



DOI: <https://doi.org/10.34118/ajssr.v8i1.3916>

تأثير الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي في مرحلة التعليم الثانوي

The Impact of Religious Constraints on the Practice of Physical Activity among Secondary School Girls

Saad Boukhad ⁽¹⁾. Grine Rachida ⁽²⁾

سعد بوخاد ⁽¹⁾ * جامعة أمحمد بوقرة بومرداس، (الجزائر)، s.boukhad@univ-boumerdes.dz

رشيدة قرين ⁽²⁾ جامعة احمد بوقرة بومرداس، (الجزائر)، grinealger@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: 2022/05/19؛ تاريخ القبول: 2024/06/26؛ تاريخ النشر: 2024./12/31

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف تأثير الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي في مرحلة التعليم الثانوي، ولهذا الغرض استخدمنا منهج الوصفي على عينة متكونة من 27 تلميذة تم اختيارها بشكل عشوائي ولجمع البيانات استخدمنا أداة الاستبيان، بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا أظهرت النتائج وجود تفضيل واضح لدى التلميذات لفصل الجنسين، حيث يُعزز ذلك شعورهن بالراحة والاندفاعية للمشاركة، بينما قد يؤدي الاختلاط إلى مشاعر من الخجل والانسحاب.

الكلمات المفتاحية: الضوابط الشرعية، النشاط البدني الرياضي، التعليم الثانوي.

Abstract:

The study aimed to identify the impact of Islamic guidelines on female students' participation in physical education in high school. For this purpose, we used a descriptive approach with a sample of 27 female students randomly selected. To collect data, we used a questionnaire tool. After collecting and statistically processing the results, the findings indicated a clear preference among female students for gender segregation, as it enhances their comfort and motivation to participate, while mixing may lead to feelings of shyness and withdrawal.

Keywords: Islamic guidelines, physical education, high school.

1. مقدمة :

يعد النشاط البدني الرياضي جزءا مهما بالنسبة لتلاميذ داخل المؤسسات التربوية، وله فوائد تعود على التلاميذ من جراء ممارستهم للأنشطة الرياضية لا تتوقف على الجانب البدني فقط وإنما يمتد أثرها الإيجابي إلى الجوانب النفسية والاجتماعية والعقلية والبدنية، فهو عاملا أساسيا في تحقيق التوازن النفسي والانفعالي للتلاميذ من خلال ضبط وتوجيه بعض السلوكات عن طريق مجموعة من التمارين المخصصة لذلك ، سواء كانت فردية او جماعية. (دردون و لمتيوي 2022، 236).

تُعد ممارسة الانثى للأنشطة البدنية والرياضية ضرورة تساهم في تحسين الصحة البدنية والنفسية والعقلية طالما تُمارس وفقاً للأحكام الشرعية، وقد أشار إلى ذلك عبد الله بركات إلى أن الإسلام يحرص على إباحة كل ما ينفع الإنسان ويساعده على أداء دوره في إعمار الأرض وعبادة الله تعالى. وأضاف أن الشريعة الإسلامية تشجع على تقوية الأجساد والمحافظة على الصحة، وتعتبر ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية حقاً مشروعاً للذكر والأنثى، شريطة أن تكون ضمن الضوابط الشرعية. وأكد أن الحفاظ على الأجساد والصحة من الضرورات التي دعا إليها الشرع (عبد الله بركات 1999، 1355). وهناك الكثير من الأدلة الشرعية التي تبيح ذلك، فالرسول- صل الله عليه وسلم- قال: «المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير». (أبو هريرة، صحيح مسلم (2664)) كما أنه- عليه الصلاة والسلام- سابق عائشة-رضي الله عنها- فسبقتها، ثم سابقتها ثانية فسبقتها وقال: «هذه بتلك»، وتصارع بين يديه- عليه الصلاة والسلام- الحسن والحسين فجعل يقول: «إيه حسن»،

وقال عمر بن الخطاب-رضي الله عنه: «علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل». وأكد أن الإسلام أباح للمرأة ممارسة الرياضة، ووضع لها ضوابط يجب الالتزام بها لدرء المفسد وجلب المنافع. وأوضح معربا انه من الضروري أن تناسب الرياضة طبيعة المرأة، وألا تظهر مفاتها بحيث تكون محتشمة غير متبرجة، وأن تكون بين نظيراتها من النساء أو مع محارمها، بعيدا عن الاختلاط بالرجال الأجانب، ومن الامهية بما كان أن تمارس بقدر بلا تجاوز الحد والمبالغة، فلا تشغلها عن بيتها ورعاية زوجها وتربية أبنائها ومتابعة تعليمها،

وبحيث لا تجعلها مقصورة في عملها وأداء عبادتها، وألا تمارسها مع الرجال، ومن المهم أن تكون نافعة للمرأة من الناحية الطبية، ولا يترتب على مزاولتها أي ضرر ولو كان محتملاً.

