

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم الاجتماع والديمقراطية



الميدان: العلوم الإنسانية والاجتماعية

شعبة العلوم الاجتماعية

الموضوع:

دور العوامل الاجتماعية في عزوف تلميذات الطور

الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية

-دراسة ميدانية بثانويتي أبو بكر الحاج عيسى والجودي بلقاسم ببلدية الأغواط-

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علم الاجتماع

تخصص: التربية

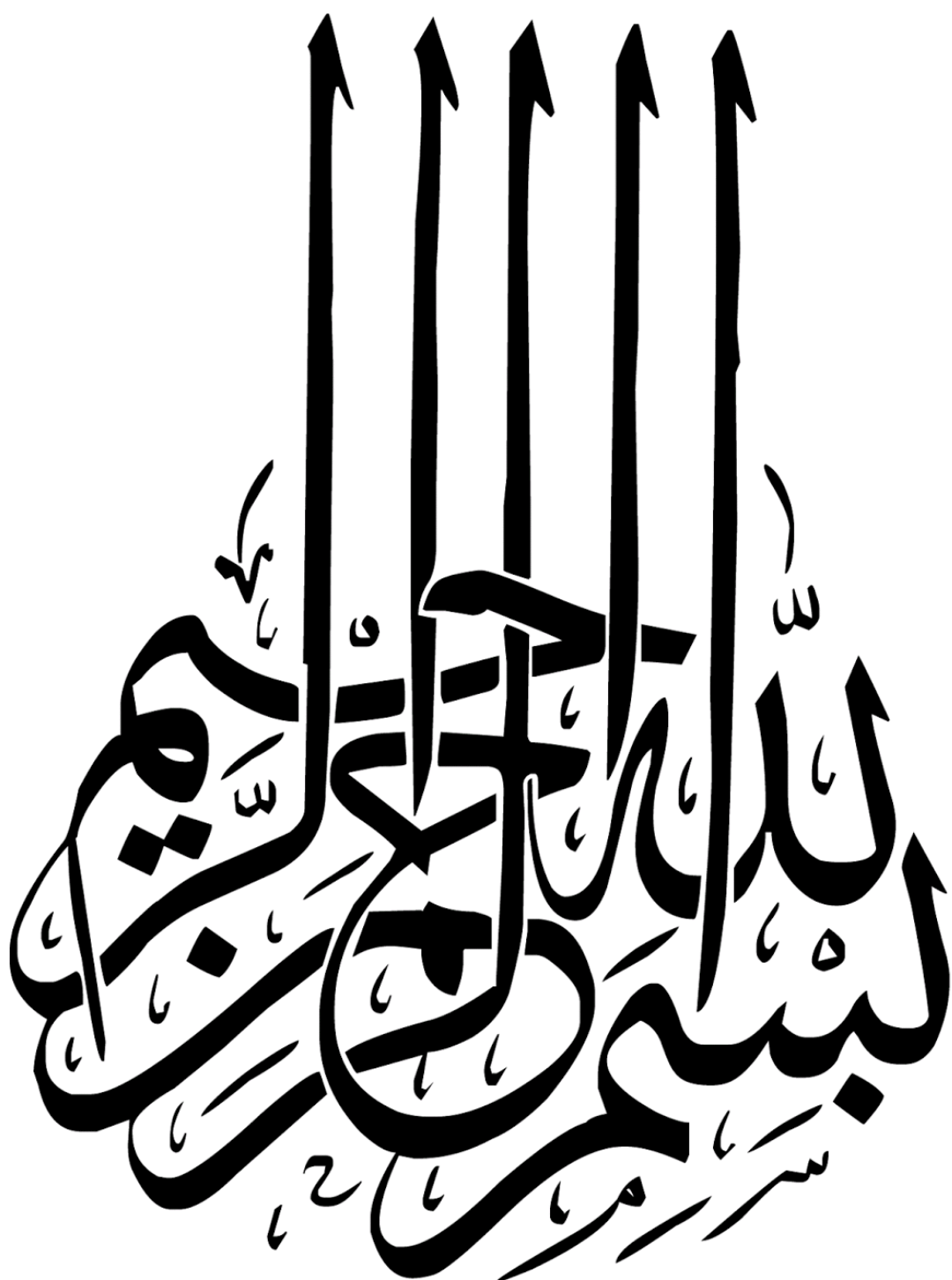
إشراف الأستاذة الدكتورة

فائزة التونسي

إعداد الطالبة:

بورزق مباركة

السنة الجامعية: 2019-2020



قال الله تعالى:

﴿قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ
لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ﴾ ﴿٩﴾

صدق الله العظيم (سورة الزمر الآية 9).

شكر وتقدير

الحمد لله ربّ العالمين والصلاة والسلام على نبيّه الكريم

أمّا بعد:

يسرنا أن نتقدم بالشكر الخالص

إلى كل من ساهم في إنجاز هذا العمل المتواضع من قريبٍ أو بعيد

وأخص بالذكر المشرفة الأستاذة الدكتورة الفاضلة: **فائزة التونسي**

التي لم تبخل علي بالنصائح

والتوجيهات والملاحظات والاقتراحات

إلى كل عمال وأساتذة ودكاترة جامعة عمارثليجي

إلى كل من عمال إدارة كلية العلوم والاجتماعية

إهداء

إلى الوالدين الكريمين

إلى أختي وأخواتي وأولادهم

إلى زوجي محمد وبناتي ايناس وسيرين وتسليم وياسمين

إلى كل من وقف معي في السراء والضراء

إلى كل من وسعهم قلبي ولم تسعهم ورقتي ونسأهم قلبي الى كل

هؤلاء اهدي ثمرة عملي هذا المتواضع

بورزق مباركة

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أهم العوامل الاجتماعية المؤدية إلى عزوف الإناث عن ممارسة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي والمتمثلة في مؤسستي التنشئة الاجتماعية الأسرة وجماعة الرفاق وكذا الثقافة المجتمعية، حيث تم استخدام المنهج الوصفي من خلال إعداد استمارة ملائمة لأعراض الدراسة تقيس كل المتغيرات، وذلك بإختيار عينة قصدية من تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية في كل من ثانوية أبو بكر الحاج عيسى وثانوية الجودي بلقاسم بالأغواط، والذين بلغ عددهم 60 تلميذة. ومن أهم نتائج الدراسة ما يلي:

✓ انه لمؤسستي الأسرة وجماعة الرفاق دوراً فعالاً في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.

✓ إنه للثقافة المجتمعية السائدة في المجتمع الجزائري دور كبير فعالاً في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.

الكلمات المفتاحية: التربية البدنية والرياضية - جماعة الرفاق - الأسرة - التنشئة الاجتماعية - الثقافة المجتمعية.

Summary:

This study aimed to know the most important social factors that lead to the reluctance of females to practice physical education and sports in the secondary phase, represented by the two institutions of social upbringing, the family and the comrades group, as well as the community culture. An intentional sample of secondary school students who do not practice physical education and sports in each of the secondary schools of Abu Bakr Haji Issa and the secondary schools of Belkacem in Laghouat, who numbered 60 students. Among the most important results of the study are the following:

- The family and the comrades group have an active role in the reluctance of high school students to practice physical education and sports.
- The societal culture prevailing in Algerian society has a great effective role in the reluctance of secondary school students to practice physical education and sports.

Key words: physical education and sports - comrades group - family - social upbringing -

فهرس المحتويات

تعهد	
ملخص الدراسة	
تشكر	
إهداء	
فهرس الجداول	
فهرس الأشكال	
مقدمة	أ. ب
الفصل الاول: الاطار المنهجي للدراسة	
04	1. الأسباب الموضوعية والذاتية لإختبار موضوع الدراسة
05	2. إشكالية الدراسة
06	3. فرضيات الدراسة
06	4. أهداف الدراسة
07	5. أهمية الدراسة
07	6. تحديد مفاهيم بالدراسة.
10	7. الدراسات السابقة
12	8. المقاربة النظرية
الفصل الثاني: المرأة والرياضة	
14	تمهيد
15	المرأة والرياضة
18	حق ممارسة المرأة دوليا
18	المرأة العربية والرياضة
20	أهمية ممارسة المرأة للرياضة
21	نشأة الرياضة النسوية في الجزائر
22	دوافع المرأة لممارسة النشاط الرياضي.
23	الرياضة وأثرها النفسي على المرأة.

30	العوامل الاجتماعية المؤثرة على ممارسة المرأة للرياضة.
30	خلاصة الفصل.
الفصل الثالث : التربية البدنية والرياضية	
32	تمهيد
33	1. تعريف التربية العامة
33	2. خصائص التربية العامة
34	3. مجالات التربية العامة
35	4. ماهية التربية البدنية والرياضية
35	5. خصائص التربية البدنية والرياضية
36	6. أهمية واهداف التربية البدنية والرياضية
39	7. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية
40	8. علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة
40	خلاصة الفصل
الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة	
42	1. مجالات الدراسة .
42	2. الدراسة الإستطلاعية
43	3. المنهج المستخدم في الدراسة .
43	4. أدوات الدراسة .
44	5. عينة الدراسة
45	6. عرض وتفسير جداول فرضيات الدراسة
50	7. الإستنتاج العام
52	الخاتمة
54	اقتراحات وتوصيات
قائمة المراجع	
الملاحق	

الصفحة	عنوان المجلد	رقم الجدول
45	يوضح توزيع تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية حسب متغيرات الخصائص الشخصية.	01
46	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات البيانات الشخصية (الجنس، الخبرة المهنية، المؤهل العلمي).	02
47	يوضح أسباب عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.	03

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
12	يمثل هرم ماسلو لتصنيف الحاجات الإنسانية	01

فهرس المحتويات

تعهد	
ملخص الدراسة	
تشكر	
إهداء	
فهرس الجداول	
فهرس الأشكال	
مقدمة	أ. ب
الفصل الاول: الاطار المنهجي للدراسة	
04	1. الأسباب الموضوعية والذاتية لإختبار موضوع الدراسة
05	2. إشكالية الدراسة
06	3. فرضيات الدراسة
06	4. أهداف الدراسة
07	5. أهمية الدراسة
07	6. تحديد مفاهيم بالدراسة.
10	7. الدراسات السابقة
12	8. المقاربة النظرية
الفصل الثاني: المرأة والرياضة	
14	تمهيد
15	المرأة والرياضة
18	حق ممارسة المرأة دوليا
18	المرأة العربية والرياضة
20	أهمية ممارسة المرأة للرياضة
21	نشأة الرياضة النسوية في الجزائر
22	دوافع المرأة لممارسة النشاط الرياضي.
23	الرياضة وأثرها النفسي على المرأة.

30	العوامل الاجتماعية المؤثرة على ممارسة المرأة للرياضة.
30	خلاصة الفصل.
الفصل الثالث : التربية البدنية والرياضية	
32	تمهيد
33	1. تعريف التربية العامة
33	2. خصائص التربية العامة
34	3. مجالات التربية العامة
35	4. ماهية التربية البدنية والرياضية
35	5. خصائص التربية البدنية والرياضية
36	6. أهمية واهداف التربية البدنية والرياضية
39	7. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية
40	8. علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة
40	خلاصة الفصل
الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة	
42	1. مجالات الدراسة .
42	2. الدراسة الإستطلاعية
43	3. المنهج المستخدم في الدراسة .
43	4. أدوات الدراسة .
44	5. عينة الدراسة
45	6. عرض وتفسير جداول فرضيات الدراسة
50	7. الإستنتاج العام
52	الخاتمة
54	اقتراحات وتوصيات
قائمة المراجع	
الملاحق	

الصفحة	عنوان المجلد	رقم الجدول
45	يوضح توزيع تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية حسب متغيرات الخصائص الشخصية.	01
46	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات البيانات الشخصية (الجنس، الخبرة المهنية، المؤهل العلمي).	02
47	يوضح أسباب عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.	03

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
12	يمثل هرم ماسلو لتصنيف الحاجات الإنسانية	01

مقدمة

مقدمة:

نظرا للاهتمامات المتزايدة بالتربية البدنية والرياضية تشكل قضايا ومشكلات ذات طبيعة اجتماعية في جوهرها ولأن المتطلبات الحقيقية للناس إنما تشتق من بين الثنايا الظروف الاجتماعية خاصة في أعقاب التغيرات التي أحدثتها اتجاهات التغير في العالم وعوامل النقل الثقافي والتقدم التقني الهائل وتطور أساليب نقل المعلومات.

فالتربية البدنية لها أبعاد اجتماعية ونفسية وأخلاقية تؤثر بدورها على المجتمع بصفة عامة والفتاة بصفة خاصة وفي هذا السياق فإن الحياة الاجتماعية في معناها الواسع يمكن أن تعرف بأنها ذلك العامل الذي يجعل الأشخاص يشاركون في مجتمعهم ويؤثرون ويتأثرون به.

فالحياة الاجتماعية شيء مفروض لا يمكن إنكاره والتغاضي عنه، فهذه الحقيقة مستوحاة من الواقع المعاش ولا تحتاج إلى بحوث واستلزمات المرأة كقرينها الرجل فهي جزء من المجتمع لها مكانتها ودور هام تلعبه ولكن ما نراه شيء غير هذا، ذلك أن الشيء الذي نهتم بدراسته هو جانب ممارسة التربية البدنية ومكانة المرأة فيها.

والحقيقة أن الرياضة النسوية بصفة عامة قد أضحت وراء القضايا نتيجة لحكم سابق ووضعية استهزاء فالعديد من الفتيات يعتبرن أن الرياضة ليس من حقهن وبهذا فمشكل الرياضة النسوية في المجتمع الجزائري ما هو إل نتيجة لعوامل عدة في المجتمع.

من خلال ما سبق واعتماد على ما تحصلنا عليه خلال دراستنا هذه حول " دور العوامل الاجتماعية في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة الأنشطة الرياضية." من مواد علمية سنحاول دراسة هذا الموضوع وتفسيره، من خلال الفصول التي تم التطرق إليها في هذه الدراسة وهي كالآتي:

تم تناول موضوع الدراسة وفق لخطة بحث اشتملت على مقدمة وأربع فصول وخاتمة وبعض من إقتراحات والتوصيات وأخيراً قائمة المراجع والملاحق.

الفصل الأول: تطرقنا في هذا الفصل إلى مختلف الخطوات المنهجية المتبعة لتناول الموضوع، وذلك خلال عرض أهم أسباب لاختيار الموضوع، إشكالية الدراسة، فرضياتها، أهدافها وأهميتها، وتحديد المفاهيم المستخدمة وبعدها تناولنا بعض الدراسات السابقة ذات صلة بالموضوع، وفي الأخير المقاربة النظرية.

الفصل الثاني: بعنوان المرأة والرياضة تطرقنا في هذا الفصل إضافة إلى التمهيد المرأة والرياضة، حق ممارسة المرأة دوليا، المرأة العربية والرياضة، أهمية ممارسة المرأة للرياضة، نشأة الرياضة النسوية في الجزائر، دوافع المرأة لممارسة النشاط الرياضي، الرياضة وأثرها النفسي على المرأة، العوامل الاجتماعية المؤثرة على ممارسة المرأة للرياضة لننهي الفصل بخلاصة له.

الفصل الثالث: بعنوان التربية البدنية والرياضية تطرقنا في هذا الفصل إضافة إلى التمهيد تعريف التربية العامة، خصائص التربية العامة، مجالات التربية العامة، ماهية التربية البدنية والرياضية، خصائص التربية البدنية والرياضية، أهمية واهداف التربية البدنية والرياضية، الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية، علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة لننهي الفصل بخلاصة له.

الفصل الرابع: يتمثل في الجانب الميداني للدراسة ويتضمن الإجراءات المنهجية والمتمثلة في مجالات الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع، أدوات جمع البيانات، وكيفية اختيار العينة، وأخيرا عرض وتحليل البيانات الخاصة بالفرضيات الثلاثة التي انطلقنا منها في الدراسة ثم عرض الاستنتاج العام.

الفصل الأول: الإطار المنهجي للدراسة

1. الأسباب الموضوعية والذاتية لإختيار موضوع الدراسة
2. تحديد الإشكالية
3. فرضيات الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. أهمية الدراسة
6. مفاهيم الدراسة
7. الدراسات السابقة
8. المقاربة النظرية

أولاً: الأسباب الموضوعية والذاتية لإختيار موضوع الدراسة:

أ/ الأسباب الموضوعية:

- محاولة تشخيص الواقع بدقة علمية من خلال الجانب النظري والميداني.
- طبيعة اختصاص علم الاجتماع التربوية الذي يهتم عملية التعلم عند الفرد وإشباع حاجاته الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية لديه
- إفتقار علم الإجتماع لمثل هذه الدراسات على غرار بعض التخصصات الأخرى النفسية والرياضية.
- ملاحظة إقبال الطالبات لممارسة النشاط الرياضي في السنوات الأخيرة وربطها بمعيار الجمال عندها.
- نظرة المجتمع الضيقة لممارسة المرأة للرياضة.
- دراسة واقع الرياضة النسوية في المجتمع الجزائري.
- محاولة منا معرفة أهم العوامل الاجتماعية المؤدية إلى عزوف الإناث عن ممارسة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

ب/ الأسباب الذاتية:

إن الشيء الذي جعلنا نختار هذا الموضوع هو النظرة الخاطئة للمجتمع والسيئة لممارسة المرأة للرياضة عامة والفتاة المتحبة خاصة والناجمة عن نقص الثقافة الرياضية الدينية التي أثرت سلبا على الفتاة المتحبة نحو توجهها لتخصص التربية البدنية والرياضية وحتى ممارستها في حياتها اليومية أو اعتبارها منهج حياة.

