

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير

تخصص: "مدن، ثقافات، مجتمع"

اشكالية ممارسة الرياضة النسوية بمدينة وهران

تحت إشراف الأستاذ:

رابح سبع

من إعداد الطالبة

بوداوي جزيلة

لجنة المناقشة

جامعة وهران

جامعة وهران

جامعة وهران

جامعة وهران

أستاذ

أستاذة محاضرة أ

أستاذة محاضرة أ

أستاذة محاضرة أ

رئيسا: بن بختي عمر

مقرر: سبع رابح

مناقشا: نجاح مبارك

مناقشا: بن ثابت يمينة

السنة الجامعية:

2013 – 2012

كلمة شكر:

لله عز وجل

اشكر كل من ساعدني من قريب أو بعيد.

اشكر أستاذي المؤطر رابع السبع على تشجيعه

الدائم .

السيدة زاوي لطيفة يمينة حروفه .

كل العاملين بإدارة معهد الوطني للتكوين العالي

لإطارات الشباب والرياضة creps سابقا.

مكتب الإحصائيات لمديرية الشباب و الرياضة.

أحمدك

أهدي عملي هذا لأبي وأمي اللذين لطالما غمراني بحنانهما
وعطفهما ومحبتهما لي خوفهما علي وتشجيعهما لي . تمنيت أن
يكون أبي معي ليفتخر بي ويفرح معي .

أشرك علي كل ما أهديتني إياه من قوة وعزم وعزة نفس
شكرا، جزيل يا قدوتي.

أبي العزيز رحمك الله تعالى واسكنه فسيح جناتك، لولاك لما
وصلت إلى هذا المستوى.

الفهرس

كلمة شكر وتقدير.....

اهداء.....

الفهرس.....

مقدمة.....

الفصل الاول: الرياضة النسوية في الجزائر

1- تاريخ الرياضة النسوية الجزائرية.....

2- الأحكام والمعايير للرياضة النسوية في الجزائر.....

3- الرياضة النسوية والترقية الاجتماعية.....

الفصل الثانى الرياضة النسوية فى مدينة وهران

1- مراحل الرياضة النسوية الوهرانية.....

2- التكوين النسوي بمدينة وهران.....

3- أنواع الرياضة بمدينة وهران.....

الفصل الثالث تحليلاً لظاهرة على ضوء البحث الميدانى "الاستمارات"

- الاستنتاج.....

- الخاتمة.....

المقدمة:

من المنظور السوسيولوجي وإذا أردنا البحث عن حقيقة الواقع الحضري في مدينة هيران علينا أن نبدأ كذلك من الممارسات اليومية التي تعكس شكل من أشكال النمط الحضري. فالمرأة الجزائرية بعد مشاركتها في الثورة الجزائرية برهنت للرجل و للمجتمع أنها قادرة على حمل المسؤوليات و هذا ما يبين درجة الإرادة والتفتح ووعيها بمجتمعها الحضري. فافتحاماها لمجال الشغل كان أول رهان خاضته أمام الرجل فأصبحت تشغل مناصب عليا وتنافس الرجل في جميع الميادين في المجال الحضري, في السابق المرأة في مجال الريف كانت تساعد الرجل وتخدم الأرض من حرث و زرع جني الثمار فبحركاتها البدنية عرفت ديناميكية موازية للرجل تماما نهيك عن الأعمال المنزلية. مقارنة مع المرأة حاليا و خاصة المرأة العاملة التي لا تجد غالبا وقتا لهذه الأعمال المنزلية و التي يكسبها ديناميكية بدنية و تقيها من بعض الأمراض. فممارسة الرياضة أصبحت تعد بالنسبة لها ضرورة مع التغير الاجتماعي و الاقتصادي التي شهدتها الجزائر ومدينة وهران خاصة. لا احد ينكر حاليا دورا لرياضة في الوسط الحضري و هذا لكثرة قاعات الرياضة و النوادي و المراكز الرياضية الخاصة , فهي تعتبر صورة حضرية لمجتمع حديث . « tabou » الجزائري يعتبر المرأة و ممارستها للرياضة موضوع حساس المجتمع لا يتماشى مع القيم و العادات و التقاليد المتعارف بها و في وسط العائلات جزائرية تبقى المرأة شي مقدس و ما يسمى بالعامية "الحرمة". معناها أن مكانها الطبيعي هو البيت , إشكالية ممارسة الرياضة السنوية يمكن ربطها إلا مع المحيط الحضري كمعيار أساسي خاصة مع التطور الحاصل في المدن 60 بالمئة أو أكثر قاطنين المدينة مقارنة مع البادية.

بمقارنة مع المحيط الحضري فالمدينة القاطنين بها لا يقومون بحركات بدنية "مقارنة مع المحيط الريفي " كذلك الغذاء عامل من عوامل تحفيز لممارسة الرياضة من طرف عامة الناس و المرأة خاصة ،فسابقا كان الغذاء الأساسي هو الحبوب أما الآن مع التطور و التنوع المواد الغذائية بكل أشكالها وخاصة ما نعرف بالمواد المجمدة فقد تأثر على الصحة سلبا .

فمعظم النساء و الذين يمارسن الرياضة يبررون ممارستهم الرياضية بهذا الجانب الصحي الطبي.ولكن إذا ما بحثنا عن الحقيقة و الواقع المعاش خاصة المرأة الجزائرية الماكثة في البيت فبحكم كثرة العلاقات و الروابط الاجتماعية و تنوعها خارج مجال العائلة فهذا التغيير للأماكن العامة,و خاصة قاعات الرياضة فهو يعتبر مكان لإنتاج العلاقات الجديدة و بناء طبقة اجتماعية جديدة أخرى.

فاهتمام المرأة بجسدها يعود إلى تغير معنى الجسد ففي الدول الأوروبية أصبح الجسد آلة إنسانية و هذا ما يؤكد "دافيد لوبروتون" في كتابه اتربولوجيا الجسد والحدثة ,و لكن لابد من طرح السؤال كيف أصبح الجسد آلة إنسانية و مقارنة مع ماذا و ماذا تمثل هذه الآلة للوسط الحضري.

فبحكم التطور الطبي أصبح الجسد قيمة رمزية فالمحافظة على هذا الجسد أصبح مسؤولية حتمية إذا ما قارناها مع عامل الفر دانية و الاستقلالية الإنسان الاستقلالي المتحرر يميل إلى الإحساس بالفر دانية فجسده يمثل الفر دانية من خلال ممارسة الرياضة.

و معناها أن الجسد هو المحلل و الحمل الأكبر لبناء الحاضر أي أن الجسد الإنسان هو الذي يعمل على بناء الحاضر من خلال صيانة الجسد و جودة الحياة.

« Le soin pour le bien être »

هناك عدة دراسات اهتمت بالرياضة سأذكر اهتمامات السوسولوجي الكبير " بيار بورديو", في كتابه "كيف نستطيع أن نصبح رياضيين؟ " 1980, يتكلم عن الطبقة البرجوازية وكيف أن هذه الطبقة تعتني بالجسد من خلال ممارسة الرياضة, ويقول رياضة تقوية العضلات تنتشر خاصة بفرنسا وتعد الرياضة المفضلة لطبقة العاملة, وان معظم الرياضات الجماعية ككرة السلة كرة اليد, الرقبي كرة القدم وهي خاصة بطبقة عمال المكاتب, و التقنيين والتجار.

وان الطبقة البرجوازية تقوم بممارسة الرياضة من الاعتناء بالجسم وكصورة اجتماعية مثلا رياضة القولف .

من خلال مقارنة سوسولوجية اهتم كذلك حيث يبين في كتابه "الهيمنة الذكورية " 1998 , وتصب فكرة الكتاب في دراسة انترولوجية لفئة الرجال والنساء في منطقة القبائل , ويوضح دور المرأة ومكانتها الرمزية في المنزل خاصة المطبخ, وكيف أن المرأة تعتبر اقل تشجيعا عن الرجل في المجال العائلي .

تكلم أيضا "مارسال موس" عن الجسد في كتابه "تقنيات الجسد" حيث يتكلم هو أيضا عن "مصطلح تداول كثيرا عند" بيار بورديو", يبين في إحدى صفحة من صفحات "habitus" كتابه عن الثقافة الإسلامية وكيف أن الإنسان المسلم يتجنب استخدام اليد اليسرى ويستخدم إلا اليمنى.

في المجلة الانترولوجيا والعلوم الاجتماعية رقم 34/2006 الخاصة بالرياضة " CRAS " المقال بعنوان "البطلات في الرياضة الجزائرية", حيث يوضح هذا البحث الأكاديمي والتحليلي لعلاقة الرياضة بمكانة المرأة, من خلال التركيز على الحياة اليومية, للبطلات اللواتي برزن في مختلف البطولات وأجريت الدراسة على 102 رياضيا .

أسباب اختيار الموضوع :

يعد موضوع المرأة من أهم الموضوعات السوسولوجية والانتربولوجية, وخاصة وأنها عنصر هام في المجتمع و أصبحت تساهم في التنمية الاقتصادية, الثقافية والاجتماعية. كما أن موضوع المرأة يعد من اهتماماتي وأردت أن أوصل في الدراسة حول المرأة بما أن مذكرة شهادة الليسانس كانت حول عمل المرأة وتحررها من العادات والتقاليد, من خلال ممارستها اليومية خاصة مع التطور الكبير للمدن وتحضرها.

أهداف الموضوع :

الهدف من دراسة هذا الموضوع, إبراز نوع من أنواع التغير الاجتماعي وتبيان مكانة المرأة في المجتمع الحضري بمدينة وهران, وخاصة وان المرأة أصبحت تمثل صورة حضرية لمجتمع حديث.

كذلك الهدف من هذه الدراسة معرفة كيف أصبحت الرياضة تعد من اهتمامات الجديدة للمرأة, وكيف أصبحت المرأة الماكثة في البيت تتمتع بالاستقلالية مثلها مثل المرأة العاملة.

صعوبات الموضوع:

تكمن صعوبة موضوع الرياضة النسوية بمدينة وهران, في قلة المراجع خاصة الرياضة النسوية بالجزائر, أما من حيث الدراسة الميدانية فلا توجد أي صعوبات, فهو يعتبر موضوع اجتماعي ثقافي وحرية التعبير موجودة ولا يوجد أي تخوف من الموضوع, ونرى إقبال قوي لفكرة هذا الموضوع.

الفرضيات:

واكبت المرأة الجزائرية العصرية و الحداثة و يتضح ذلك من خلال ممارستها للرياضة و اهتمامها بجسمها فالملاحظ في مدينة وهران كمدينة حضرية و ثاني عاصمة جزائرية. بكل أنواعها بشكل يثير الانتباه و يستحق الدراسة, سنقوم من خلال هذا البحث الإجابة عن بعض الأسئلة و التي من شأنها توضيح هذه الظاهرة الحضرية, الأسئلة هي كالاتي

- هل كل النساء في مدينة وهران يمارسون الرياضة ؟

- وهل تقتصر إلا على المرأة العاملة أم الماكثة في البيت؟

- وهل أصبحت الرياضة تعتبر ضمن متطلبات الحياة اليومية للمرأة بمدينة وهران ؟

- وهل ممارسة الرياضة أصبحت تترجم تغير اجتماعي حاصل بمدينة أم هو نمط حضري جديد أم هو يعكس ذهنية ثقافية جديدة؟

- وهل إشكالية الرياضة النسوية مرتبطة بجودة الحياة أم كطريقة لملا الفراغ اليومي؟

- وهل أصبحت الرياضة بالنسبة للعاملات و الماكثات بالبيت على حد سواء وسيلة لتفريغ المكبوتات النفسية أو العقلية التي تمر بها المرأة في حياتها اليومية من ضغوطات, عمل, أسرة, و مسؤوليات عديدة ملقاة على عاتقها؟

بالنسبة لي كإجابة أولية أو فكرة جوهرية هو أن المرأة التي تمارس الرياضة هي أولا متفتحة وطموحة, و متفهمة إلى أن الرياضة هي الحق من حقوقها مثلها مثل الرجل, و بوعي كامل أنها قادرة أن تبرهن أهمية مكانتها في مجتمع تقليدي حديث.

« Suffit –il simplement que la femme soit émancipé pour que la pratique sportive soit reconnu au même titre que les hommes

Comme un droit et un devoir »

سأهتم كذلك من خلال هذه الدراسة على الجانب الجغرافي و هذا من اجل معرفة أين تتمركز
جل القاعات بمدينة وهران ؟ و ما هي الرياضة الأكثر ممارسة ؟

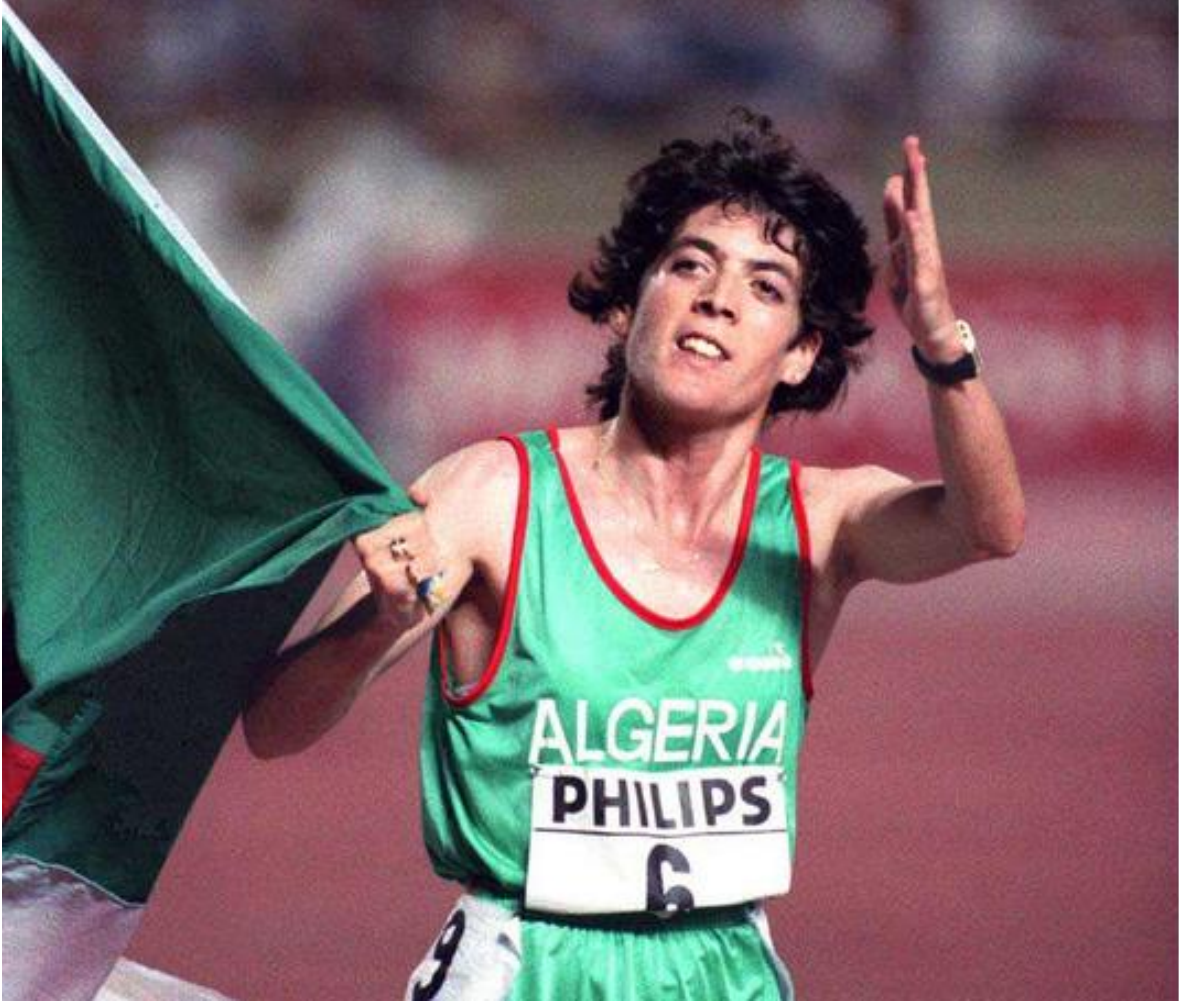
بالنسبة للاقتراب المنهجي سيكون اقتراب سوسيولوجي ,انثربولوجي و بسيكولوجي الى حد
ما "سوسيولوجي" لان المجتمع هو جزء من علم الاجتماع .

"انثربولوجي" لان موضوعه جسد المرأة و علاقته بالرياضة أي كل ما هو جزئي .

"بسيكولوجي" لأنه سيدرس طريقة تفكيرها و جهازها النفسي مقارنة مع ممارسة الرياضة.

أما بالنسبة للبحث الميداني سيكون استمارات خاصة بالعينة النساء بصفة عامة و ليس
بالأخص العاملات أو ماكنات بالبيت كظاهرة شائعة فممارسة الرياضة لم تصبح ترتكز على
العاملات فقط أما من حيث تحديد عمر العينة سيكون ما بين 16 الى 50 فما فوق إلى حد ما و
هذا مع التأكد من خلال المقابلات الحرة و العشوائية.

"حسيبة بولمرقة"



الفصل الاول:

الرياضة النسوية في الجزائر

تعد الرياضة أحد الأنشطة المهمة في الحياة الاجتماعية، فلا يكاد يخلو أي مجتمع من المجتمعات الإنسانية من شكل من أشكال الرياضة بغض النظر عن درجة تقدم أو تخلف هذا المجتمع⁽¹⁾، فبعض الحضارات اهتمت بالرياضة لاعتبارات عسكرية والبعض الآخر مارس الرياضة لشغل أوقات الفراغ أو كشكل من أشكال الترويح والترفيه، بينما وظفت الرياضة في حضارات أخرى كطريقة تربوية تهدف إلى تنشئة اجتماعية صحيحة وبناء شخصية متوازنة، واكتساب نمط صحي على المستوى البيولوجي.

فقد إهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وشكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكالاً اجتماعية كالرقص.

الرياضة أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان. فكلمة الرياضة تعني باللاتينية « **Diport** » والأصل اللاتينيولوجي **Disport** ومعناها التحويل والتغيير. لقد حمل معناها ومضمونها من الناس عندما يحولون مشاغلهم واهتماماتهم بالعمل إلى التسلية من خلال الرياضة⁽²⁾.

كما أن الرياضة هي عبارة عن مجهود جسدي عادي أو مهارة تمارس بموجب قوانين متفق عليها بهدف الترفيه، المنافسة، المتعة أو تطوير المهارات لأهداف المنافسة الرياضية.

وتعرف الرياضة عامة علة أنها حركات منتظمة يقدمها الفرد للوصول إلى التوازن الجسمي وفوائد كثيرة للجسم ومحاربة أنواع الأمراض.

فهي أسلوب للحياة وطريقة مناسبة للمعيشة من خلال خبرات الترويح البدني واللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط الوزن وتنظيم الغذاء.

إن مفهوم الرياضة لا يقتصر على مجموعة حركات جسمية أو بدنية وإنما يتعدى هذا إلى جانب اجتماعي، نفسي رمزي، صحي وحتى تواصلية.

¹- الرياضة والمجتمع، د أمين أنور الخولي، طابع السياسة، الكويت، 1996 ص7.

²- نفس المرجع ص 32.

فالرياضة لها جانب اجتماعي من حيث التفاعل الاجتماعي وإنتاج علاقات اجتماعية وطبقة اجتماعية معينة، وإنتاج نظام اجتماعي جديد يقوم على الحرية والتسامح والمحبة.

أما الجانب النفسي فالرياضة تقضي على الاكتئاب من خلال ممارسة الرياضة بانتظام يقوم الجسم بإفراز مادة " الاندورفين " وهي مادة كيميائية تساعد على الشعور بالانتعاش والشعور بالإيجابية، مما يساعد على التخلص من الاكتئاب بشكل فعال.⁽³⁾

من الجهة الصحية ممارسة الرياضة بانتظام يساعد على النوم الصحي، وزيادة مستويات الطاقة داخل الجسم وتحسين نشاط القلب والتنفس.

يمكننا القول بان الممارسة البدنية تعد أقدم من الحضارة الصناعية، مثلا "سقراط" يقول أن " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي ". وتأكيدا لقول سقراط فقد مورست الرياضة منذ القدم للحماية واعتبارات عسكرية كما ذكرت في الفقرة الأولى⁽⁴⁾

ويضيف الرئيس " كيندي " على أن قدرة الأداء البدني ليست مجرد مكون أساسي للجسم الصحيح وإنما أيضا أساس للنشاط السليم اللائق.⁽⁵⁾ لهذا نقول " العقل السليم في الجسم السليم

إن الرياضة النسوية في الجزائر مرتبطة بعوامل شتى منها العادات و التقاليد والدين ..، و المجتمع، بالإضافة إلى بعض الذهنيات السلبية جدا التي حالت دون ممارسة حقيقية للرياضة.