ويوضح محمود عاشور أن الشريعة الإسلامية تهتم بالإنسان وكل ما يصلح روحه وبدنه، وتشجع على ممارسة الرياضة سواء كانت ذهنية أو بدنية لفوائدها ومنافعها الصحية. وأشار إلى أن طبيعة الأنثى تختلف عن طبيعة الرجل، ولذلك يجب على المرأة اختيار الرياضات التي تتناسب مع طبيعتها كأثني، وتجنب ممارسة الرياضات التي قد تسبب الأذى أو تكشف العورة مثل الجمباز والمصارعة، بالإضافة إلى الرياضات التي تؤدي إلى تكوين عضلات تخرج المرأة عن طبيعتها الأنثوية مثل بناء الأجسام. ويقول الله تعالى: «ولا تتمنوا ما فضل الله به بعضكم على بعض» (سورة النساء الآية 32)، وأخبر الرسول- صل الله عليه وسلم- لما رأى امرأة تمشي مشية الرجل وقد تنكبت قوسها، أنها ملعونة. كما لعن- عليه الصلاة والسلام- المنتشبهين من الرجال بالنساء، والمنتشبهات من النساء بالرجال، فالشريعة تحظر كل ما يخالف الطبيعة وتعهده من إلقاء النفس إلى التهلكة، كما أنه لا يجوز ممارسة المرأة للرياضة التي تعرضها لما يضرها في نفسها أو في عرضها، وإن ممارسة الألعاب التي تمكن المرأة من تنشيط جسمها وتجديد نشاطها، ووقايتها من الأمراض ومساعدتها على الدفاع عن نفسها من الأمور المحمودة والمستحبة طالما أنها ملتزمة بالضوابط الشرعية وتبتعد عن مواطن الشبهة وما يغضب الله تعالى ورسوله- صل الله عليه وسلم- ويجب على الفتيات الأبدار غير المتزوجات الابتعاد عن الرياضات العنيفة التي تعرضهن للخطر وتؤثر على أنوثتهن، فالجسد أمانة يجب الحفاظ عليه والاعتناء به. (محمود عاشور 2010)

تكمن مشكلة الدراسة في أهمية ممارسة الفتيات للتربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي، إذ تساهم هذه الممارسات في شغل أوقاتهن بنشاطات مفيدة بدنياً وعقلياً بدلاً من إهدارها في الجلوس لساعات طويلة أمام شاشات الهواتف، والتي قد تتضمن مواضيع لا تتوافق مع الشرع. خاصةً في مرحلة الثانوية (سن المراهقة)، فإن تعويد الفتيات على ممارسة الرياضة منذ الصغر يساعد في حمايتهن من الانحراف والمشكلات السلوكية والأخلاقية. ومن هنا، ظهرت مشكلة الدراسة المتمثلة في الكشف عن تأثير الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني والرياضي في مرحلة التعليم الثانوي.

بناءً على ذلك، يمكن طرح التساؤل التالي: هل تؤثر الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي في المدارس الثانوية؟

2. فرضيات الدراسة:

تؤثر الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي في المدارس الثانوية

1.2 الفرضيات الجزئية:

– يؤثر الاختلاط على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي في المدارس الثانوية.

– يؤثر اللباس الشرعي على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي في المدارس الثانوية.

3. الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية:

1.3. الدراسة الاستطلاعية:

لتقييم أثر الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للأنشطة البدنية، قمنا بإجراء دراسة استطلاعية شملت تلميذات من بعض ثانويات ولاية الأغواط. تم اختيار هذه الثانويات نظراً لقربها من مكان البحث وسهولة الوصول إليها، مما سمح بجمع البيانات بكفاءة وفعالية. هدفت الدراسة إلى الحصول على معلومات كافية حول ميول التلميذات الرياضية وعلاقتها باللبس الشرعي والاختلاط، وفهم تأثير الضوابط الشرعية على ممارستها، مما ساعدنا في اختيار عينة مناسبة للدراسة بشكل دقيق.