2- الإشكالية:

تعتبر الأنشطة البدنية والرياضية جزء من التربية العامة ، لذا فإننا نجد أن الهدف الحقيقي الذي تهدف إليه الرياضة يتكامل مع أهداف التربية العامة والنشاط الرياضي كجزء عضوي يتكامل مع مجموعة من النظم التربوية والاجتماعية التي تسعى من خلالها جملة من الأهداف الرامية إلى اكتساب الصفات الأخلاقية التي يتأسس عليها بناء العلاقات الاجتماعية والمبادئ الأساسية المتماشية مع العادات والتقاليد والقوانين التي تحكم المجتمع وبالتالي بناء شخصية سوية كما يلتبس منها الفرد الراحة الجسمية والنفسية لاعتبارها تعبر عن ما شعور ومكبوت ، كذلك لإبراز الهدف الشاغل لهذه المراكز هو استغلال وقت الفراغ ، وتحويله من وقت ضائع إلى عائد ومفيد، تتعكس فوائده على الفرد والمجتمع كما أنها تساعد هؤلاء على التكيف الاجتماعي لإثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليس في مجال الرياضة بل الحياة في المجتمع زيادة على هذا اكتساب المهارة والنضج العقلي تنمية الاتجاهات البدنية والنفسية .

ويستطيع المراهق من خلال هذه الأنشطة التحكم في جسمه وتصرفاته مع المجتمع بالطريقة العقلانية لها، لا ننسى أن المراهق عضو في المجتمع لا بد له من القدر من المعرفة بنفسه وحتى بنفسية غيره وإلا استحال عليه التعامل مع مجتمعه والتكيف مع المواقف الاجتماعية، التي يتعرض لها في حياته ووقف هذا السياق ومن خلال الرياضة التي يعرفها الإنسان منذ القدم فإن التربية البدنية والرياضية لاقت اهتمامات كبيرة من طرف المجتمعات والديانات وباعتبار المجتمع الإسلامي كغيره من المجتمعات التي أعطت اهتمام الرياضة وهذا من عدة جوانب كالجانب البدني والروحي للإنسان وذلك من خلال دعوته إلى الاعتناء بالبدن.

كما لا يقتصر أمر الرياضة على الرجل فقط دون المرأة بل يشمل الجنسين معا تمثل المجتمع وحين يأمر الدين بالرياضة فإنما يكون ذلك بالنسبة للمرأة أيضا بحيث لا يبتعد عن عفافها وشرفها وما يمس حياءها

والحقيقة أن ممارسة الإناث للرياضة بصفة عامة قد أضحت وراء القضايا نتيجة لحكم سابق ووضعية استهزاء فالكثير من الفتيات يعتبرن أن الرياضة ليس من حقهن، وبهذا إن مشكل الرياضة النسوية في المجتمع الجزائري ما هو إلا نتيجة للتناقضات واختلاف وجهات نظر المجتمع الذي يرى أن الرياضة ليست عنصر هام لأن ثقافتنا لم تؤسس على الجسد مثل الثقافات الأخرى ونتيجة لعوامل عدة في المجتمع.

لذلك حاولنا من خلال دراستنا لهذا الموضوع معرفة أهم هذه العوامل ومدى مساهمتها في عزوفهن عن ممارسة التربية البدنية والرياضية بطرح التساؤل الرئيسي التالي: ما هو دور العوامل الاجتماعية المؤدية لعزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية؟

التساؤلات الجزئية

- كيف تؤثر مؤسسات التنشئة الاجتماعية على ممارسة تلميذات الطور الثانوي للتربية البدنية والرياضية؟
- ما أثر الثقافة المجتمعية على ممارسة تلميذات الطور الثانوي للتربية البدنية والرياضية؟

3-فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: للعوامل الاجتماعية دور فعال في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.

الفرضيات الجزئية:

- تلعب مؤسستي الأسرة وجماعة الرفاق دوراً فعالاً في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- للثقافة المجتمعية السائدة في المجتمع الجزائري دور كبير فعالاً في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.

4- أهداف الدراسة:

- ◆ إبراز أهمية ممارسة التربية البدنية والرياضية على الجانب الجسمي والنفسي للمرأة.
- ◆ تسليط الضوء على المرأة وممارستها للأنشطة البدنية والرياضية بدون أي عراقيل ضمن القواعد التي يملئها المجتمع.
- ◆ محاولة معرفة أهم أسباب عزوف الإناث عن ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.
- ◆ إبراز تأثير مؤسسات التنشئة الاجتماعية في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.
- ◆ إبراز دور الثقافة المجتمعية المنبثقة من الدين والعادات والتقاليد والأعراف في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.
- ◆ معرفة مدى تأثير البيئة الاجتماعية داخل الثانوية على عزوف الإناث عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.

5- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية بحثنا في محاولة تحديد النقاط الكامنة وراء تفاقم ظاهرة عزوف الطالبات عن ممارسة الألعاب الرياضية وباعتباره كذلك كدرس كباقي الدروس في مرحلة الثانوية وكذا توضيح ضرورة ممارسة النشاطات البدنية خاصة في مرحلة المراهقة ومحاولة إيجاد بعض الحلول اللازمة لظاهرة العزوف وبالتالي رفع من مستوى مشاركة الإناث في هذه الحصة داخل المؤسسات التربوية وذلك من أجل التخلص من مختلف الضغوطات الناتجة عن مختلف الدروس اليومية من خلال ممارستها الأنشطة البدنية والرياضية واعتبارها كترويح عن النفس بعيدا عن العقد الاجتماعية التي اكتسبتها عبر مراحل حياتهن.

6- تحديد المفاهيم:

مما هو متعارف عليه أن أي بحث علمي لا بد له من أن يحدد الباحث فيه المفاهيم الأساسية لبحثه. وعليه سنحاول توضيح هذه المصطلحات الرئيسية التي شملها بحثنا ولا يعني هذا أثناء نظرنا إلى كل المفاهيم التي شملها بحثنا بل أخذنا بعضها: التنشئة الاجتماعية-التربية العامة-التربية البدنية والرياضية-المراهقة.

أ/ مفهوم التنشئة الاجتماعية:

لغة: جاء في لسان العرب لابن منظور كلمة التنشئة من الفعل نشأ، ينشأ، نشوءاً ونشأاً بمعنى ربا وشب¹

اصطلاحاً هي عملية التثبيث التي تستمر طوال الحياة كلها حيث يتعلم الفرد القيم والرموز الرئيسية للأنساق الاجتماعية التي يشارك فيها والتعبير عن هذه القيم في معايير تكون الأدوار التي يؤديها هو والآخرون. ومصطلح التنشئة الاجتماعية الذي يقصد به جعل الفرد مناسباً للحياة في المجتمع².

إجرائياً: نستخلص من التعاريف السابقة أن التنشئة هي عملية تعلم وتربية وفق لقيم ثقافية واجتماعية، وكذلك هي عملية تحويل الإنسان من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي. والتي من خلالها يكتسب الفرد مجموعة من القيم والمعايير التي تتفق مع أفراد المجتمع ولكن هذه العملية قد تتأثر بعوامل داخلية كالدين والأسرة، وعوامل أخرى خارجية كجماعة الرفاق ودور العبادة وثقافة المجتمع السائدة التي تنعكس على

¹ - ابن المنظور أبو الفضل جمال الدين، لسان العرب، دار الطباعة والنشر، بيروت، 1997، ص120.

² - عبد الهادي الجوهري، معجم علم الاجتماع، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1999، ص6.

أفراد المجتمع، وخاصة الإناث منهم وتعتبر بمثابة عوامل اجتماعية تساهم إلى حد كبير في عزوفهن عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.

ب/ مفهوم التربية العامة:

1-1 لغة: تعرف التربية في اللغة الإنجليزية بـ: Education وهي مأخوذة من اللاتينية بمعنى القيادة Educere أي يقود خارجا ، ومنه جاء الولد أي يرشد ويهذب ونجد في معاجم اللغة العربية التربية من ربي الرباعي أي غذى الولد و جعله ينمو والتربية عند العرب تفيد السياسة والقيادة والتتمية ويسمون هذا الفن سياسة كما جاء في قول ابن سينا " سياسة الرجل أهله وولده " ³ ولذا كان العرب يقولون عن الذي ينشئ الولد ويرعاه " المهذب " و " المربي " و " المعلم " غير أن لفظ " المؤدب " أشبع لأنها تفيد الرياضة والسياسة .

كما وجد في لسان العرب ، ربا الشيء أي زاد ونما وأرتبه معيناه نمته. ⁴

اصطلاحا: تتباين الآراء حول المعنى الاصطلاحي للتربية وهذا لعدة اعتبارات أهمها: جوهر العمل التربوي والذي ينصب على نشأة الإنسان وتكوينه وتذكر ما يلي: "جون ديوي" يعرف التربية بأنها "ظاهرة طبيعية في الجنس البشري منذ أن وجد الإنسان على وجه الأرض، وبمقتضاها يصبح الفرد وريثا لما حصلته الإنسانية والأجيال السابقة من حضارة ومدنية.

ج/ مفهوم التربية البدنية والرياضية:

التربية البدنية والرياضية ليست بالأمر المستحدث أو الجديد وإنما هي قديمة قدم الإنسان، إلا أن النظر إليها قد اقتصر على الناحية البدنية وحدها وهذا سبب ارتباط أنشطتها بالجانب الجسمي إلى حد كبير كما يعتقد البعض أنها مختلف أنواع الرياضيات ، ومن هذا فالتربية البدنية و الرياضية هي إحدى فروع التربية الأساسية والتي تمتد نظرياتها من العلوم المختلفة ، حيث تستخدم عن طريق النشاط البدني الممتاز، المنظم و الموجه إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا، بدنيا، اجتماعيا وعقليا كما أنها تكيف الفرد بما يتلاءم مع حاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه.

التعريف الإجرائي للتربية البدنية والرياضية:

تعتبر التربية البدنية والرياضية من أهم فروع التربية الأساسية التي يتم تحقيقها من خلال النشاط الجسمي والبدني المنظم لبناء وتهيئة أفراد المجتمع بصورة متكاملة ومتناغمة مع ما يتناسب مع حاجاتهم وطموحاتهم، لذلك حظيت التربية البدنية والرياضية باهتمام كبير في الآونة الأخيرة من عصرنا.

³- شبل بدران، أسس التربية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية مصر، 1998، ص15.

⁴- توفيق حداد، محمد سلامة آدم، التربية العامة، ط1، الجزائر، 1977، ص7

وتتعدى مفاهيم وأغراض ومهام التربية والرياضية تبعا لطبيعة أهداف وفلسفة المجتمع فمن ناحية التعليم هي عملية اكتساب المعارف والخبرات وكذلك القدرات على توجيه حركة الجسم، ومن ناحية الثقافة البدنية فهي جزء من الثقافة العامة وتشمل على المعلومات والمعارف كما تهتم بتنمية الإنسان من جميع النواحي.

ج/ مفهوم المراهقة:

المراهقة لغة: ترجع كلمة "المراهقة" إلى الفعل العربي "راهق" الذي يعني الاقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق، أي: قارب الاحتلام، ورهقت الشيء رهقاً، أي: قربت منه. والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد⁵.

المراهقة اصطلاحاً: مصطلح كما يستخدم في علم النفس هو مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد و النضج، فمرحلة المراهقة هي التأهب من الرشد على النضج و تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد، من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً⁶.

و يرى خليل عمران أن المراهقة تمثل مرحلة نمو جسمانية و عاطفية تتجه نحو الإبتعاد عن مساعدة الوالدين لكي تستقل بذاتها، وتبقى معتمدة من الناحية الاقتصادية على الوالدين⁷.

التعريف الإجرائي لفترة المراهقة:

تقع فترة المراهقة بين مرحلتي الطفولة المتأخرة ومرحلة الرشد، ويختلف مرحلة بدئها من جنس إلى آخر ومن مجتمع إلى آخر، ولكنها غالبا ما تبدأ من سن 13-21 سنة بالنسبة للبنين، ومن سن 12-21 سنة بالنسبة للبنات، ومن اهم مظاهرها البلوغ الجنسي (تغيرات جسمية)، وتغيرات عقلية وتغير في سلوكه الاجتماعي والآراء الانفعالية لديه كالميل إلى التحرر والاستقلالية وتكوين صداقات جديدة ومحاولة تأكيد الذات وغيرها من خصوصيات هذه المرحلة.

⁵ - ابن المنظور أبو الفضل جمال الدين، مرجع سابق، ص 18.

⁶ - حامد عبد السلام زاهر، علم النفس والطفولة والمراهقة، علم الكتاب، ط5، القاهرة، 2001، ص323.

⁷ - معن خليل عمر، علم المشكلات الاجتماعية، دار الشروق، ط1، عمان 1998، ص238.

7- الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى بعنوان:

دور الاختلاط في التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ الطور المتوسط.⁸

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة دور الإختلاط في حصة التربية البدنية على التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط حسب متغير المنطقة، حيث إفترض الباحث انه هناك فروق دال إحصائيا بين ذكور المناطق الريفية لصالح قاطني المناطق الحضرية في التفاعل الاجتماعي ولإثبات ذلك فقد تم إستخدام المنهج الوصفي بطريقة الإستبيان على 270 تلميذة من 03 ثانويات وقد توصلت في الأخير إلى الإقتراحات التالية من بينها:

- يجب توفير شروط الممارسة بالثانويات من وسائل بيداغوجية ومنشآت وهياكل وتجهيزات خاصة بالرياضة.
- القيام بتنظيم منافسات ودوريات في الرياضة بين الأقسام التربوية مما يساهم في مشاركة الفتاة.
- ترغيب تشجيع المرأة في الرياضة التي تساعد على الإبتعاد عن العزلة.
- إبراز الدور الفعال للأولياء وعلاقتهم ببناتهم من حيث التأثير والتأثير.
- تحسيس المرأة بمدى أهمية التربية البدنية والرياضية

⁸ - يحي بن العربي، دور الاختلاط في التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ الطور المتوسط، (رسالة ماجستير منشورة)، في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص العلوم الإجتماعية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، جامعة الجزائر - 3، الموسم الجامعي 2008-2009.

الدراسة الثانية بعنوان:

التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي

وعلاقته بعملية التعلم الحركي خلال النشاط البدني الرياضي.⁹

يدور موضوع البحث حول محور أساسي وهو الكشف عن العلاقة بين المكانة الاجتماعية لتلميذ مرحلة التعليم الثانوي، والتي يدركها من خلال معاملة الآخرين له خلال عملية التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وبين عملية التعلم الحركي عنده، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، حيث شملت عينة البحث 108 تلميذا اختيروا من تلاميذ المرحلة الثانوية للصفوف الدراسية الثلاثة من ثانوية مولود قاسم بالخروب، ولتحقيق الهدف من الدراسة قام الباحث بدراسة التلاميذ في الوضعيات الاجتماعية التفاعلية المختلفة التي يعيشونها أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي، باستعمال مقياس "مورينو" للتفاعل الاجتماعي "الاختبار السوسيوامتري" إضافة إلى استعمال الملاحظة بالمشاركة في مواقف العمل واللعب، وتطبيق اختبارات التعلم الحركي في نشاطي كرة اليد والكرة الطائرة، ومن خلال النتائج المتوصل إليها، خلص الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- توجد علاقة ارتباطية بين المكانة الاجتماعية الممنوحة للتلميذ من خلال عملية التفاعل الاجتماعي مع زملائه وبين عملية التعلم الحركي عنده.
- تتفاوت الأنشطة الرياضية المختلفة في درجة مساعدتها على دمج التلميذ المعزول وجلب اهتمامه، وزيادة الثقة والتماسك بين أفراد الجماعة وذلك حسب متطلباتها وما تتيح للتلميذ من فرصة لإبراز قدراته ومهاراته، ومع ذلك فهي تساعد على نمو شخصية التلميذ بجميع جوانبها.
- عملية التعلم الحركي لا تعتمد فقط على الاستعداد الجسمي والعقلي، إنما تعتمد وبدرجة لا تقل أهمية على العوامل المحيطة به، لذلك نقول إذا فشل التلميذ في التعلم فيجب أن نبحت عن السبب عند المربي، وفي جماعة قسمه وفي بيته قبل أن نسأل عن ذكاء الطفل وقدراته .

⁹ - أحمد حيمود، التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقته بعملية التعلم الحركي خلال النشاط البدني الرياضي (رسالة ماجستير منشورة)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة قسنطينة 2- عبد الحميد مهري، الجزائر، الموسم الجامعي 2015/2016.

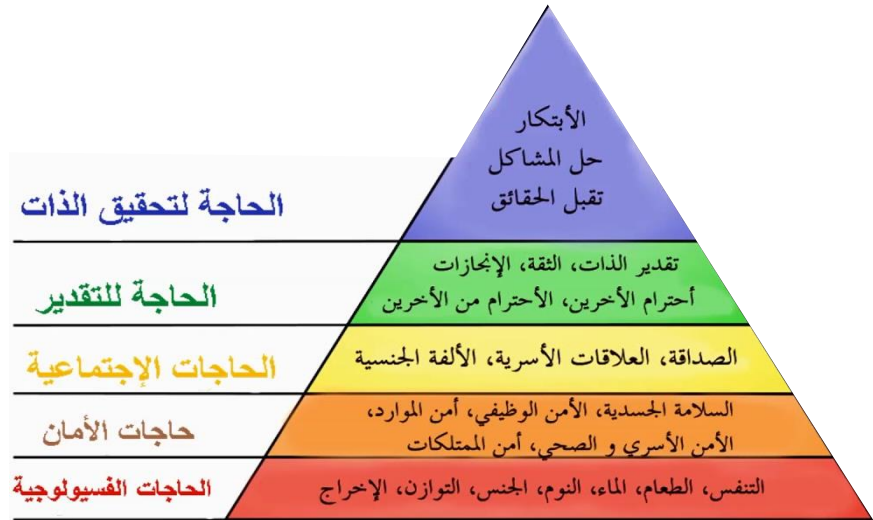
التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال العرض السابق للدراسات أنه:
تتطابق الدراسة الحالية مع الدراسة السابق الأولى في أساليب الدراسة والمنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي وتختلفان في العينة على عكس الدراسة الثانية.
وقد تميزت هذه الدراسة عن الدراسات الأخرى أنها تناولت العوامل الاجتماعية المؤدية إلى عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية وهو ما لم تتناوله أية دراسة سابقة.

