



جامعة المسيلة

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: النشاط البدني المكيف

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

شعبة : النشاط البدني المكيف والصحة



دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق
النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً
من وجهة نظر الأساتذة المربين بالمركز الطبي للمتخلفين
عقلياً بالمسيلة

تحت إشراف:

د. زواق امحمد

إعداد الطلبة:

مرزوقي طارق

شناتي عبد العزيز

السنة الجامعية 2021/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

الحمد والشكر والثناء لله الواحد الأحد الذي وفقنا في مسارنا الدراسي، وأعاننا على أداء واجبنا فيه، وبإمكانياتنا في مجهودنا . . . له كل الفضل والمنة.

أما بعد:

فإننا نتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ الكريم "نرواق محمد" الذي أشرف على

هذا العمل المتواضع، والذي بالرغم من الظروف الصعبة التي واجهتنا لم يتوان في تقديم المساعدة

والنصائح القيمة التي أفادني بها.

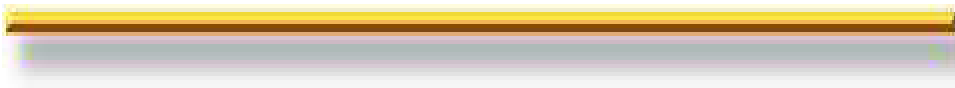
كما لا يفوتنا شكر أساتذة التربية البدنية والرياضية ممن ساهموا في نجاحنا بينابيع عطائهم

ومن ساعد في هذا.

فهرس



المحتويات



فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
	شكر وعرهان
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
	الملخص
أ-ب	مقدمة
	الفصل الأول: الاطار العام للدراسة
04	1. الإشكالية
06	2. فرضيات الدراسة
06	3. أهمية البحث
07	4. أهداف البحث
07	5. أسباب اختيار الموضوع
08	6. تحديد المفاهيم
09	7. الدراسات السابقة

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف	
13	تمهيد
14	1. نبذة تاريخية عن الأنشطة الرياضية المكيفة
16	2. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
17	3. اهداف النشاط البدني المكيف
18	4. أهمية النشاط البدني المكيف
23	5. أسس النشاط البدني المكيف
24	6. النظريات المرتبطة بالنشاط البدني المكيف
28	خلاصة
الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي	
30	تمهيد
31	1. مفهوم التوافق النفسي
32	2. معايير التوافق النفسي
35	3. مفهوم التوافق الاجتماعي
35	4. معايير التوافق الاجتماعي
36	5. التوافق النفسي والاجتماعي (psychological and social)

	adjustment)
37	6. اهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي
39	7. عملية التوافق النفسي الاجتماعي
40	8. الصحة النفسية وعملية التوافق النفسي الاجتماعي
41	9. مظاهر ومؤشرات التوافق النفسي والاجتماعي
43	خلاصة
	الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة
45	تمهيد
46	1. الدراسة الاستطلاعية
46	2. المجال المكاني والزمني
47	3. المنهج المتبع في الدراسة
48	4. مجتمع وعينة الدراسة:
49	5. أدوات جمع البيانات والمعلومات
45	6. الأساليب الإحصائية
55	خلاصة

	الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج
57	تمهيد
58	عرض نتائج المحور الأول
60	عرض نتائج المحور الثاني
64	مناقشة الفرضيات
65	الاستنتاج العام
66	الاقتراحات
69	خاتمة
71	قائمة المراجع
	الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	مضمونه
51	الجدول رقم (01) يوضح ثبات استبيان دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً عن طريق ألفا كرونباخ
52	الجدول رقم (02) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل
53	الجدول رقم (.03) مصفوفة ارتباطات عبارات محور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً مع الدرجة الكلية للمحور.
58	جدول رقم (04) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على المحور الأول
59	جدول رقم (05) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على المحور الثاني
60	الجدول رقم (06) يوضح دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً
61	الجدول رقم (07) يوضح دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً
62	الجدول رقم (08) يوضح دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً.

الملخص:

عنوان الدراسة:

دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين عقليا-القابلين للتعلم.-

أهداف الدراسة:

✓ التعرف على دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية التوافق النفسي لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

✓ التعرف على دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

مشكلة الدراسة:

هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم؟

الفرضية العامة:

للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين عقليا -القابلين للتعلم.-

الفرضيات الجزئية:

✓ للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق النفسي لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

✓ للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

عينة الدراسة:

استخدمنا العينة المسحية بالنسبة للأساتذة المربين بالمركز الطبي التربوي للمتخلفين عقلياً بالمسيلة. المنهج المتبع في الدراسة :استخدمنا المنهج الوصفي لتلاؤمه مع موضوع الدراسة. الأدوات المستخدمة في الدراسة :تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع المعلومات والبيانات في هذه الدراسة.

النتائج المتوصل إليها:

إن لنشاط البدني الرياضي المكيف دور إيجابي في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

Abstract :**Study Title:**

The role of adapted sports physical activity in developing psychosocial adjustment among learnable mentally handicapped children.

Objectives of the study:

- ✓ Recognizing the role of adapted sports physical activity in developing psychological adjustment among learnable mentally handicapped children.
- ✓ Recognizing the role of adapted sports physical activity in developing social adjustment among learnable mentally handicapped children.

the study Problem:

Does adapted sports physical activity have a role in developing psychosocial adjustment among learnable mentally handicapped children?

General premise:

Adapted physical activity has a role in developing psychosocial adjustment among learnable mentally handicapped children.

Partial Hypotheses:

- ✓ The adapted sports physical activity has a role in developing psychological adjustment among learnable mentally handicapped children.
- ✓ Sports physical activity has a role in developing social adjustment among learnable mentally handicapped children.

The study sample:

We used the survey sample for teachers educators at the Educational Medical Center for the mentally retarded in M'sila.

Method used in the study: We used the descriptive method to suit the subject of the study.

Tools used in the study: The questionnaire was used as a tool for collecting information and data in this study.

Findings:

The adapted sports physical activity has a positive role in developing psychosocial adjustment among learnable mentally handicapped children.

مقدمة



تعد مشكلة الإعاقة من أخطر المشاكل الاجتماعية في كل بلدان العالم هذا ما يفسر الاهتمام المتزايد للمجتمعات والدول والمنظمات الدولية بهذه المشكلة، حيث نجدها تبذل جهودا معتبرة للحد والتقليل منها ومن ناحية أخرى تعمل على ادماج هذه الفئة اجتماعيا ومهنيا وتقديم العلاج والعناية الأزمة لها في جميع النواحي الاجتماعية والاقتصادية والنفسية والصحية وتشمل هذه الجهود المبذولة مختلف المستويات من توفير الوسائل والإمكانيات المادية الأزمة أو من حيث تكين الإطارات الكفوة مختصة في ميدان التربية الخاصة .

ويعتبر النشاط البدني المكيف احد الوسائل الحديثة والأساسية لتنمية الفرد المعوق الممارس له، وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب والمستويات سواء من حيث القدرات والاستعدادات الفرد البدنية والذهنية ، كم واسترجاع بعض القدرات التي تعتبر تقريبا ضاهرة في تنشيط ذوي الاحتياجات الخاصة وجلب السرور لهم كما يؤدي الى الخروج من الانطواء والعزلة إلى حالة الثبات ، ويسهام في ادماج المعوق في مجتمعه بطريقة فعالة.

وبما ان النشاط البدني الرياضي المكيف ومما هو متعارف عليه ان ينمي المجاليين، الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي، لهذهالفئة لما تعانيه من معوقات في الادراك الحسي الحركي ومعوقات نفسية اجتماعية والتي من اجلها قمنا بهذا البحث الذي يتناول دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى أطفال المتخلفين عقليا من وجهة نظر الأساتذة بالمركز النفسي

وقد قسمنا بحثنا هذا إلى جانبين، وكل جانب احتوى على مجموعة من الفصول الملمة بالموضوع

الفصل الأول: كان مدخل للدراسة واشتمل على عدة نقاط المتمثلة في: الإشكالية، فرضيات، أهمية الدراسة، اهداف الدراسة، أسباب اختيار الموضوع، تحديد المصطلحات، الدراسات السابقة.

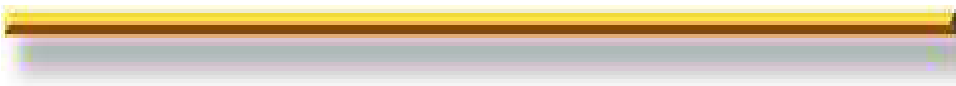
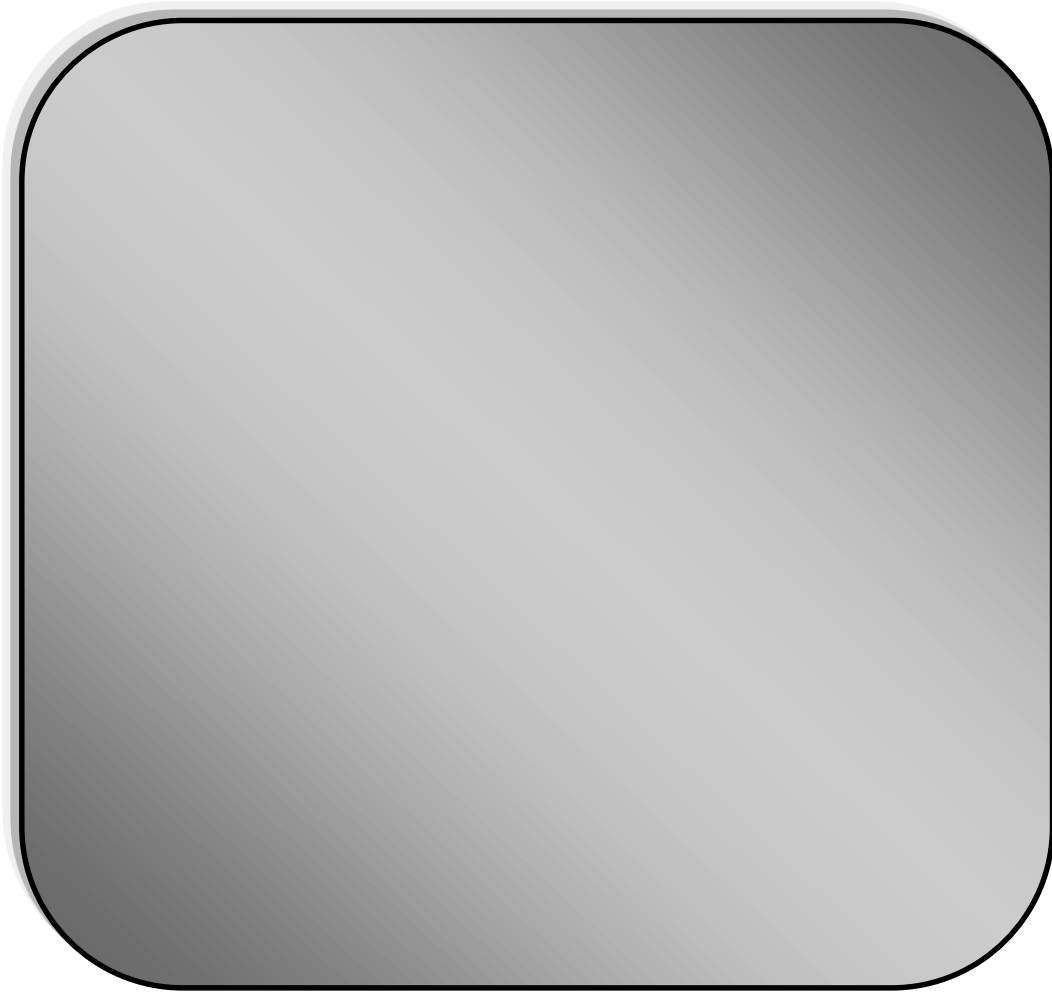
الفصل الثاني: تناول النشاط البدني المكيف، من نبذة تاريخية عن الأنشطة الرياضية المكيفة، ومفهومها، وأهدافها، وأهميتها، وأسسها واهم النظريات المرتبطة بالنشاط البدني المكيف.

الفصل الثالث تناول التوافق النفسي والاجتماعي: مفهومه، ومعاييره، اهم النظريات المفسرة، عمليات التوافق النفسي، الصحة النفسية وعملية التوافق النفسي والاجتماعي، ومظاهر ومؤشرات التوافق النفسي والاجتماعي.

الفصل الرابع: تمحور حول إجراءات الدراسة الميدانية وضم: منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة، مجتمع البحث، العينة، أداة الدراسة، التأكد من الخصائص السيكومترية للاداة. الاساليب المعالجة الإحصائية.

الفصل الخامس: والذي تمحور حول عرض وتفسير النتائج ومناقشتها: والذي من خلاله قمنا بعرض كل النتائج الدراسة، وتفسيرها في ضوء الجانب الإطار العام للدراسة والدراسات السابقة وفي الأخير المناقشة عامة للدراسة.

الفصل الأول: الإطار العام
للدراصة



1. الإشكالية:

تعتبر قضية ذوي الاحتياجات الخاصة "أو ذوي الهمم" من القضايا الحساسة التي ضلت تلاحق مجتمعاتنا البشرية قديما وحديثا، وهناك اختلاف في نسبة انتشارها عبر المجتمعات، وذلك حسب درجة الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع لها، حيث ان العناية بذوي الهمم تعتبر أحد الدلائل على تقدم أي مجتمع من المجتمعات لذلك يعمل المفكرون المخلصون لخدمة الإنسانية جادين لتوفير سبل الراحة لهم، مما يجعله كفيلا في نمو وبناء شخصيته، وتأهيله بالشكل الصحيح والسليم، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع.

حيث تعمل المراكز المتخصصة على الارتقاء بهذه الفئة من خلال البرامج التربوية لما لها من أهمية لأنها جزء من المجتمع الحديث تعمل هذه الأخيرة على الارتقاء بها إلى تقبل الاجتماعي وتقبل الإعاقة من خلال ميكانيزمات متعددة تتخذ من النشاط البدني المكيف دعامة أساسية لهذه الفئة الخاصة.

وانه لمن المؤكد ان النشاط الرياضي المكيف عملية مترابطة وضعت بغرض كشف المشاكل والمساعدة على حلها في مختلف النواحي النفسية كانت أو حسية أو حركية، وتشمل هذه الأنشطة المساعدات الحركية والبرامج الاستشارية والتعاونية في مجال برامج المعوقين وتنظيم الندوات لتقديم أفضل سبيل لهذه الفئة. كما نجد ان النشاط الرياضي من الأنشطة التربوية الأكثر انتشارا في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربية والمراكز الطبية البيداغوجية المتكلفة بتربية ورعاية المعوقين، ومما ساعد على ذلك ان النشاط الرياضي يعد عاملا من العوامل الراححة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما في استثمار الوقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي والبدني للفرد المعاق. هذا من جهة. ومن جهة أخرى يحمل الإنسان معه عددا من الحاجات النفسية والاجتماعية التي يسعى لإشباعها، فالفرد

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

مرتبط بالإشباع متوازن لحاجاته المختلفة والمتعددة، مما يؤدي إلى تحقيق التوافق مع النفس ومع المجتمع، أي التوازن بين شخصه ومجتمعه.

