

قياس مستوى ثقافة الاتجاه نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية للمرأة الجزائرية في ضوء بعض المتغيرات- دراسة ميدانية لبعض قاعات اللياقة البدنية سطيف  
 كمال بروج /أستاذ محاضر ب/ جامعة سطيف 2 / k.berroudj@univ-setif2.dz

<p><b>Abstract :</b></p> <p>The study aimed to identify the culture of the Attitude towards practicing physical and sports activities for Algerian women in light of some variables, and the researcher used the descriptive approach on of 60 women practicing sports activities in the fitness and sports halls, and in order to collect information, the researcher used the Kenyon test and Arabized by Muhammad Hassan Allawi, to measure trends towards the practice of physical and sports activities, and the statistical treatment was using the SPSS program, and the results of the study concluded that there are no differences in the culture of the Attitude towards practicing physical and sports activities for women due to the variable of sex and scientific level.</p>	<p><b>ملخص:</b></p> <p>هدفت الدراسة الى التعرف على ثقافة الاتجاه نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية للمرأة الجزائرية في ضوء بعض المتغيرات ، و استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة مكونة من 60 امرأة تمارس الانشطة الرياضية في قاعات اللياقة البدنية و الرياضية. ومن اجل جمع المعلومات استخدم الباحث مقياس كينيون المعرب من طرف محمد حسن علاوي لقياس الاتجاهات نحو ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية، وتمت المعالجة الاحصائية باستخدام برنامج SPSS. وخلصت نتائج الدراسة الى انه لا توجد فروق في ثقافة الاتجاه نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية للنساء تعزى لمتغير الجنس والمستوى العلمي</p>
--	---

مقدمة واشكالية البحث:

الرياضة للجميع، مصطلح له مدلول ومعنى كبير بمعنى ان الرياضة لم تعد حكرا على الرجال والبالغين فقط، بل تعدت ذلك و اصبحت جميع شرائح المجتمع تزاوّل الانشطة الرياضية كبيرا وصغيرا، رجالا ونساء، لما لها من فوائد الفرد من جميع النواحي حيث يذكر (هاني واسماعيل 2014) "أن ممارسة النشاط البدني تسهم في الارتقاء بصحة الفرد واكسابه القوام الجيد وتعمل على رفع الكفاءة البدنية للفرد، وكذلك ترتقي بكفاءة الاجهزة الوظيفية للجسم، وتعمل على التأثير على الناحية النفسية والعقلية الاجتماعية للفرد، مما يؤثر بشكل

إيجابي على نظام حياة الفرد سواء في العمل أو في الراحة". (مرزوق، حادي، الخلف، 2019، ص 3)

لذلك لا بد من ان تكون الرياضة مضمونة للجميع رجالا ونساء، وهذا ما جاء في الميثاق الدولي الصادر عن منظمة " اليونسكو " سنة 1978 ، أن التطبيق الفعلي لحقوق الانسان مرتبط بإمكانية تطوير قدرات كل فرد، البدنية والفكرية والخلقية والمعنوية، وكذلك الحفاظ عليها بكل حرية وعليه فان ممارسة الرياضة ينبغي أن تكون مضمونة للذكور والاناث معا في أي مجتمع. (براهيمي، 2019، ص 52)

وهناك العديد من الدراسات التي تناولت موضوع المرأة والرياضة من مختلف الجوانب، منها دراسة (زحاف 2015) ودراسة (غالبي 2015) تحدثت عن ممارسة المرأة للرياضة من الجانب الثقافي والاجتماعي، اما دراسة (مرزوق واخرون 2019) من الجانب النفسي والصحي، كما ان هناك العديد من الملتقيات الدولية والوطنية التي تحجثت عن المرأة والرياضة منها الملتقى الدولي السابع حول المرأة والرياضة رهانات وتحديات الذي اقيم بالمسيلة، وملتقى وطني موسوم بي واقع وافاق الرياضة النسوية في الجزائر.

