

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم النشاط البدني المكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر في النشاط البدني المكيف والصحة
بـعـنـوان:

دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا - القابلين للتعلم

بحث وصفي اجري على المعاقين عقليا القابلين للتعلم الممارسين للنشاط
البدني المكيف 12- 14 سنة بولاية معسكر

إشراف:

د. قدور باي بلخير

إعداد الطالبين

- بولعراس نبيل

- بوقرط عبد النور

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

A decorative flourish in red, orange, and yellow colors, resembling a stylized flower or scrollwork, positioned below the text.

قال تعالى: " وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا".

اللهم أنفعنا بما علمتنا، وعلمنا ما ينفعنا، وزدني
علمًا.

اللهم أفتح لي أبواب حكمتك وأنشء علي من رحمتك
وأمنه علي بالحفظ والفهم، سبحانه لا علم لنا إلا
ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم. رب اشهد لي صدري
ويسر لي أمري وأحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي.
اللهم زدني ما نسيت، وأحفظ علي ما علمت، وزدني
علمًا. اللهم أخرجنا من ظلمات الجهل وأكرمنا بنور
الفهم، وأفتح علينا بمعرفة العلم وحسن أخلاقنا
بالعلم وسهل لنا أبواب فضلك وأنشء علينا من خزائن
رحمتك يا أرحم الراحمين.. يا أرحم الراحمين.



كلمة شكر

اللهم لك الحمد والشكر حتى ترضى لك الشكر إفا رضيت نعمك ونشكرك على إحانتك

لنا وتوفيقك في إنجاز هذا العمل قال تعالى: "ولأن شكرتم لأزيدنكم"

نتقدم بفائق الشكر والتقدير للأستاذ المؤطر: "قرور باي بلخير" على نصائحه وتوجيهاته

القيمة

وكذا الأستاذ الدكتور: بن قاصر علي

وإلى كل الأساتذة رافقونا طيلة المشوار الدراسي الجامعي بمسئوليتهم،

وكل طلبة الماستر نشاط برني مكيف والصحة

ونفة: 2019

وون أن ننسى الشكر الخالص لمن ساعدنا في كتابة هذه المذكرة - مصطفى -



إهداء

الحمد لله والشكر لله الذي وفقني لانجاز هذا العمل المتواضع شكراً يليق بعظمته
وجلالته سبحانه عليه توكلت وهو رب العرش العظيم .

لكل بداية نهاية وما أجمل أن يهدي المرء أغلى ما يملك والأجمل أن يهدي الغالي
للأغلى

“وقل ربي أرحمهما كما ربياني صغيراً”

إلى منبع الحنان والحب إلى العيب التي لا تنام إلى التي وصفها فوق كل الكلام إلى
مشعل دربي وقرة عيني إلى التي أذكرها مع كل دمة حزن وفرح إلى التي طالما
انتظرت هذه اللحظة لتداني أجني ثمارها إلى أغلى امرأة عشقتها قلبي أمي الحنونة
أطال الله في عمرها.

إلى من ألبسني رداء العفة والكبرياء وزرع في نفسي حب العلم والحياء ومهد لي طريق
حتى أصل إليك إلى من علمني مكارم الأخلاق، إليك يا منبع الشهامة والفخر
والاعتزاز والرجولة.

أبي العزيز أطال الله في عمره.

إلى أغلى وأرق أخ أنت يا شقيق القلب والروح "مقداد" حفظه الله وأنا دربه إلى
من قاسمني أروع اللحظات وأعسها شقيقي الذي أتمنى له النجاح في دربه إن شاء
الله "فضيل" دون أن أنسى العربي وكل اخواتي

إلى من رافقتني دائماً زوجة أخي مقداد وأبنائه: لواء- أية - ادص - هبة الله أطال
الله في عمرهم وأتمنى لهم رفعت المراتب في الدنيا والآخرة إن شاء الله.

إلى الأصدقاء: عبيد، جبالة، بركان، جويني، مستعيب، دهلاس، بوفتيحة، عشوب، العربي،
خاله، هشام، بوقرط، بوعباية، به شواكي، به لخضر، سفيان، عتيق، فريد.... وكل الذين
هم في قلبي وعقلي.

إلى كل الأصدقاء في تخصص النشاط البدني المكثف والصحة دفعة 2017-2019

نبيل



إهداء

الحمد لله والشكر لله الذي وفقني لانجاز هذا العمل المتواضع شكرا يليق بعظمته
وجلالته سبحانه عليه توكلت وهو رب العرش العظيم .

لكل بداية نهاية وما أجمل أن يهدي المرء أغلى ما يملك والأجمل أن يهدي الغالي
للأغلى

“وقل ربّي أرحمهما كما ربياني صغيرا ”

إلى منبع الحنان والحب إلى العيب التي لا تنام إلى التي وصفها فوق كل الكلام إلى
مشعل دري وقرة عيني إلى التي أذكرها مع كل دعة حزن وفرح إلى التي طالما
انتظرت هذه اللحظة لتراني أجني ثمارها إلى أغلى امرأة عشقتها قلبي أمي الحنون
أطال الله في عمرها .

إلى مه ألبسني رداء العفة والكبرياء وزرع في نفسي حب العلم والحياء ومهد لي طريق
حتى أصل إليك إلى مه علمني مكارم الأخلاق، إليك يا منبع الشهامة والفخر
والاعتزاز والرجولة .

أبي العزيز أطال الله في عمره .”

إلى مه رافقوني دائما اخوتي أطال الله في عمرهم .

إلى الأصدقاء : العيد - العربي - نبيل - صالح - هشام - رحيم - فاتح - الحاج
العربي

إلى كل الأصدقاء في تخصص النشاط البدني المكيف والصحة دفعة 2017-2019

عبد النور



قائمة المحتويات

شكر
إهداء

الإطار العام للبحث

- 1- مقدمة البحث: 1
- 2- مشكلة البحث: 3
- 3- أهداف البحث: 4
- 4- فرضيات البحث: 5
- 4-1- الفرضية العامة: 5
- 5- أهمية البحث: 5
- 6- التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث: 6
- 6-1- النشاط البدني الرياضي المكيف: 6
- 6-2- المهارة: 6
- 6-3- المهارات الحياتية: 6
- 6-4- المعاقين عقليا القابلين للتعلم: 7
- 7- الدراسات السابقة والمثابفة : 8
- 7-1 دراسة د.حسن عمر السوطري (2013): 8
- 7-2 دراسة الدكتور صادق خالد الحايك (2013) 9
- 7-3 دراسة هشام لوح 2004/2003 9
- 7-4 دراسة مشعان بن زين الحربي 2001 : 11
- 8- التعليق على الدراسات السابقة: 12

الباب الأول : الدراسة النظرية الفصل الأول: الإعاقة العقلية

- تمهيد: 17

- 17 1- مفهوم الإعاقة العقلية:
- 18 2-1 التعريفات الطبية:
- 18 1-2-1 تعريف Jervis (1952):
- 19 3-1 التعريفات الاجتماعية:
- 20 1-3-1 تعريف Doll (1941):
- 20 2-3-1 تعريف Sarason (1953):
- 20 3-3-1 تعريف Mercer (1973):
- 22 4-1 التعريف السيكمي:
- 23 2- خصائص المعاقون عقليا :
- 23 1-2 الخصائص الأكاديمية:
- 23 2-2 الخصائص اللغوية:
- 24 3-2 الخصائص العقلية:
- 24 4-2 الخصائص الجسمية :
- 25 5-2 الخصائص الشخصية :
- 25 6-2 الخصائص الاجتماعية والانفعالية:
- 26 7-2 الخصائص السلوكية :
- 28 3- تصنيف الإعاقة
- 29 1-3 التصنيف على أساس الأسباب
- 29 2-3 التصنيف على أساس نسبة الذكاء
- 29 1-2-3 الإعاقة العقلية البسيطة
- 30 2-2-3 الإعاقة العقلية المتوسطة
- 30 3-2-3 الإعاقة العقلية الشديدة
- 30 4-2-3 تصنيف الجمعية الأمريكية للإعاقة العقلية
- 31 5-2-3 التصنيف على حسب متغير البعد التربوي
- 33 4- العوامل المسببة للإعاقة العقلية
- 34 1-4 العوامل المسببة للإعاقة العقلية في مرحلة ما قبل الولادة

- 34 1-1-4 العوامل الجينية:
- 35 2-1-4 العوامل غير الجينية:
- 36 3-1-4 العوامل المسببة للإعاقة العقلية أثناء الولادة:
- 37 4-1-4 العوامل المسببة للإعاقة العقلية ما بعد الولادة:
- 38 خلاصة:

الفصل الثاني: النشاط البدني الرياضي المكيف

- 40 تمهيد:
- 40 1- مفهوم النشاط البدني الرياضي للمعاقين عقليا:
- 41 2-1 أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين عقليا:
- 41 1-2-1 تنمية المهارات الحسية الحركية:
- 42 2-2-1 تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية:
- 43 3-2-1 تنمية المهارات المهنية:
- 43 4-2-1 تنمية مهارات التواصل:
- 45 2- أغراض النشاط البدني الرياضي للمعاقين عقليا:
- 45 1-2-1 غرض النمو البدني:
- 46 2-2-1 غرض النمو الحسي الحركي:
- 47 3-2-1 غرض النمو العقلي:
- 48 4-2-1 غرض النمو الاجتماعي:
- 49 5-2-1 غرض علاجي:
- 50 6-2-1 غرض تروحي وجداني:
- 50 3- التربية الرياضية للمعاقين عقليا:
- 50 1-3 أهداف التربية الرياضية للمعاقين عقليا:
- 51 2-3 تخطيط برنامج التربية الرياضية:
- 52 3-3-1 أسس تدريس التربية الرياضية للمعاقين عقليا:
- 54 4-3 المهارات الأساسية في التربية الرياضية للمعاقين عقليا:
- 54 4- الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا:

56 خلاصة:

الفصل الثالث: المهارات الحياتية

58 تمهيد:

58 1- مفهوم المهارات الحياتية:

58 1-1 المهارات الحياتية (Life Skill)

60 2-1 التعريف الإجرائي:

60 2- تصنيف المهارات الحياتية:

61 1-2 مهارة رعاية الذات:

61 2-2 مهارة اجتماعية:

61 3-2 مهارات اقتصادية:

62 4-2 مهارات معرفية:

62 5-2 مهارة الاتصال:

63 3- أسس تنمية المهارات الحياتية:

64 4- أهداف المهارات الحياتية في المجال الرياضي:

64 5- المهارات التي تنميها الأنشطة الاجتماعية:

65 6- خصائص المهارات الحياتية:

65 7- أهداف تنمية المهارات الاجتماعية والحياتية:

66 خلاصة:

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

69 تمهيد:

69 1- منهج البحث:

69 2- مجتمع البحث:

70 3- عينة البحث:

70 4- متغيرات البحث: يمكن تحديد متغيرات البحث كما يلي:

70 1-4 المتغير المستقل:

70	2-4 المتغير التابع.....
71	5 مجالات البحث:
71	1-5 المجال البشري:.....
71	2-5 المجال المكاني:.....
71	3-5 المجال الزمني:.....
71	6- أداة البحث:
72	7- الدراسة الاستطلاعية:
72	1-7 المعاملات العلمية:
72	2-7 صدق الأداة:
72	8- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:.....
72	1-8 الثبات:.....
73	2-8 الصدق:.....
73	3-8 حساب معامل الثبات
73	1-3-8 معامل الثبات والصدق للمقياس
74	9- الموضوعية:
75	10- الدراسات الإحصائية :
77	خلاصة:

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

79	تمهيد.....
79	1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:.....
79	1-1 تنمية مهارة التواصل
92	2-1 البعد الثاني: تنمية مهارة العمل الجماعي
101	3-1 البعد الثالث: تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية
113	4-1 البعد الرابع: المهارات البدنية والمهارية
134	2- استنتاجات:
134	3- مناقشة فرضيات البحث:.....

135.....	1-3 مناقشة الفرضية الأولى:
136.....	2-3 مناقشة الفرضية الثانية:
137.....	3-3 مناقشة الفرضية الثالثة:
138.....	4-3 مناقشة الفرضية الرابعة:
142.....	ملخص الدراسة:
147.....	قائمة المراجع
154.....	الملاحق

قائمة الجداول

الجانِب النظري الفصل الأول

- جدول رقم (1) يبين الفرق بين الإعاقة العقلية وبطء التعلم 21
- جدول رقم (2) الفرق بين الإعاقة العقلية وصعوبات التعلم 21
- جدول رقم (3) الفرق بين الإعاقة العقلية والمرض العقلي 22

الجانِب التطبيقي الفصل الأول

- جدول (1) يمثل معامل الثبات والصدق للمقياس المقترح 73
- الجدول رقم (2): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا القابلين للتعلم حسب المربين فيما يخص يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء 79
- الجدول رقم (3): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا القابلين للتعلم حسب المربين فيما يخص يستطيع تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية 81
- الجدول رقم (4): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي 82
- الجدول رقم (5): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية 83
- الجدول رقم (6): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء 85
- الجدول رقم (7): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستخدم التواصل الفضي وغير الفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة 86

- الجدول رقم (8): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يتواصل مع الآخرين بشكل واثق. 87
- الجدول رقم (9): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يتقبل آراء الآخرين بانفتاح. 89
- الجدول رقم (10): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يفاوض الآخرين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح. 90
- الجدول رقم (11): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يحترم أفكار الآخرين. 92
- الجدول رقم (12): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يتحلى بروح الانتماء للجماعة. 93
- الجدول رقم (13): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف. 95
- الجدول رقم (14): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين. 96
- الجدول رقم (15): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين. 98
- الجدول رقم (16): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية. 99
- الجدول رقم (17): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يتصرف بشكل لائق ومسؤول. 101
- الجدول رقم (18): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية. 102
- الجدول رقم (19): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يعكس صورة ايجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي. 104
- الجدول رقم (20): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة. 105

- الجدول رقم (21): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية. 107
- الجدول رقم (22): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع إصدار أحكام سابقة على أدائه وأداء الآخرين. 108
- الجدول رقم (23): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يميز بين الخطأ والصواب. 110
- الجدول رقم (24): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد اهتماماته. 111
- الجدول رقم (25): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة. 113
- الجدول رقم (26): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب عناصر اللياقة البدنية. 114
- الجدول رقم (27): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب القوام المعتدل. 116
- الجدول رقم (28): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمارس تمارين صحية سليمة. 117
- الجدول رقم (29): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة. 119
- الجدول رقم (30): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يختار الملابس الرياضية المناسبة طبعاً لطبيعة اللعبة. 120
- الجدول رقم (31): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك جسماً خالياً من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب. 122
- الجدول رقم (32): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم K^2 للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد. 123

- الجدول رقم (33): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يمتلك جسم عضلي. 125
- الجدول رقم (34): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يمتلك الكفاءة البدنية والمهارة لممارسة النشاط البدني الرياضي. 126
- الجدول رقم (35): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص له قدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة. 128
- الجدول رقم (36): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارة المختلفة. 129
- الجدول رقم (37): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام. 131
- الجدول رقم (38): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب
المربين فيما يخص له قدرة على التسيير في ممارسة لعبة ما. 132

قائمة الأشكال

- الشكل (1): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا القابلين للتعلم حسب المربين فيما يخص يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء. 80
- الشكل (2): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي. 83
- الشكل (3): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية. 84
- الشكل (4): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء. 85
- الشكل (5): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستخدم التواصل اللفضي وغير اللفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة. 87
- الشكل (6): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتواصل مع الآخرين بشكل واثق. 88
- الشكل (7): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتقبل آراء الآخرين بانفتاح. 90
- الشكل (8): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يفاوض الآخرين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح. 91
- الشكل (9): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يحترم أفكار الآخرين. 93
- الشكل (10): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يتحلى بروح الانتماء للجماعة. 94
- الشكل (11): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف. 96

- الشكل (12): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين. 97
- الشكل (13): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق. 99
- الشكل (14): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية. 100
- الشكل (15): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يتصرف بشكل لائق ومسؤول. 102
- الشكل (16): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية. 103
- الشكل (17): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يعكس صورة ايجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي. 105
- الشكل (18): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة. 106
- الشكل (19): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية. 108
- الشكل (20): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع إصدار أحكام سابقة على أدائه وأداء الآخرين. 109
- الشكل (21): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يميز بين الخطأ والصواب. 111
- الشكل (22): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد اهتماماته. 112
- الشكل (23): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة. 114
- الشكل (24): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يكتسب عناصر اللياقة البدنية. 115

- الشكل (25): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب القوام المعتدل.....117
- الشكل (26): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمارس تمارين صحية سليمة.....118
- الشكل (27): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة.....120
- الشكل (28): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يختار الملابس الرياضية المناسبة طبعاً لطبيعة اللعبة.....121
- الشكل (29): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك جسماً خالياً من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب.....123
- الشكل (30): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد.....124
- الشكل (31): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك جسم عضلي.....126
- الشكل (32): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي.....127
- الشكل (33): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة.....129
- الشكل (34): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة.....130
- الشكل (35): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام.....132
- الشكل (36): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على التسيير في ممارسة لعبة ما.....133

الإطار العام للبحث

1- مقدمة البحث:

أصبحت مشكلة الإعاقة العقلية من المواضيع التي تهتم المجتمعات وهي مشكلة متعددة الجوانب والأبعاد الأمر الذي يقتضي لتعاون كل الفاعلين داخل المجتمع لإيجاد حلول مناسبة .

ولقد أبدى المجتمع الدولي عناية خاصة بذوي الإعاقة العقلية، الإعاقة، حيث في العام 1979 صدر إعلان حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة العقلية، إضافة إلى قرار المجلس الاقتصادي والاجتماعي الخاص بالوقاية من الإعاقة. كما أقرت المنظمة العربية لذوي الإعاقة العقد العربي لذوي الإعاقة (2001 - 2010) هذا بالإضافة إلى عدة قرارات ووثائق مختلفة صدرت عن المؤسسات الدولية كاليونيسيف واليونسكو، وتؤكد جميع القرارات والمواثيق الصادرة عن المؤسسات والمنظمات المذكورة على ضرورة تمتع ذوي الإعاقة بالحق في الحصول على الرعاية الطبية اللازمة، والتعليم المناسب، وتوفير الخدمات والتسهيلات التي تساعدهم في تسيير شؤونهم الخاصة. (بهاء الدين، 2003)

ان من دواعي الاهتمام بالمعاقين عقليا ما اشارت إليه نتائج بعض الدراسات من أن نسبة كبيرة منهم قد يصل عددها إلى الثلثين تقريبا قابلون للتعليم، ويمكنهم التكيف النفسي والاجتماعي والمهني إذا ما أحسن توجيههم وتعليمهم.

و يعتبر النشاط الحركي مدخل أساسي ليس فقط لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بل يتعدى ذلك للمساعدة في نموه العقلي والمعرفي والاجتماعي والانفعالي والنفس حركي فالحركة هي النشاط والشكل الأساسي للحياة.

وما ذكره كمال إبراهيم 1996 من أن الطفل المعاق عقليا يفتقر إلى العديد من المهارات والتي يؤدي إلى بعض المشكلات السلوكية والاضطرابات الانفعالية مثل السلبية والقلق والتوتر والانسحابية . (كمال، 1996، صفحة 58)

وقد رأت علا عبد الباقي 1993 انه يمكن مساعدة المعاقين عقليا على الشعور بالكفاءة والفاعلية من خلال إكسابه العديد من المهارات التي تشعره بان له دور وقيمة ومن ثم يعتمد على نفسه فيقل اعتماده على الآخرين، ويحظى بتقديرهم واحترامهم مما يساعده على اكتشاف الحية الاجتماعية بشكل أفضل . (علا، 1993، صفحة 78)

ويرى جوداس Goudas (2007) أن النشاط البدني الرياضي يعد وسيلة لتحقيق واكتساب الفرد للمهارات، ويمكن تحقيق هذه الاحتياجات والسلوكيات عن طريق مختلف الأنشطة الرياضية واللعب والترفيه، لهذا فان هدف النشاط البدني هو خدمة حالة الفرد النفسية والاجتماعية بدرجة كبيرة وفي هذا الصدد يشير ان النشاط البدني الرياضي بيئة مناسبة لتعليم المهارات الحياتية، والتي هي منقولة لمجالات الحياة الأخرى، حيث تشمل هذه المهارات القدرة على انجاز العمل تحت الضغط وحل المشكلات وإدارة الوقت ووضع الأهداف، والتواصل والتعامل مع النجاح والفشل والعمل مع أعضاء الفريق ضمن نظام (العمل الجماعي) وتقبل النتائج.

فالمهارات الحياتية من المتطلبات التي يحتاجها المعاقين عقليا لكي يتوافقوا مع أنفسهم ومجتمعهم الذي يعيشون فيه، مما يساعدهم على حل المشكلات اليومية والتفاعل مع مواقف الحياة المختلفة، فهي مجموعة من المهارات المرتبطة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد وما يتصل بها من معارف وقيم واتجاهات يتعلمها بصورة مقصودة ومنظمة عن طريق الأنشطة والتطبيقات العملية وتهدف إلى بناء شخصيته، بالصورة التي تمكنه من تحمل المسؤولية والتواصل والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية بنجاح لتحقيق الرضا النفسي والعيش بطريقة أكثر استقلالية وهذا ما يشير إليه الحايك (2006).

فانطلاقا من أهمية المهارات الحياتية كأحد المتطلبات الضرورية والملحة لتكيف الطفل المعاق عقليا سنقوم بدراسة أهمية النشاط البدني الرياضي ودوره في تنمية بعض المهارات الحياتية (مهارة التواصل، ومهارة العمل الجماعي، ومهارة تحمل المسؤولية

الشخصية، والمهارات البدنية والمهارية) بالنسبة للمعاقين عقليا القابلين للتعلم من 12-14 سنة والممارسين للأنشطة الرياضية والبدنية بشكل منتظم.

2- مشكلة البحث:

إن الإعاقة العقلية مشكلة متعددة الجوانب والأبعاد، فأبعادها نفسية، وطبية واجتماعية، وتعليمية، وهذه الأبعاد تتداخل مع بعضها البعض، الأمر الذي جعل من المشكلة

نموذجاً فريداً في التكوين كما قال (سليمان ع.، 2002، صفحة 53)

حيث من بين صفات المعاقين عقليا انسحابيون ويعانون العديد من المشاكل كالانطوائية والقلق والتوتر والخوف وسرعة الغضب والتسرع والعدوانية وعدم تقدير

الذات . (كمال، 1996، صفحة 47)

ويرى كل من حلمي إبراهيم ولىلى فرحات 1998 وسهيل كامل 1998 أن المهارات

الحياتية تساعد على تنشيط وتدريب المعاق عقليا على كثير من العادات الحياتية

الحسنة وتوجهه إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تتناسب وقدراته، مما يكسبه القدرة

على التعبير على الذات والثقة بالنفس والوعي الذاتي هذا بالإضافة إلى العديد من

الفوائد النفسية كالتدريب على تقبل الهزيمة وإطاعة الأوامر، وتوفير الفرص للشعور

بالإنجاز ونمو اللغة وإصلاح عيوب النطق مما يساعد على سرعة تكيفه مع زملائه

ومجتمعه، يعتبر النشاط البدني الرياضي ضرورة لإعادة التوازن النفسي والبدني

والاجتماعي، حيث يلعب دورا هاما في اكتساب اللياقة البدنية والحركية، ويمكن من

التواصل والاحتكاك بأفراد آخرين، من خلال التفاعل مع اللاعبين في مختلف المواقف

التنافسية والتدريبية، وفي هذا الصدد يشير كل من " راشد وخليفة " (1998) إلى أن

ممارسة أنشطة بدنية لا تمثل المنافسة غايتها الوحيدة ولكن تعد وسيلة للوقاية والعلاج

للأمراض المرتبطة بقلة الحركة، والتأثيرات السلبية والأمراض النفسية كالاكتئاب والتوتر

وزيادة القلق الناتجة عن ضغوط حياة يومية في ظل التقدم التكنولوجي السريع الذي

يشهده العالم. (خليفة ا.، 1998، صفحة 92)

ومن خلال ما سبق واطلاعنا على عديد البحوث والدراسات تأكدنا أن الإعاقة العقلية تؤثر سلبا على المهارات الحياتية وان لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية دور فعال في تنمية وتعزيز المهارات الحياتية، وعلى هذا الأساس تبلورت مشكلة البحث :

التساؤل العام: هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم ؟
ويتفرع عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية الآتية:

أ. هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم؟

ب. هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة العمل الجماعي لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم؟

ج. هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم؟

د. هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم؟

3- أهداف البحث:

- التعرف على الخصائص النفسية للمعاقين عقليا القابلين للتعلم
- تحديد بعض المهارات الحياتية اللازمة للشخص المعاق عقليا القابل للتعلم.
- تقييم مستوى المهارات الحياتية لفئة المعاقين عقليا القابلين للتعلم.
- تطوير الاستعدادات والسلوكيات التي تنعكس ايجابا على بعض السمات الشخصية المرغوبة والمقبولة في المجتمع.

4- فرضيات البحث:

4-1- الفرضية العامة:

لنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم الفئة من 12-14 سنة

• الفرضية الأولى:

لنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

• الفرضية الثانية:

لنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

• الفرضية الثالثة:

لنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

• الفرضية الرابعة:

لنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية مهارة المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

5- أهمية البحث:

انه من الضروري الاهتمام بالفرد المعاق عقليا القابل للتعلم المراهق ورعايته من كل الجوانب، وخاصة في الوقت الراهن نتيجة للضغوط الحياتية والتوترات التي طغت على الحياة اليومية، والتي قد تؤدي إلى بعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية. وبما أن انفعالات المراهق تتميز بالحساسية وسرعة الاستجابة، كان من الضروري أن يتجه الطالب الباحث إلى دراسة دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الناشئين باختلاف نوع النشاط الممارس، وذلك بغية الوقوف

على مدى فاعلية هذا النشاط في تكيف الأشخاص المعاقين عقليا القابلين للتعلم الناشئين مع حاجاتهم ومتطلباته اليومية.

6- التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث:

6-1- النشاط البدني الرياضي المكيف:

التعريف الاصطلاحي: يشير "عمر بدران" أن النشاط الرياضي بأشكاله" هو ذلك النشاط الحركي الذي يمارسه الإنسان ممارسة ايجابية، فردي أو جماعي،وفقا لقوانين وقواعد محددة، بحيث يحدث تغيرات بدنية، عقلية، اجتماعية، نفسية تمكنه من التكيف مع أقرانه والبيئة المحيطة.(ياسين، 2007، صفحة 54)

ويعرفه كل من "Jackson . Morrow. Hill" (2004) بأنه كل ألوان النشاط البدني والحركي التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام والتي تؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز الطاقة المصروفة أثناء فترة الراحة.(Hill, 2004, p. 22)

تعريف إجرائي: هو ذلك النشاط البدني الرياضي الذي يمارسه الشخص في النوادي والجمعيات الرياضية.

6-2-المهارة:

يعرفها " جمال عبد السميع " أنها القدرة على القيام بنشاط عقلي أو انفعالي أو حركي أو كلاهما معا، ويتطلب تعلمها واكتسابها السهولة والدقة واقتصاد الوقت في أدائها.(هاشم، 2004، صفحة 15)

6-3- المهارات الحياتية:

يعرفها " بيليو " بأنها مجموعة من الكفايات النفسية والاجتماعية والمهارات الشخصية التي تساعد الفرد على اتخاذ قرارات وحل المشكلات والتفكير الناقد الإبداعي والاتصال الفعال وبناء علاقات صحية والتعاطف مع الآخرين والتكيف معهم وتدبر عيشتهم بأسلوب صحي بناء.(السوطري، 2006، صفحة 54)

المهارات الحياتية هي السلوكيات والمهارات الشخصية والاجتماعية اللازمة للإفراد للتعامل بثقة واقتدار مع أنفسهم ومع الآخرين، ومع المجتمع، وذلك باتخاذ القرارات المناسبة الصحيحة وتحمل المسؤوليات الشخصية والاجتماعية، وفهم النفس، والغير وتكوين علاقات ايجابية مع الآخرين وتفاذي حدوث الأزمات، والقدرة على التفكير والابتكار. (القيسي، 2006، صفحة 369)

تعريف إجرائي: المهارات الحياتية هي مجموعة القدرات البدنية والاجتماعية والنفسية التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلة أو مواجهة تحدي أو تحقيق أهداف مرغوبة في مجالات حياته اليومية والمتمثلة في:

- المهارات البدنية والمهارية.
- مهارات الاتصال والتواصل.
- مهارات العمل الجماعي.
- مهارات تحمل المسؤولية الشخصية.

6-4- المعاقين عقليا القابلين للتعلم:

الإعاقة العقلية : وتعرف الإعاقة العقلية بأنها عدم اكتمال نمو الجهاز العصبي بحيث يكون الإنسان غير قادر على التكيف مع الأفراد من حوله والبيئة المحيطة به . (ابراهيم م.، الموسوعة الرياضية لمتحدي الاعاقة، 2002، الصفحات 31-32)

القابلون للتعليم: يطلق على هذه الفئة ذوي الإعاقة العقلية البسيطة أو الخفيفة، وهي تمثل نسبة 75% تقريبا من المعوقين عقليا، ومن الخصائص المميزة للأفراد في هذه الفئة ما يلي:

وهم من لديهم القدرة على الاستفادة من البرامج التعليمية العادية ولكن بصورة بطيئة، فيحتاجون إلى برامج خاصة موجهة لإحداث تغيير في السلوك الاجتماعي ليصبح مقبولا في تفاعلاتهم مع الآخرين، وأيضا في تحسين العمليات المعرفية والمهنية لديهم، وتستطيع تلك الفئة الاعتماد على نفسها في مرحلة عمليات البيع والشراء والعمل اليدوي

مع مبادئ بسيطة من الناحية الأكاديمية، أي المهارات الأولية للتعلم وتتراوح نسب ذكائهم ما بين 50-70. (اباظة، 2007).

7- الدراسات السابقة والمشابهة :

7-1 دراسة د.حسن عمر السوطري (2013):

بعنوان: " اثر استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه على بعض المهارات

الحياتية لدى طلبة الصف السابع الأساسي"

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه على بعض المهارات الحياتية (التواصل، اتخاذ القرار، حل المشكلات، العمل الجماعي، الروح القيادية، تحمل المسؤولية، الثقة بالنفس، حل النزاعات وتقبل الاختلاف) لطلبة الصف السابع الأساسي في مديريات محافظة العاصمة عمان، اشتملت العينة على (40) طالبا وطالبة تكونت المجموعة الأولى من (20) طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من طلاب الصف السابع الأساسي من مدرسة بلال بن رباح الأساسية للبنين/ مديرية التربية والتعليم عمان الرابعة أما المجموعة الثانية تكونت من (20) طالبة تم اختيارهن عشوائيا من طالبات الصف السابع الأساسي من مدرسة آسيا الثانوية للبنات/ مديرية التربية والتعليم عمان الثالثة، استخدمت المجموعتان أسلوب الاكتشاف الموجه، تم استخدام برنامجا تعليميا في المهارات الأساسية في الكرة الطائرة دمج فيه بعض المهارات الحياتية قيد الدراسة، تكون البرنامج من ثمانية وحدات تعليمية في أسلوب الاكتشاف الموجه تم تطبيقها بواقع حصتين أسبوعيا وزعت على أربعة أسابيع، واستخدم الباحث المتوسطات والنسب المئوية والانحرافات المعيارية واختبار (ت)، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبليّة والبعديّة لصالح القياسات البعديّة، وأظهرت النتائج الخاصة بالفروق بين القياسات البعديّة بين الطلاب والطالبات إلى وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الطلاب في المهارات الحياتية (التواصل، اتخاذ القرار، تحمل المسؤولية، الثقة بالنفس) ولصالح الطالبات في

محور (الروح القيادية)، بينما لم تظهر فروق دالة إحصائياً على المهارات الحياتية (حل المشكلات، العمل الجماعي، حل النزاعات وتقبل الاختلاف).

