

## فعالية النشاط البدني الترويحي لدى الاطفال المعاقين ذهنيا وآثره على الصحة عندهم من وجهة نظر المربين الاولياء

أ. د/ الوناس عبدالله

أ / سماعيل توفيق

### المستخلص

هدفت الدراسة للتعرف على دور ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وأهميتها على الصحة النفسية لدى أطفال المعاقين ذهنيا، وبذلك تهدف هذه الدراسة الى معرفة دور الممارسة الانشطة الرياضية الترويحية في تحقيق مبدأ الصحة النفسية وتطوير التواصل والمشاركة في الانشطة وإدماج الطفل في محيطه الاجتماعي، كما استخدمنا المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث وقد اختارنا عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من اولياء أطفال المعاقين ذهنيا وعددهم 60 ولي، و 35 مربي ينتمون الى المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة، توصلنا إلى وجود دلالة إحصائية لصالح ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى أطفال المعاقين ذهنيا وانعكاسها الإيجابي على الصحة النفسية من وجهة نظر الأولياء والمربين.

الكلمات المفتاحية: الترويح، النشاط البدني الرياضي، أنشطة رياضية ترويحية، الأطفال المعاقين ذهنيا، الصحة النفسية.

### Abstract:

The study aimed to identify the role of recreational sports activity and its importance on the mental health of children with intellectual disabilities, Thus, this study aims to find out the role of practicing recreational sports activities in achieving the principle of mental health, developing communication, participating in activities and integrating the child into his social environment, We also used the descriptive method to suit the nature of the research, and we selected the study sample by random method from 60 parents of children with intellectual disabilities, and 35 educators belonging to the psychological-pedagogical Center for the municipality of El-hajib, and the psychological-pedagogical Center for mentally disabled children of the state of Biskra, We found that there is a statistical significance in favor of practicing recreational sports activities among children with intellectual disabilities and its positive impact on mental health from the point of view of parents and educators.

**Keywords:** recreational, Sports Physical Activity, recreational sports activities, children with intellectual disabilities, Mental health.

**المقدمة:**

إن الطفل المعاق عقليا كائن بشري له أحاسيس وشعور وطموحه التي لا يمكن ان يحققها تماما ،او يخفف من جدة أثارها عليه إلا من خلال طريقة هادفة ،لذا فقد حاول المختصون في علم النفس والطب والرياضة ايجاد افضل سبل الحل الامثل لرعاية الاطفال المعاقين ذهنيا، وقد استدعى ذلك التوسع الكبير في الخدمات المقدمة لهم من الناحية البدنية والصحية والاجتماعية والتربوية والنفسية التي تفي باحتياجاتهم ان الاطفال المعاقين ذهنيا لديهم الرغبة وميل لممارسة الانشطة الرياضية الترويحية، وعلى المربي أن يستغل هذا الجانب في تدريبهم وتعليمهم الكثير من المهارات الحركية الرياضية باستعمال تمرينات وألعاب في تربية وتنمية كل مجالات وخاصة المجال الصحي النفسي كتطوير قدراته النفسية والخلقية التي تساهم في تفاعل الطفل واندماجه في الوسط الذي يعيش فيه.

وانه لمن المسلمات التربوية لكل طفل الحق في الترويح، ولا فرق في ذلك بين السوي وغير السوي، بل معظم الدراسات التي تناولت الرياضة والترويح كانت تنادي بأهميتها للأطفال ذوي احتياجات الخاصة بصفة عامة والمعاقين ذهنيا بصفة خاصة، ومن المشكلات التي تواجه أطفال المعاقين ذهنيا صعوبة تجاوز المشاكل النفسية ونظرة الاخرين لهم والحقيقة فإن العيب ليس فيهم على الاطلاق ولكن غياب الثقافة المجتمعية السليمة للتعامل مع مثل هذه الفئة هو السبب الرئيسي.

