

معوقات ممارسة النشاط الرياضي لدى الأستاذة الجامعية في الجزائر.

Barriers to Practicing Sports Activities Among Female University Professors in Algeria.

زرغون نور الهدى^{1*} ، بلعربي منور².

- جامعة أبي بكر بلقايد؛ تلمسان (الجزائر).

- البريد الإلكتروني: houda.zergoune@yahoo.com

- المركز الجامعي نور بشير؛ البيض (الجزائر).

- البريد الإلكتروني: belarbimnaouar@yahoo.fr

تاريخ الإرسال: 2025/06/02؛ تاريخ القبول: 2025/06/11؛ تاريخ النشر: 2025/06/15.

الملخص:

يعتبر النشاط الرياضي عنصرا أساسيا مهما في تطور ورقي أي مجتمع، ونظرا لذلك سعت المجتمعات وساهمت في تطوير المجال الرياضي، وبذلت جهودها لترقية الرياضة النسوية إدراكا منها لأهمية الرياضة للمرأة وعلى الرغم من هذه الجهود المبذولة إلا أن المرأة وبخاصة الأستاذة الجامعية تجد نفسها أمام تحديات ومعوقات اجتماعية وثقافية وذاتية تحد من قدرتها على ممارسة النشاط الرياضي، ومن هنا نهدف من خلال هذا المقال التعرف على أهمية

النشاط الرياضي للمرأة والأستاذة الجامعية على وجه الخصوص وأهم معوقات هذا النشاط.

الكلمات المفتاحية: المعوقات؛ ممارسة النشاط الرياضي؛ الأستاذة الجامعية.

Abstract:

Physical activity is considered a fundamental element in the development and advancement of any society. Accordingly, communities have expanded and contributed to the development of the sports sector. Considerable efforts have been made to support women's sports and to promote female participation in this domain. However, despite the efforts exerted, women – particularly female university professors – still encounter numerous challenges and barriers, whether social cultural, or personal, that hinder their engagement in physical activity.

This paper seeks to identify the significance of sports participation for female university professors in particular, and to highlight the most prominent obstacles impeding their practice of such activities .

Keywords: Barriers; Physical activity; female university professor.

مقدمة :

الرياضة ليست نشاطا حديثا ومستجدا وإنما هي ضاربة بجذورها في أعماق تاريخ الحياة البشرية بحيث كانت العامل الأول وراء المحافظة على الرشاقة والجمال والحيوية ، ناهيك عن كونها عن شواهد رقي الشعوب وتقدم الأمم كما تشكل الرياضة النسوية جزءا فاعلا لواقع الحركة الرياضية في أي مجتمع، لذلك اهتم الباحثين بالجانب الرياضي ومدى أهميته للمرأة.

وقد مارست المرأة النشاط الرياضي وانخرطت في رياضات مختلفة منذ سنوات طويلة ومع التطور المتزايد في المجال الرياضي والإنجازات الرياضية العالية في العالم فإن الرياضة النسوية أصبحت تحتل مكانه مرموقة في المنافسات الحديثة وهذا ما أثبتته تطور الأرقام في فعاليات الرياضة وأن أتساع البرنامج الأولمبي النسوي خير دليل على ذلك فقد دخلت الكثير من الألعاب وحقت نتائج في كثير من الفعاليات الرياضية.

وعلى الرغم من كل هذه الإنجازات تظل المرأة والأستاذة الجامعية كغيرها من النساء تواجه معوقات في ممارستها للنشاط الرياضي تتضح من خلال البعد الاجتماعي والاقتصادي فتقاليد وعادات مجتمعا وقيمه الدينية وقلة الوعي الرياضي وقصور الإمكانيات قد تقف أمام المرأة وممارستها للرياضة (الملتقى الوطني الثاني حول واقع الرياضة النسوية أيام 11 و12 نوفمبر 2014).

ونهدف من خلال هذا المقال إلى إبراز أهمية النشاط البدني للمرأة عامة والأستاذة الجامعية خاصة وأهم المعوقات التي تواجهها في ممارسة النشاط الرياضي.

