

الأنشطة الرياضية النسوية في البيئة الجامعية (المعهد الطبي التقني / بغداد - نموذجاً)

م. عاتكة فخري خير الله
المعهد الطبي التقني / بغداد، الجامعة التقنية الوسطى، العراق

المخلص

تمثل المرأة في عصرنا هذا نصف المجتمع نظراً لزيادة الوعي بأهمية الدور الذي تؤديه في بناء الأسرة والمجتمع، لذا حظيت باهتمام الكثير من الباحثين التي تناولت جوانب متعددة في حياتها ومنه الجانب الرياضي، لهذا فإن ممارسة التمارين الرياضية تؤدي دوراً بارزاً في الصحة العامة للجسم حيث تعمل على تحسين وتطوير اللياقة البدنية للفتاة وتزيد من مرونتها وقوتها ورشاقتها في أداء جميع الأعمال المنزلية والوظيفية والدراسية كما تساهم الرياضة في زيادة حركة الدورة الدموية وتقوية عضلة القلب، فقد أثبتت العديد من الدراسات أن الرياضة تساهم في تقليل آلام الدورة الشهرية وآلام المخاض كما تسهل عملية الولادة، لذلك سعت المؤسسة التعليمية إلى الاهتمام بنشاطات الرياضة الجامعية والسعي لتطوير هذا القطاع وأضحى الكثير من الطلبة على أهمية ممارسة الرياضة والمشاركة في الكثير من الأنشطة الرياضية والمسابقات الرياضية، بما فيها العنصر النسوي، إلا أن هناك ضعف وتراجع في مشاركة الطالبات للأنشطة الرياضية بالقياس إلى مستوى مشاركة الطلبة.

من هنا انطلقت الدراسة الحالية لتسلط الضوء على الموضوع للبحث عن أسباب وعوامل عزوف الطالبات عن المشاركة في الأنشطة الرياضية في الوسط الجامعي. إذ تهدف الدراسة إلى معرفة الدوافع المسببة التي تعيق مشاركة الطالبة الجامعية للنشاط الرياضي سواء في ما يتعلق بالأسرة أو المؤسسة العلمية والمجتمع. تأتي أهمية البحث لفهم وكشف أسباب عزوف الطالبات عن المشاركة سببه نابع من الثقافة المجتمعية السائدة ومدى تأثير الطالبة بهذه الثقافة؟ أم إن أسبابها تظهر من خلال الانتقاد وعدم إعطاء الرياضة مكانتها اللائقة، وعليه فإن إجراء بحوث علمية تكشف ثقافة ورؤية المجتمع لممارسة الأنشطة الرياضية سيما النسوية منها تعد من المسائل التي تشير إلى أهمية البحث الحالي. وقد تطرقنا في هذه الدراسة إلى تعريف معنى العزوف والرياضة والنشاط الرياضي فضلاً عن أهداف وأهمية النشاط الرياضي صحياً ونفسياً وبدنياً. فقد استعرضنا عدد من الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع دراستنا والتي تؤكد أهمية النشاط البدني والرياضي في علاج العديد من الأمراض المرافقة لأمراض السمنة وفقدان اللياقة البدنية. وفيما يتعلق بمنهجية الدراسة فقد استخدمنا المنهج الوصفي التحليلي الذي يصف الظواهر وصفا موضوعياً من خلال البيانات التي يستحصل عليها باستخدام أدوات وتقنيات البحث العلمي، كما يقوم على تشخيص الظاهرة كما هي في الواقع، ثم محاولة تفسيرها تمهيداً للوصول إلى تعميمات بشأن الظاهرة المدروسة. لقد تمثل مجتمع البحث بالوسط الجامعي فيما شكلت طالبات المعهد الطبي التقني / بغداد نموذجاً والتابع إلى الجامعة التقنية الوسطى مجالا بشريا لإجراء الدراسة، حيث تم اختيار عينة عشوائية عمدية مكونة من (100) طالبة من مرحلتين دراسية للإجابة على الاستبانة الخاصة بموضوع الدراسة. وندرج أبرز النتائج التي تم التوصل إليها:

(1) توصلت الدراسة إلى أن (72%) من المبحوثات لديهن الرغبة فقط في المشاركة في النشاطات الطلابية الرياضية داخل الحرم الجامعي لأسباب تتعلق بالحفاظ على الصحة العامة من جهة ولغرض التسلية والترفيه من جهة أخرى.

(2) أشارت الدراسة إلى أن (66%) من الطالبات لا يستطعن ممارسة الرياضة الجامعية أو المشاركة في الأنشطة الرياضية بسبب الخجل أو الحرج - وهو جزء من الموروث الثقافي والعييب - من زملائهم الطلبة بسبب عدم وجود القاعات الرياضية المغلقة في المعهد الذي أجريت فيه الدراسة أو حتى ساحات مخصصة لذلك كون البناية ليس فيها مساحات كافية.

الكلمات المفتاحية: الأنشطة الرياضية النسوية، البيئة الجامعية، المعهد الطبي التقني بغداد.

Women's Sports Activities in the University Environment (Technical Medical Institute / Baghdad as a model)

Lect. Atika Fakhri Khairallah

Medical Technical Institute - Baghdad, Central Technical University, Iraq

ABSTRACT

In time, women represent half of society due to the increased awareness of the importance of the role they play in building the family and society. Therefore, they have received the attention of many researchers that have dealt with multiple aspects of their lives, including the sports aspect. Therefore, practicing exercise plays a prominent role in the general health of the body, as it works to improve and develop the girl's physical fitness and increase her flexibility, strength and agility in performing all household, professional and academic tasks. Sports also contribute to increasing blood circulation and strengthening the heart muscle. Therefore, the educational institution sought to pay attention to university sports activities and strive to develop this sector, and many students became interested in sports practice. Participation in many sports activities such as festivals and sports competitions, including the female component, but there is a weakness and decline in female students' participation in sports activities compared to the level of male students' participation. This study dealt with an important topic, which is the reasons and factors for female students not participating in university sports activities. The aim of this study is to focus on the most important reasons that hinder the university student's participation in sports activities, whether related to the family, the scientific institution, or society. The importance of research comes to understanding and revealing the reasons for these obstacles. Do they stem from the prevailing societal culture and the extent to which the student is affected by this culture? Or do its causes appear through criticism and not giving sport its proper place? Therefore, conducting scientific research reveals that this is one of the most important issues. This research shows the importance of this research. In this study, we touched on the definition of sports and sports activity and the goals and importance of sports activity. Then we reviewed a number of previous studies related to the subject of our study.

Keywords: women's sports activities, university environment, Baghdad Technical Medical Institute.

المقدمة:

تعتبر الأنشطة الرياضية من أهم الأنشطة اللامنهجية. وهي برامج إضافية تمارس خارج الفصول الدراسية. وفيها تكمل المؤسسة التعليمية وظيفتها الاجتماعية باعتبارها جانباً ثقافياً هاماً في المجتمع كما أنها تمثل تحدياً لكسر التتميطات السلبية المرتبطة بالنساء تلك الصور النمطية التي تقوض دورها الفاعل في المجتمع وانحساره في أدوار محددة. إن اهتمام المنظمات الدولية بدور المرأة والسعي إلى تمكينها بكل جوانب الحياة كجزء من أهداف التنمية البشرية المستدامة جعل من موضوع الرياضة النسوية محط اهتمام العديد من المتخصصين في البحث العلمي. لما له من دور في إحداث التنمية البشرية المستدامة المنشودة في المجتمع وإعداد الفرد لتمكينه من عيش حياة صحية نشطة وناجحة، فضلاً عن إبراز المواهب والقدرات التي يمتلكها البعض من الطلبة والتي قد تفتح له آفاقاً جديدة إلى جانب إطار التعليم الأكاديمي واندماجه الفاعل في المجتمع، فالיום علينا تبني نظرية الذكاءات المتعددة والتي تهتم بشتى صنوف الذكاء ولا تقتصر على الذكاء العلمي المنطقي فقط، فهناك الذكاء الرياضي الذي يتمتع أصحابه بمواهب رياضية خاصة بكل أنواع الرياضات فضلاً عن أنواع الذكاءات الأخرى الفنية والاجتماعية والأدبية وغيرها، واندماجه الفاعل في المجتمع. كما يعتبر أداة للتغيير الاجتماعي وتحقيق التقدم في مجالات الحياة، وهو من أهم العوامل التي تساعد على رفع المستوى الصحي والبدني للفرد ومنحه القوام المتناسق الرشيق فقد "عرفت منظمة الصحة العالمية WHO النشاط البدني على أنه أي حركة من حركات الجسم تنتجها العضلات الهيكلية وتتطلب استهلاك الطاقة والنشاط البدني يساهم في تحسين الصحة، كما حددت المنظمة مقدار النشاط البدني الموصى به لكل فئة عمرية وحسب الحالة، فالنساء الحوامل يحتاجون إلى ممارسة النشاط البدني 150 ساعة أسبوعياً رياضة هوائية كما يساهم النشاط البدني في التقليل من آلام المخاض والولادة" كما أن للأنشطة الرياضية قيمة اجتماعية تهدف إلى إشباع بعض الحاجات الاجتماعية والمساهمة في تكوين علاقات اجتماعية مع أفراد جدد. وعليه فلا بد من سعي أوسع للمؤسسة التعليمية للاهتمام بالنشاطات الرياضية الجامعية والعمل على تطوير هذا القطاع كي تكون الرياضة جزءاً من برنامج الحياة اليومية وحث الطلبة على ممارسة الرياضة والمشاركة في الكثير من الأنشطة الرياضية والمهرجانات والمسابقات الرياضية، بما فيها العنصر النسوي، عليه لا بد من ربط الأنشطة الرياضية بحياة صحية خالية من الأمراض الجسدية والنفسية من خلال حث وتشجيع الطالبات في المشاركة بالأنشطة الرياضية وصولاً إلى جعلها بمستوى مشاركة زملائهم الطلبة.

