Golan Hussein KHALIL ¹

**THE REASONS FOR THE RELUCTANCE AND RELUCTANCE
OF THE UNIVERSITY STUDENT TO ENGAGE IN SPORTS
ACTIVITIES**

<http://dx.doi.org/10.47832/2717-8293.5-3.10>

Research Article

Received:

02/04/2021

Accepted:

20/04/2021

Published:

01/06/2021

This article has been
scanned by **iThenticat**
No plagiarism detected

Copyright © Published
by Rimak Journal,
www.rimakjournal.com

Rimar Academy, Fatih,
Istanbul, 34093 Turkey
All rights reserved

Abstract:

The aim of the current research is to identify the reasons for the sizes of the university student to practice sports activities, and to measure the level of sizes and feet of the university students, and the limits of the research were limited to female students at the University of Baghdad for the academic year 2019-2020, and sports activities were defined as: Various activities carried out by the student under the supervision of trainers in the college, such as football, volleyball, tennis, table, arena and field. Based on the above and the importance of sports activities in building the human being physically, mentally and psychologically, and to meet some of the values and practices that are outdated and intersect with the principles of contemporary life. By using scientific research tools and scientific statistical methods on a sample of 250 female students, it was found that the first reason is conflict with prevailing customs and traditions that prevent the student's freedom from exercising her right to sport.

Key words: Sports Activities, Struggles of Feet and Sizes, University Students.

¹Researcher , Ministry of Higher Education and Scientific Research, Iraq, golanhassen258@gmail.com,
<https://orcid.org/0000-0002-6766-3154>

أسباب إحجام وإقدام الطالبة الجامعية عن ممارسة الأنشطة الرياضية

جولان حسين خليل²

الملخص

هدف البحث الحالي إلى التعرف على أسباب إحجام الطالبة الجامعية عن ممارسة الأنشطة الرياضية، وقياس مستوى الإحجام والإقدام لدى طالبات الجامعة، وكانت حدود البحث تقتصر على الطالبات في جامعة بغداد للعام الدراسي 2019-2020، وقد عرفت الأنشطة الرياضية بأنها فعاليات متنوعة تقوم بها الطالبة تحت إشراف مدربين في الكلية مثل كرة القدم، كرة الطائرة، كرة المضرب، منضدة، ساحة وميدان؛ وبناءً على ما تقدّم وأهمية الأنشطة الرياضية في بناء الإنسان جسدياً وعقلياً ونفسياً، وللقاء على بعض القيم والممارسات التي مضى عليها الزمن وتقاطع مع مبادئ الحياة المعاصرة وباستعمال أدوات البحث العلمي والوسائل الإحصائية العلمية على عينة مكونة من 250 طالبة تبين أنّ السبب الأول هو الصراع مع العادات والتقاليد السائدة يمنع حرية الطالبة من ممارسة حقها في الرياضة.

الكلمات المفتاحية: الأنشطة الرياضية، كفاح القدمين والإحجام، طلبة الجامعة.

المقدمة:

الفصل الأول

أهمية البحث ومشكلته

أصبح شباب القرن العشرين بكل ما يواجهه من تحديات وسرعة وتقدّم أحوج ما يكون إلى الأنشطة الرياضية من أجل أعدادهم لحياة تمكنهم من أن يأخذوا دور أيجابي في بناء مجتمعاتهم ومساعدتهم على نمو الجسمي والاجتماعي والنفسي والخلقي ما يتوافق مع آماني المجتمع الذي يعيشون فيه والوطن الذي ينتمون إليه. ولقد أثارت العديد من الدراسات والبحوث العلمية إلى أنّ الطلبة الرياضيين يتميّزون بخصائص عدة عن أقرانهم غير الرياضيين، فعلى سبيل المثال الرياضي الذي يتميز بالقيادة الناجحة والثقة بالنفس والقدرة على التحمل الاعباء والضغوط، وأشار Aldrich إلى أنّ المشاركة الموجهة في النشاطات الرياضية تعمل على تحسين التكيف الشخصي والاجتماعي، وأوضح حلمي بأنّ من مزايا التربية الرياضية أنّها تغرس في الرياضي الخلق القادح على التسامح والصبر وإنكار الذات، وغرس الروح الجماعية المحضة من الإنحراف، وعلى الرغم من أهمية النشاط الرياضي للشباب والشابات فإنّ هناك إحجاماً واضحاً عن ممارستها بشكل خاص ومقتصر على قسم التربية الرياضية والبدنية، أمّا باقي الأقسام فلم نجد أي طالب يمارس الأنشطة الرياضية التي يمارسها زملاءهم في قسم الرياضة، أمّا بالنسبة للطالبات فلم نجد أية طالبة تنتمي إلى قسم التربية البدنية، أي أنّ النسبة صفر% وقد أشارت دراسة باقر (1986) في العراق إلى بعض الأسباب لهذا الإحجام عندما كشفت عن التقاليد الاجتماعية تحول بين الطالبة الجامعية واستغلالها وقت فراغها في ممارسة الأنشطة الرياضية؛ هذا يدلّ على أنّ رياضة المرأة والاهتمام بها من أهم المعايير التي يقاس بها تقدّم المجتمع وتطوره، كما أنّ الإعداد السليم للمرأة وتربيتها التربية الصحية هو إعداد المجتمع المتقدّم والمتطوّر، وتأتي التربية الرياضية في مقدمة العوامل التي تسعى إلى تنمية التوافق الاجتماعي لدى المرأة ووسيلة لتكون علاقات اجتماعية نحو ذاتها ونحو الآخرين، وبناءً على ما تقدّم والأهمية الأنشطة الرياضية في بناء الإنسان جسدياً وعقلياً ونفسياً، وللقاء على بعض القيم والممارسات التي مضى عليها الزمن وتقاطع مع مبادئ الحياة المعاصرة وطموح الثورة في إحداث التغيرات المرغوب فيها في المجتمع، وقلة الدراسات العلمية في هذا المجال فإنّ البحث الحالي يحاول أن يستقصي الأسباب التي تحول دون ممارسة الطالبة الجامعية للنشاطات الرياضية بما يضع البداية الجديدة لإصلاح هذا الخلل، وتلمس الحلول الواقعية له بما يضع طالباتنا على الطريق لأنفسهن ومجتمعهن، وبما يشكل حافزاً جديداً لإجراء العديد من الدراسات العلمية حول هذا الموضوع.