فالتوافق النفسي يعد مؤشرا على تكامل الشخصية بحيث تكون قادرا على التنسيق وإيجاد حالة توازن بين حاجات الفرد وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، متصفا بتناسق سلوكه وعدم تناقضه ومنسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليتته مع تمتعه بالنمو السليم، غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه.

فالتوافق النفسي يعد مؤشرا على تكامل الشخصية بحيث يكون قادرا على تنسيق وإيجاد حالة توازن بين حاجات الفرد وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، متصفا بتناسق سلوكه وعدم تناقضه ومنسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليتته مع تمتعه بنمو سليم، غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه.

وقد ارتبط مفهوم التوافق النفسي مع ذوي الهمم نظرا إلى عدم قدرته على تحقيق تكيفه مع نفسه وعدم إشباع حاجاته وشعوره الزائد بالإحباط وعدم الشعور بالأمن.

والنشاط الرياضي المكيف يلعب دورا هاما في تحقيق التوافق النفسي، ولقد اثبت العديد من الدراسات والبحوث في المجال النفسي والرياضي للمعاقين ان ممارسة الرياضة بمختلف أنواعها تلعب دور فعالا في تطوير قدرات الفرد البدنية والفكرية والنفسية كما لها أهمية في الوقاية من بعض الأمراض النفسية على غير ذلك من الاضطرابات السلوكية ، حيث نجد ان هذه الأمراض والاضطرابات السلوكية والنفسية تنتشر بكثرة عند ذوي الهمم وبالتالي فان النشاط الرياضي قد يتيح لهم فرصة للحفاظ على التوازن النفسي وتحقيق تأكيد ذاته وتعزيز ثقته بنفسه وبالتالي تحقيق توازنه الداخلي. وعليه ونظرا لأهمية موضوع دراستنا هذه تم بلورت الإشكالية في التساؤل التالي: هل للنشاط البدني المكيف دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة؟

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

ومن خلال التساؤل الرئيسي يتبادر إلى أذهاننا طرح التساؤلات الفرعية التالية:

✓ هل للنشاط البدني المكيف دور في تحقيق التوافق النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة؟

✓ هل للنشاط البدني المكيف دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة؟

2. فرضيات الدراسة:

-الفرضية العامة

يلعب النشاط البدني المكيف دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

الفرضيات الفرعية:

✓ يلعب النشاط البدني المكيف دور في تحقيق التوافق النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

✓ يلعب النشاط البدني المكيف دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

3. أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة كونها إضافة نظرية حول موضوع التوافق النفسي لذوي الهمم، ومعرفة العقابات والتحديات التي يواجهونها والعمل على تقديم المساعدة لضمان حصولهم على الراحة النفسية والتكيف مع البيئة المحيطة.

✓ إبراز سبل تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الهمم.

✓ أهمية النشاط الرياضي المكيف الذي صمم للتعرف على مشكلات والمساعدة على حلها من النواحي النفسية والحركية والاجتماعية.

✓ أهمية الفئة المستهدفة (فئة ذوي الهمم).

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ الإضافة العلمية في هذا المجال خاصة في البيئة الجزائرية التي تفتقر لمثل هذه الدراسات

✓ تأتي هذه الدراسة في ظل ندرة مكثباتنا من البحث في هذا الموضوع لذلك فهو يشكل إضافة قيمة للبحث العلمي.

✓ إمكانية اخذ نتائج هذه الدراسة بعين الاعتبار اثناء معالجة مثل هذه المشكلات.

✓ قد تكون هذه الدراسة فاتحة الدراسات وبحوث أخرى تتناول مثل هذه المواضيع

4. أهداف الدراسة:

ان أي موضوع يتطرق له باحث معين الا ويسطر وراءه واهداف وذالك لأجل الوصول الى نتائج معينة تمكن القارئ الاستفادة من هذا البحث تهدف دراستنا هذه الى:

✓ معرفة دور النشاط الرياضي المكيف الذي يقدم داخل القاعات في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

✓ معرفة دور النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

✓ التعرف على دور النشاط الرياضي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى ذوي الهمم

✓ التعرف على دور النشاط الرياضي في تحقيق الصحة الجسمية لدى ذوي الهمم.

5. أسباب اختيار الموضوع:

ان معايشة الفرد لما يدور حوله يخلق لديه الرغبة والفضول يدفعه الى الخوض في مواضيع مختلفة يحاول من خلالها فهم الواقع، والانفراد او الميل الى موضوع معين يعود الى درجة أهميته ومساسه بحياته العامة والذي لا محاله سيعكس على حياته الخاصة، وعليه تم اختيار الموضوع للأسباب التالية:

✓ فئة ذوي الاحتياجات الخاصة اكثر فئة تعاني التهميش وعليه سلطنا الضوء على هذه الفئة لمعرفة مختلف الجوانب الخفية التي تعيشها هذه الفئة.

✓ ارتباط موضوع بموضوع التخصص.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- ✓ اثراء البحث العلمي في مجال دراسات حول النشاط البدني المكيف.
- ✓ الرغبة في الطلاع على مختلف جوانب النشاط البدني المكيف والاطلاع على الأطر النظرية لمعالجته اضافة الى حب التعمق في دراسته وتحليله بشكل ادق.
- ✓ قابلية الموضوع للدراسة العلمية.

6. تحديد المفاهيم

تعتبر مسألة تحديد المفاهيم الإطار النظري للبحث والبناء الفكري له فتحديد المفاهيم والمصطلحات العلمية للدراسة احدى خطوات المنهجية الهامة في تصميم البحث، فالدقة والموضوعية ومن خصائص العلم ومن مستلزماته وضع تعاريف واضحة لكل مفهوم لتفادي تشابك واختلاط المعاني. ومن خلال هذا المنطلق حرصنا على عرض المفاهيم الأساسية المتعلقة بموضوع الدراسة

النشاط البدني المكيف:

هو كل الحركات والتمارين وأنواع الرياضات التي يستطيع ممارستها الفرد محدود القدرات البدنية والنفسية والاجتماعية، وذلك بفعل تلف بعض الوظائف الجسمية الكبرى وهي عبارة عن مجموعة تلف بعض الوظائف الجسمية الكبرى وهي عبارة عن مجموعة من الرياضات الفردية و الجماعية وغيرها من الأنواع الرياضية والأنشطة البدنية والرياضية المكيفة، تمارس من طرف مجموعتين (رواب عمار، 2007، ص20)

التعريف الإجرائي:

هو جميع التمارين والنشاطات الرياضية التي تتجه لاعطاء عناية خاصة لفائدة الأشخاص القاصرين كذوي الاحتياجات الخاصة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

التوافق النفسي:

هو عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية الاجتماعية بالتغير والتعديل حتى توازن الفرد وبيئته، وهذا التوازن الفرد يضمن اشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة. (حامد زهران، 2001، ص27)

التعريف الإجرائي:

"التوافق النفسي هو عملية يحاول فيها الفرد تعديل ما يمكن تعديله في سلوكه وفي بيئته وتقبل ما لا يمكن تعديله، حتى تحدث حالة من التوازن وتوفيق بينه وبين البيئة تتضمن اشباع معظم حاجاته الداخلية، ومقابلة اغلب متطلبات بيئته الخارجية.

نوي الاحتياجات الخاصة:

هم مجموعات من الافراد المجتمع ينحرفون بالنسبة لخصائصهم الجسمية والنفسية والعقلية الامر الذي يتطلب توفير رعاية خاصة بهم. مما يتناسب مع قدراتهم وامكانياتهم وظروفهم الخاصة، حتى يمكن الوصول الى مستوى افضل للتوافق النفسي او الشخصي او الاجتماعي.

7. الدراسات السابقة:

دراسة مقري وبلغالي(2016): بعنوان " دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية"، وقد هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة الموجودة بين النشاط الرياضي المكيف ومدى تأثيره على تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا، وتمثلت عينتها في (40) فرد معوق حركيا، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، واستخدم الباحثان قائمة فرايرج للشخصية لجمع البيانات والمعلومات ومن ابرز نتائجها ما يلي:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

للنشاط البدني الرياضي المكثف دور إيجابي في تنمية بعض السمات الشخصية مثل (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، قابلية الاستثارة) لدى المعاقين حركيا. (مقري، وبلغالي 2016)

دراسة حسين خشاب (2016): بعنوان دور النشاط البدني الرياضي المكيف في التقليل من عقدة الشعور بالنقص لدى الرياضي المعاق حركيا"، وقد هدفت الدراسة الى التعرف على دور النشاط البدني المكيف في التقليل من عقدة الشعور بالنقص لدى الرياضيين، وتمثلت عينتها في 10 افراد معاقين حركيا، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، وقد استخدم الباحث الاستمارة في جمع البيانات والمعلومات .

ومن أبرز نتائجها ما يلي:

- ✓ يساهم النشاط البدني المكيف في تحقيق الاندماج داخل الفوج الرياضي المعاق حركيا.
 - ✓ يساهم النشاط البدني المكيف في التقليل من درجة الانطواء لدى رياضي المعاق حركيا
 - ✓ يساهم النشاط البدني المكيف في تحقيق تقبل الذات لدى الرياضي المعاق حركيا .
- (حسين خشاب، 2016)

دراسة الحلبي معزوزي (2015): بعنوان «دور النشاط البدني المكيف في التقليل من مظاهر السلبية لا امراض المزمنة والسمنة»، وقد هدفت الى ابراز دور النشاط البدني المكيف في الحد والتقليل من الامراض المزمنة التي ترتب عن زيادة وزن الجسم أي السمنة، وتمثلت عينتها في 40 فرد، وتم استخدام المنهج الوصفي المقارن، وتم استخدام أداة الاستمارة والوسائل الإحصائية لجمع وتفسير نتائج، ومن أبرز نتائجها ميلي:

- ✓ يؤدي النشاط البدني المكيف دورا مهما في تخفيف الوزن من خلال خفضه نسبة الشحوم في الجسم وزيادة الكتلة العضلية.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مؤشر الامراض النفسية والفيسيولوجية بين الأشخاص العاديين ذوو الشكل الطبيعي والأشخاص البدناء.

✓ للنشاط البدني الرياضي المكيف أهمية ودور كبير في التقليل ومعالجة الامراض المزمنة التي تترتب جراء السمنة سواء كانت فسيولوجية او نفسية او اجتماعية.
(الحليمي، معزوزي، 2015)

دراسة سي جيلالي مصطفى(2018): بعنوان "أهمية ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى المعاقين حركيا"، وقد هدفت الى معرفة أهمية ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى المعاقين حركيا، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة، وتمثلت عينتها ف 40 معاق، وتم استخدام مقياس خاص بالتوافق النفسي.

ومن أبرز نتائجها ما يلي:

ان ممارسة النشاط البدني المكيف يؤثر تأثيرا إيجابيا على التوافق النفسي لدى المعاقين، ويساعد على التواصل والتأقلم مع المحيط او المجتمع الذي يحيط به ويساعد على تخفيض سرعة الانفعال للمعاق. (الجيلالي، 2018)

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف



تمهيد

1. نبذة تاريخية عن الأنشطة الرياضية المكيفة
2. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
3. اهداف النشاط البدني المكيف
4. أهمية النشاط البدني المكيف
5. أسس النشاط البدني المكيف
6. النظريات المرتبطة بالنشاط البدني المكيف

خلاصة



الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

تمهيد:

انه لمن المؤكد ان النشاط البدني الرياضي المكيف قطع اشواط كبيرة خلال القرنين الاخيريين وشهدت مختلف جوانبه ووسائله تطورا معتبرا، خاصة فيما يتعلق بطرق ومناهج التعليم والتدريب.

وفي وقتنا الحاضر ما فتئ الخبراء والباحثون في ميدان الرياضة والترفيه وغيرهم، يمدوننا بأحدث الطرق والمناهج التربوية مستنديين في ذلك الى جملة من العلوم والأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطه موضوعا لها، وهو ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطورا مذهلا في مجال تربية ورعاية المعوقين وبلغت مستويات العالية، وأصبح الان يمكننا التعرف على حضارة المجتمعات من خلال التعرف على الأدوات والوسائل التي تستخدمها في هذا المجال.

1. نبذة تاريخية عن الأنشطة الرياضية المكيفة:

ان الهدف الأساسي لرياضة المعوقين هو إعادة الاتصال بالأشخاص المعوقين ومعاونتهم للاندماج بالمجتمع بشكل ينمي ويطور ميولهم النفسية وقدراتهم العقلية والجسمانية، ولاعني بالرياضة هنا مجال التدريب الرياضي بل تخطى ذلك الى مفهوم شامل للتربية الرياضية التي تحظى اهداف التدريب البدني لتصل الى كل الأهداف التربوية الرياضية ، بشكل عام ورياضة المعوقين بشكل خاص، هذا ما كتبه الطبيب السيد " لودفيج كومان مؤسس الألعاب الرياضية المعوقين عام 1956 في الرسالة المعلقة في الصالة الرئيسية في الملعب، -سوك ما نديفل- والتي تنص على ما يلي:

ان الهدف العا ب سوك مانديفل هو انتظام المشلولين الرجال والنساء من جميع انحاء العالم في حركة رياضة العالمية ... وان الروح الرياضية الحلقة التي تسودهم اليوم سوف تزج الامل والالهام الى الاف المشلولين.

وليس هناك أعظم عوناً يمكن تقديمه للمجتمع من المشلولين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي التحقيق الصداقة والتفاهم فيما بينهم، لقد قام الطبيب-كوت مان-بتنظيم بطولة للرماية لبعض المعوقين من المحاربين القدماء، وكان عددهم 181 شخصاً بينهم امرأتان وكانوا في مستشفى سوك مانديفل في إنجلترا وقد كان تنظيم البطولة بعد حدثاً هاماً في تلك السنة 1948م والتي صادفت أيضاً افتتاح الدورة الأولمبية بلندن والتي افتتحها الملك جورج السادس.

اكتسب هذا الحدث أهمية من كونه يجمع عدد من الأشخاص ممن قد فقدوا بعض الأجزاء من جسمهم في محارك الحرب العالمية الثانية ، وممن فقدوا الامل في الاندماج مع المجتمع الاعتيادي الذي ينظم الناس الاسوياء المتكامل الاجسام ، واصبح التنافس سبيلاً في مسابقات الرمي بالقوس والسهم على الكراسي المتحركة وتشجيع اهاليهم واصدقائهم في الحديقة الصغيرة المستشفى- سلوك مانديفل- سرعان ما انشا ملعب كبير

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

وخاص لتنظيم البطولات الخاصة بالمعوقين- سلوك مانديفل- وساعدت هولندا في انشاء الملعب وكذلك تم تأسيس اتحاد دولي للألعاب سلوك مانديفل عام 1948.

وكانت بريطانيا هي البلد المضيف وهولندا ساعدت على تأسيس الاتحاد من خلال الأطباء الموجدين في المستشفى، ولهذا فقد اعدت الدولتين هما المؤسسان للاتحاد الدولي لألعاب السلوك مانديفل للمعوقين مما اعطاهما الحق بالاحتفاظ بالعضوية في هذا الاتحاد مدى الحياة.

