

## السماح للفتيات باللعب: تحطيم الحواجز في المناطق الريفية بمصر من خلال الرياضة.

الرياضية. وفي سعيه نحو تغيير أسلوب تفكير الفتيات ورأيهن في أنفسهن وإدراك مجتمعاتهن لهن، يسعى البرنامج الى تحدى المفاهيم التقليدية عن السلوك الملائم القائم علي أسس النوع الاجتماعي.

**الأثر:** صرحت أكثر من نصف الفتيات المشاركات في البرنامج أن بدون مكون الرياضة، لم يكن بإمكانهن الاستمتاع بالنواحي التعليمية الأخرى في البرنامج بنفس الدرجة كان البرنامج سيصبح مملا بدون الرياضة.

سعي "إشراق" منذ أغسطس ٢٠٠١ إلي تزويد الفتيات المراهقات خارج اطار المدرسة بأماكن آمنة للتعلم واللعب والنمو، وبالإضافة إلي تقديم برامج لمحو الأمية والمهارات الحياتية، يصبو البرنامج إلي تمكين جيل جديد من الفتيات عن طريق توفير فرص لمزاولة الرياضة والترفيه.

يعد مكون الرياضة في برنامج "إشراق" برنامجا تجريبيا مبتكرا في مجتمعات ريفية تقليدية. يهدف البرنامج إلي النهوض بحقوق الفتيات والنساء لتحقيق مشاركتهن الكاملة في كافة جوانب الحياة العامة بما في ذلك الرياضة والتربية البدنية. وفي هذا الصدد، ينص ميثاق هيئة اليونسكو للتربية البدنية والرياضة علي أن:

أحد الشروط الأساسية للممارسة الفعالة لحقوق الإنسان هي أن يتمتع كافة الأفراد بحرية تطوير قدراتهم البدنية والثقافية والأخلاقية والحفاظ عليها. وعلي ذلك، فإن إمكانية الحصول علي التربية البدنية والرياضة يجب أن يتم التأكيد عليها ومنحها للجميع

### أسباب تضمين الرياضة في إشراق

أثبتت الأبحاث التي أجريت مؤخرا في الوجه القبلي بمصر أن الفتيات خارج اطار المدرسة تعاني بشكل خاص من تدني الشعور بالاعتداد بالنفس بحيث تصف أنفسهن "بالجاهلات" التي "لا تفعل شيئا" بحياتهن. ومن خلال زيادة الفرص المقدمة لتلك الفتيات، يساعد "إشراق" علي بناء صورة ذاتية تتميز بالتمكن و الثقة بالنفس.

كما تم تصميم البرنامج بحيث يدعم أيضا الانصاف في مجال النوع الاجتماعي عن طريق تشجيع مشاركة الفتيات الريفيات في الرياضة والنهوض بها. ففي معظم المجتمعات الريفية، يهيمن الفتيان علي الأندية والجمعيات

صمم مجلس السكان الدولي بالإشتراك مع هيئة انقاذ الطفولة بمصر مشروعا تجريبيا و دراسة تأثيره علي الفتيات المتسربات من المدارس من سن ١٣-١٥ في ريف محافظة المنيا. وقد شارك العديد من الهيئات في هذا المشروع الذي يهدف الي تحسين فرص حياة تلك الفتيات ومن بينها: وزارة التعليم، وزارة الشباب، هيئة كاريتاس، مركز التنمية والأنشطة السكانية (سيدبا) ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف).

الضروري تضمين الرياضة مع محتويات برامجية قيمة أخرى مثل محو الأمية ومهارات الحياة.

وفي دراسة أجراها "إشراق" مؤخرا، عبرت الفتيات عن المخاوف التي اختبرتها أثناء مشاركتهن في برنامج الرياضة لأول مرة كالاتي:

- إفتقاد دعم الأسرة وبعض أفراد المجتمع المحلي.
- مضايقة البنين لهن لشعورهن بأن الرياضة ليست ملائمة للفتيات.
- ارتداء زى الرياضة لأول مرة.
- أهمية مزولة الرياضة في مساحة محاطه وأمنه.

### اشارات التغيير:

نجحت الفتيات الريفيات في التغلب علي صعاب وقفت حائلا دون مشاركتهن في الرياضة، كما يتطلعن إلي حياة نشطة لهن ولبناتهن.

- صرحت ٩٥% من الفتيات أنهم سوف يشجعن الفتيات الأخريات علي مزاوله الرياضة، كما أفادت ٩٩% منهن أنهم سيشجعن بناتهن علي ممارسة الرياضة.

### تم تصميم أهداف برنامج الرياضة لتمكن الفتيات المشاركات من:

- ١- الاستمتاع بممارسة الأنشطة في بيئة آمنة.
- ٢- تدعيم الشعور بالقيم الذاتية والثقة بالنفس.
- ٣- اكتساب المهارات في مجال واسع من الأنشطة الترفيهية.
- ٤- اكتساب المعلومات وتعلم كيفية التصرف في المواقف المختلفة لمساعدة الفتيات علي الحياة بشكل أفضل من الناحية الصحية.
- ٥- الحفاظ علي الصحة العقلية والبدنية.
- ٦- بناء صداقات تدوم.

### التحديات التي تواجه مشاركة الفتيات الريفيات في الرياضة:

ان تقديم مفهوم الرياضة للفتيات المراهقات في المجتمعات التقليدية الريفية في مصر هو تحدي غير مسبوق حيث تعناد تلك المجتمعات علي رؤية البنين فقط يزاولون الرياضة، كما أن البنية التحتية للرياضة أكثر دعما لمشاركة الفتيان عن الفتيات. لذا، ومن أجل تسهيل قبول المجتمع المحلي لبرنامج رياضي مصمم للفتيات، كان من

• صرحت ٩٥٪ من الفتيات أن اعتقاد البنين أن الفتيات لا تستطيع أن تمارس الرياضة اعتقاد خاطئ.