ومن خلال التجربة الاستطلاعية تبين أنه هناك أثر للأنشطة الرياضية الترويحية، وطريقة تكييفها وبرمجتها على هذه الفئة للوصول إلى نتائج ملموسة تنعكس على الصحة النفسية، لذا يجب دمجهم مع الاخرين وتعويدهم على التحكم في الذات لينمي لديهم القدرة على التفاعل مع الاخرين من اجل تشجيعهم على ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية وإتاحة الفرصة لهم لتعبير عن أنفسهم و ابراز قدراتهم في المجتمع. ومما سبق يتبادر الى اذهاننا التساؤل العام:

- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية؟

**التساؤلات الفرعية:**

- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء؟
- هل لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين؟

**الفرضية الرئيسية:**

➤ لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية

**الفرضيات الجزئية:**

- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.
- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

**اهمية الدراسة:** تنقسم هذه الأهمية الى أهمية نظرية وأهمية علمية. **الاهمية النظرية:** إن الغرض من أي دراسة هو الوصول إلى نتائج تفيد المعرفة الإنسانية من خلال المساهمة في إثراء المكتبة الجامعية بالإضافة إلى الحرص على تطبيق الخطوات المنهجية المتسلسلة في إعداد البحوث.

**الاهمية العلمية:** حيث نرجو من هذه الدراسة كسائر الدراسات والبحوث العلمية الوصول الى الاقتراحات وتوصيات علمية يستفاد منها في تحسين النتائج الرياضية التي هي الشغل الشاغل لكل الفاعلين في الرياضة الجزائرية وعلى رأسهم وزارة الشباب والرياضة مروراً بالمديريات الولائية التابعة لها بفئة ذوي الحاجات الخاصة على اختلافهم وبشكل ملحوظ.

فضلا عن ذلك فإن البحث يحاول تحديد ما اذا كان النشاط البدني الرياضي الترويحي دورا في عملية التفاعل ، و المعوقات التي تحول دون رعاية هؤلاء داخل المراكز الطبية البيداغوجية المخصصة لذلك ، و زيادة اهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي و اهمية تحديد الوقت لذلك و ذلك من اجل تدارك النفاض وتجاوز العقبات دون تحقيق التفاعل لأطفال المعاقين ذهنيا.

#### اهداف الدراسة:

تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التعرف على انعكاسات الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا على الصحة النفسية.
- التعرف على انعكاسات الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.
- التعرف على انعكاسات الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين

#### تحديد المفاهيم والمصطلحات:

- **الترويح:**
- **التعريف الاصطلاحي:** " رد فعل عاطفي أو حالة نفسية أو شعور يحسه الفرد قبل وأثناء وبعد ممارسته لنشاط ما سلبيًا أو إيجابيًا، هادف ويتم أثناء وقت الفراغ، وأن يكون الفرد مدفوعًا برغبة شخصية ويتصف بحرية الاختيار وغرضه في ذاته". (تهاني، 2001، صفحة 104)
- **التعريف الاجرائي:** هو مشاط اختياري يحدث في اوقات الفراغ ودوافعه الاولية هي الرضا والسرور الناتج عن هذا النشاط.

#### النشاط البدني الرياضي:

- **التعريف الاصطلاحي:** تعرف بأنها: " هو وسيلة لبلوغ أهداف عديدة بتكيفه مع مختلف ميادين الثقافة فهو يخدم الأهداف الصحيحة إذا تمت الممارسة من اجل ذلك، ويخدم المستوى الرياضي العالي إذ كان متخصصا ويمارس للترويح عن النفس لدى العامة من الناس" (محمد م، 2010، الصفحات 151-152)
- **التعريف الاجرائي:** هو " أنه عملية تطوير وتعديل في طرق ممارسة الأنشطة الرياضية بما يتلاءم مع قدرات الأفراد.