وقد أضيفت ألعاب أخرى في السنوات اللاحقة مثل لعبة البولينغ وكرة السلة والعب القوى، والميدان والمبارزة والسباحة وتنس الطاولة ورفع الاثقال، وكانت ألعاب سلوك مانديفل قد تعددت وتوسعت فيقام في مدينة سلوك مانديفل عدة لقاءات رياضية كبرى وهي:

✓ مباريات ألعاب سلوك مانديفل الدولية

✓ مباريات سلوك مانديفل القومية الوطنية

✓ مباريات الأطفال المصابين بعاهات متنوعة

✓ مباريات الكبار المصابين بعاهات متنوعة.

تقام البطولة اولمبية للمعوقين في كل سنة تقام فيها البطولة الاعتيادية وفي البلد نفسه الذي تنظم فيه وذلك ابتداء من عام 1960م، وتعد مصر اول دولة عربية تشترك في هذه الألعاب الرياضية الخاصة بالمعوقين والمقامة في مدينة سلوك مانديفل وذلك عام 1972، واشتركت جمهورية السودان عام 1975 بلاعب واحد وبصفة غير رسمية ، يحمل شعار المعوقين الرياضي صور ثلاث عجلات متشابكة الكرسي محرك تحمل شعار الصداقة ، الوحدة، الروح الرياضية.(تمار محمد، 2020، ص9)

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

2. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف:

ان الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تناولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم لمصطلح الواحد بمعان مختلفة ، فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف او النشاط الحركي المعدل او التربية الرياضية المعدلة او التربية الرياضية المكيفة، او التربية الرياضية الخاصة، في حين استخدم البعض الاخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية او أنشطة إعادة التكييف، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى جوهر واحدا، أي انها أنشطة رياضية وحركية تفيد الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسيا او موهبين او مضطربين نفسيا وانفعاليا.

نذكر من هذه التعاريف ما يلي:

تعريف حلمي إبراهيم ليلي: يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها، ويتم ذلك وفقا للاهتمامات الأشخاص غير القادرين في حدود قدراتهم. (حلمي إبراهيم، 1998، ص 223)

النشاط البدني المكيف: مفهوم حديث في عهد الجزائر، دخل سنة 1993، وأدرج مباشرة ضمن البرامج التكوينية الأساسية والمتواصلة بالمركز الوطني لتكوين المستخدمين المختصين بمؤسسات الإعاقة بقسنطينة (بوكراع، 2008، ص 23)

-تعريف «ستور»: ونعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي تتم ممارستها من طرف اشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية والنفسية، ذلك بسبب او يفعل تلف او إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى (، ص 17)

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

-تعريف الرابطة الامريكية للصحة والتربية البدنية:

هي البرامج المتنوعة للنمو من خلال الالعاب والأنشطة الرياضية والأنشطة الايقاعية لتناسب ميول وقدرات وحدود الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات او استطلاعات ليشاركوا بنجاح وامان في أنشطة البرامج العامة للتربية. (حسين الخشاب، 2016، ص5)

ومن خلال هذا العرض لمختلف التعاريف يمكن تعريفه من قبل الطلبة انه: هو عملية احداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتنتمشى مع المتغيرات التي وجدت لأجلها، التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدها، بحيث تنتمشى مع قدراتها البدنية والاجتماعية والعقلية للتلميذ.

3. اهداف النشاط البدني المكيف:

تهدف النشاطات البدنية المكيفة عن طريق خصوصياتها الى مساعدة ومرافقة كل الأشخاص المعوقين على ابراز كفاءتهم وقدراتهم البدنية والنفسية والحركية والحسية لكي تنمي وتستغل عن طريق النشاطات التعبيرية الحركية، عن طريق النشاطات البدنية الترفيهية او عن طريق النشاطات الرياضية.

برمجتها وادماجها في برامج التكفل بالمؤسسة المتخصصة، ستأخذ مكانتها الحقيقية والطبيعية وتصبح من اهم النشاطات التربوية الحيوية المفيدة للأشخاص المعنيين، لينبتوا وجودهم ضمن جماعة والمجتمع.

ومن اهم الغايات التي يطمح جميعها لتحقيقها:

1. التعبير الكلي واثبات الوجود والخروج من الانطواء
2. -تنمية الوظائف الحركية للتحكم في الجسم والتخفيف من الاضطرابات
3. تنمية الوظائف الحركية للتحكم في الجسم والتخفيف من الاضطرابات

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

4. تنمية السيكولوجية والذهنية لتعزيز الشخصية والثقة في النفس والاستقرار الشامل

5. تنمية علائقية والمجتمعية

6. ديناميكية سيرورة المدمج.

استعمال النشاط البدني المكيف كوسيلة تربية التي من الممكن ان تسمح بتنمية وسائل الأخرى للتواصل، أي تواصل الجسدي بالإضافة الى الأصناف الأخرى للاتصال المعروفة. (رشيد بوكراع، 2008، ص22)

4. أهمية النشاط البدني المكيف:

قررت الجمعية الامريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي عام 1978، بان حقوق الانسان تشمل حقه في الترويح الذي يضمن الرياضة الى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى، ومع مرور الوقت بداية المجتمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل على ان يشمل هذا الحق الخواص، وقد اجتمع العلماء على مختلف تخصصاتهم في علم البيولوجيا والنفس والاجتماع بان الأنشطة الرياضية والترويحية هامة عموما وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا، اجتماعيا، نفسيا، وتربويا، اقتصاديا، وسياسيا.

الأهمية البيولوجية:

ان البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث اجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي، او الشخص الخاص، وبالرغم من الاختلافات المشكلات التي قد يعاني منها الخواص لأسباب عضوية واجتماعية وعقلية فان أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة (لطي بركات، 1984، ص61)

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي، حيث تزداد نحافة الجسم وتقل سمته دون تغيرات تذكر على وزنه وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة وظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث تزداد نمو الانسجة النشطة والنحافة كتلة الجسم في المقابل تناقص في نمو الانسجة الدهنية. (الخولي، 1992، ص150)

الأهمية الاجتماعية:

ان مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي ان يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الافراد ويخفف من العزلة والانغلاق على الذات، ويستطيع ان يحقق انسجاما وتوافقا بين الافراد، فالجلوس جماعة في مركز او ملعب او في نادي او مع الافراد الاسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه ان يقوى العلاقات الجيدة بين الافراد.

ويجعلها أكثر اخوة وتماسكا، ويبدو هذا جليا في البلدان الروبية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة الى دعم الاجتماعي خلال الأنشطة أوقات الفراغ لأحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي.

فقد بين "قلبن" في كتاباته عن الترويح في المجتمع القرن التاسع عشر بأوروبا ان ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقية، او بمثابة الرمز لطبقة الاجتماعية خصوصا للطبقة البورجوازية، اذ يتمتع افرادها بقدر افراده بقدر اوفر من الوقت الحر يستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أموالا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على انهم أكثر لهوا واسرافا. (لطي بركات، 1984، ص65)

كما أكد "محمد عوض بسيوني" ان أهمية النشاط البدني تكمن في مساعدة الشخص المعاق على التكيف مع الافراد والجماعات التي تعيش فيها، حيث ان هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع.

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

الأهمية النفسية:

بدا الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير ، وع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني ، وكان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك وكان الاتفاق حينذاك ان هناك دافع فطري يؤثر على السلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على انها الدافع الأساسي للسلوك البشري ، وقد اثبتت التجارب التي أجريت بعد استخدام كلمة الغريزة في تفسير السلوك ان هذه الأخير قابل للتغيير ، تحت ظروف معينة اذ ان هناك أطفالا لا يلعبون في حالات معينة عند مرضهم عضويا او عقليا ، وقد اتجه الجيل الثاني الى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الإنساني وفرقوا بين الدوافع والغريزة بان هناك دوافع مكتسبة على خلاف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن ان نقول ان هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرسة التحليل النفسي (سيرغوموند فرويد) ، وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة بالرياضة والترويح انها تؤكد على مبادئ هامين:

- ✓ السماح لصغار السن التعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب
- ✓ أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح ان الأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد والمشارك الاخر.
- ✓ اما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمسة في التنمية البشرية، وتبرز أهميتها الترويح في هذه النظرية في ان الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس والنظر والسمع اذ وافقنا على انه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية مايسمى التذوق الشم، لذلك فان الخبرة الرياضية والترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية.

اما نظرية ماسلو تقوم على أساس اشباع الحاجات النفسية كالحاجة الى الامن والسلامة واشباع الحاجة الى الانتماء وتحقيق الذات واثباتها ، ووما لاشك فيه فان

الفصل الثاني: _____ النشاط البدني المكيف

الأنشطة الروبوتية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته. (القزوني، 1978، ص20)

الأهمية الاقتصادية:

لاشك ان الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل واستعداده النفسي والبدني، وهذا لاياتي الا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، وان الاهتمام بالطبقة كميتها ويحسن نوعيتها ، ولقد بين "فرانرد" في هذا المجال ان تخفيض ساعات العمل من 96الى55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15% في الأسبوع.

فالترويح اذا نتاج الاقتصادي المعاصر، يرتبط به اشد الارتباط ومن هنا يبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع ، ولكن مفكرين اخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه ، أي من اثاره السيئة على الانسان ، كالاغتراب والتعب والارهاق العصبي، مؤكدين على ان الترويح يزيل تلك الاثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية. (محمد نجيب، 1967، ص560)

الأهمية التربوية:

وبالرغم من ان الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على ان هناك فوائد تربوية تعود على المشترك ، فمن بينها:

- ✓ تعلم مهارات وسلوك جديدين: هناك مهارات جديدة يكتسبها الافراد من خلال الأنشطة الرياضية على سبيل المثال مداعبة كرة كتنس تكسب الشخص المهارة جديدة لغوية نحوية، يمكن استخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلا.
- ✓ تقوية الذاكرة: هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص اثناء نشاطه الرياضي والترويحي يكون لها اثر فعال على الذاكرة.

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

✓ تعلم حقائق المعلومات : هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص الى التمكن منها
مثل السافة بين نقطتين اثناء رحلة ما

اكتساب القيم:

ان اكتساب المعلومات وخبرات عن طريق والرياضية والترويح يساعد الشخص
على اكتساب قيم إيجابية جديدة .

الأهمية العلاجية:

يرى بعض المختصين في الصحة العقلية، ان الرياضة الترويح يكاد يكون المجال
الوحيد الذي تتم فيه عملية" التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا
في الترويح (تلفزيون، موسيقى، سناء، رياضة ، سياحة). شريطة الا يكون الهدف منها
تمضية الوقت الفراغ، كل هذا من شأنه ان يجعل الانسان اكثر توافقا مع البيئة وقادرا
على خلق والابداع .

وقد تعيد الاعاب الرياضية والحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوترات
العصبية ومن عمل الالي، تجعله كائنا اكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعقد الحياة
قد يؤديان الى انحرافات كثيرة ، كالأفراط في شرب الخمر، والعنف، وهذه الحالة يكون
اللجوء الى ممارسة الرياضة والبيئة الخضراء او الهاءو الطلق والحمامات المعدنية وسيلة
هامة للتخلص من هذه الامراض العصبية ، وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض
الاضطرابات العصبية. (القزوني، 1978 ،ص 31)

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

5. أسس النشاط البدني المكيف:

ان اهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين يتبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والرنفسي والاجتماعي ، حيث أوضحت الدراسات ان احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي" فهو كذلك يريد ان يسبح ويرمي ويقفز .

ويشير "انارينو" واخرون كل ما يحتويه البرنامج العادي الملائم للفرد المعاق ، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة او نقاط ضعف الفرد المعاق (امين الخولي،1990،ص194)

ويرتكز النشاط البدني والياضي للمعاقين على وضع برامج خاصة يتكون من العاب وانشطة رياضية وحركات ايقاعية وتوقيتية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين يستطيعون المشاركة في برامج النشاط البدني والرياضي العام، وقد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات او أي مركز الخاصة بالمعاقين ، ويكون الهدف الاسمي لها هو تنمية اقصى قدرة ممكنة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه.

بالإضافة الى الاندماج في الأنشطة الرياضية:

- ✓ ويراعى عند وضع الأسس النشاط البدني المكيف ما يلي:
- ✓ العمل على تحقيق الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي
- ✓ اتاحة الفرصة لجميع الافراد للتمتع بلنشاط البدني وتنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية.
- ✓ ان يهدف البرنامج الى تقدم الحركي للمعاق والتاهيل والعلاج.
- ✓ ان يتنفذ البرنامج في المدارس الخاصة او في المستشفيات والمؤسسات العلاجية.
- ✓ ان يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته وامكانياته.

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

وبشكل عام يمكن تكيف الأنشطة البدنية والرياضية للمعاقين من خلال الطرق التالية:

- ✓ تغيير قواعد الألعاب
- ✓ تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني الى حد ما.
- ✓ الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل او اخراج الاعب.
- ✓ الاستعانة بشريك من الاسوياء او مجموعة من الوسائل البيداغوجية كالاتواق والحبال.
- ✓ اتاحة فرصة المشاركة كل الافراد في اللعبة عن طريق السماع بالتغيير المستمر والخروج في حالة التعب.
- ✓ تقسيم النشاط على الاعبين تبعا للفروق الفردية وامكانيات كل فرد. (الخولي، 1990، ص194)

6. النظريات المرتبطة بالنشاط البدني المكيف:

من الصعب حصر كل الآراء حول المفهوم الترويج بسبب تعدد العوامل المؤثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة، الا انه يمكن تحديد اهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعاريف السابقة، خاصة تلك التي قدمها، سيغومند فرويد وجان بياجيه" وكارل جروس" هذه التعاريف نابغة من نظريات مختلفة نذكر منها:

نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر):

تقول هذه النظرية ان الاجسام النشيطة الصحيحة، وخاصة الأطفال تختزن اثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العضلية والعصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينتج عنه اللعب.

وتشير هذه النظرية الى ان الاكائنات البشرية وقد وصلت الى قدرات عديدة ، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

فائض لا يستخدمان تزويد احتياجات معينة، ومع هذا فان لدى الانسان قوى معطلة لفترات طويلة ، واثناء قدرات تعطيل هذه تتراكم الطاقة في المراكز الاعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى تصل الى درجة يتحتم فيها وجود منفذ الطاقة واللعب ووسيلة ممتازة لاستفادة هذه الطاقة الزائدة والمتراكمة .(محمد عادل خطاب، دس ، ص57)

ومن جهة أخرى فان اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده، ومن تاثراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي وموافقة مع البيئة التي يعيش فيها.

نظرية الاعداد للحياة:

يرى كارل جروس الذي نادى بهذه النظرية بان اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وهذا يكون قد نظر الى اللعب على انه شيء له غاية كبرى حيث يقول ان الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية.

