

ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري-دراسة ميدانية بقسنطينة  
لطرش أمينة<sup>1</sup>

<sup>1</sup>مركز البحث العلمي والتقني في علم الانسان الاجتماعي والثقافي TES/CRASC

y.latreche@crasc.dz

anthropo2016@gmail.com

بوقطوشة ايمان<sup>2</sup>

<sup>2</sup>كلية علم النفس وعلوم التربية جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة2- الجزائر

imene.bouguettoucha@univ.constantine2.dz

تاريخ القبول: 2024/07/11

تاريخ الارسال: 2024/06/09

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف واقع ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري من خلال دراسة ميدانية بمدينة قسنطينة، وقد طبقت الدراسة على عينة نساء من مختلف الأعمار والخلفيات الاجتماعية والاقتصادية، واعتمدنا مجموعة من الأساليب البحثية أهمها المقابلة النصف موجهة وتحليل المحتوى المنطقي اللفظي، وتوصلنا إلى التعرف على أهم الرياضات التي تمارسها المرأة في مجتمعنا والمتمثلة في الايروبيك، الزومبا، السباحة، رياضة المشي لمسافات طويلة، الجمباز وكرة السلة، كما تم تحديد أهم العوامل الثقافية والاجتماعية التي تؤثر على ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري والمتمثلة في القيم السائدة حول جسد المرأة، العادات والتقاليد، نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة.

أما أهم الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة فنجد: الرشاقة والجمال، التخلص من السمنة، تخفيف الضغط والتوتر اضافة لبعض الامراض التي تتطلب تمارين رياضية.

الكلمات المفتاحية: ثقافة الرياضة، المجتمع الجزائري، المرأة.

---

\* المؤلف المرسل: أمينة لطرش، الايميل: y.latreche@crasc.dz /anthropo2016@gmail.com

تعتبر الرياضة لغة شاملة تتحدث بها الشعوب عبر العصور، وتعتبر منبرا للتواصل والتعبير عن الثقافة والهوية الوطنية، فممارسة الرياضة لها أهمية في المجتمعات نظرا لتأثيرها الإيجابي على الصحة العامة واللياقة البدنية، ويساهم النشاط البدني الرياضي في إعداد الأفراد من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية عند كلا الجنسين، حيث تتجاوز الرياضة الاختلافات الثقافية والاجتماعية، وتجسد القيم الروحية والثقافية والأخلاقية، مع تطور الوعي الاجتماعي والتغيرات الثقافية، باتت ممارسة الرياضة لدى النساء تحظى بتفاعل متزايد واهتمام متجدد، وهناك تحولات هامة في ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في العقود الأخيرة، حيث أصبحت المرأة تشارك في مختلف النشاطات الرياضية وتحقق إنجازات رياضية بارزة، رغم وجود تحديات مثل نقص البنى التحتية والدعم المالي، إلا أن المرأة تواصل رحلتها نحو التمكين والمساواة من خلال الرياضة، يؤكد الميثاق الدولي للتربية البدنية والنشاط البدني والرياضة، الذي اعتمده المؤتمر العام الثامن والثلاثون لليونسكو، على أن "تكافؤ الفرص للمشاركة على جميع مستويات الإشراف وصنع القرار في مجال التربية البدنية والنشاط البدني والرياضة، سواء كان هذا الغرض" الترفيه أو تعزيز الصحة أو الأداء العالي، هو حق لكل فتاة وكل امرأة ويجب إنفاذه بنشاط<sup>2</sup>.

وحسب منظمة الصحة العالمية النشاط البدني له فوائد صحية كبيرة للقلوب والأجسام والعقول، حيث يساهم في الوقاية من الأمراض وإدارتها مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان والسكري، يقلل من أعراض الاكتئاب والقلق ويعزز مهارات التفكير والتعلم والحكم، يضمن النمو والتطور الصحي لدى الشباب ويحسن الصحة العامة، مع ذلك لا يحقق واحد من كل أربعة بالغين المستويات العالمية الموصى بها من النشاط البدني، فالأشخاص الذين لا يمارسون النشاط الكافي يكونون أكثر عرضة للوفاة بنسبة 20% إلى 30% مقارنة بالأشخاص النشطين بما فيه الكفاية<sup>3</sup>.

<sup>2</sup> أنظر World Health Organization (2020). Women and physical activity and sport  
<https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping/women-and-sport>

<sup>3</sup> أنظر World Health Organization (2020). Women and physical activity and sport:  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.

أصبحت الرياضة بصفة عامة عنوان لتقدم الأمم والشعوب، وبما أن المرأة باعتبارها مربية وحاضنة للأجيال تعد العنصر الفاعل و الحي، و هي في المجتمع الجزائري تمثل أكثر من نصفه كما أن شهدت الساحة العربية بصورة عامة و الجزائر بصورة خاصة زيادة مشاركة المرأة في مختلف الأنظمة الرياضية، سواء كانت تنافسية نخبوية، أو تربوية تعليمية، أو ترفيهية و المرأة الجزائرية لا يمكن أن تبقى بمعزل بما تجري من تغيرات، و ما يقوم من تحديات تضطرها إلى إثبات وجودها و تحقيق ذاتها و مسايرة الأوضاع و مع هذا كله هي مطالبة أن تكون بصلة وثيقة بجذورها و أصالتها التي تستمد منها أسباب قوتها و دوافع حياتها (فوجيل، 2022، صفحة 130).