خاصة مع التطور الحضري الكبير التي شهدته الجزائر فتحرر المرأة له عوامل مؤثرة

نذكر منها:

-الثقافة الاستعمارية وما خلفته من ازدواجية "ثقافة تقليدية" و"ثقافة وحديثة".

- دخول المرأة لعالم الشغل وخاصة أن ما يميز التطور الحضري سيطرة عالم الشغل.

- الجو العائلي خاصة بعد تفكك الأسرة إلى نووية .

³-الرياضة والمجتمع، دأميناتور الخولي، طابعالسياسة، الكويت، 1996 ص7
⁴-د.امين انور الخولي، اصول التربية البدنية والرياضية المدخل-التاريخ - الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة 2005.ص 41
⁵-نفس المرجع . ص 43

- ارتفاع درجة وعي المرأة الجزائرية لاعتنائها بجسدها.
- تفشي الأمراض الخطيرة, والأزمات النفسية الناجمة عن ضغوطات الحياة اليومية .
- التكنولوجيا ووسائل الإعلام خاصة التلفاز خاصة بعد انجاز البطلة "حسيبة بولمرقة" .
- وجدت المرأة في فضاء الرياضة, **فضاء للمواجهة**.⁽⁶⁾

لمعرفة هذا البزوغ للرياضة النسوية سأتطرق لتاريخ الرياضة النسوية الجزائرية, وخاصة أن موضوع المرأة كان لوقت مضى وما زال يعد موضوع حساس ومقدس.

1-الرياضة النسوية بالجزائر:

- " الرياضة النسوية هي شعلة الرياضة الجزائرية "
- يمكننا بكل بساطة استعراض تاريخ الرياضة السنوية من خلال النجاحات الباهرة التي حققتها الرياضة الوطنية حتى يومنا هذا.
- ذهنية سلبية سادت بعض الدول العربية الإسلامية و منها الجزائر و التي مفادها أن مورفولوجية المرأة عائق لأي ممارسة أو نشاط رياضي و أن الأشغال المنزلية التي تقوم بها يوميا تمنعها من ممارسة رياضة مفيدة.
- و لكن مع التطور الكبير الذي عاشته الجزائر بعد الاستقلال و تطور المدن و التوسع الحضري و استقلالية المرأة عن الرجل، و هذا لتقدم نجاحاتها المستمرة على كل الجوانب الاجتماعية و الاقتصادية و الثقافية، تغيرت هذه الذهنية السلبية إلى حد ما و عكست مقولة فرانس فانون " أن الذهنية التقليدية و العقيدة الإسلامية هما اللتان وقفا في تحرر و انفتاح المرأة الجزائرية.⁽⁷⁾

• 1-1المحة تاريخية:

⁶- Raymond thomas ,sociologie de sport ,Q ue sais-je ? ,Paris ,1993.

⁷- Frantz fanon,l'an de la revolutionalgerienne ,la decouverte ,Paris ,1959

من خلال هذه اللحظة التاريخية وتسلسل زمني،

1- المرحلة الاستعمارية 1954

2-المرحلة الاستقلال 1962

3-المرحلة الحالية من التسعينات إلى وقتنا هذا

الحقبة الاستعمارية:

لم تعرف هذه الفترة رياضة نسوية جزائرية و هذا لجانبين :

الجانب الأول العادات و التقاليد :

لم يظهر دورها آنذاك إلا في البيت الذي كان يعد المكان الطبيعي لأي امرأة جزائرية. فكانت المرأة الجزائرية سواء أخت أو أم أو زوجة كانت تعد وسيلة لإنجاب الأطفال و تربيتهم و الاعتناء بالبيت و غيرها من أعمال منزلية.

فجسد المرأة كان يمثل شيء مقدس "حرمة" وهذا بحكم الدين الإسلامي وخاصة العادات والتقاليد التي رسخت الجزائريين آنذاك.

-la fille algérienne à honte de son corps de ses seins, Elle a honte de ses

(⁸) menstrues, honte d'être femme devant les siens.

إلا أنها و بعد اندلاع الثورة التحريرية بدأت المرأة تتحرر من ما سماه ابن خلدون "العصبية القبلية" من عادات و تقاليد و أصبحت تكتسب استقلالية و حرية و هذا من خلال مشاركتها للرجل في الثورة، فقد رأيناها ممرضة و معلمة و عون للمجاهدين فقد برز دورها الفعال في الثورة مثالها مثال "حسيبة بن بوععيد" و غيرها من النساء الجزائريات اللواتي رفعوا لواء الحرية.

⁸ نفس المرجع. frantz fanon-

أما من حيث ممارستها الرياضة، فقد انعدم مصطلح الرياضة... و هذا بسبب للثورة التحريرية، فقد رأينا دورها ثوري سياسي اجتماعي أكثر منه ثقافي رياضي.

- فترة الاستقلال 1962 :

عاشت المرأة في هذه الفترة تفتحا و ازدهارا كبيرا فبعد ما كانت تخرج المرأة الجزائرية للضرورة (حمام أو طبيب) فقد أصبحت تشارك الرجل في الثورة و من ثم تحررها من قيود المجتمع و العادات و التقاليد إلى حد ما و هذا يظهر:

- 1- نزوعها للحجاب وهو "الحايك" التي كانت ترتديه، فخروجها بدونه كان لغرض الكفاح ضد الاستعمار وتشبه بالفرنسيات لسهولة أداء مهامها أو كمرضة للمساعدة .
- 2- فرض مكانها في المجتمع و مشاركتها في مختلف انجازاته. و لكن في هذه الفترة بدأت تظهر رياضات أو ما يسمى بالألعاب كانت في وقت قديم و إذا قلنا قبل الاستعمار و لكن سنذكر بعض الألعاب الرياضية التي تملصت من الاستعمار الفرنسي .

● الكرة:

و تعتبر الأكثر قدما و الأكثر شعبية و ممارسة حاليا، و هي لعبة جماعية تلعب من طرف الرجال و النساء على حد سواء، و كانت تلعب احتفالا بالربيع أما النساء فكانوا يمارسها في ساحة البيت.⁽⁹⁾

● المعافرة :

باللهجة العامية و معناها المصارعة أو المجابهة و كانت على شكل:

ذرع بذرع = يد بيد

ذربزدر = صدر بصدر

ركبة بركبة = ركة بركبة⁽¹⁰⁾

⁹-Borhane Errais et Mohamed Benlarbi , les maghrèbins et la culture du corps,Cahier De la Mediterranée ,juin 1986 .

¹⁰- نفس المرجع.

الإشارة:

و هي مسابقة رمي بالبندقية و كانت تلعب في الاحتفالات و الأفراح و الأعياد التقليدية⁽¹¹⁾ فمعظم هذه الألعاب المذكورة كانت مستحوذة من طرف الرجل أما الممارسات النسوية نراها في :

1- " الحمام " : هو المكان الأكثر إقبالا والمكان الذي تستثمر فيه وقت فراغها.

فهو مكان يوجد في كل حي, وهو عبارة عن مكان مساحته تقريبا 400 متر مربع يمكن أن يكون اقل أو أكثر على حسب كل نوع, و هو مقسم إلى 3 غرف كبيرة, الغرفة الأولى لتبديل الملابس, والثانية باردة نسبيا, والثالثة أكثر حرارة.

في كل الغرف يوجد صنابير وهو يشبه شكل الدلو للماء الساخن وأخرى للبارد, يتم الجلوس على الأرض أو افتراش سجاجات بلاستيكية, وتختار المرأة الغرفة التي تناسبها, يمكن أن تضم الغرفة أزيد من 20 امرأة و تأخذ كل مرآة سلتها الخاصة بلوازمها وتختلف من امرأة لأخرى.

وفي الحمام يوجد عاملات خاصات بخدمة الزبونات من التلييف لأجسادهن, الميزة الأساسية للحمام المغاربي تتجلى في البخار, والحرارة المرتفعة نسبيا عكس الدوش العادي.

2- " touiza " تويزة : و هي مجموعات نسائية تقوم بعمل جماعي لفائدة جماعة, كجني الزيتون, و تحضير الكسكسي لولائم جماعية.

لكن كل هذه الألعاب لم تتضمن إطار رياضي مقنن و منظم و إنما كانت عبارة عن مظاهر ثقافية لمجتمع تقليدي تحكمه العادات و التقاليد.

و لكن سرعان ما بدأت الجزائر في طور التنمية و التطور و إنشاء الهياكل الثقافية و الرياضية و هذا يوضح بأن المرأة وصلت إلى حد منافسة الرجل في الرياضة المفضلة لديه

¹¹- نفس المرجع.

ألا و هي كرة القدم و هذا في سنة 1971 في عاصمة المكسيك و أمام آلاف الجماهير و أثبتت وجودها و هذا ما يبرر عكس العبارة التالية "الجنس الضعيف"¹². le sexe faible . و بعد هذه الحادثة العالمية ظهور الإصلاح الرياضي لعام 1977 الذي أعطى دفعا لتطور الرياضة و مساهمتها في وفرة الأندية والأموال والمؤطرين ,وارتفاع مستواها وفوزها بالألقاب آنذاك.⁽¹³⁾

● مرحلة المعاصرة :

و كانت البداية الحقيقية للرياضة النسوية بعد الإصلاح الرياضي سنة 1977 الذي كان بمثابة دفعة قوية للرياضة الوطنية النسوية و الذي ساعدها على ظهور العديد من الشخصيات الرياضية الجزائرية ومشاركتها في المحافل الدولية والتي رسخت في ذاكرة المجتمع الجزائري, رغم انعدام الإمكانيات وقلة التقدير مقارنة مع فئة الذكور التي استفادت من الرعاية والتقدير.

و قد برزت المرأة الجزائرية للعالم ككل في صورة ذات مستوى عالي حيث كانت البداية الفعلية للظهور النسوي على يد رياضيات موهوبات اللواتي اثبتن في أكثر من مناسبة بان المادة الخام متوفرة لكن يكفي فقط التكفل بها "كزهور قيدوش" 'كرة اليد' و أخريات ممن قمن برسم طريق الرياضة للأجيال التي تليها و التي جسدتها "سكينة بوتامين" المتخصصة في العدو و التي توجت بالذهب في الألعاب الإفريقية في مسافة 1500 متر سنة 1978 بالجزائر.⁽¹⁴⁾

1990 إلى وقتنا هذا و في هذه الفترة بدأت الرياضة النسوية الجزائرية تتطور و هذا بتشريف و هي اللاعبة و العداءة "حسيبة بولمرقة" في سباق 1500 متر لأولمبياد برشلونة عام 1992، لتكون أول امرأة عربية تنال ميدالية ذهبية في أولمبياد.

¹² "مجلة الثورة الإفريقية من 4 إلى 10 اكتوبر 1978. "la femme entre les préjuges et l'émancipation"

Algérie presse service, -- عبد العزيز بويقوب, الرياضة النسوية شغلة الرياضة الجزائرية,¹³

<http://www.algeriesoir.com/sport>

¹⁴ -http://www.algeriesoir.com/sport- نفس المرجع-

وكان هذا النجاح تمهيد لطموحات أكبر، منها النجاح الثنائي "لسماح قسطنطين" في أول منصة تتويج في كأس العالم لألعاب القوى 1994.⁽¹⁵⁾ في لندن و في وقت لاحق خلال بطولة العالم.

- بعد ثماني سنوات تظهر "بنيدة مراح" ليظهر مدى تحسن الرياضة النسوية الجزائرية (في نفس الحدث 1500م) في دورة الألعاب الأولمبية عام 2000 بسيدني.⁽¹⁶⁾

في جيل جديد من كرة الطائرة ساهمت المرأة الجزائرية بقيادة "نسيمة بن حمودة" في الألعاب الأولمبية "بكين".

أما الرياضيات القتالية فقد ولدت الجزائر بطلة جديدة ألا و هي "سليمة سواكري" في رياضة "الجيدو" التي قدمت للجزائر أكثر من عشرة ألعاب إفريقية، و نذكر كذلك "ليندا ميكازير" و "ثرثيا حداد" وغيرها.⁽¹⁷⁾ و من هنا و كانت فترة التسعينات فترة حافلة بالنجاح و التطور و الازدهار.

هذه اللوحة التاريخية المختصرة لتاريخ الرياضة النسوية يجعلنا نقدم و لو نبذة قصيرة حول المسار الدراسي و هل هو الدافع الأساسي لنجاح أمر هو صورة نموذجية ربما لإخفاق الرياضة النسوية الجزائرية.

¹⁵ - <http://www.algeriesoir.com/sport> - نفس المرجع.

¹⁶ - <http://www.algeriesoir.com/sport> -- نفس المرجع.

¹⁷ - <http://www.algeriesoir.com/sport> - نفس المرجع.

التسلسل الزمني لتاريخ الرياضة النسوية بالجزائر

1954	1962	1977	1988	1992	2000
انعدام لأي نوع من الرياضات المنتظمة وان كانت خاصة بالمستوطنين الفرنسيين	تملص بعض الرياضات من الفترة الاستعمارية مع انعدام الرياضة النسوية	قانون الاصلاح الرياضي اول ظهور المرأة الجزائرية في الالعاب الافريقية وتحقيق عدة نجاحات	العشرية السوداء اختفاء الرياضة النسوية	*تطور الرياضة النسوية وتشريف الجزائر بالميدالية الذهبية حسبية بولمرقة *ظهور رياضة الايروبيك	الى يومنا هذا تطور رياضة الايروبيك وانتشارو تعدد القاعات الرياضية الخاصة

ممارسة الرياضة مرتبطة عندنا بعوامل عديدة و مختلفة (عادات ..، تقاليد) و العديد من الأسباب الحقيقية تحول دون تقدم فعلي و أصيل للرياضة النسوية بالجزائر، و إذا قمنا بفحص دقيق لمادة التربية البدنية و مكانتها ضمن المنظومة التربوية، و الإهمال الذي مسها و كيف انعكس كل هذا على ذهنيات المجتمع الجزائري بصفة عامة و على المرأة بصفة خاصة .

مر تاريخ الرياضة النسوية بالجزائر عبر عدة مراحل للتعليم:

التعليم الابتدائي: انعدام الأساتذة المختصة في مادة التربية البدنية و حتى الأولياء لم يكونوا متفححين أمام أبنائهم في نواحي خاصة بالرياضة. باختصار الرياضة في المرحلة الابتدائية لم يكن لها مكانة إن لم نقل أهمية كبيرة بالنسبة للعائلات الجزائرية و حتى التعليم الجزائري بصفة عامة.

التعليم المتوسط :

في هذه المرحلة تبدأ أجيالنا السابقة بالاكْتشاف الملاعب الرياضية اذا ما وجدت، و يتعرفون على أول أستاذ تربية بدنية في حياتهم، فيباشرون الممارسة بكل حيوية و نشاط⁽¹⁸⁾ و لكن مع مرور من الوقت و خاصة في الأقسام النهائية يبدأ التلاميذ يتهربون من المادة و هذا لعدة أسباب نذكر منها:

- انعدام الوسائل البيداغوجية.
- ضعف المعامل و ضعف حجم و مكانة التربية البدنية داخل التوزيع الزمني العام.
- و كل هذا ينعكس سلبا على عمل و جودة النشاطات الرياضية و الأساتذة و بالتالي على التلاميذ أنفسهم.

● الرياضة في الثانويات :

في هذه المرحلة يحدث ما نسميه الفرق الحقيقي الانتربولوجي، و الذي يظهر بين الجنسين من الناحية المورفولوجية و كذا من ناحية المشاركة الرياضية. فبينما تبقى نسبة مشاركة الذكورية مرتفعة رغم النقص العوامل المادية⁽¹⁹⁾، تنخفض نسبة مشاركة الإناث بشكل مدهش، و هذا يتجلى في العدد الهائل من الشهادات الطبية التي تقدمها بناتنا من أجل إعفائهن من حصة التربية البدنية و الرياضية.

و هذا راجع لعدة أسباب ذكرنا بعضها سابقا، و الأهم منها أن الطالبة تخجل و ترفض القيام بكل التمارين أمام الذكور خاصة في مجتمع تحكمه عادات و تقاليد كالجزائر.

- غياب الأمكنة المخصصة لتغيير الملابس الخاصة بها.
- إعفاءات طبية : بحجة المرض أو التحضير للامتحانات .
- الأولياء : غالبا ما يكون الأولياء رافضين لفكرة ممارسة الرياضة لبناتهم.
- الحجاب حيث يعد عامل قوي في انخفاض نسبة مشاركة الفتيات.

¹⁸- علي مروش، المرأة والرياضة، دار الهدى، الجزائر، 1996، ص 10 .
¹⁹- نفس المرجع ص 11.

● الرياضة في الجامعات:

تتعدم تماما، بل نجد الرياضة كتخصص بعد نجاح في شهادة البكالوريا وتتنمي لمدارس ومعاهد خاصة، كما نجدها كذلك في معظم الأقامات الجامعية لتحفيز الطالبة على الممارسة وكوقت للترويح عن النفس .

الممارسة الرياضية الحرة :

و في هذه المرحلة تبدأ تظهر القاعات الرياضية و الخاصة النسوية منها والتي تميزت برياضة "الايروبك أو الرقص" يجدن فيها معظم النساء مجال لتبادل الأفكار و الحرص على المداومة لصحة أفضل و مجال التفتح و الازدهار الفكري.

1-2 الأحكام والمعايير القانونية المحددة:

1/ العمر: لعدة قرون و أعوام كانت الرياضة تقتصر على فئة الشباب⁽²⁰⁾, ولكن مع تطور المدن و خاصة الحضرية تغير هذا المبدأ و يتضح هذا من خلال أول معيار للممارسة الرياضية النسائية و هو :

2/ الجنس: تأكد عدة دراسات بان النسبة الكبيرة للنساء الممارسات للرياضة هو تأثرهم بالعالم الخارجي، ويوضح Raymond في كتابه سوسيولوجية الرياضة عام 1993م و حسب بحثه الميداني أن النساء المتمدنيات أو الحضريات هن الأكثر اللواتي يمارسن الرياضة مقارنة مع الرجال، ولكن يقول أن ممارسة الرياضة من طرف النساء تكون محصورة الأكثر في مرحلة الشباب. ففي هذه المرحلة يميلون أكثر لتمارين اللياقة البدنية.⁽²¹⁾

3/ الفئة العمالية الاجتماعية :

²⁰- Raymond thomas ,sociologie du sport,Quesais-je?,Paris ,1993, 2 chapitre .

²¹- Raymond thomas ,sociologie du sport,Quesais-je?,Paris ,1993, 2 chapitre .

الممارسة الرياضية تتميز حسب الطبقات الاجتماعية في إطار نوعي وكمي. يؤكد

"Raymond" في كتابه سوسولوجية الرياضة 1993 أن نسبة الممارسة فئة العمالية أكثر من الفئة التي تقطن خارج المدينة بالنسبة للدول الصناعية.⁽²²⁾

تكلم "بيار بورديو" عن الطبقات الاجتماعية , حيث يقول ان المرأة في الطبقة البرجوازية لا تستطيع ممارسة رياضة " Rugby " لان الجسد له نوع من الرمزية و الكرامة.⁽²³⁾

ولكن بالنسبة للرياضة النسائية في الجزائر حاليا و مع التفتح والتطور الكبير فالمرأة الجزائرية أصبحت واعية بمحيطها الحضري خاصة فالرياضة أصبحت تمثل نسبة معينة من المتطلبات اليومية وهذا حسب المقابلات والاستمارات التي قمت بها في قاعات الرياضة ففئة النساء للماكثات في البيت لا تقل أهمية عن العاملات, ووعي النساء وتطور محيطهم الحضري أصبح يؤثر على حريتهم الشخصية في الممارسة ففكرة المرأة العاملة هي الأكثر حرية من المرأة الماكثة في البيت لم يصبح معيار أساسي في الممارسة الرياضية.

4/ نوع الحياة: الممارسات الرياضية من طرف فاعلين اجتماعيين تختلف من معيار لآخر:

أ - طريقة إنفاق الدخل الفردي.

ب - للشكل وتأثير العلاقات الاجتماعية.

ج - الفر دانية.⁽²⁴⁾

- كانت الرياضة ولوقت مضى محتكرة من طرف فئة الرجال فالفئة النسوية ظهرت في السنوات الماضية كشعلة مع كثير من النجاحات وتخلصها من قيود العادات و التقاليد.

