



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي: 1535092222

16103053910

الرمز:

القسم: نشاط بدني رياضي مكيف

التخصص: نشاط بدني مكيف و الصحة

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر
تحت عنوان

النشاط الرياضي المكيف و دوره في تنمية القدرات

الذهنية للمتخلفين ذهنيا

المركز البيداغوجي للأطفال المتخلفين ذهنيا - المسيلة -

إشراف الاستاذ:

زواق محمد

اعداد الطالب:

رقيق يعقوب

يحيوش رمزي

السنة الجامعية : 2021/2020

شكر

الحمد والشكر لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا على

أداء هذا الواجب ووفقنا إلى انجاز هذا العمل .

ثم الشكر و الامتنان إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد

على انجاز هذا العمل وفي تذليل ما واجهناه من صعوبات،

ونخص بالذكر الأستاذ المشرف ، الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته

ونصائحه القيمة التي كانت عوناً لنا في إتمام هذه المذكرة.

ولا يفوتنا أن نشكر كل أساتذة و موظفي معهد علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية.

الإهداء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء
 والمرسلين إلى من لا يمكن للكلمات أن توفي حقهما إلى من لا
 يمكن للأرقام أن تحصي فضائلهما إلى الوالدين العزيزين أدامهما
 الله لنا

إلى إخواننا و أخواتنا

إلى الأصدقاء و الزملاء و الأساتذة

إلى كل طلبة السنة الثانية ماستر دفعة 2021

أهدي هذا العمل.

الفهرس

فهرس الموضوعات :

	شكر وتقدير
	الإهداء
أ	مقدمة
الفصل الأول :الإطار العام للدراسة	
03	1- مشكلة الدراسة.
05	2- فرضيات الدراسة.
05	3- أهمية الدراسة.
06	4- أهداف الدراسة.
07	5- أسباب اختيار موضوع الدراسة.
11	6- الدراسات السابقة والمرتبطة.
الفصل الثاني : النشاط البدني الرياضي المكيف	
12	تمهيد
13	1. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
14	2- . التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف
16	3-النشاط البدني والرياضي المكيفي الجزائر
19	4- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف
21	5. تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف
24	6. أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف
29	7- . النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف

35	خلاصة
الفصل الثالث : التخلف العقلي	
36	تمهيد
40	1- مفهوم التخلف العقلي
44	2- خصائص المتخلفون عقليا
54	3- تصنيف التخلف العقلي
61	4- العوامل المسببة للتخلف العقلي
68	خلاصة
الفصل الرابع : النشاط البدني الرياضي والمتخلفون عقليا	
69	تمهيد
70	1- مفهوم النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا
74	2- أهداف النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا
76	3. أغراض النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا
80	4- الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا
88	خلاصة
الفصل الخامس : منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية	
89	تمهيد
90	1- منهج الدراسة
90	2- حدود الدراسة وأساليب تحليل البيانات
91	3- مجتمع وعينة الدراسة

91	4- أساليب التحليل الإحصائي
92	5- ثبات الاستبيان
92	مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
92	عرض ومناقشة المحور الاول في ضوء الفرضية الأولى
96	عرض ومناقشة المحور الثاني في ضوء الفرضية الثانية
116	خاتمة
117	قائمة المراجع

فهرس الجداول :

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين قيمة معامل Cronbach's Alpha لأبعاد الدراسة	91
02	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)	92
03	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)	94
04	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)	95
05	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)	97
06	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)	99
07	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)	100
08	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)	102
09	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)	103
10	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10)	105
11	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11)	106
12	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (12)	105
13	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13)	109
14	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14)	110
15	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (15)	112
16	يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)	113

مقدمة

مقدمة :

تعتبر ممارسة النشاط البدني من أسس التفوق والتقدم في جميع نواحي الحياة ، إذ أنه يعبر عن مدى التناسق التام بين العقل والجسم ، ولقد تأثرت هذه الممارسة بالتطور التكنولوجي والتقدم العلمي ليصبح النشاط البدني الرياضي ميدانا من ميادين التربية الصحية والاعداد لمجتمع أفضل وسيلة للحكم على مستوى تطور المجتمعات وتحضرها .

والضرورة تدعو إلى استمتاع الإنسان بحياته أيا كان هذا الإنسان من حيث جنسه أو نوعه أو جنسيته ، والاستفادة الكاملة لمختلف أنواع الخدمات الصحية والتعليمية والاجتماعية ، وكل ما من شأنه أن يشعر الإنسان بإنسانيته والاحساس بوجوده في هذه الحياة ، وهذا لم يقتصر على فئة الأسوياء فقط وإنما شمل عالم المعاقين كذلك .

فإن كان مطلوبا على هذا النحو للإنسان العادي فإنه أكثر الحاحا في الطلب للإنسان الذي ابتلي بأية عاهة أو قصور في أي جانب من جوانب النمو الإنساني (الجسمي - العقلي أو النفسي) ، وقد خلق الله الإنسان في أحسن تقويم وفي أحسن صورة ، ولحكمة ما يرها الخالق سبحانه وتعالى يسلب الإنسان إحدى تلك النعم أو بعضها ، وسلب إحدى هذه النعم هو في حقيقته نوع من الإعاقة والمعوق هو ذلك الإنسان الذي سلبت منه وظيفة أحد الأعضاء .

لا يكاد يخلو من المجتمعات الإنسانية من أفراد معاقين ، وذلك بسبب الأمراض والحروب والكوارث الطبيعية والبشرية وسوء الأحوال الاجتماعية وهؤلاء الأفراد قدر لهم أن يكونوا في وضعية قصور جسمي ، بدني ونفسي بفعل اصابات وراثية أو مكتسبة مما يجعل هذه الفئة وبنسب متفاوتة عاجزة حتى عن أداء أعمالها اليوم دون الاعتماد على الغير .

لقد اختلفت نظرة المجتمعات لفئة المعاقين من عصر لآخر حيث كانت عبر التاريخ ضحية الاضطهاد والإهمال والتهميش ، وبمرور العصور ومع مجيء الديانات السماوية اتخذت اتجاهها ومنحها

مغايرا ، إذ نادى الإسلام باسمه وباسم الديانات الأخرى إلى رعاية هذه الفئة المحرومة واعتبر مبدأ الرعاية الاجتماعية واجبا دينيا وهو تطبيق لمبدأ التكافل الاجتماعي في الإسلام .

وفي أيامنا أصبح المتخلفين ذهنيا تخلفا بسيطا الحظ الأوفر من الاهتمام أو الاستقامة من مختلف البرامج عن طريق الرعاية والتأهيل الملائم لتغيير النظرة إليهم على أنهم أفراد عاجزين وأن المجتمع عوض عجز على استيعابهم وتقبلهم والاستفادة مما قد يكون لديهم من طاقات كاملة.

وقد توجهت أفكار العالم في السنوات الأخيرة إلى ضرورة العناية والاهتمام ، بعد أن أكدت البحوث والدراسات التي أجريت عليهم بأنهم يتمتعون بقدرات وإمكانات واستعدادات غير الجانب الذي ابتلي به ، لا تقل عن الإنسان العادي ، ولذلك أنشأ لهم المدارس والمعاهد الخاصة بهم التي تعتني بهم وتساعدهم على حسن استثمار ما لديهم من إمكانيات وقدرات كما يؤهلهم لممارسة حياتهم بصورة طبيعية كغيرهم من البشر ، وتدريبهم للوصول إلى أعلى مستوى ممكن لتحقيق النجاح الذي لا بد من وجود حلول ملائمة لتجسيده واقعا والصعد بالمتخلفين عقليا تخلفا بسيطا إلى أرقى مستويات التوافق العقلي وبالتالي النفسي والاجتماعي ، ولعل أنسب هذه الحلول هو مشاركة هذه الفئة في الأنشطة البدنية والرياضية التي تمثل فضاء واسعا للعناية بها ، ومجالا هاما لاستعادة قوتهم وتوافقهم الذهني خاصة وأن هذه العينة رغم لديها نقائص تبقى طاقات وقدرات كامنة تحتاج إلى التنمية وهذا من خلال البرامج الرياضية المكيفة سواء كانت تعليمية أو ترفيهية أو علاجية لأن هذه البرامج الحركية إذا كانت ضرورية للأفراد الأسوياء فإنها تصبح أكثر ضرورة المتخلفين عقليا وذلك لحاجتهم الملحة لتلك الممارسة المكيفة التي تشمل التمارين والألعاب البدنية التي تم تعديلها مع حالات الإعاقة العقلية وتتماشى مع القدرات البدنية والاجتماعية والعقلية.

ولهذا تطور موضوع دراستنا حول النشاط البدني الرياضي المكيف ودوره في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلفا بسيطا وقصد الخوض في هذا الموضوع قمنا بتقسيمه إلى ثلاث جوانب

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

- 1- مشكلة الدراسة.
- 2- فرضيات الدراسة.
- 3- أهمية الدراسة.
- 4- أهداف الدراسة.
- 5- أسباب اختيار موضوع الدراسة.
- 6- الدراسات السابقة والمرتبطة.

1- مشكلة الدراسة :

ترتكز الرعاية الاجتماعية والنفسية للمتخلفين عقليا على النظرة التي تتزايد بشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة نحو أهمية الرفع من الرعاية الاجتماعية والتربوية التي يجب أن توليها المجتمعات العربية لأطفالها المعاقين بهدف الرفع من مستوى الكفاءة البدنية والاجتماعية والعمل على الاستفادة من الطاقة الكامنة لديهم وإعدادهم للحياة في مجتمع يستطيعون أن يستغلوا فيه قدراتهم وإمكانياتهم ليصبحوا أفرادا قادرين على العمل والإنتاج.

وإذا كان توفير الرعاية التربوية والنفسية للمتخلفين عقليا يعد واجبا من واجبات الدولة والمجتمع على مجموعة من أبنائهم ، فإن هذا البحث يمثل خطوة في هذا الاتجاه ، باعتبار النشاطات الرياضية التربوية تمثل فضاء واسعا في العناية بهذه الفئة من المعاقين ، خصوصا وإن هذه الفئة يشكون من معوقات في الإدراك الحسي مثل : ضعف البصر والسمع ، وإدراك معاني المؤثرات الحسية والتمييز بينهما من ناحية الشكل والحجم واللون والطول والبعد و الصوت و النطق الخ ، مما يعوق الطفل على اكتساب الخبرات في البيئة المحيطة به إذ تعتبر الحواس ابواب المعرفة الأولية عند الطفل المتخلف عقليا ، ولذلك كان تدريب الإدراك الحسي من أهم الأسس التي قامت عليها تربية هؤلاء الأطفال ، كما يشكون من معوقات عضلية وحركية من حيث تخلف في نمو العضلات وعدم مرونة الحركة وفقدان الاتزان الحركي أثناء المشي والجري ، مما يعوق الطفل عن القيام ببعض الأعمال الضرورية في التعليم مثل القبض على القلم أثناء الكتابة أو الجلوس لمدة طويلة ، وكذا نشاط الطفل داخل المدرسة وخارجها .

كما يتميزون بعدم الاستقرار والحركة المستمرة بدون هدف معين، في حين أن البعض منهم يعرفون بالخمول وعدم النشاط وعدم القدرة على التركيز لمدة طويلة وعدم الاعتماد على

النفس والتعاون مع الغير وعدم مرافقة النظم والعادات الاجتماعية للأسرة ، إلى غير ذلك من الصفات التي يجب توافرها للطفل حتى يستطيع القيام بأعماله الضرورية اليومية.¹

هناك بحارب عدة بينت أن تدريب الأطفال على النشاط الحركي والعقلي وحل المشكلات يرفع نسبة ذكائهم لما يزيد على 25% وهي نسبة عالية إذ من شأنها في بعض حالات الإعاقة الفعلية البسيطة أن تنقل الطفل إلى مستوى عادي من الذكاء يمكن أن يواصل دراسته وأن يراعي نفسه بشكل مستقل.

وانطلاقاً مما سبق فإن دراستنا تبحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية :

- هل النشاط البدني الرياضي المكيف له دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً في المراكز الطبية البيداغوجية من حيث (المربين المشرفين على تنفيذ برنامج النشاط الرياضي المكيف ، اللوازم والأدوات الرياضية والبرامج الرياضية المكيفة) ؟

من هذه الإشكالية تأتي التساؤلات الجزئية التالية :

هل كفاءة المربين و المشرفين على تنفيذ النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً خلفاً بسيطاً في المراكز الطبية البيداغوجية ؟

هل اللوازم والأدوات الرياضية لها دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً خلفاً بسيطاً في المراكز الطبية البيداغوجية ؟

هل للبرامج الرياضية المكيفة دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً خلفاً بسيطاً في المراكز الطبية البيداغوجية ؟

¹د: محمد عادل خطاب ، كمال الدين زكي : التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية ،دار النهضة العربية ، ط1، القاهرة 1965

2- فرضيات الدراسة :

تتبع فرضيات هذه الدراسة من الملاحظات الميدانية ومن القراءات والدراسات والأبحاث التي دارت في سيكولوجية الأطفال غير العاديين وطرق تعلمهم و من مدارس علم النفس الرياضي والترويح للخواص .

تتألف هذه الفرضيات من ثلاث محاور أساسية سنحاول التحقق منها من خلال التجربة الميدانية التي سنقوم كما وهي على التوالي :

للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية القدرات الشخصية لدى الاطفال المتخلفين ذهنيا

مساهمة النشاط البدني الرياضي في تنمية تنمية القدرات الشخصية لدى لأطفال متخلفين ذهنيا

3- أهمية البحث:

إن موضوع بحثنا هذا يدور حول محور اساسي هو بيان اهمية النشاط البدني الرياضي المكيف للاطفال المتخلفين عقليا مخلفا بسيطا بالمراكز الطبية البيداغوجية في نمو القدرات العقلية والذهنية (تنمية المهارات الحسية) وعليه فان هذه الدراسة تقوم على العديد من المؤشرات التي تؤكد نتائج البحوث والدراسات الميدانية على ما تملكه البرامج الرياضية المكيفة، من وسائل قادرة على إحداث تطور إيجابي في البعد الحسي الحركي والمعرفي للمتخلفين عقليا. وتبرز أهمية هذه الدراسة في توضيح أهمية الانشطة الرياضية المكيفة كوسيلة تربوية، علاجية وقائية في التخفيف من المظاهر السلبية التي يعاني منها المتخلف عقليا فيما يخص نمو المهارات الاساسية الحركية وغيرها من المهارات، وقد تمثل نتائجها مؤشرا ايجابيا للامور التي يجب ان ياخذ كما القائمين على وضع البرامج البدنية و الرياضية المكيفة.

كما توضح لنا ايضا الدور الفعال الذي يلعبه المربي في تكوين الأطفال المعاقين ذهنيا وتسليط الضوء عليهم كما نتوجه بالبحث هذا إلى كل العاملين في حقل التربية والرعاية لهذه الفئة و اعطائهم بعض الإقتراحات التي ترفع اللبس عنها وذلك لكونها من الفئات المحرومة التي تتمنى العيش حياة هادئة ضمن النسيج الإجتماعي ككل.

4- اهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة اثر النشاط البدني الرياضي المكيف على نمو المهارات الحسية الاساسية من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط البدني المكيف للأطفال المتخلفين عقليا خلفا بسيطا في المراكز الطبية البيداغوجية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم البدنية والعقلية لرفع من أداء المهارات الحركية الاساسية والإدراك الحسي الحركي، و ذلك من خلال الوصول بالطفل إلى مايلي :

- الوعي و الإدراك بالجسم و اطرافه و السيطرة عليه اثناء اداء الحركة للطفل المعاق ذهنيا.
- تنمية التوافق العصبي العضلي (التوافق بين العين واليد و القدم) للطفل المعاق ذهنيا.
- تنمية المهارات الحركية و الحسية كالتعامل مع الاداة لدى فئة الأطفال المعاقين ذهنيا.
- * الرفع من مستوى الفعاليات المختلفة للطفل المعاق ذهنيا سواء مادية أو اجتماعية .
- تنمية الإدراك الحسي الحركي و بعض الصفات البدنية والمهارات الإجتماعية كالتعاون لدى فئة المعاقين ذهنيا .
- * المساهمة الفعلية في تقديم الرعاية التربوية لهذه الفئة و تطور البحث العلمي لمواجهة التزايد المستمر للتخلف العقلي بصفة خاصة وذوي الإحتياجات الخاصة بصفة عامة .

5- اسباب إختيار الموضوع :

اسباب اختيار هذا الموضوع هي اسباب ذاتية و اسباب موضوعية .

اسباب ذاتية تتمثل في :

- ميولنا ورغبتنا في خوض هذا الموضوع.

- الإهتمام بالفئات المحرومة من سمات الإنسان المسلم .

أسباب موضوعية تتمثل في :

- قلة الدراسات حول هذا الموضوع واحسب إطلاعنا وما توفر لدينا من مادة علمية .

- إبراز أهمية النشاط البدني المكيف داخل المراكز الطبية البيداغوجية .

- إشباع حاجات الطفل المعاق باللعب باعتباره أحد غرائزه الفطرية .

- لفت الإنتباه السلطات المعنية إلى ضرورة الإهتمام بهذا النشاط و الخاص بفئة المعاقين ذهنيا.

- المساهمة في بناء مجتمع خاص بفئة المعاقين ذهنيا وتقديم العون والدعم لهم ودمجهم في المجتمع ضمن النسيج الإجتماعي لتقوم بدورها على أحسن وجه.

6- الدراسات السابقة :

الدراسة الأولى: دراسة فيوليت فؤاد إبراهيم (2001)

موضوع الدراسة " مدى فاعلية برنامج لتعديل السلوك للأطفال المتخلفين عقليا والمصابين بأعراض داون من فئة القابلين للتعلم

هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج في تعديل السلوك الخاص لفئة من المتخلفين عقليا والمصابين بأعراض داون من فئة القابلين للتعلم ودراسة أثره من حيث إكسابهم السلوك التوافقي والاستقلالي.

العينة: كانت العينة الكلية المستخدمة في الدراسة تتألف من (24) طفل من المتخلفين عقليا والمصابين بأعراض داون من فئة القابلين للتعلم تتراوح نسبة ذكائهم ما بين 50-70 % بالمدارس الخاصة، وقد تم تقسيم العينة الكلية إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة قوام كل منها (12) طفل، بحيث تم التجاوز بين اجملموعتين من حيث مستوى الذكاء، العمر، المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة الأدوات المستخدمة في الدراسة: اختبار إستانفورد بينيه لقياس الذكاء .

قائمة الصحة العالمية المقننة .

مقياس السلوك التوافقي (إعداد صفوت فرج، ناهد رمز ي 1985).برنامج تعديل السلوك (إعداد الباحثة).

نتائج الدراسة: أسفرت الدراسة بعد تطبيق مقياس السلوك التوافقي عن زيادة الدرجة الكلية للسلوك التوافقي للمجموعة التجريبية بعد التدريب على البرنامج، إضافة إلى أن هذا البرنامج قد ساعد على اكتساب العديد من الأساليب السلوكية والمهارات للحياة اليومية والاستقلال الشخصي في بعض أمور الحياة اليومية، وزيادة ثقته بقدراته وإمكانياته المعرفية والجوانب الانفعالية والدافعية بحيث يمكنهم من الوصول إلى مستوى مناسب من السلوك التوافقي.

دراسة سامية عبد الرحيم (2011)

موضوع الدراسة:فاعلية برنامج سلوكي في تنمية بعض مهارات السلوك التكيفي لدى الأطفال المعاقين عقليا "القابلين للتعلم".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى فاعلية برنامج سلوكي في تنمية بعض مهارات السلوك التكيفي وهي المهارات اللغوية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم في التربية الخاصة للإعاقة الذهنية المتمثلة في (التمييز،الفهم،التواصل اللغوي،التعبير اللفظي)

عينة الدراسة: تكونت العينة من مجموعتين تجريبية وضابطة وتكونت كل مجموعة من 10 أفراد من معهد التنمية الفكرية في محافظة اللاذقية تراوحت أعمارهم بين (10-12) ونسبة ذكاء تتراوح ما بين (50-75) درجة

الأدوات المستخدمة :

- اختبار رسم الرجل لجود آنف هاريس.
- مقياس السلوك التكيفي.
- استمارة البيانات الأولية.

وكانت نتائج الدراسة كالتالي :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد اجملموعة التجريبية وأفراد اجملموعة الضابطة في مستوى.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات افرادالمجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في مستوى مهارات السلوك التكيفي في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد اجملموعة التجريبية ودرجات أفراد نفس اجملموعة في مستوى مهارات السلوك التكيفي (المهارات اللغوية) بعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي(سامية عبد 01-196)ص،2011.

دراسة احمد بوسكرة " 2008

"موضوع الدراسة:النشاط الرياضي المكيف لدى الأطفال المتخلفون عقليا بالمراكز الطبية البيداغوجية- دراسة عن الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط 09-12 سنة "

تهدف هذه الدراسة أساساً إلى معرفة اثر النشاط البدني الرياضي المكيف على نمو المهارات الحركية الأساسية من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط البدني المكيف للأطفال المتخلفين عقلياً تخلفاً بسيطاً في المراكز الطبية البيداغوجية

تناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم البدنية والاجتماعية والعقلية لرفع من أداء المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحسي الحركي والسلوك التوافقي، وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى مايلي:

- الوعي بالجسم وأطرافه والسيطرة عليه أثناء أداء الحركة
- تنمية التوافق العصبي العضلي (التوافق بين العين واليد والقدم)
- تنمية المهارات الحركية الانتقالية، كالمشي، الجري، القفز، الحبل،.... الخ
- تنمية المهارات الحركية غير الانتقالية، كالتوازن، الامتداد، الانتشاء،.... الخ.
- تنمية حركات التعامل مع الأداة، كالركل، الرمي، اللقف.
- الرفع من مستوى فعاليات الطفل المختلفة لمواجهة مطالب بيئته المادية والاجتماعية.
- تنمية الإدراك الحسي الحركي وبعض الصفات البدنية والمهارات الاجتماعية.

المساهمة الفعلية في تقديم الرعاية التربوية لهذه الفئة وتطوير البحث العلمي لمواجهة التطور والتزايد المستمر لحالات التخلف العقلي بصفة خاصة وذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة، حيث أن هذه الفئة أصبحت تمثل الآن تقريباً 10 % من اجملمتع الدولي.

فرضيات الدراسة

1. تفتقر المراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية الأطفال المتخلفين عقلياً إلى منشآت رياضية قاعدية وبرامج رياضية مكيفة، وإلى مربين مختصين في النشاط البدني الرياضي المكيف

2. اقتراح برنامج بدني رياضي مكيف يؤثر ايجابيا على نمو المهارات الحركية الأساسية (الحركات الأساسية الانتقالية، الحركات الأساسية غير الانتقالية، مهارات حركات التعامل مع الأداة) لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلفا بسيطا في المراكز الطبية البيداغوجية

3. اقتراح برنامج بدني رياضي مكيف يؤثر ايجابيا على نمو المهارات الاجتماعية (مذهب واجتماعي المبادرة أنشطة وقت الفراغ، الممتلكات الشخصية، المسؤولية، التعاون، مراعاة شؤون الآخرين، التفاعل الاجتماعي، الأنشطة الجماعية، الأنانية) لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلفا بسيطا في المراكز الطبية البيداغوجية.

وبعد جمع المعلومات والبيانات أظهرت نتائج الدراسة ما يلي :

وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين اجمموعة التجريبية (الخاضعة للبرنامج التدريبي المقترح) والمجموعة الضابطة في نمو المهارات الحركية الأساسية الانتقالية(الوثب العمودي، الوثب العريض من الثبات، سرعة لمسافة 30م، الحبل) لصالح اجمموعة التجريبية - .وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين اجمموعة التجريبية (الخاضعة للبرنامج التدريبي المقترح).