فالمقاربة الاجتماعية للرياضة حسب وجهة نظر (الجبور 2012) ترى انه لا يمكن فصل موضوع المرأة والرياضة عن موضوع رياضة الرجل، فليس من المعقول علم اجتماع رياضي خاص بالرجال علم اجتماع رياضي خاص بالنساء (سيدساوي وياسف، 2021، ص 125) ومع تزايد الاعباء والمهام الموكلة للمرأة سواء داخل البيت او خارجه اصبحت العناية بصحتها من خلال رفع وعيها الصحي ضرورة حتمية، بل استراتيجية فعالة لخفض انتشار الامراض بكل تكاليفها المادية والمعنوية، لذا تسعى منظمة الصحة العالمية الى تحفيز النهوض بما بهو مفيد من نظم غذائية ونشاط بدني للمرأة، لان تغير السلوكيات سيعود بمزاياه على صحتها مستقبلا.(درياس ومزوز، 2019، ص 282)

فالانشطة البدنية والرياضية كانت مرفوضة وغير مرحب بها في وقت غير قريب بالنسبة للنساء في المجتمع الجزائري وهذا بسبب العادات والتقاليد التي تحكم المجتمع، وقلة انتشار ثقافة الممارسة الرياضية، زد الى ذلك نقص القاعات الرياضية المخصصة للنساء، لكن مع التطور التكنولوجي والانتشار الواسع للثقافة الرياضية بين لئساء، وفتح قاعات لياقة بدنية

خاصة بالنساء فقط، كما لا ننسى الدور الكبير مواقع التواصل الاجتماعي والبرامج التلفزيونية ساهم في تحفيز المرأة على ممارسة الانشطة الرياضية في قاعات اللياقة البدنية. ومن هذا المنطلق فإن مشكلة البحث الحالية تتمثل في الاجابة على:

- هل توجد فروق في ثقافة الاتجاه نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية للنساء في ضوء بعض المتغيرات ؟

**التساؤلات الجزئية:**

هل توجد فروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعزى لمتغير السن.؟

هل توجد فروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى؟

1- فرضيات الدراسة:

1-1- الفرضية العامة:

توجد فروق في ثقافة الاتجاه نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية للنساء في ضوء بعض المتغيرات

1-2- الفرضيات الجزئية:

توجد فروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية تعزى لمتغير السن.

توجد فروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى العملي.

2- اهداف الدراسة:

معرفة الفروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تبعا لمتغير السن.

التعرف على الفروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تبعا لمتغير المستوى.

الكشف عم محتلف العوامل المؤثرة في ثقافة الاتجاه نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية للمرأة الجزائرية.

## 3- اهمية البحث:

تكمن اهمية الدراسة من جانبين هما: جانب علمي يستفيد منه الطلبة الجامعيين والباحثين والمدربين وذلك بتعزيز المكتبات الجزائرية ببحث جديد وتوضيح ماهية دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى النساء، وجانب عملي من خلال ابراز اهم الدوافع التي يجب ان تتوفر في النساء من اجل تسهيل عملية ممارسة الانشطة الرياضية.

معرفة مختلف الاتجاهات نحو ممارسة المرأة الجزائرية للرياضة.

معرفة العوامل التي تؤثر في ممارسة المرأة للرياضة.

## 4- التعريف الاجرائي للمصطلحات:

1-4- الثقافة: هي عبارة عن مختلف المعارف والعادات والتقاليد التي تميز سلوكيات الفرد او الجماعة في المجتمع او البيئة.

2-4- الاتجاه: حالة وجدانية تتكون من خلال فكرة او موضوع ما تؤدي الى تغير مواقف الفرد . 4

3-4- النشاط البدني الرياضي: هي عبارة عن مختلف الانشطة والحركات البدنية والرياضية التي يمارسها الفرد لتنمية الجانب البدني والنفسي والصحي والاجتماعي.

