبحوثات ان الرياضة في عصرنا الحالي، أصبحت مطلبا حتميا للحفاظ على صحة الجسم والنفس معا، في حين ان المرأة بصفة خاصة مهددة بشتى الامراض في عصرنا الحالي، بالإضافة الى ما لها من أهمية كبيرة فيما يخص الجانب الجمالي لجسم المرأة، وهذا ما يؤكد احمد الشافعي (مرسي، 1999) في سرده لأهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة والمتمثلة في: حرق السعرات الحرارية من خلال القيام بحركات سواء في المنزل او خارجه كصعود السلم، الممارسة الرياضية بالنسبة للمرأة تساعد على تخفيض الوزن، زيادة السرعة الاستقبالية للجسم حتى بعد التوقف عن ممارسة النشاط، فالرياضيون يأكلون ما يشاؤون دون الزيادة في الوزن، بينما الكسالى يزيد وزنهم بمجرد رؤيتهم للطعام، كما تقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب، وسكر الكحول، ارتفاع ضغط الدم، سرطان الثدي، هشاشة العظام... الخ، كما تقي من العديد من الامراض الدهنية، كما تبين لنا بيانات البند (04) والمتعلق بنظرة المرأة للممارسة الرياضة من الناحية الشرعية، ان نسبة

النساء اللائي يتعارضن مع الممارسة الرياضية تمثل 65% خارج المنزل، وذلك راجع الى الوازع الديني والطابع الجد محافظ الذي تشتهر به المنطقة، حيث تعتبر اغلب مناطق الولاية محافظة ومتدينة و متمسكة بالدين الإسلامي داخل وخارج الاسرة، وحتى في الحياة اليومية، حيث يرون ان اللباس الرياضي لا يتماشى مع ديننا الحنيف- حسب رايهن- والذي يبرز جسم المرأة، كما ان العينة المتبقية لا تعارض الممارسة الرياضية في الدين وهذا ما تم تناوله في الجانب النظري اذ اولى الاسلام اهتماما بليغا بالرياضة باعتبارها وسيلة او جزءا من عملية التربية العامة، والتي من خلالها اقر ان الاسلام لا يهمل الاجسام بعد ان خلقها الله، وابدعها بحكمته، وهذا ما يتفق مع الممارسة الرياضية التي تهتم بسلامة البدن، كذلك ان الاسلام دين عمل فلا بد ان يبذل الانسان جهدا ليحقق ما يصبو اليه، فهو يشيد بالرياضة لإكساب الجسم اللياقة البدنية، كما يدعو كلا من الدين والتربية الرياضية الى التحلي بقيم خلقية والصفات الاجتماعية الحميدة والمقبولة اجتماعيا، منها التعاون والتالف وانكار الذات والصبر ..، كما ان فرائض الاسلام نفسها هي في فطرتها اعمال رياضية كالصلاة التي تعد رياضة بدنية، والصيام الذي يمتنع فيه المسلمون عن المأكّل والمشرب طوال النهار، وبالتالي فهي رياضة تعود الانسان على تحمل المشاق والصعاب والصبر.

فلا شك ان تحرير المرأة يقتضي جعلها ذاتا واعية ومفكرة وقادرة على اختيار الممارسة الرياضية بحرية دينية، بالاضافة الى انها قادرة على تحمل المسؤولية الوجودية، فقد كان ميررها في هذا الشأن ان رسول الله ﷺ كان يتسابق مع السيدة عائشة- رضي الله عنها- وارضاهما- وقال في حديثه: علموا اولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل..، فرسولنا لم يخص بالذكر الذكور فقط، بل شمل الرجال والنساء على حد سواء.

7-2- عرض وتحليل ومناقشة البيانات المتعلقة بالفرضية الثانية: التي مفادها أن للعادات والتقاليد تأثير في عدم ممارسة المرأة للرياضة في ولاية المسيلة.

الجدول رقم (02): يمثل العبارات الجزئية المتعلقة بالفرضية الثانية.

الرقم	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
01	هل العادات والتقاليد الاسرية والاجتماعية للمنطقة تعتبر عائقا لممارستك للرياضة.	33	82,5%
02	تعتبر الظروف الاسرية عائقا من معوقات ممارستك للرياضة.	32	80%
03	تمانع اسرتك الانخراطك في ناد رياضي مختلط.	29	72,5%
04	ثقافة المجتمع تتعارض مع الممارسة الرياضية.	30	75%
05	لظروف الحياة العصرية دور في عدم ممارسة المرأة للرياضة.	36	90%
06	تكاليف الانخراط في النوادي الرياضية تحد من ممارستك للرياضة.	38	95%