² الباحثة، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، العراق، golanhassen258@gmail.com

أهداف البحث:

- التعرف على أسباب إحجام الطالبة الجامعية على ممارسة الأنشطة الرياضية.
- قياس مستوى الإحجام والإقدام لدى طالبات الجامعة.

حدود البحث:

بقتصر البحث الحالي على الطالبة الجامعية للعام الدراسي 2019-2020 في جامعة بغداد.

تحديد المصطلحات:

- 1- الأنشطة الرياضية: فعاليات متنوعة تقوم بها الطالبة تحت إشراف مدربين في الكلية مثل كرة القدم، كرة الطائرة، كرة المضرب، منضدة، ساحة وميدان.
- 2- أسباب الإحجام: العوامل التي تحول دون أقبال الطالبة على ممارسة الأنشطة الرياضية كما تحددها الفقرات المستخدمة في هذا البحث.
- 3- صراع الإحجام: ينجم عن محاولة بين هدفين لكل منهما مساوئه المشتركة مع الآخر، ويستمر الصراع من هذا النوع مدة أطول مما يحدث في صراع الإقدام؛ ذلك أنه ناتج عن موقف يتضمن الاختبار بين شيئين كلاهما يعود بالضرر على الفرد، مثل فتاة تريد التخلص من خطيبها الذي أساءت اختياره لكنها تخشى أسنة الناس.
- 4- صراع الإقدام: يتضمن هذا النوع من الصراع وجود هدفين سلبين أو وجود الفرد في حالة ينشأ عنها موقفان كلاهما يلحق به ضرراً ما، وهذا النوع من الصراع يظهر بوضوح في حالة إصابة بليغة وعلاجه، ويريد أن يعيد مجده ويشترك في منافسات الرياضية لكنه دائماً يتذكر تلك الإصابة التي ما زالت تؤلمه.

الفصل الثاني

لم تجد المرأة الفرص الكافية عبر التاريخ للتثبيت أهليتها في المشاركة الفعالة في الرياضة، فلقد وضعت المرأة حدود رسمتها أدوارها الاجتماعية كأثني، وعبر وقائع كثيرة تبادل الاقتصاد فيها على الأنوثة أو الرياضة في أحيان كثيرة فكان على المرأة أن تختار أحد الدورين دون الآخر.