وممارسة الرياضة عند المرأة بسبب التغيرات الفسيولوجية التي تتعرض لها طوال حياتها، كما لها تأثيرات إيجابية على الصحة النفسية والاجتماعية لها، ومع ذلك، هناك عدة عوامل تعوق ممارسة الرياضة للمرأة، مثل العوامل الاجتماعية والشخصية والصحية والدراسية والمهنية، لذا جاء موضوع هذه الدراسة استكشاف واقع ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري من خلال دراسة ميدانية بمدينة قسنطينة (الجزائر). تهدف هذه الدراسة إلى معرفة:

- واقع ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري.
- م ثقافة ممارسة الرياضة وأنواعها عند المرأة في المجتمع الجزائري.
- العوامل الاجتماعية والثقافية التي تؤثر على ممارستها للرياضة:
- أسباب ممارسة المرأة للأنشطة الرياضية.

اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي وعينة متكونة من 40 امرأة تم اختيارها بطريقة قصدية واستعملنا وسائل جمع البيانات التالية: الاستمارة، المقابلة، منهج تحليل المضمون المنطقي اللفظي كأداة لقياس المعطيات، وقد تم اختيار حالات البحث بطريقة قصدية لأنها الأكثر ملائمة لأغراض الدراسة.

#### أولاً: الرياضة والجنود:

تشير الدراسات إلى عدم تساوي الفرص بين الرجال والنساء في ممارسة الرياضة منذ القدم وحتى اليوم، كانت وضعية النساء في المجال الرياضي أقل من وضعية الرجال، بغض النظر عن الشروط المتساوية الأخرى، تعتمد العلاقات بين الجنسين على الهيمنة وتختلف في مجال الرياضة بناءً على القدرة الجسدية والقوة، في القرن العشرين بدأت النساء في النضال من أجل ممارسة الرياضة، ويرجع ذلك بشكل أساسي

إلى التمييز والفصل الذي كان يستهدف النساء من قبل المجموعات الرياضية الذكورية، حيث كن محرومات من الفضاء الرياضي وتم توزيع المهام بشكل متفاوت بين الجنسين في المجتمعات الصناعية، حيث كانت النساء تستبعدن أنفسهن من المشاركة في الرياضة وتقبلن بتوزيع الأدوار التمييزي بين الجنسين، نتيجة لبناء إيديولوجي يتبنى التفكير في الاختلاف، والاختلافات الأخرى التي نعطيها قيمة هي ثقافية، في السبعينات بدأت تغيرات هامة في العلاقة بين الجنسين، مما أدى إلى تحرير المرأة جزئياً من هذه القيود الثقافية ( محمد الراشدي، 2019).

تسلط أنماط التمارين الجنسانية هذه الضوء على الحاجة إلى معالجة المعايير والتوقعات المجتمعية لتعزيز تكافؤ الفرص لكل من الرجال والنساء للمشاركة في النشاط البدني من أجل تحسين الصحة والرفاهية والتوقعات المجتمعية التي تحد من حرية المرأة في الانخراط في النشاط البدني تعكس أنماط التمارين الحالية القائمة على النوع الاجتماعي هذه التصورات، حيث تظهر الدراسات أن النساء غالباً ما يواجهن حواجز مثل مخاوف صورة الجسد والضغط المجتمعي والقوالب النمطية الجنسانية التي تمنيهن عن المشاركة في أنواع معينة من الأنشطة البدنية، قد تميل النساء أكثر نحو الأنشطة التي يُنظر إليها على أنها أنثوية أو أقل كثافة، بينما يتم تشجيع الرجال غالباً على ممارسة أشكال أكثر نشاطاً وتنافسية من التمارين ( Tarran ,Leanne, 1995).

### 1 الثقافة الرياضية في المجتمع:

الرياضة نشاط يقبل عليه الأفراد بكافة الأعمار وهي مجهود جسدي يبذله الإنسان لأهداف متعددة، تعود بالنفع على الفرد والمجتمع، حيث تساعد على الحفاظ على الصحة ومقاومة الأمراض وتحسين العلاقات الاجتماعية وتطوير الشخصية، كما تقلل من الأعباء الاقتصادية والآثار المجتمعية الناتجة عن الأمراض والجرائم، تساهم أيضاً في تعريف الآخرين بالوطن وتراثه وتقاليده من خلال المشاركة في المحافل الرياضية الدولية، تلعب ثقافة ممارسة الرياضة في المجتمع دوراً مهماً في تشكيل قيم وسلوكيات الأفراد والمعايير والقيم المجتمعية التي تعزز للأفراد التزامهم بالأعراف الاجتماعية، وهي ضرورية لتعليم القواعد والقيم على مستوى العالم، لأنها تساهم في تنشئة جيل قوي عقلياً وجسمياً، حيث تعتبر الثقافة البدنية والرياضة من الظواهر الاجتماعية الحاسمة التي لها تأثير كبير على مختلف جوانب المجتمع الحديث، تتخلل هذه الأنشطة جميع أفراد المجتمع بمختلف مستوياتهم، وتلعب دوراً حيوياً في تشكيل المعايير والقيم المجتمعية، ويمتد تأثيرها إلى جميع مجالات الحياة، بما في ذلك التعليم والصحة والتفاعلات الاجتماعية والتنمية الشخصية من خلال

المشاركة في الأنشطة البدنية، يمكن للأفراد تطوير موقف قيمي تجاه نمط حياة صحي، مما يؤدي إلى تحسين الرفاهية والتكامل الاجتماعي، بشكل عام تعتبر الثقافة البدنية والرياضة من المكونات الأساسية للمجتمع الحديث، حيث تساهم في التنشئة الاجتماعية والتنمية الشاملة للأفراد، وخاصة الشباب، كما تكمن أهمية الثقافة الرياضية في بناء ثقافة سلمية وتعزيز العلاقات الاجتماعية والصداقات بين الشباب، فممارسة الرياضة تعلم مبادئ اجتماعية أساسية مثل التسامح والتعاون والحرية وتعزز السلام والعدل وتلعب دوراً هاماً في تعزيز الاندماج الاجتماعي والتنمية الاقتصادية، كما تساهم في صحة الممارسين وتحقيق الأهداف الإنسانية وتعزيز القيم الرياضية الفاضلة وتشجع على التعايش والتفاهم بين الأفراد والمجتمعات وتساهم في حل المشكلات في أوضاع ما بعد النزاعات، كما تساهم الثقافة الرياضية في نشر الوعي الرياضي واكتساب المهارات المفيدة للحياة العملية، وتوجد علاقة ارتباط بين الثقافة الرياضية والسلم المجتمعي، ويوصى بزيادة البرامج التثقيفية في جميع المجالات ونشر الثقافة الرياضية ورفع مستوى الوعي المجتمعي بمفهوم السلم المجتمعي (العيد بن سميشة، 2021).