لقد سعت لجنة حقوق المرأة التابعة للأمم المتحدة إلى حث الحكومات والمجتمع المدني، على بذل كل الجهود في اتجاه تطوير الرياضة النسوية لما لها من انعكاسات ايجابية على صحتها ولياقتها البدنية وحالتها النفسية في كل مراحل الحياة كما أكدت على أن تكون لها نفس الحظوظ و الإمكانيات المتاحة للذكور سواء فيما يخص الأنشطة الرياضية أو استغلال الهياكل التابعة لها. وشددت

كذلك على دعم وتعزيز مشاركتها في البطولات المحلية والوطنية والدولية(براهيمي أم، 2019: 53).

إن اهتمام المجتمع بنشاط المرأة في الميادين الرياضية وإعداد مشروع الإستراتيجية الخاص بها والخطط والبرامج في تطوير أنشطة الرياضة النسوية المختلفة والتي تناسب قدراتها، مسألة مهمة نالت اهتمام دول العالم رياضيا(نايف، 2012).

فالرياضة النسوية تشكل جزءا فاعلا لواقع الحركة الرياضية في أي مجتمع وإن من مؤشرات التخلف أن يتم التركيز على رياضة الرجل وإهمال رياضة المرأة التي تشكل نصف المجتمع فالمرأة اليوم لم تعد سجين المنزل فهي تواصل الحصول على العلم وتربي أطفالها لتسهم في بناء المجتمع وتساهم مع الرجل في مختلف الأنشطة الاجتماعية ونجحت في اعتلاء الكثير من المناصب الإدارية، كما تستطيع أيضا أن تمارس الرياضة وتكون ناجحة في المجال الرياضي.

غير أن الواقع العربي المعاش، يثبت أن هذه التوصيات والجهود الجادة والرسمية وإن بدأت تعطي ثمارها داخل المجتمعات الغربية إلا أنها لم تلقى إلا استجابة محدودة في المجتمعات العربية(براهيمي، 2019: 53). فممارسة النشاط الرياضي هي إحدى المشاكل التي تعاني منها المرأة والأستاذة الجامعية في مجتمعنا فنظرة البعض إلى النساء الرياضيات نظرة ضيقة، وفي الدراسات النظرية سوف نتطرق إلى بعض الشواهد تؤكد على ضرورة ممارسة الرياضة للمرأة عموما والأستاذة الجامعية خصوصا وذلك تبعا لما تعاني منه من ضغوطات العمل والبحث العلمي والضغوطات الأسرية بالإضافة إلى الضغوطات النفسية فكل

هذا يجعلها بحاجة ضرورية لممارسة الأنشطة الرياضية للتغلب على كل هذه الأعباء والضغوطات الاجتماعية (شمروخ، زيود، 2012 : 912).

وإدراكا منا لأهمية ممارسة النشاط الرياضي، ودورها على جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، والانفعالية، فقد تم تحديد مشكلة موضوعنا وبرزت الحاجة الملحة لدينا للتعرف إلى أبرز المعوقات والصعوبات التي تواجه الأستاذات الجامعيات من ممارسة الأنشطة الرياضية ومن هنا نطرح السؤال الآتي: ما هي أهم المعوقات التي تعيق ممارسة الأستاذة الجامعية للنشاط الرياضي؟

وللإجابة على هذا السؤال المشكل حاولنا في هذا المقال تمثل النظرة الضيقة والمحدودة للمجتمع وقلة تشجيع ودعم المرأة في المجال الرياضي بالإضافة إلى نقص الإمكانيات المادية وقلة توفر التجهيزات الرياضية المكيفة مع خصوصيات المرأة الجزائرية في كثير من الأحيان وأهم المعوقات التي تعاني منها الأستاذة الجامعية والتي تعيق ممارستها للنشاط الرياضي.

1. مفهوم الرياضة Sport:

الرياضة أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان، وهي طور متقدم من الألعاب وهي الأكثر تنظيما، والأرفع مهارة، وكلمة رياضة في اللغتين الإنجليزية والفرنسية sport، في اللاتينية Diport، والأصل الإيتيمولوجي لها هو Disport، ومعناها التحويل والتغيير، ولقد حملت معناها ومضمونها من الناس عندما يحولون مشاغلهم واهتماماتهم بالعمل إلى التسلية والترويح من خلال الرياضة.

