

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية

فرع : نشاط بدني رياضي مكيف

تخصص : النشاط البدني الرياضي
والصحة



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية

قسم : النشاط البدني الرياضي المكيف

رقم :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر أكاديمي

تحت عنوان

النشاط البدني التربوي ودوره في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى
الأطفال المتخلفين ذهنيا

دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي لولاية المسيلة

إعداد الطالب:

- جلميد حسين

لجنة المناقشة

مشرفا	استاذ محاضر - أ -	نطاح كمال
رئيسا	استاذ محاضر - أ -	صغيري راجح
مناقشا	استاذ محاضر - أ -	حبارة محمد

السنة الجامعية : 2018 / 2019

شكرًا و عرفانًا
٢٠٢٤ م / ١٤٤٦ هـ

الحمد لله الذي وفقني إلى إتمام هذا العمل، ولا يسعني إلا أن

أتقدم بخالص شكري وتقديري إلى الأستاذ الفاضل المشرف

بجمال بطلان الذي كان عونًا لي بنصائحه القيمة وتوجيهاته السديدة

في إنجاز العمل.

كما أوجه الشكر إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد.

الهدايا

اهدي سلاما... لو صعدا إلى السماء لأصبح قسرا...

ولو نزل إلى الأرض لكساها سندسا وحريرا...

ولو اختلط بماء لبحر لأصبح الماء أججا عذبا فراتا سلسبيلا.

اهدي ثمراتي جهدي إلى سببي في الوجود إلى الوالدين الكريمين أواهما الله .

إلى كل الأهل والأقارب وأصدقاء العمر والطفولة

إلى ينابيع العلم والمعرفة معلمي وأسائذتي .

فهرس المحتويات

شكر وعران

الإهداء

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

مقدمة عامة.....أ-ب

الفصل التمهيدي

الإشكالية:.....09

الفرضيات:.....11

أهداف الدراسة:11

أسباب اختيار الموضوع:11

مفاهيم ومصطلحات الدراسة:.....12

النظريات المفسرة لمتغيرات الدراسة:.....15

الدراسات السابقة.....16

الفصل الاول: ماهية النشاط البدني التربوي

تمهيد:.....20

تعريف النشاط:.....21

أنواع النشاط البدني التربوي:.....22

خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي.....22

الأسس العلمية للنشاط البدني والرياضي.....23

أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي.....23

24..... دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي

25..... الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي

27..... خاتمة الفصل

الفصل الثاني: التكيف الاجتماعي

28..... تمهيد

29..... تعريف التكيف الاجتماعي

29..... إستراتيجية التكيف الاجتماعي

30..... مظاهر التكيف الاجتماعي

31..... خصائص التكيف الاجتماعي

32..... مظاهر التكيف الاجتماعي السليم

34 أساليب التكي

35..... عوائق التكيف الاجتماعي

37..... خاتمة الفصل

الفصل الثالث: التخلف الذهني

38..... تمهيد

30..... تعريف التخلف الذهني

39..... أسباب التخلف الذهني

40..... تصنيف التخلف الذهني

41..... خصائص المتخلفين ذهنيًا

43..... خاتمة الفصل

الفصل الرابع: حدود الدراسة

44الدراسة الاستطلاعية
44 عينة الاستطلاعية
44 منهج الدراسة
44 حدود الدراسة
45 أدوات جمع البيانات
46 الخصائص السيكمومترية

الفصل الخامس: عرض تحليل ومناقشة النتائج

65 عرض وتحليل النتائج
72 مناقشة الفرضيات
73 أهم الاستنتاجات
74 اقتراحات
75 خاتمة
76 قائمة المراجع
78 قائمة الملاحق

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	معامل ثبات ألفا كرونباخ للمحور ككل	46
02	معامل صدق ألفا كرونباخ لفقرات المحور ككل	47
03	معامل ثبات ألفا كرومباخ للمحور الاول	47
04	معامل صدق ألفا كرومباخ للمحور الاول	47
05	معامل ثبات ألفا كرومباخ للمحور الثاني	28
06	معامل صدق ألفا كرومباخ للمحور الثاني	48
07	معامل ثبات ألفا كرومباخ للمحور الثالث	48
08	معامل صدق ألفا كرومباخ للمحور الثالث	49
09	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 01 للمحور الاول	50
10	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 02	50
11	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 03	51
12	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 04	51
13	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 05	52
14	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 06	52
15	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 07	53
16	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 08	53
17	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 09	54
18	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 10	54
19	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 01 للمحور الثاني	55
20	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 02	55
21	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 03	56
22	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 04	56
23	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 05	57
24	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 06	57
25	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 07	58
26	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 08	58
27	حساب قيمة α^2 " كاي تربيع " للسؤال 09	59

فهرس الجداول

59	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 10	28
60	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 11	29
60	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 01 للمحور الثالث	30
61	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 02	31
61	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 03	32
62	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 04	33
62	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 05	34
63	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 06	35
63	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 07	36
64	حساب قيمة كا ² " كاي تريبع " للسؤال 08	37
65	مجالات إجابات المبحوثين	38
66	يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الاول	39
68	يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثاني	40
70	يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثاني	41

مقدمة:

تعتبر قضية المعوقين من القضايا الحساسة، التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا، لدرجة أن أقدر وأحكم الأنظمة في العالم لم تتمكن من استئصالها نهائيا من بلدانها، إلا أن نسبة انتشارها يختلف من مجتمع لآخر، وذلك حسب درجة الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع لها، بداية من الوقاية منها إلى العناية بأفرادها، من جميع النواحي (الطبية، النفسية، الاجتماعية والتربوية)، حيث أن العناية بالمتخلفين ذهنيا تعتبر أحد الدلائل على تقدم أي مجتمع من المجتمعات، لذلك يعمل المفكرون المخلصون لخدمة الإنسانية جادين لتوفير سبل الراحة للمتخلف، ما يجعله كفيلا في نمو وبناء شخصيته، وتأهيله بالشكل الصحيح والسليم، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع.

لهذه الأسباب وأخرى أنشأت المراكز الخاصة بفئة المتخلفين ذهنيا، وابتكرت الطرق التي تتلاءم معهم، ووضعت المادة التعليمية التي تتناسب مع مستوياتهم، ومن المجالات التي أولت اهتماما كبيرا بهذه الفئة، مجال الأنشطة البدنية والرياضية التي قدمت البرامج المعدلة والمقننة، وأساليب القياس والتقويم، ضمانا لحسن الممارسة، واستغلال جل الأهداف والغايات المنتظرة من هذا المجال.

أو للممارسة الرياضية تأثير فعال على النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية للمتخلفين ذهنيا، ذلك أنها تمثل خيارا تربويا من شأنه أن يخلق بيئة تربوية خالية إلى حد كبير من القيود الاجتماعية والنفسية، ويستطيع المعوق حركيا أن يحقق أسمى طموحاته، ويستغل أقصى حد ممكن لقدراته المتبقية بتطوير الاستعدادات والسلوكيات التي تنعكس إيجابا على بعض السمات الشخصية المرغوبة والمقبولة في المجتمع كالانبساطية والاجتماعية، والاستقرار الانفعالي حتى يندمج بسهولة ويحقق التوافق النفسي الاجتماعي.

والجزائر كغيرها من الدول اهتمت بهذه الشريحة وعملت على محاولة إدماجها في المجتمع، ولكن للأسف تم غياب الاهتمام بالنواحي النفسية الاجتماعية للفرد المتخلف ذهنيا، بدليل قلة الدراسات التي تهتم بهذه الجوانب، فلا شك أن الفرد المعوق يتأثر كثيرا من هذه النواحي نظرا للآثار السلبية التي تتركها الإعاقة وهذا ما يؤثر على تكيفه النفسي الاجتماعي بصفة خاصة، وصحته النفسية بصفة عامة. ولقد كان البحث العلمي المدعم بالتجارب الميدانية المرتبطة بالواقع في حدود مستويات الإعاقة الذهنية هو الأسلوب المستخدم لحل مشاكل الأداء البدني والممارسة الرياضية وكذا المشاكل النفسية والاجتماعية المترتبة عن الإعاقة، حيث سعى الباحثون مع مرور الزمن إلى سد ثغرات العمل مع هذه الفئة، وفكرة هذا البحث تعد إحدى المحاولات في هذا الميدان إذ يتطرق إلى: محاولة تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعوقين حركيا عن طريق ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف، ووصولاً لدراسة وحل اشكاليته سنقوم بدراسته على النحو التالي:

نحاول كمدخل للبحث وضع إطار منهجي لإشكالية الدراسة التي تعمل على دراسة الانعكاسات والآثار الإيجابية للممارسة الرياضية المكيفة في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعوقين حركيا، فالسمات الشخصية عند المعوق حركيا تعتبر من أهم العوامل التي تؤثر على توافقه الشخصي والنفسي والاجتماعي.

ويخصص الباب الأول للجانب النظري الذي يحتوي على ثلاثة فصول:

يتعرض الفصل الأول إلى دور النشاط البدني التربوي، الذي يعتبر عملية تربوية مهمة، لها غايات وأغراض تتمثل في مساعدة الأفراد في تحسين لياقتهم البدنية، وتطوير حياتهم النفسية، لتغلب على الآثار السلبية التي تتركها الإعاقة وتنمية سماتهم المرغوبة والمقبولة اجتماعيا.

أما في الفصل الثاني فقد تطرقنا إلى مفهوم التكيف الاجتماعي من الناحية النظرية حيث يجعل التكيف الاجتماعي الفرد متزن في انفعالاته وتفكيره وأرائه ومعتقداته وبانعدامه قد يسلك الفرد سلوكا غير سوي يخلق له بعض المشاكل الاجتماعية لتتوسع بذلك دائرة هذه المشاكل.

وفي الفصل الثالث تطرقنا إلى مفهوم التخلف الذهني من المنظور النظري ، والأسباب المؤدية لحدوثه حيث يعتبر تصنيف التخلف الذهني أمر صعب وذلك لان الأمر شائك حيث أصبح من أهم الظواهر التي اهتم بها علماء النفس والطب والتربية وعلم الاجتماع حيث تؤثر هذه الإعاقة على ممارسة الفرد لحياته الطبيعية ومن أكثر المسببات لهذه الإعاقة هي حوادث المرور بالإضافة إلى زواج الأقارب وتنتشر هذه الإعاقة كثيرا في المناطق الريفية

أما الفصل الخامس فنخصصه للجانب التطبيقي، وسنتعرض فيه إلى إجراءات البحث التطبيقية ، ولتحقيق الهدف من هذه الدراسة سيتم استخدام المنهج الوصفي لحل الإشكالية، والذي يعتبر من أكثر المناهج استعمالا في العلوم الاجتماعية والنفسية والتربوية والرياضية، وفي الفصل السادس سنقوم بعرض وتحليل نتائج الدراسة التطبيقية لأجل الوصول إلي الحقائق العلمية، والكشف عن المتغيرات المختلفة عن طريق أدوات البحث المتمثلة في الاستبيان المقترح ، وتحليلها ومناقشة نتائجها بالعودة إلى الإطار النظري للبحث

1. الإشكالية:

تعتبر قضية المعوقين من القضايا الحساسة التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا لدرجة أن اقدر واحكم الأنظمة في العالم لم تتمكن من استئصالها نهائيا من بلدانها، إلا إن نسبة انتشارها تختلف من مجتمع لآخر، وذلك حسب درجة الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع لهم، بداية من الوقاية منها إلى العناية بها من جميع النواحي الطبية، النفسية، الاجتماعية، التربوية.

وتمثل الإعاقة العقلية جانبا من جوانب القصور في أداء الفرد والتي تظهر دون سن 18 سنة، وتمثل في التديني الواضح في القدرة العقلية عن متوسط الذكاء، يصاحبها قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر السلوك الكيفي مثل: الاتصال اللغوي، العناية بالذات، الحياة اليومية، الاجتماعية، التوجيه الذاتي، الخدمات الاجتماعية، الصحة والسلامة، الحياة الأكاديمية وأوقات الفراغ والعمل.

يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف أو ما يعرف بالتربية الرياضية المكيفة وهي أنشطة رياضية حركية تفيد الأفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة في ميادين الإنتاج والتفاعل مع المجتمع، كما تهدف إلى تمكين المعاق من الاستفادة من طاقته المتبقية ومواصلة نشاطه كفرد يبحث عن إشباع حاجاته وغاياته بذلك يعرفه إبراهيم حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات (النشاط البدني المكيف هو العاب وبرامج التي يتم تعديلها لتلائم مع حالة الإعاقة وفق لنوعها وشدها) ويرجع تاريخ النشاط البدني المكيف في الجزائر من خلال تأسيس الفدرالية الجزائرية للمعاق أو ذوي العاهات أو ذوي الاحتياجات الخاصة في 19 فيفري 1979 وتم اعتماده رسميا بعد ثلاثة سنوات من تأسيسها¹. كما أن له عدة أنواع من بينها النشاط الرياضي التنافسي، التمرينات الصباحية، تمرينات الراحة، مسابقات رياضية مفتوحة، تمارين من اجل الصحة، مهرجانات رياضية، تدريب رياضي، كما أن له عدة أقسام قسم الأنشطة الجماعية والأنشطة الفردية².

تعتبر الرعاية الاجتماعية جانب مهم من جوانب التكفل وهذا راجع لأهمية الأهداف التي تسعى لتحقيقها والتي تندرج تحت هدف عام وهو تحقيق اندماج مهني واجتماعي، بفضل تكيفهم الذاتي أي أنهم قادرون على تحقيق استقلاليتهم وعلى التواصل الاجتماعي مع الآخرين ولهذا الغرض انشأت مؤسسات ومراكز خاصة لتربتهم وإعادة تأهيلهم من ما يعرف بالتربية الخاصة والتأهيل المهني والاجتماعي وخاصة هذا الأخير الذي يلعب دور كبير في إدماج المعاق في بيئته، والتي تتناسب مع أبعاد نموهم الشخصي، وقد كانت أول مؤسسة للصم البكم على يد **دي لبييه** في باريس عام 1778 كما حظي المتخلفون ذهنيا باهتمام حيث أنشئ **ريد** في إنجلترا عام 1840 أول مؤسسة لرعاية المتخلفين تحت رعاية الملكة **فكتوريا** تعمل على رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة من الناحية النفسية والاجتماعية والتربوية .

¹ محمد ابراهيم عبد الحميد، تعلم الأنشطة والمهارات للأطفال المعاقين عقليا، دار الفكر العربي، مصر 1999، ص50.

² محمد ابراهيم ليلي السيد فرحات، التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، ط1، 1998، ص223.

وعليه عرف **عبد الغفار ومحمد الشيخ¹** التخلف الذهني بأنه حالة توقف أو عدم اكتمال النمو يولد بها الطفل أو يحدث في سن مبكرة نتيجة لعوامل وراثية أو جينية أو بيئية ويصعب على الطفل الشفاء منها وتوضح آثار عدم اكتمال النمو في مستوى أداء الطفل في مجالات التي ترتبط بالنضج والتعلم والمواثمة، ومن أهم متطلبات هذه الفئة ممارسة أنواع الأنشطة البدنية داخل درس التربية البدنية عن طريق استخدام تمارين حرة بالأدوات أو من غير الأدوات، الألعاب الصغيرة مثل العاب القوى، العاب الميدان، العاب تنمية الحواس، الألعاب الجماعية على الرغم من أن الأطفال في أمس الحاجة إلى مثل هذه الأنشطة في المجتمع والحياة اليومية، وما يثبت ذلك دراسة **عدلان محمد احمد الحازمي** في كتابه بعنوان التربية البدنية الخاصة وأهميتها لهذه الفئة والتي من خلالها يتحقق تكيف وذلك من خلال القضاء على سلوكيات، لذلك تعتبر الأنشطة الرياضية فرصة لملاحظة الأطفال المتخلفين ذهنياً ودراستهم للتعبير على ما في أنفسهم كما يرى **فرويل** (أن التربية البدنية هي مرآة للحياة، تعطي الطفل على العالم الذي عليه أن يتعلم من اجله، فهي تعبير عن إنسانية الطفل الداخلية)، فالنشاط التربوي هو أداة تربوية تساعد في إحداث تفاعل الفرد مع عناصر البيئة لغرض التعلم وبناء شخصية ويمثل وسيلة تعليمية تقرب المفاهيم وتساعد في إدراك المعاني، فهو طريقة علاجية يلجئ إليها المربون في مساعدتهم لحل بعض المشكلات التي يعاني منها، فهو يشكل أداة للتعبير والتواصل بين الأطفال، كما له دور في تنشيط القدرات العقلية وتحسين المهبة الإبداعية لدى الأطفال² فاللعب يمثل مرآة اجتماعية، لذلك يؤكد **هينزكا** إن اللعب يعد مؤشر ثقافياً هاماً قابلاً للطقوس والعادات، لا بل أساس الثقافة لكونه سلوك وحيد الذي لا يجرأ إلى عناصر، ويؤكد أيضاً إن اللعب هو أصل كل المؤسسات الاجتماعية وبالمقابل فمن المؤكد انه إذا كان اللعب يتطور في التقاليد الثقافية للشعب، فانه يتطور أيضاً مع تطور الشعب³.