#### ● الأطفال المعاقين ذهنيا:

- **التعريف الاصطلاحي:** تعرف بانها: "نقص جوهري في الأداء الوظيفي الراهن، يتصف بأداء ذهني وظيفي دون المتوسط يكون متلازما مع جوانب قصور في اثنين أو أكثر من مجالات المهارات التكيفية". (عبيد، 2007، صفحة 03)
- **التعريف الاجرائي:** هي نقص في اداء الذهني عند الاطفال والذي يؤثر على قدرة الفرد في التواصل واداء الوظائف المختلفة.
- **انشطة رياضية تروحية:**
- **التعريف الاصطلاحي:** هو جميع أوجا النشاط البناء، والمقبولة اجتماعيا وعائديا والتي تؤدي أثناء وقائت الفراغ ويتم اختيارها والاشترك فيها نتيجة لدوافع داخلية وفقا للإدراك الفرد، وذلك بغرض اكتساب العديد من القيم الشخصية وتطوير الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والسعادة، من لمشاركة ذاتها وليس لدوافع خارجية كالكسب المادي والمعنوي". (الفاضل، 2002، صفحة 81)
- **التعريف الاجرائي:** هو نوع من الانشطة البدنية والرياضية التي تهدف للترويح وفق برامج عديدة ما يؤثر على الفرد من الجوانب النفسية والفسولوجية.
- **الصحة النفسية:**
- **التعريف الاصطلاحي:** تعني قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية، من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس وتعني كذلك أن الفرد برضى عن نفسه وتقبل ذاته والآخرين. (فهيم، 1995، صفحة 54)
- **التعريف الاجرائي:** تمثل الصحة النفسية العامل الاساسي لتوافق الفرد مع نفسه والمجتمع الكائن فيه، وذلك للتخلص من الاضطرابات وتحقيق الرضى النفسي للفرد في مجتمعه.

#### الدراسات السابقة والمشابهة:

**الدراسة الاولى:** دراسة (تركي احمد، 2004): دور النشاط الرياضي التنافسي في الادمج الاجتماعي للمعاقين حركيا: مذكرة ماجستير، قسم التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، هدفت الدراسة تناول الباحث موضوع الادمج الاجتماعي حركيا كمتغير يتأثر ايجابيا بممارسة النشاط الرياضي التنافسي المكيف و استخدم الباحث المنهج الوصفي، وحجم العينة هو 20 معاق حركيا، وتمثلت نتائج الدراسة في وجود ارتباط بين النشاط البدني التنافسي المكيف و تقبل الاعاقة و ذلك من خلال اثبات الفروق بين الممارسين و الغير ممارسين للنشاط البدني الرياضي. كذلك وجود علاقة بين الخصائص الفردية للفرد المعوق حركيا وادمجه الاجتماعي ووجود فروق في السلوك الاجتماعي الايجابي بين الممارسين والغير ممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف. وبعد تطبيق أدوات البحث المتمثلة في مقياس تقبل الاعاقة و الاستبيان على مجموعتين (مجموعة ممارسة تمثلت في الأندية الرياضية لألعاب القوى، والأخرى الغير ممارسة للنشاط البدني الرياضي تمثلت في طلبة مراكز التكوين المهني).

**الدراسة الثانية:** دراسة (الشيخ الصافي، 2013): ثر برنامج تروحي رياضي مقترح على بعض المهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعيا، تخصص رياضة وصحة، مذكرة ماجستير، هدفت الدراسة لمعرفة أثر برنامج تروحي الرياضي التروحي في تحسين بعض المهارات الاجتماعية (الاتصال حل المشكلات) عند المعاقين سمعيا، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، لعينة تلميذ من الاعاقة السمعية. وقد اعتمدت هذه الدراسة على مقابلات الشخصية، الاستبيان اختبار قياس السمع، قياس المهارات الاجتماعية، وتمثلت النتائج في انه

حقق برنامج الرياضي الترويحي المقترح تطور ايجابي بين اختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الاجتماعية ولذلك تناسبه مع فئة المعاقين سمعياً، حققت العينتين الضابطة والتجريبية تطورا ايجابيا بين اختبارين القبلي والبعدي في اختبار المهارات الاجتماعية (الاتصال حل المشكلات)، حقق برنامج الرياضي الترويحي المقترح تطور ايجابي في نتائج اختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح العينة التجريبية.