8- المقاربة النظرية:

طلب فهم السلوك الإنساني معرفة الدوافع الأساسية للسلوك فالإنسان لا يتحرك ولا يمارس نشاطاته الترويحية إلا بدافع، وتختلف الدوافع باختلاف الحاجة وتأثيرها، لذلك فقد تم إعتداد في مقاربتنا النظرية إلى نظرية الحاجات الإنسانية عند ماسلو.

الشكل رقم (1): يمثل هرم ماسلو لتصنيف الحاجات الإنسانية



ان الاشتراك في النشاط الرياضي يجب ان يكون اختيارياً فالإجبار يساعد على اكتشاف المرأة لذاتها ولا يساعد على تنمية التعبير الحر الخلاق والرغبة في المعرفة والابتكار والسعادة الشخصية.

ومهما كان نوع النشاط الممارس فانه يعتمد أساسا على ممارسته على الدافع، فإذا كان الدافع هو السعادة الشخصية وكان غرض النشاط في ذاته نشاط ترويجي أما الفوائد الجانبية كالصحة واللياقة البدنية والتعرف على أصدقاء جدد وتعلم حقائق ومفاهيم جديدة فتأتي مصاحبة للنشاط ونتيجة للممارسة.

وأيا كانت الآراء فهناك وقت يكون الفرد اقل تحملاً للمسؤولية وقد عرف هذا الوقت على انه الوقت الحر أو وقت الفراغ وهو ذلك الوقت الذي يفعل فيه الفرد ما يحلو له. وان أهم الدوافع لممارسة النشاط الرياضي حسب رأي بريثيل¹⁰:

1- الحاجة إلى التعبير والابتكار.

2- الحاجة إلى الانتماء.

3- الحاجة إلى المنافسة.

4- الحاجة إلى الحركة والنشاط.

5- الحاجة إلى الشعور بالأهمية.

6- الحاجة إلى ممارسة خبرات جديدة والشعور بالسعادة.

ومن خلال كل هذا يتضح لنا أن التربية البدنية هي تربية عن طريق ممارسة النشاط الحركي بل هي من أحدث أساليب التربية الحديثة، لأن وسيلتها هي الممارسة العملية، فهندما يشترك الفرد في نشاط رياضي موجه، مبني على أسس علمية يستفيد منها صحيا وتتمو مهارته الحركية الأساسية، وبالتالي تزداد كفاءته في الحياة، وباشتراكه في اللعب مع أقرانه تنمو الناحية الاجتماعية وترقى العلاقات الإنسانية بينهم إذن فالتربية البدنية هي جزء مكمل التربية العامة تهدف إلى تكوين الفرد ليؤدي دوره الكامل في المجتمع.

¹⁰ - تهاني عبد السلام محمد، الترويح والتربية الترويحية، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000، ص148.

الفصل الثاني: المرأة والرياضة

تمهيد

1. المرأة والرياضة
2. حق ممارسة المرأة دوليا
3. المرأة العربية والرياضة
4. أهمية ممارسة المرأة للرياضة
5. نشأة الرياضة النسوية في الجزائر
6. دوافع المرأة لممارسة النشاط الرياضي.
7. الرياضة وأثرها النفسي على المرأة.
8. العوامل الاجتماعية المؤثرة على ممارسة المرأة للرياضة.

خلاصة

تمهيد:

إن 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 الذي يسمح لها بالتعبير عن رغباتها بأية صورة كانت إما في عملها المهني أو في ممارستها للنشاطات البدنية والرياضية وتحقيق التوازن بينها وبين جسمها، وعالم الممنوعات، المعتقدات والطبوهات التي تعرقل انفتاحها كإنسان ثم امرأة ثم كرياضة بحيث مازالت بعض النساء سجينات فيه وذلك رفضاً لمواجهة التغيرات التي مست المؤسسة الاجتماعية العامة وهي الأخرى تجد نفسها في صراع بين بروز الشخصية الجديدة والحفاظ على الهوية الثقافية الأصلية.

1- المرأة والرياضة:

لقد نص الإسلام على الاهتمام بالرياضة وقد جاء هذا الحديث الشريف " علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل " وأوصانا نبينا محمد صلى الله عليه وسلم بأن نعلم أولادنا الرياضة وهذه ولا شك خير وصية يجب أن نستهدفها في عالمنا ونقول أيضا العقل السليم في الجسم السليم ومن هنا في الرياضة لها أهمية كبيرة في تكوين المجتمع وخاصة المرأة الواقع أن المرأة لها أثرها الأول في تنشئة المجتمع وفي رعاية الطفل وفي تنشئة الصحة فالرجل في عمله لا يهتم بالطفل ولكن العبء الأول في تربية هذا الطفل يقع على عاتق المرأة وعلى مسؤوليتها ومن هنا كان تقديرنا .

كما أن الرياضة والمرأة يجمع ما بين تربية الأخلاق القيم وما بين وقع على كاهلهم عبئ هذا العمل وعبئ تنشئة أفراد الأمة . أثبتت الدراسات العلمية وجود اختلافات بيولوجية بين الرجل والمرأة ولهذا يجب مراعاة هذه الفروق عند اختيار الأنشطة الرياضية للمرأة ، لأن أجهزتنا الداخلية لديها الوقاية الكافية لهذه الحركات وكان من الضروري اهتمام المرأة بلياقته البدنية عن طريق التدريب المنتظم لممارسة الرياضة¹ لكن المرأة تعاني من المسألة ورغبتها في احتلال موقعها المناسب في المجتمع حيث تواجه وباستمرار صعوبة في إثبات جدارتها ومقدرتها في إنجاز العمل المقدم لها وهذا التمييز واضح بينها وبين الرجل ولا تقتصر على مجتمع معين إنما لا تزال المرأة تعاني من عدم تقدير المجتمع بمكانتها حتى المجتمع والبلدان المتطورة صناعيا ولأسباب متعددة.

فالمرأة بكل المجتمعات يلاحقها تصور اجتماعي حول إمكاناتها الذهنية والبدنية ودورها ووظيفتها في المجتمع ما يجب أن يكون عليه من شخصية وسلوك فكل شيء مرسوم لها اجتماعيا لوظيفتها في المجتمع، فهي الأم والمربية والمعلمة والممرضة، وعندما تختار مهنة تشارك فيها الرجل، تبقى أسيرة نظرة المجتمع وتوقعاته بأنها لا تتفوق على الرجل وحتى إذا أثبتت بالجدارة والتفوق لا تسند لها وإمكاناتها الفردية. والتصور اجتماعي للمرأة يرى من اعتقاده في العموم هو أن الرياضة تقتل أنوثة المرأة وتفسد جسمها وتأثر في أجهزتها الداخلية إلا أن هذه الاعتقادات لا تجد الدليل العلمي.

ولا تزال مشاركة المرأة بالرياضة محدودة في العدد من المجتمعات لأسباب حضارية واجتماعية ودينية ، والمرأة في كل المجتمعات تنظر إلى مساواة حقيقية مع الرجال فيما يخص عرض التدريب والتشجيع والرعاية والأعمال الإدارية الخاصة بالمؤسسات الرياضية حيث أن فرس التدريب غير متكافئة مع نضيرها 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 الفرض يجب أن تمنح لكلا الجنسين بشكل متكافئ².

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

² - أمين انور الخولي، الرياضة والمجتمع، ط1، دار الفكر العربي، رجب 1418هـ، ص10.

2- حق ممارسة المرأة للرياضة دولياً:

إن الموضوعات الخاصة بحياة المرأة بالدول الأوروبية والولايات المتحدة تعد من أهم الموضوعات الشيقة في العلوم الإنسانية فقد اهتم علماء النفس والاجتماع بالمرأة وأصبح شائعاً في العدد من الكليات إقامة برامج أساسية تخصصية للمرأة كما ظهرت حركات نسائية في العديد من الشعوب وبقد كان النشاط الرياضي أكثر المجالات الخصبة للمرأة حيث يتوافر فيه الخيارات المتنوعة التي تبرز مقدرة المرأة ، وعلى الرغم من ذلك فإنه حتى سنوات قليلة كانت المرأة تلعب دوراً ثانوياً في تاريخ الرياضة³

إن العديد من الظروف الاجتماعية الحضارية والقوانين الفيدرالية في الولايات المتحدة دمجت خلال التسعينيات لتشجيع المشاركة الواسعة من قبل النساء والبنات في الرياضة التنافسية.

ففي حين كانت النساء يطالبن بالسماح لهن لممارسة بعض الألعاب الرياضية فهن الآن يسعين لبذل الجهود في كل النشاطات التقليدية (الأندية الاجتماعية) حسب وإنما في نشاطات واسعة تمتد من ركض الماراتون إلى الركبي وكرة القدم و ملاكمة المحترفين وإسوة بمعظم التحولات الحضارية فان التدفق الملحوظ للنساء و البنات في الرياضة في الولايات المتحدة ربما يقتن بإجهاذ نفسي وتوتر وأن إعادة التنظيم لجزء واجب من النشرة لا يحدث بمعزل و إنما يصاحب بانبعثات في الأجزاء القريبة التضاريس وبشكل مشابه فان 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، أن الرياضة تمثل طريقاً واضحاً جداً فيه تتنافس وتتدفع وكذلك تظهر بوضوح العديد من الحالات التي تحيط بإنجاز المرأة بشكل عام داخل المجالات الرياضية⁴

في المؤتمر العام لمنظمة التربية والعلوم والثقافة التابعة للأمم المتحدة في دورته العشرين المنعقدة بباريس في يوم الحادي والعشرين من نوفمبر 1978، أصدر ميثاق اليونسكو الدولي للتربية البدنية والرياضية. والإعلان العالمي لحقوق الإنسان يحق لكل فرد أن يتمتع بكافة الحريات والحقوق المنصوص عليها من هذا الإعلان دون تمييز أياً كان بسبب العنصر أو اللون أو الجنس (ذكر أو أنثى) أو اللغة أو الدين أو الرأي السياسي أو رأي آخر، أو الأصل القومي أو الاجتماعي أو الثروة أو البلاد، أو غير ذلك من الاعتبارات.

وأنشأ في المؤتمر اللجنة المشتركة بين الحكومات للتربية البدنية والرياضية والمسؤولة عن تعزيز التعاون الدولي في هذا المجال والصندوق الدولي للنصوص بالتربية البدنية والرياضية في العالم تحقيقاً للإعلان العالمي لحقوق الإنسان

³-خير الدين عويسي. عصام هلال، علم الاجتماع الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2005، ص 83.

⁴-مروان عبد المجيد إبراهيم، الرياضة للجميع، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الاردن، 2004

إذا يؤمن بأنه من الشروط الجوهرية لممارسة حقوق الكائن بصورة فعالة أن يكون كل فرد حراً في تنمية قواه الجسمية والعقلية والأخلاقية والمحافظة عليها وأن تكون أسباب التربية البدنية والرياضية موفرة ومكفولة لكافة الناس وإذ يؤمن بأن تنمية القوى الجسمية والعقلية والمحافظة عليها من حالها تحسين نوعية الحياة على التنمية على المستوى القومي والدولي، إذ يعتقدان التربية البدنية والرياضية تسهم بصورة فعالة في غرس القيم الإنسانية الأساسية التي تقوم عليها التنمية الكاملة للشعوب وإذ يكن أنه يجب أن تهدف التربية البدنية والرياضية إلى تعزيز الصلات بين الشعوب وبين الأفراد، بالإضافة إلى تعزيز روح المنافسة المجردة عن الغرض والنظام والإخاء، الاحترام والتفاهم المتبادل والاحترام الكامل لسلامة الإنسان وكرامته⁵

3- المرأة العربية والرياضة:

في الوطن العربي ضلت المرأة تواجه قدراً كبيراً من المعوقات ولكنها لا تختلف عن تلك التي واجهت رياضة المرأة في الثقافات الغربية ولعل أهمها التخوف من فقد الفتاة لبقارتها، فقد كان الناس يتصورون بأن الحركات التي تتصف بالمرونة أو الفجائية قد تحدث أضراراً للفتاة البكر بالإضافة إلى عنصر الاحتشام ففي المنطقة العربية تعتبر أن رياضة المرأة أمر يجافي الآداب العامة ويخدش الحياء وينفي عنها صفة الاحتشام فضلاً عن ضررتهم إلى كون الرياضة أمراً مجهداً يجافي صفات الرقة والأنوثة بما أن المرأة نصف المجتمع فقد حان الوقت لبداية رياضة المرأة وتقدمها إلى الأمام فعلى الرغم من إنشاء معاهد وكليات متخصصة في علوم التربية البدنية والرياضة خاصة بالمرأة وإن نسمع عنه في المحافل الدولية والأولمبية عن بعض إنجازات فتيات العرب، انجاز في حالات فردية عشوائية وأغلب الحالات للمقيمات في بلاد المهجر⁶.

4- أهمية ممارسة المرأة للرياضة:

إن ممارسة المرأة 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 أي البدني والعضوي التي يجب مراعاتها في برنامج التدريب والتمرين الرياضي لها ومراعاة لتركيب المرأة البيولوجي نجد أن تقنين المجهود الرياضي للمرأة يختلف عن الرجل من ناحية الكم والكيف.

⁵ حسن احمد الشافعي. سوزان احمد موسى، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، مصر، 1999، ص 403.

⁶ حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط5، عالم الكتب القاهرة، مصر، 1984 ص 243.

وممارسة المرأة للرياضة لا تقتصر على نوع أو أنواع معينة من الأنشطة الرياضية، فقد أصبح من النادر أن نجد نوعاً من أنواع الرياضة التي لم يكن يسمح لها قديماً بممارستها والتي كانت مقصورة على الرجال فقط.

منذ 40 عاماً فقط أعلن بعض علماء أمراض النساء للرياضة تؤثر على بروز عضلاتهن ويؤثر كذلك على أجهزتهن الداخلية وعلى قيامهن بالوظائف الخاصة بهن كنساء ولكن نظرية العلماء اليوم اختلفت وبدأوا يسمحون بممارسة المرأة للرياضة على المستويات المحلية والدولية وفي الدورات الأولمبية التي لم يكن مسموحاً لها قديماً وإحرازها مراتب التفوق والنجاح وعلى سبيل المثال السماح لها مثلاً: في دورة 1972 الأولمبية في سباق 500 كم عدوا لأول مرة ، كذلك في دورة مونتريال 1976 اشتركت المرأة في مباريات التجذيف وكرة اليد للمرة الأولى أيضاً⁷.

ومن بين فوائد ممارسة المرأة للرياضة نذكر منها:

- النشاط البدني يحرق الحريات، كلما نهضت وتحركت كانت حريات أكثر، ولتعلموا أن المرأة تقوم بحرق الحريات حتى عندما تقوم بحركات اعتيادية مثل تشغيل المكينة الكهربائية أو الصعود أو الهبوط في درج المنزل.
- التمارين تساعد المرأة النجاح الكبير في برنامج تخفيض الوزن، فالكثيرون من البشر يصلون خط النهاية حتى يبدو لهم أن الحماية الغذائية وكمية التمارين تعطي دفعة أخرى لتبدأ المرأة من جديد بفقدان الوزن، كما أن تمارين القوة تساعد أكثر على بناء العضلات وحرق المزيد من الدهون
- التمارين تساعد المرأة على زيادة السرعة الاستقبالية للجسم وستبقى هذه السرعة مرتفعة لوقت طويل حتى عند توقف النشاط، لذلك يأكل الأشخاص النشطون ما يشاؤون دون أن يزيدهم وزنها بينما يزداد الكسالى في وزنها بمجرد رؤيتهم للطعام.
- تساعد التمارين وخاصة الصباحية منها على النوم بشكل أفضل ولكن على المرأة تجنب ممارسة الرياضة في المساء 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 هرمون السعادة (إندورفيني) فهذا الهرمون هو نفسه الذي يفرز عند الوقوع في الحب بشكل أو تتناول الشكولاتة.
- 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 كالكاآبة.

⁷-أحمد حسن الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية مصر، 1992، ص 53.

- الرياضة تساعد على الصبر والتحمل وذلك عن طريق تدريب جسمك على أن يكون أكثر مرونة وحركة مستخدما كمية طاقة أقل.
- الرياضة هي مفتاح التحكم في وزن الجسم لأنها تساعد على حرق السعرات الحرارية الزائدة ، بالتالي بقاء الجسم دائما في وزن وشكل جيد⁸
- وتشير التوصيات الخاصة بالرياضة الحمل، أن الحامل تحتاج إلى 30 دقيقة من التريص يوميا، إن لم يكن يوميا على الأقل مرة في الأسبوع وفوائد الرياضة للحامل كثيرة - نسرد أبرزها:
- ✓ التقليل من زيادة الوزن أثناء الحمل
- ✓ تقليل متوسط وقت الولادة
- ✓ مضاعفات ولادة أقل
- ✓ نقاهة أسرع بعد الولادة⁹

5- نشأة الرياضة النسوية في الجزائر:

إن الرياضة النسوية في الجزائر ظاهرة حديثة ، بدأ الاهتمام بها بعد الاستقلال إذ في عهد الاستعمار الفرنسي إقتصرت الممارسة الرياضية على الرجال وذلك لغرض الدفاع عن الوطن أما ما يسمى بالرياضة النسوية فلم يكن لها وجود في تلك الفترة إذا إقتصرت دورها على حراسة البيت وتربية الأولاد وبعد الإستقلال مرت المرأة الجزائرية من رهينة البيت إلى المرأة المستقلة المتحررة المناضلة تثبت مدى جدارتها في الميدان الرياضي فأصبحت تمارس حصة التربية البدنية بكل حرية وبكثرة، ولم تقتصر في المدارس فقط وإنما أصبحت في النوادي والجمعيات وفي السنوات الأخيرة إزدادت مشاركة الرياضات الجزائرية في عدة بطولات وطنية وعربية وإفريقية وعالمية كالألعاب الأولمبية.