## 2 ثقافة الرياضة عند المرأة:

ان الاعتقاد السائد في الماضي أن المرأة ليس لها دور في التعليم أو في ممارسة الرياضة، ولكن حدث تطور في المجتمعات ساهم في تغيير هذه المواقف، وإبراز دور المرأة في البرامج الاجتماعية والثقافية والرياضية، حيث تطورت مواقف واعتقادات المرأة في مجال الرياضة بفضل الثقافة والنشر، وأصبحت الرياضة تلعب دوراً هاماً في تكوين المجتمع، ومع ذلك، تواجه المرأة صعوبات في إثبات قدراتها ومهاراتها في مجال الرياضة بسبب العادات والتقاليد والمعتقدات الاجتماعية، يجب على المجتمعات تغيير نظرتها تجاه قدرات المرأة في مجال الرياضة وتشجيعها على المشاركة بشكل أكبر، خاصة وأن تمارين الرياضة تعزز الصحة البدنية والنفسية للمرأة وتساعد على التحمل والصبر، تطوير مهاراتها وزيادة قوتها واستطاعتها في التغلب على الصعاب والمنافسة، المرأة تحتاج إلى ممارسة الرياضة لتجنب الأمراض والوقاية منها، تقوية مناعة الجسم، لذا ضرورة تغيير قيم ومواقف المرأة من الرياضة وتوفير الدوافع اللازمة لها، لأنها تعتبر عاملاً رئيسياً في ممارسة الرياضة.

ثقافة المرأة في ممارسة الرياضة حسب الدراسات السابقة التي اطلعنا عليها تركز بشكل أساسي على المظهر وفقدان الوزن بدلاً من التأكيد على الفوائد الصحية، مما يؤثر على تصورات المرأة ودوافعها للمشاركة في الرياضة غالباً ما يتم التعامل مع النساء كمجموعة متجانسة من قبل صناعة اللياقة البدنية، متجاهلين عوامل مثل العمر، والتي يمكن أن تؤثر على قراراتهن بممارسة الرياضة تخلق خطابات الصحة العامة أحياناً

التزامًا أخلاقيًا للمرأة بممارسة الرياضة، مما يزيد من التأثير على اختياراتهن في الرياضة والتوقعات المجتمعية التي تحد من حرية المرأة في الانخراط في النشاط البدن.

في المجتمع الجزائري تحسن مكانة المرأة وإتاحة المجال لها للمشاركة في الأنشطة المهنية والتعليمية والرياضية مع ذلك، فإن تجربة المرأة في ممارسة الأنشطة الرياضية لا تزال محدودة بسبب عدة أسباب، تشير الأدلة والبحوث إلى أن النساء الجزائريات يعانين من ضعف الرغبة في ممارسة الأنشطة الرياضية بسبب المواقف المهشة واللاعقلانية التي يتعامل بها المجتمع المحلي مع الرياضة وأنشطتها، تعود هذه المواقف إلى التنشئة الاجتماعية للإناث والتربية البيئية والتأثيرات الثقافية، بالإضافة إلى نقص المواظبة والاستمرارية في ممارسة الرياضة عند المرأة، عدم حرصها على ممارستها داخل القاعات الخاصة، وكذا عدم مراعاة متطلبات ورغبات الممارسات، نقص التكفل من حيث كفاءة التأطير والبرامج المقترحة ومنهجية العمل، بالإضافة إلى الأسباب المادية والثقافية الأخرى ( يسقر فتيحة، قاصد حميدة، 2021).

وللمرأة دوافع مختلفة في ممارسة النشاط البدني لذا من الضروري نشر الثقافة الرياضية في أوساط النساء بصفة عامة لما لها من فوائد من الناحية النفسية والجسمية والصحية والاجتماعية، وفتح قاعات اللياقة البدنية خاصة بالنساء حتى تعمم الممارسة الرياضية في اواسطهم، واقامة دورات وورشات في مجال الرياضة والصحة خاصة بالنساء (بروج كمال، 2022).

#### ثانيا: تحليل النتائج:

من خلال تحليل نتائج الدراسة الميدانية التي اعتمدنا فيها على الاستمارة وزت على 40 حالة، توصلنا للنتائج التالية:

#### 1 عرض وتحليل نتائج الاستمارة:

أكدت نتائج الدراسة على أن اغلب أفراد العينة مارسن الرياضة من قبل بنسبة قدرت ب 90% منها 50% ايروبيك تليها رياضة المشي لمسافات طويلة بنسبة 15%، ثم يأتي كل من الجمباز والسباحة و الزومبا بنسبة قدرت ب 10% حيث اكدن على اهتمامهن بممارسة الرياضة، أما في الوقت الحالي فنجد 70% منهن لازلن يمارسن الرياضة، احتلت الأيروبيك المركز الاول في الممارسة حيث تفضلها اغلب افراد العينة بنسبة 50% وأكدن انما الرياضة المفضلة عند كل النساء ثم تليها رياضة السباحة بنسبة 30% كما ظهرت رياضة المشي الطويل Rondonnee pedestre بنسبة مهمة قدرت ب 20% وهي رياضة بدأت بالانتشار

مؤخرا بين أوساط الشباب، كما ارجعت باقي النساء اللواتي توقفن عن ممارسة الرياضة في الوقت الحالي السبب الى الكوفيد وكثرة الانشغالات.

- وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك عوامل كثيرة تعيق ممارسة المرأة للرياضة نجد بالمرتبة الاولى و بإجماع كل العينة 100% أن المجتمع يعتبر ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة عيب وشيء مستحيل حدوثه ولا يتماشى مع عادات مجتمعنا حيث تعتبر ظاهرة غير عادية وغير مقبولة في المجتمع ، وان نسبة 40% رأين هذا سيعرضها لمضايقات كثيرة ، كما رأت نسبة 30 % من العينة ان اي شيء يخص المرأة يعتبر عيب اظهاره للعلن، وبررت فئة ثانية ان جزء كبير من المجتمع يعتبر ان مكان المرأة بالبيت بنسبة تراوحت ب 20% وارجعت فئة اخرى السبب للجانب الديني وان الحجاب يمنعها من ذلك وتعتبر انتهاك لحرمة الدين بنسبة قدرت ب 9% ورأت فئة ضعيفة انه لا توجد اماكن مخصصة للنساء لممارسة الرياضة بالهواء الطلق بنسبة قدرت ب 1 %، اضافة الى عوامل اخرى تمثلت في نقص الوعي بأهمية ممارسة الرياضة و عدم توفر الوقت و المال

- كما بينت النتائج تنوع الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة جاءت في المرتبة الاولى الرشاقة والجمال بنسبة 30%، تليها السمنة بنسبة 20 %، ثم جاءت كل من راي الاخرين في شكلها وضغوط العمل واسباب مرضية بنسب متساوية قدرت ب 15 %، واخر مرتبة يأتي ملاء الفراغ

- وأظهرت النتائج أيضا أن هناك عدة عوامل تشجع المرأة على ممارسة الرياضة جاءت على رأسها و بإجماع كل العينة على توعية المجتمع بأن للمرأة الحق في ممارسة الرياضة مثل الرجل، تليها التوعية بأهمية ممارسة المرأة الرياضة بسنة قدرت ب 15%، ثم توفير اماكن مخصصة لرياضات الهواء الطلق الخاصة بالنساء، تليها خفض قيمة الاشتراك الشهري لقاءات الرياضة ليتسنى للنساء ذوي الدخل الضعيف بالاشتراك.

## 2 عرض نتائج العينة الفرعية:

لتحقيق الأهداف المرجوة من البحث، تم اختيار عينة فرعية والمتمثلة في أخذ أربع حالات من 40 فرد لعينة البحث الكلية وأجريت معهم مقابلات وعولجت بمنهج تحليل المضمون المنطقي اللفظي إلى جانب نتائج استمارة كل حالة.

1.1.2 تعيين الفئات التصنيفية لخطاب الحالة الأولى:

النسبة المئوية	العلامة	الفئات التصنيفية
29.82%	17	1 تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية
17.54%	10	2 القيم السائدة حول جسد المرأة
8.77%	05	3 تأثير العوامل الشخصية
15.78%	09	4 نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة
19.29%	11	5 نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة
7.01%	04	6 التوعية بأهمية ممارسة المرأة للرياضة
1.75%	01	7 تأثير العوامل البيئية
100%	57	المجموع

جدول رقم (1) يوضح الفئات التصنيفية للحالة الأولى.

التعليق:

نلاحظ من خلال النسب والتكرارات للفئات التصنيفية أن أعلى نسبة كانت لفئة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية وتقدر بـ 29.82% وتتكرر يساوي 17 وبذلك تحتل المرتبة الأولى، وتليها نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة بنسبة 19.29% وتتكرر يساوي 11، ثم تأتي فئة القيم السائدة حول جسد المرأة بنسبة تقدر بـ 17.54% أما فئة نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة فجاءت تقدر بـ 15.78%، تأتي فئة تأثير العوامل الشخصية ضئيلة مساوية لـ 8.77% لتليها فئة التوعية بأهمية ممارسة المرأة للرياضة ضئيلة ايضا مساوية لـ 7.01%، وفي الترتيب الأخير تأتي فئة تأثير العوامل البيئية 1.75% وهي الفئة الأكثر انخفاضاً.

2.1.2 تحليل نتائج الاستمارة للحالة الأولى:

أظهرت نتائج الحالة الأولى على أنها كانت تمارس رياضة ايروبيك منذ فترة وتعتبرها رياضتها المفضلة ومازالت تمارسها ليومنا هذا بصفة متقطعة نظرا لظروف عملها اضافة الى رياضة المشي لمسافات طويلة Rondonnee pedestre.

وأكدت الحالة أن هناك عوامل كثيرة تعيق ممارسة المرأة للرياضة نجد بالمرتبة الأولى أن المجتمع يعتبر ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة عيب ولا يتماشى مع عادات مجتمعنا كما ان الحجاب يعتبر عائقا للقيام بمثل هذه الرياضات.

وترى الحالة أن الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة هي الرشاقة والجسم المشوق لأنها أصبحت من متطلبات الجمال في الوقت الحالي

كما تؤكد الحالة أن أهم العوامل التي تشجع المرأة على ممارسة الرياضة هي توعية المجتمع بأن للمرأة الحق في ممارسة الرياضة مثل الرجل، وكذلك توعية المرأة بأهمية ممارسة الرياضة.