فالنشاط البدني التربوي الرياضي يعتبر من أهم الأنشطة الرياضية البدنية التي اتخذت أشكالاً جماعية وفردية كاللعب والألعاب والتمرينات البدنية والرقص والتدريب البدني والرياضة، كما أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني والصحي وحسب وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها، ومن خلال كل هذا يجعلنا نبحث عن علاقة النشاط البدني الرياضي و تأثيره في الجانب الاجتماعي للمتخلفين ذهنياً، وهذا ما يجعلنا نطرح التساؤل التالي:

هل للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق التكيف الاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنياً؟

¹ قاسم حسن حسين، علم النفس ومبادئه وتطبيقاته في علم التدريس، ج2، العراق، جامعة الموصل، 1990، ص65

² امين انور خولي، اسامة كمال راتب، التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، ص335.

³ احمد ارشيدي الخالدي، أهمية اللعب عند الأطفال العاديين وذوي احتياجات الخاصة، ط، [دار المعترف للنشر والتوزيع، 2010، ص157-

1-1 التساؤلات الفرعية:

- هل لممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دور في تغيير سلوك المعاق؟
- هل لممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق التوافق الاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنياً؟
- هل يساهم النشاط البدني الرياضي التربوي في تحسين قدرات الذكاء الرياضي للأطفال المتخلفين ذهنياً؟

2. الفرضيات:

1-2 الفرضية العامة:

يحقق النشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق التكيف الاجتماعية لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً.

2-2 الفرضيات الجزئية:

- تلعب ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دوراً هاماً في تغيير سلوك الأطفال المتخلفين ذهنياً.
- لممارسة النشاط البدني التربوي دوراً في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً.
- يساهم النشاط البدني التربوي في تحسين قدرات الذكاء الرياضي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً.

3. أهداف الدراسة:

1-3 الهدف العام:

تهدف الدراسة إلى معرفة أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنياً في المركز النفسي البيداغوجي بالمسيلة.

2-3 الأهداف الجزئية:

- معرفة دور النشاط البدني التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً.
- معرفة أهم الأسباب لزيادة الاندماج الاجتماعي للأطفال المعاقين ذهنياً.
- الرفع من مستوى قدرات الأطفال المعاقين ذهنياً على المشاركة في النشاط البدني الرياضي.
- لفت انتباه المسؤولين لتكوين إطارات متخصصة قصد إدماج هذه الفئة في المجتمع.
- إظهار القدرات التي تملكها هذه الفئة وإدماجهم اجتماعياً خاصة خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.

4. أسباب اختيار الموضوع:

الدوافع التي أدت بنا إلى القيام بهذه الدراسة هو محاولة تسليط الضوء لهذه الفئة في مدينة المسيلة. ومعايشة الواقع الذي تعيشه هذه الفئة.

5. أهمية الدراسة:

تعتبر فئة الأطفال المتخلفين ذهنياً من الفئات التي تعاني من المشاكل من بينها مشكلة التكيف الاجتماعي فالنشاط الرياضي التربوي له أهمية في تحقيق التكيف الاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنياً، باعتبارها فئة تحاول

أن تثبت وجودها في المجتمع وذلك عن طريق تقديمنا حلول لهذه المشكلات الاجتماعية، ومحاولة التعرف على أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي من خلال استغلال القدرات، وإثراء الرصيد المعرفي للمكتبة العلمية في هذا المجال.

6. مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

6-1 تعريف الإعاقة الذهنية:

التعريف اللغوي: يشير المعجم في شرح مادة (عوق) عاقه عن الشيء عوقاً، أي منه وشغله عنه، فهو عاققة والمجتمع يلاقى عواقق، وهي عائقه وعوائق الدهر، وشواغله وإحداثه وتطوق إي بمنع امتنع وتببط.

التعريف الاصطلاحي: هي حالة توقف النمو العقلي أو عدم اكتماله، والتي تتسم بشكل خاص بقصور في المهارات التي تظهر أثناء مراحل النمو، وتؤثر في المستوى العام للذكاء إي القدرات المعرفية، اللغوية، الحركية والاجتماعية... الخ، وقد تحدث الإعاقة الذهنية مع أو بدون اضطراب نفسي أو جسمي آخر¹.

تعريف إجرائي: هو كل شخص لديه قصور في أداء مهارات إنشاء ممارسة نشاط بدني رياضي تربوي نتيجة إصابة وظائفه الحسية أو العقلية أو الحركية.

6-2 التخلف الذهني:

تعريف تريد جولد: يعرفه بأنه حالة عدم اكتمال النمو يجعل الشخص لا يستطيع إن يكيف نفسه مع مطالب البيئة التي يعيش فيها ويحتاج إلى مساعدة الآخرين².

تعريف منظمة الصحة العالمية (W.H.O) 1999:

في التصنيف الدولي العاشر للأمراض (I C D 1) تعرف التخلف الذهني بأنه حالة توقف النمو الذهني أو عدم اكتماله ويتميز بشكل خاص باختلال في المهارات يظهر إنشاء دورة النمو، ويؤثر في المستوى العام للذكاء إي القدرات المعرفية واللغوية الحركية، والاجتماعية، وقد يحدث التخلف مع أو بدون اضطراب نفسي أو جسمي آخر، ولكن الأفراد المعاقين ذهنياً قد يصابون بكل أنواع الاضطرابات النفسية، بل إن معدل انتشار الاضطرابات الأخرى بين المعاقين ذهنياً يبلغ على الأقل من ثلاثة إلى أربعة إضعافه بين عموم السكان، ويكون السلوك التكيفي مختلفاً³.

ويتضح من المفاهيم الطبية التي تناولت الإعاقة الذهنية التي ترجع إلى أسباب بيئية و أسباب وراثية أدت إلى عدم اكتمال نمو العقل، وبالتالي أدت إلى قصور بعض الوظائف الذهنية والمعرفية.

¹ علي راشد، مفاهيم ومبادئ تربوية، دار الفكر، ط1، القاهرة، 1993، ص 16.

² سهي محمد امين، المتخلون عقلياً بين الاساءة والاهمال التشخيص العلاج، دار قباء للطباعة للنشر والتوزيع، القاهرة، 1999، ص 69.

³ https://ar.wikipedia.org/wiki/12/03/2019_13;20

تعريف الجمعية الوطنية للأطفال المتخلفين ذهنيا 1971:

الشخص المتخلف ذهنيا هو الشخص الذي يعاني منذ الطفولة من صعوبة غير عادية في التعلم وهو غير فعال نسبيا في الاستخدام ما تعلم في مشكلة الحياة العادية وهو يحتاج إلى تدريب وتوجيه خاصين ليستفيد من طاقته مهما كانت.

التعريف الإجرائي: في بحثنا نقصد بالتخلف الذهني هو الانخفاض الملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص أثناء ممارسة النشاط البدني التربوي الذي يصاحبه عجز في التكيف الاجتماعي وفي السلوك التكيفي.

3-6 التكيف الاجتماعي للطفل المعاق ذهنيا:

تعريف اصطلاحي: هو توافق الفرد مع تغيرات المؤسسات الاجتماعية كالأُسرة والمدرسة و مؤسسات العمل والإنتاج، حيث يغير الفرد من سلوكه كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد والخضوع للجماعة¹.

تعريف إجرائي: هو مدى نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه مقارنة مع نظائره من المجموعة العمرية نفسها.

4-6 تعريف السلوك التكيفي:

تعريف اصطلاحي: يشير السلوك التكيفي إلى الاستقلال الذاتي وقدرة الشخص على تحمل المسؤولية الاجتماعية المتوقعة ممن هم في عمره، ومن مجموعته الثقافية، ويقاس بأدوات عديدة أهمها مقياس السلوك التكيفي الذي أعدته الجمعية الأمريكية للتخلف الذهني.

تعريف إجرائي: هو قدرة الفرد على تحمل الفرد على المسؤولية مع مجموعة الأطفال من نفس عمره.

5-6 المعوق:

لغة: عاق يعيق عوقا.

تعريف ماجدة السيد عبيد: هو كل شخص يعاني من حالة جسمية أو عقلية أو حسية أو اجتماعية لا تسمح له بالاشتراك بالأنشطة التي يمارسها أعضاء المجتمع الآخرين².

تعريف إجرائي: هو الشخص أو الطفل الذي يختلف عن الآخرين.

¹ علي راشد، مرجع سبق ذكره، ص16.

² مجدي السيد عبيد، تعلم الاطفال المتخلفين عقليا، دار الصفاء للنشر والاشهار، ط1، عمان، 2000، ص 16.

6-6 تعريف النشاط البدني المكيف:

تعريف اصطلاحي: هي الرياضات و الألعاب التي يتم التغيير فيه إذا استلزم الأمر حتى يستطيع المعوقون من المشاركة فيها ومعنى ذلك، هي البرامج الارتقائية والوقائية المتعددة، التي تشمل على أنشطة رياضية والألعاب التي تعديليها، حيث تلاءم حالات الإعاقة وفقا لنوعها أو شدتها، ويتم ذلك تبعا لاهتمامات الاشخاص الغير قادرين في حدود قدرتهم وحسب(فان النشاط البدني المكيف هو كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدرتهم وذلك نتيجة الإصابات البدنية أو النفسية أو الحسية، حيث يكونون محرومين من بعض الوظائف الكبرى).

تعريف إجرائي: هو جميع التمارين والنشاطات الرياضية التي تتجه بإعطاء عناية خاصة لفائدة الاشخاص القاصرين كذوي الاحتياجات الخاصة.

7. النظريات المفسرة لمتغيرات الدراسة:

7-1-1 أهم النظريات المفسرة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

7-1-1-1 نظرية الترويح:

يؤكد (جتسي مونس) القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته إن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويل.

والراحة معناه إزالة إرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الاستراحة، الاسترخاء في البيت أو الحديقة أو ساحات خضراء أو على الشاطئ... الخ.

وكل هذه العمليات تقوم بإزالة التعب عن الفرد وخاصة العامل النفسي ولهذا اتخذ السفر والرحلات، الألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العامل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن والمناطق الضيقة و مزاجها.

7-2-1 نظرية الغريزة:

تفيد هذه النظرية بان للبشر اتجاهها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من حياته، فالطفل يتنفس ويضحك ويصرخ وتنتصب قامته ويقف ويمشي ويجري ويرمي في فترات متعددة من نموه وهذا أمور غريزية وتظهر طبيعته خلال مراحل نموه، فالطفل لا يستطيع إن يمنع نفسه الجري وراء الكرة وهي تتحرك إمامه شأنه شأن القطعة التي تندفع وتجري وراء الكرة، ومن ثم فاللعب غريزي وجزء من وسائل التكوين العام للإنسان وظاهرة طبيعية تبدو خلال مراحل نموه.

7-3-1 نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سبنسر وشيلبر):

تقول هذه النظرية أن الأجسام النشطة الصحيحة، وخاصة للأطفال تحتزن أثناء أدائها لوظائفها في بعض الطاقات العضلية والعصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب.

وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض لا يستخدمنا في تزويد احتياجات معينة ومع هذا فان لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة، وإثناء فترات تعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشيطة ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى يصل إلى درجة يتحتم فيه وجود منفذ للطاقة واللعب هو وسيلة ممتاز ولاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة¹.

ومن جهة ثانية أن اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده، ومن تأثيراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي وموافقته مع البيئة التي يعيش فيها.

¹ محمد خطاب، النشاط الترويحي وبرامجه، مكتبة القاهرة الحديثة، ملتزم الطبع والنشر، ص 56-57.

7-4-1 نظرية الإعداد للحياة:

يرى كارل جروس الذي نادى بهذه النظرية بان اللعب هو الدافع العامل لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وبهذا يكون قد نظر إلى إن اللعب على انه شيء له غاية كبرى، حيث يقول إن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية، فالبنت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة¹.

وهنا يجب أن ننوه بما قدمه كارل جروس خاصة في العلاقة بين الأطفال في مجتمعات ما قبل الصناعة، أما في المجتمعات الصناعية يقول رايت ميلز: يعوض الترويح الفرد ما لم يستطع تحقيقه في مجال عمله، فهو مجال لتنمية المواهب والإبداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي يتوقف نموها بسبب الظروف المهنية، كما انه يشجع على ممارسة الهوايات الرياضية المختلفة، الفنية أو العلمية ويجد الهواي من ممارسة هوياته فرصة لتعبير عن طاقاته الفكرية وتنميتها ويصاحبه في ذلك نوع من الارتياح الداخلي، بعكس الحياة المهنية التي تضم نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي.

7-5-1 نظرية الإعادة والتخليص:

يرى ستانلي هول الذي وضع هذه النظرية أن اللعب ما هو إلا تمثيل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي اجتازها الجنس البشري من الوحشية إلى الحضارة، فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخليص وإعادة لما مر به الإنسان في تطوره على الأرض، فقد تم انتقال اللعب من جيل إلى آخر منذ أقدم العصور. زمن خلال هذه النظرية يكون ستانلي هول قد اعترض لرأي كارل جروس ويبرر ذلك بان الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، إذا يرى أن الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع هم يستعيدون هذه المرحلة.

8. الدراسات السابقة

1. دراسة اولي:

● دراسة احمد بوسكرة 2001-2002²:

وهي مذكرة لنيل شهادة ماجستير: تحت عنوان النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا بالمراكز النفسية التربوية البيداغوجية دراسة عن الأطفال المتخلفين ذهنيا تخلف بسيط من (09-12) سنة. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اثر النشاط الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا تخلف بسيط بالمراكز النفسية التربوية وتناولت هذه الدراسة الفرضيات التالية:
✓ تعتبر الألعاب الرياضية الجماعية من الأنشطة الترويحية المفضلة لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا.

¹ د/كمال درويش، امين الخولي، اصول الترويح واوقات الفراغ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1990، ص227.

² دراسة احمد بوسكرة، النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى الاطفال المتخلفين ذهنيا بالمراكز النفسية التربوية، رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية الرياضية، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، 2001-2002.

✓ يحتل النشاط الرياضي الترويحي مكانة عالية ومرموقة من بين الأنشطة الترويحية المفضلة لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً تخلف بسيط.

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الحسي الحركي لصالح المجموعة الممارسة.

✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين والغير ممارسين للنشاط الترويحي في نمو المجال الاجتماعي والعاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

أما عن أداة الدراسة فقد استخدم من مقياس تكيفي واستمارة الاستبيان وكانت العينة تحتوي على (40) طفل (09-12) سنة مابين الممارسين وغير ممارسين للنشاط و أيضا مربين و أولياء وقد استخدم كل من المنهج التجريبي والوصفي في هذه الدراسة.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى النتائج التالية :

✓ اعتماد المراكز النفسية التربوية في رعاية الأطفال على المربين ذوي المستوى النهائي.

✓ كل المراكز لا تعتمد على برنامج علمي مسطر من طرف المختصين.

✓ افتقار المراكز إلى أخصائيين في علم النشاط الترويحي بصفة عامة.

2. دراسة ثانية:

• دراسة :حربي عبود، بالحوث عبد العزيز، العايب سمير،(2002-2003)¹:

دور التربية البدنية والرياضية في الإدماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ليسانس، جامعة قسنطينة، 2002-2003.

تناولت هذه الدراسة دور التربية البدنية والرياضية في الاندماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، وتم هذه الدراسة على مستوى المركز الطبي البيداغوجي سايفي عبد الكريم الدار البيضاء، وكانت إشكالية الدراسة تتمحور حول:

هل للتربية البدنية والرياضية دور في ادمج المعوق حركيا في المجتمع؟ ، حيث تم استخلاص الفرضية التالية:

التكوين الذي يلقاه المعوق حركيا من خلال حصة التربية البدنية والرياضية داخل المركز يسمح له ويساعده على الإدماج السليم داخل المجتمع.