7-2 دراسة الدكتور صادق خالد الحايك (2013)

بعنوان: " اثر استخدام أسلوب التقييم الذاتي على تعلم مهارات حياتية ومهارات منهجية في كرة السلة"

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى أثر استخدام أسلوب التقييم الذاتي على تعلم بعض المهارات الحياتية وبعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى طلبة الصف السابع الأساسي. تكونت عينة الدراسة من (40) طالباً وطالبة من مدارس وكالة الغوث الدولية (منطقة جنوب عمان)، في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2010/2011، ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان المنهج شبه التجريبي لملائمته وطبيعة الدراسة، وتم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة. أظهرت نتائج الدراسة أن أسلوب التقييم الذاتي له أثر ايجابي في إكساب الطلبة المهارات الحياتية المطلوب توظيفها في بناء شخصية الطلبة، وأن أسلوب التدريس أثراً ايجابياً في تحسين مستوى الأداء المهاري لأفراد عينة الدراسة على بعض مهارات كرة السلة (التصويب بيد واحدة من الثبات، التمريرة الصدرية، التصويب السلمي، تنطيط الكرة). وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحثان بدمج المهارات الحياتية قيد الدراسة في منهاج التربية الرياضية عامة ومنهاج كرة السلة خاصة، وضرورة التنوع في استخدام أساليب التدريس (أسلوب التقييم الذاتي) في حصص التربية الرياضية نظراً لخصوصية كل أسلوب تدريسي في تنمية مهارات حياتية معينة.

7-3 دراسة هشام لوح 2003/2004

بعنوان: " اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركياً "

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركيا حيث بحثت في الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل أن التمرينات البدنية المستهدفة ضمن وحدات النشاط الحركي المكيف لها اثر في تحسين الاتزان العضلي الناتجة عن الإعاقة لعينات البحث (إعاقة متوسطة، بسيطة، شديدة)؟

- هل أن اقتراح ومعايرة بطارية اختبارات خاصة بمعوقي الشلل الدماغي يساعد في حل المشكلة ؟

- أي من العينتين التجريبية والضابطة تحقق نتائج أفضل في تحسين الاتزان العضلي ؟

فرضيات الدراسة : تم صياغة فرضيات الدراسة على النحو الآتي:

- التمرينات البدنية المستهدفة ضمن وحدات النشاط الحركي المكيف تؤثر بشكل ايجابي على تنمية مؤشرات الاتزان العضلي(تحمل القوة العضلية، الإطالة للمجاميع العضلية الرئيسية، التوازن والتوافق) للمعاقين المصابين بالشلل الدماغي. (إعاقة متوسطة، بسيطة، شديدة).

- اقتراح ومعايرة بطارية اختبارات خاصة بمعوقي الشلل الدماغي يساعد في حل المشكلة .

- نتائج تأثير وحدات النشاط الحركي المعدل لفئة المعاقين بالشلل الدماغي على تحسين الاتزان العضلي على العينة التجريبية.

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 34 طفلا من الأطفال المصابين بالشلل الدماغي مقسمة إلى مجموعات تجريبية وضابطة على حسب شدة الإعاقة . (إعاقة متوسطة، بسيطة، شديدة).

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على أدوات البحث التالية

- الاختبارات البدنية لقياس مؤشرات الاتزان العضلي.

- المقابلات الشخصية مع أساتذة وأطباء مختصين .
وبعد إجراء الدراسة الميدانية التجريبية خلصت هذه الدراسة إلى أن وحدات النشاط الحركي المعدل لفئة المعاقين بالشلل الدماغي والتي تتضمن في جوهرها تمارين بدنية مستهدفة قد أسهمت بشكل فعال في تحسين مؤشرات الاتزان العضلي (تحمل القوة العضلية، الإطالة للمجاميع العضلية الرئيسية، التوازن والتوافق) واستخلص الباحث من هذه الدراسة أن التطور الذي حققته العينات التجريبية راجع لفعالية وحدات النشاط الحركي المكيف .

4-7 دراسة مشعان بن زين الحربي 2001 :

بعنوان : " مستويات النشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالعاديين "

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والنشاط البدني لدى الأطفال الذكور المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون وغير المصابين بها ومقارنتها مع أقرانهم العاديين . وتكونت عينة الدراسة من ثلاث فئات هي : فئة المصابين بمتلازمة داون (ن=14، العمر = 11.1±1.1) وفئة غير المصابين بمتلازمة داون من المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (ن=20، العمر = 11.3 ± 0.97)، وفئة العاديين (ن = 20، العمر = 11.1 ± 1.1) . وقد تم قياس الطول والوزن وتقدير نسبة الشحوم بالجسم من خلال قياس سمك طيات الجلد في ثلاث مناطق بالجسم، وكذلك تم قياس عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة (القوة العضلية بواسطة قوة القبضة وقوة عضلات الفخذين، المرونة بواسطة صندوق المرونة، التحمل العضلي - من خلال اختبار الجلوس من الرقود -، والتحمل الدوري التنفسي بواسطة جرى / مشى 600 متر) . كما تم أيضا قياس مستوى النشاط البدني عن طريق رصد معدل ضربات القلب خلال 12 ساعة متواصلة مرتين في الأسبوع

أحدهما في وسط الأسبوع والأخرى في نهاية وقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة الأطفال البدناء من المتخلفين عقلياً تجاوزت 50% (مقارنة مع 25% لدى العاديين). كما أشارت النتائج إلى انخفاض (دال عند مستوى 0.05) في القوة العضلية والتحمل الدوري التنفسي والتحمل العضلي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً مقارنة بالأطفال العاديين، إلا أن الأطفال المصابين بمتلازمة داون أظهروا مرونة زائدة مقارنة بالأطفال العاديين، وذلك ناتج عن لين في الأربطة وفي العضلات لدى الأطفال المصابين بمتلازمة داون. كما أشارت النتائج إلى انخفاض ضربات القلب القصوى لدى الأطفال المصابين بمتلازمة داون (172.7 ± 3.2). كما ظهر أيضاً أن مستوى النشاط البدني منخفض لدى الأطفال المتخلفين عقلياً سواء المصابين بمتلازمة داون أو غير المصابين بها مقارنة بالعاديين، حيث كانت هناك فروقا دالة في متوسط ضربات القلب خلال 12 ساعة بين الأطفال العاديين والأطفال المتخلفين عقلياً. أخيراً أظهرت نتائج تحليل الارتباط بين نسبة الشحوم ومؤشرات مستوى النشاط البدني علاقات تراوحت من ضعيفة إلى معتدلة وغير دالة إحصائياً لدى مجموعات الدراسة الثلاث، كما أن العلاقات الارتباطية بين مستوى النشاط البدني واللياقة القلبية التنفسية كانت أعلى لدى الأطفال المتخلفين عقلياً مقارنة بالأطفال العاديين. من نتائج هذه الدراسة يتبين ضرورة الاهتمام بزيادة مستويات النشاط البدني لدى الأطفال المتخلفين عقلياً.

8- التعليق على الدراسات السابقة:

أوضحت الدراسات السابقة أن هناك مؤشرات إيجابية تدل على ضرورة البرامج الرياضية للمعوقين عامة والمعاقين عقلياً خاصة، حيث لخصت معظم الدراسات في هذا المجال إلى تحديد الآثار الإيجابية للبرامج الرياضية المكيفة في تطوير القدرات الوظيفية والفسولوجية المتضررة من الإعاقة، وذلك من خلال المؤشرات التالية:

- أهمية النشاط الرياضي بشكله الترويحي والتدريبي في تحقيق التوازن الانفعالي وتطوير مفهوم الذات والثقة بالنفس والرغبة في الحياة.

- أكدت الدراسات على دور النشاط الرياضي في الحد من مشاعر القلق واليأس وعدم الرغبة في المشاركة الاجتماعية وأن دور النشاط الرياضي المكيف يبدأ من خلال تطوير المهارات الحركية اليومية (توازن، جلوس، مشي) ومن ثم التوجه نحو الإعداد المهاري للأنشطة الرياضية حسب رغبة وميول المعوق نفسه.

- فعالية البرنامج التدريبي الفردي للمتخلفين عقليا على نمو جميع المهارات الرياضية والحركية الأساسية.

و رغم كل هذه النتائج التي تؤكد على أهمية النشاط الرياضي للمعوقين عقليا فإن قلة أو انعدام البرامج التأويلية وعدم القيام بإحداث التكيف والتعديل العلمي المرتبط بمظاهر الإعاقة، كل هذه العوامل زادت من تفاقم أوضاع المعاقين وحرمت هذه الفئة من ممارسة نشاط حياتي طبيعي يرغب كل إنسان في الحصول عليه .

عموما لقد بينت هذه الدراسات أن هناك تشابها واختلاف في كيفية ممارسة النشاط الرياضي تبعا لنوع الإعاقة ودرجتها والظروف المهنية والاجتماعية والشخصية فضلا عن المحيط الأسري الذي يعيشه الفرد والذي يعكس آثاره على ممارسة هذا النشاط.

لكن الشيء الملاحظ في هذه الدراسات أنها لم تتطرق إلى واقع النشاط البدني الرياضي في المدارس الخاصة نظرا لافتقارها إلى البرامج المقننة والوسائل والأجهزة الرياضية المكيفة مع قدراتهم الجسمية والعقلية والاجتماعية وحسب نوع ودرجة الإعاقة والمؤثرين المختصين وهو ما أكده محمد عبد المومن " انه وعلى الرغم من أن تلك الفئة من الأطفال المعوقين عقليا في أمس الحاجة إلى منهج خاص أو برنامج دراسي يلائم قدراتهم المحدودة على الفهم والتفكير ويتناسب مع قدراتهم الجسمية وتأثرهم الحسي الحركي ،فان العملية التعليمية في تلك المدارس (مدارس التربية الفكرية)

لازالت تقوم على أساس الفهم والاجتهاد الشخصي للقائمين على تربية الأطفال المتخلفين عقليا وكل ما يدرس من برامج تعليمية مبني على أساس توجيهات وتوصيات من المختصين بالتربية الخاصة بوزارة التربية والتعليم وفي كثير من الأحيان يضطر المدرس في مدارس التربية الفكرية اللجوء إلى برامج المدرسة العادية وطرق تدريسها وهنا يواجه العديد من المشكلات .

لقد تمكنا من الاستفادة من هذه الدراسات في تنظيم بحثنا بحيث:

- الاستفادة من البحوث العربية التي ركزت على الأنشطة الرياضية المكيفة التي يهتم بها الإنسان العربي وتجنب بعض هفواتها خاصة تكيفها وتعديلها .
- الاستفادة من هذه البحوث فيما يتعلق بالجانب المنهجي للدراسة في تصميم البرنامج التدريبي وتحديد المنهج وأدوات جمع البيانات وتحديد أسئلة الاستبيان .
- الاستعانة ببعض نتائج هذه الدراسات في ظل الأفكار النظرية المتعلقة بموضوع الدراسة، ومقارنة نتائج هذه الدراسات بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

الإعاقة العقلية

تمهيد:

إن التقديرات العالمية تشير إلى أن فئة المعافين عقليا هي اكبر فئات المعوقين حجما بشكل عام حيث تشير هذه التقديرات إلى أن ما بين 1 - 3 بالمائة من المجتمع هم في عداد المعوقين عقليا.

في حين سيكون لدينا في العالم العربي ما لا يقل عن ثلاثة ملايين شخص من المعوقين عقليا أما على مستوى العالم فنحن في هذه الحالة نتحدث عن عدد يزيد عن المائة مليون شخص بشكل عام.

هذا ومن المعروف إن معظم حالات الإعاقة هي من النوع البسيط وان نسبة قليلة فقط من حالات الإعاقة العقلية هي من النوع الشديد.

ويعرفه بورنيفل Bourneville بأنه توقف في النمو فطري أو مكتسب في القدرات العقلية والخلقية الانفعالية ويمكننا القول لتحديد الضعف العقلي بأنه بطء في المخ يؤدي إلى بطء الإثارة ونقص القدرة على عدم التكيف الاجتماعي. (ابراهيم م.، 2014، صفحة 150)

1- مفهوم الإعاقة العقلية:

الإعاقة بشكل عام والإعاقة العقلية بشكل خاص ظاهرة لا تعترف بالحدود الاجتماعية ويمكن أن تتعرض لها على حد سواء الأسر الفقيرة والغنية، المثقفة والأقل ثقافة،... أنها بحق ظاهرة استرعت بدرجات متفاوتة اهتمام مختلف الفئات الاجتماعية على اختلاف درجاتهم العلمية والمهنية، مما أدى إلى التباين في فهم الظاهرة، حيث حاول الأطباء تفسيرها وفقا لإطارهم المرجعي، بينما حاول المختصون الاجتماعيون تفسيرها وربطها بالمتغيرات الاجتماعية والثقافية في الأسرة والبيئة المحيطة، وكذلك فعل علماء النفس والتربية حيث انطلقوا في تفسيراتهم من خلفياتهم الأكاديمية والمهنية وقدموا العديد من التفسيرات القائمة على النظريات السيكولوجية والتربوية المختلفة، لذا فمن الصعب الوصول إلى تعريف دقيق وشامل للإعاقة العقلية والذي يلاقي قبول مختلف الفئات

العلمية والمهنية، وقد يكون من المناسب استعراض أبرز التعريفات المختلفة للإعاقة العقلية وصولاً إلى التعريف الذي نعتبره أكثر قبولاً من سواه.

1-2 التعريفات الطبية:

هي التعريفات التي يرى أصحابها بان التشخيص يبدأ عادة من عيادة الطبيب وبصفة خاصة تلك الحالات الكلينيكية ذات المظهر الخارجي المتميز، أو ذات الخصائص البيولوجية المميزة (سليمان، 2001)

وقد ركزت هذه التعاريف على أسباب الإعاقة، ومن بينها نذكر مايلي:

تعريف Tred Gold (1938):

ركز على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل أو بعد الولادة (عبيد، 2000، صفحة 17). إذ يقول بان "الإعاقة العقلية حالة يعجز فيها العقل عن الوصول إلى مستوى النمو السوي، أو اكتمال النمو" (ابراهيم ع.، 2000، صفحة 27). وتتعدد الأسباب خاصة المؤدية إلى تلف الجهاز العصبي المركزي والقشرة الدماغية المتضمنة لمراكز الكلام، العمليات العقلية، التأزر البصري الحركي، الحركة والإحساس، القراءة والسمع... والمؤدية إلى تعطل الوظيفة المرتبطة بها.

1-2-1 تعريف Jervis (1952):

الذي يرى بان الإعاقة العقلية هي " حالة النمو العقلي المتوقف أو غير المكتمل ناتجة عن مرض أو إصابة قبل المراهقة، أو ناشئة عن أسباب وراثية " (الشناوي، 1997، صفحة 35). وعلى ذلك فيتمثل التعريف الطبي للإعاقة العقلية في وصف الحالة وأعراضها وأسبابها البيولوجية، فالطبيب يمكنه وصف الحالة وذكر مظاهرها الفزيولوجية والأسباب المؤدية إليها كحالة الطفل المنغولي ولكن دون أن يعطي وصفاً دقيقاً وعميقاً، وبشكل كمي للقدرة العقلية ولا يستطيع وصف نسبة ذكاء تلك الحالة بسبب صعوبة استخدام الطبيب لمقياس القدرة العقلية (الشناوي، 1997، صفحة 40)

تعرض هذان التعريفان للانتقادات كسابقه خاصة (ستانفورد) ومقياس (وكسلر) وذلك في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد كما وجهت انتقادات إلى محتوى تلك المقاييس وصدقها وتأثرها بعوامل عرفية، ثقافية، عقلية واجتماعية، الأمر الذي أدى إلى ظهور المقاييس الاجتماعية التي تسند الإعاقة العقلية للإطار الاجتماعي للفرد وهو الذي يحدد فيما إذا كان معاقاً عقلياً أم لا، وذلك في مدى تفاعل الفرد مع مجتمعه واستخدامه للمتطلبات الاجتماعية (عبيد، 2000، الصفحات 19-20)

1-3 التعريفات الاجتماعية:

تعتمد على مدى نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه مقارنة مع نظرائه من نفس المرحلة العمرية وقد ركز كثيرون من أمثال (Doll)، (Grossmon) و (Mercer) على مدى الاستجابة لهذه المتطلبات بمصطلح السلوك التكيفي، وقد تختلف هذه المتطلبات تبعاً لمتغير العمر للفرد، حيث تضمن مفهوم السلوك التكيفي تلك المتطلبات الاجتماعية، وعلى سبيل المثال فإن هذه الأخيرة المتوقعة من طفل عمره سن واحدة هي:

- التمييز بين الوجوه المألوفة - الاستجابة للمداعبات الاجتماعية - القدرة على الكلام (النطق) بكلمات بسيطة - القدرة على المشي - القدرة على التأزر البصري الحركي - الاستجابة الانفعالية السارة أو المؤلمة حسب طبيعة المثير... (عبيد، 2000، صفحة 23).

في حين تتمثل المتطلبات الاجتماعية لطفل في السادسة من العمر:

- تكوين صداقات - نضج الاستجابات الانفعالية السارة أو المؤلمة - التأزر البصري الحركي المشي، القفز، الركض - نمو المحصول اللغوي والاستعداد للقراءة والكتابة - التمييز بين القطع والفئات النقدية - القدرة على التسوق بقائمة بسيطة من المشتريات - الإحساس بالاتجاه وقطع الشارع - القيام بالمهام المنزلية البسيطة - (عبيد، 2000، صفحة 24)

وعلى ذلك تعتبر تلك المتطلبات الاجتماعية معايير يمكن من خلالها الحكم على أداء الفرد ومدى قدرته على تحقيقها تبعاً لعمره الزمني، أما إذا فشل في تحقيقها في عمر ما، فذلك يعني إن الطفل يعاني من مشكلة في تكيفه الاجتماعي. كما سنذكر بعض التعاريف الاجتماعية الأخرى للإعاقة العقلية:

1-3-1 تعريف Doll (1941):

يعرف الشخص المعوق عقلياً بأنه " شخص غير كفاء اجتماعياً، ولا يستطيع أن يسير أمره وحده، وهو أقل من الأسوياء في القدرة العقلية وتخلفه يحدث منذ الولادة أو في سن مبكرة " (Lambert، 1978). لقد اهتم (Doll) بدراسة الإعاقة العقلية من حيث آثارها على النمو الاجتماعي للفرد، واعتبر مدى الصلاحية الاجتماعية للفرد والتوافق الاجتماعي معياراً أساسياً للتعرف على الشخص المعاق.

1-3-2 تعريف Sarason (1953):

يرى إن الإعاقة العقلية هي " حالة يظهر فيها عدم التوافق الاجتماعي وتصاحب بقصور في الجهاز العصبي المركزي " (ابراهيم ع.، 2000، صفحة 28). فيشير هنا (Sarason) إلى أن الإعاقة العقلية هي حالة عجز ف النمو العقلي مع قصور في السلوك التكيفي.

1-3-3 تعريف Mercer (1973):

ترى أن " الإطار الاجتماعي للفرد هو الذي يحدد فيما إذا كان معاقاً عقلياً أم لا، وتؤكد (Mercer) على أنه إذا كان الشخص ضعيف العقل ولكنه قادر على الكسب وتحقيق مستوى من الحياة ينسجم مع ما هو متوقع منه في فئته الاجتماعية إضافة إلى أنه يتمتع بسلوك مقبول فمن غير الممكن أن نصفه بأنه متخلف عقلياً " (القذافي، 1996).

بدورها التعاريف الاجتماعية قد تعرضت للانتقادات لاعتمادها على الصلاحية الاجتماعية وحدها في تعريف الإعاقة العقلية وتجاهلها للأسباب البيولوجية والسيكولوجية. لذا ظهر الاتجاه السيكومتری في تعريف هذه الظاهرة.

جدول رقم 01 يبين الفرق بين الإعاقة العقلية وبطء التعلم

بطء التعلم	الإعاقة العقلية
تتمثل حالات بطء التعلم تلك الحالات التي تقع نسبة ذكائها ما بين (70-85) درجة على منحى التوزيع الطبيعي	تمثل الإعاقة العقلية مستوى الأداء الوظيفي والذي يقل على مستوى الذكاء بانحرافين معياريين (اقل من 70) ويصاحب ذلك خلل واضح في السلوك التكيفي ويظهر في مراحل العمر النمائية منذ الميلاد وحتى 18 سنة

جدول رقم 02 الفرق بين الإعاقة العقلية وصعوبات التعلم

صعوبات التعلم	الإعاقة العقلية
تتمثل حالات صعوبات التعلم تلك الفئة من الأطفال التي لا تعاني من نقص في قدرتها العقلية حيث تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين (85-145) درجة على منحى التوزيع الطبيعي ولكنها تعاني من صعوبة في علم أكثر	تمثل الإعاقة العقلية مستوى الأداء الوظيفي والذي يقل على مستوى الذكاء بانحرافين معياريين (اقل من 70) ويصاحب ذلك خلل واضح في السلوك التكيفي ويظهر في مراحل العمر النمائية منذ الميلاد وحتى 18 سنة

جدول رقم 03 الفرق بين الإعاقة العقلية والمرض العقلي

المرض العقلي	الإعاقة العقلية	الرقم
يحدث في أي مرحلة من مراحل النمو المختلفة	تحدث قبل سن 18 سنة (أثناء فترات النمو)	01
قابل للعلاج	غير قابل للعلاج	02
معامل الذكاء متوسط أو فوق الوسط	معامل الذكاء اقل بانحرافين معياريين (اقل من 70)	03
لديه هلاوس سمعية وبصرية	ليس لديه هلاوس سمعية أو بصرية	04
يفقد صلته بالواقع ويعيش في حالة انقطاع عن العالم الواقعي	لا يفقد صلته بالواقع	05
يقاوم العلاج والتدريب	لا يقاوم العلاج والتدريب	06

1-4 التعريف السيكومتري:

وقد اعتمد التعريف السيكومتري على نسبة الذكاء (I. Q) كمحك في تعريف الإعاقة العقلية وقد اعتبر الأفراد الذين تقل نسبة ذكائهم عن 75 معاقين عقليا، على منحنى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية.

وتختلط على بعض الدارسين مصطلحات لها علاقة بالإعاقة العقلية مثل مصطلح بطيء التعلم وصعوبات التعلم والمرض العقلي، وقد يكون من المناسب هنا التمييز بين حالات الإعاقة حالات بطء التعلم، حيث تمثل حالات بطء التعلم تلك الحالات التي تقع نسبة ذكائها ما بين 70-85 درجة، كما قد يكون من المناسب التمييز في هذا الصدد بين حالات الإعاقة العقلية من جهة والتي تعاني من نقص واضح في قدرتها العقلية، ومن ذلك يفقد ذوي حالات المرض العقلي (الجنون) صلتهم بالواقع ويعيشون

في حالة انقطاع عن العالم الواقعي (أمراض جنون العظمة، والاكتئاب والفصام بأشكاله،... الخ) (عبيد، 2000، صفحة 24).

2- خصائص المعاقون عقليا :

يتميز المعوقون عقليا بمجموعة من الخصائص العقلية مثل ضعف الانتباه وقصور في التفكير وصعوبة انتقال اثر التعلم، وفيما يلي وصف موجز لكل خاصية منها واهم الخصائص هي:

2-1 الخصائص الأكاديمية:

1- تقل 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 والعكس صحيح.

3- تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي: استقبال المعلومات و تخزينها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات، وذلك بسبب ضعف الانتباه لديه.

فالأفراد المعاقين 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 وخاصة في الاستيعاب القرائي، وهم لا يحصلن أكاديميا بما يتوافق وقدراتهم المتوقعة. (الروسان، 1983، صفحة 29).

2-2 الخصائص اللغوية:

1- الأطفال المعاقين عقليا يتطورون ببطء في النمو اللغوي.

2- الأطفال المعاقين عقليا يتأخرون في اللغة، مقارنة مع العمر بالنسبة للعاديين.

3- لديهم الضعف في القدرات المعرفية وذلك مثل ضعف في فترة الذاكرة. (الروسان ج.، 1995، صفحة 18)

2-3 الخصائص العقلية:

من المعروف أن الطفل المعوق عقليا لا يستطيع أن يصل في نموه التعليمي إلى المستوى الذي يصل إليه الطفل العادي، كذلك أن النمو العقلي لدى الطفل المعوق عقليا اقل في معدل نموه من الطفل العادي، حيث أن مستوى ذكائه قد يكون اقل من 70 درجة كما أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المجرد وإنما استخدامهم قد حصر على المحسوسات، وكذلك عدم قدرتهم على التعميم. (عبيد، الإعاقة العقلية، 2000، صفحة 35)

2-4 الخصائص الجسمية :

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

2- هناك علاقة قوية بين شدة الإعاقة العقلية وشدة الضعف الحركي.

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

كما يعانون من اضطرابات عصبية وخاصة بالصرع، وقد تبين أن بعضهم يتردد حولهم شكاوي الشذوذ الجنسي ولم تتعدى أعمارهم العشر سنوات، ويرجع إلى أن المعاق عقليا يريد إثبات ذاته وكيانه،(عبيد، تعليم الاطفال المتخلفين عقليا، 2000، صفحة 67)

2-5 الخصائص الشخصية :

إن الأطفال المعوقين عقليا لديهم بعض المشاكل الانفعالية والاجتماعية، وذلك السبب يعود إلى المعاملة والطريقة التي يعامل بها هؤلاء المتخلفين في المواقف الاجتماعية حيث قد يوصف بأنه متخلف أو غبي أو مجنون... الخ.

وأشارت الكثير من الدراسات إلى أن لدى الكثير من المعوقين عقليا إحساس سلبي نحو أنفسهم بسبب ضعف القدرات لديهم التي قد تساعدهم في عملية النجاح، وكذلك أن لدى المعوقين عقليا ضعف في مفهوم الذات. (الروسان ف.، مقدمة الإعاقة العقلية، 2006، صفحة 105)

ويعجز المعاق 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 والمجتمع 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 المعاقين قصورهم العقلي ويعانون من مشاعر مرة من اللا قيمة واللا اعتبار مما يرشحهم لمختلف الذهنيات الوظيفية كالقصام والهوس. (الروسان ف.، قضايا ومشكلات في التربية الخاصة، 1998، صفحة 55)

2-6 الخصائص الاجتماعية والانفعالية:

يجعل الضعف العقلي للإنسان المعاق عقليا عرضة لمشكلات اجتماعية وانفعالية مختلفة، لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب ولكنه يعود أيضا إلى اتجاهات الآخرين نحوهم وطرق معاملتهم لهم والتي تؤدي بهذه الفئة إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة ويواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين.

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

كذلك يميل إلى الانسحاب والتردد في السلوك التكراري وفي عدم قدرته على ضبط الانفعالات، وغالبا 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 ويغضب إذا أهمل، ولكن سرعان ما يضحك ويمرح.

هناك بعض الدراسات التي ترجع السلوك الانفعالي الذي يتميز به الأطفال المعاقون عقليا إلى ارتفاع وانخفاض في الهرمونات التي تفرزها الغدة الصماء، ومثال ذلك أن هرمون الثيروسكين الذي تفرزه الغدة الدرقية يعدل النشاط العقلي والعصبي ويؤثر من الناحية الانفعالية إذا زاد إفرازه فان ذلك يؤدي إلى التوتر العصبي وعدم الاستقرار وعدم الثبات الانفعالي، وعلى العكس فإذا قل فان ذلك يؤدي إلى التعب والكسل والإهمال والبلادة والخمول، وقد يؤدي إلى مشاكل متنوعة في الشخصية. (عبيد، الإعاقة العقلية، 2000، صفحة 148)

2-7 الخصائص السلوكية :

التعلم: التعلم الحركي هو التغيير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب أو الممارسة وليس للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي تؤثر على الأداء والسلوك الحركي تأثيرا وقتيا معيناً.

من أكثر الخصائص وضوحاً 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، وان الفرق بين هؤلاء الأطفال

المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة والنوع في تعلم المفاهيم العددية ومهارات الكتابة والقراءة وفي إتقان مهارات التعبير اللفظي في إشارة إلى تفوق الطلبة العاديين على الطلبة المعوقين عقليا.

الانتباه: يواجه الأطفال المعاقين عقليا مشكلات واضحة في القدرة على الانتباه والتركيز على المهارات التعليمية إذ تتناسب تلك المشكلات طرديا كلما نقصت درجة الإعاقة العقلية، وعلى ذلك يظهر ترجع مشكلة الانتباه لدى المعاقين عقليا إلى حاجتهم إلى التغذية الراجعة الفردية وذلك لأنهم ينتبهون إلى الآخرين أكثر من انتباههم إلى متطلبات المهمة، فهم في حاجة إلى مدة أطول مقارنة بالعادين لفهم المطلوب، وربما يرجع الأداء المنخفض للأطفال المعاقين عقليا إلى الدور الذي تلعبه خبرات الفشل في مواقف تعلم سابقة والتي تجعله دائما يبحث عن التوجهات اللفظية وغير اللفظية ممن حوله كمؤثر لنجاحه أو فشله أكثر من انتباهه إلى المهمة المطلوب منه القيام به. (خليفة، 2006، صفحة 99).

التذكر: تذكر سهير احمد سلامة (2002) إن الأطفال المعاقين عقليا يعانون من مشكلة عدم التذكر سواء كان ذلك متعلقا بالأسماء أو الأشكال أو الأحداث. (سلامة، 2002، صفحة 43).

- تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية وهي: استقبال المعلومات و تخزينها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات.

انتقال اثر التعلم: يعاني الأطفال المعاقين عقليا من نقص واضح في نقل اثر التعلم من موقف إلى آخر، ويعتمد 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، ويبدو السبب في ذلك إلى فشل المعوق في التعرف إلى أوجه الشبه والاختلاف بين الموقف المتعلم السابق والموقف الجديد، وقد لخص ماكميلان (MACMILLAN 1977) نتائج الدراسات التي أجريت حول موضوع انتقال

اثر التعلم فأشار إلى الفروق الواضحة بين أطفال مراكز التربية الخاصة النهارية، وأطفال الإقامة الكاملة من حيث قدرتهم على التعرف على الدلائل المناسبة بين الموقف المتعلم السابق، والموقف الجديد اللاحق، كما أشار إلى قدرة الطفل المعوق عقليا على نقل التعلم تعتمد على درجة الإعاقة العقلية وعلى طبيعة المهمة التعليمية ودرجة التشابه بين الموقفين السابق واللاحق. (الروسان ف.، قضايا ومشكلات في التربية الخاصة، 1998، صفحة 102).

ومن خلال ما سبق استنتج الباحث أن المعاقين عقليا من فئة القابلين للتعلم أو ما يسمى ذوي الإعاقة العقلية البسيطة يعانون من نقص الانتباه والتشتت، وضعف في الذاكرة مع سرعة نسيان ما سبق تعلمه، وبطء في التفكير، وصعوبة في حدوث التعلم. وهذه المعاناة تزداد لدى المعاقين عقليا القابلين للتدريب والمعتمدين. وهذا يستوجب اتخاذ التدابير خاصة للتغلب على أوجه القصور العقلي لدى المعاقين عقليا من خلال ما يقدم لهم من خبرات وأنشطة تعليمية وتربوية وما يستخدم معهم من أساليب ووسائل تعليمية مكيّفة.

3- تصنيف الإعاقة

من هذه التصنيفات التصنيف الذي اقترحه كل من ستراوس **Strauss** وليتين **Lehtinen** وفيه تميز بين الإعاقة العقلية الناشئة عن عوامل داخلية وتكون ناتجة عن عوامل داخلية وتكون ناتجة عن انتقال صفات نفسية عضوية خاطئة أو غير تامة النمو.

والإعاقة العقلية الناشئة عن عوامل خارجية وتكون ناتجة عن التغيرات المرضية التي تحدث للفرد مثل الإصابة التي تحدث تلقا للمخ. (Hewrod.W.H, 1992, p. 375) ويمكن تصنيف الإعاقة العقلية إلى ما يلي:

3-1 التصنيف على أساس الأسباب

يشمل التصنيف على حسب الأسباب العناصر التالية:

- الإعاقة العقلية الأولية والتي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة ويقصد به العوامل الوراثية مثل أخطاء الجينات والصفات (الكر وموزونات) ويحدث في حوالي 80 % من حالات الضعف العقلي العائلي.