والمجموعة الضابطة في نمو المهارات الحركية الأساسية غير الانتقالية (الوقوف على قدم واحدة التعلق بثني الذراعين، ثني الجذع أماما من الجلوس) لصالح اجمموعة التجريبية. - لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين اجمموعة التجريبية (الخاضعة للبرنامج التدريبي المقترح)

والمجموعة الضابطة، في مهارة التعلق بثني الذراعين لأفراد العينة قيد الدراسة

الفصل الثاني

النشاط البدني الرياضي المكيف

تمهيد

1. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
- 2- التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف
- 3-النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر
- 4- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف
5. تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف
6. أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف
- 7- . النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف

خلاصة

تمهيد

أنه لمن المؤكد أن النشاط الرياضي المكيف قطع أشواطاً كبيرة خلال القرنين الأخيرين وشهدت مختلف جوانبه ووسائله تطوراً معتبراً، خاصة فيما يتعلق بطرق ومناهج التعليم والتدريب.

وفي وقتنا الحاضر ما فتئ الخبراء والباحثون في ميدان الرياضة والترويح وغيرهم، يمدوننا بأحدث الطرق والمناهج التربوية، مستنديين في ذلك إلى جملة من العلوم والأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطاته موضوعاً لها، وهو ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطوراً مذهلاً في مجال تربية ورعاية المعوقين وبلغت المستويات العالية، وأصبح الآن يمكننا التعرف على حضارة المجتمعات من خلال التعرف على الأدوات والوسائل التي تستخدمها في هذا المجال.

ويعد النشاط الرياضي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية والمراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية المعوقين، ومما ساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالاً هاماً في استثمار وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي و البدني للفرد المعاق، إذ يكسبه القوام الجيد، ويمنح له الفرح والسرور، ويخلصه من التعب والكره، وتجعله فرداً قادراً على العمل والإنتاج.

1. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف :

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد. معان 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 التكيف، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحداً، أي أنها أنشطة رياضية و حركية تقيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسياً أو موهوبين أو مضطربين نفسياً و انفعالياً . الذكر من هذه التعاريف ما يلي:

- **تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات:** يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها للتلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها ،ويتم ذلك وفقاً لاهتمامات الأشخاص غير القادرين في حدود قدراتهم.¹

- **تعريفستور (stor):** نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محددين في قدراتهم من الناحية البدنية والنفسية والعقلية ، وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى.

- **تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح و الرقص 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 الاستطاعات، ليشتر

¹ حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات: التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998، ص:223.

كو انجاح

وأمان في أنشطة البرامج العامة للتربية.

- محمد عبد الحليم البوايز: هي تلك البرامج المتنوعة من النشاطات الإنمائية والألعاب التي تتسجمو ميول وقدرات الطفل المعاق والقيود التي تفرضها عليه الإعاقة.¹

ومن خلال هذا العرض لمختلف التعاريف فالمقصود بالنشاط الرياضي المكيف هو إحداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتتماشى مع الغايات التي وجدت لأجلها، فمثلا 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 فان اللاعب الذي يتعرض للإصابة يحتاج إلى برنامج حركي تأهيلي خاص حسب نوع ودرجة الإصابة، أما تكييف الأنشطة الرياضية للمعاقين جعلها تتماشى مع حالة ودرجة ونوع الإعاقة، وبالتالي فالمقصود النشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي تم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدتها ، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية والاجتماعية والعقلية .

2.- التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف:

تعتبر التربية والرياضية في العصر الحديث كأحد المتطلبات العصرية بالنسبة لكل شرائح المجتمع ولها مكانة وموقع معتبر في قيم واهتمامات الشباب خاصة .

ويعود الفضل في بعث فكرة ممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف المعوقين إلى

¹A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapées mentale :print marketing splr : belgeque :1993:p10...15

الطبيب الإنجليزي لدويج جوتمان (LEDWIG GEUTTMAN) وهو طبيب في مستشفى (استول مانديفل) بانجلترا.

وبدأت هذه النشاطات في الظهور عن طريق المعاقين حركيا ، وقد نادى هذا الطبيب بالاستعانة بالنشاطات الرياضية لإعادة التكيف الوظيفي للمعاقين والمصابين بالشلل في الأطراف السفلية (PARAPLIGIQUE) واعتبر هذه النشاطاتعامل رئيسي لإعادة التأهيل البدني والنفسي لأنها تسمح للفرد المعوق لإعادة الثقة بالنفس و استعمال الذكاء والروح التنافسية و التعاونية وقد نظم أول دورة في مدينة استول مانديفل شارك فيها 18 معوق وكانوا من المشلولين الذين تعرضوا لحادث طارئا ثناء حياتهم وضحايا الحرب العالمية الثانية الذين فقدوا أطرافهم السفلية ولقد ادخل الدكتور لوديج جوتمان هذه الرياضة ببعض الكلمات التي كتبها في أول رسالة وعلقها في القاعة الرئيسية في ملعب استول مانديفل في انجلترا والتي لازالت لحد الآن وجاء فيها " إن هدف ألعاب استول مانديفل هو تنظيم المعوقين من رجال ونساء في جميع أنحاء العالم في حركة رياضية عالمية وان سيادة الروح الرياضية العالمية سوف تزجي الأمل والعطاء والإلهام للمعوقين و لم يكن هناك اجل خدمة وأعظم عون يمكن تديمه للمعاقين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي التحقيق التفاهم والصداقة بين الأمم ".

وبدأت المنافسة عن طريق الألعاب في المراكز (المستشفى) ثم تطورت إلى منافسة بين المراكز ثم بعدها أنشأت بطولة المعوقين وعند توسيع النشاطات البدنية والرياضية المكيفة صنفَت المنافسة حسب نوع الإعاقة الحركية.¹

وفي بداية الستينيات النشاط الرياضي بوجه عام عرف تطورا كبيرا و معتبرا و كذا كان النشاط البدني والرياضي المكيف نفس المسار ونفس الاتجاه حيث أدمجت في النشاطات في

¹ حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : مرجع سابق، ص : 224

المشاريع التربوية والبيداغوجية في مدارس خاصة وكان ظهور النشاطات الرياضية المكيفة للإعاقات العقلية تأخر نوعا ما بالنسبة للإعاقات الحركية وهذه العشرية عرفت تنظيم أولي للألعاب خاصة في 1968 في شيكاغو (الولايات المتحدة الأمريكية ما بين 19 و 20 جويلية وعرفت مشاركة ألف رياضي مثلوا كل من الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وفرنسا ثم تلتها عدة دورات أخرى لسنة 1970 - 7275... الخ، وقد عرفت هذه الدورات تزايد مستمر في عدد الرياضيين المشاركين وبالتالي توسيع هذه النشاطات الرياضية في أوساط المعوقين لمختلف أنواع الإعاقات وقد عرفت العشرية الأخيرة في هذا القرن تطورا كبيرا في جميع المجالات وهناك اكتشاف عام للجسم وأهميته في التكيف وإعادة التكيف مع العالم وقيمه الاتصالية ودوره الوسيط في تخصيص وامتلاك المعلومات المختلفة مهما كانت معرفية أو انفعالية و كان لغزو الرياضة من خلال الملاعب والإعلام و الاشهارات التي تظهر الأجسام الأنيقة العضلية وكل الأفكار المتعلقة الرياضة جعلت الأفراد ومنهم المعاقين يعتقدون بالأهمية البالغة للنشاط الرياضي على المستوى العلاجي ويلعب دورا كبيرا في النمو البدني النفسي والاجتماعي للأفراد الممارسين له¹.

3- النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر :

تم تأسيس الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات في 19 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 بوسماعيل وتم في نفس

¹ حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : مرجع سابق ، ص : 225

السنة تنظيم الألعاب الوطنية وهذا بإمكانيات محدودة جدا ، وفي سنة 1981 انضمت الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين ثلاثحادية الدولية (ISMGF) وكذلك للفيدرالية الدولية للمكفوفين كليا و جزئيا (IBSA) وفي سنة 1983 تم تنظيم الألعاب الوطنية في وهران (من 24 الى 30) سبتمبر حيث تبعتها عدة 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 الاولمبية الخاصة بالمعوقين سنة 1992 في برشلونة بفوجين أو فريقين يمثلان ألعاب القوى وكرة المرمى و كان لظهور عدائين ذوي المستوى العالمي دفعا قويا لرياضة المعوقين في بلادنا وهناك 36 رابطة ولاتية تمثل مختلف الجمعيات تظم أكثر من 2000 رياضي لهم إجازات وتتراوح أعمارهم بين (16 - 35) سنة . وتمارس حوالي 10 اختصاصات رياضية مكيفة من طرف المعوقين كل حسب نوع إعاقته ودرجتها وهذه الاختصاصات هي نوع الإعاقة :

المعوقين المكفوفين	المعوقين الحركيين	المعوقين الذهنيين
ألعاب القوى	ألعاب القوى	ألعاب القوى
كرة المرمى	كرة السلة فوق الكراسي المتحركة	كرة القدم بلاعبين
السباحة	رفع الأثقال	السباحة
الجيدو	السباحة	تنس الطاولة
التدام (الاستعراضى)	تنس الطاولة	كرة الطائرة

وقد سطرت الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات عدة أهداف متكاملة في بينها وعلى رأسها تطوير النشاطات البدنية و الرياضية المكيفة الموجهة لكل أنواع الإعاقات باختلافها ويتم تحقيق هذا الهدف عن طريق :

- العمل التحسيسي والإعلام الموجه
- للسلطات العمومية
- لمختلف 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 (I.C.C)
- اللجنة الدولية للتنظيم العالمي لرياضة المعوقين ذهنيا (IPC)
- الجمعية الدولية لرياضة المتخلفين والمعوقين ذهنيا (INAS-FMH)
- الفيدرالية الدولية لرياضات الكراسي المتحركة (ISMW) - الفيدرالية الدولية لكرة السلة فوق الكراسي المتحركة (IWPF)
- الجمعية الدولية للرياضات الخاصة للأشخاص ذوي إعاقات حركية مخية (CP - ISRA) و فيها 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 وظهور قوي للرياضيين المعوقين الجزائريين وخاصة في اختصاص ألعاب القوى ومنهم علاق محمد في

اختصاص (100-200-400) متر وكذلك بوجليطية يوسف في صنف 3B (معوق بصري) وفي نفس الاختصاصات و بلال فوزي في اختصاص 5000 متر و 800 و 1500 متر.¹

4- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف

إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي و العصبي والبدني والنفسي والاجتماعي، حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي، فهو كذلك يريد أن يسبح، يرمي بقفز شير انارينو وآخرون "إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلاءم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق.² يركز 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

¹ حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : مرجع سابق ، ص : 226

² محمد الحماحمي ، امين انور الخولي : اسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 ، ص :

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 وإمكاناته، و حدود 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 تكييف 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 الى 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 السماع بالتغيير المستمر والخروج في

حالة التعب.¹

¹ حلمي ابراهيم ، ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، مرجع سابق ، ص : 47 ، 49 ، 50

- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعا للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد.

5. تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف :

لقد تعددت الأنشطة الرياضية وتنوعت أشكالها فمنها التربوية و التنافسية، و منها العلاجية الترويحية أو الفردية والجماعية .

على أية حال فإننا سنتعرض إلى أهم التقسيمات، فقد قسمه أحد الباحثين إلى :

1.5. النشاط الرياضي الترويحي : هو نشاط يقوم به الفرد من تلقائي نفسه بغرض تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل أثناء أو بعد الممارسة وتلبية حاجاته النفسية والاجتماعية، وهي سمات في حاجة كبيرة إلى تنميتها وتعزيزها للمعاقين .

يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية.

إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث أنه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي.¹

يرى رملي عباس أن النشاط البدني الرياضي يخدم عدة وظائف نافعة ، إذ أن النشاط العضلي الحر يمنح الأطفال إشباعا عاطفيا كما يزودهم بوسائل التعبير عن النفس ، والخلق والابتكار والإحساس بالثقة والقدرة على الإنجاز وتمد الأغلبية بالترويح الهادف بدنيا وعقليا.... والغرض

¹ إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998 ، ص : 09 .

الأساسي هو تعزيز وظائف الجسم من أجل لياقة مقبولة و شعور بالسعادة والرفاهية¹
كما أكد "مروان ع المجيد " أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يشكل جانباً هاماً في نفس المعاق إذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات والصبر ، الرغبة في اكتساب الخبرة ، التمتع بالحياة ويساهم بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الرتيبة والمملة ما بعد الإصابة ، وتهدف الرياضية الترويحية إلى غرس الاعتماد على النفس والانضباط وروح المنافسة والصداقة لدى الطفل المعوق وبالتالي تدعيم الجانب النفسي والعصبي لإخراج المعوق من عزلته التي فرضها على نفسه في المجتمع.²

ويمكن تقسيم الترويح الرياضي كما يلي :

أ - **الألعاب الصغيرة الترويحية** : هي عبارة عن مجموعة متعددة من الألعاب الجري، وألعاب الكرات الصغيرة و ألعاب الرشاقة، وما إلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها .
ب **الألعاب الرياضية الكبيرة** : وهي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها

طبقاً لوجهات نظر مختلفة ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية، أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام .

ج- **الرياضات المائية** : وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة، كرة الماء، أو التجديف، اليخوت والزوارق، وتعتبر هذه الأنشطة وخاصة السباحة من أحب ألوان الترويح

¹عبس ع الفتاح رملي . محمد إبراهيم شحاتة : اللياقة والصحة ،دار الفكر العربي ،القاهرة ،1991 ، ص : 79
²مروان ع الجديد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ،1997 ، ص :

خاصة في بلادنا .

2.5. النشاط الرياضي العلاجي :

عرفت الجمعية الأهلية للترويج العلاجي، بأنه خدمة خاصة داخل المحال الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك ولتنشيط وتنمو وتطور الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء.¹

فالنشاط الرياضي من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية والمعاقين على التخلص من الانقباضات النفسية، وبالتالي استعادة الثقة بالنفس وتقبل الآخرين له، ويجعلهم أكثر سعادة وتعاوناً، ويسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء، كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل .

كما أصبح النشاط الرياضي يمارس في معظم المستشفيات والمصحات العمومية والخاصة وفي مراكز إعادة التأهيل والمراكز الطبية البيداغوجية وخاصة في الدول المتقدمة، ويراعى في ذلك نوع النشاط الرياضي، وطبيعة ونوع الإصابة، فقد تستخدم حركات موجهة ودقيقة هدفها اكتساب الشخص المعوق تحكم في الحركة واستخدام عضلات أو أطراف مقصودة .

3.5. النشاط الرياضي التنافسي : ويسمى أيضاً بالرياضة النخبة أو رياضة المستويات العالية، هي النشاطات الرياضية المرتبطة باللياقة والكفاءة البدنية بدرجة كبيرة نسبياً، هدفه الأساسي الارتقاء بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية واسترجاع أقصى حد ممكن للوظائف

¹عطيات محمد خطاب : أوقات الفراغ والترويج، مرجع سابق، ص: 64-65-66

والعضلات المختلفة للجسم.¹

6. أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف: قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي عام 1978، بأن حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى، ومع مرور الوقت بدأت 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 عموما وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا، اجتماعيا، نفسيا، تربويا، اقتصاديا وسياسيا .

1.6. الأهمية البيولوجية : إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث أجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي، أو الشخص الخاص، برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص الأسباب عضوية واجتماعية وعقلية فان أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة.²

يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي، حيث تزداد نحافة الجسم وثقل سمته دون تغيرات تذكر على وزنه وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة وأظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة ونحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية.³

¹(Roi Randain:sur le chemin de sport avec les personnes handicapes physique , plint marketing sport, 1993,p 5-6

²لطفي بركات أحمد : الرعاية التربوية للمعوقين عقليا ، دار المريخ للنشر ، الطبعة ، الرياض، 1984 ، ص:61 .

³أمين أنور الخولي ، أسامة كمال راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة II، القاهرة 1992 ، ص : 150.

2.6. الأهمية الاجتماعية : إن مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد و يخفف 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.

ويجعلها أكثر إخوة وتماسكا، ويبدوا هذا جليا في البلدان الأوربية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الاجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي. فقد بين قبلن Veblen في كتاباته عن الترويج في مجتمع القرن التاسع عشر بأوربا 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 أموالا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر هوا وإسراف.¹

وقد استعرض كو كيلى الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة و الترويج فيما يلي : الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة والتبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي.²

كما أكد " محمد عوض بسيوني " أن أهمية النشاط الرياضي تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش فيها، حيث أن هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع. وهو ما أكده كذلك "عبد المجيد مروان" من أن الممارسة الرياضية

¹R. Sue : Le loisir.OP. cit ,P : 63.

²لطفى بركات أحمد: الرعاية التربوية للمعوقين عقليا، مرجع سابق ، ص : 65 .

تتمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة، فضلا عن شعوره باللذة والسرور، كما أن للبيئة والمجتمع والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعاق .

3.6. 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 أطفالا لا يلعبون فيحالات 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 خلاف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرسة التحليل النفسي (سيجموند فرويد)، وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويح أنها تؤكد مبدئين هامين :

1. السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب .
2. أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك الآخر .

أما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمس : اللمس - الشم - التذوق - النظر السمع في التنمية البشرية . وتبرز أهمية الترويح في هذه النظرية في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس والنظر والسمع إذ وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق والشم، لذلك فإن الخبرة الرياضية والترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية .

أما نظرية ماسلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية، كالحاجة إلى الأمن والسلامة، وإشباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات وإثباتها، والمقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء، ومما لا شك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل بحالاً هاماً يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله.¹

4.6. الأهمية الاقتصادية : لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرته على العمل و استعداده النفسي والبدني، وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، وان الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكويناً سليماً قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميته ويحسن نوعيتها، لقد بين "فرنارد" في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15 % في الأسبوع.²

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 و التسلية.³

5.6. الأهمية التربوية : بالرغم من أن الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد أجمع العلماء على أن 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 ترويجي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية و نحوية، يمكن استخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلاً.

¹حزام محمد رضا القزوي : التربية الترويحية ، دار العربية للطباعة ، بغداد ، 1978 ، ص: 20 .

²محمد نجيب توفيق : الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة ، الطبعة الأولى ، 1967 ، ص 560 .

³R. Sue : Le loisir : 0P. cit ,P : 49 – 50 .

تقوية الذاكرة : هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والترويحي يكون لها اثر 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 ترداد أثناء الإلقاء تحد مكان في « مخازن » المخ ويتم استرجاع المعلومة من « مخازنها » في المخ عند الحاجة إليها عند الانتهاء من الدور التمثيلي وأثناء مسار الحياة العادية .

تعلم حقائق المعلومات : هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص إلى التمكن منها، مثلا المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما، وإذا اشتمل البرنامج الترويحي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة إلى الإسكندرية فان المعلومة تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة.

اكتساب القيم : أن اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويح يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية، القيمة الاقتصادية، القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية.¹

6-6. الأهمية العلاجية : يرى بعض المختصين في الصحة العقلية، أن الرياضة الترويحي يكاد يكون المحال الوحيد الذي تتم فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا في الترويح: (تلفزيون، موسيقى، سينما رياضة، سياحة) شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، 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 التوترات العصبية ومن لعمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعد الحياة قد

¹حزام محمد رضا القرويني : التربية الترويحية . مرجع سابق . ص : 31 - 32.

يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى ممارسة الرياضة و البيئة الخضراء والهواء الطلق والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية، وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية.¹

7- . النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف :

من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة، إلا أنه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعاريف السابقة، خاصة تلك التي قدمها سيجموند فرويد Seg Mund Freud و جان بياجيه GeanPiaget و كارول حروس Karl Gros هذه التعاريف نابعة من نظريات مختلفة نذكر منها:

1.7. نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر) :

تقول هذه النظرية أن الأجسام النشيطة الصحيحة، وخاصة للأطفال، تختزن أثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العضلية والعصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب. وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض، لا يستخدمان في تزويد احتياجات معينة، ومع هذا فإن لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة، وأثناء فترات التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة.²

ومن جهة ثانية أن اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده، ومن تأثراته

¹ A. Domart & al : Nouveau Larousse Medical , Librairie Larousse , Paris, 1986,P: 589 .

² محمد عادل خطاب : النشاط الترويحي وبرامجه ، ملتم الطبع و النشر ، مكتبة القاهرة الحديثة ، ص: 56 - 57.

العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي وموافقة مع البيئة التيعيش فيها.¹

2.7. نظرية الإعداد للحياة : يرى كارل جروس " Karl Gros " الذي نادى بهذه النظرية بان اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وبهذا يكون قد نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى، حيث يقول أن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية، فالبنت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة، والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة .

وهنا يجب أن ننوه بما قدمه كارل جروس خاصة في العلاقة بين الأطفال في مجتمعات ما قبل الصناعة أما في المجتمعات الصناعية يقول رايت ميلز " R. Mills "يعوض الترويح للفرد ما لم يستطع تحقيقه في مجال عمله، فهو بحال لتنمية مواهبه و الإبداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي يتوقف نموها السبب الظروف المهنية، كما أنه يشجع على ممارسة الهوايات المختلفة الرياضية، الفنية أو العلمية ويجد الهاوي من ممارسة هواياته، فرصة للتعبير عن طاقاته الفكرية وتنميتها يصاحبه في ذلك نوع من الارتياح الداخلي، بعكس الحياة المهنية التي تضرر نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي.

3.7. نظرية الإعادة والتخليص: يرى ستانلي هول " Stanley Hool " الذي وضع هذه النظرية أن اللعب ما هو إلا تمثيل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي اجتازها الجنس البشري من الوحشية إلى الحضارة، فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخليص وإعادة لما مر به الإنسان في تطوره على الأرض، فلقد تم انتقال اللعب من جيل إلى آخر منذ أقدم العصور .

من خلال هذه النظرية يكون ستانلي هول قد اعترض لرأي كارول جروس ويبرر ذلك بان

¹Serae moyenca : Sociologie et action sociale , Editions labor , Bruxelles, 1982,P: 163.

الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، اذ يرى أن الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعيدون المرحلة القردية من مراحل تطور الإنسان.¹

4.7. نظرية الترويح : يؤكد "جتسي مونس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادته حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة .

و الراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الاستراحة الاسترخاء في البيت أو في الحديقة أو في المساحات الخضراء أو على الشاطئ الخ.

كل هذه تقوم بإزالة التعب عن الفرد، و خاصة العامل النفسي، لهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العمل النفسي والضجر الناتحين عن الأماكن الضيقة والمناطق الضيقة و مزعجا².

5.7. نظرية الاستجمام : تشبه هذه النظرية إلى حد كبير نظرية الترويح، فهي تذهب إلى أن أسلوب العمل في أيامنا هذه أسلوب شاق ومحل، لكثرة استخدام الفضلات الدقيقة للعين واليد، وهذا الأسلوب من العمل يؤدي إلى اضطرابات عصبية إذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل الاستجمام واللعب لتحقيق ذلك .

8-2 . المستوى الاقتصادي : تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمال لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة والتسلية والترفيه .

¹ د / كمال درويش، أمين الخولي: أصول الترويح و أوقات الفراغ، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1990، ص : 227.