والرياضة نشاط يعتمد بشكل أساسي على الطاقة البدنية للممارسين، وفي شكله الثانوي على عناصر مثل الخطط وطرق اللعب. ويشير لوشن وسيج إلى أن الرياضة يمكن أن تعرف بأنها: "نشاط مفعم باللعب، تنافسي، داخلي وخارجي المردود أو العائد يتضمن أفرادا أو فرقا تشترك في مسابقة، وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية و الخطط" (الخولي، 1996: 32).

والرياضة تعتمد على القدرات والإمكانات البدنية والحركية والتي تنتج من توظيف جيد لمعطيات الجسم الإنساني بشكل أساسي، بينما تكون أنماط الضبط الاجتماعية /ثقافية في سياقات النشاط. واختلاف الأنماط الرياضية وتباين الأنظمة يمكن فهمه على أنه استكشافات موسعة للقدرات الطبيعية لبني البشر في مجال الألعاب. وتعرف الممارسة الرياضية أنها نشاط حركي إرادي وحر يهدف إلى الانسراح في شخصية الفرد وتحضيره، وهي حق لكل الفئات المجتمع بدون تمييز في العمر والجنس وهي كذلك عن أوجه لأنشطة بدنية مختارة تؤدي لغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة ممارستها لهذه الأنشطة (عوض، 1992، 30).

1.1. مفهوم النشاط البدني والرياضي:

إن النشاط الرياضي عبارة عن مجموعة من المهارات، متعلمة من اتجاهات يمكن أن يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعه، حيث أن ممارسة النشاط الرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط إلا أنه يتم التأثير الإيجابي على جوانب أخرى إلا

وهي نفسية واجتماعية، العقلية والمعرفية، الحركية والمهارية، جمالي وفني وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملا منسقا متكاملًا.

ويعرفه قاسم حسن حسين: "بأنه ميدان من ميادين التربية عموما والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصر فعال في أعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الايجابية لخدمة الفرد لنفسه ومن خلاله خدمة المجتمع(علي زاوي، أحلام مجرالو).

وإجرائيا يمكن تعريفه على أنه مجموعة من الحركات والتمارين البدنية والرياضية التي تؤديها الأستاذة الجامعية قصد تحقيق الراحة النفسية والاجتماعية والتخفيف من الضغوطات المهنية والاجتماعية وكذا تحسين واستقرار الحالة الصحية لها.

2. فوائد النشاط الرياضي للمرأة:

2.1. الفوائد الصحية:

➤ التقليل من خطورة الإصابة بأمراض القلب، والسكتة الدماغية، والسرطان، وارتفاع ضغط الدم، وداء السكر، وغيرها. يقول ابن القيم أن الرياضة:(تعود البدن الخفة والنشاط، وتجعله قابلا للغذاء، وتصلب المفاصل، وتقوي الأوتار والرباطات، وتؤمن جميع الأمراض المادية، وأكثر الأمراض المزاجية إذا استعمل القدر المعتدل منها في وقته وكان باقي التدبير صوابا)(ابن قيم، د. ت: 246).

◀ تسهم الرياضة في تدعيم طرق علاج الاكتئاب المختلفة مثل العلاج النفسي، أو مضادات الاكتئاب. كما أوضحه (معهد الجودة والاقتصادية) في القطاع الصحي في مدينة كولونيا الألمانية (المحمادي، 2016: 365).

◀ رفع كفاءة أجهزة الجسم المختلفة لدى من يعاني من الأمراض المختلفة منها على سبيل المثال: رفع كفاءة الجهاز الهضمي، ورفع مستوى أداء الكبد والمرارة، ورفع المناعة بالأعضاء، لمقاومة سرطان الأمعاء بزيادة قدرة الخلايا على أداء وظيفتها، والحد من التهابات الجهاز الهضمي. يقول ابن قيم الجوزية عن هذه الالتهابات: (والحركة أقوى الأسباب في منع تولدها فإنها تسخن الأعضاء، وتسيل فضلاتها فلا تجتمع على طول الزمان، وتعود البدن الخفة والنشاط) (بن قيم، د.ت: 247).

