



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



القسم: النشاط البدني المكيف والصحة الرقم التسلسلي:.....

الشعبة: النشاط البدني المكيف والصحة الرمز:.....

التخصص: النشاط البدني المكيف

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا

إشراف الدكتور:
• تمساوت جلالي

من إعداد الطلب:
• بعبطيش عبد الحي
• بوقال ساعد

السنة الجامعية
2021-2022





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



القسم: النشاط البدني المكيف والصحة الرقم التسلسلي:.....

الشعبة: النشاط البدني المكيف والصحة الرمز:.....

التخصص: النشاط البدني المكيف

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا

إشراف الدكتور:

• تمساوت جلاي

من اعداد الطلب:

• بعبطيش عبد الحي

• بوقال ساعد

السنة الجامعية

2022-2021

الإهداء

أهدي هذا العمل إلى من قال فيهما
"واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما
ربياني صغيرا" سورة الإسراء الآية 24.

إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله وأطال في عمرهما،
إلى الإخوة والأخوات، إلى كل الأهل والأقارب،
إلى جميع الأصدقاء،
إلى كل من عرفته من قريب أو بعيد،
إلى من رفعوا رايات العلم والتعليم
أساتذة قسم علوم التسيير الأفاضل.

ساعد

عبد الحي

شكر وتقدير

الحمد لله الذي أماننا على انجاز هذا البحث وسخر لنا من عباده من
كان لنا عوناً وسنداً

نتقدم بالشكر الجزيل والتقدير والامتنان إلى كل من تفضل ومد يد
العون لإخراج هذا العمل إلى النور، ونخص بالذكر الأستاذ المشرف

الدكتور "تمساوت جلالى"

الذي كان السند القوي في هذا البحث بإرشاده لنا ونصائحه المامة
وأرائه فلم يبدل بوقتته وعلمه وفكره لنخطو خطوة أفضل.
والشكر موصول إلى معمدنا معمد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
إليكم جميعاً أساتذتنا، شكرنا واحترامنا وتقديرنا...

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية Abstract
أ	مقدمة
الجانب المنهجي	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
5	1.1 إشكالية الدراسة
5	1.2 فرضيات الدراسة
6	1.3 أهمية الدراسة
6	1.4 أهداف الدراسة
6	1.5 المفاهيم المستخدمة في البحث
8	1.6 الدراسات السابقة
9	1.7 مميزات الدراسة الحالية
الجانب النظري	
الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف	
12	تمهيد
13	1.2 مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
14	2.2 أنواع النشاط البدني الرياضي
15	3.2 أهداف رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين حركية)
15	4.2 أسس النشاط البدني الرياضي المكيف
16	5.2 أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف

19	6.2 النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر
20	7.2 اختصاصات المنافسة الرياضية عند المعاقين
22	خلاصة
الفصل الثالث: المعاقين حركيا	
24	تمهيد
25	1.3 مفهوم الإعاقة والمعاقين
26	2.3 الإعاقة الحركية ونسبة حدوثها
26	3.3 أسباب الإعاقة الحركية
27	4.3 أنواع الإعاقة الحركية ودرجاتها
27	5.3 درجات الإعاقة
27	6.3 مشكلات الإعاقة
28	7.3 طرق الوقاية من الإعاقة الحركية
30	خلاصة
الفصل الرابع: الرضا الحركي	
34	تمهيد
35	1.4 مفهوم علم الحركة
35	2.4 التعلم الحركي
36	3.4 العوامل المؤثرة في التعلم الحركي
36	4.4 مفهوم الرضا الحركي
37	5.4 إجراءات تكوين الرضا الحركي
38	6.4 أنواع الرضا الحركي
38	7.4 عوامل ومحددات الرضا الحركي
39	8.4 علاقة الرضا الحركي بالروح المعنوية
40	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس: منهجية الدراسة	
43	تمهيد
44	1.5 الدراسة الإستطلاعية

44	2.5 منهجية البحث
44	3.5 متغيرات الدراسة
45	4.5 مجتمع وعينة البحث
45	5.5 مجالات البحث
45	6.5 أدوات جمع البيانات
45	7.5 الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة
50	خلاصة
الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
52	1.6 عرض وتحليل النتائج
الفصل السابع: الاستنتاجات والاقتراحات	
70	1.7 الإستنتاج العام
70	2.7 الإقتراحات والفرضيات المستقبلية
72	قائمة المصادر والمراجع
75	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	رقم الجدول	عنوان الجدول
المحور الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف		
52	01	يوضح زملائي يعتقدون أن قدراتي على الحركة جيدة
53	02	يوضح تعلم المهارات الحركية بسهولة
54	03	يوضح عندي القدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات
55	04	يوضح لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة
56	05	يوضح أستطيع التحرك حول العوائق والموانع
56	06	يوضح لدي القدرة في الإشتراك في بعض الأنشطة الرياضية دون خوف
57	07	يوضح أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب
58	08	يوضح لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات
59	09	يوضح أستطيع استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب الأمر ذلك
المحور الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الغير ممارسين للنشاط البدني المكيف		
60	10	يوضح أستطيع القيام باسترخاء لجسمي عندما أرغب في ذلك
61	11	يوضح أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة
62	12	يوضح أنا راض تماما عن قدراتي الحركية
63	13	يوضح عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية
64	14	يوضح أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب
65	15	يوضح أستطيع تقدير المسافة بيني وبين زملائي أثناء الحركة
66	16	يوضح أستطيع القيام بحركات بدنية أفضل من زملائي
67	17	يوضح أستطيع القيام بالحركات الرياضية العنيفة
68	18	يوضح أستطيع الحفاظ على توازني من الثبات

الملخص باللغة العربية:

تأثير النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا

دراسة ميدانية

إن الهدف من إجراء هذه الدراسة هو محاولة الوقوف على مدى تأثير النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا، حيث تم استخدام المنهج الوصفي هو إعطاء صورة واضحة عن الظاهرة التي تسعى لجمع البيانات عنها أنه بحث يصف مميزات وخصائص الظاهرة وبذلك فهي تضيف رصيда من الحقائق والمعارف مما يساعد على فهم الظاهرة والتنبؤ بحدوثها لإبراز دور ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا.

وبعد تفريغ الدرجات لكلا المقياسين واستخدام الأدوات الإحصائية والمتمثلة في الوسيط الحسابي والانحراف المعياري، والتباين ومعامل الارتباط بارسون، وتطبيقه على المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط البدني المكيف، حيث توصلنا إلى النتائج التالية:

◀ أنه يجب الاهتمام بهذه الشريحة التي تعتبر مهمشة في الكثير من المناطق بحيث أنهم يستحقون المزيد من العناية والاهتمام في تدريبها حتى يتسنى لها إمتلاك القدرة على النمو السليم من كل النواحي.

كما توصلنا إلى مجموعة من الاقتراحات والفرضيات المستقبلية والتي نأمل أن يستفيد منها الباحثون والمعاقين حركيا وهي كالتالي:

- التأكيد على أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية بالنسبة للمعاقين حركيا.
- التركيز على القيام بندوات ودورات تدريبية خاصة بهذه الفئة.
- التركيز على البرامج والمناهج التي تقوم بتعديل اتجاهات هذه الفئة نحو الممارسة الرياضية.
- تنبيه إلى ضرورة إجراء دراسات أخرى مشابهة حول المعاقين حركيا ودور الرياضة في حياتهم.
- يجب التركيز على البحوث التجريبية طويلة المدى لتتضح الرؤيا أكثر بالنسبة للنمو الاجتماعي الانفعالي للمعاقين حركيا.
- توفير مختلف الوسائل اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة .
- الاهتمام بالمعوقين حركيا وتقديم المساعدات الممكنة والتي تجعلهم يدركون بأنهم كيان أساسي في وجدان المجتمع.
- تقديم الخدمات النفسية للمعاقين بصفة عامة، والمعاقين حركيا بصفة خاصة من حيث البرامج الإرشادية اللازمة لتنمية قدراتهم وكذلك تحسين الرضا الحركي.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني المكيف، المعاقين حركيا، الرضا الحركي.

ABSTRACT

The effect of adapted physical activity and its role in achieving motor satisfaction among the physically impaired

Empirical Study

The aim of this study is to try to determine the extent of the impact of adapted physical activity and its role in achieving motor satisfaction among the physically disabled, as the descriptive approach was used to give a clear picture of the phenomenon that it seeks to collect data about. From facts and knowledge, which helps to understand the phenomenon and predict its occurrence, to highlight the role of adapted physical activity in achieving motor satisfaction for the physically disabled.

After unpacking the scores for both scales and using the statistical tools represented in the arithmetic mean, standard deviation, variance and Parsons correlation coefficient, and applying it to the physically disabled practicing and non-practising physical activity, we reached the following results:

□ It is necessary to take care of this segment, which is considered marginalized in many areas, so that they deserve more care and attention in training them so that they can have the ability to grow properly in all respects.

We have also come up with a set of future suggestions and hypotheses, which we hope will benefit researchers and the physically disabled, as follows:

- Emphasizing the importance of practicing sports activities for the physically disabled.

Focusing on conducting seminars and training courses for this category.

- Focusing on programs and curricula that modify the attitudes of this category towards sports practice.

A warning about the necessity of conducting other similar studies on the physically handicapped and the role of sport in their lives.

- Emphasis should be placed on long-term empirical research to make the vision clearer regarding the emotional social development of the physically disabled.

Providing the various means necessary for practicing air-conditioned sports activities.

- Caring for the physically disabled and providing the possible assistance that makes them realize that they are an essential entity in the consciousness of society.

Keywords: adapted physical activity, the physically disabled, motor satisfaction.

المقدمة

مقدمة:

تمر على الإنسان عدة مشكلات في حياته، إما أن تكون إيجابية أو سلبية، دائمة أو زائلة، مما تؤدي إلى تغيير في أغلب الأحيان نمط معيشتة، وتجعله شخصا آخر يتميز بغير صفاته الأولى التي كان يتميز بها، ومن بين هذه المشكلات "الإعاقة الحركية"

أخذت الكثير من الشعوب المتفتحة بعين الاعتبار الاهتمام وتطوير فئات المجتمع الخاصة لمساعدتهم على الاندماج مع باقي فئات المجتمع، وهذا نظرا للظروف التي مروا بها ومحاولة لتهيئة كافة المتطلبات التي تسمع لهم بتحقيق رغباتهم وميولاتهم في شتى المجالات.

ومن بين هذه فئات المجتمع الخاصة "المعاقين حركيا" وهي تعتبر من الإعاقات التي تترك أثرا سواء كان إيجابيا أو سلبيا أو بدنيا أو نفسيا على صاحبها، حيث تعد قضية المعاقين حركيا من القضايا الحساسة التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا، حيث أن نسبة إنتشارها تختلف من مجتمع لآخر، وذلك حسب الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع بها، حيث أن العناية بالمعوقين تعتبر أحد الدلائل على تقدم أي مجتمع من المجتمعات، حيث يعمل المفكرون والباحثون والمخلصون لخدمة الإنسانية لتوفير سبل الراحة للمعوق حركيا، مما يجعله كفيلا لنمو وبناء شخصيته وتأهيله بالشكل الصحيح السليم.

ولممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف له تأثير فعال على الحالة النفسية والبدنية والاجتماعية للمعاقين، وهذا راجع لأنها تمثل خيارا تربويا من شأنه أن يخلق بيئة تربوية خالية إلى حد كبير من القيود الاجتماعية والنفسية، وبهذا يستطيع المعاق حركيا أن يحقق أسمى طموحاته، ويستغل أقصى حد ممكن لقدراته المتبقية بتكوير الإستعدادات والسلوكات التي تنعكس بالإيجاب على بعض السمات الشخصية المرغوبة والمقبولة في المجتمع كالاجتماعية والإستعداد الإنفعالي حتى يندرج بسهولة في المجتمع.

إعتمد العديد من الباحثين وضع برامج تكميلية خاصة بالمعوق حركيا لمساعدته على تطوير كفاءاته الذاتية والتقدير الحسن لذاته والتعائيش والوضعية الصحية والجسدية التي يعاني منها، ومن بين هذه البرامج الأنشطة الرياضية المكيفة، ولهذا أنشأت النوادي الرياضية والمراكز الخاصة بفئة المعاقين حركيا، وأبتكرت الطرق التي تتلائم وطبيعتهم ووضع مادة تعليمية تتناسب ووضعهم ومستواهم.

أصبحت العروض الرياضية في السنوات القليلة الماضية ميدان تخصص قائم بذاته، ومصطلحا شائعا يتداوله الكثير من دول العالم في وقتنا الحالي للتعبير عن صورة المجتمع وما وصل إليه من مستوى ثقافي وتربوي وعلمي وفني.

فهي أفضل وسيلة تظهر الأفكار والأحاسيس الإنسانية وصبها في لوحات فنية ونماذج حقيقية معبرة عن لون معين من ألوان الحياة الثقافية للمجتمع وتطور حضارته عبر التاريخ وما وصل إليه الفكر



الإنساني في التعبير عن الجمال الحركي في شتي مجالات الحياة كما أن الرضا الحركي يأخذ بعداً كبيراً في مجال التربية الرياضية والنشاط الرياضي، لذ يساعد في تحديد ميول الفرد وواقعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها، ويتحدد مستوى الأداء من خلال تفهم أفضل للاعب عن نفسه، فمن بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء، حيث يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي، كما تتوقف خبرات النجاح والفشل على الرضا فتتوقف على درجة تقدير وإعتراز الفرد بذاته مما يؤثر على رضاه عن مهنته وبالتالي يرتفع مستوى طموحه والعكس إذا فشل في تحقيق هذا المستوى، فالرضا الحركي هو أحساس الفرد بقدرته على أداء المهارات الحركية الرياضية وشعوره بالرضا والسعادة نتيجة هذا الأداء.

وقد قسمت الدراسة إلى 08 فصول

المقدمة.

الجانب المنهجي ويتضمن: الفصل الأول: إشكالية البحث وفرضيات البحث وأهمية البحث وأهدف البحث، والمفاهيم المستخدمة في البحث والدراسات السابقة.

والجانب النظري: ويحتوي على فصلين، الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف، والفصل الثالث: المعاقين حركياً.