وهنا يجب ان ننوه بما يقدمه كارل جروس خاصة في العلاقة بين الأطفال في المجتمعات ما قبل الصناعة ، اما المجتمعات الصناعية يقول " رايت ملز" يعوض الترويح للفرد ما ، لم يستطع تحقيقه في مجال عمله ، فهو مجال تنمية مواهبه والابداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي تتوقف نموها لسبب الظروف المهنية.

نظرية الإعادة والتخليص:

ويرى " ستانلي هول" الذي وضع هذه النظرية ان اللعب ماهو الا تمثيل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي اجتازها الجنس البشري من الوحشية الى حضارة فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخليص وإعادة لما مر به الانسان في تطويره على الأرض ، فلقد تم انتقال اللعب من جيل لآخر منذ القدم العصور.

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

ومن خلال هذه النظرية يكون سنلي هول قد اعترض على راي "كارل جروس" ويبرر ذلك ان الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، اذ يرى ان الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعدون المرحلة الفردية من المراحل تطور الانسان(خولي،1990،ص227):

نظرية الترويح:

يؤكد "جنسي مؤنس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في هذه النظرية ان الجسم البشري يحتاج الى اللعب كوسيلة لاستعادته حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة. والراحة معناها إزالة الإرهاق او التعب الذهني والبدني وتتمثل في عملية الاستراحة، والاسترخاء في البيت او في الحديقة او في الساحات الخضراء او على الشاطئ.

كل ماتقوم بإزالة التعب عن الفرد، لهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العامل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة منزعاتهما.

نظرية الانسجام: تشبه النظرية الى الحد كبير نظرية الترويح، فهي تذهب الى ان الأسلوب العمل في أيامنا هذه أسلوب شاق وممل، لكثرة استخدام الفضلات الدقيقة للعين واليد، وهذا الأسلوب من العمل يؤدي الى اضطرابات عصبية اذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل الاستحمام واللعب لتحقيق ذلك.

هذه النظرية تحت الأشخاص على الخروج الى الخلاء وممارسة نشاطات قديمة مثل: الصيد والسباحة والمعسكرات، وتمثل هذه النشاطات تكسب الانسان راحة واستحماما يساعده على الاستمرار في عمله بروح وطنية.

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

نظرية الغريزة:

تفيد هذه النظرية بان للبشر اتجاها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من حياتهم ، فالطفل يتنفس ويضحك ويصرخ ويرتجف وتتصب قامته ويمشي ويجري في فترات متعددة من نموه وهذه أمور غريزية وتظهر طبيعة خلال المراحل نموه، فالطفل لا يستطيع ان يمنع نفسه من الجري وراء الكرة وهي تتحرك امامه شانه شان القطة التي تندفع وراء الكرة وهي تجري ، ومن ثم فاللعب غريزي و جزء من وسائل التكوين العام للإنسان ، وظاهرة طبيعية تبدو خلال مراحل نموه.

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

خلاصة:

وما نستخلصه مما سبق ان النشاط البدني والرياضي المكيف مستخلص من النشاط البدني الذي يمارسه الافراد العاديين لكنه يكيف حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين الوسائل المستعملة، ويعد هذا النشاط الرياضي حديث النشأة مقارنة بالنشاط العادي ، وله جوانب عديدة تعود بالفائدة على الافراد فهو يعتبر وسيلة تربوية وعلاجية ووقائية اذا ما تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة، اذ يسهم في تكوين شخصية الفرد من جميع النواحي .

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي



تمهيد

1. مفهوم التوافق النفسي
2. معايير التوافق النفسي
3. مفهوم التوافق الاجتماعي
4. معايير التوافق الاجتماعي
5. التوافق النفسي والاجتماعي (psychological and social adjustment)
6. اهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي
7. عملية التوافق النفسي الاجتماعي
8. الصحة النفسية وعملية التوافق النفسي الاجتماعي
9. مظاهر ومؤشرات التوافق النفسي والاجتماعي

خلاصة



تمهيد:

يعد التوافق النفسي-الاجتماعي من الموضوعات التي لاقت اهتماما كبيرا من الباحثين في مختلف المجالات علم النفس لما له من أهمية كبيرة في حياة الافراد عامة و حياة ذوي الاحتياجات الخاصة خاصة، مما دفع بعض الباحثين الى اعتبار علم النفس هو دراسة التوافق النفسي.

ومن جهة أخرى فان طبيعة الانسان تجعل من التوافق هدفا يسعى الى تحقيقه، عليه ان يتكيف مع ظروف بيئته ومجتمعه وينجح في التعامل مع الاخرين ليتحقق له التوافق الشخصي الاجتماعي، اذا انعدم التوافق فان ذلك يجعل الفرد يعيش في مشكلات وحالات من التوتر والإحباط وهذا ما يعرقل بلوعه لهدفه، وتحقيقه مطالبه وحاجاته النفسية والاجتماعية ، ومن هنا فالتوافق عملية متطلبة في سيرورة حياة كل مخلوق بالضرورة الانسان وتشمل الشقين المادي والمعنوي منه.

ولهذا يتضمن الفصل تفاصيل حول المفهوم.

1. مفهوم التوافق النفسي:

يحاول الفرد دائما اثناء نشاطه ان يحصل على حالة الارضاء او اشباع لدوافعه ولكنه كثيرا ما يصطدم في أدائه بعقبات او تأخره صعوبات وموانع، وهو بذلك معرض لإحباطات عديدة، تفقده حالة توازن الانفعالي ولذا ينبغي على الفرد ان يتعلم كيف يتغلب على الصعوبات.

والتوافق عملية ديناميكية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة في محاولاته لتحقيق التوافق بينه وبين بيئته التي يعيش فيها، تلك البيئة التي تشمل كل ما يحيط بالفرد من مؤثرات عديدة ويتحقق هذا التوافق بان يقوم الفرد بتغيير سلوكه للمؤثرات المختلفة للوصول الى حالة من الاستقرار النفسي والتكيف الاجتماعي مع بيئته. (صبيرة محمد علي، 2004، ص146)

فالتوافق النفسي يتضمن اشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير المجتمع وقيمه ولا تورط الفرد في محظورات تعود عليه بالعقاب (فرج طه واخرون، 1993، ص259)

وهو يشمل على توافق الانا مع الانا الأعلى مع الهو، ويتضمن التوافق اشكالا متعددة مثل التوافق الدافعي، التوافق الوجداني، التوافق العقلي والتوافق الترويجي. (النجار عبد الرحمان، 1997، ص136)

يعرفه نبيل صالح: انه اشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والامراض النفسية واستمتاعه بعلاقات الحميمة اجتماعية ومشاركته لأنشطة الاجتماعية وتقبله العادات والتقاليد وقيم مجتمعه. (نبيل صالح، 2000، ص5)

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

ولابد من الإشارة الى ان هناك خلط بين المفهوم التوافق ومفهوم التكيف، فالأول هو مفهوم خاص بتوافق الانسان فقط وعلاقته بالآخرين، اما الثاني فهو خاص بالعلاقة الانسان والحيوان والنبات مع البيئة، لذا فالتوافق هو مفهوم تقرد به الانسان عن الكائنات الأخرى وله مؤشرات هي كالتالي

- ✓ ان تكون نظرة الانسان الى الحياة واقعية.
- ✓ ان تكون طموحاته بمستوى الإمكانيات.
- ✓ الإحساس بإشباع حاجاته النفسية.
- ✓ ان تتوفر للشخص سمات شخصية كالثبات الانفعالي واتساع الأفق والتفكير العلمي.
- ✓ ان تتوفر للشخص مجموعة من الاتجاهات الإيجابية كاحترام العمل واحترام الزمن وتقدير التراث
- ✓ ان تتوفر للشخص مجموعة من القيم مثل الحب الناس والتعاطف والرحمة والايثار (ذكرى يوسف، 2006، ص6)

2. معايير التوافق النفسي:

لقد اشارت العديد من البحوث والدراسات والكتب المتخصصة في ميدان علم النفس والصحة النفسية الى مجموعة من المعايير التي يمكن استخدامها الكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى الفرد او مجموعة من الافراد، وتختلف فيما بينها من حيث الكثافة والجودة إضافة الى الية استخدام وطبيعة الفئة المستهدفة من عملية القياس ومن أبرز هذه المعايير ماياتي:

المعيار الاحصائي: ويستند هذا المعيار الى (الحكم على مستوى التوافق النفسي) الى قاعدة تعرف بالتوزيع الاعتدالي، والذي يركز على المتوسط العام لمجموعة السمات التي يتميز بها الفرد

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

المعيار القيمي: حيث يشير الشاذلي الى ان المنظور القيمي يستخدم مفهوم التوافق لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائد في المجتمع، ويعتبر ان الشخص المتوافق هو الذي يوافق سلوكه وتصرفاته مع مبادئ أخلاقية او قواعد سلوكية تقرها الثقافة المجتمع ولذا فانه يمكن الجزم بان هذا المعيار يركز على الجانب الاجتماعي من التوافق وليعبر انتباها لمدى رضا الشخص واتزانه مع ذاته. (الشاذلي، 1999، ص 66)

المعيار الطبيعي: والشخص المتوافق ضمن هذا المعيار هو من لديه إحساس بالمسؤولية الاجتماعية ويعد باكتساب المثل والقدرة على الضبط الذات طبقا لمفهوم الطبيعي والذي يشتق من حقيقة الانسان الطبيعية.

المعيار الثقافي: وفيه يركز على النحو مبالغ فيه عند الاخذ بمعايير المسايرة حيث يعتبر الأشخاص المسايرين للجماعة وأساليب حياتها متوافقين بينما غير المسايرين هم في الغالب يتصفون بسوء التوافق، علاوة على ان الانقياد الزائد نحو الجماعة هو نمط لا توافقي.

المعيار الحضاري: ويعد معيارا نسبيا فالشخص السوي هو الذي يساير قيم ومعايير وقوانين مجتمعه ومن الجدير بالذكر ان قوانين المجتمعات وقيمها ومعاييرها تختلف اختلافا ظاهريا عن بعضها البعض كما تختلف اهداف المجتمعات بل تتعارض أحيانا وبالتالي فان هذا المعيار مثله في ذلك مثل المعيار الثقافي الذي لا يمكن الاخذ به الا في ضوء ثقافة وحضارة المجتمع الذي يعيش فيه

المعيار الاجتماعي: ان لكل مجتمع خصائصه الخاصة به ويتخذ هذا المعيار من مسايرة المعايير الاجتماعية أساسا لحكم على السلوك السوي او اخلاقه فالشخص السوي هو ذلك الشخص المتوافق اجتماعيا والعكس صحيح. (زهران، 1978، ص 11)

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

المعيار الذاتي: ويعتمد هذا المعيار على ما يدركه الفرد ذاته، حيث يستند الى ما يشعر به الفرد وكيف يرى في نفسه الاتزان والسعادة ولذا فهو عبارة عن إحساس داخلي وخبرة ذاتية ولا يمكن الاستناد الى هذا المعيار وحده فقد يشعر المريض نفسيا بالسعادة وهو غير متوافق مع الجماعة او قد يمر الفرد العادي أحيانا بمشاعر القلق ووفق هذا المعيار يعد غير متوافق.

المعيار الإكلينيكي: يتحدد هذا المفهوم التوافق النفسي في ضوء المعايير الاكلينيكية لتشخيص الاعراض المرضية ويعتبر الشخص متوافق استنادا الى أساس غياب الاعراض والخلو من المظاهر المرض وعلية فان المعيار الاكلينيكي لا يحدد التوافق على نحو إيجابي ودو معنى.

المعيار النظري: ويعتمد الى تحديد التوافق من إطار مرجعي نظري يستند الى تصور خاص فنظرية التحليل النفسي ترى خلو من الكبت دليل على التوافق ولكن قد يكون نقص التعليم، ولس الكبت هو المسؤول عن السلوك المضاد او الشعور بعدم السعادة او الضيق والياس. (ألا، 1999، ص69)

المعيار المثالي: النظرة المثالية نظرة قيمة لأنها تطلق احكاما خلقية على الكاملين المثاليين وغير الكاملين وتستمد أصولها من الأديان المختلفة معيار الحكم هذا هو مدى اقتراب او الابتعاد عن الكمال او ما هو مثالي، وتعتبر الشخص العادي هو الكامل في كل شيء والسعيد في حياته، ولا سلطان عليه من شهواته ويؤخذ عليه عدم تحديده للمثالية تحديدا دقيقا كما انه لا يوجد شخص مثال كامل تبعا له، فكيف يمكن احكم على شخص من المثالية او عدمها. (عوض، 1984، ص66)

3. التوافق الاجتماعي:

يعرفه حامد عبد السلام الزهران «انه يتضمن السعادة مع الاخرين والالتزام بالأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل الخير الجماعة. (حامد عبد السلام، 1978، ص29) ويعرفه عوض: بانه تلك العمليات التي يحقق بها الفرد نوعا من التوازن في علاقاته الاجتماعية التي يستطيع من خلالها اشباع حاجاته في حدود ثقافة المجتمع، أي ان التوافق الاجتماعي يعني القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين الفرد وبيئته، ولقد حدد كل من دورت ودونالد، ان الفرد لكي يتوافق في علاقاته مع البيئة يجب ان يحدث تغييرا لأحسن بقدر المستطاع سواء في البيئة نفسها او في العلاقات الفرد بها.

4. معايير التوافق الاجتماعي:

لتحقيق التوافق الاجتماعي يجب الاخذ بعين الاعتبار المعايير التالية:

- ✓ ان يتقبل الفرد لأخرين كما يتقبل ذاته، وان يضع نفسه في مكان الاخرين.
 - ✓ ان يكون الفرد متسامحا مع الاخرين.
 - ✓ نجاح الفرد في إقامة العلاقات مع الاخرين يتيح له ان يشارك حرية في أنشطة الجماعة.
 - ✓ ان تكون اهداف الفرد متماشية مع اهداف الجماعة.
 - ✓ شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية بين افراد الجماعة والاخرين
- ويقصد بها التعاون والتشاور معهم في حل او مناقشة ما يواجهه من مشكلات اجتماعية او تنظيمية تخص أمور الجماعة وتنظيم حياتهم واعمالهم، وكذلك ضرورة احترام الفرد لآراء الاخرين والمحافظة على مشاعرهم.

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

مما سبق يتضح ان قدرة الفرد على التوافق الاجتماعي تكمن في ميله الى مسايرة الجماعة والاحساس بالألفة والمودة. (باهي،2007، ص56)

5. مفهوم التوافق النفسي والاجتم (psychological and social adjustment)

عرفه كل من:

-جوردن 1963، Jordan: محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة والمرضية مع بيئته.

-لازاروس 1976، lazarus: سلوك الفرد كي يحيا او يعيش ولكي ينسجم او ينجح في بيئته الاجتماعية

-برنهارات 1984: تعديل فعالية الفرد بحيث تتناسب الظروف المتنوعة للحياة.

-ويبيستر 1984: عمل او فعل او طريقة لتعديل السلوك (محمد الزامل،2011، ص10)

-مرسي 1985: قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ويسلك سلوكا مقبولا يدل على الاتزان في مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف. (مرسي،1985، ص41).