²²- Raymond thomas ,sociologie du sport,Que sais-je?,Paris ,1993, 2 chapitre .

²³-Jean –Jaque Barreau /Jean –Jaque Morne, sport, expérience corporelle et science de l'homme, Editions Vigot,Paris ,1984 ,la distribution sociale des pratique par Pierre Bourdieu p 43.

²⁴-Raymond thomas ,sociologie du sport, Que sais-je?, Paris ,1993, 2 chapitre .

إبان الثورة التحريرية تخلت المرأة عن أهم مبدأ حرمتها في المجتمع, من أجل المساهمة في الثورة أمام الرجل, فهذا يعد شكلاً من أشكال التحرر من قيود المجتمع.

فيما يخص الأحكام القانونية المحددة للرياضة النسوية فيمكننا طرح السؤال التالي :

هل تندمج الرياضة النسوية في إطار قانوني وهل هناك إجراءات قانونية بالنسبة للرياضة النسوية ؟

إذا ما تكلمنا على الرياضة بشكل عام فهي حق للجميع سواء كان للذكور والإناث, لأنها شكل من أشكال الاعتناء بالجسم و المحافظة على صحة الإنسان لهذا فهي حق طبيعي.

إما الرياضة النسوية الجزائرية فهي حديثة الظهور, إذا ما تكلمنا على تحررها ووعيتها بحقوقها وواقعها الحضري - خاصة مع ظهور أمراض العصر - فالمرأة أصبحت واعية أن ممارسة الرياضة هي وسيلة لفرض وجودها, وخوض تحدي النجاح, فأصبحت تشارك في المحافل الدولية لتشيريف.

بعد الاستقلال يظهر نوع من الإشارة الحديثة للدولة الجزائرية فيما يخص الإطار التنظيمي للرياضة النسوية .

ويظهر هذا أولاً في إدخال الرياضة النسوية في جميع الأطر المدرسية: ابتدائي -متوسط- ثانوي أو جمعيات والخ.(²⁵) من الأطر التربوية وشملت كل الطبقات الاجتماعية وبدون اختلاف الجنس .

وقانون التربية البدنية والرياضية (EPS),(²⁶) إيديولوجية حقيقية لتمكين المرأة من ممارسة الرياضة"حق ممارسة الرياضة كحقها في التعليم".

²⁵- نفس المرجع ص 43.

²⁶-Imen Nefil doctorante au GEPECS, faculté des sciences humaines et sociales Sorbonne, les femmes et le sport, Enquêtes auprès d'une population de sportives algériennes vivant en France, association pour la recherche interculturelle, Décembre 2005.p42

مع أن الواقع متناقض فقد كانت مشاركة المرأة في مجال الرياضة ضئيلة جدا، خاصة بعد أحداث أكتوبر 1988 والتي من خلال موجب قانون 89/03 14 فيفري 1989 أكد على ضرورة اختفاء كل الممارسات الأنثوية⁽²⁷⁾ وهذا مما أدى بتدهور الرياضة المدرسية آنذاك سنة 1995 ظهر قانون جديد من شأنه إعادة الرياضة النسوية إلى أرضها ولكن بشكل طفيف، وهذا أن تصبح التربية البدنية والرياضية إلزامية و مادة ضرورية بدمجها في برنامج الامتحانات⁽²⁸⁾. وفي سنة 2004 ادرجت في امتحان البكالوريا والمتوسط⁽²⁹⁾.

بعض القوانين الموجودة بالجريدة الرسمية 2013 :

مرسوم تنفيذي رقم 13-94 المؤرخ في ربيع الثاني عام 1434 الموافق ل 25 فبراير 2013 ، المادة رقم 3: من قانون المديرية العامة للتطوير الرياضي يتضمن تنظيم الإدارة المركزية لوزارة الشباب والرياضة.

العدد 13 -6 مارس 2013 المديرية الفرعية لتطوير رياضة المعوقين وترقية الرياضة النسوية.

- 1- القيام بالتقويم المنتظم لبرامج وأعمال تطوير رياضة المعوقين والرياضة النسوية .
- 2- مساعدة الهياكل المعنية لتطوير رياضة المعوقين والرياضة النسوية , وتحديد الاحتياجات الاتصال مع القطاعات والهياكل المعنية والمساهمة في تعبئة الموارد والوسائل الضرورية لتطوير رياضة المعوقين والرياضة النسوية.
- 3- إعداد برامج ترقية وتطوير رياضة المعوقين والرياضة النسوية على كل المستويات تنفيذها و متابعتها .
- 4- المبادرة بكل التدابير المتعلقة بترقية الرياضة النسوية ورياضة المعوقين ودعم كل مبادرة أو تدبير أو عمل يرمي إلى تحقيق هذا الهدف.

27- نفس المرجع ص 43.

28- نفس المرجع ص 43.

29- نفس المرجع ص 43.

1-3 الرياضة النسوية الترقية الاجتماعية:

تعني الترقية الاجتماعية في القاموس العربي:

نرى كلمة ترقية تعني: انتقاء تدرّج ترفيع تريح نفسي تشجيع تصريف تطوير تعزيز تقوية تنمية رفع نهوض و لكن الكلمة التي لها قوة و صلة كبيرة موضوع الرياضة النسوية و في إطار السوسولوجي أنثربولوجي فهي كلمة تشجيع و تنمية فالترقية الاجتماعية مقارنة بالرياضة النسوية.

فهل ممارسة الرياضة تساعد الفئة النسوية و تمكنها من الوصول إلى قدر كبير من أن تكون اجتماعية:

1- بتمكينها من العمل في الإطار الرياضي، مدربة، حكمة، مدرسة التربية البدنية، صاحبة قاعة للرياضة.

2- تمكينها من المشاركة في المنافسات الوطنية و الدولية كصاحبة الميدالية ذهبية "حسيية بولمرقة".

يقول أرسطو: "الإنسان كائن اجتماعي بطبعه."

فالمرأة الجزائرية هي امرأة أمازيغية بضميرها عربية بثقافتها بدوية بطبيعتها و حضرية بظروفها.⁽³⁰⁾

انطلاقا من فكرة حضرية بظروفها فالواقع الحضري التي تعيشه المرأة الجزائرية، و المرأة الوهرانية خاصة، دفع الكثير من إبراز مختلف النجاحات في مختلف المجالات، فالظروف التي عاشها المرأة الجزائرية لم تقف أبدا أمام ثورتها للتحرر، فبعد النجاح التي حققتها "حسيية بولمرقة" برهنت للمجتمع و للرجل بالخصوص على أنها قادرة على أن تكون أكثر اجتماعية منه.

³⁰-Cherifa Sider ,la femme rebelle d'Algérie ,le quotidien d'Oran ,Dimanche 28 avril 2013.-

فالمرأة الجزائرية عند خروجها من بيتها للممارسة رياضة حرة أتنافسية واعية كل الوعي أنها ستمثل كل نساء المجتمع. لممارسة الرياضة بعد اختيار وخيار لبناء مكانة اجتماعية. الإشكالية الأولى:

1- في دراسة أجراها رائد علم النفس الرياضي "**Tutko oglive**" على خمسة عشر ألف من الرياضيين، أوضح أن ممارسو الرياضة يكسبون الحاجة إلى تحقيق وإحراز أهداف عالية لأنفسهم ولغيرهم.

كما أنهم يكتسبون مستوى رفيع من الكفاءات النفسية و الاتزان الانفعالي، وانخفاض التوتر والشعور بالبهجة والسرور و الثقة بالنفس.⁽³¹⁾

تتلور فكرة الثقة بالنفس في نفس فكرة حريتها واستقلاليتها ففي السنوات الأخيرة لمعت أسماء كثيرة للنساء الجزائرية و سنأخذ مثال آخر لأول امرأة عربية و جزائرية في تاريخ رياضة الملاكمة و هذا بمناسبة دورة الألعاب العربية 10 في الجزائر العاصمة، و التي توجت كأول حكم عربي " خيرة سيدي يعقوب " سعدت لخدمة الملاكمة لحضورها دورة نصف نهائية. و سرعان ما نالت إعجاب و أثارت انتباه المسؤولين بقدراتها و انضباطها و حبها لرياضة الملاكمة (الفن النبيل) فأعطيت لها مهمة أول حكمة عربية جزائرية كانت بداياتها من مدينتها وهران تبنت مهنة التدريب في إحدى قاعات الملاكمة أين تعرفت على مدى حبها و تعلقها بهذه الرياضة .

1993 كانت أول خطواتها للنجاح و حضورها لمعظم مباريات عبر أنحاء البلاد.

1997 و بطموحها الكبير دخلت المستوى الإفريقي بعد خمس سنوات منحت لها رتبة حكم عالمي في ثاني الألعاب القتالية السنوية في 2002 بتركيا أمام 33 حكم رجال.⁽³²⁾

³¹-أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضة المدخل. التاريخ. الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة 2005. ص166

³²-l'algérienne Kheira Sidi Yaàcoub sur un ring,info soir,le 04/10/2004.

تخلصت المرأة الجزائرية و الرياضة النسوية من القيود الاجتماعية (العادات و التقاليد)، و لكن قوة العزيمة و الإصرار، الطموح و الثقة بالنفس منحت الرياضة النسوية دفعا كبيرا نحو المستقبل وبرزها الحاد و القوي في المنافسات العالمية فقد مثلت الجزائر أحسن تمثيل .

فأنا ضد فكرة أن ليس هناك رياضة نسوية في الجزائر و في وهران خاصة و إنما لا يوجد مستوى للرياضة النسوية، و هذا لتداول فئة من النساء الرياضيات لهذه الفكرة و هذا في معرض الرياضة الذي أقيم في 25 ماي 2013 بقصر المعارض في وهران.

ورغم نقص الوسائل و الموارد المادية التي تقف حاجزا في تطور الرياضة النسوية إلى حد ما.

و الافتقار إلى هيكلة و تنظيم محكم للرياضة النسوية فهناك العديد من الأندية لا تتكيف إلى زيادة عدد النساء فمجموعة الأندية الموجودة في مدينة وهران يتعدى 428 و هذا حسب مصلحة الإحصائيات بمديرية الشباب و الرياضة بوهران في سنة 2012.⁽³³⁾معظمها ليست لها وسائل تشجيع الرياضة النسوية و لا تزال غير كافية.

لقد أدركنا أن اليوم في الجزائر هناك رياضة نسوية و يمكنها أن تصبح أداة للتنمية إذا ما أتاحت لها الوسائل.

يمكن القول أن الرياضة هي نوع من الروابط، فالرابط الاجتماعي شبه منعدم في المحيط الحضري خاصة الفئة النسوية، فالرياضة النسوية تعد رابطة اجتماعيا من شأنه إعادة بناء النسيج الاجتماعي ونشر الوعي الثقافي .

الثقة بالنفس و هذه الأخيرة تنطبق على الرياضة السنوية فلو ثقة المرأة الجزائرية بنفسها على أنها قادرة على مواجهة كل الصعوبات التي قد تكون عائق في نجاحاتها و طموحها.

³³ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب و الرياضة لولاية وهران 2012.

الإشكالية الثانية:

يمكننا ببساطة استعراض إشكالية الرياضة النسوية و الترقية الاجتماعية من خلال النجاح الباهر الذي حققته النساء الجزائريات و سأعرض من خلال هذا الفصل نجاح السيدة "حنيفي إيمان" مدربة رياضة "جيدو" Judo بجمعية Boucetta Oran Dynamique Riadhi. هي رياضتها المفضلة لها ، حيث بدأت تخطو "إيمان" على حصير هذه الرياضة في سن 8 سنوات في الجزائر بجمعية "بابا حسين" كان رئيس الجمعية آنذاك "عبد الكريم محمد سداري" ، تعلمت من أحسن المدربين تقنيات رياضة "الجيدو" مما ساعد على كسبت العديد من الألعاب في جميع الفئات .

انضمت للفريق الوطني في سن 15 ، وواصلت في جمع الميداليات حتى وصولها لمرحلة senior و في دورة من حياتها المهنية توقفت عن ممارستها الرياضة بسبب زواجها سنة 2008 وانتقالها من مدينة الجزائر إلى مدينة وهران و بها التحقت بجمعية "miloua" بعد عملها الشاق و الدعوب و محبتها للممارسة رياضة "الجيدو"⁽³⁴⁾

بعد موسم واحد في تونس ، تمكنت السيدة "إيمان" من الفوز بالمركز الأول في البطولة الدولية سنة 2010 ، بعد انتهائهما ن المنافسة قامت بتأطير فئة النساء و المدربة و هذا بشرف أولياء فئة الفتيات ، حيث لا بد من أن نعرف أن رياضة "الجيدو" في مدينة وهران كانت في طريقها للانقراض و هذا بسبب نقص التأطير ، ولكن الفئة النسوية التي أطرتها كان لها الحظ في النمو و كبر حجمها في اقل من السنة نجحت هذه الفئة بظهور قوي في الميدان هذه الرياضة ، التي ميزت طابع رجالي أكثر من النسوي ، فقد كان الحظ في هذه السنة الأخيرة من نيل بعض الميداليات وبهذا تكوين جيل جديد من الرياضة السنوية في الرياضة "الجيدو" في مدينة وهران خاصة .

³⁴-Judo :ImenHanifi (Entraîneur Dynamique RiadhiBouetta ,Oran, Magazine planète de sport, le mercredi 6/03/2013.

تميزت الترقية للرياضة النسوية في السنوات الأخيرة بالتطور السريع والنجاحات المحققة, والطموح الكبير فالسيده امنة لم تكتفي بئظر هذه الفئة النسوية بل عملت على تكوين جمعية خاصة بالرياضة "الجيدو" هي وزوجها تحت اسم "boucettaDynamique Riadhi" نشطت فيها مجموعة من الفئة النسوية فقط, وبعد وقت قصير اجتمعت فئة الرجال وهذا لشعبية هذه الرياضة من طرف المذكر فقد تمكنت السيدة ايمان و بإمكانياتها الشخصية من جلب وجذب بعض الشباب لجمعيتها و خاصة ضحايا الانحرافات الاجتماعية فمعظمهم من عائلات فقيرة لا يستطيعن دفع حتى مستحقات الشهري حق الاشتراك وبذلك جمعت السيدة "ايمان" 180 عضو في جميع الفئات وكان 17 منهم لهم الحظ في الحصول على تدريب مجاني محمول من طرف السيدة ايمان وزوجها في الجزائر العاصمة. (35)

فالرياضة أداة للتنمية و رمز للتطور و الازدهار و أحسن مثال لتطوير الرياضة النسوية مسار "حسيبة بولمرقة".

و قد سمح انضمامها إلى اللجنة الأولمبية من زيادة مطالب التمثيل النسائي في الهيئات الرياضية, كانت بداية "حسيبة بولمرقة" في سنة 1986 اكتشافها المسابقات الدولية في بطولة العالم. تحصلت على أولى نتائج الدولية في مشاركتها خلال بطولة إفريقيا في عام 1988 التي فازت بميدالية ذهبية. وفي وقت لاحق مرة أخرى من بطولة إفريقيا عام 1989 و حصولها على المركز السابع في نهائيات كأس العالم في برشلونة.³⁶ و في 1991 تحتل المرتبة الأولى و تعد من أفضل المتخصصين في العالم انتصارها كان رمزيا و فخر للرياضة النسوية الجزائرية و العربية و الإفريقية.

³⁵-Judo :ImenHanifi (Entraîneur Dynamique RiadhiBouetta ,Oran, Magazine planète de sport, le mercredi 6/03/2013.

³⁶- وكيبيديا الموسوعة الحرة.

تلقت "حسيبة بولمرقة" معارضاة كثيرة نسبة للعاداة والتقاليد وقد عاشت ضغوطات كبيرة وهذا لممارستها الرياضة بدون ارتداء الحجاب، و في 1992 انسحبت من التدريبات قبل العاب برشلونة و خاصة أن الجزائر كانت تعيش ظروف صعبة وعشرية سوداء وقفت حاجزا لتطور الرياضة النسوية.

زيادة على هذا توقفت "حسيبة بولمرقة" لمدة عن التدريب بسبب مرض والدها ونقله لفرنسا أين تجد جو من المنافسة و منه تعود إلى التدريبات للمشاركة في ألعاب البحر الأبيض المتوسط حيث فازت بمسافة 800 متر.⁽³⁷⁾

و بهذا مهدت "حسيبة بولمرقة" الطريق لأخريات أمثال "سليمة سواكري"، "بنيدة مراح"، "صوريا حداد... الخ ممن مثلوا الجزائر أحسن تمثيل في المحافل الدولية. و تعتبر أول امرأة في اللجنة الاولمبية سنة 2001 عقب انتخابها ضمن عضوية المكتب التنفيذي للجنة الاولمبية جزائرية.⁽³⁸⁾

للوصل لفكرة الترقية الاجتماعية كيف لها دور في التواصل الاجتماعي للرياضة وبصريح العبارة أن تكون المرأة أكثر اجتماعية.

فإذا ربطنا الرياضة بالجانب الاجتماعي فالرياضة تدعو للعمل الجماعي والنظام والانضباط والعناية بالصحة والوقاية من الانحرافات كما تعتبر و سيلة تربوية وإشباع الفرد بالحاجات النفسية وتسهيل عملية الاندماج الاجتماعي مما يجعل المرأة كفرد أكثر اجتماعية باحتكاكها بمجتمعها من خلال ممارستها للرياضة.

ولجمع إجابة كلا الإشكاليات التي طرحها في هذا الفصل فالرياضة لها دور اجتماعي أكثر منه ثقافي ويمكن القول أن الرياضة تعتبر رابط اجتماعي.

« Le sport est un lien sociale »

³⁷- نفس المرجع .

³⁸- نفس المرجع .

الفصل الثاني:

الرياضة النسوية بمدينة وهران

الرياضة النسوية بمدينة وهران

1-2 مراحل الرياضة الوهرانية :

بالنسبة لهذا المطلب حاولت استعرض مراحل الرياضة النسوية الوهرانية من خلال الجمعية تطوير وترقية الرياضة النسوية لمدينة وهران غيرها من جمعيات الرياضة النسوية. وهذا لان معظمها ساهمت في فرض مكانة للرياضة النسوية الوهرانية في ظل الرهانات الحضرية.

بعد التطور الايجابي والملاحظ في السنوات الأخيرة التسعينات من خلال النتائج المحققة عالميا تخرجت أول جمعية لترقية الرياضة النسوية في الجزائر ,مهمتها تطوير رياضة النواعم وتحفيز الفئة النسوية على ممارسة الرياضة .

Association pour la promotion et le Développement

Du Sport Féminin de la Wilaya d'Oran

جمعية تطوير وترقية الرياضة النسوية:

أنشأت في 24 جوان 1997 طبقا للمادة رقم 13 / 16 مارس 1996 تحت السياسة الرياضية لوزارة الشباب والرياضة خاصة عنصرها المحدد هو الرياضة المؤنث أو الرياضة النسوية التي تهدف للانتعاش وإعادة التأهيل، وتعزيز تنمية رياضة المؤنث .

- مثلت هذه الجمعية في ولايات أخرى من البلاد، أنشأت الجمعية بولاية وهران، ترأسها الأنسة "الكوش حليلة". وقد تم العمل على تنظيم جمعية على أسس تشغيل عملية قادرة على تحقيق خطة عمل طموحة ومتقدمة.
- تشكيل لجنة متنوعة لإدارة خطة عمل.
- توعية أعضاء اللجنة أن الجمعية كذا المجتمع النسوي حول دور جمعية تطوير ترقية الرياضة النسوية وفوائدها من قبل هذه الجمعية.

- ندوة وطنية وإقليمية و ولائية، زيادة على هذا، مؤتمرات محلية منها مؤتمر محلي لتعميم الرياضة النسوية والممارسة الرياضية النسوية من خلال مختلف طبقات المجتمع.

- امرأة ربة بيت.
- مدرسة، جامعة
- عالم شغلها.

إنشاء قسم نسوي وإطلاق أول مرة في وهران فريق كرة قدم نسوي.

التشجيع لخلق جمعية خاصة بكرة القدم واليد النسوية.

بفضل توفير الجهود والمساعدات القيمة لمختلف مدراء الولاية التي وجدت نفسها وبسرعة أصبحت كمثل هام لتطوير وترقية الرياضة النسوية عبر كل مناطق ولاية وهران.

قامت في إطار الجمعية على غرار ذلك بعدة نشاطات مختلفة وندوات عالمية:

كالندوة العالمية التي أقيمت في تونس.

وتجدر بنا الإشارة إلى أن العديد من الندوات في إطار APDSF " شاركت في ندوة وجدوا مضمونها مهم بعنوان "الإعلام والرياضة النسوية".