إنّ العقدين الآخرين قد شاهد مشاركات متزايدة للمرأة في الرياضة والمنافسات التربوية كمسابقات المدارس والكليات وكذلك أيضاً على مستويات دولية وأولمبية، بل وعلى مستوى رياضة الاحتراف كما أشارت ويست (1976) إلى العوامل المؤثرة في هذا التحسن الذي طوت على رياضة المرأة وأهمها التشريعات الرياضية للمرأة الفيدرالية التي فتحت أفقا جديدة للمشاركة الرياضية للمرأة الأمريكية وخاصة التشريع المسمى teleix والذي يضمن فرصاً متكافئة للمشاركة في مسابقات ما بين المدارس وما بين الكليات، ولقد ظهرت عدة دراسات وبحوث عربية تناولت علاقة المرأة بالرياضة واتخذت لها عناوين متشابهة في مغزاها الاجتماعي لعل أهمها عنوان "عزوف المرأة عن ممارسة الرياضة"، وإنما العزوف عن الرياضة بالنسبة للمرأة إنّما هو نتيجة حالة اغتراب ثقافي / اجتماعي متصل بالرياضة وتباين حاد للمفاهيم بين ما يطالب به التربويون من ممارسة الرياضة وبين واقع متردي للرياضة النسائية والتي تحاط بهم من الاعتبارات الاجتماعية، الثقافية بعضها متصل بالعادات والتقاليد والبعض الآخر ينسب إلى الخرافات المتوترة عبر الأجيال، ولكن مع تباين عصر النهضة العربية وظهور مفاهيم وشعارات المساواة وأن المرأة نصف المجتمع، بدأت رياضة المرأة في الوطن العربي تتقدم إلى الامام بضع خطوات، وإن كانت خطوات محسوبة، فعلى الرغم من إنشاء أقسام ومعاهد وكليات متخصصة في علوم التربية البدنية والرياضة وخاصة بالمرأة منذ بداية هذا القرن فما زالت رياضة المرأة العربية تتقدم بخطى بطيئة، كما لم تتخلص بعد من بعض آثار الخرافات التي ألصقت بها، وإنّ ما نسمع عنه من المحافل الدولية والأولمبية عن بعض انجازات فتيات العرب إنّما هي حالات فردية عشوائية تبلغ في مجملها عدد الأصابع اليد، فإذا ما أردنا الدقة والتمحيص فسنجد أنّ أغلب هذه الحالات لأسماء عربية، نعم لكنها شبه مقيمة في بلاد المهجر، أمّا الباقيات فنادر ما نجد قدراتها وتعدداتها واتجاهاتها الإيجابية وساعدتها الصدفة المحضة.

فوائد النشاط الرياضي للمرأة:

إنّ المرأة "ربة بيت" من الجماعات الأقل حظاً في المجتمع، والأشد حرماناً من إشباع حاجاتها إلى النشاط الرياضي، على الرغم من ممارستها للرياضة، يعد شرطاً أساسياً لنموها المتوازي، ولياقتها الشاملة، وصحتها المتعافية؛ لذلك نلاحظ أنّ ربّات البيوت كثيراً ما يتعرضن الأمراض والتشوهات القوامية والسمنة والترهل، لاسيما في مجتمعاتنا، إذ تنقيد المرأة

بالبيت ولا تتركه الا نادرا، وقد يرى بعضهم بأن الواجبات المنزلية التي تقوم بها المرأة "ربة البيت" تعني بحاجاتها الحركة والنشاط البدني، والحقيقة هي أنّ المرأة تحتاج بالإضافة إلى ذلك، ان الأنشطة البدنية تروحية، وتوحيدها بناء، كما تحتاج إلى توعيتها بالفوائد والقيم التي ينطوي عليها النشاط البدني الأمر الذي يجعلها تُقبل على أداء الواجبات المنزلية برغبة وحيوية ونشاط، ثم تقوم بعد ذلك بأنشطة بدنية أخرى، تحقق لها التوازن في النمو، وتقيمها شر التشوهات والإنحرافات القوامية.

أشارت Dorothy Harris في دراسته إلى إنّ المرأة في الرياضة تعبر عن واقع وتطلع اجتماعي معا، وهذا نتيجة تعد مميزة بالنظر إلى أدوار المرأة ومشاركتها الرياضية، فإذا كانت الذكورة والأنوثة تخدمان كمفاهيم للفرق الطبية بين الجنسين، وإذا كانت الرياضة وبشكل عام ذات ملامح رجالية فإننا نجد أنفسنا أمام معضلة اجتماعية تتمثل في أدوار الأنثى في الرياضة، وعبر التاريخ كانت المرأة في حالة تشبه الاعتذار من إقحامها لميدان الرياضة، كما كانت تستعين بما يفترض أنّه نقص في الأنوثة بالمشاركة في أنواع معينة فقط من الرياضات ولكن دون تعهدات جادة نحو المشاركة الرياضية في الوقت الذي توسعت فيه مشاركة الذكور في الرياضة في العصر الحديث كما تلقي قبولاً ودعماً كبيرين، وذكر كل من ميلر وروسل إلى أنّ هناك عدة أسئلة قد طرحت فيما يتصل بعلاقة المرأة بالرياضة كما ان عدة اجابات قد نشرت تتمثل بالوظائف الفسيولوجية والتكوينية التشريحية، وكذلك تناولت التوازن النفسي للمرأة والأدب الاجتماعي وللإيقاع والاحتشام الأنثوي وأغلبها قد وقف حائلاً، أما المشاركة الكاملة في الرياضة مساواة كاملة في الحقوق مع الرجال وهذا لا يعني منافسة الرجال في المسابقات الخاصة بهم وإنّما يعني توفر كل الفرص والحقوق والامتيازات التي ينالها الرجال في الرياضة.