### 3.1.2 تحليل نتائج الحالة:

من خلال نتائج الاستمارة ونتائج تحليل مضمون المقابلة للحالة الأولى نجد أن الحالة تبدي اهتماما بممارسة الرياضة وتذكر انه تمارس أوروبيك منذ سنوات إضافة الى رياضة المشي لمسافات طويلة Rondonnee pedestre، كما نجد أن أعلى نسبة في الفئات التصنيفية حصلت عليها فئة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية وتقدر بـ 29.82%، وهو ما يتطابق مع نتائج الاستمارة حيث تؤكد الحالة ان هناك عوامل كثيرة تعيق ممارسة المرأة للرياضة نجد بالمرتبة الأولى المجتمع الذي يعتبر ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة عيب ولا يتماشى مع عادات مجتمعنا كما ان الحجاب يعتبر عائقا للقيام بمثل هذه الرياضات، فالحالة هنا تعتبر ان القيود الاجتماعية والقيم السائدة حول جسد المرأة في ثقافة مجتمعنا تؤثر بشكل كبير على مدى ممارسة المرأة للرياضة، حيث يقول Heider أن "كل فرد يخضع لقوى بيئية قوية كالضغوط من قبل الآخرين والمعايير الاجتماعية، فان هذه الأحداث تمارس ضغوطا على الفرد كأنها تكبحه وتتحكم في سلوكه".

كما ظهرت فتي نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة و نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة بنسب مهمة قدرت على التوالي بـ 19.29% و 15.78% ونجد أنها جاءت متقاربة نسبيا وهو ما يفسر اعتقاد الحالة بأن المعتقدات الاجتماعية والثقافية لها تأثير كبير على ممارسة المرأة للرياضة.

كما جاء فئة العوامل الشخصية بنسبة قدرت بـ 8.77% وهو ما يتطابق مع نتائج الاستمارة فالحالة ترى أن الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة هي الرشاقة والجسم المشوق لأنها أصبحت من متطلبات الجمال في الوقت الحالي.

وجاءت فئة العوامل البيئية بنسبة متراجعة قدرت بـ 1.75 %، فالحالة لا يعتبر أن العوامل البيئية ذات تأثير كبير على ممارسة المرأة للرياضة

## 2.2 عرض نتائج تحليل المضمون للحالة الثانية:

### 1.2.2 تعيين الفئات التصنيفية لخطاب الحالة 2:

النسبة المئوية	العلامة	الفئات التصنيفية
26.66%	20	تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية
21.33%	16	القيم السائدة حول جسد المرأة
13.33%	10	تأثير العوامل الشخصية
16%	12	نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة
12%	9	نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة
9.33%	7	التوعية بأهمية ممارسة المرأة للرياضة
1.33%	01	تأثير العوامل البيئية
100%	75	المجموع

جدول رقم (2) يوضح الفئات التصنيفية للحالة الثانية.

### التعليق:

نلاحظ من خلال النسب والتكرارات للفئات التصنيفية للحالة الثانية أن أعلى نسبة كانت لفئة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية وتقدر بـ 26.66% وتكرر يساوي 20 وبذلك تحتل المرتبة الأولى، وتليها القيم السائدة حول جسد المرأة بنسبة 21.33% وتكرر يساوي 16، ثم تأتي فئة نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة بنسبة تقدر بـ 16% أما فئة تأثير العوامل الشخصية فجاءت تقدر بـ 13.33%، تأتي فئة نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة ضعيفة مساوية لـ 12% لتليها فئة التوعية بأهمية ممارسة المرأة للرياضة ضعيفة ايضا مساوية لـ 9.33%، وفي الترتيب الأخير تأتي فئة تأثير العوامل البيئية 1.33% وهي الفئة الأكثر انخفاضاً.

### 2.2.2 تحليل نتائج الاستمارة للحالة الثانية:

- أكدت الحالة انها مارست عدة رياضات من قبل تمثلت في السباحة والزومبا والأيروبيك، حيث اظهرت على اهتمامها الكبير منذ طفولتها بممارسة الرياضة، اما الوقت الحالي فهي لا تمارس اي

نشاط رياضي بسبب ضيق وقتها بين العمل والمنزل والعناية بأطفالها.

- ترى الحالة أن هناك عوامل كثيرة تعيق ممارسة المرأة للرياضة نجد بالمرتبة الأولى المجتمع الذي يرفض ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة ويعتبرها ظاهرة غير عادية وغير مقبولة في المجتمع، لان المرأة من العيب ان تركض أمام الرجال، كما أنه لا توجد اماكن مخصصة للنساء لممارسة الرياضة بالهواء الطلق.
- أكدت الحالة أن هناك عدة اسباب تشجع المرأة على ممارسة الرياضة أهمها محاولة التخلص من السمنة والبحث عن جسم رشيق وكذلك لتخفيف الضغط والتوتر الذي تعيشه.
- وأظهرت النتائج الحالة أيضا أن هناك عدة عوامل تحفز المرأة على ممارسة الرياضة أولها توعية المجتمع لإزالة تلك النظرة السلبية تجاه ممارسة المرأة للرياضة، تليها خفض قيمة الاشتراك الشهري لقاءات الرياضة ليتسنى للنساء من كل فئات المجتمع ممارسة الرياضة بانتظام.