الفصل الأول : التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث:

تواجه المرأة العديد من العوائق الاجتماعية والثقافية التي تحول دون إمكانية أو اتساع مشاركتها في بعض النشاطات المجتمعية الضرورية، ومنها النشاطات الرياضية، وبما أن الوسط الجامعي أحد أهم البيئات المؤسسية التي توصف بالمكان الذي تنمو وتتلاقح فيه الثقافات المجتمعية المتنوعة والتي تشكل فسيفساء أي مجتمع لاسيما المجتمع العراقي بما يحمله من خصوصية ثقافية وعرقية ودينية، فضلاً عن دور المؤسسة الجامعية الأساسية وهو الدور العلمي والتعليمي إلا أن لها أدوار ثقافية متعددة ومتنوعة ومنها ممارسة "النشاط البدني الرياضي كونه أحد ميادين التربية التي تقوم على إعداد الفرد وتزويده بخبرات ومهارات حركية تساهم في توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد ذاته وخدمة المجتمع" (قاسم حسن حسين، ص65)، وعليه فإن الجامعة تمثل مجتمع مصغر فهو كالمراة يعكس صورة واقع أي مجتمع من المجتمعات سواء متمدن أو لا من خلال تفاعل أفراد ذلك المجتمع بكل أريحية واحترام سيما أن الوسط الجامعي وسط مختلط يضم طلبة وطالبات بمختلف الخلفيات الثقافية والبيئات الاسرية التي تنعكس من خلال ما يحملونه يؤدونه من أدوار ثقافية وسلوكية وأنشطة فنية ورياضية، إلا أنه وللأسف فإن طالبات الجامعة يواجهن العديد من المعوقات التي تحول دون أخذ أدوارهن في المساهمة أو المشاركة بالكثير من الأنشطة ومنها الأنشطة الرياضية أسوة بزملائهم الطلبة. ولعل أبرز هذه المعوقات هي المعوقات الاجتماعية والثقافية إلى جانب العوامل الذاتية والشخصية مع وجود عاهات جسمية أو أمراض تزيد من شعور الخجل والفشل وهذا ما أكدته دراسة قامت بها (د. لمياء حسن محمد 1999) (بعنوان الرياضة النسوية واقعها وأسباب تدنيها وأساليب الارتقاء بها)، فضلاً عن المعوقات الإدارية التي تظهر في كثير من الأحيان داعمة وموازية المعوقات الاجتماعية والثقافية، لذا فإن البحث يسعى إلى دراسة

أسباب وعوامل تراجع وضعف اهتمام الطالبات بالمشاركة في العديد من الأنشطة ومنها الأنشطة الرياضية على الرغم من تصريح الكثير منهن برغبتهن في المشاركة إلا أن هناك ما يعوق تلك الرغبة والتي معظمها تدور حول اساليب التنشئة الاسرية ومفاهيم العيب والخجل والحرج ، كما يسعى البحث الى معرفة تأثير عدم مشاركة الطالبات على الحركة الرياضية النسوية خاصة في الوسط الجامعي، وعليه فإن مشكلة الدراسة تتمحور حول هذه المعوقات وأسبابها، من خلال طرح عدة تساؤلات شكلت بدورها أهداف البحث.

ثانيا : أهمية البحث:

تمثل المرأة في عصرنا نصف المجتمع بل قد يرى البعض أنها تمثل أكثر من النصف (ليس تقليلا من دور الرجل) لكنها تمثل عنصرا أساسيا في بناء الانسان الجديد من خلال ما تنقله من معارف وثقافة إلى أبنائها عبر منافذ التنشئة الاجتماعية، ونظرا لازدياد الوعي بأهمية الدور الذي يمكن للمرأة أن تقوم به في سبيل الارتقاء بالمجتمع ، فإنها تستحق مساحة واسعة من الاهتمام نظرا لدورها المميز في بناء الأسرة والمحيطة الاجتماعية، من هنا حظيت المرأة باهتمام كثير من الباحثين في الحقبة الأخيرة ، وتناولت أبحاثهم جوانب متعددة في حياة المرأة ومن ضمن هذه الجوانب التعليم الجامعي وما يتضمنه من أنشطة وبرامج تروحية ومنها النشاط الرياضي الذي يعد جزءا من فلسفة الجامعة التي لم يقتصر اهتمامها بالجانب التعليمي والاكاديمي وتلقي المعلومات بل امتدت وظيفتها إلى الاهتمام بشخصية الطالب الجامعي (ذكر، أنثى) وتوجيه ميوله والكشف عن قدراته واستعداداته في كافة الأنشطة مما يساعده على تحقيق أهدافه وأهداف مجتمعة في التنمية البشرية المستدامة .

وفي ضوء أهمية النشاط الرياضي ومكانته في تربية الطلاب تربية متزنة في الجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية "وانطلاقا من تأكيد الامين العام للأمم المتحدة المعني بتسخير الرياضة لأغراض التنمية المستدامة (وليفرد ليكي) أهمية الرياضة في تعزيز التقارب بين الشعوب ضمن خطة الأمم المتحدة للعام 2030 واستمرار الإقرار بدور الرياضة في تعزيز التقدم الاجتماعي وتشجيع التسامح والاحترام والمساهمة في تمكين المرأة في مجالات الصحة والاندماج الاجتماعي وإبراز مهاراتهم وانجازاتهم والذي بدوره يحسن احساسهم بالثقة والإنجاز كما تتيح لهم عقد صداقات وشراكات يمكن ان تذكي وعي النظراء من الذكور بأدوار الجنسين هذا وقد اشار الامين العام الى تجربة فريق ديار لكرة القدم 2012 من فلسطين الذي اصبح من اقوى الفرق النسوية والتي يقوم اعضائها على تدريب الفتيات الصغيرات ونقل ما لديهم من خبرات في هذا المجال" (وقائع الأمم المتحدة <https://www.un.org>) ، ونظرا لقلة الاهتمام الإعلامي والتثقيفي بموضوع الرياضة النسوية لاسيما في البلدان العربية فهناك حاجة ماسة إلى مزيد من الدراسات التي تتناول موضوع المعوقات التي تحد من مشاركة الطالبة الجامعية في الأنشطة الرياضية بغية العمل جاهدين على الحد وازالة تلك المعوقات وتحقيق رؤية الامم المتحدة في تحقيق التنمية المستدامة وتمكين المرأة وتعزيز التقدم الاجتماعي . تأتي أهمية الدراسة كونها ستوضح للمعنيين في المؤسسات التعليمية والمسؤولين عن دور وأهمية الأنشطة الرياضية والوقوف على أهم العقبات والمشكلات التي تعيق ممارسة الطالبات للنشاط الرياضي بغية العمل على تذليلها أو الحد منها من خلال نشر الوعي بأهمية ممارسة تلك الأنشطة على المستوى العقلي والبدني وعلى المستوى الثقافي العام للمجتمع كونها باتت تعتبر مظهرا ثقافيا في المجتمع ومحل اهتمام لدى الكثير من المختصين في البحوث العلمية.