◀ ممارسة الرياضة الخفيفة للمرأة في فترة الحيض تساعد على نزول الدم، والتخلص من آلام الظهر، وتعمل على تحسين مزاج ونفسية المرأة. وفي اتجاه بحثي آخر، وأوضحت نتائج دراسة عزيزة عبد القادر سنة 1980 أن التمرينات البدنية تخفف وتقلل عسر الطمث لدى الفتيات، وذهبت نفس المذهب سلوى شكيب سنة 1981، عندما أوضحت نتائج دراستها أن اتصاف الفتاة ببعض خصائص اللياقة البدنية يقلل من أعراض الطمث وعسره لدى الفتيات. (الخولي، 1996: 115).

◀ رياضة المشي تعمل على تقليل الإصابة بضغط الدم وسكر الحمل، وتقلل من حدوث تسمم الحمل وزواله، كما تساعد على تسهيل عملية الولادة. وفي دراسة للباحثة الطبية جيئولا إرديلي

استخلصت أن السهولة في الولادة والمناعة والتخلص من متاعب ما بعد الولادة كانت من نصيب المرأة الرياضية نتيجة لما تتصف به من لياقة بدنية، ولقد فازت امرأة رياضية بست ميداليات ذهبية في أولمبياد 1956 (الخولي، 1996، 114).

➤ تفيد المرأة بعد الولادة الطبيعية، أو القيصرية لشدة منطقة البطن، وزيادة إفراز الحليب.

➤ ضرورة للمرأة في سن اليأس وبعد انقطاع الطمث، فقد ذكرت دراسة أمريكية أن المرأة التي تمارس تدريبات رياضية بشكل معتدل تكون أقل عرضة للإصابة بسرطان الثدي بعد انقطاع الطمث (المحمادي، 2016: 366).

2.2. الفوائد الجمالية:

الجمال يعطي الإنسان إحساسا بالراحة وينمي طاقاته، وقد خلق الله تعالى الإنسان ميالا للجمال محبا له. وفيما يلي أهم أبرز فوائد الرياضة الجمالية للمرأة:

✓ تخلص المرأة من الوزن الزائد والقضاء على الترهلات خاصة في منطقة البطن والأرداف والأفخاذ التي تسبب الضيق والحرَج لها.

✓ الحصول على جسم ممشوق ومتناسق، وذلك نتيجة حرق كمية كبيرة من السعرات الحرارية.

✓ نظارة البشرة والحفاظ على الصحة بشكل عام كما أنها تحارب مظاهر الشيخوخة، وتقدم العمر فهي تساعد على

البقاء بمظهر أفضل وتساهم في تأخير التجاعيد(المحمادي،
2016: 367).

3. الأستاذة الجامعية والنشاط الرياضي:

يواجه العاملون في مختلف الميادين المهنية، درجات متفاوتة من
الضغط المهني، مما يجعلهم يعيشون في حالة عدم الاستقرار، نتيجة
تراكم المشكلات وتعقيداتها.

وتواجه الأستاذة الجامعية كغيرها من العاملين صعوبة كثيرة،
خاصة وأن مهنة التدريس صنف حسب منظمة العمل من أكثر
مجالات العمل ضغوطا قد ترجع إلى عدة أسباب مهنية، علائقي،
مادية، معنوية، مما يسبب لها ضغوطات تجعلها غير قادرة على أداء
مهمتها.

وهذا راجع إلى ابتعاد أغلب الأستاذات الجامعيات عن ممارسة
الأنشطة الرياضية في الملاعب والصالات الرياضية خلال الدوام
اليومي، وهذا أثر بشكل واضح على مستوى لياقتهم البدنية و الصحية
والنفسية وإصابتهم بالعديد من أمراض العصر (السكري، والضغط،
والكولسترول، وثلاثيات الدهون، وألم المفاصل، وآلام أسفل
الظهر، وأمراض القلب، والسمنة وغيرها من الأمراض) الناتجة عن قلة
الحركة وممارسة الأنشطة الرياضية بأنواعها المختلفة.