- زيادة على عدة مؤتمرات وأيام دراسية كالمؤتمر الذي أقيم في 05 ديسمبر 2008 بعنوان " العنف في الملاعب " الذي جمع كل الحركات الجمعوية لولاية وهران، الإعلام والتلفاز ومشاركة طلابية .

- تنظيم كذلك يوم دراسي حول الرياضة النسوية المؤقتة في المدرسة والتي كانت بمثابة أساس لتقرير صادر من وزارة الشباب والرياضة.

-والعديد من الأحداث الرياضية الكبيرة.

"حدث رياضي لذاكرة رياضية".

- 1- جوبيلي السيدة "بوجمعة فريدة" 27 ماي 1999، عداة سابقة في فريق العدائين لسنة 1966-1965.
- 2- جوبيلي للسيدة " ديش نعيمة " أكتوبر 2002 لاعبة سابقة في فريق كرة السلة لسنة 1969.
- 3- جوبيلي السيدة " بن زيان خليدة، لم يقم وهذا بسبب وفاتها 9 جوان 2005 وقبل يوم من الافتتاح.
- 4- جوبيلي " زرفاوي رشيدة " في كرة السلة في 8 مارس 2008.
- 5- إحياء و احتفال بيوم المرأة والطفل.
- 6- مباراة وطنية نسوية في كرة اليد النسوي .

على خلاف و زيادة على المشاركة في كل المسابقات والمهرجانات الوطنية التي تنظمها جمعية تطوير وترقية الرياضة النسوية ,كما إنها تدعم على مستوى الولاية كل مفاهيم التطور وترقية كل الرياضة الجماعية والفردية ,وزيادة على هذا سلسلة من التكوينات للمدرسات والحاكمات تعاوننا مع هياكل رياضية النسوية .

على سبيل مثال نذكر تكوين لمدربة شابة لكرة القدم بألمانيا ,وتكوين حكمة لكرة القدم النسوية ,وتكوين لشابة في اللياقة البدنية " fitness " .

لجنة المرأة والرياضة: أنشأت لجنة رياضة المرأة واللجنة الأولمبية الجزائرية في نهاية جمعية تأسيسية 08 مارس 2003، وتتألف اللجنة من ثمانية أعضاء منتخبين من كل الحركة الرياضية الوطنية.

أصبح الرئيس المنتخب عضوا في اللجنة التنفيذية للجنة الأولمبية الجزائرية.

أهداف اللجنة:

- ✓ ضمان تكافؤ الفرص في مجال إدارة ومشاركة المرأة في الرياضة
- ✓ زيادة فرص ممارسة الرياضة والنشاط البدني للفتيات والنساء.
- ✓ تعزيز النساء اللواتي عملن وساهمن في تطوير الرياضة

✓ إجراء دراسات وبحوث حول المرأة والرياضة.

الإجراءات التي اتخذتها اللجنة:

❖ إجراء دراسة إحصائية عن مشاركة المرأة في الهياكل المختلفة للحركة الوطنية للرياضة.

❖ تنظيم أيام دراسية وندوات حول المرأة والرياضة.

❖ تثقيف الشباب وأسرههم حول الرياضة البدنية.

الاجتماع السنوي العام:

" المرأة والرياضة " عقدت اللجنة الأولمبية الجزائرية الاجتماع السنوي لجمعية العمومية الخميس 03 فبراير 2005 في مقرها.

أكثر من خمسين امرأة وأعضاء الجمعية العامة التأسيسية وشارك ممثلو الاتحادات الرياضية والضيوف المشاركة في العمل وقد دار نقاش مثمر جدا بعد قراءة الميزان الأخلاقي تم جلب الاقتراحات والمخاوف من المشاركين في تقرير الاجتماع .

تمت الموافقة على تقديم برنامج عمل عام 2005 وتقسيم أخلاقي ونظرت اللجنة لبعض الاقتراحات التي كانت مثيرة جدا للاهتمام، وتركز خطة العمل على النقاط التالية:

(1) تجميع إحصاءات عن مشاركة المرأة في هياكل الحركة الوطنية الرياضية.

(2) تنظيم ورشة عمل في الأقاليم.

(3) خلق تكريم رمزي " للمرأة والرياضة " .

(4) تنظيم أيام للأنشطة الرياضية في جميع ولايات الوطن.

(5) خلق أدوات تحسيسية والتوعية .

المؤتمر العربي حول المرأة والرياضة:

لقد تم تنظيم مؤتمر عربي حول المرأة والرياضة من قبل الجامعة العربية من 25 إلى 27

ديسمبر 2004 الإسكندرية – مصر شاركت فيه 12 دولة عربية تحت شعار "المدرسة

الرياضة جامعة من اجل مستقبل أفضل".

حدد المشاركون توصيات حول أهمية الرياضة في المدارس والجامعات.

المؤتمر العالمي حول المرأة والرياضة:

المؤتمر العالمي الثالث للمرأة والرياضة للجنة الأولمبية الدولية في مراكش 07-09 مارس 2003.

600 مشارك من 147 دولة مساهمة للمرأة في الرياضة والثقافة والتضامن الاجتماعي والسعي من أجل السلام العالمي.

كانت هناك سلسلة من التوصيات حول استراتيجيات جديدة والتزامات جديدة لتعزيز وتطوير الرياضة النسوية.

كل أربع سنوات وطوال المؤتمر العالمي يمنح خمس ميداليات من طرف اللجنة الأولمبية العالمية ، ويتم اختياره على أساس مساهمته في تطوير الرياضة النسوية.

سنة 2004 الجائزة رجعت لإفريقيا، للجزائر بالتحديد للسيدة " خليلي مسعودة " مديرة الشباب والرياضة والترقية لولاية بومرداس حاليا.

هدف جمعية ترقية الرياضة النسوية إعطاء الفرصة لكل امرأة جزائرية حقها في ممارسة الرياضة , إضافة إلى التنسيق الدائم مع الجمعيات النوادي والرابطات الرياضية خاصة من خلال توفير كل التسهيلات مع مديريةية الشباب والرياضة من اجل النهوض بالرياضة النسوية .

وصلت الجمعية بكل هذه الأحداث لمجموعة أن تحقق أهدافها الرئيسية للرياضة النسوية , بظهور جمعيات أخرى تعرفت عليها من خلال حضوري للمعرض الرياضي الذي أقيم بوهران باسم "الرياضة في المدينة" 27 ماي 2013 بقصر المعارض .

❖ جمعية جوهرة كنستال :

تأسست 1997 المختصة في رياضة كرة القدم وكرة السلة ,أول بطولة وطنية لكرة القدم كانت عام 1998 ,والتي سارت عليها جمعية جوهرة كنستال على طريق الاتحاد الجزائري الوطني لكرة القدم النسوية ,في سنة 1999 بطولة جهوية لكرة القدم. تتراأس الجمعية الآنسة" بركاني يمينة" وهي لاعبة كرة قدم سابقة.

❖ الجمعية الرياضية انتصار وهران:

نادي كرة القدم النسوية يلعب في دوري الدرجة الأولى من بطولة الجزائر.

نهائيات بطولة الجزائر 2001-2002-2004.

❖ جمعية اتحاد الرياضي للفتيات وهران :أنشأت سنة 2006 تحت رئاسة "مودن محمد".

❖ جمعية الرياضة والمنافسة ولاية وهران: " ASCOW "

أنشأت سنة 1999 تحت رئاسة السيد"دهيليس عبد الرحيم" يختص برياضة التنس وأول فتاة تأخذ البطولة هي "شعالة فتيحة" .

❖ جمعية بطولة الرياضة الوهرانية : ASCHO

خاصة بالمبارزة والمصارعة تحت رئاسة السيد "حميدي الهواري".

❖ جمعية التحدي للرياضة النسوية ورياضة المعوقين .

❖ جدول يبين عدد الجمعيات الرياضية والشبابية حسب بلديات مدينة وهران.

البلدية	جمعية رياضية	جمعية شبابية
وهران	171	54
السانيا	16	07
سيدي شحمي	15	01
الكرمة	06	02
ببر الجير	11	04
حاسي بونيف	11	02
حاسي بن عقبة	02	00
بوتلييس	04	04

01	00	عين الكرمة
03	04	مسرغين
00	06	واد تليلات
01	01	طفراوي
00	01	البرية
01	01	بوفاتيس
01	06	قديل
00	02	حاسي مفسوخ
02	02	بن فريحة
02	16	أرزيو
00	03	سيدي بن يبغي
01	13	بطيوة
01	03	مرسى الحجاج
00	03	عين الباية
03	14	عين الترك
00	03	مرسى الكبير
01	02	بوسفر
00	02	العنصر
91	319	المجموع

وحسب المرسوم تنفيذي رقم 13-94 المؤرخ في ربيع الثاني عام 1434 الموافق ل 25 فبراير 2013, فالمادة 3 تنص على مساعدة الحركة الجمعوية الرياضية في التكفل بأهداف الإستراتيجية الوطنية للتربية البدنية والرياضية والسهر على تطوير صيغ الشراكة في هذا المجال.

المشاركة في تحديد تدابير ومعايير دعم الدولة للجمعيات الرياضية .

تحديد أهداف ومخططات وبرامج تطوير رياضة النخبة والمستوى العالي وتحضير المنتخبات الوطنية والمشاركة في المنافسات الدولية بالاتصال مع الاتحادات الوطنية.

وبالرغم وجود عدة جمعيات رياضية نسوية إلا أن الرياضة النسوية في وهران لازالت تفتقر للوسائل والموارد المادية.. والبرامج التحسيسية و التمييز الواضح بين الجنسين ,ولم ترتقي للمستوى المطلوب .

مع أن هناك ظاهرة تعدد قاعات الرياضة بشكل كبير وخاصة أن مدينة ران تعد أكثر المدن الجزائرية التي تعيش تحضرا واسعا يعكس صورة من صور التطور الحضري.

2-2 الرياضة والتكوين الأنثوي (مدينة وهران) :

إذا ما تكلمنا عن التكوين النسوي للرياضة في مدينة وهران سنتكلم أولاً عن المسار الدراسي وكما ذكرت في الفصل الأول - تاريخ الرياضة النسوية في الجزائر- فالتكوين الرياضي من شأنه فتح المجال للمنافسة وطريق الاحتراف,فالبداية تكون من العائلة ثم المدرسة التي تبقى هي أساس نواة الممارسة الرياضية لان المدرسة تمثل إطارا منطقيا يمكن أن يوجه الشباب نحو ممارسة النشاط الرياضي الذي يتماشى مع بنيتها الفيزيائية .

لم تعط أي أهمية للرياضة المدرسية وخاصة الفئة النسوية وهذا لنقص المؤطرين والأساتذة ونقص الوسائل والأجهزة، ومع انعدام مدارس خاصة للرياضات النسوية ونقص المحفزات والتشجيعات الأسرية، ومنه نطرح الإشكالية التالية:

- هل هناك تكوين نسوي في الرياضة الوهرانية ؟
- ما الدور الذي تلعبه أجهزة التنشئة الاجتماعية من مدرسة، أسرة,مراكز التكوين .. الخ في ترسيخ فكرة الرياضة؟

فالمرأة في تكوينها الدراسي تبدأ بممارسة الرياضة كمادة مبرمجة في المنهج الدراسي، هنا يبدأ مشوارها الرياضي من خلال اكتسابها لنوع من الثقافة الرياضية. فإذا ما نظرنا للحجم الساعي للرياضة في السلك الدراسي فهو جد محدد حيث أن ساعتين ليس من شأنها تنمية روح رياضية وإشباع بدني و تدريبي للفتاة، كما أن هذه الأخيرة قد تواجه حواجز فسيولوجية، اجتماعية و نفسية.. الخ و من أهم هذه الحواجز هي الطبيعة الفسيولوجية حيث

أن الفتاة تطرأ لها متغيرات في فترة العادة الشهرية "الحيض" تمنعها من بذل مجهود بدني كبير كالرياضة أثناء تلك الفترة مما يؤدي إلى انقطاع مؤقت.

أما اجتماعيا فمبدأ العادات و التقاليد و المجتمع الذكوري الذي يفرض و يحتم على المرأة الانطواء و البقاء في البيت الذي يعتبره مكانها الطبيعي.

فالفتاة في المرحلة الدراسية تميل إلى النشاطات البدنية فالرياضة تمثل لها مرحلة عبور إلى النمو، اكتساب قدرة بدنية، اكتشاف ميولاتها و معرفة موهبتها.

و لكن ما نلاحظه في مجتمعنا الجزائري و خاصة في مدينة حضرية كمدينة وهران وبالرغم من التفتح الكبير وتفكك الأسر الكبرى إلى نوية , ودخول المرأة الجزائرية إلى عالم الشغل و تقبلهم للفتاة الصغيرة ممارسة الرياضة كنوع من التسلية و الترفيه، فنرى إقبال الوالدين على تسجيل بناتهم في قاعات الرياضة وتشجيعهم لهن للمواصلة فيها إلا إنه يصعب تقبلها في سن متقدمة للفتاة عامة بعد البلوغ أو تقبلها لفرصة فتح الطريق على عالم الاحتراف و المشاركة في المنافسات حيث يصبح التزام الفتاة في هذه المنافسات صعبا حيث يستلزم عليها التأخر في التدريبات، السفر و قضاء ليالي خارج البيت و هي الفكرة التي يصعب تقبلها في مجتمعنا.

كل هذا يقف عائق في تكوين المرأة في الرياضة فالتكوين الصحيح والسليم يكون في الفترة الدراسية، ولكن بعد تلك الفترة يغلب عامل الميول ودرجة التفتح الاجتماعي للوالدين أو الزوج أو العائلة على وجه الخصوص. حيث يبقى المكان الوحيد للتكوين و التدريبات هو القاعات الخاصة أو الجمعيات فقد شجعت الدولة النشاط الجمعي الرياضي وهذا من خلال المرسوم التنفيذي الذي ينص على اقتراح وتنفيذ صيغ الشراكة الموجهة لتعزيز مشاركة الجمعيات الرياضية لانجاز أهداف وتطوير الرياضة.

- المادة رقم 03 العدد رقم 13 6 مارس سنة 2013 الموافق ل 23 ربيع الثاني عام 1434.
- المشاركة في تحديد تدابير ومعايير دعم الدولة للجمعيات الرياضية المشاركة في إعداد وتنفيذ برامج تطوير الرياضة المدرسية و الجامعية و في مؤسسات التكوين ومتابعتها و تقويمها.

- و في نفس العدد من المرسوم التنفيذي نصت المادة رقم 05 على إعداد مديرية فرعية للبرامج و تقويم التكوين و التكلف بما يأتي:
- إعداد برامج التكوين في ميادين التأطير لنشاطات الشباب و التربية البدنية و الرياضية و المهن و التأهيلات المرتبطة بها.
 - القيام بتحديد وإعداد مخططات و برامج تكوين مستخدمي تنشيط نشاطات الشباب و التربية البدنية الرياضية و تجديد المعلومات و تحسين مستواهم بالاتصال مع الشركاء المعنيين.
 - تسليم الاعتمادات و الشهادات المتوجهة لكل عمليات التكوين في ميدان نشاطات الشباب و الرياضة طبقا للتنظيم الساري المفعول.
- فالتكوين يضم مراحل :
- Pupilles / benjamin/ minime / cadet/ junior/ senior .
- التدريب. الإتقان. المنافسة.
- و هذا ما أكدته إحدى مدربات التنس في اليوم 27 ماي 2013 للمعرض الرياضي.
- التدريب هو ثمار المنافسة و من خلال المنافسة نكتشف التدريب و معناه أن أساس التكوين التدريب.
- بالنسبة إلى الرياضة النسوية في وهران تحتاج إلى دعم كبير للمدارس حكومية تختص بهذه الفئة فرغم التكوين المدرسي التي مرت بها جميع الفئات الاجتماعية، فالتكوين الصحيح هو التدريب المستمر و التكوين الجيد أيضا يكون طريق لنيل شهادة و هذا للتدريس و التأطير أو المشاركة في مسابقات وطنية أو دولية.

- معهد الوطني للتكوين العالي لإطارات الشباب والرياضة « INFSCJS »

CREPS سابقا الذي يقع في مدينة وهران ببلدية عيون الترك, انشأ من طرف وزارة الشباب والرياضة من أجل تطوير الموارد البشرية ودعم الفئة النسوية بتكوين مؤهل لدخول عالم الرياضة باحتراف.

يتم الالتحاق بالمعهد بواسطة فحص انتقائي على أساس الاختبارات لجميع المرشحين الذين تتوفر فيهم الشروط المطلوبة :

- الصحة الكاملة.

- مستوى 3 ثانوي لمدرّب الشباب والرياضة .

-شهادة البكالوريا لتقني سامي في الرياضة.

يحتوي التنظيم البيداغوجي للمعهد على:

-نيابة المديرية للشؤون البيداغوجية .

-رئيس دائرة التدريس والحياة الاجتماعية.

-رئيس دائرة الرياضات الفردية .

-رئيس دائرة الرياضات الجماعية .

-رئيس دائرة العلوم .

-رئيس دائرة التربصات والتكوين المتواصل .

يستفيد الطلبة المعهد من الخدمات والمتمثلة في:

مرقد أو غرف, مطعم, قاعة تمرير, مكتبة, قاعة انترنت, قاعة للأشغال اليدوية, قاعة للموسيقى والمسرح.

يستفيد الطلبة من منحة حوالي 3000 دينار جزائري.

مراحل وأنواع التكوين يكون كالآتي:

- مدرب رئيسي في التربية البدنية والرياضية أربع سنوات دراسة ثلاث سنوات في المعهد

وسنة تربص في الجمعيات والنوادي الرياضية والملاعب, ومذكرة للتخرج.

- مدرب رئيسي في التنشيط أربع سنوات دراسة ثلاث سنوات في المعهد وسنة

تربص في دار الشباب ومذكرة للتخرج.

- مدرب رياضي APS ثلاث سنوات دراسة سنتين في المعهد وسنة تربص مع تقرير للتربص.
- مدرب منشط موجه من المعهد إلى دار الشباب تربص لمدة سنة, وكل هته التكوينات تخصص لها مناصب شغل فيما بعد.
- كان التكوين متوقف المدة ثلاثة سنوات حتى سنة 2010.
- متوسط الحجم الساعي 500 ساعة في 4 أشهر وتحتوي المقاييس على المواد الآتية:
- الفيزياء العامة , علم الاجتماع , الانجليزية , التاريخ الوطني , الإعلام الآلي , علم الاتصال , تسيير المنظمات الرياضية, النظافة والإسعاف...
- يضم المعهد العديد من الرياضات منها: كرة السلة , كرة اليد, السباحة , وكرة القدم سابقا .
- كما تضم أيضا قاعة لرياضة الايروبيك و "aqua gym" مرتين في الأسبوع تحتوي على حوالي 25 مرآة .
- كما تقام بها عدة ندوات و تربصات , ويرخص لمعظم الجمعيات الرياضية بإقامة بتدريب الصغار حتى الاحتراف على مستوى المعهد مثل جمعية خاصة برياضة السباحة.

التخصص	مدرب بدني مخصص	مدرب الشباب	مدرب رياضي	مدرب رياضي APS
السنة الأولى 2011-2010	06	17	07	05
السنة الثانية 2012	11	13	06	03

جدول خاص بعدد الفتيات المسجلين في المعهد الوطني للتكوين العالي والإطارات الشباب والرياضة حسب السنة الدراسية 2010.

بالنسبة لهذه المراحل التكوينية فالجيل الجديد من الفئة النسوية له الحظ في التكوين والتدريب خاصة مع دعم الكبير لوزارة الشباب والرياضة، مقارنة مع الرياضة النسوية في مرحلة ما بعد الاستقلال، وهذا ما وضحته لي السيدة "الزاوي لطيفة" بطلة الجزائر في العدو الريفي لعام 1967 و1968، من خلال المقابلة التي أجريتها معها في إحدى قاعات الرياضة بمدينة وهران.

جدول الإطارات البيداغوجية الرياضية النسوية .

عدد النساء	الإطارات
00	مفتش رياضة
00	مفتش الشباب
03	مستشار الرياضة
00	مستشار الشباب
44	تقني سامي في الرياضة
48	مدرب متخصص الشباب
03	مدرب الشباب
03	مدرب رياضي
00	مستشار ثقافي

00	قائد فني
00	مدير منهجي للرياضة
02	مدير منهجي لشباب
01	مدير مؤسسة الشباب
00	متخصص في العلاقات المجتمعية
00	موجه للشباب
01	مندوب محلي
01	موجه رياضي
03	مستشار بيداغوجي للشباب
00	مدرب الشباب الممارسة الرياضية
00	موجه تقني للأداء والسرعة او الأداء الجيد
01	مستشار بيداغوجي الرياضة
110	المجموع

- فرغم الجمعيات المتنوعة و المعاهد المتخصصة إلا أن الوسائل تبقى غير كافية فلم تصبح الرياضة خاصة بالمحترفات اللواتي تحصلن على تكوين على أساس فرق رياضية والتي تسعى جاهدة من خلال ممارسة الرياضة لفرض مكانتها الاجتماعية و مساهمتها في التفاعل الاجتماعي وتطوير الرياضة عامة , وإنما تعدت إلى مظهر حضري، إلا وهو تعدد

قاعات الرياضة النسوية بشكل يثير الانتباه فأصبحت الفئة النسوية تمارس الرياضة من أجل القوام الرشيق.