ورغم هذا مازالت المرأة الجزائرية تتعرض للمضايقات والتهديدات وواجهتها عدة عقبات ومشاكل خاصة فيما يتعلق بالعادات والتقاليد المحافظة والتي أثرت كثيرا على الممارسة النسوية للتربية البدنية كما تأثرت بالفوارق الموجودة بين الجنسين على المستوى بعض الرياضات وبهذا نستطيع القول أن المجتمع الجزائري بدأ يتقبل نوعا ما صورة المرأة الرياضية في المدارس أو في النوادي وذلك بعد الإنتصارات التي حققتها بعض الرياضات في المنافسات الدولية¹⁰.

⁸-منتديات الزهراوي، عبد الرحمان أقرع، الطب الرياضي، الرياضة النسوية.

الموقع: <https://mawdoo3.com>، يوم 2020/09/24 على الساعة 16:00 سا.

⁹- المنتديات الرياضية - العقل السليم في الجسم السليم، الرياضة وفوائدها على صحة الإنسان.

الموقع: <http://newsabah.com/newspaper/236860>، يوم 2020/09/24 على الساعة 16:00 سا.

¹⁰-Meriem kerzebi, la championnes dans le sport algérien doctorat. D'état. S/s Alger

1996. P 85.

6-دوافع المرأة لممارسة النشاط الرياضي:

ان الاشتراك في النشاط الرياضي يجب ان يكون اختيارياً فالإجبار يساعد على اكتشاف المرأة لذاتها ولا يساعد على تنمية التعبير الحر الخلاق والرغبة في المعرفة والابتكار والسعادة الشخصية.

ومهما كان نوع النشاط الممارس فانه يعتمد أساساً على ممارسته على الدافع ، فإذا كان الدافع هو السعادة الشخصية وكان غرض النشاط في ذاته نشاط ترويجي أما الفوائد الجانبية كالصحة واللياقة البدنية والتعرف على أصدقاء جدد وتعلم حقائق ومفاهيم جديدة فتأتي مصاحبة للنشاط ونتيجة للممارسة¹¹.

وأياً كانت الآراء فهناك وقت يكون الفرد اقل تحملاً للمسؤولية وقد عرف هذا الوقت على انه الوقت الحر أو وقت الفراغ وهو ذلك الوقت الذي يفعل فيه الفرد ما يحلو له.¹² وان أهم الدوافع لممارسة النشاط الرياضي حسب راي بريثيل¹³:

- 1- الحاجة إلى التعبير والابتكار.
 - 2- الحاجة إلى الانتماء.
 - 3- الحاجة إلى المنافسة.
 - 4- الحاجة إلى الحركة والنشاط.
 - 5- الحاجة إلى الشعور بالأهمية.
 - 6- الحاجة إلى ممارسة خبرات جديدة والشعور بالسعادة.
- معوقات ممارسة النشاط الرياضي في الجزائر¹⁴ :

- المعتقد الديني.
- غياب الأمن والسلامة.
- قلة الوقت المتوفر.
- استخدام التكنولوجيا كالكومبيوتر والانترنت.
- تأثير الأصدقاء.
- تأثير الوالدين.

¹¹ - محمد محمد حامد الأفندي، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية، دار الهنا للطباعة، 1975، القاهرة، ص445.

¹² - كمال درويش وأمين الخولي، أصول الترويج وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، عمان، 1990، ص210

¹³ - تهناني عبد السلام محمد، مرجع سابق، ص148.

¹⁴ عيد محمد كنعان، معوقات مشاركة طالبات مدارس شمال الأردن في الأنشطة الرياضية المدرسية، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، المجلد 26، العدد 04، 2010، ص491-492.

- تأثير المعلمين.
- غياب التسهيلات الرياضية والتكلفة العالية لاستخدامها.
- الجانب الثقافي والاجتماعي.
- قلة وجود الصالات الرياضية المتخصصة النسوية.
- انعدام الكادر التخصصي النسوي¹⁵.
- عدم استغلال فرص العمل الرياضي للنساء.
- البيئة المدرسية التي تتولى مهمة تشكيل الميول والاتجاهات لم تقم بدورها الريادي في مجال الرياضة النسوية.

8- الرياضة وأثرها النفسي على المرأة:

لقد شغلت الرياضة أذهان العديد من علماء النفس والمفكرين فقد ناقش البعض وحدد نظرياته بالتخلص من الطاقة الزائدة واتفق آخرون على انه شحن الطاقة ثم شرح بعض علماء النفس الرياضي من وجهة نظر أخرى وهي الحاجة إلى الاسترخاء وكانت هناك وجهة نظر تقول إن الثقافة تنبثق وتنشأ في شكل الرياضة¹⁶.

إذن فعنصر الرياضة يختبأ كلياً وراء الظواهر الثقافية وبمرور الوقت وبتقدم الحضارات فان الرياضة النسوية تؤكد نفسها وبقوة كبيرة غامرة للفرد والجماعة في حالة من الانفعال العاطفي الهائل يظهر كنتيجة لممارستها فمثلاً يمكن للعبة الشطرنج ان تستحوذ وتبهر المتفرج علماً أن لا علاقة لما بنمو وازدهار الثقافة ولكن بمجرد وضوح (إن اللعبة جميلة) تبعاً لقيمتها الثقافية فان لها من القيم الجماعية التي لا يمكن الاستغناء عنها ومن الممكن ان للميزات البدنية والعقلية والأخلاقية والوجدانية للرياضة النسوية أن ترفع من قيمته الى المستوى الثقافي كما في كرة القدم وكذلك إن المهرجانات والاحتفالات الشعبية إحدى الوجوه الثقافية فحاجة المرأة للرياضة النسوية حاجة إنسانية ولها أهميتها وهدفها الأساسي هي السعادة التي ينشدها كل فرد مهما اختلف في الجنس والعقيدة واللون فهي النتيجة الجانبية لحياة تتسم بالاتزان فله مكانه متميزة في جعل الحياة متزنة ما بين العمل والراحة فتكتمل الحياة في معناها وتزداد في رونقها بالرياضة النسوية فتصبح أكثر إشراقاً وأكثر بهجة¹⁷.

وهناك قوى مؤثرة دافعة لمعظم النساء تتمثل في البحث عن السعادة والسعي إليها وحب المخاطرة والرغبة في الوصول إلى هدف ما والرياضة توفر فرصاً لا حصر لها لمقابلة هذه الرغبات.

¹⁵-الموقع: www.magazin.imn iq.net، تم الاطلاع على الموقع بتاريخ 2020/05/05، الساعة 16:30 زوالاً.

¹⁶ - مأمون صالح، الشخصية (بناءها، تكوينها، انماطها، اضطراباتها)، عمان، دار أسامة للنشر، 2008، ص97.

¹⁷- تهناني عبد السلام محمد، مرجع سابق، ص92-93.

وترتبط السعادة دائماً في التحدي والإصرار لعمل شيء ما أو للوصول لهدف ما فالأمل والمرح والغبطة علاج لأمراض العصر كالملل والقلق ، فالملل يسبب أمراض كثيرة كالتي تسببها الضغوط النفسية والتعب ويمكن ان ينتج الملل من عدم التنوع أو التجديد في العمل أو أداء أعمال لا تتفق مع الرغبات والاهتمامات والاستعدادات للفرد¹⁸.

وفي الملل يقل الطموح والرغبة والاهتمام والإبداع والابتكار وينتج عن ذلك كله التعب ولا يُعالج إلا بممارسة نشاط يشعر الفرد برغبة لممارسته.

ويشعر كذلك بسعادة وراحة نفسية لمجرد الاستعداد الذهني لممارسة ذلك النشاط الهادف البناء إذن فالرياضة صمام الأمان الواقعي من الملل والضيق والتي من خلاله تنطلق طاقات الإنسان وتظهر مواهبه وتنمو معلوماته ويتغير ويتطور سلوكه في اتجاه طيب وهذا هو هدف التربية الرياضية وهذه السعادة التي تمنحها الرياضة للمرأة من خلال استخدام القدرات العقلية كما في الشطرنج وممارسة خبرات عاطفية مثل الردود العاطفية عند ممارسة الألعاب الجماعية مثلاً وكذلك التمتع بالجمال مثلاً عند تناسق وإيقاع حركات الرياضة المترحلة على الجليد فتدعو الحركات الرشيقة إلى الشعور بالسعادة أو عند مساعدة الآخرين بالملعب أو عند الاسترخاء كما في تمارين (اليوغا) فالإنجاز الشخصي الذي ينتج من خلال ممارسة الرياضة يؤدي للاستقرار والسعادة الشخصية¹⁹.

9-العوامل الاجتماعية المؤثرة على ممارسة المرأة للرياضة.

أ/التنشئة الاجتماعية:

هي عملية التطبيع الاجتماعي للإنسان، أوهي عملية بناء الشخصية الإنسانية التي يتحول خلالها الفرد من كائن بيولوجي عند مولده إلى كائن اجتماعي، فيتعلم ممن سبقوه إلى الحياة وينمي استعداداته ويسهم بدوره في التأثير على ثقافة المجتمع الذي يعيش فيه ويتم التنشئة من خلال وسائط التنشئة الاجتماعية منها الأسرة، المدرسة، الإعلام، جماعات الرفاق، النوادي²⁰.

¹⁸- تهناني عبد السلام محمد، مرجع سابق، ص103.

¹⁹- تهناني عبد السلام محمد، مرجع سابق، ص106-114.

²⁰- إسماعيل عبد الفتاح عبد الكاف، موسوعة مصطلحات الطفولة، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 2005،

كما أنها "عملية تعلم قائمة على أساس تعديل أو تغيير في السلوك نتيجة التعرض لخبرات وممارسات معينة خاصة بكل ما يتعلق بالسلوك الاجتماعي لدى الإنسان²¹.

ب/ الأسرة:

إن الأسرة هي الخلية الأولى التي يتكون منها المجتمع وهي أكثر الظواهر الاجتماعية عمومية وانتشاراً، فلا يخلو أي مجتمع من النظام الأسري، وهي تعد من أهم الجماعات وأعظمها تأثيراً في حياة الأفراد.

ولقد تأثرت الأسرة بفعل التطور الصناعي والتكنولوجي وأطفى عليها تغييراً لا مفر منه، كما أثر على المرأة باعتبارها محور العلاقات فيها.

الأسرة نتاج اجتماعي يعكس صورة المجتمع الذي توجد وتتطور فيه، ففي مجتمع سكوني تبقى البنية الأسرية مطابقة له، وفي مجتمع تطوري أو ثوري فإن الأسرة تتحول حسب إيقاع وظروف التطور لهذا المجتمع²².

ج/ المدرسة والتنشئة الاجتماعية:

إن المدرسة من حيث كونها مؤسسة تعليمية تربوية اجتماعية تحاول تحديد أهدافها لكي تقوم حياة دراسية سليمة، والتنشئة الاجتماعية في المدرسة يمكن أن تتحقق عن طريق:

التمييز الواضح للسلوك البنائي، تحديد عنصر المكافآت للسلوك الملائم ثقافياً، تحديد عنصر العقاب للسلوك الغير ملائم، اكتساب الحد الأدنى من الثقافات الجديدة.²³

وتظهر هذه المظاهر بصورة واضحة عند انتقال التلميذ من صف لصف آخر أو من مدرسة لمدرسة أخرى، فعملية التعلم تساعد على تحقيق الأدوار الجديدة، كما تساعد على انجازها.

ومن جهة أخرى يركز أصحاب هذا الاتجاه على أهمية التدريب المهني للمدرسة أو للفئات الإدارية (ولذلك لتمكينهم من أداء أدوارهم بصورة سليمة)²⁴.

²¹ - سمير سعيد حجازي، معجم مصطلحات الحديثة في علم النفس والاجتماع ونظرية المعرفة، دار الكتب العلمية، لبنان، 2005، ص 180.

²² - بوتفوشيت مصطفى. ترجمة دمري أحمد ، العائلة الجزائرية التطور والخصائص الحديثة، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، 1984، ص 14.

²³ - طارق السيد، أساسيات في علم الاجتماع المدرسي، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية مصر، ص 29.

²⁴ - عبد الله محمد عبد الرحمن، علم اجتماع المدرسة، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2001. ص 49-50.

ويحاول هذا الاتجاه تحليل عملية "تنشئة التلاميذ منذ الروضة وفي المرحلة الثانوية والجامعية، فالتلاميذ يكتسبون أدوارا جديدة في كل مرحلة، ولا سيما في مرحلة التعليم الأساسي فهي تساعد التلاميذ على اكتساب طرق متعددة كي تمكنهم من التكيف مع البيئة الاجتماعية، وخاصة البيئة التعليمية، كما أن التنشئة الاجتماعية وعملية التعلم هما عمليتان مستمرتان، كما يهتم المنظور البنوي بصورة كبيرة بالعلاقة المزدوجة بين المنزل والمدرسة ويركز أيضا على الدور الذي يجب أن يقوم به كل من الوالدين والمعلمين في نفس الوقت، وذلك من أجل تحقيق معدلات عالية من معدلات التنشئة الاجتماعية والتربوية.

د/المدرسة والرياضة النسوية:

إن مظاهر التطور التكنولوجي والتفوق العلمي مهما وصلت في مداها لن تغني عن الإطلاق عن التربية الرياضية المدرسية والجامعية ليس فقط في محيطنا العربي بل هي ضرورة وأساس في كافة أرجاء المجتمع الإنساني. إذ نجد في الرياضة الدواء الأساس لعلاج النتائج السلبية الناجمة عن التطور التكنولوجي والتقدم العلمي فلا مفر من وجوب ممارسة الرياضة في عالم أصبح في كثير من نواحي النشاط فيه بلا حركة خاضعا للآلة بكل مفاهيمها، وأمام هذا الواقع وفي المراحل الأولى نجد أن التربية الرياضية في المدرسة والجامعة لدى الشباب والفتيات خير سلاح لمواجهة الأمراض الجسدية وعلى سبيل المثال - أمراض القلب - أمراض السكري - السمنة - ولمواجهة الأمراض النفسية كالانطواء على الذات والعدوانية.

مما تقدم ننطلق إلى أهمية دور التربية الرياضية في المدارس والجامعات لدى الفتيات اللواتي هن أقل حركة نتيجة لظروف كثيرة لها واقعها وأسبابها في البيت وداخل أسوار المجتمع وخلف جدران المدارس والجامعات.

إن الفتاة التي تتدرج في المدرسة ومن ثم الجامعة على أسس وقواعد رياضية انطلاقا من دور التربية الرياضية في بناء إنسان المستقبل حيث نجدها أكثر وأدق حركة وهي الشعلة في كافة الأنشطة التي تقام سواء رياضية أو ثقافية كما وإنها تعمل على نشر التعاون من خلال الدور القيادي الذي تلعبه بين أفراد الجماعة من خلال قدرتها على ضبط العواطف والانفعالات والتحكم بالذات.

من هنا نرى أهمية التربية الرياضية في خلق القاعدة الرئيسية للارتقاء بالرياضة الوطنية ومد المنتخبات بالخامات الأساسية كذلك نجد الأمل في متابعة الفتاة الرياضية ضمن الجامعة حيث تكون قد وصلت إلى تطور علمي واضح تعرف من خلاله كيف تقدم الخدمات للوطن ولكي نصل إلى الهدف البد من وضع آلية موحدة مبنية على أسس علمية وذات خطط قصيرة وبعيدة المدى وأخيرا ولكي نصل إلى ما نصبوا إليه وضمن الضوابط والأعراف الموجودة في مجتمعنا الجزائري لابد من تهيئة جميع المستلزمات الرياضية من قاعات وملاعب مغلقة من الممكن أن تعطي للفتاة حرية ممارسة نشاطها الرياضي وهي دعوة جادة للوزارات والمديريات المعنية بهذا الأمر السعي الجاد بهذا الأمر وكل ما يتعلق به من أمور إدارية وفنية.

هـ/ جماعة الأقران:

اختلف العلماء والباحثون في تسمية جماعة معينة من الأطفال أو الشباب. فهناك من يطلق اسم جماعة الأقران، وهناك من يسميها جماعة الأصدقاء، وهناك من يسميها جماعة النواصي، وهناك من يسميها جماعة الأصدقاء، وهناك من يطلق عليها اسم جماعة الأتراب. ومهما يكن من اختلاف بين الباحثين في إطلاق التسمية على هذا النوع من التنظيم الاجتماعي، إلا أن المضمون واحد.

فتعرف جماعة الرفاق بأنها جماعة من الأفراد يلتقون في الميول والدوافع والطموحات والاهتمامات الاجتماعية، هو مجتمع تلقائي لم يتم أحد بتنظيمه، لم توضع قواعد وقوانين، انه مجتمع نابع من حاجة نفسية واجتماعية حقيقية يتميز بأنه مجتمع يستلج قلوب أفرادهِ ويستوعب بسرعة كل فرد جديد ينضم إليه، كما لا يتميز بالتفكير المنطقي، ولا يحسّ بالمسؤولية لدى وضع خطته²⁵.

تعرف جماعة الأقران بأنها بنية اجتماعية تتسم بعدد من الخصائص الاجتماعية الموجودة في عملية التطبيع الاجتماعي للطفل، حيث تتسم بتقارب الأدوار الاجتماعية بين أفرادها، ووضوح المعايير السلوكية بها، ووجود اتجاهات مشتركة بين أفرادها.

