



مجلة

# العلوم الإنسانية

علمية محكمة - نصف سنوية

Journal of Human Sciences

تصدرها كلية الآداب / الخمس

جامعة المرقب. ليبيا

Issued by Faculty of Arts -  
Alkhums - Elmergib University -  
Libya

تصنيف معامل التأثير العربي 2024م (2.05)

تصنيف معامل ارسيف Arcif 2024م (0.0185)

سبتمبر

2024م

تصنيف الرقم الدولي (2710-3781/ISSN)

رقم الإيداع القانوني بدار الكتب الوطنية (2021/55)

## النشاط الرياضي للمرأة بالمجتمع الليبي وعلاقته بعدد من المتغيرات الاجتماعية "دراسة على عينة من المترددات على النادي الأخضر الرياضي بمدينة البيضاء"

إعداد: د. جميلة عبد الهادي السنوسي\*

د.مبروكة عبد الكريم طاهر\*

### الملخص:

إن ممارسة المرأة للنشاط الرياضي في المجتمع الليبي ينصدم بالحياة الاجتماعية والثقافية بالمجتمع، ولهذا استهدفت الدراسة الوقوف على أهم المتغيرات الاجتماعية التي تسهم في دفع المرأة إلى ممارسة الرياضة النسائية، والتعرف على المعوقات التي حالت دون ممارستها للنشاط الرياضي، وللوصول لهدف الدراسة تم توزيع استمارة استبيان على النساء المترددات على النادي الرياضي النسائي في مدينة البيضاء، والتي بلغ حجمها (53) استمارة، وبعد إجراء الاختبارات الإحصائية للتأكد من فرضيات الدراسة توصلت الدراسة إلى أن المعوقات التي حالت دون ممارستها للنشاط الرياضي كانت تدبير شؤون الأسرة، والالتزامات العائلية وكثرة واختلاف مواعيدها بين العمل والعلاقات الاجتماعية، وعدم توفر الوقت الكافي لمزاولة الرياضة، والقيمة الباهظة للاشتراك بالمراكز الرياضية، وأيضاً التكلفة العالية للملابس والألات الرياضية ثم ضعف الإدراك بأهمية النشاط الرياضي وأخيراً الخجل من الوزن الزائد، كذلك تبين أن طموح المرأة في مدينة البيضاء للاشتراك بالمراكز الرياضية كانت موجود، ولا يختلف من حيث الوضع الاجتماعي، ومحل الإقامة ومعدل الدخل الشهري، ومستوى التعليم، وقد أوصت الدراسة أولاً بنشر الوعي المجتمعي بين أفراد المجتمع حول أهمية النشاط الرياضي لكل فئات المجتمع

\* أستاذ مشارك/ عضو هيئة تدريس/ كلية الآداب/ البيضاء/ جامعة عمر المختار.

\* محاضر/ عضو هيئة تدريس/ كلية الآداب/ البيضاء/ جامعة عمر المختار.

لاسيما المرأة، ثانياً تذليل العقبات التي تحول دون مزاولة النشاط الرياضي لكل الفئات، خاصة المرأة.

**الكلمات المفتاحية:** المرأة، الرياضة النسائية، نادي المرأة، النشاط الرياضي.

### **Abstract :**

The practice of women in sports activity in Libyan society is disrupted by the social and cultural life of society. Therefore, the study aimed to identify the most important social factors that contribute to pushing women to practice women's sports, and to identify the obstacles that prevented them from practicing sports activity. To reach the goal of the study, a questionnaire was distributed to the women participating in the Women's Sports Center at the Green Club in the city of Al-Bayda, which was in size. 53 questionnaires, and after conducting statistical tests to confirm the study's hypotheses, the study concluded that the obstacles that prevented people from practicing sports activities were managing family affairs and family obligations, the many and different schedules, the lack of sufficient time to practice sports, the high cost of participating in sports facilities, and also the high cost of sports clothing and equipment. Then there was a weak awareness of the importance of sports activity, and finally shame about being overweight. It also became clear that the ambition of women in the city of Al-Bayda to participate in sports centers was present, and did not differ in terms of social status, place of residence, average monthly income, and level of education. The study recommended first spreading community awareness among individuals. Society about the importance of sports activity for all segments of society, especially women, and secondly, overcoming the obstacles that prevent the practice of sports activity for all groups. Especially women.

**Key words:** women, women's sports, women's club Sports activity.

## المقدمة:

يعتبر النشاط الرياضي من الأنشطة التي تعكس الإيجابية على حياة الفرد فتخلق لديه حالة من التوازن الاجتماعي والنفسي السليم وقدرة على التعايش المنسجم مع المحيطين به، وتكسبه الكثير من المهارات والخبرات الحركية، والمعارف والمعلومات التي تثري الجوانب النفسية والاجتماعية والصحية له، كما توفر الاسترخاء البدني والذهني، والراحة النفسية والجسدية، وكذلك لإبراز حريته ووجوده كفرد له الحق في ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في المجتمع دون تمييز في العمر والجنس، إذ أن ممارسة الأنشطة الرياضية أصبحت تعكس ثقافة المجتمع ومدى تحضره، لاسيما بعد النتائج التي توصلت إليها الدراسات حول أهمية ممارسة الرياضة لكل أفراد المجتمع دون استثناء<sup>1</sup>، فالنشاط الرياضي يخلق في حياة الفرد توازناً بين النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والخلقية ووسيلة للتعبير عن قدرات الفرد واستعداداته البيولوجية والاجتماعية والنفسية الموروثة والمكتسبة وعن طريقها يقاس الفرد بين نفسه وأقرانه.

علية تعتبر الرياضة النسائية جزءاً لا يتجزأ من الممارسة الاجتماعية، حيث أنها تمثل أساساً ثقافياً واجتماعياً لأي أمة من الأمم، حيث أنها تساعد على تحسين جودة حياة الأفراد.

أن تعدد الأدوار أثقل كاهل المرأة في كونها أصبحت تلعب دوراً بالمجتمع بالإضافة إلى دورها الأساسي بالأسرة، ومن هنا كان لا بد من موازنة بين مسؤولياتها المتعددة، وتجديد آلية النشاط والعطاء والإبداع لديها، فعمدت المرأة في الكثير من المجتمعات إلى ممارسة النشاط الرياضي كنوع من الترويج عن النفس وتجديد للقدرات، بالرغم من هذا التغيير إلا أن المرأة هي ربة البيت ومن الجماعات الأقل حظاً في المجتمع و الأشد حرماناً في إشباع حاجات ممارسة الرياضة، وممارستها للرياضة يعد شرطاً لنموها المتوازن ولياقتها الشاملة وصحتها

<sup>1</sup> جلال جمال، مذكرة لنيل شهادة الدراسات العليا في منهجية الرياضة، أعمال العنف والشغب، في الملاعب الجامعية، الجزائر، 1990، ص12.

المتعافية ولهذا نلاحظ إن ربّات البيوت كثيرا ما يتعرضن للأمراض والتشوهات القوامية و السمنة والترهل وخاصة في مجتمعنا، لذلك لابد من إيصال الرياضة إلى مرمي ربة البيت صانعة الأجيال ، حيث تعمل على حفظ صحتها وتضمن حسن تربيتهن لأطفالها.

وفي المجتمع الليبي الأمر مختلف فإمكانية ممارسة المرأة للنشاط الرياضي تنصدم بالحياة الاجتماعية بالمجتمع، ولا يختلف الأمر من الناحية الثقافية، إذ تلعب العادات والتقاليد دوراً بارزاً في تحديد مشاركة المرأة للممارسات الرياضية، إلا أننا نلتبس في مدينة البيضاء تجربة جديدة تتجسد في نادي شؤون المرأة بمدينة البيضاء الذي يسعى إلى إعطاء المرأة حقها في المشاركة الرياضية.

#### إشكالية البحث:

أن ممارسة الرياضة تكسب الفرد الصحة والحيوية والنشاط الدائم، وللمرأة لياقة بدنية تؤهلها للقيام بكافة الأعمال اليومية بصحة عالية، إلا أن هناك عزوف للمرأة عن ممارسة الرياضة رغم أهميتها من الجانب البدني والصحي والنفسي للمرأة، وبرزت بعض المحاولات التي ترسم الطريق للمشاركة المجتمعية من خلال فتح المجال أمامها في العديد من نواحي الحياة الاجتماعية ولاسيما في المجال الرياضي، فهل استطاعت هذه المجتمعات تجسيد تجربة مشاركة المرأة الرياضية أو أن هناك ما يمنع القيام بهذه التجربة، حيث لا يمكننا أن ننكر الترسبات الاجتماعية حول تقليص دور المرأة في حدود الأسرة والوظيفة التقليدية كما تلعب الثقافة الخاصة بالمجتمع دور المحدد الثقافي للممارسة الرياضية للمرأة فالنظرة الضيقة والمحدودة لطبيعة المرأة وقدرتها لأداء المهام والوظائف تعكس طبيعة المجتمع البعيدة عن الحضارة والحداثة خاصة بعد اعتبار ممارسة المرأة للرياضة مؤشر على الحداثة والتطور بالمجتمع.