وأن معظم الأعمال التي تقوم بها عضوات هيئة التدريس هي
أعمال مكتبية، تحتاج إلى الجلوس فترات طويلة سواء في المكتب أو
أثناء المحاضرات التدريسية، وكذلك اقتناء معظم عضوات هيئة
التدريس وسائل نقل خاصة بهم وهذا يقلل من فرص مشاركتهم في

الأنشطة البدنية والحركية. وقد أوضحت نتائج إحدى الدراسات التي قامت بها "الجمعية الأمريكية للقلب" أن الموظفين الذين لا تتطلب طبيعة عملهم أي مجهود بدني، بل يجلسون خلف مكاتبهم معظم الوقت هم الأكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب بنسبة أعلى كثيرا من غيرهم فالرياضة ضرورية لموظفي المكاتب على اختلاف وظائفهم بما في ذلك أساتذة الجامعة (عبد الوهاب، 1995، 38).

ونعتقد أن المرأة أكثر احتياجا للرياضة من الرجل بحكم قلة وطبيعة عملها وأحيانا نوع مهنتها إن كان في المصنع أو المكتب أو المنزل كل ذلك يستوجب أن تقوم المرأة بممارسة الأنشطة الرياضية بصورة أكثر من الرجل لكي تعوض كل ذلك بالنشاط الرياضي، ولا يغيب عن بالنا أيضا أن طبيعة الحياة الفسيولوجية عند المرأة والمثلة بالحمل والولادة والظروف بعد الحمل والدورة الشهرية كل ذلك بحاجة ماسة إلى الحركة والنشاط الرياضي كي تعود المرأة لوضعها الطبيعي كما أن طبيعة جسم المرأة يمتاز بزيادة نسبة الشحوم عن الرجل بأكثر من 10٪ هنا يستدعي المرأة إلى النشاط والحركة لإذابة هذه الشحوم.

وعلى غرار أهمية النشاط البدني للمرأة تقول كاترين لانس "من المعلوم أن النساء يكثرن من الجلوس والاسترخاء ولكن قلما نجد أحداً يحثهن على تعلم الرياضة كما يحث الرجل، كما أن كثير من النساء يعتقدن أن المرأة عندما تكون حامل تقلل الحركة لدرجة أنها تتعذر في بعض أحيان لكن هذا المفهوم خاطئ لأن الحمل في حد ذاته يؤدي إلى حدوث تغيرات في الجسم والمشاعر أيضا وقد ثبت أن ممارسة

الرياضة خلال الحمل يساعد على منع آلام الظهر الشد العضلي بالساقين وزيادة الوزن الغير مرغوب فيها ، وكذا مساعدة جسم المرأة وتجهيزه للقيام بمخاض طبيعي دون تعقيدات رغم أهمية ممارسة المرأة للنشاط الرياضي إلا أنه يحتكر على القلة القليلة خاصة في مجتمعنا(دحمانى، 2020).

4. أهم معوقات ممارسة النشاط الرياضي للأستاذة الجامعية:

كانت المرأة ولا زالت تعاني من صعوبات ومعوقات وعوامل تحد من تطور مستويات الرياضية وبالذات في المجتمع الشرقي مما جعلها في درجات السلم الأخيرة في هذا المجال مقارنة بالمرأة في المجتمع الغربي. ومن ابرز العوامل التي أدت إلى تدني مستوى ممارسة النشاط الرياضي بالنسبة للمرأة هي:

هناك أسباب كثيرة أثبتتها دراسات وأبحاث أجريت في مختلف الدول العربية، والتي تناولت أسباب أو معوقات أو صعوبات تقف حائلا دون ممارسة المرأة مختلف الأنشطة الرياضية، وفي مقدمة هذه الأسباب: الأسباب الاجتماعية، والأسرية، والمهنية، والذاتية، والمادية مثل (قلة الملاعب والصالات، والمرافق الرياضية اللازمة لمثل هذه الأنشطة، وقلة المدربين) وسنحاول من خلال هذا تحليل التحديات التي تواجه الأستاذة الجامعية من ممارسة النشاط الرياضي.