## 1. الاطار النظري والدراسات السابقة:

1- الاتجاه: يعدُّ المفكر الانجليزي (هربرت سينسر) من أوائل علماء النفس الذين استخدموا مصطلح الاتجاهات (Attitude) فهو الذي قال أن الوصول إلى الأحكام الصحيحة في المسائل المثيرة للجدل يعتمد إلى حد كبير على الاتجاه الذهني للفرد الذي يصغي إلى هذا الجدل أو يشارك فيه.(عبد العزيز غرباوي، 2007، ص 7). أما عند الباحثين العرب فنجد التعاريف التالية للاتجاهات:

(انتصار يونس) " الاتجاه عاطفة إلا انه اقل منها في الحدة الانفعالية. يعني ذلك اختلاف الأفراد في اتجاههم تبعا لاختلاف الخبرات والمواقف التي يتعرضون لها، والعلامات التي يتفاعلون في إطارها.(عبد الحليم منسي، 2001، ص 228)

1-1- أبعاد الاتجاهات حسب (كينون): في رأي (كينون) أن الفرد قد يتخذ اتجاها موجبا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية ، وقد يتخذ اتجاها سالبا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى ، والاتجاه طبقا لمفهوم كينون " هو استعداد مركب ثابت نسبيا

يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء كان ( عيانيا) أو مجردا، وفي ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية استطاع كينون أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط الرياضي على النحو التالي:

النشاط البدني كخبرة اجتماعية، النشاط البدني للصحة واللياقة، النشاط البدني كخبرة توتر مخاطرة، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني لخفض التوتر، النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

## 2- النشاط البدني والرياضي:

لقد استفادت التربية البدنية والرياضية من آراء التربويين في العصر الحديث من حيث أفكارهم وفلسفتهم ورؤيتهم التربوية بصفة عامة وهذا ما أسهم في إثراء الفكر التربوي في مجال التربية البدنية .

إن مفهوم التربية البدنية عبر العصور المختلفة تطور وتغير تبعا لظروف كل دولة ولظروف كل عصر، ووفقا للفلسفة التربوية في كل مجتمع، فمفهوم التمرينات البدنية تطور وأصبح التدريب البدني والذي بدوره تطور إلى التربية البدنية . (الحمامي، 199، 187) ويقول كل من (كريستان) و(سالي): "التربية البدنية تهدف إلى تطوير المهارات الحركية والممارسات والأنشطة الفنية، كما أنها تساهم في التثقيف الصحي". (Christan et Sall, 2012, p 11)

## 1-2- أهمية النشاط البدني الرياضي للمرأة:

تحتاج المرأة للرياضة بنفس الدرجة التي يحتاجها الرجل، فجسمها يتكون من عضلات ومفاصل و اربطة وقلب خلقت كلها لتعمل وتتحرك، و خروج المرأة للعمل وانخراطها في التعليم والاعمال المنزلية اوجب عليها ان تحافظ على صحتها... فالمرأة حسب ( فاروق عبد الوهاب 1990) بدون رياضة تصبح عرضة للمرض و الترهل والسمنة المفرطة. (فاروق عبد الوهاب، 1990، ص 71)

كما تعتبر الانشطة البدنية والرياضية وسيلة هامة للمرأة لجمال الجسم وحسن القوام والصحة العامة، فممارسة التمارين والالعاب الرياضية بشكل مستمر ومنظم هي من الممارسات المهمة في حياة المرأة، فهي تساعد على اكتمال النمو بشكل افضل من الناحية الفيسيولوجية والتشريحية (غالبي ، 2015، ص 508)