وللكشف عن ذلك سعت الدراسة إلى دراسة نموذج وتجربة حقيقية قائمة في مدينة البيضاء تهدف إلى زيادة إسهام المرأة في الجانب الرياضي متمثلة في النادي الأخضر الرياضي وما استحدثه من افتتاح قسم شؤون المرأة بالنادي حيث يسعى هذا النادي إلى استقطاب المرأة وزيادة مشاركتها وعضويتها في هذا النادي وذلك من خلال البحث والتعرف على أهم المعوقات التي تواجه المترددات على هذا النادي ومدى نجاحه كتجربة وهل استطاع تحقيق الأهداف التي يصبوا إليها ، ومن هنا تكمن مشكلة البحث التعرف على أهم المشكلات التي تواجه المرأة في عدم ممارسة الرياضة على الرغم من الصحة العملية التي يشهدها المجتمع الليبي في جميع المجالات إلا أن هناك مشكلات وتحديات تواجه المرأة في مدينة البيضاء .

وبذكر المرأة الليبية يلاحظ عدم إسهام المرأة الكامل في مجال العمل الرياضي من المشكلات الهامة للمرأة في مجال العمل الرياضي بعد أن تناولت كثير من الدراسات المشاكل التي تواجه ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة، وعدم وجود دراسات تناولت أسباب عزوف المرأة الليبية لممارسة الرياضة وبالأخص مدينة البيضاء تناول أهم الأسباب والمشكلات التي تواجه المرأة عند ممارسة الرياضة، حيث أن المرأة نصف المجتمع وحتى تكون هناك دراسات وبرامج رياضية مناسبة لطبيعة المرأة بما يتفق وكونها في المجتمع كأم وربة بيت وأساس الأسرة عليه انطلقت الدراسة من التساؤلات التالية.

### تساؤلات البحث

1. ما هي المتغيرات التي تحد من مواجهة المرأة لممارسة الأنشطة الرياضية ؟
2. ما هي أهم الأسباب التي تمنع المرأة من ممارسة الأنشطة الرياضية؟
3. ما هو نموذج النادي الأخضر الرياضي لدعم المرأة للمشاركة في الأنشطة

الرياضية؟

## أهمية البحث.

تأتي أهمية هذا البحث في محاولته معالجة قضية اجتماعية وموضوع حيوي ذو طبيعة اجتماعية تمس أحد أهم ركائز المجتمع ونصفه الثاني، إلا هو المرأة فقد غزت الموضوعات الخاصة بالمرأة الأبحاث والدراسات الاجتماعية المختلفة لاسيما الأنشطة الرياضية التي تمارسها، فالنشاط الرياضي أصبح الشغل الشاغل للمجتمعات للرفي بمستوى أفرادها صحياً واجتماعياً ونفسياً واقتصادياً.

بناءً على ما سبق تظهر أهمية البحث في الكشف عن واقع ومستقبل الرياضة النسائية، وما هي أهم التحديات التي تواجهها المرأة في المجال الرياضي، وذلك من خلال جانبين نظري وتطبيقي. ويمكن إبراز أهمية الجانب النظري المتمثل في تقديم مادة معرفية عن الأنشطة الرياضية النسائية في المجتمع الليبي عامة ومجتمع مدينة البيضاء خاصة، وإبراز أهم التحديات التي تواجهها المرأة رياضياً.

مع التأكيد على أهمية ممارسة الرياضة للمرأة وضرورتها في مختلف مراحلها العمرية، حيث تعد الرياضة النسائية نقطة أساسية ونسقاً يمكن للممارس من خلالها تحقيق ذاته والخروج من روتين وضغط الحياة اليومية.

أما في الجانب التطبيقي فيتمثل في دراسة نموذج وتجربة جديدة المتمثلة في نادي المرأة الرياضي بمدينة البيضاء، من خلال هذه التجربة سعت الدولة أن تخلق فرصة للمرأة الليبية لممارسة نشاطها الرياضي في نادي خاص بالمرأة، وبالوقوف على أهداف ونشاطات هذا النادي يمكننا معرفة ما حققته المرأة وما عجزت عن تحقيقه، وذلك بتقديم التوصيات التي يمكن أن تقدم للمسؤولين وصناع القرار بالمجتمع لكي يضعوا الخطط والبرامج الهادفة لتطوير الرياضة النسائية.

## أهداف البحث

تهدف الدراسة إلى الوقوف على أهم المتغيرات الاجتماعية التي تسهم في دفع المرأة إلى ممارسة الرياضة النسائية، والتخلص من المعوقات التي حالت دون ممارستها، ومنها تنطلق إلى الأهداف الفرعية الآتية:

1. التعرف على عدد من المتغيرات الاجتماعية التي تحد من مشاركة المرأة بالمراكز الرياضية بمدينة البيضاء.
2. التعرف على أهم العقبات التي تقف أمام المرأة لتحقيق طموحها لمزاولة الأنشطة الرياضية بمدينة البيضاء.
3. معرفة مدى نجاح تجربة النادي الأخضر الرياضي وما حققه من أهداف في ضوء المتغيرات الاجتماعية والثقافية لمشاركة المرأة في الرياضة.
4. تقديم توجيهات وتوصيات أكاديمية من شأنها إن تساعد في الحد من انتشار الكثير من الأمراض التي تصيب الجسد البشري ومردّها إلى قلة الحركة وعدم ممارسة التمارين الرياضية وذلك من أجل صحة أفضل وحياة أكثر نشاطاً.

#### حدود البحث

\***المجال البشري:** يتكون المجال البشري من النساء المترددات على المراكز الرياضية بمدينة البيضاء.

\***المجال المكاني:** وتمثل في نادي شؤون المرأة بمدينة البيضاء التابع للنادي الأخضر الرياضي تأسس بقرار رئيس الجمعية العمومية لنادي الأخضر رقم (6) لسنة 2019 بتكليف عضو مجلس إدارة بنادي الأخضر من النساء وبهذا القرار يحق للمرأة الاستفادة من إمكانيات النادي الأخضر الرياضي حيث يسعى النادي إلى توعية ونشر ثقافة المرأة، وإعداد جيل من الرياضيات للمستقبل مزودات ومتمتعات باللياقة البدنية والنفسية وذلك من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية والثقافية والاجتماعية أو دعم السيدات ورفع نسبة مشاركتها في المشروعات الصغرى.



وكان يوم 5 أكتوبر 2019 -اليوم الفعلي لتفعيل قسم شؤون المرأة بنادي الأخضر، تحت شعار (رحلتي نحو التغيير لحياة أفضل) كوسيلة لتمكين المرأة، حيث أن من أهداف النادي:

- زيادة إسهام المرأة في الجانب الرياضي.

- إنشاء صالون ثقافي للمرأة.

- ممارسة عدد من الألعاب الرياضية مثل (رياضة المشي، رياضة الجري، ألعاب الكرة بأنواعها السلة -الطائرة -التنس -القدم -اليد) الألعاب الفكرية مثل الشطرنج وغيرها.

\* **المجال الزمني:** حيث استغرق البحث كمرحلة لإعداد ملخص الدراسة 6 - 4 - 2023 وكتابة البحث ثم مرحلة جمع البيانات وتحليلها والوصول إلى النتائج النهائية للبحث بشكله النهائي بتاريخ 10-8-2023 .

### مفاهيم الدراسة

**المتغيرات الاجتماعية:** للمشاركة وممارسة العمل الرياضي شروط ومناخ ومكان وبيئة كمتطلبات تساعد على تحقيقها، فهي تعمل كعوامل تشجع على مشاركة النشاط الرياضي للمرأة وتدعمه وتشجعه كالعمر، المستوى التعليمي، الدخل الشهري، محل الإقامة، والتسهيلات الخدمية التي يقدمها النادي للمتربدات...إلخ.

**مفهوم النشاط الرياضي:** يتمثل في نشاط جسدي يتباين ويتعدد وفقاً لمراحل العمر للأفراد الممارسون لهذا النشاط، ويعكس النشاط الرياضي الاستفادة البدنية والعقلية والنفسية والصحية على الأفراد عند المتابعة المستمرة لمزاولته<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> جمعة عبد الحميد شنيب، محمد علي زايد، دور النشاط البدني والرياضي في الحد من العنف و الجريمة، المؤتمر

العلمي الدولي الأول لكلية التربية البدنية - تحت شعار النشاط الرياضي والبدني طريق للتنمية والسلام، كلية

التربية البدنية - جامعة المرقب، 25-27/12/2018.

وأيضاً يعني تحريك العضلات الهيكلية في الجسم مما يؤدي إلى بذل طاقة تتجاوز ما يصرف من طاقة أثناء الراحة، ويعني أيضاً عملية تنشيط وتدريب في مقابل الكسل والوهن والخمول .