4.1. العوائق الاجتماعية:

إن الظروف الثقافية والاجتماعية لم تعطي الفرص الكافية للمرأة من أن تثبت جدارتها ومشاركتها الفعالة في الرياضة، وكانت المشاركة الرياضية حكرا على الذكور غي أغلب المجتمعات

الإنسانية، ويعتقدون أن المتطلبات البدنية والنفسية للرياضة هي ذات طابع رجولي ولا تتوافق مع النمط الاجتماعي المرسوم للأنثى وأنها تؤثر في تشكيل سلوكيات غير مرغوبة للأنثى (الخولي، 1996: 107).

وحيث لازالت النظرة الاجتماعية الضيقة لممارسة المرأة للأنشطة الرياضية وبشكل خاص لازالت كثير من العائلات ترفض وتمنع بناتهن من ممارسة الرياضة. إما المرأة المتزوجة فاليبيت والأطفال وعدم رغبة بعض الأزواج حال دون المشاركة بل ممارسة المرأة للأنشطة والفعاليات الرياضية. إضافة إلى العادات والتقاليد التي لا تشجع ممارسة المرأة للرياضة وهذا ما أكدته كاترين لانس في قولها: "أن المجتمع يتأمر لكي يحد من اكتشاف قدرة المرأة على ممارسة الرياضة". ففي الوطن العربي ظلت المرأة تواجه قدرا كبيرا من المعوقات فهي تعتبر أن رياضة المرأة أمر يجافي للآداب العامة ويخدش الحياء وينفي عنها صفة الاحتشام وتجافي أيضا في نظرهم صفات الرقة والدعة والأنوثة.

في الواقع توجد مشكلات وعقبات كبيرة في مجال الممارسة الرياضية للمرأة الجزائرية، لا يمكن عرضها بكل تفاصيلها في هذا المقال، لكن تجدر الإشارة إلى أهم المشكلات والعقبات حسب الآتي: إن أكبر عقبة في مجال تطوير الرياضة النسائية في بلادنا ترجع لغياب الثقافة الرياضية عموما لدى أفراد المجتمع، ورفض الرجل لممارسة المرأة للرياضة بوصفه وصيا عليها. وفي دراسة قام بها الحسن (1986) بهدف التعرف إلى الأسباب الاجتماعية لعزوف طالبات جامعة بغداد عن المشاركة في الألعاب الرياضية، أظهرت نتائج الدراسة إلى

أن بعض الطالبات مازلن يعتقدن بأن الرياضة تسيء إلى سمعة الفتيات، كما أظهرت النتائج أن 50% من الأهل الذين ينظرون نظرة سلبية إلى الرياضة هم من العسكريين والموظفين والأميين وذوي الدخل الضعيف. وفي دراسة مطر (1993) ويهدف التعرف إلى المشكلات والمعوقات التي تعوق المرأة الكويتية من ممارسة الرياضة فقد توصلت الدراسة إلى أن النظرة السلبية للمجتمع تقف عائقا أمام المرأة من ممارسة الرياضة وأن الأهل يعارضون ممارسة النشاط الرياضي، وهذا ما أكدته أيضا الدراسة الوصفية التي قام بها بن محمد أحمد وبن شاعة سعد حول الفتيات المنخرطات في النوادي الرياضية بمدينة سوق هراس التي خلصت إلى أن البيئة لها تأثير على ممارسة الرياضة للمرأة من عدمها وأنه بالرغم من مستوى الحداثة والرقى الذي نشهده في حياتنا المعاصرة في كافة المجالات إلا أن موضوع ممارسة المرأة للرياضة من عدمه يبقى حبيس خلفيات وتقاليد زرعته المجتمعات في أفرادها حتى أضحت ممارسة المرأة للرياضة نوها من الانحلال وعلى حد قوله أن تغيير هذه النظرة ليس بيد المرأة بقدر ما هو في يد مؤسسات التنشئة الاجتماعية (بن محمد وشاعة، 2018، 103).

رغم أن هناك تفتحا من الطبقة المثقفة على الممارسة الرياضية للفرد ذكرا كان أم أنثى، إلا أن الوعي مازال بعيدا عن تشجيع رياضة المرأة وإعطائها مكانتها الحقيقية في التنظيم لاجتماعي الجزائري.