- الإعاقة العقلية الثانوية والتي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل، أو أثناء فترة الولادة، أو بعدها غالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية، وهذه العوامل تؤدي إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الإخصاب، ويحدث ذلك في حوالي 20% من حالات الإعاقة العقلية، ومن أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ وحالات القصاع.(العيسوي، 1994، صفحة 28)

3-2 التصنيف على أساس نسبة الذكاء

وهنا تصنف الإعاقة العقلية إلى فئات حسب معيار نسبة الذكاء المقاسة باستخدام مقاييس القدرة العقلية، كـمقياس ستانفورد بينيه، أو كـمقياس وكسلر للذكاء. ويشير عبد العزيز السيد الشخص (2007) إلى أن الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي قدمت تصنيفا لشرائح ومستويات الإعاقة العقلية حيث تقع فئات المعاقين عقليا بمستوياتهم المختلفة ابتداء من معامل ذكاء اقل من (20-25) كحد أدنى إلى (68-70) كحد أقصى وذلك على مقاييس الذكاء المقننة (الشخص، 2007، صفحة 72)

وعلى ضوء ذلك تصنف الإعاقة العقلية إلى الفئات التالية:

3-2-1 الإعاقة العقلية البسيطة

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 للتعلم، 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 والحساب، و لا يتجاوز أفراد هذه الفئة في الغالب المرحلة الابتدائية.

3-2-2 الإعاقة العقلية المتوسطة

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 للتعلم، في حين إنهم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعدهم في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تفادي حريق.. الخ. لذا يطلق عليهم القابلين للتدريب، أما الخصائص الجسمية والحركية قريبة من مظاهر النمو العادي لهذه الفئة، ولكن يصاحبها أحيانا مشكلات المشي أو الوقوف، كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة، وتشكل 10% تقريبا من الأطفال المعاقين عقليا.

3-2-3 الإعاقة العقلية الشديدة

تقل نسبة ذكاء هذه الفئة عن 20 درجة، كما يعاني أفرادها من ضعف رئيسي في النمو الجسمي وفي قدرتهم الحسية الحركية وغالبا ما يحتاجون إلى رعاية وإشراف دائمين. وهي تشير إلى الأفراد الذين يتسمون بدرجة ملحوظة من العجز وفي حاجة مستمرة للتدريب والمساندة والمتابعة والرعاية المركزة في حالة وجود نسب عجز متفاوتة مثل صعوبة الرؤية أو السمع أو الحركة، ومن ثم يلزمهم مجموعة من المؤهلين لرعايتهم (LEFORT, 2006, p. 11)

3-2-4 تصنيف الجمعية الأمريكية للإعاقة العقلية

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 فترة من فئات الإعاقة العقلية وهي حسب هذا التصنيف تتمثل فيما يلي:

- أ- الإعاقة العقلية البسيطة
- ب- الإعاقة العقلية المتوسطة
- ج- الإعاقة العقلية الشديدة
- د- الإعاقة العقلية الشديدة جدا أو الاعتمادية. (الروسان ف.، سيكلوجية الاطفال غير العاديين- مقدمة التربية الخاصة، 1997، صفحة 85)

3-2-5 التصنيف على حسب متغير البعد التربوي

أ- القابلون للتعليم: يطلق على هذه الفئة ذوي الإعاقة العقلية البسيطة أو الخفيفة، وهي تمثل نسبة 75% تقريبا من المعوقين عقليا، ومن الخصائص المميزة للأفراد في هذه الفئة ما يلي:

وهم من لديهم القدرة على الاستفادة من البرامج التعليمية العادية ولكن بصورة بطيئة، فيحتاجون إلى برامج خاصة موجهة لإحداث تغير في السلوك الاجتماعي ليصبح مقبولا في تفاعلاتهم مع الآخرين، وأيضا في تحسين العمليات المعرفية والمهنية لديهم، وتستطيع تلك الفئة الاعتماد على نفسها في مرحلة عمليات البيع والشراء والعمل اليدوي مع مبادئ بسيطة من الناحية الأكاديمية، أي المهارات الأولية للتعلم وتتراوح نسب ذكائهم ما بين 50-70. (اباطة، 2007، صفحة 15)

ب- القابلون للتدريب Trainbles

يطلق على هذه الفئة ذوي الإعاقة العقلية المتوسطة، ومن الخصائص المميزة للأفراد في هذه الفئة ما يلي:

وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين (25-49) وهم يمثلون (4%) تحتاج هذه الفئة إلى الإشراف والرعاية الخاصة طوال حياتهم (Kendall.P.C, 1998, p. 20) وتتميز هذه الفئة بان تحصيلها الأكاديمي منخفض جدا ولا يستطيع العمل إلا في ورشة محمية،

وهم غير قادرين على العناية بأنفسهم بدون مساعدة الآخرين لهم، وتتراوح معاملات ذكائهم بين 25-50. (الغفار، 2003، صفحة 12)

- عاجزون عن التعليم إلا من قدر ضئيل جدا من المهارات الأكاديمية والمعلومات الخاصة بالقراءة والكتابة والحساب.

- قابلون للتدريب على مهام العناية الذاتية والوظائف الاستقلالية والمهارات الاجتماعية والأعمال اليدوية البسيطة، وذلك إذا قدمت لهم بشكل واضح ومبسط من خلال برامج تدريبية موجهة.

- يعانون صعوبات في النطق وضالة الحصيلة اللغوية.

- يتعرفون على الأشياء باستعمالاتها ويمكنهم تسميتها.

- لا يمكنهم حسن التصرف في المواقف التي يواجهونها ومن تحمل المسؤولية كاملة اتجاه أنفسهم، ولذا فهم يحتاجون إلى العمل في أماكن مأمونة تحت ملاحظة وإشراف ورعاية خاصة.

ج- المعتمدون Custodial

هي تلك الفئة من الأفراد التي تقل نسبة ذكائهم عن (25) وهم يمثلن (5%) تقريبا وتحتاج هذه الفئة إلى رعاية إيوائية مستمرة طوال حياتهم، كما يشير حامد زهران (1978) إلى انه يمكن إرجاع أسباب الإعاقة العقلية إلى أسباب وراثية داخلية المنشأ

أو بيئية خارجية المنشأ قبل أو أثناء أو بعد الولادة. (زهران، 1978، صفحة 473)

ويصاحب حالتهم في كثير من الأحيان تلف في الحواس أو ضعف في التأزر الحركي. (الزيود، 1995، صفحة 23)

مما سبق يمكن استنتاج أن الفئة الأولى من المعاقين عقليا "القابلين للتعليم" أو ما يسمى بالإعاقة العقلية البسيطة هي أكثر فئات الإعاقة العقلية قدرة على استيعاب المناهج الدراسية المقدمة لهم إذا كانت ملائمة لقدراتها واستعداداتها، وإذا وجدت الإرشاد

والتوجيه المناسبين، وإذا توافرت لها البيئة التي تعينها على ذلك وهم الأقرب إلى فئة الأسوياء.

4- العوامل المسببة للإعاقة العقلية

اهتم العديد من الباحثين بدراسة الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإعاقة العقلية، وعلى الرغم من تحديد كثير من هذه الأسباب، إلا أنه مازال هناك عوامل أو أسباب لم يتم التوصل إليها حتى الآن.

توضح منظمة الصحة العالمية أن سبب الإعاقة العقلية لدى العديد من الأفراد والأسر لا يزال غير معروف، وهناك تفسير واحد لذلك الغموض وهو أن الإعاقة العقلية تشمل العديد من المشكلات المختلفة، والتي لها أسباب متعددة، فهناك عوامل جينية وراثية تكون سبباً رئيسياً ويجب تجنبها والوقاية منها، وهناك عوامل غير وراثية ومكتسبة وقد تكون هذه الأسباب أثناء الحمل أو أثناء الولادة، فالزواج من الأقارب، والزواج المبكر، وانتشار الأمية وانخفاض مستوى التعليم، وخروج المرأة للعمل والفقر وارتفاع معدلات الإنجاب كلها تعتبر من أسباب الإعاقة التي من السهل الوقاية منها. (السباعي، 2004، صفحة 36)

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 أكثر من 70% من أسباب حالات الإعاقة العقلية غير معروفة حتى الآن، وينصب الحديث على 25% من الأسباب المعروفة للإعاقة العقلية فقط.

تحدث الإعاقة العقلية في الغالبية العظمى نتيجة لعامل واحد أو تجميع متشابك من العوامل الثلاثة الآتية:

- قد ترجع حالات الإعاقة العقلية إلى حالة وراثية معقدة ليست واضحة أو مفهومة تماماً في الوقت الحاضر، في مثل هذه الحالة يميل عدد كبير من أفراد الأسرة إلى الإجابة بالإعاقة العقلية.

- قد يرجع العوق العقلي إلى عوامل بيئية لا يتوفر فيها للفرد الاستشارة الذهنية الملائمة، أو لا تتوفر للفرد العلاقات الاجتماعية المناسبة التي تسمح بالنمو نمواً ملائماً. أي يحدث بعد الولادة: كتعرض الفرد لبعض الأمراض كالالتهابات السحائية، وإصابة المخ نتيجة التسمم بالرصاص. (الرؤوف، 2006، صفحة 151)

غير أن العوامل المسببة للإعاقة العقلية سواء المعروفة منها بصورة مؤكدة أو غير معروفة، تندرج تحت ثلاث عناوين بارزة: وراثية، بيئية، أو مزيج بين العوامل البيئية والوراثية معا . (بوحמיד، 1978، صفحة 75)

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

1-4 العوامل المسببة للإعاقة العقلية في مرحلة ما قبل الولادة

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

1-1-4 العوامل الجينية:

تتمثل العوامل الجينية في عاملين قد يتسببان 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 إذ تتوقف عليها العوامل الوراثية. (الزهيري، 1998، صفحة 237)

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 بها 46 كروموزوم، 23 للأب و 23 للأم.

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 Lejeune 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 مابين ازدياد عمر الأم وبين ازدياد احتمال إنجابها لأطفال مصابين بهذه الحالة.

4-1-2 العوامل غير الجينية:

تشتمل 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 اقل من ثلاث أشهر وقد اكتشف ذلك في الثلاثينات من هذا القرن، عندما كان يعالج سرطان الرحم بالأشعة عند بعض النساء الحوامل فادى ذلك إلى تعرض الأجنة للإصابة بحالة صغر الرأس وأنواع أخرى من التشوهات وقد أكد ذلك ما حدث في هيروشيما ونجازكي، وكذا التجارب التي تم إجراؤها على الحيوانات المعرضة للأشعة في فترة الحمل.

وعلى ذلك فان اثر 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 اخطر الأمراض التي يمكن أن ينتقل تأثيرها من الأم إلى الجنين، ويعتبر Mcalistar Gregg هو أول من اكتشف تأثير هذه الحصبة على الجنين وذلك عام 1941، وقد شهد العالم انتشار هذه المرض بصورة وبائية حيث كان لانتشاره في أمريكا عام 1964 آثار خطيرة أدى إلى وفاة 1 واصبة 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، الاسبيرين وبعض المضادات الحيوية والأنسولين والهرمونات الجنسية والأدوية الخاصة بعلاج الملا ريا والحبوب المهدئة. 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.

4-1-3 العوامل المسببة للإعاقة العقلية أثناء الولادة:

ويقصد بهذه المجموعة من الأسباب أثناء الولادة تلك الأسباب التي تحدث أثناء فترة الولادة، والتي تؤدي إلى الإعاقة العقلية أو غيرها من الإعاقات ومنها:

- نقص الأكسجين أثناء عملية الولادة: قد تؤدي حالات نقص الأكسجين 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 الأكسجين

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.

- الصدمات الجسدية: قد يحدث أن يصاب الجنين بالصدمات 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 الرحم مما قد يسبب الإصابة في الخلايا الدماغية أو القشرة الدماغية للجنين وبالتالي الإعاقة ومنها الإعاقة العقلية.

- الالتهابات التي تصيب الطفل، إذ تعتبر إصابة الجنين بالالتهابات، وخاصة التهاب السحايا من العوامل الرئيسية في تلف أو إصابة الجهاز العصبي المركزي، وقد يؤدي ذلك إلى وفاة الجنين قبل ولادته، وإلى إصابة الأجنة إذا عاشت بالإعاقة العقلية أو غيرها من الإعاقات. (مرسي، 1990، صفحة 102)

4-1-4 العوامل المسببة للإعاقة العقلية 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 الفينيلكيتونوريا والتي تحدث نتيجة لعدم وجود احد الإنزيمات الضرورية لتمثيل المواد الدهنية، ومن أسباب ما بعد الولادة الرئيسية للإصابة بالإعاقة العقلية:

- سوء التغذية: قد اشرنا إلى أهمية التغذية الجيدة للام الحامل أثناء فترة الحمل، واثرت ذلك على نمو الجنين، وعلاقة ذلك بالإعاقة العقلية، كما تبدو أهمية التغذية الجيدة أيضا بعد عملية الولادة، إذ يشكل سوء التغذية وخاصة 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 فيتامين A، 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 الأكسجين أو تلف للخلايا الدماغية.

- **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 ولتهاب الجهاز التنفسي...الخ، وقد يؤدي ارتفاع درجة حرارة الطفل إلى إصابة الجهاز العصبي المركزي.(الروسان ف..، سيكلوجية الاطفال غير العاديين- مقدمة التربية الخاصة، 1997، صفحة 93)

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف وتحليل الإعاقة العقلية بمختلف تصنيفاتها وأسبابها وأبعادها المختلفة، حيث حاولنا إظهار معنى الإعاقة العقلية وشرحها وتبسيطها من جميع الجوانب، وإبراز مختلف المفاهيم والتعاريف حسب العلماء والمختصين أو الهيئات والمنظمات، وما ساهمت به هذه الهيئات، يلاحظ أن مسببات الإعاقة لا تزال جلها غير معلومة، رغم التطور العلمي بل للأسف حتى توحيد المصطلحات والمفاهيم والتصنيفات لازال فيها اختلاف كبير، خاصة لدى الباحثين العرب في تحديدها والسبب في ذلك يعود إلى ترجمتها من اللغات الأجنبية إلى اللغة العربية.

واهم ما توصلت الدراسات إليه هو انه بإمكان تطوير القدرات المختلفة لذوي العاقة شريطة توفير الوسائل وإتباع المناهج العلمية الحديثة لدى هذه الفئة بما يتناسب مع قدراتهم العقلية ويرى الباحث ان على المؤسسات الحكومية والغير حكومية العمل على توعية المجتمع لاج لان يتكيف مع أفراد ذوي الإعاقة وليس العكس.

الفصل الثاني

النشاط البدني الرياضي

المكيف

تمهيد:

إن الأطفال المعاقون عقليا يحتاجون أكثر من غيرهم إلى فرص اللعب والترويح، إذ يحتاجون إلى مكان يلعبون فيه، وإشراف راشد عطف 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:

1- مفهوم النشاط البدني الرياضي للمعاقين 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 لمحتوى 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" و"كلوس Klaus" إلى أن عناصر الشخصية تنمو من خلال النشاط والتعلم الجيد وان 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. (خطاب، 1998، صفحة 66).
أما أرسطو فيرى أن من أهم أهداف التربية الرياضية، هو تعليم الأفراد كيف يستطيعون القضاء وقت فراغهم واستثمارها بطريقة إيجابية ومفيدة (الحماحي:، 1997، صفحة 122).

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.

1-2 أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين عقليا:

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

1-2-1 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(البوايز، 2009، صفحة 85).

وحتى يتحقق هذا الهدف يجب ان تقدم التربية الرياضية عبر برامجها اكتساب الكفاية الإدراكية الحركية والمهارة الحركية والتي لها أبعاد كثيرة منها:

- المهارات الرياضية تتيح فرص الاستمتاع بأوقات الفراغ ومنشط 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 باللمس والسمع والإدراك الشكلي والتوافق البصري العضلي(روبي، 1995، الصفحات 152-153).

1-2-2 تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية:

من بين الخصائص الاجتماعية المعروفة والتي يتميز بها الأطفال المعاقين 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.(العوامل، 2000، صفحة 63)

فالتربية الرياضية وفلسفتها الحديثة ورسالتها السامية تعمل على الاعتناء بالفرد وإذكاء العقل والجسم كوحدة متكاملة، لذا جعلت الدول المتقدمة الرياضة فلسفة لشعوبها وأرسلت دعائمها على هذا المفهوم.

هناك عدة أهداف شمولية تسعى التربية الرياضية والترويحية لتحقيقها في تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية للمتخلفين عقليا منها:

- مساعدة الفرد على تكييف سلوكه، ومحاولة إعادة تربيته اجتماعيا.
- تكسب الطفل مهارات اجتماعية تساعد على التفاعل مع الجماعات واللعب مع الأفراد، كما تنمي الجرأة والتعاون، والتحكم في النفس.
- تنمية شخصيته وثقته بالنفس وذلك بالنجاح في أداء الأنشطة الرياضية المتنوعة.
- تنمية الاتجاهات الاجتماعية السليمة كالقيادة والإحساس بتحمل المسؤولية والتصرف في المواقف المختلفة (محمود، 1982، صفحة 23).

1-2-3 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 المعاق عقليا للحياة ودمجه اجتماعيا ومهنيا وذلك عن طريق تنمية قدراته في حدود إمكاناته واستعداداته للتأهيل المهني، واستغلال هذه القدرات والتركيز عليها وبالتالي تأهيلهم ودمجهم مع المجتمع، وإتاحة الفرصة أمامهم للإبداع والإنتاج (مرسي، 1990، الصفحات 63-64).

1-2-4 تنمية مهارات التواصل:

إن نسبة كبيرة من الأطفال المعاقين 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 إن يكتسبها الطفل المتخلف عقليا من خلال ممارسته لمختلف الأنشطة الرياضية تتمثل في:

- تنمية مهارات التواصل اللغوي الشفوي أثناء أداء الألعاب المختلفة والتي تتطلب إشراك الأطفال في أدائها عن طريق تبادل الألفاظ المختلفة.
- تنمية الحواس التي يتلقى الطفل عن طريقها تأثير المحيط والمعلومات عن البيئة، وتبادل الخبرات مع المشاركين في اللعب (خطاب ح.، 1964، الصفحات 19-20).
- وبصفة عامة لا تختلف أهداف التربية البدنية عند هؤلاء الأطفال عن أهدافها عند الأطفال الأسوياء 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 وتدريبه 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 لأداء وظائفها كاملة.
- تنمية الاتجاهات السليمة نحو الصحة الشخصية والنشاط البدني وتكوين عادات خاصة بذلك (زكي، 1965، صفحة 107).
- دفع الفرد المتخلف عقليا إلى العمل في حدود إمكاناته وقدراته وذلك عن طريق تنظيم برامج خاصة له في نطاق طاقته الوظيفية وقدراته البدنية.
- إتاحة فرص النمو الاجتماعي عن طريق الأنشطة الرياضية والترفيهية الملائمة لأعمارهم 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 القدرة على مطالب الحياة اليومية الاعتيادية.
- الابتعاد عن العزلة والكآبة المصاحبة للإعاقة(حسن، 1977، صفحة 72).

2- أغراض النشاط البدني الرياضي للمعاقين 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 احتياجا من غيرهم للخبرات التربوية، والى النشاط الايجابي المناسب لقدراتهم والمشابه بقدر الإمكان مع ما يمارسه أقرانه حتى يأخذ مكانه في المجتمع، ومحاولة تدريبه على وقاية نفسه وتحقيق ميوله بطريقة تعاونه على اكتساب مهارات في الألعاب، يضاف إلى ذلك ما يحصل عليه من قيم سيكولوجية وفوائد اجتماعية وعقلية وحركية والعمل الوظيفي للأجهزة وازدياد قدرته على ممارسة النشاط الترويحي(حسن ح.، 1964، صفحة 62).

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.

2-1 غرض النمو البدني:

بصفة عامة النمو البدني هو عبارة عن التغيرات التي تعترى جسم الكائن الحي، غايتها اكتمال النضج ودوره الهام في حدوث النمو المناسب للفرد (دواشين، 1996، صفحة 10).

إن ممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية للمعوقين ساعد على بناء الكفاءة البدنية عن 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 المعاق 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 إلى تشوه في التركيب الجسمي وظهور بعض التشوهات في القوام نتيجة الجلوس الطويل.

لذا فإن ممارسة المعاق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب والتشوهات، وتساعد على النمو الطبيعي وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق وبذلك فإن التربية الرياضية كفيلة بالنمو وبناء الشخص المعاق 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 والإعياء بسرعة وهذا له أثره الكبير على شخصية الفرد وحياته المستقبلية.

2-2-2 عرض النمو الحسي الحركي:

يقصد بالنمو الحركي نمو حركة الجسم وانتقاله مثل الكتابة والقراءة والسمع والبصر وغير ذلك مما يلزم أوجه النشاط المختلفة في الحياة. (راتب، 1982، صفحة 55)

كما يقصد بالنمو الحركي، أداء الحركات والفعاليات الرياضية بأقل جهد ممكن وبرشاقة وكفاءة عالية وهذا يعتمد على العمل المتناسق الذي يقوم به الجهازان العصبي والعضلي للشخص المعاق، وهي بذلك تسعى إلى مساعدة الفرد في عمله اليومي بكفاءة

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

2-3 غرض النمو العقلي:

تسعى التربية الرياضية إلى جعل الجسم نشيطا قويا وذلك لان أداء الحركات الرياضية تحتاج إلى 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 لازدياد 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 إلى استعمال التوافق العضلي العصبي.

خير مثال على سبيل التفكير، فاللاعب المعوق إضافة إلى المجهود البدني الذي يستعمله فإنه بحاجة إلى المجهود العقلي والتصرف في اللحظات الحاسمة واستعمال تفكيره لكي يكون دقيقا في إصابة الهدف أو في تمرير الكرة والتخلص من الخصم.

كما أن معرفة القوانين الخاصة بتلك اللعبة وخطتها وفنونها تجعله قادرا على الإبداع أكثر وما من رياضة يمارسها اللاعب إلا ومرتبطة بمدى استعمال تفكيره وذلك من أجل أن يكون الهدف واضحا للوصول إلى النتيجة الايجابية.

إذن إن المعرفة التي يكتسبها الفرد مهمة بالنسبة إليه لأنه إذا لم يكن هناك معرفة أو خبرة سابقة فانه يصعب بناء القرارات الصحيحة ومن ثم يكون أمرا مستحيلا(ابراهيم م.، الالعاب الرياضية للمعوقين، 1997، صفحة 108).

وتعتبر التربية الرياضية وسيلة من وسائل الاسترخاء الذهني خاصة في الهواء الطلق بين أحضان الطبيعة الهادئة إذ تخفف كثيرا التعب العقلي والإجهاد العضلي والعصبي(خطاب م.، 1965، صفحة 57).

2-4 غرض النمو الاجتماعي:

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

والتجارب تدل على أنه كلما انغمر في أداء العمليات الرياضية والتي له رغبة في أدائها أكسبته خبرات متنوعة هذا بدوره يؤدي إلى اكتسابه العادات الاجتماعية المرغوبة.

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

كما أن للمجتمع والبيئة والأسرة والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعوق، ولذلك فان نظرة المجتمع إليه ضرورية ولها أهدافها وممارساتها.

إن العناية اللازمة التي يجب أن نوجهها للمعوقين هي ليست أن نقيم لهم مراكز للتفوق، وإنما غايتنا المثلى هي إعادتهم للمجتمع وتأهيلهم للحياة المشتركة وتكيفهم مع المجتمع، إضافة 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.
- تربية الصفات الحميدة في الإنسان المعوق كالإرادة والشجاعة والمثابرة والتعاون وضبط النفس وتطبيق النظام والملاحظة الدقيقة.
- تسعى إلى تكوين الصداقات والأخوة والعمل المشترك.
- ومن هذا تعد الممارسة الرياضية مهمة للمعوقين بما يفوق أهميتها للأصحاء.

2-5 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 لكفاءته ولياقته العامة في الحياة.

كما تساهم تلك التمارين في تغلب المعاق على ما يصادفه من إرهاق عضلي خاصة في بداية المرحلة التأهيلية.

إن الاشتراك في الأنشطة الرياضية تساعد على الإقلال من ارتفاع ضغط الدم، والمعروف أنه القاتل الصامت الذي ليست له أعراض ظاهرة، وكذلك الإقلال من مستوى الجلوكوز في الدم واحتمال التعرض لمرض السكر مستقبلاً وتساعد هذه

الأنشطة كذلك على الإقلال من كمية الدهن في الجسم والاحتراق الداخلي مما يقلل للتعرض للسمنة مستقبلا.

كما أن الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية ساعد في الإقلال من الانفعال والمشكلة الكبرى التي تواجه كبير السن هي سهولة شرح وكسر العظام، وينطبق هذا على الشخص الخاص الذي لم يتحرك كثيرا أثناء السنوات الأولى لحياته.

2-6 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 ومتفقا للضغوط، كما نجد الشخص الرياضي أكثر حمسا لعمله وأصدقائه من غيره، كما يضيف النشاط التروحي للفرد المرح والسرور والاستمتاع وشعوره بالاستجابة لعواطفه، وبصفة عامة الترويح حاجة إنسانية لا بد منها (خطاب م.، 1965، صفحة 58).

3- التربية الرياضية للمعاقين عقليا

تعد التربية الرياضية جزءا مهما من التربية العامة وهي جد أساسية في رعاية المتخلفين عقليا.

3-1 أهداف التربية الرياضية للمعاقين عقليا:

- لخص وأوضح أهداف للتربية الرياضية كل من "دانيال وويليام" كما يلي:
- يكتسب المعاق التوافق الحركي كالوقوف والمشي والجلوس والحركة بأنواعها المختلفة وفقا لمتطلبات الحياة.
- يكتسب مهارات اجتماعية تساعده على التفاعل مع الجماعات واللعب مع الأفراد، كما تنمي الجرأة والتعاون والتحكم في النفس بالاشتراك في الألعاب الجماعية.

- تنمي المهارات الحركية والمهارات الدقيقة لليدين، كما يجب أن تتنوع تلك المهارات لمقابلة الحاجات العقلية والنفسية والاجتماعية والبدنية.
- تعالج الانحرافات القوامية والقدرة على الاسترخاء، وتكسبه قواما معتدل إلى حد ما.
- تنمية شخصيته وثقته بنفسه وذلك بالنجاح في أداء التمارين وممارسة الأنشطة البدنية.
- تنمية الاتجاهات الاجتماعية السليمة كالقيادة والإحساس بتحمل المسؤولية والتصرف في المرافق العامة المختلفة سواء كان ذلك في المدرسة أو المجتمع.
- تنمية العادة أو العادات والاتجاهات الصحية السليمة.
- تنمية قدراته في حدود إمكانياته واستعداداته للتأهيل المهني.

3-2 تخطيط برنامج التربية الرياضية

إن إدارة ألعاب المعاقين عقليا في كل جزء من أجزائها تتطلب الحرص في تنظيم وهذا دور أخصائي في النشاط البدني المكيف، والهدف الحقيقي من برنامج الأنشطة الرياضية أن يستمتع بها الطلاب وتعطي لهم الخبرة عندما يقومون بأداء حركاتها ببراعة فائقة بالإضافة إلى أن هذه الألعاب تعتبر بؤرة خلق هذه البرامج. ولتنظيم البرامج وخصوصا التي توجد في البلاد الفيدرالية تؤخذ ضريبة محلية وتعد البرامج بصورة جوهرية في إيضاح الحالات المعتدلة لكي تنمو البرامج وتتطور. والسؤال الجوهرية الذي نجيب عليه لهذه الحالات هو لماذا تقدم هذه البرامج والأنشطة لهذه الفئة الخاصة؟ هذا السؤال هام يجب الإجابة عليه بوضوح، حيث بإمكان للوالدين ومسؤولي المدرسة والمربين النفسانيين والعامة فهمه، إن المؤيدين لفكرة التربية الرياضية للمعاقين عقليا غالبا ما يبرؤون حركاتهم ويحيطونها بالذكاء والإحسان والثقة بالنفس والقدرة الجيدة بالإضافة إلى تطور اللياقة البدنية، بالرغم من أن البحث عن الأدلة المحددة التي تؤيدها فإننا نقدم بعض الاقتراحات في تنمية التربية الرياضية، والتي تكسبهم تعلم بعض الألعاب وبعض الأنشطة الأخرى .

ومع ذلك فإننا يجب أن نؤكد أن المساعدة الوحيدة التي يمكن تقديمها للمعاقين عقليا هي ممارسة التربية الرياضية، هذا ومن الواضح أن الشباب الذين أقاموا تدريبات في اللياقة البدنية ومارسوها بجدية أصبحت لياقتهم أفضل من ذي قبل وكانت برامج التربية الرياضية تساعدهم في ذلك.

والأشخاص الذين لديهم الخبرة في التربية الرياضية غالبا ما ينجحون بالثقة في أنفسهم وتزداد روحهم المعنوية، وبالتأكيد فان المهارة تنمو لديهم، وفي الوقت المناسب يتلقى المتخلفون عقليا ذلك، ولكن بشروط في الوزن والمقاس والألعاب المناسبة والألوان وانه لمن المهم إن التربية الرياضية تعلمهم الوعي والتدريبات والأنشطة، التي يتعلمها المتخلفون.

والمنهج الدراسي وخاصة التربية الرياضية يجب أن تكون مناسبة لجميع الأشخاص لمنحهم الكفاءة الشخصية، وخاصة المعاقين عقليا. وبالتأكيد فان البرامج تسهم بشكل كبير في المهارة لكل الأشخاص على سبيل المثال فإنها تقوي الترابط للأنشطة الرياضية المتشابهة وزيادة مدى الإدراك والذي ينمو ويتطور، لهذه الأسباب فان مسؤولي المدرسة والوالدين والمربين سوف ينشطون طلبات المساعدين من خلال آلة التطور الخاصة، ولكن لسوء الحظ في الماضي لم يكن يوجد عندهم المتخصصين التعليميين الذين لهم الخلفية الكافية في مهارات التطور.

3-3- أسس تدريس التربية الرياضية للمعاقين عقليا

إن أساليب تعليم المعاقين عقليا كثيرة، ومن الصعب تعميم التعليمات التي تساعد في تدريس أنشطة التربية الرياضية للمتخلفين عقليا وهذه بعض الأسس العامة:

1- يراعي اعتبار كل فرد في المجموعة قائما بذاته، ولذا يجب اختيار مجموعة من الألعاب لتدريسها في كل حصة.

2- اختيار أنشطة تتناسب وحاجات المعاقين عقليا وقدراتهم ومراعاة ذلك أثناء الممارسة.

- 3- اختيار أنشطة تتناسب ومستوى ذكاء الأفراد لكل مجموعة منهم، ولا يحتاج إلى عمليات عقلية بحيث يتحقق من خلالها فرص النجاح.
- 4- يجب عدم إغفال قدرات المتخلفين عقليا ومراعاتها أثناء ممارستهم النشاط.
- 5- يجب تنمية المهارات الترويحية التي تساعد المتخلفين عقليا على التفاعل مع الآخرين.
- 6- يجب اختيار مهارات بسيطة لتنمية المهارات الحركية في إعطاء تعليمات بسيطة وقصيرة وعدم الإطالة في الشرح اللفظي حتى لا ينصرفوا عن الاهتمام بالتعليم.
- 7- اختيار الألعاب والمهارات التي تتحدى قدراته والتي تحرره من الخوف من اللعب مع إعطائه الفرصة للنجاح في هذه الألعاب.
- 8- يجب تعليم الطفل كيف يلعب، وهذا يعني أن التربية الرياضية مسئولة عن تنمية المهارات الحركية التي هي أداة اللعب.
- 9- يجب مراعاة الأمن والسلامة في اختيار الأنشطة والألعاب للمعاقين عقليا واستخدام الأدوات الثابتة على الأرض والمصنوعة من مواد غير صلبة.
- 10- يجب التحلي بالصبر والمثابرة خصوصا مع أطفال شديدي التخلف واستخدام أسلوب المدح والتشجيع دائما.
- 11- يجب استعمال النموذج الجيد والمثيرات السمعية والبصرية في تعليم المتخلفين عقليا خاصة شديدي الإعاقة.
- 12- يجب إعطاء فترات راحة أثناء التدريب خصوصا عند تعليم المهارات الحركية.
- 13- يجب مراعاة الأسس العلمية والفسولوجية بحيث تكون الوحدة التعليمية متكاملة وتشمل الإعداد البدني والنشاط التعليمي والتطبيقي.
- 14- يجب تجزئة المهارات الحركية ثم إدماجها لكي تؤدي المهارة بالشكل الحركي المطلوب، كما أن التكرار في الأداء يثبت المهارات بحيث تؤدي بصورة آلية.

15- يجب استخدام أدوات وأجهزة متنوعة في الشكل واللون ذات أحجام مختلفة، كذلك بفضل مصاحبة الموسيقى للتمرينات أثناء الأداء لتنمية الكفاءة الإدراكية الحركية.

3-4 المهارات الأساسية في التربية الرياضية للمعاقين عقليا

من المهارات التي تتلاءم والمهمة للمعاقين عقليا هي التي تتجاوب وقدراتهم العقلية وتتمثل خصوصا في المشي، الجري، التسلق، الوثب، المشي الرياضي، الرقص والرمي واللقف "القبض" والجدول التالي يوضح اقل مستوى يمكن تأديته وأعلى مستوى يمكن للمعاق عقليا الوصول إليه.