عباس 1992: هو الرضا الفرد عن نفسه وعن الاخرين والسعي من خلال ذلك الى ان يحقق أهدافه ودوافعه. (عباس،1992، ص628)

فحسب نجاتي: تلك العلاقة التي يحقق فيها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه كما يحقق بها حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي ويظهر هذا الاتزان من خلال تقبله لأخرين من افراد اسرته ومدرسته بوجه عام.(محمد المهدي،2011، ص22)

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

ومن خلال ما سبق تناوله من التعريفات توصل الطلبة الى تعريفه:

هو عملية دينامية مستمرة تظهر في مدي رضا الفرد عن نفسه واشباع الحاجات الأولية والثانوية المكتسبة من خلال المعاملات الإيجابية والتصرفات الحسنة المعبرة عن شخصية متزنة شخصيه تعترف بحقوق الاخرين والتزامها بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وقيم وأهداف ذلك المجتمع الذي يعيش فيه وقدرته على اقامة علاقات اجتماعيه تتسم بالمودة والتعاون والمحبة بعيداً عن عوامل السيطرة والعدوان.

6. أهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي:

يوجد العديد من الإتجاهات والنظريات العلمية التي حاولت تناول مفهوم التوافق النفسي ودراسته، ولكل اتجاه من هذه الاتجاهات منظوره الخاص في دراسة هذا المفهوم، ويعد مفهوم التوافق النفسي مفهوم إنساني يرتبط بقطاع عريض من مظاهر الحياة الإنسانية والاجتماعية، فأى نجاح أو إنجاز في الحياة الإنسانية يتضمن معنى التوافق الانساني، كما إن فشل الفرد وإخفاقه يشير عامة إلى سوء التوافق، مما خلق تعدديه في دراسة هذا المفهوم وتحديد ماهيته ومظاهره.

أولاً: النظريات النفسية

نظرية التحليل النفسي Psychoanalysis theory

التحليل النفسي لسيجوند فرويد :

يعد فرويد رائداً ومؤسساً لنظرية التحليل النفسي والاب الروحي لعلماء النفس التحليليون الذين ساروا على نهجه، ويعد إنتاج فرويد العملي وأبحاثه واكتشافاته تحدد بداية مرحله من فهم الانسان للإنسان، وهذا ما أثار فيه الرغبة التي لا تفتر في بذل المحاولة التي لاتكل لجعل هذا الانتاج في تناول الانسان.

والشخصية الإنسانية عند فرويد ذات تصور دينامي متفاعل وقد قسم فرويد بناء

الشخصية إلى ثلاث مكونات هي الهو ID والانا Ego والانا الأعلى Super Ego

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

ويري أن سلوك الانسان يعد نتاجاً من التفاعلات التي تتم بين هذه المكونات الثلاثة

ثانياً: النظريات السلوكية: .

تؤكد النظرية السلوكية في الاعتماد على الملاحظة والمشاهدة والقياس لكافة الظواهر النفسية، بما فيها مفهوم التوافق النفسي، حيث تري أن سلوك الفرد يفسر على انه سلوكيات توافقيه أو سلوكيات لا توافقيه، تتأثر بما يتعلمه الفرد من الآخرين وما يتلقاه من تدعيم وتعزيز.

ويؤثر على السلوك التوافقي للفرد ما يتلقاه من تعزيز وتدعيم من البيئة الخارجية المحيطة به، ابتداء من الأسرة والمدرسة مروراً بكافة الجماعات التي ينتمي اليها خلال مراحل حياته وعلى هذا الاساس فإن الشخصية السوية عند السلوكيين رهن بتعلم عادات صحيحة سليمة وتجنب اكتساب السلوكية غير الصحيحة أو غير السليمة ومظاهر الشخصية السوية عند السلوكيين هي أن يأتي الفرد السلوك المناسب في كل موقف حسب ما تحدده الثقافة التي يعيش في ظلها الفرد.

كما تري المدرسة السلوكية أن السلوك الانساني سلوك هادف ومدفوع أي ينتج عن دوافع محددته تهدف لإشباع حاجات الفرد ورغباته ، وتؤكد النظرية السلوكية علي وجود بعض العوائق التي عادة ما تعوق إشباع الفرد لدوافعه وحاجاته ، مما يدفع الفرد لتعديل سلوكه وإعادة تعبئة طاقته بشكل مختلف يمكنه من التغلب علي العائق واشباع حاجاته مما يمكنه من الوصول إلي حاله من الاتزان الداخلي والتوافق النفسي الناتج عن خفض التوتر الداخلي الملح في اشباع الحاجات ، وأكد بأندورا أن السلوك الانساني يعد نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاث عوامل هي المثيرات الاجتماعية ، والسلوك الانساني ، والعمليات العقلية و الشخصية كما أعطي وزناً كبيراً للتعلم عن طريق الملاحظة والتقليد لدورهما المباشر لتعلم سلوكيات جديده ومن بينها السلوك التوافقي والسلوك اللاب توافقي .

ثالثاً: النظريات الاجتماعية:

تنظر هذه النظريات إلى التوافق من خلال مظاهر السلوك الخارجي للفرد أو الجماعة ، ويشير هذا الاتجاه إلى أن الفرد عادة ما يلجأ إلى الانقياد للجماعة والرضوخ لأوامرها لمقابله متطلبات الحياة اليومية وتحقيق التوافق ، فالانقياد للجماعة للمحافظة على تماسكها ووحدتها والدفاع عنها لتحقيق أمنها يعتبر سلوكاً إيجابياً للتوافق ، أما الخروج على معايير الجماعة والانقياد لبعض جماعات السوء والإضرار بالجماعة وممتلكاتها وإيذاء أفرادها فيعتبر مظهراً من مظاهر التوافق السلبي ، كما يمكن القول بأن الشخص المحب لأسرته والذي يعمل من أجلها ويحتفظ بوظيفته دائماً لإعاشتها ، والواعي بأساليب سلوكه المتنوعة يعتبر متوافقاً ، أما غير ذلك فهو غير متوافق. (سهير ، 2004 :37)

7. عملية التوافق النفسي الاجتماعي:

يعتبر التوافق النفسي الاجتماعي عملية متكاملة، بحيث يرى «فانز احمد» بان التكامل بينهما يبدو واضحاً فالتوافق عملية ذات وجهين تتضمن الفرد الذي ينمي إلى المجتمع بطريقة فعالة، وفي نفس الوقت يقدم المجتمع الوسائل لتحقيق الطاقة الكامنة في داخل الفرد لكي يدرك ويشعر ويفكر أحدث تغيير في المجتمع، بحيث ان الفرد والمجتمع يرتبطان معا في علاقة تبادلية تأثيرية.

فعملية الانسجام بين الفرد ونفسه وبين الفرد والمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه من بين اهم الابعاد في حياة الفرد، وعلى هذا الأساس يرى الباحث مجدي عبد الله بان التوافق النفسي الاجتماعي لا يتم في إطار منفصل رغم وجود من يرى ان ثمة فرق مبدئي بينهما. «فالتوافق النفسي يتضمن كيفية بناء استخدام لهذه التوافقات الذاتية في مجالات حياته الاجتماعية، تربويا ومهنيا وصحيا، ويتفاعل مع الاخرين في مواجهة

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

المواقف التي تعترضه للمشاكل مما يثبت بتوافقه النفسي مدى توافقه او عدم توافقه الاجتماعي وبالتالي الصحة والمرض النفسي.

أخيرا تبقى عملية التوافق النفسي الاجتماعي للفرد ذات أهمية في تحقيق اهداف واشباع الحاجات، اذ تهدف هذه العملية الى رضا النفس واستبعاد التوتر وتحقيق الاستقرار، وقدرة تعديل سلوكه لأحداث علاقة توافق بينه وبين البيئة، مما يضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومعاييره الاجتماعية وكذلك تحقيق لرضا النفسي والاجتماعي.

8. الصحة النفسية وعملية التوافق النفسي الاجتماعي:

ان عملية التوافق عملية دينامية مستمرة يسعى الشخص فيها الى تغيير سلوكه ليحدث علامة أكثر توافقا بينه وبين البيئة، وتبعاً لهذا يستطيع ان يعرف العملية بانها القدرة على تكوين بين العلاقة المرضية بين المرء وبيئته وتشمل:

البيئة الطبيعية: تعبر عن العالم الخارجي وكل ما يخطط بالفرد من الأشياء حيوية وطبيعة كالملبس والمسكن والطعام.

البيئة الاجتماعية والثقافية: وهي تعبر عن المجتمع الذي يعيش فيه الانسان بأفراده وعاداته وقوانينه التي تنظم الافراد وعلاقاتهم ببعضهم البعض.

-النفس والتي يجب على الفرد ان يكون قادرا على ان يتعامل معها ويتعلم كيف يسوسها ويسيطر عنها.

-توافق الفرد مع مجتمعه: وهو بمعنى توافق الفرد مع بيئته الخارجية المادية والاجتماعية والمقصود بالبيئة المادية هولاك ما يحيط بنا من عوامل مادية كالطقس والجبال والبحار وكل ما هو من الطبيعة وكذا رسائل المواصلات والأجهزة والآلات.

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

-اما البيئة الاجتماعية فتعني بها كل ما يسود المجتمع من قيم وعادات وتقاليد ودين وعلاقات اجتماعية ونظم اقتصادية وسياسية وتعليمية وامال واهداف.

ولماكانت البيئة متغيرة مادية كانت او اجتماعية، وهذا التغيير يثير مشكلات تحتاج من الانسان والتفكير والمواجهة والتعرض للانفعالات والقلق وتتطلب منه التعديل بعض سلوكياته، لهذا لابد من تعاون الوظائف النفسية المختلفة وتنميتها لمقاومة هذه التغيرات والتكيف معها.

اما إذا كانت هذه المتغيرات شديدة وعجز الفرد عن التكيف معها فستكون النتيجة لذلك فريسة للحالات المرضية، وهذا ما يوضح العلاقة الوثيقة بين الفرد وبيئته. (حنان سعيد، 2005، ص70)

9. مظاهر ومؤشرات التوافق النفسي والاجتماعي:

النظرة الواقعية للحياة: وهي توافق الفرد مع متطلبات ومعطيات واقعه الحاضر وتقبل الواقع المعاش بكل ما فيه من افراح واحزان واقعي في تعامله متفائلا سعيدا مقبل على الحياة اجتماعي منبسط غير متردد او انعزالي.

مستوى طموح الفرد: وهي توافق الفرد من خلال موازنته لطموحاته مع مستوى امكانياته والسعي من خلال دافع الإنجاز الى تحقيقها، وبينما الغير متوافق قد يرسم مطامح وامال بعيدة عن الأرض الواقع وعدم تحقيقها وتجسيدها يؤدي الى الانهيار والكابة والنظرة السودانية للغير والسلوك العدائي للمجتمع. (سهير، 978&، ص29)

الإحساس واشباع الحاجات النفسية: من اهم هذه الحاجات النفسية الإحساس بالامن والاحساس بالتعاطف والمودة وهي حاجة ضرورية تتمثل في احساسه انه محبوب وانه قادر على حب الاخرين وكذلك حاجة ثانية وهي الإحساس الفرد بانه قادر على الإنجاز ويتمثل في نجاحه في العمل والمشروع الذي يكلف به اويتبناه، وكذلك احساسه بالانتماء

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

للجماعة وبالولاء والاهتمام وحاجته للحرية بحيث تكون لديه حرية القبول، والرفض والتعبير ف ضوء قناعاته بمعنى ان يعرف متى يساير ومتى يغير، فان احس الفرد باشباع هذه الحاجات يقترب بالضرورة من التوافق والصحة النفسية. (العبيدي، 2009، ص18)

توافر مجموعة من السمات الشخصية التي تشير الى التوافق والصحة النفسية:

الثبوت الانفعالي: وهي قدرة الفرد على تناول الأمور بالانانة والصبر وعدم الأفعال في الاحداث والمواقف المثيرة، والعقلانية في مواجهة الأمور كان يكون علاقات اسرية متناغمة يسودها التعاطف والثقة بالنفس.

✓ اتساع الأفق القدرة العالية على تحليل الأمور وفرز الإيجابيات من السلبيات والمرونة النفسية.

✓ التفسير العلمي للظواهر والاحداث والوقوف على الأسباب الكامنة وراء الظاهرة

✓ مفهوم الشخص عن ذاته وتطابقه مع الواقع الذي يعيش فيه بعيدا عن تضخيمه لذاته واحساسه بالعظمة او الاحتقار نفسه وشعوره بالدونية و بالنقص وعدم الثقة.

✓ المسؤولية الاجتماعية إزاء الآخرين وان تكون الفرد غيرا يهتم بالأمور غيره بعيدا عن النرجسية وحب الذات والانانية يمثل سلوكه الاهتمام ببيئته ومجتمعه حوله.

✓ المرونة وان يكون للفرد المتوافق متوازنا في تصرفاته بعيدا عن التطرف في اتخاذ القرارات وإصدار الاحكام.

✓ توفر الاتجاهات الاجتماعية الإيجابية كاحترام العمل وتقدير المسؤولية وأداء الواجب والاعتراف بالتقاليد والولاء للقيم الاجابية كحب الناس والايثار والتعاطف والشجاعة والرحمة والأمانة. (طالحي هجيرة، 2013، ص106)

الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي

خلاصة:

يعتبر موضوع التوافق من المواضيع الهامة في علم النفس والصحة النفسية، وعن طريقه يحقق الفرد ذاته النفسية والاجتماعية. ولقد حاولنا في هذا الفصل تقديم اهم التعاريف للتوافق النفسي والتوافق الاجتماعي ولتوافق النفسي الاجتماعي كما تناولنا لاهم المعايير للتوافق النفسي والتوافق الاجتماعي واهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي واهم المؤشرات والمظاهر. ووصول الفرد الى تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي يعني قدرة الفرد على تحقيق أهدافه حاجاته ودوافعه وفق متطلبات والشروط التي يفرضها المحيط.

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية
للدراسة



الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات المنهجية التي أتبعتم لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فرضياتها، بداية بالدراسة الاستطلاعية وتحديد المنهج المناسب للدراسة وحدودها المكانية والزمانية والبشرية وتحديد مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية، وأدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية، وتحديد الأساليب الإحصائية.

1. الدراسة الاستطلاعية:

وهي البحوث التي تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي صياغة دقيقة تسير التعمق في بحثها في مرحلة لاحقة انها بحوث تتناول موضوعات جديدة لم يتناولها الباحث من قبل و لا تتوفر عنها معلومات أو بيانات أو يجهل الباحث الكثير من جوانبها وأبعادها وهي تهدف إلى الكشف عن حلقات غامضة أو مفقودة في تسلسل التفكير الإنساني مما ساعد على التحليل والربط والتفسير العلمي فيضيف إلى المعرفة الإنسانية ركائز جديدة.(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص38) للوقوف على الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث والتعرف على الأفراد التي سوف تطبق عليهم أداة القياس وعلى مدى استعدادهم وإستعداد المسؤولين للتعاون معنا قمنا بزيارة المركز الطبي التربوي للأطفال المتخلفين عقلياً بالمسيلة وذلك بهدف التعرف على أفراد العينة التي سوف تطبق عليهم أداة القياس و اطلعهم على موضوع الدراسة أما الجانب النظري فقد قمنا بالإطلاع على بعض المذكرات التي تناولت موضوع دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين عقلياً تخلف بسيط ، وكذلك بعض المراجع من كتب، مجلات، أنترنت، من خلال هذه المعطيات عملنا وفق خطة منهجية واضحة من أجل التطرق إلى هذه الظاهرة.