ونظرا لقلة الأبحاث في هذا الجانب لاسيما البحوث التي تهتم بتسليط الضوء على الاهمية الصحية المترتبة على ممارسة النشاط البدني بالنسبة للمرأة تحديدا تأتي أهمية البحث لفهم وكشف أسباب هذه المعوقات وهل نابعة من ثقافة الطالبة أم أن أسبابها تظهر من خلال الانتقاد وعدم اعطاء هذا النشاط مكانته اللائقة، إن أهمية البحث تكمن في التأكيد على الجوانب الصحية المترتبة على ممارسة النشاط البدني للفتيات والنساء تحديدا وهذا ما اغفلته أو لم تهتم به الكثير من الدراسات وهو تحفيز الطالبات إلى اعتماد النشاط البدني كجزء من أسلوب الحياة اليومي بالتوازي مع الغذاء الصحي المتوافق مع معدل النشاط وبالتالي يصبح أسلوب حياة تتناقله الأجيال يسهم في تحقيق التنمية البشرية المستدامة ، وعليه لابد من إجراء المزيد من البحوث العلمية لكشف النقاب عن الدوافع التي تجعل من الطالبات لا يكثرن بممارسة حقهن في مثل هكذا أنشطة سيما وأنها تعمل على تحقيق التوازن النفسي والصحي والجسمي للفتاة وتحميها من الكثير من الأمراض، إلى جانب كون الأنشطة الرياضية تعبر عن الذات من خلال الانجاز والفوز والتغلب على المخاوف كون ان بعض الرياضات تعلم مهارات دفاعية تمكنها من

مواجهة بعض مخاطر الحياة كالسباحة والالعاب الخاصة بالدفاع عن النفس وما إلى ذلك من شتى صنوف الرياضة، كل هذه الجوانب وأكثر تبين اهمية اختيارنا لموضوع البحث الحالي.

ثالثا: أهداف البحث:-

يمكن تحديد الهدف العام للبحث على ضوء الواقع الذي يتحرك به التراث الثقافي والاجتماعي، ومن خلال مسيرتنا العلمية في المؤسسات الجامعية وجدنا عزوفا واضحا لمشاركة الطالبات في الأنشطة الرياضية التي باتت وسيلة مهمة للتنفيس عن الطاقات الكامنة وبما يحقق التوافق والتوازن النفسي. أن الطالبة في الوسط الجامعي حاليا وفي مجتمعنا العراقي تحديدا واقعة تحت تأثير بعض الضغوط الاجتماعية والثقافية التي أثرت سلبا على مشاركتها في الأنشطة والفعاليات الرياضية (المسابقات والمهرجانات الرياضية)، وعليه وجدنا من الضروري دراسة ومعرفة المعوقات التي تمنع من مشاركة الطالبات. ووضع الحلول والمقترحات التي تسهم في معالجة هذه الظاهرة أو الحد منها عبر تغيير وجهة النظر السائدة حاليا واستبدالها بمفاهيم أخرى توضح مدى فائدة وأهمية دور الأنشطة الرياضية على كافة جوانب الحياة الشخصية والأسرية والمجتمعية. ومن خلال هذا التصور العام لهدف البحث يمكن تحديد الهدف العام للبحث بأنه محاولة التعرف على المعوقات والعقبات التي تواجه الطالبات والتي تجعلهن يعزفون عن المشاركة في الأنشطة الرياضية الجامعية ولاسيما المسابقات والمهرجانات الرياضية، وعليه فقد تم طرح عدد من التساؤلات التي يحاول البحث الإجابة عليها ومنها :

- 1- ماهي الأسباب الحقيقية التي تحول دون اخذ الطالبة الجامعية حقها في ممارسة الرياضة؟
- 2- ما هي طبيعة تلك المعوقات الاجتماعية المعرقة لهذا النشاط؟
- 3- وهل هذه المعوقات تتعلق بما تحمله الفتاة الجامعية من عادات وتقاليد تحول دون قدرتها من اقتحام الميدان الرياضي؟ أم أنها متأثرة من الوسط الجامعي نفسه؟ وهل نظرة الطلبة الذكور إلى ممارسة الطلبة بطريقة سلبية تحول دون قيامهن بهذا النشاط؟ وهل تمتلك الطالبة الجامعية الشجاعة في تجاوز هذه المعوقات ؟ وإلى أي مدى يمكن للطالبة الجامعة من تحقيق ذلك؟

رابعا : حدود البحث:

- تمثلت حدود البحث الحالي ب :
- المجال البشري: المتمثل بـ المبحوثين من طالبات المعهد الطبي التقني / بغداد من المرحلتين الأولى والثانية من مختلف أقسام المعهد والبالغ عددهن 100 طالبة
 - المجال الزماني: امتد المجال الزمني لإجراء ما بين 2023/2/1 ولغاية 2023/11/15
 - المجال المكاني: تم اختيار المعهد الطبي التقني بغداد احد التشكيلات التابعة للجامعة التقنية الوسطى ضمن حدود مدينة بغداد.

خامسا: تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1) مفهوم الرياضة:-

"هي مجموعة من الألعاب التي يمارسها ، الأفراد بشكل فردي او جماعي وذلك لتحقيق أهداف متعددة ثقافية واجتماعية وترفيهية وغيرها، وقد عرف (حسانين 2004) الرياضة بأنها مدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة". (حسانين،محمد صبحي) كما عرفها (اللامي) بأنها "عملية الارتقاء بالصفات البدنية بصفة عامة ، تهدف إلى رفع مستوى اللياقة البدنية من خلال تطور صفاتها المختلفة بصورة شاملة". (اللامي،عبد حسين، 2004،)

كما تعرف "الرياضة عن سلوك الأفراد وتفاعلهم في المجتمع من خلال مجموعة من القوانين والأسس والأنظمة ذات التأثير المباشر في توجيه العلاقة بين الرياضيين في صورة اجتماعية ودورها في خلق فرص للمنافسة والترويج والتعاون مع الآخرين"(عويس،خير الدين، و عطا عبد الرحيم،(1998) الإعلام الرياضي.

2) النشاط البدني الرياضي

"التربية الرياضية جزء من تراث الإنسانية الكبير ، فقد عملت على إثراء حياة الإنسان بالعديد من القيم الرفيعة الصحة واللياقة والترويح ، وهي نظام تربوي قديم عرفته اغلب الحضارات الانسانية القديمة، وان تفاوتت اوضاعه ومفاهيمه ومكانته من حضارة إلى أخرى ، ومن عمر لآخر في ضوء متغيرات عديدة ومختلفة أثرت فيه أما النشاط الرياضي هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربية متزنة ومتكاملة من النواحي الوجدانية والاجتماعية والبدنية والعقلية عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق أهداف النشاط التربوي بما يسهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية الرياضية في المرحلة الجامعية". موقع الكتروني منتدى الباحثين. "ويعرف النشاط البدني الرياضي كاحد الأنشطة البشرية الهامة التي تهدف إلى تربية الفرد تربية متزنة وتوفر فرص عديدة للتكوين الخلقي والاجتماعي إذ إنه ينمي في الفرد الصفات الاجتماعية التي تدعم حياته مثل التعاون مع الآخرين وضبط النفس والاعتزاز والانتماء للجماعة والاخلاص لها إلى غير ذلك من الصفات الاجتماعية والخلقية التي تؤثر تأثيرا فاعلا في تنمية الشخصية وتماسك المجتمع". (الخولي، امين انور (1996) ص 45)

"هو نشاط تنافسي تعاوني على مستوى عالي من التنظيم حيث يتحدد النجاح فيه جزئيا بالفوز، شرط أن يتضمن النشاط على المنافسات الفردية والجماعية". (Book Walter K.w and Vander Zwaag H.j.w.b . sounders . 1987):.

كما "يشير (لوشن ويسج) إلى إن النشاط البدني الرياضي يمكن ان يعرف بأنه (نشاط اللعب التنافسي داخلي وخارجي المردود والعائد ويتضمن أفرادا أو فرقا تشترك في مسابقة وتقرر نتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط". (عبد الخالق، عصام ، ط 2 ، مصر. ، 1982 ، ص 14).

3) الطالب الجامعي :-

يعرف " الطالب الجامعي هو ذلك الشخص الذي سمحت له كفاءته العلمية بالانتقال من المرحلة الثانوية او مرحلة التكوين المهني او التقني إلى الجامعة تبعا للتخصص الفرعي بواسطة شهادة أو دبلوم يؤهله لذلك يعتبر احد العناصر الاساسية الفاعلة في العملية التعليمية طيلة فترة دراسته الجامعية". (فضيل،ديليو. 2006، الجزائر. ص 125.)
كما يعرف طلبة الجامعة بأنهم نخبة من الشباب والشابات الممتازين في ذكائهم ومعارفهم العلمية". (تركي، راجح. 1990. أصول التربية والتعليم. ص 57)

الفصل الثاني : الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة

ما هو النشاط البدني :