وتبين لنا من بيانات الجدول رقم (02) ان النساء اللائي تسمح لهن العادات والتقاليد الاسرية والمجتمعية ان يمارسن الرياضة بلغت نسبة اجابتهن 82.5% وبتكرار 33، بينما اجابت النساء اللائي لم تسمح لهن العادات والتقاليد المجتمعية ان يمارسن الرياضة بنسبة تقدر بـ 17.5% وبتكرار 07، وهذا يدل على ان العادات والتقاليد لا تعيق المرأة من ممارسة الرياضة، كما نجد ان نسبة 80% من النساء لا يمارسن الرياضة بسبب الظروف الاسرية المعقدة، فنجد ان للذكر مسته الخاصة في نظره لنوعية الممارسة الرياضية، وهذا راجع الى النظرة السلبية للفتاة الممارسة للرياضة، وهذا ما لمناه في بعض مجتمعات مدينة المسيلة، وهذا ما أكدته دراسة لـ (Arnaud, s a)، بقوله ان المرأة التي ترغب في تطبيق القيم الاسرية والاجتماعية والالتزام بها في حياتها اليومية والاجتماعية، واثناء ممارستها للرياضة فإنها تريد ان تسجل اخلاصها لدينها ولأسرتها ومجتمعها وفي نفس الوقت ترغب ان تسجل حضورها وخصوصياتها في عالم العصرية والاصالة، وهي بذلك لا تنافس الرجل، بل تطمح الى اثبات وجودها وتحقيق هويتها الفردية والاجتماعية ككيان يصبو الى ان يعيش وقناعاته العقائدية في كل الجوانب الدنيوية، بينما النسبة المتبقية لا تمانع ممارسة المرأة للرياضة، وهذا راجع الى دخول بعض الثقافات الخارجية على العادات والتقاليد المعتادة في المنطقة بسبب الظروف الاجتماعية: العمل، الزواج، وسائل الإعلام، الحضارة، تغير المجتمع وتنوع اجناسه من عرب وامازيغ....، بالإضافة الى تعدد الوسائل التكنولوجية الحديثة كالأنترنترنت والفيديو وغيرها، والتي لها الأثر الأكبر في ذلك..، اما عن رفض الاسرة انخراط الفتاة في نادي رياضي مختلط، فقد لقي هذا البند قبولا من طرف الباحثين، وهذا ما أكدته دراسة سابقة لمربوحة بولحبال نوار: "الممارسة الرياضية للمرأة في الجزائر: الوضع الراهن والآفاق، والتي تقر بعدم وجود نوادي ريلضية مخصصة للنساء فقط، وهذا ما أكدته نسبة 72,5%، وتكرار 29، وأكدت ان الاختلاط يقف كحاجز امام ممارستهم للرياضة في النوادي نظرا لارتفاع تكاليفها وما تؤكد نسبة 95% دليل على ذلك، لان العناصر الانثوية الجسمية

تبرز اثناء الممارسة، وان الدين الإسلامي ينافي ذلك خاصة في ظل عدم توفر اللباس الإسلامي المحتشم والخاص بأنواع عدة من الرياضات التي تتطلب ذلك، وهذا ما اقرته دراسة سابقة لايمان غانمي: "معوقات ممارسة الانشطة الرياضية لدى المراهقات المتمدرسات وفقا للمحيط الثقافي الاجتماعي (16\_19 سنة)، كذلك نجد ان ثقافة المجتمع والبيئة، تتعارض والممارسة الرياضية للمرأة خارج بيتها، وهذا ما اكدته دراسة سابقة لأحمد بن محمد، سعد بن شاعة: "تأثير البيئة على ممارسة المرأة للأنشطة البدنية الرياضية وانخراطها في النوادي الرياضية"، وهذا ما تؤكد نسبة 75%، واعتبروا ان الرياضة شيء كمالي تستطيع المرأة تعويضه من أشياء أخرى، فالأسرة اذن الأسرة تقوم بتعليم افرادها لغة وثقافة الجماعة والمجتمع الذي ينتمون إليه، وعاداته وتقاليده وقيمه وآدابه، وتعمل على تدريبهم على كيفية التعامل مع الآخرين، الشيء الذي يسمح للمرأة بممارسة حياة اجتماعية واداء دور اجتماعي يتفق مع قيم مجتمعهما ويتناسب مع البيئة التي تعيش فيها، كذلك فالبيئة الصحراوية تتميز بطابعها المحافظ جدا خاصة تلك التي تتعلق بقضايا المرأة، ويعتبرون ان الممارسة الرياضية لها لا يقتصر فقط في النوادي الرياضية النسوية او القاعات الخاصة بالرياضة، رغم توفر الولاية على مرافق رياضية عامة وخاصة مجهزة بتجهيزات رياضية حديثة، فالمرأة تستطيع ممارسة الرياضة في منزلها حسب راي المبحوثات، وبالتالي تمنح لها المكانة الاجتماعية التي تنتقل من الأسرة والمجتمع بصفة آلية الى الأفراد من أعضائها، فالأسرة تمارس وظيفة اجتماعية للإدماج في المجتمع، بحيث تقوم بوضع الأفراد في مراكزهم المختلفة التي تزيد من تفاعلهم مع الآخرين، كما تقوم بالضغط الاجتماعي الذي يكون بمثابة الدليل الذي يوجه ويحدد مختلف سلوكياتهم و تفاعلاتهم و ذلك بإقامة قواعد وقوانين اجتماعية مرجعية لا يمكن لأحد أن يتجاوزها أو يناقضه، وبالتالي فهي ليست عائقا في ممارسة المرأة للرياضة، بل هي معايير لضبط سلوكياتها وعلاقاتها وفق الجماعة الاجتماعية (حسن، 1981، صفحة 25)، ونجد ان لظروف الحياة العصرية دور في عدم ممارسة المرأة للرياضة نظرا لما اثبتته نسبة الإجابة عن هذا البند والمقدرة ب95%، اذ نجد ان المرأة لا تملك الوقت الكافي الى جانب مسؤوليات المنزل والعمل وتكاليف الحياة المختلفة... الخ.