والجانب التطبيقي: ويتضمن ثلاث فصول هي: الفصل الرابع: منهجية الدراسة ويتضمن منهج البحث والأداة المستخدمة في البحث ومجتمع الدراسة وخصائص العينة، الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها من الدراسة الميدانية، والفصل السادس: الإستنتاج العام والاقتراحات.

الجانب المنهجي

الفصل الأول : الإطار العام للدراسته

1.1 الإشكالية:

تعد فئة العاقين حركيا من فئات المجتمع التي أصابها القدر بالإعاقة وهذا إما قلة من قدرتهم على القيام بأدوارهم الاجتماعية على وجه الأكل مثل الأشخاص العاديين، إن هذه الفئة من الفئات التي تحتاج أن تتفهم بعض المظاهر الشخصية لديهم نتيجة لما تفرضه الإعاقة من ظروف جسمية ومواقف إجتماعية وصراعات نفسية وإلى أن تتفهم أساليبهم السلوكية التي تعبر عن كثير من هذا التعقيد والتشابك.

فالنشاط البدني الرياضي المكيف يساعد على إعادة التوافق بدنيا وتقنيا وإجتماعيا لكي لا يشعر بأن ليس لديهم قيمة في ممارسة الأعمال المنتجة مهما كانت الإعاقة ما دام قلب نابض وعقل مؤكد، كما تساعد الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في حل مشكلاتهم النفسية الحركية والتقنية ويكون راض عن حياته، وباختصار فإن النشاط البدني الرياضي المكيف يؤثر في مدى إحساس المعاق حركيا بمعنى وجودة الحياة.

يمثل موضوع الرضا الحركي لوحده مكانة هامة في علم النفس الرياضي لما له أهمية باللغة في المساعدة على تحديد رد فعل الرياضي في مختلف المواقف، فضلا عن الرضا الحركي يأخذ بعداً كبيراً في مجال النشاط البدني المكيف إذ يساعد في تحديد ميول ودوافع الممارسة للنشاط البدني المكيف هناك علاقة بين تقدير الرياضي لذاته في النشاط البدني المكيف مع رضاه الحركي كون وجود ترابط بين الجانبين وتداخل يؤثران على شخصية الرياضي المعاق حركيا، كون النشاط البدني المكيف عرفت تحدياً في منظومة تكوين اللاعب وتحضيره للمنافسة من خلال التركيز على مختلف جوانب الشخصية لضمان أداء مثالي في المنافسة واستجابة في التدريب انطلاقاً من ذلك ومن هاته العلاقة الموجودة بين النشاط البدني المكيف والرضا الحركي لدى المعاقين حركيا.

وفي هذه الدراسة سنتناول تأثير النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا، وذلك من خلال طرح التساؤل التالي:

◀ هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني المكيف في مقياس تحقيق الرضا الحركي؟

1.2 -الفرضية العامة:

◀ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الممارسين وغير ممارسين للنشاط البدني المكيف.

2-2- الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الغير ممارسين للنشاط البدني المكيف

1. 3 أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية البحث فيما يلي:

- يمكن الاستفادة من الجانب العلمي لهذا البحث لتكوين إطارات مختصة في تدريب المعوقين والإطلاع على الوسائل والمناهج الحديثة في هذا المجال، وتعميم فائدة التكنولوجيا على هاته الشريحة وذلك بتزويد مراكز التكوين المهني بأجهزة ووسائل متطورة تتوافق وطبيعة الإعاقة.

إعطاء صورة واضحة حول تأثير النشاط البدني الرياضي المكيف على مستويات تقدير الذات لدى فئة المعوقين حركيا، حتى يتم التحسيس بالآثار الإيجابية الناجمة عن الممارسة.

1. 4 أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- إبراز دور ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا.
- إبراز مستوى الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف.
- إبراز مستوى الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط البدني المكيف.

1. 5 تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

تعريف النشاط:

النشاط: كل عملية أو سلوكية أو بيولوجية متوقفة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر من الاستجابية. (أمين أنور الخولي، 1996، ص 22)

النشاط المكيف:

لغويا: النشاط البدني يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفق نوعها وشدتها ويتم ذلك وفقا لإهتمامات الأشخاص الغير قادرين في حدود قدراتهم . (حلمي محمد ابراهيم وآخرون، 1998، ص 25)

اصطلاحا:

تستخدم كلمة نشاط البدني كتعبير يقصد بها المجال الكلي بحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والترصص في مقابل الكسل والوهن والخمول والواقع أن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل أنواع النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام. (حلمي محمد ابراهيم وآخرون، 1998، ص 25)

إجرائيا:

هو مجموعة الأنشطة البدنية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتلييفها مع حالات الاعاقة حسب نوعها وشدتها بحيث تتماشى مع قدراتهم البدنية والاجتماعية والعقلية.

الرضا الحركي:

الرضا:

لغة: رضا مقصود مصدر محض، وعيشة راضية أي مرضية، لأنه يقال رضية معيشته على سالم يسمى فاعله، وفي لسان العرب: ارتفاه رآه اهلاً، ورضي فيه: أحبه وأقبل عليه (ابن منظور، 1995 م، ص 314). **اصطلاحاً:** يصفه الغزالي بأنه "ثمرة من ثمار الحب، وإن بقسطه وعدله جعل الفرح والمرح أي البهجة والسرور في الرضا واليقين وجعل الغم والحزن في السخط والشك" (الإمام مسلم 1401 هـ، ص 479). **الحركة:** هي النشاط والشكل الأساسي للحياة وهي في مضمونها استجابة بدنية وطريقة أساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم بوجه عام وهي استجابة بدنية ملحوظة كثيراً سواء كانت داخلياً أو خارجياً وأهم ما ميزها هو ذلك التنوع الواسع في المفاهيم وحل المشكلات وقد أجمعه الآراء في الآونة الأخيرة على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دوراً إيجابياً سواء في الناحية الفعلية والبدنية أو الاجتماعية أو النفسية للمشاركين في الرياضة (فؤاد رزق حكيم، 1990، ص 2).

الرضا الحركي: هو حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبير عن مدى الاشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه من أجلها إلتحق بهذا النشاط (محمود حسين طه 1489 هـ، ص 101).

التعريف الإجرائي:

هو إحساس الفرد بقدرته على أداء المهارات الحركية الرياضية وشعور بالرضا والسعادة نتيجة هذا الأداء. **تعريف الإعاقة الحركية:**

لغويًا: هناك صعوبة في تعريف هذا النوع من الاعاقة وتصنيفه فقد استعملت عدة تسميات وتصنيفات لوصف هذا النوع من الاعاقة منها :

الضعف الصحي: IMPAIRMENT HEALTH

الاعاقة الجسدية: HONDISCAP PHYSICAL

العجز الجسدي: DROBLED PYRICAL

اصطلاحا:

إن مصطلح الاعاقة في حد ذاته يعبر عن حالة نقص جسمي وبدني في جسم الإنسان سواء كان بترًا أو شللًا أو قصور في الجهاز الوظيفي مما يؤدي بالفرد إلى عدم التناسق في الحزمات البسيطة والعادية وكذلك عدم القدرة على تأدية المهام والأمور المنوطة حتى لو كانت عادية. (محمد صبحي جاد، 2008، ص 51)

اجرائيا :

تعرف بأنها حالة من فقدان عضو من أعضاء الجسم سواء نهائيا أو شلل في مركبة هذا العضو ويصبح صاحبه عاجز عن أداء غالبية مهامه اليومية جراء حدوث حادثة أو مولود بهذا العجز.

1. 6 الدراسات السابقة:

- دراسة أم محمود ربيع البحيطي (2012) بعنوان: "فاعلية العرض الرياضي على مستوى أداة القدرات الإدراكية الحركية والرضا الحركي بدرس التربية الرياضية" وهدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية العرض الرياضي على مستوى أداء القدرات الإدراكية الحركية والرضا الحركي. وكان منهج الدراسة هو المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث على 26 طالب، وكانت أهم النتائج أثر العرض الرياضي إيجابياً في تنمية القدرات الإدراكية الحركية (قيد البحث) وتنمية الرضا الحركي لدى عينة البحث الأساسية.
- دراسة العزب (1981) بعنوان "الرضا عن مادة السباحة بكليات التربية الرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات" حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الرضا في مادة السباحة وعلى مستوى الطموح للطلبة، أجريت الدراسة على عينة قوامها (432) من طلاب وطلبات كلية التربية الرياضية في جامعة حلوان، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي باستخدام مقياس الرضا للدكتور وجبه إبراهيم (1976)، وأشارت الدراسة إلى أن الطالبات الأكثر رضا أكثر طموحا من فئة الطلاب، وأن الطلاب الأكثر رضا أكثر تحصيلًا، وقد أوصت الدراسة إلى ضرورة الاهتمام برفع درجة الرضا عند الطلبة لما له دور في التحصيل والطموح في مختلف الرياضات السباحة.
- دراسة تركي رابح تحت عنوان: المعوقون في الجزائر وواجب المجتمع والدولة نحوهم 1982، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير، يمكن تلخيص ما قدمه "رابح تركي" في دراسته حول الإعاقة الحركية أنه أعطى نبذة تاريخية عن المعوقين في الجزائر، وجهود الدولة نحوهم منذ الاستقلال، كما أشار إلى أهم

المشاكل التي تعانيها هذه الفئة، كما نوه بأهمية إدماجها في المجتمع مع طرح بعض الاقتراحات العلمية لمعالجة مشاكل المعوقين.

- **دراسة محمود يحي، طوس بلعباس (2013) تحت عنوان:** " دور النشاط البدني المكيف في الإدماج الاجتماعي لدى المعاقين سمعيا"، موضوع الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة دور النشاط البدني المكيف في الإدماج الاجتماعي لدى المعاقين سمعيا، مكان الدراسة: الجلفة السنة الدراسية: 2012-2013، مجتمع عينة الدراسة: يتكون المجتمع الأصلي لهذه الدراسة 115 من المعاقين سمعيا تم اختيار 20 شخص كعينة دراسية.

النتائج المتحصل عليها :

- النشاط البدني المكيف له دور في التعويض النفسي لدى أطفال المعاقين سمعيا.
- النشاط البدني المكيف له دور في التقبل الاجتماعي لدى المعاقين سمعيا.

7.1 مميزات الدراسة الحالية:

المميز في دراستنا هو مجتمع البحث أولا وهم المعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف، إذ أننا تعمقنا في هذا الجانب والذي يدرس شخصية المعاق حركيا ودور النشاط البدني المكيف في الرضا الحركي لدى معاقين حركيا وهو الذي لم تتطرق إليه الدراسات السابقة.

الجانِب النظري

الفصل الثاني: النشاط البدني المكيف

تمهيد:

من خلال هذا الفصل تعرضنا إلى مفهوم الإعاقة الحركية، وأشكالها وأسبابها بشكل عام إلا أن حددنا موضوع الإعاقة الحركية التي شملت هذا الفصل من حيث مفهومها ما بعد الولادة الناتجة عن حوادث وإصابات فتطرق إلى العناصر الأساسية ذات عالقة بمختلف أنواعها كإصابات النخاع الشوكي، وكل أنواع الشلل الدماغي والشلل النصفي وغيرها، وتطرقنا إلى أسباب والعوامل المادية إلى هذه الإعاقة فتنعكس هذه الأخيرة على الشخص المعاق في عدة المستويات النفسية منها واجتماعية، كما يؤثر المعاق بعد ذاته على الأسرة وكل ما يترتب عن الإعاقة الحركية من آثار سلبية تستدعي الرعاية الخاصة للمعاق حركيا عن طريق التكفل النفسي والتأهيل الجسدي والدمج المهني والاجتماعي.

1.2 مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف:

1.1.2 تعريف النشاط: هو وسيلة تربية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية.

(محمد الحماحي، أيمن أنور الخولي، 1990، ص 29)

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة أو التربية الرياضية الخاصة، في حين استخدم البعض الآخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحداً، أي أنها أنشطة رياضية وحركية تقيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسياً أو موهوبين أو مضطربين نفسياً وانفعالياً.

نذكر من هذه التعاريف ما يلي:

تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات: يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها، ويتم ذلك وفقاً للاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم.

(حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات، 1998، ص 223)

تعريف ستور: (stor) نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محددين في قدراتهم من الناحية البدنية، النفسية، العقلية وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى. (A.stor:1993,p10)

تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص والتربية الرياضية الخاصة: هي البرامج المتنوعة للنمو من خلال الألعاب والأنشطة الرياضية والأنشطة الإيقاعية لتتناسب ميول وقدرات وحدود الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات أو الاستطلاعات، ليشاركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرامج العامة للتربية.

محمد عبد الحليم البواليز: هي تلك البرامج المتنوعة من النشاطات الإنمائية والألعاب التي تتسجم وميول وقدرات الطفل المعاق والقيود التي تفرضها عليه الإعاقة.

ومن خلال هذا العرض لمختلف التعاريف فالمقصود بالنشاط الرياضي المكيف هو إحداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتتماشى مع الغايات التي وجدت لأجلها، فمثال في الرياضات التنافسية هو تكييف الأنشطة الرياضية حسب الفئة وتدريبها للوصول إلى المستويات العالية، أما في حالة الأمراض المزمنة كالربو والسكري فهو تكييف الأنشطة الرياضية لتساعد على التقليل من هذه الأمراض، وبالنسبة لحالات الإصابات الرياضية فإن اللاعب الذي يتعرض للإصابة يحتاج إلى برنامج حركي تأهيلي خاص

حسب نوع ودرجة الإصابة، أما تكيف الأنشطة الرياضية للمعاقين جعلها تتماشى مع حالة ودرجة ونوع الإعاقة، وبالتالي فالمقصود بالنشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدها، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية والاجتماعية والعقلية.

2.2 أنواع النشاط البدني الرياضي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط في التربية البدنية والرياضية كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط يمارسه الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين ومن بينه الملاكمة، ركوب الفيل، الجمباز، المصارعة ... إلخ، أما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن أمثلته: كرة القدم، كرة السلة، الجري، هذا التقسيم من الناحية الاجتماعية. ويمكن تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى أدوات ووسائل وبعضها يحتاج إلى ذلك ومنها:

ألعاب المنافسة:

تحتاج إلى مهارات وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب يتنافس فيها الأفراد فردياً وجماعياً. (محمد عادل خطاب، ص 70)

ألعاب هادئة:

لا يحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد ومع أقرانه في جو هادئ كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الفرق وأغلبها ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم.

ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى خولها من التفاصيل وتتمثل غفي أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

إذن بما أن المنافسة بشروط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق لفوز، وفيما يخص النشاط الرياضي من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق لفوز، وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاحقي للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكمل لبرنامج التربية البدنية ويحقق نفس أهدافها وينقسم بدوره إلى نشاطات الفرق المدرسية والنشاطات الخلوية (المعسكرات، الرحلات) .

(محمود عوض بيسوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 13)

أما عن السلم العام والشامل فيمكن تقسيم النشاط البدني الرياضي إلى ثلاث أنواع:

- النشاط الرياضي الترويجي.
- النشاط الرياضي التنافسي.
- النشاط الرياضي النفعي.

3.2 أهداف رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين حركية):

نستطيع تحديد أهداف رياضة المعاقين فيما يلي:

- تساعد الفرد على النمو جسديا ونفسيا واجتماعيا وتنمي مواهبه وقدراته الشخصية، وتكسبه المهارات الحركية التي تساعد على أنشطته اليومية وكفاءته.
- أن الرياضة تشجع الفرد على زيادة ثقته بنفسه وبناء صورة ايجابية عنها.
- أنها تعطي الفرد الفرصة للتركيز على قدرته المتبقية وعلى ما يستطيع أن يقوم به أكثر مما تركز على الاعاقة والصعوبات الناجمة عنها.
- أن النجاح في الرياضة سواء كان على المستوى التنافسي أو الترويحي يؤدي الى النجاح في العمل وبالتالي الى الزيادة في قدرته الانتاجية.
- أنها تعد وسيلة ناجحة وجيدة للترويحي النفسي للفرد، كما تشكل جانب مهم من استرجاع الدافعية الذاتية والصبر والرغبة في اكتساب الخبرة والتمتع الصحيح بالحياة.
- اعادة تأقلم ذوي الاحتياجات الخاصة، والتحاقهم ببيئتهم المحيطة بهم.
- مساعدة الفرد على رفع الروح المعنوية عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة.
- الابتعاد عن الانطوائية وتنمية الانفعالات الإيجابية.

4.2 أسس النشاط البدني الرياضي المكيف :

إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي، حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي، فهو كذلك يريد أن يسبح، يرمي بقفز... يشير انارينو وآخرون: " إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق".

(محمد الحماحي، امين انور الخولي، 1990، ص194)

يرتكز النشاط البدني الرياضي للمعاقين على وضع برنامج خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون المشاركة في برنامج النشاط البدني الرياضي العام، وقد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات أو في المراكز الخاصة بالمعاقين، ويكون الهدف الأسمى لها هو تنمية أقصى قدرة ممكنة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه، بالإضافة إلى الاندماج في الأنشطة الرياضية المختلفة.

ويرعى عند وضع أسس النشاط البدني الرياضي المكيف ما يلي:

- العمل على تحقيق الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي.
- إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالنشاط البدني وتنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية.
- إن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق والتأهيل والعلاج.

- أن ينفذ البرنامج في المدارس الخاصة أو في المستشفيات والمؤسسات العلاجية.
- أن يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته وإمكانياته ، وحدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه واكتشاف ما لديه من قدرات.
- أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المكيفة.
- وبشكل عام يمكن تكيف الأنشطة البدنية والرياضية للمعاقين من خلال الطرق التالية:
- تغيير قواعد الألعاب (التقليل من مدة النشاط ، تعديل مساحة الملعب ، تعديل ارتفاع الشبكة أو هدف السلة ، تصغير أو تكبير أداة اللعب ، زيادة مساحة التهديد).
- تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني إلى حد ما.
- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب.
- الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية ، كالأطواق والحبال...
- إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماح بالتغيير المستمر والخروج في حالة التعب.

- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد.
(حلمي إبراهيم، ليلى السيد فرحات، 1998، ص 47-49-50)

5.2 أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف:

قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويج في اجتماعها السنوي عام 1978، بأن حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويج الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى، ومع مرور الوقت بدأت الفصل الثاني النشاط البدني والرياضي المكيف المجتمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل على أن يشمل هذا الحق الخواص، وقد اجتمع العلماء على مختلف تخصصاتهم في علم البيولوجيا والنفس والاجتماع بأن الأنشطة الرياضية والترويحية هامة عموماً وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا، اجتماعيا، نفسيا، ترويا، اقتصاديا وسياسيا .

1.5.2 الأهمية البيولوجية: إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث لجميع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسالمة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي، أو الشخص الخاص، ورغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص أسباب عضوية واجتماعية وعقلية فإن أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة.

(لطفى بركات أحمد، 1984، ص 61)

2.5.2 الأهمية الاجتماعية: إن مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي أن يشجع على تنمية العالقة الاجتماعية بين الأفراد ويخفف من العزلة والانغلاق أو (الانطواء) على الذات، ويستطيع أن يحقق

انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد.

فقد بين قبلن Veblen في كتاباته عن الترويح في مجتمع القرن التاسع عشر بأوروبا أن ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقية، أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا للطبقة البورجوازية، إذ يتمتع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر يستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أموال طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر اسرفا ولها (Sue, P63)

وقد استعرض كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة والترويح فيما يلي: الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة الفصل الثاني النشاط البدني والرياضي المكيف والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة والتبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي (لطفى بركات أحمد، 1984، ص 65)

3.5.2 الأهمية النفسية: بدأ الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير، ومع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني، وكان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك وكان الاتفاق حينذاك أن هناك دافع فطري يؤثر على سلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على أنها الدافع الأساسي للسلوك البشري، وقد أثبتت التجارب التي أجريت بعد استخدام كلمة الغريزة في تفسير السلوك أن هذا الأخير قابل للتغير، تحت ظروف معينة إذ أن هناك أطفال لا يلعبون في حالات معينة عند مرضهم عضويا أو عقليا، وقد اتجه الجيل الثاني إلى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الإنساني وفرقوا بين الدافع والغريزة بأن هناك دوافع مكتسبة على خالف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرسة التحليل النفسي (سيغمون فرويد)، وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويح أنها تؤكد مبدئين هامين : السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب .

أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك الآخر .

أما نظرية ما سلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية، كالحاجة إلى الأمن ثباتها، والمقصود بإثبات الذات شباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات أو السلامة، أو أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء، ومما الشك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله. (حزام محمد رضا القروني، 1978، ص 20)

4.5.2 الأهمية الاقتصادية: لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرته على العمل واستعداده النفسي والبدني، وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، وإن الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكوينا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميته

ويحسن نوعيتها، لقد بين "فبرنار د" في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15 % في السبوع. (توفيق، 1967، ص 560)

فالترويح إذا نتاج الاقتصادي المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط ومن هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه، أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب والتعب والإرهاق العصبي، مؤكدين على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية. (Sue، P 49-50)

5.5.2 الأهمية التربوية: بالرغم من ان الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على ان هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي:

• **تعلم مهارات وسلوك جديدين:** هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة الرياضية على سبيل المثال مداعبة الكرة كنشاط تروحي تكسب الشخص مهارة لغوية ونحوية، يمكن استخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلا.

• **تقوية الذاكرة:** هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والتروحي يكون لها أثر فعال على الذاكرة، على سبيل المثال إذا اشترك الشخص في ألعاب تمثيلية فان حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث أن الكثير من المعلومات التي تترد أثناء الإلقاء تجد مكان في «مخازن» المخ ويتم استرجاع المعلومة من «مخازنها» في المخ عند الحاجة إليها عند الانتهاء من الدور التمثيلي وأثناء مسار الحياة العادية.

• **اكتساب القيم:** ان اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويح يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية، مثال تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية، القيمة الاقتصادية، القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية.

6.5.2 الأهمية العلاجية: يرى بعض المختصين في الصحة العقلية، أن الرياضة الترويح يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات ف ارغنا استخداما جيدا في الترويح: (تلفزيون، موسيقى، سينما رياضة، سياحة) شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الف ارغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة وقادرا على الخلق والإبداع.

وقد تعيد الألعاب الرياضية والحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوتر ارت العصبية ومن العمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعتقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى ممارسة الرياضة والبيئة الخضراء والهواء الطلق والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية، وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية (al, 1986, p589)

6.2 النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر:

تم تأسيس الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات في 16 فيفري 1979 وتم اعتمادها رسميا بعد ثلاثة سنوات من تأسيسها في فيفري 1981 وعرفت هذه الفيدرالية عدة صعوبات بعد تأسيسها خاصة في الجانب المالي وكذا من انعدام الإطارات المتخصصة في هذا النوع من الرياضة وكانت التجارب الأولى لنشاط الفيدرالية في (CHU) في قصرين وكذلك في مدرسة المكفوفين في العاشور وكذلك في (CMPP) في بو سماعيل وتم في نفس السنة تنظيم الألعاب الوطنية وهذا بإمكانيات محدودة جدا ، وفي سنة 1981 انضمت الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين للاتحادية الدولية (ISMGF) وكذلك للفيدرالية الدولية للمكفوفين كليا وجزئيا (IBSA) وفي سنة 1983 تم تنظيم الألعاب الوطنية في وهران من 42 الى 30 سبتمبر حيث تبعتها عادة ألعاب وطنية أخرى في السنوات التي تلتها في مختلف أنحاء الوطن .

وشاركت الجزائر في أول ألعاب افريقية سنة 1991 في مصر، وكانت أول مشاركة للجزائر في الألعاب الأولمبية الخاصة بالمعوقين سنة 1992 في برشلونة بفوجين أو فريقين يمثلان ألعاب القوى وكرة المرمى وكان لظهور عدائين ذوي المستوى العالمي دفعا قويا لرياضة المعوقين في بلادنا وهناك 36 رابطة ولائية تمثل مختلف الجمعيات تضم أكثر ما 2000 رياضي لهم إجازات وتتراوح أعمارهم بين (16-35) سنة، وتمارس حوالي 10 اختصاصيات رياضية مكيفة من طرف المعوقين كل حسب نوع إعاقة ودرجتها وهذه الاختصاصات هي نوع الإعاقة :

المعوقين المكفوفين - المعوقين الحركيين - المعوقين الذهنيين - ألعاب القوى - ألعاب القوى - ألعاب القوى - كرة المرمى - كرة السلة فوق الك ارسى المتحركة - كرة القدم بالعيين - السباحة - رفع الأثقال - السباحة - الجيدو - السباحة - تنس الطاولة - التندام (الاستعراضى) - تنس الطاولة - كرة الطائرة وقد سطرت الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات عدة أهداف متكاملة في بينها وعلى رأسها تطوير النشاطات البدنية والرياضية المكيفة الموجهة لكل أنواع الإعاقات باختلافها ويتم تحقيق هذا الهدف عن طريق:

- العمل التحسسي والإعلام الموجه.
- للسلطات العمومية.
- مختلف الشرائح الشعبية وفي كل أنحاء الوطن وخاصة منهم الأشخاص المعوقين.
- العمل على تكوين إطارات متخصصة في هذا الميدان (ميدان النشاط البدني والرياضي المكيف) وهذا بالتعاون مع مختلف المعاهد الوطنية والوزارات.
- والفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين منخرطة في عدة فيدراليات دولية وعالمية منها :
- اللجنة الدولية للتنسيق والتنظيم العالمي للرياضات المكيفة (C.C.I)
- اللجنة الدولية للتنظيم العالمي لرياضة المعوقين ذهنيا (IPC)

- الجمعية الدولية لرياضة المتخلفين والمعوقين ذهنيا (FMH-INAS)
 - الفيدرالية الدولية لرياضات الكراسي المتحركة (ISMW)
 - الفيدرالية الدولية لكرة السلة فوق الكراسي المتحركة (IWPF)
 - الجمعية الدولية للرياضات الخاصة للأشخاص ذوي إعاقات حركية مخفية (CP-ISRA) وفيها من الفيدراليات والجمعيات واللجان الدولية العالمية.
- وقد كان للمشاركة الجزائرية في مختلف الألعاب على المستوى العالمي وعلى رأسها الألعاب الأولمبية سنة 1992 في برشلونة وسنة 1996 في اطلنطا نجاحا كبيرا وظهر قوي للرياضيين المعوقين الجزائريين وخاصة في اختصاص ألعاب القوى ومنهم عالق محمد في اختصاص الفصل الثاني النشاط البدني والرياضي المكيف (100-200-400 متر) وكذلك بوجليطية يوسف في صنف B3 (معوق بصري) وفي نفس الاختصاصات وبلال فوزي في اختصاص (5000 متر و 800 و 1500 متر).

7.2 اختصاصات المنافسة الرياضية عند المعاقين:

تعد الألعاب الأولمبية الموازية حاليا 23 رياضة معترف بها رسمي منها 19: رياضة صيفية و 4 رياضات شتوية وتختلف الاختصاصات الرياضية بحسب فئات المعوقين فبعضها خاص بالإعاقة معينة وبعضها الآخر تمارسها فئات عديدة.

1.7.2 ألعاب القوى:

إن ألعاب القوى، الرياضة الرمز، هي إحدى الرياضات الأكثر انفتاحا لجميع أشكال الإعاقة، فالرياضيون وقفا أو على الكرسي المتحرك يشاركون في سباقات العدو على المضمار وعلى الطريق وفي المنافسات الرمي والقفز، ان كل الفئات دون استثناء معني بهذه الرياضة.

لقد ظهرت ألعاب القوى كرياضة أولمبية موازية في ألعاب روما سنة 1960 وقد استفاد المعدات المستعملة (الأطراف البديلة، الكرسي ... إلخ) من تقدم العالم أيما استفادة، لذلك تتحقق الأرقام القياسية في كل منافسة كبيرة حيث تتطور القدرات بتطور هذه المعدات.

2.7.2 كرة السلة على الكراسي:

إن كرة السلة على الكراسي التي ظهرت بالولايات المتحدة في أواخر الأربعينات، هي إحدى أبرز الرياضات في الألعاب الأولمبية المتوازية في اختصاص جميع فئات القاصرين عن العزلة العضوية.