فالأستاذة الجامعية الجزائرية بالرغم من تمتعها بمستوى تعليمي وثقافي عالي ومدى وعيها بأهمية النشاط الرياضي وتحررها من الناحية المادية إلا أنها تبقى كسائر النساء الجزائريات والعربيات تنتمي لهذا

المجتمع الذي يرفض في غالب الأحيان ويحد من ممارسة المرأة للنشاط الرياضي أو التحاقها بالمرافق الرياضية وبقيت تحت تأثير هذه العادات والتقاليد الاجتماعية، ولم تعد قادرة على تجاوز هذه النظرة الضيقة حول ممارسة المرأة للرياضة.

4.2. العوائق المادية والهيكل القاعدية:

الإمكانيات المادية والهيكل القاعدية التي لا ترقى للمستوى الذي يسمح للمرأة بالانخراط في النوادي المناسبة لها. ومن بين الدراسات دراسة قام بها الحبوري ورشيد وسلمان (1989) بهدف التعرف إلى أسباب عزوف طالبات جامعة البصرة عن ممارسة الأنشطة الرياضية، أظهرت نتائج الدراسة أن من أهم أسباب عزوف الطالبات عن الاشتراك في الأنشطة الرياضية هو قلة الإمكانيات والأدوات وعدم وجود صالات وعدم وجود مختصين في المجال الرياضي.

التوزيع الغير العادل للهياكل القاعدية بين المناطق الحضرية وما دون الحضرية، حيث تسخر لإمكانيات لمادية و المالية للمدن لإنشاء هياكل استقبال مختلف الفئات المنخرطة في الممارسة الرياضية بكافة شروطها أو على الأقل بما هو ضروري منها في المدن الكبرى، بينما لا يكون الأمر كذلك في المدن الصغرى والقرى وكما نعرف أنه ليس كل الأستاذات الجامعيات يقمن في المدن الكبرى فبعدهم عن هذه المرافق الرياضية يمثل لهم عائق في ممارستهن للنشاط الرياضي، بل قلما تحظى هذه المدن الصغرى بهياكل لما يسمى بالرياضة الجوارية ترقى إلى مستوى التكفل اللائق بالممارسة الرياضية لجنس الذكور وتتعهد تماما بالنسبة لجنس الإناث(بولحبال، 2016: 222).

4.3. العوائق الذاتية والشخصية:

وتمثل في عدم رغبة وميول بعض الأستاذات الجامعيات من ممارسة الرياضة لأسباب ذاتية ومنها أن أغلب اهتمامهم وشغلهم الشاغل هو البحث العلمي ولعوامل شخصية أخرى من بينها الاهتمام بالتقلد في المناصب الإدارية والترقية في الدرجات العلمية. إضافة إلى عدم وجود الوقت الكافي للبعض لأن معظمهن يركزن على أدوارهن العلمية والمهنية لا أكثر.

4.4. العوائق المهنية:

إن انشغال بعض النسوة بوظائفهن وتأخرهن بالوصول إلى مساكنهن لأسباب معروفة يؤثر على مستواهن للأنشطة والفعاليات الرياضية بالرغم من تفاوت مهن بعضهن، ألا إنهن جميعا وبعد العودة من العمل ينشغلن بالأعمال المنزلية والانشغالات الأسرية زيادة على ذلك تجد الأستاذة الجامعية أنها أمام ضغوطات مهنية نابعة من طبيعة مهنة التدريس من التحضير الدائم للدروس للإشراف على المذكرات، إلى القيام بالبحوث العلمية وتصحيح أوراق الامتحانات (ذهبية، 2013، 522)، فتعدد الأدوار من مدرسة وباحثة ومشرفة، ينتج عنه ضغوطات مهنية تشكل عائقا أمام ممارستها للنشاط الرياضي.

خاتمة:

وفي الختام يمكن القول أنه بالرغم من كل الجهود المبذولة لتشجيع المرأة لممارسة النشاط الرياضي ومعرفة المجتمع مدى أهميته للمرأة وخاصة الأستاذة الجامعية لما تعانيه من الضغوطات المهنية والأسرية والاجتماعية تستوجب ممارستها للنشاط الرياضي للتخفيف

من حدة هذه الضغوطات المختلفة وتجنب تأثيرها على مستواها المهني والأسري والصحي نجد أنها تواجه عدة عراقيل أثرت على توجهها نحو ممارسة النشاط الرياضي.