²F. Balle & al: Ecyelopédie de la sociologie , Librairie Larousse , Paris, 1975, P: 221

يبدو من خلال كثير من الدراسات أن دخل العامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع واختياراته لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التجار أو الإطارات السامية.¹

كما لاحظ " سوتش " أن هناك بعض الأنواع من الترويج ترتبط بكمية الدخل فكلما ارتفعت زادت المصاريف الخاصة بالترويج، كالخروج إلى المطاعم ومصروفات العطل والسياحية، أو تزايد الطلب على الحاجات الترويحية.

وجاء في دراسة مصرية أن نسبة كبيرة من العمال يفضلون قضاء وقت فراغهم في بيوتهم على الذهاب إلى السينما وذلك لتقادي مصاريف طائل منها في نظر العمال.²

والذي يمكن استنتاجه من خلال ما سبق أن اختيار الفرد لكيفية قضاء أوقاته الحرة أو أسلوب نشاطه الترويحي ونمطه يتأثر بمستوى مداخل الأفراد وقدرتهم المادية لذلك.

3.8. السن : تشير الدراسات العلمية إلى أن العااب الأطفال تختلف عن العااب الكبار وأن الطفل كلما نمي وكبر في السن قل نشاطه في اللعب .

يشير سولينجر Sullenger " إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالاً أخرى غير التي كانوا يمارسوها من قبل، وذلك كالقيام بمشاهدة التلفزيون والاستماع للموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي .

أن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان بما سلو كا بق الترويحية الخاصة، فالطفل يمرح و الشيخ يرتاح، في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أذواقهم، ففي دراسة بفرنسا " 1967 " وجد أن مزاوله الرياضة نقل تدريجيا مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم في عمر 60 عاما.³

¹J. Dumaze Dier : Vers une civilisation du loisir ? OP. Cit, P 260.

²حسن الساعاتي : التطبيع والعمران ، دار النهضة العربية ، الطبعة الثانية ، بيروت ، 1980، ص : 319.

³Roymond. Tomas : Psychologie du sport, P.U. F, 1er Edition, Paris, 1983, P: 71 – 72.

4.8. الجنس : تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات فالبنيات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة وبالعاب الآلية والعاب المطاردة .

ولقد أوضحت دراسات هو نزيك "Honzik" أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات وأن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة و مشاهدة برامج التلفزيون كما أوضحت دراسة اليزابيث تشايلد " E. Child " إن البنات و البنين في مرحلة الطفولة من سن 3 - 12 سنة يميلون إلى النشاطات البدنية و الإبداعية والتخيلية.

إلا أن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين تختلف حيث تأتي ممارسة النشاطات البدنية لدى البنات في الترتيب الأخير.¹

5.8. درجة التعلم : لقد أكدت كثير من الدراسات الاجتماعية إن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسلاتهم وهواياتهم، منها ما جاء بها "دوما زودبي" إذ بين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموماً في اختياره لترويح ...، خاصة وأن إنسان اليوم يتلقى كثيراً من التدريبات في مجال الترويح أثناء حياته الدراسية، مما قد يربي أذواقاً معينة لحوايت ربما قد تبقى مدى الحياة.

كما أوضحت دراسة بلجيكية إن اختيار الأفراد الأنواع البرامج الإذاعية المقدمة تتنوع حسب المستوى التعليمي (ابتدائي، ثانوي، جامعي ...).

وأن الجامعيون يفضلون الموسيقى والحصص العلمية والأدبية بينما ذوي المستوى

¹ داکمان درویش ، محمد الحماحمي : رؤية عصرية للترويح و أوقات الفراغ ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1997 ، ص : 63.

الابتدائي أكثر ولعا بالمنوعات الغنائية والألعاب المختلفة.¹

والذي يمكن استنتاجه من خلال نتائج الدراسات أن هناك اختلاف واضح في كفاءات قضاء الوقت الحر وممارسة الترويح بحسب مستوى تعليم الأفراد.

6.8. الجانب التشريعي:مع أن معظم المجتمعات ليس لديها تشريعات كافية في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة والتكفل بهم خاصة منها الحق في ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف ألوانها خصوصا في الدول العربية وتوفير الخدمات الرياضية والترفيهية للخواص، مما يشكل عائقا في تقديم الخدمات الضرورية لهذه الفئة.

¹J - Cozcheuve : Sociologie de la Radio - Télévision , P.U.F, 5em Edition , Paris, 1980, P: 87.

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 و الرياضي 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 هذا 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 الخلفي والاجتماعي، وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والاستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة . خاصة للأطفال المعاقين والذين تضيق دائرة نشاطهم بسبب مرض أو عجز جسمي أو عقلي، وقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي الذي يجب تحقيقه للمعوقين هو تعليمهم الاشتراك بفعالية في نشاطات الرياضة والترويح من خلال برنامج تربوي يشجع على ممارسة كل ألوان النشاط البدني الرياضي واستغلال أوقات الفراغ والذي يجيني من خلاله المعوقون، فوائد جسمية، اجتماعية، تربوية، نفسية ومعرفية .

كما أن للنشاط الرياضي تأثير ايجابي على اندماج وإعادة تأهيل المعاق وتقبله في المجتمع من خلال تحسيس الجمهور بان المعاق يستطيع ممارسة النشاط الرياضي بمزات الرياضي العادي من الدقة والتركيز والتحكم في النفس، و متعة واندفاع كبيرين دون إي عقدة، وانه بواسطة الإرادة والرغبة والتدريب المستمر يستطيع المعاقين تحقيق نتائج مذهلة في مختلف الاختصاصات بتحلب الفرح والسرور والسعادة للأخريين هذه القيمة للنشاط البدني و الرياضي المكيف تفتح لنا إمكانية دراسته على مستوى الأطفال المتخلفون عقليا والآفاق التي يمكن تسطيرها في هذا المجال، وهو ما نتطرق إليه بنوع من التفصيل في الفصل القادم .

الفصل الثالث

التخلف العقلي

تمهيد

1- مفهوم التخلف العقلي

2- خصائص المتخلفون عقليا

3- تصنيف التخلف العقلي

4- العوامل المسببة للتخلف العقلي

خلاصة

تمهيد :

يعتبر التخلف العقلي من الموضوعات الحديثة في ميدان التربية الرياضية و علم النفس مقارنة مع الموضوعات المطروقة في هذا الميدان، إذ تعود البدايات المنظمة لهذا الموضوع إلى النصف الثاني من القرن التاسع عشر، وتمتد جذوره إلى ميدان علم النفس، وعلم الاجتماع والقانون، و الطب ... إلخ، مما يستدعي من المربين القائمين على تربية ورعاية هذه الفئة أن يكونوا على دراية كافية بكل هذه الجوانب لأجل تخطيط البرامج التربوية التي تتلاءم مع خصائصهم وميولهم ورغباتهم .

وعليه فقد خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة التخلف العقلي دراسة تحليلية، بحيث سنتطرق أولاً إلى تحديد مفهوم التخلف العقلي في ضوء التعاريف المختلفة له، ثم نتبع ذلك بدراسة خصائص الأطفال المتخلفون عقلياً (الأكاديمية، العقلية، الجسمية، الشخصية، الاجتماعية والانفعالية، السلوكية)

و بعدها سنقوم بتصنيف التخلف العقلي بجميع أنواعه، و التطرق بنوع من التدقيق إلى العوامل المسببة للتخلف العقلي (قبل الولادة، أثناء الولادة، بعد الولادة) .

وأثناء معالجة هذه المواضيع سنحاول قدر المستطاع تدعيم مختلف التعاريف والمفاهيم بما أمكن من دراسات وإحصائيات وآراء مختلف المربين في هذا الميدان، لكي نعطي نظرة كافية عن مشكلة التخلف العقلي بأبعادها التربوية والاجتماعية والمشكلات المرتبطة بها، و لفت انتباه المربين إلى الانعكاسات والآثار السلبية لهذه المشكلة على المجتمع .

1- مفهوم التخلف العقلي : تقع ظاهرة التخلف العقلي ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة، لهذا حاول المختصون في ميادين الطب و الاجتماع و التربية و غيرهم تحديد مفهوم للتخلف العقلي، وطرق الوقاية منه، و أفضل السبل لرعاية الأشخاص المتخلفين عقليا .

وفي ضوء ما سبق يمكن القول أن الباحث في مجال التخلف العقلي يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي يتداولها المختصون و العاملون في هذا الميدان، و استخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة، فق استخدم الباحثون الإنجليز و الأمريكيان مصطلحات من قبل دون عقل، وصغير العقل، و نقصان العقل، وفي آخر الخمسينيات تخلوا عن هذه المصطلحات واستخدموا مصطلح التخلف العقلي، واصطلاح التأخر العقلي .

أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة، منها القصور العقلي، النقص العقلي، الضعف العقلي، التأخر العقلي، و الإعاقة العقلية .

ويرجع هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية والبعض الآخر ترجمها بحسب مضمونها واختلفوا في تحديد هذا المضمون، فمنهم من يعرف التخلف العقلي على أنه يعتبر عملية من العمليات الصعبة والمعقدة¹

يقصد بالتخلف العقلي [توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه، ويحدث قبل سن الثانية عشرة العوامل فطرية وبيئية، ويصاحبه سلوك توافقي سيئ]².

كما يمكن تعريف التخلف العقلي بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص و يصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلبا على الأداء التربوي.

¹ ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، الطبعة الأولى . عمان 2000 ، ص: 20-21 .

²د/ مصري عبد الحميد حنورة : رعاية الطفل المعوق ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى . القاهرة 1991 ، ص 84 .

ومن خلال هذه التعاريف المختلفة قد يكون من المناسب استعراض بعض التعريفات الفنية و السيكولوجية و الاجتماعية .

1-1 التعريف الطبي : يعتبر التعريف الطبي من أقدم تعريفات حالة الإعاقة العقلية، إذ يعتبر الأطباء من أوائل المهتمين بتعريف وتشخيص ظاهرة الإعاقة العقلية، و قد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة العقلية ففي عام 1900م ركز إرلاند على الأسباب المؤدية إلى إصابة المراكز العصبية، و التي تحدث قبل أو أثناء أو بعد الولادة، وفي عام 1908م ركز ثريد جولد على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل الولادة أو بعدها.¹

حالات المرض العقلي (الجنون) صلتهم بالواقع ويعيشون في حالة انقطاع عن العالم الواقعي (أمراض جنون العظمة والاكتئاب و الفصام بأشكاله ،... إلخ).

3-1. التعريف الاجتماعي : ظهر التعريف الاجتماعي للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات المتعددة للمقاييس القدرة العقلية وخاصة ستانفورد بينيه، و مقياس وكسلر، في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد، فقد وجهت انتقادات إلى محتوى تلك المقاييس وصدقها وتأثيرها بعوامل مرضية وثقافية وعقلية واجتماعية، الأمر الذي أدى إلى ظهور المقاييس الاجتماعية، والتي تقيس مدى تفاعل الفرد مع مجتمعه واستجابته للمتطلبات الاجتماعية .

وقد نادى بهذا الاتجاه ميرسر 1973م وجنسن 1980م، ويركز التعريف الاجتماعي على مدى نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه .

أما دول فيعرف التخلف، من وجهة نظر نفسية اجتماعية تعريفا شاملا محددًا محاولا التغلب على العيوب التي يقع فيها تعريف ثريد جولد في استخدامه الصلاحية الاجتماعية

¹محمود محمد رفعت حسن : الرياضة للمعوقين ، افينة المصرية العامة للكتاب ، الطبعة الأولى . مصر 1977 ، ص 34 .

كمحك للتعرف على التخلف العقلي واستطاع دول أن يحدد ما يقصد بالصلاحية الاجتماعية، كما استطاع وضع تعريف التخلف العقلي قائم على أساس الصلاحية الاجتماعية، كما قدم وسيلة للتعرف على هذه الصلاحية بشكل أكثر تحديدا وشمولا مما قدمه تريد جولد، يعرف دول التخلف العقلي فيقول أن الفرد المتخلف عقليا إنما هو الشخص الذي تتوفر فيه الشروط التالية:

1- عدم الكفاءة الاجتماعية بشكل يجعل الفرد غير قادر على التكيف الاجتماعي بالإضافة إلى عدم الكفاءة المهنية وعدم القدرة على تدبير أموره الشخصية .

2 - أنه دون مستوى الفرد العادي من الناحية العقلية .

3 - أن تخلفه العقلي قد بدأ منذ الولادة أو سنوات عمره المبكرة .

4 - أنه سيكون متخلفا عقليا عند بلوغه مرحلة النضج .

5 - يعود تخلفه العقلي إما إلى عوامل تكوينية و إما وراثية أو نتيجة لمرض ما .

6 - الشرط الأخير أن حالته غير قابلة للشفاء .

بهذا نجد أن دول يضع تحديدا واضحا و شاملا للتخلف العقلي يشترط فيه أن تتوفر هذه الشروط الستة حتى يمكن تشخيص الحالة على أنها تخلف عقلي، وهذا يكون أكثر دقة وتحديدًا من تريدجولد، وذلك أن جعل الشرط الثاني للتخلف أن يكون صاحب الحالة أقل من العاديين من الناحية العقلية، فإن لم يكن كذلك فإنه ليس عند دول متخلفا حتى و إن كان عاجزا عن التكيف الاجتماعي، في حين أن مثل هذا الفرد يعتبر متخلفا في مفهوم تريد جولد.¹

4-1 . تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي : ظهر تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقليننتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف السيكومتري والذي يعتمد على معايير القدرة

¹د/ ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، مرجع سابق ، ص 23-24 .

العقلية وحدها في تعريف الإعاقة العقلية، ونتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف الاجتماعي والذي يعتمد على معايير الصلاحية الاجتماعية وحدها في تعريف الإعاقة العقلية، فقد جمع تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي بين معيار السيكومترية و المعيار الاجتماعي، و على ذلك ظهر تعريف هير 1959 م والذي روجع عام 1961م والذي تبنته الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، و يشير مقارنة مع نظرائه من نفس المجموعة العمرية، وعلى ذلك يعتبر الفرد معوقا عقليا إذا فشل في القيام بالمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه، وقد ركز كثيرون من أمثال تريد جولد ودول وهير وجروسمان ومير سر على مدى الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية بمصطلح السلوك التكيفي .

وقد تختلف هذه المتطلبات الاجتماعية تبعا لمتغير العمر أو المرحلة العمرية للفرد، حيث تضمن مفهوم السلوك التكيفي تلك المتطلبات الاجتماعية، وعلى سبيل المثال فإن المتطلبات الاجتماعية المتوقعة من طفل عمره سنة واحدة هي :

- التمييز بين الوجوه المألوفة و غير المألوفة .
- الاستجابة للمداعبات الاجتماعية .
- القدرة على الكلام (النطق) بكلمات بسيطة .
- القدرة على المشي .
- القدرة على التآزر البصري الحركي .
- الاستجابة الانفعالية السارة أو المؤلمة حسب طبيعة المثير ... إلخ . في حين تتمثل المتطلبات الاجتماعية لطفل في السادسة من العمر في :
- تكوين الصداقات .
- نضج الاستجابات الانفعالية السارة أو المؤلمة .
- التآزر البصري الحركي، المشي، القفز، الجري، الركض .

- ضبط عمليات التبول و التبرز .
- نمو المحصول اللغوي و الاستعداد للقراءة و الكتابة .
- التمييز بين القطع و الفئات النقدية .
- القدرة على التسوق بقائمة بسيطة من المشتريات .
- الإحساس بالاتجاه و قطع الشارع.
- القيام بالمهام المنزلية البسيطة ... إلخ.¹

وعلى ذلك تعتبر تلك المتطلبات الاجتماعية معايير يمكن من خلالها الحكم على أداء الفرد و مدى قدرته على تحقيقها تبعا لعمره الزمني، أما إذا فشل في تحقيق مثل هذه المتطلبات في عمر ما فإن ذلك يعني أن الطفل يعاني في مشكلة في تكيفه الاجتماعي .

وعرف تيريد جولد التخلف العقلي من وجهة نظر الصلاحية الاجتماعية بأنه حالة عدم اكتمال النمو العقلي إلى درجة تجعل الفرد عاجزا عن مواءمة نفسه مع بيئة الأفراد العاديين بصورة تجعله دائما بحاجة إلى رعاية وإشراف ودعم خارجي.

تعريف هيبير إلى ما يلي : تمثل الإعاقة العقلية مستوى الأداء الوظيفي العقلي الذي يقل عن متوسط الذكاء بانحراف معيار واحد، و يصاحبه خلل في السلوك التكيفي، ويظهر في مراحل العمر النهائية منذ الميلاد وحتى السنة 16 سنة، ولكن في عام 1973م ونتيجة للانتقادات التي تعرض لها تعريف هيبير والتي خلاصتها أن الدرجة التي تمثل نسبة الذكاء كحد فاصل بين الأفراد العاديين أو الأفراد المعوقين عقليا عالية جدا، الأمر الذي يترتب عليه زيادة في عدد الأفراد المعوقين في المجتمع لتصبح 16 %، وعلى ذلك تمت مراجعة تعريف هيبير السابق، من قبل جروسمان 1973م، 1983م، و ظهر تعريف جديد للإعاقة العقلية وينص

¹د/ ماجدة السيد عبید : الإعاقة العقلية ، مرجع سابق ، ص 25-26 .

على ما يلي : تمثل الإعاقة العقلية مستوى من الأداء الوظيفي العقلي والذي يقل عن متوسط الذكاء بانحرافين معياريين ويصاحب ذلك خلل واضح في السلوك التكيفي، ويظهر في مراحل العمر الثمانية منذ الميلاد وحتى سن 18. و تبدو الفروق واضحة بين تعريف هير في عام 1959م و تعريف جروسمان

1973، 1983م ويمكن تلخيص تلك الفروق في النقاط الرئيسية التالية :

- 1 - كانت الدرجة (نسبة الذكاء) التي تمثل الحد الفاصل بين الأفراد العاديين، و الأفراد المعوقين حسب تعريف هير 85 أو 84 على مقياس و كلر أو مقياس ستانغور و بينية ، في حين أصبحت الدرجة (نسبة الذكاء) التي تمثل الحد الفاصل بين الأفراد العاديين و المعوقين، حسب تعريف جروسمان 70 أو 69 على نفس المقاييس السابقة .
 - 2 - تعتبر نسبة الأفراد المعوقين عقليا في المجتمع حسب تعريف هير 15.86 %، في حين تعتبر نسبة الأفراد المعوقين عقليا في المجتمع حسب تعريف جروسمان 2.27 % .
 - 3 - كان سقف العمر النمائي حسب تعريف هير هو سن 16 سنة، في حين أصبح سقف النمائي حسب تعريف جروسمان هو سن 18 سنة.¹
- و يعتبر تعريف جروسمان 1973 م، من أكثر التعريفات قبولا في أوساط التربية الخاصة، و قد تبنت الجمعية الأمريكية هذا التعريف من عام 1973 وحتى عام 1992م، كما تبناه القانون العام رقم 94/142 والمعروف باسم قانون التربية لكل الأطفال المعوقين، و حسب ذلك التعريف فقد اعتبرتمعايير نسبة الذكاء والسلوك التكيفي، أبعادا رئيسية في تعريف الإعاقة العقلية .
- وظهر تعديل جديد لتعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي في عام 1993م، وينص هذا

¹ خليل المعاينة : علم النفس التربوي ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان (2000 ص 155).

التعديل إلى عدد من التغيرات في التعريف التقليدي السابق للجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، والتي أشار إليها كلا من: هنت ومار شيل 1994م، ولاكسون 1992م، والجمعية الأمريكية للطب النفسي 1994م وعلى ذلك ينص التعريف الجديد للجمعية الأمريكية للتخلف العقلي على ما يلي :

تمثل الإعاقة العقلية عددا من جوانب القصور في أداء الفرد و التي تظهر دون سن 18، و تتمثل في التدين الواضح في القدرة العقلية عن متوسط الذكاء يصاحبها قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر السلوك التكيفي من مثل مهارات :الاتصال اللغوي، العناية الذاتية، الحياة اليومية الاجتماعية، التوجيه الذاتي، الخدمات الاجتماعية، الصحة والسلامة، الأكاديمية، وأوقات الفراغ و العمل.

1-4-1. تعريف السلوك التكيفي : يشير السلوك التكيفي إلى الاستقلال الذاتي وقدرة الشخص على تحمل المسؤولية الاجتماعية المتوقعة ممن هم في عمره، ومن مجموعته الثقافية، ويقاس السلوك التكيفي بأدوات عديدة من أهمها مقياس السلوك التكيفي الذي أعدته الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، الذي يقيس الجزء الأول منه الجوانب الآتية : الأداء المستقل، النمو الجسمي، النشاط الاقتصادي، النمو اللغوي، الأرقام و الوقت، النشاط المهني، التوجيه الذاتي، تحمل المسؤولية، النضج الاجتماعي.

2.- خصائص المتخلفون عقليا :

إن التعرف على السمات و الخصائص العامة للمعوقين عقليا يساعد المربين و الأخصائيون على تقديم أفضل الخدمات النفسية والتربوية و الاجتماعية، حيث أن الأشخاص المتخلفين عقليا قادرين على التعلم والنمو على أن نموهم وإن كان يوازي نمو الأشخاص غير المتخلفين عقليا إلا أنه يتصف بكونه بطيئا، واستنادا إلى هذه الحقيقة فإن فلسفة رعاية هؤلاء

الأشخاص قد تغيرت في العقود الماضية من الإيواء إلى تطوير البرامج التربوية للأفراد المتخلفين عقليا، ذلك أن هؤلاء الأفراد لا يشكلون فئة متجانسة، فقد تختلف الخصائص تبعا لدرجة الإعاقة، لذا نجد اختلافات واضحة بين الأفراد المعوقين عقليا بعضهم البعض، هذا فضلا عن الاختلافات الكبيرة بين هؤلاء الأفراد وبين العاديين، وسوف يكون وصفا لخصائص هذه الفئة، رغم وجود بعض الخصائص المختلفة لكل فئة من فئات المتخلفين عقليا، و أهم الخصائص هي:¹

1-2 . الخصائص الأكاديمية : إن العلاقة القوية التي يرتبط بها كل من الذكاء و قدرة الفرد على التحصيل يجب أن لا تكون مفاجئة للمعلم عندما لا يجد الطفل المتخلف عقليا غير قادر على مسايرة بقية الطلبة العاديين في نفس العمر الزمني لهم وخاصة في عملية تقصيره في جميع جوانب التحصيل، و قد يظهر على شكل تأخر دراسي في مهارات القراءة والتعبير والكتابة والاستعداد الحسابي، وقد أشارت دونا بان هناك علاقة بين فئة المتخلفين عقليا وبين درجة التخلف الأكاديمي، إذن من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني، كذا عدم قدرة هؤلاء على التعلم من تلقاء أنفسهم مقارنة مع العاديين، و هذا ما أثاره كل من بني مستر 1976م، وديني 1946م، وزقار 1964م والتي يلخصها ماكميلان 1977م بقوله أن الفروق بين تعلم كل من الأطفال العاديين و المعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة و النوع.

أما من ناحية الانتباه (و هو ما يعرف على أنه القدرة على التركيز على مثير محدد) يعتبر متطلبا مهما لتعلم التمييز، و قد حاولت دراسات عديدة التعرف على هذه الصفة لدى

¹د/ محمد عبد السلام البوايز : الإعاقة الحركية و الشلل الدماغي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان 2000 ص 82 .

الأفراد المتخلفين عقليا .