وأكثر العوامل التي طرحت كقضية أساسية تتعلق بريضة المرأة في الولايات المتحدة هي قضية نقص الممارسة الرياضية ولو في أبسط صورتها لنسبة كبيرة من الفتيات الأمريكيات، كما أنّ العامل الثاني هو الاعتراض على مناقشة النساء للرجال في المسابقات الرياضية التي تخلو من أي احتكاك، إذ تفصل بين الفريقين شبكة لا تبدها المتنافسون. وأشارت دراسة جيبول ادديلي (1999) في دراسة طبية استخلصت أنّ في السهولة الولادة والمناعة والتخلص من متاعب ما بعد الولادة كانت من نصيب المرأة الرياضية نتيجة لما تتصف به من لياقة بدنية، وقد فازت امرأة بـ 6 مداليات ذهبية في أولمبيات 1956 وكانت تؤدي المسابقة اثناء فترة الحمل، وفي دراسة أخرى اوضحت دراسة عزيز عبد القادر (1980) أنّ التمرينات البدنية تخفف ثقال عسر الطمث لدى الفتيات، وكما أشارت دراسة سلوى شكيب (1981) عندما أوضحت نتائج دراستها أنّ اتصاف الفتاة ببعض خصائص اللياقة البدنية "المرونة كفاءة الجهاز الدوري التنفسي - القوة العضلية" يقلل من أعراض الطمث وعسرة لدى الفتيات"، ولقد ذكرت الباحثة wyrck (1974) بعد مراجعة واسعة للأبحاث المرتبطة بريضة المرأة أنّه من الواضح لرجال لهم قلوب أكبر في حجمها وفي قوة ضربتها والتالي مخرجات أكبر للقلب، وطاقة أعظم لرتين وسرعة أكبر في استعادة الشفاء بعد المجهود البدني ومحتوياته أكثر للهيوجلويين في الدم أعلى لهواء التنفس.

وبشكل عام فالذكور لديهم القدرة على التحمل المقارنة بالإناث ومستويات الجهد الأقصى، أما ما دون الاقصى حيث يتحتم على الاناث أن يعملن بصورة أكثر جدية لانتاج نفس مستويات طاقة الشغل المبذول للذكور بالإضافة إلى نواحي الاختلاف أخرى تتصل بالمقاييس الجسمية وحجم الجسم والعوامل النفسية الدافعة لبدل اقصى جهد.

قدرات العمل عند الرياضيين:

فحص التذبذب في موقع العمل للرياضيين تحت ظروف "التعب والاجهاد او الإعياء الجسدي والنفسي من وجهة نظر الرتبة الحيوية "الايقاعية" في ممارسة الرياضة، وكما هو الحال في جميع الأنواع الأخرى للممارسات التي تتطلب التعب العظمى والاستغلال الأقصى للجهد الجسدي والنفسي يصبح لمعرفة توجيه التصرف الإنساني معنى عظيم جداً، ففي المنافسات الرياضية الهامة تؤثر تغيرات معينة " قد تكون غير ذات أهمية " في الجهد الجسدي والنفسي للرياضي تأثيراً مباشراً في المنافسات والسباق.

الإجهاد والتعب ما هو إلا حالة نفسية:

لقد توصل علم النفس التطبيقي من خلال تجارب عديدة من أنّ التعب الذي كان يعتقد إلى عهد ليس ببعيد أنّه ناتج عن عوامل فسيولوجية وكيميائية بحتة نتيجة لتغير في نسب الاوكسجين وثاني أكسيد الكربون أو تجمع بعض المواد المختلفة في الدم بكثرة ما يحدث تسمماً، ولقد أجريت تجارب عديدة للعمال في المصانع والمكاتب، فقد جيء بعمال قيل لهم ان زيادة الضجيج من شأنها أن تؤثر على أعصابهم فتقلل من إنتاجهم، وبالفعل بدأ إنتاجهم يتناقض كلما زاد الضجيج من حولهم مع شعورهم بسرعة التعب، وفي المقابل كانت هناك مجموعة أخرى من العمال أفهموا أنّ هذا الضجيج ليس له أي تأثير على إنتاجهم بل إنّهم يعمل على زيادة الإنتاج والبعد بهم عن ظهور التعب بسرعة فكانت النتيجة لم يتطرق إلى هؤلاء وكلما زادت شدة الضوضاء زاد انتاجهم.