**مفهوم الرياضة النسائية:** الرياضة عبارة عن مجهود جسدي عادي أو مهارة نمارس بموجب قواعد يتفق عليها بهدف الترفيه أو المنافسة والمتعة والتميز، أو تطوير المهارات، اختلاف الأهداف المجتمعة أو المنفردة يميز الرياضات بالإضافة إلى ما يضيفه اللاعبون أو الفريق من تأثير على رياضاتهم<sup>1</sup>.

حيث تعرف الرياضة النسائية بأنها ليس نشاطاً حديثاً ومستداماً وإنما ضاربة بجذورها في أعماق الحياة البشرية، حيث كانت العامل الأول وراء المحافظة على الرشاقة والجمال والحيوية وتحولت مع تقدم الأمم لتشكل أحد الأقطاب الرائدة في الممارسات الرياضية بمختلف أنواعها وأشكالها من خلال إدماجها في البطولات العالمية والأولمبية والإقليمية، بعدما كانت تعتمد عليها من خلال جسمها في توزيع الميداليات الهدايا المختلفة للرياضيين بحيث أصبحت تشارك في المنافسات والتظاهرات الرياضية الدولية وأعطيت لها نفس الأهمية مثل الرجل<sup>2</sup>.

وتعني الترجمة العملية للفرضيات النظرية يسعى من خلالها الفرد تحقيق ذاته، والوصول إلى أهدافه، وفيها تعبير عن جو العدالة الاجتماعية والمساواة بين أفراد المجتمع<sup>3</sup>.

وتعرف الرياضة النسائية في دراستنا بأنها كل نشاط حركي يمارس داخل النادي الأخضر الرياضي في وقت محدد وتساعد في تحقيق التوازن بين مكونات المرأة الجسدية والنفسية والعقلية.

<sup>1</sup> نهاد البطيحي، دور الأم الرياضية في تنشئة جيل رياضي يعود على مجتمعه بالإنجازات الرياضية من وجهة نظر

أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية، دراسات العلوم التربوية، المجلد 40، 2013.

<sup>2</sup> خليفة أسامة راتب، رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص77.

<sup>3</sup> سارة مشناف، احلام بوخاتم، معوقات ممارسة الرياضة عند بعض النساء بولاية مستغانم، الجزائر، 2017.

## الدراسات السابقة

مع توفر فرصة الإطلاع على بعض الدراسات التي لها علاقة بموضوع البحث حيث أشارت:

- دراسة أمل الخاروف 2004 بعنوان دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المشاركات في مراكز اللياقة البدنية في عمان، هدفت إلى التعرف على دوافع المشاركة في الأنشطة الرياضية واستخدمت أداة الاستبيان لجمع البيانات لعينة تكونت من 177 امرأة من 13 مركزاً للياقة البدنية وأظهرت نتائج الدراسة إن أهم الدوافع هي اكتساب اللياقة البدنية والصحة ثم النواحي النفسية، وأنه لا توجد فروق على متغير العمر والمستوى التعليمي وممارسة الرياضة<sup>1</sup>.

- دراسة سامية حسن القطان وآخرون 2015 رياضة المرأة في مملكة البحرين، كانت حول تقييم رياضة المرأة بمملكة البحرين والتعرف ما تحتاجه رياضة المرأة البحرينية لتطويرها، ومعرفة المعوقات التي تحول دون ذلك، وأيضاً سعت الدراسة لنشر الوعي المجتمعي للممارسة الرياضية للمرأة الترويحية، وبالتالي أزاحت التحديات الاجتماعية والنفسية التي تقف دون المشاركة النسائية بالنشاط الرياضي، ولتحقيق الدراسة أهدافها انتهجت المنهج المسحي المناسب لطبيعة البحث، وتكونت العينة الكلية للدراسة من (752) من النساء البحرينيات تراوحت أعمارهن بين (15-60) عاماً، واستعانة الدراسة باستمارة استبيان لجمع البيانات من عينة الدراسة، وخرجت بعدد من النتائج منها: العامل الصحي مثل معوقاً للمشاركة النسائية الرياضية، حيث تبين أن ما نسبته 27.3% من غير الممارسات لديهن المشاكل الصحية، أما العامل النفسي فقد اختلفت الإجابات بالمجوعات فقد تبين أن 65.3% من غير الممارسات يرجعون عدم مشاركتهن بالنشاط الرياضي إلى عدم

<sup>1</sup> أمل محمد علي الخاروف، دوافع ممارسة الأنشطة البدنية لدى المشاركات في مراكز اللياقة البدنية في عمان، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد 42، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2004.

وجود ما يؤثر دافعتين للمشاركة، وأن 93.3% يبررن مزاوله الأنشطة الرياضية إلى شعورهن بالراحة والفرحة<sup>1</sup>.

دراسة نهاد البطيخي 2013 دور الأم الرياضية في تنشئة جيل رياضي يعود على مجتمعه بالإنجازات الرياضية، سعت الدراسة إلى معرفة دور الأم الرياضية في إعداد نشء رياضي يعود على مجتمعه بالإنجازات الرياضية، أخذت عينة الدراسة بالطريقة القصدية من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية وقد بلغ عددهم (29) واستخدمت استمارة الاستبيان لجمع البيانات من مجتمع الدراسة، واستنتجت الدراسة أن مجال المعلمة الرياضية جاء بالمرتبة الأولى ثم مجال الأم الرياضية وأخيراً مجال الجبل الرياضي<sup>2</sup>.

دراسة عبدالحكيم أحمد مهنا، وليد بن زايد الشكلي 2019 دور الإعلام الرياضي الأردني في تعزيز ثقافة المرأة الرياضية، سعت الدراسة للتعرف على دور الإعلام الرياضي الأردني في تعزيز ثقافة المرأة الرياضية، انتهجت الدراسة منهج مسحي، واعتمدت على استبيان لجمع البيانات من مجتمع الدراسة الذي أخذت منه عينة قوامها (187) طالبة من قسم التربية البدنية في جامعة آل البيت ، وتبين من النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدور الإعلام الرياضي الأردني في تعزيز الثقافة الرياضية النسائية تعزى لمتغير المكان الجغرافي والسنة الدراسية<sup>3</sup>.

دراسة المصطفى علي إبراهيم 2019 معوقات ممارسة المرأة للرياضة بمحافظة شمال سيناء، هدفت الدراسة لمعرفة واقع ممارسة المرأة للرياضة، التحديات التي تواجه المرأة عند ممارسة الرياضة، استخدمت المنهج الوصفي، وطبقت على عينة

<sup>1</sup> سامية حسن القطان وآخرون، رياضة المرأة في مملكة البحرين التحديات الواقع والتطلعات جامعة البحرين - كلية التربية الرياضية والعلاج، مملكة البحرين، 2015.

<sup>2</sup> نهاد البطيخي، مرجع سابق.

<sup>3</sup> عبد الحكيم احمد مهنا، وليد بن زايد الشكلي، دور الإعلام الرياضي الأردني في تعزيز ثقافة المرأة الرياضية، العدد الثالث عشر تاريخ الإصدار: 2 - 11 - 2019، جامعة آل البيت، سلطنة عُمان.

قوامها(2438) مفردة اختيرت بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة، وجمعت البيانات من العينة عن طريق استمارة استبيان، ومن ثم خرجت الدراسة بعدد من النتائج منها أن الأعباء الأسرية وضيق الوقت المتاح للمرأة، بالإضافة إلى ثقافة المجتمع حيال رياضة النسائية، حالت دون ممارسة المرأة النشاط الرياضي<sup>1</sup>.

دراسة الخالدي والرويلي 2021 العوامل الاجتماعية المرتبطة بوعي المرأة السعودية لممارسة الرياضة البدنية، سعت الدراسة إلى التعرف على العوامل الاجتماعية المؤثرة على وعي المرأة السعودية لمزاولة النشاط الرياضي ، من هذه العوامل وسائل التواصل الاجتماعي، ومجموعة الأصدقاء، ومعرفة ارتباط هذه العوامل بتشجيع أو إعاقة المرأة السعودية لمزاولة النشاط الرياضي ، ولتحقيق ذلك اتبعت الدراسة منهج المسح الاجتماعي، معتمدة على أداة الاستبيان لجمع البيانات من عينة الدراسة مكونة من ( 200 ) مفردة، وخرجت الدراسة بعدة نتائج منها أن الفئة الأعلى من العينة تتراوح أعمارهن ما بين 62 إلى 30 سنة وغير متزوجات، ومعدل دخلهن الشهري متوسط، وخريجات تعليم جامعي، يهتمن بمزاولة النشاط الرياضي كل يوم، أما معوقات الأكثر ذكراً التي تحد من ممارسة المرأة السعودية لرياضة البدنية، فكانت التكلفة العالية للاشتراك في الأندية الرياضية<sup>2</sup>.