2.3 المنهج المتبع:

اعتمدنا في بحثنا على المنهج الوصفي منهجاً رئيسياً، وذلك لما يقدمه من إمكانيّة وصفٍ تحليليٍّ لعناصر الواقع المراد دراسته. ويعتمد هذا المنهج على استقراء مكّونات الموضوع قيد البحث، وقياس العلاقات ومدى ارتباطها ببعضها البعض باستخدام البيانات والأرقام الإحصائيّة. وقد وجدنا أنّ هذا المنهج هو الأنسب لدراستنا، حيث سمح لنا بالكشف عن مختلف الوقائع المتعلّقة بموضوع البحث.

2.3 مجتمع وعينة الدراسة:

1.2.3 مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في جميع تلميذات السنة الثانية ثانوي المسجلين في السنة الدراسية 2024/2023 بثانويات مدينة الاغواط .

2.2.3 عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة العينة العشوائية البسيطة لمجتمع الدراسة تلميذات السنة الثانية ثانوي المسجلين في السنة الدراسية 2024/2023 والبالغ عددهم (27) تلميذة.

2.3 ضبط متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: وهو " الضوابط الشرعية".

- المتغير التابع: وهو " ممارسة الأنشطة البدنية".

2.3 مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: تمت الدراسة على مستوى بعض ثانويات مدينة الاغواط.

- المجال الزمني: تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من 20 فيفري 2024 إلى غاية 01

جوان 2024 حيث خصص شهري (فيفري ، مارس) من أجل الإلمام بجميع جوانب الموضوع وجمع المادة العلمية للجانب النظري ، أما الجانب التطبيقي فقد كان في شهري (أفريل ، ماي) تم خلالهما تحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة و توزيعها على العينة المختارة، ثم بعد ذلك قمنا بعملية جمع النتائج و تحليلها و مناقشتها.

2.3 أدوات جمع البيانات:

تم في البداية الاطلاع على بعض الدراسات السابقة وبعض المراجع التي لها علاقة مباشرة بمتغيرات بحثنا. استقر اختيارنا على الاستبيان كأداة لجمع البيانات، ويعتبر الاستبيان من أدوات البحث الأساسية في البحوث الكمية، حيث يستخدم في الحصول على

معلومات دقيقة لا يستطيع الباحث ملاحظتها بنفسه في المجال المبحوث. (محسن 2023، 96).

بعدها قام الباحثين باستخراج ووضع أكبر قدر ممكن من العبارات التي تقيس حيث تم بناء استمارة أولية في ضوء فرضيات الدراسة، تقيس تأثير الضوابط الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي (14 عبارة)، مقسمة الى محورين اساسين

– المحور الاول يقيس تأثير الاختلاط على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي (07 عبارة).

– المحور الثاني يقيس تأثير اللباس الشرعية على ممارسة التلميذات للنشاط البدني الرياضي (07 عبارة).

3.3 المقاييس السكومترية للدراسة:

أ- صدق المحكمين:

في الخطوة السابقة ذكرنا أنه تم بناء أداة جمع البيانات في ضوء فرضيات الدراسة. في هذه المرحلة تم عرض الأداة على الخبراء والمحكمين قصد عملية التحكيم وذلك لقياس صدق الظاهري وصدق المحتوى والمضمون بعرضه على مجموعة من الأساتذة بمعهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة الاغولط. قمنا بتقديم الاستبيان إلى عدد من أعضاء هيئة التدريس، من معهد التربية البدنية والرياضة بجامعة الاغولط. وبعد عملية التحكيم تم استخراج أدوات البحث في الصورة النهائية.

ب- صدق التكوين الفرضي:

ويعني قدرة الاختبار على قياس تكوين فرضي معين أو سمة معينة , ومن أمثلة هذه التكوينات الفرضية (الذكاء ، العصابية ، السلوك ، القلق ، اللياقة البدنية ، التدريب الرياضي ، ...) ويعتمد هذا النوع من الصدق على وصف أوسع ، ويتطلب معلومات أكثر حول السمة السلوكية أو الصفة البدنية موضوع القياس ، والتي نحصل عليها من مصادر مختلفة. (الياسري 2010، 73)