أما عن أداة الدراسة فقد استخدم المنهج الوصفي ، وقد هدفت هذه الدراسة إلى:

¹ حربي عبود، بالحوث عبد العزيز، العايب سمير، دور التربية البدنية والرياضية في الادماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ليسانس، جامعة قسنطينة، 2002-2003.

✓ لفت الانتباه وإلقاء الضوء على المشكلات والظروف التي تعيشها فئة من المجتمع، تعاني من النقد والحرمان والإهمال في بعض الحياة.

✓ إظهار احتياجاتهم في الحياة وبذلك لفت انتباه المسؤولين لتكوين إطارات متخصصة.

✓ إثبات القدرات المعتبرة التي تملكها هذه الفئة.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

✓ توفير الإمكانيات المادية والمعنوية له دور هام في رفع مستوى رياضة المعاقين.

✓ تشجيع هذه الفئة من طرف الهيئات ليتسنى لهم تفجير القدرات من خلال التربية البدنية.

✓ النقص الفادح للمختصين في تطوير وتدريب بالنسبة لهذه الفئة.

3. دراسة ثالثة:

كمال عروس، الأدوار الرياضية في الإدماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ليسانس، جامعة محمد خيذر، بسكرة، قسم التربية البدنية و الرياضية، 2007-2008.¹

تمثلت إشكالية البحث في: ماهية دور الرياضة في الإدماج الاجتماعي للمعاقين؟

حيث استخدم المنهج الوصفي ، وقد استعمل الاستبيان بأنواعه حيث كانت العينة 15 معاق فكانت نتائج الدراسة المتحصل عليها في اخر هذا البحث تتلخص في أن الأنشطة الرياضية تلعب دورا كبير في إعداد المعاق وتغطية النقص الذي يعاني منه هذا الأخير وذلك من خلال إدماجهم اجتماعي وتقديم كل الرعاية اللازمة للمعاق.

مناقشة الدراسات السابقة:

لقد كانت دراسة تتحدث عن النشاط الرياضي البدني التربوي ودوره في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا وقد وجدنا بعض الدراسات التي تناولت موضوعنا وقد أوضحت الدراسات السابقة ان هناك مؤشرات ايجابية تدجل على ضرورة الأنشطة الرياضية البدنية التربوية للأطفال المتخلفين ذهنيا حيث لخصت معظم نتائج الدراسات إلى ما يلي:

— دراسة احمد بوسكرة(2001-2002) توصلت إلى النتائج التالية:

- اعتماد المراكز النفسية التربوية في رعاية الأطفال على المربين.
- كل المراكز لا تعتمد على برنامج مسطر.

¹ كمال عروس، الادوار الرياضية في الادماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ليسانس، جامعة محمد خيذر، بسكرة، قسم التربية البدنية و الرياضية، 2007-2008.

- افتقار المراكز إلى أخصائيين في علم النشاط الترويحي بصفة عامة.

— كما توصلت نتائج الدراسة الثانية لحرابي عبود، بلحوت عبد العزيز، الغايب سمير (2002-2003) إلى:

- توفير إمكانيات مادية ومعنوية له دور كبير في رفع مستوى رياضة المعاقين، وتشجيع هذه الفئة من طرف هذه الهيئات ليتسنى لهم تفجير القدرات من خلال التربية البدنية وذلك النقص الفادح للمتخصصين في تاطير وتدريب المعاقين.

— كما توصلت نتائج الدراسة الثالثة للطالب كمال عروس (2007-2008) إلى:

- إن الأنشطة الرياضية تلعب دور كبير في إعداد المعاق وتغطية النقص الذي يعاني منه من خلال إدماجهم اجتماعيا وتقديم الرعاية اللازمة.

رغم هذه النتائج التي تؤكد أهمية النشاط البدني الرياضي للأطفال المتخلفين ذهنيا إلا أن قلة أو انعدام الأنشطة البدنية والرياضية وإحداث التكيف والتعديل المرتبط بالمتخلفين ذهنيا كل هذه العوامل زادت من تفاقم المتخلفين ذهنيا وحرمت الفئة من ممارسة نشاط الحياة الطبيعية الذي يرغب كل إنسان في الحصول عليه.

عموما لقد بينت الدراسات السابقة على أن هناك اختلاف وتشابه في كيفية ممارسة النشاط الرياضي ولكن الشيء الملاحظ في هذه الدراسات أنها لم تتطرق إلى دور النشاط البدني الرياضي الترويحي في المراكز الخاصة نظرا لافتقارها للبرامج والوسائل الرياضية التي تتناسب مع قدرات الأطفال المتخلفين ذهنيا وجسميا وعقليًا واجتماعيا، وعلى حسب نوع درجة الإعاقة و المؤطرين المختصين وهذه نقاط مهمة في رعاية هذه الفئة من المتخلفين يجب التطرق إليها وأخذها بعين الاعتبار والقيام بدراسات جادة للاستفادة منها.

تمهيد:

النشاط البدني التربوي هو جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية الاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني التربوي بغرض تحقيق المهام (شارلز بيوتشر) من خلال التعريف الوارد يتجلى لنا إن النشاط البدني الرياضي بمصطلحه التربوي يكتسي طابعا خاصا وهاما في بناء المجتمعات لما لها من أهداف في إعداد الأفراد صحيا، واجتماعيا، وبدنيا، وعقليا، وانفعاليا، وأضحت اليوم تكتسي من الأهمية ما يجعلها عنصر فعال في بناء المجتمعات حتى صار عاما قائما بذاته له فلسفته الخاصة ونظمه وقوانينه وأسس وقواعد يسير عليه.

1. ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي:

1-1 تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجة الفرد ودوافعه وذلك من خلال تحديد المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية¹.

2-1 تعريف النشاط البدني:

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار انه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز larsen الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى².

3-1 تعريف النشاط البدني والرياضي:

يعتبر النشاط البدني والرياضي احد الأشكال الراقية لظاهرة الحركة لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً و الأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني ويعرف (مات فيف): بأنه نشاط ذو نشاط خاص وهو المنافسة المنظمة من اجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها، وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني لهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من اجل الفرد الرياضي فقط وإنما من اجل النشاط في حد ذاته وتضيف (كوسولا): أن التنافس سمى أساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً وذلك لان النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث انه كائن اجتماعي ثقافي. أو نسبة إليه، ويتميز النشاط الرياضي على بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط انه نشاط رياضي مؤسس على قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة. وهذه القواعد كُنزت على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً والنشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطريقة اللعب. إن النشاط البدني الرياضي عبارة على مجموعة من المهارات، متعلمة من اتجاهات يمكن أن يتعلمها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعته، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط إلا انه يتم التأثير الإيجابي على

¹ محمد الحمادي، أنوار الخولي، اسس بناء تربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي القاهرة، 1996، ص20.

² أمين أنور خولي: أصول التربية البدنية والرياضية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002، ص12.

جوانب أخرى إلا وهي نفسية واجتماعية، العقلية والمعرفية، الحركية والممارية، جمالي وفي وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملا منسقا متكاملًا¹

2. أنواع النشاط البدني التربوي:

إذا أردنا إن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة إن هناك نشاط يمارسه الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمارين الجمباز. و أما النشاط الأخرى فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق مثل كرة السلة، كرة القدم، كرة اليد، فرق التتابع في السباحة والجري، والهوكي.

هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكنك تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

1.2 ألعاب هادئة:

لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو إحدى الغرف و أغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم.

2.2 ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرت القواعد وتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

3.2 ألعاب المنافسة:

تحتاج إلى مهارات وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب، يتنافس فيه الأشخاص فردياً وجماعياً.

إذن بما أن المنافسة تشترط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفر جميع الشروط من قبل احد المتنافسين من اجل تحقيق الفوز.

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى النشاط اللا صيفي للتربية البدنية، فانه يعتبر احدي الأجزاء المكتملة لبرنامج التربية البدنية ومحقق نفس أهدافها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي².

3. خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة منها:

-النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي وهو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.

-خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.

¹ امين انور الخولي:الرياضة والمجتمع، بدون طبعة، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 2002، ص22.

² علي يحيى الوان منصور:الثقافة والرياضة، ج1، ط1، مصر، 1991، ص20.

- أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو تدريب ثم تنافس.
 - يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، يؤثر المجهود الكبير عمى يسر العمليات النفسية لمفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.
 - لا يوجد أي نوع من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحيات، كما أنو يحتوي عمى مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد عمى التكيف مع محيط ومجتمع، حتى يستطيع إخراج العبق الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه¹.

4. الأسس العلمية للنشاط البدني والرياضي:

اعتبر المختصين في الميدان الرياضي أن لأي نشاط أسس يرتكز عليها، بحيث تعتبر كمقومات النشاط لا تخرج عن ما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين الخاصة العلمية منها وهو ما يجعلهم لا يفصلون الأسس التالية كقاعدة للنشاط البدني.

1.4 الأسس البيولوجية:

المقصود بها طبيعة عمل العضلات أثناء النشاط البدني الرياضي إضافة إلى مختلف الأجهزة الأخرى التي تزوده بالطاقة كالجهاز الدوري التنفسي العظمي.

2.4 الأسس النفسية:

هي كل الصفات الخلقية والإرادية والعرفية والإدارية لشخصية الفرد و دوافعه وانفعالاته، وهي تساعد على تحميل أهم نواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك. كما تساهم في التحميل الدقيق للمعاملات المرتبطة للنشاط الرياضي، إضافة إلى مساعدته في التدريب الحركي المناسب.

3.4 الأسس الاجتماعية:

ويقصد بها العمل الجماعي، التعاون، الألفة، الاهتمام بأداء الآخرين و يمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة².

5. أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي:

"اهتم الإنسان منذ قدم الأزل بجسمه وصحته و لياقته و شكمه، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب، والألعاب والتمارين البدنية والتدريب الرياضي، والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني الصحي وحسب، و إنما تعرف عمى الآثار الإيجابية النافعة ليا الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية المعرفية والجوانب الحركية المهارية، والجوانب الجمالية الفنية

¹ ابراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني ارياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1988، ص122.

² محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، ص12.

وعلى جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملًا، و تمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطارات ثقافية وتربوية، عبرت عن اهتمام الإنسان و تقديره، وكانت التربية البدنية والرياضية هي الترويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والتي اتخذت أشكال واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرافها ومقاصدها، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا وتاريخيا.

ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي، ما ذكره سقراط Socrate مفكرة الإغريق وأبو الفيلسفة عندما كتب " : عمى المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي " كما ذكر المؤلف شيلر Schiller في رسالته جماليات التربية " إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب " ويعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهديب الإرادة ويقول " إنه لا يأسف عمى الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل عمى النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يمضي عمى خير وجو " ، ويذكر المرابي الألماني جون موتن أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا و ينشطوا أنفسهم¹.

6. دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي:

أجمع علماء الاجتماع على أن فرص التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والمتاحة عبر الرياضة من خلال مضمونها كالتدريب، المنافسة... الخ، تساعد بشكل واضح في خلق القيم الاجتماعية المقبولة، وإكساب المعايير الاجتماعية المتميزة والاهتمام بتشجيع منتخب الدولة، والمشاركة في الشعور العام، و إذا نظرنا إلى الواقع فإن العمليات الاجتماعية من صراع وتعاون وتكيف وامتثال... الخ، كمن تسخر بالتفاعلات الاجتماعية والمواقف داخل إطار الفريق الرياضي .

ويظهر دور الرياضة في هذا الجانب في الروح الرياضية التي يبديها الخاسر بعد نهاية المقابلة وتقبلوا الخسارة وتعتبر بمثابة إحباط، فهو نوع من تقبل الفشل في أحد جوانب حياته الاجتماعية وتغلبوا على الإحباط، ويدرك بعدها أن الخسارة إلا خسارة مقابلة وليست كل المقابلات، وهذا ما لا يتوفر في الفرد أو المراهق غير الرياضي الذي يتعرض لأزمة نفسية بمجرد تضارب أهدافه وطموحاته مع الواقع، وما يميز فترت المراهقة بصفة خاصة هو عدم التكيف وتقبل الآخرين ورفض السلطة المفروضة والابتعاد عن الاحتكاك الاجتماعي وهذا ما يهيئ الظروف لدخوله عالم الانحراف السلوكي والوقوع في آفة المخدرات .

¹ محمد بقدي، ممارسة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، جامعة الشلف، 2011، ص24.

7. الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

إن أهداف التربية البدنية والرياضية تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيق إنجازها وتوضيح ووظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداية مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة، متكاملة وشاملة وفيما يلي نذكر بعض أهداف التربية البدنية والرياضية.

1.7 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية:

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة، السرعة، المرونة والقدرة العضلية. فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

2.7 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي لمفرد ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحميل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي. كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة. فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أخا و عوناً موجهاً وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضواً في جماعة منطقة. فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب للوثام المدني، فهي تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

3.7 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية الخلقية:

إن النشاط البدني الرياضي يعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ظل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة وتقديم الخبرات المتعمقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية¹

¹ عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتب الجامعية، مصر، 1992، ص 10.

خاتمة الفصل:

إن ممارسة الأنشطة التربوية البدنية والرياضية تعتبر جوهر العملية التربوية، فبدونها لا يمكننا من تطوير الجوانب المتعلقة بالشخصية الرياضية، فبذلك يلزم بالاهتمام بها وإعطائها الحق الكافي من العناية والحرص، قصد تحقيق عملية التفاعل الاجتماعي، وهذا قصد الوصول للأهداف المرجوة منها باكتساب الفرد القيم والاتجاهات التي تفرضها القيم الاجتماعية .

تمهيد:

إن الإنسان قد يضمن وهو يعيش بمفرده، انه بهذا السلوك ينعم بالراحة، فترته يحاول الانتصار على الصعاب من اجل الظفر بالسكينة والهدوء ولكنه ما يكاد يتغلب عليها، حتى يصبح السكون بالنسبة إليه أمرا سعييرا لا سبيل من احتمال، لان الإنسان ما يكاد يخلد للراحة حتى يشرع بالامتداد ببصره إلى ما ينتظره من الآلام والمخاطر، حتى إذا أحس بأنه في مأمن منها فسرعان ما يجد نفسه مهددا ولا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية والروحية والحاجات النفسية والاجتماعية للوصول إلى مستوى مقبول من التكيف وما ينتج عنه من الراحة النفسية والاجتماعية إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، ومستوى مقبول من التكيف الاجتماعي ومما لاشك فيه أن عدم التكيف الاجتماعي، يجعل الفرد غير متزن في انفعالاته وتفكيره وأرائه ومعتقداته ومن هنا قد يسلك سلوكا اجتماعيا غير سوي، وينتقد مبادئ ومعايير وأهداف المجتمع.

التكيف الاجتماعي:

1. تعريف التكيف الاجتماعي:

التكيف الاجتماعي هو عبارة عن مفهوم بيولوجي ، حيث يشير إلى العمليات التي بواسطتها يتكيف الكائن الحي¹.

التكيف الاجتماعي هو عملية ديناميكية مستمرة يهدف به الشخص إلى تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين البيئة، و بناء على ذلك نستطيع أن نعرف هذه المظاهر بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء و بيئته².

كما يعرفه " يوسف مراد " أنه سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد و الخضوع للالتزامات الاجتماعية ، أما عندما يواجه الفرد مشكلة خلقية ، أو يعاني صراعا نفسيا تقتضي معالجته أن يغير الفرد من عاداته و اتجاهاته نحو الجماعة التي كان فيها ، و محاولة الفرد إحداث نوع من التوازن بينه و بين بيئته المادية و الاجتماعية و يكون ذلك عن طريق الامتثال للبيئة و التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه و بينها³. و لكن هناك من يرى بأن مفهوم التكيف الاجتماعي و التوافق لها نفس المعنى و يمكن أن يستعمل أحديهما كمرادف للآخر و منهم " مصطفى فهمي " أن علم النفس أستعار المفهوم البيولوجي للتكيف و الذي أطلق عليه علماء البيولوجي مصطلح الهوائية و أستخدم في المجال النفسي و الاجتماعي تحت مصطلح التكيف الاجتماعي أو التوافق⁴.