التعليق على الدراسات السابقة: اهتمت الدراسات السابقة بشكل عام بالرياضة النسائية، ولكن كل واحدة منها ركزت على جانب معين فبعضها أبرز أهمية ما تحتاجه المرأة لتمكين من ممارسة النشاط الرياضي، وأخرى ركزت على تعزيز الثقافة الرياضية بالمجتمع لكي تكون الفرصة سانحة للمرأة للممارسة نشاطها الرياضي، والبعض الآخر نوه إلي وعي المرأة ذاتها بأهمية النشاط الرياضي في

<sup>1</sup> المصطفى علي إبراهيم، معوقات ممارسة المرأة للرياضة بمحافظة شمال سيناء، المؤتمر العلمي الدولي الرابع تحشعار (الرياضة- ثقافة- وطن) العين السخنة، مصر 2019

<sup>2</sup> بشاير محمد عبدالله الخالدي، أسماء قريان العاصي الرويلي، العوامل الاجتماعية المرتبطة بوعي المرأة السعودية لممارسة الرياضة البدنية، مجلة الدراسات الاجتماعية العدد (8) 66-33 ديسمبر 2021 .

حياتها اليومية، كما أشارت عدد من دراسات لمعوقات ممارسة المرأة للنشاط الرياضي، وتتفق الدراسة الراهنة مع الدراسات السابقة في تركيز اهتمامها على الرياضة النسائية أخذه في الاعتبار أهم التحديات والعقبات التي تحد من المشاركة الرياضية للمرأة ، والعوامل الاجتماعية التي تمنعها من الاشتراك في المراكز والأندية الرياضية بالمجتمع.

### الرياضة النسائية

تغيرت نظرة المجتمع إلى النشاط الرياضي ومن يمارسه، ففي زخم التطورات الكبيرة التي طرأت على المجتمعات، برز النشاط الرياضي كأحد الأولويات المهمة التي لا غنى لأي مجتمع عنها، ليس هذا فقط بل أصبح متاحاً لكل فئات المجتمع، لاسيما فئة النساء التي كانت بعيدة عن ممارسته، والنظرة المحدودة لرياضة النسائية بدأت تتغير من مجرد نشاط بدني يمارس في أوقات الفراغ لترويج والتسلية فقط ، إلى ضرورة ملحة لصحة المرأة وتحسين أداءها على صعيد جميع المجالات، فالمرأة منذ بداية التاريخ استطاعت مع وضعها الطبيعي وظروفها ومستجدات الحياة أن تقدم كل ما في استطاعتها لأسرتها ومجتمعها<sup>1</sup>. كما أصبح ينظر إلى الرياضة باعتبارها ظاهرة اجتماعية ينخرط فيها الجميع باختلاف الجنس والعمر، لاسيما بعد الزخم الكبير في الإعلام وعلى منصات التواصل الاجتماعي حول أهمية الرياضة وفوائدها الصحية والجمالية، لذا من الطبيعي أن تكون المرأة من أكثر المهتمين بها، إذ من المعروف أن المرأة تسعى دائماً إلي الوصول الشكل المثالي صحياً وبدنياً<sup>2</sup>. إلا هناك عوامل اجتماعية تمثل عائقاً لمشاركة المرأة الرياضية، فبعض المجتمعات مازالت لا تؤمن بالمساواة بين رجل

<sup>1</sup> سمر جودة الأعرج، معوقات تولى المرأة العربية مراكز قيادية في المجال الرياضي في الدول العربية الآسيوية، قسم النشاط الرياضي، كلية التربية جامعة بيت لحم، فلسطين، 2008.

<sup>2</sup> بشاير محمد الخالدي، أسماء قریان الرويلي، مرجع سابق، ص36-36.

وامرأة في كل شيء بالمجتمع، بينما مجتمعات أخرى فتحت الباب على مصراعيه للمرأة لممارسة كل ما هو متاح بالمجتمع من مهام إدارية وقيادية في كل المجالات<sup>1</sup>. كما أن ثقافة المرأة ووعيها بأهمية ممارسة الرياضة لعب دور كبير في اشتراكها بالمراكز الرياضية، بالإضافة أن مهامها الأسرية والتزامها العائلي يأخذ جُل وقتها واهتمامها، أضف إلى ذلك دور المجتمع المتمثل في توفير المراكز الرياضية وإعدادها بشكل حديث من حيث الآلات أو الملابس الرياضية، وجعلها متاحة بأسعار مناسبة للمرأة إذا ما رغبت في الاشتراك فيها، إذ عدم توفرها يحد من رغبة المرأة في المشاركة وهو ما أكدته دراسة عبد الغني مجاهد مظهر في بحثه حول معوقات ممارسة المرأة اليمينية للنشاط الرياضي<sup>2</sup>.

### بعض المتغيرات الاجتماعية الداعمة للرياضة النسائية :

تزايد الاهتمام بممارسة الأنشطة الرياضية، ليس بدافع التنافس على المراكز الأولى فقط، بل كوسيلة للوصول إلى الوزن المثالي والشكل الجمالي، خاصةً بعد تأكيد الكثير من الدراسات على أثر الرياضة في تحسين الحالة الصحية للفرد، ووقايته من الإصابة بالأمراض، علاوة على ارتباط مفهوم الرياضة بتنشيط الذاكرة ورفع مستوى الذكاء، واللياقة والإنتاج، كما ولوحظ أن ممارسة الرياضة تساعد على تجاوز المشاكل الصحية والنفسية والسلوكية والأخلاقية المرتبطة بالتطور التكنولوجي الحديث<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> سمر جودة الأعرج، مرجع سابق، ص 31.

<sup>2</sup> عبد الغني مجاهد مظهر، معوقات ممارسة المرأة في محافظة صنعاء للنشاط الرياضي، مجلة علمية محكمة تصدر

عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة، العدد الثاني 2014 مارس، صنعاء اليمن، ص 84

<sup>3</sup> محمود حسني الأطرش، قياس التغير في مستوى الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي بعد دراسة مساق

اللياقة البدنية بجامعة النجاح الوطنية، دراسات العلوم التربوية، المجلد 43 ملحق 3 ، 2016، فلسطين.

كما أن الانخراط في النشاط الرياضي له اثر ايجابي على الحياة الاجتماعية وعلى الحالة الصحية لكافة أفراد الأسرة، لاسيما المرأة، فقد أثبتت العديد من الدراسات الاجتماعية أن هناك علاقة طردية بين جودة الحالة الصحية وجودة المستوى التعليمي لأي فرد في المجتمع وبين ممارسة الرياضة، بل أن الرياضة تحسن من الحالة النفسية وتقلل من فرص حدوث المشكلات الاجتماعية لما تتركه من الشعور الراحة والاسترخاء عند ممارستها<sup>1</sup>.

وأيضاً تجني المرأة الممارسة للرياضة عدد من الإيجابيات النفسية والصحية، خاصة المرأة في فترة الحمل والولادة، إذ أن التغيرات البيولوجية التي تمر بها تفقدها للياقة البدنية، والشكل الجمالي، علاوة على الضغط النفسي والتوتر والقلق التي تعاش، يؤثر على الحالة النفسية، لذلك تكون أكثر احتياجاً للممارسة الرياضية لاستعادة حيويتها ولياقتها، ويعود لها الاسترخاء والراحة<sup>2</sup>.

### معوقات الرياضة النسائية بالمجتمع الليبي

- عادات المجتمع وتقاليدته تفرض على المرأة الخضوع، فتقيد حريتها وتحد من اهتماماتها.
- العامل المادي عدم مقدرة المرأة المادية لتدني الدخل الشهري الذي تتقاضاه، يحول دون مشاركتها بالمراكز الرياضية، خاصة مع ارتفاع أسعار الاشتراك.
- الحالة الصحية للمرأة قد تمنعها من الانخراط في الأنشطة الرياضية.

<sup>1</sup> أريج أحمد سعيد، ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة، المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية مجلة دورية تصدر عن كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 12 لعام 2020 بيروت.

<sup>2</sup> أميرة حمدان عبد الهادي، دوافع ممارسة اللياقة البدنية لدى النساء في مراكز اللياقة البدنية في محافظات شمال الضفة الغربية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين، 2017.



-الطبيعة النفسية للمرأة تقف دون ممارسة الرياضة، مثل الخجل وعدم الثقة بالنفس<sup>1</sup>.

- الأعباء الأسرية، والالتزامات العائلية، كانت عائق لمزاولة المرأة نشاطها الرياضي، بالمجتمع الليبي لا تزال تحكمها الأعباء المنزلية و ترهق كاهلها الواجبات الأسرية، وهذا ما أكدته دراسة ( القحطان وآخرون 2015) على أن المشاركة الاجتماعية للمرأة بالأسرة تمثل حجر عثرة لا تسمح لها بممارسة الرياضة، وأشارت أيضا إلى ضيق الوقت المسموح للمرأة استغلاله في أنشطة رياضية تحقق من خلالها المتعة والصحة البدنية وتحفيز القدرات الذهنية<sup>2</sup>.