وأصبحت النوادي الرياضية تشهد إقبالا مكثف خاصة القاعات المخصصة للأيروبك حيث تعتبر هذه الأخيرة الأكثر رواجاً.

2-3 أنواع الرياضات النسوية في مدينة وهران:

أصبحت مدينة وهران مدينة ميتروبولية وهذا لتعدد أقطابها وبلدياتها وأحيائها, وتعدد نشاطاتها الرياضية, وتعدد قاعات الرياضة الخاصة والملاعب كل المرافق الرياضية بكل أنواعها.

فما هي أنواع الرياضات النسوية المتواجدة بمدينة وهران ؟

العاب الكرة

1. كرة اليد: هي رياضة جماعية يتبارى فيها فريقان لكل منهما 7 لاعبين 6 لاعبين وحارس مرمى.⁽³⁹⁾



تألق المنتخب الجزائري النسوي في السبعينات بعد الإصلاح مباشرة وكانت "زهور قيدوش" هي أول مرآة في تاريخ الجزائر وكرة اليد. حصلت الجزائر على المرتبة 11 لكاس العالم 1978, والمرتبة 19 لكاس العالم 1997. كما أن الفريق النسوي وصل للنهائيات بطولة افريقية لسنة 1996, والمرتبة الثالثة في عام 1976 و 1994. و حاليا يحظى الفريق الوطني النسوي على تربص داخل وخارج الوطن لتحضير لبطولة العالم المقررة ديسمبر المقبل. أما الفريق الوطني النسوي لمدينة وهران بدأ بالنهوض على يد مولودية وهران في سنة 2000 كما شارك في عدة منافسات رياضية كدورة رياضية لذاكرة اللاعبة "سارة بابوهوم" في 23 جوان 2012 بقصر الرياضة, وشارك الفريق كذلك في بطولة وطنية في 21 سبتمبر الماضي.⁽⁴⁰⁾

كما أن بلغ عدد النساء رياضة كرة اليد بمدينة وهران حوالي 437 في أكثر من 26 نادي.⁽⁴¹⁾

2. **كرة الطائرة** : تعد أكثر الرياضات شعبية يلعب فيها فريقان تفصل بينهما شبكة عالية.

كان أول ظهور لها بالو.م.ا ثم في كندا تحديدا 1900.⁽⁴²⁾

حرز المنتخب الوطني لكرة الطائرة سيدات بميدالية ذهبية عام 1978 الجزائر لألعاب القوى ونفس الشيء عام 2007 و 2011 بموزنبيق.

تأهل المنتخب غالى العاب بكين لعام 2008, و في بطولة العالم 2010 بعد حصوله على المركز الأول في تصفيات 2009, وشارك في كاس العالم سيدات 2011 باليابان.



40- 2013/9

41- مكتب

42- وكيبيدي

20

تنتمي كرة الطائرة لنادي مولودية وهران كغيرها من الرياضات التابعة لهذا النادي ,حيث حظي فريق الوطني لمدينة وهران بتكوين أجنبي مع الفريق "taipei chinese" 24 ابريل 2012 لتحضير اللقب العالمي السنوي باليابان.(43)

كما أن بلغ عدد النساء كرة الطائرة بمدينة وهران حوالي 637 في أكثر من 23 نادي.(44)

3.كرة السلة: هي رياضة جماعية يتنافس فيها فريقان يتألف كل منهما من 5 لاعبين وتعود أصولها للو.م.ا 1891.(45)

تحصل الفريق الوطني على المرتبة 4 في بطولة الإفريقية 2005,

كما احتل المرتبة 34 عالميا في الاتحادية العامية لكرة السلة الإفريقية FIBA كما يحظى حاليا تكوين أجنبي من قبل الاتحادية الجزائرية لكرة السلة تحضيرا للبطولة الإفريقية 2013.

ننتمي كرة السلة لمولودية وهران تطورت منذ 1994. أخذت بطولة الجزائر 1984,وكاس الجزائر 1990.(46)



123

43
44
45
46
n.-

كما أن بلغ عدد النساء كرة السلة بمدينة وهران حوالي 359 في أكثر من 9 نوادي.⁽⁴⁷⁾

4. كرة المضرب: أو التنس نوع من الرياضة التي يتبارى فيها لاعبان في مباريات الفري أو الفريقان مكونان من لاعبين في مباريات الزوجي وتعود أصولها إلى فرنسا. وهناك رياضة تابعة تنس الطاولة و هي رياضة الشعبية ومن احدث الرياضات وهي تتطلب وتتطلب سرعة ردا لفعل لكونها رياضة سريعة.⁽⁴⁸⁾

مورست في الجزائر تنس وتنس الطاولة قبل الاستقلال لكنه كانت مجرد وسيلة الترفيه للمستوطنين الفرنسيين, ثم انتشرت في الجميع أنحاء الوطن من خلال الكشافة الوطنية, واتحاد الشبيبة الجزائرية.

وقد شاركت الجزائر في 1974 في بطولة بكين وانضمت للبطولة المغاربية عام 1976 بعد الإصلاح مباشرة .

ثم اندمجت في الرياضات المدرسية والجامعية سنة 1978.



و 14 سبتمبر 2013 والتي فازت باللقب

(49)

⁴⁷ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

⁴⁸ - وكبيديا الموسوعة الحرة.

⁴⁹ - www.africatopsports.com/.../tennis-circuit-international-feminin-algerien

كما أن بلغ عدد النساء تنس بمدينة وهران حوالي 348 مرآة و236 في تنس الطاولة في أكثر من 11 نادي.⁽⁵⁰⁾

رياضة فنون الدفاع عن النفس

1. الجيدو: هي رياضة فردية أنشأت في اليابان من طرف الدكتور "جيغوروكانوا" سنة 1882 ومعناها الطريق اللين, وهي طريقة للدفاع عن النفس يستخدم فيها اللاعب التوازن والفاعلية, أصبحت رياضة اولمبية رسمية 1964 وأضيفت الفئة النسوية سنة 1992.⁽⁵¹⁾ توجت رياضة الجيدو الجزائرية 15 مرة بطولة جزائرية, مع أمثال "سليمة سواكري" في اولمبياد أثينا 2004 وبمركز خامس عالميا كما أصبحت مدربة وطنية ثم سفيرة لليونيسيف بالجزائر.



و حصلت "صوريا حداد" على الميدالية البرونزية 2008 في اولمبياد بكين .

رياضة الجيدو في مدينة وهران في طريق النمو حيث شاركت في

دورة عالمية في 2010 وحصلت "إيمان حنيفي" على المرتبة الأولى بتونس كما حصلت الجزائر على 5 ميداليات , من شأنها إعطاء دفع قوي لتطوير هذه الرياضة.⁽⁵²⁾

كما أن بلغ عدد النساء الجيدو بمدينة وهران حوالي 167 في أكثر من 35 نادي.⁽⁵³⁾

⁵⁰ - مكتب الإحصائيات مديرية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

⁵¹ www.forum kooora .com /judo-

⁵² www .djazairss .com le 24/06/2012-

2. كاراتيه:

نظام قتالي يستخدم فيه الأيدي والأرجل والمرافق والركب و يسمى أسلوب حسن التصرف في الدفاع على النفس.(54)

أحرزت الجزائر 13 ميدالية من بينها 4 ذهبية ببطولة البحر الأبيض المتوسط ماي 2013 , كانت أولها "بسباس ليديا" فئة الأكابر بوزن 50 كلغ.(55)

كما أن بلغ عدد النساء الكاراتيه بمدينة وهران حوالي 161 في أكثر من 22 نادي.(56)

3. تاكواندو:

هي رياضة من أصل كوري معناها القبضة المغلقة "كوان" تعني القدم و"دو" معناها الطريقة والهدف, تحسب كل النقاط على كل ركلة قوية وضربة قوية.(57)



تمارس كثيرا في فرق العسكرية الوطنية حتى الفئة النسوية .

أقيمت بطولة المغاربية بمدينة وهران حيث كانت المرتبة 4 للجزائرية "شريفية رشيدة" في فئة 67 كلغ , كما ستقام البطولة الوطنية لفئة الاصاغر 15 و16 مارس القادم بمدينة وهران.(58)

⁵³ - مكتب الإحصائيات مديرية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

⁵⁴ - www.noomba-sport.com/sport/tous

⁵⁵ - جريدة الجمهورية 2013/05/26.

⁵⁶ - مكتب الإحصائيات مديرية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

⁵⁷ - وكبيديا الموسوعة الحرة.

كما أن بلغ عدد النساء التاكيواندو بمدينة وهران حوالي 306 في أكثر من 17 نادي.⁽⁵⁹⁾

4. الملاكمة:

يسمى أيضا بالفن النبيل هي رياضة تهاجم فيها اثنين من الرياضيين ذوي الوزن المماثل. ظهرت أول كرياضة رسمية في القرن 18, حيث أنشأت أول اتحادية للملاكمة انجلترا سنة 1880 وفي سنة 1884 أجريت أول بطولة رسمية للملاكمة, ودمجت ضمن الألعاب الاولمبية الصيفية لسنة 1904.⁽⁶⁰⁾



ظهرت الملاكمة بالجزائر سنة 1997 ولم تحظى بطولة آنذاك إلى غاية 1999 وكان أول كأس للفيدرالية الجزائرية لرياضة الملاكمة, وفي سنة 2004 وأقيمت أول بطولة نسوية لرياضة الملاكمة. تضم الفيدرالية أكثر من 110 ملاكمة شابة حسب إحصائيات 2009 مقسمة على نوادي مختلفة. قام الاتحاد الجزائري لرياضة الملاكمة تعاونا مع مديريةية الشباب والرياضة لولاية تيارت ببطولة وطنية لفئة الاصاغر والأكابر سنة 2012 شارك فيها 77 ملاكم.⁽⁶¹⁾

توجت " نزهة بومعروف " بطلة الجزائر للملاكمة 57 كلغ في كاس إفريقيا الذي أقيم بالكامرون.

⁵⁸ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

⁵⁹ - جريدة الوقت التونسية 2010/02/12.

⁶⁰ - وكبيديا الموسوعة الحرة.

⁶¹ - www.djazairess.com/boxe-

كما أن بلغ عدد النساء الملاكمة بمدينة وهران حوالي 14 في أكثر من 12 نادي.⁽⁶²⁾

5.المبارزة بالسيوف:

وهي إحدى أنواع المبارزة والتي تستخدم فيها نوع خاص من السيوف وزي خاص ابيض وقناع للوجه ,وتعد من أقدم الرياضات ,أدمجت ضمن الاولمبيات سنة 1889,واولمبي النساء سنة 1924. ⁽⁶³⁾توجت " أبيك بونقاب" بميدالية الذهبية في البطولة العربية للمبارزة فئة الاصاغر بعاصمة الأردن عمان 3مارس 2012. وأقيمت البطولة العربية لفئة الأواسط والأكابر(نساء ورجال) في9 مارس إلى غاية 15 بالجزائر العاصمة وتوجت باللقب "عجالي فريال" كما حصلت على عدة ميداليات . شاركت الجزائر في البطولة الإفريقية للمبارزة وحصلت على7 ميداليات واحتلت المرتبة السابعة مع 21 نقطة. ⁽⁶⁴⁾



ميدالية فضية " ربيعة الملسا" ف فئة 59 كلغ وميدالية برونزية " هوارية عيشون" فئة 48 كلغ كما حصلت "انسة خلفاوي" بطلة الجزائر للمبارزة تابعة لجمعية (GSP) في البطولة الوطنية لفئة الأكابر في 7و10 جوان 2013بين عكنون الجزائر العاصمة. ⁽⁶⁵⁾

كما أن بلغ عدد النساء المبارزة بمدينة وهران حوالي 74 في أكثر من 7 نوادي.⁽⁶⁶⁾

الألعاب المائية

⁶² - www.noomba-sport.com/sport/tous

⁶³ - www.algeriepatriotique.com/5mars2012escrime.

⁶⁴ - جريدة المجاهد 2013/06/10 بطولة الجزائر للمبارزة .

⁶⁵ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران2013.

⁶⁶ - وكبيديا موسوعة الحرة.

1.السباحة : هي رياضة فردية وجماعية وهي أقدم الألعاب التي مارسها الإنسان دخلت برنامج الاولمبي سنة 1896 والفئة النسوية اعتبارا من دورة ستوكهولم 1912. أنواعها: الحرة, على الظهر, الصدر, والفراشة.⁽⁶⁷⁾



أصبحت السباحة من أهم الرياضات في الجزائر, أصبح مسبح وهران الاولمبي الذي فتح 2005 بعد 10سنوات من الغلق كان له الفضل في رفع عدد الممارسين خاصة الفئة النسوية.

فيما تحصي وهران أكثر من 14 سباحا ضمن الفريق الوطني من عدة جمعيات, منها جمعية الباهية المائية والتي تحصلت على المراتب الأولى ولائيا والرتبة الرابعة من أصل 44 فرق وطني .

كما توجد أكثر من 20 جمعية تشرف على تعليم الأطفال المبتدئين الراغبين في تحسن مستواهم في السباحة, وهذا ما يساهم فعلا رفع

مستوى السباحة وكرة الماء على المستوى المحلي و الجهوي والوطني.⁽⁶⁸⁾

أقيمت بطولة جزائرية لشباب فئة المبتدئين والاصاغر و الاواسط جوان 2012 بالمسبح الاولمبي وهران,حيث توجت فيه الشابتان

"نفسى رانية" و"موالفي سارة" من الجزائر العاصمة.⁽⁶⁹⁾

⁶⁷ -- مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران2013.

⁶⁸ - يومية الشعب 15مارس 2013, تعرف الرياضات المائية في وهران انفراجا.

⁶⁹ - جريدة الجمهورية 2012/06/24,بطولة الجزائر للسباحة للشباب .سيطرة سباحي وهران والعاصمة.

كما أن بلغ عدد النساء السباحة بمدينة وهران حوالي 267 في أكثر من 13 نوادي.⁽⁷⁰⁾

2. رياضة التجديف:

هي عبارة عن مسابقة لسباق القوارب فردية زوجين ورباعية تجري المسابقات في مياه راكدة. يعود أصلها لسكان أمريكا الشمالية, ثم برزت كرياضة في القرن 19.⁽⁷¹⁾ وقد تطورت هذه الرياضة في الجزائر أواخر هته السنوات وهذا لكثرة منافساتها ودعم الجمعيات والفيدرالية الجزائرية.



قام الاتحاد ألوهراي لشراكة القوارب والتجديف تعاوننا مع مديريةية الشباب والرياضة للولاية ,بمنافسة وطنية بمقر ميناء وهران لمسافة 12 كلم .

البداية من عين فرانيين بلدية بئر الجير ,شاركت فيه عدة جمعيات من مختلف ولايات الوطن الجزائر العاصمة ,وهران, عنابة ,مستغانم وغيرها من جمعيات الصم والبكم والكشافة الإسلامية حتى الفئة النسوية.⁽⁷²⁾

لمعت كذلك الفئة النسوية في هذه الرياضة حيث توجت " أمنة روبا" في الألعاب اولمبية 2012 بمدينة لندن ,والمرتبة الثانية

في الدورة العالمية للرياضة ركوب القوارب بفرنسا.⁽⁷³⁾

⁷⁰ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

⁷¹ - www.noomba-sport.com/sport/tous

⁷² - le soir 11 juin 2008 .

كما أن بلغ عدد النساء التجديف بمدينة وهران حوالي 77 في أكثر من 9 نوادي.(74)

3. رياضة تحت الماء " الغوص ":

هذا النوع من الرياضة لا تعرف في الجزائر كثيرا حتى وان قلنا أنها تطل على البحر الأبيض المتوسط و معظم مدنها توجد بها بحار, انهار.

هناك فيدرالية جزائرية للإسعاف و الإنقاذ والأنشطة تحت المائية, و

هي تضم 1500 مناسف, وتجمع الأنشطة الغوص تحت الماء والاصطياد, السباحة والإسعاف.لم تقام أي بطولات ومنافسات عالمية.(75)

قامت مدينة وهران بتكوين لأكثر من 12 شاب من طرف اتحاد الغوص وهران.كما قامت الفيدرالية للإسعاف و الإنقاذ والأنشطة تحت الماء تعاوننا مع اتحاد الأنشطة تحت الماء لمدينة وهران مسابقة للصيد الرياضي 17 و 18 جوان 2011ببلدية" عين الترك" شارك فيها 55 لاعب من مختلف ولايات الوطن.(76)

كما أن بلغ عدد النساء تحت الماء بمدينة وهران حوالي 39 في أكثر من 13 نادي.(77)

العاب القوى :

تعني الكلمة اليونانية "Athols" التسابق تضم مجموعة من الرياضات تنقسم بشكل أساسي إلى: العدو, الرمي, القفز.

يهيمن على جدول الألعاب أربعة أنواع من الأحداث , الملتقيات الكبرى , الملتقيات بين الأندية والبطولات الوطنية والبطولات الدولية الكبرى .

⁷³ -- جريدة الجمهورية 2012/07/23,اولمبياد لندن 2012 المجدفة الجزائرية "امنة روبا "تسعى للمرتبة المشرفة .

⁷⁴ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران.2013

⁷⁵ .- le blog de Gildon –elmouja-la vague/les port nautique en algerie sport subaquatique 03/11/2007

⁷⁶ www.vitamedz.com/fassas...Oran

⁷⁷ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران.2013.

الألعاب الاولمبية هي الحدث الأكثر شهرة دوليا ,وهي تنعقد كل أربع سنوات منذ 1896 ,ثم بطولة العالم لألعاب القوى التي تقام كل سنتين ومنذ سنة 1982 كل الأحداث العاب القوى تنظم من طرف الاتحاد الدولي لألعاب القوى.(78)

1. **العدو:** أول لاعبة جزائرية فازت بالميدالية البرونزية في بطولة المغاربية لألعاب القوى 1967 "غزلان رببعة" تأتي بعدها "حسية بالمرقة" بالميدالية الذهبية في بطولة العالم 1990 ثم "سكينة بوتامين".



احتضنت مدينة وهران نصف ماراتون 28 سبتمبر 2013, أكثر من 100 عداء ممولة من طرف "sport évents international" ومديرية الشباب والرياضة ,بوسط المدينة.(79) كما أن بلغ عدد النساء العاب القوى بمدينة وهران حوالي 582 في أكثر من 24 نادي.(80)

2. الجمباز:

هي مستخلصة من الكلمة اليونانية "جيمنوز" وهي عبارة عن حركات بهلوانية تتضمن سلسلة من الحركات تجمع بين القوة والمرونة والسرعة والبراعة. تتنوع بين الجمباز الفني و الإيقاعي الخاص بفئة النسوية فقط.ظهر أول مرة في الحضارة المصرية ثم الإغريقية.(81)

يصل اللاعبات إلى أعلى مستوى خلال عمر 11 إلى 19 سنة.



بدأت هذه الرياضة بالتوسع والتطور بعد الألعاب الاولمبية لسنة 1896, أما بالجزائر فكانت أول مرة في الألعاب المغاربية 1967 وأول امرأة كانت "صباح لزهري" بيوغسلافيا سابقا.⁽⁸²⁾

كما نالت جمعية "Amel Riadhi" بعين البنيان ولاية الجزائر لعدة ميداليات في بطولات وطنية, كالميدالية الذهبية في البطولة الوطنية سنة 2009.⁽⁸³⁾ كما أن بلغ عدد النساء الجمباز بمدينة وهران حوالي 263 في أكثر من 7 نوادي.⁽⁸⁴⁾

3. حمل الأثقال:

هي رياضة اولمبية يقوم بها المشاركون بعمل حركتين حركة الأولى تسمى الخطف والحركة الثانية تسمى النثر.