## 2. الدراسات السابقة:

1-2 دراسة هناء عبد الرزاق مرزوق وآخرون 2019: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الدوافع الصحية، البدنية والنفسية التي تدفع النساء الكويتيات الى الالتحاق بمراكز اللياقة البدنية بالكويت، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي وشملت عينة الدراسة على (657) مشتركة ذوات دوافع صحية وبدنية و(714) مشتركة ذوات دوافع نفسية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ايجابية بين ممارسة الرياضة والدوافع الصحية والبدنية لدى السيدات في مراكز اللياقة البدنية بدولة الكويت، هنالك علاقة إيجابية بين ممارسة الرياضة والدوافع النفسية لدى السيدات في مراكز اللياقة البدنية بدولة الكويت. توجد علاقة ايجابية بين الدوافع الصحية والبدنية وبين الدوافع النفسية لدى السيدات المشتركات في مراكز اللياقة البدنية بدولة الكويت، واخيرا يوجد علاقة إيجابية بين الدوافع الصحية والبدنية وبين المؤهل العملي، بينما ال توجد علاقة معنوية بين الدوافع النفسية والمؤهل العملي لدى السيدات في مراكز اللياقة البدنية بدولة الكويت.

2-2 دراسة ايوب نادر وعبد الاله عزيز 2019: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الاسباب الحقيقية التي تقف وراء عزوف الطالبات في الجامعات والكليات التي تقع في الاقضية والنواحي عن ممارسة النشاط الرياضي عن طريق بناء مقياس لمعرفة اسباب العزوف، وتكونت عينة البحث من 100 طالبة في جامعة جرمو، وقد توصلت نتائج الدراسة الى ان النظرة السلبية لممارسة المرأة للرياضة في المجتمعات التي تسكن عن المدن البعيدة عن المدن الرئيسية له تأثير في توجه الطالبات، فضلا عن خوف الطالبات كسر الاعراف والتقاليد المتحفظة يعد من اسباب عزوفهن عن ممارسة النشاط الرياضي..

3-2 دراسة السعود براهيمى 2019: هدفت هذه الورقة البحثية الى تشريح واقع المرأة الرياضية في الوطن العربي بصفة عامة والجزائر بصفة خاصة، واقع تحكمه القيم والمعايير والصور النمطية والتمييز بين الجنسين وعليه تم التطرق في البداية الى مفهوم الرياضة النسوية في العالم والمراحل التاريخية التي مرت بها والعقبات التي تجاوزتها بفضل النضال الدؤوب للجمعيات النسوية التي استطاعت التحرر من الأفكار المحافظة ومنه تحسين مكانة المرأة في مناصب المسؤولية لضمان توازن أفضل فيما يتعلق بالقرارات الخاصة بها ودعم تواجدها على مستوى الوفود في المحافل الدولية. وقد توصل البحث الذي اعتمد الاساس

على كتب ومقالات وصحف وتقارير صادرة عن الهيئات الرياضية الدولية، إلى أن الرياضة النسوية العربية والجزائرية بالرغم من شرعية الطموح إلى ممارسة هذه الأنشطة الحيوية إلا أن العزوف عنها أصبح واقعا لا مفر منه بسبب عوائق ثقافية، اجتماعية وسياسية.

4-2دراسة حمادي وعمرواي 2020: هدفت إلى معرفة الدور الذي يلعبه الاعلام الرياضي من خلال تغطية النشاطات الرياضية بمختلف أنواعها ولا سيما الرياضة النسوية، ففي هذه الدراسة تم الاعتماد على أداة الاستبيان والذي قسم إلى ثلاث محاور، حيث تم تطبيقه على عينة قصدية ممثلة في 20 لاعبة كرة القدم بنادي اتحاد المغرب العربي بالجلفة، كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي وعلى النسب المئوية وكاف تربيع في هذه الدراسة، وقد أظهرت النتائج أن الرياضة النسوية في الجزائر لا تحظى بالتغطية الاعلامية المناسبة واللازمة على مختلف مستوياتها ودرجاتها والتي تعاني من نقص كبير اعلاميا.

### 3. الإجراءات المنهجية:

#### 3-1- منهج الدراسة:

استخدام الباحث المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، هو احد المناهج الرئيسية الذي يعتمد بشكل رئيسي في الدراسات العلمية.

3-2- مجتمع: يتكون مجتمع الدراسة من جميع النساء الممارسات للأنشطة البدنية والرياضية في بعض قاعات اللياقة البدنية البالغ عددهن 90 امرأة.