### 3.2.2 تحليل نتائج الحالة:

- من خلال نتائج الاستمارة ونتائج تحليل مضمون المقابلة للحالة الثانية نجد أن الحالة تبدي اهتماما بممارسة الرياضة منذ صغرها وتذكر انه سبق لها ان مارست السباحة والزومبا والأيروبيك.
- كما نجد أن أعلى نسبة في الفئات التصنيفية حصلت عليها فئة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية وتقدر بـ 26.66% ، وهو ما يتطابق مع نتائج الاستمارة حيث تؤكد الحالة ان أهم العوامل المعرقلة لممارسة المرأة للرياضة هي معتقدات المجتمع الذي يرفض ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة ويعتبرها ظاهرة غير عادية وغير مقبولة في المجتمع ، لأن المرأة من العيب ان تركض أمام الرجال، فالحالة هنا تعتبر ان عادات مجتمعا وقيمه لها تأثير كبير على مدى ممارسة المرأة للرياضة، حيث يؤكد Miller هنا على إدراك الفرد لتأثير الأفراد في محيطه الاجتماعي على مقاصده السلوكية ومعتقداته وأهمية عزوه إلى تلك الآراء التي تؤثر في مقاصده السلوكية.
- كما ظهرت فئتي القيم السائدة حول جسد المرأة ونظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة بنسب مهمة قدرت على التوالي بـ 21.33% و 16% وهو ما يفسر اعتقاد الحالة بأن المعتقدات الاجتماعية والثقافية السائدة حول جسد المرأة لها تأثير كبير على ممارسة المرأة للرياضة.
- كما جاءت فئة العوامل الشخصية بنسبة قدرت بـ 13.33% وهو ما يتطابق مع نتائج الاستمارة فالحالة ترى أن الأسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة هي محاولة التخلص من السمنة والبحث عن جسم رشيق وكذلك لتخفيف الضغط والتوتر الذي تعيشه.

وجاءت فئة العوامل البيئية بنسبة متراجعة قدرت بـ 1.33%، فالحالة لا يعتبر أن العوامل البيئية ذات تأثير كبير على ممارسة المرأة للرياضة.

### 3.2 عرض نتائج تحليل المضمون للحالة الثالثة:

#### 1.3.2 تعيين الفئات التصنيفية لخطاب الحالة الثالثة:

النسبة المئوية	العلامة	الفئات التصنيفية
19.35%	18	تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية
23.65%	22	القيم السائدة حول جسد المرأة
10.75%	10	تأثير العوامل الشخصية
20.43%	19	نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة
18.27%	17	نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة
2.15%	2	التوعية بأهمية ممارسة المرأة للرياضة
10.75%	5	تأثير العوامل البيئية
100%	93	المجموع

جدول رقم (3) يوضح الفئات التصنيفية للحالة الثالثة.

#### التعليق:

نلاحظ من خلال النسب والتكرارات للفئات التصنيفية أن أعلى نسبة كانت لفئة القيم السائدة حول جسد المرأة وتقدر بـ 23.65% وتكرر يساوي 22 وبذلك تحتل المرتبة الأولى، وتليها نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة بنسبة 20.43% وتكرر يساوي 19، ثم تأتي فئة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية بنسبة تقدر بـ 19.35% أما فئة نقص الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة فجاءت تقدر بـ 18.27%، تأتي فئة تأثير العوامل الشخصية ضعيفة مساوية لـ 10.75% لتليها فئة تأثير العوامل البيئية ضعيفة ايضا مساوية لـ 5.37%، وفي الترتيب الأخير تأتي فئة التوعية بأهمية ممارسة المرأة للرياضة 2.15% وهي الفئة الأكثر انخفاضاً.

### 2.3.2 تحليل نتائج الاستمارة للحالة الثالثة:

- أكدت الحالة أنها مارست الجمباز وكرة السلة في صغرها وهي تحب الرياضة كثيرا وتتمنى لو تستطيع ممارسة أي نشاط رياضي في الوقت الحالي لكن بيئتها الاجتماعية لا تسمح لها بذلك حيث أنها تعيش في بيئة محافظة.
- ترى الحالة أن أهم عامل يعيق ممارسة المرأة للرياضة هو المجتمع وعاداته التي أصبحت تعيقها في الكثير من المجالات لأنه يرى المرأة كجسد انثى وليس فرد من المجتمع له حق مثل الرجال فهو يعتبر ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة عيب وشيء مستحيل حدوثه لأن أي شيء يخص جسد المرأة يعتبر عيب اظهاره للعلن.
- أكدت الحالة على تنوع الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة منها الرشاقة والجمال وكذلك بسبب بعض الامراض التي تستوجب ممارسة تمارين رياضية
- وأكدت أيضا أن هناك عدة عوامل تشجع المرأة على ممارسة الرياضة جاءت على رأسها توعية المجتمع بأن للمرأة ليست ملك للرجل بل هي شريكته في بناء المجتمع وكذلك توفير اماكن مخصصة للرياضات الهواة الطلق خاصة بالنساء.

### 3.3.2 تحليل نتائج الحالة:

- من خلال نتائج الاستمارة ونتائج تحليل مضمون المقابلة للحالة الثالثة نجد أن الحالة تبدي اهتماما بممارسة الرياضة وتذكر انه سبق لها ان مارست عدة نشاطات رياضية تمثلت في الجمباز وكرة السلة كما نجد أن أعلى نسبة في الفئات التصنيفية حصلت عليها فئة القيم السائدة حول جسد المرأة وتقدر بـ % 23.65، وهو ما يتطابق مع نتائج الاستمارة حيث تؤكد الحالة ان أهم عامل يعيق ممارسة المرأة للرياضة هو المجتمع وعاداته التي أصبحت تعيقها في الكثير من المجالات لأنه يرى المرأة كجسد انثوي وليس فرد من المجتمع له حق مثله مثل الرجال فهو يعتبر ممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة عيب وشيء مستحيل حدوثه لأن أي شيء يخص جسد المرأة يعتبر عيب اظهاره للعلن، فالحالة هنا تعتبر ان عادات مجتمعا وقيمه لها تأثير كبير على مدى ممارسة المرأة للرياضة وقد أكدت أنها تحب الرياضة كثيرا و تتمنى لو تستطيع ممارسة أي نشاط رياضي في الوقت الحالي لكن بيئتها الاجتماعية لا تسمح لها بذلك حيث أنها تعيش في بيئة محافظة، ويقول Rotter أن الفرد الذي يعتقد بتحكم قوى خارجية في سلوكه تكون له سلبية عامة وقلة في المشاركة والإنتاج.