2. المجال المكاني والزمني:

-المجال المكاني:

لقد تمت الدراسة التي قمنا بها على مستوى مركز الطبي التربوي للأطفال المتخلفين عقلياً بالمسيلة، و وزعت استمارات استبيان على الاساتذة المربين بهذا المركز حيث بلغ عددها 10 استمارة.

-المجال الزمني:

يتمثل المجال الزمني في الفترة التي استغرقتها الدراسة ولقد شرعنا في إنجاز بحثنا هذا في فترة قدرها شهرين أي من بداية أبريل إلى غاية شهر ماي، أما فيما يخص الدراسة الاستطلاعية فقد تم القيام بها خلال الفترة من ماي 2020.

3. المنهج المتبع في الدراسة:

المنهج هو الطريقة أو الأسلوب الذي ينتهجه العالم في بحثه أو دراسة مشكلته والوصول إلى حلول لها أو إلى بعض النتائج.(عبد الفتاح محمد العيسوي، 1996، ص13)

تختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه في مجال البحث العلمي ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وفي بحثنا هذا حتمت علينا مشكلة البحث إتباع المنهج الوصفي، والذي هو عبارة عن استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر، وتصنف هذه المعلومات وتنظيمها، والتعبير عنها كما وكيفا، بحيث يؤدي ذلك للوصول إلى فهم علاقات هذه الظاهرة مع غيرها من الظواهر، كما يهدف إلى تنظيم المعلومات وتصنيفها، ويساعد الباحث في الوصول إلى استنتاجات وتعميمات تساعدنا في تطور الواقع الذي ندرسه وهذا للتأكد من صحة فرضياتنا، ولأجل الإجابة عن المشكلة المطروحة .

المنهج الوصفي هو عبارة عن وصف وتفسير ما هو كائن حي فنجد أن البحوث الوصفية تهتم بالظروف والعلاقات القائمة والمعتقدات ووجهات النظر والقيم والاتجاهات عند الناس، وفي بعض الأحيان يهتم البحث الوصفي بدراسة العلاقة بين ما هو كائن وبين بعض الأحداث السابقة والتي تكون قد أثرت أو تحكمت في هذه الأحداث والظروف القائمة، فالبحوث الوصفية تحدد الطريقة التي توجد بها الأشياء، وتعتبر الدراسات المسحية والاتجاهات والرأي العام أمثلة من البحوث الوصفية حيث يتم غالبا جمع بيانات

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

البحوث الوصفية عن طريق الاستفتاء أو المقابلة أو الملاحظة. (خير الدين علي احمد عويس، 1997، ص86)

ولا يقتصر البحث الوصفي على جمع البيانات والحقائق وتصنيفها وتبويبها، بالإضافة إلى تحليلها التحليل الكافي الدقيق المتعمق بل يتضمن أيضا قدرا من التفسير لهذه النتائج لذلك كثيرا ما يقترن الوصف بالمقارنة، بالإضافة إلى استخدام أساليب القياس والتصنيف والتفسير بهدف استخراج الاستنتاجات ذات الدلالة، ثم الوصول إلى تعميمات بشأن ظاهرة موضوع الدراسة. (فاطمة عون صابر، 2002، ص87)

4. مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة:

العينة جزء من الكل أو بعض من جميع، يبني الباحث عمله عليها ويشترط أن تكون ممثلة لمجتمع البحث أحسن تمثيل، بغرض الحصول على أدق النتائج بغية تعميمها على المجتمع الأصلي).

يستخدم الباحث العينة، لأن في بعض الحالات من الصعب دراسة المجتمع ككل، وعلى الرغم من الأفضل من الناحية النظرية، دراسة كل العناصر المكونة لمجتمع البحث أفرادا كانوا، أم أسرا، إلا أنه قد يصعب ذلك من الناحية العملية، خاصة بالنسبة لمجتمعات البحث الكبيرة، لذا يبحث عن مجموعة جزئية من المجتمع الكلي موضوع الدراسة لتكون عينة ممثلة لمجتمع البحث الأصلي وتعميم نتائج هذه العينة على مجتمع البحث الذي تمثله، حيث تعرف العينة على انها "مجموعة من المستجيبين (الناس) يتم اختيارهم من مجتمعا أكبر لتحقيق أغراض الدراسة". (عبد الواحد الكبيسي، 2007، ص217)

وقد أجريت الدراسة الميدانية على الاساتذة المربين بالمركز الطبي التربوي للمتخلفين عقليا بالمسيلة حيث تم الاختيار بطريقة الحصر الشامل لأفراد عينة الدراسة

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

الممثلين في 30 من الأساتذة المرين "حيث يختار الباحث هذه العينة لكونه يعرف انها تمثل المجتمع تمثيلا سليما بناءا على معلومات إحصائية سابقة".

في بعض الأحيان يسعى الباحث لتحقيق هدف أو غرض معين من دراسته، فيقوم باختيار أفراد العينة مما يخدم ويحقق هذا الغرض أو الهدف.

5. أدوات جمع البيانات و المعلومات:

لأجل الحصول على المعلومات والبيانات والحقائق يوجد العديد من أدوات البحث العلمي منها الملاحظة والمقابلة، الاستبانة أو الاستبيان والاختبارات بأنواعها وما إلى غير ذلك من الأدوات وتعتبر الإستبانة أحد هذه الأنواع ومن بين أكثر أدوات جمع البيانات استخداما على الرغم من أهمية وقوة الأدوات الأخرى.

وهو وسيلة من وسائل جمع البيانات، وتعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة ترسل بواسطة البريد، أو تسلم إلى الأشخاص الذين تم اختيارهم لموضوع الدراسة ليقوموا بتسجيل إجاباتهم عن الأسئلة الواردة فيه وإعادته ثانية، ويتم كل ذلك بدون مساعدة الباحث للأفراد سواء في فهم الأسئلة أو تسجيل الإجابات عنها.

وتعد الاستبانة من أكثر الأدوات المستخدمة في جميع البيانات الخاصة بالعلوم الاجتماعية التي تتطلب الحصول على معلومات أو معتقدات أو تصورات أو آراء الأفراد ومن أهم ما تتميز به الاستبانة هو توفير الكثير من الوقت والجهد على الباحث. (عبد الله محمد الشريف، 1996، ص123)

حيث صيغت مفاتيح الأداة بما يسمى بمحدودية الإجابة وهي نوع من أنواع صياغة الاستبيان وهي الأسئلة التي يصوغ منها الباحث مجموعة من الإجابات ويترك حرية الاختيار للمبحوث وحسبما يتوقعه مناسبا أو ملائما من إجابات مثل عدم توفر المعدات والأجهزة والمعدات الرياضية) بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة.(مروان عبد المجيد ابراهيم، 2000، ص168)

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

واحتوت الأداة على 16 سؤال موزعة على محورين و اختيار مفاتيح تراوحت بين دائماً، أحياناً، أبداً ، ووزعت أسئلة الاستبيان على محورين .

تم إقباس أسئلة الاستبيان من مقياس السلوك التوافقي لجمعية التخلف العقلي الأمريكية والذي أعده " كازو نهيرا وزملائه سنة ، 1974 وقام بترجمته وتكييفه في البيئة المصرية كل من " صفوت فرج" و" ناهد رمزي " .

الخصائص السيكومترية للأداة:

الثبات :

يعرف ثبات الاختبار بأنه درجة التماسك التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة لتطبيقها، كما تعني مدى اتساق الاختبار ومدى الدقة التي نقيس بها اختبار لظاهرة موضوع القياس، كما يمكن القول بأن مدى الدقة واتساق للقياسات التي يتم الحصول عليها فيما يقبسه الاختبار .

وغالبا لا يتم الضبط الدقيق في القياس مما يؤدي إلى وجود شوائب أو دخول بعض المتغيرات التي تؤثر على ظاهرة موضوع القياس، مما يؤثر على الدرجة التي يحصل عليها فلا تعبر بدقة عن تلك القدرة أو الخاصية أو السمة المقاسة، وعندما يحدث قدرا من الخطأ يؤثر على الدرجة فقد يكون هذا الخطأ موجبا يؤدي إلى زيادة الدرجة أو سالبا فتصبح درجة الفرد أقل من الواقع، أي غير معبرة عن الأداء الفعلي للفرد نتيجة عدم الضبط الدقيق للقياس فتسمى تباين الخطأ، لذلك يتم حساب الثبات للتعرف على الدرجة الحقيقية للاختبار أو المقياس وقد عرف "جليفورد" الثبات بأنه نسبة التباين الحقيقي في الدرجة المستخلصة من اختبارها، حيث أن تباين الدرجة على المقياس هي مؤشر للأداء الفعلي للأفراد، وتعتبر تلك المعادلة عن درجة المقياس.(ليلي السيد فرحان،

2001، ص144)

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

اولا الثبات:

أ/ **الثبات: ألفا كرونباخ:** تم حساب ثبات هذا الاستبيان عن طريق التناسق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ القائمة على أساس حساب معدل الارتباطات بين عبارات الاستبيان ككل حيث بلغ 0.90، أما بالنسبة للمحورين فقد بلغت معاملات ثباتها على النحو التالي (0.89/0.81) وهي معاملات ثبات عالية، ومنه نستطيع القول بأن قيمة الثبات بالنسبة لهذا الاستبيان مقبولة، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (01) يوضح ثبات استبيان دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	ألفا كرونباخ	
8	0,819	المحور الأول (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً)
8	0,890	المحور الثاني (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً)
16	0,903	عبارات الاستبيان ككل

الصدق:

تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساساً بنتائج الاختبار (محمد حسن علاوي، 1996، ص321)

كما يشير "تابلر" أن الصدق يعتبر أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار.

يكون الاختبار صادقاً عندما يقيس الغرض الذي وضع من أجله، وهذه الصفة من أهم الصفات التي يجب أن يتميز بها الاختبار، وهناك أنواع للصدق منها صدق المضمون أو صدق المحتوى، الصدق التلازمي، صدق التنبؤ، الصدق الظاهري، صدق المحكمين والصدق العاملي.

ب/ الصدق:

الطريقة الأولى

1-- صدق الاتساق الداخلي الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للاستبيان ككل: تم حساب الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل حيث جاءت هي الأخرى كلها دالة إحصائياً حيث بلغت قيمة ارتباط الدرجة الكلية للمحور الأول مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل (0.86)، أما ارتباط الدرجة الكلية للمحور الثاني مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل فقد بلغ (0.92) وهذا يعني أن الاستبيان صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل	
الدرجة الكلية	المحاور والدرجة الكلية
0,869**	المحور الأول (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً)
0,926**	المحور الثاني (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً)
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).	

2- الطريقة الثانية:

- حساب معامل ارتباط عبارات كل بعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه:

2-1- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (دور النشاط البدني

الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً) مع الدرجة

الكلية للمحور:

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

الجدول رقم (03) مصفوفة ارتباطات عبارات محور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا مع الدرجة الكلية للمحور.

الدرجة الكلية		الدرجة الكلية		الدرجة الكلية	
معامل الارتباط	الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
0,801**	7	0,755*	4	0,742*	1
0,005	7	0,012	4	0,014	1
10	7	10	4	10	1
معامل الارتباط	الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
0,644*	8	0,742*	5	0,644*	2
0,044	8	0,014	5	0,044	2
10	8	10	5	10	2
معامل الارتباط	الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
0,644*	6	0,690*	6	0,644*	3
0,044	6	0,027	6	0,044	3
10	6	10	6	10	3

شير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$) حيث تراوحت جميعها بين (0,64) و (0,75) ما عدا العبارة رقم (07) حيث جاءت دالة عند مستوى دلالة (0,01) وبلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,80) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الأول كمؤشر لصدق التكوين في قياس دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا

2-2- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (04) مصفوفة ارتباطات عبارات محور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا مع الدرجة الكلية للمحور.

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

الدرجة الكلية	الدرجة الكلية			الدرجة الكلية	الدرجة الكلية			
0,832**	معامل الارتباط	15	0,745*	معامل الارتباط	12	0,845**	معامل الارتباط	9
0,003	مستوى الدلالة		0,013	مستوى الدلالة		0,002	مستوى الدلالة	
10	حجم العينة		10	حجم العينة		10	حجم العينة	
0,944**	معامل الارتباط	16	0,683*	معامل الارتباط	13	0,671*	معامل الارتباط	10
0,000	مستوى الدلالة		0,029	مستوى الدلالة		0,034	مستوى الدلالة	
10	حجم العينة		10	حجم العينة		10	حجم العينة	
La corrélation est significative .** .au niveau 0.01 (bilatéral)			0,813**	معامل الارتباط	14	0,845**	معامل الارتباط	11
La corrélation est significative .*			0,004	مستوى الدلالة		0,002	مستوى الدلالة	
.au niveau 0.05 (bilatéral)			10	حجم العينة		10	حجم العينة	

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0,01 = α) حيث تراوحت جميعها بين (0,94) و (0,81) ماعدا العبارات رقم (13/12/10) حيث جاءت دالة عند مستوى دلالة (0,05) وبلغت قيم معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,68/0,74/0,67)، وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الأول كمؤشر لصدق التكوين في قياس دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً.

6. الأساليب الإحصائية:

-تم الاستعانة في هذه الدراسة بنظام الحزم الإحصائية spss الاصدار 25.

-اختبار test-t لعينتين.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى إجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبني المنهج المناسب وكذلك حصر لمجتمع الدراسة وعينة الدراسة الأساسية، كما تم إجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من صلاحية أدوات الدراسة للتطبيق على عينة الدراسة وحساب خصائصها السيكومترية والتي تتمثل في الصدق والثبات، حيث تبين بعد تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية صلاحية الأدوات للتطبيق في الدراسة الأساسية، كما تمت الإشارة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة الفرضيات.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة
النتائج



الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

بعد عرضنا من الفصل السابق لإجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبيان الهدف من الدراسة ومنهجها وتحديد مجتمع الدراسة وأدوات الدراسة سيتم في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة وفق ترتيب فرضياته وذلك من خلال عرض نتائج الفرضيات ومناقشتها، وإعطاء التفسيرات المناسبة لها في ضوء الدراسات السابقة والأفكار النظرية التي لها علاقة بموضوع الدراسة، ومن ثم استخلاص أهم الاستنتاجات، والخروج بكفى الاقتراحات من خلال نتائج الدراسة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

أ/ بالنسبة لعبارات المحور الأول (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً) تم ترتيب عبارات المحور الأول حسب درجة تشبعها عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول رقم (04) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على المحور الأول

الرقم	عبارات المحور الأول (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً)	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
01	هل النشاط البدني الرياضي المطبق من طرفكم يرفع معنويات الأطفال	25	2,9200	0,27689
02	هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في تحقيق نوع من السعادة والفرح لدى الأطفال	25	2,9200	0,27689
03	هل ممارسة النشاط الرياضي تزيد في حب المبادرة والتطوع لدى الأطفال	25	2,9200	0,27689
04	هل النشاط البدني الرياضي يساهم في زيادة الثقة بالنفس لدى الأطفال	25	2,9200	0,27689
05	هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في التقليل من الكآبة والعزلة لدى الأطفال	25	2,8800	0,33166
06	هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في جعل التلميذ أكثر تقبلاً للأدوار المختلفة وتحمل المسؤولية	25	2,8800	0,33166
07	هل النشاط البدني الرياضي يساهم في مساعدة الطفل على الاعتماد على نفسه	25	2,8800	0,33166
08	هل النشاط البدني الرياضي يساهم في التخلص من الضغوط النفسية لدى الأطفال.	25	2,7600	0,52281

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المستخرجة من إستجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من عبارات المحور الأول (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً) نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة فكلها تنتمي إلى المجال المرتفع (2.34 - 3)، حيث تراوحت المتوسطات الحسابية للمحور الأول بين [2,7600-2,9200] وبالتالي يمكن القول بأن عبارات المحور الأول جاءت عالية أي أن للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي عالي في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة.