وتوفر جماعة الأقران فرصة يتعلم فيها الطفل كيف يتعامل مع أقرانه وأصدقائه، وكيف يتصرف حين يواجه العدوان من غيره. كذلك يمكن للأقران أن يساعد أحدهم الآخر في حل مشكلاته الشخصية، ذلك ان مشاركة الطفل أقرانه في مشكلاته وصراعاته ومشاعره قد يعود بالكثير من الطمأنينة على الطفل. كذلك يتأثر الطفل بما يسود بين أقرانه من قيم واتجاهات واهتمامات ... كذلك فإن مفهوم الطفل عن نفسه يتأثر إلى حد كبير بجماعة الأقران التي ينتمي لها الطفل. والولد الذي تقبله جماعة الأقران يشعر بالرضا عن نفسه، على حين أن الولد الذي ترفضه الجماعة قد لا يشعر بالرضا.

ويتأثر انصياح الطفل إلى جماعة الأقران بعدد من المتغيرات، منها عمر الطفل ... فقد كشفت بعض الدراسات أن أطفال ما قبل المدرسة لا يميلون كثيراً لمسايرة معايير الجماعة، على حين ان سلوك المسايرة يزداد خلال سنوات الطفولة المتوسطة ... وكذلك يؤثر جنس الطفل في مدى انصياحه لجماعة الرفاق، فالبنيات أكثر انصياحاً لضغوط جماعة الأقران من الأولاد ... كما تلعب سمات الشخصية دوراً في مدى انصياح الطفل لجماعة الأقران.. فالطفل الاتكالي، القلق، الذي لا يحسن تقدير ذاته، أميل إلى الانصياح من الطفل المستقل.

²⁵ -حسن محمود، الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية للنشر للطباعة والنشر، بيروت، 1981. ص 73.

وتعتبر جماعة الرفاق مؤسسة من مؤسسات التنشئة لما لها من آثار متبادلة مؤثرة في شخصية الطفل فهي تكسب الطفل أنماط سلوكية معينة إيجابية أو سلبية، وتسهم في غرس آداب معينة وتتيح للأفراد كيفية التعامل مع بعضهم البعض وفي التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم. ومن خلال إجرائنا للمقابلات تبين لنا أن جماعة الرفاق تؤثر سلباً في سلوكيات بعض التلميذات²⁶.

و/الدين:

أكد عدد من علماء الدين أن ممارسة المرأة للرياضة ليست جائزة فقط، بل تعتبر ضرورة شرعية، لأنها وسيلة من وسائل الحفاظ على جسم الإنسان وهي من الضرورات التي نادى بها ديننا الحنيف، وأشاروا إلى أن تخصيص يوم رياضي من الأفكار التي تساعد الجميع على ممارسة الرياضة، لافتين إلى أن الإسلام اعتنى عناية كبيرة بصحة الإنسان.

إن الشريعة الإسلامية تحث على تقوية الأجساد والمحافظة على الصحة وجعلت ممارسة الألعاب الرياضية حقاً مشروعاً للذكر والأنثى طالما أن ذلك في إطار الضوابط الشرعية، وأوضحوا أن تخصيص يوم رياضي من الأفكار التي تساعد الجميع على ممارسة الرياضة.

كذلك نظر الإسلام إلى الإنسان نظرة شمولية، هذا الإنسان هو عبارة عن البدن، وعن النفس، وعن الروح، وعن القلب، فجاء الإسلام فنظم كل هذه الجوانب، فنظم الفكر من خلال التصورات الصحيحة نحو الكون، ونحو الخالق، ونحو تعمير الكون على ضوء منهج الله سبحانه وتعالى، ونظم الروح كذلك من خلال تصفيتها وتهذيبها بالعبادات الروحية، ولذلك الصوم يسمى رياضة، يعني فاختر شهر الصيام وهو شهر رياضة النفس، وتهذيب النفس، ومن عادة الإسلام ومصطلحات الإسلام أنها لها جانب مادي وجانب معنوي، فالرياضة جانبها النفسي الصوم وتهذيب النفس وترويض النفس، وجانبها المادي الرياضة بجميع أنواعها²⁷.

ز/جوانب رياضية دينية:

أكد علماء الشريعة أن الإسلام حث حثاً شديداً على الرياضة، ولكنه في نفس الوقت وضع ضوابط لها، مشيراً إلى أنه يمزج بين الجانب العبادي والجانب الرياضي أيضاً، فمعظم العبادات - وهي الأركان - فيها جوانب رياضية، ولكننا نحن لا نؤديها على أنها رياضة، وإنما نؤديها عبادة، فتحولت الرياضة بالنية والعمل إلى عبادة، الصلاة هي في حقيقتها عبادة، لكنها في واقعها فيها يعني حركات في غاية من الأهمية بالنسبة

²⁶ -حسن محمود، مرجع سابق، ص 79-80.

²⁷ -علي محيي الدين القره داغي، إتحاد العلماء المسلمين مظلة العلم والعلماء، جريدة الوطن، العدد، 20 نوفمبر 2016،

للرياضة، حتى إنني قرأت بحثاً أن هناك بعض العضلات وبعض الأجزاء من الإنسان لا تتحرك إلا عند السجود.

لا شك أن ممارسة النساء للرياضة من حيث المبدأ جائزة شرعاً، ولكن هناك ضوابط وشروط لا بد من توافرها في كل عمل تقوم به النساء وحتى الرجال، ومن أهم ضوابط رياضة النساء هي عدم التبرج وكشف العورة الشرعية وعدم الاختلاط الذي يؤدي إلى الاحتكاك، ولذلك ورد أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - عندما تسابق مع السيدة عائشة - رضي الله عنها - قدم الرجال وأخر عائشة عنهم، وهذا مؤشر لأمرين مهمين: الأمر الأول مشروعية الرياضة للنساء، والأمر الثاني الضوابط الشرعية وخصوصية النساء في هذا المجال، ولابد أن نعلم أيضاً أنه لا ينبغي الجري وراء كل ما يفعله الغرب فنفعله، فهناك أشياء وأعمال لا يمكن أن تصح على ضوء شريعتنا²⁸.

ح/ المستوى الثقافي للأسرة:

لاريب انه كلما كان هناك تكافؤ في المستوى التعليمي والثقافي للوالدين كلما كانت الأسرة أكثر استقراراً، وزادت مساحة التفاهم المشترك بين الوالدين وفي المجتمعات الريفية لا يوجد تباين كبير بين فئات الأسر في المجتمع الريفي بل هناك تجانس نسبي.

وقد تتعارض أساليب التربية والمطالب التي يفرضها الكبار على الطفل مع تصرفاتهم هم أنفسهم فيعاني الطفل من جراء ذلك وتعرض شخصيته للضرر والانحراف ومن ثم فإن التناسق بين أساليب التربية المختلفة مع القدوة في بيئة الطفل أمر بالغ الأهمية لتنشئة الطفل وتكامل شخصيته وهكذا تتضح أهمية الأسرة وأهمية الثقافة الأسرية في تكوين شخصيات الأبناء على أسس سوية فالأسرة هي التي تضع الأساس الذي يقوم عليه بناء الذات والشخصية للطفل والمستوى التعليمي والثقافي لها يمثل ركيزة أساسية في توجيه الطفل وتنشئته تنشئة اجتماعية سوية.

وقد تمثل الأسرة ثقافة تنسجم قيمها الأساسية مع ثقافة المجتمع أو قد تختلف عنها بقدر يتفاوت في مداه وشدته، وكما تكون الأسرة يكون الأطفال في اغلب الأحيان ويتوقف هذا الوضع بالنسبة للأسر المختلفة في المجتمع على درجة تماسك النظام الاجتماعي وتكامل الثقافة في المجتمع.

والمستوى الثقافي للأسرة يؤثر على مدى إدراكها لحاجات الطفل وكيفية إشباعها والأساليب التربوية التي تتبع في معاملة الطفل وإشباع حاجاته كما يؤثر في مدى إقبال الوالدين على الاستعانة بالجهات المتخصصة في تربية الطفل كذلك يؤثر المستوى التعليمي والثقافي للأسرة في أساليب التنشئة الاجتماعية المستخدمة مع الطفل فإذا كان الوالدان على درجة متكافئة تعليمياً أدى ذلك إلى استخدام أساليب تربوية في التنشئة المتبعة مع الطفل مثل أسلوب الحرية والديمقراطية في الشخصية وتوفير كافة المعلومات التي يريدها الطفل،

²⁸ - الموقع: <https://www.al-watan.com/news-details/id/175011#>

تم الإطلاع على الموقع بتاريخ 2020/05/05، الساعة 15:30 زوالاً.

كذلك استخدام الأسلوب الذي يحقق الأمن النفسي للطفل والذي يقوم على عناصر الحب والقبول والاستقرار مع مراعاة ثبوت نوعية التعامل وعدم الذبذبة التي تؤدي إلى الشك²⁹.

ويؤدي اختلاف الميول الشخصية والقيم بين الزوجين وتباين المستوى التعليمي لكثير من المشاكل العامة بينهما والتي تنعكس على تنشئة أطفالهم.

أما عن أهمية ثقافة المرأة فتكون المرأة المثقفة سنداً لزوجها وعوناً لأبنائها، فهي تنتظر لنفسها على أنها المسؤولة الأولى عن أسرتها، وهي من تقوم برعاية أبنائها وزوجها، وتمتلك القدرة على سدّ الثغرات والمشاكل التي تظهر في حياتها الأسرية، وبالتالي إدارة شؤون البيت كاملةً وتربية الأبناء بطريقة صحيحة، وفي نفس الوقت تستطيع المرأة المثقفة القيام بدورها الاجتماعي والحضاري على أكمل وجه، فمسؤوليتها لا تنتهي بإتمام شؤون بيتها، بل تتعدّى إلى بناء مجتمعها والحفاظ على أمنه واستقراره.

ط/ موقف المجتمع من الرياضة النسوية:

إن الحياة الاجتماعية في معناها الواسع يمكن أن تعرف بأنها ذلك العامل الذي يجعل الأشخاص يشاركون في مجتمع ويؤثرون به فالحياة الاجتماعية شيء مفروض لا يمكن إنكاره والتغاضي عنه ، فهذه الحقيقة مستوحاة من الواقع المعاش ولا نحتاج إلى بحوث ، استلزام المرأة كقرينها الرجل فهي جزء من المجتمع لها مكانتها ودورها تلعبه ولكن ما نشرته شيء غير هذا الشيء الذي نهتم بدراسته هو جانب ممارسة الرياضة ومكانة المرأة فيها³⁰

والحقيقة إن الرياضة النسوية بصفة عامة قد أضحت وراء القضبان نتيجة لحكم سابق ووضعية إستهزاء هؤلاء الذي قالوا أن الرياضة النسوية باطلة فالكثير من الفتيات يعتبرن أن الرياضة ليست من حقهن وتمنعهن من الدراسة أو هي مضیعة لأشغالهن، فصورة المرأة خادمة البيت والرجل ناشط خارجه، هي التي يتمتع بها الرجل فهذا الأخير له الحق في ممارسة الرياضة بجميع أنواعها بينما هي عليها مزاولة متطلبات الحياة الاجتماعية ولكن هذه النظرية خاطئة.

إن مشكل الرياضة النسوية في المجتمع الجزائري ما هو إلا نتيجة للتناقضات واختلاف وجهات نظر المجتمع الذي يرى أن الرياضة ليست عنصر هام لأن ثقافتنا لم تؤسس على الجسد مثل الثقافات الأخرى ، بصفة عانت المرأة كثيرا من الصعوبات للاستثمار في الممارسة وحسب الدراسات فإن الفتيات ينجحن ويتلقين تشجيع من المحيط الاجتماعي³¹

²⁹ -علي الدين السيد، الأسرة والطفولة في محيط الخدمة الاجتماعية، ط2، المكتبة المركزية، القاهرة، 1997، ص108-110.

³⁰ - C. pociello , sport et société, édition vigot, France 1996 .p 25 .

³¹ A brileci : xien ces du sport – l.p.e.a tipaza- 1996 p23

خلاصة الفصل:

إن النظرة الضيقة اتجاه مشاركة المرأة في الرياضة لا تزال تقيد المرأة الرياضية، ولذلك وجب تغيير هذه النظرة الاجتماعية ولابد من توفر العوامل المختلفة المرتبطة بمشاركة المرأة في الرياضة، وهذه النظرة لا يمكن فصلها عن المعتقدات الأخرى تجاه أهمية وفاعلية مشاركة المرأة وانجازها في الميدان الرياضي، بغض النظر عن الخلقية أو القاعدة التي تستند عليها تلك المعتقدات أو الأفكار الخاصة بمشاركة المرأة في الرياضة وهذا الإسهام الجاد الجماعي كفيل بإحداث تعديل أو تكييف في العلاقات الاجتماعية التي تؤدي ترسيخ العلاقات وقيم جديدة من أجل مشاركة المرأة في الرياضة وهكذا لم يعد هناك أي مجال للشك في فائدة الرياضة الكبيرة ودورها على أداء وظائف في الحياة والمجتمع وانعكاس ذلك على رقي وتقدم الدول.

الفصل الثالث: التربية البدنية والرياضية

تمهيد

1. تعريف التربية العامة
2. خصائص التربية العامة
3. مجالات التربية العامة
4. ماهية التربية البدنية والرياضية
5. خصائص التربية البدنية والرياضية
6. أهمية واهداف التربية البدنية والرياضية
7. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية
8. علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة

خلاصة

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية والرياضية عملية تربية يكتسب الفرد من خلالها سلوكيات مختلفة تهدف إلى تحسين العلاقات الإنسانية والاجتماعية وتحقيق التكيف الاجتماعي ولها أهمية كبيرة في تربية الفرد المراهق بحيث ينشأ نشأة سليمة من الناحية الميدانية والعقلية والاجتماعية والنفسية والأخلاقية وهذا من خلال الأنشطة الرياضية وذلك لتحقيق المثل العليا والقيم الأخلاقية وعل هذا الأساس أردنا أن نبرز في هذا الفصل التربية العامة وأهميتها كما نستعرض للتربية البدنية والرياضية وذلك بالتطرق لأهدافها وأهميتها وهذا الكشف عن العلاقة الموجودة بين التربية العامة والتربية البدنية والرياضية.

1-تعريف التربية العامة:

ويعرفها "أفلاطون" التربية في إعطاء الجسم و الروح كل ما يمكن مكن الجمال والكمال.¹

" ويعرفها دور كايم " التربية هي العمل الذي تقوم به الأجيال الناضجة نحو الأجيال التي لم تتضج ولم تنهيا للانخراط في سلك الحياة الاجتماعية، وهي التي تهدف إلى تثير وتنمي لدى الطفل حالات جسمية وعقلية وذهنية يتطلبها منه مجتمعه.

والتربية تتناول شخصية الفرد من كل جوانبها البدنية لكي يشب سليم الجسم معافى من الأمراض العقلية حتى يشب صادق الحكم على الأشياء ، بعيد لنظر ، قوي الحجة ، سليم الفكر ، منطقي الرأي والصحة حتى يشب الفرد ذا صحة نفسية بعيدا عن آثار الصراع النفسي ، والوجداني وهي تعمل على تغذية وجدانيات الناشئين ، ليرقى شعورهم ويرقى إحساسهم ويقدر الجمال ، ويعملوا على الارتقاء بالذوق الإنساني العام أو على الأقل عدم تشويه الجمال فيه ².

وبهذا نستطيع القول بان التربية وسيلة للنشأة الاجتماعية أو بواسطتها يتمكن المجتمع من الحفاظ على تراثه الديني والاجتماعي وعلى استمراره³

2-خصائص التربية العامة:

تمتاز التربية بمجموعة من الصفات والخصائص يمكننا تلخيصها فيما يلي:

2-1-التربية عملية مستمرة:

التربية عملية مستمرة تعني بأنها لا تقتصر على مرحلة عمرية معينة من عمر الإنسان، بل هي عملية مستمرة معه من الولادة حتى الممات، فهي عملية إضافة وتجدد للخيرة، حيث تضيف له هذه التربية كل

¹ - شبل بدران، المرجع السابق، ص 16

² -رزقة عبد الرزاق، شبوط بن علي، دور التربية البدنية والرياضية في التخفيف من السلوكيات العدوانية لتلاميذ الطور الثانوي، (رسالة ماستر منشورة)، تخصص نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، جامعة الجزائر-3- دالي إبراهيم، الجزائر، الموسم الجامعي 2006/2005، ص11.

³ -هادي شمعان ربيع، مدخل إلى التربية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2006، ص17.

يوم من التجارب والدروس ما يمكنه من قضاء شؤون حياته اليومية وحجاته المتجددة، لذلك فالإنسان يبقى في حاجة مستمرة للتربية

2-2- التربية عملية تكاملية:

2-3- التربية لا تقتصر على جانب من جانب واحد من جوانب شخصية الفرد بل هي تتناول جميع جوانب الشخصية الجسمية والعقلية، والوجدانية والاجتماعية والنفسية والخلقية بشكل متكامل، وهي أيضا عملية تربية الضمير الإنساني وستخير عواطفه في مجال الغير والابتعاد عن فعل الشر.

2-4- التربية عملية إنسانية:

التربية عملية إنسانية و مختصة بالإنسان وحده دون سائر الكائنات الأخرى، أي هي أمر اخص به الله سبحانه الكائن الإنساني، ومميزة بها لان ذلك يحقق الهدف الذي في سبيله أوجه الإنسان على هذه الأرض¹

3-مجالات التربية العامة:

إن مفهوم التربية يتسع لعدة مجالات لذا لا يمكن حصرها في مجال واحد، بل يجب أن يكون دور كل من المجالات التي تستدرکها مكملة لدور بقية المجالات ومنه الأسرة، المدرسة والمجتمع هم الذين يمثلون هذه المجالات التي سندركها.