2. إستراتيجية التكيف الاجتماعي

إن إستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد في تعاملهم وتكيفهم كثيرة ومتنوعة وهناك تصنيفات عدة لهذه الاستراتيجيات وأهم هذه الاستراتيجيات هي:

1.2 استخدام نظم الدعم:

تشير الأبحاث بأن الناس الذين يمتلكون نظاما اجتماعيا داعما وفعالا هم أقل اكتئابا وقلقا ولديهم القدرة على مقاومة الشعور بالوحدة وأكثر نجاحا في المحافظة على تقدير الذات وأكثر تفاؤلا حول حياتهم من أولئك الذين يكون النظام الداعم لديهم سيئا وغير فعال ، وهناك ثلاثة أشكال للدعم وهي الدعم الانفعالي، والدعم المادي، والدعم المعلوماتي⁵.

¹ محمد عاطف نجيب، قاموس علم النفس، دار المعرفة، الإسكندرية، 1989، ص.51.

² مصطفى فهمي، الصحة النفسية، دار المعارف، ط، 3، القاهرة، 1958، ص.329.

³ يوسف مراد، دراسات في التكامل النفسي، دار المعارف، ط، 3، القاهرة، 1958، ص.329.

⁴ -مصطفى فهمي، مرجع سابق، 1979، ص.10.

⁵ لحافظ النوري، التكيف وانعكاساته الايجابية، المؤسسة للدراسات والنشر، دمشق، 2008، ص.77.

2.2 استخدام مهارة حل المشكلات:

إن أسلوب حل المشكلات هو مهارة توافقية عملية مفيدة من الناحية النفسية والممارسة الجدية لأسلوب حل المشكلات، ويعتبر عاملاً مساعداً في بناء الثقة والإحساس بالكفاءة والسيطرة الذي يتم دعمه عندما يعرف بأنه يمتلك مهارة حل المشكلات. وأن الذين يحلون مشاكلهم بشكل جيد يتقبلون حقيقة أن التغلب على تحديات الحياة يتطلب بذل جهود شخصية¹.

3.2 الاسترخاء الذاتي:

لقد طور الإنسان استجابة الاسترخاء الطبيعية لمواجهة الإحباطات والمضايقات اليومية، ومن السهل تعلم هذه الاستجابة فهي تتطلب بشكل أساسي الصبر والممارسة وإتباع التعليمات المقترحة وبإمكان الفرد تعديل هذه التعليمات لتناسب ذوقه وحاجاته الفردية.

4.2 الحديث الذاتي خلال التحديات:

عند حدوث المواقف الصعبة يمكن للفرد أن يقدم لنفسه الدعم النفسي عم طريق الحديث الإيجابي مع الذات، حيث يمكن للفرد أن يحدث ذاته بأنه يمتلك مهارات تكيفيه جيدة.

5.2 التمارين الرياضية:

وهي مهارة وحيدة للتكيف مع الضغوط، حيث تعمل على زيادة مشاعر الضبط النفسي، وخفض مستوى القلق وزيادة قدرة الجسم على الاستفادة من الأكسجين، وزيادة اللياقة الجسمية والتمارين الرياضية لها تأثير إيجابي على مفهوم الذات، والمحافظة على ممارسة التمارين الرياضية بانتظام تعطي للفرد سبباً للشعور الجيد حول نفسه، وتوفر الفرصة للتفاعلات الداعمة للآخرين.

3. مظاهر التكيف الاجتماعي:

- وضوح فكرة المرء على نفسه ولاشك أن هذا الوضوح مرتبط ارتباطاً كبيراً بفكرة الآخرين عن الفرد وسط الجماعة التي تعيش بينها، وهذا يفسر الطبيعة الاجتماعية للذات، ويؤكد الفكرة التي تقول بأن الذات هي نتاج التفاعل الاجتماعي بين الفرد وغيره من الأفراد².
- أن تكون أهداف الفرد متماشية مع أهداف الجماعة، فإذا كانت أهداف الجماعة تقوم أساساً على احترام حقوق الآخرين فمعنى ذلك أن أهداف الفرد الشخصية يجب ألا تتعارض مع هذا الهدف الإنساني الكبير.
- من أهم النتائج التكيف والتوافق الاجتماعي بين الفرد والجماعة ما يشاهد في تماسك قوى الجماعة حول أهداف واضحة.

¹ لحافظ نوري، مرجع نفسه، 1988، ص 114.

² الصالح مصلح، التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي، دار الفيصل الثقافي، ط. 08، السعودية، 1996، ص 51 - 58.

- من مظاهر التكيف والتوافق الاجتماعي شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية بين أفراد الجماعة الآخرين، ويعني ذلك رغبة الفرد في التعاون مع أفراد الجماعة والتشاور معهم عند حل أو مناقشة ما يواجههم من مشكلات اجتماعية.
- تتضح قدرة الفرد على التكيف والتوافق الاجتماعي في ميله إلى مسايرة الجماعة والإحساس بالمودة والميل إلى التفاني في كل أمر يهم الجماعة، وكذلك في التضحية بمصالحه في سبيل المصلحة العامة للجماعة¹.

4. خصائص التكيف الاجتماعي:

1.4 الدينامية

التكيف الاجتماعي عملية مستمرة ديناميكية نظرا لظروف التغير المطردة في البيئتين الطبيعية والاجتماعي، فما أن يتكيف الإنسان مع بيئته حتى تتغير هذه البيئة مما يتطلب إعادة تكيفه معها من جديد وقد أكد هذا المعنى " جودستين " حين نظر إلى التكيف بأنه عملية دينامية مستمرة يستجيب من خلالها الأفراد إلى حاجاتهم المتغيرة ورغباتهم بأنماط متعددة من السلوك.

2.4 المعيارية:

إن مفهوم التكيف الاجتماعي هو مفهوم معياري يشير إلى قيم معينة عند وصف التكيف بالسوء، أو بالصحة أو الكمال أو السعادة وعند وصف سوء التكيف بالمرضى أو النقص أو الشذوذ أو التعاسة وهناك اختلاف بين العلماء الذين تناولوا هذا المفهوم بالتحليل والتفسير في تحديد معيار ثابت للتكيف أو سوء التكيف رغم أن معظم آرائهم تتركز على أن معيار التكيف يتعلق بقياس القدرة على التكيف مع الظروف العديدة التي تواجه الفرد أو الجماعة. فقد اتجه أصحاب الاتجاه الأخلاقي في دراستهم للتكيف إلى اعتبار مسايرة المعتقدات والأفكار الدينية مقياس للحكم على السلوك بأنه تكيفي أو غير تكيفي. إلا أن هناك بعض العلماء منهم "دافيد" و"رسلر" يرون ربط التكيف بالجانب الاجتماعي وأن درجة تكيف الأفراد تقاس من خلال المسايرة والالتزام بمعايير المجتمع وهناك من ربط لتكيف الاجتماعي والسعادة كمعيار لهذا التكيف بمعنى أن الشخص المتكيف اجتماعيا هو السعيد².

3.4 النسبية:

إن معايير التكيف أو سوء التكيف تختلف باختلاف الثقافات من مجتمع إلى آخر وبل داخل مجتمع الواحد نجد الأنماط الثقافية الفرعية التي تختلف من الريف إلى المدن، كما تختلف هذه المعايير في الوقت نفسه وفي

¹ فهمي مصطفى، التوافق الشخصي والاجتماعي، مرجع سابق، ص 85-84.

² الصالح مصلح، مرجع سابق، ص 58

المجتمع نفسه وفي فترة تاريخية أخرى . فما يعتبر تكيفا اجتماعيا، قد يعتبر سوء تكيف في مجتمع آخر، فكل مجتمع يرى أن العادات والقيم السائدة فيه هي الطريقة الصحيحة وطريقة غيرهم هي خاطئة وسيئة¹ .

4.4 الوظيفة :

بمعنى أن التكيف ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة .
وأیضا من خصائص عملية التكيف ما يلي:

- الفرد هو المسئول عن التكيف مع نفسه وبيئته أي أنها تتم بإرادة ورغبة الفرد.
- العوامل الوراثية تؤثر في عملية التكيف... فالوراثة السيئة التي يرثها الإنسان كوراثة النقص العقلي مثلا تجعل الفرد قاصرا على التكيف نظرا للإعاقة التي تسببها هذه العوامل الوراثية.
- تتوقف درجة تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة على مدى قدرته على التكيف في المجالات المختلفة فكلما تعددت مجالات التكيف كان دليلا على أن الفرد يتمتع عالية من الصحة النفسية.

5. مظاهر التكيف الاجتماعي السليم:

1.5 الراحة النفسية:

من المعروف أن الاكتئاب والقلق و الإحباط والصداع كلها من مظاهر تؤدي إلى سوء التكيف. ولذلك من سمات الفرد المتوافق قدرته على الصمود تجاه المواقف والمشكلات التي تؤدي إلى سوء تكيفه. ولذلك متى شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية كان ذلك دليلا على تكيفه ولكن ليس معنى الراحة النفسية أن لا يصادف الفرد أي عقبات تقف في طريق إشباع حاجاته المختلفة وفي تحقيق أهدافه في الحياة. فكثيرا ما يصادف مثل هذه العقبات في حيلته اليومية. وإنما الشخص يتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات وحلها بطريقة ترضاهم نفسه ويقرها المجتمع² .

2.5 الكفاية في العمل:

تعتبر قدرة الفرد على العمل و الإنتاج والانجاز دليلا على توافق الفرد في محيط عمله ولأن الفرد الذي يزاول المهنة أو العمل المعين الذي يرتضيه وتتاح له الفرصة فيه لاستغلال قدراته و إمكاناته وتحقيق ذاته فإن ذلك يحقق له الرضا والسعادة ويجعله متوافقا مع هذا العمل. ولكي نتحقق من تكيف الفرد مع عمله يجب النظر إلى كفاية إنتاجه في هذا العمل فإذا كانت إنتاجيته في العمل عالية وبكفاءة كان بأنه تكيف في محيط عمله³ .

¹ أبو طالب جابر، أنماط التكيف الأكاديمي لطلبة الكلية العربية بعمان ، الجامعة الأردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة، عمان، 1979م ، ص 71.

² فوزي محمد جبل ، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، المكتبة الجامعية ، ط 7، مصر ، ، 2000 ، ص 73.

³ أديب محمد الخالدي، المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة، دار وائل للنشر، ب ط، عمان الأردن، ، 2009ص103.

3.5 الأعراض الجسمية:

كثير من الاضطرابات النفسية والانفعالات الحادة تؤثر فسيولوجيا على جسم الإنسان و إصابته بالعديد من الأمراض العضوية مثل ارتفاع ضغط الدم أمراض المعدة التي ترجع أسبابها إلى القلق والتأزم النفسي. وهناك العديد من الاضطرابات والأمراض الجسمية التي ترجع إلى علل نفسية لذلك وفي بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التكيف الإنسان هو ما يظهر عليه في شكل أعراض جسمية مرضية. وان خلو الإنسان من عقدة الأمراض دليلا على التكيف والتأقلم.¹

4.5 الأهداف الواقعية:

من المظاهر التي تدل عن تكيف الإنسان اختياره لأهداف ومستوى طموح واقعي تتسق مع قدراته وإمكاناته تؤهله في السعي للوصول إليها وتحقيقها لأن الشخص الذي يضع لنفسه أهدافا لا يستطيع الوصول إليها عندما يعرض نفسه للفشل والإحباط والصراع، والتي هي بمثابة العوائق التي تبعد الإنسان عن التكيف السليم وأيضا الحال بالنسبة للشخص الذي يضع أهدافا تقل بكثير عن قدراته وإمكاناته هو شخص غير سوي، ليست له طموحات، ويتدنى بذاته مما يجعله غير مفيد لجماعته فلا يحقق القبول معها ولا يتكيف مع أفرادها.²

5.5 ضبط الذات:

الشخص السوي الذي يستطيع ضبط الذات والتحكم فيها وفي انفعالاتها تجاه المواقف المختلفة، وأن يتحكم أيضا في حاجاته ورغباته فيختار من هذه الحاجات تلك التي يستطيع إشباعها ويغير تلك التي يرى استحالة تحقيقها وكلما زادت قدرة الإنسان على ضبط ذاته كلما قلت الحاجة إلى ضبط من مصدر خارجي، ومثل هذا الشخص السوي لا نقول أنه متفق تماما مع الجماعة فأحيانا يرفض الانصياع لما هو مألوف من معايير داخل الجماعة وأن رفضه هذا لا يخرجه عن دائرة السواء إذ أن قد يكون عن إقناع بينه وبين نفسه بأن الأوضاع التي يرفضها أوضاع غير عادلة وأن ما يقترحه من أوضاع بديلة يرى فيها السعادة أكثر وأشمل وتؤدي إلى إشباع أعم وأكثر دواما.³

6.5 العلاقات الاجتماعية:

من المؤشرات التي تدل على تكيف الإنسان هي علاقاته الاجتماعية مع الآخرين وسعيه في مساعدة الآخرين إلى تحقيق حوائج الناس والتعامل معهم، والعمل من أجل مصلحتهم العامة، وأن العلاقة بينه وبين

¹ فهمي مصطفى، مرجع سابق، ص 109.

² مصطفى فهمي، مرجع سابق، ص 110.

³ فوزي محمد جبل، مرجع سابق، ص 77.

الآخرين وثيقة الصلة يتفاعل معهم ويتحمل المسؤولية الاجتماعية ويحقق التعاون البناء كما أنه يحظى بحب الناس له وحبهم إليه لأن الانطواء والبعد عن الناس عن عدم تكيف السليم وهي سمة الإنسان اللا سوي¹.

6. أساليب التكيف:

يمكن أن يلجأ الفرد إلى الكثير من أساليب التكيف وهي حيل دفاعية قد تقلل من الواقع المباشر لمثيرات الضغط ، ومن بين هذه الأساليب نجد:

1.6 الحيل الدفاعية الانسحابية:

-الانسحاب : " عند مواجهة المواقف المزعجة والمؤدية إلى الفشل يلجأ بعض الأشخاص إلى اختيار

أبسط الطرق للتخلص منها، وهي آلية الانسحاب والنأي بالنفس وذلك مثل النوم²...

-النكوص : عندما يجابه الإنسان بصراع لا قبل له به ولا طاقة، فإنه يتراجع أو ينسحب إلى أدوار سابقة

من عمره .

-الإنكار : ومعناه أن يتنكر الأنا أو يتبرأ من أحد طرفي الصراع الأقل أهمية والأشد سلبية على نفسه كالأم

التي توفي ابنها أنكرت الواقع الأليم وبقيت تتصرف كما لو أن ابنها على قيد الحياة .

-التبرير : يحاول بواسطته الفرد إثبات أن سلوكه معقول وله ما يبرره أو يجيزه، ولذا يستحق القبول من

الذات والمجتمع.

2.6 الحيل الدفاعية العدوانية:

-العدوان : هو رد فعل مباشر للإحباط، يوجهه الفرد نحو الشخص أو الشيء المتسبب في

إعاقته لتحقيق أهدافه للتخفيف من الشعور بالفشل.

-الإسقاط : وذلك بهدف إسقاط الإنسان ما لديه من عيوب ونقائص وغيرها من الرغبات السيئة

والمدمومة على غيره للحفاظ على ذاته والتخفيف من شدة آلامه³.

3.6 الحيل الدفاعية الإبداعية:

-الكبت : آلية دفاعية ضد تهديد أو صراع داخلي، حيث يلجأ الفرد إلى طرد الذكريات والخبرات المؤلمة

والدوافع غير المقبولة من دائرة الشعور إلى منطقة اللاشعور، وإقصاء الدوافع والذكريات عن الشعور لا

يقضي عليها في الواقع، وإنما يمنع إدراكها لتجنب ما يسببه من قلق واضطراب⁴.

-التكوين العكسي : عبارة عن إبدال المشاعر المسببة للحصر بمشاعر مناقضة لا تتسبب فيه، كالذي

¹ فهمي مصطفى ، مرجع سابق، ص 112.

² محمد السيد الهابط، مرجع سابق، ص 160.

³ ثائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: التكيف مشكلات وحلول، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ط 7، عمان، 2010، ص28.

⁴ مصطفى فهمي، محمد علي القطام: نفس المرجع السابق، ص 43.

يخاف ولا يريد أن يطلع الناس على خوفه، فيظهر الشجاعة ويغالي فيها¹.

-**التقمص**: هو آلية لاشعورية لبناء الشخصية بالاعتماد على الآخر، بخدمة نموذج مع فرد آخر ودمج خصوصياته ومطابقتها .

-**الإزاحة**: يحاول الفرد تناول عواطفه وأفكاره المجتمعية والمشحونة ليزجها ويوجهها إلى أفكار ومواضيع وأناس غير الذين كانوا في بدايتها .