- كما ظهرت فتي نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة وفئة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية بنسب مهمة قدرت على التوالي بـ 20.43% و 19.35% ونجد أنها جاءت متقاربة نسبيا وهو ما يفسر اعتقاد الحالة بأن المعتقدات الاجتماعية والثقافية والقيم السائدة حول جسد المرأة لها تأثير كبير على ممارسة المرأة للرياضة

- كما جاء فئة العوامل الشخصية بنسبة قدرت بـ 10.75% وهو ما يتطابق مع نتائج الاستمارة فالحالة ترى أن الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة هي الرشاقة والجمال وكذلك بسبب بعض الامراض التي تستوجب ممارسة تمارين رياضية

- وجاءت فئة العوامل البيئية بنسبة متراجعة قدرت بـ 10.75%، فالحالة لا يعتبر أن العوامل البيئية ذات تأثير على ممارسة المرأة للرياضة وذلك من خلال وكذلك توفير أماكن مخصصة للرياضات الهواء الطلق خاصة بالنساء.

### 3. مناقشة النتائج وتفسيرها على ضوء الأهداف:

نجد من خلال تحليلنا للحالات الثلاثة أنها تميل لممارسة الرياضة وأنهن مارسن نشاطات رياضية سابقا تمثلت في الايروبيك التي اعتبرتها الرياضة المفضلة عند جميع النساء اضافة لبعض الرياضات الأخرى التي تُمارس حسب ميول كل امرأة كالسباحة والجمباز وكرة السلة واليوجا ورياضة المشي لمسافات طويلة، وهذا ما يمثل الهدف الأول من دراستنا والذي مفاده التعرف على ثقافة ممارسة الرياضة وأنواعها عند المرأة في المجتمع الجزائري. كما احتلت فتي تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية والقيم السائدة حول جسد المرأة المراتب الأولى عند الحالات الثلاثة وأكدت عليها نتائج الاستمارة حيث أن كل الحالات أكدت على تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية وخاصة منها التي تدور حول القيم السائدة حول جسد المرأة والذي يعتبر عورة ولا يجوز كشفه أمام الرجال لذلك فممارسة المرأة لبعض الرياضات كالجري وركوب الدراجة يعتبر عيبا ولا يتماشى مع عاداتنا فهي ظاهرة غير عادية وغير مقبولة في المجتمع، وهذا ما يمثل الهدف الثاني من دراستنا والذي مفاده العوامل الاجتماعية والثقافية التي تؤثر على ممارسة الرياضة عند المرأة.

أكدت الحالات الثلاثة على تنوع الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة منها الرشاقة والجمال والتي ارجعتها الحالة الاولى الى أنها اصبحت من متطلبات الجمال في الوقت الحالي وأما الحالة الثالثة فأرجعتها إلى الرشاقة وكذا بعض الامراض التي تستوجب ممارسة تمارين رياضية، في حين الحالة الثانية رأت انها محاولة

التخلص من السمينة والبحث عن جسم رشيق وكذلك لتخفيف الضغط والتوتر الذي تعيشه، وهذا ما يمثل الهدف الثالث من دراستنا والذي مفاده التعرف على أسباب ممارسة المرأة للرياضة في المجتمع الجزائري. حسب النتائج المتحصل عليها يمكن الاستنتاج أن الحالات الثلاثة مارسن نشاطات رياضية متنوعة سواء في وقت مضي أو حاليا أبرزها الايروبيك التي اعتبروها الرياضة المفضلة عند غالبية النساء، ومنه يمكن القول أن الهدف الأول للدراسة قد تحقق، كما تتفق كل الحالات على وجود معتقدات ثقافية واجتماعية تؤثر بشكل مباشر على ثقافة ممارسة المرأة للرياضة في مجتمعنا وتحصّرها في رياضات دون الاخرى وذلك ضمن حدود القيم والمعتقدات التي يسمح بها المجتمع خاصة المتعلقة بقيم الجسد الانثوي الممنوع اظهارها للعلن، كذلك نقص الوعي الرياضي لعب دورا هاما في عزوف المرأة عن ممارسة الرياضة نظرا لعدم إمكانية ممارستها لها في ظروف ملائمة ومريحة، تحفظ كرامتها ودينها، وهذا لا يأتي إلا بتغيير العقلية والذهنيات المجتمعية، الذي تقع على عاتقه مسؤولية توفير المناخ المناسب الذي يراعي خصوصيات المرأة المسلمة وحيثيات النشاط النسوي الرياضي ومنه نستنتج أن نقص الوعي الاجتماعي الثقافي والرياضي الديني، أدى إلى خلط في المفاهيم وتعارض في القيم والأخلاق (همال عبد الملك، 2023).

إلا أن الأسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة تجعلها مرنة في اختياراتها فتكون خاضعة لقوانين المجتمع وتمارس الرياضة في آن واحد في محاولة منها للظفر بالنشاط الرياضي المتوفر في منطقتها، ومنه يمكن القول إن الهدفين الثاني والثالث للدراسة قد تحققا.

#### خاتمة:

إن الهدف من الدراسة الحالية هو استكشاف واقع ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري من خلال دراسة ميدانية بمدينة قسنطينة، تبحث في ثقافة ممارسة الرياضة وأنواعها عند المرأة في المجتمع الجزائري والعوامل الاجتماعية والثقافية التي تؤثر على ممارستها للرياضة، وبالإضافة الى أسباب ممارستها للأنشطة الرياضية، وقد درس هذا الموضوع وفق جانبين نظري وتطبيقي حيث تم تناول ثقافة الرياضة في المجتمع وثقافة الرياضة عند المرأة في الجانب النظري، واعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي وعينة متكونة من 40 امرأة تم اختيارها بطريقة قصدية طبقت عليهم استمارة، ثم اختيرت عينة فرعية مكونة من ثلاث أفراد أجريت معهم مقابلات واستخدم منهج تحليل المضمون المنطقي اللفظي لمعالجة معطيات المقابلة، وما تم التوصل إليه بعد تحليل النتائج وتفسيرها هو:

- التعرف على أهم الرياضات التي تمارسها المرأة في مجتمعنا والمتمثلة في الايروبيك، الزومبا، السباحة، رياضة المشي لمسافات طويلة، الجمباز وكرة السلة.