1-الأسرة: وتعتبر المبدأ الأول للعامل التربوي يشارك كل أفراد الأسرة في العناية بالطفل فتغذيته وتعليمه اللغة وتعويده بعض العادات الاجتماعية وشرح آداب المجتمع له إذا فهي تقوم بعملية تربية.

2-المدرسة: وفيها يتلقى الطفل التربية والتعليم المقصورين بما فيها النشاطات الاجتماعية العلمية والرياضية والفنية فهي تصب كلها في عمل تربوي.

3-المجتمع: بما يحتويه من مؤسسات دينية ثقافية اجتماعية و سياسية كلها تساهم في توجيه الفرد مثل معين و القيام بواجبات اجتماعية مفيدة و تزوده بالعادات التي تجعله يحسن العيش مع الجماعة إذا فهو يقوم بعملية التربية فالتربية تعني كل عملية تؤثر في الإنسان و توجه سلوكه و نمو جسمه و عقله و هنا

¹-أحمد محمد الطيب، أصول التربية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1999، ص11.

يتضح أن التربية عملية ضرورية مثل الطعام للجسم فكما أن الطعام يحفظ بناء الجسم و استمراره في الحياة فكذا التربية تضمن الحياة و توجيهها وجهة صالحة سليمة و مستمرة¹

4- ماهية التربية البدنية والرياضية:

يعتقد الكثير من الناس أن التربية البدنية هي مختلف الألعاب الرياضة أو أنها أرجل وأذرع قوية أو أنها تربية للأجسام فهذا الفهم يكون مهملًا أمام التعريف الحقيقي

أو بالأحرى يشكل جزءًا من التعريف فقد عرف بعض الدكاترة للتربية البدنية على أنها:

-**ناش:** التربية البدنية هي جزء من التربية العامة تشغل دوافع النشاط الطبيعي في الفرد لتنميته من النواحي العضوية والتوافقية والانفعالية

- **محمد سعيد عزمي:** التربية البدنية عنصر من عناصر التربية و علاقتها بالتربية هي علاقة الجزء بالكل فهي تعمل على تعديل سلوك الفرد عن طريق أوجه النشاط المختلفة كما أنها ليست مظهر من مظاهر التربية².

-**شارمان:** تعتبر التربية البدنية ذلك الجزء من التربية العامة والذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الإنسان والذي ينتج عنه اكتساب الفرد بع الاتجاهات السلوكية.

- **تشارلز بيوكر:** أنها جزء من التربية العامة و في ميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و ذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق هذه الأغراض³.

ومهما تعددت التعاريف الخاصة بالتربية البدنية سواء القديمة أو الحديثة إلا أنها تشترك في أن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن تكوينًا شاملاً وعقليًا وانفعاليًا واجتماعيًا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار بغرض تحقيق هذه الأهداف.

5- خصائص التربية البدنية والرياضية:

تتميز التربية البدنية والرياضية عن غيرها من النظم التربوية بعدد من الخصائص لأهميتها:
-اعتمادها على اللعب كشكل رئيسي للأنشطة.

¹ - تركي رايح، أصول التربية والتعليم، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990، ص16.

² - محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية، 1996، ص18.

³ - رزقة عبد الرزاق وزملاءه، مرجع سابق، ص 11.

-اعتمادها على التنوع الواسع للأنشطة، مما يساعد على مصادفة جميع أنواع الفروق الفردية لدى التلاميذ.
-ارتباطها بالرياضة إذ تزود الشباب بحركة ثقافية تساهم على إحراز مكانة اجتماعية.
-اكتساب الخصال والقيم المتصلة بالمعايير والأخلاق والآداب وغالبا ما يكون بطرق غير مباشرة في ظروف حيوية ديناميكية بعيدة عن التلقين.
وقد أوردت "وسيت بونشر 1987 " بعض الإسهامات التربوية يمكن أن تعبر بوضوح عن طبيعة العلاقات بين التربوي منها "

- مساهمة التربية البدنية والرياضية في زيادة التحصيل العلمي.
- الصلة القوية للنشاط الحركي للعمليات العقلية.
- مساهمة التربية البدنية والرياضية في فهم جسم الإنسان.
- مساهمتها في فهم دور الرياضة والثقافة العالمية وتوجيهها لحياة الفرد نحو أهداف نافعة.
- المساهمة في الاستهلاك الموضوعي للبضائع والخدمات
- المساهمة في تنمية قيمة التعامل ونشر مفاهيم اللعب الشريفة والروح الرياضية
- المساهمة في تنمية الاعتبارات الإنسانية والتأكيد عليها
- المساهمة في تنمية المهارات التي يمكن أن تفيد في الترويج وفي أوقات الراحة.

6-أهمية وأهداف التربية البدنية والرياضية:

أ/ أهمية التربية البدنية والرياضية:

ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني ما ذكره "سقراط" المفكر الإغريقي وأبوا الفلسفة: "على المواطن أن يمارس التمارين البدنية للحفاظ على اللياقة البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي " كما ذكر المفكر "شيلر "بماهيات التربية البدنية أن الإنسان يكون أنسانا فقط عندما يلعب.

يعتقد المفكر "ريد" أن التربية البدنية والرياضية تمدنا بتهديب الإدارة ويقول إنه لا يتأسف على الوقت الذي يخصصه للألعاب، بل أنه على النقيض، الوقت الوحيد الذي يمضي على خروجه "وذكر المربي الأماني "جونس مونسون" أن الناس تلعب من أجل أن يتعافوا وينشطوا أنفسهم.

ب/الأهداف العامة التربية البدنية والرياضية:

-هدف التنمية البدنية:

تسهم التربية البدنية والرياضية في الارتقاء بالإدلاء البدني والوظيفي للإنسان، ولأنه يتصل بصفة الإنسان ولياقتها البدنية يعد من أهم أهداف التربية البدنية الرياضية التي تعمل على تطوير وتحسين وظائف أعضاء جسم الإنسان من خلال الأنشطة البدنية والعضوية قيما بدنية وجسمية مهمة تصلح لأن تكون أغراضها ملائمة ومهمة على المستويين التربوي والاجتماعي وتتمثل في:

-اللياقة البدنية

-القوام السليم الخالي من عيوب والانحرافات

-السيطرة على البدانة والتحكم في وزن الجسم

-هدف التنمية الحركية

تشكل الظاهرة الحركية لدى الإنسان أهم أبعاد وجود الإنسان سواء على المستوى الحياتي (البيولوجي) أو المستوى الثقافي، ويشمل هدف التنمية الحركية على عدد من القيم والخبرات والمفاهيم التي تتعهد حركة الإنسان وتعمل على تطويرها والارتقاء بكفائتها وتعتمد حركة الإنسان على الجهازين العصبي والعضلي وهي تتأسس على الحركة الأصلية الطبيعية الموروثة لنوع

-هدف التنمية المعرفية:

يتمثل هدف التنمية المعرفية في العلاقة بين ممارسة النشاط البدني والرياضي وبين القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة النشاط والتي تتضمن المفاهيم والمبادئ، التي تشكل الموضوعات ذات الطبيعة المعرفية العقلية المرتبطة بالنشاط الرياضي وتحكم أدائه بشكل عام ويهتم الهدف المعرفي بتنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم والتطبيق والتحليل والتركيب والتقدير

لجوانب معرفية في جوهرها، رغم انسيابها للتربية البدنية مثل

-تاريخ الرياضة وسيرة الأبطال

-المصطلحات والتعبيرات الرياضية

- مواصفات الأجهزة والأدوات والتأهيلات.

- قواعد اللعب ولوائح المنافسات

-طرق الأداء الفني للمهارات وأساليبها

-الخطط واستراتيجيات المنافسة

-اعتبارات الأمان والسلامة

-الصحة الرياضية والوقاية

-اللياقة البدنية الخاصة

-أنماط التغذية وطرق ضبط الوزن¹

-هدف التنمية النفسية:

يعتبر هدف التنمية النفسية عن مختلف القيم و الخبرات و الحاصلات الانفعالية ،و التي يمكن أن تكسبها برامج التربية البدنية و الرياضية ،بحيث يمكن إجمال هذا التأثير في تكوين الشخصية الإنسانية المتزنة و التي تتصف بالشمول و التكامل و تأثير الأنشطة البدنية و الحركية في إطارها التربوي على الحياة الانفعالية للفرد ليتغلغل إلى أعماق مستويات السلوك ، حيث لا يمكن تجاهل المغزى الرئيسي لجسم الإنسان و دوره في تشكيل سماته الوجدانية و العاطفية.²

-هدف التنمية الاجتماعية:

تعد التنمية الاجتماعية أحد الأهداف المهمة الرئيسية في التربية البدنية ،فالأنشطة الرياضية تتسم ببناء المناخ الاجتماعي و وفرت العمليات و التفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة و النشاط البدني عددا كبيرا من القيم والخبرات و الحاصلات المرغوبة و التي تتضمن الجوانب الاجتماعية في شخصيته و تساعده في التطبيع و التنشئة الاجتماعية و التكيف مع مقتضيات المجتمع و نظمه ومعايير الاجتماعية والأخلاقية.³

الأنشطة البدنية والرياضة ، كتاريخ المسابقة أو اللعبة بسرة أبطال وأرقامها المسلحة قديما وحديثا أو من جوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب المعرفية والإدراكية كما تنمي لدى الأفراد ذوي المهارات الذهنية التي يمكن أن تقيده في حياته اليومية وتساعد على التفكير واتخاذ القرارات⁴

1- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، 1996، ص153-154.

2- أيمن أنور الخولي، مرجع سابق، ص157.

3- أيمن أنور الخولي، مرجع سابق، ص162-170.

4- أيمن أنور الخولي، مرجع سابق، ص170.

7- الأسس العملية للتربية البدنية والرياضية:

-الأسس البيولوجية:

إن فهم الأسس البيولوجية للتربية البدنية والرياضية ضروري بالنسبة للمربي في هذا الميدان حتى يتمكن من تقديم التفسيرات المناسبة لكل حالة، حيث أنه يتعامل مع جسم وقد يتعرض هذا الجسم للأذى إذا لم يكون المسؤول ملما بتأثيرات النشاط البدني على الجسم.

بما أن التربية البدنية والرياضية تهتم بالدرجة الأولى بجسم الإنسان هذا الجسم الذي يتميز بميكانيكية معقدة جدا لهذا كان من الضروري أن يكون مدرس التربية البدنية والرياضية على دراية كاملة حول هذا الجسم من حيث تركيب وظائفه وأعضائه وميكانيزم حركاته ، وهذا لا يعني أن يكون هذا المربي أخصائي أو طبيب وإنما تكون لديه قاعدة واسعة من العلوم الأساسية لهذا فإن منهج التربية البدنية والرياضية يحتوي على مواد بيولوجية ، علم التشريح ، علم وظائف الأعضاء ، بيولوجية رياضية ، علم بيو ميكانيك ، حيث تزود الطالب بالخلفية العلمية للتعامل مع الإنسان الرياضي¹

- الأسس النفسية:

يعتبر اللعب ميدان من الميادين التي يعتني بها برنامج التربية البدنية والرياضية حيث يرى المحللون النفسانيون أن اللعب هو الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم بها الطفل للتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها وأن يكشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى².

ومنه يمكن القول إن الأسس النفسية يمكن أن تعطي تحليلا لأهم النواهي للنشاط البدني والرياضي، ويساهم، في التحليل الدقيق للعمليات النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي، وكذلك إعداد طرق للتعليم.³

-الأسس الاجتماعية:

إن التربية البدنية والرياضية تلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة الديمقراطية وذلك لأنها تتخلل حياتنا اليومية وهي مادة علمية وظيفية تساعد الفرد في الإعداد للحياة وتجعل حياة الإنسان صحيحة قوية ممتعة

¹-محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، 1992، ص 20.

²-محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1985، ص 120.

³-خلاف حورية، منصور خديشة، واقع التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، (مذكرة ليسانس منشورة)، تخصص التربية البدنية والرياضية، جامعة الشلف، الجزائر، الموسم الجامعي 2006/2007، ص 22.

والتربية البدنية تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فما اللعب إلا أحد مظاهر التآلف الاجتماعي ، وعن طريق اللعب يمكن أن تزداد الإخوة والصداقة بين الناس ، فقد تميز الإنسان البدائي بميله إلى العنف والضرب في حالات الاستقرار والإثارة واليوم نجد أن التربية البدنية تعلم العلاقات الإنسانية السليمة ، المثقفة مه النسق الموضوعي فاللاعب يبذل قصارى جهده لهزيمة منافسه ولكن بطريقة اجتماعية مقبولة .
ومما سبق ذكره فإن التربية البدنية والرياضية أوجه نشاط متعددة تستطيع تنسيق الصفات الاجتماعية لتحقيق المصالح الشخصية وفي نفس الوقت تؤكد الخصائص الضرورية لحياة الجماعة¹

8- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة:

لقد اكتسب تعبير التربية البدنية معنى جديد بعد إضافة كلمة "البدنية" إليه فكلمة البدنية تشير إلى البدن وهي كثيرا ما تستعمل في الإشارة إلى صفات بدنية مختلفة ، كالقوة البدنية ، النمو البدني ، الصحة البدنية ، المظهر الجسماني وهي تشير إلى البدن كمقابل للعقل ، وعلى ذلك فالمقصود "بالتربية البدنية" تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة مجموعة من النشاطات التي تنمي وتصور جسم الإنسان ، فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يتدرب أو يمارس الترحلق على الجليد ، أو يقوم بأي نشاط بدني يساعده على تقوية جسمه ، فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت ، وهذه التربية قد تجعل الإنسان أكثر رغدا ، أو تكون عكس ذلك، على نوع الخبرة التي تصاحب هذه التربية²

خلاص الفصل:

مما سبق ذكره نستنتج أن التربية البدنية والرياضية جزأ لا يتجزأ من التربية العامة فهي الجزء الحيوي للتربية، وهي من أحدث الأساليب التربوية الحديثة، كما تعتبر من أنسب الطرق التي تساهم في زيادة حصيلة الفرد وتزوده بالخبرات.

¹ - محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق، ص 31.

² - قية رفيق، دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة" دراسة ميدانية على مستوى متوسطات بلدية قمار" ، (مذكرة ماستر منشورة) تخصص تربية حركية عند الطفل والمراهق، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر، الموسم الجامعي 2011/2012، ص61.

الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد.

1. مجالات الدراسة
2. الدراسة الإستطلاعية
3. منهج الدراسة
4. أداة الدراسة
5. مجتمع البحث وعينة الدراسة
6. تحليل وإستنتاج جداول الفرضيات
7. الإستنتاج العام

تمهيد:

إنطلاقاً على ما تم عرضه في الجانب النظري الذي يعتبر حلقة وصل بين الجانب الميداني الذي يعتبر الركيزة الأساسية التي تم الإعتماد عليها من أجل تحقيق أهداف الدراسة.

سوف يتم التطرق في هذا الجانب الميداني إلى فصل الإجراءات المنهجية وعرض وتحليل ومناقشة البيانات والذي يستهل بالدراسة الإستطلاعية، ثم ندخل بعدها في تفاصيل الدراسة وهي: مجالات الدراسة، منهج الدراسة، أدوات الدراسة عينة الدراسة، ومن خلال هذا سوف نستعرض بيانات الدراسة، وهذا بإعتباره دليل أو برهان الذي حاولنا الوصول إليه من خلال النتائج الموضحة ضمن مجمل جداول الفرضيات المقترحة في هذه الدراسة.

1-مجالات الدراسة:

أ/ **المجال المكاني:** شمل البحث تلميذات الثانوية في كل من ثانوية أبو بكر الحاج عيسى 40 وثانوية الجودي بـ 40 بالأغواط.

ولقد تم توزيع الاستمارات على النحو التالي لكل من هذه الثانويات:

- ثانوية أبو بكر الحاج عيسى.

- ثانوية الجودي بـ 40.

ب/ **المجال الزمني:** انطلق بحثنا في بداية الموسم الجامعي 2020/2019 في شهر فيفري 2019 الى غاية شهر أوت 2020، خلال هذه الفترة تزامن إنجازنا للجانب النظري والتطبيقي للدراسة وذلك بتوزيع الإستمارات وبعدها إلى تفرغها ثم تحليل المعطيات المتحصل عليها ثم النتائج ومناقشتها لينتهي بنا الأمر إلى وضع الإستنتاج العام.

ج/ **المجال البشري:** شمل البحث تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية في كل من ثانوية أبو بكر الحاج عيسى وثانوية الجودي بـ 40 بالأغواط.

2-الدراسة الإستطلاعية:

للكشف عن الجوانب الإشكالية والمعرفية ما يتعلق بظاهرة عزوف البنات عن دروس أو ممارسة التربية البدنية والرياضية كان لا بد علينا من إجراء دراسة إستطلاعية والمتمثلة في الزيارات الميدانية لبعض الثانويات ولقد لاحظنا أن هناك بعض الصعوبات على مختلف النواحي التي تعرقل ممارسته البنت التربية البدنية والرياضية، إلا أن هناك تقدم وإقبال على الممارسة رغم كل العراقيل وقد ساعدتنا هذه الدراسة الاستطلاعية في تحديد السير العام للبحث.