- كما أن في بعض المجتمعات تُحرم مزاولة المرأة للرياضة في النوادي الرياضية النسائية بحجة قد يسبب ذلك فساد مجتمعي، حيث يعتقدون أن ممارسة المرأة للرياضة في النادي الرياضي يستوجب عليها التقيد بالزى الرياضي والقيام بحركات رياضية الأمر الذي يؤدي إلى كشف العورات، وإنها تكون عرضة لمشاهدة من غير محرم لها<sup>3</sup>.

- وأيضا عدم توفر النوادي الرياضية خاصة بالمرأة يمثل عائق أمام مزولتها للرياضة، لاسيما في المجتمعات التي تعطي الأحقية لفئة الرجال في مثل هذه الأمور<sup>4</sup>.

- دور المجتمع في جدوى مشاركة المرأة بالنوادي الرياضية، إذ أن التوعية المجتمعية تفتح المجال لتقبل ما ترفضه التقاليد والعادات الموروثة، لاسيما الرياضة

<sup>1</sup> سارة منشاف،احلام بوخاتم ، مرجع سابق، ص. 35-32

<sup>2</sup> سامية حسن القطان وآخرون،مرجع سابق، ص50

<sup>3</sup> بن حسي يمينة، الرياضة النسائية وضوابطها الشرعية، رسالة ماجستير، جامعة أحمد دراية، الجزائر، 2015.

<sup>4</sup> صلحاوي حسناء، معوقات الممارسة الرياضية للمرأة في المجتمع الصحراوي، مجلة المحترف العلوم الرياضية والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد التاسع العدد (04) ( السنة 2022 جامعة محمد بوضياف، الجزائر، ص

النسائية، فالمورث الثقافي للمجتمع يمثل ضابط اجتماعي سلوكيات وأفعال وردود أفعال أفرادها<sup>1</sup>.

وكانت نظرية الدور من النظريات الاجتماعية المفسرة لمشاركة المرأة في المجتمع وعلى رأسها المشاركة في الأنشطة الرياضية، فالفرد بشكل يؤدي أدوارا يتوقعها منه المجتمع لكونه يشغل مواقع معينة وتختلف أدوار الأفراد باختلاف تلك المواقع، ويلاحظ أن التفاعل بين هذه الأدوار يؤلف ما يسمى بالبناء الاجتماعي، هذا فيما ينطبق على الجنسين غير أن المرأة يتحدد دورها خارج الأسرة بمحددات اجتماعية وثقافية راجعة إلى وجهات نظر تختلف من مجتمع إلى آخر، وغالبا ما تكتسب المرأة الأدوار الاجتماعية المختلفة من خلال العلاقات الاجتماعية التي تربطها مع غيرها من الأفراد في المجتمع عليه قد تكون المتغيرات الاجتماعية والتي تتمثل في العمر والدخل والتعليم ومكان الإقامة والتسهيلات التي تقدمها النوادي للمتريدين عليها قد تكون دافعا إلى ممارسة الدور الرياضي للمرأة داخل النوادي الرياضية، وأحيانا تكون عائقا أمامها.

#### منهجية البحث:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لموضوع الدراسة، وقد تكون مجتمع الدراسة من السيدات المتريديات على النادي الرياضي للنشاط الرياضي بمدينة البيضاء، وطبقت الدراسة عليهن وبلغ حجم العينة (60) امرأة تمارس النشاط الرياضي. أما المدة الزمنية للدراسة تمت خلال عام 2023، وكان الهدف منها تقديم المعلومات والاقتراحات الدقيقة التي تخص موضوع الدراسة وقد تم استلام (53) استمارة استبيان مكتملة الإجابات، أي بنسبة مثلت حوالي (88%)، أما باقي الاستمارات فلم تكن مكتملة الإجابات، وبالتالي تم استبعادها من التقرير، وقد تضمنت الاستمارة أسئلة عن المعلومات العامة وأسئلة عن مساهمة

<sup>1</sup> أحمد زين العابدين أحمد، سامي محمود سامي، التحديات الاجتماعية للممارسة الرياضية لدى النساء، المجلة العلمية لكلية الآداب جامعة أسبوط العدد (84) أكتوبر 2022، مصر .

المرأة في مجال الرياضة وأسئلة عن الصعوبات التي تواجهها أثناء ممارستها للرياضة، إضافة إلى عدد محدود من الأسئلة المفتوحة والتي تسمح للباحث بشرح وجهة نظره كما هو وارد بالملحق.

### النتائج والمناقشة

بعد الانتهاء من إعداد استمارة الاستبيان تم عرضها على مجموعة من الخبراء الأساتذة المحكمين، ثم إجراء اختبار الصدق والثبات وقد بلغت قيمة ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha) حوالي (0.75) وهو معامل ثبات مناسب إحصائياً وهذا يدل على أن الاستمارة تتمتع بدرجة جيدة من الثبات بحيث يمكن تطبيقها على عينة الدراسة. فيما يلي النتائج:

1-البيانات العامة: تتمثل البيانات العامة في الفئة العمرية والمستوى التعليمي ومستوى الدخل والحالة الاجتماعية ومكان الإقامة وكانت النتائج كالتالي:

#### الجدول (1) متغير العمر لعينة الدراسة

العمر	من 20 إلى 30 سنة	من 31 إلى 40 سنة	من 41 إلى 50 سنة	المجموع
التكرار	13	15	25	53
النسبة المئوية %	24.5	28.3	47.2	100.0

تبين من الجدول (1) أن الفئة العمرية (من 41 إلى 50 سنة) هي أعلى نسبة حيث بلغت 47.2% بينما بلغت نسبة الفئة العمرية (من 31 إلى 40 سنة) نحو 28.3% في حين بلغت نسبة الفئة العمرية (من 20 إلى 30 سنة) 24.5% من إجمالي عينة الدراسة، وهذا يعني أن النسبة الأعلى بين متوسط الأعمار للمرأة المشاركة في النادي هم من فئة متوسطة العمر، ويرجع السبب في ذلك أن هذه الفئة من العمر هي غالبيتها متفرغة في الصباح، حيث أن التمارين في هذا النادي تم تخصيص الفترة الصباحية للمرأة، وربما سبب عزوف الفئات العمرية الأقل هو

انشغالهن بالدراسة أو بأعمالهن ، حيث إن النادي يفتح أبوابه للمتدربات عليه دون تحديد سن معينة بالإضافة إلى استقبال الأطفال .

### الجدول (2) المستوى التعليمي لعينة الدراسة

المجموع	فوق الجامعي	جامعي وما يعادلها	ثانوية أو متوسط	المستوى التعليمي
53	1	27	25	التكرار
100.0	1.9	50.9	47.2	النسبة المئوية %

تبين من الجدول (2) أن أكبر مستوى تعليمي للمرأة الممارسة للنشاط الرياضي هي جامعي وما يعادلها وثنائي أو المتوسط، حيث بلغت 50.9% و 47.2% على التوالي، بينما ما نسبته 1.9% من عينة الدراسة لها مستوى تعليمي فوق الجامعي، وهذا يرجع إلى ارتفاع نسبة المتعلمات ممن هن منتسبات إلى النادي الرياضي بالمدينة.

### الجدول (3) معدل الدخل الشهري لعينة الدراسة

المجموع	أكثر من 1000 دينار	من 751 دينار إلى 1000 دينار	من 500 دينار إلى 750 دينار	أقل من 500 دينار	معدل الدخل
53	27	9	12	5	التكرار
98.1	49.1	17.0	22.6	9.4	النسبة المئوية %

يوضح الجدول (3) معدل الدخل الشهري للمرأة الممارسة للنشاط الرياضي، وقد تبين أن 98.1% من العينة تتقاضى في مرتب، وقد أظهرت أن 49.1% من

النساء الممارسة للنشاط الرياضي يتقاضن مرتب أكثر من 1000 دينار، بينما 22.6% و 17.0% مرتباتهن من 751 إلى 1000 دينار ومن 500 إلى 750 على التوالي وأن 9.4% كان مرتبهن أقل من 500 دينار. وهذا يفسر أن المرأة التي تمارس النشاط الرياضي هي التي دخلها مرتفع.

#### الجدول (4) الوضع الاجتماعي لعينة الدراسة

الوضع الاجتماعي	متزوجة	أعزب	مطلقة	المجموع
التكرار	37	15	1	53
النسبة المئوية %	69.8	28.3	1.9	100.0

يبين الجدول (4) الوضع الاجتماعي للمرأة الممارسة للنشاط الرياضي وقد أظهرت النتائج أن 69.8% من النساء الممارسات للنشاط الرياضي متزوجات وما نسبته 28.3% غير متزوجات وبلغت نسبة المطلقات 1.9% وهذه النسبة جيدة للوصول إلى هدف الدراسة وهي معرفة المعوقات التي تواجه المرأة المتزوجة من ممارسة النشاط الرياضي.