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 والتمرينات البدنية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا لعلها تساعد القائمين على الأنشطة الرياضية في المراكز النفسية التربوية عن بدء برنامج رياضي لهذه الإعاقة.

وعموما الأنشطة الرياضية المعدلة لهذه الفئة تعتمد بدرجة رئيسية على درجة الإعاقة، والصفات الحركية للمعاق، والتي يمكنها ممارسة جميع أنواع الأنشطة الرياضية والتمرينات ولكن بدرجة أقل من العاديين حيث أن نموهم الجسمي متأخر من سنتين إلى خمس سنوات عن الأسوياء وبالتالي ممكن برمجة الأنشطة الرياضية للمعاق الذي عمره 10 سنوات نشاطات تناسب أعمار 6 أو 7 سنوات (العوامل، 2000، الصفحات 64-65).

تهدف تلك الأنشطة إلى 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.

جدول رقم "04" يبين مستوى بعض المهارات الأساسية للمعاقين عقليا القابلين للتعلم

المهارة	أقل مستوى	أعلى مستوى
المشي	القدرة على المشي متوافق جيد دون فقدان الاتزان	القدرة على المشي بخطوة واسعة ويمكن من الخطوة أماما، خلفا، وجنبا
الجري	القدرة على الجري مع الدوران والوقوف بدون فقدان الاتزان	القدرة على التسابق برشاقة وبخطوة جيدة ضمن الجري
التسلق	القدرة على الطلوع والنزول بخطوة متعاقبة بدون سند	القدرة على المشي صعودا أو نزولا على السلم ويستطيع تسلق السلالم والأشجار
الوثب	الوثب جيدا على قدم واحدة بدون فقدان التوازن وبطريقة جيدة	القدرة على الوثب من الحركة سواء من المشي أو الجري
المشي الرياضي	القدرة على المشي بخطوة منتظمة بمصاحبة إيقاع منتظم	القدرة على المشي برشاقة في قاطرات وتغيير الاتجاه في أنماط المشي
الرقص	القدرة على عمل الحركات الجسمية البسيطة بمصاحبة الموسيقى	القدرة على الرقص الجماعي بوضوح ومرح
الرمي	القدرة على رمي الكرة بيد واحدة من أعلى ويقدر من الاتزان	القدرة على رمي الكرة بسرعات مختلفة وإلى مسافات بعيدة
اللقف	القدرة على لقف الكرة بدون اضطراب	القدرة على لقف الكرة من مختلف الأوضاع ومن المشي

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 ممارسيها، 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 لسبب 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 لتنافس مع أفراد المجتمع الآخرين في حدود إمكانياتهم.

وهذا ما سنتطرق إليه بنوع من التفصيل في الفصل القادم الذي خصص لتعليم وتنمية المهارات الحركية للأطفال المتخلفين عقليا في المراكز الطبية البيداغوجية.

الفصل الثالث

المهارات الحياتية

تمهيد:

تؤكد التوجهات العالمية والمحلية ضرورة تضمين مناهج التربية العديد من المهارات الحياتية والمواقف البيئية الملحة والتي تدعو إلى التأمل والدراسة، نظرا لما تتسم به الحياة المعاصرة بالتعقد بحكم التطور التكنولوجي الهائل، وقلة الصلة بين ما يدرس في المدرسة وبين مواقف الحياة اليومية التي يصادفها الطفل المعاق.

وهذا يستلزم معه ان يوجه العلوم وأساليب تدريسه وأنشطتها إلى إعداد الأطفال المعاقين عقليا للتكيف مع الحياة في أي بيئة أو مجتمع واكتسابهم المهارات التي تمكنهم من ذلك.

فاكتساب الطفل المعاق عقليا تعلم اكثر من الرفاهية والحياة الصحية، وخاصة المهارات الحياتية المتضمنة السعادة العاطفية والمهارات الاجتماعية، مهارات الحفاظ على الحياة تؤهله ليتعامل بكفاءة وثقة وقدرة على تحديات الواقع تربط حياته المدرسية بالبيئة المحيطة به، وقد يساعد ذلك على تحقيق التكامل في إعداد الأطفال المعاقين عقليا من النواحي العلمية والتطبيقية.

ومن هنا كان لا بد من إلقاء الضوء على المهارات الحياتية من حيث مفهومها وأهميتها، تصنيفها، خصائصها، وعواملها المؤثرة، وجوانبها، وأهدافها، خطواتها، وخصائص بيئة تنميتها، ودور كل من الأسرة والمعلم، وأخيرا معوقات تنميتها، واقتراحات معالجتها.

1- مفهوم المهارات الحياتية:

1-1 المهارات الحياتية (Life Skill)

المهارة في الأصل أن يؤدي الإنسان أي عمل بدقة وسرعة وفهم، وتقاس الدقة والسرعة عن طريق معايير أو أحكام يحددها المختصون في كل مجال، أما مسألة الفهم هذه تقع في نطاق العقل البشري، ففهم الإنسان لطبيعة عمله الذي يقوم به يساعده على عمله

بدقة وسرعة، كما أن الآلة أو الأجهزة يمكن أن يقوم بأعمال بمنتهى الدقة وبمنتهى السرعة، ولكن هذا الفهم هو الذي يميز الإنسان عن الآلة مهما كان مستوى تطورها. وإذا نظرنا إلى مفهوم المهارة الحياتية نجد العديد من التعريفات، وذلك على النحو التالي:

تعريف "كريستين مايلز" 1994: "إنها المهارات العملية التي تمكن الطفل المعوق ذهنياً من أن يعيش أكثر استقلالية "

و يعرفها "تادر الزبون" 1990: " أنها المهارات التي يجب تنميتها من خلال مناهج العلوم للأطفال المعاقين والتي تجعلهم قادرين على الاعتماد على أنفسهم ويعيشوا حياة طبيعية بين أسرهم ومجتمعهم "

و يعرفها " سجنورلي Signorelli " 1991: " أنها مجموعة من المهارات التي تمكن الفرد من التكيف على التكيف على نحو ايجابي في محيطه وتجعله قادراً على التعامل بفعالية مع متطلبات الحياة اليومية وتحدياتها بما يساعد على تعزيز الصحة الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية".

و يعرفها " فوكس 1992 ": "إنها مجموعة الوسائل والطرق لتحقيق الرضا النفسي، وبناء المشاعر الجيدة عن الذات "

و يعرفها "هينجر Degner 1992": " أنها مجموعة من المهارات المرتبطة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد، وما يتمثل بها من معارف وقيم واتجاهات بصورة مقصودة ومنظمة عن طريق الأنشطة والتطبيقات العلمية وتهدف إلى بناء شخصية المتكاملة بالصورة التي تمكنه من تحمل المسؤولية، والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية بنجاح وتجعل منه مواطناً صالحاً "

وفي حين عرفتها سعد الدين (2007) بأنها مجموعة من القدرات التي يكتسبها المتعلم بصورة مقصودة عن طريق مروره بخبرات منهجية وتكنولوجية، تعينه على مواجهة

المواقف والتحديات وتتضمن عدة أبعاد مثل مهارات: حل المشكلة، إدارة الوقت، والسلامة، والأمن، اقتصادية، تكنولوجية الإنتاج والتصنيع.

وعرفها مكتب التربية العربية لدول الخليج (2007) بأنها مجموعة من المهارات المتكاملة التي يتم اكتسابها المتعلم وما يتطلبها من معارف وقيم واتجاهات تجعله شخصا قادرا على تحمل المسؤولية والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية على مختلف الأصعدة الشخصية والاجتماعية والوظيفية بأعلى قدر ممكن من التفاعل الخلاق مع مجتمعه ومشكلاته.

2-1 التعريف الإجرائي:

أن المهارات الحياتية هي تعبير من تلك المهارات التي لها دور فعال حيث تمثل ضرورة حتمية لجميع الأفراد في أي مجتمع بصفة عامة وللمعاقين خاصة، فهي من المتطلبات التي يحتاجها الأفراد لكي يتوافقوا مع أنفسهم ومجتمعهم الذين يعيشون فيه، مما يساعدهم على حل مشكلاتهم وعليه فقد خرجنا بتعريف ان المهارات الحياتية هي مجموعة من المهارات التي تساعد الفرد على مزاوله حياته بطريقة سليمة تمكنه من العيش في المجتمع والتعامل مع الأفراد (أفراد المجتمع) وتحمل المسؤولية والتعامل مع كل ما يحتاجه في الحياة اليومية وبناء على شخصيته كونه فرد من هذا المجتمع.

و أيضا هي: مجموعة من المهارات التي يدرّب عليها الأطفال المعاقون عقليا حتى يكونوا قادرين على الاعتماد على أنفسهم في إمكانية قضاء حاجاتهم اليومية، والتي إلى تحسين بعض المهارات الحركية والنفسية مما يساعدهم على أن يعيشوا حياتهم الاجتماعية بصورة طبيعية.

2- تصنيف المهارات الحياتية:

وانطلاقا من أهمية الحياتية كأحد المتطلبات الضرورية والملحة لتكيف المعاق ذهنيا مع متغيرات العصر، سنأخذ بعض المهارات الحياتية مثل: مهارات رعاية الذات،

مهارات اجتماعية، مهارات اقتصادية، مهارات معرفية، مهارات اتصال.(السوطري، 2006، صفحة 54)

1-2 مهارة رعاية الذات:

تعتبر عن قدرة الفرد المعاق ذهنيا على رعاية ذاته باستقلالية في حدود ما يسمح به قدره، حيث يمكن تربيته على بعض المهارات لتنمية رعايته بذاته منها: الاهتمام بنظافته الشخصية، التفرقة بين الملابس الصيفية أو الشتوية إعداد المائدة بدون مساعدة.....الخ.

2-2 مهارة اجتماعية:

يعرف فؤاد البهبي السيد 1981 المهارة بأنها القدرة العالية المكتسبة لأداء الأنشطة المعقدة بسهولة وكفاءة، والمهارة تصبح اجتماعية تصبح اجتماعية عندما يتفاعل الفرد مع فرد آخر ويقوم بنشاط اجتماعي ليوائم بين ما يقوم الفرد لفرد آخر وما يفعله هو يصبح ذلك مسار نشاطه ليحقق بذلك هذه الموائمة. أي أن المهارات الاجتماعية هي الأنماط السلوكية التي يجب أن توفرها لدى الفرد ليستطيع التفاعل بالوسائط اللفظية مع التخزين وفقا لمعايير المجتمع أي أنها تشير إلى الاستجابات التي تتصف بالفاعلية في موقف ما بالفوائد على الفرد مثل التفاعل الاجتماعي الإيجابي أو القبول الاجتماعي، ويعبر عن قدرة الطفل المعاق فكريا على إقامة علاقات جيدة ومشرفيه، وأفراد أسرته، يتمكن تدريبه على بعض المهارات الاجتماعية لتنميتها منه: الإصغاء بانتباه إلى التعليمات وتنفيذها، الاستماع إلى الآخرين، أن بسلك باستخدام بعض العبارات وكذلك تدريبه على التعاون مع زملاءه وأفراد أسرته والمساعدة على أداء عملهم

3-2 مهارات اقتصادية:

تعبر عن قدرة الطفل المعاق على الشراء والتعامل مع البائع وقدراته على الادخار.

2-4 مهارات معرفية:

تعبر عن قدرة الطفل المعاق ذهنيا على الإلمام بالمعلومات والمعارف عما يحيط به من أياء مثل المعرفة بالأماكن العامة في اتجاهات مختلفة، معرفته أجزاء جسمه الدقيقة، التفرقة بين الأشكال، التفرقة بين الألوان والأصوات.

2-5 مهارة الاتصال:

تعبر عن مقدرة الطفل المعاق ذهنيا عن التعبير عن نفسه واستخدام اللغة في المواقع الاجتماعية المختلفة، ورصد تعبيرات وجهه ووضع جسمه ومظهره العام ونبرات صوته.

(مريم، 2007، صفحة 110)

و أيضا هناك تصنيفات أخرى وهي:

أشار احمد حسن اللقائي (1999): أن هناك عشرة مهارات حياتية أساسية يحتاجها الفرد وهي:

- مهارة الاتصال الشفهية والكتابية
- مهارة التفكير والناقد والاستدلال وحل المشكلات
- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية والالتزام بالمبادئ الأخلاقية وكذلك مهارة وضع وتحديد الأهداف
- مهارة استخدام آلة الحاسب وأنواع التقنية الحديثة الأخرى
- المهارة المطلوبة لتحقيق النجاح في الوظيفة
- مهارة التكيف والمرونة
- مهارة التفاوض والقدرة على حسم الصراعات
- القدرة على إجراء البحث وتطبيق البيانات
- معرفة لغات أجنبية (القدرة على التحدث بأكثر من لغة)
- مهارة القراءة والنافذة والفهم.

و أشارت كاثرين: (2007) بأن المهارات الحياتية ضرورية للمعاقين وتشمل ثلاث محاور وهي:

- مهارة الحياة اليومية وتشمل إدارة شؤون المالية والشخصية والاختيار، إدارة الأسرة، رعاية الحاجات الشخصية، تربية الأطفال.....
- مهارة الأعداد والتدريب المعني وتشمل انتقاء الاختيارات المهنية.
- مهارات شخصية اجتماعية: وتشمل وعي الذات، الثقة بالنفس، حل المشكلات، التواصل مع الآخرين، احترام حقوق الآخرين، إظهار السلوك المناسب في الأماكن العامة، مهارات الاستماع، مهارات اتخاذ، والاستجابة لحالات الطوارئ.

3- أسس تنمية المهارات الحياتية:

1. تحديد الهدف من المهارة ومحاولة تحقيقها.
2. توفير بيئة مليئة بالمنثرات السمعية والبصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد.
3. أن تتناسب المهارة مع الخصائص وميول وقدرات الطفل المعاق.
4. مراعاة الظروف النفسية والصحية والاجتماعية للطفل المعاق ذهنيا وخلق روح الصداقة معه وتشجيعه على بذل الجهد.
5. إثارة الطفل لممارسة الأنشطة عن طريق التدعيم المادي والمعنوي ليستمر في بذل الجهد.
6. مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الطفل المعاق وأقرانه.
7. أن يتم الشخص الذي يقوم بتنمية المهارة بالمرونة، حيث يسمح بإدخال التعديلات إذا لزم المر.
8. يجب التحلي بالصبر والمثابرة واستخدام أسلوب التشجيع.
9. يجب الاهتمام بفترات الراحة أثناء تنمية مهارة الطفل المعوق.
10. يجب استخدام النموذج الجيد لأداء المهارات المختلفة نظرا لأنه يتعلم خلال ذلك

التقليد. (ابراهيم س.، 2008)

4- أهداف المهارات الحياتية في المجال الرياضي:

- اكتساب الفرد الثقة بقدراته على التعامل مع متغيرات الحياة.
- تنمية القدرة على حل المشكلات الحياتية المحلية والعالمية.
- تنمية قدرة اللاعب على التواصل مع الآخرين بإيجابية.
- اكتساب القدرة على ممارسة خطوات التفكير العلمي والمنطقي.
- توعية الفرد بأهمية إدارة الذات والأزمات في ممارسة أدواره الحياتية.
- اكتساب مهارات علمية في استغلال الوقت. (السوطري، 2006، صفحة 54)

5- المهارات التي تنميها الأنشطة الاجتماعية:

- قادرا على تعلم الأدوار الاجتماعية المختلفة وإن يفهمها.
- قادرا على فهم المطلوب منه وما هو مطلوب من الآخرين.
- قادرا على تعلم التبادلية من خلال اللعب وتمثيل الدور.
- قادرا على فهم الأدوار ومستعدا لتقبل ذاته الاجتماعية، لأنه يتصرف بمهارة مع الآخرين ويشعر بتقلبهم معه.
- قادرا على أن يؤكد ذاته في المواقف التي تجمع مع أقرانه من نفس المرحلة العمرية.
- قادرا على وضع نفسه مكان الآخرين والنظر إلى الأمر من وجهة نظرهم.
- قادرا على تفهم مشاعر الآخرين وتقديرها وذلك من خلال مواقف اللعب الحر والمقيد.
- قادرا على اتخاذ القرارات بنفسه ويتحمل مسؤولية تنفيذها ونتائجها.
- قادرا على التمييز بين الصواب والخطأ في الأفعال.
- قادرا على تقييم سلوكه وإن يكن لديه الاستعداد، للاعتراف بالخطأ إذا حدث من جانبه، وأن يعتذر. (النيال، 2008، صفحة 60)

6- خصائص المهارات الحياتية:

- تحديد تغريد عمران وآخرون 2001: مجموعة خصائص للمهارات الحياتية منها:
- تتنوع وتشمل كل الجوانب المادية وغير المادية المرتبطة باحتياجات الأفراد ولمتطلبات تفاعله مع الحياة وتطورها.
- تختلف تبعا لطبيعة كل مجتمع وعاداته وتقاليده ودرجة تقدمه.
- تختلف وفقا للزمان والمكان.
- تعتمد على طبيعة العلاقة التبادلية بين الأفراد والمجتمع وتأثير كل منهما على الآخر.

➤ تستهدف مساعدة الفرد الناجح وتطوير أساليب معيشة الحياة.

7- أهداف تنمية المهارات الاجتماعية والحياتية:

تعد التنمية الاجتماعية والحياتية عبر برامج النشاط الرياضي التنافسي أحد الأهداف الرئيسية، فالأنشطة الرياضية تتسم ببراء المناخ الاجتماعي، وفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها اكتساب الممارسة الرياضية والنشاط البدني والتنافسي عددا كبيرا من القيم والخبرات قد اكتسب كوكلي للنشط الرياضي والتنافسي فيما يلي:

- الروح الرياضية - تقبل آراء الآخرين - اكتساب المواطنة الصالحة- التنمية الاجتماعية ومهارات حركية.

مثل: ارتداء الملابس - والإطعام المهارات الأساسية في تطوير الحاجة الرياضية للأنشطة التنافسية البدنية التي تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي وعصبي ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب التي يتنافس فيها لأفراد فرديا وجماعيا.(زكي،

1965، صفحة 96)

خلاصة:

تتحد المهارات الحياتية اللازمة لمعيشة الحياة في المجتمع في ضوء طبيعة العلاقات التأثيرية التبادلية بين كل من الفرد والمجتمع ومن ثم فقد نجد تشابه في مقياس أبعاد المهارات الحياتية اللازمة للأفراد والأصحاء بشكل عام والمعاقين حركيا بشكل خاص وبالأخص المعاقين حركيا حيث تدفع المهارات الحياتية إلى مساعدة المعاق للتفاعل مع المجتمع وتحمل المسؤولية وللتواصل مع الآخرين واكتساب مهارات بدنية ومهارية وعليه فكل هاته الأبعاد هي في مقياس المهارات الحياتية.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته
الميدانية

تمهيد:

بعد دراسة الجانب النظري الذي تضمن شرح الجوانب المتعلقة بالموضوع وإعطاء شرح لكل جانب، تعتبر الدراسة الميدانية وسيلة هامة للوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة، عن طريق الميدان يصبح بالإمكان جمع البيانات وتحليلها لتدعيم الجانب النظري وتأكيد فيه وفي هذا الفصل سنعرض الإجراءات التي اتبعناها وذلك بإعطاء فكرة حول مجال الدراسة الجغرافي والبشري والزمني، بالإضافة إلى ذكر الأدوات المستعملة في جمع البيانات التي تتمثل في المقياس الخاص ببعض المهارات الحياتية حيث أن الهدف من الدراسة الميدانية هو البرهنة على صحة الفروض أو نفيها لذلك سنحاول أن نلم بجميع الإجراءات الميدانية قصد الوصول إلى الغاية التي تسعى إليها البحوث عموماً.

1- منهج البحث:

إن مجال البحث العلمي يعتمد على المنهج المناسب لكل مشكلة، مستندا على طبيعة المشكلة نفسها وتختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه. (تركي، 1984، صفحة 131)

استخدم الطالبان الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته لهذه الدراسة وأهدافها وذلك للتعرف على أن للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم على مستوى ولاية معسكر.

فالمنهج الوصفي يعتبر طريقة لوصف ظاهرة مدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع المعلومات المقننة عن مشكلة وتصنيفها وإخضاعها لدراسة دقيقة. (بحوش والذنياب، 1995، صفحة 130)

2- مجتمع البحث:

المعاقين عقليا القابلين للتعلم والتي قدرت ب 48 طفل تم تحديد 10 منهم للدراسة الاستطلاعية و30 للدراسة الأساسية و8 غير مواظبين على ممارسة النشاط البدني

لأسباب صحية وأسباب أخرى، وفي المركزين النفسيين البيداغوجيين حددنا 10 مربين تمت الدراسة على عينة قدرها 30 معاقا عقليا قابل للتعلم والممارسين للنشاط البدني الرياضي المنتظم (حصتين في الاسبوع) تحت اشراف المربين المختصين (10 مربين)

- تعاملنا مع المربي لانه عنصر مهم.

3- عينة البحث:

تمت الدراسة على عينة من المعاقين عقليا الممارسين لنشاط البدني الرياضي المكيف بمختلف أنواعه فردي وجماعي ولجنس الذكور لمدة سنة كاملة على الأقل وتكونت من 30 طفل معاق عقليا القابلين للتعلم تتراوح أعمارهم بين 12-14 على مستوى مراكز نفسية بيداغوجية للأطفال المعاقين عقليا بولاية معسكر، تم اختيارها بالطريقة مقصودة لمعرفة دور النشاط البدني الرياضي المكيف في بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، حيث تم توزيع المقياس.

4- متغيرات البحث: يمكن تحديد متغيرات البحث كما يلي:

4-1 المتغير المستقل:

وهو المتغير الرئيسي الذي يفترض أنه المؤثر في المتغير التابع، وهو النشاط البدني الرياضي المكيف

4-2 المتغير التابع

وهو يتأثر بالمتغيرات المستقلة. في بحثنا هذا يتمثل المتغير التابع بعض المهارات الحياتية .

5 مجالات البحث:

1-5 المجال البشري:

تمثل المجال البشري لهذه الدراسة في المعاقين عقليا القابلين للتعلم الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف بصورة منتظمة لمدة سنة على الأقل، من وجهة نظر المربين المختصين المشرفين أما العينة فتكونت من 30 معاق عقليا و 10 مربين مختصين.

2-5 المجال المكاني:

أجريت هذه الدراسة في ومركزين نفسيين بيداغوجيين للأطفال المعاقين عقليا بولاية معسكر.

3-5 المجال الزمني:

أجريت هذه الدراسة خلال الموسم الدراسي 2019/2018، وتمت بالضبط من 2019/01/06 إلى 2019/04/04.

و تمت توزيع المقياس على العينة من 2019/01/06 إلى 2019/02/05، وكذا استرجاعها وتحليل نتائجها.

6- أدوات البحث:

تمثلت أدوات البحث في الاستمارة (مقياس المهارات الحياتية) ، المقابلة الشخصية، الملاحظة .

المقياس المستعمل :

مقياس للمهارات الحياتية المتكون من المهارات ذات البعد النفسي والمهارات ذات البعد الاجتماعية من إعداد (حسن السوطري) والمهارات البدنية والمهارية من إعداد (الحايك والباطنية) وهذا بغرض قياس بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

7- الدراسة الاستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية يوم الأحد في الصباح: 2019/01/06 على عينة عددها 10 المربين الذين يشرفون على المعاقين عقليا القابلين للتعلم الممارسين لنشاط البدني الرياضي المكيف. وكذا استرجاعها يوم الأربعاء في الصباح: 2019/01/09 بعد توزيع المقياس على عينة مقصودة قصد إيجاد المعاملات العلمية الآتية:

7-1 المعاملات العلمية:

قام الطالبان الباحثان بإجراء بعض المعاملات العلمية للتحقيق من صلاحية المقياس في الدراسة الحالية واشتملت على:

7-2 صدق الأداة:

بعد أن تم تحكيم أداة البحث (المقياس) من طرف السادة الخبراء (الملحق 1).

- عينة الدراسة الاستطلاعية: أجريت الدراسة الاستطلاعية على مجموعة المعاقين عقليا الممارسين لنشاط البدني الرياضي المكيف وفق التوزيع الآتي
 - عينة الدراسة الاستطلاعية 10 معاقين عقليا من وجهة نظر المربين.
- 8- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

8-1 الثبات:

يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم، 1993، صفحة 152).

كما يقول فان فالين (Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط. (حسانين م، 1995، صفحة 193).

واستخدام الطالبان الباحثان إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" (معامل الارتباط Test - Retest) للتأكد من مدى

دقة واستقرار نتائج الاختبار. وعلى هذا أساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة، نفس الأماكن، نفس التوقيت، نفس المشرفين).

2-8 الصدق:

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسنين، 1995ص193) وباستعمال الوسائل الإحصائية التالية تم حساب ثبات وصدق الاختبار. معامل الارتباط "ر" لبيرسون .

3-8 حساب معامل الثبات

1-3-8 معامل الثبات والصدق للمقياس.

جدول (01) يمثل معامل الثبات والصدق للمقياس المقترح .

ر.جدولية	معامل الصدق	معامل الثبات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	الأبعاد
0.602	0,97	0,95	0.05	09	10	تنمية التواصل مهارة
	0,98	0,97				تنمية الجماعي العمل
	0,98	0,96				تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية
	0,99	0,98				تنمية مهارات البدنية والمهارية

قيمة "ر" الجدولية 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05.

ن=10

يتبين من خلال الجدول رقم (1) أن قيم معامل الارتباط للمقياس تراوحت (محصورة) ما بين (0,99-0.97) بالنسبة إلى الصدق و(0.95-0.98) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول الدلالات الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات والصدق الاختبار عند مستوى الدلالة 0.05 وهذه القيم دالة إحصائياً بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت 0.602 وعليه يتبين للطالبان الباحثان أن المقياس الذي تم بناءه بغرض قياس دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم يتميز بدرجة ثبات وصدق عاليتين عند مستوى الدلالة 0.05.

9- الموضوعية:

تعتبر الموضوعية من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في إجراء الاختبار وتسجيل النتائج (فرحات، 2003، صفحة 170).

ويعرفها محمد حسن علاوي: "هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز". (علاوي و محمد، 1986، صفحة 169).

إن الطالبان الباحثان استخدمتا في بحثهما المقياس الخاص بالمهارات الحياتية بعد تقديمه إلى مجموعة من المحكمين وذلك بغرض التحكيم ثم بعد ذلك تقديمه على مجموعة من المربين الذين يشرفون على المعاقين عقليا الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف، فتبين أن فقرات وعبارات أداة المقياس التي تم بناءها سهلة وفي متناول المختبرين.

وبناء على الخطوات السابقة يمكن للطالبان الباحثان أن يستخلص أن أداة الدراسة (المقياس الخاص بالمهارات الحياتية) تتميز بدرجة عالية من الثبات والصدق والموضوعية.

10- الدراسات الإحصائية :

إن الهدف من استعمال الوسائل الإحصائية هو التوصل إلى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل والتفسير والتأويل والحكم على مختلف المشاكل باختلاف نوع المشكلة وتبعاً للهدف الدراسة، ولكي يتسنى لنا التعليق والتحليل عن نتائج المقياس بصورة واضحة وسهلة قمنا بأسلوب التحليل الإحصائي والمتمثل في طريقتين هما:

1- النسبة المئوية:

س _____ 100

× _____ ع

$$\frac{100 \times \text{س}}{\text{ع}} = \text{×} \quad \text{فإن:}$$

×: النسبة المئوية

ع : عدد الإجابات (عدد التكرارات)

س : عدد أفراد العينة

2- اختبار حسن المطابقة (كا²):

يستخدم اختبار كا² بنوع خاص في اختبار حدي دلالة الفرق، بين تكرار حصل عليه الباحث. (محمدخيري، 1999، صفحة 226، 228)

ويتم حسابه بالطريقة التالية:

حيث أن:

م : المجموع

ك ش : التكرار المشاهد

ك ت (ك ش) : التكرار المتوقع

درجة الحرية = عدد الاختبارات - 1 .

$$K_1^2 = \frac{\text{مج (ك ش - ك ت)}^2}{\text{ك ت}}$$

$$\frac{\text{العينة}}{\text{عدد الاختبارات}} = \text{التكرار المتوقع}$$

درجة الحرية = عدد الاختبارات - 1

❖ معامل الارتباط لبيرسون (معامل الثبات):

نكتب معادلة الارتباط لبيرسون كالتالي :

$$r = \frac{n \text{مج.س.ص} - (\text{مج.ص})(\text{س.ص})}{\sqrt{(n \text{مج.ص}^2 - 2 \text{مج.ص} \text{س.ص} + \text{س.ص}^2)(n \text{مج.ص}^2 - 2 \text{مج.ص} \text{س.ص} + \text{س.ص}^2)}} \dots \dots \text{(الشرييني، 1995، صفحة 132)}$$

حيث أن :

مج س : مجموع قيم الاختبار (س) .

مج ص : مجموع قيم إعادة الاختبار .

مج س² : مجموع مربعات قيم الاختبار س .

مج ص² : مجموع مربعات قيم إعادة الاختبار .

(مج س²) : مربع مجموع قيم الاختبار س .

(مج ص²) : مربع مجموع قيم إعادة الاختبار ص .

مج (س.ص) مجموع القيم بين الاختبار القبلي س والاختبار البعدي ص

خلاصة:

من خلال ما تم التطرق إليه في هذا الفصل من نقاط، والتي تشمل منهجية البحث والإجراءات الميدانية التي قمنا بها خلال دراستنا، حيث تعرضنا إلى المنهج المعتمد وعينة البحث كما تطرقنا إلى الأداة المستخدمة أيضا.

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج

تمهيد

تتطلب منهجية البحث عرض وتحليل النتائج ومناقشتها، وعلى هذا الأساس اقتضى الأمر عرض وتحليل النتائج التي ألت إليها الدراسة وفق طبيعة البحث وإجراءاته. حيث قام الطالبان الباحثان بتفريغ المقياس في جداول قصد معالجة نتائجها الخام إحصائياً.

سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الدراسة الميدانية، وهذا من خلال المعالجة الإحصائية لإجابات أفراد العينة المختارة في البحث، بإتباع المنهج الوصفي، وباستعمال أدوات البحث المتمثلة في أداة المقياس الخاصة بالمهارات الحياتية، كما سنقوم بمناقشة هذه النتائج بتحليل القيم المحسوبة بمختلف الطرق الإحصائية في ظل الإطار النظري الخاص بالدراسة.

1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1-1 تنمية مهارة التواصل.

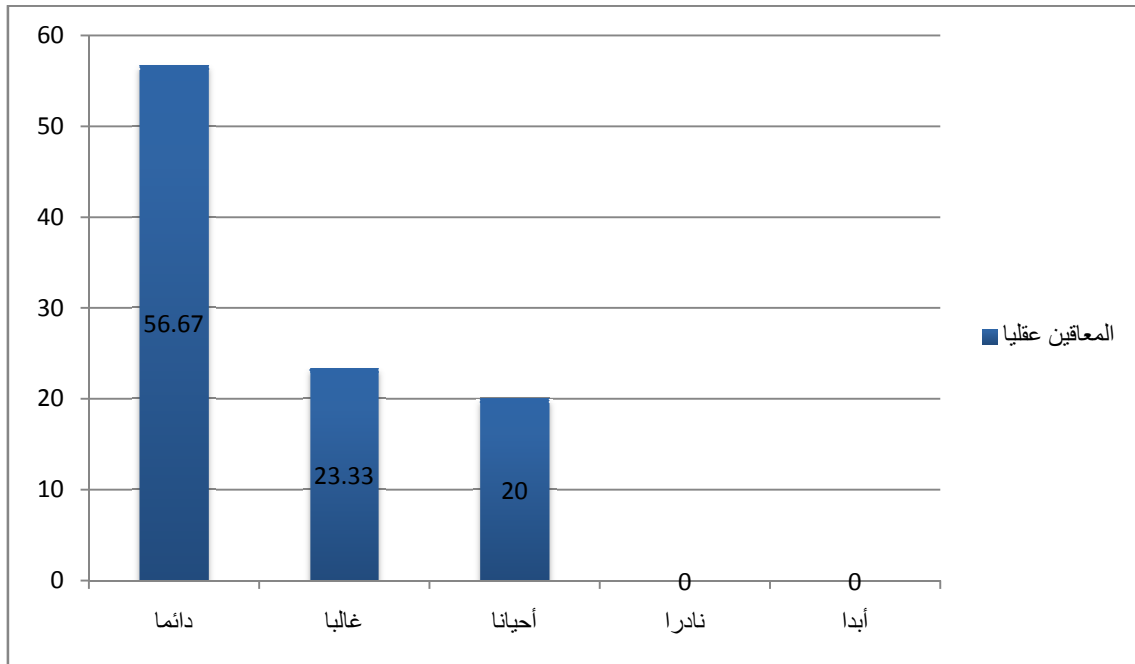
س1: يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	00	06	07	17	المعاقين عقليا
%100	%00	00%	20%	23,33%	56,67%	النسبة المئوية
			32,32			كا ² المحسوبة
			9,49			كا ² الجدولية
			4			درجة الحرية
			0.05			مستوى الدلالة

الجدول رقم (2): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا القابلين للتعلم حسب المربين فيما يخص يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 2 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا القابلين للتعلم يظهرون اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.