-**التسامي**: أي التعبير عن الدافع المحبط بأسلوب يرتضيه المجتمع...

التعويض: يلجأ إليه الإنسان لشعوره بالفشل والعجز في إشباع دافع قوي، أو إخفاء عيب جسمي أو عقلي، فيقوم الفرد لا شعوريا بسلوك معين لتخفيف القلق والضغط.

7. عوائق التكيف الاجتماعي:

بالرغم من أن الكثير من الناس يستطيعون أن يشبعوا الكثير من حاجاتهم ودوافعهم... لكن يجب الاعتراف أن هناك بعض من هذه الدوافع القوية التي لم يستطيع الفرد أن يهيئ لها الإشباع التام حيث يوجد هناك بعض العقبات التي تحول بيننا وبين إشباع حاجاتنا الضرورية، ومن الممكن التمييز بين نوعين من العوائق هما الإحباط، الصراع.

1.7 الإحباط:

وهو حالة من التأزم النفسي تنشأ عن مواجهة الفرد للعائق يحول دون تحقيق دافع، أو حاجة ملحة، أو هو عملية التي تتضمن إدراك الفرد لعائق يحول دون إشباع حاجاته أو توقع الفرد لحدوث هذا العائق في المستقبل ومن الآثار الواضحة للإحباط أنه يعمل على تغيير سلوك الفرد حينما يواجه موقفا إحباطيا في حياته ويتخذ ذلك صور عديدة منها:

- من الناس حينما يواجه موقفا إحباطيا فإنه لا يستسلم له بل يمضي في التفكير وتكرار المحاولات حتى يصل في النهاية إلى الهدف الذي يشبع هذا الدافع.
- من الناس حينما يواجه موقفا إحباطيا لا يستطيع إشباع دوافعه فإنه يستسلم من أول مرة وذلك بكبت دوافعه في صورة دوافع مكبوتة في اللاشعور وتظهر في صورة أعراض مرضية .
- من الناس حينما يفشل في إشباع دوافعه من يضطرب ويحتل توازنه ويدفعه الشعور بالفشل إلى اللجوء إلى أساليب سلبية تنفذه مما يعنيه من توتر وتأزم إذ تختلف درجات التوافق من فرد لآخر على قدر هذا الاختلاف يقترب أو يبتعد الاختلاف يقترب أو يبتعد الإنسان إلى حالة التوازن الصحيح، والإنسان السوي هو الإنسان الذي يستطيع التغلب على مشكلاته لكل يصل إلى حالة من التوازن والتكيف، أما

¹ فهمي مصطفى، دراسات في سيكولوجيا التكيف، نفس المرجع سابق، ص39.

الإنسان غير السوي والذي يفشل في إشباع دوافعه يتعد عن حالة التكيف والتوازن بقدر درجته من عدم السواء.

2.7 الصراع:

وهو حالة نفسية مؤلمة تنشأ نتيجة التنافس بين دافعين كل منهما يريد الإشباع أي ينشأ نتيجة تعارض دافعين لا يمكن في وقت واحد. إذن الصراع سمة من سمات الحياة فالإنسان منذ ولادته وحتى موته يقع في صراع ينشأ بالرغبة في إشباع الدوافع، فقد ينشأ الصراع بين رغباتنا وبين معايير المجتمع التي تقع حائلا دون إشباعها، وقد ينشأ الصراع أيضا في المجتمع الحالي وما يعتز به من كثرة الأدوار التي قد يتعارض بعضها البعض وهناك علاقة أكيدة بين الصراع والإحباط، فالإحباط وجود عقبة تحول دون إشباع دوافع واحد¹.

¹ فوزي محمد جبل، مرجع سابق، ص 81-87..

خاتمة الفصل:

إن التكيف الاجتماعي هو مدى قدرة الفرد على التكيف و الانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الذاتية والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش، فهدف إقامة الإنسان علاقات اجتماعية مع الغير هو التكيف مع الوسط الاجتماعي، فإذا حدثت العلاقة ولم يتحقق التكيف كانت نتيجة ظهور السلوكيات السلبية مثل الانطواء، العدوان، وتختلف مظاهر التكيف الاجتماعي باختلاف الفروق الفردية والاجتماعية من فرد لآخر.

إن التكيف الاجتماعي موضوع شغل الكثير من العلماء. حيث اقر وان التكيف لا يمكن أن يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني والرياضي وتلقي التوجيهات والإرشادات.

تمهيد:

يعتبر التخلف الذهني من أهم الظواهر التي تهم علماء النفس والتربية والطب وعلم الاجتماع، وهو حالة تظهر منذ الطفولة المبكرة يضعف فيها النمو الذهني ويسوء التوافق الاجتماعي.

وهي حالة متعددة تظهر قبل 18 سنة بحيث يعجز فيها الفرد عن إدراك أكثر المفاهيم بساطة وعن ممارسة مهنة وعن الاستغراق في العلاقات الاجتماعية والعناية بالذات.

وحسب الإحصائيات الدولية تقدر هيئة الأمم المتحدة للأطفال اليونيسيف أن طفلا واحدا من عشر أطفال يعاني عاهة تمتد بين العمى والصمم والتخلف الذهني 80% منهم في الدول النامية وتشكل نسبة المتخلفين ذهنيًا حوالي 03 من أفراد المجتمع.

رغم هذا العدد إلا أنه في السنوات الأخيرة مازالت الأعمال الإكلينيكية التي كرسست له قليلة مقارنة بالأعمال التي كرسست للاضطرابات النفسية الأخرى، أين هي الأعراض أكثر وضوحا وجاذبية، وقل خطورة على المستوى الاجتماعي والفردى هذا ما أدى إلى إهمال التخلف الذهني واعتباره كمفهوم بسيط ذو أصل عضوي متعذر شفاؤه.

غير أن أفكار جديدة بدأت ودراسات حالية مختلفة تتضافر من أجل تناول هذا الموضوع القديم تحت نظرة جيدة لفهم تعقيداته وتنوع أشكاله

التخلف الذهني:

1. تعريف التخلف الذهني:

يقصد بالتخلف العقلي توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه ويحدث قبل سن الثانية عشرة لعوامل بيئية وفطرية، ويصاحبه سلوك سيئ¹.

تعريف دول 1941: وهو عدم قدرة الفرد على الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه بسبب إعاقته العقلية أن حالته غير قابلة للشفاء².

التعريف الطبي: يعتبر التعريف الطبي من أقدم التعريفات للإعاقة الذهنية، إذ يعتبر الأطباء من أوائل المهتمين بتعريف وتشخيص ظاهرة الإعاقة الذهنية، وقد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة الذهنية ففي عام 1900 ركز ارلاندر على الأسباب المؤدية لإصابته المرتكز العصبية والتي تحدث قبل أو أثناء الولادة، وفي عام 1908 ركز فريد جولدر على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت الأسباب قبل الولادة أو بعدها³.

2. أسباب التخلف الذهني:

رغم مرور قرنين من الزمن في دراسة التخلف الذهني إلا أن المفهوم لا زال غير محدد بدقة، وهذا لاتساع مجاله وغموض أسبابه، فإذا كانت أسباب التخلف الذهني العميق عضوية عامة فإن التخلف الخفيف ناتج عن سببية واسعة حتى وإن كانت عضوية في بداية فهي مدعمة بأسباب اجتماعية ونفسية.

1.2 الأسباب الوراثية والجينية:

يرث الفرد إعاقته من والديه أو أجداده عن طريق الجينات الوراثية وقد بينت البحوث أن نسبة التخلف ترتفع في العائلات ذات الاضطرابات العقلية المتنوعة، ويرجع ذلك إلى عيوب تكوينية في صبغيات الخلية التناسلية التي تؤدي إلى تلف المخ، أو تحدث تغيرات مرضية تطراً على المورثات التي تحملها الكروموزومات وذلك أثناء انقسام الخلية، وقد يؤدي اختلاف الجينات إلى قصور في التمثيل الغذائي الذي يؤثر في نمو الدماغ.

زمن الأسباب الجينية زيغ الصبغيات التي يؤدي إلى خلل في الهرمونات أو هدم المواد (بروتينات سكريات).

2.2 الأسباب الثانوية⁴:

وتنتج عن قروح دماغية (التهابات دماغية، مزيف)، والتي إلى توقف نمو الجهاز العصبي وتصحب في بعض

الحالة بأعراض عضوية ونفسه حركية، ويرجع ذلك إلى الأسباب التالية:

- ضعف الأوكسجين أو خلل في الدورة الدموية في الرحم.

- استهلاك الأم لأدوية تؤثر على الجنين وكذلك العوامل الإشعاعية.

¹ ماجدة السيد عبيد، الإعاقة العقلية، دار الصفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2000، ص20-21.

² الزغبي احمد محمد، التربية الخاصة للموهوبين والمعوقين وسبل رعايتهم وإرشادهم، ط1، المطبعة العلمية، دمشق، 2003، ص106.

³ محمود محمد رفعت حسن، الرياضة للمعوقين، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ط1، مصر، 1977، ص34.

⁴ صفوت و فبق مختار، سيكولوجية الاطفال ضعاف العقول، ط1، دار العلم والثقافة، 2005، ص94.

- الولادة العسيرة أو القيصرية أو بالملقط مما يسبب صدمات دماغية أو التهاب أو نزيف.
- صدمة الولادة تسبب حوالي 6%-10% من المتخلفين ذهنيا.
- الأمراض المعدية التي تؤدي إلى التهابات بالدماغ.
- الأمراض المختلفة كالحوادث والإصابات.

3.2 الأسباب الاجتماعية:

أثبتت عدة دراسات أن حاصل الذكاء يرتفع مع ارتفاع المستوى المعيشي والثقافي وهذا يخص أكثر التخلف الذهني الخفيف والمتوسط بنسب متباينة، لكن لا نجد نفس السبب في التخلف العميق (العضوي) الذي ليس له أسباب واضحة.

4.2 الأسباب العلائقية:

نحن نعلم أن أهمية العلاقة مع الأم أو بديلها وأهمية العلاقات الاجتماعية ودورها في النمو الجسمي والفكري والاجتماعي وتأثير سوء المعاملة في التوازن النفسي والعقلي للطفل. عدم الاهتمام بالطفل اللامبالاة أو الاهتمام المفرط، أو التعذيب، والقمع، كلها عوامل لا نخدم العوامل النفسية للطفل وتزداد خطورتها عند الطفل هش وخاصة إذا تراكمت مع اضطرابات عقلية.

3. تصنيف التخلف الذهني:

إن تصنيف التخلف الذهني أمر صعب لا يمكن إرجاعه إلى الأسباب المشار إليها فقط وذلك لان الموضوع شائك ومعقد تتداخل فيه عدة جوانب ، فالبحوث العلمية المعتمدة علميا والدراسة التي اجريت لمعرفة تصنيفه لم تصل إلى نتيجة حاسمة ونهائية انه لا يمكن رسم الحدود الفاصلة بينهما بدقة.

1.3 التخلف الذهني العميق:

وتبلغ نسبتهم حوالي 5% من مجموع المتخلفين عقليا وحاصل ذكائهم ما بين (0-25) درجة، ولا يتعدى مستواه العقلي 3 سنوات ولا يستطيع القيام بحاجاته الأساسية مما يجعله في تبعية تامة لمحيطه ويلاحظ عليه نقائص في تكوينه الجسمي وتلف المخ يكون كبير، مع قابلية الإصابة بالأمراض.

2.3 التخلف الذهني المتوسط:

وتبلغ نسبتهم حوالي 20% من مجموع المتخلفين عقليا، وتتراوح نسبة ذكائهم بين (25-45/50) درجة، عمره العقلي في أقصاه بين 7-8 سنوات، يتعلم اللغة ويكون واللغة والكتابة دون الفهم، يستعمل كلمات وجمل بسيطة ويمكن تدريبه على عمل بسيط إي لا يستدعي المبادرة ولا التغيير، لا يستطيع التوافق اجتماعيا وقد يلاحظ عليه بعض النقائص الاجتماعية.

3.3 التخلف الذهني الخفيف:

تبلغ نسبته حوالي 75% من مجموع المتخلفين عقليا وتتراوح نسبة ذكائهم بين (50-75/70) درجة، ويبلغ عمرهم العقلي بين 08-10 سنوات، يتعلم القراءة والكتابة ويمكنه متابعة الدراسة حتى نهاية المرحلة الابتدائية في مدارس خاصة بالتعليم المكيف حسب قدراته، عاجزين عن التجريد والتنبؤ وتوقع نتائج أفعالهم، وبالتالي إمكانية الانحراف الاجتماعي كما قد تظهر لديهم بعض النقائص الجسمية الطفيفة⁵.

4. خصائص المتخلفين ذهنيا:**1.4 الخصائص العامة:**

- تأخر النمو العام وقصر متوسط العمر.
- قرب الرغبات من المستوى الغريزي وجمود ورتابة السلوك.
- نقص القدرة على ضبط السلوك وتكييفه حسب المواقف (سلوك طفولي)
- عدم القدرة على التركيز وعدم التحكم في الحركة.
- سرعة الاستثارة والغضب والعنف.

2.4 الخصائص الجسمية والحركية:

- بطء النمو الجسمي، صغر الحجم والوزن عن الحجم الطبيعي.
- نقص حجم ووزن المخ عن المتوسط.
- بطء النمو الحري وتأخر الحركة وبعض الاضطرابات الحركية.
- اضطراب وعدم اتزان الطفل أثناء السير.
- صعوبة التكيف الحركة مع الأشياء.

3.4 الخصائص العقلية المعرفية واللغوية:

- بطء النمو العقلي والمعرفي.
- انخفاض معدل الذكاء عن 70 درجة.
- ضعف الذاكرة والانتباه والتركيز وعدم القدرة على التخيل والتصوير والفهم.
- ضعف التحصيل ونقص المعلومات والخبرة.
- اضطراب الكلام وصعوبة تنظيم الجمل ونقص الرصيد اللغوي.

4.4 الخصائص الانفعالية:

- التقلب والاضطراب الانفعالي.
- سوء التوافق الانفعالي أو الهدوء والاستقرار الانفعالي.

⁵ ميموني برة معتصم، الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، ط2، ديوان المطبوعات الجماعية، الجزائر، 2005، ص196-197.

- سرعة التأثر وبطء الانفعال وغرابته.
- عدم القدرة على تحمل القلق والإحباط وضبط الانفعالات.

5.4 الخصائص الاجتماعية:

- صعوبة التوافق الاجتماعي.
- الانسحاب والعدوان.
- عدم تحمل المسؤولية ومغايرة المعايير الاجتماعية.
- سرعة التعب.
- اللامبالاة والسلبية.

خاتمة الفصل:

من خلال ما سبق نستنتج إن التعرف على الخصائص العقلية والسمية والاجتماعية والنفسية للأطفال المتخلفين ذهنيا يعمل على تزويد الوالدين، وكذلك معلمي التربية الخاصة بالمعلومات الهامة لجميع جوانب الطفل المعاق عقليا ونمو شخصيته.

مع التنويه إلى أن هذه الخصائص مشتركة في طبيعتها بين الغالبية العظمى من المتخلفين ذهنيا لكنها تختلف في درجتها بين معوق وآخر تبعا لعوامل متعددة أبرزها: درجة الإعاقة- المرحلة العمرية- نوعية الرعاية التي يتلقها المتخلف ذهنيا سواء في الأسرة أو برنامج التربية الخاصة.

1. الدراسة الاستطلاعية :

إن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة الاستطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة و لإجراءات البحث الميدانية , والتأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة والصعوبات التي تعترض الباحث من خلال دراسة وعليه فقد قمنا بإجراء دراسة الاستطلاعية للمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المتخلفين ذهنيا بولاية مسيلة والتي كان الغرض منها مايلي :

- الاتصال بالمربين المختصين المتواجدين بهذا المركز قصد إطلاعهم على موضوع الدراسة .
- التعرف على عدد الأطفال المتخلفين داخل المركز
- التعرف نوع الإعاقات الموجودة داخل المركز بالنسبة للأطفال
- الاطلاع على عدد الأفواج والأقسام الموجودة داخل المركز
- اخذ فكرة عن أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي بالمركز من حيث الوسائل الرياضية الموجودة .

2. عينة الاستطلاعية :

تم اختيار العينة بطريقة قصديه قوامها 13مربي عاملين داخل المركز النفسي البيداغوجي مسيلة للأطفال المتخلفين ذهنيا وذلك من اجل حساب الصدق والثبات الأداة الدراسة . وقد تم توزيع 13الاستبيان على هذه العينة بحيث استرجعت كاملة تم فرزها ومعالجتها إحصائيا بواسطة الحاسوب ويتم عرض نتائجها لاحقا .

