

الجامعة المستنصرية

الكلية: الآداب

القسم: الانثروبولوجيا والاجتماع

المرحلة الاولى: المستوى الاول/ الفصل الثاني

المادة: انثروبولوجيا الرياضة

أستاذ المادة: أ.د. بشير ناظر حميد

تسلسل المحاضرة: ٩

أسم المحاضرة: الرياضة والنوع

مما لا شك فيه أن رياضة المرأة تعتبر أحد الموضوعات الهامة في دراسات علم الاجتماع الرياضي، ومع ذلك فإن موضوعات علم الاجتماع الرياضي يجب أن تهتم بالرجل والمرأة على السواء، وقد يبدو ذلك غير معبر عن واقع الأمر لأن معظم الدراسات موجهة ومركزة على الرجال الرياضيين وبرامجهم، ومن ثم فإننا يجب أن نؤكد أن مناقشة موضوع الرياضة والمرأة لا يمكن أن يتم منفصلاً عن موضوع رياضة الرجل، وإلا نكون قد تعرضنا إلى ما يسمى " بالانعزال الفكري"، فليس من الحكمة إقامة علم اجتماع رياضي خاص بالرجال وآخر للنساء، وعلى ذلك يجب أن

لا يكون هذا العرض لموضوع الرياضة والنوع مقصوراً على الرجال وحدهم أو النساء فحسب.

الرياضة هي نشاط أنساني، وهي لا تتاسب بصورة مثالية أعضاء وأجهزة جنس أكثر من الآخر، وعلى العموم فعلى مر التاريخ كان اشتراك الرجل في الرياضة أكثر من المرأة، ليس لأن عدد المشتركات من السيدات اقل فحسب، ولكن لأن عدد الأنشطة التي تزاولها قليل جداً (قديمًا)، هذه الاختلافات تستحق الاهتمام من علم الاجتماع الرياضي.

إن التفرقة بين الجنسين لها أشكال كثيرة، ففي بعض الحالات من السهل تقييمها، كما يمكن التحكم فيها عن طريق التشريع أو المتغيرات السياسية، وفي حالات أخرى تكون معقدة ومن الصعب معرفتها وتغييرها، وحتى يتم تحديد الضروريات اللازمة للمرأة لكي تحقق الفرص المتساوية في الرياضة فيجب الاعتراف بوجود جميع صور التفرقة، ومحاولة معرفتها والاعتراف بوجودها حتى يمكن التعامل معها. فأشكال التفرقة غير الرسمية محيرة للغاية، ومن الصعب إلغائها، فهي غالباً تكون مختفية أو تحت اسم خاص، وأحياناً توجد في أنماط يومية في النظام الاجتماعي والعلاقات، وغالباً تقبل كأمر عادي، وعادة تدعم بصورة غير مقصودة وبشكل غير مدرك لتأثيرها السلبي على الآخرين. فالاختلافات في معدل الاشتراك في الرياضة بين الرجل والمرأة وتأثره على الأقل جزئياً بالتفرقة غير الرسمية يمكن

ملاحظته بوضوح في تجارب الطفولة الأولى في الحياة الاجتماعية. فمن النادر أن تجد امرأة خلال طفولتها لقيت نفس الاهتمام والدعم والتشجيع الذي لقيه أخوها كي تكون مستقلة اجتماعياً ونشيطة جسدياً.

اليوم لقد تلاشت الكثير من المعتقدات الخاطئة التي كانت تدور حول التأثيرات الجسمية الناتجة عن اشتراك المرأة في الرياضة، وبالرغم من النتائج الإيجابية التي توصلت إليها بحوث ودراسات علم وظائف الأعضاء فإنه لا يزال يوجد من يتساءل عن الأخطار والإضرار التي تحدث أو تتم نتيجة لاشتراك المرأة في الرياضة التنافسية، وهناك الكثير من المعتقدات الخاطئة تتعلق بالرياضة المرأة وهي كما يأتي:

١. ممارسة الأنشطة الرياضية قد يؤدي إلى حدوث مشاكل في الحمل، وقد بني هذا الاعتقاد على أساس أن التدريب المكثف يقوي عضلات منطقة المهبل، حيث يفقدها المرونة اللازمة لإحداث الولادة الطبيعية للطفل. في حين أن الدراسات والبحوث قد توصلت إلى أن السيدات الرياضيات كانت ولادتهن أسهل من غير الرياضيات، ويرجع ذلك إلى حالتهم الجسمية الممتازة، إما السيدات غير الرياضيات فيكون لديهن عادة آلام وقصور في عضلات الظهر ومنطقة البطن، وهذا يؤدي إلى مشكلات منها استمرار آلام الظهر في مرحلة ما بعد الولادة.