**الدراسة الثالثة:** دراسة (بشير حسام، 2011) فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية و ادماج المعاق حركيا، دراسة ميدانية بالمراكز الطبية التربوية للمعاقين حركيا بجيجل و أم البواقي، أطروحة الدكتوراه في التربية البدنية و الرياضية بجامعة الجزائر، تهدف هذه الدراسة الى فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق صحته النفسية، و بالتالي التخلص من مختلف المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا من قلق و اكتئاب كذلك تبين كيفية دمج المعاق حركيا داخل المجتمع ليصبح مثل باقي الأطفال الأسوياء، و ذلك بفضل ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

**الدراسة الرابعة:** (دراسة تمار محمد 2011)، بعنوان " تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا9-12 سنة، دراسة ميدانية على مستوى مركز الشبان المكفوفين العاشر لولاية الجزائر، اطروحة دكتوراه، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا من خلال اعادة ادماجهم وتكييفهم في ا {تمتع وكذلك زرع الثقة في النفس التي تعد جوهره الذات وتقديرها، لأن الاطفال المعاقين بصريا تتأثر عندهم الكفاءة الادراكية.

**التعليق على الدراسات المشابهة:** مما سبق ان كل الدراسات السابقة ركزت على وجود رعاية المتخلفين ذهنيا والاهتمام بهم بالإضافة إلى أنها أكدت انه يمكن تعديل سلوكهم بكفاءة إذا وفرنا الرعاية اللازمة لذلك كما بينت استفادات هؤلاء من برامج الرعاية التربوية والنفسية والاجتماعية التي تقدم لهم مثلما أكدت بعض الدراسات، واستخدمت معظم هذه الدراسات السابقة الاستبيان والمقابلات الشخصية كأداة في جمع البيانات، بالإضافة إلى الاعتماد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، كما اعتمدت على العينة العشوائية البسيطة.

### الجانب التطبيقي:

#### 1 - الدراسة الاستطلاعية:

لا يخفى على أي باحث ان اساس انطلاق أي دراسة لا بد من الضبط الدقيق للإشكالية، اما بالنسبة للجانب الميداني فلا بد من تحديد الاداة المناسبة لإجراء الدراسة، والذي بدوره تعطي مصداقية للإشكالية، ولما كان الاستبيان هو احج ادوات المعتمدة عليها لإنجاز هذه الدراسة.

حيث قمنا في الخطوة الاولى بزيارة المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة أجرينا مقابلة حرة مع المسؤولين في المركزين، وذلك بهدف الحصول على المعلومات والبيانات المتعلقة بالمركز وعدد المربين فيها، حيث قمنا بتوزيع استبيان اولي على مجموعه من المربين وعددهم (10) بقصد الوقوف على النفاض وثغرات الاستبيان قبل توزيع النهائي له.

وبعد احتكاكنا بإطارات واداري ومربيي المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة واولياء الاطفال في هذين المركزين، واجراء مناقشه معهم للتعرف على مدى وضوح الأسئلة بصفه عامة وملائمتها لموضوع الدراسة، تم تحديد واعاده صياغة فقرات الاستبيان بكل دقه ومعرفه ظروف الانجاز الميداني، والتي لها ارتباط وثيق ومباشر بمتغيرات الدراسة ولمكان الدراسة، واداه البحث وذلك للقيام بتوزيع الاستبيان على المربين والاولياء.

**الدراسة الأساسية:**

لقد تم إجراء الدراسة الأساسية بتطبيق استبيان موجه للمربين واولياء الأطفال المعاقين ذهنيا التابعين للمركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة، وفي الأخير تحليلها بالأدوات الإحصائية للوصول إلى النتائج، وكل هذه الخطوات سنقوم بعرضها بالتفصيل في الخطوات والعناوين التالية:

**مجتمع وعينة الدراسة:**

**مجتمع الدراسة:** المربين التابعين للمركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة، واولياء الاطفال المعاقين ذهنيا المنخرطين في هذه المراكز.

**عينة الدراسة:** حرصا منا على الوصول إلى نتائج الأكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية بسيطة أي أننا لم نخص العينة بأي خصائص أو مميزات.

**ضبط أفراد العينة:** وتتكون من اولياء أطفال المعاقين ذهنيا وعددهم 60 ولي، و35 مربى ينتمون الى المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة

**منهج الدراسة:**

**المنهج هو:** " الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج". (السماك، 1980، صفحة 42)

ونظرا لطبيعة الموضوع الذي تناولناه في دراستنا، وقصد تحليل النتائج ودراسة الإشكالية التي طرحناها فإننا نعتمد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي الذي يختص بجمع البيانات والتقارير أو الجداول الكمية أو كلاهما معا والمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيراً كلفياً وتعبيراً كميًا.