الشكل (1): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا القابلين للتعلم حسب المربين فيما يخص يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.

س2: يستطيع تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	00	06	07	17	المعاقين عقليا
%100	%00	00%	20%	23,33%	56,67%	النسبة المئوية
32,33						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (3): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا القابلين للتعلم حسب المربين فيما يخص يستطيع تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 3 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا القابلين للتعلم يستطيعون تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية.

س3: يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

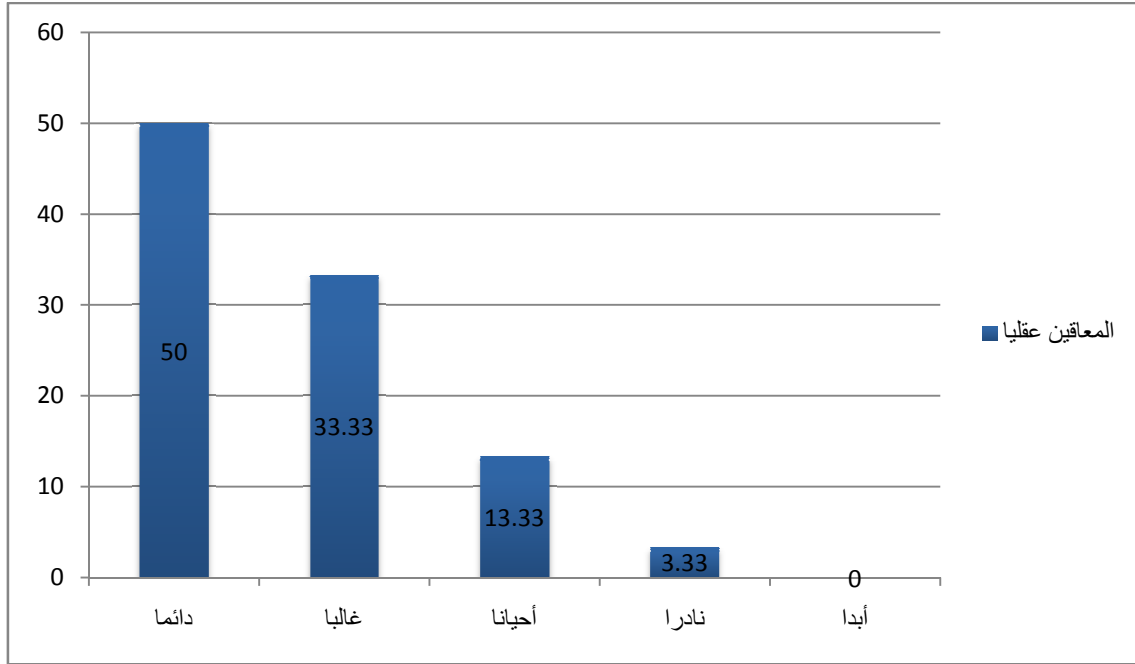
المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	01	04	10	15	المعاقين عقليا
%100	%00	3,33%	13,33%	33,33%	50%	النسبة المئوية
24,11						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (4): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المشرفين فيما يخص يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 4 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يظهرون ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.



الشكل (2): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

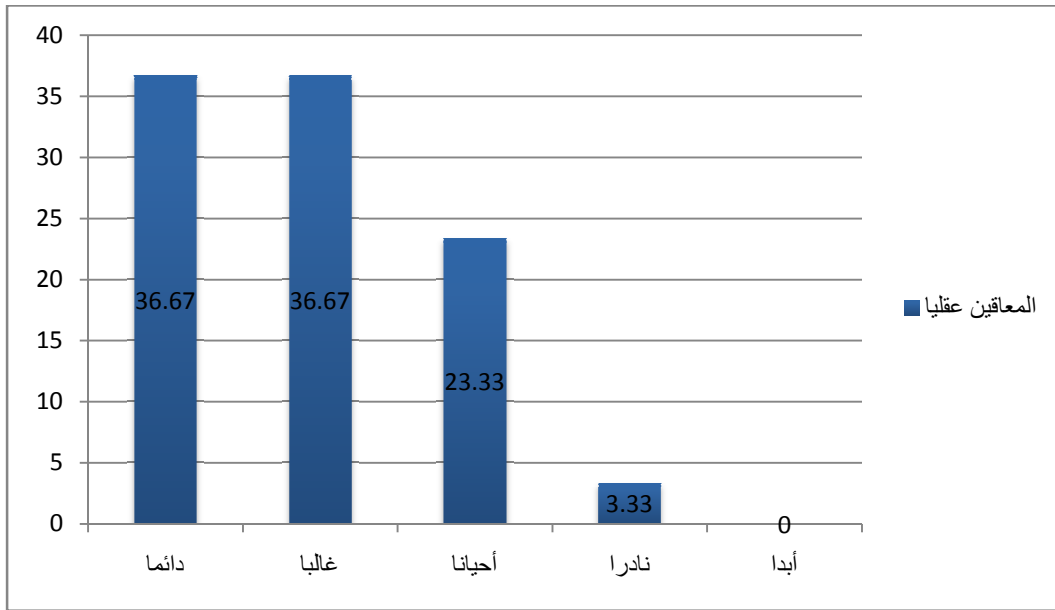
س4: يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	01	07	11	11	المعاقين عقليا
%100	%00	3,33%	23,33%	36,67%	36,67%	النسبة المئوية
			18,66			كا ² المحسوبة
			9,49			كا ² الجدولية
			4			درجة الحرية
			0.05			مستوى الدلالة

الجدول رقم (5): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 5 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا من وجهة نظر المرين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المرين يرون أن المعاقين عقليا يستطيعون التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.



الشكل (3): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المرين فيما يخص يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.

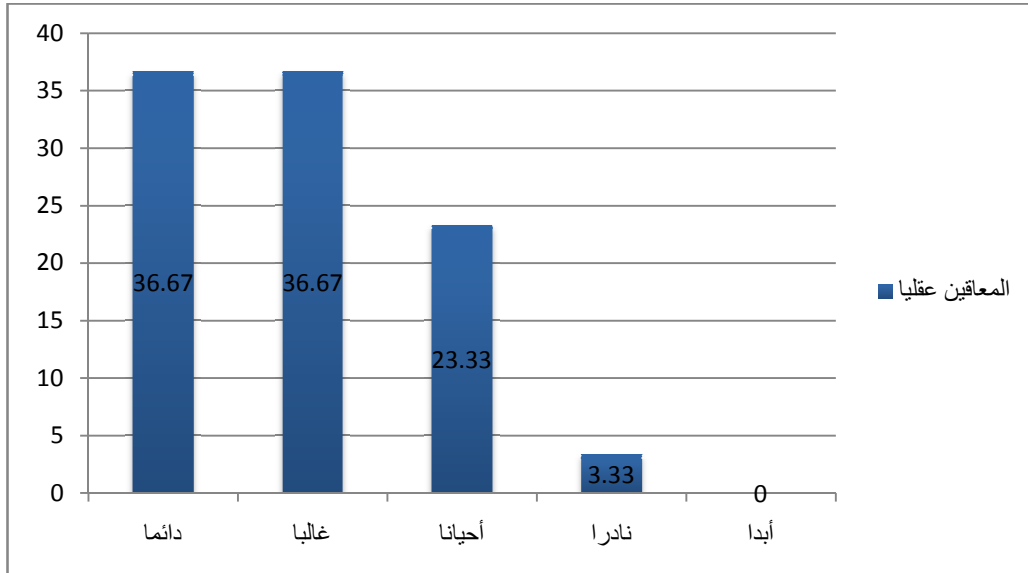
س5: يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	04	08	08	10	المعاقين عقليا
%100	%00	13,33%	26,67%	26,67%	33,33%	النسبة المئوية
8,65						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (6): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 6 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن بعض المربين يرون أن المعاقين عقليا يتجنبوا إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.



الشكل (4): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتجنب

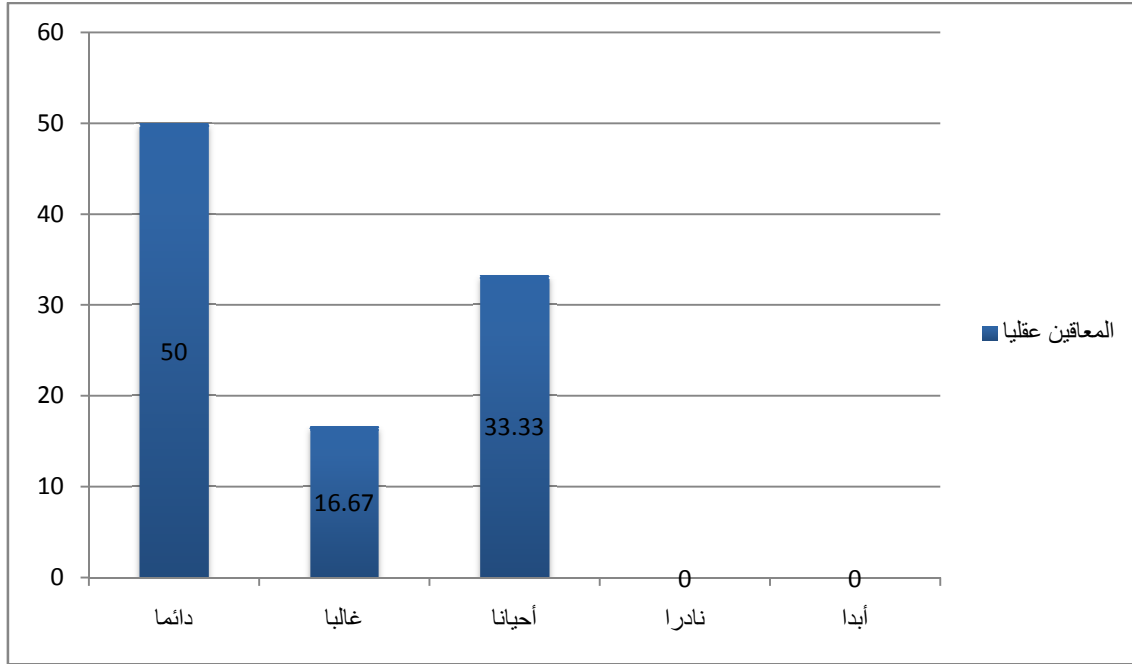
إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.

س6: يستخدم التواصل الفضي وغير الفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	00	10	05	15	المعاقين عقليا
%100	%00	00%	33,33%	16,67%	50%	النسبة المئوية
28,32						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (7): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستخدم التواصل الفضي وغير الفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 7 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المشرفين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المشرفين يرون أن المعاقين عقليا يستخدمون التواصل الفضي وغير الفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.



الشكل (5): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستخدم التواصل اللفضي وغير اللفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.

س7: يتواصل مع الآخرين بشكل واثق.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	02	10	06	12	المعاقين عقليا
%100	%00	6,67%	33,33%	20%	40%	النسبة المئوية
17,33						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

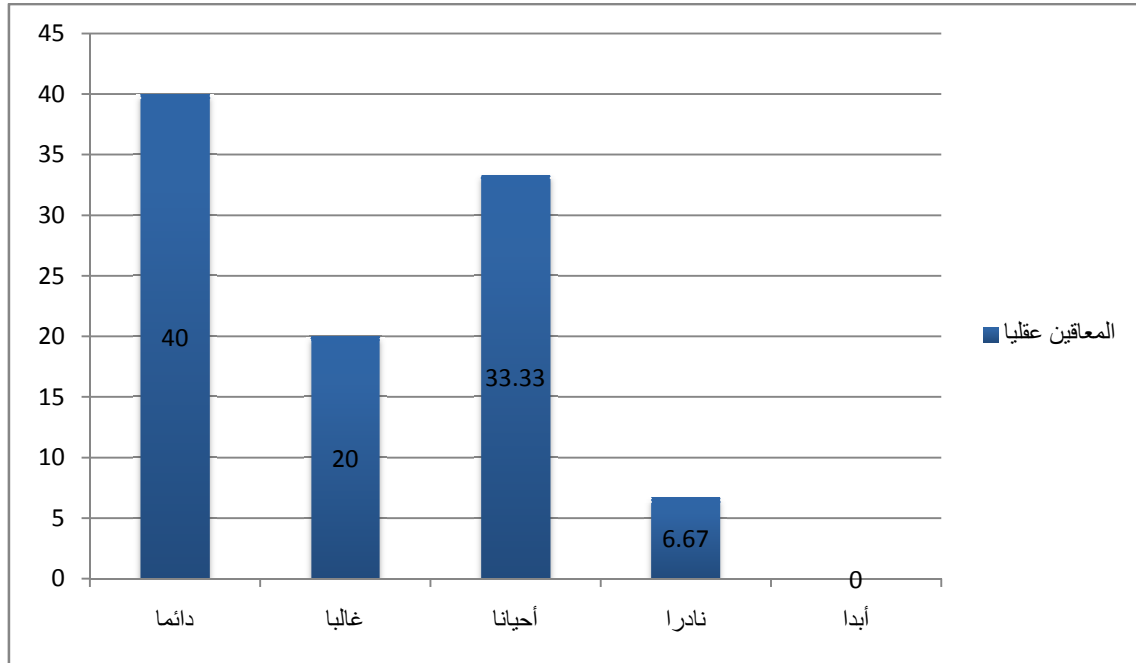
الجدول رقم (8): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يتواصل مع الآخرين بشكل واثق.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 8 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم

وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يتواصلون مع الآخرين بشكل واثق.



الشكل (6): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتواصل مع الآخرين بشكل واثق.

س8: يتقبل آراء الآخرين بانفتاح.

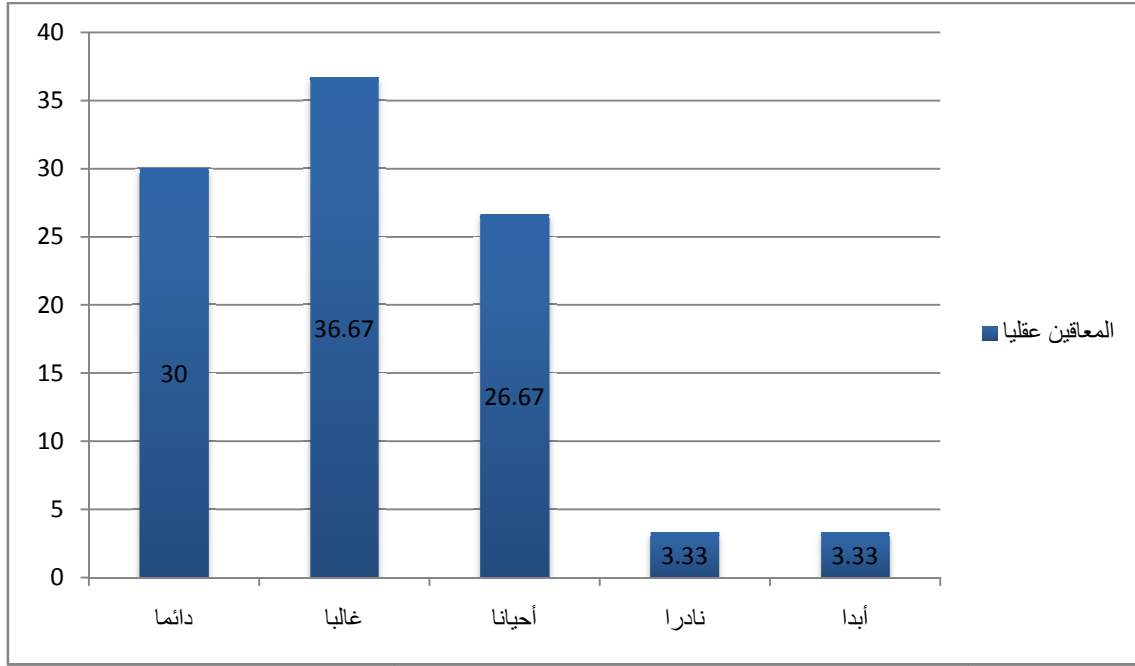
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	01	01	8	11	09	المعاقين عقليا
%100	%3,33	3,33%	26,67%	36,67%	30%	النسبة المئوية
14,44						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (9): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يتقبل آراء الآخرين بانفتاح.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 9 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا في غالب الأحيان يتقبلون آراء الآخرين بانفتاح في حين يرون الآخرين عكس ذلك.



الشكل (7): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتقبل آراء الآخرين بانفتاح.

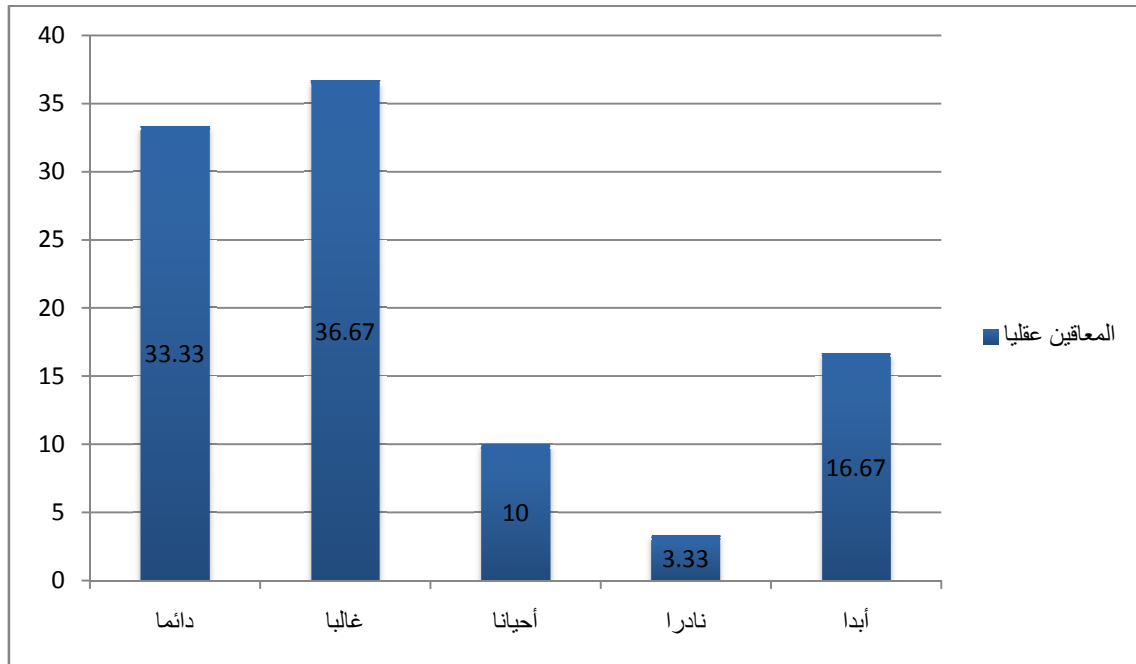
س9: يفاوض الآخريين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	05	01	3	11	10	المعاقين عقليا
%100	%16,67	3,33%	10%	36,67%	33,33%	النسبة المئوية
						كا ² المحسوبة
						كا ² الجدولية
						درجة الحرية
						مستوى الدلالة

الجدول رقم (10): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يفاوض الآخريين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 10 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يفاوضون الآخرين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.



الشكل (8): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يفاوض الآخرين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.

1-2 البعد الثاني: تنمية مهارة العمل الجماعي.

س1: يحترم أفكار الآخرين.

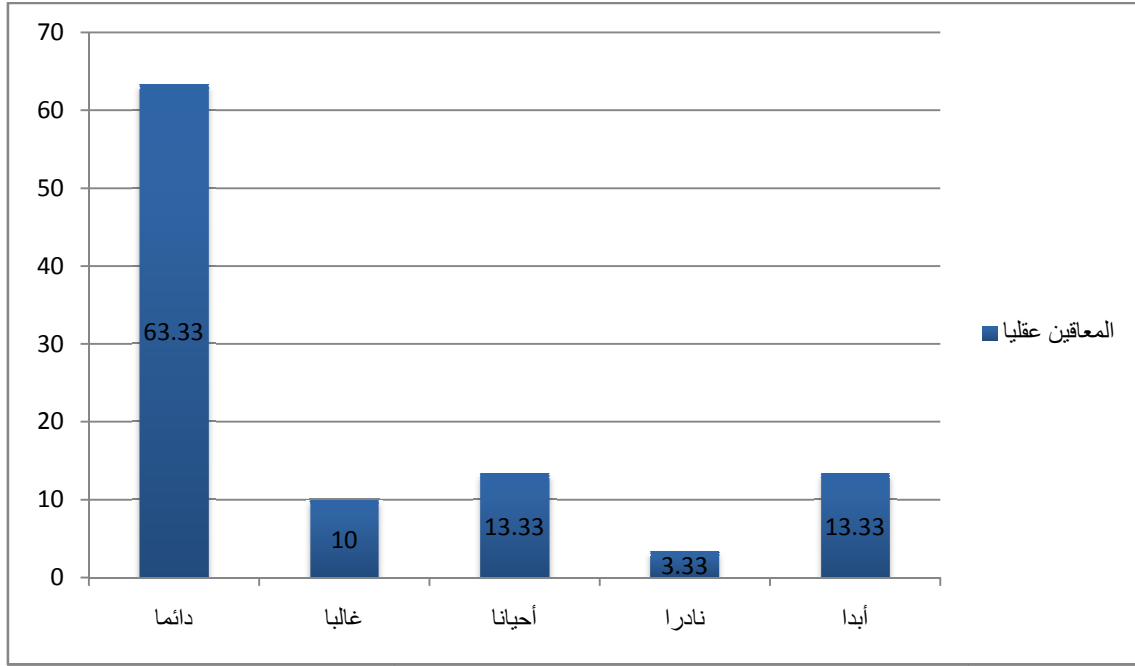
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	03	01	04	03	19	المعاقين عقليا
%100	%13,33	3,33%	13,33%	10%	63,33%	النسبة المئوية
35,99						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (11): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يحترم أفكار الآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 11 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يحترمون أفكار الآخرين.



الشكل (9): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يحترم أفكار الآخرين.

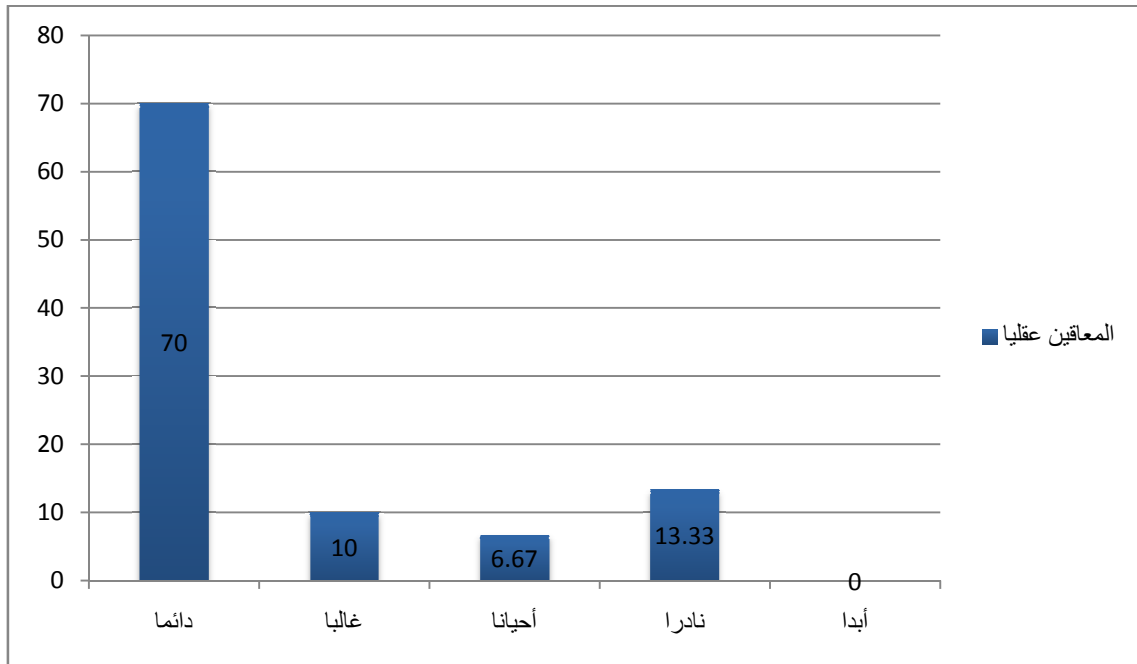
س2: يتحلى بروح الانتماء للجماعة.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	04	02	03	21	المعاقين عقليا
%100	%00	13,33%	6,67%	10%	70%	النسبة المئوية
18,83						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (12): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يتحلى بروح الانتماء للجماعة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 12 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يتحلون بروح الانتماء للجماعة.



الشكل (10): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يتحلى بروح الانتماء للجماعة.

س3: يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف.

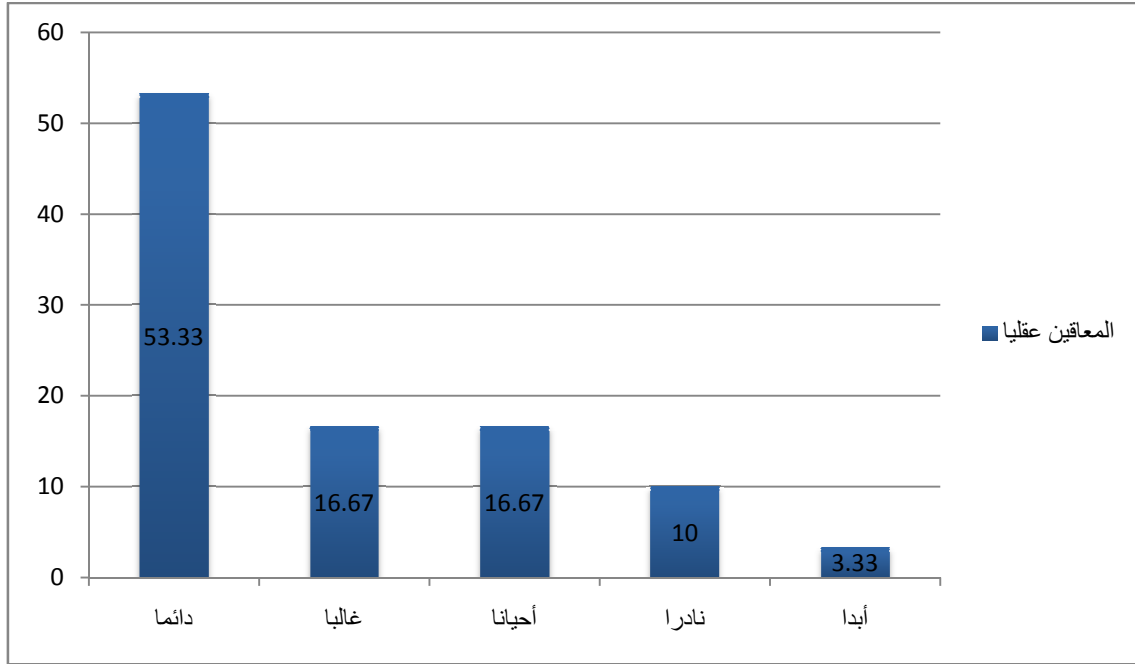
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	01	03	05	05	16	المعاقين عقليا
%100	%3,33	10%	16,67%	16,67%	53,33%	النسبة المئوية
22,66						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (13): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 13 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يحرصون على الالتزام بتوجيهات المشرف.



الشكل (11): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف.

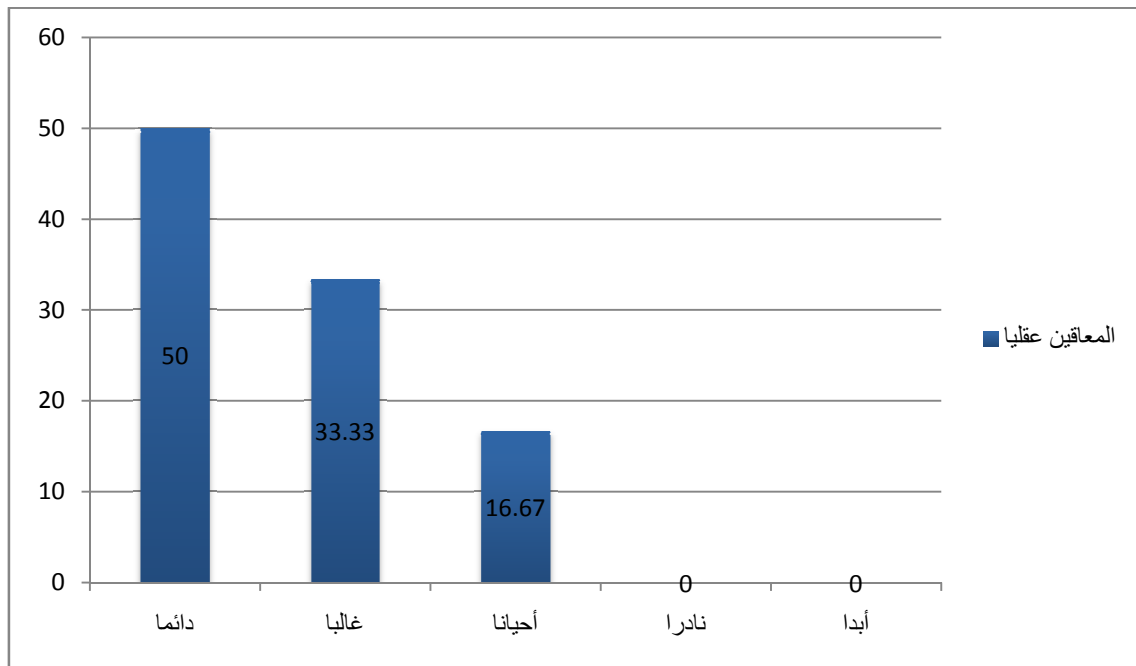
س4: يبادر في تقديم العون للآخرين.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	00	05	10	15	المعاقين عقليا
%100	%00	00%	16,67%	33,33%	50%	النسبة المئوية
28,32						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (14): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 14 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يبادرون في تقديم العون للآخرين.



الشكل (12): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يبادرون في تقديم العون للآخرين.

س05: يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق.

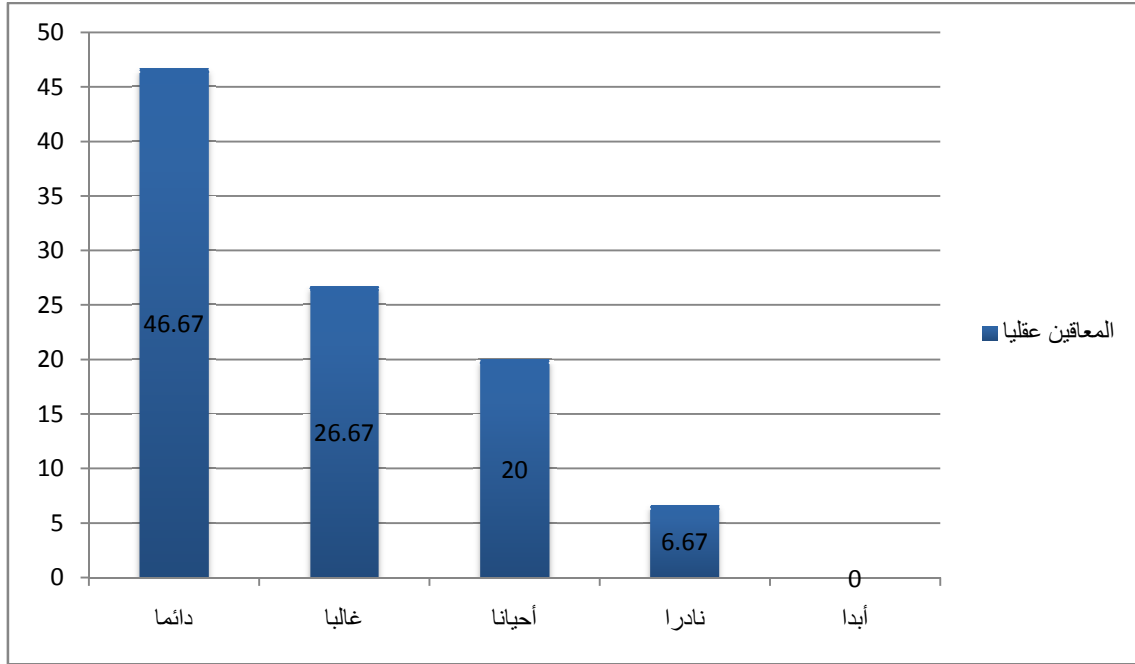
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	02	06	08	14	المعاقين عقليا
%100	%00	6,67%	20%	26,67%	46,67%	النسبة المئوية
20						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (15): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 15 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يساهمون في بناء الثقة مع أفراد الفريق.