2- طموح المرأة لمزاولة النشاط الرياضي الجدول (5) التالي يوضح التعرف على آراء المرأة حول الاشتراك بالمراكز الرياضية:

#### الجدول (5) محل الإقامة لعينة الدراسة

محل الإقامة	داخل المدينة	خارج المدينة	المجموع
التكرار	45	8	53
النسبة المئوية %	84.9	15.1	100.0

الجدول (5) يبين محل الإقامة وقد أظهرت النتائج أن 84.9% من النساء الممارسات للنشاط الرياضي إقامتهن داخل المدينة وما نسبته 15.1% إقامتهن خارج المدينة وهذا يعني أن البعد عن المركز الرياضي قد يعيق المرأة من ممارسة النشاط الرياضية. الجدول (6) التالي يوضح مستوى طموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية:

الجدول (6) مستوى طموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية لعينة الدراسة

هل يوجد طموح للمرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية	نعم	لا	المجموع
التكرار	44	9	53
النسبة المئوية %	83.0	17.0	100.0

أظهرت النتائج أن 83.0% من النساء الممارسات للنشاط الرياضي لديهن طموح للاشتراك بالمراكز الرياضية وما نسبته 17.0% لا ترغب في الاشتراك بالمراكز الرياضية، وعن سبب الطموح أفادت النساء بان السبب في الاشتراك بالمراكز الرياضية هو زيادة الوعي بالرياضة والرغبة في المحافظة على الجسم والعناية بالصحة والجمال وإنقاص الوزن، فمن حيث أنواع النشاطات الرياضية فقد كانت مقتصرة على رياضة المشي فقط لغرض الصحة واللياقة البدنية حيث إن النادي ما يزال يقتصر إلى المساحة المخصصة والمناسبة لرياضات المرأة كما إن المعدات الرياضية لازالت غير متوفرة. أما عن الخدمات التي تقدمها المراكز الرياضية الخاصة بالمرأة في مدينة البيضاء موضحة بالجدول (7) التالي:

## الجدول (7) التسهيلات الخدمية التي تقدمها المراكز الرياضية لعينة الدراسة

هل تقدم المراكز الرياضية التسهيلات الخدمية للمرأة من أجل تحقيق ذاتها وإيراحتها نفسياً؟	نعم	لا	نوعاً ما	المجموع
التكرار	17	19	17	53
النسبة المئوية %	32.1	38.8	32.1	100.0

أظهرت النتائج أن 32.1% من النساء الممارسة للنشاط الرياضي قالت أن المراكز الرياضية لا تقدم التسهيلات الخدمية لتحقيق الذات وراحة النفسية ، في حين أن 32.1% ذكرت أن المراكز تقدم الخدمات والمساعدات بينما قالت 32.1% من العينة أن المراكز نوعاً ما تقدم تسهيلات خدمية للمرأة من أجل تحقيق ذاتها وإيراحتها النفسية.

ذكرت 81.1% من العينة أن للأسرة والمجتمع دور في دعم المرأة لممارسة نشاطها الرياضي. أما القبول المجتمعي ودوره في ممارسة المرأة للنشاط الرياضي تبين من الجدول (8) أن 60.4% من العينة قالت أن القبول المجتمعي ساعدني في ممارسة النشاط الرياضي، وما نسبته 39.6% قالت أن القبول المجتمعي لم يكن السبب الرئيسي في ممارستي للنشاط الرياضي، وقد ذكرت العينة أن ضيق الوقت والظروف الصحية والوضع المادي والمهام الأسرية وعدم موافقة الزوج من أهم الأسباب التي تحول دون ممارسة المرأة للنشاط الرياضي.

## الجدول (8) القبول المجتمعي لفكرة ممارسة الرياضة النسائية

المجموع	لا	نعم	القبول المجتمعي للرياضة النسائية دعمني لممارستها؟
53	21	32	التكرار
100.0	39.6	60.4	النسبة المئوية %

## 3-الإجابة عن تساؤلات الدراسة التساؤل الأول: العقبات التي تواجه المرأة

لممارسة الرياضة في مدينة البيضاء ونتائجها موضحة بالجدول (9) التالي:

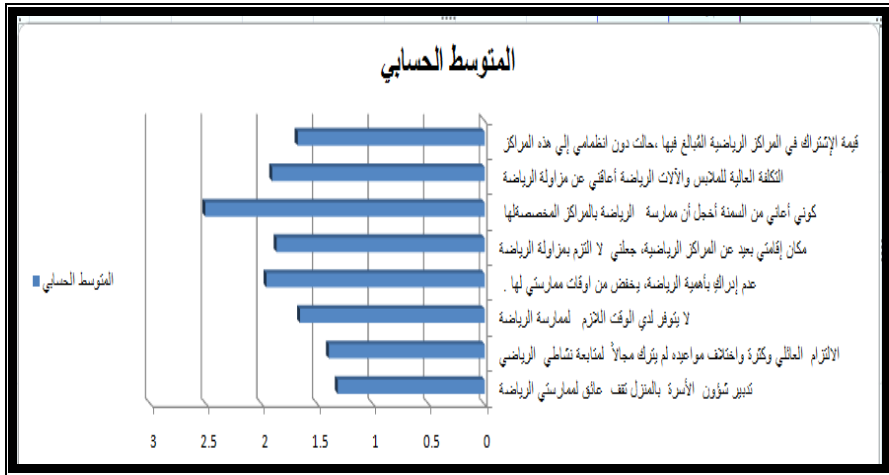
## الجدول (9) العقبات التي تواجه ممارسة الرياضة النسائية في مدينة البيضاء

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	غير موافق		موافق إلى حد ما		موافق		العقبات التي تواجه المرأة لممارسة الرياضة في مدينة البيضاء
		%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	
0.547	1.32	3.8	2	24.5	13	71.7	38	تدبير شؤون الأسرة بالمنزل تقف عائق لممارستي الرياضة
0.631	1.40	7.5	4	24.5	13	67.9	36	الالتزام العائلي وكثرة واختلاف مواعيده لم يترك مجالاً لمتابعة نشاطي الرياضي
0.732	1.66	15.1	8	35.8	19	49.1	26	لا يتوفر لدي الوقت اللازم لممارسة الرياضة
0.876	1.96	35.8	19	24.5	13	39.6	21	عدم إدراك بأهمية الرياضة، يخفض من أوقات ممارستي لها.
0.761	1.87	22.6	12	41.5	22	35.8	19	مكان إقامتي بعيد عن المراكز الرياضية، جعلني لا التزم بمزاولة الرياضة
0.541	2.51	52.8	28	45.3	24	1.9	1	كوني أعاني من السمنة أخلج أن ممارسة الرياضة بالمراكز المخصصة لها
0.766	1.91	24.5	13	41.5	22	34.0	18	التكلفة العالية للملابس والألات الرياضية أعاقني عن مزاولة الرياضة
0.728	1.68	15.1	8	37.7	20	47.2	25	قيمة الاشتراك في المراكز الرياضية المبالغ فيها محالت دون انضمامي إلي هذه المراكز



من خلال الجدول السابق والشكل (9) نلاحظ أن هناك العديد من العقبات التي تواجه المرأة لممارسة النشاط الرياضي، وأظهرت النتائج أن تدبير شؤون الأسرة بالمنزل أتت في المرتبة الأولى في العقبات التي حالت دون ممارستها للنشاط الرياضي بمتوسط 1.32 ، فمراجعة الدور الاجتماعي للمرأة في الأسرة ستجد أن المرأة تحظى بنصيب الأسد بالنسبة للواجبات المنزلية داخل الأسرة ، إذ يتمحور كيان الأسرة واستقرارها على قدرة المرأة لأدائها لمهامها الأسرية فهي تلعب دور المربي والمشرف والمرشد والمسئول الأول عن كل احتياجات أفراد الأسرة بالإضافة إلى مشاركتها بالجانب المادي، وقد يثار هنا تساؤل مفاده هذه المرأة التي قدمت كل ما تملك من جهد ووقت في سبيل استقرار أسرتها واستمرارها ألا يحق لها بشيء من الاهتمام بنفسها وبراحتها وتخفيف عنها من جميع أعباءها بممارسة الرياضة المناسبة لها. وفي المرتبة الثانية في العقبات التي حالت دون ممارستها للنشاط الرياضي يأتي الالتزام العائلي وكثرة مواعيده واختلافها بمتوسط 1.40 في حين جاءت المرتبة الثالثة في العقبات عدم توفر الوقت اللازم لممارسة الرياضة بمتوسط 1.66 والمرتبة الرابعة كانت قيمة الاشتراك في المراكز الرياضية المبالغ فيها بمتوسط بلغ 1.68 وبعد ذلك تأتي بعد المراكز الرياضية عن مكان الإقامة، ثم التكلفة العالية للملابس والألات الرياضية، ثم ضعف الإدراك بأهمية النشاط الرياضي كعقبات تحول دون ممارستها للنشاط الرياضي، وأخيراً يعتبر الخجل من السمعة في المرتبة الأخيرة كعقبة تحول دون ممارسة المرأة للنشاط الرياضي بمتوسط بلغ 2.51. وهذه النتائج اتفقت مع التساؤل الأول للدراسة القائل إن تدبير شؤون الأسرة والعائلية التي تقوم بها المرأة وضيق الوقت من أهم المعوقات التي تحول دون ممارسة المرأة في مدينة البيضاء للرياضة النسائية، وبالنسبة لضيق الوقت "محدودية الوقت" من المعروف أن المرأة العربية والليبية تستهلك جل وقتها بالاهتمام بالبيت وتربية الأطفال وتوجيههم وإرشادهم ويزداد ضيق الوقت إذا كانت

المرأة عاملة خارج البيت، هنا يصبح من الصعب أن تتمتع بأي وقت من الراحة والرفاهية الخاصة لتقضيتها في النادي للممارسة رياضتها المفضلة وهذا ما يتفق مع دراسة المصطفى علي إبراهيم (2019).