3.7.2 سباق الدراجات:

سباق الدراجات الرياضية حديثة عند الأشخاص المعوقين، فقد القصور البصري في ممارسة في بداية الثمانينيات وتبعهم بعد ذلك ببعض سنوات ذوو الشلل الدماغي، ثم المبتورين.

والفئات المعنية في الألعاب الأولمبية المتوازية تشمل القاصرين عن الحركة العضوية وذوو القصور البصري، وتمارس هذه الرياضة بصفة فردية وثنائية أو بالدوافع اليدوي على دراجات ذات عجلتين أو ثلاث عجلات.

4.7.2 ركوب الخيل:

يمكن أن يمارس ركوب الخيل على العكس مما هو شائع من قبل جميع فئات القاصرين عن الحركة العضوية وذوي القصور البصري والمعوقين ذهنياً.

5.7.2 الرقبي على الكرسي:

إنه اختصاص يتطلب قوة بدنية ويمارسه الرياضيون ذو الشلل السفلي والشلل الرباعي، فقد ظهرت بكندا سنة 1977 م ثم تناماً بسرعة عبر العالم وتمارس هذه الرياضة فوق ميدان كرة السلة من قبل فرق تتكون من 4 لاعبين وتجرى المقابلة في 4 أشواط ذات 8 دقائق.

6.7.2 رمي القوس:

هذه الرياضة قديمة جداً موجودة في المنافسات منذ ألعاب شوكما ندفيل الأول عام 1948 م وفي الوقت الراهن يمارسه رمي القوس على الكراسي جميع الفئات القاصرين عن الحركة العضوية كما يمارسها وقوف ذوي القصور البصري.

7.7.2 كرة الطاولة:

كانت هذه الرياضة في الخمسينات الأولى التي استحوذت على اهتمام ذوو الإعاقة الجسدية، وهي تمارس وفقاً لمستوى الإصابة أو على الكراسي، وفي أكثر من 50 بلد عبر العالم، والرياضيون المعنيون في المنافسات هم القاصرين عن الحركة العضوية بجميع أصنافهم والمعوقون ذهنياً. (محمد عادل خطاب، ص 95-96).

خلاصة:

كان هذا الفصل أداة فعالة لتحليل مفهوم النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالمعاقين، وقد أجرينا محاولة لشرح النشاط البدني الرياضي المكيف من كافة جوانبه وإظهار الدراسات التربوية والسوسولوجية حوله وما ساهمت هذه الدراسات في مضمار فهم ماهيته.

وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه أن النشاط البدني والرياضي الموجهة للمعاقين مستمد من النشاط البدني والرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين لكنه كيف حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين والوسائل المستعملة، ويعد هذه النشاط الرياضي حديث النشأة مقارنة بالنشاط الرياضي عند العاديين وله جوانب عديدة تعود بالفائدة على الأفراد، فهو يعتبر وسيلة تربوية وعلاجية ووقائية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة، إذ يسهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب، الجانب الصحي، الجانب النفسي، الجانب الخلقي والاجتماعي، وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والإستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة.

الفصل الثالث: المعاقين حركيا

تمهيد:

إنه ومع التقدم في الحياة أصبح العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة من الميادين التي تواجه الكثير من التحديات، حتى نما وتطور ليتخذ مكانا بارزا بين الميادين المختلفة في بلدان العالم، ونتيجة للجهود الدؤوبة في هذا المجال، تغيرت وجهات النظر تجاه ذوي الاحتياجات الخاصة حيث أصبحوا موضوع اهتمام السياسيين، رواد الطب والتربية، والباحثون في المجال الرياضي...إلخ، كما يعتبر مفهوم الإعاقة بمثابة المفهوم الأخلاقي، إذ يعود وجوده إلى آلاف السنين وقد مر لهذا المصطلح يجملة من التغيرات قبل أن يأخذ مكانته الحالية وقد ساهمت لعدة التطورات الفكر البشري في اتجاهه نحو رعايتهم لذا أضحت الرعاية الاجتماعية وتأهيل المعاقين حقا ثابتا أوصت به الشرائع السماوية وفي مقدمتها الشريعة الإسلامية كما فرضته المواثيق العالمية والإقليمية.

1.3 مفهوم الإعاقة والمعاقين:

1.1.3 تعريف الإعاقة:

للإعاقة مفاهيم مختلفة حيث تضارب العلماء في تحديد معنى مشترك، ومن بين هذه التعريفات: **الإعاقة لغة:** إعاقة الشيء يعوقه عوقا والتعوق يعني المنع وبطلق التعريف على كل ما يقف أمام المرء، أي منعه من أداء نشاطه بكيفية عادية سواء كان هذا العائق عاديا أو حسيا. (ابن المنصور جمال الدين، 1993، ص 25)

واتفق حلمي محمد إبراهيم وليلى السيد فرحات (1998) أن المعاق هو كل شخص أصبح غير قادر على الإعتماد على نفسه في مزاوله عمله أو القيام بعمل آخر والإستقرار فيه، أو نقص قدرته على ذلك نتيجة لقصور عضوي أو عقلي أو حسي، أو نتيجة عجز منذ الولادة. في الحين أضاف محمد كامل عمر (1998) أن المعاق لفظ أشتق من الإعاقة أي الأخير أو التعويض، فالمعاقون هم الأفراد الذين لديهم عجز في البدن أو العقل، وهذا العجز يخرجهم عن المتوسط العام للناس، وتكون قدرتهم محدودة فالإعاقة الناتجة عن عجز تجعل المعاق غير قادر على أداء وظيفته بكفاءة طبيعية.

(خالد يوسف عبد الرحمان الشرقاوي، 2014، ص 23-24)

2.1.3 تعريف المعاق:

تناول هذا المفهوم العديد من الهيئات والمنظمات على المستوى الدولي والمحلي وأشار إليه العديد من الباحثين في مجال المعوقين وفيما يلي بعض التعاريف: يعد المعاق كل شخص فقد القدرة على إستخدام حواسه سواء كانت نتيجة سوء تكوين جيني ليس لأي سبب دخل فيه، وتسمى الإعاقة الخلقية. أما التي تكون نتيجة تعرض الفرد لحادث أو ظرف خارجي فتسمى الإعاقة المكتسبة. (مروان عبد المجيد لإبراهيم، ط1، 1997، ص 65)

أما قانون تأهيل المعوقين في مصر الصادر سنة 1975 رقم 39 فقد عرف المعوق بأنه كل شخص أصبح غير قادر على الإعتماد على نفسه في مزاوله عمله. (بدر الدين كمال عبده، 2001، ص 28)

3.1.3 تعريف الإعاقة الحركية:

هناك عدة تعريفات لماهية الإعاقة الحركية تلخص في النقاط التالية:

- عرف فهمي المعوق بأنه الفرد الذي لديه عيب يتسبب في عدم إمكانية قيام العضلات أو العظام أو المفاصل بوظيفتها العادية وتكون هذه الحالة إما ناتجة عن حادث أو مرض أو تكون خلقية.
- أما الروسان فقد عرفها بأنها حالات الأشخاص الذين يعانون من إشكال فب قدرتهم الحركية، بحيث يؤثر ذلك على نموهم الإنفعالي والعقلي والإجتماعي، وتتطوي حالات الإضطرابات الحركية أو الإعاقة العقلية تحت هذا المفهوم مما يتطلب الحاجة إلى التربية الخاصة.

- وضح السهو أن الفرد المعاق حركيا هو الشخص الذي لديه إعاقة جسدية تمنعه من القيام بالحركات اليومية بشكلها الطبيعي نتيجة إصابة أدت إلى ضمور العضلات أو نتيجة مرض معين وقد يكون فقدان الحركة مصحوب بفقدان حسي أيضا في هذه الأعضاء المصابة مما يستدعي ضرورة تطبيق البرامج الطبية والنفسية والاجتماعية لمساعدته في العيش بقدر أكبر من الإستقلال ويساعده في دمجته بالمجتمع.
- أما رمضان القذافي (1994) فإنه يبين أن هناك أربع أنواع من الأشخاص الذين يطلق عليهم مصطلح المعوقين حركيا وهي:

- المعاقين بسبب الحروب وإصابات العمل أو الكوارث الطبيعية أو عدوى مرضية.
 - المعاقين نتيجة إصابتهم بالإضطرابات في النمو.
 - المعاقون نتيجة إصابتهم بالشلل الدماغي وهو مرض ناتج عن إصابة في بعض مناطق المخ.
 - المعاقون نتيجة إصابتهم بمرض شلل الأطفال. (د. عصام حمدي الصفدي، 2007، ص 18-19)
- ومنه نستنتج أن الإعاقة الحركية تنتج عن أسباب مختلفة، تختلف في حدتها وأعراضها تبعاً لحدّة ونوع المرض المسبب لها، وقد دلت إحصائيات نشرت في مجلة علمية أمريكية أن نسبة الأمراض المسببة للإعاقة تكون من الأكبر إلى الأقل درجة كما يلي:
- أولاً: شلل الأطفال. ثانياً: شلل العظام. ثالثاً: شلل تشنجي. رابعاً: عاهات خلقية. خامساً: أمراض القلب. سادساً: حوادث. سابعا: أسباب أخرى. (منال منصور بوحمد، 1985، ص 45)

2.3 الإعاقة الحركية ونسبة حدوثها:

إن حساب نسبة الإعاقة الحركية مسألة في غاية الصعوبة وذلك لأنها تختلف من مجتمع لآخر تبعاً لعدة عوامل منها وراثية ومنها طارئة كالحروب والإصابات وغيرها من العوامل... ولكن مع التطور الطبي زاد الكشف عن هذه الحالات ومعالجة أسبابها مما قلل منها نسبة الوفيات بين هذه الإعاقات والتي تعتبر في عداد حالات الميؤوس منها. (د. عصام حمدي الصفدي، 2007، ص 19)

3.3 أسباب الإعاقة الحركية:

هناك عدة أسباب للإعاقة الحركية وذاك حسب المرحلة التي يمر بها الفرد ومنها:

1.3.3 مرحلة ما قبل الحمل (العوامل الوراثية):

إن العوامل الوراثية تحدد قدراً أكبر من طبيعة العمليات النمائية للجنين وللطفل الرضيع حديث الولادة، ومن المعروف أن المكونات الجينية للجنين مركبة من نواة الخلايا (الحيوان المنوي والبويضة) في تركيب يطلق عليه الكروموسومات، ويحمل كل كروموسوم عدد من الجسيمات الدقيقة التي تحمل الصفات الوراثية والتي تعرف بالمورثات (الجينات).

يتكون الزيجوت (الخلية الأولى للجنين) من 46 كروموسوم تنتظم في 23 زوجا، 12 زوجا من الكروموسومات متشابهة تماما ويطلق عليه كروموسوم الجنس، احتمالات الخطأ في كلتا المجموعتين من الكروموسومات ينتج عنها إعاقات متنوعة منها الإعاقة الحركية.

2.3.3 المرحلة ما بعد الحمل.

يكون الاهتمام في هذه المرحلة هي في وقاية الجنين من:

- حالة تسمم الحمل نتيجة تورم القدمين عند الأم وارتفاع ضغط الدم ووجود كمية كبيرة من البروتين في البول في الشهور الثلاثة الأخيرة من الحمل.
- المرض الكلوي المزمن.
- السكري فعندما تكون الأم مصابة بهذا الداء قد تتعرض للإجهاد خاصة خلال الأشهر الأولى من الحمل، وفي حالة استمرار الحمل تحتاج الأم في الأشهر الأخيرة منه لأن تخضع لنظام غذائي صارم ودقيق.
- عامل RH (العامل الرايزيسي).
- سوء التغذية.

3.3.3 عوامل تحدث أثناء الولادة.

- الولادة المبكرة (قبل الموعد الطبيعي).
- ميكانيكية عملية الوضع.
- وضع الجنين أثناء الولادة.
- وضع السخذ (المشيمة).
- العقاقير والبنج (لما له من تأثير على الجهاز العصبي المركزي للوليد).
- الولادة المتعددة (ولادة التوأم).

4.3.3 عامل ما بعد الولادة.

هناك حالات تحدث بعد الولادة وتكون لها آثار سلبية قد تؤدي إلى فقدان حياته ومن هذه الحالات:

- العجز الدائم نتيجة العدوى أو بعض الأمراض العصبية.
- تعرض الطفل لبعض الحوادث خصوصا في منطقة الرأس أو الحوادث التي تؤدي إلى بتر الأطراف.

(د. عصام الصفدي، 2007، ص 20-21)

4.3 أنواع الإعاقة الحركية ودرجاتها:

1.4.3 الشلل Paralysis:

يمكن القول عن العضوان مشلول إذا لم يستطع أداء حركات إرادية المطلوبة من ذلك العضو، وبذلك التوقف المستديم أو المؤقت لأداء العضو كما يكون جزئيا أو كليا.

وأنواع الشلل متعددة وبذلك وفقا لمدى إصابة المعاق، لذلك يمكننا أن نقول أن الشلل يحدث من حالة لأخرى، كما هو معروف أن الشلل يحدث في مناطق مختلفة من الجسم ويكون بسبب أمراض متنوعة، لذل نجد أن الأمراض تختلف من حالة لأخرى، كما هو معروف أن الشلل يحدث في أي مرحلة من مراحل العمر، نجد مثلا أن مرحلة الطفولة أو بعد الميلاد اي حدث فيه يؤدي إلى تشوه في المخ ونموه، كذلك مقص التغذية والأكسجين لأنسجة المخ، لذلك تختلف أماكن وأعراض الإصابة لكل نوع حيث يرجع ذلك إلى الأعصاب التي لحقتها هذه الإصابة وللشلل عدة أنواع والتي ندرجها فيها يلي:

- **شلل رباعي:** ويصيب الأطراف الأربعة من الجسم وهم الذراعين والرجلين.
- **شلل ثلاثي:** ويصيب ثلاثة أطراف من الجسم وهم الرجلين وأحد الذراعين، والعكس.
- **شلل نصف طولي:** ويصيب أطراف أحد جانبي الجسم الأيمن أو الأيسر، أي الطرف العلوي والسفلي واحد.
- **شلل نصفي سفلي:** ويصيب الطرفين السفليين (الرجلين) ويؤدي الى منع السيطرة الإرادية الحركية ونادرا ما تصاب الأطراف العلوية.
- **شلل أحد الأطراف:** حيث تكون الإصابة في أحد الأطراف العلوية أو السفلية مما يؤدي إلى منع السيطرة الإرادية الحركية.
- **الشلل المخي:** ويقصد به حالة عجز في القدرة العضلية والنااتجة عن إصابة المخ، وهو ينتشر عند الذكور أكثر من عند الإناث، ويصنف الشلل المخي إلى ما يلي:
 - **الشلل المخي الاسترخائي:** ويظهر ذلك في ترهل العضلات مما يؤدي إلى عدم تناسق الحركي لدى المعاق.
 - **الشلل المخي التشنجي:** ويظهر ذلك في شكل تقلص للأطراف.
 - **شلل النخاع الشوكي:** وينتج عند إصابة الفرد بطلقة نارية نافذة أو حوادث السيارات.
- **البتر:** بعد البتر حالة من العجز يفقد فيها الفرد أحد أطرافه وقد يكون ذلك خلقيا أو نتيجة حوادث أو جراحيا لتفادي بعض الأمراض.