3-3-عينة الدراسة: تم اختيارها بشكل عشوائي، حيث اشتملت على 60 امرأة تمارس الانشطة البدنية والرياضية في قاعات اللياقة البدنية بولاية سطيف.

#### 3-4- مجالات البحث:

المجال المكاني: أجريت الدراسة بقاعات اللياقة البدنية بولاية سطيف.

المجال الزمني: امتدت الدراسة في الفترة من 24 فيفري الى مارس سنة 2021.

#### 3-5- الدراسة الاستطلاعية:

الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو:

محاولة التعرف أكثر على مجتمع الدراسة الاستطلاعية.

التعرف على المشكلات و المواقف التي قد تعترض الباحث أثناء تطبيق المقاييس.

مدى التفهم اللغوي لعبارات المقاييس من طرف النساء

## 6-3- أدوات الدراسة:

مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني: وضعه في الأصل (جيرالد كينيون) و أعد صورته العربية (محمد حسن علاوي) و الذي يتألف من 06 أبعاد ويحتوي على 54 عبارة. (النشاط البدني كخبرة اجتماعية، النشاط البدني للصحة ولللياقة، النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني لخفض التوتر، النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي)

طريقة تصحيح المقياس: يتم تصحيح المقياس من خلال ملاحظة مكان العلامة (×) الموافقة لرأي المجيب مع الدرجة الموضوعية والمقابلة لذلك، و في الأخير وبعد الانتهاء من عملية تقدير كل عبارة نقوم بحسابات درجة المقياس ككل و درجة كل بعد من أبعاد المقياس الموافق لإحدى الفرضيات الموضوعية، وهذا لكل لفرد في العينة كما يبينه الجدول التالي:

طريقة تقدير درجات المقياس: يتبع هذا المقياس طريقة تدرج الدرجات تبعا لإيجابية وسلبية العبارات أي أنه تعطى الدرجات (1 . 2 . 3 . 4 . 5) على الترتيب للعبارات الموجبة، كما تعطى على الترتيب الدرجات (1 . 2 . 3 . 4 . 5) للعبارات السالبة، والجدول التالي يبين الفقرات السالبة والموجبة في المقياس.

## الجدول رقم (1) يبين أبعاد وأرقام كل من العبارات الايجابية والسلبية

النشاط البدني	العبارات الايجابية	العبارات السلبية	عدد العبارات
كخبرة للتفوق	29 . 25 . 20 . 17 . 11	49 . 39 . 19	8
للصحة واللياقة	4 . 40 . 32 . 23 . 18 . 15 . 10 . 4	36 . 27 . 6	11
كخبرة توتر ومخاطرة	53 . 50 . 42 . 28 . 7	38 . 22 . 13 . 1	9
كخبرة جمالية	48 . 45 . 41 . 35 . 33 . 30 . 14 . 8 . 3	/	9
لخفض التوتر	51 . 44 . 37 . 26 . 21 . 16 . 12	54 . 31	9
للتفوق الرياضي	43 . 34 . 9 . 2	52 . 46 . 24 . 5	8

وطبقا لهذا النظام فإن أقصى وأدنى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في المقياس كما يلي: أعلى درجة للمقياس:  $5 \times 54 = 270$  يمكن أن يحصل عليها التلميذ في الاتجاهات أدنى درجة للمقياس:  $1 \times 54 = 45$  يمكن أن يحصل عليها التلميذ في الاتجاهات



7-3- الخصائص السكومترية للأداة: ويهدف التعرف على الخصائص السكومترية للأداة المطبقة في بحثنا وحساب معاملات الثبات ومعامل الصدق، قمنا بتطبيقه على (20) تلميذة وتلميذة من أفراد العينة الإجمالية، حيث اخترنا صف 40 ذكور و 40 صنف إناث.

أ - الثبات: وكان بحساب معامل الارتباط بيرسون (طريقة إعادة تطبيق الاختبار). ودلت النتائج أن الاختبار يتمتع بدرجات عالية من الثبات وهذا ما يمثله الجدول المبين.