لا يخفى على أحد أن النشاط البدني يعود بفوائد كثيرة على صحة الفرد الجسمية ومنها صحة القلب والشرابين وباقي اجهزة واعضاء الجسم، إذ تؤكد تقارير "للمنظمة الصحة العالمية على أن نسبة خطر الوفاة تتراوح ما بين 20% - 30% لدى الأشخاص الذين لا يمارسون النشاط البدني بالقدر الكافي مقارنة بالأشخاص الذين يمارسونه، كما وتشير الى ان اكثر من 80% من سكان العالم من فئة المراهقين لا يمارس النشاط البدني بشكله الكافي وصورته المناسبة الأمر الذي ترتفع فيه نسب البدانة مع ازدياد تناول الوجبات السريعة الأمر الذي جعل المنظمة تعتبر السمنة كمرض لابد من أخذ التدابير بشأن علاجه WHO.int في 5/ تشرين الاول - اكتوبر 2022.
النشاط البدني بحسب منظمة الصحة العالمي هو أي حركة من حركات الجسم تنتجها العضلات وتتطلب استهلاك الطاقة ويشير النشاط البدني الى كل حركات الجسم لاسيما أثناء وقت الفراغ أو عند الانتقال من مكان الى اخر في إطار عمل الفرد ويساهم النشاط البدني المعتدل والمكثف في تحسين الصحة بكل جوانبها.
لقد حددت المنظمة مقدار النشاط البدني الموصى به بالساعات سواء يومية او اسبوعية لكل فئة عمرية ولكل حالة صحية ابتداء من عمر السنة وانتهاء بالأعمار الكبيرة التي تتجاوز ال 60 سنة، كما خصت النساء بممارسة النشاط البدني أثناء الحمل وبعد الولادة إذ عليهن ممارسة تمارين هوائية لا تقل عن 150 ساعة أسبوعيا كونه

يسهم في تقليل ثقل أشهر الحمل وتنشيط الدورة الدموية للأم والتي بدورها تفيد الجنين كونه يستمد الاوكسجين اللازم من خلال المشيمة عبر الحبل السرى فضلا عن تخفيف آلام المخاض، كما يقلل من مضاعفات ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل وفرط زيادة الوزن الحلي و اكتئاب ما بعد الولادة وتقليل سكر الحمل بنسبة 30% وما الى ذلك من الفوائد الكثيرة " . WHO.int في 5/تشرين الاول - اكتوبر 2022 و لغرض الارتقاء والنهوض بالنشاط البدني والسماح بممارسته وتشجيعه لابد من بذل جهود مختلف القطاعات والتخصصات لاسيما الأكاديمية الجامعية والمنظمات النسوية والإعلامية للتشجيع على زيادة النشاط البدني من خلال اعتماد المشي للتنقل أبسط أنواع النشاط واستخدام الدراجات الهوائية كما هو معمول به في هولندا والعديد من الدول إذ توجد مسارات مخصصة لذلك تسهم في تقليل الانبعاثات الصادرة عن محركات السيارات.

أهداف النشاط الرياضي

يعد النشاط الرياضي من أهم النواحي التي تساعد الإنسان على ممارسة الرياضة بعدها من النشاطات المهمة للإنسان ومن أهم مقومات الصحة وعلية فان النشاط الرياضي يسعى إلى تحقيق الأهداف العامة للتربية الرياضية من خلال ...

- (1) نشر الوعي الرياضي الموجه الداعي إلى ممارسة الرياضة لكسب اللياقة البدنية والنشاط الدائم وتقوية الجسم.
- (2) تقدير أهمية استثمار أوقات الفراغ ببعض النشاطات الرياضية المفيدة .
- (3) اكساب الطلاب المهارات والقدرات الحركية التي تستند إلى القواعد الرياضية والصحية لبناء الجسم السليم حتى يؤدي واجباته في خدمة مجتمعه بقوة.
- (4) المساهمة في التخلص من التوتر النفسي وتفرغ الانفعالات واستنفاد الطاقة الزائدة واشباع الحاجات النفسية والتكيف الاجتماعي وتحقيق الذات.
- (5) "تنمية الاتجاهات الاجتماعية السليمة والسلوك القويم عن طريق بعض المواقف في الالعب الجماعية والفردية واكسابهم الثقة بالنفس وتنمية الروح الرياضية" (التميمي، هناء عبد الكريم ، الطائي، ماجد خليل خميس، 2007، ص190-195،
- (6) "اتاحة فرصة الاسترخاء وإزالة التوتر والتنفس المقبول" .(درويش، كمال، الخولي، امين اصول الترويج و اوقات الفراغ، 1990، ص44-43.

تأثير ممارسة النشاط الرياضي البدني على الفرد

- (1) "تؤثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على الحالة المزاجية للفرد باحداث تغييرات ايجابية وذلك بخفض حالة التوتر والقلق والاكتئاب والغضب الخ ، وزيادة الحيوية والنشاط النشاط الرياضي للفرد(راتب، اسامة كامل. رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية ص23..
- (2) "يؤثر ممارسة النشاط الرياضي على السمات الشخصية للفرد، إذ يرى علماء النفس ان ممارسة الرياضة تؤدي إلى خفض السلوك العدواني وزياد الثقة بالنفس والاستقرار النفسي والانفعالي والقدرة على تحمل المسؤولية".(راتب اسامة كامل ، علم نفس الرياضة . القاهرة ، 1977، ص43 .
- (3) "تؤدي الأنشطة الرياضية الجامعية دورا كبيرا في اكساب وتنمية المسؤولية الاجتماعية لدى طلابها، سيما وأنهم في مرحلة عمرية ودراسية في غاية الأهمية لأن المرحلة الجامعية مرحلة نمو وتطور في جميع النواحي الاجتماعية والجسمية والنفسية والعقلية وهذه المرحلة لها دور في بناء الشخصية واعدادها". (البشري محمد شديد، (1998) ص59.

مكانة الرياضة داخل الجامعة

لم تعد الجامعات في الوقت الحاضر مؤسسات تعليمية فحسب بل باتت منظمة ينتهي إليها الطالب خلال مرحلة هي من أهم مراحل حياته ليجد فيها إشباعا لمختلف جوانب شخصيته ،فيتلقى العلم والمعرفة ويتدرب على استخدام

المنهج العلمي في كافة شؤون حياته وينمي خبراته ويشبع حاجاته ورغباته من خلال المشاركة المتاحة له في كافة جوانب النشاط". (محمد علي محمد، 2004، ص55-58).

كما تعد الأنشطة الرياضية والترويحية أفضل وسيلة ودواء روحي ونفسي وجسدي لشريحة الطلبة في الجامعات ومؤسساتها الأكاديمية من كليات ومعاهد وأقسام علمية أخرى. الطلبة بحاجة ماسة إلى ممارسة الرياضة والأنشطة الترويحية كجانب شفائي للفكر والنفس والجسد نتيجة العبء الثقيل للدروس النظرية والعلمية والبحثية وغيرها. لذا فإن الاجواء الجامعية يجب أن تكون مهية لمختلف النشاطات والفعاليات ومنها النشاط الرياضي.

الدراسات السابقة:

-دراسات عراقية وعربية:

أثبتت العديد من الدراسات والأبحاث التي أجريت في مختلف الدول العربية ، والتي تناولت علاقة المرأة بالرياضة والصعوبات والمعوقات التي تحول دون ممارسة الفتاة مختلف الأنشطة الرياضية، ومن هذه الدراسات

أولاً) "دراسة بعنوان (الأسباب الاجتماعية لعزوف طالبات جامعة بغداد عن المشاركة في الألعاب الرياضية) . وقد أظهرت نتائج الدراسة إلى ان بعض الطالبات مازلن يعتقدن بأن الرياضة تسئ إلى سمعة الفتيات ، كما أظهرت النتائج أن 50% من الأهل ينظرون نظرة سلبية إلى الرياضة هم من العسكريين والموظفين والأميين وذوي الدخل المحدود" (الحسن احسان محمد (1986)

ثانياً) "دراسة حول أسباب ومعوقات عزوف طالبات جامعة البصرة عن ممارسة الأنشطة الرياضية، وهدفت الدراسة إلى تحديد العوامل التي تمنع أو تعيق الطالبات عن ممارسة الأنشطة الرياضية والتعرف على طبيعة الألعاب الرياضية المناسبة للطالبات . واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وتم اخذ عينة عشوائية مكونة من (375 طالبة) من كليات الجامعة عدا كلية التربية الرياضية، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن من أهم أسباب عزوف الطالبات عن الاشتراك في الأنشطة الرياضية هو الحرج والخجل وعدم موافقة الأهل وقلة الملاعب". (الجبوري رشيد وسلمان (1990)

ثالثاً) "دراسة بعنوان أسباب عزوف طالبات جامعة بابل عن المشاركة في الأنشطة الرياضية وهدفت الدراسة للتعرف على أسباب عزوف الطالبات عن المشاركة الرياضية ، وكذلك الوقوف على واقع الحركة الرياضية النسوية في الجامعة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي . وبلغت عينة الدراسة مكونة (160) طالبة كما استخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات . وقد أوضحت الدراسة إلى أهمية دور وسائل الإعلام في التثقيف بأهمية ممارسة النشاطات الرياضية". حسين(1993)

رابعاً) "دراسة (عدلة مطر 1993) المشكلات والمعوقات التي تعوق المرأة الكويتية من ممارسة الأنشطة الرياضية. وقد توصلت الدراسة إلى أن النظرة السلبية للمجتمع لا تزال تقف عائقاً أمام المرأة من ممارسة الرياضة ، وان الاهل يعارضون ممارسة النشاط الرياضي". (عدلة مطر 1993)