5.3 درجات الإعاقة:

إن الإعاقة الحركية بأنواعها وأشكالها لديها عدة درجات ومستويات والتي اتفق عليها بعض الأخصائيين في المجال فصنفت الى مستويات وهي:

1.5.3 الإعاقة الحركية الخطيرة :

في هذا المستوى من الاعاقة نجد الأشخاص ممتعون من الحصول على درجة كافية من الحركة، فالمعوق هنا في حاجة ماسة إلى مساعدة الآخرين لقضاء حاجاته وخاصة الضرورية منها، والسبب في ذلك هو أن هاته الإعاقة خطيرة ويكمن خطرها في إصابتها للمناطق العصبية المركزية، كالنخاع

الشوكي، الممر الحركي العصبي، أو مناطق أخرى، وهذا يؤدي في أغلب الاحيان الى شلل الحمض الميوياتي الذي يصيب الأطراف الأربعة أو الذي نخاع العظام. (الشاذلي بن جعفر، 1982، ص 223)

2.5.2 الإعاقة الحركية المتوسطة:

في هذا المستوى من الإعاقة نجد الشخص فرصة تكييفي المهني والاجتماعي، وهنا يكون بواسطة متخصصين، ويخص هذا النوع من الاعاقة الأشخاص الذين يعانون من النقص في المناطق المحاطة بعصب أو عدة أعصاب ويكون مصحوبا بانخفاض في القوة العضلية مثل شلل الأطفال.

3.5.3 الإعاقة الحركية الخفيفة:

في هذا المستوى من الإعاقة نجد الشخص غير مستعينا على الآخرين وهذا بسبب قدراته على تلبية حاجاته بمفرده ويخص هذا النوع من الاعاقة الأشخاص الذين يعانون من ألام العظام والمفاصل دون النقاط العصبية على سبيل الحصر: إنحراف العمود الفقري، انفصام العظام.

(Pierre (Aileron) , 1961,P 01)

6.3 مشكلات الاعاقة:

1.6.3 المشكلات النفسية:

يعاني المعاق من العديد من الاثار النفسية أهمها التالي:

- الشعور بالنقص والاحساس بالدونية.
- الانطوائية لما لها من اثار على التكيف والتوافق.
- العجز الخلقي وأثره على شخصية المصاب بالشلل.
- عدم القدرة على الاعتماد على النفس والاشكالية، وعدم القدرة والرغبة الدائمة في الاعتماد على الآخرين، جميعها لها علاقة بسوء التكيف.

- الشعور بالعجز نتيجة القيود التي يفرضها المرض.

- الاستعطاف ومحاولة جذب الانتباه بالأساليب المختلفة.

2.6.3 المشكلات الاجتماعية:

وهذه المشكلات لا تقل أهمية عن المشكلات النفسية.

مشكلات ضعف أو توعك شبكة العلاقات الاجتماعية: إن للعلاقات الاجتماعية أهمية خاصة، حيث تساعد على تدعيم شخصية المعوق في بيئة الأسرية والمجتمعية، وهي التي تهيأ له الجو الهادئ والشعور بالأمن الذي يساعد المعوق على الشعور بالثقة بالنفس والثقة بالعالم الذي يتفاعل معه فإذا ضعفت علاقات المعوق مع الناس الذين يتعاطون معه فإنها تؤثر في كيانه وفي شخصيته وخاصة علاقته بأسرته وإذا ما ضعفت علاقاته بمحيطه فانه يفقد أمنه العائلي ويختفي شعوره بالانتماء. (إبراهيم مروان عبد المجيد،

2002، ص 33)

3.6.3 المشكلات الأسرية:

إن إعاقة الفرد تشكل إعاقة لأسرته حيث أن الأسرة بناء اجتماعي يخضع لقاعدة التوازن وسلوك المعاق في الغضب والقلق الاكتئاب تقابل من قبل المحيطين به سلوك مسرف بالشعور بالذنب والحيرة، مما يقلل من توازن الأسرة وتماسكها، وهذا يتوقف على مستوى تعلم الوالدين وثقافتهما أو مدى الالتزام الديني بين أفراد الأسرة.

4.6.3 مشكلات الأصدقاء:

تحتل جماعة الرفقاء أهمية قصوى في حياة المعوق وشعوره بعدم الندية مع الآخرين، وهذا قد يؤدي إلى الانعزال والانطواء وقد يلجأ بعض المعوقين إلى التصادم مع الأصدقاء الجدد وإضرارهم.

5.6.3 المشكلات التعليمية:

إن الباحث في شخصيات بعض المعاقين ما يعانونه من حرج في الاتصال بالآخرين، إذ أن شعورهم بالغيرة في مجتمعهم يتجه الآخرين على رفضهم.

7.3 طرق الوقاية من الإعاقة الحركية:

إن الوقاية من الوقوع في الإعاقة الحركية تتطلب تصميم البرامج الوقائية الفعالة وفق المعايير واضحة في ضوء المعرفة العلمية الحديثة وتجدر الإشارة إلى أن الوقاية تقتصر على محاولة منع حدوث الإعاقة ولكنها يجب أن تشمل تنفيذ إجراءات عديدة على ثالث مراحل موازية لتطور حالة الاضطراب. إن الانحراف الحركي هو انحراف على النمو الطبيعي يؤخذ شكل الضعف أولاً ثم التحول إلى عجز أو العجز يتطور إلى إعاقة في النهاية الأمر وتتصب الجهود تمنع حدوث الضعف أصال وهذا ما يسمى بالوقاية الثنائية وتسعى أخيرا إلى عدم وصول هذا العجز إلى إعاقة وهذا ما يسمى بالوقاية الثلاثية وسنتناول هذه المراحل بشيء من التوضيح والتفسير.

الوقاية الأولية: تشمل طرق الوقاية الأولية لمنع الإعاقة ما يلي:

- اختيار الزوج والزوجة لبعضهما البعض بعد إجراء فحوصات عديدة تتعلق بأمراض الدم والعامل الريزيبي تفاديا لحدوث التشوهات الخلقية في تسليهما لها عاقبة بالإعاقة الحركية.
- تقدّم الإرشاد المستمر لألم العامل من ذوي الحضانة والرعاية الأسرية لأخذ المطاعيم الخاصة بأمراض الدفتيريا والعصبة والجذري وغيرها.
- مراجعة الأم الحامل للطبيب أثناء فترة الحمل وعدم تناول الأدوية التي تحدث تشوهات خلقية لدى الجنين خاصة في مراحل الحمل في ثلاثة شهور الأولى وعدم زيادتها للجرعات الدوائية .
- الإهتمام بصحة الأم العامل وعدم تعرضها لمشاكل سوء التغذية والأشعة وعدم تعاطيها للكحول والتدخين .
- وجوب حدوث الولادة في مستشفى خاص وتحت إشراف طبيب مختص.
- تجنب حدوث والدّة عسرة كأن تكون الولادة في المنزل.

– تجنب الأم للتسمم الوالدي أثناء الحمل .

الوقاية الثانوية: Prevention Secondary :

طرق الوقاية من الإعاقة الحركية: وتتصب جهود المربين في هذه المرحلة على بدل جهود حثيثة عند حدوث المرض وقبل حدوث العجز والإعاقة وذلك للحد من شدة المرض وتقصير مدته ما أمكن وتسعى الوقاية الثانوية إلى تمكين الطفل من استعادة قدراته الجسمية والصحية بهدف خفض حالات العجز بين الأطفال وتشمل طرق الوقاية الثانوية ما يلي:

- الكشف المبكر عن حالات الإصابة بالعجز الجسمي.
- التدخل العلاجي والجراحي المبكر.
- إثراء بيئة الطفل لمنعه من التخلف.
- توفير الرعاية الطبية المتواصلة للطفل للحفاظ على صحته ومع حالته من التقاقم .
- استعمال الأساليب والأدوات التعويضية والتصحيفية والترميمية للأطفال للتخفيف من شدة الإعاقة الجسمية لديهم.

الوقاية الثلاثية: Prevention Tribale:

إن دور هذه الوقاية يأتي بعد حدوث العجز وتهدف إلى الحد من تدهور حالة الطفل واحد من تأثيرات المرافقة والمصاحبة والناجمة من حالة العجز الحركي والسيطرة على المضاعفات ما أمكن ذلك وتتضمن الوقاية الثلاثية ما يلي:

- توفر خدمات الإرشاد الجنيئ للأسرة.
- توفر خدمات الإرشاد الأسري.
- استعمال الأطراف الصناعية .
- مساعدة الطفل على الاستفادة من خدمات التأهيل التي تقدمها مراكز التربية الخاصة.
- تقديم العلاج النفسي للمصاب ولأسرته.
- تعديل الإتجاهات للمجتمع وتحسين نظرتة نحو هذه الإعاقة.
- مساعد المصاب على التكيف مع بيئته .
- اشراك المصاب في برامج ترويقية ونشاطية لا تتعلق بإعاقة كالاستماع للموسيقى مثال . (سعيد عبد العزيز، 2005، ص 213-215)

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تعرضنا إلى مفهوم الإعاقة الحركية، وأشكالها وأنواعها بشكل عام إلا أن حددنا موضوع الإعاقة الحركية التي شملت هذا الفصل من حيث مفهومها ما بعد الولادة الناتجة عن حوادث وإصابات فتطرق إلى العناصر الأساسية ذات عالقة بمختلف أنواعها كإصابات النخاع الشوكي، وكل أنواع الشلل الدماغي و الشلل النصفي غيرها، و تطرقنا إلى أسباب و العوامل المؤدية إلى هذه الإعاقة فنتعكس هذه أخيرة على الشخص المعاق في عدة المستويات النفسية منها واجتماعية، كما يؤثر المعاق بحد ذاته على الأسرة وكل ما يترتب عن الإعاقة الحركية من آثار سلبية تستدعي الرعاية الخاصة للمعاق حركًا عن طريق التكفل النفسي والتأهيل الجسدي والدمج المهني والاجتماعي.

الفصل الرابع : الرضا الحركي

تمهيد:

أصبحت الرياضة تحتل مكانة مرموقة في التقدم الحضاري لمختلف المجتمعات، وأصبح توفير الإمكانيات المادية والبشرية من الأمور الضرورية لتحقيق المستويات الرياضية العالية ولتطور العملية التدريبية لرفع الانجاز الرياضي. إن النجاح وتحقيق التقدم في أداء النشاط الحركي مرتبط بالرضا والمتعة والحوافز الدافعة للاهتمام بالنشاط الحركي، فالرياضة ما هي إلا خبرة اجتماعية عن طريق أنشطتها يمكن أن يخطو الأفراد خطوات واسعة وسريعة نحوى التقدم الاجتماعي وتكوين اتجاهات سليمة في الحياة أساسها رضا الأفراد عن معيشتهم، فرضا الأفراد عن أدائهم في الأنشطة الرياضية يكون حافز لبذل أقصى جهد لاستثمار قدراتهم وإمكانياتهم وبذلك يتحقق النجاح لهم وللمجتمع، إن الرضى على الأداء يجعل الفرد محبا للأنشطة التي يؤديها مقبلا عليها وبذلك تتحقق رغباته وطموحاته، ومن هنا برزت أهمية هذا الفصل للتعرف عن الرضى الحركي والذي يؤثر وبدرجة كبيرة على ممارسة الأنشطة الرياضية.