وقد خلصت النتائج إلى افتراض مفاده أن قدرة الشخص المتخلف عقليا على الانتباه إلى المثيرات ذات العلاقة في الموقف أضعف أو أدن من قدرة الأشخاص غير المعوقين، وأن ضعف الانتباه هذا هو العامل الذي يكمن وراء الصعوبة في التعلم التي يواجهها الأشخاص المتخلفين عقليا

أما درجة التذكر فهي ترتبط بدرجة الإعاقة العقلية، إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة العقلية و العكس صحيح، و تعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الأطفال المعوقين سواء كان ذلك متعلق بالأسماء أو الأشكال أو الوحدات وخاصة الذاكرة قصيرة المدى والاعتقاد السائد كما يذكر أليس 1970م، هو أن الأشخاص المتخلفين عقليا لديهم ضعف في اقتفاء المثير حيث يعتقد أن الذاكرة قصيرة المدى تتضمن أثر في الجهاز العصبي المركزي يستمر عدة ثوان، و هذا الأثر هو الذي يسمح بالاستجابة السلوكية وقد أطلق أليس على هذا اسم نظرية اقتفاء أثر المثير، ويخلص ماكميلان نتائج بعض البحوث على موضوع التذكر منها: 1- ثقل قدرة المعوق عقليا على التذكر مقارنة مع الطفل الذي يناظره في العمر الزمني.

2 - ترتبط درجة التذكر بالطريقة التي تتم بها عملية التعلم، فكلما كانت الطريقة أكثر حسية كلما زادت القدرة على التذكر و العكس صحيح ¹.

3 - تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي : استقبال المعلومات و خزها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات، و ذلك

¹أفروق الروسان: مناهج المهارات الاستقلالية للمعوقين عقليا، مطابع وزارة الإعلام، الطبعة الأولى ، البحرين .1983، ص 24-25 .

بسبب ضعف الانتباه لديه .

فالأفراد لمتخلفين عقليا لا يستطيعون التقدم في العملية التعليمية كغيرهم من الأفراد فهم لا ينجحون في المجالات الأكاديمية كغيرهم، ولا غرابة في ذلك فثمة علاقة قوية بين التحصيل الأكاديمي والذكاء فهم لا يعانون من مشكلات في القراءة و خاصة في الاستيعاب القرائي، وهم لا يحصلون أكاديميا بما يتوافق وقدراتهم المتوقعة.

2-2. الخصائص اللغوية : تعتبر الخصائص اللغوية والمشكلات المرتبطة بها مظهرا مميزا للإعاقة العقلية وعلى ذلك فليس من المستغرب أن نجد أن مستوى الأداء اللغوي للأطفال المعاقين عقليا هو أقل بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين الذين بناءا على ظروفهم في العمر الزمني .

وأشارت الدراسات إلى أن الاختلاف بين العاديين و المعوقين عقليا هو اختلاف في درجة النمو اللغوي ومعدله، وقد لاحظ الباحثون تطور النمو اللغوي لدى الأطفال المنغوليين لمدة ثلاث سنوات، وتوصلوا إلى أن الاختلاف في تطور النمو بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا هو اختلاف في معدل النمو اللغوي حيث أن الأطفال المعوقين عقليا أبطأ في نموهم اللغوي مقارنة مع نظرائهم من العاديين، و تين الدراسات أن المشكلات الكلامية أكثر شيوعا لدى الأشخاص المتخلفين عقليا منها لدى غير المتخلفين و خاصة مشكلات التهجئة و مشكلات لغوية مختلفة مثل تأخر النمو اللغوي التعبيري و الذخيرة اللغوية المحدودة واستخدام القواعد اللغوية بطريقة خاطئة وقد أشار هالاهاان و كوفمان 1982 إلى الخصائص التالية للنمو اللغوي للأشخاص المتخلفين عقليا :

1- إن مدى انتشار المشكلات الكلامية و اللغوية وشدة هذه المشكلات يرتبط بشدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد، فكلما ازدادت شدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد ازدادت

المشكلات الكلامية واللغوية وأصبحت أكثر انتشاراً.

2- أن المشكلات الكلامية واللغوية لا تختلف باختلاف الفئات التصنيفية للتخلف العقلي .

3- أن البنية اللغوية للمتخلفين عقلياً تشبه البناء اللغوي لدى غير المتخلفين عقلياً فهي ليست شاذة إنما لغة سرية و لكن بدائية .

أما كريم فقد أشار عام 1974م من خلال الاطلاع على الدراسات التي أجريت على تطور اللغة عند الأطفال المتخلفين عقلياً وقد كانت على الشكل التالي :

1- الأطفال المعوقين عقلياً يتطورون ببطء في النمو اللغوي .

2- الأطفال المعوقين عقلياً يتأخرون في اللغة، مقارنة مع العمر بالنسبة للعاديين .

3- لديهم الضعف في القدرات المعرفية وذلك مثل ضعف في فترة الذاكرة .¹

الخصائص العقلية : من المعروف أن الطفل المعوق عقلياً لا يستطيع أن يصل في نموه التعليمي إلى المستوى الذي يصل إليه الطفل العادي، كذلك أن النمو العقلي لدى الطفل المعوق عقلياً أقل في معدل نموه من الطفل العادي، حيث أن مستوى ذكائه قد لا يصل 70 درجة كما أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المحرد و إنما استخدامهم قد حصر على المحسوسات، و كذلك عدم قدرتهم على التعميم.²

4.2. الخصائص الجسمية : على الرغم من أن النمو الحركي لدى المتخلفين عقلياً أكثر تطوراً من مظاهر النمو الأخرى، إلا أن الأشخاص المتخلفين عقلياً عموماً أقل كفاية من الأشخاص غير المتخلفين عقلياً، وذلك فيما يتصل بالحركات وردود الفعل الدقيقة والمهارات الحركية

¹ جرار جلال، فاروق الروسان: دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقلياً، مطبعة الجامعة الأردنية عمان 1995، ص 18.

² ماجدة السيد عبيد : مقدمة في تأهيل المعاقين ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان ، 2000 ، ص: 35

المعقدة والتوازن الحركي، كذلك تشير الدراسات إلى أن المتخلفين عقليا يواجهون صعوبات في تعلم المهارات اليدوية، وهم أقل وزنا ولديهم تأخر في القدرة على المشي وبما أن هؤلاء الأشخاص المتخلفين عقليا لديهم أكثر بقليل من حيث المشاكل في السمع والبصر والجهاز العصبي من العاديين، لذلك من المتوقع بأن هؤلاء الأطفال من حيث التربية الرياضية أقل من العاديين في المهارات الرياضية كما أن قدر تم الحسية والحركية سريعة وذلك يظهر من خلال الحركات التي يقومون بها من دون هدف مثل المشي إلى الأمام و العودة إلى الخلف، وقد يصاحب بعضا منها تحريك الرأس واللزمات العصبية، وبناءا على تحليل الأدب المتصل بالخصائص النمائية الحركية للمتخلفين عقليا، خلص فالن و أمانسكي 1985 إلى ما يلي:

1- هناك علاقة قوية بين العمر الزمني والأداء الحركي، فمع تقدم العمر يصبح المتخلف عقليا أكثر مهارة حركية .

2- هناك علاقة قوية بين شدة التخلف العقلي وشدة الضعف الحركي .

3 - إن تسلسل النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا يشبه التسلسل النمائي لدى غير المتخلفين عقليا فمعدل النمو لديهم أبطأ منه لدى المعوقين، وكمجموعة فان المتخلفين عقليا يتأخرون في المشي، و يكونون أقصر قليلا من الآخرين، وأكثر عرضة للمشكلات والأمراض الجسمية، كم أن هذه الفئة تعاني مشكلات متصلة بالمجاري البولية و صعوبة كبيرة في التحكم بحركة اللسان

كما يعانون من اضطرابات عصبية و خاصة الصرع، وقد تبين أن بعضهم يتردد حولهم شكاوي الشذوذ الجنسي ولم تتعدى أعمارهم العشر سنوات، و يرجع إلى أن المتخلف عقليا يريد إثبات ذاته هو كيانه.¹

¹ماجدة السيد عبيد : تعليم الأطفال المتخلفون عقليا ، مرجع سابق ، ص: 66- 67.

5.2. الخصائص الشخصية : إن الأطفال المعوقين عقليا لديهم بعض المشاكل الانفعالية و الاجتماعية، و ذلك لسبب يعود إلى المعاملة والطريقة التي يعامل بها هؤلاء المتخلفين في المواقف الاجتماعية حيث قد يوصف بأنه متخلف أو غي أو مجنون ... إلخ.

وقد أشار زغلر من خلال الفرضيات التي وضعها في بحثه إلى أن السبب الحقيقي وراء تسمية أو الحكم على الأطفال المتخلفين عقليا بأكم غير اجتماعيين يعود إلى الخبرات السابقة لديهم وما أصيبوا من احباطات نتيجة هذا التفاعل مع القادرين، و أشارت الكثير من الدراسات إلى أن لدى الكثير من المعوقين عقليا إحساس سلي نحو أنفسهم بسبب ضعف القدرات لديهم التي قد تساعدهم في عملية النجاح، وكذلك أن لدى المعوقين عقليا ضعف في مفهوم الذات . ويعجز المتخلف عقليا عن إدراك العلاقات التي تربط سلوكه بنتائج ذلك السلوك عجزه عن إسقاط النتائج المباشرة للسلوك في المستقبل، فتتشأ عنه أفعال مدمرة لنفسه وللآخرين ويصبح خطرا على الناس و المجتمع ويعجز المتخلف عقليا عن تمييز ذاته من الأشياء والناس، ويعاني المتخلفون كل أنواع الضغوط كالعجز عن فهم تعقيدات الحياة والاستجابة لها والفشل في تحقيق المطالب الاجتماعية الملقاة على عاتقهم يعي الكثير من المتخلفين قصورهم العقلي ويعانون من مشاعر مرة من اللاقيمة و اللااعتبار مما يرشحهم لمختلف الدهانات الوظيفية كالقصام والهوس¹.

6.2. الخصائص الاجتماعية و الانفعالية : يجعل الضعف العقلي للإنسان المتخلف عقليا عرضة للمشكلات اجتماعية و انفعالية مختلفة، لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب ولكنه يعود أيضا إلى اتجاهات الآخرين نحو المتخلفين عقليا و طرق معاملتهم لهم والتي تؤدي بهذه الفئة

¹أفروق الروسان : قضايا ومشكلات في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998 ، ص: 55-56 .

إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة و يواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين .

إن الأشخاص المتخلفين عقليا لا يتطور لديهم الشعور بالثقة بالذات إذ يعتمدون على الآخرين لحل المشكلات، و أنهم بسبب هذا الإخفاق يتطور لديهم الخوف من الفشل والذي يدفع بهم إلى تجنب محاولة تأدية المهام المختلفة .

كذلك لوحظ أن الطفل المعوق عقليا يميل إلى الانسحاب والتردد في السلوك التكراري وفي عدم قدرته على ضبط الانفعالات، و غالبا ما يميل إلى المشاركة مع الأصغر سنا في نشاطه، وقد يميل إلى العدوان والعزلة والانطواء، وقد أشارت بعض الدراسات أن الطفل المعوق عقليا قد يكون هادئا لا يتأثر بسرعة، حسن التصرف والسلوك راضيا بحياته كما هي، ويستجيب إذا علمناه و يغضب إذا أهمل، ولكن سرعان ما يضحك و يمرح .

هناك بعض الدراسات التي ترجع السلوك الانفعالي الذي يتميز به الأطفال المتخلفون عقليا إلى ارتفاع وانخفاض في الهرمونات التي تفرزها الغدة الصماء، ومثال ذلك أن هرمون الثيرو سكين الذي تفرزه الغدة الدرقية يعدل النشاط العقلي و العصبي و يؤثر في الناحية الانفعالية إذا زاد إفرازه فان ذلك يؤدي إلى التوتر العصبي و عدم الاستقرار وعدم الثبات الانفعالي، وعلى العكس فإذا قل فان ذلك يؤدي إلى التعب والكسل والإهمال و البلادة و الخمول، و قد يؤدي إلى مشاكل متنوعة في الشخصية.

7.2. الخصائص السلوكية : بينت الخصائص السلوكية لدى المعوقين عقليا على نتائج الدراسات المقارنة بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني، إلا أنه يصعب تعميم هذه الخصائص على كل الأطفال المعاقين عقليا إذ قد تنطبق هذه الخصائص على طفل ما، بينما قد لا تنطبق على طفل آخر بنفس الدرجة، ومن أهم تلك الخصائص :

1.7.2. التعلم: التعلم الحركي هو التغير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة لتدريب أو الممارسة وليس للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة و غير ذلك من العوامل التي تؤثر على الأداء أو السلوك الحركي تأثيرا وقتيا معينا .

من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني، كما تشير الدراسات في هذا الصدد إلى النقص الواضح في قدرة هؤلاء الأطفال المعوقين عقليا على التعلم من تلقاء أنفسهم مقارنة مع الأطفال العاديين، و أن الفرق بين هؤلاء الأطفال المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة و النوع و في تعلم المفاهيم العددية ومهارات الكتابة والقراءة و في إتقان مهارات التعبير اللفظي في إشارة إلى تفوق الطلبة العاديين على الطلبة المعوقين عقليا.

2-7-2. الانتباه : يواجه الأطفال المعاقين عقليا مشكلات واضحة في القدرة على الانتباه والتركيز على المهارات التعليمية إذ تتناسب تلك المشكلات طرديا كلما نقصت درجت الإعاقة العقلية، و على ذلك يظهر الأطفال المعاقين إعاقة بسيطة مشكلات أقل في القدرة على الانتباه و التركيز مقارنة مع ذوي الإعاقة العقلية المتوسطة و الشديدة، و يلخص ماكميلان (1977) الدراسات التي أجراها زيمان (ZEAMAN1965) و زمان و هاوس (ZEAMAN, HOUSE 1963) و تيرنر (TURNURE1970) وسبيتز (SPITZ1966) في هذا المجال كما يلي :

- يعاني المعاقون عقليا من نقص واضح في الانتباه والتعلم التمييزي بين المثيرات من حيث شكلها ولونها ووضعها، وخاصة لدى فئة الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة .

- يعاني المعاقون عقليا (وخاصة فئة الإعاقة العقلية المتوسطة و الشديدة) من فرص الإحباط والشعور بالفشل، لذا يبحث الطفل المعاق عقليا عن فرص النجاح و علاماته إذ يركز

على تعبيرات وجه المعلم أكثر من تركيزه على المهمة المطلوبة منه.¹

- يعاني المعاقون عقليا من مرحلة استقبال المعلومات في سلم تسلسل عمليات أو مراحل التعلم و التذكر لذا كان من الضروري لمعلم التربية الخاصة العمل على مساعدة الأطفال المعاقين عقليا بطريقة منظمة سهلة .

- يميل الأطفال المعاقين عقليا إلى تجميع الأشياء أو تصنيفها بطريقة غير صحيحة وقد يعود السبب في ذلك إلى الطريقة التي يستقبل فيها المعاقون عقليا تعليمات ترتيب أو تصنيف الأشياء.

وعلى ضوء ذلك كله فليس من المستغرب أن يكون النقص الواضح في القدرة على الانتباه لدى الأطفال المعاقين عقليا سببا في كثير من المشكلات التعليمية لديهم.

3.7.2. التذكر : ترتبط درجة التذكر بدرجة الإعاقة العقلية إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة العقلية و العكس صحيح، و تعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الأطفال المعوقين عقليا سواء أكان ذلك متعلق بالأسماء أو الوحدات وخاصة التذكر قصير المدى، ويلخص ماكميلان (MACMILLAN 1977) نتائج البحوث التي أجراها بروكز كي (BROKOUSKI1974) وروبينسون (ROBINSON1974) و براون (BROWN1974) على موضوع التذكر لدى الأطفال المعوقين عقليا و منها :

- تقل قدرة الطفل المعوق عقليا على التذكر مقارنة مع الطفل الذي يناظره في العمر الزمني، و يعود السبب في ذلك إلى ضعف قدرة المعاق عقليا على استعمال وسائل أو استراتيجيات أو وسائل للتذكر كما يقوم بذلك الطفل العادي .

- ترتبط درجة التذكر بالطريقة التي تتم بها عملية التعلم فكلما كانت الطريقة أكثر حسية كلما

¹ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، مرجع سابق ، ص: 148 - 149.

زادت القدرة على التذكر و العكس صحيح .

- تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي : استقبال المعلومات و خزها ثم استرجاعها و تبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات.¹

4.7.2. انتقال اثر التعلم : يعاني الأطفال المعاقين عقليا من نقص واضح في نقل اثر التعلم من موقف إلى آخر، و يعتمد الأمر على درجة الإعاقة العقلية، إذ تعتبر خاصية صعوبة نقل آثار التعلم من الخصائص المميزة للطفل المعوق عقليا مع الطفل العادي الذي يناظره في العمر الزمني، و يبدو السبب في ذلك إلى فشل المعوق في التعرف إلى أوجه الشبه والاختلاف بين الموقف المتعلم السابق والموقف الجديد، و قد لخص ماكميلان (MACMILLAN1977) نتائج الدراسات التي أجريت حول موضوع انتقال اثر التعلم فأشار إلى الفروق الواضحة بين أطفال مراكز التربية الخاصة النهارية، و أطفال الإقامة الكاملة من حيث قدرتهم على التعرف على الدلائل المناسبة بين الموقف المتعلم السابق، و الموقف الجديد اللاحق، كما أشار إلى أن قدرة الطفل المعوق عقليا على نقل التعلم تعتمد على درجة الإعاقة العقلية وعلى طبيعة المهمة التعليمية ودرجة التشابه بين الموقفين السابق والملاحق².

3.- تصنيف التخلف العقلي :

الهدف الجوهري من استخدام نظام للتصنيف في مجال التخلف العقلي هو المساعدة على وضع وتخطيط برامج و خدمات ملائمة للأفراد والذين يقع مدى أدائهم العقلي في نطاق المستويات المختلفة للبحث العقلي .

¹ماجدة السيد عبيد : الاعاقة العقلية ، مرجع سابق ، ص: 148 - 149.

²د/ فاروق الروسان: سيكولوجية الأطفال غير العاديين - مقدمة في التربية الخاصة - دار الفكر للطباعة و النشر ، الطبعة الثالثة ، عمان 1998 ، ص 99....102 .

إن الشخص المتخلف عقليا لا بد من النظر إليه على انه فرد يملك درجات مختلفة من القدرات في المجالات المختلفة، هذه القدرات تتغير كلما تقدم الفرد تجاه تحقيق النضج وكلما حصل على التدريب والتعليم اللازمين والمساعدة المستمرة .

ويمكن تصنيف التخلف العقلي إلى ما يلي :

1.3. التصنيف على أساس الأسباب : يشمل التصنيف على حسب الأسباب العناصر التالية: - الإعاقة العقلية الأولية و التي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة و يقصد بها العوامل الوراثية مثل أخطاء الجينات و الصفات (الكروموزومات) و يحدث في حوالي 80 % من حالات الضعف العقلي العائلي .

- الإعاقة العقلية الثانوية و التي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل، أو أثناء فترة الولادة، أو بعدها وغالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية، و هذه العوامل تؤدي إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الإخصاب، و يحدث ذلك في حوالي 20 % من حالات الإعاقة العقلية، ومن أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ و حالات القصر¹.

2.3. التصنيف على أساس الشكل الخارجي : تقسم الإعاقة العقلية إلى فئات حسب الشكل الخارجي المميز لكل فئة ومن هذه الفئات ما يلي :

1.2.3. المنغولية: و تسمى هذه الحالة باسم عرض داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي (JOHN DOWN) في عام 1866 حيث قدم محاضرة طبية حول المنغولية كنوع من أنواع الإعاقة العقلية و لقي مثل هذا الاسم ترحيبا في أوساط المهتمين بالإعاقة العقلية . و تشكل حالة المنغولية حوالي 10 % من حالات الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة و يمكن التعرف

¹د/عبد الرحمن العيسوي : التخلف العقلي ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر ، الطبعة الأولى ، بيروت 1994 ، ص 28.

على هذه الحالة قبل عملية الولادة و أثناءها.¹

و يتميز الأطفال المنغوليون بخصائص جسمية و عقلية و اجتماعية مميزة تختلف عن فئات الإعاقة العقلية الأخرى، تتمثل هذه الخصائص في شكل الوجه حيث الوجه المستدير المسطح، و العيون الضيقة ذات الاتجاه العرضي، وصغر حجم الأنف، و كبر حجم الأذنين، و ظهور اللسان خارج الفم، و قصر الأصابع والأطراف، و ظهور خط هلامي واحد في راحة اليد بدلا من خطين .

أما الخصائص العقلية فتتمثل في القدرة العقلية التي نسبة ذكائها ما بين 45 - 70 على منحني التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية، و يمكن تصنيف هذه الفئة ضمن فئة الأطفال القابلين للتعلم، أو الأطفال القابلين للتدريب.

أما الخصائص اللغوية لهذه الفئة فهو يواجه مشكلات في اللغة التعبيرية إذ يصعب عليهم التعبير عن ذواتهم لفظيا لأسباب متعددة أهمها القدرة العقلية وسلامة جهاز النطق وخاصة اللسان والأسنان . أما مشكلات اللغة الاستقبالية فتبدو أقل مقارنة باللغة التعبيرية، إذ يسهل على الطفل المنغولي استقبال اللغة وسمعها و فهمها و تنفيذها²

أما أسباب هذه الحالة فتعود إلى اضطرابات في الكروموزوم رقم 21 حيث يظهر زوج الكروموزومات هذا ثلاثيا لدى الجنين، و بذا يصبح عدد الكروموزومات لدى الجنين في حالة المنغولية 47 كروموزوما كما هو الحال في الأجنة العادية، وهناك أسباب أخرى لحدوث حالات المنغولية تعود إلى خطأ ما في موقع الكروموزوم .

و لكن نسبة هذه الحالات قليلة جدا و لا ترتبط بعمر الأم كما هو الحال في حالات

¹دفاروق الروسان: سيكولوجية الأطفال غير العاديين-مقدمة في التربية الخاصة - مرجع سابق ، ص 80 .

²د/ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، مرجع سابق، ص 109 ، 110.

اضطرابات الكروموزوم رقم 21 و الذي يرتبط بعمر الأم.¹

2.2.3. القماءة : تعتبر القماءة مظهرا من مظاهر الإعاقة العقلية، ويقصد بها حالات قصر القامة الملحوظ مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد، و من المظاهر الجسمية المميزة لهذه الحالة قصر القامة حيث لا يصل طول الفرد حتى في غاية سن البلوغ و المراهقة إلى أكثر من 80 سم و يصاحبها كبر في حجم الرأس وجحوظ العينين و جفاف الجلد و اندلاع البطن و قصر الأطراف و الأصابع . أما الخصائص العقلية لهذه الحالات فتتمثل في تدني الأداء العقلي لهذه الفئة على مقياس الذكاء التقليدية . وفي الغالب تتراوح نسب ذكاء هذه الفئة ما بين 25 - 50 درجة، و تواجه هذه الحالات مشكلات تعليمية تتمثل في القراءة و الك، تبني مهارات الحياة اليومية .

وترجع أسباب حالات القماءة إلى عوامل وراثية وبيئية، وخاصة النقص الواضح في هرمون الثيرونكسين الذي تفرزه الغدة الدرقية حيث يتأثر نشاط الغدة الدرقية بعدة عوامل منها الهرمون المنشط لها من الغدة النخامية و كمية الدم التي تصل إليها، و مادة اليود التي تعتبر عاملا أساسيا في نقص هرمون الثيرونكسين .