**ادوات الدراسة:****الشروط العلمية لأداة الدراسة:****التأكد من صدق الاختبار:**

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتبار صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية، والتي خلصت من ورائها أخطاء القياس، والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات. وهذا ما يوضحه الجدول (1):

**جدول (1) معامل صدق وثبات الاختبار عند الأولياء والمربين.**

الاجابات	العينة	درجة الحرية	الدلالة	الثبات	الصدق	ر الجدولية
الاولياء	60	8	0,05	0,97	0,98	0,63
المربين	35			0,96	0,97	

المصدر: اعداد الطالب بمخرجات نظام SPSS.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول 1: يتضح أن القيم المحصل عليها في ثبات الاختبار وصدقه ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى أطفال المعاقين ذهنيا وانعكاسها على الصحة النفسية من جهة نظر الأولياء والمربين أكبر من القيمة الجدولية والتي تقدر بـ 0.63 عند مستوى.

**مجالات البحث:** تم إجراء البحث وفق المجالات الثلاثة التالية:

**المجال المكاني:** أجري البحث على المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة.

**المجال البشري:** ويتكون من اولياء أطفال المعاقين ذهنيا وعددهم 60 ولي، و35 مربيا ينتمون الى المركز النفسي البيداغوجي لبلدية الحاجب، والمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا لولاية بسكرة.

**الاساليب الاحصائية:**

- اختبار كا<sup>2</sup> تربيع.
  - معامل الارتباط بيرسون Pearson لدراسة الارتباطات بين عبارات وأبعاد المقياس وبالتالي صدق الأداة
  - معادلة كرونباخ ألفا Alpha Cronbach لحساب الثبات للأداة
- عرض فرضيات الدراسة:**
- عرض نتائج الفرضية الاولى**

**جدول (2) ان لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء**

العبارات	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	الدالة
1.	18,52	5,99	0,05	دال
2.	9,72	5,99	0,05	دال
3.	10,52	5,99	0,05	دال
4.	29,18	5,99	0,05	دال
5.	3,32	5,99	0,05	غير دال
6.	40,12	5,99	0,05	دال
7.	14,52	5,99	0,05	دال
8.	19,72	5,99	0,05	دال

المصدر: اعداد الطالب بمخرجات نظام SPSS.

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول الفرضية الاولى، حيث نجد أن معظم أسئلة الفرضية الاولى دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة (غالبا)، عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.

**عرض نتائج الفرضية الثانية:**



الجدول (3) ان لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

العبارات	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	الدالة
.1	33,80	5,99	0,05	دال
.2	38,40	5,99	0,05	دال
.3	44,20	5,99	0,05	دال
.4	29,60	5,99	0,05	دال
.5	25,40	5,99	0,05	دال
.6	52,20	5,99	0,05	دال
.7	48,60	5,99	0,05	دال
.8	15	5,99	0,05	دال

المصدر: اعداد الطالب بمخرجات نظام SPSS.

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول الفرضية الاولى، حيث نجد أن معظم أسئلة الفرضية الاولى دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا وهي الإجابة (غالبا)، عند مستوى دلالة 0.05 حيث كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وأيضا قيمة مستوى احتمال الخطأ أقل من مستوى الدلالة 0.05 وذلك ما يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة حول تأكيدهم انه لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

#### مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

##### مناقشة الفرضية الاولى:

كما نلاحظ من خلال الجدول رقم 2 تمثل المحور الاول الخاص بممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء، و التي اجاب عليها الاولياء تبين انه توجد دلالة احصائية بالنسبة للفرضية الاولى والتي كانت لصالح الاولياء. حيث ان القيم كا<sup>2</sup> المحسوبة للعبارات من 1 الى 4 ومن 6 الى 8 والتي هي اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية ومنه يمكننا القول انه لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء، ذلك الطابع المميز لممارسة الانشطة الرياضية الترويحية يدفع الطفل لتحقيق حاجاته الاساسية اذ يندفع الطفل بشكل جدي يفيض بالحيوية لتحقيق نتيجة افضل خلال ممارسته للأنشطة الترويحية الرياضية.