أجريت تجارب مماثلة حول ساعات العمل فجاءت بعامل قليل لهم أنّ التعب لابد أن يحل بهم بعد ساعات معينة من بداية العمل، وما كادت تقترب هذه الساعات من نهايتها حتى ظهرت أعراض التعب الفسيولوجي عليهم. وفي حقيقة الأمر لا يمكننا إنكار أنّ هناك عوامل فسيولوجية تؤدي إلى سرعة ظهور أو تأخر فترة التعب، واعتقادي أنّه من الممكن جداً الاستمرار في العمل دون توقّف إلى أمد غير محدد، كما أكدت ذلك تجارب علم النفس الصناعي ولكن ذلك يحتاج إلى تدريب أجهزة الجسم المختلفة، فلقد تعودنا جميعاً أن اليوم الدراسي يبدأ منذ الثامنة والنصف صباحاً وينتهي في الثانية بعد الظهر، وأنّ عدد ساعات العمل الرسمية سبع ساعات يومياً، وهناك راحة في نهاية الأسبوع هذا الوضع جعل أجهزة الإنسان الحيوية تتلاءم مع ما يدور أو يحدث حولها، إذن التعديل والتغير يحتاج إلى تدريب مستمر يتدرج بالإنسان، ومما لاشك فيه أيضاً أنّ هناك تفاعلات كيميائية تحدث داخل الجسم هي المسؤولة عن سرعة التعب أو عدم حدوثه، وأنّ المؤثرات النفسية كما يبدو في التجربتين السابقتين ما هي الا مؤثرات أو إيجابيات تقبلها عقل الإنسان ما يؤدي إلى إفرازات معينة هي التي أدت إلى تأخر أو سرعة ظهور التعب، ولو نظرنا إلى الماراثون ولو فكرنا قليلاً وعرفنا أنّ هناك فروقاً واضحة في مسافة السباق ولاحظنا أنّ هذا اللاعب بعد أن أكمل السباق ظهرت عليه العلامات الفسيولوجية المميزة للعب أيضاً، ينطبق هذا الكلام على الألعاب الجماعية أو الفردية فبعد انتهاء مباراة في كرة السلة وكرة القدم وكرة الطاولة أو التنس الطاولة، وما هذا الذي يجب ملاحظته هناك فروق فردية في زمن كل مباراة لهذا اللاعب والآخر أيضاً، ولكن الذي حدث هو إحساس كل لاعب بمسافة السباق وزن المباراة، وهذا الإحساس هو عامل نفسي يتم توزيع فترات الحمل والراحة داخل السباق وزمن المباراة حتى لا يؤدي عدم الإحساس بالمنافسة أو زمن المباراة إلى بذل جهود كبيرة تؤدي بالتالي إلى استنزاف الجهد مبكراً وتحدث نتائج عكسية تعب سريع ونتائج غير مرضية إذن هناك علامات الإحساس وهو عامل نفسي، وتوزيع الجهد من خلال فترات الحمل والراحة وهو عامل فسيولوجي يؤدي ارتباطها معاً إلى أفضل النتائج أو أسوأها.

صراع الإقدام والإحجام:

ويمثل أهم أنواع الصراع؛ لأنّه أكثرها صعوبة في الحل، ويتضمّن هذا الصراع وجود هدفين يود الفرد تحقيق أحدهما ولكن الهدف الآخر يمنعه من ذلك، وبعبارة أخرى ينشأ هذا الصراع عن وجود رغبتين متعارضتين أحدهما سالبة والآخر موجبة.

ومثل ذلك: شخص يرغب في مشاهدة مباراة في كرة القدم في الوقت الذي يكون فيه الجو رديئاً ونشير هنا إلى أنّه عندما تكون الصفات الموجبة على درجة واحدة من الأهمية يكون الصراع قوياً ويتأرجح الفرد نتيجة لذلك بين الإقدام والإحجام فهو عند إقدامه على الهدف المنفصل تكبر في نظرة أضرار اقترابه فيبتعد عن الموقف وبمجرد اتباعه تكبر في نظره ميزاته فيحاول الاقتراب ثانية ويظل هكذا متأرجحاً.

إنّ هذا النوع من الصراع كبير الأهمية بالنسبة لعملية التوافق؛ إذ إنّ الوصول لحل هذا النوع من الصراع أمر صعب؛ ذلك أنّ كل حل يراه الفرد مصحوباً بالإحباط، وأنّ حل المشكلة لابد أن تتضمّن أحد أمرين، فقدان شيء يحبه أو قبول شيء لا يرغب فيه.