الشكل (13): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق.

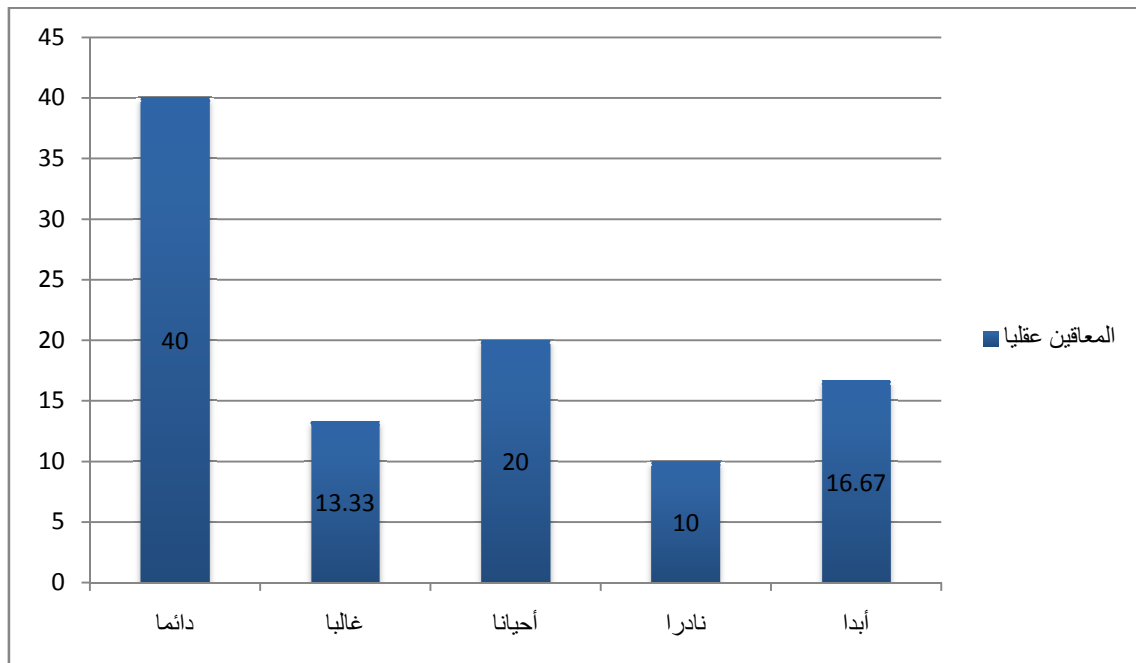
س06: يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	05	03	06	04	12	المعاقين عقليا
%100	%16,67	10%	20%	13,33%	40%	النسبة المئوية
8,34						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (16): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 16 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أقل من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن بعض المربين يرون أن المعاقين عقليا يقدمون مصلحة الجماعة على مصلحتهم الفردية فيما يرى الآخرون عكس ذلك.



الشكل (14): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية.

1-3 البعد الثالث: تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية.

س1: يتصرف بشكل لائق ومسؤول.

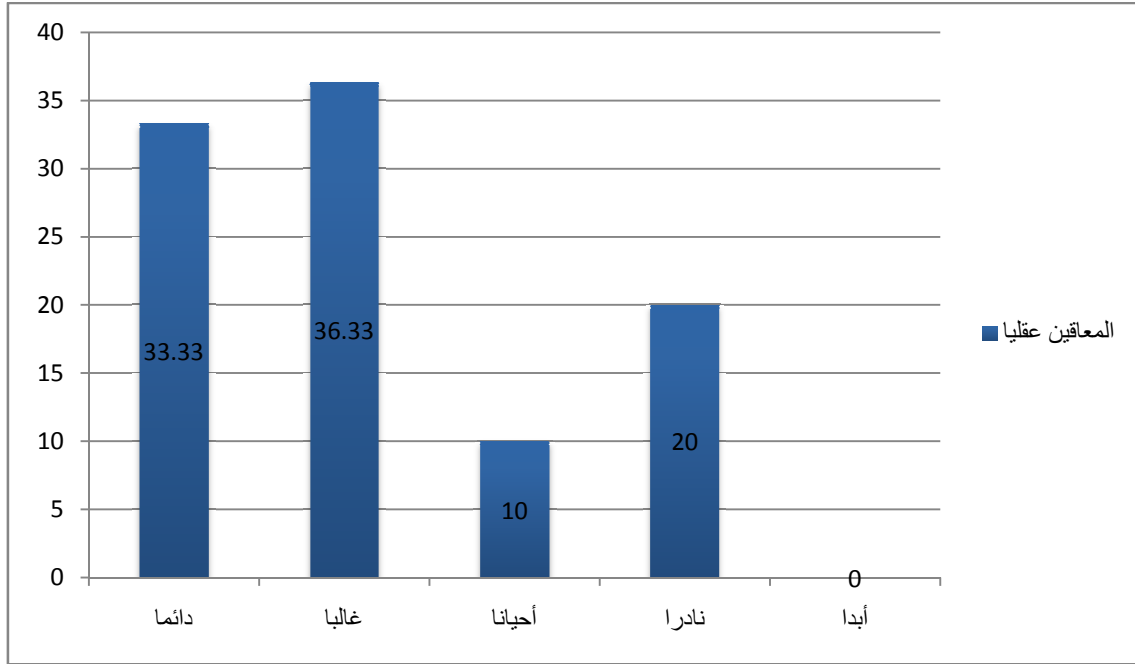
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	06	03	11	10	المعاقين عقليا
%100	%00	20%	10%	36,33%	33,33%	النسبة المئوية
14,33						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (17): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يتصرف بشكل لائق ومسؤول.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 17 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا في غالب الأحيان يتصرفون بشكل لائق ومسؤول.



الشكل (15): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يتصرف بشكل لائق ومسؤول.

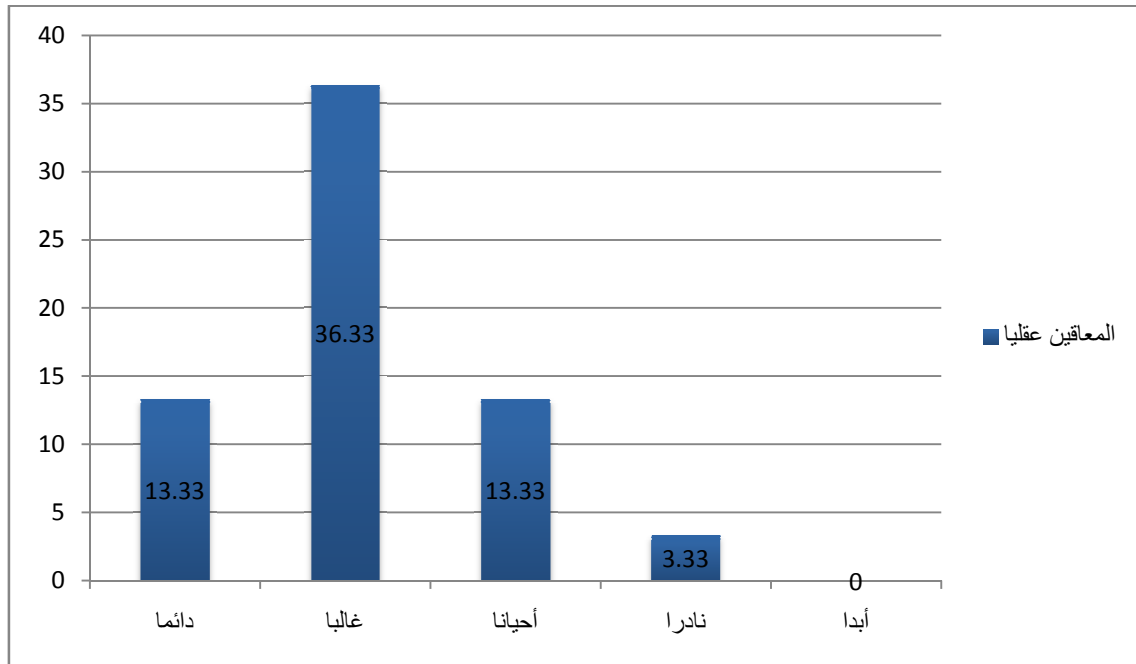
س2: يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	01	04	11	04	المعاقين عقليا
%100	%00	3,33%	13,33%	36,33%	13,33%	النسبة المئوية
15,66						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (18): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 18 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يستطيعون تحديد احتياجاتهم الجسمية.

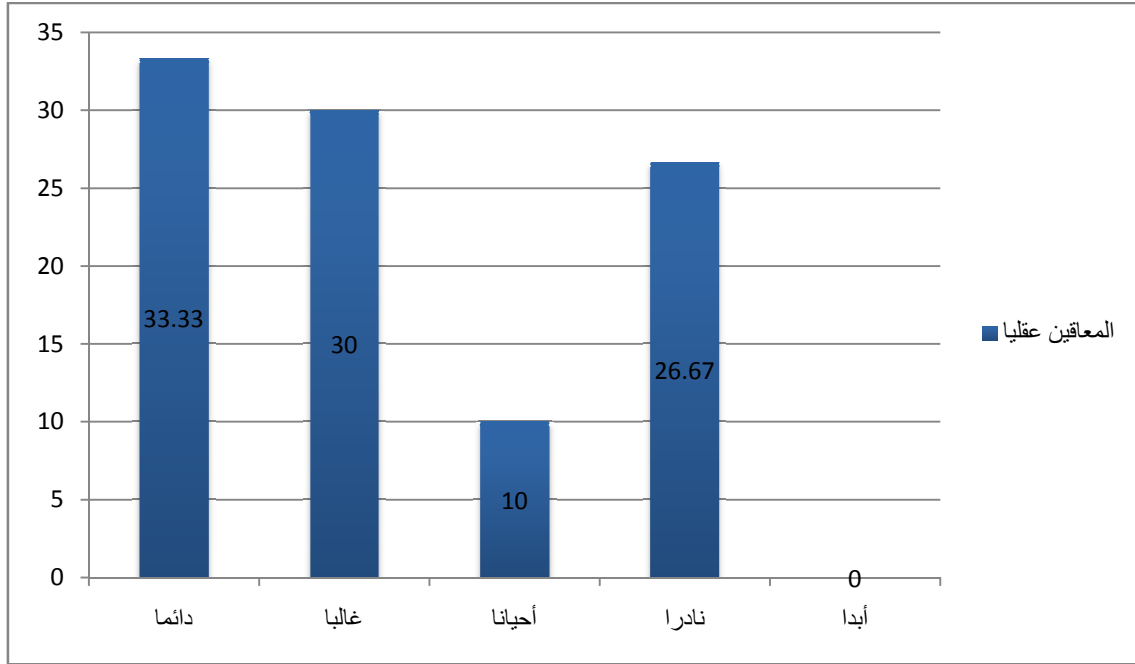


الشكل (16): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية.

س3: يعكس صورة ايجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	08	03	09	10	المعاقين عقليا
%100	%00	26,67%	10%	30%	33,33%	النسبة المئوية
12,33						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (19): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يعكس صورة ايجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 19 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يعكسون صورة ايجابية عن ذاتهم أثناء ممارسة النشاط الرياضي.



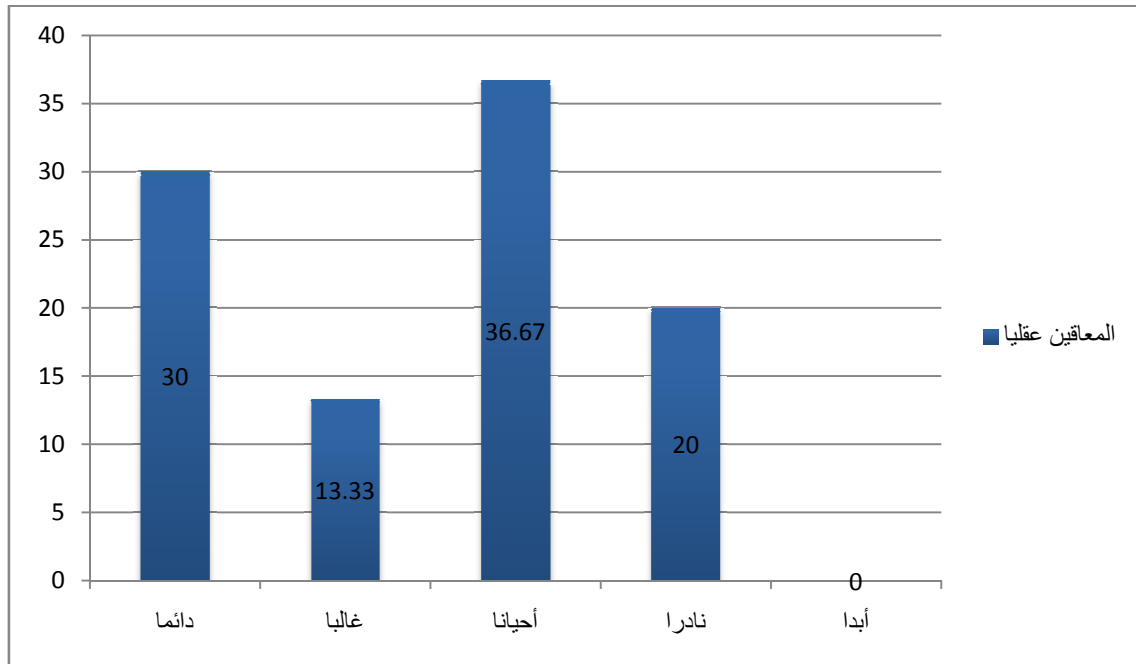
الشكل (17): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يعكس صورة ايجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

س4: يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	06	11	04	09	المعاقين عقليا
%100	%00	20%	36,67%	13,33%	30%	النسبة المئوية
			12,32			كا ² المحسوبة
			9,49			كا ² الجدولية
			4			درجة الحرية
			0.05			مستوى الدلالة

الجدول رقم (20): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 20 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يعترفون أحيانا بأخطائهم أثناء اللعب بأمانة.



الشكل (18): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة.

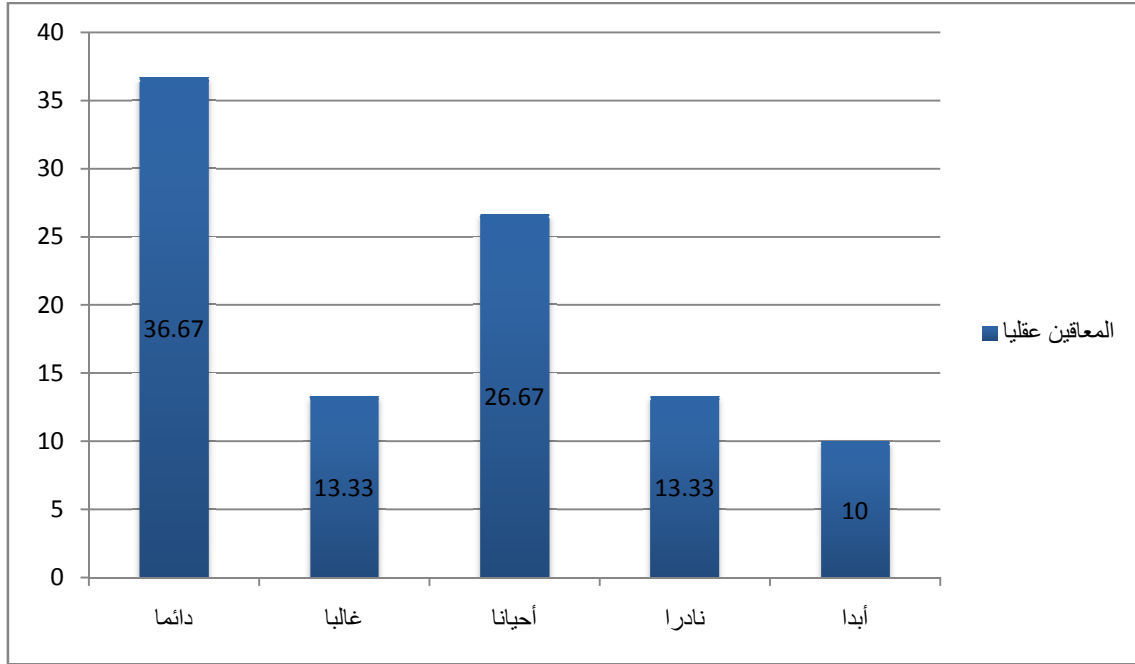
س5: يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	03	04	08	04	11	المعاقين عقليا
%100	%10	13,33%	26,67%	13,33%	36,67%	النسبة المئوية
9,65						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (21): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 21 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يدركون أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منهم أثناء تنفيذهم المهارات الرياضية.



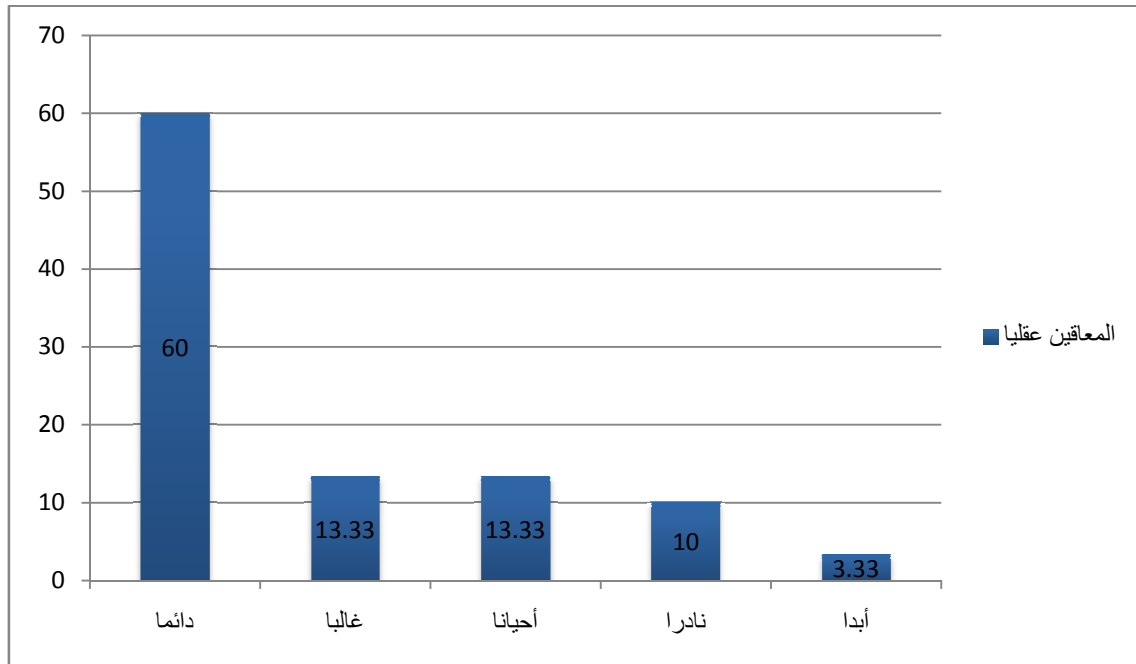
الشكل (19): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية.

س6: يستطيع إصدار أحكام سابقة على أدائه وأداء الآخرين.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	01	03	04	04	18	المعاقين عقليا
%100	3,33%	10%	13,33%	13,33%	60%	النسبة المئوية
31						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (22): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع إصدار أحكام سابقة على أدائه وأداء الآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 22 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا يستطيعون إصدار أحكام سابقة على أدائهم وأداء الآخرين.



الشكل (20): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع إصدار أحكام سابقة على أدائه وأداء الآخرين.

س7: يميز بين الخطأ والصواب.

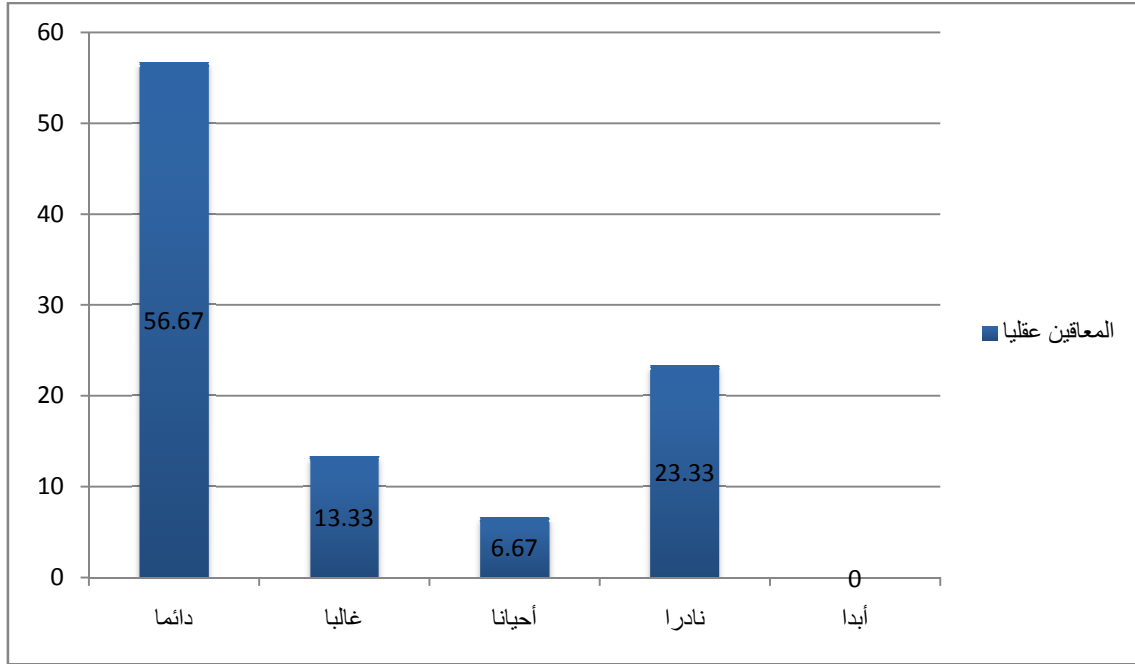
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	07	02	04	17	المعاقين عقليا
%100	00%	23,33%	6,67%	13,33%	56,67%	النسبة المئوية
28,66						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (23): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يميز بين الخطأ والصواب.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 23 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يميزون بين الخطأ والصواب.



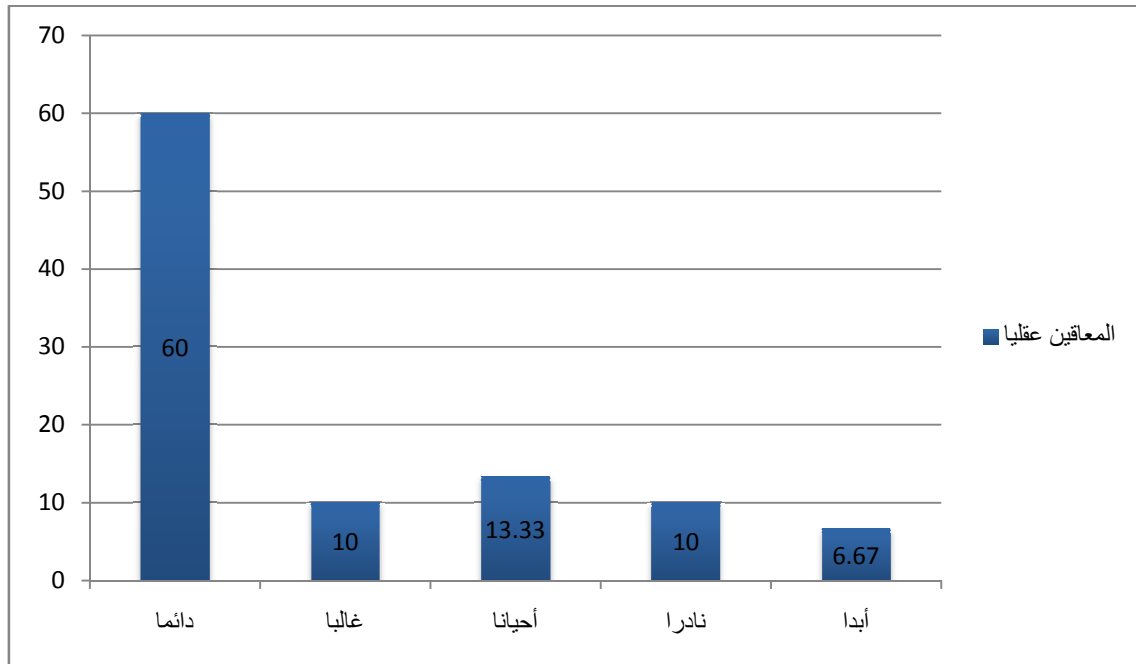
الشكل (21): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يميز بين الخطأ والصواب.

س8: يستطيع تحديد اهتماماته.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	02	03	04	03	18	المعاقين عقليا
%100	6,67%	10%	13,33%	10%	60%	النسبة المئوية
30,33						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (24): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد اهتماماته.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 24 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يستطيعون تحديد اهتماماتهم.



الشكل (22): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يستطيع تحديد اهتماماته.

1-4 البعد الرابع: المهارات البدنية والمهارية.

س1: يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة.

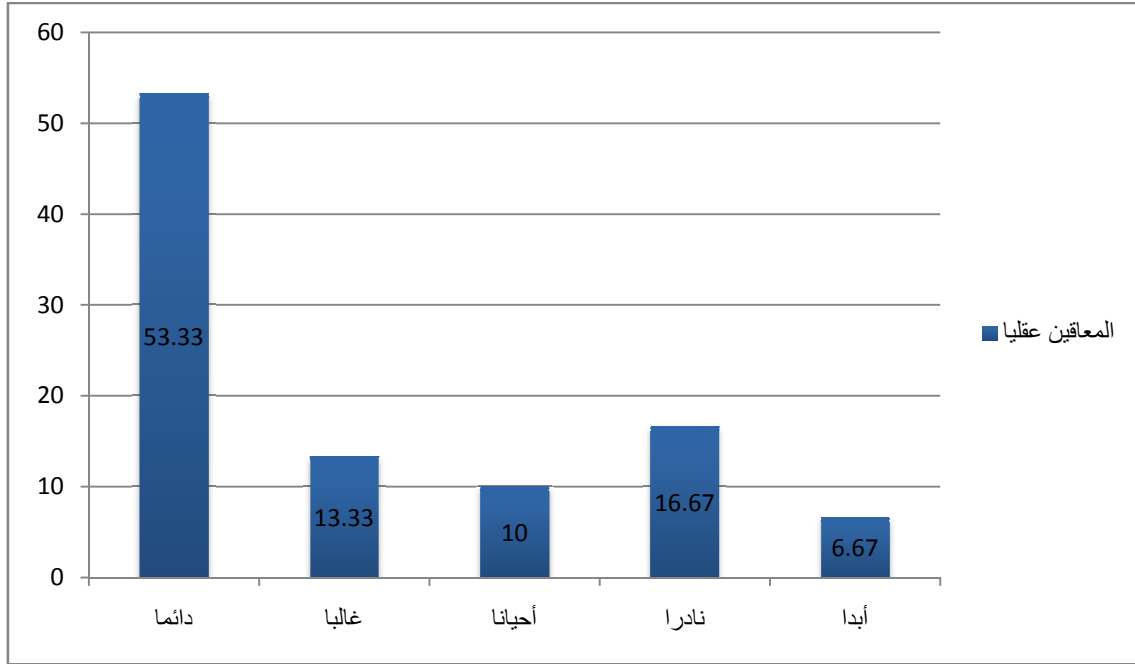
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	02	05	03	04	16	المعاقين عقليا
%100	6,67%	16,67%	10%	13,33%	53,33%	النسبة المئوية
21,66						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (25): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 25 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يمتلكون المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة.



الشكل (23): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة.

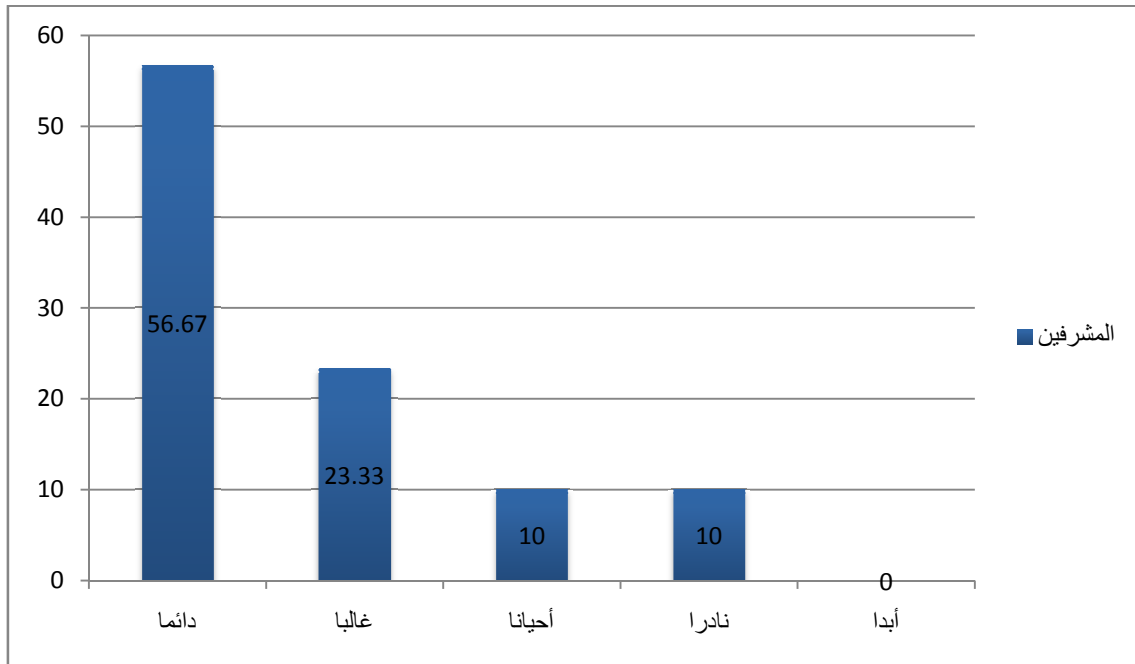
س2: يكتسب عناصر اللياقة البدنية.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	03	03	07	17	المعاقين عقليا
%100	00%	10%	10%	23,33%	56,67%	النسبة المئوية
						كا ² المحسوبة
						كا ² الجدولية
						درجة الحرية
						مستوى الدلالة

الجدول رقم (26): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب عناصر اللياقة البدنية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 26 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يكتسبون عناصر اللياقة البدنية.



الشكل (24): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المشرفين فيما يخص يكتسب عناصر اللياقة البدنية.

س3: يكتسب القوام المعتدل.