- تحديد أهم العوامل الثقافية والاجتماعية التي تؤثر على ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة في المجتمع الجزائري والمتمثلة في: القيم السائدة حول جسد المرأة، العادات والتقاليد، نظرة المجتمع السلبية لأهمية ممارسة المرأة للرياضة.

- تحديد أهم الاسباب التي تدفع المرأة لممارسة الرياضة والمتمثلة في: الرشاقة والجمال، التخلص من السمنة، تخفيف الضغط والتوتر، اضافة لبعض الامراض التي تتطلب تمارين رياضية.

وعلى الرغم من النتائج المتحصل عليها، تجدر الاشارة أنها خاصة بالحالات الثلاثة التي تمت دراستها ويمكننا تعميمها.

وفي الختام نقترح بعض التوصيات:

- توفير المرافق الرياضية المخصصة للنساء
- توفير بيئة آمنة ومريحة لممارسة المرأة للرياضة.
- تعزيز ثقافة ممارسة الرياضة عند المرأة من خلال برامج توعية لتعزيز الوعي بأهمية الرياضة للصحة البدنية والنفسية للمرأة.

## CONCLUSION

The objective of the current study is to explore the reality of the culture of practicing sports among women in Algerian society through a field study in the city of Constantine, looking at the culture of practicing sports and its types among women in Algerian society and the social and cultural factors that affect their practice of sports, in addition to the reasons for practicing sports activities, and this topic was studied according to two theoretical and applied aspects, where the culture of sports in society and the culture of sports among women were addressed in the theoretical side, and we adopted in this study a descriptive analytical method and a sample consisting of 40 women who were selected in a purposive manner and applied to them a questionnaire. What was achieved after analyzing and interpreting the results is: Identify the main sports practiced by women in our society, namely aerobics, Zumba, swimming, hiking, gymnastics, and basketball. Identify the main cultural and social factors that influence the culture of sports practice among women in Algerian society, namely the prevailing values about women's bodies, customs, and traditions, and society's negative perception of the importance of women exercising. To identify the main reasons that

motivate women to practice sports, namely fitness and beauty, getting rid of obesity, relieving stress and tension, as well as some diseases that require exercise. Despite the results obtained, it should be noted that they are specific to the three cases studied and cannot be generalized. Finally, we propose some recommendations: Provide special sports facilities for women. Provide a safe and comfortable environment for women to exercise. Promote a culture of physical activity among women through educational programs to increase awareness of the importance of sports for women's physical and mental health.

قائمة المراجع:

1. المراجع باللغة العربية:

1. محمد الراشدي (2019)، النوع الاجتماعي والولوج للفضاء الرياضي: نموذج كرة القدم. مجلة آفاق لعلم الاجتماع، الصفحات 59-79.
2. فتيحة يسقر، قاصد حميدة (2021)، أسباب عدم حرص ومواظبة النساء على ممارسة الرياضة داخل القاعات الخاصة، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، الصفحات 78-84.
3. العيد بن سميشة (2021)، الثقافة الرياضية وعلاقتها بالسلم المجتمعي لدى طلبة الجامعة. مجلة المجتمع والرياضة، (02)04، الصفحات 63-71.
4. عبد المالك همال (2023). قراءة سوسيولوجية في أسباب عزوف الطالبات الجامعيات عن ممارسة الأنشطة الرياضية - المؤسسة الجامعية نموذجا. المجلة الجزائرية للأمن الإنساني، (01)08، الصفحات 168-183.
5. كمال بروج (01 03 2022)، دوافع ممارسة النساء النشاط البدني الرياضي في القاعات الرياضية في ظل متغيرات (السن، المستوى العلمي، الحالة الاجتماعية) دراسة ميدانية لبعض القاعات الرياضية بشلف، مجلة المنظومة الرياضية، (0902)، الصفحات 107-124.
6. يمينة فوجيل (2022)، أثر العوامل الاجتماعية على ممارسة الرياضة النسوية في النوادي بين العزوف والإصرار دراسة ميدانية على ممارسات سابقة لرياضة الفردية والجماعية بالجزائر، مجلة العلوم والخبرة وتكنولوجية النشاط البدني والرياضي، الصفحات 129-155.

2. المراجع بالأجنبية:

1. Mucchielli R. (1997). L'analyse de contenu, ESF, Paris.
2. Santiago-Delefosse M. (2002). Psychologie de la santé, Bruxelles, Mardaga.
3. Tarran Leanne (1995), Women and exercise, Comsig Review, 04(03).

**The culture of sport among women in Algerian society—a field study in  
the city of Constantine**

**LATRECHE Amina<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Centre of Scientific and Technical Research in Social and Cultural  
Anthropology TES/CRASC  
y.latreche@crasc.dz/anthropo2016@gmail.com

**BOUGUETTOUCHA Imene**

<sup>2</sup> Faculty of Psychology and Education Sciences, Abdelhamid Mehri  
University of Constantine2

**imene.bouguetoucha@univ.constantine2.dz**

**Abstract:**

This study aims to explore the reality of the culture of practicing sports among women in Algerian society through a field study in the city of Constantine. The study was applied to a sample of women of different ages and socio-economic backgrounds, and we adopted a number of research methods, mainly the semi-structured interview and verbal logical content analysis, and we achieved to identify the main sports practiced by women in our society. We also identified the main cultural and social factors that influence the culture of practicing sports among women in Algerian society and the main reasons that motivate women to practice them.

**Keywords:** Sport; Culture; Algerian society; Women.