شكل (1) حجم العقبات التي تواجه ممارسة الرياضة النسائية.

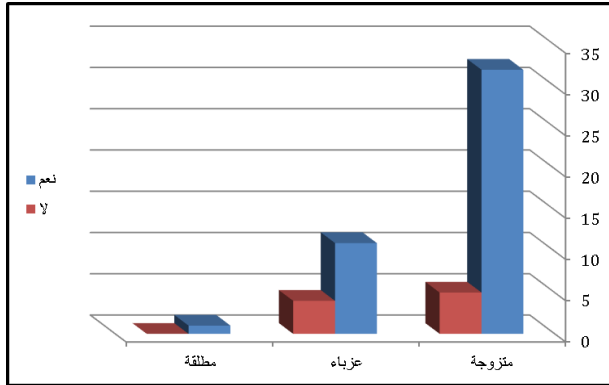
التساؤل الثاني: هناك فروق في طموح المرأة لمزاوله الرياضة في مدينة البيضاء بالاشتراك بالمراكز الرياضية من حيث الوضع الاجتماعي ومحل الإقامة والدخل الشهري، ومستوى التعليم ونتائجها موضحة كالتالي:

الجدول (10) علاقة الوضع الاجتماعي بمستوى طموح المرأة

للاشتراك بالمراكز الرياضية

المجموع	هل يوجد طموح للمرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية		الوضع الاجتماعي
	لا	نعم	
37	5	32	متزوجة
15	4	11	أعزب
1	0	1	مطلقة
53	9	44	المجموع
مستوى الدلالة = 0.468	$\chi^2 = 1.518$		

من خلال النتائج الموضحة بالجدول (10) والشكل (2) تبين أن 32 من المتزوجات لديهن طموح للاشتراك بالمراكز الرياضية و 5 ليست لديهن طموح للاشتراك بالمراكز الرياضية، في حين بلغ عدد العازبات التي لديهن طموح 11 و 4 من العازبات ليست لديهن طموح في ممارسة النشاط الرياضي، كذلك تبين أن عدد المطلقات أمراه واحدة وهي لديها الطموح للاشتراك بالمراكز الرياضية، وعند إجراء اختبار كاي تربيع تبين من مستوى الدلالة أنه لا توجد علاقة بين الوضع الاجتماعي وطموح المرأة في مدينة البيضاء لمزاولة النشاط الرياضي. وهذه النتائج كانت غير متوافقة مع الفرض الثاني للدراسة الذي ينص على وجود علاقة بين الوضع الاجتماعي والطموح في المشاركة ومتفق مع النتائج المتحصل عليها من نتائج الدراسة، حيث اتضح أن الطموح موجود سواء كانت المرأة متزوجة أو مطلقة أو عذباء.



## الشكل (2) تمثيل بياني الوضع الاجتماعي للمرأة ومستوى طموحها للاشتراك بالمراكز الرياضية

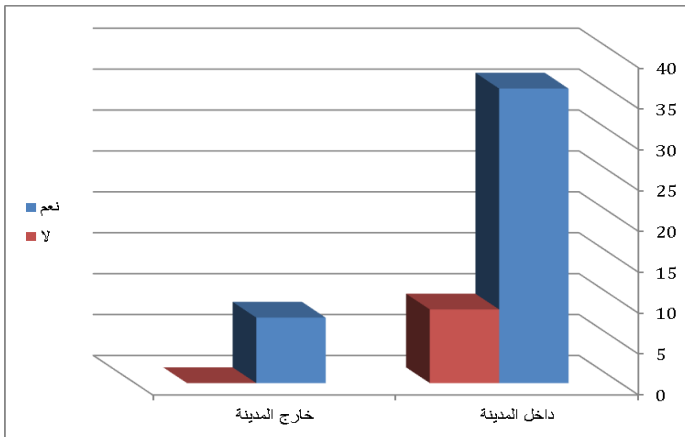
وأما عن علاقة محل الإقامة ومستوى طموح المرأة في مدينة البيضاء

للاشتراك بالمراكز الرياضية نتائجها كالتالي:

## الجدول (11) علاقة محل الإقامة ومستوى طموح للاشتراك بالمراكز الرياضية

المجموع	هل يوجد طموح للمرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية		محل الإقامة
	لا	نعم	
45	9	36	داخل المدينة
8	0	8	خارج المدينة
53	9	44	المجموع
مستوى الدلالة 0.165=			$\chi^2 = 1.927$

من الجدول (11) والشكل (3) تبين أن عدد 36 امرأة داخل المدينة لديهن الطموح للاشتراك بالمراكز الرياضية و 9 ليست لديهن الطموح للاشتراك بالمراكز الرياضية، في حين بلغ عدد التي لديهن طموح للاشتراك بالمراكز الرياضية من خارج المدينة 11 و 4 من خارج المدينة ليست لديهن طموح للاشتراك بالمراكز الرياضية، وعند إجراء اختبار مربع كاي تبين من مستوى الدلالة أنه لا توجد علاقة بين محل الإقامة وطموح المرأة في مدينة البيضاء لمزاولة النشاط الرياضي.



### الشكل (3) علاقة معدل الدخل الشهري بمستوى طموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية

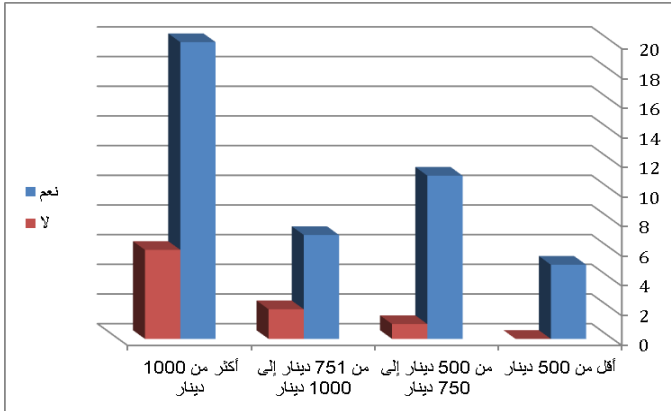
وعن علاقة معدل الدخل الشهري بمستوى طموح المرأة في مدينة البيضاء للاشتراك بالمراكز الرياضية نتائجها كالتالي:

### الجدول (12) علاقة معدل الدخل الشهري بمستوى طموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية

المجموع	هل يوجد طموح للمرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية		معدل الدخل الشهري
	لا	نعم	
5	0	5	أقل من 500 دينار
12	1	11	من 500 دينار إلى 750 دينار
9	2	7	من 751 دينار إلى 1000 دينار
27	7	20	أكثر من 1000 دينار
53	10	43	المجموع
مستوى الدلالة 0.479=	$\chi^2 = 2.478$		

من الجدول (12) والشكل (4) يتضح أنه عند مقارنة مستوى الطموح للاشتراك بالمراكز الرياضية من حيث معدلات الدخل الشهري لدى النساء تبين أن أغلبهن موافقات للاشتراك بالمراكز الرياضية، وعند إجراء اختبار كاي تربيع تبين من مستوى الدلالة أنه لا توجد علاقة بين الدخل الشهري وطموح المرأة في مدينة البيضاء لممارسة النشاط الرياضي. وهذه النتائج كانت عكس التساؤل الثاني للدراسة الذي ينص على وجود علاقة بين الدخل الشهري والطموح في المشاركة، ومتفق مع النتائج المتحصل عليها من نتائج الدراسة، حيث اتضح أن الطموح

موجود مهما كان معدل الدخل الشهري لدى المرأة.