جدول(01): يبين صدق التكوين الفرضي للمحور الاول: الاختلاط

الدلالة الإحصائية	قيمة الارتباط	العبارات
دالة	,24	تفضل ممارسة النشاط الرياضي في حالة الفصل بين الجنسين.
دالة	,99	اشعر بالخجل اثناء القيام بالحركات الرياضية في حالة الاختلاط بين الجنسين.
دالة	,97	اشعر بالارتياح واندفاعية للممارسة النشاط الرياضي في حالة الفصل بين الجنسين.
دالة	,85	انسحب من الحصة في حال دمج الذكور والاناث.
دالة	,97	تفضل ممارسة النشاط الرياضي الجماعي في حالة الفصل بين الذكور والاناث.
دالة	,70	اشعر بعدم تكافئ في ممارسة الالعاب في حالة الفصل بين الذكور والاناث.
دالة	,70	يقلل الاختلاط من تركيزي اثناء ممارسة النشاط الرياضي.

جدول(02): يبين صدق التكوين الفرضي للمحور الثاني: اللباس الشرعية.

الدلالة الإحصائية	قيمة الارتباط	العبارات
دالة	,33	اتضابق من اللباس الرياضي الغير لائق اثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
دالة	,96	أفضل ممارسة النشاط البدني الرياضي بملابس محتشمة.
دالة	,55	أتي باللباس الرياضي الى الثانوية عندما تكون لدينا حصة التربية البدنية والرياضية.
دالة	,77	اتضابق من الملابس الضيقة والمحتشمة التي يرتديها زملائي اثناء الحصة الرياضية.
دالة	,81	يشنت تركيزي اللباس الغير لائق اثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
دالة	,96	يساعدني اللباس الواسع الفضفاض على ممارسة الرياضة الجماعية.
دالة	,77	لا امارس النشاط الرياضي في حالة عدم توفر ملابس غير لائقة.

ج- ثبات اداة الدراسة:

قمنا بحساب معامل الثبات عن طريق التطبيق مرة واحدة:

-بطريقة ألفا كرونباخ

قمنا بحساب معامل الثبات عن طريق التطبيق مرة واحدة:

$$r_{\alpha} = \frac{N}{N-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right)$$

جدول(03): يبين معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ

المحاور	Cronbach's Alpha
محور 1	,994
محور 2	,996

من خلال الجدول أن معامل ألفا كرونباخ يساوي (0,94 - 0,96) وبالتالي يمكننا ان نقول ان دراسة تمتاز بثبات عالي مما يعني إمكانية الاعتماد على الاستبيان في قياس المتغيرات المدروسة وبالتالي إمكانية تعميم نتائج الاستبيان على كل مجتمع الدراسة.

4.3. الوسائل الإحصائية :

تم تحليل نتائج الدراسة بنظام (Spss) و الذي قام بتطبيق الأساليب الإحصائية التالية:

- ألفا كرونباخ: وقد استخدم لحساب صدق وثبات المقياس الاستبيان .
- المتوسط الحسابي: وقد استخدم لحساب متوسطات درجات عينة الدراسة في ادره الوقت والرضا الوظيفي
- الإنحراف المعياري: وقد استخدم لحساب درجة انحراف القيم عن المتوسط.
- معامل ارتباط "بيرسون" (Pearson): وقد تم استخدامه لحساب العلاقة بين متغيرات الدراسة.

- معامل الانحدار: لدراسة العلاقة بين متغيرات الدراسة.

4. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

1.4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الاولى:

أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول.

جدول(03): يبين نتائج المحور الاول: الاختلاط

العبارات	Moyenne	Mode	Ecart type	Somme
العبارة 01	2,48	2,00	0,50	67,00
العبارة 02	2,18	2,00	0,39	59,00
العبارة 03	2,70	3,00	0,46	73,00
العبارة 04	2,03	3,00	0,85	55,00
العبارة 05	2,7	3,00	0,46	73,00
العبارة 06	1,81	2,00	0,73	49,00
العبارة 07	1,85	2,00	0,71	50,00

مناقشة النتائج:

- تشير النتائج إلى وجود ميل عام بين الطلاب لتفضيل الفصل بين الجنسين أثناء الأنشطة الرياضية، حيث أن العبارات 1، 3، و5 حصلت على متوسط ومنوال مرتفعين.
- الشعور بالخجل والانسحاب في حالة الاختلاط يظهر بوضوح في العبارات 2 و4، مما يدل على تأثير الاختلاط على الراحة النفسية.