٢. هناك بعض الآراء والخرافات التي تقول أن الاشتراك في العديد من المسابقات والأنشطة الرياضية يحتمل أن يضر بأعضاء التناسل، أو قد يؤدي إلى صغر حجم الثديين، لقد شاع هذا الرأي على الرغم من أن الحقيقة تشير إلى أن الرحم عند المرأة من أكثر الأعضاء الداخلية امتصاصاً للصدمات وبشكل يفوق الأعضاء التناسلية للرجال. وإذا كانت هناك احتمال للإصابة فإن الرجل معرض لهذا الاحتمال كالمرأة تماماً، بل يمكن أن يزيد هذا الاحتمال عند الرجال مقارنة بالنساء، وعلى الرغم من هذا ذلك فإن ايجابية اشتراك الرجل في المشاركة الرياضية لم تتأثر بهذه الآراء والخرافات، أما ما يتعلق بصغر حجم الثديين نتيجة للمشاركة الرياضية، فهذا أيضاً اعتقاد خاطئ فقد ثبت عدم تأثر الثديين لدى المرأة سواء بزيادة أو نقصان المشاركة الرياضية، كما أن حمايتها من الإصابة متوفرة عن طريق مهمات الوقاية، وهي متوفرة للنساء، كما هي متوفرة للذكور.

٣. القول بان عظام المرأة أكثر هشاشة من عظام الرجل، وهذه يجعل احتمال الإصابة لديها تفوق مثيلاتها عند الرجال. الحقيقة أن عظام المرأة اصغر بالمقارنة مع عظام الرجل، ولكنها ليست اضعف وليست عرضة للإصابة وللكرس في حالة الاحتكاك بسبب تفوق مثيلاتها عند الرجال، وكذلك فإن وزن المرأة أقل من الرجل، وكذلك كتلة العضلات أقل لديها عن الرجل، لذلك فإن الأمر على عكس ما يتصور البعض حيث تقل احتمالات حدوث كسور لديها عن الرجل نتيجة للاحتكاك في

بعض الأنشطة الرياضية وذلك لكون معدل الاصطدام يكون اقل، أما ما نلاحظه من ارتفاع معدل الإصابات بالنسبة للرجال والسيدات على حد سواء فيرجع أساسا أما إلى ضعف اللياقة البدنية أو التدريب غير المناسب، وفي جميع الأحوال وحتى في ضوء هذين العاملين فإن معدل الإصابات بالنسبة للجنسين واحد في جميع الأنشطة الرياضية.

٤. الزعم بأن الاشتراك المكثف في الرياضة يسبب مشكلات في الدورة الشهرية، وهذه أيضا من المزاعم الخاطئة، حيث يتفق الأطباء عموما على أن الأنشطة الرياضية قليلة التأثير على الدورة الشهرية، وأنه لا يجب وضع حظر على النشاط الجسمي للفتيات في أي مرحلة من مراحل الدورة. ويؤكد الكثير من علماء الطب أن كثيرا من الألم والإجهاد المصاحب في بعض الأحيان للدورة الشهرية ناتج عن استجابات للعمليات الفسيولوجية، وأنه إذا كان هناك شيء فالرياضة تخفض بعضا من هذه المظاهر السلبية التي تصاحب الدورة الشهرية.

٥. القول بأن الاشتراك في الرياضة يؤدي إلى نمو العضلات الكبيرة ويجعلها غير جذابة كما يعتقد أولياء الأمور أن الاشتراك في الأنشطة الرياضية يجعل بناتهم غير جذابات ويفقدن جزءا من الأنوثة. غير أن الحقائق تشير إلى أن الجسم الرياضي ذو قيمة عالية وجذابة، كما أن نمو العضلات يعتمد أساسا على وجود هرمونات معينة (الاندروجين Androgen)، في الجسم، وعلى الرغم من اختلاف كمية هذه

الهرمونات من شخص إلى آخر فإنها موجودة لدى الرجال أكثر من النساء، ومع ذلك فكثير ممن اشترك في الأنشطة الرياضية منذ الطفولة وحتى البلوغ لم تتحول عضلاتهن بالطريقة التي يتخيلها الناس، فرياضة رفع الإثقال نفسها لا تنمي العضلات بهذه الضخامة إلا تحت ظروف معينة.

كل هذه الآراء الخاطئة بخصوص رياضة المرأة وممارستها للألعاب الرياضية لا وجود لها في أرض الواقع وهي غير منطقية، والتجارب العلمية أثبتت عكس هذه الآراء، فممارسة المرأة للرياضة هي تعد بمثابة صمام أمان لها في كل مراحلها العمرية، وكذلك قبل وبعد زواجها، والكثير من الأطباء يوصون المرأة الحامل بممارسة بعض التمارين الرياضية، وهناك حقيقة علمية قد تكون غائبة عن ذهن البعض وهي أن المرأة الرياضية يتأخر سن الإنجاب لديها إلى بداية العقد الخامس من عمرها، عكس الغير رياضيات التي تتوقف عند منتصف العقد الرابع من العمر. والرياضة لكلا الجنسين تعتبر من الحالات الصحية التي تحافظ على الأجسام والأبدان وتديمها وتنشط الدورة الدموية في الجسم، فهي غذاء للروح كما هي غذاء للجسد.