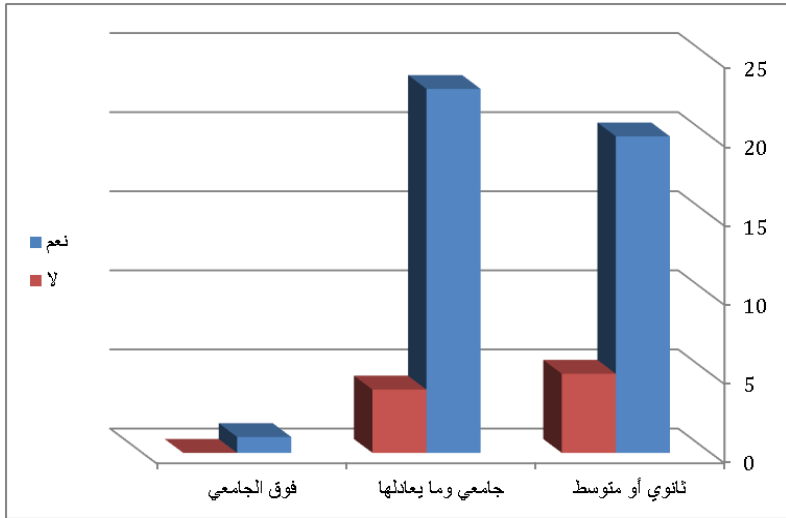
الشكل (4) علاقة المستوى التعليمي بمستوى طموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية

وفيما يخص علاقة المستوى التعليمي بمستوى طموح المرأة في مدينة البيضاء للاشتراك بالمراكز الرياضية نتائجها كالتالي:

الجدول (13) علاقة المستوى التعليمي بمستوى طموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية

المجموع	هل يوجد طموح للمرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية		مستوى التعليم
	لا	نعم	
25	5	20	ثانوي أو متوسط
27	4	23	جامعي وما يعادلها
1	0	1	فوق الجامعي
53	9	44	المجموع
مستوى الدلالة 0.796=	$0.456 = \chi^2$		

يتضح من الجدول (13) والشكل (5) أنه عند مقارنة مستوى الطموح للاشتراك بالمراكز الرياضية من حيث مستوى التعليم لدى النساء تبين أن أغلب النساء موافقات للاشتراك بالمراكز الرياضية، وعند إجراء اختبار مربع كاي تبين من مستوى الدلالة أنه لا توجد علاقة بين مستوى التعليم وطموح المرأة في مدينة البيضاء لممارسة النشاط الرياضي. وهذه النتائج كانت عكس التساؤل الثاني للدراسة الذي ينص على وجود علاقة بين مستوى التعليم والطموح في المشاركة، حيث اتضح أن الطموح موجود مهما كان مستوى التعليم لدى المرأة.



شكل (5) لمستوى التعليمي لطموح المرأة للاشتراك بالمراكز الرياضية

#### الخاتمة

على الرغم من غزارة وكثرة الدراسات والأبحاث التي نوهت على أهمية المرأة في ممارسة الرياضة إلا أن المجتمعات العربية والمجتمع الليبي ليس بمعزل عنها، مازالت بعيدة عن الوقوف إلى جانب المرأة ودعمها في الأنشطة الرياضية، فالرياضة النسائية بالمجتمع الليبي وخاصة مدينة البيضاء لا تتلقى أي دعم من

المجتمع وإنما تعتمد بشكل كبير على الدعم الشخصي الخاص وهذا على أن المجتمع غير واعي بأهمية الممارسة الرياضية، ولذلك لا تخصص لها الميزانية ولا تسن القوانين والتشريعات التي تكفل حقها في ممارسة النشاط الرياضي.

من خلال ما سبق استخلص البحث مجموعة من النتائج أهمها:

1\_ أن العقبات التي حالت دون ممارستها للنشاط الرياضي مرتبة على التوالي (المهام الأسرية والالتزامات العائلية ومواعيده وضيق الوقت لممارسة الرياضة والتكلفة العالية للاشتراك بالمراكز الرياضية، والقيمة الباهظة للملابس والآلات الرياضية، ضعف الإدراك بأهمية النشاط الرياضي وأخيراً الخجل من الوزن الزائد، وهذه النتائج كانت متوافقة مع الفرض الأول للدراسة.

2\_ أن الطموح لدى المرأة في مدينة البيضاء للاشتراك بالمراكز الرياضية كانت موجود ولا تختلف من حيث الوضع الاجتماعي ومحل الإقامة ومعدل الدخل الشهري، ومستوى التعليم.

3- قلة توافر الأماكن الخاصة بممارسة المرأة الليبية للأنشطة الرياضية وخصوصية تلك الأماكن.

وبناءً عليه أوصت الدراسة:

- العمل على صقل وتطوير المهارات الرياضية النسائية، والاستفادة من تجارب الدول المتقدمة في تعزيز الرياضة النسائية كثقافة اجتماعية مع العمل على تفعيل الرياضة المدرسية والجامعية إلى جانب الدعم الإعلامي والمادي.
- التركيز على الألعاب والرياضات الأكثر انتشاراً في ليبيا في المجال النسائي، وإعادة العمل بالمنتديات النسائية والتركيز عليها إعلامياً وتفعيل لجان المرأة في تنظيماًتها.
- تخصيص حوافز ومكافآت لتشجيع المدربين والمدربات على تدريب الفرق النسائية.
- بنشر الوعي المجتمعي بين أفراد المجتمع حول أهمية النشاط الرياضي لكل فئات المجتمع لاسيما المرأة، وتذليل العقبات التي تحول دون مزولة النشاط الرياضي لكل الفئات، خاصة المرأة.



## قائمة المصادر والمراجع

- 1- أحمد زين العابدين أحمد، سامي محمود سامي، التحديات الاجتماعية للممارسة الرياضية لدى النساء، المجلة العلمية لكلية الآداب ، جامعة أسيوط ، مصر، العدد (84) أكتوبر 2022.
- 2 -أريج أحمد سعيد، ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة، المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية مجلة دورية تصدر عن كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية،بيروت العدد 12 2020 .
- 3- المصطفى علي إبراهيم، معوقات ممارسة المرأة للرياضة بمحافظة شمال سيناء، المؤتمر العلمي الدولي الرابع تحت شعار (الرياضة- ثقافة- وطن) العين السخنة، مصر 2019.
- 4- أمل محمد علي الخاروف، دوافع ممارسة الأنشطة البدنية لدى المشاركات في مراكز اللياقة البدنية في عمان، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد 42، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2004.
- 5- أميرة حمدان عبد الهادي، دوافع ممارسة اللياقة البدنية لدى النساء في مراكز اللياقة البدنية في محافظات شمال الضفة الغربية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين، 2017.
- 6\_ بشاير محمد الخالدي، أسماء قريان العاصي الرويلي، العوامل الاجتماعية المرتبطة بوعي المرأة السعودية لممارسة الرياضة البدنية، مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية العدد (8)، 66-33 ديسمبر 2021 .
- 7- بن حسي يمينة، الرياضة النسائية وضوابطها الشرعية، رسالة ماجستير، جامعة أحمد دراية، الجزائر، 2015.
- 8\_ جلال جمال، مذكرة لنيل شهادة الدراسات العليا في منهجية الرياضة، أعمال العنف والشغب، في الملاعب الجامعية، الجزائر، 1990.
- 9- جمعة عبد الحميد شنيب، محمد علي زايد، دور النشاط البدني والرياضي في الحد من العنف والجريمة، المؤتمر العلمي الدولي الأول لكلية التربية البدنية - تحت شعار النشاط الرياضي والبدني طريق للتنمية والسلام، كلية التربية البدنية - جامعة المرقب، 2018.

- 10- خليفة أسامة راتب، رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- 11- سامية حسن القطان وآخرون، رياضة المرأة في مملكة البحرين التحديات الواقع التطلعات، جامعة البحرين - كلية التربية الرياضية ، مملكة البحرين، 2015.
- 12- سارة مشناف، احلام بوخاتم، معوقات ممارسة الرياضة عند بعض النساء بولاية مستغانم، الجزائر، 2017.
- 13- سمر جودة الأعرج، معوقات تولي المرأة العربية مراكز قيادية في المجال الرياضي في الدول العربية الآسيوية، قسم النشاط الرياضي، كلية التربية جامعة بيت لحم، فلسطين، 2008.
- 14- صلاحوي حسناء، معوقات الممارسة الرياضية للمرأة في المجتمع الصحراوي، مجلة المحترف العلوم الرياضية والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد التاسع العدد (04) ( السنة 2022 جامعة محمد بوضياف، الجزائر .
- 15- عبد الحكيم احمد مهنا، وليد بن زايد التشكلي، دور الإعلام الرياضي الأردني في تعزيز ثقافة المرأة الرياضية، المجلة العربية للنشر العلمي، العدد الثالث عشر، سلطنة عُمان، 2019.
- 16- عبد الغني مجاهد مظهر، معوقات ممارسة المرأة في محافظة صنعاء للنشاط الرياضي، مجلة علمية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة، العدد الثاني 2014 مارس، صنعاء اليمن.
- 17- محمود حسن الأطرش، قياس التغير في مستوى الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي بجامعة النجاح الوطنية، مجلة العلوم التربوية، العدد 11 فلسطين، المجلد 43، 2016 .
- 18- نهاد البطيخي، دور الأم الرياضية في تنشئة جيل رياضي يعود على مجتمعه بالإنجازات الرياضية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية، دراسات العلوم التربوية، المجلد 40، 2013.