ب/ بالنسبة لعبارات المحور الثاني (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً) تم ترتيب عبارات المحور الثاني حسب درجة تشعبها عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول رقم (05) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على المحور الثاني

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	عبارات المحور الثاني (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً)	الرقم
0,33166	2,8800	25	هل الأطفال الممارسين للنشاط البدني متعاونين ويقدمون يد المساعدة	09
0,54160	2,7200	25	أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يشارك بشكل ايجابي في الأنشطة الجماعية	10
0,33166	2,8800	25	هل يندمج بسهولة في مختلف الصداقات التي يقوم بتكوينها خلال ممارسة النشاط الرياضي	11
0,47258	2,8400	25	أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يتحدث بأسلوب مهذب مع زملائه	12
0,61373	2,7200	25	هل يتفاعل بشكل ايجابي مع زملائه خلال ممارسة النشاط الرياضي	13
0,57735	2,8000	25	أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يتقبل رأي الأشخاص الذين من حوله	14
0,47258	2,8400	25	خلال ممارسة النشاط الرياضي هل يولي الاهتمام بأحوال الأشخاص الذين من حوله	15
0,50000	2,8000	25	هل يقوم بالاستجابة للآخرين بطريقة مقبولة أثناء ممارسة النشاط الرياضي	16

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المستخرجة من استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من عبارات المحور الثاني (دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً) نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة فكلها تنتمي إلى المجال (2,34-3) حيث تراوحت المتوسطات الحسابية للمحور الثاني بين [2,7200-2,8800] وبالتالي يمكن القول بأن عبارات المحور الثاني جاءت عالية أي أن للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي عالي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة.

عرض ومناقشة نتائج الفرضيات:

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: نصت الفرضية الأولى للدراسة على: " يلعب النشاط البدني المكيف دور ايجابي عالي في تحقيق التوافق النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الأول من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (06) يوضح دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً										
المحور الأول	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الفرق بين المتوسطين	t	مستوى الدلالة	القرار	المعيار
الدرجة الكلية	25	2	2,8850	0,21016	24	0,88500	21,056	0.000	دال عند 0.01	3-2.34 المجال المرتفع

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في المحور الأول بلغ

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

(2,8850) درجة وبانحراف معياري قدره (0,21016) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,88500) درجة، [وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (21,056) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي إلى المجال العالي [3-2.34] ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وبالتالي فإن هذه النتيجة تتفق مع فرضية البحث الثانية والقائلة " يلعب النشاط البدني المكيف دور ايجابي عالي في تحقيق التوافق النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية للدراسة على: " يلعب النشاط البدني المكيف دور ايجابي عالي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة "، وللتحقق من صحة الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الثاني من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (07) يوضح دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً										
المحور الثاني	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الفرق بين المتوسطين	t	مستوى الدلالة	القرار	المعيار
الدرجة الكلية	25	2	2,8100	0,35561	24	0,81000	11,388	0.000	دال عند 0.01	3-2.34 المجال المرتفع

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحور دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في المحور الثاني بلغ (2,8100) درجة وبانحراف معياري قدره (0,35561) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,81000) درجة، [وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (11,388) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي الى المجال العالي [3-2.34] ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وبالتالي فإن هذه النتيجة تتفق مع فرضية البحث الثانية والقائلة " يلعب النشاط البدني المكيف دور ايجابي عالي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة ".

عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهاته الدراسة على: " للنشاط البدني الرياضي المكيف دور عالي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً من وجهة نظر الأساتذة المربين بالمركز الطبي للمتخلفين عقلياً بالمسيلة. وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (08) يوضح دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً.										
الاستبيان	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الفرق بين المتوسطين	t	مستوى الدلالة	القرار	المعيار
الدرجة الكلية	25	2	2,8475	0,22684	24	0,84750	18,680	0,000	دال عند 0.01	3-2.34 المجال العالي

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة النتائج

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لإستبيان دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في الاستبيان بلغ (2,8475) درجة وبانحراف معياري قدره (0,22684) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتوقع (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,84750) درجة، [وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (18,680) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي الى المجال العالي [3-2.34] ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد فرضية البحث العامة والقائلة " للنشاط البدني الرياضي المكيف دور عالي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً من وجهة نظر الأساتذة المربين بالمركز الطبي للمتخلفين عقلياً بالمسيلة "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وهذا يعني أن للنشاط البدني الرياضي المكيف دور عالي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً من وجهة نظر الأساتذة المربين بالمركز الطبي للمتخلفين عقلياً بالمسيلة. وعليه نستنتج تحقق الفرضية البحثية.

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة النتائج

مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

عرض ومناقشة المحور الأول في ضوء الفرضية الأولى:

في هذا المحور قمنا بطرح 08 أسئلة وذلك بقصد التحقق من صحة الفرضية التي وضعناها والتي كانت علي النحو الآتي: لممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق النفسي لدى الاطفال المعاقين عقليا تخ بسيط حيث احتوى على ستة أسئلة مرقمة من 01 (إلى 08).

الذي أردنا من خلاله أن نبين مساهمة النشاط البدني الرياضي في تنمية تنمية التوافق النفسي لدى لأطفال المعاقين عقليا وبعد عملية فرز وتفريغ وترتيب وتحليل النتائج المتحصل عليها إحصائيا باستخدام نظام الحزم الإحصائية من خلال الجداول 4-6 نجد بأن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور في تنمية التوافق الاجتماعي للأطفال المعاقين عقليا -القابلين للتعلم- وهذا ما أكده " مروان ع المجيد " أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يشكل جانبا هاما في نفس المعاق اذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات والصبر ، الرغبة في اكتساب الخبرة ، التمتع بالحياة ويساهم بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الرتيبة والمملة ما بعد الإصابة ، وتهدف الرياضة الترويحية إلى غرس الاعتماد على النفس والانضباط وروح المنافسة والصدقة لدى الطفل المعوق وبالتالي تدعيم الجانب النفسي والعصبي لإخراج المعوق من عزله التي فرضها على نفسه في المجتمع .(مروان عبد المجيد ابراهيم، 1997، ص111-112)

ونستنتج مما سبق أن الفرضية الثانية قد تحققت والتي مفادها أن للممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق النفسي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياً تخلف بسيط .

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض ومناقشة المحور الثاني في ضوء الفرضية الثانية:

في هذا المحور قمنا بطرح 08 أسئلة وذلك بقصد التحقق من صحة الفرضية التي وضعناها والتي كانت علي النحو الآتي: لممارسة النشاط البدني الرياضي دور في تنمية التوافق الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين عقلياً تخلف بسيط الذي أردنا من خلاله أن نبين مساهمة النشاط البدني الرياضي في تنمية التوافق الاجتماعي لدى لأطفال المعاقين عقليا و بعد عملية فرز وتفرغ وترتيب وتحليل النتائج المتحصل عليها إحصائياً باستخدام نظام الحزم الإحصائية SPSS من خلال الجداول-7-8- نجد بأن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور في تنمية التوافق الاجتماعي للأطفال المعاقين عقليا -القابلين للتعلم- وهذا ما أكده عبد العظيم شحاتة إلى أن الأنشطة الرياضية تلعب دوراً أساسياً في إعداد الطفل المتخلف عقليا للحياة ودمجه اجتماعياً ومهنيًا وذلك عن طريق تنمية قدراته في حدود إمكانياته واستعداداته للتأهيل المهني ، واستغلال هذه القدرات والتركيز عليها وبالتالي تأهيلهم ودمجهم مع المجتمع ، وإتاحة الفرصة أمامهم للإبداع والإنتاج.

ونستنتج مما سبق أن الفرضية الثانية قد تحققت والتي مفادها أن للممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً تخلف بسيط.

الاستنتاج العام:

✓ فالدراسة النظرية شملت محاولة من تداخل مجموعة من المواضيع الهدف منها معرفة أهم الدراسات والمفاهيم والنظريات سواء تعلق الأمر بموضوع النشاط البدني الرياضي المعدل وذلك من خلال التعرج إلى مفاهيم عامة حول الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة بشكل خاص، أو معرفة خصائص المتخلفين عقلياً وأهم المفاهيم والنظريات الخاصة بموضوع التوافق النفسي .

✓ لذا تعتبر الأنشطة الرياضية كمهنة إنسانية ساهمت بدور فعال في مجال رعاية المتخلفين عقلياً لأن العناية بهم تمثل تحدياً علمياً من جميع الجوانب خصوصاً وانهم

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- غير قادرين على ممارسة كل حقوقهم بطريقة مجدية لذلك يجب حمايتهم بشكل قانوني من خلال تكثيف ممارستهم للأنشطة الرياضية بصفة عامة.
- ✓ لذلك يجب أن تتضافر الجهود للاهتمام بهذه الفئة وعدم إهمالها لأن المشكلة تكمن في تجاهل المجتمع لهذه الفئة التي لها احترامها وحقوقها لذلك على المجتمع أن يساعدهم وأن يقف بجانبهم وعدم إهمالهم لأن الاهتمام في حد ذاته ليس إلا نوعاً من الهروب أو التهرب من مواجهة احتياجات أفراد هذه الفئة تأسيساً على قاعدة معرفية علمية مهنية .
- ✓ ونظراً لأهمية الأنشطة الرياضية في العالم المعاصر الذي تعددت فيه أساليب الحياة من ناحية وأساليب إجراءات الرعاية من ناحية أخرى وأن ممارسة الأنشطة الرياضية يمكنها المساهمة بكفاءة في مجال الرعاية وتحقيق نوع من الاتزان النفسي والاجتماعي، فإن ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام.
- ✓ المتخلفين عقلياً بشكل خاص في إطار حمايتهم من معوقات الحياة التي تنتظرهم وتعرضهم للجرائم أو لحياة غير طبيعية .وبهذا فإن مشكلة البحث تتمثل في استكشاف دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين عقلياً -القابلين للتعلم.

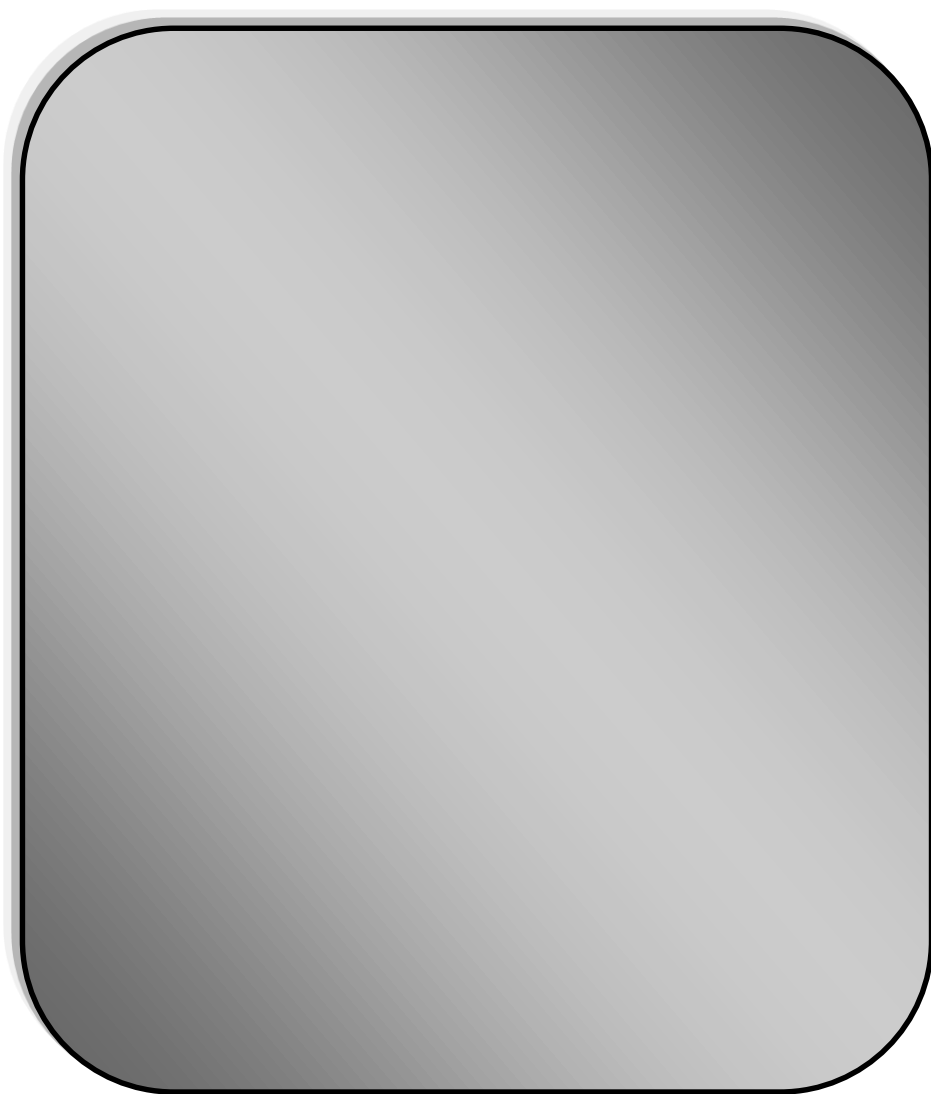
اقتراحات:

- ✓ تفعيل دور مراكز الأمومة والطفولة والجمعيات والمرافق الصحية وكل مؤسسات المجتمع الأخرى للتسيق مع هذه المراكز من أجل رعاية متكاملة وشاملة.
- ✓ الاهتمام بإعداد المختصين في المعاهد والجامعات وعقد اتفاقيات مع مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة لوضع الرجل المناسب في المكان المناسب ويتم من خلالها تفعيل دورهم.
- ✓ التشخيص المبكر وكذا التدخل السريع والمبكر لحالات التخلف وذلك تفادياً لتفاقمها وتدهورها، وذلك بتوفير أساليب القياس والتشخيص.