3-2-3 . صغر حجم الدماغ : وتبدو مظاهر هذه الحالة في صغر حجم محيط الجمجمة و التي تبدو واضحة منذ الميلاد، مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد وفي صعوبة التآزر البصري الحركي و خاصة للمهارات الحركية الدقيقة، و تتراوح القدرة العقلية لهؤلاء ما بين الإعاقة العقلية البسيطة و المتوسطة، و يعتقد أن سبب هذه الحالة يبدو في تناول الكحول و العقاقير أثناء فترة الحمل، و تعرض الأم الحامل للإشعاع.²

¹د فاروق الروسان : سيكولوجية الأطفال غير العاديين ، مرجع سابق، ص: 81.

²الخالدي ، محمد علي أديب : سيكولوجية المتفوقين عقليا ، مطبعة دار السلام ، الطبعة الأولى بغداد ، 1975، ص: 22

4.2.3. كبر حجم الدماغ : تعتبر حالات كبر حجم الدماغ من الحالات الإكلينيكية المعروفة في مجال الإعاقة العقلية بالرغم من قلة نسب حدوث مثل هذه الحالات مقارنة مع حالات الإعاقة العقلية البسيطة، و تبدو مظاهر هذه الحالة في كبر محيط الجمجمة 40 سم - 50 سم، مقارنة مع حجم محيط الجمجمة لدى الأطفال العاديين عند الولادة، وغالبا ما يكون شكل الرأس في مثل هذه الحالات كبيرا، و من المظاهر الجسمية المصاحبة لمثل هذه الحالات النقص الواضح أحيانا في الوزن والطول وصعوبة في المهارات الحركية العامة والدقيقة، مقارنة مع نظرائهم من الأطفال العاديين .

أما الخصائص العقلية لمثل هذه الحالات فتبدو في النقص الواضح في القدرة العقلية، و غالبا ما تقع هذه الحالات ضمن فئة الإعاقة العقلية الشديدة و الشديدة جدا، خاصة إذا ما صاحبها إعاقات أخرى، أما البرامج التربوية فتبدو في مهارات الحياة اليومية.¹

3-3. التصنيف على أساس نسبة الذكاء : و هنا يصنف التخلف العقلي إلى فئات حسب معيار نسبة الذكاء المقاسة باستخدام مقاييس القدرة العقلية، كمقياس ستانفورد بينيه، أو مقياس وكسلر للذكاء . وعلى ضوء ذلك تصنف الإعاقة العقلية إلى الفئات التالية :

1.3.3. التخلف العقلي البسيط : تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 55 - 70 درجة، كما يتراوح العمر العقلي لأفرادها في حده الأقصى 7 - 10 سنوات، ويطلق على هذه مصطلح القابلون للتعليم، حيث يتميز أفراد هذه الفئة من الناحية العقلية بعدم القدرة على متابعة الدراسة في الفصول العادية، مع العلم أنهم قادرون على التعلم ببطء وخاصة إذا وضعوا في مدارس خاصة، ويمكن لهذه الفئة أن تتعلم القراءة والكتابة و الحساب، ولا يتجاوز أفراد هذه الفئة في الغالب المرحلة الابتدائية، وتشكل هذه الفئة ما نسبته 10 % من الأطفال المعاقين عقليا .

¹ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، مرجع سابق ، ص: 113.

2.3.3. التخلف العقلي المتوسط : تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة 40 - 55 درجة، كما تتراوح أعمارهم العقلية بين 3 - 7 سنوات في حده الأقصى، ويتميز أفرادها من الناحية العقلية بأنهم غير قابلين للتعليم، في حين أهم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعد في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تفادي حريق... إلخ. لذا يطلق عليهم القابلين للتدريب، أما الخصائص الجسمية و الحركية قريبة من مظاهر النمو العادي لهذه الفئة، ولكن يصاحبها أحيانا مشكلات في المشي أو الوقوف، كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة، وتشكل 10 % تقريبا من الأطفال المعاقين عقليا.

3.3.3. التخلف العقلي الشديد : تقل نسبة ذكاء هذه الفئة عن 20 درجة، كما يعاني أفرادها من ضعف رئيسي في النمو الجسدي وفي قدر تم الحسية الحركية وغالبا ما يحتاجون إلى رعاية وإشراف دائمين . وتجدر الإشارة إلى أن خصائص كل فئة الجسمية والعقلية والاجتماعية توازي خصائص الأطفال المماثلين لهم في التصنيف التربوي في وصف حالات الإعاقة العقلية حسب تغير الذكاء .

4.3. تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي : يعتمد هذا التصنيف في تقسيم الإعاقة العقلية على حسب متغيري القدرة العقلية والسلوك التكيفي إذ يؤخذ بعين الاعتبار مقياس الذكاء والدرجة على مقياس السلوك التكيفي، ويشبه هذا التصنيف تصنيف التخلف العقلي على حسب نسب الذكاء مع التركيز على نسبة مظاهر السلوك التكيفي في كل فئة من فئات الإعاقة العقلية و هي حسب هذا التصنيف تتمثل فيما يلي :

أ- الإعاقة العقلية البسيطة

ب- الإعاقة العقلية المتوسطة

ج- الإعاقة العقلية الشديدة

د- الإعاقة العقلية الشديدة جدا أو الاعتمادية¹.

3-5. التصنيف على حسب متغير البعد التربوي : يصنف جمهرة المربين المعوقين عقليا إلى

فئتين : - قابلي التعلم - غير قابلي للتعلم

وتقابل الفئة الأولى طبقة المورون وتقابل الطبقة الثانية طبقي الأبله والمعتوه، وتلتحق الفئة الأولى معاهد التربية الفكرية التابعة لوزارة التربية، بينما تلتحق الفئة الثانية بمؤسسات التثقيف الفكري والمهني التابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية . يعتبر هذا التصنيف من أكثر التصنيفات شيوعا وتقبلا بين العاملين في هذا المجال لعدة اعتبارات رئيسية.² كما يمكن تصنيف حالات الإعاقة العقلية وفقا لمتغير البعد التربوي إلى مجموعات منها :

1.5.3. فئة بطيء التعلم : تتراوح نسبة ذكائها من 75-90 وقد نجدها في بعض الحالات من 70-90 إذ هناك اختلاف بين علماء النفس والتربية في تحديدها، ويتصف هذا الطفل بعدم قدرته على موازنة نفسه مع ما يعطى له من مناهج في المدرسة العادية وعدم قدرته على تحقيق المستويات المطلوبة في الصف الدراسي، حيث يكون متراجعا في تحصيله الأكاديمي قياسا إلى تحصيل أقرانه من نفس الفئة العمرية.

2.5.3. فئة القابلين للتعلم :

توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي البسيط وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء للإعاقة العقلية .

3.5.3. فئة القابلين للتدريب: يوازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي المتوسط وفق التصنيف

على أساس نسب الذكاء، ومن بين خصائص هذه الفئة أهم قابلون للتدريب في المجالات

¹د/ فاروق الروسان : سيكولوجية الأطفال غير العاديين مرجع سابق ، ص: 85

²د/ لطفى بركات أحمد : تربية المعوقين في الوطن العربي ، مرجع سابق، ص: 44

التالية:

- أ- تعلم المهارات اللازمة للاعتماد على النفس .
- ب - التكيف الاجتماعي في نطاق الأسرة والجيرة .
- ت - تقديم بعض المساعدة في نطاق الأسرة والمدرسة و العمل.

4.5.3. فئة الاعتماديين :

توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي الشديد وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء للإعاقة العقلية ويطلق عليها أحيانا الفئة غير القابلة للتدريب، وهو يحتاج إلى الرعاية وإشراف مستمرين.

4. العوامل المسببة للتخلف العقلي :

لقد تحددت بعض أسباب الإعاقة العقلية بطريقة ملحوظة في العقود القليلة السابقة نتيجة للتقدم العلمي الواضح في ميادين الطب والعلوم الأخرى ذات العلاقة، ومع ذلك فإن 70% من أسباب حالات الإعاقة العقلية غير معروفة حتى الآن، وينصب الحديث على 25% من الأسباب المعروفة للإعاقة العقلية فقط. ويحدث التخلف العقلي في الغالبية العظمى نتيجة لعامل واحد أو تجميع متشابك من العوامل الثلاثة الآتية :

- قد ترجع حالات التخلف العقلي إلى حالة وراثية معقدة ليست واضحة أو مفهومة تماما في الوقت الحاضر، في مثل هذه الحالة يميل عدد كبير من أفراد الأسرة إلى الإجابة بالتخلف العقلي. قد يرجع التخلف العقلي إلى عوامل بيئية لا يتوفر فيها للفرد الاستشارة الذهنية الملائمة، أو لا

تتوفر للفرد العلاقات الاجتماعية المناسبة التي تسمح بالنمو نموا ملائما. غير أن العوامل

المسبة للإعاقة العقلية سواء المعروفة منها بصورة مؤكدة أو غير معروفة، تندرج تحت ثلاث عناوين بارزة . الوراثة، البيئة، أو مزيج بين العوامل الوراثية والبيئية معا.¹

ولهذا فإن من الممكن أن نذكر أهم العوامل المسبة للإعاقة العقلية في المراحل الثلاث التالية

1-4. العوامل المسببة للتخلف العقلي في مرحلة ما قبل الولادة :

يمكن تقسيم العوامل المسببة للتخلف العقلي في مرحلة ما قبل الولادة إلى مجموعتين من العوامل كمايلي :

ختمثل العوامل الجينية في عاملين قد يتسبان في إحداث حالة الإعاقة العقلية لدى المولود .

أ- الوراثة : يقصد بالوراثة انتقال صفات معينة من جيل سابق إلى جيل لاحق، أو هي كل ما يأخذه الفرد عن والديه عن طريق ما يسمى " بالكروموزومات" التي لها أهمية كبرى في تكوين الفرد غذا تتوقف عليها العوامل الوراثية.

وكما هو معروف فإن صفات الفرد كالطول ولون الشعر ولون العينين، وشكل الأنف وغير ذلك من آلاف الصفات الأخرى تحددها الجينات التي تحملها الكروموزومات الموجودة في نواة الخلية البشرية ويقدر العلماء أن كروموزومات الإنسان تحمل ما بين 60.000 و 100.000 جين نصفها يأتي من الأب والنصف الثاني من الام.

وقد أرادت المشيئة الإلهية أن تكون هناك بعض الجينات الضارة منتشرة في هذا الكم الهائل من الجينات وقد تمكن العلماء حتى يومنا هذا من معرفة حوالي 2800 جين له صفات ضارة غير مرغوبة ولكن لحسن الحظ فإن نسبة انتشارها بين الناس نادرة جدا.

من الجدير بالذكر، الإشارة إلى أن تلك الجينات وما تحمل من صفات وراثية تأخذ ثلاث

¹منائى منصور بو حميد : المعوقون ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، الطبعة الثانية ، الكويت 1985 . ص: 75 - 76 .

أشكال: - الجينات السائدة .

- الجينات الناقصة .

- الجينات المتنحية.

هذه الأخيرة الصفات الوراثية المتنحية على أنها صفات وراثية مرضية غير مرغوب فيها ولا بد من توفر جينين متنحيين لظهورها .

ويمكن تفسير دور العوامل الوراثية في نقل الصفات الخاصة بالقدرة العقلية حسب نوع الصفات الوراثية لكلا الأبوين، فيما يلي إذا كانت سائدة أو ناقلة أو متنحية .

الخلايا يوجد كما 46 كروموزوم، 23 للأنثى و 23 للذكر .

يمكن أن نأخذ صفة القدرة العقلية ن ويرمز لها بالرمز M سائدة، m متنحية.¹

ب- الخلل الذي قد يحدث أثناء انقسام الخلية الجنسية : إن أشهر مثال على مثل هذا الخلل الذي يمكن أن يحدث في عملية انقسام الكروموزومات هي الحالة المسماة بالمنغولية هذا الخلل يمكن أن يرجع إلى الانقسامات المبكرة للبويضة الملقحة والذي قد يؤدي بدوره إلى خلل انقسام الكروموزومات .

في عام 1959 اكتشف Le jaune مع مجموعة من الباحثين الفرنسيين وجود كروموزوم زائد في الخلايا الجسمية للمصابين بهذه الأعراض، أي أنهم يحملون 47 كروموزوم بدلا من 46 كروموزوم، وقد تبين أن 90 % تقريبا ترجع هذه الزيادة إلى وجود ثلاثة كروموزومات تحمل الرقم 21 أما أسباب وجود هذا الكروموزوم الزائد فغير معروفة تماما من الناحية الطبية، ولكن لوحظ أن هناك ارتباطا طرديا ما بين ازدياد عمر الأم وبين ازدياد احتمال إنجابها لأطفال

¹د/ محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، الطبعة الثالثة ، القاهرة 1978 ، ص: 97.

مصابين بهذه الحالة.

2.1.4. العوامل غير الجينية : تشمل هذه العوامل مجموعة واسعة من الأسباب التي قد تؤثر في الجنين فتؤدي إلى إصابته بالإعاقة العقلية في مرحلة ما قبل الولادة .

وفيما يلي عرض لأبرز هذه العوامل :

أ- **الأشعة :** تؤثر الأشعة تأثيرا ضارا بالجنين إذا تعرض لها وعمره أقل من ثلاث اشهر وقد اكتشف ذلك في الثلاثينات من هذا القرن، عندما كان يعالج سرطان الرحم بالأشعة عند بعض النساء الحوامل فأدى ذلك إلى تعرض الأجنة للإصابة بحالة صغر الرأس وأنواع أخرى من التشوهات وقد أكد ذلك ماحدث في هيروشيما و نزاكي، وكذا التجارب التي تم إجراؤها على الحيوانات المعرضة للأشعة في فترة الحمل .

وعلى ذلك فإن أثر هذه الأشعة يتوقف على عدد من العوامل أهمها :

- جرعة أو حجم الأشعة .

- العمر (المرحلة العمرية الذي يتعرض فيه الفرد إلى تلك الإشعاعات) .

ب- **الحصبة الألمانية :** تعتبر من أخطر الأمراض التي يمكن أن ينتقل تأثيرها من الأم إلى الجنين، ويعتبر McalistarGregg هو أول من اكتشف تأثير هذه الحصبة على الجنين وذلك عام 1941، وقدشهد العالم انتشار هذا المرض بصورة وبائية حيث كان الانتشاره في أمريكا عام 1964 أثار خطيرة أدى إلى وفاة أو إصابة أكثر من 50.000 طفل بأضرار بالغة الخطورة .

ج- **تعاطي العقاقير والأدوية أثناء الحمل :** تعتبر العقاقير والأدوية والمشروبات الكحولية سببا رئيسيا من أسباب الإصابة بالإعاقة العقلية أو حالات أخرى من الإعاقة .

ومن الأدوية التي قد تؤدي إلى تلف الخلايا الدماغية للجنين، الأسبيرين و بعض المضادات الحيوية والأنسولين و الهرمون انت الجنسية والأدوية الخاصة بعلاج الملاريا و الحبوب

المهدئة.¹

ويبدو تأثير هذه الأدوية في التشوهات الخلقية أو خلل في الجهاز العصبي المركزي، كما يؤثر التدخين والغازات بشكل عام إلى نقص واضح في وزن الجنين، أما تعاطي الكحول فيبدو في مشكلات نمو الجنين وحالات صغر حجم الدماغ بالإضافة إلى مشكلات في التأزر فيما بعد الولادة .

2.4. العوامل المسببة للتخلف العقلي أثناء الولادة : ويقصد بهذه المجموعة من أسباب أثناء الولادة تلك الأسباب التي تحدث أثناء فترة الولادة، والتي تؤدي إلى الإعاقة العقلية أو غيرها من الإعاقات ومنها :

- نقص الأوكسجين أثناء عملية الولادة : قد تؤدي حالات نقص الأوكسجين لدى الأجنة أثناء عملية الولادة إلى موت الجنين أو إصابته بإحدى الإعاقات، ومنها الإعاقة العقلية بسبب إصابة قشرة الدماغ للجنين كما تتعدى الأسباب الكامنة وراء نقص الأوكسجين أثناء عملية الولادة لدى الجنين، كحالات التسمم أو نقص المشيمة، أو طول عملية الولادة أو عسرها، أو زيادة نسبة الهرمون الذي يعمل على تنشيط عملية الولادة .

- **الصددمات الجسدية :** قد يحدث أن يصاب الجنين بالصددمات أو الكدمات الجسدية أثناء عملية الولادة بسبب طول عملية الولادة أو استخدام الأدوات الخاصة بالولادة، أو استخدام طريقة الولادة القيصرية بسبب وضع رأس الجنين أو كبر حجمه مقارنة مع عنق رحم الأم مما قد يسبب الإصابة في الخلايا الدماغية أو القشرة الدماغية للجنين وبالتالي الإعاقة و منها الإعاقة العقلية .

- **الالتهابات التي تصيب الطفل،** إذ تعتبر إصابة الجنين بالالتهابات، وخاصة التهاب السحايا

¹د محمد حسين غالوي: مرجع سابق، ص 98

من العوامل الرئيسية في تلف أو إصابة الجهاز العصبي المركزي، وقد يؤدي ذلك إلى وفاة الجنين قبل ولادته، أو إلى إصابة الأجنة إذا عاشت بالإعاقة العقلية أو غيرها من الإعاقات.

3.4. العوامل المسببة للتخلف العقلي ما بعد الولادة : يقصد بهذه المجموعة من الأسباب كل الأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة العقلية بعد عملية الولادة ومع ذلك فمن المناسب أن نشير إلى بعض حالات الإعاقة التي قد تظهر بعد عملية الولادة والتي هي نتاج لعوامل حدثت قبل أو أثناء عملية الولادة ومنها على سبيل المثال حالات الفيل كيتونوريا والتي تحدث نتيجة لعدم وجود أحد الإنزيمات الضرورية لتمثيل المواد الدهنية، ومن أسباب ما بعد الولادة الرئيسية للإصابة بالإعاقة العقلية :¹

- **سوء التغذية :** قد أشرنا إلى أهمية التغذية الجيدة للأم الحامل أثناء فترة الحمل، وأثر ذلك على نمو الجنين، وعلاقة ذلك بالإعاقة العقلية، كما تبدو أهمية التغذية الجيدة أيضا بعد عملية الولادة، إذ يشكل سوء التغذية وخاصة في المناطق الفقيرة سببا رئيسيا من أسباب حالات الإعاقة العقلية، ومن هنا كان من الضروري أن يتضمن غذاء الطفل بعد الولادة على المواد الرئيسية

اللازمة لنمو الجسم كالمواد البروتينية والكربوهيدراتية والفيتامينات خاصة فيتامينA، ب 6، ب12، د.

- **الحوادث والصدمات :** تعتبر الحوادث والصدمات الجسمية والتي تؤثر بشكل مباشر على الخلايا الدماغية سببا رئيسيا من أسباب الإصابة بالإعاقة العقلية، وما يصاحب ذلك من نقص في الأوكسجين أو تلف للخلايا الدماغية .

¹ أداء العظيم شحاتة مرسي : التأهيل المهني للمتخلفين عقليا ، دار الاتحاد العربي للطباعة ، القاهرة ، 1990 ، ص: 102 - 103 .

- الأمراض والالتهابات : كثيرا ما يتعرض الطفل وخاصة في السنوات الأولى من عمره إلى عدد من الأمراض، وقد يكون من نتائجها ارتفاع درجة حرارة الطفل، وخاصة في حالات السحايا، والحصبة والتهاب الجهاز التنفسي ... الخ، وقد يؤدي ارتفاع درجة حرارة الطفل إلى إصابة الجهاز العصبي المركزي للطفل وبالتالي إلى الإعاقة العقلية .

- العقاقير والأدوية : ويقصد بذلك مجموعة العوامل التي قد تؤدي إلى تلف في الجهاز العصبي المركزي.¹

¹فاروق الروسان : ميكولوجية الاطفال غير العاديين ، مرجع سابق ، 93-94 :

خلاصة :

كان هذا الفصل بمثابة الأداة الفعالة في تعريف و تحليل التخلف العقلي بأبعاده المختلفة سواء تعلق الأمر بالبعد النفسي أو الاجتماعي أو الطبي أو العقلي، حيث أجريت محاولة لشرح التخلف العقلي من جميع هذه الجوانب وإظهار مختلف التعاريف للهيئات والمنظمات الإنسانية حوله، وما ساهمت به هذه الهيئات في مضمار فهم ماهيته، وتغير وجهة النظر للمتخلف عقليا و ابراز مكانته في المجتمع، من خلال القوانين والتشريعات التي تصدر عنها .

يلاحظ أن إشكالية التخلف العقلي تقوم في مضمار التباين بين الباحثين والاختصاصيين، خاصة الباحثين العرب في تحديد المفاهيم والمصطلحات والتصنيفات المختلفة للتخلف العقلي، والتي تصبو في اتجاه واحد، والسبب في ذلك يعود إلى ترجمتها، فالبعض يترجمها ترجمة حرفية، بينما البعض الآخر يعود إلى ترجمتها على حسب معناها ومدلولها وكذلك النظرة الذاتية للمعنيين في تحديد ماهية التخلف العقلي بدقة يضاف إلى هذا مسألة انتشار هذه الظاهرة في المجتمعات المتطورة والضعيفة على حد سواء، والتي زادت من حاجات الباحثين إلى ضرورة البحث عن العوامل والأسباب التي تؤدي إلى هذه الظاهرة، ورغم التقدم العلمي الكبير الذي شهدته العقود القليلة الماضية، إلا أن أسباب بعض حالات الإعاقة العقلية ما زالت غير معروفة حتى الآن، حيث ينصب الحديث عن 25% من الأسباب المعروفة فقط .

وأهم ما توصلت إليه هذه الدراسات هو إنشاء مدارس و مراكز خاصة بتربية ورعاية هذه الفئة لما تعانيه من معوقات حيث أن قدرتها على اكتساب المعارف والمعلومات ضعيفة، وبالتالي استحالة ضمها إلى المدارس العادية، هذه القضية تضع لنا إمكانية دراسة الطرق والوسائل المتبعة في تربيتهم، التي أحدث تحولات جوهرية في تربيتهم وهو ما سنفعله في بقية البحث للفصل القادم.

الفصل الرابع :

النشاط البدني الرياضي والمتخلفون عقلياً

تمهيد

- 1 - مفهوم النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا
- 2- اهداف النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا
- 3- اغراض النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا
- 4- الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا خلاصة

خلاصة

تمهيد :

إن الأطفال المتخلفون عقليا يحتاجون أكثر من غيرهم إلى فرص اللعب والترفيه، إذ يحتاجون إلى مكان يلعبون فيه، وإشراف راشد عطوف يقوم بتربيتهم ورعايتهم، ويعتبر التربية الرياضية النشاط الإيجابي المناسب لقدراتهم، خاصة بعد تنظيمه إلى ما يسمى الآن بالتربية الرياضية المكيفة (المعدلة) لذلك كانت أهميته كبيرة في الحياة الاجتماعية لهذه الفئة .

وعليه فقد خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة النشاط البدني الرياضي لدى المتخلفين عقليا دراسة تحليلية حيث :

أولا : سنقوم بتعريف التربية الرياضية للمتخلفين عقليا في ضوء التعاريف المختلفة للمربين، ثم نتبع ذلك بدراسة أهدافها من حيث تنمية المهارات (الحسية الحركية، الاجتماعية العاطفية، المهنية، مهارات التواصل والتعامل مع الأداة).

ثانيا : سنقوم بتحليل أغراضها عند الأطفال المتخلفين عقليا من حيث النمو (البدني، الحسي الحركي، العقلي الاجتماعي) ثم نتطرق في الأخير إلى الألعاب التي تتناسب مع هذه الفئة من الأطفال .

وأثناء معالجة هذه المواضيع نحاول تدعيم بقدر ما أمكن مختلف المفاهيم والشروحات بدراسات علمية وآراء مختلف المربين في هذا المضمار، وذلك في محاولة منا لإظهار أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف في حياة المتخلفين عقليا، والتي أصبحت تستخدم كوسيلة علاجية وتربوية لهذه الفئة.