1.4 مفهوم علم الحركة:

المقصود بعلم الحركة هو دراسة الحركة الإنسانية من وجهة نظر العلوم الطبيعية، فدراسة حركة الجسم الإنساني تعتمد على ثلاثة ميادين دراسية هي علم الميكانيكا وعلم التشريح وعلم وظائف الأعضاء. (بسطويسي أحمد بسطويسي، 1996، ص 37)

وبفضل العلماء تسمية علم الحركة بدراسة الحركة لأنها ليست علم قائم بذاته، وعلى أي حال فإن الإسهام الحقيقي لهذا العلم أو لهذه الدراسة هو اختيار الأسس التي تحكم الحركة الإنسانية من عدة علوم وتنظيم طريقة تطبيقها وقد أعطى هذا العلم نظرة جديدة للحركة الإنسانية التي نعيشها، وفتح الباب على عالم جديد وآفاق جديدة لاكتشاف وتقدير الحركة الإنسانية. (ناهد، جمال، 1999، ص 44)

ويعرفه حامد عبد الخالق بأنه "هو العلم الذي يقوم بدراسة الأداء الحركي للإنسان بغرض الوصول بالأداء إلى أعلى مستوى تسمح به إمكانيات وطاقات البشر". (بسطويسي أحمد بسطويسي، 1996، ص 39)

2.4 التعلم الحركي:

التعلم الحركي بمفهومه العام هو تغيير في الأداء يرتبط بالممارسة الإيجابية، أي قيام الفرد الرياضي بنشاط ولا يتم هذا النشاط إلا إذا نشأة لديه حاجات تدعوه إلى القيام بمثل إذا النشاط، فالتعلم الحركي هو اكتساب عن طريق أداء مهارة ما، أو اكتساب قدرة على أداء مهارات جديدة، فتعلم الحركات أو المهارات الجديدة لا تنتهي بالمعرفة التي اكتسبها الفرد الرياضي، بل المقدرة التي جاءت نتيجة الممارسة، والذي يبذل فيها الفرد الرياضي في البداية جهودا كبيرة نتيجة للتجارب الأولية، كما أن تثبيت هذه الحركات وجعلها تحت السيطرة في الوقت الذي يرغب فيه الفرد الرياضي. (أسامة كامل راتب، 1999، ص 143)

وفي المجال الرياضي يكون التعلم عملية انتقال المعلومات من المدرب إلى اللاعب، وهي عملية ضرورية تتأسس عليها عملية التدريب وذلك لأجل أن يكتسب اللاعب المهارة التي تسهم بالارتقاء في مستواه إلى أقصى درجة، فعندما لا يستطيع الفرد الرياضي أداء مهارة حركية معينة بصورة صحيحة أثناء ممارسته لنشاط رياضي معين فإنه يشعر بحاجة إلى تعلم هذه المهارة الحركية. (فاروق السيد عثمان، 1995، ص 9)

3.4 العوامل المؤثرة في التعلم الحركي:

1.3.4 التصميم على الهدف:

أن تعلم حركة جديدة عمل إيجابي من جانب الفرد الرياضي، يرتبط بإدراك الفرد للحركة أو المهارة الجديدة، مع إيمان اللاعب بهدف الحركة أو المهارة وطالما أن ذلك عمل إيجابي فهناك نشاط يقوم به الفرد الرياضي في مختلف الظروف والعوامل بتصميم معين وهو دافع الحركة، هذا الدافع الحركي الذي يظهر بوضوح عندما نلاحظ أن الأطفال الأصحاء يكونون في حركة دائمة خلال مراحل نموهم المختلفة، مع تناسب ذلك مع مستوى التطور الحادث في الجهاز العصبي لهؤلاء الأطفال الأصحاء. (فاروق السيد عثمان، مرجع سابق، ص 108)

2.3.4 المخزن الحركي والتجارب الحركية:

من المعروف أن الفرد الرياضي لابد أن يتعلم المهارات الحركية والسلوك الرياضي من درجة الصفر، إذن ففي المجال نجد الفرد قد مر بتجارب كثيرة حركية وسلوكية تؤثر بالطبع في الخبرات التي يحاول تعلمها واكتشافها، وقد يكون تأثير هذه الخبرات إيجابيا أو سلبيا وهذا يتوقف بالطبع على الخبرات السابقة التي يحتفظ بها في المخزن الحركي أو السلوكية لذلك فهناك انتقال إيجابي لأثر التدريب، وهو عبارة عن إسهام مهارة معينة سبق تعلمها واكتسابها في تكوين أو تطوير مهارة أو مهارات جديدة مما يساهم في سرعة تعلم وإتقان تلك المهارة الجديدة.

3.3.4 غرض الحركة وهدفها: الكل حركة واجب يحدد هدف وغرض الحركة وكل حركة رياضية يتعلمها الفرد، تحقق واجبا حركيا سبق أن تعلمه أو سبق معرفته له، وعليه كان من الأهمية استطاعة الفرد الرياضي استيعاب الواجب الحركي مضبوطا وواضحا حتى تكون هناك قاعدة للتعلم أفضل. (محمد يوسف الشيخ، 1984، ص 117)

4.4 مفهوم الرضى الحركي:

الحركة هي النشاط والشكل الأساسي للحياة، وهي في مضمونها استجابة بدنية وطريقة أساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم بوجه عام، وهي استجابات بدنية ملحوظة لمثير ما سواء أكان داخليا أم خارجيا وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في المفاهيم وحل المشكلات وقد أجمعت الآراء في الآونة الأخيرة على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء

النشاط الحركي بالرضى والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا ايجابيا سواء من الناحية الفعلية والبدنية أو الاجتماعية أو النفسية للمشاركين فيها. (سهير مصطفى المهندس، 1990، ص 293)

يعرف الرضى الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين، وتعتبر عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحقق بهذا النشاط. إن القيادة الرشيدة هي مفتاح التعليم الجيد السليم فيمكن للقائد أن يخلق مرافق سارة تجعل الأفراد يتذوقون النجاح ويحصلون على خبرات مرضية سارة فيحققون شيئا من الرضا.

إن الرضى عن الأداء الحركي يشكل تدعيما أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلا على أن الزيادة الشعور بالرضا عن مستوى الأداء يعد أحد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (singer) " إلى أنه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشر عن حالة الرضى ، كما ويرتبط رضا الفرد بخبرات الفرد السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمة فإن ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبنى عليها توجهات الفرد ورغباته فيحيا حياة صحيحة ممتعة، كما (أسامة) في هذا الصدد " إلى أن الخبرات السابقة الإيجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار الممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضا نتيجة تحقيق الأهداف". (أسامة كامل راتب، 2001، ص 256)

5.4 إجراءات تكوين الرضا الحركي:

تتحكم في عملية تكوين الرضى الحركي عن الممارسة الرياضية نوعان أساسيان من المتغيرات، الأولى هي مجموعة المتغيرات الشخصية والتي تتحدد فيما يريد الفرد الحصول عليه، وهذه النوعية من المتغيرات متوافرة لدى كل فرد يسعى للممارسة الرياضية وتتمثل في محاولة إشباع حاجاته البيولوجية إلى الحركة وكذلك إشباع حاجة أو أكثر من حاجاته النفسية تبعا لتكوينه النفسي، أما المجموعة الثانية من المتغيرات فهي تلك المتغيرات البيئية التي تساعد على تحقيق غاياته وإشباع حاجاته، وهذه النوعية من المتغيرات يمكن التحكم فيها من خلال بعض الإجراءات التالية:

- أن تكون الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة أي نوع من النشاط مجالا خصبا لإشباع حاجة الفرد إلى الحركة ومتفهما قويا لطاقاته الحركية الكامنة.
- أن تكون الممارسة الرياضية في جو انفعالي يسوده المرح والسعادة ومجالا لتحقيق أكبر قدر من النجاح. (بن سعادة بدر الدين، 2008-2009، ص 122)
- أن تشمل الممارسة الرياضية على إجراءات تدعيمية إيجابية عن كل أداء ناجح، ويجب تجاهل الأداء الخاطئ وعدم تدعيمه سلبيا.
- أن يكون التنافس عنصرا أساسيا في برامج الممارسة الرياضية وعلى مستوى مناسب لدرجة النضج الانفعالي الذي يكون عليه الممارسون.
- أن تكون الرياضة مجالا لاكتساب مهاراته الأساسية وتحقيق مستوى مناسب من الإنجاز الحركي حتى يجد فيها الممارس مجالا للتطور والنجاح.

6.4 أنواع الرضا الحركي:

ليس من الضروري أن تتعادل كل مظاهر الرضا عن الجوانب المختلفة للأداء الحركي فالرضا عن الأداء يرتبط بعوامل كثيرة منها، التعليم، التدريب، الخبرة... وتلك العوامل هامة في فهم التوافق الذي يمكن أن يستبدل عليه.

1.6.4 الرضا الإجمالي عن الأداء الحركي:

ويعني به الرضا الكامل عن الأداء لكل من بداية التدريب إلى أن ينتهي أو في المنافسات أي بداية المنافسة إلى النهاية وهذا الرضا يعطي حالة معنوية جيدة لدى الرياضي لتقديم الأفضل وحث المجموعة إلى تقديم المستوى المرضي.

2.6.4 الرضا الجزئي:

ويعني هذا الرضا رضا الرياضي أو المجموعة أو المدرب عن جزء من مستوى الرياضي في العملية التدريبية أو في المنافسات فتارة نرى الرياضي في مستوى جيد يرضي المدرب والمجموعة وتارة نراه في مستوى غير المستوى الأول ونشاهد عدم الرضا من خلال ملامح وإشارات وكلام المدرب.

7.4 عوامل ومحددات الرضا:

إذا كان الرضا هو محصلة لمجموعة من العوامل والمحددات التي تسهم في تحقيق الإحساس بالرضا أو عدم الرضا فان من المفيد التعرف على هذه العوامل والمحددات.

- عوامل ذاتية تتعلق بالقدرات والمؤهلات والمهارات.
 - عوامل بيئية تتعلق بالظروف البيئية المؤثرة على الأداء.
- وكما ورد عن اسعد ورسلان من وجهة نظر kedth حيث قسم العوامل إلى:

- الرضا عن الأداء نفسه.
- الاندماج مع الزملاء.
- توفير جو تحقيق الهدف، الحالة البدنية والذهنية.

8.4 علاقة الرضا الحركي بالروح المعنوية:

هناك عدد من المصطلحات التي تستخدم التعبير عن المشاعر النفسية التي يشعر بها الرياضي تجاه أدائه، فهناك الروح المعنوية والاتجاه النفسي نحو الأداء وهناك أيضا الرضا عن الأداء وهذه المصطلحات وان تباينت تفصيلات مدلولاتها إلا أنها تشير بصفة عامة إلى مجموعة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الرياضي نحو الأداء الذي قام به. فالروح المعنوية تعرف بالجو العام الذي يسود الفريق أو المجموعة والنتائج عن اتجاهات الرياضيين وأراءهم بالظروف المحيطة بالفريق، وتعبّر الروح المعنوية عن الحالة النفسية والذهنية والعصبية للفريق أو المجموعة التي تحكم سلوكهم وتصرفاتهم وتؤثر فيها وتؤكد رغبتهم في التعاون.

وقد تباينت وجهات نظر الباحثين وعلماء النفس حول مفهوم الرضا الحركي والروح المعنوية، إلا أن مفهوم الروح المعنوية ينظر إليها أكثر شمولاً من الرضا الحركي وأن الرضا الحركي أحد مكونات الروح المعنوية وأن هناك من عنده الرضا الحركي مرادفاً للروح المعنوية، هناك صعوبة في التفريق بين مفهوم الرضا الحركي ومفهوم الروح المعنوية وكلما كانت الروح المعنوية عالية يكون ذلك نتاجاً عن الرضا الحركي وقد تكون الروح المعنوية العالية مصدر الرضا الحركي والعكس كذلك صحيح كلما كان الرضا الحركي عالياً ارتبط ذلك مع الروح المعنوية وأثر فيها إيجاباً. (أسامة كامل راتب، 2001، ص

خلاصة:

أصبح النشاط الرياضي ضرورة من ضروريات الحياة المعاصرة، ويجب أن تكون الممارسة بالصورة التي توفر الفائدة المرجوة منها، وإن تحقق الفائدة والنجاح في أداء الأنشطة الرياضية يؤدي إلى شعور الفرد بالرضا الحركي الذي يعد أحد أهم الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي، إذ يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن الممارسين في شتى المجالات المعرفية والحركية، ويساهم في تحقيق الإنجاز الرياضي والمساعدة على تطوير مستوى الأداء من خلال تفهم أفضل لهم عن مستوى رضاهم الحركي فضلا عن أن الإحساس بالرضا نتيجة الاشتراك بالأنشطة الرياضية يؤدي إلى الشعور بالارتياح والسعادة لممارسة تلك الألعاب، وهذا يؤدي إلى التغلب على كثير من الصعوبات التي تواجههم عند عملية التدريب والممارسة ويساهم في إثارة الدافعية لديهم نحو الاستمرار في مزاولة الأنشطة، في حين أن الحالة الانفعالية الإيجابية التي تستند عليها خبرات النجاح تعد من أهم الأسس للنهوض بمستوى أداء الفرد.

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس: منهجية الدراسة

تمهيد:

بعد محاولتنا تغطية الجانب النظري لدراستنا، يأتي هذا الفصل والمتضمن عرضاً للإجراءات التي إعتمدها الباحث لتحقيق أهدافه من حيث تحديد مجتمع البحث وإختيار العينة المناسبة وإجراءات تطبيقها على العينة في البحث وتحديد الوسائل الإحصائية المستخدمة، حيث قمنا بالدراسة الميدانية كذلك عن طريق توزيع إستمارات

قد تمحوا أساساً على فرضيات التي قمنا بوضعها، ومن ثم تقديم مناقشة وتحليل النتائج المحصل عليها وفي الأخير نقوم بعرض الإستنتاج وسنحاول توضيح مدى صدق الفرضيات التي تضمنتها الدراسة ومدى تحققها.

1.5 دراسة استطلاعية:

للقيام بأي بحث ولتحديد المنهج المتبع في الدراسة لابد على الباحث من إجراء دراسة إستطلاعية حيث تساعد هذه الدراسة على تحديد أبعاد البحث فالدراسة الإستطلاعية توجه الباحث وتوضح له الميدان الذي سيجري عليه بحثه وكيفية التعامل مع لمعطيات.

فالدراسة الاستطلاعية تضبط البحث من بدايته إلى نهايته إذا هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتنسيق هذه الدراسة الاستطلاعية والعمل الميداني ونهدف لقياس مستوى الصدق والثبات الذي يتمتع به الأداء المستخدمة في الدراسة الميداني وكان الغرض من إجراء الدراسة الاستطلاعية:

- تحديد حجم المجتمع الأصلي للدراسة وخصائصه ومميزاته.
- التأكد من صلاحية أداة البحث المطبق في الدراسة لرؤية ما إذا كان المقياس المستخدم ملائم لمستوى العينة وخصائصها.
- معرفة إجراء الدراسة الميدانية لرؤية فقننا بزيارة مركز البيداغوجي للمعاقين حركيا وقاعة متعددة الرياضات للتقرب أكثر من العينة المتمثلة في المعاقين حركيا.

2.5 منهج الدراسة:

كلمة منهج مشتقة من نهج، أي سلك طريق معيناً وبالتالي كلمة منهج تعني الطريق، كما تعني باللغة الانجليزية " Methode " التي ترجع الى أصل يوناني، يعني البحث أو النظر أو المعرفة التي تؤدي الى الغرض المطلوب. (محمد زيان عمر، 1996، ص 48)

والمنهج هو عبارة عن " مجموعة من الخطوات المنظمة التي يستخدمها الباحث لفهم الظاهر موضوع الدراسة وهذا يعني أن المنهج يجب على سؤال مؤكد كيف يمكن حل مشكلة البحث والكشف عن جوهر الحقيقة والوصول الى قضايا يقينية.

وعليه اقتضت علينا طبيعة موضوع الدراسة الحالية الإعتماد على المنهج الوصفي من أجل الوصول إلى نفي أو اثبات فرضيات الدراسة.