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- ✓ أن تتولى الجهات المختصة والمعنية إجراء البحوث الميدانية لخصر حالات المتخلفين حتى يتم التخطيط لمواجهة مشكلاتهم على أساس صحيح.
- ✓ تشكيل هيئات مختصة تحت إشراف وزاري، لإعداد المناهج الدراسية، وتكييفها حسب نوع ودرجة الإعاقة.
- ✓ توفير كل أنواع الخدمات التعليمية والتربوية والتأهيلية والصحية لرعاية المعاقين ذهنيا والعناية بهم وتشجيع التأليف والترجمة في مجال رعاية المتخلفين عقليا، وتقنين أدوات الكشف واستخدامها.

خاتمة



وختما لما سبق تناوله ومن خلال المعطيات النظرية والتطبيقية التي سبقت وانطلاقا من المشكلة المطروحة والمعاشة ميدانيا حول موضوع دور النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا من وجهة نظر الأساتذة بالمركز النفسي، والفكرة الهامة التي استوحيناها من خلال بحثنا هي ان النشاط البدني المكيف دور هام وحاسم وايجابي في جعل الأطفال المتخلفين عقليا يعتمد على نفسه ويفكر تفكيرا إيجابيا ويحس بقيمته، ويشعر بحبه، كما يستطيع فرض نفسه ويؤثر على ما يحيط به ومن خلال التوافق النفسي الجيد الذي يتمتع به، والذي يمكن ان يحقق نتائج ممتازة في مختلف المجالات .

ويمكن ان تكون هذه الدراسة بداية للقيام بالبحوث أخرى وخلفية تنطلق منها بحوث ودراسات أخرى لتوسيع المعرفة الإنسانية وخاصة في مجالات التربية التعليمية لفئة ذو الاحتياجات الخاصة ومحاولة الاهتمام اكثر بهذه الفئة وادماجها إيجابيا في المجتمع.ولذلك يعتبر النشاط البدني المكيف له اثر إيجابي على حياة الانفعالية للمعاقين فهو يتغلغل الى اعلى مستويات السلوك ويؤدي بالطفل المعاق الى التخلص من مختلف العقبات التي تواجهه.

قائمة المصادر والمراجع



1. حامد زهران (2001): الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، ط3، مصر.
2. رواب عمار (2007): تحليل علاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف وتقبل الإعاقة في محيط رياضي جزائري لذوي الاحتياجات الخاصة، مذكرة دكتوراه، معهد التربية البدنية، جامعة الجزائر.
3. مقري محمد الأمين، بلغالي إسماعيل (2016): دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، قابلية الاستثارة) لدى المعاقين حركيا، مذكرة ماستر، جامعه عبد الحميد بن باديس، مستغانم، كلية التربية البدنية والرياضية. الجزائر.
4. حسين خشاب (2016): دور النشاط البدني الرياضي المكيف في التقليل من عقدة الشعور بالنقص لدى الرياضي المعاق حركيا، مذكرة ماستر، جامعه محمد بوضياف بالمسيلة.
5. الحليمي نور الدين، معزوزي عبد النور (2015): دور النشاط البدني المكيف في تقليل منمظاهر لسلبية للامراض والسمنه، مذكرة ماستر، جامعه عبد الحميد بن باديس، مستغانم.
6. الجيلالي مصطفى (2018): أهمية ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى المعاقين حركيا"، مذكرة ماستر، جامعه عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر.
7. تمار محمد (2020): مدخل الى النشاط البدني المكيف، مطبوعة مقياس مدخل الى النشاط البدني مكيف، جامعه محمد بوضياف بالمسيلة، معهد علوم التقنيات النشاطات البدنية والرياضية، الجزائر.

قائمة المصادر والمراجع:

8. حلمي إبراهيم ليلي(1998): التربية الرياضية والترويج للمعاقين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
9. لطفي بركات احمد(1984): الرعاية التربوية للمعوقين عقليا، دار المريخ للنشر، ط1، الرياض.
10. امين خولي(1992): التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، ط11ن القاهرة.
11. حزام القزوني(1978): التربية الترويجية، دار العربية للطباعة، بغداد.
12. محمد نجيب(1967): الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة، ط1، مصر.
13. رشيد بوكراع(2008): النشاط البدني المكيف وذوي الاحتياجات الخاصة، الجزائر، مقال منشور في الانترنت
14. اميين أبو خولي(1990): الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي والادب والفنون، سلسلة عالمالمعارفة، الكويت.
15. عادل محمد خطاب(دس): النشاط الترويحي وبرامجه، ملتزم للطبع والنشر، مكتبة القاهرة الحديثة.
16. حسين خشاب(2016): دور النشاط البدني والرياضي المكيف في التقليل من عقدة الشعور بالنقص لدى الرياضي المعاق حركيا، رسالة ماستر، جامعه محمد بوضياف بالمسيلة، تخصص نشاط البدني مكيف وصحة.الجزائر.
17. عباس، فيصل(1992): الشخصية في ضوء التحليل النفسي، دار المسيرة، بيروت.
18. المرسي، عودة(1985): الشباب وتحديات العصر، المؤتمر التربوي الخامس عسر، 23-28مارس1985.
19. حامد عبد السلام(1978): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط1، عالم الكتب، القاهرة.

قائمة المصادر والمراجع:

20. سهير ابراهيم محمد (2004): المخاوف وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدي الاطفال في المرحلة العمرية (12-16) سنة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس.
21. الشاذلي عبد الحميد(2001): الصحة النفسية والسيكولوجية الشخصية، ط1، مكتبة الإسكندرية، مصر.
22. طالحي هجيرة(2013): ممارسة السلطة الوالدية داخل الاسرة وانعكاسها على التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق، مذكرة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.
23. محمد موحان ياسر الزالمي(2011): السلوك التوكيدي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلبة معهد اعداد المعلمين في محافظه كربلاء، رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، علم النفس التربوي.
24. صبيرة محمد على، أشرف محمد عبد الغني شريت(2004): الصحة النفسية والتوافق النفسي، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.
25. فرج طه واخرون(1993): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، دار سعاد صباح، القاهرة.
26. النجار عبد الرحمان محمد (1997): أطفالنا ومشكلاتهم النفسية، ط1، دار أفكار العربي، القاهرة.
27. حنان سعيد رحو(2005): اساسيات في علم النفس، ط1، بيروت، دار العربية للعلوم.
28. محمد المهدي(2011):تأثير درجة التوافق النفسي الاجتماعي في تحسين الأداء المهاري اثناء المنافسة في كرة القدم ، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3

قائمة المصادر والمراجع:

29. ذكرى يوسف جميل(2006): التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة وقرانهم من الاعتياديين(دراسة مقارنة)،مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد3، العدد4.
30. عوض، عباس محمود(1992): علم النفس الاجتماعي، القاهرة، دار المعرفة الجامعية.

الملاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية

قسم: النشاط المكيف

تخصص: نشاط بدني ورياضي مكيف والصحة



إستمارة استبيان

في إطار إنجاز مذكرة الماستر تحت عنوان:

دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال
المتخلفين عقلياً

من وجهة نظر الأساتذة المربين بالمركز الطبي للمتخلفين عقلياً بالمسيلة

تحت إشراف:

د. زواق امحمد

إعداد الطلبة:

مرزوقي طارق

شناتي عبد العزيز

نرجو من سيادتكم الإجابة عن هذه الأسئلة بكل دقة ووضوح وذلك بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة لرأيكم ولعلمكم انه لا توجد أسئلة صحيحة وأخرى خاطئة.
ويجابتكم هذه تكون قد ساهتمتم في إثراء هذا البحث.

الرقم	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
المحور الأول: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً				
01	هل النشاط البدني الرياضي المطبق من طرفكم يرفع معنويات الأطفال			
02	هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في تحقيق نوع من السعادة والفرح لدى الأطفال			
03	هل ممارسة النشاط الرياضي تزيد في حب المبادرة والتطوع لدى الأطفال			
04	هل النشاط البدني الرياضي يساهم في زيادة الثقة بالنفس لدى الأطفال			
05	هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في التقليل من الكآبة والعزلة لدى الأطفال			
06	هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في جعل التلميذ أكثر تقبلاً للأدوار المختلفة وتحمل المسؤولية			
07	هل النشاط البدني الرياضي يساهم في مساعدة الطفل على الاعتماد على نفسه			
08	هل النشاط البدني الرياضي يساهم في التخلص من الضغوط النفسية لدى الأطفال.			
المحور الثاني: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً				
09	هل الأطفال الممارسين للنشاط البدني متعاونين ويقدمون يد المساعدة			
10	أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يشارك بشكل إيجابي في الأنشطة الجماعية			
11	هل يندمج بسهولة في مختلف الصداقات التي يقوم بتكوينها خلال ممارسة النشاط الرياضي			
12	أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يتحدث بأسلوب مهذب مع			

الملاحق:

			زملائه	
			هل يتفاعل بشكل ايجابي مع زملائه خلال ممارسة النشاط الرياضي	13
			أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يتقبل رأي الأشخاص الذين من حوله	14
			خلال ممارسة النشاط الرياضي هل يولي الاهتمام بأحوال الأشخاص الذين من حوله	15
			هل يقوم بالاستجابة للآخرين بطريقة مقبولة أثناء ممارسة النشاط الرياضي	16

الملاحق:

الاستطلاعية

Corrélations				
		دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين	Corrélacion de Pearson	1	0,617	,869**
	Sig. (bilatérale)		0,057	0,001
	N	10	10	10
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين	Corrélacion de Pearson	0,617	1	,926**
	Sig. (bilatérale)	0,057		0,000
	N	10	10	10
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً	Corrélacion de Pearson	,869**	,926**	1
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	
	N	10	10	10

** . La corrélacion est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً
Q1	Corrélacion de Pearson	1	0,375	0,375	,667*	0,375	0,401	,764*	0,375	,742*
	Sig. (bilatérale)		0,286	0,286	0,035	0,286	0,250	0,010	0,286	0,014
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q2	Corrélacion de Pearson	0,375	1	1,000**	,667*	0,375	0,115	0,218	0,375	,644*
	Sig. (bilatérale)	0,286		0,000	0,035	0,286	0,752	0,545	0,286	0,044
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q3	Corrélacion de Pearson	0,375	1,000**	1	,667*	0,375	0,115	0,218	0,375	,644*
	Sig. (bilatérale)	0,286	0,000		0,035	0,286	0,752	0,545	0,286	0,044
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q4	Corrélacion de Pearson	,667*	,667*	,667*	1	,667*	0,076	0,509	,667*	,755*
	Sig. (bilatérale)	0,035	0,035	0,035		0,035	0,834	0,133	0,035	0,012
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q5	Corrélacion de Pearson	0,375	0,375	0,375	,667*	1	0,401	,764*	0,375	,742*
	Sig. (bilatérale)	0,286	0,286	0,286	0,035		0,250	0,010	0,286	0,014
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q6	Corrélacion de Pearson	0,401	0,115	0,115	0,076	0,401	1	,651*	0,401	,690*
	Sig. (bilatérale)	0,250	0,752	0,752	0,834	0,250		0,042	0,250	0,027
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q7	Corrélacion de Pearson	,764*	0,218	0,218	0,509	,764*	,651*	1	0,218	,801**
	Sig. (bilatérale)	0,010	0,545	0,545	0,133	0,010	0,042		0,545	0,005
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q8	Corrélacion de Pearson	0,375	0,375	0,375	,667*	0,375	0,401	0,218	1	,644*
	Sig. (bilatérale)	0,286	0,286	0,286	0,035	0,286	0,250	0,545		0,044
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	Corrélacion de Pearson	,742*	,644*	,644*	,755*	,742*	,690*	,801**	,644*	1
	Sig. (bilatérale)	0,014	0,044	0,044	0,012	0,014	0,027	0,005	0,044	
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations										
		Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً
Q9	Corrélation de Pearson	1	,667*	1,000**	0,583	0,509	0,509	0,620	,804**	,845**
	Sig. (bilatérale)		0,035	0,000	0,077	0,133	0,133	0,056	0,005	0,002
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q10	Corrélation de Pearson	,667*	1	,667*	0,250	,764*	0,218	0,620	0,452	,671*
	Sig. (bilatérale)	0,035		0,035	0,486	0,010	0,545	0,056	0,189	0,034
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q11	Corrélation de Pearson	1,000**	,667*	1	0,583	0,509	0,509	0,620	,804**	,845**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,035		0,077	0,133	0,133	0,056	0,005	0,002
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q12	Corrélation de Pearson	0,583	0,250	0,583	1	0,327	0,600	0,465	,678*	,745*
	Sig. (bilatérale)	0,077	0,486	0,077		0,356	0,067	0,176	0,031	0,013
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q13	Corrélation de Pearson	0,509	,764*	0,509	0,327	1	0,524	0,406	0,592	,683*
	Sig. (bilatérale)	0,133	0,010	0,133	0,356		0,120	0,244	0,071	0,029
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q14	Corrélation de Pearson	0,509	0,218	0,509	0,600	0,524	1	,677*	,921**	,813**
	Sig. (bilatérale)	0,133	0,545	0,133	0,067	0,120		0,032	0,000	0,004
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q15	Corrélation de Pearson	0,620	0,620	0,620	0,465	0,406	,677*	1	,748*	,832**
	Sig. (bilatérale)	0,056	0,056	0,056	0,176	0,244	0,032		0,013	0,003
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Q16	Corrélation de Pearson	,804**	0,452	,804**	,678*	0,592	,921**	,748*	1	,944**
	Sig. (bilatérale)	0,005	0,189	0,005	0,031	0,071	0,000	0,013		0,000
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين	Corrélation de Pearson	,845**	,671*	,845**	,745*	,683*	,813**	,832**	,944**	1
	Sig. (bilatérale)	0,002	0,034	0,002	0,013	0,029	0,004	0,003	0,000	
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques de fiabilité		Statistiques de fiabilité		Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments	Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments	Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,903	16	0,890	8	0,819	8

الأساسية

Statistiques sur échantillon uniques				
	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Q1	25	2,9200	0,27689	0,05538
Q2	25	2,9200	0,27689	0,05538
Q3	25	2,9200	0,27689	0,05538
Q4	25	2,9200	0,27689	0,05538
Q5	25	2,8800	0,33166	0,06633
Q6	25	2,8800	0,33166	0,06633
Q7	25	2,8800	0,33166	0,06633
Q8	25	2,7600	0,52281	0,10456
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	25	2,8850	0,21016	0,04203
Q9	25	2,8800	0,33166	0,06633
Q10	25	2,7200	0,54160	0,10832
Q11	25	2,8800	0,33166	0,06633
Q12	25	2,8400	0,47258	0,09452
Q13	25	2,7200	0,61373	0,12275
Q14	25	2,8000	0,57735	0,11547
Q15	25	2,8400	0,47258	0,09452
Q16	25	2,8000	0,50000	0,10000
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	25	2,8100	0,35561	0,07112
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً	25	2,8475	0,22684	0,04537

Test sur échantillon unique						
	Valeur de test = 2					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الشخصي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	21,056	24	0,000	0,88500	0,7983	0,9717
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً	11,389	24	0,000	0,81000	0,6632	0,9568
دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً	18,680	24	0,000	0,84750	0,7539	0,9411