ظهرت أول مرة بانجلترا, وأول ظهور للمرأة في المنافسات لسنة 1947 ثم توقفت حتى سنة 2000.⁽⁸⁵⁾



⁸² -ienne-

⁸³ -e.com-

⁸⁴ - مكتب

⁸⁵ - وكبيد-

شاركت الجزائر في البطولة العربية لحمل الأثقال بمدينة المغرب أكتوبر 2012. لمعت فيها أسماء جزائريات بخمسة ميداليات فضية وميدالية برونزية. "فيلاي كنزة" و "بن مخلوف فايزة" و غيرهن من النساء اللواتي برهن التحدي أمام الفئة الذكورية.⁽⁸⁶⁾

كما أقيمت بمدينة وهران 30 جوان الماضي بقصر الرياضات بطولة جزائرية لفئة الاواسط و الاكابر المحترفين ,حيث نالت المركز الاول في فئة الاكابر "مريم لعوج" و "عاليا مزوار" وغيرهن من الفئات النسوية.⁽⁸⁷⁾

كما أن بلغ عدد النساء حمل الأثقال بمدينة وهران حوالي 29 في أكثر من 6 نوادي.⁽⁸⁸⁾

رياضة ركوب الدرجات:

هي مسابقة الدرجات موجودة بالجزائر منذ 1951 ,رغم وجودها في الجزائر لعدة سنوات إلا أنها لم تجد جو للتطور ,هناك 3000 راكب دراجة بالجزائر عدد قليل مقارنة برياضات أخرى زيادة على هذا قلة المنافسات المنظمة وقلة الاحتكاك بالمستوى العالمي العالي. كما تسعى الفيدرالية الجزائرية لركوب الدراجات إلى إقامة تكوينات أجنبية و جلب اكبر عدد من الشباب لهذه الرياضة ,وتطوير مدارس وجمعيات ركوب الدراجات.

⁸⁶ - www.djazairress.com /championnat arabe d'haltérophilie la sélection féminine remporte 6medaille en seniors 01/10/2012.

⁸⁷ - planète sport .dz 30 juin 2013 haltérophilie championnat d'Algérie juniors/seniors a Oran.

⁸⁸ - مكتب الإحصائيات مديريةية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

شاركت الفريق الوطني للركوب الدراجات في بطولات عالمية تركيا، إيطاليا، فرنسا، فيينا (89).



كما تحصلت الجزائرية "عائشة تيهير" على الميدالية البرونزية للبطولة العربية النسوية التي أقيمت بعمان الأردن في 10 أكتوبر 2013. (90)

كما أن بلغ عدد النساء ركوب الدرجات بمدينة وهران حوالي 13 في أكثر من 6 نوادي. (91)

كرة القدم الوهرانية لم تسجل أي مشاركة نسوية من حيث اللاعبات المرخصات لسنة 2013، مع أن نوادي كرة القدم بلغ 94 نادي لكرة القدم وهذا مكتب الإحصائيات لمديرية الشباب والرياضة.

تصنيف الرياضات حسب عدد النوادي وعدد المرخصات.

أنواع الرياضات	عدد النوادي الملتحقة	عدد المرخصات
كرة اليد	437	26
جيدو	167	35
كرة الطائرة	637	35
العاب القوى	582	24

⁸⁹ - مكتب الإحصائيات مديرية الشباب والرياضة لولاية وهران 2013.

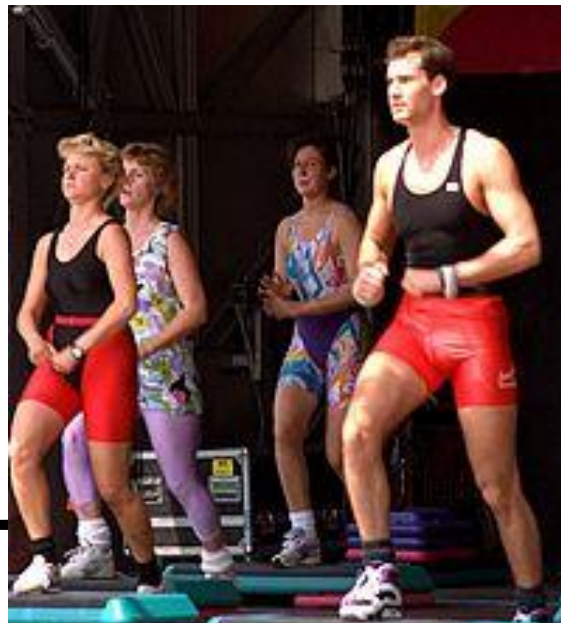
⁹⁰ - www.velo101.com/15aout 2013

Le cyclisme algérien tente de se donner un nouvel élan après avoir connu ses heures de gloire au milieu du 20ème siècle avec son Tour national.

⁹¹ - www.facyclisme.dz le 11/10/2013

17	306	تاكيندو
11	348	كرة المضرب
22	161	كاراتيه
9	359	كرة السلة
13	267	السباحة
11	236	كرة الطاولة
9	77	التجديف
7	263	الجمباز
13	39	الغوص
12	14	الملاكمة
7	74	المبارزة
6	29	حمل الاثقال
6	13	ركوب الدرجات
263	4009	المجموع

وتجدر بنا الإشارة أن اهتمام المرأة الوهرانية برياضة السباحة يزداد يوما بعد يوم وبشغف وعلى تعلم السباحة , والتي أصبحت لا تقل اهتماما على رياضة الإيروبيك .



بل أن بعضهن يعددن برنامجا أسبوعيا للحفاظ على لياقتهن والتخلص من الوزن الزائد وهو الأمر الذي يبينه الإقبال المتزايد للنساء هذه الأيام على الانخراط في جمعيات وقاعات خاصة بهاتين الرياضيتين على اختلاف أعمارهن وتوفر فرصة مناسبة للممارسة.

الفصل الثالث:

تحليل الدراسة الميدانية

تحليل الدراسة الميدانية:

الرياضة ظاهرة اجتماعية ، كما أنها تعكس تغيرات حاصلة للمدينة من حيث المعايير والقيم الثقافية والروابط الاجتماعية بشكل عام.

وتعرف الرياضة عموماً كطريقة للمحافظة على الجسم ولكن حالياً أصبحت تعتبر علامة جديدة للاعتناء بالجسم وخاصة من الجهة الجمالية، وأصبح مركز اهتمام الفرد في الوسط الحضري والمحرك الأساسي للتميز الاجتماعي.

وقد أشار العلامة "ابن خلدون" إلى العلاقة بين البيئة الفيزيائية وشكل الإنسان ونمط محيطه

فقد أوضح أن الناس ممن يعيشون في إقليم فقير شحيح يقتاتون بالتافه من الطعام، فهم أقوى أبداناً من المترفين المنعمين، فألوانهم أصفى، وأبدانهم أنقى، وأشكالهم أحسن.

يعد جسم الإنسان الخيط الواصل بينه وبين الرياضة كممارسة بدنية واجتماعية في حد ذاتها. فقد تغيرت فكرة الجسد منذ عدة سنوات بحكم تغير وتطور الحضارات التي ترجمت أنواع مختلفة من الممارسات البدنية (مثل المصارعة عند الإغريق).

كما أن تغير مكانة المرأة والعلاقة مع جسمها بفعل التحضر والتطور الكبير للمدن، وخروج المرأة للعمل واكتشافها للعالم الخارجي وتمتعها بحقوق مثل الرجل بعدما كان خروجها من البيت شيء يستحيل إلا للضرورة، أصبحت تشارك في جميع الميادين ومجالات الحياة الاجتماعية والاقتصادية، وهذا يعني أنها اكتسبت استقلالية مادية ومعنوية وهذا يؤكدنا الأستاذ "هوارى عدي" في مؤلفه تحولات المجتمع الجزائري يقول تكسب استقلالية مادية من خلال اقتحامها لمجال الشغل ومعنوية من خلال منافستها للرجل في شتى المجالات. نراها حالياً حتى في المجال العسكري، شرطية، جمركية وسائقة سيارة أجرة والتي كانت لوقت مضى حكراً على الرجال فقط.

الفكرة العامة للجوء المرأة لممارسة الرياضة هي المحافظة على صحتها وذلك لتأثير الثقافة المدنية، وتطور التكنولوجيا، تطور وتطور المستوى المعيشي وزيادة الحاجيات اليومية وتوسع جميع المجالات وكثرة الأمراض والأوبئة، وغيرها من عوامل أدت لتغير نمط العيش، فالحياة الريفية تختلف كثيراً عن النمط الحضري الجديد، العادات الغذائية والبدنية وحتى الاجتماعية.

فبعدها كان الإنسان يعيش بجوار الطبيعة والهواء النقي، أصبح ضمن معركة أو ثورة آلية، اكتظاظ، ازدحام سيارات، غازات سامة، وبعدها كان غذائه طبيعي على أساس الحبوب والخضر الطازجة أصبحت معظم مأكولاته جاهزة فالحلم مجمد، الخضار مجمدة والفواكه معلبة وغيرها من عادات غذائية من شأنها التأثير على صحة الإنسان. أما العادات الاجتماعية أو الحركية .

ففي الريف يعيش الناس في تواصل يومي ضمن جماعة تحترم فيها القوانين ,يقومون باكرا لأداء نشاطات بدنية حركية متعددة من زرع وحرث وجني.

مع النقيض إذ أصبح الإنسان قليل الحركة بسبب التطور التكنولوجي وبحكم العولمة وتطور المؤسسات الترفيهية , واكبت المدن الجزائرية هذه التكنولوجيا التي لها سلبيات.

سلبيات التكنولوجيا وعلاقتها بالمرأة:

سأبدأ أولاً في محيط البيت , أصبحت المرأة العاملة أو الماكثة في البيت قليلة الحركة، فتواجد آلة غسل الملابس والأواني، آلة تحضير القهوة وغيرها من الآلات المساعدة قللت من النشاط البدني المبذول. أما خارج البيت فالرياضة المعروفة أو الحركة البدنية التي يمارسها الإنسان يوميا وهي المشي قد قلت كثيرا بحكم تطور وسائل النقل من حافلات، سيارات أجرة، قطار وغيرها.

حتى احترام قوانين الجماعة والتواصل مع العائلة أصبح شيء نادر، حيث أصبح الطفل ومنذ السنة الأولى من حياته يوضع في الحضانة، فيعتاد الطفل على نمط معين من العيش ابتداء من ثاني أجهزة التنشئة الاجتماعية وهي المدرسة.

فالأسرة النووية أعطت للمرأة نوع من أنواع التحرر والوعي الثقافي, ويبرز في محافظتها على لياقتها البدنية والقضاء على الخمول والكسل, والقلق النفسي, و التواصل مع الجماعة للتخلص من الفر دانية.

فتغير العادات الغذائية أدى إلى ظهور أمراض عدة مثل السمنة، أصبحت المرأة تمارس الرياضة من أجل جسم رشيق وجميل.

من خلال هذه الدراسة أريد توضيح وتفسير ظاهرة الرياضة النسوية أو ممارسة المرأة للرياضة كمتغير جديد للثقافة الجزائرية. وكيف أصبح الجسم بالنسبة للمرأة بمثابة قوة اجتماعية وثقافية، وشكل من أشكال التغيير الاجتماعي، ويؤكد "دافيد لوبروتون" أن الجسد في المدينة أصبح جسدا وظيفيا عقلانيا خاليا من البعد الرمزي، كجسد الإنساني وتغير الجسد من أجل تغيير الحياة.

التحليل:

انطلاقا من الواقع الحضري الذي تعيشه مدينة وهران والتطور الكبير والاستثمارات الخارجية وتنوع المرافق الرياضية.

فممارسة الرياضة أصبحت ظاهرة حضرية بغض النظر عن الرياضة التنافسية والفرق الرياضية النسوية، أصبحت فئة معتبرة من النساء يمارسن الرياضة بشكل منتظم في القاعات الخاصة والملاعب.

لفهم أسباب هذه الظاهرة سنركز على الحياة اليومية لهذه الفئة وخاصة الفئة التي تمارس الرياضة الحرة مثل رياضة الإيروبيك.

قمت باستعمال تقنية الاستمارة على عينة من النساء حوالي مئة (100) امرأة مقسمة بين فئة المختصين في الرياضة التنافسية تابعين لجمعيات ونوادي رياضية وفئة المختصين في الرياضة الحرة.

احتوت الأسئلة على محددات اجتماعية، مهنية، السن، الحالة المدنية، عاملة أو مأكثة في البيت. حسب الدراسات الكثيرة والمتنوعة حول هذا الموضوع أردت أن أجلب معلومات جديدة فركزت أولاً على متغير السن حيث قمت بتحديد السن من 16 إلى 50 سنة فما فوق، لكن لاحظت عند القيام ببعض المقابلات وتوزيع الاستمارات في إحدى القاعات الخاصة أن

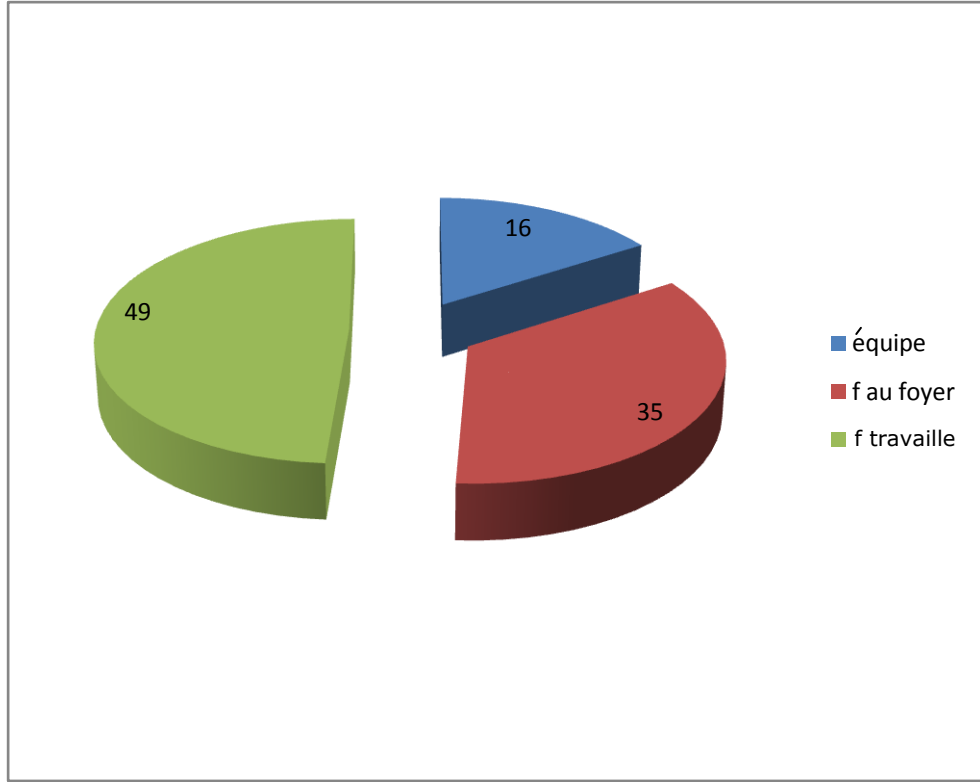
معظم النساء أعمارهم تتراوح من 50 إلى 73 سنة، وفئة أخرى من 20 إلى 45 سنة وهناك أكثر من 05 حالات يبلغون 73 سنة من العمر.

فمتوسط العمر للفئة النسوية المنخرطة ضمن رياضات تنافسية أو جمعيات أو نوادي هي ضئيلة مقارنة مع الفئة النسوية المتخصصة في الرياضة الحرة فهي لا تمثل سوى 16 % معظمهن تمارسن أنواع مختلفة من الرياضات ولكن أكثرهن تمارسن كرة اليد والكرة الطائرة.

ترجع ضالة هذه النسبة إلى :

- السلطة الأبوية أو الأخ الأكبر، فمعظم الفتيات اللواتي تمارسن الرياضة في فرق محلية أو وطنية عند وصولهم لسن معينة (20 سنة) يتوقفون مع أن تلك الفترة هي الفترة الإبداعية التي تقوم بها الفتاة بالتطور الرياضي.
- يقوم الأب أو الأخ الأكبر بتوقيفها بسبب العادات والتقاليد، وعدم السماح لها بالسفر أو العودة للمنزل في وقت متأخر.

أما ما تبقى من الفئة الممارسة للرياضة الحرة فنسبة الفئة النسوية الماكثة في البيت لا تمثل سوى 35% مقارنة مع الفئة النسوية العاملة التي بلغت 49%.

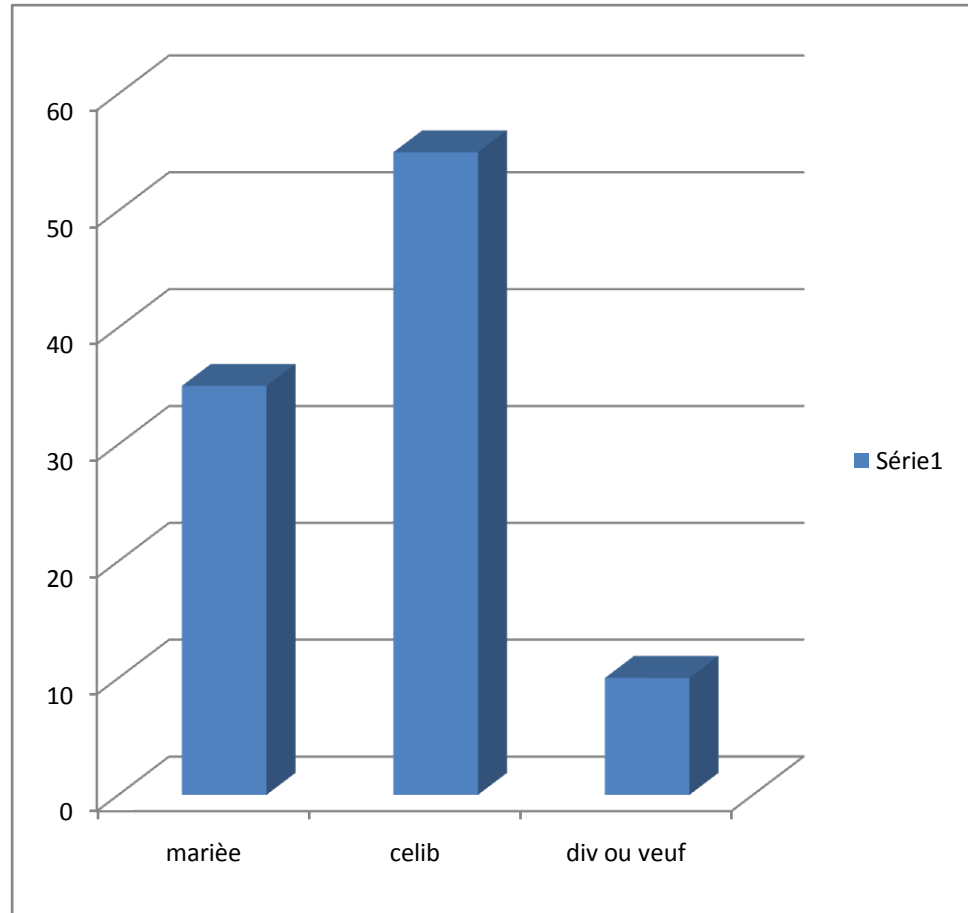


كما أنني لاحظت أن هذه الفئة تحرص على ممارسة الرياضة بانتظام حيث أن الفئة النسوية العاملة تخرج من أماكن عملها قبل الوقت المحدد القانوني من أجل حضور الحصة الرياضية من البداية .

ترتفع نسبة العاملات عن الماكثات بالبيت نظراً لحرية تصرفهن بالمدخول الشهري الفردي، فتخصص المرأة العاملة ميزانية خاصة بهواياتها الجمالية ولياقتها البدنية دون الطلب من زوجها خاصة إن كانت من طبقة اجتماعية بسيطة، أما الفئة الماكثة بالبيت فمعظمهن تنتمين إلى طبقة اجتماعية غنية أو متوسطة.

أما الفئة التي تتراوح أعمارهن من 50 سنة فما فوق فمعظمهن متقاعدات اعتدن على نشاط معين ومع مكوثهن في البيت لساعات طويلة يشعرن بالإحباط والتعب وزيادة الوزن كذلك.

أما الحالة العائلية للعينة فتتراوح نسبة النساء المتزوجات 35% من مجموع العينة المدروسة و55% من العازبات أما فئة المطلقات أو الأراامل فتتمثل 10%.



أما المستوى التعليمي فلمعظمهن مستوى جامعي أو ثانوي على الأغلب أي أن لمعظمهن مستوى دراسي يفوق 60% وهذا ما يتبين من خلال نسبة العائلات الذي يفوق نسبة الماكثات في البيت، فوعي المرأة الثقافي ازداد من خلال المستوى التعليمي العالي الذي وصلت الفئة النسوية من تفتح وزيادة اهتمام بمجال الهوايات وترى فئة العائلات أن الرياضة تحفزها على اكتساب جسم جميل ومتناسق، كما تعتبرها شكل من أشكال الترويح النفسي.