وحتى وإن كانت الأستاذة الجامعية لها الرغبة والإرادة في ممارسة النشاط الرياضي تجد نفسها أمام تحديات اجتماعية وثقافية تمنعها من ممارسة الرياضة، حتى وإن هي مدركة لأهمية ممارسة الرياضة ودورها في تحسين صحة الإنسان إلا أنها تبقى دائما تحت سيطرة العادات والتقاليد.

قائمة المصادر والمراجع:

- 1 -براهيمي أم السعد، (2019)، المرأة والرياضة في الوطن العربي، شرعية الطموح وحتمية العزوف، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، جامعة الجلفة، العدد 03.
- 2 -البسيوني محمد عوض وفيصل ياسين الشاطي، (1992)، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، بن عكنون، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
- 3 -بولحبال نوار مريوحة، (2016)، الممارسة الرياضية للمرأة في الجزائر: الوضع الراهن والآفاق، ولاية عنابة نموذجا، مجلة التواصل في العلوم الإنسانية والاجتماعية، كلية الآداب والعلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة باجي مختار، عنابة، العدد 47.
- 4 -الخولي أمين أنور، (1996)، الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والأدب، الكويت، عالم المعرفة.
- 5 -دحماني نعيمة، (2020)، أهمية النشاط البدني للراقي للمرأة في الإسلام، مجلة رصين للدراسات الأنشطة الرياضية وعلوم الحركة، الأردن، المجلد 1، العدد 1.
- 6 -الرياضة النسائية وجهة نظر طبية، موقع صيد الفوائد: <https://saaid.net/female>.

- 7 -زاوي علي، مجرألو أألام، آوءهآا المرآة الآزآرآة نآو مآارسة الأنشطة الرآآآة وعلاآتها بآأكآذ الآآ البآآة، مآآر الآراسآ الآآآماعآة والآآآآانة وآآآآل النشاطآا البآآة والرآآآة.
- 8 -شمرآ نآآل، وآآلآ زآوآ، (2012)، الصعآآا الآآ آعآق أسآآذة الآامعات الآرآآة الآآصة من مآارسة الأنشطة الرآآة، مجلة آامعة النآآل للآبآآ العلوم الآآآانة، مجلآ 26 .
- 9 -عآآ الوهآب فاروق، (1995)، الرآآة صآة وآآآة بآآة، ط1، القآهرة، آار الشروق.
- 10 -قورآ آهآآة، طآآآة الضفط المآآآ لآآ أسآآذة الآامعة (آراسة مآآآة بولآة آآزآ وزو)، آمن أعمآ المآآقآ الآولآ الآآآ آول: ظآهرة المآآاة فآ العمل بآن الآآول السآكآولآآ والسوسآولآآ، آومآ 15، 16 آانفآ 2013 .
- 11 -بن قآم الآوزآة مآآآ بن آبآ بآر، (آ. آ)، الطب النبوآ، بآرآ، آار الهلآل.
- 12 -المآآآآ نوره مسلم، (2016)، رآآة المرآة البآآة أآكام وضوآط، مجلة الآراسآ الآسلامآة والآآآ الأكآآمآة، آامعة القآهرة، العآآ 73.
- 13 -بن مآآآ أآآ، وبن شآعة سآع، (2018)، آآآآر البآآة على مآارسة المرآة للأنشآة البآآة الرآآة وانآراطها فآ النوآآ الرآآة، آراسة وصفآة على الفآآآا المنآراطا بالنوآآ الرآآة بمآآة سوق هراس نمآآآا، مجلة المسآر الرآآآ، آامعة الآلفة، العآآ 01 .
- 14 -المآآقآ الوطنآ الآآآ: آول وآآع الرآآة النسوآة فآ الآزآر بآن الآآآآ ورهآآآا العولة، معآآ علوم وآآآآآا النشاطآا البآآة والرآآة، آامعة مآآآ الشرف مآآآة، آآام 11 و12 نوفمآر 2014، سوق هراس.
- 15 -ناآف مآآآآ آآور، (2012)، الرآآة النسوآة الفرآة، ط1، عمان، مآآة المآآآع العربآ للنشآ.