1.- مفهوم النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا :

يعتبر تحديد مفهوم التربية الرياضية المكيفة أمرا مهما للدراسات العلمية في هذا الميدان، نظرا لكونها القاعدة الأساسية لجميع النشاطات الرياضية خلال حياة الفرد، فهذا المصطلح يخضع للقاعدة النظرية من جهة والإطار العلمي من جهة أخرى، والذي يعد عنصر إدماج للناحية التربوية والأنشطة الرياضية المختلفة .

وفي السنوات الأخيرة تعددت المفاهيم والألفاظ التي تصف التربية الرياضية الترويحية، فمنهم من ينظر إليها حسب تأثير شخصية الفرد واتجاهه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، خلال مراحل التعلم المختلفة، وأطراف أخرى يرى أنها تكمن في الأنشطة الرياضية خلال وقت

الفراغ ، لذا فضرورة تحديد هذا المصطلح أمرا واجبا لفهم أكثر المحتوى وأهداف التربية الرياضية المكيفة والفوائد التي تعود من خلالها على حياة الفرد المختلفة، ومن ناحية أخرى تحديد هذا المصطلح يسمح لنا بتصنيف مختلف النشاطات الرياضية ودعم ممارستها لضمان تحقيق أهداف النظام التربوي الشامل .

يشير "Lombascar" وكلوس "Klaus" إلى أن عناصر الشخصية تنمو من خلال النشاط والتعلم الجيد وإن المدارس يقع على عاتقها تنمية القدرة والاستعداد لاستمرار التعلم الذاتي على مدى حياة الفرد .

ويرى فرويل أن التربية الرياضية هي مرآة للحياة، تعطي للطفل لمحة عن العالم الذي عليه أن يتعلم من أجله، وهي تخدم دائما غرضا ما، فهي تعبيراً عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاساً لاستعداداته وقدراته الخلاقة.¹

أما أرسطو فيرى أن من أهم أهداف التربية الرياضية، هو تعليم الأفراد كيف يستطيعون القضاء وقت فراغهم واستثمارها بطريقة إيجابية ومفيدة.²

ومن خلال هذه المفاهيم يمكننا أن نقول أن التربية الرياضية الترويحية، هي جزء من النظام التربوي الشامل وتهدف إلى بث وتنمية الاتجاهات والميول أن يمكن لها إعداد الفرد لاستثمار وقت فراغه بإتقان وحكمة.

2- أهداف النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا :

إن الأطفال المتخلفون عقليا يحتاجون أكثر من غيرهم إلى فرص اللعب الابتكاري وذلك لبعدهم عن جو المنزل والأسرة المشبع بالعطف والحنان فهم يحتاجون إلى مكان يلعبون فيه

¹ عطيات محمد حطاب : أوقات الفراغ والترويح ، ص: 66 .

² كمال درويش ، محمد الحماحمي : رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، ص: 122

وإشراف راشد عطوف، ويمكن بواسطة اللعب مساعدة الطفل المقيم في المستشفى أو في المراكز التربوية على أن يصبح عضوا نافعا في جماعته .

لقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي في تربية المتخلفين عقليا هو تعليمهم الاشتراك بفعالية في نشاطات أوقات الفراغ وتشجيعهم على الترويح واستغلال أوقات الفراغ، وهو ما يعود عليهم بفوائد حسية حركية (جسمية)، اجتماعية، تربوية، محضية .

1.2. تنمية المهارات الحسية الحركية : لما كانت القدرات الحسية الحركية ضرورية لتأدية النشاطات الحياتية اليومية، فإن العجز في هذا الجانب يؤثر على المظاهر الحياتية المختلفة إذ تعمل على كبح النضج العصبي، لذا تختفي الانعكاسات الحركية الأولية لان حركة الإنسان تعتمد على التوافق بين الجهازين العضلي والعصبي والتي تتمثل في المشي والجري والوثب... الخ.¹ وحتى يتحقق هذا الهدف يجب أن تقدم التربية الرياضية عبر برامجها اكتساب الكفاية الإدراكية الحركية والمهارة الحركية والتي لها أبعاد كثيرة منها :

- المهارات الرياضية تتيح فرص الاستمتاع بأوقات الفراغ ومناشط الترويح .
- المهارات الحركية تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.
- المهارات الحركية توفر طاقة العمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية.
- المهارات الحركية تمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان.
- المهارات الحسية تمكن الفرد من تعميق التأزر البصري والتميز باللمسي والسمعي والإدراك الشكلي والتوافق البصري العضلي.²

¹ محمد عبد السلام البواليز : الاعاقة الحركية والشلل الدماغي، ص : 85

² أحمد عمر سليمان روبي : القدرات الإدراكية - الحركية الطفل - سلسلة الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، القاهرة 1995 ، ص

2-2. تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية :

من بين الخصائص الاجتماعية المعروفة والتي يتميز بها الأطفال المتخلفون عقليا ضعف القدرة على التكيف الاجتماعي ونقص الميول والدوافع والاهتمامات وعدم تحمل المسؤولية والانسحاب من المواقف والعدوانية أحيانا .

أما من حيث الخصائص العاطفية والانفعالية، فيتميزون بعدم الاتزان الانفعالي وعدم الاستقرار النفسي والهدوء وأحيانا سرعة وبطء الانفعال ومستوياته، والتربية الرياضية هي مسألة حيوية للمعوقين من حيث إعادة تكيف هؤلاء مع المجتمع، فهي تعتبر أفضل وسيلة لتطوير قدرات المعوقين من حيث المشاركة الفعلية في الأنشطة المختلفة.¹

فالتربية الرياضية وفلسفتها الحديثة ورسالتها السامية تعمل على الاعتناء بالفرد وإنكاء العقل والجسم كوحدة متكاملة، لذا جعلت الدول المتقدمة الرياضة فلسفة لشعوبها وأرسلت دعائها على هذا المفهوم . هناك عدة أهداف شمولية تسعى التربية الرياضية والترفيهية لتحقيقها في تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية للمتخلفين عقليا منها :

- مساعدة الفرد على تكيف سلوكه، ومحاولة إعادة تربيته إجتماعيا .
- تكسب الطفل مهارات إجتماعية تساعد على التفاعل مع الجماعات واللعب مع الأفراد، كما تنمي الجرأة والتعاون، والتحكم في النفس .
- تنمية شخصيته وثقته بالنفس وذلك بالنجاح في اداء الأنشطة الرياضية المتنوعة .
- تنمية الاتجاهات الاجتماعية السليمة كالقيادة والاحساس بتحمل المسؤولية والتصرف في

¹ صالح عبد الله الزعبي ، أحمد سليمان العواملة : التربية الرياضية للحالات الخاصة، دار الصفاء للنشر والاشهار، الطبعة الأولى، عمان، 2000، ص : 63.

المواقف المختلفة.¹

3.2. تنمية المهارات المهنية :

إن إعداد الشخص المعوق عقليا لتحمل المسؤولية والعيش يتطلب تخطيط وتنفيذ برامج التدريب المهني المناسبة والذي يشمل التعريف بعالم العمل والمهن ومتطلباتها، واكتساب الأنماط السلوكية المناسبة. وتلعب الأنشطة الرياضية دورا أساسيا في إعداد الطفل المتخلف عقليا للحياة ودمجه اجتماعيا ومهنيا وذلك عن طريق تنمية قدراته في حدود إمكانياته وإستعداداته للتأهيل المهني، وإستغلال هذه القدرات والتركيز عليها وبالتالي تأهيلهم ودمجهم مع المجتمع، وإتاحة الفرصة أمامهم للإبداع والإنتاج.²

4.2. تنمية مهارات التواصل :

إن نسبة كبيرة من الأطفال المتخلفين عقليا تعاني من مشكلات في التواصل الفعال مع الأشخاص الآخرين، فمنهم من لا يستطيع التواصل لفظيا، ومنهم من يستخدم أساليب بدائية في التعبير، ومنهم من يواجه صعوبات حقيقية في اللغة الاستقبالية نتيجة التخلف في النمو اللغوي وبالتالي صعوبة في قدرتهم على التعبير عن أنفسهم وفهم الآخرين، والمهارات التي يمكن أن يكتسبها الطفل المتخلف عقليا من خلال ممارسته لمختلف الأنشطة الرياضية تتمثل في :

- تنمية مهارات التواصل اللغوي الشفوي أثناء أداء الألعاب المختلفة والتي تتطلب اشراك الأطفال في أدائها عن طريق تبادل الألفاظ المختلفة .

- تنمية الحواس التي يتلقى الطفل عن طريقها تأثير المحيط والمعلومات عن البيئة، وتبادل

¹ محمد الصالح ، محمد محمود : سيكولوجية اللعب والترويح عند الطفل العادي والمعوق، مكتبة الصفحات الذهبية، الطبعة الثانية، الرياض، 1982، ص: 23.

² عبد العظيم شحاتة مرسى : التأهيل المهني للمتخلفين عقليا ، مرجع سابق ، ص : 63 - 64 .

الخبرات مع المشاركين في اللعب.¹

وبصفة عامة لا تختلف أهداف التربية البدنية عند هؤلاء الأطفال عن أهدافها عند الاطفال الاسوياء وهي تكوين المواطن الصالح ويمكن تحقيق ذلك بمراعاة ما يلي :

- العمل على تحسين أو إزالة المعوقات المختلفة التي تحول دون توافق الطفل الفردي وتكيفه الاجتماعي والتي تجعل مهمة تعليمه وتدريب المهني صعبة .
- مساعدة الطفل على اكتساب اللياقة البدنية، وذلك عن طريق تحسين العمل العضلي للمجموعات العضلية وتنمية الاتزان الوظيفي بين أجهزة الجسم مع العناية بالقوام.
- تصحيح الانحرافات الميكانيكية حتى تتاح لأجهزة الجسم فرصا لاداء وظائفها كاملة .
- تنمية الاتجاهات السليمة نحو الصحة الشخصية والنشاط البدني وتكوين عادات خاصة بذلك.²

- دفع الفرد المتخلف عقليا الى العمل في حدود امكاناته وقدراته وذلك عن طريق تنظيم برامج خاصة له في نطاق طاقته الوظيفية وقدراته البدنية.
- إتاحة فرص النمو الاجتماعي عن طريق الانشطة الرياضية والترفيهية الملائمة لآعمارهم وميولهم.
- اكتساب خبرات تعليمية عن طريق المواقف التي تنشأ في اللعب الجماعي لأنها قريبة من الحياة العادية.
- تضمن عوامل الأمن والطمأنينة والثبات نتيجة لتحسن الحالة الوظيفية للجسم وزيادة

¹ حلمى إبراهيم ، محمد عادل خطاب : نشاط الطفل وبرامجه الترويحية ، دار النهضة العربية، الطبعة الأولى، القاهرة، 1964 ، ص: 19 - 20 .

² محمد عادل خطاب ، كمال الدين زكي : التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، الطبعة الأولى، القاهرة، 1965، ص : 107

القدرة على مطالب الحياة اليومية الاعتيادية .

- الابتعاد عن العزلة والكآبة المصاحبة للإعاقة¹

3. أغراض النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا:

يلتمس الطفل ذو العيب البدني مساعدة الناس له لاكتساب قسط من التربية العامة، والواجب أن تتاح له كل الفرص الفعالة لتحقيق هذه الأهداف، والواقع أن هؤلاء الأطفال أكثر إحتياجاً من غيرهم للخبرات التربوية، وإلى النشاط الإيجابي المناسب لقدراتهم والمشابه بقدر الامكان مع ما يمارسه أقرانه حتى يأخذ مكانه في المجتمع، ومحاولة تدريبه على وقاية نفسه وتحقيق ميوله بطريقة تعاونه على اكتساب مهارات في الألعاب، يضاف الى ذلك ما يحصل عليه من قيم سيكولوجية وفوائد اجتماعية وعقلية وحركية والعمل الوظيفي للأجهزة وازدياد قدرته على ممارسة النشاط الترويحي.²

إن للتربية الرياضية أغراض عديدة منها النمو العقلي والنمو الحركي والنمو البدني والنمو الاجتماعي العاطفي، حيث أن ممارسة المعوق للفعاليات والأنشطة الرياضية تحقق له هذه الأغراض .

1.3. غرض النمو البدني :

بصفة عامة النمو البدني هو عبارة عن التغيرات التي تعتري جسم الكائن الحي، غايتها إكتمال النضج ودوره الهام في حدوث النمو المناسب للفرد.³

إن ممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية للمعوقين ساعد على بناء الكفاءة البدنية عن

¹محمود محمد رفعت حسن : الرياضة للمعوقين، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الطبعة الأولى، مصر، 1977، ص: 72 .
²د/ حلمي إبراهيم ، حورية حسن : نشاط الطفل وبرامجه الترويحية ، دار النهضة العربية، الطبعة الأولى ، القاهرة 1964، ص: 62.

³زيدان نجيب دواشين : النمو البدني عند الطفل ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، الطبعة الثانية ، عمان 1996 ، ص : 10 .

طريق تقوية وبناء الجسم بواسطة هذه الفعاليات وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب .

وتلعب الفعاليات الرياضية التي تشمل العضلات الكبيرة دورا هاما في بناء أجهزة الجسم الحيوية كالجهاز الدوري والجهاز التنفسي . فالشخص المعوق الذي ينعزل عن العالم ويجلس على كرسيه ليرى المجتمع من خلاله وتركه الأنشطة الرياضية، سينتج عنه خوار في الجسم وتصلب في المفاصل وترهل في العضلات وضمورها، وهذا يؤدي بطبيعة الحال الى تشوه في التركيب الجسمي وظهور بعض التشوهات في القوام نتيجة الجلوس الطويل .

لذا فإن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب والتشوهات، وتساعد على النمو الطبيعي وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق وبذلك فان التربية الرياضية كفيلة بالنمو وبناء الشخص المعوق وتأهيله تأهيلا سليما، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع .

كما أن النشاط الرياضي يكسب الجسم مرونة وقوة ورشاقة وزيادة التحمل والتوافق العصبي وتقوية أجهزة الجسم العضوية الداخلية .

وتساعد الفرد على أداء أعماله اليومية بكفاية أكبر دون أن يبلغ مرحلة التعب والاعياء بسرعة وهذا له أثره الكبير على شخصية الفرد وحياته المستقبلية .

2.3. غرض النمو الحسي الحركي : يقصد بالنمو الحركي نمو حركة الجسم وانتقاله مثل

الكتابة والقراءة والسمع والبصر وغير ذلك مما يلزم أوجه النشاط المختلفة في الحياة.¹

كما يقصد بالنمو الحركي، أداء الحركات والفعاليات الرياضية بأقل جهد ممكن وبرشاقة وكفاءة

¹ أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1982 ، ص:

عالية وهذا يعتمد على العمل المتناسق الذي يقوم به الجهازان العصبي والعضلي للشخص المعوق، وهي بذلك تسعى الى مساعدة الفرد في عمله اليومي بكفاءة واقتدار وتعمل على مساعدته في السيطرة على درجة أدائه للمهارات الحركية ولذلك كان لزاما على الفرد المعوق أن يمارس الأنشطة الرياضية والمهارات البدنية لكي يكتسب التوافق اللازم لأداء الحركة .

كما أن التمارين البدنية تنمي النشاط والشجاعة والاقدام والصحة وتساعد على تكوين الجسم وتربيته البدنية تنمي النشاط والشجاعة والاقدام والصحة وتساعد على تكوين الجسم وتربيته تربية متزنة فتكسبه مرونة تمكنه القيام بحركات واسعة النطاق كبيرة المدى في المفاصل وتقوي اجزائه المختلفة باتزان وتناسق كما أنها تزيد من انتفاعه في علاج تشوهات القوام التي تحصل جراء عدم الحركة، كما أنعدم حركة الأجزاء الصحيحة للجسم تعمل على ضمور العضلات وجعلها غير قادرة على العمل الحركي مهم لبناء القدرات والكفاءات لدى المعوق .

3.3. غرض النمو العقلي :

تسعى التربية الرياضية الى جعل الجسم نشيطا قويا وذلك لأن أداء الحركات الرياضية تحتاج الى تركيز ذهني، كما أنها تجعل الجسم صحيحا قادرا على العمل فالنشاط الرياضي ليس زينة أو مجرد ألعاب يمارسها المعوق لقضاء وقت الفراغ وإنما يعد جانبا أساسيا في العملية التربوية فهي تسعى لزيادة قابلية الفرد المعوق واكتسابه المعلومات المختلفة .

ولكي يتعلم مهارة رياضية معينة أو لعبة ما فإنه يجب أن يستعمل تفكيره الخاص ونتيجة لهذا الاستعمال تحدث المعرفة لتلك المهارة أو الفعالية كما أن ذلك يقوده الى استعمال التوافق العضلي العصبي . خير مثال على سبيل التفكير، فاللاعب المعوق اضافة الى المجهود البدني الذي يستعمله فإنه بحاجة الى المجهود العقلي والتصرف في اللحظات الحاسمة واستعمال تفكيره لكي يكون دقيقا في اصابة الهدف أو في تمرير الكرة والتخلص من الخصم . كما أن

معرفة القوانين الخاصة بتلك اللعبة وخططها وفنونها تجعله قادرا على الابداع أكثر وما من رياضة يمارسها اللاعب الا ومرتبطة بمدى استعمال تفكيره وذلك من أجل أن يكون الهدف واضحا للوصول إلى النتيجة الايجابية . إذن إن المعرفة التي يكتسبها الفرد مهمة بالنسبة اليه لأنه اذا لم يكن هناك معرفة أو خبرة سابقة فانه يصعب بناء القرارات الصحيحة ومن ثم يكون أمرا مستحيلا.¹

وتعتبر التربية الرياضية وسيلة من وسائل الاسترخاء الذهني خاصة في الهواء الطلق بين أحضان الطبيعة الهادئة إذ تخفف كثيرا التعب العقلي والإجهاد العضلي والعصبي.²

4.3. غرض النمو الاجتماعي :

إن من أغراض التربية الرياضية مساعدة الشخص المعوق التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش معها، حيث أن ممارسته للفعاليات والانشطة الرياضية تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع.

والتجارب تدل على أنه كلما انغمر في أداء العمليات الرياضية والتي له رغبة في ادائها اكسبته خبرات متنوعة هذا بدوره يؤدي الى اكتسابه العادات الاجتماعية المرغوبة .

فممارسة الألعاب الرياضية المختلفة تنمي به الثقة بالنفس والتعاون والأقدام والشجاعة فضلا عن شعوره باللذة والسرور للوصول الى النجاح عن طريق الفوز، كذلك تساعد في تنمية الشعور نحو الجماعة (الانتماء) ونحو الحياة الرياضية والذي يساعد في نمو المعوق ليكون مواطنا صالحا يعمل المساعدة مجتمعه .

¹ مروان عبد المجيد ابراهيم : الالعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان 1997 ، ص: .

² محمد عادل خطاب : النشاط الترويحي وبرامجه ، ص : 57.

كما أن للمجتمع والبيئة والأسرة والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعوق، ولذلك فإن نظرة المجتمع اليه ضرورية ولها أهدافها وممارساتها . إن العناية اللازمة التي يجب أن نوجهها للمعوقين هي ليست أن نقيم لهم مراكز للتقوقع، وإنما غايتنا المثلى هي إعادتهم للمجتمع وتأهيلهم للحياة المشتركة وتكيفهم مع المجتمع، اضافة إلى ذلك فإن التربية الرياضية تعمل على تحقيق الأهداف التالية :

- تنمية المواهب والقدرات الشخصية للفرد المعوق.
- غرس القيم الخلقية والسلوكية.
- تنمية العلاقات الاجتماعية.
- إعادة الاتصال بالمجتمع من خلال اللقاءات الرياضية الداخلية والخارجية.
- تنمية الميول النفسية والقدرات العقلية.
- و تربية الصفات الحميدة في الانسان المعوق كالارادة والشجاعة والمثابرة والتعاون وضبط النفس وتطبيق النظام والملاحظة الدقيقة.
- تسعى الى تكوين الصداقات والاخوة والعمل المشترك.
- ومن هذا تعد الممارسة الرياضية مهمة للمعوقين بما يفوق أهميتها للأصحاء.

5.3. غرض علاجي :

تعد الممارسة الرياضية للمعوقين وسيلة طبيعية للعلاج على هيئة تمارين علاجية تأهيلية، وكأحد المكونات الهامة للعلاج الطبيعي، والتي تساهم بدرجة كبيرة في استعادة اللياقة البدنية للمعوق، مثل استعادته للقوة العضلية، والتوافق العضلي العصبي، العمل، السرعة، المرونة، وبالتالي استعادته لكفائته ولياقته العامة في الحياة . كما تساهم تلك التمارين في تغلب المعاق على ما يصادفه من ارهاق عضلي خاصة في بداية المرحلة التأهيلية .

إن الاشتراك في الأنشطة الرياضية تساعد على الاقلال من ارتفاع ضغط الدم، والمعروف أنه القاتل الصامت الذي ليست له أعراض ظاهرة، وكذلك الاقلال من مستوى الجلوكوز في الدم واحتمال التعرض لمرض السكر مستقبلا وتساعد هذه الأنشطة كذلك على الاقلال من كمية الدهن في الجسم والاحتراق الداخلي مما يقلل للتعرض للسمنة مستقبلا . كما أن الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترفيهية تساعد في الاقلال من الانفعال والمشكلة الكبرى التي تواجه كبير السن هي سهولة شرح وكسر العظام، وينطبق هذا على الشخص الخاص الذي لم يتحرك كثيرا اثناء السنوات الأولى لحياته .

6.3. غرض تروحي وجداني : تعتبر التربية الرياضية وسيلة ناجحة للترويح على نفس المعوق، كما تشكل جانبا مهما من استرجاعه لعنصر الواقعية الذاتية والصبر والرغبة والتمتع بالحياة، والتغلب على الحياة الروتينية والمملة كما يجد الإنسان في التربية الرياضية منفذا لانفعالاته ومنتفسا للضغوط، كما نجد الشخص الرياضي أكثر تحمسا لعمله وأصدقائه من غيره، كما يضيف النشاط التروحي للفرد المرح والسرور والاستمتاع وشعوره بالاستجابة لعواطفه، وبصفة عامة الترويح حاجة إنسانية لا بد منها:¹

4- الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا :

تعرفنا في الفصل الأول من هذا البحث عن التخلف العقلي، أسبابه ودرجاته الصفات الحركية له وسنورد هنا بعض الأنشطة والتمارين البدنية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا لعلها تساعد القائمين على الأنشطة الرياضية في المراكز النفسية التربوية عن بدء برنامج رياضي لهذه الاعاقة.

وعموما الأنشطة الرياضية المعدلة لهذه الفئة تعتمد بدرجة رئيسية على درجة الإعاقة،

¹ محمد عادل خطاب ، النشاط التروحي وبرامجه ، مرجع سابق ، ص : 58 .

والصفات الحركية للمعاق، والتي يمكنها ممارسة جميع أنواع الأنشطة الرياضية والتمارين ولكن بدرجة أقل من العاديين حيث أن نموهم الجسمي متأخر من سنتين الى خمس سنوات عن الأسوياء وبالتالي ممكن برمجة الأنشطة الرياضية للمعاق الذي عمره 10 سنوات نشاطات تناسب أعمار 6 او 7 سنوات.¹

تهدف تلك الأنشطة الى تنمية الإدراك الحسي الحركي والمحافظة على النواحي الجسمية، وتنمية اللياقة البدنية لهم، وعادة ما تكون هذه الأنشطة ترويحية وترفيهية مع استخدام المثيرات المختلفة كالإيقاع والموسيقى والتصفيق والأدوات ذات الألوان المبهرة والمتعددة، وذلك للتنبيه الحسي لهم ومساعدتهم على التمييز بين الأشكال والألوان والأحجام والمسافة، وأن تكون الممارسة تحت إشراف طبي ومختصين لتلك الفئة.