• صرحت ٨٨٪ من الفتيات أن الرياضة أدت إلي تغييرهن بشكل ايجابي، فهن يتمتعن بصحة أفضل و بثقة اجتماعية واحترام للذات كما أنهن شكلن صداقات جديدة ويتمتعن بدرجة أكبر من النشاط.

صرحت أحدي الفتيات المشاركات في "إشراق" وهي تبلغ ١٦ ربيعا: "أتمتع بشعور طيب عندما ألعب مع صديقاتي لأنه لم يكن لي صديقات من قبل".



تصوير: نادية زيباني

### اتحادات الرياضة: مشاركون جدد:

أصبح الإتحاد الدولي لتنس الطاولة و الجمعية المصرية لتنس الطاولة مشاركين مهمين في النهوض بحقوق الفتيات في ممارسة الرياضة في مصر. ومن خلال الجمعية المصرية لتنس الطاولة، قدم وزير الشباب والرياضة ثلاثين طاولة لتنس الطاولة منحة "إشراق" مما ساهم في اختيار تنس الطاولة كنشاطا رياضيا فرديا بالإضافة إلي رياضة جماعية أخرى (كرة السلة، كرة اليد، أو الكرة الطائرة) مكونان لبرنامج الرياضة الترفيهي الموسع "إشراق".

وفي مارس ٢٠٠٣، نظم الإتحاد الدولي لتنس الطاولة بالتعاون مع الجمعية المصرية لتنس الطاولة دورة تدريبية لمدة ثلاثة أيام اشترك فيها عشرون من منسقى الفصول ومدربي الرياضة (فتيان وفتيات)، كانت مصدر امتنان كبير من جهة المسؤولين عن المشروع وأعضاء المجتمع المحلي الذين شهدوا هذا الحدث الناجح. وكان التدريب قد اعتمد علي البرنامج الدولي المعروف باسم "تحطيم الحواجز باستخدام كرات تنس الطاولة".



تصوير: نادية زيباني

وفي مارس ٢٠٠٤، تم عرض فيلم تسجيلي عن مشروع "إشراق" بالمنتدى الدولي الثاني للنساء الذي نظمه الإتحاد الدولي لتنس الطاولة خلال بطولات الفرق العالمية لتنس الطاولة التي أجريت في قطر من ١ - ٧ مارس ٢٠٠٤.

كما تم اختيار الفيلم التسجيلي عن "إشراق" لعرضه في مهرجان الرياضة والأفلام والتلفزيون الدولي الثاني والعشرين الذي تم تنظيمه بميلانو في وقت لاحق من عام ٢٠٠٤. وقد حصل فيلم الفيديو هذا علي دعم عالمي لزيادة فرص الفتيات للعب والمشاركة في أنشطة مجتمعاتهن.

(يمكن مشاهدة الفيلم علي الموقع الإلكتروني: [www.popcouncil.org/me/middle\\_east.html](http://www.popcouncil.org/me/middle_east.html).)

### إشراق: نموذج للتعاون الدولي:

يتزايد الاهتمام الدولي بمشاركة الفتيات في الرياضة، كما يشير الى ذلك ظهور أطر قانونية جديدة وأخرى خاصة بالسياسات في هذا المجال. و قد يكون للدول الآخذة

في النمو ووزارتها للرياضة والشباب سياسات تقرر بالحقوق المتساوية للشباب وفرصهم وإمكانية تمتعهم بتلك الفرص، إلا أن عددا قليلا من هذه السياسات يتم تنفيذها في السياقات الريفية.

ان برنامج "إشراق" المتكامل للتعليم والرياضة هو الأول من نوعه في الشرق الأوسط. وجاري العمل الآن في تطبيق الدروس المستفادة من المرحلة القبلية، في إطار التوسع في البرنامج بالتعاون مع المجلس القومي للطفولة والأمومة ووزارة الشباب. وسوف يكون من المهم تقضي أثر الخريجات الأولى لبرنامج "إشراق" لمحاولة فهم الآثار طويلة المدى للبرنامج في حياة الفتيات الريفيات.

### الدروس المستفادة:

١. التأكد مبكرا من أن أولياء أمور المستفيدات و المجتمع المحلي الأكبر يتفهمون جيدا البرنامج الرياضي.
٢. استهداف مجموعة عمرية أصغر سنا من الفتيات بحيث يسمح لها بممارسة الرياضة، وقد تكون المجموعة من ١١ - ١٤ هي الأمثل.
٣. اختيار مرفق للعب لا يبعد كثيرا عن منازل المشاركات.
٤. التأكد من أن الفتيات تشعر بالأمان ولا تخشي مضايقات البنين والرجال أثناء اللعب بحيث تحفظ كرامتهن وسمعتهن.
٥. التأكد في المجتمعات المحافظة من أن الفتيات تلعب مع فتيات مثلهن، علي الأقل في البداية.
٦. تقديم الرياضة في بيئة ودودة ومطمئنة والاحتفاظ ببساطة البرنامج.



لمزيد من المعلومات عن مشروع

"المساحات الآمنة للتعليم واللعب والنمو"

"إشراق"

يرجى الإتصال بالسيدة عبير سالم على عنوان

البريد الإلكتروني التالي:

[asalem@pccairo.org](mailto:asalem@pccairo.org)