وهذا ما اتفق مع دراسة فيمر عبد القادر وبوبكري رشيد مع بن ضياف حسان 2007، والتي اظهرت نتائجها ان الانشطة الرياضية الترويحية لها دور ايجابي في تحسين سلوك الحسي لطفل وتساهم في الوصول بالطفل الى استكشاف ما حوله.

##### مناقشة الفرضية الثانية:

كما نلاحظ من خلال الجدول رقم 2 تمثل المحور الثاني الخاص بممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين، و التي اجاب عليها الاولياء تبين انه توجد دلالة احصائية بالنسبة للفرضية الاولى والتي كانت لصالح الاولياء. حيث ان القيم كا<sup>2</sup> المحسوبة للعبارات من 1 الى 4 الى 8 والتي هي اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية ومنه يمكننا القول انه لممارسة



الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين، و بالتالي يمكن القول أن ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية تزيد من حيوية الأطفال في الموقف التعليمي اذ يعمل على تحرير حلات الصمت السلبية و الاستجابة الى حالة بث الروح النفسية و تبادل وجهة النظر حيث يساعد على اكساب الأطفال اتجاهات ايجابية نحو المربي و النشاط, حيث ينمي لديهم المهارات الاجتماعية.

وهذا ما بينته الدراسة السابقة (لتمار محمد، 2011) بعنوان " تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على بصريا تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين 9-12 سن، دف هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا من خلال اعادة ادماجهم وتكيفهم في المجتمع.

### مناقشة الفرضية العامة:

خلال ما بينته نتائج الجدولين 2 و 3 الذين اكدا صحة الفرضيتين هذا أدى الى تحقيق الفرضية العامة التي قدمناها في البحث وهي ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى لأطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية، ذلك الأنشطة الرياضية تسعى لبناء نظام نفسي متفتح بتحسين عوامل فعالة بين الافراد المجتمع واشباع رغبة التحرك والنشاط من جهة ورغبة الاحتكاك والتواصل وتجاوز الذات للوصول الى روح الجماعة من جهة اخرى وتعزيز الثقة والعوامل النفسية للفرد بواسطة العمل الاجتماعي في عدة نشاطاته.

وهذا ما أظهرته الدراسة السابقة (لبشير حسام، 2011) بعنوان فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق حركيا الصحة النفسية وادماج المعاق، دراسة ميدانية بالمراكز الطبية التربوية للمعاقين حر كيا بجيجل وأم البواقي، وتهدف هذه الدراسة الى فعالية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق صحته النفسية، وبالتالي التخلص من مختلف المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حر كيا من قلق واكتئاب كذلك تبين كيفية دمج المعاق حر كيا داخل المجتمع ليصبح مثل باقي الأطفال الأسوياء، وذلك بفضل ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

### الاستنتاج العام:

خلال دراستنا هذه حاولنا التوصل الى نتائج موضوعية لممارسة الانشطة الرياضية الترويحية لدى أطفال المعاقين ذهنيا وانعكاسها على الصحة النفسية من وجهة نظر الأولياء والمربين. ومن خلال تحليل النتائج التي تحصلنا عليها والتي تم معالجتها بطرق احصائية نجد ان الطفل يحاول استكشاف ما حوله في المنزل ويشترك في الانشطة الرياضية الترويحية إذا كان التشجيع والحث على المشاركة، كما توصلنا الى الاستنتاجات التالية:

- 1- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية
- 2- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر الاولياء.
- 3- لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية من وجهة نظر المربين.

**الخاتمة:**

لقد عرفت الأنشطة الترويحية تطورا كبيرا على مدى العصور، بحيث انتقلت من العشوائية الى التنظيم ومنهجية في تسطير برامجها التربوية. ولعل الشيء الذي أضاف الكثير الى هذه المادة هو ارتباطها بمجموعة من العلوم الانسانية والعلوم الدقيقة.