3- منهج الدراسة:

إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة لما يعرف على أنه: "إن الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة لاكتساب الحقيقة".¹ ويعرف على أنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي ومنظم للوصول إلى أغراض محددة لوضعية إجتماعية أو مشكل إجتماعي.² ومنهج البحث يختلف باختلاف المواضيع ولهذا وجدت عدة أنواع من المناهج العلمية. ومن خلال المشكلة المطروحة خلال البحث فقد تم الإستعانة بالمنهج الوصفي الذي يبدو أكثر ملائمة لحل هذا المشكل ، ويهدف هذا المنهج إلى توفير البيانات و الحقائق عن مشكلة موضوع البحث لتفسيرها و الوقوف على دلالاتها ، وهذا ما يميز هذا المنهج عن المنهج التاريخي، الذي يكتفي بسرد الأحداث و الوقائع التاريخية و تطورها عبر الزمن.³

يستخدم ويقوم بجمع المعلومات والبيانات عن الظواهر والتحليل لهذه المعلومات والبيانات للوصول إلى استنتاجات تساهم في فهم الواقع وتطويره، وتتخذ الدراسات الوصفية عدة أنماط منها.⁴

4- أداة الدراسة:

تعتبر أدوات جمع البيانات الوسيلة التي يعتمد عليها أي باحث علمي لجمع المعطيات والحقائق حول الظاهرة المراد دراستها، وتتوقف دقة وصدق النتائج المتوصل إليها على مدى دقة الأدوات المستخدمة للاقترب من الظاهرة ودرجة مصداقيتها، والأدوات المستخدمة في هذه الدراسة هي كالاتي:

تقنية الملاحظة: وهي كما يعرفها إحسان محمد الحسن، على أنها من أهم الوسائل في جمع المعلومات والحقائق من الحقل الإجتماعي والمعنى العام للملاحظة هي رؤية وفحص ظاهرة موضوع الدراسة.⁵

¹ - عمار بحوش ومحمد محمود، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص 129.

² -محجوب قاسم، طرق البحث العلمي ومناهجه في التربية البدنية والرياضية، جامعة الوصل، العراق، 1995، ص 89.

³ -أحمد حسين الرفاعي، مناهج البحث العلمي تطبيقات إدارية اقتصادية، ط 3، دار وائل للنشر، عمان، 2003، ص10.

⁴ - وائل عبد الرحمان التل، البحث العلمي في العلوم الإنسانية و الاجتماعية، ط2، دار حامد، عمان، 2007، ص 84.

⁵ -إحسان محمد حسن، الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي، ط2، دار الطليعة للطباعة والنشر، بيروت، 1987، ص105.

كما تندرج تقنية الملاحظة عادة في الدراسة الإستكشافية، وتكون عادة ملازمة لتقنية المقابلة ، ثم تأتي الإستمارة للتطبيق الثاني بعد الإختبار الأول لتدوين الملاحظات ، ثم يأتي التقييم الذي تكون الملاحظة إحدى أدواته لتقييم ما حدث من تغير، ويمكن أن يتم ذلك بعد إنهاء البحث مباشرة أو بعد مدة ، وذلك عن طريق ما يسمى بالدراسة المتعاقبة ، إذ أن هناك عدة أنواع للملاحظة حيث يقسمها الباحثون حسب درجة مشاركة الباحث، وحسب درجة تنظيمها في الميدان¹.

الاستبيان: يعرف الاستبيان بأنه مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين يتم وضعها في إستمارة ترسل لأشخاص المعينين عن طريق البريد أو يجرى تسليمها عن طريق اليد تمهيدا للحصول على أجوبة للأسئلة الواردة فيها و بواسطتها يتم التوصل إلى حقائق جديدة عن الموضوع والتأكد من المعلومات المتعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق².

حيث تعتبر الإستمارة من الأدوات المنهجية الهامة التي تستعمل في جمع البيانات المختلفة بموضوع الدراسة، وهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة مصممة بدقة وعناية وتكون متسلسلة وواضحة الصياغة، ولقد إعتدنا على هذه الأداة في دراستنا لتلميذات الطور الثانوي، حسب أفراد العينة المختارة، ولقد إستهدفت الدراسة معرفة اهم العوامل الاجتماعية المؤدية إلى عزوفهن عن ممارسة التربية البدنية والرياضية، والتي يمكن الوصول إليها عن طريق الاستمارة، وبذلك تم صياغة أسئلة الاستمارة وتقسيمها إلى 03 محاور .

5- مجتمع وعينة الدراسة:

أ/ مجتمع البحث:

من الصعب أحيانا أن ندرس مجتمعا بأكمله، لهذا يلجأ الباحثون إلى إختيار عينة من هذا المجتمع تحمل خصائصه ومميزاته، وتسمح بتعميم النتائج على المجتمع بأكمله لذا فعلى الباحث أن يحسن إختيار عينة بحثه بإستعمال الطريقة المناسبة.

ويعرف مجتمع البحث في العلوم الإنسانية على أنه مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات³.

¹- عمار بحوش ومحمد محمود، المرجع السابق، ص 20.

²- عمار بحوش ومحمد محمود، المرجع السابق، ص 86.

³ عبد الصمد محمد حسن، أصول البحث العلمي، المكتبة الجامعية، بيروت، ط06، 1987، ص 233.

ومجتمع البحث في دراستنا هذه عبارة عن مجموع تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية في كل من ثانوية أبو بكر الحاج عيسى وثانوية الجودي بلقاسم بمدينة الأغواط، والذين بلغ عددهم خلال الموسم الجامعي 2020/2019، تلميذة.

ب/ عينة الدراسة:

تدرس العينة جزءاً صغيراً من مجتمع البحث، حيث يجب أن تضم كل صفات ومميزات المجتمع الكلي...¹. تعرفه (Grawitz) على أنه "مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقاً والتي تركز عليها الملاحظات"² ومرحلة تحديدها تعتبر من أهم مراحل البحث العلمي، لذا يجب مراعاة هذا الاختيار من حيث حجم العينة حسب نوعية البحث، والتقنية المستعملة. وقد إختيار عينة قصدية من تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية في كل من ثانوية أبو بكر الحاج عيسى وثانوية الجودي بلقاسم بالأغواط، والذين بلغ عددهم 60 تلميذة.

6- تحليل وإستنتاج جداول الفرضيات

جدول رقم (01): يوضح توزيع تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية حسب متغيرات الخصائص الشخصية.

النسبة		التكرار	الخصائص الشخصية	
58.33%	35	16-14	السن	
41.67%	25	18-17		
50%	30	سنة أولى	المستوى التعليمي	
33.33%	20	سنة ثانية		
16.67%	10	سنة ثالثة		
41.67%	25	نعم	ممارسة الرياضة في المرحلة المتوسطة	
58.33%	35	لا		
16.67%	10	جيد	المستوى الاقتصادي للأسرة	
58.33%	35	متوسط		
25%	15	ضعيف		
100%	60	المجموع		

¹- إحسان محمد الحسن، مرجع سابق، ص 49.

²- مورييس انجريس، مرجع سابق، ص 298.

خلال الجدول نلاحظ أن غالبية أفراد العينة تتراوح أعمارهم بين 14-16 سنة وذلك بنسبة 58.33%، تليها 41.67% نسبة للتلميذات ذات الفئة العمرية 17-18 سنة.

أما عن المستوى التعليمي لتلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية فأغلبهم يدرسون بالسنة الأولى والثانية ثانوي بنسب 50%، 33.33% على التوالي، وأخير نسبة 16.67% ممن يدرسون بالسنة الثالثة ثانوي.

في حين صرح أغلبهن انهن لم يمارسن التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة وذلك بنسبة 58.33%، مقابل 41.67% منهن من مارسن الرياضة في تلك المرحلة.

أما عن المستوى الاقتصادي فصرح أغلبهن انهن ينتمين إلى أسر ذات مستوى اقتصادي متوسط وضعيف بنسب 58.33%، 25% على التوالي، وأخيراً ذوات المستوى الاقتصادي الجيد بنسبة 16.67%.

ومنه نستنتج أن غالبية تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية ينتمون للفئة العمرية 14-16 سنة، وهو ما يعكس المستوى التعليمي لديهم السنة أولى ثانوي، حيث صرح غالبيةهن أنهن لم يمارسن الرياضة في الطور المتوسط، وينتمين إلى أسر ذات مستوى اقتصادي متوسط وضعيف.

جدول رقم (02): يبين مدى تلقي تلميذات الطور الثانوي تشجيع على ممارسة التربية البدنية والرياضية.

تلقي التشجيع لممارسة الرياضة	العائلة		الأصدقاء		البيئة المدرسية (أستاذ المادة ..)	
	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
نعم	25	41.67%	40	66.67%	20	33.33%
لا	35	58.33%	20	33.33%	40	66.67%
المجموع	60	100%	60	100%	60	100%

خلال الجدول نلاحظ أن أغلب تلميذات الطور الثانوي لا يتلقين تشجيع على ممارسة التربية البدنية والرياضية، سواء كان ذلك من طرف البيئة المدرسية أو العائلة أو جماعة الرفاق وذلك بنسب 66.67%، 58.33%، 33.33% على التوالي.

ومنه نستنتج أن أغلب تلميذات الطور الثانوي لا يتلقين تشجيع على ممارسة التربية البدنية والرياضية، سواء كان ذلك من طرف البيئة المدرسية أو العائلة أو جماعة الرفاق.

كما ان المستوى الثقافي للأسرة يؤثر على مدى إدراكها لحاجات الإبنة وكيفية إشباعها وأساليب التنشئة الاجتماعية المستخدمة مع الابن فإذا كان الوالدان على درجة متكافئة تعليميا أدى ذلك إلى استخدام أساليب تربوية في التنشئة المتبعة مع الابن مثل أسلوب الحرية والديمقراطية في الشخصية، كذلك استخدام الأسلوب الذي يحقق الأمن النفسي للطفل والذي يقوم على عناصر الحب والقبول والاستقرار مع مراعاة ثبوت نوعية التعامل وعدم الذبذبة التي تؤدي إلى الشك، وعدم التفرقة بين النوعين كما يؤدي اختلاف الميول الشخصية والقيم بين الزوجين وتباين المستوى التعليمي لكثير من المشاكل العامة بينهما كعدم قبول ممارسة بناتهن للرياضة اعتقاد منهن أنها تساهم في فض بكارتهن والتي تنعكس على عزوف بناتهن عن ممارسة الرياضة.

تعتبر جماعة الرفاق مؤسسة من مؤسسات التنشئة لما لها من آثار متبادلة مؤثرة في شخصية الفرد فهي تكسبه أنماط سلوكية معينة إيجابية أو سلبية، وتساهم في غرس آداب معينة وتتيح للأفراد كيفية التعامل مع بعضهم البعض وفي التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم. ومن خلال إجرائنا للمقابلات تبين لنا أن جماعة الرفاق تؤثر سلبا في سلوكيات بعض التلميذات وعزوفهن عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم (03): يوضح أسباب عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية الرياضية.

أسباب العزوف التلميذات عن ممارسة التربية البدنية الرياضية.	التكرار	النسبة
الأعراف الاجتماعية	05	8.33%
العائلة	05	8.33%
الإمكانيات تحد من شراء الملابس الرياضية	00	/
الحجاب (طبيعة اللباس)	10	16.67%
سبب فيزيولوجي	02	3.33%
البيئة الاجتماعية داخل المدرسة	07	11.67%
الأستاذ	03	5%
الاختلاط	02	3.33%
مضيعة للوقت	03	5%
عدم وجود بنات يمارسن الرياضة في الصف	03	5%
اعتقادات شخصية (الدين. نظرة المجتمع. التنشئة الاجتماعية)	20	33.33%
المجموع	60	100%

خلال الجدول نلاحظ أن جل أفراد العينة يرجعون سبب عزوفهم عن ممارسة التربية البدنية الرياضية إلى اعتقادات شخصية والتمثلة في نظرتها إلى نفسها ونظرة المجتمع لها وكذا التنشئة الاجتماعية التي تلقتها داخل الأسرة وذلك بنسبة 33.33%، تليها نسبة 16.67% لأفراد العينة اللواتي يرجعن السبب إلى أنهم متحجبات وطبيعة اللباس الرياضي المفروض لا تتناسبهن، في حين برر البعض منهن إلى أن البيئة المدرسية لا تلائمهن بحكم الأعراف وعدم تقبل العائلة بنسب 11.67%، 8.33%، 8.33% على التوالي،

أما أخريات أرجعن السبب إلى عدم وجود مساندة إجتماعية من طرف الأستاذ أو جماعة الرفاق المساندات لهذه الممارسة واعتبرنها مضيعة للوقت وذلك بنسبتي 5%، 5%، 5% على التوالي، وأخيرا نسبة 3.33% ممن أرجعن عدم ممارستهن التربية البدنية الرياضية إلى الاختلاط بين الذكور والإناث.

ومنه نستنتج أن أكبر سبب لعزوف التلميذات عن ممارسة التربية البدنية الرياضية هو اعتقادات شخصية والمتمثلة في نظرتها إلى نفسها فالعديد من الفتيات يعتبرن أن الرياضة ليست من حقهن وأنها تقضي على انوثة المرأة وتربي عضلات وبمجرد الابتعاد عن الرياضة يصبن بالسمنة وبالتالي تؤثر على جمالهن وفرض زواجهن، ويرجع السبب كذلك إلى نظرة المجتمع للفتاة خاصة وأننا نعيش في مجتمع ذكوري على أنها مربية ومكانها البيت.

إضافة إلى ذلك التنشئة الاجتماعية التي تلقتها داخل الأسرة وتشربها بقيم دينية تمنعها من ارتداء اللباس الرياضي الذي يفصح مفاتها لوجود فوارق فيزيولوجية بين الجنسين على المستوى بعض الأنشطة الرياضية نتيجة الفهم الخاطئ للدين فمن عادة الإسلام ومصطلحات الإسلام أن الرياضة لها جانب مادي وجانب معنوي، فالرياضة جانبها النفسي الصوم وتهذيب النفس وترويض النفس، وجانبها المادي الرياضة بجميع أنواعها، لأن الملل يقل الطموح والرغبة والاهتمام والإبداع والابتكار وينتج عن ذلك كله التعب ولا يُعالج إلا بممارسة نشاط يشعر الفرد برغبة لممارسته.

في حين برر البعض منهن إلى أن البيئة المدرسية لا تلائمهن بحكم الأعراف والتقاليد المحافظة وعدم تقبل العائلة لعدم ملائمة البيئة المدرسية كالتأجير النسوي أو قاعات تبديل الملابس للإناث وغيرها من العوامل التي تحبط الفتاة وتجعلها تعزف عن ممارسة الرياضة والمتمثلة في عدم وجود مساندة إجتماعية من طرف الأستاذة الذين لديهم نظرة دونية للمرأة وتفكير رجعي أو جماعة الرفاق المساندات لهذه الممارسة لذلك فضلن الانسحاب واعتبرنها مضيعة للوقت وتمنعهن من الدراسة أو هي مضيعة لأشغالهن خاصة مع سهولة الحصول على شهادة إعفاء طبي يسمح لهن عدم دراسة هذه المادة، فصورة المرأة خادمة البيت والرجل ناشط خارجه، هي التي يتمتع بها الرجل فهذا الأخير له الحق في ممارسة الرياضة بجميع أنواعها بينما هي عليها مزاولة متطلبات الحياة الاجتماعية ولكن هذه النظرية خاطئة.

ومنه يمكننا القول إن مشكل عزوف الإناث عن ممارسة التربية البدنية والرياضية ما هو إلا نتيجة للتناقضات واختلاف وجهات نظر المجتمع الذي يرى أن الرياضة ليست عنصر هام لأن ثقافتنا لم تؤسس على الجسد مثل الثقافات الأخرى، بصفة عانت المرأة كثيرا من الصعوبات للاستثمار في الممارسة وحسب الدراسات فإن الفتيات ينجن ويتلقين تشجيع من المحيط الاجتماعي.

ورغم هذا مازالت المرأة الجزائرية تتعرض للمضايقات والتهديدات وواجهتها عدة عقبات ومشاكل خاصة فيما يتعلق بالعادات والتقاليد المحافظة والتي أثرت كثيرا على الممارسة النسوية للتربية البدنية كما تأثرت بالفوارق الموجودة بين الجنسين على المستوى بعض الرياضات وبهذا نستطيع القول أن المجتمع الجزائري بدأ يتقبل نوعا ما صورة المرأة الرياضية في المدارس أو في النوادي وذلك بعد الإنتصارات التي حققتها بعض الرياضات في المنافسات الدولية.

7- الاستنتاج العام:

من خلال تحليل واستنتاج جداول فرضيات الدراسة توصلنا إلى النتائج التالية:

- أن غالبية تلميذات الطور الثانوي الذين لا يمارسون التربية البدنية والرياضية ينتمون للفئة العمرية 14-16 سنة، وهو ما يعكس المستوى التعليمي لديهم السنة أولى ثانوي، حيث صرح غالبيهن أنهن لم يمارسن الرياضة في الطور المتوسط، وينتمين إلى أسر ذات مستوى اقتصادي متوسط وضعيف.
- أن أغلب تلميذات الطور الثانوي لا يتلقين تشجيع على ممارسة التربية البدنية والرياضية، سواء كان ذلك من طرف البيئة المدرسية أو العائلة أو جماعة الرفاق.
- أن المستوى الثقافي للأسرة يؤثر على مدى إدراكها لحاجات الابنة وكيفية إشباعها وأساليب التنشئة الاجتماعية المستخدمة مع الابن، وعدم التفرقة بين النوعين كما يؤدي اختلاف الميول الشخصية والقيم بين الزوجين وتباين المستوى التعليمي لكثير من المشاكل العامة بينهما كعدم قبول ممارسة بناتهن للرياضة اعتقاد منهن أنها تساهم في فض بكارتهن والتي تنعكس على عزوف بناتهن عن ممارسة الرياضة.
- تعتبر جماعة الرفاق مؤسسة من مؤسسات التنشئة لما لها من آثار متبادلة مؤثرة في شخصية الفرد ومن خلال إجرائنا للمقابلات تبين لنا أن جماعة الرفاق تؤثر سلبا في سلوكيات بعض التلميذات وعزوفهن عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- ومنه يمكننا القول انه لمؤسستي الأسرة وجماعة الرفاق دوراً فعالاً في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة للتربية البدنية والرياضية.
- أن أكبر سبب لعزوف التلميذات عن ممارسة التربية البدنية الرياضية هو:

- اعتقادات شخصية والمتمثلة في نظرتها إلى نفسها فالكثير من الفتيات يعتبرن أن الرياضة ليست من حقهن وأنها تقضي على أنوثة المرأة وتربي عضلات وبمجرد الابتعاد عن الرياضة يصبى بالسمنة وبالتالي تؤثر على جمالهن وفرض زواجهن، وقد يرجع السبب إلى عوامل شخصية متعلقة بسن المراهقة والتغيرات الفيزيولوجية لديهن فيصبن بالخجل ...