نسبة الإجابات الخاصة بسؤال: لماذا تمارسين الرياضة ؟

فمعظمهن تقول أن وزنها ازداد بعد الإنجاب لأنها لا تمارس أي نشاط بدني، وبعضهن تمارسن الرياضة لملء الفراغ والترويح عن النفس أو لتفريغ المكبوتات النفسية ونسيان

المشاكل اليومية. فنسبة الإجابة (ملء الفراغ) يفوق نسبة (ظروف صحية) إلى حد ما. والجدول التالي يبين الفرق:

فقد كانت الرياضة في القرن 19 احد الحلول الرئيسية لشغل أوقات الفراغ الطبقة الاوروستقراطية .

ممارسة الرياضة لظروف صحية	ممارسة الرياضة لملا الفراغ
%39	%61

فإذا تكلمنا على ممارسة الرياضة كطريقة لملا الفراغ وطريقة للترويح عن النفس, فكلمة ترويح تطلق على مجال الفراغ, لان الرياضة أنشئت في كنف الترويح فالأصل الغوي لكلمة رياضة "Disport" ويعني أن يسلى الإنسان نفسه, فقد كانت الرياضة في القرن 19 احد الحلول الرئيسية لشغل أوقات الفراغ الطبقة الاوروستقراطية.

فيعد الترويح ظرف انفعالي يستشعر الإنسان وينتج من الإحساس بالرضا والوجود الطيب, النجاح والقيمة الذاتية, والسرور وبدعم الصورة الايجابية للذات. (92)

⁹²- د.امين انور الخولي, اصول التربية البدنية والرياضية المدخل-التاريخ – الفلسفة, دار الفكر العربي, القاهرة2005,ص155

العلاقة بين الترويح وملا الفراغ في الرياضة :

الرياضة تعتبر استثمار لوقت الفراغ هدفها تنمية جمالية , نفسية , اجتماعية⁹³ لهذا انتشرت رياضة اللياقة البدنية الإيروبيك بشكل لافت للانتباه منذ التسعينات .

فممارسة اليومية قد تكون عبارة عن تمارين اللياقة عامة , فهي أهم الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية ويتحدد مفهوم اللياقة البدنية بأنها حالة نسبية من الإعداد البدني تمكن الفرد من التكيف مع الواجبات البدنية المطلوبة بكفاية بدون تعب والداعي له مع بقاء فائض من الطاقة البدنية ليستخدمها الفرد في وقت الفراغ .

واللياقة البدنية هو أمر يتصل بمسؤولية الفرد عن نفسه وجسمه , كما أنها تعتبر ثمرة التمرين البدني وتختلف من فئة اجتماعية لأخرى .

لهذا تعد الرياضة عامل قوي يساعد على الترويح عن النفس , وعدم الإحساس بالفراغ خاصة فئة النسوية الماكثة في البيت .

أما من حيث الظروف الصحية فليجئن البعض لممارسة الرياضة من أجل المشكل الوحيد وهو السمنة.

فهي تعتبر زيادة الشحوم في الجسم وهي تعد نتيجة , لتغير والتنوع الأطعمة خاصة الجاهزة وقلة النشاط البدني , كما تؤدي إلى أمراض بالقلب والسكري وغيرها من أمراض مزمنة كما تؤدي إلى انعكاسات نفسية , فيتراكم الشحوم يؤدي لزيادة الوزن ومنه قبح المظهر وفقدان الرشاقة والمرونة والسرعة .

تتصل ممارسة الرياضة بالقوام الجيد للإنسان , ذلك لان العضلات والعظام والأربطة والمفاصل هي التي تشكل هيكل الجسم وبنياته أو ما نطلق عليه القوام وقوة العضلات التي تتصل بالعمود الفقري بالذات لها اثر كبير في الحفاظ على جسم الإنسان.

⁹³- د.امين انور الخولي , اصول التربية البدنية والرياضية المدخل-التاريخ - الفلسفة , دار الفكر العربي , القاهرة 2005, ص155 .

النسبة الضئيلة للفتيات والفئة النسوية المسجلة في فق محلية أو جمعيات , فتكون ممارستهن للرياضة حسب الميول الذي يبدأ معظم الوقت منذ الطفولة , واختيارهن للرياضة فردية أو جماعية يكون ضمن إطار عائلي أو مدرسي .

أما النسبة المتبقية من النساء العاملات والماكثات فهن غالبا ما يختارون ويميلون لرياضة الإيروبيك والتي تطورت كثير في السنوات الأخيرة لأنها تحتوي على إيقاعية شبيهة بالرقص وتقام في جو من الانتظام الانسجام .

وقد ظهرت هذه الرياضة في بدايات السبعينات في الـوم.ا , وهي نوع من التمرينات البدنية الإيقاعية بهدف المرونة واللياقة البدنية وسلامة الأوعية الدموية, و هي عبارة عن حركات سريعة باعتماد اليدين والساقين و تصاحب بإيقاع موسيقي وتمارين شبيهة بالرقص الأجنبي, (94)

و يعتبر الرقص حركة جسمية ذات أنماط إيقاعية متتابعة وهي تعد من أقدم الأشكال الاجتماعية للنشاط البدني والحركة كذلك . وقد أوضحت الأصول الانتربولوجية أن الإنسان ما قبل التاريخ قد عرف الرقص ومارسه لأكثر من غرض .

وقد راجت في مدينة وهران خاصة وأنها موضوع البحث , فكثرة القاعات الخاصة بهته الرياضة انتشرت بسرعة وأصبحت تساهم في اقتصاد الدولة , فيوجد بمدينة وهران أكثر من 60 قاعة خاصة بكل بلدياتها حسب المديرية للشباب والرياضة .

جدول المرافق الرياضية حسب بلديات مدينة وهران.

البلدية	الملاعب البلدية	قاعات رياضية خاصة	المراكز الثقافية
وهران	09	31	14
السانيا	01	07	02
سيدي شحمي	01	01	02
الكرمة	01	01	00
ببر الجير	01	08	01
حاسي بونيف	01	01	00
حاسي بن عقبة	01	01	01
بوتليليس	01	00	01
عين الكرمة	00	00	00
مسر غين	00	03	01
واد تليلات	01	00	01
طفراوي	00	00	00
البرية	00	00	00
بوفاتيس	00	01	01
قديل	00	01	02
حاسي مفسوخ	00	00	00
بن فريحة	00	00	00
أرزيو	02	01	01
سيدي بن بيقى	00	00	01
بطيوة	02	00	01
مرسى الحجاج	01	00	01
عين الباية	00	00	01
عين الترك	01	02	00
مرسى الكبير	00	01	00
بوسفر	01	00	01
العنصر	01	01	00
المجموع	25	60	32

يفسر هذا التعدد بكثرة الطلب على هته الرياضة فجل الإجابات الخاصة بهذا السؤال

" انه شيء ايجابي إن المرأة تمارس الرياضة في اقرب مكان تجده "

كما أن الرياضة أصبحت نمط حضري من شأنه مواكبة العصرنة والحدثة.

أما النسبة للفئة النسوية المتزوجة فرغم المسؤوليات الملقاة على عاتقها من تربية الأولاد ,ومسؤولية الزوج ,إلا أن معظم الإجابات الاستمارة كانت الزوج موافق لهذه لممارسة ,و أن معظم الرجال لهم الوعي الكامل بان المرأة قادرة على ممارسة الرياضة بشكل منتظم أصبحت فكرة يتقبلها الطرف الآخر إلى حد ما , كما أن معظم الرجال يفضلون رؤية نسائهم بلياقة بدنية ورشاقة كالعارضات الأزياء .

كما إن معظم قاعات الرياضة خاصة بالنساء فقط فمن السهل على النساء ارتدائهن اللباس الرياضي وتلقي راحة أكثر في ممارسة الرياضة بحرية ,خاصة الفئة المحجبة التي يجدن عائقا في الممارسة الرياضة خارج القاعة .

فإذا وظفنا مصطلح الهابتوس " لبيار بورديو" يقول أن " الهابتوس" يتغير حسب الفرد والمجتمع ,⁽⁹⁵⁾ فممارسة النسوية للرياضة في مدينة وهران أصبحت عادة يومية

كغيرها من العادات اليومية,فحسب رأي فان مصطلح "الهابتوس" ينطبق على الفئة النسوية الرياضية في مدينة وهران حيث انتقلت هذه الثقافة من الفرد إلى المجتمع وأصبح المجتمع واعي على أن المرأة من حقها ممارسة الرياضة والحفاظ على جسمها.

يفرض الدين الإسلامي علينا 5 صلوات, فيمكن اعتبارها " هابتوس " ,هته العادة دينية هي تقنية جسدية يقوم بها معظم المسلمين الجزائريين , تمارس فيها حركات بدنية , و كالرياضة منتظمة تقوم على قواعد .

⁹⁵ - Jean. Jaques BARREAU/Jean : jaques MORNE, sport expérience -corporelle et science de l'homme, éditions vigot, Paris, 1984.p232

وفي كتاب تقنيات الجسد " لمار سال موس" يتكلم عن رياضة السباحة ويوضح أن في السابق كان تعليم الأطفال لتعليم السباحة يقوم بالغوص العينين مغمضتين أو لا ثم يفتح عينيه في الماء ثانيا, ولكن حاليا يعلم الطفل على أن يتخلى عن الخوف, وكيف يتعامل مع موقف خطير أو حادثة رياضية. (96)

لهذا فان تقنيات الجسد تغيرت مع تغير الزمن والعادات, وتغير المعنى وثقافة الجسد. كما أن في كتاب المرأة والرياضة ل" Carole A. OGLESBY" يقول أن من الأخطر أن تمارس الفتاة لعبة Base Ball, لان له عظام ضعيفة وتأثر على المنطقة الصدرية لها مقارنة مع الرجل. كما أن هناك رياضة تستعمل فيها ردة فعل سريعة, فالمرأة تمتلك ردة فعل بطيئة, في رياضة كالتنس وتنس الطاولة, خاصة في سن 8 الى 12 تختلف ردود الأفعال بين الجنسين. (97)

إلا أن حاليا أصبحت المرأة تمارس رياضات اخطر والتي كانت حكرًا على الرجال مثل: الملاكمة, حمل الأثقال.... الخ.

ممارسة الرياضة كما ذكرت سابقا لها تأثيرات ايجابية نفسية على الذات, فعند قيامي بالبحث الميداني لاحظت أن كل النساء عند نهاية الحصة ويبادرن بالضحك والمرح وتبادل الأفكار والإحساس بالسعادة وهذا ا تأكده احد النساء "إننا نحس براحة نفسية خاصة بعد يوم شاق من المشاكل والاضطرابات والقلق و الروتين التي تعيشها معظم النساء.

كما تعتبر ممارسة الرياضة من طرف النساء ظاهرة حديثة ولكنها تعتبر عادية وهذا حسب معظم التصريحات أن هذا الموضوع متحفظ فيه, ويعتبر من المواضيع الحساسة « sujet tabou».

⁹⁶ - Jean. Jaques BARREAU/Jean : jaques MORNE, sport expérience -corporelle et science de l'homme, éditions vigot, Paris, 1984.p

⁹⁷- Carole A. OGLESBY, le sport et la femme du mythe a la réalité, éditions vigot, Paris, 1982.p32

جسد المرأة في الثقافة الجزائرية يعد شريء مقدس وجد حساس ,حيث كانت المرأة تمثل بالبيت ,فيقال أن هته بيت فلان وهذا يعني المرأة ,أي أن المرأة تمثل بالبيت لأنها كانت المسؤولة الوحيدة عن البيت والأطفال وغيرها من المسؤوليات , في إطار محدود وهو البيت فكان خروجها الوحيد هو المناسبات العائلية أو الحمام , الذي يعد المكان الوحيد للترويح آنذاك .

ممارسة الرياضة تعطي دائما املاً للنجاح والتفوق ,وإصرار النجاح يكون من الخوف من الرسوب , والاحتياج لملا أو شحن الشخصية ,كما أن الرياضة لها فوائد عديدة فهي تعطي للإنسان نظرة متفائلة للأمور .

تعرف الجزائر حاليا نوع من الترحيح من شأنه أن يظهر احتياجات جديدة منها صعوبة تقبل مكانة المرأة الجديدة في المجتمع وخاصة أن العامل الأساسي لهذا الصراع خروجها من البيت وتحررها من القيود وممارستها النشاط الرياضي. فهي تعد المرأة شعلة تطلق شرارة الإبداع والابتكار والحب والجمال.

الأفاق المستقبلية و تقييم الوضعية الحالية للرياضة النسوية في الجزائر:

تعد الرياضة النسوية في الجزائر من أقوى الرهانات التي واكبتها المرأة من خلال تحررها وتأمين حاجيات المرأة الفزيولوجية ,النفسية ,الاجتماعية.

كما أن الرياضة ليست مجرد قطاع يثقل كاهن ميزانية الدولة أو مجال للتنفيس أو شغل وقت الفراغ, وإنما يعد أهم القطاعات الإنتاجية المتخصصة في التنمية الإنسانية وفق مقاربة العناية بالجسد.

فقطاع الرياضة النسوية يعاني من العشوائية للأهداف والوسائل والنتائج ,وضعف كذلك الاستثمارات البشرية.

لذا يجب النهوض بالرياضة النسوية من خلال تطوير المرافق الرياضية الخاصة بها ,إقامة منافسات بين الأحياء أو الولايات من شأنها تنمية روح المنافسة وتحبيب الرياضة من أجل تقديم نتائج أفضل في المحافل الدولية.

كما يجب تجسيد فكرة "الرياضة للجميع" ويتصل مفهومها اتصالاً وثيقاً بالترويج والأنشطة الفراغ، وقد ظهر كحركة لنشر سبل الرياضة والنشاط البدني للفئات التي لا تستطيع الوصول للمستويات الرفيعة من الأداء الرياضي والتي تحتمها المشاركة الرياضية في القطاع التنافسي، فهي تتعامل مع الأفراد أصحاب القدرات البدنية و المهارية المتواضعة ولكنهم في النفس الوقت يرغبون في المشاركة والمزاولة الرياضة كلياقة بدنية، وبهدف الترويج واستثمار وقت الفراغ، بالإضافة إلى فئات مثل الأطفال، وكبار السن، والمرضى، والمعاقين.⁽⁹⁸⁾

، حيث ظهرت في الوم. أ وكندا من خلال حركة الترويج والهولة في الطرقات، وفي هولندا حركة مشابهة "شكل وتهذيب الجسم"، و راجت في جميع الدول الأوروبية بأشكال متنوعة فيما بعد.

تدعو الرياضة للاعتزاز بالانتماء الوطني، من خلال التطوير والتفكير والتغيير، كما من شأنها إعادة إحياء الرابط الاجتماعي الذي تفكك جراء الفر دانية وتفكك الأسرة الكبيرة، فالرياضة تدعو للتعاون وتنمية روح الجماعة وإقامة علاقات اجتماعية.

كما يجب على الحكومة أن تدعم الجمعيات والنوادي الرياضية النسوية وانجاز معايير ومقاييس مقننة، وتوسيع نطاق العلاقات، وتقوية جسور التواصل مع الدول الأجنبية للاستفادة من الخبرات المتنوعة، إقامة ندوات تحسيسية حول العنف ضد المرأة دعم تحررها من اجل الأحسن ومن اجل تطوير مكانتها داخل المجتمع.

التحسيس والتعريف بمزايا الرياضة النسوية لا سيما من الناحية الصحية، فلا بد من تفعيل بعض الاختصاصات لدى الرياضة النسوية على غرار المبارزة، الملاحة الشراعية، الفروسية والتجديف وغيرها مثلها مثل الرياضات الجماعية التي تعرف تراجعاً في عدد الممارسات.

⁹⁸- د.امين انور الخولي، اصول التربية البدنية والرياضية المدخل-التاريخ - الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة 2005، ص 155

كما أن وزارة الشباب والرياضة تعمل على إقامة دورات رياضية لرفع المستوى الثقافي والرياضي للممارسات النسوية, لفتح فرص تبادل المفاهيم والالتقاء والتوصل الاجتماعي لان الرياضة تعتبر جزءا من الترفيه الثقافي لمعظم الجزائريين .

فالتكوين يبدأ أساسا من القاعدة, لذا يجب على وزارة الشباب والرياضة من تسخير برنامجا خاص لفتح مدارس مختصة متنوعة لتغطية النقص كما من شأنها رفع نسبة الممارسة الرياضية, وان تكوين الإطارات النسوية تقلص مؤخرا واقتصرت على الجانب الذكوري فقط .

كما أن تقلص المشاركة السنوية في الرياضة راجع إلى اختبارات الطلبة المحصلين على شهادة البكالوريا لاختصاصات أخرى غير الرياضية مؤكدة بان بعدم وجود سياسة الترغيب وغياب الوعي هو وراء هذا التراجع الرهيب الذي سجلته الرياضة النسوية الجزائرية, و صاحب هذا التراجع تقلص في الانجازات والتتويج الدولي و الإقليمي .

أما دور الإعلام بالجانب الرياضي فان التغطية الإعلامية للرياضة النسوية بالجزائر شبه منعدمة, حتى البرامج الإذاعية الخاصة بالرياضة النسوية غير موجودة, وهذا راجع لنقص الاتصال والإعلام والممارسات الرياضية بالجزائر .

يجب إعطاء امتيازات أكثر ودفع كبير للممارسة النسوية في الجزائر, كما يجب على الأولياء أن يشجعون بناتهم على ممارسة النشاط الرياضي ووضع حد سليم للشهادات الطبية والإعفاءات فهي تعد خطا فادح .

خاتمة:

تجلب الرياضة عموما الاعتدال النفسي والبدني, فهي تخلص المرأة من النظرة السلبية للمجتمع و تعطيها القدرة والتعبير والعطاء وتولد لديها بالثقة بالنفس والاهتمام بالهوايات .

وانطلاقا من الجانب السوسيولوجي والانتربولوجي فاحتكاك المرأة الرجل في الميدان الرياضي نقطة تحول كبير وهامة في مواجهة العادات والتقاليد ومواجهة الحياة الاجتماعية, وتكيفها مع الضغوطات من خلال ممارستها للرياضة .

كما أن الرياضة دعامة أساسية للتخلص من العقد النفسية خاصة عند اللواتي عشن في اسر يسودها التمييز بينهن وبين الذكور أو تلقين أساليب تربوية خاطئة جعلتهن يشعرن بالدونية وبالقمع والتسلط الذكور والكبت المستمر .

الرياضة تشجع كذلك على التكيف الاجتماعي والاستقلالية تجعلها و تسترجع احترامها لذاتها ممن يحميها من الانحراف , خاصة الرياضة الجماعية على سبيل

المثال التي تعتبر إحدى النقاط الهامة للعنصر النسوي, توفر لهن مجال رحب للاتصال والتخاطب والحوار, ويمكن أن تكون المرأة محرومة منه في أسرتها أو محيطها العائلي , مما يفسح لها المجال للتغيير والاستشارة ويجاد الحلول لمشاكلها .

برزت الرياضة النسوية بقوة خاصة في المدن الكبرى كمدينة وهران, فتراجع القيم التقليدية

الجماعية وتحرر المرأة و دخولها لعالم الشغل وغيرها من أسباب وضحت من خلال الدراسة التي قمت بها, وتتغير طرق المحافظة على الجسم من مرآة لأخرى, إلا أن الفكرة

الوحيدة السائدة لحماية الجسم هي الرياضة.

هدفي من هذه الدراسة تبيان أهمية الرياضة وكيف تطورت وشاعت بصورة جديدة , وقد ركزت في هذه الدراسة على كل مراحل الفئة النسوية ,الشابة ,الكهولة ,وحتى بداية الشيخوخة فالمرأة رغم دخولها ما يسمى بسن اليأس إلا أنها مازالت تمارس الرياضة مناجل الصحة من جهة والترويج عن النفس من جهة الأخرى.

كما أن الفئة النسوية العاملة تفوقت نسبيا على الفئة النسوية الماكثة بالبيت , إلا أن هذا الشيء يعد منطقي لان المرأة عند خروجها من البيت للعمل فهي قادرة أيضا على الخروج لممارسة الرياضة , أما الفئة الماكثة فقد شكلت نسبة لا بأس فيها فأصبح خروج المرأة من البيت لا يشكل أي مشكل بالعكس فالماكثات بالبيت أصبحن يتحججن بالملل , وزيادة الوزن للخروج للممارسة الرياضة لان الرياضة أصبحت مسلك للترفيه وكهواية لملا الفراغ واكتساب ما يسمى بجودة الحياة.