وانطلاقا من دراستنا لهذا الموضوع والامام لبعض جوانبه حول أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى أطفال متلازمة داون . وبناء على النتائج المتحصل عليها وبعد تحليل ومناقشة كل المعطيات تبين لنا أن للأنشطة الرياضية الترويحية لها انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية للطفل المعاق ذهنيا، وتعتبر فئة الطفل المعاقين ذهنيا جزء من المجتمع الذي يندرج ضمن ذوي الاحتياجات الخاصة التي تستوجب الرعاية والعناية الخاصة في جميع النواحي الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية وفسولوجية، وبهذا فهي من أكثر الفئات حاجة الى التربية والعناية الخاصة، كما أشرت عدة دراسات الى أن هذه الفئة حساسة ولا تتمتع بمناعة قوية ولا بد من اهتمام والعناية الطبية والنفسية والاجتماعية والرياضية. من خلال دراستنا فقد حاولنا معالجة مختلف الجوانب التي لها علاقة بالصحة النفسية، أردنا أن نبرز علاقة الأنشطة الترويحية بهذه الجوانب وانعكاسها الايجابي على الصحة النفسية وتوصلنا الى ان لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى اطفال المعاقين ذهنيا انعكاسا ايجابيا على الصحة النفسية، وكذلك لها دور في عملية دمج الطفل في بيئته رياضيا واجتماعيا، و كذلك يتفاعل ويتواصل مع الاخرين ورغبة الاحتكاك والتواصل وتجاوز الذات للوصول الى الرضى النفسي من جهة اخرى وتعزيز الثقة بالنفس بواسطة العمل الاجتماعي والراحة النفسية التامة اثناء ممارسة النشطة الترويحية.

**الاقتراحات والتوصيات:**

- إن يتجه الباحثون لتطبيق دراسات عن الدمج على فئات مختلفة من الأطفال المعاقين
- إعداد برامج مكيفة وهادفة ومسلية لهذه الفئة.
- اهتمام الأسرة بالطفل المعاق وإدماجه في نوادي التوعية الإعلامية حول فنتهم ومشاكلهم.
- الاهتمام بالجانب المادي الذي يعد الدعم الكبير على تعزيز دوافع النجاح.
- التكفل بهذه الشريحة خاصة عند خروجهم من المراكز المخصصة بعد السن 18 كما هو معمول به قانونا وإدماجه في المجتمع عن طريق توظيفهم وإعطائهم الأولوية وتكليفهم بأعمال بسيطة.
- مساعدة الأسر التي تضم ذوي الاحتياجات الخاصة لاسيما الفقيرة منها.
- الاهتمام بالأنشطة الرياضية الترويحية من طرف الجهات المسؤولة عن هاته الفئة.
- ضرورة استعمال الأنشطة الرياضية الترويحية فيكل من الرياضات الفردية والجماعية
- كيبف الأنشطة الرياضية الترويحية حسب قدراتهم.

**قائمة المصادر والمراجع:**

- 1- احمد الفاضل. (2002). لا توجد قيادة للبرامج الترويحية. مجلة المعرفة(العدد27).
- 2- عبد السلام محمد تهاني. (2001). الترويح والتربية الترويحية. (الطبعة الاولى، المحرر) القاهرة: دار الفكر العربي.
- 3- عماد مخيمر. (2005). إدراك القبول /الرفض الوالدي وعلاقته بالصلاية النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، المجلد 06(العدد 02).
- 4- ماجدة بهاء الدين السيد عبيد. (2007). إلعاقة العقلية. (الطبعة الثانية، المحرر) عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

- 5- مجيدي محمد. (ديسمبر, 2010). سمات الشخصية وانعكاساتها علي اتجاهات اللاعبين نحو النشاط البدني و الرياضي و الدافعية للإنجاز الرياضي. (العدد الاول).
- 6- محمد ازهر السماك. (1980). الأصول في البحث العلمي. الموصل: دار الحكمة للطباعة والنشر .
- 7- مصطفى فهمي. (1995). الصحة النفسية(دراسات في سيكولوجية التكيف)،(الطبعة الثالثة، المحرر) القاهرة: مطبعة الخانجي.