خامساً) "دراسة بعنوان، الرياضة النسوية واقعا وأسباب تدنيها وأساليب الارتقاء بها) فقد هدفت الدراسة إلى التعرف على اسباب تدني الرياضة النسوية في البصرة وخلصت الدراسة إلى تحديد العوامل المتسببة في هذا التدني بالعوامل الاجتماعية، الذاتية والصحية والمهنية والدراسية"(الديوان، لمياء حسن محمد 1999)

سادساً) "دراسة بعنوان (أسباب عزوف طالبات جامعة مؤتة عن ممارسة الأنشطة الرياضية)، وهدفت الدراسة إلى التعرف على أسباب عزوف طالبات جامعة مؤتة عن ممارسة الأنشطة الرياضية ، إضافة إلى وضع المقترحات المناسبة لزيادة مستوى إقبال الطالبات على النشاط الرياضي . واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وبلغت عينة الدراسة (449) طالبة من مختلف كليات الجامعة . وتوصلت إلى مجموعة من النتائج أهمها . الحاجة إلى زيادة الأدوات والأجهزة الرياضية والمنشآت الرياضية ، والتأكيد على أهمية دور وسائل الإعلام المختلفة في إظهار وتفعيل الأنشطة الرياضية الخاصة بالجامعة وضرورة إجراء مراجعة شاملة لعمليات التخطيط والتنظيم لبرامج الأنشطة الرياضية الجامعية لتتناسب مع أوقات وظروف الطلاب الدراسية". (شطناوي ، معصم محمود وعلي شحادة ابو زمع ، (1999)

سابعا) "الدراسة الموسومة (أثر تسيير التربية البدنية والرياضية على عزوف الفتاة في الطور النهائي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية) دراسة مقارنة بين ولايتي الجزائر عين الدفلى". (سواعدي مجاهد بن زهرة وزهران بن قاسمي، 2005) وقد خلصت الدراسة إلى أن التربية الرياضية تعتبر كوسيلة هامة من وسائل التربية التي تهدف إلى تكوين عاملا من الناحية العقلية ، النفسية والاجتماعية والصحية ويجب أن تعطى المكانة الحقيقية اللازمة مع الأخذ بعين الاعتبار .توعية أفراد المناطق المختلفة لإخراجها من عزلتها وانطوائها وذلك عن طريق عقد ندوات دراسية للحديث عن أهمية الرياضة للفتاة وإمكانية تطويرها.

مناقشة الدراسات السابقة : ركزت الدراسات السابقة أعلاه على العوامل الاجتماعية والثقافية المعيقة للرياضة النسوية لاسيما المرتبطة بالموروث الثقافي والتنشئة الاجتماعية والصورة النمطية لدور المرأة العراقية والعربية فضلا عن مفاهيم العيب وتعزيز مشاعر الخجل والاحراج وتعميق افكار المجتمع الذكوري مع العلم ان الموروث الإسلامي مشجع ومحفز على ممارسة النشاط البدني للمرأة أسوة بالرجل كحمل السيف والسباحة وركوب الخيل وما الى ذلك، حاولنا في بحثنا هذا نشر ثقافة اعتماد الأنشطة البدنية وجعلها أسلوب حياة إلى جانب التغذية الصحية من خلال تسليط الضوء على أهمية النشاط البدني صحيا وجسديا وتحفيز الشباب على ممارستها ضمن إطار البيئة الجامعية لما يوفره من فائدة وممتعة وتحقيق التقارب بين زملائهم وتشجيع روح المنافسة النزيهة لاسيما للمرأة خصوصا في مرحلة المراهقة والشباب وما توفره تلك الأنشطة من فوائد في المستقبل حتى للأجيال القادمة إذا ما تم اعتمادها كأسلوب حياة يومي ومن جانب اخر تشجيع المؤسسات الجامعية على تبني رؤى جديدة لأهمية الرياضة والأنشطة الرياضية المتنوعة وربطها بالمواد الدراسية سيما وان بحثنا يختص بطالبات المعهد الطبي والعمل عل توفير مستلزمات ممارسة الطلبة عموما الأنشطة الرياضية بكل اشكالها لاسيما الطالبات وتذليل كل المعوقات التي من شأنها عرقلة هذه الأنشطة .

الفصل الثالث : إجراءات البحث

- **منهج البحث :**
"المنهج هو الطريق الواضح المستقيم"(العيسوي عبد الرحمن ص76) كما عرفه هويتي في تصنيفه للمناهج " أنه يعتمد على تجميع الحقائق والمعلومات ثم مقارنتها وتحليلها وتفسيرها للوصول الى تعميمات مقبولة" (احمد بدر، ص224)
واتساقا مع موضوع الدراسة ونوعها وتحقيقا لأهدافها تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي الذي يصف الظواهر وصفا موضوعيا من خلال البيانات التي يستحصل عليها باستخدام أدوات وتقنيات البحث العلمي ، كما يقوم على تشخيص الظاهرة كما هي في الواقع، ثم محاولة تفسيرها تمهيدا للوصول إلى تعميمات بشأن الظاهرة المدروسة .
- **مجتمع البحث :**
يمثل مجتمع البحث الوسط الجامعي المتمثل الكليات والمعاهد التقنية
- **عينة البحث :**
وحدة عينة البحث تتمثل بالفرد وتحديد طالبات المعهد الطبي التقني / بغداد، وقد تم اختيار عينة عشوائية قصدية من المرحلتين الأولى والثانية بلغ عددها (100) طالبة .

-أداة جمع البيانات وأسلوب تطبيقها :

تعد أدوات البحث الوسيلة التنفيذية الرئيسية التي من خلالها يتم تحقيق أهداف البحث، وقد حاولت الباحثة الاستعانة بالأدوات التي تؤمن الوصول إلى الهدف الأساسي وهي..

- (1) المصادر والمراجع العراقية والأدبيات العربية والأجنبية
- (2) المقابلة، وهي تلك استعملها الباحث أثناء ملء استمارات البحث وتوضيح فقراتها.

(3) "الاستبانة. وهي تلك الوسيلة التي تستعمل لجمع بيانات أولية وميدانية حول مشكلة توضح ظاهرة البحث العلمي". (العنزي، محسن خلف وآخرون (1999) تم تصميم استبانة لغرض جمع المعلومات عن موضوع الدراسة من أفراد العينة وذلك بالرجوع إلى الأدبيات والدراسات السابقة ، وقد اشتملت الأداة على أربعة محاور، المحور الأول يتضمن البيانات الأولية عن أفراد العينة، والمحور الثاني يتضمن مجموعة من الاسئلة عن معوقات مشاركة الطالبة فيما ما يتعلق منها بالتنشئة الاجتماعية والأسرية وأثرها على مدى إقبال الطالبة على النشاط الرياضي الواقع الاجتماعي لمشاركة الطالبات في النشاط الرياضي . وأما المحور الثالث فيتضمن العوامل المعوقة لمشاركة الطالبات المتعلقة بالمؤسسة العلمية (الكلية أو المعهد) ، بينما يشتمل المحور الرابع على المقترحات المقدمة من قبل الطالبات التي تسهم في الإقبال على المشاركة في هذه الأنشطة.

(4) الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة - لقد تم استخدام النسب المئوية .

الفصل الرابع : نتائج البحث

- عرض وتفسير نتائج البحث الميدانية:

جدول (1) يبين إعمار المبحوثات

العمر	العدد	النسبة المئوية
أقل من 20	35	37%
21-24	51	49%
25 - 29	10	10%
30 فأكثر	4	4%
المجموع	100	100%

يشير الجدول (1) إلى أن أعلى نسبة من المبحوثات كانت ممن تتراوح أعمارهم ما بين 21-24 سنة حيث بلغت 51% من مجموع العينة.

جدول (2) يبين المرحلة الدراسية المبحوثات

المرحلة الدراسية	العدد	النسبة المئوية
الأولى	54	54%
الثانية	46	46%
المجموع	100	100%

تشير نتائج الدراسة إلى أن أعلى نسبة من الطالبات كانت من طالبات المرحلة الثانية ، إذ بلغت (54%) فيما بلغت نسبة طالبات المرحلة الأولى 46%).

جدول (3) يوضح الانحدار الثقافي المبحوثات

الانحدار الثقافي	العدد	النسبة المئوية
ريف	34	34%
حضر	66	66%
المجموع	100	100%

يشير الجدول رقم (3) إلى أن أعلى نسبة من المبحوثات ذات انحدار حضري إذ بلغت النسبة (66%) من مجموع العينة في حين أن نسبة الطالبات ذوات انحدار الريفي بلغت (34%).

جدول (4) يوضح مهنة الأب المبحوثات

المهنة	العدد	النسبة المئوية
موظف	17	12%
اعمال حرة	20	20%
كاسب	24	28%
متقاعد	20	22%
عاطل عن العمل	5	5%
اخرى تذكر	5	3%
المجموع	100	100%

تشير الدراسة إلى أن (20%) من المبحوثات أبائهن يعملون في أعمال ومهن حرة في حين أن تساوت النسبة بين آباء المبحوثات العاطلين عن العمل والحالات الأخرى (وفاة الاب) إذ شكلت (5%) من مجموع العينة.