ب - الصدق: باستخدام الصدق الذاتي، والاختبار يمتاز بصدق عالي لأبعاده 6.

الأبعاد	حجم العينة	معامل الثبات	معامل الصدق
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	20	0.83	0.91
النشاط البدني للصحة واللياقة	20	0.77	0.87
النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة	20	0.88	0.93
النشاط البدني كخبرة جمالية	20	0.91	0.95
النشاط البدني لخفض التوتر	20	0.90	0.94
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	20	0.92	0.95

وتم تأكيد صدق وثبات الاختبار في البيئة الجزائرية من العديد من الباحثين.

### 8-3- الأساليب الإحصائية:

وقد تم استعمال المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبارات.

### 4. تحليل النتائج ومناقشتها:

### 1.4 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى: توجد فروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعزى لمتغير السن.

وللدراسة استعملنا Fanova لأنه الأنسب لدراسة فروق أكثر من 3 مجموعات

جدول رقم (3) يوضح الفروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعزى لمتغير السن.

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة "p"
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	2,092	2	1,04	0,07	غير دالة
	داخل المجموعات	1014,908	57	13,18		
	المجموع	1017,000	59			

## دالة عندما تكون قيمة " p " اقل مستوي او تساوي 0.05

تُشير النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في ثقافة اتجاه النساء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي تعزى لمتغير السن.

مناقشة نتائج الفرضية الاولى: يتضح لنا من خلال الجدول أن الاختلاف بين متوسطات ثقافة اتجاه النساء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لم يبلغ مستوى الدلالة الإحصائية تبعا لمتغير السن، ولا توجد فروق في اتجاهات النساء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لعينة البحث تعزى لمتغير السن.

ويعزو الباحث نتائج هذه الدراسة الى انتشار الثقافة الرياضية بين مختلف شرائح المجتمع بالرغم من اختلاف السن، الا ان جميع الفئات يحاولن الحفاظ على صحتهن، كما تلعب الحرية الشخصية للمرأة دورا هاما في ممارستها للأنشطة الرياضية بسبب تفتح المجتمع وكسر الخوف من العادات والتقاليد.

ويلاحظ بأن كثيرا من الدراسات تركز على طبيعة جسم المرأة واختلافه عن الرجل، حيث ذكر (ملحم 1999) نقلا عن (عبد الهادي شتيوي 2017) ان جسم المرأة يحتوي على كمية من الدهون تصل الى 23 % من وزنها و انها تتعرض الى السمنة بدرجة اكبر (اميرة عبد الهادي شتيوي، 2017، ص 79) .

كما أنّ لوسائل التواصل الاجتماعي دور مهم في نشر ثقافة الرياضة لدى النساء. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (عضبان حمزة واخرون 2016) الى انه توجد اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي لدى الطالبات، كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (سامية حسن القطان واخرون 2015) الى عدم وجود فروق في الاسباب المتعلقة بالإمكانات والاسباب النفسية والادارية والاجتماعية التي تدفع للاعبات للممارسة الانشطة الرياضية بين الفئات العمرية. (سامية حسن القطان واخرون 2015، ص 38)

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل (غالي ايمان 2015) التي توصلت الى ان النظرة السلبية للمجتمع تفرض على اسرتهم رفضهم ممارسة الرياضة، كما تختلف مع مت توصلت اليه دراسة (بوجعاط احمد 2017) ان لعامل السن اثر في التوجه نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، وتختلف نتائج الدراسة مع ما توصلت اليه (قاصدي حميدة

2013) انه يوجد اختلاف في درجة أهمية أبعاد اتجاهات المرأة نحو ممارسة للنشاط البدني والرياضي وفقا لعامل السن

4.2 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية: توجد فروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى العلمي.