3. منهج الدراسة:

منهج البحث يختلف باختلاف المواضيع ولتحقيق أهداف فقد تم إتباع المنهج لوصفي الذي يعتمد على جمع الحقائق وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها انطلاقا من تحديد المشكلة البحث ووضع الفروض ثم اختيار عينة الدراسة وأساليب جمع المعلومات والبيانات وإعدادها ووضع القواعد لتصنيفها وتحليلها وتفسيرها في عبارات واضحة وهو عبارة عن مسح شامل للظواهر الموجودة في الجماعة معينة وفي مكان معين ووقت محدد، بحيث يحاول الباحث كشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما يصل في التخطيط للمستقبل وقد إتبعنا في دراستنا المنهج الوصفي لأنه الأنسب وأصلح للدراسات التي ترمي إلى وصف الجوانب الظاهرة وتشخيص والتدقيق بقائها بجمع البيانات وحقائق مع محاولة تفسيرها تفسيراً كافياً .

وبما أننا بصدد دراسة النشاط البدني الرياضي التربوي ودوره في تحقيق التكيف الاجتماعي بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المتخلفين ذهنيا سنحاول الكشف على أهم هذه الوقائع وفق هذا المنهج .

4. حدود الدراسة

1.4 المجال المكاني

لقد قمنا بإجراء الدراسة الميدانية الخاصة بالمركز النفسي البيداغوجي مسيلة للأطفال للمتخلفين ذهنيا حيث. تم انشاء المركز بموجب المرسوم التنفيذي رقم 288/15 المؤرخ في: 09/11/2015 وتم مباشرة العمل خلال أكتوبر 2016 وهو مؤسسة ذات طابع اداري تستقبل الأطفال الذين يعانون من تخلف ذهني وهذا من اجل تحقيق الاستقلالية التامة بغرض الوصول الى الاندماج الاجتماعي تعتمد المؤسسة على النظام الداخلي كما تضمن التكفل الخارجي لمن له الحق في الالتحاق بالمركز في ميدان الفحص الخارجي والإرشاد والتدخل المبكر والتكفل من النواحي النفسية والأرطوفونية والتربوية، وكذا تنمية قدراتهم الذهنية والحسية واللغوية ومهاراتهم اليدوية والتوجيه الوالدي وأيضا التمهين، حيث يحتوي على 51 طفل ذوي إعاقة ذهنية متوسطة وخفيفة وعميقة التوحد، وتراوح أعمارهم ما بين 5-20 سنة بطاقة استيعاب تقدر ب: 80 طفلا.

2.4 المجال الزمني:

تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من شهر جانفي إلى غاية شهر مارس تخصصت الأشهر الثلاثة الأولى العمل في الجانب النظري، أما العمل في الجانب التطبيقي فقد كان شهر أبريل إلى غاية شهر ماي تم خلالها تحصيل أسئلة الخاصة بالاستمارة الاستبيان وتوزيعها على العينة المختارة بعد ذلك قمنا بعملية جمع النتائج وتحليلها ومناقشتها.

5. أدوات جمع البيانات

الاستبيان:

تعتبر تقنية الاستبيان وسيلة للبحث تهدف الى جمع أقصى عدد ممكن من الآراء والأفكار حول موضوع الدراسة وذلك للإجابة على التساؤلات المطروحة والتحقق من فرضيات المقترحة الحلول.

والاستبيان هو أداة للحصول على بيانات حول المبحوث يتقدم الباحث بعدد من الأسئلة المكتوبة لخدمة أغراض بحثه وعلى المبحوث أن يجيب على هذه أسئلة المكتوبة بنفسه والاستبيان قد يكون مقيد ، مغلق ، مفتوح ، مغلق مفتوح معا. لذلك تعتبر الاستبانة الأكثر الأدوات استعمالا في جمع البيانات التي يتم صياغتها من مشكلة البحث وتساؤلاته وفروض الدراسة وتعرف بأنها نموذج يضم مجموعة من أسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على بيانات معينة ، كما أنها وعاء يضم مجموعة من أسئلة الموجهة للأفراد بهدف الحصول على المعلومات حول الموضوع خلال المواقف، تجمع بين الباحث والمبحوث في أن واحد وقد احتوت استمارة على 29 سؤال خاصا بالمربين حيث اعتمدنا في هذه الاستمارة على أسئلة مغلقة وبعض أسئلة نصف مغلقة مقسمة إلى 3 محاور.

- المحور الأول يضم 10 أسئلة متعلقة دور النشاط البدني التربوي في تغيير سلوك الاطفال المتخلفين ذهنيا
- المحور الثاني: يضم 11 سؤال متعلقة بأهمية ممارسة النشاط البدني في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين
- المحور الثالث: يضم 8 أسئلة متعلقة بدور النشاط البدني التربوي في تحسين قدرات الذكاء لدى المتخلفين ذهنيا

6. الخصائص السيكومترية

من نتائج تحليل البيانات العينة الاستطلاعية والغرض التأكد من صدق وثبات الاستبيان استخدمنا الطرق التالية.:

- صدق المقياس
- صدق التحكيم: تم تحكيم استمارة الاستبيان من طرف الأساتذة بلخير عبد القادر، جوادي خالد، عمريو زهير، تمار محمد، رامي عز الدين.
- معامل ثبات ألفا كرونباخ: اعد كرونباخ معادلته المعروفة بمعامل (∞) (لتقدير الاتساق الداخلي

للاختبارات والمقاييس المتعددة الاختيار، أي عندما تكون الاحتمالات الإجابة صفر. ويتم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ، باستخدام برنامج spss، والذي من خلاله نحسب معامل التميز لكل سؤال.

صدق وثبات المحور ككل

تعريف الثبات: يقصد بثبات الاختبار هو أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والإتقان بحيث يعطي نفس النتائج إذا ما أعيدت على نفس الأفراد في نفس الظروف.

-الصدق الذاتي: من أهم شروط الاختبار وللتأكد من صدق الاختبار، استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره أصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للحقيقية والذي يقاس بالجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار .

$$\sqrt{\text{الصدق}} = \text{الثبات معامل}$$

-الجدول رقم: 01معامل ثبات ألفا كرونباخ للمحور ككل

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
29	0.641

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من الجدول نلاحظ أن معامل ثبات ألفا كرونباخ يساوي إلى 0.641 وهو معامل ثبات قوي وهذا يعني أن أداة ثابتة.

الجدول رقم 02 معامل صدق ألفا كرونباخ لفقرات المحور ككل

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
29	0.800

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على spss.

من نتائج الجدول نلاحظ أن معامل صدق ألفا كرونباخ يساوي 0.800 وهو معامل صدق قوي مما يعني أن أداة صادقة.

المحور الأول:

-الجدول رقم 03 معامل ثبات ألفا كرومباخ للمحور الاول

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
10	0.697

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من نتائج الجدول نلاحظ أن معامل الثبات الفا كرونباخ يساوي إلى 0.697 وهو معامل ثبات قوي مما يدل على أن الأداة صادقة.

- الجدول رقم 4:معامل صدق ألفا كرومباخ للمحور الاول

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
10	0.834

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن معامل الصدق يساوي إلى 0.834 وهو معامل صدق قوي مما يدل على أن الأداة صادقة.

-المحور الثاني

-الجدول رقم:05معامل ثبات ألفا كرومباخ للمحور الثاني

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
11	0.576

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من الجدول نلاحظ أن معامل الثبات ألفا كرومباخ يساوي إلى 0.576 وهو معامل ثبات مقبول مما يدل على أن الأداة صادقة.

الجدول رقم 06معامل صدق ألفا كرومباخ للمحور الثاني

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
11	0.758

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من نتائج الجدول نلاحظ أن معامل الصدق يساوي إلى 0.758 وهو معامل صدق مقبول مما يدل على أن الأداة صادقة.

المحور الثالث

الجدول رقم 07:معامل ثبات ألفا كرومباخ للمحور الثالث

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
08	0.642

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من نتائج الجدول نلاحظ أن معامل الثبات ألفا كرونباخ يساوي إلى 0.642 وهو معامل ثبات مقبول مما يدل على أن الأداة صادقة.

الجدول رقم 08: معامل صدق ألفا كرونباخ للمحور الثالث

عدد الفقرات	الفا كرونباخ
08	0.801

المصدر: من إعداد الباحث اعتماد على نتائج spss.

من نتائج الجدول نلاحظ أن معامل الصدق يساوي إلى 0.801 وهو معامل صدق مقبول مما يدل على أن الأداة صادقة.

أدوات الإحصائية

تستعمل طريقة أو العملية قصد الحصول على المعلومات الدقيقة التي تسمح بتحليل موضوعي النتائج المتحصل عليها أو قصد الاعتماد على معلومات الدقيقة التي تسمح بتحليل موضوعي النتائج المتحصل عليها وقد اعتمدا الباحثون على طريقة النسب المئوية و المتوسط الحسابي , الانحراف المعياري النسبة المئوية:

$$\frac{ت \times 100\%}{ع} = س$$

$$\%100 \left\{ \begin{array}{l} ع \\ س \end{array} \right.$$

$$\frac{التكرار \times 100\%}{عدد التكرارات} = النسبة المئوية$$

حيث:

ع: تمثل عدد أفراد العينة

ت: تمثل عدد التكرارات

س: تمثل النسبة المئوية

✓ **المتوسط الحسابي:** يعتبر المتوسط الحسابي من أهم مقاييس النزعة المركزية وأكثر استخداما في النواحي

التطبيقية ويعرف عموما على انه مجموع القيم مقسوما على قيمها.

✓ **الانحراف المعياري:** هو الجذر التربيعي للمتوسط الحسابي لمربعات انحرافات القيم عن وسطها الحسابي، أي هو

الجذر التربيعي الموجب للتباين ويعرف رياضيا حسب طبيعة البيانات.

✓ **التباين:** هو عبارة عن متوسط مربعات انحرافات القيم عن وسطها الحسابي.

المحور الأول:

الجدول 09: حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 01

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س1
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	-	-	-	100	13	دائما
				-	-	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل ترى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد على التخلص من القلق والاضطرابات لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا ' بقيم مشاهدة 13 ونسبة 100% كانت لصالح البديل دائما .

الجدول 10: حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 02

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س2
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.14	26.133	38.5	5	دائما
				61.5	8	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل الأنشطة الرياضية من الوسائل التربوية التي تساهم في تهذيب سلوك الأطفال المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 8 ونسبة 61.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 5 ونسبة 38.5% .

وأن كا² المحسوبة بلغت 26.133 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا .

الجدول 11 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 03

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س3
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.14	8.556	61.5	8	دائما
				38.5	5	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل ممارسة النشاط البدني التربوي تزيد في حماسهم وحبهم للممارسة ومشاركتهم في الانشطة الرياضية والتربوية " بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% .

وأن كا² المحسوبة بلغت 8.556 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 12 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 04

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س4
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.14	21.800	53.8	7	دائما
				46.2	6	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " من خلال خبرتكم الميدانية هل ترون ان الانشطة الرياضية البدنية تغير من السلوكيات السلبية لهذه الفئة " بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 7 وبنسبة 53.8% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 21.800 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 13 :حساب قيمة كا² " كاي ترييع " للسؤال 05

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي ترييع "		النسبة	التكرار	س5
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.14	10.156	76.9	10	دائما
				23.1	3	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل تجدون ان هناك فروق بين الاطفال الممارسين للنشاط الرياضي والغير ممارسين " بقيم مشاهدة 3 وبنسبة 23.1% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجابتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 10 وبنسبة 76.9% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 10.156 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 14 :حساب قيمة كا² " كاي ترييع " للسؤال 6

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي ترييع "		النسبة	التكرار	س6
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	2	5.991	36.112	30.8	4	دائما
				61.5	8	أحيانا
				7.7	1	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل يستطيع هؤلاء الاطفال المتخلفين ذهنيا من تنظيم انفسهم اثناء ممارسة اجراء مقابلات رياضية " بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجابتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 30.8% .

وأن كا² المحسوبة بلغت 36.112 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 15 :حساب قيمة كا² " كاي ترييع " للسؤال 7

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي ترييع "		النسبة	التكرار	س7
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	12.154	53.8	7	دائما
				46.2	6	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل يساعد النشاط البدني التربوي الرياضي في تعديل بعض الانحرافات السلوكية للمتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 7 وبنسبة 53.8% .

وأن كا² المحسوبة بلغت 12.154 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 16 :حساب قيمة كا² " كاي ترييع " للسؤال 8

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي ترييع "		النسبة	التكرار	س8
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	9.562	30.8	4	دائما
				69.2	9	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل يساعد النشاط التربوي الرياضي في تخفيف السلوك العدواني للمعاقين ذهنيا " بقيم مشاهدة 9 وبنسبة 69.2% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 30.8% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 9.562 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 17 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 09

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س9
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	15.632	61.5	8	دائما
				38.5	5	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : " هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في التقليل من شعور المتخلفين ذهنيا بالوحدة " بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% .

وأن كا² المحسوبة بلغت 15.632 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.14 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 18 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 10

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س10
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	2	5.991	7.001	38.5	5	دائما
				46.2	6	أحيانا
				15.4	2	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في ازالة شعور المتخلفين ذهنيا بعدم الراحة " بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 7.001 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

المحور الثاني:

الجدول 19 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 01

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س1
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	46.512	69.5	9	دائما
				3.8	4	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : الانشطة الرياضية التربوية تساعد الاطفال المتخلفين ذهنيا في الاندماج الاجتماعي داخل الجماعة " بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 3.8% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 9 وبنسبة 69.5%، وأن كا² المحسوبة بلغت 46.512 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 20 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 02

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س2
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	9.562	38.5	5	دائما
				61.5	8	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل تراعون الفروق الفردية للاطفال المتخلفين ذهنيا اثناء ممارسة النشاط الرياضي البدني التربوي " بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 9.652 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 21 : حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 03

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س3
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	16.539	30.8	4	دائما
				69.5	9	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يتجاوب الاطفال المتخلفين ذهنيا مع الانشطة الرياضية التربوية التي يتم تقديمها " بقيم مشاهدة 9 وبنسبة 69.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 30.8% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 16.539 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 22 : حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 04

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س4
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	42.025	69.5	9	دائما
				30.8	4	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل ممارسة النشاط الرياضي التربوي تزي من درجة تفاؤل الاطفال المتخلفين ذهنيا وتوقعهم نحو الافضل " بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 3.8% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 9 وبنسبة 69.5% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 42.025 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 23 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 05

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س5
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	11.023	46.2	6	دائما
				53.8	7	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال هل تجدون ان هناك تفاعل ايجابي بين الاطفال المتخلفين ذهنيا عن ممارسة الالعاب الجماعية " بقيم مشاهدة 7 وبنسبة 53.8% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2%، وأن كا² المحسوبة بلغت 11.032 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 24 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 06

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س6
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	12.019	53.8	7	دائما
				46.2	6	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يروق للمتخلفين ذهنيا المساهمة في النشاطات الجماعية " بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 7 وبنسبة 53.8%، وأن كا² المحسوبة بلغت 12.019 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 25 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 7

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س7
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	15.123	38.5	5	دائما
				61.5	8	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل تساهم ممارسة النشاط البدني التربوي في تكوين علاقات جديدة للاطفال المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 15.123 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 26 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 08

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س8
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	9.562	46.2	6	دائما
				53.8	7	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل للنشاط التربوي الرياضي البدني دور في تنمية السلوك التكيفي لدى المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 7 وبنسبة 53.8% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 9.562 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 27: حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 09

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س9
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	20.132	61.5	8	دائما
				38.5	5	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية السلوك التكيفي للمتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 5 ونسبة 38.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 8 ونسبة 61.5% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 20.132 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 28: حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 10

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س10
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	6.001	46.2	6	دائما
				53.8	7	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يساعد النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية الميل الى تكوين علاقات بين المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 7 ونسبة 53.8% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 6 ونسبة 46.2% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 6.001 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 29: حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 11

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س11
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	6.001	46.2	6	دائما
				53.8	7	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يحقق النشاط البدني التربوي الرياضي انعكاسا ايجابيا في التكيف الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 7 وبنسبة 53.8% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 6.001 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