جدول (5) يوضح مهنة الأم المبحوثات

المهنة	العدد	النسبة المئوية
موظفة	27	27%
ربة بيت	43	43%
اعمال حرة	6	6%
متقاعدة	17	17%
اخرى تذكر	7	7%
المجموع	100	100%

تشير الدراسة إلى أن أعلى نسبة لمهنة الام المبحوثات هي ربة بيت (43%) من مجموع العينة، في حين ان أقل نسبة كانت ممن تعمل أمهاتهم بمهن حرة وبلغت (6%) من العينة. أما الحالات الأخرى فهي (وفاة الام) وشكلت (7%).

جدول (6) يبين رأي الطالبات بالنشاط الرياضي الجامعي

البيان	العدد	النسبة المئوية
ضرورية ومجدية	67	67%
غير ضرورية وغير مجدبة	33	33 %
اخرى تذكر	--	--
المجموع	100	100%

يشير الجدول رقم (6) إلى أن (67%) من الطالبات كان رأيهن بأهمية وفائدة النشاط الرياضي المعهد ودوره الإيجابي في زيادة النشاط والحيوية للطلبة. في حين أن (33%) من أفراد العينة لم تؤيد هذا الرأي إذ يعتقد هؤلاء أن النشاط الرياضي ليس مجدبا بالنسبة للطالبات كونه يقتصر على بعض الألعاب الرياضية التي تناسب البنين أكثر من البنات (كرة القدم، كرة الطاولة، كرة الطائرة الخ)

جدول (7) يبين الهدف الرئيس من المشاركة بالنشاط الرياضي الجامعي

البيان	العدد	النسبة المئوية
للحفاظ على الصحة واللياقة البدنية	67	67%
للتسلية والترفيه والترويح	33	33%
اخرى تذكر	--	--
المجموع	100	100%

يوضح الجدول رقم (7) ان (67) من أفراد العينة بينوا أن الهدف الرئيس من المشاركة والانخراط بالفعاليات والأنشطة الرياضية الجامعية هو للحفاظ على صحة الجسم واللياقة البدنية وهذا يؤشر مدى الوعي بأهمية

الرياضة وتأثيرها الإيجابي على صحة الجسم وحيويته. في حين أن (33%) من العينة أشاروا أن للرياضة دور فعال في التسلية والترفيه والترويح النفسي وهو لا يقل أهمية عن الرأي السابق كون الرياضة تسهم وبشكل فعال في تحقيق الراحة النفسية والتوافق النفسي للفرد .

جدول (8) يبين مدى إمكانية المبحوثات في المشاركة في النشاط الرياضي الجامعي

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	28	28%
لا	72	72%
المجموع	100	100%

في الجدول (8) بين (72%) من الطالبات عن عدم إمكانية مشاركتهن في الأنشطة الرياضية لأسباب وعوامل عديدة. في حين أن (28%) ذكرن بإمكانية مشاركتهن بالأنشطة الرياضية الممكنة في ظل إمكانية الكلية أو المعهد

جدول (9) يوضح تأثير ممارسة الرياضة على المستوى الدراسي للطالبة

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	69	69%
لا	31	31%
المجموع	100	100%

تشير الدراسة إلى أن (69%) من العينة ذكرن بأن المشاركة بالأنشطة والفعاليات الرياضية قد تؤثر سلبا على المستوى الدراسي للطالبة أو قد تشغلها عن متابعة الدراسة وبالتالي النتيجة التي تطمح إليها في حين أن (31%) لم يؤيدون هذا الرأي.

جدول (10) يوضح المعوقات التي تحول دون مشاركة الطالبة في الرياضة الجامعية

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	66	66%
لا	34	34%
المجموع	100	100%

في الجدول رقم (10) اشارت (66%) من أفراد العينة أن أحد أسباب عدم المشاركة في النشاطات الرياضية في المعهد يعود إلى الحرج أو الخجل وذلك بسبب الجو الجامعي المختلط وكذلك لتأثرها بعادات وقيم اجتماعية لا تشجع على ممارسة الفتاة النشاط الرياضي في الجامعة.

جدول (11) يوضح معوق الوقت المخصص للرياضة

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	70	80%
لا	20	20%
المجموع	100	100%

تشير الدراسة بأن أحد معوقات ممارسة الرياضة هو ضيق الوقت وكثرة عدد الدروس النظرية والعملية . إضافة إلى الوضع الأمني الذي يؤثر أحيانا على عدم إمكانية إكمال المنهج الدراسي الأمر الذي يؤدي إلى التركيز على الدراسة مما يشكل عائقا أمام الطالب في ممارسة النشاط الرياضي. وقد شكل هذا السبب نسبة (80%) من مجموع العينة في حين أن (20%) من العينة أشاروا إلى أن بالإمكان ممارسة بعض الأنشطة الرياضية وفي حدود ضيقة.

جدول (12) يوضح دور ومدى تأييد الأسرة على ممارسة الطالبة للرياضة

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	32	32%
لا	68	68 %
المجموع	100	100%

أشارت الدراسة إلى أن للأسرة دور في تشجيع الفتاة على ممارسة الرياضة لكنها لا تؤيد اللعب في الكلية أو المعهد لأسباب ترتبط بالعادات والتقاليد السائدة في المجتمع وأنه بإمكان الطالبة الانضمام إلى مراكز الرشاقة خلال العطلة الصيفية أو الربيعية إذ إنَّ معظم الاسر ترى بان الرياضة قد تشغل الطالبة عن دراستها بل تعدها مضيق للوقت ، كما يرون أن الكلية أو المعهد هي مكان للدراسة فقط . وهذا شكل نسبة (68%) من مجموع العينة. أمَّا (32%) لا تشجع الفتاة على ممارسة الرياضة سواء داخل الكلية أو خارجها.

جدول (13) يوضح نظرة المجتمع على ممارسة الطالبة للرياضة الجامعية

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	56	56%
لا	34	34 %
المجموع	100	100%

في الجدول (13) اشار (56%) من عينة الدراسة أن من أسباب عدم مشاركة الطالبة في النشاط الرياضي الجامعي هو سيطرة بعض العادات والتقاليد على المجتمع. إذ يرى هؤلاء أن المجتمع لا يزال محكوم بعادات وتقاليد صارمة فيما يخص ممارسة الفتاة للرياضة سيما بعض الأنشطة الرياضية كالسباحة والعباب الساحة والميدان وغيرها ، إذ لا يسمح لها بالمشاركة إلا في حدود ضيقة ومقبولة اجتماعيا. أمَّا (34%) من أفراد العينة ذكروا أنه في ظل الانفتاح التكنولوجي ازداد الوعي لدى المجتمع بأهمية المرأة ودورها في مختلف المجالات ومنها المجال الرياضي لا أن هناك تحفظ على مشاركة الفتاة في الرياضة الجامعية بسبب الوضع الأمني والظروف السياسية للبلد وبعض الأفكار والآراء ذات الطابع الديني في هذا المجال.

جدول (14) يوضح إمكانيات الكلية أو المعهد بالمجال الرياضي

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	73	73%
لا	24	24 %
المجموع	100	100%

يشير الجدول رقم (14) إلى أن (73%) من العينة ذكروا بأن الكلية أو المعهد تفتقر للكثير من المستلزمات المطلوبة لممارسة النشاط الرياضي القاعات الرياضية المغلقة والتجهيزات الرياضية والساحات المخصصة للرياضة ، وهذه المستلزمات وان وجدت الا انها لاتلبي الحاجة وذلك لقلتها او لانها تكاد تكون مشغولة من قبل الطلبة الذين يمارسون هواياتهم وأنشطتهم الرياضية فيها . في حين أن (24%) من العينة لا تؤيد ذلك وترجع سبب العزوف إلى عوامل أخرى ذكرت سابقا.

جدول (15) يوضح توفر الكادر النسوي التدريبي في الكلية أو المعهد

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	75	75%
لا	25	25 %

في الجدول رقم (15) تشير الدراسة إلى ان من اهم معوقات المشاركة الرياضية للطلبة الجامعية هو عدم وجود كادر تدريبي نسوي في الكليات او المعاهد التقنية من الطاقات الشابة وان وجد فهو يقتصر على مدربة او تدريسية واحدة وهذا لا يلبى الطموح إذ لا يزال هناك قصور في تعيين كوادر تدريسية رياضية تعمل على اكتشاف الطاقات والمواهب الرياضية واحتضانها للخروج بها في المنافسات الرياضية والبطولات الجامعية. وقد شكل هذا نسبة (75%) من أفراد العينة.