1.4. ألعاب للتحضير البدني العام :

يفضل أن تكون على شكل العاب ولا تحتاج الى تفكير في الأداء، حيث تعتمد تلك الفئة على التقليد للحركات كتقليد الطيور او الحيوانات، كذلك تنوع التمرينات بين فردية وزوجية وجماعية، باستخدام أدوات او بدونها.

ويفضل أن تكون الكرات المستخدمة ذات ألوان وأحجام مختلفة لتنمية التمييز بين الأدوات والأحجام، خاصة الكرات التي تستخدم في تعليم الالعاب الجماعية لتعويدهم على التفاعل مع الغير مثل كرة السلة، كرة اليد، كرة القدم والكرة الطائرة، كما يمكن استخدام مكعبات من المطاط أو الفلين أو أكياس الرمل والحبوب المتعددة الألوان لتنمية الملكات الذهنية لهم.²

¹ صالح عبد الله الزغبى ، أحمد سليمان العواملة : التربية الرياضية للحالات الخاصة ، مرجع سابق ، ص : 64 - 65 .

² حلمي إبراهيم ، ليلى السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1998 ، ص : 228 .

أمثلة على هذه الأنشطة :

1. الجري :

الجري في المكان مع زيادة السرعة .

- الجري لمسافة 20 م، 30 م، 40 م، 50 م، ...، 100 م.

- الجري مع القيام بإنجدياته .

2. التمرينات :

تمرينات النظام حيث أنها تعود المعوق على تصرفات نظامية حسنة داخل المجتمع الصغير الذي تعيش فيه مثل الوقوف صفا، برسم خط على الأرض والوقوف عليه . . تمرينات طبيعية مثل : تمرينات الحبو على الذراعين والزحف على البطن، وتمرينات تقليد الحيوانات والتسلق .

تمرينات التوازن : مثل رسم خطين والمشي بينهما ثم على خط واحد .

تمرينات تقوية الذراعين والجذع والساق.

3. الوثب : الوثب بالمكان والوثب على مقعد سويدي . الوثب عن حاجز والوثب من فوق كرسي أو طاولة.

الوثب الطويل والوثب العالي، ويجب ملاحظة توافر وسائل الامن والسلامة في الأدوات وتوافر المشرفين.

4. رفع الأثقال :درجة الكرة الطبية بالقدمين والتقدم أماما، ودحرجتها باليدين . الحجل على قدم واحدة، الوثب مع عدم اسقاط الكرة. رفع الأثقال بالتدرج : 1 كلغ، 2 كلغ، 10 كلغ، 20 كلغ . حمل الثقل والتقدم به الى الامام .

5. الرياضات الجماعية والفردية بأنواعها :يمكن للمعاقين عقليا ممارسة الالعاب الجماعية والفردية من اصحاب الاعاقة البسيطة والتي تؤدي إلى انخراط المعاق في الجماعة.¹

6. حركات الجمباز :من الممكن تعليم الحركات السهلة والتي تعتمد على أداء نموذج أمامهم حيث أنهم يميلون إلى التقليد لذلك يمكنهم أداء الدحرجات بأنواعها، الأمامية - الخلفية - الطائرة، والوقوف على الرأس واليدين والعجلة الخ.

هذه الحركات لها أهمية قصوى بحيث تحتاج الى درجة عالية من التوازن واذا تدرب المعاق على هذه الحركات، فان ذلك سوف يؤدي الى تنمية عنصر الرشاقة وتصحيح التشوهات القوامية لدى هذه الفئة².

7 ألعاب في تنمية الحواس:سنحاول عرض بعض الألعاب التي تساعد في تربية الحواس وتنميتها عند الاطفال المتخلفين عقلية والتركيز على الحواس باعتبارها المنافذ والوسائل الاساسية في توريد المعلومات الى دماغ الطفل، من هنا فهو يتفاعل مع ما يحيط به، من خلال هذه الحواس، وهذا يؤدي الى زيادة معارفه ونمو احساساته مما يؤدي إلى زيادة وعيه بعالمه الخارجي وزيادة قدرته على التحكم بهذا العالم، وقد صنفنا هذه الألعاب إلى خمس مجموعات :

1.7. ألعاب في تربية حاسة البصر :يحتاج أي معوق لفرص النظر، من خلال حاجاته لمرافق من خلالها انطباعات بصرية، فالمعاق سمعيا يجب أن يشجع على الملاحظة والنظر لتعويض اعاقته السمعية وبطئ التعلم يجب أن يشجع على استخدام عينيه.

ويمكن تلخيص أهم هذه الالعاب فيما يلي :

¹زهران (ليلي) : الأسس العلمية والعنلية التمرينات والتمارين الفنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1992 ، ص : 66. 67.

²حلمي ابراهيم ، ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، مرجع سابق ، ص : 229 .

- لعبة اكتشاف الشيء المخفي او المضاف، الهدف العام منها هو تدريب وتنمية الانتباه البصري والهدف الخاص أن يكتشف الطفل الشيء المخفي.

لعبة اليدين والقدمين، الهدف منها على الالوان والاشكال .

أهم وسائل تربية البصر للمعوقين هي الجولات والرحلات.¹

2.7. ألعاب في تنمية حاسة السمع: إن كل الأطفال بحاجة إلى أن يتعلموا كيفية الإصغاء من اجل ان يتذكروا الأصوات ويتعلموا بالتالي الكلام.

إن السمع مهم لدى المعوقين خاصة أولئك الذين يستخدمون حاسة السمع، كتعويض عن حاسة مفقودة، والجدير بالذكر أن الأطفال يحبون عمل الأصوات، ويشعرون بالرضا اذا ضبطوا الأصوات، وربطوها حسب تتابع الحوادث وهو ما يساعدهم في التركيز والتأزر السمعي . ويمكن تلخيص هذه الالعب فيما يلي :

لعبة اشارات المرور، الهدف العام تدريب الطفل الاستماع، الهدف الخاص أن يسمع، أن يركز سمعه أن يربط بين ما يسمعه وبين سلوك معين . مثلا :

يقول المعلم أحمر يجلس الأطفال، يقول أصفر يقف الاطفال .

لعبة دولبة الصحن، الهدف العام تدريب الطفل على التركيز والاستماع الهدف الخاص أن يسمع أن يركز سمعة، أن يربط بين ما يسمعه وبين سلوك معين.

3.7. ألعاب في تنمية حاسة اللمس: يمكن أن تكون الالعاب اللمس ذات أهمية خاصة للمكفوفين والمعاقين جسميا، كما أن الطفل البطيء التعلم بحاجة للتشجيع على اللمس مع اعطائهم تعزيزات، أما الطفل العدوانى فالمشكلة هنا ليست تشجيعه على اللمس انما كيف

¹ عبد الحفيظ سلامة: الوسائل التعليمية في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان 1999، ص: 131 - 132 .

نساعده على ذلك بأقل الأضرار .

من هنا فالأصابع تصبح مدخلا هاما للمعلومات من خلال الخبرة اللمسية ويأخذ المعوق عن طريقها في التمييز بين حار وبارد، خفيف وثقيل، كبير وصغير، ناعم وخشن ... الخ. ويمكن تلخيص هذه الالعاب فيما يلي : لعبة اكتشاف الاشياء عن طريق اللمس، الهدف العام تنمية وتدريب حاسة اللمس الأهداف الخاصة أن يميز، أن يضع، أن يلمس، أن يسمى..... الخ مثلا : يجلس الطالب بجانب الطاولة الموضوع فوقها عدة أشياء (قلم، مسطرة، كأس ... الخ) ويغمض الطالب عينيه ويضع يده على الأشياء فوق الطاولة يسمى الشيء الذي يلمسه دون النظر إليه.

4.7. ألعاب في تنمية حاسة الذوق : يبدأ الطفل في اولى مراحل حياته بإستخدام فمه لاستمتاع بالأشياء، ومع نمو الحواس الأخرى لديه إلا أن الفم يبقى له دور كبير في الاكتشاف والاستمتاع وتبقى حاسة الذوق مع الحواس الاخرى تساعده في غناء حياته اليومية، هذا ويحتاج المعوقين الى تدريب حاسة الذوق لديهم من منطلق أن بعض المعوقين خاصة من هم بدرجة شديدة، يستخدمون السنتهم كأفضل وسيلة أو حتى الوسيلة الوحيدة في اكتشاف أفضل لبيئتهم والتمتع بها . ومن بين هذه الالعاب المختارة في تربية حاسة الذوق ما يلي :

لعبة الصحن المسحور (لعبة التخمين). / لعبة التمييز بين أنواع الطعام .

5.7. ألعاب في تربية حاسة الشم : مع إن البعض يعتبر حاسة الشم اقل الحواس في الافادة، إلا أنها اذا استعملت ودرست فإنها تعطي متعة، خاصة لضعاف البصر، وبطيئ التعلم والمضطربين انفعاليا . ومع تقدم العمر فكل انسان يكون خبرات شميه تغني ذاكرته من جهة وتحذره من الأخطار من جهة اخرى لذا فمن المهم عند تقديم الالعاب أن نركز على تقديم الروائح، وليس فقط التركيز على اللون الصوت، واللمس .

ومن بين الألعاب المختارة في تربية حاسة الشم نذكر :

لعبة التمييز بن الروائح : نقدم أوعية مختلفة مغلقة وبها ثقوب صغيرة تحتوي على مواد مختلفة مثل : قهوة، زعتر، فلفل، الخ، يطلب من الطفل أن يشم المادة في الوعاء ويتعرف عليها.

- لعبة حرز الشيء المختفي عن طريق الشم . .

إفراغ ذي الرائحة المختلفة من بين عدة أوعية لها نفس الرائحة.¹

¹د/ عبد الحفيظ سلامة : الوسائل التعليمية في التربية الخاصة، مرجع سابق، ص : 136 الى 140 .

خلاصة :

لقد كان هذا الفصل وسيلة وأداة ناجعة في تحليل مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف وعلاقتها بالأطفال المتخلفين عقليا، فقد أجرينا من خلاله محاولة لشرح النشاط البدني الرياضي المكيف للمعوقين بصفة عامة والمتخلفين عقليا بصورة أدق أهدافه، أغراضه، لهذه الفئة من كافة الجوانب والفوائد المختلفة التي تعود على ممارستها، وإظهار بعض الدراسات التربوية والاجتماعية حولها، وما ساهمت هذه الدراسات في جعلها أحسن وسيلة في رعاية هذه الفئة .

وأهم ما نستخلصه من خلال ما أشرنا إليه في هذا الفصل حول النشاط البدني الرياضي عند الأطفال المتخلفين عقليا، يتمثل أساسا في فائدتها الكبيرة في تنمية المهارات الحركية الأساسية الضرورية لمواجهة مطالب الحياة الاجتماعية المادية والمعنوية لدى الأطفال المتخلفين عقليا، وتربيتهم ورعايتهم، وفي تكوين شخصيتهم تكونا متكاملتا بالإضافة إلى التخفيف من معاناتهم السبب العجز الجسمي والعقلي وتعليمهم الاشتراك بفعالية في الألعاب الرياضية من خلال برنامج رياضي مكيف حسب إمكانياتهم وقدراتهم الحركية والاجتماعية، يأخذ بعين الاعتبار الألعاب التي تتناسب مع قدراتهم والتي تعود عليهم بفوائد جسمية وعقلية واجتماعية، وتفتح لهم آفاق كبيرة في هذا المجال للتنافس مع أفراد المجتمع الآخرين في حدود إمكانياتهم .

الفصل الخامس

منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية

تمهيد

2- منهج الدراسة

2- حدود الدراسة وأساليب تحليل البيانات

3- مجتمع وعينة الدراسة

4- أساليب التحليل الإحصائي

5- ثبات الاستبيان

مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات

عرض ومناقشة المحور الاول في ضوء الفرضية الأولى

عرض ومناقشة المحور الثاني في ضوء الفرضية الثانية

تمهيد :

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها وتفسيرها ومناقشتها من الخطوات التي تلزم الباحث القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها، لأن الخلفية النظرية والدراسات السابقة وحدها غير كافية للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية، وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة، ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض النتائج ومناقشتها التي تم جمعها والتحصل عليها المركز الطبي التربوي للمتخلفين عقليا بالمسيلة ، وسنحاول من خلال هذا من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت في الفصل إعطاء بعض التحاليل والاستنتاجات لإزالة الغموض المطروح خلال الدراسة، والتي يجب الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظمة حتى يمكننا من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك. فلقد حرصنا أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة، حيث سنقوم بعرض النتائج المسجلة في جداول ومعالجتها بطريقة إحصائية لنقدم من خلالها تحليل لهذه النتائج، وبالتالي الخروج باستنتاج لكل سؤال من أسئلة الاستبيان. والهدف الرئيسي من هذا الفصل تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية منظمة يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ مقاصدها.

ونظرا لجائحة كورونا اعتمدنا على الدراسات السابقة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية

بعدما قمنا بتحديد المنهج العلمي المتبع لهذا البحث، نقوم في هذا بتحديد الأدوات الأساسية المستعملة في جمع البيانات وأساليب التحليل المستعملة في دراستنا الميدانية إضافة إلى تحديد مجال الدراسة واختيار عينة البحث، ثم القيام بعرض وتحليل بيانات الدراسة الميدانية.

1- منهج الدراسة

تعتمد البحوث العلمية على مناهج وطرق مبنية على أساس صحيح، فالباحث خلال مشواره العلمي سيتوصل إلى نتيجة البحث والتي تمثل تجسيدا لتتابع وتسلسل مجموعة من الخطوات التي يتبعها من جمع المعلومات وتصنيفها وترتيبها وتحليلها وصولاً إلى النتيجة التي تحكم على صحة فرضياته.

ان الاعتماد على منهج واضح يساعدنا على دراسة المشكلة وتشخيصها من خلال تتبع مجموعة من القواعد والأنظمة وصولاً إلى نتائج موضوع البحث، فالمنهج يعني " مجموعة من القواعد والإجراءات والأساليب التي تجعل العقل يصل إلى معرفة حقيقة جميع الأشياء، التي يستطيع الوصول إليها بدون أن يبذل مجهودات غير نافعة"¹.

ولتحقيق أهداف هذه الدراسة تم الاعتماد في الجانب النظري على **المنهج التحليلي الوصفي**، " وهو منهج يقوم على اساس تحديد خصائص الظاهرة ووصف طبيعتها ونوعية العلاقة بين متغيراتها واسبابها واتجاهاتها وما الى ذلك من جوانب تدور حول سبر اغوار مشكلة او ظاهرة معينة والتعرف على حقيقتها في ارض الواقع، ويعتبر بعض الباحثين بان

¹ مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، الرواق للنشر، الطبعة الأولى، عمان، 2000، ص: 60. (ص/187)

المنهج الوصفي التحليلي يشمل كافة المناهج الاخرى باستثناء المنهجين التاريخي والتجريبي، لان عملية الوصف والتحليل للظواهر تكاد تكون مسألة مشتركة وموجودة في كافة انواع البحوث العلمية¹

وكان الهدف من اتباع هذا المنهج من اجل معرفة دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية القدرات الذهنية لدى الاطفال متخلفين ذهنيا يعتبر من المواضيع الحديثة ومعرفة مختلف ابعادها ومتطلباتها.

2- حدود الدراسة وأساليب تحليل البيانات

تحدد الدراسة التطبيقية بالمجالات التالية:

- 1- المجال البشري: ويقصد به تحديد مجتمع البحث وقد يتكون هذا المجتمع من جملة أفراد، أو عدة جماعات واقتصر المجال البشري في هذه الاطفال المتخلفين ذهنيا و المربين المشرفين عليهم .
- 2- المجال المكاني: تركزت الدراسة المركز النفسي البسداغوجي للاطفال متخلفين ذهنيا ولاية المسيلة.
- 3- المجال الزمني: ويقصد بالمجال الزمني تحديد الوقت ما بين جمع البيانات وعملية الاستقصاء، وقد استغرقت هذه الدراسة 04 أشهر: فيفري، مارس،أفريل وماي من عام 2021.

1 مجموعة إدارة الموارد البشرية، عن الموقع الإلكتروني: <http://www.hrm-group.net/vb/showthread.php?t=22265> بتاريخ 2015/05/14 على الساعة 12:37.

3- مجتمع وعينة الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الاطفال المتخلفين ذهنيا بولاية المسيلة، بعد ذلك تم اختيار عينة عشوائية، وقد بلغت العينة 20 معاقا ،

3- أساليب التحليل الإحصائي

تم الاستعانة في هذه الدراسة بنظام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss لإصداره الثاني والعشرين "هي أحد وأهم وأشهر حزم البرامج الجاهزة في مجال المعالجة الإحصائية للبيانات، إذ يتمتع هذا البرنامج بالعديد من الخصائص الفريدة التي تميزه عن باقي البرامج المماثلة، وأهم هذه الخصائص، بساطة الاستخدام وسهولة الفهم.

حيث تم حساب كل من: الثبات ومعامل الصدق الذاتي للاستبانة ومربع كاي.

4- ثبات الاستبيان

يقصد بثبات الاستبيان؛ أنه يعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيعه أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات الاستبيان؛ يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة، عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ، والجدول رقم (01) يمثل معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان

جدول رقم (01): يبين قيمة معامل Cronbach's Alpha لأبعاد الدراسة

معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha	ابعاد الدراسة
0,927	المحور الاول
0,907	المحور الثاني
0,968	معامل ألفا كرونباخ الكلي

من خلال الجدول رقم 01 نجد أن معامل الثبات ألفا كرومباخ الاجمالي اكبر من الحد الأدنى (0.6) في جميع محاور الاستبيان مما يدل على ثبات أداة الدراسة .
ومنه نستنتج أن أداة الدراسة التي أعدناه لمعالجة المشكلة المطروحة هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة
تحليل أسئلة الاستبيان:

المحور الاول :للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية القدرات الشخصية لدى الاطفال المتخلفين ذهنيا.

السؤال رقم (01):

السؤال الأول: هل النشاط البدني الرياضي المطبق من طرفكم يرفع معنويات الاطفال؟

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 01	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائما	13	65%	03	03	2	12.8	0.05	دال
أحيانا	07	35%	03	03				
بدا	00	00%	10	10				
الإجمالي	20	100%	16	4				

تحليل وتفسير النتائج : من خلال الجدول أعلاه رقم (02) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (01) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (13) فرداً بنسبة مئوية بلغت 65%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (07) بنسبة مئوية قدرت بـ 35%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 12.8 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث، لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%، ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن النشاط البدني الرياضي دائماً للأطفال المتخلفين ذهنياً وذلك راجع إلى طبيعة الألعاب التي تتميز بالمتعة و التشويق والاثارة وبالتالي الترويح عن النفس، مما يرفع من معنوياتهم و قدراتهم الذهنية .

السؤال رقم (02): هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في تحقيق نوع من السعادة و الفرح لدى الاطفال؟

الهدف من السؤال : معرفة ما إذا كان للنشاط الرياضي دور في تحقيق نوع من السعادة و الفرح لدى الاطفال .

الجدول رقم (03) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 02	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائما	20	%100	10	10	2	40.04	0,000	دال عند مستوى 0.01
أحيانا	00	%00	10	10-				
أبدا	00	%00	10	10-				
الإجمالي	20	%100	////					

من خلال الجدول أعلاه رقم (03) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (02) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (20) أفراد بنسبة مئوية بلغت 100%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 40.04 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح

المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ومن خلال النتائج نستنتج أننا أثبتنا علميا من خلال التحليل الإحصائي أن ممارسة النشاط الرياضي دائماً تساهم في تحقيق السعادة الفرح لدى الطفل المتخلف عقليا، وذلك راجع الى أن ممارسة النشاط الرياضي تساعده على التخلص، الضغوطات النفسية كالقلق و التوتر و كذلك الابتعاد عن الملل بالتالي يشعر بالراحة و الاطمئنان وتدخل الى قلبها السعادة و السرور.

السؤال رقم (03): هل ممارسة النشاط الرياضي تزيد في حب المبادرة والتطوع لدى الاطفال؟

الهدف من السؤال : معرفة مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي في زيادة حب المبادرة والتطوع لدى الاطفال

الجدول رقم (04) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 03	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائما	12	60%	10	02	2	9.74	0.04	دال عند مستوى 0.05
أحيانا	07	35%	10	03-				
أبدا	01	05%	10	09-				
الإجمالي	20	100%	////					

من خلال الجدول أعلاه رقم (04) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (03) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (12) أفراد بنسبة مئوية بلغت 60%، أما المجموعة الثانية فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (07) بنسبة مئوية قدرت بـ 35%، أما المجموعة الثالثة فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (01) بنسبة مئوية قدرت بـ 5%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 9.74 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن ممارسة النشاط الرياضي تزيد في حب المبادرة والتطوع لدى الأطفال وذلك راجع إلى أن ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة تنمي التعاون والاقدام والشجاعة فضلاً عن شعوره باللذة والسرور للوصول إلى النجاح، أن ممارسة النشاط الرياضي تولد لديه الرغبة و تجعله يبدأ في الأنشطة و الألعاب من تلقاء نفسه.

السؤال رقم (04): هل النشاط البدني الرياضي يساهم في زيادة الثقة بالنفس لدى الاطفال؟

الهدف من السؤال : معرفة مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي في زيادة الثقة بالنفس لدى الاطفال

الجدول رقم (05) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

الفرق بين						
بدائل الإجابة على السؤال رقم 04	التكرار	النسبة	التكرار	الدرجة	K ²	مستوى
المشاهد	المتوقع	المئوية	المشاهد	الحرية	قيمة	الدلالة
والمتوقع						
دائما	15	%75	10	05		
أحيانا	05	%25	10	05-		
أبدا	00	%00	10	10-		
الإجمالي	20	%100	////			
					2	19.85
					0.000	دال
					0.05	عند مستوى

من خلال الجدول أعلاه رقم (05) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (20) فردا قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (04) بالبديل "دائما " وقد بلغ عددهم (15) أفراد بنسبة مئوية بلغت 75%، أما المجموعة الثانية فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا " والبالغ عددهم (05) بنسبة مئوية قدرت بـ 25%، أما المجموعة الثالثة فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا " والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات

والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 19.85 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن ممارسة النشاط الرياضي دائماً يساهم في زيادة الثقة لدى الأطفال متخلفين ذهنياً ، وذلك راجع الى أن ممارسة الألعاب تنمي لديهم الثقة بالنفس نتيجة تحقيق بعض النجاحات وهي نقطة هامة بالنسبة للفرد المعوق لما يعانيه من مواقف الفشل في حياته كما تنمي قدرته على اتخاذ القرارات السليمة في مختلف المواقف التي يمر بها.

السؤال الخامس: هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في التقليل من العزلة والكآبة لدى الأطفال؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى مساهمة النشاط الرياضي في التقليل من العزلة والكآبة لدى الأطفال

الجدول رقم (06) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 05
دال عند مستوى 0.05	0.000	24.72	2	03	10	%85	17	دائما
				03-	10	%15	03	أحيانا
				10-	10	%00	00	أبدا
					////	%100	20	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه رقم (06) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (05) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (17) أفراد بنسبة مئوية بلغت 85%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (3) بنسبة مئوية قدرت بـ 15%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 24.72 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن ممارسة النشاط الرياضي دائما تساهم في التقليل من العزلة والكآبة لدى الاطفال، وذلك من خلال الاحتكاك مع الزملاء خاصة في الرياضات الجماعية التي تحتم على الطفل التفاعل مع أقرانه ومشاركته لهم .