المحور الثالث

الجدول 30 : حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 01

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س1
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	3.521	35.5	5	دائما
				38.5	5	أحيانا
				23.1	3	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في تحسين قدرات الذكاء الرياضي للأطفال المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما كانت قيمة المشاهدة 3 وبنسبة 23.1% لصالح البديل ابدا، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 3.521 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 31 :حساب قيمة كا² " كاي ترييع " للسؤال 02

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي ترييع "		النسبة	التكرار	س ²
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	12.532	23.1	3	دائما
				76.9	10	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال :هل تواجهون بعض الصعوبات في تادية الانشطة الرياضية للاطفال المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 10 ونسبة 76.9% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجابتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 3 ونسبة 23.1% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 12.532 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا

الجدول 32 :حساب قيمة كا² " كاي ترييع " للسؤال 03

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي ترييع "		النسبة	التكرار	س ³
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	13.562	15.4	2	دائما
				84.6	11	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل تجدون تجاوب من الاطفال المتخلفين ذهنيا في تعلم المهارات الرياضية " بقيم مشاهدة 11 ونسبة 84.6% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجابتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 2 ونسبة 15.4% ، وأن كا² المحسوبة بلغت 13.562 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 33 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 04

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س4
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	1	3.145	30.111	84.6	11	دائما
				15.4	2	أحيانا
				-	-	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال :هل يمكن للنشاط البدني التربوي تحسين مستوى الدراسي للمتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 2 وبنسبة 15.4% كانت لصالح البديل أحيانا، وأن كا² المحسوبة بلغت 30.111 وهي أكبر من كا² المجدولة 3.145 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 34 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 05

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س5
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	2	5.991	12.532	30.8	4	دائما
				61.5	8	أحيانا
				23.1	3	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يساعد النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية القدرة على استخدام الالفاظ والتعبير عن انفسهم لدى المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 30.8% ، بينما كانت نسبة مشاهدة 3 بنسبة 23.1% لصالح البديل ابدا ، وأن كا² المحسوبة بلغت 12.532 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 35 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 06

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س6
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	2	5.991	8.000	30.8	4	دائما
				38.5	5	أحيانا
				30.8	4	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال : هل يمكن للنشاط البدني التربوي تنمية قدرة الانتباه لدى المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 5 وبنسبة 38.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 4 وبنسبة 30.8%، بينما كانت قيم مشاهدة 4 بنسبة 30.8% لصالح البديل ابدا ، وأن كا² المحسوبة بلغت 8.000 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 36 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 07

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س7
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	2	5.991	2.556	7.7	1	دائما
				46.2	6	أحيانا
				46.2	6	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال :هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في التقليل من فروق الذكاء بين المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 6 وبنسبة 46.2% كانت لصالح البديل أحيانا وكذلك لصالح البديل ابدا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 1 وبنسبة 7.7%، وأن كا² المحسوبة بلغت 2.556 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا.

الجدول 37 :حساب قيمة كا² " كاي تربيع " للسؤال 08

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة كا ² " كاي تربيع "		النسبة	التكرار	س8
		المجدولة	المحسوبة			
0.05	2	5.991	12.532	15.4	2	دائما
				61.5	8	أحيانا
				15.4	2	أبدا
				100	30	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال :هل يمكن للنشاط البدني التربوي من رفع قدرة التركيز والتوجيه لدى المتخلفين ذهنيا " بقيم مشاهدة 8 وبنسبة 61.5% كانت لصالح البديل أحيانا ، بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح البديل دائما بقيم مشاهدة 2 وبنسبة 15.4% وكذلك لصالح البديل ابدا ، وأن كا² المحسوبة بلغت 12.532 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وأيضا قيمة sig=0.00 (مستوى المعنوية) أقل من مستوى الدلالة 0.05 ، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرارا أحيانا .

1. عرض وتحليل النتائج:

حساب المتوسط الحسابي المرجح

$$0.66 = \frac{2}{3} = \frac{1-3}{3} = \frac{\text{المدى}}{\text{عدد البدائل}} \text{ الخطوة الأولى:}$$

الجدول 38 رقم: مجالات إجابات المبحوثين

اختبار الفرضية الأولى تلعب ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دورا هاما في تغير سلوك الأطفال المتخلفين ذهنيا.

الاتجاه	المجالات
ابدا	1.66-1
احيانا	2.33-1.66
دائما	3-2.34

المحور الاول:

الجدول 39 يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الاول

العبارة	متوسط حسابي	انحراف معياري	الاتجاه
1	3,00	0,000	دائما
2	2,38	,506	دائما
3	2,62	,506	دائما
4	2,54	,519	دائما
5	2,77	,439	دائما
6	1,77	,599	أحيانا
7	2,54	,519	دائما
8	2,31	,480	أحيانا
9	2,62	,506	دائما
10	2,23	,725	أحيانا
الدرجة الكلية	2,4769	,41464	دائما

السؤال الأول

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 01 يساوي 3.00 باتجاه دائما وهذا يعني أن النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد دائما على التخلص من القلق والاضطرابات لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا .

السؤال الثاني

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال الثاني يساوي 2.38 باتجاه دائما وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية من الوسائل التربوية التي تساهم دائما في تهذيب السلوك لدى المتخلفين ذهنيا.

السؤال الثالث

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال الثاني يساوي 2.62 باتجاه دائما وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية تزيد دائما من حماسهم وحبهم لممارستها .

السؤال الرابع

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال الرابع يساوي 2.54 باتجاه دائما وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية تغير دائما من السلوكيات السلبية للمتخلفين ذهنيا.

السؤال الخامس

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال الخامس يساوي 2.77 باتجاه دائما وهذا يعني أن هناك دائما فروق بين الأطفال الممارسين للنشاط الرياضي و الغير ممارسين للنشاط الرياضي.

السؤال السادس

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال السادس يساوي 1.77 باتجاه أحيانا وهذا يعني أن الأطفال المتخلفين ذهنيا يستطيعون أحيانا من تنظيم أنفسهم أثناء ممارسة إجراء مقابلات رياضية.

السؤال السابع

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال السابع يساوي 2.54 باتجاه دائما وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية تساعد دائما في تعديل بعض الانحرافات السلوكية للمتخلفين ذهنيا.

السؤال الثامن

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال الثامن يساوي 2.31 باتجاه أحيانا وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية تساعد أحيانا في تخفيف السلوك العدواني للمتخلفين ذهنيا.

السؤال التاسع

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للفقرة التاسع يساوي 2.62 باتجاه دائما وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية دائما ما تساهم في التقليل من الشعور بالوحدة .

السؤال العاشر

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال العاشر يساوي 2.23 باتجاه أحيانا وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية تساهم أحيانا في التقليل من شعور المتخلفين ذهنيا بعدم الراحة.

عرض وتحليل النتائج

المحور ككل

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للمحور الأول ككل يساوي 2.74 باتجاه دائما وهذا يعني أن للنشاط الرياضي التربوي دائما دور ايجابي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى المتخلفين ذهني.

المحور الثاني

الجدول 40 يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثاني

العبارة	متوسط حسابي	انحراف معياري	الاتجاه
1	2,69	,480	دائما
2	2,38	,506	دائما
3	2,31	,480	احيانا
4	2,31	,480	احيانا
5	2,46	,519	دائما
6	2,54	,519	دائما
7	2,38	,506	دائما
8	2,46	,519	دائما
9	2,62	,506	دائما
10	2,46	,519	دائما
11	2,46	,519	دائما
المحور الثاني	2,4615	,44915	دائما

السؤال الأول

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 01 يساوي 2.69 باتجاه دائما وهذا يعني أن الأنشطة الرياضية التربوية دائما تساعد الأطفال المتخلفين ذهنيا على الاندماج الاجتماعي داخل الجماعة.

السؤال الثاني

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 02 يساوي 2.38 باتجاه دائما وهذا يعني أن دائما ما يراعون الفروق الفردية للأطفال المتخلفين ذهنيا أثناء ممارسة النشاط الرياضي البدني التربوي.

السؤال الثالث

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 03 يساوي 2.31 باتجاه أحيانا وهذا يعني انه أحيانا ما يتجاوز الأطفال المتخلفين ذهنيا مع الأنشطة الرياضية التربوية التي يتم تقديمها.

السؤال الرابع

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال 04 يساوي 2.31 باتجاه أحيانا وهذا يعني أن ممارسة النشاط الرياضي أحيانا ما تزيد في درجة تفاعل الأطفال المتخلفين ذهنيا وتوقعهم نحو الأفضل.

السؤال الخامس

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 05 يساوي 2.46 باتجاه دائما وهذا يعني إن دائما يوجد تفاعل ايجابي بين الأطفال المتخلفين عن ممارسة الألعاب الجماعية.

السؤال السادس

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 06 يساوي 2.54 باتجاه دائما وهذا يعني أن يروق دائما للمتخلفين ذهنيا المساهمة في النشاطات الجماعية.

السؤال السابع

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 07 يساوي 2.38 باتجاه دائما وهذا يعني ان ممارسة النشاط البدني التربوي في تكوين علاقات جديدة للأطفال للمتخلفين ذهنيا.

السؤال الثامن

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال 08 يساوي 2.46 باتجاه دائما وهذا يعني أن للنشاط التربوي الرياضي البدني دائما دور في تنمية السلوك التكييفي لدى المتخلفين ذهنيا.

السؤال التاسع

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 09 يساوي 2.62 باتجاه دائما وهذا يعني أن النشاط البدني التربوي الرياضي يساهم دائما في تنمية السلوك التكييفي للمتخلفين ذهنيا.

السؤال العاشر

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال 10 يساوي 2.46 باتجاه دائما وهذا يعني أن النشاط البدني التربوي الرياضي يساعد دائما في تنمية الميل إلى تكوين علاقات بين المتخلفين ذهنيا.

السؤال الحادي عشر

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 11 يساوي 2.46 باتجاه دائما وهذا يعني أن النشاط البدني التربوي الرياضي يحقق دائما انعكاسا ايجابيا في التكيف الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا.

المحور ككل

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمحور الثاني ككل يساوي 2.46 باتجاه دائما وهذا يعني أن ممارسة النشاط البدني التربوي دائما تحقق دورا هاما في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى المتخلفين ذهنيا.

المحور الثالث:

الجدول 41 يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثالث

العبارة	متوسط حسابي	انحراف معياري	الاتجاه
1	2,15	,801	احيانا
2	2,23	,439	احيانا
3	2,15	,376	احيانا
4	2,85	,376	دائما
5	1,92	,641	احيانا
6	2,00	,816	احيانا
7	1,62	,650	ابدا
8	2,08	,641	احيانا
الدرجة الكلية	2,1250	,44780	أحيانا

السؤال الاول

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 01 يساوي 2.15 باتجاه أحيانا وهذا يعني إن النشاط الرياضي يساهم أحيانا في تحسين قدرات الذكاء الرياضي للأطفال المتخلفين ذهنيا.

السؤال الثاني

نلاحظ إن المتوسط الحسابي للسؤال 02 يساوي 2.23 باتجاه أحيانا وهذا يعنيانه أحيانا ما تواجه المربون بعض الصعوبات في تأدية الأنشطة الرياضية للأطفال المتخلفين ذهنيا.

السؤال الثالث

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 03 يساوي 2.15 باتجاه أحيانا وهذا يعني انه يوجد أحيانا تجاوبا من الأطفال المتخلفين في تعلم المهارات الرياضية.

السؤال الرابع

نلاحظ ان المتوسط الحسابي للسؤال 04 يساوي 2.85 باتجاه دائما وهذا يعني أن النشاط البدني التربوي تحسين دائما مستوى التحصيل الدراسي للمتخلفين ذهنيا.

السؤال الخامس

نلاحظ إن المتوسط الحسابي للسؤال 05 يساوي 1.92 باتجاه أحيانا وهذا يعني أن النشاط البدني التربوي يساعد أحيانا في تنمية القدرة على استخدام الألفاظ والتعبير عن أنفسهم لدى المتخلفين ذهنيا.

السؤال السادس

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 06 يساوي 2.00 باتجاه أحيانا وهذا يعني النشاط البدني التربوي يمكن أحيانا من تنمية قدرة الانتباه لدى المتخلفين ذهنيا.

السؤال السابع

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 07 يساوي 1.62 باتجاه أبدا وهذا يعني النشاط البدني التربوي لا يساهم في التقليل من فروق الذكاء بين المتخلفين ذهنيا.

السؤال الثامن

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للسؤال 08 يساوي 2.08 باتجاه أحيانا وهذا يعني النشاط البدني التربوي يمكن أحيانا من رفع قدرة التركيز والتوجيه لدى المتخلفين ذهنيا.

المحور ككل.

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمحور الثالث ككل يساوي 2.12 باتجاه دائما وهذا يعني أن ممارسة النشاط البدني التربوي أحيانا لها دور في تحسين قدرات الذكاء لدى المتخلفين ذهنيا .

2. مناقشة الفرضيات:

لمناقشة نتائج البحث و إعطاء تفسيرات واضحة، وذلك بربط الجانب التمهيدي بالجانب التطبيقي، ومناقشة محور بمحور نستنتج:

-مناقشة الفرضية :تنص الفرضية الجزئية الأولى تلعب ممارسة النشاط الرياضي التربوي دور ايجابي في تغيير سلوك الأطفال المتخلفين ذهنيا .

من خلال النتائج المتحصل عليها في تحليل فقرات المحور الأول ككل نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفقرات ككل يساوي إلى 2,476 بالانحراف معياري يقدر ب 0,414 باتجاه إجابة (دائما) وهذا يعني أن ممارسة النشاط الرياضي التربوي يلعب دور هام في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا وهذا ما أكدته إجابات المبحوثين في الفقرات 1-2-3-4-5-7-9 (كما أكدت الفقرة 2 من المحور الهدف من الأنشطة التي يمارسها الأطفال وذلك بنسبة 50.0% هدف تربوي ونسبة 35.7 هدف اجتماعي التربوي. مما يعني إحداث تغيرات مرغوبة في سلوك المتخلفين ،لضمان اندماجهم لما تعانيه هذه الفئة في هذا المجال وهذا ما يؤكد "هوبزينا" أن اللعب يعد مؤشرا ثقافيا هاما قابلا للطقوس والعادات، لا بل أساس ثقافة لكونه سلوك وحيد الذي لا يجرأ إلى العناصر ، ويؤكد أيضا أن اللعب هو أصل كل المؤسسات الاجتماعية وبالمقابل فمن المؤكد انه إذا كان اللعب يتطور بعمق في التقاليد الثقافية للشعب، فانه يتطور أيضا مع تطور المجتمع والتاريخ ، وعليه فاللعب بمثابة مرآة الخاصة ، كما أكدت دراسة كمال عروس أن الأنشطة الرياضية تلعب دور كبير في الإعداد المعاق وتغطية النقص الذي يعاني منه هذا الأخير وذلك من خلال إدماجهم اجتماعيا وتقديم الرعاية اللازمة.

بالرغم من الأهداف التي تتوفر في مجالات التربية البدنية والرياضية إلا أن هناك نقص في تسيرها وخاصة بالنسبة فئة الأطفال المتخلفين ذهنيا وهذا النقص راجع لعدم اهتمام الدولة بإعداد المعاق وتوفير كل إمكانيات التي يحتاج إليها عليه، نثبت صحة الفرضية الموضوعة .

مناقشة الفرضية:تنص الفرضية الجزئية الثانية على ان ممارسة النشاط الرياضي التربوي دور ايجابي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين ذهنيا .

من خلال نتائج المتحصل عليها في تحليل فقرات المحور الثاني ككل نلاحظ أن متوسط الحسابي للفقرات ككل يساوي إلى 2,461 بالانحراف معياري يقدر ب 0,449 باتجاه احيانا وهذا يعني لممارسة النشاط البدني التربوي دورا في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا. هذا ما أكدته إجابات الفقرات 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11 كما أكدت إجابة الفقرة 09 من المحور ان النشاط البدني التربوي الرياضي يساهم في تنمية السلوك التكيفي للمتخلفين ذهنيا وبالتالي تدعيم الجانب النفسي كما اكده " يوسف مراد " أن سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد و الخضوع للالتزامات الاجتماعية ، أما عندما يواجه الفرد مشكلة خلقية ، أو يعاني صراعا نفسيا تقتضي

معالجته آن يغير الفرد من عاداته و اتجاهاته نحو الجماعة التي كان فيها ، و محاولة الفرد إحداث نوع من التوازن بينه و بين بيئته المادية و الاجتماعية و يكون ذلك عن طريق الامتثال للبيئة و التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه و بينها -مناقشة الفرضية:تنص الفرضية الجزئية الثالثة في النشاط على ان ممارسة النشاط الرياضي التربوي له دور ايجابي في تحسين قدرات الذكاء لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا .

