

نساء العراق يقبلن على النوادي الرياضية

لم تكن الرياضة حكراً على الرجال في [العراق](#) يوماً ما. إلا أن العادات والتقاليد السائدة في المجتمع حرمت كثيرات من ممارسة [الرياضة](#)، وخصوصاً في الأماكن العامة. ومع انتشار مواقع التواصل الاجتماعي التي ساهمت في منح مساحة أكبر [للنساء](#) وكسرت بعض [التقاليد](#)، كثرت النوادي الرياضية في معظم المحافظات العراقية، وخصوصاً في بغداد، التي تقصدها نساء كثيرات.

تقول المدربة الرياضية لينا القيسي إن لدى غالبية النساء رغبة في الحفاظ على صحتهم ورشاقتهم. وتوضح لـ "العربي الجديد" أن "مواقع التواصل الاجتماعي ساهمت بشكل كبير في انتشار الثقافة الرياضية لدى النساء، وزادت من رغبتهم في الإقبال على النوادي الرياضية"، مشيرة إلى أن "لدى المرأة بطبيعتها حب للمنافسة. لذلك، يتنافسن للظهور بالشكل الأجمل في ما بينهن".

تضيف: "أعمل في مجال التدريب منذ عشر سنوات ولم ألاحظ رغبة لدى النساء في ممارسة الرياضة إلا خلال السنوات الثلاث الأخيرة، خصوصاً في ظل الاستقرار الأمني الذي تمر به البلاد بعد تحرير ثلث أراضي العراق من سيطرة تنظيم الدولة الإسلامية".

تقول رنا محمد (55 عاماً) لـ "العربي الجديد" إنها تذهب إلى النادي الرياضي لأنها تعاني من آلام في المفاصل، لتصبح الرياضة في ما بعد سلوكاً يومياً تواظب على ممارسته. من جهتها، ترى لارا أوس (23 عاماً) أنه "يمكن ممارسة الرياضة في أي مكان وزمان". وتقول لـ "العربي الجديد" إن وضعها الاجتماعي والاقتصادي حال دون تمكنها من التسجيل في النوادي الرياضية، لكنها تمارس الرياضة في البيت. تتابع: "حصلت على برنامج رياضي أمارسه في البيت. أؤمن أن من يريد تحقيق شيء ما لا يمكن أن يمنعه أي عائق". تتابع أن "ممارستي للرياضة جعلت شخصيتي أقوى في مواجهة ضغوط الحياة اليومية".

ويرى مدرب اللياقة البدنية أنمار أحمد أن "المرأة حالها حال الرجل، تحتاج إلى ممارسة الرياضة بشكل دوري ومرتين على الأقل أسبوعياً، لما لذلك من أهمية صحية ونفسية واجتماعية". يضيف في حديثه لـ "العربي الجديد" أن "الأعراف والتقاليد المجتمعية جعلت المرأة تعاني إذا ما مارست الرياضة في الأماكن العامة، ما جعلها تتوجه نحو النوادي الرياضية لما لها من خصوصية".



(معلومات عامة / معلومات عامة)

ويشجع النساء على ضرورة إجراء الفحوصات الطبية الخاصة في ما يتعلق بالهرمونات وغيرها قبل البدء بممارسة الأنشطة الرياضية، كونها تؤثر على البناء العضلي والتكوين الجسدي للمرأة، بالإضافة إلى نوعية الغذاء الذي تحتاجه خلال فترة التمرين". ويطالب "بضرورة إقامة دورات وندوات تثقيفية من الجهات الحكومية، وأهمها وزارة الشباب والرياضة، لتوضيح أهمية الرياضة بالنسبة لصحة الإنسان". كما يتحدث عن "دور الإعلام لزيادة البرامج الرياضية الخاصة باللياقة البدنية".

إلى ذلك، يتحدث مدير عام دائرة التربية البدنية في وزارة الشباب والرياضة موفق عبد الوهاب، عن "زيادة عدد المراكز والنوادي الرياضية في بغداد وغالبية المحافظات، في ظل رغبة المرأة العراقية في الحصول على جسد رياضي رشيق، نتيجة تغير الوعي المجتمعي عموماً، لا سيما بعد انتشار هذه المراكز على مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في تشكيل ثقافة اللياقة البدنية". يضيف في حديثه لـ "العربي الجديد" أن "هذه النوادي باتت متنفساً حقيقياً للمرأة، إذ أن بعضها يتضمن صالونات للتجميل، وباتت مكاناً اجتماعياً لهن لتفريغ همومهن واسترجاع ذكرياتهن والتخطيط

”للمستقبل، في ظل عدم وجود فرص عمل وغياب الأماكن الترفيهية

وعلى الرغم من الانفتاح الاجتماعي من جانب، هناك عدد كبير من النساء اللواتي يعشن ظروفًا اقتصادية واجتماعية صعبة جدًا ، وهذا ما تؤكدته سكرتيرة جمعية الأمل العراقية هناء أدور. تقول لـ “العربي الجديد” إن “الثقافة الاجتماعية تجاه المرأة لا تزال دون المستوى المطلوب، وبعض النساء يعشن تحت ظروف قاهرة ويفتقرن لأبسط مقومات الحياة

صفاء الطائي

المصدر: صحيفة العربي الجديد