فالهدف من البحث الوصفي هو إعطاء صورة واضحة عن الظاهرة التي تسعى لجمع البيانات عنها أنه بحث يصف مميزات وخصائص الظاهرة وبذلك فهي تضيف رصيذا من الحقائق والمعارف مما يساعد على فهم الظاهرة والتنبؤ بحدوثها. (فايز جمعة واخرون، ط 1، 2010، ص 85)

3.5 متغيرات الدراسة:

- تعريف المتغير المتنقل: وهو الأداة التي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير في قيم متغيرات أخرى ذات صلة به والتأثير عليها.
- تحديد المتغير المستقل: النشاط البدني الرياضي المكيف.

- تعريف المتغير التابع: كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر حتما نتائجها في قيم المتغير التابع.

تحديد التغير التابع: الرضا الحركي.

4.5 مجتمع وعينة الدراسة:

نعني بمجتمع الدراسة جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث فالباحث يواجه مشكلة تحديد نطاق العمل في بحثه أي إختبار مجتمع البحث والعينة ومن المعروف أن أحد أهداف البحث العلمي هو إمكانية إقامة تعميمات على الظاهر موضوع الدراسة إلى غيرها من الظواهر، والذي يعتمد على درجة كفاية العينة المستخدمة في البحث.

تكونت العينة من 30 فردا معوقا حركيا تتراوح أعمارهم ما بين 25-35 سنة، هذا بما يتلاءم مع المجموعة الممارسة للنشاط البدني الرياضي المكيف والمتمثلة في المعاقين أطراف سفلية على لعبة كرة السلة على الأرائك أخذت من النادي الرياضي لجمعية 14 مارس عين وسارة والتي بلغ عددهم 12 فردا، أما المجموعة غير الممارسة فتمثلت في طلبة مراكز التكوين المهني عليم يحيى عين وسارة لذوي الاحتياجات وعددهم 12 فردا.

5.5 أدوات جمع البيانات:

إن أداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يتمكن بواسطتها الباحث حل المشكلة وقد استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان "حيث هو وسيلة لجمع المعلومات المتكلفة بموضوع البحث عن طريق اعداد استمارة يتم تعبئتها من قبل عينة مشكلة من أفراد المجتمع وسميناه المستجيب الذي يقوم بمليء الاستمارة". (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، ط 1 ، 2000، ص 29)

1-صدق الاستبيان:

يتكون الإستبيان الموضوع من 18 عبارة، ويضم العبارات الإيجابية والعبارات السلبية.

6.5 خصائص السيكمترية لأدوات الدراسة:

الصدق الظاهري:

يقوم على فكرة مدى مناسبة فقرات الاستبيان لما يقيم ولما يطبق عليهم ومدى علاقتهم بالاستبيان ككل ومن هذا المنطلق تم عرض الاستبيان على مجموعة محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص لأخذ وجهات نظرهم والاستفادة من آرائهم في تعديله. وبعدها تم إخضاع التجربة على عينة من العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم 24 وهذا من أجل التأكد من ثبات عبارات الاستبيان وصدقها.

صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة:

يعتبر صدق الاتساق البنائي أحد مقاييس صدق أداة الدراسة، حيث يقيس مدى تحقيق الأهداف التي تسعى الأداة للوصول إليها ويبين صدق الاتساق البنائي مدى ارتباط كل محور من محاور أداة الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات الاستبيان مجتمعة فقمنا بحساب معامل الثبات كالتالي:

أولاً: نقوم بحساب بيرسون:

$$r = \frac{n - (exy) - (ex)(ey)}{\sqrt{n}ex^2 - (ex)^2 \sqrt{n}ey^2 - (ey)^2}$$

(مهدي محمد القصاص، 2007، ص 197)

ثانياً: حساب معامل الثبات وصيغته كالتالي:

$$r = \frac{2R}{1+R}$$

(بلبول فريد، 2008-2009، ص 162)

من خلال النتائج المحصل عليها وجدنا معامل الثبات يقدر بـ 0.6 وهي قيمة تدل على أن ثبات المقياس مكيف لقياس مستوى تقدير الذات وأن هذه القيمة عالية.

15 فرد من المعاقين ممارسين للرياضة:

صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان:

وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط 'بيرسون' بين كل فقرة من فقرات المحور

صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول:

الرقم	معامل الارتباط	Sig مستوى المعنوية	النتيجة
01	.913**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائياً
02	.943**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائياً
03	.901**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائياً
04	.937**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائياً
05	.761**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائياً
06	.949**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائياً

الرياضية دون خوف.			إحصائيا
07	أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب.	.896**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
08	لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات.	.906**	يوجد ارتباط دال إحصائيا
09	أستطيع استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب الأمر ذلك.	.926**	يوجد ارتباط دال إحصائيا

يتضح من خلال الجدول أعلاه بأن جميع فقرات ترتبط مع المحور الأول. أي أن فقراته دالة إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته اكبر من قيمة r الجدولية، كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) اقل من بمستوى دلالة 0.05 في جميع فقرات المحور أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات المحور الاول صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني :

الرقم	معامل الارتباط	Sig مستوى المعنوية	النتيجة
01	.867**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
02	.898**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
03	.906**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
04	.957**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
05	.933**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
06	.826**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
07	.934**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا

08	أستطيع القيام بالحركات الرياضية العنيفة.	.836**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا
09	أستطيع الحفاظ على توازني من الثبات.	.910**	0.000	يوجد ارتباط دال إحصائيا

يتضح من خلال الجدول أعلاه بأن جميع فقرات ترتبط مع المحور الثاني . أي أن فقراته دالة إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته اكبر من قيمة r الجدولية، كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) اقل من بمستوى دلالة 0.05 في جميع فقرات المحور أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات المحور الثاني صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

ثبات وصدق أداة الدراسة:

تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ

محاور الاستبيان		معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	النتيجة
01	المحور الأول	0.96	9	ثابت
02	المحور الثاني	0.97	9	ثابت
جميع فقرات الاستبيان		0.98	18	ثابت

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ هي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان معا بلغ 0.98 و هذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة لأداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين (0-1) ، وكلما اقترب من الواحد؛ دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات. وان الحد الأدنى المتفق عليه لمعامل ألفا كرونباخ هو: 0.6.

ثبات وصدق أداة الدراسة:

تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرو نباخ

فقرات الاستبيان	معامل ألفا كرو نباخ	عدد الفقرات	النتيجة
جميع فقرات الاستبيان	0.976	18	ثابت

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان معا بلغ 0.976 وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة لأداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرو نباخ، تتراوح بين (0-1)، وكلما اقترب من الواحد؛ دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات. وإن الحد الأدنى المتفق عليه لمعامل ألفا كرو نباخ هو: 0.6.

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل لأهم المراحل المنهجية، التي مرت بها هذه الدراسة التي حددنا فيها المنهج المستخدم وكان ذلك حسب طبيعة الموضوع وتم تحديد مجتمع الدراسة وعينتها وكيفية إختيارها وأهم الخصائص الميزة لها، كما حددنا مجالات البحث ثم قمنا بعرض أدوات البحث المتمثلة في مقياس الرضا الحركي متخلف مراحل التصميم والتطبيق، وفي الأخير قمنا بعرض الوسائل الإحصائية المختلفة التي إعتمدنا عليها في تحليل النتائج وتفسيرها.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1.6 عرض وتحليل النتائج:

المحور الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف

1. زملائي يعتقدون أن قدراتي على الحركة جيدة.

الجدول رقم (1): يوضح زملائي يعتقدون أن قدراتي على الحركة جيدة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	9	30.0					
أوافق	16	53.3					
لا أوافق	5	16.7					
مجموع	30	100.0	5.99	6.2	0.05	2	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 30 % من الرياضيين المعاقين يوافقون تماما على أن زملاءهم يعتقدون ان قدراتهم الحركية جيدة، ونسبة 53 % يوافقون على ذلك، ونسبة 16.7 % لا يوافقون على ذلك.

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 6.2 أكبر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05؛ اذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف قدراتهم على الحركة جيدة.

2. أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة.

الجدول (2): يوضح تعلم المهارات الحركية بسهولة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماماً	10	33.3					
أوافق	12	40.0					
لا أوافق	4	13.3					
لا أوافق تماماً	4	13.3					
مجموع	30	100.0					
			7.81	6.8	0.05	3	غير دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 33.3 % من المعاقين الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماماً على أنهم يستطيعون تعلم المهارات الحركية بسهولة، ونسبة 40% منهم يوافقون على ذلك، ونسبة 13.3% لا يوافقون على ذلك، ونسبة 13.3% لا يوافقون تماماً على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 6.8 أصغر من قيمة كا² المجدولة 7.81 عند درجة الحرية 3. ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون تعلم المهارات الحركية بسهولة.

3. عندي القدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات.

الجدول (3): يوضح عندي القدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض

المهارات

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
أوافق تماماً	7	23.3				
أوافق	19	63.3				
لا أوافق	4	13.3				
مجموع	30	100.0	12.6	5.99	2	0.05

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 23.3 % من المعاقين الذين يمارسون النشاط الرياضي المكيف يوافقون تماماً على انهم قادرون على المحافظة على اتزان اجسامهم أثناء أداء بعض المهارات، ونسبة 63.3 % يوافقون على ذلك، ونسبة 13.3 % لا يوافقون على ذلك.

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 12.6 أكبر من قيمة كا² الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف لديهم القدرة على اتزان أجسامهم أثناء أدائهم لبعض المهارات.

4. لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة.

الجدول (4): يوضح لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	3	10.0					
أوافق	19	63.3					
لا أوافق	5	16.7					
لا أوافق تماما	3	10.0	7.81	23.86	0.05	3	دال
مجموع	3	100.0					

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 10% من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على انهم لديهم القدرة على التحرك بخفة ورشاقة، ونسبة 63.3% منهم يوافقون تماما على ذلك ، ونسبة 16.7 % لا يوافقون على ذلك، ونسبة 10 % لا يوافقون تماما على ذلك .

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 23.86 أكبر من قيمة كا² المجدولة 7.81 عند درجة الحرية 3. ومستوى الدلالة 0.05 ؛ اذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف لديهم القدرة على التحرك بخفة ورشاقة.

5. أستطيع التحرك بسرعة حول العوائق والموانع.

الجدول (5): يوضح أستطيع التحرك حول العوائق والموانع

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	8	26.7					
أوافق	16	53.3					
لا أوافق	6	20.0	5.99	5.6	0.05	2	غير دال
مجموع	30	100.0					

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 26.7 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على أنهم يستطيعون التحرك بسرعة حول العوائق والموانع، ونسبة 53.3 % منهم يوافقون على ذلك، ونسبة 20 لا يوافقون على ذلك .

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 5.6 أصغر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ اذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون التحرك بسرعة حول العوائق والموانع .

6. لدي القدرة في الاشتراك في بعض الأنشطة الرياضية دون خوف.

الجدول (6): يوضح لدي القدرة في الاشتراك في بعض الأنشطة الرياضية دون خوف

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	6	20.0					
أوافق	18	60.0					
لا أوافق	6	20.0	5.99	9.60	0.05	2	دال
مجموع	30	100.0					

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 20% من المعاقين الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على أن لديهم القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة دون خوف. ونسبة 60 % يوافقون على ذلك، ونسبة 20% لا يوافقون على ذلك .

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب χ^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة χ^2 المحسوبة 9.60 أكبر من قيمة χ^2 الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف لديهم القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة الرياضية دون خوف.

7. أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب.

الجدول (7): يوضح أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	χ^2		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المحسوبة	الجدولة			
أوافق تماما	2	6.7					
أوافق	22	73.3					
لا أوافق	6	20.0					
مجموع	30	100.0	22.4	5.99	0.05	2	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 6.7 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون الوثب عاليا لارتفاع مناسب، ونسبة 73.3 % يوافقون على ذلك، ونسبة 20 % لا يوافقون على ذلك

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب χ^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة χ^2 المحسوبة 22.4 أكبر من قيمة χ^2 الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون الوثب عاليا لارتفاع مناسب .

8. لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات.

الجدول (8): يوضح لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	3	10.0					
أوافق	18	60.0					
لا أوافق	7	23.3					
لا اوافق تماما	2	6.7					
مجموع	30	100.0					
			7.81	21.46	0.05	3	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 10 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على أن لديهم القدرة على تحريك أجسامهم بكفاءة في مختلف الاتجاهات، ونسبة 60 % يوافقون على ذلك، ونسبة 23.3 لا يوافقون على ذلك، ونسبة 6.7 % لا يوافقون تماما على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 21.46 أكبر من قيمة كا² المجدولة 21.46 عند درجة الحرية 3 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف لديهم القدرة على تحريك أجسامهم بكفاءة في مختلف الاتجاهات.

9. أستطيع استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب الأمر ذلك.

الجدول (09): يوضح أستطيع استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب

الأمر ذلك

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	6	20.0					
أوافق	16	53.3					
لا أوافق	8	26.7					
مجموع	30	100.0	5.99	5.6	0.05	2	غير دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 20 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني يوافقون تماما على انهم يستطيعون استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب الأمر ذلك، ونسبة 53.3% منهم يوافقون على ذلك، ونسبة 26.7 % لا يوافقون على ذلك .

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 5.6 أصغر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ اذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني يستطيعون استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب الأمر ذلك

المحور الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الغير ممارسين للنشاط البدني المكيف

1. أستطيع القيام باسترخاء لجسمي عندما أرغب في ذلك.

الجدول (10): يوضح أستطيع القيام باسترخاء لجسمي عندما أرغب في ذلك

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	13	43.3					
أوافق	13	43.3					
لا أوافق	4	13.3					
مجموع	30	100.0	5.99	5.4	0.05	2	غير دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 43.3 % من المعاقين الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على انهم يستطيعون القيام باسترخاء لأجسامهم عندما يرغبون بذلك، ونسبة 43.3 % يوافقون على ذلك، ونسبة 13.3 % لا يوافقون على ذلك .

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 5.4 اصغر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 . ومستوى الدلالة 0.05 ؛ اذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون القيام باسترخاء لأجسامهم عندما يرغبون بذلك.

2. أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة.