من خلال نتائج الجدول المتحصل من فقرات المحور الثالث نلاحظ أن متوسط الحسابي يساوي 2,125 بالانحراف المعياري يقدر ب 0,447 باتجاه أحيانا وهذا يعني ان النشاط البدني التربوي يساهم في تحسين قدرات الذكاء الرياضي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا.

وهذا ما أكدته إجابات الفقرات 1-2-3-5-6-8 كما أكدت إجابة الفقرة 1 من المحور ان النشاط الرياضي يساهم في تحسين قدرات الذكاء الرياضي للأطفال المتخلفين ذهنيا وله فائدة تربوية مما يساعد على تنمية القدرات الذهنية والاتزان الحركي وتقليل من الضغوطات النفسية .

3. أهم الاستنتاجات

- و من خلال النتائج المتحصل عليها من الاستبيان الذي استخدم في الدراسة على عينة البحث توصلنا إلى مايلي :
- قلة ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي داخل المركز .
 - الهدف من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي وهو هدف تربوي اجتماعي على غرار أهداف أخرى مما يساعد الأطفال المتخلفين ذهنيا من تقليل بعض السلوكيات العدوانية .
 - هناك فائدة تربوية أثناء ممارسة النشاط الرياضي التربوي للأطفال متخلفين ذهنيا مما يساعد على تنمية القدرات الذهنية والاتزان الحركي وتقليل من الضغوطات النفسية .
 - معظم المربين يعانون من صعوبات مع الأطفال أثناء المعاملة وهذا ما يقلل من ممارسة النشاط الرياضي .
 - الأنشطة الرياضية البدنية التربوية تساهم في إندماج الأطفال المتخلفين داخل الجماعة مما يزيد من تعلم واكتساب المهارات جديدة وتكيف في وسط الجماعي .
 - الأنشطة الرياضية من الوسائل التربوية التي تساعد بتهديب السلوك الأطفال بحيث تقلل من السلوكيات السلبية كالعدوان و الانسحاب الاجتماعي و العزلة .
 - أن ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية التربوية تساهم في زيادة حماس وحب الأطفال المتخلفين من خلال المشاركة في الأنشطة مما يزيد من شدة التفاعل والمبادرة في تشجيع الأطفال إلى أفضل البرامج الخاصة بالنشاط الرياضي التربوي لهذه الفئة لا تتوفر بشكل كافي .
 - أن أنواع الأنشطة التي يمارسها الأطفال المتخلفين داخل المركز معظمها جماعية وهذا ما يحقق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال وظهور روح الجماعة والقياد والانضباط .

عرض وتحليل النتائج

- عدم اهتمام المربين بمراعاة الفروق الفردية للأطفال المتخلفين ذهنياً أثناء ممارسة النشاط الرياضي التربوي وهذا راجع لقلّة كفاءة المربين في المجال الرياضي .
- لا تتوفر مؤسسة على الوسائل الخاصة لتحقيق البرامج وهذا راجع لنقص المربين المختصين في المجال الرياضي مهتمين بالبرامج الرياضية .
- قلّة اجتهادات لوضع البرامج الرياضية من طرف المربين مختصين للأطفال المتخلفين وهذا راجع لعدم اهتمام المسؤولين بوضع برامج خاص تناسب مع الأطفال مسطرة من طرف الدولة .
- الأنشطة الرياضية تغير من سلوكيات السلبية للأطفال المتخلفين ذهنياً وتغرس سلوكيات الايجابية كروح الجماعة القيادة الانضباط وتحمل المسؤولية . وتحسين قدرات الذكاء الرياضي من خلال تنمية قدرات التعلم .
- عدم شعور لتقدير الذات الجسمية والحركية للأطفال المتخلفين ذهنياً مما يؤثر سلباً بفقدان الثقة بالنفس لأنهم يشعرون بأنهم أقل من الآخرين.

4. اقتراحات

- بعد أن تم عرض النتائج التي توصلنا إليها في دراستنا يجبذا أن نضع بعض اقتراحات التي من شأنها أن تكون عوامل مساهمة في تطوير النشاط البدني الرياضي التربوي داخل المركز النفسي البيداغوجي :
- توفير البرامج الرياضية التي تناسب مع الأطفال المتخلفين ذهنياً.
 - توفير مربين متخصصين في النشاط البدني الرياضي التربوي مهتمين بتكوين هذه الفئة .
 - توفير الوسائل الرياضية وذلك من أجل تحقيق الأهداف البيداغوجية .
 - إدراج حصة التربية البدنية والرياضية كمادة رسمية في التوزيع الاسبوعي.
 - تشجيع الأطفال المتخلفين ذهنياً وتوعيتهم على فوائد الرياضة وإنشاء نوادي لمختلف الفئات (بسيطة -متوسطة -العميقة -وشديدة العمق -الأطفال التوحّد).
 - يجب على المختصين مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال ومراعاة درجة ومراعاة درجة الاعاقة ومبدأ الأمن وسلامة أثناء القيام بالنشاط الرياضي.
 - توفير الوسائل البيداغوجية الترفيهية بقوة داخل المركز.
 - تنمية الشعور لتقدير الذات عند الاطفال المتخلفين ذهنياً.
 - اهتمام السلطات المحلية اتجاه هذه الفئة في مجال الأنشطة البدنية والرياضية التربوية .
 - نقترح على وزارة التضامن ,وزارة التعليم العالي و وزارة الشباب والرياضة اتفاقية فيما بينهم ,بدمج متخرجين من المعاهد الرياضية بالمراكز البيداغوجية.

خاتمة

قمنا في بحثنا هذا بإلقاء نظرة عن أهمية النشاط الرياضي التربوي في مركز النفسي البيداغوجي للأطفال المتخلفين الأطفال المتخلفين ذهنياً، بولاية ورقلة دراسة ميدانية تطرقنا من خلالها إلى القيام بدراسة الاستطلاعية حول الموضوع، حيث راودتنا بعض التساؤلات في ما يخص ما أهمية النشاط الرياضي التربوي في تحقيق التكيف لدى الأطفال المتخلفين داخل المركز؟

فمن هذا التساؤل اعتمدنا على فرضيات كأجوبة مسبقة لها، حيث بينا في الفرضية العامة ما يلي:

- يحقق النشاط البدني الرياضي التربوي هام في تحقيق التكيف الاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنياً ومن هذه الفرضية تتفرع فرضيات جزئية و هي:
- تلعب ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دورا هاما في تغير سلوك الاطفال المتخلفين ذهنياً.
- تحقق ممارسة النشاط البدني التربوي دورا في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياً.
- يساهم النشاط البدني التربوي في تحسين قدرات الذكاء الرياضي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياً.

و التي من خلالها حاولنا معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين و من خلال هذا قد تحققنا من صحة فرضيتنا العامة و فرضياتنا الجزئية المتعلقة بالنشاط البدني المكيف في مركز النفسي البيداغوجي للأطفال المتخلفين ذهنياً:

فقد أكدناه من خلال دراستنا هذه وعليه توصلنا إلى أهم النتائج :

- تلعب ممارسة النشاط الرياضي دور هام في تغير سلوك الاطفال المتخلفين ذهنياً.
 - تحقق ممارسة النشاط البدني التربوي دورا في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياً.
 - يساهم النشاط البدني التربوي في تحسين قدرات الذكاء الرياضي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياً.
- و هكذا بلغنا هدفنا المنشود من خلال هذه الدراسة بعدما قمنا بمعالجة نظرية و تطبيقية لموضوعنا وذلك بوضع مجموعة من استنتاجات واقتراحات ،حيث اتبعنا منهجية علمية التي مكنتنا من الوصول إلى نتائج موضوعية أثبتنا بواسطتها الفرضيات المبنية في بداية دراستنا.
- و نتمنى في الأخير أن نكون قد وفقنا و لو بالقليل في الإحاطة بموضوع بحثنا من كل الجوانب ،و إذا كنا قد تركنا جانب من الجوانب فهذا ما يتميز به البحث العلمي بالاستمرارية فنطلب من زملائنا الطلبة أن يكملوا الدرب في هذا المجال.

المحور الأول: سلوك المتخلفين ذهنيا

1. هل ترى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد على التخلص من القلق والاضطرابات لدى الأطفال

المتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

2. هل الأنشطة الرياضية من الوسائل التربوية التي تساهم في تهذيب سلوك الأطفال المتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

3. هل ممارسة النشاط الرياضي التربوي تزيد من حماسهم وحبهم للممارسة ومشاركتهم في الأنشطة الرياضية

والتربوية؟

دائما أحيانا أبدا

4. من خلال خبرتك الميدانية هل ترى أن الأنشطة الرياضية البدنية تغير من السلوكيات السلبية لهذه الفئة؟

دائما أحيانا أبدا

5. هل تجد أن هناك فروق بين الأطفال الممارسين للنشاط الرياضي والغير ممارسين؟

دائما أحيانا أبدا

- حسب رأيكم فيما تتمثل هذه الاختلافات.....

6. هل يستطيع هؤلاء الأطفال المتخلفين ذهنيا من تنظيم أنفسهم أثناء ممارسة إجراء مقابلات رياضية؟

دائما أحيانا أبدا

7. هل يساعد النشاط البدني التربوي الرياضي في تعديل بعض الانحرافات السلوكية للمتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

8. هل يساعد النشاط التربوي الرياضي في تخفيف السلوك العدواني للمعاقين؟

دائما أحيانا أبدا

9. هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في التقليل من شعور المتخلفين ذهنيا بالوحدة؟

دائما أحيانا أبدا

10. يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في إزالة شعور المتخلفين ذهنيا بعدم الراحة؟

دائما أحيانا أبدا

المحور الثاني: التكيف الاجتماعي

1. هل الأنشطة الرياضية التربوية تساعد الأطفال المتخلفين ذهنيا على الاندماج الاجتماعي داخل الجماعة؟

دائما أحيانا أبدا

2. هل تراعى الفروق الفردية للأطفال المتخلفين ذهنيا أثناء ممارسة النشاط الرياضي البدني التربوي؟

دائما أحيانا أبدا

3. هل يتجاوب الأطفال المتخلفين ذهنيا مع الأنشطة الرياضية التربوية التي يتم تقديمها؟

دائما أحيانا أبدا

4. هل ممارسة النشاط الرياضي تزيد في درجة تفاعل الأطفال المتخلفين ذهنيا وتوقعهم نحو الأفضل؟

دائما أحيانا أبدا

5. هل تجد أن هناك تفاعل إيجابي بين الأطفال المتخلفين عن ممارسة الألعاب الجماعية؟

دائما أحيانا أبدا

6. هل يروق للمتخلفين ذهنيا المساهمة في النشاطات الجماعية؟

دائما أحيانا أبدا

7. هل تساهم ممارسة النشاط البدني التربوي في تكوين علاقات جديدة للأطفال للمتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

8. هل للنشاط التربوي الرياضي البدني دور في تنمية السلوك التكييفي لدى المتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

9. هل يساهم النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية السلوك التكييفي للمتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

10. هل يساعد النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية الميل إلى تكوين علاقات بين المتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

11. هل يحقق النشاط البدني التربوي الرياضي انعكاسا إيجابيا في التكيف الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا؟

دائما أحيانا أبدا

المحور الثالث: قدرات الذكاء

1. هل يساهم النشاط الرياضي في تحسين قدرات الذكاء الرياضي للأطفال المتخلفين ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

2. هل تواجهون بعض الصعوبات في تادية الانشطة الرياضية للاطفال المتخلفين ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

3. هل تجد تجاوبا من الأطفال المتخلفين في تعلم المهارات الرياضية؟

دائماً أحياناً أبداً

ماهي هذه الصعوبات حسب رأيكم.....

4. هل يمكن للنشاط البدني التربوي تحسين مستوى التحصيل الدراسي للمتخلفين ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

5. هل يساعد النشاط البدني التربوي في تنمية القدرة على استخدام الألفاظ والتعبير عن أنفسهم لدى المتخلفين

ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

6. هل يمكن للنشاط البدني التربوي تنمية قدرة الانتباه لدى المتخلفين ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

7. هل يساهم النشاط البدني التربوي في التقليل من فروق الذكاء بين المتخلفين ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

8. هل يمكن للنشاط البدني التربوي من رفع قدرة التركيز والتوجيه لدى المتخلفين ذهنياً؟

دائماً أحياناً أبداً

الكتب

1. ابراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني ارياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1988.
2. احمد ارشيدي الخالدي، أهمية اللعب عند الأطفال العاديين وذوي احتياجات الخاصة، ط1، دار المعتر للنشر والتوزيع، 2010.
3. أديب محمد الخالدي، المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة، دار وائل للنشر، ب ط، عمان الأردن، 2009.
4. امين انور خولي، اسامة كمال راتب، التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة.
5. أمين أنور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.
6. امين انور الخولي، الرياضة والمجتمع، بدون طبعة، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 2002.
7. الحافظ النوري، التكيف وانعكاساته الايجابية ، المؤسسة للدراسات والنشر، دمشق، 2008.
8. الزغي احمد محمد، التربية الخاصة للموهوبين والمعوقين وسبل رعايتهم وإرشادهم، ط1، المطبعة العلمية، دمشق، 2003.
9. الصالح مصلح، التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي، دار الفيصل الثقافي . ط، 08السعودية، 1996.
10. ثائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة، التكيف مشكلات وحلول، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 7عمان، 2010.
11. د/كمال درويش، امين الخولي، اصول الترويح واوقات الفراغ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1990.
12. سهي محمد امين، المتخلون عقليا بين الالاءة والاهمال التشخيص العلاج، دار قباء للطباعة للنشر والتوزيع، القاهرة، 1999.
13. قاسم حسن حسين، علم النفس ومبادئه وتطبيقاته في علم التدريس، ج2، العراق، جامعة الموصل، 1990.
14. عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتب الجامعية، مصر، 1992.
15. علي يحيى الوان منصور، الثقافة والرياضة، ج1، ط1، مصر، 1991.
16. علي راشد، مفاهيم ومبادئ تربوية، دار الفكر، ط1، القاهرة، 1993، ص 16.
17. ماجدة السيد عبيد، الاعاقة العقلية، دار الصفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2000.
18. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة.
19. محمد الحمادي، أنوار الخولي، اسس بناء تربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي القاهرة، 1996.
20. محمد خطاب، النشاط الترويحي وبرامجه، مكتبة القاهرة الحديثة، ملتزم الطبع والنشر.

21. محمد عاطف نجيب، قاموس علم النفس، دار المعرفة، الإسكندرية، 1989.
22. محمود محمد رفعت حسن، الرياضة للمعوقين، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ط1، مصر، 1977.
23. محمد ابراهيم عبد الحميد، تعلم الأنشطة والمهارات للأطفال المعاقين عقليا، دار الفكر العربي، مصر 1999.
24. محمد ابراهيم ليلي السيد فرحات، التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، ط1، 1998.
25. مجدي السيد عبيد، تعلم الاطفال المتخلفين عقليا، دار الصفاء للنشر والاشهار، ط1، عمان، 2000.
26. مصطفى فهمي، الصحة النفسية، دار المعارف، ط3، القاهرة، 1958.
27. ميموني برة معتصم، الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، ط2، ديوان المطبوعات الجماعية، الجزائر، 2005.
28. يوسف مراد، دراسات في التكامل النفسي، دار المعارف، ط3، القاهرة، 1958.

المذكرات

29. أبو طالب جابر، أنماط التكيف الأكاديمي لطلبة الكلية العربية بعمان، الجامعة الأردنية، رسالة ماجستير غير منشورة، عمان، 1979م.
30. احمد بوسكرة، النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى الاطفال المتخلفين ذهنيا بالمراكز النفسية التربوية، رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية الرياضية، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، 2001-2002.
31. حربي عبود، بالحوت عبد العزيز، العايب سمير، دور التربية البدنية الرياضية في الادمج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ليسانس، جامعة قسنطينة، 2002-2003.
32. كمال عروس، الادوار الرياضية في الادمج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ليسانس، جامعة محمد خيذر، بسكرة، قسم التربية البدنية و الرياضية، 2007-2008.
33. محمد بقدي، ممارسة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، جامعة الشلف، 2011.

المواقع الالكترونية

34. https://ar.wikipedia.org/wiki/12/03/2019_13;20