كما أن حسب الدراسات الميدانية فان ممارسة الرياضة بالنسبة للفئة النسوية أصبحت لملا الفراغ أكثر منه لأسباب ظروف صحية .

أما الرياضة التي أصبحت الأكثر رواجاً وممارسة , هي رياضة اللياقة البدنية أي "الايروبك" , بشكل سريع وكثيرا حيث أصبحت قاعات الرياضة الخاصة بالايروبك تعد من أهم الأماكن استقطاب للفئة النسوية .

كما أن زيادة الوعي الثقافي وتطور المستوى التعليمي, يعتبر من أهم عوامل تفشي هذه الظاهرة.

الرياضة النسوية هي تطور حضري وصورة جديدة لتطور المدينة ثقافيا, كما أن المرأة الجزائرية أصبحت تمارس كل أنواع الرياضات بغض النظر الرياضات الترفيهية , وحتى الرياضات التي لطالما كانت حكرا على الرجال أمثال "سليمة سواكري" في الجيدو , وغيرهن اللواتي غيروا النظرة السلبية للمرأة , وأعطوا صورة حديثة بكل أبعادها للمرأة الجزائرية خاصة والمجتمع الجزائري عامة.

المراجع

Bibliographie :

En français

- 1 -Richard B .ALDERMAN, manuel de psychologie du sport, éditions vigot, Paris, 1986.traduit de l'éditions américaine
 - 2- Carole A.OGIESBY, le sport et la femme du mythe a la réalité,éditions vigot, Paris, 1982.
 - 3- Jean. Jaques BARREAU/Jean : jaques MORNE, sport expérience corporelle et science de l'homme,éditions vigot, Paris, 1984.
 - 4-Raymond thomas, sociologie du sport, Que sais-je ?, paris 1993.
 - 5-Borhane ERRAIS et Mohamed BENLARBI, les maghrébins et la culture du corps N°32, Cahiers de la méditerranée, université de Nicejuin 1986 .
 - 6-Frantz fanon,l'an de la revolutionalgerienne ,la -decouverte ,Paris ,1959.

 - 7 -Alain Touraine, Le monde des femmes «L'émancipation – L'enfermement , Edition Fayard, mars 2006.
 - 8-Gillet Bordas, Histoire du sport , Encyclopédie, paris, 1960.
 - 9-Mechin, Colette Bianquis,Gasser Isabelle,le Breton David Les maghrébins et la culture du corps , Cahier de la Méditerranée ,Paris1986 .
 - 10-Djellouat, Sport et culture en Algérie cas du Judo , Promanuscrito, Oran ,1984.
 - 11-David Breton , anthrologie de corps et Modernité, Breton, édition puf, paris 2005.
 - 12-Lahouari Addi, mutations de la société algérienne famille est lien sociale dans l'Algérie contemporaine, 1999.
-

بالعربية:

- 1- د. امين انور الخولي , اصول التربية البدنية والرياضية المدخل-التاريخ – الفلسفة , دار الفكر العربي , القاهرة , 2005.
 - 2- الرياضة والمجتمع, د أمين أنور الخولي , طابع السياسة, الكويت, 1996 .
 - 3- علي مروش, المرأة والرياضة , دار الهدى , الجزائر ,c, 1996 .
-

Les articles:

1-Iman Nehil Doctorante facultés des sciences humaines et sociales Sorbonne, la femme et le sport enquête auprès d'une population de sportives algériennes vivant en France, association pour la recherche interculturelle ,Decembre 2005.

2-Christine Mennesson équipe sport organisation identités université Paul Sabatier, Toulouse, etre une femme dans le sport masculin ,mode de socialisation et construction des dispositions sexuelle ,2004.

Les articles des journaux :

1-Cherifa Sider ,la femme rebelle d'Algérie ,le quotidien d'Oran ,Dimanche 28 avril 2013.

2-S Hacem,la femme entre les préjuges et l'émancipation, magazine la révolution africaine, 04otobre1978.



الخط حقيق

"استمارة حول اشكالية ممارسة الرياضة النسوية في مدينة وهران"

1. السن: ما بين 1-16 الى 19 2-20 الى 30 3-31 الى 50
2. المستوى التعليمي: 1- متوسط 2 - ثانوي 3- جامعي
3. الحالة العائلية: 1- متزوجة 2-عزباء 3- مطلقة
4. الحالة المهنية: 1-عاملة 2- ماكثة بالبيت
5. ما نوع الرياضة التي تمارسها
6. 1- تنافسية 2- حرة
7. بدأ الميول لممارسة الرياضة:
- 1- لملأ الفراغ 2- ظروف صحية
8. هل واجهت صعوبات أسرية أو في المجتمع لممارسة الرياضة؟
- 1 - نعم 2-لا
9. إذا كنت متزوجة هل زوجك موافق على ممارستك الرياضة ؟
10. 1- نعم 2- لا
11. إذا عندك أطفال هل تستطيعين ممارسة الرياضة رغم المسؤوليات ؟
- 1- نعم 2- لا
12. هل تعد ممارسة الرياضة ضرورية في الوقت الحالي ؟
- 1 - نعم 2- لا
13. هل تمارسين الرياضة التنافسية كمهنة ؟
- 1- نعم 2-لا

.14

هل قمت بمشاركة وطنية أو دولية ؟ 1- نعم 2- لا

.15

هل تنتمين لنادي رياضي أو جمعية نسوية ؟ 1 - نعم 2- لا

.16

إذا نعم ما اسم هذا النادي أو الجمعية؟.....

.17

من حيث الحالة النفسية كيف تشعرين عند ممارستك للرياضة؟

1- راحة نفسية 2- تعب جسدي

.18

بماذا تفسرين تعدد قاعات الرياضة في مدينة وهران؟

1- تطور حضري 2 - تطور ثقافي

.19

هل تعتبرين الرياضة النسوية:

1- ممارسة انحرافية 2- خارجة عن نطاق الأخلاقية

3- خارجة عن العادات و التقاليد 4- ممارسة عادية

.20

بماذا تنصحين النساء اللواتي لا يمارسن أي نشاط رياضي؟.....

.....

ملاحظة : ضع رقم الإجابة التي تختارها داخل المربع.

المصطلحات :

الهابيتوس:

يعد مفهوم "الهابيتوس" L'HABITUS من المفاهيم الأساسية المركزية في سوسيولوجيا بورديو وأكثرها إثارة للجدل. فمنذ سبعينات القرن الماضي حتى مطلع القرن الحادي والعشرين كان بورديو يعمل على صقل هذا المفهوم وبلورته في صيغة سوسيولوجية وتربوية تتسم بالدقة والوضوح.

ويشكل هذا المفهوم جوهر نظرية بورديو في البنيوية وحجر الزاوية فيها، كما يمثل منهجا اعتمده بورديو في قراءة المجتمع وفهم معطياته وفعالياته. ويعدُّ مفهوم "الهابيتوس" في حقيقة الأمر من المفاهيم الراسخة في نظرية بورديو في مجال الأنساق التربوية. وقد تناول هذا المفهوم واستخدمه لأول مرة في كتابه نظرية الممارسة (*Esquisse d'une théorie de la pratique*) في ثمانينات القرن الماضي.

يترجم هذا المصطلح في العربية بلفظ التطبع أو السجية أو العقلية التي توجه السلوك توجيهها عفويا وتلقائيا ويأخذ هذا المفهوم أهميته في نسق المفاهيم المركزية عند بيير بورديو مثل الحقل والرمز والعنف الرمزي. فالفرد يتشكل على نحو لاشعوري في بيئته الاجتماعية في غمر متدفق من الإشارات والمعاني والدلالات والوضعيات والرموز والتصورات التي تتفاعل لتشكل عمقه الوجداني السلوكي وتحدد طباعه ونظرته إلى الكون وتنسج فيه هذه الآليات العفوية للسلوك والحياة والعمل والنظر.

ويُعرّف الهابيتوس بأنه نسق من الاستعدادات المكتسبة التي تحدد سلوك الفرد ونظرته إلى نفسه وإلى العالم الذي يكتنفه، وهو أشبه ما يكون بطبع الفرد أو بالعقلية التي تسود في الجماعة لتشكل منطق رؤيتها للكون والعالم. ووفقا لهذا التصور يعد "الهابيتوس" جوهر الشخصية والبنية الذهنية المولدة للسلوك والنظر والعمل، وهو في جوهره نتاج لعملية استبطان مستمرة ودائمة لشروط الحياة ومعطياتها عبر مختلف مراحل الوجود بالنسبة للفرد والمجتمع.

يرى بورديو في هذا السياق أن "الهابيتوس" نسق من التكوينات الإدراكية المكتسبة عبر الزمن والتربية والتنشئة والأوضاع الاجتماعية. والهابيتوس وفقا لهذا التصور يشكل الطاقة

الفعلية التي تقوم بتوجيه سلوكيات الفرد أو الجماعة اعتمادا على مرجعية معينة تقع في البنية الذهنية، أي: في العقلية التي تحكم نسق الممارسات والفعاليات السلوكية للفرد والجماعة على حدّ سواء، وهو تعبير عن استبطان الشروط الموضوعية للوجود الاجتماعي على نحو سيكولوجي، وهو بوضعيته هذه يضيفي المشروعية على وضعيات اجتماعية مهمة مثل التحيزات الطبقيّة والعنف الرمزي والشعور بالهوية الفردية والجمعية.

يرى بورديو أن الإنسان الاجتماعي يسلك ويتصرف وفق حتميات لاشعورية أي دون أن يعرف لماذا يسلك على هذا النحو ويتصرف على تلك الطريقة. ويمكن تفسير السلوك في منحاها هذا على أنه ترجمة طبيعية وعفوية لنظام من المعطيات والعمليات السيكولوجية المتأصلة في عقل الإنسان وفي نظامه الذهني الداخلي. وبالتالي فإن هذه المعطيات تفرض على الإنسان أن يفكر ويسلك ويتصرف ويتخذ ردود أفعاله بطريقة ما تحت تأثير هذه المعطيات الذهنية التي تشربها منذ مرحلة الطفولة فتشبع بدلالاتها وقدرتها على توجيه السلوك بصورة عفوية لا تجد تفسيراً لها إلا في ذاتها وفي كينونتها الداخلية.

ويطلق بيير بورديو على هذه العفوية السلوكية مفهوم "الهابيتوس" الذي يكاد يكون أشبه بفكرة "العقل العملي" أو "الحس العملي" *Sens Pratique* وهو يعني قدرة الفرد على السلوك والعمل عفويا والنظر وفقا لمعطيات متنوعة ومتفاعلة في الوسط الاجتماعي. وهذه الفعالية الذهنية "للهابيتوس" تعفي المرء أثناء السلوك من التفكير الواعي والتأمل الدقيق بفضل هذه المعطيات والبرمجيات المتأصلة في الفرد عبر عملية التنشئة الاجتماعية المتواصلة عبر الزمن.

و"الهابيتوس" هو نتاج لعملية تشريط اجتماعية واجتماعية مستمرة عبر الزمن، وهي عملية تؤدي في نهاية الأمر إلى بناء منطق موضوعي لعملية التشريط ذاتها حيث جعلنا هذا المنطق الآلي مؤهلين لإعادة إنتاج شروط وجودنا الخاصة بطريقة خفية ولا شعورية تمنعنا بذلك كبير من إدراك حقيقي واضح لشروط وجودنا الموضوعية ولطبيعة هذا المنتج الاجتماعي ذاته.

ويأخذ الهابيتوس سمات محددة أهمها: الاستمرارية *Durable*، والشمولية *Exhaustif*، والقدرة على التكيف والتحول *Transposable*. فالاستمرارية - حيث يمارس "الهابيتوس"

وظيفته عبر الزمن وفي مختلف المراحل الزمنية- تعني ردود أفعال ذهنية وحسية وعاطفية وشعورية تنسم بطابع الديمومة والاستمرار. أما بوصفه شموليا فهذا يعني أنه لا يترك أية رواسب أو معطيات تخرج عن منطقه الداخلي، بمعنى أنه لا يسمح بمنطق الخروج من مساره الكلي المحدد عبر الزمن. وفيما يتعلق بصيغته التحولية فهذا يعني أن الهابيتوس قادر على ممارسة دوره في مختلف المواقف الاجتماعية وفي مختلف قطاعات التكوينات الاجتماعية المتنافرة.

وهنا يجب أن نلاحظ بأن السمة اللاشعورية تشكل المنطق لمفهوم "الهابيتوس" عند بورديو، ووفقا لهذه الخصية اللاشعورية فإن نظام المعطيات الذهنية يفعل فعله بوصفه مؤلدا ومنظما للممارسة الحيوية عند الإنسان، كما يقوم بدوره بوصفه مؤلدا لنظام التصورات التي يمكنها مبدئيا من التكيف مع غايات الفرد وطموحاته. ومع أن بورديو يتحدث عن الهابيتوس الجمعي فإنه يميز بين الهابيتوس الفردي والطبقي حيث يعتقد بأن الهابيتوس الفردي لا يمكن أن يختزل إلى الهابيتوس الطبقي الذي ينتمي إليه.

الهيمنة الذكورية:

الهيمنة الذكورية خاصة كونية متجذرة في لاوعي الأفراد، سواء أكانوا ذكورا أو إناثا. ورغم أنها تعلن عن نفسها كمعطى طبيعي، فهي تبقى في الأصل بناء اجتماعي-تاريخي - ثقافي، تنتجها وتعيد إنتاجها مجموعة من المؤسسات الاجتماعية. يرى "بورديو" أن المجتمعات البحر متوسطة تتقاسم نفس النظرة للجنسين. حيث تجعل من الرجل مركز كل الأشياء. فالمجتمع "القبائلي" تطغى عليه النظرة "الفالونرجسية" و"الكوسمولوجيا الأندرومركزية". هذه النظرة، كما سلف و أشرنا، نظرة مشتركة بين سائر مجتمعات البحر الأبيض المتوسط لكنها تتأرجح في درجاتها من مجتمع إلى آخر إلا أنها تتجسد في شكلها الأقصى داخل المجتمع "لقبائلي". يرى "بورديو" أيضا، في مقارنته للمجتمع "القبائلي" أن ما يظهر "للقبائليين" كنظام طبيعي للأشياء هو في الأصل بناء اجتماعي يعمل على تأسيس و كذا المحافظة على الهيمنة الذكورية ذات الطابع الكوني، و التي تعلن عن نفسها وليدة الطبيعة. و بهذا فهي تقي نفسها شر التشكيك و المساءلة كبناء تاريخي-ثقافي-اجتماعي من الممكن تغييره.

بعد هذا، سينتقل "بورديو" لمقاربة الجسد داخل المجتمع "القبائلي" كبناء تاريخي-ثقافي-اجتماعي يعكس هيمنةذكورية داخل المجتمع "القبائلي". انطلاقاً من الاختلافات الفيزيولوجية الملاحظة، يتم خلق تصنيف جسدي تعسفي يوسع الفوارق السوسيوثقافية بين الذكور و الإناث.

الأسرة النووية:

أو الأسرة الأولية (بالإنكليزية: Nuclear family) يشير المصطلح إلى الأسرة المكونة من أبوين وأطفالهما. وهذا يتناقض مع مصطلح الأسرة متعددة الزوجات، وأسر الأمومة دون زواج، ويتناقض أيضاً مع مصطلح الأسرة الممتدة الأكثر شمولاً. تتركز الأسرة النووية عادة في زوجين، ولكن الأمر ليس هكذا دائماً؛ فهذه الأسر النووية قد يكون بها أي عدد من الأطفال. وهناك بعض الاختلافات في التعريفات بين المراقبين؛ فبعض التعريفات تشترط أن يكون هؤلاء الأطفال منتمين إلى آبائهم بيولوجياً، بينما تسمح بعض التعريفات الأخرى بضم الآباء القائمين بالتربية وأي مجموعة من الأطفال بما في ذلك الأطفال من زيجات أخرى أو الأطفال بالتبني.

كانت الأسر المكونة من زوجين وأطفالهما موجودة في غرب أوروبا ونيوإنجلاند في القرن السابع عشر، وذلك بتأثير من الكنيسة والحكومات الدينية. ومع بدايات بدايات الثورة الصناعية والرأسمالية في أوروبا، أصبحت الأسرة النووية هي الوحدة الاجتماعية المثلى والقابلة للتكيف مع المتغيرات المالية في ذلك العصر. ظهر مصطلح الأسرة النووية للمرة الأولى في أوائل القرن العشرين. وقد ظهرت تعريفات أخرى لتشمل الأسر التي يترأسها أبوان من الجنس نفسه، وربما شمل ذلك أيضاً الأقارب البالغين الآخرين ممن يضطلعون بأدوار أبوية من واقع التعايش مع الأبناء؛ وفي هذه الحالة الأخيرة يُطلق عليها عائلة أسرية. وقد تعزز المفهوم القائل بأن الأسرة النووية المحددة هي سر الاستقرار الاجتماعي في العصر الحديث وذلك بفضل المنادين بمبدأ المحافظة الاجتماعية الحديثة في الولايات المتحدة، ولكنه

تعرض لتحديات لكونه غير كاف على الصعيدين التاريخي والاجتماعي لتفسير منظومة العلاقات المعقدة للغاية في هذه الأسر.

السلطة الأبوية:

نظام أبوي (بالإنجليزية: Patriarchy) هو نظام اجتماعي في العادة يركز على العادات والتقاليد حيث يشكل أكبر الذكور أو الأب أو الأهل سلطة (مطلقة أو جزئية) على الزوجة أو الأولاد وبالأخص الفتيات، ويشكل الأخ كذلك سلطة على أخته، وكذلك على صعيد ولي الأمر حيث يكون هو السلطة. كذلك يشير هذا المصطلح سياسياً إلى حكومة مشكلة بأكملها من قبل الذكور، كذلك يشير إلى هيمنة الرجال على الأنظمة الثقافية والاجتماعية، كما يمكن أن يشمل كذلك الألقاب الاسمية التي تُحمل عبر تسلسل الذكور.

الطبقة الأرستقراطية:

الطبقة الأرستقراطية تتكون عموماً من أشخاص يعتبرهم نظام اجتماعي معين في قمة الطبقة الاجتماعية لذلك المجتمع. وفي الملكيات على وجه الخصوص، الطبقة الأرستقراطية هي طبقة من الناس (الأرستقراط) الذين إما يحملون ألقاباً موروثة منحها لهم الملكية أو أنهم على صلة بهؤلاء الناس. في بعض المجتمعات، مثل اليونان القديمة وروما والهند - ربما يستمد الأفراد المكانة الأرستقراطية من الانتساب إلى الطبقة العسكرية. ويمكن أن تتضمن المكانة الأرستقراطية امتيازات إقطاعية أو قانونية. وغالباً ما يكون هؤلاء الأفراد أقل من مكانة ملك الدولة أو البلد فقط في السلم الاجتماعي.

يشق مصطلح أرستقراطية (aristocracy) من الكلمة اليونانية αριστοκρατία (aristokratia)، αριστος (aristos) "ممتازة" و κράτος (kratos) "سلطة". وفي معظم الحالات، كانت الألقاب الأرستقراطية، وما زالت، موروثية، تنتقل في حالة الوفاة إلى فرد آخر من العائلة، ويكون عادةً الابن البكر أو الابنة الكبرى.

جودة الحياة:

يستخدم مصطلح جودة الحياة لتقييم الرفاه العام للأفراد والمجتمعات. يستخدم المصطلح في مجموعة واسعة من السياقات بما في ذلك مجالات التنمية الدولية والرعاية الصحية والعلوم السياسية. لا ينبغي الخلط بين مفهوم جودة الحياة وبين مفهوم مستوى المعيشة والذي يستند أساساً على الدخل. بدلاً من ذلك لا تشمل مؤشرات قياس جودة الحياة فقط الثروة وفرص العمل ولكن أيضاً البيئة العمرانية والصحة البدنية والعقلية والتعليم والترفيه وقضاء وقت الفراغ والانتماء الاجتماعي. وأيضاً تشمل جودة الحياة التي يعيشها الإنسان أو يمثلها في الواقع الذي يعيش فيه الشخص بنفسه وهنا يحدث الفرق بين الذكر و الأنثوي.

الإيروبيك:

رياضة الإيروبيك تعتبر من أشهر الرياضات التي توفرها الأندية الرياضية. وهي عبارة عن حركات رياضية تشبه الرقص، ومنها أنواع عديدة.

حرمة :

لغة هي المرأة، أيضاً هي المهابة، وأيضاً هي كل ما لا يحل انتهاكه من ذمة أو حق أو عهدا أو غير ذلك. واصطلاحاً الحرمة بمعنى الحرام وهو ما لا يجوز فعله.