وللدراسة استعملنا Fanova لأنه الأنسب لدراسة فروق أكثر من 3 مجموعات

جدول رقم (4) يوضح الفروق في اتجاه المرأة الجزائرية نحو ممارسة الانشطة

#### البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى العلمي

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة f	قيمة " p "
النشاط البدني كخبرة	بين المجموعات	10,62	2	5,31	0,40	0,66
	داخل المجموعات	1006,37	57	13,07		
اجتماعية	المجموع	1017,00	59			غير دالة

دالة عندما تكون قيمة " p " اقل مستوي او تساوي 0.05

يشير الجدول رقم (4) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة في ثقافة اتجاه النساء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي تعزى لمتغير المستوى التعليمي. في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي، حيث بلغت قيمة F anova المحسوبة في بعد النشاط البدني

كخبرة اجتماعية 0,40 ودالاتها الإحصائية P 0,66

مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يتضح لنا من خلال الجدول أن الاختلاف بين متوسطات ثقافة اتجاه النساء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لم يبلغ مستوى الدلالة الإحصائية تبعا لمتغير السن في جميع أبعاد، حيث كانت قيمة F anova أكبر من مستوى الدلالة، إذن لا توجد فروق في اتجاهات النساء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لعينة البحث تعزى لمتغير المستوى العلمي.

يعزو الباحث نتائج هذه الدراسة الى ان جميع النساء رغم اختلافهم في المستوى التعليمي يمارسن الرياضة وهذا من اجل المحافظة على الجسم، حيث يرى (كوكلي coakley) نقلا عن (انور الخولي 1993) ان من بين العوامل التي اسهمت في حركة الارتقاء بالرياضة النسوية هو الاهتمام باللياقة البدنية (سيسلاوي وياسف، 2021، ص 128) كما

ان للتطور التكنولوجي ووسائل التواصل الاجتماعي والاعلام المرئي زاد من ثقافة ممارسة النساء الانشطة البدنية والرياضية من خلال البرامج المعروضة على شبكات التواصل الاجتماعي او البرامج الرياضية الصباحية، حيث توصلت نتائج دراسة (حمادي وعمراوي 2020) ان للتغطية الاعلامية دور هام وايجابي في بعث الحركة الرياضية وبنائها خاصة الرياضة النسوية.

كما يرى الباحث ان اتجاه المرأة نحو ممارسة النشاط الرياضي بالرغم من اختلاف المستوى التعليمي راجع الى الاثار النفسية الجيدة التي تتركها ممارسة الرياضة في المرأة من خلال تخفيف ضغط علمها، حيث تشير دراسة (landers, rethorst et wipfli, 2009) الى ان ممارسة الرياضة تعمل على التخلص من القلق والاكتئاب وتزيد من الشعور بالسعادة بسبب افراز هرمون (الاندروفين والسيراتونين) (مرزوق واخرون، 2019، ص 26). وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت اليه دراسة (شيتوي 2017) الى انه لا توجد فروق في ممارسة النشاط الرياضي لدى النساء تعزى لمتغير المستوى. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة (لاوسين 2019) الى انه توجد علاقة بين المستوى الثقافي واتجاهات التلميذات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي.

#### 5- الاستنتاج العام:

في ضوء التحليل الاحصائي وما توصلت اليه الدراسة توصلنا الى النتائج التالية" تتميز النساء بثقافة متوسطة في الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضية . لا توجد فروق في ثقافة الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي لدى النساء تبعا لمتغير السن

لا توجد فروق في ثقافة الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي لدى النساء تبعا لمتغير المستوى العلمي

#### 6- خاتمة:

في ختام هذا البحث حاولنا التطرق الى احد الجوانب الوجدانية المؤثرة على ممارسة النساء النشاط البدني الرياضي، فطبيعة الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة الانشطة البدنية والرياضية لها اثار ايجابية على المرأة من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية والصحية ، كما توصلنا في هذا الحث الى انه توجد عدة عوامل تؤثر على تكوين وتغيير الاتجاهات

بالنسبة للأشخاص بصفة عامة والمرأة بصفة خاصة، حيث تطرقت هذه الدراسة الى معرفة ثقافة الممارسة الرياضية لدى النساء وفق بعض المتغيرات المحيطة بهم.