صراع الإقدام والإحجام المزدوج:

يمثل هذا النوع من الصراع هدفين أو أكثر، فلكل هدف قيم إيجابية وأخرى سلبية؛ ولذلك يتأرجح الفرد بين الإقدام والإحجام نحو هدفين اثنين، مثال ذلك الطالب الذي يقع في صراع بين رغبة في الحصول على تقديرات عالية في الامتحان وبين الاشتراك في إحدى المنافسات أو المسابقات الرياضية، وهذا يبدو أنّه يمثل حالة بسيطة من حالات صراع الإقدام، صراع بين هدفين إيجابيين الا أنّ هذا الطلب يجد نفسه مشدوداً إلى ضغوط اجتماعية من الأسرة وجماعات الرفاق الذين يطلبون منه تحقيق كلا الهدفين فهو يتعرض لعدم الإحساس من ناحية والديه إذا فشل في أنّ يحقق المستوى المطلوب منه في الحصول على تقديرات مرتفعة، كذلك فأنّه سوف يتعرض إلى فقدان زملائه له إذا لم يحقق مستوى عالياً في المنافسات الرياضية؛ لذلك فإنّ الفشل في أي واحد من الهدفين يمثل تهديداً بالنسبة له، إذ إنّ كل هدف له قيمة إيجابية، وفي نفس الوقت قيمة سلبية؛ ولذلك يجد الفرد نفسه في صراع إقدام وإحجام مزدوج.

الفصل الثالث

منهجية البحث

لتحقيق أهداف البحث الحالي كان لابد من تحديد مجتمع البحث واختيار عينة له:

أولاً: مجتمع البحث:

اقتصرت البحث الحالي على طالبات من كلية التربية للبنات جامعة بغداد؛ إذ كان الاختيار عشوائياً من جميع أقسام الكلية.

أداة البحث:

أداة البحث عبارة عن سؤال مفتوح أعده الباحث، ومن ثم جمع فقراته على شكل أسئلة ثم أصبحت أداة جاهزة من 23 فقرة، والإجابة عنها (بنعم، لا) واستخرج له الصديق الظاهري بعد عرضه على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس وعلوم الرياضة إلى أن أصبحت الأداة جاهزة كما في الشكل 1/

التطبيق النهائي:

بعد ما أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق، اختار الباحث عينة قوامها 250 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات والأقسام غير الرياضية.

الوسائل الاحصائية:

مجم ف ك $100 \times$

النسبة المئوية: =

مج ك

مربع كاي

الفصل الرابع

النتائج ومناقشتها

1- التعرف على أسباب إحجام الطالبة الجامعية عن ممارسة الأنشطة الرياضية:

جدول (1)

الفقرات	النسبة
أخشى من تعليقات الزميلات في الكلية	100%
لا توجد نشاطات للعب مخصصة للطالبات	100%

من خلال النتائج التي ظهرت تبين أن الفقرات في الجدول أعلاه أخذت نسبة 100%، وهذا ما يدل على أن العزوف عن ممارسة الرياضة بالنسبة للمرأة إنما هو حالة اغتراب ثقافي واجتماعي متصل تبين ما للمفاهيم بينهما يطلب به التريويون من ممارسة الرياضة وبين واقع مؤتمر الرياضة النسائية التي تحت به الاعتبارات الثقافية الحديثة.

جدول رقم (2)

الفقرات	النسبة
اقتصار ممارسة الأنشطة الرياضية على مجموعة معينة من الطالبات	90%
بعض الاساتذة لا يشجع الطلبة على ممارسة الأنشطة الرياضية	90%

الجدول رقم (2) يوضح اقتصر الرياضة على بعض الطالبات الذي يكون السبب في عزوف الطالبات، والسبب في ذلك عدم تشجيع وتوسيع القاعدة الرياضية بالنسبة للطالبات، إذ تختصر على الطالبات ذوات المهارة الرياضية، والسبب الآخر يدل على أن للأساتذة دوراً كبيراً في تشجيع رياضة المرأة، لم نجد بعد تحليل البيانات، إن للأساتذ الدور الكبير في تشجيع الطالبات على الرياضة وعدم شمولية الطالبات في المشاركة الداخلية.

جدول (3)

الفقرات	النسبة
أخجل من ارتداء الملابس الرياضية	80%
الخوف من الاختلاط من الجنس الآخر	80%

معاملة مدرب الرياضة قد لا تتسم بالود والاحترام	80%
--	-----

الجدول رقم (3) يوضح المعاناة من الصراع القائم بين الأعراف الاجتماعية السائدة في المجتمع، ولتجاوز عن القيم المتمثلة في الدين ولقلة الوعي الثقافي من الاختلاط بالجنس الآخر وارتداء اللابس الرياضية للإناث، وهذه الأسباب التي تواجه المرأة، وتؤدي إلى عزوفها في ممارسة الرياضة، وكذلك كان لمعاملة المدرب سبب إن كان يتسم بالود والاحترام. جدول (رقم 4)

الفقرات	النسبة
أخشى تعليقات بعض زملاء من البنين	70%
بعض العادات والتقاليد الاجتماعية تمنعني من ممارسة الرياضة	70%
لا توجد من صديقاتي في الكلية من تمارس الأنشطة الرياضية	70%
لا أمتلك الرغبة في ممارسة الأنشطة الرياضية	70%

2- قياس أسباب الإحجام والإقدام لدى طالبات الجامعة:

ت	الفقرات	الجنس	نعم	كلا	قيمة كاي	الدلالة
1	أخشى من تعليقات بعض الزميلات في الكلية	أنثى	189	61	01,2	دال
2	لا توجد نشاطات لعب مخصصة للطالبات	أنثى	173	77	12,4	دال
3	اقتصار الأنشطة على مجموعة معينة من الطالبات	أنثى	166	84	09,2	دال
4	بعض الاساتذة لا يشجع الطالبة على ممارسة الرياضة	أنثى	203	47	11,4	دال
5	أخجل من ارتداء الملابس الرياضية	أنثى	176	74	01,5	دال
6	الخوف من الاختلاط مع الجنس الآخر	أنثى	194	56	31,2	دال
7	معاملة مدرب الرياضة قد تتسم بالود والاحترام	أنثى	134	116	04,2	دال
8	أخشى تعليقات بعض الزملاء من البنين	أنثى	122	128	32,5	دال
9	بعض العادات والتقاليد تمنعني من ممارسة الرياضة	تنثى	146	104	35,6	دال
10	لا توجد رغبة لدى صديقاتي لممارسة الأنشطة الرياضية	أنثى	234	16	86,3	دال
11	لا أمتلك الرغبة في ممارسة الأنشطة الرياضية	أنثى	54	196	91,5	دال
12	لا تزود الطالبة بالتجهيزات الرياضية	أنثى	25	225	11,9	دال
13	لا أعتقد أن الرياضة ضرورة للنمو الجسمي	أنثى	11	239	44,6	دال
14	الاشغال بالقراءة ومتابعة الدروس	أنثى	132	118	91,6	دال
15	اقتصار الأنشطة الرياضية على بعض الألعاب	أنثى	87	163	24,4	دال
16	مساعدة الأهل في شؤون البيت	أنثى	94	156	09,6	دال
17	أسرتي لا تشجعني على ممارسة الرياضة	أنثى	178	72	31,7	دال

18	ضعف الحالة الصحية	أنثى	21	229	12,7	دال
19	لا يوجد امتياز للطالبة التي تمارس الرياضة	أنثى	54	196	94,2	دال
20	كثرة الامتحانات وصعوبتها	أنثى	128	122	51,9	دال
21	لا تجد الزميلات في الكلية الطالبة التي تمارس الرياضة	أنثى	211	39	61,6	دال
22	أخشى الحرج بسبب جهلي لقواعد الألعاب الرياضية	أنثى	72	178	8.45	دال
23	افتقار الأنشطة الرياضية إلى وجود مدربات من الاناث	أنثى	179	71	6.91	دال

الجدول رقم (4) وضح الأسباب التي تحجم عن ممارسة الرياضة للمرأة المتعلقة بالأسباب المذكورة في الجدول والتي كان محورها هو الثقافة العامة واتجاه ممارسة الرياضة من قبل الشباب والصراع القائم بين العادات والتقاليد الاجتماعية، وعدم إشاعة القاعدة الرياضية، وهذا يؤدي إلى عدم الرغبة في ممارسة الرياضة. وأخيراً نلاحظ أنّ محور الأسباب كانت ما هي إلا صراع قائم بين المجتمع المتمثلة في الدين والعادات والتقاليد، وتطور التكنولوجيا الحديث المتمثل بعصر السرعة يتطلب من الفرد النشاط والحيوية والثقة بالنفس العالية وقوة الإرادة ومقاومة الضغوط النفسية؛ وهذا يتطلب إنسان واعي يتسم بخصائص شخصية متميزة خالية من ترسبات الماضي المتمثلة بالعادات والتقاليد والعرف، وتبين من خلال النظريات الحديثة أنّ الرياضيين يتسمون براحة البال وهدوء التفكير والثقة بالنفس وقوة الإرادة، وهذا ما تتطلبه الحياة الحديثة، ليكون أنسان فعال نشط قوي وإيجابي في مجتمعه.

التوصيات والمقترحات

التوصيات:

- 1- تشجيع المرأة على ممارسة الأنشطة الرياضية.
- 2- إقامة مشاركات واسعة للمرأة في كافة الأنشطة الرياضية.
- 3- تهيئة كوادر تدريبية من العنصر النسائي.

المقترحات:

- 1- إجراء دراسات تتناول المزيد من جوانب الحياة الخاصة.
- 2- إجراء دراسات لتوسيع القاعدة الرياضية.
- 3- إجراء دراسات في باقي المدن الأخرى لمعرفة مدى انتشار الإحجام.