السؤال السادس: هل ممارسة النشاط الرياضي يساهم في جعل الطفل أكثر تقبلا للأدوار المختلفة وتحمل المسؤولية ؟

الهدف من السؤال : معرفة مدى مساهمة النشاط الرياضي في جعل الطفل أكثر تقبلا للأدوار المختلفة وتحمل المسؤولية.

الجدول رقم (07) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 06	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائما	13	%65	10	03	2	12.4	0.000	دال عند مستوى 0.05
أحيانا	05	%25	10	05-				
أبدا	02	%10	10	08-				
الإجمالي	20	%100	////					

من خلال الجدول أعلاه رقم (07) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (20) فردا قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى

في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (06) بالبديل "دائما " وقد بلغ عددهم (13) أفراد بنسبة مئوية بلغت 65%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا " والبالغ عددهم (05) بنسبة مئوية قدرت بـ 25%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا " والبالغ عددهم (02) بنسبة مئوية قدرت بـ 10%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 12.4 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن ممارسة النشاط الرياضي دائما تساهم في تقبل الطفل للدوار المختلفة الموكلة إليه و تحمل المسؤولية، وذلك راجع الى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعده على تنمية لياقته و بذل مجهود خاصة في الاعمال الموكلة إليه وبالتالي يتحمل الكثير من المسؤولية.

السؤال السابع : هل النشاط البدني الرياضي يساهم في مساعد الطفل على الاعتماد على نفسه؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى مساهمة النشاط الرياضي في مساعدة الطفل على الاعتماد على نفسه.

الجدول رقم (08) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 07
دال عند مستوى 0.05	0.000	14.80	2	06	10	%70	14	دائما
				04-	10	%30	06	أحيانا
				10-	10	%10	00	أبدا
					////	%100	20	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه رقم (08) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (07) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (14) أفراد بنسبة مئوية بلغت 70%، أما المجموعة الثانية فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (06) بنسبة مئوية قدرت بـ 30%، أما المجموعة الثالثة فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 14.80 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن ممارسة النشاط الرياضي دائماً يساعد الطفل المتخلف ذهنياً على الاعتماد على نفسه و ذلك لأن ممارسة النشاط الرياضي تتيح للفرد الاعتماد على نفسه وفرض مكانه فبمقدرته إنجاز واجبات حركية إعتقاداً على نفسه تنعكس ايجاباً على صفة المسؤولية لديه فيتحملها ولا يتهرب منها.

المحور الثاني : للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية الادراك الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياً

السؤال التاسع: هل الاطفال الممارسين للنشاط البدني متعاونين و يقدمون يد المساعدة ؟

الهدف من السؤال : معرفة مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي في تفعيل قيمة التعاون بين الاطفال متخلفين ذهنياً

الجدول رقم (09) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

الفرق بين						
بدائل الإجابة على السؤال رقم 07	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	التكرار المشاهد	درجة الحرية	K ² قيمة
مستوى الدلالة	القرار					
دائماً	16	%80	10	04		
أحياناً	04	%20	10	06-	2	20.81
أبداً	00	%00	10	10-		0.000
الإجمالي	20	%100	////			0.05

من خلال الجدول أعلاه رقم (09) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (07) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (16) أفراد بنسبة مئوية بلغت 80%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (04) بنسبة مئوية قدرت بـ 20%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 20.81 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن هناك تقديم مساعدات بين الأطفال أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي، و ذلك يمكن إرجاعه الى أن هناك روح تعاونية بين الأطفال المعاقين وأن هناك حب مساعدة للآخرين والمبادرة لها.

السؤال العاشر: أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يشارك الاطفال بشكل إيجابي في الأنشطة الجماعية ؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى مساهمة النشاط الرياضي في المشاركة بشكل إيجابي في الأنشطة الجماعية لدى الاطفال.

الجدول رقم (10) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 10
دال عند مستوى 0.05	0.000	24.72	2	03	10	%85	17	دائما
				03-	10	%15	03	احيانا
				10-	10	%00	00	ابدا
				////		%100	20	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه رقم (10) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (10) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (17) أفراد بنسبة مئوية بلغت 85%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (3) بنسبة مئوية قدرت بـ 15%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 24.72 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أنه أثناء ممارسة النشاط الرياضي دائما يشارك في الأنشطة الجماعية بشكل إيجابي ،و ذلك يمكن راجع الى أن ممارسة الأنشطة الرياضية ترفع من قدرته على الاحتكاك مع الآخرين وممارسة الدور المنوط به في هذه الأنشطة.

السؤال الحادي عشر: هل يندمج بسهولة في مختلف الصداقات التي يقوم بتكوينها أثناء ممارسة النشاط الرياضي؟

الهدف من السؤال : معرفة مدى مساهمة النشاط الرياضي في ادماج الاطفال في مختلف الصداقات التي يقوم بتكوينها.

الجدول رقم (11) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 11	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائما	14	%70	10	06	2	12.40	0.000	دال عند مستوى 0.05
أحيانا	04	%20	10	06-				
أبدا	02	%10	10	08-				
الإجمالي	20	%100	////					

من خلال الجدول أعلاه رقم (11) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (20) فردا قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى

في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (11) بالبديل "دائما " وقد بلغ عددهم (14) أفراد بنسبة مئوية بلغت 70%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا " والبالغ عددهم (04) بنسبة مئوية قدرت بـ 20%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا " والبالغ عددهم (02) بنسبة مئوية قدرت بـ 10%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 12.40 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أن ممارسة النشاط الرياضي دائما يندمجون بسهولة في مختلف صداقات التي يقومون بتكوينها أثناء ممارسة النشاط الرياضي، وذلك رجع الى أن ممارسة الأنشطة توفر فرص الالتقاء بالزملاء، لاسيما من نفس الخصائص و تزيد من راحة الافراد نتيجة هذا الاتصال فيشعرون بالحب والود فتتسع دائرة علاقاتهم الاجتماعية أي تكون سرعة الاندماج لديهم تكون كبيرة.

السؤال الثاني عشر: أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يتحدث بأسلوب مهذب مع زملائه؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى مساهمة النشاط الرياضي في مساعدة الطفل على التحدث بأسلوب مهذب مع الزملاء.

الجدول رقم (12) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (12)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 12
دال عند مستوى 0.05	0.000	9.10	2	03	10	%65	13	دائما
				06-	10	%20	04	احيانا
				07-	10	%15	03	ابدا
				////		%100	20	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه رقم (12) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (12) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (13) أفراد بنسبة مئوية بلغت 65%، أما المجموعة الثانية فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (04) بنسبة مئوية قدرت بـ 20%، أما المجموعة الثالثة فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (03) بنسبة مئوية قدرت بـ 15%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 9.10 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

الهدف من السؤال: معرفة مدى تفاعل الاطفال مع بعضهم البعض خلال ممارسة النشاط الرياضي.

مستوى الدلالة	القرار	الفرق بين	الدرجة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	على التكرار	الإجابة	بدائل
			الحرية	المشاهد	المتوقع	المتوقعة	المئوية	المشاهد	رقم 13	السؤال
0.000	دال	19.85	2	05	10	75%	15	دائما		
0.05	مستوى			05-	10	25%	05	أحيانا		
				10-	10	00%	00	البدأ		
					////	100%	20	الإجمالي		

من خلال الجدول أعلاه رقم (13) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (13) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (15) أفراد بنسبة مئوية بلغت 75%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (05) بنسبة مئوية قدرت بـ 25%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (00) بنسبة مئوية قدرت بـ 00%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن

قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 19.85 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائي بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

من خلال النتائج نستنتج أننا أثبتنا علمياً من خلال التحليل الإحصائي أن الطفل المتخلف ذهنياً دائماً يتفاعل مع زملائه خلال ممارسة النشاط الرياضي، و ذلك من خلال تفاعله في المباريات والأنشطة الجماعية وفي تقليد حركات الزملاء أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

السؤال الرابع عشر: أثناء ممارسة النشاط الرياضي هل يتقبل رأي الأشخاص الذين من حوله؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي في تقبل الطفل لرأي الأشخاص الذين من حوله.

الجدول رقم (14) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 14	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائماً	13	65%	10	03	2	9.10	0.000	دال عند مستوى 0.05
أحياناً	04	20%	10	06-				
أبداً	03	15%	10	07-				
الإجمالي	20	100%	////					

من خلال الجدول أعلاه رقم (14) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (14) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (13) أفراد بنسبة مئوية بلغت 65%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (04) بنسبة مئوية قدرت بـ 20%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبداً" والبالغ عددهم (03) بنسبة مئوية قدرت بـ 15%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 9.10 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج بأنه دائماً يتقبل رأي الأشخاص الذين من حوله أثناء ممارسة النشاط الرياضي، وذلك راجع إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعده على تقبل رأي الآخرين وتفهم وإحترام مشاعر زملاء.

السؤال الخامس عشر: خلال ممارسة النشاط الرياضي هل يولي الاهتمام بأحوال الأشخاص الذين من حوله ؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى اهتمام الأطفال بأحوال الأشخاص الذين من حوله خلال ممارسة النشاط الرياضي.

الجدول رقم (15) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (15)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 15
دال عند مستوى 0.05	0.000	12.10	2	04	10	%70	14	دائما
				03-	10	%15	13	أحيانا
				03-	10	%15	03	أبدا
				////		%100	20	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه رقم (15) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (15) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (14) أفراد بنسبة مئوية بلغت 70%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (03) بنسبة مئوية قدرت بـ 15%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا" والبالغ عددهم (03) بنسبة مئوية قدرت بـ 15%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 12.10 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج أنه خلال ممارسة النشاط الرياضي دائماً يولي الاهتمام بأحوال الأشخاص الذين من حوله، و ذلك راجع الى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تمكنهم من التواصل القريب و المباشر مع الآخرين على معرفة عواطفهم و اهتماماتهم و أحوالهم و الاهتمام بها.

السؤال السادس عشر: هل يقوم بالاستجابة للآخرين بطريقة مقبولة اثناء ممارسة النشاط الرياضي ؟

الهدف من السؤال : معرفة مدى إستجابة الاطفال لبعضهم البعض بطريقة مقبولة خلال ممارسة النشاط الرياضي.

الجدول رقم (16) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 17	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
دائما	13	%65	10	03	2	12.4	0.000	دال عند مستوى 0.05
احيانا	05	%25	10	05-				
ابدا	02	%10	10	08-				
الإجمالي	20	%100	///	///				

من خلال الجدول أعلاه رقم (16) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (20) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (17) بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (13) أفراد بنسبة مئوية بلغت 65%، أما المجموعة الثانية فتتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم

على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (05) بنسبة مئوية قدرت بـ 25%، أما المجموعة الثالثة فتمثل الأفراد الذين كانت إجابتهم على هذا السؤال بالبديل "أبدا" والبالغ عددهم (02) بنسبة مئوية قدرت بـ 10%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 12.4 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

من خلال النتائج المتحصل عليها من التحليل الإحصائي نستنتج بأنه دائماً ستجيب للآخرين بطريقة مقبولة أثناء ممارسة النشاط الرياضي، وهذا راجع إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تخفض من عصبية و عدوانيته وبالتالي تجعل ردة فعله أفضل اتجاه تصرفاتهم.

مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

عرض ومناقشة المحور الأول في ضوء الفرضية الأولى:

في هذا المحور قمنا بطرح ثمانية 08 أسئلة وذلك بقصد التحقق من صحة الفرضية التي وضعناها والتي كانت علي النحو الآتي: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية القدرات الشخصية لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً حيث احتوى على ثمانية أسئلة مرقمة من (01 إلى 08)، الذي أردنا من خلاله أن نبين مساهمة النشاط البدني الرياضي في تنمية القدرات الشخصية لدى أطفال متخلفين ذهنياً و بعد عملية فرز وتفرغ وترتيب وتحليل النتائج المتحصل عليها إحصائياً باستخدام نظام الحزم الإحصائية spss من خلال الجداول 1-2-3-4-5-6 - نجد بأن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور في تنمية القدرة الاجتماعية للأطفال متخلفين ذهنياً .

نستنتج مما سبق أن الفرضية الاولى قد تحققت والتي مفادها أن للممارسة النشاط البدني الرياضي المكيفي تنمية القدرات الشخصية لدى الاطفال المتخلفين ذهنيا

عرض ومناقشة المحور الثاني في ضوء الفرضية الثانية :

في هذا المحور قمنا بطرح (08) أسئلة وذلك بقصد التحقق من صحة الفرضية التي وضعناها و التي كانت علي النحو الآتي: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية الادراك الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين ذهنياالذي أردنا من خلاله أن نبين مساهمة النشاط البدني الرياضي في تنمية الادراك الاجتماعي لدى لأطفال متخلفين ذهنيا بعد عملية فرز وتفرغ وترتيب وتحليل النتائج المتحصل عليها إحصائيا باستخدام نظام الحزم الإحصائية spss من خلال الجداول-07-08-09-10-11-12-13-14-15-16 نجد بأن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور في تنمية الادراك الاجتماعي للأطفال متخلفين ذهنيا ونستنتج مما سبق أن الفرضية الثانية قد تحققت

خاتمة

خاتمة :

يعد النشاط البدني الرياضي المكيف وسيلة تربوية ووقائية وعلاجية إذا تم استغلاله بصفة منتظمة ومستمرة ، إذ يساهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب البدنية ، الاجتماعية ، النفسية .

ويكيف حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق إذ أن عملية تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا عملية حساسة جدا ومهمة لما لها من تأثير على النتائج المستقبلية في المراكز الطبية البيداغوجية التي تظم هاته الفئة .

التعرف على أهمية دور المربي المشرف على تنفيذ النشاط البدني الرياضي المكيف في تكوين الأطفال المعاقين ذهنيا وتنمية القدرات الذهنية وتحسينها واعدادها لمواجهة تلك الإعاقة ، ومن خلال المجهودات المبذولة في هذا البحث في جانبه النظري ، وكذا الدراسة الميدانية وبعد تحليل ومناقشة النتائج توصلنا إلى أن المربي المشرف على تنفيذ النشاط البدني المكيف دور كبير في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا تخلفا بسيطا (إعاقة بسيطة) على أن يكون ذو خبرة وكفاءة ودراية في التعامل مع هذه الفئة حيث أنه كلما زادت تلك الخبرات استطاع التحكم في هذه العملية التعليمية معتمدا في ذلك على برنامج علمي خاص بالنشاط البدني المكيف ، كما تلعب المنشآت القاعدية واللوازم الرياضية دورا هاما للمربي في تنفيذ برامج النشاط البدني الرياضي المكيف لهذه الفئة .

ونتمنى أن نكون قد وفقنا ولو بالقليل في الإحاطة بموضوع البحث من كل الجوانب ، وإن كان جانب من الجوانب لم يتم التطرق إليه كما يتميز به البحث العلمي الاستمرارية ، ونطلب من زملائنا الطلبة أن يكملوا الطريق في هذا المجال .

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع :

المراجع باللغة العربية :

1. إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998 .
2. أحمد عمر سليمان روبي : القدرات الإدراكية - الحركية الطفل - سلسلة الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، القاهرة 1995 .
3. أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1982 .
4. جرار جلال، فاروق الروسان: دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقليا، مطبعة الجامعة الأردنية عمان 1995.
5. حزام محمد رضا القزوي : التربية الترويحية ، دار العربية للطباعة ، بغداد ، 1978 .
6. حسن الساعاتي : التطبيع والعمران ، دار النهضة العربية ، الطبعة الثانية ، بيروت ، 1980.
7. حلمي إبراهيم ، محمد عادل خطاب : نشاط الطفل وبرامجه الترويحية ، دار النهضة العربية، الطبعة الأولى، القاهرة، 1964 .
8. حلمي إبراهيم ، ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1998.
9. الخالدي ، محمد علي أديب : سيكولوجية المتفوقين عقليا ، مطبعة دار السلام ، الطبعة الأولى بغداد ، 1975.
10. خليل المعاينة : علم النفس التربوي ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان 2000 .

11. داء العظيم شحاتة مرسى : التأهيل المهني للمتخلفين عقليا ، دار الاتحاد العربي للطباعة ، القاهرة ، 1990 .
12. داکمان درویش ، محمد الحماحمي : رؤية عصرية للترويج و أوقات الفراغ ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1997 .
13. زهران (لیلی) : الأسس العلمية والعنلية التمرينات والتمارين الفنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1992 .
14. زيدان نجيب دواشين : النمو البدني عند الطفل ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، الطبعة الثانية ، عمان 1996 .
15. صالح عبد الله الزعبي ، أحمد سليمان العوامل : التربية الرياضية للحالات الخاصة، دار الصفاء للنشر والاشهار، الطبعة الأولى، عمان، 2000.
16. عبد الحفيظ سلامة: الوسائل التعليمية في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان 1999.
17. عبد الرحمن العيسوي : التخلف العقلي ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر ، الطبعة الأولى ، بيروت 1994 .
18. عبس ع الفتاح رملي . محمد إبراهيم شحاتة : اللياقة والصحة ،دار الفكر العربي ،القاهرة ، 1991 .
19. فاروق الروسان : قضايا ومشكلات في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998 .
20. فاروق الروسان: سيكولوجية الأطفال غير العاديين - مقدمة في التربية الخاصة - دار الفكر للطباعة و النشر ، الطبعة الثالثة ، عمان 1998 .
21. فاروق الروسان: مناهج المهارات الاستقلالية للمعوقين عقليا، مطابع وزارة الإعلام، الطبعة الأولى ، البحرين .1983.
22. كمال درویش ، محمد الحماحمي : رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ.

23. كمال درويش، أمين الخولي: أصول الترويح و أوقات الفراغ، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1990.
24. لطفي بركات أحمد : الرعاية التربوية للمعوقين عقليا ، دار المريخ للنشر ، الطبعة ، الرياض، 1984 .
25. ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، الطبعة الأولى . عمان 2000 .
26. ماجدة السيد عبيد : مقدمة في تأهيل المعاقين ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان ، 2000 .
27. محمد الحماحي ، امين انور الخولي : اسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 .
28. محمد الصالح ، محمد محمود : سيكولوجية اللعب والترويح عند الطفل العادي والمعوق، مكتبة الصفحات الذهبية، الطبعة الثانية، الرياض، 1982.
29. محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، الطبعة الثالثة ، القاهرة 1978 .
30. محمد عادل خطاب ، كمال الدين زكي : التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية ،دار النهضة العربية ، ط1، القاهرة 1965 .
31. محمد عادل خطاب : النشاط الترويحي وبرامجه ، ملتزم الطبع و النشر ، مكتبة القاهرة الحديثة .
32. محمد عادل خطاب ، كمال الدين زكي : التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، الطبعة الأولى، القاهرة، 1965.
33. محمد عبد السلام البواليز : الإعاقة الحركية و الشلل الدماغي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان 2000 .

34. محمد نجيب توفيق : الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة ، الطبعة الأولى ، 1967 .
35. محمود محمد رفعت حسن : الرياضة للمعوقين، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الطبعة الأولى، مصر، 1977.
36. مروان ع الجديد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 1997 .
37. مروان عبد المجيد ابراهيم : الالعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان 1997 .
38. مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، الرواق للنشر، الطبعة الأولى، عمان، 2000.
39. مصري عبد الحميد حنورة : رعاية الطفل المعوق ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى . القاهرة 1991 .
40. منائى منصور بو حميد : المعوقون ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، الطبعة الثانية ، الكويت 1985 .
41. لطفي بركات احمد : تربية المعوقين في الوطن العربي، دار المريخ للنشر، الطبعة الأولى، الرياض، 1981 .
42. قاسم حسن حسين : علم النفس الرياضي، مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، الجزء الثاني، جامعة الموصل، العراق، 1990.
43. ابو العلاء احمد ع الفتاح، احسن نصر الدين سيف: فيزيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1993.
44. امين انور الخولي : الرياضة والمجتمع المجلس الوطني الثقافي الادب والفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت ، 1990.

45. حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
46. محمد الحماحي، امينانور الحولي : اسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990 .
47. لطفي بركات احمد:الرعاية التربوية للمعوقين عقليا،دار المريخ للنشر،الطبعة،الرياض، 1984.
48. امين انور الحولي، اسامة كمال راتب : التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، الطبعة، القاهرة 1992 .
49. محمد عبد المؤمن: سيكولوجية غير العاديين وتربيتهم،دار الفكر الجامعي،ط1، مصر، 1986.
50. حزام محمد رضا القزويني : التربية الترويحية، دار العربية للطباعة، بغداد، 1978 .
51. محمد نجيب توفيق : الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة، الطبعة الأولى، 1967 .
52. إبراهيم رحمة : تاثير الجوانب الصحية على النشاط البدبي الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان، 1998
53. عبس ع الفتاح رملي، محمد إبراهيم شحاتة: اللياقة والصحة،دار الفكر العربي،القاهرة،1991.
54. مروان ع المجيد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الاردن ،1997.
55. محمد عادل خطاب : النشاط الترويحي وبرامجه، ملتزم الطبع والنشر، مكتبة القاهرة الحديثة.

56. كمال درويش، امين الخولي : أصول الترويح و اوقات الفراغ، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1990 .
57. حسن الساعاني : التطبيع والعمران، دار النهضة العربية، الطبعة الثالثة، بيروت، 1980.
58. كمال درويش، محمد الحامي : رؤية عصرية للترويح و اوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الأولى، القاهرة، 1997 .
59. منال منصور بوحמיד : المعوقون، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، الطبعة الثانية، الكويت 1985.
60. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، الطبعة الثالثة، القاهرة 1978.
61. عبد العظيم شحاتة مرسى : التاهيل المهني للمتخلفين عقليا، دار الاتحاد العربي للطباعة، القاهرة، 1990 .
62. احمد عمر سليمان رويي : القدرات الإدراكية الحركية للطفل - سلسلة الفكر العربي، الطبعة الثانية، القاهرة 1995 .
63. صالح عبد الله الزعبي، احمد سليمان العوامل : التربية الرياضية للحالات الخاصة، دار الصفاء للنشر 24- والإشهار، الطبعة الأولى، عمان، 2000.
64. محمد الصالح، محمد محمود : سيكولوجية اللعب والترويح عند الطفل العادي والمعوق، مكتبة الصفحات الذهبية، الطبعة الثانية، الرياض، 1982.
65. حلمي إبراهيم، محمد عادل خطاب : نشاط الطفل وبرامجه الترويحية، دار النهضة العربية، الطبعة 26- الأولى، القاهرة، 1964 .
66. محمود محمد رفعت حسن : الرياضة للمعوقين، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الطبعة الأولى، مصر، 1977 .

67. عبد الحفيظ سلامة : الوسائل التعليمية في التربية الخاصة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان 1999 .

المراجع باللغة الأجنبية :

1. Malcom D.Arroul : Fondamental of scientifiqueméthode inpsychologie ,W.C.Brown , 20m Ed , Dubuque .io WA, 1972.
2. A.stor:U.C.L:ETOutre activité physique et sportives adaptées pour personne handicapés mentale :prient marketing sprl : Belgique :1993.
3. A . Domart & al : Nouveau Larousse Medical Libraries Larousse, Paris , 1986.
4. Roi Randain:sur le chemin de sport avec les personnes handicapés physique ,plint, marketing sport , 1993.
5. Seræ moyença : Sociologies et action social , Editions labor , Bruxelles, 1982.
6. J – Cozcheuve : Sociologie de la Radio - Television , P.U.F, 5em Edition , Paris, 1980.
7. Roymond . Tomas : Psychologie du sport , .U.F, ler Edition , Paris, 1983.