7- الاقتراحات والتوصيات:

نشر ثقافة ممارسة النشاط البدني الرياضي على الجانب النفسي والصحي للمرأة. الاستمرار في تعزيز الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة الانشطة الرياضية للنساء. ضرورة الاهتمام بالنشاط الرياضي للنساء وخصوصا ذي الطابع الصحي، لما له من أهمية كبيرة على المرأة في شتى المراحل.

توفير البيئة والجو المناسب لممارسة النساء الرياضة بعيدا عن الضغوط. انشاء نوادي رياضية خاصة بالنساء من اجل مزاوله الرياضة بشكل مريح ضرورة تكثيف ونشر الاعلام السمعي المرئي برامج رياضية مخصصة للنساء فقط

المصادر والمراجع:

حمدان عبد الهادي شتيوي، (2017)، دوافع ممارسة اللياقة البدنية لدى النساء في مراكز اللياقة البدنية- محافظات شمال الضفة الغربية، ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

ايوب نادر وعبد الاله عزيز، (2019)، اسباب عزوف الطالبات الجامعيات في الاقضية والنواحي عن ممارسة الانشطة الرياضية، مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية والاجتماعية، مج (58)، ع (3)، 171 - 198

بوجعطاو احمد، (2015)، أثر الثقافة على تدني مستوى الممارسة الرياضية النسوية في الجزائر، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، 16 (2)، 156 - 161

حمادي عامر وعمراوي محمد، (2020)، الرياضة النسوية عبر وسائل الاعلام المرئية الجزائرية (التلفزيون الجزائري) من وجهة نظر لاعبات نادي اتحاد المغرب العربي لكرة القدم- الجلفة أكابر، مجلة الابداع الرياضي، 11 (2)، 302 - 321

حمد عبد العزيز غرابوي، (2007)، الاتجاهات النفسية، دارأجنادين، الأردن.

درياس ليلي وموزو بركو، (2019)، مستوى الوعي الصحي في بعدي السلوكات الغذائية والنشاط البدني لدى المرأة العاملة، مج (4)، ع (1)، 279 - 311.

سامية حسن القطان وآخرون، (2016)، رياضة المرأة في مملكة البحرين، التحديات، الواقع، التطلعات، المجلس الأعلى للمرأة، ط1  
السعود براهيمى (2019)، المرأة والرياضة في الوطن العربي: شرعية الطموح وحمية العزوف. 8(3)، 51 - 66.

سليمان لاوسين، (2019)، الرأسمال الثقافي والاقتصادي للأسرة وعلاقته باتجاهات تلميذات الثانوي نحو ممارسة الرياضة، مجلة التحدي، 11 (2)، 74-86  
غالبي ايمان، (2015)، دور المحيط الاجتماعي الثقافي في تطوير النشاط البدني الرياضي النسوي، مجلة الابداع الرياضي، المسيلة، ع 18، 503 - 522  
فاروق عبد الوهاب، (1990)، الرياضة صحة ولياقة بدنية، ط1، دار الشروق.

فضيلة سيدساوي وهبة ياسف. (2021). في علاقة المرأة والرياضة تأثير على البناء الاجتماعي وتمثيل الجنس في المجتمع. مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية، مج (7)، ع (4) 123 - 138.

محمد علاوي (1994)، الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، مركز الكتاب للنشر  
محمد محمد الحمامي، تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدنية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 1999

محمود عبد الحليم منسي، (2001)، مقدمة في علم النفس التربوي، 2001  
هناء مرزوق (2019). دوافع ممارسة النشاط البدني على الحالة الصحية والنفسية في مراكز اللياقة البدنية النسائية بدولة الكويت. مجلة بحوث وتطوير أنشطة علوم الرياضة- 1 (1).

Christan loarer joel Salle, la pratique sportive a l école primaire ,rapport N, 2012-035 K2012L