#### 7- النتائج المتوصل إليها:

- انطلاقا من أهداف البحث ومن خلال النتائج والمعالجة الإحصائية التي توصل إليها الباحثان يمكن استنتاج ما يلي:
- للمستوى التعليمي والثقافي للمرأة دور في عدم ممارستها للرياضة في ولاية المسيلة.
- لعادات وتقاليد الاسرة والمجتمع تأثير في عدم ممارسة المرأة للرياضة في ولاية المسيلة.

#### - خاتمة:

على الرغم من الاختلافات الواضحة بين الرجل والمرأة تبقى هنالك حقائق عدة قائمة وهي ان انجازات المرأة في مجال الرياضة لا تزال مستمرة ورائعة، وتحسن مستمر وفي العديد من الفعاليات الرياضية، وهذا التحسن ناتج عن العديد من المتغيرات التي طرأت على ممارستها للرياضة من خلال مشاركتها بها، كذلك نلمح ان تغير نظرة المجتمع الضيقة لممارسة المرأة للرياضة سواءا كان عملا او هواية الممارسة، حيث ما برحت المرأة الممارسة للرياضة تعاني من النظرة الضيقة اتجاه ذلك بحكم ما يحكم ذلك من عادات وتقاليد مجتمعية، بالإضافة الى المستوى التعليمي والثقافي الذي تمتلكه، كذلك فان المرأة الرياضية

قد تحسنت ثققتها بقدرتها وامكانياتها، مما نتج عنه تحسن دافعيته نحو ممارسة الرياضة، فلم يعد هنالك شك في الفائدة الكبيرة في الممارسة الرياضية للمرأة لما لها من دور ايجابي وفعال في تحسين صحتها الجسمية والنفسية، وزيادة كفاءتها ومقدرتها على اداء وظائفها في الحياة والمجتمع، وانعكاس ذلك على رقي وتقدم الدول.

<http://ar.m.wikipedia.org> اليوم:13-02-2018 الساعة: 21:40. (2017, 01 11). Consulté le 02 13, 2022, sur <http://ar.m.wikipedia.org>

Arnaud, P. (s a). Le genre ou le sexe ,Sport féminin et changement social. Paris: Ed . Flammarion.

www.e, l.-e. (2018, 02 11). [www.e.lol-eg.com](http://www.e.lol-eg.com). Consulté le 05 17, 2022, sur [www.e.lol-eg.com](http://www.e.lol-eg.com): [www.e.lol-eg.com](http://www.e.lol-eg.com)

مراز الاهرام للترجمة والنشر، مصر. فكر المسلم المعاصر .(دس) .س .م ،الرحمان العدوي

.كلية التربية البدنية :مصر .الرياضة للجميع .(1980) .م .ع ،المنصوري

.مجلة الرافد :الموصل .بعض المفاهيم الرياضية لدى عضوات فرق بعض اندية الفتاة في العراق .(2004) .ع .ا ،المولى

.ديوان المطبوعات الجامعية :الجزائر العاصمة .نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية .(1992) .ع .م ،بسيوي

.دار النهضة العربية للطباعة والنشر :بيروت .الأسرة ومشكلاتها .(1981) .م ،حسن

.دار المناهج :عمان .المرأة والرياضة من المنظور الاسلامي .(2000) .م .م ،خالد

.ديوان المطبوعات الجامعية :الجزائر .مناهج البحث العلمي وطرق ال .(دس) .ب .ع ،ديبان

.دار الفكر العربي :القاهرة .الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية .(2003) .ن .م ،رضوان

.دار المعارف :القاهرة .اللياقة البدنية للاختبارات و التدريب .(1980) .م .ا ،سلامة

معوقات المشاركة الايجابية في حصة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ ثانوية مالك بن النبي .(2012) .ع .ه ،طواهير

.جامعة تبسة :تبسة .بالرويسات

.مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية :مصر .أسس البحث العلمي .(2002) .ع .ف ،علي

معايير استخدام الإدارة الالكترونية الحديثة وعلاقتها بأداء العاملين من وجهة نظر مدراء .(2021, 12 01) .ح .ل ،مُجَّد

516- 533. pp. مجلة الابداع الرياضي .المركبات الرياضية لولايتي برج بوعرييج والمسيلة

.منشأة المعارف :القاهرة .تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي .(1999) .ا .ا ،مرسي

معوقات الممارسة الرياضية للمرأة في المجتمع الصحراوي.  
صلحاوي حسناء

---

مكتبة :مصر .نماذج لدراسات وبحوث ميدانية-محاضرات في تصميم البحوث الاجتماعية وتنفيذها .(1997) .س ,ناصف  
زهراء الشرق