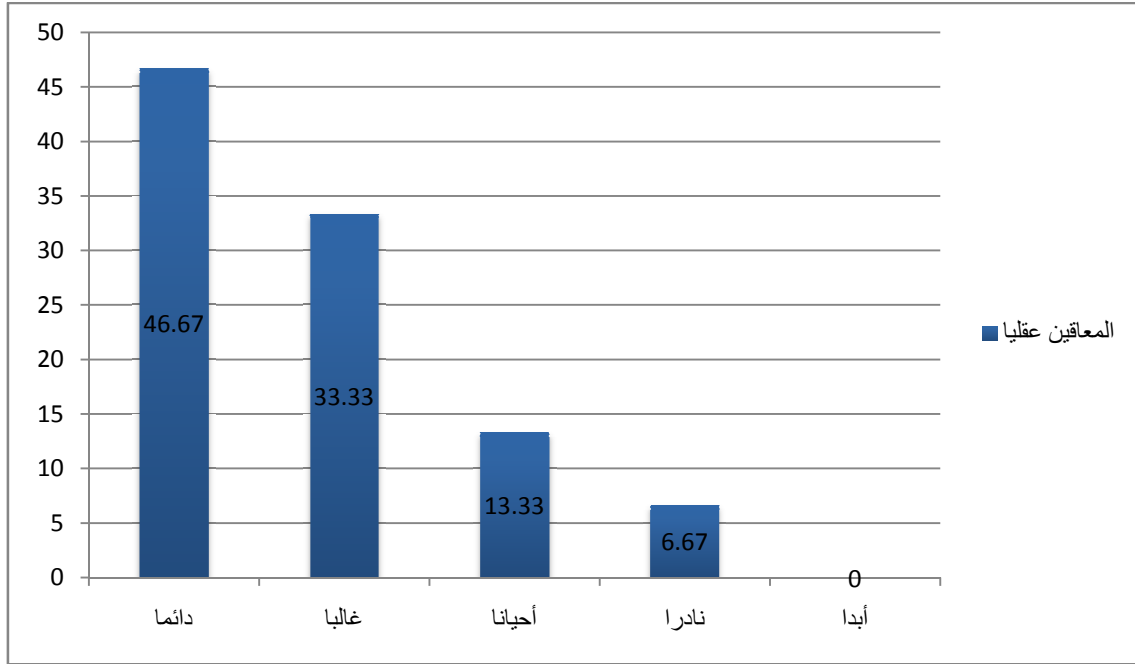
المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	02	04	10	14	المعاقين عقليا
%100	00%	6,67%	13,33%	33,33%	46,67%	النسبة المئوية
22,66						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (27): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يكتسب القوام المعتدل.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 27 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يكتسبون القوام المعتدل.



الشكل (25): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب القوام المعتدل.

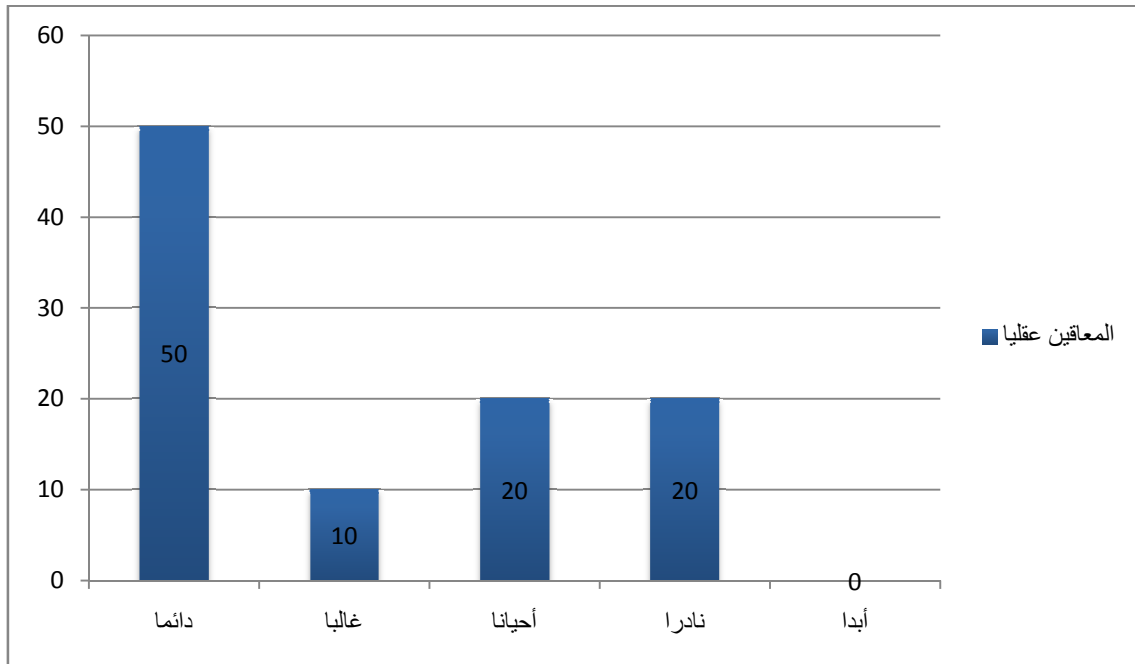
س4: يمارس تمارين صحية سليمة.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	06	06	03	15	المعاقين عقليا
%100	00%	20%	20%	10%	50%	النسبة المئوية
21						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (28): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمارس تمارين صحية سليمة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 28 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يمارسون تمارين صحية سليمة.



الشكل (26): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمارس تمارين صحية سليمة.

س5: له قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة.

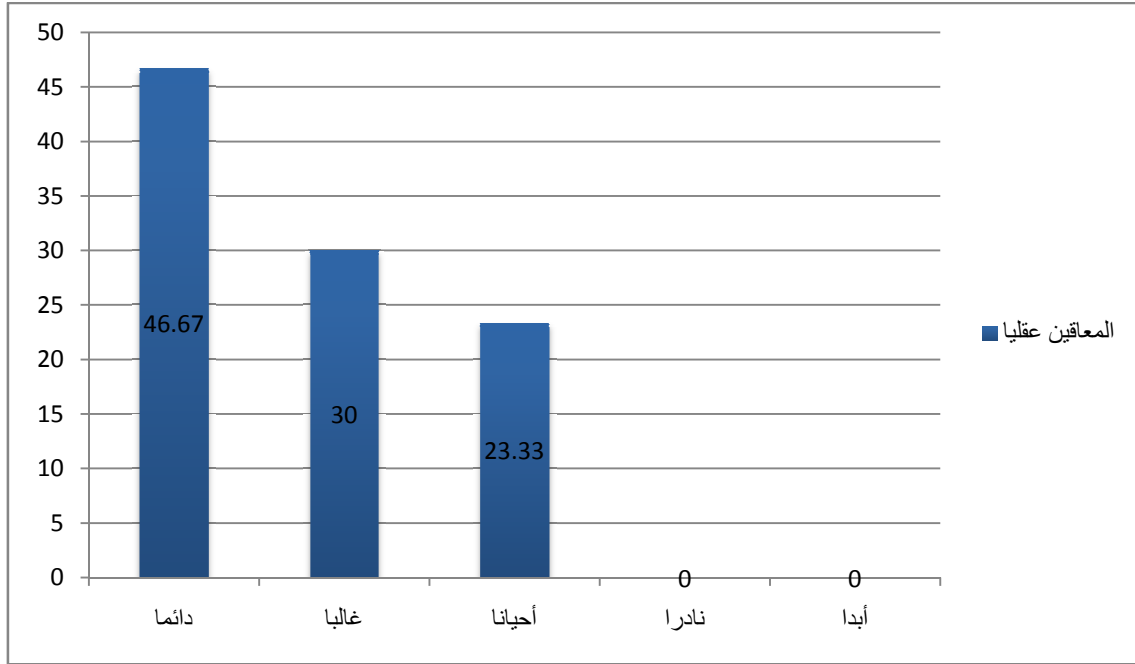
المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	00	07	09	14	المعاقين عقليا
%100	00%	00%	23,33%	30%	46,67%	النسبة المئوية
24,34						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (29): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص له قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 29 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا لهم قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة.



الشكل (27): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة.

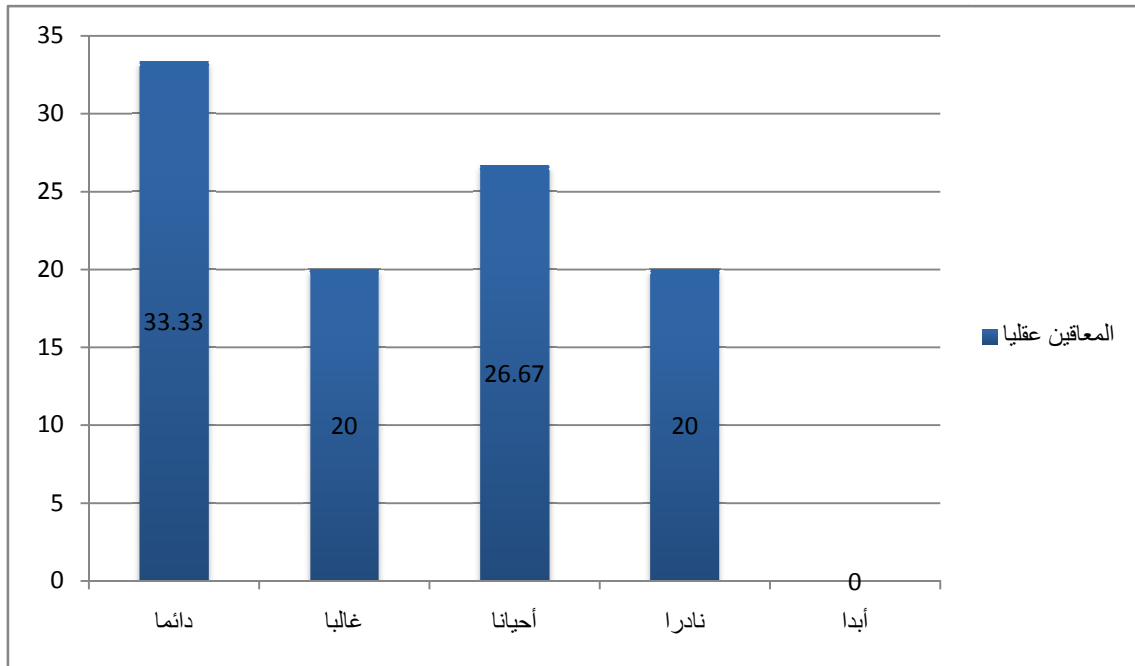
س6: يختار الملابس الرياضية المناسبة طبعاً لطبيعة اللعبة.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	06	08	06	10	المعاقين عقليا
%100	00%	20%	26,67%	20%	33,33%	النسبة المئوية
			9,32			كا ² المحسوبة
			9,49			كا ² الجدولية
			4			درجة الحرية
			0.05			مستوى الدلالة

الجدول رقم (30): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يختار الملابس الرياضية المناسبة طبعاً لطبيعة اللعبة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 30 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أقل من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن بعض المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يختارون الملابس الرياضية المناسبة طبعاً لطبيعة اللعبة فيما يرى الآخرون عكس ذلك.

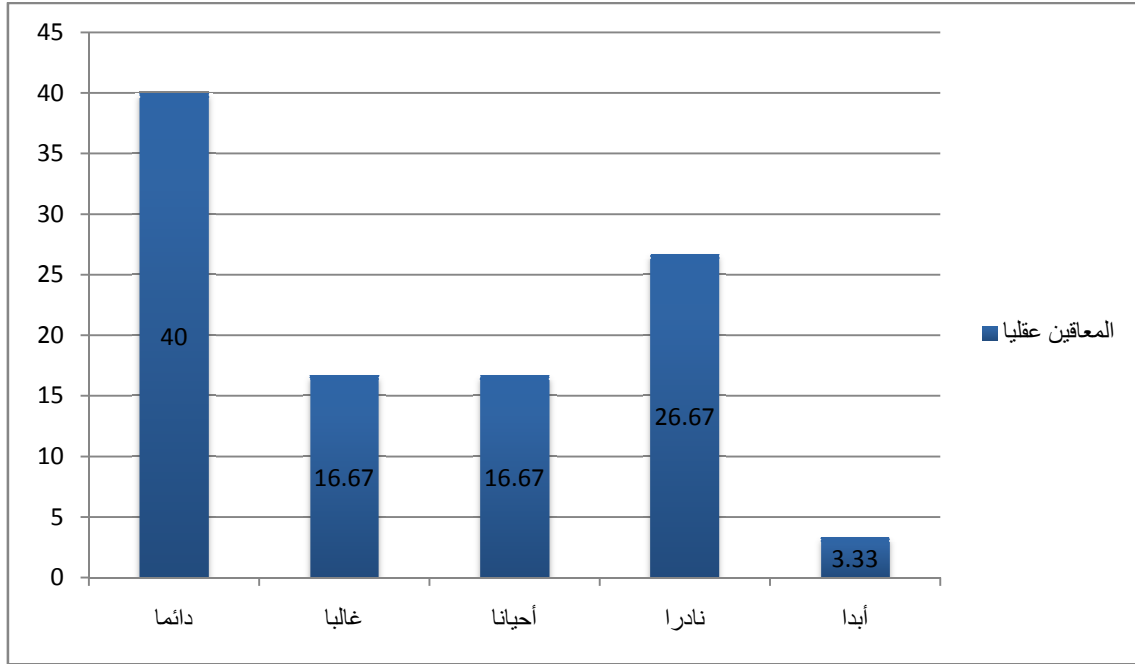


الشكل (28): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يختار الملابس الرياضية المناسبة طبعاً لطبيعة اللعبة.

س7: يمتلك جسما خاليا من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	08	05	05	12	المعاقين عقليا
%100	00%	26,67%	16,67%	16,67%	40%	النسبة المئوية
13						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (31): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك جسما خاليا من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 31 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يمتلكون جسما خاليا من الأمراض ويحافظون على الوزن المناسب.



الشكل (29): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك جسما خاليا من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب.

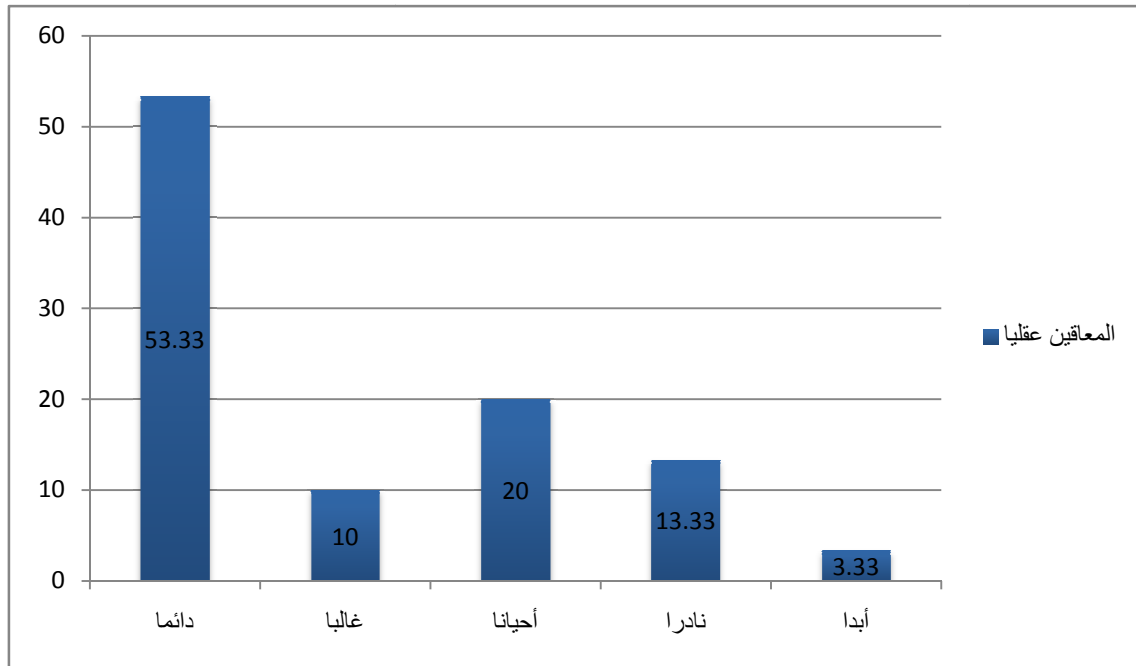
س8: له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيان	غالبا	دائما	الإجابات
30	01	04	06	03	16	المعاقين عقليا
%100	3,33%	13,33%	20%	10%	53,33%	النسبة المئوية
23						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (32): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 32 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا لهم القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد.



الشكل (30): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد.

س9: يمتلك جسم عضلي.

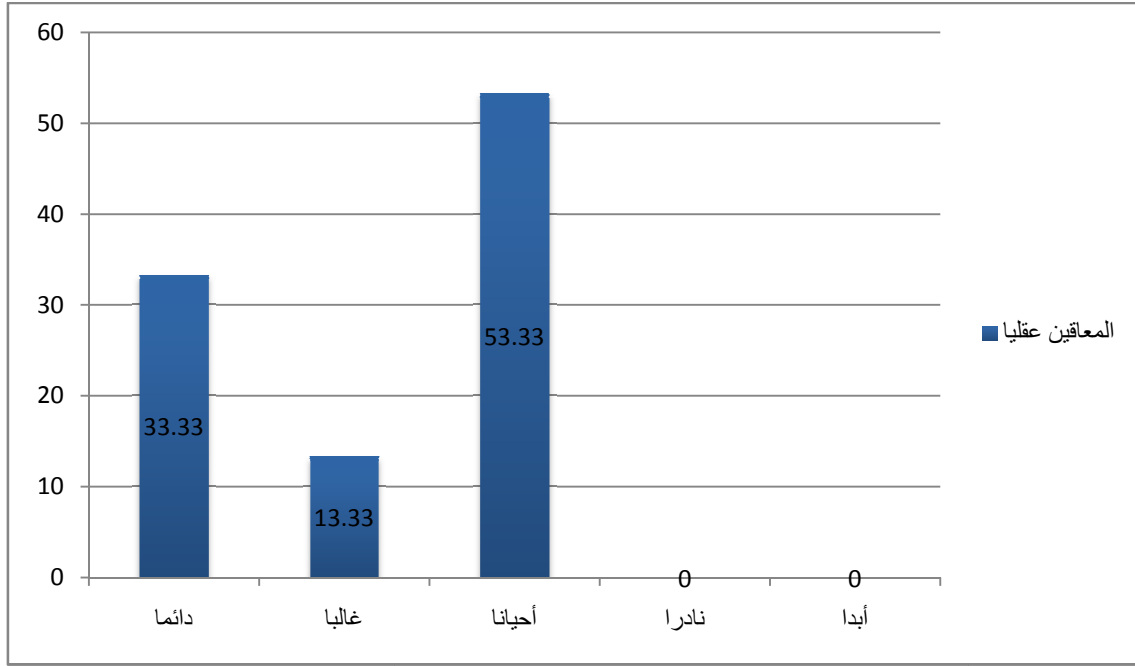
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	00	16	04	10	المعاقين عقليا
%100	00%	00%	53,33%	13,33%	33,33%	النسبة المئوية
32						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (33): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يمتلك جسم عضلي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 33 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يمتلكون أحيانا جسم عضلي.



الشكل (31): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك جسم عضلي.

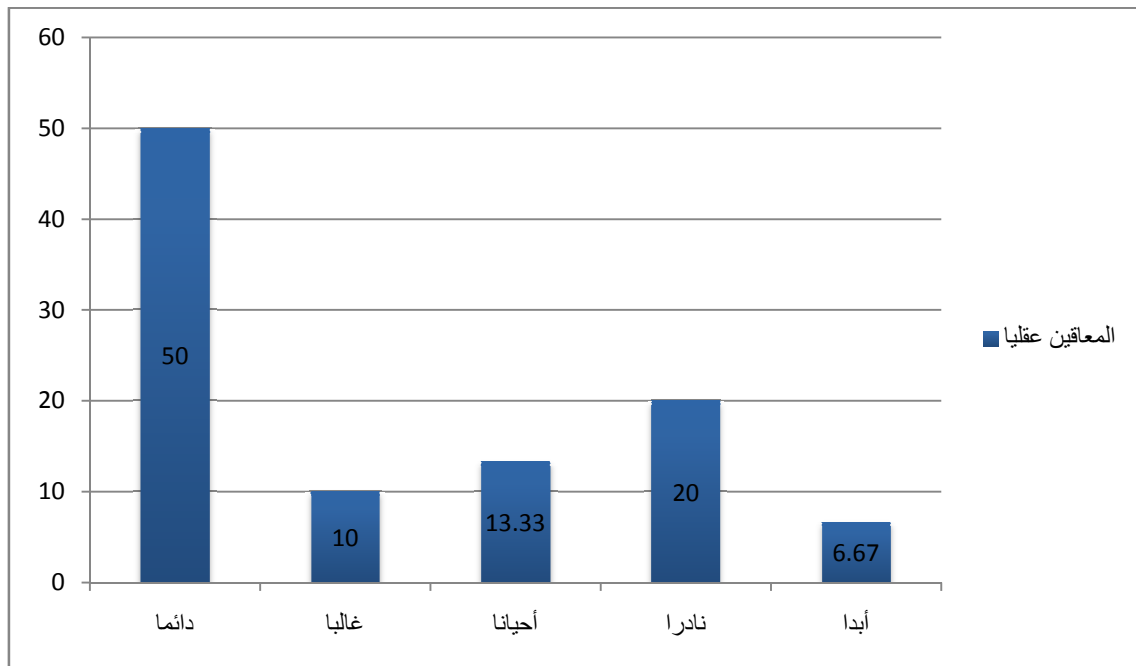
س10: يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	02	06	04	03	15	المعاقين عقليا
%100	6,67%	20%	13,33%	10%	50%	النسبة المئوية
18,33						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (34): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 34 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا يمتلكون الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي.



الشكل (32): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي.

س11: له قدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة.

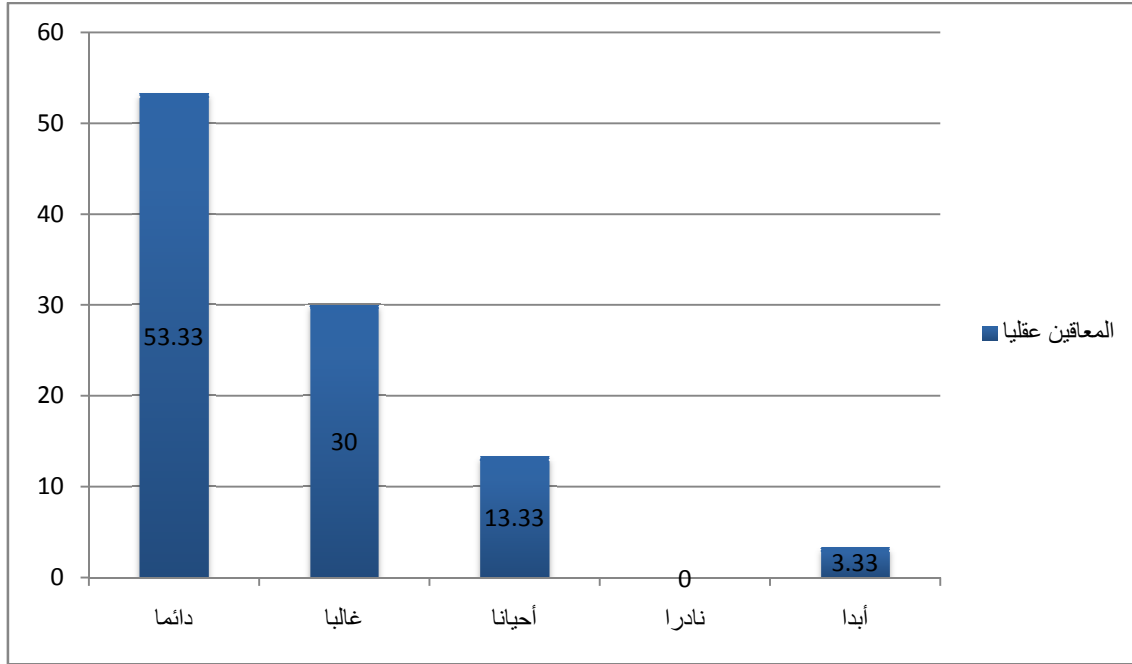
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	01	00	04	09	16	المعاقين عقليا
%100	3,33%	00%	13,33%	30%	53,33%	النسبة المئوية
23						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (35): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص له قدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 35 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يوافقون على أن المعاقين عقليا لهم قدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة.



الشكل (33): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة.

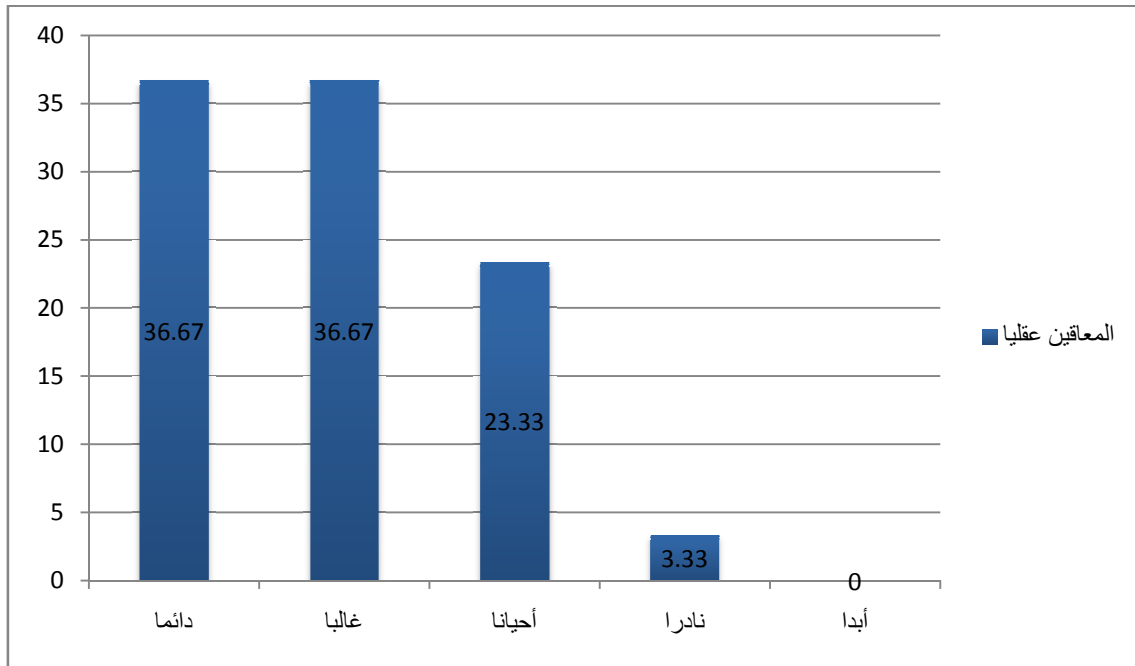
س12: له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	01	07	11	11	المعاقين عقليا
%100	%00	3,33%	23,33%	36,67%	36,67%	النسبة المئوية
			18,66			كا ² المحسوبة
			9,49			كا ² الجدولية
			4			درجة الحرية
			0.05			مستوى الدلالة

الجدول رقم (36): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 36 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا لهم القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة.



الشكل (34): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة.

س13: يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام.

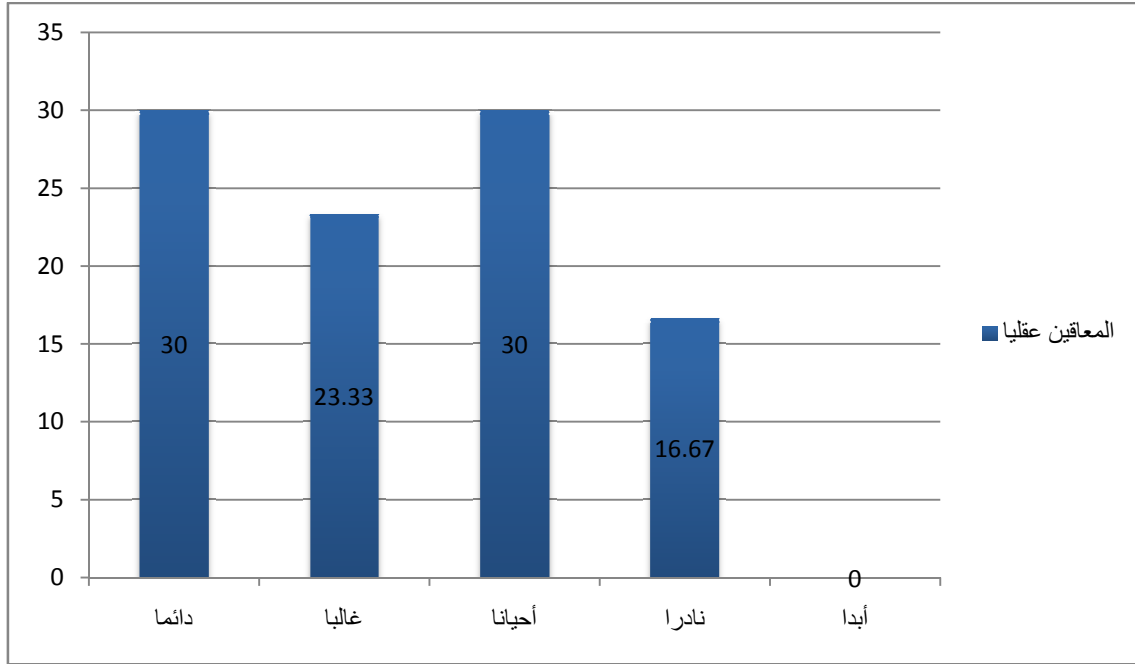
المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	00	05	09	07	09	المعاقين عقليا
%100	%00	16,67%	30%	23,33%	30%	النسبة المئوية
9,34						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

الجدول رقم (37): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 37 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن بعض المربين يرون أن المعاقين عقليا يكتسبون عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام فيما يرى الآخرين عكس ذلك.



الشكل (35): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام.

س14: له قدرة على التسيير في ممارسة لعبة ما.

المجموع	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الإجابات
30	02	02	03	03	20	المعاقين عقليا
%100	06,67%	06,67%	10%	10%	66,67%	النسبة المئوية
9,34						كا ² المحسوبة
9,49						كا ² الجدولية
4						درجة الحرية
0.05						مستوى الدلالة

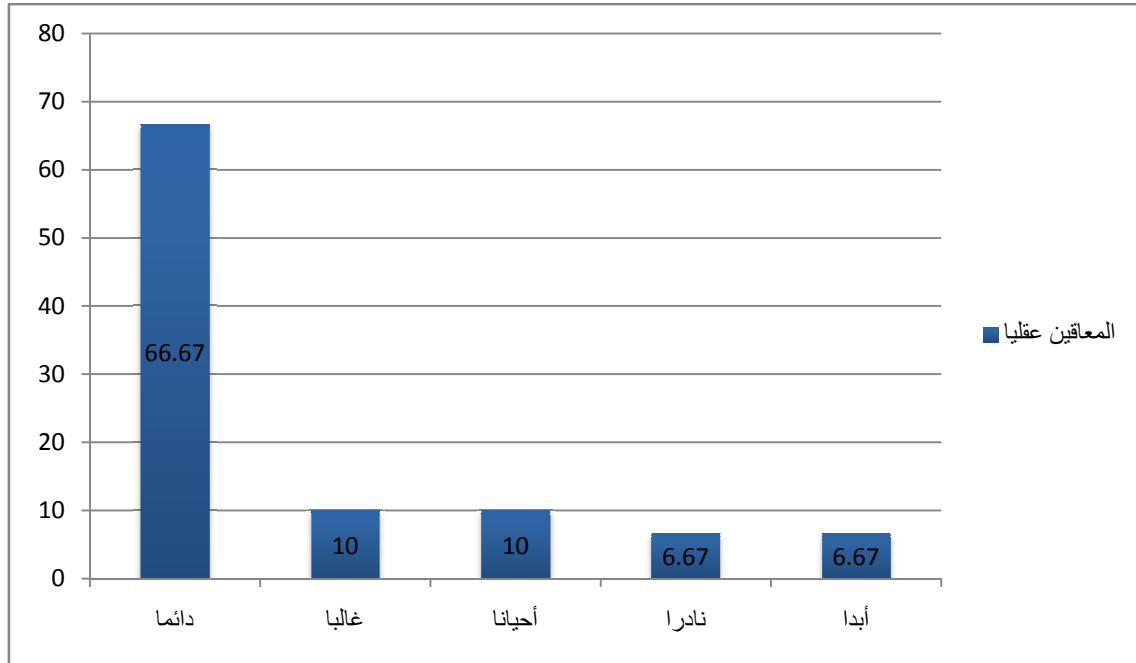
الجدول رقم (38): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا حسب

المربين فيما يخص له قدرة على التسيير في ممارسة لعبة ما.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 38 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم

من وجهة نظر المربين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المربين يرون أن المعاقين عقليا لهم قدرة على التسيير في ممارسة لعبة ما.



الشكل (36): يمثل النسب المئوية للمعاقين عقليا حسب المربين فيما يخص له قدرة على التسيير في ممارسة لعبة ما.