- الانحراف المعياري المتوسط يعكس تباين في الآراء، مما يشير إلى وجود اختلافات فردية في مدى تأثير الاختلاط على التلاميذ.
 - الشعور بعدم التكافؤ في الألعاب المختلطة (العبارة 6) لم يكن واضحًا بقوة، حيث أن المتوسط كان الأقل.
- تشير النتائج إلى وجود تفضيل واضح لدى التلميذات لفصل الجنسين في الأنشطة الرياضية، حيث يعزز ذلك شعورهن بالراحة والاندفاعية للمشاركة، بينما قد يؤدي الاختلاط إلى مشاعر من الخجل والانسحاب.

2.4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

جدول(04): يبين نتائج المحور الثاني: اللباس الشرعية.

Somme	Ecart type	Mode	Moyenne	العبارات
63,00	0,48	2,00	2,33	العبارة 01
68,00	0,50	3,00	2,51	العبارة 02
67,00	0,80	3,00	2,48	العبارة 03
54,00	0,62	2,00	2,00	العبارة 04
55,00	0,58	2,00	2,03	العبارة 05
73,00	0,46	3,00	2,70	العبارة 06
69,00	0,50	3,00	2,55	العبارة 07

مناقشة النتائج:

تشير النتائج إلى وجود ميل عام بين الطلاب لتفضيل ارتداء الملابس الرياضية المناسبة والمرحة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، حيث أن العبارات 2 و 6 حصلت على متوسط ومنوال مرتفعين.

- الشعور بالانزعاج من الملابس غير اللائقة أثناء الحصة الرياضية يظهر بوضوح في العبارات 1 و 7، مما يدل على أهمية ارتداء الملابس المناسبة للتلميذات.
 - الانحراف المعياري المتوسط يعكس تباين في الآراء، مما يشير إلى وجود اختلافات فردية في مدى تأثير الملابس على أداء الطلاب في الحصة الرياضية.
 - الشعور بعدم الراحة من الملابس المستعملة (العبارة 4) لم يكن واضحًا بقوة، حيث أن المتوسط كان الأقل.
- تشير النتائج إلى أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة والمريحة للتلميذات أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، حيث أن ذلك يؤثر بشكل كبير على راحتهم وأدائهم خلال النشاط الرياضي.

5. خاتمة:

توصلت الدراسة إلى نتائج هامة حول تأثير فصل الجنسين وارتداء الملابس الرياضية المناسبة على مشاركة التلميذات في الأنشطة الرياضية.

أظهرت النتائج وجود تفضيل واضح لدى التلميذات لفصل الجنسين، حيث يُعزز ذلك شعورهن بالراحة والاندفاعية للمشاركة، بينما قد يؤدي الاختلاط إلى مشاعر من الخجل والانسحاب.

كما أشارت النتائج إلى أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة والمريحة للطلاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، لما لذلك من تأثير إيجابي على راحتهم وتحسين أدائهم.

وعليه، تُوصي الدراسة بضرورة مراعاة تفضيلات التلميذات واحتياجاتهن عند تصميم برامج التربية البدنية والرياضية، وتوفير بيئة داعمة تُشجعهن على المشاركة الفعالة والاستفادة من فوائد الرياضة.

كما توصي الدراسة بإجراء المزيد من البحوث حول تأثير فصل الجنسين ونوع الملابس الرياضية على أداء التلاميذ، وذلك لدعم اتخاذ القرارات المُستنيرة في مجال التربية البدنية والرياضية.

6. المراجع:

كنزة دردون ، و فاطمة الزهرة ايمان لمتيوي . "دور الأنشطة الرياضية الجماعية في التقليل من الضغوطات النفسية لدى تلاميذ البكالوريا." مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية 06 (2022).

أبو هريرة، صحيح مسلم. حديث «المؤمن القوي». (2664).

بالقسم محسن. "المنهج الكيفي والكمي في الدراسات الاجتماعية: النظرية والممارسة." مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية 07 (2023).

سورة النساء. الآية 32.

عبد الله بركات . حكم تعلم المرأة رياضة التكوندو. فتاوى الشبكة الإسلامية، المكتبة الشاملة، 1999.

محمد جاسم الياسري. الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية . العراق: ط1 ، النجف الأشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010.

محمود عاشور. "ممارسة المرأة للرياضة تحكمها ضوابط شرعية." مركز الاتحاد للاخبار <https://www.aletihad.ae>، 2010.