المصادر والمراجع

- اليوزبيكي، سامي محمد علي، (2012) مشكلات تعلم المرأة، الجزائر.
- المنصوري، علي عمر (2011) الرياضة للجميع للدراسات الأكاديمية تونس الخضراء.
- الكبيسي، وهيب مجيد (2014) طرق البحث في العلوم السلوكية، جامعة بغداد، كلية الآداب، قسم عل النفس.
- الجبوري، عدنان جواد خلف (2016) عزوف طالبات جامعة البصرة حول ممارسة الرياضة، بحث منشور في مؤتمر العلمي الثالث كليات التربية الرياضية بالعراق.
- باقر، صباح (2013) مشكلات الطلاب والطالبات في كليات جامعة بغداد وعلاقتها ببعض سمات شخصيتهم بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة
- أمين، فوزي أحمد (2015) كرة السلة للناشئين، دار الفنية للطباعة والنشر، الإسكندرية.
- علي، حلمي (2011) رعاية الشباب بالتربية القومية والرياضية والاجتماعية، ط5، القاهرة.
- رشدي، محمد عادل (2015) علم النفس التجريبي الرياضي، الطبعة الاولى، ليبيا.
- عبادة، سرحان أحمد (2014) الإحصاء، الطبعة الثانية، القاهرة.

شاذي، عبد المجيد محمد (2012) الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية، أسوان.

- Aldrish – M – (2015) "Anxplatory study of social guidance at the college level " in Eolucational and psychological <p 211
- .Adler، P.، & Adler، P. (1985). From idealism to pragmatic detachment: The academic performance of college athletes. *Sociology of Education*، 58 (4) ، 241-250
- Aries، E.، McCarthy، D.، Salovey، P.، & Banaji، M. (2004). A comparison of athletes and non-athletes at highly selective colleges: Academic performance and personal development. *Research in Higher Education*، 45(6) ، 577-602.
- .Bloom، G.، Durand-Bush، N.، Schinke، R.، & Salmela، J. (1998) ، The importance of mentoring in the development of coaches and athletes. *International Journal of Sports Psychology*، 29، 267-281.
- .Bott، P. A. (1996). Testing and assessment in occupational and technical education. Boston، MA: Allyn and Bacon، Inc.
- Donohue، B.، Miller، A.، Crammer، L.، Cross، C.، & Covassin، T. (2007). A standardized method of assessing sport specific problems in the relationships of athletes with their coaches، teammates، family، and peers. *Journal of Sport Behavior*، 30(4)، 375-397.
- .Evans، T.، & T. P. (2009، February 27). NCAA investigates role of recruit's adviser. *New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/2009/02/27/sports/ncaafootball/27recruit.html>
- .Gall، M.، Gall، J.، & Borg، W. (2003). Educational research: An introduction (7th ed.). Boston: Allyn & Bacon
- Giacobbi Jr.، P.، Whitney، J.، Roper، E.، & Butryn، T. (2002). College coaches' views about the development of successful athletes: A descriptive exploratory investigation. *Journal of Sport Behavior*، 25(2) ، 164-181.
- .Harrison، C.، Stone، J.، Shapiro، J.، Yee، S.، Boyd، J.، & Rullan، V. (2009). The role of gender identities and stereotype salience with the academic performance of male and female college athletes. *Journal of Sport & Social Issues*، 33(1)، 78-96.
- .Horton Jr.، D. (2009). Class and cleats: Community college student-athletes and academic success. *New Directions for Community Colleges*، (147) ، 15-27.
- .Jowett، S. (2005). The coach-athlete partnership. *The Psychologist*، 18 (7) ، 412-415. Available: http://www.thepsychologist.org.uk/archive/archive_home.cfm?volumeID=18&editionID=125&ArticleID=895
- .Kent، A.، & Turner، B. (2002). Increasing response rate among coaches: The role of pre-notification methods. *Journal of Sports Management*، 16(1) ، 230-238.
- .Klungseth S. (2005، April). The five NCAA recruiting rules that high school coaches should know. *Coach & Athletic Director*، 74(9)، 75-81. Retrieved from http://findarticles.com/p/articles/mi_m0FIH/is_9_74/ai_n17209237/
- .Kram، K. E. (1985). Mentoring at work. Boston: Scott، Foresman and Company.
- Lawrence، S.، Harrison، C.، & Stone، J. (2009). A day in the life of a male college athlete: A public perception and qualitative campus investigation. *Journal of Sport Management*، 23(5) ، 591-614.
- Lopez S. (1998، January 19). Full-court press. *Sports Illustrated*، 88(2)، 84. Retrieved from <http://sportsillustrated.cnn.com/vault/article/magazine/MAG1142801/index.htm>
- .Lough، N. (2001). Mentoring connections between coaches and female athletes. *Journal of Physical Education، Recreation & Dance*، 72(5)، 30-33.
- Maetozo، M.G. American Association for Health. (1971). Certification of high school coaches.

Nasir, N., & Hand, V. (2008). From the court to the classroom: Opportunities for engagement, learning, and identity in basketball and classroom mathematics. *Journal of the Learning Sciences*, 17(2), 143-179.