2- استنتاجات:

من خلال تفحص نتائج المقياس، تم التوصل إلى بعض الحقائق التي كنا نصبوا إليها أبرزها للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المشرفين والتي تم تسطيرها في الفرضيات، وجدنا أن:

- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.
- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.
- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.
- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

3- مناقشة فرضيات البحث:

بعد الدراسة المعمقة التي جاءت في الجانب التطبيقي والتي تحتوي على مختلف المعلوماتية الإحصائية المتعلقة بمتغيرات دراستنا المتمحورة حول موضوع: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين، وبعد أن استخلصنا الاستنتاجات من خلال تحليل النتائج تم مقارنتها بفرضيات البحث فكانت كالتالي:

3-1 مناقشة الفرضية الأولى:

نتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الأولى، وذلك من خلال تحليل ومناقشة الإجابات المتحصل عليها، وعلى ضوء النتائج الجداول الخاصة بالبعد الأول وبناءا على الفرضية التي انطلقت أساسا من فكرة مقترحة كحل سابق لموضوع بحثنا والتي تقول النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

اتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(2) يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء حيث بلغت النسبة المئوية 56,67% ومن خلال الجدول رقم(3) يظهر لنا بأن النسبة المئوية كانت كبيرة دليل يستطيع تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية حيث بلغت 56,67% ويتضح لنا من خلال الجدول رقم(4) أن النسب كانت الكبيرة فيما يخص يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي حيث بلغت 50% ومن خلال الجدول (5) و(6) النسب المئوية كانت كبيرة فيما يخص يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية، ويتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء، ومن خلال الجدول رقم (7) يتبين لنا أن المعاق عقليا يستخدم التواصل الفضي وغير الفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة حيث بلغت النسبة المئوية 40% ومن خلال الجدول رقم (8) يتضح لنا يتواصل المعاقين عقليا مع الآخرين بشكل واثق حيث بلغت النسبة المئوية 50% ومن خلال الجداول رقم (9) بخصوص يتقبل المعاق عقليا آراء الآخرين بانفتاح حيث بلغت النسبة المئوية 36,67% ومن خلال الجدول رقم (10) يفاوض الآخرين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح حيث بلغت النسبة المئوية 36,67% وهذا ما يدل على ان النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، وتتطابق نتائج دراستنا مع

دراسة احمد عوض بسيوني الذي أكد في دراسته " أن أهمية النشاط الرياضي تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش فيها، حيث ان هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع، وهو ما أكده كذلك عبد المجيد مروان " من أن الممارسة الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة في النفس، التعاون والشجاعة فضلا على شعوره بالسعادة والسرور .

وبالتالي الفرضية الأولى القائلة للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم قد تحققت.

2-3 مناقشة الفرضية الثانية:

نتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الثانية، وذلك من خلال الإجابات المتحصل عليها، وعلى ضوء النتائج الجداول الخاصة بالبعد الثاني وبناء على الفرضية التي انطلقت أساسا من فكرة مقترحة كحل سابق لموضوع بحثنا والتي تقول النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

اتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(11) يحترم المعاق عقليا أفكار الآخرين حيث بلغت النسبة المئوية 63,33% ومن خلال الجدول رقم(12) يظهر لنا بأن النسبة المئوية كانت كبيرة دليل يتحلى بروح الانتماء للجماعة حيث بلغت 70% و يتضح لنا من خلال الجدول رقم(13) أن النسب كانت الكبيرة فيما يخص يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف حيث بلغت 53,33% من خلال الجدول (14) النسب المئوية كانت كبيرة فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين حيث بلغت 50%، ومن خلال الجدول رقم (15) يتبين لنا أن المعاق عقليا يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق حيث بلغت النسبة المئوية 46,67% ومن خلال الجدول رقم (16) يتضح لنا أن المعاق عقليا يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية حيث بلغت النسبة المئوية 40%.

وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، ويتفق استنتاجنا مع دراسة كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة والترويح فيما يلي: الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة،التعود والقيادة، التبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي.

ويؤكد ما توصلنا إليه صادق الحايك (2013) في دراسته أن المهارات الحياتية (مهارة الوعي الذاتي، اتخاذ القرارات، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية، القيادة، المهارات النفسية والأخلاقية) والتي يمكن توظيفها في منهاج التربية الرياضية بشكل عام، ومنهاج كرة السلة بشكل خاص، جاءت جميعها هامة من وجهة نظر المشرفين والمعلمين.

وبالتالي الفرضية الثانية القائلة للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم قد تحققت.

3-3 مناقشة الفرضية الثالثة:

نتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الثالثة، وذلك من خلال الإجابات المتحصل عليها، وعلى ضوء النتائج الجداول الخاصة بالبعد الثالث وبناءا على الفرضية التي انطلقت أساسا من فكرة مقترحة كحل سابق لموضوع بحثنا والتي تقول النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

اتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(17) أن المعاق عقليا يتصرف بشكل لائق ومسؤول حيث بلغت النسبة المئوية 36,33% ومن خلال الجدول رقم(19) يظهر لنا بأن النسبة المئوية كانت كبيرة حيث أن المعاق عقليا يعكس صورة ايجابية عن ذاته

أثناء ممارسة النشاط الرياضي حيث بلغت 33,33% و يتضح لنا من خلال الجدول رقم (20) أن النسب كانت الكبيرة فيما يخص يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة حيث بلغت 36,67% ومن خلال الجدول (21) النسب المئوية كانت كبيرة فيما يخص يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية حيث بلغت 36,67%، ومن خلال الجدول رقم (22) يتبين لنا أن المعاق عقليا يستطيع إصدار أحكام سابقة على أدائه وأداء الآخرين حيث بلغت النسبة المئوية 60% ومن خلال الجدول رقم (24) يتضح لنا أن المعاق عقليا يستطيع تحديد اهتماماته حيث بلغت النسبة المئوية 60% ، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، وهذا ما يتطابق مع حسن عمر السوطري (2007) في دراسته التي هدفت إلى التعرف إلى أثر استخدام بعض أساليب التدريس (الأمرى، التدريبي، التبادلي، الاكتشاف الموجه) على توظيف بعض المهارات الحياتية (التواصل، اتخاذ القرار، حل المشكلات، الروح القيادية، العمل الجماعي، تحمل المسؤولية، الثقة بالنفس، حل النزاعات، تقبل الآخر) وأثر هذه الأساليب على تطوير مستوى الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة .

وبالتالي الفرضية الثالثة القائلة للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم قد تحققت.

3-4 مناقشة الفرضية الرابعة:

نتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الرابعة، وذلك من خلال الإجابات المتحصل عليها، وعلى ضوء النتائج الجداول الخاصة بالبعد الرابع وبناء على الفرضية التي انطلقت أساسا من فكرة مقترحة كحل سابق لموضوع بحثنا والتي تقول النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

اتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(25) أن المعاق عقليا يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة حيث بلغت النسبة المئوية 53,33% ومن خلال الجدول رقم(26) يظهر لنا بأن النسبة المئوية كانت كبيرة حيث أن المعاق عقليا يكتسب عناصر اللياقة البدنية حيث بلغت 56,67% ويتضح لنا من خلال الجدول رقم(28) أن النسب كانت الكبيرة فيما يخص يمارس تمارين صحية سليمة حيث بلغت 50% ومن خلال الجدول (29) النسب المئوية كانت كبيرة فيما يخص له قدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة حيث بلغت 46,67%، ومن خلال الجدول رقم (31) يتبين لنا أن المعاق عقليا يمتلك جسما خاليا من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب حيث بلغت النسبة المئوية 50% ومن خلال الجدول رقم (32) يتضح لنا أن المعاق عقليا له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد حيث بلغت النسبة المئوية 53,33% ، ومن خلال الجدول رقم (33) يتضح لنا أن المعاق عقليا يمتلك جسم عضلي حيث بلغت النسبة المئوية 53,33% ، ومن خلال الجدول رقم (34) يتضح لنا أن المعاق عقليا يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي حيث بلغت النسبة المئوية 50% ، ومن خلال الجدول رقم (36) يتضح لنا أن المعاق عقليا له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة حيث بلغت النسبة المئوية 36,67% ومن خلال الجدول رقم (37) يتضح لنا أن المعاق عقليا يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام حيث بلغت النسبة المئوية 30%، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم،

وهو ما يتطابق مع دراسة عبد الباسط شرمان وعواطف ربيعان (2009) النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أفراد المجموعة التجريبية على مقياس القلق من السباحة لصالح أفراد المجموعة التجريبية. ويوصي الباحثون بالاهتمام بالجوانب

النفسية للمبتدئين لما لذلك من أثر في سرعة تعلم مهارات السباحة، واستخدام البرنامج التعليمي المقترح لتعليم الفئة العمرية المختلفة والتنوع باستخدام الأساليب الحديثة في التربية الرياضي.

وبالتالي الفرضية الرابعة القائلة للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم قد تحققت.

مناقشة الفرضية الرئيسية:

بناء على ما سبق من نتائج وتحليل وتحقق جميع الفرضيات الجزئية (مهارة التواصل مهارة العمل الجماعي/التعاون، مهارة تحمل المسؤولية الشخصية، المهارات البدنية والمهارية) نستنتج بأن الفرضية الرئيسية : للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض المهارات الحياتية. قد تحققت وهذا ما يتفق مع دراسة كل من احمد عوض بسيوني، صادق الحايك (2013)، حسن عمر السوطري (2007)، دراسة عبد الباسط شرمان وعواطف ربيعان (2009)، دراسة مشعان بن زين الحربي 2001.

4-الاقتراحات والتوصيات:

وفي ضوء نتائج الدراسة نوصي بما يلي:

- ضرورة إعداد برامج خاصة ومكيفة لتدريب وتعليم المعاقين عقليا القابلين للتعلم يساعدهم في القدرة على اكتساب وتنمية المهارات الحياتية.
- إجبار ممارسة النشاط البدني المكيف للأطفال المعاقين عقليا داخ مراكز ذوي الإعاقة.
- ضرورة وضع مناهج وبرامج رياضية وحركية للمعاقين عقليا تعمل على تنمية المهارات الحياتية والمهارات الحركية بأنواعها المختلفة.

• ضرورة بناء منشآت رياضية متكاملة، وزيادة عدد حصص الرياضة، وتوعية المجتمع ومحيط ذوي الإعاقة العقلية بمدى أهمية النشاط البدني المكيف للمعاق عقليا القابلين للتعلم.

ضرورة إجراء دراسات خاصة بأهمية النشاط البدني المكيف على المهارات النفسية للمعاقين عقليا.

ملخص الدراسة:

يهدف البحث إلى الكشف عن دور وأهمية النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية (مهارة التواصل، مهارة العمل الجماعي/ التعاون، مهارة تحمل المسؤولية الشخصية، المهارات البدنية والمهارية) تكونت العينة من 30 طفل معاق عقليا القابلين للتعلم تتراوح أعمارهم بين 12-14 سنة تم اختيارهم بطريقة قصديه، من مركزين بيداغوجيين نفسيين للأطفال المعاقين عقليا من ولاية معسكر تمت الدراسة بالاستعانة من 10 مربين مشرفين على عينة البحث في الإجابة على الاستمارة الاستبائية والذين يشرفون على العينة

المنهج المستخدم تمثل في المنهج الوصفي عن طريق المسح بطريقة الاستمارة الاستبائية .

الاستنتاجات:

- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

- أغلب المربين يرون أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية المهارات البدنية والمهارية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

واهم نتيجة توصل إليها الباحثان (النشاط البدني المكيف له دور ايجابي في تنمية بعض المهارات الحياتية) للمعاقين عقليا ويوصي الباحثان

- ضرورة إعداد برامج خاصة ومكيفة لتدريب وتعليم المعاقين عقليا القابلين للتعلم يساعدهم في القدرة على اكتساب وتنمية المهارات الحياتية.
- إجبار ممارسة النشاط البدني المكيف للأطفال المعاقين عقليا داخ مراكز ذوي الإعاقة.

الكلمات المفتاحية :

النشاط البدني الرياضي المكيف، المهارات الحياتية، المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

Résumé de l'étude:

L'étude a pour but de révéler le rôle et l'importance d'une activité physique adaptée au développement de certaines aptitudes à la vie quotidienne (habileté à la communication), composée de 30 enfants handicapés mentaux et capables d'apprendre entre 12 et 14 ans, dans un centre pour enfants handicapés mentaux. Camp L'étude a été réalisée avec l'aide de 10 éducateurs supervisant l'échantillon de recherche dans la réponse au questionnaire et supervisant l'échantillon.

La méthode utilisée est représentée dans l'approche descriptive au moyen d'une enquête utilisant le questionnaire.

Conclusions:

- La plupart des éducateurs considèrent que les sports d'activité physique sont adaptés pour jouer un rôle positif dans le développement des compétences de communication des personnes handicapées mentales qui peuvent apprendre.
- La plupart des éducateurs estiment que l'activité physique sportive convient pour jouer un rôle positif dans le développement des compétences du travail en équipe - coopération avec les handicapés mentaux qui peuvent apprendre.
- La plupart des éducateurs estiment que les sports d'activité physique conditionnés jouent un rôle positif dans le développement des compétences en matière de responsabilité personnelle des handicapés mentaux qui peuvent apprendre.
- La plupart des éducateurs considèrent que les sports d'activité physique sont adaptés pour jouer un rôle positif dans le développement des habiletés physiques et des aptitudes requises pour les personnes handicapées mentales qui peuvent apprendre.

Le résultat le plus important des chercheurs (activité physique adaptée pour jouer un rôle positif dans le développement de certaines compétences psychosociales) pour les handicapés mentaux et recommander les chercheurs

•La nécessité de développer des programmes spéciaux adaptés à la formation et à l'éducation des handicapés mentaux qui peuvent apprendre à les aider à acquérir et à développer des compétences de vie.

•L'activité physique obligatoire pour les enfants handicapés mentaux est forcée dans les centres pour personnes handicapées.

les mots clés:

Activité physique adaptative, compétences de vie, handicapés mentaux capables d'apprendre.

Study Summary:

The study aims to reveal the role and importance of physical activity adapted to the development of some life skills (communication skill). The sample consisted of 30 mentally handicapped children who were able to learn between the ages of 12-14 years. They were selected from a mental center for children with mental disabilities Camp The study was conducted with the help of 10 educators supervising the research sample in the answer to the questionnaire form and supervising the sample

The method used is represented in the descriptive approach by means of a survey using the questionnaire form.

Conclusions:

- Most educators see that physical activity sports adapted to play a positive role in the development of communication skills among mentally disabled people who can learn.
- Most educators believe that the physical activity sports adapted to have a positive role in the development of the skill of teamwork - cooperation with mentally handicapped who can learn.
- Most educators see that physical activity sports conditioned has a positive role in the development of the skill of personal responsibility for the mentally handicapped who can learn.
- Most educators see that physical activity sports adapted to play a positive role in the development of physical and skill skills for mentally disabled people who can learn.

The most important result of the researchers (physical activity adapted to have a positive role in the development of some life skills) for the mentally disabled and recommend the researchers

- The need to develop special programs adapted to the training and education of the mentally handicapped who can learn to help them in the ability to acquire and develop life skills.
- Compulsory physical activity for children with mental disabilities is forced into the centers of persons with disabilities.

key words :

Adaptive physical activity, life skills, mentally handicapped who can learn.

قائمة المراجع

قائمة المراجع :

أولا: المراجع باللغة العربية

1. ابراهيم عباس الزهيري. (1998). تربية المتخلفين عقليا. القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.
2. ابراهيم مرسى كمال. (1996). مرجع في علم التخلف العقلي. الكويت: دار القلم.
3. ابو محمد هاشم. (2004). سيكولوجية المهارات . القاهرة: مكتبة زهراء الشرف.
4. احلام عبد الغفار. (2003). تربية المتخلفين عقليا. القاهرة: دار الفجر.
5. احمد عمر سليمان روبي. (1995). القدرات الادراكية- الحركية للطفل. القاهرة: سلسلة الفكر العربي.
6. اسامة راتب ابراهيم خليفة. (1998). رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.
7. السعدي وآخرون بهاء الدين. (2003). حقوق المعاقين في المجتمع الفلسطيني. الهيئة المستقلة لحقوق المواطن.
8. السيد مريم. (2007). حاجات جامعة الاسراء الى المهارات الحياتية. مجلة الجامعات العربية، 103-141.
9. امال عبد السميع اباطة. (2007). اضطرابات التواصل وعلاجها. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
10. امين انور الخولي، اسامة كامل راتب. (1982). التربية الخركية للطفل. القاهرة: دار الفكر العربي.
11. بحوش والذنياب. (1995).
12. تركي. (1984).

13. جرار جلال، فاروق الروسان. (1995). دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقليا. عمان: مطبعة الجامعة الاردنية.
14. حامد عبد السلام زهران. (1978). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم المعرفة للنشر والتوزيع.
15. حسانين م. (1995).
16. حسن عمر سعيد السوطري. (2006). اثر استخدام اساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. عمان: الجامعة الاردنية.
17. حلمي ابراهيم، حورية حسن. (1964). نشاط الطفل وبرامجه التربوية. القاهرة: دار النهضة العربية.
18. حلمي ابراهيم، ليلي السيد فرحات. (1998). التربية الرياضية والترويح للمعاقين. القاهرة: دار الفكر العربي.
19. حلمي ابراهيم، محمد عادل خطاب. (1964). نشاط الطفل وبرامجه التربوية. القاهرة: دار النهضة العربية.
20. خديجة احمد السباعي. (2004). صعوبات التعلم (اسبابها-نظرياتها-تطبيقاتها). القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
21. رمضان محمد القذافي. (1996). رعاية المتخلف ذهنيا.
22. رمضان ياسين. (2007). علم النفس الرياضي. عمان: دار اسامة للنشر.
23. زيدان نجيب دواشين. (1996). النمو البدني عند الطفل. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
24. سعيد حسين العزة. (2001). الاعاقة العقلية. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
25. سلمان عبد الواحد يوسف ابراهيم. (2008). صعوبات التعلم - النمائية والاكاديمية والاجتماعية والانفعالية. القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية.

26. سهير محمد سلامة. (2002). التوجيه والارشاد النفسي. الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.
27. صالح عبد الله الزغبى، احمد سليمان العواملة. (2000). التربية الرياضية للحالات الخاصة. عمان: دار الصفاء للنشر والاشهار.
28. طارق عبد الرؤوف، ربيع عبد الرؤوف. (2006). رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين ذهنيا). القاهرة : الدار العالمية للنشر والتوزيع.
29. عبد الباقي ابراهيم علا. (1993). التعرف على الاعاقة العقلية وعلاجها واجراءات الوقاية منها. مصر: مطابع الطوبجي.
30. عبد الحفيظ سلامة. (1999). الوسائل التعليمية في التربية الخاصة. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
31. عبد الرحمان العيسوي. (1994). التخلف العقلي. بيروت : دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
32. عبد الرحمان سليمان. (2001). سيكولوجية ذوي الحاجات الخاصة : الاساليب التربوية والبرامج التعليمية.
33. عبد الرحمان سيد سليمان. (2002). الاعاقة البدنية المفهوم والتصنيفات. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
34. عبد العزيز السيد الشخص. (2007). الاطفال ذوو الاحتياجات الخاصة واساليب رعايتهم. القاهرة: مكتبة الطبري.
35. عبد العظيم شحاتة مرسى. (1990). التاهيل المهني للمتخلفين عقليا . القاهرة : دار الاتحاد العربي للطباعة.
36. عطيات محمد خطاب. (1998). اوقات الفراغ والترويح. دار المعارف.
37. علا عبد الباقي ابراهيم. (2000). الاعاقة العقلية : التعرف عليها باستخدام برامج التدريب للاطفال المعاقين.
38. علاوي ومحمد. (1986).

39. فاروق الروسان. (1997). سيكولوجية الاطفال غير العاديين- مقدمة التربية الخاصة. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
40. فاروق الروسان. (1998). قضايا ومشكلات في التربية الخاصة. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
41. فاروق الروسان. (2006). مقدمة الاعاقة العقلية. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
42. فاروق الروسان. (1983). مناهج المهارات الاستقلالية للمعوقين عقليا. البحرين: مطابع وزارة الاعلام.
43. فرحات. (2003).
44. كمال درويش – محمد الحماحمي.: (1997). رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ - ط 1- . القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
45. ماجدة السيد عبيد. (2000). الاعاقة العقلية. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
46. ماجدة السيد عبيد. (2000). تعليم الاطفال المتخلفين عقليا. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
47. ماجدة السيد عبيد. (2000). تعليم الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
48. مایسة احمد النیال. (2008). دراسات حديثة في علم نفس الاطفال. الاسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
49. محمد الصالح، محمد محمود. (1982). سيكولوجية اللعب والترويح عند الطفل العادي والمعوق. الرياض: مكتبة الصفحات الذهبية.
50. محمد عادل خطاب. (1965). النشاط الترويحي وبرامجه. القاهرة: ملتزم الطبع والنشر.
51. محمد عبد السلام البواليز. (2009). الاعاقة الحركية والشلل الدماغي. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

52. محمد عبد المومن. (1986). سيكولوجية غير العاديين وتربيتهم. مصر: دار الفكر الجامعي.
53. محمد محروس الشناوي. (1997). التخلف العقلي.
54. محمود محمد رفعت حسن. (1977). الرياضة للمعوقين. مصر: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
55. مروان عبد المجيد ابراهيم. (1997). الالعب الرياضية للمعوقين. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
56. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2014). التربية الرياضية لذوي الاعاقة. المملكة الاردنية الهاشمية: الرضوان للنشر والتوزيع.
57. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2014). التربية الرياضية لذوي الاعاقة. (ابراهيم، مروان عبد المجيد، المحرر) المملكة الاردنية الهاشمية: الرضوان للنشر والتوزيع.
58. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2002). الموسوعة الرياضية لمتحدي الاعاقة. عمان : الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
59. مقدم. (1993).
60. منال منصور بوحמיד. (1978). المعوقون. الكويت: مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
61. نادر فهمي الزيود. (1995). تعليم الاطفال المتخلفين عقليا . عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
62. نايف نزار القيسي. (2006). المعجم التربوي وعلم النفس. عمان: دار اسامة للنشر والتوزيع.
63. وليد السيد احمد خليفة. (2006). الكمبيوتر والتخلف العقلي في ضوء تجهيز المعلومات. القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية.

ثانيا: المراجع باللغة الفرنسية

64. Hewrod.W.H .(1992) .*exceptional children.an introductory surveys of special education* .NEW YORK: Marril an imairment of mocmillan publishing company.
65. J LEFORT .(2006) .*social interaction skills children with autism a script fading procedure for beginning readers* .journal of applied.analysis.
66. Jackson.A.W.Morrow.J.R &.Hill .(2004) .*Physical activitey for health and fitness* .Human Kinetices.
67. Jean-Luc Lambert .(1978) .*Enseignement special ET handicap mental* .Bruxelles.
68. Kendall.P.C .(1998) .*Abnormal psychology understanding human problems* .New York: Houghton miffin company.

الملاحق

الملحق رقم (01) : قائمة الأساتذة المحكمين لمقياس المهارات الحياتية

الاسم واللقب	الرتبة	الجامعة
زمالي محمد	دكتوراه	جامعة وهران
دريال فتحي	دكتوراه	جامعة وهران
بن صابر محمد	دكتوراه	جامعة مستغانم
سيفي بلقاسم	دكتوراه	جامعة مستغانم
شيخ صياد	مربي مختص	المركز النفسي البيداغوجي معسكر

الملحق 02 :

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية والرياضية

الملحق: بين مقياس المهارات الحياتية
الأستاذ(ة) الدكتور(ة) السيد(ة) المحترم(ة)
تحية طيبة وبعد

في إطار تحضير مذكرة ماستر في النشاط البدني المكيف تحت عنوان: دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا - القابلين للتعلم.
يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا المقياس للمهارات الحياتية المتكون من المهارات ذات البعد النفسي والمهارات ذات البعد الاجتماعية من إعداد (حسن السوطري) والمهارات البدنية والمهارية من إعداد (الحايك والباطنية) وهذا بغرض قياس بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم .

لذا يرجى قراءة فقراته بتمعن وعناية ثم التعبير عن مدى امتلاك كل مهارة بوضع إشارة (X) داخل العمود المناسب، وسوف يكون لإجاباتكم على الفقرات جميعا الأثر الكبير في تحقيق أهداف هذه الدراسة والوصول إلى النتائج المرجوة لذا نرجو منكم الإجابة بدقة وأمانة، علما أن هذه المعلومات ستبقى سرية وهي لأغراض البحث العلمي فقط.
لذلك يرجى قراءة فقراته بتمعن وعناية لإضافة أو حذف أية فقرات أو اقتراحات ترونها مناسبة وإبداء ملاحظاتكم.

- علاقة الفقرة بالأبعاد.
- سهولة الفقرة وتناسبها مع العينة المدروسة.
- الوضوح من حيث المضمون والصيغة واللغة.

البيانات الشخصية:

- الاسم الكامل:
- الدرجة العلمية:
- التاريخ:

تقبلوا فائق التقدير والاحترام.

الطالبان: * بولعراس نبيل، بوقرط عبد النور

1- تنمية مهارة التواصل: التواصل هو تبادل الأفكار والمعلومات أو الرسائل بين الأفراد من خلال الكلام أو الكتابة أو الإيماءات أو التعبير الفني أو تكنولوجيا المعلومات (الوسائط المتعددة).

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يظهر اهتماما وإصغاء غير متقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء					
02	يستطيع تفسير الإشارات غير اللفظية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية					
03	يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي					
04	يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية					
05	يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء					
06	يستخدم التواصل اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة					
07	يتواصل مع الآخرين بشكل واثق					
08	يتقبل آراء الآخرين بانفتاح					
09	يفاوض الآخرين لإقناعهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح					

2- تنمية مهارة العمل الجماعي / التعاون:

العمل مع الآخرين باحترامهم والتعاون معهم والاصغاء اليهم.

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يحترم أفكار الآخرين					
02	يتحلى بروح الانتماء للجماعة					
03	يحرص على الالتزام بتوجيهات المربي					
04	يبادر في تقديم العون للآخرين					
05	يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق					
06	يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية					

3- تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية:

تحديد الاحتياجات الخاصة وتحمل مسؤولية أفعالهم وواجباتهم والتفريق بأنفسهم بين الصواب والخطأ والتصرف بشكل مسؤول مع الإبقاء على المصلحة العامة.

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يتصرف بشكل لائق ومسؤول					
02	يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية					
03	يعكس صورة إيجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي					
04	يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة					
05	يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية					
06	يستطيع إصدار أحكام صادقة على أدائه وأداء الآخرين					
07	يميز بين الخطأ والصواب					
08	يستطيع تحديد اهتماماته					

4-المهارات البدنية والمهارية :

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة					
02	يكتسب عناصر اللياقة البدنية					
03	يكتسب القوام المعتدل					
04	يمارس عادات صحية سليمة					
05	له القدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة					
06	يختار الملابس الرياضية المناسبة تبعا لطبيعة اللعبة					
07	يمتلك جسما خاليا من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب					
08	له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد					
09	يمتلك جسم عضلي					
10	يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي					
11	له القدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة					
21	له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة					
13	يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام					
14	له القدرة على التمييز في ممارسة لعبة ما					

مفتاح التصحيح:

ابدأ	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
1	2	3	4	5

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية والرياضية

الملحق: بين مقياس المهارات الحياتية
الأستاذة) الدكتور(ة) السيد(ة) المحترم(ة)
تحية طيبة وبعد

في إطار تحضير مذكرة ماستر في النشاط البدني المكيف تحت عنوان: دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا - القابلين للتعلم. يشرفني أنأتقدمإلى سيادتكم المحترمة بهذا المقياس للمهارات الحياتية المتكون من المهارات ذات البعد النفسي والمهارات ذات البعد الاجتماعية من إعداد (حسن السوطري) والمهارات البدنية والمهارية من إعداد (الحايك والباطنية) وهذا بغرض قياس بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم .

لذا يرجى قراءة فقراته بتمعن وعناية ثم التعبير عن مدى امتلاك كل مهارة بوضع اشارة (X) داخل العمود المناسب، وسوف يكون لإجابتكم على الفقرات جميعا الاثر الكبير في تحقيق اهداف هذه الدراسة والوصول الى النتائج المرجوة لذا نرجو منكم الاجابة بدقة وامانة، علما ان هذه المعلومات ستبقى سرية وهي لأغراض البحث العلمي فقط. لذلك يرجى قراءة فقراته بتمعن وعناية لإضافة او حذف اية فقرات او اقتراحات ترونها مناسبة وابداء ملاحظاتكم.

1-بيانات أولية: خصائص المبحوثين

- السن:
- الجنس:
- المستوى التعليمي:
- مكان الإقامة:
- نوع السكن:
- مكان العمل:
- المؤهلات ونوع التكوين:
- تاريخ بداية العمل:
- الوضعية المهنية: -مرسم () - متعاقد () - عقود ما قبل التشغيل () -أخرى ()

تقبلوا فائق التقدير والاحترام.

الطالبان:

- بولعراس نبيل
- بوقرط عبد النور

2- تنمية مهارة التواصل: التواصل هو تبادل الأفكار والمعلومات أو الرسائل بين الأفراد من خلال الكلام أو الكتابة أو الإيماءات أو التعبير الفني أو تكنولوجيا المعلومات (الوسائط المتعددة).

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يظهر اهتماما وإصغاء غير متقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء					
02	يستطيع تفسير الإشارات غير اللفظية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية					
03	يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي					
04	يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية					
05	يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء					
06	يستخدم التواصل اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة					
07	يتواصل مع الآخرين بشكل واثق					
08	يتقبل آراء الآخرين بانفتاح					
09	يفاوض الآخرين لإقناعهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح					

3- تنمية مهارة العمل الجماعي / التعاون:

العمل مع الآخرين باحترامهم والتعاون معهم والإصغاء اليهم.

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يحترم أفكار الآخرين					
02	يتحلى بروح الانتماء للجماعة					
03	يحرص على الالتزام بتوجيهات المربي					
04	يبادر في تقديم العون للآخرين					
05	يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق					
06	يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية					

4- تنمية مهارة تحمل المسؤولية الشخصية:

تحديد الاحتياجات الخاصة وتحمل مسؤولية أفعالهم وواجباتهم والتفريق بأنفسهم بين الصواب والخطأ والتصرف بشكل مسؤول مع الإبقاء على المصلحة العامة.

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يتصرف بشكل لائق ومسؤول					
02	يستطيع تحديد احتياجاته الجسمية					
03	يعكس صورة إيجابية عن ذاته أثناء ممارسة النشاط الرياضي					
04	يعترف بأخطائه أثناء اللعب بأمانة					
05	يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه أثناء تنفيذ المهارات الرياضية					
06	يستطيع إصدار أحكام صادقة على أدائه وأداء الآخرين					
07	يميز بين الخطأ والصواب					
08	يستطيع تحديد اهتماماته					

4- المهارات البدنية والمهارية :

الرقم	الفقرات	المقياس				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	يمتلك المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة					
02	يكتسب عناصر اللياقة البدنية					
03	يكتسب القوام المعتدل					
04	يمارس عادات صحية سليمة					
05	له القدرة على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة					
06	يختار الملابس الرياضية المناسبة تبعا لطبيعة اللعبة					
07	يمتلك جسما خاليا من الأمراض ويحافظ على الوزن المناسب					
08	له القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد					
09	يمتلك جسم عضلي					

					10	يمتلك الكفاءة البدنية والمهارية لممارسة النشاط البدني الرياضي
					11	له القدرة على تعلم المهارات الرياضية السهلة
					21	له القدرة على اجتياز الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة
					13	يكتسب عادة ممارسة النشاط البدني في أوقات الفراغ بانتظام
					14	له القدرة على التمييز في ممارسة لعبة ما

5- بيانات ختامية: الآراء والاقتراحات

- رأيك في مدى مساهمة النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية:.....
.....
.....
- ماذا تقترح لهذا ؟
.....
.....
.....
- هل ترى أن هذه الفئة تستطيع تجاوز الإعاقة وتلبية حاجاتها ؟ نعم () ، لا ()
- إذا كان (نعم) لماذا ؟
- إذا كان (لا) لماذا؟:.....

الملاحق

البعد 1		البعد 2		البعد 3		البعد 4	
الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي
35	34	25	24	33	32	50	51
30	30	28	27	30	30	55	54
29	27	20	20	29	29	48	48
27	26	22	21	28	28	51	52
38	36	19	20	26	26	61	60
33	33	18	18	35	35	59	57
31	30	23	23	31	31	42	42
25	25	20	21	34	31	60	60
34	31	19	20	25	25	56	57
36	32	26	24	22	20	55	54
0,94901269		0,97136369		0,96718682		0,98616189	

الملحق (04): تفريغ المعلومات