جدول (16) يوضح مدى الاهتمام بالرياضة الجامعية

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	69	69%
لا	31	31 %
المجموع	100	100%

تشير الدراسة إلى ضعف اهتمام المؤسسة الجامعية (الكلية أو المعهد) بالنشاطات الرياضية الجامعية النسوية واقتصار اهتمامها بالأنشطة الرياضية الطلابية مباريات كرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة وكرة الطاولة من خلال إقامة المهرجانات الرياضية والمنافسات والمسابقات التي تنظم داخل الكلية أو المعهد او خارجها . حيث شكلت إجابات المبحوثات نسبة (69%) من أفراد العينة في حين أن (31%) من المبحوثات لم يؤيدون ذلك.

جدول (17) يوضح مدى تعميق الوعي بين الطلبة بالرياضة الجامعية

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	74	74%
لا	26	26 %
المجموع	100	100%

من الجدول (17) نجد ان (68%) من المبحوثات ذكرن لا يوجد توعية الطالبات بأهمية الرياضة الجامعية بالنسبة للنساء بشكل عام والطالبة الجامعية بشكل خاص حيث اكد انه لم تعد اي ندوة أو حلقة نقاشية لتعميق الوعي الرياضي بين الطالبات من قبل الكلية أو المعهد وبيان أهمية وفائدة الرياضة . وهؤلاء شكلوا نسبة (68%) من مجموع أفراد العينة ،في حين ان (32%) لم يؤيدون ذلك.

جدول (18) يوضح مدى التعاون والتنسيق بين الكلية أو المعهد مع المؤسسات والهيئات المتخصصة بالمجال الرياضي

البيان	العدد	النسبة المئوية
نعم	77	77%
لا	23	23 %

من الجدول (18) نجد ان (77%) من المبحوثات ذكرن بأن هناك ضعف في التنسيق بين الكلية أو المعهد في المجال الرياضي بالنسبة للطالبات سواء مع كليات التربية الرياضية أو الدوائر التابعة لوزارة الرياضة والشباب سيما فيما يخص استخدام القاعات الرياضية المغلقة أو تدريب الطالبات أو استخدام الساحات الرياضية التابعة لكلية التربية الرياضية للبنات مما يتيح الفرصة الكافية لاقامة بعض المباريات والمنافسات الرياضية ولو بقدر ضئيل لا يتعارض مع المحاضرات مما يتيح الفرصة للترويج والتنشيط واللياقة البدنية اضافة إلى فرصة اكتشاف الطاقات الرياضية بين الطالبات .

أما فيما يتعلق بالمقترحات المقدمة من قبل الطالبات لتفعيل الرياضة الجامعية فقد أجمعت الإجابات على ما يلي..

- (1) توفير القاعات الرياضية المغلقة وكافة التجهيزات الرياضية لتدريب الطالبات.
- (2) تهيئة الكادر النسوي المتخصص للتدريب

- (3) إقامة مهرجانات رياضية للرياضة النسوية وتشجيع المتسابقات بتقديم الجوائز للفائزات.
- (4) الاهتمام بالإعلام الرياضي في الكلية أو المعهد

الفصل الخامس

- استنتاجات البحث :

من خلال هذه الدراسة تم التوصل إلى ...

- (1) أن أعلى نسبة من المبحوثات كانت تتراوح أعمارهن ما بين (21-24) سنة إذ بلغت النسبة (49%) من مجموع العينة. وهذه النسبة تشير إلى أن هذه الأعمار هي قمة وعنفوان الشباب وتحمل طاقات خلاقة للإبداع في كافة المجالات ومنها المجال الرياضي إذ انهن بحاجة إلى وسائل نشطة للتعبير عن ذواتهن عبر مهارات الفوز والانجاز والترويج إلى جانب التخفيف من حدة التوتر الدراسي وضغوط الحياة المتنوعة .
- (2) بينت الدراسة إلى أن (66%) من الطالبات هن ذات انحدار ثقافي حضري ومن سكنة المدن وهذا يشير إلى تأثير المدينة في تفكير وميول الطالبة الجامعية لا يقتصر فقط على الجانب الدراسي فقط بل يتعدى ذلك إلى الاهتمام بالأنشطة الثقافية والترويحية اللاصفية ومنها النشاط الرياضي.
- (3) أوضحت الدراسة إلى أن (67%) من المبحوثات لديهم تصور كاف عن أهمية الرياضة في الحفاظ على الصحة العامة واللياقة البدنية وأنها لا تقل أهمية عن أي نشاط آخر في تحقيق التوافق والتوازن النفسي والانفعالي. إلا أن هناك الكثير من التحفظات والقيود التي تواجه الفتاة في ممارسة الرياضة .
- (4) أشارت الدراسة إلى أن (72%) من المبحوثات لديهن الرغبة في المشاركة في النشاطات الطلابية الرياضية داخل الحرم الجامعي لأسباب تتعلق بالحفاظ على الصحة العامة لغرض التسلية وقضاء وقت ممتع مع أقرانهم يسوده جو من اللفة والمتعة والترويج.
- (5) عبرت (66%) من الطالبات عن عدم استطاعتهم ممارسة الرياضة الجامعية أو المشاركة في الأنشطة الرياضية بسبب الخجل أو الحرج من زملائهم الطلبة بسبب الجو الجامعي المختلط وعدم وجود القاعات الرياضية المغلقة في بعض الكليات والمعاهد التقنية التي أجريت عليها الدراسة ووجود ساحات رياضية مكشوفة سيما وأن ممارسة أي نوع من الرياضة يستلزم ارتداء ملابس مناسبة لممارسة الرياضة وأن أغلب الطالبات هن من المحجبات مما تعوقهم عن ممارسة الرياضة خجلا وحرجا .
- (6) توصلت الدراسة إلى أن (80%) من المبحوثات اشرن إلى عدم وجود وقت مخصص للرياضة خلال الدوام الرسمي بسبب زخم المحاضرات والدروس. وهذا يشكل عائقا لممارسة الرياضة خلال ساعات الدوام وكذلك عدم إمكانية ممارسة الرياضة داخل الكلية أو المعهد خارج ساعات الدوام الرسمي .
- (7) ذكرت الدراسة إلى أن (68%) من أسر الطالبات لاتؤيد مشاركة بناتها في الأنشطة الرياضية كونها ترى أن الرياضة تشغل الطلبة عن دراستها بل وتعداها أحيانا مضيقا للوقت اضافة إلى تأثير العادات والتقاليد السائدة في المجتمع والتي لاتزال تشير إلى نظرة المجتمع السلبية إلى الرياضة النسوية.. سيما بعد الظروف التي مرت بالعراق بعد 2003 وسيطرة بعض الأفكار والتيارات الدينية والتي قوضت دور المرأة في بعض المجالات ومنها مساهمتها في المجال الرياضي.
- (8) توصلت الدراسة إلى أن بعض المعوقات تعزى إلى بيئة المعهد وتحديد البنية التحتية تنقصر إلى الملاعب والمستلزمات الرياضية وغيرها فضلا عن ضعف الاهتمام بالنشاط الرياضي النسوي الجامعي والمرتبطة بثقافة العامة للمجتمع لاسيما بعد التغيرات المفاهيمية المرتبطة بالجوانب الدينية والمجتمعية عقب أحداث ٢٠٠٣، إلى جانب ما أشارت إليه إجابات الطالبات بنسبة (69%) افتقار الكليات والمعاهد التقنية في مجتمع الدراسة إلى الكادر النسوي المتخصص بالمجال الرياضي والذي ربما يكون عنصر مشجع .
- (9) توصلت الدراسة إلى أن هناك ضعف في دور المعهد سيما وحدة الرياضة الجامعية في إقامة الدورات أو عقد الندوات والحلقات النقاشية عن أهمية الرياضة للمرأة في كافة مراحل حياتها وأثر الرياضة في تخفيف التوتر والقلق وتحقيق التوازن النفسي والانفعالي والاهم من ذلك دور الرياضة في الحفاظ على الصحة العامة ومقاومة بعض الأمراض المزمنة .
- (10) أكدت الدراسة على ضعف في التعاون والتنسيق بين الكلية أو المعهد والجهات ذات العلاقة كبعض الدوائر التابعة لوزارة الرياضة والشباب أو كلية التربية الرياضية للبنات في إقامة الأنشطة والمهرجانات الرياضية أو

التعاون في مجال تدريب الطالبات او استخدام القاعات الرياضية لاقامة بعض المسابقات والأنشطة خاصة وان موقع الكلية وبما يتلاءم مع مجتمع الدراسة .