الجدول (11): يوضح أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماماً	4	13.3					
أوافق	21	70.0					
لا أوافق	5	16.7					
مجموع	30	100.0	5.99	18.20	0.05	2	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 13.3 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماماً على انهم يستطيعون بذل مجهود متواصل لفترة طويلة، ونسبة 70% منهم يوافقون على ذلك، ونسبة 16.7 % لا يوافقون على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 18.20 أكبر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ اذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون بذل مجهود متواصل لفترة طويلة.

3. أنا راض تماما عن قدراتي الحركية.

الجدول (12): يوضح أنا راض تماما عن قدراتي الحركية

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحر ية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	2	6.7					
أوافق	21	70.0					
لا أوافق	4	13.3					
لا أوافق تماما	3	10.0					
مجموع	30	100.0					
			7.81	32.66	0.05	3	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 6.7 % من المعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف يوافقون تماما على انهم راضون عن قدراتهم الحركية، ونسبة 70 % منهم يوافقون على ذلك، ونسبة 13.3 % منهم لا يوافقون على ذلك، ونسبة 10% منهم لا يوافقون تماما على ذلك .

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 32.66 أكبر من قيمة كا² المجدولة 7.81 عند درجة الحرية 3 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف راضون تماما على قدراتهم الحركية .

4. عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية.

الجدول (13): يوضح عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	4	13.3					
أوافق	14	46.7					
لا أوافق	6	20.0					
لا أوافق تماما	6	20.0					
مجموع	30	100.0					
			5.99	7.86	0.05	2	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسب 13.3% من المعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف يوافقون تماما على أنهم عندهم ثقة في قدراتهم الحركية، ونسبة 46.7 % منهم يوافقون على ذلك، ونسبة 20 % منهم لا يوافقون على ذلك، ونسبة 20% منهم لا يوافقون تماما على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 32.66 أكبر من قيمة كا² المجدولة 7.81 عند درجة الحرية 3. ومستوى الدلالة 0.05؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف عندهم ثقة واضحة في قدراتي الحركية.

5. أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب.

الجدول (14): يوضح أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماماً	5	16.7					
أوافق	18	60.0					
لا أوافق	7	23.3					
مجموع	30	100.0	5.99	9.80	0.05	2	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 16.7 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماماً على أنهم يستطيعون الاشتراك في النشاط البدني المكيف لفترة طويلة دون الشعور بالتعب، ونسبة 60% يوافقون على ذلك، ونسبة 23.3 % لا يوافقون على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 9.80 أكبر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02. ومستوى الدلالة 0.05 ؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون الاشتراك في النشاط البدني المكيف لفترة طويلة دون الشعور بالتعب.

6. أستطيع تقدير المسافة بيني وبين زملائي أثناء الحركة.

الجدول (15): يوضح أستطيع تقدير المسافة بيني وبين زملائي أثناء الحركة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماماً	20	66.7					
أوافق	10	33.3					
مجموع	20	66.7	3.84	3.33	0.05	1	غير دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 66.7 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماماً على انهم يستطيعون تقدير المسافة بينهم وبين زملائهم أثناء الحركة، ونسبة 33.3 % يوافقون على ذلك .

ومن خلال المعالجة الاحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 3.33 أصغر من قيمة كا² المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 0.05 .ومستوى الدلالة 0.05 ؛ اذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون تقدير المسافة بينهم وبين زملائهم أثناء الحركة .

7. أستطيع القيام بحركات بدنية أفضل من زملائي.

الجدول (16): يوضح أستطيع القيام بحركات بدنية أفضل من زملائي

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	3	10.0					
أوافق	17	56.7					
لا أوافق	8	26.7					
لا أوافق تماما	2	6.7					
مجموع	30	100.0	7.81	18.80	0.05	3	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 10 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على انهم يستطيعون القيام بحركات بدنية أفضل من زملائهم، ونسبة 56.7 % يوافقون على ذلك، ونسبة 26.7 % لا يوافقون على ذلك، ونسبة 6.7 % لا يوافقون تماما على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 18.80 أكبر من قيمة كا² المجدولة 7.81 عند درجة الحرية 0.03. ومستوى الدلالة 0.05؛ إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون القيام بحركات بدنية أفضل من زملائهم.

8. أستطيع القيام بالحركات الرياضية العنيفة.

الجدول (17): يوضح أستطيع القيام بالحركات الرياضية العنيفة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماما	2	6.7					
أوافق	4	13.3					
لا أوافق	21	70.0					
لا أوافق تماما	3	10.0					
مجموع	30	100.0					
			7.81	32.66	0.05	3	دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 6.7 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماما على انهم يستطيعون القيام بالحركات الرياضية العنيفة، ونسبة 13.3 % يوافقون على ذلك، ونسبة 70 % لا يوافقون على ذلك، ونسبة 10 % لا يوافقون تماما على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 32.66 أكبر من قيمة كا² المجدولة 7.81 عند درجة الحرية 0.03. ومستوى الدلالة 0.05؛ اذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف لا يستطيعون القيام بالحركات البدنية العنيفة.

9. أستطيع الحفاظ على توازني من الثبات.

الجدول (18): يوضح أستطيع الحفاظ على توازني من الثبات

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
أوافق تماماً	8	26.7					
أوافق	14	46.7					
لا أوافق	8	26.7					
مجموع	30	100.0	5.99	2.4	0.05	2	غير دال

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول: نجد أن نسبة 26.7 % من المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يوافقون تماماً على انهم يستطيعون الحفاظ على توازنهم من الثبات، ونسبة 46.7 % يوافقون على ذلك، ونسبة 26.7 % لا يوافقون على ذلك.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² المحسوبة 2.4 أصغر من قيمة كا² المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 02. ومستوى الدلالة 0.05؛ اذن لا توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المحصل عليها، نستنتج أن المعاقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني المكيف يستطيعون الحفاظ على توازنهم من الثبات.

الفصل السادس: الاستنتاجات والاقتراحات

1.7 الاستنتاج العام:

كان الهدف من معرفة "تأثير النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا" وبهذا يمكن أن نستخلص من خلال بحثنا هذا ومن خلال دراستنا الميدانية بأن هنالك علاقة بين ممارسة الرياضة المكيفة ومستوى الرضا الحركي فالممارسين تساعد في الرياضة على تجاوز الكثير من العقبات وتجعله يعيش حرا باستقلالية مقارنة بغير الممارسين وهذا ما أثبتته نتائج الدراسة الميدانية.

قمنا بهذا البحث وهدفنا هو التخفيف من معاناة المعاقين حركيا ومساعدتهم على حب ممارسة النشاط الرياضي المكيف الذي يقلل من التفكير بإعاقتهم وتحديد لهم لها. كما يمكن الإشارة إليه في الأخير أنه يجب الإهتمام بهذه الشريحة التي تعتبر مهمشة في الكثير من المناطق بحيث أنهم يستحقون المزيد من العناية والاهتمام في تدريبها حتى يتسنى لها إمتلاك القدرة على النمو السليم من كل النواحي.

2.7 الإقتراحات والفرضيات المستقبلية:

بعد إجراء هذه الدراسة أي الوقوع على موضوع " تأثير النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا". على مستوى الرضا الحركي لدى المعاق حركيا " وإستخلاص النتائج التالية:

توصلنا إلى مجموعة من التوصيات والإقتراحات العلمية والتي نأمل أن يستفيد منها الباحثون والمعاقين حركيا وهي كالتالي:

- التأكيد على أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية بالنسبة للمعاقين حركيا.
- التركيز على القيام بندوات ودورات تدريبية خاصة بهذه الفئة.
- التركيز على البرامج والمناهج التي تقوم بتعديل اتجاهات هذه الفئة نحو الممارسة الرياضية.
- تنبيه إلى ضرورة إجراء دراسات أخرى مشابهة حول المعاقين حركيا ودور الرياضة في حياتهم.
- يجب التركيز على البحوث التجريبية طويلة المدى لتتضح الرؤيا أكثر بالنسبة للنمو الإجتماعي الانفعالي للمعاقين حركيا.
- توفير مختلف الوسائل اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة .
- إعطاء أهمية أكبر لفئة المعاقين حركيا.
- الاهتمام بالمعوقين حركيا وتقديم المساعدات الممكنة والتي تجعلهم يدركون بأنهم كيان أساسي في وجدان المجتمع.
- تقديم الخدمات النفسية للمعاقين بصفة عامة، والمعاقين حركيا بصفة خاصة من حيث البرامج الإرشادية اللازمة لتنمية قدراتهم وكذلك تحسين الرضا الحركي.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

- 1 سعيد عبد العزيز (2005): إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 2 إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان، 1998.
- 3 ابن منصور جمال الدين (1993): لسان العرب، مطبعة بولاق.
- 4 إخلاص محمد عبد الحفيظ (2000): مصطفى حسين باهي، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في الحالات التربوية والنفسية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 5 أمين أنور الخولي (1996): الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني، المنسق في الأدب والفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
- 6 بدر الدين كمال عبده، محمد السيد حلاوة (2001): رعاية المعاقين سمعياً وحركياً، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، بدون طبعة.
- 7 بلبلول فريد (2009): علاقة الاصابات الرياضية بدافعية الانجاز، مذكرة لنيل رسالة الماجستير.
- 8 حزام محمد رضا القزوني (1978): التربية الترويحية، دار العربية للطباعة، بغداد.
- 9 حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات (1998): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، ط 1، القاهرة.
- 10 حلمي محمد ابراهيم وآخرون (1998): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
- 11 خالد يوسف عبد الرحمان الشرقاوي (2014): الاصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي الكرة الطائرة للمعاقين "جلوس"، دار الوفاء لدنيا للطباعة، ط 1، الاسكندرية.
- 12 د. عصام حمدي الصفدي (2007): الإعاقة الحركية والشلل الدماغي.
- 13 الشاذلي بن جعفر (1982): قراءات في التربية الخاصة وتأهيل المعاقين، مجلة ادارة التربية، تونس، 1982.
- 14 صقر أميمة، محمد صبحي جاد الحق (2008): بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالميول المهنية لعينات من المراهقين المعوقين جسمياً، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق، القاهرة.
- 15 فايز جمعة وآخرون (2010): أساليب البحث العلمي دار الحامد، الأردن، ط 1.
- 16 القصاص محمد مهدي (2004): التمكين الاجتماعي لذوي الإحتياجات الخاصة، دراسة ميدانية، المؤتمر العربي الثاني عن الإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية، جامعة أسيوط، الطريق للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.

- 17 لطفي بركات أحمد (1984): الرعاية التربوية للمعوقين عقليا، دار المريخ للنشر، الطبعة 1، الرياض.
- 18 محمد الحماحي، أمين انور الخولي (1990): أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 19 محمد زيان عمر (1996): البحث العلمي مناهجه وتقنياته، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- 20 محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية.
- 21 محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئي (1992): نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- 22 مروان عبد المجيد إبراهيم (1997): الألعاب الرياضية للمعاقين، دار الفكر العربي عمان.
- 23 مروان عبد المجيد إبراهيم (1997): الألعاب الرياضية للمعوقين، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 24 مروان عبد المجيد إبراهيم (2002): التصنيف الطبي والقانون الدولي لكرة السلة على الكراسي المتحركة للمقعدين، دار الثقافة، عمان، الأردن.
- 25 منال منصور بوحمد (1985): المعوقين، مؤسسة الكويت للتقدم، الكويت.

قائمة الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



السيدة/ة المحترم/ة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

جاءت الدراسة الحالية والمعنونة بـ: "النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا".

وهذا لن يتحقق، بعد فضل الله، إلا بتعاونك من خلال مساهمتك بالإجابة عن فقرات الاستبيان، فالرجاء التكرم بوضع إشارة (X) في المكان المخصص لذلك أمام الإجابة المناسبة التي تعبر عن حالتك وأنا على ثقة بأنك ستولي هذا الاستبيان جل اهتمامك، وتجيب عن فقراته بكل دقة وموضوعية لتحقيق الدراسة الهدف من إعدادها، وكما تعلم، بالتأكيد، أن البيانات التي ستدلي بها لن تستعمل إلا لأغراض بحثية فقط، وأخيرا أرجو التفضل بإعادة الاستبيان بعد الإجابة عنه إلى الجهة التي استلمتها منها بأسرع وقت ممكن.

وتقبلوا مني خالص تحياتي وتقديري...

إشراف الدكتور:

• جلالى تمساوت

من اعداد الطلبة:

• بعبطيش عبد الحي

• بوقال ساعد

السنة الجامعية: 2022/2021

الإستبيان

المحور الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف					
الرقم	العبارات	أوافق تماما	أوافق	لا أوافق تماما	لا أوافق
01	زملائي يعتقدون أن قدراتي على الحركة جيدة.				
02	أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة.				
03	عندي القدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات.				
04	لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة.				
05	أستطيع التحرك بسرعة حول العوائق والموانع.				
06	لدي القدرة في الاشتراك في بعض الأنشطة الرياضية دون خوف.				
07	أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب.				
08	لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات.				
09	أستطيع استخدام كل من الذراعين والقدمين في آن واحد عندما يتطلب الأمر ذلك.				
المحور الثاني : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق الرضا الحركي للمعاقين حركيا الغير ممارسين للنشاط البدني المكيف					
01	أستطيع القيام باسترخاء لجسمي عندما أرغب في ذلك.				
02	أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة.				
03	أنا راض تماما عن قدراتي الحركية.				
04	عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية.				
05	أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب.				
06	أستطيع تقدير المسافة بيني وبين زملائي أثناء الحركة.				
07	أستطيع القيام بحركات بدنية أفضل من زملائي.				
08	أستطيع القيام بالحركات الرياضية العنيفة.				
09	أستطيع الحفاظ على توازني من الثبات.				

قائمة بأسماء المحكمين للاستبيان :

شهادة ماستر بعنوان :

"النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الرضا الحركي لدى المعاقين حركيا".

الاسم واللقب	الدراجه العلمية	الجامعة	التوقيع
خلادي مراد	أستاذ محاضر	المسيلة	
صغيري رابع	أستاذ	المسيلة	
عمرو راسم	أستاذ	المسيلة	
بلخير عبد القادر	أستاذ	المسيلة	