- نظرة المجتمع للفتاة خاصة وأننا نعيش في مجتمع ذكوري على أنها مربية ومكانها البيت.
- التنشئة الاجتماعية التي تلقاها داخل الأسرة وتشربها بقيم دينية تمنعها من ارتداء اللباس الرياضي الذي يفصح مفاتها لوجود فوارق فيزيولوجية بين الجنسين على المستوى بعض الأنشطة الرياضية نتيجة الفهم الخاطئ للدين فمن عادة الإسلام ومصطلحات الإسلام أن الرياضة لها جانب مادي وجانب معنوي، فالرياضة جانبها النفسي الصوم وتهذيب النفس وترويض النفس، وجانبها المادي الرياضة بجميع أنواعها، لأن الملل يقل الطموح والرغبة والاهتمام والإبداع والابتكار وينتج عن ذلك كله التعب ولا يُعالج إلا بممارسة نشاط يشعر الفرد برغبة لممارسته.
- البيئة المدرسية لا تلائمهم بحكم الأعراف والتقاليد المحافظة وعدم تقبل العائلة لعدم ملائمة البيئة المدرسية كالتأصيل النسوي أو قاعات تبديل الملابس للإناث وغيرها من العوامل التي تحبط الفتاة وتجعلها تعزف عن ممارسة الرياضة.
- عدم وجود مساندة إجتماعية من طرف الأستاذة الذين لديهم نظرة دونية للمرأة وتفكير رجعي أو جماعة الرفاق المساندات لهذه الممارسة.
- اعتبار الرياضة مضيعة للوقت وتمنعهم من الدراسة أو هي مضيعة لأشغالهن خاصة مع سهولة الحصول على شهادة إعفاء طبي يسمح لهن عدم دراسة هذه المادة، فصورة المرأة خادمة البيت والرجل ناشط خارجه، هي التي يتمتع بها الرجل فهذا الأخير له الحق في ممارسة الرياضة بجميع أنواعها بينما هي عليها مزاولة متطلبات الحياة الاجتماعية ولكن هذه النظرية خاطئة.
- ❖ ومنه يمكننا القول إن مشكل عزوف الإناث عن ممارسة التربية البدنية والرياضية ما هو إلا نتيجة للتناقضات واختلاف وجهات نظر المجتمع الذي يرى أن الرياضة ليست عنصر هام لأن ثقافتنا لم تؤسس على الجسد مثل الثقافات الأخرى، بصفة عانت المرأة كثيرا من الصعوبات للاستثمار في الممارسة وحسب الدراسات فإن الفتيات ينجحن ويتلقين تشجيع من المحيط الاجتماعي.
- ❖ ورغم هذا مازالت المرأة الجزائرية تتعرض للمضايقات والتهديدات وواجهتها عدة عقبات ومشاكل خاصة فيما يتعلق بالعادات والتقاليد المحافظة والتي أثرت كثيرا على الممارسة النسوية للتربية البدنية كما تأثرت بالفوارق الموجودة بين الجنسين على المستوى بعض الرياضات وبهذا نستطيع القول إن المجتمع الجزائري بدأ يتقبل نوعا ما صورة المرأة الرياضية في المدارس أو في النوادي وذلك بعد الإنتصارات التي حققتها بعض الرياضات في المنافسات الدولية.
- ومنه يمكننا القول إنه للثقافة المجتمعية السائدة في المجتمع الجزائري دور كبير فعلاً في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.

الخاتمة

خاتمة:

شهدت المرأة مراحل عدة من التطور حتى وصلت إلى مرحلة خروجها للعمل وممارستها الرياضة ذلك بفعل النهضة الصناعية بالإضافة إلى الوعي الذي وصلت إليه بسبب التعليم، وبالتالي أصبح لها دور ثاني تقوم به والذي أضيف لدورها الأول التقليدي "يعني ربة بيت وأم وزوجة"، وبالتالي ظهر مفهوم جديد لدور المرأة في المجتمع.

إن خروج المرأة إلى ميدان ممارسة الرياضة في العصر الحديث أصبح ظاهرة منتشرة عبر العالم، هذه الظاهرة تستدعي الانتباه والاهتمام، فالمرأة باعتبارها نصف المجتمع ومربية النصف الآخر فوضعها الاجتماعي سواء داخل الأسرة أو خارجها ذا أهمية بالغة خاصة في العصر الذي يوصف بأنه عصر المرأة. إن التطور الكبير الذي حصل في المجتمعات الحديثة مس بشكل كبير مكانة ووظيفة المرأة بحيث حصلت على قسط وافر من حقوقها الاجتماعية والاقتصادية والسياسية وهذا من خلال استفادتها من فرص التعليم والتكوين، كما أن التغييرات التي حدثت في البنية الاقتصادية للمجتمعات سمحت للمرأة بالمشاركة بشكل مكثف في الحياة المنتجة في كل القطاعات، مع العلم أن هذه المشاركة قد أثرت في حياة المرأة بنحو عميق، فبعد أن كانت تقوم بمسؤوليات الأسرة وحدها وجدت نفسها مضطرة للقيام بوظيفتين واحدة على مستوى الأسرة والأخرى على مستوى المؤسسة، ولهذا فقد أجريت أبحاث عدة سعت إلى محاولة إيجاد طريقة ناجحة لمساعدتها حتى تتمكن من التوفيق بين حياتها الأسرية وحياتها المهنية والرياضية خاصة في المجتمعات العربية التي لازالت تعاني فيها من صعوبات ومعوقات وعوامل تحد من تطور مستويات الرياضي في جعلها في درجات السلم الأخيرة في هذا المجال مقارنة بالمرأة في المجتمع الغربي.

الاقتراحات والتوصيات:

تعتبر التربية البدنية كوسيلة من وسائل التربية التي تهدف إلى تكوين الفرد تكويناً كاملاً من الناحية العقلية والنفسية والاجتماعية والصحية يجب إعطاؤها المكانة الحقيقية اللازمة مع الأخذ بعين الاعتبار ما يلي:

- الاهتمام بالرياضة المدرسية لأنها الرافد الوحيد للرياضة النسوية.
- توضيح رأي الإعلام من هذه الممارسة.
- إعداد نشرات إعلامية عن رياضة المرأة وكيفية تنفيذ برنامج اللياقة البدنية والعمل على تثقيف المرأة رياضياً وفكرياً، وكذا من أجل تغيير ذهنية إقصاء المرأة من هذا المجال خاصة من طرف الجنس الآخر.
- العمل على تكوين إطارات نسوية في الميدان الرياضي.
- لا ينبغي لوزارة التربية أن تلم مدارس بدون مساحات اللعب خاصة القاعدة وما يتطلب من تجهيزات.
- توفير المنشآت الرياضية ومساحات اللعب وخاصة القاعات وذلك بتشجيع الفتاة على الممارسة وخلق نوع من الحماس.
- وفي الأخير نرجو أن نكون قد وصلنا إلى نتائج قيمة وكلنا أمل وثقة بأن تضافر جهود من أجل تحفيز الفتاة وإعطائها دافع للممارسة الرياضية وتحقيق أهدافها التربوية وكذلك اكتشاف مواهب شابة تمثل الجزائر في المحافل الدولية.

قائمة المراجع

الكتب باللغة العربية:

1. ابن المنظور أبو الفضل جمال الدين، لسان العرب، دار الطباعة والنشر، بيروت، 1997.
2. إحسان محمد حسن، الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي، ط2، دار الطليعة للطباعة والنشر، بيروت، 1987.
3. أحمد حسين الرفاعي، مناهج البحث العلمي تطبيقات إدارية اقتصادية، ط 3، دار وائل للنشر، عمان، 2003.
4. أحمد محمد الطيب، أصول التربية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1999.
5. أحمد حسن الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية مصر، 1992.
6. أحمد حسن الشافعي. سوزان احمد موسى، تاريخ الرياضة في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، مصر، 1999.
7. أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، ط1، دار الفكر العربي، رجب 1418هـ.
8. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، 1996.
9. إسماعيل عبد الفتاح عبد الكاف، موسوعة مصطلحات الطفولة، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 2005.
10. بوتقنوش مصطفى. ترجمة دمري أحمد، العائلة الجزائرية التطور والخصائص الحديثة، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1984.
11. هادي شمعان ربيع، مدخل إلى التربية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2006.
12. وائل عبد الرحمان التل، البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية، ط2، دار حامد، عمان، 2007.
13. حسن محمود، الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية للنشر للطباعة والنشر، بيروت، 1981.
14. حامد عبد السلام زاهر، علم النفس والطفولة والمراهقة، علم الكتاب، ط5، القاهرة، 2001.
15. حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط5، عالم الكتب القاهرة، مصر، 1984.
16. طارق السيد، أساسيات في علم الاجتماع المدرسي، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية مصر.
17. كمال درويش وأمين الخولي، أصول الترويج وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، عمان، 1990.
18. محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية، 1996.

19. محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، 1992.
20. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1985.
21. معن خليل عمر، علم المشكلات الاجتماعية، دار الشروق، ط1، عمان 1998.
22. محبوب قاسم، طرق البحث العلمي ومناهجه في التربية البدنية والرياضية، جامعة الوصل، العراق، 1995.
23. مروان عبد المجيد إبراهيم، الرياضة للجميع، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الاردن، 2004.
24. مأمون صالح، الشخصية (بناءها، تكوينها، انماطها، اضطرابات)، عمان، دار أسامة للنشر، 2008.
25. محمد محمد حامد الأفندي، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية، دار الهنا للطباعة، 1975، القاهرة.
26. سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، ب ط، 1984.
27. سمير سعيد حجازي، معجم مصطلحات الحديثة في علم النفس والاجتماع ونظرية المعرفة، دار الكتب العلمية، لبنان، 2005.
28. عبد الهادي الجوهري، معجم علم الاجتماع، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1999.
29. عمار بجوش ومحمد محمود، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
30. عبد الصمد محمد حسن، أصول البحث العلمي، المكتبة الجامعية، بيروت، ط6، 1987.
31. عبد الله محمد عبد الرحمن، علم اجتماع المدرسة، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2001.
32. علي الدين السيد، الأسرة والطفولة في محيط الخدمة الاجتماعية، ط2، المكتبة المركزية، القاهرة، 1997.
33. شبل بدران، أسس التربية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية مصر، 1998.
34. توفيق حداد، محمد سلامة آدم، التربية العامة، ط1، الجزائر، 1977.
35. تهاني عبد السلام محمد، الترويح والتربية الترويحية، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
36. تركي رابح، أصول التربية والتعليم، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990.
37. خير الدين عويسي. عصام هلال، علم الاجتماع الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2005.

الكتب باللغة الأجنبية:

1. Meriem kerzebi, **la championnes dans le sport algérien doctorat.**
D'état. S/s Alger 1996.
2. C. pociello , **sport et société**, édition vigot, France 1996 ..
3. A brileci : **xien ces du sport – l.p.e.a tipaza– 1996 .**

المجلات:

1. عيد محمد كنعان، معوقات مشاركة طالبات مدارس شمال الأردن في الأنشطة الرياضية المدرسية،
مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، المجلد 26، العدد 04، 2010.

المذكرات والرسائل الجامعية:

1. أحمد حيمود، **التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقته بعملية التعلم الحركي خلال النشاط البدني الرياضي** (رسالة ماجستير منشورة)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة قسنطينة 2- عبد الحميد مهري، الجزائر، الموسم الجامعي 2015/2016.
2. رزقة عبد الرزاق، شبوط بن علي، **دور التربية البدنية والرياضية في التخفيف من السلوكيات العدوانية لتلاميذ الطور الثانوي**، (رسالة ماستر منشورة)، تخصص نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، جامعة الجزائر 3- دالي إبراهيم، الجزائر، الموسم الجامعي 2005/2006.
3. يحي بن العربي، **دور الاختلاط في التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ الطور المتوسط**، (رسالة ماجستير منشورة)، في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص العلوم الاجتماعية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، جامعة الجزائر 3-، الموسم الجامعي 2008-2009.
4. قية رفيق، **دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة** دراسة ميدانية على مستوى متوسطات بلدية قمار"، (مذكرة ماستر منشورة) تخصص تربية حركية عند الطفل والمراهق، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر، الموسم الجامعي 2011/2012.
5. خلاف حورية، منصور خديشة، **واقع التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي**، (مذكرة ليسانس منشورة)، تخصص التربية البدنية والرياضية، جامعة الشلف، الجزائر، الموسم الجامعي 2006/2007.

الجرائد:

1. علي محيي الدين القره داغي، **إتحاد العلماء المسلمين مظلة العلم والعلماء**، جريدة الوطن، العدد، 20 نوفمبر 2016.

المواقع الإلكترونية:

1. الموقع: <https://www.al-watan.com/news-details/id/175011#> تم الإطلاع على الموقع بتاريخ 2020/05/05، الساعة 15:30 زوالاً.
2. الموقع: www.magazin.imn.iq.net، تم الاطلاع على الموقع بتاريخ 2020/05/05، الساعة 16:30 زوالاً.
3. منتديات الزهراوي، عبد الرحمان أقرع، الطب الرياضي، الرياضة النسوية. الموقع: <https://mawdoo3.com>، يوم 2020/09/24 على الساعة 16:00 سا.
4. المنتديات الرياضية – العقل السليم في الجسم السليم، الرياضة وفوائدها على صحة الإنسان. الموقع: <http://newsabah.com/newspaper/236860>، يوم 2020/09/24 على الساعة 16:00 سا.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم علوم الاجتماعية

قسم علم الاجتماع والديموغرافيا



رقم الإستمارة:

عزيزتي التلميذة

لي عظيم الشرف كطالبة علم الإجتماع التربية، أن أتقدم لسيادكم بهذا الاستبيان للحاجة الملحة في إعداد إعداد
مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر الموسومة ب:

”دور العوامل الاجتماعية في عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة

التربية البدنية والرياضية •

نضع بين أيديكم هذا الاستبيان لمساعدتنا على إتمام الجانب التطبيقي من موضوع البحث.

ونرجوا منكم قراءة جميع الأسئلة بعناية والإجابة عنها بكل موضوعية

مع العلم أننا لن نستعمل هذه المعلومات إلا لغرض بحث أكاديمي وليكن في علمكم أن جميع الإجابات الواردة
محفوظة بسرية تامة.

إشراف الأستاذة الدكتورة:

التونسي فائزة

إعداد الطالبة:

مباركة بورزق

السنة الجامعية: 2020/2019.

المحور الأول: البيانات الشخصية.

1. السن:

2. المستوى التعليمي: أولى ثانوي ☐ ثانية ثانوي ☐ ثالثة ثانوي ☐

3. المستوى الاقتصادي للأسرة: جيد ☐ متوسط ☐ ضعيف ☐

المحور الثاني: أثر مؤسسات التنشئة الاجتماعية على عزوف تلميذات الطور الثانوي عن ممارسة

التربية البدنية والرياضية.

4. هل كنت تمارسين التربية البدنية الرياضية في المرحلة المتوسطة؟

☐ نعم ☐ لا

5. في حالة الإجابة بلا: هل تحصلت على إعفاء من ممارستها؟

بسبب طبي ☐ آخر أذكره:

6. هل هناك من يمارس رياضة في أسرتك؟

☐ نعم ☐ لا

7. هل تتلقين تشجيع على ممارسة التربية البدنية والرياضية من طرف؟

الأصدقاء ☐ البيئة المدرسية ☐ العائلة ☐ آخر:

8. هل يعارض أحد أفراد عائلتك على ممارسة التربية البدنية والرياضية؟

☐ نعم ☐ لا

إذا كانت الإجابة بنعم من هو؟

المحور الثالث: أثر الثقافة المجتمعية على عزوف الإناث عن ممارسة التربية البدنية والرياضية.

9. ما هي أسباب عزوفك عن ممارسة التربية البدنية الرياضية؟

الأعراف الاجتماعية ☐ العائلة ☐ الإمكانيات تحد من شراء الملابس الرياضية ☐ طبيعة اللباس ☐

الحجاب ☐ سبب فيزيولوجي ☐ البيئة الاجتماعية داخل المدرسة ☐

الأستاذ ☐ الإختلاط ☐ مضيق للوقت ☐

عدم وجود بنات يمارسن الرياضة في الصف ☐

سبب آخر أنكره:

10. ما هي درجة ميولك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

متوسطة ☐ كبيرة ☐ غير مرغوب فيها ☐

كيف تشبعين ميولك نحو ممارسة الرياضة؟

تشاهدين البرامج الرياضية التلفزيونية ☐ تقرئين بعض المجلات والنشرات الرياضية ☐

ممارسة بعض النشاطات الترويحية الرياضية في المنزل ☐ الحديث مع الأصدقاء ☐

الحديث مع الأولياء ☐ آخر:

11. إذا كنت تمارسين الرياضة في المنزل فهل تواصلين ممارستها رغم الصعوبات والعقبات؟

نعم ☐ لا ☐

12. بماذا تشعرين عند ممارستك حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة الطور الابتدائي أو

المتوسط؟

راحة ☐ تعب ☐ قلق ☐

13. هل تقبلين ممارسة الرياضة داخل الثانوية مستقبلاً إذا تمت التحسينات الضرورية والملائمة؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بنعم لماذا:

إذا كانت الإجابة بلا لماذا:

14. في رأيك ما هي نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة؟

.....

.....

.....