التوصيات والمقترحات:

- في ضوء نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها توصي الباحثة بما يلي...
- 1- بدءاً لابد من تشجيع السياسات الخاصة والعامة على توفير أماكن تشجع على الانتقال النشط من مكان الى اخر وممارسة رياضة المشي من خلال توفير أماكن مخصصة لذلك كنوع من الرياضة الهوائية والنشاط البدني
 - 2- التشجيع على استبدال الانتقال بواسطة السيارة الشخصية واستخدام الدراجة الهوائية كبديل كونها تحقق نوع من النشاط البدني وتحافظ على البيئة وتقلل من استهلاك وتلوث الوقود والاستفادة من تجارب الدول التي تشجع على ذلك.
 - 3- إنشاء المزيد من الملاعب والقاعات الرياضية المغلقة للنساء للحفاظ على خصوصية الهوية الثقافية لمجتمعاتنا العربية المسلمة وتشجيعهم على ممارسة النشاط البدني .
 - 4 - الاهتمام الجاد بالأنشطة الرياضية الجامعية وبما يتناسب مع أهميتها في حياة الطالب الجامعي.
 - 5 - الاهتمام بالطلبة الرياضيين بالكليات والمعاهد التقنية وتقديم الدعم والحوافز المادية والمعنوية .
 - 6-إعداد ومتابعة برامج التدريب الرياضي للطلبة المشاركين بالأنشطة الرياضية الجامعية من قبل وحدة النشاط الرياضي لضمان الوصول مستويات عالية .
 - 7- التوعية بأهمية ممارسة النشاطات الرياضية الجامعية عن طريق إبراز دور الإعلام في المجال الرياضي.
 - 8- عقد ندوات لبيان أهمية الرياضة خاصة بالنسبة للمرأة ودورها في التقليل أو مقاومة بعض الأمراض وتخفيف التوتر الناتج عن ضغوطات الحياة اليومية ودور الرياضة في تحقيق التوازن النفسي والانفعالي.
 - 9-توفير الأدوات والأجهزة والملابس الرياضية المناسبة وذلك التهيئة البيئة الآمنة والسليمة للطالبات أثناء ممارستهم الأنشطة الرياضية مع الحفاظ ومراعاة الالتزام الأخلاقي والديني الذي يتناسب وقيمنا وثقافتنا المجتمعية.
 - 10- العمل على زيادة الاهتمام بالجانب الإعلامي لبرامج الأنشطة الرياضية الجامعية من خلال زيادة وتكثيف الإعلان والترويج لبرامج الأنشطة الرياضية باستخدام الوسائل الإعلامية المتاحة .
 - 11- مراعاة التنسيق بين أوقات الدراسة والامتحانات بين أوقات ممارسة النشاطات الرياضية.
 - 12- دعوة ذوي الخبرة والاختصاص في المجال الرياضي لإقامة حلقات بحث وورش عمل بغية تطوير برامج الأنشطة الرياضية الجامعية.

المصادر

1. الحسن ،احسان محمد (الأسباب الاجتماعية لعزوف طالبات جامعة بغداد عن ممارسة الأنشطة الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل ، 1986 .
2. اسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة . القاهرة . بدون سنة نشر
3. اسامة كامل راتب. رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية ،دار الفكر العربي .
4. الخولي، امين انور (1996)الرياضة والمجتمع ، سلسلة عالم المعرفة ،العدد 216 ،المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت . ص 45.
5. عويس خير الدين ، و عطا عبد الرحيم (1998)، الإعلام الرياضي، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
6. دليو، فضيل . 2006 .المش- اركة الديمقراطية في تسيير الجامعة. مخبر التطبيقات النفسية والتربوية ، مخبر علم الاجتماع. قسنطينة. الجزائر.
7. تركي، راجح . 1990 .أصول التربية والتعليم، الديوان الوطني للمطبوعات. الجزائر.
8. سواعدي، مجاهد بن زهرة، محمد الطاهر وقاسمي بن زهران (أثر تسيير التربية البدنية والرياضية على عزوف الفتاة في الطور النهائي عن ممارسة التربية البدنية والرياضية) دراسة مقارنة بين ولايتي الجزائر عين الدفلى ، مذكرة ليسانس غير منشورة، جامعة الشلف، الجزائر، 2005 .

9. عويدات عبد الله، كمال الربضي و خليل عليان (1988)، أسباب عزوف الفتيات في الجامعة الأردنية عن ممارسة النشاط الرياضي، دراسات، العلوم التربوية، الجامعة الاردنية.
10. اللامي عبد حسين، 2004، الأسس العلمية للتدريب الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية. العراق.
11. مطر، عدلة، بعض المشكلات التي تعوق ممارسة المرأة للرياضة بدولة الكويت، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة. العدد (5) 1993، جامعة الإسكندرية. كلية التربية الرياضية للبنات.
12. الجبوري، عدنان وآخرين (1989)، أسباب عزوف طالبات جامعة البصرة عن ممارسة الأنشطة الرياضية المجلة العربية لبحوث التعليم العالي، العدد (10).
13. عبد الخالق، عصام، التدريب الرياضي - نظريات وتطبيقات، دار الكتب الجامعية، ط2، مصر. 1982 ..
14. درويش، كمال، الخولي، أمين، اصول الترويج واوقات الفراغ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
15. محسن خلف العنزي، وآخرون (1999)، مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق. مكتبة الفلاح، الكويت.
16. البشري، محمد شديد، (1998)، الأنشطة الترويحية لدى طلاب المرحلة الثانوية، نشرة تربوية تصدرها وزارة المعارف، الرياض.
17. حسانين، محمد صبحي، 2004، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6، دار الفكر العربي، القاهرة.
18. محمد علي محمد، وقت الفراغ في المجتمع المعاصر، دار النهضة العربية، القاهرة، 2004.
19. شطناوي، معتصم محمود، وعلي شحادة ابو زمع، (1999) أسباب عزوف طالبات جامعة مؤتة عن ممارسة الأنشطة الرياضية، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد الرابع، جامعة مؤتة الأردن.
20. التميمي هناء عبد الكريم، الطائي، ماجد خليل خميس، دراسة تحليلية للمعوقات التي تواجه الطلبة في التطبيق العملي في كلية التربية الرياضية، مجلة علوم الرياضة، العدد (1) 2007. كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى.
21. Book Walter K.w and Vander Zzwaag H.j: foundations and principles of physical education. w.b . sounders . 1987

ملحق استمارة استبانة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة التقنية الوسطى
المعهد الطبي التقني / بغداد

استمارة استبيان عن البحث الموسوم
الأنشطة الرياضية النسوية في البيئة الجامعية
(المعهد الطبي التقني / بغداد - انموذجا)

عزيزتي الطالبة
إن المعلومات التي ستدلي بها هي لأغراض البحث العلمي فقط والتي تخدم المجتمع في التعرف على المعوقات
التي تحول دون مشاركته في الأنشطة الرياضية الجامعية دون الحاجة لذكر الاسم
مع الشكر والتقدير

الباحثة

عاتكة فخري خير الله

ضعي علامة أمام داخل الأقواس والاختيارات المناسبة

- | | |
|-------------------------------|---|
| | (1) العمر |
| | (2) المرحلة الدراسية |
| ☐ حضري | (3) المجتمع الثقافي ☐ ريفي |
| | (4) مهنة الأب |
| | (5) مهنة الأم |
| | (6) ما رأيك بالانشطات الرياضية الجامعية ؟ |
| ☐ | - مهمة وضرورية |
| | - غير ضرورية وغير مجدية |
| ☐ | - اخرى تذكر |

7) ما هو الهدف الرئيس من المشاركة بالنشاط الرياضي الجامعي؟

أ- للحصول على اللياقة البدنية

ب- التسلية والترفيه

ج- كلاهما

د- أخرى تذكر

☐
☐
☐

8) هل لديك الرغبة في ممارسة النشاط الرياضي الجامعي ؟

نعم ☐ كلا ☐

9) هل تؤثر ممارسة النشاط الرياضي على تحصيلك الدراسي

نعم ☐ كلا ☐

10) هل بإمكانك المشاركة بالأنشطة الرياضية الجامعية؟

11) إذا كان الجواب (كلا) فما هي المعوقات التي تحول دون مشاركتك في هذه الأنشطة ؟

أ- بسبب الخجل والحرص ☐

ب- عدم وجود الوقت الكافي لممارسة النشاط الرياضي

ج- عدم تشجيع الأسرة على ممارسة الرياضة

د- نظرة المجتمع السلبية اتجاه ممارسة الطلبة النشاط الرياضي

☐
☐
☐

12) معوقات خاصة بالكلية أو المعهد

أ- عدم توفر القاعات الرياضية والتجهيزات المناسبة.

ب- عدم وجود الكادر النسوي المتخصص.

ج- ضعف الاهتمام بالنشاط الرياضي النسوي.

د- عدم برمجة دروس او وقت مخصص لمزاولة النشاط الرياضي .

هـ- عدم تعميق الوعي الرياضي في نفوس الطلبة وحثهم على ممارسة الأنشطة الرياضية مستمر ومنظم .

و- ضعف التعاون والتنسيق بين المعهد المؤسسات والهيئات في المجال الرياضي

13) ما هي مقترحاتك لتفعيل الاهتمام بالأنشطة الرياضية النسوية في الوسط الجامعي .